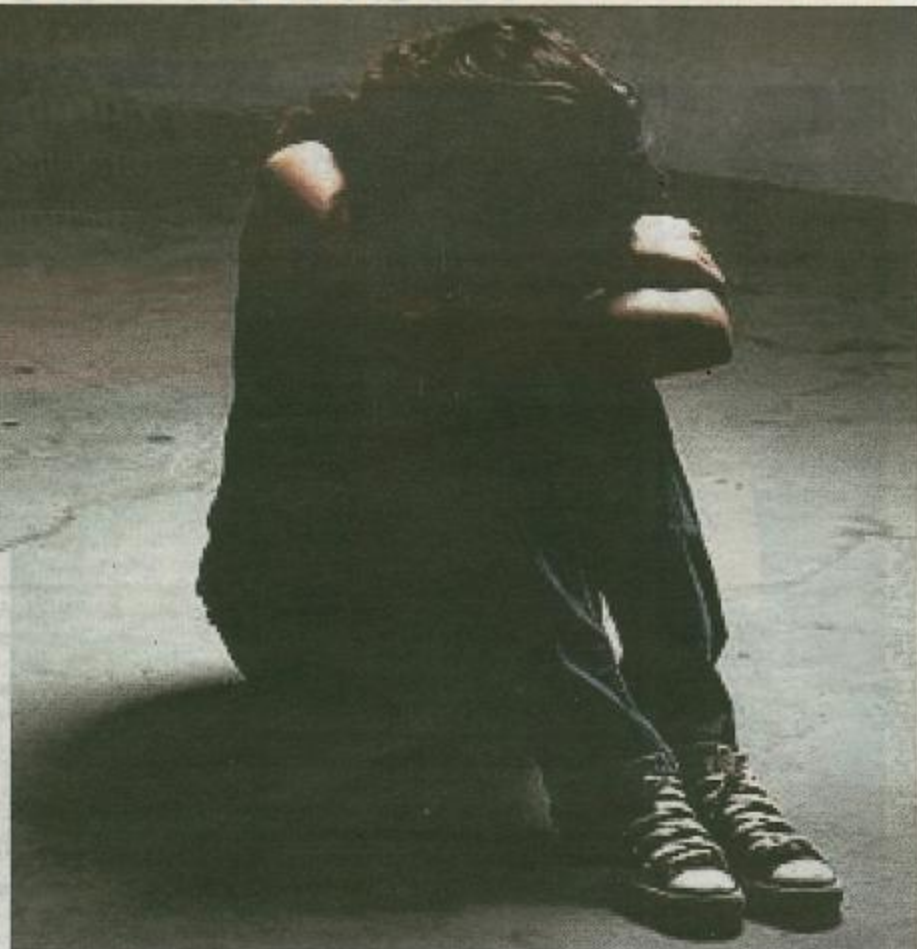




← **Dr Zul Azlin Razali**  
Pakar Psikiatri, Universiti Sains Islam Malaysia (USIM)

# Pantau ahli keluarga asingkan diri, bermonolog



» **Kenal pasti simptom, dapatkan rawatan segera bagi kesan masalah gangguan perasaan**

**P**sikosis ditakrifkan sebagai sekumpulan gejala yang menyebabkan gangguan pada fungsi menilai, membezakan realiti dan fantasi.

Asas gangguan menyebabkan pesakit psikosis mengalami kecelaruan maklum balas deria dan perasaan, percakapan, kecelaruan tingkah laku serta gangguan hubungan antara individu dan lingkungannya.

Penyebab psikosis adalah ketidakseimbangan bahan kimia penting di dalam otak seperti dopamine, glutamate dan adrenalin (neurotransmitter).

Ketidakseimbangan berlaku akibat pelbagai faktor, antaranya genetik, per-

kembangan janin di dalam rahim, perkembangan ketika kanak-kanak, penyalahgunaan dadah atau masalah emosi yang sangat meruncing.

Ada banyak jenis psikosis iaitu halusinasi, delusi, simptom negatif, kecelaruan tingkah laku dan bicara serta katatonia (ketegaran otot).

### Halusinasi dan delusi

Halusinasi dan delusi, contohnya dua simptom psikosis utama yang lazim dialami pesakit psikosis.

Halusinasi ialah kecelaruan deria apabila otak dan minda menerima isyarat pancaindera diaktifkan, walhal realitinya tiada rangsangan yang muncul

dan menyebabkan situasi berkenaan berlaku.

Misalnya, pesakit mendengar suara berbincang dan bercakap mengenai dirinya, tetapi hakikatnya beliau tinggal di dalam bilik seorang diri tanpa sebarang bunyi.

