

模糊的认知和思维：

了解晚年 思觉失调

什么是思觉失调？

- 思觉失调是一种疾病，是头脑很难分辨什么是真实的，什么是不真实的。¹
- 是一些精神与身体疾病的症状，如阿茨海默症或脑部受损。¹
- 思觉失调可以治疗，而且早期得到帮助可以加快康复。²

思觉失调的症状？³

思觉失调的两种症状可以增加或改变一个人对现实的认知：

妄想：对事物的错误认知，即使有证据表明这些认知是不真实的

幻觉：听到、看到、品尝、闻到或感觉到一些实际上不存在的东西



如何预防？

- 保持活跃⁴
- 保持与亲人联系⁵
- 定期检查您的健康与听力⁶
- 避免会改变您思维的药物¹

我在哪里能 获取帮助?



有关思觉失调和其它精神健康的资源和援助，请查询您所属的社区并联系以下这些服务机构。

ConnexOntario

一周七天，24小时服务。提供保障个人隐私的、免费的有关整个安大略省精神健康、戒瘾和戒赌的信息。

www.connexontario.ca 1-866-531-2600

加拿大精神健康协会

<https://ontario.cmha.ca/> 1-800-875-6213

成瘾和心理健康中心

www.camh.ca 1-800-463-2338

社区信息中心

www.211Ontario.ca Dial 211

资源

了解思觉失调并尽早找到帮助 <https://ontario.cmha.ca/documents/understanding-psychosis-and-finding-help-early/>

早期思觉失调干预网络 <http://help4psychosis.ca/>

参考资料

1. Blake, P., Collins, A. & Seeman, M. (2015). *妇女与思觉失调: 信息指南: 妇女及其家庭指南*。多伦多: 成瘾和心理健康中心。
2. 加拿大心理健康协会。*儿童和青年心理健康: 体征和症状*。由此处获得: <https://ontario.cmha.ca/documents/understanding-psychosis-and-finding-help-early/> 2019年2月22日使用。
3. Bromley, S., Choi, M. A., Faruqui, S. & Czuchta, D. (2015). *思觉失调第一发作期-信息指南*。多伦多: 成瘾和心理健康中心。
4. Stubbs, B., Williams, J., Gaughran, F. & Craig, T. (2016). 思觉失调的人如何久坐不动? 系统回顾和荟萃分析精神分裂症研究, 171 (1-3), 103-109。
5. Michalska da Rocha, B., Rhodes, S., Vasilopoulou, E. & Hutton, P. (2017). 思觉失调中的孤独: 一项荟萃分析回顾。思觉失调症公告, 44 (1), 114-125。
6. Almeida, O.P., Ford, A.H., Hankey, G.J., Yeap, B.B., Golledge, J. & Flicker, L. (2018). 晚年听力丧失和意外思觉失调: 男性健康研究 (HIMS) 国际老年思觉失调学杂志, 34 (3), 408-414。