

23 lutego
Światowy Dzień
Walki z Depresją



Depresja

!depresja jest najczęstszym zaburzeniem psychicznym. Należy do chorób cywilizacyjnych. Eksperci Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) szacują, że cierpi na nią około **280 mln (3,8 proc.) osób na całym świecie.**

!dane WHO mówią, że depresja jest jedną z najczęściej występujących chorób na świecie. Według prognoz do 2030 r. może być na pierwszym miejscu!



Depresja jest chorobą, która dotyka nie tylko osoby dorosłe. Szacuje się, że zaburzenia depresyjne występują u ok. 2% dzieci i aż ok. 20% młodzieży. Przyczyny jak i objawy depresji u obu tych grup mogą być różne. Nie można jednak bagatelizować ich, ponieważ mogą mieć ogromny wpływ na dalsze życie młodych ludzi.

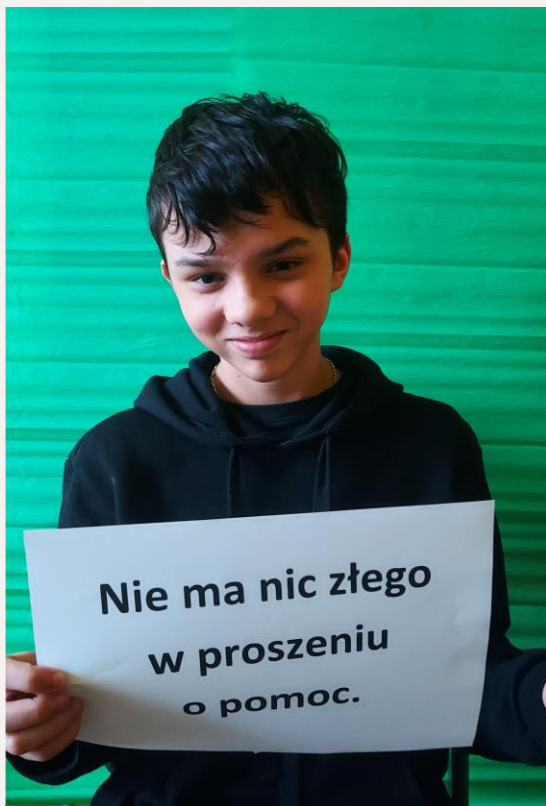


Zaburzenia depresyjne dotyczą nie tylko osoby dorosłe, ale również dzieci i młodzież. Objawiają się one nie tylko smutkiem i płaczliwością, ale szeregiem innych dolegliwości – również somatycznych.

