

डिप्रेशन के बारे में
मिथकों को दूर करना



चलते रहिएरू आप
अकेले नहीं हैं

मिथक

डिप्रेशन कोई बीमारी नहीं है।



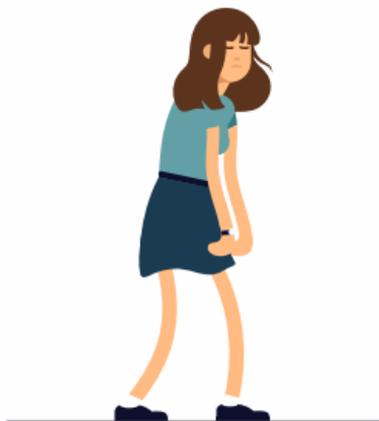
सत्य

डिप्रेशन एक गंभीर बीमारी हो सकती है। यह न केवल किसी व्यक्ति की सोच और विचारों को प्रभावित करता है, बल्कि इसमें शारीरिक स्वास्थ्य भी शामिल होता है।



मिथक

डिप्रेशन व्यक्तिगत कमजोरी का संकेत होता है।



सत्य

डिप्रेशन वास्तव में एक बीमारी है।



मिथक

बच्चों को डिप्रेशन नहीं हो सकता।



सत्य

डिप्रेशन किसी भी आयु वर्ग और लिंग में विकसित हो सकता है।



मिथक

आयु बढ़ने के साथ डिप्रेशन होना सामान्य बात है।



सत्य

डिप्रेशन सामान्य आयु बढ़ने का अंग नहीं है। हालाँकि, बुजुर्गों के जीवन में अधिक ऐसी घटनायें होती हैं जिनके कारण डिप्रेशन होता है।



मिथक

एक बार डिप्रेशन से ग्रस्त होने के बाद, व्यक्ति जीवन भर अवसाद से ग्रस्त रहता है।



सत्य

डिप्रेशन एक सीमित समय के लिए रहता है। पर्याप्त उपचार से व्यक्ति का जीवन फिर से सामान्य बनाया जा सकता है।



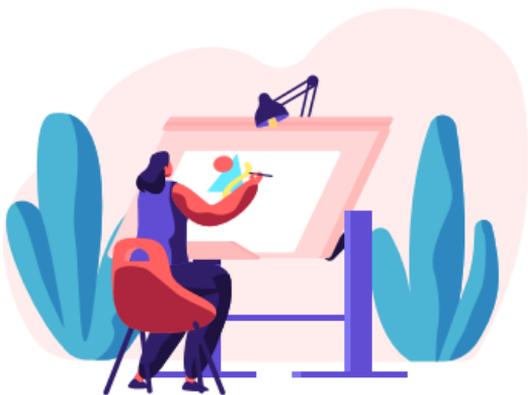
मिथक

अपनी इच्छाशक्ति के साथ डिप्रेशन का मुकाबला करना संभव है।



सत्य

केवल इच्छाशक्ति पर्याप्त नहीं है। मरीजों को इसका मुकबला करने के लिए नए कौशल भी सीखने चाहिए।



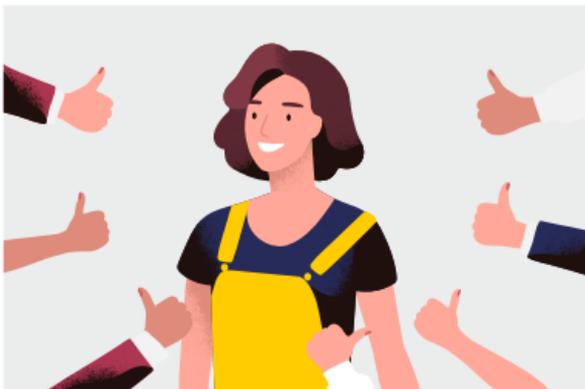
मिथक

डिप्रेशन को ठीक नहीं किया जा सकता है।



सत्य

डिप्रेशन ठीक होने योग्य है। अधिकाँश रोगियों को दवा और मनोचिकित्सा के द्वारा प्रभावी ढंग से ठीक किया जाता है।



मिथक

डिप्रेशन के इलाज के लिए इस्तेमाल की जाने वाली दवायें नशीली होती हैं।



सत्य

डिप्रेशन के इलाज के लिए इस्तेमाल की जाने वाली दवायें नशीली होती हैं। अवसाद के लक्षणों का समाधान करने के बाद उन्हें बंद किया जा सकता है।



मिथक

जब डिप्रेशन से ग्रस्त कोई व्यक्ति आत्मघाती विचार व्यक्त करता है, तो उसका ऐसा कुछ करने का इरादा नहीं होता है।



सत्य

अगर कोई व्यक्ति गंभीर रूप से डिप्रेशन से ग्रस्त है तो आत्महत्या एक बड़ा खतरा होता है।



मिथक

यदि जीवन में आपके पास सब कुछ है, सारी सांसारिक सुख-सुविधायें हैं, तो आप डिप्रेशन से पीड़ित नहीं हो सकते।



सत्य

डिप्रेशन सभी सामाजिक आर्थिक स्तरों के लोगों को प्रभावित कर सकता है। कई अमीर और प्रसिद्ध लोगों के अवसाद से पीड़ित होने का पता चला है।



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.



Depression
Free India

की ओर से जनहित में 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.