

Miten aistiharhat syntyvät ja miten niitä voidaan hoitaa?

▶ Voimaa arkeen –luento 4.12.2025



▶ Elina Hietala

▶ Psykiatrian ja oikeuspsykiatrian erikoislääkäri

▶ Päihdelääketieteen erityispätevyys

Aistiharhat ja psykoosi

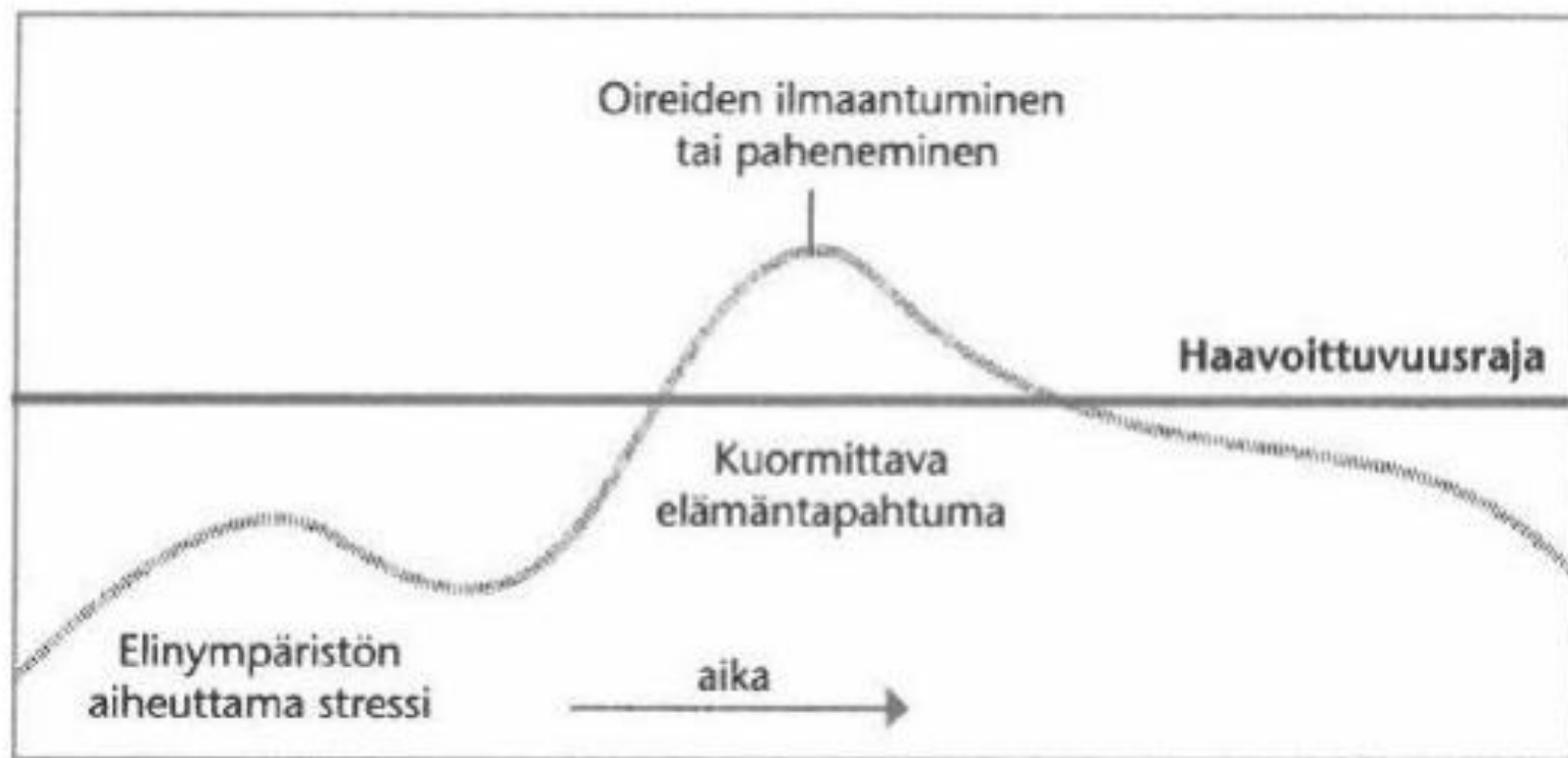
- ▶ Psykoosissa ihmisen todellisuudentaju on vakavasti häiriintynyt ja aivoissa kulkee virheellistä informaatiota, mikä voi ilmetä mm. ajatushäiriöinä, aistiharhoina tai harhaluuloina ja varsin monimuotoisina oirekuvina.
- ▶ Psykoosiin sairastuminen vaikuttaa voimakkaasti sekä potilaiden että heidän omaistensa elämään.
- ▶ Asiallisen ja selkeän tiedon saanti ja yhdistäminen omiin kokemuksiin on tärkeää oiretiedostuksen ja hoitoon sitoutumisen kannalta. Oireiden syntymekanismien hahmottaminen voi helpottaa sairastumiseen liittyvää ahdistuneisuutta.
- ▶ Säännöllinen lääkehoito, sairauden pahenemisvaiheita edeltävien oireiden (varomerkkien) tunnistaminen, oirehallintakeinojen opettelu ja arjen toimintakyvyn tukeminen ovat keskeisiä psykoosisairauksien hoitomenetelmiä.

