உலக சித்தப்பிரமை தினம்
World Delirium Day
15 March 2017

சித்தப்பிரமை (Delirium) என்றால் என்ன ?

சித்தப்பிரமை (Delirium) என்ற நிலை மிகவும் வேகமாக மாறுபடும் மனநிலை. இந்த நிலை உள்ள நோயாளிகள் மனப்போராட்டம் (agitation), கவனக்குறைவு (lack of concentration), தூக்க கலக்கம் (sleepiness or drowsiness). இல்லாததை இருப்பதுபோல் கற்பனை செய்து கொள்ளுதல் (altered beliefs), காணாத கேட்காத நிகழ்ச்சிகள் உணர்வது போல் பிரமை (auditory or visual hallucination) போன்ற அறிகுறிகள் இருக்கும்

சித்தப்பிரமை (Delirium) எதனால் ஏற்படுகிறது?

பலதரப்பட்ட நோய்களால் Delirium சித்தபிரமை ஏற்படலாம். உதாரணமாக மலேரியா, டெங்கு போன்ற நோயால் அதிகமான காய்ச்சல் , அறுவை சிகிச்சைக்கு பிறகு, காயங்கள் (எலும்பு முறிவு, தலை காயம்). சில மருந்துகளும் காரணமாக இருக்கலாம், உதாரணமாக தூக்க மாத்திரைகள், வலிக்காக கொடுக்கும் மருந்துகள்.

சித்தப்பிரமை (Delirium) யாருக்கு வரும்?

வயது பாகுபாடின்றி சிறு குழந்தையிலிருந்து முதியவர் வரை யாருக்கு வேணுண்டுமானாலும் இந்த சித்தபிரமை (Delirium) வரலாம். ஆனால் வயதானவர்களுக்கும், மறதி நோய் (dementia) இருப்பவர்களுக்கும் இதன் தாக்கம் அதிகமாக இருக்கும்.

மறதி நோயும் Dementia சித்தப்பிரமை Delirium ஒன்றா?

இல்லை. சித்தப்பிரமை (Delirium) குறைவான காலத்திற்கு தற்காலிகமாக ஏற்படும் நிலை. அடிப்படை நோயை குணப்படுத்தினால் முற்றிலும் மாறிவிடும். ஆனால் மறதி நோய் படிப்படியாக ஏற்ப்பட்டு நமது மூளையை பாதிக்கிறது இந்த நிலை காலப்போக்கில் மாறாது.

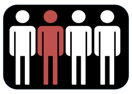
இந்த சித்தப்பிரமை (Delirium) தற்காலிகமானது என்றால் இதைப்பற்றி தெரிந்துகொள்ள வேண்டிய அவசியம் என்ன?

சித்தப்பிரமை (Delirium) தற்காலிக நிலைமை என்றாலும் இதனால் ஏற்படும் மன உளைச்சலும், கவலையும் நோயாளிக்கும் உறவினருக்கும் அதிகம். நோயாளிகள் குணமடையும் நேரம் நீடிக்கும். நோயாளிகள் இந்த நிலை காரணமாக சிறையில் உள்ளது போல் அல்லது ஆபத்தில் இருப்பது போல் கற்பனை செய்து கொண்டு பெரும் மனக்கவலைக்கு ஆளாகக்கூடும்.

iDelirium.org

Awareness Education Engagement

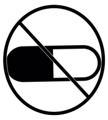
@iDelirium_Aware



சித்தப்பிரமை (Delirium) எவ்வளவு பொதுவானது?

மருத்துவமனைகளில் 4 பேருக்கு 1 நோயாளிக்கு சித்தபிரமை (Delirium) ஏற்படலாம் என மருத்துவ புள்ளிவிவரம் தெரிவிக்கிறது

இந்த சித்தப்பிரமை (Delirium) எவ்வாறு குணப்படுத்த படுகிறது?

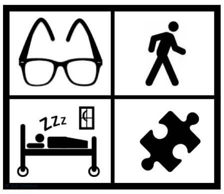


சித்தப்பிரமை (Delirium) ஏற்படக்காரணமான அடிப்படை நோயை விரைவாக கண்டுபிடித்து அதற்கு உண்டான சிகிச்சைகளை உடனே கொடுப்பது மிக முக்கியம். சில வேளைகளில் நோயாளியுடைய மருந்துகளை கவனமாக சரிபார்த்து தேவையில்லாத மரூந்துகளை நிறுத்தவேண்டும்

எனது மருத்துவர் மற்றும் செவிலியற்கு சித்தப்பிரமை (Delirium) பற்றி தெரியுமா?

அனுபவம் உள்ள மருத்துவர்களுக்கும் செவிலியர்களுக்கும் சித்தப்பிரமை (Delirium) பற்றி நன்றாக தெரியும். தகுந்த அனுபவமும் விழிப்புணர்வும் இல்லை என்ன்றால் சிலவேளைகளில் சித்தப்பிரமை (Delirium) அறிகுறிகளை தவறவிட வாய்ப்பு உண்டு. இந்த உலக சித்தப்பிரமை (Delirium) நாள் அனுசரிப்பதின் நோக்கமே விழிப்புணர்வை அதிகப்படுத்திடுவதுதான்.

சித்தப்பிரமை (Delirium) என் உறவினர்க்கோ நண்பருக்கோ வந்தால் நான் என்ன செய்ய வேண்டும்?



தங்கள் உற்றார் உறவினர் திடீரென்று குழப்பத்துடனோ (Confusion), மனப்போராட்டத்துடனோ (agitation) அல்லது அரைத்தூக்கம்/தூக்கக்கலக்கம்(drowsiness) போன்ற அறிகுறிகள் தென்பட்டால் உடனடியாக மருத்துவ உதவியை நாடவேண்டும்.

மருதத்துவ மனையில் குணமடையும் நோயாளிக்கு அருகே இருந்து ஆறுதலான வார்த்தையில் பேசவேண்டும். அவர்களுக்கு நிலைமையை புரியவைக்க மெதுவாக முயற்சி செய்யவேண்டும். மூக்கு கண்ணாடி காதுகேட்கும் கருவி ஏதும் அணிபவர் என்றால் அவைகளை அணிவிக்க வேண்டும். நோயாளிகள் அவர்களது விபரீத கற்பனைகளில் அச்சப்பட்டால் அவர்களது மனம் கோணாமல் சண்டை போடாமல் கவனத்தை திசை திருப்பவேண்டும். உடல் நிலை சரியாகத்தொடங்கவும் அவர்களை படுக்கையை விட்டு எழும்பி நடக்க வைக்கவேண்டும். இரவில் நன்றாக உறங்க வைக்க முயற்சி செய்யவேண்டும். அவர்கள் பயத்தில் இருந்தால் ஆறுதலாகவும் அன்பாகவும் பேசி அமைதிப்படுத்தவேண்டும்.