අහිමි වූ සැබෑ ලෝකය...(**භින්නෝන්මාදය** - Schizophrenia)

මනෝ විද්‍යාඥ ප්‍රසන්න පණ්ඩිතරත්න

යම් කිසිවකු ආර්ථිකවත් මානසිකවත් චාචිකවත් සම්පූර්ණව සිටින විටක දී තම කේන්ද්‍රය, පලාඵල, ග්‍රහ අපල විමසීමක් කිරීමට යාවිද? අප බොහොමයක් එතරම් භාග්‍ය නොවන නිසා ජීවිතයේ බලාපොරොත්තුවන සියල්ලම ලැබීමට ජීවිතයේ විවිධ අවස්ථාවල දී තීරණ ගැනීමේ දී ඉදිරි දැක්මක් බැලිමට බෝහෝ වෙහෙස වේ. මෙවන් අවස්ථාවල දැනෙන මානසික පීඩනය ගැන කිම අනවශ්‍ය වන්නේ අත්දැකීමෙන්ම එවන් අවස්ථාවලට අප මුහුණ දී තිබෙන බැවිනි. සමහරුන් විවිධ උපාය මාර්ග මේ සඳහා භාවිතා කර තීරණවලට එළඹේ. එමෙන්ම සමහරු ජ්‍යොතිෂය, පේන කිම, අල්ල බලා ශාස්ත්‍ර කිම ආදි ශ්‍රී ලංකාවේ බහුලම මාධ්‍ය යක පිහිට පතති. (මේ මාධ්‍යයන් විශ්ලේෂණය කිරීම මෙහි දී අරමුණ නොවන බව කිව යුතුය.) ලැබෙන පිළිතුරු අයහපත් නම් දැනටමත් අසරණ පුද්ගලයාගේ මනස තවත් ව්‍යාකුල වේ. යහපත් පිළිතුරක් ලැබෙන තුරු ශාස්ත්‍ර, කේන්ද්‍ර වන්දනාවේ යාම හෝ අකමැත්තෙන් වුවත් ගැනීමට සිටි තීරණය නොගෙන සිටීමට ඉඩ ඇත. කිසියම් අයුරකින් ගුප්ත විද්‍යාව තුලින් තමන්ට යහපතක් වුවා නම් මේ පුද්ගලයා අවිවාදයෙන් ජ්‍යොතිෂය තම පුද්ගලික ජීවි තයේ හැම තීරණයක්ම ගන්නා ඉෂ්ඨ දේවතාව බවට පත්කර ගනු ඇත. අවාසනාවකට මෙසේ පේන කියන්නෙකු කරනු ලැබුවා වූ ප්‍රකාශයක් යමෙකු ගේ යටි සිතේ තැන්පත් වී ජීවිතයේ ව්‍යාකුල, අසරණ, තනි වූ, පීඩාකාරී මොහොතක ඉස්මතු වී ජීවිත කාලයම මානසික ප්‍රතිකාර හා ඖෂධවල පිහිට පැතීමට සිදු වුවහොත් තත්ත්වය කොතරම් බියකරු ද?

මේ එවන් අවස්ථාවක්

"මට මේ සියල්ල තිබුණා. යහළුවන්, පවුලක්, හොඳ රැකියාවක්. නමුත ඒ සියල්ලම එක මුසල උදෑසනක සහමුලින්ම වෙනස් වුණා. මම අවදි වුනේ ඔළුව පුපුරණ තරමේ විශාල හිසරදයකින්. හරියට පොල් ගෙඩියක් දෙකට බින්දා වගේ ඔළුව මට තේරුණේ"

මෙසේ සන්සුන්ව මා ඉදිරියේ අසුන් ගෙන සිටින, තවමත් තාරුණ්‍ය බව පෙන්නුම් කලත් ඉතා චාම්ව ඇඳපැළඳ සිට, ලයාන්විතව කතා කරන්නේ නමින් "සුරනි" නම් කාන්තාවයි. මේ හිමිහිට වුවත් මදින් මද නවත්වා කියමින් සිටින්නේ මේතාක් ලැබූ ප්‍රතිකාරවල යම්කිසි හොඳ සන්ධිස්ථානයක බව ඇය නොදන්නවා විය හැක. මීට මාස 7කට ප්‍රථම මෙසේ කරුණු විමසූ විට කියූ උත්තරවලට වඩා බෙහෙවින් පැහැදිලි, බොහෝ විට සත්‍ය විය හැකි විස්තර ඇය මට කියමින් සිටී.