Selain itu, ada segelintir pesakit berasa rimas dengan kewujudan serangga (sebenarnya tiada) yang melata di atas kulitnya dan menyangka peristiwa berkenaan mengganggu hidupnya.

Delusi pula bermaksud kepercayaan palsu tegar dan tidak mudah digoyahkan walaupun dimomokkan dengan bukti logik.

Sebagai contoh, seseorang individu sentiasa berfikir dan berperasaan negatif ada individu lain berniat tidak baik atau melakukan kejahatan kepadanya. Keadaan *persecutory delusion* ini turut dikenali sebagai delusi paranoid.

Delusi itu berlaku di dalam kecelaruan bipolar mania apabila mereka percaya memiliki kebolehan luar biasa seperti berdarjat tinggi dan bakat luar biasa di luar

kemampuan manusia biasa.

Di samping itu, delusi turut membabitkan keadaan skizofrenia (delusi pelik) yang sangat ganjil. Apabila pesakit mengalami gangguan skizofrenia, mereka percaya ada gangguan makhluk ketiga, misalnya makhluk asing ingin menculik beliau dan menanam cip elektronik ke dalam badannya.

### Gejala simptom negatif

Bagi pesakit psikosis dalam kategori simptom negatif, ia membabitkan gabungan simptom negatif seperti tidak mahu bercakap (*alogia*), tiada inisiatif (*avolition*), tiada ekspresi emosi (*affective flattening*) dan tidak berminat menjalani kehidupan atau melakukan sesuatu perkara (*anhedonia*).

Biasanya, gejala sebegini sering dianggap tidak serius, bahkan jarang dipaparkan kepada umum sama ada menerusi bahan bacaan, liputan media atau internet.

Kebanyakan pesakit yang menunjukkan gejala negatif bersikap normal dan hanya diketahui memiliki pemikiran negatif apabila kerap kali bertindak, bercakap atau menzahirkan pemikirannya terhadap orang lain di sekelilingnya.

Berdasarkan pengalaman pakar psikiatri di pusat perubatan awam dan hospital

menunjukkan tidak ramai ahli keluarga peka masalah dihadapi dalam kalangan mereka serta tidak membawa pesakit simptom negatif berjumpa doktor.

Tetapi lebih ramai ahli keluarga peka terhadap gangguan halusinasi dan delusi serta membawa pesakit berjumpa doktor.

Ia mungkin disebabkan orang ramai beranggapan simptom negatif tidak memalukan atau mengganggu ketenteraman orang lain.

### Atasi tekanan

Pendekatan biologikal-psikologikal-sosial-spiritual, adalah penyelesaian terbaik untuk segala masalah kesihatan.

Hubungan sosial sihat dan pergaulan murni berupaya mengurangkan tekanan dan mencegah berlakunya simptom mental serius seperti psikosis (sosial).

Cara menangani tekanan efektif turut mempengaruhi kepentingan untuk pulih (psikologikal). Paling mustahak, menjalinkan hubungan spiritual utuh dengan Allah (Tuhan) berdasarkan kefahaman akidah yang jelas (spiritual).

Golongan muda perlu sedar bahaya penyalahgunaan dadah kerana nikmat sementara yang dirasai menatijahkan akibat buruk

yang mungkin berkekalan.

Jangan dibiarkan jika ada ahli keluarga mula mengasingkan diri, tidak lagi mahu berbuai dan berinteraksi, bersikap aneh, bermonolog, mula membina kepercayaan dirinya diburu atau akan diperlakukan dengan buruk.

### Kesan punca penyakit

Bawa individu berkenaan berjumpa doktor psikiatri atau ahli piskologi klinikal dengan segera sekurangnya untuk penilaian. Tidak semestinya simptom yang dinyatakan mengesahkan seseorang itu berhadapan penyakit mental tetapi sebaik-baiknya ia dirawat sebelum melarat.

Rawatan menyeluruh bergantung kepada punca utama kepada penyakit psikosis itu. Sebagai contoh, jika alami skizofrenia - dirawat dengan ubat antipsikotik, jika penyalahgunaan dadah - berhenti menghisap dadah serta-merta dan rawatan antipsikotik (sementara), manakala psikosis kerana jangkitan kuman pada otak, rawat dengan ubatan antibiotik dan antipsikotik.

Akhir sekali, kita harus sentiasa berlindung dan bertawakal kepada Allah tanpa mengira musibah yang berlaku disebabkan makhluk halus atau tidak.

