



လက်ထဲ
ဝိုင်
စိတ်ရောဂါဝညာ
ဒေါက်တာအုန်းမောင်

M.B., B.S., D.P.M. (London)

1988

စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ် [၇၄/၈၉][၂]
ပျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်အမှတ် [၅၃/၈၉][၃]

၁၉၈၉-ခု၊ ဩဂုတ်လ
ပထမ အကြိမ်
အုပ်စု [၃၀၀၀]

ထန်ဖိုး ၃၀-ကျပ်

ထုတ်ဝေသူ ဦးကိုကိုကြီး
စိတ္တဗေဒစာပေ [၀၂၇၃၇]
အရာရှိရိပ်သာ၊ စိတ်ဇရာဂါကုဆေးရုံ
မရမ်းကုန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

ပုံနှိပ်သူ မစ္စတာမူ(လ်)ရာ(ရ်)ဆေး(ရ်)ပါး(လ်)
[၀၁၀၂၀]
တောက်တောက်ဝင်းပုံနှိပ်တိုက်၊
၁၆၉၊ ၃၃-လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

အဖုံးရိုက် တောက်တောက်ဝင်းအောက်(ဖိ)စက်

ပျက်နှာဖုံး
မိဇိုင်း စံတိုး



လက်တွေ့စိတ်ဇရာဂါပညာ

ဒေါက်တာအုန်းမောင်
အမ်၊ ဘီ၊ ဘီ၊ အက်(စ်) - ရန်ကုန်။
စီ၊ ပီ၊ အမ်၊ (လန်ဒန်)

လက်တွေ့ စိတ်ရောဂါပညာ

မာတိကာ

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁။	အမှာ	၁
၂။	နိဒါန်း	၃
၃။	စိတ်ရောဂါ ပညာသမိုင်း အကျဉ်းချုပ်	၆
၄။	ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် ညှိယူခြင်း	၁၅
၅။	ကာကွယ်မှု ယန္တရားများ	၂၃
၆။	စိတ်ရောဂါဖြစ်ခြင်း အကြောင်းရင်းများ	၃၀
၇။	လူနာထုလုပ်ယူခြင်း	၄၁
၈။	စိတ်ရောဂါအမျိုးအစားများ	၅၄
၉။	ချူရှိုးဆစ်ရောဂါများ
	(၁) စိုးရိမ်လွန်ရောဂါ	၅၇
	(၂) စိတ်စွဲရောဂါ	၆၄



မာတိကာ

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
(၃)	ဖာစိတီးရီးယား ဘေဂျာ	— ၇၁
(၄)	တုံ့ပြန်စိတ်ကျဘေဂျာ	— ၈၃
(၅)	အကြောက်လွန်ဘေဂျာ ၈၈
၁၀၈	စိတ်စောက်ပြန်ခြင်း ဘေဂျာများ	
(၁)	စင်စစ်ဖမ်းနီးယားဘေဂျာ ၉၉
(၂)	စိတ်ခံစားမှု ဖောက်ပြန်သော ဘေဂျာများ ၁၃၀
=	စိတ်ကျဘေဂျာ ၁၃၀
—	ကိုယ်ကိုယ်ကို သတ်သေခြင်း ၁၄၄
—	စိတ်ကြွဘေဂျာနှင့် အပြင်းစား စိတ်ကြွဘေဂျာ ၁၅၃
၁၁၁	ကိုယ်ကြောင်းရင်းခံ စိတ်စောက်ပြန် ဘေဂျာများ ၁၅၈
(၁)	သိမှုရှုပ်ထွေးခြင်းများ ၁၅၉
(၂)	သူငယ်ပြန်ဘေဂျာ ၁၆၈
(၃)	အခြားသူငယ်ပြန်ဘေဂျာများ ၁၇၁
(၄)	မအိုမင်းမီ သူငယ်ပြန်ခြင်း ၁၇၂

မာတိကာ

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁၂	အတက်ဘေဂျာ ၁၈၀
၁၃	စံလွဲကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးများ ၁၉၃
(၁)	စိုးရိမ်လွန် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ၁၉၃
(၂)	စိတ်စွဲကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ၁၉၄
(၃)	ဖာစိတီးရီးယားကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ၁၉၅
(၄)	စိတ်အထက်အကျ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ၁၉၈
(၅)	စက်စွဲကြံ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ၁၉၉
(၆)	ဆိုက်ကိုပက်သစ်ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ၂၀၁
(၇)	သံသယကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ၂၀၅
၁၄	စိတ်နှင့်ဆက်နွယ်သော ခန္ဓာကိုယ် ဘေဂျာများ ၂၀၉
၁၅	လိင်ဘေဂျာများ	— ၂၃၀
၁၆	အရက်စွဲဘေဂျာ ၂၄၀
၁၇	မူးယစ်ဆေးစွဲဘေဂျာ ၂၅၄
၁၈	ဉာဏ်ရည်နိမ့်ဘေဂျာ ၂၆၄
၁၉	စိတ္တဇအရေးပေါ် အခြေအနေများ ၂၈၅



ဇာတိကာ

၁၅	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၂၀၁	စိတ်ရောဂါများကို ကုသခြင်း ၂၆၅
	(၁) ဆေးဝါးများဖြင့် ကုသခြင်း ၂၆၅
	(၂) စိတ်ကုထုံးများ ၃၁၅
	(၃) ဆပြုအမှုကုထုံး ၃၂၈
	(၄) ဓာတ်နှိပ်ကုသခြင်း ၃၃၃
	(၅) ဦးနှောက်ခွဲစိတ်ကုသခြင်း ၃၄၀
	(၆) အလုပ်ဖြင့် ကုသခြင်း ၃၄၄
	(၇) ပြန်လည်ထူထောင်ခြင်း ၃၄၀
	(၈) ဆေးဖြင့် စိတ်ထားဖော်ခြင်း ၃၅၁
၂၀၂	ကျမ်းကိုးစာရင်း ၃၅၃



လက်တွေ့ စိတ်ရောဂါပညာ

အမှာ

စိတ်ရောဂါပညာသည် ကမ္ဘာပေါ်တွင် ထင်ရှားသောပညာ ခပ်တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ လူ ၁၀၀ တွင် ၁၀ ယောက်သည် တစ်နေ့နေ့ တစ်ချိန်ချိန်တွင် စိတ်ရောဂါတစ်မျိုးမျိုး ဖြစ်တတ်ရာ ရောဂါဖြစ်ပွားနှုန်းလည်းမနည်းပါ။ သို့သော် စိတ်ရောဂါဖြစ်လျှင် လူနာသည် လည်ကောင်း၊ လူနာ၏ ဆွေမျိုး များသည် ထည်းကောင်း၊ စိတ်ရောဂါဖြစ်နေမှန်း မသိတာများပါသည်။

အဘယ်ကြောင့်နည်း-
 အဖြေမှာ စိတ်ရောဂါ ဗဟုသုတနည်း၍ ဖြစ်ပါသည်။
 ၁၉၈၁ ခုနှစ်က ကျွန်တော်သည် အခြေခံ စိတ်ရောဂါဟူသောစာအုပ်ကို ရေးသား ထုတ်ဝေ ခဲ့ပါသည်။ ထိုစာအုပ်ကို ဆေးဝန်ထမ်းများ၊ ဆေးကျောင်းသားများ အပါအဝင် ပြည်သူလူထုက လက်ခံခဲ့ပါသည်။

သို့သော် ထိုစာအုပ်မှာ ထူပြီး အကြောင်း အရာများ ကျယ် နှေးကာ များပြားသဖြင့် တိုတိုနှင့် လိုရင်း ရေးသားသော စာအုပ်တစ်အုပ် ထပ်မံထုတ်ဝေရန် စိတ်ကူးမိခဲ့ပါသည်။

သို့နှင့် အခြေခံစိတ်ရောဂါပညာ စာအုပ်ကို ပြုပြင်ပြီး ထက်
ထွေစိတ်ရောဂါပညာ စာအုပ်ကို ထုတ်ဝေလိုက်ရပါသည်။

ဤစာအုပ်ကိုဖတ်လျှင် စိတ်ရောဂါများကို လက်တွေ့ကျကျ
နားလည်ပြီး ကုသနည်းများကိုပါ အတော် အသင့် သဘော
ပေါက်နိုင်ပါသည်။

ပညာရပ်ဆိုင်ရာ ဝေါဟာရများအတွက် စိတ်ပညာဝေါဟာ
ရ အဘိဓာန်ကို အသုံးပြုထားပါသည်။

ဤစာအုပ်သည် စိတ်ရောဂါ ပညာ မြင့်မား တိုး တက် ရေး
အတွက် အထောက်အကူဖြစ်ပါစေဟု ဆုတောင်းလိုက်ပါသည်။

ဒေါက်တာအုန်းစောင်
အင်ဘီဘီအက်စ် (ရန်ကုန်)
ဒီဒီအမ် (လန်ဒန်)

နိဒါန်း

ဘဝ သည် တိုတောင်း လှ၏
သို့သော်.... သင်ယူစရာများကား
များလှလေစွ။

ဟစ်ပိုကရေတီး

စိတ်ရောဂါပညာဆိုသည်မှာ စိတ်ဝေဒနာများကို ကုသပေး
သော ပညာရပ်ဖြစ်ပါသည်။ ဤပညာရပ်သည် ဆေးပညာ၏
အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုဖြစ်ပြီး စိတ် ဝေဒနာများအကြောင်းကျယ်
ပြန့်စွာ လေ့လာထားပါသည်။

ထို့ကြောင့် စိတ်ဝေဒနာများဖြစ်ပေါ်စေသောအကြောင်း
ရင်းများ၊ ဝေဒနာ ဖြစ်ပေါ် တိုးတက်လာပုံ၊ ပြုစု ကုသနည်း
များနှင့် ကာကွယ်နည်းများ ပါဝင်လေသည်။

စိတ်ကုဆရာဝန်တစ်ဦး၏ ပထမရည်ရွယ်ချက်မှာ စိတ်ဝေဒ
နာ ခံစားနေရသော လူနာများ အမြန်ဆုံး သက်သာ ပျောက်

ကင်းစေပြီး လူထုတိုင်းတွင် မိမိတို့၏ တာဝန် ဝတ္တရားများကို စွမ်းအားရှိသမျှ ပြန်လည်ထမ်းဆောင် စေနိုင်ခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

စိတ်ရောဂါဖြစ်ပွားနှုန်းမှာများပါသည်။ သန်းပေါင်း ၁၂၀ မျှသော ကမ္ဘာပေါ်ရှိ လူသားတို့သည် စိတ်ရောဂါ စစ်စစ်ကို လည်းကောင်း၊ မူးယစ်ဆေးစွဲရောဂါကိုလည်းကောင်း၊ အရက်စွဲရောဂါကိုလည်းကောင်း၊ ဆေးစွဲရောဂါကို လည်းကောင်း၊ ဉာဏ်ရည်နိမ့် ရောဂါကို လည်းကောင်း၊ ဦးနှောက် ပျက်စီးယိုယွင်း၍ ဖြစ်ပေါ်သော ရောဂါကို လည်းကောင်း ခံစားနေရပေသည်ဟု ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ကြီးက ဆိုပေသည်။

သန်းပေါင်း ၁၀၀ သော ကမ္ဘာ့လူသားတို့သည် နှစ်စဉ် စိတ်ကျရောဂါ ခံစားနေကြရသည်ဟု ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ကြီး၏ စာစောင်တစ်ခုတွင် ဖော်ပြထားပါသည်။

ကမ္ဘာ့ထုတ်လုပ်ရေးတွင် ရောဂါ အမျိုးမျိုးကြောင့် မသန်မစွမ်းဖြစ်ရသူများ၏ ငါးပုံ နှစ်ပုံသည် စိတ်ဝေဒနာဒဏ်ကြောင့် ဖြစ်သည်ဟု ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေး အဖွဲ့ကြီးက မှန်းဆ ထားပါသည်။

အထွေထွေရောဂါကုဌာနများသို့ လာရောက်ပြသ၍ ကုသမှု ခံယူနေကြသော လူနာများ၏ ၂၀ မှ ၃၀ ရာခိုင်နှုန်းသည် စိတ်ရောဂါတစ်မျိုးမျိုးကို ခံစားနေရသည်ဟု ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ကြီး၏ ၁၉၇၆ ခုနှစ်ပတ်လည်တွင် အစီရင်ခံထားပါသည်။

ဤသို့အားဖြင့် စိတ်ရောဂါဖြစ်ပွားနှုန်းမှာ များလှစွာ ထိရောက်သော ဆေးကုသမှုမပေးပါက လူအများစုမှာ အလုပ်မလုပ်နိုင်ခြင်းနှင့် အသက်ပေါင်းများစွာ ဆုံးရှုံးခြင်းတို့ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

ဗြိတိန်နိုင်ငံတွင် လူ ၄၀၀၀ သည် နှစ်စဉ် ကိုယ့်ကိုယ်ကို သတ်သေကြပြီး သတ်သေရန် ကြံစည်သူပေါင်းမှာ ၄၀၀၀၀ ခန့်ရှိလေသည်။

ဗြိတိန်နိုင်ငံရှိ ဆေးရုံများမှ ထက်ဝက်ခန့်နီးပါး လူနာများမှာ စိတ်ဝေဒနာသည်များ ဖြစ်လေသည်။ ပျမ်းမျှအားဖြင့် မိသားစု ငါးစုတွင် တစ်စု၏ အိမ်သားတစ်ယောက် တစ်ချိန်ချိန်တွင် ဆေးရုံတက် ကုသရန် အလားအလာရှိလေသည်။

ဝပ်(Watts, 1966)၏ လေ့လာချက်အရ တောအရပ်မှ လူနာ ၇ ဦးတွင် တစ်ဦးသည် တစ်ချိန်ချိန်တွင် စိတ်ကျရောဂါ ခံစားရပေမည်ဟု ခန့်မှန်းထားပေသည်။

လူအများအပြားသည် တွေ့တွေ့ရောဂါကု ဌာနများတွင် ဆေးကုသနေကြလေသည်။ အထွေထွေရောဂါကုဌာနမှ ဆရာစန့်များကလည်း လူနာ အများအပြားကို စိတ်ရောဂါကုဌာနများသို့ လွှဲပြောင်းစေလွှတ်ကြလေသည်။ သို့သော် ထိုအများအပြားသည် အမှန်တကယ် စိတ်ရောဂါ ခံစားနေရသူ တချို့ တစ်ဝက်သာ ဖြစ်နေတတ်လေသည်။ တစ်နည်းဆိုရသော် ပြောင်းလဲလွယ်လွယ် ဦးရေမှာ နည်းနေလေသည်။ ထိုသို့ ဖြစ်ရခြင်းမှာ လူနာများတွင် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး အမျိုးမျိုးရှိသည့် အလျောက် လူနာများသည် စိတ်ရောဂါ တစ်ခုကိုပင် အမျိုးမျိုး

အဖုံဖုံ ပြုမူပြောဆိုကြခြင်းကြောင့် ဖြစ်လေသည်။ ပုံစံပြုရသော် စိတ်ကျရာဂါ ခံစားနေရသူ အမျိုးသမီးတစ်ဦးသည် ခါးအောက်ပိုင်း တစ်ခုလုံး ကိုက်ခဲနေသည်ဟု ဆရာဝန်ကို ပြောပြတတ်သည်။ စိတ်ဓာတ်ကျဆင်းနေသည်ဟု မပြောပြချေ။ ထိုသို့သော လူနာကို စိတ်ရောဂါကု ဌာနသို့ စေလွှတ်မည်မဟုတ်ပါ။

စိတ်ရောဂါအများအပြားတွင် ဦးနှောက်ပျက်စီး ချွတ်ယွင်းမှုများ မတွေ့ရပါ။ ထို့ကြောင့် စိတ်ရောဂါ ဖြစ်ပေါ်စေသော အကြောင်းရင်း အများအပြားကို ရှုထောင့်အမျိုးမျိုးမှ တင်ပြကြလေသည်။

စိတ်ခွဲပညာ၏အလိုအရ စိတ်ရောဂါများဖြစ်ရခြင်းမှာ ဇာတိစိတ် အလိုဆန္ဒများနှင့်ထိုအလိုဆန္ဒများကိုတားဆီးပိတ်ပင်သော စွမ်းအား (ပြုစုပျိုးထောင်ခြင်းနှင့် သင်ယူခြင်းတို့မှ ပေါက်ပွားလာသည်။) ပဋိပက္ခ ဖြစ်မှုကြောင့် စိတ်ရောဂါများ ဖြစ်ရသည်ဆိုပါသည်။ စိတ်ပဋိပက္ခများကြောင့်စိတ်ဆင်းရဲပူပန်ပြီး နှုတ်ချိုးဆစ် သို့မဟုတ် ဆိုက်ကိုးဆစ် ရောဂါများ ရကြသည် ဆိုပါသည်။ လူနာ၏ လက္ခဏာများမှာ စိတ်ပဋိပက္ခကြောင့် ထွက်ပေါ်လာသော သင်္ကေတများ ဖြစ်လေသည်။ ထိုသင်္ကေတများ (Symbols)ကို ဖရွိုက် (Freud) ၏ နည်းစနစ်များအတိုင်း အဓိပ္ပာယ် ဖော်ထုတ်ရပါသည်။ ဖရွိုက်၏ အလိုအရ သင်္ကေတအများစုမှာ လိင်နှင့်ပတ်သက်လေသည်။

ကလေးဘဝတွင် ပတ်ဝန်းကျင် ဖိစီးမှုများ ခံစားရပါက စိတ်ရောဂါ ဖြစ်နိုင်သည်ဟု ဘော်လဗီ (Bowlby, 1969) နှင့် မာဂရက်မီ (Margaret mead, 1962) က အဆိုပြုပါသည်။

ထိုသူတို့က ကလေးဘဝတွင် အမိမဲ့ခြင်းသည် အလွန်အရေးကြီးသည်ဟု ဆိုကြလေ၏။

ဇီဝသိဝရီများအရ ဇီဝဓာတုပစ္စည်းများ ဖောက်ပြန်မှုကြောင့် ဦးနှောက်၏ အလုပ်များ ဖောက်ပြန်ပြီး စိတ်ရောဂါရသည်ဟု ဆိုကြလေသည်။

ဇီဝဓာတုပစ္စည်းများ ဖောက်ပြန်မှုအပေါ် ဦးနှောက်၏ ခံနိုင်ရည်ရှိမှုကို မျိုးရိုးဗီဇက ဆုံးဖြတ်ပါသည်။

လွန်ခဲ့သော နှစ်ပေါင်း ၃၀ အတွင်း စိတ်ရောဂါကုသရေးတွင် အရေးကြီးသော တိုးတက်မှုများ ဖြစ်ပေါ်ခဲ့ပါသည်။ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကုသနည်းများ၊ ဓာတုဆိုင်ရာ ကုသနည်းများ တိုးတက်လာပါသည်။ မျိုးရိုးပညာ ဇီဝဓာတုဗေဒ သင်ယူမှု သိဝရီနှင့် ဖြစ်ပွားမှုနှုန်း လေ့လာချက်တို့ တိုးတက်လာသဖြင့် စိတ်ဝေဒနာများ၏ အကြောင်းကို ပိုမို နားလည်လာပါသည်။ သုတေသန ပြုမူများလည်း များပြားလာပါသည်။ ဤသည်မှာ ကောင်းသော တိုးတက်မှု ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်၏ ဤစာအုပ်သည် စိတ်ရောဂါများအကြောင်း နားလည်စေ၍ ရောဂါအကြောင်းရင်း၊ ရောဂါဖော်မှု၊ ပြုစုကုသပုံ စသည်တို့ကို ရေးသားဖော်ပြထားပါသည်။

ရောဂါဖော်မှု သို့မဟုတ် စိတ်ရောဂါတစ်ခု အမည်တပ်ခြင်းသည် လွန်စွာ အရေးကြီးပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ရောဂါအမည်ကို လိုက်၍ ပြုစုကုသမှု ပြောင်းလဲသောကြောင့် ဖြစ်လေသည်။

ရောဂါအမည်ဖော်မှုသည် စင်စစ် လူယ်ကူသော အလုပ်
မဟုတ်ချေ။ လူနာ၏ရာဇဝင်ကို ကောင်းစွာသိရန် လိုပါသည်။
အတွေ့အကြုံများစွာ လိုပါသည်။

သို့သော် ဆရာဝန်၏ အလုပ်သည် ရောဂါအမည်ဖော်ရုံနှင့်
မပြီးချေ။ ရောဂါကို သက်သာပျောက်ကင်းအောင် ပြုလုပ်နိုင်ဖို့
လိုအပ်ပါသည်။ လူနာသည်လည်းကောင်း၊ လူနာ၏ ဆွေမျိုး
များသည် လည်းကောင်း၊ ရောဂါပျောက်ရန် လိုလားကြလေ
သည်။

ဆရာဝန်သည် လူနာအပေါ် ကြင်နာသနားမှုရှိ၍၊ နားလည်
မှု ခြံ၍ အမြန်ဆုံး သက်သာ ပျောက်ကင်းအောင် ဂရုစိုက်သင့်
လေသည်။

ဆရာဝန်များ၊ ဆေး ကျောင်း သား များ၊ ကျန်းမာရေး
လုပ်သားများအတွက် စိတ်ရောဂါ ပြုစုကုသရေးတွင် ဤစာအုပ်
သည် အထောက်အကူ ပြုလိမ့်မည်ဟု ယုံကြည် မျှော်လင့်မိပါ
သည်။

....၀....

စိတ်ရောဂါပညာ သမိုင်း အကျဉ်းချုပ်

စိတ်ရောဂါများသည် အလွန်ရှေးကျသော ရောဂါများ
ဖြစ်ကြသည်။ သို့သော် တစ်ချိန်တည်းမှာပင် အသစ်ဆုံးသော
သိပ္ပံပညာဖြစ်နေလေသည်။ စိတ်ရောဂါများ၏အကြောင်းရင်း
များကို သိပ္ပံပညာဖြင့် ယနေ့ထက်တိုင် ရှာဖွေ စမ်းသပ်နေဆဲ
ဖြစ်သည်။

ရှေးဟောင်းအီဂျစ်နှင့် ဂရိဆေးပညာများတွင် စိတ်ရောဂါ
အပါအဝင် ရောဂါအားလုံးသည် မကောင်းဆိုးရွားများပြုစား
သောကြောင့် ဖြစ်ပွားရသည်ဟု ယူဆခဲ့ကြသည်။ ဥရောပနိုင်ငံ
များတွင် စိတ်ရောဂါများသည် ပယောဂပြုစားခြင်းခံရသည်
ဟု အလယ်ပိုင်းခေတ်တစ်လျှောက်လုံး ယူဆခဲ့ကြသည်။

ဟစ်ပိုကရေးတီးစ် (Hippocrates ၄၆၀ - ၃၇၇ ဘီစီ)က
ပယောဂပြုစား၍ ရောဂါဘယများဖြစ်သည်ဟူသော အဆိုကို
လက်မခံဘဲ ရောဂါဘယများသည် သဘာဝ အကြောင်းများ
ကြောင့်ဖြစ်သည်ဟု သီဝရီတင်ပြ၍ အခိုင်အမာ ပြောဆိုခဲ့လေ
သည်။ ဟစ်ပိုကရေးတီးစ်၏ အမြင်တွင် စိတ်ရောဂါများသည်
ခန္ဓာကိုယ်ရောဂါများကဲ့သို့ ရောဂါဖြစ်သော အကြောင်းရင်း
များကို ဖယ်ရှားလိုက်ပါက ရောဂါပျောက်ကင်းရမည်ဟု ယူဆ
ခဲ့လေသည်။

ထို့ကြောင့် စိတ်ရောဂါများ၏ အကြောင်းရင်းများကိုရှာ-
ဖော်ဆေးရန် တိုက်တွန်းခဲ့လေသည်။

ဟစ်ပိုကရေးတီးစ်နှင့် ဂလင် (Galen) တို့၏ အယူအဆအရ
လူတစ်ယောက်၌ ရောဂါတစ်ခု ဖြစ်သည်မှာ အရည်ကြီးလေး
မျိုးဖြစ်သော သည်းခြေရည် အမည်း၊ သည်းခြေရည် အဝါ၊
သွေး၊ (Four Humours. Black Bile, Yellow Bile,
Blood and Phlegm) စသည်တို့ ဖောက်ပြန် သောကြောင့်
ရောဂါဖြစ်သည်ဟု ယူဆခဲ့ကြသည်။

ဟစ်ပိုကရေးတီးစ်နှင့် ဂလင်တို့က ကြီးစား၍ရှင်းလင်းတင်
ပြခဲ့လေသည်။ လူအများကလက်မခံဘဲ ပယ်ချခဲ့သည်။ စိတ်ရော
ဂါများတွင် ပယောဂ၊ စုန်း၊ နတ်ပြုစားသည်ဟုပင် ယုံကြည်ခဲ့
ကြသည်။ ထိုမကောင်းဆိုးရွားများ ထွက်ခွါသွားစေရန်ရိုက်နှက်
ညှင်းပန်းခဲ့ကြလေသည်။ စုန်းပြုစားခြင်းသက်သာစေရန် စုန်းမ
များရှာဖွေ၍ ဖမ်းဆီးသတ်ဖြတ်ခြင်းများကို ၁၅ ရာစုနှစ်တွင်
များစွာပြုလုပ်ခဲ့ကြလေသည်။

စုန်းမဟုတ်ဘဲ စုန်းဟု စွပ်စွဲခံရသော လူကောင်းများလည်း
အသတ်ခံခဲ့ရလေသည်။ သို့သော် ထိုအချိန်တွင် ကောင်းသည့်
ဘက်မှ အလင်းရောင် သုံးခုပေါ်ခဲ့လေသည်။ ဆေးရုံသုံးခုတွင်
စိတ်ရောဂါလူနာများကို လူသားဆန်ဆန် ပြုစု ကုသပေးခဲ့ကြ
သည်

ဆေးရုံတိုးတက်မှု

၁၇၉၅ ခုနှစ်သည် စိတ်ရောဂါပညာသမိုင်းတွင် အရေး
ကြီးသောနှစ် ဖြစ်သည်။ ထိုနှစ်တွင် ပြင်သစ်ပြည်မှ ပီနယ် (Pinel)
က စိတ်ရောဂါ လူနာများကို သိကြီးများဖြင့် ချည်နှောင်ခြင်းမှ
လွတ်ကင်းစေပြီး ကောင်းမွန်စွာ ဆေးကုသပေးရန် ညွှန်ကြား
ခဲ့လေသည်။ လူနာများကို လွတ်လပ်ခွင့်ပေးခြင်း အလုပ် လုပ်
ကိုင်စေခြင်းဖြင့် ရောဂါများစွာ သက်သာကြလေသည်။

အမေရိကန်မှ (Rush) သည်လည်းကောင်း၊ အင်္ဂလန်မှ
ကွန်နိုလီ (Conolly) နှင့် ဂျူ (Tuke) သည်လည်းကောင်း၊
ခေတ်မီ စိတ်ရောဂါပညာကို ပြုစုပျိုးထောင်ခဲ့လေသည်။ ၎င်းတို့
က စိတ်ရောဂါ လူနာများကို လူသားဆန်ဆန် ကုသပေးရန်
တင်ပြကြသည်။ ပယောဂ၊ စုန်း၊ နတ်ပြုစားခြင်းမဟုတ် ၎င်းပြင်
လူနာများသည် ရာဇဝတ်သားများမဟုတ်သဖြင့် လူထုက ဝိုင်း
ဝန်း ကူညီရန် မေတ္တာရပ်ခံခဲ့လေသည်။

အင်္ဂလန်နိုင်ငံတွင် စိတ်ရောဂါကု ဆေးရုံအများအပြား
ထည်ဆောက်ခဲ့ကြသည်။ ၁၈၉၀ ပြည့်နှစ်တွင် သူဌေးဥပဒေ ကို
ပြဋ္ဌာန်းခဲ့သည်။ ဥပဒေအရ လူနာတစ်ယောက်ကို ဆေးရုံတင်ရာ၌
ဌေးသွပ်ကြောင်း ဆုံးဖြတ်၍ တရားရုံးမှ ဆေးရုံသို့ပို့ရလေသည်။

၁၉၃၀ ပြည့်နှစ်တွင် ဆေးကုသရေး ဥပဒေကို ပြဋ္ဌာန်းခဲ့ပြီး
လူနာ အားလုံးသည် လွတ်လပ်စွာ ဆေးရုံသို့တက်၍ ဆေးကုသ
နိုင်ခဲ့သည်။

ကုသရေးအပိုင်းတိုးထက်မှု

၁၅ ရာစု နှစ်တွင် ပါရာစဲလပ် (Paracelsus) ဆိုသူက ရောဂါများသည် ဂြိုဟ်တာရာများကြောင့်လည်းကောင်း၊ လကြောင့်လည်းကောင်း ဖြစ်သည်ဟု ဆိုခဲ့လေသည်။ စိတ်ရောဂါသည် များကို (Lunatic) ဟု ခေါ်ခဲ့ခြင်းမှာ လနှင့် သက်ဆိုင်သည်ဟု ယူဆသောကြောင့် ဖြစ်သည်။

မှတ်ချက်။ ။ စိတ်ရောဂါများသည် လနှင့် သက်ဆိုင်ကြောင်း အမေရိကန်မှ သုတေသီ တစ်ဦးက သုတေသနပြု လုပ်ထားပါသည်။

ထိုအယူအဆကို အခြေတည်၍ (Animal Magnetism Theory) ပေါ်ခဲ့လေသည်။ မက်စမာ (Mesmer) က လူ၏ ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းမှ သက်ရှိ သံလိုက်ဓာတ် (Animal Magnetism) ဟု ဆိုသော အရည်တစ်မျိုး ဖောက်ပြန်သောကြောင့် ရောဂါရသည်ဟု ဆိုခဲ့လေသည်။ ထို့ကြောင့် အိပ်မေ့ချ၍ ဖောက်ပြန်မှုကို ပြုပြင်ပေးခြင်းဖြင့် ဝေဒနာရှင်များကို ဆေးကုပေးခဲ့လေသည်။ ချားကော့ (Charcot) က အိပ်မေ့ချကုထုံးကို အသုံးပြုခြင်းဖြင့် စိတ်ရောဂါများ သက်သာ ပျောက်ကင်းနိုင်သည်ဟု ယုံကြည်ခဲ့လေသည်။

ဖရွိုက် (Freud) သည်လည်း အိပ်မေ့ချ ကုထုံးကို အသုံးပြုခဲ့လေသည်။ နောက်ပိုင်းတွင် အိပ်မေ့ချ ကုထုံးကို မလိုအပ်ဟု ဆိုကာ အသုံးမပြုတော့ဘဲ လွတ်လပ်စွာ ပြောနည်း (Free

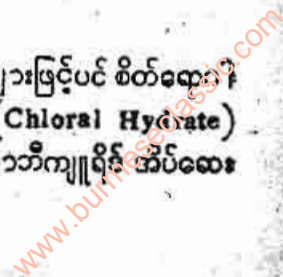
Association) ကို သုံးခဲ့လေသည်။ လွတ်လပ်စွာ ပြောနည်းမှ စိတ်ခွဲပညာ (Psycho Analysis) ပေါ်ပေါက်ခဲ့လေသည်။

၁၈ ရာစုနှစ်မှစ၍ စိတ်ရောဂါများသည် ခန္ဓာကိုယ် ဓာတ်သဘာဝများ ဖောက်ပြန်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်သည်ဟု ယူဆကြရလေသည်။ ထိုအယူအဆကို တင်ပြခဲ့သူမှာ မောဂနီ (Morgagni) ဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ခန္ဓာကိုယ် ဖောက်ပြန်မှုများကို ပြုပြင်ရန် ၁၉၁၇ ခုနှစ်တွင် ဝက်ဂနာ (Wagner) က ဦးနှောက် ကာလသား ရောဂါအတွက် ငှက်ဖျား ကုထုံး (Malarial Therapy) ကို လည်းကောင်း၊ ကလေစီ (Klaesi) က ဆက်တိုက် အိပ်စက်နည်းဖြင့် လည်းကောင်း၊ ဆေကဲ (Sakel) က အင်ဆူလင် သတိမေ့မြောကုထုံး (Insulin Coma Therapy) ကို လည်းကောင်း၊ မဒူးနား (Meduna) က အတက်ကုထုံး (Convulsive Therapy) ကို လည်းကောင်း ၁၉၃၆ ခုနှစ်တွင် မိုးနစ် (Moniz) က ဦးနှောက် ခွဲစိတ် ကုသနည်းကို လည်းကောင်း၊ ၁၉၃၇ ခုနှစ်တွင် စာလက်တီနှင့် ဘီနီ (Cerletti and Bini) တို့က လျှပ်စစ် အတက်ကုထုံး (Electro Convulsive Therapy) ကို လည်းကောင်း စတင်အသုံးပြုခဲ့ကြလေသည်။

ဆေးဝါးများ

ဟစ်ပိုကရေးတီးစ်က တိုင်းရင်းဆေးများဖြင့်ပင် စိတ်ရောဂါများကို ကုသခဲ့ပါသည်။ ကလိုရိုဟိုက်ဒရိတ် (Chloral Hydrate) ထို ၁၈၆၉ ခုနှစ်တွင်လည်းကောင်း၊ ဘာဘီကျူရိတ် အိပ်ဆေး



၁၉၀၃ ခုနှစ်တွင်လည်းကောင်း စတင်အသုံးပြုခဲ့လေသည်။
၁၉၅၄ ခုနှစ်တွင် ဖီနိုထိုင်ရင်း (Pheno Thiazine) ဆေး
များ စတင်ပေါ်ပေါက်ခဲ့သဖြင့် လူနာများအတွက် များစွာ
အကျိုးရှိလေသည်။

စာအုပ်များ

(Emil Kraepelin) ၏ Psychiatric စာအုပ်ကို ၁၈၈၃
ခုနှစ်က ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေခဲ့သည်။ ၉ ကြိမ်တိုင် ရိုက်နှိပ်ခဲ့ရလေသည်။



ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် ညှိယူခြင်း

(ADJUSTMENT TO THE ENVIRONMENT)

ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် လိုက်လျောစွာနေတတ်ရန် အလွန်အရေးကြီးပေသည်။ ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် လိုက်လျောစွာ နေတတ်ပါက စိတ်ထောင့်များ ဖြစ်နိုင်မှုနည်းပါးနိုင်ပါသည်။ ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် လိုက်လျောစွာနေတတ်ရန် ဗီဇသတ္တိ (instinct) က ပြုပြင်ပေးပါသည်။ ထိုဗီဇသတ္တိ၏ ပြုပြင်ပေးမှုများ ချွတ်ယွင်းနေပါက လူတစ်ယောက်အတွက် စိတ်ထောင့်များဖြစ်ပွားရန် အလားအလာများရှိနေလေတော့သည်။

လူ့ဘဝသည် အသက်ရှင်နေရုံနှင့် မပြည့်စုံချေ။ ပတ်ဝန်းကျင်လူမှုရေး အသိုင်းအဝိုင်းနှင့် အဆင်ပြေစွာ နေတတ်ရန်ပါ လိုပေသည်။ အောင်မြင်သော လူမှုရေးဘဝအတွက် အောက်ဖော်ပြပါအချက်များလည်း လိုအပ်လေသည်။

- (၁) မိမိကိုယ်ကို ကောင်းစွာထိန်းသိမ်းလိုသော ဗီဇသတ္တိ။
- (၂) လူအများနှင့် ရောနှောနေထိုင်လိုသော ဗီဇသတ္တိ။
- (၃) မျိုးဆက်ပြန့်ပွားစေလိုသော ဗီဇသတ္တိ။

အထက်ပါ ဗီဇသတ္တိများ ကောင်းစွာအလုပ် မလုပ်ပါက စိတ်ထောင့် ဖြစ်နိုင်သော အခြေအနေသို့ ရောက်ရှိသွားနိုင်ပေသည်။

(၁) မိမိကိုယ်ကို ကောင်းစွာထိန်းသိမ်းလိုသော ဗီဇသတ္တိ
မိမိကိုယ်ကိုကောင်းစွာထိန်းသိမ်းနိုင်ရန် အခြေခံလိုအပ်ချက်များနှင့် ပြည့်စုံနေရပေမည်။ အခြေခံလိုအပ်ချက်များမှာ—

- (က) အစာအာဟာရ
- (ခ) နေထိုင်ရန် အဆောက်အအုံ
- (ဂ) အနားယူနိုင်မှု
- (ဃ) သင့်တင့်သော အပူချိန်ရှိခြင်း
- (င) ခန္ဓာကိုယ်တွင်းရှိ ဓာတ်သဘာဝများ သင့်တင့်ခြင်းတို့ဖြစ်သည်။

အခြေခံလိုအပ်ချက်များနှင့် ပြည့်စုံစေရန် ရှေးခေတ်အခါက ခြိမ်းခြောက်ခြင်းနှင့် ကြောက်ရွံ့ခြင်း သတ္တိနှစ်မျိုးကို အသုံးပြုကြသည်။ ခြိမ်းခြောက်ခြင်းနှင့် ကြောက်ရွံ့ခြင်း သတ္တိနှစ်ခုအတွက် လိုအပ်သောဇီဝ၊ ကမ္မပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုများကို ခန္ဓာကိုယ်က ပြုလုပ်ပေးလေသည်။ ဥပမာ ကြောက်ရွံ့သော အခါ ထွက်ပြေးနိုင်ရန် အနေအထား၊ တိုက်ခိုက်လိုသောအခါ လိုအပ်သော အင်အားရရှိစေရန် စသည်တို့ဖြစ်သည်။

၂။ လူမှုရေး ဗီဇသတ္တိ (The Herd Instinct)

လူသားတို့အတွင်း မည်သူမှ တစ်ယောက်တည်းနေချော့ လွန်ခဲ့သော နှစ်ပေါင်းများစွာကစ၍ လူသားတို့သည် ဖတ်စဉ်းကျင့်နှင့် လိုက်လျောညီထွေစွာ နေနိုင်ရန်အတွက် လူမှုရေးအုပ်စုများဖွဲ့စည်းကြလေသည်။ လူမှုရေးအဖွဲ့အစည်းများဖြင့် နေထိုင်ခြင်းသည် လူတို့၏ အခြေခံ လိုအပ်ချက်များ ပြည့်စုံစေသည်သာမက ယဉ်ကျေးမှုလေ့ထုံးစံများ၊ ဘာသာရေးနှင့် အလုပ်အကိုင်၊ အခွင့်အရေးများကိုပါ ဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။

လူသည် လူ့ အသိုင်းအဝိုင်းနှင့် ရောနှော နေထိုင် လိုစိတ်ရှိသည်။ လူ့ အသိုင်းအဝိုင်းကလည်း အလွယ်တကူပင်လက်ခံလေသည်။ သို့သော် လူ့ အသိုင်းအဝိုင်းမှာနေလျှင် သတ်မှတ်ထားသော စည်းကမ်းချက်များကို လိုက်နာရမည်ဟု ပြဋ္ဌာန်းထားလေသည်။

လူတစ်ယောက်သည် အဖွဲ့အစည်းနှင့်နေခြင်းဖြင့် အောက်ပါအကျိုးကျေးဇူးများ ရရှိသည်။

- (က) အဖွဲ့အစည်းနှင့် နေလိုသော ဆန္ဒပြည့်ဝသွားသည်။ သူ့ကို အဖွဲ့အစည်းက လက်ခံသောလူတစ်ယောက်ဖြစ်သည်။ သူသည် အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုနှင့် ဘဝဆိုင်နေသည်။ သူသည် အပြင်ကလူတစ်ယောက်မဟုတ်ဟူသော အသိကိုရရှိသည်။

- (ခ) သူသည် လူ့အဖွဲ့အစည်း၏ စည်းလုံးမှု၊ တိုးတက်မှု တို့အတွက် သူ၏လုပ်အားကို ပေးစွမ်းနိုင်သည်။ သူ၏ လုပ်အားကြောင့် အောင်မြင်ပါက သူ၏ မိတ်ဆွေများက အသိအမှတ်ပြုခံရသဖြင့် စိတ်ကျေနပ်မှုရရှိလေသည်။
- (ဂ) အုပ်စုအတွင်း နေရာဖြင့် လုံခြုံမှုကိုရရှိပြီး သူ၏စိတ် ဓာတ်မှာ တက်ကြွနေသည်။ အုပ်စုအဖွဲ့ဝင်များ၏ အောင်မြင်မှု၊ သို့မဟုတ် အုပ်စုတစ်ခုလုံး၏ အောင်မြင်မှုအတွက်လည်း စိတ်တက်ကြွလေသည်။
- (ဃ) အုပ်စုအတွင်းတွင်နေရာဖြင့်နေရာ၊ စားစရာစသော အခြေခံ အချက်များကို ရရှိလေသည်။

မိမိကိုယ်ကို ထိန်းသိမ်းလိုသည့် ဗီဇအတ္တိကို ထိန်းချုပ်ခြင်း။ လူတစ်ယောက်သည် အုပ်စုနှင့် အဆင်ပြေစွာ နေထိုင်ရန် အချို့သောအလုပ်များကို လုပ်ရလေသည်။ အရေးကြီးသော အလုပ်တစ်ခုမှာ မိမိ၏စိတ်လှုပ်ရှားမှုများကို ထိန်းသိမ်းရန်ဖြစ်သည်။ လူ၏အပြုအမူများမှာ သင်ယူခြင်းကြောင့် ရရှိလာခြင်း ဖြစ်သည်။ မိမိတွင်ရှိသော တာဝန်ဝတ္တရားများကိုလည်း သင်ယူကြရလေသည်။ ထိုသင်ယူမှုများကြောင့် တွေးခေါ်မြော်မြင် တတ်သည့် တာဝန်သိလူသားတစ်ယောက် ဖြစ်လာခြင်းဖြစ်သည်။

အကယ်၍ တွေးခေါ်မြော်မြင်ခြင်းမရှိဘဲ မိမိ၏စိတ်လှုပ်ရှားမှုများကို စည်းကမ်းမရှိ လွတ်လွတ်လပ်လပ် ထုတ်ဖော်၍ထင်ထင်

ပြုမူပါက စိတ်ထောင့်များ ရတတ်လေသည်။ ထို့ကြောင့် မိဘများသည် သားသမီးကိုကောင်းမွန်မွန်ကန်သောနည်းလမ်းများကို သင်ကြားပေးရမည်။ ကလေးငယ်သည် မိဘများသင်ကြားမှုအရ အကောင်းနှင့်အဆိုးကို ခွဲခြားသင်ယူကြလေသည်။ မိဘများက ကောင်းမွန်မွန်ကန်စွာ မသင်ကြားဘဲ အမှားအယွင်းများကို သင်ကြားပေးလိုက်ပါက မိဘများ သင်လိုက်သည့်အတိုင်း သင်ယူသွားကြပေမည်။

‘သားသမီးမကောင်း မိဘခေါင်း’ ဆိုသောစကားကို ဤနေရာတွင် အသုံးပြုသင့်သည်။

အောက်ပါ အချက်အလက်များသည် ကလေးအတွက် အရေးကြီးသည်-

- ၁။ ကလေး၏ ဗဟိုနာမ်ကြော အဖွဲ့အစည်း ပုံမှန် ကြီးထွားရန်။
- ၂။ မိဘများသည် မိခင်ဖခင်စိတ်ဖြင့် သားသမီးများကို ချစ်ခင်ရန်နှင့် သားသမီးများကို ချစ်ခင်ကြောင်း ပြသရန်။
- ၃။ မိဘများသည် လုံလောက်သောအချိန်ပေး၍ သားသမီးများနှင့် စကားပြောရန်။
- ၄။ မိဘများသည် အုပ်စု၏အဖွဲ့အစည်းများကို တန်ဖိုးထားပြီး လိုက်နာကြရန်။

၅။ မိဘများသည် သားသမီးများကို ဆုံးမသည့်နေရာ များတွင် သဘောထား မကွဲလွဲစေရန်။

၆။ ကလေးများအား မိမိအရွယ်နှင့် သင့်တော်သည့် အတွေ့အကြုံများကို မိမိတို့ကိုယ်တိုင် ခံစားစေရန်။

၇။ ကလေးများကို သွန်သင်ဆုံးမသည့် စနစ်သည် သူ့ အရွယ်နှင့်သူ မှန်ကန်မှုရှိရန်။

၈။ ကလေး၏ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးကောင်းစွာဖွံ့ဖြိုးရန်။ အထက်ပါအချက်အလက်များနှင့် အမြဲပြည့်စုံနိုင်မည်မဟုတ်

ချေ။ သို့သော် အချက်များများနှင့် ပြည့်စုံရန် လိုပါသည်။ အချက်များများနှင့် မပြည့်စုံပါက စိတ်စောဂါများ ရတတ်လေ သည်။

မိဘများ၏ သွန်သင်ချက်များနှင့် အတွေ့အကြုံများအရ ကလေးသည် ကောင်းသော အမှတ်သညာများ (Rewarded Memories) ကို အမှတ်ရလေ့ရှိ၍ မကောင်းသောအမှတ်သညာ များ (Unrewarded Memories) ကို မေ့ထားလေ့ ရှိသည်။ အတွေ့အကြုံက နာကျည်းဖွယ်ကောင်းလေလေ မမှတ်မိလေဖြစ် တော့သည်။ သာမန် နာကျည်းဖွယ် အတွေ့ အကြုံ များကိုသာ မှတ်မိလေ့ရှိသည်။

မမှတ်မိသော အမှတ်သညာများကို ရိုးရိုးနည်းများဖြင့် ဖော်ထုတ်၍မရပေ။ အထူးနည်းများ (စိတ်ခွဲပညာ-စသည်) တို့ ဖြင့် ဖော်ထုတ်မှသာ ရနိုင်လေသည်။

ငယ်ရွယ်စဉ်အချိန်၌ ဘဝကို အကောင်းမြင်တတ်ရန် အရေး ကြီးသည်။ အရာရာကို အကောင်းမြင်တတ်သူအဖို့ အမှတ်သညာ ကောင်းကောင်းများကို မှတ်မိနေတတ်သည်။

ဘဝကို အကောင်းမြင်တတ်သူ တစ်ဦးအတွက် ဘဝတွင် ပျော်ရွှင်စရာများနှင့် ပြည့်စုံ နေ ပါ တော့သည်။ သူ့တွင် အောက်ပါအချက်များနှင့် ပြည့်စုံနေတတ်သည်။

၁။ သူ့ကိုယ်သူ ယုံကြည်မှုရှိသည်။ သူ၏ စိတ်ဓာတ်မှာ တက်ကြွ လန်းဆန်းနေသည်။

၂။ ကောင်းသော အလုပ်အကိုင်များ လုပ်ကိုင်ရန်အခွင့် အရေးများရှိနေသည်။ ရှေ့ကို မျှော်ကြည့်ပါက အကောင်းမြင်သည်။ ရည်ရွယ်ချက်ရှိသည်။

၃။ အခွင့်အလမ်းများကို ရွေးရာ၌ အကောင်းချည်း ဖြစ်၍ အဆင်ပြေနေသည်။

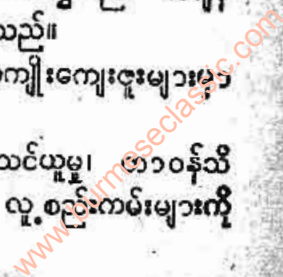
၄။ သူ့တွင် အပြစ်မရှိဟု ယူဆသည်။

၅။ အတိတ်ကအပြစ်အပျက်များတွင် အကောင်းကိုသာ သတိရနေတတ်သည်။ အများအားဖြင့် ပျော်ရွှင်နေ သည်။

၆။ တစ်ယောက်တည်းနေရသောအခါ၌လည်း အချိန် ကို ပျော်ရွှင်စွာ ဖြုန်းတတ်သည်။

ဘဝကို အကောင်းမြင်တတ်ခြင်း၏ အကျိုးကျေးဇူးများမှာ များပြားလှပါသည်။

ဘဝကို အကောင်းမြင်တတ်အောင် သင်ယူမှု၊ ဇာဝန်သိ လှူသားတစ်ယောက် ဖြစ်စေရန် သင်ယူမှု၊ လူ့စည်းကမ်းများကို



၅၂ ဒေါက်တာအုန်းဖောင်

ရိုသေရန် သင်ယူမှု စသည်တို့ကြောင့် လူတစ်ယောက်သည် အလုပ်တစ်ခု၏ အများအမှန်ကို လွယ်ကူစွာ သိရှိနိုင်ပေသည်။ အများ၏ ကောင်းကျိုးအတွက် မိမိစိတ်ကို ထိန်းသိမ်းနိုင်ပေသည်။

ဤနည်းဖြင့် ကောင်းမွန်သော စိတ်ဓာတ် ပေါ်ပေါက်လာနိုင်လေသည်။



ကာကွယ်မှုယန္တရားများ

DEFENCE MECHANISMS

သာမန် လူတစ်ယောက်အတွက် အလွန် တင်းကျပ်သော (အမှန်တရားကို အလိုရှိသည့် စိတ်ဓာတ်၏) အနှောင်အဖွဲ့များမှ လွတ်ကင်းရန် ကာကွယ်မှုယန္တရားများရှိလေသည်။ ဤယန္တရားများသည် အလိုလိုဖြစ်ပေါ်လာပြီး လူတို့သည် အမျိုးမျိုးအဖုံဖုံ အသုံးပြုကြလေသည်။ ဤယန္တရားများကို ကာကွယ်သည့် ယန္တရားများဟုခေါ်သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ဤယန္တရားများသည် လူကို စိုးရိမ်ပူပန်မှု၊ စိတ်ဆင်းရဲ ငင်ပန်းမှုများမှ ကာကွယ်ပေးပြီး မိမိ၏အစွမ်းသတ္တိကို မြှင့်တင်ပေးသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

စိတ်ယန္တရားများ ပြုလုပ်ပုံခြင်း တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး မတူပါ။ လူတစ်ယောက်၏ စိတ်ယန္တရားကို ကြည့်၍ အနာဂတ်တွင် အခက်အခဲတွေ့ပါက မည်သို့ဖြေရှင်းမည်ကိုခန့်မှန်းနိုင်လေသည်။

စာကွယ်မှု ယန္တရားများ

၁။ တိမ်မြုပ်ထားခြင်း (Repression)

နာကျည်းဖွယ်၊ စိတ်မချမ်းသာဖွယ်၊ လက်မခံနိုင်ဖွယ် အမှတ်သညာများကို မသိစိတ်တွင် တိမ်မြုပ်ထားလေသည်။ ဤအမှတ်သညာများသည် အသိစိတ်သို့ လွယ်လွယ်နှင့် ပေါ်မလာချေ။

ဤသို့ မသိစိတ်တွင် သိမီးထားခြင်းဖြင့် နာကျည်းဖွယ်ရာများ တိမ်မြုပ်နေပြီး ပျော်ရွှင်စွာ နေထိုင်နိုင်ပါသည်။ ကောင်းသော အဖြစ်အပျက်များကိုသာ မှတ်မိနေသဖြင့် ဘဝကို အကောင်းမြင်ပြီး ကျေနပ်နိုင်ပါသည်။ မကောင်းသော အဖြစ်အပျက်များ မမှတ်မိခြင်းကို ငြင်းပယ်ခြင်း (Denial) ဟုလည်း ခေါ်ကြပါသည်။

တစ်စီးရီးယား ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး (Hysterical Personality) ရှိသူများသည် (မြီးကောင်ပေါက် အရွယ်က ခံစားခဲ့ကြီးထွားမှု ရပ်ဆိုင်းခဲ့သဖြင့်) မကောင်းသော အမှတ်သညာများကို လွယ်လွယ်နှင့် တိမ်မြုပ်ထားလေ့ ရှိတတ်ကြသည်။

ထိုသို့ လွယ်လွယ်နှင့် တိမ်မြုပ်ထားလေ့ ရှိသဖြင့် အတွေ့အကြုံများကို မှတ်မိခြင်း အများအပြား ဆုံးဖြတ်ရမည့်အခါများတွင် ထိုသူများအဖို့ အခက်အခဲ တွေ့ကြုံရလေသည်။

စိတ်စွဲ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး (Obsessional Personality) ရှိသူများမှာ နာကျည်းဖွယ်ရာ အတွေ့အကြုံများကို တိမ်မြုပ်ထားရန် ခက်ခဲကြလေသည်။ ထို့ကြောင့် ဘဝတွင် နာကျည်း

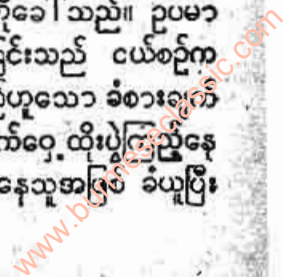
ဖွယ်ရာများနှင့် ပြည့်နှက်နေသည်ဟု ယူဆပြီး လောကကြီးကို အဆိုးမြင်တတ်လေသည်။

၂။ ဆန့်ကျင်တုံ့ပြန်ခြင်း (Reaction Formation)

ဤသဘာဝမှာ မိမိကြိုက်နှစ်သက်သည့် အရာဝတ္ထုကို မုန်းတီးသယောင်ယောင် တုံ့ပြန်ခြင်း။ သို့မဟုတ် မိမိဆန္ဒနှင့်ဆန့်ကျင်ဘက်သဘော တုံ့ပြန်ခြင်းဖြစ်သည်။ ဥပမာ အရက်ကြိုက်နှစ်သက်သူတစ်ဦးသည် အရက်ကိုမုန်းတီးသယောင်ယောင်ပြောဆိုခြင်း အလွန်ကြမ်းတမ်းခက်ထန်သော စိတ်ထားရှိသူတစ်ဦးသည် အလွန်ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့စွာ ပြုမူပြောဆိုခြင်း၊ မိမိကိုယ်ကို နှိမ်ကျသည်ဟုထင်မှတ်နေသူတစ်ဦးသည် သူ့ကိုယ်သူ ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်သူဟု ပြောဆိုခြင်း စသည်တို့ဖြစ်သည်။ တုံ့ပြန်မှုဖြစ်ပေါ်ခြင်းသဘောမှာ ကြောက်ရွံ့မှုကို ဖုံးကွယ်ရန်ဟု ဆိုကြလေသည်။

၃။ လွှဲခြင်း (Displacement)

လွှဲခြင်းဆိုသည်မှာ မသိစိတ်တွင် သိမီးထားသော အတွေ့အကြုံများမှ အင်အားကို အခြားတစ်နေရာသို့ လူအများလက်ခံနိုင်သည့် ဘောင်အတွင်း ရွှေ့ပစ်ခြင်းကိုခေါ်သည်။ ဥပမာ စိတ်စွဲလူနာတစ်ဦး မကြာခဏလက်ဆေးခြင်းသည် ငယ်စဉ်က ခံစားခဲ့ရသော မိမိတွင်အပြစ်များစွာရှိသည်ဟုသော ခံစားချက်တို့မှ ရွှေ့ပစ်ခြင်းဟုဆိုကြလေသည်။ လက်ဝှေ့ထိုးပုံကြည့်နေရာမှ မိမိကိုယ်ကို တကယ် လက်ဝှေ့ ထိုးနေသူအဖြစ် ခံယူပြီး



စိတ်ဆိုး၍ ကြမ်းတမ်းစွာ ပြုမူတတ်ခြင်း မှာလည်း လွဲခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

၄။ အခြားတစ်ပါးသို့ အပြစ်ဖို့ခြင်း (Projection)

အခြားတစ်ပါးသို့ အပြစ်ဖို့ခြင်းမှာ ထင်ရှားသောကာကွယ်မှု ယန္တရားတစ်ခုဖြစ်သည်။ မိမိ၏ ချွတ်ယွင်းချက်ကို မပြောဘဲ အခြားအကြောင်းများကြောင့် မအောင်မြင်ဖြစ်ရသည်ဟု ဆင်ခြင်ပေးခြင်းဖြစ်ပါသည်။ 'ငါသာစာသိပ်တတ်ယင် အောင်မြင်တဲ့သူဖြစ်မှာဘဲ' 'ငါသာအရပ်ရှည်ရင် ရဲအရာရှိကြီးဖြစ်နေမှာဘဲ' 'ငါ့ရဲဆုံးရှုံးမှုတွေဟာ ငါ့ချွတ်ယွင်းချက်ကြောင့် မဟုတ်ဘူး' တခြားလူကြောင့် 'ငါစာမေးပွဲကျတာ ဆရာက ဘက်လိုက်လို့ စသည်ဖြင့် မိမိ၏အပြစ်ကို ဖုံးကွယ်လေ့ရှိပါသည်။

ဤကဲ့သို့ဆင်ခြင်ပေး၍မရပါက အခြားပျော့ညံ့သူတစ်ဦးဦးကို အပြစ်ဖို့၍ မုန်းတီးနေတတ်လေသည်။

၅။ အကြောင်းကောင်းပြခြင်း (Rationalisation)

မစားရသော စပျစ်သီးသည် ချဉ်မှာပါဟု မိမိမစားရသည်ကိုပင် မှန်ကန်သယောင်ယောင် ပြောဆိုခြင်း ဖြစ်သည်။ မိမိမလုပ်ဖြစ်လိုက်သော အလုပ်သည် မှားယွင်းသော အလုပ်ဖြစ်၍ မလုပ်ဖြစ်တာဘဲ ကောင်းသည် စသည်ဖြင့်လည်း အကြောင်းပြတတ်လေသည်။ တက္ကသိုလ်မှဘွဲ့မရတာဘဲကောင်းသည်။ ဘွဲ့ရရင်လည်း အလုပ်ရမှာမဟုတ်ဟု မိမိဘွဲ့မရခဲ့သည်ကိုပင် မှန်ကန်သယောင်ယောင် ပြောဆိုတတ်လေသည်။

၆။ ကောင်းသောစိတ်ထားဖြင့် အစားထိုးခြင်း

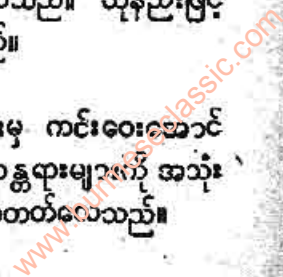
(Sublimation)

လူမှုရေးအရ လက်မခံနိုင်သော အလိုဆန္ဒများကို လက်ခံနိုင်သည့်အခြေအနေများသို့ အစားထိုး၍ ဆန္ဒကို ဖြေဖျောက်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာ မိန်းကလေးတစ်ယောက်ကို ချစ်ကြိုက်နေသည်။ သို့သော် မိမိမှာ အိမ်ထောင်ရှိပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်နေသဖြင့် ထိုမိန်းကလေးကို အတည့်အလင်းလက်ထပ်ယူရန်မှာ မဖြစ်နိုင်ချေ။ ထို့ကြောင့် ထိုမိန်းကလေးနှင့် ဝတ္တုထဲမှာ 'ပျော်ရွှင်စွာ ညားကြလေသတည်း' ဟု ထည့်ရေးပြီး မိမိ၏ဆန္ဒကို ဖြေဖျောက်ရလေသည်။

၇။ ငယ်မှုပြန်ခြင်း (Regression)

စိတ်ဆင်းရဲမှုနှင့် တွေ့ကြုံရသောအခါ ကလေးငယ်ကဲ့သို့ ပြုမူကြလေသည်။ ငိုခြင်း၊ စကား မပီမသပြောခြင်း၊ လက်စုပ်ခြင်း စသည်ဖြင့် ကလေးငယ်ကဲ့သို့ ပြုမူကြလေသည်။ ထိုနည်းဖြင့် မိမိတို့သောကကို ဖြေဖျောက်ကြရလေသည်။

ဤသို့ဖြင့် လူသည် စိတ်ဆင်းရဲဒုက္ခများမှ ကင်းဝေးအောင် ကြိုးစားကြလေသည်။ သို့သော် ဤစိတ်ယန္တရားများကို အသုံးပြုများနေပါက အမှန်တရားနှင့် ကင်းကွာတတ်လေသည်။



စိတ်ခံစားမှုအချိန်ကိုထိန်းသိမ်းခြင်း

အလုပ်လုပ်ရာတွင်ဖြစ်စေ၊ လူမှုရေးကိစ္စတွင်ဖြစ်စေ၊ လိင်ကိစ္စတွင်ဖြစ်စေ၊ အသုံးပြုသောအင်အားကို ခံစားမှုအချိန်ဖြင့် ထိန်းသိမ်းထားလေသည်။ စိတ်ခံစားမှုအချိန်မှာ စိတ်ရောဂါများ ဖြစ်သောအခါ ထိခိုက်ပြောင်းလဲသွားလေသည်။ စိတ်ခံစားမှုများကို ပျော်ရွှင်ခြင်း၊ ဝမ်းနည်းခြင်းဟူ၍ အများအားဖြင့် သတ်မှတ်ကြသော်လည်း စိတ်ဓာတ် ကြွခိုင်မှုကိုပါ ထည့်သွင်း စဉ်းစားသင့်လေသည်။ စိတ်ဓာတ်ကြွခိုင်မှု လုပ်ရည်ကိုင်ရည် တိုးတက်လာပေမည်။

စိတ်ခံစားမှုအချိန်သည် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး၏ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုဖြစ်ပြီး (Hypo Thalamus) က ထိန်းချုပ်ထားလေသည်။ စိတ်ခံစားမှုအချိန်ကို ခန္ဓာကိုယ်တွင်း ဖြစ်စဉ်များက ထိန်းချုပ်ကြသော်လည်း ပတ်ဝန်းကျင်၏လွှမ်းမိုးမှုကို များစွာခံရလေသည်။

လူတစ်ယောက်သည် သူ၏စိတ်ဓာတ် မြင့်တက်စေရန် တစ်စုံတစ်ခုကို အောင်မြင်မှုရသည်အထိ ပြုလုပ်ရပေမည်။ သူ့တွင် ရည်မှန်းချက်တစ်ခု ထားရှိရပေမည်။ ထိုသို့ ရည်မှန်းချက် ရှိမှသာ အလုပ်လုပ်ချင်စိတ်ရှိပြီး ကျေနပ်မှုရရှိခြင်းနှင့် လူ့ဘဝတွင် အသက်ရှင်နေရသည်မှာ ထိုက်တန်မှုရှိခြင်း စသည်တို့ ခံစားရလေသည်။ စိတ်ဓာတ်ကြွခိုင်မှုသည် အောင်မြင်မှု၏လမ်းစပင်

ဖြစ်သည်။ အတိတ်ကအောင်မြင်မှုများက ယခု လောလောဆယ်ကိစ္စကို အောင်မြင်စေရန် တွန်းပို့လေသည်။ ဆုံးရှုံးမှုများသည် ကြောက်ရွံ့မှုများဖြစ်စေပြီး အနာဂတ်ကို မျှော်ကြည့်သောအခါ စိတ်ဓာတ် ကျဆင်းတတ်သည်။ (ဤနည်းဖြင့် ခံစားမှုအချိန်ကို ထိန်းသိမ်းထားပါသည်။)



‘စိတ်ရောဂါဖြစ်သော

အကြောင်းရင်းများ’

စိတ်ရောဂါဖြစ်သော အကြောင်းရင်းများကို ရှေးက မသိခဲ့ကြချေ။ ထို့ကြောင့် စိတ်ဝေဒနာရှင်များကို မကောင်းဆိုးရွားများ ဝင်စားသည် ဆို၍ သတ်ပစ်ခဲ့ကြလေသည်။ အကြောင်းရင်းကို မသိသဖြင့် ဆေးကုသရာ၌လည်း အခက်အခဲများစွာ ရှိခဲ့လေသည်။

ဆေးပညာသည် အစဉ်အမြဲ တိုးတက်လျက်ရှိရာ ယခုအခါ တွင် စိတ်ရောဂါများ၏အကြောင်းရင်းကို အတော်အသင့် နားလည်သိရှိလာပေပြီ။

ရောဂါဖြစ်သော အကြောင်းရင်းများကို လေ့လာရာ၌ အခြေခံအချက် သုံးချက်ရှိပါသည်။

၁။ ရောဂါမဖြစ်မီက ထိုသူ၏ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးအပါအဝင် ထိုသူ၏အကြောင်းကို လေ့လာခြင်း၊ ထိုသူ၏ စရိုက်များ၊ အပြုအမူများ၊ ဆက်ဆံရေး၊ လူမှုရေး၊ ဘာသာရေး၊ စိတ်နေစိတ်ထား၊ ဝါသနာ၊ စိတ်ဆင်းရဲစရာ ကြုံရသောအခါ ထိုသူ၏ တုံ့ပြန်ချက်၊ အရက်အပါအဝင် မူးယစ်ဆေးဝါးများကို သုံးစွဲခြင်း ရှိမရှိ စသည်တို့ကို လေ့လာရပါသည်။

၂။ ပတ်ဝန်းကျင်ကို လေ့လာခြင်း

ရောဂါမဖြစ်မီ ထိုသူ ထိတွေ့ခဲ့သော ပတ်ဝန်းကျင်အခြေအနေကို လေ့လာရပါမည်။ ပတ်ဝန်းကျင်အခြေအနေဆိုရာ၌ မိသားစုပတ်ဝန်းကျင်သည် အရေးကြီးလှပါသည်။ အလုပ်နှင့်ပတ်သက်သော ပတ်ဝန်းကျင်သည်လည်း အရေးကြီးလေသည်။ လူနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်တို့ သဟဇာတမဖြစ်သောအခါ စိတ်ဆင်းရဲကြလေသည်။ ပတ်ဝန်းကျင်က နှိပ်စက်သောကြောင့် ရောဂါအမျိုးမျိုး၊ အထူးသဖြင့် စိတ်ရောဂါများ ရတတ်လေသည်။

၃။ ရောဂါဖြစ်ပျက်လာပုံကို လေ့လာခြင်း

လူနှင့်ပတ်ဝန်းကျင်တို့ သဟဇာတ မဖြစ်ကြသဖြင့် ခန္ဓာပွဲစည်းပုံ၊ ကိုယ်ခန္ဓာ၊ ဓာတ်သဘာဝများ၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ စသည်တို့ မည်သို့မည်ပုံ ပြောင်းလဲ ဖောက်ပြန်ကုန်ကြသည်ကို လေ့လာရပါမည်။ ထိုသူ ဖောက်

၃၂ ခေါက်တာအုန်းမောင်

ပြန်ပြောင်းလဲသဖြင့် စိတ်ရောဂါဖြစ်လာပုံကို လေ့လာရပါမည်။ အမှန်စင်စစ် ဖောက်ပြန်မှုများကြောင့် အပြုအမူများ ပြောင်းလဲလာကြလေသည်။ ထိုသို့ အပြုအမူများ ပြောင်းလဲလာခြင်းကိုပင် ရောဂါဟု ခေါ်ကြလေသည်။

ထို့ကြောင့် ရောဂါတစ်ခု၏ အကြောင်းရင်းကို လေ့လာရာ၌ လူ၏ မည်သို့သောစရိုက်များက ရောဂါ ဖြစ်စေတတ်သည်။ ပတ်ဝန်းကျင်၏ မည်သို့သော ဖိစီးမှုများက ပံ့ပိုးပေးသည်။ ခန္ဓာကိုယ်၏ မည်သို့သော တုံ့ပြန်မှုများက ရောဂါ ဖြစ်စေတတ်သည် စသည်ဖြင့် စုပေါင်း၍ လေ့လာရပါမည်။

ထို့ပြင် ရောဂါ စတင် ပြစ်ပေါ်စေသော အကြောင်းများ ရောဂါ၏ သဘောသဘာဝ (Course) ရောဂါမည်သို့ အဆုံးသတ်နိုင်ပုံစသည်တို့ အထောက်အကူပြုသော အချက်အလက်များကိုလည်း လေ့လာရပေမည်။

လူတစ်ယောက် မကျန်းမာလျှင် မေးခွန်း (၄)ခု မေးနိုင်ပါသည်။

- ၁။ ဤပုဂ္ဂိုလ် အဘယ်ကြောင့် နေမကောင်း ဖြစ်လာသနည်း။
- ၂။ ဤပုဂ္ဂိုလ်သည် အဘယ်ကြောင့် ဤရောဂါ ဖြစ်ရသနည်း။
- ၃။ ဤအချိန်ကျမှ အဘယ်ကြောင့် ဤ ရောဂါဖြစ်ရသနည်း။

၄။ ရောဂါဖြစ်စေရန် ပံ့ပိုးသော အကြောင်းများသည် အဘယ်နည်း။

အထက်ပါ မေးခွန်းများကို ဖြေဆိုရန် အောက်ပါ အတွင်းပိုင်းနှင့် အပြင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အချက်အလက်ကို လေ့လာရန်လိုပါသည်။

- (၁။ မျိုးရိုး (Genetic)
- (၂။ ဗီဇသတ္တိ (Constitution)
- အတွင်းပိုင်း (၃။ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး (Personality)
- (၄။ ကြီးထွား ရင့်သန်မှု အဆင့်ဆင့်တို့၏ အခြေအနေ (Critical Stages of Development)
- (၅။ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် လူမှုရေးဆိုင်ရာ ဖိစီးမှုများ (Psycho-Social Stresses)
- (၆။ အနာရောဂါများ (Infections)
- အပြင်ပိုင်း (၇။ ထိခိုက်ဒဏ်ရာ ရမှုများ (Trauma)
- (၈။ အာဟာရချို့တဲ့မှုများ (Malnutrition)
- (၉။ အဆိပ်သင့်မှုများ (Intoxications)

သည်ဖြင့် စိတ်ရောဂါတစ်ခုသည် အတွင်းပိုင်းဆိုင်ရာများနှင့် အပြင်ပိုင်းဆိုင်ရာတို့ အပြန်အလှန် တုံ့ပြန်မှု အခြေအနေအထား ရလဒ် ဖြစ်ထွက်ပေါ်လာခြင်း ဖြစ်ပေသည်။ အတွင်း

ပိုင်းဆိုင်ရာတို့သည် လူပုဂ္ဂိုလ်နှင့်ဆိုင်၍ အပြင်ပိုင်းဆိုင်ရာတို့သည် ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် သက်ဆိုင်လေသည်။ ထို့ကြောင့် တစ်နည်းအားဖြင့် လူနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်တို့ သဟဇာတ မဖြစ်သောအခါ ရောဂါတစ်ခု ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

သို့သော် ရောဂါတစ်ခု ဖြစ်ရာ၌ အကြောင်း တစ်ခုတည်းကြောင့် မဖြစ်ဘဲ အကြောင်းအမျိုးမျိုးပေါင်းစပ်၍ ဖြစ်ပေါ်လေ့ရှိပါသည်။

အတွင်းပိုင်းဆိုင်ရာနှင့်အပြင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အခြေအနေတို့သည် လူ့ဇီဝိုက်၌ လည်းကောင်း၊ ရောဂါကိုလိုက်၍ လည်းကောင်း၊ အရေးပါခြင်း အရေးပါမှုနည်းပါးခြင်းတို့ ဖြစ်တတ်ပါသည်။

ဥပမာ ကိုယ်ချည်ကိုယ်သွေးအားနည်းပျော့ညံ့သူမိန်းကလေး တစ်ယောက်သည် သာမန်စိတ်ဆင်းရဲစရာ ကိစ္စများနှင့် ကြုံရသောအခါ မဖြေရှင်းနိုင်တော့ဘဲ ဟစ်တီးရီးယားရောဂါ ခံရသည့် ပုံစံဖြစ်ပါသည်။ ဤဥပမာတွင် အတွင်းပိုင်းရော အပြင်ပိုင်းပါ ရောဂါဖြစ်ပွားမှုအတွက် အရေးကြီးလေသည်။

နဂို ကိုယ်ချည်ကိုယ်သွေး ကောင်းမွန်တတ်သော ပုဂ္ဂိုလ် တစ်ဦးသည် အလွန်စိတ်ဆင်းရဲသောအခါများနှင့် တွေ့ကြုံရသော အခါ စိတ်ကျရောဂါခံစားရလေသည်။ ဤဥပမာတွင် အတွင်းပိုင်းဆိုင်ရာ ကိုယ်ချည် ကိုယ်သွေးသည် ရောဂါ ဖြစ်မှု အတွက် အရေးမပါလှ၊ အပြင်ပိုင်းဆိုင်ရာ စိတ်ဆင်းရဲဒုက္ခများသည်သာ ရောဂါဖြစ်မှုအတွက် အရေးကြီးလေသည်။

လူတစ်ယောက်အဖို့ မိမိအတွင်းပိုင်းဆိုင်ရာများနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်အပြင်ပိုင်းဆိုင်ရာတို့သည် အမြဲတစေ တွဲပြန် နေကြသည်။

မျိုးရိုး (Genetic Factors)

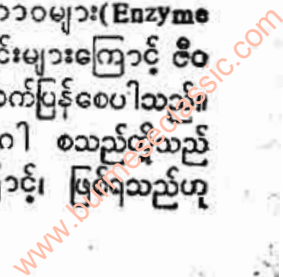
မိဘ၏ ရောဂါဖြစ်သောဂျင်း (Gene) များသည် သားသမီး များကို ကူးစက်သောအခါ သားသမီးများတွင်ရောဂါဖြစ်လေသည်။ ဂျင်း (Gene) ကူးစက်မှုကိုပင် မျိုးရိုးလိုက်သည်ဟုခေါ်ပါသည်။

စိတ်ရောဂါ အများအပြားသည် မျိုးရိုးကြောင့်ဖြစ်ကြလေသည်။ တချို့ ရောဂါများတွင် 'ဂျင်း' တစ်မျိုးတည်းကြောင့် ဖြစ်လေသည်။

နို့ပျိုရိုးဆစ်ရောဂါများနှင့်ကိုယ်ချည်ကိုယ်သွေးရောဂါများသည် 'ဂျင်း' အများစုပေါင်း၍ ဖြစ်ကြလေသည်။

လူတစ်ယောက်သည် ရောဂါဖြစ်စေသော 'ဂျင်း' တစ်မျိုးတည်းသာကော ၂ မျိုး၊ ၃ မျိုးပါနေသည်လည်း ရှိပါသည်။ ဥပမာ လူတစ်ယောက်တည်းတွင် စက်ဗီဇရီးနီးယားဖြစ်စေသော 'ဂျင်း' နှင့် စိတ်ကြွရောဂါဖြစ်စေသော 'ဂျင်း' တို့ ပူးပေါင်းပါနေတတ်ပါသည်။ ဤသို့ဖြင့် လူနာသည် (Schizoaffective) အသော ဝေဒနာကို ခံစားရလေသည်။

'ဂျင်း' များသည် ခန္ဓာကိုယ်၏ဓာတ်သဘာဝများ (Enzyme Systems) ကို ထိန်းချုပ်ထားလေသည်။ ဂျင်းများကြောင့် ဇီဝဓာတ်များ (Bio Chemicals) ဖောက်ပြန်စေပါသည်။ ကော်ဗီဇရီးနီးယားရောဂါ၊ စိတ်ကျရောဂါ စသည်တို့သည် ဇီဝဓာတ်များ ဖောက်ပြန်သောကြောင့် ဖြစ်ရသည်ဟု ဆိုရပေမည်။ လက်ခံ ယုံကြည်ကြပါသည်။



'ဂျင်း'တို့ကို ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း ပတ်ဝန်းကျင် (Internal Environment) က ထိန်းသိမ်း လွှမ်းမိုးထားပြန်ပါသည်။ အတွင်းပတ်ဝန်းကျင် ဖောက်ပြန်တတ်သည့် မြီးကောင်ပေါက်အရွယ် သွေးမပေါ်မီအချိန်၊ ကလေးမီးဖွားချိန်၊ သွေးဆုံးချိန် စသည်တို့သည် စိတ်ရောဂါများအတွက် ရှေးဦးအကြောင်းရင်းများ ဖြစ်ကြလေသည်။

ဗီဇေတ္တိ (Constitution)

ဗီဇေတ္တိကြောင့် လူ၏ ခန္ဓာကိုယ် ဖွဲ့စည်းပုံ ပြောင်းလဲတတ်သည်။ ကရက်ရှမာ (Kretschmer) ၏ လေ့လာချက်အရ ပိန်ပိန်ရှည်ရှည် ခါးကိုင်းကိုင်း အဘိုးကြီးအိုရုပ်ပေါက်နေသော ခန္ဓာကိုယ် (Asthenic Body Build) ရှိသူများသည် စင်စီဖရီးနီးယား ရောဂါ ဖြစ်တတ်လေသည်။ ဗလကောင်းကောင်း ကြက်သားများများ အားကစားသမားရုပ်ရှိသူ (Atheletic Body Build) များသည် စင်စီဖရီးနီးယား ရောဂါ ဖြစ်တတ်ပြန်သည်။ ပုပုဝ ဝင်တို့ (Pyknic Body Build) များသည် စိတ်ကြွ၊ စိတ်ကျရောဂါ ဖြစ်တတ်လေသည်။

ကရက်ရှမာ၏ အဆိုသည် အမြဲမှန်ကန်ကြောင်း မတွေ့ရပါ။ ပိန်ပိန်ရှည်ရှည်များသည်လည်း စိတ်ကြွ၊ စိတ်ကျရောဂါ ဖြစ်သည်ကို တွေ့ရပါသည်။ ပုပုဝ ဝင်တို့များလည်း စင်စီဖရီးနီးယား ဖြစ်ကြောင်း တွေ့ရလေသည်။

ရှဲဒန် (Sheldon) ဆိုသော ပုဂ္ဂိုလ်က ပိန်ပိန်ရှည်ရှည် ခါးကိုင်းကိုင်းကို (Ectomorph) ဟုလည်းကောင်း၊ ပုပုဝ ဝင်တို့

ကို (Endomorph) ဟုလည်းကောင်း၊ ဗလကောင်းကောင်းကို (Mesomorph) ဟုလည်းကောင်း ခေါ်ဆိုပါသည်။

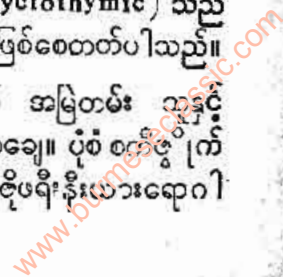
ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး

ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးကို ဗီဇေတ္တိတစ်ခုအဖြစ် သတ်မှတ်နိုင်ပါသည်။

ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးသည် စိတ်ရောဂါဖြစ်ပွားရာ၌ အရေးကြီးသော အချက်တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးသည် စံကိုက် ဖြစ်နေရန် လိုအပ်ပါသည်။ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ပုံမှန်စံကိုက် ဖြစ်ခြင်း၊ တည်တံ့ခြင်း၊ ရင့်ကျက်ခြင်း၊ ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် လိုက်လျော ညီညွတ်စွာ ဆက်ဆံတတ်ခြင်းစသည်တို့ ရှိပါက စိတ်ရောဂါ မဖြစ်တတ်ပါ။

စင်စီဖရီးနီးယား ရောဂါကိုလည်းကောင်း၊ စိတ်စွဲ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးသည် စိတ်စွဲရောဂါကိုလည်းကောင်း၊ ဟစ်စတီးရီးယား ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးသည် ဟစ်စတီးရီးယား ရောဂါကိုလည်းကောင်း၊ စိတ်အတက်အကျ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး (Cyclothymic) သည် စိတ်ကြွစိတ်ကျရောဂါကိုလည်းကောင်း ဖြစ်စေတတ်ပါသည်။

သို့သော် နဂိုကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးသည် အမြဲတမ်း သူနှင့် ဆက်ဆံရာ ရောဂါဖြစ်ရမည်ဟု မဆိုသင့်ချေ။ ပုံစံ စင်စီဖရီးနီးယား ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး (ရှဲဒန်လည်း စင်စီဖရီးနီးယားရောဂါ ဖြစ်တတ်ပါသည်။



စိတ်ပိုင်းနှင့် လူမှုရေးပိုင်း ဖိစီးမှုများ

(Psycho Social Stresses)

ဘဝ၏ ဆင်းရဲဒုက္ခများ၊ ဖိစီးမှုများ၊ လူမှုရေး စီးပွားရေး အခက်အခဲများ၊ ချင်ခင်သူသေဆုံးမှု၊ အလုပ်ရှုပ်မှု၊ ဂုဏ်သိက္ခာ ထိခိုက်မှု၊ စိတ်တွင်း ပဋိပက္ခများစသည်တို့သည် ထင်ရှားသော အကြောင်းရင်းများ ဖြစ်ကြလေသည်။

စိတ်ပိုင်းနှင့်လူမှုရေးပိုင်းများတွင် ဖိစီးမှု နည်းပါးလှသော ပုဂ္ဂိုလ်များသည် စိတ်ရောဂါ မခံစားရကြောင်းတွေ့ရပါသည်။

အနာရောဂါများ (Infections)

တိုက်ဖျက်ခေါ် အူရောင်ငန်းဖျား၊ ငှက်ဖျားရောဂါ၊ ကာလ သား ရောဂါ၊ အသည်းရောင်ရောဂါ၊ ဦးနှောက်ရောဂါစသည် တို့သည် ငန်းဖမ်း စိတ်ဖောက်ပြန်ရောဂါများ (Delirium) ဖြစ်တတ်လေသည်။

ထိခိုက်ဒဏ်ရာရမှုများ (Trauma)

ဦးနှောက် ထိခိုက်ဒဏ်ရာရမှုများကြောင့် စိတ်ရောဂါများ ဖြစ်တတ်လေသည်။ အထင်ရှားဆုံးမှာ (Amnesia) ခေါ် သတိ မေ့ ရောဂါဖြစ်သည်။ အတက်ရောဂါ (Epilepsy) လည်း ရတတ်ပါသည်။

အာဟာရချို့တဲ့မှုများ (Malnutrition)

အစာအာဟာရချို့တဲ့မှုကြောင့် ဗီတာမင်ဓာတ်များ ချို့တဲ့ သွားပါသည်။ ဗီတာမင်ဓာတ်များ ချို့တဲ့ခြင်းကြောင့် စိတ် ရောဂါအများအပြား ဖြစ်စေတတ်ပါသည်။

ပုံစံ ဗီတာမင် ဘီ ၁ ချို့တဲ့လျှင် ကိုဆာကိုး ရောဂါ (Korsakow Syndrome) ဖြစ်ပါသည်။ ဘီ ၁ ချို့တဲ့ခြင်း သည် အရက်သောက်ရာမှ ဖြစ်လေ့ ရှိပါသည်။ သို့သော် အခြား အကြောင်းများကြောင့်လည်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

ဗီတာမင် ဘီ ၁၂ ချို့တဲ့လျှင် အသိဉာဏ်ပညာ ပျက်စီး ရောဂါ (Dementia) ဗီတာမင် နိုင်ရာစင် (Niacin) ချို့တဲ့ ဈာန် ပဲလာဂရာ ရောဂါ (Pellagra) စသည်တို့ ဖြစ်တတ်ကြ လေသည်။

အဆိပ်သင့်မှုများ (In Toxications)

အရက်၊ ခဲ၊ မာကြူရီ၊ ဓာတ်ငွေ့စသည့် ပစ္စည်းများ အဆိပ်သင့်လျှင် စိတ်ရောဂါများ ရတတ်လေသည်။ ငန်းဖမ်း ခြင်း၊ ကယောင်ချောက်ချား ဖြစ်ခြင်း၊ သိမှု ရှုပ်ထွေးခြင်း (Confusion) တို့ ဖြစ်တတ်ပါသည်။

၂၄၀ ခေါက်တာဆန်းမောင်

အကြောင်း မျိုးမျိုးကြောင့် ဖြစ်သည်ကို ပုံဆွဲခြင်း

အပြင်ပိုင်း

ရှုပ်ပိုင်း

စိတ်ပိုင်းနှင့်လူမှုရေး

- အနာရောဂါများ
- အဆိပ်သင့်မှုများ
- အက်ဆစ်များ
- အာဟာရ ချို့တဲ့မှုများ
- အောက်စီဂျင်ဓာတ်ချို့တဲ့မှု

- ရိုးရာဓလေ့များ
- ကလေး ပြုစုပျိုးထောင်ခြင်း
- စိတ်ပညာပညာများ
- စိတ်ဖိစီးမှုများ

စိတ်ထောင့်

မျိုးရိုး

ဗီဇဆက်

- ဂျင်းများ
- ကရိုမိုဆုန်း ဖောက်ပြန်မှုများ
- ဓာတ်သဘာဝ ဖောက်ပြန်မှုများ

- ခန္ဓာကိုယ်ပွဲစည်းပုံ
- ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး
- စိတ်နေစိတ်ထား

အတွင်းပိုင်း

*

‘လူနာ ရာဇဝင်ယူခြင်း’

(HISTORY TAKING)

လူနာ၏ရာဇဝင်ကို မေးမြန်း ရယူခြင်းသည် အရေးကြီးသောဆောင်ရွက်ချက် ဖြစ်သည်။ လူနာ၏ ရာဇဝင်အပြည့်အစုံ ရမှသာ လူနာသည် မည်သည့်ထောင့်မှ ခံစားနေရသည်၊ မည်သို့ သောဆေး ပေးသင့်သည်၊ မည်သို့ ပြုစုသင့်သည်၊ ထောင့်၏ အလားအလာ မည်သို့ရှိသည် စသည့်အချက်များကို သိနိုင်ပေမည်။

ရာဇဝင်ယူရာ၌ အခြား ကျေးဇူးနှစ်ခု ရရှိပြန်သည်။

၁။ လူနာနှင့် ရင်းနှီးခြင်း။

၂။ မိမိသိလိုသော အချက်အလက်များ သိရှိရခြင်း။

ရာဇဝင်ယူခြင်း၏ရည်ရွယ်ချက်မှာ လူနာ ခံစားနေသော လက္ခဏာများသည် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကြောင်းများကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းလော၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာ

လျှင် ခန္ဓာကိုယ်အကြောင်းမရှိဘဲ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း (Functional) လော၊ ခန္ဓာကိုယ် အကြောင်းခံပြီး ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း လော (Organic) စသည်တို့ကို သိရှိရန် ဖြစ်ပေသည်။

လူနာသည် ယခုကဲ့သို့ ရောဂါမဖြစ်မီက ဘဝ၏ အခက်အခဲ များကို ကောင်းစွာ ဖြေရှင်းနိုင်ခဲ့ခြင်း ရှိ မရှိကိုလည်း သိရှိရန် လိုပါသည်။ လူနာ၏ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ချွတ်ယွင်းမှုများ ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း ဟုတ် မဟုတ် သတိပြုရန် လိုပေ သည်။

စိတ်ရောဂါ၏လက္ခဏာများသည် တစ်ခါတစ်ရံ ခန္ဓာကိုယ် ရောဂါများကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လေ့ ရှိရာ လူနာကို တွေ့စတွင် ခန္ဓာကိုယ် စစ်ဆေးမှုများပြုရန် လိုအပ်ပါသည်။ ခန္ဓာကိုယ် စစ်ဆေးခြင်းဖြင့် ရောဂါရှိလျှင်လည်း သိနိုင်ပါသည်။ လူနာ၏ ယုံကြည်လေးစားမှုကိုလည်း ရရှိနိုင်သည်။ လူနာက သူ့ ကိုယ်သူ့ ဘာရောဂါမှမရှိဟု သိရှိသွားသဖြင့် များစွာ ကျေနပ်သွားလေ သည်။

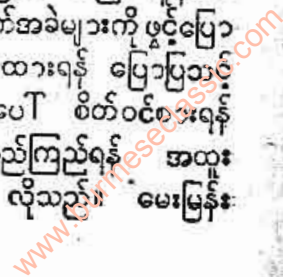
အနောက်နိုင်ငံများတွင် ခန္ဓာကိုယ်ရောဂါ ရှာဖွေမတွေ့ရှိမှ သာ စိတ်ရောဂါ အမည်တပ်ခြင်းကို လက်ခံကြသည်။ ခန္ဓာကိုယ် ရောဂါ ရှာဖွေတွေ့ရှိပါက စိတ်ရောဂါဟု အမည် မတပ်သင့် ပေ။

စိတ်ရောဂါ လူနာများကို ခန္ဓာကိုယ်စစ်ဆေးမှု လိုအပ်သလို ခန္ဓာကိုယ်ရောဂါလူနာများသည်လည်း စိတ်စမ်းသပ်မှု လိုအပ် လေသည်။ အချို့သောစိတ်ရောဂါများသည် ခန္ဓာကိုယ်ရောဂါ ရှိလေဟန် အသွင်သဏ္ဍန် အောင်ကြလေသည်။

လူနာနှင့် ရင်းနှီးမှုရရန် လူနာစွာ အရေးကြီးပါသည်။ ရင်း နှီးမှုမရလျှင် လူနာက ဖုံးကွယ်လိုသောစိတ်ထားဖြင့် မမှန်မကန် ပြောပါက အားလုံး တလွဲတချော် ဖြစ်သွားတတ်သည်။ ထိုအခါ အနာတခြား ဆေးတခြား ဖြစ်ကုန်ပါလိမ့်မည်။

