Myanmar(Burma)

လေးစားအပ်ပါသော စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာပညာရှင်သို့၊

ကျွန်ုပ်တွင်ဆွေမျိုးတယောက်နှင့်ပတ်သက်ပြီးမေးစရာကိစ္စရှိပါသည်။   ၄င်းသည်ကိုယ်ခန္ဓာနှင့်တကွအကြောအချဉ်များနှင့်ပတ်သက်သည့်ဝေဒနာပေါင်းများစွာကိုခံစားနေရသည်မှာ၁ဝနှစ်နီးပါးခန့်ရှိပြီဖြစ်သည်။ကိုယ်ခန္ဓာနှင့်ပတ်သက်သည့်ကိုက်ခဲနာကျင်မှုကိုတနေရာမှတနေရာသို့ပြောင်းရွှေ့ပြီးအဆက်မ   ပြတ်ခံစားရလျက်ရှိသည်။ခြေထောက်များ၊အရိုးအဆစ်များ၊ဦးခေါင်း၊ခါးနှင့်လက်များထဲတွင်ကိုက်ခဲနာကျင်သည်။   ၄င်းတွင်အမြဲတမ်းအစာစားပြီးတိုင်းအစာမကြေသည့်အနှောက်အယှက်မျိုး၊ခက်ခဲသည့်လေနှင့်ပတ်သက်သည့်ရောဂါမျိုး၊   ဝမ်းဗိုက်နာခြင်းနှင့်တခါတရံပျို့အံ့လိုသကဲ့သို့လည်းဖြစ်တတ်သည်။ကျွန်ုပ်တို့နှင့်အခြားသူများကိုပြောမထွက်သည့်လျှို့ဝှက်ဝေဒနာလက္ခဏာမျိုးလည်း၄င်းတွင်ရှိသည်။မူးဝေခြင်း၊အမြင်အာရုံတွင်အနှောက်အယှက်ဖြစ်ခြင်းနှင့်တခါတရံအကြားအာရုံတွင်အနှောက်အယှက်ဖြစ်ခြင်း၊သို့မဟုတ်၊ဥပမာအားဖြင့်တကိုယ်လုံးထုံကြဉ်သကဲ့သို့တခါတခါဖြစ်တတ်သည်။လွန်ခဲ့သည့်နှစ်ကဖင်လန်နိုင်ငံတွင်စစ်ဆေးမှုများစွာနှင့်အမျိုးမျိုးသောဓာတ်မှန်ရိုက်ခြင်းများနှင့်၊၄င်းစစ်ဆေးမှုများထဲတွင်သွေးစစ်   ခြင်းသည်လည်းတမျိုးအပါအဝင်ဖြစ်သည်။မည်သည့်ထူးခြားချက်များကိုမှရှာဖွေတွေ့ရှိရခြင်းမရှိပဲစစ်ထားသည့်သွေးအဖြေများမှာလည်းကောင်းမွန်သည်ဟုဆရာဝန်များကပြောကြသည်။   ထိုနည်းတူစွာသွေးတိုးနှုန်းနှင့်ကိုလက်စထရောတို့မှာလည်းကောင်းမွန်ပြီးရိုက်ထားသည့်ဓာတ်မှန်များ၏အဖြေများမှာလည်းသာမန်သာဖြစ်ကြသည်။စိတ်ပျော်နေသည့်အခါဖြစ်စေ၊စိတ်မပျော်သည့်အခါဖြစ်စေ၊ ၄င်းအနေနှင့်ဤဝေဒနာများကိုငြီးတွားလျက်ရှိသည်။၄င်းကဲ့သို့ဆရာဝန်များထံသွားနိုင်သည့်လူမျိုးကိုကျွန်ုပ်အနေနှင့်မသိကျွမ်းဘူးခဲ့ပါ။၄င်းကိုယ်ကို၄င်းချူခြာသည်ဟုခံစားရပြီး၊လုပ်ဆောင်သင့်သည့်တာဝန်ဝတ္တရားများကိုအမြဲတမ်းထမ်းဆောင်နိုင်စွမ်းအားမရှိပဲဤအနှောက်အယှက်များနှင့်ခံစားရချက်များထဲ၌သာမြုပ်နှံလျက်ရှိသည်။အချို့မိသားစုဝင်အနေနှင့်တခါတခါ၄င်းကိုအနည်းငယ်စိတ်ပျက်လာပြီဖြစ်သည်။ယခင်ကနေထိုင်ခဲ့သည့်ပင်ရင်းနိုင်ငံတွင်ဤဝေဒနာများကိုကုသရာ၌ဆေး၏အကူအညီဖြင့်မပျောက်ကင်းခဲ့သောကြောင့်ရိုးရာဖြင့်ကုသသူထံသို့လည်းသွားရောက်ခဲ့သည်။တခါက၄င်းအနေနှင့်အလဟသခွဲစိတ်ခြင်းကိုခံခဲ့ရသည်။အကိုက်အခဲပျောက်ဆေးများကိုလည်းအချို့ဆေးဆိုင်ရှိသိုလှောင်ခန်းများကုန်သည်အထိလည်းစားခဲ့သည်မှာသေချာသလောက်ဖြစ်သည်။ ဆေးပညာအနေနှင့်၄င်းတွင်မည်သည့်အနာအဆာမျိုးကိုမျှမည်သည့်နိုင်ငံကမှရှာဖွေ၍မတွေ့နိုင်ခြင်းမှာဤကဲ့သို့သောအနှောက်အယှက်ဝေဒနာမျိုးမှာစိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာပြဿနာများဖြစ်နိုင်ပါသလားဟု   မေးလိုပါသည်။

