



స్కిజోఫ్రెనియా

విద్య, వృత్తి మరియు/లేదా సామాజిక పనితనంలో మీరు గణనీయమైన బలహీనత దేనినైనా మీరు అనుభూతి చెందుతున్నారా?

మీరు అనుమానాస్పదంగా ఉంటున్నారా, అసూయపడుతున్నారా మరియు బాధితునిగా అనిపిస్తోందా?

లేనివి మీకు వినిపిస్తున్నాయా, కనిపిస్తున్నాయా, అనుభూతి చెందుతున్నారా లేదా వాసన వస్తోందా?

మీకు ఈ విధంగా సుదీర్ఘ కాలం పాటు అనిపిస్తోందా?

అవును అయితే, మీకు ఉండొచ్చు

స్కిజోఫ్రెనియా

స్కిజోఫ్రెనియా అంటే ఏమిటి?

స్కిజోఫ్రెనియా అనేది వ్యక్తి ఆలోచన, అనుభూతి, మరియు ప్రవర్తనను ప్రభావితం చేసే దీర్ఘకాలిక మరియు తీవ్ర మానసిక రుగ్మత. స్కిజోఫ్రెనియా గల ప్రజలకు వాస్తవికతతో స్పర్శ కోల్పోయినట్లుగా అనిపించవచ్చు. స్కిజోఫ్రెనియా అనేది ఇతర మానసిక రుగ్మతలంత సామాన్యమైనది కాకపోయినప్పటికీ, లక్షణాలు చాలా అశక్తంగా ఉండొచ్చు.



స్కిజోఫ్రెనియా యొక్క చిహ్నాలు మరియు లక్షణాలు ఏమిటి?

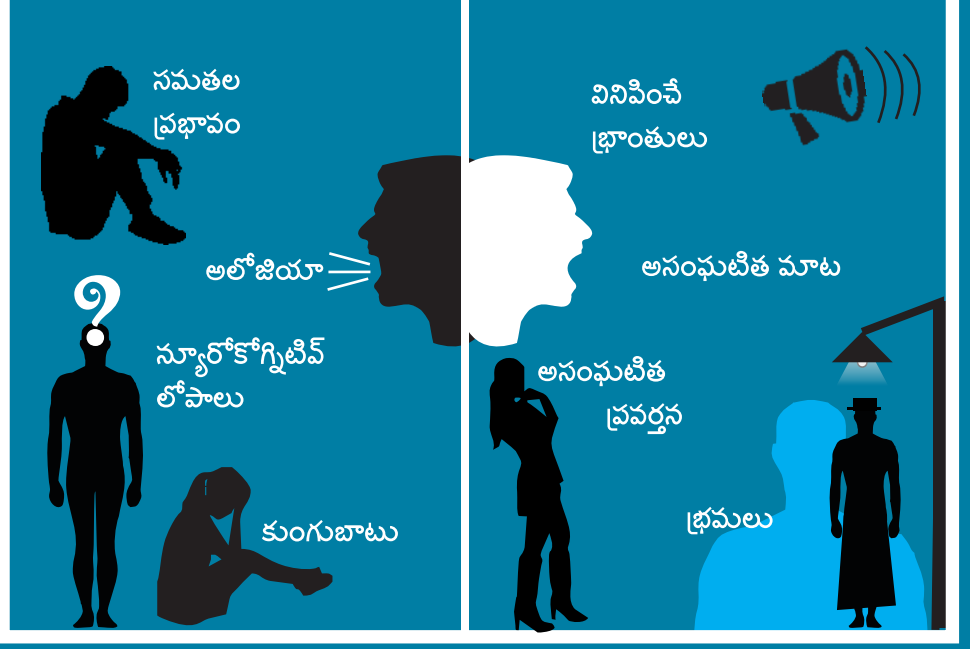
స్కిజోఫ్రెనియా లక్షణాలు సాధారణంగా 16 మరియు 30 సంవత్సరాల మధ్య వయస్సులో ప్రారంభమవుతాయి. అరుదైన కేసుల్లో, పిల్లలకు కూడా స్కిజోఫ్రెనియా కలుగుతుంది.

స్కిజోఫ్రెనియా లక్షణాలు మూడు కేటగిరిల్లోకి వస్తాయి: సానుకూలం, ప్రతికూలం, మరియు గ్రహణశక్తి.

సానుకూల లక్షణాలు: “సానుకూల” లక్షణాలు అనేవి ఆరోగ్యవంతులైన ప్రజల్లో సాధారణంగా కనిపించని మానసిక ప్రవర్తనలు. సానుకూల లక్షణాలు గల ప్రజలు వాస్తవికతలోని కొన్ని అంశాలతో “స్పర్శ కోల్పోవచ్చు”.

