

الأمراض النفسية ليست كسرطان، لذا لا ينبغي اعتبار علاجها صعباً. يحتاج المريض النفسي للابتعاد عن الأجواء المتوترة، والذهاب إلى مكان هادئ وجميل، أو السفر لِمَا يُساعده على استعادة راحته النفسية. يُفضل أيضاً التحدث مع طبيب نفسي أو مستشار نفسي. عادةً ما يتضمن العلاج جلسات سلوكية وتبادل الحديث، بالإضافة إلى الاستماع لنصائح الطبيب. وفي حال كان المريض يعاني بشكل كبير، قد يحتاج إلى تناول أدوية علاجية، لكن بشكل عام يتحسن المريض بعد تلقي العلاج. مشاكل عاطفية مثل الانفصال أو الخيانة، أو تراكم مشاعر سلبية مثل الحزن والغضب، أو ذرايات طفولة أو حروب، أو أمور شافها المريض وسمعتها وصدمة، قد تؤدي إلى الأمراض النفسية. يحتاج المريض إلى شخص يفهمه ويستمع إليه، ليتمكن من التعبير عن مشاعره دون انتقاد أو لوم. يقوم الطبيب بالاستماع لكل ما يقوله المريض، ثم يبدأ في تقديم العلاج المناسب.