



اختلال اضطراب

اختلال اضطراب واژه ای برای بیان احساسات عادی است که مردم هنگام مواجهه با ترس، خطر، یا تحت فشار های روحی تجربه می کنند. افرادی که دچار اضطراب هستند لزوماً آشفته، ناراحت، عصبی و هیجان زده می شود.

مضطرب بودن می تواند به دلیل تجربیات زندگی مثل: از دست دادن شغل، شکست در ارتباطات، بیماری های خطرناک، حوادث جدی، و از دست دادن عزیزان به وجود آید. مضطرب بودن در این مواقع درست است و معمولاً ما برای مدت کوتاهی احساس اضطراب می کنیم.

از آنجایی که مضطرب بودن مسأله ای بسیار عادی است، درک و دانستن تفاوت موجود بین احساس اضطراب صحیح مرتبط با شرایط و علایم و عوارض اختلال اضطرابی بسیار مهم است.

اختلالات اضطرابی تنها یک بیماری نیست، بلکه گروهی از بیماری ها می باشد که مشخصه ی همه ی آن ها احساس مداوم اضطراب زیاد، ناراحتی بیش از حد و تنش می باشد.

معمولاً زمانی می توان تشخیص داد که فردی مبتلا به اختلالات اضطرابی است که این اختلالات در فرد به حد نهایت رسیده، با کارهای روزمره ی وی تداخل پیدا کرده و مانع وی از انجام وظایف روزانه اش گردد.