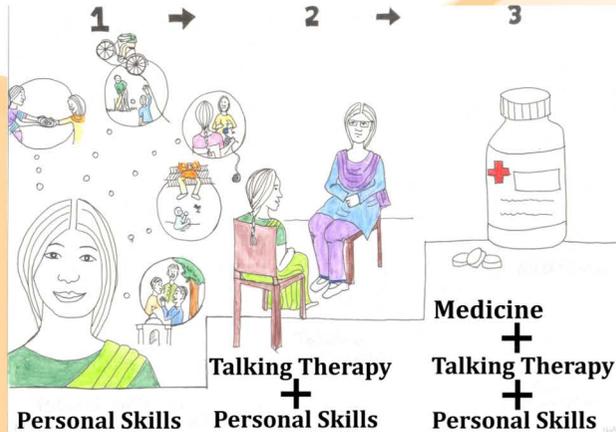


इलाज़ लेने के महत्व को समझना

मानसिक रोग के उपचार में कई गतिविधियां शामिल हैं जिसमें आप, प्रभावित व्यक्ति और आपके परिवार के सदस्यों की भागेदारी आवश्यक है। इसमें परामर्श, गतिविधियां और प्रतिक्रियाएं शामिल हैं जैसे - नियमित व्यायाम, सकारात्मक अनुभवों पर ध्यान केंद्रित करना और कुछ लोगों को दवाईयों की आवश्यकता भी पड़ती है।

- इलाज़ के द्वारा विशिष्ट लक्ष्यों को प्राप्त करना है। आप केवल नियमित इलाज़ के द्वारा ही इच्छानुसार प्रभाव को देख सकते हैं। आप तब तक उस इच्छानुसार प्रभाव को नहीं देख सकते जब तक आप नियमित इलाज़ न लें, इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि अब तक आपने कितने प्रयास किए हैं।
- मानसिक रोग के लिए दवा आमतौर पर मस्तिष्क के संतुलन को पुनः स्थापित करने का काम करती है। यह संतुलन बनाए रखने के लिए दवाईयों के द्वारा इलाज़ को नियमित लेना चाहिए।
- कुछ इलाज़ों में, जल्दी उपचार बंद करने से उसकी वास्तविक बिमारी और अधिक खराब हो सकती है। इलाज़ को लगातार लेना होता है ताकि उस व्यक्ति की सहायता की जा सके जब तक की वह इच्छानुसार प्रभाव को न देख ले।
- बिना डाक्टर की सलाह से अपनी इलाज़ की दवाईयों को लेना बंद न करें।
- कुछ मानसिक रोग दशकों या जीवन भर तक बनी रह सकती हैं।
दवाई + बातचीत चिकित्सा + व्यक्तिगत कौशल



हमारे विषय में

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

सम्पर्क करें

burans@eha-health.org
projectburansdehradun@gmail.com
कृपया इन नम्बरों पर बुरांस के नजदीकी समुदाए कार्यकर्ताओं को सम्पर्क करें

Doon Hospital- New Rd, Dehradun.
ph: (0135) 2659355
Landour Community Hospital- Mussoorie.
ph: (0135) 2632 053
Herbertpur Christian Hospital-Herpertpur
ph: (0136) 0253323.
State Mental Health Institute Selaqui
-Selaqui, Dehradun
ph:(0135) 2698044

बुरांस परियोजना, इम्मानुएल अस्पताल एसोसिएशन और उत्तराखण्ड CHGN क्लस्टर परियोजना के साथ साझेदारी परियोजना है। यह एक साझेदारी परियोजना है जो इम्मानुएल अस्पताल एसोसिएशन के द्वारा संचालित है और HOPE, SNEHA तथा OPEN के साथ कार्य कर रही है।

इलाज़ लेते रहना

-मानसिक समस्याओं से पीड़ित लोगों की सहायता के लिए संकेत ताकि उन्हें आवश्यक इलाज़ मिल सके



Project Burans
working with communities for mental health in Uttarakhand

A PROJECT OF EMMANUEL HOSPITAL ASSOCIATION



रोगी के बाधाओं को सम्बोधित करना

यह समझ नहीं आता कौन सी दवाई और कौन सा इलाज किस समय पर लेना चाहिए। अक्सर विसुएल एड एक अच्छा तरीका है जो उनको मदद करता है समझने और स्मरण रखने में।