Psykoosialttius

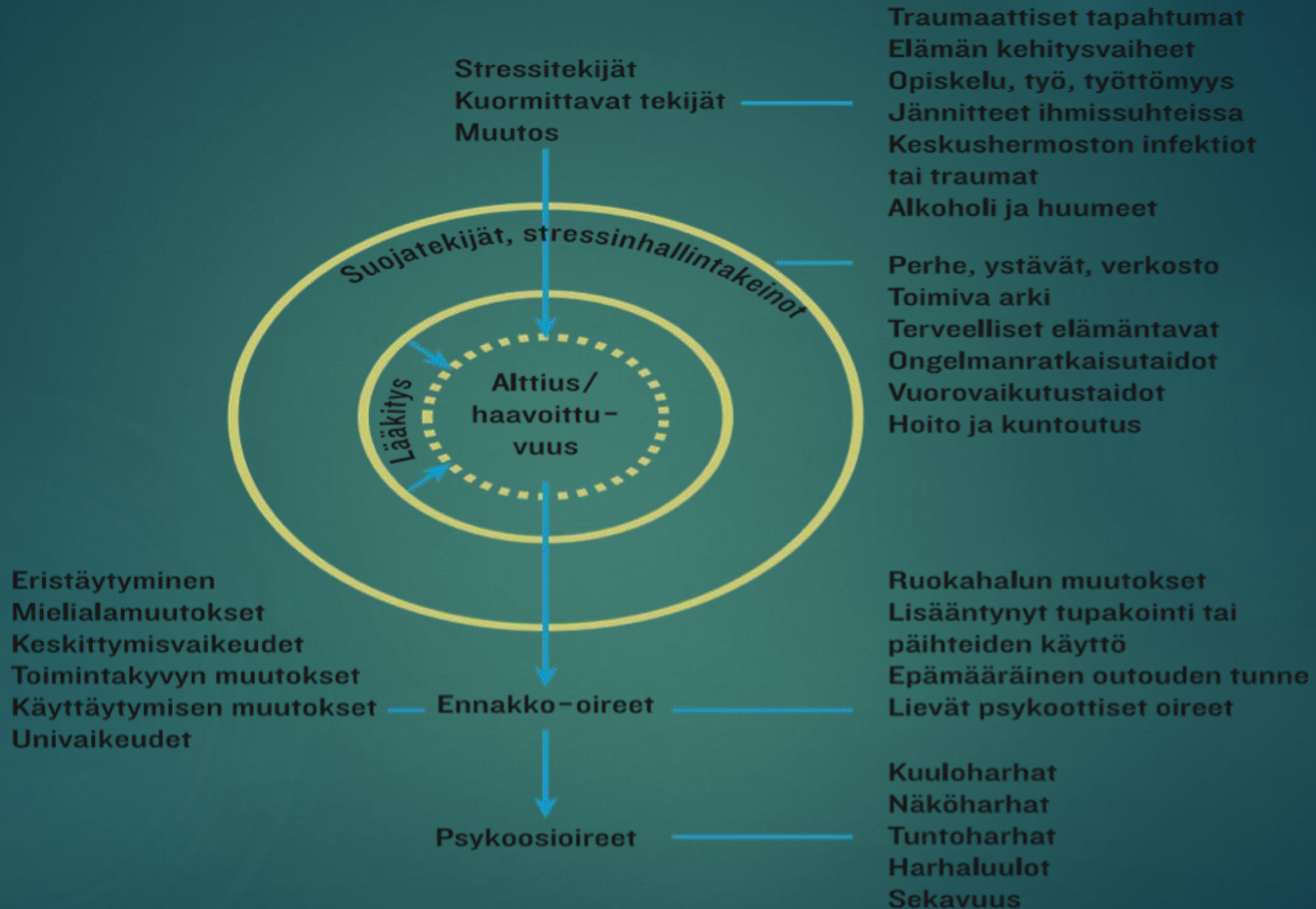
- ▶ Haavoittuvuus eli alttius sairastua psykoosiin ymmärretään geneettisenä melko pysyvänä tilana, jonka perimmäistä luonnetta ei vielä täysin tunneta.
- ▶ Skitsofrenian synnyn taustalla oleva teoria aivojen kuorikerroksen synapsiyhteyksien liiallisesta karsiutumisesta:
 - ▶ Psykoosille alttiilla yksilöllä aivosolujen välisiä synapsiyhteyksiä (hermoverkkoja) on keskushermoston kehityshäiriön vuoksi paljon epäkypsiä tai viallisia synapsiyhteyksiä, jotka normaalin karsiutumisprosessin aikana häviävät → keskushermosto on altis stressille ja tulkitsemaan informaatiota normaalista poikkeavalla, psykoottisella tavalla.
- ▶ Sairastuminen on geneettisten, neurobiologisten, psykososiaalisten ja ympäristöön liittyvien useiden tekijöiden summa, yhtä yksittäistä syytä sairastumiselle ei voida todeta.
- ▶ Crow, T. J. (2008). *The 'big bang' theory of the origin of psychosis and the faculty of language*. Schizophrenia Research. 2008; 102: 31-52

Haavoittuvuus-stressimalli

- ▶ Mallissa integroidaan sairauden biologinen ja psykososiaalinen puoli luontevasti toisiinsa.
- ▶ Ihmisellä on yksilöllinen alttius sairastua psykoosiin. Erilaiset stressitekijät uhkaavat yksilön terveyttä ja suojatekijät taas turvaavat ja ylläpitävät terveyttä.
- ▶ Tasapainon pettäessä stressitekijät ylittävät yksilön sietokyvyn, jolloin altis yksilö ennakko-oireiden kautta sairastuu psykoosiin.



