



## IL PROBLEMA DEI FAMILIARI DI PERSONE AFFETTE DA MALATTIE MENTALI

(Coping with Mental Illness in the Family)

Non è facile vivere in una famiglia in cui ci sia qualcuno affetto da una malattia che abbia come conseguenza disturbi fisici, ma è ancora più difficile vivere in un nucleo familiare in cui uno dei membri sia affetto da una malattia mentale, con disturbi non più di carattere fisico nel senso vero e proprio della parola, ma, appunto, di carattere mentale. Sebbene le malattie mentali siano piuttosto comuni in questo paese (i dati statistici, in questo settore della medicina, parlano di una persona ammalata su quattro sane, indipendentemente dal ceto sociale e dal background culturale), ben pochi sanno esattamente di cosa si tratti quando si parla o si sente parlare di malattie o di disturbi della mente.

E' opinione comune, per esempio, che i sofferenti di malattie mentali siano persone violente, ma molti malati mentali non sono violenti. E poi è opinione altrettanto diffusa che se una persona riesce a superare una crisi nervosa ella non potrà mai guarire completamente, come avviene per coloro che sono stati colpiti da una qualsiasi altra malattia. Un altro problema consiste nel fatto che molti si sentono imbarazzati se una persona colpita da malattia mentale agisce in modo insolito.

La vita non è certamente facile per i familiari di coloro che soffrono di disturbi mentali. Alcuni ritengono di dover tenere nascosti i loro cari, oppure sentono un vuoto attorno a loro perchè in effetti le condizioni di salute del parente non permettono loro di condurre vita sociale, con tutti gli incontri e con tutte le attività di un tempo.

E' molto importante che le famiglie con questi gravi problemi non cerchino di risolvere il proprio caso da sè. Come ogni altra malattia, anche i disturbi mentali potranno essere guariti meglio se diagnosticati per tempo. Talvolta questi sintomi vengono ignorati nella speranza che le cose cambino o migliorino da sole. In effetti, però, con questo comportamento si va sempre di male in peggio, con tutte le conseguenze che è facile immaginare.

Lo stesso vale per i familiari delle persone che sono state dichiarate affette o sofferenti di schizofrenia, o maniaco-depressione, per esempio. Bisogna tenere presente che la malattia non può essere curata quando l'ammalato si rifiuta di prendere le medicine prescritte. In questi casi la situazione non farà altro che peggiorare. Perciò, quando ci si trova in queste condizioni è assolutamente necessario ricorrere all'intervento del medico di famiglia oppure del personale medico specializzato.

Se qualcuno in famiglia soffre di disturbi mentali cercate di apprendere quanto più possibile sulla malattia della persona cara. Ciò vi permetterà di capire meglio il comportamento dell'ammalato e di dargli tutta l'assistenza di cui ha bisogno e qualche consiglio utile.

L'informazione vi consentirà anche di liberarvi da quell'eventuale senso di colpa che assale i familiari delle persone sofferenti di disturbi mentali, che si sentono spesso responsabili del male del loro congiunto. Ciò non è vero. Molti fattori possono contribuire a causare disturbi mentali: si parte dal fattore ereditario e si passa ad una certa mancanza di equilibrio di sostanze chimiche nel cervello, allo stress causato da fattori diversi, come ad esempio a impossibilità di trovare un posto di lavoro, al

pensionamento anticipato o forzato, oppure all'emigrazione. Comunque, ricordate che la colpa non può essere addebitata a nessuno, nè alla persona che soffre di malattie mentali e neppure ai suoi familiari.

Se qualcuno in famiglia soffre di disturbi di carattere mentale, non dimenticate che è possibile rivolgersi per assistenza e per le cure del caso non soltanto al medico di famiglia.

Potrete rivolgervi anche alla ARAFMI (Association of Relatives and Friends of the Mentally Ill) che assiste i familiari delle persone affette da disturbi mentali dando informazioni e consigli utili. Basta telefonare al numero (07) 3254 1881. Anche se il servizio viene offerto soltanto in inglese, sarà sempre possibile servirsi dell'assistenza di qualche familiare che parla bene questa lingua.

- ETHNIC MENTAL HEALTH PROGRAM - TEL (07) 3891 7911
- QUEENSLAND TRANSCULTURAL MENTAL HEALTH CENTRE - TEL (07) 3240 2833
- QUEENSLAND PROGRAM OF ASSISTANCE TO SURVIVOR OF TORTURE AND TRAUMA (QPASTT) - TEL (07) 3391 6677.
- THE TRANSLATING & INTERPRETING SERVICE (TIS) - TEL 131 450

The information in this factsheet was adopted from translated material published by NSW HEALTH