



## Čo môžete pre seba urobiť

**Oboznámte sa s prejavmi, priebehom ochorenia a jeho liečbou.**

Ak budete vedieť, kedy prejavy nastupujú, budete môcť včas vyhľadať pomoc lekára.

**Užívať lieky tak ako Vám ich predpísal lekár. Neprerušujte liečbu bez odporúčania, ani keď sa cítite lepšie.**

**Vyhýbajte sa stresu, alkoholu alebo užívaniu drog a únavy,** aby ste predchádzali zhoršeniu ochorenia.

**Staňte sa členom podpornej skupiny.** Môže Vám to pomôcť nadobudnúť presvedčenie, že máte svoje zdravie pod kontrolou a získať pocit pohody. <sup>(1, 5, 6)</sup>



## Tipy pre príbuzných alebo priateľov

Podpora rodiny a priateľov je veľmi dôležitá pri liečbe schizofrénie.

- **Vzdelávajte sa.** Vzdelávaním sa o schizofrénii, budete pacientovi nápomocný pri zmiernení sa s ochorením a môžete mu pomáhať pri liečbe.
- **Znižujte stresové zaťaženie.** Stres môže byť spúšťačom príznakov schizofrénie, preto je dôležité vytvoriť pre pacientov štrukturované a podporujúce prostredie.
- **Majte reálne očakávania.** Pomôžte pacientom nastaviť a dosahovať liečebné ciele a buďte trpezlivý s rýchlou zotavovaním.
- **Podporujte samostatnosť pacientov** dovolte im zostať nezávislými nakoľko je to možné. <sup>(8)</sup>

The eHEALTH project is a 7-year project, Slovakia, 2012-2019

Referencie: 1. Tavlar R. Taking care of your health: Schizophrenia and other psychoses: 2008. 2. Schizophrenia Symptoms and Coping Tips [Internet]. HelpGuide [citované 13.9.2023]. Dostupné z: <https://www.helpguide.org/articles/mental-disorders/schizophrenia-signs-and-symptoms.htm>. 3. Stahl SM. Essential Psychopharmacology: Neuroscientific Basis and Practical Applications. Cambridge University Press; 2000. 259 p. 4. Symptoms of Schizophrenia [Internet]. Living with Schizophrenia [citované 13.9.2023]. Dostupné z: <https://livingwithschizophreniauk.org/symptoms-of-schizophrenia/>. 5. The BeST Kind of Help: Tools and Tips for Schizophrenia Recovery. Dostupné z: [https://www.neomed.edu/wp-content/uploads/BST\\_TheBeSTKindofHelp.pdf](https://www.neomed.edu/wp-content/uploads/BST_TheBeSTKindofHelp.pdf). 6. Schizophrenia Treatment and Self-Help [Internet]. HelpGuide [citované 13.9.2023]. Dostupné z: <https://www.helpguide.org/articles/mental-disorders/schizophrenia-treatment-and-self-help.htm>. 7. Picchioni MM. Schizophrenia. BMJ 2007; 335 (7610): 91–5. Dostupné z: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1914490/>. 8. Helping Someone with Schizophrenia [Internet]. HelpGuide [citované 13.9.2023]. Dostupné z: <https://www.helpguide.org/articles/mental-disorders/helping-someone-with-schizophrenia.htm>.

Určené pre laickú verejnosť.  
Dátum prípravy materiálu: 9/2023.

Úplnú informáciu o lieku získate na adrese miestneho zástupcu držiteľa.

KRKA Slovensko, s.r.o., Turčianska 2, 821 09 Bratislava,  
Tel. +421 2 571 04 501; Fax +421 2 571 04 502; E-mail: info.sk@krka.biz; www.krka.sk



# SCHIZOFRÉNIA

- Schizofrénia je **vážne psychické ochorenie**, pre pacientov je ťažké rozlíšiť, čo je skutočné a čo nie, jasne uvažovať, zvládať emócie, mať vzťahy s ľuďmi a normálne fungovať.
- Najčastejšie majú pacienti **niekoľko vzplanutí** (epizód) s obdobiami úplného alebo čiastočného zlepšenia medzi nimi.
- **Príčina ochorenia je zatiaľ neznáma**, hoci väčšina údajov naznačuje, že je spôsobená nerovnováhou medzi niektorými chemickými látkami (neurotransmitermi) v mozgu. <sup>(1, 2)</sup>



## Kto môže mať schizofréniiu?

- Schizofrénia postihuje **asi 1 % populácie**.
- Vyskytuje sa **u oboch pohlaví a vo všetkých rasových a etnických skupinách, nezávisle od sociálneho postavenia**. Zvyčajne sa prejavuje v skorej dospelosti alebo neskorej adolescencii.
- **Nie je to dedičné ochorenie**, ale riziko schizofrénie je väčšie, ak ju majú rodičia. <sup>(1)</sup>



## Aké sú príznaky schizofrénie?

Schizofrénia má závažné prejavy a príznaky. Môžu byť rozdelené do 5 skupín:

- **Pozitívne:**

**Halucinácie:** videnie alebo počutie vecí, ktoré nie sú reálne.

**Bludy:** iracionálne a nepresné presvedčenia pochádzajúce z neschopnosti rozlíšiť medzi tým, čo je skutočné a čo nie je.

**Nekohorentné myšlienky:** neschopnosť uplatniť logické myslenie.

- **Negatívne:**

**Apatia:** strata vôle alebo motivácie.

**Vyhýbanie sa sociálnym interakciám.**

**Nedostatočná emočná odpoveď:** nevýrazná mimika, slabý očný kontakt alebo spomalená reč.

**Zanedbávanie starostlivosti o seba** (hygiena, oblečenie, vzhľad).

- Problémy s **krátkodobou pamäťou, učením** a znížená schopnosť sústredenia sa.
- **Zmeny nálady** (depresia, úzkosť alebo samovražedné myšlienky).
- **Agresívne príznaky** ako nepriateľstvo, verbálne alebo fyzické zneužívanie, napádanie. <sup>(1,3,4)</sup>



## Čo môžete očakávať od liečby?

- Schizofrénia sa dá **účinne liečiť**. Väčšina pacientov potrebuje lieky nazývané **antipsychotiká**, ktoré pomáhajú obnoviť rovnováhu chemických látok v mozgu, a tým zmiernujú príznaky a zlepšujú pacientovo fungovanie. Navyše, možnosť psychosociálnej liečby je dostupná, napr. psychoterapia.
- Keďže každý reaguje na lieky inak, výber antipsychotika spomedzi niekoľkých dostupných je **individuálny**. Spolupracujte s lekárom, aby ste zistili, čo je pre vás najlepšie.
- S **vhodnou liečbou** je možné viesť **plnohodnotný a produktívny život**. <sup>(1,5,6,7)</sup>

### Váš liek

Názov lieku:

dávkovanie:

užívajte:

1× 2× 3× za deň

ráno na obed večer

s jedlom bez jedla s jedlom alebo bez neho

Poznámky: