

डेलीरियम क्या है?

डेलीरियम को कैसे पहचानें और इसके बारे में क्या करना है इस विषय पर नोट्स।



आपको यह पत्रक इसीलिए दिया जा रहा है क्योंकि या तो आप डेलीरियम के खतरे में हैं, आपको वर्तमान में डेलीरियम है, या आपके किसी प्रियजन ने डेलीरियम का अनुभव किया है।

डेलीरियम क्या है?

डेलीरियम एक सामान्य स्थिति है। डेलीरियम से पीड़ित लोगों को सोचने और याद रखने में परेशानी हो सकती है, वे भयभीत या परेशान महसूस कर सकते हैं, या उन चीजों को देख या सुन सकते हैं जो वहां नहीं हैं। यह घंटों या दिनों के लिए हो सकता है। यह एक स्थायी बीमारी नहीं है।

डेलीरियम होने का कारण क्या है?

कई चीजें हैं जो किसी व्यक्ति में डेलीरियम की स्थिति ट्रिगर कर सकती हैं। इन्हें अंतर्निहित बीमारीयां कहा जाता है, उदाहरण के लिए: दर्द, संक्रमण, खाने या पीने की अपर्याप्त मात्रा, कब्ज और दवाओं के दुष्प्रभाव।

डेलीरियम किसे हो सकता है?

डेलीरियम कहीं भी हो सकता है जैसे अस्पताल, देखभाल घरों में और साथी ही घर पर रहने वाले लोगों को भी। ज्यादातर यह उन लोगों में अधिक सामान्य है जो:

- 65 वर्ष से अधिक आयु के हैं।
- जिन्होंने पहले संज्ञानात्मक हानि, मनोभ्रंश या डेलीरियम का अनुभव किया हों
- जिनकी हाल ही में सर्जरी हुई हो, जैसे एक टूटे हुए कूल्हे के लिए।
- जिन्हें कई मेडिकल कंडीशन्स, तथा दृष्टि या सुनने में परेशानी हो।

डेलीरियम को कैसे पहचाने?

डेलीरियम के संभावित प्रभाव को कम करने के लिए किसी व्यक्ति में इसके विकास के संकेतों का जल्द से जल्द पता करना महत्वपूर्ण है।

- वे बेचैन और उत्तेजित हो सकते हैं।
- वे एकांत या निद्रालु स्थिति में हो सकते हैं।
- वे नहीं जानते हो की वो कहां हैं।
- वे दोस्तों और परिवार को पहचान नहीं सकते।
- वे बातचीत को जारी रखने में सक्षम न हों।
- वे उन चीजों को देख या सुन पा रहे हैं जो वहां नहीं हैं, या उनके आस पास के लोगों पर संदेह-कर रहे है।

डेलीरियम से पीड़ित की मदद कैसे करें?

निम्नलिखित बातें डेलीरियम से पीड़ित व्यक्ति को बेहतर महसूस करने और ठीक होने में मदद करती हैं।



जल्दी तंदुरुस्त थवा माटे आ बधी वस्तुओ करो जेभने डेलेरियम छे



दिन में 6-8 कप कुछ पीने के लिए प्रोत्साहित करें।



यदि उनके पास चश्मा या श्रवण यंत्र हैं तो उन्हें वह पहनने के लिए प्रोत्साहित करें।



व्यायाम और बिस्तर से उठने के लिए प्रोत्साहित करें।



सुनिश्चित करें कि उन्हें रात में अच्छी नींद मिले।



कब्ज से बचने के लिए, नियमित रूप से शौचालय जाने के लिए प्रोत्साहित करें।



यदि वे कई दवाएं ले रहे हैं या दर्द में हैं तो एक डॉक्टर या फार्मासिस्ट से जांच करने के लिए कहें।



उन्हें समझाएं कि वे कहाँ हैं, यदि वे किसी अपरिचित स्थान पर हैं तो याद रखने में मदद करने के लिए कुछ लिखें।



उनके साथ बात करने के लिए उन चीजों का उपयोग करें जिन्हें वे जानते हैं जैसे कि तस्वीरें।



तारीख अने समयनी याद अपाववा माटे घडियाणो अने अजबरोनो उपयोग करो.

बेहतर होना

ज्यादातर लोग ठीक हो जाते हैं। जब हम अंतर्निहित बीमारी का इलाज करते हैं, तब पीड़ित व्यक्ति धीरे-धीरे अपने सामान्य रूप में वापस आ जाएगा। वे कुछ दिनों या हफ्तों के लिए रोज़मर्रा की चीजों के साथ थोड़ी परेशानी महसूस कर सकते हैं।

यदि किसी को एक बार डेलीरियम हो चुका है तो उसे यह दोबारा होने की संभावना अधिक होती है। सुनिश्चित करें कि आप फिर से डेलीरियम होने की जोखिम को कम करने के लिए ऊपर बताई गयी सारी बातें करें। यदि आप डेलीरियम के संकेत पाते हैं तो एक डॉक्टर या नर्स से बात करना याद रखें।

कुछ लोगों में ऐसे लक्षण होते हैं जो कभी दूर नहीं जाते। यदि उन्हें कई महीनों बाद भी चीजों को सोचने या याद रखने में समस्या है, तो डॉक्टर या नर्स से बात करें।

अधिक जानकारी

- डिमेंशिया यूनाइटेड के पास इस पत्रक का एक लंबा संस्करण है, जिसे वेबसाइट के माध्यम से देखा जा सकता है
www.dementia-united.org/delirium-toolkit-training-resources/
- (संगठन जो डेलीरियम का समर्थन करते हैं, वे मनोभ्रंश से पीड़ित लोगों की भी मदद करते हैं, जिनमें डेलीरियम विकसित होने की उच्च जोखिम होती है।)
- आयु यूके: बीमारी और डेलीरियम पर जानकारी और संसाधन:
ageuk.org.uk/our-impact/policy-research/frailty-in-older-people/common-conditions-frailty/
आप एज यूके एडवाइस लाइन को 0800 678 1602 पर भी कॉल कर सकते हैं
- डिमेंशिया यूके : डिमेंशिया यूके परिवारों के लिए मनोभ्रंश विशेषज्ञ की सहायता प्रदान करता है। उनकी डेलीरियम बुकलेट dementiauk.org से डाउनलोड की जा सकती है। उनकी एक हेल्पलाइन भी है:
0800 888 667

संपर्क करें

ईमेल:

Gmhscp.dementiaunited@nhs.net

वेबसाइट:

dementia-united.org.uk

Greater
Manchester
Health and
Social Care
Partnership

