

اند تشار ذہنی اب تداہی

کی اند تشار ذہنی اب تداہی بدولت، کی کشوشوں مسلسل میں تعلیم عوامی میں برسوں حال یہ وسوسوں، جو بے مرض ذہنی معمول خلاف ایک اند تشار ذہنی اب تداہی ہے۔ ہوا اضافہ میں آگاہی زیادہ میں جوانوں اور نوجوانوں حالت یہ ہے۔ حامل کا خصوصیات کی گفتگو غیر منظم اور وابہوں، ہے۔ سکتی بن سبب کا مرض ذہنی شدید دہت و جائے، کی یا نہ علاج آگ رہے۔ ہوئی پھیلی ہیں۔ کرتے فراہم نہ تائج بہتر علاج، اور لگاتار پتہ میں اب تداہی ہے چلتا پتہ سے مطالعے سبب کا آگاہی پیش ناقص کی مرض اور گی جائے ہو بدتر حالت سے تاخیر میں علاج تاہم، نکل میں صورت کی نقصان ازالہ ناقابل اور پیچیدگیوں سنگین نتیجہ کا اس گاہی نے جلدت و کریں، نوٹ و حالات ذہنی معمول خلاف میں دوست یا رکن خاندانی اپ نے آپ آگ رہے۔ سکتا یاہی صحت علاج مناسب کریں۔ افزائی حوصلہ کی ان لئے کے کرنے تلاش امداد ہی جلد از گاہی کے اضافہ میں موقع کے کرنے شروع دوبارہ کی زندگی کی معمول اور

1. ہے؟ کیا ان تشار ذہنی اب تداہی

غیر منظم اور وابہ، و سوسے، اک ٹر جو ہے مرض ذہنی معمول خلاف ایک ان تشار ذہنی اب تداہی اور جذبات خیالات، کے لوگوں میں ان تشار ذہنی اب تداہی ہے۔ ہوتا حامل کاگ ف تگو ہی میں اب تداہی ان تشار ذہنی اب تداہی اگر رہیں۔ ہوتے کے رہت سے حقہ وقت اک ٹر احساسات کم سے کم کے وقت کا ص ان تو ہے، جاتا کہ یا علاج سے طریقے مناسب اور ہے جاتا ہونہ شاذ ذہنی سے ہونے پر یادا پچیدگی یاں سذگیں اور رہیں ہن تے سبب کا اس جو ہے سک تاہو ممکن کرنا ہیں۔ روکتے

2. ہیں؟ حاس زیادہ سے سبک و ن تہیں کے ان تشار ذہنی اب تداہی

کی کانگ ہانگ اور ہے، سکتی کر مٹا کر و اف راد کے گروپ کے عمر بہی کی سی حالت یہ سال پر کہ ہے کرتی شاذ ذہنی تعداد آب ادیاتی 1,300 مریض کے ان تشار ذہنی اب تداہی نئے ہیں۔ ہوتے

حاشیہ زیریں

1. رہے گزر سے حالات ذہنی اس جو فیصد کی اف راد) واقعات عالمی کے ان تشار ذہنی اب تداہی کا ان (ہیں چکے گزر یہاں ہیں 1 ہے۔ گ یا لگایا اندازہ کا ہونے %
2. کے واقعات سالانہ کے مریضوں نئے 10,000 سے میں 5 گ یا لگایا اندازہ کا ہونے مریض سال پر جیسے) ہے 10,000 میں اف راد 5 (مریض نئے

3. ہے؟ ضروری کیوں مداخلت اور لگانا سراغ میں اب تداہی

آغاز کے امراض نفسیاتی کہہ رہیں کرتے تجویز یہ ٹ بوت سے مطالعات مقامی اور الاقوامی بین ن تائج بہتر مداخلت جامع ان تہائی اور لگانا پ تہا تداہی دوران کے مدت نازک اب تداہی ہعد کے ہے۔ ہوتی منسلک سے

