



Depresyon

Herkes bazen kendisini üzgün ve moralsiz hissedebilir, bunda bir tuhafılık yoktur. Ama bu genelde geçici bir durumdur ve kişi tekrar kendini iyi hisseder. Depresyondaki kişi uzun süre moralsiz ve üzgün olduğunda tekrar neşeli olmak için yardıma ihtiyaç duyar. Depresyonda olan bir kişi belki kendinde çalışma gücü bulamayabilir, uzun süre uyur ve örneğin dışarı çıkmak ya da yemek pişirmek gibi olağan işleri yapmakta kendini halsiz hissedebilir.

Bazen yaşamda başından zor bir şey geçtiğinde kişi depresyona girebilir. Bazen özel bir şey olmadan da ve neden üzgün olduğunu kişinin de tam olarak bilmediği durumlarda da kişi depresyonda olabilir. Bazıları birçok kez depresyon geçirir.

Sen ve ebeveynin ne tür yardım görebilirsiniz?

Depresyonda olan kişiye tedavisi için değişik türde yardımlarda bulunulabilir. Burada bütün ailenin bulunabileceği bir ortamda kişiye ilaç ve konuşma tedavisi verilebilir. İlacın ya da konuşma terapisinin yararı görülmediğinde kişiye elektrik tedavisi uygulanabilir. Bu tedavi, kişinin beynine birkaç saniye süreyle elektrik akımı verilir. Bu işlem daima hastanelerde yapılır ve ağrıya yol açmaması için hasta daima uyutulur. Bazen kişinin uzunca süre hastanede kalması gerekirken bazen kişi birkaç saat sonra evine taburcu edilir. Genellikle hastaya bir dönem içinde haftada birkaç kez elektrik tedavisi uygulanır.

Ebeveyninin iyileşmesi için yapabileceğin hiçbir şey yoktur, yardım için bu işi yapan uzmanlara ihtiyaç vardır. Ebeveyninin hasta olmasında da kesinlikle senin suçun yoktur. Ebeveynindeki rahatsızlığın ne olduğunu ve ona nasıl yardımcı olduğunu bilmeye hakkın vardır. Örneğin ebeveyninin doktoruna ya da hastanedeki personelden birine durumun nasıl olduğunu sorabilirsin.

Ebeveyninin hasta olması senin için çok sıkıntılı olabilir ve istersen senin de yardım almaya hakkın vardır. Bu yardım örneğin ebeveynin hastalığı konusunda neler hissettiğini birisiyle konuşmak ya da aynı durumda olan başkalarıyla görüşmek şeklinde olabilir. Ebeveyninin doktoruyla ya da hastanedeki başka bir personelle konuşabilirsin.

Yalnız değilsin

Web ağına girip şu linklere bakabilirsin:

**maskrosbarn.org • bris.se • kuling.nu
hjarnkoll.se • 1177.se – våga berätta • umo.se**

**Biriyle konuşmak için buraya telefon
edebilir ya da başından seninkine benzer
olaylar geçmiş olan başka insanların
olduğu bir gruba katılabilirsin.**

Nyköping'de Cumulus:

0155-24 81 01

**Pzt, çarş, perş, cuma günleri saat 9-10
ya da salı günleri saat 13-14**

Depresyon



LANDSTINGET
SÖRMLAND

www.landstingetsormland.se