

Hà Nội hiện là nơi tập trung nhiều cơ sở y tế hàng đầu trong lĩnh vực khám và điều trị trầm cảm. Việc lựa chọn đúng địa chỉ không chỉ giúp người bệnh tiết kiệm thời gian, chi phí mà còn nâng cao hiệu quả điều trị. Dưới đây là danh sách 6 địa chỉ khám trầm cảm tốt nhất ở Hà Nội mà bạn có thể tham khảo.



## Trầm cảm - bệnh tâm lý cần sớm thăm khám

Trầm cảm là một trong những rối loạn tâm thần phổ biến nhất hiện nay, ảnh hưởng nghiêm trọng đến sức khỏe tinh thần, thể chất và chất lượng cuộc sống của người bệnh. Dấu hiệu trầm cảm thường bao gồm buồn bã kéo dài, mất hứng thú với cuộc sống, mệt mỏi, rối loạn giấc ngủ và thậm chí có ý nghĩ tự sát. Tuy nhiên, điều đáng mừng là trầm cảm hoàn toàn có thể điều trị hiệu quả nếu người bệnh được thăm khám và can thiệp kịp thời.

Việc tìm kiếm và điều trị tại các cơ sở y tế uy tín đóng vai trò quan trọng trong việc kiểm soát và cải thiện tình trạng bệnh. Một cơ sở uy tín sẽ giúp người bệnh được chẩn đoán chính xác, tiếp cận các phương pháp điều trị khoa học và nhận được sự đồng hành từ đội ngũ chuyên gia tâm lý, bác sĩ giàu kinh nghiệm.

Nhận biết các dấu hiệu trầm cảm sớm giúp người bệnh kịp thời tìm kiếm sự hỗ trợ chuyên môn và tránh được những biến chứng nguy hiểm. Việc đi khám sớm là bước đầu tiên trong hành trình vượt qua trầm cảm.

### **Tiêu chí lựa chọn địa chỉ khám trầm cảm uy tín**

Một cơ sở khám chữa trầm cảm uy tín không chỉ cần đáp ứng các tiêu chuẩn y tế về đội ngũ bác sĩ và trang thiết bị, mà còn phải cung cấp dịch vụ hỗ trợ tâm lý toàn diện, đảm bảo sự thoải mái và an tâm cho người bệnh.

Tham khảo thêm: [Bệnh trầm cảm có tự hết hay chữa khỏi được không?](#)

### **Top 6 địa chỉ khám trầm cảm tốt nhất ở Hà Nội**

Hà Nội là nơi tập trung nhiều cơ sở y tế uy tín trong lĩnh vực khám và điều trị trầm cảm. Những địa chỉ này không chỉ nổi bật với đội ngũ chuyên gia giàu kinh nghiệm, trang thiết bị hiện đại mà còn cung cấp các phương pháp điều trị tiên tiến, phù hợp với từng cá nhân. Dưới đây là danh sách 6 địa chỉ khám trầm cảm tốt nhất, giúp người bệnh tìm được nơi đồng hành đáng tin cậy trên hành trình cải thiện sức khỏe tinh thần.

## 1. Trung tâm Tâm lý trị liệu NHC Việt Nam



### LIỆU TRÌNH TRỊ LIỆU TRẦM CẢM ĐỘC QUYỀN TẠI NHC VIỆT NAM

TRỊ LIỆU 01 TRỊ LIỆU CHUYÊN SÂU 02 HUẤN LUYỆN 03 ĐỒNG HÀNH 04



ĐƯỢC GIỚI THIỆU TRÊN **VTV2** - CHƯƠNG TRÌNH VÌ SỨC KHỎE NGƯỜI VIỆT

**Trung tâm Tâm lý trị liệu NHC Việt Nam** là địa chỉ uy tín hàng đầu tại Việt Nam, chuyên cung cấp các giải pháp trị liệu tâm lý toàn diện và hiệu quả. Với sứ mệnh giúp người bệnh vượt qua các rào cản tâm lý mà không cần dùng thuốc, NHC Việt Nam đã khẳng định được vị thế tiên phong trong lĩnh vực trị liệu tâm lý.

### **Phương pháp trị liệu hiện đại và an toàn**

Trung tâm ứng dụng các phương pháp tâm lý tiên tiến như NLP (Lập trình Ngôn ngữ Tư duy) và CBT (Liệu pháp Nhận thức – Hành vi), kết hợp cùng các liệu pháp hỗ trợ cá nhân hóa, giúp giải quyết tận gốc các vấn đề tâm lý như trầm cảm, lo âu, căng thẳng và stress. Đặc biệt, phương pháp trị liệu không dùng thuốc mang lại sự an toàn tối đa cho người bệnh.

