



دانشگاه علوم پزشکی
و خدمات بهداشتی درمانی لرستان

مرکز آموزش درمانی اعصاب و روان مهر

باورهای عامیانه درباره بیماری های

روان

شناسنامه بروشور آموزشی

عنوان: **باورهای عامیانه درباره**

بیماری های روان

تهیه کننده: **خدیجه فرضی**

سمت: **سوپروایزر آموزش به بیمار**

تایید کننده: **کار گروه آموزش به بیمار**

سال تولید: **بهمن ماه ۱۳۹۹**

بازنگری: ۱۴۰۴/۰۳/۳۱

تدوین: ۱۳۹۹/۱۱/۰۱

روحیه نه تنها شرم آور نیست بلکه باعث افزایش اعتماد به نفس و شادی و سربلندی است.

منبع:

۱- پمفلتهای آموزش انجمن علمی روانپزشکان ایران و وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی

۲- وب سایت معاونت درمان

<http://darman.tums.ac.ir>

شماره تماس واحد پرستار پیگیر: ۰۶۶۳۳۴۱۵۲۶۵

شماره کانال جهت آموزش مجازی واحد پرستار

پیگیر: ۰۹۳۰۳۳۲۸۶۳۱

شماره تماس واحد مددکاری-تغذیه جهت

مشاوره: ۰۶۶۳۳۴۱۳۰۸۵-۰۶۶۳۳۴۱۳۰۷۸ (داخلی ۱۳۳)

سایت بیمارستان جهت دسترسی به کلیه مطالب آموزشی

(کتابچه - پمفلت - پوستر ...) www.nerves.lums.ir

آدرس: درمانگاه صدیق: خرم آباد، ابتدای سه راه بالای مطهری،

کلینیک خیریه صدیق شماره تماس: ۰۶۶۳۳۴۲۴۳۰

ساعت نوبت دهی: ۱۰-۸

درمانگاه ترک اعتیاد (MMT): خرم آباد، کوی اندیشه، خیابان

اندیشه ۱۳ (جهت تهیه شربت متادون، شربت تنتور، قرص B۲)

سلامت و نشاط جسمی و روحی شما هدف و آرزوی ماست

مانند بسیاری از بیماری های دیگر، بعضی از مشکلات مربوط به سلامت روان نیز به دوره طولانی تر یا مستمر درمان دارویی نیاز دارند ضمن اینکه معمولاً روانپزشک می تواند در صورت صلاح دید از دارو درمانی همراه با سایر روشهای دیگر درمانی (روان درمانی- رفتار درمانی- شناخت درمانی- خانواده درمانی مشاوره) برای بهبودی مؤثرتر و وسیع تر مراجعه کننده خود استفاده کند.

- آیا روانپزشکان بیش از اندازه دارو تجویز می کنند؟

همانطور که می دانید اعتماد به پزشک یکی از عوامل مهم درمان است. این فکر که روانپزشکان بی دلیل داروها را تجویز می کنند یکی دیگر از مسائلی است که می تواند روند بهبودی را کند نماید مراجعه به یک روانپزشک به معنای این است که او بهتر از من و هر پزشک متخصص دیگری روش درمان- نوع و میزان داروها را تشخیص می دهد من و دیگران در صورتی که در این رشته درس خوانده باشیم می توانیم اظهار نظر کنیم.

- آیا مصرف داروهای روانپزشکی شرم آور است؟ به

برخی افراد از اینکه دیگران بفهمند داروی روانپزشکی مصرف می کنند ضمناً فکر می کنند دیوانه ام و من را طرد می کنند به نظر شما آیا اینکه دارید برای بهبود وضعیت روحی خود تلاش می کنید خجالت آور است؟ آیا دوست دارید زندگی همراه با درد رنج برای خود و خانواده و دوستانتان را به ارمغان بیاورید شما بدلیل تصورات بی منطق دیگران اما این را بدانید که بسیاری از افراد هستند که بدلیل مشکلات روانپزشکی دارو مصرف می کنند و حتی مشوق اطرافیان خود هم هستند که در صورت نیاز به روانپزشک مراجعه کنند پس بدانید داشتن این

مقدمه:

ایجاد تصویر درستی از بیماریهای روان و بیماران روان می تواند گام نخست در فرآیند ارتباطات سلامت و درمان بیماری ها باشد رسانه های گروهی می توانند در ارتقای آگاهی مردم و خانواده های بیماران و افکار عمومی و خط بطلان کشیدن بر باورهای غلط در این زمینه بکشند.

