

स्किझोफ्रेनिया समजून घेतांना

जनहितार्थ प्रकाशित –



Dr. Jaideep Patil

Ms Triveni Chiplunkar

Mind Management Institute

Near Krishna Chauk, New Sangvi, Pune

(+91) 91 30 930 300

www.mindmi.in

Published in Dainik Prabhat on 30 May 2017

क्षमा हि एक २८-३० वर्षाची महिला. अतिशय हुषार आणि कर्तबगार. आय. टी क्षेत्रात उत्तम प्रगती करत असताना तिच्या नवऱ्याशी तिची ओळख झाली. घरच्यांच्या विरोधात त्यांनी लग्न केले आणि दोघेही अमेरिकेला स्थायिक झाले. त्यांना एक मुलगी झाली. आतापर्यंत सर्वकाही व्यवस्थित होते. हळूहळू तिला भास व्हायला लागले, तिला आणि तिच्या मुलीला नवऱ्यापासून धोका आहे, तो जेवणातून काहीतरी खायला घालतोय आहे असे तिला वाटायचे. तिच्या वागण्यात खूप बदल व्हायला लागला. या गैरसमजुतीं मुळे तिची नोकरी, तिचे करिअर सर्व सोडून भारतात

निघून आली. “या नवऱ्याबरोबर मी राहूच शकत नाही, माझ्या आणि माझ्या मुलीच्या जीवाला धोका आहे” असे सांगायला लागली.

ती खूप वेळ पूजा करायला लागली, मुलीलापण खूप लवकर उठवून जप जाप करायला बसवायची. ती सतत दडपणाखाली राहत होती. इतकेच नव्हे तर पोलीस कंप्लेंट पण दिली. तिने घटस्फोटासाठी अर्ज देखील केला.

मुलीला त्रास होईल म्हणून मध्ये मध्ये तिला शाळेत पाठवत नसे. तासंतास ध्यान धारणा करत बसे, मुलीच्या खाण्यापिण्याकडे दुर्लक्ष करणे, अस्वच्छ राहणे, घर कपडे इत्यादी सर्व घाण असणे असे वागत असे. हे असे का करतेस विचारले कि मी स्वतः करत नाही आहे, माझ्या कडून करवून घेतले जात आहे असे म्हणत असे. पण क्षमा खरी भाग्यवंत म्हणली पाहिजे, तिच्या नवऱ्याला तिची हि घालमेल समजत होती. त्याने खूप प्रयत्न करून घटस्फोट थांबवला. एवढेच नाही तर त्याने तिला उपचारासाठी दाखल केले, आणि तिच्यात सुधारणा दिसल्यावर डॉक्टरांच्या सल्ल्याने तिला घरी नेले.

तिला पुन्हा असा त्रास होऊ नये म्हणून त्याने स्वतः सगळी जबाबदारी घेतली आणि आता ते तिघेही सुखानी एकत्र राहत आहेत. परंतु सर्व पेशंट क्षमा सारखे नशीबवान नसतात, समाजातील गैरसमजामुळे अनेकांना योग्य ते उपचार मिळू शकत नाहीत. अजूनही शिकलेलेही काही लोक हा आजार आहे आणि तो औषधाने बरा होतो यावर विश्वास ठेवत नाहीत. पण खरच असे करणे योग्य आहे का? आज जागतिक स्किझोफ्रेनिया जागरूकता दिवसाच्या निमित्ताने समजून घेण्याचा प्रयत्न करूया.

स्किझोफ्रेनिया हा एक गुंतागुंतीचा तीव्र स्वरूपाचा मानसिक आजार आहे. समाजात या आजाराने ग्रासलेल्या व्यक्तींना वेगळ्या नजरेने बघितले जाते व त्यांना वेगळी वागणूक दिली जाते. स्किझोफ्रेनिया या आजारात व्यक्तीचा वास्तवा कडे बघण्याच्या, भावना व्यक्त करण्याच्या, विचार करण्याच्या क्षमतेवर परिणाम होतो. त्यामुळे रुग्णाला पुढील प्रमाणे लक्षण दिसून येतात.

ह्या आजारात दोन प्रकारची लक्षणे असतात - पॉझिटिव्ह व निगेटिव्ह लक्षणे.

पॉझिटिव्ह लक्षणे म्हणजे सकारात्मक लक्षणे नव्हे तर ह्याचा अर्थ नसलेल्या अनुभवांचा किंवा वागण्याचा समावेश. ह्या लक्षणांमध्ये वेगवेगळ्या प्रकारचे भास होतात. उदाहरणार्थ आवाजाचे, दिसण्याचे, स्पर्शाचे, चवीचे किंवा वासाचे. दुसरे प्रमुख लक्षण म्हणजे भ्रम होणे. कोणी आपल्या वाईटावर आहे, पत्नीच्या चारित्र्याचा संशय, लोक आपल्याबद्दल बोलत आहेत, आपल्यावर कोणी लक्ष ठेवत आहे, करणी करत आहे, कोणीतरी आपल्यावर नियंत्रण ठेवत आहे किंवा मारायला येणार आहे !

