स्किझोफ्रेनिया क्या है? :

स्किझोफ्रेनिया यह एक मनोविकार है। इसमें दिमागमें कुछ रासायनिक बदल होते हैं, जिसकी वजह से व्यक्ति के विचार, आचार और भावनाओं में असामान्य बदलाव आता है।

- यह किसी भी उमर के व्यक्ति को हो सकता है।
- शर्मीले व्यक्तित्व के लोगों में यह विकार ज्यादा पाया जाता हैं।
- ज्यादातर यह बीमारी १५ साल से ४५ साल तक के व्यक्ति में पायी जाती है।
- इसमें अन्य रोगो की तरह आनुवंशिकता भी पायी गई है।
- सभी वर्ग के लोगो में यह बीमारी पायी जाती है।
- साधारणत: जनसमुदाय के १% लोगो में यह बीमारी पायी जाती है।

स्किझोफ्रेनिया के लक्षण :

मुख्यत्व इस बीमारी के लक्षण दो प्रकार में वर्गीकृत किये जा सकते हैं।

नकारात्मक लक्षण :

१) चेहरे के भाव में बदलाव नही आता।

२) नजर मिलाकर बात नही कर सकतें।

३) वो किसी भी काम पर अपना ध्यान केंद्रित नही कर सकते।

४) वो दूसरों से अपने संबंध प्रस्थापित नही कर सकते।

५) कोई भी काम अपनी मर्जी से नहीं करते।

६) वो शक्तिहीन हो जाते हैं।

७) बात कम करते हैं।

८) भावनाएँ परिस्थिती के अनुरुप नहीं होती।

९) किसी भी मनोरंजन या कार्यक्रम में भाग नही लेते।

१०) ज्यादातर हर समय वह अपनी ही दुनिया में खोये रहते हैं।

सकारात्मक लक्षण :

१) Hallucination (विभ्रम) : इसमें कोई भी संवेदना वास्तविकतामें मौजूद ना होते हुए भी वो उसे महसूस करने लगते हैं।

२) कान में घंटा बजने की, सिटी बजने की आवाज आती हैं।

३) आँखो के सामने कुछ ना होते हुए भी तरह-तरह की आकृतियाँ बड़ी नजर आने लगती हैं।

४) आदमी राक्षस की तरह नजर आते हैं।

५) किसी को अलग-अलग तरह की गंध आती है।

६) त्वचा में चिंटी चलने का आभास होता हैं। जो प्रत्यक्ष में मौजूद नही होता हैं।

७) मुँह चिकना होता है। या अलग स्वाद आता है।

मतिभ्रम :

१) इसमें व्यक्ति अविश्वसनीय चीजों पर विश्वास करने लगता हैं।

२) रोगी अपने आप को देवता, राजा-महाराजा, अमीर या महत्वपूर्ण व्यक्ति समझने लगता है।

३) वो ये महसूस करता हैं कि कोई छुपकर उसके खिलाफ कोई साजिश कर रहा है, या कोई उसपर विषप्रयोग कर रहा है। वह इन तमाम बातों को सही समझता हैं। उसे यह समझाने की हर कोशिश नाकाम हो जाती है कि सब बाते गलत है।

४) वो ये सोचता हैं कि उसके आस-पास के चर्चा करनेवाले लोग उसी के बारे में बात कर रहे हैं। जब हकीकत में ऐसा नही हेता।

५) वो ये सोचते हैं कि उनके विचार दूसरे लोग निकाल रहे है।

६) कुछ लोग यह सोचते है कि वह जो कुछ कह रहे है दूसरे के विचार अपने दिमाग में डाले जाने की वजह से कर रहे है।

७) कुछ लोगों का यह ख्याल होता है कि वह जो कुछ सोचता है वह दूसरों को सुनाई देता हैं। कुछ लोग यह समझते है कि उनके विचार दूसरे व्यक्ति के नियंत्रण में है। और उसी व्यक्ति के मर्जी से बात करते है।

इस प्रकार के लक्षण हो तो लोग यह समझते है कि वह जादू, भानामति है, इसलिए बाबा लोगों के पास जाते हैं।

विक्षिप्त वर्तन :

१) इनके कपड़े साफ नही होते हैं। उन्हे अपनी सफाई का ख्याल नही होता।

२) उनका बर्ताव विक्षिप्त होता हैं।

३) एक ही प्रकार की क्रिया ये बिना उद्देश के बार-बार करते हैं।

४) उनका बर्ताव आक्रामक हो सकता है।

उपचार की आवश्यकता :

१) बीमारी पर काबू पाने के लिए।

२) फिर से बीमारी रोकने के लिए।

३) दुष्परिणाम रोकने के लिए।

४) जीवन स्तर बढ़ाने के लिए।

५) मरीज को कार्यक्षम बनाने के लिए।

उपचार न करने के दुष्परिणाम :

१) व्यसनाधीनता

५०% से अधिक स्किझोफ्रेनिया के लोग व्यसनाधीन हो सकते है।

२) आत्महत्या

बीमारी की शुरूआत में अगर उपचार न किया जाये तो आत्महत्या की प्रवृत्तियाँ बढती है।

३) आक्रामक (हिंसक)

व्यवहार से स्वयंम एवम् आसपास के लोगो को खतरा।

उपचार :

स्किझोफ्रेनिया का उपचार किस प्रकार से होता है ?

