

تعریف اختلال شخصیت

اختلالات شخصیت عبارتند از مجموعه اختلال های روان شناختی که ویژگی اصلی آنها رفتارهای غیر قابل انعطاف است. این رفتارها به اشخاص آسیب می رساند، چون مانع سازگاری آنها با الزام های زندگی روزانه می شود و روابط آنها را با دیگران مختل می سازد.

نشانه های کلی اختلال شخصیت :

تغییر دائمی خلق و خو
داشتن روابط پرتنش
انزوای اجتماعی
پرخاشگری ناگهانی
سوء ظن نسبت به دیگران
اشکال در دوست یابی
کنترل ضعیف بر رفتار
سوء مصرف الکل و مواد مخدر

انواع اختلال شخصیت (DSM-V-TR) :

ده نوع اختلال در سه دسته طبقه بندی می شوند:

۱- افراد نا متعارف و غیر عادی: این گروه دارای تفکرات و باورهای عجیب می باشند و شامل :

الف) اختلال شخصیت بدبین (بدبینی به دیگران /احساس اینکه دیگران می خواهند آسیبی به شما بزنند/ فقدان احساسات /خصومت و دشمنی با دیگران)

ب) اختلال شخصیت اسکیزوتایپال (پوشیدن لباس های عجیب و غریب /داشتن تفکرو باور و رفتارهای عجیب/ ناراحتی در روابط نزدیک /پاسخ های هیجانی نامناسب /بی تفاوتی نسبت به دیگران / باور به اینکه وقتی فکر می کنند می توانند روی دیگران تاثیر بگذارند و آنها دارای تفکر جادویی هستند)

۲- افراد نمایشی ، احساسی و دمدمی مزاج:

این گروه دارای تفکر و یا روابط بیش از حد احساسی می باشند و شامل :

الف) اختلال شخصیت ضد اجتماعی (بی توجهی به دیگران /دائما دروغ گفتن و یا سرقت کردن /تکرار در نقض حقوق دیگران /تکرار در مشکلات قانونی و قضائی /اغلب دارای رفتار خشونت آمیز و تهاجمی/ بی توجهی به امنیت خود و دیگران

ب) اختلال شخصیت مرز(داشتن رفتار ناگهانی و پرخطر/ فرار کردن از روابط /دارای خلق و خوی ناپایدار/داشتن رفتار خودکشی/ ترس از تنهایی)

ج) اختلال شخصیت نمایشی(دائما در جستجوی توجه دیگران /بیش از حد احساساتی / حساسیت بسیار زیاد نسبت به تایید شدن از طرف دیگران /نگرانی بیش از حد در مورد ظاهر خود)

د) اختلال شخصیت خود شیفته (باور داشتن به اینکه من از دیگران بهترم /افکار تھی در مورد موفقیت ، قدرت و جذابیت خود/مبالغه در مورد دستاوردها و استعدادهای خود / انتظار ستایش و تحسین شدن از طرف دیگران /عدم اهمیت به احساسات دیگران)

۳- افراد مضطرب و هراسان :

این گروه دارای اضطراب ، افکار و رفتار ترسناک می باشند و شامل:

الف) اختلال شخصیت مردم گریز(حساسیت زیاد نسبت به سرزنش/ احساسات ناکافی / انزوای اجتماعی / خجالتی و کمرو بودن در محافل اجتماعی

ب) اختلال شخصیت وابسته (وابستگی بیش از حد به دیگران /تسلیم شدن در برابر دیگران / میل به مراقبت کردن از دیگران /زمانی که یک رابطه تمام می شود ، نیاز فوری به رابطه جدید دارند)

ج) اختلال شخصیت وسواسی -جبری(انجام دادن هرکاری با قانون و نظم /کمال گرایی افراطی/تمایل به کنترل شدید/ناتوانی در دورانداختن اشیای قدیمی و شکسته/ غیر قابل انعطاف بودن)



دفتر بهبود کیفیت و آموزش بیمارستان ۲۲ بهمن

عنوان سند:

پمفلت آموزشی ویژه بیماران

شماره سند: Q1/EQ/۳۱۲

تاریخ تدوین: ۱۴۰۱/۶/۳۰

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۳/۱۱/۰۹

شماره بازنگری: ۱

اختلال شخصیت

کلینیک آموزش سلامت

بیمارستان ۲۲ بهمن

۳۲۵۹۵۵۱۶ – داخلی ۳۰۹

از مصرف مواد مخدر و الکی دوری کند، این مواد باعث بدتر شدن بیماری می گردد.

به طور مرتب به پزشک مراجعه کند .

در صورت امکان مسئولیت کاری خود را کمتر کند.

در یک دفتر احساسات خود را بنویسند و بعد آن را برای پزشک بخواند.

شرکت در فعالیت های عمومی , داشتن برنامه غذایی صحیح و خواب کافی بسیار مفید است .

تمرکز بر اهداف و روش های آرام سازی را برای کاهش استرس انجام دهد.

کارهای روزانه خود را یادداشت کند .

www.nursingconsult.com

عوامل خطر اختلال شخصیت :

سابقه خانوادگی /وضعیت پایین اقتصادی-اجتماعی تجربه سوءاستفاده کلامی ,جنسی و یا جسمی در کودکی /مورد توجه نبودن یا از دست دادن یکی از والدین در کودکی

درمان اختلال شخصیت :

درمان شناختی – رفتاری: برای درمان رفتارها و افکار منفی

رفتار درمانی : برای تحمل استرس و متعادل کردن احساسات و بهبود روابط با دیگران

روان درمانی: در این روش تمرکز بر افزایش آگاهی از افکار و رفتارهای ناخودآگاه , رشد انگیزه های جدید و حل کردن درگیری هاست.

دارو درمانی : داروهای ضد افسردگی , تثبیت کننده خلق , ضد اضطراب و روان پریشی استفاده می شود.

کاردرمانی: با دستور پزشک نیز در بیمارستان انجام می شود.

آموزش به خانواده در اختلال شخصیت :

داروها را به همان نحوی که پزشک داده عمصرف کند.

انگیزه درمان را در بیمار به وجود آورید.

ورزش کند , چراکه ورزش کردن آثار سوء برخی از داروها کم می شود از قبیل افزایش وزن , اضطراب و..