දුරකථන) 2698475
தொலைபேசி) 2698490
Telephone) 2698507

ෆැක්ස්) 2692913
பெக்ஸ்) 2694860
Fax)

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

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

සුවසිරිපාය
சுவசிரிபாய
Suwasiripaya

සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය
சுகாதார அமைச்சு
Ministry of Health

මගේ අංකය)
எனது இல) DMH/B/43/2009
My No.)
ඔබේ අංකය)
உமது இல)
Your No.)

දිනය)
திகதி) 2013.09.~~17~~ 25
Date)

පොදු චක්‍රලේඛ අංක - 02-141/2013

සියලුම
පළාත් සෞඛ්‍ය ලේකම්වරුන්
පළාත් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂවරුන්
ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂවරුන්
ශික්ෂණ / මහ රෝහල් අධ්‍යක්ෂවරුන්
රෝහල් වෛද්‍ය අධිකාරීවරුන්
ආයතන ප්‍රධානීන්

ලෝක මානසික සෞඛ්‍ය දිනය - 2013 ඔක්තෝබර් 10

තේමාව: මානසික සෞඛ්‍ය සහ වියපත් වැඩිහිටියන්

ඔක්තෝබර් 10 වැනි දිනට යෙදෙන ලෝක මානසික සෞඛ්‍ය දිනය, මානසික සෞඛ්‍ය හා සම්බන්ධ ගැටළු පිළිබඳ දැනුවත්භාවය ඉහළ නංවයි. මෙම දිනය මානසික සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය, නිවාරණය, ප්‍රතිකාර, පුනරුත්තාපන සේවා සහ අපවාදය සම්බන්ධ ගැටළු පිළිබඳ විවෘත සංවාදයකට මග පාදයි. මෙම වසරේ තේමාව වන්නේ "මානසික සෞඛ්‍ය සහ වියපත් වැඩිහිටියන්" යන්නයි. එක්සත් ජාතීන්ගේ සංවිධානය විසින් වියපත් වැඩිහිටියන් හැඳින්වීමට වයස අවු. 60 හෝ ඊට වැඩි වීම යන මිනුම් දණ්ඩ භාවිත කරනු ලබයි. (UNFPA, 2012).

ලෝක ජනගහනය වර්තමානයෙහි තරම් කිසිදිනක වියපත්භාවයට පත්ව නොමැත. වර්තමානයේ වයස අවු. 60 හෝ ඊට වැඩි පුද්ගලයන්ගේ සංඛ්‍යාව මිලියන 800 ඉක්මවයි. වර්ෂ 2050 දී මෙම සංඛ්‍යාව බිලියන දෙක ඉක්මවනු ඇත. වියපත් වැඩිහිටියන් විවිධ සෞඛ්‍ය අභියෝගවලට මුහුණ දෙති. විවිධ ශාරීරික සහ මානසික ගැටළු හේතුවෙන් ඔවුන්ගෙන් බොහොමයකට ස්වාධීනව ජීවත්වීමට ඇති හැකියාව අහිමි වී ඇත. ඩිමෙන්ෂියාව (Dementia) සහ විශාදය (Depression) වියපත් වැඩිහිටියන් අතර සුලභ මානසික රෝගී තත්ත්වයන් වේ.

සෞඛ්‍ය සම්පන්න සහ සක්‍රීය වයස්ගත වීම ප්‍රවර්ධනය කිරීම තුළින් වියපත් වැඩිහිටියන්ගේ මානසික සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය කළ හැකිය. වයස්ගත වූවන්ට විඳීමට සිදුවන හිංසනයට විසඳුම් සෙවීම, වයස්ගත පුද්ගලයන්ගේ මානසික සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය සඳහා අතිශය වැදගත් ප්‍රවේශයක් වේ. සෞඛ්‍ය සම්පන්න සහ සක්‍රීය වයස්ගත වීම ප්‍රවර්ධනය සඳහා ප්‍රාථමික සෞඛ්‍ය සත්කාර, ප්‍රජා සත්කාර සහ සමාජ සේවා අංශවල සංවේදීභාවය ඇති කිරීම සහ ඊට සහයෝගය ලබාගැනීම අවශ්‍ය වේ.