इसमें निम्नलिखित पद्धति से उपचार किया जाता है।

१) मनोचिकित्सकीय या औषधोपचार।

२) मानसोपचार एवमं पारिवारिक चिकित्सा।

३) सामाजिक चिकित्सा।

४) पुनर्वसन चिकित्सा।

उपचार व्यक्तिगत रुप से, बीमारी के स्वरुप तथा व्यक्तित्व पर निर्भर करता है।

और उपचार किसी अनुभवी विशेषज्ञ का हो।

उपचार जानकार इस का सही उपचार कर सकते है।

उपचार करने वाले पथक में मनोचिकित्सक

चिकित्सक मनोवैज्ञानिक

सामाजिक सलाहकार

पुनर्वसन तज्ञ

परिचारिका

तथा व्यवसायिक सलाहकार शामिल है।

१) औषधोपचार :

मुख्य उपचार औषधोपचार ही है।

सभी दवाईयाँ सुरक्षित होती है। लेकिन यह दवाईयाँ मनोचिकीत्सक के सलाहनुसार लेनी चाहिए। इसमें दवाईयाँ कब, कैसे, कितनी और कबतक लेनी है, यह मनोचिकीत्सक के सलाहनुसार ही होना चाहिए।

अपनी मर्जीसे दवाई लेना और बंद करना हानीकारक हो सकता है। और दवाईयाँ किसी परिवार के जिम्मेदार व्यक्ती के द्वारा दी जानी चाहिए।

२) शॉकट्रिटमेंट

१) शॉकट्रिटमेंट कुछ मरीजो के लिए जीवनदान देने वाला साबीत होता है।

२) शॉकट्रिटमेंट की वजह सें खून नही जलता।

३) इससे किसी प्रकार का दर्द या परेशानी नही होती।

४) साधारण तौर पर यह बेहोश करके दिया जाता है।

५) इससे व्यक्ति की किसी भी प्रकार की क्षमताएँ कम नही होती।

६) एक बार शॉक लेने के बाद जिन्दगी भर शॉक लेने पड़ते है, ऐसा नहि होता।

३) मानसोपचार / पारिवारिक चिकित्सा

रोगीयों और परिवार के सदस्य के दल के लिए यह उपचार काफी सार्थक होता है। बीमारी के बारे में दी जाने वाली जानकारी विशेष परिवार और रोगी के लिए बीमारी समझने और रोकने में बहुत ही महत्वपूर्ण सिद्ध हुई है। इसमें रोगी को सामान्य रुप से जीवन बिताने में सहायक हो ऐसी जानकारी भी दि जाती है।

ग्रुप थेरपी भी बहुत महत्वपूर्ण सिद्ध हुई है। रोगी इस तरह के रोग से ग्रसित के परिवारों से मिलते है। वे अपनी भावनाओंका, तनावों का, और कठीनाईओं का आदान–प्रदान बातचीत के द्वारा कर सकते है।

४) पुनर्वसन (मनोसामाजिक पुनर्वसन)

इसमें व्यक्ति के बीमारी के लक्षण जो बाकी है वे दूर करने की तालीम तथा पुन:सामाजिक संबंधो को साधारण रुप से कायम करने के लिए प्रशिक्षण दिया जाता है। उन्हे कई ऐसे काम सिखाये जाते है, जिससे वो धनोपार्जन (कमाई) कर सके।

कई जगह Daycare की भी सुविधा होती जिसमे रोगी सुबह से शाम तक निष्णात की देखरेख में रहता हैं। और अपने लक्षणों को दूर करने के लिए तालीम भी पाता हैं।

५) रोगी और परिवार को समझने की महत्वपूर्ण बाते

- स्किझोफ्रेनिया यह गलत पालन–पोषण से या व्यक्ति के कर्मो के पापो से विचित्र व्यक्तीत्व से नही होता हैं।
- यह भूतप्रेत, जादू या बुरी हवा का असर नही है।
- यह धारणा गलत हैं की रोगी की शादी करने से बीमारी खत्म होती है।
- उन्हे परिवार में शामिल करके काम करे उन्हे पूर्ण रूप से स्वीकार करे।
- अगर उनमे कोई कमजोरी या मानसिक कमी हो तो उनकी बार–बार टिका (आलोचना) न करे।
- रोगी के साथ कुछ समय बिताये।
- और उनकी बहुत ज्यादा देखभाल करने के बजाए उन्हे आजादी से अपने पैरोपर खड़े रहने में सहायता करें।

