

ŠTA TREBATE UČINITI AKO MISLITE DA BI VAŠE DIJETE MOGLO DOBITI ILI IMA DEPRESIJU

- Razgovarajte sa vašim djetetom o zbivanjima u kući, školi i izvan škole.
- Zatražite savjet i pomoć od vašeg ljekara.
- Obratite pažnju na vaše dijete tokom životnih promjena poput: polaska u novu školu, puberteta...
- Ohrabrite vaše dijete da bude fizički aktivno, da se igra i obavlja aktivnosti koje ga vesele.
- Ako vaše dijete razmišlja o samopovređivanju, ili je to već učinilo, hitno potražite profesionalnu pomoć!



VAŽNO ZAPAMTITI! DEPRESIJA JE IZLJEČIVA!

Zavod za javno zdravstvo Tuzlanskog kantona

Ulica Tuzlanskog odreda broj 6

75000 Tuzla

Telefon: 00387 35 307-700

Fax: 00387 35 257 467

Email: zjztk@bih.net.ba

UZ PODRŠKU

Švicarski Crveni križ
Schweizerisches Rotes Kreuz
Swiss Red Cross



SVJETSKI DAN ZDRAVLJA
7. APRIL



DEPRESIJA

Pričajmo o tome!



Zavod za javno zdravstvo
Tuzlanskog kantona

Odrastanje je puno izazova i prilika: polazak u školu, mijenjanje škola, stvaranje novih prijatelja, pripremanje kontrolnih ispita, pubertet... Neka djeca dobro podnose promjene, dok je za neke adaptacija teža te može izazvati stres pa čak i depresiju.

Depresija je oboljenje koje se karakteriše sniženim, depresivnim raspoloženjem i gubitkom interesa za aktivnosti u kojima smo inače uživali, u trajanju od dvije sedmice.



ŠTA TREBAMO ZNATI O DEPRESIJI U DJETINJSTVU

Znaci i simptomi depresije tokom djetinjstvu su:

- povučенost u sebe
- učestalo plakanje i iritabilnost
- otežano koncentrisanje na nastavi u školi
- promjene apetita (smanjen ili povećan apetit)
- povećano ili smanjeno spavanje

*Mlađa djeca bi mogla izgubiti interes za igru, dok bi se starija djeca mogla prepustiti rizičnom ponašanju.

*Ako mislite da je vaše dijete depresivno, razgovarajte s njim o brigama ili problemima koje ga muče, i zatražite stručnu pomoć ako je to potrebno.

