

Prajna Path Report

તમારી વ્યક્તિગત માનસિક સ્વાસ્થ્ય યાત્રા

નામ: color craze

ઉંમર: 17

વ્યવસાય: Retired

તારીખ: 2026-01-02

Likely Assessment: યતિ અને ગભરાટની સમસ્યાઓ / Generalized Anxiety Disorder

Main Symptoms

યતિ અને ગભરાટની સમસ્યાઓ / Generalized Anxiety Disorder (GAD) / સામાન્યીકૃત ચિંતા વિકાર (GAD)
યુવા જીવનકૌશલ્ય માટે અત્યંત યોગ્ય. યતિ અને ઘબરાહટની સમસ્યાઓ/ Generalized Anxiety Disorder (GAD)
વ્યક્તિ રોજ નાના-મોટા મુદ્દાઓ વશિ (કામ, પરવાર, પૈસા, આરોગ્ય) સતત યતિ કરે છે, ભલે બધું સામાન્ય હોય,
છતાં યતિ રોકી શકતો નથી. મુખ્ય લક્ષણો Excessive worry – અતશિય યતિ Restlessness – ચંચળતા / શાંતિનિ
રહેવી

Actionable Advice

યતિ અને ગભરાટની સમસ્યાઓ / Generalized Anxiety Disorder (GAD) / સામાન્યીકૃત ચિંતા વિકાર (GAD)
યુવા જીવનકૌશલ્ય માટે અત્યંત યોગ્ય. યતિ અને ઘબરાહટની સમસ્યાઓ/ Generalized Anxiety Disorder (GAD)
વ્યક્તિ રોજ નાના-મોટા મુદ્દાઓ વશિ (કામ, પરવાર, પૈસા, આરોગ્ય) સતત યતિ કરે છે, ભલે બધું સામાન્ય હોય,
છતાં યતિ રોકી શકતો નથી. મુખ્ય લક્ષણો Excessive worry – અતશિય યતિ Restlessness – ચંચળતા / શાંતિનિ
રહેવી

Myths & Facts

યતિ અને ગભરાટની સમસ્યાઓ / Generalized Anxiety Disorder (GAD) / સામાન્યીકૃત ચિંતા વિકાર (GAD)
યુવા જીવનકૌશલ્ય માટે અત્યંત યોગ્ય. યતિ અને ઘબરાહટની સમસ્યાઓ/ Generalized Anxiety Disorder (GAD)
વ્યક્તિ રોજ નાના-મોટા મુદ્દાઓ વશિ (કામ, પરવાર, પૈસા, આરોગ્ય) સતત યતિ કરે છે, ભલે બધું સામાન્ય હોય,
છતાં યતિ રોકી શકતો નથી. મુખ્ય લક્ષણો Excessive worry – અતશિય યતિ Restlessness – ચંચળતા / શાંતિનિ
રહેવી

Diet & Routine

યતિ અને ગભરાટની સમસ્યાઓ / Generalized Anxiety Disorder (GAD) / સામાન્યીકૃત ચિંતા વિકાર (GAD)
યુવા જીવનકૌશલ્ય માટે અત્યંત યોગ્ય. યતિ અને ઘબરાહટની સમસ્યાઓ/ Generalized Anxiety Disorder (GAD)
વ્યક્તિ રોજ નાના-મોટા મુદ્દાઓ વશિ (કામ, પરવાર, પૈસા, આરોગ્ય) સતત યતિ કરે છે, ભલે બધું સામાન્ય હોય,
છતાં યતિ રોકી શકતો નથી. મુખ્ય લક્ષણો Excessive worry – અતશિય યતિ Restlessness – ચંચળતા / શાંતિનિ
રહેવી