KUVIO 1 Haavoittuvuus-stressimalli (Kuhanen ym. 2010, 23).



Aistiharha

- ▶ Aistiharhat eivät ole kuviteltuja. Harhat ovat aivojen virheellistä informaatiota.
- ▶ Aistiharhalla (hallusinaatio) tarkoitetaan havaintoa, joka koetaan ilman vastaavaa ulkoista ärsykettä.
- ▶ Aistiharhoja voi ilmetä kaikkien aistien alueella
 - ▶ Kuuloharhat
 - ▶ Näköharhat
 - ▶ Hajuharhat
 - ▶ Tuntoharhat
 - ▶ Makuharhat
- ▶ Aistiharhat voidaan jakaa alkeellisiin (kolahdus, valon välähdys) ja monimutkaisiin (puheen kuuluminen, yksityiskohtaisen hahmon näkeminen).

Aistiharhan syntymekanismi

- ▶ Aivoissa viestit kulkevat sähköisinä impulsseina, erilaiset välittäjäaineet välittävät viestiä hermosolusta toiseen.
- ▶ Psykoottisessa oireilussa aivojen sisäiset yhteydet ovat tyypillisesti nuoruuteen liittyvässä hermoverkkojen karsiutumisprosessissa karsiutuneet niin paljon, että aivojen toiminnan valvonta on häiriintynyt.
- ▶ Tällöin aivoissa on alueita, jotka aktivoituvat itsestään ja syöttävät aivokuorelle (jossa kaikki ymmärtäminen tapahtuu) ilman ulkoista ärsykettä syntynyttä informaatiota (aistiharha) tai ulkoiseen ärsykkeeseen vain löyhästi liittyvää informaatiota (harhaluulo).
- ▶ Erityisesti dopamiini-niminen aivojen välittäjäaine osallistuu aistiharhan syntyyn. Yksinkertaistettuna: liiallinen dopamiinimäärä aiheuttaa aistiharhan, kun taas psykoosilääkkeet ovat dopamiinisalpaajia ("aivojen liikennepoliiseja").

Aistiharhoja aiheuttaa

- ▶ Psykoosisairaudet, psykoottinen masennus, mania
 - ▶ Psykoosissa ihmisen todellisuudentaju on vakavasti häiriintynyt. Psykoosi voi ilmetä aistiharhoina, harhaluuloina tai varsin monimuotoisina oireina.
- ▶ Sekavuustilat, eräät neurologiset sairaudet, aineenvaihdunnan häiriöt, kuulovauriot
- ▶ Eräiden lääkkeiden sivuvaikutukset

Aistiharhojen yleisyys

- ▶ Noin 10-27 %:lla väestöstä esiintyy jossain elämän vaiheessa aistiharhoja.
- ▶ Psykoosisairauksista yleisin on skitsofrenia, jota sairastaa 1 % väestöstä. 60-90 %:lla skitsofreniapotilaista on oirekuvassa ääniharhoja.
- ▶ Toistuvat harha-aistimukset ovat usein vakavan psykiatrisen sairauden oire tai esioire.

Aistiharhojen lääkkeellinen hoito

- ▶ Psykoosilääkkeet estävät dopamiinin liiallisen välittymisen aivosoluissa, jolloin aistimusten kulku aivoissa normalisoituu.
- ▶ Psykoosilääkkeet vähentävät keskushermoston biologista alttiutta reagoida stressiin psykoottisilla oireilla.
- ▶ Psykoosilääkitys vaikuttaa myös epäsuorasti toimintakykyä ja keskittymiskykyä korjaten, jolloin erilaisia selviytymiskeinoja pystyy käyttämään paremmin.

