

산후 정서 장애

징후와 증상

가벼운 임신 우울증	산후 우울증	산후 강박신경 장애	산후 공포 장애 발병	산후 중증 정신 장애
<p><input type="checkbox"/> 증상:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 특별한 이유없이 갑작스럽게 울 • 초조함, 화를 잘냄, 불안함, 근심 <p><input type="checkbox"/> 증상은 통상 사라지나 일부 가벼운 임신 우울증을 경험한 여성들의 경우 산후 우울증으로 발전할 위험이 있음</p> <p><input type="checkbox"/> 산후 3일간 발생하며 일시적으로 약간의 우울증을 겪게 됨</p> <p><input type="checkbox"/> 호르몬과 관계된 것으로 간주되며 약 50~80%의 여성이 위 증상의 일부 또는 전체를 경험한 것으로 보고됨</p> <p><input type="checkbox"/> 이런 형태의 우울증을 경험한 여성들은 대부분 스스로에게 나 아이에게 육체적인 위험을 줄 가능성이 없음</p>	<p><input type="checkbox"/> 증상은 잠복기가 있으며 통상 처음 세달 이내에, 산후 1년까지 언제든지 발생할 수 있음; 최소 2주에 한 번 꼴로 우울한 심정이나 거의 모든 활동에 흥미를 잃고 적어도 다음 4가지 사항의 증상들이 나타남</p> <ul style="list-style-type: none"> • 식욕이나 몸무게, 수면 그리고 정신 활동에 변화가 생김 • 활력 감소 • 권태감이나 죄책감 • 사고, 집중, 결정의 어려움 • 주기적으로 죽음, 자살, 자살계획 혹은 시도를 함 <p><input type="checkbox"/> 일시적인 감정 장애가 아니며, 1년 혹은 그 이상 영향을 미칠 수 있음</p> <p><input type="checkbox"/> 심리사회적 예측인자</p> <ul style="list-style-type: none"> • 과거 우울/감정 장애 경험 • 1년 전의 큰 실패나 스트레스 • 예상치 못하거나 원치않는 임신 • 결혼 생활의 문제 • 빈약한 사회적 지원 • 유전적인 기질 • 건강 문제가 있는 유아 • 피로 <p><input type="checkbox"/> 생물학적 위험 요인:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 생식 스테로이드 호르몬의 감소 • 유전적 요인 • 염증 저항능력 저하 • 높은 신경전달 체계 • 혈청 콜레스테롤 감소 <p><input type="checkbox"/> 우울함에 빠져있는 산모들은 우울증에 관련하여 신체적으로 아무 증상이 나타나지 않을 수 있지만 양육 형태나, 영향, 그리고 아이를 다룰때에 감정적인 어려움이 나타날 수 있으며 다음과 같은 징후와 증상이 동반됨.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 부정적인 감정 표현들 • 무감각하고 무책임한 양육 형태 • 유아와 단절되어 있다고 생각하는 산모 • 나쁜 엄마이거나 부적절한 엄마라고 느낌. • 아이를 해칠 생각을 함. <p><input type="checkbox"/> 유아들의 경우</p> <ul style="list-style-type: none"> • 수동적이거나 회피(엄마나 관심을 주는 사람과 눈을 잘 맞추지 않음)는 가정에서 엄마의 부정적인 감정을 반영하는 것임. • 식사가 어렵거나, 자주 아프고 수동적이거나 회피적인 아이. <p><input type="checkbox"/> 산후 우울증(PPD)은 부부 사이의 긴장 관계를 초래하고 산모와 가족간의 관계와 의사소통을 악화 시키며, 아이의 인식과 사회적 발달에 부정적인 영향을 줄 수 있습니다.</p>	<p><input type="checkbox"/> 증상에 포함되는 사항:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 지속적으로 아이를 해치는 상상을 함 • 아기와 단 둘이 남는 것을 두려워 함 • 유아 보호시 과다경계 <p><input type="checkbox"/> 통계자료는 아직 보고된 바 없음</p> <p><input type="checkbox"/> 재발 조건은 향후 임신인 듯 함; 향후 임신은 출산 후 곧바로 관심을 갖고 대처해야 함</p> <p><input type="checkbox"/> 산후 기간 동안은 다른 우울증과 함께 산후 강박신경 장애(OCD)를 악화시킬 수 있음</p>	<p><input type="checkbox"/> 증상에 포함되는 사항:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 근심, 두려움이 극심해짐 • 호흡이 빨라짐 • 두근거림 • 공포 <p><input type="checkbox"/> 임신기간 종과 출산 직후 나타날 수 있음.</p> <p><input type="checkbox"/> 통계자료는 아직 보고된 바 없음.</p> <p><input type="checkbox"/> 임신 전 갑작스런 근심/공포로 인해 어려움을 겪은 여성들은 산후 공포 장애(PPD)를 겪을 가능성이 더 큼.</p> <p><input type="checkbox"/> 임신 전 갑작스런 근심이나 공포를 느꼈던 여성은 임신기간 중 산모와 태아에게 일어날 수 있는 문제를 방지하기 위해 신뢰할 만한 의료진료를 받도록 함.</p>	<p><input type="checkbox"/> 임상 특징에 포함되는 사항:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 환상이 보임 • 망상 • 극도로 흥분 • 수면 장애 • 괴이함 • 무분별한 행동 <p><input type="checkbox"/> 출산 1000 건당 1,2 사례가 있음.</p> <p><input type="checkbox"/> 갑작스런 발병, 특히 출산 후 1주일 이내.</p> <p><input type="checkbox"/> 산후 중증 정신 장애는 자살을 상상하거나 계획을 세우고, 실제로 그렇게 될 수 있기 때문에 산모와 아이에게 위험하다.</p> <p><input type="checkbox"/> 위험 요소는 가족 또는 개인적인 감정 장애의 병력과 관계가 있음.</p> <p><input type="checkbox"/> 입원 및 적극적인 치료가 중요함.</p> <p><input type="checkbox"/> 쌍극성 장애와 화학적으로 비슷함.</p>
<p>인디애나 산후 우울증 사업단에서 개발하였습니다. 이 문서는 단지 참고용으로 만들어졌습니다.-확립된 기준이나 확고한 규칙에 의거하여 만든 것이 아닙니다. 상담자는 특정 상황의 범주 안에서 가능한 가장 좋은 결정을 내려야 합니다</p> <p>Healthy New Moms: 메릴랜드의 출산 전후 우울증 극복 캠페인은 미국 보건 복지부 보건 자료 지원처의 모자 보건 사무국의 후원으로 메릴랜드 정신 건강 협회가 주관하는 거리 홍보입니다.</p> <p>자세한 정보를 원하시면 1-800-572-MHAM (6426)로 전화 주십시오. 캠페인 자료는 메릴랜드 보건 및 정신 위생 사무국의 지원으로 인쇄 되었습니다.</p>				