इस तरह के, 'जैसे कि लोग क्या कहेंगे', या 'सामाजिक प्रतिष्ठा को खराब कर देगा' इससे उपचार ना करना सचमुच इलाज के लिए समस्या खड़ी कर देता है।

६) आत्महत्या के विचार आने पर

- डॉक्टर या मनोवैज्ञानिक से परामर्श करे।
- व्यक्ति को अकेला नही छोडे और
- जान को खतरा करने वाली चिजे उससे दूर हटाए।

७) परिवारवाले अपने लिए क्या करें ?

- परिवार के सभी लोगों को बहुत ही कष्ट सहन करना पडता है। रोगी की देखभाल करते हुए चिड़-चिड़, चिंता, तनाव, और मुश्कीलों से गुजरना पड़ता है। इसीलिए
- उन्हे अपनी सेहत का खयाल रखना बहुत जरुरी है।
- उन्हे मनपसंद काम या शौक कायम रखने चाहिए।
- और कम से कम आधे से एक घंटा रोगी से अलग रह कर अपने आप को समय देना चाहिए।
- इससे बीमारी का तनाव आप पर नही होता।
- अलग-अलग उपचार करने में समय व्यर्थ न करे।
- रोगी से उलझये नही, ना कोई बहस करे।

बीमारी पलटने की पूर्व सूचना क्या होती है।

१) अचानक बर्ताव में बदलाव आना।

२) स्वभाव चिड़-चिड़ा होना।

३) अकेले -अकेले रहना।

४) नींद कम आना।

५) बहुत ज्यादा शक करना।

हमेशा याद रखे

बिना सलाह दवाईयाँ बंद करने से बीमारी फिर से पलट सकती है।

दोस्त और परिवार के लोग रोगी की किस तरह मदद कर सकते है ?

- जब आप को पता चले कि आपके किसी प्रियजन को यह बीमारी हुई है, तो आप इस बात को स्वीकार करे और यह भी स्विकार करे कि इससे आपका और रोगीका जीवन प्रभावित होगा। ऐसे वक्त आप दोस्तो और नजदीकी लोगों से मदद ले। उनसे बीमारी के बारेमें कुछ न छूपाए। इसमें आपका कोई दोष नहीं है। और आप रोग से लडनेवाले अकेले नहीं हैं। किसी की वजह से स्किझोफ्रेनिया रोग नही होता। जैसे टीबी, मधुमेह, कैन्सर, (कर्करोग) या हृदय का रोग किसी की वजह से नही होता।

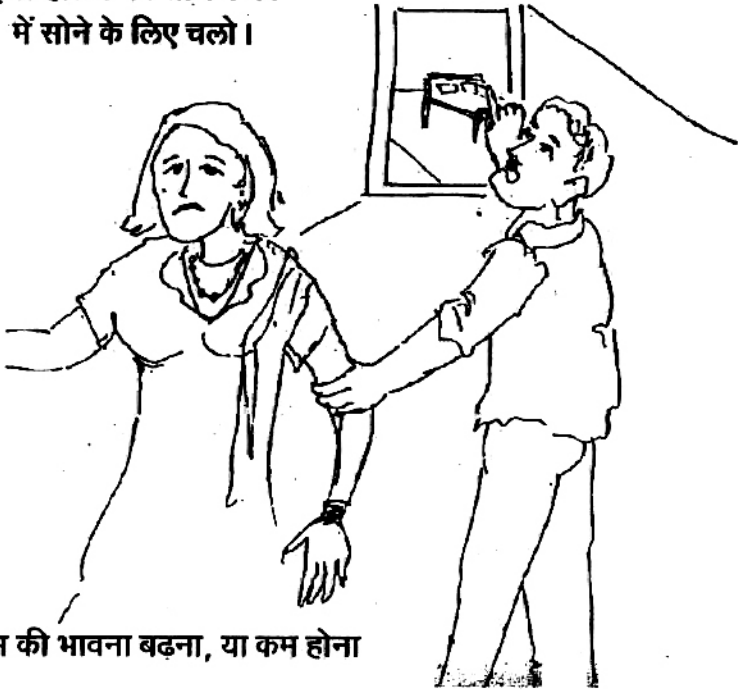
स्किझोफ्रेनिया से प्रभावित व्यक्ति के रोग के निदान और उपचार जल्द से जल्द शुरू करना अत्यंत आवश्यक है। उन्हे भी सहायता, समझदारी और मान–सन्मान की जरुरत होती है। समाज का इन लोगो के प्रति ख्याल बदलना चाहिए। बहुत से रोगियों की लम्बे उपचार की आवश्यकता होती है। दुष्परिणाम होने पर तुरंत डॉक्टर से संपर्क करे, दवाईयाँ बंद न करे।