මුළු ජනගහනයෙන් 0.2% සිට 2% අතර ප්‍රමාණයකට වැළඳිය හැකි, නිසි ප්‍රතිකාර නොලදහොත් එම පුද්ගලයාටත් ඒ අවට සිටින්නන්ටත් යම් යම් තර්ජන (සමහර විට මරණීය) ඇති විය හැකි, සැලකියයුතු මානසික රෝගයක් පිළිබඳවත්, මේ රෝගය නිසා නැති වීමට ගිය වටිනා ජීවිතයක් ගැන ලුහුඬින් විමසීමකි මෙය. එය නමින් "භින්නෝන්මාදය" ද (Schizophrenia) කටවහරේ "පිස්සු, උන්මාදය" ද වේ. මෙය වෙනත් මානසික රෝග වාගේම ඇති විය හැකි වුවත් එය විෂ බීජයකින් නොව හේතු රාශියක් නිසා ඇති වන්නක්. බෝවන රෝගයක් නොවේ. මේ ලිපියේ එක් අරමුණක් වන්නේ සමාජය දැනුවත් කර යම් කිසි අවස්ථාවක මෙයට

සමාන රෝග ලක්ෂණ ඇති අයකු දුටු විට වහාම ක්‍රියාත්මක වී අදාල පුද්ගලයන්ගෙන්, ආයතනවලින් පිහිට පැතිමයි.

"ඒ තිබුණු හිසරදයත් එක්ක මට විශාල වෙනසක් දැනීමට පටන් ගත්තා. මට යම් කිසිවකු කතා කරනවා වැනි හඬක් මගේ හිසින් දැනීමට පටන් ගත්තා. ඒ මීට වසරකට 3කට ප්‍රථම ඝාතනයට ලක් වූ මගේ කාරුණික පියා බව ඉන්පසු මට ටික ටික වැටහී ගියා"

(සුරනි ගේ පියා ලංකාවේ සිටි ප්‍රසිද්ධ දෛවඥයෙක්. තම කේන්දරය තමාගේ පෙම්වතියගේ කේන්දරය සමඟ නොගැලපෙන බව මොහු පැවසීම නිසා උරණ වී පෙම්වතෙක් මේ දෛවඥයා ඝාතනය කර කෘමිනාශක බී ඇති බව චන්දන (සුරනිගේ සැමියා) මා සමඟ පවසා ඇත.)

"අප්පච්චි මම කුඩා කාලයේ මගේ හඳහන බලලා කීවා මමත් දක්ෂ දෛවඥයකු වන බවත් ඊටත් වඩා මා හට පරචිත්ත ඥානය (අන් අයගේ අදහස් දැන ගැනීමේ හැකියාව Telepathic power) ඇති බවත් මම විශාල ලෙස ප්‍රසිද්ධ වන බවත්"

"මේ හඬවල් ඇසීමත් එක්ක මට අප්පච්චි සමඟ පමණක් නොව මිය ගිය ඕනෑම අයකු සමඟ කතා කිරීමට හැකියාව ලැබී ඇති බව මට වැටහුණා. පාරේ යන අය හිතන දේවල් මට හොඳටම තේරුණා. මුලදී පුදුම සතුටක් දැණුනේ. අප්පච්චි හරි! ඒ මට දැණුන විදිහ (Telepathic power) "

"මුලදී තිබුණ කාරුණික හඬවල් ටිකෙන් ටික බෝහෝම පරුෂ, රළු වීමට පටන් ගත්තා. මාව ප්‍රසිද්ධ වෙන එක වලක්වන්න මිනිමරුවකු මා පසුපස එන බව ඒ හඬවල් නොනවත්වා කීවා. ඒ මිනිමරුවාම මගේ මල්ලිවත් (රිය අනතුරකින් ලංකාවේ දී මිය ගිහින්) මැරූ බව ඒ හඬවල් මට කීවා"

