

Egészségünkre Információs napok

Pontos helyszín: Községi Ház (Nyírbétek, Kossuth u. 6.)

Időpont: 2020.07. 16.

Résztvevők: jelenléti ív szerint.

Összefoglalás:

Humán szolgáltatások fejlesztése térségi szemléletben – Élhetőbb vidékért! EFOP-1.5.3.-16-2017-00091 pályázat keretén belül kerültek megrendezésre az Egészségünkre Információs napok. Ennek keretében több felvilágosító előadást hallgathattak meg az érdeklődők.

Az előadássorozat negyedik napjának témája pszichés megbetegedések és magatartászavarok megelőzése volt.

Az előadás kezdetén a fogalmak kerültek meghatározásra, valamint melyek azok a jellemzők, amelyek megléte azt jelenti, hogy az adott egyén pszichés értelemben beteg. Pszichés betegségeknek több fajtáját különböztetünk meg, mint depresszió, pánikbetegség, skizofrénia, szorongás, stressz, szenvedélybetegségek, személyiségzavarok. Az egyik legfontosabb, hogy felismerjük időben ezeket. Magunkon, családtagokon, ismerősökön is észrevehetünk erre utaló jeleket. A betegség elismerését követően lehet illetve ajánlott a kezelést megkezdeni. Természetesen eltérő betegségeknél, eltérő kezeléseket kell alkalmazni, valamint egyénre szabottan kell azt megtenni. Sajnos ez sokaknál nagyon nehéz és hosszadalmas folyamat lehet.

Emiatt is nagy hangsúlyt kell fektetni a lelki eredetű megbetegedések kialakulásának megelőzésére. Ha szükséges, akkor bátran igénybe kell venni mentálhigiénés szakember szolgáltatásait és megfogadni tanácsait.

Úgy vélem ezen előadás témája is nagyon fontos volt. Hiszen komoly betegségek és magatartás zavarok kialakulására lehet vele felhívni a figyelmet. Ebből tanulva segítve ezáltal az ismerőseinken vagy akár saját magunkat.

Farkas Ádám
közösségszervező

Melléklet: fotók.



