નાટકીય સંજોગોમાં રોગ આપમેળે મટી પણ જઈ શકે છે.

આપણે ત્યાં હિસ્ટેરિયા 'વળગાડ' કે 'માતા' રૂપે પણ જોવા મળે છે.

☞ મનોપચાર (સાઇકોથેરાપી) અને દવાથી આમાં ફાયદો થાય છે.

૯. મંદબુદ્ધિ :

બધાં બાળકોની બુદ્ધિ એકસરખી હોતી નથી. મંદબુદ્ધિના ઘણાં કારણો પૈકી કેટલાકની સારવાર કરી શકાય છે. કેટલાંક કિસ્સાઓમાં બીજી પદ્ધતિઓ વડે તેઓને પોતાનું કામકરતાં શીખવી શકાય છે અને સમાજમાં ઉપયોગી થઈ શકે તેવી કેળવણી આપી શકાય.

૧૦. વાઈ (Epilepsy) :

મગજમાં થતાં ઓચિંતા વિજળીક ફેરફારને લીધે તેના કામકાજમાં ખલેલ પડે છે અને તેના લક્ષણોરૂપે વાઈના હુમલા આવે છે.

- ખેંચ આવવી, શરીરમાં ઝાટકા આવવા, હાથપગ કડક થઇ જવા, કપડામાં પેશાબ થઈ જવો, જીભ કચરાઇ જવી, પડી જવું, ઈજા થવી, મોઢામાં ફીણ આવી જવા, બેભાન થઇ જવું.
  આવા હુમલાઓની વચ્ચે દર્દી બિલકુલ સાજો હોય છે.

☞ દવાથી આ રોગ ઉપર સંપુર્ણ કાબુ મેળવી શકાય છે.

૧૧. બાળ-મનની સમસ્યાઓ :

- ભણવામાં તકલીફ પડવી, ચિત્ત ન લાગવું, પાછળ નંબર આવવો.
- વધારે તોફાન કરવા.
- એક સ્થાને સ્થિર બેસી ન શકવું.
- ચોરી કરવી, જૂઠું બોલવાની આદત પડવી.
- મોટી ઉંમર સુધી અંગૂઠો ચૂસવો.
- પથારીમાં પેશાબ કરી જવો, વગેરે.
  આ બધી તકલીફો પાછળ માનસિક કારણ હોઈ શકે, યોગ્ય સારવાર વડે તેનો ઉપાય થઈ શકે છે.

૧૨. લાંબા સમયનો દુ:ખાવો : (Chronic Pain):

લાંબા સમયનો માથાનો, કમરનો કે શરીરના જુદા જુદા ભાગનો દુ:ખાવો કે જેના માટે ઘણી સારવાર કરાવવા છતાં પણ ફરક ન પડતો હોય. આવા કિસ્સામાં સાઈકોથેરાપીથી ફાયદો થઈ શકે.

કન્સલ્ટન્ટ સાઈકીઆટ્રીસ્ટ

- ડૉ. ધર્મેશ પટેલ
- ડૉ. રાજેશ મણીઆર
- ડૉ. હિમાંશુ દેસાઈ
- ડૉ. સુહાસ દોશી
- ડૉ. પ્રદીપ વઘાસીયા

એસોસિએટેડ સાઈકીઆટ્રીસ્ટ

- ડૉ. મૈત્રેય પરીખ
- ડૉ. પુનિતા ગ્રોવર
- ડૉ. મોહિત જોષી
- ડૉ. તેજસ પટેલ

સાઈકોલોજીસ્ટ

- સુનીતા નાયર
- નિલીમા પરીખ
- ઋતુજા કારખાનીસ
- એશા ઝવેરી
- સ્નેહા પંચાલ
- ધારા પટેલ
- સંગીતા ચૌહાણ

GIPS

કલીનીક : **જીપ્સ સાઈકીયાટ્રીક કલીનીક અને વ્યસનમુક્તિ કેન્દ્ર**
પહેલો માળ, દેવ કોમ્પલેક્ષ,
પરિમલ ગાર્ડન ચાર રસ્તા, અમદાવાદ-૬.
ફોન : ૦૭૯-૨૬૪૨ ૩૧૩૧ / ૪૦૦૭ ૦૦૦૧

