Ogólnopolski Dzień Walki z Depresją

Ogólnopolski Dzień Walki z Depresją przypada 23 lutego. W tym roku akcje związane z informowaniem o depresji odbywają się pod hasłem "**Zaburzenia afektywne dwubiegunowe** " (ChAD).
Zaburzenia afektywne dwubiegunowe zawdzięczają swą nazwę bezpośredniemu związkowi z afektem=> czyli emocjami, doświadczanymi stanami a więc i naszym nastrojem. Nieodłącznie związane są z nim dwa skrajne stany: mania - stan cechujący się intensywnym i nieadekwatnym uczuciem podniecenia i euforii, oraz depresja - uczucie niezwykle głębokiego smutku i przygnębienia. Ci z nas, którzy odczuwają „huśtawkę” tych dwóch nastrojów możliwe, że doświadczają zaburzenia afektywnego dwubiegunowego. U wielu osób pomiędzy epizodem nadmiernego pobudzenia psychoruchowego a epizodem silnie obniżonego nastroju odnotowuje się okres w miarę normalnego funkcjonowania (stan remisji). U niektórych wyróżnia się stany mieszane (współwystępowanie objawów manii i depresji) pomiędzy kolejnymi epizodami manii i depresji.



