



Ruhsal Bozukluklar ile İlgili Sık Görülen Yanlış İnançlar ve Gerçekler

Osman SEZGİN

YANLIŞ İNANÇ

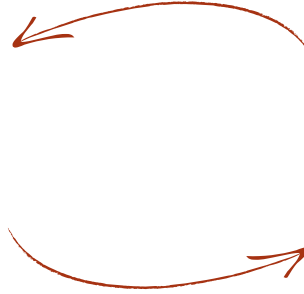


- 0 Psikiyatrik hastalıklar kalp, şeker gibi gerçek tıbbi hastalık değildir! Ruh hastalığı olanlar olsa olsa “deli”dirler. Ruh hastalıkları tedavi edilemezler.

DOĞRU İNANÇ



- 0 Psikiyatrik hastalıklar da şeker hastalığı, kalp hastalığı gibi tıbbi hastalıklardandır. Ruh hastalıklarının da genetik ve biyolojik nedenleri olduğuna ilişkin kanıtlar vardır ve etkin biçimde tedavi edilebilirler.
- 0 Psiko-sosyal nedenler de ruh hastalıklarının oluşumunda çok etkili olduklarından tedavide ilaçların yanı sıra psikoterapiler de sık kullanılır.
- 0 Tedavi başarısı diğer tıbbi hastalıkların tedavi başarısından daha az olmadığı gibi özellikle psikoterapinin de eklenmesiyle kişinin, eski durumundan bile daha sağlıklı bir duruma ulaşabilme olasılığı vardır.



YANLIŞ İNANÇ

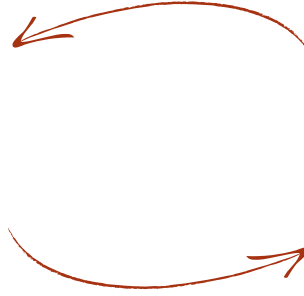


- 0 Şizofreni gibi ağır ruh hastalığı olanlar, genellikle tehlikeli ve saldırgandırlar.

DOĞRU İNANÇ



- 0 Bilimsel araştırmalar, ruh hastalıklarında görülen şiddetin genel toplumda görülen şiddetten **pek de fazla olmadığını** ortaya koymaktadır.
- 0 Şizofreni gibi ağır ruh hastalığında bile şiddetten daha ziyade korku, kafa karışıklığı ve umutsuzluk gibi durumlar görülür.



YANLIŞ İNANÇ

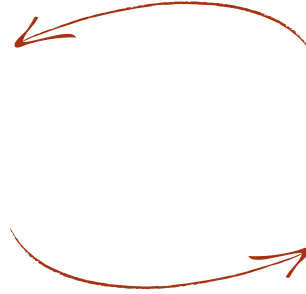


- 0 Ruh hastalıkları kötü yetiştirilmenin sonucudur.

DOĞRU İNANÇ



- 0 Ruh hastalıklarının oluşmasında esas olarak genetik bir yatkınlığın yanı sıra diğer risk faktörlerinin rol oynadığı düşünülmektedir.
- 0 Kötü yetiştirilmek, genetik olarak yatkınlığı olan bireylerde önemli bir risk faktörü olabilir. Ancak, birçok durumda hastalık iyi yetişmiş bireylerde de görülebilir.





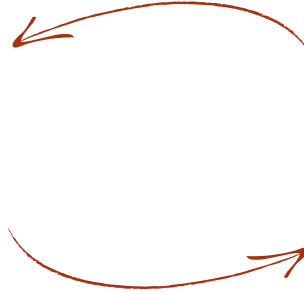
YANLIŞ İNANÇ

- 0 Depresyon gibi ruh hastalıkları, kişilik zayıflığından kaynaklanır. Ruh hastalığı olanlar, irade gücünü kullanarak bu durumu kısa sürede üzerlerinden atabilirler.
- 0 Eğer iradenizi kullanarak ruh hastalığını yenemediyseniz ve tedavi için başvurmak zorunda kaldıysanız başarısız olmuştunuzdur ve zayıfsınız demektir.



DOĞRU İNANÇ

- 0 Depresyon gibi ruh hastalıkları kişilik zayıflığından kaynaklanıyor demek, iyi marka bir otomobilin, aküsünden kaynaklanan bir sorundan dolayı gidemiyorsa bu otomobile kalitesiz bir otomobil demeye benzer.



YANLIŞ İNANÇ

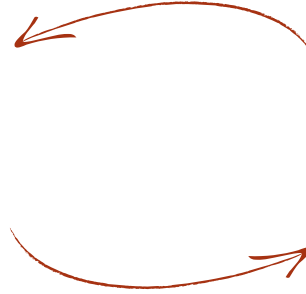


0 Şizofreni hiçbir biçimde tedavi edilemez; kontrol altına alınamaz.

