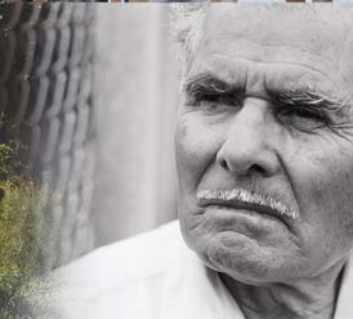


# شیزوفرنی چیست؟

(What is schizophrenia?)



## شیزوفرنی چیست؟

تشخیص زود و درمان موثر و سریع جهت تندرستی آتی افراد مبتلا به شیزوفرنی حیاتی است.

درک نادرستی از بیماری شیزوفرنی به دلیل مسایل مربوط به داغ و تنگ ناشی از بیماری، مزوی شدن و تبعیض که ممکن است از جانب افراد مبتلا به شیزوفرنی و بستگان و مراقبت کنندگان از آن هاتجربه گردد، وجود دارد.

بر طبق یک روایت، افراد مبتلا به شیزوفرنی خطرناک می باشند. آنان به ویژه در صورت دریافت درمان و حمایت صحیح، به ندرت خطرناک می باشند. ندرتا اقلیت بسیار کمی از مبتلایان به شیزوفرنی ممکن است در طول دوران هایی از جنون که تحت مداوا قرار نگرفته اند به دلیل ترس ها و اوهامات خود، پرخاشگر شوند.

اغلب موارد این رفتار پرخاشگرانه مستقیما متوجه خود فرد بوده و ممکن است که خطر خودکشی را افزایش دهد.

شیزوفرنی را اغلب با دو شخصیتی بودن اشتباه می گیرند. این مسأله صحیح نیست؛ افراد مبتلا به شیزوفرنی ممکن است دچار اوهام شوند و توانایی درک واقعیت را از دست بدهند، ولی آنان افرادی چند شخصیتی نمی باشند.

افراد مبتلا به شیزوفرنی یک سری توانایی های هوشی معمولی را از خود نشان می دهند ولی دچار ناتوانی ذهنی نمی باشند، اگرچه عوارض حاد جنون ممکن است با توانایی تفکر در آنان در طول دوران های حاد بیماری تداخل کند.

عمدتا فرد مبتلا به شیزوفرنی تغییراتی در رفتار و قوه ی ادراک، طرز تفکری بی نظم که ممکن است سبب تحریف روریاورویی با واقعیت گردد را تجربه می نماید. این مورد را جنون می نامند.

شیزوفرنی یک بیماری روحی و روانی، همراه با داغ و تنگ و اطلاعات بسیار غلط است. این مورد اغلب منجر به افزایش پریشانی فرد بیمار و یا اعضای خانواده ی وی می گردد.

شیزوفرنی معمولا در ابتدا در بین افراد گروه سنی پانزده تا بیست و پنج ساله دیده می شود، ولی اگرچه ممکن است دیرتر نیز بروز نماید. رواج شیزوفرنی در حدود یک درصد از کل جمعیت می باشد.

حدود یک سوم از مردم مبتلا به شیزوفرنی فقط یک یا چند تایی از دوره های بیماری را در طول زندگی خود تجربه می نمایند. در مورد بعضی این بیماری همواره عود می کند و یا در تمام دوران زندگی به صورت یک بیماری باقی می ماند.

حمله و شروع بیماری ممکن است به طور متداوم به همراه عوارض حاد که هفته ها به طول می کشد، یا به کندی، در طول ماه ها و سال ها رخ دهد، بروز نماید.

در طول دورانی که بیماری عود می کند، فرد اغلب از سایرین کناره گیری کرده، دچار افسردگی و اضطراب شده، و عقاید غیر عادی و ترس های بسیار زیاد را تجربه می نماید. توجه به این نشانه های اولیه جهت دسترسی به درمان اولیه مهم است.

