

Mental Health Nursing. Unit 01. Introduction (परिचय)

Q. मानसिक स्वास्थ्य क्या है? मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति की विशेषताएँ लिखिए।

अथवा(or)

मानसिक स्वास्थ्य क्या है? मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति के गुण लिखिए।

What is mental health? Write down the characteristics of mentally healthy person.

उत्तर- मानसिक स्वास्थ्य (Mental Health)

मानसिक स्वास्थ्य व्यक्ति के सम्पूर्ण स्वास्थ्य स्तर का महत्वपूर्ण पक्ष है।

यह एक आधारभूत कारक है जो शारीरिक स्वास्थ्य की रक्षा के साथ-साथ सामाजिक प्रभावपूर्णता में भी योगदान देता है।

यह स्वास्थ्य का सामान्य स्तर है। मानसिक स्वास्थ्य के दो महत्वपूर्ण पक्ष हैं-

व्यक्तिगत और सामाजिक। व्यक्तिगत और सामाजिक रूप से समायोजन की योग्यता को ही मानसिक स्वास्थ्य कहा जाता है।

विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) के अनुसार

मानसिक स्वास्थ्य व्यक्ति की वह क्षमता है जिसके द्वारा वह दूसरों से सुसंगत संबंधों का निर्माण करता है एवं अपने सामाजिक, आध्यात्मिक व भौतिक परिवेश के परिवर्तनों में भाग लेता है।

Mental Health Mental health is an important aspect of a person's overall health level.

It is a fundamental factor that contributes to the protection of

physical health as well as social effectiveness.

This is a normal level of health. Mental health has two important aspects – personal and social.

The ability to adjust personally and socially is called mental health.

According to the World Health Organization (WHO), mental health is the ability of a person to build harmonious relationships with others and participate in changes in his social, spiritual and physical environment.

मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति की विशेषताएँ (Characteristics of Mentally Healthy Person)

मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति की मुख्य विशेषताएँ निम्नलिखित हैं-

Following are the main characteristics of a mentally healthy person.

1. मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति को अपने उद्देश्यों, इच्छाओं, कमजोरियों तथा विशेषताओं के विषय में अंतः ज्ञान होता है।

वह अपने व्यवहार का वास्तविक मूल्यांकन कर सकता है और अपनी कमियों तथा कमजोरियों को स्वीकार कर सकता है।

2. वह व्यक्तिगत गुणों से अवगत होता है, उचित ढंग से और महत्वपूर्ण अनुभव करता है।

वह आत्म सम्मानित, सम्पन्न और समूह में स्वयं को सुरक्षित होने का अनुभव करता है।

3. उसमें व्यक्तिगत सुरक्षा की भावना होती है।

ऐसा व्यक्ति अनुभव करता है कि दूसरों को उसकी जरूरत है और वे उसे प्यार करते हैं।

4. उसे अपने जीवन में सफलता का विश्वास होता है।

उसे विश्वास होता है कि वह जो भी काम करेगा, उसे अच्छे ढंग से करेगा।

वह स्वयं को दैनिक जीवन में आत्म-विश्वास से भरपूर महसूस करता है।

5. मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति अन्य लोगों के साथ समायोजन कर सकता है।

उसे दूसरों के उद्देश्यों और समस्याओं का ज्ञान होता है, वह प्यार दे सकता है और प्यार को स्वीकार कर सकता है तथा लम्बी अवधि की दोस्ती कर सकता है जां संतुष्टिदायक और घनिष्ठ हो।

6. इस प्रकार के व्यक्ति को अपने वातावरण का ज्ञान होता है और वह यह भी जानता है कि उसे किन लोगों से सम्बन्ध रखना पड़ेगा, वह वास्तविकता का तर्कसंगत और उचित ढंग से सामना कर सकता है।

7. मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति का अपना ही जीवन-दर्शन होता है, जो उसके दैनिक जीवन के कार्यों को अर्थ और उद्देश्य प्रदान करता है।

यह जीवन-दर्शन उसके अपने संसार से सम्बन्धित होता है।

इसके कारण वह अपनी समस्याओं को हल करने के लिए ठोस कदम उठाता है।
वह अपनी जिम्मेदारियों और कर्तव्यों से भागता नहीं है।

8. मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति कल्पनाओं के सहारे नहीं, बल्कि वास्तविकता में जीता है।

9. वह अपने व्यवहार में भावनात्मक परिपक्वता दिखाता है।

वह डर, क्रोध, प्यार, ईर्ष्या जैसी भावनाओं को नियंत्रित कर सकता है और उन्हें सामाजिक रूप से वांछनीय ढंग से प्रकट कर सकता है।

10. वह अपने शारीरिक स्वास्थ्य की समस्याओं के प्रति तर्क संगत दृष्टिकोण रखता है।
वह अपने स्वास्थ्य को ठीक रखने के लिए दैनिक जीवन में अच्छी आदतें अपनाता है।
वह पौष्टिक भोजन, विश्राम, शारीरिक क्रियाओं, व्यक्तिगत सफाई तथा रोगों से सुरक्षा आदि बातों का ध्यान रखकर अपने स्वास्थ्य को बनाए रखता है।

11. वह अपने बारे में सोचने की योग्यता रखता है और अपने निर्णय स्वयं लेता है।

वह अपनी समस्याओं का समाधान रचनात्मक ढंग से और अच्छी प्रकार से सोच कर करता है।

12. उसकी विभिन्न रुचियां होती हैं और वह प्रायः अपने काम, विश्राम और मनोरंजन में अच्छी तरह संतुलन बनाए रखता है।

1. A mentally healthy person has inner knowledge about his objectives, desires, weaknesses and characteristics.

He can realistically evaluate his behavior and accept his shortcomings and weaknesses.

2. He is aware of personal qualities, feels appropriate and important. He feels self-respected, prosperous and secure in the group.

3. He has a feeling of personal security. Such a person feels that others need him and love him.

4. He is confident of success in his life. He believes that whatever work he does, he will do it well. He feels full of self-confidence in daily life.

5. A mentally healthy person can adjust with other people. He has knowledge of the motives and problems of others, can give and accept love, and can form long-term friendships that are satisfying and intimate.

6. This type of person has knowledge of his environment and he also knows with whom he will have to relate, he can face the reality in a rational and proper manner.

7. A mentally healthy person has his own philosophy of life, which gives meaning and purpose to his daily activities. This philosophy of life is related to his own world. Due to this he takes concrete steps to solve his problems. He does not run away from his responsibilities and duties.

8. A mentally healthy person does not live with the help of imagination, but in reality.

9. He shows emotional maturity in his behavior. He can control emotions like fear, anger, love, jealousy and express them in a socially desirable manner.

10. He has a rational approach towards his physical health problems. He adopts good habits in daily life to maintain his health. He maintains his health by taking care of nutritious food, rest, physical activities, personal cleanliness and protection from diseases etc.

11. He has the ability to think for himself and take his own decisions. He solves his problems creatively and by thinking well.

12. He has varied interests and often maintains a good balance between his work, rest and entertainment.

Q.मानसिक विकार को परिभाषित कीजिए।

अथवा

मानसिक अस्वस्थता को परिभाषित कीजिए।

Define the mental illness.

उत्तर- मानसिक विकार (Mental Illness)

मानसिक स्वास्थ्य व्यक्ति की सम्पूर्ण स्थिति का एक महत्वपूर्ण पक्ष है।

मानसिक विकार केवल मस्तिष्क जैसे अंग की कार्य प्रणाली में गड़बड़ी के कारण नहीं होते हैं।

इसका अर्थ है कि व्यक्ति की विकार-ग्रस्त और अव्यवस्थित मनोजैविक प्रणाली।

शारीरिक, मानसिक, सामाजिक और आत्मिक स्वास्थ्य में विकार पैदा होने पर मानसिक रोग पैदा हो जाते हैं।

इस कारण व्यक्ति जीवन की परिस्थितियों से पर्याप्त समायोजन नहीं कर पाता है।

मानसिक रोग से ग्रस्त व्यक्ति सामाजिक मान्यताओं के अनुसार जीवन की समस्याओं को सुलझाने की योग्यता खो बैठता है।

वह वास्तविकता को स्वीकार नहीं कर पाता है।

आधुनिक धारणा के अनुसार मानसिक रोग को व्यवहार का ढंग माना जाता है, इसे रोग परिपूर्णता नहीं माना जाता है।

Mental Illness Mental health is an important aspect of a person's overall condition.

Mental disorders are not caused only by disturbances in the functioning of an organ like the brain.

It means that the individual has a disordered and disorganized

psychobiological system. Mental diseases arise when there are disorders in physical, mental, social and spiritual health. Due to this, the person is not able to adjust adequately to the circumstances of life. A person suffering from mental illness loses the ability to solve life's problems according to social beliefs. He is unable to accept the reality. According to the modern concept, mental illness is considered a way of behavior, it is not considered a disease in its entirety.

Q. मानसिक विकार के कारणों को समझाइए।

Explain the causes of mental illness.

अथवा(or)

मानसिक विकार को प्रभावित करने वाले कारक कौन से हैं?

What are the factors affecting the mental illness?

अथवा(or)

मानसिक अस्वस्थता के कारण क्या हैं?

What are the causes of mental illness?

