



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کرمانشاه

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی فارابی

اسکیزوفرنیا،

اسکیزوافکتیو و اختلال

اسکیزوئید

برای خانواده بیمار و

دیگران

افراد مبتلا به اسکیزوفرنیا غالباً در ارتباط با خانواده و دوستان با چالشهایی روبرو هستند. خانواده معمولاً سعی می کنند تا مدتی با شخص مبتلا به اسکیزوفرنیا کنار بیایند اما ممکن است به دلیل، عدم پیشرفت درمان یا عدم تمایل به همراهی بیمار در درمان احساس ناامیدی کنند. گاهی حمایت عاطفی خانواده کاهش یافته و برخی از افراد خانواده کاملاً ارتباطشان را با پسر یا دختر یا خواهر و برادر بیمار خود قطع می کنند.

دوستان نیز ممکن است تجربیات شخص مبتلا به اسکیزوفرنیا را درک نکرده و سریعاً تمایلشان را به ادامه ارتباط با وی از دست داده و او را در درمان همراهی نکنند. شایعترین شکایت معمول در بین دوستان و اعضاء خانواده شخص مبتلا این است که نمی دانند چگونه به او کمک کنند یا چگونه به آنها حمایت های طولانی مدتی ارائه دهند که مانع از بی خانمان شدن و بیکاری فرد مبتلا شود.

سیستم حمایتی هر شخصی دارای منابع متعددی است که شامل خانواده، افراد متخصص نظیر روانپزشک، مشاور، درمانگر، پناهگاههای بهزیستی، دوستان و هم خانه ای ها... می باشد. به دلیل اینکه بسیاری از بیماران با خانواده هایشان زندگی می کنند بحث حاضر اصطلاح خانواده را به عنوان منبع اصلی حمایتی در نظر گرفته است ؛ البته این دلیل بر در نظر گرفتن همیشگی خانواده به عنوان منبع اصلی حمایتی در تمامی بیماران نیست..

بیماران مبتلا به اسکیزوفرنیا در موقعیت های بسیاری نیازمند کمک از سوی خانواده و جامعه می باشند. غالباً شخص مبتلا به اسکیزوفرنیا در مقابل درمان مقاومت می کند، باور دارد که هذیانها و توهماتش واقعی هستند و نیاز به کمک های روانپزشکی ندارد، در این حالت خانواده و دوستان می توانند نقش فعالی در نشان دادن فرد بیمار به یک متخصص را داشته باشند.

نکات کمک کننده به خانواده و دوستان بیمار:

اعضا خانواده (که به بیمار نزدیک تر و صمیمی ترند) باید در این مورد صحبت کرده و نقش وکیل را برای شخص مبتلا به اسکیزوفرنیا بازی کنند.

گاهی تنها خانواده یا افراد نزدیک به شخص بیمار از رفتار و عقاید عجیبی که بیمار بیان کرده یا نشان می دهد اطلاع دارند. از آنجایی که ممکن است بیماران در طی معاینه این اطلاعات را به صورت داوطلبانه بیان نکنند، باید از اعضا خانواده خواست که با شخص ارزیابی کننده صحبت کنند که اطلاعات مرتبط را بیان کنند.

۱- خانواده باید از تمکین درمان توسط بیمار اطمینان حاصل کنند مخصوصاً زمانی که بیمار از بیمارستان مرخص می شود.

اعضاء خانواده باید مطمئن شوند که شخص مبتلا به اسکیزوفرنیا بعد از بیمارستان نیز درمان را ادامه می دهد. بیمار ممکن است که از ادامه مصرف دارو ها امتناع کرده یا برای

پیگیری درمان مراجعه نکند که این حالت غالباً منجر به بازگشت علائم روانپریشی می‌شود.

۲- بیمار نیازمند تشویق و حمایت جهت ادامه درمان می‌باشد.

