تحریر : ڈاکٹر سید مبین اختر

اخباری مضمون

جنت کے پھول کی خوشبو آتی ہے

(سچی کہانی فرضی نام کے ساتھ)

مجھے خوف آتا ہے کہ میرے رشتہ داروں کو قتل کر دیا جائے گا، دماغ جیسے کہ اڑ رہا ہو سر میں درد رہتا ہے، کوئی آواز دے تو دماغ کو لگتی ہے، بچوں کا شور بھی برداشت نہیں ہوتا، گھر میں کوئی مہمان آجائے تو بھی بُرا لگتا ہے، میں نہیں ملنا چاہتی۔

گاڑی میں بیٹھتے ہوئے خوف آتا ہے، اس کے علاوہ نیند نہیں آتی، بھوک بھی نہیں لگتی، گھبراہٹ ہوتی، بے چینی بھی ہے، چکر آتے ہیں، جسم میں درد ہے، رونا آتا رہتا ہے، موت کی خواہش ہے۔

بعض اوقات مجھے خوشبو آتی ہے، وہ جنت کے پھول کی خوشبو ہوتی ہے اور کبھی ہڈیاں جلنے کی بو بھی آتی ہے، میں نے خود دیکھا کوئی کالی چیز ہے جو میری آنکھوں کے سامنے آجاتی ہے اور بادلوں کے گرجنے کی آوازیں بھی سنائی دیتی ہیں۔

کوئی ہمارا مخلص نہیں ہے سب ہی دشمن ہیں۔ فریدہ نے اپنی کیفیت بیان کی اور کچھ سکون محسوس کیا۔ اس کے ساتھ اس کے شوہر اور بچہ بھی تھا۔ اس کے شوہر نے بتایا کہ یہ ۱۳ سال پہلے کی بات ہے۔ یہ حاملہ تھیں اس وقت اسپتال میں داخل ہوئیں اور ان کو خون کی بوتل لگوائی۔ اس کے بعد جب یہ گھر آئیں تو انہیں خوف ہونے لگا، اس کے ساتھ انہوں نے الٹی سیدھی باتیں شروع کر دیں۔

فریدہ ۲۶ سال کی عمر میں ۶ بچوں کی ماں ہیں ۳ لڑکے اور ۳ لڑکیاں ہیں۔ ان کے شوہر کاروبار کرتے ہیں اور ان کا خیال رکھتے ہیں بیوی بچوں کی ذمہ داری اچھی طرح پوری کر رہے تھے۔ انہوں نے فریدہ کا علاج بھی کروایا۔ یہ لوگ تربت سے کراچی علاج کے لئے آئے انہوں نے اپنے علاقے میں بھی ماہر امراض دماغ سے علاج کروایا۔ جس سے انہیں فائدہ بھی ہوا۔ مگر جب دوبارہ طبیعت زیادہ خراب ہونے لگی تو وہ انہیں کراچی نفسیاتی ہسپتال لے کر آئے۔

فریدہ کے شوہر نے بتایا کہ یہ بچپن ہی سے خاموش طبیعت ہیں۔ جس علاقے میں یہ رہتی تھیں وہاں اسکول نہیں تھا اس لئے تعلیم حاصل نہ کرسکیں۔ جب سمجھ آئی تو گھر کے کاموں میں حصہ لینا شروع کر دیا۔ اپنی عمر کی لڑکیوں سے دوستی کی، مگر کم سہیلیاں بناتیں، ہر ایک سے بے تکلف نہ ہوتیں۔

کم عمری میں ہی پھوپی زاد بھائی سے شادی ہوگئی، اس میں دونوں کی پسند شامل تھی، گھر والوں کو بھی کوئی اعتراض نہ ہوا، شادی کے بعد شوہر سے ذہنی ہم آہنگی رہی۔ پہلے بچے کی پیدائش سے قبل جب فریدہ کو ۷ ماہ کا حمل تھا تو انہیں ملیریا اور ٹائیفائڈ ہوگیا۔ ان کے شوہر انہیں تربت سے کراچی لے کر آئے اور اسپتال میں داخل کروایا۔ جسمانی بیماریاں تو ٹھیک ہوگئیں لیکن ذہنی مرض ٹھیک نہیں ہوا۔ کئی سال

