

اسکیزوفرنی چیست؟ نشانه ها و درمان بیماری روحی

اسکیزوفرنی نوعی اختلال شدید است که بر کل شخصیت تاثیر می گذارد ولی همه نشانه های آن را می توان بادرمان کنترل کرد. برخی از مبتلایان به اسکیزوفرنی برای کنترل نشانه های بیماری خود باید همیشه دارو مصرف کنند، برخی دیگر برای دوره محدودتری نیاز به دارو دارند و بالاخره عده یی که بیماری آنها در پی استرس حاد نظیر بیماری جسمی یا زایمان شروع شده ممکن است طی مدت زمان کوتاهی بهبود بالینی کامل پیدا کنند. در حالی که روانپزشکان، ۴ مشخصه برای بیماری اسکیزوفرنی بیان کرده اند، هنوز هم کم و بیش این بیماری با علایمی همچون در خود فرورفتگی، دوگانگی در تفکر و تصمیم گیری، کم شدن یا نبودن عواطف و احساسات، و اختلال در تفکر شناخته می شود. علایم مثبت بیماری این گونه است که بیمار در تفکر، ادراکات و حواس پنجگانه خود دچار اختلال می شود که این اختلال به صورت توهم بروز پیدا می کند. این توهم خود را به صورت توهم شنوایی و بینایی نشان می دهد، مثلا بیمار صداهایی می شنود که به او دستور می دهد کاری را انجام دهد یا افراد یا اشیایی را می بیند که وجود خارجی ندارند. اختلال در تفکر فرد باعث درهم ریختگی ذهن و تداعی ها و علاوه بر آن منجر به بی ربط گویی می شود. هذیان (وجود اختلال در محتوای تفکر) نیز از دیگر علایم مثبت بیماری اسکیزوفرنی است که باورهای غلط را در فرد به وجود می آورد و به صورت احساس بدبینی و گزند و آسیب بروز پیدا می کند.

در این حالت فرد تصور می کند کسانی با او دشمنی دارند و می خواهند به او صدمه بزنند یا تصور می کند اعضای خانواده یا اطرافیانش می خواهند او را مسموم کنند یا بکشند. انواع دیگری از هذیان ها هم وجود دارد که مثلا هذیان بزرگ منشی به گونه یی است که بیمار خود را آدم مهم و بزرگی می داند یا هذیان کنترل،

که در این حالت بیمار اسکیزوفرنی تصور می کند فرد یا افرادی او را کنترل می کنند، افکارش دست خودش نیست یا می تواند افکار دیگران را بخواند و در ذهن دیگران تاثیر بگذارد. هذیان دیگری نیز وجود دارد که بیمار فکر می کند از کرات دیگر با او ارتباط دارند. اما از جمله علایم منفی بیماری می توان به اختلال در عواطف اشاره کرد به گونه یی که یا عواطف در فرد کند می شود یا از بین می رود و به نیازهای خود و عزیزانش مانند فرزند و همسرش اهمیتی نمی دهد یا احساسات دگرگشی پیدا می کند. فقدان عملکرد نیز از دیگر علایم منفی بروز اسکیزوفرنی است. در این وضعیت فرد به بهداشت لباس و نوع غذای خود اهمیت نمی دهد و اگر محصل است به یک باره یا تدریجی (در زمان کوتاه) دچار تنبلی و بی توجهی به درس هایش می شود یا در عملکرد شغلی خود دچار مشکل می شود. وجود برخی از این علایم، بیماری اسکیزوفرنی را تایید می کند.

با بیمار اسکیزوفرنیک چه کنیم؟

مهمترین وظیفه خانواده به رسمیت شناختن بیماری در عضو خانواده است. متأسفانه خیلی از خانواده ها وجود بیماری روانی را در فرزند، همسر، یا والدین خود انکار می کنند. برای نمونه می گویند: پسر ما بیمار نیست، کارهایی که می کند دست خودش است و اگر بخواهد می تواند جور دیگری رفتار کند. اما خانواده نمی دانند که بیمار بیش از همه از وضعیت خویش رنج می برد و بدون کمک حرفه ای روان پزشک قادر به تغییر رفتار خود نیست و توقع بی جای بستگان بر مشکل او می افزاید.

دومین وظیفه خانواده، حفظ آرامش در محیط خانه و پرهیز از خرده گیری ها و سرزنش های ناموجه نسبت به بیمار است. برای نمونه، سرزنش یک دختر جوان مبتلا به اسکیزوفرنیک که چرا نمره هایت مانند گذشته درخشان نیست، موجب افزایش دید

منفی او نسبت به خود و احساس بی ارزشی در وی می شود و رنج او را بیشتر می کند. انتقاد از یک بیمار اسکیزوفرنیک که چرا در کنکور دانشگاه قبول نمی شوی یا چرا به دنبال یک کار پردرآمد نمی روی؟ بر پریشانی او می افزاید و موجب تشدید نشانه ها و عود بیماری و طولانی شدن دوره درمان می گردد.