"මට විශාල බියක් ඇති වුණා. මට මේ රටේ යාළුවන් නැහැ! මට ඒ අය ඕනෙත් නැහැ! ඒ මදිවාට ජොබ් එකේ වැඩකට සිඩ්නි ගිය හස්බන්ඩ්ගේ ෆෝන් නම්බර් එක මට මතක් වෙන්නෙම නෑ" (ඇය ඒ වන විට ඒ දෙමහල් නිවසේ තනිවම දින කිහිපයක් සිට ඇත. ආහාර රුචියක් ඇයට තිබී ද නැත. කොණ්ඩය හෝ ශරීරය පවිත්‍ර කිරීමටවත් ඇඳෙන් නැගිටීමට ඇයට අවශ්‍ය වී නොමැත.)

"අප්පච්චි නැතිවෙලා අවුරුදු 3 වෙනුවෙන් මතක වස්ත්‍රයක් වත් පූජා කිරීමට බැරි වූ නිසා (කොහෙද චන්දන සිඩ්නිවලනේ) මම හිටියේ බොහෝම කලකිරිලා, දුකෙන්. ලංකාවේ ඉන්න අම්මා, තාත්තාගේ වියෝවය නිසා ඒ වන විට අසනීප තත්ත්වයෙන් හිටියෙ. අම්මා සමඟවත් කතා කිරීමට මට දුක සිතුණා. මේ වන විට මම හරිම බයෙන් ගුලි වී අඬමින් හිටියේ. මගේ ඔළුවෙන් ඇහෙන කටහඬවල් දිගින් දිගටම මට විධානය කළා

මාව මිනිමරු මාරයාට හඳුනා ගැනීමට බැරි විදිහට සියළුම දේ ලියකියවිලි, ෆොටෝ විනාශ කරන්න. මම මගේ ඇඳුම් සියල්ලම, පාස්පෝට් එක පවා, ලියකියවිලි ඔක්කම ගෙදර පිටුපසට ගෙන ගොස් පිලිස්සීමට පටන් ගත්තා. චන්දනගේ ඇඳුමක් ඇඳගෙන මිනිමරුවාට හඳුනා ගැනීමට බැරි වන විදිහට මම පාර දිගේ ආරක්ෂාවක් සොයා ගෙන දිව ගියා. නමුත් රාත්‍රී වන විට මගේ බිය තවත් වැඩි වුණා. St. Kilda බීච් එක දිගේ මම හැල්මේ මාරයාගෙන් බේරීමට දිව ගියා. මහන්සි වන විට බිම දිගා වෙලා හිටියා."

"මට මේ කිසිවක් තේරුණේ නැහැ. මට මොකද වෙන්නේ ? රෝගයක් ද මේ? කියාවත් මට හිතුනෙ නැහැ. හිසින් දුන්න විධාන අනුව මම කළේ පණ බේරාගෙන දුව යන එක."

"වේගයෙන් ආපු වාහනයක් මා අසල නතර කරන විට මම හිතුවේ මේ මගේ අවසානය කියලා. මගේ හිස කීවේ "ඒ මිනීමරුවා" කියා. මම ඒ අය සමඟ ඇතිවන තුරු පොර බැද්දා. දිව යාමට උත්සාහ කළා. විලාප තිබ්බා.

එකවරම මුළු ලෝකයම අඳුරු වුණා වගේ දැණුනා. මට පියවි සිහිය එන විට හිටියේ රෝහලක. මා සමඟ පොර බඳලා තියෙන්නේ පොලිසියේ අය. (වේගයෙන් දැවෙන ගින්දර දැකලා අසල්වැසියෙක් පොලිසියට කෝල් කරලා) ඒ නිසා විශාල අනතුරක් වැළකුනා කියා පසුව මම දැන ගත්තා. BBQ Gas Cylinder එකට ගිනි ගත්තා නම් අද මෙතන ගෙයක් නැහැ"

මේ වන විට සුරනිගේ මුහුණේ විශාල කැළඹිලි, වරදක් කළා වැනි පෙනුමක් තිබුනා. මා ඇයව සන්සුන් කර කතාව දිගටම කියන ලෙස ඉල්ලා සිටියා.