Aistiharhojen lääkkeetön hoito

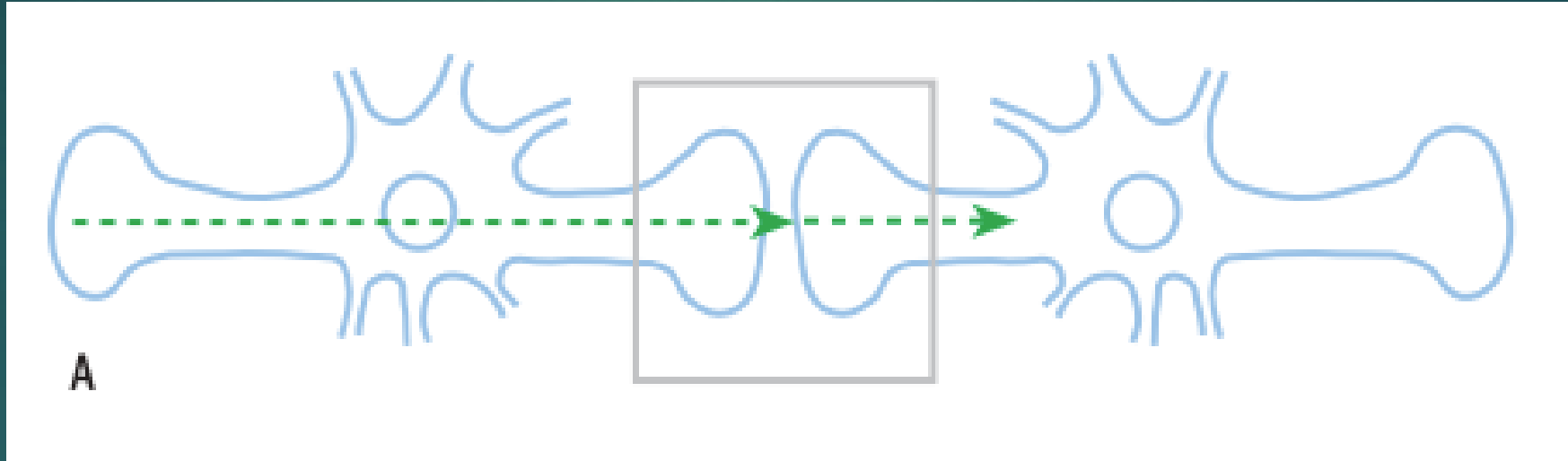
- ▶ Psykososiaalinen kuntoutus, asumisen järjestelyt tarvittaessa, turvallisuuden tunteen lisääminen.
- ▶ Terapeuttiset keskustelut, oireenhallintakeinojen opettelu
- ▶ Vuorokausirytmistä huolehtiminen, terveelliset elämäntavat
- ▶ Tupakoinnin ja päihteiden käytön vähentäminen
- ▶ Sosiaaliset suhteet, mielekäs tekeminen, päivätoiminta, työ

