

## تبدیلی کی بیماری / افتراقی بیماری

انگلش نام = *Conversion disorder / Hysteria*

تبدیلی کی بیماری / افتراقی بیماری ایک ایسی حالت ہے جس میں فرد اندھاپن، فالج، دوروں یا عصبی نظام کی دوسری ایسی علامات کا شکار ہو جاتا ہے جنکی وجہ کوئی جسمانی بیماری نہیں ہوتی۔ اسے تبدیلی کی بیماری اس لئے کہا جاتا ہے کہ ماہرین یہ سمجھتے ہیں کہ جذباتی بیماری جسمانی بیماری میں تبدیل ہو گئی ہے۔

### اس کی وجوہات کیا ہیں؟

تبدیلی کی بیماری کی علامات کسی نفسیاتی کشمکش / تصادم کی وجہ سے بھی پیدا ہو سکتی ہیں۔ علامات کسی پریشان کن واقعہ کا تجربہ کرنے کے بعد اچانک سے شروع ہوتی ہیں۔ وہ لوگ جو کسی میڈیکل کی بیماری، افتراقی بیماری یا شخصیتی بیماری میں مبتلا ہوتے ہیں ان میں اس بیماری کا شکار ہونے کا رجحان زیادہ پایا جاتا ہے۔

یہ بات سمجھنا بہت ضروری ہے کہ مریض علامات کے ہونے کا بہانہ نہیں کر رہا۔ کچھ ڈاکٹر یہ غلط عقیدہ رکھتے ہیں کہ تبدیلی کی بیماری کی علامات اصل نہیں ہیں اور ہو سکتا ہے کہ وہ مریض کو بھی یہ کہہ دیں کہ مسئلہ صرف انکے دماغ میں ہے۔ تاہم حقیقت یہ ہے کہ یہ حالت حقیقی ہے۔ اسکی وجہ سے تکلیف بھی ہوتی ہے اور اسے اپنی مرضی سے شروع یا ختم نہیں کیا جا سکتا۔

جسمانی علامات کے متعلق یہ سوچا جاتا ہے کہ وہ فرد کے اندر ہونے والی نفسیاتی کشمکش کو حل کرنے کی ایک کوشش کا نتیجہ ہوتی ہیں۔ مثال کے طور پر ایک عورت جو اس بات پر یقین رکھتی ہے کہ وہ پر تشدد نہیں ہو سکتی، ہو سکتا ہے کہ جب اسے غصہ آئے اور اسکا کسی کو مارنے کو دل چاہے اور وہ ایسا نہ کر سکے تو اسکے بدلے میں اسکے بازو میں سوئیاں چبھنی شروع ہو جائیں۔ کسی کو مارنے کی پر تشدد سوچوں کو آنے کی اجازت دینے کی بجائے، ہو سکتا ہے اسے بازو میں سوئیاں چبھنے کی جسمانی علامت کا تجربہ ہو۔

عام طور پر مریض میں شخصیتی بیماری کی علامات بھی ہوتی ہیں۔ اور پاکستان میں اکثر کسی گھریلو ناچاقی یا ذاتی یا کام کاج سے متعلقہ مسائل مرض کی وجہ بنتے ہیں۔

### اس کی علامات کیا ہیں؟

تبدیلی کی بیماری کی علامات میں مندرجہ ذیل میں سے کسی ایک یا ایک سے زیادہ جسمانی افعال کا ختم ہو جانا ہے جیسے

- اندھاپن
- بولنے کی قابلیت
- جسم کا سن ہونا
- فالج

- جھٹکے لگنا جو بظاہر مرگی کے جھٹکے لگتے ہوں۔

تشخیصی ٹیسٹوں سے ان علامات کی کوئی جسمانی وجہ نہیں ملتی۔ تاہم یہ ضروری ہے کہ آپ مریض اور اس کے رشتے داروں کی تسلی کے لئے متعلقہ ٹیسٹ ضرور کریں۔

تبدیلی کی بیماری کی عام علامات میں مندرجہ ذیل شامل ہیں۔

- ایک کمزور اور لاغر کرنے والی علامت جو اچانک سے شروع ہوتی ہے۔
- عام طور پر علامات کسی مسئلے کے فوری بعد اچانک نمودار ہوتی ہیں
- ایک نفسیاتی مسئلے کی ہسٹری جو علامات کے ظاہر ہونے کے بعد بہتر ہو جاتی ہے۔
- مرض کے بارے میں پرواہ کی کمی جو کہ دوسرے لوگوں میں شدید علامات کے ساتھ پیدا ہوتی ہے۔

### اس کا علاج کیا ہے؟

کونسلنگ، سائیکو تھراپی اور تناؤ کو کم کرنے والی مہارتیں سیکھنے سے علامات میں کمی لانے میں مدد ملتی ہے۔ عام طور پر کونسلنگ جس میں مریض سے اس کے مسائل کے بارے میں بات چیت کی جائے مددگار ہوتی ہے۔ صرف برتاؤ تھراپی بھی علاج میں مددگار ثابت ہوتی ہے۔

ان حالتوں میں سے زیادہ تر عموماً قلیل المدت ہوتی ہیں اور وقت کے ساتھ ختم ہو جاتی ہیں۔ آپ کو چاہیے کہ وہ جسمانی معائنے کے بعد خاندان کو اس بات کی یقین دہانی کروائے کہ یہ علامات خود بخود ختم ہو جائیں گی اور اسکے لیئے مزید کسی علاج کی ضرورت نہیں۔

طویل المدت کیسز میں جسم کے متاثرہ حصے یا جسمانی کارکردگی کو جسمانی یا پیشہ ورانہ تھراپی کی ضرورت پڑتی ہے، جن تک کہ علامات ختم نہ ہو جائیں۔ مثال کے طور پر پٹھے کو ضائع ہونے سے بچانے کے لیئے فالج شدہ جسم کے حصے کی ورزش کروانی چاہیے۔

ادویات کا اس بیماری میں کوئی خاص کردار نہیں۔ ہاں البتہ اگر آپ کو لگے کہ مریض میں اداسی یا گھبراہٹ کی علامات بھی ہیں تو اسے اداسی کی دوا دینا فائدہ مند ہوگا۔

### بہتری کا امکان کیا ہے؟

علامات عموماً کئی دنوں سے کچھ ہفتوں تک قائم رہتی ہیں اور پھر اچانک سے ختم ہو جاتی ہیں۔ یہ علامات بذات خود عموماً زندگی کے لیئے کوئی خطرہ نہیں ہوتیں لیکن اسکی پیچیدگیوں سے فرد کمزور اور لاغر ہو سکتا ہے۔

مزید ذہنی بیماریوں پر مفت معلومات اور سی بی ٹی پر مشتمل اپنی مدد آپ کے علاج کے کتابچوں کے لئے ہماری ویب سائٹ دیکھیں۔ پاکستان ایسوسی ایشن آف کوگنیٹو تھراپسٹس

<http://www.pactorganization.com/>

بیماری شدید ہونے کی صورت میں اپنے ڈاکٹر یا نزدیکی ماہر امراض نفسیات سے رجوع کریں۔