आक्रामकता

अकेलापन

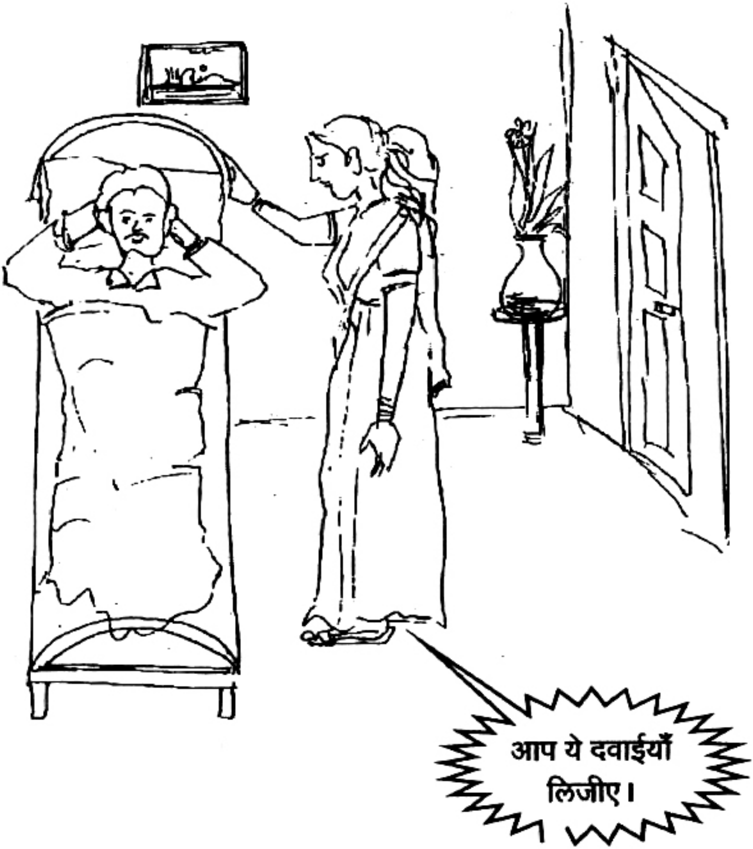
चिड़चिड़ापन

शक बढने पर जीवन साथी की बात का बुरा न माने
तथा उसेसफाई या प्रतिउत्तर न दे। क्योंकि
यह उस बीमारी की अवस्था की वजह से बोल रहे है।



सेक्स की भावना बढ़ना, या कम होना

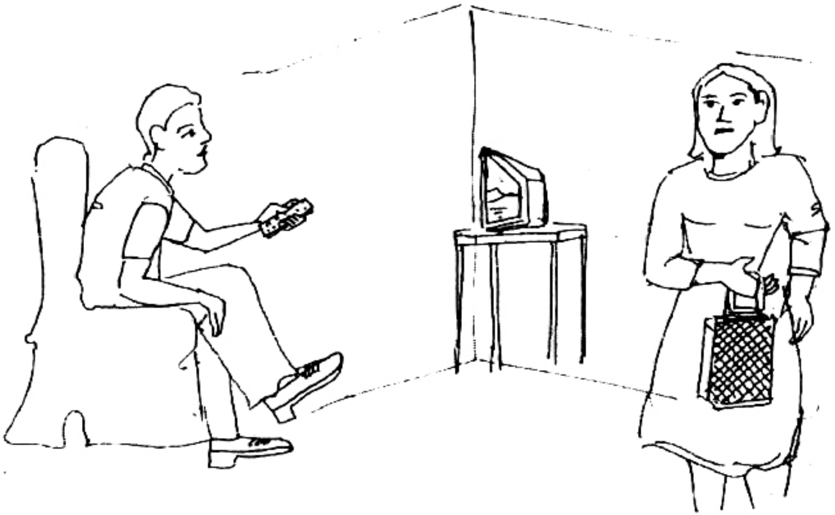
दवाईयों के दुष्परिणाम होने पर तुरंत डॉक्टर से संपर्क करें। दवाईयाँ बन्द न करें।



दवाईयाँ प्यार और धीरज से दे।

दवाईयाँ किसी परिवार के सदस्य के हाथ से ही डॉक्टर के बताए हुऐ तरीके से हि समय पर दी जानी चाहिए।