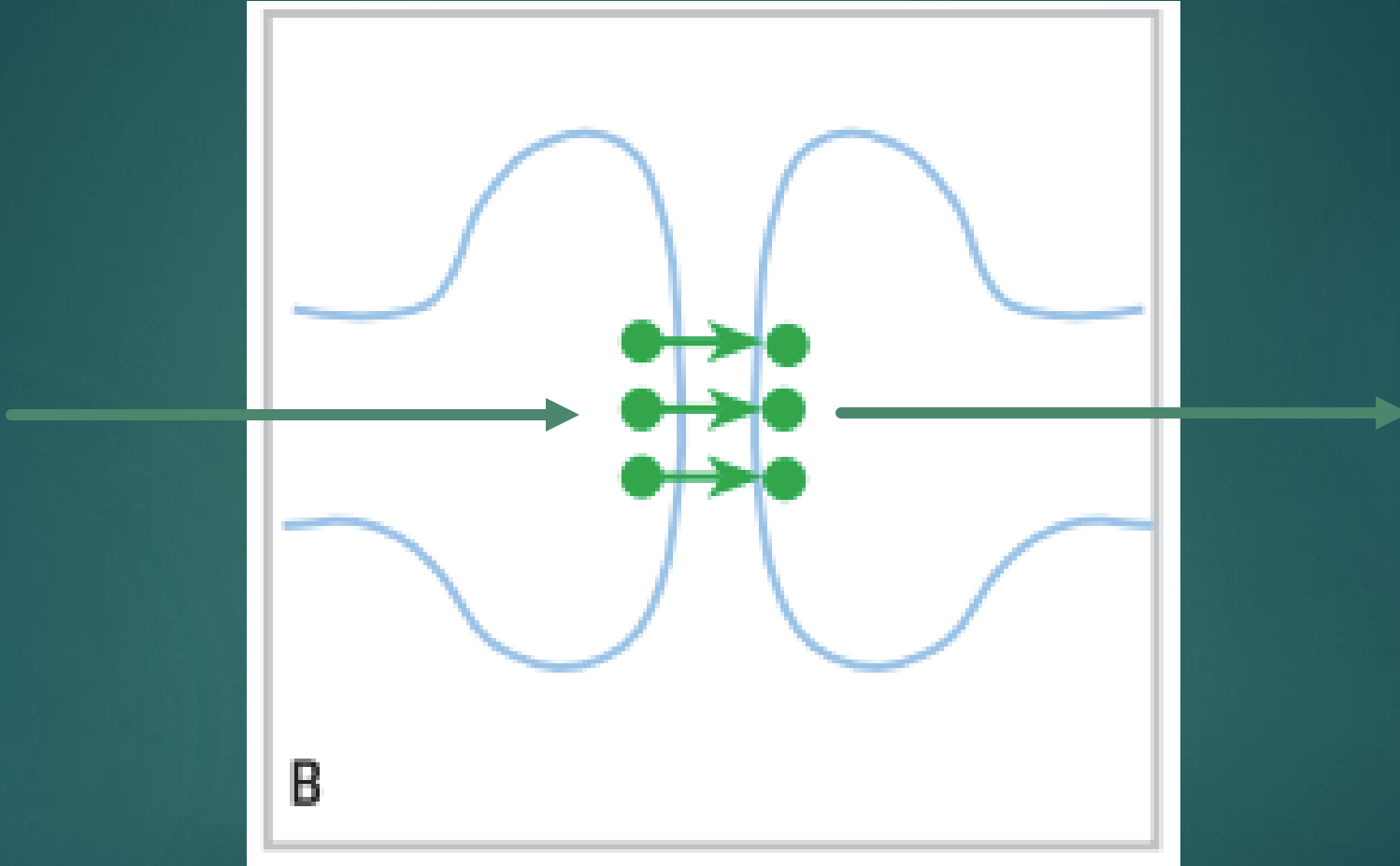
Läheisten tuki on tärkeää

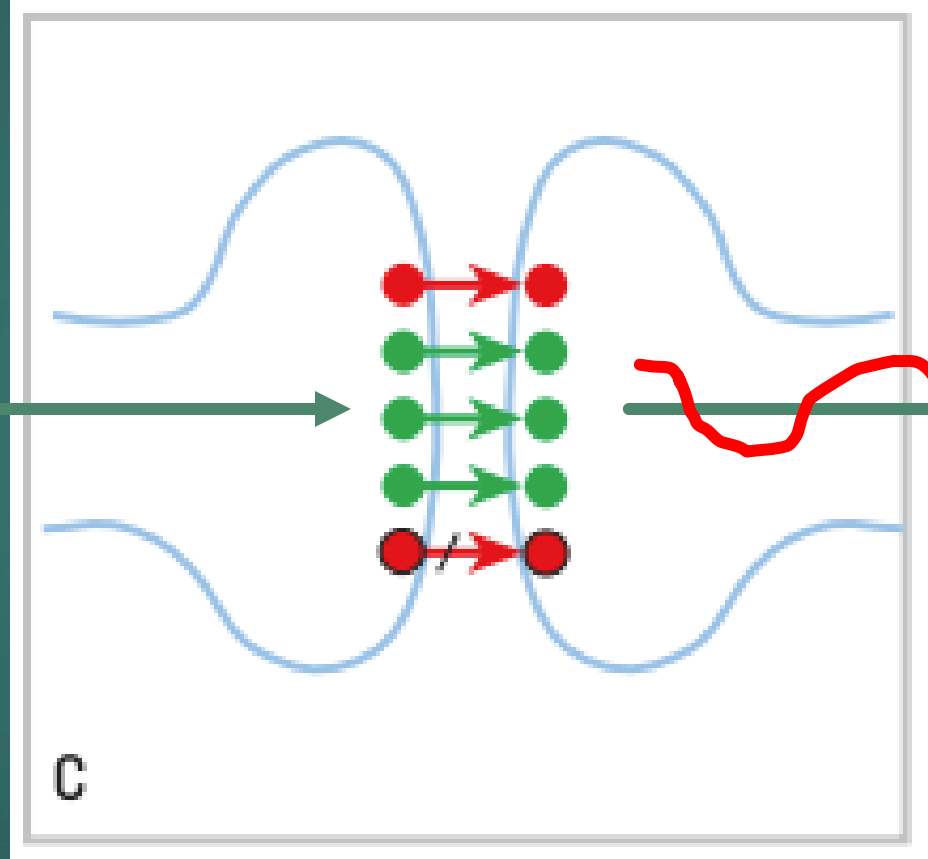
- ▶ Lähipiirin tuki hoitoon sitoutumiseen parantaa psykoosiin sairastuneen ennustetta.
- ▶ Dixon, L. B., Dickerson, F., Bellack, A. S., Bennett, M., Dichinson, D., Goldberg, R. W., ... Kreyenbuhl, J. (2010). The 2009 schizophrenia PORT psychosocial treatment recommendations and summary statements. *Schizophrenia Bulletin*, 36(1), 48–70.
- ▶ Pitschel-Walz G, Bauml J, Bender W, Engel RR, Wagner M, Kissling W. Psychoeducation and compliance in the treatment of schizophrenia: results of the Munich Psychosis Information Project Study. *J Clin Psychiatry*. 2006;67:443–452.
- ▶ Cuijpers P. The effects of family interventions on relatives' burden: a meta-analysis. *J Ment Health*. 1999;8:275–285.
- ▶ Vaughan K, Doyle M, McConaghy N, Blaszczyński A, Fox A, Tarrier N. The Sydney intervention trial: a controlled trial of relatives' counselling to reduce schizophrenic relapse. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*. 1992;27:16–21.