အမှန်ကို ပြောမပြုခြင်းသည် ကြောက်ရွံ့ခြင်းကြောင့်လည်း ကောင်း၊ ဆရာဝန် မယုံကြည်မည်ကို စိုးရိမ်၍လည်းကောင်း၊ အမှန်ကို ဖွင့်ပြောခြင်းဖြင့် မိမိ၏ဟာကွက်၊ ပျော့ကွက်များကို လူသိမှာ စိုးရိမ်ခြင်းကြောင့် လည်းကောင်း၊ အကြောင်းအမျိုး မျိုး ဖြစ်နိုင်လေသည်။ ထို့ကြောင့် လူနာနှင့် ရင်းနှီးမှုရယူပြီး အဖြစ်မှန်ကို ပြောပြရန် တိုက်တွန်းရပါမည်။ လူအများရှေ့တွင် လူနာက အမှန်ကို ပြောချင်မှ ပြောပေမည်။ ထို့ကြောင့် လူနာ နှင့် နှစ်ယောက်ချင်း တွေ့ဆုံမေးမြန်းသင့်ပါသည်။ ဆွေမျိုး များရှေ့တွင် မေးမြန်းပါက ဆွေမျိုးများက လူနာအစား ကေး ဝင်ပြောခြင်းဖြင့် အနှောင့်အယှက် ဖြစ်တတ်ပါသည်။ ဆွေမျိုးများရှေ့တွင် အမှန်ကို ပြောရန်လည်း ဝန်လေးနေပေ လိမ့်မည်။

လူနာနှင့် ပထမဆုံး တွေ့သည့်အချိန်တွင် ခင်မင်မှုရရှိရန် လူနာ၏ ယုံကြည်ကိုးစားမှုရရန် အရေးကြီးလေသည်။ လူနာက မိမိယုံကြည်ကိုးစားသူကိုသာ မိမိ၏အခက်အခဲများကို ဖွင့်ပြော ချင်ကြပါသည်။ လူနာကို စိတ်အေးအေးထားရန် ပြောပြသင့် သည်။ တွေ့ဆုံမေးမြန်းသူသည် လူနာအပေါ် စိတ်ဝင်စားရန် လူနာကို သနားကြင်နာရန်၊ ရိုးသားတည်ကြည်ရန် အထူး အရေးကြီးလေသည်။ စိတ်ရှည်ရန်လည်း လိုသည်။ မေးမြန်း



၄၄ ခေါက်တာအုန်းမောင်

သူက စိတ်ဝင်စားခြင်းမရှိဘဲ အလျင်လိုနေပါက လူနာက အားလုံး ပြောပြတော့မည့် မဟုတ်ချေ။

လူနာ၏ဂုဏ်သိက္ခာကို လေးစားရမည်။ လူနာ၏ ကိုယ်ရေး ကိုယ်တာကိစ္စများ၊ အထူးသဖြင့် လိင်နှင့်ပတ်သက်သောကိစ္စကို မမေးမိ သဘောထူညီချက် ရယူရပေမည်။ လူနာ၏ ပြောပြချက် အားလုံးကို လျှို့ဝှက်ထားရပေမည်။ လမ်းခင်းမေးခွန်းများ မမေးသင့်ပေ။

လူနာ၏ရာဇဝင်ကို လူနာထံမှ သီးခြား ရယူပြီးနောက် လူနာ၏ ဆွေမျိုးများထံမှလည်း သီးခြား ယူထားရပါမည်။ ရာဇဝင်ကို အောက်ပါအတိုင်း ခေါင်းစဉ်များ ခွဲ၍ ယူရပါ သည်။

- ၁။ အဓိကခံစားချက်များ (Main Complaints)
- ၂။ ရောဂါဖြစ်လာပုံ (Present Illness)
- ၃။ မိသားစုရာဇဝင် (Family History)
- ၄။ ကိုယ်ရေးနှင့် လူမှုရေးရာဇဝင် (Personal and Social History)
- ၅။ အတိတ်ရာဇဝင် (ခန္ဓာကိုယ်နှင့် စိတ်ရောဂါ) (Past History of Physical and Mental Disorder)
- ၆။ ရောဂါမဖြစ်မီ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး (Premorbid Personality)

၁။ အဓိကခံစားချက်များ

လူနာ၏ အဓိကခံစားချက်များကို သူ ပြောပြသည့်အတိုင်း ရေးသားရမည်။ အချို့သောလူနာများက ပြောပြရန် ငြင်းဆို ကြသည်။ ထိုအခါ လူနာ၏ ဆွေမျိုးထံမှ မေးမြန်းယူရပေ မည်။

၂။ ရောဂါဖြစ်လာပုံ

လူနာ မည်သို့မည်ပုံ စတင်၍ နာမကျန်းဖြစ်လာပုံကို မေး မြန်းရပါသည်။ နေမကောင်းဖြစ်စက မည်သို့သော လက္ခဏာ များ ခံစားရသည်။ ထိုလက္ခဏာများ မည်သို့သော အကြောင်း များကြောင့် ပေါ်ပေါက်လာကြသည်။ မည်သို့သော အဖြစ် အပျက်များက ရောဂါလက္ခဏာများကို ပိုမိုဆိုးရွားစေသည်။ ပိုမိုဆိုးရွားသည့် ကာလမှာ မည်မျှရှည်ကြာသည်။ မည်သို့သော အကြောင်းများဖြင့် သက်သာစေသည်။ စသည်ဖြင့် ရောဂါနှင့် သက်ဆိုင်သမျှ မေးမြန်းရသည်။

၃။ မိသားစုရာဇဝင်

ဖခင်၏အမည်၊ အသက်၊ အလုပ်အကိုင်၊ ကျန်းမာရေး အခြေအနေ၊ နေမကောင်းလျှင် မည်သည့် ရောဂါခံစားနေရ သည်။ သေဆုံးပြီးဖြစ်လျှင် မည်သည့်ကာလ အပိုင်းအခြားက ဆွေသည့်ရောဂါဖြင့် သေဆုံးခဲ့သည် စသည်တို့ကို မေးမြန်းရ သည်။ မိခင်အတွက်လည်း ဖခင်ကဲ့သို့ မေးမြန်းပါ။ ထိုနောက်

မေးချင်း ဘယ်နှစ်သောက်ရှိသည်။ လူနာက နံပါတ်စဉ် ဇယားဖြင့်
ဖြစ်ကြောင်း ဖော်ပြရသည်။ ကျန်မေးချင်းများ၏ ရာဇဝင်ကို
ကြီးစဉ်ငယ်လိုက် ရေးသားဖော်ပြရသည်။

ဆေးမျိုးထဲတွင် စိတ်ရောဂါရှိ မရှိ၊ မိဘနှင့်သားသမီးဆက်ဆံပုံ
ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့မှုရှိ-မရှိ၊ စီးပွားရေး အခြေအနေစသည်တို့ကို
လည်း မေးမြန်းရပါသည်။ စိတ်ရောဂါဖြစ်ပွားသူ ရှိပါက ထိုသူ၏
ရောဂါရာဇဝင်ကို မှတ်မိသလောက် ရေးသားဖော်ပြရပါသည်။

၄။ ကိုယ်ရေးနှင့် လူမှုရေးရာဇဝင်

ဤရာဇဝင်သည် လူနာ ယခုအချိန်ထိ မည်သို့ ကြီးပြင်းခဲ့
သည်။ မည်သို့သောအခက်အခဲများ ပေါ်ပေါက်ခဲ့သည်။ မည်သို့
ဖြေရှင်းခဲ့သည်။ မည်သို့သော စိတ်နေစိတ်ထားများ ရှိခဲ့သည်။
မည်သို့သော စိတ်ခံစားမှုများ ရှိခဲ့သည်။ လူနာ၏ အသိဉာဏ်နှင့်
ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေး စသည့်တို့ကို သိနိုင်ရန်ရည်ရွယ်၍ မေး
မြန်းရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

၅။ အတိတ်ရာဇဝင်

ယခင်က စိတ်ရောဂါဖြစ်ပွားသလား၊ ဖြစ်ပွားလျှင် ရောဂါ
အကြောင်း အသေးစိတ် မေးရပါမည်။ ယခင်က နွှော့ကိုယ်
ရောဂါများ ဖြစ်ပွားသလား၊ ခွဲစိတ်ခံရပွားသလား၊ ထိခိုက်ဒဏ်ရာ
ရပွားသလား၊ စိတ် ထိခိုက်လောက်အောင် နာမကျန်း ဖြစ်ပွား
သလား စသည်တို့ကိုလည်း ပြည့်ဝစွာ မေးရပါသည်။

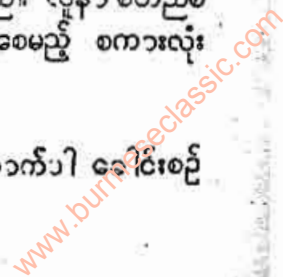
၆။ ရောဂါမဖြစ်မီ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး
(Premorbid Personality)

ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ဆိုသည်မှာ လူတစ်ဦး၏ ခံစားမှုများ၊
အတွေးအခေါ်များ၊ အခြေအနေအရပ်ရပ်ကို တုံ့ပြန်သော
အပြုအမူများ အားလုံးကို ခြုံ၍ ခေါ်ခြင်း ဖြစ်သည်။

စိတ်အခြေအနေစစ်ဆေးချက်
(Mental State Examination)

စိတ်အခြေအနေ စစ်ဆေးချက်သည် လက်ရှိ စိတ်ရောဂါကို
သိနိုင်ရန် ဖြစ်သည်။ စစ်ဆေးရာ၌ လူနာ၏ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်
မှု လိုအပ်ပါသည်။ လူနာက လိုလိုလားလား ပြောမပြောလျှင်
စစ်ဆေး၍ ရမည်မဟုတ်ချေ။ လူနာ၏ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှု
ရအောင် လိမ္မာပါးနပ်စွာ မေးမြန်းရပါမည်။ လူနာ စိတ်ညစ်
ညွှားအောင် မလုပ်ပါနှင့်။ လူနာ နားလည်စေမည့် စကားလုံး
များကို သုံးပါ။

စိတ်အခြေအနေ စစ်ဆေးချက်တွင် အောက်ပါ ခေါင်းစဉ်
ငယ်များ ခွဲထားပါ။



၄၀ ခေါက်စာအုပ်များ

၁။ အသွင်သဏ္ဍာန်နှင့် အပြုအမူများ
(Appearance and General Behaviour)

လူနာ၏ အသွင်အပြင် ခန့်မှန်းခြေ၊ အသက်၊ အဝတ်အစား၊ ဘတ်ထားပုံ၊ ပိန်သလား၊ ဝသလား၊ သန့်ရှင်းမှုရှိသလား၊ ညစ်ပတ်နေသလား၊ စိတ်ဓာတ် တက်ကြွနေသလား၊ ကျဆင်းနေသလား၊ စကားသိပ်ပြောသလား၊ စကား လုံးဝ မပြောချင်ဘူးလား၊ ကြမ်းတမ်း ခက်ထန်နေသလား၊ ဇာတ်ဆန်သော အမူအရာများ ရှိသလား၊ ရှက်နေသလား၊ အမူအရာအမျိုးမျိုးလုပ်ပြသလား၊ ဂနာမငြိမ်ဖြစ်နေသလား၊ တစ်စုံတစ်ခုကို အာရုံစိုက်နေဟန် ပြသလား၊ နားထဲမှာ အသံတွေ ကြားနေသဖြင့် အသံကို အာရုံစိုက်နားထောင်နေဟန်ရှိသလား၊ မကြာခဏ သက်ပြင်းချနေသလား။

လူနာသည် သူ၏ခံစားချက်များကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ပြောပြတတ်သလား၊ ပြည့်စုံရုံလား၊ စာနဲ့ရေးယူလာသလား သို့မဟုတ် မရှင်းမလင်း နားထောင်ရ ခက်ခဲသလား။

၂။ စကားပြောပုံ(Talk)

စကား ပီသရွဲလား၊ အသံမထွက်ဘူးလား၊ ကလေးလိုပြောသလား၊ စကား သိပ်ပြောသလား၊ လုံးဝ မပြောဘူးလား၊ မေးတာဘဲ ဖြေသလား၊ မမေးဘဲနဲ့ ပြောနေသလား၊ လိုရင်းကို တည့်တည့်ပြောသလား၊ ကွေ့ပတ်သွယ်ဝိုက်၍ ပြောသလား၊ နုတေထပ်တွေ ကာရံတွေနဲ့ ပြောသလား၊ စကားပြောမမှန်ဘူး

လား၊ စကားလုံး အဆန်းတွေပြောသလား၊ စကားပြောရင်း ရင်းနှီးမှုရသလား၊ လူနာထိတ်ရွံ့နေရုံလား။

၃။ စကားပြောပုံနမူနာ (Sample of Talk)

လူနာစကားပြောပုံ အနည်းငယ် ရေးမှတ်ထားပါ။ ဥပမာ 'အိမ်နီးချင်းက ကျွန်တော်ကို မကောင်းကြံတယ်'။

၄။ စိတ်ခံစားမှု (Mood)

ပျော်နေသလား၊ မြူးထူးနေသလား၊ စိတ်ဓာတ်ကျဆင်းနေသလား၊ စိတ်ဆင်းရဲနေသလား၊ စိတ်ရှုပ်ထွေးနေသလား၊ စိတ်တိုနေသလား၊ စိုးရိမ်ကြောက်ရွံ့နေသလား၊ စိတ်အပြောင်းအလဲမြန်သလား၊ အခြေအနေနှင့် စိတ်ခံစားမှုဆီလျော်သလား၊ အခြေအနေကို လျစ်လျူရှု၍နေသလား၊ စိတ်ကို မချုပ်တီးနိုင်ဘူးလား၊ ငိုသလား၊ တစ်မျိုးဖြစ်နေသည်ဟု ခံစားရသလား၊ စိတ်ဓာတ်ကျနေလျှင် လောကကြီးမှာ နေချင်စိတ်မရှိတော့ဘူးလား၊ အနာဂတ်ကို ဘယ်လိုမြင်သလဲ။

၅။ ထိန်းချုပ်ရခက်ခဲသော အရာများ (Compulsive Phenomenon)

မနှစ်မြို့သော အတွေးများ၊ ခေါင်းထဲထပ်ခါ တလဲလဲ ပါနေသလား၊ အလုပ်တစ်ခုကို မသေချာသေးဟု ထင်သဖြင့် ထပ်ခါ တလဲလဲ လုပ်ချင်နေသလား၊ ထိုအရာများကို ကိန်းချုပ်၍ ရသစား၊ ဖြုန်းခနဲတစ်ခုခုထ၍ လုပ်မိသလား။

၆။ ယုံမှားလွန်ခြင်းများ (Delusions)

လူအများက ကိုယ့်ကိုမကောင်းကြံစည်နေသည်ဟု စွဲမြဲစွာ ယုံကြည်နေသလား၊ ပတ်ဝန်းကျင် အပြစ်အဖျက် များသည် ကိုယ်နှင့်ပတ်သက်နေသည် ထင်သလား၊ လူစိမ်းများက မိမိကို ဦးတည်၍ တစ်မျိုးတစ်ဖုံပြုမှုနေသလား၊ တဝင်မြင့်နေသလား၊ မိမိတွင် ခွင့်မလွှတ်နိုင်သော အပြစ်များစွာ ကျူးလွန်မိသည်ဟု ယုံကြည်နေသလား၊ မိမိ၏ကျန်းမာရေးမကောင်းတော့ဟု ထင်နေသလား၊ စုန်း၊ နတ်၊ ပယောဂတို့ နှောက်ယှက်သည် ဟု အကြောင်းမရှိဘဲ ယုံကြည်နေသလား။

၇။ လှံဆော်မဲ့ အာရုံမှားများ (Hallucinations)

အလိုလိုနေရင်း စကားပြောသံတွေ ကြားနေသလား၊ ကိုယ့် နားထဲခေါ်သံကြားရသလား၊ ကိုယ့်အကြောင်း ဝေဖန်ပြောဆိုနေသည့် အသံတွေ ကြားရသလား၊ အမိန့်ပေးသံတွေ ကြားသလား၊ အသံတွေ ဘယ်ကလာသလဲ၊ ပတ်ဝန်းကျင်က လား၊ ကိုယ်ထဲကလား၊ အလိုလိုနေရင်းလူတွေရုပ်ပုံတွေမြင်နေသလား၊ အမွှေးနံ့၊ အပုပ်နံ့ တွေ့ရသလား၊ မိမိကိုယ်ကိုတစ်စုံတစ်ယောက်ကလာထိသည် ထင်သလား၊ အရသာတစ်မျိုးပြောင်းသလား၊ လေထဲမှာယုံနေသည်ဟု ထင်သလား။

၈။ ပတ်ဝန်းကျင်သိမှု (Orientation)

ကိုယ့်ကိုကိုယ်သိရှိလား၊ ယခုရောက်နေသည့်နေရာကို သိသလား၊ ယခုဘာလုပ်နေသည်ကို သိသလား၊ ကနေ့တာနေ့လဲ၊ အချိန်ဘယ်လောက်ရှိပြီလဲ။

၉။ အာရုံစူးစိုက်မှု (Attention and Concentration)

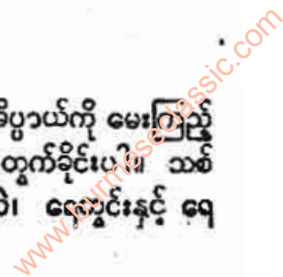
လူနာ၏ အာရုံစူးစိုက်မှု ကောင်းရှိလား၊ အာရုံတွေ များနေသလား၊ နံပါတ် (၁၀၀) ထဲမှ (၇) ကို တောက်လျှောက် နှုတ်သွားခိုင်းပါ။ စိတ်တွက် တွက်ခိုင်းကြည့်ပါ။ နေ့ (၇) နေ့ ထို့ပြောင်းပြန် ရေတွက်ခိုင်းပါ။

၁၀။ အထွေထွေဗဟုသုတ (General Information)

လူနာ၏ အထွေထွေဗဟုသုတကို မေးမြန်းရသည်။ လူနာနှင့် နှစ်သက်သော ဗဟုသုတများကို မေးနိုင်လျှင် ပို၍ ကောင်းပါသည်။ အများအားဖြင့် တိုင်းပြည် ခေါင်းဆောင်အမည်များ၊ ကြီးကြီးများအမည်များ၊ တန်ခိုးကြီးဘုရားများအမည် စသည်တို့ကို မေးနိုင်သည်။

၁၁။ ဉာဏ်ရည် (Intelligence)

ဉာဏ်ရည်ကိုသိနိုင်ရန်ကောင်းပုံများ၏အဓိပ္ပာယ်ကို မေးကြည့်ပါ။ လွယ်ကူသော ဂဏန်းပစ္စည်းများကို တွက်ခိုင်းပါ။ သစ်ထောင်သီးနှင့် လိမ္မော်သီး တာခြားနားသလဲ၊ ရေတွင်းနှင့် ရေ



၅၂ ခေါက်စာချွန်းမောင်

ကန် ဘာခြားနားသလဲ စသည့် မေးခွန်းများကိုလည်း မေးနိုင်သည်။

၁၂။ မှတ်ဉာဏ် (Memory)

လတ်တလော မှတ်ဉာဏ် (Recent Memory) နှင့် ရှေးကမှတ်ဉာဏ် (Remote Memory) ဟူ၍ ၂ မျိုး ခွဲခြားနိုင်သည်။ လတ်တလော မှတ်ဉာဏ်အခြေအနေကို သိရန် လတ်တလော အပြစ်အပျက်များ မှတ်မိခြင်း ရှိမရှိ မေးမြန်းပါ။

ဥပမာ-မနက်က ဘာဟင်းနဲ့ ထမင်းစားသလဲ၊ ရှေးကမှတ်ဉာဏ်အခြေအနေကိုသိရန် မွေးသက္ကရာဇ်၊ ငယ်စဉ်က နေခဲ့သော ကျောင်းအမည် စသည်တို့ကို မေးရပါမည်။

၁၃။ မိမိစိတ်အမြဲအနေသိမှု (Insight)

ကိုယ့်ကိုကိုယ် နေမကောင်းဖြစ်နေမှန်း သိသလား၊ ဆေးကုဖို့ လိုသလား စသည်ဖြင့် မေးမြန်းရပါသည်။

၁၄။ ရောဂါသတ်မှတ်ချက် (Diagnosis)

တွေ့ရှိခဲ့သော လူနာရာဇဝင်များနှင့် စိတ် အခြေအနေ စစ်ဆေးချက်များအပေါ် မူတည်၍ ရောဂါ သတ်မှတ်ချက် ပြုလုပ်နိုင်လေသည်။ ရောဂါ သတ်မှတ်ချက်ပြုရာ၌ မည်သို့သော အချက်အလက်များကို မူတည်၍ မည်သည့်ရောဂါ ဖြစ်ကြောင်း ကြောင်း ထင်မြင်ချက် ပေးရပါသည်။

တစ်ခု သတိထားရန်မှာ လူနာ၏ရာဇဝင်နှင့် ရောဂါအခြေအနေတို့ ကိုက်ညီမှုရှိသည်ကို အများအားဖြင့် မြင်တွေ့ရသည်။ သို့သော် ကိုက်ညီမှု မရှိသည့်အခါများလည်း ရှိတတ်သည်။ ရောဂါနှင့် ကိုက်ညီသော အချက်အလက်အားလုံးကို တစ်ခုစီ ဖော်ပြပြီးမှ ရောဂါသတ်မှတ်ချက် ပေးသင့်လေသည်။



၁။ စိတ်ကြောင်းရင်းခံ နှုတ်ရှိုးဆစ်ရောဂါများ
(Neuroses)

- ၁-၁ စိုးရိမ်လွန်ရောဂါ
- ၁-၂ ဟစ်တီးရီးယားရောဂါ
- ၁-၃ တုံ့ပြန်စိတ်ကျရောဂါ
- ၁-၄ စိတ်စွဲရောဂါ
- ၁-၅ အကြောက်ရောဂါ

၂။ စိတ်နှင့်ဆက်နွယ်သော ခန္ဓာကိုယ်ရောဂါများ။

၃။ စိတ်ဖောက်ပြန် ရောဂါများ
(Functional Psychoses)

- ၃-၁ စကိဇိုဖရီးနီးယားရောဂါ
- ၃-၂ စိတ်ကြွရောဂါ
- ၃-၃ စိတ်ကျရောဂါ

၄။ ကိုယ်ကြောင်းရင်းခံ ရောဂါများ (Organic Disorders)

စိတ်ရောဂါများ၏ အမျိုးအစားခွဲခြားပုံမှာ အမျိုးမျိုးရှိပါသည်။ အထက်ပါခွဲခြားနည်းမှာ သင့်တော်သောနည်းဟုယူဆပါသည်။ ရောဂါဖြစ်သောအကြောင်းရင်းအလိုက် ခွဲခြားထားသောနည်းဖြစ်ပါသည်။

စိတ်ရောဂါ အမျိုးအစားများ

(CLASSIFICATION OF PSYCHIATRIC DISORDERS)

(က) ပြုဖိုးမှုချွတ်ယွင်းသည့်ရောဂါများ-

- (က) ဉာဏ်ရည်နိမ့်ရောဂါ
- (ခ) ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးရောဂါများ
- (ဂ) လိင်ရောဂါများ

(ခ) စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပိစီးမှုများကြောင့်လည်းကောင်း၊ ဇီဝထွင်းမြစ်ပျက်မှုများကြောင့်လည်းကောင်း၊ ခန္ဓာကိုယ်ရောဂါများကြောင့်လည်းကောင်း ဖြစ်သောရောဂါများ။

၅၆ ခေါက်တာထုန်းမောင်

ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ချုပ် (W.H.O) မှ ထုတ်ဝေသော (I.C.D) ခေါ် (International Classification of Diseases) မှာလည်း ကောင်းသောအမျိုးအစား ခွဲခြားနည်းဖြစ်ပါသည်။ သို့သော် များပြားကျယ်ဝန်းပါသည်။

*

၃၂။ ရိုးသစ်ရောဂါများ

စိုးရိမ်လွန်ရောဂါ (Anxiety Neurosis)

စိုးရိမ်ခြင်းသည် လူတိုင်းခံစားရသော စိတ်ခံစားမှု တစ်ခုဖြစ်သည်။ သာမန် အတိုင်းအတာလောက် ခံစားရလျှင် ဘေးရန်များမှ ကာကွယ်ခြင်းပြုသဖြင့် အကျိုးကျေးဇူးပင် ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ မိမိတွေ့ကြုံရသော အခက်အခဲမှ လွတ်မြောက်အောင် စိုးရိမ်စိတ်များကလွဲသော်ပေးပါသည်။ သို့သော် စိုးရိမ်စိတ်များ အလွန်များပြားလာပါက မိမိ၏ လုပ်ရည်ကိုင့်ရည် (စွမ်းရည်) များကို ထိခိုက်နိုင်ပါသည်။ သောက များပြားလွန်းခြင်း၊ စွဲခြင်း၊ မကြာခဏ ပြန်ဖြစ်ခြင်းတို့သည် ရောဂါသဘောဆောင်ပါသည်။

၅၀ ခေါက်တာအုန်းမောင်

စိုးရိမ်လွန်ရောဂါ၏ အဓိပ္ပာယ်

စိုးရိမ်လွန်ရောဂါ ဆိုသည်မှာ စိုးရိမ်စိတ်များ ပြင်းထန်လွန်ကဲနေပြီး စိတ်မချမ်းသာဖွယ်၊ မနှစ်မြို့ဖွယ်များကို အမြဲတစေ ခံစားနေရခြင်း၊ စိုးရိမ်စိတ်ကြောင့် ကျန်းမာရေးကို ထိခိုက်ခြင်း၊ လုပ်ချည်ကိုင်ရည် ထိခိုက်ခြင်းနှင့် သဘာဝကျသော ပြုပြင်ထိန်းသိမ်းမှုတို့ မပြုလုပ်နိုင်တော့ခြင်းစသည်တို့ကို ခေါ်ပါသည်။

စိုးရိမ်လွန် ရောဂါဖြစ်ပုံများမှာ မတူကြ၊ ပြင်းထန်မှုနှင့် ရောဂါသက်တို့ အမျိုးမျိုးရှိကြလေသည်။

စိတ်သောကနှင့် ဇီဝဗေဒ ပြောင်းလဲမှုများ

ကင်နွန် (Cannon) က စိတ်သောက ဖြစ်လျှင် ခန္ဓာကိုယ် အတွင်း ဇီဝဗေဒ ပြောင်းလဲမှုများရှိကြောင်း တင်ပြခဲ့သည်။ စိတ်သောကဖြစ်စရာအကြောင်း တစ်စုံတစ်ရာနှင့် ရင်ဆိုင်ရပါက ထိုအကြောင်းအရာကို ရင်ဆိုင် တိုက်ခိုက်ရန် သို့မဟုတ် ရှောင်ထွက်ပြေးရန် ဇီဝဗေဒ ပြောင်းလဲမှုများ ဖြစ်ပေါ်လာလေသည်။

စိတ်သောက ကအော်တိုနောမစ် အာရုံကြောစနစ် (Autonomic Nervous System) ကို လှုံ့ဆော်လိုက်ရာ အဒရီနယ် (Adrenalin) ဟိုမုန်းဓာတ်က သတ္တဝါကို နိုးကြားစေသည်။ အသက်ရှူနှုန်းမြန်စေသည်။ နှလုံးခုန်မြန်စေသည်။ သွေးလည်ပတ်မှု မြန်ဆန်စေသည်။ ကြွက်သားများထံ သွေးလည်ပတ်မှုများ စေပြီး လှုပ်ရှားမှုအတွက် အဆင်သင့်ဖြစ်စေသည်။ မျက်စိသွယ်

အိမ်ကျယ်စေပါသည်။ ကြက်သီးထစေသည် (Para Sympathetic System) ကိုလည်း လှုံ့ဆော်ခံရသဖြင့် ဆီးသွားချင်သလို ဝမ်းသွားချင်သလိုလို ဖြစ်တတ်ပါသည်။

စိုးရိမ်လွန်ခြင်း လက္ခဏာများ

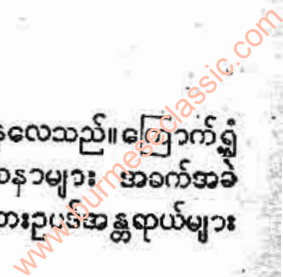
(က) အသွင်အပြင်နှင့် အပြုအမူများ

စိုးရိမ်သောက ရောက်နေပုံ၊ ကြောက်ရွံ့ထိတ်လန့်နေပုံနှင့် စိတ်တင်းကျပ်နေပုံတို့ကို မြင်ရလေသည်။ မျက်နှာအမူအရာမှာ ပြောင်းလဲနေလေသည်။ အနည်းငယ်တင်းမာမှု ရှိပါသည်။ လူနာကို ကြည့်ရသည်မှာ သက်တောင့်သက်သာ မရှိချေ။ ရှင်ပျမှု မရှိချေ။

စိတ်တင်းကျပ်မှု များပါက လက်များတုန်ခြင်း၊ ဒူးများ တုန်ခြင်း၊ မဒြိမ်မသက်ဖြစ်ခြင်းတို့ကို တွေ့မြင်နိုင်သည်။ ပါးစပ်နှင့် နှုတ်ခမ်းများ ခြောက်သဖြင့် လျှာနှင့် စွပ်စိုအောင် ပြုလုပ်သည်ကိုလည်း မြင်တွေ့နိုင်ပါသည်။

(ခ) ခံစားမှု

လူနာသည် အမြဲတစေ စိုးရိမ်ပူပန်နေလေသည်။ ကြောက်ရွံ့ထိတ်လန့်စိတ်ဖြင့် မဖြစ်သေးသော ပြဿနာများ အခက်အခဲများကို ကြိုတင်စဉ်းစားနေလေသည်။ ဘေးဥပဒ်အန္တရာယ်များ



သည် အဆင်သင့် စောင့်ကြိုနေကြပြီဟု ယူဆထားလေသည်။ သူ၏ ကျန်းမာရေး၊ လူမှုရေး၊ စီးပွားရေး၊ မိသားစုအရေးနှင့် အခြားဒုက္ခ အပေါင်းတို့အတွက် တွေးတော ကြောက်လန့်နေလေသည်။ ထိုကြောက်လန့်မှု ပြေပျောက်စေရန် နှစ်သိမ့် အားပေးမှုကို အမြဲ ရှာကြံနေရလေသည်။

သူ၏ ပစ္စုပ္ပန်အတွေးများနှင့် အနာဂတ် အတွေးများသည် စိတ်မချမ်းမသာစရာများသာ ဖြစ်သည်။ စကားပြောရာ၌ မြန်ဆန်ပြီး တုန်တုန်ယင်ယင် ဖြစ်နေလေသည်။

(ဂ) ကြွက်သားများအဖွဲ့

ကြွက်သားများ တင်းကျပ်နေသည်။ ဦးခေါင်းမှကြွက်သားများ တင်းမာကြောင့် ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ ခေါင်းထဲ တင်းကျပ်နေခြင်း၊ အလေးပြင် ဖိထားသလိုခံစားရခြင်း၊ ဇက်ကြောတက်ခြင်း၊ နောက်ကြောတက်ခြင်း၊ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်းနှင့် ခြေလက်တုန်ခြင်းတို့ ဖြစ်ကြလေသည်။

(ဃ) နှလုံးနှင့် သွေးကြောများအဖွဲ့

နှလုံးခုန်နှုန်း မြန်နေပါသည်။ နှလုံးခုန်နှုန်းမြန်နေသည်ကို နှလုံးရောဂါဖြစ်ပြီလားဟု လူနာက တွေးတောစိုးရိမ်လေသည်။ စိုးရိမ်စိတ်ကြောင့် နှလုံးက ပိုခုန်ပြန်ရာ နှလုံးရောဂါ ဖြစ်ပြီဟု ပို၍သံသယဝင်မိလေသည်။ ဤနည်းဖြင့် နှလုံးခုန် မြန်ခြင်း သံသရာလည်ပတ်နေလေသည်။

နှလုံးရှိရာ ဗယ်ဘက်ရင်ဘတ် သို့မဟုတ် ရင်ညွန့်မှ နာကျင်ခြင်း ခံစားရပါသည်။ ထိုသို့နာကျင်ခြင်းမှာလည်း စိတ်သောကကြောင့် ဖြစ်လေသည်။ သို့သော် လူနာက နှလုံးရောဂါကြောင့် ဟု ထင်လေသည်။ စိတ်သောကကြောင့် ရင်ဘတ် ကြွက်သားများ တောင့်တင်းသဖြင့် နာကျင်ရခြင်း ဖြစ်သည်။

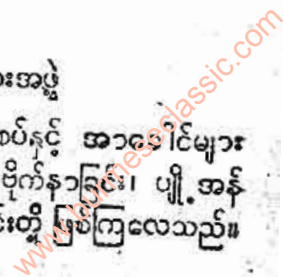
သွေးပေါင်ချိန်လည်း တိုးလာလေသည်။ စိုးရိမ်စိတ် လျော့သွားမှ မြန်ကျသွားလေသည်။ မျက်နှာနှင့် ခြေဖျားလက်ဖျားများ ပြူဖတ်ပြူရော် ဖြစ်ခြင်း ခြေဖျားလက်ဖျားအေးခြင်းတို့လည်း ဖြစ်ပါသည်။ သွေးများသည် ကြွက်သားများဆီသို့ အရောက်များသဖြင့် ဦးနှောက်တွင်းသို့ အရောက် နည်းလေသည်။ ထို့ကြောင့် မူးဝေခြင်းနှင့် သတိမေ့၍ လဲကျခြင်းတို့ပင် ဖြစ်နိုင်လေသည်။

(င) အသက်ရှူကိရိယာများအဖွဲ့

အသက်ရှူနှုန်း မြန်ခြင်း၊ အသက်ရှူမဝခြင်းတို့ ဖြစ်ကြပါသည်။ မကြာခဏ သက်ပြင်းချကြပါသည်။ အမောခံနိုင်စွမ်းလည်း ရရှိတော့ချေ။ မောသည် အားနည်းသည်ဟု ပြောကြပါသည်။

(စ) အစာအိမ်နှင့် အူလမ်းကြောင်းများအဖွဲ့

သွားရည်အထွက်နည်းသဖြင့် ပါးစပ်နှင့် အာခေါင်များ ခြောက်တတ်ပါသည်။ အစာမကြေခြင်း၊ ဗိုက်နာခြင်း၊ ပျို့အန်ခြင်း၊ အော်ဂလီဆန်ခြင်းနှင့် ဝမ်းသွားခြင်းတို့ ဖြစ်ကြလေသည်။



၆၂ ဝေါက်တာအုန်းမောင်

တချို့ လူနာများတွင် ဝမ်းချုပ်ခြင်း ဖြစ်နိုင်သည်။
စိုးရိမ်လွန် လူနာအများစုသည် ခံတွင်း မကောင်းချေ။
သို့သော် အချို့ လူနာများသည် သောက ပြေပျောက်စေရန်
ထမင်းခဏခဏ စားကြလေသည်။

(ဆ) ချွေးထွက်ခြင်း

လက်ဖဝါးများ ချိုင်းများနှင့် နဖူးတို့မှ ချွေးများ ထွက်
တတ်ပါသည်။ လက်ဖဝါးများ အေးစက်နေ၍ ချွေးပြန်နေ
ခြင်းကို စိုးရိမ်လွန် လူနာများတွင် တွေ့ရလေသည်။

ရောဂါဖြစ်စေသော အကြောင်းရင်းများ

- (က) မျိုးရိုး
- (ခ) ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ပျော့ညံ့သော ကိုယ်ရည် ကိုယ်
သွေး ရှိသူများ
- (ဂ) စိတ်ဆင်းရဲမှုများ၊ ဖိစီးမှုများ
ပဋိပက္ခများ (Stress and Conflicts)
လူမှုရေးနှင့် အခြား သောက အထွေထွေ။
- (ဃ) အားနည်းခြင်း၊ ပင်ပန်းခြင်းနှင့် အနာရောဂါများ
ဥပမာ- တုတ်ကျွေးဖျား။

(င) သိုင်းရွှံ့ကို ရောဂါနှင့် အခြား ဟိုမုန်းဓာတ်
ဖောက်ပြန်မှု အမျိုးမျိုး။

ကုသနည်းများ

- ၁။ ကိုယ်ခန္ဓာရောဂါရှိ-မရှိ သေချာစွာ စစ်ဆေး စမ်းသပ်
ရန်၊
- ၂။ ရောဂါသဘော ဆွေးနွေးခြင်း၊ ရှင်းလင်းပြခြင်း၊
အားပေးနှစ်သိမ့်မှုပြုခြင်း၊
- ၃။ ပြဿနာများ ပြေလည်ရာ ပြေလည်ကြောင်း ဆွေးနွေး
လမ်းညွှန်ခြင်း၊
- ၄။ အလုပ်ခွင်မှာ ဖြစ်စေ၊ အိမ်မှာဖြစ်စေ၊ ပေါ်လာသော
လူမှုရေး ပြဿနာနှင့် ပဋိပက္ခများကို ဖြေရှင်းပေးရန်။
- ၅။ သောကပျောက်ဆေးများ ကျွေးရန် (စိတ်ငြိမ်ဆေး
အနုစား) ဥပမာ- Relesan ၁၀ မီလီဂရမ် တစ်နေ့
၃လုံး၊ ဗေလီယံ (Valium) ၂ မီလီဂရမ် တစ်နေ့
၃လုံး အခြား သောကပျောက်ဆေးများ-
သေည်တို့ပေးနိုင်ပါသည်။
- ၆။ စိတ်ကုထုံးကို အသုံးပြုရန်။

+ + +

စိတ်စွဲ ရောဂါ

နုပျိုရိုးဆစ်ရောဂါများတွင်စိတ်စွဲရောဂါလည်းပါပါသည်။ သာမန်စိတ်စွဲခြင်းများဖြစ်ကြသော်လည်း ဆေးရုံလာပြလောက်အောင် မပြင်းထန်သဖြင့် ဆေးမကုသကြပါ။ အချိန်တန်ပါက သူ့အလိုလို ပျောက်ကင်းသွားတတ်ပါသည်။

သို့သော် ပြင်းပြင်းထန်ထန် စိတ်စွဲခြင်းများ ဖြစ်ခဲ့လျှင် ဆေးရုံသို့ လာပြကြပါသည်။ စိတ်စွဲခြင်းရောဂါ ဖြစ်ပွားနှုန်းမှာ များပါ။

ရောဂါ၏အဓိပ္ပာယ်

စိတ်စွဲခြင်းဆိုသော စကားအရ တစ်စုံတစ်ခုသောအကြောင်းအရာ၊ အတွေးအခေါ်၊ အာရုံခံစားမှု ပြုလုပ်လိုသော ဆန္ဒ စသည်တို့သည် စိတ်တွင် အဖန်တလဲလဲ ဖြစ်ပေါ်လာကြသည်။ ထိုအတွေးဆန္ဒတို့ကို ကြိုးစား၍ ဖျောက်သည်။ သို့သော်မရပါ။ စိတ်၏ လှုံ့ဆော်မှုအတိုင်း ထ၍ လုပ်ကိုင်မိသည်အထိ ဖြစ်တတ်ခြင်းကို စိတ်စွဲရောဂါဟု ခေါ်ကြပါသည်။

ကျွန်တော်၏ အတွေ့အကြုံများတွင် စိတ်စွဲရောဂါရှိသူ အတော်အတန် တွေ့ခဲ့ရပါသည်။

ယောက်ျား မိန်းမ မရွေး စိတ်စွဲရောဂါ ဖြစ်ကြပါသည်။ တစ်စုံတစ်ခုကို တွေး၍ ကြောက်နေခြင်း၊ ဘုရားတရားကို ပြစ်မှားမိခြင်း၊ အလုပ်တစ်ခုခုကို ထပ်ခါတလဲလဲလုပ်ရခြင်း စသည်တို့ဖြင့် ဒုက္ခရောက်နေကြလေ၏။

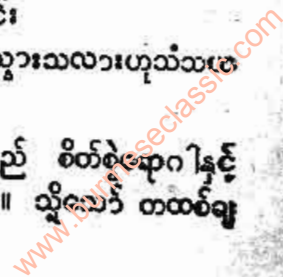
စိတ်စွဲ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး

တချို့သော ပုဂ္ဂိုလ်များသည် ပင်ကိုကပင် စိတ်စွဲ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးများရှိကြလေသည်။ ၎င်းတို့သည် ရောဂါရှိသူများမဟုတ်ကြပါ။ စိတ်စွဲသတ္တိများသည် သူတို့၏ ပင်ကိုစရိုက်များသာ ဖြစ်ပါသည်။

၎င်းစရိုက်များမှာ....

- ၁။ လိပ်ပြာသန့်လွန်ခြင်း
- ၂။ အသန့်အပြန့် လွန်မင်းစွာကြိုက်ခြင်း
- ၃။ ယုံကြည်စိတ်ချရခြင်း
- ၄။ စည်းကမ်းကြီးခြင်း
- ၅။ ခေါင်းမာခြင်း
- ၆။ ကပ်စေးနည်းခြင်း
- ၇။ အမှားပြုလုပ်မိမည်ကို စိုးရိမ်ခြင်း
- ၈။ အလုပ်တစ်ခု လုပ်ပြီးလျှင် မှားသွားသလားဟုသံသယရှိခြင်း စသည်တို့ ဖြစ်ပါသည်။

စိတ်စွဲ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးရှိသူများသည် စိတ်စွဲရောဂါနှင့် အခြားစိတ်ရောဂါများ ဖြစ်တတ်ပါသည်။ သို့သော် တထပ်ချ



ဖြစ်ရမည်ဟု မဆိုပါ။ သုံးပုံတစ်ပုံသော လူနာများတွင် စိတ်စွဲ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးများ မရှိကြပါ။

ပညာတတ်များနှင့် အထက်လွှာများတွင် စိတ်စွဲ ကိုယ်ရည် ကိုယ်သွေးများ ရှိတတ်ပါသည်။

၁။ စိတ်စွဲရောဂါ လက္ခဏာများ

အတွေးတစ်ခု၊ သို့မဟုတ် အာရုံတစ်ခုသည် ထပ်ခါတလဲလဲ စိတ်တွင် ဖြစ်ပေါ်နေခြင်း၊ ထိုအတွေးအာရုံတို့ကို မိမိကမကြိုက်၊ မိမိက ထိုအတွေး အာရုံတို့ကို ကြီးစား၍ ဖျောက်သော်လည်း မပျောက်ပါ။

၂။ ထေးနက်စွာ တွေးခြင်း

ကမ္ဘာကြီး ဘယ်ကစဖြစ်သလဲ၊ လူ့ဘယ်ကစဖြစ်သလဲ၊ မှီ ကောင်းကင် ဘာကြောင့် ပြာရသလဲ၊ လူ့ဘဝနေရတာ ဘာ အကျိုးရှိသလဲ၊ တိရစ္ဆာန်တွေ ဘာကြောင့် စကားမပြောသလဲ စသည်ဖြင့် ဘောင်စဉ်ရေမရ လျှောက်တွေးနေတတ်ပါသည်။

၃။ တယွဲအဓိပ္ပာယ်ကောက်ခြင်း

မိတ်ဆွေဘစ်ယောက်က ရိုးရိုးစိတ်ထားနှင့်ပြောသောစကား တစ်ခုကို အဓိပ္ပာယ်အမျိုးမျိုး ကောက်တတ်ခြင်းလည်း ရှိတတ် သည်။ နိမိတ်အမျိုးမျိုးလည်း ကောက်တတ်ပါသည်။

၄။ ယုံမှားသံသယရှိခြင်း

တံခါးခဏခဏပိတ်ခြင်း၊ မီးခလုတ် ခဏခဏထပိတ်ခြင်း၊ ဗီဂိုကို ခဏခဏစစ်ဆေးခြင်း၊ လက်ခဏခဏရေဆေးခြင်း၊ အိမ် က အစားအစာများ မသန့်ဘူးထင်၍ တခြားက ဝယ်စားခြင်း၊ တစ်ခုခုနှင့် ထိမိလျှင် အဝတ်အစားများ မသန့်ဟု ထင်ခြင်း စသည်ဖြင့် ယုံမှားသံသယများ ဖြစ်လေ့ရှိပါသည်။

၅။ ဝေခွဲမရဖြစ်ခြင်း

တစ်စုံတစ်ခုကို ပြတ်ပြတ်သားသား မဆုံးဖြတ်နိုင်ခြင်း၊ လမ်း နှစ်ခုရောက်လျှင် ဘယ်လမ်းလိုက်ရမှန်း မသိခြင်း၊ ဝေခွဲမရဖြစ် နေသဖြင့် တစ်စုံတစ်ခုပြုလုပ်လျှင် အချိန်သိပ်ကြာခြင်း (အသေး စိတ်လွန်းသဖြင့်လည်း ကြာတတ်ပါသည်)

၆။ ထူးဆန်းစသာ အလေ့အမူများရှိခြင်း

တံခါးကို ၁၀ ချက်ခေါက်ခြင်း၊ စားပွဲကို ၁၀ ကြိမ် ပုတ် ခြင်း၊ လက်မှတ် ၁၀ ခါ ထိုးခြင်း၊ တွေ့ကရာ ပစ္စည်းများကို လက်နှင့်ပုတ်သွားခြင်း၊ ကြော်ငြာ ဆိုင်းဘုတ်အားလုံးကို လိုက် စတ်၍ အဓိပ္ပာယ်ရှာခြင်း၊ လမ်းသွားလျှင် ကွေ့ကောက်သွား ခြင်း၊ နောက်ပြန်သွားခြင်း။

အဝတ်အစား ဝတ်လိုက်ချွတ်လိုက်လုပ်ခြင်း၊ အိပ်ရာဝင်ချိန် တစ်ခုခုပြုလုပ်ပြီးမှ အိပ်ချခြင်း၊ ထမင်းမစားမီ ငတ်ခုခုပြုလုပ်

ခြင်း၊ ပစ္စည်းများတွေ့လျှင် ရေတွက်လိုခြင်း စသည်တို့ကိုလည်း တွေ့ရပါသည်။

၇။ အကြောက်လွန်ခြင်း

ချွန်ထက်သော အရာဝတ္ထုများကို ကြောက်ခြင်း၊ တိုက်ခိမ် အမြင့်ပေါ်မှ ခုန်ချမိမှာကြောက်ခြင်း၊ ကလေးကို ပစ်ချမိမှာ ကြောက်ခြင်း၊ သင်္ဘောစီးသွားလျှင် ရေထဲခုန်ချမိမှာ ကြောက်ခြင်း၊ ရောဂါတစ်ခုခုဖြစ်မှာ ကြောက်ခြင်း၊ ရောဂါတစ်ခုခု မဖြစ်ရအောင် အပြင်းအထန်ကာကွယ်ခြင်း စသည်တို့ကိုလည်း ရှိကြပါသည်။

၈။ ထာသာရေးပြစ်မှားမှုများ

ဘုရား တရား သံဃာကိုပြစ်မှားခြင်း၊ မိဘကိုပြစ်မှားခြင်း၊ ဘုရားကိုဆဲဆိုခြင်း၊ ဘုရားကိုဆဲဆိုမှုစိုး၍ ဘုရားကို မကြည့်ရခြင်း။

ဘုန်းကြီးတစ်ပါးကတော့ မြတ်စွာဘုရား၏ စွယ်တော်သည် အလွန်ကြီးကြောင်း၊ ထို့ကြောင့် မြတ်စွာဘုရားသည် အလွန်ကြီးသော ခန္ဓာကိုယ်ရှိကြောင်း၊ ထို့ကြောင့် မြတ်စွာဘုရား၏ မွေးသော ဖယ်တော်မာယာသည် အလွန် ကြီးမား ရမည်ဖြစ်ကြောင်း ပြောပြသည်။

ခရစ်ယာန်တစ်ယောက်ဖြစ်လျှင်တော့ ထာဝရဘုရားဆိုတာ ဘာလဲဟု တွေးတတ်လေသည်။

၉။ လိင်နှင့်ပတ်သက်သော ပြစ်မှားမှုများ

မိမိ၏ မိဘညီအစ်ကို မောင်နှမများကို လိင်နှင့်ပတ်သက်၍ ပြစ်မှား မိတ်တပ်ပါသည်။ လူနာမှာ ပြစ်မှားမိသော စိတ်များကြောင့် စိတ်ဆင်းရဲရလေသည်။ စိတ်သောကများနှင့် စိတ်ဆင်းရဲမှုများကိုလည်း ခံစားရပါသည်။

ရောဂါဖြစ်သောအကြောင်းရင်းများ

၁။ စိတ်ဆင်းရဲမှုများ။ ။ မကြာခဏ တွေ့ကြုံရသော စီးပွားရေး၊ လူမှုရေး၊ မိသားစုရေး စသော စိတ်ဆင်းရဲမှုများသည် စိတ်စွဲရောဂါဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။

၂။ ကလေးဘဝတွင် မိဘတို့၏ ဆုံးပမူ ပြင်းထန် တင်းကျပ်လွန်းခြင်း။ ။ စိတ်ခွဲကွဲထုံးပညာရှင်များ၏အမြင်မှာ နောက်ဖေးသွားခြင်းကို စည်းကမ်းတစ်ခု အနေနှင့် တင်းကျပ်စွာ သွန်သင်ခြင်း၊ အလွန် သန့်ရှင်းစေခြင်း၊ အချိန်မှန်စေခြင်း စသည်တို့သည် စိတ်စွဲရောဂါ ဖြစ်စေပါသည်။

၃။ စိတ်ပဋိပက္ခများ။ ။ တစ်ဖက်ကလိင်စိတ်များကြမ်းတမ်းသော စိတ်များ၊ တစ်ကိုယ်ကောင်းစိတ်များကို ဖော်ပြချင်ပါသည်။ အခြားတစ်ဖက်က လိုစိတ်များသည်မကောင်း၊ ထိန်းသိမ်းထားမှုဖြစ်မည်ဟု ဆုံးဖြတ်

သောအခါ စိတ်ပဋိပက္ခများ ဖြစ်ပေါ်ပါသည်။ ထိုစိတ်များကြောင့်လည်း စိတ်စွဲခြင်းပေါ်ပါသည်။

၄။ သင်ယူမှုများ။ ။ ဓားကို ကြောက်ခြင်း၊ မိုးကြိုးပစ်သည်ကို ကြောက်ခြင်း၊ တိရစ္ဆာန်များကို ကြောက်ခြင်း စသော စိတ်စွဲမှုများသည် ငယ်စဉ်က မှားယွင်းစွာ သင်ယူခဲ့မှုများကြောင့် ဖြစ်လေ့ရှိသည်။

၅။ ဉာဏ်ရည်မြင့်မှု။ ။ စိတ်စွဲ ကိုယ်ရည် ကိုယ်သွေးနှင့် စိတ်စွဲရောဂါသည် ဉာဏ်ရည် မြင့်သောသူများတွင် ပို၍ ဖြစ်ပါသည်။

၆။ လိင်။ ။ အမျိုးသမီးများတွင် ပို၍ ဖြစ်ပါသည်။

ကုသနည်းများ

စိတ်ကုထုံးသည် အဓိကကျသော ကုထုံးဖြစ်ပါသည်။ အားပေးနှစ်သိမ့်မှု၊ မကြောက်လန့်ရန် ဖျောင်းဖျံ့မှု၊ ကုသလျှင် ပျောက်ကင်းနိုင်ကြောင်း ရှင်းပြမှု စသည်တို့ လိုအပ်ပါသည်။ စိတ်အစွဲ အတွေးများ ဝင်လာသောအခါ အေးအေးဆေးဆေးနေ၍ မေ့ပျောက်ပစ်သင့်ပါသည်။ သံသယစိတ်များကို ဖျောက်ဖျက်ပစ်ရပါမည်။ မိမိ၏ အလုပ်ကို ပုံမှန်ဆက်၍ လုပ်ပါသည်။ ကြောက်လန့်သော စိတ်စွဲမှုများကို အမူအရာကုသနည်းဖြင့် ပြုပြင်ပေးရပါသည်။

စိတ်သောကများ အတွက် တိုင်းရင်း စိတ်ငြိမ်ဆေးများ၊ ရလီစင်၊ ဗေလီယံ စသော အနောက်တိုင်း ဆေးများ၊ စားသုံးပါသည်။ Anafranil သည် ကောင်းသော ဆေးတစ်လက်ဖြစ်သည်။ အချို့ လူနာများတွင် စိတ်ဓာတ်ပါကျတတ်သဖြင့် စိတ်ကျပျောက်ဆေးများ Anti-Depressant ကျွေးသင့်ပါသည်။ လိုအပ်ပါက Motival, Sinequan စသော ဆေးနှင့် ဓာတ်နှိပ် (B.C.T.) ကုသသင့်သည်။

+ + +

ဟစ်စ်တီးရီးယားရောဂါ

ဟစ်စ်တီးရီးယားရောဂါသည် အလွန်ရှေးကျသော ရောဂါတစ်ခုဖြစ်လေသည်။ ဟစ်စ်တီးရီးယားရောဂါ၏သက်တမ်းသည် နှစ်ပေါင်း ၄၀၀၀ ကျော်ပေပြီ။ အနောက်နိုင်ငံများတွင် ဟစ်စ်တီးရီးယားရောဂါကို မတွေ့ရတော့ချေ။ ဟစ်စ်တီးရီးယားကိုလည်း ရောဂါတစ်ခုဟု အချို့က မယူဆကြတော့ချေ။ ဟစ်စ်တီးရီးယားသည် ရောဂါမဟုတ်၊ ထက္ကဏာတစ်ခုသာ ဖြစ်သည်ဟု ယူဆကြလေသည်။ သို့သော် အချို့သော စိတ်ကုသရာဝန်များက ဟစ်စ်တီးရီးယားကို ရောဂါတစ်ခုဟုပင် ယူဆကြဆဲ ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော် အနေနှင့်မူ ဟစ်စတီးရီးယားကို ရောဂါဟုပင် ဟုဆိုပါသည်။ သို့သော် အသက် ၄၀ ကျော်မှ ဟစ်စတီးရီးယား လက္ခဏာ ပထမဆုံးအကြိမ် ဖြစ်ပေါ်လာပါက လူနာတွင် ဦးနှောက်ရောဂါ တစ်ခုခုဖြစ်နေပြီလော။ ဟစ်စတီးရီးယားသည် ထိုဦးနှောက်ရောဂါ၏ လက္ခဏာပင် ဖြစ်သလောဟု စမ်းသပ် စစ်ဆေးရန် လိုပါသည်။

ဟစ်စတီးရီးယားရောဂါ၏ အဓိပ္ပာယ်

ဤရောဂါမှာ စိတ်ဝေဒနာ တစ်မျိုး ဖြစ်သည်။ လူနာသည် တစ်ခုသော အကျိုးအမြတ်ကို အသိစိတ်တွင် (ကောင်းစွာမသိ ရှိဘဲ) မျှော်မှန်း၍ ဖြစ်ပေါ်လာသော ရောဂါတစ်ခု ဖြစ်လေ သည်။ ရောဂါ လက္ခဏာအမျိုးမျိုး ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သည်။ ထို လက္ခဏာတို့သည် တစ်စုံတစ်ခုသော အကျိုးအမြတ်ကို ရယူလို၍ ဖြစ်ပေါ်ကြခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် အချို့က အလိုမပြည့် သော ရောဂါဟု ခေါ်ဆိုကြပါသည်။

ဤရောဂါ ဖြစ်ပေါ်ရသော အကြောင်းမှာ တစ်စုံတစ်ခု သော စိတ်တွင်း ပဋိပက္ခ ခံစားရသောအခါ ထိုခံစားမှုသည် မိမိနှင့်မဆိုင်ဟု ငြင်းပယ်လိုက်သောကြောင့်ပင် ဖြစ်ပေသည်။

ဟစ်စတီးရီးယား ဖြစ်ပေါ်သောအခါ လူနာသည် လော လောအယ် ခံစားနေရသော အကျပ်အတည်းမှ လွတ်မြောက်ရ လေသည်။

ထိုအကြောင်းကြောင့် ဟစ်စတီးရီးယားမှာ ရောဂါမဟုတ်။ ဟန်ဆောင်ခြင်းသာ ဖြစ်သည်ဟု တချို့က ယူဆကြပြန်သည်။ အမှန်မှာ ဟန်ဆောင်သောသူသည် သူ့ဘာမှ မဖြစ်ဘဲ ရောဂါဖြစ်နေပါသည်ဟု တောင်းဆိုနေသူဖြစ်ပါသည်။ ဟစ် စတီးရီးယား ရောဂါဖြစ်နေသူမှာ တကယ့်ရောဂါလက္ခဏာများ ခံစားနေရလေသည်။

ရောဂါလက္ခဏာများ

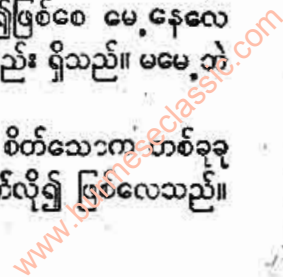
ဟစ်စတီးရီးယားလက္ခဏာများမှာ အမျိုးမျိုး ဖြစ်နိုင်ပါ သည်။ အကြမ်းအားဖြင့် လက္ခဏာများကို ၃ မျိုး ခွဲထားလေ သည်။

၁။ ဆတိနှင့်ဆိုင်သော လက္ခဏာများ

(က) သတိမေ့ခြင်း (Amnesia)

သတိမေ့ခြင်းသည် ထင်ရှားသော လက္ခဏာတစ်ခု ဖြစ်ပါ သည်။ လူနာ့ဘဝ၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းကို ဖြစ်စေ၊ တစ်ဘဝလုံး ထို့ ဖြစ်စေ၊ အဖြစ်အပျက်တစ်ခုကို ကွက်၍ဖြစ်စေ မေ့နေလေ သည်။ လူနာ၏ နာမည်ကို မေ့နေသည်လည်း ရှိသည်။ မမေ့ဘဲ နေသည်လည်း ရှိပါသည်။

သတိမေ့သည့် အကြောင်းရင်းမှာ စိတ်သောက ဟစ်စတီး ရီးယားဟု ပြဿနာတစ်ခုခုမှ လွတ်မြောက်လို၍ ဖြစ်လေသည်။



ဥပမာ။ ။ ဆုဇဝတ်မှုတစ်ခု ကျူးလွန်ပြီးသောအခါ၊ ကျူးလွန်ခဲ့ပုံကို ကွက်ပြီး မေ့နေလေသည်။

(ခ) သတိမရှိဘဲ လျှောက်သွားနေခြင်း (Fugue State)

တစ်ခါတလေ အသိစိတ်ကွယ်ပြီး လျှောက်သွားနေတတ်လေသည်။ လျှောက်သွားနေစဉ်အဖြစ်အပျက်တို့ကို သတိမရချေ၊ မမှတ်မိချေ။ အသိစိတ်ကွယ်ပျောက်ပြီး လျှောက်သွားနေခြင်းသည် တစ်စုံတစ်ခုသော စိတ်ပဋိပက္ခကို ရင်မဆိုင်နိုင်၍ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း ဖြစ်သည်။

ဤနေရာ၌ သတိမေ့၍ လျှောက်သွားခြင်း ၃မျိုးရှိကြောင်း သတိထားရန် လိုပါသည်။

၁။ ဟစ်စတီးရီးယား ရောဂါကြောင့် လျှောက်သွားနေခြင်း။

၂။ စိတ်ကျရောဂါကြောင့် လျှောက်သွားနေခြင်း။

၃။ အဘက်ရောဂါ (Epilepsy) ကြောင့် ကယောင်ချောက်ချားဖြစ်ပြီး လျှောက်သွားနေခြင်း၊ အတက်ကျပြီးနောက် လျှောက်သွားနေတတ်ပါသည်။

(ဂ) အိပ်မက်ယောင် လမ်းလျှောက်ခြင်း (Sleep Walking)

အိပ်မက်နေရာမှထ၍ လမ်းလျှောက်ရင်း ထွက်သွားတတ်ပါသည်။ လမ်းလျှောက်နေစဉ် သတိကောင်းစွာ မရှိသော်လည်း ပုံမှန် အမှားအယွင်းမရှိဘဲ ခရီးတစ်ခုကို သွားနိုင်ပေသည်။ လမ်း

ခရီးသွားနေစဉ် ဖြစ်ပျက်ခဲ့သော အဖြစ်အပျက်တို့ကို မမှတ်မိချေ။

(ဃ) (Twilight State)

သတိကောင်းစွာ မရဘဲ တွေ့ကရာလျှောက်လုပ်တတ်သည်။ လူနာ၏အပြုအမူသည် သတိကောင်းစွာရှိသည့်ပုံ မပေါ်ပါ။ သို့ဆော်မည့် အာရုံများ သိခြင်း၊ ယုံကြည်လုံမှားခြင်းများရှိတတ်ပါသည်။

(င) ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး သို့မဟုတ် ဘဝအမျိုးမျိုးပြောင်းခြင်း (Multiple Personality)

မိမိ၏ လက်ရှိဘဝသည် စိတ်မချမ်းမသာစရာများနှင့် ပြည့်နှက်နေသဖြင့် မိမိ၏ လက်ရှိဘဝကို စိတ်နာနေသူများသည် မိမိလိုလားသော ဘဝတစ်ခုသို့ ပြောင်းလဲသွားတတ်ပါသည်။ လူနာထူရှင်လျက်နှင့် ဘဝပြောင်းခြင်း ဖြစ်သည်။

ပုံစံ။ ။ ခင်ခင်သည် မိမိ၏ လက်ရှိဘဝကို စိတ်နာနေသူ ဖြစ်သည်။ ငယ်စဉ်က ဖခင်၏ ရိုက်နှက်မှုကို မကြာခဏခံရသည်။ ဖခင်က တာမလုပ်ရ၊ ညာမလုပ်ရ စသော စည်းကမ်းများဖြင့် ချုပ်ချယ်လေ့ရှိသည်။ ယောက်ျားလေးတစ်ယောက်နှင့် ရည်းစားဖြစ်သောအခါ သဘောမတူဟု ဆိုကာ အခွဲခံရသည် ထိုအခတ်အခါများမှ လွတ်မြောက်ရန် ခင်ခင် ဟစ်စတီးရီးယား ရောဂါရသည်။ ရောဂါရသောအခါ ခင်ခင်က သူသည် ခင်ခင်မဟုတ်။

ခင်ခင် ဆိုသည်မှာ သေပြီ၊ သူသည် မြင့်မြင့်ဖြစ်သည် ဥစ္စာစောင့်ဝင်စားသည်ဟု ပြောသည်။ ဘဝ ပြောင်း သောအခါ အပြောအဆို အမှုအရာပါ ပြောင်းသည်။

၂။ ပြောင်းလဲခြင်းလက္ခဏာများ (Conversion Symptoms)

(က) တက်ခြင်း

တက်ခြင်းသည် မကြာခဏတွေ့ရသော လက္ခဏာ ဖြစ်လေ သည်။ ဟစ်စ်တီးရီးယား တက်ခြင်းနှင့် အတက်ရောဂါကြောင့် တက်ခြင်းတို့ မတူကြချေ။ အတက်ရောဂါကြောင့် တက်လျှင် နေရာဒေသမရွေး တက်တတ်သည်။ တက်နေစဉ် သတိ လုံးဝ လစ်နေသည်။ လျှာကိုက်မိခြင်း ဆီးသွားခြင်းနှင့် မိမိကိုယ်တွင် ဒဏ်ရာရခြင်းတို့ ဖြစ်တတ်သည်။

ဟစ်စ်တီးရီးယား အတက်မှာ သတိလစ်ခြင်း မရှိ၊ လူရှေ့ တွင်သာ တက်တတ်သည်။ ဒဏ်ရာမရှိ၊ လျှာမကိုက်၊ ဆီးမသွား၊ ပါးစပ်မှ အမြှုပ်မထွက်၊ တက်ပြီးနောက် ကိုက်ခဲခြင်း၊ သတိ လစ်ခြင်းတို့ မရှိချေ။

(ခ) ကိုယ်လက်သေခြင်း (Paralysis)

ဟစ်စ်တီးရီးယားကြောင့် ကိုယ်တစ်ခြမ်းသေခြင်း၊ ကိုယ် အောက်ပိုင်း သေခြင်းတို့ ဖြစ်တတ်ပါသည်။ သို့သော် စိတ်က ဖန်တီးခြင်းများသာဖြစ်၍ တကယ် ကိုယ်လက်သေခြင်းများနှင့်

မတူပါ။ ကြွက်သားများ၏ လှုပ်ရှားမှုသည် ပုံမှန်အနေအထား တွင် ရှိပါသည်။

လူနာကို တွဲ၍ လမ်းလျှောက်သောအခါ သူ၏ သွားဟန် လာဟန်သည် တကယ် လူနာတစ်ဦးကဲ့သို့ မဟုတ်ချေ၊ ဟန်လုပ် နေသော သွားဟန်လာဟန်သာရှိသည်။

(ဂ) မျက်စိမမြင်ခြင်း

ဟစ်စ်တီးရီးယားရောဂါကြောင့် မျက်စိမမြင် ဖြစ်တတ်ပါ သည်။ မျက်စိ ရောဂါမရှိပါ။ တကယ် မျက်စိမမြင်ခြင်းမဟုတ်၊ စိတ်က ထင်နေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

(ဃ) နားမကြားခြင်း

နားရောဂါမရှိပါဘဲ နားလုံးဝ မကြားတော့ဟု ထင်တတ် ပါသည်။ နားမကြားခြင်းသည် စိတ်ညစ်စရာများကို မကြားလို၍ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ တယ်လီဖုန်းဆက်သွယ်ပေးသူများတွင် ဟစ်စ် တီးရီးယား ဖြစ်ပါက နားမကြားလက္ခဏာ ဖြစ်တတ်ပေသည်။

(င) အနံ့မရခြင်း၊ အရသာမတွေ့ခြင်း

ဤလက္ခဏာများသည်လည်း ဖြစ်တတ်ပါသည်။ သို့သော် ရှားပါးပါသည်။

(စ) ထုံကျဉ်ခြင်း

လက်ဖျားများနှင့် ခြေဖျားများ ထုံကျဉ်တတ်ပါသည်။ လက်တစ်ဖက်လုံး ခြေထောက်တစ်ဖက်လုံး ထုံကျဉ်သည်မဟုတ်ပါ။ လက်ဖျားခြေဖျားများသာ ကွက်၍ ထုံကျဉ်တတ်သည်။ ထို့ကြောင့်ကိုယ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ရောဂါတစ်ခုကြောင့် ထုံကျဉ်ခြင်းနှင့် ခြားနားလေသည်။

(ဆ) နာကျဉ်ခြင်း

ဗိုက်နာခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်းများလည်း ဖြစ်တတ်သည်။ နာကျဉ်သဖြင့် တက်သွားသယောင်ယောင် လုပ်တတ်ပါသည်။

(ဇ) အန်ခြင်း၊ ဆီးချုပ်ခြင်း၊ ဝမ်းချုပ်ခြင်း

အစာစားပြီးလျှင် အန်ခြင်း၊ ဆီးမသွား ဝမ်းမသွားနေခြင်းများလည်း ဖြစ်တတ်လေသည်။ ဝမ်းဗိုက်လှုပ်၍ အသံမြည်တတ်ပါသည်။ လူနာတစ်ယောက် ဗိုက်ကိုလှုပ်၍ အသံမြည်အောင် လှုပ်ပြရာ အသံက ငှက်မြည်သံနှင့် တူနေသဖြင့်ပယောဂဆရာက ပယောဂဟု စွပ်စွဲပွားသည်။

(ဈ) ခေါင်းအုံခြင်း၊ ခြေလက်တုန်ခြင်း၊ လမ်းလျှောက်မမှန်ခြင်း

ရာဇဝတ်မှု ကျူးလွန်ခဲ့သော လူနာတစ်ဦးတွင် အလွန်တုန်ခြင်းကို ကိုတွေ့ပါသည်။ ခြေလက်တုန်ခြင်း၊ တစ်ကိုယ်လုံး တုန်

လိမ်နေခြင်း၊ လမ်းလျှောက်မမှန်ခြင်းတို့ကိုလည်း တွေ့နိုင်ပါသည်။

(ည) ပူးခြင်း

တစ်စုံတစ်ခုသော ပယောဂ ဝင်ပူးသကဲ့သို့ တွေ့တတ်ပါသည်။ ပယောဂဝင်ပူးပြီး စကားအဆန်းများ ပြောတတ်ပါသည်။ တစ်ခါတစ်ရံ ဝင်ပူးနေချိန်တွင် လိုလားချက်များနှင့် မကျေနပ်ချက်များကို ထုတ်ဖော်ပြောတတ်ပါသည်။

(ဋ) အသံမထွက်ခြင်း- စကားမပြောဘဲနေခြင်း

အသံမထွက် စကားမပြောဘဲ နေခြင်းသည် မကြာခဏတွေ့ရသော လက္ခဏာဖြစ်ပါသည်။ လူနာက လက်ဟန်ခြေဟန်ဖြင့်သာ စကားပြောသည်။ သို့မဟုတ် စာရေး၍ စကားပြောလေ့ရှိသည်။

၃။ ရာဇဝတ်မှု လူနာများတွင် တွေ့တတ်သောလက္ခဏာ

ရာဇဝတ်မှုတစ်ခုခုဖြစ်ပြီး အမှုကို ရင်ဆိုင်ချန်စောင့်ဆိုင်းနေသော လူနာများတွင် ထူးဆန်းသော ဟတ်စ်တီးရီးယားရောဂါတစ်မျိုးဖြစ်တတ်လေသည်။ ထိုရောဂါမှာ ဂင်ဆာဇ် ရောဂါ (Ganser Syndrome) ဟု ခေါ်သည်။

ဂင်ဆာက ရာဇဝတ်မှု လူနာများတွင် သတိမေ့ရောဂါ ဖြစ်တတ်သည် ဆိုပါသည်။ သတိမေ့သည်ဆိုသော်လည်း တကယ်

၀၀ ခေါက်တာအုန်းပေး

ဆတိမေ့သည်မဟုတ်၊ လူနာက မေ့ချင်ယောင်ဆောင်သကဲ့သို့ ထင်ရလေသည် (Pseudo-Dementia)။

ပုံစံ။ လူနာတွင် အမှုရှိသော်လည်း မရှိဟု ငြင်းဆိုသည်။ စားပွဲတွင် ခြေထောက် ဘယ်နှစ်ချောင်းရှိသလဲဟု မေးလျှင် ၃ ချောင်း၊ သို့မဟုတ် ၅ ချောင်း ရှိသည်ဟု ဖြေသည်။ ၂ ချောင်းဟု အမှန်ကိုမဖြေချေ။ နွားတွင် ခြေထောက် ဘယ်နှစ်ချောင်းရှိသလဲဟု မေးလျှင်လည်း အထက်ပါအတိုင်း ဖြေသည်။ လူနာသည် အမှုကို ရင်ဆိုင်ရမှာ ကြောက်သဖြင့် စိတ်ဓာတ် ဖြစ်လာပုံရပါသည်။ လူနာ၏ အပြုအမူများမှာလည်း တမင်ဖန်တီးယူသော အပြုအမူများ ဖြစ်လေသည်။ မစင်နှင့် ကစားခြင်း၊ မစင်ကို စားခြင်း စသော လက္ခဏာများမှာ ထင်ရှားပါသည်။

ဓာတ်ပြစ်ဆောအကြောင်းရင်းများ

ဟစ်စတီးရီးယား ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ရှိသူများသည် ပြဿနာများ အခက်အခဲများ၊ ပတ်ဝန်းကျင် အဆင်မပြေမှုများ ကြုံတွေ့ရသောအခါ ခံနိုင်ရည်မရှိဘဲ ဟစ်စတီးရီးယား ဓာတ်ပြစ်လာတတ်ပါသည်။

ငယ်စဉ်ဘဝက ချစ်ခင်ယုယမှုမရခဲ့ဟု လူနာများက ယူဆပါသည်။ ထို့ကြောင့် သူတို့ကို ချစ်ခင်သောသူများနှင့် တွေ့ပါက တကယ်ချစ်- မချစ် အကဲခတ်တတ်လေသည်။

မည်သို့ဆိုစေ ဟစ်စတီးရီးယားသည် သည်းမခံနိုင်သော စိတ်သောကများ ဖိစီးမှုများကို ကာကွယ်ရန် ဖြစ်လာရသည်ဟု ယူဆနိုင်ပါသည်။

ကုသနည်းများ

ဟစ်စတီးရီးယားဝေဒနာရှင်များသည် အလွန် တိုက်တွန်းရန် လှယ်ကူလေသည်။ ဆရာဝန်၊ သူနာပြုနှင့် လူနာရှင်များက ကောင်းသော အကျိုးပြုအကြံဉာဏ်များ ပေးရပါမည်။ လူနာကို လိုသည်ထက် ပို၍ ဂရုစိုက်လျှင် ပျာပျာသလဲပြုစုလျှင် လူနာမှာ 'ငါ့ရောဂါတော့ သိပ်ပြင်းထန်နေပြီ၊ ဒါကြောင့် ငါ့ကို သိပ်ဂရုစိုက်ကြတာ' ဟု ထင်မြင်တတ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် လူနာကို ဂရုစိုက်လွန်းလျှင် ရောဂါပြင်းထန်သည်ထင်ပြီး တော်တော်နှင့် မပျောက်တော့ချေ။

လူနာ၏ လက္ခဏာများကို တတ်နိုင်သမျှ လျစ်လျူရှုထားရပါမည်။ အရေးမကြီးသည့် သဘောသက်ရောက်စေပါမည်။ လူနာက တိုးတက်မှု လက္ခဏာ တစ်ခုခု ပြုလာလျှင် အသိအမှတ်ပြု၍ အားပေးရပါမည်။ လူနာကို တတ်နိုင်သမျှ လူကောင်းကဲ့သို့ နေထိုင်ရန် ပြောကြားပေးရပါမည်။

လူမမာတစ်ဦးကဲ့သို့ နေထိုင်ပါက လွယ်လွယ်နှင့် ပျေးက် ချစ်မဟုတ်ပါ။ လူကောင်းကဲ့သို့ နေထိုင်ခြင်းဖြင့်သာ မြန်မြန် လူကောင်းဖြစ်စေပါသည်။

လူနာနှင့် ဆက်ဆံရာတွင် တိကျပြတ်သားရန် လိုပါသည်။ ဆရာတစ်မျိုး၊ နောင်တစ်မျိုး မပြောသင့်ချေ။ တိကျပြတ်သားမှု

၈၂ ခေါက်တာဆေးဝါး

ခပ်တင်းတင်း ဆက်ဆံမှုသည် ရောဂါလျင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်းရန် ဖြစ်သည်။

လျစ်လျူရှုထားခြင်းဖြင့် လက္ခဏာ ပျောက်သွားတတ်ပါသည်။ သို့သော် အချို့မှာ အချိန်တိုနှင့် မပျောက်တတ်ပါ။ ထိုအခါ မည်သို့နေ၊ မည်သို့ထိုင်၊ မည်သို့လုပ် စသည်ဖြင့် အကြံပေးရန် လိုပါသည်။ သို့မှသာ မြန်မြန်ပျောက်ပါသည်။

အိပ်မေ့ ချွေ့ တိုက်တွန်းပေးခြင်း၊ ဒိုင်ရာဇီပန် (ဗေလီယံ) ဆေးထိုး၍ ညွှန်းပေးခြင်း (Thiopentone Sodium) မေ့ဆေးထိုး၍ တိုက်တွန်းခြင်းများဖြင့်လည်း သက်သာပျောက်ကင်းစေနိုင်ပါသည်။ အထက်ပါနည်းများဖြင့် လူနာ၏ စိတ်အတွင်းမှ ပဋိပက္ခများကိုလည်း ဖော်ပြနိုင်ပါသည်။ ဤသို့ ဖော်ထုတ်ခြင်းဖြင့် ရောဂါသတ်မှတ်ချက်ကို အထောက်အကူပြုသည်သာမက ရင်ခွင်လိုက်ရခြင်းကြောင့် ရောဂါကို အမြန်သက်သာစေနိုင်ပါသည်။

စားဆေးအနေဖြင့် (Relesan) ရလီဇင် (Ativan) အေတီပင်နှင့် (Valium) ဗေလီယံတို့ဖြင့် စိတ်သောကကို သက်သာစေပါသည်။

ရောဂါသက်သာလာသောအခါ ရင်ဆိုင်နေရသောပြဿနာကို သင့်တော်စွာ ပြေရှင်းစေရပါသည်။ နောင်ပြဿနာမဖြစ်ရန် ဂရုစိုက်ရန် အကြံပေးရပါမည်။

x x x

တုံ့ပြန်စိတ်ကျရောဂါ

နေ့စဉ်စိတ်ရောဂါကုဆေးရုံ ပြင်ပလူနာဌာနသို့ လာပြသော လူနာများတွင် တုံ့ပြန် စိတ်ကျရောဂါများသည် အများအပြားပါဝင်ပါသည်။

အင်္ဂလန်နိုင်ငံရှိ စိတ္တဗေဒအတွင်းလူနာအားလုံး၏ ၄၀ ရာခိုင်နှုန်းသည် စိတ်ဓာတ်ကျ စသော ခံစားမှုရောဂါများဖြင့်ဆေးရုံထက်ကြသည် ဆိုပါ၏။

စိတ်ကျရောဂါသည် အမျိုးသမီးများတွင် ပို၍ ဖြစ်တတ်ပါသည်။ အမျိုးသမီးက အမျိုးသားများထက် နှစ်ဆ ပို၍ ဖြစ်သည်။

အသက်ကြီးလေ စိတ်ဆင်းရဲစရာများနှင့် ကြုံတွေ့ရလေ ဖြစ်ပြီး စိတ်ကျရောဂါ ပို၍ ဖြစ်တတ်ပါသည်။

စားဝတ်နေရေး ခက်ခဲလေ၊ စိတ်ဆင်းရဲလေ ဖြစ်ကြလေ ထက်လုပ်လက်စား စီးပွားရေး ချို့တဲ့သော သူများတွင် နှုတ်ဆွဲလဲရာ သူ့ခိုးထောင်း ဆိုသကဲ့သို့ စိတ်ကျရောဂါ ပိုမိုဖြစ်ပွားကြလေသည်။

သို့သော် ချမ်းသာသော သူများတွင် စိတ်ကျရောဂါမဖြစ်ပွားစေနိုင်ပါ။ ဆင်းရဲချမ်းသာမရွေး လူတစ်ရာလျှင် တစ်ယောက် ဖြစ်တတ်ပါသည်။

www.burmeseclassic.com

မြတ်နိုးနိုင်ငံတွင် နှစ်စဉ် လူ ၅၀၀၀၀ ခန့် မိမိကိုယ်ကို သတ်သေကြလေသည်။ အများစုမှာ စိတ်ကျရောဂါကြောင့် ဖြစ်လေသည်။

စိတ် ကျရောဂါ၏ အဓိပ္ပာယ်

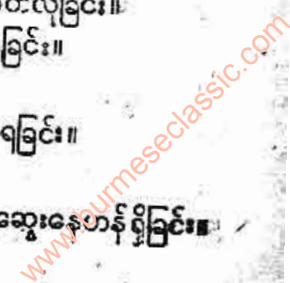
စိတ်ဓာတ်ကျဆင်းခြင်း၊ စိတ်မချမ်းမြေ့ခြင်း၊ ဝမ်းနည်းပူဆွေးခြင်း၊ ပျော်ရွှင်စရာ ရှားမရခြင်း၊ မျှော်လင့်ချက်ကုန်ဆုံးခြင်း စသည်တို့ကို အဓိကခံစားရခြင်း အိမ်မပျော် စားမဝင် ပိန်ချုံး စသော နောက်ဆက်တွဲ လက္ခဏာများပါ ခံစားရပါသည်။ စိတ်ဓာတ်ကျခြင်းသည် ခဏသာ ခံစားရသည်သာ မဟုတ်ပါ။ ကြာမြင့်စွာ ခံစားနေရပါသည်။ ထို့ပြင် စိတ်ကျရောဂါသည် တစ်စုံတစ်ခုသော အကြောင်းကို မှီ၍ တုံ့ပြန်သော အားဖြင့် စိတ်ဓာတ်ကျခြင်းဟုဆိုလိုပါ၏။

ရောဂါဖြစ်သော အကြောင်းရင်း

မျိုးရိုးဗီဇဓာတ်ခံ အနည်းငယ်ရှိရာတွင် ပတ်ဝန်းကျင်မှ ခိုက်ခတ်လာသော ဆင်းရဲဒုက္ခများကြောင့် တုံ့ပြန်စိတ်ကျရောဂါဖြစ်ကြရပါသည်။ ပင်ကိုကိုယ်ရည် ကိုယ်သွေးကလေး ပျော့ညံ့တတ်ပါသည်။ လူ့ဘဝတွင် တွေ့ကြုံရသော ဆင်းရဲဒုက္ခများ စိတ်မချမ်းမြေ့ဖွယ်ရာများသည် စိတ်ကျရောဂါ ဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။

လက္ခဏာများ

- ၁။ စိတ်ဓာတ်ကျခြင်း။
- ၂။ ဝမ်းနည်းပူဆွေးခြင်း။
- ၃။ အားငယ်ညှိုးနွမ်းခြင်း၊ ငေးငိုင်းနေခြင်း။
- ၄။ စိတ်နှလုံးမချမ်းမြေ့ခြင်း။
- ၅။ စိတ်နှလုံးပူပန်ခြင်း။
- ၆။ ရင်ထဲက ပူလောင်ခြင်း။
- ၇။ ရင်ထဲမှာ ဆို့နှစ်နေခြင်း။
- ၈။ စိုးရိမ်စိတ်များခြင်း။
- ၉။ ထိတ်လန့်လွယ်ခြင်း။
- ၁၀။ အခြားသူများနှင့် မတွေ့လိုခြင်း။
- ၁၁။ တစ်နေရာတွင် တစ်ယောက်တည်းသွားနေလိုခြင်း။
- ၁၂။ မျက်ရည်လွယ်ခြင်း။
- ၁၃။ အာရုံစူးစိုက်မှုနည်းခြင်း။
- ၁၄။ မှတ်ဉာဏ် မကောင်းတော့ခြင်း။
- ၁၅။ တစ်ယောက်တည်း ခြေဦးတည့်ရာ သွားလိုခြင်း။
- ၁၆။ အဝတ်အစား ကောင်းကောင်းမဝတ်လိုခြင်း။
- ၁၇။ ကိုယ်အမူအရာ လေးလံထိုင်းမှိုင်းနေခြင်း။
- ၁၈။ လှုပ်ရှားမှု နှေးကွေးခြင်း။
- ၁၉။ စဉ်းစားမှုနှေးကွေးခြင်း၊ စဉ်းစားမရခြင်း။
- ၂၀။ စိတ်ထဲနောက်ကျနေခြင်း။
- ၂၁။ မျက်နှာအမူအရာမှာ ဝမ်းနည်း ပူဆွေးနေဟန်ရှိခြင်း။



- ၂၂။ မချီပြုံး ပြုံးရသော်လည်း မျက်လုံးများက ဝမ်းနည်းမှုကို ဖော်ပြနေခြင်း။
- ၂၃။ အနာဂတ်ကိုတွေးကြည့်၍ မျှော်လင့်ချက်မရှိဟု ယုံကြည်နေခြင်း။
- ၂၄။ လူ့ဘဝတွင်နေရသည်မှာ အဓိပ္ပာယ် မရှိတော့ဟု ထင်ခြင်း။
- ၂၅။ အဓိပ္ပာယ်မရှိတော့သည်ဖြစ်၍ သတ်သေပါက ကောင်းမည်ဟု ယူဆခြင်း။
- ၂၆။ သတ်သေရန်ကြိုးစားခြင်း။
- ၂၇။ အစားအသောက်ပျက်ခြင်း။
- ၂၈။ ဝမ်းချုပ်ခြင်း။
- ၂၉။ ကာမဆန္ဒလျော့နည်းသွားခြင်း။
- ၃၀။ မည်သည့်အလုပ်ကိုမှ လုပ်ကိုင်လိုစိတ် မရှိခြင်း။
- ၃၁။ အိပ်ရေးပျက်ခြင်း၊ လွယ်လွယ်နှင့် အိပ်မပျော်ခြင်း။
- ၃၂။ မျက်နှာတစ်ခြမ်းကိုက်ခဲခြင်း။
- ၃၃။ မျက်စိကြည့်မကောင်းခြင်း။
- ၃၄။ ကိုယ်ခန္ဓာတွင် ရောဂါတစ်ခုခုရှိနေသည်ထင်ခြင်း။
- ၃၅။ အားနည်းခြင်း၊ မောနန်းလွယ်ခြင်း။
- ၃၆။ အမျိုးသမီးများတွင် မီးယပ်မလာတော့ခြင်း။
- ၃၇။ တစ်ကိုယ်လုံး ကိုက်ခဲ လေးလံနေခြင်း။
- ၃၈။ မိမိ၏ ခံစားမှုများအတွက် အခြားသူများကို အပြစ်တင်လိုခြင်း။

- ၃၉။ ယခင်က ခံစားခဲ့ရသော မကျေနပ်ချက်များကို အမှတ်ရခြင်း။
- ၄၀။ စိတ်ဓာတ်ကျသက်သာစေရန် အရက်သောက်ခြင်း၊ ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း၊ မူးယစ်ဆေးဝါးများ မှီဝဲခြင်း။
- ၄၁။ ညနေပိုင်းတွင် ရောဂါပိုဆိုးခြင်း။

ကုသနည်းများ

- ၁။ စိတ်ကုထုံးနည်းဖြင့်ကုသခြင်း
 - စိတ်ကုထုံးသည် အရေးကြီးသော ကုထုံးဖြစ်ပါသည်။ စိတ်ဆင်းရဲမှုများကို ကြုံတွေ့ရသဖြင့် စိတ်ဓာတ်ကျသွားခြင်းဖြစ်ရာ စိတ်ဆင်းရဲမှုကို ဖြေဖျောက်ပေးခြင်း၊ စိတ်ဆင်းရဲ စေသည့် ပြဿနာကို ဖြေရှင်းပေးခြင်း၊ ရောင့်ရဲစေခြင်း၊ ခွင့်လွှတ်စေခြင်း၊ မေတ္တာထားခြင်း၊ မိမိစိတ်ကို ပြုပြင်ပေးခြင်း၊ အားပေးနှစ်သိမ့်ခြင်း စသည်တို့သည် အရေးပါအရာရောက်လှပါသည်။
- ၂။ ဆေးဝါးဖြင့်ကုသခြင်း
 - စိတ်ကျပျောက်ဆေးများသည် စိတ်ကျရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေပါသည်။ စိတ်ကျပျောက်ဆေးအချို့မှာ...
 - ၁။ တိုဖရာနင်း (Tofranil)
 - ၂။ တရစ်တာနော (Tryptanol)
 - ၃။ ဆိုင်နီကွင်း (Sinequan)
 - ၄။ မြူတာဘွန်-ဒီ (Mutabon-D)

၅ ထရစ်တာ(Tripta)တို့ ဖြစ်ပါသည်။
ဆေးညွှန်းမှာ....တစ်နေ့ ၇၅ မီလီဂရမ်မှ ၁၅၀ မီလီဂရမ်
ဖြစ်ပါသည်။ အခြေအနေကို ကြည့်၍ လိုတိုးပိုလျော့ ပြုလုပ်နိုင်
ပါသည်။ ဆေးကို လူနာ၏ရောဂါသက်သာမှုအပေါ်မူတည်၍
၆လခန့်အထိ သောက်စေရပါမည်။

၃။ ဓာတ်နှိပ်ကုသခြင်း

ရောဂါ ပြင်းထန်ခဲ့သော် သက်သေချင်သော စိတ်များရှိ
ခဲ့သော ဓာတ်နှိပ် ကုသသင့်ပါသည်။ ဓာတ်နှိပ်သည့် အကြိမ်
ပေါင်းမှာ ၆ ကြိမ်မှ ၁၂ ကြိမ်ထိဖြစ်နိုင်ပါသည်။

x x x

အကြောက်လွန် ရောဂါ

အကြောက်လွန်ရောဂါ (Phobia) သည် အဖြစ်များသော
ရောဂါဖြစ်လေသည်။ လူအများတွင် အခုဝတ္ထု သို့မဟုတ်
အခြေအနေ တစ်မျိုးမျိုးကို ကြောက်ရွံ့လေ့ ရှိပါသည်။
အမှောင်ကို ကြောက်ခြင်း၊ လျှပ်စီးလက်သည်ကို ကြောက်ခြင်း၊
ကြက်ကို ကြောက်ခြင်း၊ ကြောင်ကို ကြောက်ခြင်း၊ အပြွန်ကို
ကြောက်ခြင်း စသည်ဖြင့် ကြောက်ရွံ့နေတတ်ကြလေသည်။

အကြောက်လွန်ရောဂါ၏ အဓိပ္ပာယ်

ကြောက်ရွံ့စရာ မဟုတ်သော အရာဝတ္ထုတစ်ခုကို ပြင်းထန်
စွာ ကြောက်ရွံ့ခြင်း၊ ထိုအရာဝတ္ထုနှင့် တွေ့ဆုံခဲ့လျှင် ထွက်ပြေး
လိုခြင်း စသည်တို့ကို အကြောက်လွန်ရောဂါဟု ခေါ်ကြ
ပါသည်။