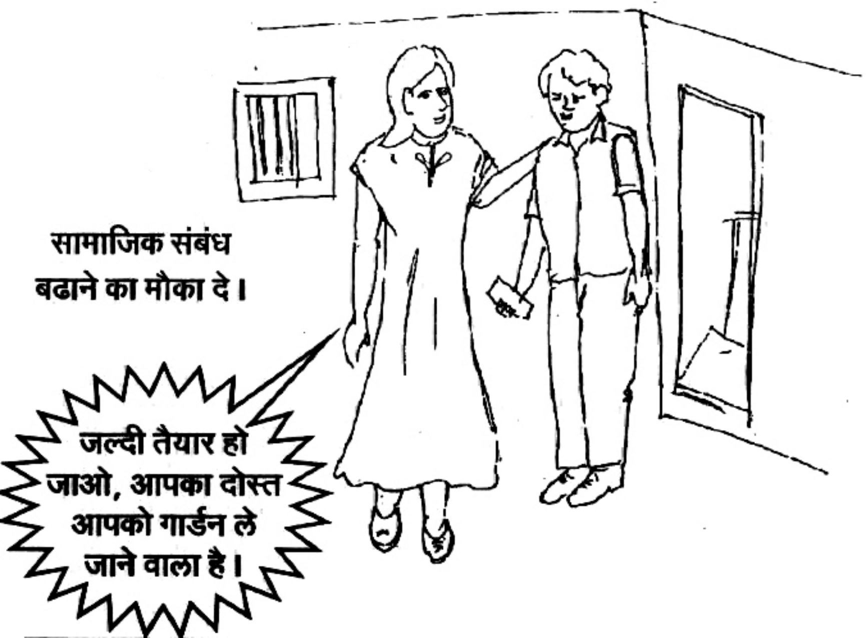
मैं यह सिरियल देखने के बाद ही सब्जी लाने जाऊंगा।
उनसे जबरदस्ती ना करें। उन्हे उनका टाईम टेबल बना दे।



उनकी अलोचना ना करे। उन्हे गलती बताईये
और काम का सही तरीका सिखाए।

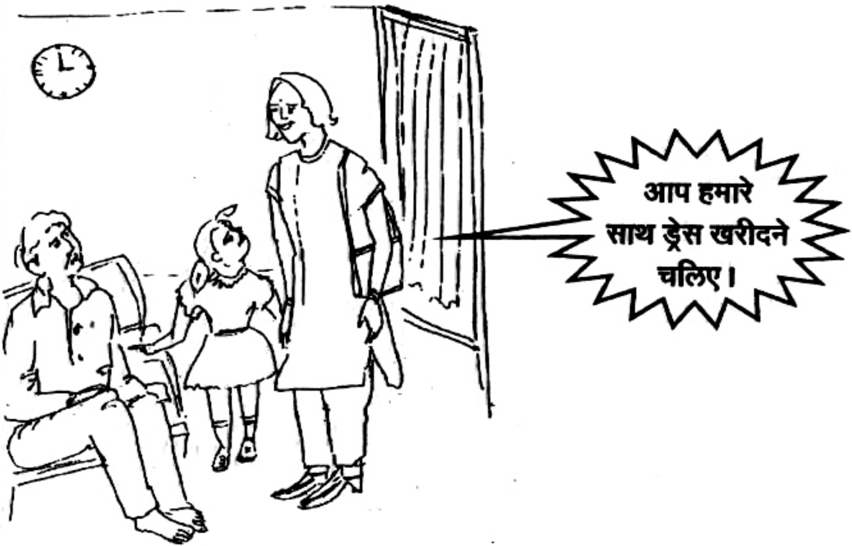
उनके साथ चर्चा कर उनका
टाईम टेबल बनाए।

सामाजिक संबंध बढाने का मौका दे।



पारिवारिक आंतरक्रिया बढाये।

आप आज बहुत अच्छे खेल रहे है।


आप हमारे साथ ड्रेस खरीदने चलिए।

यह मुझ
पर कैसा
लगता है ?
SHOPP

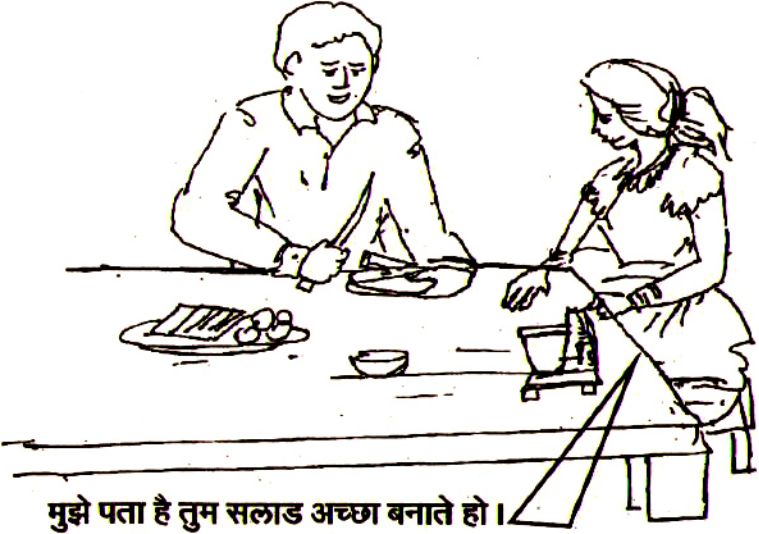
उन्हें चर्चा में शामिल कीजिए। आज आपने यह समाचार पढ़े ?

