

اسکیزوفرنیا چیست؟

اسکیزوفرنیا یک اختلال روان پریشی مزمن و شدید است
که

بیش از ۲۱ میلیون نفر را
در جهان درگیر کرده است.

افراد مبتلا اغلب با انگ،
تبعیض و نقض حقوق انسانی مواجه‌اند.



علائم اسکیزوفرنی

توهم: شنیدن ، دیدن ، بو کردن و / یا احساس چیزهایی که فقط در ذهن بیمار وجود دارد.



هذیان: داشتن یک اعتقاد ثابت در مورد اتفاق یا شخصی که واقعی نیست. به عنوان مثال ، بدون دلیل مشخصی فرد باور دارد که دیگران قصد کشتنش را دارند.



گفتار نامفهوم و نامربوط



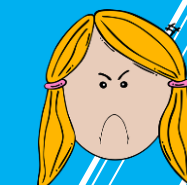
رفتار غیر طبیعی: مانند خندیدن با خود یا داشتن ظاهر عجیب



مشکلات احساسی: بی تفاوت بودن



نشان دادن احساسات نامناسب؛ برای مثال در شرایط خوشحال کننده در چهره بیمار هیچ نشانه ای از شادی وجود ندارد.



درمان اسکیزوفرنی

► یک بیماری قابل درمان است

► داروهای آنتی سایکوتیک

► مدافلات روانی- اجتماعی

► ممکن است نیاز به درمان طولانی مدت داشته باشند

► حتی اگر درمان موفقیت آمیز باشد، برخی از کاهش عملکردها

ممکن است باقی بماند.



چگونه می‌توانید به خودتان کمک کنید؟

فعالیت‌های اجتماعی و شغلی داشته باشید.

از استرس دوری کنید

به روانپزشک مراجعه کنید

در مورد عوارض جانبی داروها با پزشک خود صحبت کنید.

از روانشناس کمک بگیرید.

رژیم غذایی سالم داشته باشید

به طور منظم بخوابید

ورزش کنید

بهداشت شخصی خود را حفظ کنید.

خود درمانی نکنید

مواد استفاده نکنید



چگونه می‌توانید به کسی که اسکیزوفرنیا دارد کمک کنید؟

بدون انتقاد به آنها گوش دهید.

تشویقشان کنید که از پزشک کمک بگیرند.

به خواسته‌هایشان احترام بگذارید

آنها باید از حقوق یکسان برخوردار باشند.

به اعضای خانواده و دوستان اطلاع بدهید.

حمایت کنید.

آنها را در فعالیت‌ها درگیر کنید.

این افراد در معرض خطر خودکشی هستند ، در مورد علائم هشدار دهنده هوشیار باشید.