ယေဘုယျအားဖြင့် အကြောက်လွန်ရောဂါသည် သူ့ချည်း
သက်သက် ရှိနေတတ်ပါသည်။

သို့သော် အခြား စိတ်ရောဂါများနှင့်လည်း ပူးပေါင်း
နေတတ်ပြန်ပါသည်။ ဆေးရုံတက်ရလောက်အောင် ရောဂါ
ပြင်းထန်လျှင် အခြား စိတ်ရောဂါ တစ်ခုခုနှင့် ပူးပေါင်း
နေလေ့ ရှိပါသည်။

ပူးပေါင်းနေတတ်သော စိတ်ရောဂါများ

- ၁။ စိတ်ကျရောဂါ။
- ၂။ စိုးရိမ်လွန်ရောဂါ။
- ၃။ စိတ်စွဲရောဂါ။
- ၄။ ဦးနှောက်ရောဂါ။ (Organic Brain Disease)

စိတ်ကျရောဂါ ဖြစ်ပွားလျှင် အကြောက် ရောဂါလည်း
ခံစားရတတ်ပါသည်။ စိတ်ဓာတ်ကျခဲ့သော် အရာရာကို
ကြောက်ရွံ့လေတတ်ပါသည်။ အထူးသဖြင့် လူစုလူဝေးများကို
ကြောက်ရွံ့လေသည်။ တစ်ဦးတည်း အပြင်ကို ထွက်ရန်ကိုလည်း
ကြောက်ရွံ့လေသည်။

အချို့ စိတ်ကျဝေဒနာသည်များသည် စိတ်ဓာတ်ကျ လက္ခဏာများ မပေါ်ဘဲ အကြောက် လက္ခဏာများသာ ပေါ်လာတတ်သဖြင့် ယင်းအချက်ကို သတိပြုသင့်ပေသည်။

စိတ်သောကရောဂါခံစားရလျှင် အကြောက် ရောဂါပါ ပူးတွဲခံစားရလေ့ ရှိပါသည်။ အထူးသဖြင့် မူးလဲသွားမည်ကို ကြောက်ရွံ့စိုးရိမ်လေသည်။ တစ်ဦးတည်း အပြင်ကိုသွားရလျှင် မိမိကို တစ်ခုခုဖြစ်မည်ကို ကြောက်ရွံ့တတ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ခရီးမထွက်ကြပါ။ အဖော်တစ်ဦးဦးပါမှ သွားရဲကြလေသည်။

စိတ်သောဖြစ်လျှင် တစ်ခုခုဖြစ်မည်လားဟု တွေးပြီး စိုးရိမ် တတ်ရာ၊ ထိုစိုးရိမ်စိတ်များ အလွန်များပြားလာသောအခါ ကြောက်စိတ်များ လွှမ်းမိုးပြီး အကြောက်လွန် ရောဂါပါ ခံစားရလေသည်။

စိတ်စွဲရောဂါဖြစ်လျှင်တော့ အကြောက်လွန်ရောဂါ မလွဲ မသွေ ခံစားရလေသည်။ စိတ်စွဲရောဂါကြောင့် တစ်ခုခုကို စွဲလန်းနေတတ်ရာ အကြောင်းအရာ တစ်ခုခုကို စွဲလမ်းပြီး ကြောက်ရွံ့နေလေ့ ရှိပါသည်။ စိတ်စွဲ ကြောက်ရွံ့မှုများကို သီးခြား ဖော်ပြပါမည်။

အကြောက်လွန်ရောဂါ ၆ မျိုး ခွဲခြားထားပါသည်။

- ၁။ သီးခြား အကြောက်လွန်ရောဂါ (Phobic Neurosis)
- ၂။ လဟာပြင်များကို ကြောက်သောရောဂါ (Agora Phobia)

- ၃။ အလုံခန်းများကို ကြောက်သောရောဂါ (Claustro Phobia)
- ၄။ တစ်စုံတစ်ခုကို စွဲမြဲစွာကြောက်သည့် ရောဂါ (Specivic Phobia)
- ၅။ လူမှုရေး အကြောက်ရောဂါ (Social Phobia)
- ၆။ စိတ်စွဲအကြောက်ရောဂါ (Obsessional Phobia)

ရောဂါဖြစ်သော အကြောင်းရင်းများ

အကြောက်လွန် ရောဂါများသည် အခြား စိတ်ရောဂါ များနှင့် ပူးပေါင်း၍ ဖြစ်နေတတ်ကြောင်း ကျွန်တော် ဖော်ပြ ခဲ့ပါသည်။ နောက်ထပ် အကြောင်းရင်းမှာ ယေစဉ်က သင်ယူ ခဲ့မှုများ ဖြစ်ပါသည်။ ကလေးဘဝက ကြောက်စရာ မဟုတ် သည်ကို ကြောက်စရာဟု သူများက သင်ကြားသည်ကို ယုံကြည် ခဲ့ခြင်း၊ သို့မဟုတ် မိမိကိုယ်တိုင် ကြောက်စရာတစ်ခု ခံစား ခဲ့ခြင်းတို့ကြောင့် အကြောက်လွန်ရောဂါ ခံ စား ရ ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

(၁) သီးခြား အကြောက်လွန်ရောဂါ

အခြားရောဂါများနှင့် မရောစပ်ဘဲ ၎င်းချည်း သီးခြား ဖြစ်နေသော ရောဂါဖြစ်သည့်အတွက် သီးခြား အကြောက် ရောဂါဟု ခေါ်ဆိုခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဤရောဂါမှာ မပြင်းတန် သဖြင့် ဆေးရုံသို့ဆေးကုမလာကြချေ။ ထို့ကြောင့် ဤရောဂါကို အတွေ့ရ နည်းပါသည်။

(၂) ယဟာပြင်များကိုကြောက်သော ရောဂါ

ဤရောဂါမှာ အဖြစ်များပါသည်။ အိမ်ထဲမှာ နေရခြင်း၊ ရင်းနှီးသော မိတ်ဆွေများနှင့် နေရခြင်းသည်သာ လုံခြုံမှု ရှိသည်ဟု ထင်ပြီး အပြင်သွားရန်၊ သူစိမ်းများနှင့် ရောနှော နေရန်၊ လူစုလူဝေးထဲ ရောက်နေခြင်း သို့မဟုတ် တစ်ယောက် တည်း ဖြစ်နေခြင်း စသည်တို့ကို ကြောက်ရွံ့ခြင်း သည် ယဟာပြင်ကို ကြောက်ရွံ့ခြင်း (Agora Phobia) ဟု ခေါ်ပါ သည်။

ဤရောဂါသည် သူ့ချည်း မနေချေ၊ စိတ်ကျရောဂါ စိတ်သောကရောဂါတို့နှင့် ပူးပေါင်းနေလေ့ ရှိပါသည်။

ကုသနည်းများ

ပူးတွဲဆက်စပ်နေသော ရောဂါများကို ရှာဖွေကုသပေးရ ပါမည်။ စိတ်သောကကြောင့်ဖြစ်လျှင် သောကပျောက်ဆေး၊ စိတ်ကျရောဂါကြောင့်ဖြစ်လျှင် စိတ်ကျပျောက်ဆေး စသည်တို့ ပေးရပါမည်။

အရေးကြီးသည်မှာ စိတ်ကုထုံးကိုအသုံးပြုခြင်းဖြစ်ပါသည်။ လူနာကြောက်သည့်ခရီးကို ခဏခဏ သွားပေးစေခြင်း ဖြစ်ပါ သည်။ သွားပါများလျှင် စိတ်ရဲသာပါလိမ့်မည်။ တဖြည်းဖြည်း ခရီးတိုများကို စမ်းသပ် သွားပေးရပါမည်။ မိမိကိုယ်ကို ဘာမှ မဖြစ်နိုင်ဟု ရဲဆေးတင်ပေးရပါမည်။

၃။ အလုံခန်းများကို ကြောက်သော ရောဂါ

အခန်းထဲတွင် ပိတ်မိနေခြင်း၊ ရုပ်ရှင်ရုံထဲ ပိတ်မိနေခြင်း၊ ကြီးမားလှသော စတိုးဆိုင်ကြီးထဲတွင် ထွက်ပေါက် ရှာမရ ဖြစ်နေခြင်း၊ ဓာတ်လှေကားစီးမိခြင်း စသည့်အချိန်များတွင် အလွန်အမင်းကြောက်ရွံ့ခြင်းကို (Claustro Phobia) ဟု ခေါ် ပါသည်။

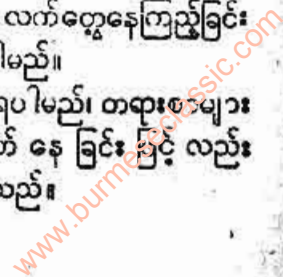
အချို့က အခန်းတံခါးများ ပြတင်းပေါက်များ ပိတ်ထား ပါက မနေတတ်ကြချေ။ တစ်ခုခုဖြစ်တော့မလားဟု ကြောက်ရွံ့ ကြလေသည်။

ကုသနည်းများ

အလုံခန်းကြောက်ရောဂါသည် များသောအားဖြင့် စိတ် သောကနှင့်ယှဉ်၍ ဖြစ်တတ်လေသည်။ ထို့ကြောင့် စိတ်သောက ပျောက်ဆေးများ စားရပါမည်။ ရလီစင်၊ ဗေလီယံ စသည် စားရပါမည်။

ဒုတိယကုသနည်းမှာ အမှုအရာစိတ်ကုထုံး (Behaviour Therapy) ကို အသုံးပြုခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ အလုံခန်းထဲမှာ မကြာခဏ စိတ်ကူးဖြင့် နေကြည့်ခြင်း လက်တွေ့နေကြည့်ခြင်း စသည်ဖြင့် တဖြည်းဖြည်း ကုသပေးရပါမည်။

ကိုယ်စိတ်ကိုမကြောက်ရန်အားပေးရပါမည်။ တရားစာများ ရွတ်ဖတ်ခြင်း၊ အသက်ရှူသည်ကို မှတ် နေ ခြင်း ခြင်္သေ့လည်း ကြောက်စိတ်များ ပြေပျောက်တတ်ပါသည်။



၄။ တစ်စုံတစ်ခုကို စွဲမြဲစွာ ကြောက် သည့်ရောဂါ

ဤရောဂါတွင် အထူးသဖြင့် တိရစ္ဆာန်များကို ကြောက်ရွံ့ တတ်ပါသည်။ နေရာဒေသတစ်ခုခုကိုလည်း စွဲမြဲစွာ ကြောက်ရွံ့ တတ်ပါသည်။ တိရစ္ဆာန်များတွင် မြွေများ၊ ခွေးများ၊ ကြောင် များ၊ ပင့်ကူးများ၊ တောက်တဲများ၊ ကြက်များ၊ နွားများ၊ မြင်းများ၊ တိကောင်များ၊ မျော့များ စသည်ဖြင့် အမျိုးမျိုး ကြောက်ရွံ့ကြပါသည်။ လျှပ်စီးလက်သည်ကို ကြောက်ခြင်း၊ မိုးကြိုးပစ်သည်ကို ကြောက်ခြင်း၊ အမှောင်ကို ကြောက်ခြင်း၊ သရဲကိုကြောက်ခြင်း စသည်တို့လည်း ရှိကြပါသည်။ အမြင့်ကို တက်ရမှာ ကြောက်သူလည်း ရှိပါသေးသည်။

အထက်ပါတို့မှာ ကလေးများတွင် သ ဘာ ဝ အား ဖြင့် ကြောက်တတ်ပါသည်။ ရောဂါမဟုတ်သေးပါ။ ကြီးပြင်းသည့် အထိ စွဲမြဲနေမှသာ ရောဂါဟု ခေါ်နိုင်ပါသည်။

အများအားဖြင့် ငယ်စဉ်ကအတွေ့အကြုံများကြောင့် ဤသို့ ကြောက်ရွံ့ တတ်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ မိမိကိုယ်တိုင် တွေ့ထိခံစားမှု များကြောင့်ဖြစ်စေ၊ မြင်ရ ကြားရသော အတွေ့အကြုံများ ကြောင့် ဖြစ်စေ၊ အကြောက်လွန်ရောဂါ စွဲကပ်လေ့ရှိပါသည်။

ကြောက် ရွံ့မှု အများ အပြား ကို ငယ်ရွယ်စဉ် သဘာဝ အလျောက် ကြောက်ကြပါသည်ဟု ဆိုရသော်လည်း အချို့ သော အကြောက်ရောဂါများမှာ အများနှင့် မတူဘဲ ထူးခြား နေတတ်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် လက်ဖက်ကိုကြောက်ရွံ့ခြင်း၊

ထုံးကိုကြောက်ရွံ့ခြင်းစသည်တို့မှာ လူတိုင်းကကြောက်ရွံ့ခြင်း မဟုတ်ပါ။ အချို့သောသူများကသာ ကြံကြံဖန်ဖန် ကြောက်ရွံ့ ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ကုသနည်းများ

အများအားဖြင့် ကုသရန် မလိုပါ။ ကြောက်သော အရာ ဝတ္ထုနှင့် တစ်ခါတစ်ရံမှသာ ဆုံတတ်ပါသည်။ ဆုံလာလျှင် လည်း ရှောင်ကွင်းသွားလေ့ ရှိပါသည်။

အလွန်အမင်းကြောက်ရွံ့ လျှင်ကားဆေးကုသသင့်ပါသည်။ ကုသနည်းမှာ အမူအရာဖြင့် ကုသနည်းဖြစ်ပါသည်။ ကြောက် သော အရာဝတ္ထုကို မကြာခဏ တဖြည်းဖြည်း တွေ့ထိပေးရ ပါသည်။ အရာဝတ္ထုနှင့် ယှဉ်ပါးလာလျှင် မကြောက်တော့ပါ။

၅။ လူမှုရေး အကြောက်လွန်ရောဂါ

လူအများရှေ့တွင် တစ်ခုခု ပြုလုပ်ရခြင်း၊ လူအများနှင့် ဆက်ဆံရခြင်း၊ လူစိမ်းများနှင့် ဆက်ဆံရခြင်း၊ အထက်လူကြီး နှင့်ဆက်ဆံရခြင်းစသည်တို့ကိုကြောက်ရွံ့ ထိတ်လန့်သူများသည် လူမှုရေး ကြောက်ရွံ့ မှုများ ခံစားနေရခြင်းပင်ဖြစ်ပါသည်။

လူအများရှေ့တွင် စကားမပြောရဲခြင်း၊ ထစ်ငေါ့နေခြင်း၊ ချွေးပြန်ခြင်း၊ စင်မြင့်ပေါ်မတက်ရဲခြင်း၊ လူများရှေ့ စာရေး လျှင် လက်တုန်ခြင်း၊ လူအများက မိမိကို ဝိုင်းကြည့်နေသည် ဆင်ခြင်း၊ လူအများရှေ့ နေရမှာစိတ်မလုံခြင်းစသည်တို့ကိုလည်း ခံစားကြရပါသည်။

စင်မြင့်ပေါ်တက်၍ စကားပြောသူ ဟောပြောသူ အချို့သည် ပရိသတ် ရှေ့တွင် ဘာပြောရမှန်း မသိဘဲ ငင်ပေါ်မှ ဆင်းပြေးရသူများ ရှိပါသည်။ ကြောက်ရွံ့စိတ်ကြောင့် ဘာပြောရမှန်း မသိဖြစ်တတ်ပါသည်။

လူအများ ရှေ့တွင် စာရေး၍ မရလောက်အောင် လက်တုန်သော သူတစ်ယောက်လည်း တွေ့ဖူးပါသည်။ ကွယ်ရာတွင် ကောင်းစွာ စာရေးနိုင်ပါသည်။

လူအများ ရှေ့တွင် ကော်ဖီမသောက်ရဲသူလည်း တွေ့ဖူးပါသည်။ စင်စစ်သူသည် ကော်ဖီကို မကြောက်ပါ။ လူကို ကြောက်ခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။ လူကို ကြောက်သဖြင့် လက်များ တစ်ဆတ်ဆတ်တုန်ကာ ကော်ဖီပန်းကန်ကို မကိုင်နိုင်တော့ပါ။ ထို့ကြောင့် လက်ထဲမှ ကော်ဖီပန်းကန်ကို အမြန်ဆုံးပြန်ချ၍ အိမ်ပေါ်မှ ဆင်းပြေးရလေသည်။ သူ၏ ထိုအပြုအမူများသည် လူမှုဆက်ဆံရေးတွင် အနှောင့်အယှက်များ ဖြစ်စေသဖြင့် စိတ်ဆင်းရဲနေရှာလေသည်။

လူမှုရေးကြောက်ရွံ့မှုများသည် သူတစ်ဦးတည်း ကွက်၍ ဖြစ်နေတတ်ပါသည်။ သို့မဟုတ် စိတ်သောကရောဂါ၊ စိတ်ဓာတ်ကျရောဂါနှင့် လူစုလူဝေးကို ကြောက်သော ရောဂါများ ပေါင်းစပ်နေတတ်ပါသည်။

ရောဂါဖြစ်သော အကြောင်းရင်းများတွင် ငယ်စဉ်က ပြုမူပျိုးထောင်မှုသည် အရေးကြီးသော အချက်ဟု ဆိုပါသည်။

ငယ်စဉ်က ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေး ကောင်းမွန်ရန် ရဲရဲတင်းတင်း ဆက်ဆံစေရန် သင်ကြားပေးခဲ့လျှင် လူမှုရေး ကြောက်ရွံ့မှုများ မဖြစ်နိုင်တော့ပါ။

မိန်းကလေးများကို အများနှင့် မဆက်ဆံရန် တင်းကျပ်လေ့ရှိသဖြင့် မိန်းကလေးများတွင် အကြောက်ရောဂါ ပို၍ ဖြစ်တတ်ပါသည်။

ကုသနည်းများမှာ အပြုအမူဖြင့် ကုသနည်းများ ဖြစ်ပါသည်။ ကြောက်ရွံ့သော ကိစ္စများကို ရဲရဲတင်းတင်း ပြုလုပ်နိုင်သည်အထိ စိတ်ကူးရော လက်တွေ့ပါ လေ့ကျင့်ပါများလျှင် ရဲတင်းလာပါလိမ့်မည်။ ကြောက်၍ ရှောင်နေလျှင် တစ်သက်လုံး ကြောက်နေမည် ဖြစ်ပါသည်။ လက်တွေ့ လေ့ကျင့် လျှင် အကြောက်ရောဂါများ ပျောက်ကင်းပါသည်။

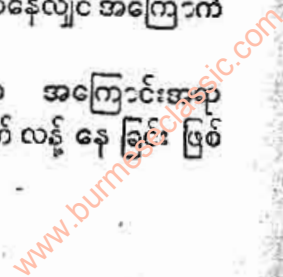
စိတ်သောကရောဂါ၊ စိတ်ဓာတ်ကျရောဂါ ပူးတွဲရှိနေလျှင် သက်ဆိုင်ရာ ဆေးများစားရပါမည်။

အားပေးနှစ်သိမ်းမှုများလည်း လိုအပ်ပါသည်။

၆။ စိတ်စွဲအကြောက်ရောဂါ (Obsessional Phobia)

စိတ်စွဲရောဂါကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော ကြောက်ရွံ့မှုများ ဖြစ်ပါသည်။ စိတ်စွဲရောဂါကြာရှည်စွာဖြစ်နေလျှင် အကြောက်ရောဂါပါရလာတတ်ပါသည်။

စိတ်စွဲကြောက်ရွံ့မှုသည် မဖြစ်နိုင်သော အကြောင်းအရာတစ်ခုခုကို စိတ်ကစွဲ၍ အလွန် ကြောက်လန့် နေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။



၉၀ ခေါက်စာအုပ်များ

ကုသနည်းများ

စိတ်စွဲရောဂါကြောင့် အကြောက်ရောဂါ ဖြစ်နေသဖြင့် စိတ်စွဲရောဂါကို ကုသပေးရပါသည်။ စိတ်ကုထုံးကို အသုံးပြု ရပါမည်။ ရလီစင်၊ ဗေလီယံ စသော စိတ်ငြိမ်ဆေးများ စား ရပါမည်။ စိတ်စွဲရောဂါနှင့် စိတ်ကျရောဂါ ပူးတွဲဖြစ်လျှင် အနားဖရာနင်း (Anafrenil) ဆေးသည် သင့်တော်သော ဆေးဖြစ်ပါသည်။

အကြောက်ရောဂါ သက်သက်ကိုတော့ အမှုအရာ ကုထုံးဖြင့် ကုသပေးရပါမည်။ မကြာခင် လေ့ကျင့်ပေးခြင်း၊ စမ်း သပ်ခြင်း စသည်ဖြင့် ကြောက်လန့်နေသည့် အရာဝတ္ထုနှင့် ယဉ်ပါးလာအောင် ကြိုးစားရပါမည်။

အချုပ်မှာ မိမိ၏သတိကို ကောင်းစွာစွဲမြဲလျှောက် အဓိပ္ပာယ် မရှိသော ကြောက်ရွံ့မှုများသို့ ပယ်ဖျောက်ပေးရပါမည်။

*

စိတ်ဖောက်ပြန်ခြင်း ရောဂါများ

၁။ စကီဇိုဖရီးနီးယား (Schizo Phrenia)

‘စကီးဇိုဖရီးနီးယားရောဂါ’ သည် စိတ်ရောဂါ အပြင်းစား ထစ်ခုဖြစ်လေသည်။ အပြင်းစား ရောဂါမို့ ဤရောဂါ ခံစား ချလျှင် ဆေးရုံသို့ အတွင်းလူနာအဖြစ် တက်ရောက်ကုသသည်က ချားပါသည်။

ထို့ကြောင့် ကမ္ဘာပေါ်ရှိ စိတ်ဆေးရုံများမှ အများစုသော လူနာတို့သည် စကီးဇိုဖရီးနီးယားရောဂါများ ဖြစ်လေသည်။

စကီဇိုဖရီးနီးယား ဟူသော အမည်ကို ဆွစ်ဇာလန် စိတ်ကု သုတေသနကြီး ယူချင်းဘလိုင်လာက ၁၉၁၁ ခုနှစ်တွင် စတင် အသုံးပြုခဲ့လေသည်။ ဘလိုင်လာက စကီဇိုဖရီးနီးယား ဟူသည့် စကီဇို (Schizo) နှင့် ဖရီးနီးယား (Phrenia) ကို ပေါင်းစပ်

၁၀၀ ခေါက်တာအုန်းမောင်

ထားခြင်း ဖြစ်သည်။ စကိဇို၏ အဓိပ္ပာယ်မှာ အစိတ်စိတ် အမြွှာမြွှာ ကွဲခြင်း (Split) နှင့် ဖရီးနီးယား၏ အဓိပ္ပာယ်မှာ (Mind) ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် စကိဇို ဖရီးနီးယား၏ အဓိပ္ပာယ်မှာ စိတ်အဆောက်အအုံ အစိတ်အမြွှာမြွှာ ကွဲသွားခြင်းဖြစ်ပါသည်။

စကိဇိုဖရီးနီးယား အမည် မပေါ်ခင်က (Dementia-Pracox) ဟု ဂျာမနီ စိတ်ကု ဆရာဝန်ကြီး ကရက်ပလင် (Kraepelin) က ခေါ်ဆိုခဲ့လေသည်။ ကရက်ပလင် ၁၈၉၆ ခုနှစ် အမည် တပ်ဆင်ခဲ့သော 'ဒီမင်း ရှား ပရီ ကောက်စ်' ၏ အဓိပ္ပာယ်မှာလည်း စကားလုံး ၂ နှစ်လုံးကိုပေါင်း၍ အဓိပ္ပာယ် ဖွင့်ထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။

- ဒီမင်းရှား - အသိဉာဏ်ပျက်စီးခြင်း
- ပရီကောက်စ် - စောစွာ

ဤရောဂါမှာ အသက်ငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ်တွင် စတင်ဖြစ်ပွား တဖြည်းဖြည်း ရောဂါဆိုးရွားလာပြီး အသိဉာဏ်ပျက်စီးခြင်း နှင့် အဆုံးသတ်သွားသည်ဟု အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ခဲ့ပေသည်။

ကရက်ပလင်၏ အယူအဆမှာ ထိုခေတ် ထိုအခါက မှန်ကန်ခဲ့ပါမည်။ ထိုရောက်သော ကုသမှုများ မပေးနိုင်ခဲ့ခြင်းသည် ကရက်ပလင်၏ အယူအဆကို မှန်ကန်စေခဲ့လေသည်။

ယခုတော့ ထိုသို့မဟုတ်ပြီ၊ ခေတ်မီဆေးဝါးများကို အသုံးပြုခြင်းဖြင့် ထိုရောဂါကို သက်သာအောင် ကုသနိုင်ပါသည်။

ရောဂါ၏ အဓိပ္ပာယ်

စကိဇိုဖရီးနီးယားရောဂါ ဟူသည် စိတ်အဆောက်အအုံ အစိတ်စိတ်အမြွှာမြွှာ ကွဲသွားခြင်းဟု ခေါ်ဆိုထားသော်လည်း အသေးစိတ် လေ့လာလျှင်မူ...

- ၁။ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ပျက်စီးယိုယွင်းခြင်း။
- ၂။ အတွေးအခေါ်ဖောက်ပြန်ခြင်း။
- ၃။ အာရုံသိမှု ဖောက်ပြန်ခြင်း။
- ၄။ ခံစားမှုဖောက်ပြန်ခြင်း။
- ၅။ အပြုအမူဖောက်ပြန်ခြင်း။
- ၆။ ဆက်ဆံရေးဖောက်ပြန်ခြင်း။

စသည်တို့ရှိကြလေသည်။ ဤဝေဒနာခံစားရလျှင် ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် ကင်းကွာလိုစိတ်များ ရှိလာလေသည်။ တစ်နေရာရာတွင် တစ်ယောက်တည်းနေလို၏။ အတွေးအခေါ်များ ခံစားမှုများ အပြုအမူများ ဖောက်ပြန် ပြောင်းလဲကုန်သဖြင့် သူ၏ စိတ်ခံစားချက်များနှင့် သူ့ အတွေးအခေါ်၊ သူ့ အပြုအမူများသည် တစ်သားတည်း တစ်ထပ်တည်း မကျတော့ချေ။ ခံစားချက်က တစ်မျိုး၊ အတွေးအခေါ်နှင့် အပြုအမူက တခြားဖြစ်နေလေတော့သည်။

ထို့ကြောင့် ထူးဆန်းသော အတွေးအခေါ်များ ဖြစ်ပေါ်လာပြီး သူတစ်ပါးကို အပြစ်တင်လိုသော ရန်လိုသော စိတ်ထားများ ပေါ်ပေါက်လာလေသည်။ စိတ်အဆောက်အအုံမှာလည်း အစိတ်စိတ်အမြွှာမြွှာ ကွဲသွားလေတော့သည်။

ရောဂါထက္ခဏာများ

၁။ ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် ကင်းကွာခြင်း

ပတ်ဝန်းကျင်ကို စိတ်ဝင်စားခြင်း လုံးဝ မရှိတော့ချေ။ ပတ်ဝန်းကျင်မှ လှုံ့ဆော်ချက်များကိုလည်း တုံ့ပြန်မှုမရှိတော့ချေ။ အထူးသဖြင့် အချစ်နှင့် ပတ်သက်၍ ခံစားမှုများ လျော့နည်းသွားလေသည်။

ဆွေမျိုးများနှင့် မိတ်ဆွေများကို ချစ်ခင်သော စိတ်များ လျော့နည်းသွားလေသည် (အိမ်ထောင်ပြုချင်သော စိတ်များလည်း လျော့သွားလေသည်)။

ဆွေမျိုးများနှင့် မိတ်ဆွေများ၏ အရေးကြီးသော အဖြစ်အပျက်များအတွက် ခံစားမှုမပြုတော့ချေ။ သူနှင့် ဘာမှ မဆိုင်သလို ဝူငူကြီး ထိုင်နေလေသည်။

ခါတိုင်းလုပ်နေကျ အလုပ်များကိုလည်း မလုပ်ချင်တော့ချေ။ အမှုထမ်းဆိုလျှင် မိမိအလုပ်သို့မသွားချင်တော့၊ ကျောင်းသားဆိုလျှင် ကျောင်းမတက်ချင်တော့။ အပေါင်းအသင်းများကို ဝေးဝေးက ရှောင်လေသည်။ စင်စစ် ထိုအပြုအမူသည် ဘဝင်မြင့်ခြင်း မဟုတ်ပါ။ တစ်ယောက်တည်းနေလိုခြင်း၊ ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် ကင်းကွာလိုခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။

မေးခွန်းမေးလျှင် မဖြေချင် ဖြေချင် ဖြစ်နေသည်။ တိုတိုပဲ ဖြေသည်။ အဖြေက အဓိပ္ပာယ် မထွက်ချေ။ မပြည့်စုံချေ။

ဦးဆောင် ဦးရွက် ပြုလိုသော ဆန္ဒများ၊ ထကြွနှိုးကြားသော စိတ်ထားများ၊ အားကစား လှုပ်ရှားမှုများ၊ လူမှုရေးကိစ္စများ

နှင့် ကိုယ်ရေး ကိုယ်တာကိုစွဲများ ဆောင်ရွက်ချင်စိတ် မရှိတော့ချေ။ လောကကြီးနှင့် တကယ်ကိုကင်းကွာနေလေသည်။ အိပ်ရာထဲတွင် သို့မဟုတ် ချောင်တစ်ချောင်တွင် တစ်ယောက်တည်း စိတ်ကူးယဉ်လောကသို့ ရောက်နေလေသည်။

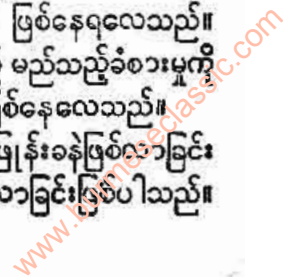
အဆိုးဆုံး ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် ကင်းကွာမှုမှာ စကားမပြော မလှုပ်မရွက်ကြီး (Stupor) ဖြစ်နေခြင်းဖြစ်ပါသည်။ လူမှာ ကြောက်ရုပ်ကြီးကဲ့သို့ မတုန်မလှုပ် တစ်နေရာတည်း အကြာကြီး ရပ်နေ ထိုင်နေလေသည်။ ဆီးဝမ်းတို့ကို ထိုနေရာမှာပင် သွားချလေသည်။

အစား စားရမှန်းလည်း မသိတော့။ ခွံ ပေးမှ အနည်းငယ် စားလေသည်။ ရေချိုးခြင်းမရှိ၊ တစ်ကိုယ်ရည် သန့်ရှင်းမှုကို ဝေဖန်တော့ချေ။ ဖြစ်သလို ဝတ်စားနေလေသည်။

အလိုအလျောက်ဖြစ်သော အတွေးတို့လည်း ရပ်ဆိုင်းကုန်လေသည်။ ပတ်ဝန်းကျင်များမှာဖြစ်နေသော အဖြစ်အပျက်တို့ကို အားလုံးသိသော်လည်း ပါဝင်စွက်ဖက်ခြင်း ဆွေးနွေးခြင်းတို့လည်း မရှိတော့ချေ။

သတိမှာ ကောင်းစွာရနေလေသည်။ မိမိက ပါဝင်စွက်ဖက်ခြင်းမရှိတော့သော်လည်း မှတ်ဉာဏ်ကတော့ ကောင်းပါသေးသည်။ စိတ်ဆန္ဒမရှိတော့၍သာ မတုန်မလှုပ် ဖြစ်နေရလေသည်။ မျက်လုံးများနှင့် မျက်နှာအမူအရာသည် မည်သည့်ခံစားမှုကိုမျှ မဖော်ပြတော့ချေ။ ငေးငေးငိုင်ငိုင် ဖြစ်နေလေသည်။

ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် ကင်းကွာခြင်းသည် ဖြုန်းခနဲဖြစ်လာခြင်း မဟုတ်ပါ။ တဖြည်းဖြည်း မသိမသာ ဖြစ်လာခြင်းဖြစ်ပါသည်။



ဥပမာ ခါတိုင်းအိမ်သားနှင့် ရောရောနှောနှော နေလေ့ရှိသူ တစ်ယောက်သည် စက်တီဇီဒီနီးယားရောဂါဖြစ်ပါက ရောရော နှောနှော မနေတော့ဘဲ ခပ်ခွာခွာ ရှောင်ဖယ်ဖယ်နေလာလေ သည်။ အောက်ထပ်တွင် လူများပါက လူမရှိသော အပေါ် ထပ်သို့ တစ်ယောက်တည်းတက်နေလေသည်။ ခါတိုင်း စကား သိပ်ပြောသူသည် ယခု စကားနည်းလာလေသည်။ ပျော်ပျော် ရွှင်ရွှင် နေလေ့ရှိသူသည်လည်း ခပ်တည်တည်နှင့် နေလာလေ သည်။

အလုပ်သမားဖြစ်ပါက အလုပ်လုပ်ရာတွင် စိတ်မပါတော့ သဖြင့် အလုပ် မပြီးတော့ချေ။ အလုပ်မသွားတော့ဘဲ အိပ်ရာထဲ လှဲနေလေသည်။

ပထမသော် သူ၏ အပြုအမူများဟု တစ်စုံတစ်ခုလုပ်နေသည်။ သို့မဟုတ် အပျင်းထုံလာသည်ဟု ထင်တတ်ကြလေသည်။ 'ဒီလူ ဟာ တစ်မျိုးပဲ၊ ခါတိုင်းနှင့် မတူတော့ဘူး'ဟု ပြောကြလေ သည်။

သေချာစွာ အကဲခတ်ပါက သူ၏ 'မူ'သည် ပြောင်းလဲနေ ချေပြီ။

၂။ အဘူးအခေါ်များပောက်ပြန်ခြင်း

အဘူးအခေါ်များ ဖောက်ပြန်ခြင်းသည် စက်တီဇီဒီနီး ယား ရောဂါ၏ အဓိက ထောက်ကူပြု လက္ခဏာတစ်ခု ဖြစ်ပါ သည်။ ရောဂါဖြစ်စတွင် လူနာသည် စကားပြောအဆက်အစပ် မရှိချေ။ လူနာက စကားအများကြီး ပြော ပြ သော် လည်း

အဓိပ္ပာယ် မပေါ်လွင်းချေ။ နားထောင်ရသူအဖို့ လူနာက ဘာကို ဆိုလိုမှန်းမသိချေ။ မျက်နှာချင်းဆိုင်၍ စကား ပြောနေကြ သော်လည်း အလယ်က မှန်တစ်ချပ်ကားရန်ထားသကဲ့သို့ လူနာ ပြောသည်ကို လူနာကားများ နားမလည်ချေ။

အတေးတို့သည် တစ်ခုနှင့်တစ်ခု ဆက်စပ်မှုမရှိ၊ ဟိုခုန်လိုက် သည်ခုန်လိုက် ဖြစ်နေတတ်ပါသည်။ စစ်ဘုရင်ကစားပွဲမှ မြင်း ရုပ်ကဲ့သို့ တစ်ကွက်ကျော် ကွေ့ ကောက်ရွေ့ လျားနေလေသည်။

မေးခွန်းများ၏ လိုရင်းအဖြေကို မပေးတတ်၊ မပြည့်စုံသော အဖြေများကိုသာ ပေးတတ်သည်။ စကားပုံ၏ အဓိပ္ပာယ်ကို မေးကြည့်သောအခါ လိုရင်းကို မဖြေတတ်၊ အရာဝတ္ထု၏ သဘော၊ သို့မဟုတ် အလွဲလွဲအမှားမှားများကိုသာ ဖြေတတ်ပါ သည်။

မိမိ၏ အတေးများ လမ်းခုလတ်တွင် ရပ်သွားသလို ခံစားရ ပါသည်။ တစ်စုံတစ်ယောက်က မိမိ၏ အတေးများကို ခေါင်း ထဲက ယူသွားသလို ခံစားရပါသည်။ ခေါင်းထဲက အတေးများ သူများယူသွားသဖြင့် 'ဟာ'ပြီး ကျန်ခဲ့သည်ဟု ပြောကြလေ သည်။

မိမိ၏ ခေါင်းထဲသို့ ပြင်ပမှ အတေးများ ထည့်သွင်းခံရသည် ဟု ထင်တတ်ကြပြန်ပါသည်။ တစ်စုံတစ်ယောက်က တစ်နည်း နည်းဖြင့် ပြင်ပမှ အတေးများ ထည့်သွင်းခံရသဖြင့် အဘူး များသည် တစ်ပါးသူ၏ အတေးများသာ ဖြစ်သည်ဟု ပြောကြ လေသည်။

ကျွန်တော်အတွေးကို သူများတွေ့သိကုန်ပြီ။ ကျွန်တော် ဘာတွေးတွေး မလွတ်လပ်တော့၊ တွေးသမျှ ပတ်ဝန်းကျင်က သိနေသည်။ ထို့ကြောင့် ဘာမှ မတွေးရဲပါ' ဟု ပြောသူများ လည်း ရှိပါသည်။

မိမိက တစ်စုံတစ်ခုကို ပြုလုပ်မည် စိတ်ကူးတိုင်း ထိုစိတ်ကူး ကို အခြားလူများ သိကုန်သဖြင့် စိတ်ပျက်၍ လက်လျှော့ရသူ များလည်း ရှိပါသည်။

တစ်ခါတလေ စကားအသစ်အဆန်းများ ပြောတတ်သည် (Meologism) ကားလုံးများ၊ အတွေးအခေါ်များ၊ ခံယူချက်များကို ပေါင်းစပ်ဘတ်ပါသည်။ သူတို့ပြောသော စကားများမှာ တစ်ခါမှ မကြားဖူးသော စကားများဖြစ်၍ ဘယ်သူမှ နားမလည်ချေ။

၃။ ခံစားမှုများ ပြောင်းလဲခြင်း

ခံစားမှုများ ပြောင်းလဲသွားတတ်သည်။ ယခင်က ချစ်ခင် ခဲ့သော လူများကို ချစ်ခင်မှုမပြတော့ချေ။ ဝမ်းသာစရာဝမ်းနည်း စရာများ၊ စိတ်လှုပ်ရှားစရာများ၊ ဒေါသထွက်စရာများ၊ ကြုံတွေ့ရသော်လည်း မတုန်မလှုပ် ဖြစ်နေတတ်ပါသည်။ ခံစားမှု မရှိတော့ချေ။

အကြောင်းမရှိဘဲ လူတစ်ယောက်ကို ရိုက်နှက်တတ်သည်။ ရိုက်နှက်ပြီး ဘာမှမဖြစ်သလို (ခံစားမှုမပြဘဲ) နေတတ်သည်။

တစ်ယောက်တည်း တစ်နေရာမှာ အကြာကြီးသွားနေတတ်သည်။ ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် ကင်းကွာ၍ မလှုပ်မရွှား ဖြစ်နေတတ်

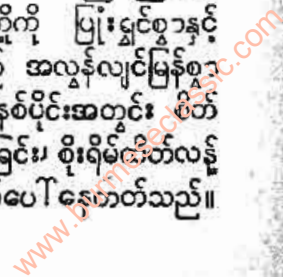
သည်။ တချို့ လူနာများမှာ မိုးရွာထဲ နေပူထဲတွင် တစ်ယောက်တည်း အိပ်နေသည်ကိုလည်း တွေ့ရပါသည်။ တချို့ သစ်ပင်ပေါ်တက်၍ ၂၇က် ၃ ရက်နေသည်ကိုလည်း တွေ့ဖူးပါသည်။

လူသတ်မှုဖြစ်စေ၊ အခြား ရာဇဝတ်မှု တစ်ခုခုဖြစ်စေ၊ ကျူးလွန်ပြီးနောက် ဘာမှ မဖြစ်သကဲ့သို့ ခံစားမှုမပြဘဲ နေတတ်လေသည်။

၄။ မဆီလျော်သော ခံစားမှုများဖြစ်ပေါ်ခြင်း

ဝမ်းသာစရာ မရှိဘဲ ဝမ်းသာခြင်း၊ အကြောင်းမဲ့ တခပ်ခစ်ရယ်မောနေခြင်း၊ အကြောင်းမဲ့ တစ်ယောက်တည်း ပြုံးနေခြင်း၊ အကြောင်းမဲ့ ငိုခြင်း၊ အကြောင်းမဲ့ ဒေါသထွက်ခြင်း စသည်ဖြင့် မဆီလျော်သော ခံစားမှုများ ဖြစ်ပေါ်တတ်သည်။ ပျော်စရာတွေ့လျှင်ဝမ်းနည်းခြင်း၊ ဝမ်းနည်းစရာတွေ့လျှင် ပျော်ရွှင်နေခြင်း စသည်တို့လည်း ဖြစ်ပေါ်တတ်သည်။ ဝမ်းနည်းစရာအကြောင်း တစ်ခုကို ပြောပြနေသော်လည်း မျက်နှာအမူအရာက ပြုံးရွှင်နေသည်။ ပျော်စရာအကြောင်းများကို ပြောပြနေရင်း ငိုယိုသည်လည်း ရှိပါသည်။

လူတစ်ယောက်က သူ့ကို ဘယ်လို မကောင်းကြံကြောင်း၊ သေကြောင်း ကြံစည်ကြောင်း စသည်တို့ကို ပြုံးရွှင်စွာနှင့် ပြောပြတတ်သည်။ စိတ်ခံစားမှုများသည် အလွန်လျင်မြန်စွာ ပြောင်းလဲနေတတ်သည်။ စက္ကန့်ပိုင်း မိနစ်ပိုင်းအတွင်း စိတ်ဆိုးခြင်း၊ စိတ်ဓာတ်ကျခြင်း၊ အလွန်ပျော်ခြင်း၊ စိုးရိမ်ထိတ်လန့်ခြင်း စသည်တို့ ဆက်ကာဆက်ကာ ဖြစ်ပေါ်နေတတ်သည်။



သူ၏ အပြုအမူများနှင့် စိတ်ခံစားမှုများသည် ဆီလျော်မှု လုံးဝမရှိချေ။ သရော်ပြုံး မချိုပြုံးများ ပြုံးတတ်သည်။ စိတ် လှုပ်ရှားမှုကို တုံ့ပြန်သော ခန္ဓာကိုယ် လှုပ်ရှားမှုများသည် မဆီ လျော်။ အနည်းငယ် လှုံ့ဆော်ရုံနှင့် ပြင်းထန်စွာ ပေါက်ကွဲ တတ်သည်။ ပြင်းထန်စွာ လှုံ့ဆော်သော်လည်း 'တုံ့ပြန်မှုက အလွန်နည်းသည်။ အကြောင်းမရှိဘဲ ဒေါသထွက်နေခြင်း၊ ကြမ်းတမ်းခြင်း၊ သို့မဟုတ် ပြင်းထန်စွာ ကြောက်ရွံ့ခြင်းတို့သည် အလိုလို ဖြစ်ပေါ်လာတတ်သည်။

လူတစ်ဦးကို တစ်ချိန်တည်းမှာ ချစ်ခြင်းမုန်းခြင်းဖြစ်တတ် သည်။ စိတ်ထဲတွင် ချီတိုချတုံ ဖြစ်နေတတ်သည်။

၅။ အပြုအမူများနှင့် လှုပ်ရှားများ ဖောက်ပြန်ခြင်း

လူနာ၏ အပြုအမူသည် ခါတိုင်းနှင့် မတူချေ။ တစ်မျိုး တစ်ဖုံ ပြောင်းလဲနေသည်။ သူ့ကို ကြည့်ရသည်မှာ ခါတိုင်းနှင့် မတူ၊ တစ်မျိုးပဲ ဟု ဆွေးမျိုးများက မှတ်ချက်ချကြသည်။ မျက်နှာအမူအရာ အမျိုးမျိုး လုပ်ပြခြင်း၊ ပြောင်ပြခြင်း၊ လျှာ ထုတ်ပြခြင်း တစ်ခုခုကို ထပ်တလဲလဲ လုပ်ပြနေခြင်း စသည်တို့ ရှိတတ်သည်။

အချို့မှာ ခဏမျှ လုံးဝငြိမ်သက်နေတတ်သည်။ လှုပ်ရှားမှု လုံးဝမရှိ၊ ထိုအပြုအမူသည် မိနစ်ပိုင်းမျှ ကြာတတ်သည်။ အလို အလျောက် ရိုသေမှုပြုခြင်း၊ လက်ချောင်း ခြေချောင်းများ သည် ဖယောင်းကဲ့သို့ ပျော့ပျောင်းနေပြီး ကြိုက်သလိုပုံသွင်း

ယူနိုင်ခြင်း၊ သူများပြောသမျှ လိုက်ပြောခြင်း၊ သူများလုပ် သမျှ လိုက်လုပ်ခြင်း စသည်တို့လည်း ရှိတတ်သည်။

အကြောင်းအရာတစ်ခုခုကို အမြဲတန်းပုံသေပြောလေ့ရှိခြင်း ၊ တစ်စုံတစ်ခုသော ကိုယ်ဟန်အနေအထားဖြင့် အမြဲတန်းပုံသေ နေလေ့ရှိခြင်း၊ ခေခိုင်းသည်ကို မနာခံခြင်း သို့မဟုတ် ပြောင်း ပြန်လုပ်ခြင်း စသည်တို့မှာလည်း ထင်ရှားသော လက္ခဏာများ ဖြစ်ကြလေသည်။

ကြမ်းတမ်းခြင်း၊ ရုန်းရင်းဆန်ခတ်လှုပ်ခြင်း၊ ပြေးလွှားနေ ခြင်း၊ ကခြင်း၊ ခုန်ခြင်း၊ ဂနာမငြိမ်ခြင်း၊ ပစ္စည်းများကို ဖျက် စီးခြင်း၊ မီးရှို့ခြင်း၊ အဝတ်အစား မဝတ်ဘဲ နေခြင်း၊ အဝတ် အစား ညစ်ပတ်ခြင်း၊ တစ်ကိုယ်ရည် သန့်ရှင်းမှု မပြုလုပ်ခြင်း တို့ကိုလည်း တွေ့ရပါသည်။

၆။ ယုံကြည်လွဲမှားမှုဖြစ်ပေါ်ခြင်း၊ သံသယရှိခြင်း

ယုံကြည်လွဲမှားမှု ဆိုသည်မှာ မှားယွင်းသော အကြောင်း အရာ တစ်ခုကိုအမှန်ဟု စွဲစွဲမြဲမြဲ ယုံကြည်နေခြင်းကို ခေါ်သည်။ လူနာ၏ ပညာအရည်အချင်း မိရိုးဖလာခလေ့တို့နှင့် နှိုင်းယှဉ်၍ ရှင်းလင်းပြောပြသော်လည်း မှားသော ယုံကြည်မှုကို မစွန့် လွှတ်ချေ။

ယုံကြည်လွဲမှားခြင်းများကို စင်စစ်ဖရီးနီးယားဝေဒနာတင် တွေ့ရလေ့ရှိသည်။ အများအားဖြင့် လူအများက ကိုယ်ကို မကောင်းကြသည်ဟု ပြောလေ့ရှိကြသည်။ ယုံကြည်လွဲမှား ခြင်း နှစ်မျိုးရှိသည်။

(က) အရင်းခံ ယုံကြည်လွဲမှားခြင်း (Primary Delusion)

တစ်စုံတစ်ခုသော အဘေးသည် စိတ်ထဲမှ ဖြုန်းခနဲ ဖြစ်ပေါ်လာပြီး ထိုအတွေးအတိုင်း ဖြစ်တော့မည်ဟု တထစ်ချ စွဲစွဲမြဲမြဲ ယုံကြည်ခြင်းများ ဖြစ်တတ်ပါသည်။ ဖြုန်းခနဲ မိမိကိုယ်ကို ဘုရားအလောင်းစကြာမင်း၊ သိကြားမင်း၊ ဘိုးတော်စသည်ဖြင့် စွဲမြဲယုံကြည်သူများလည်း ရှိပါသည်။ တစ်စုံတစ်ခုသော အဖြစ်အပျက် တစ်စုံတစ်ခုသော မြင်ကွင်းသည် အလွန်အရေးကြီးသည်ဟု အတိတ်နိမိတ်ကောက်လေ့ ရှိသည်။

ပုံစံ- သူ့နာ တစ်ယောက်သည် ကန်တော်ကြီးတွင် ရေဆင်းချိုးပြီးနောက် တစ်ကမ္ဘာလုံး ငြိမ်းချမ်းတော့မည်ဟု စွဲမြဲစွာ ယုံကြည်လေသည်။

(ခ) တစ်ဆင့်ခံယုံကြည်လွဲမှားခြင်း (Secondary Delusions)

အလိုလိုဖြစ်ပေါ်လာသော အကြောင်းအရာများကို တစ်ဆင့်ခံ၍ သို့မဟုတ် ခံစားရသော လက္ခဏာများကို တစ်ဆင့်ခံယူ၍ ယုံကြည်လွဲမှားမှုများဖြစ်ပေါ်ပြန်ပါသည်။ အထူးသဖြင့် သူများက ကိုယ့်ကိုမကောင်းကြံသည်ဟုယုံကြည်တတ်လေသည်။ ပြုစားသည်၊ ကဲ့ရဲ့သည်၊ သတ်ဖို့ ချောင်းမြောင်းနေသည်၊ အဆိပ်ခတ်သည်၊ စက်ကိရိယာတစ်ခုခုဖြင့် ဘေးဥပဒ်ဖြစ်အောင် ပြုလုပ်သည်၊ ဇနီး ခင်ပွန်း ဖောက်ပြန်သည်၊ သူတစ်ပါးနှင့် ပူးပေါင်း၍ ကြံစည်သည်၊ ထောက်သွမ်းစုံစမ်းမှုများ ပြုလုပ်နေသည် စသည်ဖြင့် အမျိုးမျိုး ယုံကြည်လွဲမှားကြလေသည်။

မိမိနှင့် နီးစပ်သူများကို သံသယ ရှိတတ်လေသည်။ အိမ်ရှေ့က လူတစ်ယောက် ဖြတ်သန်းသွားလျှင် မိမိကို စောင်းမြောင်းသွားသည်။ လူနှစ်ယောက် သုံးယောက်စုပြီးစကားပြောနေသည်ကို မြင်လျှင် မိမိအကြောင်း ပြောနေသည်ဟု သံသယရှိသည် ရေဒီယိုမှ သီချင်းလွှင့်သည်ကို မိမိကို စောင်းမြောင်း၍ သီချင်းဆိုသည်ဟု သံသယရှိတတ်သည်။

တစ်ခါတစ်ရံ ယုံကြည်လွဲမှားမှုများသည် စနစ်တကျ တည်ဆောက် ထားပုံမျိုး ပြောပြတတ်သည်။ ခန္ဓာကိုယ်တွင် ဖောက်ပြန်နေသည်ဟု ယုံကြည်တတ်သည်။ ထိုဖောက်ပြန်မှုကို သေသေချာချာ ဆန်းစစ်ကြည့်သောအခါ မနေမရာ ဟိုလိုလိုဒီလိုလို ဖြစ်နေကြောင်း တွေ့ရသည်။ တိတိကျကျ ပြောမပြနိုင်ချေ။

မိမိ၏ အတွေး၊ လှုပ်ရှားမှု၊ ခံစားမှု စသည်တို့ ပြင်ပတစ်နေရာမှ လွှမ်းမိုးထားသည်။ ကြိုးကိုင်ထားသည်။ ချုပ်ချယ်ထားသည်ဟု ယုံကြည်တတ်သည်။ ဤယုံကြည်မှုမှာ စင်စစ်ဇီဝနီးယား ရောဂါ၏ အထောက်အကူပြု လက္ခဏာတစ်ခုဖြစ်သည်။

လှုံ့ဆော်မဲ့ အသံကြားခြင်းကို ခူတည်၍ ခန္ဓာကိုယ် ဖောက်ပြန်ပျက်စီးနေသည်။ ရောဂါတစ်ခုခု ဖြစ်နေသည်ဟု ယုံကြည်ခြင်းသည်လည်း ထိုရောဂါ၏ အထောက်အကူပြု လက္ခဏာတစ်ခုဖြစ်သည်။

ဘာသာစကား နားမလည်မှုကြောင့်လည်းကောင်း၊ ရိုးရာလေ့များ မတူသောကြောင့်လည်းကောင်း၊ ယုံကြည်လွဲမှားမှုများကို တိတိကျကျ ပြောမပြတတ်သူများလည်းရှိကြလေသည်။

ယုံကြည်လုံခြုံမှု ရှိနေသော လူနာနှင့် ငြင်းခုံရန် မသင့်တော်။
ဖျောင်းဖျာပြောဆိုမှုသာ ပြုလုပ်သင့်ပါသည်။

၇။ လှုံ့ဆော်မဲ့ အာရုံသိမှုများ (Hallucinations)

စင်္ကြာပန်းနီယားရောဂါတွင် လှုံ့ဆော်မဲ့ အာရုံသိမှု အမျိုးမျိုးဖြစ်နိုင်ပါသည်။ သို့သော် လှုံ့ဆော်မဲ့ အသံကြားခြင်းသည် အထင်ရှားဆုံး လက္ခဏာ ဖြစ်သည်။

လှုံ့ဆော်မဲ့ အသံကြားခြင်းသည် သတိကောင်းစွာ ရှိနေချိန်တွင် ကြားရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ စကားပြောသံအမျိုးမျိုးကို ကြားနိုင်ပါသည်။ သို့သော် ကိုယ်ဘာလုပ်လုပ် ဝေဖန်နေသည့်အခါ - စားရင် စားပြန်ပြီ၊ အိပ်ရင် အိပ်ပြန်ပြီ၊ တွေးရင် တွေးပြန်ပြီ၊ စသည်တို့သည် အထောက်အကူပြု လက္ခဏာ ဖြစ်သည်။

လူနှစ်ယောက် သုံးယောက်က ကိုယ်အကြောင်း သူ၏အချင်းချင်း ပြောနေသည့် ကိုယ်စဉ်းစားသည်ကို ကိုယ်ပြန်ကြားရလျှင်သာ ရောဂါအတွက် ထောက်ပြုသည်ဟု ရှုနိုင်ပါသည်။ (Schneider) က ဆိုလေသည်။ တစ်စုံတစ်ယောက်က အမြီးပေးနေသည့်ကြားရပြီး ထိုအမိန့်အတိုင်း လိုက်နာဆောင်ရွက်နေရပါသည်ဆိုလျှင်လည်း ရောဂါဖြစ်နိုင်သည်။

ကြားရသော အသံသည် ခေါင်းထဲက ဖြစ်စေ၊ နားထဲက ဖြစ်စေ၊ ဗိုက်ထဲက ဖြစ်စေ၊ ခြေထောက်က ဖြစ်စေ၊ ခန္ဓာကိုယ်၏ အပြင်ကဖြစ်စေ၊ အပေါ်ကဖြစ်စေ၊ အောက်ကဖြစ်စေ၊ အနီးကဖြစ်စေ၊ အဝေးကဖြစ်စေ၊ ကြားနိုင်ပါသည်။

တချို့ကတိရစ္ဆာန်များအော်မြည်သံကိုကောင်းပြောသံအဖြစ် ကြားရလေသည်။ ရေပိုက်မှ ရေကျသံကိုလည်း ကောင်းပြောသံအဖြစ်ကြားရလေသည်။ မန္တလေးမှစကားပြောသည့်ကိုရန်ကုန်မှ ကြားခြင်း၊ ရန်ကုန်မှစကားပြောသည့်ကို လန်ဒန်မြို့မှကြားခြင်း စသည့် နယ်လွန်လှုံ့ဆော်မဲ့အာရုံသိမှုများလည်း ရှိပါသည်။

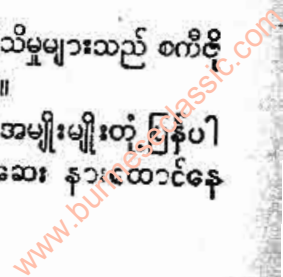
ကြားရသော အကြောင်းအရာများမှာ အမျိုးမျိုးဖြစ်နိုင်ပါသည်။ တရားဟောသံမှသည် ဆဲသံအထိ ကြားနိုင်ပါသည်။ ကြားရသောအချိန်မှာလည်း ပြတ်တောင်း ပြတ်တောင်းမှသည် အဆက်မပြတ်တောက်လျှောက်ကြားနေရတတ်ပါသည်။ နေ့ညအချိန်မရွေး ကြားနိုင်ပါသည်။ အသံတိုးတိုးမှသည် ဆူညံစွာအထိ ကြားရသည်။

အသံကြောင့် အနှောင့်အယှက် ဖြစ်သည်လည်း ရှိသည်။ အနှောင့်အယှက်မဖြစ်ဘဲ မိတ်ဆွေသဘော လက်ခံနေသည်လည်း ရှိပါသည်။

လှုံ့ဆော်မဲ့ အသံကြားနေခြင်းသာမက လှုံ့ဆော်မဲ့ မြင်ခြင်း၊ အနံ့ရခြင်း၊ အတွေ့အထိခံစားရခြင်း၊ အရသာခံစားရခြင်း၊ လေထဲပျံသလိုခံစားရခြင်း၊ ဝမ်းဗိုက်ထဲမှ ဓာတ်လိုက်သလိုခံစားရခြင်း၊ ပြင်းစွာနာကျင်ခြင်းစသည်တို့ကိုလည်း အာရုံသိနိုင်ပါသည်။

လိင်ဆက်ဆံမှုနှင့်ပတ်သက်သော အာရုံသိမှုများသည် စင်္ကြာပန်းနီယား ဝေဒနာတွင် ဖြစ်တတ်ပါသည်။

လှုံ့ဆော်မဲ့ အာရုံသိမှုများအပေါ် အမျိုးမျိုးတုံ့ပြန်ပါသည်။ အသံကြားသည်ကို အေးအေးဆေးဆေး နားထောင်နေ



ခြင်း၊ အသံနှင့်စကားပြန်ပြောခြင်း၊ စိတ်ဆိုးခြင်းအသံခိုင်းသမျှ လိုက်လုပ်ခြင်းစသည်ဖြင့် အမျိုးမျိုးတို့ ပြန်ကြလေသည်။

လို့ ဆော် မဲ့ မြင်ခြင်းနှင့် အနံ့ရခြင်းတို့သည် ဦးနှောက် ထောင့်များတွင် ပိုမိုဖြစ်တတ်လေသည်။

ထောင့်ဖြစ်သော အကြောင်းရင်းများ

မျိုးရိုးဗီဇ၊ ပတ်ဝန်းကျင်၊ စိတ်ဆင်းရဲမှုများနှင့် ခန္ဓာကိုယ် ဖောက်ပြန်မှုများကြောင့် စိတ်ထောင့်များရကြလေသည်။ ဤ ထောင့်သည်လည်း အထက်ပါ အကြောင်းများ အချင်းချင်း ဆက်စပ်ပေါင်း၍ ဖြစ်လာရပါသည်။

(က) မျိုးရိုး

ဂေါမင်းနှင့်ရှိုး (Gottes mane and Shields) တို့ကမျိုးရိုး ကြောင့် ဖြစ်သည်ဟု ဆိုကြလေသည်။ မျိုးရိုးကြောင့် ဧကီဇိုဖရီး နီးယား ထောင့်ဖြစ်ရကြောင်း သက်သေပြရန် အမြားပူးများကို လေ့လာကြပါသည်။ Heston က ဧကီဇိုဖရီးနီးယား လူနာများ မှ မွေးဖွားသော ကလေး ၄၇ ယောက်နှင့် လူကောင်းများမှ မွေးဖွားသော ကလေး ၅၀ တို့ကို တစ်နေရာတွင် စုဝေးထား၍ ပြုစုပြီး လေ့လာကြည့်ရာ စကီဇိုဖရီးနီးယား လူနာများမှ မွေးဖွားသော ကလေးများတွင် စကီဇိုဖရီးနီးယားထောင့် ပိုမိုဖြစ်ပွားကြောင်း တွေ့ရှိရလေသည်။

ထို့ကြောင့် မျိုးရိုးကြောင့် ထောင့်ဖြစ်သည်ဟု ယူဆကြလေသည်။

မျိုးရိုးလိုက်နှုန်းများ....

လူနာ၏မိဘ		၅	ထိုင်ခုံနှုန်း
လူနာ၏မွေးချင်းများ	၈	၃	ထိုင်ခုံနှုန်း
လူနာ၏သားသမီး	၁၂	၃	ထိုင်ခုံနှုန်း
လူနာ၏ဦးလေးနှင့်အဒေါ်များ		၂	ထိုင်ခုံနှုန်း
လူနာ၏ တူ၊ တူမများ	၂	၂	ထိုင်ခုံနှုန်း
လူနာ၏ဝမ်းကွဲများ		၃	ထိုင်ခုံနှုန်း
သားဥတူအမြွှာပူး	၅၇	၇	ထိုင်ခုံနှုန်း
သားဥမတူအမြွှာပူး		၁၂	ထိုင်ခုံနှုန်း
သာမန်လူများတွင်		၁	ထိုင်ခုံနှုန်း

သာ ဖြစ်ပွားနိုင်သည်။

ဗီဇ

(က) ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး

မွေးရာပါစကီဇိုက် (Schizoid) ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးရှိသူ များသည် စကီဇိုဖရီးနီးယားထောင့် ဖြစ်တတ်လေသည်။ စကီဇိုက် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးဆိုသည်မှာ အတွင်းစွဲ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး တစ်မျိုးဖြစ်၏။ အရှက်အကြောက်ကြီးခြင်း၊ စကားနည်းခြင်း၊ အပေါင်းအသင်းနည်းခြင်း၊ တစ်ဦးတည်းနေလေ့ရှိခြင်း၊ စိတ်ကူးယဉ်ခြင်း မည်သည့်အရာကိုမျှ မည်မည်ရရ ဝါသနာမပါခြင်း၊ အားကစားလိုက်စားမှု နည်းခြင်း စသည်တို့ဖြစ်တတ်လေသည်။

(ခ) ခန္ဓာကိုယ်တည်ဆောက်မှု

ပိန်ပိန်ပါးပါး အရပ်ရှည်ရှည် ခါးကိုင်ကိုင် အိုစာရုပ် ပေါက်နေသော ခန္ဓာကိုယ်တည်ဆောက်မှု ရှိသူများ (Asthenic Body Build) သည် ဤရောဂါ ဖြစ်တတ်သည်ဟု ဂရက်မာ (Kretschmer) က ဆိုသည်။

ဗလကောင်းကောင်း အားကစားသမား ကိုယ်ဟန် အနေအထားရှိသူများ (Athletic-Body Build) သည်လည်း ရောဂါ ဖြစ်တတ်လေသည်။

ပူပူဝဝ ဂင်တိုတို ဗိုက်ရွဲ့ရွဲ့ လည်ပင်းတိုတို ခြေထောက်နှင့် လက်တိုသော ပန်နစ် (Pyknic Body Build) ခန္ဓာကိုယ်တည်ဆောက်မှုရှိသူများသည် စိတ်ကြွစိတ်ကျရောဂါ ဖြစ်တတ်လေသည်။

ပတ်ဝန်းကျင်

ပတ်ဝန်းကျင်ဟုဆိုရာ၌ မိသားစုပတ်ဝန်းကျင်ကို ဆိုလိုပါသည်။ မိသားစု ပတ်ဝန်းကျင်တွင် မိဘက သားသမီးအပေါ် ဆက်ဆံပုံသည် အရေးကြီးသောအခန်းကဏ္ဍဖြစ်ပါသည်။

ဘေဆင် (Bateson) ၏ အမြင်

Bateson ဘေဆင်၏ လေ့လာချက်အရ မိဘက သားသမီးကို စကားပြောရာ၌ တိကျပြတ်သားမှု မရှိဘဲ စကားနှစ်ခွဲခြေခြင်း၊ ပါးစပ်က လုပ်ပါဟု ပြောသော်လည်း မျက်နှာအမူအရာ

က ဟန်တားလိုခြင်း စသော ဆက်ဆံမှုများသည် ကလေးကို စိတ်ရှုပ်ထွေးစေပြီး စိတ်ဓာတ်ပါဌာ ရတတ်သည်ဟု ဆိုပါသည်။

ထို့ကြောင့် တိကျခိုင်မာသော စကားများကို ပြောရပါမည်။ ကလေးကို ဇဝဇဝါဖြစ်အောင်မပြောသင့်၊ မလုပ်သင့်၊ ဘာလုပ်လုပ် အပြစ်ဖြစ်မှာပဲ ဟူသော အတွေးမျိုးကလေးတွင် မရှိသင့်ချေ။

လစ် (Lidz) ၏ အမြင်

မိဘ အချင်းချင်း ဆက်ဆံမှုနှင့် မိဘနှင့် ကလေး ဆက်ဆံမှုများသည် ပုံမှန်အနေအထားတွင် ရှိရန် အရေးကြီးပါသည်။ အိမ်ထောင်ကို ဖခင်ကဦးဆောင်မည်၊ မိခင်က အိမ်ထောင်ထိန်းသိမ်းမည်၊ မိဘနှင့် သားသမီး ဆက်ဆံရာတွင် နားလည်မှုရှိသည်။ မှန်ကန်သည်ဆိုပါက စိတ်ဓာတ်ပါဌာ မဖြစ်တတ်ပါ။

ဖခင်က အလွန်ပျော့ညံ့သည်၊ အေးဆေးလွန်းသည်၊ ဦးဆောင်မှုမပေး၊ မိခင်က အစစအရာရာ သြဇာလွှမ်းမိုးထားသည်၊ စကားသိမ်ပြောသည်၊ နေရာတကာပါသည်၊ စိုးရိမ်စိတ်လွန်ကဲသည်၊ ကလေးကို ဘာမှ လွတ်လပ်ခွင့်မပေး စသော ဆက်ဆံမှုများ ရှိလာပါက ကလေး၏ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ထိခိုက်စေပြီး စိတ်ဓာတ်ပါဌာ ဖြစ်တတ်သည်။

ဝင်းနှင့်ဆင်ဂါ (Wynne and Singer) တို့၏ အမြင်

ဝင်းနှင့်ဆင်ဂါတို့က မိဘများတွေးခေါ်ပုံနှင့် စကားပြောပုံတို့ကို လေ့လာကြပြီး သူတို့ လေ့လာချက်အရ မိဘများတွေး

၁၁၈ ခေါက်စာအုပ်များစောင်

ခေါ်ပုံနှင့် စကားပြောပုံမှာ ရှင်းလင်းပြတ်သားမှုရှိ၊ ရှုပ်ရှုပ် ထွေးထွေးနှင့် နားလည်ရခက်ခဲကြောင်း တွေ့ရလေသည်။ ဤကဲ့သို့သော အိမ်ထောင်စုတွင် ကြီးပြင်းလာရသော ကလေး သည် စိတ်ရောဂါ ဖြစ်တတ်ကြောင်း တင်ပြကြလေသည်။

ထို့ကြောင့် မိဘများသည်ကလေးများကို စကားပြောရာ၌ ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာ ပြောရပါမည်။ နားဝင်အောင် အေးအေးဆေးဆေးပြောသင့်လေသည်။

မိခင်နှင့် ကွဲကွာမှုများ

မိခင်နှင့်ကွဲကွာမှုရာဇဝင်ကို စကီဇိုဖရီးနီးယား လူနာများ တွင်ပိုမိုတွေ့ရှိရလေသည်။ ၎င်းပြင် မိခင်က စွန့်ပစ်ခြင်း၊ ဂရုစိုက် လွန်းခြင်း၊ အိမ်ထောင်စုပြိုကွဲခြင်း၊ မိဘများကွဲကွာသွားခြင်း စသည်တို့မှာလည်း စကီဇိုဖရီးနီးယားလူနာများတွင် သာမန်လူ များထက် ပို၍ဖြစ်ကြလေသည်။

လူမှုအဆင့်အတန်း

နိမ့်ကျသောလူမှုအဆင့်အတန်းမှ လူများသည် စကီဇိုဖရီး နီးယားရောဂါ ပိုမိုဖြစ်ကြောင်း တွေ့ရလေသည်။ လူမှုအဆင့် အတန်းနိမ့်ကျမှုသည် ရောဂါကိုဖြစ်စေသလော၊ ရောဂါဖြစ်သ ဖြင့် အဆင့်အတန်း နိမ့်ကျသွားခြင်း ဟူသော ပြဿနာတွင် ရောဂါဖြစ်သဖြင့် လူမှုအဆင့်အတန်း နိမ့်ကျသွားသည်ဟုဆိုသူ များလည်းရှိကြပါသည်။

ဇီဝ ဓာတုပေးကန်ပြန်မှု (Bio Chemical Abnormalities)

ဂျက်ဆင် (Gjesing) ၏တွေ့ရှိချက်

နိုက်ထရိုဂျင်ဓာတ်၊ ဇီဝအတွင်းဖြစ်ပျက်မှုပေးကန်ပြန်သဖြင့် စကီဇိုဖရီးနီးယား ရောဂါဖြစ်သည်ဟု ဆိုလေသည်။ နိုက်ထရို ဂျင်ဓာတ် အတက်အကျကို လိုက်၍ စိတ်ရောဂါ အတက်အကျ ဖြစ်ရလေသည်။ နိုက်ထရိုဂျင်ဓာတ်ကို လျော့ပေးလျှင် ရောဂါ သက်သာကြောင်း တွေ့ရသည်။

ဇီဝတွင်း ဖြစ်ပျက်မှုများကြောင့် ချောက်ချားစေသော ဓာတ်တစ်မျိုး ထွက်ပေါ်လာပြီး ရောဂါရသည်ဟု ပညာရှင် အများ အပြားက ယူဆကြပါသည်။ လူနာ၏ သွေးကို လူကောင်းတစ်ယောက်အတွင်းသွင်းပေးလျှင်ရောဂါရကြောင်း တွေ့ရလေသည်။

အချို့ တွေ့ရှိချက်များမှာ ဇီဝဓာတုပစ္စည်းများနှင့် အင်ဒို ကရိုင်း အလုပ်များသည် ပုံမှန်၏အထက်၊ သို့မဟုတ် အောက်သို့ ရောက်နေလျှင် ရောဂါရတတ်ပြီး ရောဂါသက်သာသွားမှသာ ပုံမှန်သို့ ပြန်ရောက်သည်ဟု ဆိုပါသည်။ ပုံစံ-ဇီဝဓာတုဗေဒ ပစ္စည်း - ဆာရိုတင်နစ် (Serotonin) ပေးကန်ပြန်မှု။

အချို့က ဦးနှောက် တစ်နေရာရာတွင် ရောဂါရသဖြင့် စကီဇိုဖရီးနီးယား ဖြစ်ရသည်ဟု ယူဆလေသည်။

ပံ့ပိုးပေးမှုများ

အဖျားအနာများ၊ ခေါင်းဒဏ်ရာရမှုများ၊ ကလေးမီးဖွားခြင်း စိတ်ဆင်းရဲမှုများ၊ လူမှုရေးပြဿနာများ၊ အရက်သောက်စားမှု စသည်တို့သည် ရောဂါဖြစ်ရန် ပံ့ပိုးပေးလေသည်။

အချုပ်ဆိုရသော် ရောဂါဖြစ်ရခြင်း အကြောင်းရင်းသည် ရိုးရိုးဗီဇ အခြေခံရှိရာတွင် ပတ်ဝန်းကျင်အကြောင်း အမျိုးမျိုး (အဆင်မပြေသော ကလေးဘဝ အတွေ့အကြုံများ၊ မိဘများ၏ သဘောထား၊ နာမကျန်းမှု၊ ခေါင်းဒဏ်ရာရမှု၊ အဆိပ်အတောက်သင့်မှုနှင့် စိတ်ဆင်းရဲမှုများ) ကြောင့် ဖြစ်နိုင်သည်။

မျိုးရိုးဗီဇကြောင့် ဇီဝဓာတုဗေဒ ဖောက်ပြန်မှုများ ဖြစ်ပါသည်။

ရောဂါသတ်မှတ်ချက်

ဂျာမနီ စိတ်ကုဆရာဝန်ကြီး ရှနိုင်းဒါး (Schneider) က ပထမတန်းစား လက္ခဏာများ တင်ပြခဲ့ပါသည်။ ၎င်းတို့မှာ-

- ၁။ မိမိဘာလုပ်လုပ် ဝေဖန်သံကြားရခြင်း၊ မိမိလုပ်သမျှ အကောင်းအဆိုး ဝေဖန်နေသံကြားရလေသည်။
- ၂။ လူနှစ်ယောက် သို့မဟုတ် လတစ်စု သူတို့အချင်းချင်း မိမိအကြောင်း ပြောနေသံငြင်းခုန်နေသံကြားရခြင်း။
- ၃။ မိမိစဉ်းစားသည်ကို အသံအဖြစ် နားတွင် ပြန်ကြားရခြင်း။
- ၄။ မိမိ၏ အတွေးများကို အခြားလူများက သိကုန်သည် ထင်ခြင်း။

မိမိတွေးသလိုအခြားလူများတွေးသည်၊ အတွေးချင်း တူညီသည်ဟု ယူဆခြင်း၊ မိမိ၏ အတွေးများ ပတ်ဝန်းကျင်သို့ ပျံ့နှံ့ထွက်သွားသည်၊ ပတ်ဝန်းကျင်က သိကုန်သည် ထင်ခြင်း။

၅။ မိမိ၏ ခေါင်းထဲသို့ ပြင်ပမှ အတွေးများ အထည့်ခံရသည် ထင်ခြင်း၊ ခေါင်းထဲမှ အတွေးများသည် ကိုယ်ပိုင်အတွေးများမဟုတ် အခြားသူများ၏ အတွေးများဖြစ်သည်ဟု ယူဆလေသည်။

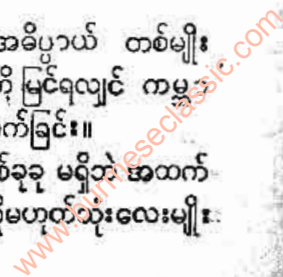
၆။ ခေါင်းထဲမှ မိမိ၏ အတွေးများကို အခြားသူများက ထုတ်နှုတ် ယူသွားသည် ထင်ခြင်း၊ ခေါင်းထဲတွင် ဘာအတွေးမှ မရှိတော့၊ တွေးလျှင် မရတော့ အတွေးများကို သူများယူသွားသည်ဟု ပြောကြသည်။

၇။ မိမိ၏ အတွေးခံစားမှု လှုပ်ရှားမှု အားလုံးတို့ကို တစ်စုံတစ်ခုက လှမ်းမိုးချုပ်ကိုင်ထားသည်၊ ယုံကြည်ခြင်း၊ မိမိသည်ရုပ်သေးရုပ်နှင့် သဏ္ဍာန်တူပြီးသူတစ်ပါး ကြီးဆုံးရာ ကရသည်ဟု ယုံကြည်ခြင်း။

၈။ ယုံကြည်လုံခြုံမှုစွာ အာရုံသိခြင်း (အရေးမကြီးသော အဖြစ်အပျက် တစ်ခုကို အလွန်အရေးကြီးသည်ဟု ထင်မြင်ခြင်း)။

တစ်စုံတစ်ခုသော အဖြစ်အပျက်ကို အဓိပ္ပာယ် တစ်မျိုးကောက်ယူခြင်း ပုံစံ - သစ်ရွက်ကြွေသည်ကို မြင်ရလျှင် ကမ္ဘာကြီး ပျက်သွားတော့မည်ဟု အဓိပ္ပာယ်ကောက်ခြင်း။

ရှနိုင်းဒါးက ဦးနှောက်တွင် ရောဂါတစ်ခုခု မရှိဘဲ အထက်ပါ ပထမတန်းစားလက္ခဏာ တစ်မျိုးမျိုး သို့မဟုတ်သုံးလေးမျိုး



စုပေါင်း၍ ဖြစ်ပေါ်နေလျှင် စက်ဝိုင်းရိုးနီးယား ရောဂါဟု သတ်မှတ်နိုင်ကြောင်း တင်ပြခဲ့လေသည်။ သို့သော် နောက်ထပ် သုတေသနပြုချက်များအရ ရှုနိုင်ခါး၏ လက္ခဏာများကို အခြားစိတ်ရောဂါများ၊ စိတ်ကျရောဂါ၊ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ရောဂါစသည်တွင်လည်း တွေ့ရလေသည်။ သာမန် လူကောင်း များ၏ ၂ ရာခိုင်နှုန်းတွင်ပင် ထိုလက္ခဏာများ တွေ့ရလေသည်။

ဆွစ္စလန် စိတ်ကုဆရာဝန် ဘလွိုင်းလာ (Bleuler) က စက်ဝိုင်းရိုးနီးယားရောဂါအတွက် လက္ခဏာလေးမျိုး တင်ပြခဲ့ပါ သည်။ ၎င်းတို့မှာ....