ဆွေမျိုးတော်စပ်သူ။

မေးသူသို့ရှင့်၊

၄င်း၏ကိုယ်ခန္ဓာနှင့်ပတ်သက်ပြီးမည်သည့်အပြစ်အနာအဆာ၊   သို့မဟုတ်ပြောမပြနိုင်လောက်အောင်များပြားသည့်ရောဂါလက္ခဏာများကိုဖန်တီးဖြစ်ပေါ်စေသည့်အကြောင်းအရာကိုအမှန်တကယ်ရှာဖွေ၍မတွေ့ပါကစိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာကြောင့်ဖြစ်သည်ဟုလည်းပြောနိုင်သည်။   စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာအနှောက်အယှက်များကြောင့်ကိုယ်ခန္ဓာတွင်သာဖြစ်ပေါ်သည့်ဝေဒနာလက္ခဏာများ၊များစွာရှိသည်။   ၄င်းတို့အထဲတွင်စိုမာတီစားတီရိုဟိုင်းရီရို (Somatisaatiohäiriö)ခေါ်ရောဂါမှာတခုအပါအဝင်ဖြစ်သည်။ရောဂါဝေဒနာများ၏လက္ခဏာမှာသဘာဝအားဖြင့်ကိုယ်ခန္ဓာနှင့်သာသက်ဆိုင်သောကြောင့်ဝေဒနာရှင်များအနေနှင့်၊အများအားဖြင့်ခန္ဓာကိုယ်နှင့်စပ်လျဉ်း၍ကုသသောဆရာဝန်များထံသို့သွားရောက်ပြီး၄င်းတို့ခံစားရသည့်ဝေဒနာများကိုငြီးငြူပြီးစမ်းသပ်စစ်ဆေးမှုများကိုတောင်းခံကြသည်။   ၄င်းတို့အနေနှင့်၄င်းတို့၏ပြဿနာမှာစိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာဖြစ်သည်ဆိုသည်ကိုလက်ခံရန်ခဲယဉ်းသည်။ဆရာဝန်များဖက်မှလည်းကြည့်မည်ဆိုပါကဤကဲ့သို့သောပုဂ္ဂိုလ်များကိုစိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာပညာရှင်များထံမှအကူအညီတောင်းရန်အကြံပြုမည်ဆိုပါက၄င်းတို့အနေနှင့်စော်ကားသည်ဟုပြင်းထန်စွာမခံစားရစေရန်မှာကြီးမားသောပြဿနာဖြစ်သည်။

စိုမာတီစားတီရိုအနှောင့်အယှက်ဖြစ်ရသည့်အကြောင်းရင်းကိုမပြောနိုင်ပါ။ဤအနှောင့်အယှက်မျိုးကိုခံစားရသည့်ဝေဒနာရှင်အနေနှင့်သဘာဝအားဖြင့်ပြင်းထန်စွာခံစားရပြီး၄င်း၏လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်နိုင်မှုစွမ်းအားကိုဆုတ်ယုတ်စေသည်။အနှောင့်အယှက်ဝေဒနာကိုခံစားရသည့်ပုဂ္ဂိုလ်သည်ရောဂါဝေဒနာကိုဟန်ဆောင်မှုပြုလုပ်နေခြင်းမဟုတ်သကဲ့သို့၊   ရောဂါဝေဒနာလက္ခဏာများကိုလည်းစိတ်စွမ်းအားဖြင့်ထိမ်းချုပ်နိုင်ခြင်းမရှိကြောင်းကိုနားလည်ရမည်မှာအရေးကြီးသည်။

ဤကဲ့သို့ကိုယ်ခန္ဓာတွင်ဖြစ်ပေါ်သောရောဂါဝေဒနာလက္ခဏာကဲ့သို့သောစိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာအနှောင့်အယှက်မျိုးအတွက်သေချာစွာသပ်မှတ်ထားသည့်ကုသမှုမျိုးမရှိပေ။အများအားဖြင့်ဆရာဝန်နှင့်ကောင်းစွာအဆက်အသွယ်ရှိခြင်းသည်တန်ဖိုးမဖြတ်နိုင်သောအရာဖြစ်သည်။ဝေဒနာရှင်အားဤရောဂါလက္ခဏာများနှင့်အတူအသက်ရှင်တတ်ရန်သင်ပေးပြီးဆရာဝန်အနေနှင့်သင့်တော်သည့်ဆေးကိုခန့်မှန်းပေး၍စားသုံးစေခြင်းအားဖြင့်၄င်းဝေဒနာလက္ခဏာများကိုလျော့ပါးစေသည်။ တခါတရံဆရာဝန်ဖြင့်ဆွေးနွေးခြင်းဖြင့်လည်းအမျိုးမျိုးသောလူမှုရေးဆိုင်ရာများ၊သို့မဟုတ်စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာများကြောင့်ယခုခံစားနေရသည့်ဝေဒနာလက္ခဏာများကိုဖြစ်ပေါ်စေနိုင်ကြောင်းဝေဒနာရှင်အနေနှင့်သိခွင့်ရရန်အတွက်အထောက်အကူပြုသည်။ ဝေဒနာရှင်၏ရောဂါလက္ခဏာများစတင်ဖြစ်ပေါ်လာရခြင်းသည်မိသားစုကြုံတွေ့ခဲ့ရသောအခက်အခဲများကြောင့်ဖြစ်သည်ဆိုပါကကုသရာတွင်၊ဝေဒနာရှင်၏မိသားစုဝင်များကိုလည်းကြိုးစားပြီးတွေ့ဆုံနိုင်ရန်   အရေးကြီးသည်။