












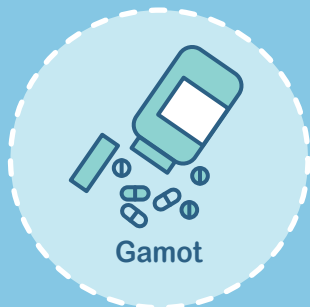
Post-Traumatic Stress Disorder (Tagalog version)

Ang post-traumatic stress disorder (PTSD) ay isang trauma at sakit na dulot ng stress na bubuo matapos makaranas ng isang napaka mapanganib o sakuna na pangyayari, hal. likas na kalamidad malubhang aksidente, nasasaksihan ang marahas na pagkamatay ng iba, o pagiging biktima ng marahas na krimen.

Kung ang mga sintomas sa apat na kategorya sa ibaba ay nagpapatuloy ng isang buwan o mas mahaba pa, kung gayon siya ay maaaring nagdurusa sa PTSD.

<p>Paulit-ulit na karanasan ng trauma</p>	 <p>Mayroong "flashbacks": nararamdaman o kumikilos siya na parang muling nangyayari ang trauma</p>	 <p>Pagkakaroon ng mga bangungot na nauugnay sa trauma</p>	 <p>Nakakaranas ng nakababahalang mga alaala na nauugnay sa trauma na anghihimasok sa pang-araw-araw na buhay</p>
<p>Pag-iwas na pag-uugali</p>	 <p>Subukang iwasan ang nakababahalang mga alaala, saloobin, o damdamin na may kaugnayan sa trauma</p>	 <p>Subukang iwasan ang mga tao, mga bagay at mga eksena na nagpapaalala sa kanila ng trauma</p>	
<p>Mga negatibong pagbabago sa pag-unawa at kalooban</p>	 <p>Patuloy sa negatibong mga emosyon tulad ng takot, sindak, galit, pagkakasala, o kahihiyan</p>	 <p>Patuloy na hindi nakakaranas ng mga positibong emosyon</p>	 <p>Nawawalan ng interes o pakikilahok sa mga aktibidad</p>
<p>Labis na mapagmatyag at pagkamayamutin</p>	 <p>Pagkamayamutin na pag-uugali</p>	 <p>Patuloy na nag-alala na nasa malapit lamang ang panganib</p>	 <p>Hindi nakakatulog ng maayos</p>

Paggamot para sa PTSD



Kung kailangan mo ng karagdagang tulong, mangyaring tumawag sa:

Awtoridad ng Ospital Direkta sa Kalusugan 2466 7350
 ng Kaisipan
 Hotline ng Kagawaran sa Panlipunang 2343 2255
 Kapakanan

