

तेरावं वरीस धोक्याचं

काय झालं मॅडम ?

सरितानं खुर्चीत बसताच देशपांडे बाईना विचारलं. बाईनी रागानंच एक चौकोनी पाकीट टेबलावर ठेवलं आणि काही विचारायच्या आतच सरिता "आदित्य ??!!" असं बोलून गेली.

त्या पाकिटात सिगारेट बिडी तंबाखू किंवा अगदी ड्रग्स ही असू शकतात. हे आजच्या काळाचं वास्तव आहे.

साधारण १५ वर्षांपूर्वी एक ४५ वर्षांची पेशंट आली. रडायला लागली. मोठा मुलगा कॉलेज रोडच्या एका प्रसिद्ध कॉलेजमध्ये ११वित शिकत होता. त्याच्या बॅगमध्ये तिला ड्रग्स आणि काही पैसेही सापडले होते. तिच्या मनात संभ्रम निर्माण होवून येत होते.

हे मला स्वतः लाही हादरवून टाकणारं होतं. नाशिकसारख्या शहरात अविश्वसनीय होतं.

पुढे पोलीस अर्केडमीत व्याख्यानं घेताना खुलासा झाला, सध्या १३ ते २० ह्या वयोगटातील जवळपास २० ते २५% मुलं मुली कोणत्या न कोणत्या प्रकारच्या व्यसनांना बळी पडतात.

अपत्य असणाऱ्या प्रत्येकाला हा धोका आहे हे. साधारणपणे १२ ते २० मधल्या मुला मुलींना आपण कुमार कुमारी (teenagers) असे म्हणतो.

हसरं खेळकर बाळ जबाबदाऱ्या सांभाळणाऱ्या मोठ्या माणसांचं रूप घेतं त्याच्या आधीच्या संक्रमणाचा हा काळ.

स्वतः विषयी, जगाविषयी काही खऱ्या- खोट्या, वास्तव-भ्रामक, चांगल्या- वाईट कल्पना जोपासण्याचा हा काळ.

माणसाचं आयुष्य उत्तम प्रकारे घडवणारं किंवा बिघडवणारं हे वय. जगभराला भेडसावणारी ही नवी रोगराई.

पौगंडवस्थेतील व्यसनाधीनता (Addictions in Adolescence).

आता ह्याची कारणं बघू.

मुलांची कारणं:-

अपरिपक्व मेंदू, प्रगल्भ जाणिवांचा अभाव, जेमतेम/शून्य व्यवहारज्ञान

प्रत्येक गोष्ट करून बघायची, रिस्क घ्यायची इच्छा,

अमुक केल्यानं काय होतं हे जाणून घ्यायचं कुतूहल,

तो/ ती करते मग मी का नको करू?

मी नाही केलं तर ते माझ्याशी मैत्री तोडून टाकतील,

मला भेकड समजतील,

सारखा काय नुसता अभ्यास अभ्यास,

बोर झालंय तेच तेच आयुष्य,

मला चिल करायचं आहे,

मी कूल आहे: मुलगा

मी hot आहे: मुलगी

मी हे केलं तर तिला/त्याला आवडेल,

तो/ती impress होईल,
एकदा केलं तर काही बिघडत नाही,
आई बाबा अजिबात ऐकत नाहीत,
मला समजून घेतं नाहीत,
माझ्यावर विश्वास ठेवत नाहीत,
त्यापेक्षा माझे मित्र मैत्रिणी बरे,
ह्या जगात माझं कोणीच नाही,
मला कमी मार्क्स मिळाले,
मी कशाला कुणाचं ऐकू ,
बाबा तर मस्त दारू/ सिगरेट पिऊन येतात मग मी का नको ?
बाबा आई सारखे भांडतात त्यांना माझी पर्वा नाही मी कशाला करू ?
मी काय लहान बाळ आहे?
शाहरुख सलमान नाही का गुटखा खात ?
मी अभ्यास नीट करतोय ना ...मग ??

Work Hard Party Harder !!

