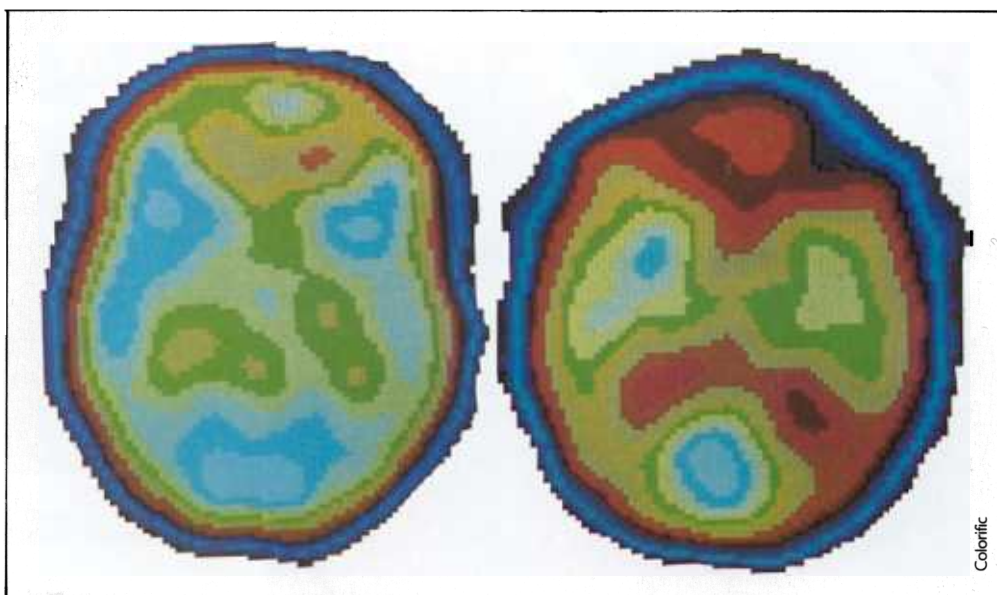


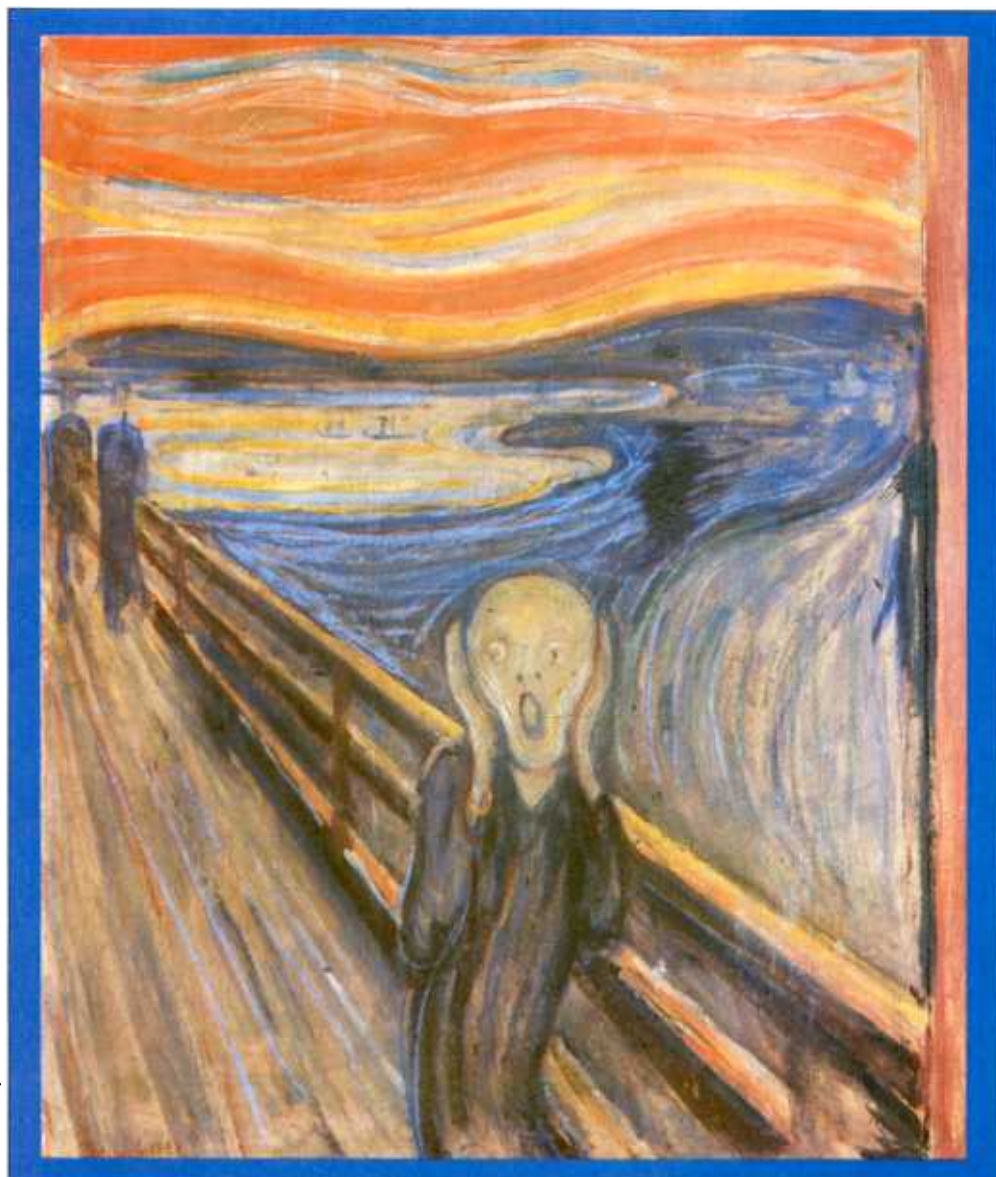
# Boli mintale

*Mintea și creierul omului sunt atât de complexe încât chiar și la ora actuală se știu foarte puține lucruri despre modul de funcționare al acestora. Astfel, cauzele diferitelor boli mintale și tratamentele indicate pentru vindecarea acestora sunt dezbătute în mod constant.*

**M**ajoritatea oamenilor înțeleg cum și de ce se îmbolnăvește organismul. Acesta poate fi atacat de germeni, cum ar fi virușii ce provoacă gripa. Apoi, organismul suferă de o boală care poate fi însoțită de simptome fizice ca: febră, dureri articulare,



Colonic



⚠ Radiografiile creierului arată diferențele dintre o persoană sănătoasă (stânga) și una maniaco-depresivă (dreapta). Activitatea electrică din creier este reprezentată de diferite umbre. Zonele mai închise la culoare din creierul persoanei depresive indică disfuncționalitatea.

🌀 *Strigătul* (de asemenea cunoscut sub numele de *Țipătul*, 1893), de Edvard Munch, exprimă chinurile prin care trec bolnavii mintali. Se spune că Munch însuși a suferit un "colaps mental" în 1908.

curgerea nasului și dureri de cap.

