

SPIS TREŚCI

Wstęp	9
Czym jest depresja?	13
Życie z depresją	21
Rozmowa z TOMASZEM JASTRUNEM	27
Rozmowa z EWĄ JASIŃSKĄ-JASTRUN	39
Rozmowa z OLGĄ BOŃCZYK	45
Rozmowa z KAMILEM SIPOWICZEM	63
Rozmowa z MARKIEM PIEKARCZYKIEM	81
Rozmowa z ANNĄ	97
Rozmowa z ANDRZEJEM BOBEREM	121
Rozmowa z PANEM ARKADIUSZEM	139
Rozmowa z PANIĄ A.	157
Rozmowa z PIOTREM	181
Rozmowa z URSZULĄ KITLASZ	203
O krok od depresji	225
Rozmowa z PATRYCJĄ MARKOWSKĄ	227
Rozmowa ze STANISŁAWEM SOYKĄ	239
Rozmowa z EWĄ KUKLIŃSKĄ	248
Rozmowa z KRZYSZTOFEM DOWGIRDEM	262
Znani Polacy cierpiący na depresję	279
Koszty leczenia depresji w Polsce	291
Jak leczyć depresję – leki antydepresyjne	299

Jak leczyć depresję – psychoterapia	305
Psychiatra i psychoterapeuta	309
Rozmowa z profesorem JERZYM MELLIBRUDĄ	311
Rozmowa z profesorem BARTOSZEM ŁOŻĄ	332
STOWARZYSZENIE AKTYWNIE PRZECIWKO DEPRESJI	347
Rozmowa z JOANNĄ CHATIZOW	349
Antydepresyjny Telefon Zaufania	365
Rozmowa z DARIĄ OCHEŁDZAN	366
www.stopdepresji.pl	381
Rozmowa z ANNĄ NITĄ	382
Depresja u dzieci	397
Przyczyny depresji	398
Leczenie i kolejki	399
Rozmowa z AGNIESZKĄ DĄBROWSKĄ	401
Rozmowa z JOLANTĄ ZMARZLIK	418
STOP Depresji – konieczne zmiany w Polsce	435
Jak zwiększać poczucie szczęścia?	441
Bibliografia	445