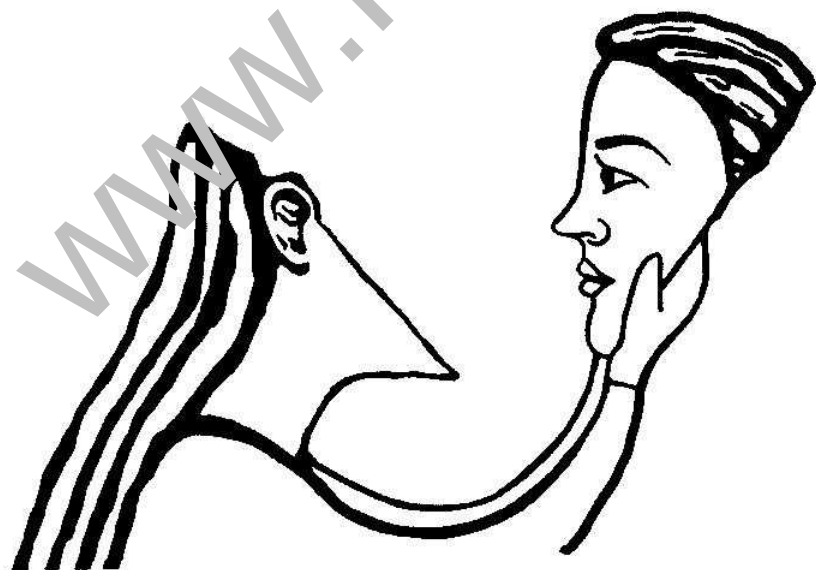


اسکیزوفرنیا: سفر بهبودی:

راهنمای بیمار و خانواده برای تشخیص و درمان



اسکیزوفرنیا: تجربه بهبودی: راهنمای بیمار و خانواده
برای تشخیص و درمان
با همکاری انجمن حمایت از بیماران اسکیزوفرنیا (احبا)

مترجم: مرتضی جارسياه

ویراستار: کیمیا شمیرانی

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۸

تیراژ: ۱۰۰ نسخه

قیمت: ۲۰۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۰۲۴-۷۸-۱

هرگونه بهره‌برداری و نقل از مطالب این کتاب بدون اجازه تبی ناشی ممنوع است.

انتشارات گيسا



تهران، میدان انقلاب، کارگر جنوبی، کوچه رشتچی، پلاک ۷، واحد ۱

تلفن: ۶۶۱۲۵۷۲۴ - فکس: ۶۶۱۲۵۸۲۳ موبایل: ۹۱۲۰۳۶۱۹۶۱

www.gisapublication.com

nashregisa@gmail.com

[@gisapublication](https://www.gisapublication.com)



اسکیزوفرنیة سفر بهبودی راهنمای بیمار و خانواده برای تشخیص و درمان / یا همکاری انجمن روانپزشکی کانادا، جامعه اسکیزوفرنی کانادا: ترجمه مرتضی جارمیپناه و پرستار کیمیا شمیرانی، تهران: گیسو، ۱۳۹۸.	عنوان و نام پدیدآور:
۸۰ ص: ۱۴/۵ ۲۱/۵۰ س.م.	مشخصات نشر:
۹۷۸-۶۰۰-۸۰-۲۴-۷۸-۶	مشخصات ظاهری:
فیبیا	شابک:
کتاب حاضر ترجمه‌ای با عنوان "Schizophrenia: the journey to recovery a con- sultant and family guide to assessment and treatment از سایت " www.makingspace.co.uk " است.	وضعیت فهرست نویسی:
چاپ قبلی: خرداد زهره ۱۳۹۶.	داشته:
اسکیزوفرنی	موضوع:
Schizophrenia	موضوع:
اسکیزوفرنی - درمان	موضوع:
Schizophrenia -- Treatment	موضوع:
جارمیپناه، مرتضی ۱۳۹۸ مترجم	شناسه افزوده:
شمیرانی، کیمیا ۱۳۹۶ مترجم	شناسه افزوده:
انجمن روانپزشکی کانادا	شناسه افزوده:
Canadian Psychiatric Association	شناسه افزوده:
جامعه اسکیزوفرنی کانادا	شناسه افزوده:
Schizophrenia Society of Canada	شناسه افزوده:
RC۵۱۴	رده بندی کنگره:
۶۱۶/۸۹۸	رده بندی دیویی:
۵۷۳۱۱۴۳	شماره کتابشناسی ملی:

فهرست مطالب

۱۳	مقدمه مترجم
۱۵	مقدمه ویراستار
۱۷	اگر که این کتابچه راهنما را می‌خوانید:
۱۹	مقدمه
۲۱	اسکیزوفرنیا چیست؟
۲۱	دلایل بروز اسکیزوفرنیا
۲۱	علائم بیماری اسکیزوفرنیا
۲۲	به یاد داشته باشید!
۲۳	مراحل اسکیزوفرنیا
۲۳	به یاد داشته باشید!
۲۹	فصل اول: فرایند ارزیابی
۲۵	۱-۱ اصول پایه انجمن روان‌پزشکی کانادا (CPA) برای ارزیابی اسکیزوفرنیا
۲۶	۱-۲ تشخیص اسکیزوفرنیا
۲۹	۱-۳ اولین پرده از بیماری روان
۲۹	به یاد داشته باشید!
۳۰	۱-۴ نشانه‌های عود مجدد بیماری
۳۱	۱-۵ خطر خودکشی
۳۲	۱-۶ رفتارهای پرخطر که منجر به خودکشی می‌شود
۳۳	۱-۷ هر چه زودتر درخواست کمک کنید!

۳۳	۱-۸ مصرف و سوء مصرف مواد
۳۴	۱-۹ پایش سلامت جسمی و بهبودی
۳۵	۱-۱۰ حمایت خانواده و دوستان
۳۶	۱-۱۱ توصیه‌های انجمن روان پزشکی کانادا برای ارزیابی اسکیزوفرنیا

فصل دوم: درمان و داروها..... ۳۹

۳۹	۲-۱ اصول کلی انجمن روان پزشکی کانادا (CPA) برای دارو درمانی
۴۱	۲-۲ استراتژی‌های مهم درمان دارویی
۴۳	۲-۳ داروهای ضد روان پریشی
۴۴	۲-۴ عوارض جانبی داروها و مدیریت آنها
۴۵	۲-۵ داروهای با آرم معروف و داروهای ژنریک
۴۵	۲-۶ ملاقات ویژه دارویی برای بانوان
۴۶	۲-۷ رول انجمن روان پزشکی کانادا (CPA) برای درمان دارویی در هر فاز یا مرحله خاص
۴۸	۲-۸ توده ای که من روان پزشکی کانادا برای درمان دارویی

فصل سوم: حرکات، سبک زندگی..... ۵۱

۵۳	۳-۱ اصول کلی انجمن روان پزشکی کانادا (CPA) برای مداخله‌های روان - اجتماعی
۵۴	۳-۲ کنیدها برای بهتری موثر میز
۵۵	۳-۳ حمایت همقطاران و هم‌خواری
۵۶	۳-۴ رژیم غذایی، تغذیه و ورزش
۵۷	۳-۵ تحصیلات و استخدام
۵۸	۳-۶ آموزش مهارت‌ها
۵۹	۳-۷ ادراک - رفتار درمانی
۶۰	۳-۸ برنامه ریزی خانوادگی
۶۱	۳-۹ توصیه‌های انجمن روان پزشکی کانادا (CPA) برای روش های روان - اجتماعی درمان بیماری اسکیزوفرنیا
۶۲	اسکیزوفرنیا

فصل چهارم: تسلیم خدمات..... ۶۵

۶۵	۴-۱ اصول کلی (CPA) برای تسلیم خدمات و سیستم درمانی
۶۶	۴-۲ دسترسی ها
۶۷	۴-۳ قابلیت استفاده
۶۷	۴-۴ هماهنگی و پیوستگی مراقبت ها

واژه نامه..... ۷۵

۷۵	فرهنگ لغات فنی
----	----------------

یادداشت ها:..... ۷۹

بیماری‌های اعصاب و روان به‌دسترر رژه اسکیزوفرنیا هنوز در میان مردم ما کمتر شناخته شده است و مردم عادی جامعه معمولاً راین بیماری اطلاع چندانی ندارند. این کتاب در سال ۲۰۰۸ توسط انجمن روان‌پزشکی کانادا، انجمن اسکیزوفرنیا کانادا برای کمک به بیماران اسکیزوفرنی و خانواده آنها منتشر شد. به آنان اطلاعات بیشتری از این بیماری و راه‌های کنترل و درمان آن را بدهند.

در حال حاضر با توجه به پیشرفت علم روان‌پزشکی، متنااسب با آن پیشرفت علم روان‌شناسی علاوه بر استفاده از روش‌های نوین دارو درمانی مانند استفاده از داروهای نسل جدید ضدروان‌پریش، روش‌های درمانی مکمل نیز مورد توجه قرار گرفته است. یکی راین روش‌های درمانی مکمل، روش درمانی روان-اجتماعی می‌باشد. این روش به بیماران و خانواده‌های آنان کمک می‌کند که نه تنها از داروها برای کنترل بیماری اسکیزوفرنیا خود استفاده کنند، بلکه با مشارکت بیشتر بیماران در فعالیت‌های اجتماعی مانند مشارکت در گروه‌های خودیار و شرکت در کلاس‌های کاردرمانی و شرکت در کلاس‌های گروه‌درمانی به خود و یا بیمار خود کمک کنند تا مسیر بهبودی اسکیزوفرنیا را با موفقیت طی کنند.