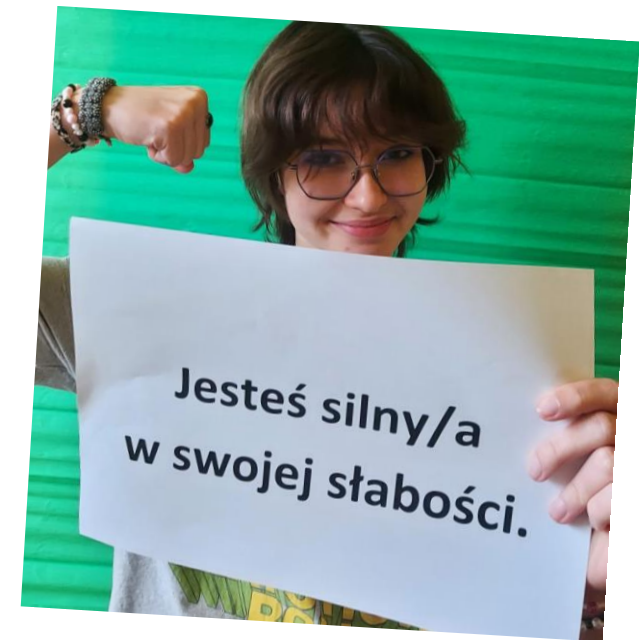
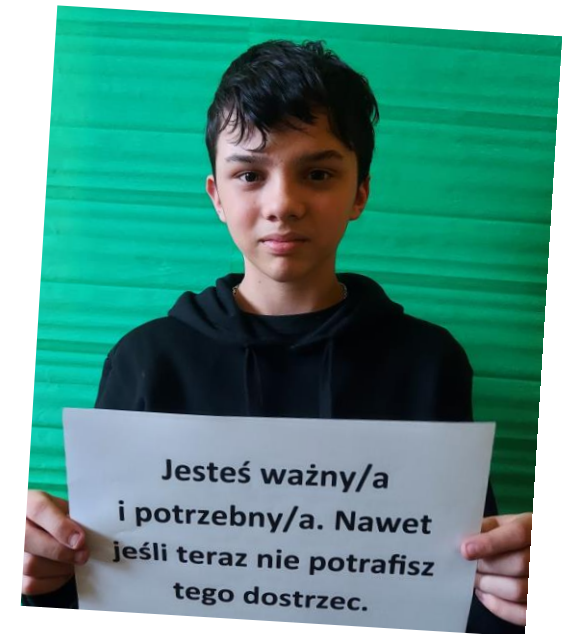
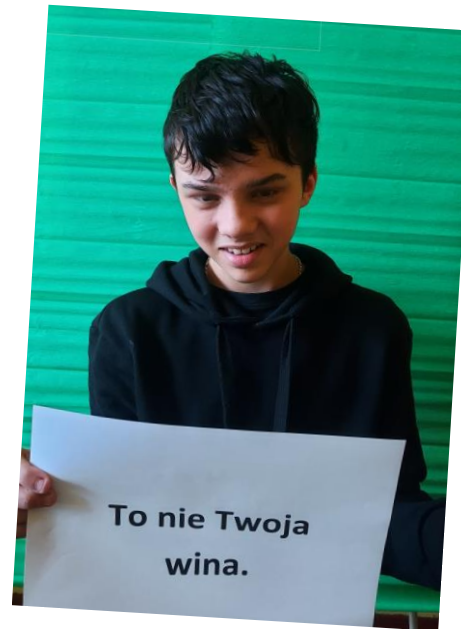
Depresja u młodzieży i dzieci nie jest zwykłym smutkiem, który jest normalną reakcją na przykre zdarzenia. Jest to choroba, która utrudnia prawidłowe funkcjonowanie i codzienną aktywność. Może też mieć poważne konsekwencje. Dlatego zwykle wymaga leczenia pod okiem specjalisty.

