



మోనోసెక్ రుగ్గుతలు మరియు చికిత్స విధానములు



డా॥ భనేష్ కుమార్

డా॥ మల్లాది శ్రీనివాస శాస్త్రి

మానసిక రుగ్మతల గురించి అందరికీ అవగాహన ఎందుకు అవసరం ?

1. మనందరికీ తెలిసిన విషయం “ఆరోగ్యమే మహా భాగ్యం”. కానీ శారీరక ఆరోగ్యంతో పాటు మానసిక ఆరోగ్యం కూడా జోడైతేనే మనిషి సంపూర్ణ ఆరోగ్యవంతులన్న సంగతి కొందరికే తెలుసు. చాలామంది శారీరక రుగ్మతల లక్షణాలు సులభంగా కనిపెట్టగలగడం వలన వాటికి త్వరగా చికిత్స ప్రారంభించి ఆరోగ్యవంతులయ్యే ప్రయత్నం చేస్తారు. ఈ ప్రయత్నంలోనే ఇతరుల సానుభూతి, సహకారాలు కూడా సులభంగా లభ్యమవుతాయి. దీనికి భిన్నంగా మానసిక రోగుల యొక్క లక్షణాలు ప్రారంభదశలో ఎవరూ గుర్తించరు. గుర్తించినాగానీ చికిత్సలో కాలయాపన, రోగిని చులకన చేయడం, సానుభూతి లోపం వంటివి వైద్యం చేయడంలో పెద్ద ఇబ్బందులుగా మారుతాయి. చాలా కొద్దిమందే అర్థం చేసుకొనే విషయం ఏమిటంటే “శరీరంకి వచ్చినట్లే మనసుకు కూడా రుగ్మతలు రావచ్చును” అని.
2. మన దేశంలో మరియు సమాజంలో ప్రతి నూటి మందికి ఒకరు తీవ్ర మానసిక ఇబ్బందులకు లోనైనవారు ఉన్నారు. వీరికి వైద్యం అందాల్సిన అవసరం ఎంతో ఉంది. అంతేకాకుండా నూటికి పది మంది స్వల్ప మానసిక రోగులు. వీరికి సరైన వైద్యం అందితే వారు ఆందోళన నుండి బయటపడి నాణ్యమైన జీవితాన్ని గడపగల్గుతారు. ఈ విధంగా పదివేల మంది జనాభా గలిగిన గ్రామంలో తీవ్ర మానసిక రోగులు వంద మంది ఉంటే, స్వల్ప మానసిక రోగులు వెయ్యి మంది వరకు ఉంటారు. ఈ విషయాన్ని మీరెప్పుడైనా గ్రహించారా ?
3. మన దేశంలో ఇంతమంది మానసిక రోగులు ఉన్నా అవసరమైన కనీస వైద్య సదుపాయాలు ఇసుమంతగానే ఉంటున్నాయి. ఉన్న కొద్ది సదుపాయాలు నగరాలకే పరిమితమవుతున్నాయి. కనీస వైద్య సదుపాయాలు కూడా రోగులు వాడుకోలేకపోవడం శోచనీయం.

చాలామంది రోగులు వైద్యం కొరకు వెళ్ళకపోడం :

దీని వెనుక అతి పెద్ద కారణం, మానసిక రుగ్మతలను గురించి ప్రజలకు కనీస జ్ఞానం లేకపోవడం, రకరకాల అపోహలు, మూఢనమ్మకాలు మరియు భయం. ఈ కారణాల వలన తీవ్ర మానసిక ఇబ్బందులు ఎదుర్కొనే రోగులు కూడా చాలాసార్లు వైద్యుని సంప్రదించకుండా మత సంబంధమైన చికిత్స చేసేవారి వద్దకు మరియు ఎక్కడెక్కడకో వెళ్తారు. దురదృష్టవశాత్తు ఇవన్నీ వికటించిన తరువాత చివరికి వేరే దారి లేక, వైద్యుని వద్దకు వెళతారు.

4. మానసిక రోగులకు సరైన వైద్యం అందాలన్నా, వారిపట్ల సానుభూతి దృక్పథం రావాలన్నా అన్నిటికన్నా అవసరమైనది ప్రతి సామాన్యునికీ మానసిక రుగ్మతల గూర్చి కనీస జ్ఞానం ఉండడం. ఈ పుస్తకం ఆ దిశలో ఒక ప్రయత్నం. ఇందులో మానసిక రుగ్మతల లక్షణాలు, వాటి కారణాలు, వాటి చికిత్సలో తీసుకోవలసిన జాగ్రత్తలు మరియు వాటిని గూర్చి వ్యాపించిన అపోహలు, మొదలైన వాటిని గూర్చి సంక్షిప్తంగానైనా చాలా ఉపయుక్తమైన సమాచారం ఇవ్వబడినది. ఈ పుస్తకం చదివిన పాఠకులు వారు విషయాన్ని సమూలంగా తెలుసుకోవడంతో పాటు తమకు తారసపడే మానసిక రోగులకు యథాశక్తి మార్గదర్శనం చేస్తారని ఆశిస్తున్నాము.

