



تاریخ
۳۱
فروردین
۱۴۰۰
سه‌شنبه

هر شماره؛معرفی یک بیماری و پیشگیری و درمان آن

این شماره: آشنایی با بیماری‌های خطرناک روحی و روانی

خطرناک‌ترین بیماری‌های روحی و روانی



ساعدنیزو؛ بیماری‌های روانی، مجموعه‌ای از مشکلات رفتاری و یا اختلالات روان‌پزشکی هستند که زندگی فرد را تحت تأثیر قرار می‌دهند و اجازه نمی‌دهند که او بتواند به زندگی عادی‌اش ادامه دهد. گاهی ساده‌ترین بیماری‌های روان‌پزشکی مجموعه‌ای از علائم را با خودشان دارند و گاهی اتفاق می‌افتد که خطرناکترین بیماری‌های روانی بدون علامت هستند.

تفاوت بسیار مهمی که بیماری‌های روحی و روانی با بیماری‌های جسمی دارند این است که در بیماری‌های جسمی مانند دیابت و یا مشکلات قلبی پزشک می‌تواند نشانه‌های بیمار را از طریق معاینه بالینی و یا تست‌های تشخیصی پیدا کند اما در بیماری‌های روانی، اطلاعات بیماری را باید از خود بیمار به دست آورد. به همین دلیل ممکن است فردی خطرناکترین بیماری‌های روانی را داشته باشد اما بروز ندهد.

با توجه به گستردگی بیماری‌های روانی سعی کرده‌ام در این مقاله به چند مورد از خطرناکترین بیماری‌های روانی که شایع‌تر است بپردازیم و به روش‌های رفتار صحیح با این بیماران اشاره کنیم؛

کدام بیماری های روانی خطرناک هستند؟

۱- توهم شنوایی

۲- اختلال شیدایی

۳- سندرم اتللو

۴- افسردگی اساسی

۵- اختلال آنورکسی

۶- هذیان گزند و آسیب

کدام بیماری‌های روانی خطرناک هستند؟

به طور کلی می‌توان گفت همه کسانی که با اختلالات روان‌پزشکی درگیر می‌شوند باید تحت درمان قرار گیرند. اختلالات روانی اگر درمان نشوند ممکن است شخصیت فرد را بهم بریزند. هم چنین گاهی مشکلات روانی باعث می‌شوند که برای بیمار مشکلات جسمی هم ایجاد شود. نکته دیگری که در مورد خطرناکترین بیماری‌های روانی این است که افرادی که بیماری‌های روانی دارند، به دلیل این که نمی‌توانند به خوبی در مورد پدیده‌های اطرافشان قضاوت کنند، ممکن است به خودشان و دیگران آسیب برسانند.به طور کلی دو دسته مهم مشکلات روانی که باید به آن‌ها توجه شود، توهم‌ها هذیان‌ها هستند. توهم‌ها مشکلاتی ادراکی هستند که فرد بدون این که محرکی وجود داشته باشد، چیزی را احساس می‌کند. مثلا صدایی که واقعا وجود ندارد را می‌شنود.

هذیان مشکلاتی هستند که مربوط به تفکر هستند و فرد یک تفکر کاملا جدی در مورد یک موضوع دارد. مثلا فکر می‌کند که اطرافیانش می‌خواهند او را مسموم کنند و یا فکر می‌کند که با افراد بزرگی در ارتباط است.

در ادامه به چند مورد از خطرناکترین بیماری‌های روانی که متأسفانه در کشور ما هم شایع است می‌پردازیم:

۱- توهم شنوایی

توهم شنوایی شایع‌ترین نوع توهم است. فردی که توهم شنوایی دارد صداهایی را می‌شنود که بقیه افراد قادر به شنیدن آن نیستند. توهم‌های شنوایی زمانی جزو خطرناکترین بیماری‌های روانی به حساب می‌آیند که تبدیل به توهم شنوایی آمرانه بشوند.

در توهم‌های شنوایی آمرانه فرد احساس می‌کند که صدایی به او دستور می‌دهد و سعی می‌کند دستورات او را انجام دهد. در چنین شرایطی، ممکن است مرتکب جرم و جنایت شود و دست به کارهای خلاف بزند. ممکن است فرد اعمالی انجام دهد که از نظر جامعه پذیرفته شده نیست و به همین دلیل تحت پیگیری قرار بگیرد.

