



Arabic
1999
Topic 3
Depression
Transcultural Mental Health Centre

Let's talk mental health

الإكتئاب

البرنامج رقم ٣



Sponsored by
Centre for Mental Health
NSW Health

الإكتئاب أن يجعل الأم تشعر أنها مقصرة وعاجزة عن رعاية طفلها ونفسها وأي شخص آخر.

كيف يُعالج الإكتئاب؟

هناك أنواع عديدة من العلاج.

يمكن للأطباء المتخصصين مساعدة المرضى على فهم مشاكلهم ونزاعاتهم وكذلك مساعدتهم على فهم طبيعة إكتئابهم. وفي بعض الأحيان تكون الأدوية المضادة للإكتئاب مفيدة. وهذه الأدوية تُستعمل لمساعدة المريض على النوم، وتحسين شهيته وإعادة التوازن الكيميائي إلى الدماغ.

ما هو مدى نجاح هذه العلاجات؟

بالنسبة لبعض الناس الإكتئاب هو مشكلة جيدة كثيراً. ولحسن الحظ يفشل التقنيات والأدوية الحديثة فإن العلاج غالباً ما يكون ناجحاً جداً.

وتزداد فرص نجاح العلاج بمقدار إسراعنا بطلب المساعدة.



For more information contact the:

Transcultural Mental Health Centre

Cumberland Hospital,

Locked Bag 7118

Parramatta BC NSW 2150 Australia

Ph: (02) 9840 3800 Fax: (02) 9840 3755

E-mail: TMHC@magna.com.au

Internet: <http://www.magna.com.au/~tmhc/>

Freecall: 1 800 648 911

(For people in rural and remote areas)

فقط بالفصل الخامس في كل شيء من انفسهم ومن الآخرين. الذين يجدون صعوبة في تقبل التغيير بسهولة قد يتطور لديهم مرض إكتئابي.

إكتئاب ما بعد الولادة

يصيب حوالي نصف الأمهات خلال السنة الأولى من ولادة الطفل. قد تشعر الأم ببعض القلق والإكتئاب والتوتر والمرض، وتجد صعوبة في النوم.

قد يدوم إكتئاب ما بعد الولادة بضعة ساعات أو بضعة أيام ثم يختفي. ولكن بالنسبة لحوالي عشرة بالمائة من الأمهات يمكن لإكتئاب ما بعد الولادة أن يكون مشكلة جدية لفترة من الوقت بعد ولادة الطفل.

وقد تجد الأمهات صعوبة متزايدة في تحمل يوميات الحياة وقد تشعرن بنوبات فرح أو تصبحن سريعيات الإضطراب. وفي حالات نادرة، يمكن لهذا النوع من