మానసిక రుగ్మతల ముఖ్య లక్షణాలు ఏమిటి ?

శరీరములోని ఏదైనా అంగము రుగ్మతకు గురైతే దానికి కారణం ఆ అంగము సరిగా పని చేయకపోవడమని మనందరికీ తెలుసు. ఉదా : ఊపిరితిత్తులు సరిగా పని చేయకపోతే మనకు శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది, దగ్గు, ఆయాసం మొదలైన లక్షణాలు ఉంటాయి. ఈ విధంగానే మెదడుకి సంబంధించిన రుగ్మతల వలన మెదడు సరిగా పని చేయక రకరకాల లక్షణాలు ఉత్పన్నమవుతాయి. ఈ లక్షణాలను అర్థం చేసుకొనేముందు మెదడు చేసే విలక్షణమైన పనులు ఏమిటో తెలుసా? అవి :

మద్య వ్యసనం-మానసిక, శారీరక, సామాజిక పరిణామాలు

మద్యం వ్యసనం (Alcohol Addiction) :

ఒకప్పుడు మద్యం సేవించడం పెద్ద తప్ప అని భావించేవారు. ప్రస్తుతకాలంలో అదే పెద్ద ఫ్యాషన్. కాలమాన పరిస్థితులు మారిపోవడంతో పాటు మన అలవాట్లు కూడా మారవచ్చు. కానీ మద్యం వలన సంప్రాప్తించే నష్టాలుగానీ, శారీరకంగా మానసికంగా సామాజికంగా అది చేసే చేటుగాని ఏమాత్రం మారలేదు. మితంగా మద్యం తీసుకుంటే ఆరోగ్యానికి, ముఖ్యంగా గుండెకు మంచిదన్న ప్రచారంతో దీన్నో సాకుగా తీసుకొని మందుగ్లాసు పట్టుకునేవారి సంఖ్య పెరుగుతోంది. కానీ మద్యం కొద్దిగా ఎక్కువైనా, ఏ కొంచెం మితిమీరినా ఆరోగ్యం పూర్తిగా దెబ్బతింటుంది. మద్య వ్యసనం ప్రభావం ఏమిటంటే సమయానికి మద్యం సేవించకపోతే బాధను పెంచుతుంది. మరియు శారీరక ఆరోగ్యాన్ని పాడుచేసే విధంగా అధికంగా సేవించేలా ప్రోత్సహిస్తుంది.

శారీరక ఆరోగ్య ప్రభావాలు :

ప్రాణాంతక కాలేయ వ్యాధి, మూర్ఛ మరియు అనేక నాడులు పని చేయకపోవడం, గుండె వ్యాధి, తాగకుండా ఉండలేకపోవడం, ఎంత తాగుతున్నా వ్యక్తి దానిపై నియంత్రణ కోల్పోవడం ఇటువంటివి మద్య వ్యసనానికి బానిస అవుతున్నామని చెప్పే సంకేతం. వ్యసనానికి అనేక రకాల కారణాలు ఉండవచ్చు ఇంట్లో వాతావరణం, అలవాట్లు, తీవ్రమైన ఒత్తిడి ఉండే కొన్ని వృత్తులు లేదా సరదాగా సామాజిక సంబంధాలుకోసం తాగాల్సి వస్తుండటం... ఇవన్నీ కూడా మద్యం బానిసకు కారణాలు.

మానసిక ఆరోగ్య ప్రభావాలు :

మద్య వ్యసనం మెదడు పనితీరుపై కూడా ప్రభావం చూపిస్తుంది. తమకు తాము హాని చేసుకోవడం, నిద్ర లేమి, జ్ఞాపకశక్తి తగ్గటం, ఆందోళన, క్రుంగుబాటు, ఆత్మహత్య భావనలు పెరగటం, ఎవరో మనకు హాని చేయబోతున్నారన్న భ్రమల వంటివి సంభవించవచ్చు. ఆల్కహాల్ వ్యసనాన్ని

End of Preview.

Rest of the book can be read @

<http://kinige.com/book/Manasika+Rugmatalu+Mariyu+Chikitsa+Vidhanamulu>

*** * ***