

(३) मनोरोग मूल्यांकन

प्र.१ मैं कमजोर इन्सान नहीं हूँ, फिर मुझे यह मनोवैज्ञानिक समस्या क्यों हुई?

उ.१ मनोवैज्ञानिक समस्या कमजोरी की निशानी नहीं है। यह मस्तिष्क के रसायन में बदलाव जिन्हें न्यूरोट्रान्समीटर कहा जाता है उसपर विभिन्न प्रभावों के कारण होती है। वह किसी भी व्यक्ति को उम्र, लिंग, शिक्षा, वित्तीय स्थिति अथवा सामाजिक समर्थन को देखे बिना प्रभावित कर सकती है।

प्र.२ वह एक अमीर परिवार का था और उसकी सफलता से दूसरों को जलन होती थी। क्या अभिशाप या काले जादू से व्यक्ति मनोरोग हो सकता है?

उ.२ मानसिक बीमारी से प्रभावित व्यक्ति शारीरिक तौर पर स्वस्थ दिखाई देता है लेकिन लक्षण व्यक्ति की प्रकृति बदल देते हैं और उससे अलग तरीके से बातचीत तथा व्यवहार करवा सकते हैं। व्यक्ति की पहचान में परिवर्तन हो जाने से, काला जादू/भूत-प्रेत की बाधा ऐसी बातों में समाज का विश्वास बन जाता है। वैज्ञानिक प्रगति से हमें यह समझने में सहायता प्राप्त हुई है कि मानसिक बीमारियाँ जैविक (जनुक तथा मस्तिष्क), मनोवैज्ञानिक और सामाजिक घटकों के परस्पर व्यवहार के कारण होती हैं और उनसे जज्बात, सोच और आचरण इन तीन स्थानों पर प्रभाव पड़ता है।

प्र.३ पिछले साल ज्योतिषी/पुजारी ने हमें एक पूजा करने के लिए कहा था जो हमने नहीं की; क्या भगवान हमें हमारे पापों के लिए दंडित कर रहे हैं?

उ.३ तपेदिक और मलेरिया जैसी वैद्यकिय बीमारियों का कारण हम आसानी से समझ सकते हैं। चूँकि हम मानसिक बीमारियों में क्या गलत हुआ है वह समझ नहीं पाते, ठेर सारे अंधविश्वास और धार्मिक विश्वासों द्वारा अतीत में स्पष्टीकरण दिया गया है। मानसिक बीमारियों में अन्य वैद्यकिय बीमारियों जैसा दृश्य अथवा मूल्यांकन करनेयोग्य विषमताएँ नहीं होती हैं, जिससे ऐसी बीमारियों की वजहों को रहस्यमयी रूप प्रदान किया है। इसी तरह के दौर में, बीमारी को स्वीकार करने और उसका उपचार करने के बजाय लोग “पितृदोष”, और “कर्म” में लगे रहते हैं।

हम में से कई लोग अपनी कठिनाईयों और कमी को अलौकिक और रहस्यमयता के साथ जोड़ने का प्रयास करते हैं और वह अंधविश्वास में परिवर्तित हो जाती है। यही बात मानसिक बीमारियों के साथ होती है।

प्र.४ डॉक्टर, मेरे गुरु का कहना है कि मेरे अंदर मेरी समस्याओं का हल है, और मुझे अपनी आत्मा पर काम करना चाहिए?

उ.४ प्रमुख मानसिक बीमारियों में, हानी इतनी गंभीर होती है कि कोई भी ऐसी सलाह पर उद्देश्यपूर्ण काम नहीं कर सकता है। वैद्यकिय और मनोवैज्ञानिक उपचारों को खुले दिमाग से स्वीकार करना चाहिए। आप टूटे हुए पैर के साथ कसरत नहीं कर सकते।

प्र.५ डॉक्टर, मेरी पड़ोसन हर नवरात्रि के अवसर पर साये से बाधित हो जाती है। कुछ तांत्रिक विधी करने के पश्चात वह फिर से ठिक हो जाती है?

उ.५ ये सब लक्षण जिन्हें अलौकिक शक्ति माना जाता है, वास्तव में यह लोगों के अस्वस्थ होने की निशानी है। बीमारी का विवरण मनोवैज्ञानिक सिद्धांतों और वैज्ञानिक तर्क के आधार पर किया जा सकता है। कुछ ऐसे प्रकरणों में “तांत्रिक” अनुष्ठानों द्वारा अस्थायी निजात पायी जा सकती है।

आमतौर पर, इस तरह के लक्षण अनसुलझे संघर्ष की वजह से होते हैं। इसीलिए, जबतक उनपर दवाईयाँ और मनोचिकित्सा के साथ इलाज नहीं किया जाता तब तक वह दोहराते रहते हैं।

प्र.६ मेरा जीवन सहज रूप से बीत रहा है, इसीलिए मैं किसी मानसिक बीमारी से कैसे पीड़ित हो सकता हूँ?

उ.६ कुछ लोगो में, जैविक और आनुवंशिक घटकों के प्रबल होने के कारण, पहचानने योग्य तनाव की अनुपस्थिति में भी मानसिक बीमारी की ओर अग्रसर होते हैं। बीमार होने के लिए तनाव के साथ प्रत्यक्ष सम्बन्ध होना जरूरी नहीं है।

प्र.७ मेरे परिवार में किसी को भी कभी मानसिक बीमारी नहीं हुई, तो मुझे कैसे हो सकती है?

