# اختلال ذہنی کی ادویات
# Antipsychotics


**Karwan-e-Hayat Psychiatric Care and Rehabilitation Center**
Building No. KV.27 & 28, Adjacent to KPT Hospital,
Keamari, Karachi.

**Korangi Community Psychiatric Center**
Plot No. SC-54 Darus Salam Housing Society,
Sector 31-F, Korangi.

**Jami Outpatient Clinic**
101, Alnoor Arcade, Plot No. C-5/6, Near
Qamrul Islam Mousque, Khayaban-e-Jami, Karachi.

کاروان حیات
Karwan-e-Hayat
Institute for Mental Health Care

**24 Hour Helpline**
**(021) 111 534 111**

facebook.com/keh.org.pk @kehayat www.keh.org.pk info@keh.org.pk


## اس دوا کا استعمال کس طرح روکنا چاہیئے؟

اگر فرد یہ فیصلہ کر لے کہ وہ اختلال ذہنی کی ادویات کا استعمال بند کرنا چاہتا ہے، تو آپ درج ذیل چیزیں کرنے کو کہ سکتے ہیں۔

فرد اپنے احساسات / سوچوں / برتاو کی ایک فہرست بنائے، جس سے اسے پتہ چلے کہ علامات واپس آ رہی ہیں۔ ایک وقفاتی حملے سے دوسرے کی علامات کا پیٹرن تقریبا ایک سا ہی ہوتا ہے۔

اسی طرح کی ایک فہرست بنائیں، اس فرد کے ساتھ مل کر جو اسے جانتا ہے یا جس پر وہ فرد بھروسہ کرتا ہے، کہ اگر علامات واپس آنا شروع ہوں تو دوسروں کو کیا لگتا ہے۔

ادویات کو آہستہ آہستہ کم کریں، ایک دفعہ دوا کم کرنے کے بعد اسے اپنا اثر دکھانے میں چند ہفتوں کا وقت دیں۔

اسکا مطلب یہ ہے کہ فرد کی علامات اچانک سے واپس نہیں آتیں۔ اگر یہ دوبارہ سے بدترین ہوتا شروع ہوں تو فرد کو پتہ ہوتا چاہیئے کہ اب اسے کیا کرنا ہے، چاہے وہ فی الحال ٹھید بھی ہو۔

اگر فرد دوا کو مکمل طور پر چھوڑ دے تب بھی اسے کم از کم چھ مینوں تک اس کا فالواپ کریں۔

## علاج کے دوسرے متبادل کیا ہیں؟

شواہد سے یہ بت واضح ہو چکی ہے کہ اختلال ذہنی کی تکلیف دہ بیماری کی شدید علامات کے لیئے اختلال ذہنی کی دوا سے بہتر اور کوئی دوسری دوا کام نہیں کر سکتی۔ اختلال ذہنی کی ادویات کی جگہ کوئی اور طریقہ علاج استعمال کرنے کی بجائے اسکے ساتھ مدد کے کسی اور طریقے کا اضافہ کیا جا سکتا ہے۔ ان میں مندرجہ ذیل چیزیں شامل ہیں۔

سوچ برتاؤ تھراپی
نفسیاتی آگاہی
فیملی تھراپی
آوازیں سننے کی گروہی تھراپی

## فرد کو کتنے عرصے تک اختلال ذہنی کی ادویات لینی چاہئیں؟

یہ بہت سے عوامل پر منحصر ہے۔ اکثر مریضوں کو یہ ادویات تمام عمر استعمال کرنی پڑتی ہیں۔

## شیزوفرینیا/ فصام

اگر فرد فصام کے صرف ایک وقفاتی حملے کا شکار ہوا ہے تو 4 میں سے ایک حصہ امکان ہے کہ صحت یاب ہو جانے کے بعد علامات واپس نہیں آئیں گی ۔ اسی لیئے ہوسکتا ہے کہ فرد کو اختلال ذہنی کی ادویات جاری رکھنے کی ضرورت نہ پڑے۔

