تحریر : ڈاکٹر سید مبین اختر
کالم : ذہن کی دنیا

مریضہ کہتی ہے میں جن ہوں

(سچی کہانی فرضی نام کے ساتھ)

نجمہ کو ان کے گھر والے اس وقت کراچی نفسیاتی ہسپتال لے کر آئے جب انہوں نے کہا۔ ''تمہیں معلوم ہے میں جن ہوں مجھے یہاں لایا گیا ہے تا کہ تم سے یہ گھر خالی کرواؤں ۔ یہ گھر میرا ہے ۔ میں تم لوگوں کو یہاں نہیں رہنے دوں گی''۔

ویسے تو یہ خاتون جن کی عمر 45 سال تھی گذشتہ 12 سال سے ذہنی مرض کا شکار تھیں لیکن ابتدا میں اتنی شدت نہیں تھی اس لئے اہل خانہ نظر انداز کرتے رہے۔

ان کی بیٹی نے بتایا کہ کئی ماہ سے انہیں رات کو نیند نہیں آتی، اداس اور مایوس رہتی ہیں، روتی رہتی ہیں، کھانا کھانے کی بھی پروا نہیں کرتیں، بے چین رہتی ہیں، سر میں درد کی شکایت بھی کرتی ہیں، غصہ بھی بڑھتا جا رہا ہے۔ اور اب تو غصہ ایسا آتا ہے کہ مار پیٹ اور توڑ پھوڑ پر اتر آتی ہیں ۔ چار یا پانچ دن سے تو کہہ رہی ہیں کہ کندھے وزنی ہو گئے ہیں، سر بھی بھاری ہو گیا ۔ اس کے ساتھ پیٹ میں درد بتاتی ہیں ۔ کہتی ہیں نسوں میں کھنچاؤ ہو رہا ہے، بعض اوقات تو ان کی عجیب سی کیفیت ہو جاتی ہے ۔ دورہ سا پڑتا ہے ۔ اور ایک سے دو گھنٹے تک رہتا ہے ۔ مردوں کی آواز میں بات کرتی ہیں ۔ سایہ بھی نظر آتا ہے ۔ کہتی ہیں کوئی میرے پیچھے لگا ہوا ہے، جہاں میں جاتی ہوں وہیں آتا ہے ۔ کبھی روتی ہیں تو کبھی ہنسنے لگتی ہیں ۔

اس وقت غصہ بھی زیادہ آتا ہے ۔ مار پیٹ پر اتر آتی ہیں ۔ کچھ دن پہلے جب ان کی حالت بگڑی اور انہوں نے الٹی سیدھی باتیں اور حرکتیں شروع کیں تو بیٹے اور شوہر نے انہیں سمجھانے کی کوشش کی تب انہوں نے ان دونوں کی بھی پٹائی لگا دی ۔

نجمہ کی بیٹی نے بتایا کہ ہم لوگ ان کی طبیعت کی طرف سے بے حد فکر مند ہیں ۔ 4 سال پہلے انہوں نے خودکشی کی کوشش بھی کی تھی چُھری سے خود کو مارنے لگیں تھی وہ تو ہم سب ہی موجود تھے اس لئے انہیں روک لیا، کبھی ماچس اٹھا کر لے آتی ہیں کہ خود کو جلا دوں گی ۔

ان کی ذہنی کیفیت معلوم کرنے کے بعد جسمانی صحت کے بارے میں بھی معلومات حاصل کی گئیں تو یہ بات سامنے آئی کہ ان کے منہ کے اندر ازخم ہے جس کی وجہ سے ان سے کچھ کھایا پیا نہیں جاتا ۔

نجمہ نے غربت کے حالات میں زندگی گزاری ۔ شوہر مزدوری کرتے تھے ۔ ان کے 9 بچے ہیں 4 لڑکے اور 5 لڑکیاں ۔ بڑے بیٹے کی عمر

