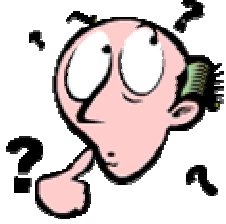


ما هو الفصام العقلي؟

ما هي العوارض؟

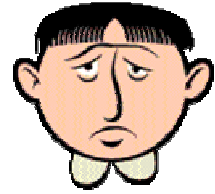


العوارض الايجابية أو الذهانية

- ✓ أو هام وأفكار وشكوك غريبة
- ✓ هلوسة
- ✓ إدراك حسي مشوش

العوارض السلبية

- ✓ انفعالات باردة أو فظة
- ✓ فقدان الاندفاع أو الطاقة
- ✓ فقدان المتعة أو الإهتمام بالامور



العوارض غير المنتظمة

- ✓ أفكار مشوشة ونطق غير منتظم
- ✓ سلوك غير منتظم





متى يبدأ الفصام العقلي؟

- ◆ يمكن أن يصيب الفصام العقلي أيًا كان وفي أي سن، لكن غالباً ما يبدأ في الفترة الممتدة ما بين سن المراهقة والأربعين عاماً.
- ◆ كما يمكن أن يصاب الأطفال بالفصام العقلي في بعض الحالات النادرة.

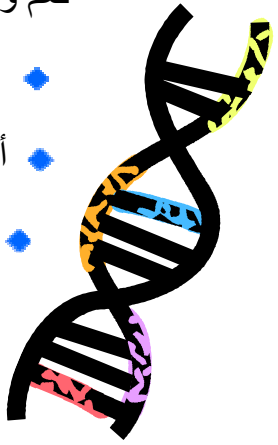


ما هي أهمية تشخيص المرض ومعالجته في أبكر وقت ممكن؟

- أستقرار العوارض الذهانية الحادة
 - تقليل إمكانية الانتكاس ووجوب المعالجة من جديد
 - تأمين العلاج اللازم
 - تخفيف الحاجة إلى اللجوء إلى الكحول والأدوية
 - تخفيف خطر الإنتحار
 - تخفيف المشاكل في العلاقات والحياة اليومية
 - تخفيف التوتر والعبء على عائلات المرضى
 - بدء إعادة التأهيل
- 
- 

هل الفصام العقلي مرض وراثي؟

نعم ولكن كلا إلى حد ما فقط :

- لا فصام عقلي في العائلة : نسبة الإصابة بالمرض لا تتعدى الواحد في المائة
 - أحد الوالدين أو الاخوة مصاب مصاب بالفصام العقلي : نسبة 10%
 - كلا الوالدين مصاب بالفصام العقلي : نسبة 40%
 - أحد أفراد العائلة مصاب بالفصام العقلي لكن لم تظهر أي عوارض للمرض لديك حتى سن الثلاثين : نسبة ضئيلة جداً وبعيدة الإحتمال
- 

التأثيرات الجانبية الممكنة لمضادات الذهان

- تصلب العضلات أو حركات عضلية تسمى التأثيرات الجانبية الخارجة عن الهرمية (Extra pyramidal side effects)
- رعشة ، خاصة في اليدين والقدمين
- خلل متأخر في الحركة (Tardive dyskinesia) حركات لا إرادية للفم ، لسان ناتئ أو حركات غير عادية في الوجه
- مشاكل في النشاط الجنسي
- زيادة الوزن
- في حالات نادرة ، تنادر المضادات الذهانية الخبيث (تصلب شديد ، رعشة ، حمى وغيرها من المضاعفات الحادة)
- التسكين ، تحسين الوظائف الإدراكية

• إمساك

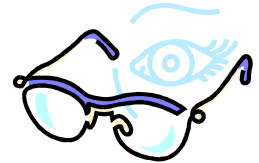


• احتباس البول



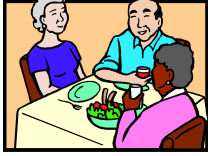
• زيادة نبض القلب ، خفقان سريع للقلب

• رؤية مشوشة



إعادة التأهيل

إعادة التأهيل مهمة بشكل خاص للمرضى الذين يحتاجون إلى تحسين مهاراتهم العملية، الذين يرغبون في العمل أو الذين قد عملوا في السابق ولم تبق لديهم إلا بعض العوارض القليلة.



◆ إعادة التأهيل النفسي الإجتماعي

لمساعدة المرض على تحسين مهاراتهم العملية بهدف الحصول على وظيفة و الحفاظ عليها

◆ إعادة التأهيل النفسي

برنامج لتعليم المهارات اللازمة لتحديد الأهداف الشخصية وبلوغها على صعيد العمل والتعليم والحياة الإجتماعية وتدبير العيش



◆ إعادة التأهيل المهني



برنامج لتقييم العمل والتدريب لمساعدة المرضى على التهيؤ لحياة عملية تنافسية بدوام كامل

كيف أساعد نفسي في حالة المرض

◆ تجنب الكحول أو المخدرات



- ✓ للكحول والمخدرات تأثيراً مدمراً على حالة المريض على المدى الطويل .
- ✓ إن لم تتمكن من الإقلاع عن الكحول والمخدرات يجدر بك الإستمرار في تناول الأدوية المضادة للذهان.
- ✓ على الرغم من أن الأطباء لا ينصحون بتناول هذه الأدوية مع الكحول والمخدرات فإن التوقف عن تناول الأدوية المضادة للذهان قد يؤدي إلى عواقب وخيمة جداً .

◆ التعرف إلى الإشارات المبكرة للإنذار بالانكسة

- ✓ تعلم كيفية التعرف إلى إشارات الإنذار التي قد تحصل لك.
- ✓ عندما تظهر الإشارات ، يجدر بك استشارة الطبيب في أقرب فرصة ممكنة لكي يتمكن من إعطائك الأدوية الملائمة . كما يستطيع أفراد عائلتك أيضاً مساعدتك على تحديد الإشارات المبكرة التي تنذر بإمكانية انتكاس حالتك.



◆ لا تقلع عن العلاج !



- ✓ إذا شعرت بأن الدواء لا ينفحك أو أنك تعاني مشاكل كثيرة من التأثيرات الجانبية ، استشر طبيبك لكن لا تتوقف أو تعدل جرعة الأدوية من تلقاء ذاتك . إن لم يناسبك برنامج العلاج الذي تخضع له ، استشر طبيبك المعالج بشأن الخدمات الأخرى المتوفرة لحالتك .

كيف يمكن للعائلة والأصدقاء أن يساعدوا المريض؟



- ◆ مساعدة المريض على العلاج المناسب والوسائل اللازمة لتسديد ثمن العلاج
- ◆ الإستعلام عن المرض
- ◆ تشجيع المريض على الإلتزام بالعلاج
- ◆ معالجة العوارض
- ◆ الإستعلام عن الإنذار بإمكانية الإنتحار
- ◆ تعلم كيفية تحديد الإشارات التي تنذر بالإنتكاس
- ◆ عدم توقع الشفاء السريع
- ◆ معالجة الأزمات

التأقلم مع الفصام العقلي



- ◆ يسبب مرض الفصام العقلي متاعب كثيرة لجميع أفراد العائلة.
- ◆ وبغية التعامل مع المرض بأفضل طريقة ممكنة يجب على كل فرد من أفراد العائلة أن يعتني بنفسه وأن يقوم بالنشاطات التي يستمتع بها وان لا يسمح للمرض بالسيطرة على حياته.
- ◆ في هذه الأثناء، عليه مساعدة المريض على عيش حياته على أفضل وجه ممكن يوماً بيوم وأن يفعل الأمر ذاته لنفسه.