

Психологи порадили, що треба робити, аби не впасти в депресію

Депресія. Епідемія, що вийшла на перше місце в світі серед причин неявки на роботу. Депресія є одним з найбільш поширених психічних розладів. на неї страждає 350 мільйонів осіб. Щорічно близько 150 мільйонів позбавляються працездатності через неї. Тільки економіці США вона завдає щорічний збиток понад 50 млрд. доларів. Якщо не буде вжито заходів, то до 2020 року депресія відчутно зашкодить економічному життю як розвинутих, так і країн, що розвиваються.

Джерело – Вісті надії