Паническо разстройство. Какво е паническото разстройство?

Паническото разстройство е тревожно разстройство. Паническото разстройство е няколкократно повтарящи се пристъпи на страх/панически атаки/ без видима причина.

Колко време продължават пристъпите на страх?

Пристъпите на страх при паническо разстройство продължават от няколко минути до 2 часа. Силата на пристъпа има своя пик, след достигането, на който се наблюдава понижаване на силата на паническата атака.

Колко на брой са пристъпите на страх през деня?

Броя на паническите атаки, при паническо разстройство може да бъдат от 2-3 на седмица до 2-3 на ден. Броят на паническите атаки е по-голям, когато страдащият е в острата фаза на заболяването. Постепенно паническите атаки се разреждат, докато в един момент те изчезват, вследствие на правилно лечение и психотерапия.

Какви са симптомите на паническото разстройство?

Физически и психически симптоми

· Учестено дишане

· Сърцебиене, учестен пулс

· Болка в гръдния кош

· Треперене

· Усещане за ужас

· Усещане на нереалност, извън тялото или че се наблюдавате от страни

· Повдигане

· Повръщане

· Замаяност

· Усещане, че околните предмети се движат

· Желание да бягате

· Трудно стоене на едно място

· Топли или студени вълни

· Страх, че умирате или губите контрол над себе си

Как се лекува паническото разстройство?

Пълното лечение на паническото разстройство е възможно. Лечението е комбинация от психотерапия, антидепресанти и постепенно излагане на застрашаващата среда - обектите и ситуациите, които предизвикват страх. Продължителността на лечението е различна при различните хора.