

वारंवार विचारले जाणारे प्रश्न

(9) प्रस्तावना

प्र.१ मानसिक किंवा मनोवैज्ञानिक रोग म्हणजे काय?

उ.१ मानसिक रोग म्हणजे व्यक्तीची विचारसरणी, भावना, मनःस्थिती, दुसऱ्यांबरोबर संबंध जोडण्याची क्षमता आणि दैनंदिन कामकाजाचे विकार होत. मानसिक रोग अनेक प्रकारचे आहेत. त्यांच्यावर उपचार केले जाऊ शकतात आणि बरे होणे शक्य आहे. औषधोपचार आणि मानसोपचार हे उपचारांच्या लोकप्रिय आणि प्रभावी पद्धती आहेत. ह्या उपचारांचे गुण हे शारिरीक आजारावरील उपचारांप्रमाणेच आहेत व रोगाच्या प्रकारानुसार आहेत.

प्र.२ मानसिक रोगास वैद्यकीय का समजले जाते जर त्या 'मना'शी संबंधित आहेत?

उ.२ आरोग्य म्हणजे शारिरीक आणि मानसिकदृष्ट्या सुदृढ होणे. मेंदू व शरीर या एकाच नाण्याच्या दोन बाजू आहेत, आणि म्हणूनच त्यांच्यामध्ये उत्पन्न होणारी समस्या ही एकमेकांशी संबंधित आहे. 'मन' फक्त एक आध्यात्मिक संस्था नाही, तर मेंदूचा एक भाग आहे. म्हणून, शरीराच्या कोणत्याही भागाप्रमाणे हा व्याधीचा मुद्दा होऊ शकतो. नेहमी डॉक्टर, औषधे आणि शारिरीक आजार हे एकमेकांशी जोडले जातात. दुर्दैवाने, मानसिक विकारांची अवैद्यकीय आणि अवैज्ञानिक दृष्टीने कल्पना केली जाते ज्यामुळे लोकांमध्ये गैरसमज निर्माण होतात.

प्र.३ जर मनोचिकित्सकाद्वारे माझी तपासणी केली जात आहे, तर याचा अर्थ असा आहे का की मी 'वेडा' आहे?

उ.३ मनोचिकित्सकाद्वारे भावनाविषयक गोंधळाची चर्चा केली जाते, ज्यामध्ये विचार आणि आचरण यांमधील गोंधळांचा समावेश आहे. आजारामुळे या क्षेत्रांमध्ये बदल घडून येतो जो वास्तवात "वेडसरपणा" नाही. "वेडसरपणा" ही लोकांद्वारे वापरली जाणारी अपरिपक्व संज्ञा आहे ज्यामुळे वास्तवात भावनात्मक गडबड असलेल्या लोकांकरीता बट्टा निर्माण केला जातो.

प्र.४ मी विक्षिप्त किंवा "हिंसक" वर्तन करीत नाही. तरीही मला मनोचिकित्सकाकडे का जावे लागेल?

उ.४ लोकांचा हा एक सर्वसाधारण गैरसमज असतो की सर्व मानसिक रोगी असलेले रूग्ण हिंसक असतात किंवा एक विवक्षित प्रकारे आचरण करतात. दृक् माध्यमांद्वारे चित्रित करण्यात आलेल्या अतिरंजित हिंसक आणि हास्यास्पद आचरणामुळे या गैरसमजाला अधिकच खतपाणी मिळाले आहे.

मानसिक रोगाने ग्रस्त असलेल्या रूग्णांच्या एकूण संख्येपैकी, केवळ अत्यल्प घटकाद्वारे असंतुलित आचरण प्रकट केले जाते. बाकी बहुसंख्य रूग्णांच्या वेदना बाह्य जगाला दिसत नाहीत.

प्र.५ मानसिक आजारास स्वीकारणे लोकांना कठीण का वाटते?

उ.५ दुर्लक्ष, गैरसमज, भीती आणि सामाजिक बट्टा ही याची प्रमुख कारणे आहेत. प्रसंगवश मानसिक रूग्णांच्या हालचाली आणि आपला वैयक्तिक अनुभव आपल्या मनावर एक न मिटणारी छाप पाडू शकतो.

