

# مراجعه به روانپزشک و باورهای جامعه

به عقیده ی روانپزشکان، اگر کسی به روانپزشک مراجعه می کند، الزاما دچار بیماری شدید روانی نیست.

دکتر مهران شایگان فرد گفت: متأسفانه این موضوع (مراجعه بیماران به پزشک روان) در جامعه به گونه ای شایع شده که افراد از حضور و آغاز مراحل درمانی ساده خود نیز واهمه دارند و از ترس این حرف و حدیث ها، از حضور نزد روانپزشکان خودداری یا مقاومت می کنند.

وی افزود: مراجعه به روانپزشک الزامی به بستری ندارد و یا بیمار روانی نیست چراکه در بسیاری از موارد، مراجعین از استرس و اضطرابات روزمره رنج می برند که با یک مشورت ساده و یا دارویی که به رفع استرس آنها کمک می کند قابل حل است.

وی تاکید کرد: همچنین فیلد کاری روانپزشکان در زمینه های بیماری های اختلالات خواب، [افسردگی](#)، استرس و اضطراب، اختلالات مرتبط با سوءمصرف مواد، بیش فعالی و اختلالات جنسی است.

وی افزود: مردم می توانند با مراجعه به مراکز درمانی دولتی و بیمارستان ها خدمات درمانی با کیفیت با تعرفه های بسیار پایین و دولتی دریافت نمایند.

وی در پایان یادآور شد: خانواده ها با توجه به چالش های جامعه به خصوص اقتصادی و اجتماعی و جنبه های دیگر، فشارهای زیادی را تحمل می کنند که در بسیاری از موارد می توان با مشاوره های بسیار ساده، این فشارها را قابل تحمل تر و به زندگی عادی بازگشت.