### **Đội ngũ chuyên gia tận tâm, giàu kinh nghiệm**

Trung tâm sở hữu đội ngũ chuyên gia tâm lý và nhà trị liệu chuyên sâu, luôn đồng hành và hỗ trợ người bệnh trong suốt hành trình điều trị. Với sự tận tâm và phương pháp làm việc khoa học, đội ngũ tại NHC đã giúp hàng nghìn người bệnh lấy lại cân bằng trong cuộc sống.

### **Không gian trị liệu chuyên nghiệp, thân thiện**

Tất cả các cơ sở của Trung tâm NHC Việt Nam được thiết kế với không gian yên tĩnh, gần gũi, mang lại sự thoải mái và an tâm tối đa cho người bệnh trong quá trình trị liệu.

### **Hệ thống cơ sở rộng khắp cả nước**

- **Cơ sở 1:** Số 11 ngõ 83 Trần Duy Hưng, Trung Hòa, Cầu Giấy, Hà Nội.
- **Cơ sở 2:** Số 37 Thâm Tâm, Yên Hòa, Cầu Giấy, Hà Nội.
- **Cơ sở 3:** Số 18 Phan Chu Trinh, Phường 13, quận Bình Thạnh, TP Hồ Chí Minh.
- **Cơ sở 4:** Số 107 Hoàng Hoa Thám, Phường 6, quận Bình Thạnh, TP Hồ Chí Minh.

### **Thông tin liên hệ**

- **Hotline:** 096 589 8008
- **Website:** [tamlytrilieunhc.com](http://tamlytrilieunhc.com)
- **Fanpage:** [fb.com/tamlytrilieunhc](https://fb.com/tamlytrilieunhc)
- **Email:** tamlytrilieunhc@gmail.com

### **Tại sao nên chọn Trung tâm Tâm lý trị liệu NHC Việt Nam?**

- Phương pháp trị liệu không dùng thuốc, an toàn và hiệu quả.
- Đội ngũ chuyên gia tận tâm, thấu hiểu, luôn sẵn sàng đồng hành cùng bạn.
- Không gian trị liệu chuyên nghiệp, mang lại cảm giác yên bình và tin cậy.
- Hệ thống cơ sở trải rộng, thuận tiện cho việc di chuyển và tiếp cận dịch vụ.

**Hãy để Trung tâm Tâm lý trị liệu NHC Việt Nam đồng hành cùng bạn trên hành trình vượt qua khó khăn tâm lý, lấy lại sự cân bằng và hạnh phúc trong cuộc sống.**

## **2. Viện Sức khỏe Tâm thần - Bệnh viện Bạch Mai**

Viện Sức khỏe Tâm thần là cơ sở đầu ngành về tâm thần học tại Việt Nam, trực thuộc Bệnh viện Bạch Mai. Viện chuyên cung cấp các dịch vụ chẩn đoán và điều trị các rối loạn tâm thần, bao gồm trầm cảm.

### **Điểm mạnh:**

- Đội ngũ chuyên gia hàng đầu với nhiều năm kinh nghiệm trong lĩnh vực tâm thần học.
- Trang thiết bị hiện đại, hỗ trợ chẩn đoán và điều trị hiệu quả.

### **Thông tin liên hệ:**

- **Địa chỉ:** 78 Giải Phóng, Phương Mai, Đống Đa, Hà Nội.
- **Số điện thoại:** (024) 3576 5344 – 0984 104 115.
- **Email:** [nimhvn@gmail.com](mailto:nimhvn@gmail.com).
- **Website:** [www.nimh.gov.vn](http://www.nimh.gov.vn).



### 3. Bệnh viện Tâm thần Trung ương I



Bệnh viện Tâm thần Trung ương I là cơ sở chuyên khoa sâu về các bệnh lý tâm thần, với kinh nghiệm lâu năm trong chẩn đoán và điều trị trầm cảm.

#### **Điểm mạnh:**

- Kinh nghiệm điều trị phong phú, áp dụng các phác đồ điều trị cập nhật.
- Cơ sở vật chất và trang thiết bị đáp ứng tiêu chuẩn y tế.

#### **Thông tin liên hệ:**

- **Địa chỉ:** Hòa Bình, Thường Tín, Hà Nội.
- **Số điện thoại:** 024 3385 3227 – 024 3385 3534.
- **Email:** bvttw1@gmail.com.
- **Website:** www.bvttw1.gov.vn.

#### 4. Bệnh viện Đại học Y Hà Nội

Bệnh viện Đại học Y Hà Nội là đơn vị y tế uy tín với nhiều chuyên khoa, trong đó có khoa Tâm thần, cung cấp dịch vụ khám và điều trị trầm cảm.