उत्तर- मानसिक रोगों के कारण (Causes of Mental Illness) - मानसिक रोगों के कारणों को मुख्यतः निम्न तीन भागों में बांटा जाता है-

The causes of mental diseases are mainly divided into the following three parts-

A. जैविक कारण (Biological Causes)

B. सामाजिक कारण (Social Causes)

C. सांस्कृतिक कारण (Cultural Causes)

A. जैविक कारण (Biological Causes)-

इसमें निम्न मुख्य कारण शामिल होते हैं-

It includes the following main reasons-

1. अनुवांशिकी (Heredity)

अनुवांशिकी को प्रायः कार्य-कारण माना जाता है।

व्यक्ति अपने तीन-चौथाई मानसिक दोष और एक तिहाई मनोरोग, प्रतिकूल अनुवांशिकी से प्राप्त करता है।

वह मानसिक रोग नहीं बल्कि रोग पैदा होने की पूर्व-व्यवस्था प्राप्त करता है। यह पूर्व-व्यवस्था जीन (genes) द्वारा निर्धारित होती है।

जिसे हम सीधे रूप से प्राप्त करते हैं। इस पूर्व-व्यवस्था के कारण व्यक्ति की मानसिक रोगों के प्रति ग्रहणशीलता निर्धारित होती है।

Heredity is often considered to be the causal factor. A person acquires three-fourths of his mental defects, and one-third of his psychiatric disorders, from unfavorable genetics.

He does not get a mental illness but a predisposition to develop the illness. This pre-arrangement is determined by genes. Which we get directly.

Due to this pre-arrangement, a person's susceptibility to mental

diseases is determined.

2. जैविक कारक (Biological Factors) -

जिन जैविक कारणों से व्यक्ति मानसिक रोगों से ग्रस्त हो सकता है, उनमें से मुख्य निम्नलिखित हैं-

The biological reasons due to which a person may suffer from mental diseases include:

The main ones are the following-

(a) चोट, घाव अथवा गम्भीर दिमागी रोग के कारण मस्तिष्क के ऊतकों (brain tissues) को हानि पहुंचना।

(b) शराब, नशीले पदार्थों, रसायनों अथवा भारी धातु जैसे- पदार्थों से मस्तिष्क के तन्तुओं को हानि पहुंचना।

(c) रक्त शर्करा स्तर तथा अम्ल-क्षार अनुपात में गड़बड़ी, ऑक्सीजन की अपर्याप्तता तथा पानी और इलैक्ट्रोलाइट संतुलन में परिवर्तनों से रक्त रसायन शास्त्र परिवर्तन होने से दिमाग के तन्तुओं को प्रभावित होना।

(d) अंतःस्त्रावी प्रणाली की सामान्य योग्यता में परिवर्तन हो सकता है जिसके कारण निराशा और असुरक्षा की भावनाएँ पैदा हो सकती हैं।

- (a) Damage to brain tissues due to injury, wound or serious brain disease.
- (b) Damage to brain fibers by substances like alcohol, drugs, chemicals or heavy metals.
- (c) Disturbances in blood sugar level and acid-base ratio, insufficiency of oxygen and water and electrolyte balance. Due to changes in blood chemistry, brain fibers are affected.
- (d) There may be changes in the normal functioning of the endocrine system leading to feelings of frustration and insecurity.

3. भावनात्मक कारक (Emotional Factors)

भावनात्मक कारकों से भी कई प्रकार के मानसिक रोग पैदा हो सकते हैं, जैसे- उच्च रक्तदाब, पैंटिक अल्सर, हृदय रोग, अस्थमा आदि।

: Emotional factors can also cause many types of mental diseases, such as high blood pressure, peptic ulcer, heart disease, asthma etc.

4. शल्य चिकित्सा (Surgical Operation)

शरीर के किन्हीं विशेष भागों की शल्य चिकित्सा अथवा किसी अंग को ऑपरेशन द्वारा शरीर से अलग कर दिए जाने पर अस्थायी मानसिक गड़बड़ी या मानसिक विक्षिप्तता के लक्षण दिखाई दे सकते हैं।

When any particular part of the body is operated on or any organ is removed from the body by operation, symptoms of temporary mental disturbance or mental insanity may appear.

5. शारीरिक दोष (Physical Defects)-

शारीरिक दोषों में सभी प्रकार की शारीरिक विसंगतियां सम्मिलित होती हैं, जैसे- अंधापन, बहरापन, जन्म-जात विकृत पैर, कटे होंठ, फटा हुआ तालु आदि।

इस प्रकार के दोष से प्रायः हीनता और असुरक्षा को भावनाएं पैदा हो जाती हैं। इनसे कई प्रकार की अप्रत्याशित मानसिक प्रतिक्रियाएं पैदा हो सकती हैं।

Physical defects include all types of physical anomalies, Such as blindness, deafness, congenitally deformed legs, cleft lip, cleft palate etc. This type of guilt often gives rise to feelings of inferiority and insecurity. These can cause many types of unexpected mental reactions.

6. शारीरिक वंचना (Physical Deprivation)

शारीरिक वंचनाओं में कुपोषण, विटामिनों की कमी, अनिद्रा, थकान आदि शामिल हैं जैसे गम्भीर कुपोषण के कारण बच्चे के शारीरिक और मानसिक विकास पर प्रभाव पड़ता है, निकोटिनिक एसिड की कमी के कारण पैलेग्रा (pellagra) के मनोवैज्ञानिक लक्षण दिखाई देने लगते हैं।

Physical deprivation includes malnutrition, lack of vitamins, insomnia, fatigue etc. Like severe malnutrition affects the physical and mental development of the child, deficiency of nicotinic acid leads to pellagra. Psychological symptoms start appearing.

B. सामाजिक कारण (Social Causes)

1. मातृ-वंचन (Maternal Deprivation) -

मातृ वंचन का अर्थ है कि बच्चे को माता के मातृत्व प्रोत्साहन से वंचित कर दिया गया है। बच्चे को मां से अलग करने से उसके विकास पर प्रभाव पड़ता है जब बच्चा बड़ा हो जाता है तो मातृत्व, प्रेम तथा प्रोत्साहन से वंचित रहने के कारण उसका व्यवहार असामान्य हो जाता है।

Maternal deprivation means that the child has been deprived of the mother's maternal encouragement. Separating the child from the mother affects his development. When the child grows up, his behavior becomes abnormal due to being deprived of motherhood, love and encouragement.

2. रोगजनित पारिवारिक संरचना (Pathogenic Family Pattern)

माता-पिता और बच्चों के मध्य तनावपूर्ण और दोषपूर्ण संबंधों के कारण बच्चे के साथ व्यवहार अनुचित, कठोर और दमनकारी हो सकता है तथा उनका अनुशासन नकारात्मक प्रकार का हो सकता है जिससे मानसिक रोगों की संभावना अधिक होती है।

Due to strained and faulty relationships between parents and children, the treatment of children can be unfair, harsh and oppressive and their discipline can be of negative type, which increases the chances of mental diseases. it occurs.

3. अत्यधिक तनाव (Profound Stress)

तनाव के कारण भी व्यवहार में असामान्यता आ जाती है। तनाव कई प्रकार का हो सकता है जैसे शारीरिक तनाव, मानसिक तनाव तथा भावनात्मक तनाव।

Abnormality in behavior also occurs due to stress. Stress can be of many types such as physical stress, mental stress and emotional stress.

4. मानसिक द्वन्द्व (Mental Conflict) -

मानसिक रोग का सबसे महत्वपूर्ण कारण मानसिक द्वन्द्व और निरंतर दबाव में रहना है।

यह इन्द्र व्यक्ति की अंतः प्रेरणाओं, इच्छाओं, उद्देश्यों, रुचियों तथा उसके उच्च आदर्शों और संवेदनाओं के मध्य हो सकता है। ये द्वन्द्व अवांछनीय भावनात्मक दृष्टिकोण और निग्रह पैदा करते हैं तथा मानसिक उलझनें बढ़ाते हैं।

The most important cause of mental illness is mental conflict and living under constant pressure. This conflict can be between the person's inner motivations, desires, objectives, interests and his higher ideals and sensibilities. These conflicts create undesirable emotional attitudes and control and increase mental confusion.

C. सांस्कृतिक कारण (Cultural Causes) -

1. युद्ध और हिंसा (War and Violence) -

युद्ध और हिंसा का लोगों के मानसिक स्वास्थ्य पर गहरा प्रभाव पड़ता है। युद्ध और हिंसा के कारण शारीरिक और मानसिक तनाव पैदा होता है, जो मानसिक रोगों को जन्म देता है।

War and violence have a deep impact on the mental health of people. War and violence cause physical and mental stress, which leads to mental diseases.

2. आर्थिक समस्याएं (Economic problems) -

वित्तीय समस्याएं गरीबी, धन की बहुलता, बेकारी, जुआ खेलना, शराब पीना आदि से पैदा होती हैं। ये भी मानसिक रोगों का कारण बनती हैं, कई बार इन समस्याओं के कारण लोग आत्महत्या तथा हत्या तक कर देते हैं।

Financial problems arise from poverty, abundance of money, unemployment, gambling, drinking etc. These also cause mental diseases, sometimes due to these problems people even commit suicide and murder.

3. तकनीकी परिवर्तन (Technological changes)

तीव्र तकनीकी परिवर्तन के कारण तनाव बढ़ रहा है। यह निराशा और द्वन्द्व पैदा करता है जो मानसिक विसंगतियों का कारण बनता है।

Stress is increasing due to rapid technological changes. This creates frustration and conflict which leads to mental dissonances.

