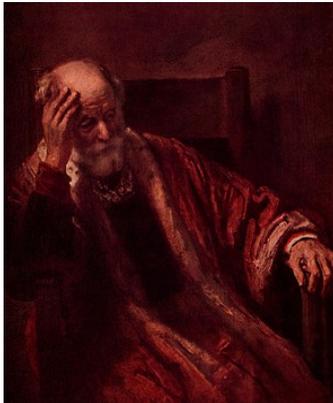


# ΟΙ ΨΥΧΑΣΘΕΝΕΙΕΣ ΓΕΝΙΚΑ

Εργασία των μαθητών Γ. Μπάλα – Παπαδάτου, Γ. Νάση, Σ. Ντίνου και Π. Λούκα για το μάθημα της Βιολογίας.  
Επιβλέπουσα καθηγήτρια: Ρ. Βλάση. Σχολ. Έτος 2008-2009



Η ψυχική ασθένεια είναι μια έννοια που τυπικά υποδηλώνει την ύπαρξη μιας συναισθηματικής διαταραχής ή διαταραχής της σκέψης ή διαταραχής της προσωπικότητας, που επηρεάζει αρνητικά την ψυχικά ευεξία, την υγεία και την ασφάλεια του ατόμου. Οι ψυχασθένειες:

- προκαλούν πόνο και ανικανότητα και μπορούν και να μειώσουν το προσδόκιμο επιβίωσης, όπως μαρτυρούν οι περιπτώσεις καταθλιπτικών επεισοδίων έπειτα από καρδιακές προσβολές, οι μεγάλοι αριθμοί των πασχόντων από ασθένειες του ήπατος λόγω εξάρτησης από το αλκοόλ, καθώς και οι περιπτώσεις των αυτοκτονιών.

- δεν κάνουν διάκριση ανάλογα με την ηλικία. Προσβάλλουν ενήλικες, ηλικιωμένους, παιδιά και εφήβους. Περίπου ένας στους πέντε νέους σε παγκόσμιο επίπεδο πάσχει από διαταραχές ήπιας ή πιο σοβαρής μορφής.

αποτελούν λόγο ανησυχίας τόσο στις ανεπτυγμένες όσο και στις αναπτυσσόμενες χώρες. Σε μια έρευνα του ΠΟΥ (Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας) σε 27 ανεπτυγμένες και αναπτυσσόμενες χώρες δεν βρέθηκε καμία χώρα της οποίας οι κάτοικοι δεν πάσχουν από σχιζοφρένεια. Φυσικά, ενώ μερικές ψυχικές διαταραχές δεν γνωρίζουν σύνορα, άλλες απαντώνται συχνότερα σε ορισμένες χώρες. Συγκεκριμένα, η κατάχρηση αλκοόλ έχει παγκόσμια επίπτωση, ενώ η επιληψία παρουσιάζει μεγαλύτερη συχνότητα στις αναπτυσσόμενες χώρες.

## ● ΔΙΑΓΝΩΣΗ ΚΑΙ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ



Οι ψυχασθένειες παραμένουν συνήθως καλά κρυμμένες, είτε λόγω επιλογής του ασθενή είτε επειδή δεν αναγνωρίζονται τόσο από τον ασθενή όσο και από την οικογένειά του ως πραγματικές ασθένειες. Παρά την άρνηση του ασθενή ή της οικογένειάς του, τελικά φανερώνονται. Ορισμένοι άνθρωποι υποφέρουν από υπερβολικούς φόβους, που συνοδεύονται από ένα πλήθος αναγνωρίσιμων συμπτωμάτων. Άλλοι βασανίζονται από συνεχείς αρνητικές ή δυσάρεστες σκέψεις και στρέφονται στο αλκοόλ για να ξεφύγουν από αυτές. Σε ορισμένες περιπτώσεις, ο ψυχικός πόνος του ασθενή είναι τόσο έντονος, ώστε να θεωρεί την αυτοκτονία ανακούφιση. Από τη στιγμή που αναγνωρίζονται τα συμπτώματα, οι ψυχικές