उ.७ मानसिक बीमारी विभिन्न कारणों की वजह से विकसित होती है। आनुवांशिक घटक उसमें से एक है। आनुवांशिक गुण मानसिक बीमारी के लिए एक जोखिम प्रदान करते हैं। जोखिम शायद बीमारी में परावर्तित हो सकती है अथवा नहीं भी जोकि कई अन्य बाहरी घटकों पर निर्भर है। इस तरह, मानसिक बीमारी का विकास केवल पारिवारिक इतिहास पर ही निर्भर नहीं है।

प्र.८ मेरी बीमारी का तनाव/वजह मुझे पता है; इसलिए उपचार करवा लेने में क्या मतलब है?

उ.८ हम में से हर एक तनाव का अलग रूप से सामना करते हैं। मानसिक विकार एक लंबे समय (सप्ताह) के कालावधी के लिए रहनेवाले लक्षणों के समुच्चय द्वारा परिभाषित किया गया है जो हमारी काम करने की शक्ति और सामाजिक बातचीत करने में हमें असमर्थ करते हैं। उपचारों के द्वारा सामान्य स्थिति लौटाने का प्रयास किया जाता है जो बदले में तनाव से लड़ने में मदद करते हैं। उपचारों को प्राथमिकता कारणों को ध्यान में न रखते हुए दी जाती है। यदि कोई हड्डी टूट जाये, तो हम उसकी वजह पर बहस नहीं करते बल्कि उसे ठीक करने में लग जाते हैं।

प्र.९ वह एक बेहद बुद्धिमान, अपने वर्ग का अब्बल व्यक्ति था, उसे मानसिक बीमारी कैसे हो सकती है?

उ.९ जैसे शारीरिक बीमारी किसी को भी हो सकती है, वैसे ही मानसिक बीमारी उम्र, लिंग, शिक्षा, वित्तीय स्थिति अथवा सामाजिक समर्थन पर निर्भर न होते हुए किसी को भी हो सकती है। उच्च बुद्धिमत्ता मानसिक बीमारियों के लिए सुरक्षा नहीं है। यहाँ तक कि एक डॉक्टर जिसको मानसिक बीमारियों के बारे में ज्ञान है उनके लिए भी कोई प्रतिरक्षा नहीं है।

प्र.90 जब कई साल पहले असफलताएँ और तनावपूर्ण घटनाएँ घटी थी, मैंने उनका मुकाबला बहादुरी से किया और दूसरों को सामर्थ्य प्रदान किया; तो मुझे ऐसे लक्षण क्यों महसूस हो रहे हैं जबकि कोई कारण नहीं है?

उ.90 धारणा यह है कि मस्तिष्क के जीव विज्ञान में तनाव दीर्घकालीन परिवर्तन उत्पादित कर सकता है, जिससे यदि समस्याएँ चली गई होंगी तो भी ऐसे परिवर्तन रहते हैं। इसलिए, कोई भी अपने पूरे संसाधनों का उपयोग कर और तनावपूर्ण कालावधी में मुकाबला कर सकता है फिर भी उसके लक्षण संचयी तनाव का असर और थकानभरे भंडार की वजह से बाद में भी महसूस होते रहते हैं।

प्र.99 उसको वह घटना दिल से नहीं लगाना था, क्या यह उसकी सकारात्मक सोच अपनाने की अनिच्छा नहीं है जिसने उसे मानसिक बीमारी की ओर मोड़ दिया?

उ.99 हम में से हर एक घटना के साथ कैसे प्रतिक्रिया करता है वह हमारी मानसिक धारणा, मुकाबला करने का कौशल्य और पद्धति, गत अनुभव और हमारी समर्थन प्रणाली पर निर्भर रहता है। जब हम तनाव से पीड़ित रहते हैं तब हम सकारात्मक सोचने में असमर्थता पाते हैं और मस्तिष्करसायन परिवर्तक की निष्पत्ति के कारण मस्तिष्क के बीमार हालत में होने की वजह से भूतकाल के बारे में सोचते रहते हैं। कोई भी मात्र इच्छा करने से इसे दूर नहीं कर सकता।

प्र.92 मुझे शारीरिक समस्याएँ हैं, वह मानसिक बीमारियों की वजह से कैसे हो सकती हैं?

उ.92 मन और शरीर जटिल रूप से एक दूसरे से जुड़े हुए हैं। अनसुलझे संघर्ष और मनोवैज्ञानिक संकट हमेशा शारीरिक अथवा दैहिक शिकायतों की तरफ अग्रसर करते हैं। आम उदाहरण सिरदर्द अथवा अक्सर पेट में गड़बड़ी होना है जिसके लिए जाँच के बावजूद कोई वजह नहीं पायी जाती। इसके अलावा, मधुमेह, उच्च रक्तचाप और दमा आदि जैसी कई बीमारियों की शुरुआत, संसर्ग और प्रभावित करने के लिए मनोवैज्ञानिक घटक ज्यादातर जाने जाते हैं।