کالم : ذہن کی دنیا

تحریر : ڈاکٹر سید مبین اختر

# بھول یا بیماری

(سچی کہانی فرضی نام کے ساتھ)

میں اپنی والدہ کے لئے بہت پریشان رہتا تھا کچھ عرصے سے چیزیں اور باتیں بھولنے لگی تھیں ویسے تو ان کی عمر 60 سال تھی اور اس عمر میں بھول ہو جاتی ہے۔ لیکن یہ بھول غیر معمولی تھی۔ کبھی یہ بھول جاتی کہ آج ناشتہ کیا تھا یا نہیں پھر دوپہر کا کھانا کھا کر بھول جاتی اور بار بار کھانا مانگتی۔ پہلے تو صرف چھوٹی چھوٹی باتیں بھولتی تھی۔ لیکن اب تو ان کی حالت بگڑتی ہی جا رہی ہے۔ کل وہ میرے بیٹے یعنی اپنے پوتے کو بھول گئی اور پوچھنے لگی کہ یہ کون ہے۔ میرے کمرے میں کیوں آیا ہے۔ اب تو باتھ روم بھی جانے میں بہت ضد کرتی ہیں اور غصہ بھی بہت تیز ہو گیا ہے۔ بلکہ کبھی کبھی تو غصے میں چیزیں توڑ پھوڑ دیتی ہیں۔ سمجھ میں نہیں آتا ہے کہ ان کو کیسے سنبھالیں۔ میرے دوست کے مطابق میری والدہ کو یاسیت کی بیماری (Depression) ہو گئی ہے اس لئے چھوٹی چھوٹی باتیں بھول رہی ہیں۔ لیکن مجھے یہ Depression کے علاوہ کوئی اور بیماری لگتی ہے۔ لیکن یہ سمجھ میں نہیں آتا ہے کہ کیا بیماری ہے اور کیوں ہوئی اور اب کیسے ٹھیک ہو سکتی ہے۔ ہم سب کو بھی اپنی امی پر بہت غصہ آتا تھا اور ہم بات بات پر ان کو جھڑک بھی دیتے تھے۔ آخر وہ ایک ہی سوال بار بار کیوں پوچھتی ہیں، شاید ہمیں تنگ کرنے کیلئے۔ ان کے اس رویے کی وجہ سے سارا گھر بہت پریشان رہتا تھا اور کوئی حل بھی نہیں سمجھ میں آتا تھا۔ میری رہائش ناظم آباد میں تھی میں نے سوچا کیوں نہ کراچی نفسیاتی ہسپتال جا کر دکھاؤں ہو سکتا ہے کہ کوئی نفسیاتی مسئلہ ہو۔ خیر یہ سوچ کر میں اپنی والدہ کو ہسپتال لے آیا اور جب ہم ڈاکٹر کے کمرے میں پہنچے تو میرا دل زور زور سے دھڑک رہا تھا کہ پتہ نہیں کیا بیماری بتا دیں۔

ڈاکٹر نے بہت تسلی سے میری والدہ کو دیکھا اور مختلف قسم کے سوالات کیے یاداشت کے حوالے سے اور جب سارے سوالات کر چکے تو مجھے بتایا کہ انہیں بھول کی بیماری یعنی نسیان (Dementia) ہو گیا ہے۔ اور اس بیماری کو روکنے کیلئے ہم دوائی دیں گے۔ دوائی سے بیماری ایک دم سے تو ختم نہیں ہو جائے گی لیکن بیماری کے بگڑنے کی رفتار کم Slow Down ہو سکتی ہے۔

ڈاکٹر نے ہماری بھی مشاورت کی کہ ہمیں ان کو کیسے سنبھالنا ہے ان کے بھولنے کے رویے پر جھنجھلانا نہیں ہے بلکہ یہ سمجھنا ہے کہ یہ ان کی بیماری کی علامات ہیں اور ساتھ میں ان کے ضرورت سے زیادہ غصہ کرنے پر ان کو دوائیاں بھی دی جس سے ان کے مزاج میں جو بے انتہا غصہ تھا وہ بھی کم ہو جائے۔

دوائیوں اور بات چیت سے ہمیں بہت فائدہ ہوا ہمیں یہ سمجھ میں آ گیا کہ اپنی والدہ کے ساتھ کیسا رویہ رکھنا ہے۔ اب گھر والوں کو ان پر غصہ نہیں آتا ہے، ہم سب ان کی بیماری کو سمجھتے ہیں ان سے اچھا برتاؤ کرتے ہیں۔ وہ بھی پرسکون لگتی ہیں اور ہم بھی پرسکون ہو گئے ہیں۔ ان کا علاج جاری ہے اور طبیعت میں کچھ نہ کچھ بہتری محسوس ہوتی ہے۔

اپنے مسائل اور ذہنی امراض کے لئے مندرجہ ذیل پتہ پر خط لکھیں:
کراچی نفسیاتی ہسپتال، ناظم آباد نمبر 3، کراچی