

Cos'è la schizofrenia?

(What is schizophrenia?)



Cos'è la schizofrenia

Una persona che soffre di schizofrenia tipicamente accusa cambiamenti di comportamento e di percezione, e pensieri disordinati che possono distorcere il senso della realtà. E' una condizione definita come psicosi.

La schizofrenia è una malattia mentale che attira un forte stigma ed è oggetto di molte informazioni distorte. Ciò aumenta spesso l'angoscia della persona e della sua famiglia.

La schizofrenia di solito compare inizialmente fra 15 e 25 anni di età, ma anche più avanti nella vita. L'incidenza della schizofrenia è di circa l'un per cento della popolazione generale.

Circa un terzo delle persone schizofreniche subiscono solo uno o pochi brevi episodi nella vita. Per altri, può rimanere una condizione ricorrente o per tutta la vita.

L'insorgenza della malattia può essere rapida, con sintomi acuti che si sviluppano nell'arco di diverse settimane, o può essere lenta, sviluppandosi lungo un periodo di mesi o anche di anni.

Durante l'insorgenza, la persona spesso si ritrae dagli altri, diventa depressa ed ansiosa, e sviluppa idee inconsuete o paure estreme. E' importante notare questi primi segni per assicurare un accesso tempestivo al trattamento.

Riconoscere presto i sintomi, ed intervenire presto con un trattamento, è vitale per il benessere futuro di chi soffre di schizofrenia

La schizofrenia è oggetto di molte incomprensioni, che contribuiscono allo stigma, all'isolamento ed alla discriminazione ai danni di chi soffre di schizofrenia, e dei loro familiari e badanti.

E' una credenza comune che le persone schizofreniche siano pericolose. E' raro invece che siano pericolose, specialmente quando ricevono trattamento e supporto appropriati. In rare occasioni, una piccola minoranza di persone schizofreniche possono diventare aggressive durante un episodio acuto e non trattato di psicosi, a causa delle loro paure e ossessioni. Molto spesso il comportamento aggressivo è diretto verso se' stessi, e il rischio di suicidio può essere alto.

La schizofrenia è spesso descritta erroneamente come 'sdoppiamento della personalità'. Questo non è vero; i pazienti di schizofrenia possono avere illusioni ed un senso distorto della realtà, ma non hanno personalità multiple.

I pazienti di schizofrenia mostrano livelli normali di intelligenza, e non hanno una disabilità mentale, anche se dei sintomi acuti di psicosi possono interferire con la capacità di pensare durante un episodio acuto.

Quali sono i sintomi della schizofrenia?

I principali sintomi della schizofrenia includono:

- **Illusioni** – credere senza motivo di essere perseguitati, sensi di colpa o di grandezza, o di essere controllati dall'esterno. Chi soffre di schizofrenia può descrivere complotti ai suoi danni o pensare di possedere speciali qualità e poteri. Talvolta la persona si ritrae dagli altri o si nasconde per evitare persecuzioni immaginarie.
- **Allucinazioni** – nei casi più comuni consistono nel sentire voci. Altre esperienze meno comuni possono comprendere vedere, sentire, gustare o odorare cose che per la persona sono molto reali, ma in effetti non esistono.
- **Disturbi del pensiero** – quando il discorso può essere difficile da seguire, senza connessioni logiche. Il pensiero e il linguaggio possono essere confusi e sconnessi.

Altri sintomi della schizofrenia includono:

- **Mancanza di motivazione** – quando si perde la capacità di coinvolgersi nell'attività quotidiana, come lavare o cucinare. Questa mancanza di motivazione e di iniziativa è parte della malattia, e non è pigrizia.
- **Difficoltà di pensiero** – possono essere danneggiate la concentrazione, la memoria e la

capacità di programmare e organizzare. Ciò rende più difficile ragionare, comunicare, ed eseguire mansioni di tutti i giorni.