## عوارض بیماری شیذوفرنی چه می باشد؟

• او هام- اعتقادات دروغین مبتنی بر تحت تعقیب و اذیت و آزار بودن، گناهکار بودن و یا شکوه و عظمت داشتن، و یا تحت کنترل عوامل خارجی بودن. ممکن است که افراد مبتلا به شیذوفرنی وجود توطئه هایی بر علیه خود را بیان نمایند و یا فکر کنند که دارای قدرت های ماورای طبیعی و و یا موهبت های خاص می باشند. بعضی اوقات آن ها جهت مصون بودن از اذیت و آزار از مردم کناره گیری می کنند.

• او هام- بیشتر شامل شنیدن صدا ها می باشد. مواردی که کمتر معمول است عبارتند از: دیدن، احساس کردن، چشیدن مزه، استشمام کردن چیزهایی که به نظر شخص کاملاً حقیقی می باشند، اما در حقیقت در آن جا وجود ندارند.

• اختلال در تفکر – زمانی که هیچ نوع ارتباط منطقی در گفتار فرد دیده نمی شود ممکن است که افکار و گفتار در هم آمیخته و بدون ارتباط می شوند.

سایر عوارض شیذوفرنی عبارتند از:

• عدم کار آیی – فرد توانایی انجام فعالیت های روزانه را مثل شستن و آشپزی را از دست می دهد. فقدان کار آیی، انگیزه و قریحه جزئی از این بیماری است و به معنای تبدیلی نمی باشد.

• مشکل در فکر کردن- تمرکز فرد، حافظه، و توانایی برنامه ریزی و سازمان دهی ممکن است که تحت تأثیر قرار بگیرد. و این مساله سبب می شود که فرد در ارایه ی استدلال، ارتباط، و انجام فعالیت های روزمره ی خود با مشکل مواجهه شود.

• بیان کند احساسات- زمانی رخ می دهد که توانایی فرد در بیان احساساتش به طور زیادی کاهش یابد. این مورد معمولاً همراه با واکنش های نادرست در رویارویی با موقعیت های غمگین و یا شاد است.

• کناره گیری از جامعه- این مورد ممکن به دلایلی منجمله ترس از مورد آسیب قرار گرفتن از جانب افراد، و یا ترس از مراودات با سایرین به دلیل فقدان مهارت های اجتماعی بروز نماید.

• فقدان بصیرت- عدم اطلاع افراد مبتلا به شیذوفرنی از بیماری خود به دلیل وجود تجربیاتی، مثل؛ پندار های بیهوده و اوهامات بسیار واقعی، عادی است. این مساله ممکن است برای افراد خانواده و یا مراقبت کنندگان از آنان بسیار ناراحت کننده باشد.

عدم اطلاع افراد مبتلا به شیذوفرنی می تواند یکی از دلایل عدم قبول درمانی که ممکن است برای آنان سودمند باشد، گردد. عوارض جانبی ناخواسته ی بعضی از دارو ها نیز ممکن است یکی دیگر از دلایل امتناع از قبول درمان باشد.

## چه عواملی باعث بروز شیذوفرنی می گردد؟

هیچ دلیل خاصی تشخیص داده نشده است، اما عوامل مختلفی با بروز شروع این بیماری در ارتباط می باشد. شانس ابتلا به این نوع بیماری روحی در طول زندگی در مردان و زنان یکسان می باشد، اگرچه در مردان اغلب این بیماری زودتر شروع می گردد.

### عوامل ژنتیکی

آمادگی ابتلا به بیماری شیذوفرنی در بین خانواده ها می تواند ارثی باشد. فقط یک درصد از کل جمعیت مردم در طول زندگی خود به

افراد مبتلا به شیزوفرنی اغلب مضطرب، تند مزاج شده و توانایی تمرکز را قبل از بروز هر نوع عوارض آشکار از دست می دهند. این مورد سبب بروز مشکلاتی در سر کار و یا هنگام تحصیل آنان شده و سبب کاهش روابط آنان می گردد.

اغلب این عوامل را سبب و علت بروز بیماری دانسته و مورد نکوهش قرار می دهند؛ در حالیکه خود بیماری سبب بروز این وقایع استرس آور گردیده است. در نتیجه نمی توان متوجه شد که آیا استرس سبب بروز شیزوفرنی است و یا شیزوفرنی سبب بروز فشار های عصبی می باشد.