درمان:

بهترین درمان برای توهم‌های شنوایی استفاده از درمان دارویی در کنار درمان‌های مشاوره‌ای است. نکته‌ای که شما باید در مورد توهم بدانید این است که به هیچ وجه نباید توهم‌های بیمار را تأیید کنید و یا آن‌ها را رد کنید. این کار نه تنها کمکی به بیمار نمی‌کند بلکه ممکن است باعث شود رفتار او بدتر شود. شما باید از او بخواهید در مورد مشکلاتی که دارد بیشتر صحبت کند و با او ارتباط برقرار کنید.

۲- اختلال شیدایی

اختلالات شیدایی دسته‌ای از اختلالات روانی هستند که به دنبال دوقطبی ایجاد می‌شوند.
دلیلی که اختلال شیدایی جزو خطرناکترین بیماری‌های

روانی دسته‌بندی می‌شود این است که فرد مبتلا ممکن است رفتارهای پرخطر به‌خصوص رفتارهای پرخطر جنسی از خودش نشان می‌دهد. یکی از مشکلاتی که بیمارانی که اختلال روانی شیدایی دارند این است که دچار بی‌بند و باری جنسی می‌شوند. در چنین شرایطی بیماران زن ممکن است دچار حاملگی‌های ناخواسته شوند و یا مورد تجاوز قرار بگیرند.

از طرف دیگر، مردانی که اختلال شیدایی دارند، ممکن است دچار مشکلات حقوقی رفتارهای پرخطر جنسی شوند. به همین دلیل بیمارانی که اختلال شیدایی دارند باید کاملا تحت نظر باشند و آن‌ها را از مواردی که ممکن است بیماری‌شان را بیشتر کند، دور کرد.نکته دیگری که در مورد بیمارانی که اختلال شیدایی دارند این است که آن‌ها ممکن است در جامعه با افراد مختلفی درگیر شوند و نتوانند با دیگران کنار بیایند. این موضوع یکی از دلایل دیگری است که اختلال شیدایی را جزو خطرناکترین بیماری‌های روانی طبقه‌بندی می‌کند.

درمان:

مناسب‌ترین درمان برای اختلال شیدایی بستری کردن بیمار در بیمارستان روان‌پزشکی است. بیمارانی ممکن است مشکلات زیادی برای خودشان یا اطرافیانشان ایجاد کنند. به همین دلیل نباید مراقبت از آن‌ها را رها کرد. در بیمارستان روان‌پزشکی، بیمار به موقع داروهایش را مصرف می‌کند و از نظر رفتاری کنترل می‌شود. برای آشنایی بیشتر با این اختلال پیشنهاد می‌کنم حتما مقاله درمان اختلال شیدایی را مطالعه کنید.

۳- سندرم اتللو

سندرم اتللو یا هذیان زناشویی نوعی از هذیان است که فرد به همسر خودش شک می‌کند. در این اختلال که در مردان رخ می‌دهد، فرد فکر می‌کند که همسرش با افراد دیگری در ارتباط است و سعی دارد به او خیانت کند.

این هذیان ممکن است باعث خشونت‌های دعوا و جر و بحث‌های فیزیکی و حتی قتل همسر شود. به همین دلیل جزو خطرناکترین بیماری‌های روانی است و باید سریعاً تحت درمان قرار بگیرد.

در مواردی اتفاق می‌افتد که مردی که این مشکل را دارد شروع می‌کند به افرادی که در اطرافش هستند شک می‌کند و فکر می‌کند که نزدیکانش با همسرش در ارتباط هستند و همسرش دارد با آن‌ها به او خیانت می‌کند. در چنین مواقعی ممکن است درگیری‌های سختی اتفاق بیفتد.

درمان:

معمولاً کسانی که هذیان دارند، با دارو درمانی بهبود پیدا می‌کنند؛ اما نکته اساسی که باید به آن توجه کنید این است که نباید سندرم اتللو دستکم گرفته شود. فردی که این مشکل را دارد باید سریع تحت درمان قرار بگیرد چراکه همان‌طور که گفته شد، این اختلال جزو خطرناکترین بیماری‌های روانی است.