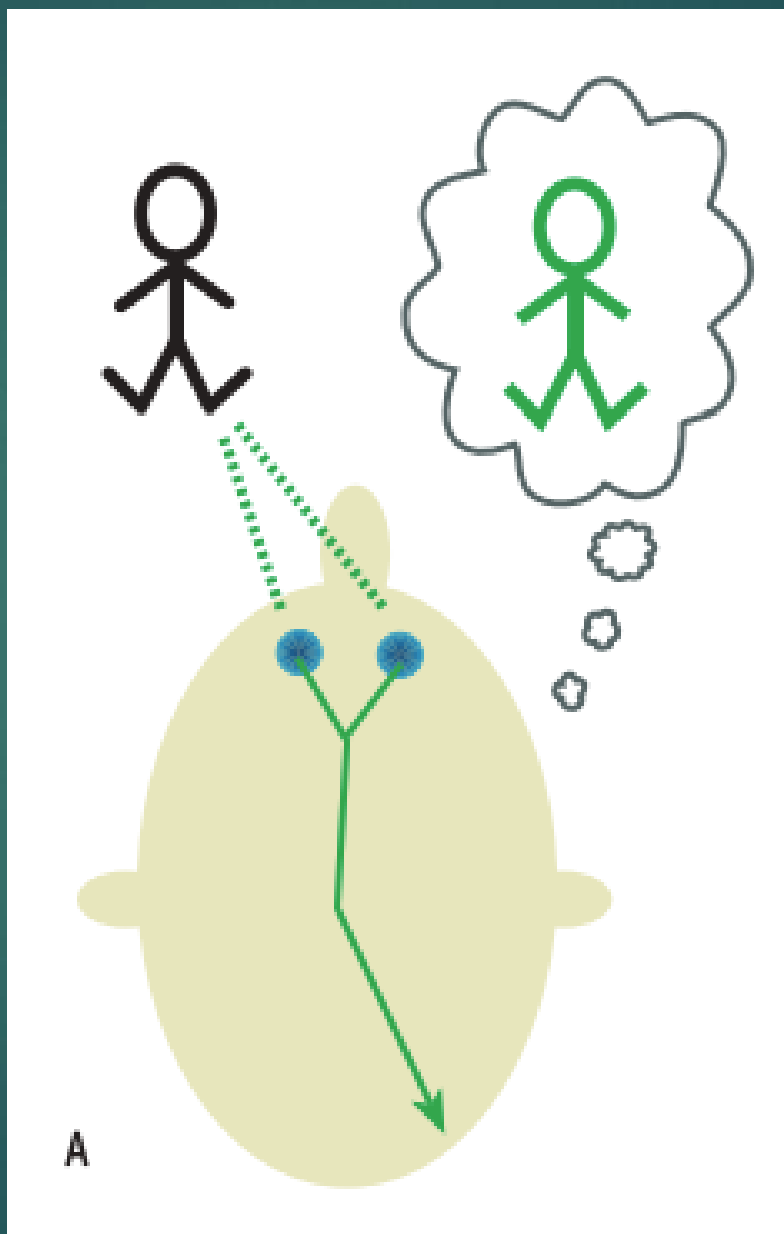


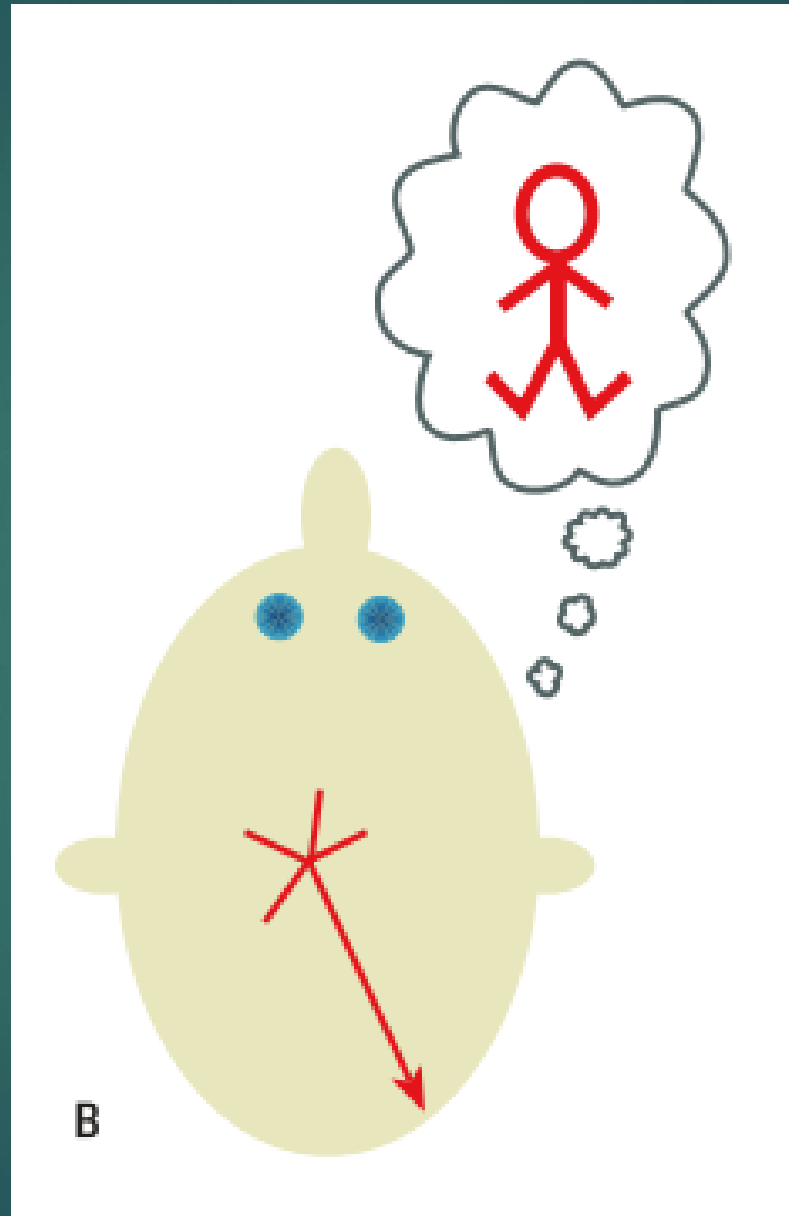
Tuula T. de Bruijn: Käytännön psykoedukaatiota psykoosipotilaan perheelle, katsausartikkeli, Suomen Lääkärilehti, 41/2006, 4219-4225

