

म टा । शुक्रवार, २५ जून २०२१

व्यसन नव्हे; बरा होणारा आजार

■ चिन्मय पाठक

जगातील अमली पदार्थांच्या सेवनाचे वाढते प्रमाण आणि त्याच्या वाढत्या तस्करीच्या विरोधात जागतिक पातळीवर लढण्याची निकड लक्षात घेऊन संयुक्त राष्ट्रसंघाने १९८७ पासून २६ जून हा दिवस 'जागतिक नशेबाजी आणि अवैध अमली पदार्थ तस्करी विरोधी दिवस' म्हणून पाळायला सुरुवात केली. हा दिवस जगभरात पाळला जातो, त्याला आता ३४ वर्षे होत आहेत. मात्र, या कालावधीत जगभरात अमली पदार्थ सेवन करणाऱ्या व्यक्तींच्या संख्येत घट न होता भरच पडत गेलेली दिसते. नऊ जून २०२१ रोजी प्रकाशित झालेल्या ताज्या जागतिक अमली पदार्थ अहवालानुसार जगातील अमली पदार्थांचे सेवन करणाऱ्यांची संख्या सध्या किमान तीन कोटी ५६ लाख इतकी आहे. यातील निदान एक तृतीयांश महिला आहेत. विशेष म्हणजे, विकसित राष्ट्रांमध्ये, अविकसित राष्ट्रांपेक्षा अमली पदार्थांची व्यसनाधीनता जास्त प्रमाणात आढळून येते. सन २०१९ साली भारतीय सामाजिक न्याय आणि सक्षमीकरण या मंत्रालयांनी केलेल्या सर्वेक्षणप्रमाणे भारतात किमान ४० लाख लोक भांग आणि ५० लाख लोक चरस किंवा गांजाच्या व्यसनात अडकलेले होते. तसेच, श्वसनमार्गाने नशेसाठी घेतल्या जाणाऱ्या पदार्थांच्या व्यसनाच्या विळख्यात भारतात सुमारे ५१ लाख लोक असावेत, असे आढळून आले होते. यात प्रामुख्याने सिगारेट, गांजा, कोकेनसारखे अमली पदार्थ आणि श्वसन मार्गाने घेतल्या जाणाऱ्या पेट्रोल, व्हाइटनर अशा अन्य पदार्थांचा समावेश आहे. म्हणजे सुमारे एक कोटी ४१ लाख नशेबाज भारतात आहेत, असे म्हणता येते. विशेष म्हणजे, यातील ५० टक्के नशेबाज हे उत्तर प्रदेश, पंजाब, हरियाणा, आंध्र प्रदेश आणि गुजरात या भारतातील अठ्ठावीसपैकी फक्त पाच राज्यांमध्येच आढळून आले आहेत. तर लोकसंख्येच्या घनतेनुसार पूर्वांचलातील सिक्कीम, अरुणाचल प्रदेश, नागालँड आणि मिझोराम या राज्यांमध्ये सर्वात जास्त नशेबाज आढळून आले आहेत. दुर्दैवाने, नशेबाजीच्या या संकटाकडे दुर्लक्ष करून केवळ महसूल मिळवायला म्हणून महाराष्ट्र सरकारने हटवलेली चंद्रपूर जिल्ह्यातील सहा वर्षे जुनी दारूबंदी या नशेबाजांची संख्या वाढविण्यास कारणीभूत ठरणार आहे.

आंतरजालस्नेही आणि संपर्कसुलभ जगात व्यसन या विषयाची व्याप्ती फक्त अमली पदार्थ किंवा मद्य एवढ्यापुरती आता मर्यादित नसून वर्तवणूकविषयक व्यसनाचा देखील ह्यात समावेश होतो. सध्याच्या मनोविकार वर्गीकरण प्रणालीमध्ये जुगाराबा आणि संगणकावरील आभासी खेळांचादेखील समावेश व्यसनांमध्ये केला गेला आहे. ह्या व्यसनांमुळे कार्यरत मनुष्यबळाची कार्यक्षमता कमी होऊन समाजाचे मोठे नुकसान होते. जागतिक पातळीवर होणाऱ्या या मनुष्यहानीला नुसती ती व्यक्तीच नाही तर आजूबाजूचा समाजदेखील तितकाच जबाबदार आहे. दुर्दैवाची गोष्ट म्हणजे, जागतिक स्तरावर आठपैकी फक्त एकच नशेबाज व्यक्ती आपल्या या मनोविकारावर उपचार घेते.

नशेबाजीसारखा हा इतका त्रासदायक मनोविकार वाढण्याचे कारण तरी काय असेल? त्या पदार्थांच्या सेवनातून त्या नशेबाजाला नेमकं काय मिळतं? यात समाज म्हणून आपली भूमिका काय आहे? या प्रश्नांची उत्तरे मिळणे आवश्यक आहे. डॉ. गॅबोर मॅटे या अमेरिकेतील वैद्यकतज्ञ आणि लेखकाने असे म्हटले आहे, 'एखाद्या



व्यसनाकडे आजार आणि व्यसनी व्यक्तीकडे आजारी असणारा रुग्ण म्हणून समाजाने पाहायला हवे. तसे केले तरच अशा व्यक्तींवरचा उपचार आणि त्यांचे नंतरचे समाजातील पुनर्वसन सोपे होईल. २६ जून रोजी असणाऱ्या 'जागतिक अमली पदार्थ विरोधी दिना'च्या निमित्ताने...

