प्रारंभिक मनोविकृति

हाल के वर्षों में लोक शिक्षा में सतत प्रयासों से, शीघ्र मानसिकता के प्रति जागरूकता बढ़ रही है। प्रारंभिक मनोविकृति असामान्य मानसिक स्थिति है, जिसकी विशेषता भ्रम, मतिभ्रम और अव्यवस्थित वाणी होती है। यह हालत किशोरों और युवकों के बीच ज़्यादा प्रचलित है। अगर इसका इलाज नहीं किया जाए, तो इससे गंभीर मानसिक बीमारी हो सकती है। अध्ययनों से पता चला है कि जल्दी पहचान और इलाज से बेहतर परिणाम मिलते हैं। तथापि, इलाज में देरी होने से हालत बिगड़ जाएगी और रोग का निदान ख़राब होता जाएगा। इसके परिणामस्वरूप गंभीर जटिलताएँ और अपरिवर्तनीय नुक़सान हो सकते हैं। अगर आप देखते हैं कि आपके परिवार के किसी सदस्य या दोस्त की मानसिक हालत असामान्य है, तो उसे यथाशीघ्र मानसिक सहायता लेने के लिए प्रोत्साहित करें। उचित उपचार से स्वास्थ्य-लाभ और सामान्य जीवन शुरू करने की संभावना में वृद्धि होगी।

Copyright © 2018 Hospital Authority. All rights reserved

1. प्रारंभिक मनोविकृति क्या है?

प्रारंभिक मनोविकृति असामान्य मानसिक स्थिति है, जिसके साथ अकसर भ्रम, मतिभ्रम और अव्यवस्थित वाणी भी होती है। प्रारंभिक मनोविकृति से पीड़ित लोगों के विचार, भाव और भावनाएँ अकसर वास्तविकता से दूर होती हैं। अगर प्रारंभिक मनोविकृति की पहचान शुरू के चरणों में और इलाज ठीक तरीके से होता है, तो इसके द्वारा पैदा की जाने वाली अक्षमता को न्यूनतम किया जा सकता है और गंभीर जटिलताओं के विकास की रोकथाम हो सकती है।

2. प्रारंभिक मनोविकृति के प्रति कमज़ोर कौन होते हैं?

यह हालत किसी भी आयु समूह के लोगों को प्रभावित कर सकती है, और हांग कांग की जनसांख्यिकीय बनावट संकेत करती है कि हर साल प्रारंभिक मनोविकृति के 1,300 नए मामले सामने आते हैं।

फ़ुटनोट:

1. अनुमान है कि प्रारंभिक मनोविकृति (उन व्यक्तियों का प्रतिशत जो इस मानसिक स्थिति का अनुभव कर रहे हैं या जिन्होंने अनुभव किया है) की वैश्विक घटनाएँ 1% हैं।
2. ऐसा अनुमान है कि वार्षिक रूप से हर 10,000 लोगों में इसके 5 मामले (यानी हर साल हर 10,000 लोगों में 5 नए मामले) होते हैं।

3. जल्दी पहचान और हस्तक्षेप करने का महत्व क्यों है?

अंतर्राष्ट्रीय और स्थानीय अध्ययनों के साक्ष्य दिखाते हैं कि इस मनोविकृति की प्रारंभिक महत्वपूर्ण अवधि के दौरान शीघ्र पहचान और गहन व्यापक हस्तक्षेप से बेहतर परिणाम मिल सकते हैं।

प्रारंभिक मनोविकृति के लिए शीघ्र हस्तक्षेप सेवा का लक्ष्य मृत्यु कम करके और विकृति की प्रगति और बिगड़ने की रोकथाम करके और तनाव, रुग्णता, कॉमोर्बिडिटी, विकलांगता और रोग की जीर्णता के रूप से संबंधित लागत को कम करके रोग निदान में सुधार करना है। इलाज तब ज़्यादा प्रभावी होता है, जब प्रारंभिक मनोविकृति की पहचान इसके शुरू के चरण में हो जाती है। इसके अलावा, इलाज कम दर्दनाक होगा, और इसकी संभावना ज़्यादा होगी कि रोगी पूरी तरह स्वास्थ्य-लाभ कर लेगा और सामान्य जीवन शुरू कर सकेगा।

Copyright © 2018 Hospital Authority. All rights reserved

दूसरी ओर, अगर इसकी पहचान और इलाज में देरी होती है, तो रोगी की हालत मानसिक बीमारी में विकसित हो सकती है, जिसके लिए लंबे समय तक इलाज करने की ज़रूरत होगी। इस बात की भी ज़्यादा संभावना है कि रोगी नकारात्मक लक्षण प्रदर्शित करेंगे, जिससे उनके लिए स्वास्थ्य-लाभ के बाद सामान्य जीवन शुरू करने में मुश्किल होगी।

Copyright © 2018 Hospital Authority. All rights reserved

4. प्रारंभिक मनोविकृति के कारण क्या हैं?

