جذباتی شخصیتی بیماری

انگلش نام= *Borderline Personality Disorder*

جذباتی شخصیتی بیماری کیا ہے؟

جذباتی شخصیتی بیماری کی خصوصیات میں دوسروں سے تعلقات، تصورِ ذات اور مزاج میں مسلسل بڑھتا ہوا غیر متوازن پن اور برتاوٗ کے مسائل شامل ہیں۔ اسکی وجہ ابھی تک معلوم نہیں مگر تحقیق بتاتی ہے کہ زندگی میں ہونے والے بُرے واقعات اور وراثتی عوامل اسکی وجہ بنتے ہیں۔ نیوروبائیولوجیکل ریسرچ بتاتی ہے کہ دماغ کے فرنٹو لمبک حصے کی خرابیاں اس سے ملتی جلتی بہت سی علامات سے منسلک ہیں۔ اکثر اوقات ایسے لوگ خود اعتمادی اور مایوسی کے درمیان ڈاونواں ڈول رہتے ہیں۔ ان میں اچانک شدید مایوسی کے جذبات پیدا ہوسکتے ہیں، اور اکثر رد کیئے جانے یا دھتکارےجانے کا شدید خوف موجود ہوتا ہے۔ فرد میں خصوصاً خودکشی کے خیالات اور خود کو نقصان پہنچانے کا بہت شدید رجحان پایا جاتا ہے۔ اس میں اختلالِ ذہنی کی عارضی علامات جیسے مختصر عرصے کےاوہام اور فریبِ حسی بھی موجود ہو سکتے ہیں۔ اس بیماری کی وجہ سے سماجی، نفسیاتی اور پیشہ ورانہ کارکردگی میں ماندگی اور معیارِ زندگی میں ابتری پیدا ہوتی ہے۔ جذباتی شخصیتی بیماری کے شکار افراد میں خصوصی طور پر خودکشی کا خطرہ موجود ہوتا ہے۔

اسکے دورانیے میں تبدیلی آتی رہتی ہے، اگرچہ بہت سے لوگ وقت کے ساتھ ٹھیک ہو جاتے ہیں لیکن ہو سکتا ہے کہ کچھ لوگ سماجی اور نزدیکی لوگوں سے تعلقات میں مشکلات کا ساری عمر سامنا کرتے رہیں۔

آبادی میں بیماری کی شرح کیا ہے ؟

تحقیقات بتاتی ہیں کہ تمام قسم کی شخصیتی بیماریوں کی کل نوجوان آبادی کے لحاظ سے شرح پھیلاوٗ 10-15 فیصد ہے۔
اور عام آبادی میں جذباتی شخصیتی بیماری کے پھیلاوٗ کی شرح 2 فیصد ہے۔
اگرچہ مجموعی شخصیتی بیماریوں کی تقسیم مردوں اور عورتوں کے درمیان برابر ہے۔ تاہم جذباتی شخصیتی بیماری عورتوں میں 3 گنا زیادہ عام ہے۔

اسکی علامات کیا ہیں؟

- فرد کسی متوقع علیحدگی سے بچنے کے لیئے ضرورت سےزیادہ کوشش کرتے ہیں
- غیر متوازن اور شدید یا گھرے باہمی شخصی تعلقات ہیں
- آپ نمایاں اور مستقل طور پر غیر متوازن تصورِ ذات کھتے ہیں
- کم از کم دو شعبہِ زندگی میں مسائل ہیں جو شدید حد تک ذات کو تباہ کرنےوالے ہو ں جیسے جنس، نشہ آور اشیائ کااستعمال یا زندگی کو خطرے میں ڈالنے والے کام
- بار بار خودکشی یا خود کو نقصان پہنچانے کی دھمکیاں دیتے ہیں
- متلون مزاجی پائی جاتی ہے

- خالی پن کا دیرینہ احساس موجود ہوتا ہے
- غیر مناسب اور شدید غصہ آتا ہے
- عارضی شکوک و شبہات یا افتراقیت کی موجودگی

