පශ්චාත් ව්‍යසන ක්ලමථ අක්‍රමතාව හා ශ්‍රී ලාංකිකයෝ

දෙවන කොටස

වෛද්‍ය රුවන් එම්. ජයතුංග

88 - 89 භීෂණය

ලංකා ඉතිහාසයේ අණාතුරුම යුගයක් සනිටුහන් කළ ජනතා විමුක්ති පෙරමුණේ දෙවැනි කැරැල්ල ක්‍රියාත්මක වුණු '88 - '89 දෙවසර තුළ, එය මුල් කොට ගෙන ඝාතනයට ලක් වූ පිරිස 60000 කට අධිකය. එකල මනුෂ්‍යත්වයට එදිරිව ක්‍රියාත්මක වූ යම් කෲර පිළිවෙත් සමහරක් කතා කළ නොහැකි තරම් ජුගුප්සාජනක වූ අතර, සිදු වූ දැවැන්ත මනුෂ්‍ය ඝාතනයෙන් හා පොදු දේපල විනාශයෙන් රටවැසියෝ දැඩි පීඩාවට ලක්වූහ. මනෝවිද්‍යාත්මක පර්යේෂණ උකහා දක්වන අන්දමට මෙම කාලය තුළ භීෂණයට ලක් වූ හා එය ක්‍රියාත්මක කළ අය අතර, උග්‍ර පශ්චාත් ව්‍යසන පීඩාකාරී මානසිකත්වයට ලක්වූවෝ සිටිති.

2004 සුනාමිය

ලිඛිත ලංකා ඉතිහාසයේ දරුණුම ස්වාභාවික ව්‍යසනය වූ 2004 සුනාමිය, දිනක් තුළ මිනිසුන් 30000 කට වැඩි ප්‍රමාණයකට මරු කැඳවමින් ද, තවත් 545775කට උන්හිටි තැන් අහිමි කරමින්ද නිමාවට පත් විය. සුනාමිය තරම් ක්ෂණයකින් පශ්චාත් ව්‍යසන ක්ලමථ තත්ත්වයක් ඇති කළ සිද්ධියක් නොමැති තරම්ය. සුනාමියට සති 3-4 කට පසුව ඊට මුහුණ දුන් දරුවන් ඇසුරින් කරන ලද පර්යේෂණයකින් හෙළි වූයේ ඔවුන්ගේ 14% *39% දක්වා පිරිසක් PTSD තත්ත්වයෙන් පෙළෙන බවය. මාස කිහිපයකට පසුව යෞවනයන් හා ඔවුන්ගේ මව්වරුන් ඇසුරින් කරන ලද සමීක්ෂණයකින්, ඔවුන් 41% හා 20% වශයෙන් PTSD තත්ත්වයෙන් පීඩා විඳින බව හෙළි විය. (2004 සුනාමියේ මානසික බලපෑම * ආචාර්ය මැතිව් ටල්)

පහළොස් මසකට පසු සුනාමි ව්‍යසනයෙන් දිවි ගලවාගත් 113 දෙනෙකු ඇසුරෙන් මේරියම් ජේ. ජේ. ලොමෙන්, ඈන්ජලීන් ජේ.එම්.එල්. සොන්ඩර්ස් සහ නිකොලි බුක් •Maastricht Liniveßity, Netherlands) කරන ලද සමීක්ෂණයෙන් හෙළි වූයේ ඒ වන විටත් ඒ පිරිසෙන් 52.2% ක් PTSD යෙන් පෙළෙන බවය. සුනාමි ව්‍යසනයෙන් ගොඩ ඒම සඳහා ශ්‍රී ලංකාවට අතිමහත් ආධාර ප්‍රමාණයක් ලැබුණු අතර EMDR HAP මගින් මානසික සෞඛ්‍ය ස්ථාපිත කිරීම සඳහා ලැබුණු සේවය ප්‍රශස්ථ කටයුතුය. මේ අතර

වෛද්‍ය නැන්සි අරේවෝ සහ කණ්ඩායම විසින් ව්‍යසනයට මුහුණ පෑ, මානසිකව ව්‍යාකූල තත්ත්වයට පත්වී සිටි පුරවැසියන් සඳහා ලබාදුන් සේවය අතිමහත්ය.