برای مهار هذیان‌های بیمار و جلوگیری از بدتر شدن شرایط بهتر است از انجام کارهایی که باعث حساسیت بیشتر او می‌شود پرهیز کنید. ارتباط‌های منفیانه و یا صحبت‌هایی را که باعث می‌شود شک و تردیدهای شوهرتان بیشتر شود را کنار بگذارید تا روند درمانی موفق‌تری را پشت سر بگذارد.

۴- افسردگی اساسی

افسردگی یکی از شایع‌ترین اختلالاتی است که در سال‌های اخیر و به دنبال مشکلات و استرس‌های زیادی که افراد تجربه می‌کنند، بسیار شایع شده است. افسردگی اساسی زمانی می‌تواند در دسته خطرناکترین بیماری‌های روانی قرار بگیرد که فرد افکار خودکشی و یا دیگر کنشی داشته باشد.

یکی از سؤال‌های مهمی که در معاینه‌های روان‌پزشکی از بیماران پرسیده می‌شود این است که آیا افکار خودکشی دارند و آیا به این فکر هستند که به دیگران آسیب برسانند؟ روان‌پزشک و یا پرستاری که در بخش روان‌پزشکی بیمارستان کار می‌کند، از بیمار در مورد این موضوع سؤال می‌کند.

بیمار ممکن است احساس بی‌ارزشی کند و هم چنین بیان کند که دنیا بی‌ارزش است و هیچ علاقه‌ای به ارتباط برقرار کردن با دیگران ندارد. در چنین شرایطی، ممکن است تصمیم بگیرد به زندگی خودش پایان بدهد و برای این کار از روش‌های مختلفی استفاده کند.

درمان:

در سال‌های گذشته یکی از روش‌های موقتی که برای درمان افسردگی اساسی از آن استفاده می‌شود، الکترو شوک است. در این روش با متصل کردن جریان برق به سر بیمار، او را درمان می‌کنند. البته از این درمان در زمانی استفاده می‌شود که فرد به داروها پاسخ نداده



بیماری‌های روانی علائمی دارند که در صورتی که شما و اطرافیانتان آن‌ها را داشته باشید بهتر است به یک روانپزشک مراجعه کنید.

به گزارش مشرق، از کجا بدانیم که به یک بیماری روانی خطرناک مبتلا هستید یا نه. در این مقاله علائمی را نوشته‌ایم که اگر این علائم را دارید به یک بیماری خطرناک مبتلا هستید.

زیاد دروغ می‌گویید فقط به این دلیل که می‌توانید!

معمولاً وقتی کسی دروغی می‌گوید، برای خودش دلیلی دارد. ممکن است بخواهد از مواجهه با چیزی فرار کند، یا به احساسات کسی که دوستش دارد لطمه نزند؛ اما در مورد بیماران روانی اینطور نیست، آنها بی‌اختیار و وسواس گونه دروغ می‌گویند. دروغ‌گویی وسواسی خیلی با دروغ صлحتی یا دروغ سفید تفاوت دارد. سایکو پث ها معمولاً به خاطر عدم صداقت مرزمنشان شناخته شده هستند و هر وقت که بتوانند بدون هیچ دلیل منطقی، دروغ می‌گویند. اگر دیدید اغلب در حال دروغ‌گویی هستید و انگیزه‌ای هم برای حمایت از دروغ‌های خود ندارید، ممکن است یک بیماری روانی باشید!

اهمیتی به انجام کاری که درست است نمی‌دهید
سایکو پث‌ها، درکی از عملکرد اخلاقی و درست ندارند. حتی اگر بدانند کاری که می‌کنند درست نیست، بیشتر دوست دارند بی‌اعتنایی کنند و وانمود می‌کنند پیامدهای آن، تأثیری روی‌شان نخواهد گذاشت. همه بیماران روانی لزوماً با خشونت رفتار نمی‌کنند یا دست به جنایت نمی‌زنند، اما آتهایی که احتمال این اقدامات برایشان وجود دارد، بیشتر به دست آورده‌ای فردی‌تان توجه دارند تا تأثیر عملکردشان روی دیگران.