ασθένειες μπορούν να διαγνωστούν και να θεραπευτούν πριν να είναι πολύ αργά. Κάποιοι αναρρώνουν πλήρως, ενώ άλλοι έχουν μεγαλύτερες δυσκολίες. Σε όλες, πάντως, τις περιπτώσεις μπορεί να υπάρξει σχετική ανακούφιση όσων υποφέρουν, με τη χρήση διαφόρων μεθόδων καθώς και κατάλληλων φαρμάκων. Η φροντίδα στο σπίτι, στα επείγοντα, στα ψυχιατρικά τμήματα των Γενικών Νοσοκομείων και τα Κέντρα Ημέρας είναι μερικές από τις διαθέσιμες εναλλακτικές επιλογές. Βοήθεια μπορεί να παρασχεθεί από τους επαγγελματίες υγείας σε δύο επίπεδα. Στο πρώτο επίπεδο βρίσκονται οι γενικοί επαγγελματίες υγείας, παθολόγοι και γενικοί γιατροί, οι οποίοι έρχονται πρώτοι σε επαφή με το πρόβλημα και παραπέμπουν τον ασθενή στους ειδικούς επαγγελματίες υγείας, όπως είναι οι ψυχολόγοι, οι ψυχίατροι και οι νευρολόγοι. Η φροντίδα στο σπίτι, στα επείγοντα, στα ψυχιατρικά τμήματα των Γενικών Νοσοκομείων και τα Κέντρα Ημέρας είναι μερικές από τις διαθέσιμες εναλλακτικές επιλογές. Εντούτοις, δεν αρκεί να παρασχεθεί βοήθεια μόνο στο πάσχον άτομο, αλλά και στην οικογένειά του, η οποία αποτελεί το βασικό σύστημα υποστήριξης.

## ΨΥΧΑΣΘΕΝΕΙΣ ΚΑΙ ΕΠΑΝΕΝΤΑΞΗ ΣΤΗΝ ΚΟΙΝΩΝΙΑ



Τα γεγονότα αποδεικνύουν ότι οι άνθρωποι που υποφέρουν από κάποια ψυχασθένεια μπορούν να παρουσιάσουν βελτίωση και να συνεισφέρουν στην κοινωνία.. Πρέπει να θυμόμαστε ότι οι άνθρωποι με ψυχικές ασθένειες υποφέρουν, όχι μόνο λόγω της πάθησής τους, αλλά συχνά υποφέρουν εξαιτίας του κοινωνικού στίγματος που ακολουθεί την ψυχική ασθένεια.

Όλοι οφείλουμε να δείξουμε συμπάρασταση και να βοηθήσουμε τους πρώην ασθενείς να επανενταχθούν στην κοινωνία, να βρουν σπίτι, να βρουν εργασία ικανή να τους συντηρήσει και να έχουν μια φυσιολογική κοινωνική ζωή. Για κάποιον που μόλις βγήκε από το ψυχιατρείο, ένας κοινωνικός αποκλεισμός μπορεί να τον οδηγήσει πίσω. Ο κόσμος πρέπει να ενημερωθεί, για να μάθει να

αναγνωρίζει τα συμπτώματα, να ξέρει πως ο καθένας μπορεί να αρρωστήσει και ότι υπάρχει βοήθεια.

## ΣΧΙΖΟΦΡΕΝΕΙΑ



Ενδογενής ψύχωση που χαρακτηρίζεται από έντονες διαταραχές στη σκέψη, στο συναίσθημα, στην αντίληψη και στη συνειδησιακή σχέση του ατόμου με τον εαυτό του.

Η έναρξη της σχιζοφρένειας μπορεί να γίνει σε κάθε ηλικία, από την πρώτη παιδική ως τη γεροντική, αλλά συνήθως πρωτοεμφανίζεται στην όψιμη εφηβεία και στην πρώτη φάση της ενηλικίωσης.

Για την εκδήλωση της νόσου είναι υπεύθυνοι βιολογικοί παράγοντες (κληρονομικότητα), ψυχολογικοί και κοινωνικοί. Η έναρξη της είναι συνήθως αθόρυβη και δεν γίνεται εύκολα αντιληπτή, με χρόνια και αργή εγκατάσταση των συμπτωμάτων. Η οξεία εγκατάσταση με θορυβώδη και πολλά συμπτώματα είναι σπανιότερη.

Στην αρχή ο άρρωστος είναι ανήσυχος και αγχώδης, απομονώνεται κοινωνικά, αποκτά παράξενες ασχολίες και ιδέες και παραπονιέται για σωματικά ενοχλήματα όπως ακαθόριστους πόνους, αίσθημα κόπωσης και αδυναμίας κ.λπ.

