



## Kerry Katona Mengaku Penuh Kecemasan: Kisah Pengalaman Serangan Panik Parah yang Mencekam

### Description

Kerry Katona Berbagi Tentang Kesehatan Mental Mengalami Serangan Panik Parah

Kerry Katona baru-baru ini membuka diri tentang perjuangan kesehatan mentalnya dalam kolom terbarunya di OK!, mengungkapkan bahwa dia telah 'dirundung kecemasan' dan mengalami 'serangan panik yang parah'. Dalam kolomnya, Kerry juga berbagi pendapatnya tentang Photoshop kontroversial Kate Middleton yang dibuat pada Hari Ibu.

Kerry Mengungkapkan Kesusahan dengan Kesehatan Mentalnya

Katona, yang berusia 43 tahun, mengungkapkan bahwa dia sedang mengalami masa sulit dengan kesehatan mentalnya, bahkan mengalami "serangan panik yang parah". Ia mengatakan bahwa ia tidak yakin mengapa ia merasa sangat cemas tetapi ingin orang lain yang merasakan hal yang sama untuk berbicara tentang itu.

Pertimbangan atas Kondisi Mental dan Fisik Kerry

Menulis untuk kolomnya di OK!, katanya: "Ketika saya mengalami minggu-minggu seperti ini, saya khawatir bahwa saya tidak bisa menjadi ibu yang terbaik, yang hanya membuat semuanya terasa lebih buruk." Ia juga berbagi mengenai kemungkinan dirinya mengalami masa pra-menopause.

Kerry Berbagi Tanggapan Mengenai Kontroversi Kate Middleton

Kerry memberikan pendapatnya mengenai Princess of Wales yang baru-baru ini memicu kegemparan ketika ia membagikan gambar yang diedit dengan buruk bersama tiga anaknya untuk merayakan Hari Ibu. Kerry menyatakan bahwa ia tidak mengerti mengapa Kate memerlukan editing pada foto Hari Ibu yang menyebabkan kegemparan di internet.

Kerry: Berbicara untuk Mendukung Orang-orang dengan Masalah Kesehatan Mental

Kerry menekankan bahwa saat seseorang mengalami masa sulit secara mental, penting untuk

berbicara tentang hal itu. Ia juga menyatakan bahwa ia mungkin membutuhkan terapi untuk mengatasi masalahnya dan bahwa tidak apa-apa untuk tidak merasa baik terkadang.

Kerry telah memberikan wawasan yang jujur tentang pengalamannya dengan menopause dini dan bagaimana itu mempengaruhi kesehariannya. Ia berharap agar pembicariannya membantu orang lain yang mungkin mengalami hal yang sama. Kesungguhan Kerry dalam membahas topik yang sensitif seperti ini dapat dijadikan contoh bagi yang lain untuk tidak takut berbagi tentang pengalaman mereka.

## Ringkasan

Kerry Katona baru-baru ini berbicara mengenai perjuangan kesehatan mentalnya dalam kolom terbarunya di OK!, mengungkapkan bahwa dia telah 'dipenuhi dengan kecemasan' dan mengalami 'serangan panik parah'. Katona mengakui bahwa dia sedang mengalami waktu sulit dengan kesehatan mentalnya, bahkan mengalami "serangan panik parah". Dia tidak yakin mengapa dia merasa sangat cemas tetapi menginginkan orang lain yang merasa sama untuk membicarakannya. Bagaimana pendapatmu tentang pentingnya membicarakan perjuangan kesehatan mental seperti yang dialami Kerry Katona? Apakah kamu juga pernah mengalami kecemasan serupa? Beri tahu kami pendapatmu di kolom komentar di bawah!

Sumber berita silahkan Cek di sini [Source link](#) . jangan lupa baca berita/artikel terkait melalui link di bawah. dan silahkan cek tools kehamilan terbaru dari homp.my.id yaitu tools [kalkulator kehamilan](#)