



Bohlool Hospital

## آشنایی با اسکیزوفرنی



کارگروه آموزش به بیمار بخش روان  
واحد آموزش سلامت—بازنگری سوم

در مورد رفتارهای غیر عادی مثل لخت شدن در انظار عمومی، صحبت های بی ربط و آشغال خوری نباید بیمار را سرزنش کرد، بلکه با اشتیاق به او بفهمانید که قصد کمک به وی دارید و او را به روانپزشک ارجاع دهید.

برای یک خواب بهتر باید از مصرف نوشیدنی های کافئین دار مثل چایی یا قهوه در طول شب خودداری شود.

محیط آرام و ساکت برای او فراهم کنید و در صورت بی خوابی، طبق دستور به وی قرص های آرام بخش داده شود.

در برخورد با بیماران بدبین، سعی کنید صادقانه روبرو شوید و او را بپذیرید، صبور باشید، در جلب اعتماد بیمار نسبت به خود عجله نکنید.

احساسات او را درک کرده و به او فرصت دهید تا با صحبت کردن مشکل خود را بیان کند.

به تنهایی در مقابل خشم بیمار قرار نگیرید، اگر شروع به گریه کرد به او اجازه دهید تا احساسات خود را تخلیه کند.

مواظب پیام های غیر کلامی خود باشید، خندیدن، نوع نگاه کردن، نحوه ایستادن حرکات چهره و ... زیرا احتمال دارد بیمار رفتار شما را بد تعبیر کند.

علائم اسکیزوفرنی با دارو قابل کنترل می باشد، اما بهبود کامل علائم مستلزم مصرف طولانی مدت دارو می باشد.

عوارض داروها و انگ بیماری روان باعث عدم رغبت بیماران برای مصرف داروها می باشد که مراجعه به موقع به پزشک و همچنین آموزش خانواده ها و جامعه مشکل گشا خواهد بود.

### درمان غیر دارویی:

این نوع از درمان به تنهایی و بدون مصرف دارو اثر بخش نخواهد بود، از جمله این درمان ها می توان به مشاوره، آموزش برقراری ارتباط، آموزش خانواده، روان درمانی و ... اشاره کرد.

### در زیر نکاتی را برای ارتباط بهتر با بیماران آورده ایم که برای خانواده بیماران ضروری می باشد:

از برخورد های کلامی و غیر کلامی سرزنش آمیز خودداری کنید.

باید بیمار را علیرغم داشتن اعتقادات غلط پذیرفت و از سرزنش کردن، مسخره کردن، توهین و قضاوت عجولانه خودداری کرد.

هدیان های بیمار را تایید یا رد نکنید و به هذیان های مسخره و خنده آور بیمار نخندید.

وقتی بیمار از توهنات خود حرف می زند به او بفهمانید که صدا ها برای شما واقعی هستند، ولی من چیزی یا صدایی نمی شنوم.

با فراهم کردن وسایل سرگرمی و مورد علاقه بیمار، به او اجازه داده نشود که در خیالات خود غرق شود.

در حضور بیمار بدبین، بیچ نکرده و درگوشی صحبت نکنید.

## اسکیزوفرنی چیست؟

این بیماری از اختلالات مزمن روانپزشکی می باشد، که با آشفتگی و از هم گسیختگی در گفتار، تفکر، هیجانات، قضاوت و فعالیت های اجتماعی مشخص می شود.

میزان ابتلا در زن و مرد یکسان است ولی در مرد ها زودتر از زن ها شروع می شود، سن شروع در اواخر دهه دوم و اوایل دهه سوم زندگی شروع می شود.

یک درصد جمعیت را مبتلا می کند و اکثر مبتلایان احتمالا در سراسر عمر این حالت را دارند.

## علائم اسکیزوفرنی

این اختلال در هر فرد ممکن است علایم منحصر به فردی داشته باشد، ولی می توان علائم این بیماری را در گروه های زیر دسته بندی کرد:

## علائم مثبت اسکیزوفرنی

**توهم:** دیدن یا شنیدن چیزهایی که وجود خارجی ندارند.

**هذیان:** عقائد نادرست درباره وقایع یا اشخاص. مثل بد بینی، اعتقاد به خیانت و یا قصد آسیب رساندن، دشمن پنداری

**گفتار آشفته:** بکار بردن کلمات بدون رعایت دستور زبان که در شکل شدید آن، کلام بیمار قابل فهم نمی باشد.

**رفتار کاتاتونیک:** بی حرکتی و عدم فعالیت و ماندن در یک حالت خاص

**رفتار آشفته:** رفتار های عجیب و غریب و کارهای تکراری

علائم منفی اسکیزوفرنی (کاهش فعالیت جسمی و روانی) احساس پوچی و خالی بودن، بی انگیزگی، عدم لذت و بی احساسی

کاهش ارتباطات و ترس از محیط و اشخاص که به گوشه گیری و انزوای بیشتر منجر می شود.

## علائم شناختی در اسکیزوفرنی:

ضعف در حل مساله، ضعف در مهارتهای تصمیم گیری، افکار

غیر منطقی، نقصان حافظه و توجه

## دور شدن از واقعیت مهم ترین شاخصه این بیماری است.

**علت بیماری چیست؟ وراثت و عوامل ژنتیکی از مهم ترین علت های این بیماری است.**

هر نوع بیماری در اثر اختلال عملکرد طبیعی یک یا چند سیستم بدن بروز می کند، به عنوان مثال بیماری دیابت، بدنبال اختلال در ترشح انسولین و بعث عملکرد بد سیستم هورمونی و غدد بدن بروز می کند.

بر مبنای همین اصل بیماری اسکیزوفرنی نیز بدنبال اختلال در عملکرد دستگاه عصبی و بویژه مغز بوجود می آید، تاکنون علت دقیق و چگونگی این تغییرات بدقت روشن نشده است.

اما دو عامل مهم را در ایجاد اختلال اسکیزوفرنی موثر می دانند که شامل موارد زیر می باشد.

## آسیب پذیری: یعنی برخی از افراد به طور ارثی و ژنتیکی

بیش از سایر افراد آمادگی ابتلا به اختلال اسکیزوفرنی را دارند، بنابر این تنظیم برخی از مواد شیمیایی در مغز به هم می خورد و اشکال در عملکرد بعضی از ساختار های مغز باعث بروز علائم می شود.

## تنش و فشار های روانی: عبارت است از شرایط جدیدی

که در زندگی ما رخ می دهد و ما باید خود را با آن سازگار کنیم. عوامل آسیب پذیر فرد را مستعد بیماری می کنند و فشارهای روانی نیز شروع بیماری را تسهیل می کنند.

**بعنوان مثال:** فرد دارای اختلالات عروق قلبی در اثر فشار و تنش دچار سکتة قلبی خواهد شد.

## درمان اسکیزوفرنی

اسکیزوفرنی بیماری مزمنی بوده و علائم آن با دارو قابل کنترل می باشد، بدلیل امکان عود این اختلال درمان دارویی مستلزم مصرف طولانی مدت دارو می باشد.

تنظیم داروها فقط با نظر پزشک معالج صورت می گیرد و شما اجازه تغییر نحوه یا میزان مصرف داروها یا توقف آنها را ندارید.

در مواردی که بیمار افکار خودکشی یا دیگر کشی دارد یا رفتار بسیار آشفته (از جمله ناتوانی برای برآورده ساختن نیاز های اساسی خود مثل غذا، لباس و بهداشت) در کار باشد، بیمار باید در بیمارستان بستری شود، بستری شدن باعث کاهش استرس و برطرف شدن دوره حاد بیماری خواهد شد.