এই লেখাটি "দি ক্লিনিক্যাল সাইকোলজিষ্ট" এর ষষ্ঠ সংখ্যায় প্রকাশিত হয়েছিল।

মাদক দ্রব্য ঃ ইয়াবা (Yaba)

শারমিন হক
চিকিৎসা মনোবিজ্ঞানী (প্রশিক্ষণরত)

নেশা জাতীয় দ্রব্য এক সময় দুর্লভ ছিল। কোন কোন স্থানে গাঁজার দোকান থাকলেও তা বিক্রি করতে ও কিনতে বহু বাধা-বিপত্তি অতিক্রম করতে হতো। বর্তমানে নেশা জাতীয় দ্রব্য সংগ্রহ করা একটি মামুলি ব্যাপার মাত্র। আগে নেশা জাতীয় দ্রব্যে আসক্ত ছিল বেশীর ভাগ নিম্নবিত্ত ও কায়িক পরিশ্রমী ব্যক্তিরা। বর্তমানে সেই সব নেশা গ্রহণ করছে সমাজের উচ্চবিত্ত শিক্ষিত রুচিবান তরুণ-তরুণীরা। যা ক্রমান্বয়ে মধ্যবিত্ত পরিবারের ছেলে-মেয়েদেরকেও গ্রাস করছে।

একক কোনো কারণে একজন ব্যক্তি নেশা করছে তা বলা যাবে না। বিভিন্ন কারণে ব্যক্তি নেশার প্রতি আসক্ত হচ্ছে; যেমন– বন্ধু বান্ধবের সংস্পর্শে এসে, কৌতুহলের বশে, সাহসী হিসাবে নিজেকে প্রতিষ্ঠিত করতে কিংবা অনুসন্ধিৎসু ও এডভেঞ্চার-প্রিয় হয়ে, বিশেষ কোন উৎসব উপলক্ষ্যে। আবার হতাশা, ব্যর্থতা, একাকীত্ব, অসহায়ত্ব, দুঃখ-কষ্ট, পারিবারিক কলহ বিবাদ, অবিশ্বাস-দ্বন্দ্বের কারণেও অনেকে আকৃষ্ট হচ্ছে নেশার জগতে।

বিভিন্ন ধরণের নেশা জাতীয় দ্রব্য বাজারে আছে। তাদের মধ্যে প্রধান বা বেশী প্রচলিত গাঁজা, ঘুমের ঔষধ, ফেনসিডিল, হেরোইন, চড়স, ভাং, দেশী মদ সহ বিভিন্ন জাতীয় মদ। তবে ইদানিং ইয়াবা (Yaba) নামক একটি নেশা জাতীয় মাদক দ্রব্য বাজারে পাওয়া যাচ্ছে। এই ইয়াবা (Yaba) নিয়েই বর্তমানের এই লেখা।

ইয়াবা (Yaba) একটি থাই শব্দ যার অর্থ উন্মত্ততা। এটা ম্যাথএ্যামফিটামিন (Methamphetamine) জাতীয় পদার্থ। ম্যাথএ্যামফিটামিন (Methamphetamine) (২৫-৩০ গ্রাম) এবং ক্যাফিন (Caffeine) (৪৫-৬৫ গ্রাম) থেকে তৈরি একটি কৃত্রিম নেশা জাতীয় এবং শক্তিশালী উত্তেজক। ম্যাথএ্যামফিটামিন (Methamphetamine) অর্থাৎ ইয়াবা (Yaba), পাউডার (ক্রিস্টাল) হিসাবেও পাওয়া যায়, যা কিনা রক (আইস) বা তরল জাতীয় অবস্থায় বাজারে প্রক্রিয়াজাত করা হয়ে থাকে। বিভিন্ন রং এ (যেমন– লালচে, গোলাপী, কমলা, সবুজ) এবং বিভিন্ন স্বাদ ও সুগন্ধে (যেমন– আঙ্গুর, কলা, কমলা) ক্যান্ডি জাতীয় ট্যাবলেট হিসাবে এদের পাওয়া যায়। নতুন এবং বর্তমানে বহুল ব্যবহৃত ইয়াবা (Yaba) অন্যান্য মাদক দ্রব্যের মতো বিভিন্নভাবে গ্রহণ করা যায়। যেমন– পানি দিয়ে গিলে, ফয়েলে, কলকিতে ইত্যাদি। তরল জাতীয় ইয়াবা ইনজেকশনের মাধ্যমে গ্রহণ করা হয়ে থাকে। বাংলাদেশে ইয়াবার প্রচলন ইদানিং দেখা গেলেও পাশ্চাত্য দেশে ইয়াবার ব্যবহার অনেক আগে থেকেই পাওয়া যায়। পরিসংখ্যানে দেখা যায়, আমেরিকা, ইংল্যান্ড-এ ইয়াবার ব্যবহার তাদের মোট জনসংখ্যার প্রায় ৩-৪ শতাংশ। তবে সাদা ব্যক্তিদের তুলনায় কলো অর্থাৎ কৃষ্ণাঙ্গ আমেরিকান বা ইংল্যান্ডের জনগোষ্ঠীর মধ্যে এর সেবন প্রবনতা বেশী। বাংলাদেশে যদিও ইয়াবা (Yaba) সেবনের পরিমাণ মোট জনসংখ্যার ১ শতাংশেরও অনেক কম। তবে বর্তমানে এ প্রচলন ক্রমান্বয়ে বাড়ছে কারণ আগে যেখানে প্রতি ট্যাবলেট ১৫০০ টাকা বা তারও বেশী ছিল এখন তা মাত্র ৩০০ টাকায় পাওয়া যাচ্ছে।

