



# DEPRESIJA

## V NOSEČNOSTI IN PO ROJSTVU OTROKA

Depresija je bolezen, za katero sta značilni dolgotrajna žalost in izguba zanimanja za dejavnosti, v katerih običajno uživamo.

Prizadene **VSAGO ŠESTO** žensko v nosečnosti in po rojstvu otroka.



V Sloveniji je to približno **3.300** žensk na leto.

### MED ZNAKI SO LAHKO TUDI:

izguba energije

tesnoba

sprememba teka in spanja

pretirana zaskrbljenost

zmanjšana zmožnost koncentracije

neodločnost

občutki manjvrednosti

nemir

občutki krivde

črnogledost, brezup

misli na samopoškodovanje in samomor

Znaki trajajo vsaj DVA TEDNA. Če pri sebi opažate zgornje znake, poiščite strokovno pomoč.

Pomagajo tako pogovorne terapije kot zdravila. Obstajajo tudi takšna, ki jih lahko jemljete med nosečnostjo in dojenjem.



SE TO DOGAJA TUDI MENI?  
<http://anketa.nijz.si/mojepocutje>



REŠI  
VPRAŠALNIK  
IN PREVERI.