Паническа атака в комбинация с депресия - предвестник на посттравматично стресово разстройство

Хората, които са проявили паническа атака по време или след травматично събитие са с понижен риск да развият постстресово травматично разстройство, ако не са налице допълнителни фактори, сочи ново проучване.

Състояния като наличието на депресия, липса на емоционална подкрепа, ниско самочувствие са по-силни показатели за дадено лице да развитие посттравматичностресово разстройство, сочат изследвания, направени от американски учени.

Симптоми на паническа атака са :

- Затруднено дишане
- Изпотяване
- Треперене или разклащане
- Сърцебиене
- Студени тръпки
- Усещане за нереалност

Изследавнето разглежда хора, които са преживели нападенията над двете кули на 11 септември 2001 г в Ню Йорк. Заключенията са:

-Паническите атаки присъстват най-вече във възрастовата група между 30 и 44 годишна възраст

-Хората с най-високи нива на образования са по-малко застрашени от развитието на панически атаки, отколкото хора с по-ниски нива на образование

-Хората с бял цвят на кожата са с по-голяма вероятност от пристъпи на паника ,отколкото другите етнически групи

-30 процента от хората, които са развили паничесик атаки след нападението на кулите, са имали преди това деперсия.

Терапевтите трябва да разглеждат по друг начин психично-здравния стрес, опирайки се на следните факти:

-Липса на здрав сън

-Изпитва стресогенни събития в живота

-Оттегляне на социалната активност

Около 10 процента от американците страдат от панически атаки всяка година, но този процент е много по-висок сред хората, които са участвали в травматични събития.