ప్రతికూల లక్షణాలు: “ప్రతికూల” లక్షణాలు అనేవి మామూలు భావోద్వేగాలు మరియు ప్రవర్తనలకు అవాంతరాలతో ముడిపడివుంటాయి.

స్కిజోఫ్రెనియాలో ప్రతికూల మరియు సానుకూల లక్షణాలు



గ్రహణశక్తి లక్షణాలు: కొంతమంది రోగులకు, స్కిజోఫ్రెనియా యొక్క గ్రహణశక్తి లక్షణాలు సూక్ష్మంగా ఉంటాయి, కానీ ఇతరులకు, ఇవి మరింత తీవ్రంగా ఉంటాయి మరియు రోగులు తమ జ్ఞాపకశక్తి లేదా ఆలోచనలోని ఇతర అంశాల్లో మార్పులను గమనించవచ్చు. లక్షణాల్లో ఉండేవి:

- “అమలు పనితనం” సరిగ్గా లేకపోవడం (సమాచారాన్ని అర్థంచేసుకోగల మరియు నిర్ణయాలు తీసుకునేందుకు దాన్ని ఉపయోగించగల సామర్థ్యం)
- దృష్టిపెట్టడంలో లేదా అటెన్షన్ పెట్టడంలో ఇబ్బంది
- “పనిచేసే జ్ఞాపకశక్తి”తో సమస్యలు (నేర్చుకున్న వెంటనే సమాచారాన్ని ఉపయోగించుకోగల సామర్థ్యం).

స్కిజోఫ్రెనియాకు ప్రమాదకర అంశాలు ఏమిటి?

స్కిజోఫ్రెనియా కలిగే ప్రమాదానికి దోహదపడే అనేక అంశాలు ఉన్నాయి.

● జీన్స్ మరియు వ్యవరణం

వ్యవరణ అంశాల్లో ఉండొచ్చు:

- వైరస్లకు గురవ్వడం
- పుట్టుకకు ముందు పాస్టికాహార లోపం
- జననం సమయంలో సమస్యలు
- మానసిక అంశాలు

● విభిన్న మెదడు కెమిస్ట్రీ మరియు స్వరూపం

స్కిజోఫ్రెనియా ఉన్నట్లుగా నాకు తెలిసిన వ్యక్తికి నేను ఎలా సహాయపడగలను?

స్కిజోఫ్రెనియా గల వ్యక్తి విషయంలో శ్రద్ధ తీసుకోవడం మరియు మద్దతు ఇవ్వడం కష్టంగా ఉండొచ్చు. వింత లేదా స్పష్టమైన తప్పు స్టేట్‌మెంట్‌లు చేసే ఎవరి విషయంలోనైనా ఎలా స్పందించాలో తెలుసుకోవడం కష్టంగా ఉండొచ్చు. స్కిజోఫ్రెనియా అనేది బయోలాజికల్ జబ్బు అనే విషయం అర్థంచేసుకోవడం ముఖ్యం.

మీ కుటుంబ సభ్యునికి సహాయపడేందుకు మీరు చేయగల కొన్నిటిని ఇక్కడ ఇస్తున్నాము:



- వాళ్ళకు చికిత్స ఇప్పించండి మరియు చికిత్స తీసుకునేలా వాళ్ళను ప్రోత్సహించండి.
- వాళ్ళ సమస్యలు లేదా భ్రాంతులు వాళ్ళకు చాలా నిజంగా అనిపించవచ్చనే విషయం గుర్తుపెట్టుకోండి.
- విషయాలను తమ కోణం నుంచి చూసే హక్కు ప్రతి ఒక్కరికీ ఉందనే విషయం మీరు ఒప్పుకుంటున్నారనే విషయం వాళ్ళకు చెప్పండి.
- ప్రమాకరమైన లేదా అసముచితమైన ప్రవర్తనను సహించకుండా గౌరవప్రదంగా, సపోర్టివ్‌గా, మరియు కరుణతో ఉండండి.
- మీ ప్రాంతంలో సహాయక బృందాలు ఏవైనా ఉన్నాయేమో తెలుసుకోండి.

స్కిజోఫ్రెనియాపై పోరాడటానికి జీవన విధానం చిట్కాలు ఏమిటి?



పండ్లు మరియు కూరగాయలు పుష్కలంగా తినండి



సామ్యమైన వ్యాయామాలు చేయండి



రాత్రి వేళలో 8 గంటలు నిద్రపోవాలి



యోగా మరియు ధ్యానంతో రిలాక్స్ అవ్వండి



మరీ ఎక్కువగా తాగకండి



స్నేహితులు మరియు కుటుంబ సభ్యులతో సమయం వెచ్చించండి

Issued in public interest by : **ALECTA** | **INTAS**
A Division of INTAS

The makers of

Skizoril
 Clozapine 25/50/100/200 mg Tabs.

Blonitas
 Blonanserin 2/4/8 mg Tabs.