

Obsessive-Compulsive Disorder

ابسیسیو-کمپلسیو-ڈسآرڈر یعنی خبط آمیز اجباری رد عمل

OCD خبط آمیز اجباری رد عمل کی ہے؟

OCD دی خاصیت اے ہے کہ، سوچ، خیالات، اور مریض دی دبی خواہشات، مریض دے زہن وچ بار بار اوندے نے مریض نوں پریشان کردے نے۔ اگرچہ مریض اے جاندے کہ اے سب خیالات بے معنی نے یا بے تکرارے، انہاں لئی اس توں چھٹکارا پانا بہت مشکل ہوندا ہے۔ تکلیف دور کرن لئی، بندہ اک کام بار بار کردا ہے (مثلاً بار بار چیک کرنا یا ہتھان نوں دھونا) یا دماغی کام (مثلاً ایک الکی نمبر بار بار زہن وچ دھرانا)۔ کیونکہ زیادہ تر وقت بار بار انہاں کماں نوں کرن وچ لگدا ہے، اے OCD مریض دی زندگی وچ شدت نال اثر انداز ہوندی ہے اور بے شمار پریشانیاں پیدا کردی ہے۔

OCD دی بیماری دی کی وجہ ہے؟

(1) جینیاتی عوامل

جس بندے دے والدین یا بہن بھائیاں نوں OCD دا مرض ہے، انہاں نوں ایس بیماری ہون دا خدشہ زیادہ ہے۔

(2) حیاتیاتی عوامل

تشخیص نال پتہ لگیا ہے کہ OCD دا تعلق سیروٹین دے گھٹ لیول نال، اور دماغ وچ بیٹل-فرنٹل کور-ٹیکس اور بازل گنگلیا دی خرابی دی وجہ نال ہے۔

(3) نفسیاتی عوامل

جیڑے لوک جلدی پریشان ہوندے نے، پرفیکشنسٹ یعنی کمال پرست، ہر شے صاف ستھری رکھن نوں ترجی دی ندے نے، OCD دا شکار ہوسکدے نے۔

میںوں کج پتہ لگے اگر میںوں OCD ہے؟

اگر تسان نوں کاردا تالہ چیک کرندا، یا انفلوئنزے دے سیزن وچ ہاتھ معمول توں زیادہ وار دھونے تجربہ ہے، اس دا مطلب قطعی نہیں کہ تو انوں OCD ہے۔

البتہ، اگر تو اڈھے وچ مندرجہ ذیل وچوں 1 یا زائد خبط یا جنون اتنا ہے کہ تسی پریشان ہوجاندے ہو اور دن وچ 1 گھنٹے نالوں زیادہ انہاں سوچاں اور کماں وچ ضائع ہوجاندے، تو اڈی روزمرہ دی زندگی (مثلاً نوکری، اسکول، سماجی زندگی) تے اثر پیندا ہے، فیر شاید تو انوں OCD دا مرض ہے۔ تو انوں پیشہورانہ طبی امداد حاصل کرنی چاہی دی ہے۔

(1) جنون

جنون ایسی سوچ، خواہش یا سوچ ہوندیاں نے جیڑیاں مسلسل بندے دے زہن وچ آوندیاں نے (مثلاً دوسرے لوکاں کولوں جراثیم لگن دا ڈر، دوسریاں نوں نقصان پہنچانے دا خوف، حادثے دا باعث بڑنے دا ڈر)، جس وجہ نال پریشانی اور تکلیف دا شکار ہوندے نے۔

(2) مجبوری یا خبط

بار بار اک کام کرنے دا خبط یا مجبوری (ہاتھ دھونا، چیزاں اک مخصوص انداز نال رکھنا، چیک کرنا) یا زہنی فعل (مثلاً دعا مانگنا، حساب کرنا، بار بار کوئی لفظ یا جملہ دہرانا)، مریض جنون توں مجبور

ہو کہ بار بار کر داہے۔ ان سب دا مقصد ڈریا تکلیف نوں دور کرنا ہے۔

OCD دا علاج کی ہے؟

OCD دے علاج وچ دوائیاں اور نفسیاتی تھراپی شامل ہے۔ زیادہ تر لوکاں نوں دونوں طریقے دا علاج ملدا ہے تاکہ زیادہ فائدہ حاصل ہو سکے۔

(1) دوائیاں نال علاج

زیادہ تر کیساں وچ، سیلیکٹوسیروٹونینروپٹیکانہیبیٹرز (SSRIs) یا ٹرائی سایکلیک اینٹیڈیپریسنٹ (TCA) دوائیاں دیتیاں جاندیاں ہے۔ ضرورت پوے تے ٹرینکلانزرز وی دیندے ہے۔

(2) نفسیاتی تھراپی

کونگنائٹیو بیہیویر تھراپی گھبراہٹ یا اضطراب دی ترتیبی اور اگروفوبیا دی بیماری دامؤثر علاج ہے۔ اس وچ، مریض نوں آہستہ آہستہ خوف تے قابو پاڑا سکھایا جاندے ہے۔ مریض نوں اپنے آپ نوں پرسکون کرنے دیاں مشقاں سکھایاں جاندیاں ہے۔ مریض دا پابندی نال تھراپی کرانا اور اس دے گھرا لیاں دی شمولیت، مریض دے علاج لئی بہت ضروری ہے۔