

# اسکیزوفرنیا:

سفر به بهبودی

راهنمای بیمار و خانواده برای

تشخیص و درمان

با همکاری:

انه من روانپزشکی کانادا

جامه اسکیزوفرنی کانادا

ترجمه: مرتضی جاسیاه

ویراستار: کیمیا شیرانی



انتشارات خرد زهره

۱۳۹۶

عنوان و نام پدیدآور: اسکیزوفرنیا: سفر به بهبودی: راهنمای بیمار و خانواده برای تشخیص و درمان/ با همکاری انجمن روانپزشکی کانادا، جامعه اسکیزوفرنی کانادا؛ ترجمه مرتضی جارسپاه؛ ویراستار کیمیا شمیرانی.

مشخصات نشر: تهران: خرد زهره، ۱۳۹۶.

مشخصات ظاهری: ۱۲۰ ص.: جدول ۱۴ × ۵/۲۱ × ۵/۲۱ س.م.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۴۰۳۷-۸-۳

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

یادداشت: کتاب حاضر ترجمه‌ای از سایت " www.makingspace.co.uk " تحت عنوان " Schizophrenia: the journey to recovery a consumer and family guide to assessment and treatment " است.

موضوع: اسکیزوفرنی

Schizophrenia موضوع:

موضوع: اسکیزوفرنی - درمان

Schizophrenia -- Treatment موضوع:

شناسه افزوده: جارسپاه، مرتضی، ۱۳۴۱ - مترجم

شناسه افزوده: شمیرانی، کیمیا، ۱۳۴۶ -، ویراستار

شناسه افزوده: انجمن روانپزشکی کانادا

Canadian Psychiatric Association شناسه افزوده:

شناسه افزوده: جامعه اسکیزوفرنی کانادا

Schizophrenia Society of Canada شناسه افزوده:

رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۶ ۱۴/۵ ۵۱۴-۵

رده‌بندی دیویی: ۶۱۶/۸۹۸

شماره کتابشناسی ملی: ۴۷۰۱۲۰۶



انتشارات خرد زهره

اسکیزوفرنیا: سفر به بهبودی: راهنمای بیمار و خانواده برای تشخیص و درمان

نویسنده: انجمن روانپزشکی کانادا و جامعه اسکیزوفرنی کانادا

مترجم: مرتضی جارسپاه

ویراستار: کیمیا شمیرانی

ناشر: انتشارات خرد زهره

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۴۰۳۷-۸-۳

قطع: رقعی، تعداد صفحه: ۱۲۰

شمارگان: ۱۰۰ نسخه

نوبت چاپ: اول، سال چاپ: ۱۳۹۶

قیمت: ۶۰۰۰۰ ریال

چاپ: دیجیتالی آنونس

تهران - بزرگراه آیت‌الله سعیدی - شهرک ولیعصر - انتهای حیدری جنوبی - خ شهید نامدار - مجتمع تجاری صنایع

آجر بازار بزرگ ولیعصر - یک - شماره ۴۰۷

تلفن: ۰۹۱۲۶۰۳۰۸۲۵

پست الکترونیک: hmm.psy@gmail.com

## فهرست مطالب

|    |                                                                      |
|----|----------------------------------------------------------------------|
| ۱  | مقدمه                                                                |
| ۳  | اسکیزوفرنیا چیست؟                                                    |
| ۴  | دلایل بروز اسکیزوفرنیا                                               |
| ۴  | علائم و بیماری اسکیزوفرنیا                                           |
| ۷  | مراحل اسکیزوفرنیا                                                    |
| ۱۱ | فصل اول: فرایند ارزیابی                                              |
| ۱۱ | ۱-۱ اصول پایه انجمن روان پریشی کانادا (CPA) برای ارزیابی اسکیزوفرنیا |
| ۱۳ | ۱-۲ تشخیص اسکیزوفرنیا                                                |
| ۱۶ | ۱-۳ اولین پرده از بیماری روان                                        |
| ۲۰ | ۱-۴ شانس های عود مجدد بیماری                                         |
| ۲۱ | ۱-۵ خطر خودکشی                                                       |
| ۲۳ | ۱-۶ رفتارهای پرخطر که منجر به خودکشی می شود                          |
| ۲۴ | ۱-۷ هر چه زودتر درخواست کمک کنید!                                    |
| ۲۵ | ۱-۸ مصرف و سوء مصرف مواد                                             |
| ۲۶ | ۱-۹ پایش سلامت جسمی و بهبودی                                         |
| ۲۸ | ۱-۱۰ حمایت خانواده و دوستان                                          |