**فصام کے شکار زیادہ تر لوگوں میں علامات جاری رہتی ہیں یا آتی جاتی رہتی ہیں۔ غور کرنے کی کچھ باتیں مندرجہ ذیل ہیں۔**

ہوسکتا ہے کہ اختلال ذہنی کے مرض کی ادویات سے فرد کی علامات مکمل طور پر ختم ہو جائیں۔ اس بات کا بھی زیادہ امکان ہے کہ علامات کی شدیت میں کافی حد تک کمی آجائے اور ان سے نمٹنا آنسان ہو جائے۔

جس طرح کسی بھی دوا سے ہوتا ہے۔ فرد کو مدد کے لیئے دوا اور اسکے نقصان دہ اثرات کے درمیان توازن قائم کرنا پڑے گا۔

بہت سے لوگوں میں علامات بغیر کسی واضح واجہ کے آتی جاتی رہتی ہیں۔ اسی لیئے بہت سے ایسے وقت بھی آتے ہیں جب اس طرح کی ادویات سے مدد لینی پڑتی ہے اور ایسے وقت بھی جب آپکو انکی اُتنی ضرورت نہیں ہوتی۔

اگر فرد ایک یا ایک سے زیادہ اختلال ذہنی کے وقفاتی حملوں سے گزرا ہو اور دوا کا استعمال بند کردے تو 6 ماہ کے اندر علامات واپس آجاتی ہیں۔

اس بات کے بھی شواہد ملے ہیں کہ اگر طویل المدت عرصے کے بڑے مسائل پیدا ہو رہے ہوں تو تقریبا بیماری کے پہلے 5 سال میں پیدا ہو جاتے ہیں۔ اسی لیئے فرد کو ٹھیک رکھنے کے لیئے دوا کا استعمال ابتدائی سالوں میں بہت ضروری ہے۔

### دوقطبی عارضہ

دوقطبی عارضہ تقریبا ہمیشہ واپس آتا ہے اگر چہ پہلے وقفاتی حملے کے دوران یہ پیشن گوئی کرنا بہت مشکل ہے کہ ایسا کتنی جلدی ہوگا۔

## اختلال ذہنی کی ادویات روکنے سے کیا ہوگا؟

اختلال ذہنی کی ادوتات کے استعمال کو روکنے سے علامات فورا تو نہیں لیکن 3 سے 6 ماہ کے اندر واپس آجائیں گی۔



## اختلال ذہنی کی ادویات کیا ہیں؟

اس میں بہت سی اقسام کی ادویات شامل ہیں جو کچھ قسم کی ذہنی تکلیفوں یا بیماریوں کے لیے استعمال کی جاتی ہیں، جن میں اہم شیزوفرینیا/ فصام، مینیا اور اداسی کی بیماری (دوقطبی عارضہ) شامل ہیں۔ کم مقدار میں یہ گھبراہٹ اور شدید ڈپریشن میں بھی مددگار ہوسکتی ہیں۔

**یہ کن چیزوں میں مدد کرسکتے ہیں۔**

آوازیں سننے کا تجربہ (فریب حسی)۔

وہ خیالات جو فرد کو تکلیف دیتے ہیں اور جو حقیقت پر مبنی بھی نہیں ہوتے (اوہام)

صاف اور واضح سوچنے میں مشکل (سوچ کی بیماری)

مینیا اور اداسی کی بیماری/ دوقطبی عارضہ میں شدید مزاجی اُتار چڑھاو

## یہ کیسے کام کرتے ہیں؟

وہ تمام دماغ کے بہت سے کیمیکلز (نیوروٹرانسمیٹر) کی کارکردگی پر اثرانداز ہوتے ہیں۔ یہ وہ کیمیکل ہیں جنکی ضرورت دماغ کو پیغامات کی ترسیل میں پڑتی ہے۔ ڈوپامین بنیادی کیمیکل ہے جو ان تمام ادویات سے اثرانداز ہوتا ہے۔ یہ طے کرتا ہے کہ ہم کیسا محسوس کریں گے کہ کوئی چیز کتنی نمایاں، اہم اور دلچسپ ہے۔

**مطمئن حرکات**

اس میں پٹھوں کی حرکات پر کنٹرول بھی شامل ہے۔

اگر ڈوپامین کے نظام کا کوئی حصہ زیادہ سرگرم ہو جائے تو ہوسکتا ہے کہ وہ اوہام، فریب حسی یا سوچ کے عارضے میں اہم کردار ادا کرے۔

