

OIVALLUS

4

17. Miten mielenterveyden häiriöitä selitetään?



Miten mielenterveyshäiriöitä selitetään?

- Syyt ovat monimutkaisia ja yksilöllisiä.
- Häiriöihin voi vaikuttaa esimerkiksi
 - perimä
 - hermoston muovautuminen
 - perimän ja ympäristön vuorovaikutus
 - mielensisäiset ristiriidat
 - oppimiskokemukset ja sisäiset mallit
 - kulttuuriset ja yhteisölliset tekijät.

Perimä

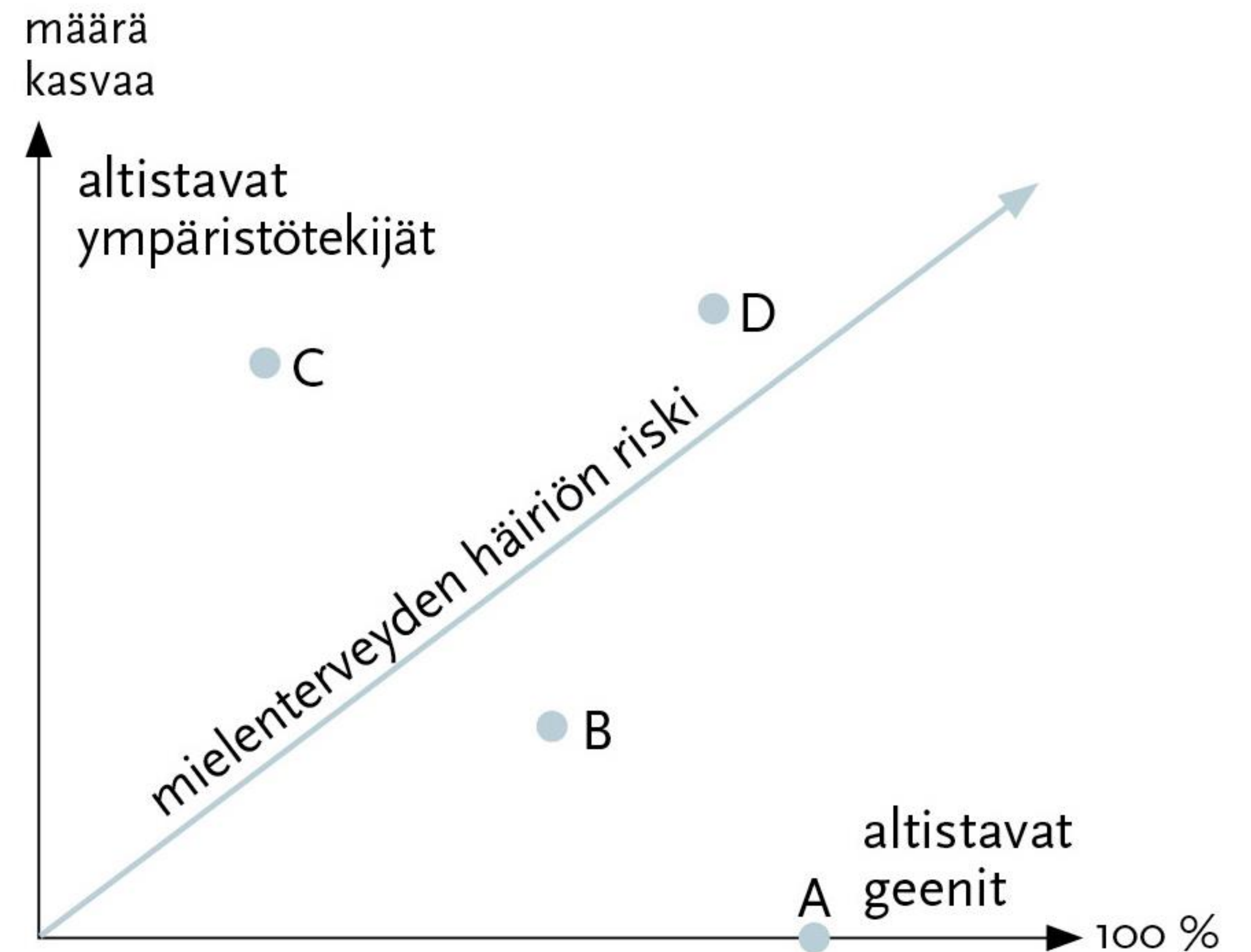
- Perhetutkimuksilla voidaan arvioida geenien ja ympäristötekijöiden suhteellista vaikutusta ja selitysosuutta erilaisissa häiriöissä.
- Esim. kaksisuuntaisen mielialahäiriön periytyvyysaste on 80 %.
- Yksittäisellä geenillä on pääsääntöisesti hyvin vähän vaikutusta häiriöiden puhkeamiseen. Mitä enemmän mielenterveyden häiriöille altistavia geenejä ihmisellä perimässään on, sitä korkeammaksi sairastumisriski kasvaa.
- Joidenkin häiriöiden taustalta on kuitenkin löydetty geenejä, joilla on suuri merkitys. Esim. skitsofrenian riskiä lisää huomattavasti kromosomin 22 lyhenemä. Tämän geenin kantajista 25 % sairastuu skitsofreniaan.