DOĞRU İNANÇ



0 İlaçlar ve destekleyici yaklaşımlarla birçok şizofren, üretken ve **uyumlu bir hayata geçebilmektedir.**



YANLIŞ İNANÇ

0 Depresyon ve bunama yaşılanmanın doğal sonucudur.

DOĞRU İNANÇ

0 Depresyon ve bunama, yaşılanmanın doğal seyrinin sonuçları değildir; ikisi de hastalıktır. Yaşlılıktaki durgunluk ve bazı hayatî beklentilerin yaşa göre ayarlanmasıyla depresyon karıştırılmamalıdır. Bunama ise daha çok yaşlılarda görülür. Yaş ilerledikçe risk artar; ancak her yaşlıda bunama görülmez.

YANLIŞ İNANÇ

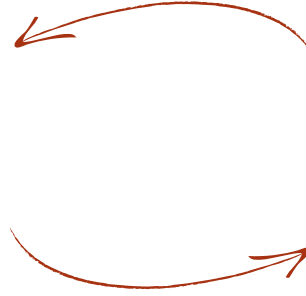


0 Depresyon veya kaygı bozuklukları, çocuk ya da ergenlerde görülmez. Görülen sorunlar hastalık değil, büyümeye bağlı sorunlardır.

DOĞRU İNANÇ



0 Çocuk ve ergenlerde de ruhsal hastalıklar görülür. Bazen sorun olarak değerlendirdiğimiz davranışların altında ciddi ruhsal bozukluklar bulunabilir. Özellikle intiharla ilgili her söylem ciddiye alınmalıdır.



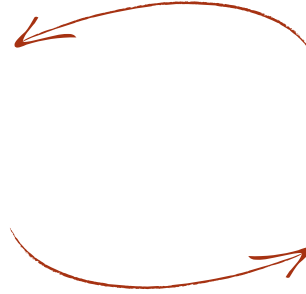
İNTİHAR HAKKINDA BİLİNER YANLIŞLAR VE DOĞRULAR

YANLIŞ İNANÇ

0 İntihar hakkında konuşanlar intihar etmez.

DOĞRU İNANÇ

0 İntihar eden kişilerin %80'i daha önce bundan söz etmişler ve çevrelerindeki kişilere kendilerine yardım etmeleri konusunda bir şans vermişlerdir.

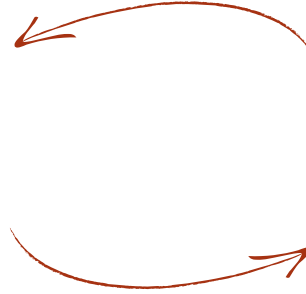


YANLIŞ İNANÇ

0 Bir kişi kendini gerçekten öldürmek istiyorsa onu engelleyemezsiniz.

DOĞRU İNANÇ

0 İntiharların çoğu kriz dönemlerinde ortaya çıkmaktadır. Etkili bir krize müdahale intiharları önleyebilir.

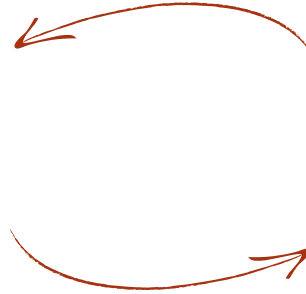


YANLIŞ İNANÇ

0 İntiharı bir kere deneyen bunu sık sık tekrarlar.

DOĞRU İNANÇ

0 İntihar girişiminde bulunmuş kişilerin %80'i bunu hayatlarında bir kez yapmışlardır.



YANLIŞ İNANÇ

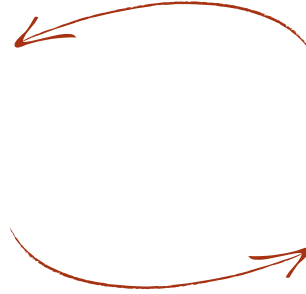


- 0 Bir kişi ile intihar düşünce ve planları hakkında konuşmak, o kişiye kendini öldürme fikrini verebilir.

DOĞRU İNANÇ



- 0 İntihar fikirlerini birisi ile konuşma fırsatı bulan kişi rahatlamış ve intihar olayının kısır döngüsünden kurtulmuş olur.



YANLIŞ İNANÇ

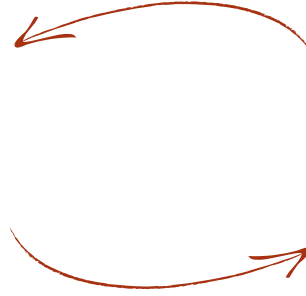


0 İntihar girişimi sadece bir şantaj aracıdır.

