

Varför blir jag inte bra från min depression?

Förklaring

Slarvar med medicinen?
Dåligt fungerande kontakt med vården?
Dricker?
Svåra levnadsvillkor, ohållbart leverne?
Ständiga konflikter? Knepig läggning?
Annan diagnos, t ex bipolär sjuk eller ADHD?
Fler diagnoser samtidigt?
Svårbehandlad depression?

Åtgärd

Illa – ta hjälp om du glömmet.
Rätta till eller byt.
Sluta.
Åtgärda, sök stöd.
Psykoterapi?
Ta upp till diskussion med din läkare.
Ta upp till diskussion med din läkare.
Poängtera att du inte är fullt återställd ännu, försök inte vara en "bra" patient.

Michael Rangne
2016-11-02