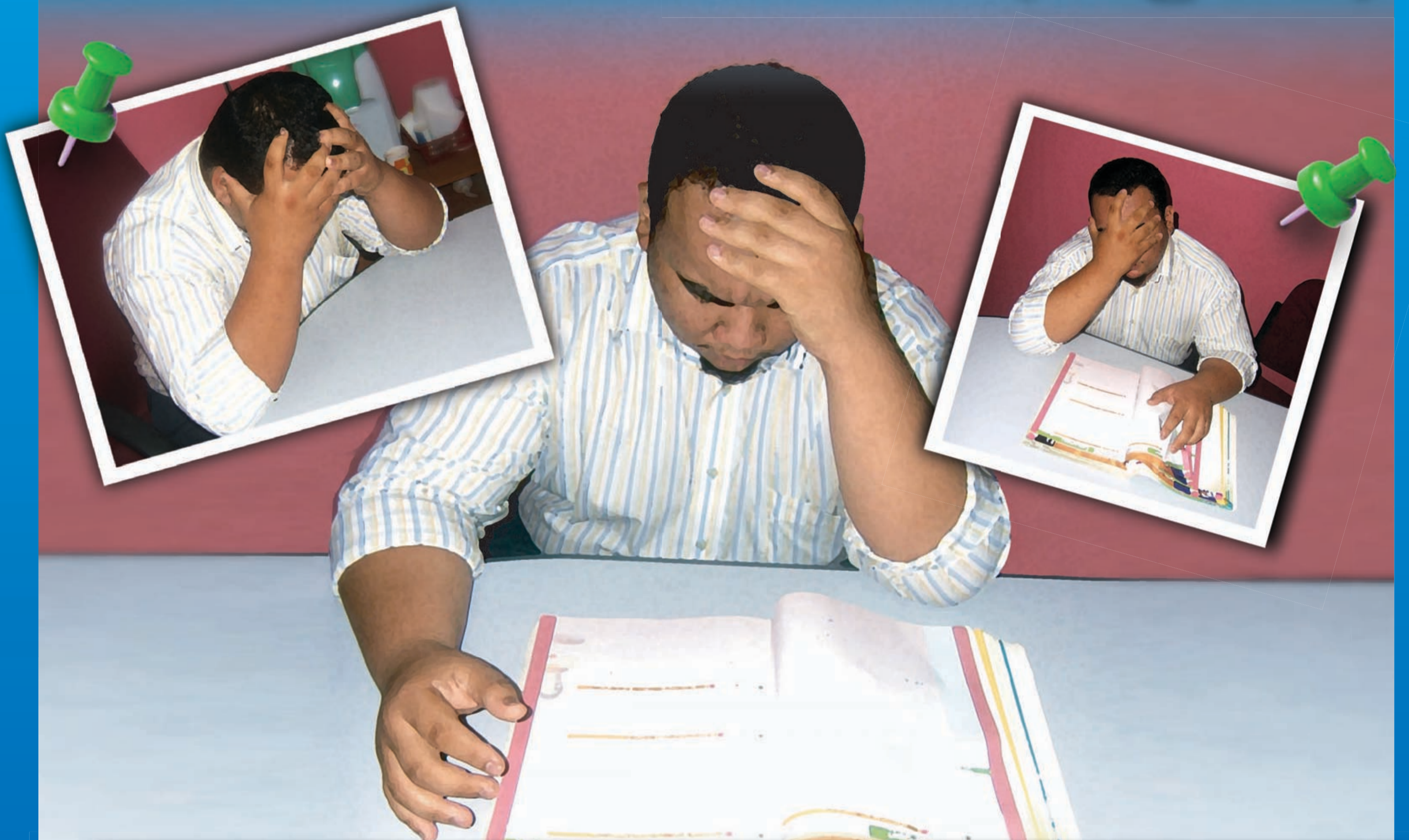


Stres Kronik (negatif)



- Stres yang terlampau dan berpanjangan akibat daripada masalah atau cabaran yang tidak dapat ditangani atau diselesaikan.
- Boleh menyebabkan pelbagai jenis penyakit seperti darah tinggi, masalah jantung termasuk serangan sakit jantung, kemurungan, kanser dan membunuh diri.