සිහිසුන්ව සිටි සුරනිව රෝහලට ඇරලවා දීර්ඝ පර්යේෂණයක් ඒ වන විට පොලිසිය ආරම්භ කර තිබුණා. පොලිසිය දුන් පණිවිඩය අනුව චන්දන පෙරලා නිවසට එන විට ඔහුට දැකීමට හැකි වූයේ කුඩුපට්ටම් වූ විවාහ ජායාරූපය, සුරනිගේ අඩක් පිලිස්සුනු ඇඳුම්, අවුල් වූ කාමරයක් පමණි.

"රෝහලේ දී දිගටම මට බෙහෙත් දුන්නා. ඔළුවෙන් ඇහෙන හඬවල් අඩු වීමට පටන් ගත්තා. නමුත් ඖෂධ නිසා ද මන්දා මම ඇවිදින මළ කඳක් (Zombie) වගේ වුණා. මට සතුට, දුක, කේන්තිය නොදැනිමට පටන් ගත්තා. ඇඳ කෙලවර වේදනාවෙන් හිටි චන්දනට කතා කිරීමටවත් මට අවශ්‍ය වුණේ නැහැ"

"ගෙදර පිටත් කළාම මම බෙහෙත් ගන්න එක නැවැත්තුවා. මගේ හිසේ විධාන දීම ඊට පස්සෙ ආයිමත් වැඩි වුණා. මම ජීවත් වී වැඩක් නැති බව විධානය කීවා. මම ඒ නිසා Sleeping Tablets අහුරක්ම ගිලලා ජීවිතය නැති කර ගන්න හැදුවා. ඊට පස්සෙ කණ්ඩායමක්ම ගෙදරට ඇවිත් නැවත මාව රෝහලට ගෙන ගියා."

(මේ කණ්ඩායමට මා ද (ලියුම්කරු) ඇතුළත් වුවා. මනෝ වෛද්‍ය වරයෙකු, මනෝ විද්‍යාඥයකු හා සමාජ සේවිකාවක් මෙන්ම මනෝ ප්‍රතිකාරකවරයකු මීට ඇතුළත් වුවා. මෙම රෝගයට මානසික උපදේශන වාගේම ඖෂධ හා රැකවරණය අවශ්‍ය වන බව සුරනි මේ වන විට හොඳින් දන්නා කරුණක්)

"ඉඳ හිටලා ඒ කටහඬවල් මට ඇහෙනවා. මගේ රෝගයේ ස්වභාවය ගැන මම හොඳට දන්නා නිසා ඒ තරම් ඒවා ගණන් නොගෙන සන්සුන්ව සිටීමට, ඒ වගේ වෙලාවට චන්දන සමඟ ඇවිදීමට යාමට මම පුරුදු වෙලා දැන්. චන්දන නම් දැන් පුතෙකු සිටියා නම් හොඳ යැයි නිතර නිතර කියනවා."

ඇය බලාපොරොත්තු සහගතව ඇගේ අම්මා (මේ වන විට ඇගේ අම්මා ඇයව බලා ගැනීමට ඇවිත්) ගෙනවිත් දුන් දුම් දමන තේ කෝප්පයෙන් උගුරක් බීවාය.

1. <u>මොකක්ද මේ භින්නෝන්මාදය Schizophrenia ?</u>

මානසික රෝග අතර ප්‍රධාන ප්‍රභේදයක්. කෙටියෙන් කිවහොත් මෙම රෝගය වැළඳුන පුද්ගලයා "සාමාන්‍ය තත්ත්වයෙන් ඈත් වූ" නැතහොත් Lost of reality තත්ත්වයට පත් වේ.

මේ රෝගය වැළඳුන විට,

Positive Symptoms ලෙස

1 යම් යම් දේ ඒ පුද්ගලයාට පමණක් දැනීම, ඇසීම. ඒවා සත්‍ය නොවුවත් සාමාන්‍ය පුද්ගලයාට මේ පිළිබඳව වැටහීමක් නොමැත. උදා: සුරනිට ඇසුණු පියගේ විධාන

2 Disorganized (හේතු රහිතව මාතෘකා දිගින් දිගටම මාරු කිරීම. කෙසේවත් සම්බන්ධයක් නැති පිළිතුරු දීම)

3 Delusions රෝගියා තරයේම විශ්වාස කරන මතයන්. නමුත් අන් අයට විශ්වාස කිරීමට ප්‍රමාණවත් සාක්ෂි නොමැති. උදා: සුරනි විශ්වාස කළ මිනීමරුවාගේ ලුහුබැඳීම.

