

# Czy moje dziecko ma depresję – jak pomóc?



Jeśli niepokojące objawy utrzymują się dwa tygodnie lub dłużej, jak najszybciej trzeba zwrócić się do specjalisty – lekarza psychiatrii dziecięcej, psychologa, psychoterapeuty.

Jeśli to nie jest możliwe od razu (kolejki do specjalistów), należy zwrócić się do lekarza rodzinnego, pediatry lub psychologa/pedagoga szkolnego.

Można to zrobić również wtedy, kiedy mamy trudność ze znalezieniem psychiatry, psychologa, nie wiemy, gdzie się znajduje Poradnia Zdrowia Psychicznego dla dzieci i młodzieży.

---

**Nie zwlekaj i nie czekaj na rozwój wydarzeń!** Depresja wymaga leczenia, a oczekiwanie, aż „przejdzie sama” może poważnie zagrozić zdrowiu lub życiu Twojego dziecka.

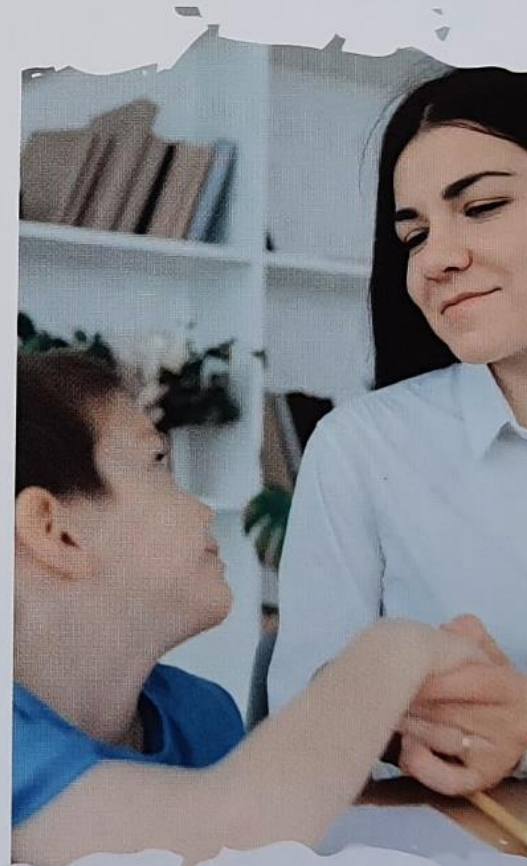
---

# Jak wygląda leczenie depresji?

Leczenie przebiega zwykle dwutorowo: farmakoterapia – leki zalecane przez lekarza psychiatrę (współczesne antydepresanty przyjmowane zgodnie z zaleceniami i pod kontrolą lekarza są całkowicie bezpieczne) oraz psychoterapia.

Psychoterapia prowadzona przez specjalistę pracującego z dziećmi i młodzieżą może mieć charakter grupowy lub indywidualny, często obejmuje pracę nie tylko z młodym pacjentem, ale też z jego rodziną.

W poważnych stanach (ciężka postać depresji, myśli lub próby samobójcze) może być konieczny pobyt na oddziale szpitalnym stacjonarnym lub dziennym. Po wyjściu ze szpitala warto pozostać pod kontrolą lekarza psychiatry i rozpocząć psychoterapię, by uniknąć nawrotu choroby.



---

**Depresja jest uleczalna.** Specjaliści dysponują wiedzą i środkami, aby szybko pomóc Twojemu dziecku w odzyskaniu zdrowia.

---