હોસ્પિટલ : **જીપ્સ,** શ્રીનાથ કોમ્પલેક્ષ (સેટેલાઈટ હોસ્પિટલ), ઉમિયા વિજય રોડ, સેટેલાઈટ, અમદાવાદ-૧૫.
ફોન : ૦૭૯-૨૬૬૦ ૮૪૮૫

જીપ્સ વાસણા : પુંજાભાઈ ચેમ્બર્સ, વાસણા બસ સ્ટેન્ડની સામે, અમદાવાદ.
ફોન : ૦૭૯-૨૬૬૦ ૯૪૧૭

જીપ્સ બાપુનગર : ૧, સુખસાગર કોમ્પલેક્ષ, દિનેશ ચેમ્બર્સની સામે, બાપુનગર, અમદાવાદ-૨૫.
ફોન : ૦૭૯-૨૨૨૦ ૦૧૦૭

જીપ્સ સોલા રોડ : નરોત્તમ કોમ્પલેક્ષ, ભુયંગદેવ ચાર રસ્તા પાસે, સોલા રોડ, અમદાવાદ-૬૧.
ફોન : ૦૭૯-૨૭૪૯ ૦૫૮૪

GIPS
Healthy Mind
Healthy LIFE

GIPS Psychiatric Clinic & De-addiction Center

કેટલાક માનસિક રોગો અને તેના લક્ષણો

કેટલાક માનસિક રોગ અને તેનાં લક્ષણો

જેમ કોઈ પણ માણસને શારીરિક રોગ થઈ શકે છે તેમ કોઈ પણ માણસને માનસિક રોગ થઈ શકે છે. બાળક કે ઘરડાંને, સ્ત્રી કે પુરુષને, ગરીબ કે તવંગરને, ભણેલાને કે અભણને કે કોઈ પણ ધર્મના લોકોને માનસિક રોગ થઈ શકે છે.

શારીરિક રોગનાં લક્ષણો તરત દેખાઈ આવે છે. દા.ત. મેલેરિયામાં તાવ આવે છે. માનસિક રોગોમાં મોટા ભાગે આવાં કોઈ શારીરિક લક્ષણો દેખાતા નથી એટલે માનસિક રોગી દેખીતી રીતે સાજોનરવો લાગે છે. તેથી ઘણાં લોકો એ બિમાર છે તે સ્વીકારી શકતા નથી અને માનસિક રોગનાં લક્ષણોને 'ઢોંગ' ગણે છે.

આપણે ત્યાં માનસિક રોગ એટલે 'ગાંડપણ' જ એમ માનવામાં આવે છે. માનસિક રોગનાં કારણ તરીકે વળગાડ, દેવદેવીઓ કે પૂર્વજોનાં કોપ, મંત્રતંત્રની અસર, પૂર્વજન્મના પાપનું ફળ વગેરેને ગણવામાં આવે છે. આથી માનસિક રોગીને ભૂવા પાસે, મંદિર-દરગાહો પર કે મંત્રતંત્ર જાણનારાઓ પાસે લઈ જવામાં આવેછે.

યોગ્ય સારવાર આપવામાં આવે તો માનસિક રોગમાં સારું પરિણામ મેળવી શકાય છે અને માનસિક રોગીઓ સમાજમાં રહી ઉપયોગી નાગરિક તરીકે સ્વતંત્ર જીવન ગુજારી શકે છે.

