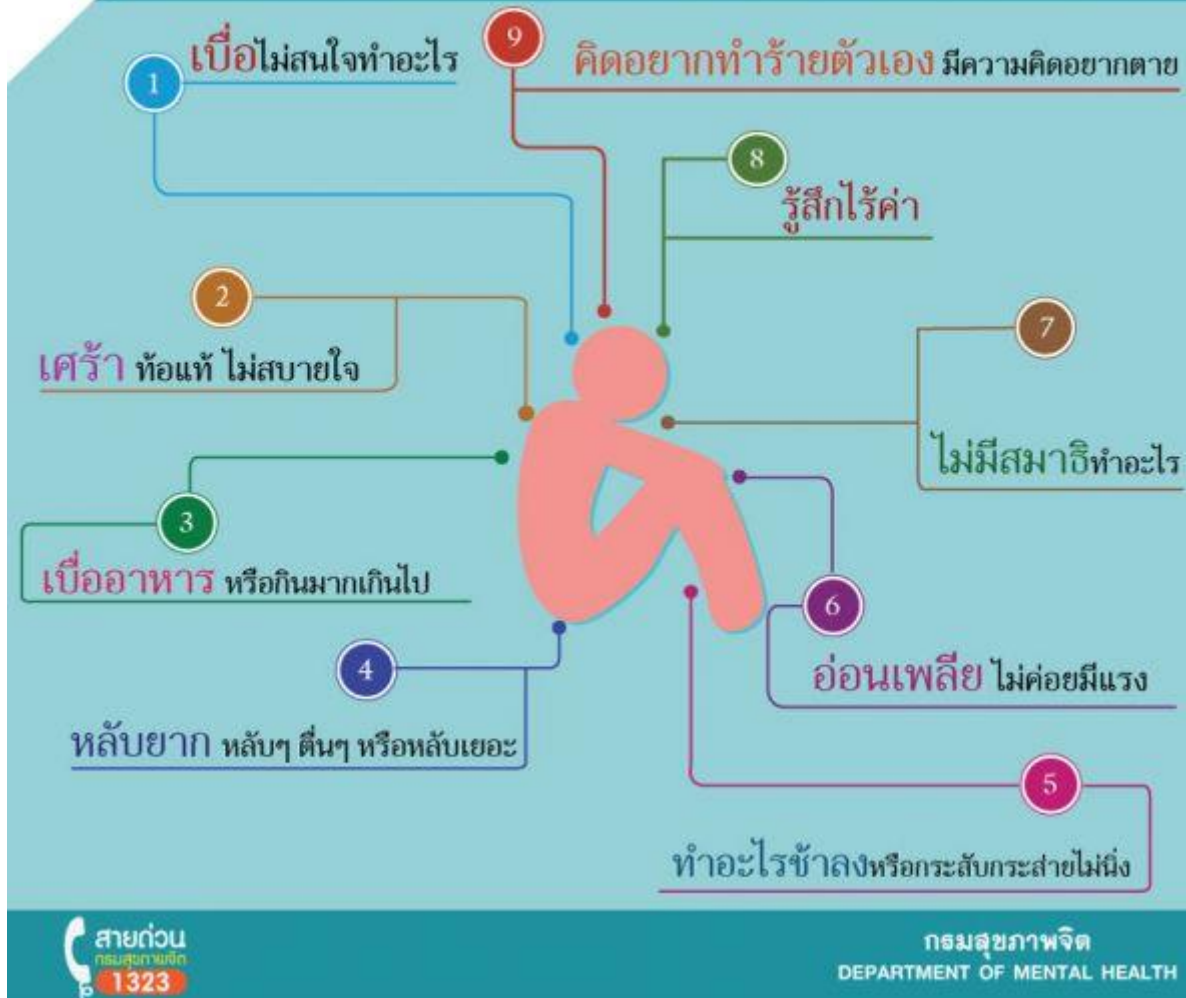


เฝ้าระวัง สังเกต และช่วยเหลือผู้มีความเสี่ยงฆ่าตัวตาย



9 สัญญาณเตือน โรคซึมเศร้า





เห็นคนทุกข์ใจ...?
ไม่รู้จะช่วยอย่างไร

โทร สายด่วนสุขภาพจิต

สายด่วนสุขภาพจิต
1323

ฟรี 24 ชั่วโมง

หรือ ให้การปรึกษาทางแชท (Online)

FREE

สายด่วนสุขภาพจิต1323

เวลา 17.00 น. - 22.00 น. ทุกวัน

สุขภาพจิตดี...เริ่มต้นที่ตัวเรา

ทรนสุขภาพจิต

ซึบเศร้า

“เราคุยกันได้”



ใครๆก็รู้...ซึบเศร้ารักษาได้

ซึบเศร้า



เป็นโรคทางจิตเวชด้านความผิดปกติทางอารมณ์ที่พบได้บ่อย

สาเหตุหลัก



เกิดจากความผิดปกติของสารเคมีในสมอง

สาเหตุอื่น เช่น ฝังรุกราม กระทบจิตใจ ความเครียด ความผิดหวัง การสูญเสียคนรัก

คุณเป็นโรคซึบเศร้า...หรือไม่

อาการหลัก

- 01 อารมณ์เศร้า
- 02 เบื่อ



01 กัดแก็ ซึบ มวย กับที่ตัวเองรู้สึกหรือคนอื่นที่สังเกตเห็น

02 ไม่มีความสุขกับกิจกรรมที่เคยทำ



อาการร่วมอื่น ๆ



*มีอาการในข้อ 01 หรือ 02 อย่างน้อย 1 ข้อ และอาการร่วมอื่น ๆ รวมแล้วอย่างน้อย 5 อาการ โดยต่อเนื่องหรือต่อเนื่องอย่างน้อย 2 สัปดาห์

โรคซึบเศร้ารักษาหายได้

รักษาด้วยยาต้านเศร้าอย่างน้อย 6-9 เดือน หรือ รักษาด้วยจิตบำบัด



สุขภาพจิตดี...เริ่มต้นที่ตัวเรา



กรมสุขภาพจิต

คุณ...ช่วยลดจำนวนผู้ป่วยโรคจิตเภทได้



ทั่วโลก
มีผู้ป่วยโรคจิตเภท 26 ล้านคน

พบได้ 1 ใน 100



พบในช่วงอายุระหว่าง 15-35 ปี

90%

ของผู้ป่วยที่อยู่ในประเทศกำลังพัฒนา
ไม่สามารถเข้าถึงการบำบัดรักษา



ในประเทศไทย

โรคจิตเภทเป็นโรคทางจิตที่พบมากที่สุด
มีผู้ป่วย

412,394 คน

61%

เข้าถึงบริการ และได้รับการรักษา

หรือประมาณ 250,000 คน

39%

เข้าไม่ถึงบริการ และไม่ได้รับการรักษา

หรือประมาณ 160,000 คน

ที่มา : สำนักบริหารระบบบริการสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต

ข้อมูล ณ มีนาคม 2559

หากสงสัยว่าตนเองหรือผู้ใกล้ชิด มีอาการหลงผิด มีอาการประสาคลอน
คิดว่าคนอื่นจะมากำร้าย สามารถปรึกษาสายด่วนสุขภาพจิต 1323
หรือรับปรึกษาแพทย์ ณ โรงพยาบาลใกล้บ้าน

สายด่วน
สุขภาพจิต
1323
ปรึกษาแพทย์
ฟรีตลอด 24 ชม.

ติดตามความรู้เพิ่มเติมได้ที่



กรมสุขภาพจิต

DMH

กรมสุขภาพจิต

DEPARTMENT OF MENTAL HEALTH