4. सामाजिक परिवर्तन (Social change)

सामाजिक बदलाव जैसे- धार्मिक और सांस्कृतिक प्रथाओं में परिवर्तन, सामाजिक संकट, सामाजिक वंचनाएं, मनोरंजन के साधनों का प्राप्त न होना, प्रवास, अकेलापन, पीढ़ियों की विचारधारा में अन्तर आदि मानसिक रोगों को पैदा करते हैं।

Social changes like changes in religious and cultural practices, social crisis, social deprivations, lack of means of entertainment, migration, loneliness, difference in ideology of generations etc. cause mental diseases.

5. व्यावसायिक कठिनाइयां (Occupational difficulties) -

अवांछनीय अवस्थाओं, निरीक्षकों अथवा सहकर्मियों के साथ तनावपूर्ण संबंध, शिफ्ट सिस्टम, काम से संतुष्टि न होना, अस्थायी नौकरी, बेकारी आदि मानसिक दबाव का कारण बनती हैं जो मानसिक रोगों को जन्म देती है।

Unwanted conditions, strained relations with supervisors or colleagues, shift system, lack of job satisfaction, temporary jobs, unemployment etc. cause mental pressure which gives rise to mental diseases.

Q. मानसिक अस्वस्थता अथवा मानसिक रोग के चिन्ह एवं लक्षण लिखिए।

Write down the sign and symptoms of mental illness.

उत्तर- मानसिक रोग के चिन्ह एवं लक्षण (Symptoms of Mentally Ill Person)

मानसिक रोगी में प्रायः निम्नलिखित चिन्ह एवं लक्षण पाए जाते हैं-

The following signs and symptoms are often found in mental patients -

1. सोचने, भावनाओं, योग्यता, ध्यान, चिंतन, एकाग्रता, निर्णयों आदि मानसिक कार्यों में अव्यवस्था पैदा होती है।

2. दृष्टिभ्रम (hallucinations) और भ्रांति के रूप में अवबोधन में त्रुटि पैदा होना।

3. आक्रामक, हिंसक, विनाशक, गाली-गलौच, आत्महत्या या हत्या जैसी प्रवृत्तियाँ पैदा होना।

4. शारीरिक लक्षण भी पैदा हो सकते हैं जैसे- सिरदर्द, बदन दर्द, कमजोरी, थकावट, भूख न लगना, उबकाई, उल्टी आना, कब्ज, दस्त, भार में कमी होना, अनिद्रा, दिल की तेज धड़कन, श्वास फूलना, तालमेल का अभाव आदि।

5. संज्ञाहरण, अति संवेदनशीलता, जैसे संवेदी लक्षण अथवा देखने, चखने, सूंघने और अंतरंग संवेदनाओं का असामान्य होना।

6. चिंता, तनाव, चिड़चिड़ापन, एकाग्रता में कमी, काम करने की क्षमता कम होना, तर्कहीन भय, अवांछित विचार तथा अर्थहीन हरकतों को दोहराना।

7. भावनात्मक अव्यवस्था से पैदा हुए शारीरिक लक्षण जैसे- मनः शारीरिक रोग।

8. अपराध, यौन विकृति, नशीले पदार्थों और एल्कोहल जैसे- असामाजिक आचरण।

9. मानसिक शक्ति का अपूर्ण विकास।

10. भाषा में गड़बड़ी जैसे बातों को भूल जाना, असंबंधित बातचीत तथा अर्थहीन शब्द बोलना आदि।

11. प्रभाव का विकार जैसे- उल्लास, उत्तेजना, भावनात्मक उदासीनता, निराशा,

अनुपयुक्त हाव-भाव, भावनात्मक का जड़ हो जाना और मुँह फट होना।

12. सामान्य स्वास्थ्य और नींद आदि में अव्यवस्था जैसे शक्तिहीन होना, निगलने में अयोग्य, भोजन न कर पाना, व्यक्तिगत सफाई का ध्यान न कर पाना आदि।

13. भावनात्मक असंतुलन के कारण संरीव्रल (cerebral) कार्यों में अव्यवस्था।

14. स्मृति कार्यों में गड़बड़ी जैसे घबराहट, विवेकशीलता में कमी, संज्ञा हरण, अति संवेदनशीलता और अपसंवेन आदि।

1. Disorder occurs in mental functions like thinking, emotions, ability, attention, contemplation, concentration, decisions etc.

2. Errors in perception in the form of hallucinations and delusions.

3. Tendencies like aggressive, violent, destructive, abusive, suicide or murder arise.

4. Physical symptoms may also occur such as headache, body ache, weakness, fatigue, loss of appetite, nausea, vomiting, constipation, diarrhea, weight loss, insomnia, rapid heartbeat, shortness of breath, loss of coordination. Lack etc.

5. Anesthesia, hypersensitivity, such as sensory symptoms or abnormality of seeing, tasting, smelling and intimate sensations.

6. Anxiety, stress, irritability, lack of concentration, reduced ability to work, irrational fear, unwanted thoughts and repeating

meaningless movements.

7. Physical symptoms arising from emotional disorder such as psycho-physical diseases.

8. Anti-social behavior like crime, sexual perversion, drugs and alcohol.

9. Incomplete development of mental power.

10. Disturbances in language like forgetting things, talking unrelated and speaking meaningless words etc.

11. Disorders of affect such as euphoria, excitement, emotional indifference, despair, inappropriate expressions, loss of emotions and tearful mouth.

12. Disturbances in general health and sleep, such as being powerless, unable to swallow, unable to eat food, unable to take care of personal hygiene, etc.

13. Disorder in cerebral functions due to emotional imbalance.

14. Disturbances in memory functions like nervousness, decreased discretion, loss of consciousness, over-sensitivity and hallucination etc.

Q. मानसिक रोगियों के प्रति गलत अवधारणाओं या भेदभाव का वर्णन कीजिए।

Describe misconception or discrimination towards mentally ill persons.

उत्तर- मानसिक रोगों या रोगियों के प्रति गलत अवधारणाएं (Misconception

towards mental illness)

समाज के लोगों में मानसिक रोगों के प्रति गलत अवधारणाएं मुख्यतया अंधविश्वास व अज्ञानता के कारण उत्पन्न होती हैं जो निम्न है

Misconceptions about mental diseases among the people of the society mainly arise due to superstition and ignorance which are as follows:

1. मानसिक रोग का कारण दैवीय शक्ति होती है (Mental illness is due to super natural powers)

आदिकाल से मनोरोगों का कारण दैवीय शक्तियों को माना जाता रहा है। कई बार इसे पिछले जन्म में किए गए पापों की सजा के रूप में भी माना जाता रहा है।

गांवों व पिछड़े इलाकों में आज भी मानसिक रोग को दैवीय प्रकोप समझ कर उनका इलाज झाड़-फूंक आदि से किया जाता है, इससे मानसिक रोग में और वृद्धि हो होती है।

Since ancient times, the cause of mental diseases has been considered to be divine powers. Sometimes it has also been considered as a punishment for sins committed in a previous life. Even today, in villages and backward areas, mental illness is treated as a divine wrath and is treated by exorcism etc., which leads to further increase in mental illness.

2. मानसिक रोग आनुवांशिक होते हैं (Mental illness is hereditary)

सामान्यतया यह माना जाता है, कि मानसिक रोगी को संतान हमेशा मानसिक रोगी ही उत्पन्न होगी जो कि हमेशा सही नहीं होता है।

इस कारण रोगियों को एकांकी जीवन व्यतीत करना पड़ता है।

It is generally believed that a mentally ill person will always have a mentally ill child, which is not always correct. Due to this, patients have to live a lonely life.

3. मानसिक रोगों का उपचार नहीं है (Mental illness is not curable)

लोगों में यह भी आमधारणा है कि मानसिक रोगों का कोई उपचार नहीं होता है जबकि यह गलत है क्योंकि आजकल आधुनिक चिकित्सा द्वारा न सिर्फ मानसिक रोगों का उपचार किया जाता है, बल्कि उनका पूर्ण स्वास्थ्य पुनः प्राप्त करने में आधुनिक चिकित्सा सहायक है।

There is a common belief among people that there is no cure for mental illnesses, whereas this is wrong because nowadays not only mental illnesses are treated by modern medicine, but also Modern medicine is helpful in regaining their full health.

4. मानसिक रोग जीवन-पर्यंत रहता है (Mental illness is life long) -

लोगों में यह गलत धारणा बनी हुई है कि एक बार यदि किसी व्यक्ति में मानसिक रोग उत्पन्न हो जाए तो वह जीवन पर्यंत मानसिक रोग से ग्रसित रहता है, परन्तु यह गलत है क्योंकि आजकल समुचित उपचार के बाद व्यक्ति मानसिक रोग से मुक्त होकर सामान्य जीवन व्यतीत कर सकता है।

There is a misconception among people that once a person develops mental illness, he remains suffering from mental illness for the rest of his life, but this This is wrong because nowadays, after proper treatment, a person can become free from mental illness and live a normal life.

5. मानसिक रोग सामाजिक कलंक होता है (Mental illness is social stigma)

मानसिक रोग में व्यक्ति का व्यवहार विचित्र व असामान्य होता है, इस कारण परिवार की समाज में प्रतिष्ठा गिरती है।

अतः उससे बचने के लिए परिवार के लोग मानसिक रोगी का उपचार नहीं करवाते हैं जिससे रोग में वृद्धि होती है।

In mental illness, the behavior of a person is strange and abnormal, due to which the prestige of the family in the society falls. Therefore, to avoid this, family members do not get the mentally ill treated, which increases the disease.

