



Skizofreni

I Danmark er der ca. 20.000 mennesker, der har skizofreni. Og risikoen for at få sygdommen er ca. en procent.

Mennesker, der har skizofreni, har problemer med måden, de ser verden på og har ofte symptomer, der påvirker deres tanker, følelser og opførsel.

Hvad er skizofreni?

Skizofreni er en sygdom i hjernen, der gør, at tanker og adfærd ændres, så man kan have svært ved at skelne mellem virkelighed og fantasi.

Har du skizofreni, vil du ofte have tendens til at misforstå, hvad der foregår omkring dig og opfatte verden anderledes end andre. Sygdommen gør, at du i perioder kan have hallucinationer og vrangforestillinger. Du kan høre, se, lugte eller mærke ting, som andre ikke oplever. Du kan for eksempel høre stemmer, føle dig forfulgt eller tro, at andre læser eller kontrollerer dine tanker eller roter sig sammen om at gøre dig ondt.

Det kan også være, du føler dig mærkelig, anderledes, og som om du er i en helt anden verden – ikke rigtig er til stede. Det kan være, tingene omkring dig føles uvirkelige, som om alting foregår i en drøm eller i en film eller i slow motion. Mange mennesker, der lever med skizofreni, oplever også at blive sløve og miste initiativ, og de har en tendens til at isolere sig fra andre.

Sygdommen begynder oftest, når man er mellem 15 og 40 år. Det kan være både forvirrende og skræmmende at leve med skizofreni, fordi du ofte oplever at blive misforstået, og så er der mange myter og fordomme om mennesker med skizofreni.

Skizofreni kan behandles, og de fleste, der får stillet diagnosen skizofreni og kommer i behandling kommer sig igen. Men uden hjælp og behandling kan skizofreni påvirke dit liv og udvikling på en meget negativ måde. Derfor er det vigtigt at få hjælp så tidligt som muligt.

Forskellige former for skizofreni

Der findes forskellige former for skizofreni. En af dem hedder skizotypi og er en mildere form for skizofreni. Symptomerne ligner symptomerne for skizofreni. De er bare mildere. Det betyder, at mennesker, der har skizotypi, lever et helt almindeligt liv. Selv om det kan være svært, så er de i stand til at passe skolen, gå på arbejde og har venner og et socialt liv.

Hvorfor får man skizofreni?

Man kan ikke sige, at der er en bestemt grund til, at nogle mennesker bliver skizofrene. Som regel er der flere forskellige faktorer, der spiller ind. Så det afhænger bl.a. af, hvilke gener, vi har arvet fra vores forældre, hvordan vi er vokset op, og hvilke oplevelser og påvirkninger vi

har været ude for. Stofmisbrug og hash kan også spille en rolle.

Behandling

Behandling spiller en central rolle for de fleste med skizofreni. Det kan være en kombination af medicin, samtalerterapi og miljøterapi. Derudover kan det også hjælpe at lære at håndtere skizofrenien ved hjælp af træning.

Brug for hjælp?

Hvis du er i tvivl om, hvorvidt du har skizofreni eller måske skizo-typi, er det vigtigt at du taler med din læge om at få hjælp. Han eller hun vil spørge ind til de symptomer, du oplever, og hjælpe dig med at finde ud af, om du har brug for hjælp.

Hos PsykiatriFonden ved de meget om skizofreni. Her kan du få gratis, anonym rådgivning både over telefon og på chat. Du kan også gå til din læge, som kan hjælpe dig videre til relevant behandling.

Kender du en, der har brug for hjælp?

Hvis du kender en, der har psykiske problemer, så skal du tale med en voksen, som kan hjælpe. Du kan ikke selv afgøre, om din ven eller veninde har så alvorlige psykiske problemer, at der er tale om skizofreni. Det er en opgave for lægerne. Men du kan være en god ven. Som ven kan du støtte, lytte og vise forståelse for den, der har psykiske problemer. Men du kan ikke løse problemet.

Her kan du hente mere information og hjælp

Der findes flere telefonrådgivninger og online chat og mail-steder du kan ringe eller skrive til for at få gode råd og hjælp. Rådgiverne har tavshedspligt, og du kan være anonym.

- Linien - www.linien.dk
- Livslinien - www.livslinien.dk/raadgivning/naar-du-ringer.html
- Sind Ungdom - www.sind.dk/sind_ungdom.6
- Børnetelefonen - www.bornetelefonen.dk/
- Tabu.dk - www.tabu.dk
- Lev med skizofreni - www.Levmedskizofreni.dk
- tværs.dk - www.dr.dk/tvaers/problemer/psykiske-lidelser/skizofreni
- Ung på linie.dk - <http://urk.dk/hvad-goer-vi/stoette-og-raadgivning/ung-paa-linie/>
- Netpsykiater.dk - www.netpsykiater.dk/htmsgd/skizofreni.htm
- www.ungekompasset.dk