

# Депресия извън родината

## Някои съвети за разпознаване



Загуба на интерес към  
любими занимания



Умора или липса на  
енергия



Чувство на  
празнота или  
вина



Безсъние или  
прекомерно количество  
сън

Дори и да разпознавате у себе си някои или всички  
симптоми, това не означава непременно, че страдате от  
депресия.