## مصرف مشروبات الکلی و سایر مواد مخدر

مصرف مشروبات الکلی و سایر مواد مخدر مضر خصوصا حشیش و آمفی تامین ممکن است سبب تحریک جنون در افرادی که نسبت به بیماری شیزوفرنی آسیب پذیر هستند، گردد. در حالیکه استفاده از مواد مخدر سبب ایجاد شیزوفرنی نمی شود، ولی شدیداً سبب برگشت و عود کردن بیماری می گردد.

افراد مبتلا به شیزوفرنی بیش تر از مردم معمولی در معرض استفاده از مشروبات الکلی و سایر مواد مخدر قرار دارند، و این مورد سبب ایجاد اختلال در امر معالجه می گردد. میزان قابل توجهی از مبتلایان به شیزوفرنی سیگار می کشند، و این منجر به ضعف سلامت جسمانی آنان می شود.

این بیماری مبتلا می شوند؛ ولی حتی اگر یکی از والدین مبتلا به شیزوفرنی باشند، احتمال ابتلای کودکان به ده درصد افزایش یافته- و نود درصد شانس ابتلا به آن را ندارند.

## عوامل مربوط به شیمی حیات (زیست شیمی)

مواد بیوشیمیایی (زیست شیمی) خاص موجود در مغز به ویژه فرستنده های عصبی به نام دوپامین در بروز بیماری شیزوفرنی دخالت دارند. یکی از دلایل احتمالی بروز عدم تعادل مواد شیمیایی موجود در مغز، استعداد ارثی در ابتلا شدن به این بیماری می باشد. عوارض دوران بارداری، یا تولد می تواند سبب ایجاد آسیب ساختاری به مغز شود و ممکن است در بروز این بیماری دخالت داشته باشد.

## ارتباطات خویشاوندی

هیچ شاهدهی دال بر این نظریه که روابط خویشاوندی سبب بروز این بیماری می شود وجود ندارد. اگرچه؛ بعضی از افراد مبتلا به شیزوفرنی نسبت به تنش های خانوادگی، که ممکن است سبب بروز برهه هایی از بیماری آنان گردد، حساس می باشند.

## فشار های عصبی

به خوبی به اثبات رسیده که وقایع و اتفاقات استرس زای زندگی اغلب سبب بروز بیماری شیزوفرنی می گردد. این استرس ها در صورت آسیب پذیر بودن فرد سبب تسریع شدن بیماری می گردد.

## چه در مان هایی موجود می باشد؟

موثرترین روش های درمانی برای شیذوفرنی شامل دارو، روان درمانی و حمایت های همراه با کنترل تأثیرات آن بر روی زندگی روزمره است. آموزش در مورد بیماری و فرا گرفتن روش های پاسخگویی موثر به علائم هشداردهنده ی اولیه یک دوره از بیماری مهم می باشد.

پیشرفت دارو های ضد جنون سبب بروز تحولی در درمان شیذوفرنی گردید. هم اکنون؛ اکثر افراد مبتلا به جای بستری شدن در بیمارستان می توانند در بین مردم ودر جامعه زندگی نمایند. گروهی از مردم هیچگاه در بیمارستان بستری نشده و مراقبتهای پزشکی کلا برای آنان در جامعه ارایه می گردد.

دارو ها از طریق اصلاح عدم تعادل مواد شیمیایی موجود در مغز که از عوارض بیماری می باشد، عمل می نمایند. دارو های جدید، وبه خوبی امتحان شده سبب بهبودی کامل تر به همراه عوارض جانبی کم تر می گردد.

شیذوفرنی همانند سایر بیماری ها جسمی، یک نوع بیماری است. همان طور که انسولین یک خط حیاتی برای افراد مبتلا به مرض قند (دیابت) است، داروهای ضد افسردگی نیز یک خط حیاتی برای افراد مبتلا به شیذوفرنی می باشد. همانند افراد مبتلا به بیماری مرض قند (دیابت)، ممکن است که بعضی از مردم به طور نا محدودی برای تحت کنترل در آوردن عوارض ناشی از بیماری و یا جلوگیری از بروز مجدد دوره هایی از حالت های روانی احتیاج به استفاده از دارو داشته باشند.

