மனநல மருத்துவச் சிகிச்சை முறைகள்
(MANAGMENT OF PSYCHOLOGICAL DISORDERS)

மனநலப் பிரச்சினைகளைக் குணமாக்க மருந்து சிகிச்சை, மின் அதிர்வு சிகிச்சை, மனநல ஆலோசனை மற்றும் சமூகவியல் மருத்துவச் சிகிச்சை முறைகள் தேவைப்படுகின்றன.

மருந்து சிகிச்சை

மன உளைச்சல் தரும் நோய்கள் (NEUROTIC ILLNESSES)

இத்தகைய மனநலப் பிரச்சினைகளுக்குத் தீர்வாக நல்ல மருந்துகள் இருக்கின்றன. Panic என்று சொல்லப்படும் திகில் நோய்க்கு இமிப்பிரமின், ப்ளுவாக்சிடின் போன்ற மாத்திரைகள் மிக்க பலன் கொடுக்கின்றன. எந்நேரமும் பயமும், பதட்டமும், சோர்வும் கொண்டவர்களுக்கு புஸ்பிரோன் மாத்திரை, வென்லா பேக்சின் நன்மை பயக்கும்.

ஆட்டிப்படைக்கும் எண்ணமும், செயல்களும் கொண்டவர்களுக்கு ப்ளுவாக்ஸிடின், குளோ இமிப்பிரமின் மாத்திரைகள் தேவையாகும். மனத்தளர்ச்சி அல்லது மனக்கவலை நோயால் உறக்கமின்மை, தலைவலி, சோர்வு, அழுகை

முதலியவற்றால் அவதிப்படும் நோயாளிகளுக்கு அமிட்டிரப்டலின், இமிப்பிரமின், ப்ளூவாக்ஸிடின் மற்றும் டாக்ஸிபின் மாத்திரைகள் தேவைப்படலாம். இவ்வகுப்பில் புதிய மாத்திரைகள் நிறைய தற்பொழுது உபயோகத்திற்கு வந்துள்ளன.

ஹிஸ்டீரியா (மனச்சிக்கல் நோய்)

இந்நோயானது பெரும்பாலும் மனத்தளர்ச்சியின் வெளிப்பாடாக இருப்பதால் மனத்தளர்ச்சியை மாற்றும் மேற்கூறிய மாத்திரைகள் இந்நோய்க்குத் தேவையாகும்.

மேற்கூறிய வியாதிகளுக்கு 6 மாதம் முதல் 12 மாதங்கள் மாத்திரை உட்கொள்ள வேண்டும். இம்மாத்திரைகளால் நாவறட்சி, மலச்சிக்கல், லேசான தலைச்சுற்றல் போன்ற பக்க விளைவுகள் உண்டாகலாம். நாளடைவில் இவை மறைந்து விடுகின்றன. மருத்துவரின் ஆலோசனையின்றி மாத்திரைகளைத் திடீர் என நிறுத்தினால் தூக்கமின்மை, வாந்தி, தலைவலி முதலியனவை ஏற்படலாம்.

மனச் சிதைவு நோய்/ இதர தன்னிலை இழப்பு நோய்கள் (PSYCHOTIC ILLNESSES)

மனச்சிதைவு நோய்க்கு நீண்ட காலம் மருந்து உட்கொள்ள வேண்டும். மருத்துவரின்

அனுமதியில்லாமல் மருந்துகளை நிறுத்தக்கூடாது. ஹலோப்பேரிடால், குளோர்பிரமஸின், ட்ரைஃபிளுபரஸின் போன்ற மாத்திரைகள் இந்நோயைக் குணப்படுத்தத் தேவையாகும். புதிதாக வந்துள்ள ரெஸ்ப்ரிடோன், ஒலன்சபின், க்யுசியாபின், ஜிப்ராஸிடோன் மற்றும் குளோஸப்பின் மாத்திரைகள் சில நோயாளிகளுக்கு மிகுந்த பலனை அளிக்கின்றன. இவ்வகை மாத்திரைகளை உட்கொள்ளும் பொழுது கைநடுக்கம்,உடல் தளர்ச்சியுடன் "பொம்மை மாதிரி" முகபாவனை இன்றி, கை அசைவின்றி நடப்பது, அதிகமாக உமிழ்நீர் சுரத்தல், திடீரென நாக்குத் துருத்திக் கொள்வது, கழுத்து வளைந்து செல்வது, நா குளறுவது முதலிய பக்க விளைவுகள் ஏற்படுமானால் அதனை மருத்துவருக்கு உடனே தெரிவித்தால் மருத்துவர் பக்க விளைவுகளைச் சரி செய்ய மாற்று மருந்துகளைக் கொடுப்பார். அச்சம் தேவையில்லை. மாத்திரை சாப்பிட மறுக்கும் சந்தேக நோயாளிகளுக்கு ஊசி மருந்தும் , சொட்டு மருந்தும் கிடைக்கின்றன.

