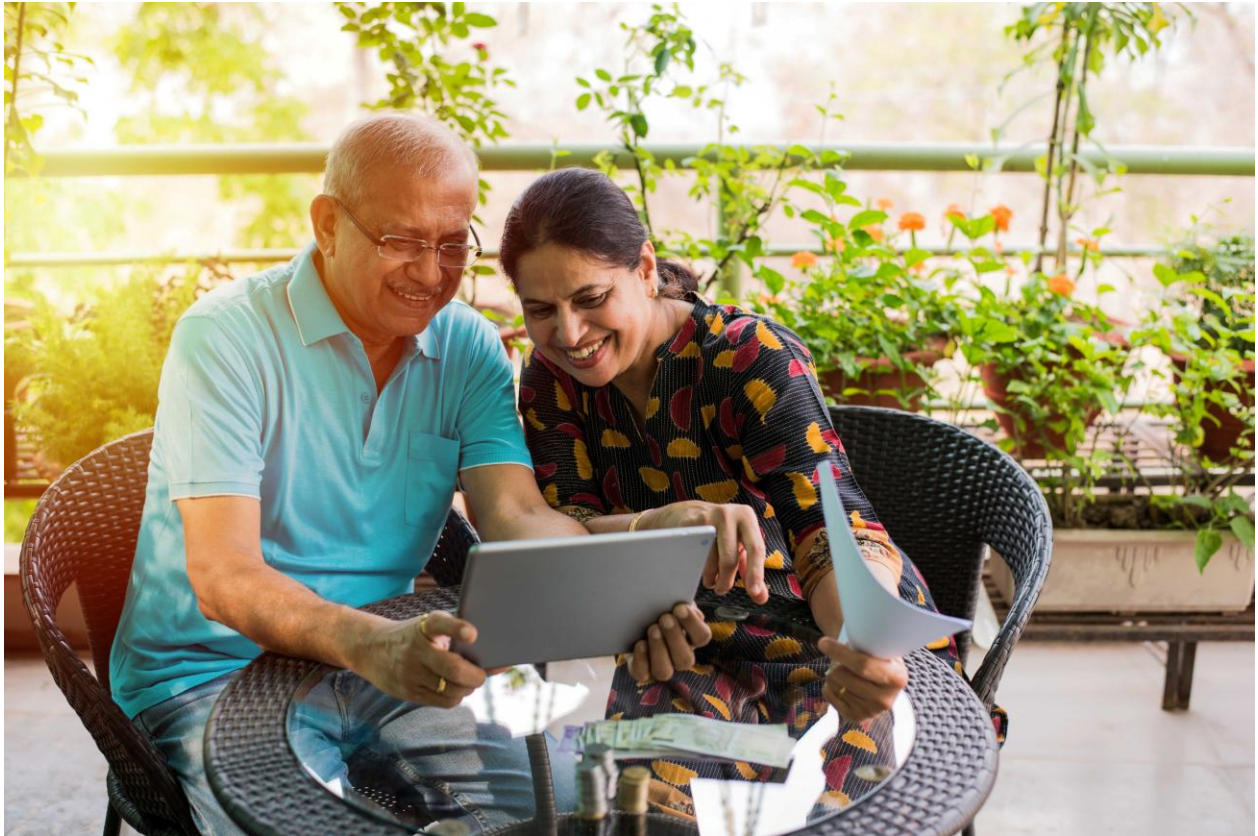


මේ වගේ අමතක වීමක් තියෙන්න පුළුවන්ද?

(ඩිමෙන්ෂියාවට පෙර වදනක්)



ඇත්තටම අපි දවසින් දවස වයසට යනවා . එත් සමගම අපට විවිධ කායික රෝග වලට වගේම මානසික රෝග වලට මුහුණ දීමට සිදු වෙනවා. නමුත් අප කායික රෝග වලට තරම් මානසික රෝග සඳහා ප්‍රතිකාර ලබා ගැනීමට පෙළඹෙනවාද ? ඇත්තෙන්ම නෑ , මොකද කායික රෝගයක රෝග ලක්ෂණ මුල් අවධියේදීම අපගේ ශරීරයට දැනෙනවා වුවත් මානසික අබාධ තත්ව වල රෝග ලක්ෂණ වෙනසක් ලෙස අපට දැනෙන්න පටන් ගන්නේ එම තත්වය තරමක් දුරට උත්සන්න වූ විටදීය. මේ හේතුව නිසා අපි කායික රෝග වලට