वैयक्तिक स्तरावर, आपल्याला असा विश्वास वाटत असतो की, आपले आपल्या मनावर सदैव नियंत्रण असले पाहिजे. मानसिक रोग नेहमीच “कमकुवत मनाच्या” आत्मनियंत्रणाच्या नाशाकडे अग्रेसर होतात हा गैरसमज आपणास “मी नाही” अशी भूमिका घेण्यास भाग पाडतो.

स्वीकारार्हता तेव्हा वाढते जेव्हा आपल्याला अशी खात्री पटते की मानसिक रोग हे कोणत्याही शारिरीक रोगांप्रमाणेच आहेत जे कोणालाही होऊ शकतात.

प्र.६ मानसिक रोग दुर्मिळ आहेत. मला हा दुर्मिळ रोग कसा झाला?

उ.६ असा अंदाज आहे की १५-२०% लोकसंख्येला आपल्या आयुष्यात कोणत्या ना कोणत्या प्रकारच्या मानसिक रोगाचा सामना करावा लागतो. विश्व आरोग्य संघटना (डब्ल्युएचओ) द्वारे हा अंदाज लावण्यात आला आहे की, वर्ष २०३० च्या शेवटापर्यंत मानसिक वैफल्यावस्था हा सर्व रोगांमध्ये सर्वोच्च असेल.

काही रूग्णांना कधीच उपचार मिळत नाही, काहींना केवळ अंधश्रद्धाआधारित उपचार मिळतात, काहींना उपचार मिळतात पण ते योग्य तज्ञांद्वारे मिळत नाहीत तर बऱ्याच वेळी योग्य उपचार मिळून बरे झालेले रूग्ण आपल्या उपचारांबाबत गुप्तता पाळतात.

अशा प्रकारे अधिकाधिक पातळीवर व्यापकता असूनही, प्रत्यक्षात योग्य ती निगा प्राप्त करणाऱ्या व्यक्तींची संख्या वेगवेगळ्या कारणांमुळे खूप अल्प आहे. याचे कारण असे आहे की लोकांमध्ये असा गैरसमज आहे की मानसिक रोग हे दुर्मिळ असतात.

प्र.७ डॉक्टर, एखादा मनोचिकित्सक, एखादा मनोवैज्ञानिक आणि एखादा समुपदेशक यांच्यामध्ये काय फरक आहे? अनेक विशेषज्ञ असल्यामुळे भ्रमावस्था निर्माण होत आहे.

उ.७ मनोचिकित्सक असा वैद्यकीय पात्रताधारक चिकित्सक आहे ज्याने मनोचिकित्सेमध्ये पदव्युत्तर प्रशिक्षण प्राप्त केलेले आहे. त्याच्याद्वारे मानसिक विकारांचे निदान केले जाऊ शकते आणि त्यावर मनोवैज्ञानिक रूपात तसेच औषधांद्वारे हस्तक्षेप करून उपचार केले जाऊ शकतात.

मनोवैज्ञानिक असा अवैद्यकीय पात्रताधारक व्यावसायिक आहे ज्याने मनोविज्ञानात पदव्युत्तर प्रशिक्षण प्राप्त केलेले आहे. त्याच्याद्वारे मनोवैज्ञानिक तपासणी करून मनोचिकित्सकीय तंत्राचा (औषधांव्यतिरिक्त) वापर करून लोकांची मदत केली जाऊ शकते.

एखाद्या मनोरोग सामाजिक कार्यकर्त्यास मानसिक आरोग्याच्या सामाजिक बाजूंचे मूल्यमापन तसेच व्यवस्थापन करण्याबाबत प्रशिक्षण प्राप्त झालेले असते.

समुपदेशक एक व्यावसायिक आहे जो लक्षकेंद्रित सल्ला देतो. वर नमूद केलेल्या सर्व व्यावसायिकांद्वारे समुपदेशन केले जाऊ शकते.

मानसिक आरोग्य व्यावसायिक (एमएचपी) या गटाचे इतर सदस्य आहेत - मनोचिकित्सक सेविका (नर्स), व्यावसायिक चिकित्सक आणि विशेष शिक्षक

एक न्यूरोलॉजिस्ट (न्यूरोफिजिशियन किंवा न्यूरोसर्जन) असा वैद्यकीय विशेषज्ञ आहे जो शारीरिक कारणांमुळे होणाऱ्या मेंदूतील विकारांवर (झटका, गाठ, संसर्ग इत्यादि) वर उपचार करतो.