##### **Điểm mạnh:**

- Đội ngũ bác sĩ là giảng viên đại học, có trình độ chuyên môn cao.
- Hệ thống tư vấn tâm lý hiệu quả, hỗ trợ bệnh nhân trong quá trình điều trị.

##### **Thông tin liên hệ:**

- **Địa chỉ:** Số 1 Tôn Thất Tùng, Đống Đa, Hà Nội.
- **Số điện thoại:** (024) 3574 7350 – 6293 4620.
- **Email:** [benhviendaihocyhanoi@hmu.edu.vn](mailto:benhviendaihocyhanoi@hmu.edu.vn)
- **Website:** [www.hmu.edu.vn](http://www.hmu.edu.vn).

#### 5. Bệnh viện Vinmec Times City



Bệnh viện Vinmec Times City là bệnh viện quốc tế với dịch vụ khám và điều trị các vấn đề tâm lý, bao gồm trầm cảm.

**Điểm mạnh:**

- Cơ sở vật chất hiện đại, đạt tiêu chuẩn quốc tế.
- Dịch vụ chất lượng cao, chăm sóc bệnh nhân tận tình.

**Thông tin liên hệ:**

- **Địa chỉ:** 458 Minh Khai, Hai Bà Trưng, Hà Nội.
- **Số điện thoại:** 024 3974 3556.
- **Website:** www.vinmec.com.

## 6. Bệnh viện Tâm thần ban ngày Mai Hương

Bệnh viện Tâm thần ban ngày Mai Hương chuyên cung cấp dịch vụ khám và điều trị các rối loạn tâm thần, đặc biệt là trầm cảm, theo mô hình điều trị ban ngày.

**Điểm mạnh:**

- Mô hình điều trị ban ngày linh hoạt, phù hợp với nhiều đối tượng bệnh nhân.
- Đội ngũ bác sĩ và nhân viên y tế tận tâm, giàu kinh nghiệm.

**Thông tin liên hệ:**

- **Địa chỉ:** Số 4 Phố Hồng Mai, Bạch Mai, Hai Bà Trưng, Hà Nội.
- **Số điện thoại:** 024 3627 5762.
- **Email:** benhvienmaiuong\_89@yahoo.com.vn.
- **Website:** www.maiuong.gov.vn.

Tìm hiểu thêm: [Các giai đoạn của trầm cảm \(cấp độ\) và điều cần biết](#)

Lời khuyên cho người bệnh trầm cảm khi đi khám



Việc chuẩn bị kỹ lưỡng trước khi đi khám sẽ giúp người bệnh trầm cảm nhận được chẩn đoán chính xác và phương pháp điều trị phù hợp nhất. Dưới đây là một số lời khuyên hữu ích để bạn sẵn sàng bước vào hành trình cải thiện sức khỏe tâm lý.

## 1. Chuẩn bị thông tin cá nhân

- Ghi chép chi tiết về các triệu chứng mà bạn đang gặp phải, bao gồm thời gian xuất hiện, tần suất, và mức độ nghiêm trọng. Ví dụ, bạn có thể lưu ý các triệu chứng như buồn bã kéo dài, mất hứng thú, khó ngủ hoặc cảm giác tuyệt vọng.
- Chuẩn bị tiền sử bệnh lý cá nhân, đặc biệt nếu bạn từng điều trị trầm cảm hoặc các bệnh lý tâm thần khác.
- Liệt kê các loại thuốc hoặc liệu pháp bạn đang sử dụng (nếu có), kể cả các loại thuốc không kê đơn hoặc thực phẩm chức năng. Điều này giúp bác sĩ đánh giá nguy cơ tương tác thuốc và đưa ra phương pháp điều trị phù hợp.

## 2. Ghi chú các câu hỏi hoặc thắc mắc cần bác sĩ giải đáp

- Việc lên danh sách các câu hỏi giúp bạn tận dụng tốt thời gian khám và không bỏ sót bất kỳ thông tin quan trọng nào. Một số câu hỏi mẫu có thể bao gồm:
  - "Triệu chứng của tôi có phải là dấu hiệu của trầm cảm không?"
  - "Liệu pháp điều trị nào phù hợp với tình trạng của tôi?"
  - "Tôi cần thay đổi thói quen sinh hoạt như thế nào để hỗ trợ điều trị?"
- Nếu bạn cảm thấy lo lắng về phương pháp điều trị hoặc tác dụng phụ của thuốc, hãy mạnh dạn đặt câu hỏi để được bác sĩ giải thích.

