এই লেখাটি "দ্য ক্লিনিকাল সাইকোলজিস্ট" এর ৪র্থ সংখ্যায় প্রকাশিত হয়েছিল।

এ্যান্টি সাইকোটিক মেডিকেশন সম্পর্কে তথ্য

সৈয়দা জাকিয়া সুলতানা
চিকিৎসা মনোবিজ্ঞানী
(প্রশিক্ষণরত)

মানসিক অসুস্থতার চিকিৎসার জন্য বিভিন্ন ধরনের বৈজ্ঞানিক পদ্ধতি রয়েছে। সাইকোথেরাপী বা ঔষধবিহীন চিকিৎসা যেমন রয়েছে তেমনি রয়েছে ঔষধ প্রয়োগের চিকিৎসা। বিভিন্ন ধরনের এবং বিভিন্ন তীব্রতার মানসিক অসুস্থতার ক্ষেত্রে কখনও শুধুমাত্র সাইকোথেরাপী আবার কখনও শুধুমাত্র ঔষধ প্রয়োগে চিকিৎসা প্রয়োজন হয়। আবার কোন কোন সময় সাইকোথেরাপীর পাশাপাশি এ্যান্টি সাইকোটিক ড্রাগস্ দেয়া হয়ে থাকে। বর্তমান প্রবন্ধে আমরা বিভিন্ন মানসিক অসুস্থতার জন্য প্রয়োজনীয় এ্যান্টি সাইকোটিক ড্রাগস্ সম্পর্কে সংক্ষেপে আলোচনা করব।

এ্যান্টি সাইকোটিক ড্রাগস্ কি?

এ্যান্টি সাইকোটিক ড্রাগস্ হচ্ছে এক ধরণের মানসিক অসুস্থতার জন্য ব্যবহৃত একটি গ্রুপের ঔষধ। বাজারে বিভিন্ন ধরণের এ্যান্টি সাইকোটিক ঔষধ প্রচলিত আছে। এই ঔষধগুলি খুবই কার্যকরী। তবে এ্যান্টি সাইকোটিক ঔষধ গুলোর কিছু পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া থাকে। বিভিন্ন ধরণের এ্যান্টি সাইকোটিক ঔষধে বিভিন্ন রকম পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া হতে দেখা যায়। আবার ব্যক্তি ভেদে পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া কম বেশি হতে পারে। এই ওষুধগুলো অনেক বছর ধরে ব্যাপকভাবে ব্যবহৃত হচ্ছে। এদের প্রত্যেকটির পৃথক পৃথক রাসায়নিক নাম এবং ব্র্যান্ড আছে। যার কয়েকটি নীচে দেয়া হল :

	রাসায়নিক নাম	ব্র্যান্ড নাম
(I)	ক্লোরপ্রমাজিন (Chlorpromazine)	লারগেকটিল (Largactil)
(2)	ট্রিফ্লু পারাজিন (Trifluo perazine)	স্টেলাজিন (stelazine)
(3)	হেলোপিরিডল (Haloperidol)	সেরিনেন্স (Serenace)
(4)	ড্রপেরিওল (Droperiol)	ড্রলেপটেন (Droleptan)
(5)	সলপিরিডি (sulpiride)	ডলম্যটিল (Dolmatil)
(6)	থিওরিডাজিন (Thioridazine)	ম্যলিরিল (Melleril)

এ্যান্টি সাইকোটিকের পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া

এই ঔষধের প্রভাবে চামড়ায় চুলকানির মতো হতে পারে। কোষ্ঠকাঠিন্য হতে পারে। এ্যান্টি সাইকোটিক ঔষধের প্রভাবে মেয়েদের মাসিকের সমস্যা দেখা দিতে পারে। এছাড়া ঔষধের প্রভাবে মেয়েদের বুকে দুধের মতো তরল চলে আসতে পারে। অবিবাহিত এবং বাচ্চা নেই এমন মেয়েদের ক্ষেত্রে এমনটি ঘটলে এবং ঔষধের পার্শ্ব প্রতিক্রিয়ায় এটি ঘটছে তা জানা না থাকলে অনেকেই ঘাবড়ে যান। গর্ভবতী মায়েদের পক্ষে এ্যান্টি সাইকোটিক ব্যবহারে বিশেষ সতর্ক হওয়া প্রয়োজন। এক্ষেত্রে ডাক্তারের সাথে এ বিষয়টি নিয়ে কথা বলে তিনি যা বলেন তেমনই করা উচিত।