Mintea se poate de asemenea îmbolnăvi. Când se întâmplă acest lucru, simptomele se manifestă mai mult mintal decât fizic, în modul în care o persoană gândește, se comportă și reacționează față de alte persoane, evenimente și situații. Medicii încearcă de mulți ani să definească "sănătatea mintală" și "îmbolnăvirea mintală" și să le delimiteze. În general, sănătatea mintală include abilitatea de a experimenta din plin bucuriile și tristețile realității și de a avea relații normale cu cei din jur. Îmbolnăvirea mintală apare în momentul în care o persoană nu mai este capabilă să se comporte, să învețe, să reacționeze și să facă față stresului și problemelor într-un mod adecvat.

## Ce este normalitatea?

Este dificil să dăm o definiție a normalității. Toți avem fobii, contradicții interioare și sentimente de ură și, uneori, unele persoane sau situații ni se par greu de abordat. Există deci un spectru larg de la normalitate la boli mintale grave.

Definirea și descrierea sănătății și a bolilor mintale s-au schimbat și continuă să se schimbe. În vremuri medievale, "nebunii" erau închisi în celule și chinuți. În prezent, aceștia sunt tratați în mod diferit. În diverse colțuri ale lumii, oamenii privesc în mod diferit ceea ce este normal și ceea ce este anormal. Normalitatea este definită de convențiile unei comunități, iar refuzul sau incapacitatea de a se conforma



National Film Archives Joffe Library

▲ Bolnavul mintal, încearcă să-și aline suferința contemplând acțiuni periculoase, cum ar fi sinuciderea.

