

ZNACI UPOZORENJA POJAVE MENTALNIH BOLESTI

ZNACI UPOZORENJA U POGLEDU RASPOLOŽENJA I EMOCIJA

- Osjećanje beznadežnosti ili bespomoćnosti – Osjećanje tuge, praznine ili obamrlosti
- Poplava osjećanja krivice, nedovoljnosti ili sumnje
- Izbjegavanje zadovoljstava – Nemogućnost zabavljanja i uživanja
- Plačljivost – Potpuna nemogućnost plakanja
- Osjećanja iracionalnog straha ili opasnosti – Pretjerana uznemirenost
- Pojava ekstremnih poboljšanja i pogoršanja raspoloženja – Nagle promjene raspoloženja
- Pretjerana osjetljivost na neodobravanje porodice ili prijatelja – Pretjerano osjećanje srama

ZNACI UPOZORENJA U POGLEDU MISLI I GOVORA

- Razmišljanje o samoubistvu – Priča o samoubistvu
- Problem koncentracije – Pretjerano zaboravljanje
- Prisilne neželjene misli – Ponavljanje obrazaca mišljenja
- Pretjerana briga za zdravlje, posao, novac, porodicu ili svakodnevne događaje
- Misli o posmatranju ili osuđivanju od strane drugih – Paranoidnost
- Poricanje očiglednih problema – Izbjegavanje dnevnih aktivnosti
- Zbunjenost – Pojava iluzija i halucinacija
- Neprimjeren smeh – Nerazumne izjave
- Neuobičajena upotreba riječi ili jezika – Čudan govor

ZNACI UPOZORENJA U POGLEDU PONAŠANJA I POSTUPAKA

- Povlačenje od drugih ljudi – Osamljivanje
- Samopovređivanje – Nanošenje povreda sebi udaranjem, sečenjem ili paljenjem
- Pretjerana uznemirenost – Pojava pretjerane razdražljivosti
- Hiperaktivnost, impulsivno ponašanje – Prebrzo kretanje
- Poremećaj sna – Pretjerano spavanje – Promjena obrazaca spavanja
- Zloupotreba alkohola ili droge – Zavisnost
- Promjena ličnih navika – Zapuštanje lične higijene
- Ponavljanje postupaka – Kompulzivnost
- Izbjegavanje dnevnih aktivnosti – Odustajanje od života
- Neobično ponašanje – Čudno držanje tijela
- Nagon ka bježanju – Često kretanje – Promjena položaja

ZNACI UPOZORENJA U POGLEDU TJELESNIH I FIZIČKIH SIMPTOMA

- Pretjerano osjećanje zamora – Gubitak energije
- Gubitak apetita – Povjeganje apetita i gojenje
- Pojava brojnih neobjašnjivih fizičkih tegoba – Glavobolja
- Vrtoglavica – Pojačano znojenje – Otežano gutanje
- Tremor – Bezrazložno crvenjenje lica – Nagli gubitak svijesti