

***Az alapellátás és népegészségügy rendszerének
átfogó fejlesztése - népegészségügy helyi kapacitás
fejlesztése a mentális egészség területén***

EFOP-1.8.20-17-2017-00012



Egészségfejlesztési Iroda
Baktalórántháza

2019

Kapcsolat

Kistérségi Járóbeteg – Szakellátó Központ EFI
4561 Baktalórántháza, Zöldfa utca 10.
Telefon: 06 (42) 552 – 050 /104-es mellék
Honlap: <http://www.efi.baktajarobeteg.hu/>



A projekt az Európai Unió támogatásával,
az Európai Szociális Alap
társfinanszírozásával valósul meg.

Pánikzavar

A pánikzavar a szorongásos zavarok közé tartozik. Genetikai tényezők is szerepet játszhatnak a kialakulásában. Pszichológiailag belső kiváltó eseményre, akár gondolat hatására testi reakciók keletkeznek, melyet a beteg túlzottan, tévesen értékel, azt gondolja szívrohama lesz, meg fog halni, mely gondolatok tovább súlyosbítják a rosszulétet, ördögi körként fenntartva azt.

Tünettan:

- pánikrohamok ismétlődően, váratlanul, különböző helyzetekben jelentkeznek
- intenzív félelem, kellemetlenség érzés jellemzi
- heves szívdobogás
- izzadás
- remegés
- fulladás- vagy légszomj érzés
- fuldoklás
- mellkasi fájdalom vagy diszkomfort
- hányinger vagy hasi diszkomfort
- szédülés, bizonytalanság vagy ájulás érzés
- valósággal való kapcsolat elvesztésének érzése vagy mintha testétől vált volna el
- megőrüléstől való félelem
- halálfélelem
- zsibbadás, bizsergés
- hidegrázás, vagy kipirulás

Pszichológus illetve pszichiáter szakemberhez fordulás javasolt a zavar kialakulása esetén.



A projekt az Európai Unió támogatásával,
az Európai Szociális Alap
társfinanszírozásával valósul meg.