6. मानसिक रोग संक्रामक होते हैं (Mental illness is contagious)

अधिकांश लोग यह मानते हैं कि अन्य शारीरिक रोगों की तरह मानसिक रोग भी संक्रामक होते हैं जो एक व्यक्ति द्वारा निकट के व्यक्ति में प्रसारित हो सकते हैं।

अतः परिवार के सभी सदस्य मानसिक रोगी से दूरी बनाकर रखते हैं, इस प्रकार रोगी का पृथक्करण कर दिया जाता है।

Most people believe that like other physical diseases, mental illness is also contagious and can be spread from one person to another person. Therefore All the family members maintain distance from the mental patient, thus the patient is isolated.

7. मानसिक रोगी ज्यादा खतरनाक होते हैं (Mentally ill person are more dangerous) -

लोगों में यह आम धारणा है कि सभी मानसिक रोग उग्र व हिंसात्मक होते हैं लेकिन केवल कुछ रोग mania आदि में रोगी द्वारा उग्र व्यवहार प्रदर्शित किया जाता है।

This is common among people. It is believed that all mental diseases are aggressive and violent but only in some diseases like mania etc. aggressive behavior is displayed by the patient.

8. एक सामान्य व्यक्ति कभी असामान्य नहीं हो सकता है (A normal person is never be abnormal) –

यह एक गलत धारणा है क्योंकि यदि स्वस्थ व्यक्ति लम्बे समय तक मानसिक रोग उत्पन्न करने वाले कारकों के सम्पर्क में रहे तो वह भी मानसिक रोग से ग्रसित हो सकता है।

This is a misconception because if a healthy person is exposed to factors that cause mental illness for a long time, he too will suffer from mental illness. It is possible

9. मानसिक रोगियों का उपचार केवल पागल खाने में ही सम्भव है (Mentally ill person can be treated only in asylum) -

मानसिक रोगियों के बारे में यह माना जाता है कि उनका उपचार केवल मानसिक अस्पताल में ही सम्भव है, परन्तु यह गलत अवधारणा है क्योंकि अधिकांशतः मानसिक रोगों का उपचार घर पर ही किया जा सकता है सिर्फ गम्भीर मानसिक रोगों हेतु ही रोगी को अस्पताल में भर्ती करवाया जाता है।

It is believed about mental patients that their treatment is possible only in a mental hospital, but this is a wrong concept. Because most of the mental diseases can be treated at home, only for serious mental diseases the patient is admitted to the hospital.

10. मानसिक रोगी का व्यवहार हमेशा विचित्र होता है। (Behaviour of mentally ill patient is always bizare)

यह माना जाता है कि सभी मानसिक रोगियों का व्यवहार असामान्य या विचित्र प्रकार का होता है।

यह गलत अवधारणा है क्योंकि सभी रोगी विचित्र व्यवहार प्रदर्शित नहीं करते हैं, उनका व्यवहार बाहरी तौर पर सामान्य हो सकता है।

अतः ऐसे रोगियों को पहचानना बहुत मुश्किल कार्य होता है।

The behavior of a mental patient is always strange. (Behavior of mentally ill patient is always bizarre) It is believed that the behavior of all mental patients is unusual or bizarre. This is a misconception because not all patients display deviant behavior, their behavior may be outwardly normal. Therefore, identifying such patients is a very difficult task.

11. मानसिक रोग की सम्भावना बच्चों व वयस्कों को कम होती है (Possibility of mental illness in children and adults is less) -

यह माना जाता है कि मानसिक रोग सबसे अधिक प्रौढ़ अवस्था में होते हैं जबकि बच्चों व वयस्कों में इनकी सम्भावना कम होती है। यह गलत धारणा है क्योंकि शोध के अनुसार सबसे अधिक मानसिक रोग होने की सम्भावना 18-25 वर्ष की आयु में होती है।

It is believed that mental illness occurs most in adults while children and adults are less. These are less likely to occur in adults. This is a misconception because according to research, the highest risk of mental illness occurs in the age group of 18-25 years.

12. समय के साथ-साथ मानसिक रोग ठीक हो जाता है (Mental illness is cure with time) -

मानसिक रोग बिना इलाज के ठीक नहीं होता है। अतः समय पर उसका इलाज न करने पर वह बढ़ता जाता है तथा गम्भीर लक्षणों के साथ प्रकट होता है।

Mental illness is not cured without treatment. Therefore, if it is not treated on time, it keeps increasing and manifests with serious symptoms.

Q. मनोरोग नर्सिंग के सिद्धांतों का वर्णन कीजिए।

Describe the principles of psychiatric nursing.

उत्तर- मनोरोग विज्ञान नर्सिंग के मूल सिद्धांत (Basic principles of psychiatric nursing) -

प्रत्येक व्यक्ति में मूलभूत योग्यता, क्षमताएं और सामर्थ्य आदि गुण होते हैं। इन गुणों का विकास भावनात्मक वातावरण में अधिक तेजी से होता है।

अतः ये सिद्धांत रोगी की सुरक्षा, सुविधा व विकास के लिए भावनात्मक वातावरण तैयार करने में सहायता करते हैं व इसके साथ ही इन सिद्धांतों के प्रयोग द्वारा नर्स की ऊर्जा व समय की बचत होती है।

मनोरोग नर्सिंग के सिद्धांत निम्नलिखित हैं-

Every person has basic abilities, capabilities and strengths etc.

These qualities develop more rapidly in an emotional environment.

Therefore, these principles help in creating an emotional environment for the safety, comfort and development of the patient and along with this, the energy and time of the nurse is

saved by using these principles. Following are the principles of psychiatric nursing-

1. रोगी को उसकी वास्तविक स्थिति में स्वीकार करना (Accept the patient exactly as he is) -

यह मनोरोग नर्सिंग का प्रथम सिद्धांत है कि सर्वप्रथम जब मनोरोगी को अस्पताल में भर्ती किया जाता है तब वह जिस रूप में हो उसे आदरपूर्वक उसके वास्तविक रूप में ही उपचार हेतु स्वीकार करना चाहिए।

हो सकता है कि वह गंदा हो या गाली देता हो, या उदण्ड हो परन्तु यह रोग का कारण होता है।

इसलिए मानवता हेतु उसे उसी रूप में स्वीकार कर रोगी में सुरक्षा, आदर व सकारात्मक दृष्टिकोण का निर्माण करना आवश्यक है।

This is psychiatry. The first principle of nursing is that first of all when a mental patient is admitted to the hospital, he should be treated with respect in whatever form he is in.

It should be accepted for treatment in its original form only.

He may be dirty, or abusive, or unruly, but This is the cause of disease. Therefore, for the sake of humanity, by accepting it in the same form, we instill security, respect and positive attitude in the patient. It is necessary to build.

2. चिकित्सकीय उपकरण के रूप में स्वयं की समझ को काम में लेना (Use self understanding as a therapeutic tool) -

नर्स को मनोरोगी की देखभाल करते समय स्वयं की भावना को समझने की क्षमता

होनी चाहिए तभी जाकर वह रोगी की भावनाओं और व्यवहार को समझ सकती है।

कभी-कभी रोगी का आक्रामक व विचित्र व्यवहार नर्स में अनावश्यक चिन्ता उत्पन्न कर देता है।

अतः समझ द्वारा भय के कारणों का पता लगाकर उन्हें कम करने का प्रयास किया जा सकता है।

इससे रोगी से खुलकर बातचीत कर उसकी देखभाल अच्छी तरह से की जा सकती है।

The nurse should have the ability to understand her own feelings while taking care of a psychiatric patient, only then she can understand the feelings and behavior of the patient.

Sometimes the aggressive and strange behavior of the patient creates unnecessary worry in the nurse.

Therefore, through understanding, efforts can be made to find out the causes of fear and reduce them. With this, the patient can be cared for well by talking to him openly.

3. रोगी में सुरक्षा की भावना बनाए रखने के लिए सतत व्यवहार करना (Use constant behaviour to increase the patient's security) –

रोगी के उपचार में सबसे महत्वपूर्ण घटक उपचार में निरंतरता होती है जिससे रोगी में विश्वास जागृत होता है तथा एक मजबूत नर्स रोगी संबंध का निर्माण होता है।

यह रोगी की चिंता को कम कर व्यवहार नियंत्रण में सहायक होता है। इसके लिए निम्न कार्य करना आवश्यक है-

The most important factor in patient treatment is consistency in treatment, which instills confidence in the patient and a strong nurse-patient relationship. is constructed. It helps in controlling

behavior by reducing the patient's anxiety. For this it is necessary to do the following-

- रोगी को एक ही प्रकार के वातावरण में रखा जाना चाहिए।
- रोगी को दी जाने वाली देखभाल को shift to shift सतत रखा जाना चाहिए।
- उग्र असामान्य व्यवहार वाले रोगियों की स्वतंत्रता सीमित होनी चाहिए परन्तु उन्हें सोचने की स्वतंत्रता होनी चाहिए।
- रोगी पर पाबन्दी व सीमाएं लगाना कुशलता पूर्वक प्रारम्भ करना चाहिए।
- The patient should be kept in the same type of environment.
- The care given to the patient should be continuous from shift to shift.
- Patients with severe abnormal behavior should have limited freedom but they should have freedom to think.
- Imposing restrictions and limitations on the patient should be started skillfully.