- ၁။ စိတ်ကူးယဉ်လွန်ခြင်း၊
- ၂။ ဘာလုပ်လုပ်ဘာကိုင်ကိုင်ချီတုံ့ချီတုံ့ ဖြစ်နေလေ့ရှိခြင်း၊
- ၃။ ခံစားမှုများ ဖောက်ပြန်ခြင်း၊

(က) မဆီလျော်သော ခံစားမှုရှိခြင်း၊ ပျော်စရာမရှိဘဲ ပျော်သည် ဝမ်းနည်းစရာမရှိဘဲ ဝမ်းနည်းသည်၊ ဝမ်းနည်းစရာတွေ့လျှင် ပျော်ရွှင်နေသည်။

(ခ) ခံစားမှုမပြုခြင်း၊ ဝမ်းသာခြင်း၊ ဝမ်းနည်းခြင်း ချစ်ခြင်း မုန်းခြင်း စသည်တို့ မရှိတော့ချေ။

၄။ အတွေးအခေါ်များ ပြောင်းလဲခြင်း

အတွေးအခေါ်များ ပြောင်းလဲနေသဖြင့် စကားပြောမမှန် ခြင်း၊ စကားအကြာချည်း ပြောသော်လည်း နားမလည်ခြင်း၊ လူနာနှင့် ဆက်သွယ်မှု ဂေန်ခဲခြင်း စသည်တို့ ဖြစ်တတ်ပါသည်။

ဘလွိုင်းလာ၏ နောက်ဆုံးလက္ခဏာ နှစ်မျိုးသည် ရောဂါ ၏ အထောက်အကူပြု လက္ခဏာများ ဖြစ်ကြသည်။

အတွေးအခေါ် ပြောင်းလဲခြင်းကို စကား ပုံများ၏ အဓိပ္ပာယ် မေးမြန်းခြင်းဖြင့် သိသာနိုင်သည်။ စကားပုံများ၏ လိုရင်းအဓိပ္ပာယ်ကို ပြောမပြနိုင်ပေ။

အတွေးများ အလိုလို ပြုန်းခနဲ ရပ်သွားခြင်း၊ ကိုယ်ရည် ကိုယ်သွေး ပြောင်းလဲသွားခြင်း၊ ပတ်ဝန်းကျင် အသစ်များသို့ ရောက်သောအခါ အလွန်အမင်း ကြောက်လန့်တုန်လှုပ်ခြင်း၊ စိတ်ရှုပ်ထွေးခြင်း၊ အိပ်မက် သိပ်မက်ခြင်း၊ အကြောင်းမဲ့ ပြုံး ရယ်နေခြင်း၊ သူများ ဘာလုပ်လုပ် မိမိနှင့် ပတ်သက်နေသည် ထင်ခြင်း၊ သူများက မကောင်းကြံသည် ထင်ခြင်း၊ ဘာသာ ဇေးနှင့် ပတ်သက်၍ အယူအဆ မှားယွင်းခြင်း၊ အပြုအမူ ပြောင်းလဲခြင်း စသည်တို့သည်လည်း အရေးကြီးသော လက္ခဏာ များဖြစ်လေသည်။

စက်ဝိုင်းရိုးနီးယား ရောဂါအမျိုးအစားများ

- ၁။ Simple
- ၂။ Hebephrenic
- ၃။ Catatonic
- ၄။ Paranoid
- ၅။ Acute
- ၆။ Latent
- ၇။ Residual

၈။ Schizo - Affective

၉။ Pseudoneurotic

၁။ Simple သာမန်

ဤအမျိုးအစားတွင် ရောဂါ အပျိုးပုံမှာ တဖြည်းဖြည်း မသိမသာ အပြုအမူ ပြောင်းလဲခြင်းနှင့် စတင်ပေသည်။ လူနာ၏ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးမှာ တဖြည်းဖြည်း ပြောင်းလဲလာသည်။ တစ်ဦးတည်း နေလိုသော ဆန္ဒများ ရှိလာသည်။ လူအများနှင့် အပေါင်းအသင်း မလုပ်လို၊ လူမှုရေးကိစ္စတွင် မပါဝင်လို၊ မိသားစု ကိစ္စများတွင်လည်း စိတ်ဝင်စားမှု မရှိတော့ချေ။ ရောဂါမှာ တဖြည်းဖြည်း စတင်ဖြစ်ပေါ်သဖြင့် ရောဂါဖြစ်နေမှန်း ရုတ်တရက် မသိနိုင်ပေ။ ခံစားမှုပြောင်းလဲခြင်းများသာရှိသည်။ သိသာသော အတွေးအခေါ် ပြောင်းလဲမှု ယုံကြည်လုံ့များနှင့် လှုံ့ဆော်မဲ့ အာရုံ သိမှုများ မတွေ့ရချေ။

၂။ Hebephrenic ကလေးကလား

ဤရောဂါအမျိုးအစားမှာ ငယ်ရွယ်စဉ်က စတင် ဖြစ်ပွားသည်။ ခံစားမှုပြောင်းလဲခြင်း (တစ်ယောက်တည်း အဓိပ္ပာယ် မရှိ ပြုံးနေခြင်း၊ ရယ်နေခြင်း၊ သရော်ပြုံးပြုံးခြင်း၊ တခစ်ခစ် အသံထွက်ရယ်မောခြင်း) စသည်တို့ ထင်ရှားလေသည်။ အတွေးအခေါ် ပြောင်းလဲခြင်း၊ ယုံကြည်လုံ့များခြင်း၊ လှုံ့ဆော်မဲ့ အာရုံသိခြင်း စသည့် လက္ခဏာများလည်း ရှိလေသည်။

အပြုအမူများမှာ ပေါ့ပျက်ပျက်နှင့် ရူးပေါပေါနိုင်သည်။ မျက်နှာအမူအရာ အမျိုးမျိုးလုပ်ပြတတ်သည်။

၃။ Catatonic

ရောဂါမှာ ပြုန်းခနဲ ဖြစ်ပေါ်လာလေ့ရှိသည်။ ရောဂါလက္ခဏာများမှာ အပြုအမူများနှင့်လှုပ်ရှားမှုများ ရှိကြသည်။ ငယ်ရွယ်စဉ် သို့မဟုတ် လူလတ်ပိုင်း အရွယ်တွင် စတင်ဖြစ်ပေါ်တတ်သည်။

ရောဂါ၏ သဘာဝမှာ လှုပ်ရှားမှုများ ပြောင်းလဲဖြစ်ပေါ်တတ်သည်။ အလွန်ကြမ်းတမ်းတတ်သည်။ သို့သော် ကြမ်းတမ်းမှု မရှိဘဲ လုံးဝငြိမ်သက်သွားသည့် အခါများလည်း ရှိသည်။ အလိုအလျောက် ရိုသေခြင်း၊ သူများပြောသည်ကို လိုက်ပြောခြင်း၊ သူများပြုမှုသလိုပြုမှုခြင်း၊ အမိန့်ကို မနာခံခြင်း၊ တစ်မျိုးတည်းသော ကိုယ်ဟန်အနေအထားဖြင့်အကြာကြီးထိုင်နေခြင်း၊ ပုံစံ-ခြေထောက်တစ်ဖက်ကို မြှောက်၍ အကြာကြီးနေခြင်းတို့ ရှိတတ်သည်။

လှုံ့ဆော်မဲ့ အာရုံသိခြင်း၊ ယုံကြည်လုံ့များခြင်း၊ အတွေးအခေါ် ဖောက်ပြန်ခြင်း၊ ခံစားမှု ဖောက်ပြန်ခြင်း စသော လက္ခဏာများရှိကြသော်လည်း လှုပ်ရှားမှုလက္ခဏာများလောက် မထင်ရှားချေ။

၄။ Paranoid သံသယ

ဤရောဂါတွင် သူတစ်ပါးက မိမိကို မကောင်းကြံသည်ဟု သော ယုံကြည်လွှဲမှားခြင်းသည် ထင်ရှားသော လက္ခဏာဖြစ် သည်။ အသက်ကြီးမှ ရောဂါစတင်တတ်သည်။ ကိုယ်ရည်ကိုယ် သွေး ပြောင်းလဲခြင်း မတွေ့ရပေ။ ဘဝင်မြင့်ခြင်း၊ မိမိခန္ဓာ ကိုယ်တွင် ရောဂါတစ်ခုခုရနေသည်ထင်ခြင်းတို့လည်း ရှိပါသည်။ ယုံကြည်လွှဲမှားခြင်းများမှာ ပြောင်းလဲတတ်သော်လည်း တချို့ မှာမူ ပြောင်းလဲမှု မရှိယုံမက စနစ်တကျဖွဲ့စည်းထားခြင်းပင် ဖြစ် တတ်သည်။

လှုံ့ဆော်မှု အာရုံသိခြင်း၊ အတွေးများ ဖောက်ပြန်ခြင်း၊ သူများဘာလုပ်လုပ် မိမိနှင့် ပတ်သက်နေသည် စသောလက္ခဏာ များလည်း ရှိကြသည်။

၅။ Acute ရုတ်တရက် (ဝါ) ထိတ်တလော

ယခင် လူကောင်းပကတိ ဖြစ်နေရာမှ ဖြုန်းခနဲ စင်္ကာဗိုရီး နီးယားရောဂါရလာသော အမျိုးအစား ဖြစ်သည်။ အများ အားဖြင့် ကြမ်းတမ်းသည်။

၆။ Latent အောင်းနေသော

ဤအမျိုးအစားတွင် ရောဂါလက္ခဏာများမှာ မြင့်နေလေ့ ရှိသည်။ ပထမတွင် ထင်ရှားသော လက္ခဏာများ မတွေ့ရ။

ထပြည်ပြည်၊ ရောဂါရင့်လာမှသာ ထင်ရှားသောလက္ခဏာများ တို့ တွေ့ရတတ်ပါသည်။

၇။ Residual ကြွင်းကျန်

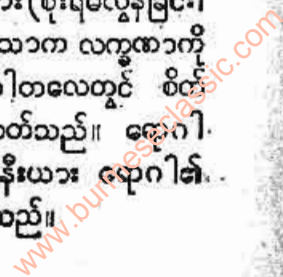
ဤအမျိုးအစားတွင် ရောဂါလက္ခဏာများသည် လုံးဝ ပျောက်ကွယ်မသွားဘဲ တစ်ခုခုကြွင်းကျန်နေလေ့ ရှိသည်။ ပုံစံ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးပြောင်းလဲသွားခြင်း။

၈။ Schizo- Affective

ဤအမျိုးအစားတွင် ရောဂါလက္ခဏာများမှာ စင်္ကာဗိုရီးနီး ယား ရောဂါနှင့် စိတ်ခံစားမှုရောဂါ ၂ မျိုး ပေါင်းစပ်နေ သည်။ စင်္ကာဗိုရီးနီးယား ရောဂါလက္ခဏာအပြင် ခံစားမှုရောဂါ လက္ခဏာများပါရှိနေလေသည်။

၉။ Pseudoneurotic

ဤအမျိုးအစားနှင့် (Latent) အမျိုးအစားတို့ တူညီသည်ဟု တချို့ ကဆိုသည်။ (Neurotic) လက္ခဏာများ (စူးရိမ်လွန်ခြင်း၊ စိတ်စွဲခြင်း) စသည်တို့ ထင်ရှားသည်။ စိတ်သောက လက္ခဏာကို ဆေးကုသရန်အင်မတန်ခက်ခဲသည်။ တစ်ခါတလေတွင် စိတ် ဖောက်ပြန်သော လက္ခဏာများဖြစ်ပေါ်တတ်သည်။ ရောဂါ သက် ရင့်လာသောအခါမှသာ စင်္ကာဗိုရီးနီးယား ရောဂါ၏ လက္ခဏာများ ထင်ရှားစွာပေါ်လာလေ့ ရှိသည်။



ကုသနည်းများ

လူမှုရေးကုသမှုနှင့် စိတ်ငိုင်းဆိုင်ရာကုသမှုတို့သည် လွန်စွာ အရေးကြီးလေသည်။ သူနာပြုများကို လူနာများအား အုပ်စုခွဲ၍ ဆွေးနွေးပွဲများလုပ်ရန် တာဝန်ပေးသင့်သည်။ လူနာများ အတွက် တက်ကြွသော နေ့စဉ်လုပ်ငန်းများ ပြုလုပ်ရန် အထူးလိုအပ်သည်။

လုပ်ငန်းဖြင့် ဆေးကုသခြင်းသည် လူနာများ ပြန်လည် နာလန်ထူစေရန် အရေးကြီးသော ကုသနည်းဖြစ်သည်။

စိတ်ငြိမ်ဆေးများ အသုံးပြုခြင်း

၁၉၅၄ ခုနှစ်က စတင်ပေါ်ပေါက်ခဲ့သော ဖီနိုသာယာဇင် (Pheno Thiazine) ဆေးများသည် စက်တီပရီးနီးယား ရောဂါ အတွက် များစွာအသုံးဝင်လေသည်။ ကလိုပရိုမင်း (Chlorpromazine) ဆေးကို အများဆုံးအသုံးပြုသည်။ ကလိုပရိုမင်းကို ဘီပီအိုင်မှ ဗြူဂိုမင်း (Butomazine) နာမည်ဖြင့် ထုတ်လုပ်သည်။ ဆေးညွှန်းမှာ တစ်နေ့လျှင် ၂၀၀ မီလီဂရမ်မှ ၁၀၀၀ မီလီဂရမ်အထိ ဖြစ်လေသည်။ သို့သော် တစ်နေ့လျှင် ၃၀၀ မီလီဂရမ်လောက်ပေးလျှင် အများအားဖြင့် ရောဂါသက်သာစေသည်။

သံသယ အမျိုးအစားအတွက် စတယ်လာဇင်း (Stelazine) ဆေးသည် ကောင်းသောဆေးဖြစ်သည်။ ဆေးညွှန်းမှာ တစ်နေ့လျှင် ၅ မီလီဂရမ်မှ ၁၅ မီလီဂရမ်ထိဖြစ်သည်။ မလာရီး (Melle

til)သည် ကောင်းမွန်သော ဆေးတစ်မျိုးဖြစ်လေသည်။ မလိုလားအပ်သော အာနိုသင်နည်းသည်။

နာတာရှည် လူနာများအတွက် မိုဒီတိတ် (Modecate) Flu Phenazine Decanoate အနာတင်စော (Anatensol) Flu phenazine Enanthate တို့ကို အသုံးပြုနိုင်သည်။ ဆေးညွှန်းမှာ ၁၂ ဒဿမ ၅ မီလီဂရမ်ကို ၂ ပတ်လျှင် တစ်ကြိမ်ကျ အသားဆေးထိုးပေးရပါသည်။

ဤဆေးများမှာ အကြောတက်တတ်သဖြင့် (ပုံစံပါ ကင်ဆန် လက္ခဏာ) အာတိန်း (Artane) သို့မဟုတ် ကိုဂျင်တင် (Cogentin) အကြောဖြေဆေးများ ပေးရန်လိုအပ်သည်။ ဆေးညွှန်းမှာ တစ်နေ့လျှင် ၆ မီလီဂရမ် ဖြစ်သည်။

စိတ်ငြိမ်ဆေးများကို ၂ နှစ်ခန့် ဆက်လက်စားသုံးရန် လိုပါသည်။

စိတ်ငြိမ်ဆေးများနှင့် အတူ လိုအပ်ပါက ဓာတ်နှိပ်ကုသနိုင်သည်။

ဆေးရုံမှ ဆင်းသွားပြီးနောက် မိသားစုနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်သည် လူနာကို နားလည်သဘောပေါက်ရန် အထူးလိုအပ်သည်။ ပတ်ဝန်းကျင် လူ့အသိုင်းအဝိုင်းတွင် လူနာအတွက် လိုအပ်သော အထောက်အပံ့များရှိနေလျှင် အကောင်းဆုံးဖြစ်သည်။

ရောဂါကို အစောဆုံးသိရှိ၍ ထိရောက်သော ကုသမှုပေးခဲ့လျှင် ရောဂါပျောက်ကင်းနိုင်ပါသည်။

x x x

စိတ်ခံစားမှု ဖောက်ပြန်သော ရောဂါများ

AFFECTIVE DISORDERS

စိတ်ခံစားမှုဆိုင်ရာ ရောဂါများ ဆိုသည်မှာ စိတ်ခံစားမှု ပြောင်းလဲခြင်းများ (Disturbances of Mood) သည် အဓိကလက္ခဏာဖြစ်သော ရောဂါများကို ခေါ်သည်။

စိတ်ခံစားမှု ပြောင်းလဲခြင်းမှာ စွဲမြဲနေပြီး အတွေးအခေါ် များ စိတ်သဘောထားများနှင့် အပြုအမူများပါ ပြောင်းလဲ သွားပါသည်။

စိတ်ခံစားမှုပြောင်းလဲခြင်းကြောင့် စိတ်သောက ဖြစ်မှုများ စိတ်ဓာတ်ကျဆင်းမှုများ စိတ်ဓာတ်တက်ကြွမှုများ ဖြစ်ပေါ်လာ ကြသည်။ ဤသို့ဖြစ်ပေါ်လာသော လက္ခဏာများကို လိုက်၍ စိုးရိမ်လွန်ရောဂါ (ဖော်ပြခဲ့ပြီး) စိတ်ကျရောဂါနှင့် စိတ်ကြွ ရောဂါဟူ၍ ရောဂါအမျိုးအမည်များ သတ်မှတ်ထားပါသည်။

စိတ်ကျရောဂါ

Depressive Illness

စိတ်ကျရောဂါ၏ အဓိပ္ပာယ်

စိတ်ကျရောဂါ ဆိုသည်မှာ ခံစားမှုပြောင်းလဲပြီး စိတ်ဓာတ် အလွန်အမင်းကျဆင်းနေမှုကို အဓိက ခံစားနေရသော ရောဂါ ဖြစ်သည်။ အလိုလို ဝမ်းနည်းပူဆွေးနေပြီး ဝမ်းနည်းပူဆွေးမှု မှာ ရက်၊ လ၊ နှစ်ကြာအောင် စွဲမြဲနေတတ်သည်။ ခံစားမှု

ပြောင်းလဲသဖြင့် အပြုအမူများ၊ စိတ်နေသဘောထားများ၊ အတွေးအခေါ်များ၊ လုပ်ရည်ကိုင်ရည်ရှိမှုနှင့် ဇီဝကမ္မ အလုပ် များပါ ပြောင်းလဲကုန်လေသည်။

စိတ်ဓာတ်ကျခြင်းကို စိတ်ရောဂါအများအပြားနှင့် ခန္ဓာ ကိုယ် ရောဂါများ၏ လက္ခဏာတစ်ခုအဖြစ် တွေ့နိုင်လေသည်။ ထိုအခါစိတ်ဓာတ်ကျခြင်းသည် အဓိက လက္ခဏာ မဟုတ်ချေ။ တစ်ဆင့်ခံ လက္ခဏာ တစ်ခုသာ ဖြစ်လေသည်။

စိတ်ဓာတ်ကျခြင်းကို သာမန်ဖြစ်ရိုးဖြစ်စဉ် လက္ခဏာ တစ်ခု အဖြစ် မိမိတို့ ချစ်ခင်နှစ်သက်သော ဇနီး၊ ခင်ပွန်း ဆွေမျိုးတို့ သေဆုံးပြီးစတွင် တွေ့ရလေသည်။

ထို့ကြောင့် သာမန်စိတ်ဓာတ်ကျဆင်းခြင်းနှင့် စိတ်ကျရောဂါ ကိုခွဲခြားဖို့လိုအပ်ပါသည်။ လူတစ်ယောက်တွင် စိတ်ဓာတ်ကျစရာ အကြောင်း လုံလုံလောက်လောက်မရှိဘဲ ကာလရှည်ကြာစွာ အလွန်အမင်း စိတ်ဓာတ်ကျနေပါက ရောဂါဟု သတ်မှတ်နိုင် လေသည်။ ထို့ပြင် စိတ်ဓာတ်ကျဆင်းခြင်းပြင်းထန်မှုနှင့် အလုပ် အကိုင် ထိခိုက်မှုတို့သည် အရည်အချင်းရော၊ အရည်အတွက်ပါ သာမန်စိတ်ဓာတ်ကျခြင်းနှင့် များစွာကွာခြားကြလေသည်။

စိတ်ဓာတ်ကျရောဂါခံစားရသူသည် သူ၏ တစ်ကိုယ်လုံးကို ထိခိုက်လေသည်။ ခံစားမှုအင်အား စိတ်ဆန္ဒ၊ အတွေးအခေါ်၊ ခန္ဓာကိုယ်အလုပ်များ၊ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးနှင့်စိတ်ဝင်စားမှုများ ဆည်းဖြင့် အားလုံးကို တိုက်ခိုက်လေသည်။

ရောဂါလက္ခဏာများ

၁။ မြင်ရပုံနှင့် အပြုအမူများ

လူနာ၏အသွင်ကို မြင်ရရုံနှင့် ရောဂါအခြေအနေကို အကဲခတ်နိုင်လေသည်။ လူနာသည်လေးလံထိုင်းမိုင်းနေသည်။ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်နေသည်။ လှုပ်ရှားမှုများ နှေးကွေးလှသည်။

မျက်နှာမှာ တင်းမာ၍ လှုပ်ရှားမှုမရှိ၊ တစ်ခါတစ်ရံ ဝမ်းနည်းပူဆွေးနေသော အမူအရာ ရှိသည်။ မျက်လုံးများတွင် မျက်ရည်ဝံ့နေပြီး စကားပြောရင်း ငိုတတ်သည်။ သို့သော် တစ်ခါတစ်ရံတွင် ဂနာမငြိမ် ဖြစ်နေတတ်သည်။ ဆောက်တည်ရာ မရ ဖြစ်နေတတ်သည်။ 'ဒုက္ခပဲ' ဟု ညည်းတွားတတ်သည်။

၂။ စိတ်ခံစားမှု

စိတ်ဓာတ်ကျဆင်းမှု၊ စိတ်မချမ်းမြေ့မှု၊ ဝမ်းနည်းပူဆွေးမှုတို့ကို ခံစားနေရလေသည်။ 'နေလိုထိုင်လိုမကောင်းဘူး၊ ထူဘဝမှာ နေရတာအကျိုးမရှိဘူး၊ အဓိပ္ပာယ် မရှိ' ဟုပြောနေတတ်ကြပါသည်။ အလိုလို မျက်ရည်ကျနေလေ့ရှိသည်။

စိတ်အားငယ်ပြီး ဝမ်းနည်းနေကျသော်လည်း အချို့ စိတ်အားငယ်သည့် လက္ခဏာ မပြဘဲ အားလျော့ခြင်း၊ ကိုယ်လက် ကိုက်ခဲခြင်း၊ ပိန်သွားခြင်း စသည့် လက္ခဏာတို့နှင့် စတင်တတ်ပါသည်။ တချို့က သတိမေ့ခြင်း လက္ခဏာနှင့် စတင်တတ်ပါသည်။

၃။ စကားအပြောအဆို

နည်းသွားပါသည်။ အချို့မှာ လုံးဝမပြောတော့ချေ။ မေးနိုင်မှ တစ်ခွန်းလောက်သာ ပြန်ပြောသည်။ ဂနာမငြိမ်၊ ဆောက်တည်ရာမရ ဖြစ်နေသောအခါများတွင် စကားသိပ်ပြောလေသည်။ အများအားဖြင့် အကြောင်းအရာ တစ်ခုကို ထပ်ခါတလဲလဲ ပြောနေတတ်သည်။ ပြောသည့်အကြောင်းအရာများမှာလည်း မကောင်းသည့် အကြောင်းအရာများ ဖြစ်ကြသည်။ သေးငယ်သည့် အပြစ်ကလေး တစ်ခုကို ပုံကြီးခဲ့၍ ပြောချင်ပြောတတ်သည်။ မိသားစုအတွင်း ပေါ်ပေါက်ခဲ့သော ပြဿနာများသည် သူ့ကြောင့် ဖြစ်သည်ဟု ပြောတတ်လေသည်။

၄။ အတွေးများ

အတွေးများ နှေးကွေးသွားလေသည်။ တွေးလို့ကောင်းကောင်း မရချေ။ တွေးမရသဖြင့် မှတ်ဉာဏ်ပါ ထိခိုက်သွားပါသည်။ တစ်စုံတစ်ခုကို စဉ်းစား တွေးတောပြီး ဆုံးဖြတ်ချက် မချနိုင်တော့ချေ။ တွေးမရသဖြင့် ခေါင်းရူပ်သွားလေသည်။

၅။ လှုပ်ရှားမှု

နှေးကွေး၍ နေသည်။ တစ်နေရာတည်း ထိုင်နေတတ်သည်။ တစ်ခါတလေ မလှုပ်မယှက် ကျောက်ရုပ်လို ဖြစ်နေတတ်သည်။ (stupor) ဘယ်မှ မသွားမလာတော့ချေ။

၁၃၄ ခေါက်တစ်ချိန်ပေမာင်

၆။ စိတ်ထိခိုက်စရာအတွေးများ

လူနာသည် မိမိ၏အကြောင်းကိုသာ တွေးနေတတ်သည်။ တွေးသည့်အကြောင်းအရာများမှာလည်း စိတ်ထိခိုက်စရာများသာဖြစ်သည်။ ဘယ်တုန်းကငါ့ကိုဘယ်သူမကောင်းလုပ်တာဘဲ၊ ဘယ်သူက ငါ့ကို နာကျည်းအောင် ပြောလိုက်တာပဲ၊ ငါ့မိန်းမမကောင်းဘူး၊ ငါ့ယောက္ခမ မကောင်းဘူး' စသည်ဖြင့် တွေး၍ နာကျည်းနေတတ်သည်။

မိမိ၏ ကောင်းသော လုပ်ဆောင်ချက်များကို သတိမရဘဲ မကောင်းသည့်အကြောင်းကိုသာ သတိရနေပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကို အပြစ်တင်နေလေသည်။ အပြစ်များကို ပုံကြီးချဲ့ပြီး ခွင့်မလွှတ်နိုင်စရာအဖြစ် မြင်နေလေသည်။

အတိတ်က မိမိ၏လုပ်ဆောင်ချက်များကို ပြန်လည် တွေးတောပြီး မှန်မှန်ပေါ့ပေါ့လား၊ တရားမျှတမှုရှိခဲ့လားဟု သံသယဝင်နေပြန်သည်။

၇။ စိတ်သောကနှင့်လှုပ်ရှားမှု

စိတ်ကျ လူနာများသည် အနည်းနှင့် အများဆိုသလို စိတ်သောကများရှိနေတတ်သည်။ စိတ်သောကများ သိပ်များလာလျှင် ဆောက်တည်ရာမရ ဂနာမငြိမ် ဖြစ်လာတတ်ပါသည်။ စိတ်ပေါ့တိုလာတတ်သည်။

၈။ စိတ်ဝင်စားမှုမရှိခြင်း

လူနာသည် မိမိ၏အလုပ်နှင့် အခြားလုပ်နေကျ အပန်းဖြေလုပ်ငန်းများကို လုပ်ကိုင်ရန် စိတ်ဝင်စားမှု နည်းပါးလာလေသည်။ တချို့မှာ လုံးဝစိတ်ဝင်စားမှု မရှိတော့ချေ။ ဤကဲ့သို့ စိတ်ဝင်စားမှု မရှိတော့ခြင်းကို ဘေးလူများက အကဲခတ်မိကြလေသည်။

စိတ်ဝင်စားမှုနည်းပါးခြင်းမှာအလုပ်အကိုင်သာမဟုတ်ဘဲ၊ မိသားစုအရေး၊ လူမှုရေး (ဘာသာရေး) အပန်းဖြေရေး၊ ဝါသနာများနှင့် တစ်ကိုယ်ရည်ကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းများကိုပါ စိတ်ဝင်စားမှု နည်းပါးသွားလေသည်။

၉။ ပတ်ဝန်းကျင်ပြောင်းလဲနေသည်တင်ခြင်း (Deraalisation)

စိတ်ကျလူနာများသည် တစ်ခါတစ်ရံ မိမိမြင်နေကျ ပတ်ဝန်းကျင်သည် တစ်မျိုးတစ်ဖုံ ပြောင်းလဲသွားသည်ဟု ထင်မြင်တတ်လေသည်။ တချို့က မြင်နေကျအရောင်ပင် ပြောင်းကုန်သည်ဟု ထင်ကြလေသည်။

၁၀။ (Depersonalisation)

မိမိ၏ ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းများ ဥပမာ ဦးနှောက်အသည်း၊ ခြေ၊ လက် စသည်တို့သည် မိမိ၏ ကိုယ်ပိုင်မှုရင်းပစ္စည်း မဟုတ်တော့ဘဲ ပြောင်းလဲသွားသည်ဟု ထင်မြင်တတ်ပါ

သည်။ လူနာတစ်ယောက်က သူ၏ခြေထောက်ကို နဂိုမူရင်း မဟုတ်တော့ဘဲ သူ့များခြေထောက်ဖြစ်ပါသည်ဟု ပြောပြဖူးပါသည်။ ဝမ်းတွင်းမှ အူများ အစာအိမ်များ ပုပ်သွားပြီဟု ထင်တတ်သည်။

၁၁။ ရောဂါကြောင့်ကြလွန်ခြင်း (Hypochondriasis)

လူနာသည် မိမိ၏ ခန္ဓာကိုယ်တွင် ရောဂါတစ်ခုခုတော့ရနေပြီဟု သံသယဝင်တတ်သည်။ သို့သော် အခိုင်အမာ ယုံချင်မှုယုံပါမည်။ တချို့လူနာများကမူ ကင်ဆာရောဂါ၊ နှလုံးရောဂါ အနာကြီးရောဂါ စသည်ဖြင့် ပြင်းထန်သောရောဂါ တစ်ခုခုနေပြီဟု ယုံကြည်တတ်လေသည်။

အချို့မှာ မိမိ၏ ခန္ဓာကိုယ် အဝိတ်အပိုင်းများ အလုပ်မလုပ်တော့ ပုပ်သိုးကုန်ပြီ၊ သေကုန်ပြီဟု အခိုင်အမာ ယုံကြည်တတ်လေသည်။ ၎င်းကို (Nilistic Delusion) ဟု ခေါ်သည်။

၁၂။ လှုံ့ဆော်မဲ့အာရုံမှားများ

စိတ်ကျရောဂါတွင် အာရုံမှား သိမှုနည်းပါးသည်။ သို့သော် တချို့လူနာများတွင် အာရုံမှားသိမှုများ ရှိပါသည်။ အများအားဖြင့် မကောင်းသည့် အနိဋ္ဌာရုံအလံများ ကြားရသည်။ အပြစ်တင်သံများ ကဲ့ရဲ့ရှုတ်ချသံများ၊ သတ်သေခိုင်းသည့် အသံများ စသည်ဖြင့် ကြားရလေသည်။

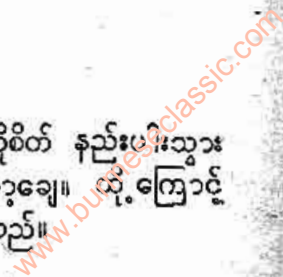
၁၃။ အိပ်ရေးပျက်ခြင်း

စိတ်ကျလူနာများသည် အိပ်ရေးပျက်ကြပါသည်။ အများအားဖြင့် ခါတိုင်းထက်စောပြီးနိုးနေတတ်သည်။ နံနက် ၁နာရီ ၂ နာရီ အချိန်ခန့်တွင် နိုးနေတတ်သည်။ သို့သော် တချို့လူနာများသည် နံနက်စောစော အိပ်ရာမှ ထလေ့ရှိသည်။ နံနက်စောစော နိုးနေရုံနှင့် စိတ်ဓာတ်ကျနေပြီဟုမဆိုသာ။ ခါတိုင်း နိုးနေကျ အချိန်ထက် ၂ နာရီစောပြီး နိုးနေမှသာ စိတ်ဓာတ်ကျနေပြီဟု ခန့်မှန်းနိုင်သည်။

အပြင်းစား စိတ်ဓာတ်ကျ ရောဂါရှိသူများမှာ လွယ်ကူစွာ အိပ်ပျော်လေ့ရှိပါသည်။ (နံနက်စောစောနိုးသည်) တုံ့ပြန်စိတ်ကျရောဂါရှိသူများမှာ လွယ်ကူစွာအိပ်၍မရချေ။ အိပ်ခါနီးတွင် စိတ်ဆင်းရဲစရာများကို တွေးနေသဖြင့် ရုတ်တရက် အိပ်မပျော်ချေ။ ညဉ့်နက်မှအိပ်ပျော်လေသည်။ ထို့ကြောင့် နေမြင့်မှ နိုးလေသည်။

၁၄။ အစားပျက်ခြင်း

စိတ်ကျလူနာများသည် ထမင်းစားလိုစိတ် နည်းပါးသွားသည်။ တချို့မှာ လုံးဝ အစာမစားတော့ချေ။ ထို့ကြောင့် ရက်အနည်းငယ်အတွင်း ပိန်ချုံးသွားလေသည်။



၁၃၀ ခေါက်စာအုပ်အစုအဝေး

၁၅။ နေ့ညအလိုက်လက္ခဏာပြောင်းလဲခြင်း
(Diurnal Variation)

အပြင်းစား စိတ်ကျလူနာများသည် အိပ်ရာမှ နိုးနိုးချင်း နံနက်အစောကြီးစိတ်ကျလက္ခဏာများခံစားရပါသည်။ နေမြင့် လာလေ သက်သာသွားလေဖြစ်သည်။ ညနေဘက်တွင် နေသာ ထိုင်သာရှိသည်။ တုံ့ပြန်စိတ်ကျရောဂါများမှာနံနက်စောစော စိတ်ကျလက္ခဏာများ သက်သာနေ၍ နေမြင့်လေဆိုးလေဖြစ်ကြ သည်။ ညနေဘက်အပုပ်ချိန်ရောက်လျှင် ပို၍ဆိုးတတ်ပါသည်။

၁၆။ ခန္ဓာကိုယ်လက္ခဏာများ

ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ ကိုယ်လက်ကိုက်ခဲခြင်း၊ မျက်နှာတစ်ခြမ်း ကိုက်ခြင်း၊ အစာမကြေခြင်း၊ ရင်ထဲတွင် တင်းကျပ်နေခြင်း၊ ခေါင်းမူးခြင်း၊ ဝမ်းချုပ်ခြင်း၊ ဆီးဓေးဓေးသွားခြင်း၊ ရင်တုန် ခြင်း၊ အသက်ရှူမဝခြင်း၊ မျက်စိကြည့်ရဝါးခြင်း၊ အာခေါင် ခြောက်ခြင်းတို့ ခံစားရသည်။

မိန်းမများတွင် မီးယပ်မမှန်ခြင်း၊ ထိန်ခြင်းတို့ဖြစ်တတ်ပါ သည်။ ယောက်ျားရော မိန်းမပါ လိင်စိတ် ဆန္ဒ လျော့နည်း သွားလေသည်။ ပန်းသေ ပန်းညှိုးဖြစ်တတ်သည်။

၁၇။ မိမိကိုယ်သတ်အေချင်စိတ်ပေါ်ခြင်း

အပြင်းစား စိတ်ကျလူနာများတွင် မိမိကိုယ် သတ်သေချင် သောစိတ်များရှိတတ်သည်။ တချို့မှာ သတ်သေဖို့အကြိမ်ကြိမ်

ဆက်တွေ့စိတ်စေ့ဝါပညာ ၁၃၉

ကြိုးစားကြသည်။ လောကကြီးမှာနေရတာ အနှစ်သာရမရှိ၊ စိတ်ဆင်းရဲစရာများသာ ရှိသည်။ အပြစ်တွေလည်း များလှပြီ၊ သေတာကောင်းသည်ဟု တွေးကြပြီး သတ်သေရန်ကြံစည်ခြင်း ဖြစ်သည်။

ဖြစ်ပွားနှုန်းနှင့် ရောဂါအကြောင်းရင်း

စိတ်ရောဂါအတွက် ဆေးကုသခံယူကြသော လူနာများ၏ ၄၀ ရာခိုင်နှုန်းခန့်သည် စိတ်ကျရောဂါရှင်များဖြစ်သည်ဆိုပါ သည်။ ဤတွေ့ရှိချက်မှာ အင်္ဂလန်နှင့်ဝေလနယ်တို့မှ လေ့လာ တွေ့ရှိချက်ဖြစ်ပါသည်။

၁၉၅၉ ခုနှစ်က အင်္ဂလန်နှင့်ဝေလနယ်ရှိ စိတ်ရောဂါကု ဆေးရုံများသို့ စိတ်ကျလူနာပေါင်း လေးသောင်း (၄၀၀၀၀) ထိ တက်ရောက်ကုသခဲ့သည်။

- နှစ်စဉ် ကမ္ဘာ့လူဦးရေ သန်း ၁၀၀ စိတ်ကျရောဂါခံ စားရပါသည် (WHO)။
- မိန်းမများကယောက်ျားများထက် ၂ ဆမျှပို၍ စိတ်ကျ ရောဂါဖြစ်ပါသည်။
- အသက်ကြီးလာလေ စိတ်ကျရောဂါ ဖြစ်နိုင် လေဖြစ် သည်။ သက်လတ်ပိုင်းမှ စတင်သူများ ဖြစ်ပါသည်။ စက်ဇိုဖရီးနီးယားရောဂါမှာ အသက် ၃၀ မတိုင်မီ အဖြစ်များလေသည်။

- လူမှုရေးအဆင့် ၅ ဖြစ်သောဆင်းရဲသား ကာယအလုပ်သမားများတွင် အခြားအဆင့်များထက် ၂ ဆမျှပို၍ ဖြစ်လေသည်။
- စိတ်ကျလူနာ၏ တစ်ဝမ်းကွဲဆွေမျိုးများတွင် ၁၂ ရာခိုင်နှုန်း ရောဂါဖြစ်တတ်သည်။ သာမန်လူဦးရေသည် ၁ ရာခိုင်နှုန်းသာ ဖြစ်တတ်ပါသည်။
- မျိုးရိုးလိုက်မှုသည် ရောဂါ အမျိုးအစားအပေါ်လိုက်၍လည်း ခြားနားတတ်ပါသည်။

အစွန်း ၂ ဘက် (Bipolar) အမျိုးအစားမှာ စိတ်ကြွရောဂါဖြစ်လိုက်၊ စိတ်ကျရောဂါဖြစ်လိုက်နှင့် ရောဂါနှစ်မျိုးတစ်လှည့်စီခံစားနေရပါသည်။ ဤကဲ့သို့ အစွန်း ၂ ဘက်ရောဂါမျိုး ခံစားရပါက မျိုးရိုးပို၍လိုက်တတ်ပါသည်။ တစ်ဖက်စွန်းရောဂါ (Unipolar) မှာ စိတ်ကြွရောဂါဆိုလျှင် စိတ်ကြွရောဂါတစ်ခုတည်း၊ စိတ်ကျရောဂါဆိုလျှင်လည်း စိတ်ကျရောဂါတစ်ခုတည်း ခံစားနေရခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဤကဲ့သို့ ခံစားရသော တစ်ဖက်စွန်းရောဂါမှာ ပြင်းထန်မှုသိပ်မရှိသဖြင့် မျိုးရိုးလိုက်မှုနည်းသည်။

မျိုးရိုးလိုက်သည်ဟုသာသိရသော်လည်း မည်သို့မည်ပုံ လိုက်သည်၊ အင်အားကြီး 'ဂျင်း' ကြောင့်လော၊ အင်အားနည်း 'ဂျင်း' ကြောင့်လော၊ လိင်နှင့် ဆက်စပ်သလော စသည် တို့ကို တိတိကျကျ မသိချေ။

စိတ်ကျရောဂါများဖြစ်ခြင်းအကြောင်းရင်းမှာ မျိုးရိုးဗီဇကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးတို့ အချင်းချင်းဆက်သွယ် တုံ့ပြန်မှုကတစ်

ဖက်၊ ပတ်ဝန်းကျင်လူမှုရေး၊ စိတ်ဆင်းရဲမှုများကတစ်ဖက်၊ ပေါင်းစည်းဆက်စပ်၍ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း ဖြစ်သည်။ စင်စစ် အကြောင်းတစ်မျိုးတည်းမဟုတ်၊ အကြောင်းအမျိုးမျိုး (Multifactorial) ကြောင့် ရောဂါရခြင်းဖြစ်သည်။ မျိုးရိုးဗီဇတို့ အားကြီးပြီး ပတ်ဝန်းကျင်လုံ့ဆော်မှုအားနည်းပါက ကိုယ်တွင်းဖောက်ပြန်မှုကြောင့်ဖြစ်သော စိတ်ကျရောဂါ (Endogenous Depression) ဖြစ်ပြီး မျိုးရိုးဗီဇကအားနည်းပြီး ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်လုံ့ဆော်မှုတို့ အားကြီးပါက တုံ့ပြန် စိတ်ကျရောဂါ (Reactive Depression) ဖြစ်တတ်ပါသည်။

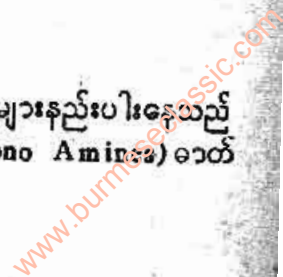
ဇီဝဓာတုသိပ္ပံအိုရီ (Biochemical Theory)

ခံစားမှုရောဂါများဖြစ်သော အကြောင်းရင်းများတွင် ဇီဝဓာတုပစ္စည်းများဖောက်ပြန်မှုသည် အလေးပေး စဉ်းစားသင့်သော အကြောင်းရင်းတစ်ခုဖြစ်လေသည်။

ခံစားမှုရောဂါများတွင် အောက်ပါဇီဝဓာတုပစ္စည်း ၃ မျိုး ဖောက်ပြန်မှုကို တွေ့ကြရလေသည်။

- ၁။ Brain Mono Amines
- ၂။ Sodium
- ၃။ Plasma Cortisol

စိတ်ကျရောဂါတွင် (Mono Amines) များနည်းပါးနေသည်ကို တွေ့ရသည်။ စိတ်ကြွရောဂါတွင် (Mono Amines) ဓာတ်များ များပြားနေလေသည်။



(Reserpine) စသော သွေးကျဆေးများကို စားသုံးသူများသည် သွေးကျရုံမက စိတ်ဓာတ်ပါ ကျဆင်းသွားတတ်ပါသည်။ ဤသို့ စိတ်ကျခြင်းမှာ သွေးကျဆေးများကြောင့် 'မိုနိုအေမင်း' ဓာတ်များ လျော့နည်းသွားသောကြောင့်ဟု ယူဆကြလေသည်။ ကမ္ဘာပေါ်တွင် နှစ်စဉ် လူဦးရေ သန်း ၁၀၀ ခန့် စိတ်ကျရောဂါ ဖြစ်ရခြင်းအကြောင်းတို့တွင် သွေးကျဆေးစားသူ များ ပြားလာခြင်းမှာ အကြောင်းတစ်ခုဖြစ်လေသည်။

စိတ်ကျရောဂါအတွက် အသုံးပြုသော စိတ်ကျရောဂါပျောက်ဆေးများ (Tryptanol စသည်) သည် 'မိုနိုအေမင်း' ဓာတ်များကို များအောင် ပြုလုပ်ပေးလေသည်။ ထိုနည်းဖြင့် စိတ်ကျရောဂါများ သက်သာကြပါသည်။

စိတ်ကျရောဂါတွင် အသုံးပြုသောစိတ်ငြိမ်ဆေး (Serene စသည်) တို့သည် 'မိုနိုအေမင်း' ဓာတ်များ လျော့နည်းစေပြီး စိတ်ကြံ့မှုကို သက်သာစေလေသည်။

သို့သော် အချို့ စိတ်ကျရောဂါများမှာ စိတ်ကျပျောက်ဆေး ဘယ်လောက်ပေးပေး ပျောက်ကင်းခြင်း မရှိကြောင်း တွေ့ရလေသည်။ တချို့က ဓာတ်နှိပ်ကုသမှု ပျောက်ကင်းတတ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် 'မိုနိုအေမင်း' ဓာတ်များနှင့် စိတ်ကျရောဂါ တကယ်တမ်း ဆက်စပ်မှုရှိ - မရှိမသေချာချေ။

ကော့ပင် (Coppin, 1965) နှင့် ရှော့ (Shaw, 1963) တို့၏ လေ့လာချက်အရ စိတ်ကြံ့စိတ်ကျရောဂါများသည် ဆိုဒီယံ (Sodium) ဓာတ်နှင့် ဆက်စပ်နေကြောင်း တွေ့ရလေသည်။

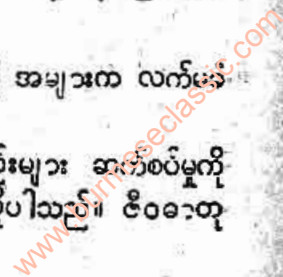
စိတ်ကျလူနာများတွင် (Intra-Cellular Sodium) မှာ ၅၀ ရာခိုင်နှုန်းထိ မြင့်တက်လေသည်။ စိတ်ကြံ့လူနာများတွင် ၂၀၀ ရာခိုင်နှုန်းအထိ မြင့်တက်နေကြောင်း တွေ့ရလေသည်။ ထို့ကြောင့် လီသီယံ (Lithium) ဆိုသည့် ဆေးကို စိတ်ကြံ့လူနာများ စိတ်ကျ လူနာများ အားကျေးရာ ဆိုဒီယံဓာတ်လျော့နည်းသွားသဖြင့် ရောဂါသက်သာလာကြောင်း တွေ့ရပေသည်။

သို့သော် စိတ်ကြံ့ စိတ်ကျ လူနာအားလုံးသည် လီသီယံ ဆေးနှင့် မပျောက်တတ်ချေ။ ထို့ကြောင့် ဆိုဒီယံဓာတ်၏ အရေးပါမှုသည်လည်း တိကျခိုင်လုံခြင်း မရှိချေ။

စိတ်ကျလူနာများတွင် (Plasma Cortisol) အရည်အတွက် များပြားနေကြောင်း တွေ့ကြရပြန်ပါသည်။ ရောဂါသက်သာပျောက်ကင်းသွားသောအခါ (Cortisol) အရည်အတွက် ပုံမှန်ဖြစ်သွားကြောင်း တွေ့ရပေသည်။ နံနက်ပိုင်းရောဂါဆိုးသော အချိန်များတွင် 'ကော်တီဆော့' များနေပြီး ညနေပိုင်းရောဂါသက်သာသော အချိန်များတွင် 'ကော်တီဆော့' လျော့ သွား ကြောင်း တွေ့ ရပါ သည်။ နံနက်ပိုင်း တွင် 'ကော်တီဆော့' သည် ညနေပိုင်းထက် ၃ ဆမျှ များပြားလေသည်။

သို့သော် 'ကော်တီဆော့' တွေ့ရှိချက်ကို အများက လက်မခံသေးချေ။

ခံစားမှုရောဂါများနှင့် ဇီဝဓာတ်ပစ္စည်းများ ဆက်စပ်မှုကို ခိုင်လုံမှု ရှိအောင် ဆက်လက်စမ်းသပ်ရန်လိုပါသည်။ ဇီဝဓာတ်



ပစ္စည်းများ ဖောက်ပြန်မှုကြောင့် ရောဂါဖြစ်သလော ဟူသော အချက်ကို ရှင်းလင်းရန် လိုလေသည်။ သို့သော် ဆေးဝါးများ၏ အာနိသင်ကို ကြည့်ရခြင်းအားဖြင့် ဝီဝေ-တုပစ္စည်းများသည် ခံစားမှုရောဂါတွင် အရေးကြီးသော အခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်ကြောင်းကိုကား ဝိန်ခံရပါမည်။

ကိုယ်ကိုယ်ကိုသတ်သေခြင်း (Suicide)

မိမိ ကိုယ်ကိုသတ်သေခြင်းသည် အလွန်ရှေးကျသော အပြုအမူ တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ လူ့သမိုင်းအစကတည်းက ရှိခဲ့သော အပြုအမူတစ်ခုဖြစ်လေသည်။

မိမိကိုယ်ကို အောင်မြင်စွာသတ်သေခြင်း (Suicide) နှင့် သတ်သေရန် ကြိုးပမ်းခြင်း (Para Suicide or Attempted Suicide) ဟူ၍ နှစ်မျိုးရှိပါသည်။ ဤနှစ်မျိုးကို ခွဲခြားရန်ခက်ခဲပါသည်။ သတ်သေရာ၌ အောင်မြင်သွားပါက (Suicide) ဟု ခေါ်ပြီး မအောင်မြင်ပါက (Attempted Suicide) ဟု ခေါ်ကြလေသည်။ အမှန်မှာ ထိုသို့မဖြစ်သင့်ချေ။ တကယ် သေလိုသော ဆန္ဒရှိသဖြင့် သေကြောင်းကြံခြင်းကို (Suicide) ဟု ခေါ်သင့်ပြီး တကယ်မသေလိုဘဲ အများက ဂရုစိုက်လာအောင် ဆန္ဒပြခြင်းသဘော ပြုလုပ်ခြင်းကို သတ်သေရန် ကြိုးပမ်းမှုဟု ခေါ်သင့်လေသည်။ သို့သော် သတ်သေရန် ကြိုးပမ်းသူတိုင်းက သတ်သေရန်အလားအလာရှိသူများအဖြစ် သတ်မှတ်၍ စောင့်ကြည့်သင့်လေသည်။ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ စစ်ဆေးမှုများ ပြုလုပ်သင့်ပါသည်။

သေကြောင်းကြံစည်ခြင်းသည် ရောဂါမဟုတ်ပါ။ ရောဂါ၏ ဆန္ဒကတစ်ခုသားဖြစ်လေသည်။ သတ်သေသူများ၊ ခံစားရသော ရောဂါမှာ အပြင်းစား စိတ်ကျရောဂါ ဖြစ်လေသည်။ အောင်မြင်စွာ သတ်သေသွားသူများ၏ရောဂါများကို လေ့လာကြည့်ရာ အောက်ပါအတိုင်း တွေ့ရလေသည်။

ကိုယ်တွင်းဖောက်ပြန်မှုကြောင့်ဖြစ်သော စိတ်ကျရောဂါ	၇၂	ရာခိုင်နှုန်း
အရက်စွဲရောဂါ	၁၃	။
စက်ဗိုပရီးနီးယားရောဂါ	၃	။
အခြားစိတ်ရောဂါများ	၅	။
စိတ်ရောဂါမရှိသူ	၇	။

သတ်သေရန် ကြိုးပမ်းသူများ

စိတ်ကျရောဂါ	၅၀ မှ ၆၀	ရာခိုင်နှုန်း
စက်ဗိုပရီးနီးယားရောဂါ	၅	။
ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးရောဂါ	၁၅ မှ ၄၅	။

ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးရောဂါရှိသူများ အများစုမှာ အရက်စွဲ သို့မဟုတ် မူးယစ်ဆေးစွဲသူများဖြစ်ကြပြီး အရက်နှင့် မူးယစ်ဆေးစွဲသူများမှာ သတ်သေတတ်လေသည်။ သတ်သေသူအချို့မှာ စိတ်ရောဂါခံစားနေရကြောင်း မတွေ့ရပေ။ ထိုသူများမှာ လူမှုရေးအခက်အခဲများကြောင့် (ဥပမာ သိက္ခာထိခိုက်ခြင်း) သတ်သေသည်ဟု ယူဆရပါသည်။

သတ်သောသော အကြောင်းမှာ တစ်ခုတည်းမဟုတ်ချေ။ စိတ်ထောဂါ လူမှုရေးအခက်ခဲ ကိုယ်ချဉ်ကိုယ်သွေး စသည်တို့ ပေါင်းစပ်ပြီးမှ သတ်သေတတ်ပါသည်။

သတ်သေသော်လည်း အကြောင်း အမျိုးမျိုး ကြောင့် မအောင်မြင်သူများကို တကယ်သတ်သေချင်စိတ်မရှိဟုယူဆလျှင် များ ယွင်းတတ်ပါသည်။ သတ်သေရန် ကြိုးစားသူ များကို အန္တရာယ်ရှိသူများဟု ယူဆပြီး ဂရုပြုသင့်ပေသည်။

တချို့မှာ (အများအားဖြင့် ကိုယ်လည်ကိုယ်သွေး ထောဂါရှိ သူများ) သတ်သေလိုသော ဆန္ဒတစ်ခုပေါ်လာပြီး ထိုဆန္ဒ အလျောက် သတ်သေရန် ကြိုးပမ်းတတ်ပါသည်။ တကယ်သေဖို့ ကြိုတင်စိတ်ကူးခြင်း မရှိပါ။ မလုပ်မနေနိုင်သောဆန္ဒ (Compulsion) ကြောင့်သာ ပြုလုပ်မိခြင်း ဖြစ်ပေသည်။ တချို့ ကျတော့ ကံစမ်းသည့် သဘောသေချင်လည်း သေသွား၊ မသေလည်း နေမည်ဟူသော စိတ်ထားဖြင့် သတ်သေရန် ကြိုးပမ်းလေသည်။ တကယ်သေလိုသည့် စိတ်ထားမရှိချေ။ အပြင်းစား စိတ်ကူး ထောဂါရှိသူများကသာ တကယ်သေချင် စိတ်ရှိကြလေသည်။

ယောက်ျားများ၊ သက်ကြီးသူများက မိမိတို့ကိုယ်ကိုထိခိုက် အောင် ကြိုးပမ်းကြပြီး မိန်းမငယ်များက ဆေးသောက်သည့် အမူအရာများသာပြုကြလေသည်။ သတ်သေရာတွင်ယောက်ျား များက ပို၍ အောင်မြင်လေသည်။

သတ်သေပုံ အပြုအမူများကို ကြည့်၍လည်း သေချင်စိတ် အတိမ်အနက်ကို အကဲခတ်နိုင်ပါသည်။ ကြိုးဆွဲချခြင်း၊ အမြင့်မှ ခုန်ချခြင်း၊ မီးရထားသံလမ်းမှာ အိပ်ခြင်း၊ ရေထဲခုန်ချခြင်း။

စားနှင့် ထိုးခြင်း၊ သေနတ်နှင့် ပစ်ခြင်း စသည်တို့သည် ပြင်းထန် သော အပြုအမူများဖြစ်၍ တကယ်သေလိုစိတ် ရှိသည်ဟု ခန့်မှန်း နိုင်လေသည်။ ဆေးသောက်ခြင်းမှာ မပြင်းထန်သော်လည်း မိန်းမများ အနေနှင့် ထိုနည်းကိုပင် အသုံးပြုတတ်လေသည်။

လူမှုရေးပိုင်းများ (Social Factors)

လူမှုရေးပိုင်းများနှင့် သတ်သေမှုတို့ ဆက်စပ်နေကြောင်း တွေ့ရပါသည်။ လူမှုရေးပိုင်းများနှင့် ကင်းကွာလေ့မရှိသူများ သည် သတ်သေလေ့ မရှိချေ။ အိမ်အလုပ်တွင် စိတ်ဝင်စားနေသူ အခြားအလုပ်တွင် စိတ်ဝင်စားနေသူ ဘာသာရေးလိုက်စားသူ များမှာသတ်သေလေ့ မရှိချေ။

လူအများနှင့် ဆက်ဆံနေသူများမှာ လူမှုရေးစည်းကမ်း များ စံများကို လိုက်နာကြသဖြင့် သတ်မသေကြချေ။ လူမှုရေး စည်းကမ်းများ စံများကို မလိုက်နာသူများသာ သတ်သေလေ့ ရှိသည်။

- အနောက်နိုင်ငံများတွင် လူအများနှင့် ဆက်ဆံမှု (ကင်းကွာနေသော နိုင်ငံသားများ ပို၍ သတ်သေကြလေသည်။
- မြို့နှင့် တော နှိုင်းယှဉ်လျှင် မြို့လူထုက တောလူထုထက် ပို၍ သတ်သေကြလေသည်။
- အိမ်ထောင်မရှိသူများ၊ မုဆိုးဖို-မုဆိုးမနှင့် တစ်ခုလပ် များသည် အိမ်ထောင်ရှိသူထက်ပို၍ သတ်သေသည်။

၁၄၈ ဝေါက်စာအုန်းမောင်

- ယောက်ျားများက မိန်းမများထက်ပို၍ သတ်သေသည်။
- အသက်ကြီးသူများ ပို၍ သတ်သေသည်။
- လူမှုအဆင့်အတန်း မြင့်မားသော သူများ၊ ဆရာဝန်များ၊ ဝန်ထမ်းအကြီးအကဲများ၊ ငွေကြေးချမ်းသာသူများသည်ပို၍ သတ်သေကြလေသည်။ ဒုတိယအများဆုံးသတ်သေသူများမှာ အလုပ်ကြမ်းသမားများဖြစ်လေသည်။ စာရေးစာချီ၊ ဝန်ထမ်းငယ် စသော ကျွမ်းကျင်သူများသည် သတ်သေမှု အနည်းဆုံး ဖြစ်လေသည်။
- အသက် ၆၅ နှစ်က ကျော်လျှင် မည်သည့် အဆင့်အတန်းမဆို သတ်သေရန် ညီမျှသော အခွင့်အလမ်းရှိကြသည်။
- လူ့ဘဝ၏အခက်အခဲ အကျပ်အတည်းများ (ချစ်ခင်သူ သေဆုံးမှု၊ အလုပ်ပြတ်မှု၊ ကြွေးတင်မှု၊ သိက္ခာထိခိုက်မှု) စသည်တို့နှင့် တွေ့ကြုံသူများမှာ ပို၍ သတ်သေတတ်သည်။
- လင်မယားချင်း အဆင်မပြေမှု၊ ပတ်ဝန်းကျင် ဆက်ဆံရေး အဆင်မပြေမှု ရှိသူများသည် ပို၍ သတ်သေတတ်သည်။ တချို့က မိမိကို ဂရုစိုက်လာအောင် ဆန္ဒပြုသည့် သဘော သတ်သေရာမှ မတော်တဆ သေသွားတတ်သည်။

စိတ်ကျရောဂါ ကုသနည်းများ

၁။ စိတ်ကုထုံး

လူနာကို အားပေးနှစ်သိမ့်ရန် အရေးကြီးပါသည်။ လူနာအပေါ် စိတ်ဝင်စားပြီး အခက်အခဲကို တတ်နိုင်သမျှ ဖြေရှင်းပေးရန် ကြိုးစားရပေမည်။ လူနာပြောပြသော အခက်အခဲများကို ဂရုစိုက် နားထောင်သင့်ပါသည်။

၂။ စိတ်ကျပျောက်ဆေးများ (Antidepressants)

(က) Mono-Amine Oxidase Inhibitors.

(M. A.O. I.) Tranyl Promine Parnate သည် လျင်မြန်စွာ အစွမ်းပြသော ဆေးစွမ်းကောင်း တစ်လက်ဖြစ်သည်။ ဆေးညွှန်းမှာ တစ်နေ့လျှင် ၁၀ မှ ၃၀ မီလီဂရမ်ဖြစ်သည်။ ဦးနှောက်ကို ထိုက်ရိုက် အာနိသင် ဖြစ်စေသဖြင့် ကောင်းသောဆေးဖြစ်သည်။ သို့သော်ဆိုးကျိုးများ (Side Effects) ဖြစ်စေသဖြင့် သတိထား သုံးရပါမည်။

Isocarboxazid (Marplan) သည် စိတ်ချရသော ဆေးဖြစ်သည်။ ဆိုးကျိုးများနည်းသည်။ သို့သော် ဆေးအာနိသင် ရရန် သုံးပတ်ခန့် စောင့်ရလေသည်။ ဆေးညွှန်း-နေ့စဉ် ၁၀ မှ ၆၀ မီလီဂရမ်။

Phenelzine Nardil & Nilamide (Niamid) တို့သည် လည်းကောင်း၊ ကောင်းသော ဆေးများဖြစ်သည်။ (Nardil) ကို တစ်နေ့လျှင် ၁၅ မီလီဂရမ်မှ ၇၅ မီလီဂရမ်ထိ တိုက်နိုင်ပြီး (Niamid) ကို ၃၅ မှ ၃၀၀ မီလီဂရမ်ထိ တိုက်နိုင်လေသည်။

(M. A. O. I.) များကို သုံးပတ်ခန့် တိုက်ပြီးသော်လည်း သက်သာမှု မရလျှင် ဆေးဆက်တိုက်ရန် မသင့်ချေ။ ဆေးနှင့် တည့်လျှင် သုံးပတ်ခန့်တွင် ဆေးစွမ်းပြသင့်လေသည်။

သတိပြုရန်

(M. A. O. I.) များသည် (Tyramine) ပါသောအစားအစားများနှင့် မတည့်ချေ။ ပဲ၊ ပဲငယ်၊ ဒိန်ခဲ စသည်တို့နှင့်မတည့်ချေ။ ဘီယာအပြင်းစားများနှင့်လည်းမတည့် Amphetamine, Epedrine, Pethidine, Morphine, စသည့် ဆေးဝါးများနှင့်လည်း မတည့်ချေ။ (M. A. O. I.) နှင့် မသက်သာ၍ Tricyclic Antidepressants များကို ပြောင်း၍ အသုံးပြုချင်လျှင်လည်း ဆေးချင်းမတည့်မှာ စိုး၍ နှစ်ပတ်ခန့် စောင့်ရလေသည်။

အချို့ စိတ်ကု ဆရာဝန်များက M.A.O.I. နှင့် Tricyclic ကို ပူးပေါင်းအသုံးပြုသော်လည်း အများအားဖြင့် မကောင်းလှချေ။ အန္တရာယ်များပါသည်။ M.A.O.I. နှင့် အစားအစာများ ဆေးဝါးများ မတည့်မှုကြောင့် သွေးများတိုးပြီး ခေါင်း

အပြင်းအထန် ကိုက်တတ်ပါသည်။ အချို့တွင် ဦးနှောက် သွေးကြောများ ပြတ်တတ်ပါသည်။ အပြင်းဖျားတတ်ပါသည်။

ထိုဆိုင်ဆိုင်ကလပ် စိတ်ဓာတ်ကျပျောက်ဆေးများ

TRICYCLIC ANTIDEPRESSANTS

- ၁။ Amitriptyline (Tryptanol Tripta)
- ၂။ Imipramine (Tofranil)
- ၃။ Trimipramine (Sur Montil)
- ၄။ Clomipramine (Anafranil)
- ၅။ Desi Pramine (Partofran)
- ၆။ Nortriptyline (Aventyl)
- ၇။ Protriptyzine (Concordin)
- ၈။ Doxepin (Sinequan)

ဆေးညွှန်း

၂၅ မီလီဂရမ် တစ်နေ့ ၃ ကြိမ်မျှပေးသင့်ပြီးတစ်ပတ်ကြာလျှင် ၅၀ မီလီဂရမ် တစ်နေ့ ၃ ကြိမ် ပေးသင့်သည်။ အသက်ကြီးသူများကို လျော့ပေးသင့်သည်။

ဆေးသောက်ပြီး ၅ ပတ်အတွင်း သက်သာမှု ရှိရပါမည်။ သက်သာမှုမရှိပါက အခြားဆေးတစ်မျိုး ပြောင်းသင့်ပါသည်။

စိတ်ငြိမ်ဆေးများ

စိတ်ကျလူနာသည်စိတ်ဓာတ်ကျနေရုံမက စိတ်သေလေများ၊ စိတ်တင်းကျပ်မှုများရှိနေပါက ဝိတ်ငြိမ်ဆေး အပျော့စားများ (ရလီစာ၊ ဗေလီယံ) စသည်တို့ကိုသုံးသင့်ပါသည်။ Nitrazepam စသော အိပ်ဆေးများကိုလည်း ပေးသင့်လေသည်။

ဓာတ်နှိပ်ကုသခြင်း (E.C.T. Electro-Convulsive Therapy)

စိတ်ကျရောဂါများကို ဓာတ်နှိပ်ကုသသင့်ပါသည်။ ဓာတ်နှိပ်ကုသမှု မြန်မြန်သက်သာလေသည်။ အများအားဖြင့် ၆ ကြိမ်မှ ၁၂ ကြိမ်ထိ ဓာတ်နှိပ် ကုသကြလေသည်။

ဆက်တိုက်အိပ်ရန် ပြုလုပ်ခြင်း။ (Continuous Narcosis)

အိပ်ဆေးများ၊ စိတ်ငြိမ်ဆေးများပေး၍ တစ်နေ့လျှင် ၁၈ နာရီခန့် အိပ်ဝက်နေအောင် ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် စိတ်ကျရောဂါကို သက်သာစေပါသည်။ စိတ်လှုပ်ရှားမှုများရှိလျှင် ပို၍ သက်သာစေပါသည်။

ခွဲစိတ်ကုသခြင်း (Leucotomy)

အခြားနည်းလမ်းများဖြင့် လုံးဝ မသက်သာသော လူနာများ ရောဂါမဖြစ်မီ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ကောင်းပါက ဦးနှောက်ကို ခွဲစိတ်ကုသသင့်သည်။ ခွဲစိတ်ပြီးနောက်ကောင်းစွာ ပြန်လည် ထူထောင်ပေးရန် လိုပါသည်။

စိတ်ကြွရောဂါနှင့် အပြင်းစား စိတ်ကြွရောဂါ (Hypo Mania and Mania)

ရောဂါ၏ အဓိပ္ပာယ်

စိတ်ခံစားမှုရောဂါ တစ်မျိုးဖြစ်သည်။ စိတ်ခံစားမှုမှာ တက်ကြွခြင်းနှင့် ပျော်ရွှင်နေခြင်းတို့ ခံစားရသည်။ လောကကြီးကို အကောင်းမြင်သည်။ လူနာသည် မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်မှုအပြည့်ရှိပြီး သူလုပ်လျှင် ဘာမဆိုဖြစ်ရမည်ဟု ယူဆလေသည်။ တစ်ခါတစ်ရံ အလိုလိုပျော်ရွှင် ကြည်နူးနေလေသည်။

လက္ခဏာများ

- ၁။ စိတ်ပျော်ရွှင် ကြည်နူးနေသည်။
- ၂။ စိတ်ရော့ကိုယ်ရော့ တက်ကြွနေပြီး ဂနာမငြိမ် ဖြစ်နေသည်။
- ၃။ စကားပြောရာတွင် အကြောင်းအရာများ ဟိုခုန် သည်ခုန် ပြောတတ်သည်။ နောက်ပိုင်းစကားများကို ဆက်စပ်၍ ပြောတတ်သည်။ ဥပမာ- ကျောင်းပြေးသည့် အကြောင်းကို ပြောရင်း ပြေးခုန်ပစ်အကြောင်း ပြောသည်။ ထို့နောက် သေနတ်ပစ်ခြင်း အကြောင်းပြောတတ်သည်။
- ၄။ စကားသိပ်ပြောသည်။ မရပ်မနား ပြောတတ်သည်။

- ၅။ ဘဝမြင့်စကားများပြောသည်။ ဘုရင်ဖြစ်သည်။ ပိုက်ဆံချမ်းသာသည်။ တန်ခိုးရှိသည် စသည်ဖြင့် ပြောလေ့ရှိသည်။
- ၆။ စကားပြောရာတွင် နဘောထပ်များ ပြောတတ်သည်။ ကာရံနှင့်ပြောသည်။ ရယ်စရာများ ပြောတတ်သည်။
- ၇။ အလုပ်သိပ်လုပ်သည်။ သို့သော် အလုပ်များကို အပြီးမသတ်တတ် အခြားသူများ၏ အလုပ်ကို ကူလုပ်တတ်သည်။
- ၈။ ပျော်ရွှင် ကြည်နူးနေသောစိတ်သည် တခြားလူများကို ပါ ကူးစက်တတ်သည်။ စိတ်ကစဉ့်ကလျား ရောဂါရှင်များ ကမောက်ကမ ပြောသောအခါ ရယ်ကြရပါသည်။ စိတ်ကြွ ရောဂါရှင်များမှာ ရယ်စရာပြော၍ ရယ်ကြရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ကမောက်ကမ ပြော၍ မဟုတ်ပါ။
- ၉။ ဘာသာရေး ပိုမိုလိုက်စားလာသည်။ မနက်အစောကြီးထ၍ ဘုရားရှိခိုးတတ်သည်။
- ၁၀။ ညဉ့်တွင် အချိန် အနည်းငယ်သာ အိပ်သည်။
- ၁၁။ ပိုက်ဆံ သိပ်သုံးသည်။ အဝတ်အစားကအစ ပေးပြစ်တတ်သည်။ မိတ်ဖြစ်လွယ်သည်။
- ၁၂။ ကာမဆန္ဒအားကြီးလာသည်။ အရှက်အကြောက် မရှိတော့ဘဲ ချစ်စကား ကြိုက်စကား လိုက်ပြောတတ်သည်။

- ၁၃။ အဝတ်အစား တောက်တောက်ပြောင်ပြောင် ဝတ်ဆင်တတ်သည်။ ဂုဏ်ထူးဆောင် တံဆိပ်များ ရှိပါက ဝတ်ဆင်တတ်သည်။
- ၁၄။ သူတို့ကိုယ်သူတို့ စိတ်ရောဂါ ဖြစ်နေသည်ဟု မထင်။
- ၁၅။ သူတို့ လုပ်ချင်တာ မလုပ်ရလျှင် အလွန် စိတ်တိုတတ်သည်။
- ၁၆။ စိတ်ကူး အကြံအစည်များ ကောင်းမွန်ပြီး စီမံကိန်းများ ရေးဆွဲတတ်ကြသည်။
- ၁၇။ မိတ်ဆွေများထံ ဧကဧက စာရေးခြင်း ဖုန်းဆက်ခြင်းများ ပြုတတ်သည်။
- ၁၈။ သူ့အပြုအမူများကြောင့် ပတ်ဝန်းကျင်ကို အနှောင့်အယှက်ဖြစ်စေသည်။

အပြင်းစားစိတ်ကြွရောဂါ (Mania) ၏လက္ခဏာမှာအထက်ပါ လက္ခဏာများပင် ဖြစ်ပါသည်။ သို့သော် ပိုမိုပြင်းထန်လေသည်။ (Excitement) ခေါ် ထိန်းသိမ်းမရ သောင်းကျန်းတတ်ပါသည်။

အဆက်မပြတ် ထိန်းသိမ်း မရ သောင်းကျန်းနေခြင်းကို ကယောင်ကတမ်း စိတ်ကြွရောဂါ (Delirious Mania) ဟုခေါ်ပါသည်။ လူနာသည်ပင်ပန်းနွယ်နယ်ပြီး ကြားပေါက်ရောဂါများဝင်တတ်သည်။ တချို့မှာ သောင်းကျန်းလွန်ပြီး လုံးဝမလှုပ်မရှားဖြစ်သွားလေသည်။ (Manic Stupor) ဟုခေါ်ပါသည်။

ပြုစုကုသနည်းများ

စိတ်ကြွရောဂါဖြစ်နေပါကဆေးရုံတက်ကုသရန်လိုပါသည်။ လူနာမှာ ထိန်းမနိုင်သိမ်းမရ ဖြစ်နေသဖြင့် ဆေးရုံတွင် ထိန်းသိမ်းကုသနိုင်ပါသည်။

တချို့ စိတ်ကြွရောဂါရှင်များသည် ပိုက်ဆံ သိပ်သုံးခြင်း၊ မိန်းမလိုက်စားခြင်း၊ အိပ်သူအိပ်သားများကို အနှောင့်အယှက် ဖြစ်ခြင်းတို့ကြောင့် ဆေးရုံတက်ကုသရန် လိုအပ်ပါသည်။

ဆေးဖြစ်ကုသခြင်း။

၁။ Haloperidol (Serenace)

၁.၅ မီလီဂရမ် တစ်နေ့ ၃ကြိမ်ပေးသင့်သည်။ လိုအပ်လျှင် ဆေးကို ထိုး၍ ပေးနိုင်ပါသည်။ (Serenace) စားလျှင် (Parkinsonism)ဖြစ်ပြီး အကြောတက်ခြင်း၊ လက်တုန်ခြင်း၊ လှုပ်ရှားမှုနှေးကွေးခြင်းတို့ ဖြစ်တတ်သဖြင့် (Artane) သို့မဟုတ် (Cogentin) ၂ မီလီဂရမ် တစ်နေ့ ၃ကြိမ်ခန့် သောက်သင့်လေသည်။ ဆေးမစားပါက (Serenace) ထိုးဆေးပါသုံးသင့်သည်။

၂။ Chlorpromazine (Buro Mazine) Largactil.

တစ်နေ့လျှင် ၁၀၀ မီလီဂရမ်၊ တစ်နေ့ ၃ကြိမ်၊ လိုအပ်လျှင် ထိုးပေးသင့်သည်။ ထိုးဆေးကိုလည်း အသုံးပြုနိုင်သည်။

၃။ Lithium Carbonate

တစ်နေ့လျှင် ၄၀၀ မှ ၁၂၀၀ မီလီဂရမ် ပေးနိုင်ပါသည်။ တစ်နေ့ ၈၀၀ မီလီဂရမ်မှာ သင့်တော်သော ဆေးညှန်းဖြစ်ပါသည်။

လီသီယံ (Lithium) ကိုပေးလျှင် သွေးထဲရှိ လီသီယံဓာတ် ခြေမျှရှိသည်ကို စစ်ဆေးရန်လိုပါသည်။ သွေးထဲရှိလီသီယံဓာတ် (0.5-1.5 Meq/Litre) ရှိမှ အာနိသင် ထိရောက်ပါသည်။ 0.5 ထက်နည်းနေပါက အာနိသင်မရှိချေ။ 1.5 ထက်များနေပါက အဆိပ်သင့် တတ်လေသည်။ အဆိပ်သင့်မှုမှာ ပြင်းထန်သဖြင့် ကျောက်ကပ်ရောဂါရှိသူများ မစားသင့်ချေ။ (လီသီယံဆေးအကြောင်းသိခြားဖော်ပြထားပါသည်။)

ဓာတ်နှိမ်ကုသခြင်း

အပြင်းစားစိတ်ကြွ ရောဂါသည်အချို့ကို ဓာတ်နှိမ်ကုသမှု မြန်မြန်သက်သာလေသည်။ ပြင်းထန်ခဲ့သောတစ်နေ့တွင် ၂ကြိမ် မှ ၃ ကြိမ်အထိ ပေးရပါသည်။

*

ကိုယ်ကြောင်းရင်း စိတ်ဖောက်ပြန်ရောဂါများ (ORGANIC MENTAL STATES)

စိတ်ဆရာဝါအများစုတွင် တွေ့ရသော စိတ္တဇ လက္ခဏာ များနှင့် အပြုအမူ ပြောင်းလဲခြင်းများသည် အများအားဖြင့် ဦးနှောက်တွင်းရှိ အာရုံကြောများ၏ ဇီဝတွင်း ဖြစ်ပျက်မှု (Metabolism) ပြောင်းလဲမှုကြောင့် ဖြစ်ကြသည်။ ဇီဝတွင်း ဖြစ်ပျက် (Metabolism) အပြောင်းအလဲများကို ပြုပြင်ပေး နိုင်သည့် အခြေအနေများ၊ ဥပမာ- ဗိုက်တာမင်ဘီ ၁ ဓာတ် လျော့နည်းခြင်း၊ အောက်ဆီဂျင်ဓာတ် လျော့နည်းခြင်း၊ ရော ဂါပိုးများ ဝင်ရောက်ခြင်း စသည်တို့ ရှိကြသလို ပြုပြင်ပြောင်း လဲ၍ မရသည့် အခြေအနေများ၊ ဥပမာ- ဦးနှောက်ကင်ဆာ ရောဂါ၊ အသက်ကြီးရင့်၍ ကလာပ်စည်းများ ပျက်စီးခြင်း၊ ဒဏ်ရာရ၍ ဦးနှောက်ပျက်စီးခြင်း စသည်တို့ ရှိကြလေသည်။

မည်သို့ဖြစ်စေ၊ ဦးနှောက်၏ ဇီဝတွင်း ဖြစ်ပျက်မှုများ ဖောက်ပြန်ခြင်းသည် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပြောင်းလဲမှုများအဖို့ ကို မူလပထမ (Primary) အကြောင်းများ ဖြစ်လေသည်။ အဖျား၊ အနာများ၊ စိတ်ဆင်းရဲမှုများ စသည်တို့သည် စိတ်အပြောင်း အလဲ ဖြစ်ခြင်းများ၏ ဒုတိယ (Secondary) အကြောင်းများ ဖြစ်လေသည်။ အဘက်ဘက် (Epilepsy) ကို နွဲ့ကုယ် ကြောင့်ဖြစ်သော ရောဂါများထဲတွင် ထည့်သွင်းထားသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ဦးနှောက်တွင် တစ်ခုခု ပြောင်းလဲ၍ အတက်ရောဂါ ဖြစ်သည်ဟု ယူဆသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ လက္ခဏာများသည် ဦးနှောက်ရောဂါများ ကို ဖော်ညွှန်းနိုင်ကြသော်လည်း ရောဂါ၏ အတိမ်အနက်ကို သိရန် ခက်ခဲလေသည်။ ထို့ကြောင့် ရောဂါ၏ အတိမ်အနက် ကို သိနိုင်ရန် အထူးစစ်ဆေး စမ်းသပ်မှုများ လိုအပ်လေသည်။

x x x

သိမှုရှုပ်ထွေးခြင်းများ (CONFUSIONAL STATES)

လူတစ်ယောက်သည် အကျိုးအကြောင်း ဆီလျော်စွာပြော ဆိုဆက်ဆံနိုင်ခြင်း၊ ပြုမူနိုင်ခြင်း မရှိတော့သည့် အခြေအနေကို သိမှု ရှုပ်ထွေးခြင်း (Confusion) ဟု ခေါ်ပါသည်။ ဦးနှောက်တွင်း ပြောင်းလဲမှုများကြောင့် သိမှုရှုပ်ထွေး ခြင်း ဖြစ်သောအခါ ...

၁။ သတိရှိမှု ပြောင်းလဲခြင်း

Changes In Consciousness

၂။ အာရုံသိမှုများ ဖောက်ပြန်ခြင်း

၃။ ပုံစံဝန်းကျင်သိမှု ဖောက်ပြန်ခြင်း (Disorientation)

၄။ မှတ်ဉာဏ် ချွတ်ယွင်းခြင်း

၅။ အတွေးများ ဖောက်ပြန်ခြင်း

စသည်တို့ ဖြစ်ပေါ်လာပါသည်။

သိမှုရှုပ်ထွေးခြင်းများကို ရုတ်တရက် (Acute) အလတ်စား (Subacute) နှင့် နာတာရှည် (Chronic) ဟူ၍ ၃ မျိုးခွဲခြားထားပါသည်။ ရုတ်တရက် သိမှုရှုပ်ထွေးခြင်းကို ငမ်းဖမ်းခြင်း (Delirium) ဟုလည်း ခေါ်ပါသည်။

လက္ခဏာများ

(က) ရုတ်တရက်

(၁) သတိမကြည်လင်ခြင်း

Clouding of Consciousness.

လူနာသည် သတိကောင်းစွာ မရချေ။ သို့သော် သတိလစ်နေခြင်းလည်း မဟုတ်ချေ။ သတိချခြင်းနှင့် မရခြင်းတို့၏ စပ်ကြား မကြည်မလင် မပြတ်မသား ဖြစ်နေလေသည်။ သတိရမှု အစဉ်သည် ပြောင်းလဲနေလေသည်။ ခုသတိရလိုက် ခဏကြာ

သတိလစ်လိုက် ဖြစ်နေတတ်သည်။ (ဤကဲ့သို့ သတိပြောင်းလဲနေခြင်း တွေပါက ဦးနှောက်ရောဂါဟု ခန့်မှန်းနိုင်လေသည်)

(၂) ပတ်ဝန်းကျင်သိမှု ဖောက်ပြန်ခြင်း (Disorientation)

သတိမကြည်လင်သဖြင့် အချိန်၊ နေ့၊ နေရာနှင့် ဆွေမျိုးများကို မသိတော့ချေ။ မိမိ မည်သူမည်ဝါ ဖြစ်သည်ကိုလည်း မသိသည့် အခါများ ရှိလေသည်။

(၃) မှတ်ဉာဏ်ချွတ်ယွင်းခြင်း (Disturbance of Memory)

သတိကောင်းစွာမရသဖြင့် မှတ်သိမှုမရှိတော့ဘဲ မှတ်ဉာဏ်ချွတ်ယွင်းသွားပါသည်။

(၄) အာရုံသိမှုများဖောက်ပြန်ခြင်း

(Disturbance of Perception)

တကယ်ရှိသော အရာဝတ္ထု တစ်ခုကို အမြင်မှားခြင်း လှုံ့ဆော်မှု အာရုံသိခြင်း၊ အထူးသဖြင့် အရာဝတ္ထုများ မရှိဘဲ ဖြစ်နေရခြင်း၊ ကြောက်စရာများနှင့် သတ္တဝါငယ်ကလေးများကို မြင်တတ်ပါသည်။

(၅) အတွေးနှင့် စကားပြော ဖောက်ပြန်ခြင်း

(Disturbance of Speech and Thought)

အတွေးနှင့် စကားပြောခြင်းတို့ ဆက်လပ်မှု မရှိတော့ဘဲ မပီမသ အဓိပ္ပာယ်မရှိသော စကားများ ပြောသည်။ ကောင်းစွာ

စဉ်းစားထွေးခေါ်နိုင်ခြင်း မရှိတော့သဖြင့် လူ့အများနှင့် မှန်ကန်စွာ စကားမပြောနိုင်တော့ပါ။ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်းလည်း မပြုလုပ်နိုင်တော့ချေ။

(၆) စိတ်ခံစားမှု ပြောင်းလဲခြင်း (Variation in Mood)

တုန့်လှုပ်ချောက်ချားခြင်း၊ ကြမ်းတမ်းခြင်းမှသည် ကြောက်ရွံ့ဖွယ်ရာ ဝါးရုန်းသုံးကား ဖြစ်သည်အထိ ခံစားမှု ပြောင်းလဲတတ်သည်။ ပြင်းစွာ ကြောက်ရွံ့ထိတ်လန့်တတ်ပါသည်။ စိတ်ဓာတ်ကျတတ်သည်။

(၇) အလတ်စားသိမှု ရှုပ်ထွေးခြင်း

(Subacute Confusional State)

လက္ခဏာများမှာ အထက်ပါကဲ့သို့ ဖြစ်ပါသည်။ သို့သော် ပြင်းထန်သော လက္ခဏာများမရှိချေ။ ကောင်းသောအချိန်များ ခပ်များများ ရှိသည်။ လူနာသည် စိုးရိမ်ကြောက်ရွံ့နေခြင်း သတိရှုပ်ထွေးနေလေသည်။

(၈) နာတာရှည် သိမှုရှုပ်ထွေးခြင်း

(Chronic Confusional State)

နာတာရှည် သိမှုရှုပ်ထွေးခြင်းသည် သူငယ်ပြန်ခြင်း (Dementia) ၏ လက္ခဏာများနှင့် ခင်ဆင်ဆင်တူမျှ ဖြင့် ခွဲခြားဖို့ လိုအပ်လေသည်။

ရောဂါဖြစ်သော အကြောင်းရင်း

ရုပ်ဝတ္တုဖိစီးမှု (Physical Stress) က ဦးနှောက်ကို တိုက်ခတ် ထိခိုက်သဖြင့် သိမှုရှုပ်ထွေးခြင်း ဖြစ်ရပါသည်။ ဦးနှောက်၏ရုပ်ဝတ္တုဖိစီးမှုအပေါ် ခံနိုင်ရည်ရှိမှုကို မျိုးရိုးဗီဇက ဆုံးဖြတ်ပေးသည်။ မျိုးရိုးကဖိစီးမှုကို ခံနိုင်ရည်မရှိပါက အလွယ်တကူ ရောဂါရပေမည်။ ခံနိုင်ရည်ရှိပါက ရုတ်တရက် ရောဂါမရနိုင်ချေ။

သိမှုရှုပ်ထွေးခြင်းတွင် ဦးနှောက်၏ (Reticular Activating System) နှင့် ဦးနှောက် အောက်ပိုင်းများကို ထိခိုက်သည်။ ဦးနှောက်၏ သီးသန့် အစိတ်အပိုင်းများကို ထိခိုက်ခြင်း မရှိချေ။

ဦးနှောက် ကလာပ်စည်းများ၏အလုပ် မည်သို့မည်ပုံပြောင်းလဲသွားသည်ကို အတိအကျ မသိရသေးသော်လည်း တစ်စုံတစ်ခု ပြောင်းလဲခြင်းကြောင့် ဖြစ်သည်ဟု ခန့်မှန်း ရပါသည်။ ဦးနှောက် ကလာပ်စည်းများ ပုံမှန် အလုပ် လုပ်ရန်အတွက်...

- ၁။ ကောင်းသော ပတ်ဝန်းကျင်
- ၂။ အာဟာရဓာတ် ပြည့်ဝမှု
- ၃။ အင်ဇိုင်းများ (Enzyme)
- ၄။ ပုံမှန်ဇီဝတွင်း ဖြစ်ပျက်မှု (Normal Metabolic Rate) စသည်တို့ လိုအပ်လေသည်။

ဤလိုအပ်ချက်များနှင့် မပြည့်စုံသောအခါ ဦးနှောက်အလုပ်များ ဖောက်ပြန်တတ်လေသည်။

၁၆၄ ခေါက်တူအုန်းစောင်

(Alkalosis) နှင့် (Acidosis) တို့ ဖြစ်သောအခါ၌လည်းကောင်း၊ အသည်းနှင့် ကျောက်ကပ်ရောဂါများ ဖြစ်သောအခါ၌လည်းကောင်း၊ ခေါင်းကို ထိခိုက်ဒဏ်ရာ ရသောအခါ၌လည်းကောင်း၊ ကလာပ်စည်းများ၏ ပတ်ဝန်းကျင် ဖောက်ပြန်တတ်ပါသည်။

ခန္ဓာကိုယ်တွင်း အောက်ဆီဂျင်ဓာတ် နည်းသောအခါ၌လည်းကောင်း၊ သကြားဓာတ် နည်းသော (Hypoglycemia) အခါ၌လည်းကောင်း၊ ကလာပ်စည်းများ၏ အာဟာရဓာတ် ချို့တဲ့ကြလေသည်။

ဗီတာမင် ဘီဓာတ်များ ချို့တဲ့မှုကြောင့် အင်ဇိုင်းဓာတ်များ ချို့တဲ့တတ်ပါသည်။

ဇီဝတွင်း ဖြစ်ပျက်မှုများသည် ဖျား နှာ သော အခါ သိုင်းရွှံ့ပြန် အဆိပ်တက် ရောဂါ (Thyrototoxicosis) ဖြစ်သောအခါ မြင့်တက်လာတတ်ပါသည်။

အထက်ပါ ဖောက်ပြန်မှုများ တစ်ခုခုကြောင့် ဖြစ်စေ စုပေါင်း၍ဖြစ်စေ သိမှုရှုပ်ထွေးခြင်း ဖြစ်တတ်ပါသည်။

ကလေးငယ်များ ပြင်းထန်စွာ ဖျားနာသောအခါ နှုတ်ထက် မြင့်တက်လာသော ဇီဝတွင်း ဖြစ်ပျက်မှုဒဏ်ကို နှုတ်သော နာမ်ကြောလေးများက မခံနိုင်ဘဲ သိမှုရှုပ်ထွေးခြင်းတက်ခြင်းများ ဖြစ်တတ်ပါသည်။

အသက်ကြီးသော လူကြီးများသည် ဗီတာမင်ဓာတ်များ ချို့တဲ့လေ့ရှိပြီး အဆုတ်နှင့်ဆိုင်သော ရောဂါများလည်း

ထွက်ပါသည်။ ဦးနှောက်ထွေးကြောများလည်း ချွတ်ယွင်းနေလေ့ရှိရာ ပြင်းထန်စွာ ဖျားနာလျှင်လည်း ဖြစ်တတ်ပါသည်။

သိမှုရှုပ်ထွေးခြင်းဖြစ်စေသော အခြေအနေများ

၁။ ဇီဝ တွင်းဖြစ်ပျက်မှုပောက်ပြန်မှု (Metabolic Disturbance)

- (က) အောက်ဆီဂျင်ဓာတ်နည်းခြင်း။
- (ခ) သကြားဓာတ်နည်းခြင်း။
- (ဂ) Uraemia.
- (ဃ) အသည်းရောဂါ။
- (င) သိုင်းရွှံ့ပြန်အကျိတ်အားနည်းရောဂါ။
- (စ) သိုင်းရွှံ့ပြန်အကျိတ်အားကြီးရောဂါ။
- (ဆ) ကော်တီဆိုးဆေးများ အလွန်သုံးစွဲမှု။
- (ဇ) ဗီတာမင်-ဘီ (ဘီ-၁၊ ဘီ-၆၊ ဘီ-၁၂) စသည် ချို့တဲ့မှု။

၂။ ဆေးအဆိပ်သင့်မှုများ

- (က) အိပ်ဆေးများ (ဘာဘီကျူရိတ်)။
- (ခ) အရက်။
- (ဂ) Bromide
- (ဃ) Digitalis.
- (င) Anti-Parkinsonian Agents.

