

السكر والاكتئاب

هل أنت عرضة للإصابة بالاكتئاب؟

الأعراض الشائعة للاكتئاب

1. الشعور المستمر بالحزن
وسرعة الانفعال



2. فقدان الاهتمام بمختلف
الأمر والنشاطات

3. تغير مفاجئ في الوزن أو الشهية



4. الشعور بالذنب وانعدام الأهمية



5. تغير في عادات النوم

6. عدم القدرة على التركيز
أو التذكر أو اتخاذ القرارات

7. الإعياء العام وفقدان الطاقة



8. دائم القلق والتوتر

9. التفكير في الموت أو الانتحار



يعد معدل الإصابة

بالاكتئاب لدى مرضى

السكري أعلى من

غيرهم. إذا كان

لديك أحد

أعراض الاكتئاب

التالية مع استمرارها

لأسبوع أو أكثر

وبدون سبب محدد

قم بمراجعة طبيبك.

لا تنتظر، فالعلاج مفيد!