

صح معلومات عن المرض النفسى

كان المريض فى حالة الشخصية الثانية، و مع إنه مرض نادر بس الناس عارفاه علشان بييجى كتير فى الأفلام و المسلسلات .

أما فى الفصام ، فده مرض موجود بنسبة ٨٪ من البشر و دى نسبة مش قليلة ، و فيه المريض بيقد القدرة على التفكير المنطقى ، و التمييز بين الحقيقة و الخيال ، و عادة بينعزل عن المجتمع ، و ممكن تتكون عنده ضلالات غير واقعية ، زى ضلالات العظمة أو الاضطهاد ، و يبدأ يسمع أصوات بتكلمه أو بتكلم عنه أو يشوف هالوس .

و الأبحاث بينت أن حوالى ثلث مرضى الفصام بيبقى مرضى مزمنين ، و التلت بيتنظموا على العلاج مع فترات من الانتكاسات و التحسن ، و التلت الأخير بيتم شفاؤهم بالعلاج ، و التلتين الآخرين بيدوروا يعيشوا حياة طبيعية و منتجة .

٦. **يقال : الاكتئاب ده حاجة طبيعية بتحصل فى الشيفوخة ...**
الحقيقة : الاكتئاب مش حاجة طبيعية ، ده مرض و ليه أعراضه ، زى فقدان الاهتمام بكل الأنشطة ، اضطرابات النوم ، اضطرابات الشهية ، الكسل ، التفكير فى الموت ، و لوحصلت الأعراض دى للكبار بيقى محتاجين مساعدة و علاج .

٧. **يقال : الأطفال و المراهقين مبيجهدواش اكتئاب و لا أمراض القلق و لا الحاجات دى . و أى حاجة بتحصلهم دى عادية علشان دول فى مرحلة النمو**
الحقيقة : الأطفال و المراهقين ممكن تجيلهم أمراض نفسية شديدة زيهم زى الكبار ، و لكن بنسب مختلفة ، و لو فيهم حد اتكلم عن الانتحار و قال إنه يفكر فيه ، لازم الموضوع يتاخد بجد ، و يتساعد بسرعة .

٨. **يقال : معنى إنك تطلب مساعدة نفسية ، أو تروح تكشف أو تاخد علاج نفسى ، إن شخصيتك ضعيفة و معرفتش تتغلب على الأمراض إلى عندك ...**
الحقيقة : الأمراض النفسية الخطيرة مش بتروح بمجرد إنك تحاربها ، و لو تجاهلتها ممكن تزيد ، و كون إنك تطلب المساعدة أو تروح تكشف أو تاخد علاج ده مش ضعف ، بالعكس ده الموضوع بيتطلب شجاعة علشان تاخذ القرار ده .

٩. **يقال : الإدمان ده أسلوب حياة و اختيار ونتيجة لضعف الإرادة ، و المدمنين دول أخلاقهم مش كويسة و «وحشين» ...**
الحقيقة : الإدمان ده مرض سببه تغيير فى كيمياء المخ ، و استعداد جينى ، مالوش علاقة هو البنى آدم كويس و لا وحش .

١٠. **يقال : العلاج بالجلسات الكهربائية ده علاج مؤلم و هجمى (بيدوهم كهربا فى المستشفيات) ...**

الحقيقة : العلاج بالجلسات الكهربائية علاج فعال و آمن ، و بييجب نتيجة سريعة و واضحة خصوصاً فى حالات الاكتئاب الحادة ، و المريض بياخد الجلسة تحت التخدير من غير محس بأى حاجة ، بعد متكون اتملمته كل التحاليل و الفحوصات اللازمة ، و بجهاز مخصص و جرعات محسوبة .

هناك معلومات كثيرة عند معظم الناس بخصوص الطب النفسى و الأمراض النفسية مغلوطه ، و سببها ناس كتير من إلى بتتعرض لآى مشاكل نفسية بتتكشف تتكلم عن مشاكلها ، و بتخاف تروح تكشف أصلاً ...

لازم نصح معلوماتنا و نفهم طبيعة الأمراض النفسية بشكل عملى و طبى سليم ...

الإتحاد القومى لبحوث الفصام و الاكتئاب جمع أهم ١٠ معلومات مغلوطه موجودة عند الناس ، و إزاي نقدر نصحهم ...

١. **يقال : الأمراض النفسية مش أمراض طبية حقيقية، زى أمراض القلب أو السكر، دى جنون و خلاص ...**

الحقيقة : الأمراض النفسية - زى أمراض القلب و السكر - دى أمراض طبية حقيقية ، سببها عوامل وراثية و تغيرات فسيولوجية و كيميائية فى المخ ، و كمان ليها علاجات فعالة .

٢. **يقال : الناس إلى عندها مرض نفسى شديد زى مرضى الشيزوفرينيا ، عادة خطر ين و عنيفين ...**

الحقيقة : أثبتت الأبحاث أن نسبة العنف فى المرضى النفسيين مبتخلفش قوى عن نسبة العنف فى الناس الطبيعيين ، بس المشكلة إن عادة النسبة الصغيرة دى من المرضى النفسيين إلى بتقوم بتصرفات عنيفة أو جرائم بتبقى غريبة و الإعلام بيحب يسلط عليها الضوء ، أما الغالبية العظمى من الناس إلى بتعانى من أمراض نفسية شديدة أصلاً بتبقى خائفة و تايهة و يائسة ، مش عنيفة .

٣. **يقال : المرض النفسى سببه التربية السيئة ...**
الحقيقة : المرض النفسى مش بييجى لكل إلى اتعرضوا لتربية سيئة ، لازم يكون فيه استعداد جينى للمرض مع عوامل ثانية بتساعد على إنه يحصل ، يعنى المرض النفسى فى الأساس مرض عضوى .

٤. **يقال : الاكتئاب ده نتيجة ضعف فى الشخصية ، و الناس المكتئبة يقدرنا يطلعوا من الحالة دى لو بس شدوا هيلهم شوية ...**

الحقيقة : الاكتئاب مالوش أى علاقة بالكسل أو الضعف ، ده نتيجة لتغيرات بتحصل فى كيمياء المخ و وظائفه ، و العلاج الدوائى مع العلاج النفسى بيساعدوا الناس إنهم يخفوا منه .

٥. **يقال : الفصام معناه انفصام الشخصية أو أن يبقى عندك شخصيتين ، و مالوش علاج ...**

الحقيقة : ناس كتير بتتلخبط بين الفصام (الشيزوفرينيا) ، و بين اضطراب ازدواج الشخصية ، اضطراب ازدواج الشخصية ده مرض نادر جداً ، و فيه إن الواحد بيبقى عنده شخصيتين أو أكثر مختلفتين تماماً ، كل شخصية ليها أسلوبها و طريقته ، و عادة كل شخصية متبقاش عارفة إن فيه شخصية ثانية ، و مبتفتكرش إيه إلى حصل لما