4. रोगी को स्वीकारात्मक तरीके से विश्वास प्रदान करना (Give reassurance to the patient in a acceptable manner) -

रोगी को आवश्यकतानुसार विश्वास प्रदान करना चाहिए जिससे उसका आत्मविश्वास बढ़ता है। परन्तु विश्वास सीमा में रहकर ही प्रदान करना चाहिए।

झूठा विश्वास रोगी के ऊपर नकारात्मक प्रभाव डाल सकता है।

The patient should be provided with necessary reassurance which increases his self-confidence. But it should be given within limits of trust. False beliefs can have a negative impact on the

patient.

5. रोगी के व्यवहार में बदलाव भावनात्मक अनुभवों के आधार पर लाना (Change the patient behaviour through emotional experience)

मनोरोग विज्ञान में मुख्य ध्यान भावनात्मक पहलू पर दिया जाता है न कि बौद्धिक पहलू पर क्योंकि मनोरोगी से कोई बात कहना या तर्क देना प्रभावशाली नहीं होता है।

अतः रोगी के सामने भावनात्मक पक्षों का सहारा लेकर उसके व्यवहार में परिवर्तन लाने की कोशिश करनी चाहिए।

In psychiatry, the main focus is on the emotional aspect and not on the intellectual aspect because saying or arguing with a psychopath is not effective.

Therefore, the emotional aspects of the patient One should try to bring about change in his/her behavior by taking support.

6. रोगी में अनावश्यक चिंता की वृद्धि को रोकना चाहिए (Prevent unnecessary anxiety in patient)

मनोरोगियों में चिंता के अनेक कारण होते हैं पर फिर भी नर्स को देखभाल के दौरान ऐसे कार्यों से बचना चाहिए जिनके कारण रोगियों में अनावश्यक चिंता के स्तर में वृद्धि होती है।

नर्स को निम्न प्रकार चिंता उत्पन्न करने वाले कारकों से बचना चाहिए-

There are many reasons for anxiety in psychiatric patients, but the nurse should still avoid such actions during care that cause unnecessary anxiety levels in patients. The nurse should avoid the following factors that cause anxiety:

- नर्स द्वारा किसी भी प्रकार का असत्य कथन कहने से बचना चाहिए।
- रोगी को उसकी कमी या कमजोरी नहीं बतानी चाहिए।
- उसे ऐसे कार्य करने को ना कहे जिसमें वह बार-बार असफल हो।
- नर्स द्वारा रोगी के सामने अपनी चिंता व्यक्त नहीं करना चाहिए।
- रोगी पर किसी प्रकार का शारीरिक व मानसिक प्रतिबंध लगाने से बचना चाहिए।
- रोगी के सामने मेडिकल शब्दों व लम्बे वाक्यों का प्रयोग करने से बचना चाहिए।
- The nurse should avoid making any kind of false statement.
- The patient should not be told about his shortcomings or weaknesses.
- Do not ask him to do such tasks in which he repeatedly fails.
- The nurse should not express her concerns to the patient.
- Imposing any kind of physical and mental restrictions on the patient should be avoided.
- One should avoid using medical words and long sentences in front of the patient.

7. उपचारात्मक एवं यथार्थवादी नर्स रोगी संबंध को बनाए रखना (Maintain therapeutic and realistic nurse patient relationship) -

नर्स रोगी के संबंध रोगी की आवश्यकता व भावनात्मक जरूरतों की पूर्ति हेतू स्थापित किए जाते हैं, ये संबंध योजनापूर्वक ही स्थापित किए जाते हैं।

इसके लिए नर्स में आवश्यक communication skill का होना आवश्यक है जिसके द्वारा नर्स रोगी की आवश्यकताओं को जानकर उनका निवारण कर सके।

इस उपचारात्मक नर्स रोगी संबंधों का मूल्यांकन समय-समय पर किया जाना आवश्यक है जिससे इसमें आवश्यकतानुसार परिवर्तन किया जा सकता है।

Nurse-patient relationships are established to fulfill the needs and emotional needs of the patient, these relationships are established only in a planned manner.

For this, it is necessary for the nurse to have necessary communication skills through which the nurse can know the needs of the patient and solve them.

This therapeutic nurse-patient relationship needs to be evaluated from time to time so that changes can be made as needed.

8. रोगी के व्यवहार को समझने हेतु वस्तुनिष्ठ व अनिर्णायक दृष्टिकोण रखना (Maintain objective and non judgement attitude to understand patient behaviour) -

मनोरोगी की देखभाल करते समय नर्स का दृष्टिकोण अनिर्णायक होना चाहिए न कि आलोचक की तरह।

उसके गलत व्यवहार के लिए न तो उसकी आलोचना की जानी चाहिए न ही उसे सजा दी जानी चाहिए।

नर्स को रोगी की अनुभूति में अपनी अनुभूति मिलाने या रोगी के निर्णय में अपना निर्णय मिलाने से बचना चाहिए।

नर्स को वस्तुनिष्ठ बनने के लिए स्वयं का आत्मनिरीक्षण करना चाहिए क्योंकि इससे यह पता चलता है कि कहीं नर्स की भावनाएं रोगी की भावनाओं पर हावी तो नहीं हो रही है।

Nurse's approach while caring for a psychiatric patient. Should be inconclusive and not like a critic. He should neither be criticized

nor punished for his wrong behavior.

The nurse should avoid mixing her own feeling with the patient's feeling or mixing her decision with the patient's decision.

The nurse should introspect herself to be objective as this will reveal whether the nurse's emotions are overpowering the patient's emotions.

9. शारीरिक और मौखिक दबाव से यथा सम्भव बर्चें (Avoid physical and verbal force as much as possible) -

रोगी पर किसी भी प्रकार का शारीरिक या मौखिक दबाव डालने से बचना चाहिए। किसी प्रकार का दबाव उसमें psychological trauma उत्पन्न कर सकता है।

एक अवसाद ग्रस्त व्यक्ति डाँटने पर अक्रिय, मूक बन जाता है क्योंकि उसको अपराध बोध होता है।

Any kind of physical or verbal pressure should be avoided on the patient. Any kind of pressure can cause psychological trauma in it. A depressed person becomes passive and silent when scolded because he feels guilty.

10. मनोरोग विज्ञान नर्सिंग में रोगी के व्यवहार व उसके कार्यों को समझने का प्रयत्न करना चाहिए। (In psychiatric nursing try to understand the behaviour and work of patient) -

रोगी की देखभाल करते समय रोगी के कार्यों व व्यवहार को समझ कर उसकी इच्छा व आवश्यकताओं का पता लगाया जा सकता है।

हर रोगी की आवश्यकताएं अलग-अलग होती हैं।

While taking care of the patient, his wishes and needs can be ascertained by understanding the actions and behavior of the patient. Every patient's needs are different.

11. रोगी के ज्ञान स्तर के अनुसार उसकी देखभाल में काम आने वाली विधियां उसे समझाई जानी चाहिए (Explain the procedure to patient according to his understanding level use in his care)

रोगी की देखभाल के दौरान नर्स को इस बात का विशेष ध्यान रखना चाहिए कि रोगी के साथ किए जाने वाले procedure व अन्य कार्यों को रोगी को बताया जाए।

रोगी को बातें समझाने में तकनीकी भाषा का प्रयोग नहीं करना चाहिए।

रोगी को हर procedure के बारे में बताने से उसके आत्मविश्वास में वृद्धि होती है तथा अनावश्यक चिंता उत्पन्न नहीं होती है।

रोग के कारण रोगी के समझने के स्तर में कमी हो सकती है अतः उसकी योग्यता को ध्यान में रखते हुए उसे समझाने का प्रयास करना चाहिए।

During this, the nurse should take special care that the procedure and other tasks to be done with the patient are explained to the patient.

Technical language should not be used while explaining things to the patient. Informing the patient about each procedure increases his confidence and prevents unnecessary anxiety.

Due to the disease, the patient's level of understanding may decrease, hence, efforts should be made to explain to him keeping in mind his ability.

12. नर्स द्वारा रोगी की देखभाल के समय नर्सिंग के मूल सिद्धांतों का पालन करना चाहिए (Nurse should maintain basic nursing principles during caring of patient)

मानसिक रोगी के देखभाल के समय कुछ procedure सामान्य नर्सिंग के भी किए जाते हैं अतः उस समय सामान्य नर्सिंग के सिद्धांतों का पालन करना अनिवार्य है जिससे उपचार की प्रभाविकता बढ़ती है तथा रोगी के अधिकारों की सुरक्षा होती है।

While caring for a mental patient, some procedures of general nursing are also followed, hence at that time general nursing principles are followed.

It is essential to follow the principles which increases the effectiveness of treatment and protects the rights of the patient.

13. अन्य सिद्धांत (Other principles)

- नर्स को एक अच्छे श्रोता के रूप में रोगी के विचारों को सुनना चाहिए।
- नर्स द्वारा रोगी से वार्तालाप उद्देश्यपूर्ण होना चाहिए।
- नर्स को रोगी में हमेशा व्यवसायिक रूचि होनी चाहिए न कि व्यक्तिगत।
- The nurse should listen to the patient's views as a good listener.
- The conversation by the nurse with the patient should be purposeful.
- The nurse should always have professional and not personal interest in the patient.

