

# 우울증

## 진단:

심한 우울증이란 진단을 내리려면, 다음의 증세 중에서 적어도 다섯 가지의 증세를 나타내야 하며, 우울한 기분 또는 일상적으로 하는 일들에 관심이나 기쁨이 줄어드는 상태가 다른 아무런 신체적인 이유 없이 두 주일 또는 그 이상으로 거의 매일 나타나야 한다.



잠을 자지 않거나  
너무 많이 잠을 잔다



다른 사람들이 볼 때에  
쉬지 않고 움직이거나  
느릿느릿 움직인다



결정을 하지 못하며  
집중을 못한다



하루종일 풀이 죽어있다



자기 자신을 지나치게  
나무라며 쓸모 없게  
느낀다



거의 매일 피곤을 느끼거나  
활력을 잃는다



체중이나 식욕에 심한  
변화가 온다



죽음을 자주 생각한다



좋아하는 활동에 더 이상  
흥미가 없다

**나을 수 있다!**



# 우울증

Korean

유전학적인 요인, 집안 내력, 성격적인 요인, 환경에서 오는 스트레스, 그리고 생화학적인 장애, 이 모든 것들이 우울증이 시작하는데 그 역할을 할 수 있다. 의학 연구에 의하면 우울증은 신경 유전체라고 불리는 뇌의 화학물질 전도체의 불균형과 연결되어 있다고 한다. 일부 아시아 문화에서는 정신 질환이 인체 내부의 불균형을 일으키는 요인이 될 수도 있다고 본다.



우울증에 걸린 사람의 뇌의 작용을 찍은 SPECT 사진

건강한 사람의 뇌의 작용을 찍은 SPECT 사진