Η σκέψη του σχιζοφρενούς είναι παράλογη, παράδοξη και με ακατανόητο για τους άλλους περιεχόμενο, χωρίς καμιά σχέση με την πραγματικότητα. Συχνά διαπιστώνονται διαταραχές του συνειρμού της σκέψης, ήπιες στην αρχή, που δίνουν την εντύπωση της ασάφειας στη διατύπωση των εννοιών και εξελισσόμενες στη συνέχεια σε πλήρη ασυναρτησία. Στον γραπτό λόγο οι άρρωστοι

χρησιμοποιούν σύμβολα αντί για λέξεις ή γράμματα, γράφουν στις γωνίες του χαρτιού, κάνουν παραπομπές σε ανύπαρκτα μέρη του κειμένου ή σε παράξενες σχηματικές παραστάσεις που θεωρούν αυτονόητες. Οι ακουστικές ψευδαισθήσεις είναι συχνές στη σχιζοφρένεια, με πιο χαρακτηριστική εκδήλωση την ηχοποίηση της σκέψης του αρρώστου (νομίζει πως ακούει φωναχτά τις σκέψεις του). Μπορεί

επίσης οι ψευδαισθήσεις αυτές να αναφέρονται στη φωνή του Θεού ή του διαβόλου ή άλλων υπερφυσικών δυνάμεων. Ο σχιζοφρενής μπορεί να αντιδρά με απότομες εναλλαγές συμπάθειας και αντιπάθειας ή οργής και ηρεμίας, όπως επίσης με ταυτόχρονη επιθυμία για δράση και τάση για ενέργεια από τη μια πλευρά και με αναποφασιστικότητα και αναστολή από την άλλη.

Η θνησιμότητα των σχιζοφρενών είναι μεγαλύτερη συγκριτικά με εκείνη του γενικού πληθυσμού. Ως αιτίες αναφέρονται η αυτοκτονία, τα ατυχήματα, η κατάχρηση αλκοόλ και οι κακές συνθήκες διαβίωσης.

Για τη θεραπεία της σχιζοφρένειας έχουν αναπτυχθεί διάφορες απόψεις και υπάρχει πλούσια κλινική εμπειρία. Καλύτερα αποτελέσματα δίνονται από τα μικτά θεραπευτικά σχήματα, στα οποία η φαρμακευτική αγωγή (αντιψυχωσικά φάρμακα: φαινοθειαζίδες, βουτυροφαινόνες κ.λπ.), οι ψυχοθεραπευτικές τεχνικές και η κοινωνική φροντίδα χρησιμοποιούνται σε συνδυασμό με εξατομικευμένα και προσαρμοσμένα στις ανάγκες του κάθε αρρώστου θεραπευτικά προγράμματα.



## ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ



Στην καθημερινή ζωή με τον όρο **κατάθλιψη** εννοούμε μια κατάσταση θλίψης και μελαγχολίας, αυτό συνήθως είναι παροδικό και μάλλον οφείλεται σε κάτι σχετικά ασήμαντο και επουσιώδες. Στην ψυχιατρική ο όρος κατάθλιψη μπορεί επίσης να έχει αυτή τη σημασία αλλά συνήθως αναφέρεται σε μία **ψυχική ασθένεια**, όταν δηλαδή έχει φτάσει σε επίπεδο υψηλής σοβαρότητας. Όταν κάποιος έχει κατάθλιψη συνήθως περιγράφει τον εαυτό του ως λυπημένο, απεγνωσμένο, αποθαρρυσμένο και απογοητευμένο.

## Τα αίτια της κατάθλιψης

Η κατάθλιψη μπορεί να οφείλεται σε διάφορους παράγοντες που ενεργούν μόνοι τους ή και συντονισμένα. Τα αίτιά της είναι:

- **Περιβάλλον**

Στο περιβάλλον ανήκουν διάφορες καταστάσεις όπως η απώλεια ενός αγαπημένου προσώπου ή η μετακόμιση από ένα σπίτι σε ένα άλλο. Επίσης οι οικογενειακές διαμάχες, οι αποχωρισμοί, η μοναξιά και η κοινωνική απομόνωση μπορούν να οδηγήσουν στην κατάθλιψη. Ακόμη και τα οικονομικά προβλήματα μπορούν να προκαλέσουν πολλές φορές κατάθλιψη. Τέλος αλλά αίτια είναι οι κλιματικές συνθήκες όπως η βροχή και η συννεφιά. Γενικότερα τα μονότονα περιβάλλοντα μπορεί να είναι καταθλιπτικά

- **Ψυχολογικοί παράγοντες**

Μερικές φορές η κατάθλιψη μπορεί να προκληθεί από εσωτερικά προβλήματα. Η απαισιοδοξία ή έλλειψη αυτοσεβασμού μπορούν να οδηγήσει σε κατάθλιψη όπως και διάφορες αλλαγές που συμβαίνουν στην ψυχολογία του ατόμου.