اگر چہ یہ ادویات بڑی سکون آور ادویات کہلاتی ہیں، ماضی میں یہ پرسکون رکھنے یا نیند لانے کے لیئے نہیں بنائی گئیں تھیں۔ اسی لیئے یہ ویلیئم یا نیند کی ادوتات کی طرح نہیں ہیں۔

بنیادی مقصد فرد کو بغیر سست اور غنودگی دلائے بہتری محسوس کروانا ہے، تاہم اسکی زیادہ مقدار سے فرد خود کو شدید نیند یا نشے میں محسوس کرسکتا ہے۔ اگر فرد بہت زیادہ سرگرم، اضطراب اور تکلیف کا شکار ہو تو فرد کو اسکی زیادہ مقدار دی جاسکتی ہے، لیکن یہ بہت کم عرصے کے لیئے ہونا چاہیئے

## کسی قسم کی اختلال ذہنی کی ادویات دستیاب ہیں؟

ان ادویات کو دو گروہوں میں بیان کیا جاتا ہے۔

پرانی ادویات Typical - the older drugs

نئی ادویات Atypical - the newer drugs



## اختلال ذہنی کی عمومی /پرانی ادویات

انکا استعمال ۱۹۵۰ کی درمیانی دہائی میں شروع ہوا۔ یہ پرانی ادویات اکثر typical or first - generation اختلال ذہنی ادوتات کہلاتی ہیں یہ تمام ڈوپامین کے عمل کو روکتی ہیں، کچھ دوسروں کے مقابلے میں زیادہ اثر کرتی ہیں۔

**نقصان دہ اثرات میں مندرجہ ذیل شامل ہیں۔**

اکڑاؤ اور کپکپاہٹ جیسے پرکنسن کی بیماری میں ہوتا ہے۔

خود کو ڈھیلا محسوس کرنا اور سوچ میں سستی کا آجانا

غیر آرام دہ حد تک بے چینی جنسی زندگی کے مسائل

اگر مریض ان علامات کا شکار رہی تو ہوسکتا ہے کہ وہ دوا کی بہت زیادہ مقدار لے رہے ہیں۔ اسکی مقدار کو دوا کے نقصان دہ اثرات کے ختم ہونے تک کم کیا جاتا ہے۔ اگر فرد کو ٹھیک رہنے کے لیئے دوا کی زیادہ مقدار کی ضرورت ہو تو اسکے نقصان دہ اثرات کو Anticholinergic ادوایات، جو پارکنسن کی بیماری کے علاف کے لیئے استعمال ہوتی ہے، سے کنٹرول کے کیا جا سکتا ہے۔ Orphenadrine and Procyclindine دوسب سے زیادہ استعمال ہونے والی Anicholinergic ادویات ہیں۔

## نئی اختلال ذہنی کی ادویات

پچھلے دس سالوں میں کچھ نئی ادویات منظر عام پر آئی ہیں۔ یہ بھی ڈوپامائن کو بلاک کرتی ہیں لیکن بہت کم مقدار میں یہ دماغ کے مختلف پیغام پہنچانے والے کیمیکلز پر بھی کام کرتی ہیں جیسے سیروٹنن اور یہ Atypical or Second- generation اختلال ذہنی کی ادویات کہلاتی ہیں۔ ان میں سے بہت سی کے اثرات پرانی اختلال ذہنی کی ادویات کی طرح ہیں۔

**نقصان دہ اثرات**

نیند اور سستی

وزن بڑھ جانا

جنسی زندگی میں مداخلت

ذیابیطیس کا خطرہ بڑھ جانا

زیادہ مقدار میں، کچھ ادویات کے بلکل ویسے ہی نقصان دہ اثرات ہوتے ہیں جیسے پارکنسن کے پرانی ادویات سے ہوتے تھے۔

لمبے عرصے کے استعمال سے چہرے کی مخصوص حرکات پیدا ہوسکتی ہیں اور کبھی کبھار ٹنگوں اور بازووں کی بھی۔