व्यक्तीची व्यसनी प्रवृत्ती एकांतात विकसित होत नाही. माणसाच्या विचारांचा आणि मेंदूचा विकास हा कायम आजूबाजूच्या वातावरणाशी सोपलेल्या संवादातून होतो. घरातील व बाहेरील वातावरण, इतर मानसिक किंवा शारीरिक आजार तसेच याबरोबर अनुवंशिकता हेदेखील या विकाराच्या वाढीतले एक कारण होत असते. या सर्व नशेच्या पदार्थांचा एक समान गुणधर्म म्हणजे ते या पदार्थांची हाव वाढवतात. त्यांचा समान गुणधर्म म्हणजे हे सर्व पदार्थ मेंदूतील संप्रेरकांमध्ये असा काही बदल घडवतात, की ती संप्रेरके माणसाला होणाऱ्या त्रासातून काही काळासाठी तरी का होईना मुक्त करतात. याच मानसिक अस्थिरतेला आणि त्यामुळे येणाऱ्या त्रासाला शांत करण्यासाठी अनेक व्यक्ती या नशिल्या पदार्थांचे सेवन करतात. वेधुंद होईस्तोवर अमली पदार्थांचे सेवन करतात. या सऱ्यांचे दुष्परिणाम माहीत असूनही त्या पदार्थांमुळे एक प्रकारे त्रासदायक प्रसंगांना सामोरे जायला हिंमत मिळाली, असे त्या व्यक्तीस वाटत राहते.

फ्रान्समधील प्रसिद्ध लेखक आणि डॉक्टर मायकल फेलिनी यांच्या मते 'कुठल्याही दुःखी घटनेचे पडसाद, हे मानवी शरीरावरच ठळकपणे दिसून येतात.' अनेक व्यसनाधीन व्यक्ती त्या क्षणिक आनंदासाठी आपले शारीरिक आरोग्य धोक्यात टाकण्याला तयार होतात, ही एक दुर्दैवी गोष्ट आहे. अनेकदा यातील व्यसनात बुडालेल्या व्यक्ती त्यांच्या लहानपणी शोषणाची शिकार झालेल्या असतात. त्या अंधाऱ्या आठवणींमधून बाहेर

पडायला त्यांना कसलाही आधार मिळालेला नसतो. मग व्यसन हाच त्यांना एक आधार वाटू लागतो. तो खरेतर कृतक असतो. या काल्पनिक आधाराचे रूपांतर व्यसनात होते. कुठलेही व्यसन आपल्या मेंदूतील 'डोपामिन' या संप्रेरकाचे प्रमाण वाढवत असते. यामुळे, कृत्रिमरित्या का होईना, पण तात्पुरता त्रास विसरतो. पुढे पुढे या डोपामिनचा परिणाम मिळवायला म्हणजेच व्यसनी माणसांच्या भाषेत 'किक्' येण्यासाठी अमली पदार्थांची मात्रा व प्रमाण वाढवत नेले जाते. दुःखातून वाचण्यासाठी व्यसनांचा काल्पनिक व आभासी आधार घेणारी कोणतीही व्यक्ती ही स्वतःचे व कुटुंबाचे फार मोठे नुकसान करीत राहते. आपल्या व्यसनांवर उपचार घेणे शक्य आहे, हेही बहुतेकांना माहीत असते. मात्र, निव्वळ लाजेखातर ती व्यक्ती उपचार घेत नाही. म्हणूनच, 'अल्कोहोलिक अनॉनिमस' आणि 'नारकोटिक अनॉनिमस' या संस्था या आजाराला एक मानसिक, सामाजिक, शारीरिक, आध्यात्मिक आजारांचा समुच्चय म्हणतात.

जवळच्या व्यक्तीने व्यसनाधीन व्यक्तीला उपचाराला कसे उद्युक्त करावे, याबद्दल तीन प्रमुख बाबी समजावून घ्यायला हव्यात. पहिली म्हणजे व्यसनी व्यक्तीने कर्ज केले तर ते कर्ज पत्नी वा जवळच्या व्यक्तीने फेडायचे नाही. दुसरी बाब म्हणजे अल्कोहोलिक अनॉनिमस आणि नारकोटिक अनॉनिमसच्या सभांमध्ये अशा व्यक्तींच्या परिवारांने सहभागी व्हायला हवे. तरच व्यसनाची शास्त्रोक्त माहिती मिळते. तिसरी बाब म्हणजे, स्वमदत आधार गटातील लोकांना त्या व्यक्तीशी व्यक्तिशः बोलायला बोलवावे. नशेबाजीमधून बाहेर येणे हे अनेक वर्षे चालणारे काम असते. यात समाज म्हणून सर्व नागरिकांवर एक मोठी जबाबदारी आहे. ती म्हणजे, इतर रोगांप्रमाणे व्यसनातून जन्म घेणाऱ्या मनोविकारांना कलंकमुक्त ठेवणे. तसे केले तरच व्यसनी व्यक्ती पुन्हा समाजात उभी राहू शकेल. समाजाने व्यसनी व्यक्तींकडे आजारी व्यक्ती म्हणून पाहिले तर इतर रोगांप्रमाणेच याही रोगावर उपचार करण्याची तातडी व शास्त्रीयता समाजाच्या लक्षात येईल. तसेच, इतर विकारांमधून बरे झालेले नागरिक जसे पुन्हा समाजात मिळूनमिसळून जातात, तशाच व्यसनाधीन व्यक्तीही बऱ्या झाल्यावर समाजाचा अभिन्न भाग बनतील.

(लेखक मुंबईतील 'टाटा समाजविज्ञान संस्थे'त 'स्कूल ऑफ ह्यूमन इकॉलॉजी'चे पदव्युत्तर विद्यार्थी आहेत.)