

## ಸಾಮಾನ್ಯ ಮನೋರೋಗಗಳು

- ಖಿನ್ನತೆ
- ಆತಂಕ, ಫೋಬಿಯ, ಗೀಳುರೋಗ
- ಉನ್ಮಾದ, ಬೈಪೋಲಾರ್ ಕಾಯಿಲೆ
- ಮಾದಕ ವಸ್ತು ಸೇವನೆ
- ಸಂಶಯದ ಕಾಯಿಲೆ, ಸ್ಮಿರ್ಯೋಫ್ರೇನಿಯ
- ಒತ್ತಡಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಕಾಯಿಲೆಗಳು
- ಗರ್ಭಿಣಿ ಹಾಗೂ ಬಾಣಂತಿ ಸನ್ನಿ
- ಮಕ್ಕಳ ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು (ಚಂಚಲತೆ, ಆಟಿಸಂ, ಬುದ್ಧಿಮಾಂದ್ಯತೆ, ಖಿನ್ನತೆ ಇತ್ಯಾದಿ)

ಬೇರೆಯವರ ಅರ್ಥವಾಗದೇ ಇರುವುದು, ವಿಪರೀತ ಸಿಟ್ಟು, ಹಿಂಸಾತ್ಮಕ ವರ್ತನೆ ಹಾಗೂ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಆಲೋಚನೆಗಳು.

ಮನೋರೋಗಿಗಳ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಊಹಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ; ಅವರು ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಹಿಂಸಾತ್ಮಕವಾಗಬಹುದು ಎನ್ನುವುದು ಮತ್ತೊಂದು ಮಿಥ್ಯೆ. ತೀವ್ರ ಸ್ವರೂಪ ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿರುವ ಕೆಲವೇ ಕೆಲವು ರೋಗಿಗಳಷ್ಟೇ ಹಿಂಸಾತ್ಮಕ ವರ್ತನೆ ತೋರಬಹುದು. ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ನೋಡಿ ಅವನಿಗೆ ಮನೋರೋಗವಿದೆಯೆಂದು ಊಹಿಸುವುದು ಕಷ್ಟ.

### ಮಿಥ್ಯೆಗಳ ಮಹಾಪೂರ

ಮನೋರೋಗಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅರಿವಿನ ಕೊರತೆಯಿದ್ದರೂ, ಮಿಥ್ಯೆಗಳಿಗೆನೂ ಕೊರತೆಯಿಲ್ಲ. ಅಂಥ ಕೆಲವು ಮಿಥ್ಯೆಗಳೆಂದರೆ:

- ಮನೋರೋಗಿಗಳು ದುಷ್ಟಶಕ್ತಿಗಳ ಪ್ರಭಾವದಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ.
  - ಮನೋರೋಗಿಗಳು ಕೇವಲ ಒತ್ತಡದಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ.
  - ತಂದೆ ತಾಯಿಗೆ ಮನೋರೋಗವಿದ್ದರೆ, ಮಕ್ಕಳಿಗೂ ಬಂದೇ ಬರುತ್ತದೆ.
- ಮನೋರೋಗಿಗಳು ಹೇಗೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ ಎಂಬ ಜಿಜ್ಞಾಸೆ ಮನುಕುಲದ ವಿಕಸನದೊಂದಿಗೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ. ಮೊದಮೊದಲು, ದೆವ್ವ, ಭೂತ, ಅತಿಮಾನುಷ ಶಕ್ತಿಗಳಿಂದ ಈ ಕಾಯಿಲೆಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ ಎಂದು ನಂಬಲಾಗಿತ್ತು. ಸಂಶೋಧನೆಗಳು ನಡೆದಂತೆ, ಅನೇಕ ಕಾರಣಗಳು

ಮುನ್ನೆಲೆಗೆ ಬರತೊಡಗಿದವು. ಸದ್ಯದ ಸಂಶೋಧನೆಗಳು, ರೋಗ ಉಂಟಾಗುವಿಕೆಯನ್ನು ಜೈವಿಕ-ಮಾನಸಿಕ-ಸಾಮಾಜಿಕ ಮಾದರಿ (Bio-psycho-social model) ಎನ್ನುವ ಆಧಾರದಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸುತ್ತವೆ.

ಜೈವಿಕ, ಮಾನಸಿಕ ಹಾಗೂ ಸಾಮಾಜಿಕ ಅಂಶಗಳ ಪರಸ್ಪರ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳಿಂದ ಮನೋರೋಗಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ.