عارضہ اور کمی میں اموات مقصد کا خدمت کی مداخلت اب تداہی لے کے ان تشار ذہنی اب تداہی مشد ترک بہ گار، کے مرض تکلیف، اور مدد کی روک نے کے ہونے بہتر حالات یارفت پیش کی تشخیص سے لانے کمی میں اخراجات منسلک ساتھ کے شکل دائمی کی مرض اور معذوری امراض، ل یا لگایا سراغ ہی میں مرحلے اب تداہی کا ان تشار ذہنی اب تداہی اگر رہے۔ کرنا بہتری میں مرض گ، جائے ہودہ تکلیف کم تجربہ کا علاج بہرآن، مزید ہے۔ جاتا ہو مؤثر زیادہ علاج تو ہے جاتا زیادہ کا کرنے شروع دوبارہ زندگی کی معمول اور ہونے یاب صحت پر طور مکمل کے مریض اور

ہے۔ امکان

ذہنی ایک حالت کی مریض تو ہے، جاتی کی تاخیر میں علاج اور لگائے سراغ اگر جاذب، دوسری
ہے امکان یہ بھی یہ گئی۔ ہو ضرورت کی علاج مدت کی طویل لٹے کے جس ہے سکتی بد دل میں مرض
دوبارہ کی زندگی کی معمول اپنی بعد کے یہ ابھی صحت جو کئے ظاہر علامات منافی مریض کے
ہے۔ سکتا نام مشکل کرنا شروع

4. ہین؟ ک یا اسباب کے اند تشار ذہنی اب تداہی

ان ہے۔ گ روپ ایک ک ااحالات کے صحت ذہنی معمول خلاف یا علامات مراد سے اند تشار ذہنی اب تداہی حال تہیں، جسمانی دیہی گری، کی نہ ہند کہ جس میں سکتی ہو وجوہات مختلف کی علامات تشخیص خود اند تشار ذہنی اب تداہی نہ نقصان، ک و دماغ اور اسد تعمال کا ادویات اور نشہ یا الکل ہے۔ ہوتا مشتمل پر علامات بالذیل مندرجہ جو علامات طبی ایک یہ لہ یکن ہے نہ ہیں

5. ہین؟ سکتی جاگی ک سے نشاندہی کی علامات کی اند تشار ذہنی اب تداہی

ہیں شامل ذیل مندرجہ میں علامات کی اند تشار ذہنی اب تداہی

1. گ فتگو غیر منظم ہے۔ ہوتی فہم قابل نال ئے کے لوگوں دوسرے جو گ فتگو غیر منظم اور ربط ہے
2. مغالطے شخص ایک پر، طور کے مثال ہو۔ نہ تعلق کو وئی سے حقیقت کا جس یہ قہین اڈل اور غلط رہا جاگ یا پریشان اسے یا/اور نہ گرانہی سے قریب بہت کی اس کہ ہے رکھتا یہ قہین اڈل ہے۔
3. ہونا واہمے موجود غیر فرد کو وئی ہے۔ نہ ہیں تعلق کو وئی سے محرک بہ بیرونی کا جس گمان کو وئی اور ہے سنا تا آوازیں ت صورتی یا ہے سکتا کہ محسوس یا ہے سکتا یہ کھک و چیزوں ہے۔ کہ رتا ت صورتی اند ہیں
4. علامات دیہی گری کی اند تشار ذہنی اب تداہی ل ئے کے مطالعہ یا کام اور دست برداری، اور علیحدگی پر طور سماجی لاپرواہی، خود کمی۔ کی افزائی حوصلہ

6. کریں؟ ک سے تشخیص اور تہ حقیقت کی اند تشار ذہنی اب تداہی

کے فردورانہ ہیشہ متعلقہ یا ڈاکٹر پر طور بہ زیادتی تشخیص کی اند تشار ذہنی اب تداہی کو معاملہ ذاتی کے مریض جو (نفسیات ماہر طبی پر، طور کے مثال) ہے ہوتی مہنی پر مشورے نظر نہ قطع کے ریہ کارڈ طبی خاندانی اور اند فرادی ساتھ ساتھ کے اس اور کے خاندان اور مریض کہ ہے ہوتا شہ بہ ک و ڈاکٹر آگ رہے۔ رازدانہ پر طور مکمل اور سادہ عمل یہ ہے۔ کہ رتا درپافت سے جائے کی سفارش کی معائنوں کے صحت تہ ہیں سے وجہ کی حال توں جسمانی دیہی گری علامات تعین یہ ہے سکتا کہ حاصل رائے کی ڈاکٹر عام پہلے سے سب مریض پر، طور عام گی۔ سے نفسیات ماہر یا نفسی ماہر ل ئے کے علاج اور تشخیص مزید کیا کہ ل ئے کے کرنے