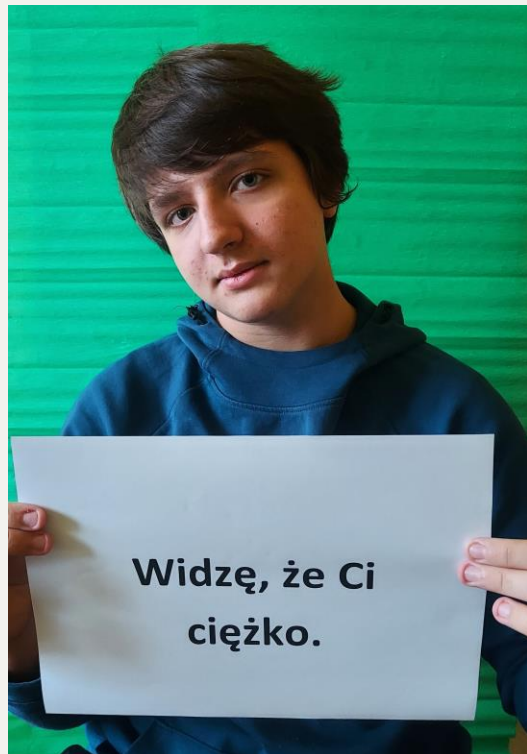


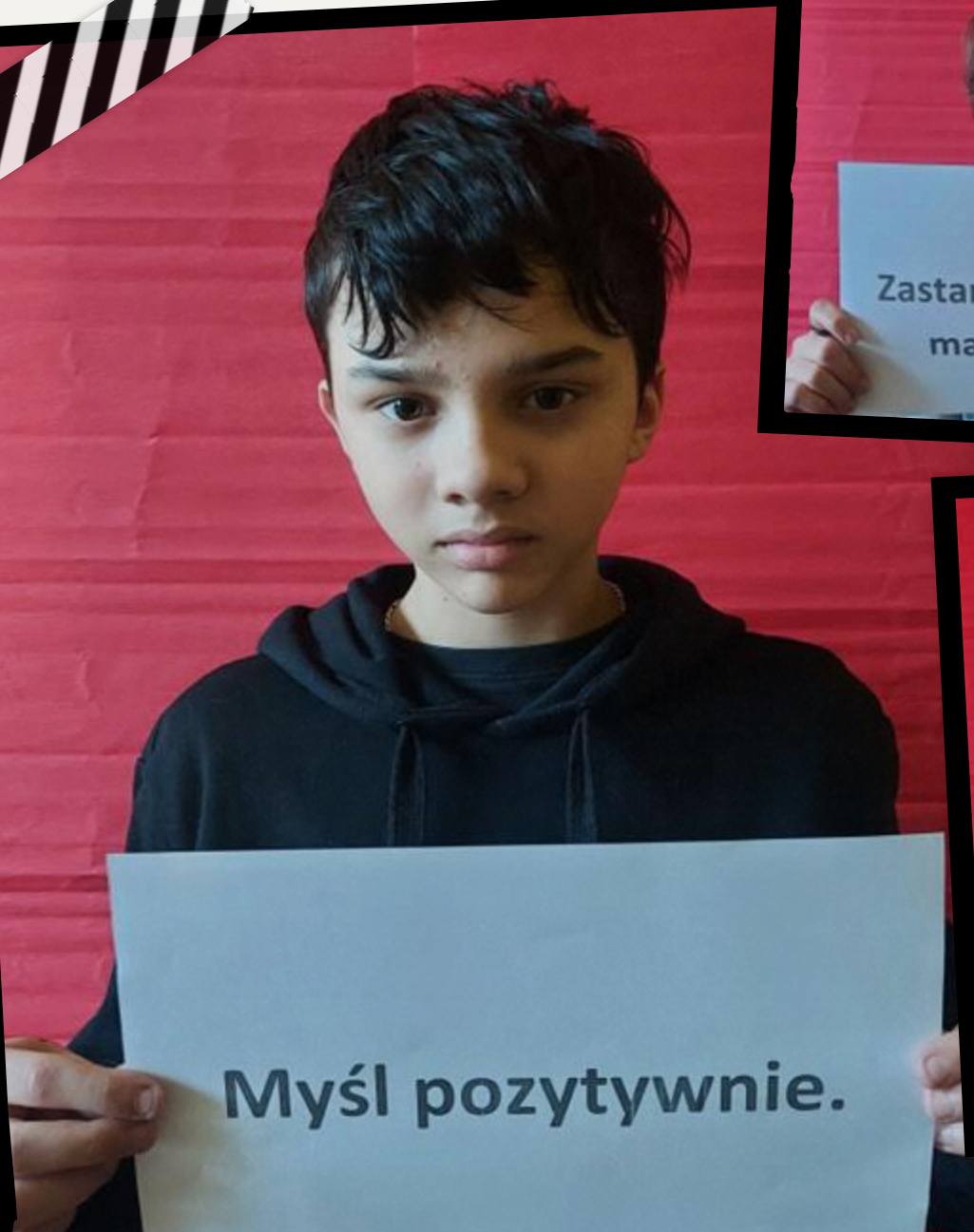
**Jak możesz
wspierać słowem
osoby w depresji?**