மன எழுச்சி / மனத்தளர்ச்சி நோய்

மன எழுச்சி நோய் சிலருக்கு இடைவெளி விட்டுவிட்டு வந்து கொண்டே இருக்கும். சிலருக்கு மன எழுச்சியும், மனத்தளர்ச்சியும் மாறிமாறி இடைவெளி விட்டு விட்டு வரும். இந்நோய் திரும்ப

வருவதைத் தடுக்க லித்தியம் மாத்திரை இருக்கிறது. லித்தியம் மாத்திரை நீண்ட காலம் உட்கொள்ள வேண்டும். லித்தியம் மாத்திரையின் அளவு இரத்தத்தில் எவ்வளவு இருக்கிறது என்பதை அவ்வப்போது பரிசோதிக்க வேண்டும். லித்தியம் மாத்திரை சாப்பிடும்பொழுது பெண்கள் கர்ப்பம் தரிக்கக்கூடாது. லித்தியம் மாத்திரை பலன் கொடுக்காதபொழுது கார்பமசைபின், வால்பாரைக் ஆசிட் போன்ற மாத்திரைகள் தேவையாகும்.

தவறான கருத்துக்கள்

பொதுவாக மனநல மருத்துவர் அளிக்கும் மருந்துகளைப் பற்றித் தவறான எண்ணங்கள் பொது மக்களிடையேயும், மருத்துவ உலகத்தில் சிலரிடமும் காணப்படுகிறது. நாம் இந்த எண்ணத்தை மாற்றிக் கொள்ள வேண்டும். மேற்கூறிய எந்த மாத்திரைகளும் தூக்க மாத்திரைகளோ, போதை மாத்திரைகளோ அல்ல! இவற்றைத் தொடர்ந்து உட்கொண்டால் இம்மருந்துகளுக்கு அடிமையாக வாய்ப்புகள் இல்லை. இதுவே உண்மை. இந்த மாத்திரைகள் மூளை நரம்பு மண்டலத்தில் சில வேதிப்பொருட்களின் அளவுகளைக் கட்டுப்படுத்தி மனச் சஞ்சலத்தைக் குறைத்து எண்ண ஓட்டத்தைச் சீராக்கிச் சுறுசுறுப்பை அளிக்கின்றன.

மின் அதிர்வு சிகிச்சை

மாத்திரைகளால் நல்ல பலன் கிடைக்காத பட்சத்திலும் நோயாளிகளுக்குத் தற்கொலை எண்ணங்கள் கூடுதலாக உள்ள நேரத்திலும், உண்ண மறுத்து மயக்க நிலைக்குச் செல்லும் நோயாளிகளுக்கும் அவசரச் சிகிச்சையாக மின் அதிர்வு சிகிச்சை கொடுக்கப்படுகிறது. இச்சிகிச்சை முறை முதிர் மனத்தளர்ச்சி, மனச்சிதைவு, மிதமிஞ்சிய சிகிச்சை குறித்து நோயாளிகளோ, உறவினர்களோ அச்சமோ, கவலையோ கொள்ளத் தேவையில்லை.

மேற்கூறிய மருந்து, ஊசி, மின் அதிர்வு சிகிச்சையல்லாது மனநோயாளிகளுக்கு உளவியல் சிகிச்சை முறை தேவைப்படுகிறது. உதாரணமாக : ஆதரவு மனநல ஆலோசனை, நடத்தை மாற்று மனநல ஆலோசனை, மற்றும் மனோவசிய மருத்துவச் சிகிச்சை முறை.

ஆதரவு மருத்துவம்

ஆதரவு மருத்துவத்தில் பிணியாளரை வாய்விட்டுப் பேசச் சொல்லி அதன் மூலமாக மனபாரத்தைக் குறைத்து "பிரச்சினைகள் எப்படி வந்தது ? ஏன் வந்தது ? என்ன செய்யலாம் ?" என்று ஆராய்ந்து பல்வேறு ஆலோசனைகளைக் கூறிப் பிரச்சினைகளை எதிர்கொள்ளக்கூடிய மனதைரியத்தை மனநல மருத்துவர் நோயாளிக்குக்

கொடுக்கிறார். தேர்வு எழுதப் பயப்படுவோருக்கும், கணவனை இழந்தவுடன் துயரம் கொள்ளும் மனைவிமாருக்கும், வாழ்க்கைப் பிரச்சினைகளால் மனத்தளர்ச்சி கொள்வோருக்கும் உடல்நல நோய்களான இருதய நோய், சர்க்கரை நோய், பக்கவாத நோய், இரத்தக் கொதிப்பு, எய்ட்ஸ் நோய் இவற்றால் மனக்கவலை கொள்ளும் நோயாளிகளுக்கும், தற்கொலை முயற்சியில் ஈடுபடுபவருக்கும் இவ்வகை ஆதரவு மனநல ஆலோசனை உகந்ததாக இருக்கும்.