23 سال ہے باقی اس سے چھوٹے ہیں۔ بڑی بیٹی کی عمر 27 سال ہے۔ دو بیٹیاں شادی شدہ ہیں۔ ایک بیٹی ٹھیک ہے جبکہ دوسری کا شوہر جوا کھیلتا ہے۔ اُسے سسرال والوں نے بھی علیحدہ کردیا ہے۔ اس کے جہیز کا سارا سامان بھی فروخت ہو چکا ہے۔ انہیں اس بیٹی کے حالات پر بے حد افسوس ہوتا ہے۔ اس بیٹی کو یہ اپنے ساتھ رکھتی ہیں۔ اس کا شوہر بھی مزدوری کرتا ہے اور جو رقم کماتا ہے وہ جوئے میں ہار آتا ہے۔ ایک ماں کی حیثیت سے انہوں نے بیٹی کا بہت ساتھ دیا اور اب تو خود ان کی اپنی ہی ذہنی حالت بگڑ گئی۔ گھر میں کوئی ایک فرد دوسرے سے بات کر رہا ہو تو یہ سمجھتی ہیں کہ ان کے خلاف باتیں ہو رہی ہیں۔ اور یہ لوگ ان کی برائیاں کر رہے ہیں۔ سب سے زیادہ شک تو انہیں اپنی نند پر ہے۔ ان کا کہنا ہے۔ وہ جادو کرواتی ہیں، تعویز کر رہی ہیں، پڑھی ہوئی مٹی پھینکتی ہیں۔ ان باتوں کی وجہ سے رشتہ داروں سے بھی اختلافات ہو رہے ہیں۔

نجمہ کے گھر والوں کو بتایا کہ یہ شدید ذہنی مرض یاسیت کے ساتھ اوہام اور فریب (Recurrent Depressive Disorder With Psychotic Symptoms) کا شکار ہیں اور اب بیماری پرانی بھی ہوگئی ہے لیکن قابل علاج ہے۔ اس مرض میں مایوسی، اداسی اور یاسیت کے ساتھ شک و شبہ اور بدگمانی کا بھی شکار ہیں۔ انہیں مختلف آوازیں آتی ہیں۔ جنہیں یہ جن سمجھتی ہیں بدگمانی ہوتی ہے جس کی وجہ سے گھر والوں اور نند پر شک شبہ کر رہی ہیں۔ ان کے علاج کے لئے ادویات کے ساتھ ہی مشاورت بھی کی گئی خاص طور پر اہل خانہ کو سمجھایا کہ وہ ان کا بہت خیال رکھیں۔ انہیں مقررہ وقت پر ادویات دیں۔ ان کے ساتھ نرمی اور ہمدردی سے پیش آئیں۔ بہتر تو یہ تھا کہ ان کا علاج ہسپتال میں داخل کروا کر کیا جاتا لیکن ان لوگوں کے ساتھ مالی مسائل تھے اس لئے یہ بیرونی مریضہ کی حیثیت سے ہی علاج کے لئے آتی رہیں۔

ذہنی مرض کے علاج کے ساتھ ان کے منہ کے زخم کا بھی علاج کیا گیا۔ جس کے بعد زخم ٹھیک ہوگیا۔ ان کی ذہنی کیفیت میں بھی بہتری آگئی تب گھر والوں کو بھی سکون ہوا۔

نجمہ اب بھی علاج کے لئے آتی ہیں کیونکہ وہ اپنی مرضی سے ادویات چھوڑ دیتی ہیں۔ جس کے سبب دوبارہ طبیعت بگڑ جاتی ہے۔ انہیں اور ان کے گھر والوں کو سمجھایا ہے کہ وہ علاج میں لاپروائی نہ کریں۔

جن کا اثر محسوس کرنا آواز بدل کر بولنا بھی ذہنی مرض کی علامات ہیں، اگر ایسا کوئی شبہ ہو تو پہلے ماہر ذہنی امراض کے ڈاکٹر سے رجوع کرنا چاہیے، انشاءاللہ یہ سب کیفیات ختم ہوجائیں گی۔

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

کراچی نفسیاتی ہسپتال، ناظم آباد نمبر 3، کراچی