Q. मनोरोग परिचारिका या मनोरोग नर्सिंग को परिभाषित कीजिए।

Define psychiatric nursing?

अथवा(or)

साइकेट्रिग नर्सिंग क्या है?

What is psychiatric nursing?

उत्तर - मनोरोग नर्सिंग (Psychiatric Nursing) -

मनोरोग विज्ञान में नर्स की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण होती है क्योंकि रोगी पूर्ण रूप से दैनिक आवश्यकताओं व कार्यों के लिए स्वास्थ्य दल पर निर्भर होता है तथा रोग के समय हीनता व एकांकी भावना रोग को और गम्भीर बना देती है।

ऐसे समय में नर्स द्वारा अपने ज्ञान का प्रयोग उसकी भावनाओं को समझने व उसकी देखभाल में किया जाता है। अतः मनोरोग विज्ञान में नर्स का कार्य और महत्वपूर्ण हो जाता है।

The role of nurse is very important in psychiatry because the patient is completely dependent on the health team for daily needs and tasks and the feeling of inferiority and loneliness at the time of illness makes the disease more serious.

Is. At such times, the nurse uses her knowledge to understand his feelings and take care of him. Therefore, the work of a nurse becomes more important in psychiatry.

परिभाषाएं (Definitions) -

Joyce Travelbee के अनुसार मनोरोग नर्सिंग एक अन्तवैयक्तिक प्रक्रिया है जिसके द्वारा प्रोफेशनल नर्स व्यक्ति विशेष, परिवार व समुदाय के मानसिक स्वास्थ्य को उन्नत बनाने तथा मानसिक रोगों की रोकथाम में सहायता करती है।

International Council of Nurses (L.C.N.) के अनुसार मनोरोग नर्सिंग, नर्सिंग विज्ञान की वह शाखा है जिसमें मानसिक रोगी की जाँच, उपचार तथा बचाव का अध्ययन किया जाता है।

According to Joyce Travelbee, psychiatric nursing is an interpersonal process by which the professional nurse helps in improving the mental health of the individual, family and community and in preventing mental diseases.

According to the International Council of Nurses (L.C.N.), psychiatric nursing is the branch of nursing science in which the investigation, treatment and prevention of mental patients is studied.

Q. मानसिक रोगों के उपचार का वर्णन कीजिए।

Describe the treatment of mental illness.

अथवा(or)

मनोरोग विज्ञान में उपचार की विधियां कौन-कौन सी हैं?

What are the methods of treatment in psychiatry.

उत्तर- मानसिक रोगों का उपचार (Treatment of Mental Illness) -

1. अस्पताल में भर्ती करना (Hospitalization) रोगी को मानसिक रोगों की तीव्रता एवं समय के अनुसार अस्पताल में भर्ती कर सकते हैं।

The patient is admitted to the hospital according to the intensity

and time of mental illness.Can enroll in.

2. सायकोफार्मकोलॉजी (Psychopharmacology)

सायकोफार्मकोलॉजी में मानसिक रोगी के चिह्न व लक्षण के अनुसार दवाइयाँ प्रदान की जाती हैं, जैसे-

In psychopharmacology, medicines are provided according to the signs and symptoms of a mental patient, such as-

- (a) मनोरोग रोधी दवाइयाँ
- (b) अवसाद रोधी दवाइयाँ
- (c) उन्माद रोधी दवाइयाँ
- (d) तनावरोधी दवाइयाँ
- (e) निद्राकारक रोधी दवाइयाँ

- (a) Anti-psychotic medicines
- (b) Anti-depressant medicines
- (c) Anti-mania medicines
- (d) Anti-stress medicines
- (e) Anti-hypnotic medicines

3. मनोरोगोपचार (Psychotherapy) -

सायकोथैरेपी में चिन्ह एवं लक्षण के अनुसार निम्न चिकित्सा दी जाती है-

In psychotherapy, the following treatment is given according to signs and symptoms-

- (a) संज्ञानात्मक चिकित्सा (Cognitive therapy)
- (b) वातावरण चिकित्सा (Milieu therapy)
- (c) व्यवहार चिकित्सा (Behaviour therapy)
- (d) व्यवसायिक चिकित्सा (Vocational therapy)
- (e) समूह चिकित्सा (Group therapy)
- (f) संगीत चिकित्सा (Music therapy)

4. शारीरिक चिकित्सा (Physical Therapy)-

इसके अंतर्गत इलेक्ट्रोकनवल्सिव चिकित्सा (Electroconvulsive Therapy; E.C.T.) प्रदान की जाती है।

Under this, Electroconvulsive Therapy (E.C.T.) is provided.

Q. मानसिक रोगों का नर्सिंग प्रबंधन समझाइए।

Describe the nursing management of mental illness.

उत्तर - मानसिक रोगों का नर्सिंग प्रबंधन (Nursing Management of Mental Illness)

नर्सिंग रोग निदान (Nursing Diagnosis).

नर्सिंग हस्तक्षेप (Nursing

Intervention)

(a) अनुभूति विकार (Perceptual Disorder) - 1. रोगी को जैसा है वैसा ही स्वीकार करें।

2. रोगी को निर्देशित करें कि वह वास्तविक घटनाओं तथा वर्तमान परिस्थिति के बारे में बात करें।

3. विभ्रम तथा मिथ्याबोध को उत्प्रेरित करने वाली घटनाओं पर ध्यान न दें।

4. रोगी के साथ लम्बे समय तक बातचीत न करें।

1. Accept the patient as he is.

2. Guide the patient to talk about the actual events and current situation.

3. Ignore events that trigger hallucinations and delusions.

4. Do not talk to the patient for a long time.

(b) सोच विकार (Thinking Disorder) -

1. रोगी की बातों को अनदेखा न करें।

2. रोगी के साथ मित्रवत व्यवहार करें।

3. रोगी के साथ सरल एवं स्पष्ट भाषा में बात करें।

4. रोगी को अपनी बात कहने के लिए उत्साहित करें।

5. रोगी के अन्दर उपस्थित डर व घबराहट को दूर करें।

1. Do not ignore what the patient says.
2. Be friendly with the patient.
3. Talk to the patient in simple and clear language.
4. Encourage the patient to express his views.
5. Remove the fear and anxiety present in the patient.

(c) खान पान विकार (Nutritional Disorder) -

1. मरीज को उसकी रुचि के अनुसार भोजन दें।
2. नियमित अंतराल पर रोगी का वजन लेना चाहिए।
3. भोजन थोड़ी-थोड़ी मात्रा में दिन में कई बार देना चाहिए।
4. भोजन को आकर्षक एवं स्वच्छ तरीके से देना चाहिए।

1. Give food to the patient as per his interest.
2. The patient should be weighed at regular intervals.
3. Food should be given in small quantities several times a day.
4. Food should be served in an attractive and clean manner.

(d) चिकित्सीय आवश्यकता (Therapeutic Needs) -

1. प्रक्रिया के बारे में रोगी को समझाएं।
2. दवाइयों के लाभ एवं उनके विपरीत प्रभावों के बारे में रोगी व उसके परिवार के

सदस्यों को बताएं।

3. दवाईयाँ देते समय पाँच सही (Five R's) को ध्यान में रखें।

1. Explain the procedure to the patient.

2. Tell the patient and his family members about the benefits and side effects of medicines.

3. Keep the five R's in mind while giving medicines.

(e) सुरक्षा (Safety). -

1. रोगी के कमरे का वातावरण शांत व सुविधाजनक होना चाहिए।

2. रोगी के कमरे में चाकू, पत्ती या अन्य कोई चोट पहुंचाने वाला सामान नहीं होना चाहिए।

3. यदि रोगी हिंसक या आक्रामक हो तो उसे नियंत्रित करने के लिए स्टाफ के सदस्य वहां उपस्थित हों।

4. रोगी को देने के लिए निद्राकारक दवाईयाँ उपस्थित होनी चाहिए।

1. The environment of the patient's room should be calm and comfortable.

2. There should not be any knife, leaf or anything else that can cause injury in the patient's room.

3. If the patient becomes violent or aggressive, staff members should be present to control him.

4. Sedative medicines should be present to give to the patient.

Q. व्यक्तित्व को परिभाषित कीजिए एवं उसको प्रभावित करने वाले कारकों का वर्णन कीजिए।

Define personality and describe its affecting factors.

उत्तर- व्यक्तित्व की परिभाषाएँ (Definitions of Personality) -

एम. एल. मन (M.L. Munn) के अनुसार

व्यक्तित्व को उस अतिविशेषतापूर्ण संगठन के रूप में परिभाषित किया जा सकता है जिसमें व्यक्ति की संरचना, व्यवहार का तरीका, रुचियाँ, दृष्टिकोण, क्षमताएं, योग्यताएं और अभिक्षमताएँ सम्मिलित हैं।

वेलेंटाइन के अनुसार - व्यक्तित्व जन्मजात एवं अर्जित प्रवृत्तियों का योग है।

गोल्डन आलपोर्ट (Golden Allport) के अनुसार -

व्यक्तित्व व्यक्ति के मनोदैहिक गुणों का गत्यात्मक संगठन है जो व्यक्ति के वातावरण के प्रति अपूर्व समायोजन को निर्धारित करता है।

According to Munn (M.L. Munn), personality can be defined as that highly characteristic organization which includes a person's structure, manner of behavior, interests, attitudes, capabilities, abilities and aptitudes. According to Valentine – Personality is the sum of innate and acquired tendencies.

