

මානසික රෝගීන් විශ්වාස කළ නොහැකි අතර ඔවුන්ට රැස්වෑවල් පවත්වාගෙන යාමට නොහැක.



නරක ජාවේග නිසා මානසික රෝග ඇති විය හැක. එහෙයින් බලි නොවිල් වැනි දේ කිරීමෙන් ඒවා යුව කළ හැක.



පුද්ගලයෙකුට මානසික රෝගයන් වැළඳී සිටියත් සමාජයේ වටිනා සාමාජිකයෙකු වෙන්නට පුළුවනි. ඔවුන් නිතර සාර්ථක වෘත්තීමය සහ පවුල් ජීවිත ගත කරයි. මෙවන් දිවි ගෙවීමට මානසික රෝග සුව කළ හැක.

මානසික රෝග ඇති වීමට ජානමය හේතු මෙන්ම ආතතිය වැනි ජීවන රටා හේතු වේ. එමෙන්ම අපයෝජනයට ලක්වීම වැනි ජීවිත අත්දැකීම්ද එයට හේතු විය හැක. බොහෝ දකුණු ආසියානු රටවල, මිනිසුන් මානසික රෝග නරක බලවේග නිසා ඇති වූ බව සිතා බලි නොවිල් වැනි දේ වලින් ඒවා සුව කිරීමට තැත් කරයි. වෛද්‍යමය ප්‍රතිකාර ලබා ගැනීමට පෙර මෙවන් දේ කිරීම තුලින් වෛද්‍ය/මනෝසමාජීය සත්කාර ප්‍රමාද වේ. එම ප්‍රමාදයන් සමග සුව වීමද ප්‍රමාද වේ.



ලමයින්ට මානසික රෝග ඇති නොවේ.

ලමයින්ට මානසික තත්වයන් ඇති විය හැක. මෙවන් තත්වයක් ඇති දරුවන් නිතර දෙමව්පියන්ගේ සහ ගුරුවරුන්ගෙන් අවමානයට ලක් වීමෙන් පාසල් තුළ ප්‍රශ්න ඇති විය හැක. එමගින් ඔවුන් තව තවත් මානසික තත්වයේ ගොදුරු බවට පත්වේ. දෙමව්පියන්ද වෙනත් වැඩිහිටියන්ද නිතර ලමයින් සමඟ මානසික සෞඛ්‍ය පිළිබඳ කතා කිරීමෙන් ආරක්ෂිත පරිසරයක් ඇති වේ. එමගින් දරුවාට පහසුවෙන් ඔවුන්ගේ හිස සැක වැඩිහිටියන් සමඟ බෙදා හදා ගත හැක.

“ප්‍රජා සුවසෙත උදෙසා සහය”

යාපනය	021 - 2261122
මූලතිව්	021 - 2290188
මන්නාරම	023 - 2251858
කිලිනොච්චිය	021 - 2283878
වවුනියා	024 - 2052144
කොළඹ	011 - 2580166

මානසික සෞඛ්‍ය පිළිබඳ මිත්‍යා මත සහ කරුණු



මෙම ව්‍යාපෘතිය සඳහා යුරෝපා සංගමය විසින් අරමුදල් ලබා දෙන ලදී.

මෙම ව්‍යාපෘතිය පවුල් පුනරුත්ථාපන කේන්ද්‍රය මගින් ක්‍රියාත්මක කරන ලදී.



මානසික රෝග ඇත්තෙන්ම පුද්ගලයෙකුගේ ජෛවරසායනික වශයෙන් ප්‍රතිචාරයකි.

මානසික රෝග පුද්ගලයෙකුගේ ජෛවරසායනික වශයෙන් ප්‍රතිචාරයක් නොවේ. මෙවන් රෝග නිතර දැකිය හැකි අතර, බොහෝ දෙනාට ජීවිතයේ යම් අවදියක දී හෝ මෙවන් රෝගයක් වැළඳිය හැක. එක් එක් වයස් වල, අධ්‍යාපනික හා සමාජ මට්ටම් වල සිටින්නන්ට මානසික රෝග ඇති වීමට පුළුවනි.

මානසික රෝගයක් වැළැක්වීමට එය සුව කළ නොහැක.



මානසික රෝග සුව කළ හැක. සහය ලබා ගන්නා අය නිතර සම්පූර්ණ සුව ලැබීමෙන් සාර්ථක ජීවිත ගත කිරීමටත්, තමාගේ සමාජයේ වටිනා සාමාජිකයන් වීමටත් පුරුදු වේ.

මානසික රෝග ඇති වන්නේ දැනටමත් තුළුන් විනිසුන්ට පමණි.



ඕනෑම පුද්ගලයෙකුට ජීවිතයේ ඕනෑම අවස්ථාවක මානසික රෝගයක් වැළඳිය හැක. කායික රෝග මෙන් මානසික තත්වද පුද්ගලයෙකුගේ වයස, අධ්‍යාපන හා සමාජ මට්ටම් නොතකා ඇති විය හැක. එනමුදු, මානසික තත්වයන් ගැන දැන උගත් වීම තුළින් ජීවිත වැළැක්වීමටද, රෝගය වැළඳුනොත් ඉක්මනින් සුව කරගැනීමට ද හැකිවේ.



මනෝ සමාජීය සහය තුළින් නිසි සුවයක් නො ලැබේ. එය කාලය නාස්ති වීමක් පමණි.

මනෝ සමාජීය සහය මානසික තත්වයන්ගෙන් පෙළෙන්නන්ට බොහෝ සේ ඉවහල් වේ. බොහෝ විට වෛද්‍යමය ප්‍රතිකාර සමග මනෝ සමාජීය සහය ලබා දීම තුළින් විවිධ පැතිකඩ ආවරණය වන පරිදි පුළුල් හා දිගු කාලීන වෙනස්කම් ඇති කර ගත හැක.

"මම මානසික තත්වයකින් පෙළෙන විට සහය පැතුවොත් විනිසුන් මට එක්සු කියා යිතානි"



මානසික තත්වයන් වලින් පෙළෙන විට සහය ලබා ගැනීම ශක්තිමත් පුද්ගලයෙකුගේ ලක්ෂණයකි. තවද, ඉක්මණින් සහය ලබා ගැනීමෙන් ඉක්මන් සුවයද ලබා කර ගත හැක.



මානසික රෝග නිබන්ධනය නිතර ප්‍රවෘත්තිකාරී වේ.

මානසික රෝග ඇත්තන් බහුතරයක් කලහකාරී නොවේ. සමාජයේ ඇති වන ප්‍රවෘත්තිකාරී හැසිරීම් වලින් 3% - 5% මානසික තත්වයන් තිබෙන පුද්ගලයන්ට සම්බන්ධ වේ. මෙවැනි මිත්‍යා මත බොහෝ විට මාධ්‍ය විසින් වැරදි ලෙස වාර්තා කරනු ලබන හෙයින් ඇති වේ.