අදාළ සියලුම පාර්ශවයන්ගේ සහභාගිත්වය ඇතිව මෙම වසරෙහි තේමාව අවධාරණය කිරීමට වැඩපිළිවෙළක් සකස් කර ක්‍රියාත්මක කිරීමට පියවර ගන්නා ලෙස දන්වමි. මේ සමග තොරතුරු පත්‍රිකාවක් අමුණා ඇති අතර, වැඩි විස්තර ඔබ දිස්ත්‍රික්කයේ විශේෂඥ මනෝ වෛද්‍යවරුන්ගෙන්, මානසික සෞඛ්‍යය පිළිබඳ කේන්ද්‍රගත ව්‍යුහයේ සිටින වෛද්‍යවරුන්ගෙන් සහ සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශයේ මානසික සෞඛ්‍ය අධ්‍යක්ෂ කාර්යාලයෙන් (mhusrilanka@gmail.com) මෙන්ම www.wfmh.org වෙබ් අඩවියෙන්ද ලබාගත හැකිය.

සාරාංශයක් ලෙස,

1. සියලුම පළාත් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂවරුන් / ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂවරුන් ලෝක මානසික සෞඛ්‍ය දිනයට අදාළව තම දිස්ත්‍රික්ක තුළ සිදුකරන ක්‍රියාකාරකම් / වැඩසටහන් අධීක්ෂණය කළ යුතුය.

2. මෙම වසරේ ලෝක මානසික සෞඛ්‍ය දින තේමාව පිළිබඳව සියලුම සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩල දැනුවත් කිරීමට විශේෂඥ මනෝ වෛද්‍යවරුන්, මානසික සෞඛ්‍ය පිළිබඳ කේන්ද්‍රගත වෛද්‍ය නිලධාරීන්, මානසික සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීන් සහ සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීන් එක්ව කටයුතු කිරීම අපේක්ෂා කෙරේ.

3. සුදුසු සෞඛ්‍ය පණිවිඩ, අත්පත්‍රිකා, දැන්වීම් ආදිය නිර්මාණය කරන්න.

4. අදාළ ඉලක්ක කණ්ඩායම් සමග වැඩසටහන් සංවිධානය කරන්න; වැඩිහිටි නිවාස, ප්‍රජා සංවිධාන, පාසල්, යෞවන සමාජ, සිවිල් සමාජ ආදිය.

5. සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කොට්ඨාස මට්ටමින් අවම වශයෙන් උචිත එක් ක්‍රියාකාරකමක් හෝ දියත් කළ යුතුය.

6. මෙම වසරේ ලෝක මානසික සෞඛ්‍ය දින සැමරුම් පිළිබඳ සම්පිණ්ඩිත වාර්තාවක් සකස් කිරීම සඳහා, 2013 ලෝක මානසික සෞඛ්‍ය දිනය සනිටුහන් කිරීමට ඔබ ආයතනයේ/ප්‍රදේශයේ සිදුකරන ලද ක්‍රියාකාරකම් පිළිබඳ සවිස්තරාත්මක වාර්තාවක් 2013 නොවැම්බර් 30 දින වන විට අධ්‍යක්ෂ/මානසික සෞඛ්‍ය වෙත යොමු කිරීම මානසික සෞඛ්‍ය පිළිබඳ කේන්ද්‍රගත වෛද්‍ය නිලධාරීන්ගෙන් අපේක්ෂා කෙරේ.

වෛද්‍ය වයි.ඩී. නිහාල් ජයතිලක
ලේකම්.

වෛද්‍ය වයි. ඩී. නිහාල් ජයතිලක
ලේකම්
සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය
"සුවසිරිපාය"
385, පූජ්‍ය බද්දේගම විමලවංශ හිමි මාවත,
කොළඹ 10.