पहिल्यांदा मी ते घेतलं तेंव्हा मला भारी वाटलं काहीच त्रास झाला नाही...अजून एकदाच घेईन फक्त.

पालकांकडून घडलेली कारणं :-

आई वडिलांकडून दिला जाणारा Easy Money पॉकेट मनी,
सगळ्यांचच सुधारलेलं जीवनमान,
१३ व्या वर्षी मुलांना गाड्या,मोबाईल घेवून देणारे आईवडील
घराबाहेर गेलेलं मुलं नेमकं कुठे गेलं ह्यावर लक्ष नसणे,
मला जे मिळालं नाही ते मी माझ्या मुलांना देईन ही वृत्ती,
स्वतः च्या आयुष्यात, कामात, भांडणात गुंतलेले, वैतागलेले पालक,
स्वतः च मुलांसमोर वारंवार धूम्रपान, मद्यपान, तंबाखू सेवन करणारे पालक,
मुलांनी सगळं आपल्याच मनाप्रमाणे वागावं अशी अपेक्षा करत कठोर वागणारे पालक ज्यानं मुलं अजून दुरावली जाऊन व्यसनाधीन होतात,
मुलं स्वतः हून चूक कबूल करू लागली तरी समजून घेत माफ न करता शिक्षा करणारे पालक,
आईवडील माफ करणार नाहीत तर कशाला त्यांना सांगायचं ही मानसिकता निर्माण करणारे पालक

यासारखी असंख्य कारणं असू शकतात.

लक्षणं:-

मुलांच्या स्वभावात, वागणुकीत, व्यक्तिमत्त्वात फरक
उदासीनता, चिडचिड, झोपून राहणं, नैराश्य, घराबाहेर पडण्याचा, अभ्यासाचा कंटाळा,
विशिष्ट मित्रांबरोबरच कायम वेळ घालवणं,
शाळेतून तक्रारी, रोजची स्वतःची कामं, गृहपाठ पूर्ण करू न शकणं,
आई वडील मित्र मैत्रिणीबद्दल सतत गैरसमज करून घेणं,
सर्व नातेसंबंधांत ताणतणाव निर्माण होणं,
सतत काहीतरी लपवा छपवी करणं आणि उडवाउडवीची उत्तरं देणं,
अन्नावरची वासना नसणं,
निद्रानाश/अती झोप,
अती उत्साह/चंचलता,
स्वतःच्या शरीराची आरोग्याची काळजी न घेणं,
गंभीर स्वरूपाच्या व्यसनाधीनतेत अंघोळ आणि ब्रश करणं जेवणं खाणं ही विसरून जाणं.
वजन कमी होणं

व्यसनांचे प्रकार:-

शारीरिक व्यसनाधीनता:- एका विशिष्ट पदार्थावर शरीर अवलंबून असणं:-

धूम्रपान:-ह्यात अनेकदा धूम्रपान केल्यावर दर वेळी योग्य परिणाम साधण्यासाठी जास्त प्रमाणात धूम्रपान करावं लागतं.

मानसिक व्यसनाधीनता:- अमुक एक पदार्थ घेतला नाही तर काहीच करू शकणार नाही ह्या भावनेतून विशिष्ट वेळेनंतर नियमित व्यसन करणे

व्यसनं घडवणारे पदार्थ:-

दारू, तंबाखू, गुटखा, हेरोईन, भांग, ओपियम, गांजा, विक्स, ग्ल्यू, झोपेची औषधं, सर्दी खो
कल्याची औषधं, नार्कोटिक्स.

गोड पदार्थ जसे मिठाई आणि कोल्ड्रिंक्स, चॉकलेट्स, जंक फूड.

वागणुकीतील व्यसनाधीनता (behavioural addictions):-

इंटरनेट, टीव्ही, सट्टेबाजी, ऑनलाईन जुगार, व्हिडिओ गेम्स, सोशल मीडिया, सेक्स आणि शॉपिंग.

डॉ माधवी गोरे मुठाळ

स्त्री रोग तज्ञ