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-5,
PANIC DISORDER
LECTURE-36

भीषिका विकृति (PANIC DISORDER)

भीषिका विकृति चिंता विकृति का प्रमुख प्रकार है | भीषिका विकृति में रोगी को अचानक एक अव्याख्येय (INEXPLICABLE) भीषिका या आतंक (PANIC) का दौरा पड़ता है | जब रोगी को इस तरह का अप्रत्यासित भीषिका दौरा बार-बार या सप्ताह में कम से कम एक या दो बार अवश्य पड़ता है तो उसे DSM-IV(TR) में भीषिका विकृति कहा गया है| इस तरह से भीषिका विकृति में अप्रत्याशित बारम्बार भीषिका द्वारा (PANIC ATTACK) होता है |

भीषिका दौरा में कुछ प्रमुख दैहिक संवेदनाएं होती है |इन दैहिक संवेदनों में यदि कम से कम चार दैहिक संवेदन भी कोई व्यक्ति अनुभव करता है ,तो उसे भीषिका दौरा कहा जाएगा |ये दैहिक संवेदन इस प्रकार है –

(I) हृदय गति का तीव्र या कम होना

(II) पसीना आना

(III) मांसपेशियों में कम्पन उत्पन्न होना

(IV) सांस कि गति रुकने या मंद होने का अनुभव

(V) छाती में दर्द या तकलीफ होना

(VI) दम घुटने (CHOKING) का अनुभव होना

(VII) पेट में दर्द होना तथा मिचली का अनुभव करना

(VIII) बेहोशी होना या चक्कर आने का अनुभव करना

(IX) अवास्तविकता या अपने आप से अलग होने का अनुभव होना

(X) अपने आप पर नियंत्रण होने का डर होना या सनकी होना

(XI) मरने का डर होना

(XII) शून्य या झुनझुनी संवेदन का होना

(XIII) कपकपी या अधिक गर्मी का अनुभव होना |

अतः स्पष्ट हुआ की भीषिका दौरा के न केवल दैहिक और साम्वेगिक लक्षण है बल्कि इसके कुछ संज्ञानात्मक लक्षण भी है रोगी में यह अनुभव होता है कि वह अब जल्द ही मरने वाला है , अब उसे अपने पर नियंत्रण की कमी महसूस करना या सनकी होना आदि संज्ञानात्मक लक्षण के उदहारण है |

भीषिका दौरा सप्ताह में एक या दो बार कम से कम आवश्यक होता है और दौरा आने पर लगभग कुछ मिनट तक तो अवश्य बना रहता है और कभी-कभी घंटो बना रहता है | भीषिका दौरा सांकेतिक तथा असांकेतिक दोनों ही तरह का होता है |भीषिका दौरा प्रत्याशित ढंग से भी होता है और किसी वस्तु या परिस्थिति से सम्बन्ध नहीं होता है | जब भीषिका दौरा अप्रत्याशित एवं बारम्बार होता है ,तो यह समझा जाता है की व्यक्ति में भीषिका विकृति विकसित हो गयी है |

DSM-IV(TR) में भीषिका विकृति को एगोराफोबिया के साथ या उसके बिना भी होने की बात कही गयी है|मनश्चिकित्सकों की आम राय है कि अधिकतर केसेज में भीषिका विकृति एगोराफोबिया के लक्षण के साथ उत्पन्न होता है

भीषिका विकृति का एक केस उदहारण

यह केस उदाहरण स्पिट्जर एवं उनके सहयोगियों (1983) द्वारा किया गया है | मिसेज वाटसन एक 45 वर्ष की महिला थी उसके दो बच्चे थे | उसे अपने चाचा से बचपन से ही काफी लगाव था क्योंकि उसका पालन-पोषण उसके चाचा द्वारा किया गया था |कुछ महीना पहले उसके चाचा की मृत्यु हो गयी थी |जिससे उसे काफी मानसिक आघात पहुँचा था | कुछ दिन पहले जब वह अपने काम से घर लौट रही थी तो

रास्ते में ही उसे भीषिका दौरा पड़ा | जाड़े के मौसम में वह पसीने-पसीने हो गयी | उसे अनुभव होने लगा की उसका ह्रदय गति रुकने –रुकने को है तथा उसकी साँस की गति तेज़ ढंग से चलने लगी | उसे अवास्तविकता तथा अपने आप से अलग होने का अनुभव होने लगा |आस-पास के लोगो की सहायता से वह अस्पताल पहुँची जहाँ उसका मेडिकल जाँच किया गया और किसी तरह की असामान्यता नहीं पायी गयी | सिर्फ इतना ही पाया गया कि उसका ह्रदय गति कुछ अनियमित था जो जांच के ही दौरान फिर सामान्य हो गया |

