

# DEPRESJA

Światowy Dzień Zdrowia

Smutek oraz przygnębienie to emocje, których każdy człowiek doświadczył w swoim życiu. Ich pojawienie się nie zawsze świadczy o depresji. Zaburzenie to można rozpoznać m.in. poprzez niżej wymienione objawy, a także gdy trwają one odpowiednio długo (ponad 2 tygodnie).



Nieustępliwie utrzymujące się uczucie smutku



Niska ocena własnej wartości



Utrata zainteresowania czynnościami, które wcześniej sprawiały osobie chorej przyjemność



Poczucie braku energii, niemożność przeżywania radości