**تعریف **

روان‌گسیختگی یا اسکیزوفرنی (Schizophrenia) یا شیزوفرنی یک اختلال روانی است که مشخصهٔ آن ازکارافتادگی فرایندهای فکری و پاسخگویی عاطفی ضعیف است. این بیماری در بین همهٔ بیماری‌های عمدهٔ روان‌شناختی از همه وخیم‌تر می‌باشد و معمولاً خود را به صورت توهم شنیداری، توهم‌های جنون آمیز یا عجیب و غریب، یا تکلم و تفکر آشفته نشان می‌دهد، و با اختلال در عملکرد اجتماعی یا شغلی قابل توجهی همراه است.

در حدود یک نفر در هر صد نفر به آن مبتلا می شوند. این بیماری دربین مردها و زنان به یک اندازه شایع است و در جوامع شهری و بین گروههای اقلیت بیشتر مشاهده شده است. قبل از سن 15 سالگی بسیار نادر است اما در هر سنی پس از آن رخ می دهد. و بیشتر در سنین 15 تا 35 سالگی مشاهده شده است.

**علایم اسکیزوفرنی**

این علایم اغلب در دو گروه مثبت و منفی توضیح داده می شوند.

***علایم مثبت:***

این تجربیات نا معمول متداول ترین علایم اسکیزوفرنی هستند اما در دیگر اختلالات روحی هم مشاهده می شوند.

**توهم**

حالتی را که درآن شما چیزی را که وجود ندارد می بینید، می شنوید، بو می کشید و یا احساس می کنید، توهم می گویند. در اسکیزوفرنی اغلبتوهماز نوع شنیدن صدا می باشد.

**شنیدن صدا شبیه چیست؟**

این صداها کاملا واقعی اند. منبع این صدا ها خارج سر شما می باشد و دیگران نمی توانند آنها را بشنوند. شما ممکن است آنها را در مکانهای مختلف و یا از یک جسم خاص مانند [تلویزیون](http://namnak.com/5651-تماشای-تلویزیون-عمر-را-کوتاه-میکند-.html) بشنوید. صداها ممکن است بطور مستقیم با شما صحبت کنند و یا اینکه در مورد شما با همدیگر صحبت کنند. ممکن است اینطور به نظر بیاید که شما دارید یک مکالمه را گوش می کنید. صداها ممکن است خوشایند باشند اما اغلب گستاخانه، ، توهین آمیز و یا تنها آزار دهنده هستند.

**صداها از کجا می آیند؟**

این صداها مجازی نیستند اما توسط خود مغز ساخته می شوند. اسکن های مغزی نشان داده اند که قسمتی از مغز که هنگام شنیدن صدا فعال است، اینگونه صدا ها را نیز ایجاد می کند. اینگونه به نظر می رسد که در این موقع مغز بین صداهای واقعی و اینگونه اختلالات دچار اشتباه می شود.

**انواع دیگر توهم**

دیدن یا توهم بو، مزه یا لمس شدن نیز ممکن است اتفاق بیفتد اما کمتر مشاهده شده است.

**هذیان**

اعتقاد راسخ به موضوعی است که ممکن است صرفا بر پایه یک تفسیر غلط و یا برداشت ناصحیح از موقعیت باشد. در شرایطی که شما هیچ شکی ندارید دیگران اعتقاد شما را اشتباه، عجیب یا غیر واقعی می دانند.

**چگونگی شروع هذیان**

ممکن است شما کاملا بطور اتفاقی به آن اعتقاد پیدا کنید. ممکن است پس از چند هفته یا ماه احساس کنید که موضوع عجیبی در حال شکل گیری است. اما نمی توانید راجع به چگونگی آن توضیح دهید. برای نمونه اگر شما صداهایی را می شنوید که در مورد رفتارهای شما توضیح می دهد، ممکن است شما به این نتیجه برسید که توسط حکومت در حال کنترل شدن هستید.

**هذیان سوء ظن**

در این نوع ازهذیانشما احساس می کنید که در خطرید. این خطرات ممکن است:

نامعمول – شما ممکن است احساس کنید که حکومت در حال جاسوسی کردن از شماست یا ممکن است احساس کنید که همسایه شما از تکنولوژی خاصی برای جاسوسی از شما استفاده می کند.

روزمره - شما ممکن است احساس کنید که همسر شما خیانتکار است. دیگران نمی توانند دلایلی برای اینکه شما صحیح می گویید پیدا کنند.

**Ideas of reference(مخاطب بودن)**

شما ممکن است معنی خاصی از اتفاقات روزمره برداشت کنید و به این نتیجه برسید که بطور محسوسی به شما مربوط می شوند. برای نمونه احساس کنید برنامه های [تلویزیون](http://namnak.com/5651-تماشای-تلویزیون-عمر-را-کوتاه-میکند-.html) و رادیو در رابطه به شماست. و یا مردم در حال ارتباط برقرار کردن با شما از راههای عجیب هستند مثلا از طریق رنگ ماشین هایی که از خیابان عبور می کنند.

**افکار پریشان یا اختلالات فکری**

تمرکز کردن بسیار سخت می شود. شما ممکن است نتوانید:

- خواندن یک مقاله در روزنامه یا تماشای یک برنامه تلویزیونی را به آخر برسانید.