(၈) **Tricyclic** စိတ်ကျပျောက်ဆေးများ(အထူးသဖြင့် အသက်ကြီးသူများ သုံးစွဲလျှင်)

၃။ သုံးစွဲခြင်းမှ ရုတ်တရက် ရပ်ဆိုင်းမှု

(က) အိပ်ဆေးများ (ဘာဘီကျူရိတ်)

(ခ) အရက်။

၄။ မိုးပွားကြောင့် ဧရာဂါရခြင်း (Infections)

(က) ဦးနှောက်ရောင်ရောဂါ။

(ခ) ဦးနှောက်အမှေးပါးရောင်ရောဂါ။

(ဂ) ဦးနှောက်ပြည်တည်ရောဂါ။

(ဃ) အဆုတ်အအေးမိရောဂါ။

(င) အူရောင်ငန်းဖျားရောဂါ။

(စ) ငှက်ဖျားရောဂါ။

၅။ ဦးနှောက်ထိခိုက်ခြင်း

(က) ခေါင်းဒဏ်ရာရခြင်း။

(ခ) သွေးကြောပိတ်ခြင်း၊ သွေးကြောပြတ်ခြင်း၊ သွေးခဲခြင်း။

(ဂ) ဦးနှောက်ကင်ဆာရောဂါများ။

ကုသနည်းများ

လူနာသည် ဂနာမငြိမ်ပဲ ဆူပူနေလျှင် ဆေးရုံသို့အတွင်းလူနာအဖြစ် တင်သင့်ပေသည်။ ဆေးရုံတင်ခြင်း၊ လူနာ၏ခန္ဓာကိုယ်ကျန်းမာရေးနှင့် စိတ်အခြေအနေကို စမ်းသပ် ရေးမှတ်ထားရပါမည်။ ခန္ဓာကိုယ်ကျန်းမာရေးကို ထိခိုက်စေသော အကြောင်းရင်းကိုတွေ့လျှင် ချက်ခြင်းကုသပေးရပါမည်။

စိတ်ငြိမ်ဆေး (Chlor Promazine) ၅၀ မီလီဂရမ်ထပ်ထိုးပေးသင့်သည်။ ၅၀ မီလီဂရမ်နှင့် မငြိမ်လျှင် နောက်ထပ် ၅၀ မီလီဂရမ်ထပ်ထိုးသင့်သည်။ ပါးစပ်မှလည်း စိတ်ငြိမ်ဆေးတိုက်သင့်ပါသည်။ စိတ်ငြိမ်သွားလျှင် သတိရှိလာနိုင်ပါသည်။ သတိရှိလာမှ ပြောရဆိုရလွယ်ကူပြီး ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှု ရလာပေမည်။

သူနာပြုများအနေဖြင့် လူနာကိုကောင်းစွာပြုစုရန် လိုအပ်သည်။ လူနာမှာ သတိကောင်းကောင်းမရှိသဖြင့် သူ့ကိုယ်သူ မစောင့်ရှောက်နိုင်ချေ။ (Dextrose Water 5%) ကို ဗီတာမင်ဓာတ်(ဘီ)များပေးပါသော အားဆေးများထည့်ပြီး သွေးကြောသို့ သွင်းပေးရပါမည်။ လူနာ မငြိမ်မသက် ဖြစ်နေလျှင် ဗေလီယံ ၁၀ မီလီဂရမ်အကြောဆေးထိုးပေးသင့်သည်။ ဗေလီယံထိုးပြီးလူနာငြိမ်သွားလျှင် (Dextrose Water 500 cc) ကို (Parantovite) သို့မဟုတ် (I.V. Burp'ex) ထည့်ပြီးသွေးကြောထဲ တဖြည်းဖြည်းသွင်းပေးပါ။

ခန္ဓာကိုယ်အကြောင်းရင်းရှာမတွေ့ပဲသိမှုရှုပ်ထွေးခြင်းဖြစ်နေကြောင်းတွေ့ရှိပါက ခာတ်နှိပ်ကုသခြင်း (E.C.T) ပြင်ပူ ယူနိုင်ပါသည်။

x x x

သုငယ်ပြန်ရောဂါ (Dementia)

ရောဂါ၏ အဓိပ္ပာယ်

အသိဉာဏ် (Intelligence) တဖြည်းဖြည်း ပျက်စီး ဆုတ်ယုတ်သွားခြင်းကို ခေါ်သည်။ ဦးနှောက် ကလာပ်စည်းများ ပျက်စီးသွားခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ အသိဉာဏ် ပျက်စီး ဆုတ်ယုတ်သဖြင့် အပြုအမူ ပြောင်းလဲခြင်းများနှင့် ခံစားမှု ပြောင်းလဲခြင်းတို့ ဖြစ်ကြလေသည်။

ရောဂါထက္ကစာများ

၁။ အသိဉာဏ် ပျက်စီးဆုတ်ယုတ်ခြင်း

အသိဉာဏ် တဖြည်းဖြည်းပျက်ပြားလာသည်။ တော်ရုံတန်ခိုး ပြဿနာလေးများကိုပင် မဖြေရှင်းတတ်တော့ချေ။ သာမန် အတွက်အချက် လေးများကိုလည်း မတွက်ချက် တတ်တော့၊ အခြားလူများနှင့် စကားပြောသောအခါ လွယ်လွယ်နှင့် လို

ရင်းကို သဘောမပေါက်တော့၊ မိမိက စကားပြောသောအခါ ခွဲလည်း လိုရင်းကို ချက်ချင်း မပြောတတ်တော့ချေ။

၂။ မှတ်ဉာဏ်ထိခိုက်ခြင်း

မကြာသေးမီက အဖြစ်အပျက်များကို မှတ်မိသော မှတ်ဉာဏ်နှင့် ရှေးယခင်က အဖြစ်အပျက်များကို မှတ်မိသော မှတ်ဉာဏ်ဟူ၍ ဉာဏ် ၂ မျိုးရှိရာ မကြာသေးမီက အဖြစ်အပျက်များကို မှတ်သားသော မှတ်ဉာဏ်မှာ ပထမ ထိခိုက် ပျက်စီးလေသည်။ လတ်တလော အဖြစ်အပျက်များကို မမှတ်မိတော့ချေ။ ထမင်းစားပြီးပေမယ့် မစားရသေးဟု ဆိုကာ ထပ်စားတတ်သည်။ မနေ့က အဖြစ်အပျက်များကို ယနေ့ မမှတ်မိတော့ချေ။ နောက်ပိုင်းတွင် ရှေ့ကမှတ်ဉာဏ်ပါ ထိခိုက်လာပါသည်။ မွေးသက္ကရာဇ်ကိုပင် မေ့လာတတ်သည်။ အိမ်သားများ၏ နာမည်ကို မေ့လာတတ်သည်။ နောက်ဆုံးတွင် ကလေးဘဝက မှတ်ဉာဏ်များသာ ကျန်ခဲ့လေတော့သည်။ ထို့ကြောင့် ကလေးဘဝကို ဒုတိယအကြိမ် ပြန်နေခြင်း၊ သို့မဟုတ် သုငယ်ပြန်ခြင်းဟု ခေါ်ကြပါသည်။

၃။ စိတ်လှုပ်ရှားလွယ်ခြင်း

အသေးအမှား ကိစ္စကလေး တစ်ခုကြောင့် အလွန်စိတ်လှုပ်ရှား လွယ်ပါသည်။ အငိုလွယ်သည်။ အရယ်လွယ်သည်။ စိတ်ဆိုးလွယ်သည်။ လူနာသည် သတိဖြင့် စိတ်ကို မထိန်းသိမ်းနိုင်တော့ပါ။ တစ်ခါတစ်ရံ ပြင်းစွာ ကြောက်ရွံ့ ထိတ်လန့်ပြီး ထွက်ပြေး

တတ်ပါသည် (Catastrophic Reaction) ဟု ခေါ်ပါသည်။
နောက်ပိုင်းတွင် စိတ်ခံစားမှု နည်းလာပြီး မလှုပ်မရှက်
ဖြစ်နေတတ်သည် (Apathy) ဟု ခေါ်ပါသည်။

၄။ အပြုအမူ ပြောင်းလဲခြင်း

အသိဉာဏ် ကောင်းစွာမရှိတော့သဖြင့် အရှက်အကြောက်
မရှိတော့ဘဲ ထင်ရာ လျှောက်လုပ်တတ်ပါသည်။ အနေအထိုင်
ညစ်ပတ်လာသည်။ အပြောအဆို ကြမ်းလာသည်။ အဝတ်
အစား ညစ်ပတ်လာသည်။

နောက်ပိုင်း ကလေးကဲ့သို့ အိပ်ရာထဲ ဆီးသွားခြင်း၊ နောက်
ပေးသွားခြင်းစသည်တို့ ဖြစ်လာသည်။ လူမှုရေးစဉ်းကမ်းများ
မရှိတော့ချေ။

တစ်ခါတစ်ရံ အပြင်သို့ ထွက်သွားတတ်သည်။ အပြင်တွင်
လူနာသည် ကားကုန်မရှောင်တတ်။ မိမိ၏ နေအိမ်လည်း မပြန်
တတ်တော့သဖြင့် ဒုက္ခရောက်တတ်သည်။ နောက် တဖြည်း
ဖြည်း ထိန်းသိမ်းရ ခက်ခဲလာသည်။ ထိုအခါ ဆွေမျိုးများက
ဆေးရုံသို့ လာပို့ကြလေသည်။

ရောဂါဖြစ်သော အကြောင်းရင်း

ဦးနှောက် အပေါ်ပိုင်းရှိ ကလာပ်စည်းများ အလုပ်မလုပ်
နိုင်တော့ဘဲ ပျက်စီးသွားခြင်းသည် အဓိက အကြောင်းရင်း
ဖြစ်လေသည်။ ကလာပ်စည်းများ ပျက်စီးရာတွင် အသက်ကြီး
ရင့်ခြင်းသည် တစ်ကြောင်းပါဝင်သည်။ သို့သော် အသက်ကြီး

ရင့်တိုင်းလည်း ကလာပ်စည်းများ မပျက်စီးတတ်ချေ။ မျိုးရိုး
နှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကြောင်းအချက်များကလည်း အရေး
ကြီးလေသည်။ မျိုးရိုးရှိလျှင် ပို၍ဖြစ်တတ်သည်။ စိတ်ချမ်းသာ
အောင် ဂရုစိုက်ထားလျှင် အရေးပေးလျှင် သူငယ်ပြန်ရောဂါ
အဖြစ်နည်းနိုင်ပါသည်။ (စိတ်ချမ်းသာမှုသည် အရေးကြီးလေ
သည်)။

x x x

အခြားသူငယ်ပြန်ရောဂါများ

၁။ သွေးကြောကျဉ်း

(Arterio Sclerotic Dementia)

သွေးကြောများ ကျဉ်းမြောင်းပြီး သွေးပိုလွတ်မှု နည်းပါး
သွားသဖြင့် ဦးနှောက်ကလာပ်စည်းများ ပျက်စီးကုန်လေသည်။
သွေးကြောပြတ်ခြင်း (လေဖြတ်ခြင်း) နှင့် သွေးတိုးရောဂါများ
ရှိတတ်ပါသည်။ လေဖြတ်ပြီးနောက် သတိမဲ့ခြင်း၊ အသိဉာဏ်
ချွတ်ယွင်းခြင်း စသည်တို့ ဖြစ်ပါသည်။

၂။ ရောဂါဖြစ်ပြီးနောက်

(Post Infective Dementia)

ဦးနှောက်အမှေးရောင်ရောဂါ၊ ဦးနှောက်ရောင်ရောဂါ၊
ဦးနှောက် ကာလသားရောဂါ စသည်တို့ကြောင့် သတိမဲ့ခြင်း၊
အသိဉာဏ်ချွတ်ယွင်းခြင်း စသည်တို့ ဖြစ်တတ်သည်။

၃။ နောက်ဆုံးပိုင်းဒဏ်
(Post-Traumatic Dementia)

ခေါင်းကိုဒဏ်ရာရလျှင်လည်း သူငယ်ပြန်ရောဂါ ဖြစ်တတ်သည်။

၄။ ဦးနှောက်ရောဂါများ

ဦးနှောက်ကင်ဆာ၊ ဦးနှောက်ပြည်တည်ရောဂါ၊ ဦးနှောက်ရောင်ရောဂါ စသည်တို့ကြောင့် သူငယ်ပြန်ရောဂါဖြစ်တတ်သည်။

၅။ ဧကန်ဆီဂျင်ဇာတ်နည်းခြင်း (Anoxia)

ဦးနှောက်တွင်းသို့ ပို့လွှတ်သော အောက်ဆီဂျင်ဇာတ်နည်းလျှင် သူငယ်ပြန်သတိမေ့ရောဂါ ဖြစ်တတ်သည်။

၆။ အဆိပ်သင့်ခြင်း

နာတာရှည် အရက်စွဲရောဂါ၊ ခဲဆိပ်သင့်ရောဂါ စသည်တို့ကြောင့် သူငယ်ပြန်သတိမေ့ရောဂါ ဖြစ်တတ်သည်။

x x x

မအိုမင်းမီ သူငယ်ပြန်ခြင်း
(Presenile Dementia)

အိုမင်းရင့်ရော်ခြင်းမဖြစ်မီ (၀၇) အသက် ၆၅ နှစ် မတိုင်မီ သတိမေ့ခြင်း၊ အသိဉာဏ်ချွတ်ယွင်းခြင်း ဖြစ်လာပါက မအို

မင်းမီ သူငယ်ပြန်ခြင်းဟု ခေါ်လေသည်။ အထက်တွင် ဖော်ပြထားသော အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် ဖြစ်သော ရောဂါများမှာမအိုမင်းမီဖြစ်သော သူငယ်ပြန်ရောဂါများဖြစ်ကြသည်။ အများအားဖြင့် ကုသလျှင် ပျောက်ကင်းတတ်သည်။

ဥပမာ - ကာလသားရောဂါကြောင့် ဖြစ်သော သူငယ်ပြန်ရောဂါ၊ နာတာရှည် အရက်စွဲ ရောဂါများတွင် ဗီတာမင်ဘီစားခြင်း၊ ဗီတာမင်ဘီ ၂ ချွတ်ယွင်း၍ ဖြစ်သော သူငယ်ပြန် ရောဂါအတွက် ဘီ ၁၂ ထိုးပေးခြင်း စသည်ဖြင့် ဆေးကုသပေးနိုင်သည်။

သီးခြားရောဂါများ (Specific Presenile Dementias)

မအိုမင်းမီ သူငယ်ပြန်ရောဂါများ ဖြစ်လာတတ်ပါသည်။ အများအားဖြင့် ရောဂါဖြစ်သော အကြောင်းရင်းများကို မသိပါ။ မျိုးရိုးဗီဇနှင့် စိတ်ဆင်းရဲမှုများကြောင့် ဖြစ်လာသည်ဟု ခန့်မှန်းရပါသည်။

ဟန့်တင်တန်၏ သွက်ချာပါဒရောဂါ
(Huntington's Chorea)

မျိုးရိုးကြောင့်ဖြစ်သော ရောဂါဖြစ်သည်။ မိဘတစ်ဦးလျှင် သွက်ချာပါဒရောဂါဖြစ်ပါက မွေးဖွားသော သားသမီးများ၏ ထက်ဝက်သည် သွက်ချာပါဒရောဂါ ခံစားရမည် ဖြစ်ပါသည်။ ကိုရီးယားခေါ် သွက်ချာပါဒ ရောဂါသည် ငယ်စဉ်တွင် မဖြစ်ချေ။ သက်လတ်ပိုင်းရောက်မှ ရောဂါဖြစ်လေ့ရှိသည်။

ထို့ကြောင့် ဤရောဂါသည် မျိုးရိုးကြောင့် ဖြစ်လာကြောင်း ရှုတ်တရက် မသိနိုင်ချေ။ မျိုးရိုးဗေဒကို လေ့လာကြည့်မှသာ မျိုးရိုးရှိကြောင်း တွေ့နိုင်လေသည်။

ဤရောဂါတွင် ဦးနှောက်၏ ရှေ့ပိုင်းများပျက်စီးချွတ်ယွင်း သွားလေသည်။ (Caudate Nucleus, Putamen, Thalamus နှင့် Cerebellum) တို့သည်လည်း ထိခိုက်ပျက်စီးကုန်လေသည်။ ထို့ကြောင့် ကိုရီးယားခေါ် သွက်ချာပါဒရောဂါတွင် သတိ ခေခြင်း၊ အသိဉာဏ်ဆုတ်ယုတ် ပျက်စီးခြင်းနှင့် သွက်ချာပါဒ ခေါ် လေငန်းရောဂါဖြစ်ပြီး လူနာ၏ လှုပ်ရှားမှုများမှာ ကိုးရိုး ကားယားဖြစ်ခြင်း၊ လေဖြတ်ခြင်း စသည်တို့ ဖြစ်ကြလေသည်။

ရောဂါစတင်ဖြစ်သော အသက်ပိုင်းအခြားမှာ ၂၅ နှစ် မှ ၅၅ နှစ်အတွင်း ဖြစ်လေသည်။ အစပထမတွင် မျက်နှာနှင့် လက်များ၏ လှုပ်ရှားမှုများ အလိုလို လှုပ်ရှားလာကြသည်။ လှုပ်ရှားမှုများမှာ ကိုးရိုးကားယား ဖြစ်နေလေသည်။ နောက် တဖြည်းဖြည်း ကိုယ်ထည်ပါ ကိုးရိုးကားယား တွန့်လိပ် လှုပ် ရှားလာသည်။ စကားပြော မပီသချေ။

အသိဉာဏ်နှင့် မှတ်ဉာဏ်တို့မှာ တဖြည်းဖြည်း ဆုတ်ယုတ် ပျက်ပြားလာကြသည်။ နောက်ပိုင်းတွင် စိတ်ဓာတ် အခြေအနေ မှာ တဖြည်းဖြည်း ဆိုးရွားလာပြီး အိပ်ရာထဲ လဲလျှောင် ရသည့် အဆင့်သို့ ရောက်သွားလေသည်။ အခြားသူများက မကောင်း ကြသည်ထင်ခြင်းနှင့် စိတ်ဓာတ် ကျခြင်းတို့ကိုပါ ခံစားရလေ သည်။

အယ်ဒိုင်းမား၏ ရောဂါ (Alzheimer's Disease)

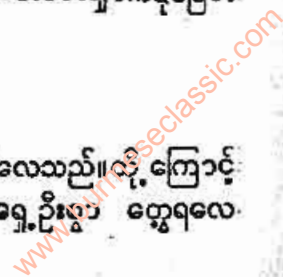
အယ်ဒိုင်းမား၏ ရောဂါမှာလည်း မအိုမင်းမီ ဖြစ်ပွား သော အသိဉာဏ်နှင့် မှတ်ဉာဏ် ထိခိုက်ရောဂါ ဖြစ်လေသည်။ ရောဂါကြောင့် ဦးနှောက်၏ အပေါ်ပိုင်း၊ ရှေ့ပိုင်း၊ ဘေးပိုင်း နှင့် Thalamus, Basal Ganglia, Cerebellum နှင့် Mid-Brain တို့ ထိခိုက် ပျက်စီးလေသည်။ အများ အားဖြင့် ဦးနှောက်၏ အပေါ် ၃ လွှာကို ထိခိုက်လေသည်။ ဦးနှောက်၏ အသားများကို မှန်ဘီလူးအောက်တွင် ကြည့်ပါက (Plaques) နှင့် (Neuro Fibrillary Changes) များကို တွေ့ရလေသည်။

လက္ခဏာများမှာ သတိမေ့ခြင်းနှင့် အသိဉာဏ်ထိခိုက်ခြင်း ဖြင့် စလေသည်။ အချို့မှာ နေ့စဉ်လုပ်နေကျ လုပ်ငန်းများ ကို မေ့လျော့လာလေသည်။ မိမိဝတ်နေကျအင်္ကျီကိုပင် မဝတ် တတ်သူ ရှိလေသည်။

စိတ်ခံစားမှုမှာ မကြာခဏ ပြောင်းလဲလေသည်။ စိတ် ဓာတ် ကြာရှည်စွာ ကျနေတတ်သည်။ သူများက မကောင်း ကြသည်ဟု ယုံကြည်ကြခြင်း၊ လုံ့ဆော်မှု အာရုံသိခြင်းများ ဖြစ်ကြလေသည်။ စကားမပိုင်း၊ ပုံမှန်လမ်းမလျှောက်နိုင်ခြင်း တို့ နောက်ပိုင်းတွင် ဖြစ်လာကြသည်။

ပစ်ခ်ရောဂါ (Pick's Disease)

ဦးနှောက်၏ရှေ့ပိုင်းကို ပထမထိခိုက်လေသည်။ ထို့ကြောင့် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ပြောင်းလဲခြင်းကို ရှေ့ဦးစွာ တွေ့ရလေ



၁၇၆ ဝေါက်စာအုပ်အစုအဝေး

သည်။ လူမှုရေးနှင့် ကျင့်ဝတ်များ၊ အသိဉာဏ်နှင့် လုပ်ချင်
ကိုင်ချင်စိတ်များ လျော့နည်းသွားလေသည်။ စိတ်ထိခိုက်လွယ်
သည်ကိုလည်း တွေ့ရပေသည်။

တစ်ခါတစ်ရံ အသေးအမွှား အကြောင်းအရာ တစ်ခု
ကြောင့် အလွန်ပျော်မြူးတတ်သည်။

တွေ့ကရာပြောတတ်သည်။ ပြောသင့် မပြောသင့် ချင့်ချိန်
ခြင်း မရှိတော့ချေ။ ဆက်ဆံရေး ပျက်ပြားလာသည်။

မိမိတွင် သူငယ်ပြန်ရောဂါ ရနေပြီဟု မသိချေ။ မှတ်ဉာဏ်
နှင့် အသိဉာဏ်တို့မှာ နောက် တဖြည်းဖြည်း များစွာ ထိခိုက်
လာလေသည်။

ဂျေကော့ကရပ်စ်၏ ရောဂါ
(Jakob-Creutzfeldt's Disease)

ဦးနှောက်၏ အစိတ်အပိုင်းများစွာကို ထိခိုက်ပျက်ပြားစေ
သော ရောဂါ ဖြစ်ပါသည်။ မှတ်ဉာဏ် မကောင်းခြင်း၊ ကိုယ်
ရည်ကိုယ်သွေး ပြောင်းလဲခြင်း၊ ဘာမှ မလုပ်နိုင်လို့ခြင်းနှင့်
တက်ခြင်းများ ဖြစ်တတ်ပါသည်။ စကားမပီခြင်း၊ အစာစားရ
ခက်ခဲခြင်းများ ဖြစ်တတ်ပါသည်။ ကိုးရိုးကားယား လမ်း
လျှောက်တတ်ပါသည်။

နှောက်ပိုင်းတွင် လှုံ့ဆော်မဲ့ အသံများကြားခြင်း၊ လူ့မှာ
စွာ ယုံကြည်ခြင်း၊ ငန်းဖမ်းခြင်းနှင့် အကြောဆွဲခြင်းတို့ ဖြစ်
တတ်ပါသည်။

သူငယ်ပြန်ရောဂါ၏ သဘာဝဖြစ်စဉ်

သဘာဝဖြင့် စဉ်မှာ တဖြည်းဖြည်း ဆိုးရွား လာလေသည်။
သတိမေ့ခြင်း၊ အသိဉာဏ် ပျက်စီးခြင်းတို့ ဆိုးရွားလာရာ
နှောက်ဆုံး မိမိကိုယ်ကိုမိမိ မထိန်းသိမ်းနိုင်သည့် အခြေအနေ
သို့ ဆိုက်ရောက်လာလေသည်။ ထိုအခြေအနေသို့ ရောက်လာပြီး
နှောက် နှစ်နှစ်ခန့် အကြာတွင် သေဆုံး သွားတတ်ပါသည်။
အများစုမှာ ခြောက်နှစ်ခန့်သာ အသက်ရှင်တော့သည်။

မအိုမင်းမီ ခံစားရသော သူငယ်ပြန် ရောဂါများမှာလည်း
လျင်မြန်စွာ ဆိုးရွားလာပြီး ကြောမိသေဆုံးသွားတတ်သည်။
သို့သော် ဟန်တင်တန်၏ သွက်ချာပါဒရောဂါမှာ နာတာရှည်
ရောဂါ ဖြစ်သဖြင့် ၁၀ နှစ်မှ ၁၅ နှစ်အထိ (ရောဂါဖြစ်ပြီး
နှောက်) အသက်ရှင်ကြလေသည်။

သွေးကြောကျဉ်းခြင်း၊ ပျက်စီးခြင်း စသည်ကြောင့် ဖြစ်
သော သူငယ်ပြန်ရောဂါမှာ လေဖြတ်သည့် အကြိမ်များပေါ်
တည်ပါသည်။ မကြာခဏ လေဖြတ်နေလျှင် မကောင်းပါ။
လေဖြတ်နည်းမှ သက်သာနိုင်ပါသည်။

ကာလသား ရောဂါကြောင့်ဖြစ်သော သတိမေ့ ရောဂါမှာ
ဆေးကု၍ သက်သာနိုင်ပါသည်။ သို့သော် ဦးနှောက်ကို များ
စွာ မထိခိုက်မီ ဆေးကုသရန် လိုပါသည်။ နောက်ကျမှ ဆေး
ကုသလျှင် သက်သာသင့်သလောက် သက်သာမည် မဟုတ်တော့
ချေ။

သိသာသော ဖယ်ရှား၍ ရနိုင်သော အကြောင်းရင်းတစ်ခုခု
ကြောင့် သတိမေ့ရောဂါ ရရှိလာလျှင် ထိုအကြောင်းရင်းကို
ဖယ်ရှားပစ်ခြင်းဖြင့် သက်သာနိုင်လေသည်။ ဥပမာ (Myxoe
Dema) ခေါ် သိုင်းရွှံ့ကြဲ အကျိတ်အားနည်းရောဂါကြောင့်
သတိမေ့လာလျှင် အိုင်အိုဒင်းဓာတ် ပေးလိုက်ရုံနှင့် သက်သာ
သွားလေသည်။ ဦးနှောက်အတွင်း အဖုအကျိတ် တစ်ခုခုကြောင့်
ဖြစ်လျှင်လည်း ထိုအဖုအကျိတ်ကို ဖယ်ရှားလိုက်လျှင် သက်
သာသွားပေမည်။

ကုသနည်းများ

သွယ်ပြန်ရောဂါများ၏ အကြောင်းရင်းကို (သိရှိလျှင်)
ကုသပေးရပေမည်။ အကြောင်းရင်းကို သိနိုင်ရန် သေချာစွာ
စမ်းသပ်စစ်ဆေးသင့်ပါသည်။

လူနာကို မိမိနေအိမ်မှပင် ကုသရန် အတတ်နိုင်ဆုံး စီစဉ်သင့်
ပါသည်။ မိမိနေအိမ်မှာ နေရမှ စိတ်ချမ်းသာပေမည်။ လူမှုရေး
ကိစ္စများကိုလည်း အရှိန်မပျက် ဆက်လက်၍ ဆောင်ရွက်နိုင်ပေ
မည်။ ဆေးရုံသို့ပို့လျှင် စိတ်ချမ်းသာမှုမရှိတော့သဖြင့်ရောဂါမှာ
တဖြည်းဖြည်း ပိုဆိုးလာပေမည်။ ဆေးရုံပတ်ဝန်းကျင်ကို မှတ်မိ
အောင် ဂရုစိုက်နေရခြင်းသည် ပင်ပန်းသော အလုပ်တစ်ခုဖြစ်
နေလေသည်။

သို့သော် အိမ်မှူးထားလျှင် လူတစ်ယောက်က အမြဲစောင့်
ကြည့်၍စောင့်ရှောက်ရန်လိုပေမည်။ သတိရှိတော့သောကလေး

အကြီးနှင့် တူသော သူငယ်ပြန်နေသည့် အဘိုးအဘွားကို ပြုစု
ရန်မှာ မလွယ်ကူချေ။ အင်မတန် စိတ်ရှည်ရန် လိုပါသည်။

အထူးသဖြင့် ဒုက္ခအများဆုံးမှာ ကလေးကဲ့သို့ အိပ်ရာဝင်
အပေါ့၊ အလေးစွန့်ခြင်းနှင့်အိမ်မှရုတ်တရက်ထွက်သွားတတ်ခြင်း
ဖြစ်ပါသည်။ အိမ်မှ ထွက်သွားပြီး အိမ်လိပ်စာ မေ့နေသဖြင့်
မပြန်တတ်တော့ပါ။ လမ်းမှာ တွေ့သည့် လူများက အိမ်ပြန်ပို့
ချင်သော်လည်း လိပ်စာမသိသဖြင့် အခက်တွေ့ရလေသည်။ ဤ
အခက်အခဲကို ဖြေရှင်းရန်မှာ လိပ်စာကို စာရွက်နှင့် ရေး၍
လူနာ၏ အိတ်ထဲထည့်ထားရန် ဖြစ်ပါသည်။

အိမ်မှာ ထိန်းသိမ်းမရတော့သည့် အဆုံးတွင် ဆေးရုံပို့ရပေ
တော့မည်။

ဆေးဝါးအနေဖြင့် စိတ်ငြိမ်ဆေး အပျော့စားများအား
ဆေးများ ဖော်သင့်ပါသည်။ ဂရုတစိုက်သူနာပြုများက ပြုစုပေး
ခြင်းသည် လွန်စွာအရေးကြီးပါသည်။



အတက်ရောဂါ (EPILEPSY)

အတက်ရောဂါသည် ဦးနှောက်ရောဂါ တစ်မျိုးဖြစ်သည်။ (Hughlings Jackson) ၏ တွေ့ရှိချက်အရ အတက်ရောဂါမှာ ဦးနှောက်၏တစ်နေရာမှထွက်လာသော (Active Electrical Discharge) များကြောင့် ဖြစ်သည်ဟု ဆိုသည်။

တက်လျှင် သတိမေ့သွားပြီး တစ်ကိုယ်လုံး အကြွေးဆွဲပျက်စီးပျက်စီးမှုများ ထွက်လာလေသည်။ အချို့မှာ တက်နေစဉ် ဆီး ဝမ်းသွားခြင်းတို့ ဖြစ်တတ်သည်။

ရောဂါဖြစ်သော အကြောင်းရင်း

အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် ဖြစ်သည်ဟု ဆိုကြသည်။ အများအားဖြင့် အကြောင်းရင်းကို ရှာမတွေ့ချေ။ အကြောင်းရင်းများကို ၃ မျိုးခွဲထားပါသည်။

- ၁။ မျိုးရိုးဗီဇ
- ၂။ ရောဂါဖြစ်စေသော အကြောင်းများ
- ၃။ ရောဂါဖြစ်ရန် လှုံ့ဆော်သော အကြောင်းများ

၁။ မျိုးရိုးဗီဇ

(Lennox) ၏ လေ့လာချက်အရ အတက်ရောဂါသည် မျိုးရိုးလိုက်ကြောင်း တွေ့ရလေသည်။ မျိုးရိုးရရှိသော လူများ ထွင် ၃ ရာခိုင်နှုန်း အတက်ရောဂါဖြစ်ပွား၍ မျိုးရိုးမရရှိသော လူများတွင် ၀ ဒသမ ၅ ရာခိုင်နှုန်းသာ ဖြစ်တတ်ကြောင်း တွေ့ရလေသည်။ အမြွှာပူးများကို လေ့လာသော အခါ၌လည်း (Monozygotic) အမြွှာပူးများတွင် အတက်ရောဂါ ၇၀ ရာခိုင်နှုန်းခန့် ဖြစ်ပွားမှုကို ကိုက်ညီကြောင်း တွေ့ရလေသည်။

၂။ ရောဂါဖြစ်စေသော အကြောင်းများ

ရောဂါဖြစ်စေသော အကြောင်းများ များစွာရှိသည်။ ၎င်းတို့မှာ-

- ၁။ ဦးနှောက်ကင်ဆာ စသော အဖုအကျိတ်များ
- ၂။ သွေးကြောကျဉ်းရောဂါ
- ၃။ ဦးနှောက်အမွှေးရောင်ရောဂါ
- ၄။ ဦးနှောက်ကာလသားရောဂါ
- ၅။ ဦးနှောက် သံကောင်တယ်ရောဂါ
- ၆။ ခေါင်းကို ဒဏ်ရာရခြင်း

- ၇။ ဉာဏ်ရည်နိမ့်စေသော ရောဂါများ
ဥပမာ - Tuberos Sclerosis
- ၈။ မအိုခင်းမိ သူငယ်ပြန်ခြင်းများ
(Pre-Senile Dementias)
- ၉။ ပြင်းထန်သော အဖျားရောဂါများ
(Uraemia)
- ၁၀။ ကိုယ်ဝန်ဆောင် အဆိပ်တက်ရောဂါ
- ၁၁။ အရက်ငန်းဖမ်းရောဂါ (Delirium Tremens)
- ၁၂။ သွေးတိုးရောဂါ
- ၁၃။ နှလုံးရောဂါ (Heart Block)

၃။ ဧရာဝတီပြစ်ရန် လှုံ့ဆော်ကြသော အကြောင်းများ

- ၁။ ပြင်းထန်သော စိတ်လှုပ်ရှားမှုများ
- ၂။ ဂီတလှုပ်ရှားသော အလင်းရောင် စသည် တို့ သို့မဟုတ် အချို့သော သူများအတွက် အတက်ရောဂါဖြစ်ပေါ်စေသည်။
- ၃။ သွေးထဲမှ သကြားဓာတ်လျော့နည်းခြင်း
(Hypoglycemia)
- ၄။ ရေဓာတ်များခြင်း
- ၅။ အသက်ရှူမြန်ခြင်း
- ၆။ အိပ်စက်ခြင်း

တက်ခြင်း၏ ဇီဝကမ္မဗေဒသဘော

ဦးနှောက်ထဲတွင် လျှပ်စစ် လှိုင်း ကလေးများသည် အမြဲ မပြတ် သွားလာနေကြသည်။ (E.E.G.) ခေါ် ဦးနှောက် လျှပ်စစ်လှိုင်းတိုင်းတာမှုသည် အဆိုပါ အမြဲမပြတ် ထွက်ပေါ်နေသော လျှပ်စစ်လှိုင်းများကို တိုင်းတာခြင်းပင် ဖြစ်သည်။ လျှပ်စစ်လှိုင်းကို တိုင်းတာ၍ ရောဂါများ ရှာဖွေကြရသည်။

အ တက် ရော ဂါ တွင် ဦးနှောက်၏ လျှပ် စစ် လှိုင်း များ ကြီးမားများပြားလာကြောင်း တွေ့ရလေသည်။ ထိုသို့များပြားခြင်း၏ အကြောင်းရင်းကို မသိရချေ။

လက္ခဏာများ

တချို့ လူနာများသည် မတက်မီ တစ်ခုခု ခံစားရလေသည်။ ၎င်းကို (Aura) ဟု ခေါ်သည်။ မတက်မီ ကြိုတင်ခံစားရသော လက္ခဏာများမှာ အာရုံသိမှု၊ လှုပ်ရှားမှု၊ ဝမ်းတွင်ကလိစာများ သို့မဟုတ် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ခံစားမှု စသည်ဖြင့် တစ်ခုခု ဖြစ်တတ်လေသည်။

အများအားဖြင့် အလင်းရောင်များကို မြင်ခြင်း၊ လူရုပ်ပုံများကို မြင်ခြင်း၊ ဗိုက်ထဲတွင်အော်ဂလီဆန်ခြင်း၊ ခင်နင့်ခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ ခေါင်းမူးခြင်း၊ ပူခြင်းအေးခြင်း၊ ထုံကျဉ်ခြင်း၊ အာရုံမှားများသိခြင်း၊ ဂနာမငြိမ်မြင်ခြင်းစသည်ဖြင့် ခံစားကြရလေသည်။

အတက်ကြီး (Grand Mal)

အတက်ကြီးတွင် အဆင့် ၄ ဆင့် ပါသည်။ အဆင့်(၁) လူနာသည် သတိလစ်၍ ရုတ်တရက် မြေပြင်သို့လဲကျသွားသည်။ ဒဏ်ရာရတတ်သည်။ အော်တတ်သည်။

အဆင့် (၂) တစ်ကိုယ်လုံးမှ ကြွက်သားများ တဆတ်ဆတ် လှုပ်ရှားနေသည်။ အချိန်စက္ကန့် ၃၀ ခန့် ကြာတက်၍ အသက်ရှူ ကျပ်သွားသဖြင့် နှုတ်ခမ်းများ ပြာနှမ်းသွားသည်။ တောင့်တောင့်ကြီး လဲနေတတ်သည် (Tonic phase)။

အဆင့် (၃) တစ်ကိုယ်လုံးမှ ကြွက်သားများ အကြောဆွဲကုန်ကြသည်။ မျက်နှာမှ ကြွက်သားများ အကြောဆွဲသဖြင့် လျှာကို ကိုက်မိတတ်ကြသည်။ ပါးစပ်တွင် အမြှုပ်များ ယူ၍ သွားရည်များ ကျတတ်သည်။ ဆီးနှင့်ဝမ်း သွားတတ်သည်။ ၃ မိနစ်ခန့် ကြာသည် (Clonic Phase)။

အဆင့် (၄) လူနာသည် အိပ်ပျော်သွားတတ်သည်။ သတိလစ်နေသကဲ့သို့ ရှိသည်။

ထိုနောက် အိပ်ရာမှနိုးလာသောအခါ အချို့ တွင် တစ်ကိုယ်လုံး နှာကျင်၍ ပင်ပန်းနှမ်းနယ်နေသည်။ သိမှုရှုပ်ထွေးနေတတ်သည်။ ခေါင်းကိုက်သည်။ သတိလစ်ပြီး အလိုလိုရွှောက်လုပ်နေတတ်သည် (Automatism)။ အင်္ကျီချွတ်ပစ်ခြင်း၊ ထွက်သွားခြင်းတို့ လုပ်တတ်ရာ သူတို့ကို ဟန့်တားပါက အလွန်စိတ်ဆိုးကြမ်းတင်းတတ်ပါသည်။

အတက်ကလေး (Petit Mal)

အတက်ကလေးမှာ ခဏမျှသာ သတိလစ်သွားခြင်းကို ခေါ်သည်။ သတိလစ်သွားသည့် အချိန်မှာ အလွန် တိုတောင်းလှသဖြင့် ပတ်ဝန်းကျင်မှ လူအများသည် မသိလိုက်ကြချေ။ သတိလစ်သွားပုံမှာလည်း လဲကျသွားသည် မဟုတ်ချေ။ စာသင်နေရင်း မြေဖြူခဲ လွတ်ကျသွားရုံ၊ စကားပြောနေရင်း နေမျှ ရပ်သွားရုံ၊ မျက်နှာ ဖြူဖတ်ဖြူရော် ဖြစ်သွားရုံ၊ လမ်းသွားနေရင်း ခဏမျှရပ်သွားရုံ၊ စသည်ဖြင့် ခစားရလေရာ လူနာကိုယ်တိုင်ပင် သိချင်မှ သိပေမည်။ အတက်ကြီးကဲ့သို့ သတိမေ့ပြီး လဲကျသွားခြင်းမျိုး အကြောဆွဲပြီး တက်ခြင်းမျိုး မရှိချေ။

အတက်ကလေး တစ်ကြိမ်ဖြစ်လျှင် ၅ စက္ကန့်မှ ၃၀ စက္ကန့်ထိ ကြာတတ်လေသည်။ တစ်နေ့လျှင် အကြိမ်ပေါင်း ၁၀၀ ခန့် ဖြစ်နိုင်လေသည်။ တက်ခါနီး တစ်စုံတစ်ခု ခစားရခြင်း၊ (Aura) မရှိ၊ အလိုအလျောက် ပြုလုပ်မှုများလည်း မရှိဘဲ လူနာသည် မိမိလုပ်နေသည့် အလုပ်ကို (ဘာမှ မဖြစ်သလို) ဆက်လုပ်လေသည်။

အတက်ကလေးသည် အများအားဖြင့် ကလေး ဘဝတွင် ဖြစ်ပွားတတ်သည်။ လူငယ်ပေါက် အရွယ်လောက်တွင် ပျောက်သွားတတ်သည်။ လူကြီးအရွယ်ထိ မဖြစ်တတ်ချေ။ အတက်ကလေးမှ အတက်ကြီးသို့ ကူးပြောင်းသည်လည်း ရှိပါသည်။

စိတ်နှင့်လှုပ်ရှားမှု ရောစပ်နေသည့် အတက်ရောဂါ

Psycho-Motor Epilepsy

ဤရောဂါတွင် သတိမေ့ သွားခြင်း မရှိ၊ သို့သော် သတိလစ် သွားပြီး အလိုအလျောက် အလုပ်များ ပြုလုပ်နေတတ်ပါသည်။ သတိလစ်သွားသည်မှာ မိနစ်ပိုင်းမျှ ကြာလေသည်။ အကြော ဆွဲခြင်း တက်ခြင်းမရှိပါ။

အလိုအလျောက်အလုပ်များသည် အများအားဖြင့် အဓိပ္ပာယ် ရှိသော အလုပ်များ ဖြစ်လေသည်။ တစ်ခါတစ်ရံ ဘာမှမသိဘဲ လျှောက်သွားတတ်သည် (Fugue State) အာရုံမှာ အမျိုးမျိုး သိရှိတတ်ကြသည်။ ကြောက်လန့်ခြင်း၊ စိတ်ခတ်ကျခြင်း၊ ဒေါသထွက်ခြင်း၊ ပီတိဖြစ်ခြင်း စသည်တို့ တစ်ခုခု ခံစားရသည်။ တစ်ခါမှ မရောက်ဖူးသော ပတ်ဝန်းကျင်ကို ရောက်ဖူးသည်၊ မြင်ဖူးသည်ဟု ထင်တတ်သည် (Deja-vu)။

စိတ်နှင့် လှုပ်ရှားမှု အတက်ရောဂါ ရှိသူသည် အတက်ကြီး တက်တတ်လေသည်။

Temporal Lobe Epilepsy (T.L.E)

ဦးနှောက်၏ (Temporal Lobe) တွင် ရောဂါ ရှိနေပြီး စိတ်နှင့် လှုပ်ရှားမှု ရောစပ်တတ်သည့် လက္ခဏာများ ရှိပါက Temporal Lobe Epilepsy (T.L.E) ဟု ခေါ်ရပါမည်။ Temporal Lobe တွင် ရောဂါမတွေ့ပါက (T.L.E) အတက် ရောဂါဟု မခေါ်နိုင်ချေ။ ဦးနှောက်၏ အခြားနေရာများတွင်

ရောဂါရပါကလည်း စိတ်နှင့်လှုပ်ရှားမှု ရောစပ်သော အတက် လက္ခဏာများ ရှိနိုင်လေသည်။

(Aura) ခေါ် မတက်မီ ခံစားရသော လက္ခဏာများတွင် ညှော်နံ့ များနံ့ခြင်း၊ အပုပ်နံ့ များ ချခြင်း၊ ရင်ထဲတွင် ယောက် ယက်ခတ်နေခြင်း၊ တက်ပြီး နောက် အလိုအလျောက် အလုပ် များကို အချိန်ကြာမြင့်စွာ ပြုလုပ်နေခြင်း၊ ခေါင်းမူးခြင်း စသည်တို့သည် (T.L.E) တွင် တွေ့တတ်သော လက္ခဏာများ ဖြစ်လေသည်။

အတက်ရောဂါအတွင်း လူနာ အများအပြားမှာ (T.L.E) လူနာများ ဖြစ်လေသည်။

အဆိုပါ လူနာများမှာ အတက်ကြောင့် ကိုယ်ရည် ကိုယ် သွေး ပြောင်းလဲခြင်းများ၊ အတက် ပိတ်ဖောက်ပြန်မှု ရောဂါ (Epileptic Psychosis) များနှင့် ဆက်စပ်နေတတ်ပါသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ အတက်ကြောင့် စိတ်ဖောက်ပြန်- ဖြစ်လာလျှင် ၎င်း၏ အတက်ရောဂါမှာ (T.L.E) ဖြစ်တတ်ပါသည်။

(Gibb's) ၏ လေ့လာချက်အရ (T.L.E) လူနာများမှာ ၅၀ ရာခိုင်နှုန်းသည် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ပြောင်းလဲတတ်ပြီး ၂၅ ရာခိုင်နှုန်းသည် စိတ်ပောက်ပြန်တတ်ပါသည်။

အတက်ရောဂါတွင်ဖြစ်တတ်သော ခံစားမှုများ (Ictal Emotions)

ခံစားမှုများမှာ အများအားဖြင့် သာယာမှု မရှိချေ။ ခံစား မှုများကို မတက်မီဖြစ်စေ၊ တက်ပြီးစဖြစ်စေ ခံစားရတတ်ပါ

၂၀၀ ဝေါက်တာအုန်းဖောင်

၀၂၁။ (Denis Williams) (1956) ၏ လေ့လာချက်-
၀၃-

- ၆၁ ရာခိုင်နှုန်းသည် စိုးရိမ်သောကများကိုလည်းကောင်း
- ၂၁ ရာခိုင်နှုန်းသည် စိတ်ကျခြင်းကိုလည်းကောင်း
- ၉ ရာခိုင်နှုန်းသည် ပျော်ရွှင်သာယာမှုကိုလည်းကောင်း
- ၉ ရာခိုင်နှုန်းသည် စိတ် နှ လုံး မသာယာမှု ကို လည်းကောင်း ခံစားကြလေသည်။

စိုးရိမ်သောကဖြစ်သူတို့ အများဆုံး ခံစားရပြီး တစ်ခါတစ်ရံ အာရုံစူးစိုက်မှု အကျဆုံးတိုင်းသည်အထိ ပြင်းထန်တတ်ပါသည်။ စိုးရိမ်သောကဖြစ်စဉ် ရင်ထဲတွင် ဆို့နှင့်ဆို့ ခံစားရပါသည်။ (Anterior Half of Temporal Lobe) တွင် ရောဂါရှိနေ ဘတ်သည်။

အတက် စိတ်ဖောက်ပြန်ရောဂါများ
(Epileptic Psychoses)

(Beard) ၏ လေ့လာချက်အရ အတက်စိတ်ဖောက်ပြန် ရောဂါ ၈၀ ရာခိုင်နှုန်းသည် (T.L.E.) ရှိကြောင်း တွေ့ရလေ သည်။

ရောဂါသက် နှစ်ပေါင်းများစွာကြာမှ စိတ်ဖောက်ပြန်ဖြစ် ဘတ်ပါသည်။ (Stater) ၏လေ့လာချက်အရ ပျမ်းမျှ ၁၄ နှစ် ရောဂါသက်ရှိမှ စိတ်ဖောက်ပြန် ဖြစ်လာကြောင်း တွေ့ရလေ သည်။ ရောဂါဖြစ်ပုံမှာ ဖြုန်းခနဲမဟုတ် တဖြည်းဖြည်းဖြစ်လာ

လေသည်။ သတိကောင်းကောင်း မရချေ။ သိမှုများ များစွာ နှိမ်ကျနေသည်။

(Twilight States)

ယုံကြည်လွဲမှားခြင်းများ အထူးသဖြင့် သူများကမကောင်း ကြံသည်ဟု စွဲစွဲမြဲမြဲ ယုံကြည်တတ်သည်။ အာရုံများမျိုးစုံ သိရှိရ သည်။ စိတ်ဓာတ်ကျခြင်း၊ စိတ်ဆိုးခြင်း၊ ဒေါသထွက်ခြင်းတို့ ခံစားရသည်။ ဘာသာရေးနှင့် ပတ်သက်သော ယုံကြည်မှုများ ရှိသည်။ ဘာသာရေးလိုက်စားသည်။

စိတ်ဝင်စားမှု လျော့သွားပြီး အလုပ်အကိုင်များ နှေးကွေး သွားတတ်သည်။ သို့သော်လူအများနှင့်ဆက်ဆံရာတွင်အဆင်ပြေ သည်။ အခြား စိတ်ရောဂါများလောက် ခက်ခဲခြင်း မရှိ။

အများအားဖြင့် အသိဉာဏ်ချွတ်ယွင်းသွားခြင်း (သူငယ်ပြန် ခြင်း)နှင့် အဆုံးသတ်သွားတတ်ပါသည်။

(Slater) ၏ လေ့လာချက်အရ (စက် ဇို ဖ ရီး နီး ယား) ရောဂါနှင့် အတက် စိတ်ဖောက်ပြန်ရောဂါတို့သည် လက္ခဏာ အတော်များများတွင် တူညီကြောင်း တွေ့ရ ပေ သည်။ ထို ကြောင့် စက်ဇိုဖရီးနီးယားရောဂါ လက္ခဏာများရှိတိုင်းလည်း စက်ဇို ဖ ရီး နီး ယား ရောဂါဟု တထစ်ချ မယူဆနိုင်ချေ။ အဘက်ရောဂါ အထူးသဖြင့် (T.L.E.) ရှိ မရှိ ဝမ်းသပ် သင့် လေသည်။

(Jacksonian Epilepsy)

(Hughlings Jackson) ၏ လေ့လာချက်အရ ဦးနှောက် ၏ လှုပ်ရှားမှုနှင့် ဆိုင်သောနေရာ (Motor Area) မှ တစ်ခုခု ချွတ်ယွင်းလျှင် ကိုယ်အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်း ဥပမာ-ခြေမ၊ လက်မ စသည်မှ စတင်၍ အတက်ရောဂါ ခံစားရပါသည်။ ဥပမာ-ခြေမမှ စတင်တက်ပြီးနောက် တစ်ကိုယ်လုံးသို့ တဖြည်းဖြည်း ကူးစက်သွားသည်။

ရောဂါအလားအလာ

စောစော ဆေးကုသမှုအပေါ် မှူတည်ပါသည်။ စောစော ဆေးကုသလိုက်လျှင် သက်သာနိုင်ပါသည်။ တချို့မှာ လုံးဝ မတက်တော့ပါ။

စိတ္တဗြစ်လာသော အဘက်ရောဂါရှင်များမှာ နည်းပါ သည်။

စိတ်ရောဂါက ဆေးရုံသို့ တက်ရောက်ကုသရသော လူနာ များမှာ နည်းပါသည်။

ရောဂါသတ်မှတ်ချက်

တကယ်သတိမေ့ပြီး တက်သွားသည့် ရာဇဝင်ရှိရပေမည်။ (E.E.G.) စမ်းသပ်ချက်တွင် (Spikes & Waves) ခု ခု သို့မဟုတ် အများအပြား တွေ့ရပေမည်။ ဖာစ်စတီးရီးယားရော ဂါနှင့် ခြားနားရမည်။

ရောဂါသတ်မှတ်ရမှာ မသေချာလျှင် မိမိရှေ့တွင် အသက် ဖြင်းပြင်းရှူခိုင်းပါ။ အချို့မှာ ချက်ချင်းတက်တတ်ပါသည်။

ကုသနည်းများ

အဘက်ကလေးအတွက် (Petitmal)

- ၁။ Zaronitin 250 mg တစ်နေ့ ၃ ကြိမ်
- ၂။ Tridione 0.3.G တစ်နေ့ ၃ ကြိမ်

အဘက်ကြီးအတွက် (Grand Ma)

- ၁။ ဖိနိုဘာဘီတုံး 30-6၂ mg တစ်နေ့ ၃ ကြိမ်
 - ၂။ Phenyton Sodium (Epanutin) 100 mg တစ်နေ့ ၃ ကြိမ်
 - ၃။ Primidone (Mysoline) 0.5 1.5 G. နေ့စဉ်
 - ၄။ Enilan တစ်နေ့ ၂ လုံး ၃ ကြိမ်
 - ၅။ Tegretol တစ်နေ့ ၁ လုံး ၃ ကြိမ်
- ဆေးတစ်မျိုးနှင့် မပျောက်လျှင် ၂ မျိုး ၃ မျိုး ရောစပ် ထိုက်နိုင်သည်။

စိတ်နှင့် လှုပ်ရှားမှု ရောစပ်သည့်အတက်

(Psycho Motor Epilepsy)

ဖိနိုဘာဘီတုံးက ပိုဆိုးတတ်သည်။ အခြားဆေးများကို ပေး သင့်ပါသည်။ အထူးအရေးကြီးသည့် ဆေးမှာ (Diazepam)

၁၉၂ ခေါက်တာအုန်းဖောင်

(ဗေလီယံ၊ စတယ်ဆိုလစ်စသည်) ဖြစ်သည်။ Diazepam 5 mg တစ်နေ့ ၃ လုံး ပေးသင့်သည်။

(Status Epilepticus) အတက်မှာ ကျေတော့ဘဲ တစ်ဆက်တည်း ဆက်တိုက်ဘက်နေသည်ကို (Status Epilepticus) ဟု ခေါ်ပါသည်။ ဤသို့ တက်နေလျှင် ထိရောက်စွာ ဆေးကုသရမည်။ မကုပါက သေသွားနိုင်သည်။

ဖိနိုကာဘီတုံး ထိုးဆေး 180 mg, သို့မဟုတ် Paraldehyde 5-1) cc အသားဆေးထိုးပေးပါ။ Valium 10 mg အကြောဆေးထိုးပေးနိုင်ပါသည်။

*

စံလွဲ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးများ

(Abnormal personalities)

စိုးရိမ်လွန် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး

(Anxious Personality)

သေးငယ်သော သာမန်ကိစ္စကလေးများအတွက်ပင် အလွန်စိုးရိမ်ပူပန်တတ်သော သူများဖြစ်ပါသည်။ မိမိဘဝအတွက် အသစ်ဖြစ်သော ပြောင်းလဲမှုများအတွက်လည်း အလွန်ကြောက်ရွံ့တတ်ပါသည်။ ပိုနေမြဲ ကြားနေမြဲ ဘဝကိုသာ နှင်ခြိုက်သည်။

ဤနေရာတွင် ကျွန်တော်တွေ့ဖူးသော လူနှစ်ယောက် အကြောင်း တင်ပြချင်ပါသည်။ တစ်ဦးမှာ အင်္ဂလိပ် လူမျိုးဖြစ်သည်။ သူ့ကို ဂိုအလုပ်မှ အခြားအလုပ်တစ်ခုသို့ ရာထူးတိုး၍ ပြောင်းရွှေ့လိုက်သောအခါ အလွန်စိတ်ဆိတ်ဆိတ်ဆိတ်ဆိတ် ကျသွားလေသည်။ နေ့ခင်းတစ်ယောက်မှာ ပြန်မလာလူမျိုးဖြစ်

www.burmeseclassic.com

သည်။ ထုထွားတိုးပေးခံရသဖြင့် စိတ်ဓာတ်ကျပြီး အလုပ်မှပင်စင်ယူ
သွားလေသည်။

ဘဝ၏ သာမန် အခက်အခဲလေးများအတွက် အလွန်ပူပန်
စိုးရိမ်တတ်ပါသည်။

x x x

စိတ်စွဲ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး
(Obsessional Personality)

မိမိကိုယ် နိုင်ငံသားကောင်းတစ်ယောက် ဖြစ်ရမည်ဟူသော
စိတ်ထားများ အလွန်များပြားနေသူ ဖြစ်ပါသည်။ ထိုစိတ်
ထားများသည် အခြားစိတ်သဘောများကို များစွာ လွှမ်း
မိုးထားလေသည်။ စိတ်စွဲကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး၏ စရိုက်များမှာ
ယုံကြည်စိတ်ချရခြင်း၊ အလွန်လိပ်ပြာသန့်ခြင်း၊ အားကိုးထိုက်
ခြင်း၊ ရှေ့လာမည့် အကျိုးအမြတ်များအတွက် ယခုလော
လောဆယ်ပျော်စရာများကို လျစ်လျူရှုထားနိုင်ခြင်း၊ စိတ်ထား
တင်းမာခြင်း၊ ခေါင်းမာခြင်းအပြောင်းအလဲများကို မကြိုက်
ခြင်း၊ သာမန် လုပ်ရိုးလုပ်စဉ်များကိုသာ လုပ်ကိုင်လိုခြင်းနှင့်
မိမိအလုပ်အကိုင်မှာ မှန်မမှန် စစ်ဆေးလေ့ရှိခြင်းတို့ဖြစ်သည်။

ထို့ပြင် ကိုယ်ကျင့်သိက္ခာ အလွန်ကောင်းလိုခြင်း၊ တိကျ
ခြင်း၊ သပ်ရပ်ခြင်း စသော စရိုက်များလည်း ရှိပါသည်။

အားလုံးကို ခြုံ၍ အကောင်းဘက်က မမြင်တတ်၊ အမှားနှင့်
အမှန်ကို ခွဲခြားလေ့ရှိကြသည်။ တိကျပြတ်သားမှုကို အလိုရှိ
ကြသည်။ မပြတ်မသားမရေရာသော အဓိပ္ပာယ်များ ခံစားမှု
များ ထင်မြင်ချက်များ စသည်တို့ကို မလိုမရှိကြချေ။

x x x

ဟစ်စ် ဝီးရီးယား ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး
(Hysterical Personality)

ဟစ်စ် ဝီးရီးယား ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ရှိသူများသည်
ကလေးဆန်တတ်သည်။ ရင့်ကျက်မှုမရှိကြ (Immaturity)
သူတို့၏ အပြုအမူ၊ အယူအဆ၊ တုံ့ပြန်ချက် စသည်တို့သည်
မြီးကောင်ပေါက်တို့၏ သဘောထားနှင့် အကျင့်စရိုက်များသာ
ဖြစ်သည်။ သူတို့၏စိတ်အခြေအနေများသည် မြီးကောင်ပေါက်
အရွယ်တွင် ရပ်တန့်သွားသကဲ့သို့ ရှိနေသည်။ အသက်ကြီးလာ
သော်လည်း စိတ်ခံစားမှုများ ရင့်ကျက်လာခြင်း မရှိကြပေ။

အသိဉာဏ်နှင့်ပတ်သက်၍ ထိခိုက်ခြင်း မရှိ။ မြီးကောင်
ပေါက်အရွယ်မှ အသက် ၂၀ ခန့် အထိ လူမှုရေး၊ ပညာရေး၊
စာမစိတ်၊ အလုပ်အကိုင်စသည်တို့ တဖြည်းဖြည်း ပြုပြင်လာကြ
ရာတွင် တစ်နေရာရာ၌ ရပ်ဆိုင်းသွားမှုများ ရှိတတ်လေသည်။

ဗြူးဖိုးကလေးမှာ ၈ နှစ်မှ ၁၀ နှစ်ခန့်ထိ ကြာတတ်ရာ ထိုအချိန် အတွင်း တစ်ခုခုရပ်ဆိုင်းသွားမှုများ ရှိနိုင်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် အပြုအမူများသည် ပုံမှန် မဖြစ်တော့ဘဲ အမျိုးမျိုး ဖြစ်လာကြကြောင်း တွေ့ရှိရလေသည်။

ဟစ်စ် တီးရီးယား ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ရှိသူများသည် အလွန်ထိခိုက်လွယ်သည်။ တုံ့ပြန်လွယ်သည်။ စိတ်ခံစားမှု ဖြစ်လွယ်သည်။ အငိုလွယ်သည်။ အရှိုက်လွယ်သည်။ မိမိ၏ စိတ်ခံစားမှုကို ထိန်းချုပ်မထားတတ်။ ခံစားမှုကို လွယ်လွယ်နှင့် ပြုတတ်သည်။ ဇာတ်ဆန်သော အမူအရာများ ရှိသည်။ တစ်ဖက်သား ယုံကြည်လောက်သော ချက်ချင်း ပြောင်းလဲမှုများ ပြုလုပ်တတ်သည်။ အပြင်စွဲ သဘောထားများရှိ၍ ပွင့်လင်းသည်။ ရဲတင်းသည်။ စကားများသည်။ ခပ်ပျော်ပျော် နေတတ်သည်။ ပွဲလမ်းသဘင် ဝါသနာပါသည်။ တစ်ခုခုဖြစ်လွယ်သည်။ အရှက်အကြောက် နည်းသည်။ လေးနက်သော ခံစားမှုများ မရှိ။ အနာရာကို ခပ်ပေါ့ပေါ့ သဘောထားသည်။ မိမိအကျိုးအတွက် အခြားသူများကို လှည့်စားတတ်သည်။ လုပ်ကြံတတ်သည်။

ထိုသူများသည် မကောင်းသော အာရုံများ၊ စိတ်မချမ်းမြေ့ဖွယ် မှတ်ဉာဏ်များကို ရင်တွင်းမှာသွတ်သွင်း၍ မေ့ပျောက်ထားလေ့ရှိကြသည်။ ထိုသူတို့၏ ဇရိုက်များသည် မိမိတို့၏ရိုးရာယဉ်ကျေးမှုအလိုက် ပြောင်းလဲတတ်ကြသည်။ တချို့က စကားအကျအနာ ကောက်တတ်သည်။ သူများ၏ အတွင်းရေးကို ဝင်ရှုပ်တတ်သည်။ ဟန်ပန်အမူအရာမျိုးစုံနှင့် စကားပြောလေ့ရှိပြီး မိမိကို လူအများကအာရုံစိုက်လာအောင် ပြုလုပ်တတ်ကြသည်။

မောပန်းလွယ်သည်။ စကားများများ ပြောပြီးသောအခါ အနားယူလေ့ရှိသည်။

စိတ်လှုပ်ရှားလွယ်သည်။ လူတစ်ယောက်ကို ချစ်ခင်တွယ်တာလွယ်သည်။ သို့သော် အပေါ်ယံ သဘောမျှသာ၊ လေးလေးနက်နက် နှစ်နှစ်ကာကာ မရှိ။

လေးနက်သော အတွေးအခေါ်များလည်း မရှိ။ ပုဂ္ဂိုလ်စွဲအလွန်ရှိသည်။ သူတို့နှစ်သက်လျှင် ထိုသူလုပ်သမျှ အကောင်းချည်း ထင်လေသည်။ ပုဂ္ဂိုလ်ခင်မှ တရားမင်သကဲ့သို့ ဖြစ်သည်။ သူ မနှစ်သက်သော ပုဂ္ဂိုလ်လုပ်သမျှကို အဆိုးထင်တတ်သည်။

လူအများနှင့် ဆက်ဆံရာတွင် လည်းကောင်း၊ ပြဿနာများကို ဖြေရှင်းရာတွင် လည်းကောင်း၊ ပြေပြစ်ချောမောစွာ မလုပ်ဆောင်နိုင်ကြချေ။ ထို့ကြောင့် မိမိတွင် အပြစ်မရှိစေရန် တစ်ဖက်လူများကို ခုတုံးလုပ်ခြင်း၊ လှည့်စားခြင်း၊ တစ်ဖက်လူ၏ အားနည်းချက်အပေါ် အခွင့်ကောင်းယူခြင်း စသည်တို့ ပြုလုပ်တတ်ပါသည်။ 'ငါ့ကြိုက်တာ လုပ်ပေး၊ လုပ်မပေးရင် မုန်းလိုက်မယ်၊ စိတ်ဆိုးလိုက်မယ်' စသည်ဖြင့် ကလေးဆန်ဆန် ခြိမ်းခြောက်တတ်သည်။ တချို့က မကြာခဏ တက်သကဲ့သို့ လုပ်ပြခြင်း၊ ဗိုက်နာပြခြင်း၊ မူးခြင်းစသည်တို့ လုပ်ပြပြီး မိမိလိုချင်သည့် အခွင့်အရေးကို တောင်းဆိုတတ်သည်။ မိမိတွင် အပြစ်ရှိနေပါကလည်း အလားတူ အမူအရာများ ပြုလုပ်တတ်ပါသည်။

မိမိ၏စရိုက်ကိုလိုက်၍ တင်းမာသော စိတ်ထား၊ သို့မဟုတ် ပျော့ညံ့သော စိတ်ထားများရှိတတ်သည်။ ထိုစိတ်ထားအတိုင်း အခြားလူများကို ဆက်ဆံတတ်သည်။

အလွယ်တကူ အကြံပေး၍ ရပါသည်။ ယုံကြည်လွယ်သည်။ အထူးသဖြင့် သူတို့ ချစ်ခင် လေးစားသူများ၏ စကားများကို ယုံကြည်တတ်ကြသည်။ ဟိတ်ဟန်ကြီးသောဆရာများ (မြန်မာ ဆရာ၊ ပယောဂဆရာ၊ ဘိုးတော်) စသည်တို့၏စကားများကို အလွန်ယုံကြည်တတ်သည်။ ဆရာများက ပျောက်စေဆိုရုံဖြင့် ရောဂါတစ်ဝက်ခန့် ပျောက်သွားတတ်သည်။

အလွန်ပူးလွယ် ကပ်လွယ်သည်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အကြံပေး ပေးခြင်း၊ သို့မဟုတ် အခြားသူများက အကြံပေးခြင်းဖြင့် ပူးပြု ကပ်ပြတတ်ကြသည်။

ကိုသူတို့သည် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာသာ ဖွံ့ဖြိုးမှု နှေးကွေးသည် မဟုတ်ဘဲ ကိုယ်ခန္ဓာ ဖွံ့ဖြိုးမှုပါ နှေးကွေးတတ်သည်။ သူတို့၏ ရုပ်ရည်သည် ရှိရင်းစွဲအသက်ထက် ငယ်ပုံရသည်။ ရာသီသွေး ပေါ်ခြင်း နောက်ကျတတ်ပြီး လိင်ကိစ္စတွင် စိတ်ဝင်စားမှုနည်း မပါသည်။

x x x

**စိတ်အတက်အကျ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး
(Cyclothymic Personality)**

ဤသို့သော ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ရှိသူများသည် တစ်ခါ တစ်ရံ စိတ်တက်ကြွ၍ တစ်ခါတစ်ရံ စိတ်ဝတ်ကျဆင်းနေတတ်

သည်။ စိတ်အပြောင်းအလဲ မြန်တတ်သည်။ ဤအပြောင်းအလဲ များသည် ပုံမှန် အတိုင်းအတာထက် မကျော်လွန်ကြချေ သို့သော် စိတ်အပြောင်းအလဲ အတက်အကျသည် အကြောင်း ဖြစ်ပေါ်လာလေ့ရှိသည်။

သာမန် လူကောင်းများတွင် စိတ်အပြောင်း အလဲများ ရှိတတ်သည်။ အလိုလိုပျော်ရွှင်လာခြင်း၊ သို့မဟုတ် ဝမ်းနည်း လာခြင်းတို့ ရှိကြသည်။ တစ်ခါတစ်ရံ မိမိကိုယ်တိုင်ပင် သဗ္ဗ မထားမိချေ။ သို့သော် ခဏမျှသာ ကြာပါသည်။ စိတ်အတက် အကျ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ရှိသူများမှာ စိတ်အတက်အကျကို ကြာရှည်စွာ ခံစားရပါသည်။ တချို့မှာ စိတ်တက်ကြွမှုကိုသာ ခံစားရပြီး ပျော်ရွှင်နေတတ်သည်။ တချို့မှာ စိတ်ကျဆင်းမှု ကိုသာ အမြဲခံစားရပြီး စိတ်အားငယ်နေတတ်ကြသည်။ တချို့ မှာ စိတ်တက်ကြွမှုနှင့် စိတ်အားငယ်မှုတို့ကို တစ်လှည့်စီ ခံစား နေကြရလေသည်။

x x x

**စကီဇိုက် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး
(Schizoid Personality)**

ထိုသူတို့မှာ အတွင်းစွဲသတ္တိများ အလွန်ထင်ရှားပါသည်။ မိမိအကြောင်းပဲ တွေးနေတတ်သည်။ စိတ်ကူးယဉ်နေတတ်

သည်။ ပြင်ပလောကနှင့် ဆက်ဆံမှုနည်းပါးပြီး မိမိတစ်ယောက်တည်း နေလေ့ ရှိသည်။ မိမိ၏ ခံစားမှုများကို ဖွင့်မပြောဘတ်။ နေ့စဉ်မှတ်တမ်းမှာသာ ရေးချင်ရေးမည်။

မိမိတစ်ဦးတည်း မိမိယုံကြည်ယူဆချက်ကို အကောင်အထည်ဖော် လုပ်ဆောင် နေ တတ် သည်။ ရှိသမျှ အချိန်များကို တွေးခေါ်ယူဆချက်များနှင့်သာ အချိန်ဖြုန်းလေ့ ရှိပြီးလက်တွေ့အသုံးချ ပြုလုပ်ခြင်း မရှိချေ။ လေထဲတိုက်အိမ်ဆောက် နေလေ့ ရှိသည်။

ထိုင်းမိုင်းသော အမှုအရာရှိသည်။ လုံခြုံမှုကို တစ်ဦးတည်း ရှာတတ်သည်။ အသိရခက်သည်။ ဆက်ဆံရေးမကောင်း။ ဖော်ရွေခြင်းမရှိ။ လူအများနှင့် ရောနှောခြင်းမရှိ။ စိတ်ခံစားမှုအလွန်နည်းသည်။ မတုန်မလှုပ် ကျောက်ရုပ်ကဲ့သို့သော ခံစားမှုရှိသည်။ ကိုယ်ချင်းစာနာစိတ်မရှိ။

တစ်ခါတစ်ရံ စက်ကိရိယာ သို့မဟုတ် ဘာသာရပ် တစ်ခုခုကို တီထွင်ကြံဆ နေတတ်သည်။ ရှက်တတ်သည်။ အေးသည်။ ပူပူဆူဆူလုပ်လေ့ မရှိ။ ငယ်စဉ်ကင် သူငယ်ချင်းနည်းသည်။ သူ၏ အကြောင်ကြောင် အပြုအမူများမှာ လူရယ်စရာ ဖြစ်နေတတ်သည်။

x x x

ဆိုက်ကိုပက်သစ် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး (Psychopathic Personality)

ဤကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးသည် ကြောက် စ ရာ ကောင်း သော ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ဖြစ်ပါသည်။ တဇောက်ကန်း၊ တစ်ငွတ်ထိုး လုပ်ကိုင်လေ့ ရှိပါသည်။ အများအမှန် သင့်တော်၏ မတော်၏ စဉ်းစားလေ့ မရှိပါ။ လူအများကို ဆန့်ကျင်လေ့ ရှိပါသည်။

ဤသူတို့တွင်ကောင်းမွန်သော စိတ်များ ခေါင်းပါးလွန်းပါသည်။ ကောင်းမွန်သောစိတ် ခေါင်းပါးလွန်းသဖြင့် လူမှုဆက်ဆံရေးနယ်ပယ်တွင်အဆင်မပြေခြင်းဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် (Sociopath) ဟုလည်း ခေါ်ကြပါသည်။ ကောင်းမွန်သော စိတ် သို့မဟုတ် သိက္ခာကို ထိန်းသိမ်းသော စိတ်များသည် လူမှုဆက်ဆံရေးတွင် အရေးကြီးပါသည်။ ဤစိတ်က ဆက်ဆံရေး ပြေပြစ်အောင် ထိန်းထားလေသည်။ ဤစိတ် မဖွံ့ဖြိုးသဖြင့် ဆက်ဆံရေးထိခိုက်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ စည်းကမ်းမရှိသဖြင့် လူအများနှင့် ရောနှောနေရန် ခက်ခဲလေသည်။

ကောင်းမွန်သော စိတ်သည် ငယ်စဉ်က စတင် ရင့်သန်လာသော စိတ်ဖြစ်ရာ ထိုသူများသည် ငယ်ရွယ်စဉ်ကပင် ကောင်းမွန်သော စိတ်ချို တုံ့ကြသည်ဟု ခန့်မှန်းရပါသည်။ ကောင်းမွန်သောစိတ်တွင် မွေးမြူရန် သင်ကြားပေးကြသဖြင့် ကိုယ်ချင်းစာစိတ်၊ ကြင်နာသနားစိတ်၊ ရှေ့နောက်ဆင်ခြင်စဉ်းစားစိတ်၊ မကောင်းမှုကို ပြုရမှာ ဝန်လေးစိတ် စသည်တို့ ချို တုံ့နေလေသည်။ သူတို့၏ စိတ်ထားမှာ စိတ်စွဲကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးသမား

များနှင့် ဆန့်ကျင်ဘက် ဖြစ်သည်။ သူတို့သည် အခွင့်အရေး သမားများဖြစ်သည်။ အများအားဖြင့် မယုံကြည်ချေ။ အနာဂတ်တွင် ဘာလုပ်မည်ဟု ကြိုတင်ခန့်မှန်း၍မရ၊ အချိန်မမှန်၊ အလုပ်မမှန်၊ စည်းကမ်းမရှိ၊ တစ်ဖက်သားကို ရန်လိုတတ်သည်။ စွဲမြဲတည်တံ့သော ခံစားမှုများ မရှိ၊ ရည်ရွယ်ချက်များ မရှိဘဲ လေလွင့်နေတတ်သည်။

သာမန်လူများကဲ့သို့ သာမန်လေ့ကျင့်သင်ကြားပေးရုံနှင့် မလုံလောက်ချေ။ အင်မတန် လေ့ကျင့်သင်ကြားရန် ခက်ခဲသည်။ စိတ်ဆတ်သည်။ အကြောင်းအရာ တစ်ခုကို နှစ်ကြိမ်စဉ်းစားလေ့ မရှိ၊ ထို့ကြောင့် အများများအယွင်းယွင်း ပြုလုပ်မိကာ မကြာခဏ မတော်တဆ ထိခိုက်မှုများ ကြုံရတတ်သည်။ ထို့ကြောင့်သူတို့ကို မတော်တဆ ထိခိုက်လေ့ ရှိသူများဟု ခေါ်ကြသည်။ စင်စစ်အလုပ်ကို အများအမှန် နှစ်ကြိမ် မစဉ်းစားဘဲ တစ်ဇွတ်ထိုး တဖောက်ကန်း ပြုလုပ်ခြင်းကြောင့် မတော်တဆ ထိခိုက်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

သူတို့သည် ရင်းနှီးခိုင်မြဲသော မိတ်ဆွေများအဖြစ် လူအများနှင့် ဆက်ဆံ၍ မရချေ။ သူတို့နှင့် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးချင်း တူသော လူများနှင့်သာ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံလေ့ ရှိသည်။ သူတို့သည် တာဝန်ရှိသော အကြီးအကဲများကို မနှစ်မြို့ချေ။ ယနေ့အတွက်သာ အသက်ရှင်နေလေ့ ရှိပြီး အနာဂတ် အတွက် ရည်မှန်းချက် မရှိချေ။

ထိုသူတို့ကို ဖျက်ဆီးခံရသော ကလေးများဟုလည်း ခေါ်ကြသည်။ မိဘဆွေမျိုးများက အလွန်ချစ်ခင်ကြသဖြင့် အစေ

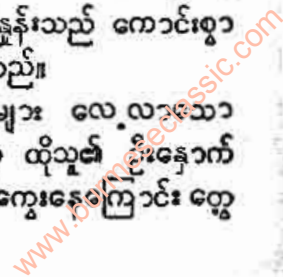
အရာမှ အလိုလိုက်ပြီး ဆုံးမပဲ့ ပြင်ခြင်း မရှိသဖြင့် ဖျက်ဆီးခံရခြင်းဟု ခေါ်ရခြင်းဖြစ်သည်။

(Lange, Rosanoff) နှင့် (Kranz) တို့၏ လေ့လာချက်အရ မျိုးစေ့ တစ်ခုတည်းမှ ပေါက်ဖွားလာကြသော အမြွှာပူး ဆိုက်ကိုပက်သစ် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးသမားများသည် ရာဇဝတ်မှုများကို ကျူးလွန်လေ့ ရှိကြောင်း တွေ့ရှိရသည်။ မျိုးစေ့ ၂ ခုမှ ပေါက်ဖွားလာကြသော အမြွှာပူး တဖောက်ကန်းသမားများမှာ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး မတူညီသော အမူအကျင့်များကို တွေ့ရသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ မျိုးရိုးကြောင့် ဆိုက်ကိုပက်သစ် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ဖြစ်ရသည်ဟု ကောက်ချက်ချကြပါသည်။

မည်သို့ဆိုစေ ပတ်ဝန်းကျင်၏ ပယောဂမပါဘဲ မျိုးရိုးဗီဇ သတ္တိကိုထင်ရှားအောင်မပြနိုင်ကြချေ။ ပတ်ဝန်းကျင်၏ပယောဂပါမှသာ တဖောက်ကန်း အမူအကျင့်များ ပေါ်လွင်ထင်ရှားပါသည်။

ကုခန်းအတွေ့အကြုံများအရ ထိုသူများ၏ စိတ်ဓာတ်သည် တဖြည်းဖြည်း ရင့်သန်လာကြောင်း တွေ့ရှိရသည်။ အသက် ၄၀ သို့မဟုတ် ၅၀ ခန့်တွင် ကောင်းသော စိတ်ဓာတ်များ ဝင်လာကြောင်း တွေ့ရှိရသည်။ မက်ဒော့ခ် (Maddocks 1970) ၏ လေ့လာချက်အရ ထိုသူများ၏ ၂၀ ရာခိုင်နှုန်းသည် ကောင်းစွာ နေသားတကျဖြစ်ကြောင်း တွေ့ရှိရလေသည်။

ဦးနှောက်၏ လျှပ်စစ်လမ်းကြောင်းများ လေ့လာသော နည်း (E.C.G.) ဖြင့် လေ့လာကြည့်ရာ ထိုသူ၏ ဦးနှောက်မှာ သာမန် လူများတို့ထက် ဖွံ့ဖြိုးမှု နှေးကွေးကြောင်း တွေ့



ရလေသည်။ ဤသို့ နှေးကွေးခြင်းသည် ဆိုက်ကိုပက်သစ် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ဖြစ်စေသော အကြောင်းပင် ဖြစ်သည်။ ကရိုမိုဆိုဖောက်ပြန်မှုများ-

ပုံစံ - Xyy Syndrome ဦးနှောက်ရောဂါများ စသည်တို့ကြောင့်လည်း ဆိုးသွမ်းကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးများ ဖြစ်နိုင်လေသည်။ ကိုယ်ခန္ဓာ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုခု၊ အထူးသဖြင့် ဦးနှောက် ချွတ်ယွင်းချက် တစ်ခုခုကြောင့် ဆိုးသွမ်းကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးများ ဖြစ်ပေါ်သည်ဟု ယူဆနိုင်စရာ ရှိပါသည်။

ဆိုက်ကိုပက်သစ် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးအမျိုးအစားများ အမျိုးအစား အမျိုးမျိုး ခွဲခြားထားကြသည်။ Henderson နှင့် Gillespie 1950 တို့၏ အမျိုးအစား ခွဲထားပုံမှာ လူကြိုက်များကြသည်။ ၎င်းတို့မှာ-

၁။ ပင်ကိုယ်စွမ်းရည်ချို့တဲ့သူ (Inadequate Psychopath)

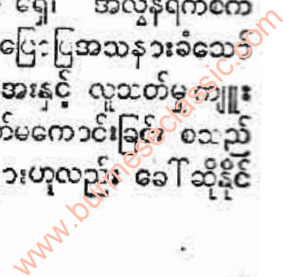
ဤပုဂ္ဂိုလ်များသည် အလွန်ပျော့၍ 'ပင်ကိုယ်စွမ်းရည်ချို့တဲ့' ကြသည်။ တခြားလူများအပေါ် မှီခိုနေရပြီး မိမိတို့ ပြဿနာများ၊ ဘဝအခက်အခဲများ စသည်တို့ကို ရင်မဆိုင်နိုင်ကြချေ။ တခြားသူများအပေါ် မှီခိုနေရာရသည် ဆိုသော်လည်း တစ်ဦးတစ်ယောက်တည်း အပေါ်အမြဲ မှီခိုနေ၍ မရချေ။ မိမိ၏ ပျော့ကွက် ဟာကွက်ကို သိ ရှိ သွား လျှင် နောက်တစ်ဦးသို့ ပြောင်း၍ အားကိုးရပြန်သည်။

၂။ ကြမ်းတမ်းရသာသူ (Aggressive Psychopath)

ဤပုဂ္ဂိုလ်များမှာ အဆိုးဆုံးဖြစ်သည်။ အလွန်ကြမ်းတမ်း၍ ဒေါသကြီးတတ်သည်။ သူတစ်ပါးကို ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်စွာ နှိပ်စက်ခြင်း၊ ပစ္စည်းများကို ဖျက်ဆီးခြင်း စသည်တို့ ပြုလုပ်လေ့ ရှိသည်။ ဗာစီဇတ်ထိုး ပြုလုပ်သော ကလေးငယ်ကဲ့သို့ ဖြစ်သည်။ သို့သော်ထိုသူသည် လူကြီးတစ်ဦးဖြစ်သဖြင့် ဆိုးသွမ်းမှုအတိုင်းအတာမှာ ကလေးငယ်ထက် အဆပေါင်းများစွာ ပိုမိုပြင်းထန်လေသည်။

ထိုသူတို့၏ သားမယားများမှာ အလွန်နှိပ်စက်ခံကြရသည်။ သူတို့ပိုင် ပစ္စည်းများကိုလည်း ဖြုန်းတီးခြင်း၊ ဖျက်ဆီးခြင်း ပြုကြသည်။ တစ်ခါတစ်ရံအကြောင်းမဲ့ လူသတ်မှုများကျူးလွန်တတ်သည်။

သူတစ်ပါး၏ ခံစားမှုများကို အလေးဂရုမပြုတတ်။ ကိုယ်ချင်းစာနာစိတ်မရှိ၊ ကြင်နာသနားစိတ် မရှိ၊ အလွန်ရက်က်သူများဖြစ်သည်။ အကျိုးအကြောင်း ပြေးပြုအသနားခံသော်လည်း ညှာတာမှုမရှိချေ။ သွေးအေးအေးနှင့် လူသတ်မှုကျူးလွန်ပြီးလောအခါ နောင်တရခြင်း၊ စိတ်မကောင်းခြင်း စသည်တို့ မခံစားရချေ။ နှလုံးသား မရှိသူများဟုလည်း ခေါ်ဆိုနိုင်ပါသည်။



၃။ တီထွင်စွမ်းဆောင်နိုင်သော သူ
(Creative psychopath)

တစ်ဇွတ်ထိုး၊ တဇေးကံကန်း လုပ်လေ့ ရှိသော်လည်း တီထွင်စွမ်းဆောင်နိုင်သော ကြံရည်ဖန်ရည် ရှိသူများဖြစ်သည်။ အနုပညာမြောက်စွာ စာရေးသားနိုင်သော ကမ္ဘာကျော်စာရေးဆရာကြီးများ စစ်ပွဲများတွင် တိုက်ရည်ခိုက်ရည်ရှိသော စစ်ဗိုလ်ကြီးများ စသည်တို့မှ အချို့သည်ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ချွတ်ယွင်းသူများ ဖြစ်ကြသည်။

သူတို့တွင် စွမ်းရည်သတ္တိများ ရှိသော်လည်း ဆက်ဆံရေးတွင် အဆင်မပြေချေ။ သူတို့၏ စွမ်းရည်ကို မိုက်ရွှေ့၍ အသုံးပြုတတ်လေသည်။ သူတို့လို ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးရှိသူ အချင်းချင်း အုပ်စုဖွဲ့ ပေါင်းသင်းတတ်သည်။ တစ်ဦး၏ စွမ်းဆောင်နိုင်မှုမှ ဖြစ်ပေါ်လာသော အကျိုးအမြတ်များကို အများက ခွဲဝေသုံးစွဲကြလေသည်။

ဆိုက်ကိုပက် (Psychopath) များသည် အများပြည်သူများနှင့် မတူဘဲ ခြားနားမှုများ ရှိကြပါသည်။ ကိုယ်ကိုယ်ကို ဘယ်တော့မှ အပြစ်မတင်တတ်၊ ရှေ့ဘာဖြစ်မည်ကို ကြိုတင်၍ မမြင်တတ်၊ မိမိသည် အပြစ်တစ်ခုကို ကျူးလွန်ခဲ့သော်လည်း ထိုအပြစ်ကို အပြစ်ဟု မယူဆတတ်ချေ။ မခံစားတတ်ချေ။ အလွန်ဥာဏ်ကောင်းသော ဆိုက်ကိုပက်များသာ အပြစ်နည်းနည်း ရှိသည်ဟု ခံစားရလေသည်။

ထို့ကြောင့် ထိုသူတို့ကို ဆေးပညာရှင်ထောင့်မှ ပြုပြင်ရအလွန်ခက်ခဲလေသည်။ သူတို့ကိုယ်သူတို့ လူကောင်းများ ဖြစ်ကြသည်။ သူတို့လုပ်သမျှ ကိုင်သမျှ မှန်သည်ဟု တထစ်ချ ယူဆထားကြရာ အလွန်ပြုပြင်ရ ခက်ခဲပါသည်။

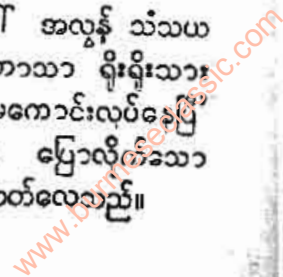
သူတို့၏ အပြစ်များကို ဖုံးကွယ်နိုင်ရန် အရက်နှင့် မူးယစ်ဆေးဝါးများကို မှီဝဲကြလေသည်။ မူးယစ်ဆေးဝါးများ မှီဝဲထားသဖြင့် အများအမှန်ကို ခွဲခြားမသိနိုင်တော့ သယောင်ယောင် ဟန်ဆောင်ကြလေသည်။

တချို့က ဓာဇဝတ်မှုများ ကျူးလွန်ကြလေသည်။ ဆိုက်ကိုပက် အချင်းချင်း ခေါင်းဆောင်နိုင်သူက ခိုင်းစေသမျှ လုပ်ကြံကြလေသည်။ လူဆိုးအချင်းချင်း ပေါင်းသင်းနေကြသဖြင့် သူတို့၏ ဆိုးသွမ်းမှုမှာ သဘာဝကဲ့သို့ ဖြစ်နေလေသည်။ ဆိုးသွမ်းမှုကို အပြစ်တင်မည့်သူ မရှိချေ။

x x x

သိသယကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး
(paranoid Personality)

တချို့ပုဂ္ဂိုလ်များမှာ လူအများအပေါ် အလွန် သိသယရှိကြလေသည်။ အခြားလူများက မိမိတို့ ဘာသာ ရိုးရိုးသားသားလုပ်ကိုင်ကြသောလည်း 'ဒီလူငါ့ကို မကောင်းလုပ်နေပြီ' သိသယရှိတတ်လေသည်။ ရိုးရိုးသားသား ပြောလိုက်သော ကောင်းတစ်ခွန်းကိုပင် အကျအန ကောက်တတ်လေသည်။



သူများအပေါ် မနာလိုဝန်တို့ စိတ်များရှိသည်။ စိတ်ထား တင်းမာသည်။ အများနှင့် ပူးပေါင်းလိုစိတ် မရှိ၊ ဟာသနည်း ပါးသည်။ စည်းကမ်းကြီးသည်။ စည်းကမ်းကို ဖောက်ဖျက်လျှင် အလွန်စိတ်ဆိုးတတ်သည်။ မကျေမချမ်း ဖြစ်နေတတ်သည်။

မိမိကိုယ်ကို သိမ်ငယ်သည်ဟု ထင်တတ်သည်။ သိမ်ငယ် သည်ဟု ထင်သော စိတ်များသည် အများအားဖြင့် လိင်ကိစ္စ များမှ ပေါက်ဖွားလာကြလေသည်။ လိင်ကိစ္စများအတွက် မိမိကိုယ် မိမိအပြစ်တင်တတ်လေသည်။ အပြစ်များကြောင့် သိမ် ငယ်သည်ဟု ထင်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

မိမိ၏ အပြစ်များကို ပုံးကွယ်တိမ်မြုပ်ထားပြီး အခြားအပြစ် မရှိသူများကို စွပ်စွဲတတ်လေသည်။ စင်စစ် မိမိကသာ အပြစ် ရှိသူဖြစ်ပြီး အခြားသူက အပြစ်မရှိချေ။

မာနကြီးတတ်သည်။ လူအများနှင့် မရောနှောချင်ပေ။ လူအများနှင့် မရောနှောချင်ဖြင့်စိတ်တွင် ပဋိပက္ခများဖြစ်သော အခါ မိမိကိုယ်ကို အပြစ်တင်လေ့မရှိဘဲ အခြားသူများကို အပြစ် တင်တတ်လေသည်။

သံသယ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ရှိသူများ၏ ရာဇဝင်ကို လေ့ လာကြည့်လျှင် အပြစ်တစ်ခုခု ရှိနေတတ်ကြောင်း တွေ့ရလေ သည်။ သို့သော် မိမိတွင်အပြစ်မရှိဘဲ အခြားသူတွင် အပြစ်ရှိသည် ဟု ယုံမှားနေတတ်ကြလေသည်။

*

စိတ်နှင့်ဆက်နွယ်သော ခန္ဓာကိုယ် ရောဂါများ

(PSYCHOSOMATIC DISORDERS)

‘စိတ်ထောင်းတော့ ကိုယ်ကြေ၊ စိတ်ပျိုမှကိုယ်နု’ စသော စကားများသည် စိတ်နှင့်ကိုယ်ခန္ဓာ ဆက်စပ်နေကြောင်းကို ပြဆိုလေသည်။

စိတ်လှုပ်ရှားမှုများသည် စိတ်ကိုသာမက ကိုယ်ခန္ဓာကိုပါ လှုပ်ရှားစေသည်။ ဖောက်ပြန်စေသည်။ ဒေါသဖြစ်လျှင် မျက်နှာနီမြန်းလာသည်။ ကိုယ်တဆတ်ဆတ် တုန်လာသည်။ ဝမ်းနည်းပူဆွေးလျှင် မျက်နှာညှိုးကျသွားသည်။ လှုပ်ရှားမှု လေးလံ ထိုင်းမှိုင်းစေသည် စသည်တို့မှာ စိတ်ခံစားမှုများကို လိုက်၍ ကိုယ်ခန္ဓာ အသွင်အပြင်များ ပြောင်းလဲလာကြောင်း သဘောများ ဖြစ်ကြသည်။

www.burmeseclassic.com

၅၂၈ ခေါက်စာအုပ်များစာစောင်

စိတ်ကြောင့် ရောဂါအမျိုးမျိုးကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။ ဖြစ်ပေါ်ပြီးသော စိတ်ရောဂါများကို ပြင်းထန်စေသည်။ သူတော်သိအများအပြား၏ တွေ့ရှိချက်များနှင့် အထက်ပါ ဖော်ပြချက်များနှင့် ကိုက်ညီကြောင်း တွေ့ရပါသည်။

ရောဂါ၏ အဓိပ္ပာယ်

ဤရောဂါမှာ ကိုယ်ခန္ဓာ ရောဂါတစ်ခုဖြစ်၍ စိတ်လှုပ်ရှားမှုများသည် ထိုရောဂါဖြစ်ပေါ်စေရန် အထောက်အကူပြုသည်။ သို့မဟုတ် ထိုရောဂါ ပိုမိုဆိုးလာစေခြင်းကို ခေါ်သည်။

ရောဂါ၏ အရေးကြီးသော အချက်အလက်များ

- ၁။ မျိုးရိုးကိုလိုက်၍ ဖြစ်ပေါ်တတ်သည်။
- ၂။ စိတ်လှုပ်ရှားမှု၊ စိတ်ဆင်းရဲမှု၊ စိတ်သောကရောက်မှု၊ စမ်းနည်းပူဆွေးမှု၊ ဒေါသဖြစ်မှုစသည်တို့သည် ရောဂါဖြစ်စေသော အကြောင်းများ ဖြစ်သည်။
- ၃။ ရောဂါသဘောမှာ စိတ်ခံစားမှုများကိုလိုက်၍ အတက်အကျ အပြောင်းအလဲများ ရှိတတ်သည်။ စိတ်ချမ်းသာနေလျှင် ရောဂါသက်သာပြီး စိတ်မချမ်းသာနေလျှင် ရောဂါဆိုးရွားသည်။ ရောဂါ၏သဘောမှာ တစ်သမတ်တည်း ဖြစ်မနေတတ်။
- ၄။ လိင်ဆက်စပ်မှု ပန်းနာရောင်ရောဂါသည် ကြီးကောင်မဝင်မီ အသက်အရွယ်တွင် ယောက်ျားလေး များက မိန်းကလေးများထက် နှစ်ဆပို၍ ဖြစ်သည်။ ကြီးကောင်ဝင်

ပြီးနောက် မိန်းမများသည် ယောက်ျားများထက် ပို၍ ဖြစ်သည်။

အစာအိမ်ရောဂါ၊ သွေးတိုးရောဂါ၊ နှလုံးရောဂါတို့သည် ယောက်ျားလေးများတွင် ပို၍ဖြစ်သည်။ နာတာရှည်၊ ယားယံရောဂါ၊ လည်ပင်းကြီး အဆိပ်သင့်ရောဂါတို့သည် မိန်းမများတွင် ပို၍ဖြစ်သည်။

- ၅။ ဤရောဂါများသည် မကြာခဏ ပြန်၍ ဖြစ်တတ်သည်။
- ၆။ ရောဂါတစ်မျိုးတည်း မဖြစ်တတ်။ ၂ မျိုး၊ ၃ မျိုး ပေါင်း၍ ဖြစ်တတ်သည်။ ပုံစံ၊ နှာစေးခြင်းနှင့် အစာအိမ်ရောဂါ။
- ၇။ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး အမျိုးအစားကိုလိုက်၍ ရောဂါအမျိုးမျိုး ဖြစ်တတ်သည်။ ပုံစံ။ ။ အတွင်းစွဲနှင့် အစာအိမ်ရောဂါ။

ရောဂါအမျိုးအမည်များ

- ၁။ အသက်ရှူလမ်းကြောင်းနှင့်ဆိုင်သော ရောဂါများ
 - (က) ပန်းနာရောင်ကျပ်ရောဂါ
 - (ခ) နှာစေးရောဂါ
 - (ဂ) အအေးမိ ရောဂါ
 - (ဃ) အသက်ရှူမြန်သည့် ရောဂါ (Hyperventilation Syndrome)

၅၁၅ ခေါက်တစ်ချိန်ပောင်

၂။ အစာအိမ်နှင့် အူထမ်းကြောင်း ရောဂါများ

- (က) အစာအိမ်ရောဂါ (Peptic Ulcer)
- (ခ) အူမကြီး ရောဂါများ (Disorders of Large Intestine)
- (ဂ) အစာစားရန် ငြင်းဆိုသော ရောဂါ (Anorexia Nervosa)

၃။ အရေပြားရောဂါများ

၄။ အဆစ်နှင့် ကြွက်သားများရောဂါ

- (က) ယူမက်တို့က် အဆစ်ရောင်ရောဂါ (Rheumatoid Arthritis)
- (ခ) Fibrositis

၅။ ဟိုမုန်း အကျိတ်များ ရောဂါ

- (Endocrine Disorders)
- (က) သိုင်းဂွိုက် ရောဂါ
- (ခ) ဆီးချိုရောဂါ

၆။ နှလုံးသွေးကြောများ ရောဂါ

- (က) သွေးတိုးရောဂါ
- (ခ) ကော်နိုနရီ သွေးကြောရောဂါ (Coronary Disease)

- (ဂ) ဦးနှောက်သွေးကြော ရောဂါ
- (ဃ) ခေါင်းတစ်ခြမ်းကိုက် ရောဂါ (Migrane)

၇။ မီးယပ်နှင့်ဆိုင်သော ရောဂါများ

- (က) သွေးထိန်ခြင်း
- (ခ) သွေးနည်းခြင်း
- (ဂ) မီးယပ်လာစဉ် ကိုက်ခဲခြင်း
- (ဃ) သွေးများခြင်း
- (င) ဣသီမပေါ်မီ ခံစားရသောရောဂါ
- (စ) သွေးဆုံးရောဂါ

၈။ (က) ပန်းနာရင်ကျပ် ရောဂါ

ပန်းနာရောဂါဖြစ်သော အကြောင်းရင်း ၃ မျိုး ရှိသည်။

- (က) ရောဂါပိုးကြောင့် ဖြစ်ခြင်း
- (ခ) တစ်ခုခုနှင့်မတည့်သောကြောင့် ဖြစ်ခြင်း (Allergy)
- (ဂ) စိတ်လှုပ်ရှားမှုများကြောင့် ဖြစ်ခြင်း

အထက်ပါ အကြောင်းရင်းများမှ မည်သည့် အကြောင်းရင်းကြောင့် ဖြစ်စေ၊ ပန်းနာရောဂါ ဖြစ်လာပါက စိတ်လှုပ်ရှားမှုမှာ အရေးကြီးပါသည်။ စိတ်လှုပ်ရှားမှုနည်းလျှင် ရောဂါ သက်သာပါသည်။ စိတ်လှုပ်ရှားမှုများပါက ရောဂါပိုးဆိုးလေသည်။ စိတ်လှုပ်ရှားမှုများမှာ ဝမ်းနည်းခြင်း၊ ဒေါသထွက်

ခြင်း၊ စိုးရိမ်ပူပန်ခြင်းတို့သာမက အားရဝမ်းသာ ဖြစ်ခြင်းတို့ပါ ပါဝင်သည်။

ပန်းနာရောဂါသည် တစ်ယောက်အဖို့ စိတ်လှုပ်ရှားမှုဖြစ် တိုင်း ရောဂါပိုမို ဆိုးရွားသည့် သာဓက အမြောက်အမြား ရှိပါသည်။

၁။ (ခ) အအေးမိဖျားခြင်း

အအေးမိ၍ ဖျားခြင်းကို ကျွန်တော်တို့ မကြာခဏ ခံစားကြ ရလေသည်။ ရာသီဥတုပြောင်း၍ ပူခြင်း အေးခြင်းတို့ လွန်ကဲ သောအခါ အအေးမိကြပါသည်။ ထိုအခါ ဖျားခြင်း၊ လည် ချောင်းနာခြင်း၊ ကိုက်ခဲခြင်းတို့ ဖြစ်ကြပါသည်။

စိတ်လှုပ်ရှားခြင်းသည် အရေးကြီးသော အချက်တစ်ချက် ဖြစ်ပါသည်။ စိတ်လှုပ်ရှားမှု နည်းပါးပါက အအေးမိဖျားခြင်း သက်သာသွားပါလိမ့်မည်။

၁။ (ဂ) အသက်ရှူမြန်သည့် ရောဂါ

စိုးရိမ်ပူပန်စိတ်နှင့် ကြောက်စိတ်ကြောင့် အသက်ရှူမြန် တတ်ပါသည်။ အသက်ရှူမြန်သည့်အခါ မောပန်းခြင်း၊ သတိ မေ့လဲခြင်းနှင့် အကြောဆိုင်ခြင်း(Tetany)တို့ ဖြစ်ကြပါသည်။ စိုးရိမ်စိတ်ကြောင့် အသက်ရှူမြန်ပါသည်။ အသက်ရှူမြန် ခြင်းကြောင့် ခန္ဓာကိုယ် ပြောင်းလဲမှုများ ဖြစ်လာသောအခါ ပို၍စိုးရိမ် ကြောက်လန့်သွားပါသည်။ ထို့ကြောင့် ပို၍အသက် ရှူမြန်လာတတ်ပါသည်။

၂။ (က) အစာအိမ်ရောဂါ (Peptic Ulcer)

အစာအိမ်ရောဂါသည် စိတ်နှင့်ဆက်နွယ်သော ခန္ဓာကိုယ် ရောဂါများတွင် ထင်ရှားသော ရောဂါဖြစ်သည်။ စိတ်လှုပ်ရှား မှုများကိုလိုက်၍ အစာအိမ်၏ အတွင်းသား အခြေအနေများ ပြောင်းလဲကြောင်း တွေ့ရပါသည်။ ဗြူးမုန့် (Beaumont) သည် မာတင်ဆိုသော လူနာတစ်ယောက်၏ အစာအိမ်ကို လေ့ လာခဲ့ပါသည်။ မာတင်၏ ဝမ်းဗိုက်မှာ သေနတ်ဒဏ်ရာ ရရှိ သဖြင့် အစာအိမ်ကို အပြင်မှမြင်ရလေသည်။ (Gastric Fis- tula) မှ တစ်ဆင့် မြင်ရပါသည်။ မာတင်၏ အစာအိမ် အတွင်း သားများသည် စိတ်လှုပ်ရှားမှုကိုလိုက်၍ ပြောင်းလဲနေကြောင်း တွေ့ရပါသည်။

(Wolf နှင့် Wolff) တို့ကလည်း Tom ဟုခေါ်သော လူ နာတစ်ဦးကို လေ့လာခဲ့ပါသည်။ Tom မှာ (Gastric Fis- tula) ရှိသဖြင့် အစာအိမ်ကို အပြင်မှ မြင်ရလေသည်။ တစ်ခါ က Tom ကို အလုပ်ရှင်က မဟုတ်မမှန် စွပ်စွဲခြင်းခံရလေသည်။ ထို့အတွက် တစ်သည့် ဝမ်းနည်းခြင်း နာကြည်းခြင်းကို ဖြစ် ရလေသည်။ ဤအချိန်တွင် အစာအိမ်ကို လေ့လာကြည့်ရာ နီရဲ နေပြီး အစာကြေချက်သည် အရည်များ ငရဲမီးဓာတ်များ (Hcl) အများအပြား ထွက်နေကြောင်း တွေ့ရလေသည်။ အစာအိမ်ကို အနည်းငယ်ထိမိရုံဖြင့် သွေးထွက်ကြောင့် တွေ့ရ ပါသည်။