තරම් මානසික අබාධ වලට ප්‍රතිකර්ම කිරීමට යොමුවීම ඉතා අඩුය . ඉතින් අද මම ඔබලා සමග කතා කිරීමට සැලසෙන්නෙ එවන් මානසික අබාධ තත්වයක් පිළිබඳවයි. ඩිමෙන්ෂියාව කියූ පමණින් අපගේ මතකයට නැගෙන්නෙ “අමතක වීමෙ” රෝගය ලෙසයි. නමුත් අමතක වීම අපි කාටත් තියන දෙයක් නමුත් මේ ඩිමෙන්ෂියාවේ අමතක වීම පැහැදිලිවම අසාමාන්‍ය අමතක වීමක්. පුද්ගලයෙකු වයස් ගතවීමේදී ස්නායු සෛල වියපත් වීම නිසා දිනය , සමහර ස්ථාන වැනි දෑ අමතක වීමට හැකියාව ඇති නමුත් දෛනික ජීවිතය තුළ සුපුරුදු ලෙස කළ කී දෑ එසේත් නැති නම් මීට මිනිත්තු කිහිපයකට පෙර සිදු වූ සිදුවීම් මතකයෙන් සම්පූර්ණයෙන්ම ගිලිහී යාම සිදුවිය නොහැකි අසාමාන්‍ය තත්වයකි.

ඇත්තටම ඩිමෙන්ෂියාව මේ කියන තරම් බරපතල අබාධ තත්වයක්ද?
ඇත්තෙන්ම ඕව මෙයට හේතුව ලොව පුරා ඩිමෙන්ෂියාව 2020 වන විට මිලියන 50ක් පිරිසකුත් 2030 වන විට මිලියන 78 ක පිරිසකුත් මෙය 2050 වන විට මිලියන 138 දක්වා වැඩි වන බව ගනනය කර ඇත .ඒ අනුව අප ගෙවන සෑම තත්පර 3ක් පසාම අලුතෙන් පුද්ගලයෙකු මෙයට ගොදුරුවන බවට තොරතුරු අනාවරණය වී ඇත. ශ්‍රී ලංකාව තුළ තවමත් සාර්ථකව ගනනය කිරීමක් සිදුකර නොමැති නිසා නිවැරදි දත්ත වාර්ථාවක් සොයා ගැනීම ඉතා අසීරු කටයුත්තකි. කෙසේ වෙතත් ශ්‍රී ලංකාව තුළ 200,000 කට අධික පිරිසක් මෙම මානසික අබාධ තත්වයෙන් පෙළෙන බව සොයාගෙන ඇති අතර මෙය 2030 වන විට 500 000 ඉක්මවිය හැකි බව සංඛ්‍යාදත්ත වලින් පෙන්වා ඇත.

මෙහි රෝග ලක්ෂණ සරල රෝගලක්ෂණ ලෙස පෙනුනද මෙය අපගේ ජීවිතයෙන් අසාමාන්‍ය ලෙස වෙනස් වීමට ලක්වෙයි. ඉතින් මේ ඩිමෙන්ෂියාව හේතු ගණනාවක ප්‍රතිඵලයක් ලෙස මොලයේ ස්නායු සෛල වල සිදුවන වෙනස්කමක් නිසා මතකය , තීරණගැනීමේ හැකියාව , දෙයක් සැලසුම් කිරීම හා ක්‍රියාත්මක කිරීම වැනි දෑ ක්‍රමයෙන් හීන වී ගොස් කාලයත් සමග පුද්ගලයා අකර්මන්‍ය කරන තත්වයකි. කල්තියා හඳුනාගැනීම තුලින් මෙම තත්වය පාලනය කළ හැකි අතර ඔහුගේ හෝ ඇයගේ ජීවිතය ඉදිරි කාල වකවානුව මනාව සැලසුම් කිරීමේ හැකියාවක්ද පවතී. පුද්ගලයාගෙන් පුද්ගලයාට ඩිමෙන්ෂියාවේ රෝග ලක්ෂණ වෙනස් වන නිසා විවිධ පුද්ගලයන්ට ඩිමෙන්ෂියාව බලපාන අකාරයද එකිනෙකට වෙනස්විය හැක . එබැවින් මෙය මහළු අයට බලපාන තත්වයක් නොව වැඩිහිටියන්ට බලපාන