## 3. Luôn giữ tâm lý thoải mái, sẵn sàng chia sẻ với bác sĩ

- Hiểu rằng bác sĩ ở đây để giúp bạn, không phán xét bạn. Sự cởi mở và trung thực trong chia sẻ sẽ giúp quá trình chẩn đoán và điều trị chính xác hơn.

- Đừng ngần ngại nói về cảm xúc, suy nghĩ, và những khó khăn bạn đang gặp phải. Ngay cả những chi tiết nhỏ cũng có thể rất hữu ích để bác sĩ hiểu rõ tình trạng của bạn.
- Hãy tự nhắc nhở bản thân rằng bạn đang làm một điều tích cực cho sức khỏe của mình. Đó là bước đầu tiên và rất quan trọng để cải thiện chất lượng cuộc sống.

Sự chuẩn bị tốt trước khi đi khám không chỉ giúp bạn tự tin hơn mà còn đảm bảo rằng bạn nhận được sự hỗ trợ tối ưu từ bác sĩ. Hãy nhớ rằng, trầm cảm có thể được điều trị hiệu quả khi bạn chủ động tìm kiếm sự giúp đỡ và hợp tác với các chuyên gia tâm lý, tâm thần học. Đây là bước đi cần thiết để bạn bắt đầu hành trình sống khỏe mạnh và hạnh phúc hơn.

### **Tham khảo thêm kiến thức về bệnh trầm cảm:**

- [Tâm lý trị liệu là gì? Các phương pháp và thông tin cần biết](#)
- [Trầm cảm sau sinh: Dấu hiệu, nguyên nhân và cách điều trị](#)
- [Dấu hiệu bị trầm cảm nhẹ và phương pháp điều trị](#)
- [Thuốc Amitriptyline: Công dụng, liều dùng và thân trọng](#)
- [Liệu pháp nhận thức hành vi \(CBT\) là gì? Điều cần biết](#)
- [Khi nào trẻ cần khám tâm lý? Khám ở đâu uy tín?](#)
- [10 địa chỉ khám tâm lý cho trẻ ở TP HCM có Bác sĩ giỏi](#)
- [12 cách Chồng giúp Vợ vượt qua trầm cảm sau sinh](#)
- [Thuốc Escitalopram có tác dụng gì? Liều dùng và lưu ý](#)
- [Trầm cảm cấp độ 3: Giai đoạn nguy hiểm cần được hỗ trợ](#)
- [Trầm cảm và tự kỷ: Sự khác biệt và điều cần biết](#)
- [Trầm cảm cấp độ 2: Dấu hiệu nhận biết và điều trị](#)
- [Cách chăm sóc người bị trầm cảm giúp họ sớm vượt qua](#)
- [Trầm cảm nội sinh là gì? Dấu hiệu nhận biết và điều trị](#)
- [Trầm cảm u sầu \(Melancholia\): Dấu hiệu và cách điều trị](#)
- [Trầm cảm ở trẻ vị thành niên: Dấu hiệu và điều cần biết](#)
- [Rối loạn trầm cảm dai dẳng là gì? Biện pháp cải thiện](#)
- [Rối loạn trầm cảm tái diễn là gì? Nguy hiểm không?](#)
- [Rạch tay trầm cảm: Nguyên nhân, cách ngăn chặn, giải toả](#)
- [Bệnh trầm cảm có nguy hiểm không? Điều cần biết](#)
- [Mẹ bầu bị trầm cảm có ảnh hưởng gì đến thai nhi không?](#)

- [Các tiêu chuẩn chẩn đoán bệnh trầm cảm phổ biến](#)
- [Trầm cảm kháng trị: Nguyên nhân và biện pháp điều trị](#)
- [Trầm cảm ở người cao tuổi: Dấu hiệu và cách cải thiện](#)
- [Thuốc Fluoxetine: Công dụng, cách dùng và thận trọng](#)
- [Rối loạn lo âu: Triệu chứng, cách chẩn đoán và điều trị](#)
- [10 cách chữa rối loạn lo âu tại nhà đơn giản, hiệu quả](#)
- [Rối loạn cảm xúc: Nguyên nhân, dấu hiệu, chẩn đoán và điều trị](#)
- [Rối loạn lưỡng cực: Biểu hiện, nguyên nhân và cách điều trị](#)
- [Các loại thuốc trị rối loạn cảm xúc phổ biến và thận trọng](#)
- [Stress \(căng thẳng\) là gì? Nguyên nhân, dấu hiệu và điều trị](#)
- [17 cách giảm stress hiệu quả, giải toả nhanh căng thẳng](#)
- [Tự kỷ là gì? Dấu hiệu, nguyên nhân, cách chẩn đoán, điều trị](#)