

זעקס זאכן צו וויסן וועגן פערינעיטעל דעפרעסיע און ענקזייעטי



4 פערינעיטעל דעפרעסיע און/אדער ענקזייעטי זענען נישט אייער שולד.

- פערינעיטעל דעפרעסיע און/אדער ענקזייעטי זענען באקאנט און מען קען עס באהאנדלען.
- אייער מעדיקעל היסטאריע און וויאזוי אייער קערפער ריאגירט צו סטרעס אדער הארמאנס קען פאראורזאכן פערינעיטעל ענקזייעטי און/אדער דעפרעסיע.
- פריינט, פאמיליע, און מיטארבעטער קענען צושטעלן שטיצע פאר אייך און אייער בעיבי. דאס וועט אייך העלפן אדורכגיין פערינעיטעל דעפרעסיע און/אדער ענקזייעטי.

1 פערינעיטעל דעפרעסיע און/אדער ענקזייעטי זענען באקאנט.

- פערינעיטעל דעפרעסיע קען אפעקטירן סיי וועלכע טראגעדיגע פרוי אדער נייע עלטערן, אפגעזען פון עלטער, אינקאם, ראסע, עטניסטי, אדער עדיוקעישאן.

2 עס איז דא אסאך מעגליכע סימפטאמען. יעדע מענטש קען האבן אן אנדערע געפיל אדער סימפטאם:

- שפירן טרויעריג
- שפירן איבערגענומען אדער גערוועזן
- שפירן שולדיג אדער ווערדלאז
- האבן 'מאד סווינגס' - שפירן הויך (פרייליך) און נידריג (טרויעריג)
- נישט הנאה האבן פון זאכן וואס מען פלעגט הנאה האבן דערפון
- האבן אנדערע שלאפן און עסן געוואוינהייטן
- זיך צופיל זארגן וועגן אייער בעיבי
- האבן האלוסינאציעס - זען אדער הערן זאכן וועלכע זענען נישט דארט
- טראכטן פון זיך שעדיגן אדער שעדיגן אייער בעיבי

עס איז אן ערנסטע עמערדזשענסי אויב איר זעט אדער הערט זאכן וועלכע זענען נישט דארט (האלוסינאציעס). עס איז אויך אן ערנסטע עמערדזשענסי אויב איר טראכט פון זעלבסטמארד אדער פון שעדיגן זיך אדער אייער בעיבי. אויב איר אדער א נאנטע האבן די געדאנקען, דאן רופט 911.

5 באקומען באהאנדלונג שנעלער איז בעסער.

- אייער פיזישע און גייסטישע געזונט אפעקטירט אייער בעיבי'ס געזונט און אנטוויקלונג.
- באהאנדלונג אויסוואלן ענטהאלטן טעראפי (רעדן מיט א טרענירטע פראפעסיאנאל) און פארשידענע מעדיציניען. דאס רעכנט אריין מעדיציניען וועלכע זענען פארזיכערט דורכאויס שוואנגערשאפט אדער בשעת'ן זייגן.
- אין צוגאב צו טעראפי און מעדיצין, פילן געוויסע מענטשן אז די פאלגנדע קענען זיי העלפן זיך ספראווען מיט סטרעס: סופארט גרופעס, מעדיטאציע, פיזישע אקטיוויטעט, און עסן געזונט. זיי קענען אויך פארמינערן סימפטאמען פון פערינעיטעל דעפרעסיע און/אדער ענקזייעטי.

6 הילף איז אוועילעבל.

- עס איז אן ערנסטע עמערדזשענסי אויב איר זעט אדער הערט זאכן וועלכע זענען נישט דארט (האלוסינאציעס).
- עס איז אויך אן ערנסטע עמערדזשענסי אויב איר טראכט פון זעלבסטמארד אדער פון שעדיגן זיך אדער אייער בעיבי. אויב איר אדער א נאנטע האבן די געדאנקען, דאן רופט 911.
- בעטן פאר הילף איז א צייכן פון שטארקייט, נישט שוואכקייט.
- הויבט אן דורך רעדן מיט אייער OB/GYN, הייבאם, אדער אנדערע העלט קעיר פראוויידער. זיי קענען אייך פארבינדן מיט גייסטישע געזונטהייט פראפעסיאנאלן אייך צו העלפן זיך ספראווען מיט אייער געפילן.
- זעט די הילפסמיטלען אונטן פאר אנדערע וועגן צו באקומען הילף.

3 סימפטאמען קענען ארויפקומען סיי ווען דורכאויס שוואנגערשאפט און ביז א יאר נאכ'ן געבורט.

- פרינעיטעל דעפרעסיע און/אדער ענקזייעטי פאסירן דורכאויס שוואנגערשאפט, איידער דער קינד ווערט געבוירן.
- עס איז באקאנט צו האבן אביסל געפילן פון טרויער און זארג קורץ נאכ'ן געבורט. זיי קענען אנהאלטן ביז עטליכע וואכן.
- פאסטפארטום דעפרעסיע און/אדער ענקזייעטי פאסירט נאכ'ן געבורט. זיי קענען אנהאלטן עטליכע וואכן. אן באהאנדלונג, קען פאסטפארטום דעפרעסיע און/אדער ענקזייעטי ווערן ערגער מיט די צייט.