૧. હતાશા (Depression - ડીપ્રેશન - ઉદાસી):

વસ્તીમાં દર સો માણસોએ પંદરને પોતાના જીવનકાળ દરમ્યાન ઉદાસી રોગ થાય છે. હતાશાનાં લક્ષણો આવા હોઈ શકે :

- ઊંઘ મોડી આવવી, વચ્ચે ઉઠી જવાય કે વહેલી સવારે ઊંઘ ઉડી જવી.
- ભૂખ ન લાગવી, વજન ઉતરી જવું.
- મન દુઃખી, ઉદાસ, બેચેન ને નિરાશ રહે.
- આનંદની પ્રવૃત્તિઓ પણ નીરસ લાગે, કામમાં મન ન લાગે, જાતિય પ્રવૃત્તિમાં પણ રસ ન લાગે.
- કારણ વગર રડવું આવે
- વાતચીતમાં ચીડાઈ જવાય.
- જલદીથી થાકી જવાય, અશક્તિ લાગે, નિર્ણય લેવામાં તકલીફ પડે, યાદશક્તિ નબળી પડી જાય.
- શરીરના જુદા જુદા ભાગમાં લાંબા સમયનો દુઃખાવો રહ્યા કરે.
- "આના કરતા તો મરી જાઉં તો સારું ....." એવા વિચારો આવવા કે આપઘાતની યોજના બનાવવી.

☞ દવાઓ, વીજળીક સારવાર કે મનોપચારથી ડીપ્રેશનમાં ફાયદો થાય છે.

૨. ચિંતા રોગ (Anxiety Disorder / Panic Disorder):

વાસ્તવિક પરિસ્થિતિ પ્રમાણે ચિંતા થવી સામાન્ય છે, પણ જો આવી ચિંતા લાંબો વખત ચાલે, કારણ વગર કે કારણના પ્રમાણમાં વધારે હોય, તો તે રોગ બને છે.

ઓચિંતી ગભરામણ, છાતીમાં ધબકારા વધી જવા, મુંઝારો, દુઃખાવો, ચક્કર, પરસેવો છુટી જવો, કંપારી આવી જવી, હમણાં કંઈક થઈ જશે... હૃદય બંધ પડી જશે, બેભાન થઇ જવાશે.... જીવ નીકળી જશે એવો ડર લાગવો વગેરે લક્ષણો એકાએક દેખાય છે.

☞ દવા અને સાઈકોથેરાપીથી સારું પરિણામ મળે છે.

૩. ધૂન રોગ (Obcessive Compulsive Disorder) (O.C.D.)

- દર્દી એક ને એક ક્રિયા કે વિચાર વારંવાર કરે છે. દા.ત તાળુ બંધ કર્યા પછી વારંવાર ચેક કરવું હાથ ધોવા છતાં પણ વારંવાર ધોયા કરવા, સેક્સને લગતાં વિચારો વારંવાર આવવા.
- આ વિચારો અર્થ વગરનાં, નકામાં છે એમદર્દી સમજે છે અને તેને દૂર કરવાની પૂરી કોશિશ પણ કરે છે. આમછતાં દર્દી મનમાંથી વિચારો દૂર કરી શક્તો નથી.
- આમાં દર્દીનો ઘણો સમય જાય છે અને માનસિક સંતાપ થાય છે.

☞ દવા અને બીહેવીયર થેરાપીથી આનો ઉપચાર કરી શકાય છે.

૪. મનોવિચ્છિન્નતા (Schizophrenia - સ્કીઝોફ્રેનિયા - ગાંડપણ) :

આ રોગની શરૂઆતમાં વ્યક્તિનું વર્તન બદલાયેલું લાગે. કામ કરવામાં અરુચિ થાય. કેટલીક વાર અજુગતું વર્તન કરી બેસે. સગાંને ઘણી વાર દર્દી ઢોંગ કરતું હોય તેવું લાગે. પરંતુ આગળ જતાં દર્દીમાં નીચે મુજબનાં લક્ષણો જોવા મળે છે.