ह्या अवस्थेत रुग्ण वास्तवापासून दूर जातो. त्याला वास्तव आणि भ्रम ह्यातिल अंतर कळनासे होते. भास व गैरसमज यामुळे पेशंट च्या वागण्यात बदल दिसून येतात. त्यामुळे तो चिडचिडा होतो, एकट्यात पुटपुटतांना दिसतो, हातवारे करतो, कारण नसतांना भांडतो, किंवा काही पेशंट घाबरून जातात, लपून राहतात, एकलकोंडे होतात, रडत राहतात.

निगेटिव्ह मनोविकाराची लक्षणे म्हणजे ज्या भावना व कार्यक्षमता सामान्य व्यक्ती मध्ये असतात त्यांचा अभाव होणे. त्यांची भावना अनुभवण्याची व व्यक्त करण्याची क्षमता कमी होते, हालचाली मंदावतात, चेहरा मड्डू होतो, बोलणे कमी होते. स्पष्टपणे विचार करण्याची क्षमता कमी होते. आजारामध्ये पेशंट जसाजसा गुरफटत जातो तसे त्यांचे स्वतःकडे दुर्लक्ष होते. स्वच्छता कमी होते. विचारांमध्ये सुसूत्रतेचा आणि तार्किकतेचा अभाव जाणवतो. विचार व कृतिची सांगड घालता येत नाही. ह्यामुळे रुग्णाचे बोलणे, वागणे विक्षिप्त स्वरूपाचे असते. उदाहरणार्थ विचारलेल्या प्रश्नांची वेगळीच उत्तरे देणे, पहिल्या वाक्याचा दुसऱ्या वाक्याशी संबंध नसणे, नको तेव्हा हसणे. या आजाराच्या काही रुग्णांमध्ये आकलन क्षमता कमी होते त्यामुळे कामावर लक्ष लागणे कमी होते, विसर पडणे अश्या समस्या येतात. कॅटॅटोनिया या प्रकारा मध्ये रुग्ण अगदी पुतळ्यासारखे होतात, तासंतास एकाच जागी जसेच्या तसे स्तब्ध राहतात, एकटक बघतात.

सर्वच रुग्णांना वरील सर्वच लक्षणे असतात असे नाही, नातेवाईकांकडून मिळालेल्या माहितीवरून व पेशंटच्या वागण्या बोलण्याच्या निरीक्षणावरून मानसोपचार तज्ञ या आजाराचे निदान करतात. रक्त किंवा मेंदूच्या कोणत्याच तपासणीतुन या आजाराचे निदान करता येऊ शकत नाही. हा आजार मेंदूतील जोपामिन नावाच्या रसायनाच्या बिघाडामुळे होतो. हा आजार होण्यासाठी दोन गोष्टींची आवश्यकता असते. जनुकीय संवेदलशीलता व तणावपूर्ण घटना. दोन्ही सोबत आल्यानंतरच ह्या आजाराची सुरुवात होते. ह्या आजाराची औषधे जोपामिन नियंत्रित करण्यास मदत करतात व आजाराचे लक्षणे कमी होतात. मानसोपचार तज्ञ डॉक्टर, पेशंटची आजाराची लक्षणे व शारीरिक परिस्थिति यानुसार औषधांची निवड करतात.

लवकरात लवकर उपचार, घरच्यांची साथ, पेशंट ची समजून घेण्याची तयारी या मुळे पेशंट लवकर बरा होतो. या उलट उपचाराला उशीर, कमी वयात झालेला आजार, औषधे नियमित न घेणे, समजून घेण्याची तयारी नसणे, घरच्या व्यक्तीचे चुकीचे वागणे यामुळे आजार पूर्णपणे बरा होत नाही व पेशंट मध्ये काही लक्षणे राहून जातात. क्षमा मध्ये सर्व प्रकारची लक्षणे दिसत होती. अशा परिस्थितीत तिला सबळ पाठिंबा देणारा तिचा नवरा असल्याने ती लवकरच सावरली.