সব ধরণের এ্যান্টি সাইকোটিক ঔষধেরই পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া রয়েছে। তবে কোন ব্যক্তির উপর কোন ঔষধ কিভাবে প্রতিক্রিয়া করবে এটা নিশ্চিত ভাবে বলা কঠিন। পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলি হচ্ছে– হাত কাঁপা, বাহু ও পা শক্ত হয়ে যাওয়া এবং মাঝে মাঝে ঘাড় ও মুখও শক্ত হয়ে যাওয়া। কিছু রোগী খুব অস্থিরতা অনুভব করেন বিশেষ করে পায়ে। ফলে একজায়গায় রোগী বেশিক্ষণ বসে থাকতে পারেন

না। কিছু এ্যান্টি সাইকোটিক এর অন্য ধরণের পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া হয়। যেমন- ত্বক সূর্যের প্রতি বেশি সংবেদনশীল হয়ে যায়। এছাড়া সারাক্ষণ ঘুমঘুম অনুভূতি হয়, মুখ শুকিয়ে যায়, চোখে ঝাপসা দেখেন, কখনো কখনো রোগী প্রতিটি জিনিস দুটো করে দেখতে থাকেন। যেমন, তিনি আকাশে চাঁদ দুটো করে দেখেন, একটি টেবিলকে দুটো টেবিল দেখেন। এছাড়া কারো কারো ক্ষেত্রে ঔষধের প্রভাবে হাঁটতে কষ্ট হয়। কোন কোন রোগীর জিহ্বা কিছুটা বাইরের দিকে বেরিয়ে আসে। ঔষধের প্রভাবে কারো কারো ত্বকে চুলকানির মতোও উঠতে পারে। অনেকের ক্ষেত্রে দেখা যায় যে, তাঁরা যদি বসা অবস্থা থেকে চট করে দাঁড়িয়ে যান তবে তাঁদের মাথা ঘুরতে থাকে। গর্ভবতী মায়েদেরপক্ষে এই ঔষধ ব্যবহারে বিশেষ সতর্ককতার প্রয়োজন। ঔষধ ব্যবহারের পূর্বে গর্ভবস্থার বিষয়টি ডাক্তারকে জানানো দরকার। তবে আশার কথা এই সব পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলো সাধারণত চিকিৎসার প্রাথমিক অবস্থায় হয়। কিছুদিন চিকিৎসা চললে সচরাচর শরীরে এই ঔষধগুলো খাপ খেয়ে যায়। পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াও কমে যায়।

এ্যান্টি সাইকোটিক ঔষধ কত ধরণের হয়?

এ্যান্টি সাইকোটিক ঔষধ মুখেও খাওয়া যায়, আবার ইনজেকশনের মাধ্যমেও ব্যবহার করা যায়। এ্যান্টি সাইকোটিকের ইনজেকশনকে ডিপোট ইনজেকশন বলা হয়। যারা প্রতিদিন মনে করে ঔষধ খেতে পারেননা তাদের জন্য ডিপোর্ট (Deport) ইনজেকশন সুবিধাজনক। কয়েক ধরণের ডিপোর্ট ইনজেকশন হচ্ছে–

	রাসায়নিক নাম	ব্র্যান্ড নাম
(I)	ফ্লুপেনথিক্সল (Flupenthixal)	ডেপিক্সল (Depixol)
(2)	যুকলাপেনথিক্সল (Zuclopenthixol)	ক্লোপিক্সল (Clopixol)
(3)	ফ্লুফেনাজিন (Fluphenazine)	মোডিকেট (modecate)
(4)	হেলোপিরিডল (Haloperidol)	হেলডল (Haldol)

এ্যান্টি সাইকোটিক ড্রাগস্ কেন ব্যবহৃত হয়?