علامات کاظہور

اس بیماری کی علامات مندرجہ ذیل چیزوں سے ظاہر ہوتی ہیں۔

- تعلقات میں مشکلات
- خود کو بار بار نقصان پہنچانا
- خود کشی کے خطرات
- ڈپریشن کے مختصر عرصے کے دورے
- غصے کے شدید دورے
- اضطرابی حالت
- سماجی مشکلات
- اختلال ذہنی کی عارضی علامات

اسکے ساتھ منسلک دوسرے مسائل

- گھبراہٹ
- شراب نوشی
- نشہ آور اشیائی کا استعمال
- ڈپریشن
- خود کو بار بار نقصان پہنچانا
- کھانے کے عوارض
- بعد از صدمہ ذہنی دباؤ کا عارضہ
- جسمانی حالتیں
- Arteriosclerosis
- Hypertension
- Hepatic disease
- Cardiovascular disease
- Gastrointestinal disease
- Arthritis

- *Sexually transmitted infections*

نفسیاتی علاج

سائیکو تھراپی **جذباتی** شخصیتی بیماری میں علاج کا ایک مددگار طریقہ ہے، اگرچہ کوئی بھی خاص قسم کی تھراپی دوسری سے بہتر نہیں لگتی۔ تاہم یہ بات بہت اہم ہے کہ جذباتی شخصیتی بیماری یا بیماری کی انفرادی علامات ، جنکی خصوصیات کا نیچے ذکر کیا گیا ہے کے لیئے مختصر نفسیاتی علاج (3 مہینے سے کم عرصے کے لیئے) استعمال نہ کریں۔

ادویات سے علاج

موڈ متوازن رکھنے والی اور سیکنڈ جنریشن اختلال ذہنی کی ادویات بہت سی بنیادی علامات کے علاج میں موٗثر ہو سکتی ہیں۔ اگرچہ یہ ادویات جذباتی شخصیتی بیماری کی مجموعی علامات کی شدت پر اثر نہیں کرتی، صرف علامات کو دبا دیتی ہے۔ اس لئے دوا کا مقصد مخصوص علامات کو ٹھیک کرنا چاہیئے۔

دیگر بیماریوں کے مجموعی علاج میں ادویات کے ذریعے علاج پر غور کرنا چاہیئے۔

بحران کا شکار جذباتی شخصیتی بیماری کے افراد کے مجموعی علاج کے طور پر ، بینزوڈاءزیپین ادویات کے قلیل المدت استعمال پر غور کرنا چاہیئے۔ لیکن یاد رہے کہ ایسے افراد میں اس بات کا شدید رجحان ہوتا ہے کہ وہ ایسی ادوات پر انحصار کرنے لگتے ہیں۔

جن افراد میں کوئی دوسری ذہنی و جسمانی بیماری کموجود نہیں یا جنہیں حال ہی میں دوا تجویز کی گئی ہے،ان کے علاجی منصوبے کا دوبارہ سے جائزہ لیں-اسکا مقصد غیر ضروری ادویات کو کم یا ختم کرنا ہے۔

پیچیدگیاں

- خود کشی
- نشہ آور اشیائ کا استعمال
- حادثاتی طور پر زخمی ہو جانا
- ڈپریشن
- لوگوں کو نقصان پہنچادینا

بہتری کا امکان کیا ہے؟

جذباتی شخصیتی بیماری کا دورانیہ ہر فرد میں مختلف ہوتا ہے، اگرچہ بہت سے لوگ وقت کے ساتھ بہتر اور صحت یاب ہو جاتے ہیں۔

مزید ذہنی بیماریوں پر مفت معلومات اور سی بی ٹی پر مشتمل اپنی مدد آپ کے علاج کے کتابچوں کے لئے ہماری ویب سائٹ دیکھیں۔ پاکستان ایسوسی ایشن آف کوگنیٹو تھراپسٹس http://www.pactorganization.com/

بیماری شدید ہونے کی صورت میں اپنے ڈاکٹر یا نزدیکی ماہر امراض نفسیات سے رجو ع کریں۔