

# MISTÄ TIETÄÄ JOS SINUN TÄYTYY OLLA HUOLISSASI MIELENTERVEYDESTÄSI?

---

1. Pitkäaikainen  
apaattisuus

5. Ongelmia  
syömisessä

2. Nukkumisongelmat

6. Pakkoajatukset

3. Ärtynisyys

7. Äärimmäiset  
mielialavaihtelut

4. Liiallinen  
ahdistus

8. Päihteiden  
väärinkäyttö