- **Βιολογικοί παράγοντες**

Είναι διάφοροι αλλά γενικώς περιλαμβάνουν κληρονομικούς, νευρολογικούς, ορμονικούς και εποχιακούς παράγοντες. Επίσης μπορεί να σχετίζονται με κάποια ασθένεια.

## ΦΟΒΙΕΣ



Οι φοβίες χαρακτηρίζονται από αδικαιολόγητο, παράλογο και υπερβολικό φόβο χωρίς να υπάρχει πραγματικός κίνδυνος οι οποίες οδηγούν ένα άτομο στο να αποφεύγει ορισμένες καταστάσεις ή όταν βρίσκεται αντιμέτωπος με αυτές να τις βιώνει με πολύ έντονο άγχος.

Η φοβία ενός ατόμου μπορεί να οφείλεται είτε σε μια άσχημη εμπειρία, είτε σε άγχος μήπως και αποτύχει, είτε σε άλλες αιτίες. Πολλές φορές τα άτομα αναπτύσσουν φοβίες ακόμη και αν δεν έχουν βιώσει οι ίδιοι την άσχημη κατάσταση που τους προκάλεσε την φοβία(πχ. Η φοβία για τα αεροπλάνα μπορεί να καλλιεργηθεί από την τηλεόραση) Τα αποτελέσματα πάντως είναι σίγουρα δυσάρεστα εφόσον το άτομο αναγκάζεται να αποκόβεται από δραστηριότητες που έχουν σχέση με την συγκεκριμένη φοβία και να ζουν σε άγχος ή ακόμη και πανικό μόλις πρόκειται να το

αντιμετωπίσουν. Σε κάθε είδος φοβίας το άτομο μπορεί να πάθει κρίση και να μην καταλαβαίνει τι γίνεται γύρω του.

Η πιο συχνή θεραπεία για τις φοβίες είναι η γνωστική συμπεριφορική θεραπεία.

Ο στόχος της είναι η αλλαγή του τρόπου με τον οποίο αντιλαμβάνεται ο ασθενής την κατάσταση που του προκαλεί φοβία.

## ΕΙΔΗ ΦΟΒΙΩΝ

### • ΑΓΟΡΑΦΟΒΙΑ



Το βασικό χαρακτηριστικό της αγοραφοβίας είναι ο φόβος του ατόμου να βρεθεί σε χώρους και καταστάσεις από τις οποίες δεν υπάρχει μια βοήθεια εάν προκύψει κάποια ανάγκη ή θα του ήταν δύσκολο να φύγει. Τα αγοραφοβικά άτομα αποφεύγουν να πηγαίνουν σε χώρους με πολύ κόσμο, συνήθως κλειστούς, όπως εμπορικά κέντρα, πολυσύχναστοι δρόμοι και μέρη διασκέδασης. Πολλοί αγοραφοβικοί υποφέρουν τόσο που δεν θέλουν να βγουν ούτε και από το σπίτι τους και όταν τελικά το κάνουν δυσκολεύονται πάρα

πολύ και συνήθως χρειάζονται την συνοδεία κάποιου φίλου ή συγγενή.

Το 67% των παθόντων είναι γυναίκες. Η διαταραχή μπορεί να εμφανιστεί απότομα ή και να εγκατασταθεί σταδιακά. Τα συμπτώματα συνήθως αρχίζουν κατά το τέλος της εφηβείας ή μεταξύ των 30 και 40 ετών.

### • ΝΟΣΟΦΟΒΙΑ

Η **νοσοφοβία** είναι μια διαταραχή φοβίας στην οποία επικρατεί ένας παράλογος φόβος ότι κάποιος πάσχει από κάποια ασθένεια. Γενικά οι φόβοι για κάτι τέτοιο έχουν να κάνουν με τον φόβο κάποιου ότι θα πάθει μια σπάνια ή ανίατη ασθένεια όπως, φυματίωση, καρκίνο καθώς και καρδιακές παθήσεις.