مرتضی جارسياه

دی ماه ۱۳۹۴

مقدمه ویراستار:

کتاب «اسکیز وفرنیا: سفر به جرم» در سال ۱۳۹۲ از اینترنت (سایت www.makingspace) توسط اینجانب دانلود شد. مربوط به سال ۲۰۰۸ میلادی می‌باشد. بعد در سال ۱۳۹۳ توسط مترجم، آقای مرتضی جارسایه ترجمه شده است و توسط اینجانب ویراستاری شده است و برای سال ۱۳۹۴ حروفچینی و آماده چاپ شد.

کیمیا شمیرانی

اسکیزوفرنیا یک اختلال مزمن مغزی می باشد. عقیده بر این است که علت این اختلال عدم توازن شیمیایی مغز است. هیچ آزمایش خونی برای آن وجود ندارد و تاکنون درمان قطعی برای آن یافت نگردیده است. اما با یک ارزیابی آمل، درمان دقیق و حمایت‌های موثر و قوی برای هر فرد، شانس زندگی موفق با این بیماری به صورت عالی می‌تواند بهبود یابد. روش‌های جدیدتر درمان این امکان را برای خیلی از افراد مبتلا به اسکیزوفرنیا فراهم آورده تا زندگی کامل و پرباری را داشته باشند.

در گذشته بیماری اسکیزوفرنیا دارای یک تصور عمومی خیلی محدودی بوده است. خیلی از افراد فکر می‌کنند که می‌دانند که اسکیزوفرنیا بر چه اساسی است، اغلب بر اساس فیلم‌های سینمایی، کتاب‌های تخیلی و نقل قول‌هایی از طرف افراد مشهور و افراد نامشهور. اما شما معنای واقعی اسکیزوفرنیا را در هیچ یک از این مکان‌ها نخواهید یافت. این کتابچه راهنما برای افرادی که با این بیماری زندگی می‌کنند، خانواده‌های آنان، دوستان و دیگر افراد مراقبت‌کننده از این بیماران می‌باشد. این کتابچه بر اساس «راهنما عملی بالینی برای درمان اسکیزوفرنیا» که توسط «انجمن روان‌پزشکی کانادا» در نوامبر ۲۰۰۵ منتشر گردیده، می‌باشد. راهنمای‌های انجمن روان‌پزشکی کانادا (CPA) بعد از یک تحقیق فشرده و تجزیه و تحلیل هزاران مطالعه علمی و مقالات بسط و گسترش یافت. رهنمودهای (CPA) انجمن روان‌پزشکی کانادا علم جاری را که بر اساس شواهد و مدارک است، شرح می‌دهد و

بهترین عملکردها را برای درمان اسکیزوفرنیا پیشنهاد می‌کنند. این مهم است که به یاد داشته باشیم که این رهنمودها قانون نبوده. این رهنمودها بهترین راهنمای قابل دسترس برای افراد شاغل در حوزه بهداشت در حال حاضر بوده و ممکن است همچنان که علم و دانش پیشرفت می‌کند، این رهنمودها نیز تغییر کنند.

بیماری اسکیزوفرنیا یک اختلال جدی و قابل درمان مغز می‌باشد که بر روی توانایی مغز برای فکر کردن، احساس کردن و درک کردن تاثیر می‌گذارد. این یک بیماری زیستی می‌باشد

توجه: انجمن روان پرستاران کانادا (راهنمای بالینی): درمان اسکیزوفرنیا در وب سایت CPA قابل دسترس می‌باشد

http://www.cpa.org/8080/publications/clinical_Guidelines/schizophrenia/november2005/index.asp

موارد زیر موجب بروز بیماری اسکیزوفرنیا نخواهد شد:

- ❖ سرپرستی بد والدین
- ❖ مادر سلطه گر/ پدر بی مسئولیت
- ❖ احساس گناه یا شکست و یا بدرفتاری
- ❖ تجربیات بد دوران کودکی
- ❖ فقر

موارد زیر اسکیزوفرنیا تلقی نمی‌گردد:

- ❖ نتیجه هرگونه عمل و یا شکست شخصی بوسیله افراد و یا خانواده
- ❖ دو شخصیتی و یا چند شخصیتی بودن
- ❖ نوع کمیاب — این گونه در تمامی نژادها و طبقات اجتماعی بروز می‌کند.