

Psykos

Lästips och länkar - Sjukhusbiblioteket SUS/Patientforum, 2020-07-20

Facklitteratur

Att förstå psykos och schizofreni : varför människor ibland hör röster, har föreställningar som andra tycker är underliga eller inte verkar ha kontakt med verkligheten och vad man kan göra åt det (2015). Redaktör: Anne Cooke

Den här engelska rapporten presenterar psykologiska och sociala perspektiv på upplevelser som betraktas som psykotiska eller schizofrena. Redaktören är psykolog och medförfattarna är kliniskt verksamma psykologer och forskare inom området. Rapporten har sammanställts av Brittiska psykologförbundet och många av de medverkande är experter genom egna erfarenheter - människor som själva har hört röster, varit paranoida och fått diagnoser som psykos eller schizofreni.

Att insjukna i psykos: förlopp, behandling, återhämtning (2020). Av Johan Cullberg, Maria Skott och Pontus Strålin

Det här är en bok för den som insjuknat i psykos och för anhöriga, men kan också läsas av vårdpersonal och studerande. Den hjälper läsaren att förstå psykostillståndet och vägleder i kontakten med vården. Symtom, diagnoser och dagens moderna psykologiska och medicinska behandlingsformer beskrivs och även vanliga tankar, känslor och frågor kring sjukdomen.

Att leva med psykisk funktionsnedsättning: livssituation och effektiva vård- och stödinsatser (2014). Redaktörer David Brunt, Lars Hansson

Boken handlar om vilket stöd och hjälp människor med psykiska funktionsnedsättningar kan få och hur deras liv kan se ut.

Bemötande vid psykisk ohälsa (2003). Av Tommy Engman

Hur möter vi människor med psykisk ohälsa? En bok med diskussionsfrågor.

Bryt det sista tabut - mental ohälsa ut ur garderoben! (2013). Av Maria Borelius

Psykisk sjukdom finns i alla kulturer och är idag den största sjukdomsgruppen i Sverige. Under senare år har olika terapiformer utvecklats som både kan bota och normalisera, men det behövs mer kunskap och framförallt att tabut kring psykisk ohälsa försvinner.

Förstå och hantera röster: en vägledning för dem som arbetar med rösthörare (2003). Av Marius Romme och Sandra Escher

Boken är utgiven av RSMH.



Psykos : ett integrerat perspektiv (2005). Av Johan Cullberg

Författaren är professor i psykiatri och menar att psykosen är en krisreaktion, ett svar på en belastning hos en biologiskt och psykologiskt sårbar individ. Här belyses både den psykologiska och den biologiska kunskapsfronten.

Schizofreni: läkemedelsbehandling, patientens delaktighet och vårdens organisation: en systematisk litteraturoversikt (2012)

Utgiven av SBU, Statens beredning för medicinsk och social utvärdering.

Ta tillbaka makten över ditt liv: en väg till återhämtning efter kriser och psykisk sjukdom (2004). Av Elisabet Alphonse

Författaren har egen erfarenhet av psykisk sjukdom och beskriver sin väg tillbaka efter en djup kris. Boken är utgiven av RSMH.

Tilltal : en handbok om att möta människor med psykos (2010)

Medlemmar från Intresseföreningen för schizofreni i Göteborg har skrivit boken som består av korta berättelser om hur det är att leva med psykosjukdom.

Vara anhörig : bok för anhöriga till psykiskt sjuka (2005). Av Åsa Moberg

Författaren beskriver olika sätt att inom vården möta patienter, anhöriga och närstående.

Återhämtningsguiden – för dig som mår dåligt (2018). Av Conny Allaskog och Jessica Andersson

Boken är skriven av personer som har egen erfarenhet av psykisk ohälsa och återhämtning. Här finns berättelser om återhämtning, var man kan söka stöd samt verktyg som ger möjlighet till reflektion kring vad man kan göra för att må bättre. Utgiven av NSPH (Nationell samverkan för psykisk hälsa) Skåne.

Skönlitteratur och biografier

De galna systrarna : fyra berättelser om att leva med ett syskon som drabbats av schizofreni (2011). Av Ann Wikström

Intervjuer med fyra kvinnor som alla har sysstrar som har schizofreni eller liknande psykosjukdom.

Drömmen om Ester (2015). Av Anna Jörgensdotter


Konstnären Ester Henning (1887-1985) tillbringade största delen av sitt liv på psykiatriska vårdinrättningar. Den här romanen ger en möjlig berättelse om hennes liv.