4 Grossy Disorganized or Catatonic Behavior (එනම් ඇඳුම්වලට ගිනි තැබීම, ගෙදරින් පලා යෑම, පොලිස් විධානවලට වත් එකඟ නොවීම)

Negative Symptoms ලෙස

Paucity or Absence of Normal Functions (එනම් ඇය කිසිවකු සමඟ වත් කතා නොකළාය. ගෙදර සාමාන්‍ය කටයුතු, පවිත්‍රතාවයන් පිළිබඳව සැලකිලිමත් නොවීම. කලක් සිට මෙසේ වූ බව ඇගේ සැමියා කියයි.)

ඉහත සඳහන් රෝග ලක්ෂණ දෙකක් හෝ වැඩි ප්‍රමාණයක් දිගටමත්, තිව්‍ර ලෙසත් අඩුම තරමේ මාසයක්වත් තිබුණ හොත් පුද්ගලයාට Schizophrenia ඇති බවට අනුමාන කළ හැක. (DSM-IV-TR,2002) මීට අමතරව මේ රෝග ලක්ෂණ නිසා සාමාන්‍ය ජීවිත කටයුතු අඩපණ වේ නම් ද ඒ අඩපණ වීම දිගටම මාස හයක්වත් තිබීම රෝග නිර්ණයට අවශ්‍ය වේ.

සුරනි ගේ අවසාන රෝග නිර්ණය වුයේ Schizophrenia: Paranoid Type ලෙසයි. (වර්ග පහක් ඇත.)

2. <u>හේතු</u>

පැහැදිලි හේතු තවම සොයාගෙන නැත. නමුත්,

1 ජානවල බලපෑමෙන් (පියාට තිබීමට ඉඩ ඇති බව විශ්වාස කරයි)

2මොළයේ රසායනික ද්‍රව්‍ය වල වෙනස් වීමක් (වැඩි වීමක්) (Excess of Nevrotransmitter Dopamine)

3 මොළයේ ආකෘතියේ පැහැදිලි වෙනසක් (Abnormally large Lateral Ventrilles & less active at frontal lobe)

4 පුද්ගල මානසික සෞඛ්‍ය, පරිසරය, පෞරුෂය ප්‍රධාන ලෙස රෝගය ඇති වීමටත්, දිගින් දිගටම පැවැතිමටත් හේතු වන බව. (Stress වැඩිනම්)

3. <u>ප්‍රතිකාර</u>

වර්තමානයේ දි කණ්ඩායමක් මාර්ගයෙන් සපයයි. (මනෝ වෛද්‍යවරයෙකු, මනෝ විද්‍යාඥයකු, සමාජ සේවකයෙකු, හෙදියක්)

1 Hallucinations, Paranoid & Delusion අවම කිරීමට ඖෂධ මාර්ගයෙන් අනිවාර්යයෙන්ම කළ යුතුයි.

2 ඖෂධ දිගින් දිගටම ගන්නවා ද යන්න සුපරික්ෂණයට පවුලේ අයකු පත් කිරීම. සමාජ සේවකයා මේ බව විමර්ශනයේ යෙදී සිටී.

3 රෝගයට බඳුන් වූවන් හට සමාජයට මුහුණ දීමේ විවිධ බාධක ඇත. ක්‍රමයෙන් සමාජයට ප්‍රවේශ වීමට Program එකක් සැකසීම.

4 රෝගීන් තුළ ඇති වැරදිකාර හැඟීම් (Irrational Thoghts), ස්වයං විවේචනය අවම කිරීම ඇතුළු මනෝ ප්‍රතිකාර.

5 රෝග ලක්ෂණ සමඟ ජීවත්වීමට හුරු කිරීම.

