সিজোফ্রেনিয়া ও মাদক

জান্নাতুল ফেরদৌস ও মো আব্দুল আউয়াল

১০ আক্টোবর বিশ্ব মানসিক স্বাস্থ্য দিবস। বিশ্বব্যাপী মানসিক স্বাস্থ্য, মানসিক রোগ ও এর চিকিৎসা সর্ম্পকে ভ্রান্ত ধারণা ও কুসংস্কার দূর করা ও জনসচেতনতা সৃষ্টির লক্ষে World Federation of Mental Health কর্তৃক ১৯৯২ সালে বিশ্ব মানসিক স্বাস্থ্য দিবস পালন করা শুরু হয়। ২০১৪ সালে দিবসটির প্রতিপাদ্য "Living with Schizophrenia" (সিজোফ্রেনিয়া নিয়ে বাঁচতে শিখি)।

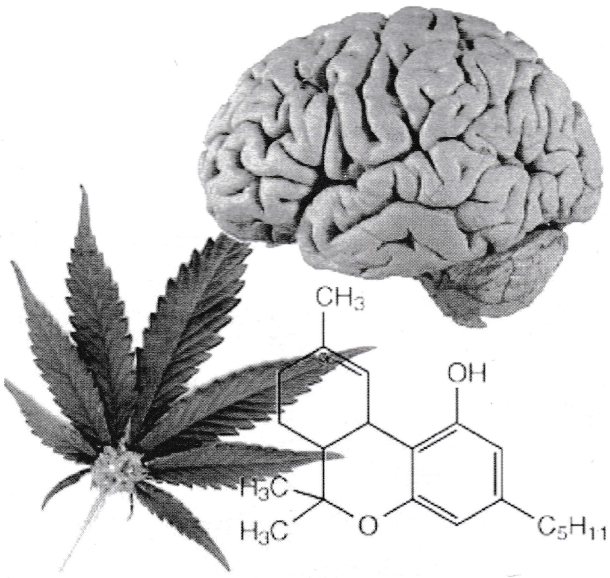
সিজোফ্রেনিয়া একটি জটিল মানসিক রোগ। সিজোফ্রেনিয়ায় আক্রান্ত ব্যক্তির মধ্যে Hallucination (অলীক প্রত্যক্ষণ), ভ্রান্ত বিশ্বাস এবং অবাস্তব চিন্তা-ভাবনা, অহেতুক ও অবাস্তব সন্দেহ প্রবণতা দেখা দেয়। তারা যৌক্তিক চিন্তা ও সঠিকভাবে যোগাযোগ করতে পারেন না, সঠিকভাবে সিদ্ধান্ত নিতে ও তথ্য মনে রাখতে পারেন না। সিজোফ্রেনিয়ায় আক্রান্ত ব্যক্তির আচরণ অনেক সময় জনসম্মুখে অদ্ভুত অথবা লজ্জাজনক হতে পারে। অনেক সময় সিজোফ্রেনিয়ায় আক্রান্ত ব্যক্তির সর্ম্পক নষ্ট হয়ে যায়, তার ব্যক্তিগত, পারিবারিক ও সামাজিক জীবন মারাত্মকভাবে ব্যাহত হয়।

মাদক এমন রাসায়নিক পদার্থ যা শরীরে প্রবেশের পর ব্যক্তির আবেগ ও চিন্তার পরিবর্তনের মাধ্যমে ব্যক্তির দৈহিক কাজকর্মের পরিবর্তন করে। মাদকাসক্তি হচ্ছে শারীরিক ও মানসিক বিরূপ প্রতিক্রিয়া সত্ত্বেও বারবার মাদক গ্রহণ করা। কিছু নির্দিষ্ট মাদক, যেমন কোকেন, অন্যান্য মাদকের তুলনায় অধিক পরিমাণে শারীরিক নেশার চাহিদা সৃষ্টি করে। যখন কেউ মাদক নেয়া বন্ধ করবেন, তখন খুবই অস্বস্তিকর শারীরিক প্রতিক্রিয়া দেখা দিতে পারে।

২০১২ সালের এক গবেষণায় দেখা যায়, বিশ্বের প্রায় ২৪৩ মিলিয়ন মানুষ যাদের বয়স ১৫ থেকে ৬৪ বছরের মধ্যে তারা কমপক্ষে একবার কোন না কোন অবৈধ মাদক গ্রহণ করেছেন। সাধারণত মহিলাদের থেকে পুরুষরা ২/৩ গুণ বেশি অবৈধ মাদক গ্রহণ করে থাকেন (UNODC, 2104)। মহিলাদের মধ্যেও মাদক-ব্যবহার সমস্যা হিসাবে দেখা দিয়েছে।

প্রায় ৫০% সিজোফ্রেনিয়ার রোগীর মাদক ব্যবহার ও মাদক নির্ভরশীলতার ইতিহাস পাওয়া গেছে। এই দুই ধরনের সমস্যাকে একত্রে ডুয়েল ডায়াগনোসিস বলে। সাধারণ মানুষের তুলনায় সিজোফ্রেনিয়া রোগীদের মধ্যে মাদক ব্যবহারের পরিমাণ ৩ গুণ পর্যন্ত বেশি। এই রোগীদের মধ্যে নেশা করার ফলে যে অস্বাভাবিকতা দেখা যায় সেটা নিরাময়ের জন্য হাসপাতালে ভর্তির পাশাপাশি এন্টিসাইকোটিক ড্রাগের প্রয়োজন হয়। কিন্তু চিকিৎসায় অবহেলার কারণে রোগের লক্ষণ বৃদ্ধির সাথে সাথে রোগী মৃত্যুর দিকে এগিয়ে যেতে পারেন।