प्रारंभिक मनोविकृति का मतलब लक्षणों का समूह या असामान्य मानसिक स्वास्थ्य हालत होता है। इन लक्षणों के विभिन्न कारण हो सकते हैं, जैसे नींद का अभाव, अन्य शारीरिक स्थितियाँ, अल्कोहल और नशीली दवाओं का सेवन और मस्तिष्क की क्षति। प्रारंभिक मनोविकृति अपने आपमें निदान नहीं है, बल्कि ऊपर उल्लेख किए गए लक्षणों को शामिल करने वाला नैदानिक सिंड्रोम है।

5. प्रारंभिक मनोविकृति के लक्षण कैसे पहचाने जा सकते हैं?

प्रारंभिक मनोविकृति के लक्षणों में शामिल हैं:

1. अव्यवस्थित वाणी

   बेतुका और अव्यवस्थित भाषण, जो दूसरे लोगों की समझ से बाहर हो।

2. भ्रम

   झूठा और फिर विश्वास, जो वास्तविकता से दूर हो। उदाहरण के लिए, कोई व्यक्ति दृढ़ता से विश्वास कर सकता है कि उस पर बारीकी से नज़र रखी जा रही है और/या उसे परेशान किया जा रहा है।

3. मतिभ्रम

   ऐसी धारणा, जो किसी बाहरी प्रेरणा से संबंधित न हो। व्यक्ति ऐसी वस्तुओं को देख या महसूस करता है, जो मौजूद नहीं है या काल्पनिक आवाज़ सुन सकता है और उन्हें वास्तविक मान सकता है।

4. प्रारंभिक मनोविकृति के अन्य लक्षण

   खुद की उपेक्षा, सामाजिक अलगाव और खुद में सिमटना, और काम या पढ़ाई के लिए अभिप्रेरणा की कमी।

Copyright © 2018 Hospital Authority. All rights reserved

6. प्रारंभिक मनोविकृति की जाँच और निदान कैसे करें?

प्रारंभिक मनोविकृति का निदान मुख्य रूप से डॉक्टर या संबंधित पेशेवरों (उदाहरण के लिए, नैदानिक मनोवैज्ञानिक) द्वारा परामर्श पर आधारित होता है, जो रोगी या उसके परिवार के दृष्टिकोण से रोगी के निजी मामलों के बारे में पूछताछ करेंगे या परिवार का चिकित्सा रिकॉर्ड देखेंगे। यह प्रक्रिया सरल और पूरी तरह से गोपनीय होती है। अगर डॉक्टर को संदेह होता है कि लक्षणों के कारण अन्य शारीरिक स्थितियाँ हैं, तो स्वास्थ्य परीक्षणों की सिफ़ारिश की जाएगी। सामान्य शब्दों में, यह निर्धारित करने के लिए रोगी पहले आम डॉक्टर की राय ले सकता है कि क्या आगे के निदान और इलाज के लिए मनोचिकित्सक या मनोवैज्ञानिक के पास रैफ़र किए जाने की ज़रूरत है।

वैकल्पिक रूप से, रोगी या रोगी का परिवार या दोस्त या स्वास्थ्य-सेवा कार्यकर्ता EASY (मानसिकता वाले लोगों के लिए शीघ्र मूल्यांकन सेवा) से संपर्क कर सकते हैं, जिसके पास हॉटलाइन (2928-3283) के द्वारा खुली और सीधी रैफ़रल प्रणाली है या वे वेबसाइट (http://www3.ha.org.hk/easy/eng/help.html) पर जा सकते हैं।

अगर स्थिति गंभीर होती है, तो रोगी अस्पताल में सीधे A&E से सहायता ले सकते हैं। इसके अलावा, सरकार और कुछ सार्वजनिक संगठन भी पेशेवर निदान और फ़ॉलो-अप के साथ लोगों के लिए संबंधित सेवा योजनाएँ प्रदान करते हैं।

7. प्रारंभिक मनोविकृति के इलाज क्या हैं?

प्रारंभिक मनोविकृति के लिए इलाज की दो प्रमुख विधियाँ हैं: औषधीय और मनो-सामाजिक।

<u>औषध-प्रभाव-विज्ञान</u>

इलाज की अन्य विधियों की तुलना में प्रारंभिक मनोविकृति के इलाज और इसकी वापसी की रोकथाम के लिए दवाएँ ज़्यादा मूलभूत भूमिका निभाती हैं। यह मानसिक लक्षणों को, और साथ ही उनके साथ जुड़े आशंका और अवसाद के लक्षणों को प्रभावी ढंग से कम कर सकती हैं। जिन लोगों का इलाज शुरू के चरण में होता है, उन्हें अपेक्षाकृत रूप से दवाओं की छोटी ख़ुराक की ज़रूरत होती है, जिससे बेहतर ढंग से स्वास्थ्य-लाभ हो पाता है।

