

ДЕПРЕССИЯ - СЕРДЕЧНЫЙ ПРИСТУП - ДЕПРЕССИЯ. ЗАМКНУТЫЙ КРУГ?



В последнее время **депрессия становится все более популярным диагнозом**. Казалось бы, об этом заболевании уже известно всё. Но недавно ученые установили что депрессия может привести к сердечному приступу.

Почему? На этот вопрос достаточно легко ответить. Депрессия вызывает много факторов риска, которые впоследствии приводят к сердечному приступу. Например, люди, которые страдают от депрессии, не двигаются так часто, как здоровые люди. Они не чувствуют в себе силы, чтобы заниматься спортом. Депрессия также идет рука об руку с хроническим стрессом и проблемами со сном, что также не приносит пользы артериям и сердцу.

Людям, страдающим от депрессии, часто бывает тяжело сконцентрироваться, они зачастую приходят в отчаяние, не обращают внимание на состояние своего здоровья. Они не принимают какие-либо лекарства, даже если у них есть много факторов риска, вызывающих сердечный приступ.

Но что самое интересное - **сердечный приступ может помочь вылечить депрессию!** Столкнувшись лицом к лицу со смертью, люди зачастую понимают, что действительно важно, и их мозг начинает снова функционировать нормально.

Конечно же, мы не рекомендуем Вам этот метод как панацею против депрессии. Он не работает на 100%, а если депрессия возникнет после сердечного приступа, то это уже точно сократит длительность Вашей жизни. Возникает логический вопрос: что же делать? Прежде всего, вы должны обязательно встретиться с врачом. Правильно назначенное лекарство может на некоторое время помочь. [Санаторно-курортный курс](#) также может оказать благоприятное влияние. Он защищает вас от стресса, на курорте вы увидите жизнь с другой стороны и можете снова начать вести активный образ жизни. В дополнение, лечебно-релаксационные процедуры способствует заживлению не только вашего тела, но и души. На курорте также есть эксперты, с которыми Вы можете обсудить любые проблемы, как только почувствуете такую необходимость. На курорте жизнь начинается свой новый виток.

Date: 2018-02-16

Article link: <https://www.spa-resorts.cz/rus/kaleidoskop/heart-attack-cure-depression-1221.html>