



## **Infoblatt: Schizophrenie**

### **1. Was ist das?**

Die Schizophrenie ist eine psychotische Erkrankung, die mit Veränderungen im Denken, Fühlen, Wahrnehmen und Verhalten einhergeht. Sie verläuft meist in Episoden mit akuten Symptomen und Phasen der Stabilität. Schizophrenie ist eine ernstzunehmende, aber behandelbare Erkrankung.

### **2. Typische Symptome**

#### **Positivsymptome** (akute Phase):

- Wahnideen (z.B. Verfolgungswahn, Größenideen)
- Halluzinationen (v.a. Stimmen hören)
- Gedankenverwirrung, ungewöhnliche Sprache
- Unruhe, Misstrauen, sozialer Rückzug

#### **Negativsymptome** (Rückzug, Antriebslosigkeit):

- Verminderter Antrieb, Interessenverlust
- Gefühlsverflachung, sprachliche Verarmung
- Sozialer Rückzug
- Konzentrationsprobleme

#### **Kognitive Symptome:**

- Beeinträchtigung von Aufmerksamkeit, Gedächtnis, Urteilsvermögen
- Schwierigkeiten im Alltag und Beruf

### **3. Ursachen und Risikofaktoren**

Die Entstehung ist multifaktoriell: genetische Veranlagung, neurobiologische Veränderungen und psychosoziale Belastungen spielen eine Rolle. Auch Stress, Drogenkonsum (v.a. Cannabis in jungen Jahren) oder extreme Lebensereignisse können einen Ausbruch begünstigen.

### **4. Wie wird die Diagnose gestellt?**

Die Diagnose erfolgt durch psychiatrische Fachärzt:innen anhand von Gesprächen, Verhaltensbeobachtung und gegebenenfalls Fremdanamnese. Wichtig ist der Ausschluss

anderer Erkrankungen (z.B. organische Ursachen, Drogenpsychosen).

## **5. Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?**

- Antipsychotische Medikamente (Neuroleptika) zur Akutbehandlung und Rückfallprophylaxe
- Psychoedukation für Betroffene und Angehörige
- Psychotherapie, insbesondere zur Krankheitsverarbeitung, Förderung von Alltagsbewältigung
- Sozialpsychiatrische Unterstützung (z.B. betreutes Wohnen, Arbeitsassistenz)
- Krisenpläne, Rückfallprävention, Lebensstruktur

## **6. Was kann ich selbst tun?**

Eine gute Zusammenarbeit mit Fachärzt:innen und regelmäßige Medikation sind wichtig. Achten Sie auf einen stabilen Tagesrhythmus, ausreichend Schlaf, Stressvermeidung und klare soziale Strukturen. Rückzug oder Medikamentenpausen sollten vermieden werden.

Geduld mit sich selbst und Unterstützung durch nahestehende Personen sind zentral.

## **7. Weitere Infos & Hilfe**

- [www.psychiatrie.at](http://www.psychiatrie.at)
- Telefonische Hilfe: 142 (Telefonseelsorge, anonym & kostenlos)