දේශීය වෙදකමේ සඳහන් තැම්බුමක් ප්‍රමුඛ ප්‍රතිකාර පද්ධතියක් වැදූගෙයි සන්නිය සමනය කිරීම සඳහා යෙදීම

දමයන්ති ඩබ්. එම්. ඒ. [1]
[1] සෞන්දර්ය කලා විශ්වවිද්‍යාලය, 21, ඇල්බට් චන්ද්‍රවංකය, කොළඹ 07

සංක්ෂිප්තය

ගර්භනී මවකගේ ශරීරයේ ඇතිවන රුධිර රසායනයේ හා හෝමොන ශ්‍රාවයන්ගේ වෙනස්වීම් හේතුවෙන් පශ්චාත් ප්‍රසව අවධියේදී ඇතැම් මව්වරු ප්‍රධානවම මානසික රෝග තත්ව තුනකට ගොදුරුවීමේ අවධානමක් ඇති අතර, මාතෘ නිල (Maternity Blues), පශ්චාත් ප්‍රසව විශාදය (Postpartum Depression) හා පශ්චාත් ප්‍රසව සයිකෝෂියාව (Postpartum Psychosis) යනු එම රෝග තත්වයන් වේ. මෙම රෝග ත්‍රිත්වය දේශීය චිකිත්සාවේ "වැදූගෙයි සන්නිය" ලෙස හඳුන්වන අතර, මාතෘ නිල අවස්ථාව වැදූගෙයි සන්නියේ ප්‍රාරම්භක අවස්ථාව ලෙසත් පශ්චාත් ප්‍රසව විශාද අවස්ථාව මධ්‍යතර අවස්ථාව ලෙසත් පශ්චාත් ප්‍රසව සයිකෝෂියාව වැදූගෙයි සන්නියේ තීව්‍ර අවස්ථාව ලෙසත් හැඳින්විය හැකි ය. මූලික අවස්ථාවලදී නිසියාකාරව රෝග තත්වය හඳුනා නොගැනීමෙන් දරුවා බිහි වී පළමු වසර තුළ පශ්චාත් ප්‍රසව විශාද අවස්ථාව, වැදූගෙයි සන්නියේ මධ්‍යතර අවස්ථාව ට පත්වීමේ අවදානම් තත්වයක් ලෙසත් මෙම තත්වය උග්‍ර වී ඇති වන පශ්චාත් ප්‍රසව සයිකෝෂියාව, වැදූගෙයි සන්නියේ තීව්‍ර අවස්ථාව ලෙසත් අනිවාර්ය වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර අවශ්‍යවන තත්වයක් ලෙස දේශීය වෛද්‍යවරුන් මෙන්ම නූතන මානසික වෛද්‍යවරුන්ගේ ද මතයයි. මන්ද මෙම අවස්ථාවේදී බිළිදාගේ, මවගේ මෙන්ම අන් අයගේ ද ජීවිත හානි වැනි දරුණු තත්වයන් ඇතිවන බැවිනි. පශ්චාද් ප්‍රසූත අවධියේ මානසික ගැටලු හෙවත් වැදූගෙයි සන්නිය සඳහා දේශීය ප්‍රතිකාර පන්තියක සාඵල්‍යතාවය සොයා බැලීම සහ දේශීය වෛද්‍ය ක්‍රමය මඟින් පහසුවෙන් සුවකල හැකි අවධානයට ලක්නොවූ පැතිකඩක් සම්බන්ධයෙන් විමර්ශනය කිරීම මෙම පර්යේෂණයේ අරමුණ වූ අතර පාරම්පරික වෛද්‍ය අත්දැකීම් මූලාශ්‍රකොට මෙම පර්යේෂණය සිදුකෙරිණි. වැදූගෙයි සන්නි රෝග අවස්ථාවෙන් පෙලෙන රෝගී මව්වරුන් ලෙස හඳුනාගත් කාන්තාවන් පස් (05) දෙනෙකු මෙම පර්යේෂණය සඳහා සහභාගි කරගත් අතර පාරම්පරික අභ්‍යන්තර ප්‍රතිකාර පන්තියක් සමඟ උපදේශනය ලබාදෙන ලදී. මෙහිදී ප්‍රතිකාර පන්තිය වශයෙන් රඹුක් බොඩ මුල් කරගත් තැම්බුම, විජයරාජ ගුලිය, මාත්තුපහ ගුලිය හා නවරත්න කල්කය භාවිතාකල අතර උපදේශනය වශයෙන් හේතුවාදී චිත්තවේගික ප්‍රතිකාරය, කාල්රොජස් පුද්ගල කේන්ද්‍රීය උපදේශන න්‍යාය, ප්‍රජාතන චර්යා ප්‍රතිකාර හා සරල සංයම අභ්‍යාස යොදා ගන්නාලදී. ප්‍රතිකාර ලබා දීමේ කාල සීමාව රෝගියාගේ තත්වය අනුව වෙනස් කරන ලදී. ප්‍රතිකාර ලබාදීමේ දී මාසයක හා මාස තුනක කාලසීමාවකදී එක් රෝගියෙකු බැගිනුත් මාස හතරක කාලසීමාවකදී රෝගීන් දෙදෙනෙකුත් මාස හයක කාලසීමාවකදී එක් රෝගියෙකුත් ලෙස සුවය ලැබීය. මේ අනුව රඹුක් බොඩ මුල් කරගත් තැම්බුම සහිත ප්‍රතිකාර පද්ධතිය සහ උපදේශනය පශ්චාද් ප්‍රසූත අවධියේ වැදූගෙයි සන්නිය සමනය කිරීමට යෝග්‍ය බවත් මෙමඟින් දරුවා බිහිවීමෙන් මවගේ ශරීරයේ ඇතිවන හෝමෝන අසමතුලිතතාව ක්‍රමවත් කළහැකි බවත් නිගමනය කළහැක.

ප්‍රමුඛ පදඃ වැදූගෙයි සන්නිය, තැම්බුම, දේශීය ප්‍රතිකාර

e-mail: amilavapa@gmail.com