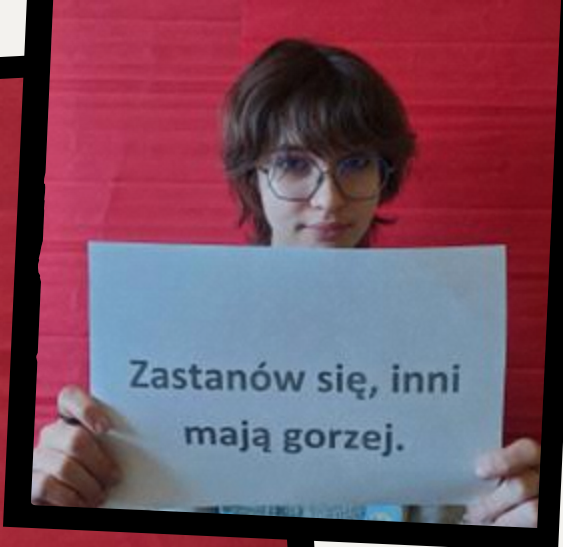
możesz mówić...



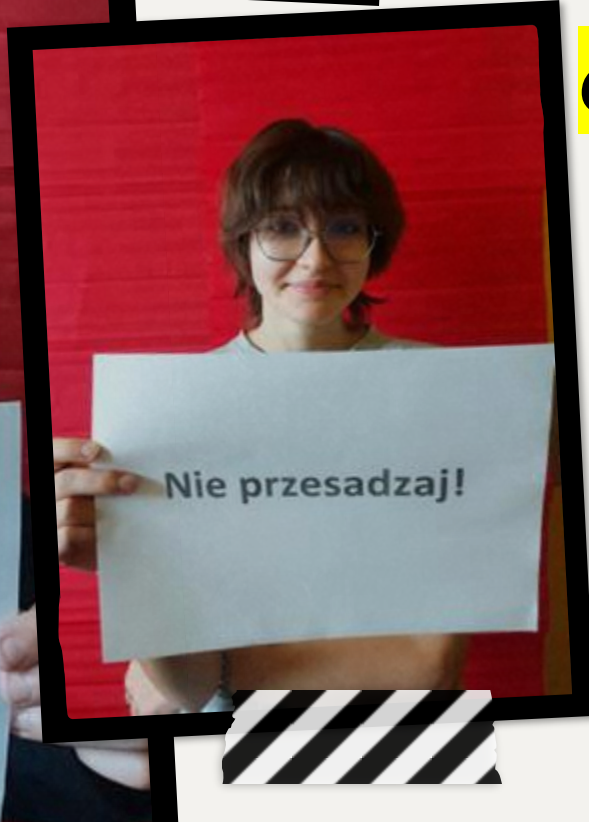




Myśl pozytywnie.



Zastanów się, inni
mają gorzej.