از نظر دیگران خیلی مغرور هستید

نارسیم یا خودپسندی، یک رفتار کلیدی در افراد سایکو پث است که اگر همراه با سایر علائم نباشد، می‌توان آن را اختلال شخصیت دانست. شخصیت‌های خودشیفته، نمی‌توانند احساسات دیگران را درک کنند و بینهایت خودمحو هستند. شاید خیلی کوتاه مدت به کسی علاقه‌مند شوید رفتار کسی توچیتان را جلب کند اما این اتفاق تنها زمانی می‌افتد که سودی به شما برسد. اگر تمایلات به تمجید و تحسین دیگران تأمین نشود، احتمالاً خیلی زود، خسته و دلزده شده و به سمت فرد یا چیز دیگری می‌روید.

صفحه
۶
شماره
۳۰۵۵
سال
بیست و هفتم



علائمی که به شما ثابت می‌کند دچار اختلال روانی خطرناک هستید

اهمیتی به اینکه کلام یا رفتارتان کسی را برنجانند نمی‌دهید.

بیشتر افراد، اگر رفتار اشتباهی در مورد کسی مرتکب شوند، حتی اگر کم هم شده، احساس گناه یا ناراحتی می‌کنند، چه از روی عمد کاری کرده باشند و چه تصادفاً و غیرعمد. بیماران

روانی یا ساکو پث، چنین احساسی ندارند. فرد روانی می‌تواند حتی نزدیک‌ترین فرد به خود را آزار بدهد و حتی از نظر فیزیکی با او برخورد کند، بدون اینکه احساس پشیمانی داشته باشد، چون توانایی احساس افسوس و رحم را ندارد. شاید متوجه بشوید که چند کلمه حرف‌تان چگونه اعتماد به نفس همکارتان را نابود کرده است، اما اهمیتی ندهید و هیچ احساس بدی نکنید.

فکر می‌کنید روابط عاطفی و احساسی، وقت تلف کردن هستند

سایکو پث، به سختی می‌تواند احساس و هیجانات دیگران را درک کند، به همین دلیل نجسب و بی‌میل است. اگر شما هم یک سایکو پث باشید، احتمالاً سعی نمی‌کنید این حقیقت را که علاقه‌ای به ارتباط برقرار کردن با دیگران ندارید، پنهان کنید. ولی خودتان را مجاز می‌دانید که هیجانات خود را بروز دهید، مخصوصاً خشم و عصبانیتان راه اما یادتان می‌رود روابط سالمی با آنهایی که بیشتر از همه دوستانان دارند داشته باشید.

زود عصبانی می‌شوید

بیماران روانی، تنها کسانی نیستند که زود از کوره در می‌روند، اما احتمال اینکه واکنش‌های خشمگین نشان دهند و دست به خشونت بزنند، خیلی بیشتر است و ابداً هم احساس پشیمانی نمی‌کنند. بسیاری از سایکو پث‌ها، به عنوان بخشی از درمان، به یادگرفتن مدیریت خشم نیاز دارند. ضعف در کنترل خشم، لزوماً به معنی روانی بودن نیست، اما اگر معمولاً به شدت دیگران را مورد انتقاد قرار می‌دهید و به آنها یورش می‌برید و به عنوان «نتیبه» دیگران دست می‌زنید، این رفتارها می‌زیند، این خشم می‌تواند یک پرچم قرمز تلقی شود.

کارمند بسیار بدی هستید

سایکو پث‌ها خیلی زود و به راحتی، خسته و دلزده می‌شوند؛ بنابراین اگر در حوزه کاری‌شان، مسئولیتی برایشان تعیین شود که زیاد همسو با علائقتشان نباشد، حتی زحمت امتحان کردنش را هم به خود نمی‌دهد. این ویژگی باعث می‌شود، عملکرد مطلوبی در کارشان نداشته باشند و یا نتوانند کارشان را حفظ کنند. حتی ممکن است بدون آنکه فکرش را هم بکنند، یک همکار بسیار وحشتناک باشند. اگر زیاد برایتان پیش می‌آید که همکارتانان را مجبور کنید برایتان کاری انجام دهند، تنها به این دلیل که احساس می‌کنید خوشتان نمی‌آید، ممکن است چیزی فراتر از یک تنبیل باشید!