نہیں۔ یا ہے ضروری دیہ نا حوالہ کے ارجوع

کارک نان بہ پھال دیہ کھکی صحت یا دوست یا خاندان کے امریہ ضوں یا مریض پر، طور م تہ بادل EASY جو بہیں سکتے کر رابطہ سے (سروس تہ شخیص اب تہ دائی لئے کے لوگوں کے ان تشار ذہنی) (لائن ہاٹ 3283-2928) سائٹ ویب یا <http://www3.ha.org.hk/easy/eng/help.html> اور کے پھلا ایک سے طرف کی (ہے۔ حامل کی سسٹم حوالہ راست بہ راہ

میں بہ سہ تال مریض تو ہے، جاتی ہو سہنگین صورت حال آگ A&E کے رطلب مدد راست بہ راہ سے ساتھ کے معائنوں اور تہ شخیص ورنہ بہ پشہ ادارے عوامی کے چہ اور حکومت بہ رآن، مزید ہے۔ سکتا بہ ہیں۔ کرتے فراہم بہ ہی بہ ندی منصوبہ کے کی خدمت م تعلقہ لئے کے عوام

7. ہوں؟ علاج کیا ہے ان تشار ذہنی اب تداہی

نفسی اور کاری ادویات: ہوں علاج اہم دول ئے کے ان تشار ذہنی اب تداہی سماجی۔

کاری ادویات

سے نسبت کی کارطریقہ کے علاج دوسرے اور میں علاج کے ان تشار ذہنی اب تداہی ادویات ہوں۔ کرتی ادا کردار بزیادی بڑا ایک میں تہام روک کی ہونے لاحق کے اس میں مرحلے اب تداہی کی دباؤ ذہنی اور توشویش منسلک سے ان مزید اور کو، علامات کی ان تشار ذہنی اب تداہی یہ نسبتاً لوگوں متلاشی کے علاج ہی میں مرحلے اب تداہی ہوں۔ سکتی کر کم بھی کو علامات گی۔ ہوا عاٹ کا ایابی صحت بہتر جوگی، ہو ضرورت کی خوراک کم کی ادویات

سماجی نفسی

کی ان اور کرنے معاونت کی مریضوں دوران کے مرحلے اب تداہی کے ان تشار ذہنی اب تداہی ہونے قابل کے کرنے اندھار پر دوسروں کو مریضوں لئے کے کرنے اشد تراک کا توشویش حل مسائل کے ان جو ہے ضرورت کی کرنے بات بھی سے لوگوں ان انہ ہیں ہے۔ ہوتی ضرورت کی نفسیاتی میں علاج کے ان تشار ذہنی اب تداہی کہ ہے وجہ یہی گے۔ کریں مدد کی ان میں کرنے ضروریات انفرادی کی ان پر مرحلے مخصوص ایک کے حال توں کی مریضوں ہے۔ اہم بہت مداخلت مخصوص کو واقسام مداخلت نفسیاتی اور مشاورت معاون لئے کے کرنے پورا کو مریضوں ہے۔ سکتا جا کہ یا اسد تعامل کا ادوزوں علاج نفسیاتی گروپی اور انفرادی ہے۔ جاتا اپنا یا ضم میں زندگی مرہ روز کی ان کو تہ صورت بزیادی کے علاج لئے کے مدد میں ایابی صحت کی لئے کے آنے واپس میں کامیاتی تعلیم کی ان کو مریضوں پر، طور کے مثال ہے۔ سکتا جا کہ یا اور ہیں سکتے کر چیت بات ساتھ کے لوگوں زیادہ وہ جہاں ہے، جاتی کی افزائی حوصلہ جاکے فراہم سے طرف کی ڈیم شعہ بہم تعدد سروسز کی طرح اس ہیں۔ رہتے جڑے سے حقیقت طبی تہراپ سٹ، ورانہ پشہ نفسیاتی، ماہر افسران، کے مداخلت نفسی، ماہر بشمول ہے سکتی طرف کی خدمات کی تنظیم سرکاری غیر کم یونٹی مداخلت ساتھ ساتھ کے کارکنان سماجی کارکنان۔ کے بہال دی کھکی صحت اور کارکنان سماجی سے