आप चिट्ठी में लिखे हुए सामान लाकर दिजिए। मुझे पता है आप यह कर सकते हैं। इससे मुझे भी मदद मिलेगी।

व्यवसाय ढूंढ़नेमें मदद कीजिये।

आप नौकरी की जगह पर स्वयं बात करके आए। और रोगी की परेशानी का अंदाज बताते हुए। नौकरी की कठीनता कम करने के लिए चर्चा करे।

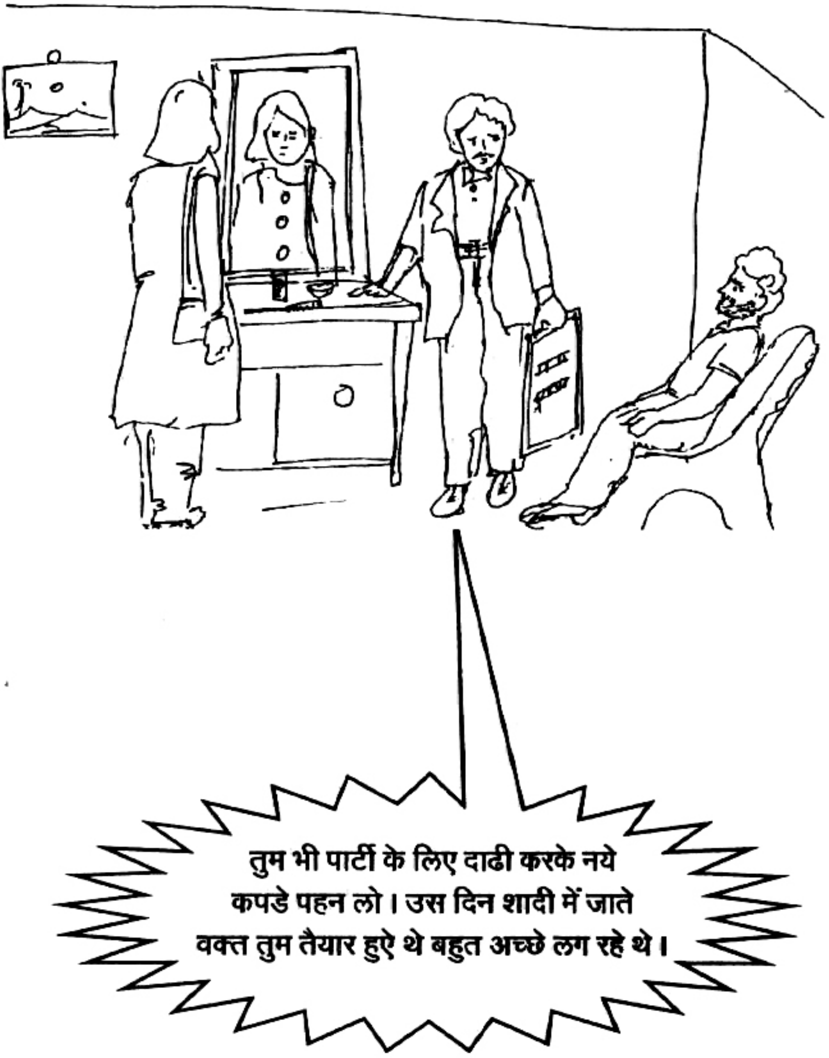
उनके काम के बारे में उन्हे सही प्रतिक्रिया और प्रोत्साहन दे।



मुझे पता है तुम सलाड अच्छा बनाते हो।
आज की पार्टी के लिए आप मुझे सलाड बनाकर देंगें?

BANK
शाबाश ! आज आप बँक जाकर मॅनेजर से सारी जानकारी ठिक से लेकर आए।

बहुत अच्छा ! आज तुमने
१० मिनिट के अंदर हि
सारे बिस्तर उठा लिये।


तुम भी पार्टी के लिए दाढी करके नये कपडे पहन लो। उस दिन शादी में जाते वक्त तुम तैयार हुऐ थे बहुत अच्छे लग रहे थे।

आप किसी भी तीन घन्टो में
काम पर आ सकते है
सिर्फ तुम्हे रोज १०० डिब्बो
की पैंकिग करना है ?