● Terapia prin diverse ocupații este folosită pentru a trata unele boli mintale. Pacientul îndeplinește sarcini sub supraveghere.

acestora sunt calificate drept comportamente anormale. Totuși, într-o altă comunitate, un astfel de comportament poate fi considerat normal.

Bolile mintale sunt privite, de obicei, ca tulburări care afectează raționalitatea. Termenii "handicap mintal" sau "retardare mintală", se referă la o dezvoltare insuficientă a minții, acestea nefiind de obicei incluse în sfera bolilor mintale. Afecțiuni ca migrena și epilepsia, deși rezultă dintr-o activitate slăbită a creierului și pot tulbura temporar comportamentul, nu influențează gândirea rațională.

### Sigmund Freud

Perioada modernă de înțelegere a sănătății și a bolilor mintale a început o dată cu Sigmund Freud (1856-1939), un medic care s-a arătat interesat de modul în care funcționează mintea și cum aceasta se poate dereglă. După părerea sa, sănătatea mintală însemna capacitatea de "a munci și de a iubi".

Freud a fost unul dintre primii oameni ce au studiat nu doar mintea conștientă, care este alertă și rațională, ci și "subconștientul" sau mintea "inconștientă", ce stă ascunsă în spatele celeilalte. El a dezvoltat știința denumită psihanaliză – pătrunzând în adâncurile subconștientului, pentru a descoperi cauze ascunse ale bolilor mintale.

După părerea lui Freud, conflictele din timpul copilăriei se află la baza multor boli mintale. El a observat că unii pacienți ai săi

refuzau să vorbească despre diferite aspecte ale vieții lor. Păreau să interiorizeze unele experiențe sau dorințe. Freud a remarcat, de asemenea, puterea pe care mintea o exercită asupra corpului, când simptome aparent fizice sunt declanșate de amintiri reprimite.

În termeni generali, există trei tipuri de boli mintale: tulburări nevrotice, tulburări psihice și tulburări de personalitate.

Tulburările nevrotice sunt relativ comune. Acestea apar atunci când oamenii nu mai pot să-și manifeste atitudinea față de bucuriile, grijile, temerile și supărările normale ale vieții. Persoanele care suferă de aceste tulburări adoptă manifestări tulburătoare de comportament, de obicei pentru a evita problemele pe care nu le pot rezolva altfel. Supărările și sentimentele de vinovăție sunt cauze comune ale problemelor neuronale. Comportamentul dereglat devine atât de exagerat încât intervine în viața de zi cu zi. Însă – foarte important – bolnavul este conștient de realitate și de asemenea știe că este bolnav.

### Tratamentul

Tratarea unei tulburări nevrotice implică, în general, identificarea și atacarea sursei bolii. Acest lucru poate fi însă foarte dificil. Unele persoane afectate iau mai degrabă droguri, cum ar fi tranchilizantele și stimulentele, pentru înlăturarea simptomelor, în loc să se confrunte cu dedesubturile problemei. La rândul lor, drogurile devin o necesitate pentru pacienți, fără

de care aceștia nu pot supraviețui. Situația acestora se prelungește și ea la infinit.