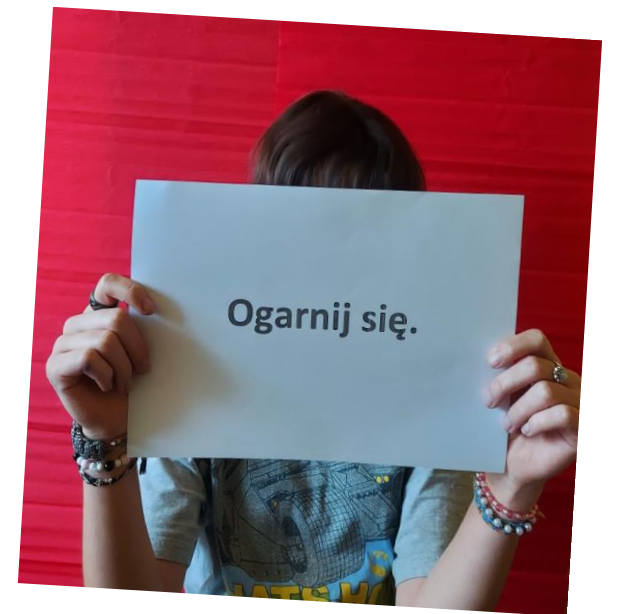
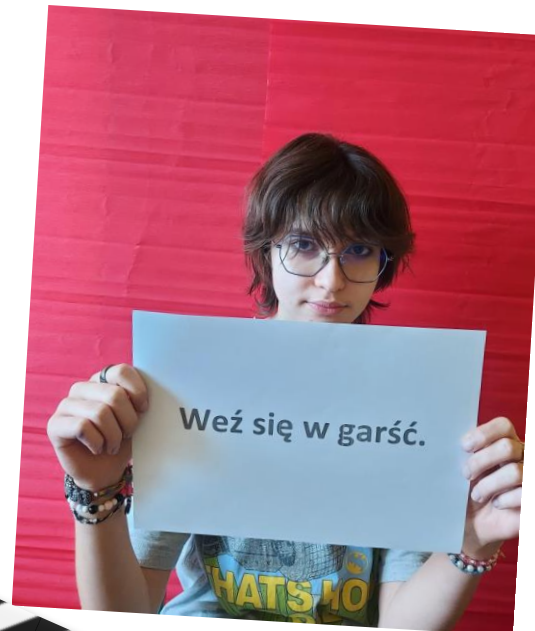
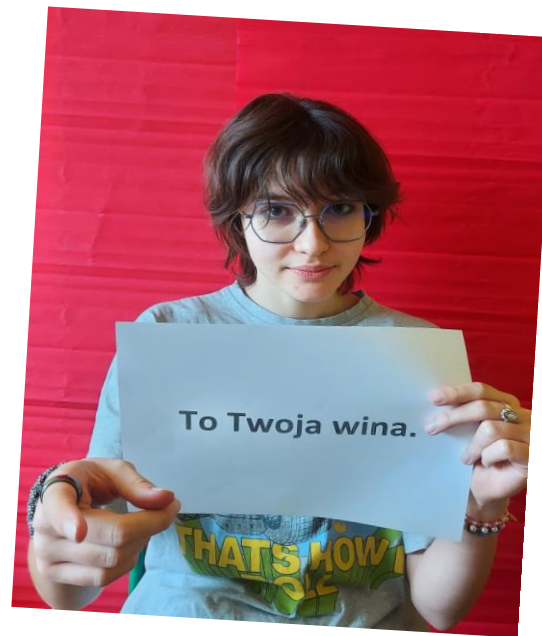


