

## Sadržaj

Predgovor .....	11
1. Anksioznost i depresivnost kod adolescenata .....	13
2. Nesuicidalno samopovređivanje adolescenata .....	15
3. Samoubistvo, suicidalnost i suicidalnost tinejdžera ...	15
4. Svetski dan borbe protiv suicida 10. septembar – Nisi sama/Nisi sam .....	18
5. Šta ne smeš i šta smeš reći nekome ko je suicidalan .....	19
6. Lažni tumor mozga .....	20
7. Glavobolje .....	21
8. Migrene .....	22
9. Trigeminalne autonomne glavobolje i klaster glavobolje .....	24
10. Miastenija gravis .....	27
11. Rodna disforija .....	28
12. Poremećaji ličnosti .....	32
13. Granični poremećaj ličnosti .....	35
14. Poremećaj deficita pažnje i hiperaktivnosti .....	37
15. Trigeminalna neuralgija .....	41
16. Nesanica .....	42

17. Demencija .....	44
18. Šarko-Mari-Tutova bolest .....	47
19. Multipla skleroza .....	48
20. Sekundarno progresivna multipla skleroza .....	50
21. Generalizovani anksiozni poremećaj .....	52
22. Nistagmus .....	54
23. Sindrom nemirnih nogu .....	56
24. Apneja u spavanju .....	57
25. Opsesivno-kompulzivni poremećaj .....	59
26. Bipolarni poremećaj .....	61
27. Epilepsija .....	65
28. Epileptički status .....	66
29. Shizofrenija .....	68
30. Poremećaji ishrane – bulimija i anoreksija .....	72
31. Poremećaji autističnog spektra prema DSM5 klasifikaciji .....	73
32. Sindrom telesne dismorfije .....	75
33. Amiotrofična lateralna skleroza .....	78
34. Matične ćelije .....	80
35. Tranzitorni ishemijski atak .....	81
36. Moždani udar .....	82
37. Esencijalni tremor .....	84
38. Major depresivni poremećaj .....	85
39. Neurobiologija empatije .....	87
40. Spliting .....	88
41. Posttraumatski stresni poremećaj .....	89
42. Poremećaj prilagođavanja .....	91
43. Disocijativni poremećaj identiteta .....	92
44. Psihosomatski poremećaji .....	94

45. 10 načina da smanjimo uticaj stresa .....	96
46. Gilen-Bareov sindrom .....	98
47. Sindrom kaude ekvine .....	100
48. Neurogeneza i neuroplastičnost .....	101
49. Paraliza spavanja .....	102
50. Deža vi .....	104
51. Cerebralna paraliza .....	105
52. Ishrana i mentalno zdravlje .....	107
53. Sarkoidoza .....	109
54. Distonija .....	110
55. Hantingtonova bolest .....	113
56. Lenoks-Gastoov sindrom .....	114
57. Vestov sindrom .....	115
58. Prionske bolesti .....	116
59. Poremećaji ponašanja kod dece .....	118
60. Žoberov sindrom .....	119
61. Tardivne diskinezije .....	120
62. Mesečarenje .....	120
63. Strahovi tokom spavanja .....	122
64. Spina bifida .....	123
65. Osećaj slabosti i nesvestice nakon barijatrijske hirurgije .....	125
66. Makroenzimi .....	126
67. Vardenburgov sindrom .....	127
68. Neurotransmiteri, neuromodulatori, neurohormoni i neuroaktivni peptidi .....	127
69. Kortizol .....	131
70. Elektrokonvulzivna terapija .....	133
71. Leteće mušice .....	134

72. Srpasta anemija i centralni nervni sistem .....	135
73. Cerebralne kavernozne malformacije .....	136
74. Histerija u drevnoj Grčkoj .....	137
75. Neistražena polja u neuronaukama – 50-godišnji plan .....	137
76. Verterov efekat .....	139
77. Diskriminacija na osnovu godina .....	139
78. Bes vs. agresija .....	141
79. Fibromijalgija .....	142
80. „Hronični ratnici“ .....	144
81. Gubitak kose od stresa .....	145
82. Dermatilomanija .....	146
83. Subakutni sklerozirajući panencefalitis .....	147
84. Hipnoza .....	148
85. Grupe farmakološki aktivnih supstanci koje dižu nivo serotonina .....	149
86. Autoimuni encefalitis .....	150
87. CADASIL .....	154
88. Kjari malformacija .....	154
89. Ulcerozni kolitis i Kronova bolest .....	156
90. Mikrodelecije .....	157
91. Neurohemija bola .....	158
92. Neuroteologija .....	159
93. Patološko laganje .....	161
94. Disleksija .....	162
95. Hipohondrija .....	163
96. Mikrocefalija .....	165
97. Sindrom deluzione pogrešne identifikacije .....	166
98. Levi vs. desni mozak .....	166

