

Additional Resources

For more information on mental health and substance use disorder services in San Bernardino County, call (888) 743-1478, 24 hours a day, 7 days a week. **In an emergency, call 9-1-1.**

National Alliance on Mental Health
www.nami.org

National Institute of Mental Health
www.nimh.nih.gov

Substance Abuse and Mental Health Services Administration
www.samhsa.gov

San Bernardino County 211
Dial 2-1-1 or visit www.211.org for information and referrals to health and social services. Available 24 hours a day, 7 days a week.



SCHIZOPHRENIA



Language assistance services are available free of charge by dialing (888) 743-1478. TTY users dial 711 for all phone numbers listed.

DBH complies with applicable federal, civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, sex, gender identity, age, disability, or LEP.



BEHAVIORAL HEALTH
303 E. Vanderbilt Way
San Bernardino

www.SBCounty.gov/DBH



Rev 4/20

BEHAVIORAL HEALTH

What is Schizophrenia?

Schizophrenia is a chronic and severe mental disorder that affects how a person thinks, feels, and behaves. Symptoms usually emerge in men in their late teens and early twenties and in women in their mid-twenties to early thirties.

Research shows that schizophrenia affects men and women equally and occurs at similar rates in all ethnic groups.

People with schizophrenia may appear like they have lost touch with reality. Although schizophrenia is not as common as other disorders, the symptoms can be severe.

Sources: U.S. Department of Health and Human Services, National Institutes of Health, and the National Institute of Mental Health.



Signs and Symptoms

- Hallucinations includes a person hearing voices, seeing things, or smelling things others can't perceive. It is very real to the person experiencing it.
- Delusions are false beliefs that do not change even when the person who holds them is presented with facts.
- Disorganized thinking which causes speech to not be understandable.
- Agitated body movements.
- Reduced expression of emotions via facial expression or voice tone, reduced feelings of pleasure in everyday life, and difficulty beginning or sustaining activities.
- Trouble focusing or paying attention.
- Anosognosia occurs when the person is unaware that he/she has a mental illness.

How to Help

The love and support of family and friends plays an important role in schizophrenia treatment.

- Get the person into treatment and encourage them to stay in treatment.
- Learn all you can about schizophrenia and how it affects your loved one.
- Reach out to others for connection and support.
- Search for support groups in your area.
- Learn how to recognize and prepare for signs of relapse.
- Contact your primary health care provider for a referral to behavioral health services. If you do not have an existing health care provider, call San Bernardino County Dept. of Behavioral Health at (888) 743-1478.



Recursos adicionales

Para obtener más información sobre los servicios de salud mental y trastorno por abuso de sustancias en el Condado de San Bernardino, llame al (888) 743-1478, las 24 horas del día, los 7 días de la semana.
En una emergencia, llame al 9-1-1.

La Alianza Nacional Sobre Enfermedades Mentales
www.nami.org

Instituto Nacional de Salud Mental
www.nimh.nih.gov

Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias
www.samhsa.gov

Condado de San Bernardino 211
Marque 2-1-1 o visite www.211.org para obtener información y referencias a servicios sociales y de salud. Disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana.



Los servicios de asistencia de idiomas están disponibles de forma gratuita llamando al (888) 743- 1478. Usuarios de TTY marque 7-1-1.

DBH cumple con las leyes federales, de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, sexo, identidad de género, edad, discapacidad o LEP (por sus siglas en inglés).



BEHAVIORAL HEALTH
303 E. Vanderbilt Way
San Bernardino

www.SBCounty.gov/DBH



Rev 4/20



ESQUIZOFRENIA



SALUD MENTAL

¿Qué es la esquizofrenia?

La esquizofrenia es un trastorno mental crónico y severo que afecta la forma en que una persona piensa, siente y se comporta. Los síntomas generalmente surgen en los hombres a fines de la adolescencia y principios de los años veinte y en las mujeres de entre veinte y treinta años. La investigación muestra que la esquizofrenia afecta a hombres y mujeres por igual y ocurre a tasas similares en todos los grupos étnicos.

Las personas con esquizofrenia pueden parecer que han perdido el contacto con la realidad. Aunque la esquizofrenia no es tan común como otros trastornos, los síntomas pueden ser graves.

Fuentes: Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU., Institutos Nacionales de Salud y la Alianza Nacional sobre Enfermedades Mentales.



Signos y síntomas

- Las alucinaciones incluyen a una persona que escucha voces, ve cosas u huele cosas que otros no pueden percibir. Es muy real para la persona que lo sucede.
- Los delirios son creencias falsas que no cambian incluso cuando la persona que los posee se presenta con hechos.
- Pensamiento desorganizado que hace que lo hablado no sea comprensible.
- Movimientos corporales agitados.
- Reducción de la expresión de las emociones a través de la expresión facial o el tono de voz, reducción de los sentimientos de placer en la vida cotidiana y dificultad para comenzar o mantener actividades.
- Problemas para concentrarse o prestar atención.
- La anosognosia ocurre cuando la persona no es consciente de que tiene una enfermedad mental.

Como ayudar

El amor y el apoyo de familiares y amigos juegan un papel importante en el tratamiento de la esquizofrenia.

- Lleve a la persona al tratamiento y aliéntela a permanecer en el tratamiento.
- Aprenda todo lo que pueda sobre la esquizofrenia y cómo afecta a su ser querido.
- Comuníquese con otros para obtener conexión y apoyo.
- Busque grupos de apoyo en su área.
- Aprenda a reconocer y prepararse para los signos de recaída.
- Comuníquese con su proveedor de atención médica primaria para obtener una referencia a los servicios de salud mental. Si no tiene un proveedor de atención médica existente, llame al Departamento de Salud Mental del Condado de San Bernardino al (888) 743-1478.