Perimän ja ympäristön vuorovaikutus

- Perimällä ja ympäristötekijöillä on dynaaminen suhde, esim. skitsofrenialla on voimakas geneettinen pohja (65–80 %).
- Yksilötasolla vaikuttaa genetiikan lisäksi aina
 - yksilön temperamentti
 - stressille altistavat ja siltä suojaavat kokemukset
 - oppiminen sekä
 - rakenteelliset ja yhteiskunnalliset olosuhteet.

Hermoston muovautuminen

Ympäristö vaikuttaa geenien ilmenemiseen ja siihen, millaiseksi yksilön hermosto muovautuu. Tätä kutsutaan **geeniekspressioksi**.

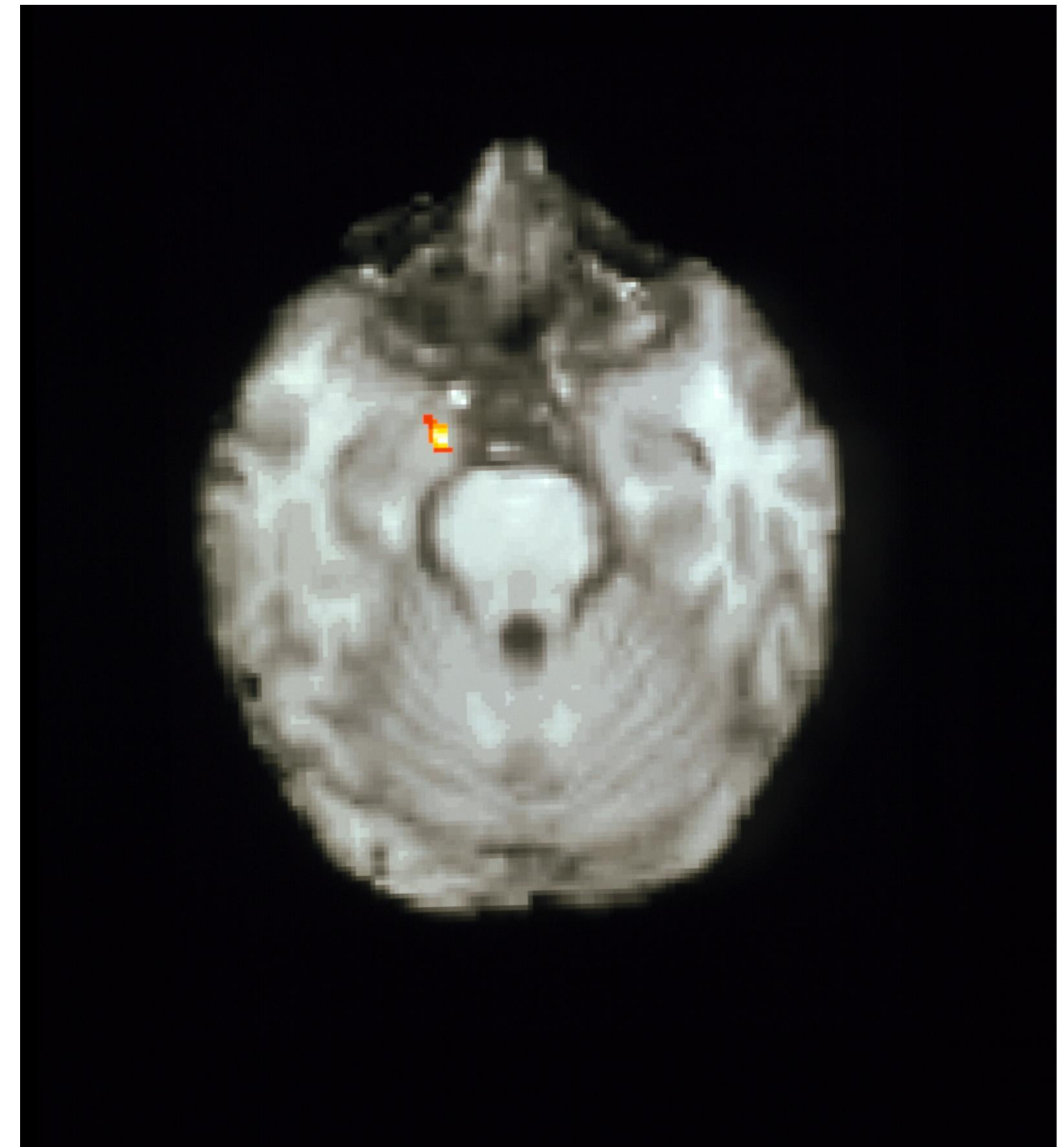


Hermoston muovautuminen

- keskushermoston toiminnan poikkeavuutta
- esim. masennuksessa ja ahdistuneisuushäiriöissä mantelitumakkeen toiminta vilkkaampaa
- välittäjäaineiden toiminnan muutoksia
- autonomisen hermoston muutoksia, esim. voimistunut stressivaste
- Syy-seuraussuhde mielenterveyden häiriöiden taustalla voi olla kaksisuuntainen.

Hermoston muovautuminen

- keskushermoston toiminnan poikkeavuutta
- esim. masennuksessa ja ahdistuneisuushäiriöissä mantelitumakkeen toiminta vilkkaampaa
- välittäjäaineiden toiminnan muutoksia
- autonomisen hermoston muutoksia, esim. voimistunut stressivaste
- Syy-seuraussuhde mielenterveyden häiriöiden taustalla voi olla kaksisuuntainen.
- PET-kuvassa näkyy oikeanpuoleisen mantelitumakkeen aktivoitumista.





Mielen sisäiset ristiriidat