### ಜೈವಿಕ ಸಂಗತಿಗಳು

ಕೆಲವು ಮನೋರೋಗಿಗಳು ಅನುವಂಶೀಯ. ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರಿಗೆ ಮನೋರೋಗವಿದ್ದರೆ ಇತರ ಸದಸ್ಯರಿಗೂ ಬರುವ ಸಂಭವನೀಯತೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಬರಲೇಬೇಕೆಂದಿಲ್ಲ. ಮನುಷ್ಯನ ವಂಶವಾಹಿಯಲ್ಲಿನ ತಂತುಗಳ ರೂಪಾಂತರದಿಂದ (gene mutation) ಹೀಗಾಗುತ್ತದೆ.

ಮನುಷ್ಯನ ಮೆದುಳಿನ ಕಾರ್ಯಗಳು ಸಂಕೀರ್ಣವಾಗಿವೆ. ಮೆದುಳಿನ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಭಾಗಗಳು, ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತವೆ. ಆ ಭಾಗಗಳ ಸುಲಲಿತ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಣೆಗೆ ಅನೇಕ ನರವಾಹಕಗಳು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಅಂತಹ ನರವಾಹಕಗಳಲ್ಲಿ ಸೆರಟೋನಿನ್, ಡೋಪಮಿನ್, ನಾರ್ ಎಪಿನೆಫ್ರಿನ್, ಅಸಿಟೈಲ್ ಕೊಲಿನ್, ಗಾಬಾ, ಗ್ಲುಟಾಮೇಟ್ ಮುಖ್ಯವಾದವು. ಇವುಗಳ ಪ್ರಮಾಣ ಹಾಗೂ ಗುಣದಲ್ಲಿ ಏರುಪೇರಾದರೆ, ಮೆದುಳಿನ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮತೆ ಅಸಹಜವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಮನೋರೋಗದ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಾಣಿಸುತ್ತವೆ.

### ಮಾನಸಿಕ ಅಂಶಗಳು

ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸ್ವಭಾವ, ಮನಸ್ಸಿತಿ, ಒತ್ತಡವನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ, ಬುದ್ಧಿಮಟ್ಟ, ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ, ಆತ್ಮತ್ಯಕ್ತಿ, ಸ್ಥಿತಿ ಸ್ಥಾಪಕತ್ವ (resilience) ಹಾಗೂ ಇನ್ನಿತರ ಮನಸ್ಸಿತಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಅಂಶಗಳು ಮನೋರೋಗ ಉಂಟಾಗುವುದರ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತದೆ.

### ಸಾಮಾಜಿಕ ಅಂಶಗಳು

ಶಿಕ್ಷಣ, ಜೀವನದ ಮಟ್ಟ, ಕೌಟುಂಬಿಕ ಜೀವನ, ಸಮಾಜದ ಬೆಂಬಲ, ಸಂಬಂಧಗಳು, ಆರ್ಥಿಕ ಸ್ಥಿತಿ, ಉದ್ಯೋಗ, ಜೀವನಶೈಲಿ ಹಾಗೂ ಇನ್ನೂ ಅನೇಕ ಸಾಮಾಜಿಕ ಅಂಶಗಳೂ ಸಹ ಮನೋರೋಗಗಳ ಉಂಟಾಗುವಿಕೆಯ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತವೆ. ಕೇವಲ ಒತ್ತಡದಿಂದ ಮಾತ್ರ ಮನೋರೋಗಗಳು ಉಂಟಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ವಂಶವಾಹಿಯಲ್ಲಿಯೂ ನ್ಯೂನತೆಯಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ಮಿರ್ಯೋಫ್ರೇನಿಯ ಎಂಬ ಕಾಯಿಲೆ ಉಂಟಾಗುವ ಅಪಾಯವಿರುತ್ತದೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಆತನ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಜೀವನ ಅಥವಾ ವೃತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಒತ್ತಡ ಉಂಟಾಗಿ, ಆ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ನಿಭಾಯಿಸದಿದ್ದಾಗ ಸ್ಮಿರ್ಯೋಫ್ರೇನಿಯಾದ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಾಣಿಸಲು ಶುರುವಾಗುತ್ತವೆ.

### ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಏನು?

ಒಮ್ಮೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಶುರು ಮಾಡಿದರೆ, ಜೀವನ ಪೂರ್ತಿ ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ನುಂಗಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಮನೋರೋಗಕ್ಕೆ ನೀಡುವ ಔಷಧಿಗಳು