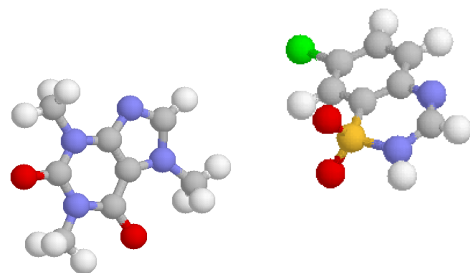


- ❖ Причиной депрессивных состояний является нарушение обмена серотонина и норадреналина в головном мозге.



- ❖ Для лечения депрессии применяются лекарственные препараты - антидепрессанты.



- ❖ Антидепрессанты нормализуют уровень серотонина и норадреналина.

- ❖ Антидепрессанты подбираются индивидуально с учётом депрессивных симптомов, телесного здоровья, возраста, образа жизни пациента.

- ❖ Важно помнить, что *действие антидепрессантов развивается постепенно.*



- ❖ *Строго следуйте подобранному врачом лечению!*

- ❖ Подробно рассказывайте врачу о своём состоянии.

- ❖ Фиксируйте изменения телесного и душевного состояния в форме дневника.



- ❖ Больше двигайтесь! Включите в свой распорядок комплекс физических упражнений.

- ❖ Настраивайте себя на позитив!



- ❖ Пользуйтесь поддержкой семьи и друзей!



- ❖ Оставьте обдумывание важных решений до улучшения самочувствия.

- ❖ Помните, что в лечении депрессии нет быстрого результата.

- ❖ Важно проявлять терпение и ценить каждый шаг на пути к выздоровлению.



- ❖ Первые признаки улучшения при лечении антидепрессантами появляются не ранее конца 2-й – начала 3-й недели приёма препарата.
- ❖ Уменьшение выраженности симптомов наполовину возникает к 4-6-й неделе.
- ❖ Полный эффект наступает к 10-й неделе приёма.
- ❖ Для закрепления эффекта необходимо продолжать наблюдаться у врача и принимать антидепрессанты в течение 6-12 месяцев под наблюдением врача-психиатра.
- ❖ Далее по рекомендации врача может проводиться поддерживающее лечение.



ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ, СТРАДАЮЩИХ ДЕПРЕССИВНЫМИ РАССТРОЙСТВАМИ

Депрессия – это расстройство, проявляющееся сниженным настроением, утратой интересов, способности получать удовольствие, повышенной утомляемостью.

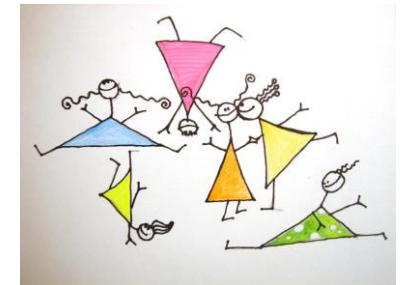


- ❖ Лечение депрессивных расстройств занимается врач-психиатр.

- ❖ При депрессии меняется отношение пациента к себе и окружающему, всё видится в негативном свете.



- ❖ *Депрессия хорошо лечится* (лечение длится 1-2 месяца), высокий эффект достигается у 75% пациентов.



- ❖ Чем раньше начато лечение депрессии, тем меньше усилий и времени оно потребует и тем лучше будет результат.