තත්වයක් ලෙස පැවසීම නිවැරදි බව මට හැගේ. ශ්‍රී ලංකාව තුළ සිසුයෙන් ජනග්‍රහනයේ වර්ධනය වීමත් සමග වැඩිහිටියන්ගේ ප්‍රමාණයද ඉහළ යයි. එබැවින් ඔවුන් මුහුණ දෙන මෙවැනි තත්වයන්ගේ ප්‍රමාණයත් සිසුයෙන් ඉහළ යයි.

ඩිමෙන්ශියා නිසා පුද්ගලයෙකුගේ හැසිරීම් රටාවේ ක්‍රමයෙන් වෙනස් වීමක් දැකිය හැක. එයට හේතුව වන්නේ මෙම තත්වය ක්‍රමයෙන් වර්ධනය වන තත්වයක් බැවින් කල් තියා එයට ක්‍රියාත්මක නොවීම නිසා එය ඉතා දරුණු මට්ටමින් උත්සන්න විය හැකි තත්වයක් බවට පත්වීමයි. මුල් අවධියේ මෙම වෙනස්කම් හඳුනා ගැනීමට ඉතා අසීරුය. එයට ප්‍රධානතම හේතුව වන්නේ එම වෙනස්කම් වයස්ගත වීමත් සමග ඇතිවන සාමාන්‍ය තත්වයක් ලෙස නොසලකා හැරීම නිසාය. නමුත් මෙය මුල් අවධියේදී හඳුනා ගැනීම මගින් මෙම තත්වය උත්සන්නවීම පාලනය කළ හැකි අතර පසු අවධියේදී හඳුනා ගතහොත් මෙය අපගේ පාලනයෙන් වගේම වෛද්‍යවරුන්ගේ පාලනයෙන්ද මිදී පාලනය කළ නොහැකි මට්ටමකට පත් විය හැක .

ඇත්තෙන්ම ඩිමෙන්ශියාවේ රෝග ලක්ෂණ වල වර්ධනය වීම සිදුවන්නේ ක්‍රමානුකූලව වේ. බොහෝ වේලාවට කෙටි කලීන මතකයක් අමතක වීම දැකිය හැකිය . මීට සුළුමොහොතකට පෙර සිදු වූ සිදුවීමක් හෝ ක්‍රියාකාරකම්ක් සම්පූර්ණයෙන් මතකයෙන් ඉවත්වී යා හැකිය. මෙ හේතුව නිසාම එකම සිදුවීම නැවත නැවත මතක් කිරීමට සිදුවේ. මුල් අවධිය තුළම තීරණ ගැනීමේ හා සැලසුම් කිරීමේ හැකියාවද ක්‍රමයෙන් හීන වී යන අතර ජීවිතයේ ඇතැම් තැන් වලදී ගන්නා සරල තීරණයේ සිට සංකීර්ණ තීරණ පවා ගැනීමට අපහසු විය හැක. කෙටි කාලීන මතකය ගිලිහී යාම නිසා සිදුවන අනික් සිදුවීම නම් තමන්ගේ මැදිහත්වීමෙන් සිදු දේ වල වගකීම භාර ගැනීමට අකමැතිවීමයි. මෙහිදී තමන්ගේ වැරදි අනෙකාපිට පැටවීම දැකිය හැක. මෙම තත්වය තවදුරටත් උත්සන්න වන විට කාලය හා ස්ථානය පිළිබඳ අපහැදිලි තැන් ඇතිවිය හැකි වගේම තමන් ජීවත් වූ පරිසරය නුහුරු නුපුරුදි තැනක් බවට පත්වී යයි. මෙම අවධියේදීම භාෂාව හැසිරවීමේ දුර්වලතා හා හසුරුවන භාෂාව අපහැදිලි සහගත විය හැක . ක්‍රමයෙන් මොවුන්ගේ හැසිරීම් රටාවල වෙනසක්