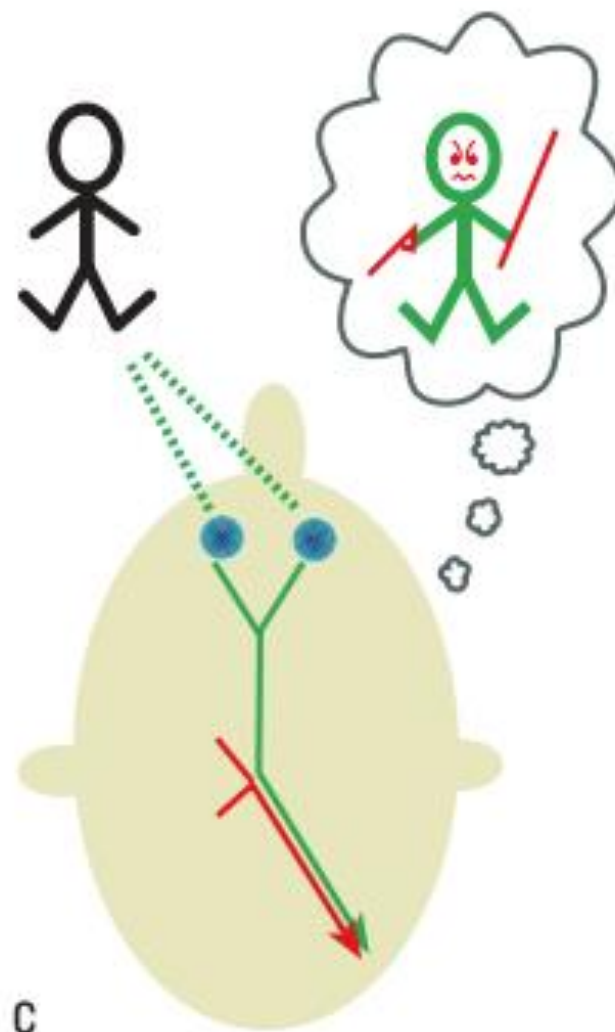


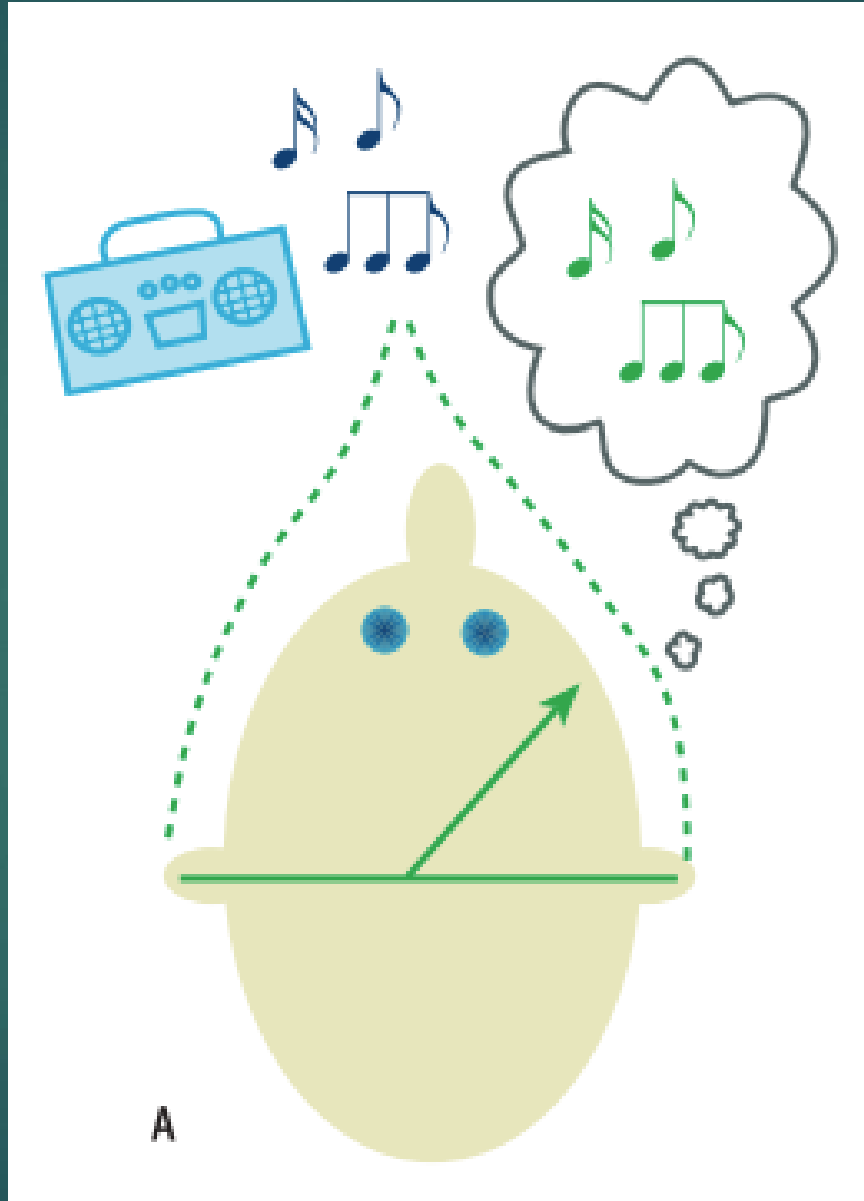


