

सामान्यीकृत चिंता विकार

(Generalized Anxiety Disorder or GAD) —

सामान्यीकृत चिंता विकार (GAD) एक अत्यंत चिंता विकार है। इसमें लोगों में निरंतर (कम-से-कम कुछ घण्टों या अधिक) अवास्तविक या अत्यधिक चिंता से ग्रस्त रहना है। इस तरह की चिंता को स्वतंत्र-प्रवाही चिंता कहा जाता है। GAD से ग्रस्त व्यक्ति हमेशा तनाव, चिंता एवं विपरीत अवास्तविकता की दृष्टियों में रहता है।

GAD के लक्षण (Symptoms of GAD) —

- ऐसे लोग सामूहिक रूप से बेचैन, तनावग्रस्त, लचीले, ध्यान केंद्रित नहीं कर पाते हैं।
- ऐसे लोग अवास्तविक चिंता जैसे - हृदय आघात, मृत्यु या निराशाजनक खबरें आदि बातों के बारे-बारे में सोच-सोचकर काफी परेशान रहते हैं।
- मानसिक रूप से वे हमेशा कुछ कुछ गुनाहों की खोज करते-करते चलते रहते हैं।
- GAD के रोगियों में कुछ वैज्ञानिक लक्षण जैसे - पसलना, आना, हृदय गति में वृद्धि, पेट की गड़बड़, सिरदर्द, चिंता का उदा-उदा अनुभव होना, आदि भी देखने को मिलते हैं।
- ऐसे व्यक्ति परेशान वाक्यांश का अनुभव करने लगते हैं।
- ऐसे व्यक्तियों को सोने में कठिनाई होनी शुरू हो सकती है।

1

OCTOBER
THURSDAY

सामग्रीयों परिकल्पना की अपने नियंत्रण से
 परे मानते हैं प्रत्येक अपने आयुधों फिर
 उभय सेना है, जो लक्ष्य व-म रक्षा है Butler
 & Matthews के अनुसार ही सेना अस्त्र उद्योग
 की गति-सामग्रीयों सामग्री है तथा अपने लक्ष्य
 अस्त्र उद्योगों के सेना की आशय से स्थिति
 में है Kendall & Ingram के अनुसार एक व्यक्ति
 विश्व अस्त्रों में गति परिकल्पना की सामग्री में
 सामग्री गति प्रकृति करता है, जो गति उद्योग अस्त्र
 फिर वह वही है सेना सेना गति में संगठित
 महाविपदा (disaster) के बारे में साधक-साधक कर जो
 परमाणु सेना है

अस्त्र सार है कि QAD के उभय सेना
 के अस्त्र प्रकृति, मनोवैज्ञानिक, संवर्धन-साधक
 अस्त्र है