

## किसी बेसुधी की बीमारी से पीड़ित व्यक्ति की देख-भाल करने में आप कैसे मदद कर सकते हैं ?

बेसुधी की बीमारी से पीड़ित व्यक्ति के लिए यह आशासनीयता होता है कि वह जाने-पहचाने लोगों को देखे। जितनी बार हो सके उतनी बार उनसे मिलने जाएँ और उनकी देखभाल में मदद करने के लिए उपलब्ध होने की कोशिश करें।

परिवार के अन्य सदस्यों व मित्रों को भी मदद करने के लिए प्रोत्साहित करें।

- बेसुधी की बीमारी से पीड़ित व्यक्ति से बात करते समय धीरे-धीरे व साफ़ आवाज़ में बात करें। अपना खुद का व अन्य व्यक्ति का नाम लेकर पहचान करवाएँ।
- बेसुधी की बीमारी से पीड़ित व्यक्ति को प्रोत्साहित करें व मदद दें कि वह पर्याप्त भोजन व पेय-पदार्थों का सेवन करे।
- दिन का समय जानने पर घबड़ाहट को कम किया जा सकता है। उनको बताइए कि वह कहाँ पर हैं और कौनसा दिन व समय है।
- दृष्टि व सुनने में कमी होने पर उनकी घबड़ाहट बदतर हो सकती है। बेसुधी की बीमारी से पीड़ित व्यक्ति यदि चश्मा या सुनने के लिए कान में मशीन पहनता है तो उन्हें दोनों चीज़ों को पहनने में मदद करें।
- बेसुधी की बीमारी से पीड़ित व्यक्ति यदि उत्तेजित हो जाता है या झगडा करता है तो उन्हें रोकने की कोशिश न करें। यदि वे इधर-उधर घूमना चाहता है तो घूमने दें पर यह पक्का करें कि वह गिरने से सुरक्षित है और उस स्थान में कोई खतरे की जगह नहीं है।
- निजी यादगार की चीज़ें लाएँ, जैसे कि फ़ोटो, उनका रात को पहनने वाला गाउन, रेडियो या उनकी पसन्द का संगीत सुनने के लिए सी डी/टेप प्लेयर, जिससे उस व्यक्ति को घर की याद दिला सकें।
- बेसुधी की बीमारी से पीड़ित व्यक्ति की देख-रेख करने वाले स्टाफ़ को इस व्यक्ति की कुछ विशेष जानकारी दें जिससे वे उसको शान्त करने व अपने आप को पहचानने में मदद कर सकें, जैसे कि परिवार व मित्रों के नाम, शौक, जीवन की महत्वपूर्ण घटनाएँ आदि।

बेसुधी की बीमारी के बारे में यदि आपको कोई चिंता है या कोई प्रश्न हैं तो अपने स्थानीय डॉक्टर से बात करें या अस्पताल में स्टाफ़ से बात करें।

### संपर्क

#### Carers Resource Centres

देखभाल कर्ताओं के लिए साधन केंद्र  
फ़ोन: 1800 242 636

#### Aged Care Information Line

वृद्धावस्था देखभाल जानकारी लाईन  
फ़ोन: 1800 500 853

#### National Dementia Helpline

राष्ट्रीय डमिंशिया सहायता लाईन  
फ़ोन: 1800 100 500

#### Carers Australia

देखभाल कर्ता, ऑस्ट्रेलिया  
www.carersaustralia.com.au

#### Alzheimer's Australia

ऑस्ट्रेलिया में अल्जाइमर बीमारी के लिए केंद्र  
www.alzheimers.org.au



ACI NSW Agency for Clinical Innovation



Northern NSW Local Health District and Delirium Care Pathways,  
Department of Health and Aging, Canberra. 2010 की अनुमति से रूपान्तरित।  
यह विवरण पुस्तिका, Care of the Confused Hospitalised Older Persons Study (CHOPS),  
के अंश के रूप में तैयार किया गया है, जो Agency for Clinical Innovation,  
Clinical Excellence Commission and GP NSW के सहयोग में किया गया कार्य है और इसे  
Department of Veterans Affairs द्वारा धन प्रदान किया गया है।

# बेसुधी

[(Delirium) एक प्रकार की मानसिक बीमारी जिसमें सच्चाई के बदले भ्रम होने लगता है]

**बेसुध** होना एक आम बीमारी है जिसका लक्षण होता है मानसिक कार्य में बदलाव आना और यह अधिकतर वृद्ध लोगों में होती है।

जब बेसुधी होती है तो लोगों का दिमाग चकरा जाता है और या तो वे बहुत उत्तेजित या चुप व उनीन्दा हो जाते हैं।

बेसुधी का आरम्भ हमेशा एकदम अचानक होता है। आमतौर पर यह कुछ ही दिनों के लिए रहता है पर हो सकता है लम्बे समय तक बना रहे। यह एक गम्भीर स्थिति भी हो सकती है।

यह विवरण पुस्तिका उन लोगों को जिन्हें बेसुधी की बीमारी हो चुकी है व उनके परिवार/ देखभाल कर्ताओं को जानकारी प्रदान करती है।

## ■ बेसुधी की बीमारी होने का खतरा किसको है ?

इन लोगों को:

