දුරකථන) 011 2669192 , 011 2675011
தொலைபேசி) 011 2698507 , 011 2694033
Telephone) 011 2675449 , 011 2675280

ෆැක්ස්) 011 2693866
பெக்ஸ்) 011 2693869
Fax) 011 2692913

විද්‍යුත් තැපෑල) postmaster@health.gov.lk
மின்னஞ்சல் முகவரி)
e-mail)

වෙබ් අඩවිය) www.health.gov.lk
இணையத்தளம்)
website)

සුවසිරිපාය
சுவசிரிபாய
SUWASIRIPAYA

මගේ අංකය)
எனது இல)DMH/WH0/02/2015
My No.)

ඔබේ අංකය)
உமது இல)
Your No. :)

දිනය)
திகதி 23.09.2015
Date)

සෞඛ්‍ය, පෝෂණ සහ දේශීය වෛද්‍ය අමාත්‍යාංශය
சுகாதார,போசணை மற்றும் சுதேச வைத்திய அமைச்சு
Ministry of Health, Nutrition & Indigenous Medicine

පොදු චක්‍රලේඛ අංක: 01 - 31/2015

සියලුම:
පළාත් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ වරුන්,
දිස්ත්‍රික්ක සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ වරුන්,
ශික්ෂණ රෝහල් අධ්‍යක්ෂ වරුන්,
රෝහල් වෛද්‍ය අධිකාරී වරුන්,
ආයතන ප්‍රධානින්.

ලෝක මානසික සෞඛ්‍ය දිනය 2015
'මානසික සෞඛ්‍යයට ගරුත්වයක්'

සෑම වර්ෂයකම ඔක්තෝම්බර් මස 10 වන දිනට ලෝක මානසික සෞඛ්‍ය දිනය යෙදෙන අතර එම දිනය මානසික සෞඛ්‍ය හා සම්බන්ධ ගැටලු කෙරේ අවධානය යොමු කිරීමට අවස්ථාවක් සලසයි. මානසික සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය, මානසික රෝග වැලැක්වීම, ප්‍රතිකාර කිරීම, පුනරුත්ථාපනය, මානසික සෞඛ්‍ය හා බැඳුණු අපවාද හා සම්බන්ධ වූ ගැටළු සාකච්ඡා කිරීමට මෙය අනගි අවස්ථාවකි. මෙම වසරේ තේමාව වනුයේ 'මානසික සෞඛ්‍යයට ගරුත්වයක්' ය.

ගරුත්වය යනු 'ගෞරවයෙන් සැලකීම' ලෙස අර්ථ දැක්විය හැකිය. මානසික සෞඛ්‍ය සේවා සපයන්නන්ගේ, මානසික සෞඛ්‍ය ඒකක සහ මානසික රෝගවලින් පෙළෙන පුද්ගලයන් සහ ඔවුන්ගේ පවුල්වල අයට ගරුත්වයෙන් සැලකීම මෙම වසරේදී සාකච්ඡාවට ලක් කිරීමට අවශ්‍ය ප්‍රධාන කරුණු වේ.

මානසික සෞඛ්‍ය පිළිබඳ ප්‍රජාවගේ අවබෝධය අඩුකම නිසා මානසික රෝග වලින් පෙළෙන පුද්ගලයන්ට සමාජයෙන් කොන්වීමට ලක්වීම තුලින් ඔවුන්ට එදිනෙදා වැඩ කරගැනීමට සෞඛ්‍ය සේවාවන් කරා ළඟාවීමට, ප්‍රජා කටයුතු වලට සහභාගි වීමට සහ පවුල් ජීවිතය සතුටින් ගතකිරීමට දුෂ්කර වී ඇත. එබැවින් අප රටේ මානසික සෞඛ්‍ය සේවාවේ වැදගත්කම පිළිබඳව රාජ්‍ය සහ රාජ්‍ය නොවන ආයතනවල නිලධාරීන් සහ ප්‍රජාව දැනුවත් කිරීම මගින් මානසික සෞඛ්‍ය සඳහා ඇති ගරුත්වය ආරක්ෂා කරගත හැක. එමෙන්ම අපවාද සහ වෙනස්කොට සැලකීම තුලින් පුද්ගලයන්ගේ ගරුත්වයට මෙන්ම මුළු මහත් සමාජය වෙතටම බලපෑම් ඇතිවිය හැක. වෘත්තිමයභාවය පිළිබඳ සෞඛ්‍ය සේවකයන් හට නිසි පුහුණුවක් ලබා දීම, මානසික සෞඛ්‍ය අංශවල භෞතික පහසුකම් සහ සනීපාරක්ෂාව දියුණු කිරීම, සෞඛ්‍ය සේවකයන් සහ රෝගීන් අතර මනා සම්බන්ධතාවයක් ගොඩනැගීම, පාලකයන් විසින් මානසික සෞඛ්‍ය සේවකයන්ගේ චිත්තවේගී සහන ලබාදීම සහ මානසික සෞඛ්‍ය සේවාවන් සැලසුම් කිරීමේදී සහ ක්‍රියාවට නැංවීමේදී ඔවුන් ඒ සඳහා සහභාගි කර ගැනීම මගින් මානසික සෞඛ්‍ය සේවකයන්ගේ සහ මානසික සෞඛ්‍ය ඒකකයන්ගේ ගරුත්වය වැඩි දියුණු කිරීමට අවශ්‍ය වේ.

