



تاریخ
۲۵
آذر
۱۴۰۰
پنجشنبه

انواع اختلالات روانی را بشناسید

مرکز فوق تخصصی مغز و اعصاب نورون

سبک زندگی مربوط نیست.
آتور کسپا یکی از بالاترین نرخ های مرگ و میر را در بین تمام بیماری های روانی دارا می باشد.
حدود ۱۰ تا ۲۰ درصد از این افراد در طی ۲۰ سال در اثر عوارض این بیماری و یا خودکشی می میرند.

بولیمیا نروزا(پر خوری عصبی) یکی از بیماری های روانی

این بیماری یکی از بیماری های روانی جدی است که عبارت است از زیاده روی در خوردن (مصرف مقدار زیاد و غیر طبیعی غذا) که با رفتار جبران کننده ای مثل استفراغ، ورزش بیش از اندازه، روزه داری یا سوء مصرف مسهل ها دنبال می شود.
این چرخه خوردن بیش از حد و تقیه کردن یا ورزش کردن به احساس گناه و شرم شدید برای شخص منجر می شود.
این بیماری روانی اغلب تشخیص داده نمی شود زیرا افراد مبتلا به بولیمیا وزن نرمال یا اضافه وزن خفیفی دارند و اغلب رفتارهای مرتبط با بیماری را پنهان می کنند.

اختلال وسواسی اجباری (OCD)

اختلال وسواسی اجباری (OCD) یک اختلال اضطراب است که در آن، شخص افکار و ترس ها را تجربه می کند (وسواس فکری) و منجر به رفتارهای تکراری (وسواس عملی) می شود.
افراد دچار اختلال وسواسی اجباری (OCD) معمولا از ماهیت غیر منطقی وسواس های فکری و عملی خود، آگاهی دارند.
با این حال از کنترل آنها ناتوان می باشند.
بعضی از وسواس های فکری شایع عبارتند از:

ترس از میکروب ها، کثیفی و سموم
ترس از آزار رساندن به خود یا دیگران
دغدغه مفراط نسبت به تفرار و ترتیب
ذخیره کردن یا انبار و جمع آوری چیزها
بعضی از وسواس های عملی شایع می توانند شامل موارد زیر باشند:
چک کردن مفراط آیتم های مربوط به امنیت مثل قفل ها و ابزارهای امنیتی
تمیز کردن، شستن و دوش گرفتن مفراط
لمس کردن، ضربه زدن یا حرکت در یک مسیر خاص یا به دفعات
تکرار کلمات یا اعداد به تعداد مشخص
اختلال استرس پس از حادثه (PTSD)

این اختلال ممکن است بعد از اینکه شخص یک رویداد تکان دهنده را که تهدید کننده زندگی و امنیت او یا دیگر افراد مرتبط با او است را تجربه کرده یا شاهد بوده، در فرد گسترش پیدا کند.
برای مثال وقایعی که می توانند اختلال استرس پس از حادثه (PTSD) را تحریک کنند عبارتند از حمله فیزیکی یا جنسی، یک تصادف، فجایع طبیعی یا جنگ.
ممکن است فرد دچار این اختلال (PTSD) احساس ترس شدید، وحشت، درماندگی و یا هراس داشته باشد.
هنگام به خاطر آوردن واقعه، این افراد می توانند آن حادثه تکان دهنده را دوباره زنده کرده و واکنش های احساسی و جسمانی شدیدی مثل عرق کردن و تپش قلب را تجربه کنند.
دیگر علائم عبارتند از مشکلات خواب، عدم تمرکز، به راحتی از جا پریدن (از ترس)، دائم نگران خطر بودن، اجتناب از یادآوری واقعه و بی حسی عاطفی.

اختلال کنترل تکانه (ICD) یکی از بیماری های روانی

اختلال کنترل تکانه (ICD) دسته ای از اختلالات است که با تحریک پذیری و ناتوانی برای مقاومت در برابر یک تکانه (وسوسه) که می تواند برای آنها یا دیگران خطرناک باشد تعریف می گردد.
برای مثال پیرومانیا یا جنون آتش افروزی (شروع عمدی آتش سوزی)، جنون سرقت، وسواس خرید، وسواس جنسی (میل شدید به افکار و فعالیت های جنسی) و قماربازی بیمار گونه مثال هایی از اختلال کنترل تکانه می باشند.

اعتیاد و سوء مصرف مواد می تواند از انواع مواد قانونی و غیر قانونی مثل الکل، مواد مخدر، قمار، داروهای تجویزی (مسکن ها و آرام بخش ها)، استنشاق کننده هایی مثل پاک کننده های خانگی و حتی استفاده از اینترنت باشد.
شخص وابسته، زمانی که جلوی اعتیاد خود را می گیرد علائم وسوسه شدید و ترک اعتیاد را تجربه می کند.