4. <u>උපකාර</u>

1 පවුලේ වෛද්‍යවරයා සමඟ කතා කරන්න. අවශ්‍ය නම් මනෝ විද්‍යාඥයකු හෝ මනෝ වෛද්‍යවරයෙකු සමඟ කතා කිරීමට අවශ්‍ය බව කියන්න.

2 -www.psychology.org.au
- www.health.vic.gov.au
-www.mhri.edu.au/asd තොරතුරු විමසන්න.

3 හදිසි අනතුරු අංශයට පුද්ගලයාව ගෙන යන්න.

මනෝ විද්‍යාඥ
ප්‍රසන්න පණ්ඩිතරත්න

අවශ්‍ය උපදෙස් 2 707601/ 4985325 අංකයට අමතා හෝ prabu1@pbpconsultancy.com ඊ මේලයට ලියා හෝ මෙම වෙබ් අඩවියෙන් www.pbpconsultancy.com ලබා ගත හැක.

පසු සටහනක්

තමාගේ ජීවිතකාලයෙන්ම වන්දි ගෙවීමට සිදු වන මේ මානසික රෝගය පිළිබඳව අඩු තරමේ ඔස්ට්‍රේලියාවේ වෙසෙන ජන සමූහය හෝ දැනුවත් කරන ලෙස සුරනි ගේ ඉල්ලීම විය. ඇයගේ සැමියා තවමත් පසුවන්නේ විශාල වේදනාවකින්. දිගින් දිගටම නක්ෂත්‍රය (Astrology), හදි හූනියම්, පලාඵල, නාඩි බැලීම මේ සියල්ලම දැනටමත් අපව අදෘශ්‍යමානව ගිලගෙන ඇති බව චන්දනගේ මතයයි.

මොහොතකට සිතාබලන්න: අවිද්‍යාත්මක, පදනම් විරහිත මත, සිරිත් විරිත් කොපමණ ලංකාවේ සිට ඔස්ට්‍රේලියාවටත් කරපින්නාගෙන ඇවිද්ද කියා? අවාසනාවකට ඊළඟ පරම්පරාවටත් බලෙන්ම පැටවීමට කොපමණ දෙමාපියන් ප්‍රමාණයක් නොදැනුවත්ව හෝ වෙහෙසදරනවා ද යන්න?

ප්‍රශ්නය විය යුත්තේ මෙවන් අර්ථ විරහිත දේ තවමත් කරපිට පටවාගෙන යනවා ද නැතහොත් ජීවිතයේ තීරණාත්මක අවස්ථාවක තීරණ ගැනීම සඳහා ඒ ඒ අංශවලට මනා පළපුරුද්දක් ඇති අයකුගේ උපදෙස් පතනවාද යන්නයි. එසේ ගන්නා තීරණයන් තනි තීරණයක් නොවන හෙයින් ද කරුණු විමසා බලා ගන්නා හෙයින් ද තමාගේ ඉදිරි ජීවිතය පිළිබඳව වැටහීමක් වගකීමක් ඇති බැවින් ද ලබෙන ප්‍රතිඵලය කෙසේ වුවත් තිබෙන ආත්ම අභිමානය මත ම ඉදිරි ජීවිතය සාර්ථක වේවි. එය යහපත් පෞරුෂ වර්ධනයකි. ආරම්භවන නව වසර (2008) වත් විද්‍යාත්මක චින්තනයේ වැදගත්කම අනාගත පරපුරට වටහා දෙමු. එවිටයි අපි අඳුරෙන් එළියට ඒමට වෙර දැරුවා වන්නේ

(පුද්ගල රහසිගතභාවය ආරක්ෂා කිරීම සඳහා නම්, ස්ථාන වෙනස් කර ඇත. විශ්ව විද්‍යාල ආචාර ධර්ම කමිටුවේ අනුමැතිය ලැබී ඇත.)

මනෝ විද්‍යාඥ
ප්‍රසන්න පණ්ඩිතරත්න

අවශ්‍ය උපදෙස් 2 707601/ 4985325 අංකයට අමතා හෝ prabu1@pbpconsultancy.com ඊ මේලයට ලියා හෝ මෙම වෙබ් අඩවියෙන් www.pbpconsultancy.com ලබා ගත හැක.