### • ΚΛΕΙΣΤΟΦΟΒΙΑ



Η **κλειστοφοβία** είναι μία μορφή φοβίας, όπου το άτομο αισθάνεται έντονο φόβο, συνήθως παράλογο και αδικαιολόγητο, όταν βρίσκεται σε κλειστό χώρο, όπως ασανσέρ, υποβρύχιο, καμπίνα, λεωφορείο ή ακόμη και αίθουσα.

Ο φόβος αυτός εκδηλώνεται κυρίως με συμπτώματα άγχους και πνιγμονής. Ο κλειστοφοβικός άνθρωπος έχει την ψευδαίσθηση ότι τα τοιχώματα του χώρου όπου βρίσκεται στενεύουν όλο και περισσότερο και θα τον συνθλίβουν. Η παρουσία και άλλων

ατόμων στο χώρο μειώνει συνήθως την ένταση των συμπτωμάτων, χωρίς όμως να καταφέρνει να απαλλάξει το άτομο εντελώς από τους φόβους του.

Για τη θεραπεία της κλειστοφοβίας δεν φαίνεται να αποδίδει άλλη μέθοδος παρά η ψυχοθεραπεία, συνήθως συνδυαζόμενη και με κάποια υποστηρικτική θεραπεία με φάρμακα. Μια από τις διαδεδομένες μεθόδους για την αντιμετώπιση και αυτής αλλά και πολλών άλλων φοβιών είναι αυτή της έκθεσης, όπου το άτομο μαθαίνει σταδιακά να εκτίθεται στην κατάσταση που του προκαλεί το φόβο (εδώ τον κλειστό χώρο), χωρίς όμως εγγυημένο αποτέλεσμα.

# ΠΑΡΑΝΟΙΑ



Ψυχική νόσος που χαρακτηρίζεται από χρόνιες συστηματικές παραληρητικές ιδέες, συνήθως καταδίωξης, μεγαλείου ή θρησκευτικές. Όταν ο άρρωστος δεν παραληρεί, φαίνεται ψυχικά υγιής. Η παράνοια χαρακτηρίζεται από σοβαρά, χρόνια αισθήματα καταδίωξης, δυσπιστίας, φιλυποψίας και υπερβολικής σημασίας που έχει το άτομο για τον εαυτό του. Παρατηρείται σε πολλές ψυχιατρικές παθήσεις και σπάνια υπάρχει ως ξεχωριστή παθολογική οντότητα.

Στα άτομα με τη χρόνια αυτή ψυχοπαθολογική διαταραχή της προσωπικότητας, δημιουργούνται διαρκή προβλήματα στις σχέσεις με τους άλλους ανθρώπους και στο επαγγελματικό περιβάλλον.

Μερικά συμπτώματα της παράνοιας είναι:

- Έντονες, ψηλού βαθμού, παράλογες υποψίες και δυσπιστία στις σχέσεις με τους άλλους ανθρώπους που συχνά συνοδεύονται από θυμό, οργή, μίσος, εχθρότητα και κατάχρηση εμπιστοσύνης
- Οι ασθενείς αδυνατούν να αναγνωρίσουν τα δικά τους υπερβολικά, ατεκμηρίωτα, αρνητικά αισθήματα που έχουν έναντι των άλλων ανθρώπων
- Υπερβολική ευθιξία, χαμηλή αυτοεκτίμηση, κοινωνική απομόνωση, δυσκολία συνεργασίας με άλλους
- Απότομη, πεισματική, φιλόνηκη, τελειοθηρική, στενόμυαλη συμπεριφορά του ατόμου που θέλει να έχει πάντα δίκαιο

## **ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

- 1)Σχολική Ηλεκτρονική εγκυκλοπαίδεια
- 2)[http://www.medlook.net/article.asp?item\\_id=1729](http://www.medlook.net/article.asp?item_id=1729)
- 3)[http://www.medlook.net/article.asp?item\\_id=2725](http://www.medlook.net/article.asp?item_id=2725)

*Γ. Μπάλας – Παπαδάτος, Γ. Νάσης, Σ. Ντίνος και Π. Λούκας*