၅၅၆ ခေါက်စာအုပ်အစုအဝေး

စိတ်လှုပ်ရှားမှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော အထက်ပါ အခြေအနေများသည် အစာအိမ်အနာဖြစ်စေသော နည်းလမ်းများပင် ဖြစ်သည်။ အစာအိမ် အသားများသည် အနာဖြစ်လွယ်သော အခြေအနေမှာ ရှိသဖြင့် မာသောအစာကို စားမိရုံဖြင့် အနာဖြစ်သွားနိုင်လေသည်။ ငရဲမီးခတ် အများအပြား ထွက်လာခြင်းဖြင့်လည်း အနာပိုမို ဆိုးရွားစေပါသည်။

၂။ (ခ) အူမကြီးရောဂါများ (Diseases of Large Intestine)

ကြုံ့သော အူမကြီးရောဂါ(Spastic Colon)နှင့် အူမကြီးအနာပေါက် ရောဂါ(Ulcerative Colitis)တို့သည် စိတ်လှုပ်ရှားမှုကြောင့် ဖြစ်ကြပါသည်။

အူမကြီး အတွင်းသားများကို (Colos Tomy) ခေါ် အူမကြီး၏ ခွဲစိတ်ထားသည့် လူနာများတွင် အပြင်မှ မြင်ရပါသည်။ အူမကြီးအတွင်းသားများသည် စိတ်လှုပ်ရှားမှု လိုက်၍ (အစာအိမ် အတွင်းသားများကဲ့သို့) ပြောင်းလဲကြောင်း တွေ့ကြရပါသည်။

စိတ်လှုပ်ရှားမှုများလျှင် သွေးများလာခြင်း၊ လှုပ်ရှားခြင်းနှင့် (Lysozyme) ခေါ် အင်ဇိုင်းခတ်တစ်မျိုး ထွက်လာခြင်းတို့ကို တွေ့ရလေသည်။ (Lysozyme)က အူမကြီးအတွင်းသားများကို ကာကွယ်ပေးနေသော အရည်ချွဲ (Mucus)ကို ချေဖျက်ပစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် အူမကြီး အတွင်းသားများ

မှာ ကာကွယ်မှု မရှိတော့ဘဲ လှုပ်ရှားမှုဒဏ်ကို ခံစားရကာ သွေးထွက်ခြင်း အနာပေါက်ခြင်းတို့ ဖြစ်ကြရပါသည်။

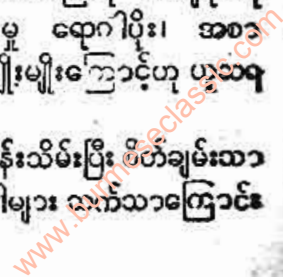
စိတ်လှုပ်ရှားမှုကြောင့် အူမကြီး လှုပ်ရှားသောအခါ ဝမ်းသွားတတ်ပါသည်။

အူမကြီး အကြာကြီးလှုပ်ရှားနေပါက သွေးကြောများပိတ်ပြီး အနာများ ပေါက်တတ်ပါသည်။ စိတ်လှုပ်ရှားမှုကြောင့် ပျော့ညံ့နေသော အူမကြီးကို ရောဂါပိုးမွှားများ အလွယ်တကူ ဝင်ရောက်နိုင်ပါသည်။

အခြား သိဝရိတစ်ခုမှာ စိတ်လှုပ်ရှားမှုကြောင့် အူသိမ်လေးများ လှုပ်ရှားပြီး ၎င်းအတွင်းမှ အရည်များကို အူမကြီးအတွင်းသို့ တွန်းပို့လိုက်ပါသည်။ အူသိမ်များမှ အရည်များသည် အစာကြေချက်ရန် အားပေးသဖြင့် အူမကြီးအထဲသို့ ရောက်သောအခါ ပျော့ညံ့နေသော အူမကြီး အသားများကို ကြေချက်ပစ်ပါသည်။ ဤနည်းဖြင့်အနာများပေါက်သည်။ ရောဂါပိုးမွှားများ ဝင်ရောက်သည်ဟု ဆိုပါသည်။

စိတ်လှုပ်ရှားမှုနှင့် အူမကြီး ရောဂါများမှာ အမှန်တကယ် ဆက်စပ်နေသော်လည်း မည်သို့ ဆက်စပ်သည်ဟု တိကျခိုင်လုံစွာ မပြောနိုင်သေးချေ။ စိတ်လှုပ်ရှားမှု ရောဂါပိုး၊ အစာအာဟာရ စသည်ဖြင့် အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့်ဟု ယူဆရပါသည်။

မည်သို့ဆိုစေ၊ စိတ်လှုပ်ရှားမှုကိုထိန်းသိမ်းပြီး စိတ်ချမ်းသာ ပျော်ရွှင်စွာ နေပါက အူမကြီး ရောဂါများ လျက်သာကြောင်း



တွေ့ရပါသည်။ စိတ်ကုသရေးကို သုံးခြင်းဖြင့် သက်သာမှု ရစေပါသည်။ စိတ်ကုသရေးကို ရောဂါမကွဲမိ အသုံးပြုသင့်ပါသည်။

အရေပြားရောဂါများ

အရေပြားများသည် စိတ်၏ကြေးမုံပြင်ဟု တင်စား၍ခေါ်ကြသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ စိတ်ခံစားမှုများကိုလိုက်၍ မျက်နှာအရောင်အဆင်းနှင့် အမူအရာများ ပြောင်းလဲတတ်ပါသည်။ စိတ်ချမ်းသာ ပျော်ရွှင်နေလျှင် မျက်နှာအမူအရာမှာ ကြည်လင် ရွှင်ပျနေ၍ စိတ်ညစ်နေလျှင် မျက်နှာမှာ ညိုမဲ၍ မှိုင့်တွေ့ချနေတတ်လေသည်။ ဒေါသဖြစ်လျှင် မျက်နှာနီရဲလာသည်။

ထို့ကြောင့် စိတ်ခံစားမှုများသည် အရေပြားကို ထိခိုက်ပြောင်းလဲစေပါသည်။

စိတ်ခံစားမှုများသည် အရေပြား၏ အောက်ပါသတ္တိများကို ထိန်းချုပ်ထားပါသည်။

- ၁။ သွေးသွားလာမှု
- ၂။ အဆီထွက်မှု
- ၃။ ချွေးထွက်မှု
- ၄။ အရည်ထွက်မှု
- ၅။ ယားယံမှု

စိတ်လှုပ်ရှားမှုကြောင့် သွေးသွားလာမှု များခြင်း၊ အဆီထွက်မှု များခြင်း၊ ချွေးသိပ်ထွက်ခြင်း၊ အရည်ထွက်ခြင်းတို့ကြောင့် ယားယံမှု ဖြစ်စေပါသည်။ အယား ပျောက်စေရန်

ကုတ်ဖဲခြင်းဖြင့် အရေပြားရောဂါများ ပိုဆိုးစေသည်။ ထို့ကြောင့် စိတ်လှုပ်ရှားမှုကို ထိန်းနိုင်လျှင် ယားယံခြင်း နည်းပါးသွားသဖြင့် အရေပြားရောဂါများ သက်သာစေပါသည်။

စိတ်လှုပ်ရှားမှု တစ်ခုတည်းကြောင့် အရေပြားရောဂါများ ဖြစ်ပေါ်သည် မဟုတ်ပါ။ ရောဂါပိုး၊ ထိခိုက်ဒဏ်ရာမှ၊ မတည့်မှု (Allergy) စသည်ဖြင့် အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် အရေပြားရောဂါများ ဖြစ်ရခြင်းဖြစ်သည်။

နှင်းခွံ (Eczema) ယားယံနာနှင့် အရေပြားရောင် ရောဂါ (Dermatitis) တို့သည် ထင်ရှားသော အရေပြားရောဂါများ ဖြစ်ပါသည်။

အဆစ်နှင့် ကြွက်သားများရောဂါ

ကိုယ်လက်ကိုက်ခဲခြင်း၊ အဆစ်အမြစ် ကိုက်ခဲခြင်း စသည်တို့သည် စိတ်ဆင်းရဲ ပူပန်ခြင်း၊ စိတ်ဓာတ်ကျခြင်း၊ စိတ်ပဋိပက္ခများ ဖြစ်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်တတ်သည်။ အိပ်ရာထတင် ကိုက်ခဲနေတတ်သည်။ တဖြည်းဖြည်းသက်သာသွားလေ့ရှိသည်။

ဗူမက်တို့က် အဆစ်ရောင်ရောဂါ (Rheumatoid Arthritis)

ဤရောဂါမှာ (Corticoids) များ ဖောက်ပြန်သဖြင့် ဖြစ်ပေါ်သည်ဟု (Selye) က ဆိုပါသည်။ (Corticoids) များ ဖောက်ပြန်လာခြင်းမှာ ကြာရှည်စွာစိတ်ဖိစီးမှုများ ခံစားခြင်းကြောင့် ဖြစ်သည်ဟု (Selye) က ကောက်ချက်ချထားသည်။

သို့သော် ဖိစီးမှုများကြောင့် အဆစ်ရောင်ရောဂါ ဖြစ်နိုင်သည် မဖြစ်နိုင်သည်ကို ဆက်လက် လေ့လာရန်လိုပါသည်။
(Fibrositis) တွင်လည်း အကိုက်အခဲများ ရှိပါသည်။ စိတ်ဆင်းရဲမှုများ ခံစားရလျှင် ပိုမိုကိုက်ခဲတတ်ပါသည်။ စိတ်သောကများခြင်း၊ စိုးရိမ်ပူပန်ခြင်း စသည့်လက္ခဏာများရှိသည့် စိတ်ရောဂါများတွင် ကိုယ်၊ လက်၊ အဆစ်အမြစ် ကိုက်ခဲခြင်းတို့ ခံစားရပါသည်။

တိုမုန်းအကျိတ်ရောဂါ
(Endocrine Disorders)

သိုင်းရွှံ့ကြံရောဂါ

သိုင်းရွှံ့ကြံ ရောဂါတွင် စိတ်လှုပ်ရှားမှုများနှင့် ဓာတ်သဘာဝများ နှစ်မျိုးပေါင်းစပ်၍ ဖောက်ပြန်ခြင်းများ ခြုံငုံပါသည်။ ဓာတ်သဘာဝများ ဖောက်ပြန်ခြင်းကြောင့် လည်ပင်းကြီးလာလျှင် ဆင်းရဲပူပန်မှုများ ခံစားရသည်။ တစ်ဖန် ဆင်းရဲပူပန်မှုများကြောင့် ဓာတ်သဘာဝများ ဖောက်ပြန်ပြီး ရောဂါ ပိုမိုဆိုးရွားတတ်ပါသည်။ (Thyroid Gland) ကြီးထွားမှုကြောင့် စိတ်သောက ရောဂါမှာကဲ့သို့ စိတ်သောက လက္ခဏာများ ခံစားရသည်။

သိုင်းရွှံ့ကြံ အဆိပ်တက်ရောဂါ (Thyrototoxicosis) သည် စိတ်လှုပ်ရှားမှုက စတင်သည်ဟု နှစ်ပေါင်း များစွာကတည်း

ထမားတော်ကြီးများက ဆိုခဲ့ကြပါသည်။ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေး၊ အိမ်တွင်းရေး၊ ထိခိုက်ဒဏ်ရာရမှု၊ ဆွေမျိုးတစ်ဦးဦး သေဆုံးမှု စသည် စိတ်ဆင်းရဲမှုမျိုးစုံသည် ဤရောဂါနှင့် ဆက်စပ်နေတတ်သည်။ ရောဂါမှာ စိတ်ဆင်းရဲမှုများနှင့် ဆက်စပ်နေလေ့ရှိသော်လည်း ဆေးကုသရာ၌ စိတ်ဆင်းရဲမှုများ ပပျောက်အောင် ပြုလုပ်ပေးခြင်းဖြင့် ရောဂါ ချက်ချင်းသက်သာသွားနိုင်ချေ။ သင့်တော်သော ဆေးဝါးများဖြင့် ရောဂါသက်သာအောင် ကုသပေးရန် လိုပါသည်။ ရောဂါသက်သာလာသည့်အခါတွင်မှ စိတ်ကုထုံးကို အသုံးပြုသင့်ပါသည်။

မိတ်ကုထုံးကို အသုံးပြုခြင်းဖြင့် ရောဂါပိုမို မဆိုးရွားစေရန် များစွာ အထောက်အကူ ဖြစ်ပါသည်။

ဆီးချိုရောဂါ

စိတ်လှုပ်ရှားမှုများကြောင့် သွေးထဲမှသကြားဓာတ်အနည်းအများ ပြောင်းလဲတတ်သည်။ သကြားဓာတ် များလာလျှင် ဆီးချိုရောဂါ ဖြစ်နိုင်လေသည်။

စိတ်လှုပ်ရှားမှုကြောင့် သကြားဓာတ် နည်းခြင်းများခြင်းဖြစ်ပေါ်ရာ၌ အောက်ပါ နည်းသုံးမျိုးဖြင့် ဖြစ်ပေါ်နိုင်သည်။

- ၁။ Autonomic Nervous System-ကို လှုံ့ဆော်ခြင်း
- ၂။ Neuro- Endocrine Mechanisms
- ၃။ ဆီးဓာတ်သွားခြင်း။

နှလုံးနှင့် သွေးကြောရောဂါများ

သွေးတိုးရောဂါ

သွေးတိုးရောဂါ ဖြစ်ပေါ်လာသော အကြောင်းအမျိုးမျိုး ရှိပါသည်။ အကြောင်း တစ်ခုခုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော သွေးတိုးရောဂါကို အကြောင်းရင်းခံ သွေးတိုးရောဂါဟုခေါ်ပြီး မည်သည့်အကြောင်းမျှ ရှာဖွေမတွေ့ရုံတင် သူ့ အလိုလိုဖြစ် ပေါ်လာသော သွေးတိုးရောဂါကို အကြောင်းရင်းမသိ သွေးတိုးရောဂါ (Essential Hypertension) ဟု ခေါ်သည်။

အထက်ပါသွေးတိုးရောဂါ အမျိုးအစားတွင် စိတ်လှုပ်ရှားမှုများသည် အရေးပါသော အကြောင်းရင်း ဖြစ်ပါသည်။ စိတ်လှုပ်ရှားမှု အမျိုးမျိုးဖြစ်သဖြင့် သွေးတိုးရောဂါ ဖြစ်လာခြင်း ဖြစ်သည်။

စိတ်လှုပ်ရှားမှုကြောင့် သွေးတိုးရောဂါ ဖြစ်လာသည့် နည်းလမ်းများ

- ၁။ Sympathetic Nervous System ကို လှုံ့ဆော်ခြင်း
- ၂။ နာတာရှည် စိတ်တင်းကျပ်မှုကြောင့် သွေးကြောများ အပြောင်းအလဲဖြစ်ပြီး သွေးတိုးခြင်း။
- ၃။ Adrenal Medulla မှ နော်အရိန်လင်ဓာတ် ထွက်လာခြင်း။
- ၄။ အထက်ပါအချက်များကြောင့် ကျောက်ကပ်၏ သွေးကြောလေးများ ကျဉ်းမြောင်းသွားသည်။ သွေးကြော

ကျဉ်းသဖြင့် သွေးနည်းသည့်ဒဏ် ခံရသည်။ Renin ဓာတ်တစ်ခု ထွက်လာပါသည်။ ထိုဓာတ်သည် သွေးတိုးရောဂါ ဖြစ်စေပါသည်။

ထို့ကြောင့် သွေးတိုးရောဂါ မဖြစ်စေရန် စိတ်ချမ်းသာစွာ နေရပါမည်။ ဒေါသစိတ်၊ စိုးရိမ်စိတ်၊ အခဲမကြေ စိတ်တို့ကို ထိန်းချုပ်သင့်ပါသည်။

လေဖြတ်ခြင်းများ (Cerebro-Vascular Accidents)

သွေးတိုးရောဂါဖြစ်လျှင် ဦးနှောက် သွေးကြောလေးများ ပြတ်သွားနိုင်ပါသည်။ ဦးနှောက်သွေးကြော ပြတ်သည်ကို မြန်မာတို့က လေဖြတ်သည်ဟု ခေါ်ပါသည်။

သွေးတိုးရောဂါ ဖြစ်ရခြင်းမှာ စိတ်လှုပ်ရှားမှုများကြောင့် ဖြစ်ရာ သွေးတိုးရောဂါကြောင့် လေဖြတ်ခြင်းမှာလည်း စိတ်လှုပ်ရှားမှုကြောင့်ပင်ဖြစ်သည်။ စိတ်ဆင်းရဲပူပန်မှုများပြဿနာများ စိတ်တုန်း ပဋိပက္ခများ စသည်တို့သည် လေဖြတ်စေနိုင်ပါသည်။

လေဖြတ်ခံရသဖြင့် ခြေလက်များ မလှုပ်မရှားနိုင်သောအခါ မသန်မစွမ်း ဖြစ်သွားပြီ ဟု တွေး၍ စိတ်ဆင်းရဲသွားသည်။ ထိုစိတ်ဆင်းရဲမှုကြောင့် သွေးတိုးစေပြီး ထပ်၍ လေဖြတ်တတ်ပါသည်။

နှလုံးသွေးကြောရောဂါ

နှလုံးသွေးကြောပိတ်ရောဂါ Coronary Thrombosis နှင့် Angina Pectoris ရောဂါများ ဖြစ်ရခြင်း အကြောင်း

များတွင် စိတ်လှုပ်ရှားမှုကြောင့်လည်း ပါဝင်ပါသည်။ စိတ်ပင်ပန်း နှမ်းနယ်ခြင်း၊ စိုးရိမ်ပူပန်ခြင်း၊ စဉ်းစားဉာဏ် သုံးရခြင်း၊ အလုပ်ပင်ပန်းခြင်းတို့ကြောင့် ကိုယ်လက်စရော (Cholesterol) ဓာတ် များပြားလာပါသည်။

ကိုယ်လက်စရောဓာတ် များခြင်းသည် အထက်ပါ နှလုံးရောဂါများ ဖြစ်ပေါ်စေရန် ပံ့ပိုးပေးပါသည်။ ကိုယ်လက်စရောဓာတ်များသော အစားအစာများ စားခြင်း၊ အဆီများများ စားခြင်း၊ ကျန်းမာရေးလှုပ်ရှားမှု နည်းပါးခြင်းတို့သည်လည်း ကိုယ်လက်စရောဓာတ် များစေပါသည်။

စိတ်ရောလူရော ပင်ပန်း နှမ်းနယ်မှုများမှ သက်သာစေရန် အနားယူသောအခါ ကိုယ်လက်စရောဓာတ်များ လျော့နည်းသွားကြသည်။ ထို့ကြောင့် ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ချမ်းသာစွာ သက်သာစွာ နေခြင်းဖြင့် နှလုံးရောဂါတို့ကို ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။

စာမေးပွဲဖြေသောကြောင့် စိတ်ပန်း လှုပ်နှိုး ဖြစ်ခါကိုယ်လက်စရောဓာတ် တိုးလာတတ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် စာမေးပွဲတစ်ခု ဖြေဆိုတော့မည်ဆိုလျှင် စောစောကပင် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားသင့်လေသည်။ စာမေးပွဲချိန်တွင် စိတ်ငြိမ်အေးများ စားသင့်လေသည်။

မီးယပ်ရောဂါများ

သွေးထိန်ခြင်းနှင့် သွေးနည်းခြင်း

စိတ်ဆင်းရဲ ပင်ပန်းမှုများကြောင့် မီးယပ်သွေး လျော့နည်းတတ်သည်။ အချို့တွင် လုံးဝမလာတော့ဘဲ မီးယပ်ထိန်သွားသည်။

ဖျားနာခြင်း၊ ဒဏ်ရာရခြင်း၊ ချစ်သူခင်သူ သေဆုံးခြင်း၊ ကြောက်လန့်စရာ အဖြစ်အပျက် တစ်ခုနှင့် တွေ့ကြုံရခြင်း၊ မတော်တဆ ထိခိုက်ဒဏ်ရာ ရခြင်း၊ ပတ်ဝန်းကျင် ပြောင်းလဲခြင်း၊ အလုပ်ပြောင်းလဲခြင်း စသည်တို့ကြောင့် စိတ်ဆင်းရဲမှုများ ကြုံတွေ့နိုင်ပြီး မီးယပ်ရောဂါများ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ စိတ်ဓာတ် ကျဆင်းခြင်းကြောင့် သွေးမပေါ်ခြင်း၊ သွေးနည်းခြင်းတို့ ဖြစ်ကြသည်။

ကိုယ်ဝန်အတုရှိခြင်း (Pseudo-Cyosis)

အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် ကလေးအလွန်အမင်းလိုချင်သော မိန်းမများတွင် ကိုယ်ဝန်အတု ရှိလာတတ်ပါသည်။ စိတ်ဝင်စားစရာ ကောင်းသည်မှာ ကိုယ်ဝန်အတုတွင် ကိုယ်ဝန်အစစ်မှာကဲ့သို့ လက္ခဏာ ပေါ်ပေါက်လာခြင်း ဖြစ်သည်။ သွေးထိန်ခြင်း၊ အော့အန်ခြင်း၊ ရင်သားများ ကြီးလာခြင်း၊ ဝမ်းဗိုက်ကြီးလာခြင်း၊ ဝမ်းဗိုက်အတွင်းမှ လှုပ်ခြင်းနှင့် ကလေးမီးဖွားခါနီးကဲ့သို့ ဗိုက်နာခြင်းတို့ ခံစားရပါသည်။

၅၅၆ ခေါက်တာဆုန်းမောင်

ဤကဲ့သို့ ကိုယ်ဝန်အတု ရှိလာခြင်းမှာ စိတ်ဆန္ဒကြောင့်ဖြစ်သည်။ ကလေး အလွန်အမင်း လိုချင်ခြင်း၊ ကိုယ်ဝန်ရှိမှု ယောက်ျားက ပို၍ချစ်ခင်မည် ထင်ခြင်း၊ ချမ်းစားကို လက်ထပ်ရန် အကျပ်ကိုင်လိုခြင်း စသည့် စိတ်ဆန္ဒများကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်တွင်း ဓာတ်သဘာဝတို့ကို ပြောင်းလဲစေပြီး တကယ်ကိုယ်ဝန် ရှိသကဲ့သို့ ခံစားရလေသည်။ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာက ခန္ဓာကိုယ်ကို မည်မျှထိ လွှမ်းမိုးနိုင်သည်ကို ဤအဖြစ်အပျက်ကို ကြည့်၍ ခန့်မှန်းနိုင်ပါသည်။

ကိုယ်ဝန်အတုကို မေ့ဆေးပေး၍လည်းကောင်း၊ ဝမ်းဗိုက်ကို စမ်းသပ်၍ လည်းကောင်း၊ သားအိမ်အရွယ်အစားကို စမ်းသပ်ခြင်းဖြင့် လည်းကောင်း၊ စမ်းသပ်သိရှိနိုင်ပါသည်။ မေ့ဆေးပေးလိုက်လျှင် ဝမ်းဗိုက်မှာ ချပ်သွားပါသည်။ ဝမ်းဗိုက်ကို စမ်းသပ်ကြည့်လျှင် ကလေးကို စမ်း၍ မတွေ့ပါ။ သားအိမ်အရွယ်ကိုစစ်ဆေးရာ၌ နဂိုအရွယ်အတိုင်းသာရှိနေကြောင်း တွေ့ရပါသည်။

မီးယပ်လာစဉ် ကိုက်ခဲခြင်း

စိတ်လှုပ်ရှားမှုများနှင့် စိတ်ဆင်းရဲမှုများကြောင့် ကိုက်ခဲခြင်း ဖြစ်တတ်သည်။

သွေးများခြင်း

စိတ်ဖိုစီးမှုကြောင့် အချို့တွင် သွေးများတတ်ပါသည်။ မီးယပ်မပေါ်မီ တင်းကျပ်ခြင်း (Premenstrual Tension)

မီးယပ်မပေါ်မီ တင်းကျပ်ခြင်းကို အချို့အမျိုးသမီးများ ခံစားကြရသည်။ အချို့တွင် စိတ်လှုပ်ရှားမှုများကြောင့် ဖြစ်သည်ကို တွေ့ရပြီး အချို့တွင် အကြောင်းရင်း သေသေချာချာ မသိချေ။ အက်စ်စတိုဂျင် (Oestrogen) ဟိုမုန်းကြောင့် ဖြစ်သည်ဟု အများက ယူဆလေသည်။

လက္ခဏာများမှာ စိုးရိမ်သောကရောက်ခြင်း၊ စိတ်ဓာတ်ကျခြင်း၊ ဝမ်းဗိုက်အောက်ပိုင်းတင်းကျပ်နေခြင်း၊ မျက်နှာအနားခြင်း၊ အားကုန်ခြင်း၊ အန်ခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ ရင်သားများတင်းကျပ်နာကျင်ခြင်း၊ ရင်တုန်ခြင်းနှင့် စိတ်တိုခြင်းတို့ ဖြစ်ပါသည်။ အထက်ပါ လက္ခဏာတို့ကို မီးယပ်ပေါ်ခါနီးတွင် ခံစားရပါသည်။ မီးယပ်ပေါ်သည်နှင့် သက်သာသွားပါသည်။ စိုးရိမ်ပူပန်မှု နည်းပါးက မြန်မြန် သက်သာပါမည်။

ကုသနည်းများ

ရေနှင့် အင်္ဂလျော့ပါ၊ ဆီးဆေးစားပါ၊ စိတ်ငြိမ်ဆေးသောက်ပါ၊ ပရိုဂျက်စတုံး (Progesterone) ဟိုမုန်း ထိုးပေးလျှင် အမြန်ဆုံး သက်သာပါသည်။

သွေးဆုံးခြင်း

သွေးဆုံးသောအခါ အချို့တွင် သွေးဆုံးလေနာ ကိုင်တတ်ပါသည်။ ပူလိုက်ချမ်းလိုက်ဖြစ်ခြင်း၊ စိတ်တိုခြင်း၊ စိတ်ဓာတ်ကျခြင်း၊ မူးခြင်း၊ အားပြတ်ခြင်း စသည်ဖြင့် သွေးဆုံးလေနာ ဝေဒနာကို ခံစားရပါသည်။

၅၅၀ ဒေါက်တာအုန်းဖောင်

ဟိုမုန်းခတ်များ ဖောက်ပြန်ခြင်းကြောင့် သွေးဆုံးလေနာ ဖြစ်သော်လည်း စိတ်လှုပ်ရှားမှုများပါက ပိုမိုပြင်းထန်စွာခံစား ရပါသည်။

စိတ်နှင့် ဆက်နွယ်သော ခန္ဓာကိုယ်ရောဂါများအတွက်
ကုသနည်း

ရှေးဦးစွာ ရောဂါကို သေသေချာချာ စမ်းသပ်စစ်ဆေးရန် လိုပါသည်။ တွေ့ရှိသော ရောဂါကို စနစ်တကျ ကုသပေးရ ပါမည်။ ရောဂါဖြစ်သော အကြောင်းရင်းများကို ကောင်းစွာ လေ့လာ၍ သင့်တော်သလို ညွှန်ကြားကုသပေးရမည်။

စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပြဿနာများကို အထူးလေ့လာ၍ လိုအပ် သလို ကုသပေးရပါမည်။ ရောဂါသည်များမှာ အများအားဖြင့် ရည်ရွယ်ချက် ကြီးမားသူများ၊ ပြိုင်ဆိုင်လိုသူများ၊ အများက ချီးမွမ်းခံချင်သူများ စည်းစနစ်ကျ လွန်းသူများ၊ ဖြစ်ကြရာ ၎င်းတို့ ရည်မှန်းသလို မဖြစ်သောအခါများတွင် စိတ်ဆင်းရဲ သဖြင့် ရောဂါရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ၎င်းတို့၏ ရည်ရွယ်ချက်များကို လျော့ချ၍ အလိုက်သင့်နေရန် ကောင်းကောင်း အနားယူ၍ အပန်းဖြေရန် ဖျောင်းဖျသင့်ပါသည်။

ကလေးများတွင် ပန်းနာရင်ကျပ်ဖြစ်ပါက မိဘက အထူး ဂရုစိုက်ရပါမည်။ မိဘက စိတ်ပူပန်တတ်၊ စိုးရိမ်လွန်ကဲတတ် ပါက ကလေး၏ ရောဂါပိုဆိုးတတ်ပါသည်။

အက်ဆွမ်စ်ဆေးဝါးများ ပါး

အချုပ်မှာ မူလရောဂါကိုလည်း သေချာစွာ ကုပါ။ စိတ်ငြိမ် ဆေးများလည်း ပေးပါ။ စိတ်ကုထုံးကိုလည်း လိုအပ်သလို အသုံးပြုပေးပါ။

*

အရွယ်များနှင့် ယောက်ျားချည်း ရှိနေသော အရပ်များတွင် သဘာဝအလျောက် ဖြစ်လေ့ရှိရာ ရောဂါဟု မသတ်မှတ်နိုင် ချေ။ အလွန်အကျွံ ပြုလုပ်လျှင် ဆန့်ကျင်ဘက် လိင်ကို စိတ် ကူးတွင် ထင်းခနဲပေါ်အောင် ကြိုးစား၍ ဆက်ဆံလျှင် ရောဂါ ဟု သတ်မှတ်နိုင်လေသည်။

လိင်ဆန္ဒထကြွစေသော အကြောင်းများ

- ၁။ လိင်တူစုံမက်မှုများ ကိန်းအောင်းနေမှု
- ၂။ အဖျားတက်စ အချိန်များ
- ၃။ စိတ်ကြွရောဂါ ခံစားနေချိန်
- ၄။ စင်စီဖရီးနီးယား ဝေဒနာခံစားရချိန် (အချို့လူနာ များသာ)
- ၅။ သံသယ အခြေအနေများ (လူနာက မိမိတွင် ကိန်း အောင်းနေသော လိင်တူစုံမက် စိတ်များ မဟုတ်မမှန် ကြောင်း သက်သေပြရန် လိင်ဆက်ဆံမှု ပိုမိုပြုလုပ် ပါသည်)
- ၆။ ဆေးများ မှီဝဲခြင်း

လိင်ဆန္ဒနည်းပါစေသော အကြောင်းများ

- ၁။ အသက်ကြီးရင့်လာမှု
- ၂။ အခြားစိတ်ဝင်စားမှုများ ရှိနေခြင်း (စီးပွားရေး လူမှုရေးစသည်)

လိင်ရောဂါများ

အရွယ်ရောက်လာသော ယောက်ျားနှင့် မိန်းမနှစ်ဦး သဘောတူ ဆက်ဆံခြင်းသည် သဘာဝကျသော ဖြစ်ရိုးဖြစ်စဉ် ကိစ္စတစ်ခုသာ ဖြစ်လေသည်။ သို့သော် လိင်အင်္ဂါချင်း ဆက်ဆံ မှုသာ ပုံမှန်ဖြစ်ပါသည်။ အရွယ်ရောက်သော ယောက်ျားနှင့် မိန်းမ လိင်ဆက်ဆံရာ၌ လိင်အင်္ဂါချင်း မဟုတ်ဘဲလိင် အင်္ဂါမှအပ ဖြစ်သော အင်္ဂါများကို ဆက်ဆံပါက လိင်ဖောက်ပြန်သည်ဟု ခေါ်ဆိုရပါမည်။ အမြဲတစေ လိင်ဖောက်ပြန်နေပါက လိင် ရောဂါစွဲကပ်နေပြီဟု ခေါ်ဆိုနိုင်ပါသည်။

ဤသို့သော အဓိပ္ပာယ် ဖွင့်ဆိုချက်သည် တစ်ကိုယ်တည်း လိင်ဆက်ဆံမှုများပါ ရောဂါသဘော ပါဝင်နေလေသည်။ သို့သော် တစ်ကိုယ်တည်း လိင်ဆက်ဆံမှုများသည် လူပျိုပေါက်

၂၃၂ ဘေ့စ်တၢ်အုန်းစောင်

- ၃။ မိမိ၏ ဇနီး သို့မဟုတ် ခင်ပွန်းအပေါ် စိတ်ဝင်စားမှု မရှိတော့ခြင်း
- ၄။ နာတာရှည် ပိန်ချိုးရောဂါများ ခံစားရချိန်
- ၅။ စိတ်ကျရောဂါ ခံစားနေရချိန်

လိင်ရောဂါ အမျိုးအစားများ

၁။ ဆာဒစ်ဆင် (Sadism)

ပြင်သစ် စာရေးဆရာ (Marquis De Sade) ကို အစွဲပြု၍ ခေါ်ဆိုထားသော အမည်ဖြစ်ပါသည်။ စာရေးဆရာက ညစ်ညမ်းစွာ ပေးပေးသော ရေးသားခဲ့ပါသည်။ ဆာဒစ်ဆင်၏ အဓိပ္ပာယ်မှာ လိင်ဆက်ဆံရာ၌ တစ်ဖက်သားကို နာကျင်အောင် ပြုလုပ်ရမှု စိတ်ကျေနပ်မှု ရပါသည်။

၂။ မဆိုခစ်ဆင် (Masochism)

စာရေးဆရာ (Leosold Von Sacher-Masoch) ကို အစွဲပြု၍ မှည့်ခေါ်ထားသော နာမည်ဖြစ်ပါသည်။ ရောဂါ၏ အဓိပ္ပာယ်မှာ လိင်ဆက်ဆံရာ၌ နာကျင်အောင် ပြုလုပ်ခံရမှု စိတ်ကျေနပ်မှု ရပါသည်။

ဆာဒစ်ဆင်ရောဂါမှာ ယောက်ျားများတွင်သာမက မိန်းမများတွင်လည်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ 'မဆိုခစ်ဆင်' ရောဂါမှာလည်း မိန်းမများတွင်သာမဟုတ် ယောက်ျားများပါ ဖြစ်နိုင်သော ရောဂါ ဖြစ်ပါသည်။

လူတစ်ဦးတည်း ဆာဒစ်ဆင်ရောဂါနှင့် မဆိုခစ်ဆင် ရောဂါ ပါ နှစ်မျိုးပေါင်း၍ ဖြစ်ကြသည်လည်း ရှိပါသည်။ (Sado-Maso Chism) ဟု ခေါ်ပါသည်။

၃။ ဖက်တီရှ်ဆင် (Fetishism)

ဤရောဂါတွင် အမျိုးသမီးများ၏ ပစ္စည်းများကို တစ်ဖက်သောစိတ်နှင့် အသုံးပြုခြင်းနှင့် လိင်စိတ်ဆန္ဒ ဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။

အမျိုးသမီးများ၏ အောက်ခံအဝတ်အစားများ၊ အတွင်းခံဘောင်းဘီ၊ တဘီ၊ ချွေးခံအင်္ကျီ၊ ဘရာဇီယာ၊ ဖိနပ်၊ လက်ကိုင်ပဝါ စသည်ဖြင့် တစ်ခုခုကို အသုံးပြုခြင်းဖြင့် စိတ်ဆန္ဒတက်ကြွစေပါသည်။

ဤရောဂါမှာ ယောက်ျားများတွင် အဖြစ်များပါသည်။

၄။ ဆန့်ကျင်ဘက်လိင်၏ အဝတ်အစားများဝတ်ခြင်း (Transvestism)

ဆန့်ကျင်ဘက် လိင်၏ အဝတ်အစားများကို ဝတ်ဆင်၍ ဆန့်ကျင်ဘက် လိင်၏ သဘာဝအတိုင်း ပြုမူ ဆောင်ရွက်ကြသူများလည်း ရှိလေသည်။ ၎င်းတို့ကို Transvestite ဟု ခေါ်ပါသည်။

ထိုသူတို့သည် အများအားဖြင့် မိန်းမရှာ သို့မဟုတ် ယောက်ျားရှာများ ဖြစ်သည်ဟု တချို့က အဆိုပြုပါသည်။ ဤအဆို မှန်သည်ဟု အများက လက်မခံပေ။ သို့သော် ထိုသူတို့

သည် တကယ်ပင် ဆန့်ကျင်ဘက် လိင်ဘဝသို့ ကူးပြောင်းချင်ကြလေသည်။

၅။ လိင်ပြောင်းခြင်း (Trans-Sexualism)

အနောက်နိုင်ငံများတွင် ခေတ်သစ် ခွဲစိတ်ပညာဖြင့် လိင်ပြောင်းလဲခြင်းများ ပြုလုပ်ကြလေသည်။ အထူးသဖြင့် မိန်းမရွာများက မိန်းမအသွင်သို့ ကူးပြောင်းကြလေသည်။

နိုင်ငံခြားတွင် မိန်းမဘဝမှ ယောက်ျားဘဝသို့ ခွဲစိတ်ကူးပြောင်းဖူးလေသည်။ အချို့သော ပုဂ္ဂိုလ်များတွင် မိမိတို့၏ လိင်အင်္ဂါသည် ဖိုမှ မသို့၊ သို့မဟုတ် မမှ ဖိုသို့ တဖြည်းဖြည်း ပြောင်းလဲသွားသည်လည်း ရှိပါသည်။ မြန်မာဇာတ် နိပါတ်တို့တွင် ယောက်ျားဘဝ၊ မိန်းမဘဝ တစ်လှည့်စီ ဖြစ်နေသော ဇာတ်လမ်းများ ရှိလေသည်။

၆။ အင်္ဂါကိုလှုပ်ပြခြင်း (Exhibitionism)

ဤအပြုအမူကို ယောက်ျားများက ပိုမိုလုပ်ကြလေသည်။ အင်္ဂါကို လှုပ်ပြခြင်းဖြင့် လိင်စိတ်ဆန္ဒ ဖြေဖျောက်ကြလေသည်။ အင်္ဂါကို လှုပ်ပြခြင်းသည် လိင်ဆက်ဆံလို၍ မဟုတ်ပါ။ အင်္ဂါကို လှုပ်ပြခြင်းဖြင့် စိတ်ကျေနပ်မှု ရစေရန်သာ ဖြစ်လေသည်။

ဖြေဖျော်မှုတစ်ခုဖြစ်သော ယောက်ျား၊ မိန်းမ ချွတ်ပွဲသည် အင်္ဂါကိုလှုပ်ပြသောရောဂါနှင့် မဆိုင်ပါ။

အင်္ဂါကိုလှုပ်ပြသောလူများမှာ ၃ မျိုး ရှိပါသည်။

(၁) ဥာဏ်ရည် နိမ့်သူများ။ ။ ဥာဏ်ရည် နိမ့်သဖြင့် မိန်းကလေးများကို ပိုးပန်းရာတွင် မအောင်မြင်သဖြင့် အင်္ဂါကို လှုပ်ပြတတ်လေသည်။ အင်္ဂါလှုပ်ပြခြင်းဖြင့် အာသာအကျ ရစေရမည်ဟု ယုံကြည်လေသည်။

(၂) ဦးနှောက်ရောဂါ ရှိနေသော သက်ကြီး ရွယ်အို ယောက်ျားများသည် သတိချွတ်ယွင်းသဖြင့် အင်္ဂါကို လှုပ်ပြတတ်လေသည်။

(၃) ဥာဏ်ရည် ကောင်းသော်လည်း စိတ်ရောဂါ၊ အထူးသဖြင့် စိတ်စွဲရောဂါရှိသူများသည် မိန်းကလေးများ ထိတ်လန့်သွားအောင် အင်္ဂါကို လှုပ်ပြတတ်လေသည်။

ရောဂါရှိသူများသည် အင်္ဂါလှုပ်ပြချင်သောစိတ်များ လွမ်းမိုးနေရာ လှုပ်ပြလိုက်ရာမှ ကျေနပ်သွားလေသည်။

၇။ ချောင်းကြည့်ခြင်း (Voyeurism)

အတွဲများကိုချောင်းကြည့်ခြင်း၊ မိန်းကလေးများ အဂေါအလေးသွားရာတွင် လိင်အင်္ဂါကို ချောင်းကြည့်ခြင်း စသည်တို့မှာလည်း လိင်ရောဂါများ ဖြစ်လေသည်။

စုံတွဲများ ချစ်တင်းနှောသည်ကို ချောင်းကြည့်သူများ အလွန်များပြားလေသည်။ တက္ကသိုလ်နယ်မြေများ၊ ပန်းခြံများ စသည်တို့တွင် အစာဝတ်၊ ရေငတ်ခံ၍ ပင်ပန်းဆင်းရဲစွာ စုံတွဲများကို ချောင်းကြည့်ကြလေသည်။ အချို့က အင်ဆာက်အဖုံ ခေါင်းမိုးပေါ်တက်၍ လည်းကောင်း၊ အချို့က သစ်ပင်

ပေါ်တက်၍ လည်းကောင်း၊ ပင်ပန်းခံ၍ ချောင်းကြည့်ကြလေသည်။

ချောင်းကြည့်သူများကို (Peepingtoms) ဟု ခေါ်လေသည်။

ချောင်းကြည့်ခြင်းဖြင့် လိင်ကျေနပ်မှုကို ရှာကြလေသည်။

ဂ။ ညစ်ညမ်းသော စကားလုံးများကို သုံးစွဲခြင်းနှင့်

ညစ်ညမ်းသောစာများ ရေးသားခြင်း (Obscenity) ဆန့်ကျင်ဘက်လိင်ကို ဆွဲဆောင်ရန်၊ သို့မဟုတ် စိတ်ဆန္ဒထကြစေရန် ညစ်ညမ်းသော စကားလုံးများကို ပြောကြလေသည်။ တချို့က ညစ်ညမ်းသောစာများရေးသားကြလေသည်။ အထူးသဖြင့် အိမ်သာများတွင် အရုပ်များ၊ စာများ ရေးသားကြလေသည်။ ၎င်းကို (Graffiti) ခေါ်ပါသည်။

ဃ။ ညစ်ညမ်းစာပေများ ရေးသားခြင်း (Pornography)

အတွဲများကို ချောင်းကြည့်ခြင်းနှင့် အလားတူလေသည်။ အတွဲများ ချစ်တင်းနှောသည့် မြင်ကွင်းများကို ကြည့်မည့်အစား ညစ်ညမ်းသော စာပေများကို ရေးသားလေသည်။ ညစ်ညမ်းစာပေ ရေးသားခြင်းဖြင့် လိင်စိတ်ကျေနပ်မှု ရှာပါသည်။

လူနာက ညစ်ညမ်းသော စကားများ မပြောမိအောင် ထိန်းထားလေသည်။ ထို့ကြောင့် စကားအထစ်ထစ် အငေါ့ငေါ့ဖြစ်နေတတ်လေသည်။ စကားထစ်၍ ညစ်ညမ်းစွာပြောဆို

ခြင်း၊ ခေါင်း၊ ကိုယ် လှုပ်ရှားခြင်းတို့ကို (Gilles Dele Tourette Syndrome) ဟု ခေါ်လေသည်။

တစ်ခါတစ်ရံ ဖယ်လီဇန်နီဖြင့် ညစ်ညမ်းစကားများ ပြောတတ်လေသည်။ ယောက်ျားများက မိန်းကလေးများထံ ပြောတတ်ပါသည်။

၁၀။ ကိုယ်လုံးချင်း ထိတွေ့ခြင်း (Frottevrism)

ဘစ်စ်ကားပေါ်၊ ရထားပေါ်၊ လူကျပ်သော နေရာများ စသည်တို့တွင် ကိုယ်လုံးချင်းထိတွေ့ခြင်းဖြင့် အာသာဖြေဖျောက်ခြင်းများလည်း ရှိပါသည်။ ထုံးစံအတိုင်း ယောက်ျားများက မိန်းကလေးများကို တိုးဝှေ့ထိကပ်ကြလေသည်။

၁၁။ လိင်တူစုံမက်ခြင်း (Homosexuality)

ယောက်ျားများဖြစ်စေ၊ မိန်းမများဖြစ်စေ လိင်တူ စုံမက်ခြင်းများ ရှိကြလေသည်။ ယောက်ျားအချင်းချင်း စုံမက်ခြင်းကို (Homosexual) ဟု ခေါ်၍ မိန်းမအချင်းချင်း စုံမက်ခြင်းကို (Female Homosexual) သို့မဟုတ် (Lesbianism) ဟု ခေါ်ပါသည်။

လိင်တူစုံမက်ခြင်း ဖြစ်ရသော အကြောင်းရင်းများတွင် ငယ်စဉ်က သင်ယူမှုများသည် အရေးကြီးဆုံး ဖြစ်ပေသည်။ ယောက်ျားလေးတစ်ယောက်ကို ယောက်ျားလေးကဲ့သို့ ပြုမူစန့်ထိုင်အောင် သင်ကြားပေးရပါမည်။ မိဘများက မိန်းကလေးလုံးချင်သဖြင့် သားယောက်ျားလေးကို မိန်းကလေးကဲ့သို့ ပြုမူ

နေထိုင်ရန် သင်ကြားပေးခဲ့ပါက မိန်းကလေးစိတ်ဓာတ်များ ကိန်းအောင်းပြီး မိန်းမရွာ ဖြစ်သွားတတ်လေသည်။ အလား တူပင် မိန်းကလေးကို ယောက်ျားလေးကဲ့သို့ ပြုမှုနေထိုင်ရန် သင်ကြားပေးပါက ယောက်ျားလေးကဲ့သို့ ပြုမှုနေထိုင်သဖြင့် ယောက်ျားရွာ ဖြစ်သွားတတ်လေသည်။

စိတ်ခွဲပညာအရ မိခင်နှင့် ထပ်တူစွဲခြင်း လွန်ကဲသွားသဖြင့် မိန်းမရွာ ဖြစ်ရသည်ဆိုပါသည်။ ဖခင်နှင့် ထပ်တူစွဲခြင်း လွန်ကဲ ပါက ယောက်ျားရွာ ဖြစ်သွားပေမည်။

ယောက်ျားများချည်း စုဝေးနေသော အကျဉ်းထောင်များ ကျောင်းများတွင်လည်း လိင်တူ ဆက်ဆံမှုများ ရှိလေသည်။ ထိုအပြုအမူများမှာ နေရာဒေသကိုလိုက်၍ ဖြစ်ပွားခြင်း ဖြစ် ပါသည်။

လိင်ရောဂါများအတွက် ကုသနည်းများ

အပြုအမူ ကုထုံး (Behaviour Therapy) နှင့် စိတ်ကုထုံး (Psycho Therapy) တို့ကို သုံးရပါသည်။ အပြုအမူ ကုထုံးတွင် မနှစ်မြို့အောင် ပြု၍ ကုသောနည်း (Aversino Therapy) ကို သုံးသင့်ပါသည်။ ဖောက်ပြန်သော လိင်စိတ်များ ဖြစ်ပေါ် လာတိုင်း လျှပ်စစ်ဓာတ်လိုက်စေသော နည်းကို သုံးသင့်သည်။ လူနာက လိင်ဖောက်ပြန်သော အပြုအမူများ ပြုလုပ်မည် ကြိုးစားတိုင်း ဓာတ်လိုက်စေခြင်းဖြင့် ဒဏ်ပေးသင့်ပါသည်။ ထိုသို့ ခဏ ခဏပေးလျှင် လူနာသည် ကြောက်ရွံ့လာပြီး ဖောက် ပြန်သော အပြုအမူများ နောက်ထပ်လုပ်ရဲတော့မည် မဟုတ်ပါ။

လူနာများသည် မိမိတို့ကိုယ်မိမိ လိင်ရောဂါတစ်ခု ဖြစ်နေ သည်ဟု နားလည် သဘောကံပေါက်ရန် လိုပါသည်။ ဤသို့ နားလည်လာပြီး မိမိတို့၏ စိတ်ထားများကို ပြုပြင်ပေးရပါမည်။ ကိုယ်စိတ်ကို ထိန်းသိမ်းခြင်း၊ ရောဂါကို နားလည်ခြင်း၊ အပြုအမူ ကုထုံးကို အသုံးပြုခြင်းဖြင့် သက်သာ ပျောက်ကင်း တတ်ပါသည်။



- (ခ) အရက်ဖြတ်လိုက်လျှင် အရက်ဖြတ်သည့် လက္ခဏာများဖြစ်ပေါ်လာခြင်း။
- (ဂ) အရက်သောက်နေစဉ် ဖြစ်ပွားသော အကြောင်းအရာများကို မမှတ်မိခြင်း။
- (ဃ) စိတ်နှင့် ခန္ဓာကိုယ်က အရက်အပေါ် မှီခိုစွဲလမ်းနေခြင်း။
- (င) အရက်ကြောင့်စိတ်နှင့်ခန္ဓာကိုယ်တွင် ရောဂါရခြင်း။
- (စ) ပြင်းပေ့ဆိုသည့် အရက်ကိုမှ သောက်သုံးလိုခြင်း။
- (ဆ) နံနက်စောစောမှ စတင်ပြီး သောက်သုံးခြင်း။

အရက်စွဲရောဂါ

အရက်သည် မူးယစ်ဆေးတစ်မျိုးဖြစ်သည်။ အရက်သောက်ခြင်းဖြင့် ရောဂါအမျိုးမျိုး ရရှိပြီး အသက်ကိုပါ အန္တရာယ်ပေးနိုင်လေသည်။ ကမ္ဘာပေါ်တွင် အရက်သောက်သုံးသူများ ပြားလာသဖြင့် ဘိန်းမည်း၊ ဘိန်းဖြူ၊ စသောမူးယစ်ဆေးဝါးများကဲ့သို့ အရက်သည်လည်း ပြဿနာတစ်ရပ် ဖြစ်လာခဲ့ပေသည်။

အရက်စွဲခြင်း၏ အဓိပ္ပာယ်

အောက်ပါ အချက်အလက်များနှင့် ပြည့်စုံနေလျှင် လူတစ်ယောက်ကို အရက်စွဲနေပြီဟု ခေါ်ဆိုနိုင်ပါသည်။

- (က) အရက်နည်းနည်းသောက်လိုလျှင် ရပ်၍ မရတော့ဘဲ ဆက်ကာ ဆက်ကာ သောက်လိုခြင်း။

တစ်ခါတစ်ရံ အရက်အလွန်အကျွံ သောက်သူ (Dypso Mania)

ဤသူသည် အရက်ကို အမြဲသောက်လေ့ မရှိဘဲတစ်ခါတစ်ရံ မှသာ အလွန်အကျွံ သောက်လေ့ ရှိသည်။ ဤကဲ့သို့ အလွန်အကျွံ သောက်ရသော အကြောင်းရင်းမှာ စိတ်ဆင်းရဲစရာ ပြဿနာများ ဖြစ်လေသည်။ စိတ်ညစ်သောအခါ အရက်ကို အလွန်အကျွံ သောက်ပြီး စိတ် ညစ်ပြေ သော အခါ အရက် မသောက်ဘဲ နေနိုင်လေသည်။

ရောဂါဖြစ်သော အကြောင်းရင်းများ

- (က) လူမှုရေး အကြောင်းများ
- လူမှုရေးအရ အရက်နှင့် ညှိခိုသည်ကို အားနည်းသဖြင့် သောက်မိခြင်း သူငယ်ချင်းအပေါင်းအသင်းများက သူ့ဆောင်

၂၄၅။ စင်္စရီတရားရောဂါ

ခြင်း။ ညှပ်ခဲပွဲများ၊ မိတ်ဆုံပွဲများတွင် သောက်မိခြင်း၊ စီးပွားရေး လုပ်ငန်းများအရ အရက်သောက်ခြင်း၊ ရိုးရာဓလေ့ထုံးစံများအရ အရက်သောက်ခြင်း စသည်တို့မှ အရက်စွဲရောဂါ စတင်ဖြစ်ပေါ်တတ်ပါသည်။ အရက်ဆိုင်များတွင် အလုပ်လုပ်သူများလည်း အရက်စွဲရောဂါ ဖြစ်တတ်ပါသည်။

(ခ) စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကြောင်းများ

စူးစမ်းသည့် သဘောဖြင့် အရက်ကိုသောက်ခြင်း၊ စိတ်သောက ဖောက်သည့်အခါ စိတ်ဓာတ်ကျဆင်းသည့်အခါ သက်သာမှုရန် အရက်သောက်ခြင်း စသည်တို့မှ အရက်စွဲရောဂါ ဖြစ်လာတတ်ပါသည်။

အရက်စွဲရောဂါနှင့် ဆက်စပ်နေသော ရောဂါများ

၁။ အရက်ငန်းဖမ်းခြင်း (Delirium Tremens)

အရက်ကို ဖြုန်းခနဲ ဖြတ်လိုက်ပြီးနောက် ၂ ရက် ၃ ရက်ခန့်အကြာတွင် အရက်ငန်းဖမ်းခြင်း ဖြစ်တတ်သည်။ ငန်းဖမ်းနေသဖြင့်-

- (က) ဘယ်ရောက်နေသည်၊ မည်သည့်နေ့၊ မည်သည့်အချိန်အခါ စသည်တို့ကို မသိ။
- (ခ) လှုံ့ဆော်မှုအာရုံ (အမြင်၊ အကြား၊ အထိ၊ အတွေ့လေထဲပျံ့ဝဲ စသည်တို့ ရတတ်သည်) မျက်စိထဲ ကြောက်စရာများ၊ သရဲ၊ တစ္ဆေ၊ လူစုလူဝေး

စသည်တို့ကို မြင်နေရပြီး အလွန်ကြောက်ရွံ့နေသည်။ တကယ်ရှိသော အရာဝတ္ထုများကို အဓိပ္ပာယ်ကောက်လွဲတတ်သည်။ ပုံစံ... (သစ်ကိုင်းခြောက်ကို မြွေဟု မြင်သည်၊ ချုံပုတ်ကို လူဟု မြင်သည်) ပိုးကောင် ကလေးများ ကိုယ်ပေါ်တက်နေသည်ဟု မြင်ရပြီး ကြောက်လန့်နေသည်။

- (ဂ) လမ်းလျှောက်ရာ၌ ခြေလှမ်းများ မမှန်တော့ချေ။
- (ဃ) လက်များတုန်နေသည်။ စာကောင်းကောင်း မရေးနိုင်။
- (င) ချွေးသိပ်ထွက်သည်။
- (စ) သွေးခုန်နှုန်းမြန်သည်။
- (ဆ) ဖျားသည်။
- (ဇ) ဝက်ရှူးပြန်သကဲ့သို့ တက်သည်။
- (ဈ) အိမ်မပျော်။
- (ည) ကြောက်ရွံ့ ထိတ်လန့်သည်။
- (ဋ) သဘိကောင်းကောင်း မရ။
- (ဌ) သတိမရ တစ်ချက်၊ ရတစ်ချက်မှ သိမှုရှုပ်ထွေးခြင်းအထိ ဖြစ်တတ်သည်။
- (ဍ) ယုံကြည်လွဲမှားခြင်းများ ဖြစ်၍ လူများက မိမိကို မကောင်းကြံသည်ဟု ယုံကြည်တတ်သည်။
- (ဎ) စကား ပီပီသသ မပြောနိုင်။

အရက်ငန်းဖမ်းခြင်းကို ဂရုတစိုက် ကုသပေးရန် လိုသည်။ ဂရုတစိုက် ဆေးကုသမပေးပါက အဆုတ်အအေးမိခြင်း စသော ကြားပေါက်ရောဂါများကြောင့် အသက်ဆုံးရှုံးတတ်သည်။

၂။ အရက်အာရုံမှားရောဂါ (Alcoholic Hallucinosiis)

အချို့လူနာများမှာ ငန်းဖမ်းခြင်းမှ တစ်ဆက်တည်း အရက် အာရုံမှား ဖြစ်တတ်သည်။ လူနာ၏ နားထဲတွင် မကောင်းမြော သံများ၊ ဆဲသံများ၊ ခြိမ်းခြောက်သံများ—

ပုံစံ။ ။ ‘မင်းကို သတ်ပစ်မယ်’၊ ‘ကိုယ်ကို အပိုင်းပိုင်းခတ် ထစ်၍ မီးရှို့ပစ်မယ်’ ‘ဝိုင်းဟ ဆီးဟ’ ‘ပြေးနိုင်မှ လွတ်မယ်’ စသည်တို့ကို သတိကောင်းစွာ ရနေချိန် တွင်ကြားရပြီးလူနာမှာ အလွန်ကြောက်ရွံ့ ထိတ်လန့် နေလေသည်။ ဤအန္တရာယ်မှ လွတ်ကင်းစေရန် ရဲစခန်းများ တာဝန်ရှိ ပုဂ္ဂိုလ်များထံ အကူအညီ တောင်းတတ်သည်။ အသံက အမျိုးမျိုး စေခိုင်း တတ်သည်။ အသံစေခိုင်းသည့် အတိုင်း လိုက်နာ ဆောင်ရွက်ရလေသည်။

မကောင်းသည့် အသံများ ကြားရသဖြင့် ‘လူတစ်ယောက် က ငါ့ကို မကောင်းကြံနေသည်’ ဟူသော ယုံကြည်လွဲမှားခြင်း များ ဖြစ်တတ်သည်။ အရက်အာရုံမှား ရောဂါတွင် ကေဇိုဖရီး နီးယား လက္ခဏာတွင် တွေ့ရသောလက္ခဏာများကို တွေ့ရတတ်

သည်။ သို့သော် ဤလက္ခဏာများမှာ ၂ ပတ် ၃ ပတ်အတွင်း အလိုလိုပျောက်ကင်းတတ်ခြင်း၊ အတွေးအခေါ်ဖောက်ပြန်ခြင်း များစသော လက္ခဏာမရှိသဖြင့် စိတ်ကစဉ်ကလျားဝေဒနာနှင့် ခွဲခြားသိရှိနိုင်ပေသည်။

၃။ နာတာရှည် အရက်သံသယရောဂါ (Chronic Alcoholic Delusional States)

နာတာရှည် အရက်စွဲသူများသည် မိမိတို့၏ ဇနီးဖောက်ပြန် သည်ဟု ယုံကြည်လွဲမှားတတ်သည်။ ဇနီးကို သံသယ ဝင်လှေ ချိပြီး ဖောက်ပြန်သည်ဟု မကြာခဏ စွပ်စွဲတတ်သည်။ လူနာ၏ လိင်စိတ်ဆန္ဒလျော့နည်းမှု၊ အရက်မူးမှု၊ မသန်ရှင်းမှုတို့ကြောင့် ဇနီးက ကြောက်ရွံ့ပြီး ခပ်ခွာခွာ နေလေ့ရှိသည်။ ထိုအခါ ဖောက်ပြန်သည် ဟူသော သံသယများ ပိုမိုဖြစ်တတ်လေသည်။ အသက်ကြီးသည့် လူနာများသည်လည်း အသက်ကြီးလှပြီဖြစ် သော ဇနီးများကို ဖောက်ပြန်သည်ဟုပင် စွပ်စွဲတတ်သည်။

၄။ ကော့ဆာကော့ရောဂါ (Korsakoff Syndrome)

အရက်သောက်ခြင်းသည် ကော့ဆာကော့ရောဂါ ဖြစ်စေ သော အကြောင်းတစ်ခုဖြစ်သည်။ သက်လတ်ပိုင်း အရက်စွဲ သူများတွင်ကော့ဆာကော့ရောဂါ အဖြစ်များပါသည်။

ရောဂါလက္ခဏာများမှာ—

၁။ မှတ်ဉာဏ်မကောင်းခြင်း။

၂။ မေ့နေသော မှတ်ဉာဏ်တစ်ခုအတွက် သတိရသယောင် ယောင် ဖြေကြားခြင်း။

ပုံစံ။ ။ ဆရာဝန်သည် လူနာကို ယခင်က မတွေ့ဖူးသော် လည်း မနေ့က လက်ဖက်ရည်ဆိုင်မှာ တွေ့သည်။ လက်ဖက်ရည် အတူတူ သောက်ကြသည်ဟု မမှန် သော အဖြစ်အပျက်ကို ပြောပြ၍ ထိုအဖြစ်အပျက် ကို မှတ်မိရုံလားဟု လူနာအား မေးသောအခါ မှတ်မိကြောင်း ဟုတ်မှန်ကြောင်း လူနာက ပြန်ဖြေ လေသည်။

- ၃။ နေရာ၊ နေ့စွဲ၊ အချိန်စသည်တို့ကို မသိခြင်း။
- ၄။ ကောင်းစွာ စဉ်းစားဆုံးဖြတ်၍ မရ။
- ၅။ လေးလံထိုင်းမှိုင်း၍ မလှုပ်မရှက်ဖြစ်နေသည်။ တစ်ခါ တစ်ရံ စိတ်တိုတတ်သည်။
- ၆။ အာရုံကြော အများအပြား ရောင်ရမ်းပြီး ထုံးနာ ကျဉ်နာ ဖြစ်တတ်သည်။

ကော့ဆာကော့ရောဂါသည် ဗီတာမင် ဘီ ၁ လျော့နည်း သောကြောင့် ဖြစ်သည်ဟု ယူဆကြသည်။ ဗီတာမင် ဘီ ၁ လျော့နည်းသွားခြင်းမှာ အရက်ကြောင့် အစားအသောက် ပျက်စီးမှု ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း ဖြစ်သည်။

ရောဂါဗေဒအရ မှတ်ဉာဏ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဦးနှောက် အစိတ် အပိုင်းများ (Mammillary Bodies, Periaquehductal Grey Matter မှာ) ထိခိုက်ပျက်စီးမှုများ တွေ့ရလေသည်။

၅။ ဗားနစ်၏ ဦးနှောက်ရောဂါ (Wernick's Encephalopathy)

အရက်သည် ဤရောဂါ၏ အကြောင်းရင်း တစ်ခုဖြစ်သည်။ ဗီတာမင် ဘီ ၁ လျော့နည်းသဖြင့် ရောဂါရခြင်း ဖြစ်သည်။ ရောဂါပြုန်းခနဲပြင်းထန်စွာ ဖြစ်လာပါက ဗားနစ်၏ ဦးနှောက် ရောဂါဟုခေါ်တွင်ပြီး ရောဂါ သိပ်မပြင်းထန်ဘဲ ဖြစ်လာပါက ကော့ဆာကော့ ရောဂါဟု ခေါ်သည်။ ဗားနစ်၏ ရောဂါတွင် တွေ့ရသော လက္ခဏာများမှာ-

- (က) မျက်စိစေ့ခြင်း
- (ခ) မျက်စိလှုပ်ရှားမှု ချွတ်ယွင်းခြင်း
- (ဂ) ပုံမှန်လမ်းမလျှောက်နိုင်ခြင်း
- (ဃ) စိတ်ဝင်စားမှု နည်းပါးခြင်း
- (င) ထိုင်းမှိုင်းခြင်း
- (စ) အာရုံစူးစိုက်မှုနည်းခြင်း

၆။ မာချည်ရာ ဗေဘာ၏ ရောဂါ (Marchiafava Disease)

ဤရောဂါတွင် အရက်ကြောင့် ကော်ပက်စ်ကယ်လို့ဆန်နှင့် မျက်စိလမ်းကြောင်းတို့မှ အာရုံကြောများ ပျက်စီးကုန်သည်။

ရောဂါလက္ခဏာများမှာ ဖြုန်းခနဲ သတိထောထွေးခြင်း၊ လှံ့ဆော်မဲ့ အာရုံများသိခြင်းနှင့် ကြမ်းတမ်းခြင်းတို့ ဖြစ်ကြသည်။

၇။ ရောဂါကြောင့်အရက်အဆိပ်သင့်ခြင်း
(Pathological Intoxication Mania-Apotu)

ဦးနှောက်ရောဂါရှိသော သူများသည် အရက်အနည်းငယ် သောက်ရုံနှင့် အလွန်မူးပြီး သွေးဆိုးရမ်းကားတတ်သည်။ ထိုသို့ အရက်အဆိပ်သင့်နေစဉ် ပြုမူခဲ့သော အပြုအမူ အားလုံးကို လုံးဝမမှတ်မိချေ။

ဦးနှောက်ကို စစ်ဆေးကြည့်သောအခါ အတက်ရောဂါနှင့် ခပ်ဆင်ဆင်တူကြောင်း တွေ့ရလေသည်။

၈။ နာတာရှည် အသိညက်ပျက်စီးခြင်းရောဂါ
(Chronic Dementia)

အရက်ကို နှစ်ရှည်လများ စွဲ၍ သောက်ခဲ့လျှင် အသိညက်၊ မှတ်ဉာဏ်တို့ ပျက်စီးတတ်သည်။ သတိမေ့ခြင်း၊ ထိုးထွင်းဉာဏ်ပျက်စီးခြင်းတို့ ဖြစ်ကြသည်။ ကော့ဆာကော့ရောဂါမှ တစ်ဆင့်ဆက်၍ ဖြစ်တတ်သည်။

ကုသနည်းများ

ရှေးဦးစွာ လူနာ၏ ရာဇဝင်ကို စစ်ဆေးရမည်။ ပထမအဆင့် လူနာတွင် မည်သည့်ခန္ဓာကိုယ်ရောဂါများရှိနေကြောင်း စမ်းသပ်ရပါမည်။

ဥပမာ။ ။ အသည်းရောဂါများ၊ အာရုံကြောရောဂါများ၊ ဦးနှောက်ရောဂါများ။

ဒုတိယအဆင့် စိတ်အခြေအနေကို စမ်းသပ်ရန် လိုသည်။ လူနာသည် အဘယ်ကြောင့် အရက်သောက်သနည်း၊ စိတ်ညစ်၍ သောက်ခြင်းလော၊ စိတ်ပျော်ရွှင်ချင်၍ သောက်ခြင်းလော၊ စိတ်ရောဂါတစ်ခုခု (စိတ်ဓာတ်ကျရောဂါ၊ စိုးရိမ်လွန်ရောဂါ စသည်) ဖြစ်နေ၍ လော စသည်ဖြင့် စမ်းသပ်စစ်ဆေးရန် လိုသည်။

တတိယအဆင့် လုပ်ငန်းခွင် အဆင်ပြေမှု ရှိမရှိ၊ မိသားစု ပြဿနာ ရှိမရှိ၊ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးပြဿနာ ရှိမရှိ၊ ပြဿနာ ရှိခဲ့သော် မည်ကဲ့သို့ ဖြေရှင်းသနည်း၊ စသော အချက်အလက်များ သိရှိရန် လိုသည်။

ဤအချက်အလက်များသည် ဆေးကုသပြီးနောက် ပြန်လည် ထူထောင်ရေး လုပ်ငန်းလုပ်ရာတွင် အရေးကြီးသော အချက်အလက်များ ဖြစ်ကြသည်။

အရက်ကို ဖြုန်းခနဲဖြတ်၍ ရပါသည်။ ဂလူးကိုစ်ဆေးရောင်များနှင့် ဗီတာမင်ဓာတ်များကို သွေးကြောထဲမှ တစ်ဆင့်သွင်းပေးရလေသည်။ လိုအပ်သလောက် သွင်းပေးရပါမည်။ B1 (Folic acid) စသော အားဆေးများ ပေးရပါမည်။ (Diazepam) နှင့် (Chloriazepodide) တို့ကိုပေးရပါမည်။

ဗေလီယံ ၁၀ ကို အကြောဆေး ၃ ညခန့် ပေးသင့်သည်။
ဗေလီယံ ၁၀ သည် စိုးရိမ်ခြင်းနှင့် အိပ်မပျော်ခြင်းကို ပျောက်စေပါသည်။ ဗေလီယံကို စားဆေးအဖြစ်လည်း ပေးသင့်ပါသည်။

အရက်ဖြတ်လက္ခဏာများသည် တစ်ပတ်ခန့်အတွင်း ပျောက်သွားနိုင်ပါသည်။ အရက်ဖြတ် လက္ခဏာများ ပျောက်ကင်းပြီး ကိုယ်ခန္ဓာ ကျန်းမာရေး ကောင်းမွန်လာသောအခါ ရေရှည်ကုသနည်းများကို အသုံးပြုသင့်လေသည်။

ရေရှည် ကုသနည်းများ

(က) မနှစ်မြို့ ကုသနည်း (Aversie Therapy)

လူနာအား မိမိနှစ်သက်သည့် အရက်ကို သောက်ခိုင်းပါ။ ထို့နောက် အန်ဆေး (Apomorphine) အသားဆေးထိုးပါ။ လူနာ ခဏခဏ အန်ပါလိမ့်မည်။ တစ်ချိန်တည်းတွင် အရက်ကိုလည်း သောက်ခိုင်းထားရာ အန်ဆေးကြောင့် အန်သည်ဟု မထင်ဘဲ အရက်ကြောင့် အန်သည်ဟု မှတ်ယူသွားတတ်သည်။ ထိုနည်းဖြင့် အရက်ကိုကြောက်ရွံ့သွားပြီးအရက်ပြတ်တတ်သည်။

အချိန်အတော်ကြာသောအခါ အရက်ကို ကြောက်သည့် စိတ်များ ပျောက်သွားတတ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့်အပိုမော်ဖင်း အန်ဆေး ထပ်ထိုးပေးရန် လိုပါ၏။

(ခ) အင်တာပြု ကုသနည်း (Antabuse Treatment)

အင်တာပြုသည် အရက်နှင့်မတည့်သောဆေး ဖြစ်ပါသည်။ သာမန်အားဖြင့် အရက်သည် ခန္ဓာကိုယ်ထဲ ဖျောက်သောအခါ ဓာတ်ပြောင်းသွားပြီး အစိတ်ဒီဟိုက် (Acetaldehyde) ဓာတ်တစ်မျိုး ထွက်လာသည်။ အစိတ်ဒီဟိုက်သည် အဆိပ်သင့်ဓာတ် ဖြစ်သည်။ ထိုဓာတ်ကိုခန္ဓာကိုယ်က ချေဖျက်လိုက်သဖြင့် သာမန်အချိန်တွင် အဆိပ်မသင့်တော့ချေ။

သို့သော် အင်တာပြုကို စားထားသောအခါ အစိတ်ဒီဟိုက် ဓာတ်မှာ မပြယ်တော့ဘဲ သွေးထဲတွင် စုပြုံနေပြီး အဆိပ်သင့်လေတော့သည်။ အော့အန်ခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ ခေါင်းမူးခြင်း၊ သွေးပြန်ခြင်း၊ သွေးကျခြင်း စသည်တို့ ခံစားရ၍ လူနာမှာ အရက်ကို ကြောက်ရွံ့သော စိတ်များ ဖြစ်ပေါ်လာလေသည်။

ထို့ကြောင့် အရက်ပြတ်လိုလျှင် ကိုယ့်စိတ် ကိုယ်မခိုင်လျှင် အင်တာပြုကို သောက်သင့်လေသည်။ တစ်နေ့ တစ်ပြား (1 Gram) သို့မဟုတ် တစ်ခြမ်း သောက်ရပါသည်။ ၁၀ ရက်ခန့် ဆေးစားပြီးနောက် အရက် တစ်အောင်စခန့်ရေနှင့်ထေပြီး တိုက်ပါ။ အရက်အဆိပ်သင့်ဒဏ် ခံစားရပါလိမ့်မည်။

အင်တာပြုကို တစ်နေ့ ၄ စိတ်တစ်စိတ်ခန့် မှန်မှန်သောက် သွားလျှင် အရက် လုံးဝပြတ်သွားပါလိမ့်မည်။

၂၅၂ ဧဝါကတဘုန်းမောင်

မျှတ်ချက်။ ။ (အင်တာပြု မှန်မှန်စားပြီး အရက်သောက်မိ
လျှင် သေတတ်ပါသည်။)

အရက်စွဲခြင်းသည် တဖြည်းဖြည်းဖြစ်လာသော ရောဂါဖြစ်
ရာ ဖြုန်းခန့် ပျောက်မသွားနိုင်ချေ။ တဖြည်းဖြည်း စိတ်အာရုံ
ပြောင်းသွားအောင် အခြားနည်းလမ်းများဖြင့် ဆွဲဆောင်ပါ
သည်။ ပြန်လည်ထူထောင်ရေး လုပ်ငန်းများ ပြုလုပ်သင့်ပါ
သည်။ ဘာသာရေး လိုက်စားခြင်း၊ လူမှုရေး အဖွဲ့အစည်းများ
တွင် ပါဝင်ခြင်း စသည်ဖြင့် စိတ်အာရုံပြောင်းပစ်သင့်ပါသည်။

*

မူးယစ်ဆေးစွဲရောဂါ

မူးယစ်ဆေးစွဲ လူနာများမှာ အလွန် များပြားလာသဖြင့်
ထိရောက်စွာ ကုသမှုပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။ မြန်မာနိုင်ငံ
အစိုးရက မူးယစ်ဆေးဝါးအန္တရာယ်ကို အမျိုးသားရေးဘာဝန်
တစ်ရပ်ဟု သတ်မှတ်ပြီး တိုက်ခိုက်နှိမ်နင်းလျက် ရှိလေသည်။
မူးယစ်ဆေးဝါး အန္တရာယ်မှာ ကမ္ဘာနှင့်အဝှမ်း ကြီးထွား
လျက် ရှိလေသည်။ မူးယစ်ဆေးဝါးများ လွယ်ကူစွာ ရရှိနိုင်
သဖြင့် ဆေးစွဲသူများ များပြားလာရခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

ဆေးစွဲခြင်း၏အဓိပ္ပာယ်

၁၉၆၄ ခုနှစ်တွင် ကမ္ဘာကျန်းမာရေးအဖွဲ့က ဆေးစွဲပါ
အတိုင်း အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုခဲ့ပါသည်။

ဆေးစွဲခြင်းဆိုသည်မှာ ဆေးတစ်မျိုးမျိုးကို ပြတ်တောင်း ပြတ်တောင်းဖြစ်စေ၊ အမြဲတစ်စေဖြစ်စေ မှီဝဲလာရာမှ ထိုဆေးကို ခန္ဓာကိုယ်ဖြစ်စေ၊စိတ်ကဖြစ်စေ၊ ခန္ဓာကိုယ်နှင့် စိတ်နှစ်ခုလုံးကဖြစ်စေ စွဲလမ်းမှီခိုလာရသည့် အခြေအနေကို ခေါ်သည်။ ထိုဆေးကို တဖြည်းဖြည်း တိုး၍သောက်ချင်သောက်မည်၊ ဆေးတစ်မျိုးတည်းသာမက နှစ်မျိုးသုံးမျိုးကိုပင် မှီခိုစွဲလမ်းလာနိုင်သည်။

မူးယစ်ဆေးဝါး၏ အဓိပ္ပာယ်

မည်သည့်ဆေးဝါးမဆို သုံးစွဲလိုက်ပါက ဦးနှောက်နှင့် အာရုံကြောကို ထိခိုက်ထုံထိုင်းစေခြင်း၊ သို့မဟုတ် မူးယစ်စေခြင်း၊ သို့မဟုတ် ကိုယ်ခန္ဓာကို တစ်နည်းနည်းဖြင့် ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်စေခြင်းတို့အပြင် သုံးစွဲသူသည် အဆိုပါဆေးဝါးအပေါ် စိတ်ထောင့်ကိုယ်ခန္ဓာပါ စွဲလမ်းမှု ဖြစ်ပေါ်လာပြီး ဆက်လက်မသုံးစွဲဘဲ မနေနိုင်အောင် ဖန်တီးတတ်သော ဆေးဝါးကိုဆိုသည်။

စွဲစေတတ်သော ဆေးဝါး အမျိုးအစားများ

(၁) ဘိန်းအမျိုးအစား

ဘိန်းပင်နှင့် ဘိန်းမှ ဖြစ်ပေါ်လာသော အာနိသင်ရှိသည့် ဆေးဝါးများ။

ပုံစံ။ ။လိန်း၊ မော်ဖင်း၊ ဟယ်ရိုအင်း၊ ကိုဒင်း၊ မိသာဒုံး၊ ပက်သီဒင်း။

(၂) ကိုကင်းအမျိုးအစား

ကိုကာပင်၊ ကိုကာရွက်နှင့် ကိုကင်းမှ ဖြစ်ပေါ်လာသော အရာဝတ္ထုများ။
ပုံစံ။ ။ကိုကင်း။

(၃) ဆေးခြောက်အမျိုးအစား

ရှက္ခပဒေအခေါ် (Cannabis Sativa) ဆေးခြောက်ပင်နှင့် ဆေးခြောက်ပင်မှ ဖြစ်ပေါ်လာသော အရာဝတ္ထုများ။
ပုံစံ။ ။မာရီဂျူ၊ အင်နာ၊ ဂန်ဂျာဟာရှစ်ခေါ် ဆေးခြောက်။

(၄) စိတ်ချောက်ချားစေဆော့အမျိုးအစား

ပုံစံ။ ။L.S.D. မက်စ်ကလင်း။

(၅) အိပ်ဆုံးများ

ပုံစံ။ ။မင်းဒရက်၊ နိုင်တရာစီမင်၊ ဖိနို။

(၆) စိတ်ငြိမ်ဆေးများ

ပုံစံ။ ။ဗေလီယံ။

(၇) အရက်အမျိုးမျိုး

(၈) စိတ်ကျဆေးများ

ပုံစံ။ ။အင်ဖီတမင်း။

ဘိန်းအမျိုးအစားများ ခွဲခြင်း

အထူးသဖြင့် ဘိန်းဖြူ (Heroin) နှင့် ဘိန်းမည်း ခွဲခြင်း။

ဘိန်းဖြူ ဘိန်းမည်းအမျိုးအစားများကို အများသုံးစွဲကြပါသည်။ စွဲလမ်းတတ်သော အနိသင် ပြင်းထန်၍ တစ်ကြောင်း၊ လွယ်ကူစွာရ၍ တစ်ကြောင်း များပြားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

စွဲခြင်း၏အကြောင်းရင်းများ

- ၁။ စမ်းသပ်လိုခြင်း။
- ၂။ သူငယ်ချင်းများက ဆွေးဆောင်ခြင်း။
- ၃။ ပတ်ဝန်းကျင်က လှုံ့ဆော်ခြင်း။
- ၄။ ဆေးဝါးအဖြစ်သုံးရာမှ စွဲခြင်း။
- ၅။ ပျော်ရွှင်မှု ရလိုခြင်း။
- ၆။ စိတ်ရောဂါ တစ်ခုခုကြောင့် သုံးစွဲခြင်း။ စသည်တို့ ဖြစ်ကြသည်။

ဆေးစွဲလက္ခဏာများ

- ၁။ အမူအရာ ပြောင်းလဲခြင်း၊ ငြိမ်သက်စွာ မှိန်းနေခြင်း၊ ကိုယ်လက်တို့ကို ပုတ်သပ်နေခြင်း၊ သူ့အားနှောင့်ယှက်လျှင် ဒေါသထွက်ခြင်း၊ မကြာခဏ အပြင်ထွက်ခြင်း။
- ၂။ အလင်းရောင်ကိုကြောက်၍ မှောင်သည့်နေရာမှာ နေခြင်း၊ အိပ်ပျော်နေခြင်း၊ အိပ်ရာမှ ရုတ်တရက်နိုး၍ ကြောင်တောင်တောင် ဖြစ်နေခြင်း။

- ၃။ ပျို့အန်ခြင်း။
- ၄။ မျက်နှာအနိုးနေခြင်း။
- ၅။ မျက်စိနီနေခြင်း။
- ၆။ လျှာလေးအာလေး ဖြစ်နေခြင်း။
- ၇။ ဆေးပြယ်သွားလျှင် မနေနိုင်ခြင်း၊ ဆေးကိုမရရအောင် လိုက်ရှာခြင်း။
- ၈။ တဖြည်းဖြည်း ပိန်ချုံးလာခြင်း၊ အစားအသောက်ပျက်ခြင်း။

ဆေး၏မကောင်းကျိုးများ။

- ၁။ ဦးနှောက်ကို ထုံထိုင်းစေသည်။
- ၂။ အပြုအမူများ ပြောင်းလဲစေသည်။
- ၃။ အလုပ်တာဝန်များကို စိတ်ဝင်စားမှုမရှိသဖြင့် လူညွန့်တိုးစေသည်။
- ၄။ ဆေးလွန်သွားပါက သေဆုံးနိုင်သည်။
- ၅။ အကြောဆေးထိုးရာမှ အသည်းရောင်ရောဂါရတတ်သည်။
- ၆။ လူမှုရေးပြဿနာများ၊ ရာဇဝတ်မှုများ ဖြစ်ပွားတတ်သည်။

ဆေး၏ အာနိသင်။

- ၁။ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း ပျောက်စေသည်။
- ၂။ စိတ်ပျော်ရွှင်စေသည်။
- ၃။ စိတ်ဝံ့စားမှု ပြောင်းလဲစေသည်။

၂၆၄ ၁၀၇၈၀၁၂၃၄၅၆၇၈၉

၄။ အလွန်စွဲလမ်းတတ်သည်။

၅။ ယစ်မှူးစေသည်။

ဆေးဖြတ်ထက္ခဏာများ

၁။ သန်းဝေခြင်း။

၂။ နှာရည်ယိုခြင်း။

၃။ မျက်ရည်ကျခြင်း။

၄။ ကိုယ်လက်ကိုက်ခဲခြင်း။

၅။ ကြက်သီးထခြင်း။

၆။ ချွေးပြန်ခြင်း။

၇။ ကြွက်တက်ခြင်း။

၈။ စိတ်သောကရောက်ခြင်း။

၉။ အိပ်မပျော်ခြင်း။

၁၀။ စိတ်တိုခြင်း။

၁၁။ ဂနာမငြိမ်ဖြစ်နေခြင်း။

၁၂။ အစားအသောက်ပျက်ခြင်း။

၁၃။ မျက်စိသူငယ်အိမ်ကျယ်လာခြင်း။

၁၄။ ပူလိုက်ချမ်းလိုက်ဖြစ်ခြင်း။

၁၅။ ဝမ်းသွားခြင်း။

ကုသနည်းများ

၁။ အစားထိုးကုသနည်း။

၂။ ဆေးဖြတ်ထက္ခဏာအလိုက်ကုသနည်း။

၃။ တဖြည်းဖြည်းများဖြတ်နည်း။

၄။ ဓာတ်အိပ်စိုက်ကုသနည်း။

၅။ အစိမ်းဖြတ် ကုသနည်း

၆။ စိတ်ကုထုံး

(၁) အစားထိုးကုသနည်း (Replacement Therapy)

အစားထိုးကုသနည်းတွင် မိသာဒုံး သို့မဟုတ် တင်ချာအိုပီယိုင် (Tr. Opi) ကို အစားထိုးကုသသည်။ တဖြည်းဖြည်း ဆေးညွှန်းကို လျှော့ချသွားရန် လိုသည်။

မိသာဒုံးနှင့် တင်ချာအိုပီယိုင်တို့မှာလည်း မူးယစ်ဆေးဝါး များဖြစ်၍ ၎င်းတို့နှင့် ရေရှည်အစားထိုးကုသရန် မသင့်လျော်ချေ။ သို့သော် မိသာဒုံးနှင့် ဆေးကုပြီးနောက် မိသာဒုံးကို ဖြတ်လိုက်လျှင် ဆေးထလက္ခဏာမှာ မပြင်းထန်ချေ။

(၂) ဆေးဖြတ်ထက္ခဏာအလိုက်ကုသနည်း (Symptomatic Treatment)

ဤနည်းမှာ အလွန်သင့်လျော်သောကုသနည်း ဖြစ်သည်။ ဆေးဖြတ်လိုက်သောအခါ ဖြစ်ပေါ်လာသောထက္ခဏာများကို သက်သာအောင် ဆေးဝါးဖြင့် ကုသပေးခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဆေးဝါးစွဲခြင်းသည် ရောဂါတစ်ခုဖြစ်၍ သင့်လျော်သလို ဆေးကုပေးရပေမည်။ စိတ်ငြိမ်ဆေးများ၊ အားဆေးများ၊ အကိုက်အခဲပျောက်ဆေးများနှင့် တင်ချာအိုပီယိုင် အနည်းအငယ်ပေးရပါမည်။ အိပ်မပျော်လျှင် အိပ်ဆေးပေးနိုင်ပါသည်။

(၃) တဖြည်းဖြည်းများဖြတ်နည်း
(Gradual Withdrawal)

စွဲနေသောဆေးကို တဖြည်းဖြည်းလျှော့၍ မှီဝဲပြီး နောက်ဆုံးတွင် ဆေးကို လုံးဝဖြတ်ပစ်သောနည်း ဖြစ်ပါသည်။ ဤနည်းကိုအသုံးပြုလျှင် မိမိစိတ်ကို နိုင်ရန် လိုပါသည်။

(၄) ဓာတ်အပ်စိုက်ကုသနည်း (Acupuncture)

ဓာတ်အပ်စိုက်ကုသခြင်းဖြင့် ဆေးလက္ခဏာများကို သက်သာပျောက်ကင်းစေပါသည်။ သို့သော် ဓာတ်အပ်စိုက်ဆရာများ နည်းသေးသဖြင့် ထိရောက်စွာအသုံးမပြုနိုင်သေးပါ။

(၅) အစိမ်းဖြတ်ကုသနည်း (Cold Turkey)

(Cold Turkey) ဟု ခေါ်သော အစိမ်းဖြတ်ကုသနည်းတွင် ဆေး လုံးဝမပေးဘဲ အစိမ်းသက်သက်ဖြတ်၍ လူနာကိုပိတ်လှောင်ထားပါသည်။ လူနာသည် ဆေးမလုပ်ရ၍ ဆေးဖြတ်လက္ခဏာများ ခံစားရပါသည်။ သို့သော် ဘာဆေးမှ မပေးဘဲ ဆည်အတိုင်း ထားပါသည်။

၃ ရက်ခန့် ဆေးဖြတ်လက္ခဏာများ ခံစားရပြီးနောက် သက်သာသွားပါသည်။ တစ်ပတ်ခန့်ကြာသောအခါ နေကောင်းသွားလေသည်။

အစိမ်းဖြတ်ကုသနည်းသည် လူသားမဆန်ချေ။ ရက်စက်စရာထောက်ပေးသည်။ ဆေးစွဲခြင်းသည် ထောက်ပံ့ပေးသည့် ဆေးထိုးကြောင့် ဆရာဝန်များအနေဖြင့် လူနာကို ဆေးကုပေးရပါမည်။

(၆) စိတ်ကုထုံး

စိတ်ကုထုံးသည် အလွန်အရေးပါသော ကုသနည်းဖြစ်ပါသည်။ ဆေးဝါးများဖြင့် ခန္ဓာကိုယ် ဆေးစွဲလက္ခဏာများကို ကုသပြီးနောက် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာအစွဲအသမ်းများ ကျန်နေခဲ့ပါသည်။ စင်စစ် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ စွဲသမ်းမှုသည် ပို၍ အရေးကြီးသည်။ ခန္ဓာကိုယ်စွဲလမ်းမှုကို လွယ်ကူစွာဆေးကုသ၍ ရပါသည်။ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာစွဲလမ်းမှုကို ကုသရန် မလွယ်ချေ။

စိတ်ကုထုံးသည် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ စွဲသမ်းမှုအတွက် သင့်လျော်သော ကုထုံး ဖြစ်ပါသည်။

တစ်ဦးချင်း စိတ်ကုထုံးဖြစ်စေ၊ အုပ်စုလိုက် စိတ်ကုထုံးဖြစ်စေ အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ အုပ်စုလိုက် စိတ်ကုထုံးသည် အချိန်ကုန်သက်သာစေပါသည်။ ဆက်ဆံရေး ပြေပြစ်စေပါသည်။

အုပ်စုလိုက်တစ်ခုတွင် လူ ၈-ယောက် ပါဝင်နိုင်ပါသည်။ တစ်ပတ်လျှင် ၂-ကြိမ် အနည်းဆုံး တွေ့ဆုံဆွေးနွေးရပါသည်။ တစ်ကြိမ်လျှင် တစ်နာရီခန့် အချိန်ယူ သင့်ပါသည်။ မူးယစ်ဆေးဝါးများ၏ မကောင်းကြောင်းကို အကြေအလည် ဆွေးနွေးကြရပါမည်။ တကယ်ဖြစ်ရပ်မှန် ဆိုးကျိုးများကို တင်ပြ ဆွေးနွေး၍ လက်ခံသဘောပေါက်လာသည်အထိ ရေရှည်အသုံးပြုရသည့်ကုထုံး ဖြစ်ပါသည်။

စိတ်ဓာတ်ပျော့ညံ့သူများကိုလည်း စိတ်ကုထုံးဖြင့် ပြုပြင်ပေးရပါမည်။

ကိုကင်းစွဲခြင်း

ကိုကင်းသည် အစွမ်းထက်သော ဦးနှောက်လှုံ့ဆော်ဆေး
တစ်မျိုး ဖြစ်ပါသည်။ ကိုကင်းကိုသုံးစွဲလျှင် ပျော်ရွှင်ကြည်နူး
သောအရသာကို ခံစားရသည်။ သို့သော် ပျော်ရွှင်ကြည်နူးခြင်း
ကို ကြာကြာမခံစားရ။ စိတ်သောကထောက်ခြင်းနှင့် ကြောက်
လန့်ခြင်းတို့ကို ထပ်ပါတည်းဆက်၍ ခံစားရပါသည်။ ထိုအခါ
သောကနှင့် ကြောက်လန့်ခြင်းတို့ ပျောက်အောင် ကိုကင်းကို
ထပ်မံမိစေရန်ဖြစ်သည်။ ဤနည်းဖြင့် ကိုကင်းစွဲသွားတတ်ပါသည်။

ကိုကင်း၏အစ

ကိုကင်းကို ကိုကာရွက်(Coccoloba)မှ ရသည်။ ကိုကာရွက်
များကို ကိုကာပင်မှရသည်။ ကိုကာပင်များမှာ မြောက်အမေ
ရိကတိုက် ဝိဂျီးယား၊ ဗီဂျီးယား၊ စပိန်၊ နိုင်ငံများတွင် အလေ့ကျ
ပေါက်သည်။ ထိုမူတစ်ဆင့် ကိုကာပင်များ ပျံ့နှံ့လာသည်။

ကိုကင်းမှန်မှာ အမြဲအောင်ရှိ၍ ခါးသောအရသာ ရှိသည်။
ကိုကင်းကို နှုတ်ခမ်းမှာပွတ်၍ သုံးကြသည်။ တချို့ကရှုသည်။

ဆေးစွဲလက္ခဏာများ

ကိုကင်းကို ပြတ်တောင်းပြတ်တောင်း ဖြစ်စေ၊ အမြဲတစေ
ဖြစ်စေ မှီဝဲရသည်။ ကိုကင်းကို ခန္ဓာကိုယ်အားဖြင့် ဖြစ်စေ၊
စိတ်အားဖြင့် ဖြစ်စေ ၂-မျိုးစလုံးဖြင့်ဖြင့်စေ စွဲလမ်းနေတတ်
ပါသည်။

ကိုကင်းစွဲသူများသည် ကြောက်ရွံ့ထိတ်လန့်ခြင်းများ ဖြစ်
တတ်၍ ထိုလက္ခဏာများ ပျောက်ကင်းစေရန် အခြားမူးယစ်
ဆေးများကိုပါ မှီဝဲတတ်ပါသည်။

ကိုကင်း၏ဆိုးကျိုးများ

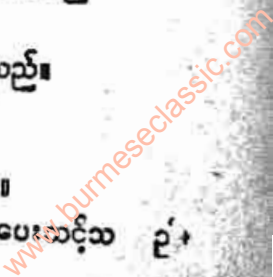
- ၁။ အသိညစ် ထုံထိုင်းစေသည်။
- ၂။ အစာမကြေ ပိုန်ချုံး၍ အိပ်ရေးပျက်တတ်သည်။
- ၃။ ဝမ်းပျက်တတ်သည်။
- ၄။ သွေးခုန်နှုန်းမြန်စေ၍ သွေးတိုးတတ်သည်။
- ၅။ နှလုံးရောဂါ ဖြစ်တတ်သည်။
- ၆။ စိတ်ရောဂါ ဖြစ်တတ်သည်။ လှုံ့ဆော်မဲ့ အာရုံများ
ရတတ်သည်။ ယုံကြည်လွဲမှားမှုများဖြစ်၍ လူအများ
ကို မကောင်းထင်တတ်သည်။ ရာဇဝတ်မှုများ ကျူး
လွန်တတ်သည်။

ဆေးပြတ်ထက္ခဏာများ

- ၁။ လူရောစိတ်ပါ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်တတ်သည်။
- ၂။ စိတ်ဓာတ် ကျဆင်းတတ်သည်။
- ၃။ စိတ်ဓာတ်ကျ၍ သတ်သေတတ်သည်။

ကုသနည်းများ

- ၁။ အားဆေးများကို ထိုးပေးရမည်။
- ၂။ စိတ်ဓာတ်ကျပျောက်ဆေးများ ပေးသင့်သည်။



၃။ စိတ်ကုထုံးကို သုံးရမည်။

၄။ ကိုကင်းနှင့် ပူးတွဲ၍ အခြားဆေးစွဲခြင်းများ ရှိပါက ကုသပေးရမည်။

ဆေးခြောက်စွဲခြင်း

ဆေးခြောက်မှာ ဈေးပေါ်၍ အလွယ်တကူရနိုင်သောကြောင့် ဆေးခြောက်စွဲသူများ အမြောက်အမြား ရှိပါသည်။ လူကြီးလူငယ်မရွေး သုံးစွဲကြသည်။ ဆေးခြောက်သည် စိတ်စွဲလမ်းမှုကိုသာဖြစ်စေ၍ ခန္ဓာကိုယ်အားဖြင့် စွဲလမ်းမှုမဖြစ်တတ်ချေ။ သို့သော် ဆေးခြောက်မှတစ်ဆင့် အခြားမူးယစ်ဆေးဝါးများကို စွဲတတ်သဖြင့် ဆေးခြောက်အန္တရာယ်မှာ မသေးလှချေ။

ဆေးခြောက်ကို ဆရာကြီးဟူ၍ လည်းကောင်း၊ မျက်ဟူ၍ လည်းကောင်း ဗန်းစကားဖြင့် ခေါ်ကြသည်။

ဆေးခြောက်ကို ဆေးခြောက်ပင်မှ ရရှိသည်။ ဆေးခြောက်ပင်များကို အလွယ်တကူ စိုက်ပျိုးရရှိနိုင်သည်။ ရုက္ခဗေဒအရ ဆေးခြောက်ပင်ကို (Cannabis Sativa) ဟု ခေါ်သည်။ ဆေးခြောက်၏အမည်မှာ ဒေသအမျိုးမျိုးကိုလိုက်၍ ကွဲပြားခြားနားသည်။ အိန္ဒိယနှင့် အရှေ့တောင်အာရှနိုင်ငံများတွင် ဝန်ဂျာဟု ခေါ်သည်။ အရှေ့အလယ်ပိုင်းဒေသတွင် ဟာရှစ်ဟု ခေါ်သည်။ အနောက်နိုင်ငံများတွင် မာရီဟွာနားဟု ခေါ်သည်။ အနောက်နိုင်ငံများမှ ဆေးခြောက်သည် ပျော့သည်။

*

ဆေးခြောက်ကို ဆေးလိပ်တွင်ထည့်၍ သောက်နိုင်သည်။ အိုးကလေးတစ်လုံးတွင်ထည့်၍ စုပေါင်းသောက်သုံးသည်လည်း ရှိသည်။ ဟင်းများတွင်ထည့်၍ချက်ပြီး စားသည်ကိုလည်းတွေ့ရသည်။

ဆေးခြောက်စွဲလက္ခဏာများ

- ၁။ စိတ်ကစွဲလမ်းနေသဖြင့် ဆေးခြောက်မသောက်ရမနေနိုင်ဖြစ်တတ်သည်။
- ၂။ မျက်စိများနီမြန်းတတ်သည်။
- ၃။ ထိုင်းမှိုင်းနေတတ်သည်။
- ၄။ လိင်ဘက်၌ ပိုမိုစိတ်ဝင်စား တက်ကြွလာသည်။
- ၅။ မိုန်း၍ စိတ်ကူးယဉ်နေတတ်သည်။

ဆေးခြောက်၏ဆိုးကျိုးများ

- ၁။ အော့အန်တတ်သည်။
- ၂။ စိတ်ချောက်ချားစေသည်။ ကြောက်ရွံ့ ထိတ်လန့်ထိတ်သည်။ အာရုံမှားများခံစားရသည်။
- ၃။ စိတ်နောက်တတ်သည်။
- ၄။ ဆေးခြောက်မှ တစ်ဆင့် အခြား မူးယစ်ဆေးများ စွဲတတ်သည်။

ဆေးခြောက်စိတ္တဇရာဂါဖြစ်၍ အာရုံမှားသိခြင်းများဖြစ်၍ ရုဇဝတ်မှုများဖြစ်တတ်သည်။ အိပ်ရေးပျက်ခြင်း၊ စကားပြော

မွန်ခြင်းတို့လည်းဖြစ်လေ့ရှိသည်။ ဆေးခြောက်ကြောင်ကြောင်ခြင်းများရှိသည်။

ဆေးပြတ်ထက္ကဏာများ

- ၁။ စိတ်က တမ်းတနေတတ်သည်။
- ၂။ ခန္ဓာကိုယ်က မစွဲလမ်းသဖြင့် ခန္ဓာကိုယ် ဆေးပြတ်ထက္ကဏာများမရှိပါ။

ကုသနည်းများ

စိတ်ငြိမ်ဆေးများပေး၍ ကုသနိုင်ပါသည်။ အားဆေးများလည်းပေးရပါမည်။ စုချိုလူနာများမှာ အလွန်စွဲလမ်းကြသဖြင့် အတွင်းလူနာအဖြစ် ဆေးရုံတင်၍ ကုသရပါသည်။

စိတ်ကုထုံးကတော့ မပါမဖြစ်ပါ။ စိတ်ကသာစွဲလမ်းသော ရောဂါဖြစ်သဖြင့် စိတ်ကုထုံးမှာ အရေးကြီးလှပါသည်။ ဆေးခြောက်မကောင်းကြောင်း နားဝင်အောင် ပြော ဟော ပေးရပါမည်။

စိတ်ချောက်ချားစေသောဆေးများစွဲခြင်း

စိတ်ချောက်ချားစေသောဆေးများမှာ

- ၁။ အယ်-အက်(စ်)-ဒီ (L.S.D. Lysergic Acid Diethylamide,)
- ၂။ မက်(စ်)ကလင်း (Mescaline.)
- ၃။ စီလိုစိုင်ဘင် (Psilocy Bin.)