ইয়াবা (Yaba) গ্রহণ করার পেছনে অন্যান্য মাদক দ্রব্য গ্রহণের কারণগুলোই প্রধারনত লক্ষ্য করা যায়। তবে ইয়াবা (Yaba) গ্রহণ করার পেছনে অন্যতম কারণ হলো ব্যক্তির অতিরিক্ত গতিশীল, কর্ম-উদ্দীপনা, স্বতঃস্ফূর্ততা অনুভব করার আগ্রহ। কারণ ইয়াবা আমাদের কেন্দ্রীয় স্নায়ুতন্ত্র (Central Nervous System) কে সরাসরি উত্তেজিত করে থাকে। প্রথম প্রথম অর্ধেক বা একটা ট্যাবলেটই যথেষ্ট কিন্তু পরবর্তীতে এর পরিমাণ ক্রমান্বয়ে বাড়াতে হয়, যা ব্যাক্তিকে শারীরিক ও মানসিকভাবে আসক্ত করে থাকে। যদিও প্রচলিত আছে যে, ইয়াবার কোন শারীরিক প্রতিক্রিয়া নাই। তবে গবেষণায় দেখা গেছে ইয়াবাতে শারীরিক ও মানসিক উভয় আসক্তিই বিদ্যমান। তবে পরবর্তীতে ক্রমান্বয়ে মানসিক আসক্তির পরিমান বাড়তে থাকে। (Drummond, C, Tiffany. S, T, 2000).

ইয়াবা সেবন করার পর ব্যক্তির মধ্যে যে সব প্রতিক্রিয়া দেখা যায় সেগুলোকে মোটামোটি দুই ভাগে ভাগ করা যায়। নিম্নে সেগুলো দেয়া হলোঃ-

প্রাথমিক প্রতিক্রিয়াঃ-

অতিরিক্ত আনন্দে থাকা (Euphoria)

কাজ কর্মে অতিরিক্ত গতিশীলতা ও স্বত:স্ফূর্ততা

একেবারেই ঘুম না হওয়া (Insomnoia)

শুষ্কতা বা পানিশূন্যতা (Dehydration)

ত্বকে সমস্যা হওয়া

সন্দেহ বাতিক অনুভূতি (Paranoid feeling)

অস্থিরতা

যে কোন বিষয়ে অতিরিক্ত সচেতনতা

অতিরিক্ত গরম অনুভব করা

অতিরিক্ত মনোযোগী

অতিরিক্ত শারীরিক কর্মক্ষমতা ইত্যাদি।

এছাড়া হৃদস্পন্দন ক্রমান্বয়ে বাড়তে থাকা, ব্লাড প্রেসার সহ শারীরিক তাপমাত্রাও ক্রমান্বয়ে বাড়তে থাকে।

দীর্ঘমেয়াদী প্রতিক্রিয়াঃ দীর্ঘমেয়াদী প্রতিক্রিয়াগুলো হলো–

শরীরের কোন অংশ অনবরত কাঁপতে থাকা (Tremors)

অতিরিক্ত উত্তেজনা

মতিভ্রম বা ভুলভাবে প্রত্যক্ষন করা (Hallucination)

সন্দেহবাতিক ভ্রান্ত বিশ্বাস (Paranoid Delusion)