اختلال خود زشت انگاری (BDD)

اختلال خود زشت انگاری (BDD) زمانی است که افراد مرتبا نگران این هستند که چطور به نظر می رسند.
این افراد ممکن است بر این باور باشند که عیب های خیلی کوچک یا خیالی، نقص های واقعا جدی در ظاهر آنها وجود دارد.
با این حال این موضوع به غرور این افراد ارتباطی ندارد.
این عیب های خیالی باعث پریشانی قابل توجهی در فرد می شوند و این وسواس ها زندگی روزمره فرد را تحت تاثیر قرار می دهند.
این افراد غالبا روی ظاهر و تصویر بدن خود وسواس دارند، مرتب خود را در آینه بررسی می کنند، به طور وسواس گونه ای خود را می آرایند، مرتبا رژیم می گیرند، بیش از حد ورزش می کنند و به دنبال دلداری دیگران هستند.
برای این افراد غیر معمول نیست که به دنبال روش های زیبایی متعددی باشند تا نقص های خیالی خود را برطرف سازند اما هرگز نیز رضای نهندند.

بیماری های روانی شایع و نشانه‌های هر یک از اختلالات روانی هنر زندگی



که آن‌ها بر روی فرد می گذارند می تواند موجب بروز اختلالات روانی شود.
امروزه افرادی که در شهرهای بزرگ زندگی می کنند بهداشت روانی کمتری دارند و بیشتر در معرض ابتلا به بیماری‌های روانی قرار می گیرند.

بیماری های روانی شایع اختلال کنترل تکانه

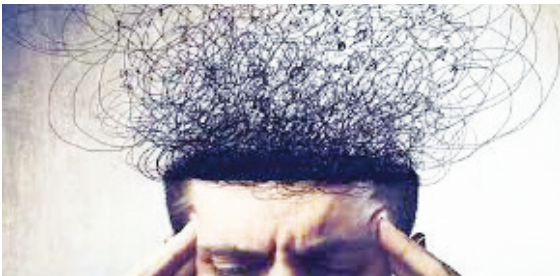
اختلالات تکانه‌ای یکی از شایع‌ترین اختلالاتی است که در جوامع

هر شماره؛معرفی یک بیماری و پیشگیری

و درمان آن

این شماره: انواع بیماری های روانی

صفحه
۶
شماره
۳۲۴۸
سال
بیست و هفتم



مختلف وجود دارد و اشخاص زیادی را درگیر می کند. افرادی که مبتلا به این اختلال هستند نمی‌توانند امیال و تحریکاتی که می‌تواند برای خودشان و دیگران مضر باشد را کنترل کنند. این افراد به مصرف موادمخدر و الکل روی می‌آورند. افرادی که این اختلال را دارند به گونه‌ای درگیر موارد اعتیادزایشان می‌شوند که پس از مدتی مسئولیت‌ها و روابطشان با دیگران را نیز از یاد می‌برند.
جنون دزدی، جنون آتش افروزی، اختلال سلوک و نافرمانی مقابله جویانه از انواع این اختلالات هستند.

اختلالات خلقی و افسردگی از بیماری های روانی شایع

اختلالات خلقی شامل احساس ناراحتی مداوم یا دوره‌هایی از شادی بیش از اندازه یا نوساناتی بین شادی شدید و اندوه شدید است که اختلالات عاطفی نیز خوانده می‌شود.
شایع‌ترین اختلال خلقی افسردگی است که ممکن است همه افراد جامعه حداقل یک‌بار در دوره‌های کوتاه یا بلند مدت دچار این اختلال شده باشند.
افرادی که دچار افسردگی هستند در نهایت ممکن است دست به خودکشی و آزار رساندن به خودشان هم بزنند.
اختلالات خلقی می‌تواند علاوه بر خود فرد، زندگی اطرافیان را به شدت تحت تاثیر قرار بدهد.
عموما زنان بیشتر از مردان این اختلالات را از خود بروز می‌دهند.

اختلالات جنسی و انحرافات جنسی

اختلال شایعی که ممکن است بسیاری از افراد جامعه را درگیر کند به طوری که بر میل، عملکرد و رفتار جنسی آن‌ها تاثیر می‌گذارد.
در این اختلال فرد بیمار با چیزهایی تحریک می‌شود که بسیار نامتعارف است و افراد دیگر با آن تحریک نمی‌شوند.
انحراف جنسی یکی از شایع‌ترین موارد اختلالات جنسی است که در جوامع محدود بیشتر دیده می‌شود.