According to Golden Allport – Personality is the dynamic organization of the psychosomatic qualities of a person which determines the unique adjustment of the person towards his environment.

व्यक्तित्व को प्रभावित करने वाले कारक (Factors Affecting Personality) -

1. जैविक कारक (Biological Factors)

- अन्तःस्रावी ग्रंथियां(endocrine glands)
- आनुवांशिकता(heredity)
- शरीर रसायन(body chemistry)
- लिंग का प्रभाव(effect of gender)
- शारीरिक संरचना(Physical structure)
- बुद्धि का प्रभाव(influence of intelligence)

2. वातावरणीय कारक (Environmental Factor)

- माता-पिता का प्रभाव(parental influence)
- परिवार का आकार(household size)
- परिवार का आर्थिक स्तर(economic status of the family)
- पारिवारिक संबंध(family relations)
- परिवार का शैक्षणिक स्तर(educational level of family)
- विद्यालय का प्रभाव(school effect)
- आस-पड़ोस व स्कूली मित्रों का प्रभाव(Influence of neighborhood and school friends)
- धर्म का प्रभाव(influence of religion)
- राजनैतिक तंत्र का प्रभाव(influence of political system)

- समाज का प्रभाव (influence of society)
- जनसंचार के साधनों का प्रभाव (Impact of mass media)

3. स्वयं संबंधी कारक (Self-related Factors)

- आत्म सम्मान (Self-esteem)
- आत्म विश्वास (Self-confidence)
- स्व पहचान (Self-identity)

Q. व्यक्तित्व क्या है? व्यक्तित्व के विभिन्न प्रकारों का वर्णन कीजिए।

What is personality? Describe the different types of personality.

उत्तर- व्यक्तित्व (Personality) -

व्यक्तित्व (personality) शब्द की उत्पत्ति लैटिन भाषा के पर्सोना (persona) शब्द से हुई है, जिसका तात्पर्य किसी विशेष गुण को धारण करने वाले आवरण या मुखौटे से है जिस प्रकार किसी नाटक में किसी व्यक्ति को प्रदर्शित करता है इसलिए इसे व्यक्तित्व कहा जाता है।

व्यक्तित्व या पर्सोना (persona) शब्द सामान्यतः व्यक्ति के बाह्य गुणों को प्रदर्शित करता है।

व्यक्तित्व मनोदैहिक अवस्थाओं का संगठन है, व्यक्तित्व वातावरण के साथ अपूर्व समायोजन है।

व्यक्तित्व वातावरण द्वारा प्रभावित होता है इसमें जीवन के सभी अंग सम्मिलित किए जाते हैं।

The word personality has its origin from the Latin word persona,

which means a cover or mask bearing a special quality, just as a person is displayed in a play. That is why it is called personality. The word personality generally reflects the external qualities of a person. Personality is an organization of psychosomatic states; personality is a unique adjustment with the environment. Personality is influenced by the environment, all parts of life are included in it.

व्यक्तित्व के प्रकार (Types of Personality) -

1. क्रेट्स्मर्स का वर्गीकरण (Kretschmer's Classification) -

जर्मन मनोचिकित्सक ने व्यक्तित्व को चार मुख्य भागों में विभाजित किया है-

The German psychiatrist divided personality into four main is divided into parts-

1. हृष्ट-पुष्ट व्यक्तित्व (Athletic Personality) -

- सुदृढ़ शरीर(strong body)
- प्रभावी स्वभाव(dominant nature)
- चौड़े कंधे(broad shoulders)
- सफलता प्राप्ति में रुचि(interest in achieving success)
- ऊर्जावान, क्रियाशील(Energetic, active)
- पीठ व पांवों की विकसित मांसपेशियां(developed muscles of back and legs)

- आराम पर काम को महत्व(importance of work over rest)
- निर्भय / बहादुर(fearless/brave)
- आक्रामक(aggressive)

2. अवसन्न व्यक्तित्व (Asthenic Personality) -

- पतला व लम्बा शरीर(slim and long body)
- सिजोफ्रेनिया (schizophrenia) की अधिक संभावना(Higher chance of schizophrenia)
- भावविहीन चेहरा(emotionless face)
- सूखी त्वचा(dry skin)

3. पिकनिक व्यक्तित्व (Pyknic Personality)

- छोटा व गोल मटोल शरीर(short and chubby body)
- सामाजिक, प्रसन्न, व्यवहारपूर्ण(social, happy, well behaved)
- अधिक बात करने वाले(talkative people)
- बाह्यमुखी स्वभाव (Extroverted temperament)

II. विलियम शेलडन का वर्गीकरण (William Sheldon Classification)-

इसके अनुसार व्यक्तित्व को निम्न भागों में विभाजित किया गया है-

According to this, personality is divided into the following parts-

1. अंतः आकारिकी व्यक्तित्व (Endomorphic personality)

- आत्म संतुष्ट(self satisfied)
- सामाजिक(Social)
- व्यवहार कुशल, हंसमुख(tactful, cheerful)
- गोल मटोल(chubby)
- सुविधा प्रिय(convenience lover)
- सहनशील(tolerant)

2. बलिष्ठ व्यक्तित्व (Mesomorphic personality)

- मजबूत व विकसित शरीर(strong and developed body)
- आक्रामक, प्रभावी(aggressive, effective)
- स्वास्थ्य के प्रति सजग(health conscious)
- ईर्ष्यापूर्ण व्यवहार(jealous behavior)
- मनोरंजक कार्य में रुचि(interest in recreational activities)
- शारीरिक क्रियाशील(Physically active)
- समाज में सफल(successful in society)

3. कमजोर व्यक्तित्व (Ectomorphic personality) -

- पतला व लम्बा शरीर(slim and long body)
- संवेदनशील(Sensitive)

- कम बोलने वाले(less spoken)
- एकांत पसंद(prefer solitude)
- आत्मकेन्द्रित(Self centered)
- शारीरिक रूप से कम क्रियाशील(less physically active)
- भाव विहीन या भावनाओं को छुपाने में समर्थ।(Emotionless or capable of hiding emotions.)

III. हिप्पोक्रेट का वर्गीकरण (Hippocrates Classification) -

इसके अनुसार व्यक्तित्व को निम्न भागों में विभाजित किया गया है-

According to this, personality is divided into the following parts-

1. मंद व्यक्तित्व (Phlegmatic personality) -

- अन्तर्मुखी(introvert)
- सहनशील(tolerant)
- एकांत प्रिय(solitude darling)
- तार्किक(logical)
- धीमे काम करने वाला(slow worker)
- दुर्बल शरीर(weak body)

2. आशावादी व्यक्तित्व (Sanguine Personality)

- खुश व आनन्द पूर्वक रहने वाले(happy and joyful)
- आत्मविश्वासी(confident)
- सामाजिक(Social)
- आशावादी(optimistic)
- परिवर्तनशील(variable)
- मजबूत शरीर(strong body)

3. चिढ़-चिढ़ा व्यक्तित्व (Choleric Personality) -

- प्रभावी शारीरिक स्राव(effective bodily secretion)
- उत्तेजनशीलन(stimulation)
- संवेदनशीलन(sensitization)
- त्वरित क्रोधी(quick temper)
- अवसाद ग्रस्त(depressed)

4. उदास व्यक्तित्व (Melancholic personality) -

- प्रभावी स्राव(Effective discharge)
- अवसाद ग्रस्त(depressed)
- चिंतायुक्त स्वभाव(anxious nature)
- कम सामाजिक(less social)

IV. जंग का वर्गीकरण (Jung's classification)

इन्होंने मनोवैज्ञानिक आधार, अभिव्यक्त करने की क्षमता व सामाजिक कार्यों में रुचि के आधार पर व्यक्तित्व का वर्गीकरण किया है-

These include psychological basis, ability to express and Personality has been classified on the basis of interest in social work-

1. बहिर्मुखी व्यक्तित्व (Extroverted Personality) -

- सामाजिक.(Social)
- बाह्य समाज में रुचि(interest in outside society)
- निर्णय क्षमता(decision making ability)
- यथार्थवादी(realistic)
- आशावादी(optimistic)
- तार्किक(logical)
- प्रभावी वाक्शक्ति(effective speaking power)
- लोगों में लोकप्रिय(popular among people)
- मित्रवत व्यवहार(friendly behavior)
- संकोच रहित(without hesitation)

2. अंतर्मुखी व्यक्तित्व (Introverted Personality)

- आत्म केन्द्रित(Self-centered)
- अल्पभाषी(reticent)

- इच्छावादी(wishful thinking)
- लोगों में लोकप्रिय नहीं(not popular with people)
- अति संवेदनशील(very sensitive)
- शर्मीले(shy)
- निर्णय लेने में देरी(delay in decision making)
- आदर्शवादी(idealist)
- काल्पनिक(Imaginary)
- आज्ञापालन व्यवहार(obedient behavior)
- एकांत पसंद(prefer solitude)
- कम सामाजिक(less social)

V. सामान्य वर्गीकरण (General Classification) -

1. टाइप 'ए' व्यक्तित्व (Type A Personality)- इस प्रकार के व्यक्तियों में निम्न गुण होते हैं-

This type of people have the following qualities -

- अति महत्वाकांक्षी(very ambitious)
- अपनी मर्जी से काम करने वाले(self-willed)
- स्व अनुशासित(self disciplined)
- समय के पाबंद(punctual)

2. टाइप 'बी' व्यक्तित्व (Type B Personality)-

इसमें वे व्यक्ति शामिल किए जाते हैं जिनमें निम्न गुण पाए जाते

This includes those people who have the following qualities:

- सफलता के प्रति कम केन्द्रित होते हैं।(Are less focused towards success.)
- दूसरों के अनुसार कार्य करते हैं।(Act according to others.)
- समय के कम पाबन्द होते हैं।(Are less punctual.)
- इनकी इच्छाएँ सामान्य होती हैं।(Their desires are normal.)

