

مركز مكة الطبي
Makkah Medical Center

الفصام Schizophrenia

What is schizophrenia?

Schizophrenia is a brain disorder that keeps you from thinking clearly. It can make you see or hear things that are not there or believe things that are not true.

ما هو الفصام (انفصام الشخصية)؟

الفصام هو اضطراب في الدماغ يمنعك من التفكير بوضوح وقد يجعلك ترى أو تسمع أشياء غير موجودة أو تصدق أشياء غير صحيحة.

What are the symptoms of schizophrenia?

Schizophrenia can cause:

Positive symptoms :

In this case, "positive" does not mean "good". Positive symptoms are abnormal behaviors or experiences that happen because of schizophrenia. Examples of positive symptoms include:

Hallucinations :

Hallucinations are when you see, hear, feel, smell, or taste things that are not there. For example, people with schizophrenia often hear voices in their heads telling them to do things when no one is actually talking.

Delusions :

Delusions are when you believe things that are not true. For example, a person with schizophrenia might sometimes believe that they are a famous dead person.

Disorganized speech or thinking :

People with schizophrenia have trouble thinking in an organized way. They might talk a lot about many things before getting to the point. Sometimes they make up words or say things that don't make sense.

ما هي أعراض الفصام؟

قد يسبب الفصام ما يلي:

أعراض إيجابية :

في هذه الحالة، لا تعني كلمة «إيجابية» أنها «جيدة». أعراض إيجابية هي سلوكيات أو تجارب غير طبيعية تحدث بسبب الفصام. تشمل أمثلة الأعراض الإيجابية ما يلي:

الهوسة :

تحدث الهوسة عندما ترى أو تسمع أو تشعر أو تشم أو تتذوق أشياء غير موجودة على سبيل المثال، غالبًا ما يسمع المصابون بالفصام أصواتًا في رؤوسهم تطلب منهم القيام بأشياء بينما لا يكون هناك من يتحدث.

الأوهام :

الأوهام هي عندما تصدق أشياء غير صحيحة على سبيل المثال، قد يعتقد الشخص المصاب بالفصام أحيانًا أنه شخص مشهور ميت.

الكلام أو التفكير غير المنظم :

يعاني المصابون بالفصام من صعوبة في التفكير بطريقة منظمة وقد يتحدثون كثيرًا عن أشياء كثيرة قبل الدخول في صلب الموضوع. وفي بعض الأحيان يختلقون كلمات أو يقولون أشياء لا معنى لها.

Negative symptoms :

In this case, "negative" does not mean the symptoms are "bad"

Negative symptoms are normal behaviors that stop happening because of schizophrenia

Examples of negative symptoms include:

- Not showing much emotion or changing facial expressions
- Not moving or talking much
- Not showering or keeping clean
- Not wanting to spend time with others or have fun

الأعراض السلبية :

في هذه الحالة، لا تعني كلمة «سلبية» أن الأعراض «سيئة» الأعراض السلبية هي السلوكيات الطبيعية التي تتوقف بسبب الفصام تشمل أمثلة الأعراض السلبية ما يلي:

- عدم إظهار الكثير من المشاعر وعدم تغير تعبيرات الوجه
- عدم الحركة أو الحديث كثيرًا
- عدم الاستحمام أو الحفاظ على النظافة
- عدم الرغبة في قضاء الوقت مع الآخرين أو الاستمتاع

Cognitive symptoms :

These symptoms affect thinking and memory

People with schizophrenia might have trouble:

- Learning and remembering
- Understanding speech or other forms of communication
- Understanding new information
- Solving problems

الأعراض المعرفية :

وهي الأعراض التي تؤثر على التفكير والذاكرة يعاني المصابون بالفصام من صعوبة في:

- التعلم والتذكر
- فهم الكلام أو أشكال التواصل الأخرى
- فهم المعلومات الجديدة
- حل المشكلات

Emotional symptom :

People with schizophrenia often have symptoms of anxiety or depression

الأعراض العاطفية :

غالبًا ما يعاني المصابون بالفصام من أعراض القلق أو الاكتئاب

Is there a test for schizophrenia?