طرف کی دوستوں اور خانہ اہل لئے کے ایابی صحت سے ان تشار ذہنی کے مرحلے پہلے کے ان تریزیدہ میں مرحلے کے ان تشار ذہنی اب تداہی ہے۔ اہم ان تہاؤی افزائی حوصلہ اور معاونت سے کی کرنے داخل میں ہسپتال اور ہے جاتا کہ یا علاج پر طور کے پشٹ آؤٹ کا مریضوں دوستوں اور اراکین خاندانی اپنے وہ سے کرنے حاصل علاج سے سماج ہے۔ ہوتی ذہنی ضرورت سے اس اور ہیں، ہوتے قابل کے ہونے اندوز لطف سے افزائی حوصلہ اور معاونت سے طرف کی زیادہ میں ہارے کے حال توں اپنی وہ دوران، کے وقت اسی ہے۔ ملتی مدد میں ایابی صحت کی ان تہام، ہیں۔ سکتے کر حاصل تہ شخص بواقاعدہ میں کلائنکس پشٹ آؤٹ اور ہیں سکتے جان

لئے کے مداخلت شدید اور تشخيص تفسیولی کو مریضوں کے چھکے ان تشارڈی نی ای تداڈی
 دہ آرام زیادہ ان ہیں بھی ماحول کا پسپا تال ہے۔ ہوتی نہ ہیں ضرورت کی کے رانے داخل میں پسپا تال
 احساس ترمضبوط ایک کے اسد حکام اور اطمینان وہ میں جس ہے کے رتاف راہم ماحول پر سکون اور
 ہیں۔ سکتے کرتے جریہ کا

8. ہیں؟ پیچیدگیوں کی یا کی ان تشارڈی نی ای تداڈی

اور جنون/خبط فریڈیا، شیزو جیسے حالات کی صحت ڈی نی دی اگر ان تشارڈی نی ای تداڈی
 ہے۔ سکتا ہو وجود ہم ساتھ کے وغیرہ عارضے کے آمیزی مغالطہ

9. کی کیسے بہال دی کھکی لوگوں میں ان تشارڈی نی ای تداڈی جائے؟

مریض علاوہ کے کرنے حطل مدد سے دوستوں اور اراکین خانہ دانی اور رکھنے جاری کو علاج جامع
 میں مضموبوں کے علاج اپنے پر طور فعال ان ہیں ہے۔ ہوتا کرنا مادا کردا راہم ایک بھی خود کو
 مزید مدد میں ارے کے عمل کے یا بصحت کی اس اور ان تشارڈی نی ای تداڈی چاہئے، ہونا شامل
 سکتے کر مدد اپنی کیسے میں کرنے شروع دوبارہ زندگی عام اپنی وہ کہ سمجھیں اور جانیں،
 مضموبہ کا علاج اپنے میں شراکت ساتھ کے افرا دورانہ پیشہ نفسیاتی ان ہیں لئے اس ہیں۔
 سماجی، ذاتی، بشمول میں پہلوؤں مختلف ان تشارڈی نی ای تداڈی وقت، بضع چاہئے۔ بنانا
 ضروری کرنا غور پرتہ فیلات ان لہذا ہے۔ سکتا روک کو ترقی کی ان میں دورانہ پیشہ نیالی می تع
 ساتھ کے اس گے، کریں شروع دوبارہ طرح کھن کو کیریئر اور تعلیم عام اپنی وہ بعد کے اس کہ ہے
 نمڈنا کیسے سے دبائو ڈی نی اور پریشان یوں کی ان بنی سبب کا حالت کی ان کہ بھی یہ ساتھ
 مدد کی ان میں سمجھنے کو داریوں ذمہ اور حقوق کے ان افرا دورانہ پیشہ نفسیاتی ئیے چاہ
 افزائی حاصل کی ان میں لینے مشورہ دورانہ پیشہ متعلقہ جبکہ گے، جائیں ہوقابل کے کرنے
 گے۔ کریں