99. Muški vs. ženski mozak .....	171
100. Mizofonija .....	173
101. Pokret neurodiverziteta .....	174
102. Mukopolisaharidoza tipa III .....	175
103. Tikovi .....	176
104. Turetov sindrom .....	177
105. Agorafobija .....	179
106. Sindrom „Alise u zemlji čuda“ .....	180
107. Postkoitalna disforija .....	182
108. Serotoninski sindrom .....	183
109. Mentalni umor .....	184
110. Prokrastinacija – „Sve što možeš sutra ne ostavljaj za danas“ .....	186
111. Aspergerov sindrom .....	187
112. Tantrumi .....	188
113. Zanimljivosti iz neurologije i psihijatrije .....	189
114. Da li postoji razlika između hroničnih telesnih i hroničnih psihijatrijskih bolesti? .....	191
115. Zašto se vole kofein i nikotin? .....	192
116. Depresija u trudnoći i postpartalna depresija .....	193
117. Ataksija .....	195
118. Spinocerebelarne ataksije .....	197
119. Fobija vs. homofobija .....	200
120. Ehlers-Danlosov sindrom .....	203
121. Ajahuaska i DMT .....	203
122. Pigmentni retinitis .....	204
123. Farmakoterapija alkoholizma .....	205
124. Zašto anksiolitici posle nekog vremena prestaju da deluju? .....	206

125. Da li su inteligentniji ljudi anksiozniji? .....	207
126. Disgrafija vs. disleksija .....	208
127. Neverovanje u nauku .....	209
128. Sindrom hroničnog umora .....	210
129. Tripofobija – strah od Suđer Boba .....	211
130. Ludilo u dvoje .....	212
131. Pomoćna lekovita sredstva koja pomažu održavanju zdravlja nervnog sistema .....	213
132. Noćne more .....	215
133. Akinetopsija .....	216
134. Inaktivna forma toksoplazmoze i neurološki poremećaji .....	217
135. Autodestruktivno ponašanje; samouništavajuće ponašanje; indirektno samoubistvo .....	217
136. Sindrom „uspavane lepotice“ .....	219
137. Modafinil .....	220
138. Iritabilni kolon .....	221
139. Zašto se blokiramo na ispitu? .....	222
140. Redosled postupaka kod pacijenta u komi .....	223
141. Bolest studenata medicine .....	224
142. Sindrom sagorevanja na poslu – bolest zdravstvenih radnika .....	225
143. Oštećenja mozga u dijabetičkoj ketoacidozi .....	227
144. Patofiziologija akutnog vs. hroničnog stresa .....	227
145. Zašto mešamo desnu i levu stranu? .....	229
146. Zašto grickamo nokte? .....	230
O autorki .....	233

## Predgovor

Ideja za ovu knjigu je nastajala mesecima, kada me je situacija sa pandemijom podsetila da ljudima u našim krajevima nedostaje zdravstveno prosvetovanje. Taj edukativni proces je morao biti prilagođen načinu razmišljanja mlađih generacija, da informacije budu jasne, praktične, upakovane u 3-minutne video-klipove, sa gradacijom nivoa znanja od onog za obične pratiocce koji žele da saznaju, preko osoba koje imaju taj zdravstveni problem, do visoko naučnog nivoa znanja namenjenih studentima medicine i kolegama iz drugih oblasti medicine. Oblasti neurologije i psihijatrije su nekako oduvek bile zapostavljene, tumarajući od nivoa nedoumica, neistinitih ili poluistinitih informacija, do predrasuda i diskriminacije.

Poglavlja u ovoj knjizi neće biti organizovana po naučno-logičkim celinama, već će biti poređana u skladu sa zahtevima pratilaca, čiji je broj za četiri meseca postojanja kanala porastao na 20k (k – hiljada). Kako je rastao broj pratioca, pitanja koja su postavljali su bila sve zahtevnija i u stručnom i u naučnom smislu. Terminologija u klipovima

i u ovom vodiču je prilagođena terminologiji koju koristi mlađa generacija, te su mnogi poremećaji dati i sa svojim imenima i skraćenicama na engleskom jeziku.

Knjigu posvećujem svojoj porodici, pacijentima, mladim koleginicama i kolegama u regionu, pratiocima i svima onima koji žele nešto više da saznaju o ovim oblastima medicine, a nisu imali koga da pitaju.

@neurogoga