

BIPOLAR MOOD DISORDER

आज आपण चर्चा करणार आहोत एक को गंभीर मानसिक आजार तो म्हणजे **Bipolar Mood Disorder**.

1% लोकामध्ये हा आजार आढळतो 15- 25वर्षे वयोगटांमध्ये आढळतो .

त्यांमध्ये **Mania, Depression** आणि **Normal** अशा तीन वेगवेगळ्या Phases असतात.

DSM - 5 च्या दृष्टीने या मानसिक आजाराची पाच प्रकारांमध्ये Classification केलेले आहे.

- 1) Bipolar Mood Disorder I
- 2) Bipolar Mood Disorder II
- 3) Cyclothymia
- 4) Substance Induced Bipolar Mood Disorder
- 5) Bipolar Mood Disorder Due To General Medical Condition

असे हे पाच प्रकार आढळून येतात.

Bipolar Mood Disorder या मध्ये 1. **MANIA (उन्माद)** 2. **HYPOMANIA** आणि 3. **DEPRESSION (उदासिनता)** अशा Phases असतात.

Mania :- Mania यालाच उन्माद हर्षवायूचा आजार म्हणतात

आता आपण आजाराच्या लक्षणा बाबत बोलूया Mania.

सर्वप्रथम जे दिसतं, पेशंट जास्ती बोलतो, तो Excited असतो, आपण फार मोठे आहोत असा त्याला भ्रम असतो, तो अतिशय भव्यदिव्य विचार करतो, तो खर्च फार करतो. मनाविरुद्ध झालं की तो लगेच Violent होतो, Aggressive होतो. झोपे ची गरज कमी आहे असं वाटते, त्याला काही कळतच नाही, त्याचं काही चुकत असेल अस वाटत नाही. Donation देतो, फिल्मस्टार Actor, Actress आहे असे म्हणतात, पंतप्रधान, मुख्यमंत्र्याशी ओळख आहे असे पण म्हणतात. ही लक्षणे साधारणपणे सात दिवसापेक्षा जास्त कालावधी करिता असायला पाहिजेत, तर त्याला आपण Manic Episode म्हणू शकतो.

Mania चे पण दोन प्रकारची लक्षणे दिसतात.

A) Euphoric Mania - पेशंट खुश असतो.

B) Dysphoric Mania / Irritable Mania - रागीट असतो, दंगा करतो.

Hypomania :- Mania मध्ये जी लक्षणे आढळतात तोच लक्षणे सौम्य प्रमाणात Hypomania मध्ये आढळतात.

जर आपण इलाज केली नाही तर बऱ्याचदा MANIA चा Episode 3 - 6 महिन्यांमध्ये आपोआपच बरा होतो.

आता आपण Depression च्या लक्षणा बाबत बोलूया.

Depression म्हणजे उदासीनता, नैराश्य वाटणे यामध्ये पेशंटची मन हे नाराज असते किंवा अतिशय Slow Activity असते, झोप कमी असते, भूक कमी असते, आत्मविश्वास कमी असतो, त्याला Helpless किंवा Hopeless वाटतं, जगण्यात काही अर्थ नाही असं वाटायला लागत, आत्महत्येचे विचार येतात किंवा आत्महत्येचा तो प्रयत्न देखील करतो, Irritable असतो.

साधारण पणे Depression ची लक्षण ही 6 ते 13 महिन्यापर्यंत असू शकतात. जर इलाज केली नाही तर हिच लक्षणे 6 ते 13 महिन्यांनंतर आपोआपच निघून जाऊ शकतात. म्हणजेच Depression किंवा Mania चा Episode आपोआपच बरे होऊ शकतात. पण याचा कालावधीचा विचार केला तर तो फार जास्ती असतो तर या काळामध्ये त्याचा Performance त्याचा Quality Of Life हा खराब असतो असे आपण म्हणण्यास हरकत नाही. म्हणून लवकरात लवकर इलाज करण्याची आवश्यक्यता असते.

आता आपण BIPOLAR MOOD DISORDER ची प्रकार पाहू

1) Bipolar Mood Disorder I :-

यामध्ये Mania काही काळाकरिता दिसतो. नंतर पेशंट नॉर्मल होतो. नंतर कधी कधी Depressionची Phase येते, म्हणजे एकदा Mania दिसतो पेशंट नॉर्मल होऊ शकतो नंतर पुन्हा Depression चा Episode येतो मधल्या काळात ती व्यक्ती पूर्णपणे नॉर्मल असते.