७) मानसिक आरोग्य केंद्र :

मानसिक आरोग्य केंद्र की स्थापना ४ अक्तुबर १९८२ में हुई। अनुभव तथा लोगो के सहकार से इसमें समय के साथ में काफी बदलाव आया। आज मानसिक आरोग्य केंद्र आधुनिक तकनिक से सज्ज इलाज से संबंधित सभी प्रकार के उपकरणो से सज्ज है।

व्यक्ति को सभी प्रकार के मानसिक आरोग्य विशेषज्ञ जैसे कि मनोचिकित्सक, चिकित्सा मनोवैज्ञानिक, सोशलवर्कर, अन्य तालीमबद्ध चिकित्सक, ॲनेस्थेशीया तज्ञ, पॅथॉलॉजिस्ट, परिरिचारिका और अन्य सेवक पुर्णरुप से मरीज की सहाय्यता में कार्यरत है।

आज निसर्गरम्य वातावरण में स्थित इस केंद्र का महाराष्ट्र के सभी इलाके के अलावा आसपासके राज्यो के मरीज लाभ उठा रहे है।

१) उद्देश्य (AIM) : (व्यक्ति को मानसिक रोग के इलाज से संबंधित व्यक्ति को सभी प्रकार की सेवाएँ उपलब्ध कराना है। और उसके द्वारा उन्हे बीमारी के तनाव से मुक्त करवाना।

२) ध्येय (Goal): मानसिक रोग से ग्रस्त व्यक्ति की इलाज द्वारा सहायता।
मानसिक तनावो का निराकरण।
समाज में ऐसे तनाव न आएँ उसके लिए तालीम तथा कार्यशाला।
Vision : समाज के सभी लोगोको संपूर्ण तंदुरुस्त तथा कार्यक्षम बनाकर उनकी मान, सम्मान, प्रतिष्ठा कायम रखना।

सेवाएँ :

१) **IPD ५० बेड वाले इस अस्पताल में हर प्रकार की मानसिक बीमारी के मरीज शामिल है। इसमें जनरल वॉर्ड, सेमीजनरल वार्ड, स्पेशल रुम तथा ए.सी. रुम उपलब्ध है। जिसमें इंटरकॉम फोन,टी.व्ही. वगैरे की सुविधा भी शामिल है।**

२) **OPD : मानसिक बीमारी के लिए बाहर से आनेवाले मरीजो के लिए** OPD **सेवा उपलब्ध है।**

३) **ECT : आवश्यकता होने पर मरीज के लिए ॲनेस्थेशिया के साथ कॉम्प्युटराईझड़** ECT **की सुविधा भी है।**

४) **EEG / ECG : यह सुविधा भी अस्पताल में उपलब्ध है। जिसमें मरीज अन्य स्थान पर ढूँढ़ने की परेशानी से मुक्त होता है।**

५) **Pathlab : आधुनिक तकनिक से खुन तथा पेशाब की जाँच की सुविधाएँ भी उपलब्ध है।**

६) **ICU :** ICU **की सुविधाएँ सभी यंत्रो के साथ उपलब्ध है। जिसमें सेंट्रल ऑक्सिजन की व्यवस्था भी है।**

७) **MEDICAL (दवाई की दुकान): अस्पताल के परिसर में दवाई की दुकान है।**

८) **Psychological Consultation :**

- **IQ टेस्टींग, पर्सनालिटी टेस्टींग, मेमरी टेस्टींग, सईको डायग्नोस्टीक टेस्टींग यहाँ किये जाते है।**
- **साईको थेरपी : यहाँ पर साईको थेरेपी जैसे कि कॉग्नेटिव विहेवियर थेरेपी, कॉग्नेटिव थेरेपी, मेराईटल थेरेपी, सेक्स थेरेपी, की जाती है।**
- **यह सुविधाएँ साधारण व्यक्ति को अति तनावग्रस्त स्थिती में भी उपलब्ध कराई जाती है।**
- **इसके अलावा मरीज तथा उनके परिवारवालो को साईको एज्युकेशन याने कि बीमारी संबंधित जानकारी दि जाती है।**
- **पुर्नवसन : व्यक्ति पूर्ण तरह ठिक होकर, दुबारा समाज में अपने कार्य करसके इसलिये यहाँ मरीज को काम सिखाया जाता है।**
- **यहाँ मरीज नर्सरी में काम कर सकता है। या उन्हे छोटे-छोटे गृह उद्योग भी सिखाएँ जाते है। जैसे कि फाईल बनाना, लिफाफे बनाना, लिक्विड सोप, फिनाईल बनाना वगैरह जिसका उद्देश मरिज का बीमारी से संबंधित तनाव कम करना तथा व्यक्ति को पुन: कार्यक्षम बनाना।**