Psykodynaamisen näkökulman mukaan mielenterveyden häiriöt johtuvat mielen tiedostamattomista konflikteista, joiden taustalla ajatellaan olevan lapsuuden traumaattisia ja ristiriitaisia kokemuksia.

Oppimiskokemukset ja sisäiset mallit

- Epäsuotuisa kasvuympäristö (esim. turvattomuus, epäjohtonmukaisuus, arvaamattomuus, aggressiivisuus) altistaa mielenterveyden häiriöille.
- kiintymyssuhteet
- käyttäytymismallien oppiminen
- Sisäiset mallit (skeemat) vaikuttavat siihen, mihin yksilö kiinnittää huomiota ja millaisia tulkintoja hän tekee ympäristöstä.



Kulttuuri

- Kulttuuriset ja yhteisölliset tekijät voivat vaikuttaa kokonaisten kansanryhmien mielenterveyteen, esim. suomenruotsalaisilla on merkitsevästi suomenkielistä väestöä vähemmän mielenterveyden häiriöitä.
- Lisäksi on häiriöitä, joita esiintyy vain tietyssä kulttuurissa, kuten Japanin *hikikomorit*. Hikikomorit vetäytyvät kaikesta sosiaalisesta toiminnasta omiin koteihinsa.

Kirjoittakaa mielipidekirjoitus

- Lue Anu Raevuoren ja Klaus Rannan [mielipidekirjoitus](#) ”Nuorten mielenterveyttä tulisi hoitaa kouluissa” (HS 15.5.2019).
- Kirjoita oma mielipidekirjoitus jostakin mielenterveyteen liittyvästä asiasta. Perustele mielipiteesi psykologisella tiedolla.

Palauta mieleen

- Miten seuraavat tekijät selittävät mielenterveyden häiriöitä?
 - perimä ja ympäristö
 - aivojen rakenteen ja toiminnan muutokset
 - mielensisäiset ristiriidat
 - oppimiskokemukset ja sisäiset mallit
 - kulttuuri, yhteiskunnan rakenne
- Arvioi annettuja selityksiä.