বিভিন্ন ধরণের সাইকোটিক অসুস্থতা যেমন স্কিজোফ্রেনিয়া, ম্যানিয়া, এবং অন্যান্য অসুস্থতার উপসর্গগুলি দূর করার জন্য এই ঔষধগুলি ব্যবহার করা হয়। সঠিক মাত্রায় ঔষধ দেয়া হলে উপসর্গগুলি দূর হয়ে যায়। যদি নিয়মিত চিকিৎসা করা হয় তবে উপসর্গগুলি নিয়ন্ত্রণে থাকে।

এগুলো কিভাবে কাজ করে?

মস্তিষ্কের কিছু রাসায়নিক পদার্থের অতিরিক্ত কর্মক্ষমতা সাইকোটিক উপসর্গের কারণ বলে মনে করা হয়। এই রাসায়নিক পদার্থ চিন্তাকে নিয়ন্ত্রণ করে থাকে। এ্যান্টি সাইকোটিক ঔষধ এসব রাসায়নিক পদার্থের অতিরিক্ত কর্মক্ষমতাকে কমিয়ে মস্তিষ্কের রাসায়নিক পদার্থের মাত্রা স্বাভাবিক রাখে। ফলে উপসর্গগুলি দূর হয়ে যায়।

কোন দীর্ঘমেয়াদী পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া আছে কি?

এ্যান্টি সাইকোটিক ক্ষুধাকে নষ্ট করে দিতে পারে ফলে একজনের ওজন কমে যেতে পারে। এগুলো শরীরের হরমন এবং মাত্রা পরিবর্তন করে ফলে যৌন কাজে প্রভাব পরে অথবা মাসিক বন্ধ হয়ে যেতে পারে। খুব অল্প সংখ্যক রোগীর ক্ষেত্রে মুখ কাঁপা, হাত ও পা মাত্রাতিরিক্ত কাঁপতে পারে।

কোন উপায়ে পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া গুলোকে কমানো বা দূর করা যায়?

পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া দেখা দিলে তা ডাক্তারকে জানাতে হবে। তিনিই উপযুক্ত ব্যবস্থা নেবেন। অনেক সময়ে ডাক্তাররা ঔষধের মাত্রা কমিয়ে, অথবা ঔষধের ব্র্যান্ড বদলিয়ে পার্শ্ব প্রক্রিয়া নিয়ন্ত্রণ করেন। শরীরে কাঁপুনি বন্ধের জন্য তারা এ্যান্টি সাইকোটিক ঔষধের সাথে অন্য আরেক প্রজাতির ঔষধ দিয়ে দেন। প্রচুর পানি পান করলে গলা শুকিয়ে যাওয়া নিয়ন্ত্রণে থাকে। প্রচুর শাক-সব্জি, ইউসুফ গুলের ভূষি ইত্যাদি খেলে কোষ্ঠকাঠিন্য হয়না, একান্ত প্রয়োজনে ঔষধ দিয়েও এটি নিয়ন্ত্রণের ব্যবস্থা করা যায়। সূর্যের প্রতি ত্বকের অতি সংবেদনশীলতা নিরোধের জন্য শরীর কাপড় দিয়ে ঢেকে রাখা যেতে পারে। ঔষধের প্রভাবে বেশি ঘুম ঘুম লাগলে চা-কফি খেয়ে এবং ঔষধের মাত্রা নিয়ন্ত্রণ করে এর সমাধান করা যায়। বেশির ভাগ ক্ষেত্রেই দেখা যায় যে, ঔষধ ব্যবহারের প্রথম দিকে কিছু দিন পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া থাকলেও পরে সময়ের সাথে সাথে ঔষধ শরীরের সাথে খাপ খাইয়ে নেয়। আর পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াও থাকেনা। এক কথায় বলা যায়, পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া যেমনই দেখা দিকনা কেন, এগুলো হবার সাথে সাথে ডাক্তারকে বিষয়টি জানালে এগুলো নিয়ন্ত্রণের ব্যবস্থা তিনিই করবেন।

চিকিৎসা কতদিন চলবে?

