Çrregullimi i stresit post-traumatik (PTSD)

Çrregullimi i stresit post-traumatik (PTSD) është një gjendje e shëndetit mendor që shkaktohet nga një ngjarje e tmerrshme, ose duke e përjetuar atë ose duke e parë atë. Kur jeni në rrezik, është e natyrshme të ndiheni të frikësuar. Kjo frikë shkakton shumë ndryshime në sekondë të trupit për t'u përgatitur për t'u mbrojtur nga rreziku ose për ta shmangur atë. Kjo përgjigje e "luftës ose ikjes" është një reagim i shëndetshëm që synon të mbrojë një person nga dëmtimi. Por në çrregullimin e stresit post-traumatik (PTSD), ky reagim ndryshohet ose dëmtohet. Njerëzit që kanë PTSD mund të ndihen të stresuar ose të frikësuar edhe kur nuk janë më në rrezik.