بروز تغییرات در شیوه ی زندگی مثل کاهش استفاده از مشروبات الکلی و استعمال مواد مخدر و سایر عواملی که سبب تشدید دوره های این بیماری می شود، ممکن است در بهبودی افراد موثر واقع گردد.

اگرچه ؛ هیچ نوع درمان شناخته شده ای جهت درمان شیذوفرنی وجود ندارد، ولی مراجعه ی مداوم به دکتر، روان پزشک و در صورت امکان گروه های تربیتی چند گانه ( که احتمالا شامل پرستاران سلامت و بهداشت روح و روان، مددکاران اجتماعی، توان بخشان و روان شناسان می باشند) ممکن است در جهت کمک به مردم در جهت اداره و کنترل عوارض بیماری و برخورداری از یک زندگی سودمند موثر واقع شود.

حمایت از جانب دوستان و همکاران نیز می تواند یک منبع پرارزش حمایتی ، اطلاعات مفید و امید باشد.

بعضی اوقات؛ روش های درمانی خاص مستقیمی تواند در جهت رفع عوارضی مانند اوهامات، مفید واقع گردد. مشکلات سلامت جسمانی نیز احتیاج به بررسی دارند.

خدمات توان بخشی ناتوانی های روحی و حمایت در جهت حل مشکلات مربوط به کار، مسایل مالی، مسکن، روابط اجتماعی و تنهایی می تواند کمک نماید.

اغلب، ممکن است که خویشاوندان و دوستان افراد مبتلا به شیذوفرنی احساس گنجی و پریشانی نمایند. حمایت و آموزش به همراه درک و فهم اجتماع، بخش مهمی از درمان را شامل می شود.



## در مورد این بروشور (جزوه)

این بروشور بخشی از یک سری بروشورها در مورد بیماری های روحی است که بودجه ی آن توسط دولت استرالیا و تحت عنوان استراتژی ملی سلامت و بهداشت روح و روان ارایه می گردد.

سایر بروشور ها به شرح زیر می باشند:

- بیماری روحی چیست؟
- اختلال اضطرابی چیست؟
- اختلال جنون ادواری چیست؟
- اختلال افسردگی چیست؟
- اختلال در غذا خوردن چیست؟
- شیذوفرنی ( اسکیزوفرنی ) چیست؟

جهت دریافت کپی های رایگان به سایر زبان ها با سازمان سلامت و بهداشت روح و روان چند فرهنگی استرالیا با این شماره تلفن تماس بگیرید:

**(02)98403333**

(Multicultural Mental Health Australia)

[www.mmha.org.au](http://www.mmha.org.au)

کپی های رایگان و مجانی تمامی این بروشور ها را می توانید از مکان زیر دریافت نمایید:

Mental Health and Workforce Division of  
the Australian Government Department  
of Health and Ageing:

GPO Box 9848

CANBERRA ACT 2601

Tel: 1800 066 247

Fax 1800 634 400

[www.health.gov.au/mentalhealth](http://www.health.gov.au/mentalhealth)

## برای دریافت کمک به کجا می

### توان مراجعه کرد.

- دکتر خانوادگی
- مرکز بهداشت و سلامت
- مرکز بهداشت و سلامت روح و روان

برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد خدمات موجود، لطفاً

(Community Help Services and Welfare)

و شماره تلفن های 24 ساعته اورژانس را در راهنمای تلفن محلی خود پیدا نمایید.

اگر شما به مترجم احتیاج داشتید با شماره تلفن **131450** با خدمات ترجمه تلفنی (TIS) تماس بگیرید.

جهت دریافت کمک های مشاوره ی فوری با خط تلفن **131114** تماس بگیرید. این خط تلفنی می تواند اطلاعات و کمک های بیشتری را به شما ارایه دهد. (Lifeline).

اطلاعات بیشتر را می توانید در سایت های زیر بیابید:

[www.mmha.org.au](http://www.mmha.org.au)

[www.mifa.org.au](http://www.mifa.org.au)

[www.ranzcp.org](http://www.ranzcp.org)

[www.sane.org](http://www.sane.org)

Insert your local details here

