

# Što je shizofrenija?

(What is schizophrenia?)



## Što je shizofrenija?

Kod osoba sa shizofrenijom u pravilu dolazi do promjena u ponašanju i percepciji, kao i nesređenih misli što može iskriviti njihovo doživljavanje stvarnosti. To se naziva psihozom.

Shizofrenija je duševna bolest koju prati dosta stigme i pogrešne informiranosti. To često povećava uznemirenost kod oboljelih osoba i njihovih obitelji.

Shizofrenija se obično prvi put pojavi kod osoba između 15 i 20 godina starosti, premda može nastati i kasnije u životu. Shizofrenija pogađa oko jedan posto cjelokupnog pučanstva.

Okolo jedne trećine osoba sa shizofrenijom dožive samo jednu ili nekoliko kratkih epizoda te bolesti u svom životu. Kod ostalih, ona se može povremeno pojavljivati tijekom čitavog života.

Bolest može nastati brzo, s akutnim simptomima koji se razvijaju kroz nekoliko tjedana, ili sporo kad pogoršanje nastaje mjesecima ili čak godinama.

Tijekom nastajanja bolesti oboljela osoba se često povuče od drugih, zapadne u depresiju i obuzme je tjeskoba, a razvije i neobične ideje ili užasan strah. Primjećivanje tih ranih znakova je važno kako bi se pružilo rano liječenje.

Rano prepoznavanje i učinkovito rano liječenje od vitalne je važnosti za buduću dobrobit osoba sa shizofrenijom.

Shizofreniju okružuju mnoga pogrešna shvaćanja što doprinosi stigmati, izolaciji i diskriminaciji koju mogu doživjeti osobe sa shizofrenijom kao i njihove obitelji i njegovatelji.

Uobičajeno pogrešno vjerovanje je da su osobe sa shizofrenijom opasne. One su rijetko opasne, naročito ako im se pruži odgovarajuće liječenje i podrška. Samo ponekad mala manjina osoba sa shizofrenijom može postati agresivna tijekom akutne epizode psihoze, ako ju se ne liječi, zbog straha ili umišljanja.

Najčešće je to agresivno ponašanje usmjereno na sebe same tako da rizik od samoubojstva može biti visok.

Shizofreniju često pogrešno nazivaju "podvojena ličnost". To nije istina; osobe sa shizofrenijom mogu često umišljati i imati iskrivljenu sliku stvarnosti, ali oni nemaju višestruku ličnost.

Osobe sa shizofrenijom pokazuju normalni raspon intelektualne sposobnosti, i nisu duševno onesposobljene, premda akutni simptomi psihoze mogu poremetiti njihovu sposobnost razmišljanja tijekom akutne epizode bolesti.

## Koji su simptomi schizofrenije?

U glavne simptome shizofrenije spadaju:

- Umišljanja – pogrešno vjerovanje u vlastitu krivnju ili veličinu, ili da ih netko progoni ili kontrolira izvana. Osobe sa shizofrenijom mogu opisivati zavjere drugih protiv njih ili mogu misliti da posjeduju posebne talente ili moći. Ponekad se povuku od drugih ljudi ili se skrivaju kako bi izbjegli imaginarno proganjanje.
- Halucinacije – to je najčešće čuđenje glasova. Drugi, manje uobičajeni doživljaji su viđenje, osjećanje, okus ili mirisanje stvari koje takvim osobama izgledaju vrlo stvarno, iako ustvari nisu tu.
- Poremećaj u razmišljanju – kada je teško slijediti govor koji nema logičnu povezanost. Misli i govor mogu biti zbrkani i nepovezani.

Drugi simptomi shizofrenije uključuju:

- Pomanjkanje energije – kada se izgubi sposobnost obavljanja svakodnevnih radnji, poput pranja i kuhanja. To pomanjkanje poleta, motivacije i poduzetnosti dio je te bolesti, a ne lijenost.
- Poteškoće u razmišljanju - kod oboljele osobe mogu biti poremećeni koncentracija, pamćenje i sposobnost planiranja i organiziranja. To otežava logično rasu-

đivanje, komuniciranje i obavljanje svakodnevnih zadataka.