En dåre fri: roman (2010). Av Beate Grimrud

Eli är författare. Hon lever med en psykos och hör röster; det är Espen, Emil och Erik och så småningom även prins Eugen. Samtidigt som rösterna bråkar och stör henne skriver Eli hela tiden, gör film, reser och framträder på uppläsningar.

Flickan, mamman och demonerna (2016). Av Suzanne Osten





Ti har en mamma som samlar på sopor och styrs av demonerna Polter och Geist. Hennes sinnesstämningar svänger och skapar ständig oro. Mamman och barnet lever i kaos och materiell misär. Slutet inger hopp; de får hjälp och soporna städas undan. Boken kom ut första gången 1998.

Glasväggen eller Hur jag löste gåtan : en sann berättelse om schizofreni och särskilt om språkets betydelse i sammanhanget (2007). Av Lars Thoris
En berättelse om mänsklig smärta och svår psykisk sjukdom.

Himlen öppnade sig: självupplevda psykos (2014). Av Carina Ruthström
Författaren beskriver hur hon upplevt psykos.

Hudlös (2015). Av Sandra Gustafsson

Liam är tolv år och skolan säger att han är annorlunda, att han behöver utredas och få hjälp. Hans mamma tar honom till farfars tomma stuga för att rädda honom från diagnoser och mediciner. Mammans skörhet sen barndomen blottas långsamt i relationen till sonen. Liams sjukdom blommar ut i full psykos i den ensamma stugan.

Imorgon var jag alltid ett lejon (2009). Onyttig som en ros (2010). Av Arnhild Lauveng

Författaren, som idag arbetar som psykolog, berättar om sina upplevelser av att leva med schizofreni.

Jag vet inte var psykos kommer ifrån: om att insjukna i och leva med en psykosjukdom (2012). Av Pebbles Ambrose Karlsson
En självupplevd berättelse om att leva med psykisk sjukdom.

Jag är den som skall komma (2012). Av Johanna Nilsson

Bernice har haft ett missfall. Hon är psykotisk och hävdar att hon är den återuppståndne Messias som ska frälsa världen och väcka sitt förlorade barn till liv. Mentalvårdaren Sami filmar Bernices predikningar och lägger ut dem på Youtube. När de rymmer tillsammans från sjukhuset blir deras relation alltmer destruktiv.

Jag vill ha en egen måne : boken om Ted Gärdestad (2005). Av Kenneth Gärdestad

Författaren är bror till sångaren Ted Gärdestad och berättar här om hans liv och intervjuar andra närstående.


Kalles mamma får en psykos (2009). Av Elisabet Alphonse
En bok för barn om hur det kan vara när en förälder får en psykos.

Konsekvenser av att dö (2013). Av Rose Marie Bouw

En kvinna drabbas av förlösningspsykos vid första barnets födelse. Efter lång tids samtalsterapi släpper psykosen sitt grepp.

Madonna, Lucifer och Caroline: en mammas skildring av hennes dotters resa in i en autistisk och psykotisk värld och om vägen tillbaka (2014). Av Charlotte Wrangel





Författaren vårdade sin svårt psykiskt sjuka dotter i hemmet och gick till slut själv in i väggen. Boken handlar om kampen för att dottern ska få ett bra liv.

Maria får en psykos (2011). Av Elisabet Alphonse

En bok för ungdomar om hur det kan vara att få en psykos.

Min underbara fru på psyket: en sann historia (2018). Av Mark Lukach

Författaren berättar om hur psykisk ohälsa drabbade hans familj när hans hustru drabbades av psykoser.

När frosten kom innanför min hud: en självbiografi om psykos (2013). Av Caroline Erica Åström

En skildring av hur det kan vara att vara psykotisk.

Stulen barndom: två systrars uppväxt med en schizofren mor (2005). Av Virginia Holman

Virginia Holman berättar om minnen från en barndom med en schizofren mor.

Så är det att leva med schizofreni: novellsamling (2006)

Stockholms schizofreniförening har samlat korta berättelser om sjukdomen.

Vid vansinnets rand (2015). Vid vansinnets rand 2 (2019). Av Pebbles Ambrose Karlsson

Självbiografisk bok om skörhet och förmågan att lära sig leva med en psykossjukdom. Den består av texter från blogginlägg på 1177 Vårdguiden. På ett personligt sätt beskrivs svårigheter som orkeslöshet, nedstämdhet, rädsla, oro och ensamhet men också tålamod, tillit, mod och glädje.