Q. मानसिक और रक्षात्मक प्रणाली अथवा मनोरचनाओं से आप क्या समझते हैं?
मनोरचनाओं का वर्गीकरण कीजिए।

What do you understand with mental and defence mechanism?
Classified the mental mechanism.

अथवा(pr)

मेन्टल मेकेनिसम क्या है? प्रकार लिखकर वर्णन करो।

What is mental mechanism? Describe types.

उत्तर- मानसिक और रक्षात्मक प्रणाली (Mental and Defence Mechanism)

मनोरचनाएं अथवा सुरक्षा कार्य विधियां वे तकनीक अथवा विधियां हैं जिनका प्रयोग व्यक्ति तनाव और चिंता कम करने अथवा द्वन्द्व को सुलझाने के लिए करता है।

ये व्यक्तित्व को प्रारम्भिक सुरक्षा प्रदान करती हैं जबकि सभी लोग गम्भीर भावनात्मक तनाव के समय, विभिन्न पद्धतियों का प्रयोग करते हैं लेकिन ज्यादातर परिस्थितियों में इनका निरंतर प्रयोग समस्याओं का संकेतक है।

Mental constructs or defense mechanisms are those techniques or methods that a person uses to reduce stress and anxiety or to resolve conflict.

These provide initial protection to the personality. While all people use different methods during times of severe emotional stress, their continued use in most situations is indicative of problems.

Q. संरचनाओं का वर्गीकरण (Classification of Mental Mechanism)

मनोरचनाओं को उनके परिणामों के आधार पर दो भागों में बांटा गया है-

It is divided into two parts on the basis of mental mechanisms –

A. सकारात्मक मनोरचनाएँ (Positive Defence Mechanism)

B. नकारात्मक मनोरचनाएँ (Negative Defence Mechanism)

A. सकारात्मक मनोरचनाएँ (Positive Defence Mechanism)- इसमें निम्नलिखित मनोरचनाएं सम्मिलित हैं-

It includes the following mental formations-

1. क्षतिपूर्ति (Compensation)

किसी दूसरे क्षेत्र में वास्तविक अथवा काल्पनिक कमियों को पूरा करने के लिए अतिरिक्त प्रयास करना।

Making extra efforts to overcome real or imaginary deficiencies in

some other area.

2. प्रतिस्थापन (Substitution)

व्यक्ति एक लक्ष्य के स्थान पर दूसरा लक्ष्य रखता है अथवा भावनाओं को किसी अन्य व्यक्ति को विस्थापन की अपेक्षा क्रिया के अधिक स्वीकार्य रूप को अपनाता है।

The person replaces one goal with another or adopts a more acceptable form of action rather than displacing the feelings to another person.

3. उन्नयन (Sublimation)

अस्वीकार्य प्रवृत्तियों, विशेषकर यौन संबंधी और आक्रामक प्रवृत्तियों को व्यक्तित्व और सामाजिक रूप से स्वीकार्य प्रसारण की ओर मोड़ना जैसे रचनात्मक गतिविधियां।

Transforming unacceptable tendencies, especially sexual and aggressive tendencies, into personality and socially acceptable transmission, such as creative activities.

4. युक्तिकरण (Rationalisation)

- दृष्टिकोणों, विश्वासों और व्यवहारों की उचितता के लिए किसी व्यक्ति द्वारा पेश किया गया तर्क संगत और युक्त पूर्ण स्पष्टीकरण जो अन्य स्थितियों में अस्वीकार्य होता है।

Presented by an individual to justify attitudes, beliefs and behaviours. A logical and complete explanation is given that would be unacceptable in other circumstances.

5. दमन (Repression) -

द्वन्द्व पैदा करने वाले और दुखदायक विचारों, प्रवृत्तियों, भावनाओं और क्रियाओं को अवचेतन रूप से अनैच्छिक तौर पर भूल जाना।

Subconsciously involuntary forgetting of conflict-causing and painful thoughts, tendencies, emotions and actions.

6. खण्डन (Denial) -

चेतन मन से भावनात्मक द्वन्द्व मिट जाता है और व्यक्ति इसके अस्तित्व से इंकार कर देता है।

Emotional conflict disappears from the conscious mind and the person denies its existence.

7. सुधारीकरण (Undoing) -

व्यक्ति अपने गलत व्यवहारों को सुधारता है या फिर माफी माँग कर उस कार्य से उत्पन्न उद्वेग (anxiety) से बच जाता है।

The person corrects his wrong behavior or apologizes and gets saved from the anxiety caused by that action.

8. तादात्म्य (Identification) -

दूसरों की निश्चित विशेषताओं को स्वयं से जोड़ना अचेतावस्था में होता है तथा यह सुपर-इगो (super-ego) के विकास में महत्वपूर्ण कार्य विधि है।

Associating certain characteristics of others with oneself occurs in the unconscious state and is an important method in the

development of the super-ego.

9. स्थानान्तरण (Transference) -

महत्वपूर्ण व्यक्तियों के प्रति पूर्व सकारात्मक अथवा नकारात्मक भावनाएँ वर्तमान में किसी और व्यक्ति पर लागू हो जाती हैं।

Previous positive or negative feelings towards important people are currently applied to someone else.

B. नकारात्मक मनोरचनाएँ (Negative Defence Mechanism) -

नकारात्मक मनोरचनाएँ निम्नलिखित हैं-

Negative mental formations are as follows-

1. शमन (Supression)

द्वन्द्व पैदा करने वाले और कष्टकारक विचारों, प्रवृत्तियों, भावनाओं और परिस्थितियों को अवचेतन रूप से अनैच्छिक तौर पर भूल जाना।

Forgetting subconsciously and involuntarily the thoughts, tendencies, emotions and circumstances that create conflict and are painful.

2. विस्थापन (Displacement)

भावनात्मक रूप से सजग स्थिति अथवा वस्तु से संबंधित भावनाएं उससे संबंधित सुरक्षित प्रतिस्थापित स्थिति अथवा वस्तु से जुड़ जाती हैं।

Emotionally conscious state or feelings related to the object.
Securely gets attached to the replaced position or object.

3. प्रत्याहार (Withdrawal)

स्वयं को अन्तः व्यक्तिगत संबंधों से अलग करना ताकि भावनात्मक अथवा उत्तरदायित्व से बचा जा सके।

Separating oneself from inner personal relationships in order to avoid emotional or responsibility.

4. प्रक्षेपण (Projection)

असहनीय आन्तरिक भावनाओं और दुखदायी प्रभाव के कारण व्यक्ति अपनी भावनाओं और इच्छाओं को दूसरे व्यक्ति की ओर धकेल देता है।

Due to unbearable internal feelings and hurtful effects, a person pushes his feelings and desires onto another person.

5. प्रतिगमन (Regression)

तनाव के कारण उत्पन्न समस्याओं के कारण अपरिपक्व व्यवहार और जिम्मेदारी के पूर्व विकासशील स्तर पर वापस लौट आना।

Returning to pre-developing levels of immature behavior and responsibility due to problems caused by stress.

6. स्थिरीकरण (Fixation)-

इसमें व्यक्ति का व्यक्तित्व एक बिन्दु पर आकर स्थिर हो जाता है और वह वयस्क होने के बाद भी अपरिपक्व व्यवहार प्रदर्शित करता है।

In this, the person's personality becomes stable at one point and he displays immature behavior even after becoming an adult.

7. प्रतिक्रिया निर्माण (Reaction Formation) -

व्यक्ति अवचेतन रूप से अस्वीकार्य भावनाओं को पीछे धकेल देता है और बिल्कुल विपरीत ढंग से व्यवहार करता है।

The person subconsciously pushes back the unacceptable feelings and behaves in exactly the opposite manner.

8. मनोविच्छेदन (Dissociation) -

व्यक्ति अनैच्छिक रूप से दुखद अनुभवों को आंशिक रूप से भूल जाता है या अपनी जिम्मेदारियों के प्रति लापरवाह हो जाता है। इसे आंशिक स्मृतिलोप (partial amnesia) भी कहते हैं।

The person involuntarily partially forgets the painful experiences or becomes careless towards his responsibilities. This is also called partial amnesia.

9. रूपान्तरण (Conversion) -

मानसिक द्वन्द्व का अवचेतन प्रकटतता शारीरिक लक्षणों द्वारा खुले और बगैर चिंता के किया जाता है।

The subconscious manifestation of mental conflict is done openly

and without concern through physical symptoms.

10. कल्पना तरंग (Fantasy)

- कल्पना के द्वारा व्यक्ति अपनी अपूर्ण इच्छाओं और कमियों से संतुष्ट होता है।
उदाहरण एक व्यक्ति जो आर्थिक संकट में है, वह भविष्य की सुखद कल्पनाएँ करता है।

Through imagination a person is satisfied with his unfulfilled desires and shortcomings. Example: A person who is in financial crisis imagines happy future.