

खासतः ▶ डॉ. गणुकर मारदाज, कंटाक्ट न्यूरोलॉजी, अकाल हेल्थकेयर सुपर स्पेशलिटी हॉस्पिटल

तनाव भी है अल्जाइमर का संकेत

अधिकतर लोग अल्जाइमर के लक्षणों को उम्र बढ़ने से जोड़कर देखते हैं लेकिन किसी भी उम्र में तनाव को नजरअंदाज करना इस स्थिति को बुलावा दे सकता है।

डि मेंशिया कई प्रकार के होते हैं, जिसमें सामान्यतौर पर पाया जाता है अल्जाइमर। इसमें धीरे-धीरे यादशत में कमी होने लगती है। व्यक्ति रोजमर्रा की चीजों को भूलने लगता है। इसके लक्षण में स्मृति कमजोर होने के साथ सोचने और बातचीत करने के तरीके पर भी असर होने लगता है। कई लोग इन लक्षणों को उम्र का तकाजा समझकर दरकिनार कर देते हैं। लेकिन इसके लक्षण बहुत धीरे-धीरे दिखाई देना शुरू होते हैं और वक्त गुजरने के साथ यह बदतर होते जाते हैं।

अल्जाइमर के लक्षण

रोजाना के काम भूलना, मसलन कोई सामान रख कर भूल जाना, रास्ते भूलना, यहां तक कि घर में ही बाथरूम का रास्ता भूल जाना, नहाए हैं या नहीं यह तक याद नहीं रहना, इसके लक्षणों में शामिल हैं। व्यक्ति को सामान्य कार्यों में मुश्किलों का सामना करना पड़ता है। ध्यान केंद्रित करने में परेशानी, असमंजस की स्थिति में रहना, बिल्कुल खोए से रहना, लोगों से बातचीत करने में परेशानी भी इसके लक्षण हैं। शुरुआती चरणों में मरीज को पुरानी चीजें याद होती हैं लेकिन नए और रोजाना के काम भूल जाते हैं। रिश्तेदारों के नाम, पैसे का लेन-देन भूलना आदि इसके सामान्य लक्षण हैं। हाथ कांपना, काम धीरे-धीरे करना जैसे नहाने में अधिक समय लगाना आदि इसके असामान्य लक्षण हैं।

शोध में आई बात सामने

अमेरिकन जर्नल ऑफ सायकियाट्री में हुए एक शोध में यह बात सामने आई कि एंग्जाइटी के कारणों में इजाफा बीटा-एमीलॉइड नामक प्रोटीन के उच्च स्तर से जुड़ा हुआ है। यह प्रोटीन अल्जाइमर से सम्बंधित है। यह शोध पांच सालों तक 62 से 90 वर्षीय 270 स्वस्थ लोगों पर किया गया था। शोधकर्ताओं ने निष्कर्ष निकाला कि एंग्जाइटी होना अल्जाइमर का शुरुआती लक्षण हो सकता है।

व्यक्ति पर निर्भर है एंग्जाइटी

एंग्जाइटी का मिला-जुला असर लोगों में देखने को मिलता है जैसे, बैंक में कोई गलती का डर उन्हें सताता है तब स्थिति अलग होगी। लोगों के बीच जाने पर सोशल एंग्जाइटी डिसऑर्डर हो सकता है। कई बार मरीज अवसाद की स्थिति में भी डॉक्टर से मिलने या दवाइयां लेने से कतराते हैं।



होने लगते हैं अवसाद के शिकार

शुरुआत में मरीज को पता होता है कि वे भूलने की बीमारी के शिकार हो रहे हैं, लेकिन इसी के साथ वे तनाव और अवसाद के शिकार होने लगते हैं। उन्हें यह चिंता सताने लगती है कि यह दिक्कत बढ़ न जाए। धीरे-धीरे जब बीमारी बढ़ती जाती है तो उन्हें उन चीजों का आभास होने लगता है जो वास्तव में होती नहीं हैं जिसे हैलुसिनेशन कहा जाता है। इसमें ऐसी चीजें दिखाई या सुनाई देने लगती हैं जो वास्तव में होती नहीं हैं। ऐसा होने पर जब आसपास के लोग मरीज पर ध्यान देने लगते हैं तो उन्हें चिंता सताने लगती है। पढ़ना-लिखना भूल जाना, यहां तक कि हस्ताक्षर भी भूल जाना उनमें चिंता को बढ़ाता है।

इलाज के तीन चरण

इसका इलाज तीन चरणों में किया जाता है जिसमें सबसे पहला है काउंसलिंग। इसमें मरीज के माता-पिता और साथ रहने वाले सदस्यों की काउंसलिंग की जाती है। दूसरा, अल्जाइमर का कारण खोजना। कई बार इसके कारण बेहद सामान्य होते हैं जिन्हें दवाइयों के माध्यम से आसानी से दूर किया जा सकता है। इसके बाद ही इलाज का तीसरा चरण शुरू किया जा सकता है।

इनका रखें खास ख्याल

आमतौर पर यह 65 वर्ष से अधिक उम्र के लोगों में ही देखा जाता है लेकिन यह आनुवंशिक भी हो सकता है। परिवार में पहले किसी को अल्जाइमर रहा हो तो कम उम्र में भी अल्जाइमर हो सकता है। ऐसे कोई भी लक्षण दिखाई दें तो न्यूरोलॉजिस्ट से जांच करवाएं।