

Things to Know About Antidepressant Medications

- Antidepressant medications help balance chemicals in the brain that can lead to depression.
- **Antidepressant medications are not addictive or habit forming. They are not “uppers”, and they are not tranquilizers.**

Treating Depression with Antidepressant Medications

- Medicine helps most people.
- It may take time for you and your Mental Health Professional to find the medicine that works best for you.
- You start the medicine at a low dose. This gives your body time to get used to it. Your Mental Health Professional will then increase the dose slowly to find the best dose for you.
- Most people start to feel like their “old” self after about 3-6 weeks.
- **It is important to go on taking the medicine just as the Mental Health Professional told you. Do this even if you feel better.**
- During the first 6-8 weeks, your Mental Health Professional will see you regularly to see if the medicine is helping you, check how much and how often you take the medication, and to watch for and fix any side effects.
- If your depression is better after 12 weeks, you should continue to take the medicine for 4-9 months more. This is to prevent your depression from coming back.
- People who have had 2 or more periods of depression may need to continue taking medication for a longer time.

What Can You Do to Help Your Treatment be Successful?

- Ask any questions you have about the medicine.
- Tell your Mental Health Professional about other medicines, and herbal remedies you take.
- Take the medicine just as your Mental Health Professional told you.
- If you have any side effect or problems with the medication, tell your Mental Health Professional right away.
- Avoid alcohol and street drugs.
- Tell your Mental health Professional how the medication is working. For example, are you feeling better yet?
- Keep all your appointments.

항우울제에 관해 알아야 할 사항

- 항우울제는 우울증을 가져올 수 있는 뇌 내 화학성분의 균형 유지를 돕습니다.
- **항우울제는 중독성이거나 습관을 형성하지 않습니다. 항우울제는 “각성제”가 아니며 신경안정제가 아닙니다.**

항우울제를 이용한 우울증 치료

- 약품은 대부분의 사람들에게 도움이 됩니다.
- 귀하와 담당 정신건강 전문가가 귀하에게 가장 잘 맞는 약품을 찾을 때까지는 시간이 걸릴 수 있습니다.
- 약품 복용은 낮은 수준의 복용량에서 시작합니다. 이것은 신체가 약품에 익숙할 수 있는 시간을 줍니다. 담당 정신건강 전문가는 그 후 천천히 복용량을 증가시키며 귀하에게 가장 적절한 복용량을 찾습니다.
- 대부분의 사람들은 약 3-6 주 후 자신의 “예전” 상태에 돌아온 것으로 느끼기 시작합니다.
- **정신건강 전문가의 지시대로 약품을 계속 복용하는 것이 중요합니다. 상태가 나아졌다고 느끼더라도 그렇게 하셔야 합니다.**
- 첫 6-8 주 동안 담당 정신건강 전문가는 약품이 귀하에게 도움이 되는지 보고, 약품의 복용량과 복용 횟수를 확인하고, 부작용이 있는지 관찰하여 이를 낮게 하기 위해 정기적으로 귀하를 만나게 됩니다.
- 우울증이 12 주 후 나아지면 4-9 개월 더 계속 약품을 복용해야 합니다. 이것은 우울증의 재발을 막기 위한 것입니다.
- 과거에 두 번 이상 우울증을 앓았던 사람들은 더 오랫동안 약품을 계속 복용해야 할 수도 있습니다.

치료의 성공을 위해 귀하는 무엇을 할 수 있을까요?

- 약품에 관한 의문사항이 있는 경우 질문하십시오.
- 담당 정신건강 전문가에게 복용 중인 다른 약품들과 식물성 치료제에 관해 말씀하십시오.
- 담당 정신건강 전문가의 지시대로 약품을 복용하십시오.
- 약품으로 인해 부작용이나 문제가 있는 경우 정신건강 전문가에게 즉시 이야기하십시오.
- 알코올과 불법 마약을 피하십시오.
- 담당 정신건강 전문가에게 약품의 작용이 어떤지 말씀하십시오. 예를 들어, 이제 상태가 더 나아진 것 같습니까?
- 모든 예약시간을 지키십시오.

보다 자세한 정보를 원하시면 다음으로 연락하십시오:

전국 정신질환자 연합

(National Alliance for the Mentally Ill)

www.nami.org/index.html

우울증 및 기타 정신건강 질환에 관한 정보. 우울증에 관한 주 및 연방 법률, 학술 논문, 정보 안내서 등. 환자 교육 자원 색인

전국 우울증 및 조울증 협회

(National Depressive and Manic-Depressive Association)

<http://www.ndmda.org/>

여러 유형의 우울증, 청소년 우울증, 환자들의 성공 이야기, 이용 가능한 임상 시도들에 관한 정보. 지역 내의 지부, 교육 프로그램, 새로운 뉴스 발표, 행사 일정 등

전국 정신건강 협회

(National Mental Health Association)

www.nmha.org/ccd/index.cfm

우울증 선별검사 방법, 증상, 일반적으로 나오는 질문, 치료 유형, 여성의 우울증 문제, 노인 우울증 및 행사 일정 등의 정보 및 자원.

또는 1-800-969-6642 로 전화하십시오.

전국 정신건강 연구소

(National Institute of Mental Health)

www.nimh.nih.gov

또는 1-866-615-6464 로 전화하십시오.

전국 우울증 재단

(National Foundation for Depressive Illness)

www.depression.org

또는 1-800-239-1265 로 전화하십시오.

뉴욕시 보건 및 정신위생국

(NYC Department of Health & Mental Hygiene)

www.nyc.gov/health

정신 건강, 알코올 및 화학물질 의존 분야가 포함된 "행사 일정" 포함. 지지 그룹에 관한 정보.

LIFENET 핫라인(LIFENET Hotline)

www.800lifenet.com

비밀이 보장되는 뉴욕시의 위기 개입, 추천 및 정보 서비스 (하루 24 시간 주 7일간 이용가능)

영어: 1-800-LIFENET (1-800-543-3638)

스페인어: 1-877-AYUDESE (1-877-298-3373)

중국어: ASIAN LIFENET (1-877-990-8585)

기타 언어: 1-800-LIFENET (1-800-543-3638)

TTY (청각 장애인): (212) 982-5284

출처: MacArthur foundation Initiative on Depression & Primary Care



MetroPlus Health Plan
11 West 42nd Street, New York, NY 10036

회원 정보:
1-800-303-9626

MetroPlus Health Plan 에 관한 정보를 원하시면 다음으로 연락하십시오:
1-800-475-METRO

THINGS TO KNOW ABOUT ANTIDEPRESSANT MEDICATIONS

항우울제에
관해 알아야 할 사항

