

Bipolar Disorder

بیبولر ڈس آرڈر

بیبولر ڈس آرڈر کی ہے؟

بیبولر ڈس آرڈر ایک قسم دی موڈ دی خرابیاں دی بیماری ہے، جو شدید ڈیپریشن دے اوپر تھلے کرنے دی طرف اشارہ کردا ہے۔ ایک پاگلپن دے دورے دے دوران، افراد اکثر بہت خوش یا جلن، زیادہ اعتماد، مکمل توانائی، یا بہت وڈے منصوبے تے خیال آندے نے۔ ڈیپریشن دے دورے وچ، شخص اداس مستقل احساسات، عام طور تے لگاتار اداس، پسندیدہ سرگرمیاں توں دور، مایوس و ناامید تے تھکاوٹ محسوس کرے گا۔

بیبولر ڈس آرڈر دے کی اسباب نے؟

- (1) جینیاتی عوامل: اس بیماری دے شکار جڑواں اور ایک خون دے رشتہ دار ہون والے افراد نوں اے بیماری ہون دا زیادہ امکان ہے۔
- (2) نیوروٹر ٹرانسمیٹر دے وچ عدم توازن: مطالعہ نال پتہ لگا ہے کہ بیوپولر ڈس آرڈر دے مریضاں وچ نیوروٹر ٹرانسمیٹر غیر معمولی لیول دا ہوندا ہے مثلاً ڈوپامین اور سیرٹونن۔
- (3) ماحولیاتی عوامل: منشیات دی بدولت، اور زندگی وچ دیگر پریشانیاں مثلاً نوکری ختم ہو جانا، تعلقات کے مسائل، وغیرہ۔

مینوں کس طرح پتہ لگے کہ مینوں بیبولر ڈس آرڈر ہے؟

(1) افسردگی دی حالت:

(اے) درماندہ موڈ: دلچسپی دی کمی؛ مایوسی، ناخوش نظر آنا تے حوصلے وچ کمی ہونا؛ مستقبل دے بارے امید کھو دینا؛ دوسریاں دے نال رابطہ کرن توں گریز کرنا۔

(بی) تاخیری سوچ: سوچ تے زبانی ردعمل وچ سست روی؛ نرم آواز وچ گل بات کرنا۔

(سی) حوصلے دی کمی: سرگرمی وچ کمی دے نال، غیر فعالیت طاری ہو جاندی اے؛ حرکت وچ سستی آ جاندی اے؛ زیادہ تر وقت بستر تے گزرنے لگدا اے۔ سنگین صورتاں وچ، اپنی بنیادی دیکھ بھال (مثلاً بذریعہ منہ خوراک لین دا عمل) خراب ہو سکدا اے یا مدد دی ضرورت ہو سکدی اے؛ خودکشی دے خیالات یا عملدرآمد دے امکانات ہو سکدے نیں۔

(2) غمگین حالت:

(اے) غمگین موڈ: تھوڑا، افسردہ، مختلف، مایوس تے ناامید محسوس کرنا؛ حال تے مستقبل دے بارے ناامیدگی، لوکاں توں

دوری

(بی) سوچ وچ کمی: سوچنے وچ مشکل، سست ردعمل، نرم آواز وچ گلاں کرنا، اپنے آپ نوں موزی بیماری ہونے دا شبہ ہونا۔

(سی) کم سرگرمیاں تے توانائی: غیر افعال طرز زندگی، کم سرگرمی، سست ردعمل، بستر وچ رہنا، لوکاں توں دوری؛ زیادہ تر شدید حالت وچ کچ افراد اپنی بنیادی دیکھ بھال مثلاً کھانے پینے نوں وی نظر انداز کر سکدے نے اور دوسرے لوکاں دی دیکھ بھال تے انحصار کرتے ہیں اور خودکشی وی کر سکدے نے۔

بیبولر ڈس آرڈر لئی کی علاج ہے؟

1. دوائی:

اے . موڈ ٹھیک کرنے والی دوائیاں:

جس طریقوں کہ ویلیرویت سوڈیم اور لیتھیم

ب. اینٹی-ڈیپریشن یعنی افسردگی دور کرنے دی دوائی

سی. اینٹی-سائیکوٹک یعنی دماغی امراض دی دوائی

2. الیکٹروکونولک تھراپی:

اے بنیادی طور تے شدید متاثرہ افراد واسطے استعمال کیتا جاندا ہے

3. نفسیاتی علاج

اے. کوگنیٹو بیہویر تھراپی دا مقصد انسان دی غیر منطقی سوچ اور رویے نوں تبدیل کرنا ہے، تاکہ او اپنے مسائل تے علامات نال معقول تے مؤثر طریقے نال نمٹے دے قابل ہوسکے۔

4. بحالی تربیت

ا. پیشہ ورانہ بحالی دی تربیت: پیشہ ورانہ مہارت اور کام دے رویے نوں بہتر بنان واسطے تربیت

ب. خود دی دیکھ بھال دی تربیت: خود دی دیکھ بھال کرنے دا ہنر، حفاظتی شعور، اور کمیونٹی سپورٹ نیٹ ورک دے بارے وچ معلومات نوں بہتر بنانے دی تربیت

ایہہ دستاویز اس اصل متن دا ترجمہ اے جیہڑی کہ انگریزی وچ اے۔ کسی وی تضاد یا عدم مطابقت دی صورت وچ، انگریزی ورژن نوں فوقیت حاصل رہے

گی۔