

CÁC DẤU HIỆU CẢNH BÁO BỆNH TÂM THẦN

CÁC DẤU HIỆU CẢNH BÁO VỀ TÂM TRẠNG VÀ CẢM XÚC

- Cảm thấy tuyệt vọng hoặc không được giúp đỡ – Cảm thấy buồn, trống trải hoặc chết lặng
- Tràn ngập các cảm giác tội lỗi, không xứng đáng hoặc nghi ngờ
- Né tránh cuộc vui – Không thể vui vẻ và thích thú được
- Khóc quá nhiều – Không thể khóc được nữa
- Các cảm giác lo sợ hoặc đau khổ vô cớ – Bị cội quá mức
- Có cảm giác lên thật cao và xuống thật thấp – Có tâm trạng bay bổng
- Chịu đựng quá giới hạn bởi sự phản đối của gia đình hoặc bạn bè – Cảm giác cực kỳ tủ nhục

CÁC DẤU HIỆU CẢNH BÁO VỀ SUY NGHĨ VÀ LỜI NÓI

- Nghĩ đến việc tự sát – Nói về việc tự sát
- Gặp nhiều rắc rối cùng lúc – Quên quá nhiều thứ
- Có những suy nghĩ bắt người khác phải theo, bắt cần – Lặp lại những kiểu suy nghĩ
- Lo lắng quá độ về sức khỏe, công việc, tiền bạc, gia đình hoặc các sự kiện thường ngày
- Suy nghĩ rằng một ai đó đang bị theo dõi hoặc phán xét bởi những người khác – Bị hoang tưởng
- Chối bỏ những vấn đề hiển nhiên – Lờ đi những hoạt động hằng ngày
- Trải qua sự rối loạn – Có các ảo tưởng hoặc ảo giác
- Cười vô cớ – Nói những câu vô nghĩa
- Sử dụng các từ ngữ hoặc ngôn ngữ một cách kỳ quặc – Nói một cách kỳ lạ

CÁC DẤU HIỆU CẢNH BÁO VỀ THÁI ĐỘ VÀ HÀNH VI

- Rút lui khỏi những người khác – Trở nên ảm đạm
- Tự làm hại bản thân – Tự đánh đập, cắt hoặc đốt bản thân mình
- Không ngủ được quá mức – Trở nên cáu bẳn thái quá
- Có thái độ nhanh nhẩu, hấp tấp – Di chuyển quá nhanh
- Gặp vấn đề về ngủ – Ngủ quá nhiều – Thay đổi nhịp ngủ
- Lạm dụng rượu hoặc ma túy – Nghiện các chất kích thích
- Thay đổi các thói quen cá nhân – Bỏ việc vệ sinh cá nhân
- Lặp lại những gì quý vị làm – Có xu hướng bị ép buộc
- Bỏ qua những hoạt động hằng ngày – Từ bỏ cuộc sống
- Thể hiện thái độ kỳ dị – Chấp nhận những tư thế kỳ lạ
- Có xu hướng trốn thoát – Thường xuyên di chuyển – Thay đổi các địa điểm

CÁC DẤU HIỆU CẢNH BÁO VỀ CƠ THỂ VÀ TRIỆU CHỨNG VẬT LÝ

- Cảm thấy mệt mỏi quá độ – Không còn sinh lực
- Ăn không ngon miệng – Hay thèm ăn và tăng cân
- Hay bị ốm đau vặt rất nhiều – Hay bị đau đầu
- Có cảm giác chóng mặt – Toát mồ hôi dầm dề – Nhai nuốt khó khăn
- Run rẩy quá mức – Đỏ mặt mà không có nguyên nhân – Bị ngứa xỉu bất ngờ