- **Espressione confusa delle emozioni** – ovvero l'abilità di esprimere emozioni è fortemente ridotta. Ciò è spesso accompagnato da risposte improprie a occasioni felici o tristi.
- **Introversione sociale** – questa può essere causata da diversi fattori, fra cui la paura che qualcuno faccia loro del male, o la paura di interagire con altri a causa della perdita di abilità sociali.
- **Mancanza di discernimento** – poiché certe esperienze, come illusioni e allucinazioni, sono così reali, le persone che soffrono di schizofrenia di solito non si rendono conto di essere malate. Questo può essere molto penoso per i familiari e i badanti. La mancanza di consapevolezza può essere una ragione per cui le persone che soffrono di schizofrenia rifiutano un trattamento che potrebbe essere loro di aiuto. Gli effetti collaterali indesiderati di alcuni farmaci possono anche contribuire al rifiuto del trattamento.

Cosa causa la schizofrenia?

Non è stata identificata una singola causa della schizofrenia, ma diversi fattori sono collegati alla sua insorgenza. Uomini e donne hanno

la stessa probabilità di contrarre questa malattia mentale nel corso della vita, anche se l'insorgenza per gli uomini spesso si verifica più presto.

Fattori genetici

Può essere che nella famiglia vi sia una predisposizione alla schizofrenia. Nella popolazione generale, solo l'un per cento delle persone ne soffrono nel corso della vita, ma se uno dei genitori è schizofrenico, i figli hanno una probabilità del 10% di contrarre la malattia – e una probabilità del 90% di non contrarla.

Fattori biochimici

Si ritiene che alcune sostanze biochimiche nel cervello siano legate alla schizofrenia, specialmente un neurotrasmettitore chiamato dopamina. Una causa probabile dello squilibrio chimico è la predisposizione genetica alla malattia. Possono anche contribuire alla malattia complicazioni durante la gravidanza o la nascita, che causano danni strutturali al cervello.

Relazioni in famiglia

Non vi sono conferme alla teoria secondo cui le relazioni in famiglia siano una causa della malattia. Alcune persone schizofreniche, tuttavia, sono molto sensibili alle tensioni in famiglia, il che può essere legato ad episodi ricorrenti di schizofrenia.

Stress

E' ampiamente riconosciuto che degli eventi stressanti spesso precedono l'insorgenza della schizofrenia. E' possibile che tali eventi la facciano precipitare in persone vulnerabili.

Le persone che soffrono di schizofrenia spesso diventano ansiose, irritabili e incapaci di concentrarsi, prima che alcuni sintomi acuti divengano evidenti. Questo può causare problemi sul lavoro o nello studio e un peggioramento nelle relazioni. Spesso questi fattori sono considerati responsabili dell'insorgenza della malattia, mentre in effetti è la malattia stessa a causare l'evento stressante. Non è quindi sempre chiaro se lo stress sia una causa o un effetto della schizofrenia.

Uso di alcool e di altre droghe

Un uso dannoso di alcool e di altre droghe, particolarmente cannabis e anfetamine, può far scattare la psicosi in persone vulnerabili alla schizofrenia. L'uso di tali sostanze di per se' non causa la schizofrenia, ma è fortemente legato alle ricadute della malattia.

Chi soffre di schizofrenia ha più probabilità rispetto al resto della popolazione di usare alcool e altre droghe, e questo ostacola il trattamento.

E' dimostrato che le persone schizofreniche in proporzione

notevole fumano, il che contribuisce al loro cattivo stato di salute.

Quali trattamenti sono disponibili?

Il trattamento più efficace della schizofrenia comprende psicofarmaci, terapia psicologica e supporto nel gestire l'impatto sulla vita di tutti i giorni.

Sono anche importanti l'educazione riguardo alla malattia e su come intervenire con efficacia dopo i primi segni premonitori di un episodio di schizofrenia.