30 අවුරුදු යුද්ධය

ගෙවී ගිය සියවස තුළ අඛණ්ඩ ප්‍රචණ්ඩත්වයක් හුවා දැක්වූ දීර්ඝතම යුද්ධයක් ලෙස ශ්‍රී ලංකා යුධ හමුදව හා එල්.ටී.ටී.ඊ සංවිධානය අතර වූ සටන හැඳින්විය හැකිය. ශ්‍රී ලාංකීය ජන සමාජය තුළ වෛරය හා කෲරත්වය කුළු ගැන් වූ මේ යුද්ධය මිනිස් ජීවිත 75000 කට වඩා බිළිගන්නා ලදුවාට අමතරව ඊට ඍජුව සම්බන්ධ වූ හමුද සෝල්දදුවන් එල්.ටී.ටී.ඊ. සාමාජිකයන්ට සේම සිවිල් වැසියන්ටද අතිශය දරුණු ව්‍යසනකාරී ක්ලමථ තත්ත්වයන් ඇති කළ ප්‍රපංචයක් විය. යුද්ධයට ඍජුව සම්බන්ධ වූ හමුද භටයින් හා එල්.ටී.ටී.ඊ. සොල්දදුවෝ ශාරීරික මෙන්ම මානසික වශයෙන් ද තුවාල ලදහ. යුද්ධය නිසා ලාංකීය සමාජය තුළ සිදු වූ දෙදරීම සුළුපටු නැත. එබැවින් යුද්ධය නිමාවකට පැමිණියත් එයින් ඇති වූ කැළල තවත් දශක ගණනාවක් යන තුරුම ලාංකීය සමාජය තුළ පැහැදිලිව දෘශ්‍යමාන වනු ඇත.

සොල්දදුවන් අතර PTSD තත්ත්වයන් පිළිබඳ නිල දත්ත සපයා ගැනීමේ මාර්ගයක් කිසිවෙකු සතුව දැනට නොමැත. එහෙත් යුධ හමුදවේ විශේෂඥ මානසික සෞඛ්‍ය වෛද්‍යවරයා වූ නීල් ප්‍රනාන්දු මෙම ලේඛකයා විසින් 2002 - 2005 යන තෙවසර තුළ කරන ලද අධ්‍යයනයකින් හෙළි වූයේ සොල්දදුවන් අතර PTSD තත්ත්වයන් සීඝ්‍රයෙන් වර්ධනය වන බවය. හමුද සොල්දදුවන් 824 යොදගෙන කළ අධ්‍යයනයකින් ඉන් 56 දෙනෙක් එනම් 6.7% ක් PTSD දර්ශකයක් සහිත පුද්ගලයින් ලෙස හඳුනා ගන්නාලදී. අප විසින් දළ වශයෙන් ගණන් බලන ලද පරිදි සොල්දදුවන්ගෙන්

<u>වෛද්‍ය නීල් ප්‍රනාන්දු හා මෙම ලේඛකයා විසින් සිදු කරන ලද උක්ත සමීක්ෂයේ දී හෙළි වූ තොරතුරු අනුව යුධ හමුද සොල්දදුවන්ගෙන් 6.8% (6.7%?) PTSD යෙන්ද 15.6% විශාදයෙන් ද 3.5% මත් ඇබ්බැහියෙන් ද 7.8% කායරූපී ආබාධවලින් ද තවත් 9.4% ක් භින්නෝන්මාදය ඇතුළු උග්‍ර මානසික ව්‍යාධීන්ගෙන් ද පෙළෙන බව හෙළිවිය.</u>

8%*12% අතර ප්‍රමාණයක් යුධ ක්ලමථයෙන් •combat stress) පෙළෙන මුත් කිසිදු ඔවුහු ප්‍රතිකර්මයකට භාජනය නොවෙති.

