

# ڈیلیریئم کیا ہے؟

ڈیلیریئم کو پہچاننے اور اسے  
سنجھانے سے متعلق معلومات



آپ کو یہ ورقہ (لیفلٹ) اس لیے دیا جا رہا ہے کیوں کہ یا تو آپ کو ڈیلیریئم میں  
بتلا ہونے کا خطرہ لاحق ہے، یا آپ اس وقت ڈیلیریئم میں مبتلا ہیں یا پھر  
آپ کا کوئی عزیز اس میں مبتلا ہے۔

## ڈیلیریم کیا ہے؟

ڈیلیریم ایک عام عارضہ ہے۔ اس عارضہ میں بتلا لوگوں کو سوچنے اور یادداشت کے حوالے سے مسائل کا سامنا ہو سکتا ہے، خوف زدہ یا پریشانی محسوس کر سکتے ہیں یا ایسی چیزیں دیکھ یا آوازیں سن سکتے ہیں جو حقیقت میں موجود نہ ہوں۔ یہ عارضہ گھنٹوں یا دنوں میں سامنے آسکتا ہے۔ یہ مستقل نوعیت کی بیماری نہیں ہے۔

### ڈیلیریم کا سبب کیا ہے؟

بہت سی ایسی چیزیں ہیں جو ایک فرد میں ڈیلیریم کو تحریک دے سکتی ہیں۔ انہیں مخفی بیماریاں (عارضہ جات) کہا جاتا ہے، مثال کے طور پر: درد، جراثیمی بیماریاں، کم کھانا یا پینا، قبض اور اس کے ساتھ ساتھ ادویات کے مضر اثرات وغیرہ۔

### ڈیلیریم میں کون بتلا ہو سکتا ہے؟

لوگوں کو یہ عارضہ کہیں سے بھی لاحق ہو سکتا ہے جیسا کہ ہسپتال، نگہداشتی مراکز اور گھر وغیرہ سے۔ یہ عارضہ درج ذیل لوگوں میں زیادہ عام ہوتا ہے:

- 65 سال سے زیادہ عمر کے لوگ
- فہم و ادراک کی صلاحیت میں خرابی یا ذہنی بگاڑ کا سامنا کر رہے ہوں یا پہلے ڈیلیریم میں مبتلا ہو چکے ہوں۔
- جن کی حال ہی میں کوئی سرجری ہوئی ہو، مثال کے طور پر کولہے کی ٹوٹی ہوئی ہڈی کی سرجری
- وہ لوگ جو بہت سے عارضہ جات میں مبتلا ہوں یا بصارت یا سماعت سے محروم ہوں۔

### ڈیلیریم کی تشخیص کیسے کی جائے؟

ڈیلیریم کے ممکنہ اثر میں کمی لانے کے لیے ضروری ہے کہ اس میں مبتلا ہونے والے کسی بھی فرد میں اس کی علامات کی جتنی جلدی ہو سکے تشخیص کی جائے

ڈیلیریم میں مبتلا فرد کے رویہ میں فوری تبدیلی آتی ہے جو گھنٹوں یا دنوں میں سامنے آتی ہے۔ اگر آپ میں اس طرح کی کوئی بھی علامات سامنے آئیں تو ڈاکٹر یا نرس سے رجوع کریں:

- ایسے افراد بے آرامی یا اشتعال کی حالت میں ہو سکتے ہیں
- ایسے افراد کم گویا او نگھنے کی حالت میں ہو سکتے ہیں
- ہو سکتا ہے ایسے افراد کو معلوم نہ ہو کہ وہ کہاں ہیں
- ہو سکتا ہے وہ اپنے دوستوں اور خاندان کے لوگوں کو نہ پہچان سکیں۔
- ہو سکتا ہے وہ افراد اپنی بول چال پر قابو نہ پاسکیں
- انہیں ایسی چیزیں دکھائی یا سنائی دے سکتی ہیں جو حقیقت میں موجود نہ ہوں یا اپنے اردگرد موجود لوگوں کے بارے میں شک و شبہ میں مبتلا ہوں۔

## ڈیلیریٹم میں بتلا فرد کی معاونت کس طرح کی جائے؟

درج ذیل چیزیں ڈیلیریٹم میں بتلا فرد کو بہتر محسوس کرنے اور صحت یاب ہونے میں مدد فراہم کر سکتی ہیں۔

اگر اس عارضہ میں بتلا افراد دن میں تین بار کھانا نہیں کھاتے تو انہیں باقاعدگی سے، کم مقدار میں اور بار بار کھانا کھانے کے لیے حوصلہ افزائی کریں۔



روزانہ 8 تا 6 کپ مائع (پانی) کے لیے حوصلہ افزائی کریں



اگر اس عارضہ میں بتلا افراد عینک یا آلہ سماعت کا استعمال کرتے ہیں تو انہیں ان آلات کو استعمال کرنے کے لیے حوصلہ افزائی کریں۔



ورزش کرنے اور بستر سے نکلنے کے لیے حوصلہ افزائی کریں۔



اس بات کو یقینی بنائیں کہ وہ رات کے وقت نیند پوری کرتے ہیں۔



بیت الخلا میں باقاعدگی سے جانے کے لیے ان کی حوصلہ افزائی کریں تاکہ وہ قبض میں مبتلا نہ ہوں۔



ڈاکٹر یا فارماسٹ سے استفسار کریں کہ آیا متاثرہ افراد ایک سے زائد ادویات کا استعمال تو نہیں کر رہے یا تکلیف میں تو نہیں۔