मेरे दादा को याद रखने की समस्या है कि कब और कितना लेना है। इसलिए मैंने घड़ी के घंटों पर दवाई की मात्रा का चित्र बनाया।

सोंच की कमी के कारण परिवार के सदस्य इलाज को नियमित लेने के लिए इच्छुक नहीं जैसे चलना फिरना। यदि उपयुक्त है, सही व्यवहार को अपनाने से अक्सर परिवार के सदस्यों को मदद मिलती है कि नियमित इलाज को लें और समझे।

मेरा भाई उदासीन है और वह बाहर नहीं जाना चाहता जब उसे जाना चाहिए। मैं अपने दोस्तों के साथ अपने घर के बाहर क्रिकेट रहा था जब उसने देखा कि हम सब क्रिकेट का आनंद ले रहे हैं तब वह भी शामिल हुआ। अब वह व्यायाम और अच्छा महसूस कर रहा है।

इलाज के प्रति नज़रिया जारी रखने में उसकी इच्छा में बदलाव ला सकता है। कुछ उपचार में अप्रिय दुसप्रभाव हो सकते हैं जो इलाज को इच्छानुसार लेने के विरुद्ध हो सकते हैं। अपने परिवार के सदस्यों को प्रोत्साहित करें और उनकी प्रतिक्रिया उनकी मदद कर सकती है।

मेरी बेटी दवाईयां लेने से मना करती थी। वह दवाई को निगलने में अजीब सा महसूस करती थी। उसे मुस्कराकर कहने से कि आपने अच्छा काम किया वह दवाई लेने को ज्यादा इच्छुक हो गई। अब वह दवाई की आदि हो गई है।

रोगी की बाधाओं को सम्बोधित करना

सम्बन्ध दोनों हो सकते हैं सकारात्मक और नकारात्मक। परिवार, वर्तमान इलाज पर संदेह कर सकते हैं जब वे बात करते हैं कि क्या उनके लिए उपयोगी रहा और क्या नहीं। हालांकि, प्रत्येक व्यक्ति अलग है और अच्छा है कि वह डाक्टर पर ही विश्वास करे। यह बताने के बजाए कि व्यक्तिगत रूप से आपके लिए क्या उपयोगी रहा, यह इस पर निर्भर करता है कि आपने डाक्टर पर कैसे भरोसा किया।

मैं और मेरी बहन एक ही बीमारी से ग्रहसित हैं। यद्यपि मुझे डाक्टर के तरीके पर संदेह था फिर भी मैंने डाक्टर की सलाह के अनुसार इलाज को लिया। यह मेरे लिए उपयोगी रहा और अब मेरी बहन भी डाक्टर के पास जाने के लिए सोंच रही है।

सांस्कृतिक भिन्नता लोगों के लिए मुश्किल पैदा करती है उनकी बीमारी और उसके उपचार को स्वीकार करने के लिए। उनको कदम दर कदम शुरू करने के लिए उत्साहित करें और तब हर कदम के लाभ को देखें।

मेरा चचेरा भाई यह विश्वास नहीं करता था कि वह बीमार है और वह इलाज लेने के लिए मना कर रहा था। हम उसे किसी तरह एक बातचीत सत्र में भाग लेने के लिए उसको मनाने में कामयाब रहे और देखा कि वह कैसा महसूस करता है। पहले सत्र के बाद वह दूसरे सत्र के लिए भी तैयार हो गया और इलाज को नियमित रूप से लेने लगा।

कौन से लोग सबसे ज्यादा जोखिम में हैं जो सुझाव के तौर पर इलाज को नहीं लेते

-देखें आप या आपके परिवार के सदस्य कहाँ सही बैठते हैं?

- स्वास्थ्य सेवा को प्राप्त करने में मुश्किलें
- उपचार प्राप्त करने में रुकावटें जैसे: दवाइयों का खर्चा, अपने आस-पड़ोस में सुरक्षित न घूम पाना।
- परिवार का सहयोग नहीं।
- लोगों के लिए जटिल उपचार जैसे: दिन में विभिन्न समयों पर कई दवाइयों को लेना
- कम उम्र
- पुरुष
- लोग जो बेघर हैं
- लोग जो ड्रग्स या शराब अधिक पीते हैं

