

## NADPOBUDLIWOŚĆ

Występuje często wraz z innymi objawami i sygnalizuje różne problemy zdrowotne. Nadpobudliwość towarzyszy:

- zaniżonej samoocenie, pesymistycznym nastrojom, spadkowi lub wzmożeniu apetytu, bezsenności, utracie zainteresowań, także w sferze intymnej – może wskazywać na depresję (patrz: depresja);
- nastrojom depresyjnym (naprzemiennie) – może być objawem psychozy maniakalno-depresyjnej;
- trudnościom z zasypianiem i częstym wybudzaniem się ze snu – bywa przejawem bezsenności (patrz: bezsenność);
- zmienności nastrojów, zmęczeniu, nerwowości występującej na około 10 dni przed miesiączką – wskazuje na zespół napięcia przedmiesiączkowego;
- zmianom nastroju u kobiet po 50. roku życia – związana jest z dolegliwościami menopauzalnymi (patrz: menopauza);
- poczuciu bezradności i zagubieniu, związanym z konfliktami w rodzinie i pracy zawodowej oraz przełomowymi wydarzeniami życiowymi – jest objawem stresu (patrz: stres);
- bólom i zawrotom głowy, zmęczeniu, niepokoju, nudnościom i dusznościom z niewiadomych przyczyn – może być skutkiem zatrucia substancjami szkodliwymi dla zdrowia lub szkodliwemu wpływowi nadmiernego hałasu.

**Terapia:** W przypadku nadpobudliwości stosuje się kurację w zależności od problemów zdrowotnych, jakich dotyczy.