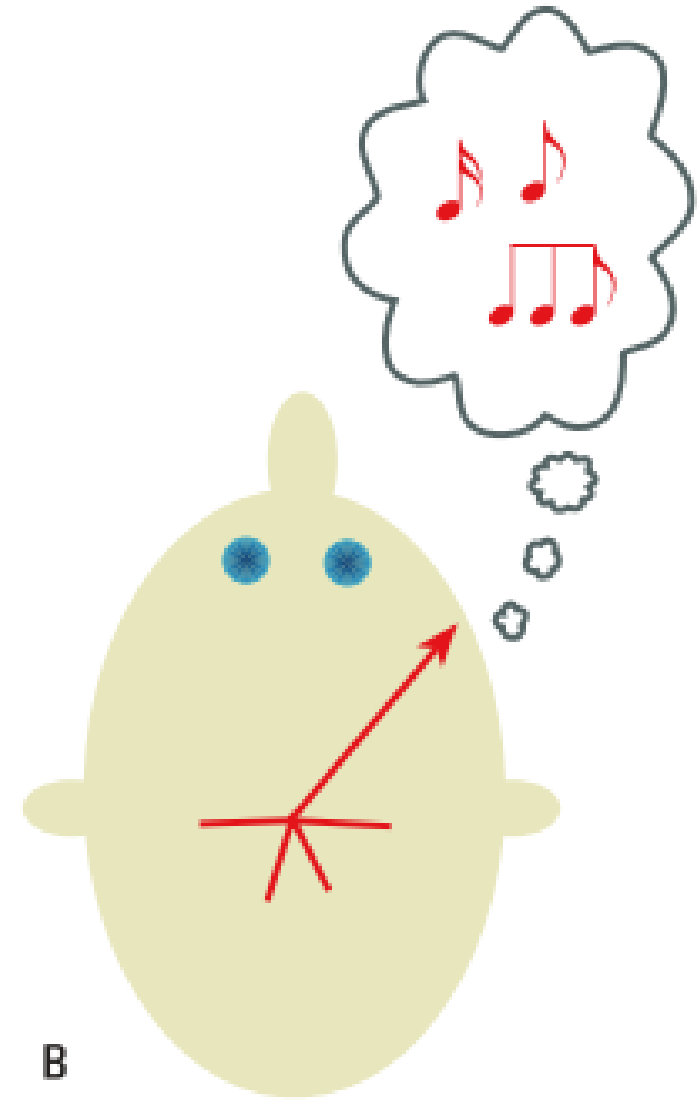




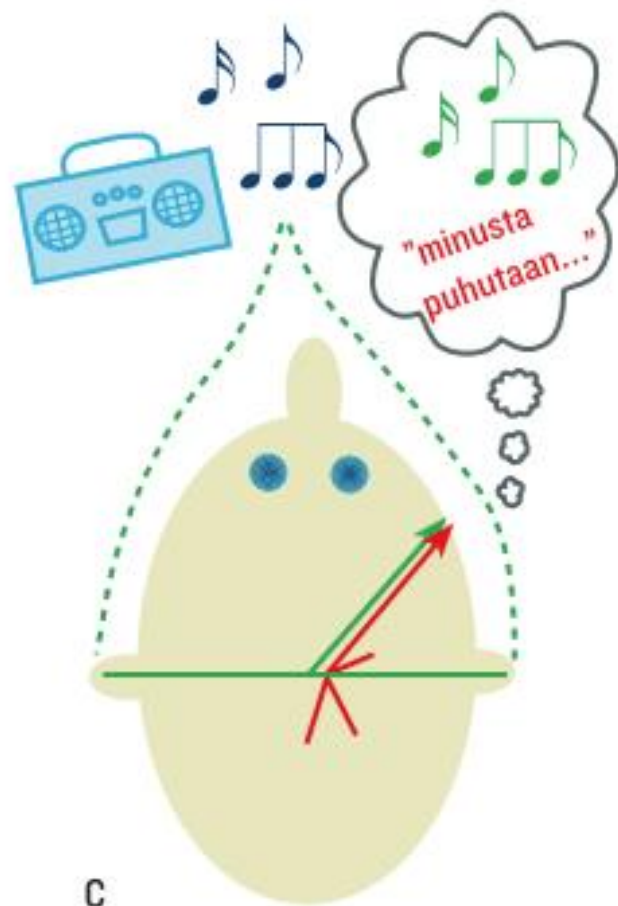








B





KIITOS