මෙවර ලෝක මානසික සෞඛ්‍ය දිනයේ තේමාව අවධාරණය කිරීමට සහ මානසික සෞඛ්‍ය දිනයේදී මානසික සේවා සපයන්නන්ගේ ක්‍රියාකාරී දායකත්වය ලබාගැනීමට කරුණාකර කටයුතු කරන්න. ඔබගේ දැනගැනීම සඳහා මානසික සෞඛ්‍ය දිනය පිළිබඳව තොරතුරු පත්‍රිකාවක් මේ සමග අමුණා ඇත. මේ පිලිබඳව වැඩිදුර තොරතුරු දිස්ත්‍රික්කය තුල සිටින මනෝ වෛද්‍ය විශේෂඥ වරුන්ගෙන්, වෛද්‍ය නිලධාරී

මානසික සෞඛ්‍ය (කේන්ද්‍රගත), මානසික සෞඛ්‍ය අධ්‍යක්ෂ කාර්යාලය, සෞඛ්‍ය පෝෂණ සහ දේශීය වෛද්‍ය අමාත්‍යාංශය මගින් ලබාගත හැක.

පහත සඳහන් කරුණු කෙරෙහි අවධානය යොමු කරන ලෙස කාරුණිකව ඉල්ලා සිටිමි.

- ලෝක මානසික සෞඛ්‍ය දිනය වෙනුවෙන් දිස්ත්‍රික්කය තුල සිදුකරනු ලබන ක්‍රියාකාරකම්, අධීක්ෂණය කරන ලෙස සියලුම පළාත් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ වරුන්ගෙන්, දිස්ත්‍රික් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ වරුන්ගෙන් ඉල්ලා සිටියි.

- මනෝ වෛද්‍ය විශේෂඥවරුන්ගෙන්, වෛද්‍ය නිලධාරී මානසික සෞඛ්‍ය, වෛද්‍ය නිලධාරී මානසික සෞඛ්‍ය (කේන්ද්‍රගත) හා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීන් මගින් මෙම වසරේ ලෝක මානසික සෞඛ්‍ය දිනයේ තේමාව පිළිබඳව සෞඛ්‍ය සේවා සපයන්නන් දැනුමත් කිරීම අපේක්ෂා කෙරේ. සුදුසු සෞඛ්‍ය පණිවුඩ, අත්පත්‍රිකා හා අනෙකුත් ප්‍රචාරක ක්‍රම මේ සඳහා යොදා ගත යුතුය.

- ඉලක්කගත කණ්ඩායම් සඳහා වැඩසටහන් සංවිධානය කරන්න. උදා: පාසල්, සෞඛ්‍ය ආයතන, රාජ්‍ය ආයතනවල නිලධාරීන් , රාජ්‍ය නොවන ආයතනවල නිලධාරීන්, ප්‍රජා සංවිධාන

- සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී මට්ටමින් මානසික සෞඛ්‍ය සේවාවේ ගරුත්වය ආරක්ෂා කිරීම වැදගත්කම පිළිබඳ අවම වශයෙන් එක වැඩසටහනක්වත් සංවිධානය කල යුතුය.

ලෝක මානසික සෞඛ්‍ය දිනය වෙනුවෙන් දිස්ත්‍රික්ක මට්ටමින් කරන ලද ක්‍රියාකාරකම් පිළිබඳ සවිස්තර වාර්තාවක් වෛද්‍ය නිලධාරී, මානසික සෞඛ්‍ය (කේන්ද්‍රගත) විසින් මානසික සෞඛ්‍ය අධ්‍යක්ෂ කාර්යාලය, සෞඛ්‍ය පෝෂණ සහ දේශීය වෛද්‍ය අමාත්‍යාංශය වෙත 2015 නොවැම්බර් මස 30 වනදාට පෙර එවිය යුතුය.

....

වෛද්‍ය. පී. ජී. මහීපාල
සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්

වෛද්‍ය පී. ජී. මහීපාල
සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්
සෞඛ්‍ය, පෝෂණ හා දේශීය වෛද්‍ය අමාත්‍යාංශය
"සුවසිරිපාය"
385, **පූජ්‍ය බද්දේගම විමලවංශ හිමි මාවත,**
කොළඹ10.