इसी तरह दूसरा दौरा उसे घर पर जब वह खाना बना रही थी ,पड़ा जैसे-जैसे दौरा पड़ने की संख्या बढती गयी उसे घर से बाहर जाने में डर उत्पन्न हो गया | उसे यह भय हो गया की अगर वह अकेले बाहर जाएगी तो उसे यह दौरा पड़ जाने पर कौन उसकी मदद करेगा |फलतः वह अपने सामाजिक कार्यो एवं मनोरंजन सम्बद्ध बाहर के कार्यो से अलग हो गयी | उसने घर से निकलना बंद कर दिया | बहुत दिनों तक उसका उपचार किये जाने पर वह सामान्य जीवन की और लौट गयी और फिर कभी उसे भीषिका दौरा नहीं पड़ा | उक्त केस उदाहरण में महिला को भीषिका विकृति के साथ-साथ एगोराफोबिया के भी लक्षण स्पष्ट है |

भीषिका विकृति के कारण –

भीषिका विकृति के कई कारण बतलाये गए है जिन्हें मोटे तौर पर निम्नांकित दो प्रमुख भागो में बाँटा गया है –

(1) जैविक कारक (BIOLOGICAL FACTORS)

(2) मनोवैज्ञानिक कारक (PSYCHOLOGICAL FACTORS)

इन दोनों कारको का वर्णन निम्नांकित है –

(1) जैविक कारक – अनेक अध्ययन से यह पता चला है की विभीषका विकृति उन व्यक्तियों में जल्द होता है जिनके परिवार के किसी सदस्य में यह पहले हो चूका हो| चार्नी एवं हेनिगर (1986) ने अपने अध्ययन के आधार पर यह बतलाया है की जब व्यक्ति के मस्तिष्क का वह सर्किट जो आपातकालीन प्रतिक्रिया को धीमा करता है या बंद करता है , की क्षमता कमजोर हो जाती है , तो इसमें विभीषका विकृति की संभावना बढ़ जाती है | लेई(1987) के अध्ययन के अनुसार विभीषका दौरा का सम्बन्ध अतिश्वसन से होता है |अतिश्वसन से व्यक्ति का स्वायत्त तंत्रिका तंत्र उत्तेजित हो जाता है जिससे रोगी में विभीषका दौरा के सभी दैहिक लक्षण उत्पन्न हो जाते है |

(2) मनोवैज्ञानिक कारक –विभीषका विकृति के कुछ मनोवैज्ञानिक कारण भी बतलाए गए है |क्लार्क (1989)के अध्ययन के अनुसार विभीषका विकृति उत्पन्न

होने का एक कारण यह है कि व्यक्ति अपने भीतर उत्पन्न शारिरिक संवेदनाओं का अनर्थकर भ्रांतिपूर्ण व्याख्या करता है |विभीषका विकृति वाले रोगी सामान्य चिंता अनुक्रियाओं जैसे तीव्र हृदय गति ,दम फूलने की स्थिति तथा चक्कर आने की स्थिति को यह मान लेते है कि अब विभिषका दौरा पड़ने ही वाला है |जबकि वास्तविकता यह होता है कि यह अन्य कारकों से उसमे होता है |

विभीषका विकृति की चिकित्सा या उपचार –विभीषका विकृति के उपचार के लिय कुछ औषध का सफलतापूर्वक उपयोग किया गया |इसमे ट्राईसाइक्लिक विषाद –विरोधी औषध तथा चिंता –विरोधी औषध –जैसे अल्परोजामल से विभीषका दौरा काफी कम हो जाते देखा गया और कुछ रोगियों में तो इन औषधों के उपयोग से इस तरह का दौरा पूर्णत :समाप्त हो गया |इसके अतिरिक्त इस विकृति के रोगियों के उपचार में कुछ मनोवैज्ञानिक चिकित्साओं का भी उपयोग बारलो ,क्रसकी एवं क्लोसको (1989)तथा उनके सहयोगियों (1990)द्वारा किया गया है |इनलोगों का कहना है कि यदि शारीरिक संवेदनाओं की भ्रांत व्याख्या को यदि बदल दिया जाए तो इससे विकृति अपने आप दूर हो जाएगी |अत :इन लोगों के मनोवैज्ञानिक चिकित्सा में इसी तर्क का सहारा लेकर

उपचार प्रारंभ किया गया |मनोवैज्ञानिक चिकित्सा से करीब 80 से 90 %रोगी चंगा हो गए क्योंकि फिर उनमे दोबारा विभीषका दौरा नही पड़ा |

स्पष्ट हुआ कि विभीषका विकृति के उपचार में जैविक तथा मनोवैज्ञानिक दोनों तरह की चिकित्साओं का उपयोग किया जाता है |परन्तु इन दोनों में से मनोवैज्ञानिक चिकित्सा तुलनात्मक रूप से अधिक प्रभावी सिद्ध हुआ है |