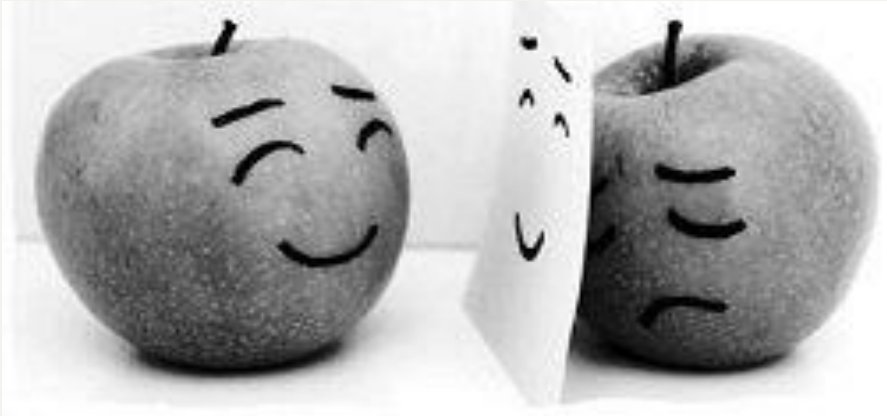
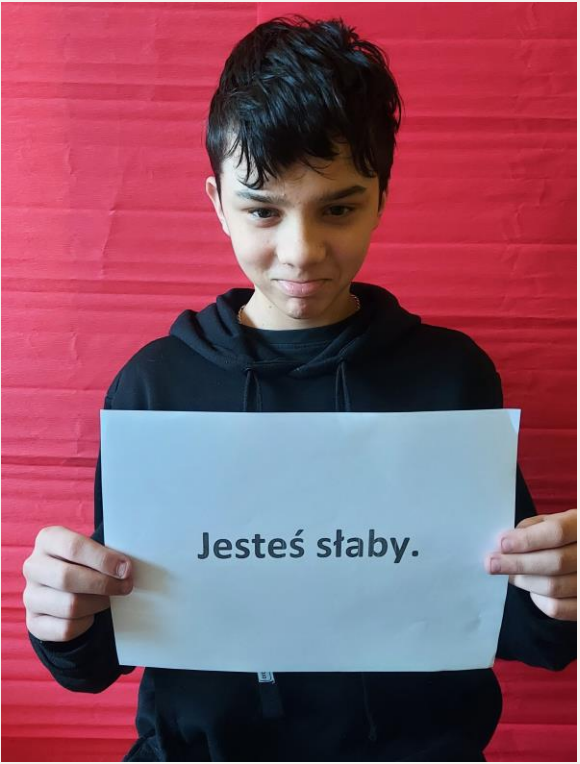
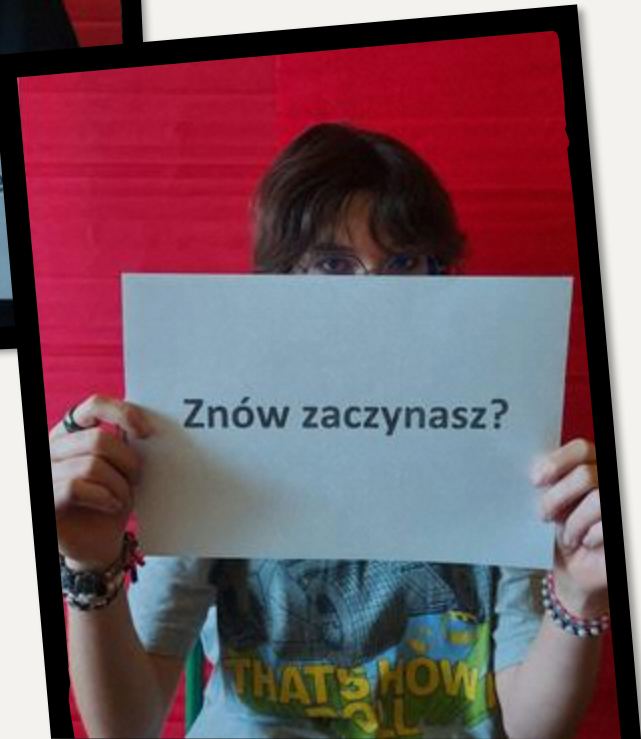
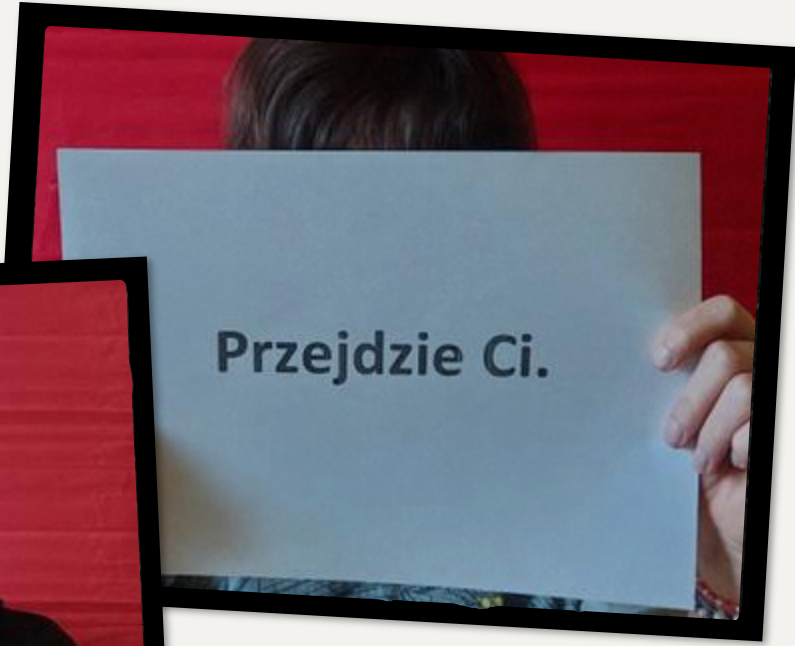
Nie przesadzaj!

**Czego nie mówić
osobie z depresją?**



bądź uważny...







nie obwiniaj

