

## PATIKRINK SAVO ŽINIAS APIE ŠIZOFRENIJĄ

		TEISINGA	KLAIDINGA
1.	Šizofrenija yra reta liga.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2.	Šizofreniją sukelia sunki infekcija, kuri pažeidžia smegenis.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3.	Narkotikai – šizofrenijos priežastis.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4.	Šizofreniją sukelia stresas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5.	Šizofrenija sergančių ir sveikų žmonių smegenų struktūra yra identiška.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6.	Žmonės, sergantys šizofrenija, turi kelias asmenybes.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7.	Šizofrenija dažniausiai susergera vyresnio amžiaus žmonės.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8.	Šizofrenija serga daugiau vyrų nei moterų.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9.	Ligos neigimas – šizofrenijos dalis.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10.	Sergantiems šizofrenija kitų požiūris yra didžiausia problema.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11.	Sergantys šizofrenija dažniausiai yra agresyvūs ir pavojingi žmonės.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12.	Šizofrenija sergantieji gali gyventi normalų gyvenimą.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13.	Psichikos liga gali būti išgydoma tinkamais vaistais.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14.	Artimieji gali padėti gydant šizofrenija sergančius žmones.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

### 1. Šizofrenija yra reta liga.

Klaidinga. Visame pasaulyje šizofrenija susergera 1 žmogus iš 100.

### 2. Šizofreniją sukelia sunki infekcija, kuri pažeidžia smegenis.

Klaidinga. Nėra vienintelio šizofreniją sukeliančio faktoriaus. Smegenų infekcija gali būti vienas iš daugelio ligą įtakojančių faktorių. Kiti ligos atsiradimą skatinantys veiksniai gali būti užsitęsusi fiziologinė įtampa; narkotikų ar alkoholio poveikis smegenų cheminiams procesams; skausmingi gyvenimo įvykiai, pavyzdžiui, artimojo netektis ar darbo praradimas; sunkios socialinės sąlygos (mažos pajamos, prastos gyvenimo sąlygos, gyvenamosios vietos nebuvimas, kt.). Remiantis tyrimų duomenimis, asmens genetinė prigimtis įtakoja jo polinkį susirgti šizofrenija.

### 3. Narkotikai – šizofrenijos priežastis.

Klaidinga. Narkotikai šizofrenijos nesukelia. Visgi, pasak kai kurių mokslininkų, narkotikai gali paskatinti ligos atsiradimą tada, kai žmogus yra į ją linkęs.

### 4. Šizofreniją sukelia stresas.

Klaidinga. Niekas vis dar negali tvirtai pasakyti, kas tiksliai sukelia šizofreniją, tačiau atliekama daugybė tyrimų priežastims išsiaiškinti. Šeimų tyrimai rodo, kad galimas paveldimumo veiksnys. Kiti tiriami rizikos faktoriai – tai gimdymo traumos, virusinės infekcijos, smegenų sužeidimai. Nors stresas šizofrenijos nesukelia, jis gali labai pabloginti ligos simptomus, jei ja sergate. Todėl išmokimas numatyti ir, kiek įmanoma, pasiruošti gyvenimo pakilimams ir nuosmukiams gali labai padėti. Draugai ir artimieji gali pagelbėti iš anksto apie tai pasikalbėdami, padėdami įveikti sunkumus.

### 5. Šizofrenija sergančių ir sveikų žmonių smegenų struktūra yra identiška.

Klaidinga. Sergančių šizofrenija žmonių smegenyse yra mažiau nervinių ryšių. Tai reiškia, kad jiems yra sunkiau apdoroti informaciją bei susisteminti savo mintis. Kiekvienas gimsta su daug daugiau nervinių ryšių smegenyse nei jam reikia, šis perteklius prarandamas paauglystėje. Tyrimai patvirtina, kad normaliam informacijos apdorojimui yra reikalingas tam tikras nervinių ryšių skaičius ir, jeigu žmogaus smegenyse nėra šių reikiamų ryšių, jam gali pasireikšti šizofrenijai būdingi klaidės ir haliucinacijos. Visgi nėra tiksliai žinoma, ar žmonių, kurie susergera šizofrenija, smegenyse nuo pat pradžių šių ryšių yra mažiau, ar jie prarandami žmogui augant ir ligai progresuojant.

### 6. Žmonės, sergantys šizofrenija, turi kelias asmenybes.

Klaidinga. Šizofrenija neturi nieko bendro su „asmenybės susiskaldymu“. „Šizo“ (graikiškai „schiz“ – skilti) reiškia atskilimą ta prasme, kad sergantieji praranda ryšį su realybe. Jie gali girdėti balsus, tapti paranojiški arba manyti, kad aplinkiniai prieš juos rengia sąmokslą. Jiems gali pasireikšti grandioziniai klaidės – jie gali manyti, kad yra karališkos kilmės. Arba jie gali tapti visiškai atsiskyrėliais. Antipsichotikai gali sėkmingai kontroliuoti biocheminius nukrypimus sergančiųjų šizofrenija smegenyse, kas padeda juos grąžinti į normalų aktyvumo lygį.

### 7. Šizofrenija dažniausiai susergera vyresnio amžiaus žmonės.

Klaidinga. Dažniausiai ši liga prasideda 15-25 metų amžiaus žmonėms.