- Otupljeno izražavanje emocija – kada je kod oboljele osobe uveliko smanjena sposobnost izražavanja emocija. To je često praćeno neprimjernim reagiranjem u veselim ili tužnim situacijama.
- Društvena povučenost – uzrok tome može biti nekoliko čimbenika uključujući strah da će ih netko ozlijediti ili bojazan od kontakta s drugim ljudima zbog gubitka društvenih sposobnosti.
- Pomanjkanje uvida – budući da neka proživljavanja, kao što su umišljanja i halucinacije tako stvarna, uobičajeno je za osobe sa shizofrenijom da ne budu svjesni svoje bolesti. To može biti vrlo uznemiravajuće za obitelji i njegovatelje. Nedostatak uvida može biti razlogom da osobe sa shizofrenijom odbiju prihvatiti liječenje koje bi im moglo pomoći.

Isto tako, neželjene nuspojave od nekih lijekova mogu također doprinijeti odbijanju liječenja.

## Što uzrokuje schizofreniju?

Nije pouzdano utvrđeno niti jedan uzrok shizofrenije, ali se pokazalo da je nekoliko čimbenika vezano uz nastajanje te bolesti.

I kod muškaraca i kod žena postoji jednaka vjerojatnoća da obole od te

bolesti tijekom života, iako se kod muškaraca shizofrenija češće pojavljuje ranije u životu.

## Genetski čimbenici

Sklonost shizofreniji može biti nasljedna. Općenito u pučanstvu samo jedan posto ljudi oboli od shizofrenije tijekom života, ali ako jedan roditelj ima shizofreniju, onda djeca imaju 10 posto šanse da i ona obole – odnosno 90 posto šanse da ne obole od shizofrenije.

## Biokemijski čimbenici

Vjeruje se da su izvjesne biokemijske tvari u mozgu povezane sa shizofrenijom, osobito neuroprijenosnik koji se zove dopamin. Jedan od vjerojatnih uzroka kemijske neravnoteže je genetska predispozicija na tu bolest.

Komplikacije tijekom trudnoće ili porođaja koje uzrokuju oštećenje strukture mozga također mogu imati udjela u tome.

## Odnosi u obitelji

Nisu pronađeni nikakvi dokazi koji bi išli u prilog tvrdnji da shizofreniju uzrokuju odnosi u obitelji. Međutim, neke osobe sa shizofrenijom su osjetljive na bilo kakvu napetost unutar obitelji, što one mogu dovoditi u vezu s ponovnim napadom bolesti.

## Stres

Dobro je poznato da stresni incidenti obično prethode nastanku shizofrenije.

Kod osjetljivih osoba oni mogu pospešiti razvijanje bolesti.

Osobe sa shizofrenijom često postanu nervozne, razdražljive i ne mogu se koncentrirati i prije nego akutni simptomi postanu očigledni. To može prouzročiti probleme na poslu i pokvariti odnose s drugima.

Često se onda misli da su te stvari krive za nastanak bolesti, dok je ustvari bolest ta koja je prouzročila tu stresnu situaciju. Stoga nije uvijek jasno je li stres uzrok ili posljedica shizofrenije.

## Uživanje alkohola i drugih droga

Štetno uzimanje alkohola i drugih droga, naročito marihuane i amfetamina može potaknuti psihozu kod osoba koje su podložne oboljenju od shizofrenije. Iako samo uzimanje tih supstanci ne uzrokuje shizofreniju, vrlo je snažna veza između toga i povrata bolesti.

Osobe sa shizofrenijom obično češće uzimaju alkohol i druge droge nego opće pučanstvo i to otežava liječenje. Pokazalo se da znatan dio oboljelih od shizofrenije puši, što doprinosi njihovom lošem fizičkom zdravlju.

## Kakvo je liječenje na raspolaganju?

Najučinkovitije liječenje shizofrenije uključuje lijekove, psihološku terapiju i potporu za ublažavanje posljedica te bolesti u svakodnevnom životu. Također su važni edukacija o toj bo-



lesti kao i naučiti kako učinkovito reagirati na rane upozoravajuće znakove napada bolesti.

Otkrivanje lijekova protiv psihoze unijelo je revoluciju u liječenje shizofrenije. Sada većina oboljelih može živjeti u zajednici i ne mora biti u bolnici.

Neke osobe nikad i ne završe u bolnici i njima se zdravstvena njega u potpunosti pruža u samoj društvenoj zajednici.

Lijekovi djeluju tako što ispravljaju kemijsku neravnotežu u mozgu koja se povezuje s tom bolesti. Noviji, ali dobro ispitani lijekovi doprinose potpunijem oporavku i imaju manje štetnih nuspojava.

Shizofrenija je bolest kao i mnoge fizičke bolesti. Isto kao što je insulin spas za osobe s dijabetesom, tako i lijekovi protiv psihoza mogu biti spas za oboljele od shizofrenije. I isto kao što je to slučaj kod dijabetesa, neki će trebati uzimati lijekove do daljnjeg kako bi držali simptome pod kontrolom i spriječili ponavljanje epizoda psihoze.