|          |                                                                             |    |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------|----|
| ۱-۱۱     | توصیه‌های انجمن روان‌پزشکی کانادا (CPA) برای ارزیابی اسکیزوفرنیا            | ۳۰ |
| فصل دوم: | درمان و داروها                                                              | ۳۳ |
| ۲-۱      | اصول کلی انجمن روان‌پزشکی کانادا (CPA) برای دارو درمانی                     | ۳۴ |
| ۲-۱      | انتراژی‌های مهم درمان دارویی                                                | ۳۶ |
| ۲-۳      | داروهای ضد روان‌پریشی                                                       | ۳۹ |
| ۲-۴      | عوارض جانبی داروها و مدیریت آنها                                            | ۴۱ |
| ۲-۵      | داروهای با اثر معروف و داروهای ژنریک                                        | ۴۳ |
| ۲-۶      | ملاحظات ویژه دارویی برای بانوان                                             | ۴۳ |
| ۲-۷      | اصول انجمن روان‌پزشکی کانادا (CPA) برای درمان دارویی در هر فاز یا مرحله خاص | ۴۶ |
| ۲-۸      | توصیه‌های انجمن روان‌پزشکی کانادا برای درمان دارویی                         | ۵۰ |
| فصل سوم: | حرکت به سوی بهبودی                                                          | ۵۳ |
| ۳-۱      | اصول کلی انجمن روان‌پزشکی کانادا (CPA) برای مدل‌های روان - اجتماعی          | ۵۵ |
| ۳-۲      | کلیدها برای بهبودی موفقیت‌آمیز                                              | ۵۸ |
| ۳-۳      | حمایت همقطاران و گروههای خودیار                                             | ۶۰ |
| ۳-۴      | رژیم غذایی، تغذیه و ورزش                                                    | ۶۲ |
| ۳-۵      | تحصیلات و استخدام                                                           | ۶۴ |

|    |                                                                                                                |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ۶۶ | ۳-۲ آموزش مهارت‌ها.....                                                                                        |
| ۶۸ | ۳-۷ ادراک - رفتار درمانی.....                                                                                  |
| ۶۹ | ۳-۸ برنامه‌ریزی خانوادگی.....                                                                                  |
| ۷۴ | ۳-۹ توصیه‌های انجمن روان‌پزشکی کانادا (CPA) برای روش‌های روان - اجتماعی<br>درمان: ارزیابی، تکثیر و فرنیاس..... |
| ۷۹ | فصل چهارم: تسلیم خرد.....                                                                                      |
| ۸۰ | ۴-۱ اصول کلی (CPA) برای تسلیم خدمات و سیستم درمانی.....                                                        |
| ۸۲ | ۴-۲ دسترسی‌ها.....                                                                                             |
| ۸۳ | ۴-۳ قابلیت استفاده.....                                                                                        |
| ۸۴ | ۴-۴ هماهنگی و پیوستگی مراقبت‌ها.....                                                                           |
| ۹۵ | واژه‌نامه.....                                                                                                 |

## مقدمه مترجم

بسیاری از بیماری‌های اعصاب و روان و به‌طور ویژه اسکیزوفرنیا هنوز در میان مردم ما کمتر شناخته شده است و مردم عادی جامعه معمولاً از این بیماری اطلاع چندانی ندارند. این کتاب در سال ۲۰۰۸ توسط انجمن روان‌زسک کانادا و انجمن اسکیزوفرنیا کانادا برای کمک به بیماران اسکیزوفرنی و خانواده آنها منتشر شد تا به آنان اطلاعات بیشتری از این بیماری، راه‌های کنترل و درمان آن را بدهند.

در حال حاضر با توجه به پیشرفت علم پزشکی و متناسب با آن پیشرفت علم روان‌شناسی علاوه بر استفاده از روش‌های نوین دارو درمانی مانند استفاده از داروهای نسل جدید، تمرکز پزشکان، روش‌های درمانی مکمل نیز مورد توجه قرار گرفته است. یکی از این روش‌های درمانی مکمل، روش درمانی روان - اجتماعی می‌باشد. این روش به بیماران و خانواده‌های آنان کمک می‌کند که نه تنها از داروها برای کنترل بیماری اسکیزوفرنیا خود استفاده کنند، بلکه با مشارکت بیشتر بیماران در فعالیت‌های اجتماعی مانند

مشارکت در گروه‌های خودیار و شرکت در کلاس‌های  
کاردرمانی و شرکت در کلاس‌های گروه‌درمانی به خود و یا بیمار  
خود کمک کنند تا مسیر بهبودی اسکیزوفرنیا را با موفقیت طی  
کنند.

مرتضی جارسياه

دی ماه ۱۳۹۴

www.ketab.ir