
بیماری‌های اعصاب و روان

آنچه باید در مورد آن بدانیم

(به زبان ساده)

تألیف:

دکتر مصطفی حمدیه

(دانشیار، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی)

دکتر مریم قلی‌زاده، دکتر مینا پاک خصال

(دستیاران تخصصی مقدماتی، D، اسلام‌آباد، دندانپزشکی اجتماعی،

دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، دانشکده دندانپزشکی)

سرشناسه	حمدیه، مصطفی، ۱۳۳۴ -
عنوان و نام پدیدآور	بیماری‌های اعصاب و روان : آنچه باید در مورد آن بدانیم/تألیف مصطفی حمدیه، مریم صادقی پوررودسری، مینا پاک‌خصال.
مشخصات نشر	تهران : رویان پزوه، ۱۳۹۳.
مشخصات ظاهری	۷۲ ص.
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۷۱۰۸-۶۲-۸ :
وضعیت فهرست نویسی	فیبیا
موضوع	بیماری‌های روانی
موضوع	بیماری‌های روانی - تشخیص
موضوع	بیماری‌های روانی - درمان
شناسه افزوده	صادقی پوررودسری، مریم، ۱۳۶۲ -
شناسه افزوده	پاک‌خصال، مینا، ۱۳۴۴ -
سایر کدها	۱۳۹۳ پ ۹۷۶ ح/۴۵۴ RC
هزینه	۶۱۶/۸۹ :
شماره کتابشناسی ملی	۳۴۵۵۸۷۲ :



بیماری‌های اعصاب و روان

آنچه باید در مورد آن بدانیم

تألیف: دکتر مصطفی حمدیه، دکتر مریم صادقی پوررودسری، دکتر مینا پاک‌خصال

ناشر: رویان پزوه
نوبت چاپ: اول - ۹۳
طرح جلد: علی نقوی الحسینی
ناظر چاپ: مرتضی تقی‌نسی
چاپ و صحافی: شریف
قطع و تعداد صفحات: رقی - ۷۲
شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه
بها: ۸۵۰۰ تومان

□□□

شابک: ISBN: 978-600-7108-62-8

فهرست

۷	مقدمه
۹	چرا این راهنما را نوشته‌ایم؟
۱۰	اهمیت بهداشت روان
۱۳	بیماری‌های روان چیست؟
۱۴	بیماری‌های روانی چیست؟
۱۴	عوامل موثر در بیماری‌های روانی
۱۷	ویژگی‌هایی از بیماری روانی
۱۸	نشانه‌های بیماری‌های روانی
۲۱	اختلالات شدید روانی
۲۲	اختلالات خفیف روانی
۲۲	انواع صرع
۲۵	درمان بیماران (آیا بیماری روانی قابل درمان است؟)
۲۶	آیا بیماری روانی قابل درمان است؟
۲۸	دارو درمانی
۳۱	رفتار درمانی
۳۱	تاریخچه رفتار درمانی
۳۱	مراحل رفتار درمانی
۳۱	تکنیک‌های رفتار درمانی
۳۵	روانکاوی چیست؟
۳۶	روانکاوی چیست؟
۳۸	روان درمانی تحلیلی چیست؟
۳۹	چگونه می‌توانید در کنترل بیماری خود موثر باشید

- ۴۰..... چگونه می‌توانید در کنترل بیماری خود موثر باشید
- ۴۵..... بیمار و خانواده
- ۴۶..... بیمار و خانواده
- ۴۹..... متخصصینی که می‌توانند به شما کمک کنند
- ۵۰..... متخصصینی که می‌توانند به شما کمک کنند (روانپزشک، روانشناس، مددکار، مشاور)
- ۵۰..... انتخاب مشاور یا متخصص روان درمانی
- ۵۱..... درمان در بیمارستان
- ۵۳..... نقش بیمار به درمان بیماری‌های روانی با روش خودیاری بیمار
- ۵۴..... فاضل‌پیش از یک خدمت و امکانات حمایتی
- ۵۵..... تعریف Recovery
- ۵۶..... انواع ریکاوری
- ۵۷..... ریکاوری و استعدادهای
- ۵۸..... اهداف ریکاوری
- ۵۸..... نمونه‌ای از اهداف ریکاوری
- ۵۸..... فاکتورهای ارتقا دهنده ریکاوری
- ۵۹..... نکاتی در مورد آشنایان بیمار در ریکاوری
- ۵۹..... مداخلات خودیاری برای مشکلات سلامت روانی
- ۶۰..... تعریف خودیاری (Self-help)
- ۶۰..... تکنیک‌ها و نکاتی در مورد خودیاری
- ۶۱..... خودیاری و حمایت هم گروه‌ها
- ۶۲..... نکاتی چند در مورد خودیاری و زندگی با بیماری روانی
- ۶۳..... انواع مداخلات خودیاری
- ۶۴..... نکات قابل توصیه در مورد خودیاری
- ۶۵..... توصیه‌هایی برای پزشکان، مدیران و استفاده کنندگان خدمات
- ۶۵..... قدرتمند کردن بیماران روانی چالشی جدید بمنظور ارتقاء سلامت
- ۶۷..... تعریف Empowerment
- ۶۷..... قدرتمند کردن افراد، قدرتمند کردن جوامع
- ۶۹..... منابع

