

## Isiltasuna hautsi

# Garuna ere gaixotu daitezke...

Aldaketak izaeran

Gehiegizko kezka eta beldurrak

Emozio eta jateko gogo falta

Lo gehiegi edo gutxiegi

Muturreko haserrealdiak

Suizidioan pentsatzea

Ezkortasuna eta itxaropen falta

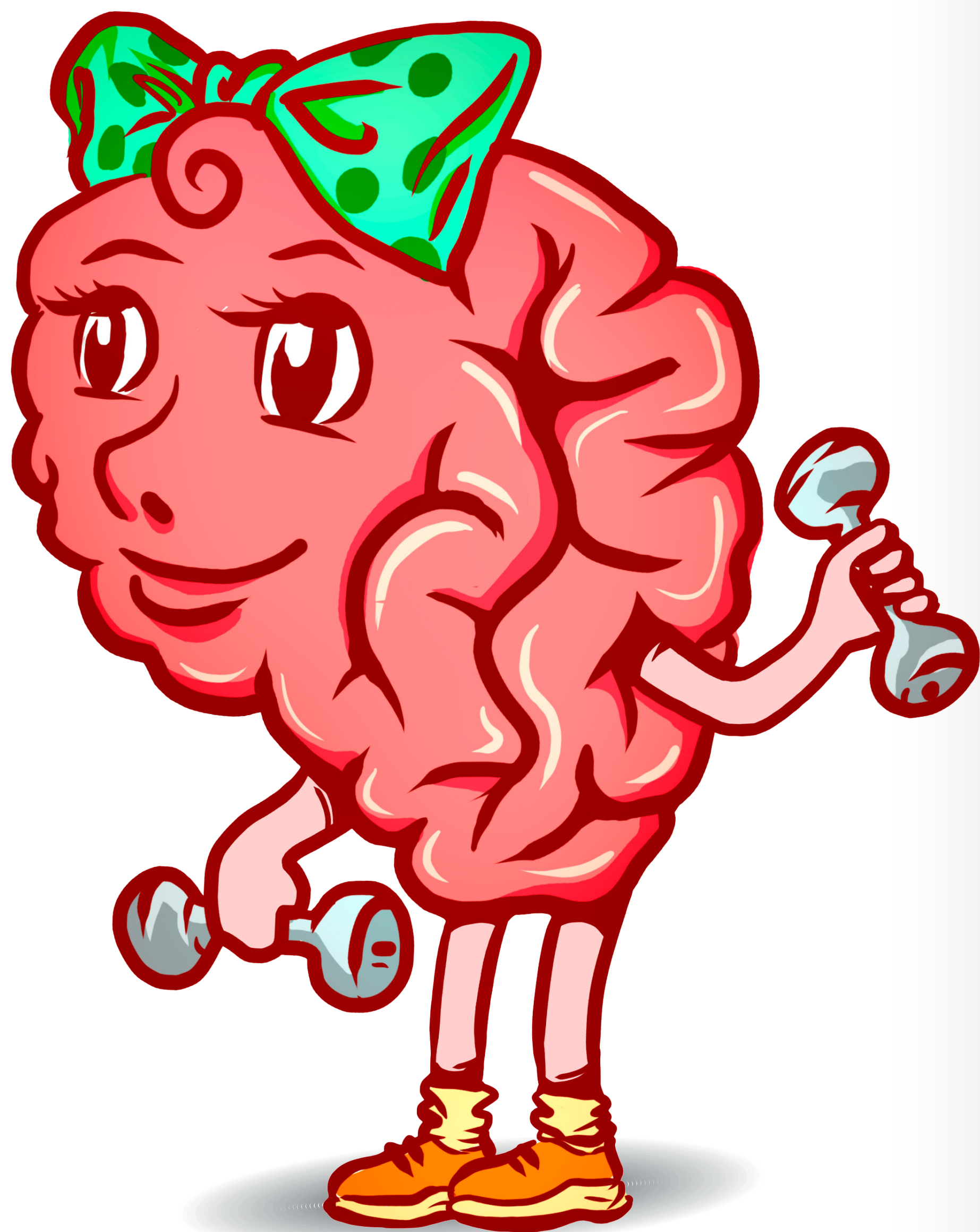
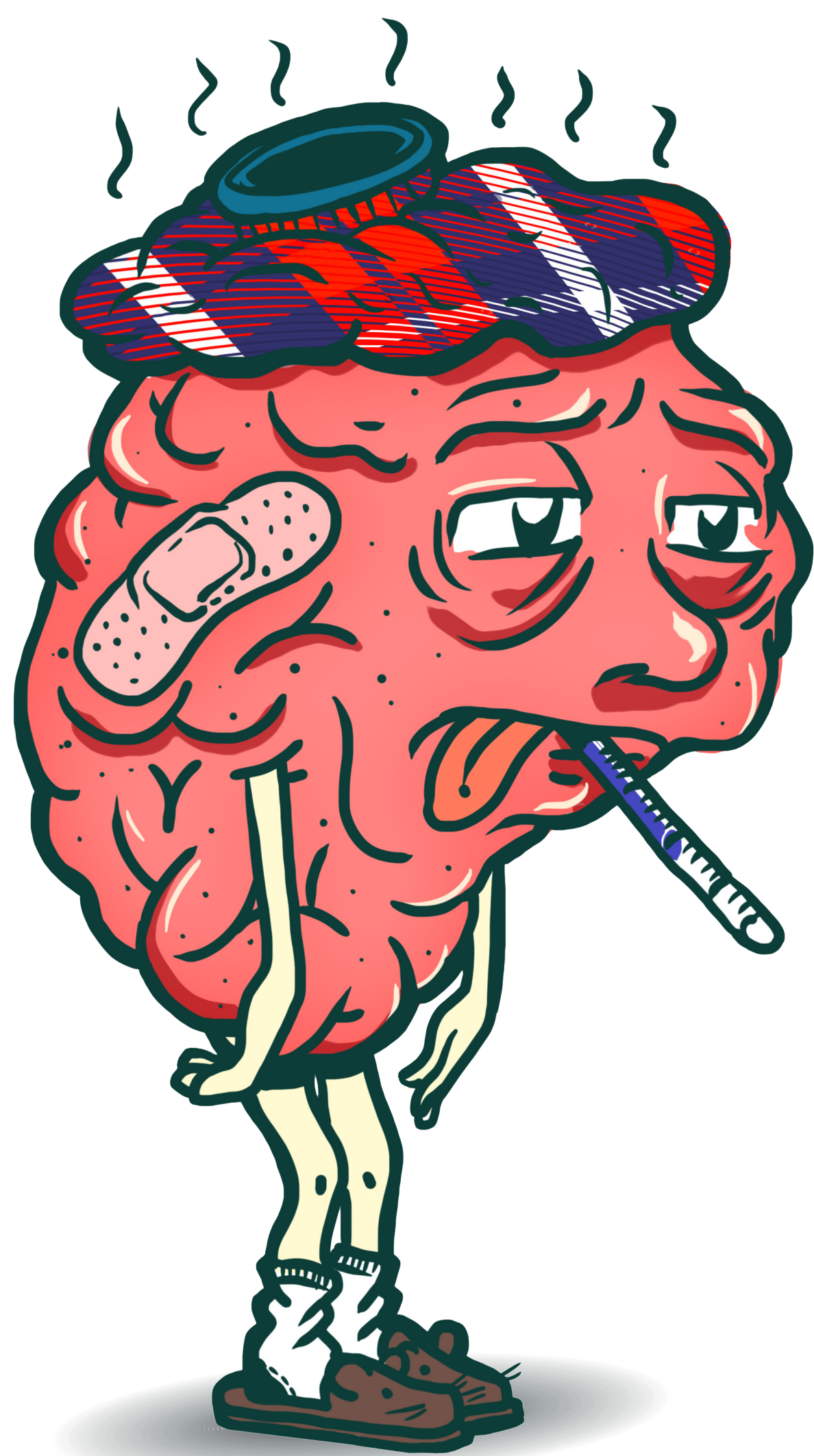
Isolamendua

Zailtasunak arazoei aurre egiteko

Zailtasunak arreta mantentzeko

Azaldu ezin diren umore aldaketak

# baina laguntza egokiarekin sendatu daitezke.



### OHARRA

Sintomak ez dira nahikoak gaixotasun psikiko baten diagnostiko egiteko. Sintoma horien iraupena eta larritasuna ere kontuan hartu behar dira. Gogoratu, gaitasuna duen sendagile batek bakarrik egin dezake gaixotasun psikiko baten diagnostiko zehatza. Laguntza eskatu.

 **ARRAZTALO**  
Oiarzungo gaixo  
psikikoen elkarte

t. 634254670  
e-mail: arraztalo@gmail.com  
@arraztalo  
www.rraztaloelkartea.wordpress.com