९) **Childguidence & Family Assistance Centre**

- **बौद्धिक, शैक्षणिक समस्या, व्यवहारगत समस्या यहाँ बच्चो की डेपलपमेन्ट तथा भावनाएँ और व्यक्तित्व पर काम किया जाता है। और परिवार के लिए किसी भी समस्या के बारे में सलाह लेने की सुविधा उपलब्ध है।**
- **विद्यार्थीओ के लिए प्रशिक्षण :** M.S.W. / B.S.W. / M.A Psychology **तथा ग्रॅज्युएट विद्यार्थीओ के प्रशिक्षण की सुविधाएँ भी इस क्षेत्र में उपलब्ध है।**
- **Recreation :** T.V. Caroam, Lodo Chess, Vollyball, Badmintion etc. **समाचार पत्र उपलब्ध है।**
- **AMBULACE : आवश्यक होने पर मरीज को लाने के लिए** Ambulance **की सुविधा है।**

निद्रानाश - स्व मूल्यमापन प्रश्नावली

मला निद्रानाश आहे का?

मागील ४ आठवड्यांमध्ये तुमच्या झोपेचं उत्तम वर्णन करणाऱ्या प्रतिसादासमोर (✓) खूण करा

	कधीही नाही	क्वचित	कधी कधी	साधारणपणे	जवळजवळ नेहमीच
मला झोप लागण्यास फार त्रास झाला.	☐	☐	☐	☐	☐
मला झोप यायला एक तासापेक्षा जास्त वेळ लागला.	☐	☐	☐	☐	☐
मला रात्री झोपेतून ३ पेक्षा जास्त वेळा उठावे लागले.	☐	☐	☐	☐	☐
जागे झाल्यावर पुन्हा झोप लागण्यासाठी खूप वेळ लागला.	☐	☐	☐	☐	☐
सकाळी फार लवकर जाग आली.	☐	☐	☐	☐	☐
झोप लागण्यासाठी मला मद्यपान करावे लागले.	☐	☐	☐	☐	☐
सकाळी उठताना मला फार त्रास झाला.	☐	☐	☐	☐	☐
मला उठल्यावर दमल्यासारखे वाटले.	☐	☐	☐	☐	☐
बिछान्यात फार वेळ पडूनही मला पाहिजे तेवढी झोप लागली नाही. रात्री झोपूनही सकाळी थकल्यासारखे वाटले.	☐	☐	☐	☐	☐

टीप : वरीलपैकी दोन किंवा जास्त प्रश्नांना तुम्ही साधारणपणे किंवा जवळ जवळ नेहमीच उत्तर दिले तर तुम्हाला तुमच्या डॉक्टरांशी झोपेविषयी चर्चा करावीशी वाटेल.

Adapted from Worldwide Project on Sleep and Health.

Receptor Profile of Antipsychotic Molecules

Receptors	Clozapine	Olanzapine	Amisulpride	Risperidone	Haloperidol
D1	**	** / ***	0	* / **	** / ***
D2	* / **	** / ***	***	***	***
D3	*	**	** / ***	**	**
D4	***	* / **	0	* / **	0 /**
$5HT_{1A}$	* / ***	0 / **	0	0	0
$5HT_{2A}$ to $5HT_7$	***	***	0	***	*
M_1 to M_5	***	***	0	0	0
α_1	***	**	0	***	**
α_2	** / ***	* / **	0	** / ***	**
H_1	***	***	0	*	0

*** - higher binding affinity, ** - Medium binding affinity, *- lower binding affinity, 0 – No binding affinity

Pure D_2-D_3 antagonism minimizes neuroreceptor mediated side-effects…

Receptor	**Subtype**	**Receptor affinity**						**Possible clinical effects**
		Amisulpride	**Olanzapine**	**Quetiapine**	**Risperidone**	**Clozapine**	**Haloperidol**	
α-adrenergic receptors	α1 / α2	--	++	+++	+++	+++	+++	Hypotension, tachycardia, vertigo, sexual dysfunction
Serotonin	$5HT_{2A}$ $5HT_{2C}$	- - - -	+++ ++	+++ +++	+++ +++	+++ ++	++ -	Sedation, Weight Gain
mAch	$M_1 - {}_{M2}$	- -	++	-	-	++	-	Anticholinergic effects, cognitive deficit
Histamine	H_1	- -	+++	++	+++	+++	-	Sedation, weight gain

+++ = higher binding affinity, ++ = Medium binding affinity, + = Lower binding affinity, -- = No binding affinity

Role of Amazeo OD in all 3 phase of Schizophrenia

Acute phase	Acute phase	Acute phase
Rapidly Calms the patient from 1 week @ 400 mg -600 mg OD	30% less relapse rate than Olanzapine	Improves Social & Occupational function
Quickly stabilize without sedation & cognitive impairment	Covers full-spectrum of symptoms	Once Daily dosing for long term compliance
Relieves both Positive & negative symptoms	Reduces risk of re-hospitalization	No excessive weight gain, lipid & glucose abnormalities