

زندگی با اسکیزوفرنی



behestan
darou

janssen



اسکیزوفرنی یک اختلال مزمن و جدی است که بر شیوه تفکر، احساس و رفتار فرد مبتلا اثر می گذارد.

وجود برخی از رفتارها در فرد، نشانه های هشدار بیماری هستند، از جمله:

- شنیدن صدا و دیدن کسی که وجود ندارد
 - احساس دائمی زیر نظر بودن
 - حرف زدن یا نوشتن بی معنی و مبهم
 - وضعیت و حالات غیر طبیعی بدن
 - احساس بی تفاوتی در موقعیت های بسیار مهم
 - عملکرد ضعیف در مدرسه و محل کار
 - تغییر در بهداشت شخصی و ظاهر
 - پرهیز از موقعیت های اجتماعی
 - تغییر در شخصیت
 - تحریک پذیری، و پاسخ های خشم آلود به دوستان و عزیزان
 - ناتوانی در خوابیدن و تمرکز
 - رفتارهای عجیب و نامناسب
 - اشتغال ذهنی افراطی به امور انتزاعی و شبه فلسفی عرفانی
- هر کسی که چند مورد از علائم فوق را به مدت بیش از دو هفته داشته باشد، باید هر چه سریع تر به روانپزشک مراجعه کند.

افسانه ها و تفکرات اشتباهی که در مورد اسکیزوفرنی وجود دارند:

- ۱- افرادی که دچار این بیماری هستند خشن هستند.
- ۲- افرادی که به این بیماری مبتلا هستند به دارو نیاز ندارند.
- ۳- مشکلات خانوادگی و خانواده ناشایست دلیل این بیماری است.
- ۴- افرادی که به اسکیزوفرنی مبتلا هستند دارای شخصیت دوقطبی هستند.
- ۵- اسکیزوفرنی یک بیماری پیشرفته در تمامی مبتلایان است.
- ۶- افراد مبتلا به این بیماری بهبود پیدا نمی کنند.

علائم

- توهم : درک بدون محرک خارجی از علایم شایع اسکیزوفرنی است. مثال صدایی می شنوید که دیگران نمی شنوند.
- هذیان: عقاید باطلی است که نمی توان با استدلال آن را اصلاح کرد. مثال : بیمار ممکن است خود را شخص مخترع و دانشمند، منجی مذهبی، ناجی بشریت و غیره بداند. در برخورد با فردی که هذیان دارد نباید هذیان بیمار را تایید کرد هم چنین نباید در مورد آن با وی به بحث پرداخت.
- عدم بصیرت به بیماری : بیمار مبتلا به اسکیزوفرنی نسبت به مشکلات خود آگاهی ندارد و خود را بیمار نمی داند.
- ارتباط ضعیف با جهان خارج : ارتباط بیمار با دنیای واقعی بی ثبات، سست، و متزلزل است و ممکن است ارتباط وی با واقعیت کاملاً قطع باشد.
- صحبتها و نوشته ها مبهم و بی معنی
- بیمار ناگهان از یک وضعیت عاطفی به وضعیت دیگری تغییر می کند.



عوامل محیطی موثر عبارت هستند از:

- دچار شدن به سوء تغذیه و یا در معرض ویروس های خاص قرار گرفتن (آنفلوآنزا، سرخچه و ویروس های تنفسی) قبل از تولد
- مشکلات اجتماعی
- آسیب های مغزی در مورد افرادی که در خطر ژنتیکی هستند.

چه عواملی باعث بروز اسکیزوفرنی می شوند؟

در بروز این بیماری و شروع آن عوامل محیطی و همچنین خانوادگی نقش دارند.



اسکیزوفرنی ممکن است یک زمینه ژنتیکی داشته باشد:

سابقه ابتلا در نزدیکان احتمال بروز را بالا میبرد. بیماران مبتلا به اسکیزوفرنی دارای جهش های ژنتیکی نادر هستند.

علت بیماری:

علت بیماری ناشناخته است، اما عوامل ژنتیک و عوامل محیطی در این اختلال نقش دارند. اختلال در ناقلهای عصبی مغزی مانند دوپامین و گلوتامات و تغییرات در عملکرد و ساختارهای مغزی در این بیماری مشهود هستند.

