



چه موقع اضطراب يك اختلال روانی تلقی می‌شود؟

اختلال روانی، اصطلاحی گسترده برای توصیف شمار زیادی از بیماری‌های روانپزشکی است که توانایی تفکر، احساس و رفتار شخص را برای انجام عملکردهای مناسب در زندگی روزمره با مشکل مواجه می‌کنند.

سلامت نیوز : اختلال روانی، اصطلاحی گسترده برای توصیف شمار زیادی از بیماری‌های روانپزشکی است که توانایی تفکر، احساس و رفتار شخص را برای انجام عملکردهای مناسب در زندگی روزمره با مشکل مواجه می‌کنند.

بسیاری از اختلالات روانی در اواخر دوره نوجوانی یا اوایل جوانی یعنی در سنین ورود به دانشگاه بروز می‌کنند. بیماری‌های روانی انواع و دسته‌بندی‌های مختلفی دارند که یکی از مهم‌ترین و شایع‌ترین آنها، اختلالات اضطرابی هستند. به گزارش سلامت نیوز به نقل از ایسنا ؛ اضطراب در برخی شرایط و مواقع امری طبیعی است اما اگر در قالب احساس فراگیری از نگرانی و وحشت از انجام کارهای روزمره بروز کند، بیماری تلقی می‌شود. در این مقاله انواع اختلالات اضطرابی با هدف آشنایی بهتر با آنها و اقدام مناسب برای درمانشان معرفی شده‌اند که عبارتند از:

&8226#8226؛ اختلال اضطرابی هول (پانیک): دوره‌ای از ترس یا ناراحتی شدید است که ابتدا و انتهای آن معمولاً مشخص می‌شود و علائم آن به صورت تپش قلب، تعریق، لرزش، احساس خفگی، درد سینه، تهوع، سرگیجه، ترس از دیوانه شدن یا مردن، مور مور شدن بدن و یا لرزش کردن، بروز می‌کنند.

&8226#8226؛ هراس‌های بیمارگونه یا فوبیا: فرد مبتلا در این حالت، ترس مداوم و شدید از موقعیت‌های معین یا اشیا خاص و یا مکانهای خاص را تجربه می‌کند و انواع مختلفی مانند هراس موضوعی و جمعیت هراسی را شامل می‌شود.

&8226#8226؛ اختلال اضطرابی وسواسی اجباری: وسواس شامل فکر، احساس، اندیشه یا حسی مزاحم و اجباری است و افکار و اندیشه‌های وسواسی در صورت شدت پیدا کردن، عامل بروز اضطراب می‌شوند.

&8226#8226؛ اختلال اضطرابی فراگیر: این نوع اضطراب شامل نگرانی و تشویش مفرط است که در اکثر اوقات روز درباره موضوعات و اتفاقات مختلف گریبانگیر فرد می‌شود و حداقل مدت شش ماه متوالی ادامه پیدا می‌کند.