Copyright © 2018 Hospital Authority. All rights reserved

मनोसामाजिक

प्रारंभिक मनोविकृति के शुरू के चरण के दौरान रोगियों को समर्थन प्राप्त करने और अपनी चिंताओं को साझा करने के लिए दूसरे लोगों के सहारे की ज़रूरत होती है। उन्हें उन लोगों के साथ भी बात करने की ज़रूरत होती है, जो उनकी समस्याओं का समाधान करने में मदद करेंगे। यही कारण है कि प्रारंभिक मनोविकृति के इलाज में मनोसामाजिक हस्तक्षेप इतना महत्वपूर्ण होता है। रोगियों की स्थिति के विशिष्ट चरण पर उनकी विभिन्न ज़रूरतों को पूरा करने के लिए समर्थक परामर्श और मनोवैज्ञानिक हस्तक्षेप के विभिन्न रूप तैयार किए जाते हैं। निजी और समूह मनोचिकित्सा दोनों का इस्तेमाल किया जा सकता है। उपचार की अंतर्निहित अवधारणाओं को रोगियों के दैनिक जीवन में एकीकृत किया जा सकता है, ताकि उनके स्वास्थ्य-लाभ में सहायता की जा सके। उदाहरण के लिए, रोगियों को अपनी पढ़ाई या काम पर लौटने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है, जहाँ वे और लोगों के साथ बातचीत कर सकें और वास्तविकता के संपर्क में रह सकें। ये सेवाएँ बहु-विषय टीम द्वारा प्रदान की जा सकती हैं, जिनमें मनोचिकित्सक, हस्तक्षेप अधिकारी, मनोवैज्ञानिक, पेशे-संबंधी चिकित्सक, चिकित्सा सामाजिक कार्यकर्ता और साथ ही सामाजिक कार्यकर्ता और स्वास्थ्य-सेवा कर्मी शामिल होते हैं, जो विभिन्न सामुदायिक गैर-सरकारी संगठन सेवाओं से आते हैं।

मानसिकता के अपने पहले प्रकरण से स्वास्थ्य-लाभ के लिए परिवार और दोस्तों से समर्थन और प्रोत्साहन सबसे ज़्यादा महत्वपूर्ण होता है। प्रारंभिक मनोविकृति के शुरू के चरण वाले ज़्यादातर रोगियों का इलाज बाहरी रोगी के रूप में किया जाता है और उन्हें अस्पताल में भर्ती करने की ज़रूरत नहीं होती। समुदाय में रहकर इलाज करवाने से उन्हें अपने परिवार के सदस्यों और दोस्तों से समर्थन और प्रोत्साहन का लाभ मिलता है, और इससे स्वास्थ्य-लाभ में मदद मिलती है। साथ ही, वे बाहरी रोगी क्लीनिक में अपनी हालत के बारे में और ज़्यादा जान सकते हैं और नियमित आकलन प्राप्त कर सकते हैं। तथापि, प्रारंभिक मनोविकृति के कुछ रोगियों को विस्तृत आकलन और गहन हस्तक्षेप के लिए अस्पताल में भर्ती होने की ज़रूरत हो सकती है। अस्पताल की व्यवस्था उन्हें ज़्यादा आरामदायक और विश्राम का परिवेश प्रदान करती है, जिसमें वे सुरक्षा और स्थिरता की ज़्यादा मज़बूत भावना महसूस कर सकते हैं।

Copyright © 2018 Hospital Authority. All rights reserved

8. प्रारंभिक मनोविकृति के कारण क्या हैं?

प्रारंभिक मनोविकृति के साथ अन्य मानसिक स्वास्थ्य स्थितियाँ भी हो सकती हैं जैसे पागलपन, उन्माद और भ्रम विकार, आदि।

9. प्रारंभिक मनोविकृति के रोगी की देखभाल कैसे करें?

व्यापक इलाज होने और परिवार के सदस्यों और दोस्तों से समर्थन प्राप्त करने के साथ-साथ, खुद रोगियों को भी मुख्य भूमिका निभानी होती है। उन्हें अपने इलाज की योजनाओं में सक्रियता से भागीदारी करनी चाहिए, प्रारंभिक मनोविकृति और इसकी स्वास्थ्य-लाभ की प्रक्रिया के बारे में ज़्यादा जानना चाहिए, और यह समझना चाहिए की सामान्य जीवन फिर से शुरू करने के लिए वे खुद की मदद कैसे कर सकते हैं। इसलिए उन्हें मनोरोग पेशेवरों की साझेदारी में अपने खुद के इलाज की योजना बनानी चाहिए। अनेक बार, प्रारंभिक मनोविकृति निजी, सामाजिक, शैक्षणिक या पेशे-संबंधी सहित उनके विकास के विभिन्न पहलुओं को प्रभावित कर सकती है। इसलिए इसके विवरण पर विचार करना महत्वपूर्ण है कि वे अपनी सामान्य पढ़ाई या कैरियर को फिर से कैसे शुरू करेंगे, और साथ ही यह कि वे अपनी हालत से पैदा हुए चिंताओं और तनाव को कैसे संभालेंगे। इसके बाद मनोरोग पेशेवर उन्हें संबंधित पेशेवर सलाह प्राप्त करने के लिए प्रोत्साहित करते हुए, उनके अधिकारों और ज़िम्मेदारियों को समझने में मदद करेंगे।

Copyright © 2018 Hospital Authority. All rights reserved