سومین وظیفه افراد خانواده، همکاری در درمان بیمار است، چه درمان های دارویی و چه درمان های روانی اجتماعی برای نمونه باید مراقب مصرف دارو توسط بیمار باشند و از اظهار نظرهای نامربوط راجع به دارو و درمان که شبیه دوستی خاله خرسه است بپرهیزند. برای نمونه: اگر دارو نخوری بهتر است! یا تو که حالت خوب شده، چرا باز هم دارو مصرف می کنی؟ یا: مصرف دارو خطرناک است، همسایه ما که داروی اعصاب می خورد چند وقت پیش یک ماشین به او زد و مُرد. اعضای خانواده باید بدانند تجویز، کاهش یا قطع داروی اعصاب فقط در صلاحیت روان پزشک است. چه بسیار خانواده ها که با توصیه های نابجا موجب طولانی شدن بیماری یا تشدید آن یا بروز عوارض برگشت ناپذیر بیماری مانند خودکشی فرد بیمار شده اند.

چهارمین وظیفه خانواده آن است که با نوع بیماری و نشانه های بیماری مریض شان آشنا باشند و وضعیت او را همیشه زیر نظر بگیرند و در صورت برگشت نشانه ها بی درنگ با پزشک تماس حاصل کنند.

نکاتی که به بیماران روانی نباید گفت:

سلامت جسمی و روانی افراد اهمیت فراوانی دارد، اما در این میان توجه به بیماران روانی از اهمیت ویژه ای برخوردار است، در این راستا برخورد اطرافیان، خانواده و کادر درمانی در بهبودی بیماران روانی تاثیر بسزایی دارد.

۱- خودتان را مشغول کنید و ذهنتان را منحرف کنید.

وقتی فرد بیماری روانی قابل توجهی دارد، با کار کردن حواس فرد

پرت خواهد شد، اما باید توجه داشته باشیم که نادیده گرفتن موضوع باعث از بین رفتن بیماری نمی‌شود و آن را از بین نمی‌برد .

۲- آیا شما می‌خواهید که بهتر شوید .

این آزاردهنده‌ترین چیزی است که به یک بیمار می‌توان گفت، زیرا این مفهوم را می‌رساند که فرد هیچ علاقه‌ای به سلامتی خود ندارد و تلاشی هم در جهت بهبودی خود نمی‌کند .

۳- عقایدتان را تغییر دهید

هرچند تغییر در عقاید می‌تواند مفید باشد، اما نمی‌تواند در درمان بیماری‌هایی مثل اختلال بیش‌فعالی، اختلال استرس پس از آسیب، اختلال دو قطبی یا اسکیزوفرنی مفید باشد. تغییر عقیده یک نفر کار آسانی نیست .

برای یک فرد که عملکرد بالایی دارد، تغییر نگرش کار بسیار دشواری است، چه برسد به کسی که بیماری روانی طاقت‌فرسایی دارد .

۴- توقف بر تمرکز بر چیزهای بد و فقط به شروع به زندگی فکر کنید .

یکی از رایج‌ترین اشتباهات این است که به فرد بگویید از تمرکز کردن بر خود، بر چیزهای بد، بر گذشته خودداری کند و فقط به شروع زندگی فکر کند. چرا نباید چنین چیزی بگوییم ؟ این می‌تواند موجب بدتر شدن احساس بد نسبت به خود بشود، کشف این واقعیت که آنها نمی‌توانند کاری را انجام دهند، علامت دیگری برای شکست آنها است .

۵- تو همه چیز داری، پس باید خوب شوی .

گاهی افراد همه چیزهای مورد نیاز برای بهبودی را در دسترس ندارند، گاهی فقط یک کمک کوچک می‌تواند کمک زیادی به بهبودی فرد کند.

۶- خودت باید ناراحتیت را تمام کنی ، این موضوع برای

همه پیش نمی‌آید .

افراد درجه‌ای از احساسات را تجربه می‌کنند، برای مثال گاهی افراد احساس غمگینی می‌کنند. احساس اضطراب داشتن به معنای داشتن حمله وحشت‌زدگی نیست .

۷- فقط برای آن دعا کنید

نماز برای بسیاری از افراد قدرت زیادی دارد. خود را در مرکزیت قرار دادن و احساس حمایت داشتن از مرکز قدرت بالاتر بسیار می‌تواند مفید باشد. این توصیه به‌تنهایی می‌تواند مشکل را به حداقل برساند. این‌گونه عقاید باعث می‌شود که افراد تمایل خود را برای درمان دارویی از دست بدهند یا به طور کلی تمایلی برای هر گونه درمانی نداشته باشند .

چشم‌پوشی از بسیاری از درمان‌های پزشکی و روانی اثبات شده و حتی باعث می‌شود که افراد احساس می‌کنند التیام نیافته‌اند، زیرا افراد به درمان‌ها اعتقادی ندارند .

۸- چرا نمی‌توانی کار کنی؟

بدون شک تماشای اینکه افرادی که توانا هستند اما قادر به کار کردن نیستند بسیار سخت است، اما گفتن این جمله که تو تنبل هستی، به کسی که در حال تلاش است و از بیماری روانی رنج می‌برد بسیار مضر است.

منابع: <https://tangestanhc.bpums.ac.ir>

بیمارستان امام خمینی (ره) اسکو



اسکیزوفرنی



تهیه و تنظیم: طاهره الوندنژاد

(سوپروایزر آموزش سلامت همگانی - کارشناس ارشد پرستاری)

تاریخ تهیه: ۱۴۰۰/۰۱/۲۲

تاریخ آخرین بازنگری: ۱۴۰۲/۰۱/۲۲

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۴/۰۱/۲۲