DOĞRU İNANÇ



0 İntihar girişiminde bulunmuş kişi kuşkusuz çevresinde bir gerginlik, telaş yaratır; ancak intihar sadece o kişinin çevresindekilere ne kadar çok ihtiyacı olduğunun kanıtıdır.



YANLIŞ İNANÇ

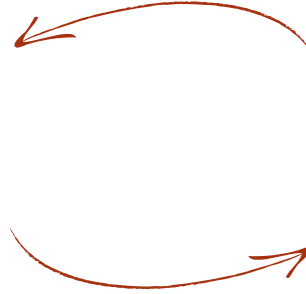


0 “İntihar kalıtsal bir hastalıktır.” Bazı ailelerde intihara sık rastlanması bu fikri doğrulamaktadır. O hâlde bu kişilere yapılacak her türlü yardım gereksizdir.

DOĞRU İNANÇ



0 İntiharın kalıtsal olduğu kanıtlanmamıştır. Bir ailede birden fazla intihar riski taşıyan alkolik ya da madde bağımlısı, depresif bireyler bulunabilir ve buna bağlı olarak yine bir ailede birden fazla intihar vakası bulunabilir. Ancak, her vakada bireysel faktörler rol oynar



YANLIŞ İNANÇ

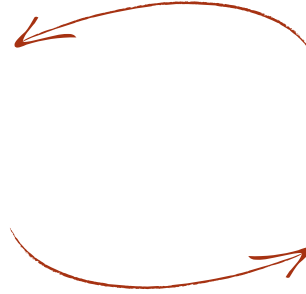


0 “Çok iyi” veya “çok kötü” zamanlarda intihar oranları özellikle yüksektir.

DOĞRU İNANÇ



0 İyi veya kötü zamanlardan çok iyiden kötüye veya kötüden iyiye geçiş dönemlerinde intihar oranları yükselir.



YANLIŞ İNANÇ

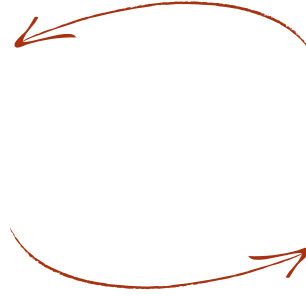


0 Havanın kapalı, güneşsiz olduğu Kasım ve Aralık aylarında intiharlar artar.

DOĞRU İNANÇ



0 İntihar sıklığında ilkbaharda daha fazla olmak üzere bahar aylarında daha belirgin bir artış olduğu saptanmıştır.



YANLIŞ İNANÇ

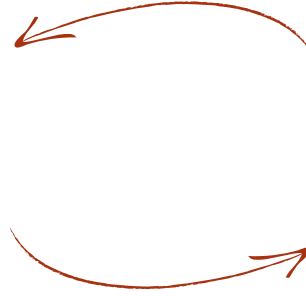


0 Bağımlılık bir yaşam biçimidir. İrade gücünün zayıflığını gösterir. Madde bağımlıları ahlâken zayıf ya da kötü insanlardır.

DOĞRU İNANÇ



0 Bağımlılık oluşumunda, beyin kimyasındaki değişikliklerin rol oynadığı düşünülmektedir. Bağımlılığın “ahlâken zayıf” ve “kötü insan” olmayla ilgisi yoktur diyenler de vardır (!).



YANLIŞ İNANÇ

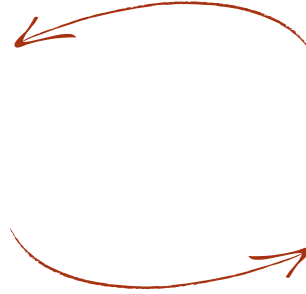


0 Elektro-Konvülsif Terapi (EKT) ya da önceki adıyla şok tedavisi, ağırlı ve barbarca bir tedavidir.

DOĞRU İNANÇ



0 EKT, özellikle ilaçların kullanılamadığı ya da etkisinin gecikeceği intihar düşünceleri yoğun olan veya hiçbir şey yemeyen, içmeyen yani hayatî tehlikesi bulunan ruh hastalıklarında ya da benzer tehlikelerin söz konusu olduğu durumlarda hayat kurtarıcı olabilir ya da çok iyi bir alternatif tedavi biçimidir. Özellikle genel anestezi ile yapıldığında hasta uykuda olduğundan hiçbir şey hissetmez.



YANLIŞ İNANÇ



0 Psikiyatrik ilaçlar uyuşturur, bağımlılık yapar.

DOĞRU İNANÇ



0 Psikiyatrik ilaçlar hastayı uyuşturarak bir süre rahat etmesi için değil hastalığın tedavi edilerek düzelmesi ya da belirtilerin azaltılması amacıyla verilir. Uyuşturma yapmazlar. Ancak, kişinin çok hareketli ve sıkıntı içinde olduğu durumlarda sakinleştirici özelliği olan ilaçlar tercih edilir.

