

नैराश्याविषयीचे समज मोडणे



पुढे जा: आपण एकटे नाही

समज

नैराश्य हा आजार नाही.



वस्तुस्थिती

नैराश्य हा एक गंभीर आजार असू शकतो. याचा परिणाम केवळ व्यक्तीच्या मनःस्थितीवर आणि विचारांवरच होत नाही तर त्यामध्ये शारीरिक आरोग्य देखील समाविष्ट असते.



समज

नैराश्य हे वैयक्तिक दुर्बलतेचे लक्षण आहे.



वस्तुस्थिती

नैराश्य हा एक वास्तविक आजार आहे.



समज

मुलांना नैराश्य येऊ शकत नाही.



वस्तुस्थिती

कोणत्याही वयोगटात लिंगात नैराश्य विकसित होऊ शकते.



समज

वृद्धत्वामुळे येणारे नैराश्य सामान्य आहे.



वस्तुस्थिती

नैराश्य हा सामान्य वृद्धत्वाचा भाग नाही. तथापि, वृद्ध लोक नैराश्य येईल अशा आयुष्यातील अधिक घटनांचा अनुभव घेतात.



समज

एकदा उदास झाल्यावर, माणूस आयुष्यभर उदास राहतो.



वस्तुस्थिती

नैराश्य मर्यादित काळासाठी टिकते. पुरेसे उपचार केल्याने त्या व्यक्तीला सामान्य जीवनात परत आणता येते.



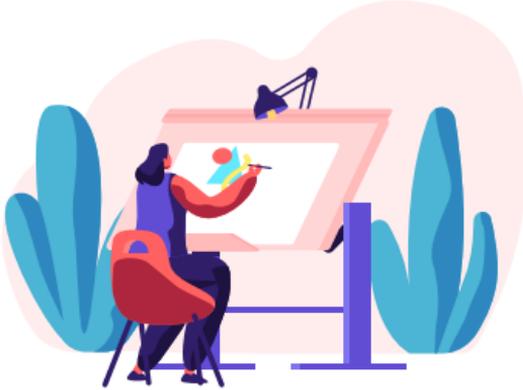
समज

स्वतःच्या इच्छेने नैराश्याविरुद्ध संघर्ष करणे शक्य आहे.



वस्तुस्थिती

केवळ इच्छाशक्ती पुरेशी नाही. त्याविरुद्ध लढण्यासाठी रुग्णांनी नवीन कौशल्ये देखील शिकली पाहिजेत.



समज

नैराश्य बरे होऊ शकत नाही.



वस्तुस्थिती

नैराश्यावर उपचार केला जाऊ शकतो. बहुतेक रुग्णांवर औषधोपचार आणि मनोचिकित्सेद्वारे प्रभावीपणे उपचार केले जातात.



समज

नैराश्यावर उपचार करण्यासाठी वापरल्या जाणाऱ्या औषधांमुळे व्यसनाधीनता येते.



वस्तुस्थिती

नैराश्यावर उपचार करण्यासाठी वापरल्या जाणाऱ्या औषधांमुळे व्यसनाधीनता येत नाही. नैराश्याच्या लक्षणांचे निराकरण झाल्यानंतर ती थांबवली जाऊ शकतात.



समज

जेव्हा एखादी उदास व्यक्ती आत्महत्या करण्याच्या कल्पना व्यक्त करते, तेव्हा तो/ती तिच्यावर कृती करेल असे नाही.



वस्तुस्थिती

एखाद्या व्यक्तीला तीव्र नैराश्य असल्यास आत्महत्या हा एक मोठा धोका असतो.



समज

आपल्याकडे आयुष्यात सर्वकाही, सर्व भौतिक सुखसोयी असल्यास आपण नैराश्याने ग्रस्त होऊ शकत नाही.



वस्तुस्थिती

नैराश्य सर्व सामाजिक-आर्थिक स्तरातील लोकांना येऊ शकते. बऱ्याच श्रीमंत आणि प्रसिद्ध व्यक्तींना नैराश्याने ग्रासले असल्याचे माहीत आहे.



संदर्भ

1. Myths about depression. Available at https://www.chp.gov.hk/files/pdf/myths_about_depression_en.pdf. Accessed on August 13, 2019.
2. Myths and facts about depression. Available at <https://www.uofmhealth.org/health-library/ug4843>. Accessed on August 13, 2019.
3. Conquering depression. Available at http://apps.searo.who.int/PDS_DOCS/B0756.pdf. Accessed on August 13, 2019.



यांच्याद्वारे सार्वजनिक हितासाठी जारी



© 2019 CIMS Medica India Pvt. Ltd.

CIMS
Medica

This is an independent publication wholly owned by CIMS Medica India Pvt. Ltd., (formerly known as UBM Medica India Pvt Ltd). Editorial matter published herein has been prepared by the professional editorial staff and validated by honorary specialist consultants from all fields of medicine without any vested influence whatsoever. Opinions expressed do not necessarily reflect the views of the publisher, editor or the editorial board. The copyright for such editorial matter in form, style of presentation and content, whichever is applicable, is vested in CIMS Medica India Pvt. Ltd., and consequently with its principals/owners as applicable. The publisher bears no responsibility or liability for patent ownership or patent legality of any medical product mentioned or featured in the publication. Although, great effort has been taken in compiling and evaluating the information given in this publication to ensure its accuracy, the authors, publishers and editors shall not be responsible or in any way liable for the continued accuracy and/or currency of the information or for any errors, omissions or inaccuracies in this publication whether arising from negligence or otherwise howsoever, or for any consequences arising therefrom. The inclusion or exclusion of any product name either in text or visual does not mean that the publisher advocates or rejects its use either generally or in any particular field/s.

The information contained within should not be relied upon solely for final treatment decisions and shall only be use for reference purpose only. The publisher, authors and editors also expressly disclaim any and all liability to any person whatsoever in respect of any loss, damage, death, personal injury or other consequences whatsoever, however caused or arising, suffered by any such person by their use of or reliance upon, in any way, the information contained in this publication.

Corporate Office: Boomerang (Kanakia Spaces), Wing-B1, #403, 4th Floor, Chandiwali Farm Road, Chandiwali, Powai, Mumbai - 400 072, Maharashtra, India. Tel: 022-6612 2600, Fax: 022-6612 2626 | Registered Office: Margosa Building, #02, 13th Cross, Margosa Road, Malleshwaram, Karnataka, India. Tel: 080-4346 4500, Fax: 080-4346 4529 | Regional Office: 709, 7th Floor, Devika Tower, Nehru Place, New Delhi-110019, Board Line: 011-4285 4300 Fax: 011-4285 4310 | E-mail: enquiry.in@cims.co.in | URL: <http://corporate.mims.com>