Lo sviluppo degli psicofarmaci ha rivoluzionato il trattamento della schizofrenia. Oggi le persone per la maggior parte possono vivere nella comunità piuttosto che essere ricoverate in ospedale. Alcune persone non sono mai ricoverate, e la terapia è somministrata interamente nella comunità.

I farmaci hanno l'effetto di correggere gli squilibri chimici nel cervello associati con la malattia. Dei farmaci nuovi ma ben sperimentati contribuiscono ad un miglioramento più completo e hanno meno effetti collaterali.

La schizofrenia è una malattia come molte malattie fisiche. Come l'insulina aiuta a tenere in vita chi soffre di diabete, così i farmaci antipsicotici aiutano a tenere in vita chi soffre di schizofrenia. Come avviene con il diabete, vi sono persone che hanno bisogno di

curarsi con farmaci a tempo indefinito per mantenere sotto controllo i sintomi e prevenire episodi ricorrenti di psicosi.

I cambiamenti nello stile di vita, come ridurre l'uso dannoso di alcool e di altre droghe ed altri fattori che fanno scattare la psicosi, possono aiutare le persone a migliorare.

Nonostante non vi sia una cura conosciuta per la schizofrenia, il contatto regolare con un medico o uno psichiatra e possibilmente una squadra di operatori di diverse discipline (che può comprendere infermieri, assistenti sociali, terapisti occupazionali e psicologi) può aiutare la persona a gestire i sintomi ed a vivere in maniera piena e produttiva.

Il supporto di persone con interessi comuni può essere una fonte valida di sostegno, di informazioni utili e di speranza.

Talvolta possono essere utili delle terapie specifiche dirette ai sintomi, come le illusioni. Anche i problemi di salute fisica debbono essere trattati.

I servizi di riabilitazione psichiatrica e di supporto possono aiutare con i problemi relativi al lavoro, alle finanze, all'alloggio, alle relazioni sociali ed alla solitudine.

I familiari e gli amici delle persone che soffrono di schizofrenia spesso si sentono confusi ed afflitti. Il supporto e l'educazione, oltre ad una migliore comprensione nella comunità, sono una parte importante del trattamento.

A chi chiedere aiuto

- Al medico di famiglia.
- Al centro comunitario di sanità.
- Al centro comunitario di salute mentale.

Per informazioni sui servizi, cerca nell'elenco telefonico locale "Community Help and Welfare Services" ed i numeri di emergenza 24 ore.

Se hai bisogno di un interprete telefona al Servizio Telefonico Interpreti (TIS) 13 14 50

Per assistenza e consigli immediati chiama Lifeline al 13 11 14. Lifeline può anche consigliare a chi rivolgersi per ulteriori informazioni e assistenza.

Altre fonti utili di informazioni sulle malattie mentali sono:

www.mifa.org.au

www.ranzcp.org

www.sane.org

www.mmha.org.au

Insert your local details here

Questo opuscolo

Questo è il primo di una serie di opuscoli sulle malattie mentali, finanziata dal governo australiano come parte della Strategia nazionale sulla salute mentale (National Mental Health Strategy). Informazioni su specifiche malattie mentali si trovano negli altri opuscoli, che includono:

- *Cos'è un disturbo della personalità?*
- *Cos'è un disturbo di ansietà?*
- *Cos'è un disturbo di alimentazione?*
- *Cos'è il disturbo bipolare dell'umore?*
- *Cos'è un disturbo depressivo?*
- *Cos'è la salute mentale?*

Copie gratuite di tutti gli opuscoli sono disponibili da: Mental Health and Workforce Division of the Australian Government Department of Health and Ageing:

GPO Box 9848

CANBERRA ACT 2601

Tel 1800 066 247

Fax 1800 634 400

www.health.gov.au/mentalhealth

Per ottenere copie in altre lingue, rivolgiti a: Multicultural Mental Health Australia, tel **(02) 9840 3333**
www.mmha.org.au

