Harha-aistimus (hallusinaatio)

Lääkärikirja Duodecim

30.11.2018

psykiatrian erikoislääkäri Matti Huttunen

Aistinharhat eli hallusinaatiot ovat aistimuksia, jotka koetaan ilman vastaavaa ulkoista ärsykettä. Tällöin henkilö näkee, kuulee, tuntee, maistaa tai haistaa jotakin, jota ei todellisuudessa ole tai tapahdu. Illuusion eli aistinhairahduksen yhteydessä aistinkokemus on sen sijaan luonteeltaan todellisuuteen perustuvan aistielämyksen vääristymä – kuten näkökentässä näkyvän näkeminen pienenä (mikropsia) tai suurena (makropsia) tai kuullun väärinkuuleminen.

Erilaiset harha-aistimukset ja illuusiot ovat suhteellisen tavallisia ilmiöitä etenkin stressin, traumaattisten kokemusten ja muistojen yhteydessä sekä unen ja valveen rajalla. Harha-aistimuksia voi ilmetä kaikkien aistien alueella, ja niiden luonne voi vaihdella hetkittäisestä kokemuksesta hyvin eläviin näkökokemuksiin ja vieraiden äänten käymään keskusteluun.

Harha-aistimukset ovat luonteeltaan mielisairauteen verrattavissa (psykoottisia), jos henkilö on vakuuttunut niiden todellisuudesta ja ne muodostuvat erilaisten harhaluulojen perustaksi. Psykoottisesta sairaudesta kärsivä henkilö voi ääniä kuullessaan usein kuitenkin ymmärtää ne vain harha-aistimuksikseen. Sairautensa vakavammissa vaiheissa hän voi menettää tyystin todellisuudentajunsa uskoen ehdottomasti harha-aistimustensa todellisuuteen.

Harha-aistimukset ovat yleinen oire erityisesti skitsofreniassa (ks. [«Skitsofreenistyyppinen häiriö»**1**](https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00488)). Tavallisimmat harha-aistimukset skitsofreniassa ovat luonteeltaan kuuloharhoja, jolloin henkilö kuulee äänen kommentoivan hänen käytöstään tai kehottavan häntä tekemään jotain tai kuulee kahden äänen keskustelevan hänestä. Skitsofreniassa voi kuitenkin ilmetä myös erilaisia ja joskus hyvin outoja kosketus-, haju- tai näköharhoja. Myös psykoottisissa depressioissa tai manioissa voi ilmetä kuuloharhoja, joissa ääni syyttää, moittii tai kommentoi sairaudesta kärsivää.

Dissosiatiivisissa tiloissa (ks. [«Dissosiaatiohäiriö (ajatusten, tunteiden, tekojen ym. erillisyys)»**2**](https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00360)) ja traumaperäisissä häiriöissä voi ahdistavien tilanteiden tai muistojen yhteydessä ilmetä erilaisia harha-aistimuksia, illusoorisia näköaistimuksia tai harha-aistimuksen kaltaisia kokemuksia, joissa henkilö voi kuulla traumaattiseen muistoon liittyviä ääniä tai kokea olevansa itsensä ulkopuolella tai ympäristönsä oudolla tavalla muuttuneeksi (derealisaatio). Traumaattisiin muistoihin perustuvat harha-aistimukset tai todellisuutta vääristävät kokemukset voivat olla niin todenmukaisia, että ne voidaan tulkita skitsofrenian tai muun psykoottisen tilan oireiksi.

Harha-aistimuksia ilmenee oireena myös sekavuustiloissa (deliriumissa, ks. [«Sekavuustila (delirium)»**3**](https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00357)) sekä joissakin neurologisissa ja aineenvaihdunnan häiriöissä.

Toistuvat harha-aistimukset ovat usein vakavan psykiatrisen sairauden esioire tai oire. Tämän vuoksi toistuvia tai ahdistavia harha-aistimuksia kokevan on aina viisasta kääntyä lähiviikkojen kuluessa lääkärin puoleen.

Harha-aistimuksia ja niiden ahdistavuutta voidaan usein lievittää tai hoitaa mielisairauksiin tarkoitettujen psykoosilääkkeiden avulla. Traumaperäisten harha-aistimusten hoidossa on tärkeää traumaattisiin kokemuksiin liittyvien tunnemuistojen työstäminen psykoterapiassa.

Artikkelin tunnus: dlk00371 (025.013)

© 2019 Kustannus Oy Duodecim

**Terveillä ihmisillä esiintyvät hallusinaatiot**

* Jonkinasteisia aistiharhoja on arvioitu esiintyvän n. 10 – 27 % ihmisistä.
* Terveiden ihmisten aistiharhat ovat tyypillisesti lyhyitä ja ohimeneviä ja ne tunnistetaan epätodellisiksi.
* Harhat eivät tyypillisesti ole kovin monimutkaisia, vaan ne voivat olla esimerkiksi yksittäisiä ääniä, kuten naksahduksia.
* Terveiden ihmisten aistiharhoissa on usein kyse havaintovirheestä eli illuusiosta: aistimus syntyy kun ulkoinen ärsyke tulkitaan väärin. Esimerkiksi pimeän huoneen nurkassa nähty vaatekasa voi saada tällöin ihmisen muodon.
* Lyhytaikaiset ohimenevät hallusinaatiot voivat olla seurausta liiallisesta valvomisesta, voimakkaasta rasituksesta, päihteiden käytöstä tai jostakin muusta epätavallisesta tilanteesta. Tällöin ne myös häviävät syyn poistuessa.

**Mielenterveyden häiriöihin liittyvät hallusinaatiot**

* Hallusinaatioiden ollessa toistuvia tai monimutkaisia, kyse on yleensä vakavasta mielenterveyden häiriöstä, johon on syytä hakea apua.
* Tyypillistä mielenterveyden häiriöistä johtuville hallusinaatioille on, että ne ovat hyvin todentuntuisia. Todellisuutta ja harhoja voi siis olla vaikea erottaa toisistaan.
* Vakavissa mielenterveyden häiriöissä aistiharhoihin liittyy usein harhaluuloja, joilla aistiharha selitetään. Esimerkiksi huoneessa tuntuva kaasun haju (aistiharha) selitetään naapurin aikeella myrkyttää henkilö (harhaluulo).
* Hallusinaatioita voi esiintyä esimerkiksi lyhytaikaisissa psykooseissa, psykoottisessa masennuksessa, kaksisuuntaisessa mielialahäiriössä ja traumaperäisissä häiriöissä.

**Hallusinaatioiden syyt**

* Hallusinaatiot voivat olla seurausta joko mielenterveyden häiriöstä tai syyt voivat olla elimellisiä, eli taustalla voi olla jokin fyysinen sairaus.
* Myös erilaiset päihteet ja niiden vieroitusoireet voivat aiheuttaa hallusinaatioita.
* Kaikissa tapauksissa on syytä hakeutua lääkäriin, jossa voidaan määrittää aistiharhojen tarkempi syy ja tämän jälkeen tehdä hoitosuunnitelma.