2) Bipolar Mood Disorder II :-

यामध्ये Depression चे Episode असतात. आणि मध्ये मध्ये Hypomania चे Episode असतात. Hypomania म्हणजे Mild Form Mania चा यामध्ये पेशंट जास्ती खुश असतो. Over Active असतो पण Family Member. ना कळत नाही की तो फार Hyper आहे म्हणजे Mania सारखे किंवा Hypo Mania ची Stage असते. याला साधारण Bipolar Mood Disorder II असे म्हणतात.

3) Cyclothymia :-

Cyclothymia मध्ये Hypomania आणि Mania Depressionचे Episode दिसतात.

म्हणजे हा एक छोटा Bipolar Mood Disorder 2) प्रकार म्हणता येईल म्हणजे Cyclothymia मध्ये Hypomania पण दिसतो आणि Minor Depression पण दिसतो. याचा कालावधी Adult मध्ये 2 वर्षांपेक्षा जास्ती असतो आणि लहान मुलांच्या मध्ये साधारणपणे 1 वर्षाचा कालावधी पकडला जातो.

साधारणपणे Cyclothymia Stage असेल तर त्यामध्ये लोकांना किंवा Family Member ना हा त्याचा स्वभाव आहे असे वाटतो त्यामुळे बऱ्याचदा Cyclothymia हा आजार ओळखला जात नाही.

4) Substance Induced Bipolar Mood Disorder :-

Substance Induced म्हणजे कुणाकुणाला अनेक प्रकारची व्यसने असतात . यामुळे सुद्धा कधी कधी यामध्ये सुद्धा Mania किंवा Depression चे Episode येत असतात. यालाच Substance Induced Bipolar Mood Disorder असे म्हणतात.

5) Bipolar Mood Disorder Due To General Medical Condition :-

उदाहरण द्यायचे म्हणलं तर Hyperthyroidism. Hyperthyroidism मध्ये पेशंट हा Excited किंवा Mania चे Symptoms दिसून येतात.आणि Hypothyroidism मध्ये Depression चे Symptoms दिसू शकतात असे म्हणू शकतो.

आत्ता आपण ट्रीटमेंट बाबत बघू या :-

ट्रीटमेंट ही बऱ्याच पेशंट ना सुरुवातीला सांगितले आहे. Manic Episode असू दे किंवा Depressive Episode असू दे काही Episodes येतात आणि आपोआपच बरे होतात आपण असे म्हणू शकतो.

त्यामुळे Mania किंवा Depression हा एक आजार आहे. त्या आजारातला एक Episode आहे. तर लवकर लक्षात येते. मग जर हे Symptoms तसेच राहिले किंवा सारखेच Episodes यायला लागले तर मात्र इलाजाची आवश्यकता ही राहतेच.

Mild, Moderate , Severe म्हणजेच, सौम्य, मध्यम आणि तीव्र अशा स्वरूपात आपण त्याचे Classification करू शकतो.

Mild To Moderate Cases Depression Or Mania :-

यामध्ये Treatment ही OPD Base वर करणं हे शक्य आहे. जे Patient Co - Operative

आहेत जे पेशंट एकतात .ज्या पेशंटना जाणीव आहे जे पेशंट घ्यायला तयार आहेत अशा पेशंटला OPD Base वर Treatment देऊ शकतो.

Severe Cases Mania or Depression:-

जे पेशंट Co - Operative नाही येत ,खास करून Mania मध्ये पेशंट असतील तर ते Irritable, Violent असतील ,शिवीगाळ करत असेल तर अशा पेशंटला अॅडमिट करण्याची गरज भासते.

Depression पेशंटमध्ये आत्महत्येचे विचार हे फार येत असतील. किंवा प्रयत्न केला असेल तर अशा पेशंटला अॅडमिट करण्याची गरज भासू शकते.

Treatment पद्धत बघितले तर -

1) Pharmaco Therapy म्हणजे औषधोपचार ही एक पद्धत आहे.

2) दुसरा Option आहे ECT आहे त्यालाच आपण Electro Convulsive Therapy त्याला विद्युत उपचार म्हणतात.

3) तिसरे आहे तो म्हणजे Counseling / Psycho Education of Patient, आणि Relative चे Counselling

1) Pharmaco Therapy / Drugs Therapy किंवा औषधोपचार मध्ये सर्वप्रथम आपला उद्देश असतो की सध्याचा जो Episode आहे म्हणजे Currently जो Problem आहे याची Treatment करायची. म्हणजे Depression असेल तर Antidepressants, Psychosis असेल तर Antipsychotic, Mania असेल तर Mood Stabiliser वापरू शकतो. Behaviour Control येण्यासाठी कधीकधी Injection चा वापर करावा लागतो.

