

## فرم آموزشی «علائم بیماری اسکیزوفرنیا»

بطور کلی علائم اسکیزوفرنیا را به دو دسته علائم مثبت و منفی تقسیم می‌کنند. علائم مثبت نشانه‌هایی است که قبلاً در فرد نبوده و با شروع بیماری ظاهر می‌شود.

**توهم:** ما به طور معمول محرک‌های محیط خود را با یکی از حواس پنجگانه یعنی بینایی، شنوایی، چشایی، بویایی، و لامسه درک می‌کنیم؛ برای مثال، وقتی غذایی می‌خوریم طعم آن را حس می‌کنیم یا وقتی آهنگی پخش می‌شود آن را می‌شنویم. اگر بدون وجود محرکی در محیط، با یکی از حواس پنجگانه چیزی حس کنیم به آن توهم می‌گویند.

❖ **توهم شنوایی:** شنیدن صدایی که اغلب به صورت حرف زدن است و بقیه می‌گویند این صدا را نمی‌شنوند. برای بیماری که آنها را تجربه می‌کند، این صداها فرقی با صدای واقعی ندارد. در بیماری اسکیزوفرنیا توهم شنوایی یکی از نشانه‌های شایع است. گاهی اوقات صداها تهدید می‌کنند، ناسزا می‌گویند یا سرزنش می‌کنند؛ آنها همچنین ممکن است دستورهایی از این قبیل به فرد بدهند: «خودت را بکش». گاهی این خطر وجود دارد که بیمار این دستورها را عملی کند.

❖ **توهم بینایی:** دیدن افراد یا چیزهایی که در محیط وجود ندارد یا بقیه نمی‌بینند؛ مثلاً دیدن دری که درون دیوار است یا دیدن پرنده، حیوان یا خویشاوند مرده‌ای که ناگهان ظاهر می‌شود. گاهی فرد می‌گوید رنگ‌ها، شکل‌ها و صورت‌ها در مقابل چشم‌هایش دگرگون می‌شوند.

❖ **توهم بویایی:** احساس بویی در محیط که دیگران متوجه نمی‌شوند. اغلب افرادی که دچار توهم بویایی می‌شوند، می‌گویند بوهایی که حس می‌کنند ناخوشایند است.

❖ **توهم چشایی:** احساس طعمی در دهان که اغلب ناخوشایند است، بدون این که فرد چیزی خورده باشد.

❖ **توهم لمسی:** مانند این که فرد خزیدن چیزی را بر پوست خود احساس کند بدون وجود محرک بیرونی.

همچنین ممکن است بیمار دچار بیش‌حساسی به صداها، مزه‌ها و بوها شود؛ مثلاً زنگ تلفن به بلندی صدای آژیر آتش به نظر برسد.

**هذیان:** عقاید و باورهایی که پایه در واقعیت ندارند، اطرافیان آن‌را نادرست می‌دانند ولی فرد متقاعد شده است که این باورها درست‌اند و با بحث کردن یا استدلال تغییر نمی‌کنند. نمونه‌های رایج این عقاید اشتباه عبارت‌اند از:

- ❖ مورد تعقیب و شنود قرار گرفتن
- ❖ اشارهٔ تلویزیون یا افراد ناشناس در خیابان به فرد
- ❖ داشتن توانایی‌ها یا قدرتهای خاص
- ❖ تحت کنترل بودن افکار فرد از طریق نیروها یا سایر افراد
- ❖ مخابرهٔ دستوره‌های اختصاصی برای او که حاوی پیام‌های سری‌اند
- ❖ پخش افکار فرد و شنیده شدن آن توسط دیگران

معمولاً فرد احساس بیم، وحشت، ترس و اضطراب دارد؛ از این‌که اطرافیان او را باور یا درک نمی‌کنند آزاده، ناراحت یا خشمگین می‌شود و ممکن است از افراد و موقعیت‌ها کناره‌گیری کند. همهٔ اینها واکنش‌های طبیعی به چنین تجارب سختی هستند.

**نشانه‌های منفی:** منفی به معنای از دست رفتن و نبود توانایی‌ها و عملکرد قبلی فرد است. یعنی توانایی و رفتار معمولی که فرد داشته، اما در حال حاضر ندارد. نمونه‌هایی از این نشانه‌ها عبارت‌اند از:

- ❖ نبود انرژی و انگیزه
- ❖ آشفتگی در شروع کارها یا دنبال کردن فعالیت‌های هدفمند
- ❖ از دست رفتن مهارت‌های روزانه که فرد قبلاً انجام می‌داده است.
- ❖ کناره‌گیری اجتماعی
- ❖ بی‌توجهی به خود؛ تغذیه و بهداشت فردی نامناسب
- ❖ لذت نبردن از رویدادها، موضوعات و روابط با دیگران

علاوه بر نشانه‌هایی که گفته شد، بیماری می‌تواند شناخت، یعنی توانایی فکر کردن، برنامه‌ریزی و تصمیم‌گیری فرد را به اندازه هیجانات و رفتار دچار مشکل کند. همچنین ممکن است باعث آشفتگی در رفتار و کلام فرد بیمار شود.