



## Šta je DUŠEVNO OBOLJENJE?

### ŠTA JE DUŠEVNO OBOLJENJE?

Kod bolesnika koji boluju od duševnih oboljenja javlja se poremećaj mišljenja, osjećaja i ponašanja. Drugim riječima, bolesnik ima promjene u mišljenju, osjećajima i ponašanju, ne može kontrolisati svoje misli, osjećaje i ponašanje. To može znatno uticati na odnose s drugim ljudima, na posao i način života.

Duševnom bolesniku je teško, a isto tako i njegovoj poradici. Duševno oboljenje je nešto čega se ne treba stidjeti.

### ŠTA JE UZROK DUŠEVNIH OBOLJENJA?

Treba shvatiti da duševno oboljenje nije ničija krivica. Često se misli da je to nečista krv, kazna ili urok. Danas ljekasi smatraju da duševno oboljenje može izazvati niz faktora:

- poremećenje hemijskog procesa u mozgu
- stres i svakidašnji problemi
- teška trauma

Teško je odrediti pravi uzrok duševne bolesti kod svakog bolesnika.

### DA LI JE DUŠEVNO OBOLJENJE NASLJEDNO?

Istraživanja pokazuju da kod nekih ljudi postoji genetska predispozicija mogućnost naslijeđa za duševno oboljenje. Zbog niza složenih faktora treba o tome razgovarati s liječnikom.

### DA LI JE DUŠEVNO OBOLJENJE ZARAZNO?

Duševno oboljenje nije zarazno kao što su to na primjer prehlada i ospice.

### KOJI SU NAJČEŠĆI OBLICI DUŠEVNE BOLESTI?

#### 1. TJESKOBA

Bolesnik je vrlo nesretan, paničan i zabrinut. Najčešći simptomi su povišeni krvni pritisak, ubrzano kucanje srca, promjene u želucu, drhtanje, napetost mišića, nemir i nesanica.

#### 2. DEPRESIJA

Depresija djeluje na raspoloženje.

**Blaga depresija:** Ovaj oblik depresije se javlja kod mnogih ljudi; na primjer žalost, bezvoljnost.

**Teška depresija:** Simptomi su:

- velika žalost i očaj,
- bezvoljnost za posao, hobi, osobnu higijenu,
- nesanica,
- gubitak apetita,
- gubitak tjelesne težine,
- gubitak energije,
- pomisao na samoubistvo,
- osjećaj knvice,
- nemoć,
- osjećaj bezvrijednosti.

Oba oblika depresije su izazvana reakcijom na događaje kao, na primjer, gubitak voljene osobe, otkaz na poslu, a i uzrocima koji nisu poznati.

Ako niste sigurni koliko je depresija ozbiljna, zatražite stručni savjet.

### 3. PSIHČKI POREMEĆAJI

Bolesnik gubi osjećaj stvarnosti ili ne može razlikovati stvarnost od fantazije. Dva najčešća poremećaja su šizofrenija i manično-depresivna bolest.

**Šizofrenija:** Simptomi:

- smetenost, depresija;
- bolesnik čuje glasove koji nisu prisutni ili koje nitko drugi ne čuje;
- bolesnik misli da mu drugi žele nauditi;
- bolesnik misli da je slavna ili moćna osoba;
- bolesnikovo ponašanje nije u skladu s njegovim osjećajima; on se smije žalosnoj misli bez ikakvog razloga;
- bolesnik nije u stanju obavljati ono što je najnužnije, na primjer brinuti se za osobnu higijenu ili hranu.

**Manično depresivna bolest:** utiče na raspoloženje osobe koje može biti ekstremno povišeno (manija, bijes) ili sniženo (depresija, potištenost).

Simptomi depresije:

- osjećaj neuspjeha ili bezvrijednosti;
- pomisao na samoubistvo;
- nesanica;
- gubitak apetita.

Simptomi manije:

- razdražljivost;
- pobrkani govor zbog prebrzog govora;
- impulsivnost, naglost;
- bolesnik misli da je važna i moćna osoba.

### KAKO POMOĆI TAKVOJ OSOBI?

Ljudi kod kojih se javljaju ovi simptomi trebali bi se obratiti ljekaru. Duševno oboljenje je kao i fizička bolest. Bolesnik može brže ozdraviti ako se liječi na samom početku bolesti ili dok bolest još nije razvila.

Ako mislite da nešto nije uredu, najbolje je da što prije zatražite pomoć ili da s nekim porazgovarate o tome.

Bolesniku se može pomoći jednim ili kombinacijom slijedećih načina:

**Lijekovi** mogu pomoći kod nekih oblika duševne bolesti jer ublažuju simptome.

**Podrška i savjeti** mogu pomoći bolesniku u savladavanju bolesti i njenih simptoma.

**Grupe za podršku:** vode sastanke s duševnim bolesnicima i njihovim porodicama. U ovim grupama ljudi imaju priliku i mogućnost razgovarati o bolesti i svojim iskustvima i pomoći jedan drugome.

**Rehabilitacija ili oporavak:** bolesnik uči novi način snalaženja u svakodnevnom životu. Rehabilitacija mu pomaže prikupiti snagu i iskoristi svoje sposobnosti.

Svrha pružanja ove pomoći je da se duševni bolesnik ponovno osjeća poštovan, dostojan i siguran u sebe.

### GDJE SE MOŽE DOBITI POMOĆ?

**Ljekai opšte prakse:** Ljekar može uputiti duševnog bolesnika u odgovarajuće ustanove ili ga liječiti lijekovima.

**Klinike za duševno zdravlje:** (Community Mental Health Clinics): U klinici rade psihijatri, psiholozi, psihijatrijske medicinske sestre, terapeuti za radnu terapiju i socijalni radnici. Oni, u sklopu svoje struke, pomažu bolesniku i njegovoj obitelji. U nekim klinikama zdravstveni radnici dolaze u kuću bolesniku. U mnogim klinikama je moguće dobiti pomoć u slučaju krize.

**Psihijatrijske bolnice:** Ako je netko jako bolestan, možda će morati ići u bolnicu. Bolesnik može biti primljen u bolnicu pod prinudom ako postoji mogućnost da ozlijedi sebe ili druge. Bolesnik smjeste u bolnicu da se što brže izliječi i vrati kući.

**Privatne službe:** Društveni zdravstveni centri vode privatne službe kako bi duševnom bolesniku pomogle živjeti neovisno od drugih. One, na primjer, pomažu bolesniku naći društvo ili stambeni smještaj. Ove službe ne pružaju liječniku pomoć i ne daju lijekove.

## **HOĆE LI PROBLEM BITI DRŽAN U TAJNOSTI?**

Zdravstveni radnik ne smije date podatke o bolesniku nekoj drugoj osobi bez dozvole tog bolesnika. Ako je prevodilac prisutan, on također mora držati sve podatke u tajnosti.

Duševni bolesnik se mora liječiti da bi ozdravio. Što se bolesnik kasnije počne liječiti, to će period ozdravljenja biti duži.

## **GDJE MOGU VIŠE SAZNATI O SVEMU TOME?**

- Ljekar opšte prakse
- Klinike za duševno zdravlje
- The Queensland Transcultural Mental Health Centre  
Telephone: (07) 3240 2833
- Association of Relatives & Friends of the Mentally Ill, Queensland (ARAFMI)  
Telephone: (07) 3254 1881
- Schizophrenia Fellowship of Queensland  
Telephone: (07) 3358 4424
- Croatian Mental Health Program  
Telephone: (07) 3240 20731

The information in this leaflet was adapted from a brochure produced by ADEC Victoria titled "What is Mental Illness?".