सुरुवातीच्या Treatment च्या काळामध्ये कधीकधी Benzodiazepines जसे की Diazepam, Lorazepam, Atprazolam, Clonazepam इत्यादीचा वापर करू शकतो.

2) औषधोपचार झाले की मग ECT Electro Convulsions Therapy राहते पेशंट Violent असेल Problematic असेल Suicidal Idetions असतील तर Electro Convulsions Therapy विद्युत घेऊ शकतो .6 ते 8ची गरज असते आम्ही सुरुवातीला OPD Basis IPD करून Treatment देऊ आणि नंतर Discharge झाल्यानंतर OPD बेसवर आपण Treatment देऊ शकतो.

3) Counselling / Psycho Education Of Patients माझ्यासाठी किंवा आजाराबद्दल पेशंटला माहिती सांगायची हा आजार कशामुळे होतो का होतो हे सांगायचे म्हणजे जेणे करून पेशंटला औषधाची Treatment ही Continue गेली पाहिजे जेणे करून त्याला Depression चा Episode असेल किंवा Mania चा Episode

यायला लागला असेल तर लवकर जाणीव झाली पाहिजे. म्हणजे त्यानंतर डॉक्टरांची मदत घेऊन Treatment ही Continue केली पाहिजे.

- 1) Cognitive Therapy
- 2) Interpersonal Therapy
- 3) Behaviour Therapy
- 4) Psychoanalytical Oriented Therapy
- 5) Family Therapy

आता Treatment चा कालावधी किती आहे?

किती दिवस आपण Treatment घेतली पाहिजे ? तर असं म्हणलं जात की 1st Episode असेल पहिल्यांदा आपण 6 - 8 महिने Treatment घेऊ शकतो दुसऱ्यांदा जर त्याची तब्येत बिघडली असेल तर साधारण कालावधी हा एक वर्षाचा राहू शकतो. आणि जर दोन पेक्षा तीन Episode असतील तर कालावधी हा कधी कधी तीन ते पाच वर्षे लागू शकतो म्हणजे दोन पेक्षा जास्त Episodes असतील तर कालावधी पाच वर्षांचा लागू शकतो आम्ही काही पेशंटला Life long आयुष्यभर औषधे घ्यावी लागू शकता.

हा एक मानसिक आजार आहे तो डोक्यातल्या Chemicals च्या Imbalance मुळे असू शकतो. हा आजार जो आहे तो Control करू शकतो. ह्या आजाराला Cure नसतो. म्हणजे हा आजार कायमचा (Life long) पूर्णपणे बंद होईल असे म्हणता येते नाही. हा आजार पुन्हा येण्याची शक्यता राहते.

१०० मध्ये ३५-३५ % पेशंट ९०-१०० % मानसिक आजार बरे होतात तरीही पुन्हा आजार होण्याचा धोका असणारच लागलं काढून टाकले.

१०० मध्ये ३०-३५% पेशंट ६०-९०% बरे होतात.

१०० मध्ये ३०-३५% पेशंट ४०-६०% किंवा त्याहीपेक्षा कमी बरे होतात.

Hypnotism

Transcranial Deep Brain Stimulation

Transcranial magnetic Stimulation

लक्षात घ्या हा एक आजार औषधे बंद केल्यावर पुन्हा येऊ शकतो. औषधे कमी - जास्त केल्यावर पण येऊ शकतो. आणि Regular औषध पण घेऊन हा आजार होऊ शकतो. Regular औषधे घेतल्यामुळे पुन्हा येण्याचा Chance हा कमी राहतो. त्यामुळे औषधे Continue ठेवणे.

नातेवाईकांनी पेशंटला गोळ्या व्यवस्थित घेतो काही बघायला हवं तरी औषध स्वतःहून काढून घ्यावीत पेशंट वर Depend राहायचे नाही.

कोणताही Medical चा Problem असेल तरीही तुम्ही औषधे ही Continue केली पाहिजे.

डॉ. चंद्रशेखर हळिंगळे [MBBS,DPM]

निर्मल व्यसनमुक्ती पुनर्वसन केंद्र,

स्टेशन रोड, पुजारी चौक, मिरज

संपर्क - 0233 - 2225060 / 2226050 / 9922646566 / 8083608083 / 8698732109 / 9130568768

Website - www.nirmalvyasanmuktikendra.com