- દર્દી બીજાઓ ન ધરાવતા હોય તેવી દૃઢ, જડ, દૂર ન કરી શકાય તેવી માન્યતા ધરાવવી.
- શંકા કરવી, બીજા લોકો મારી વાતો કરે છે, મારી નાંખવાનું કાવતરું કરે છે, તેવા વિચારો કરવાં.
- પત્ની/પતિને બીજા પુરુષ/સ્ત્રી સાથે સંબંધ છે તેવી શંકા કરવી. તેની પાછળ જાસૂસી કે ચોકી કરવી.
- ભ્રમથવો, બીજાઓને ન સંભળાતા હોય તેવા અવાજો સંભળાવા, દર્દીનું એકલા એકલા બોલ્યા કરવું.
- ઘણીવાર ગુમસુમ રહેવું કે બોલ બોલ કરવું, ફર્યા કરવું કે ભાગી જવું.
- ઘણીવાર નહાવા-ધોવાનું, ખાવાપીવાનું કે વસ્ત્રોનું ભાન ન રહેવું.
- ક્યારેક હિંસક વર્તન કરવું, આપઘાત કરી બેસવું એ આ રોગના લક્ષણો છે.

☞ સારવારથી પચાસ ટકા દર્દીઓની બીમારી પુરેપુરી મટાડી શકાય છે. અડધા ઉપરાંત દર્દીઓ દવાઓ લઈ કુટુંબમાં દેખરેખ હેઠળ પોતાનું જીવન ચલાવી શકે છે.

૫. ઉન્માદ (Mania) :

કારણ વિના અતિશય આનંદમાં, ઉત્સાહમાં રહેવું.

પોતે સૌથી શક્તિશાળી, બળવાન છે, પોતાની પાસે ખૂબ ધન છે, તેવો ભ્રમ હોવો.

- ખોટા ખર્ચ કરવા, ખૂબ ખરીદી કરવી, લોકોને પૈસા આપી દેવા.
- બોલબોલ કરવું, હિંસક બની જવું.
- ઊંઘ ન આવવી.
- નિર્ણય લેવામાં, સામાજિક કાર્યોમાં તકલીફ પડવી.
- ઘણીવાર ઉન્માદ અને ઉદાસીનાં વારાફરતી હુમલાઓ આવતા હોય છે.

☞ દવા દ્વારા તે અટકાવી શકાય છે.

૬. વ્યસન કે બંધાણ :

આપણા સમાજમાં બીડી, સિગારેટ, તમાકુ, જર્દા, પાનમસાલા, ઉપરાંત દારૂ, ચરસ, ભાંગ, ગાંજો, બ્રાઉન સ્યુગર તથા ઘેનની દવાના વ્યસન જોવા મળે છે.

☞ દર્દી ઈચ્છે તો તેમાંથી મુક્તિ મેળવી શકે છે.

૭. મનોજાતિય રોગ (Sexual Problem) :

સમાજમાં સેક્સનાં આધારભૂત જ્ઞાન અંગે કોઇ ચોક્કસ સાધનો નથી, જેના લીધે સેક્સને લગતી ઘણી ખોટી માન્યતાઓ પ્રવર્તે છે. દા.ત. હસ્તમૈથુન વિશે, ઈન્દ્રિય વિશે, સમાગામવિશે, આના લીધે ઘણી સમસ્યાઓ ઉત્પન્ન થાય છે. જેવી કે સેક્સ પ્રત્યે અણગમો થવો, શરીરમાં કળતર થવું, નપુંસકતા વગેરે.

મોટા ભાગનાં કિસ્સાઓમાં સેક્સની સમસ્યાઓનું મૂળ મનોવૈજ્ઞાનિક છે.

☞ યોગ્ય સમજ અને દવા વડે તેનું નિવારણ થઈ શકે છે.

૮. હિસ્ટેરિયા :

શરીરમાં કોઈ પણ જાતના બગાડ વિના માત્ર માનસિક સંઘર્ષના કારણે શારીરિક રોગના હોય તેવા લક્ષણો ઓચિંતા દેખાય છે. દા.ત. તાણ (ખેંચ), હેડકી, લકવો, શ્વાસ લેવામાં તકલીફ વગેરે.

હિસ્ટેરિયા એ ઢોંગ નથી, માનસિક રોગ છે. એનાં લક્ષણો ઉપર દર્દીનો પોતાનો કાબુ નથી. ઘણીવાર દર્દીની જરૂરિયાતો સંતોષાતા કે