

Προειδοποιητικά σημάδια

Υπάρχουν κάποια σημάδια που σηματοδοτούν την έναρξη ενός ψυχωτικού επεισοδίου ή την επιδείνωση των συμπτωμάτων. Αυτά τα σημάδια δεν είναι ίδια για όλους τους ανθρώπους. Γράψε στον κατάλογο που ακολουθεί τα δικά σου προειδοποιητικά σημάδια και έχε τον μαζί σου πάντα.

Τι πρέπει να προσέξω	Προειδοποιητικά σημάδια
Τα σημάδια στην καθημερινότητά μου , που μου δείχνουν ότι μπορεί να υποτροπιάσω είναι:	<i>π.χ. αλλαγές στην ποιότητα του ύπνου, θέλω να κόψω τα φάρμακα</i> 1. 2. 3.
Τα σημάδια στη συμπεριφορά μου , που μου δείχνουν ότι μπορεί να υποτροπιάσω είναι:	<i>π.χ. δεν βγαίνω από το δωμάτιό μου</i> 1. 2. 3.
Τα σημάδια στις σκέψεις μου , που μου δείχνουν ότι μπορεί να υποτροπιάσω είναι:	<i>π.χ. νομίζω ότι κάποιος θέλει να μου κάνει κακό</i> 1. 2. 3.
Τα σημάδια στα συναισθήματά μου , που μου δείχνουν ότι μπορεί να υποτροπιάσω είναι:	<i>π.χ. είμαι οργισμένος</i> 1. 2. 3.
Τα σημάδια στις σχέσεις μου με τους άλλους, που μου δείχνουν ότι μπορεί να υποτροπιάσω είναι:	<i>π.χ. καυγαδίζω με τους γείτονες</i> 1. 2. 3.

Θα επικοινωνήσω με τον γιατρό μου αν προκύψει κάποιο ψυχοπιεστικό γεγονός όπως:



Όταν έχω αυτές τις παρενέργειες από τα φάρμακα θα καλέσω στον γιατρό μου:

- Έλεγε κάθε εβδομάδα την ύπαρξη προειδοποιητικών συμπτωμάτων.
- Ρώτησε ανθρώπους που εμπιστεύεσαι μήπως παρατηρούν κάποιο προειδοποιητικό σημάδι.
- Ανάφερε στον γιατρό σου κάθε προειδοποιητικό σύμπτωμα που αντιλαμβάνεσαι.