

## KOLIKO ZNATE O SHIZOFRENJI I PSIHOZAMA?

### PITANJA

- 1 Shizofrenija i druge psihoze mogu da se leče.
- 2 Osobe sa shizofrenijom i drugim psihozama su opasne i nepredvidljive.
- 3 Antipsihotici - lekovi za shizofreniju i druge psihoze stvaraju zavisnost.
- 4 Ako sam blizu osobe sa shizofrenijom ili osobe sa psihozom mogu da poludim.
- 5 Osobe sa shizofrenijom i drugim psihozama su lenje, bezvoljne - mogle bi da rade kada bi htele.
- 6 Svako može da razgovara sa osobom sa shizofrenijom.
- 7 Shizofrenija i druge psihoze se sve više pogoršavaju tokom života.
- 8 Za shizofreniju i druge psihoze kriva je porodica.
- 9 Doktori su jedini koji mogu da pomognu osobi sa shizofrenijom i drugim psihozama.
- 10 Shizofrenija i druge psihoze su bolest siromašnih sredina.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

T T T T T T T T T T

N N N N N N N N N N

Zaokružite odgovor: T - tačno, N - netačno.

10. oktobar  
SVETSKI DAN MENTALNOG ZDRAVLJA

MOŽE DA SE DESI SVAKOME

## Ljudi sa shizofrenijom su LJUDI (sa shizofrenijom)



## ODGOVORI

- 1 **TAČNO.** Shizofrenija i druge psihoze su lečive. U većini slučajeva treba mnogo vremena i strpljenja, ali ima slučajeva gde se posle 1-2 epizode simptomi povuku. Važno je da se sa terapijom počne na vreme. Zakasneli odlasci kod psihijatra iz sramote ili straha mogu smanjiti mogućnost za ozdravljenje.
- 2 **NIJE TAČNO.** Osobe sa shizofrenijom i drugim psihozama mogu da budu opasne samo ako se ne leče i ako se osećaju da su u opasnosti.
- 3 **NIJE TAČNO.** Savremeni lekovi ne stvaraju zavisnost, već pomažu da se spreči konfuzno stanje misli (neobična uverenja, sumnjivost), neobični čulni doživljaji (halucinacije), osećaj napetosti i nemir.
- 4 **NIJE TAČNO.** Shizofrenija i druge psihoze nisu ni na koji način zarazne bolesti.
- 5 **NIJE TAČNO.** Shizofrenija i druge psihoze imaju tzv. "pozitivne" simptome, na primer neobične misli ili halucinacije, ali i "negativne" simptome. Kao što su: bezvoljnost, nezainteresovanost i apatičnost. Sa negativnim simptomima se i sama osoba teško nosi - više od svih iz okoline ta osoba bi volela da ima više volje, inicijative i radosti.
- 6 **TAČNO.** Svi možemo da razgovaramo sa osobom sa shizofrenijom. Zanimljivo je razgovarati sa nekim ko gleda na život na jedan "novi" način. Ako da ne razumemo treba reći jasno: "ne razumem". Neće se naljutiti. Pokušajte da te ubedi da je on u pravu, kao što svi radimo.
- 7 **NIJE TAČNO.** Dešava se da se pogoršava ako se ne leči. Pod lečenjem se ne podrazumevaju samo lekovi, već i društveni život (posao, prijatelji, hobiji itd.) i pojedine obaveze, zaduženja i fizička aktivnost.
- 8 **NIJE TAČNO.** To je primer mita, a mitovi postoje dok se ne povećaju znanja. Danas se zna da je porodica najvažniji pomoćnik ukoliko pomaže osobi sa shizofrenijom ili drugim psihozama da potraže pomoć, da se pravilno leče i da se osećaju prihvaćeno i voljeno.
- 9 **NIJE TAČNO.** Svako od nas može da predstavlja delić terapije, ali osoba sa shizofrenijom će se uveriti ako je sažaljevaju kao osobu sa hendikepom. Osobe koje su imale psihozu, kao i svako drugi, očekuju poštovanje. Dobro je imati na umu da ne razgovaramo sa nekim ko ništa ne razume, već sa osetljivom osobom, možda i više nego prosečna osoba, sa nekim ko tumca događaje na različit način i ko želi da pomogne sebi.
- 10 **NIJE TAČNO.** Siromaštvo ne uzrokuje shizofreniju i druge psihoze. To je poremećaj koji može pogoditi bilo koga.

## UPAMTITE

- Shizofrenija i druge psihoze su poremećaji koji se mogu lečiti
- Budite strpljivi, ponekad je potrebno i nekoliko promena lekova da bi se pronašao pravi lek za svaku osobu. Pravi lek za određenu osobu je lek koji dovoljno dobro kontroliše psihotične simptome poremećaja i ne izaziva neželjene reakcije koje osoba teško podnosi
- Uzimanje antipsihotičnih lekova smanjuje rizik za ponovno javljanje kriza

## KAKO PORODICA MOŽE DA POMOGNE

- Ohrabrite osobu da traži lečenje
- Naučite nešto o shizofreniji i drugim psihozama
- Ako dode do pogoršanja bolesti, nemojte kritikovati obolelog člana porodice zbog simptoma bolesti koje ima jer ih on teško bez stručne pomoći može kontrolisati
- Naučite da prepoznate rane simptome pogoršanja bolesti
- Ne očekujte vrlo brz oporavak od bolesti. Budite strpljivi, ponekad je potrebno duže vreme da se akutni simptomi bolesti smanje i da kriza prođe.
- Pridružite se i Vi grupi samopomoći ili udruženju pacijenata sa duševnim smetnjama i njihovim porodicama.

