



มารู้จัก

# PTSD กันเถอะ

PTSD (Post Traumatic Stress Disorder) หรือ โรคเครียดอย่างรุนแรงหลังประสบภัยพิบัติหรือเหตุการณ์สะเทือนขวัญ โดยมีอาการ

นอนไม่หลับ

ฝันร้าย

สะดุ้งพวาทกใจง่าย

หงุดหงิดง่าย

โกรธง่าย

รู้สึกเหมือนตกอยู่ในเหตุการณ์รุนแรงตลอดเวลา  
รู้สึกผิด



หลีกเลี่ยงการพูดถึง / สิ่งกระตุ้นที่เตือนให้นึกถึงเหตุการณ์รุนแรง

อาการดังกล่าวจะเกิดขึ้นหลังเกิด

เหตุการณ์รุนแรง 1 เดือน ผู้ประสบภัยควรได้รับการบำบัดรักษาด้วยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ



หากมีปัญหามาปรึกษา  
สายด่วนสุขภาพจิต 1323  
[www.dmh.go.th](http://www.dmh.go.th)

