

द्विध्रुवी विकार के लिए कोई इलाज़ नहीं है, परन्तु इलाज़ लक्षणों को नियंत्रण करने में मदद कर सकता है। मनोदशा में बदलाव और व्यवहार की समस्याओं के लिए अधिकांश लोगों को मदद मिलती है। लगातार, भरोसेमंद उपचार, (थोड़े समय के लिए) शुरु और बंद होने वाले उपचार से बेहतर होता है।

उपचार के विकल्पों में शामिल हैं:

1. दवा: कई प्रकार की दवाइयां हैं जो मदद कर सकती है। लोगों में दवाइयां अलग-अलग प्रकार से असर करती है, इसलिए इलाज़, रोगी पर निर्भर करता है। कभी-कभी एक व्यक्ति को विभिन्न प्रकार की दवाइयों को लेने की जरूरत पड़ती है, यह देखने के लिए कि कौन सी दवा उसके लिए सही है। दवाइयों का दुष्प्रभाव हो सकता है। रोगियों को हमेशा इन समस्याओं के बारे में अपने डॉक्टर को बताना चाहिए। रोगियों को डॉक्टर की सलाह के बिना दवाइयां बंद नहीं करनी चाहिए। अचानक दवाइयों को बंद करना खतरनाक हो सकता है, और इससे द्विध्रुवी विकार के लक्षण और भी बुरे हो सकते हैं।

2. द्विध्रुवी विकार से पीड़ित रोगियों के व्यवहार को बदलने और उनके जीवन को सम्भालने में परामर्श (काउनसलिंग) सहायक होता है। यह रोगियों को परिवार और दोस्तों के साथ सही सम्बन्ध बनाए रखने में मदद करता है। परामर्श (काउनसलिंग) सत्र में अक्सर परिवार के सदस्यों को शामिल किया जाता है। परामर्श के द्वारा रोगियों में परिवर्तन दिखाई देते हैं, यह (काउनसलिंग) दवा लेने के समान महत्वपूर्ण है।

हमारे विषय में

बुरांस, एक रहोडोडेनड्रोन फूल का नाम है जो हर बसंत ऋतु में उत्तराखण्ड के पहाड़ी क्षेत्रों में आशा और रंग बिखेरता है।

सम्पर्क करें

[burans@eha-health.org](mailto:burans@eha-health.org)  
[projectburansdehradun@gmail.com](mailto:projectburansdehradun@gmail.com)

कृपया इन नम्बरों पर बुरांस के नजदीकी समुदाए कार्यकर्ताओं से सम्पर्क करें ।

Landour Community Hospital, Mussoorie  
ph: (0135) 2632053, 2632541

Herbertpur Christian Hospital-Herbertpur  
ph: (01360) 250260

Doon Hospital- New Rd, Dehradun.  
ph: (0135) 2659355

State Mental Health Institute-Selaqui  
ph: (0135) 2698044

बुरांस परियोजना, इम्मानुएल अस्पताल एसोसिएशन ([www.eha-health.org](http://www.eha-health.org)) और उत्तराखण्ड (CHGN) क्लस्टर के साथ साझेदारी में है। हम एक साझेदारी परियोजना है जो इम्मानुएल अस्पताल एसोसिएशन के द्वारा संचालित है और HOPE, SNEHA तथा OPEN के साथ कार्य कर रही है।



# द्विध्रुवी विकार (Bipolar Disorder)

## व्यक्ति के स्वभाव में भिन्नता

द्विध्रुवी विकार एक गंभीर मस्तिष्क रोग है। द्विध्रुवी विकार से पीड़ित लोगों को मनोदशा में असामान्य बदलाव होता है। वे बहुत खुश और बहुत अधिक ऊर्जावान और सामान्य से अधिक सक्रिय महसूस करते हैं। इसे उन्मत्त प्रकरण कहा जाता है। कभी-कभी द्विध्रुवी विकार से पीड़ित लोग बहुत दुःखी, उदास, ऊर्जा और सक्रियता में कमी महसूस करते हैं। इसे अवसादग्रस्तता प्रकरण कहा जाता है।

ये मनोदशा में बदलाव की चरम सीमाएं हैं, और ये नींद को, ऊर्जा के स्तर और स्पष्ट रूप से सोचने की क्षमता को प्रभावित करती हैं। द्विध्रुवी लक्षण इतने प्रभावशाली होते हैं, कि वे सम्बन्धों को नुकसान, स्कूल जाने में मुश्किल या नौकरी करने में बाधक होते हैं। इन लक्षणों से कभी-कभी व्यक्ति इतना खराब महसूस करता है, कि वह खुद को चोट पहुंचाने या आत्महत्या करने की कोशिश करता है। द्विध्रुवी विकार से पीड़ित लोगों के लिए इलाज है, जो इन लक्षणों को रोक या कम कर सकता है। तब वे सामान्य जीवन व्यतीत कर सकते हैं।

## कारण

किसी को भी द्विध्रुवी विकार हो सकता है। यह अक्सर किशोर अवस्था या शुरुआती बालिक वर्षों में शुरू होता है। लेकिन यह बच्चों और व्यस्कों को भी हो सकता है। आम तौर पर यह बीमारी जीवन भर रहती है।

डॉक्टरों को लगता है कि, कई चीजें एक व्यक्ति में द्विध्रुवी विकार होने का कारण हो सकती हैं।

- आनुवंशिक, क्योंकि द्विध्रुवी अक्सर परिवारों में चला आता है।
- बचपन में किया गया दुर्व्यवहार, जो मस्तिष्क और भावनाओं को चोट पहुंचाता है।
- मस्तिष्क के कार्य करने पर निर्भर करता है, कि वह किस प्रकार से कार्य कर रहा है।



## लक्षण

जिन लोगों में उन्मत्त प्रकरण होता है वे:

- बहुत “ऊपर” या “उच्च” महसूस करते हैं।
- “उछाल” या “उत्तेजित” महसूस करते हैं।
- रात में केवल दो या तीन घंटे ही सोते हैं।
- बहुत व्यस्त होते हैं, लेकिन अव्यवस्थित होते हैं।
- विभिन्न चीजों के विषय में बहुत तेजी से बातें करते हैं।
- उत्तेजित, चिड़चिड़ापन, या क्रोधित होते हैं।
- महसूस करते हैं, कि उनके विचार, बहुत तेजी से चल रहे हैं।
- सोचते हैं, कि एक बार में, कई कार्यों को कर सकते हैं।
- जोखिम भरा काम करते हैं, रुपया बहुत खर्च करते हैं या लापरवाही से यौन संबंध बनाते हैं।

जिन लोगों में अवसादग्रस्तता प्रकरण होता है वे:

- “नीचा” या दुःखी महसूस करते हैं।
  - बहुत ज्यादा या बहुत कम सोते हैं।
  - उन्हें लगता है कि जैसे वे किसी चीज़ का आनंद नहीं उठा सकते।
  - व्याकुल और चिंतित महसूस करते हैं।
  - ध्यान केंद्रित करने में परेशानी होती है।
  - भुलक्कड़ बन जाते हैं।
  - बहुत ज्यादा या बहुत कम खाते हैं।
  - थकान महसूस करते हैं, या “धीमे” हो जाते हैं।
  - मृत्यु या आत्महत्या के विषय में सोचते हैं।
- ये प्रकरण दिन, सप्ताह या महिनो तक रहते हैं। मनोदशा प्रकरण तीव्र होते हैं।