اختلالات اضطرابی و فوبیا از جمله بیماری های روانی شایع

افراد مبتلا به اختلال اضطرابی در مواجهه با شرایط یا شی خاص دچار ترس و وحشت می‌شوند به طوری که واکنش‌های نامناسی را از خود نشان می‌دهند که توانایی کنترلش را هم ندارند و در عملکردشان اختلال ایجاد می‌کند.
در برخی از موارد نشانه‌های جسمی اضطراب و هراس مانند ضربان قلب زیاد و تعریق را از خود نشان می‌دهند.
اختلالات اضطراب شامل اختلال اضطراب فراگیر، اختلال ترس، اختلال اضطراب جدایی و فوبیاهای خاص هستند.
در این حالت شخص ممکن است در موقعیت قرار نگیرد و با فکر کردن به آن شرایط هم دچار اضطراب شود.

اختلال وسواس فکری-عملی

اختلال وسواس فکری-عملی اختلال شایعی است که فرد به افکار و ترس‌هایی گرفتار می‌شود که در واکنش به آن‌ها به اعمالی دست می‌زند که ممکن است لازم نباشد و برای آرامش خاطر یک کار را بارها انجام می‌دهد.
یکی از شایع‌ترین نوع آن وسواس نسبت به آلودگی است که شخص مبتلا بارها همه چیز را ضدعفونی می‌کند و شست‌وشو می‌دهد.
در وسواس عملی فرد توانایی کنترل بر روی اعمال خود را ندارد.

اختلالات شناختی از جمله بیماری های روانی شایع

مجموعه‌ای از اختلالات که با ضعف تمرکز، عدم درک زمان، مکان و محیط و عدم شناخت هویت دیگران همراه است.
این اختلال که ممکن است همراه با کاهش سطح هشیاری یا بدون کاهش سطح هشیاری اتفاق بیافتد.
اختلالات شناختی می‌تواند با بیماری‌های جسمی تشخیص داده شود.
آلزایمر یکی از شایع‌ترین نوع از این اختلال است و عموما با بالا رفتن سن خود را نشان می‌دهد.
ده درصد افراد بالای ۷۰ سال در جهان دچار آلزایمر می‌شوند.

اختلالات روان‌پریشی

این اختلالات شامل الگوهای بهم ریخته از تفکر و آگاهی هستند.
شایع‌ترین علائم این نوع بیماری هذیان (فرد به چیزهایی باور دارد

چند عادت رفتاری که به شما ثابت می کند دچار بیماری روحی پنهان هستید!



در خود هستند.

راه تشخیص بیماری:
اگر دوست یا یکی از اعضای خانواده ی شما دائما دربارہ ی وضعیت سلامتی اش ناله و شکایت می کند، به او پیشنهاد دهید که به یک پزشک مراجعه کند.
احتمالا او از این کار فتره می رود (مثلا بهانه می آورد که بیماری اش جدی نیست و نیازی به دکتر رفتن ندارد)، اما افراد مبتلا به خود بیمار انگاری یا هاپیوکوندریا (Hypochondria) این پیشنهاد را قبول می کنند.
به علاوه، یکی از نشانه های مهم خود بیمار انگاری این است که افراد مبتلا به این اختلال اغلب دست به خود درمانی می زنند (و حتی گاهی از داروهای تخصصی ای استفاده می کنند).

۳- تمیز و مرتب بودن یا اختلال وسواس فکری عملی؟

آدم های تمیز و مرتب اعتقاد دارند هیچ کس بهتر از خودشان نمی تواند خانه شان را تمیز کند.
برق انداختن وسایل خانه تبدیل به معنای زندگی در چنین افرادی می شود.
این افراد به شدت دقیق و موشکاف هستند و اگر اعضای خانواده خانه را کثیف یا نامرتب کنند واقعا دلخور می شوند.
در اختلال وسواس فکری عملی، عمل تمیز کردن یا انجام کارهای تکراری راهی برای خلاص شدن از افکار و ایده های وسواس گونه و غیر ارادی است.
این وسواس ها می توانند چیزهای ساده ای مثل ترس از آتش گرفتن چیزی یا حتی موارد عجیب تری هم باشند.
در یکی از موارد ابتلا به این اختلال، بیمار ترس از آن داشت که یک روز دخترش را اشتباهاً با یک بسته پست کند.

راه تشخیص بیماری:
یکی از مشخصه های اختلال وسواس فکری عملی این است که افراد مبتلا به آن از نظر اطرافیان شان عجیب به نظر می رسند، در حالی که رفتار های این اشخاص از نظر خودشان بی معنی نیست.
برای مثال، اگر شخصی ظرف های داخل کابینت را همیشه تمیز می کند، این کار را انجام می دهد تا حشرات در آنجا لانه نکنند اما اگر همان شخص همیشه ظرف ها را با یک نظم و ترتیب خاص، بر اساس رنگ ها، اشکال و غیره درون کابینت می چیند، این مسئله ممکن است از نشانه های اختلال وسواس فکری عملی باشد.