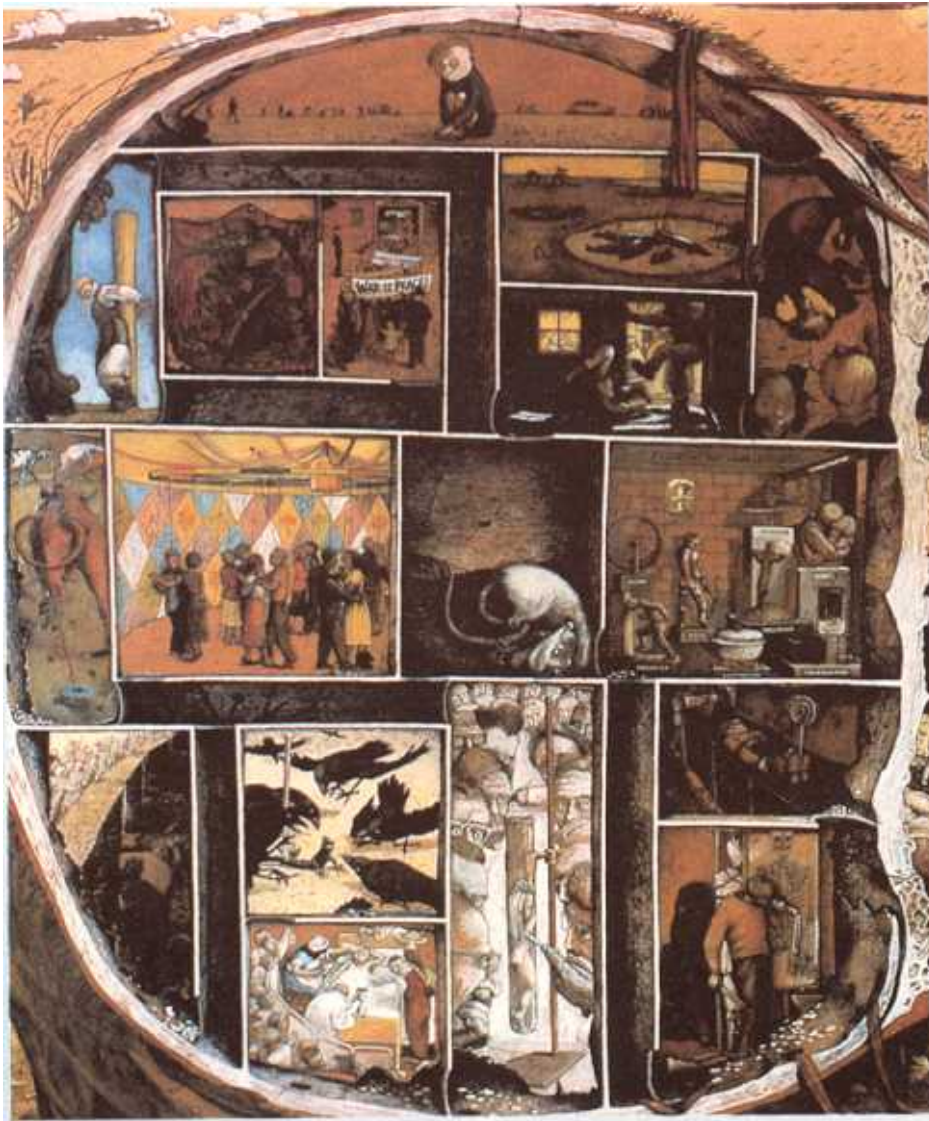
Psihoterapeutul este specializat în "tratamentul conversațional". Acesta discută cu pacientul, îi pune întrebări despre trecutul său, despre atitudini și temeri, până când ajunge să descopere un indiciu relevant. Acesta poate cuprinde uneori aspecte despre care pacientul nu dorește să vorbească. Câteodată, nevropatia dispare ca prin minune, când pacientul recunoaște cauza exactă a problemei, sau găsește o soluție pentru rezolvarea acesteia. Psihoterapia, combinată cu programe medicamentoase alese cu atenție și supravegheate îndeaproape reprezintă tratamentul de bază pentru vindecarea unor boli mintale.

Există multe tipuri și grade ale tulburărilor nevrotice, de la neliniști ușoare la depresii maniacale grave. Sentimentele de neliniște îi afectează pe mulți oameni. Aceasta este o reacție normală a expunerii la stres continuu. Devine o problemă când aceste manifestări se declanșează fără un motiv anume și persistă mult timp. Un astfel de atac poate fi însoțit de simptome fizice, cum ar fi transpirația, palpitațiile, tăierea respirației și durerile musculare.

### Fobii

Fobia este o teamă nejustificată față de o anumită situație sau un anumit obiect, ce are ca rezultat manifestări de neliniște. Majorității oamenilor le este frică de unele animale, dar o fobie afectează într-o mare măsură viața de zi cu zi, deoarece persoanele care suferă de aceasta încearcă să evite cauza temerii lor. Păianjenii și șerpii sunt ușor de evitat, dar frica de a ieși în spații largi, deschise (agorafobie), sau de a rămâne în locuri închise (claustrofobie), pot afecta enorm viața unei persoane.