Oboljelim osobama u oporavku mogu pomoći promjene u načinu života, kao što su smanjeno uzimanje alkohola i drugih droga i drugih stvari koje potiču napade.

Premda ne postoji lijek za shizofreniju, oboljelim osobama u kontroli simptoma i da žive ispunjen i produktivan život mogu pomoći redoviti kontakti s liječnikom ili psihijatrom i

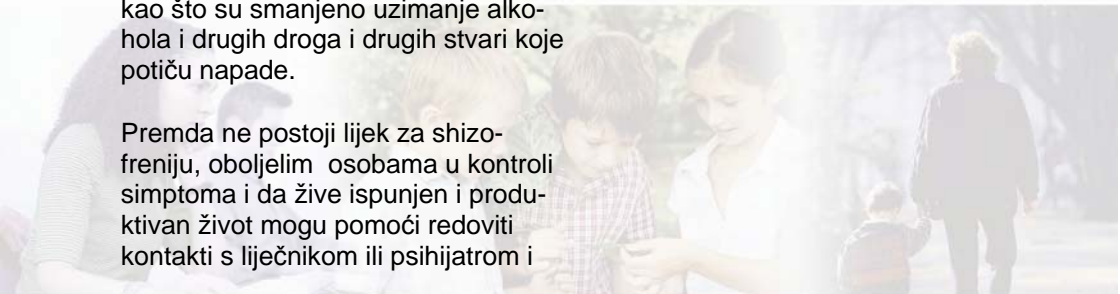
po mogućnosti s multidisciplinarnim timom (koji može obuhvaćati medicinske sestre duševnog zdravlja, socijalne radnike, radne terapeute i psihologe).

Podrška vršnjaka također može biti dragocjen izvor pomoći, korisnih informacija i nade.

Ponekad mogu biti od pomoći posebne terapije usmjerene na liječenje simptoma kao što su razna umišljanja. Fizički zdravstveni problemi također se trebaju liječiti.

Usluge i potpora za oporavak osoba s psihijatrijskom onesposobljenošću također mogu pomoći oko problema u vezi posla, financija, smještaja, društvenih odnosa i samoće.

Obitelj i prijatelji osoba sa shizofrenijom često mogu osjećati zbunjenost i uznemirenost. Podrška i edukacija, kao i bolje razumijevanje bolesti u zajednici važan su dio liječenja.



## Gdje se obratiti za pomoć

- Svom liječniku opće prakse.
- U svom društvenom zdravstvenom centru.
- U svom društvenom centru za duševno zdravlje.

Za informacije o uslugama vidite Društvenu pomoć i socijalne usluge kao i brojeve 24-satne hitne službe u svom lokalnom telefonskom imeniku.

Ako vam je potreban tumač pozovite (TIS) na 13 14 50.

Za hitnu savjetodavnu pomoć nazovite Lifeline na 13 11 14. Lifeline služba vam također može dati kontakte, daljnje informacije i pomoć.

Više informacija možete naći na:

[www.mifa.org.au](http://www.mifa.org.au)

[www.ranzcp.org](http://www.ranzcp.org)

[www.sane.org](http://www.sane.org)

[www.mmha.org.au](http://www.mmha.org.au)

Insert your local details here

## O ovoj brošuri

Ovo je jedna iz niza brošura o duševnoj bolesti koje financira vlada Australije u sklopu Nacionalne strategije o duševnom zdravlju (National Mental Health Strategy).

Ostale brošure iz ove serije su:

- Što je duševna bolest ?
- Što je anksiozni poremećaj?
- Što je bipolarni poremećaj raspoloženja?
- Što je depresivni poremećaj?
- Što je poremećaj jedenja?
- Što je poremećaj ličnosti?

Besplatne primjerke svih brošura možete dobiti od Odjela za duševno zdravlje i radnu snagu Ministarstva za zdravstvo i starenje pri vladi Australije:

Mental Health and Workforce Division of the Australian Government Department of Health and Ageing:

GPO Box 9848

CANBERRA ACT 2601

Tel **1800 066 247**

Fax **1800 634 400**

[www.health.gov.au/mentalhealth](http://www.health.gov.au/mentalhealth)

Za primjerke brošura na drugim jezicima pozovite Multikulturno duševno zdravlje Australije na (Multicultural Mental Health Australia)

(02) 9840 3333. [www.mmha.org.au](http://www.mmha.org.au)

