

# დასკვნა

შიზოფრენია არის ქრონიკული მდგომარეობა, მაგრამ მისი მართვა შესაძლებელია შესაბამისი მკურნალობისა და მხარდაჭერის საშუალებით. ანტიფსიქოზური მედიკამენტები, თერაპია და ოჯახური მხარდაჭერა პაციენტებს ეხმარება სიმპტომების შემცირებასა და ცხოვრების ხარისხის გაუმჯობესებაში. თუ თქვენ ან თქვენი ახლობელი განიცდით შიზოფრენიის ნიშნებს, დროულად მიმართეთ ექიმს დახმარებისთვის.



# კახიანი

## შიზოფრენია: სიმპტომების მართვა და ჯანსაღი ცხოვრება (ფსიქიკური ჯანმრთელობა)

საინფორმაციო ბუკლეტი



შიზოფრენია: სიმპტომების მართვა და ჯანსაღი ცხოვრება – საინფორმაციო ბუკლეტი (ფსიქიკური ჯანმრთელობა)

შიზოფრენია არის ქრონიკული ფსიქიკური მდგომარეობა, რომელიც გავლენას ახდენს ადამიანის აზროვნებასა და ქცევაზე. ამ მდგომარეობას ახასიათებს რეალობის აღქმის დარღვევები, მათ შორის ჰალუცინაციები და დელუზიები, რაც ხშირად იწვევს სირთულეებს ყოველდღიურ ცხოვრებაში. ეს ბუკლეტი დაგეხმარებათ, უკეთ გაიგოთ შიზოფრენიის სიმპტომები, მკურნალობის მეთოდები და ის, თუ როგორ უნდა დაეხმაროთ ახლობელს ამ მდგომარეობის მართვაში.

მნიშვნელოვანი შენიშვნა: ამ მასალაში მოცემული ინფორმაცია არის საგანმანათლებლო მიზნებისთვის და არ ცვლის პროფესიულ სამედიცინო რჩევას.

პროფესორი გიორგი ფხაკაძე, საქართველოს საზოგადოებრივი ჯანდაცვის ინსტიტუტი. საქართველოს პაციენტთა საბჭოს ინიციატივა. "შიზოფრენია: სიმპტომების მართვა და ჯანსაღი ცხოვრება (ფსიქიკური ჯანმრთელობა)". თბილისი: საქართველოს საზოგადოებრივი ჯანდაცვის ინსტიტუტი; 2024. 4 p. (PHIG-048)



+995 598 43 50 34

Info@accreditation.ge

www.shenikimi.ge

# შიზოფრენიის ძირითადი ნიშნები

## 1. ჰალუცინაციები და დელუზიები

**რეალობის არასწორი აღქმა** – შიზოფრენიის მქონე ადამიანები ხშირად განიცდიან ჰალუცინაციებს (მხედველობითი ან სმენითი) ან დელუზიებს (არასწორად აღქმულ მტკიცებებს, რაც რეალობას არ შეესაბამება). ეს სიმპტომები ხშირად ხელს უშლის სოციალური ურთიერთობების შენარჩუნებას და ცხოვრების ხარისხს.

## 2. გონებრივი და ქცევითი ცვლილებები

**გაურკვეველი აზროვნება და ქცევა** – შიზოფრენიის მქონე პირებს ხშირად უჭირთ ნათლად ფიქრი, გადაწყვეტილებების მიღება ან მათ ხშირად აქვთ არადაამაკმაყოფილებელი ან გართულებული ქმედებები, რაც შეიძლება მოულოდნელი იყოს გარემოცვისთვის.

## მკურნალობის სტრატეგიები შიზოფრენიისთვის

### 1. ანტიფსიქოზური მედიკამენტები

**მედიკამენტები** – შიზოფრენიის მართვისთვის ძირითადად გამოიყენება ანტიფსიქოზური მედიკამენტები, რომლებიც ხელს უშლიან ჰალუცინაციებს და დელუზიებს. პრეპარატები პაციენტს სტაბილურობის აღდგენასა და სიმპტომების შემცირებაში ეხმარება.

### 2. ფსიქოთერაპია და კონსულტაციები

**თერაპია** – ფსიქოთერაპია, განსაკუთრებით კოგნიტურ-ბიჰევიორული თერაპია (CBT), პაციენტებს ეხმარება, უკეთ გაიგონ მათი სიმპტომები და იმუშაონ მათი მართვის სტრატეგიებზე. თერაპიის საშუალებით შესაძლებელია გონებრივი სტაბილურობის გაუმჯობესება და ყოველდღიური ცხოვრების კონტროლის აღდგენა.

### 3. სოციალური და ოჯახური მხარდაჭერა

**ოჯახის ჩართულობა** – შიზოფრენიის მქონე პაციენტებს სჭირდებათ ოჯახის წევრებისა და ახლობლების მხარდაჭერა. ოჯახისთვის მნიშვნელოვანია საგანმანათლებლო პროგრამები და მხარდაჭერის



ჯგუფები, რადგან ისინი ეხმარება მათ, რომ გააცნობიერონ და მართონ შიზოფრენიის სიმპტომები.

## როდის უნდა მიმართოთ ექიმს?

### 1. სიმპტომების გამოვლენა

**ექიმთან კონსულტაცია** – თუ თქვენ ან თქვენი ახლობელი განიცდით სიმპტომებს, როგორცაა ჰალუცინაციები, დელუზიები ან გაურკვეველი ქცევა, დაუყოვნებლივ მიმართეთ ექიმს. დროული დიაგნოზი და მკურნალობა ეხმარება მდგომარეობის სტაბილიზაციას.

### 2. მკურნალობის რეგულარული შეფასება

**მედიკამენტების ეფექტურობა** – შიზოფრენიის მკურნალობის პროცესში მნიშვნელოვანია მედიკამენტების და თერაპიის რეგულარული შეფასება. ექიმთან ხშირი ვიზიტი და მკურნალობის შემოწმება უზრუნველყოფს პაციენტის მდგომარეობის კონტროლს.