GENERALIZED ANXIETY DISORDER

समान्यीकृत - दुश्चिन्ता विकार :-

समान्यीकृत दुश्चिन्ता विकृति एक चिरकालिक अवास्तविक एवं अत्यधिक मात्रा में चिन्ता या दुश्चिन्ता से युक्त विकार है। इस विकार से पिडित व्यक्ति को हमेशा एक ऐसी समान्य एवं दुश्चिन्ता, डर या आशंका बनी रहती है जिसका सम्बन्ध किसी विशिष्ट वस्तु या परिस्थिति से नही होता है।

अत: इसमे व्यक्ति को सतत् दुश्चिन्ता तो होती है, परंतु उसका स्वरूप मुक्त प्रवाह होता है, कभी एक कारण से व्यक्ति दुश्चिन्ता रहता है तो कभी दुसरे कारण से, इसी से इसे मुक्त-प्रवाही दुश्चिन्ता (free floating Anxiety) भी कहा जाता है। समान्यत: GAD से पीड़ित व्यक्ति निम्न मानसिक व शारीरिक लक्षणों का प्रदर्शन करते है —

1. GAD से पीडित रोगी को सदैव तनाव, बेचैनी और थकान की अनुभूति होती है।
2. इससे पीड़ित रोगी हमेशा इस भय और आशंका में जीते है कि भविष्य में उनके साथ कोई बुरी घटना घटेगी।
3. व्यहार मे जल्दबाजी, चिड़चिड़ापन और सतर्कता आ जाती है।
4. एकाग्रता मे कमी के साथ निर्णय लेने की क्षमता मे विकृति आ जाती है।

⑤ इस विकार मे संम्बन्धित व्यक्ति मे कुछ शारीरिक लक्षण भी उत्पन्न होते है - जैसे - सिरदर्द, चक्कर आना व्याकुलता, अनिद्रा, अपच, दस्त, बार-बार मुत्र त्याग, तीव्र हृदयगति, श्वसन मे दिक्कत, अत्यधिक पसीना आना, गला सूखना, सोते समय भयभीत होकर एकदम से जग जाना आदी उत्पन हो जाते है।

समान्यीकृत दुश्चिन्ता विकृति मुख्य रूप से व्यक्ति की आन्तरिक उलझनो एवं संघर्षात्मक परिस्थितियो के अनुभवो का प्रतिफल होती है जो अनेक मनोवैज्ञानिक कारको से उत्पन होती है, यथा - दमित इच्छाएँ व आवेग, नियंत्रण की कमी एवं असहायता की भावना, अपराध भावना, और दण्ड का भय पूर्व अभिघातज घटनाओ की पुनः सक्रियता, दुश्चिन्ताजनक निर्णय एवं दोषपूर्ण पारिवारिक सम्बन्ध तथा दोषपूर्ण समाजिक सम्बन्ध आदी.

जहाँ तक समान्यीकृत दुश्चिन्ता विकार से पीड़ित व्यक्ति की चिकित्सा का सवाल है समान्यतः इसके उपचार हेतु औषधि-चिकित्सा एवं संज्ञानात्मक व्यहार चिकित्सा (Cognative Behavioural therapy) का उपयोग व्यापक ढंग से किया जाता है।