

प्रेग्नेंसी के बाद शारीरिक स्वास्थ्य के साथ ही भावनात्मक रूप से भी रखें मां-बच्चे का ध्यान

आज दिनांक 24 सितंबर 2018 को किंग जॉर्ज चिकित्सा विश्वविद्यालय के साइकेट्रिक विभाग में “प्रसवपूर्व मानसिक स्वास्थ्य विकार” (PARINATAL MENTAL HEALTH DISORDERS) के विषय पर एक दिवसीय कार्यशाला का आयोजन किया गया। इस कार्यशाला में चिकित्सा विश्वविद्यालय के मा० कुलपति प्रोफेसर एम०एल०बी० भट्ट बतौर मुख्य अतिथि उपस्थित रहे। इस कार्यशाला में ऑस्ट्रेलिया के सिडनी की साइकेट्रिस्ट डॉ० मैरी पॉल ऑस्टीन एवं डॉ० हरीश कालरा ने के०जी०एम०यू के चिकित्सकों एवं छात्र-छात्राओं को प्रेग्नेंसी के दौरान बच्चे के जन्म से एक साल तक मां और बच्चे की मानसिक और भावनात्मक स्वास्थ्य से संबंधित समस्याओं एवं बीमारियों की पहचान एवं उपचार के बारे में विस्तार से बताया है।

इस अवसर पर मा० कुलपति ने आधुनिक रिसर्च का हवाला देते हुए बताया कि प्रेग्नेंसी के बाद मां की मानसिक अवस्था एवं भावनात्मक अवस्था मां-बच्चे के स्वास्थ्य एवं उनकी बौद्धिक क्षमता पर प्रभाव डालती है। उन्होंने बताया कि जिन बच्चों के भावनात्मक एवं मानसिक स्वास्थ्य की पर्याप्त देखभाल होती है, उनकी मानसिक परिस्थिति के साथ साथ ही आगे की उम्र में होने वाली गंभीर शारीरिक बीमारियों जैसे कि, डायबीटिज और ब्लडप्रेसर इत्यादि होने की संभावना कम हो जाती है।

मा० कुलपति ने बताया कि गर्भावस्था के पहले एवं उसके बाद महिलाओं के शारीरिक स्वास्थ्य के साथ ही उनके मानसिक स्वास्थ्य पर भी ध्यान देने की आवश्यकता होती है। उन्होंने बताया कि डिलीवरी के बाद महिलाओं को भावनात्मक रूप से भी सही उपचार की जरूरत होती है। उन्होंने बताया कि भारतीय परिवेश में अक्सर महिलाओं द्वारा कन्या के जन्म के बाद परिवार द्वारा महिलाओं के स्वास्थ्य पर कोई विशेष ध्यान नहीं दिया जाता, जिस कारण महिलाओं में इस बीमारी का खतरा बढ़ जाता है। उन्होंने कहा कि इसके प्रति देश के कई हिस्सों में आज भी जागरूकता की कमी है।

इस कार्यशाला में साइकेट्रिक डिपार्टमेंट के विभागाध्यक्ष प्रोफेसर पी०के०दलाल ने बताया कि बच्चे के जन्म लेने के शुरुआती समय के साथ ही उसके शारीरिक स्वास्थ्य के साथ ही अगर उसका लालन-पालन भावनात्मक रूप से न किया जाए तो उसका प्रभाव उसके पूरे जीवन पर पड़ता है और उसे कई प्रकार की गंभीर बीमारियों के होने की आशंका बनी रहती है।

डॉ० पी०के० दलाल के मुताबिक, जन्म लेने वाले बच्चे के शारीरिक स्वास्थ्य के साथ ही उसका मानसिक स्वास्थ्य भी एक अहम पहलू है, जिसपर ध्यान दिए जाने की आवश्यकता

है। उन्होंने बताया कि अगर मां का मानसिक स्वास्थ्य अच्छा नहीं है तो बच्चे के लालन-पालन पर प्रभाव पड़ता है, जिसकी असर उसके मानसिक एवं शारीरिक विकास पर पड़ता है। उन्होंने वर्ल्ड हेल्थ ऑर्गेनाइजेशन(WHO)की एक रिपोर्ट का हवाला देते हुए बताया कि 50 फीसदी महिलाओं में गर्भावस्था के बाद पोस्ट पार्टम ब्लूस (Post Partum Blues) डिप्रेशन और घबराहट के लक्षण पाए जाते हैं,जिसपर ध्यान न दिए जाने पर इनमें से 20 फीसदी महिलाओं को डिप्रेशन होने की संभावना प्रबल हो जाती है, इसके साथ ही इन महिलाओं में से पचास 02 फीसदी को साइकोसिस नामक बीमारी होने का खतरा बना रहता है।

अवसर पर सिडनी की साइकोट्रिस्ट डॉ० मैरी पॉल ऑस्टीन ने जानकारी दी कि आधुनिक रिसर्च में यह पाया गया है कि जिन बच्चों की शुरुआती उम्र में बेहतर देखभाल होती है और जिनको किसी विपरीत मानसिक परिस्थिति से न गुजरना पड़ा हो, यानि कि वह बच्चे जो किसी भी प्रकार के शारीरिक, मानसिक एवं यौन प्रताड़ना से सुरक्षित रहते हैं। वह विभिन्न प्रकार की भावनात्मक एवं मानसिक समस्याओं व बीमारियों से बचे रहते हैं। ऐसे बच्चों की बौद्धिक क्षमता ज्यादा बेहतर ढंग से विकसित होती है।

इस कार्यशाला में मुख्य रूप से प्रोफेसर आर०के० गोयल, प्रोफेसर मधुमति गोयल, प्रोफेसर जी०पी०सिंह, प्रोफेसर विवेक अग्रवाल, प्रोफेसर उमा सिंह, एसोसिएट प्रोफेसर आदर्श त्रिपाठी मौजूद रहे।