

Все изложенные в книге материалы носят исключительно рекомендательный характер. Никакие упомянутые в тексте препараты не должны приниматься без официального назначения. Прежде чем переходить от теории к практике, обязательно проконсультируйтесь с вашим лечащим врачом.

УДК 616.895.8
ББК 56.14: 60.56
К36

Научный редактор Елена Кушаковская,
врач-психиатр высшей категории, психотерапевт,
заведующая дневным стационаром Челябинской областной клинической
специализированной психоневрологической больницы №1

Редактор Вадим Цилинский

*Редакция выражает благодарность Татьяне Добротворской
за помощь в подготовке книги*

Керре Н.

К36 Шизофрения без страха: Книга для людей с диагнозом и всех, кто
рядом / Наталья Олеговна Керре, Иван Сергеевич Кудряшов. — М. :
Альпина Паблишер, 2023. — 304 с., ил.

ISBN 978-5-9614-7757-3

Книга адресована людям, страдающим шизофренией, их родным, на которых ложится ответственность за жизнь и здоровье близких, и всем, кто интересуется темой психических заболеваний. Она также будет полезна начинающим врачам-психиатрам, психотерапевтам и психологам, занимающимся лечением и реабилитацией психически больных.

Наталья Керре — дефектолог с огромным стажем, семейный психолог-консультант. В своей работе она неоднократно сталкивалась с неправильной и несвоевременной диагностикой шизофрении, в том числе у детей и подростков, и видела, к каким последствиям это приводит. Она помогла многим больным и их родным сформировать правильное отношение к диагнозу, научиться жить с ним и вести полноценную жизнь.

В книге затронут широкий спектр тем: различные теории возникновения шизофрении, характерные симптомы, методы диагностики и лечения, способы социальной реабилитации. Также в книге опубликованы реальные истории людей с диагнозом. Специальный раздел посвящен ответам на практические вопросы: как принять заболевание, как с ним жить, что делать, чтобы минимизировать риск обострения. В доступной форме рассказывается о том, как разобраться в особенностях заболевания, как относиться к людям с диагнозом, как взаимодействовать с ними и как добиваться улучшения их состояния. В приложении к книге опубликованы рисунки людей с психическими расстройствами, помогающие лучше понять их внутренний мир.

УДК 616.895.8
ББК 56.14: 60.56

Все права защищены. Никакая часть этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в интернете и в корпоративных сетях, а также запись в память ЭВМ для частного или публичного использования, без письменного разрешения владельца авторских прав. По вопросу организации доступа к электронной библиотеке издательства обращайтесь по адресу mylib@alpina.ru.

© Керре Наталья Олеговна,
Кудряшов Иван Сергеевич, 2023
© Елизавета Худякова, иллюстрации, 2023
© Элина Долл, иллюстрации, 2023
© ООО «Альпина Паблишер», 2023

ISBN 978-5-9614-7757-3

Содержание

Введение	7
----------------	---

Часть 1

Шизофрения как она есть	9
Что такое шизофрения?	11
Шизофрения: начало	38
Основные формы шизофрении	50
Особенности развития разных форм шизофрении у детей и подростков	71

Часть 2

Как отличить шизофрению от других нарушений психики?	85
Депрессия vs шизофрения	88
Шизофрения vs биполярно-аффективное расстройство	92
Шизофрения vs обсессивно-компульсивное расстройство	96
Злоупотребление психоактивными веществами vs шизофрения	100
Шизофрения vs посттравматическое стрессовое расстройство	104
Детская шизофрения vs аутизм	107

Часть 3

Причины и лечение шизофрении	111
Мифы о шизофрении	123
Шизофрения от древности до наших дней.....	135
Лечение шизофрении	146
Прием врача.....	146
Лекарственные препараты	151
Госпитализация	162
Реабилитация.....	169

Часть 4

Диагноз поставлен. Как жить дальше?	187
Принятие	189
Ограничения и возможности	198
Как организовать свою жизнь после постановки диагноза.....	203
Что делать, если болен ваш близкий?	217
Как отличить манипуляции от проявлений болезни?	235
Острые вопросы	241
Самоубийство	241
Алкоголь и наркотики	246
Социальная опасность и агрессия.....	248
Самоповреждающее поведение (селфхарм)	251

Часть 5

Склеенные зеркала (те, кто справился)	255
Заключение	286
Литература	287
Приложение.	
Творчество людей с психическими расстройствами....	289