Persoanele care suferă de nevropatii, manifestate prin obsesii și constrângeri, sunt incapabile de a avea o judecată corectă. Obsesia este un gând sau o idee care pătrunde în minte și nu dispăre; constrângerea reprezintă nevoia de a avea anumite manifestări de comportament, chiar dacă nu este necesar sau folositor.



⚠ *Labirintul*, de William Kurelek, este o redare prin pictură a disperării schizofrenicilor. Această pictură a fost realizată după ce Kurelek a fost atins de boală, la vârsta de 26 de ani.

⚠ O dată cu apariția propriilor sale suferințe pe pânză, Kurelek s-a vindecat treptat. Douăzeci de ani mai târziu artistul a pictat *După labirint*.

Asemenea tulburări pot fi rezultatul unor dorințe neîmplinite sau sentimente de vinovăție din subconștient. Ipohondrii sunt obsedați de modul de funcționare al organismelor lor, închipuindu-și permanent că ceva nu merge bine.

Nevrozele isterice pot fi însoțite de efecte minore, cum ar fi tremurături sau smucituri, sau de probleme grave ca pierderea vederii sau a capacității de a vorbi. Deși debilitatea este foarte reală, iar pacientul "nu se preface", de obicei nu există cauze fizice evidente. De asemenea, poate fi doar mijlocul prin care mintea încearcă să evite o criză ca, de exemplu, mărturisirea unui accident îngrozitor.

Bolile psihosomatice sunt foarte reale. Adesea, afecțiuni ca eczemele, migrenele și ulcerul duodenal, nu sunt provocate de cauze fizice, ci de minte, care se confruntă cu probleme emoționale.

## Depresia

Nevroza depresivă este probabil cea mai gravă afecțiune nevrotică. Cei care suferă de aceasta sunt incapabili să treacă peste necazurile vieții într-o anumită perioadă de timp. Ei sunt cuprinși de tristețe, apatie și letargie, până când mintea lor nu mai funcționează normal. Această boală poate apărea în urma unui puternic eveniment nefericit, ca moartea unei ființe dragi sau după o boală epuizantă. Uneori, nu există nici o cauză externă evidentă, caz în care depresia este endogenă.

Asemenea altor boli mintale, cauza fundamentală a bolilor depresive poate fi reprezentată



de modificări de ordin chimic în interiorul creierului. Principalele simptome ale acestora sunt: insomnii, iritabilitate, pierderea poftei de mâncare și lipsa puterii de concentrare. Într-o fază avansată a bolii, pacientul poate încerca să se sinucidă, probabil cu scopul de a-i scuti pe cei dragi de "povara" pe care acesta o reprezintă.

Destul de des, depresile ușoare pot fi vindecate prin întreprinderea unor activități, cum ar fi călătoriile sau începerea unui program de exerciții regulate, însă cazurile mai grave pot necesita tratamente medicamentoase combinate cu psihoterapie. Medicamentele și îngrijirea pot ajuta pacientul să depășească situația în care se află.

## Psihoze

Ca și în cazul nevrozei, o persoană care suferă de tulburări psihice prezintă dereglări de comportament. Diferența este că psihopatul pierde contactul cu realitatea.

Tulburările psihice organice apar atunci când procesele mintale sunt dereglate de deteriorarea fizică a creierului, provocată de răni sau tumori. În cazul în care nu există o cauză fizică evidentă, boala poartă denumirea de dereglare fizică funcțională.

Mania depresivă sau tulburarea bipolară implică perioade de comportament depresiv (asemănător nevrozei depresive), ce alternează cu activități maniaco-entuziaste exagerate. Pot exista perioade lungi de stabilitate între cele două faze. În timpul fazei maniace, pacientul poate deveni agresiv și insensibil față de ceilalți. Comportamentul poate fi uneori însoțit de iluzii. În timpul fazei depresive, bolnavul se poate simți persecutat, ajungând uneori să se sinucidă.

