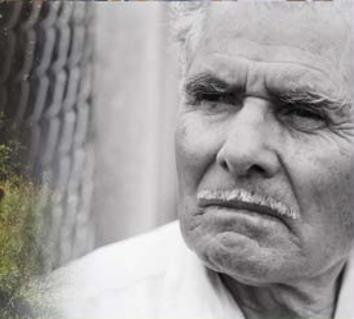


# Что такое шизофрения?

(What is schizophrenia?)



## Что такое шизофрения?

Человек с шизофренией типично испытывает изменения в поведении и восприятии, а так же нарушенное мышление, которое может исказить чувство реальности. Это называется психоз.

Шизофрения является психическим заболеванием, с которым ассоциируется большое количество стыда и неправильной информации. Это часто увеличивает расстройство больному и его/ее семье.

Шизофрения обычно впервые появляется у людей в возрасте между 15 и 25 лет, хотя она может появиться и позже в жизни.

Распространенность шизофрении является приблизительно один процент на общее население.

Около одной трети людей с шизофренией испытывают только один или несколько коротких эпизодов в своей жизни. Для других, это состояние здоровья может быть возвратным или длиться всю жизнь.

Начало заболевания может быть быстрым, с острыми симптомами, развивающимися в течении нескольких недель, или оно может быть медленным, развиваясь в течении многих месяцев или лет.

В период начала, человек часто уединяется, становится депрессивным и возбужденным, и развивает необычные идеи или экстремальные опасения. Для раннего подхода к лечению важно замечать эти предупреждающие признаки.

Раннее опознавание и эффективное раннее лечение очень важно для будущего благосостояния людей с шизофренией.

Много недопонимания окружает шизофрению, которое откладывается на стыд, изоляцию и дискриминацию, которые могут испытывать люди, страдающие шизофренией и их семьи и ухаживающие за ними люди.

Общепринятый миф, это то, что люди с шизофренией опасные. Они редко опасные, особенно когда получают правильное лечение и поддержку. Очень редко, маленькое количество больных шизофренией могут стать агрессивными во время острого нелечимого эпизода психоза, из-за своих опасений или иллюзий. Большинство агрессивного поведения направлено в адрес себя, и риск самоубийства может быть высоким.

Шизофрению часто ошибочно называют «раздвоение личности». Это не правда; люди с шизофренией могут иметь иллюзии и искаженное чувство реальности, но у них нет множество личностей.

Люди с шизофренией проявляют нормальный ряд умственных способностей, и они не имеют умственную отсталость, хотя острые симптомы психоза могут отразиться на их способности думать во время острого эпизода.

## Какие бывают симптомы шизофрении?

Главные симптомы шизофрении включают:

- Мании – искаженные мысли о преследовании, вине или величии, или нахождения под контролем извне. Люди с шизофренией могут описывать заговоры против них или думать, что у них есть особые таланты или силы. Иногда они уединяются или прячутся от людей во избежании воображаемого преследования.
- Галлюцинации – в большинстве случаев это слышимость голосов. Другие менее частые случаи могут включать видеть, чувствовать, пробовать на вкус или нюхать предметы, которые очень реальные для больного, а на самом деле их нет.
- Нарушения мысли – где трудно следить за безсвязной, не логичной речью. Мысли и речь могут быть запутанными и расчлененными.

Другие симптомы шизофрении включают:

- Отсутствие стимула – где способность заниматься каждодневными активностями, такими как стирка и варка, потеряна. Это отсутствие стимула, мотивации и инициативы является частью заболевания, а не ленью.
- Затруднения мышления – концентрация, память и способность планировать и организовывать могут быть

повреждены. Это более затрудняет логическое мышление, общение и способность выполнения ежедневных обязанностей.

- Притупленное выражение эмоций – где способность выражать эмоции сильно понижена. Это часто сопровождается несоответствующей реакцией на счастливую или грустную ситуацию.
- Замкнутость – причиной этому может быть несколько факторов, включая страх что кто-то причинит вред, или страх общения с людьми из-за потери общительности.
- Отсутствие интуиции – так как некоторые переживания, такие как иллюзии и галлюцинации чувствуются очень естественными, часто люди с шизофренией не осознают, что они больны. Это может очень расстраивать семью и ухаживающих за больными. Неспособность сознавать что они больны, может быть причиной того, что люди отказываются принимать лечение, которое может им помочь. Нежелательные побочные эффекты некоторых лекарств также могут сделать свой вклад в отказ от лечения.

## Что является причиной шизофрении?

Не было установлено единственной причины шизофрении, а несколько факторов являются связанными с началом заболевания.

Мужчины и женщины имеют одинаковую возможность развития этого психологического заболевания в течении их всей жизни, хотя начало у мужчин часто бывает раньше.

## **Генетические факторы**

Предрасположенность к шизофрении может быть наследственной. Только у одного процента людей на общее население она развивается на протяжении всей жизни, но если у одного родителя есть шизофрения, у детей есть 10% шанса развития болезни – и 90% шанса не развития.

