












ภาวะป่วยทางจิตจากเหตุการณ์รุนแรง (Thai version)

ภาวะป่วยทางจิตจากเหตุการณ์รุนแรง(PTSD)เป็นความผิดปกติของการได้รับความบอบซ้ำในจิตใจและความเครียดที่เกิดขึ้นหลังจากประสบกับเหตุการณ์คุกคาม หรือเป็นความหายนะ เช่น ภัยพิบัติทางธรรมชาติ อุบัติเหตุร้ายแรง การเป็นพยานให้กับการเสียชีวิตจากความรุนแรง หรือการเป็นเหยื่อของอาชญากรรมที่เกิดจากความรุนแรง

หากยังคงมีอาการในสี่ประเภทตามด้านล่างเป็นระยะเวลาหนึ่งเดือนหรือนานกว่านั้นแสดงว่าคุณคนนั้นอาจกำลังได้รับความทรมานจาก PTSD

เรื่อง ของประสบการณ์ จากความบอบ ซ้ำในจิตใจ	 <p>มี “ภาพในอดีต”: บุคคลนั้นรู้สึก หรือปฏิบัติตัวเสมือนว่ากำลังจะได้รับความบอบซ้ำทางจิตใจขึ้นอีกครั้ง</p>	 <p>มีฝันร้ายที่เกี่ยวข้องกับความบอบซ้ำทางจิตใจอย่างต่อเนื่อง</p>	 <p>การบาดเจ็บที่เกี่ยวข้องกับความทรงจำที่เป็นทุกข์เข้ามาในการใช้ชีวิตประจำวัน</p>
การหลีกเลี่ยง พฤติกรรม	 <p>พยายามหลีกเลี่ยงความทรงจำที่เป็นทุกข์ความคิดหรือความรู้สึกที่เกี่ยวข้องกับความบอบซ้ำทางจิตใจ</p>	 <p>พยายามหลีกเลี่ยงผู้คน วัตถุ หรือเหตุการณ์ที่คอยย้ำเตือนให้รู้สึกถึงความบอบซ้ำทางจิตใจ</p>	
การเปลี่ยนแปลง เชิงลบต่อความรู้ ความเข้าใจ และอารมณ์	 <p>อารมณ์ด้านลบที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง เช่น ความกลัว การเข่าขวัญ ความโกรธ ความผิด หรือความอับอาย</p>	 <p>ไม่สามารถได้รับอารมณ์ในเชิงบวกได้อย่างต่อเนื่อง</p>	 <p>ความสนใจหรือการมีส่วนร่วมในกิจกรรมลดน้อยลง</p>
ความประมาท และความหงุดหงิด	 <p>พฤติกรรมหงุดหงิด</p>	 <p>มีความกังวลว่ามีอันตรายอยู่ใกล้ ๆ ตลอดเวลา</p>	 <p>การนอนหลับผิดปกติ</p>

การรักษา PTSD



หากคุณต้องการความช่วยเหลือเพิ่มเติมโปรดโทร:

สายด่วนหน่วยงานของโรงพยาบาลสุขภาพจิต 2466 7350
สายด่วนกรมสวัสดิการสังคม 2343 2255



ภาวะป่วยทางจิตจาก
เหตุการณ์รุนแรง