اسکیزوفرنی چگونه تشخیص داده می شود:

تشخیص اسکیزوفرنی بر اساس اطلاعات جمع آوری شده از سوابق بیماری فرد و حتی افراد خانواده آن صورت می گیرد. تمامی سوابق مانند نوع بیماری، نوع داروهای مصرفی و ... مورد بررسی قرار می گیرند. مهمترین ابزار تشخیص اسکیزوفرنی مصاحبه با بیمار و اخذ وضعیت روانی وی هست. اغلب افرادی که مبتلا به اسکیزوفرنی هستند باور نمی کنند بیمار هستند و علائم خود را نادیده می گیرند و توجهی به آن ها نمی کنند.

گاهی انجام آزمایش های متعدد مانند آزمایش خون و یا ادرار برای تشخیص بیماری لازم است.

نتایج آزمایش های صورت گرفته ممکن است منجر به تشخیص بیماری در یکی از مراحل زیر شود.

- مراحل اول
- مراحل میانی
- ادامه دار
- غیر قابل تشخیص

تصویر برداری مغزی در همه بیماران **ضروری** نیست و نیازی به انجام آن ها نمی باشد.



درمان: درمان این بیماری عموماً طولانی مدت است و گاهی تمام عمر باید ادامه پیدا کند. درمان شامل انواع درمانهای دارویی و غیر دارویی می باشد.

درمان های دارویی

داروهای رایج: آنتی سایکوتیک ها (نسل اول مانند هالوپریدول، کلرپرومازین، فلوفنازین، فلوپنتیکسول و نسل دوم مانند کلوزاپین، اولانزاپین، ریسپریدون، کوئتیاپین)

داروی جدید ریسپردال کنستا (فرم تزریقی طولانی اثر ریسپریدون)، اولین داروی آنتی سایکوتیک نسل دوم در بازار ایران می باشد که هم بر روی علائم منفی و هم علائم مثبت بیماری تاثیر گذار است و در صورت صلاحدید پزشک معالج برای بیمار تجویز می شود.

این دسته از داروها مانند تمام مواد شیمیایی دیگر دارای عوارض هستند، بنابراین از مصرف و قطع خودسرانه آنها جداً خودداری شود.



درمان های غیر دارویی



روان درمانی: روان درمانی عبارت است از ارزیابی عواطف و احساسات فرد و حل تعارضات روحی با احساس همدلی. ابتدا روان درمانی حمایتی است تا زمانی که علائم کنترل شود. پس از کاهش علائم و افزایش ارتباط بیمار با واقعیت روان درمانگر سعی در افزایش برقرار یا ارتباط با بیمار و کاهش اضطراب وی خواهد داشت.



رفتار درمانی: بیشترین تکیه بر درمان علائم رفتاری و خارجی بیماری است و بر قوانین بازتابهای شرطی پاولف استوار است.



خانواده درمانی: چون بیماران وقتی ترخیص میشوند علائم بیماری کاملاً از بین نرفته، خوب است که خانواده نیز آموزشهای الزام جهت برخورد با این بیماران را ببینند و بعضی از رفتارها و برخوردهای غلط آنان اصلاح گردد.

University of Maryland Medical Center. Schizophrenia Available at:

1. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/schizophrenia/symptoms-causes/syc-20354443>

Up-to-date: Pharmacotherapy for Schizophrenia Available at:

2. <https://www.uptodate.com/contents/pharmacotherapy-for-schizophrenia-acute-and-maintenance-phase-treatment>

National Health Service. Symptoms of schizophrenia Available at:

3. <https://www.nhs.uk/conditions/schizophrenia/>

Everyday Health. What is Schizophrenia? Available at:

4. <https://www.everydayhealth.com/schizophrenia/guide/>

Medical News Today. Understanding the Symptoms of Schizophrenia Available at:

5. <https://www.medicalnewstoday.com/articles/36942>

American Psychiatric Association. What is Schizophrenia Available at:

6. <https://www.psychiatry.org/patients-families/schizophrenia/what-is-schizophrenia>

Schizophrenia biology and Genetics Available at:

7. <http://schizophrenia.com/>

World Health Organization. Schizophrenia Available at:

8. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/schizophrenia>



No 10, Behestan BLDG, Pardis St., Mollasadra Ave., Tehran, Iran

P.Code:1991915653

Tel: +98 (21) 88 77 4200

info@behestandarou.com

www.janssen.com