এ্যান্টি সাইকোটিক ঔষধ দীর্ঘদিন এমনকি সারা জীবনও ব্যবহার করতে হতে পারে। কতদিন ঔষধ ব্যবহার করতে হবে সে সিদ্ধান্ত দেবেন সাইক্রিয়াট্রিস্ট। রোগীর অবস্থা বুঝে তিনি যা করতে বলেন তাই চূড়ান্ত। তাঁর পরামর্শ ছাড়া ঔষধ বন্ধ করে দিলে সাইকোটিক অসুখ আবার হতে পারে বা অনেক ক্ষেত্রে কম পরিমাণ অসুখ অনেক বেড়ে যেতে পারে। রোগীর লক্ষণ না থাকলেও রোগী বা তার আত্মীয়-স্বজনদের কখনোই নিজেরা ঔষধ বন্ধ করে দেয়া উচিত নয়। যদি দুই তিন বছর রোগী সম্পূর্ণ ভাল থাকেন তবে অবস্থা বুঝে ডাক্তার ঔষধ বন্ধ করবেন না চালিয়ে যাবেন সে ব্যাপারে সিদ্ধান্ত নেন।

ঔষধগুলো কাজ করার ক্ষেত্রে কোন প্রভাব ফেলে কিনা?

এ্যান্টি সাইকোটিক ঘুম ঘুম ভাব সৃষ্টি করতে পারে তাই গাড়ি চালানো এবং বিপদজনক যন্ত্রপাতি দিয়ে কাজ করা উচিত নয়। এই জন্য ড্রাইভার, রিক্সাচালক, মেশিনম্যান এদের বিশেষ সতর্ক হতে হবে। সম্ভব হলে পেশা বদলিয়ে ফেলা দরকার। তবে চাইলেই আমাদের দেশে পেশা বদল করা সম্ভব হয় না। ডাক্তারের সাথে পরামর্শ করলে ডাক্তার ঔষধের জন্য এমন একটি সময়সীমা নির্ধারণ করে দিতে পারেন যাতে ঘুম ঘুম ভাবের জন্য তার কাজের ক্ষতি না হয়।

যেহেতু এ্যান্টি সাইকোটিক ড্রাগস্ এর বিভিন্ন ধরনের পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া রয়েছে তাই উন্নত বিশ্বে মানসিক অসুস্থতার ক্ষেত্রে সাইকোথেরাপী বেশি ব্যবহিত হয়ে থাকে। কিছু কিছু সাইকোটিক অসুস্থতা যেমন– স্কিজোফ্রেনিয়া, ম্যানিয়া, তীব্রমাত্রার ডিপ্রেশন ইত্যাদি অসুস্থতার উপসর্গ কমানোর জন্য এ্যান্টি সাইকোটিক/এ্যান্টি ডিপ্রেসিভ ড্রাগ/এ্যান্টি এনজিও লাইটিক ইত্যাদি ড্রাগ ব্যবহার করলে সমস্যার মাত্রা কম হয়। তখন ক্লিনিক্যাল সাইকোলজিষ্টরা কাজ করতে পারেন। ক্লিনিক্যাল সাইকোলজিষ্টরা বিহেভিয়ার থেরাপী, কগনেটিভ বিহেভিয়র থেরাপী ইত্যাদি সাইকোথেরাপী দিয়ে থাকেন। যার ফলে এই অসুস্থতাগুলির উপসর্গ নিয়ন্তনে থাকে।

লেখক পরিচিতি

সৈয়দা জাকিয়া সুলতানা একজন প্রশিক্ষণরত চিকিৎসা মনোবিজ্ঞানী। তিনি ঢাকা বিজয়নগরস্থ বাংলাদেশ রিহ্যাবিলিটেশন সেন্টার ফর ট্রমা ভিক্টিমস (বিআরসিটি) নামক একটি এনজিওতে মনোবিজ্ঞানী হিসাবে কর্মকরত আছেন। তিনি ঢাকা বিশ্ববিদ্যালয়ে মনোবিজ্ঞান বিভাগ হতে মনোবিজ্ঞানে অনার্স এবং চিকিৎসা মনোবিজ্ঞান বিজ্ঞান হতে এমএসসি ডিগ্রী অর্জন করনে। বর্তমানে তিনি উক্ত বিভাগে এম.ফিল করছেন।

'অনেক দেশেই তরুণদের মধ্যে দূর্ঘটনা, আত্মহত্যা, সহিংসতা, অপ্রত্যাশিত গর্ভধারণ এবং যৌনবাহিত রোগের পেছনে মাদকাসক্তিকে মূল কারণ হিসাবে দেখা গেছে।'

Source : A Global Mental Health Education Program of WFMH