- تکالیف دانشگاهی خود را انجام دهید.

- بر کار خود تمرکز کنید.

فکر شما سرگردان است. شما از فکری به سراغ فکر دیگر می روید بدون اینکه هیچگونه ارتباط مشخصی بین افکارتان وجود داشته باشد. پس از یک یا دو دقیقه شما نمی توانید یه یاد بیاورید که از ابتدا داشتید به چه فکر می کردید. برخی از افراد در توضیح فکر خود از آن به عنوان مبهم یا نا معلوم نام می برند.

وقتی که رشته افکار شما به این طریق پاره می شود فهمیدن آن برای دیگران سخت است.

***علایم منفی:***

این علایم کمتر از علایم مثبت آشکار هستند.

- علایق شما ، انرژی تان و احساستان در زندگی کم می شود. به سختی به موضوع خاصی علاقه مند می شوید.

- شما نمی توانید تمرکز کنید. نمی توانید برخیزید و از خانه بیرون بروید.

- شستن و تمیز کردن و یا تمیز نگه داشتن لباسهایتان برایتان سخت می شود.

- از بودن با دیگران ناراحتید. چیزی برای گفتن با آنان ندارید.

این ممکن است برای دیگران سخت باشد که بفهمند علایم ذکر شده، علایم واقعی بیماری هستند و شما صرفا تنبل نشده اید. این موضوع ممکن است باعث آزار شما و خانواده تان بشود. خانواده تان احساس می کند که شما صرفا به این احتیاج دارید که در جمع باشید. اما شما نمی توانید توضیح دهید. علایم منفی کمتر از علایم مثبت بارز می باشد اما می تواند به همان اندازه دردسر ساز باشد.

**چه چیز باعث اسکیزوفرنی می شود؟**

علت دقیق آن هنوز مشخص نیست. به نظر می رسد که از ترکیب چندین عامل مختلف که در افراد مختلف متفاوت است بوجود می آید:

* **ژنها**
* **خویشاوندان مبتلا به اسکیزوفرنی**
* **صدمات مغزی**
* **داروهای خیابانی و الکل**
* **ماری جوانا**
* [**استرس**](http://namnak.com/18593-دور-کردن-استرس.html)
* **مشکلات خانوادگی**
* **محرومیت های دوران بچگی**

**درمان دارویی بیماری اسکیزوفرنی**

راه اول برای درمان اختلال روانی مرتبط با اسکیزوفرنی تجویز داروی ضد روان پریشی است،این داروها جنبه ی درمانی ندارند اما مطالعات نشان داده است که داروهای موجود علائم بیماری را بهبود می بخشند و به جلوگیری از عود بیماری کمک می کنند.

این داروها در مورد علائمی مانند توهم تاثیر گذار هستند اما در مورد علائمی مانند فقدان انگیزه و اختلالات خلق و خوی تاثیر کمی دارند.

این داروها عوارض جانبی کوتاه مدت و بلند مدت مهمی دارند. این عوارض می توانند شامل موارد زیر باشند: [خواب آلودگی](http://namnak.com/26580-رفع-خواب-آلودگی-در-محیط-کار.html) و [خشکی دهان](http://namnak.com/16562-رفع-خشکی-دهان.html) و [یبوست](http://namnak.com/14206-تمام-راههای-درمان-یبوست.html) و تاری دید و [سرگیجه](http://namnak.com/18983-دلایل-سرگیجه.html).

**روانی اجتماعی**

شماری از مداخلات روانی اجتماعی ممکن است در درمان اسکیزوفرنی مفید باشند که عبارتند از: [خانواده درمانی](https://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%AE%D8%A7%D9%86%D9%88%D8%A7%D8%AF%D9%87_%D8%AF%D8%B1%D9%85%D8%A7%D9%86%DB%8C)،[ارتباط درمانی مثبت](https://fa.wikipedia.org/w/index.php?title=%D8%A7%D8%B1%D8%AA%D8%A8%D8%A7%D8%B7_%D8%AF%D8%B1%D9%85%D8%A7%D9%86%DB%8C_%D9%85%D8%AB%D8%A8%D8%AA&action=edit&redlink=1)، اشتغال، [بازسازی شناخت](https://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%B4%D9%86%D8%A7%D8%AE%D8%AA_%D8%AF%D8%B1%D9%85%D8%A7%D9%86%DB%8C)،آموزش مهارت، [درمان شناخت رفتاری](https://fa.wikipedia.org/w/index.php?title=%D8%AF%D8%B1%D9%85%D8%A7%D9%86_%D8%B4%D9%86%D8%A7%D8%AE%D8%AA_%D8%B1%D9%81%D8%AA%D8%A7%D8%B1%DB%8C&action=edit&redlink=1) (CBT)، مداخلات اقتصادی اعتباری، و مداخلات روانی اجتماعی به منظور مواد مصرفی و کنترل وزن. خانواده درمانی یا آموزشی، که کل سیستم خانواده را نسبت به یک فرد، مخاطب قرار دهد، ممکن است عود شدن بیماری و بستری شدن در بیمارستان را کاهش دهد.

 

**اسکیزوفرنی**