၁။ အယ်-အက်စ်-ဒီ

ဤဆေးကို ၁၉၃၈-ခုက ရှာဖွေ တွေ့ရှိခဲ့သည်။ ဆေး၏ အာနိသင်မှာ အာရုံများပြောင်းလဲစေ၍ စိတ်ချောက်ချားစေပါသည်။ စိတ်ချောက်ချားမှုမှာ ဆေးခြောက်ထက် ပိုမိုကြာရှည်ပါသည်။

အယ်-အက်စ်-ဒီသည် စိတ်ထက်ကြွမှုကိုဖြစ်စေ၊ စိတ်ဓာတ်ကျဆင်းမှုကိုဖြစ်စေ ပေးစွမ်းနိုင်သည်။ တွေးနိုင်သည့်အင်အားလွန်လွန်လားပြီး တွေးလို့ သိပ်ကောင်းသည်ဟု ပြောကြသည်။ စိတ်မှာ နူးညံ့သိမ်မွေ့ပြီး အလွန် ပျော်ရွှင်သော အရသာကို ခံစားရသည်။ ဘဝင်ကျ၍ဈာန်ဝင်စားနေသကဲ့သို့ ခံစားရသည်ဆိုပါသည်။ ထို့ကြောင့် အယ်-အက်စ်-ဒီ ကိုစားသုံးပြီး ဈာန်ဝင်စားသည်။ ခရီးထွက်သည်ဟု တင်စားပြောဆိုကြသည်။

တစ်ခါတလေ စိတ်နောက်ကျခြင်း၊ အပြင်းအထန်ထိတ်လန့်ကြောက်ရွံ့ခြင်းတို့ ခံစားရသဖြင့် ဆိုးသောခရီးထွက်ခြင်းဟုလည်း ခေါ်ကြပြန်သည်။ အယ်-အက်စ်-ဒီ ၏ အာနိသင်မှာ အလွန်ပြင်းထန်သည်။ ဆေးအနည်းငယ်မျှ စားရုံနှင့် အစွမ်းပြုသည်။

ဆေးစွဲထက္ကဏာ

- ၁။ မစားရမနေနိုင်ခြင်း။
- ၂။ စိတ်ချောက်ချားခြင်း။
- ၃။ မျက်စိသုငယ်အိမ်ကျယ်လာခြင်း။
- ၄။ မျက်နှာနီမြန်းနေခြင်း။

၅၆၀ ခေါက်တားအုန်းဖောင်း

ဆေးပြတ်လက္ခဏာများ

စိတ်ချောက်ချားနေမှုကိုတွေ့ရတတ်သည်။ စိတ်ဓာတ်ကျနေတတ်သည်။

ကုသနည်းများ-

စိတ်ငြိမ်ဆေးများပေး၍ ကုသနိုင်သည်။

မှတ်ချက်။ ။ အယ်-အက်စ်-ဒီ-စွဲသူ မြန်မာပြည်တွင်မတွေ့ဖူးပါ။ မတ်စ်ကလင်းနှင့် စီလိုစိုင်းဘင်ဆေးစွဲသူများလည်း မတွေ့ရပါ။

အိပ်ဆေးများစွဲခြင်း

ဘာဘီကျူရိတ်(Barbiturate)အိပ်ဆေးများကို နှစ်ပေါင်းများစွာကပင် အိပ်ဆေးအဖြစ်သုံးခဲ့ကြသည်။ ၁၉၃၈-ခုနှစ်က ပြိတ်နိုနိုင်ငံတွင် အိပ်ဆေးညွှန်း ဆေး စာပေါင်း ၂၅-သန်း ဆရာဝန်များက ထုတ်ပေးခဲ့ပါသည်။ ၂၅-သန်းလုံးမှာ ဘာဘီကျူရိတ်အိပ်ဆေးများ ဖြစ်ပါသည်။

ဘာဘီကျူရိတ်မဟုတ်သောအိပ်ဆေးဆေးစာ ၅.၅ သန်း ထုတ်ပေးခဲ့လေသည်။ ဤမျှများပြားသော အိပ်ဆေး ဆေးစာများကို ဆရာဝန်များကပေးလျော့စွာပေးခဲ့သည်ဟု တချို့က ဆိုလေသည်။

အမှန်မှာ တကယ် လိုအပ်သောသူများကိုသာ အိပ်ဆေးစားရန် ညွှန်ကြားသင့်ပါသည်။

မြန်မာပြည်တွင်လည်း ဘာဘီကျူရိတ် အိပ်ဆေးစွဲသူများ အများအပြားရှိလေသည်။ အများအားဖြင့် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အမှုထမ်းများ အိပ်ဆေးစွဲတတ်လေသည်။

ဖိနိုဘာဘီတုံးသည် ဘာဘီကျူရိတ်အိပ်ဆေးများတွင် ထင်ရှားသော ဆေးဖြစ်သည်။

ဆေးစွဲလက္ခဏာများ

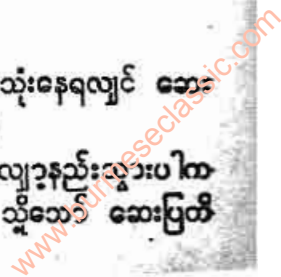
- ၁။ ညဉ့်စဉ် ဆေးစားခြင်း။
- ၂။ ဆေးစားမှ အိပ်ပျော်ခြင်း။
- ၃။ ဆေးကို တဖြည်းဖြည်း တိုးသောက်ခြင်း။

ဆေးပြတ်လက္ခဏာများ

- ၁။ တက်ခြင်း။
- ၂။ သတိဓရာထွေးခြင်း။
- ၃။ စိုးရိမ်ထိတ်လန့်ခြင်း။
- ၄။ ဂဏာမငြိမ်ခြင်း။
- ၅။ နေ့၊ နေ့ရာ၊ အချိန်စသည်တို့ အမှန်မသိခြင်း။
- ၆။ မျက်စိတွင် တွေ့ကစုမြင်ခြင်း။

ကုသနည်းများ

တစ်နေ့ မီလီဂရမ် ၆၀၀ အထက် စားသုံးနေရလျှင် ဆေးကို တဖြည်းဖြည်း လျော့ချသွားရပါမည်။ မီလီဂရမ် ၆၀၀ သို့မဟုတ် ၎င်းထက်လျော့နည်းသွားပါက ဆေးကို ဖြုန်းကန် ဖြတ်ပစ်၍ ရပါသည်။ သို့သော် ဆေးပြတ်



ထက္ကတာများ သက်သာစေရန် ဗေလီယံ ၁၀ မီလီဂရမ် ၃ ည
ခန့် စားရန် လိုပါသည်။ ထို့နောက် တဖြည်းဖြည်း ဗေလီယံ
ကိုပါ ဖြတ်ပစ်ရပါမည်။

စိတ်ကုထုံးသည် အရေးကြီးပါသည်။ အိပ်ဆေးကို စနစ်
တကျ ဖြတ်လျှင် ရခဲကြောင်း၊ အိပ်ဆေးမစားလည်း အိပ်ပျော်
နိုင်ကြောင်း ရှင်းပြရပါမည်။ အိပ်ဆေးဖြတ်စတွင် အိပ်မက်
များ မက်၍ အိပ်ရေးပျက်မည်ဖြစ်သော်လည်း တဖြည်းဖြည်း
ပုံမှန်ဖြစ်လာလိမ့်မည်ဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြရပါမည်။

နေ့ခင်းဘက် မအိပ်ခြင်း၊ အိပ်ခါနီး စာဖတ်ခြင်း ရေဒီယို
နားထောင်ခြင်း စသည်တို့ဖြင့် အိပ်ပျော်စေတတ်ပါသည်။

မင်းဒရက် (Mandrex) အိပ်ဆေးစွဲခြင်း။

မင်းဒရက်သည် ဘာဘီကျူရိတ် မဟုတ်ပါ။ မိသာကိုလိုင်း
(Methaqualone) အိပ်ဆေးဖြစ်ပါတယ်။ မင်းဒရက် (မိသာ
ကိုလိုင်း) သည် အလွန်ပြင်းသော ဆေးဖြစ်သဖြင့် တားမြစ်ထား
သော မူးယစ်ဆေးဝါးများတွင် ပါဝင်ပါသည်။ ယနေ့အချိန်
တွင် မင်းဒရက်ကို သုံးစွဲလျှင် ဥပဒေအရ အရေးယူခံရပါမည်။

မင်းဒရက် အလွန်အကျွံသောက်လျှင် စိတ္တဇဖြစ်တတ်သည်။

ကုသနည်း။

အခြားအိပ်ဆေးများကဲ့သို့ ဖြစ်သည်။

စိတ်ငြိမ်ဆေးများစွဲခြင်း

ပုထုဇော်တို့၏စိတ်သည် မငြိမ်သက်ပါ။ ယနေ့ လူ့ဘောင်၏
ထွေပြားဆန်းကြယ်သော ပြဿနာများကြောင့် လူတို့သည်
စိတ်ငြိမ်ဆေးများကို မှီဝဲကြရလေသည်။

ဗေလီယံသည် အကိုက်အခဲပျောက်သောများပြီးလျှင် အသုံး
အများဆုံးဆေးဟု ဆိုကြပါသည်။ အသုံးများလွန်းသဖြင့် ဆေး
စွဲသူ များလာပါသည်။ ဒိုင်ဗော့ပင် ပါသော အခြား
သော ဆေးများသည်လည်း စွဲတတ်ပါသည်။ မြူရိုမဇင်း၊ ပရို
ဇင်း စသော ဆေးများ စွဲသည့်လူနာများ မတွေ့ဘူးပါ။

ဗေလီယံတစ်မျိုးတည်းစွဲသည့် လူနာ အလွန်ရှားပါသည်။
အခြားမူးယစ်ဆေးဝါးများ မရသည့်အခါ ဗေလီယံကိုစားရာမှ
အခြားဆေးများနှင့်ဆော့၍ ဗေလီယံကို စွဲသွားကြပါသည်။

ဗေလီယံ စိတ်ငြိမ်ဆေး အလွယ်တကူရခြင်းသည် မကောင်း
ပါ။

ဆေးစွဲလက္ခဏာများ

ဆေး၏ မူးယစ်သည့်အရသာကို စွဲလမ်းနေကြပြီး ဆေး
အာနိသင်ပြယ်တိုင်း စားနေကြရပါသည်။ ဗေလီယံ ၅ တစ်နေ့
လျှင် အလုံး ၇၀ သောက်ရသူတစ်ဦး တွေ့ဖူးပါသည်။

ဆေးပြတ်ထက္ကတာများ

- ၁။ စိုးရိမ်ကြောက်လန့်ခြင်း
- ၂။ ခေါင်းထဲပေါ့ပါးနေခြင်း

၂၇၂ စောက်တု ဆုန်းမောင်

- ၃။ တက်ခြင်း။
- ၄။ အိပ်ရေးပျက်ခြင်း။

ကုသနည်းများ

ဆေးများများ သောက်ရသူဖြစ်လျှင် တဖြည်းဖြည်း မျှင်း
ဖြတ်ပါ။

ဆေးနည်းနည်း သောက်သူဖြစ်လျှင် အစိမ်းဖြတ်ပြတ်သင့်ပါ
သည်။ လိုအပ်ပါက ပရိုဇင်းကို အစားထိုး၍ စားပါ။

စိတ်ကြွဆေးစွဲခြင်း

အင်ဖီတင်း (Amphetamine) မက်သီဒရင်း (Methidrine)
စသော ဆေးဝါးများသည် စိတ်ကိုလှုံ့ဆော်ပေးကြပါသည်။

ထို့ကြောင့် စိတ်ကို ကြပေပါသည်။

ဤဆေးများကို ပိန်ဆေးအဖြစ် တချို့က သုံးကြပါသည်။
စိတ်ဓာတ်ကျသူများကလည်း လှုံ့ဆော်ဆေးအဖြစ် သုံးကြပါ
သည်။ ဤသို့သုံးရာမှ ဆေးကိုစွဲသွားတတ်ပါသည်။

ဆေးစွဲလက္ခဏာများ

မသုံးရ မနေနိုင်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဆေးကို တဖြည်းဖြည်း
တိုး၍ သောက်ရပါသည်။

ဆေး၏ဆိုးကျိုး

အဆိပ်သင့် စိတ္တဇရောဂါဖြစ်၍ လက္ခဏာမှာ ကော်ဇိုပရိုနိုး
ယား ရောဂါနှင့် ဆင်တူပါသည်။ အစာမကြေခြင်းနှင့် ကတိ
ဓာတ် ဖြစ်ခြင်းတို့လည်း ရှိပါသည်။

ဆေးပြတ်လက္ခဏာများ

- ၁။ လေးလံထိုင်းရှိုင်းခြင်း။
- ၂။ စိတ်ဓာတ်ကျခြင်း။

ကုသနည်းများ

အဆိပ်သင့်စိတ္တဇရောဂါဖြစ်လျှင် ဗြူရိုမင်း၊ ပရိုဇင်းစသော
စိတ်ငြိမ်ဆေးများပေး၍ ကုသရပါမည်။

ရိုးရိုးဆေးဖြစ်လျှင် အစိမ်းဖြတ်ကုနည်းဖြင့် ကုသနိုင်ပါ
သည်။ လိုအပ်လျှင် ဆိုင်နီကွင် ၂၅ (Sinequan-25) ကို ပေး
နိုင်ပါသည်။

*

ဉာဏ်ရည်နိမ့်ရောဂါ (Mental Subnormality)

လူအများစုသည် ဉာဏ်ရည်မှာ သာမန်ပျမ်းမျှအဆင့်တွင် ရှိကြသည်။ ဉာဏ်ရည်မြင့်သူများနှင့် ဉာဏ်ရည်နိမ့်သူများမှာ လူနည်းစုသာ ဖြစ်လေသည်။

ဉာဏ်ရည်နိမ့်ရောဂါ၏ အဓိပ္ပာယ်

လူနာ၏စိတ်သည် ကောင်းစွာမဖွံ့ဖြိုး၊ လူနာ၏ ဉာဏ်ရည် နိမ့်နေသည်။ ဉာဏ်ရည်နိမ့်မှုသည် လူနာကို ဆေးကုသခံယူစေ ရန် စောင့်ရှောက်ကားကွယ်မှုပေးရန် သို့မဟုတ် အထူး လေ့ကျင့်မှုလိုအပ်သည့်အဆင့်တွင် ရှိလေသည်။

အချို့သော ဉာဏ်ရည်နိမ့်သူများသည် မိမိတို့ခြေထောက် ပေါ်တွင် ရပ်တည်နိုင်စွမ်းမရှိ၊ အခြားသူများ၏ လှမ်းမိုးချယ် လှယ်ခြင်းကို ခံကြရလေသည်။

အများအားဖြင့် I.Q. (Intelligence Quotient) ၇၀ အောက်နိမ့်သူများကို ဉာဏ်ရည်နိမ့်ရောဂါရှိသူများဟု သတ်မှတ် ထားလေသည်။

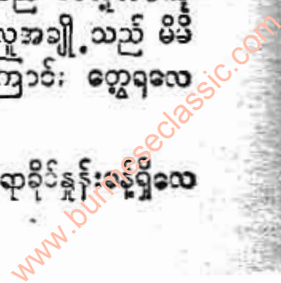
ဉာဏ်ရည်နိမ့်ရောဂါများကို အပြင်းစားဉာဏ်ရည်နိမ့်၊ သာမန်ဉာဏ်ရည်နိမ့် နှင့် သာမန်ဉာဏ်ရည်နိမ့် နှင့် ဉာဏ်ရည်နိမ့်စပ် ကြားတွင်ရှိသူ (Border Line Case) ဟူ၍ ခွဲခြား နိုင်ပါ သည်။

အပြင်းစား ဉာဏ်ရည်နိမ့်ရောဂါ ရှိသူများမှာ မိမိကိုယ်ကို စောင့်ရှောက်နိုင်စွမ်း အနည်းငယ်မျှ မရှိသဖြင့် ဆေးရုံတွင် အတွင်းလူနာအဖြစ် တင်ထားကြရလေသည်။

ဉာဏ်ရည်နိမ့်ရောဂါရှိသူများမှာ ဉာဏ်ရည်သာနိမ့်ကျသည် မဟုတ်ပါ။ စိတ်ခံစားမှုများပါ နိမ့်ကျနေတတ်လေသည်။

ဉာဏ်ရည်နိမ့်ရောဂါကို သတ်မှတ်ရာ၌ (I.Q) တစ်ခုတည်းဖြူစီ မသတ်မှတ်ပါ။ လူနာသည် မိမိဘဝရပ်တည်ရေးအတွက် မိမိ ကိုယ်ကို အားကိုးနိုင်ခြင်း ရှိ-မရှိကိုလည်း ထည့်သွင်းစဉ်းစားရ ပါသည်။ (I.Q) ၇၀ အောက် နိမ့်သူအချို့သည် မိမိဘဝကို ကောင်းစွာခွင့်မြှူနိုင်၍ (I.Q) ၇၀ အောက် လူအချို့သည် မိမိ ဘဝကို ကောင်းစွာ မွေးမြူနိုင်ခြင်းမရှိကြောင်း တွေ့ရလေ သည်။

ဉာဏ်ရည်နိမ့်ရောဂါ ဖြစ်ပွားနှုန်းမှာ ၃-ရာခိုင်နှုန်းခန့်ရှိလေ သည်။



ရောဂါဖြစ်သော အကြောင်းရင်းများ

အကြောင်းရင်းများစွာရှိပါသည်။ အကြောင်းရင်းများကို မပွေးမိ၊ မွေးဖွားစဉ်၊ မွေးဖွားပြီးတိုင်း ၃-မျိုးခွဲနိုင်ပါသည်။

မပွေးမိ အကြောင်းရင်းများ

(က) မျိုးရိုး

Polygenic Transmission ဖြင့် ဂျင်းအမျိုးအစားအားလုံး ပြန့်ကြဲ၍ မျိုးရိုးလိုက်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဉာဏ်ရည်နိမ့်မိဘများမှ မွေးဖွားသော သားသမီးများသည် ဉာဏ်ရည်နိမ့်တတ်ကြပါသည်။ သို့သော် သားသမီးအားလုံး ထိခိုက်ချင်မှ ထိခိုက်ပေမည်။ တချို့သားသမီးသည် ဉာဏ်ရည်မြင့်ချင် မြင့်နေပေမည်။

(ခ) ရောဂါများ

ကလေးကို ကိုယ်ဝန်လွယ်ထားစဉ် မိခင်တွင် အောက်ပါ ရောဂါများ ခံစားရပါက ကလေး၏ဉာဏ်ရည်ကို ထိခိုက်တတ်သည်။

- ၁။ Rubella (ဂျာမနီဝက်သက်ရောဂါ)
- ၂။ Toxoplasmosis
- ၃။ Syphilis (တာလသားရောဂါ)
- ၄။ Toxaemia of Pregnancy (ကိုယ်ဝန်အဆိပ်သဏ္ဍာန်ခြင်း။)

(ဂ) ဆေးဝါးများ

ထာလီဒိုမိုက်အိပ်ဆေး (Thalidomide) နှင့် ဝမ်းထောင့် ဓာတ်ဆေးစသည်များကြောင့် ကလေးအင်္ဂါမစုံ ဖြစ်တတ်ပြီး ဉာဏ်ရည်နိမ့်တတ်ပါသည်။

(ဃ) ဓာတ်ဆောင်ခြည်သင့်မှုများ

ဓာတ်ဆောင်ခြည်သင့်မှုများကြောင့် ကလေးကို တိုက်ရိုက် ထိခိုက်တတ်ပါသည်။ သို့မဟုတ် မိဘတွင် (Gonadal Changes) များဖြစ်ပြီး ကလေးအင်္ဂါမစုံဖြစ်တတ်ပေသည်။

မွေးဖွားစဉ် အကြောင်းရင်းများ

- ၁။ လမစေ့ခပ် မွေးဖွားခြင်း။
- ၂။ ကိုယ်အလေးချိန် နည်းလွန်းခြင်း။
- ၃။ အမွှာပူးမွေးခြင်း။
- ၄။ ဗိုက်ခွဲမွေးခြင်း။
- ၅။ ညှပ်ဆွဲမွေးခြင်း။
- ၆။ မွေးဖွားချိန်ကြာခြင်း။
- ၇။ မကျွမ်းကျင်သူနှင့် မွေးခြင်း

စသည်တို့သည် ဦးနှောက်ကို ထိခိုက်စေတတ်၍ ဉာဏ်ရည် နိမ့်တတ်ပါသည်။

မွေးဖွားပြီး အကြောင်းရင်းများ

၁။ (Kernicterus) အသားဝါရောင်ခြင်း၊ ဖြစ်သည်။
ဘီလီရူဘင် (Bilirubin) ဓာတ် များသောကြောင့် ဖြစ်
သည်။ ဖိစားမှု၊ ချိတ်ဆွဲမှု (Rhesus Factor) မတူ
သောကြောင့်လည်းကောင်း၊ မွေးစတွင် ရောဂါပိုးဝင်
သဖြင့်လည်းကောင်း၊ အပူပိုခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း၊
ရေဓာတ်လျော့သောကြောင့်လည်းကောင်း (Kernict-
erus) ဖြစ်တတ်ပါသည်။

များပြားသော ဘီလီရူဘင်ဓာတ်တို့သည် ဦးနှောက်
၏ အချို့အစိတ်အပိုင်းများကို ထိခိုက်စေပါသည်။

- ၂။ ဦးနှောက်အမြှေးရောင်ရောင် (Meningitis)
- ၃။ ဦးနှောက်ရောင်ရောင် (Encephalitis)
- ၄။ ဦးနှောက်ပြည်တည်ရောင် (Brain Abscess)
- ၅။ ဦးနှောက်ဒဏ်ရာရခြင်း (Cerebral Trauma)
- ၆။ ဦးနှောက်အောက်ဆီဂျင်ဓာတ်နည်းခြင်း (Anoxia)
- ၇။ လူပုလေးရောင် (Cretinism)
- ၈။ အဆိပ်သင့်ခြင်းများ။ ဥပမာ-ခဲဓာတ်အဆိပ်သင့်ခြင်း။

ကလေးဘဝတွင် နားထိုင်းခြင်း၊ မျက်စိမကောင်းခြင်းတို့
ကြောင့်လည်း ဉာဏ်ရည်နိမ့်တတ်ပါသည်။ လူကောင်းများက
သို့ မကြားနိုင်၊ မမြင်နိုင်ဖြစ်သဖြင့် စာများလိုက်နိုင်မည်မဟုတ်
ပါ။

ပတ်ဝန်းကျင်သည်လည်း ဉာဏ်ရည်မြင့်မူတွင် ပါဝင်နေစေ
သည်။ ကောင်းသောပတ်ဝန်းကျင် စာလေးကိုဉာဏ်ရည် လွှဲ
ဆော်သော ပတ်ဝန်းကျင်များ၌ ကလေး၏ ဉာဏ်ရည်မြင့်တက်
လာနိုင်ပေသည်။ မကောင်းသော ပတ်ဝန်းကျင်တွင် ကြီးပြင်း
လာပါက ဉာဏ်ရည်လွှဲဆော်မှု မရှိသဖြင့် ဉာဏ်ရည်နိမ့်တတ်
ပါသည်။

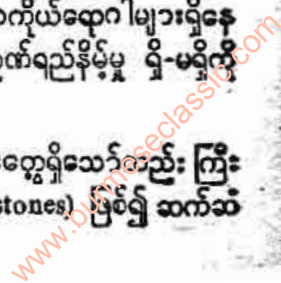
အနောက်နိုင်ငံများ၌ ဉာဏ်ရည်လွှဲဆော်ပေးသော ကစား
နည်း မြောက်မြားစွာဖြင့် ကလေးများကို ကစားစေပါသည်။

ရောဂါသတ်မှတ်ချက် (Diagnosis)

ရောဂါသတ်မှတ်ချက်ကို အချက် ၂ ချက် အပေါ် မူတည်
၍ သတ်မှတ်နိုင်သည်။ ပထမအချက်မှာ ကြီးထွားမှု ပုံမှန်ရှိ-မရှိ
စစ်ဆေးခြင်းနှင့် ဒုတိယအချက်မှာ ကြီးထွားမှု နှေးစေသော
ခန္ဓာကိုယ်အကြောင်းရင်းကို ရှာဖွေခြင်း ဖြစ်သည်။

ခန္ဓာကိုယ်ရောင်များ ပါလာပါက မွေးစကပင် သိနိုင်
သည်။ အင်္ဂါမစုံခြင်း၊ ခေါင်းကြီးနေခြင်း၊ ခေါင်းသေးနေ
ခြင်း၊ မွေးရာပါ ကာလသားရောင်၊ စသည်တို့ကို အလွယ်
တကူပင် သိရှိနိုင်ပါသည်။ သို့သော် ခန္ဓာကိုယ်ရောင်များရှိနေ
ရုံနှင့် ဉာဏ်ရည်နိမ့်ပြီဟု မဆိုသာ။ ဉာဏ်ရည်နိမ့်မှု ရှိ-မရှိကို
အကဲခတ်ဖို့ လိုပါသည်။

ခန္ဓာကိုယ်ရောင်များ လွယ်ကူစွာ မတွေ့ရှိသော်လည်း ကြီး
ထွားမှုများ ပုံမှန်မရှိပဲ (Delayed Milestones) ဖြစ်၍ ဆက်ဆံ



ရေး အဆင်မပြေ ဖြစ်လာပါက ဉာဏ်ရည်နိမ့်ထောင့် ဖြစ်နိုင် သည်ဟု တွေးဆနိုင်ပါသည်။

ဉာဏ်ရည်အနည်းငယ် နိမ့်သူများသည် ချက်ချင်းမသိသာပဲ ကျောင်းနေမှသာ စာကောင်းကောင်း မလိုက်နိုင်သဖြင့် ဉာဏ် ရည် နိမ့်နေသည်ကို သိရလေသည်။

မူတ်ချက်။ ။ ဤအချက်ကို ကျောင်းဆရာ၊ ဆရာမများ အထူး သတိထားပါရန် မေတ္တာ ရပ် ခံ ချင် ပါသည်။ ဉာဏ်ရည် နိမ့်နေသဖြင့် စာမလိုက်နိုင်သော ကျောင်းသားများကို ဖျင်းရ၊ ပျင်းရမလားဟု ဆူပူကြိမ်းမောင်းခြင်း၊ အပြစ်ပေးခြင်းတို့ မပြု လုပ်သင့်ပါ။ ဉာဏ်ရည်နိမ့်သော ကျောင်းသား ကို အပြစ်ပေးမိပါက စိတ်ထိခိုက်သွားတတ်ပါ သည်။

အချို့လူနာများသည် အစက ပုံမှန်ကြီးထွားမှု ရှိသော်လည်း ဧရာဝတီခရိုင် ဝင်ရောက်နိပ်စက်ပြီးသောအခါတွင် ပုံမှန်ကြီးထွားမှု မရှိတော့ကြောင်းကို တွေ့ရတတ်သည်။ သူတို့ ကို “နောက်မှ ထောင့်ဖြစ်သူများ” (Secondary cases) ဟု ခေါ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ကလေး၏ ရာဇဝင်ကို အပြည့်အစုံ ယူပြီး အစကတည်းက (primary) ဉာဏ်ရည် နိမ့်သလား၊ နောက်မှ (Secondary) ဉာဏ်ရည်နိမ့်သလားဟု ခွဲခြားနိုင်လေ သည်။

ကျောင်းထားစ အရွယ်များကို ဉာဏ်ရည် စစ်ဆေးနိုင်ပါ သည်။ စိတ်ပညာရှင်များက ကလေးများနှင့် သင့်တော်သော ဉာဏ်ရည်စစ်ဆေးချက်များကို ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ သို့သော် အခြေများကို ကောက်ချက်ချရာ၌ သတိထားရန် လိုပါသည်။

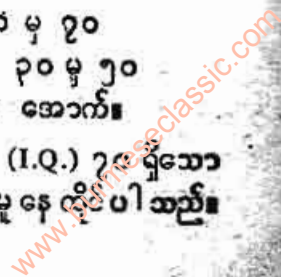
အများအားဖြင့် ဉာဏ်ရည် စံနှုန်း (I.Q) ၅၀ မှ ၇၀ အတွင်း ကျောင်းသားများကို အထူးဂရုစိုက်၍ သို့မဟုတ် အထူး ကျောင်းများတွင် စာသင်ပေးပါက ထိတ်မြောက်နိုင်ပါသည်။ (I.Q) ၃၀ မှ ၅၀ အတွင်း ကလေးများကို အထူးသီးသန့် ကျောင်းများတွင် လေ့ကျင့်ပေးနိုင်ပါသည်။ (I.Q) ၃၀ အောက် ကလေးများမှာ စာသင်၍ လုံးဝမရနိုင်တော့ပါ။

တစ်ခုသတိထားရန်မှာ လူတစ်ယောက်၏ ဉာဏ်ရည် ရင့်သန် မှု၊ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ကြီးထွားမှု၊ ဆက်ဆံရေး စွမ်းရည် ကောင်းမှု စသည်တို့ကို လူကြီးဖြစ်စေရွယ်တတ်သော အကဲဖြတ် နိုင်လေသည်။ ပတ်ဝန်းကျင် အခြေအနေသည် လွန်စွာအရေး ကြီးပေသည်။ “တံငါနားနီး တံငါ၊ မုဆိုးနားနီး မုဆိုး” ဖြစ် နိုင်ပါသည်။

ဉာဏ်ရည်နိမ့်မှု အဆင့်များ

- (၁) အပျော့ (Mild) I.Q ၅၀ မှ ၇၀
- (၂) အသတ် (Moderate) I.Q ၃၀ မှ ၅၀
- (၃) အပြင်း (Severe) I.Q ၃၀ အောက်။

အပျော့စားများ အဖြစ်များပါသည်။ (I.Q.) ၇၀ ရှိသော သူသည် သာမန်လူတစ်ယောက်ကဲ့သို့ ပြုမူနေ ကိုင်ပါသည်။



အနည်းငယ် ချွတ်ယွင်းချက်ရှိသော်လည်း မိမိ၏ဘဝကို ထိခိုက်
လောက်အောင် မဖြစ်ပါ။ ခန္ဓာကိုယ်နှင့်စိတ် "ကြီးထွားမှုသည်
ပိုမိုနုထက် နွေးကွေးလေသည်။ (စကားပြော) လမ်းလျှောက်၊
ပိုမိုနုထက်နောက်ကျ စသည်ဖြင့်။)

ကျောင်းတွင်လည်း စာကို သူများတန်းတူ မလိုက်နိုင်ချေ။
စာမေးပွဲ ခဏခဏကျပေမည်။ ဂဏန်းသင်္ချာ အတွက်အချက်
သိပ်မတတ်ချေ။ သာမန်အလုပ်ကလေးများသာ လုပ်နိုင်ကြပါ
သည်။ ထမင်းချက်၊ အဝတ်လျှော် စသည်တို့လောက်တော့
လုပ်နိုင်ကြပါသည်။

ဉာဏ်ရည်နိမ့်မှုအပေါ် စိတ်ဆင်းရဲပြီး စိတ်ထိခိုက်တတ်သည်။
စိတ်ဓာတ်ကျတတ်သည်။ သူများ၏ဆွဲဆောင်ရာသို့ အလွယ်
တကူ လိုက်ပါတတ်သဖြင့် ရာဇဓိတ်မှု ကျူးလွန်သူများ ဖြစ်
တတ်သည်။

အလတ်စားများမှာ မှန်မှန်လုပ်ရသော အလုပ်များကို
မလုပ်နိုင်ချေ။ ပြိုင်ဆိုင်ရသော အလုပ်များကိုလည်း မလုပ်နိုင်
ချေ။ သူတို့ အဝတ်အစားများကို သူတို့ကိုယ်တိုင် ဝတ်နိုင်သည်။
ကိုယ်လက်သုတ်သင် တတ်ကြသည်။

အပြင်းစားများမှာ ဘာမှမလုပ်တတ်ချေ။ စာမရေးတတ်
ဖတ်တတ်၊ စကားလုံး အနည်းငယ်သာ ပြောတတ်သည်။ သူတို့
ကိုယ်တိုင် အဝတ်အစားများ မဝတ်တတ်၊ သာမန် အန္တရာယ်
လေးများကိုလည်း မကာကွယ်တတ်၊ အပေါ့အလေး အိပ်ရာထဲ

စွန့်တတ်သည်။ တွေ့ကရာ ကောက်စားတတ်သည်။ တွေ့ကရာ
ဖျက်ဆီးတတ်သည်။ သူတို့ကို အမြဲစောင့်ကြည့်ရန် လိုအပ်လေ
သည်။

ဉာဏ်ရည်နိမ့်ရောဂါများကို ပြုစုကုသနည်း

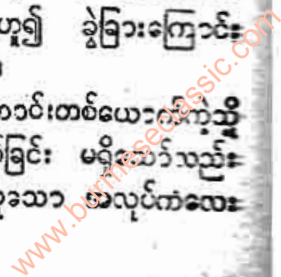
တချို့သော ပညာရှင်များက ဉာဏ်ရည်နိမ့်ခြင်းကို ရောဂါ
ဟု ယူဆသင့်ချေ။ ပင်ရင်းရောဂါတစ်ခု၏ လက္ခဏာဟုသာ
ယူဆကြပေသည်။ သို့သော် အများအားဖြင့် ဉာဏ်ရည်နိမ့်ခြင်း
၏ အကြောင်းရင်းကို ရှာဖွေမတွေ့ရှိသဖြင့် လည်းကောင်း၊
ဉာဏ်ရည်နိမ့်မှုသည် ထင်ရှားသော လက္ခဏာဖြစ်၍လည်းကောင်း
ရောဂါဟု သတ်မှတ်ကြလေသည်။

မည်သို့ဆိုစေ၊ ဉာဏ်ရည်နိမ့်မှု တွေ့ရှိလာပါက အကြောင်း
ရင်းကိုတော့ ရှာဖွေကုသပေးရပါမည်။ အကြောင်းရင်းကို လွယ်
ကူစွာ ဆေးကု၍ရပါက ဉာဏ်ရည်နိမ့်မှုပျောက်ပြီး ဉာဏ်ရည်မြင့်
လာပေမည်။

အကြောင်းရင်းကို ရှာဖွေမတွေ့ရှိပါက လက္ခဏာများကို
ကြည့်၍ ပြုစုကုသပေးရပါမည်။

ဉာဏ်ရည်နိမ့် ရောဂါကို အပျော့စား (Mild) အလတ်စား
(Moderate) အပြင်းစား (Severe) ဟူ၍ ခွဲခြားကြောင်း
အထက်တွင် ကျွန်တော်ဖော်ပြခဲ့ပါသည်။

အပျော့စားများသည် သာမန် လူကောင်းတစ်ယောက်ကဲ့သို့
မိမိတို့ ဘဝကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ခြင်း မရှိသော်လည်း
သူ့ဉာဏ်ရည်အလျောက် ပေါ့ပါးလွယ်ကူသော အလုပ်ကလေး



များကို လုပ်ကိုင်နိုင်သဖြင့် တော်ပါသေး၏။ လူကောင်းများက အနည်းငယ် ခွင့်လွှတ်ထားခြင်းအားဖြင့် ဖေမကူညီသင့်ပါသည်။ ဂရုစိုက်၍ စာသင်ပေးပါက အနည်းငယ် တတ်မြောက်နိုင်ပါသည်။

အလတ်စားများမှာ မှန်မှန်လုပ်ရသော အလုပ်များကို မလုပ်နိုင်သဖြင့် တောက်ထိုမယ်ရ ခိုင်းစေရုံသာ ရှိပါသည်။ ငွေဝင်သော အလုပ်မျိုး မလုပ်နိုင်ပါ။ အိမ်မှာ လူပိုတစ်ယောက်ကို သို့ ဖြစ်နေပေသည်။ သည်းခံ၍ ကျွေးမွေးပြုစုထားရန်သာ ရှိပါသည်။

အပြင်းစားများသည် ဉာဏ်ရည်အလွန်နိမ့်ကျသဖြင့် တာမူ ခိုင်းစေ၍ မရပါ။ အိမ်တွင် သီးသန့်အခန်းဖြင့်ဖြစ်စေ၊ ဆေးရုံမှာ ဖြစ်စေ၊ ပြုစုကုသရပါမည်။ ဆေးရုံမှာထားလျှင် လူ့ဘဝ ယောက်က အမြဲစောင့်ရှောက်ရန် လိုပါသည်။

ဉာဏ်ရည်နိမ့်မှုအပေါ် မူတည်၍ စိတ်ဆင်းရဲမှု ရှိလာပါက နှစ်သိမ့်အားပေးခြင်းများပြုလုပ်၍ စိတ်ငြိမ်ဆေး အပျော့များကို ကျွေးသင့်ပါသည်။

အင်မတန် ကြမ်းလာပါက စိတ်ငြိမ်ဆေး အပြင်းစားများကို ကျွေးသင့်ပါသည်။

အထူးသတိထားရန်မှာ ဉာဏ်ရည်နိမ့်သူများကို နားလည်မှု ရှိ၍ ထောက်ထားညွှာတာရန်ပင် ဖြစ်ပါသည်။

*

စိတ္တဇအရေးပေါ်အခြေအနေများ (Psychiatric Emergencies)

အချို့သောစိတ်ဝေဒနာများတွင် အရေးပေါ်အခြေအနေများဖြစ်ပေါ်တတ်ပါသည်။ ဤအရေးပေါ်အခြေအနေများမှာ ရုတ်တရက်ဖြစ်ပေါ်လာသော စိတ်အပြောင်းအလဲများကြောင့် ဖြစ်လေသည်။ ဤသို့ အရေးပေါ်အခြေအနေများ ဖြစ်လာပါက လူနာသည် မိမိကိုယ်ကိုဖြစ်စေ၊ အခြားသူများကိုဖြစ်စေ၊ အန္တရာယ်ပေးနိုင်လေသည်။ အကယ်၍ အန္တရာယ် မဖြစ်စေကာမူ လူနာ၏ဆွေမျိုးသားချင်းများသည် လူနာ၏အရေးပေါ်အခြေအနေကြောင့် များစွာစိုးရိမ်မကင်း ဖြစ်တတ်လေသည်။ ထို့ကြောင့် စိတ္တဇ အရေးပေါ်အခြေအနေများကို ချက်ချင်း ပြုစုကုသပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။

www.burmeseclassic.com

ပြုစုကုသရာ၌ အခြားသော ရောဂါများ၏ အရေးပေါ် အခြေအနေကို ပြုစုကုသပေးရပါသည်။ အများအားဖြင့် ပြုလုပ် လေ့ရှိသော အရေးပေါ် လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများကို ပြုစုရပါသည်။

ရှေးဦးစွာဖြစ်ပေါ်လာသော အရေးပေါ် အခြေအနေ၏ အကြောင်းအရင်းကို ရှာဖွေရပေမည်။ ဥပမာ.... စိတ်ဓာတ် အပြင်းအထန်ကျဆင်းနေသူကို တွေ့ပါက မည်သည့်အကြောင်း ကြောင့် စိတ်ဓာတ် ကျဆင်း ရကြောင်း စစ်ဆေးရပါသည်။ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ပျော့ညံ့သူတစ်ဦး စိတ်ဆင်းရဲစရာများနှင့် ကြုံတွေ့ပါက ဆောက်တည်ရာမရဘဲ အပြင်းအထန် စိတ်ဓာတ် ကျနေကြောင်းတွေ့ပါက စိတ်ကုထုံးကို အသုံးပြု၍ ရှင်းလင်း ခြင်း၊ ဖျောင်းဖျခြင်း၊ အားပေးနှစ်သိမ့်ခြင်းတို့ ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် သက်သးနိုင်လေသည်။

ထိုသို့မဟုတ်ဘဲ စိတ်ကျရောဂါကြောင့် စိတ်ဓာတ်ကျနေ ခြင်းဖြစ်ပါက ချက်ချင်းဆေးကုပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။

သို့သော်...အရေးပေါ် အခြေအနေဖြစ်ပေါ်နေသော လူနာ များသည် ကြမ်းတမ်းလေ့ရှိကြသည်။ ဗူးပေါင်းဆောင်ရွက် ခြင်းမရှိ၊ အကျိုးနှင့်အကြောင်းပြောပြသည်ကို လက်ခံနိုင်မည် မဟုတ်ချေ။ ထိန်းသိမ်းရလည်း ခက်ခဲပါသည်။ ဒါကြောင့် လူနာကို ဆေးကုသမှုပေးရန် ဝိုင်းဝန်းဖမ်းချုပ်ပြီး လိုအပ်သော ဆေးများထိုးပေးနိုင်ပေမည်။

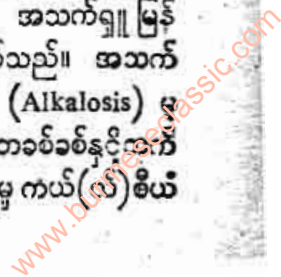
စိတ်ကြွေးရာဂါဖြစ်၍ အလွန် ကြမ်းတမ်းနေသောလူနာကို ဝိုင်းဝန်းဖမ်းချုပ်မည်ဆိုပါက လူအင်အား၊ အများကြီးလိုပါ

သည်။ စိတ်ကြွနေသော လူနာတစ်ယောက်၏ အင်အားသည် လူ့ကောင်း ၁၀-ယောက်လောက်၏ အင်အားနှင့်ညီမျှနေလေ သည်။ လူ့အများနှင့်ဝိုင်းဖမ်းမှုရပေမည်။ လူနာကိုလည်း ဆေး ကုသရန် ဝိုင်းဖမ်းခြင်းဖြစ်ကြောင်း ပြောပြရပါသည်။ အခွင့် အရေးရတိုင်း လူနာနှင့် စကားပြောပြီး ဖျောင်းဖျခြင်းသည် အလွန်ထိရောက်သော ကုသနည်း ဖြစ်လေသည်။

အရေးပေါ် အခြေအနေများ

၁။ ဟစ်(စ်)တီးရီးယား ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးသမား အုံကြွပေါက်ကွဲမှု (Spontaneous Abreaction in Hysterical Personalities)

ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးရင့်ကျက်မှုမရှိသော၊ စိတ်လှုပ်ရှားလွယ် သော ဟစ်(စ်)တီးရီးယား ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးသမားများသည် စိတ်ထိခိုက် တုန်လှုပ်ချောက်ချားစရာများ ခံစားရသောအခါ စိတ်ကိုမထိန်းနိုင်ဘဲ အုံကြွပေါက်ကွဲဘတ်ကြသည်။ လူနာသည် တအား အော်ဟစ် ငိုကြွေးလေသည်။ ရှိုက်ကြီးတငင် ငိုကြွေး သည်။ ပြီးတော့...တအားရယ်မောပြန်သည်။ အသက်ရှူ မြန် လွန်းသဖြင့် လက်များကောက်ကွေးသွားတတ်သည်။ အသက် ရှူမြန်လွန်းလျှင် (Alkalosis) ဖြစ်သည်။ (Alkalosis) မှ (Tetany) ဖြစ်သွားလေသည်။ တချို့တွင် တခစ်ခစ်နှင့်အက် သွားလေသည်။ ဤသို့တက်ရခြင်းမှာ သွေးထဲမှ ကယ်(လီ)စီယံ ဓာတ်ပျော့သွားသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။



ပြုစုကုသနည်း

လူနာတစ်ဦးတွင် ဝိုင်းနေသေးလူအုပ်ကို ဖယ်ရှားပါ။ ထို့နောက် လူနာ၏လက်ဝါးများကို ခတ်ဆတ်ဆတ်ရိုက်လိုက်ပါ။ ချက်ချင်းထိပ်ပြန်ရလာတတ်ပါသည်။ ကျယ်လောင်စွာ အော်ဟစ်လိုက်လျှင်လည်း သတိရလာတတ်ပါသည်။ “ချက်ချင်းထိပ်ပြန်ရစမ်း”ဟု အမိန့်ပေးလျှင်လည်း သတိ ပြန်ရတတ်ပါသည်။ အသက်ရှူမြှင့်နေလျှင် ဝေမူတ်ထားသော စက္ကူအိတ်တစ်ခုကို ပါးစပ်တွင် ထပ်ထားပါ။ အသက်ရှူ မှန်လာပါလိမ့်မည်။

ဤသို့ ပြုစု၍မှအသက်သေလျှင် ဗေလီယံ ၁၀-မီလီဂရမ်ကို ထူးချွန်သက်သက် အကြောဆေး ထိုးပေးပါ။ ဖြည်းဖြည်းဆေးသွင်းပါ။ လူနာ အိပ်ပျော်သွားပါလိမ့်မည်။ အိပ်ရာမှ နိုးလျှင် စိတ်ကုထုံးကိုအသုံးပြု၍ အားပေး နှစ်သိမ့်ရပါသည်။ ဗေလီယံ သို့မဟုတ် အခြားစိတ်ငြိမ်ဆေးအပျော့များကို ၇-ရက်ခန့်ဆက်၍ပေးရပါမည်။ လိုအင်လျင် (Nitrazepam) အိပ်ဆေးလည်း တစ်ည ၂-လုံး(၁၀-မီလီဂရမ်)ကျွေးရပါမည်။

လူနာ၏အခြေအနေ ကောင်းမွန်လာသောအခါ လူနာ၏ ပြဿနာများ၊ အခက်အခဲများနှင့် စိုးရိမ် ထိတ်လန့်မှုများကို ဆွေးနွေးဖြေရှင်းပေးရပါသည်။ သို့မှသာ နောက်တစ်ကြိမ် ဤကဲ့သို့ဖြစ်အောင် တားဆီးနိုင်ပေမည်။

၂။ ပြင်းစွာကြောက်ရွံ့မှုများ(Panic Attacks)

စိုးရိမ်လွန်းရောဂါဖြစ်စေတိုင် ပြင်းစွာ ကြောက်ရွံ့မှုများဖြစ်တတ်ပါသည်။ နှလုံးရောဂါဖြစ်ပြီး ယခုကဲ့သို့သောတော့မလိုလိုခံစားရပါသည်။ ကြောက်စိတ်ကြောင့် နှလုံးကလည်း ခုန်နေလေသည်။

စိတ်နောက်သွားမှာ သတိလက်လွတ်ဖြစ်သွားမှာ ကြောက်ရွံ့နေတတ်ပါသည်။ ထိုသို့ အကြောင်းတစ်ခုခုကြောင့် ပြင်းစွာ ကြောက်ရွံ့လားလျှင် ဆေးရုံ သို့မဟုတ် ဆရာဝန်တစ်ဦးဦးထံ ပြေး၍ အကူအညီတောင်းတတ်လေသည်။

ထိုလူနာများကို နှစ်သိမ့်အားပေးခြင်း (Reassurance) ပြုလုပ်ပေးရုံနှင့် သက်သာသွားတတ်ပါသည်။ လိုအပ်လျှင် ဗေလီယံ ၁၀ မီလီဂရမ် အကြောဆေး ဖြည်းဖြည်း ထိုးပေးသင့်ပါသည်။ အထူးမှာ လူနာအားပေါ် နားလည်၍ နှစ်သိမ့်အားပေးခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ထိုသို့ နှစ်သိမ့်လိုက်လျှင် လူနာမှာ အားတက်သွားပြီး ကြောက်ရွံ့နေမှုသက်သာသွားပါလိမ့်မည်။

လူနာက နှလုံးရောဂါရှိသည်ဟု သံသယဝင်တတ်ပါသည်။ လူနာ ဆရာဝန်ထံလာပြောရာတွင် ပြင်းစွာကြောက်ရွံ့နေသဖြင့် နှလုံးခုန် မြန်နေပေမည်။ ဤအချက်ကို ဆရာဝန်များသတိထားသင့်ပေသည်။ ကြောက်လန့်၍ နှလုံးခုန် မြန်နေခြင်းကို နှလုံးရောဂါကြောင့် မထင်မှတ်သင့်ပါ။

၉၀ ခေါက်စာအုပ်အုပ်စာ

၃။ သတ်သေရန်ကြိုးပမ်းခြင်း (Suicidal Attempts)

အလွန်စိတ်ထိခိုက်စရာ ကိစ္စများနှင့် ကြုံတွေ့ရသောအခါ လည်းကောင်း၊ စိတ်ရောဂါများကြောင့်သော်လည်းကောင်း၊ ကိုယ်ကိုယ်ကို သတ်သေရန် ကြိုးပမ်းတတ်ကြပါသည်။ ကြိုးဆွဲချခြင်း၊ ဆေးသောက်ခြင်း၊ ရေထဲခုန်ချခြင်း၊ ဓားနှင့်ထိုးခြင်း စသည်တို့ ပြုလုပ်ကြပါသည်။ အနောက်နိုင်ငံများတွင် မြူဇီမားသော တိုက်ခေါင်မိုးပေါ်တက်၍ အောက်ခုန်ချရန် ကြိုးစားကြလေသည်။

ဤသို့သော လူနာများကို အေးအေးဆေးဆေး ပျောင်းဖျံ့ပြောဆိုထင်ပါသည်။ အလောတကြီး စိုးရိမ်ထိတ်လန့်စွာ မပြုလုပ်သင့်ပါ။ အရေးကြီးသည်မှာ လူနာနှင့် ရင်းနှီးမှု ရရန်ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် လူနာ ချစ်ခင်ယုံကြည်သော သူက ပျောင်းဖျံ့ပြောဆိုလျှင် အဆင်ပြေနိုင်ပါသည်။ လူနာကိုအပြစ်မတင်ပါနှင့်။

အေးအေးဆေးဆေး ဖြစ်သွားသောအခါ စိတ်ကုဆရာဝန်နှင့် ဆေးကုရန် တိုက်တွန်းရပါမည်။

မှတ်ချက်။ ။ပထမအကြိမ် သတ်သေရန် ကြိုးပမ်းသူသည် နောက်တစ်ကြိမ်ထပ်၍ ကြိုးပမ်းရန် အလားအလာရှိသည်။

၄။ အရက်အဆိပ်အတောက်ဖြစ်ခြင်း (Pathological Intoxication; Mania-A-Potu)

ဦးနှောက်ဒဏ်ရာရထားသူများ၊ အတက်ရောဂါလူနာများ၊ ဆိုးသွမ်းကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးရှိသူများသည် အရက်အနည်းငယ်သောက်ရုံနှင့်အလွန်သောင်းကျန်းတတ်ပါသည်။ ပစ္စည်းများကို ဖျက်ဆီးခြင်း၊ လူအများကို ရန်ရှာခြင်းနှင့် လူသတ်မှု ကျူးလွန်သည်အထိ သတ်လက်လွတ်ဖြစ်စွာ ကြမ်းတမ်းတတ်ပါသည်။ သူတို့နှင့် အရက်မတည့်သောကြောင့် ဖြစ်သည်။

ပြင်းထန်စွာသောင်းကျန်းပြီးနောက် အိပ်ပျော်သွားသည်။ သို့သော် သောင်းကျန်းနေစဉ်အတွင်း လူအများနှင့် ဝိုင်းဝန်းဖမ်းဆီးကာ စိတ်ငြိမ်ဆေး (Chlorpromazine) ၁၅၀ မီလီဂရမ် ထိုးပေးသင့်ပါသည်။ အိပ်ဆေး (Amylobarbitone) ၃၀၀ မီလီဂရမ် အကြောဆေး ထိုးပေးနိုင်လျှင် လူနာငြိမ်သက်သွားပါလိမ့်မည်။

၅။ အပြင်းစားစိတ်ကြွရောဂါ (Manic Excitement)

စိတ်ကြွရောဂါ (Hypomania) ကိုထိထိဆုတ်ဆုတ် ဆေးကုသမပေးပါက အပြင်းစားသို့ပြောင်းသွားနိုင်ပါသည်။ စိတ်ကြွရောဂါသမားများသည် စိတ်တက်ကြွနေမှုကြောင့် အရာရာကို လုပ်ကိုင်ချင်ကြသည်။ ဟိုသွားချင်၊ သည်သွားချင် ဂဏာမငြိမ်

ဖြစ်တတ်သည်။ လူကောင်းများက တာမမှ မလုပ်နိုင်အောင် တားဆီးသောအခါ အရမ်းသောင်းကျန်းတတ်ပါသည်။ အဝတ်အစားမပါပဲ ထွက်ပြေးတတ်သည်။

သူ့ကို ဆေးထိုးပေးရပါမည်။ တစ်ခုသတိထားရန်မှာ လူနာသည်ပိန်ပင် ပိန်သွားသော်လည်း အင်မတန် အားသန်နေသည်။ လူကောင်း ၁၀-ယောက်စာလောက် အားသန်သည်။ ထို့ကြောင့် လူအများနှင့် ဝိုင်းဝန်းဖမ်းချုပ်ပြီး (Chlorpromazine) ၁၅၀-မီလီဂရမ် ထိုးပေးသင့်ပါသည်။ (Amylobarbitone) ၃၀၀ မီလီဂရမ် အကြောဆေး ထိုးပေးလျှင် ငြိမ်သက်သွားပါလိမ့်မည်။ လျှပ်စစ်ဓာတ်ဖြင့် နှိပ်၍ကုသပြီး (E.C.T.) ပြုလုပ်ရပါမည်။

၆။ Catatonic Excitement

ကေတီဗီဖရီးနီးယား ဖျော့ဂါ၏ အမျိုးအစားတစ်ခုဖြစ်သော (Catatonia) သည် တစ်ခါတစ်ရံ အလွန်ကြမ်းတမ်းလေ့ရှိပါသည်။ ဤအမျိုးအစားတွင် လုံးဝမလှုပ်ရှားခြင်း (Stupor) သို့မဟုတ် အလွန်ကြမ်းတမ်းခြင်း (Excitement) တို့ ဖြစ်ကြရာ ကြမ်းတမ်းသောအခါ အရေးပေါ် အခြေအနေ ဖြစ်စေပါသည်။

လူနာသည် သတိလက်လှတ်ဖြစ်၍ အရမ်းသောင်းကျန်းနေသည်။ ပစ္စည်းတွေကို ဖျက်သည်။ မိမိကိုယ်ကို သို့မဟုတ် ပတ်ဝန်းကျင်ကို ရန်ရှာသည်။

လူနာကို ဝိုင်းဝန်းဖမ်းချုပ်၍ (Chlorpromazine) ၁၅၀ မီလီဂရမ် အသားဆေး ထိုးပေးရပါသည်။ ဆေးရုံသို့ အမြန်ပို့၍ ဓာတ်နှိပ်ကုသရပါသည်။ လိုအပ်လျှင် အလိုရှိခင်း ၁၀၀ မီလီဂရမ်ကို ၆-နာရီခြား ထိုးပေးသင့်ပါသည်။

၇။ အစာငတ်ခံခြင်း (Refusal of Food)

စိတ်ဓာတ် အလွန်ကျဆင်းနေ၍ဖြစ်စေ၊ စကီဗီဖရီးနီးယား ဖျော့ဂါကြောင့်ဖြစ်စေ လူနာများသည် တစ်ခါတစ်ရံ အစာစားရန် ငြင်းဆိုကြလေသည်။ ရက်များစွာ အငတ်ခံသောကြောင့် အားနည်းခြင်းနှင့် ရေဓာတ်လျော့ခြင်းတို့ ဖြစ်ကြသည်။ အခြား ဖျော့ဂါများ ဝင်ရောက်သောတတ်သည်။

လူနာကို ဂလူးကို့စ်များ သွင်းပေးရပါမည်။ ဆေးရုံသို့ အမြန်ပို့၍ ဓာတ်နှိပ်ကုသပေးရပါမည်။

၈။ မငြိမ်သက်သော စိတ်ကျဆော့ (Agitated Depression)

စိတ်ကျဆော့ လူနာများသည် ငြိမ်သက်လေ့ ရှိသော်လည်း တချို့မှာ ငြိမ်သက်မှုမရှိပဲ ဂဏာမငြိမ် ဖြစ်နေတတ်သည်။ စိတ်တိုလေ့ရှိပြီး ရန်ရှာတတ်သည်။ အမြဲလှုပ်ရှားနေတတ်သဖြင့် ပင်ပန်းနွမ်းနယ်နေပေမည်။ အစားအသောက်လည်း အနည်းငယ်မျှသာ စားပါသည်။

အရေပေါ်အနေနှင့် ချက်ချင်းဆေးကုပေးရန် လိုပါသည်။
(Chlorpromazine) ၁၀၀ မီလီဂရမ် အသားဆေး ထိုးပေးရ
မည်။ ဆေးရုံသို့ အမြန်ပို့၍ ဓာတ်နှိပ်ကုသရပါမည်။ စားဆေး
အနေနှင့် Trypta သို့မဟုတ် Tryptanol ၅၀ မီလီဂရမ် တစ်နေ့
၃ ကြိမ် ပေးသင့်သည်။ အိပ်ဆေးပါ ပေးသင့်သည်။

*

စိတ်ရောဂါများကို ကုသခြင်း

ဆေးဝါးများဖြင့် ကုသခြင်း

စိတ်ရောဂါတွင် အသုံးပြုသော ဆေးများ

စိတ်ရောဂါတွင် အသုံးပြုသော ဆေးဝါးများမှာ စိတ် သို့
မဟုတ် ဗဟိုနှစ်ကြော အဖွဲ့အပေါ်တွင် အာနိသင်ရှိသော ဆေး
များ ဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းတို့ကို (Psychotropic Drugs) ဟု
ခေါ်ပါသည်။ မြန်မာလို "စိတ်ရောဂါ ပျောက်ဆေးများ" ဟု
ခေါ်ဆိုနိုင်မည် ထင်ပါသည်။

စိတ်ရောဂါ ပျောက်ဆေးများကို ၃ မျိုး ခွဲထားပါသည်။

- ၁။ အပြင်းစား စိတ်ငြိမ်ဆေးများ
(Major Tranquillisers or Neuroleptics)
- ၂။ အပျော့စား စိတ်ငြိမ်ဆေးများ
(Minor Tranquillisers.)
- ၃။ စိတ်ကျပျောက်ဆေးများ (Anti Depressants)

၅၉၆ ခေါက်စာဆန်းစေ့

အပြင်းစား စိတ်ငြိမ်ဆေးများ

အောက်ပါအတိုင်း အသုံးပြုသော Phenothiazines (၁၉၅၄ ခုနှစ်မှ စတင်ပေါ်ပေါက်သည်) အပြင်းစား စိတ်ငြိမ်ဆေးများ ဖြစ်သည်။

Phenothiazine - အုပ်စု

ဝေ့တုဗေဒအမည်	ရောင်းဝယ်သည့်အမည်	ဆေးညွှန်း မီလီဂရမ်
Chlorpromazine	Largactil; Buromazine;	၇၅-၁၀၀၀
Trifluopromazine	Siquil; Vesprin,	၅၀-၁၅၀
Thioridazine	Melleril.	၃၀-၆၀၀
Pericyazine	Neulactil	၇.၅-၆၁
Prochlorperazine	Stemetil	၁၅-၁၀၀
Perphenazine	Fentazin	၆-၆၄
Fluphenazine	Anatensol	၁၂.၅-၂၅
Enanthate		
Fluphenazine	Modecate	၁၂.၅-၂၅
Decanoate		
Trifluoperazine	Stelazine	၅-၃၀
Promazine	Prozin	၇၅-၁၀၀၀

Butyrophenone - အုပ်စု

Haloperidol	Serenace Haldol	၁.၅-၉
	Thioxanthine - အုပ်စု	
Flupenthizol	Depixol	၅၀-၄၀
Thiothixene	Narvane	၁၆-၂၀

ဆေး၏မလိုလားအပ်သော အာနိသင်များ။

ဖိနိုသိုင်ရာဇင်း ဆေးများသည် မလိုလားအပ်သော အာနိသင်များ ပေးတတ်ပါသည်။ အထူးသဖြင့် ဆေးများများ စားသောအခါ ပို၍ဖြစ်တတ်ပါသည်။ အများဆုံးဖြစ်သော မလိုလား အာနိသင်မှာ ပါကင်ဆင်၏ ရောဂါနှင့် တူသော လက္ခဏာများ (Parkinsonism) ဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းတို့မှာ-

- ၁။ ကြွက်သားများ တင်းမာလာခြင်း။
- ၂။ လမ်းလျှောက်ရခက်ခဲခြင်း။
- ၃။ လက်ကပ်ခြင်း။
- ၄။ လက်တုန်ခြင်း။
- ၅။ အကြောဆုံခြင်း။
- ၆။ မျက်နှာအမူအရာမှာ ဘာမှမဖော်ပြခြင်း။
- ၇။ သွားရည်ကျခြင်း။
- ၈။ ကြွက်သားများ အားနည်းခြင်း။
- ၉။ ခေါက်တုံ့ ခေါက်ပြန် လမ်းလျှောက်နေခြင်း။
- ၁၀။ ချွေးအလွန်ထွက်ခြင်း စသည်တို့ ဖြစ်သည်။

အခြားမလိုလား အာနိသင်များမှာ

- ၁။ ဂဏာမငြိမ် ဖြစ်နေခြင်း။ ။လူနာသည် စိတ်ငြိမ်ဆေးကြောမီ မငြိမ်မသက်ဖြစ်နေတတ်ခြင်းကို အထူး သတိထားရန်လိုသည်။ မငြိမ်မသက်ဖြစ်နေခြင်းကို ဆေးမထိရောက် သေးဟု ယူဆပြီး စိတ်ငြိမ်ဆေး ထိုးပေးလျှင် ပို၍ဆိုးတတ်သည်။ မငြိမ်မသက် ဖြစ်နေသော လူနာကို အကြောဖြေဆေး (Artane) ပေးကြည့်သင့်သည်။
- ၅။ တစ်ကိုယ်ဆုံး တွန့်လိပ်၍ အကြောဆွဲခြင်း၊ လည်ပင်းတစ်ဘက်စောင်းခြင်း၊ မျက်နှာအကြောဆွဲခြင်း၊ စကားမပီခြင်း၊ လျှာထွက်ခြင်း၊ မျက်ဖြူလန်ခြင်း၊ ခါးစောင်းခြင်း၊ ကိုယ်ပူခြင်း။
- ၆။ (Tardive Dyskinesia)ခေါ် ပါးစပ်သည် တစ်ခုခုကို ဝါးနေသကဲ့သို့ အမြဲဖြည်းညှင်းစွာ လှုပ်ရှားနေခြင်း။ မှတ်ချက်။ ။ပါးစပ်လှုပ်ရှားခြင်းသည် အချို့တွင် အမြဲဖြစ်သွားတတ်သည်။ ဖြေဆေးပေးသော်လည်းလုံးဝ မပျောက်ကင်းတတ်ပါ။ ထို့ကြောင့် ဆေးအပြင်းစားများကို အသုံးပြုတိုင်း အကြောဖြေဆေး (Artane) ကို ပူးတွဲပေးသင့်သည်။ သို့မှသာ ဤဆိုးရွားသော မလိုလား အာနိသင်ကို ကာကွယ်နိုင်ပေမည်။
- ၄။ အသားဝါရောင်။
- ၅။ သွေးပေါင်ချိန်ကျခြင်း၊ ရင်တုန်ခြင်း။

- ၆။ နှလုံးခုန်ခြင်း မူမမှန်ဖြစ်၍ မျက်စိကြည့်မကောင်းခြင်း၊ ဆီးချုပ်ခြင်း၊ ဝမ်းချုပ်ခြင်း။
- ၇။ ဝလာခြင်း၊ ရင်သားများ ကြီးလာခြင်း၊ ယောက်ျားများတွင် ပန်းညှိုးခြင်း၊ မိန်းမများတွင် လိင်စိတ် ထကြွခြင်း။
- ၈။ သွေးအားနည်းခြင်း။
- ၉။ အရေပြားရောင်များရခြင်း။
- ၁၀။ သိမ့်မှုပ်ထွေးခြင်း... စသည်တို့ ဖြစ်သည်။

အသုံးတည့်သောရောဂါများ (Indications)

ဖိနိုသိုင်ရာဇင်းများသည် အပြင်းစား စိတ်ရောဂါများအတွက် အသုံးတည့်ပါသည်။ အသုံးတည့်သော ရောဂါများမှာ—

- ၁။ စင်တီပရီးနီးယားရောဂါ။
- ၂။ စိတ်ကြွရောဂါ။
- ၃။ ဦးနှောက်နှင့် ဇန္ဓာကိုယ်ရောဂါများကြောင့် အပြုအမူများ ဖောက်ပြန်ခြင်း။
- ၄။ ဉာဏ်ရည်နိမ့်ရောဂါကြောင့် အပြုအမူဖောက်ပြန်ခြင်း။
- ၅။ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ရောဂါကြောင့် အပြုအမူဖောက်ပြန်ခြင်း။

ဆေး၏လုပ်ဆောင်ပုံ (Mode of Action)

စိတ်ငြိမ်ဆေးများသည် ဦးနှောက်၏ (Subcortical Structures) များ အပေါ် ထိတွေ့ပြီး အာနိသင် ဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။ ဆေးထိတွေ့သော အစိတ်အပိုင်းများမှာ—

- ၁။ (Limbic System) စိတ်ခံစားမှုများနှင့် သက်ဆိုင်သော အပိုင်းဖြစ်ပါသည်။
- ၂။ (Hypothalamus) အလိုအလျောက် အာရုံကြောထိမှုများ ဖြစ်ပေါ်စေသော အစိတ်အပိုင်းများ ဖြစ်သည်။
- ၃။ (Reticular System) သိမှုဖြစ်စေသော အစိတ်အပိုင်း ဖြစ်ပါသည်။

အထက်ပါအစိတ်အပိုင်းများသည် (Cerebral Cortex) နှင့် ဆက်သွယ်မှု ရှိကြပြီး လူတို့၏ အပြုအမူများကို (Cerebral Cortex) မှတစ်ဆင့် ထိန်းသိမ်း ကြလေသည်။ စိတ်ငြိမ်ဆေးများသည် ဤအစိတ်အပိုင်းများအပေါ် ထိတွေ့ လုပ်ဆောင်ခြင်းဖြင့် လူတို့၏သိမှုကိုမထိခိုက်စေဘဲ စိတ်ရှောင် လက္ခဏာများကို သက်သာပျောက်ကင်းစေလေသည်။

ဤအစိတ်အပိုင်းများတွင် (Noradrenaline, Serotonin) စသော ဦးနှောက်ဟော်မုန်းဓာတ်များ (Neuro-Hormones) ရှိကြလေသည်။ စိတ်ငြိမ်ဆေးများကိုဦးနှောက်ဟော်မုန်းဓာတ်များအပေါ် ထိတွေ့ပြီး ၎င်းတို့၏စွမ်းအင်ကို ထိန်းချုပ်တားဆီးကြလေသည်။ ဖိနိုသိုင်ရာဇင်းဆေးများသည် ဦးနှောက်ဟော်မုန်းများကို တားဆီးခြင်း၊ ဓာတ်ဖျက်ခြင်းပြုလုပ်ကြလေသည်။

ကလိုပရိုမဇင်း (Chlorpromazine)

ကလိုပရိုမဇင်းသည် ဖိနိုသာရာဇင်းဆေးများတွင် ပထမဆုံး စတင်အသုံးပြုသောဆေးဖြစ်သည်။ ကလိုပရိုမဇင်းသည် စတင်ပေါ်ပေါက်လာသည်မှယနေ့ထိ စိတ်ရှောင်မှုများအတွက် အသုံးအများဆုံးဆေးဖြစ်လေသည်။ စိတ်ရှောင် အပြင်းစားများအတွက် များစွာအသုံးဝင်သောဆေးဖြစ်သည်။

ကလိုပရိုမဇင်းကို—

- ၁။ စကိဇိုဖရိုနီးယားရောဂါ။
- ၂။ စိတ်ကြွရောဂါ။
- ၃။ အပြုအမူများဖောက်ပြန်နေသော သူငယ်ပြန်ရောဂါ။
- ၄။ အပြုအမူများဖောက်ပြန်နေသော ဉာဏ်ရည်နိမ့်ရောဂါ။
- ၅။ မငြိမ်မသက်ဖြစ်နေသော ကလေးစိတ်ရောဂါများ။
- ၆။ ခန္ဓာကိုယ်ရောဂါတစ်ခုခုကြောင့် စိတ်ဆင်းရဲနေမှုများ။
- ၇။ နာတာရှည်ကင်ဆာ ရောဂါများကြောင့် ကိုက်ခဲနာကျင်မှု။
- ၈။ ပျို့အန်ခြင်း။
- ၉။ ပိန်နေသူများ ဝလာစေရန် (ဝဆေးအဖြစ်)။

၁၀။ အငက်နှင့်မူးယစ်ဆေးဝါးဖြတ်ခြင်း.... စသည်တို့တွင် အသုံးပြုနိုင်သည်။

Trifluoperzine. (Stelazine-စတဲလားဇင်း)

ဤဆေးသည် ကလိုပရိုမင်းထက်ပို၍ အာနိသင်ကောင်းလေသည်။ အာနိသင်သက်ရောက်မှုမှာလည်း ပို၍ကြာမြင့်လေသည်။ လူနာကို ပို၍သွက်လက်ဖျတ်လတ်စေသည်။ ထို့ကြောင့် နှေးကွေးဆုတ်နစ်နေသော၊ ခံစားမှုမပြုသော၊ လှုပ်ရှားမှုမရှိသော၊ စိတ်ကစဉ်ကလျား လူနာများအတွက် ကလိုပရိုမင်းထက်ပိုမိုကောင်းမွန်သောဆေးဖြစ်သည်။ အထူးသဖြင့် သံသယစက်ငိုဖရီးနီးယားရောဂါတွင် အင်မတန် အစွမ်းရှိသော ဆေးဖြစ်လေသည်။

သို့သော်...စတဲလားဇင်းသည် သုံးစွဲသူများတွင် မလိုလားအာနိသင်များ ဖြစ်ပေါ်စေတတ်သည်။ မလိုလားအာနိသင်များမှာ (Extra-Pyramidal Side Effects) ဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့မှာ ခေါင်းစောင်းခြင်း၊ လည်ပင်းစောင်းခြင်း၊ ခါးစောင်းခြင်း၊ ကြွက်သားများတင်းမာနေခြင်း၊ လက်တုန်ခြင်း၊ ပါးစပ်ခွဲခြင်းနှင့် ပါကင်ဆင်ဇီလကွဏာများ စသည်တို့ ဖြစ်လေသည်။

အထက်ပါ မလိုလားအာနိသင်များကို ပျောက်ကင်းစေရန်ဆေးကို ဆက်လက် မမှီဝဲခြင်း၊ ဆေးညှန်းကို လျှော့ချခြင်း သို့မဟုတ် (Artane) စသော ပါကင်ဆင်ဇီလကွဏာများပျောက်ဆေးကို တပြိုင်တည်းစားသုံးရပါသည်။

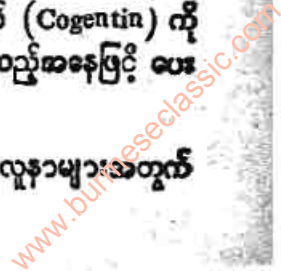
Fluphenazine Decanoate (Modecate)

ဤဆေးမှာ နာတာရှည်စက်ငိုဖရီးနီးယားရောဂါသည်များအတွက် အလွန်သင့်လျော်သော ဆေးဖြစ်သည်။ သို့သော်...ဒေါက်တာ (Leff) ၏လေ့လာချက်အရ ရောဂါအလားအလာအလွန် ကောင်းသူများနှင့် အလားအလာ မကောင်းသူများအတွက် မသင့်လျော်ဘဲ အလားအလာအကောင်းနှင့်မကောင်း “ကြား” တွင်ရှိသော လူနာများအတွက် အထူး ကောင်းမွန်ကြောင်း သိရလေသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ မိုဒီကိတ်ဆေးသည် အလားအလာ ကောင်းသူများနှင့် မကောင်းသူများတွင် ထိရောက်မှုမရှိလှချေ။

လက်တွေ့အတွေ့အကြုံများအရမူ မိုဒီကိတ်သည် နာတာရှည်လူနာများအတွက် အလွန်ကောင်းမွန်သော ဆေးဖြစ်ပါသည်။ ၁၂၅ မီလီဂရမ်ကို အသားဆေးအဖြစ် ၂-ပတ်လျှင် တစ်ကြိမ် ထိုးပေးရုံနှင့် အချို့သော စက်ငိုဖရီးနီးယား ရောဂါများကို ဆက်သားပျောက်ကင်းစေပါသည်။

မိုဒီကိတ်၏မလိုလားအာနိသင်များ ပါကင်ဆင်ဇီလကွဏာများဖြစ်ပေါ်စေသဖြင့် (Artane) သို့မဟုတ် (Cogentin) ကို ဆေးထိုးသည့်နေ့မှ ၃-ရက်ခန့်ထိ ကာကွယ်သည့်အနေဖြင့် ပေးသင့်ပါသည်။

မိုဒီကိတ်သည် ဆေးတိုက်ရခက်ခဲသော လူနာများအတွက် သင့်တော်သော ထိုးဆေးဖြစ်သည်။



Fluphenazine Enanthate. (Anatensol)

(Anaten sol) သည် (Modecate) နှင့် ဆင်တူသော ဆေးဖြစ်သည်။ (Modecate) မရပါက (Anatensol) ကို အသုံးပြုနိုင်သည်။ အချို့ လူနာများသည် (Anatensol -) နှင့် မှုထက်သာပျောက်ကင်းတတ်သည်။

Thioridazine. (Mellaril, - မယ်လာရင်း)

(Mellaril) သည် မလိုလားအာနိသင်များအနည်းဆုံးဆေးဖြစ်သဖြင့် အသက်ကြီးသောလူနာများနှင့် ကလေးလူနာများအတွက် ကောင်းမွန်သော ဆေးတစ်လက် ဖြစ်သည်။ အချို့လူနာများသည်လည်း မယ်လာရင်းနှင့် မှုထက်သာပျောက်ကင်းတတ်သည်။

Butyrophenone - ဆေးများ

ဤအုပ်စုမှထင်ရှားသောဆေးမှာ Haloperidol (Serenace) နှင့် Haldol ဖြစ်သည်။ ဆေး၏အာနိသင်မှာ ပီနိုသိုင်းဆင်းများထက် အစွမ်းပိုထက်ကြောင်း တွေ့ရလေသည်။

Serenace နှင့် Haldol သည် စိတ်ကြွရောဂါများအတွက် အထူးကောင်းမွန်လေသည်။ သတိလက်လွတ်ဖြစ်အောင် ကြမ်းတမ်းခြင်းများအတွက်လည်း အသုံးဝင်လှသောဆေးဖြစ်သည်။ “ဆဲရီနေ” သည် ပါကင်ဆင်၏ လက္ခဏာများ အလွန်မြန်ထက်သဖြင့် အကြောဖြေဆေး Artane ကို ပူးတွဲပေးရသည်။

Thioxanthine - -

ဤဆေး thiothixene (Navane) = သည် ကော်ဇိုဖရိုနီးယားရောဂါအတွက် ကောင်းမွန်သော ဆေးတစ်လက် ဖြစ်သည်။

Flupenthizol (Depixol) - သည် မိုဒီကိတ်ကဲ့သို့ ကြာရှည်ခံဆေး ဖြစ်သည်။ “ဒီပစ်ဆော” သည် ကော်ဇိုဖရိုနီးယားနှင့် စိတ်ကျရောဂါ ပူးပေါင်းနေခြင်းအတွက် အထူးကောင်းမွန်သော ဆေးဖြစ်သည်။ ဆေးညှန်းမှာ ၂၀ မှ ၄၀ မီလီဂရမ် ၂ ပတ် တင်ကြိမ် အသားဆေး ထိုးပေးနိုင်ပါသည်။

စိတ်ကျပျောက်ဆေးများ (Antidepressants)

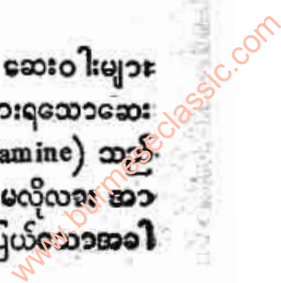
စိတ်ကျပျောက်ဆေးများမှာ ၃ မျိုး ရှိပါသည်။

၁။ ဗဟိုနစ်ကြောအဖွဲ့ကို လှုံ့ဆော်သည့် ဆေးများ။

၂။ Mono, Amine Oxidase. Inhibitors ဆေးများ

၃။ Tricyclic = ဆေးများ

၁။ ဗဟိုနစ်ကြောအဖွဲ့ကို လှုံ့ဆော်သည့် ဆေးဝါးများသည် ၁၉၅၇ ခု၊ မတိုင်မီက အဓိက အားထားရသောဆေးများ ဖြစ်လေသည်။ အင်ဖင်တမင်း (Amphetamine) သည် အသုံးများသောဆေး ဖြစ်လေသည်။ သို့သော် မလိုလားအာနိသင်များ (စွဲစေခြင်း၊ ဆေးယဉ်ခြင်း၊ ဆေးပြယ်လာအခါ



ဥပမာ ဓာတ်တူဆန်းဖောင့်

နူးချိခြင်း၊ စိတ်တိုခြင်း၊ စိတ်ကျခြင်း) စသည်တို့ ရှိကြသဖြင့် အသုံးမပြုသင့်တော့သော ဆေး ဖြစ်လေသည်။ အင်ဖင်တမင်း စိတ်ဖောက်ပြန်ခြင်း (Amphetamine Psychosis) လည်း ဖြစ်တတ်ပါသည်။ ၎င်းရောဂါမှာ စင်တိုဖရီးနီးယားနှင့် လက္ခဏာများ အတော်တူညီလေသည်။

ထို့ပြင် အင်ဖင်တမင်းသည် အပျော့စား စိတ်ကျဝေဒနာကိုသာ သက်သာစေပါသည်။ အလယ်အလတ်နှင့် အပြင်းစား စိတ်ကျရောဂါများအတွက် ထိရောက်မှုမရှိချေ။

ရီတယ်လင် (Ritalin) သည်လည်း အစွမ်းထက်သော ဆေးတစ်ဆက် ဖြစ်လေသည်။ သို့ရာတွင် အင်ဖင်တမင်းကဲ့သို့ မလိုလားအာနိသင်များရှိသဖြင့် အသုံးနည်းပါသည်။

J Mono Amino Oxidase Inhibitors. (M.A.O.I)

ဤဆေးများသည် မိုနိုအင်မင်းဓာတ်များ Oxidation ဖြင့် ပျက်ပြားသွားမှုကို တားဆီးသည့် ဆေးများဖြစ်သည်။

စိတ်ကျရောဂါတွင် Noradrenalin နှင့် Serotonin စသော အင်မင်းဓာတ်များ လျော့နည်းနေကြောင်း တွေ့ရသည်။ M.A.O.I များသည် အင်မင်းဓာတ် ပျက်စီးမှုကို တားဆီးခြင်းဖြင့် အင်မင်းဓာတ် များပြားအောင် ပြုလုပ်ကြလေသည်။ အင်မင်းဓာတ်များခြင်းဖြင့် စိတ်ကျရောဂါကို သက်သာပျောက်ကင်းစေသည်။

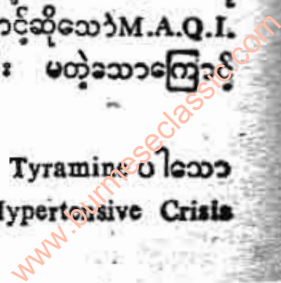
ပထမဆုံး စတင်အသုံးပြုသော M.A.O.I မှာ Iproniazid ဖြစ်သည်။ Iproniazid ကို အဆုတ်နာရောဂါအတွက် ထော်

အသုံးပြုရာမှ စိတ်ဓာတ်တက်ကြွမှု အာနိသင်ကို သိရှိထားသည်။ သို့သော် Iproniazid သည် အသည်းကို အဆိပ်သင့်စေသဖြင့် ဘေးဥပစကင်းသော ဆေးတလက် မဟုတ်ချေ။

Tranlycypromine သည် အာနိသင်အရှိဆုံး ဆေးဖြစ်သည်။ Nialamide နှင့် Isocarboxazid တို့သည် စိတ်အချရဆုံး ဆေးများဖြစ်သည်။ အခြားဆေးများမှာ အလယ်အလတ် အာနိသင် ရှိလေသည်။

M. A. O. I များကို သုံးစွဲနေသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် Tyramine ဓာတ်ပါသော အစားအစာများကို ရှောင်ကြဉ်ရန် လိုအပ်သည်။ ပဲရှည်သီး၊ ပေါ၊ ဒိန်ခဲ၊ အရက်၊ ဘီယာ၊ အမဲသား၊ အစရှိသည်နှင့် ပက်သဒင်း၊ မော်ဖင်း၊ အက်ဖီဒရင်း စသည့် ဆေးဝါးများကို ရှောင်ကြဉ်ရပြန်သည်။ M.A.O.I ဆေးများ သုံးနေသူသည် ဆရာဝန်ညွှန်ကြားချက်မရပဲ အခြားဆေးဝါးများကို မသုံးစွဲရပါ။ အစားအစာများကိုလည်း ဆင်ခြင်ရပါသည်။ ထို့ပြင် M.A.O.I နှင့် မသက်သေ၍ Tricyclic ကို ပြောင်းလဲအသုံးပြုလိုလျှင် ၁၈ ရက်မှ ၁၄ ရက်ခန့်ထိ M.A.O.I မသုံးစွဲပဲ နေပြီးမှသာ Tricyclic ကို ပြောင်းလဲအသုံးပြုနိုင်သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် M.A.O.I နှင့် Tricyclic တို့သည် အချင်းချင်း မတုံ့သောကြောင့် ဖြစ်သည်။

M.A.O.I ကို သုံးစွဲနေစဉ်အတွင်း Tyramine ပါသော အစားအစာများကို စားသုံးမိပါက Hypertensive Crisis



သွေးပေါင်ချိန် မြင့်၊ ကနဲထက်ခြင်းကို ခံစားရလေသည်။ ထိုအကြောင်းကြောင့် ပြင်းထန်စွာ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ အန်ခြင်းနှင့် ဦးနှောက်သွေးကြောပြတ်ခြင်းတို့ ဖြစ်တတ်သည်။ အပြင်းအထန် ဖျားတတ်ပါသည်။

Hypertensive Crisis ဖြစ်ရခြင်း အကြောင်းရင်းမှာ M.A.O.I သုံးသူများတွင် Tyramine ကို စားသုံးလိုက်ပါက Tyramine သည် အူထဲနှင့် အသည်းတွင် မခြေဖျက်တော့ပဲ သွေးကြောထဲသို့ စုပ်ယူသွားလေသည်။ ထို့ကြောင့် ရှုတ်တရက် သွေးပေါင်ချိန် မြင့်တက်လာခြင်းဖြစ်သည်။ သာမန်အားဖြင့် Tyramine ကို အူထဲနှင့် အသည်းတွင် ခြေဖျက်ပစ်လေ့ရှိသည်။

ဤမျှ အန္တရာယ်များသော M.A.O.I များကို မြန်မာပြည်တွင် အသုံးနည်းပါသည်။ အနောက်နိုင်ငံများတွင် ဆက်လက်၍ သုံးစွဲနေကြသေးသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် တချို့လူနာများမှာ(M.A.O.I)နှင့်မှထက်သာသောကြောင့်ဖြစ်သည်။

M.A.O.I ဆေးများ

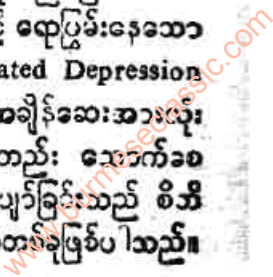
ဓာတုဗေဒအမည်	ရောင်းဝယ်အမည်	ဆေးညွှန်း မီလီဂရမ်
Isocarboxazid	Marplan	10-60
Nialamide	Niamid	35-300
Phenelzine	Nardil	15-75
Iproniazid	Marsalid	5-75
Tranlycypromine	Parnate	10-30

Tricyclic စိတ်ကျပျောက်ဆေးများ

Imipramine (Tofranil) သည် ဓာတုဗေဒ သဘောအရ ကလိုပရိုမင်းနှင့် များစွာဆင်တူသည်။ ထို့ကြောင့် Imipramine ကို စိတ်ငြိမ်ဆေးအဖြစ် စတင်သုံးစွဲခဲ့သည်။ သို့သော် ထိုဆေးကဲ့သို့ အာနိသင်ကို မတွေ့ပဲ ၁၉၅၀ ခုနှစ်တွင် Kuhn အမည်ရှိ ပုဂ္ဂိုလ်က စိတ်ကျပျောက်တွင် စတင်အသုံးပြုကြည့်ရာ မှ ထိုဆေးကဲ့သို့ အာနိသင်ရှိကြောင်း တွေ့ရလေသည်။ ထိုမှစ၍ ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းလုံးတွင် စိတ်ကျပျောက်ဆေးအဖြစ် သုံးစွဲကြလေသည်။

Imipramine သည် အချို့သော စိတ်ဓာတ်ကျပျောက်များတွင် အလွန်ထိရောက်သော ဆေးဖြစ်သည်။ ယခုခေါ် Tricyclic စိတ်ကျပျောက်ဆေးများ အများအပြား ပေါ်ထွက်လာကြသော်လည်း လက်ဖောင်းဆေးကြီးဖြစ်သော Imipramine ကို လက်မလွတ်နိုင်သေးပေ။ ဆေးကို သုံးစွဲသူသည် စိတ်၏ အာနိသင်ရရှိစေရန် တစ်ပတ်မှ ၃ ပတ် အထိ စောင့်ရလေသည်။

Imitryptaline နှင့် Trimipramine တို့သည် ငြိမ်သက်စေသော အာနိသင်ပါရှိသဖြင့် စိတ်သောကနှင့် ရောပြင်းနေသော စိတ်လှုပ်ရှားမှုနှင့် ရောပြင်းနေသော Agitated Depression များတွင် ပို၍သင့်လျော်လေသည်။ ညဉ့်အချိန်ဆေးအားလုံး ဥပမာ- ၁၅၀ မီလီဂရမ် ညဉ့်တွင် တစ်ချိန်တည်း သောက်စေခြင်းဖြင့် အိပ်ပျော်စေနိုင်ပါသည်။ အိပ်မပျော်ခြင်းသည် စိတ်ကျပျောက်တွင်အလွန်ထင်ရှားသောသက္ကဏာတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။



Desipramine, Protryptaline နှင့် Nortriptyline တို့သည် စိတ်ဓာတ်ကို လှုံ့ဆော်ပေးသော အာနိသင်များ ဖြစ်၍ ကိုယ်စိတ်လေးလံနေသော စိတ်ကျဆင်းမှုကို သက်သာပျောက်ကင်းစေသည်။

ဆေး၏လုပ်ဆောင်ပုံ (Mode of Action)

Tricyclic စိတ်ကျပျောက်ဆေးများသည် ဦးနှောက်ဖော်မိုးများဖြစ်သော Noradrenalin နှင့် Serotonin တို့ကို Receptor မှ တစ်ဖန် စုပ်ယူခြင်းကို ကာကွယ်ထားသည်။ ထို့ကြောင့် ဦးနှောက်ဖော်မိုးများသည် သွေးထဲတွင် လျော့နည်းမသွားပဲ များပြားလာလေသည်။ ထိုသို့ များပြားလာခြင်းဖြင့် စိတ်ဓာတ်တက်ကြွစေပြီး စိတ်ကျဆင်းမှုကို သက်သာပျောက်ကင်းစေသည်။

Tricyclic စိတ်ကျပျောက်ဆေးများ

ဓာတုဗေဒအမည်	ရောင်းဝယ်အမည်	ဆေးညှိန်းဗီလီဂရမ်
Trimipramine	Surmontil	၅၀-၁၅၀
Amitryptaline	Tryptanol	၅၀-၂၅၀
Desipramine	Pertofran	၅၀-၁၅၀
Imipramine	Tofranil	၅၀-၁၅၀
Nortriptyline	Aventyl	၃၀-၁၅၀
Protriptyline	Concordin	၁၅-၆၀
Dothiepen	Prothiaden	၇၅-၁၅၀
Clomipramine	Anafranil	၅၀-၁၅၀
Doxipin	Sinequan	၅၀-၁၅၀

မလိုလားအာနိသင်များ

၁။ နှလုံးထုတ်နှုန်း

Tricyclic စိတ်ကျပျောက်ဆေးများသည် နှလုံးခုန်ခြင်းကို မူမမှန်ဖြစ်စေ၍ ရုတ်တရက် သေဆုံးတတ်သည်။

- ၂။ ဆီးချုပ်ခြင်း။
- ၃။ ဝမ်းချုပ်ခြင်း။
- ၄။ အာခေါင်ခြောက်ခြင်း။
- ၅။ မျက်စိကြည့်မကောင်းခြင်း။
- ၆။ ချွေးသိပ်ထွက်ခြင်း။
- ၇။ သွေးကျခြင်း။
- ၈။ ရင်တုန်ခြင်း။
- ၉။ လက်တုန်ခြင်း။

အသုံးမပြုသင့်သော အခြေအနေများ

- (၁) ရေတိမ်ခရာဂါ။
- (၂) ဆီးချုပ်ရောဂါ။

Lithium Salts.