நடத்தை மாற்று மருத்துவம்

இவ்வகை சிகிச்சையானது பேரச்ச நோயாளிகளுக்கும், திக்கிப் பேசுவோருக்கும், ஆட்டிப்படைக்கும் எண்ணங்கள், செயல்கள் கொண்டவருக்கும், குடிப்பழக்கம் உள்ளவர்களுக்கும், பொதுவிடத்தில் பேச வெட்கப்படும் கூச்ச சுபாவம் உள்ளவர்களுக்கும், உடலுறவு பிரச்சினை உள்ளவர்களுக்கும், ஹிஸ்டீரியா நோயாளிகளுக்கும், பண்பியல் தொகுப்புப் பிரச்சினை உள்ளவர்களுக்கும் பயனளிக்கும்.

மனோவசிய மருத்துவம்

மனோவசியம் என்பது (மருந்து, ஊசி இல்லாது) உள ஆலோசனையினால் மருத்துவர், ஒருவருக்கு ஆழ்துயிலை ஏற்படுத்தி அவருடைய சுய நினைவில்

மாற்றம் செய்வதாகும். இந்நிலையில், மருத்துவர் கூறும் அறிவுரைகளை நோயாளி மனத்தாலும், உடலாலும் அப்படியே ஏற்றுக்கொண்டு குணம் பெறுகிறார். மனோவசிய சிகிச்சை முறையானது ஹிஸ்டீரியா நோயாளிகளுக்கும், பாலுறவுப் பிரச்சினை உள்ளவர்களுக்கும், பதட்டம் உள்ளவர்களுக்கும் தேவைப்படலாம்.

எண்ணமாற்று சிகிச்சை முறை

இச்சிகிச்சை முறையானது மனக்கவலை நோயாளிகளுக்கு அதிகம் பலனளிக்கிறது. மனத்தளர்ச்சி நோயாளி தன்னுடைய கடந்தகாலம் வீணாகிவிட்டது, தனக்குத் திறமையில்லை, தான் பாவி, தன்னுடைய எதிர்காலம் இருண்டு இருக்கிறது போன்ற தவறான எதிர்மறை கருத்துக்களைக் கொள்வதால் மனக்கவலையும், குழப்பமும் அதிகமாகிறது. எண்ணங்களால் மனத்தை மாற்றமுடியும் என்ற நம்பிக்கையூட்டி அவருடைய சிந்தனையில், "நான் தைரியம் உடையவன்" எனக்கு நல்ல எதிர்காலம் இருக்கிறது" போன்ற நேர்மறை எண்ணங்களை நாம் பதியச் செய்ய வேண்டும். கஷ்டமான துக்கமான, நினைவுகளையும், நிகழ்ச்சிகளையும் அவரது மனதிலிருந்து அகற்றி அவர் வாழ்வில் நடந்த மகிழ்ச்சிகரமான, இன்பகரமான நிகழ்ச்சிகளை (பரிசு விழாக்களை, பாராட்டு நிகழ்ச்சிகளை) மனதில் நினைவுப்படுத்த

ஆலோசனை அளிக்க வேண்டும். மனக்குழப்பத்தை விட்டுவிட்டுச் செயல்முறையில் இறங்க ஊக்கம் கொடுக்க வேண்டும். கடந்த காலத்தைக் குறித்துக் கவலையும் எதிர்காலத்தைக் குறித்து அச்சமும், ஏக்கமும் கொள்ளாமல் நிகழ்காலத்தில் நினைவும், கவனமும் செலுத்த நாம் ஆலோசனை கூற வேண்டும்.

சமூகவியல் மருத்துவ முறைகள்

குடும்ப வழி மருத்துவம், மண உறவு ஆலோசனை, நாடகமுறை சிகிச்சை, தொழில்வழி மருத்துவம், மனமகிழ் மருத்துவம் முதலியன சமூகவியல் மருத்துவத்தின் அங்கங்களாகும்.

மருந்து, மின் அதிர்வு சிகிச்சை முறைகள் மூளை மின்னலைக் கடத்தியின் அளவுகளைச் சரி செய்கிறது. அடுத்ததாக உளவியல் ஆலோசனை பிணியாளரின் மனதில் உள்ள மாறுபட்ட கண்ணோட்டத்தைச் சீர்படுத்துகிறது. இறுதியில் சமுகவியல் மருத்துவ முறைகள் பிணியாளருக்கும் அவர்களின் உறவினருக்கும், சமூகத்திற்கும் இடையே உள்ள நட்புப் பாலத்தை, ஆதரவைப் பலப்படுத்திப் பிணியாளரின் தேறிய மனநிலையை நிரந்தரமாகத் தக்க வைக்க உதவி செய்கிறது. ஆகவே மருந்து மாத்திரைகள் மட்டும் அன்றி, மனநல ஆலோசனையும், குடும்பத்தினரின் ஆதரவும்

இருந்தாலே நோயாளி பரிபூரணமாகக் குணமாக வாய்ப்புகள் உண்டு என்று நாம் அறிய வேண்டும்.