Pacienții cu tulburări paranoice suferă de halucinații. Ei pot avea halucinații de gelozie, când o acuză pe persoana iubită de infidelitate. Pot avea de asemenea halucinații de grandoare, considerându-se persoane superioare – uneori chiar și Dumnezeu. Alții pot avea halucinații de inferioritate, autosugerându-și scopuri înalte ireale, în vederea depășirii sentimentului de eșec. Persoanele care se simt persecutate sunt

convinse că toată lumea, chiar și persoane necunoscute, vor "să le facă rău".

Schizofrenia este uneori descrisă ca o "minte fisurată", un termen mai exact însă ar fi cel de "minte împrăștiată" – o dezorganizare a gândirii și a comportamentului normal. Această afecțiune cuprinde adesea mai multe etape, declanșându-se deseori în tinerețe. O fază poate începe brusc, dar detașarea de realitate se face de obicei treptat. Persoana devine din ce în ce mai puțin capabilă să se concentreze și să comunice, având reacții necorespunzătoare vis-à-vis de ceea ce se petrece în jurul lor și făcând gesturi ciudate și fără rost. Procesele mintale se confundă, iar în mintea pacientului gândurile par să înceteze, sau să se manifeste ca și cum altcineva le-ar fi pus acolo. Pacientul simte că mintea și corpul i-au fost "furate" și poate începe să audă voci și să simtă senzații ciudate pe piele. În cazul schizofreniei paranoice, simptomele sunt însoțite de sentimente de persecuție.

Schizofrenia are la bază un dezechilibru în biochimia creierului și poate fi ereditară. Pacienții sunt de obicei internați în spitale, pentru consultare și tratament. Dacă starea pacientului se agravează, acestuia i se administrează tratamente de psihoterapie și reabilitare, iar dacă este posibil se întoarce acasă.

## Dependența

Dependențele obișnuite, cum ar fi cele de droguri sau alcool, sunt adesea considerate boli mintale. Nevoile persoanei dependente pun stăpânire pe gândurile sale, iar persoana devine uneori incapabilă să trăiască sau să muncească în mod normal, încălcând până și legea pentru a obține cantități din substanța dorită.

Alcoolismul ni se pare ceva normal, deoarece este acceptat din punct de vedere social.

▶ Pacienții care doresc să revină la viața obișnuită după ce au petrecut o perioadă într-o instituție de boli mintale, își petrec câteodată timpul într-un sanatoriu pentru bolnavi aflați la "jumătatea drumului", ocupându-se de activități obișnuite nestresante.

Consumul de băuturi alcoolice în societate poate duce la alcoolism, când o persoană recurge la acest lucru datorită stresului. Când persoana se trezește din starea de beție, problema persistă, la aceasta adăugându-se o stare de mahmureală. Reacția imediată este de a se îmbăta din nou.

Dependențele de televizor, jocuri pe computer și jocuri de noroc sunt afecțiuni mai recente. Persoanele în cauză sunt atât de încântate de activitățile lor încât ard de nerăbdare să le repete. Copiii pot deveni retrași și nesociabili în urma jocului pe calculator care le ocupă tot timpul liber.

## Conștiința societății

Există persoane cu diferite grade de boli mintale în orice societate. Tipurile și stadiile bolilor sunt greu de înțeles pentru pacienți, prietenii și rudele acestora și adesea chiar și pentru medici.

De-a lungul anilor, oamenii au devenit din ce în ce mai conștienți că îndepărtarea pacienților de societate, cu excepția cazurilor foarte grave, le poate fi dăunătoare și poate chiar să acționeze împotriva oricărui tratament sau regim. În trecut, persoanele care aveau comportamente anormale erau imediat închise în azil, iar această atitudine există și în prezent într-o anumită măsură. Totuși, atitudinea față de bolile mintale a început să se schimbe, iar oamenilor a început să le pese de bolnavii mintali, să-i ajute și să-i trateze.



▶ Două scene care arată progresul care s-a realizat în terapia bolilor mintale de-a lungul secolelor. Lucrarea lui Hogarth, *Casa de nebuni* (sus) face parte dintr-o serie de lucrări, intitulată *Progresul depravaților*. Femeia care joacă golf este o pacientă a spitalului "Sfântul Andrei" din Northampton.