



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کاشان

بیمارستان روانپزشکی کارگر نژاد

آشنایی با علایم هشدار دهنده بیماریهای روانی

واحد آموزش پرستاری

کرداوری و تقارن:

عاطفه ستاری نژاد، رزیدنت روانپزشکی

کد بروشور: KH-A-23

بهار ۱۴۰۰

احساس جدایی از محیط: احساس گنگ جدا شدن از خود یا از محیط اطراف، احساس غیرواقعی بودن چیزهای اطراف

تفکرات غیر واقعی: عقاید و باورهای غیرعادی یا اغراق شده درباره خود یا اطرافیان که واقعی و مستدل نمی باشد مثل بدبینی شدید به اطرافیان و تصور اینکه کسی قصد آسیب زدن به وی را داشته باشد. تفکرات غیرمنطقی یا جادویی شبیه افکار کودکانه در یک فرد بزرگسال مثلا فرد می گوید: "من می توانم با نگاه کردن به ساعت زمان را متوقف کنم" یا "من از سوی امام زمان برگزیده شده ام"

توهم: دیدن چیزهای غیر واقعی و یا شنیدن صداهایی که وجود خارجی ندارند.



دانستن علایم هشدار دهنده بیماری برای بیماران روانپزشکی فوق العاده اهمیت دارد و این آگاهی باعث پیشگیری از عود بیماری و مراجعه به موقع جهت درمان و ادامه درمان خواهد شد.

جهت دسترسی به محتوی های آموزشی بیشتر در کانال زیر عضو شوید

لینک کانال تلگرام بیمارستان:

@amozesh_kargarnejad

تغییرات خواب یا اشتها یا مراقبت از خود : تغییرات عمده در خواب (کاهش خواب یا افزایش خواب) اشتها (کاهش یا افزایش غیر طبیعی اشتها) یا کاهش مراقبت از خود (دیر به دیر حمام می رود و به بهداشت خود بی توجه شده)



افزایش حساسیت به محرک ها: حساسیت زیاد از حد به صداها یا لمس اشیا یا اجتناب و دوری گزیدن از موقعیت هایی که این حواس را تحریک می کنند. مثلا در اتاقی که بچه ها مشغول بازی هستند نمی تواند بنشیند. ترس شدید و یا اضطراب فراوان در موقعیت های خاص

رفتارهای آشفته: انجام کارهای عجیب و غریب رفتارهای خاص و نامشخص مانند جمع کردن آشغال پوشیدن لباس های عجیب و غریب

رفتار و یا افکار تکرار شونده: اعمال وسواس گونه مثل شستن دست و چک کردن وسایل و یا افکار وسواسی و تکرار شونده



تغییرات خلقی: نوسان شدید یا سریع در احساسات شادی زیاد و گاهی غم و اندوه خیلی زیاد



افت کارکرد: اگر کسی از اطرفیان شما در محیط مدرسه محل کار یا هرگونه فعالیت اجتماعی دیگر به خوبی قبل نیست مثلا نمرات ضعیف تری می گیرد یا در انجام اموری که در آنها مهارت داشته ضعیف عمل می کند و به اصطلاح " یک جای کارش می لنگد"

مشکل در حل مساله: اگر کسی در انجام کارهایش اخیرا حواس پرت شده تمرکز کافی ندارد حافظه اش مختل شده و توانایی تفکر منطقی ندارد یا در کلام وی ایرادی هست که توضیح دادنش مشکل است " پرت و پلا می گوید " و یا دیگران درباره اش می گویند که " اصلا انگار توی این عالم نیست "



در صورت بروز تعدادی از این علائم و نشانه ها در خودتان یا یکی از آشنایانتان برای دریافت خدمات مشاوره ای و درمان به نزدیکترین مرکز خدمات روانپزشکی مراجعه کنید:

گوشه گیری: اگر فردی از نزدیکان شما اخیرا از نظر اجتماعی گوشه گیر شده و علاقه به مصاحبت با دیگران را از دست داده و به نظر می رسد "درخودش است" و از اتاقش در نمی آید.



عصبی بودن: کاهش آستانه تحمل یا تحریک پذیری پرخاشگری مداوم احساس بی قراری یا شدیداً عصبی بودن...



بسیاری از افراد گمان می کنند که بیماری های اعصاب و روان مخصوص افراد خاصی است و برای آنها یا نزدیکان آنها رخ نمی دهد اما حقیقت این است که هر فرد صرف نظر از موقعیت اجتماعی، اقتصادی و یا تحصیلی خود می تواند به بیماری روانی دچار شود. لذا همه افراد در سطوح مختلف می توانند مستعد بیماری روان باشند..

شناختن نشانه ها یا علائم اولیه هشداردهنده و اقدام مناسب می تواند کمک کننده باشد چرا که مداخله درمانی زودهنگام می تواند به کاهش شدت یک بیماری کمک کند و گاهی بروز یک بیماری روان پزشکی را به تاخیر بیندازد یا حتی از آن جلوگیری کند .



داشتن یک یا دو نشانه از این نشانه ها به تنهایی پیش بینی کننده یک اختلال روان پزشکی نیست اما اگر فردی چند علامت از این علائم را در آن واحد دارد و این علائم برای وی مشکلات بزرگی در توانایی کارکردن، درس خواندن یا برقراری رابطه با دیگران ایجاد کرده است نیازمند حمایت می باشند. بیماران که افکار خودکشی یا قصد خودکشی یا آسیب زدن به افراد دیگر را دارند نیازمند دریافت مراقبت های **فوری** روان پزشکی هستند.