جب وہ کسی نامعلوم مقام پر ہوں تو انہیں بتائیں کہ وہ کس مقام پر ہیں، کچھ تحریر کریں جو انہیں یاد دہانی میں معاونت فراہم کرے۔



ان سے بات کرنے کے لیے اُن چیزوں کا استعمال کریں جنہیں وہ جانتے ہوں جیسا کہ تصاویر وغیرہ۔ انہیں ایسی سرگرمیوں اور مشاغل میں مصروف ہونے کی حوصلہ افزائی کریں جنہیں وہ پسند کرتے ہوں۔



انہیں تاریخ اور وقت کے بارے میں یاد دہانی کرنے کے لیے گھڑیوں اور اخباروں کا استعمال کریں۔



زیادہ تر لوگ صحت یاب ہو جاتے ہیں۔ جو نہی ہم بنیادی عارضہ کا علاج شروع کریں گے، متاثرہ فرد تدریج معمول کی طرف واپس آنا شروع ہو جائے گا۔ انہیں چند دنوں یا ہفتوں کے لیے روزمرہ کی چیزوں کے حوالے سے مشکل کا سامنا کرنا پڑ سکتا ہے۔

ایسے افراد جو کبھی ڈیلیئریم کے عارضہ میں مبتلا رہے ہوں ان کے دوبارہ متاثر ہونے کے امکانات زیادہ ہوتے ہیں۔ اس بات کو یقینی بنائیں کہ آپ ان میں اس عارضہ کے دوبارہ سامنے آنے کو روکنے کے لیے مذکورہ بالا فہرست میں دی گئی ہر چیز پر عمل کرتے ہیں۔ اگر آپ کو ڈیلیئریم کی علامات دکھائی دیتی ہیں تو ڈاکٹر یا نرس سے لازمی بات کریں۔

کچھ لوگوں میں اس طرح کی علامات سامنے آتی ہیں جو کبھی ختم نہیں ہوتیں۔ اگر انہیں کئی ماہ گزر جانے کے بعد بھی سوچنے یا کوئی چیز یاد رکھنے کے حوالے سے مسائل کا سامنا ہے تو ڈاکٹر یا نرس سے رجوع کریں۔

### مزید معلومات

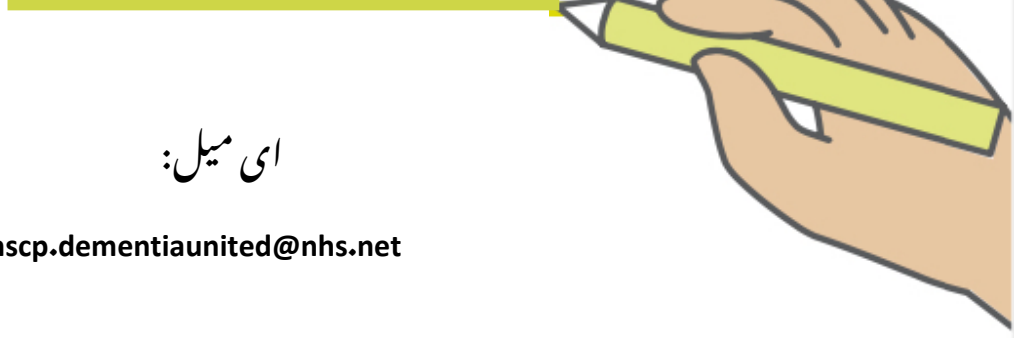
- ڈیمینشیا یونائیٹڈ کی طرف سے اس ورقیہ (لیفلٹ) کا ایک تفصیلی ورژن بھی جاری کیا گیا ہے جس تک رسائی ویب سائٹ کے ذریعے حاصل کی جاسکتی ہے

[dementia-united.org/delirium-toolkit-training-resources/](http://dementia-united.org/delirium-toolkit-training-resources/)

- (وہ تنظیمیں جو ڈیلیئریم میں مبتلا افراد کی معاونت کرتی ہیں وہ ڈیمینشیا (ذہنی بگاڑ) میں مبتلا ان لوگوں کی بھی معاونت کرتی ہیں جن میں ڈیلیئریم سامنے آنے کا بہت زیادہ خطرہ ہوتا ہے)۔  
ایچ یو کے: ضعف اور ڈیلیئریم سے متعلق معلومات اور ذرائع:  
[ageuk.org.uk/our-impact/policy-research/frailty-in-older-people/common-conditions-frailty/](http://ageuk.org.uk/our-impact/policy-research/frailty-in-older-people/common-conditions-frailty/)  
آپ 0800 678 1602 پر ایچ یو کے ایڈوائس لائن پر بھی کال کر سکتے ہیں

- ڈیمینشیا یو کے: ڈیمینشیا یو کے فیملیز کے لیے ڈیمینشیا سے متعلق خصوصی معاونت فراہم کرتی ہے۔ ڈیلیئریم سے متعلق ان کے کتابچے کو [dementiauk.org](http://dementiauk.org) سے ڈاؤن لوڈ کیا جاسکتا ہے۔ ان کی ہیلپ لائن بھی ہے: 0800 888 667

# رابطہ کریں



ای میل:

[gmhscp.dementiaunited@nhs.net](mailto:gmhscp.dementiaunited@nhs.net)

ویب سائٹ:

[dementia-united.org.uk](http://dementia-united.org.uk)

**Greater**  
Manchester  
Health and  
Social Care  
Partnership