DR.MALA KUMARI

ASSISTANT PROFESSOR (GUEST TEACHER)

DEPARTMENT OF PSYCHOLOGY

A.N.D COLLEGE SHAHPUR PATORY,SAMASTIPUR

B.A –PART 2 PSYCHOLOGY (HONS)

PAPER-3 ,UNIT-7,

TREATMENT OF UNIPOLAR DEPRESSION

LECTURE-87

एकध्रुवीय विषाद का उपचार :-योग चिकित्सा

TREATMENT OF UNIPOLAR DEPRESSION:YOGA THERAPY

एकध्रुवीय विषाद के उपचार की पाँचवी विधि योग चिकित्सा है |मृदुल मिश्र एवं राजेश कुमार सिन्हा ने २२ ऐसे रोगियों का अध्ययन किया जिसे रोग चिकित्सा द्वारा ठीक किया गया | इन रोगियों द्वारा कुछ प्रमुख योग अभ्यास जैसे आसन (ASANA) प्राणायाम (PRANAYAMA),मुद्रा (MUDRA),प्रत्याहार (PROTYAHAR),धारणा (DHARNA),ध्यान (DHAYAN)आदि का उपयोग किया गया |इन रोगियों द्वारा योग का उन जीवन शैलियों का उपयोग किया गया था जो स्वामी निरंजनानंद सरस्वती द्वारा तैयार किया था |

जैविक चिकित्सा

BIOLOGICAL THERAPY

एक ध्रुवीय विषाद के उपचार की छठी विधि जैविक चिकित्सा है | एक ध्रुवीय विषाद के उपचार के लिए जैविक चिकित्सा या मेडिकल चिकित्सा का भी उपयोग काफी किया जाता है |विषादी क्लायंट के लिए दो तरह की चिकित्सा का प्रावधान है –

(i) वैद्युत आक्षेपीय चिकित्सा (ELECTROCONVULSIVE THERAPY)

(ii) विषाद विरोधी औषध का उपयोग (USE OF ONTIDEPRESSANT DRUGS)

इन दोनों का वर्णन निम्नांकित है –

(i) वैद्युत आक्षेपीय चिकित्सा (ELECTROCONVULSIVE THERAPY OR ECT) –

ECT विषादी रोगियों के उपचार कि एक विवादित प्रविधि है |कुछ लोग इसे एक एक ऐसा जैविक प्रविधि मानते है जिसका कोई अवांछनीय प्रभाव नहीं होता है क्योकि इसके न्यूनतम जोखिम संलग्न है जबकि कुछ लोग इसे एक अन्त्य (EXTREME) एवं डरावना विधि मानते है जिससे स्मृति विलोप तथा अन्य तंत्रकीय क्षति होती है |इस प्रविधि में रोगी के सिर पर दो एल्कट्रोड लगा दिये जाते है और करीब 65 से 140 वोल्ट का वैधुतीय प्रवाह (ELECTRICAL CURRENT) करीब आधे सेकेण्ड या उससे भी कम अवधि के लिए प्रवाहित किया जाता है |

ECT की यह प्रविधि मोटे तौर पर दो प्रकार की होती है –

(A) द्विपार्शिवक वैद्युत आक्षेपीय चिकित्सा (BILATERAL ECT)

(B) एक पार्शिवक वैद्युत आक्षेपी चिकित्सा (UNILATERAL ECT)

द्विपार्शिवक वैद्युत आक्षेपीय चिकित्सा में अग्रमस्तिष्क के दोनों तरफ एक –एक एल्कट्रोड लगा दिया जाता है और विद्युत् मस्तिष्क के अग्रपाली (FRONTAL LOBES) से होकर गुजरता है |अभी हाल के वर्षो में एक अपार्शिवक वैद्युती आक्षेपीय आधात की लोकप्रियता बढ़ी है जिसमें एक ही एल्कट्रोड रोगी के मस्तिष्क पर लगाया जाता है ताकि बिजली का धारा मस्तिष्क के एक ही तरफ से होकर गुजरे |सच्चाई यह है कि जब रोगी के मस्तिष्क से होकर बिजली की धारा प्रवाहित होती है ,तो इससे उसमें आक्षेप उत्पन्न होता है जो लगभग 25 सेकंड से कुछ मिनट तक बना रहता है |इस मस्तिष्कीय आक्षेप में ही रोगी में विषादी लक्षण काफी हद तक समाप्त हो जाता है |एक विषादी

रोगी के लिए दो से तीन सप्ताह तक 6 से 9 बार ECT दिया जाता है और फिंक (1992)के अध्ययनानुसार अधिकतर विषादी रोगियों में विषाद के लक्षण समाप्त हो जाता है |अधिकतर मनोरोग विज्ञानियों का मत है की ECT देने से मस्तिष्क में न्यूरोट्रांसमीटर की क्रियाएं बढ़ जाती है और इसके मस्तिष्क में उत्पन्न नोरइपाइनफ्राइन (norrepinephrine) तथा सीरोटोनिन (serotonin) की कमी दूर हो जाती है जिससे विषादी लक्षणों में कमी उत्पन्न हो जाती है यद्दपि यह एक उत्तम सिद्धांत दीखता है परन्तु फिर भी यह नहीं भुला जा सकता है की –

(a) ECT पुरे मस्तिष्क के न्यूरोन को उत्तेजित कर देते है जिससे वैसे न्यूरोन भी उतेजित हो जाते है जो नोरइपाइनफ्राइन तथा सिरोटोनिक का श्राव नहीं कर के दुसरे तरह के न्यूरोट्रांसमीटर उत्पन्न करते है |

(b) ECT से उत्पन्न आक्षेप पूरी शरीर के अन्य तंत्रों पर भी अपना अच्छा प्रभाव डालता है |

(ii) विषाद – विरोधी औषधो का उपयोग (vse of antidepressant drugs)-आजकल एकध्रुवीय विषाद के उपचार में कई तरह के औषधो का उपयोग किया जाता है जिसमे निम्नांकित तीन तरह के औषधो की लोकप्रियता सर्वाधिक है –

(a) मोनोएमाइन ऑक्सिडेस प्रतिरोध (monoamine oxidase or mao-inhabitors)

(b) ट्रीसाईक्लिक्स (tricyclies)

(c) द्वितीय पीढ़ी के विषाद विरोधी औषध (second generation antidepressant drugs)

इन औषधों का उपयोग करके एक ध्रुवीय विषाद का उपचार किया जा सकता है | स्पष्ट हुआ की एक ध्रुवीय विषाद के उपचार की कई प्रविधियाँ है |इनमे विषादी लक्षणों की गंभीरता कम होने पर संज्ञानात्मक चिकित्सा उत्तम मानी जाती है तथा गंभीर विषादी लक्षणों में जैविक चिकित्सा और फिर उसके बाद संज्ञानात्मक चिकित्सा देने से सर्वाधिक लाभ होता है |

समाप्त