مقدمه

بیماری سالها پیش به دلیل بیماری وسواس به اینجانب مراجعه داشت و تحت درمان با دارویی به نام کلومی پرامین قرار گرفته بود بیمار به این دارو خوب جواب داده بود و به تدریج تحت کنترل بود به دلیل عارضه دارو دهان بیمار قدری خشک می شد چهار عفونت گلو و تورم تارهای صوتی می گردید علیرغم اینکه به وی گفته بود که این عوارض گذراست به وجود این نگران شده و نزد همکاری متخصص گوش و حلق و بینی مراجعه کرده بود آن پزشک محترم وقتی متوجه شده بود که بیمار داروی اعصاب استفاده می کند گفته بود این سم چیست که تو می خوری؟ تریاک بخوری از این خطرناک تر است! و بیمار با شنیدن این حرف ترسیده و داروی خود را قطع نموده بود و پس از مدت کوتاهی وسواس کنترل شده با شدتی بیشتر از قبل عود کرده بود و بیمار با حال بدی به اینجانب مراجعه نمود. وقتی از آنچه اتفاق افتاده بود آگاه شدم بخوبی دانستم که عوارض از بیماری های اعصاب و روان حتی در همکاران پزشک نیز وجود دارد تا چه رسد به سایر افراد جامعه؟ در مراجعات بیماران وسواس به وفور می بینیم که اعضای خانواده با بیمار خود دعوا دارند که چرا ساعت های طولانی کنار شیر آب است و دست ها را می شوید در حالی که می تواند خود را کنترل کند؟ ولی از نظر علمی وسواس یک بیماری است و علیرغم آگاهی از اینکه کار او منطقی نیست کنترلی بر رفتار خود ندارد! ما به عنوان اطلاعات دقیقی از این بیماری ها ندارند.

حتی نمی دانند که این بیماری ها را اختلالات روانی یا ناراحتی های روحی بدانند و یا یک بیماری مغزی؟ و یا اصلاً بیمار هستند و یا یک رفتار و یک عادت به غلط یاد گرفته شده؟ اگر یک جوان مدتی است گوشه گیر شده است گاهی با خودش حرف

می‌زند، گاهی به گوشه‌ای خیره می‌شود، از جمع‌گریزان است و عملکرد درسی افت شدید داشته است این بیماری است؟ چه نوع بیماری است؟ چگونه باید با او رفتار کرد؟ و نزد چه پزشکی باید او را برد؟ عاقبت آن چگونه است؟ آیا باید یک عمر دارو بخورد؟ آیا داروها اعتیادآور است؟ و هزاران سوال دیگر و ابهاماتی از این دست. در کتابی که پیش روی دارید من و همکاران جوانم سعی کرده‌ایم تا با جمع‌آوری دیدترین اطلاعات در زمینه اختلالات عصبی و روانی به زبانی نسبتاً ساده به خانواده این بیماران و خود آنها بیاموزیم که این بیماری‌ها چگونه هستند، علائم آنها چگونه است، چه صورت باید به پزشک متخصص مراجعه نمود، با این بیماری‌ها چگونه باید کنار آمد و درمان در این بیماری‌ها به چه صورت است؟ شما با مطالعه این کتاب در مورد این بیماری‌ها آگاهی‌های زیادی کسب خواهید کرد و با این آگاهی در ارتقاء بهداشت روانی فرد و خانواده خواهید کوشید. از متخصصین محترم مربوط به رشته‌های روانپزشکی، روانشناسی نیز استعدا داریم که ما را با راهنمایی‌های ارزشمند خود در غنای بیشتر این مطالباری رسانند.

دکتر مصطفی حمديه

دانشیار روان‌پزشکی

دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

۹۳