

Schizophrenia

شیزوفرینیا

شیزوفرینیا کی ہے؟

شیزوفرینیا ایک سنگین ذہنی بیماری ہے۔ دماغ ٹھیک کم نہیں کر دیا، جس دی وجہ نال سوچ، احساس، جذبات، برتاؤ غیر معمولی ہوندے نے اور روز مرہ دی زندگی کام کاج تے رشتے داریاں تے اس دے نال نال خود دا خیال رکھن وچ اثر ہوندا ہے۔ شیزوفرینیا کافی عام بیماری ہے۔ ایہہ بیماری آبادی دے 1% کو لاحق ہوندی اے۔ اگر خاندان وچ کسی نوں اے بیماری ہے تے اس بیماری نوں لگن دا چانس ود جاندا ہے۔ اے عموماً نوجوانی یا ادھیڑ عمر توں لگدی ہے تقریباً 18 تا 35 سال عمر، مرد عورت دی شرح برابر ہے۔

بیماری دا سبب کی ہے؟

بیماری دی کوئی خاص وجہ نہیں ہے۔ اس دے باوجود، مختلف اہم نتائج سامنے آئے نے جننا نال اس بیماری دی وجہ سمجھ آئی ہے اس دا تعلق جینیاتیات، دماغ کی پیراجیات، نشہ کرنا، زہنی تناؤ اور شیزائڈ شخصیت نال ہے۔

کس طرح پتہ چلدا ہے کہ اس نوں اے بیماری ہے؟

اگر تونوں اپنے خاندان یا دوست وچ مندرجہ ذیل علامات ملدے نے تے ہو سکدا ہے کہ او نوں اے بیماری ہے اس لئی ڈاکٹروں اور نفسیاتی ماہرین کول تشخیص واسطے بھیجنا چاہئے۔

1. وہم

غیر موجود آوازاں، غیر موجود تصاویر وغیرہ نظر آنا

2. غیر حقیقی عقائد

ایسے عقائد جو غیر حقیقییا غیر موجود نے، عقائد غیر معمولی یا بے نظیروی ہوسکدے نے، مثال دے طور پر پریشانی دا احساس ہونا، یہ اک اہم واقعہ محسوس کرنا جس وچ متنوع واقعہ منسلک ہوندا ہے۔

3. بے سمت سوچ دی شکایت

ٹھیک طرح سوچنے وش دشواری۔ خیالات غیر منظم یا غیر معمولی ہوندے نے۔ مریض خودکلامی کر دیا ہے یا آپ ہی کجھ بولدا ہے منہ وچ بولدا ہے۔

4. کم ہمتی تے غیر دلچسپی

مریض دلچسپیوں توں دور ہو جاندا ہے (بمعہ خود دی دیکھ بھال اور حفظان صحت) چیزوں وچ اس دی دلچسپیاں ختم ہو جاندیاں نے، اور میل ملاپ وچ سست ہو جاندے نے۔ او بیزار نظر آوے گا اور اپنا کم پورا نہیں کر سکے گا یا گی۔

5. جذبات دے اظہار کرن یا محسوس کرن دی صلاحیت توں محروم ہو جانا

جس طریقوں کہ مریض دوسریاں دے نال ہمدردی نہیں کر سکدا اے؛ دو ٹوک طور تے یا جذبات دی کمی دے باعث۔ انہاں دا سماجی میل جول بہت زیادہ خراب ہو سکدا اے۔

6. ہٹ جانا تے تنہائی پسند

مثال دے طور تے مریض بہت زیادہ الگ تھلگ، خود مرکوز اور لاتعلق ہو جاندا ہے۔

7. جذباتی ذمہ داری

مریض کے جذبات قابل تغیر ہو سکدے نیں تے تیزی نال تبدیل ہو سکدے نیں۔

شیزوفرینیا دے علاج کی نیں؟

دوائیاں دا علاج اہم ترین اور مؤثر علاج ہے۔ اینٹی سائیکوٹک ادویات مؤثر طریقے نال بیماری تے قابو پان تے وبم نو غیر حقیقی عقیدے نوں گھٹ کیا جا سکدا ہے۔ دوائیاں مؤثر طریقے نال قابو پا کے بیماری نو واپس ہونے دے خطرے نوں گھٹا سکدی ہے۔ جدوں شدید بیماری کنٹرول ہوجائے، نفسیاتی علاج، پیشہ ورانہ تھراپی، گھریلو تربیت یا دوسرے علاج لے مناسب طریقے دے نال مریض نوں معاشرے دے قابل بنایا جا سکدا ہے۔

خاندان کس طرح شیزوفرینیا دے مریض دی دیکھ بھال کر سکدے نے؟

1. مریض دی حوصلہ افزائی کرو کہ او تھراپی اور دوائیاں باقاعدہ لے اور جلد ٹھیک ہو جائے۔
2. بیماری دے واپس آنے دی ابتدائی علامات، جیسے پریشانی، غیر مستحکم جذبات، نیند وچ خلل، بھوک وچ تبدیلی، غیر مربوط بات چیت یا خیالات، خلاف معمول رویہ۔
3. پرسکون رہو۔ مریض نال بحث نہ کرو علامات۔ اس دے وبم و عقیدے دی نفی نہ کرو بلکہ اس نوں دوسرے کماں وچ مشغول کرنے وچ مدد کرو۔ مریض دی دلچسپیاں وچ حصہ لین لئی حوصلہ افزائی کرو۔
4. مریض نال سادہ اور سیدھی گلاں کرو۔ اس دی گل سنو اور حوصلہ افزائی کرو، خاص طور تے مثبت تبدیلیوں تے تعریف کرو۔ سونے دا وقت، کام اور دلچسپی واسطے ٹائم ٹیبل سیٹ کرو۔ تھوڑا اگے پچھے ہون دی اجازت دیو۔
5. سماج وچ واپس جانے واسطے مریض کی ٹھیک ہون لئی حوصلہ افزائی کرو۔
6. دیکھ بھال کرن والے لوک اپنی ذہنی صحت دا وی خیال رکھن، مثال کے طور پر اپنے آرام اور ذاتی کم لئی وقت دا ہونا۔ ضروری ہوئے تے مدد منگو۔

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۔