

Stemmehøring

John Chr. Fløvig

Kilder og begrep

- Engelsk: Hearing voices
- www.hearingvoices.no
 - Sier at 3% av befolkningen hører stemmer
 - Og at ca 1 % er psykiatiske pasienter
- www.hearing-voices.org
- "Stemmer fra innsiden", fra Psyk Opp
- Psykiatri: hørselshallusinasjoner/ auditive hallusinasjoner

Stemmer og sykdom

- Det går an å høre stemmer uten at man har en sykdom
- Hva er sykdom?
 - Funksjonssvikt
 - Lidelse
- Godtar kulturen at man hører stemmer?
- Blir man innlagt på psykiatrisk sykehus hvis man hører stemmer?

Er opplevelsen virkelig?

- Hjernen opplever stemmer
 - Kan måle hjerneaktivitet som når man hører lyder utenfra
 - Lyd> Ører> > Hjernestamme> Hjernebark
- Stemmer er ikke fantasi eller bare en ide
- Stemmer er ikke realitetsbrist
- Stemmer kan føre til realitetsbrist

Konsekvenser av stemmer

- Føler seg utvalgt og spesiell
- Bedre humør av oppmuntrende stemmer
- Dårligere humør av negative stemmer
- Forstyrrer konsentrasjon
- Blir påvirket av det de sier
- Får forestillinger pga stemmene
 - "Vrangforestillinger"

Stemmer ved schizofreni

Hallusinatoriske stemmer som løpende kommenterer eller diskuterer pasienten i tredje person, eller andre typer hallusinatoriske stemmer som kommer fra ulike deler av kroppen

Vedvarende hallusinasjoner sammen med enten vage eller halvformulerte vrangforestillinger uten et klart følelsesmessig innhold, vedvarende overvurderte ideer eller som inntreffer daglig og vedvarer i uker eller måneder

Skal være funksjonssvikt eller lidelse hvis sykdom

Symptomer ved psykoser

Vrangforestillinger
Hallusinasjoner
Tanke- og taleforstyrrelser
Affektforstyrrelser
Passivitetsfenomener
Motoriske forstyrrelser
Kognitive problemer
Manglende vilje
Mangel på innsikt

Sykdommer med hallusinasjoner

- Psykoser
 - Langvarige psykoser
 - Akutte psykoser
 - Rusutløste psykoser
- Depresjon med psykose
- Mani med psykose
- Ruspåvirkning
- Epilepsi og andre hjernelidelser
- Delir og forvirringstilstander
- Dissosiasjon

Hva bør man gjøre med stemmer?

- Snakk om det til noen man stoler på
- Ikke tro på stemmene
- Ikke bry deg om negative stemmer
- Lær deg å takle stemmehøring

- Finn ut om stemmene ødelegger for livet
- Finn ut om du har en sykdom som kan behandles

- Det går an å leve et normalt liv selv om man hører stemmer

- Hvis stemmene ødelegger for livet så finnes det effektiv behandling