## **Биохимические факторы**

Определенные биохимические вещества в мозгу считаются участвующими в шизофрении, особенно передатчик нервных возбуждений допамин. Одна вероятная причина такого химического нарушения это генетическая предрасположенность к заболеванию. Осложнения во время беременности или родов, причиняющие физиологические повреждения мозгу могут также участвовать.

## **Семейные отношения**

Не было найдено доказательств в подтверждение идеи, что семейные отношения являются причиной заболевания. Однако, некоторые люди с шизофренией чувствительны к любым семейным трениям, которые для них могут иметь ассоциацию с повторными эпизодами.

## **Стресс**

Достаточно признанный факт, что стрессовые события часто предшествуют началу шизофрении. У уязвимых людей они могут действовать как ускоряющие события.

Люди с шизофренией часто становятся возбужденными, раздраженными и не в состоянии концентрироваться, перед тем, как какие либо острые симптомы становятся заметными. Это может быть причиной проблем с работой или учебой и ухудшения отношений. Часто эти факторы потом обвиняются в причине начала болезни, когда, на самом деле, сама болезнь была причиной стрессового события. Следовательно, не всегда ясно, является ли стресс причиной, или результатом шизофрении.

## **Использование алкоголя и других наркотиков**

Использование вредного алкоголя и других наркотиков, особенно конопли и амфетамина, могут дать толчок психозу у людей, предрасположенных к развитию шизофрении.

В то время как использование наркотических веществ не является причиной шизофрении, оно имеет сильное отношение к повторному заболеванию.

Люди с шизофренией более часто, чем общее население, используют алкоголь и другие наркотики, а это вредно для лечения. Значительная пропорция людей с шизофренией курит, что вносит вклад в плохое физическое здоровье.

## Какое возможно лечение?

Самое эффективное лечение шизофрении включает лекарственные препараты, психологическую терапию и поддержку в контроле влияния болезни на каждодневную жизнь. Очень важно иметь информацию о заболевании и эффективной реакции на ранние предупреждающие признаки эпизода.

Развитие анти-психозных препаратов революционизировало лечение шизофрении. Сейчас, большинство людей может охотнее жить в обществе, чем быть госпитализированным. Некоторые люди никогда не бывают госпитализированы, и уход за их здоровьем производится сугубо в обществе.

Лекарства работают путем исправления химического нарушения в мозгу, связанного с заболеванием. Более новые, хорошо проверенные лекарственные препараты способствуют более полному выздоровлению и имеют меньше побочных эффектов.

Шизофрения это заболевание, как многие физические болезни. Так же как инсулин является жизненно важным для больного диабетом, анти-психозные лекарства могут быть жизненно важным для больного шизофренией. Так же как с диабетом, некоторым людям надо будет принимать лекарства неопределенное время, для того, чтобы держать симптомы под контролем и предотвращать повторные эпизоды психоза.

Изменения в образе жизни, такие как уменьшение использования вредного алкоголя и других наркотиков, а также других пусковых эпизодов, может помочь в выздоровлении.

Хотя нет известного излечения от шизофрении, регулярный контакт с доктором или психиатром и возможно специалистами других дисциплин (которые могут быть мед.сестры психического здоровья, социальные работники, трудотерапевты и психологи) может помочь людям контролировать свои симптомы и жить полной и продуктивной жизнью.

Поддержка друзей и близких может также быть ценным источником поддержки, полезной информации и надежды.

Иногда, специфические терапии, направленные на симптомы, такие как иллюзии, могут быть полезными. Проблемы физического здоровья также нуждаются во внимании.

Услуги поддержки и реабилитации психиатрических нарушений могут помочь с проблемами связанными с работой, финансами, жильем, социальными отношениями и одиночеством.

Друзья и близкие страдающих от шизофрении людей, часто могут быть в замешательстве и чувствовать расстройство. Поддержка и информация, а так же лучшее понимание общества, являются важной частью лечения.

## Куда обращаться за помощью

- Ваш общий врач
- Ваш общественный центр здоровья
- Ваш общественный центр психического здоровья

За информацией о возможных услугах, справляйтесь в Community Help и Welfare Services и 24-часовой неотложной помощи в Вашем местном телефонном справочнике.

Если Вам нужен переводчик, свяжитесь с (TIS) (телефонной переводческой службой) по тел. 13 14 50

За немедленной психологической помощью, звоните в Lifeline по тел. 13 11 14. Lifeline может также предоставить дополнительную информацию.

Дополнительная информация также доступна по:

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

## Об этой брошюре

Эта брошюра является частью серии о психическом здоровье, субсидируемой Австралийским правительством под Стратегией Национального Психического Здоровья (National Mental Health Strategy).

Другие брошюры в этой серии включают:

- *Что такое психическое заболевание?*
- *Что такое нарушение возбуждения?*
- *Что такое биполярное нарушение настроения?*
- *Что такое депрессия?*
- *Что такое нарушения питания?*
- *Что такое нарушения личности?*

Бесплатные копии всех брошюр можно получить от 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)

Для копий на других языках, свяжитесь с: Мультикультурное Психическое Здоровье Австралии (Multicultural Mental Health Australia) по тел: (02) 9840 3333  
[www.mmha.org.au](http://www.mmha.org.au)

Insert your local details here