earlypsychosis.ca

Fraser Early Psychosis Intervention Program

साएकोसिस (मनोविकृति) क्या है ?
What is Psychosis?

साएकोसिस Psychosis (मनोविकृति) शब्द उन अवस्थाओं की व्याख्या करता है जो दिमाग पर ऐसे असर डालती हैं कि इस में व्यक्ति का असलियत से नाता कुछ हद तक टूट जाता है some loss of contact from reality।

जब कोई साएकोसिस के लक्षणों का अनुभव करता है तो उस अवस्था को साएकोसिस का दौरा कहते हैं। Early psychosis या साएकोसिस का पहला दौरा First-episode psychosis सिर्फ यह समझाते हैं कि व्यक्ति पहली बार साएकोसिस के लक्षणों को महसूस कर रहा है।

साएकोसिस व्यक्ति की सोच, भावनाओं और व्यवहार में तबदीली लाता है। साएकोसिस का अनुभव हर व्यक्ति के लिए अलग अलग होता है ओर दो व्यक्ति जो साएकोसिस का अनुभव कर रहे हों उन के लक्षण बिल्कुल अलग होते हैं।

साएकोसिस किसे होता है ? Who gets psychosis?

- लगभग 3% लोगों को अपनी जिन्दगी में कभी न कभी साएकोसिस का दौरा पड़ सकता है।
- साएकोसिस आदमियों और औरतों में एक समान होता है।
- साएकोसिस का पहला दौरा आमतौर से नौजवानों में टीनऐज (किशोर अवस्था) के आखिर से लेकर पच्चीस-छब्बीस सालों तक हो सकता है।
- साएकोसिस हर समाज और सभ्यता में होता है।

साएकोसिस के दौरे के तीन दौर होते हैंः There are three phases to a psychotic episode:

1 पूर्व लक्षण पड़ाव
(Prodromal Phase)

अगर हम साएकोसिस होने से पहले (before) के समय पर नज़र डालें तो देखा जाएगा कि उस समय में अकसर सोच, भावनाओं, बोध और व्यवहार में तबदीली आती है और इन पहली तबदीलियों को पूर्व लक्षण कहा (prodromal symptoms) जाता है।

पूर्व लक्षण हर व्यक्ति में अलग-अलग होते हैं और कुछ लोग यह पूर्व लक्षण अनुभव ही नही करते हैं। यह पूर्व लक्षणों का पड़ाव हर किसी में अलग अलग होता है आमतौर पर इसकी अवधि कुछ महीनों की होती है।

कुछ आम पूर्व लक्षण यह हैं ः

- ध्यान कम लगना
- कुछ करने का मन न करना, उत्साह और ताकत में कमी
- उदास रहना
- नींद में गड़बड़ होना
- घबराहट होना
- लोगों से न मिलना
- शक करना
- रोज़मर्रा के काम न कर सकना (जैसे कि स्कूल और काम पर न जा सकना)
- चिड़चिड़ापन

2. गंभीर हालत का पड़ाव
(Acute Phase)

इस गंभीर हालत के पड़ाव में साएकोसिस के आम लक्षण नज़र आने लगते हैं।

इन लक्षणों को निश्चित और नकारात्मक में अक्सर बाँटा जाता है।

निश्चित लक्षण Positive Symptoms

इन लक्षणों को निश्चित इसीलिए कहते हैं क्योंकि यह व्यक्ति की रोज़मर्रा की ज़िन्दगी में भागी होते हैं या दख़ल डालते हैं। कुछ निश्चित लक्षण इस प्रकार हैं।

वहम Delusions

यह उन झूठे विश्वासों को कहते हैं जो मनुष्य को सत्य लगते हैं और वह उसके सांस्कृतिक माहौल के साथ मेल नहीं ख़ाते। यह विश्वास उसके लिए बहुत अहम होते हैं पर बाकी लोग उन्हें मान्यता नही देते।
कुछ आम वहम यह हैं

- कोई उनका पीछा कर रहा है और उनके ऊपर निगाह रख रहा है।
- कोई उनके ख़िलाफ साजिश रच रहा है।
- उनके पास कुछ ख़ास योग्यता या शक्तियाँ हैं।
- कुछ गानें या शब्द गुप्त संदेश दे रहे है।
- उन्हें कोई ताकत या कोई इन्सान काबू में रख रहा है।
- उनके विचारों को प्रसारित किया जा रहा है और सब उन्हें सुन सकते हैं।

मतिभ्रम Hallucinations

इस में व्यक्ति ऐसी चीज़ें देखता, सुनता, सूँघता और स्पर्श महसूस करता है जो वहाँ असलियत में होती नहीं। सब से आम मतिभ्रम आवाजें सुनना होता है।

