

**Šizofrenija** - tai lėtinė psichikos liga, kuri pažeidžia jausmus, mąstymą, suvokimą ir valią.

Šizofrenija gali susirgti bet kas - nepriklausomai nuo tautybės, socialinės padėties, profesijos ar išsilavinimo. Vidutiniškai 1% visų žmonių serga šizofrenija. Vyrams šis sutrikimas dažniausiai pasireiškia sulaukus 15-25 metų, moterims - 25-35.

### Ligos priežastys:

➤ paveldėtas polinkis sirgti šizofrenija. Jei vienas iš tėvų sirgo šia liga, palikuonys turi didesnę tikimybę susirgti;

➤ nepalankūs aplinkos veiksniai (gimimo traumas, galvos traumas, motinos nėštumo metu persirgtos infekcinės ligos, psichologinės traumas) sutrikdantys smegenų vystymąsi;

➤ cheminių medžiagų organizme disbalansas;

➤ aplinka (stresinė būsena).

### Simptomai:

**Haliucinacijos** - dažniausiai girdimi garsai, matomi ar jaučiami dalykai, kurių realybėje nėra.

**Kliedesiai** - tai įsitikinimas, kai sergantysis tiki idėjomis, kurios neatitinka tiesos. Žmogus gali tikėti, kad jį persekioja ar kažkas kontroliuoja. Kartais žmonės patiki savo ypatingomis galiomis ar ima slapstytis nuo įsivaizduojamo pavojaus ar priešų. Klidentys žmonės jaučiasi ypatingai svarbūs, išrinkti kokiais nors misijai, sugebą kontroliuoti orus, bendrauti su ateiviais, skaityti kitų mintis. Mąstymas būna nenuoseklus, ligonis gyvena susikurtoje realybėje, kartais girdi neegzistuojančius balsus, jam perduodamos mintys ir kt.

**Valios sutrikimai** - valia laipsniškai silpnėja, pacientai kartais besąlygiškai vykdo paliepiamus, kartoja aplinkinių žodžius ir judesius, būna impulsyvių, nemotyvuotų poelgių. Kartais tokie ligoniai, praranda iniciatyvą, niekuo nesidomi, nesirūpina savo ateitimi. Dėl valios stokos jiems sunku ką nors pradėti veikti arba pradėjus veiklą tęsti.

**Emocijų blankumas** - ligoniai mažiau reiškia emocijas, rečiau juokiasi, verkia. Jausmai (emocijos) šizofrenijos atveju nuskursta, nyksta sugebėjimas suvokti ir įsijausti į aplinkinių emocijas, išnyksta jausmų spalvingumas, įvairovė, nyksta aukštesnieji jausmai (gėda, meilė, užuojauta), sutrinka „emocijų logika“, jos neatitinka aplinkos įvykių, pasitaiko prieštaringi jausmai, pasimetimas, paralyžiuojantis nerimas.

**Interesų stoka** - ligoniai nustoja domėtis aplinka ir net tais dalykais, kurie teikdavo malonumą. Jiems gali atrodyti, kad neverta stengtis ką nors daryti.

**Minčių nesuderinamumas** - sunku suprasti, ką sergantis žmogus nori pasakyti - pradėjęs sakinį apie vieną dalyką, o užbaigia kitu. Mintys ir kalba gali tapti visiškai nesuderinti - sergančiajam ima atrodyti, jog kažkas bando įsibrauti į jo protą.

### Kodėl svarbu diagnozuoti ir gydyti šizofreniją?

➤ ankstyva diagnozė, gydymas ir teisingai parinkti vaistai gali padėti išvengti ar sumažinti atkryčius ir pakartotiną gydymą ligoninėje;

➤ tai leidžia sumažinti savižudybių tikimybę.

### Gydymas

Šizofrenija - lėtinė liga, tad jos gydymas yra ilgalaikis ir kompleksinis, dažnai trunkantis visą gyvenimą. Labai svarbu kuo anksčiau pradėti gydymą. Dažniausiai derinami keli gydymo metodai - vaistai, psichologo, psicho-terapeuto pagalba, socialinės rehabilitacijos priemonės.

## Patarimai:

- sergant šizofrenija svarbu kuo daugiau žinoti apie ligą, išmokti atpažinti ligos paūmėjimo požymius, laiku kreiptis pagalbos, laikytis gydytojo paskirto gydymo vaistais, stengtis dirbti, būti užsiėmusiu, tačiau nepervargti, nevengti bendravimo su žmonėmis, kiek įmanoma judėti ir sportuoti;
- sergant šiuo sutrikimu svarbu subalansuotai maitintis;
- šeimos nariai turėtų vengti perdėtos paciento kritikos, realistiškiau vertinti paciento galimybes, paremti ir paskatinti pacientą veikti ir bendrauti;
- visais klausimais konsultuotis su gydytoju.

## Profilaktika

Prevencinės priemonės turėtų apimti visą kompleksą veiksnių, atkreipiant dėmesį į padidintos rizikos šeimas – t.y. tokias šeimas, kuriose jau buvo (ar yra) asmenų su vienokiais ar kitokiais psichikos sutrikimais. Labai aktualu laiku pradėti gydymą, reguliariai naudoti vaistus. Pacientą ir šeimos narius teks mokyti laiku atpažinti ligos paūmėjimo simptomus. Labai naudinga psichologinė – psichoterapinė pagalba.

## Ar sergantys šia liga yra pavojingi?

Ne. Dauguma sergančių yra nepavojingi. Agresyvumas gali būti laikinas dėl ligos paūmėjimo. Šią agresiją sunku pastebėti pašaliniais, nežinantiems sergančiojo elgesio. Šiuos protrūkius dažniausiai pastebi tik draugai ir namiškiai.

Valstybinis psichikos sveikatos centras

# Šizofrenija



Valstybinis psichikos sveikatos centras

[www.vpsc.lt](http://www.vpsc.lt)

Parko g. 15, Vilnius, tel. (8-5) 267 17 97

Vilnius 2006 m.