



Depresja

Każdemu zdarza się być smutnym lub przygnębionym – to nic dziwnego. Smutek zwykle mija i człowiek znowu czuje się dobrze. Osoba, która choruje na depresję, czuje się przygnębiona i smutna przez bardzo długi czas – aby mogła znowu się cieszyć życiem, potrzebuje pomocy. Osoba, która choruje na depresję, może nie być w stanie pracować, potrzebuje dużo snu i z trudnością wykonuje podstawowe czynności, takie jak wyjście z domu czy przygotowanie jedzenia.

Czasami człowiek wpada w depresję, ponieważ w jego życiu wydarzyło się coś bardzo nieprzyjemnego. Czasami jednak choroba pojawia się bez takich zewnętrznych przyczyn i w sumie nie wiadomo, dlaczego ktoś czuje się przygnębiony. U niektórych osób depresja pojawia się od jakiegoś czasu.

Jakiego rodzaju pomocy możesz oczekiwać dla siebie i swojego rodzica?

Osoba chora na depresję może potrzebować różnego rodzaju pomocy, aby mogła lepiej się poczuć. Można brać leki, a także pomocna bywa rozmowa w towarzystwie całej rodziny. Jeśli przyjmowanie leków ani psychoterapia nie przynoszą efektów, można spróbować elektrowstrząsów. Leczenie elektrowstrząsami polega na tym, że przez mózg przepływa prąd przez kilka sekund. Zabieg zawsze odbywa się w szpitalu w uśpieniu, stąd chory nie czuje bólu. Czasami po zabiegu trzeba pozostać w szpitalu przez dłuższy czas, a czasami można po kilku godzinach iść do domu. Najczęściej wykonuje się kilka sesji elektrowstrząsów w tygodniu przez pewien okres.

Dziecko nie może nic zrobić, aby poprawić samopoczucie rodzica, tutaj niezbędna jest pomoc specjalisty. Musisz także pamiętać, że nie ponosisz żadnej winy za chorobę Twojego rodzica. Masz prawo wiedzieć, co się dzieje z Twoim rodzicem i jaką pomoc otrzymuje. Możesz również zwrócić się do kogoś w szpitalu, na przykład lekarza prowadzącego Twojego rodzica.

Życie z rodzicem, który nie czuje się dobrze, może być bardzo uciążliwe i masz prawo oczekiwać pomocy w tym zakresie. Czasami dobrze jest porozmawiać z kimś o swoich uczuciach związanych z chorobą rodzica lub spotkać inne osoby w podobnej sytuacji. Jeśli odczuwasz taką potrzebę, możesz zawsze porozmawiać z lekarzem Twojego rodzica lub inną osobą w szpitalu.

A photograph of two women sitting in a blue hammock, hugging each other from behind. The woman on the left has long, straight reddish-brown hair and is wearing a grey hoodie. The woman on the right has long, blonde hair styled in a thick braid and is wearing a white t-shirt. They are outdoors in a grassy area with trees and a building in the background. A semi-transparent white box with text is overlaid on the lower half of the image.

Nie jesteś sam(a)

Zajrzyj do sieci i wejdź na poniższe strony:

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

Możesz również zadzwonić do nas
i porozmawiać indywidualnie lub w grupie
innych osób, które mają podobne problemy:

Cumulus w Nyköping:

0155-24 81 01

Pon., śr., czw., pt. godz. 9:00–10:00

lub wt. godz. 13:00–14:00

Depresja



LANDSTINGET
SÖRMLAND

www.landstingetsormland.se