ඇති වන අතර සමහර අවස්ථා වලදී නිවසින් බැහැරවී යාමටද ඉඩකඩ ඇත. ඉලග විශේෂම කරුන නම් තමා භාවිතා කරන බඩු භාන්ඩ ආදිය අසාමාන්‍ය ස්ථාන වල ස්ථානගත කිරීමයි. මෙම තත්වය ඉතා උත්සන්න වූ විට හෂාව හැසිරවීම සම්පූර්ණයෙන් අපහසු තත්වයට පත් වන අතර කුසගින්න, මුත්‍රා පිටවීම වැනි අත්‍යාවශ්‍යම ක්‍රියාවලීන් වල අවබෝධය ගිලිහී යයි. සමාන්‍ය අවකාශයතුල ඇති උස දිග පළල හා වේගය වැනි සරල පරාමිතින් අවබෝධයෙන් ගිලිහී යාමටද ඉඩකඩ ඇත . ඇත්තෙන්ම ඩිමෙන්ශියාව කියන්නේ හුදෙක් මානසික අබාධතත්වයක්ම නොව ඊට එහා ගොස් සමාජමය ගැටලුවක් පවා ඇතිවිය හැකි තත්වයක් බව මෙයින් හැගවෙයි .පුද්ගලයෙකුගේ සිදුවන මෙවැනි වෙනස් කම් නිසා එම පුද්ගලයා සමාජයෙන් දුරස්ථ හුදකලාව තම ජීවිතය ගත කිරීමට ඉතා ප්‍රිය කරයි.ඇත්තෙන්ම ඩිමෙන්ශියාව කියන්නේ අප ලගින් ජීවත් වෙන නිහඩ මාරයෙක් බව කිවහොත් නිවැරදි යැයි මට හැගේ. ක්‍රමයෙන් වර්ධනය වන මෙවැනි රෝග ලක්ෂණ කල්තියා හඳුනා ගත හොත් මෙම තත්වය වර්ධනය වීම අඩපන ක්‍රියාමාර්ග ගෙන ඔහුගේ හෝ ඇයගේ ඉදිරි ජීවිතය මනාව සැල්සුම් කිරීමේ හැකියාවක්ද පවතී. ඉතින් මෙවන් තත්වයක් මත්ඩිමෙන්ශියාව ගැන දැනුවත්භාවයක් ලබා සිටීම ඉතා වටිනා කරුණක් වෙයි. ඉතින් ඩිමෙන්ශියාව ගැන තව දුරටත් තොරතුරු දැන ගැනීමට හා උපකාර සේවා ලබා ගැනීමට ලංකා ඇල්සයිමර්ස් පදනම හරහා හැකියාවක් ඇති බව ඔබ දන්නවාද? ලංකා ඇල්සයිමර්ස් පදනම කියන්නේ ලංකාව තුල සිටින සංජානීය හැකියාවන් හීන වූ ඩිමෙන්ශියාවේ පෙළෙන පුද්ගලයන්ට හා ඔවුන්ගේ පවිලේ සමීපතමයන්ගේ අවශ්‍යතා හා උවමනා ඉටු කරගැනීමට කැපවී කටයුතු කරන ලංකාවේ එකම ආයතනය බව මට ආඩම්බරයෙන් කියන්න පුළුවන්. ඉතින් ඔබ හෝ ඔබගේ පවිලේ අයෙකු හෝ අසල්වාසියෙකු මෙවැනි තත්වයකට මුහුණ දී ඇත්නම් දැන්ම ලංකා ඇල්සයිමර්ස් පදනම හා එක්වී ඔබට අවශ්‍ය උපකාර ලබා ගන්න අමතක නොකරන්න

H.D ඩිලාන් සදනුවන් (වැඩසටහන් නිලධාරී-ලංකා ඇල්සයිමර්ස් පදනම)

ජාත්‍යන්තර ඇල්සයිමර්ස් මාසය වෙනුවෙන් ලියන ලදී

