



Koronavirus povećao broj anksioznih ljudi

Svakodnevni strah da će se svakog trenutka nešto desiti, kao i nerealan strah, predstavlja anksioznost. Anksioznost se u današnje vreme sve češće pojavljuje kod ljudi. Prema rečima psihijatra Danijele Brković "Zdrav strah je racionalan, a anksioznost je veoma neprijatan strah koji obuzima čoveka".



Anksioznost se pojavljuje kada osoba preživi neki traumatični događaj. Ovo stanje organizma nastaje kada se spoje problemi na različitim aspektima, mentalnim, emocionalnim i fizičkim. Strah, nesanica, napetost, vrtoglavica, samo su neki od simptoma anksioznosti. Psihijatar Danijela Brković, izjavila je da je anksioznost lebdeći i vrlo neprijatan strah koji se ponavlja konstantno.

Razlika između zdravog straha i anksioznosti odlikuje se u tome što se kod zdravog straha luči adrenalin koji nas drži budnima kako bi izbegli neku određenu opasnost, a anksioznost blokira osobu da živi normalan život, izjavila je Danijela Brković.

U svetu kao i kod nas, korona je povećala broj anksioznih ljudi. Strah da će se razboleti od Korona virusa kod mnogih stvara neprijatan strah koji traje mesecima. Prema rečima Danijele Brković, anksioznost se leči antidepresivima, a u lečenju ovog stanja organizma pomažu i psihoterapije.



Živeti sa anksioznošću nije lako, zato svako ko oseti simptome koji prate ovo stanje, trebalo bi da se obrate psihoterapeutu ili psihijatru. Za ljude koji pate od anksioznosti i depresije, strah je konstantan, i takvog straha čovek treba što pre da se oslobodi, zbog zdravlja organizma.