মুনা (কাল্পনিক নাম): বয়স ২২ বছর, বিবাহিতা। সৎ মায়ের অত্যাচারে বড় হতে থাকা মুনা এক সময় বাড়ি থেকে পালিয়ে বান্ধবীদের সাথে থাকা শুরু করেন। এবং এখানেই ১৫ বছর বয়স থেকে সিগারেট খাওয়া শুরু করেন। বিভিন্ন সময় মুনা গায়েবি আওয়াজ শুনতে পেতেন। এবং তার অস্বাভাবিক রাগের সমস্যা ছিল। পরিবার থেকে তার সমস্যাকে জিনের সমস্যা বলে কবিরাজি, ঝাঁড়ফুক করানো হতো। এসবের পরিমাণ বেড়ে গেলেই তিনি বাড়ি থেকে পালিয়ে যেতেন। এরই মধ্যে তিনি মানসিক অস্বাভাবিকতা থেকে বেরিয়ে আসার জন্য ইয়াবা, ঘুমের ঔষধ নিয়মিত নেওয়া শুরু করেন। এছাড়া মাঝে মাঝে এ্যালকোহল এবং মাজারে গিয়ে গাঁজাও খেতেন। একসময় ভালোবেসে পরিবারের অমতে



বিয়ে করেন। কিন্তু বিয়ের পর স্বামীকে একদণ্ড বিশ্বাস করতে পারেন না। প্রতিনিয়ত পরনারী-আসক্তি সর্ম্পকিত বিষয় নিয়ে সন্দেহ করেন। পরিণামে দাম্পত্য কলহ এবং শারীরিক নির্যাতন শুরু হয়। ধীরে ধীরে তার মাদক ব্যবহার বেড়ে যাওয়ার সাথে সাথে মানসিক লক্ষণগুলো খারাপ পর্যায়ে যেতে থাকে। সন্দেহবাতিকতার সাথে সাথে তার ভিসুয়াল হ্যালুসিনেশন, যেমন একসাথে অনেক লোক দেখতে পেতেন যাদের তিনি তার বন্ধু ও শুভাকাঙ্খী বলে দাবি করতেন, ঘ্রাণজ হ্যালুসিনেশন, যেমন মাঝে মাঝে তীব্র ফুলের গন্ধ পেতেন, স্পর্শ হ্যালুসিনেশন, যেমন কারণ ছাড়া জ্বালা-পোড়া অনুভব করা, ইত্যাদি সমস্যা খুব তীব্রভাবে আসতে থাকে। স্বামী ও সবার থেকে বিচ্ছিন্ন হয়ে পড়েন। অনেক সময় তাকে তারা বেধেও রাখতেন। কিন্তু কখনই কেউ মনে করেননি তার মানসিক চিকিৎসা দরকার। কিন্তু মাদকের ব্যবহার বেড়ে যাওয়ায় তাকে তারা রিহ্যাবে ভর্তি করেন। সেখানে এন্টিসাইকোটিক মেডিসিন এবং সাইকোথেরাপির মাধ্যমে তার অস্বাভাবিকতা অনেক কমে আসে।

সিজোফ্রেনিয়া রোগীর মধ্যে মাদক ব্যবহারের পরিমাণ এত বেশি কেন?

হতে পারে তারা ঔষধের নিউরোলজিক্যাল পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, যেমন নড়াচড়া করতে অসুবিধা, এড়িয়ে যাওয়ার জন্য চিকিৎসা নিতে চান না। তারা অনেক সময় নিজেরাই বিভিন্ন রকম ঔষধ (মাদক) খেয়ে লক্ষণ কমানোর চেষ্টা করেন। তাদের অস্বাভাবিকতা থেকে বেরিয়ে আসার জন্য অনাগ্রহ, বিষণ্নতা এবং পরিবারের অসহযোগিতাও দায়ী। গবেষণায় পাওয়া গেছে, মস্তিষ্কের কিছু অংশের অস্বাভাবিকতার কারণে রোগীর মধ্যে Reward Deficiency Syndrome দেখা দেয়। এর ফলে প্রতিদিনের জীবনে আনন্দ লাভের অনুভূতি আর কাজ করে না। Reward system-এর অকার্যকারিতার জন্য রোগীর মধ্যে সিজোফ্রেনিয়ার লক্ষণ দেখা যায়।

সিজোফ্রেনিয়ার সাথে মাদক নির্ভরশীলতা থাকলে চিকিৎসার ক্ষেত্রে অনেক সময় একক ও দ্বৈত প্রোগ্রাম নিতে হয়। মাদক নির্ভরশীলতা এবং আচরণের অস্বাভাবিকতা কমানোর জন্য অনেক সময় মেথাডন এবং এন্টিসাইকোটিক ড্রাগ একসাথে ব্যবহার করা হয়। এছাড়াও নিবিড় কেস ম্যানেজমেন্ট, মোটিভেশনাল ইন্টারভিয়্যুয়িং, একক কাউন্সেলিং, গ্রুপ কাউন্সেলিং ও ফ্যামিলি কাউন্সেলিং প্রয়োজন হয়।

কাউন্সেলর, ঢাকা আহ্ছানিয়া মিশন