- जो बहुत अधिक बीमार हैं
- जिन्हें मनोभ्रंश (dementia) है
- जो 70 वर्ष की आयु या उससे अधिक हैं
- जो अवसाद (depression) से पीड़ित हैं
- जिनकी आँखें कमजोर हैं
- जो कई दवाइयाँ खाते हैं
- जिनका कोई ऑपरेशन हो रहा है, जैसे कि दिल या कुल्हे का ऑपरेशन।

## ■ बेसुधी के लक्षण क्या होते हैं ?

जिन लोगों को बेसुधी होती है:

- लगता है उनका दिमाग उलझनों से भर गया है व वे भुलक्कड़ से लगते हैं
- वे किसी चीज़ पर ध्यान नहीं दे पाते
- जैसे वे आमतौर पर होते हैं, उससे वे भिन्न लगते हैं
- या तो वे बहुत उत्तेजित हो जाते हैं या चुपचाप व अनमने या उनिन्दे हो जाते हैं
- उन्हें पता नहीं चलता कि दिन का क्या समय है या वे कहाँ हैं
- उनकी सोने की आदत बदल जाती है, जैसे कि रात को जागना व दिनभर उनिन्दापन महसूस करना
- वे भयभीत, परेशान, चिड़चिड़े, गुस्से में या उदास महसूस करते हैं
- वे वह चीज़ें देखते हैं जो वहाँ नहीं हैं पर यह सब उन्हें बिल्कुल सच लगता है
- पेशाब या पाखाना जाने पर उनका कोई जोर नहीं रहता।

## ■ बेसुधी की बीमारी कितनी आम है ?

उन वृद्ध लोगों में से पाँचवाँ हिस्सा जो अस्पताल में होते हैं और वृद्ध लोगों की सुविधा में रहने वाले निवासियों में से करीब आधों को किसी न किसी समय बेसुधी की बीमारी होगी।

## ■ बेसुधी की बीमारी होने का कारण क्या है ?

वृद्ध लोगों में बेसुधी होने के आम कारणों में निम्नलिखित शामिल हैं :

- किसी प्रकार का झूट लग जाना (इसमें पुरुषों व महिलाओं को होने वाला मूत्रमार्ग का संक्रमण भी शामिल है)
- शरीर में कई प्रकार की बीमारियाँ होना
- कब्ज होना
- शरीर में पानी की कमी /अपर्याप्त पोषण
- विकट दर्द होना
- दवाएँ, जिनमें 'डॉक्टर से पूछे बिना अपने आप खरीदी गई दवाईयाँ' भी शामिल हैं
- बहुत अधिक शराब पीना
- शराब पीना छोड़ना या दवाओं को छोड़ना, विशेषकर नींद न आने की दवा को छोड़ना।

## ■ बेसुधी की बीमारी कैसे आरम्भ होती है ?

इसके लक्षण बहुत ही जल्दी होते हैं, आमतौर पर घंटों या दिनों के अंदर। उस व्यक्ति के व्यवहार में एक दिन में ही उतार-चढ़ाव भी हो सकता है।

बेसुधी की बीमारी को कभी-कभी डिमेंशिया या डिप्रेशन समझने की भूल भी हो जाती है, इसलिए किसी व्यक्ति की मानसिक स्थिति में अचानक बदलाव होने पर परिवार/देख-भाल कर्ताओं को चिकित्सक /नर्सों के विभाग को सूचित करना बहुत आवश्यक है।

## ■ बेसुधी की बीमारी कितनी लम्बी चलती है ?

आमतौर पर, बेसुधी की बीमारी कुछ ही दिनों के लिए चलती है पर कभी-कभी यह हफ्तों या यहाँ तक की महीनों भी चल सकती है। यदि बेसुधी की बीमारी का समाधान जल्दी नहीं किया जाता तो इसके प्रभाव से गम्भीर समस्याएँ भी हो सकती हैं, जैसे कि गिर जाना, दवाब से फोड़े हो जाना, अस्पताल में लम्बे समय तक रहना और यहाँ तक की मौत हो जाना।

## ■ क्या बेसुधी की बीमारी दुबारा हो सकती है ?

जिन लोगों को बेसुधी की बीमारी हो चुकी है उनको दुबारा बेसुधी की बीमारी होने का खतरा बहुत अधिक है।

## ■ बेसुधी की बीमारी का इलाज कैसे किया जाता है ?

बेसुधी की बीमारी का संबंध आमतौर पर किसी अंतर्निहित शारीरिक बीमारी से जोड़ा जाता है। पर इसका कारण हमेशा पहचाना नहीं जा सकता। स्टाफ़ के सदस्य पूरी चिकित्सक जाँच करते हैं जिससे वे जान सकें और बेसुधी की बीमारी के इस अंतर्निहित कारण का इलाज कर सकें।

इलाज में जटिलताओं के खतरों व लक्षणों को कम करना भी शामिल है।

## परिवार/देख-भाल कर्ताओं की भूमिका

- जो स्टाफ़ के सदस्य बेसुधी की बीमारी से पीड़ित व्यक्ति की देख-भाल करते हैं उनको परिवार/देख-भाल कर्ता महत्वपूर्ण जानकारी दे सकते हैं।
- किसी व्यक्ति की मानसिक या शारीरिक स्थिति में अचानक बदलाव होने पर यह आवश्यक है कि स्टाफ़ को सूचित किया जाए।