වෛද්‍ය නීල් ප්‍රනාන්දු හා මෙම ලේඛකයා විසින් සිදු කරන ලද උක්ත සමීක්ෂයේ දී හෙළි වූ තොරතුරු අනුව යුධ හමුද සොල්දදුවන්ගෙන් 6.8% (6.7%?) PTSD යෙන්ද 15.6% විශාදයෙන් ද 3.5% මත් ඇබ්බැහියෙන් ද 7.8% කායරූපී ආබාධවලින් ද තවත් 9.4% ක් භින්නෝන්මාදය ඇතුළු උග්‍ර මානසික ව්‍යාධීන්ගෙන් ද පෙළෙන බව හෙළිවිය. අප මේ දකින්නේ මුහුදු පතුලේ සැඟවුණු අයිස් කන්දක ජලයෙන් උඩට මතු වූ කොටස පමණකි. මෙය කොළඹ යුධ හමුද රෝහලෙන් ප්‍රතිකාර ලබන, සටන් පෙරමුණට දීර්ඝකාලීනව නිරාවරණය වූ පිරිසක් වන අතර පොදු හමුදවම නියෝජනය වන සාම්පලයකින් තෝරා නොගත් පිරිසක් වූ නමුදු යුද්ධය තුළ සැඟවී ඇති රුදුරු සත්‍ය මෙය මැයි කෙනෙකුට කිව නොහැකිද? ක්ලමථ තත්ත්වයකට පත් වූ

සොල්දදුවා තම පීඩනය සිය පවුල තුළටත් ඉන් ඔබ්බට සමාජයටත් මුද හරිනු ඇත. දීර්ඝකාලීනව එය මුළු රටටම බලපානු ඇති අතර එහි අතුරු ප්‍රතිඵල දශක ගණනක් මුළුල්ලේ විඳීමට සිදු නොවනු ඇද්ද?

අමරිකානු මනෝවිද්‍යාඥයින්ගේ සංගමය, පශ්චාත් ව්‍යසන ක්ලමථ අක්‍රමතාවය සහිත මානසිකත්වයක්, පුද්ගලයකු තුළ ඇති වීමට බලපෑ හැකි හේතු ප්‍රත්‍යයන් පිළිබඳ විමර්ශනයක් කළ අතර එහිදී එකී ව්‍යසනයේ දරුණුකම, එය පැවති කාලය, ව්‍යසනයට ලක් වූ තැනැත්තා එය අත්දුටු කාලය

යන හේතු කාරණා අතිශය වැදගත් සාධක වන බැව් ප්‍රකාශ වුණි. එලෙසම සමාජීය බලපෑම, පවුලේ රෝග ඉතිහාසය, ළමා කළ මුහුණ දුන් අත්දැකීම්, පෞරුෂය සහ දැනටමත් අත්විඳින යම් මානසික සෞඛ්‍ය ගැටළුවක් ඇතොත් ඒවාද ජෂීෘ තත්ත්වයන් ඇති කිරීම කෙරෙහි බලපෑ හැකි බව ද ඉන් අනාවරණය කෙරුණි. එලෙස උක්ත සාධක කිසිවක් නැතිදු මුත් ව්‍යසනයේ ප්‍රබලතාවය ඕනෑම කෙනෙක් මෙම තත්ත්වයට ලක්විය හැකි බැව් ද අමතක කළ යුතු නැත. යුධ හමුද සෙබන් අතරෙහි මෙලෙස සීඝ්‍රයෙන් ඇති වී යන පශ්චාත් ව්‍යසන ක්ලමථ අක්‍රමතාවය පිළිබඳ හඳුනා ගැනීමට අදළ බලධාරීන්ට නොහැකි වීම, ඒ සඳහා ඔවුන්ට අවශ්‍ය විශේෂඥ සහය දුලබ