### 8. Šizofrenija serga daugiau vyrų nei moterų.

Klaidinga. Vyrų šizofrenija dažniausiai susergera jaunesnio amžiaus nei moterys, tačiau ligos pasiskirstymas tarp lyčių vienodas.

### 9. Ligos neigimas – šizofrenijos dalis.

Klaidinga. Dažnai žmonės turi pagrįstų priežasčių nepripažinti, kad serga šizofrenija. Pavyzdžiui, šizofrenijos diagnozė vis dar susijusi su stigma visuomenėje, o tai veda prie diskriminacijos gaunant darbą, ieškantis gyvenamosios vietos. Ypatingai sunku susitaikyti su diagnoze tada, kai gyvenimą apribojanti liga vystosi tame amžiuje, kai draugai sėkmingai įsitvirtina suaugusiųjų pasaulyje. Vaistai, kurie vartojami sergant šizofrenija, gali turėti nemalonių pašalinių poveikių, nors naujieji antipsichotikai jų sukelia gerokai mažiau nei tradiciniai senieji medikamentai. Kalbėjimas apie ligą, pasveikimo, gerų rezultatų, vartojant optimalius vaistus, bei kasdieninių išgyvenimo strategijų aptarimas gali padėti žmonėms pripažinti jų būklę bei priimti gydymą.

### 10. Sergantiems šizofrenija kitų požiūris yra didžiausia problema.

Klaidinga. Sergantieji sako, kad didžiausia problema yra tai, kad kiti jų nepriima. Kai tik jie išmoksta susidoroti su ligos simptomais, dar reikia įveikti didžiulius sunkumus bendraujant su draugais, susidurti su diskriminacija darbe ir gyvenamojoje vietoje. Šizofrenija sergantys žmonės gali atsiskirti nuo visuomenės. Kitų neišmanymas apie ligą priveda prie izoliacijos ir vienišumo, kas gali būti labiausiai luošinanti ligos dalis.

### 11. Sergantys šizofrenija dažniausiai yra agresyvūs ir pavojingi žmonės.

Klaidinga. Sergantieji šizofrenija neretai būna pažeidžiami bei silpni žmonės. Jei ir būna agresyvūs, tai ši agresija dažniausiai nukreipta prieš save pačius – jie gali nusižudyti.

### 12. Šizofrenija sergantieji gali gyventi normalų gyvenimą.

Teisinga. Nors šizofrenija yra bauginanti ir potencialiai izoliuojanti liga, šiuolaikiniai gydymo būdai suteikia didžiulę viltį. Šiais laikais pacientai

nėra užrakinami psichiatrinėse ligoninėse. Kai sukontroliuojami pirminiai simptomai, jie yra skatinami grįžti pas šeimos narius ir draugus. Tokiu būdu sergantieji gali būti pilnai reabilituoti ir grąžinti į visuomenę, tačiau itin svarbu, kad jie ir toliau vartotų paskirtus vaistus.

### 13. Psichikos liga gali būti išgydoma tinkamais vaistais.

Klaidinga. Bet kurie vaistai yra naudojami psichikos ligos gydymui, o ne panaikinimui. Taip kaip aspirinas sumažina karščiavimą nepanaikindamas infekcijos, taip ir vaistai naudojami psichikos ligos simptomų kontrolei. Šie medikamentai kompensuoja kūno ar smegenų veiklos sutrikimus ir taip mažina ligos našą žmogui. Pavyzdžiui, sergant šizofrenija, antipsichoziniai vaistai gali būti sėkmingai vartojami „balsams išjungti“ – taip žmogus grąžinamas į realybę. Geriausi ilgalaikiai rezultatai pasiekiami vartojant antipsichozinius vaistus kartu su psichoterapija ar kitu nemedikamentiniu gydymu.

### 14. Artimieji gali padėti gydant šizofrenija sergančius žmones.

Teisinga. Šeimos narių parama gydymo metu yra neįkainojamos vertės. Remiantis patirtimi, sergantieji šizofrenija labiausiai turi naudoti iš glaudaus savo, šeimos ir gydytojų bendradarbiavimo.

#### Versta iš:

REACHING OUT: THE IMPORTANCE OF EARLY TREATMENT (2003)  
Schizophrenia Society of Canada  
50 Acadia Avenue, Suite 205, Markham, ON L3R 0B3, Canada  
Email: [info@schizophrenia.ca](mailto:info@schizophrenia.ca)  
Website: [www.schizophrenia.ca](http://www.schizophrenia.ca)  
SCIZOPHRENIA QUIZ (2007)  
Round-the-Clock Resources for Psychiatry  
Website: [www.psychiatry24x7.com](http://www.psychiatry24x7.com)

*Vertė Lietuvos sutrikusios psichikos žmonių globos bendrijos savanoriai*

**PATIKRINK SAVO ŽINIAS APIE**



**Š I Z O F R E N I J Ą**

**Lietuvos sutrikusios psichikos  
žmonių globos bendrija**

*Įregistruota Teisingumo ministerijoje 1997 m. kovo 27 d.*

**Adresas: Viršuliškių g. 34, LT-05110 Vilnius  
tel./faks. (8-5) 212 16 56**

**Elektroninis paštas: [bendrija@lspzgb.lt](mailto:bendrija@lspzgb.lt)  
Internetinis puslapis: [www.lspzgb.lt](http://www.lspzgb.lt)**

**Vilnius  
2016 m.**