Filmer

A beautiful mind (2002)

Spelfilm om den amerikanske matematikern John Nash som drabbades av schizofreni som ung.

Att leva med en trasig själ (2007)

Barbro Sandin på Vårstavi (2007)


Flickan, mamman och demonerna (2016)

Filmen bygger på Suzanne Ostens bok med samma titel.

Kaos med möjligheter (2003)

Kungen av Atlantis (2019)

Dramakomedi som baserar sig på huvudrollsinnehavarens och manusförfattarens Simon Settergrens egen uppväxt med en schizofren pappa, som i perioder trodde sig vara just Kungen av Atlantis.





Leva mitt liv: en film om återhämtning från psykisk sjukdom (2007)

Out of the shadow: reality is a state of mind (2007)

Ted – för kärlekens skull (2018)

Filmen om sångaren Ted Gärdestad.

Ett tyst rop i natten: en monolog (2007)

Länkar

Kuling

Kuling är en webbplats för barn och ungdomar under 20 år som har en förälder som lever med psykisk ohälsa. På den här mötesplatsen finns information och chat. Sidorna görs av psykiatrin i Örebro län.

[Kulings webbplats](#)

Leva med schizofreni

Webbplatsen görs av läkemedelsföretaget Janssen-Cilag. Här finns bland annat flera filmer med intervjuer med unga människor med schizofreni.

[Leva med schizofrenis webbplats](#)

Mind – för psykisk hälsa (fd Föreningen för psykisk hälsa)

Mind arbetar för att psykiatrin ska utvecklas till samma standard som övriga sjukvården i landet. Lokalföreningen i Skåne kan kontaktas på skane@mind.se

[Minds webbplats](#)

Nationella riktlinjer för vård och stöd vid schizofreni och schizofreniliknande tillstånd (2018)

[Socialstyrelsens nationella riktlinjer](#)

RSMH, Riksförbundet för social och mental hälsa

[Riksförbundet för social och mental hälsas webbplats](#)

Schizofreniförbundet

[Schizofreniförbundets webbplats](#)

Umo – Ungdomsmottagningen

Umo vänder sig till ungdomar mellan 13 och 25 år. Här finns information om kroppen, sex, relationer, psykisk hälsa, alkohol och droger, självkänsla och mycket annat.

[Ungdomsmottagningens webbplats](#)

Viska om schizofreni


Träffpunkt på nätet för personer med schizofreni.

[Viskas webbplats](#)

1177 Vårdguiden

Hela Sveriges samlingsplats för information och tjänster inom hälsa och vård.

[1177 Vårdguidens webbplats](#)





Källkritik – kan jag lita på Internet?

Det är ofta lätt att hitta information men det är inte alltid lika lätt att hitta information som man vågar lita på. Här följer några punkter som kan vara bra att fundera över när man söker information på Internet.

Vilket är sidans syfte? Vill sidan informera eller påverka oss? Berättar sidan om en personlig upplevelse eller vill den att vi ska köpa något?

Vem är ansvarig för sidan? Är det tydligt vem som står bakom informationen på sidan och vem som finansierar den? Finns det några kontaktuppgifter?

Är informationen objektiv och trovärdig? Vilken bakgrund och vilka meriter har de personer som är ansvariga för innehållet? Vad har författaren för kvalifikationer?

Redovisas vetenskapliga resultat eller referenser till publicerade artiklar som stöd för de påståenden som lämnas? Är sidan granskad? Förekommer annonsering, sponsring eller andra kommersiella intressen?

Är sidan aktuell? När skrevs materialet? När uppdaterades informationen senast?

Sjukhusbiblioteket SUS/Patientforum

SUS Lund

C-blocket plan 1

Tel 046-17 17 25

Öppet mån – fre 12.00–15.00

sjukhusbiblioteket.lund@skane.se

Psykiatribiblioteket

Baravägen 1

Tel 046-17 48 10

Öppet mån-fre 12.00-15.00

psykiatribiblioteket.lund@skane.se

SUS Malmö

Jan Waldenströms gata 35 (CRC)

Tel 040-33 18 00

Öppet mån – fre 12.00–15.00

sjukhusbiblioteket.sus@skane.se

Sjukhusbibliotekens webbsajt

[Sjukhusbibliotekens webbplats](#)

Välkommen till oss!