गंभीर आजार असून सुद्धा घरच्यांनी साथ दिल्यामुळे पेशंट बरा झाल्याचे आणखीन एक उदाहरण म्हणजे राहुल. राहुल एक चांगल्या कुटुंबातील मुलगा. वडील फिझिशियन, आई, धाकटा भाऊ आणि तो त्याच्याकडून सर्वांना खूप अपेक्षा. बारावीला खूप चांगले मार्क पडले. त्याने इंजिनियरिंगला एंट्रिमेंशन घेतली. पण कॉलेज सुरु झाले तसेच याला त्रास सुरु झाला. तो चिडचिड करायचा, एकटा बसायचा, कोणाशीही बोलत नसे, स्वतःशीच हसायचा, अंघोळ करत नसे. आई मागे लागली कि तो तिला मारायचा. वडील परदेशात नोकरी निमित्त असत. त्याला घरात ठेवणं अशक्य व्हायला लागल. वडील सुट्टीवर आले आणि उपचारासाठी त्याला भरती केलं. पण आपला मुलगा असा आहे हि गोष्ट त्यांना सहन होत नसे. त्यांना अपराध्यासारखा वाटायला लागल. भावनेच्या भारात ते त्याची प्रत्येक मागणी पुरवीत असत.

तो औषध घेणार नाही म्हणाला कि ते ऐकत. घ्यायची म्हणलं कि लागलीच देत. त्याचे उपचार त्याच्या मर्जीने होत असत ! शेवटी कितीही प्रेम असले तरी थोड कठोर पण होणं गरजेचं आहे. त्याला योग्य असा पाठिंबा न मिळाल्याने त्याचा आजार आणखीन बळावत गेला. ते अजूनच खचून गेले. शेवटी त्यांना खूप दिवस काउन्सेलिंग केल्यावर ते सावरले. सर्व कुटुंबाला एकत्र येऊन राहुलच्या उपचारामध्ये भाग घेण्यास प्रेरित केले. हि जवाबदारी वाटली गेल्यामुळे त्यांना त्या परिस्थितीचा सामना करायला सोपे झाले. ते आळीपाळीने त्याची जबाबदारी घ्यायला लागले. साहजिकच त्याच्यात बदल व्हायला लागला. तो शांत झाला, मिळून मिसळून राहायला लागला, गप्पा गोष्टी करू लागला. एवढेच नाही तर, एखादी छोटीशी नोकरी करण्याचा पण त्याने विचार केला आहे. त्याच्या याही निर्णयाला घरच्यांचा पाठींबा आहे.

पेशंटशी वागताना पुढील काळजी घ्यावी

1. तो स्वतः त्रासात आहे हे समजून घ्यावे
2. लवकरात लवकर डॉक्टरांचे औषधोपचार सुरु करावे
3. औषधे स्वतः पेशंटला द्यावी.
4. पेशंट चिडला असेल तर स्वतः शांत रहावे
5. भास खरे किंवा खोटे आहे म्हणण्यापेक्षा त्याला त्रास होतो आहे व आपण त्याचा त्रास कमी करण्यासाठी प्रयत्न करू असे समजावावे.
6. लक्षं विचलित करणार्याज गोष्टी कमी कराव्या T.V, रेडियो इत्यादि.
7. एका वेळेस एकानेच बोलावे. वाक्य सोपी व सुटसुटीत ठेवावी.
8. शक्यतो न ओरडता, न टीका करता बसून बोलावे
9. रुग्णाने केलेल्या दोषारोपांचे वाईट वाटून घेऊ नये
10. त्याच्यावर छोट्या छोट्या जबाबदाऱ्या सोपवून योग्य तेव्हा कौतुक करावे व प्रोत्साहन द्यावे
11. अंधश्रद्धेला बळी पडू नये
12. लोक काय म्हणतील याकडे दुर्लक्ष करावे, उपचारास उशीर झाल्यास आजार नियंत्रणा बाहेर जाऊ शकतो.

हे समजून घ्या

- स्किझोफ्रेनिया चे पेशंट हे धोकादायक नसतात.
- बहुतांश रुग्ण सामान्यपणे काम करू शकतात. बऱ्याचवेळ सांगितल्याशिवाय त्यांना काही आजार आहे असे कळत पण नाही.
- हा आजार कोणालाही होऊ शकतो, समाजात असे अनेक प्रसिद्ध व्यक्ती, डॉक्टर, इंजिनियर, संशोधक आहेत ज्यांना हा आजार आहे.
- शंभरातील एका व्यक्तिला हा आजार असतोच. शिक्षण, श्रीमंती, देश, धर्म या कोणत्याच गोष्टींशी त्याचा संबंध नसतो
- हा आजार पेशंटच्या मुलांना होईलच असे नाही.
- काही औषधे पेशंटला सहन न झाल्यास काही त्रास (जसे झोप जास्त येणे) होऊ शकतो. तसे असल्यास डॉक्टरांकडून पर्यायी औषध घ्यावे.
- हा आजार रासायनिक बदलांनी होतो त्यासाठी रुग्ण किंवा पालक जवाबदार नसतात

लेखक

डॉ. जयदीप पाटील (मानसोपचार तज्ञ);
त्रिवेणी चिपळूणकर (जेष्ठ समुपदेशक),
माईड मॅनेजमेंट इन्स्टिट्यूट,
नवी सांगवी

अधिक माहिती साठी संपर्क करा - ०९१३० ९३० ३००