Lithium သည် မကြာခင် ပြန်ဖြစ်သော စိတ်ကြွ စိတ်ကျဆင်းမှုများကို သက်သာပျောက်ကင်းစေတတ်သည်။ စိတ်ကြွဆေးဝါးဖြစ်စေ၊ စိတ်ကျဆင်းမှုဖြစ်စေ၊ မကြာခင် ပြန်ဖြစ်နေပါက Lithium (လီသီယံ) ကို ပေးခြင်းဖြင့် ရောဂါသက္ကတာများ

ရောဂါနည်းစေခြင်းနှင့် ပျောက်ကင်းခြင်းတို့ ဖြစ်တတ်ပါသည်။ အသုံးပြုများသော ဆေးမှာ (Lithium Carbonate) ဖြစ်ပြီး ဆေးညွှန်းမှာ တစ်နေ့လျှင် ၄၀၀ မှ ၁၂၀၀ မီလီဂရမ် ဖြစ်သည်။ အများအားဖြင့် ၈၀၀ မီလီဂရမ်ကို ညဉ့်အိပ်ခါနီး တစ်ကြိမ်တည်း အသုံးပြုကြသည်။

လီသီယံ၏ အာနိသင်သည် သွေးထဲ၌ သင့်တော်သော ဆေး အချိန်အဆ ရှိမှသာ အစွမ်းထက်မြက်လေသည်။ သွေးထဲ၌ ရှိသင့်သော အချိန်အဆမှာ .၅ မှ ၁.၅ MEq/Litre ဖြစ်သည်။ .၅ ထက် လျော့နည်းနေပါက အာနိသင်မရှိပဲ ၁.၅ ထက် များနေပါကလည်း မလိုလား အာနိသင်များ၊ အဆိပ်သင့်မှုများ ဖြစ်စေတတ်သည်။

လီသီယံနှင့် တည့်ပါက ဆေးကိုကြာရှည်စွာ စားရန် လို လေသည်။ ဆေး၏အာနိသင် အပြည့်အစုံကို သိရှိရန် ဆေးကို အချိန်ကြာမြင့်စွာ စားရန်လိုသည်။ ဆေးထဲတွင်ရှိသော လီသီယံ အချိန်အဆကို တိုင်းတာရန် စက်ကိရိယာတစ်ခု လိုအပ်သည်။ စက်ကိရိယာနှင့် မကြာခဏ စမ်းသပ်စစ်ဆေးရန် လိုသည်။ ထို့ကြောင့် လီသီယံသုံးစွဲခြင်းသည် လွယ်ကူသော အလုပ်တစ်ခု မဟုတ်ပေ။

လီသီယံကို ကျောက်ကပ်မှတစ်ဆင့်အပြင်သို့ထုတ်ပစ်ရသည်။ ထို့ကြောင့် ကျောက်ကပ်ရောဂါရှိသူများသည် လီသီယံ ဆေးကို မသုံးသင့်ချေ။ လီသီယံသည် ဆိုဒီယမ်ခြပ်ကို ပြောင်း လဲစေသဖြင့် သွေးလှည့်ပတ်မှု အားနည်းသောရောဂါ(Circula

tory Failure) ရှိသူများလည်း လီသီယံကို မသုံးသင့်ချေ။ လီသီယံသည် ရိုးရိုးစိတ်ကျရောဂါအတွက် မကောင်းပါ။ မကြာခဏပြန်ဖြစ်နေသော စိတ်ကျရောဂါအတွက်သာကောင်း ပါသည်။ ထို့ထက်သော် မကြာခဏပြန်ဖြစ်သော စိတ်ကြွေးဆ ရောဂါအတွက် ပို၍ကောင်းလေသည်။

လီသီယံကို စားသုံးသူသည် တခြားစိတ်ငြိမ်ခန်းများကို လည်း လိုအပ်ပါက ပေးနိုင်ပါသည်။

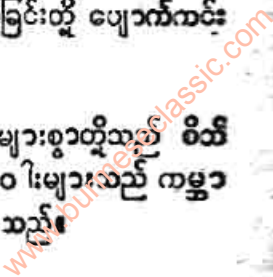
လီသီယံသည် မလိုလားအပ်သော အာနိသင်များနှင့်အဆိပ် သင့် အာနိသင်တို့ ဖြစ်တတ်သဖြင့် အသူးသတ်သား၍ သုံး သင့်သော ဆေးဖြစ်ပါသည်။

(Minor Tranquillisers)

စိတ်ငြိမ်ခန်း အပျော့စားများ

ဤဆေးများကို (Neuroses) ခေါ် စိတ်ရောဂါအပျော့ စား များတွင် အသုံးပြုသည်။ ဤဆေးများ၏ အဓိက အာနိ သင်မှာ စိုးရိမ်သောကနှင့် စိတ်တင်းကျပ်ခြင်းတို့ ပျောက်ကင်း စေခြင်း ဖြစ်သည်။

ကမ္ဘာပေါ်ရှိ လူဦးရေ သန်းပေါင်းများစွာတို့သည် စိတ် သောကများ ခံစားနေကြသဖြင့် ဤဆေးဝါးများသည် ကမ္ဘာ ပေါ်တွင် အသုံးအများဆုံးဆေး ဖြစ်လေသည်။



၃၁၄ စက်ဆာညွှန်းစောင်

အသုံးပြုလေ့ရှိသော ဆေးများမှာ....

၁။ Chlordiazepoxide (Librium, Relesan)
Bonpine.

၂။ Diazepam (Valium, Stesolid, Diapine)

၃။ Lorazepam (Ativan)

ဆေးညွှန်း-

Relesan - ၁၀ မီလီဂရမ် တစ်နေ့ ၃ ကြိမ်။

Valium - ၂ မီလီဂရမ် တစ်နေ့ ၃ ကြိမ်။

Ativan - ၁ မှ ၂ မီလီဂရမ် တစ်နေ့ ၃ ကြိမ်။

Valium သည် စိတ်သောက ပျောက်ကင်းစေရုံသာမက ထက်ခြင်းကိုပါ ပျောက်ကင်းစေပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဆက်စိုက်ထက်သော လူနာတစ်ဦးကို Valium ၁၀ မီလီဂရမ် အကြောင်းဆေး ထိုးပေးခြင်းဖြင့် သက်သာပေးပါသည်။

*

စိတ်ကုထုံးများ (Psychotherapy)

စိတ်ကုထုံးဆိုသည်မှာ ရောဂါသက္ကတာများ ပျောက်ကင်းစေရန် ဆရာနှင့် လူနာအကြား စကားပြော ဆက်ဆံခြင်းကို ခေါ်ပါသည်။ စကားပြော၍ လူနာ၏ ချွတ်ယွင်းနေသော ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးကို ပြုပြင်ပေးရပါသည်။ စင်စစ် လူနာ၏ ချွတ်ယွင်းနေသော ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးကြောင့် စိတ်ဆင်းရဲမှုများ ခံစားနေရလေသည်။

ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် အဓိပ္ပာယ် ဖွင့်မည်ဆိုလျှင် လူနာ၏ ရောဂါသက်သာစေရန် တစ်စုံတစ်ခုသော အကြံဉာဏ်ပေး၍ နှစ်သိမ့်အားပေးမှု ပြုခြင်းကိုပင် စိတ်ကုထုံးဟု ခေါ်ဆိုနိုင်ပါသည်။ ၎င်းကို "အပေါ်ယံစိတ်ကုထုံး" (Superficial Psychotherapy) ဟု ခေါ်ပါသည်။ အပေါ်ယံ စိတ်ကုထုံးတွင် လူနာ၏ စကားများနှင့် အပြုအမူများကိုကြည့်၍ ဘာကြောင့်ကြုံသို့

ဖြစ်နေရသည်ကို စဉ်းစားခြင်း၊ ကောက်ချက်ဆွဲခြင်းတို့ မပြုလုပ်ချေ။ သာမန်အရပ်သုံး စကားများဖြင့် အပေါ်ယံနှစ်သိမ့်မှု ပေးခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။

ပြဿနာတစ်ခုကို မည်သို့ဖြေရှင်းသင့်သည်။ ပြဿနာကို ဖြေရှင်းလိုက်လျှင် အားလုံးပြေလည်သွားမည်။ စိတ်ဓာတ်မကျနှင့်၊ ကိုယ်အပြုအမူများကို အနည်းငယ်ပြုပြင်ပေးရန်သာလိုသည် စသည်ဖြင့် ပြောပြသင့်ပါသည်။ ထိုသို့ ဆရာဝန်များက နှစ်သိမ့်အားပေးလေ့ရှိသဖြင့် ရောဂါများကို ကုသရာ၌ ဆေးများပေး၍ ကုသသော်လည်း စိတ်ကုထုံးလည်း ပါဝင်နေကြောင်း တွေ့ရလေသည်။

လူတစ်ယောက်သည် တစ်စုံတစ်ခုသော စိတ်ညစ်စရာကြောင့် စိတ်ဖိစီးမှုများကို အခိုက်အတန့်အားဖြင့် ခံစားနေရလေသည်။ ထိုသူ၏ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးမှာ ယခု ခံစားနေရသော စိတ်ညစ်ညူးစရာကို ဖယ်ရှားလိုက်လျှင် ပုံမှန်သို့ရောက်အောင် ပြုပြင်နိုင်သော ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးရှိသူဖြစ်လျှင် “အပေါ်ယံ စိတ်ကုထုံး” ဖြင့်ပင် သက်သာသွားနိုင်ပါသည်။

သို့သော် လူတစ်ယောက်သည် အလွန်အရှက်ကြီးသည်။ ထိုအရှက်ကြီးမှုသည် သူ့ဘဝတစ်လျှောက်လုံးကို ဒုက္ခပေးနေသည်။ လူစိမ်းတစ်ဦးနှင့်တွေ့တိုင်း ရှက် ကိုး ရှက် ကန်း ဖြစ်၍ အနေအထိုင် ကျပ်တည်းသည်။ ထိုသူကို “အပေါ်ယံ စိတ်ကုထုံး” ဖြင့် ကြာရှည်မကူညီနိုင်ပါ။ ခဏသာ ကူညီနိုင်ပါမည်။ ထိုသူ

သည် သူ့များ၏ အားပေးမှုကို အမြဲတောင်းခံနေပေမည်။ သူ့ကိုယ်သူ အားကိုးမှုမရှိ၊ လွတ်လပ်မှုမရှိ၊ ထိုသို့ဖြစ်ရခြင်းမှာ သူ၏ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ချို့တဲ့မှုကြောင့်ပင် ဖြစ်သည်။ ထိုချို့တဲ့မှုကြောင့် သူ့ဘဝသည် သာယာပျော်ရွှင်မှု မရှိနိုင်တော့ပါ။

ထို့ကြောင့် စိတ်ကုထုံးကို အသုံးပြုရာတွင်

(က) ဘာကြောင့် မကောင်းမြင်သနည်း။ သူ၏ ကိုယ်ရည် ကိုယ်သွေးများစွာ ချွတ်ယွင်းနေ၍လော။

(ခ) ဤပုဂ္ဂိုလ်သည် စိတ်ကုထုံးဖြင့် ကုသ၍ ရပါမည်လော စသည်ဖြင့် ချင့်ချိန်ဆုံးဖြတ်သင့်ပါသည်။

စိတ်ကုထုံးအမျိုးမျိုး (Types of Psychotherapy)

စိတ်ကုထုံးများကို ကုသပေးသည့် အတိမ်အနက် Depth of Approach နှင့် ကုသပေးသည့် ပုံစံကိုလိုက်၍ ခွဲခြားနိုင်ပါသည်။

ကုသပေးသည့်အတိမ်အနက်ကို လိုက်၍ အောက်ပါအတိုင်း ညွှန်ကြားခွဲခြားနိုင်ပါသည်။

(၁) အပေါ်ယံစိတ်ကုထုံး (Superficial Psychotherapy)
လတ်တလောပြဿနာများကို အပေါ်ယံသဘောအဖြစ် ပေးရသည်။

(၂) အချိန်တိုစိတ်ကုထုံး (Short-Term Psychotherapy)

ပြဿနာကို အတွင်းကျကျလေ့လာစူးစမ်းသည်။ သို့သော် အချိန်တိုနှင့်သာ စိတ်ကုထုံးကို အသုံးပြုသည်။ လူနာ၏ ချွတ်ယွင်းနေသော ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးများမှ အချို့ကိုသာ ပြုပြင်ရန် ကြိုးစားသည်။

(၃) အချိန်ကြာ စိတ်ကုထုံး (Long-Term Psychotherapy)

အတွင်းကျကျပင် လေ့လာစုံစမ်းသည်။ အချိန်ကြာကြာ ဆေးကုသသဖြင့် ငယ်စဉ်ကအတွေ့အကြုံများနှင့် ခံစားမှုများကို လေ့လာစူးစမ်းပါသည်။ ရင်နာရသော၊ စိတ်ဆင်းရဲရသော၊ ငယ်စဉ်က အတွေ့အကြုံများ၊ စိတ်ခံစားမှုများကို သက်သေသိ သက်သာစွာ ပြန်လည်ခံစားရအောင် ပြုပြင်ပေးရသဖြင့် အချိန် အလွန်ကြာပါသည်။

(၄) စိတ်ခွဲစိတ်ကုထုံး (Analytical Psychotherapy)

လူနာ ငယ်စဉ်မှစ၍ အဆင့်ဆင့်ကိုယ်စိတ်ကြီးထွားလာပုံ ထိုအဆင့်ဆင့်တို့တွင် တွေ့ကြုံခဲ့သော ပဋိပက္ခများ၊ ပြဿနာ များကို စူးစမ်းရှာဖွေပြီး ပြေလည်အောင် ပြေလင်းပေးရသော နည်းဖြစ်သည်။ ဤနည်းတွင် ပြဿနာ၏အဓိပ္ပာယ်ကောက်နုတ် ကျမ်းကျင်မှု လိုအပ်လေသည်။ ထိုကျမ်းကျင်မှု ရရှိရန် အထူး သင်တန်းများ တက်ရောက်ရန် လိုအပ်လေသည်။

ဤနည်းဖြင့် ကုသလျှင် ၅ နှစ်မှ ၁၀ နှစ်ထိ အချိန်ကြာ မြင့်တတ်သည်။

ယေဘုယျအားဖြင့် အတွင်းကျကျလေ့လာစူးစမ်းသော အချိန်ကြာလေဖြစ်သည်။ ဥပမာ အပေါ်ယံ စိတ်ကုထုံးကို သုံးလျှင် လူနာကို တစ်ပတ်တစ်ကြိမ်ခန့် သို့မဟုတ် နှစ်ပတ် တစ်ကြိမ်ခန့်သာ တွေ့ဆုံဆွေးနွေးကုသပေးရန်လိုသည်။ စိတ်ခွဲ ကုထုံးကိုအသုံးပြုလျှင် လူနာကို ပထမပိုင်းတွင် နေ့စဉ်တွေ့ဆုံ ကုသရန် လိုသည်။

စိတ်ကုထုံးတွင် ပုံစံအမျိုးမျိုးနှင့် ကုသနိုင်သည်။ လူနာတစ် ဦးချင်း၏ အခြေအနေများနှင့် လိုအပ်ချက်များကို လိုက်၍ ပုံစံ (Setting) အမျိုးမျိုး ဆုံးဖြတ်နိုင်သည်။ ပုံစံအမျိုးမျိုးမှာ အောက်ပါအတိုင်း ဖြစ်သည်။

(၁) တစ်ဦးချင်းစိတ်ကုထုံး (Individual Psychotherapy)

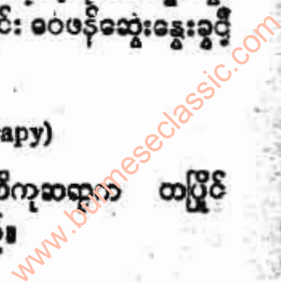
လူနာနှင့် စိတ်ကုဆရာတို့ သီးသန့်အခန်းထဲတွင် နှစ်ဦးချင်း တွေ့၍ တွေ့ဆုံဆွေးနွေးကုသခြင်း ဖြစ်သည်။

(၂) အုပ်စုစိတ်ကုထုံး (Group Psychotherapy)

ရောဂါချင်းတူညီသောလူနာများကို အုပ်စုလိုက် ဆွေးနွေး ကုသပေးခြင်းဖြစ်သည်။ လူနာအချင်းချင်း ဝေဖန်ဆွေးနွေးခွင့် ရှိသည်။

(၃) မိသားစုကုသခြင်း (Family Therapy)

လူနာနှင့် ၎င်း၏မိသားစုများကို စိတ်ကုဆရာ တပြိုင်နက် တွေ့ဆုံဆွေးနွေးကုသခြင်း ဖြစ်သည်။



(၄) ဇနီးမောင်နှံကုသခြင်း (Marital Therapy)

အိမ်ထောင်ရေးအဆင်မပြေမှုကြောင့် စိတ်အနှောင့်အယှက် ဖြစ်နေသူ ဇနီးမောင်နှံများကို မျက်နှာစုံညီတွေ့ဆုံဆွေးနွေး ကုသခြင်း ဖြစ်သည်။

(၅) ဇာတ်သဘင်ခင်းကျင်းရွှ်ကုသခြင်း (Psycho-Drama)

အတွင်းလူနာများသည် မိမိတို့ပြဿနာများ စိတ်ပဋိပက္ခ များကို ဇာတ်ခင်းကျင်းရွှ်ဖော်ပြခြင်း ဖြစ်သည်။ ဇာတ် သဘင်မှာ ပြဇာတ်တိုတစ်ခုခုအသွင် ဖန်တီးရယူနိုင်သည်။ ကာ ယကံရှင် လူနာများသည် မိမိနှင့်ဆီလျော်သော ဇာတ်လမ်း တွင် ဇာတ်ကောင်များအဖြစ် မိမိတို့ကိုယ်တိုင်ကပြနိုင်သည်။ မိမိ၏နေရာတွင် အခြားဇာတ်ကောင်များကိုထည့်၍ ၎င်းတို့၏ ခံစားမှုများကို ရင်ဖွင့်ပြခြင်းဖြင့် ရောဂါသက်သာနိုင်သည်။ မိမိတို့၏မူမမှန်သော အပြုအမူများကို စိတ်ကုသရာက အကြံ ဉာဏ်ပေး၍ ပြုပြင်နိုင်သည်။

စိတ်ကုထုံး၏ လုပ်ဆောင်ချက်
Mechanism of Psychotherapy

စိတ်ကုထုံး၏သဘောမှာ ကလေးငယ်အရွယ်၊ ကလေး အရွယ်နှင့် မြီးကောင်ပေါက် အရွယ်တို့တွင် ကိုယ်စိတ်ကြီးထွား မှု အဆင့်ဆင့်တို့ရှိကြရာ ၎င်းတို့အနေနှင့် ပုံမှန်ကြီးထွားမှုမဖြစ် ခဲ့ခြင်းကြောင့် စိတ်ရောဂါများရကြသည်ဟုသည့် သိဝရီများ အပေါ် အခြေခံထားလေသည်။ ဖရွိုက်(Freud) ယွန်း(Jung)

အက်ဒလာ (Adler) စသူတို့သည် အထက်ပါ သိဝရီများကို ဖော်ပြခဲ့ကြသည်။ နောက်ပိုင်းတွင် အခြားပညာရှင်များက လည်း သိဝရီအမျိုးမျိုး ထပ်မံတင်ပြကြလေသည်။

တစ်ဦးချင်း စိတ်ကုထုံးတွင် စိတ်ကုသရာသည် ကလေးဘဝ နှင့် မြီးကောင်ပေါက်ဘဝတို့တွင် စိတ်၏ ဖွံ့ဖြိုးမှုတို့ကို နားလည် သဘောပေါက်ထားရ၏။ သူ၏ ရည်ရွယ်ချက်မှာ လူနာ၏ ငယ် စဉ်က အတွေ့အကြုံများနှင့် ခံစားမှုများကို လူနာကိုယ်တိုင် သိရှိနားလည်စေရန် ပြောပြပေးရန် ဖြစ်သည်။ ထိုအတွေ့အကြုံ များနှင့် ခံစားမှုများကြောင့် လူနာ၏ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ချွတ်ယွင်းနေသည်။ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး စုစည်းမှုမရှိပဲ ဖျက်ပြား နေသည်။ သို့မဟုတ် မိမိ၏ မွေးရာပါ စိတ်ဆန္ဒများနှင့် လူ့ အသိုင်းအဝိုင်း၏ ဟန့်တားချက်များကြောင့် စိတ်ပဋိပက္ခ ဖြစ် နေသည် စသည်ဖြင့် လူနာနားလည်အောင် ပြောပြပေးရမည်။ သို့မှသာ လူနာသည် မိမိ၏ ရောဂါအခြေအနေကို သဘော ပေါက်လာပေမည်။

လူနာသည် မိမိ၏ လတ်တလော ခံစားနေရသော ပြဿနာ မှာ ငယ်စဉ်က ခံစားမှုများကြောင့် ဖြစ်သည်ဟု သဘော ပေါက်ရုံနှင့် မလုံလောက်ချေ။ ငယ်စဉ်က ခံစားမှုများကို အပြည့်အစုံ ဖော်ပြနိုင်မှသာ ရောဂါသက်သာနိုင်သည်။ သို့သော် အဆိုပါ ခံစားချက်များသည် အင်မတန်နာကျည်းဖွယ် ဇာတင်း သဖြင့် နောက်တဖန် ပြန်လည်ခံစားရန် လူနာအဖို့ မတတ်စွမ်း နိုင်ချေ။ ထို့ကြောင့် ဆေးကုသနေစဉ်အတွင်း စိတ်ကုသရာ

၉၇၇ ခေါက်တခုအားပေး

အည် ဤအချက်ကို သဘောပေါက်ထား၍ လူနာကို အောက်ပါ အတိုင်း အာမခံသင့်သည်။

- (က) လူနာသည် မိမိ၏နည်းကျည်းဖွယ် ခံစားမှုများကို ရှိတရက် ပြန်းကန် မခံစားစေရ။
- (ခ) လူနာသည် ခံစားချက်များကို တဖန်ပြန်လည် ခံစားနိုင်ရန် အဆင်သင့် ပြင်ဆင်ထားပြီးဖြစ်သည်။ သို့မဟုတ် ထိုခံစားချက်များကို ခံနိုင်ရန် သင့်တော်သော ကုသမှုပေးမည်ဖြစ်ကြောင်း အာမခံထားရမည်။

မိမိ၏ဉာဏ်ဖြင့် ခံစားမှုတို့၏ သဘောကို နားလည်ရုံနှင့် မလုံလောက်ကြောင်း၊ ဥပမာပေးရလျှင် ကျောင်းသား တစ်ယောက်သည် လူတွေ့စစ်ဆေးမှုအတွက် စောင့်ဆိုင်းနေသည်။ ထိုသို့ စောင့်ဆိုင်းနေစဉ် စိုးရိမ်သောကစိတ်ကြောင့် ရင်တုန်ခြင်း၊ ချွေးပြန်ခြင်း စသည်တို့ ခံစားရသည်။ ထိုသို့ ခံစားရသည်မှာ သောဏစိတ်ကြောင့် Nor-Adrenalin ဓာတ်ထွက်လာ၍ ခံစားရကြောင်း မိမိဉာဏ်ဖြင့် သိရှိသည်။ သို့သော် ထိုသိရှိမှုကြောင့် ရင်တုန်ခြင်း၊ ချွေးပြန်ခြင်း စသော လက္ခဏာများ ပျောက်မသွားချေ။ ထို့ကြောင့် လူနာများကို စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ သိဝရီများ ရှင်းပြပြောဆိုရုံမျှ မလုံလောက်ချေ။ ထိုသိဝရီများကို သိရှိနှင့် မိမိတို့၏ ချွတ်ယွင်းနေသော ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးများ ပျောက်မသွားနိုင်ချေ။

စင်စစ်တွင်မူ ငယ်စဉ်က ခံစားမှုမျိုးကို ပြန်လည်ခံစားစေပြီး ထိုခံစားချက်များမှ နာကျည်းဖွယ်ရာများကို မေ့ပစ်လိုက်ရန် အရေးကြီးပါသည်။

စိတ်ကုထုံး နည်းစနစ်များ

အရေးအကြီးဆုံး အချက်မှာ လူနာနှင့် စိတ်ကုဆရာတို့ အချင်းချင်း ဆက်ဆံမှု ကောင်းမွန်ရန်ပင်ဖြစ်သည်။ အချင်းချင်း ဆက်ဆံမှု ကောင်းမွန်မှုသာ အောင်မြင်နိုင်သည်။ အောင်မြင်သော စိတ်ကုထုံးမှာ ဆက်ဆံရေးပြေလည်မှုကြောင့်ပင် ဖြစ်သည်။ လူနာက စိတ်ကုဆရာကို မကြိုက်လျှင် သို့မဟုတ် ယုံကြည်မှု မရှိလျှင် သူ၏ ခံစားမှုအားလုံးကို ပြောပြမည် မဟုတ်ချေ။ စင်စစ် သူ၏ ခံစားမှုများမှာ ကိုယ်ပိုင်လျှို့ဝှက်ချက်များ၊ ရှက်စရာများ စသည်တို့ပါဝင်သည်။ ထိုအချက်များကို စိတ်ကုဆရာများ သိရှိမှသာ ဧရာဝတီသဘောကို ကောက်ချက်ချနိုင်ပြီး ကုသမှု အစီအစဉ်များ ရေးဆွဲနိုင်လေသည်။

စိတ်ကုထုံးပုံစံသည် လူနာနှင့် စိတ်ကုဆရာတို့၏ စိတ်ကြိုက်ဖြစ်သင့်သည်။ ကုသပေးသောနည်းစနစ် အမျိုးမျိုးသည် သူ့နေရာနှင့်သူ ကောင်းမွန်သည်ချည်းဖြစ်သည်။ မည်သည့် စနစ်သည် ကောင်းသည်။ မည်သည့်စနစ်သည်မကောင်း စသည်ဖြင့် မခဝဖန်သင့်ချေ။

စိတ်ကုထုံးကို အသုံးပြုလျှင် စိတ်ကုဆရာသည်

- (က) အလွန်စိတ်ရှည်ရမည်။

- (ခ) ခံနိုင်ရည်ရှိရမည်။
- (ဂ) သဘောပေါက် လွယ်ရမည်။
- (ဃ) အချိန်ကြာမြင့်စွာ နားထောင်နိုင်စွမ်း ရှိရမည်။

လူနာ၏ အတွေ့အကြုံများနှင့် ခံစားမှုအားလုံးကို သိရှိနိုင်ရန် စိတ်ကုဆရာသည် အနည်းငယ်လှူဆော်ပေးရမည်။ ဥပမာ- လူနာ ပြုန်းကန် စကားပြောရပ်သွားသောအခါ “ဘာကြောင့် ရပ်သွားတာလဲ” “ပြောရမှာ ဝန်လေးနေသလား” “ဆက်ပြောပါ” စသည်ဖြင့် လှူဆော်ပေးရမည်။ သို့သော် စကားဦးဆုံးသော မေးခွန်းများကို မမေးသင့်။ ဥပမာ “ရှက်လို့ ဆက်ပြောတာလား” စသည့် မေးခွန်းမျိုး။

ဤသို့ ကော်ဦးဆန်းသည့် မေးခွန်းကို မေးလိုက်လျှင် လူနာအ ဆရာနှစ်ယောက်စေရန် လိုက်လျော့ပြီး ပြောတတ်သည်။ ထို့ကြောင့် အမှန်တကယ် ခံစားချက်ကို မသိနိုင်ပေ။

စိတ်ကုထုံး အသုံးပြုသင့်သော ရောဂါများ

- (စ) လူနာ၏ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ချွတ်ယွင်းချက်များသည် လူနာအတွက် အလုပ်ကိုကောင်းစွာမလုပ်နိုင်အောင် အနှောင့်အယှက်ပေးနေလျှင် သော်လည်းကောင်း၊ လူနာ စိတ်မချမ်းမသာ ဖြစ်နေလျှင် သော်လည်းကောင်း၊ စိတ်ကုထုံးကိုအသုံးပြုသင့်သည်။

- (ခ) လူနာ၏ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ချွတ်ယွင်းချက်များသည် နောက်ထပ်ထပ် ပျောက်ပြန်ပေးနိုင်သည်ဟု ယူဆလျှင် စိတ်ကုထုံးကို အသုံးပြုပေးမည်။

ခြုံငုံပြောရလျှင် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးရောဂါများ Neurosis ခေါ် စိတ်ရောဂါများနှင့် လိင်ရောဂါများကို စိတ်ကုထုံးနှင့် ကုသပေးသင့်လေသည်။

စိတ်ကုထုံးတက်တွင် အထူးလေ့လာ လိုက်စားထားသော ဆရာများသည် မည်သည့်လူနာကို မည်သို့သော နည်းစနစ်ဖြင့် ဆေးကုသပေးလျှင် အကျိုးကျေးဇူးရှိနိုင်သည်။ သို့မဟုတ် မရှိနိုင်ဟု ခွဲခြားသိရှိကြလေသည်။

စိတ်ကုထုံးကို အသုံးပြုရာ၌ အကျိုးရှိ မရှိ အောက်ပါအချက်များနှင့် ချိန်ထိုးကြည့်နိုင်သည်။

- ၁။ လူနာ၏ ရောဂါပျောက်ကင်းလိုသော ဆန္ဒ
- ၂။ လူနာ၏ စိတ်ထက်သန်မှုနှင့် ဆေး ကုသလိုက်လျှင် ပျောက်ကင်းမည်ဟူသော မျှော်လင့်ချက်
- ၃။ လူနာ၏ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး
- ၄။ လူနာ၏ ဉာဏ်ရည်အဆင့်အတန်း

ထောဂါပျောက်ဆင်းရန် စိတ်ဆန္ဒရှိနေသူများသည် အမြန် ပျောက်ဆင်းတတ်သည်။ လူနာသည် မိမိ၏ထောဂါပျောက်ကင်းရန် အလွန်လိုလားပြီး ဆရာနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရမည်။ စိတ်ကုထုံးသည် ဆေးဝါးတစ်ခုအဖြစ် မဖန်တီးနိုင်၊ စိတ်ကုထုံးတွင် လူနာနှင့် ဆရာသည် နားလည်မှု အပြည့်အဝဖြင့်ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်သွားကြရမည်။ မိမိ၏ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ချွတ်ယွင်းမှုကို သတိမပြုမိသော မိမိ၏ချွတ်ယွင်းချက်များကြောင့် အခြားသူများတွင် အနှောင့်အယှက် မဖြစ်သော လူနာများသည် ဆေးကုသရန် မလိုချေ။

ဆိုးသွမ်း ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးရှိသူများသည် ကိုယ်ရည် ကိုယ်သွေးများစွာ ချွတ်ယွင်းကြသော်လည်း ဆရာဝန်ချိန်းသည့် နေ့ရက်များတွင် မှန်မှန်မလာထောက်နိုင်သဖြင့် ဆေးကုသရန် မလွယ်ကူချေ။

လူနာ၏ မျှော်လင့်ချက်များသည်လည်း အရေးကြီးသည်။ လူနာတစ်ယောက်ကို လူသစ်စိတ်သစ် စိတ်ထောင့်ကများမှ လုံးဝကင်းရှင်းနေသူတစ်ဦးဖြစ်ရန် မျှော်လင့်ထားလျှင်မကောင်းချေ။ မိမိမှာရှိသည့် အရည်အချင်းများနှင့် ထိုက်တန်သည့် ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုတို့ကိုသာ မျှော်လင့်နိုင်ပါသည်။ ဆေးကုသသည်နှင့် ထူးခြားမှု မဟုတ်ဟု မျှော်လင့်ထားသူများမှာလည်း အကျိုးမရှိနိုင်ချေ။

ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးသည် ဆေးကုသမှု၏ အောင်မြင်မှုထိ ထိန်းချုပ်ထားသည်။ စိတ်စွဲ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးရှိသူများသည်

မိမိတို့၏ ခံစားမှုများကို လွယ်လင့်တကူ ဖော်ထုတ်ပြုစေ ခဲ့သဖြင့် ဆေးကုသရန် ခက်ခဲတတ်သည်။ ဟစ်စိတ်ရီးယားကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ရှိသူများသည် ထောဂါပျောက်ကင်းလိုသည့် ဆန္ဒရှိသယောင်ယောင် ပြောဆိုတတ်ကြသည်။

တကယ်တမ်း ဆေးကုသကြသောအခါ ဆရာပေါ်တွင် အလွန်မှီခိုအားထားတတ်ကြသည်။ သူတို့သည် တကယ်ပျောက်ကင်းလိုသည့် ဆန္ဒနည်းပါးကြပြီး ဆရာနှင့် မိတ်ဆွေဖြစ်လောက်သာ ကုသမှုခံယူချင်ကြသည်။

လူနာ၏ ဉာဏ်ရည် အဆင့်အတန်းသည်လည်း ဆေးကုသရာတွင် အရေးကြီးသည်။ ဉာဏ်ရည်ကောင်းသူများအဖို့ ဆရာ၏ ညွှန်ကြားချက်များကို အလွယ်တကူ လက်ခံကျင့်သုံးနိုင်ကြပြီး ဉာဏ်ရည် နိမ့်သူများမှာ ဆရာ၏ ညွှန်ကြားချက်များ နှုတ်အဓိပ္ပာယ်ကောက်ချက်များကို နားမလည်နိုင်ကြချေ။

အချို့သော ပညာရှင်များက စိတ်ကုထုံးနှင့် ကုသမှုညီလူနာများသည်-

- ၁။ အသက်ငယ်ရမည်
- ၂။ ရုပ်ရည်လှပရမည်၊ ဆွဲဆောင်မှု ရှိရမည်
- ၃။ စကားပြောကောင်းရမည်
- ၄။ ဉာဏ်ရည်ကောင်းရမည်
- ၅။ ဘဝတွင် အောင်မြင်မှု ရခဲ့သူများ ဖြစ်ရမည်ဟု ဆို

ကြလေသည်။



၃၂၀ ခေါက်စာညွှန်းစောင်

စိတ်ကုထုံးနှင့် ကုသ၍ မသင့်တော်သူများမှာ—

- ၁။ ကြောက်ရွံ့ဖွယ် ကြမ်းတမ်းနေသူ
- ၂။ အသက်ကြီးသူ
- ၃။ အရုပ်ဆိုးသူ
- ၄။ စကားနည်းသူ
- ၅။ ဉာဏ်ရည်နိမ့်သူ စသည်တို့ ဖြစ်ကြလေသည်။



အပြုအမူကုထုံး (Behaviour Therapy)

အပြုအမူကုထုံးသည် စိတ်ကုထုံးတစ်မျိုးဖြစ်သည်။ အပြုအမူကုထုံးမှာ စိတ်ထောင့် အပျော့စားများသည် သင်ယူမှုအပေါ်တွင် မူတည်၍ဖြစ်ပေါ်ကြသည်ဟူသော သီဝရီပေါ်တွင် အခြေခံထားလေသည်။ စံလူသင်ယူမှုများကြောင့်ဖြစ်ပေါ်လာသော အပြုအမူများသည် အလိုအလျောက် ဖြစ်တထိသောသဘောကိုဆောင်ပြီး မိမိကိုယ်တိုင်မထိန်းသိမ်းနိုင်တော့ပဲ မိမိနှင့်တကွ အခြားသူများကိုပါ အနှောင့်အယှက် ဖြစ်ပေါ်စေတော့သည်။

အပြုအမူကုထုံးသည် စံလူသင်ယူမှုများကို ပပျောက်သွားစေရန် ရည်ရွယ်လေသည်။ ထိုသို့ ပပျောက်သွားလျှင် လူနာ၏ ထောင့်လက္ခဏာများမှာ ပျောက်ကင်း သွားပေတော့သည်။ အပြုအမူကုထုံးတွင် အဓိက ကုထုံးနှစ်မျိုးရှိသည်။ ၎င်းတို့မှာ—

- (က) ခံစားလွယ်မှုကိုပယ်ဖျောက်ခြင်း (Desensitisation)
- (ခ) မနှစ်မြို့မှုကုသခြင်း (Aversive Therapy)

(က) ခံစားလွယ်မှုကို ပယ်ဖျောက်ခြင်း

ခံစားလွယ်မှုကို ပယ်ဖျောက်ခြင်းကို အကြောက်ရောဂါများတွင် ကျယ်ပြန့်စွာ အသုံးပြုကြလေသည်။ ကုသနည်းမှာ လူနာကို ကြောက်ရွံ့သော အခြေအနေနှင့် မကြာခဏထိတွေ့စေပြီး ခံစားလွယ်မှုကို ပယ်ဖျောက်ရသည်။ လူနာသည် တည်ငြိမ်သော စိတ်ထားဖြင့် ကြောက်ရွံ့သည့် အကြောင်းအရာကို ထိတွေ့နိုင်သည်အထိ ကုသပေးရပါသည်။

အသုံးများသောနည်းစနစ်မှာ ကြောက်ရွံ့သည့်အရာကို စိတ်ကူးဖြင့် မကြာခဏခံစားစေပြီး ကြောက်ရွံ့မှုကို ပယ်ဖျောက်ခြင်း ဖြစ်သည်။ လူနာကို ဆေးမကုသမီ ကြောက်ရွံ့သည့်အရာဝတ္ထုများကို ငယ်စဉ်ကြီးလိုက်ပြောပြခိုင်းရမည်။ ဥပမာ အပြင်ထွက်ရမည့် ကြောက်ရွံ့သည့် မိမိ အိမ်မှ ခရီး မည်မျှအဝေးအထိ သွားလျှင် မည်သို့ ကြောက်ရွံ့ကြောင်း ပြောပြစေရမည်။

ဆေးကုသသောအခါ လူနာကိုကုလားထိုင်မှတ်ထိုင်၍ဖြစ်စေ၊ အိပ်ရာပေါ်တွင်အိပ်၍ဖြစ်စေ၊ ကြက်သားများကိုလျှော့၍ထားစေပြီး သက်တောင့်သက်သာနေစေရမည်။ ထို့နောက်ကြောက်ရွံ့မှု အနည်းဆုံး အခြေအနေကို စိတ်ကူးဖြင့် ထိတွေ့ခိုင်းပါ။ လူနာက ကြောက်ရွံ့စိတ် ဖြစ်ပေါ်သည်ဟု ပြောလာလျှင် ကြက်သားများကို နောက်ထပ် လျှော့ချပြီး ထိုကြောက်ရွံ့သည့် အခြေအနေကို တဖန်ပြန်၍စဉ်းစားခိုင်းပါ။ လူနာအနေနှင့် လုံးဝကြောက်ရွံ့သည့်တိုင်အောင် ထပ်ခါတလဲလဲပြုလုပ်ပေးရ

ပါမည်။ ထိုမှဆက်၍ ပို၍ပို၍ကြောက်ရွံ့သော အခြေအနေများနှင့် စဉ်းစားထိတွေ့စေပြီး နောက်ဆုံးတွင် အကြောက်ဆုံး အခြေအနေကို လုံးဝ မကြောက်ရွံ့တော့သည့်အဆင့်သို့ရောက်အောင် ကုသပေးရပါမည်။

အခြားကုထုံးတစ်ခုမှာ (Flooding) ခေါ် ကြောက်ရွံ့သည့် အရာဝတ္ထု အများအပြားကို တပြိုင်နက် ထိတွေ့စေခြင်းဖြစ်သည်။ ဥပမာ ကြက်ကြောက်သုတစ်ဦးကို ကြက်ရုပ်များနှင့် ကြက်အရှင် အများအပြား စုပြုံ၍ တပြိုင်နက် ထိတွေ့စေသောအခါ လူနာသည် ထွက်ပြေးရန် မကြိုးစားတော့ပဲ ကြက်များကို ရဲဝံ့စွာ ရင်ဆိုင်ခြင်းဖြင့် ကြက်ကြောက်ရောဂါပျောက်သွားတတ်ပါသည်။

(ခ) မနှစ်မြို့ကုသနည်း (Aversive Therapy)

ဤကုထုံးကို အရက်စွဲအရောဂါနှင့် လိင်ရောဂါများတွင် အသုံးပြုနိုင်သည်။ ဤကုထုံး၏ အဓိကရည်ရွယ်ချက်မှာ လူနာသည် လွဲမှားသော အပြုအမူများဖြင့် သာယာနှစ်သက်မှု ရှာနေခြင်းကို ဖယ်ရှားပစ်ရန် ဖြစ်ပါသည်။ လွဲမှားသောအပြုအမူများအစား အများက လက်ခံနိုင်သော အပြုအမူများ ပြုလုပ်၍ စိတ်ကျေနပ်မှုကို ရှာကြံသင့်လေသည်။

ကုထုံးအောင်မြင်မှုသည် လူနာ၏ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးနှင့် ရင့်ကျက်မှုအပေါ်တွင်တည်ရှိသည်။ ရောဂါမဖြစ်မီ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးသည် ရင့်ကျက်ပြည့်ဝပြီး ပြဿနာများကို ပြေလည်

အောင် ပြေရှင်းတတ်သူများမှာ ဤကုထုံးဖြင့် များစွာအကျိုး ရှိနိုင်သည်။

ကုသနည်းစနစ် (အရက်စွဲဆရာဂါ)

အရက်စွဲလူနာကိုသင့်တော်သောဆေးဝါးများဖြင့် ကုသ၍ အခြေအနေကောင်းမွန်လာသောအခါ အရက်ကို ကြောက်ရွံ့ သွားစေရန် မနှစ်မြို့ကုသနည်းကို အသုံးပြုသင့်သည်။ ကုသနည်းမှာ လူနာကို (Apomorphine) ထိုးဆေး ထိုးပေးပါ။ ထိုနောက် အရက်အနည်းငယ် တိုက်ပါ။ မကြာမီ လူနာပျိုအန်လာလိမ့် မည်။ ထိုအခါ လူနာသည် အရက်သောက်၍ ပျိုအန်သည်ဟု မှတ်ယူသွားပြီး အရက်သောက်ရမှာ ကြောက်ရွံ့သွားတတ်သည်။ အရက်သောက်ခြင်းနှင့် ပျိုအန်ခြင်းတို့ မကြာခဏတိုက်ဆိုင်၍ ဖြစ်ပွားသည်ကို အရက်ကြောင့် အန်သည်ဟု မှတ်ယူသွား တတ်သည်။

အခြား ကုသနည်းတစ်ခုမှာ လျှပ်စစ်ဓာတ်ဖြင့် ဓာတ်လိုက် အောင် ပြုလုပ်ခြင်း ဖြစ်သည်။

*

ဓာတ်နှိပ်ကုသခြင်း

(Electro-Convulsive-Therapy)

လျှပ်စစ်ဓာတ်ဖြင့်နှိပ်၍ ကုသသော ကုသနည်းမပေါ်မီက လှုံ့ဆော်သော ဆေးများထိုး၍ တက်စေသော ကုသနည်းဖြင့် ဗွန်မဒူးနား (Von Meduna) က စတင်ကုသခဲ့လေသည် ဆေး ထိုး၍ကုသသောအခါ မလိုလားအပ်သောဆိုးကျိုးများ ဥပမာ- ဆေးလွန်ခြင်း၊ အသက်ရှူလမ်းကြောင်း ပိတ်ဆို့ခြင်းစသည် တို့ကို ခံစားရသည်။

မဒူးနားသည် ၁၉၃၃-ခုနှစ်က ဆေးထိုးကုသနည်းကို စတင် အသုံးပြုခဲ့သည်။ တက်အောင်ဆေးထိုး၍ကုသသောကုထုံးသည် အတက်လူနာများကို လေ့လာစူးစမ်းရာမှ ထွက်ပေါ်လာခြင်း ဖြစ်သည်။ မဒူးနားသည် စိတ်ရောဂါ ဆေးရုံတစ်ခုသို့ သွား ရောက်လေ့လာသောအခါ အတက်လူနာများတွင် ကော်ဇီဖရီး နီးယားရောဂါမဖြစ်ကြောင်း တွေ့ရှိရလေသည်။ ထို့ကြောင့်

မဒူးနားက အကယ်၍ စကီဇိုဖရီးနီးယားထောဂါ ရနေသူများကို ထက်အောင်ပြုလုပ်ပေးနိုင်လျှင် ထောဂါ ပျောက် နိုင် သည် ဟု ကောက်ချက်ချခဲ့လေသည်။

ထိုကောက်ချက်ချမှုမှန်မမှန်သိရှိရန် စကီဇိုဖရီးနီးယားလူနာ များကို ဆေးထိုး၍ကုသပေးခဲ့လေသည်။ လူနာအများအပြား သည် အံ့ဩဖွယ်ကောင်းလောက်အောင် သက်သာလာကြောင်း တွေ့ရှိခဲ့လေသည်။

သို့သော် ဆေးထိုးကုခြင်းသည် အထက်တွင် ဖော်ပြထား သကဲ့သို့ အန္တရာယ်များသဖြင့် ၁၉၃၇-ခုနှစ်တွင် စာလက်တီနှင့် ဘီနီ(Cerletti and Bini)တို့သည် လျှပ်စစ်ဓာတ်ဖြင့် တက် စေသောစက်ကို တီထွင်ခဲ့ကြသည်။ ထိုစက်ကိုအခြေခံ၍ ယခု လက်ရှိသုံးနေသောစက်များအထိ ကောင်းမွန်အောင်အဆင့်ဆင့် ပြုပြင်ခဲ့ကြသည်။

ဓာတ်နှိပ်ကုသသင့်သော ထောဂါများ

၁။ အပြင်းစား စိတ်ကျထောဂါများ။ အပြင်းစားစိတ် ကျထောဂါများတွင် လူနာသည် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုသတ် သေချင်သော အန္တရာယ်ရှိနေတတ်ရာ ဓာတ်နှိပ် ကုသခြင်းဖြင့် ထောဂါအမြန်ပျောက်စေပြီး အသက် ကယ်နိုင်ပါသည်။ အများအားဖြင့် ၆-ကြိမ်မှ ၈-ကြိမ်အထိ ဓာတ်နှိပ်လိုက်လျှင် ၉၀%ခန့် သည် လူကောင်းပြန်ဖြစ်သွားတတ်သည်။

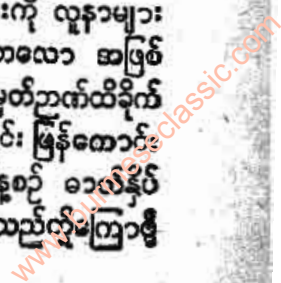
၂။ ကြမ်းတမ်းခြင်းများ(Excitements)။ စကီဇိုဖရီးနီး ယားထောဂါကြောင့်ဖြစ်စေ၊ အပြင်းစား စိတ်ကျ ထောဂါကြောင့်ဖြစ်စေ၊ အခြား အမည်မတပ်နိုင် သောထောဂါများကြောင့်ဖြစ်စေ၊ ကြမ်းတမ်းခြင်း များဖြစ်ပြီး ထိန်းမနိုင် သိမ်းမရ ဖြစ်နေပါက ဓာတ်နှိပ်ကုသခြင်းဖြင့် အမြန် ပျောက် ကင်း စေ ပါသည်။

၃။ Stupor။ စကီဇိုဖရီးနီးယားထောဂါ အပြင်း စား၊ စိတ်ကျထောဂါအပြင်းစား၊ စိတ် ကျ ထောဂါများ ကြောင့် မလှုပ်မယှက်စကားမပြော (Stupor)ဖြစ် နေပါက ဓာတ်နှိပ်ကုသခြင်းဖြင့်အမြန်ပျောက်ကင်း တတ်သည်။

ဓာတ်နှိပ်ကုသခြင်း၏ ပကောင်းကျိုးများ

(၁) မှတ်ဉာဏ်ထိခိုက်ခြင်း

ဓာတ်နှိပ်ပြီးသောအခါ မှတ်ဉာဏ်ထိခိုက်ခြင်းကို လူနာများ တွင် တွေ့ရလေသည်။ အများအားဖြင့် လတ်တလော အဖြစ် အပျက်များကို မေ့နေတတ်သည်။ သို့သော် မှတ်ဉာဏ်ထိခိုက် ခြင်းသည် ယာယီမျှသာဖြစ်၍ တစ်လခွဲခန့်အတွင်း မြန်ကောင်း သာတတ်သည်။ မှတ်ဉာဏ်ထိခိုက်ခြင်းသည် နေ့စဉ် ဓာတ်နှိပ် ခြင်း၊ နားထင်နှစ်သက်စလုံးမှ ဓာတ်နှိပ်ခြင်း စသည်တို့ကြောင့်



ပိုမိုဆိုးရွားတတ်သည်။ ရက်ခြားပြီး ဓာတ်နှိပ်ခြင်း၊ နားထင်
ထစ်တက်တည်းမှ ဓာတ်နှိပ်ခြင်းတို့သည် မှတ်ဉာဏ်ထိခိုက်မှုကို
ထက်သာစေသည်။

(၂) မေးရိုးပြုတ်ခြင်း

(၃) မေ့ဆေးအသုံးပြုလျှင် မေ့ဆေး၏ ဆိုးကျိုးများ။

ဓာတ်နှိပ်မကုသသင့်သော အခြေအနေများ

- ၁။ မကြာခင်က ဖြစ်ပွားခဲ့သော နှလုံးရောဂါ။
- ၂။ အခြားပြင်းထန်သော ခန္ဓာကိုယ်ရောဂါများ

ဓာတ်နှိပ်ကုသနည်း

ဓာတ်နှိပ်ကုသခြင်းကို အပြင်လူနာအနေနှင့်ဖြစ်စေ၊ အတွင်း
လူနာအနေနှင့်ဖြစ်စေ ပြုလုပ်နိုင်သည်။ ဓာတ်နှိပ်မီ ၅ နာရီခန့်
မှစ၍ ဘာအစားအသောက်မှ မစားရပါ။ အစားအသောက်
စားထားလျှင် မေ့ဆေး ပေးသော အခါ အန်တတ်သည်။
(အကယ်၍ မေ့ဆေးမပေးပဲ အစိမ်းထက်ထက် ဓာတ်နှိပ်လျှင်
၃ နာရီခန့် အလိုတွင် အစာမစားသင့်ချေ)။

ဓာတ်နှိပ်ကုသမည့် လူနာသည် အိပ်ရာပေါ် သို့မဟုတ် ခုထစ်
ထစ်လုံးပေါ်တွင် ပက်လက်အိပ်နေရမည်။ မေ့ဆေးပေးသည့်
ဓာတ်နှိပ်မည်ဆိုပါက Thiopentone Sodium ကို အကြောင်း
ဆေး ထိုးပေးပါ။ Atropine ကို ကြိုတင်၍ အသားဆေး ထိုး

ခြင်း သို့မဟုတ် Thiopentone နှင့် အတူ အကြောင်းဆေး ထိုး
ပေးရမည်။ Atropine သည် အရည်အထွက်နည်းစေပြီး အသက်
ရှူ လမ်းကြောင်း ပိတ်ခြင်းကို ကာကွယ်နိုင်သည်။

ထိုနောက် ကြွက်သားလျှော့ဆေး (Muscle Relaxant)
Suxamethonium ကို ထိုးပေးပါ။ ထိုနောက် အောက်စီဂျင်ကို
ရှူခိုင်းပါ။ လူနာသည် သတိမေ့နေလေပြီ။ ပါးစပ်တွင်ရာဘာ
လုံးကို ထည့်ထားပါ။ ရာဘာလုံး ထည့်ရခြင်းမှာ တက်သွား
သောအခါ လျှာကို မကိုက်မိရန် ဖြစ်သည်။

ထိုနောက် Electrodes ၂ ခုကို ဆားရည်ဖြင့် ဆွတ်၍
နားထင် ၂ ဘက်တွင် ဖိအပ်ထားပြီး လျှပ်စစ်ဓာတ်အား ၁၀၀
မူ ၁၁၀ ဗို့ကို ၂ စက္ကန့်မှ ၃ စက္ကန့်ထိ ခလုတ်ကို နှိပ်၍ လွှတ်
ပေးပါ။ လူနာသည် အနည်းငယ် အသားများတုန်၍ ထက်သွား
ပေမည်။ ဤသည်ကို ဓာတ်နှိပ်ကုသခြင်းဟု ခေါ်သည်။

လူနာတက်သွားသောအချိန်မှာ ၁ မိနစ်ခန့်သာ ကြာတတ်
သည်။ အောက်စီဂျင်ကိုဆက်၍ ပေးပါ။ ပုံမှန်အတိုင်း အသက်
ရှူလာမှ ရပ်ပါ။ ထိုနောက် လူနာသည် အိပ်ပျော်သွားပေ
မည်။ အိပ်ရာက နိုးသောအခါ ခေါင်းအနည်းငယ်ကိုက်ခြင်း၊
ခေါင်းမူးခြင်း၊ သတိအနည်းငယ် ရှုပ်ထွေးခြင်းတို့ ဖြစ်တတ်
သည်။ ထို့ကြောင့် လူနာ၏ နာမည်ကိုခေါ်ပြီး အကျိုး
အကြောင်း ပြောပြရမည်။ ကော်ဖီတစ်ခွက် တိုက်သင့်သည်။
လူနာကို အနားယူနေစေရမည်။ အပြင်လူနာအနေနှင့်လာပြီး
ဓာတ်နှိပ်လျှင် အဖော်တင်ယောက်နှင့် ပြန်လွှတ်ရမည်။ အဖော်
ပေါ် အိမ်ပြန်မလွှတ်သင့်။

ဓမ္မသေပေးပဲ ဓာတ်နှိပ်လိုပါက အချိန်ကြာမြင့်စွာ အစား
အသောက် မစားပဲ နေဖို့မလိုပါ။ ဓာတ်မနှိပ်မီ သုံးနာရီခန့်ခွာ
၍ အစားအသောက်မစားပဲနေလျှင် လုံလောက်ပါသည်။

ဓာတ်နှိပ်ခြင်း၏ လုပ်ဆောင်ချက် (Mode of Action)
ဓာတ်နှိပ်ခြင်း၏ လုပ်ဆောင်ချက် အတိအကျကို မသိရ
ဘေးချေ။

ဖြစ်နိုင်လော လုပ်ဆောင်ချက်များ

(၁) သတိမေ့ခြင်း (Amnesia)

ဓာတ်နှိပ်ခြင်းကြောင့် သတိမေ့ တတ်သည်။ သတိမေ့ သော
အခါ ဧရာဝတီလက္ခဏာများကိုပင် မေ့သွားသည်။ ထိုနည်း
ဖြင့် လူနာက ဧရာဝတီလက္ခဏာများကို မခံစားရတော့သဖြင့်
သက်သာသွားလေသည်။

(၂) ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း ဓာတ်သဘာဝများ။
(Brain Amines, Intracellular Sodium)

ပုံမှန်အရေအတွက်သို့ ရောက်ရှိစေခြင်း

ခန္ဓာကိုယ်ဓာတ်သဘာဝများ ပုံမှန်အရေအတွက်မှ လျော့
ခြင်း တိုးခြင်း ညီမျှမှုမရှိခြင်း စသည်တို့ကြောင့် စိတ်ရောဂါ
များ အထူးသဖြင့် စိတ်ကြွ စိတ်ကျ ရောဂါဖြစ်တတ်သည်ဟု
အဆိုရှိရာ ဓာတ်နှိပ်ကုသခြင်းဖြင့် ပုံမှန်အရေအတွက်သို့ရောက်
ရှိသွားတတ်လေသည်။ ထိုနည်းဖြင့် စိတ်ကျရောဂါများ သက်သာ
သွားလေသည်။

(၃) ဓာတ်နှိပ်ခြင်းကို ပြစ်ဒဏ်ပေးသည်ဟု ယူဆခြင်း။

စိတ်ကျရောဂါခံစားနေရသူများသည် မိမိတို့တွင် အပြစ်များ
ရှိသည်၊ ခွင့်မလွှတ်နိုင်သော ပြစ်မှုများကို ကျူးလွန်ထားသည်
စသည်ဖြင့် စွဲမြဲစွာ ယုံကြည်တတ်သည်။ ထိုအပြစ်များကြောင့်
ပြစ်ဒဏ်ခံထိုက်သည်ဟု ယုံကြည်ကြသည်။ ဓာတ်နှိပ်ခြင်းသည်
အပြစ်ဒဏ်ပေးခြင်းဟု ယူဆသဖြင့် အပြစ်များပပျောက်သွားပြီ
ဟု ယူဆသည်။ ထိုနည်းဖြင့် စိတ်ကျရောဂါသက်သာသွားတော့
သည်။

(၄) ဓာတ်နှိပ်ခြင်းဖြင့် ဦးနှောက်ကို ကိုင်လုပ်သည်ဟု ယူဆ
ခြင်း။

ဦးနှောက် အနေအထားများ ပုံမှန်မဟုတ်သဖြင့် စိတ်
ရောဂါများ ရရှိသည်ဟု အချို့က ထင်မြင်ယူဆသည်။ ဓာတ်
နှိပ်ခြင်းဖြင့် ဦးနှောက်ကို လှုပ်ရှားစေပြီး ပုံမှန်အနေအထား
သို့ပြန်ရောက်သွားသည်။ ထိုနည်းဖြင့် စိတ်ရောဂါသက်သာ
သည်ဟု ယူဆလေသည်။

*

www.burmeseclassic.com

ဦးနှောက်ခွဲစိတ်ကုသခြင်း (Psycho Surgery)

၁၉၃၅-ခုနှစ်တွင် မိုးနစ်(Moniz)က ဦးနှောက်ခွဲစိတ်ကုသခြင်းကို ပထမဆုံး ပြုလုပ်ခဲ့လေသည်။ Monizသည် အင်မတန် ဆေးကုသရခက်ခဲသော စိတ်ရောဂါလူနာများကို ဦးနှောက်ခွဲစိတ်ကုသပေးခြင်းဖြင့် သက်သာမှုရရှိနိုင်ကြောင်း ပြသခဲ့လေသည်။ Moniz ယထာပတ်ပြုလုပ်သော ခွဲစိတ်ကုသနည်းမှာ (Prefrontal Leucotomy) ဦးနှောက်ရှေ့ပိုင်းမှ အဖြူရောင်အကြောမျှင်များကို ဖြတ်တောက်ပစ်ခြင်း ဖြစ်သည်။ နောက်ပိုင်းတွင် ခွဲစိတ်ကုသနည်း အမျိုးမျိုးကို တီထွင်လာကြသည်။

နောက်ဆုံးပေါ်နည်းမှာ (Stereo Tactic Tractotomy) ခေါ် ဓာတ်မှန်ဖြင့် အလိုရှိသည့်နေရာကို ရှာဖွေပြီး(Yttrium) အဝေ့များကို ဦးနှောက်အတွင်း ထည့်သည်။ ထို့နောက်

လျှပ်စစ်ဓာတ်ဖြင့် အကြောမျှင်များကို မဲအောင်ပြုလုပ်သည့်နည်းဖြစ်သည်။ ထိုနည်းကိုအသုံးပြုခြင်းဖြင့် ဦးနှောက်ကို ခွဲစိတ်ရန် မလိုတော့ချေ။

ဦးနှောက်ကို ခွဲစိတ်သောအခါ ဦးနှောက်အရှေ့ပိုင်းနှင့် (Thalamus) အကြား ဦးနှောက်ခွဲပိုင်းနှင့်(Limbic System) အကြား ဆက်သွယ်နေသော အကြောမျှင်များကိုဖြတ်တောက်ပစ်ခြင်း ဖြစ်သည်။ ခွဲစိတ်နည်းမှာ (Bimedial Leucotomy, Blind Rostral Leucotomy, Orbital Undercutting နှင့် Frontal Undercutting)တို့ ဖြစ်ကြသည်။

ခွဲစိတ်ကုသသင့်သောရောဂါများ

- ၁။ နာတာရှည် စိုးရိမ်လွန်ရောဂါ။
- ၂။ နာတာရှည် စိတ်ကျရောဂါ။
- ၃။ နာတာရှည်စိတ်စွဲရောဂါ။
- ၄။ နာတာရှည် စိတ်တင်းကျပ်မှုများ (Chronic Tension State)

မူတိုချက်။ ။ခွဲစိတ်ကုသနည်းကို အခြားကုသနည်းများဖြင့် ကုသ၍မပျောက်ကင်းမှသာ ပြုလုပ်သင့်သည်။

မခွဲစိတ်မီ အောက်ပါအချက်များကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားရပါမည်။ အောက်ပါအချက်များနှင့် ပြည့်စုံမှသာ ခွဲစိတ်ပြီးနောက် အခြေအနေကောင်းလာနိုင်ပါသည်။

- (၁) လူနာသည် ရောဂါမဖြစ်မီက မိမိ၏ဘဝကို ဆောင် မြင်စွာ စွမ်းဆောင်နိုင်ရမည်။
- (၂) လူနာ၏ အဓိကလက္ခဏာမှာ စိတ်တင်းကျပ်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် စိတ်သေးကပြစ်ရမည်။ အရင်းခံရောဂါ တစ်ခုကြောင့် စိတ်ကျဉ်းကျပ်ခြင်းနှင့်စိုးရိမ်သောစာ များ ဖြစ်နိုင်သည်။
- (၃) လူနာ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးစရိုက်များတွင် စိတ်စွဲ စရိုက်များ ရှိရမည်။ လူနာ၏ညက်ရည်သည် သာမန် သို့မဟုတ် သာမန်အထက် ရှိရမည်။
- (၄) လူနာတွင် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးရောဂါ မရှိစေရ။
- (၅) လူနာ၏ မိသားစု ပတ်ဝန်းကျင်သည် လူနာ ကို ကောင်းစွာပြုစုစောင့်ရှောက်နိုင်သောအနေအထား တွင် ရှိရမည်။ နာလံထချိန်သည် အလွန် ကြာ မြင့်တတ်သဖြင့် ဆွေမျိုးများက သည်းခံ၍ ပြုစု စောင့်ရှောက်ရန် လိုအပ်သည်။
- (၆) လူနာသည် မိမိ၏ နေ့စဉ်လုပ်ငန်းများတွင် အရေး ကြီးဆောအခန်းမှ ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်း မပြုနိုင် သည်မှာ အနည်းဆုံး ငါးနှစ်ခန့် ရှိရမည်။

အရေးကြီးဆုံးမှာ ပင်ကိုယ် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ကောင်း ရန်နှင့် ခွဲစိတ်ပြီး နာလံထချိန်တွင် ကော်ဘီးစွာ ပြုစုပေးနိုင်ခြင်း ထို့ ဖြစ်သည်။

ခွဲစိတ်ကုသခြင်း၏နောက်ဆက်တွဲဖြစ်ရပ်များ (Complications)

နောက်ဆက်တွဲဖြစ်ရပ်များ ဖြစ်ခဲ့ပါသည်။ သို့သော် အဆင် မသင့်လျှင် ဆောက်ပါဖြစ်ရပ်များ ဖြစ်နိုင်သည်။

- (၁) တက်ခြင်း
 - ခွဲစိတ်သည့်ဒဏ်ရာကြောင့် တက်ထိပါသည်။
 - (၂) သွေးထွက်ခြင်း
 - သွေးထွက်ခြင်းကြောင့် ဦးနှောက်ကို ထိခိုက်တတ်သည်။
 - (၃) ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ပြောင်းလဲခြင်း
 - ခံစားမှုမရှိခြင်း၊ လူမှုရေးစိတ်ဓာတ်မရှိတော့ခြင်း၊ ဟက် ဟက်ပက်ပက် ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် မရှိတော့ခြင်း။
 - (၄) ဆီးသွားခြင်းကို ထိန်းသိမ်းရ ခက်ခဲခြင်း
- ခွဲစိတ်ခြင်း၏ရလဒ်
- (Pollit, Birley)စသော သုတေသီများ၏ တွေ့ရှိချက်အရ ခွဲစိတ်ကုသသောလူနာများ၏ ၇၀ရာခိုင်နှုန်းသည် သက်သာ သွားကြောင်း တွေ့ရလေသည်။



အလုပ်ဖြင့်ကုသခြင်း

လုပ်ငန်းပြုကုသမှု(Occupational Therapy)

အလုပ်ဖြင့်ကုသခြင်းဆိုသည်မှာ လူနာများကို အလုပ်တစ်ခုခု လုပ်စေခြင်းဖြင့် ရောဂါကို ကုသပေးခြင်းဖြစ်သည်။ အလုပ်ဖြင့် ကုသခြင်းသည် စိတ်ရောဂါများတွင် အရေးကြီးသောကုသနည်း အထူးသဖြင့် တဖြည်းဖြည်းထိုင်းမှိုင်းဆုတ်ယုတ်၍ စိတ်ဝင်စားမှု နည်းပါးသွားခြင်းကိုကာကွယ်ရာတွင် ထိရောက်သောကုသနည်း ဖြစ်လေသည်။

ဆေးရုံတွင် အတွင်းလူနာအဖြစ် တက်ရောက် နေရသော လူနာများအဖို့(အလုပ်မရှိလျှင်)အလွန် ပျင်းရိဖွယ်ကောင်းလေ သည်။ ဘာမျှ မလုပ်ရမကိုင်ရသဖြင့် စိတ်ဝင်စားမှုမရှိတော့ဘဲ လေးလံ ထိုင်းမှိုင်းကုန်ကြသည်။ ထို့ပြင် အချိန်ပိုနေသဖြင့် စဉ်းစားတွေးတော၍နေကြသည်။ “ငါဘာရောဂါဖြစ်ပါလိမ့်”

“ရောဂါလက္ခဏာတွေက ဆန်းလှသည်လား။” “ဘာကြောင့် များ ဒီလိုဖြစ်လာပါလိမ့်” “ပျောက်မှ ပျောက်ပါအုံးမလား” “ဟိုကောင်ကဘော့ ငါ့ကို မကောင်းကြံသာ သေချာတယ်” စသည်ဖြင့် အတွေးပေါင်းစုံ တွေးနေပေမည်။ အလုပ်ဖြင့်ကုသ ခြင်းသည် ထိုအတွေးများကိုလျော့နည်းအောင် ပြုလုပ်ခြင်းပင် ဖြစ်သည်။ လူနာတွင် အလုပ်လုပ်ချင်စိတ်မရှိလျှင် ဆုပေးသော စနစ်ကိုသုံးစွဲ၍ ဆွဲဆောင်နိုင်ပါသည်။

ဆုပေးသောစနစ်ကိုအသုံးပြုမှသာလျှင် အလုပ်လုပ်ရာတွင် ပိုမိုစိတ်ပါဝင်စားကြပေမည်။ ဆုပေးသောစနစ်မရှိသည့်အလုပ် အကိုင်မျိုးကို လူတို့ စိတ်မဝင်စားတတ်ချေ။

အလုပ်ဖြင့်ကုသခြင်းဖြင့် အောက်ပါ အကျိုးအကျေးဇူးများ ရရှိနိုင်ပါသည်။

- ၁။ လူနာသည် မိမိအကြောင်းတွေးနေခြင်း၊ မိမိကိုယ် မိမိ အာရုံစိုက်နေခြင်းတို့မှ အခြားအရာဝတ္ထုများ အပေါ် ပြောင်းလဲအာရုံစိုက်ခြင်း။
- ၂။ သူ၏စိတ်ဝင်စားမှုများနှင့်အားအင်များကို အလုပ် အတွက် အသုံးချခြင်း။
- ၃။ လူ့ဘဝယောက်အတွက် အလုပ်လုပ်ရမည့် ဝါသနာကို ထိန်းသိမ်းထားခြင်း။
- ၄။ အလုပ်လုပ်ခြင်းဖြင့် တစ်စုံတစ်ရာကို မျှော်မှန်းနိုင် ခြင်း၊ ပန်းတိုင်တစ်ခုကို ရည်မှန်း၍ လုပ်ဆောင် နိုင်ခြင်း။

၅။ မိမိ လုပ်သည့်လုပ်ငန်း ပြီးစီးသွားသော အခါ အောင်မြင်မှုတစ်ခုခု ခံစားရခြင်း။

၆။ စိတ်ဝင်စားမှုနှင့် အာရုံစူးစိုက်မှုတို့ကို လှုံ့ဆော်ပေးခြင်း။

၇။ အလုပ်လုပ်ရင်းဖြင့် လုပ်ငန်းကျွမ်းကျင်လာခြင်း။

၈။ အသုံးဝင်သည့်အလုပ်တစ်ခုကို ပြုလုပ် အောင်မြင်ခြင်းဖြင့် မိမိကိုယ်မိမိ လေးစားမှုရှိလာခြင်း။

၉။ လူနာကိုဆက်ဆံရလွယ်ကူစေ၍ အခြားသောကုသနည်းများကို အထောက်အကူပြုခြင်း။

၁၀။ အလုပ်လုပ်ခြင်းသည် အပြုသဘောကို ဆောင်ပြီး ဆုံးဖြတ်ချက်ချရာတွင် လွယ်ကူစေခြင်း။

၁၁။ အလုပ်လုပ်ခြင်းဖြင့် အာရုံစူးစိုက်မှုနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုကို ပံ့ပိုးပေးခြင်း။

အလုပ်နှင့်ကုသခြင်းဖြင့် လူနာ၏စိတ်ဝင်စားမှုများကို လှုံ့ဆော်ပေးရမည်။ ထိုအချက်နှင့်ပြည့်စုံစေရန် အောက်ပါတို့ကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားရမည်။

၁။ လူကြီးများကို စာလေးကလားအလုပ်များ မလုပ်စေရ။

၂။ အလုပ်သည် မကြာမြင့်မီကာလအတွင်း ပြီးစီးနိုင်မည့်အလုပ်မျိုးဖြစ်ရမည်။ မကြာမီ ပြီးစီးနိုင်မည် ဟုသိရှိထားမှသာ အလုပ်၏ရလဒ်သို့မဟုတ် ဆုတံဆိပ်များရရှိမည်မပြတ်ဘဲ ကြိုးစားလုပ်ကိုင်နိုင်သည်။

၃။ အလုပ်၏သဘောမှာ တဖြည်းဖြည်း ခက်ခဲရှုပ်ထွေးလာစေရမည်။ သို့မှသာ အလုပ်လုပ်နေစဉ် ဉာဏ်ကို သုံးပြီးကြိုးစားမည်။ အလုပ်အောင်မြင်သောအခါ မိမိကိုယ်ကိုဂုဏ်ယူမည်။

၄။ လူနာ၏ လုပ်ရည်ကိုင်ရည်ကို မှုတည်၍ အလုပ်၏ အဆင့်အတန်းကို သတ်မှတ်ပေးရမည်။ အခြားလူများ၏ အဆင့်အတန်းကိုလိုက်၍ သတ်မှတ်ခြင်း မပြုသင့်။

၅။ အလုပ်သည် လူနာစွမ်းဆောင်နိုင်သော ဘောင်အတွင်းတွင် ရှိရမည်။ သို့သော် စိတ်ဝင်စားမှုမရှိ တော့လောက်အောင် လွယ်ကူခြင်းမရှိစေရ။

၆။ အားပေးရမည်။ ဝေဖန်ခြင်းမပြုရ။

အလုပ်ဖြင့် ကုသခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက်များ

၁။ ဝေဖန်ခြင်းဖြင့် ပျောက်စေရန် အထောက်အကူပြုခြင်း။

၂။ လူနာ၏စွမ်းအင်များကို အကျိုးရှိစွာအသုံးပြုခြင်း။

၃။ တဖြည်းဖြည်း ဆုတ်ယုတ်ချွတ်ယွင်းသွားမှုကို ကာကွယ်ခြင်း။

၄။ အလုပ်လုပ်သည့်အကျင့်ကိုပြုစုပျိုးထောင်ပေးခြင်း။

၅။ ပြန်လည်ထူထောင်ခြင်းဖြင့် မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်မှု ရှိစေခြင်း။

ပြန်လည်ထူထောင်ခြင်း

REHABILITATION



ပြန်လည်ထူထောင်ခြင်း ဆိုသည်မှာ ကျန်းမာရေးကြောမီ မသန်မစွမ်းဖြစ်သွားသော လူနာ၏ ကျန်းခွဲသော အစွမ်းအစ များကို သင့်တော်သော အလုပ်လုပ်စေခြင်းကို ခေါ်သည်။ လူနာ၏ လိုအပ်ချက်များ စိတ်ဝင်စားမှုများ စွမ်းဆောင်နိုင်မှု များ စသည်တို့သည် ပြန်လည်ထူထောင်ရေး လုပ်ငန်းများ အတွက် အခြေခံသော့ချက် ဖြစ်သည်။

လူအများက ပြစ်ပယ်ခံရသည့် ချစ်ခင်နှစ်သက်မှု မရှိဟု ထိ ကိုယ်ကို ယူဆသော လူတို့သည် နာလံထကာလရှည်ကြာထက် သည်။ တော်တော်နှင့် နာလံမထူနိုင်ချေ။ စိတ်ဝင်စားမှုသည် ပြန်လည်ထူထောင်ရေး ပြုလုပ်ရန် လှုံ့ဆော်ပေးသည်။ ပြန်လည် ထူထောင်ရေးကို ရောဂါအများစုတွင် ကုသမှုတစ်ခုဟု အထိ အမှတ်ပြုကြသည်။

ကပ်ဆာရောဂါ၊ နာကျင်သော ကုသ၍ မပျောက်ကင်းနိုင် သော နာတာရှည် လူနာများ ရောဂါဖြစ်စတင် အနားယူရန် လိုသော လူနာများအတွက် ပြန်လည်ထူထောင်ရေး ပြုလုပ်ရန် မသင့်တော်ပါ။

အထက်ပါ အခြေအနေများမှလွဲ၍ ရောဂါအများစုတွင် ပြန်လည်ထူထောင်ရေးကို အသုံးပြုသင့်သည်။

ခေတ်မီ အယူအဆများအရ ပြန်လည် ထူထောင်ရေးတွင် အောက်ပါအချက်အလက်များ ပါဝင်သည်။

- ၁။ ဆေးရုံအဆောင်များသို့ ပြန်လည်ထူထောင်ရေး လုပ်ငန်းများ (လူနာများအလိုက် သင့်တော်သည့် လုပ်ငန်းများ)ကို မြန်နိုင်သမျှ မြန်မြန်လုပ်ပေးခြင်း။
- ၂။ ခန္ဓာကိုယ်နှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းများ မြန်မြန် ကောင်းမွန်လာရေးအတွက် နာလံထ စီမံကိန်းများ ရေးဆွဲခြင်း။
- ၃။ အပြင်လူနာများအတွက်ပါ ပြန်လည်ထူထောင်ရေး ပြုလုပ် ပေးခြင်း။

ပြန်လည်ထူထောင်ရေး လုပ်ငန်းများ လုပ်ရာတွင် အလုပ် ချိန် နားချိန်နှင့် အပန်းဖြေချိန်တို့ကို သမအောင် ခွဲခြားပေးရ ပါမည်။

အားကစား လှုပ်ရှားမှုများ

ဘော်လုံးကစားခြင်း၊ ဘော်လီဘောကစားခြင်း၊ ကြက်
ထောင် ရိုက်ခြင်း၊ ပင်ပေါင်ကစားခြင်း စသော အားကစား
လှုပ်ရှားမှုများကို ပြုလုပ်ပေးသင့်သည်။ အားကစားလှုပ်ရှား
ခြင်းဖြင့် စိုးရိမ်သောကစိတ်များ ပျောက်ကင်းထုတ်သည်။
အားကစားဖြင့် ပြန်လည်ထူထောင်ရေး လုပ်နိုင်သည်။



ဟောပြောပွဲများ၊ ဆွေးနွေးပွဲများနှင့်
ဖျော်ဖြေမှုများ

အထက်ပါတို့ကို အခါအားလျော်စွာ ပြုလုပ်ပေးခြင်းဖြင့်
လူနာတို့၏ အသိဉာဏ် စိတ်ဝင်စားမှုများနှင့် အပန်းဖြေမှုတို့ကို
တိုးပွားစေသည်။ ဟောပြောပွဲများ ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် အသိဉာဏ်
ကို ထိုးပွားစေသည်။ အပျင်းပြေစေသည်။

ဆွေးနွေးပွဲများ ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် အချင်းချင်း နားလည်
ရင်းနှီးမှုရပါသည်။ ဆေးရုံ၏ အခက်အခဲများကို ဆွေးနွေးဆင်
ဖြေနိုင်သည်။

ဖျော်ဖြေမှုများ (ဂီတ၊ ပြဇာတ်၊ အက၊ အခုန်၊ သီချင်းဆို
စသည်များသည် လူတို့၏စိတ်ကို ဖျော်ရွှင်ကြည်နူးစေပါသည်။
ဂီတဖြင့် ဆေးကုလျှင် ဧဝါဂမြန်မြန်ပျောက်သည်ဟု သုတေသန
အချို့က ဆိုလေသည်။

*

ဆေးဖြင့် စိတ်ထားဖော်ခြင်း

(Abreaction)

ဆေးဖြင့်စိတ်ထား ဖော်ပြခြင်းဆိုသည်မှာ ဆေးထစ်မျိုးမျိုး
ကို တိုး၍ မသိစိတ်တွင် ကိန်းအောင်းနေသော စိတ်ခံစားမှု
များကို ဖော်ထုတ်ခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ လူနာသည် အတိတ်က
ဖြစ်ပျက်ခဲ့သော စိတ်မချမ်းသာစရာများ၊ ကြောက်ရွံ့ထိတ်လန့်
မှုများ ခံပြင်းမှုများ စသည်တို့ကို ထုတ်ဖော်မပြောပဲ မသိစိတ်
တွင် မျိုသိပ်ထားလေ့ ရှိသည်။ ထိုသို့ မျိုသိပ်ထားရမန် များ
သောအခါ စိတ်ထောင့်ဖြစ်တတ်လေသည်။

အကယ်၍သာ မသိစိတ်တွင် မျိုသိပ်ထားရမှုတို့ကို ထုတ်ဖော်
ပြောကြားလာပါက ၎င်း၏ စိတ်ထောင့်သက်သာသွားပေသည်။
ဆေးဖြင့် စိတ်ထားဖော်ပြခြင်း၏ အဓိက ရည်ရွယ်ချက်မှာ
အထက်ပါ သဘောပင်ဖြစ်သည်။

၃၅၅ ဝေဒကိတ်တရုန်းမောင်

အသုံးပြုသော ဆေးများမှာ-

- ၁။ INJ Thiopentone Sodium.
- ၂။ INJ Sodium Amytal.
- ၃။ INJ Methyl Amphetamine (Methedrine)
- ၄။ Nitrous Oxide GAS
- ၅။ Ether GAS
- ၆။ INJ Diazepam.

BURMESE CLASSIC

အများအားဖြင့် Thiopentone Sodium ကို အသုံးပြုသည်။ ၀.5G ခန့်ကို အကြောဆေး တဖြည်းဖြည်းထိုးသွင်းပါ။ ဆေးထိုးရာ၌ လူနာတကယ်မေ့မသွားရန် သတိပြုရပါမည်။ မေ့မေ့တမေ့ဖြစ်ရုံ၊ အသိစိတ်မှန်ဝါးသွားရုံလောက်သာ ဆေးထိုးပေးသင့်သည်။ ဤအချိန်တွင် လူနာ၏ စိတ်ခံစားချက်များကို ဖော်ထုတ်ခိုင်းပါ။ သီလိအည့် မေးခွန်းများကို မေးမြန်းနိုင်သည်။ စိုးရိမ်ထိတ်လန့်ဖွယ် အခြေအနေကို ကြောက်လန့်မှုမရှိစေပဲ တဖန်ပြန်၍ ခံစားခိုင်းနိုင်သည်။ သက်ဆိုင်ရာ ရောဂါအတွက် သင့်လျော်သော အကြံဉာဏ်များကိုလည်း ပေးနိုင်ပါသည်။ ဤနည်းဖြင့် နျူရိုဆစ်ရောဂါများကို ကုသနိုင်သည်။

ဝေဒကိတ်တရုန်းမောင်