



Skizofreniforeningen

**Et bedre liv
for mennesker
med Skizofreni**

Om Skizofreniforeningen

Skizofreniforeningen er en privat forening, der arbejder for at skabe et bedre liv for mennesker med skizofreni. Foreningen arbejder med oplysende virksomhed, rådgivning og initiativer på det politiske niveau.

Skizofreniforeningen blev etableret i april 2012 af en gruppe unge med skizofreni og deres pårørende, der alle kunne se et behov for en forening udelukkende med fokus på sygdommen skizofreni. I 2015 blev foreningen tilknyttet Landsforeningen Sind.

Foreningen er åben for alle, både dem der har interesse i at deltage i frivilligt arbejde i foreningen og dem der blot ønsker at være støttemedlem. Jo mere aktivitet og opmærksomhed vi kan skabe om skizofreni både hos almindelige medborgere, de politiske beslutningstagere, behandlingssystemet, forvaltningerne og pressen jo større er chancen for at opnå foreningens mål: Et bedre liv for Skizofreniramte.

Som medlem af foreningen kan du i Sind-bladet læse vores indlæg om vore initiativer. Foreningen yder telefonisk rådgivning til skizofreniramte og deres pårørende. Vi holder årligt en række møder med oplysning om behandling, sociale forhold, medicinering og seneste forskningsresultater.

Dialoggrupper mellem patienter og pårørende er en del af de kommende initiativer, som også her kan fremme foreningens formål et bedre liv for skizofreniramte. Får de skizofreniramte et bedre liv med større indsigt i egne vilkår og muligheder, vil kredsen omkring dem blive mere tryk og kunne agere bedre i samspillet med den skizofreniramte.

En bruger skriver

Jeg har været sindslidende i 30 år, så jeg er en af de granvoksne med skizofreni. Jeg var årtier om at indse, at jeg skulle tage medicin: Stabilt, fast og blive ved med det.

Jeg kunne måske have trappet ned (og ikke ud) med vejledning fra en psykiater; hvis jeg havde gjort det forsigtigt over mange år.

Min kæreste er gået fra 20 mg Zyprexa til 5 mg over 30 år, og han går stadig tilbage til 7 mg af og til.

I dag har jeg arbejde på 10 timer, kæreste, venner og en familie, jeg kan enes med. Jeg har et godt liv. Men jeg har skizofreni og det vil jeg blive ved med at have. Det er en del af mig.

Hvad er Skizofreni?

Skizofreni er en sygdom, der påvirker ens sansning, følelsesliv og tankegang. Den begynder oftest i ungdomsårene som en øget sårbarhed. Som skizofreniramt vil man ofte have haft en eller flere psykoser, som kan begynde ret akut.

En **psykose** er en tilstand, hvor omverdenen opleves som anderledes, ofte truende. Det kan føre til en fortolkning af ens situation, der virker uforståelig og uvirkelig for andre mennesker, som kalder det vrangforestillinger.

Selubevidstheden ændres så det er svært for andre mennesker at forstå en. Det udløser angst og man kan føle sig påvirket på mærkelige måder. Derfor trækker man sig tilbage fra socialt samvær. Dette kaos medfører tvivl og ambivalens, så dagligdags aktiviteter bliver uoverskuelige og uoverkommelige. Man mister lyst og initiativ, og omverdenen har svært ved at få rigtig kontakt med den syge.

Tankegangen kan være forstyrret med mylder af tanker- som også kan optræde som stemmer, der opleves som kommende udefra- eller tanketomhed, så det bliver svært at koncentrere sig. Det kan også være svært for mange skizofreniramte at sortere og fortrænge sanseindtryk, der opleves voldsommere end for andre. Dette medfører udtalt træthed, og risikoen for stress lurer hele tiden. Derfor må den skizofreniramte beskytte sig selv ved at sørge for megen hvile og undgå for mange sanseindtryk.

En psykose kan **behandles** med medicin og ofte med god effekt, men til en god behandling hører også forskellige former for psykoterapi. Erfaringer fra Skizofreniforeningen viser, at de fleste skizofreniramte kan få en god tilværelse, selv om det af og til kan se slemt ud.

Der er ca. 30.000 skizofreniramte i Danmark, det vil sige mellem 1/2-1 procent af befolkningen. Den procentdel er nogenlunde konstant over tid, og også globalt ser procenten ud til at være blivende.

Foreningens formål

Vi arbejder aktivt for at sikre følgende for mennesker med skizofreni og deres pårørende:

Socialt at have kontakt med andre mennesker, som har engagement og forståelse for sygdommens karakter, og som kan være med til at skabe et meningsfyldt fællesskab.

Arbejdsmæssigt at have ret til et arbejde i det omfang og på det felt, som mennesket med skizofreni og behandlere finder hensigtsmæssigt.

Uddannelsesmæssigt at have ret til uddannelse og efteruddannelse i det omfang og tempo, som passer på mennesket med skizofreni.

Økonomisk er det vigtigt at mennesker med skizofreni lever med tryghed, som fremmer helbredelse. Derfor er en rimelig og vedvarende økonomisk ydelse nødvendig.

Medicin Vi mener at psykoosemedicin bør være gratis for patienten. Behandling med depotmedicin bør overvejes for at forebygge tilbagefald.

Forskning skal støttes og formidles effektivt. Skizofreni skal behandles som en specifik sygdom.

Behandling kræver tid, tålmodighed, viden og empati samt respekt for den sygdomsramte, der ideelt bør kunne vælge behandler og behandlingssted. Det er vigtigt, at behandlingen indledes så tidligt som muligt og er tværfaglig. Det er endvidere vigtigt, at der arbejdes for at den sygdomsramte kan acceptere den medicin, der oftest er nødvendig. Vi anbefaler at OPUS-behandlingen bliver landsdækkende og udstrækkes i den tid, der er behov for.

Oplysning er vigtigt for at modarbejde fordomme og stigmatisering, og opnå forståelse for, at sygdommen i dag kan behandles, så den skizofreniramte kan få en god tilværelse.

Pårørende har brug for et sted at henvende sig for råd og støtte. Dialoggrupper mellem patienter og pårørende kan føre til større forståelse og gøre livet med sygdommen lettere.

Kontakt til Skizofreniforeningen

www.skizofreniforeningen.dk

info@skizofreniforeningen.dk

Medlemskab af Skizofreniforeningen

I Skizofreniforeningen er vi meget interesseret i din støtte.

Et årligt medlemskab koster 200 kr.

Såfremt du ønsker at blive medlem, eller har spørgsmål angående medlemskab, kan du sende en mail til:

indmeldelse@skizofreniforeningen.dk med angivelse af navn, adresse, e-mail og mobilnummer.

To medlemskaber i ét

Et medlemskab gælder samtidig som et medlemskab af Landsforeningen Sind. Såfremt du allerede er medlem af Sind er medlemskab af Skizofreniforeningen gratis.

På Sinds hjemmeside kan du krydse af, at du også ønsker at være medlem af Skizofreniforeningen.

Find mere information

Du kan finde flere oplysninger om vores aktiviteter på www.skizofreniforeningen.dk

Støt Skizofreniforeningen

Kontonummer : 3667-3156726419

CVR-nummer ved donationer : 34 39 19 39



Skizofreniforeningen