



Quels sont les symptômes d'un choc émotionnel, par Agnes Menso



Un choc émotionnel survient généralement après un événement traumatisant ou bouleversant, affectant l'individu à plusieurs niveaux : physique, psychologique, mental et comportemental.



Am₊



Ses manifestations peuvent apparaître immédiatement ou de manière différée, et leur intensité varie selon les personnes.



Am₊

Les symptômes physiques

- ✨ Palpitations cardiaques
- ✨ Tremblements ou sueurs, souvent liés à l'anxiété
- ✨ Fatigue intense, malgré un repos suffisant
- ✨ Douleurs musculaires ou abdominales, souvent associées au stress
- ✨ Troubles du sommeil, comme l'insomnie ou les cauchemars
- ✨ Nausées et autres troubles digestifs

Am+



Poursuivre ma lecture...