No. There is no test. But your doctor should be able to tell if you have it by learning about your symptoms and doing an exam. Your doctor might need to do tests to make sure that your symptoms are not caused by a different medical problem

هل يوجد اختبار للفصام؟

لا، لا يوجد اختبار محدد للفصام ولكن من المفترض أن يكون طبيبك قادرًا على معرفة ما إذا كنت مصابًا به أم لا وذلك من خلال التعرف على الأعراض التي تشكو منها وإجراء فحص وقد يحتاج الطبيب إلى إجراء اختبارات للتأكد من أن الأعراض ليست ناتجة عن مشكلة طبية مختلفة

**احصل على المساعدة فورًا إذا كنت تفكر في إيذاء نفسك أو الانتحار
إذا شعرت يومًا بأنك قد تؤذي نفسك أو تؤذي شخصًا آخر، فالمساعدة متاحة:**

◀ اذهب إلى قسم الطوارئ في المستشفى الأقرب إليك

◀ اتصل بطبيبك وأخبرهم أن الأمر حالة طارئة

◀ اطلب سيارة إسعاف (٩٩٧)

كيف يتم علاج الفصام؟

يتم علاج الفصام بالأدوية التي تساعد في السيطرة على الأعراض إلى جانب أنواع مختلفة من الاستشارة النفسية والدعم. غالبًا ما تقلل أدوية الفصام من الأعراض لكنها تحتاج إلى التعود عليها، وقد يحتاج الأشخاص إلى تجربة أدوية مختلفة قبل العثور على الأدوية التي تعمل على أفضل نحو وتسبب أقل قدر من المشكلات. قد تسبب هذه الأدوية آثارًا جانبية مزعجة أخبر طبيبك إذا شعرت بآثار جانبية يمكنه خفض الجرعة أو استبدال الدواء أو مساعدتك في السيطرة على الآثار الجانبية.

للسيطرة على الفصام، يجب عادةً تناول الأدوية لبقية حياتك ومن المهم تناولها حسب التوجيهات بالضبط وإلا فقد تسوء الأعراض من المفيد أيضًا لك ولعائلتك المشاركة في نوع من العلاج النفسي يُسمى «التثقيف النفسي للعائلة» يساعد هذا البرنامج في تعلم مفاهيم ومهارات مهمة، مثل:

◀ وسائل للتعامل مع الأعراض بحيث تسبب قدرًا أقل من التوتر
◀ وقد تكون أنواع أخرى من العلاج النفسي مفيدة أيضًا

◀ أن الفصام مرض بيولوجي وليس خطأ أحد
◀ وسائل لمنع تدهور حالتك

How is schizophrenia treated?

Schizophrenia is treated with medicines that help control symptoms and with different types of counselling and support.

The medicines for schizophrenia often reduce symptoms, but they take some getting used to. Sometimes, people need to try a few different medicines before finding the ones that work best and cause the fewest problems.

The medicines used to treat schizophrenia can cause uncomfortable side effects. If your medicines cause side effects, tell your doctor. They might be able to lower your dose, switch you to a different medicine, or help manage the side effects in other ways.

To keep schizophrenia under control, you usually must take medicines for the rest of your life. It's important to take them exactly as directed. Otherwise, your symptoms could get worse.

It can also be useful for you and your family to take part in a type of psychotherapy, or counselling, called "family psychoeducation." This program can teach you and your loved ones some important concepts and skills, such as:

▶ That schizophrenia is a biological illness and not anyone's fault
▶ Ways to keep your condition from getting worse

▶ Ways to deal with your symptoms so that they are less stressful
▶ Other types of psychotherapy might also help.

What if I want to get pregnant?

If you want to get pregnant, talk to your doctor before you start trying. Most people with schizophrenia need to keep taking medicines before and during pregnancy. But some people need to switch to medicines that are less likely to cause problems for the baby.

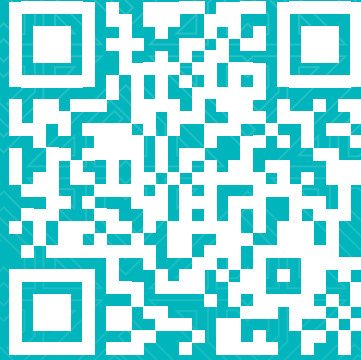
You might be tempted to stop taking your medicines to protect your baby. But doing that could actually do more harm than good. People who stop their medicines before or during pregnancy often get severe schizophrenia symptoms and then need more medicines than they would have if they had stayed on medicines in the first place.

ماذا لو رغبت في الحمل؟

إذا كنت ترغبين في الحمل، فتحدثي إلى طبيبك قبل البدء بالمحاولة معظم النساء المصابات بالفصام يحتجن إلى الاستمرار في تناول الأدوية قبل الحمل وأثناءه لكن بعضهن يحتجن إلى التحول إلى أدوية تقل معها احتمالية حدوث مشكلات للجنين

قد تميلين إلى التوقف عن تناول الأدوية لحماية الجنين لكن هذا قد يسبب ضررًا أكثر مما ينفع فالنساء اللاتي يتوقفن عن تناول الأدوية غالبًا ما تظهر عليهن أعراض شديدة وقد يحتجن إلى أدوية أكثر مما لو بقين على أدوية البداية

تواصل معنا



مركز مكة الطبي
Makkah Medical Center



هاتف 0125222222 تحويلة 5104

+966593783705 | f mmc_med_sa

Mmc_Med_sa | mmcofficial1

mmc.med.sa