වීම, එමාකාරයේ ව්‍යාපෘති ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා ඔවුන්ට ඇති මූල්‍යමය ගැටළු ආදිය මෙම ප්‍රශ්නය තවතවත් උග්‍ර කිරීමට සමත් වනු ඇත. යුධ ක්ලමථය සමග PTSDතත්ත්වයන් සොල්දදුවන් අතර වැඩිවීම කෙරෙහි, රටෙහි සමාජ ආර්ථික පසුබිමෙහිද බලපෑමක් තිබූ බව අපට මෙහිදී දක්නට ලැබුණු තවත් දෙයකි. පවුලේ දරිද්‍රතා ප්‍රශ්නවලට මැදිවී මව මැදපෙරදිග රැකියාවට යාම නිසා ඒ තුළින් ළමා කලම ක්ලමථ තත්ත්වයන්ට මැදි වූ

තරුණයෝ •materíl depriâtion) පසු කලෙක යළිත් අගහිඟකම් නිසා යුධ හමුදවට බැඳුනෝය. ළමා කලම ක්ලමථ තත්ත්වයන්ට මුහුණදුන් මේ තරුණයින් ජෂීෘ යට ලක් වීමට වැඩි නැඹුරුතාවයක් දක්වන ලද බව සමීක්ෂණය සාක්ෂි දරයි. එක් අධ්‍යයනයකට අනුව යුධ ක්ලමථයෙන් පෙළුණු

සොල්දදුවන් 56 දෙනෙකුගෙන් 30 දෙනෙකුම ළමා කාලයේ දීම ක්ලමථ තත්ත්වයන්ට මුහුණ පෑ බැව් හෙළි විය.

ශ්‍රී ලංකා යුධ හමුවේ හිටපු යුධ හමුදපති තිනන් ජෙනරාල් ජෙරී ඩී සිල්වා පවසන අන්දමට පූර්ණ හමුද බලයම නැතිනම් සේනාංක සියල්ලම විරුද්ධවාදියා සමඟ මුහුණට මුහුණලා දීර්ඝ කාලයක් සටන් වැදුණු එකම හමුදව ඇත්තේ ලංකාවේය. මේ හේතුව නිසා සෑම හමුද සෙබලෙකුටම පාහේ ගැටුම් පවතින ප්‍රදේශවල වසර 10*15 වැනි කාලයක් සේවා කිරීමට සිදුවූයේ අතරින් පතර ලැබුණු සුළු නිවාඩු සමගය. මෙය යුධ හමුව තුළ මානසික සෞඛ්‍ය පිරිහීමේ අගය ඉහළ දැමීමට හේතු වී ඇත. යුද්ධය නිමා වුවත් යුද්ධයේ කැළැල් තවමත් අප අතරින් වියැකී නොමැත. ඒවා සමාජයෙන් තුරන් වීමට විටෙක පරම්පරා කිහිපයක කාලයක් ගත වනු ඇත. එයිනිදු යුද්ධය විසින් නිර්මාණය කළ මානසික සෞඛ්‍ය ගැට සඳහා නිසි වැඩ පිළිවෙලක් ඇතිව අවැසි ප්‍රතිකර්ම නොයෙදුවොත් තවත් පරම්පරා ගණනක් ගත වුවත් එහි අනිසි ප්‍රතිඵල වලින් මිදීමට ශ්‍රී ලාංකීය සමාජයට විදීමට නොහැකි වනු ඇත.

භාවනාව කුමකටද?

ලිපියේ අවසාන කොටස ලබන කලාපයේ බලාපොරොත්තුවන්න

Chemistry-VCE/IB
Individual and group

Priyantha Liyanage
0407664546