

# RADDIR



Ofskynjun er eitt af einkennum geðrofs. Þá heyrir þú eitthvað eða sérð eða finnur fyrir einhverju sem er ekki til staðar, en fyrir þér er það raunverulegt.



7 af hverjum 10 sem greindir eru með geðklofa heyra raddir.



Raddir eru yfirleitt óþægilegar. Þær geta verið háværar eða lágværar, ein rödd eða margar raddir, þekktar eða óþekktar, stundum skipandi, stundum lýsandi, stöðugar eða tímabundnar.



Hægt er að meðhöndla raddir með góðum árangri. Öflugasta meðferðin er lyfjameðferð, en einnig streitu-stjórnun og samtalsmeðferð.



Hægt er að lifa góðu og gefandi lífi þrátt fyrir að heyra raddir.



Heyrnarofskynjanir á formi radda eru algengasta ofskynjunin.



Raddir eru taldar vera rangtúlkun á eigin hugsunum eða „innra tali“.



Stundum getur verið erfitt að stjórna ekki af röddunum.



Streita og álag geta aukið raddirnar.

