



DEPRESSIEF, NEERSLACHTING OF SOMBER GESTEMD,

Een ieder kent in zijn of haar leven gevoelens van verdriet en dit zijn normale emoties. Verstandig is de hulp van een psycholoog in te roepen, wanneer blijkt dat deze gevoelens zich gaan verergeren en verdiepen. En een werkelijke last beginnen te vormen in ons dagelijks functioneren. Zeker als de depressie niet vanzelf over lijkt te gaan, langer dan een week gaat duren en u echt te maken krijgt met gevoelens van wanhoop.

U kunt een depressie herkennen aan de volgende symptomen;

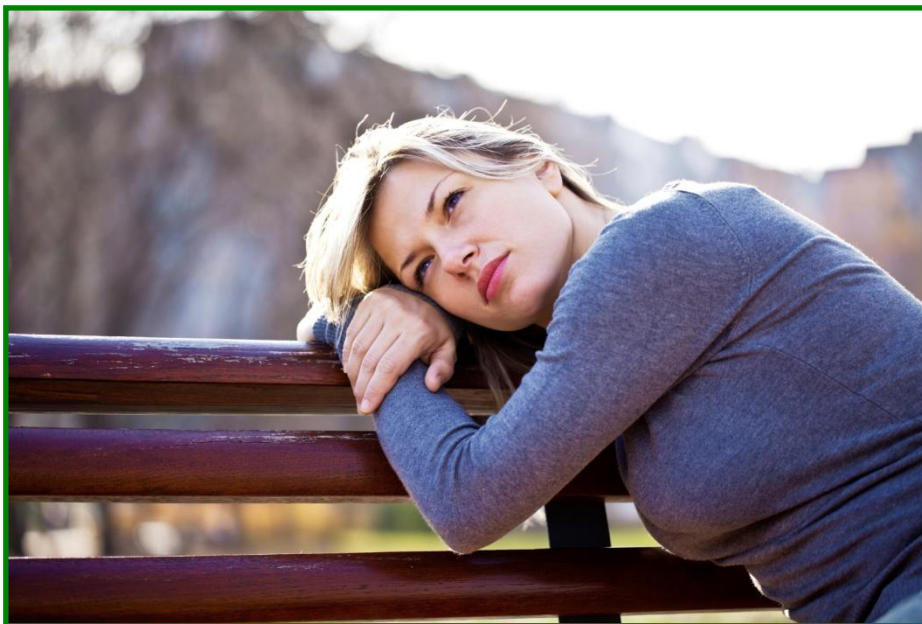
- Lusteloos voelen, of vermoeid zijn,
- Het hebben van concentratieproblemen,
- Ongelukkige gevoelens, huilbuien of boosheid,
- Verlies van interesses, onverschilligheid,
- Stemningswisselingen en prikkelbaar zijn,
- Slaapstoornissen, eetstoornissen,
- Schuldgevoelens en gevoelens van minderwaardigheid,
- Mogelijke neiging of meer neiging naar genotsmiddelen; drinken, roken etc..
- Neigen naar risicogedrag,
- Paniek en gevoelens van angst,

Oorzaken van een depressie kunnen zijn;

- Overlijden van een dierbare,
- Problemen in de relatie of scheiding/ relatiebreuk,
- Traumatische ervaring, bijv. een ongeluk,
- Langdurige belasting, bijvoorbeeld een zorgperiode, of overbelasting op het werk,
- Langdurige periode van zorgen, bijv.; financiële problemen, faillissement, of anders...
- Problemen op het werk, arbeidsconflict, ontslag, reorganisatie en dergelijke,

Bij het volgen van een therapie kan al vrij spoedig verbetering optreden. Samen met een psycholoog kan u het verbeteringstraject in gaan, eventueel met behulp van uw huisarts.

Maak nu een afspraak, Devotas kent geen wachttijden, u kunt spoedig terecht.



CONTACTGEGEVENS

Hoofdkantoor Devotas

Peperstraat 1
3262 JK Oud-Beijerland

T 0186-785014
F 0186-629609
W www.devotas.nl
E info@devotas.nl

