

Professionelle Hilfe bei seelischen Problemen

Wem es nicht gelingt, psychische Krisen aus eigener Kraft in kurzer Zeit zu überwinden, sollte einen Arzt aufsuchen. Eine frühzeitige Diagnose und anschliessende Therapie erleichtert eine Behandlung und ermöglicht zudem gute Heilungschancen.

Bei psychischen Veränderungen, für die es keine ausreichende Erklärung gibt, ist medizinischer Rat notwendig. Wer also von Sorgen, Ängsten oder Erschöpfung geplagt ist, unter Zwängen leidet, eine traumatische Erfahrung gemacht hat oder die tägliche Arbeit nur noch mit Mühe verrichten kann, sollte professionelle Hilfe in Anspruch nehmen. Auch bei anhaltenden Schlafstörungen und körperlichen Beschwerden, Aggressionen, depressiver Verstimmung oder Konzentrationschwäche kann eine Erkrankung vorliegen. Bleibt diese unbehandelt, sind weitere gesundheitliche Probleme wahrscheinlich.

WENN DIE PSYCHE ALARM SCHLÄGT

Jeder Mensch verspürt hin und wieder Traurigkeit, ist unkonzentriert oder fühlt sich Ängsten ausgesetzt. Eine klare Grenze zwischen gesund und krank zu ziehen, ist daher schwierig. Negative Gefühle allein

sind kein eindeutiges Zeichen für eine Erkrankung. Erst wenn Stress oder Krisen nicht mehr aus eigener Kraft zu bewältigen sind, kann es zu einer seelischen Störung kommen.

NICHT ALLE PSYCHISCHEN PROBLEME SIND BEHANDLUNGSBEDÜRFTIG

Ab wann eine Therapie wirklich nötig ist, lässt sich nicht generell festlegen. Ein Arzt (auch der eigene Hausarzt) kann aber im Rahmen eines ausführlichen Gesprächs herausfinden, ob eine Erkrankung vorliegt. Erachtet der Arzt eine Behandlung als sinnvoll, wird zusammen mit der betroffenen Person eine geeignete Therapie definiert.

Die meisten psychischen Erkrankungen können erfolgreich behandelt werden. Eine Therapie lohnt sich! Weitere Infos unter www.praxisambahnhof.ch/psychotherapie oder 055 555 05 05.



INFO-BOX: HÄUFIGE PSYCHISCHE ERKRANKUNGEN

- Depression
- Angststörungen wie Panikattacken, Phobien, Zwangsstörungen
- Generelles Suchtverhalten
- Trauma
- Essstörungen wie Bulimie, Magersucht, Essattacken
- Stress & Burnout
- Beziehungsprobleme wie Eifersucht, Streit, Trennung
- Lebensprobleme wie Mobbing, Tod & Trauer, Minderwertigkeitsgefühle
- Organische Probleme wie Krebserkrankungen, Tinnitus, chronische Schmerzen *(die zu psychischen Leiden führen können)*



Dorfstrasse 43/44 • 8630 Rütli • 055 555 05 05

Modernes Gesundheitszentrum

Allgemeinmedizin & Fachärzte

365 Tage
8-20 Uhr geöffnet!

www.praxisambahnhof.ch