

Travma Sonrası Stres Bozukluğu

Travma sonrası stres bozukluğunu, kişinin kendisinin ya da bir başkasının yaşadığı korkunç olayla beraber tetiklenen ve kişiyi zorlu zihinsel süreç yaşatan ruhsal sağlık sorunu olarak açıklayabiliriz.

Travma sonrası stres bozukluğuna sahip kişi, travma ile beraber zorlu bir zihinsel süreçten geçer. Travmatik süreç bazen öyle zorlar ki, kişi zaman zaman yaşanılan olayı tekrar yaşıyormuş gibi çeşitli görüntüler görebilmektedir. Travma sonrası stres bozukluğu savaş, doğal felaketler, araba kazası, önemli bir yakının hastalığı ya da ölümu, cinsel saldırı gibi olaylar sonrası gerçektelemektedir.

Fiziksel ve duygusal belirtiler; Alkol ve madde kullanımı, Gece uykuya dalmada güçlük, Konsantrasyon eksikliği, Suçluluk ve utanç, Genel bir öfke hali, Konsantrasyon güçlüğüdür. Travmatik deneyim sonrası kişi ciddi belirtiler yaşamakta ve hayatını ciddi derecede etkileyecek semptomlar görmektedir. Travma sonrası stres bozukluğu teşhisinin konulması için yukarıda sayılan belirtilerin en az bir aylık bir süreçten sonra aynı düzeyde devam etmesi gerekmektedir. Eğer bu semptomları uzun süredir yaşıyorsanız, kesinlikle kendinizi zayıf ve çaresiz görmeyin. Özellikle savaş, doğal afet ve cinsel saldırılarda travma sonrası stres bozukluğu gelişme olasılığı çok yaygındır. Bunun yanında sosyal destek de travma sonrası gelişen belirtilerin yoğunluğunu azaltabilmektedir. Travma sonrası stres bozukluğu tedavi edilebilir bir zihinsel sağlık sorunudur. Bir uzman yardımıyla alacağınız yardım, tedavi sürecinizin başarıyla geçmesini sağlar.

Bilişsel davranışcı terapi ve Emdr gibi terapi yöntemlerinin yanı sıra bir psikiyatrist kontrolünde, duygu durumunu düzenlemek amacıyla antidepresan kullanımı da önerile

bilmektedir. Terapi ve ilaç tedavisinin aynı anda kullanılması, sorununun çözüme şansını arttırmaktadır. **Travma sonrası stres bozukluğu** ile ilgili bilgi ve randevu almak için **0212 537 61 60** numaralı telefonumuzdan iletişim kurabilirsiniz.