



Masennus

Kaikki voivat tuntea itsensä joskus surullisiksi ja olla mieli maassa, eikä siinä ei ole mitään kummallista. Se menee ohi, ja sen jälkeen on taas hyvä olo. Masentunut ihminen on surullinen ja apea hyvin pitkään ja tarvitsee apua tullakseen taas hyväntuuliseksi. Masentunut ihminen ei ehkä jaksakaan käydä töissä, tarvitsee paljon unta eikä välttämättä jaksakaan tehdä tavallisia asioita, kuten käydä ulkona tai laittaa ruokaa.

Joskus ihminen voi masentua sen jälkeen, kun elämässä on tapahtunut jotain raskasta. Joskus ihminen voi masentua ilman, että mitään erityistä on tapahtunut tai että ihminen tietäisi tarkalleen, miksi hän tuntee olonsa niin kurjaksi. Lisäksi jotkut voivat sairastua masennukseen monta kertaa.

Millaista apua sinä ja vanhempasi voitte saatte?

Masennukseen sairastunutta voidaan auttaa erilaisin keinoin hänen vointinsa parantamiseksi. Masentunut voi saada apua lääkkeistä ja keskusteluista, joihin koko perhe voi osallistua. Jos lääkkeet tai keskustelut eivät auta, häntä voidaan hoitaa sähköllä. Sähköhoidossa sähköä johdetaan aivojen läpi muutaman sekunnin ajan. Se tehdään aina sairaalassa ja nukutuksessa, joten se ei satu. Joskus sairaalassa joutuu olemaan pidempään ja joskus sieltä pääsee kotiin muutaman tunnin kuluttua hoidon antamisesta. Yleensä sähköhoitoa annetaan muutaman kerran viikossa tietyn ajanjakson ajan.

Sinä et lapsena pysty vaikuttamaan vanhempasi voinnin paranemiseen, vaan siihen tarvitaan ammattilaisia. Vanhempasi sairastuminen ei myöskään ole koskaan sinun vikasi. Sinulla on oikeus saada tietää, mitä vanhemmallesi tapahtuu ja millaista apua hän saa. Voit kysyä asiasta joltain sairaalassa, esimerkiksi vanhempasi lääkäriltä.

Voi olla todella raskasta, kun oma vanhempi ei voi hyvin. Siksi myös sinulla on oikeus saada apua halutessasi. Voit esimerkiksi jutella jonkun kanssa siitä, miltä vanhemman sairastaminen sinusta tuntuu, tai voit tavata muita samassa tilanteessa olevia. Voit halutessasi jutella vanhempasi lääkärin kanssa tai jonkun muun sairaalan työntekijän kanssa.

Sinä et ole yksin.

**Käy netissä tutustumassa
näihin linkkeihin:**

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

**Voit soittaa alla olevaan numeroon,
kun haluat jutella jonkun kanssa tai
osallistua ryhmään, jossa on mukana muita
samanlaisia asioita kokeneita kuin sinä.**

Nyköpingin Cumulus

0155-24 81 01

Ma, ke, to, pe klo 9–10 ja ti klo 13–14

Masennus



LANDSTINGET
SÖRMLAND

www.landstingetsormland.se