ধ্বংসাত্বক আচরণ

উগ্র মেজাজ

অনুভূতিহীন

মানসিক দ্বন্দ্ব

স্মৃতিশক্তি লোপ

তীব্র ঘুমের সমস্যা ইত্যাদি।

এগুলো ছাড়াও আরো কিছু ক্ষতিকর প্রতিক্রিয়া হলো– দ্রুত হৃদস্পন্দন বাড়তে থাকা, মেয়েদের ঋতুঃস্রাবে অনিয়ম দেখা দেয়া বা বন্ধ হয়ে যাওয়া, জরায়ুজনিত জটিলতা এবং পরবর্তীতে বাচ্চা ধারন ক্ষমতা বন্ধ হয়ে যাওয়া, তাছাড়া ইয়াবা সেবনের ফলে শরীরের ধমনী বা শিরাগুলো নষ্ট হতে থাকা, রক্তের নালীতে ইয়াবার আস্তর পড়তে থাকা যার প্রতিক্রিয়া হচ্ছে হাইপার থেলমিয়া (Hyperthalmia) অর্থাৎ শারীরিক তাপমাত্রার ক্রমবৃদ্ধি, খিচুনী এবং অবশেষে মৃত্যু।

তাই ইয়াবা সহ অন্যান্য মাদক সেবনকারীর জন্য শারীরিক চিকিৎসার পাশাপাশি মানসিক চিকিৎসা গ্রহণ করা খুবই জরুরী। তবে সবচেয়ে বেশী জরুরী ব্যক্তির মাদক ছাড়ার ইচ্ছা বা আগ্রহ (Motivation) এবং পরবর্তীতে ব্যক্তির এই অভ্যাসকে পরিবর্তন করা এবং পুনরায় যাতে আবার নেশায় ফিরে আসতে না পারে তার ব্যবস্থা গ্রহণ করা। ক্রমান্বয়ে ব্যক্তির চিন্তা বা জ্ঞানীয় আচরণ পরিবর্তনের মাধ্যমে ব্যক্তির মানসিক চাহিদা নিয়ে কাজ করা। তাছাড়া পারিবারিক চিকিৎসা পদ্ধতি, দলগত চিকিৎসা পদ্ধতিও প্রয়োগ করা হয়ে থাকে। তবে মানসিক চিকিৎসার ক্ষেত্রে একটি বিষয়ের উপর গুরুত্ব দেয়া হয়ে থাকে তাহলো ব্যক্তি স্বাতন্ত্র্য। প্রতিটি ব্যক্তি দেখতে যেমন ভিন্ন ঠিক তেমনি তার খাওয়ার বা নেশা গ্রহণ করার কারণও স্বতন্ত্র্য। সেই সব বিষয়ের প্রতি লক্ষ্য রেখেই চিকিৎসার পরিকল্পনা করা হয়ে থাকে।

অবশেষে বলা যায়, ইয়াবা সেবনের ফলে ব্যক্তি ক্ষণিকের জন্য উন্মাদনা পাচ্ছে ঠিকই কিন্তু এই উন্মাদনাই পরবর্তীতে ব্যক্তিকে নিয়ে যাচ্ছে তীব্র শারীরিক ও মানসিক সমস্যায়। যেমন– ব্যক্তির ক্রমান্বয়ে শারীরিক কর্মক্ষমতার অবনতি ঘটতে থাকে এবং জটিল মানসিক রোগে আক্রান্ত হন। এর মধ্যে প্রধান হচ্ছে তীব্র মানসিক জটিল রোগ (Psychotic disorder), স্কিজোফ্রেনিয়া (Schizophrenia), ব্যক্তিত্ব জনিত রোগ (Personality disorder) সহ অন্যান্য জটিল রোগ। সুতরাং ক্ষণিক আনন্দের জন্য নিজেকে অসুস্থ (শারীরিক ও মানসিকভাবে) করার চাইতে ইয়াবা সেবন থেকে বিরত থেকে নিজের সামর্থ্য অনুযায়ী আত্মকল্যাণই শ্রেয়।

লেখক পরিচিতি

শারমিন হক, একজন প্রশিক্ষণরত চিকিৎসা মনোবিজ্ঞানী। তিনি ঢাকা বিশ্ববিদ্যালয় হতে মনোবিজ্ঞানে অনার্স এবং চিকিৎসা মনোবিজ্ঞানে এমএসসি ডিগ্রী অর্জন করেছেন। বর্তমানে তিনি ঢাকা বিশ্ববিদ্যালয়ের চিকিৎসা মনোবিজ্ঞান বিভাগে এমফিল করছেন। তিনি বর্তমানে ঢাকার গুলশানস্থ "প্রত্যয় প্রাঃ মেডিক্যাল ক্লিনিক"-এ কর্মরত আছেন।

Like many physical illnesses, mental and behavioral disorders are the result of a complex interaction between biological, psychological and social factors.

[The World Health Report, 2001]