अस्त व्यस्त बोली या व्यवहार Disorganized speech or behaviour

साएकोसिस से ग्रस्त लोगों की बोली अस्त-व्यस्त हो सकती है। ये लोग जल्दी ही बातचीत का विषय बदल लेते हैं या उनकी बोली ऐसी हो सकती है कि बिल्कुल समझ ही न आए। उनका व्यवहार भी अस्त-व्यस्त (अज़ीब) हो सकता है। रोज़ का काम करने में इनको दिक्कत आ सकती है जैसे कि सफाई रखना या फिर खाना पकाना। ये लोग गल्त भावनाओं का प्रदर्शन करते हैं (जैसे कि दुख की बात पर हँसना)।

नकारात्मक लक्षण Negative symptoms

नकारात्मक लक्षण व्यक्ति के कार-विहार में आई गिरावट का पता बताते हैं। यह लक्षण आमतौर पर निश्चित लक्षणों से कम ज़ाहिर होते हैं। इनका निरीक्षण भी बहुत ध्यान से करना पड़ता है कि यह सच में साएकोसिस के लक्षण ही हैं या फिर यह किसी और कारण से हैं या कुछ और हैं (जैसे कि उदास मूड के चिन्ह या फिर किसी दवाई के बुरे असर)।

नकारात्मक लक्षणों के कुछ उदारहण यह हैं ः

- भावनाओं को कम प्रकट करना।
- ज़्यादा न बोलना।
- सोचने या विचार करने में कठिनाई आना।
- काम शुरू करने में परेशानी आना।
- उत्साह में कमी होना।

गंभीर हालत में साएकोसिस के लक्षणों के साथ-साथ और लक्षण या परेशानियाँ होना एक आम बात है। ऐसी ही कुछ परेशानियों के उदारण ये हैं ः

- उदासी
- व्याकुलता
- आत्महत्या के विचार या व्यवहार
- नशे करना।
- काम करने में मुश्किल आना।
- नींद में परेशानी आना।

3. ठीक होने का दौर।

Recovery Phase

साएकोसिस का इलाज हो सकता है... और तन्दुरूस्ती की आस की जा सकती है।
Psychosis is **Treatable**…
Recovery is **Expected**

साएकोसिस का इलाज हो सकता है। ठीक होने की उम्मीद की जा सकती है।

उचित इलाज के साथ, बहुत से लोग साएकोसिस के पहले दौरे से ठीक हो जाते हैं। एक बार साएकोसिस पर दवाईयों का असर हो जाए तो उदासी, व्याकुलता, समाज में ठीक तरह से काम न कर पाना और आत्मविशवास

की परेशानियों पर ठीक होने वाले समय के दौरान काम किया जा सकता है। इस समय में काम ढूँढ़ने, स्कूल जाने में और बाकी ज़िम्मेवारियाँ निभाने में मदद की ज़रूरत पड़ सकती है।

यह ठीक होने का दौर व्यक्ति-व्यक्ति पर निंभर करता है। इस दौरान कामकाज में कितना सुधार आएगा और यह कितना समय लगे, इस में भी अन्तर होता है। कुछ लोग साएकोसिस से बहुत जल्दी ठीक हो जाते हैं और उसके बाद अपनी रोज़मर्रा की ज़िन्दगी और ज़िम्मेवारियों में वापिस चले जाते हैं। और लोगों को ऐसा करने में ज़्यादा समय लग सकता है।

पहले दौरे के बाद बहुत से लोगों को दूसरा दौरा जिसको रीलैप्स कहते हैं कभी नही पड़ता। पर अगर दवाईयाँ और
इलाज समय से पहले बन्द कर दिया जाए तो फिर बिमार होने का ख़तरा बढ़ जाता है।

विल्कुल ठीक होने के लिए अच्छी तरह से इलाज होना बहुत ज़रूरी है।

साएकोसिस होने का निंधारण करना। Diagnosing Psychosis

साएकोसिस बहुत से दिमागी और शारीरिक रोगों से जुड़ा हुआ है। साएकोसिस से संम्बनधित कुछ आम लक्षण निम्नलिखित हैं ः

- सक्ज़ोफरेनिया Schizophrenia
- सक्ज़ोफरेनिफोर्म रोग Schizophreniform Disorder
- छोटे अविधि वाला रीऐकटिव साएकोसिस का रोग Brief Reactive Psychosis
- बाएपोलर रोग Bipolar Disorder
- साएकोसिस से होने वाली उदासी (साएकोटिक डिपरैशन) Psychotic Depression
- सक्ज़ोअफैटिव रोग Schizoaffective Disorder.

ऐसे और भी कुछ रोग हैं जिन में साएकोसिस हो सकता है।

कई बार कुछ विशेष तरह के निरीक्षण से जैसे कि दिमाग के स्कैन करने से या दिमागी किया का निर्धारण करने से assessment of cognitive functioning साएकोसिस होने का बेहतर निंणय लिया जा सकता है और यह तब किया जाता है जब लगता है कि निंणय लेने में मदद मिल जाएगी।

यह फैसला लेने में कि किस व्यक्ति को कौनसे तरह का साएकोसिस का रोग है, उसके लक्षणों का काफी महीनों तक निरीक्षण करना पड़ता है यही कारण है कि यह निंधारित करने में कुछ समय लग सकता है।

12/7/2004