انہوں نے بیماری کی تکلیف برداشت کی، ڈاکٹروں سے بھی علاج کروایا، وہ عاجز آ گئیں تھیں کہ یہ کیسی بیماری ہے جو جانے کا نام ہی نہیں لیتی شوہر اور بچے بھی پریشان تھے۔

تمام معلومات اور تفصیلات جاننے کے بعد مریضہ کو مالیخولیا بمع یاسیت (Schizoaffective Disorder) کا مرض تشخیص کیا گیا۔ اور ادویات تجویز کی گئیں۔

فریدہ اور ان کے شوہر ابتداء میں ذہنی مرض کو نہ سمجھ سکے، انہیں اندازہ ہی نہیں ہوا کہ نفسیاتی علاج کی ضرورت ہے یہی وجہ ہے کہ مرض وقت کے ساتھ بڑھتا گیا۔ خاص طور پر ایک خاتون کو ذہنی مرض ہو جائے تو پورا گھر متاثر ہوتا ہے اور جس کے چھوٹے بچے بھی ہوں تو اس کی پریشانی ناقابل بیان ہے۔ شدید اداسی اور اس کے ساتھ اہل خانہ کے قتل کئے جانے کا خوف فریدہ کے لئے بہت بڑی اذیت بن چکا تھا۔ اداسی کے ساتھ خوف کا علاج بھی ہوا۔ اس کے لئے تمام تفصیلات مرتب کی ہیں اور یہ معلوم کیا گیا کہ کس جگہ اور کس صورتحال سے خوف محسوس ہوتا ہے۔ خوف کی ابتداء کس وقت سے ہوتی۔ اس کے علاج کیلئے نفسیاتی طریقے (Systematic Desensitization) سے بھی مدد لی گئی۔ خوف کے مرض کے علاج میں ادویات کے استعمال کے ساتھ علاج کے نفسیاتی طریقے بہت کارگر ہوتے ہیں۔

فریدہ کا کئی ماہ مسلسل علاج ہوا جس کے بعد وہ ٹھیک ہوگئیں۔ دو سال بعد دوبارہ ان پر ذہنی مرض کا حملہ ہوا اور وہ اپنے شوہر کے ساتھ آئیں، اس مرتبہ بیماری پہلے سے مختلف انداز میں اثر انداز ہوئی تھی۔ غصہ زیادہ آ رہا تھا، دل چاہتا تھا بہت باتیں کریں، شک شبہ بہت تھا، اس کے علاوہ گردن کی نسوں میں درد ہو رہا تھا مزاج میں تیزی تھی، گھر کے کام زیادہ کرنے شروع کر دیتے تھے لیکن مزاج بہت خراب رہتا، خاص طور پر بچوں پر غصہ آتا۔ یہ بھی پرانے مرض کی ایک کیفیت تھی، اس مرض کے ٹھیک ہونے کے بعد بھی واپس آنے کا بہت امکان ہوتا ہے۔ اسی لئے ٹھیک ہونے کے بعد بھی ڈاکٹر کے مشورے سے کچھ مدت ادویات جاری بھی رکھنی چاہیں اور اگر ادویات بند ہونے کے بعد پھر دوبارہ علامات ظاہر ہو جائیں تو فوراً کسی معالج سے رجوع کر لینا چاہئے تا کہ مرض دوبارہ شدید نہ ہو پائے۔

اپنے مسائل اور ذہنی امراض کے لئے مندرجہ ذیل پتہ پر خط لکھیں:

کراچی نفسیاتی ہسپتال، ناظم آباد نمبر 3، کراچی