به راحتی سر دیگران شیره می‌مالید

آیا بارها و بارها برایتان پیش آمده که به نفع خودتان، دیگران را گول بزنید؟ چه غربیه و چه آشنا؟ برای یک سایکو پث، خیلی طبیعی و عادی است که با دیگران ارتباطی برقرار کند که نارسیم یا خودپسندی، یک رفتار کلیدی در افراد سایکو پث است که اگر همراه با سایر علائم نباشد، می‌توان آن را اختلال شخصیت دانست. شخصیت‌های خودشیفته، نمی‌توانند احساسات دیگران را درک کنند و بینهایت خودمحو هستند. شاید خیلی کوتاه مدت به کسی علاقه‌مند شوید رفتار کسی توچیتان را جلب کند اما این اتفاق تنها زمانی می‌افتد که سودی به شما برسد. اگر تمایلات به تمجید و تحسین دیگران تأمین نشود، احتمالاً خیلی زود، خسته و دلزده شده و به سمت فرد یا چیز دیگری می‌روید.

افسردگی در مردان بیشتر است یا زنان؟

تفاوت زیادی از نظر جاتی در بین خانم‌ها و آقایان وجود ندارد اما به این دلیل که خانم‌ها تصویر بدنی بدی نسبت به خود دارند، بیشتر مراجعه‌کنندگان به کلینیک‌های جاتی خانم‌ها هستند. اختلال‌های خوردن در میان خانم‌ها بیش از ده برابر شایع‌تر هستند.

علت شیوع بیشتر افسردگی در زنان

تفاوت هورمونی

عمده‌ترین دلیل افزایش افسردگی در زنان تغییرات هورمونی است. این تغییرات هورمونی در خانم‌ها با دوره ماهیانه افزایش یافته و در دوره قاعدگی و یک هفته قبل از قاعدگی حالت‌های افسردگی و تحریک‌پذیری که با آن اختلال خلقی می‌گویند، بیشتر می‌شود.

این اختلالات خلقی و تغییرات هورمونیدر خانم‌ها به صورت ماهانه پیش می‌آید به همین دلیل آنها برای ابتلا به تغییرات خلقی و افسردگی مستعدتر می‌شوند.

مسئولیت‌های چندگانه

دلیل دیگری که افسردگی در خانم‌ها بیش از آقایان است، این است که خانم‌ها در زندگی چند نقش مانند نقش مادری، همسری دارد و گاهی این مادر و همسر مسئولیت اجتماعی نیز دراست. این نقش‌ها هویت مستقل دارد و در جامعه انتظارات جداگانه از آنها وجود دارد و فشار مضاعفی برای خانم‌ها وارد می‌کند بنابراین، افسردگی در این خانم‌ها بیش از آقایان است.

گذشتن از آرزوها به خاطر دیگران

در برخی مواقع نیز خانم‌ها به خاطر دیگران، خانواده، همسر و فرزند و… مجبورند تمناها و آرزوهایشان را نادیده بگیرند و رها کنند و به همین دلیل بیشتر به سمت اختلال افسردگی پیش روند.

سایر علت‌ها

از علل شیوع احتمالی بیشتر در زنان، می‌توان به تفاوت ساختار شخصیتی، عدم ارزش‌گذاری برای نقش‌های سخت مانند خانه‌داری، استرس‌های دوران بارداری و شیردهی، نابرابری در دسترسی به امکانات اجتماعی، فرصت‌های شغلی کمتر یا اشتغال در شغل‌های با منزلت اجتماعی کمتر یا استقلال مالی کمتر و جزئی نگری اشاره نمود.

^[1] به همین دلیل که خانم‌ها بیش از آقایان است، این است که خانم‌ها در زندگی چند نقش مانند نقش مادری، همسری دارد و گاهی این مادر و همسر مسئولیت اجتماعی نیز دراست

^[2] این نقش‌ها هویت مستقل دارد و در جامعه انتظارات جداگانه از آنها وجود دارد و فشار مضاعفی برای خانم‌ها وارد می‌کند بنابراین، افسردگی در این خانم‌ها بیش از آقایان است

^[3] در برخی مواقع نیز خانم‌ها به خاطر دیگران، خانواده، همسر و فرزند و… مجبورند تمناها و آرزوهایشان را نادیده بگیرند و رها کنند و به همین دلیل بیشتر به سمت اختلال افسردگی پیش روند