

اضطراب ما بعد الصدمة



هو اضطراب قلق ناتج عن
تجارب مرهقة للغاية أو
مخيفة أو مؤلمة.



يمكن أن تشمل:

حوادث الطرق الخطيرة



الاعتداءات الشخصية العنيفة،
مثل الاعتداء الجنسي أو السرقة



مشاكل صحية خطيرة



الحروب



غالبًا ما يستعيد الشخص المصاب
باضطراب ما بعد الصدمة الحدث
الصادم من خلال الكوابيس وذكريات
الماضي.

الأعراض النفسية لاضطراب ما بعد الصدمة:

- 
- 01 قلق
 - 02 عدم ثقة
 - 03 اكتئاب
 - 04 تجنب الاجتماعات
 - 05 لوم الذات
 - 06 خوف
 - 07 رهاب
 - 08 كوابيس
 - 09 نوبات ذعر
 - 10 تركيز ضعيف
 - 11 خدر عاطفي
 - 12 أفكار انتحارية

الأعراض الجسدية لاضطراب ما بعد الصدمة:

- | | | | |
|-----------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| الصداع النصفي |  | إسهال |  |
| ألم مزمن |  | حرقة المعدة |  |
| تشنجات العضلات |  | آلام في المعدة |  |
| آلام أسفل الظهر |  | فقدان الوزن |  |



على الرغم من عدم وجود علاج لاضطراب ما بعد الصدمة ، إلا أنه يمكن علاج الأعراض من خلال:

علاج المجموعات

01 الانتظار اليقظ - مراقبة الأعراض لمعرفة ما إذا كانت تتحسن أو تزداد سوءًا دون علاج

02 مضادات الاكتئاب

03 العلاجات النفسية - مثل العلاج السلوكي المعرفي (CBT) أو إزالة حساسية حركة العين وإعادة المعالجة (EMDR)



هل أعجبك هذا الملف؟

هنا تجد المزيد



LiveWellMOH



LiveWellMOH



@LiveWellMOH



@LiveWellMOH



@LiveWell