تشویق بیمار به ادامه درمان و کمک به وی در فرآیند درمان میتواند بطور مثبتی بهبودی وی را تحت تاثیر قرار دهد. بدون درمان، برخی از این بیماران بسیار روانپریش و آشفته شده به حدی که حتی نمی‌توانند نیازهای اساسی خود را برآورده سازند؛ مثل غذا خوردن، لباس پوشیدن، نظافت و پناه یافتن مختل میشود. بنابراین غالباً افراد مبتلا به بیماری‌های شدید روحی نظیر اسکیزوفرنیا در اثر عدم درمان راهی خیابانها یا زندان می‌شوند؛ جایی که بندرت درمان مورد نیاز خود را دریافت می‌کنند.

۳- خانواده بداند که چطور به عقاید و جملات عجیب و قریب بیمار پاسخ دهد.

افراد نزدیک به این بیماران معمولاً نمی‌دانند که در پاسخ به جملات و عقاید عجیب و غریب بیمار چه پاسخی بدهند و در این خصوص مطمئن نیستند. باید بدانیم که برای شخص مبتلا به اسکیزوفرنیا عقاید عجیب یا توهمات کاملاً واقعی به نظر می‌رسد (اینها فقط فانتزی‌های خیالی نیستند).

بجای همراه شدن با هذیان‌ها بیمار، اعضا خانواده یا دوستان می‌توانند به وی بگویند که آنها آن چیزهایی را که او می‌بیند،

نمی‌بینند و نباید با نتایجی که شخص بیمار می‌گیرد موافقت کنند، این در حالی است که باید تصدیق کنند که چیزها ممکن است به طریق دیگری برای بیمار ظاهر شوند.

خیلی مهم است که بیمار را در خصوص عقاید و هذیان‌هاش به چالش نکشید. آنها از نظر شخصی که آنها را تجربه میکند بسیار واقعی هستند؛ در واقع منفعتی در بحث با وی در خصوص هذیان‌ها یا اعتقادات غلطش نیست.

در عوض مکالمات را به نواحی یا موضوعات دیگری که هر دو در خصوص آن توافق دارید بکشانید.

۴- یادداشت کنید:

اشخاص نزدیک به بیمار می‌توانند یادداشت‌هایی در خصوص نوع علائم ظاهر شده و دارو درمانی (دوز داروها و نوع آنها) را در یک دفترچه خاص برای بیمار داشته باشند و اینکه درمانهای مختلف چه تاثیری روی او داشته است را نیز بنویسند. با دانستن اینکه چه علائمی قبلاً وجود داشته، اعضا خانواده بهتر خواهند دانست که در آینده دنبال چه چیزی باشند. با این روش خانواده‌ها می‌توانند علائم هشدار دهنده اولیه را شناسایی کنند که نشانه برگشت یا عود بیماری است، مثل افزایش گوشه‌گیری، یا تغییر الگوی خواب (حتی بهتر و زودتر از خود بیماران). بنابراین، برگشت روانپریشی را می‌توان سریع تشخیص داد و مانع از عود کل علائم بیماری شد.

با دانستن اینکه چه داروهایی کمک کننده است و چه داروهایی منجر به عوارض مشکل ساز در گذشته شده است، خانواده می‌تواند به درمانگران کمک کند که بهترین روش درمانی را بسیار سریعتر پیدا کنند.

۵- به بیمار کمک کنید تا بتواند اهداف دست یافتنی و ساده در زندگی‌اش قرار دهد، علاوه بر یافتن به موقع کمک‌های درمانی، خانواده، دوستان و همسالان می‌توانند شخص مبتلا به اسکیزوفرنیا را تشویق کنند که توانمندیهای خود را بدست آورد. مهم این است که اهداف قابل دستیابی باشد، زیرا شخص مبتلا به دلیل بیماری‌اش تحت فشار بوده و دائماً توسط دیگران مورد انتقاد قرار گرفته است. بنابراین نباید تجربه استرس آور باشد که منجر به بدتر شدن علائم شود. مانند هر شخص دیگری فرد مبتلا به اسکیزوفرنیا نیز؛ نیاز دارد که بداند چه موقع کارها را درست انجام می‌دهد. برخورد مثبت می‌تواند کمک کننده بوده و در طولانی مدت بسیار موثرتر از انتقاد است. توصیه‌های فوق برای تمام اشخاصی که در مقابل با شخص بیمار هستند قابل استفاده می‌باشد.

