



ಆರೋಗ್ಯ

ಮನಸಿನ ಮಾತನೂ ತುಸು ಕೇಳಿ!



ಮೇ 24
ವಿಶ್ವ
ಸ್ಕಿಜೋಫ್ರೇನಿಯಾ
ದಿನ

ಚಿತ್ತವಿಕಲತೆ ಎಂಬ ಮನೋರೋಗ ಬಹುಜನರನ್ನು ಕಾಡುತ್ತಿದೆ. ಇಂಥ ರೋಗಿಗಳು ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಇತರರಿಂದ ಅಪಹಾಸ್ಯಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಿ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತಷ್ಟು ಕುಗ್ಗುತ್ತಾರೆ. ಈ ಕಾಯಿಲೆ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸಿ, ಸ್ಕಿಜೋಫ್ರೇನಿಯಾದಿಂದ ಬಳಲುವ ಜನರನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುವತ್ತ ಗಮನ ಹರಿಸುವುದೇ ವಿಶ್ವ ಸ್ಕಿಜೋಫ್ರೇನಿಯಾ ದಿನದ ಉದ್ದೇಶ.

■ ಡಾ. ಅರುಣಾ ಯಡಿಯಾಳ್

ಅಮೃದಿರ ದಿನ, ಅಪ್ಪಂದಿರ ದಿನ, ಮಕ್ಕಳ ದಿನ, ಪ್ರೇಮಿಗಳ ದಿನ... ಹೀಗೆ ತರಹೇವಾರಿ ದಿನಗಳನ್ನು ವಿವಿಧ ಉದ್ದೇಶಗಳೊಡನೆ ಆಚರಿಸುವುದು ರೂಢಿಯಲ್ಲಿದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಒಂದಿಷ್ಟು ಗಂಭೀರ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೂ ಕೆಲವೊಂದು ದಿನಗಳನ್ನು ನಿಗದಿಪಡಿಸಿ ಆ ದಿನಗಳನ್ನು ಆ ರೋಗಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸಲು ಬಳಸುವುದು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಚಾಲ್ತಿಯಲ್ಲಿದೆ. ಮೇ ತಿಂಗಳ 24ನೇ ತಾರೀಖನ್ನು ವಿಶ್ವ ಸ್ಕಿಜೋಫ್ರೇನಿಯಾ (schizophrenia) ದಿನ ಅಥವಾ ವಿಶ್ವ ಚಿತ್ತವಿಕಲತೆಯ ದಿವಸ ಎಂದು ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸ್ಕಿಜೋಫ್ರೇನಿಯಾ ಎಂಬುದೊಂದು ತ್ರೀವತರವಾದ, ಗಂಭೀರ ಮಾನಸಿಕ ಕಾಯಿಲೆಯಾಗಿದ್ದು ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಜನರಿಗೆ ತಿಳಿಸುವ, ಅದರ ಬಗೆಗಿನ ತಪ್ಪು ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸುವ ಹಾಗೂ ಸರಿಯಾದ ಮಾಹಿತಿಯಿಂದ, ಇದರ ಸುತ್ತವಿರುವ ಕಳಂಕವನ್ನು ಆದಷ್ಟು ಕಡಿಮೆಗೊಳಿಸುವ ಆಶಯದೊಂದಿಗೆ ಈ ದಿನದಂದು ವಿಶ್ವದಾದ್ಯಂತ ಹಲವಾರು ಜಾಗೃತಾ ಅಭಿಯಾನಗಳನ್ನು ಹಮ್ಮಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುತ್ತದೆ.

ವನಿದು ಚಿತ್ತವಿಕಲತೆ?

ಚಿತ್ತವಿಕಲತೆ (schizophrenia) ಎಂಬುದೊಂದು ತೀವ್ರ ಸ್ವರದ ಮಾನಸಿಕ ಕಾಯಿಲೆ. ಈ ಕಾಯಿಲೆಯಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಯೋಚನಾ ಶಕ್ತಿ ಹಾಡಿ ತಪ್ಪುತ್ತದೆ; ವಾಸ್ತವತೆಯೊಂದಿಗಿನ ಸಂಬಂಧದಲ್ಲಿ ಬಿರುಕುಗಳುಂಟಾಗಿ, ಭ್ರಮೆ ಭ್ರಾಂತಿಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ. ಇದರಿಂದ ಭಾವನೆಗಳು ಸ್ಥಿಮಿತ ತಪ್ಪುತ್ತವೆ. ಸುತ್ತಲಿನ ಜನರನ್ನು, ಅವರ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು, ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಾಗಿ ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಅವರಲ್ಲಿನ ಸಂಶಯದ ಕಾಯಿಲೆ ದಿಕ್ಕುತಪ್ಪಿಸುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ, ನಿಭಾಯಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಕಳೆದುಹೋಗುತ್ತದೆ. ಪಂಚೇಂದ್ರಿಯಗಳಲ್ಲಾಗುವ

