

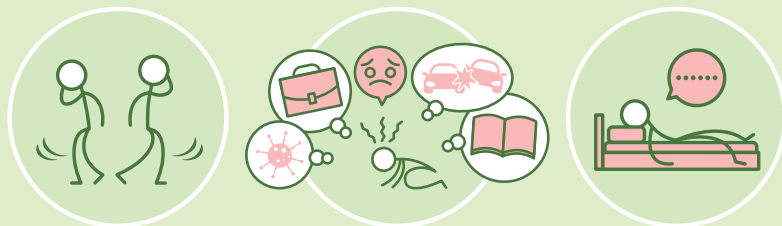
Karamdaman sa Pagkabalisa

(Tagalog Version)

Ang mga karamdaman sa pagkabalisa ay isang pangkat ng mga karamdaman sa kondisyon na nailalarawan sa pamamagitan ng labis na pag-aalala o takot na maaaring maging sanhi ng malaking pagkabalisa o kapansanan sa pang-araw-araw na paggana sa isang indibidwal.

Ang generalised karamdaman sa pagkabalisa ay isang mas karaniwang sakit sa pagkabalisa. Ang mga minarkahang tampok ay labis na pagkabalisa at pag-aalala sa maraming mga aspeto ng pang-araw-araw na buhay, tulad ng labis na pag-aalala tungkol sa pagganap sa trabaho o pag-aaral, kalusugan at kaligtasan ng sarili at mga miyembro ng pamilya, o paghawak ng mga gawain sa bahay. Ang iba pang mga pangunahing sintomas ay kasama ang:

- Hirap sa pagpigil sa pag-aalala
- Hindi mapakali o pakiramdam na nasa gilid
- Madaling mapagod
- Nag-iisip nang blangko o nahihirapang magtuon
- Pagiging irritable
- Pag-igting ng kalamnan o iba pang mga reaksyong pisyolohikal, hal. palpitations, igsi ng paghinga, pawis o pagkahilo
- Naguguluhan sa pagtulog, hal. nahihirapang makatulog



Ang ibang uri ng karamdaman sa pagkabalisa ay:

Karamdaman sa gulat	Matinding pisikal na kakulangan sa ginhawa at sikolohikal na pagkabalisa; paulit-ulit na "pag-atake ng gulat"	
Karamdaman sa pagkabalisa sa pagkakahiwalay	Hindi naaangkop sa pag-unlad at labis na pagkabalisa kapag pinaghihiwalay mula sa tahanan o mga kalakip na pagkakabit	
Takot sa lipunan	Takot sa mga sitwasyong panlipunan kung saan nag-aalala ang indibidwal tungkol sa pagsisiyasat o negatibong pagsusuri ng iba	
Espesipikong takot	Labis na takot sa mga tiyak na bagay o senaryo, tulad ng gagamba, nakakakita ng dugo o taas	

Kapag nakakaranas ng mga sintomas na ito, dapat agad humingi ng tulong ang isa mula sa doktor o psychologist sa klinikal.

Mga Paggagamot sa Karamdaman sa Pagkabalisa



Sikoterapiya



Paggagamot



Karamdaman sa Pagkabalisa



Depresyon



Karamdaman sa Magkahalong Pagkabalisa at Pagkalumbay



衛生署
Department of Health