

(Schizophrenia)

एक प्रकार का पागलपन

सिज़ोफ्रेनिया (पागलपन) क्या है?

पागलपन एक गंभीर मानसिक विकार है यह मस्तिष्क के कामकाज का एक विकार है, जिसमें विचारों, अनुभूतियों, भावनाओं और व्यवहारों में असामान्यताएं पैदा होती हैं, जो व्यक्ति के दैनिक व्यावसायिक और सामाजिक कार्यप्रणाली और स्वयं की देखभाल को प्रभावित करती हैं। पागलपन एक असामान्य विकार नहीं है पारिवारिक इतिहास इस विकार के जोखिम को और बढ़ा देता है इस विकार की शुरुआत आमतौर पर किशोरावस्था या शुरुआती वयस्क काल में होती है, आमतौर पर यह विकार 8 से 35 वर्ष की उम्र के बीच, लगभग समान लिंग अनुपात में होता है।

इस विकार के क्या कारण हैं?

इस विकार के लिए एक भी स्पष्टीकरण नहीं है। फिर भी, ऐसी कई महत्वपूर्ण निष्कर्ष सामने आए हैं जो कि इस रोग के निदान से संबंधित हो सकते हैं। जैसा हमें यह ज्ञात है कि यह विकार आनुवांशिकी, मस्तिष्क विकृति, पदार्थों का दुरुपयोग, तनाव और विषम व्यक्तित्व से संबंधित है यह कैसे पता चलेगा कि इस महिला या पुरुष यह विकार है ?

यदि आपको अपने परिवार या मित्रों में निम्नलिखित लक्षण देखते हैं, तो वे इस स्थिति से पीड़ित हो सकते हैं इस दशा में उनका तुरंत डॉक्टर और मनोरोग विशेषज्ञों द्वारा मूल्यांकन करवायें।

1. मतिभ्रम (दुः स्वप्न)

ये ऐसी धारणाएं होती हैं जो वास्तव में मौजूद नहीं होती हैं, उदाहरण गैर विद्यमान आवाजों को सुनना, गैर-मौजूदा छवियों का दिखना इत्यादि

2. भ्रम

असत्य या गैर-विद्यमान, मान्यतायें जो असामान्य या विचित्र हो सकती हैं उन्हें सत्य मान लेना, जैसे कि उन्हें लगता है कि उन्हें सताया जा रहा है, उन्हें लगता है कि उन्हें नियंत्रित किया जा रहा है, एक सांसारिक घटना से जुड़े एक विशेष अर्थ का अनुभव करना।

3. विचारों का विकार

स्पष्ट सोच की योग्यता खो जाती है विचार बेतरतीब या विसंगत दिखाई दे सकते हैं रोगी बकवास करने लगता है या मूक बन जाता है

4. प्रेरणा का अभाव

मरीज के कई पहलुओं से अपनी इच्छा और प्रेरणा खो देते हैं (जिसमें अपनी स्वयं की देखभाल और स्वच्छता शामिल है), चीजों में रुचि खो देते हैं, और कम-काज में भी धीमे हो जाते हैं वे बेतरतीब रहते हैं और अपने काम को जारी रखने में भी सक्षम नहीं रहते हैं ।

5. अभिव्यक्ति या भावनाओं के अनुभव की क्षमता की हानि

जैसे मरीज अन्य की भावनाओं के साथ सहानुभूति नहीं रखते हैं, या फिर दूसरों के उदास होने पर हंसने लगते हैं ।

6. ये समाज से अलग रहना और एकाकि

जैसे कि रोगी का तेजी से हट जाना, पृथक, आत्म-केंद्रित और उदासीन होना है।

7. भावनात्मक दायित्व

रोगी अपनी भावनाओं को नियंत्रित करने में सक्षम नहीं रहता है भावनाएं अस्थायी होती हैं और जल्दी से बदलती रहती हैं

इसके उपचार क्या हैं?

औषधि उपचार मुख्य आधार और सबसे प्रभावी उपचार है। एंटी-मनोवैज्ञानिक दवा प्रभावी रूप से मतिभ्रम और भ्रम को कम कर सकती है, जो चिंता के स्तर को कम करती है, और जिससे धीरे-धीरे

मर्ज ठीक होता है। जब इससे बीमारी ठीक हो रही होती है, उस समय दवा की निरंतरता को बनाये रखना पड़ता है जिससे की इस बीमारी के वापस आने के जोखिम को कम किया जा सके ।

जब यह बीमारी नियंत्रण में होती है, तब मनोचिकित्सक मनोवैज्ञानिक उपचार, व्यावसायिक चिकित्सा विधान, परिवार को शिक्षित करना या अन्य उपचारों की व्यवस्था कर सकते हैं , जिससे की रोगी को समाज में पुनः सम्मिलित किया जा सके ।

परिवार साइजोफ्रेनिया (पागलपन) वाले मरीजों की देखभाल कैसे कर सकता है?

1. रोगी को दवा लेने और नियमित रूप से चिकित्सा विधानों में भाग लेने लिए प्रोत्साहित करें ताकि वो ठीक हो सकें और इस रोग की पुनरावृत्ति को कम किया जा सके।
2. इस रोग के पुनरावृत्ति के शुरुआती लक्षणों जैसे कि चिंता, अनिद्रा, भूख लगने में बदलाव, दिलचस्पी न लेना, सामाजिक वातावरण से हट जाना, उदास मनोदशा, छिड़ा हुआ महसूस करना बेहद दयनीय होने पर छेड़छाड़ या हर समय बुरी तरह से आग्रह करते रहना
3. शांत रहें रोगी के लक्षणों और व्यवहारों के लिए उनसे बहस न करें या उनको गंभीरता से मत लें रोगी के मतिभ्रम या भ्रम की सत्यता के बारे में उसके साथ बहस न करें, लेकिन उसे इन लक्षणों को भुलाने में उसकी मदद करें । मरीज को उन कार्यों को करने के लिए प्रोत्साहित करें जिसमें वे रुचि रखते हैं।
4. मरीजों से सरल और सीधे तरीके से बात करें। उन्हें सुने और प्रोत्साहित करें, विशेष रूप से उनके सकारात्मक परिवर्तन और सुधारों को उन्हें बतायें । नींद, काम और रुचि के हिसाब से उनके लिये एक संरचित समय सारिणी निर्धारित करें इन कामों को करने के लिये कुछ लचीलापन और व्यक्तिगत छूट की अनुमति दें
5. अपने सामाजिक जीवन को बढ़ाने के लिए रोगी को सामाजिक पुनर्वास सेवा में भाग लेने के लिए प्रोत्साहित करें ।
6. देखभाल करने वालों को भी अपने मानसिक स्वास्थ्य की देखभाल करनी चाहिए, उदाहरण के लिए उन्हें अपने स्वयं के विश्राम और व्यक्तिगत कामों के लिए समय निकालना चाहिये