به یاد داشته باشید که اختلالات روانپزشکی شیوع قابل توجهی دارند و هزینه های سنگین برای نظام سلامت جهانی دارد.

کسی نمی تواند اظهار دارد که تا وقتی زنده است از ابتلا به آنها محفوظ است.

به یاد داشته باشید در درمان اختلالات روانپزشکی دارو درمانی نقش اساسی دارد و مصرف داروهای تجویز شده توسط روانپزشک بدلیل نیاز بیماران به آن دارو است و به معنای وابستگی بیمار به دارو نیست.

به یاد داشته باشید که یک باور غلط مبنی بر اینکه داروها در طولانی مدت شما را وابسته کرده می تواند سهم شما را از داشتن یک زندگی آرام تر، کارآمدتر و سالم تر کاهش دهد. باورهای نادرستی مانند:

- آیا داروهای روانپزشکی فقط برای مبتلایان به اختلالات شدید روانپزشکی است؟

طیف مختلفی از داروهای روانپزشکی با مقدار مصرف متفاوت وجود دارد برای مثال فردی علایم افسردگی (خستگی و بی انگیزگی خلق پایین ...) دارد و از گروههای مختلف این داروهای ضد افسردگی می تواند استفاده کند حالا اگر این فرد با خود بگوید که *من که مثل بیماران روانی نیستم نیاز نیست دارو مصرف کنم*

خود و خانواده اش را درگیر مشکلات ناشی از عدم مصرف دارو می کند در حالیکه با تجویز به موقع دارو ضد افسردگی و سایر مراقبتهای ضروری مشکل قابل کنترل است به یاد داشته باشید والدین افسرده و مضطرب فرزندان افسرده و مضطرب پرورش می دهند.

- آیا داروها روانپزشکی عوارض جانبی خطرناکی دارند؟

هر نوع دارویی برای هر بیماری که استفاده شود عوارضی را بدنبال دارد چون انسانها به لحاظ شرایط جسمی با یکدیگر متفاوت می باشند نوع و شدت عوارضی که در اثر مصرف یک داروی خاص بروز می کند در افراد مختلف هم متفاوت است.

به یاد داشته باشید که منافع برخی دارو بر اثرات جانبی آنها گاهی ارجحیت دارد ضمن اینکه پزشک

می تواند تا حدودی این عوارض را نیز کنترل کند.

- آیا داروهای روانپزشکی اعتیاد آورند؟

توجه کنید به این مثال فردی که تا آخرین روز زندگی خود باید داروی قند خون مصرف کند آیا او معتاد است؟ شخصی هم که بفرض برای مشکل فسردهگی نیازمند مصرف مادام العمر دارو است آیا او هم معتاد است؟

در واقع باید بدانید که مصرف خودسرانه داروهاست که اعتیاد آور و آسیب زا است وگرنه در سیستم درمانی روانپزشک دارو را برای بهبود مشکلات فعلی فرد تجویز کرده و شرایط تحت کنترل است.

- آیا داروهای روانپزشکی فقط تسکین دهنده است و جنبه درمانی ندارند؟

این باور که داروها تنها علایم و مشکلات آن را کنترل می کنند و علت اصلی مسئله را درمان نمی کنند یکی دیگر از باورهای غلط شایعی است که حتی در بین قشر تحصیل کرده جامعه نیز وجود دارد.

نکته مهم این است که دوره درمان باید زیر نظر پزشک متخصص بطور کامل و بدون قطع خودسرانه دارو طی شود. برای مثال همانگونه که در یک بیماری عفونی اگر شما طبق دستور پزشکتان آنتی بیوتیک مصرف نکنید و دوره درمان را کامل نکنید عفونت جدی تر و علایم بیمار شدیدتر می شود. در اختلالات روانپزشکی نیز قطع و یا تغییر خودسرانه در میزان داروها می تواند عواقب وخیمی داشته باشد