

ප්‍රතිකාර

- හැසිරීම් වෙනස් කිරීම සඳහා කරන වයරාත්මක ප්‍රතිකාර
- ඖෂධ ප්‍රතිකාර

Summary

ග්‍රස්කිය (OCD) නිසා පුද්ගලයෙකුට සමාජීය වශයෙන්/ වෘත්තීය වශයෙන් බාධා ඇති විය හැක.

එයට මානසික ප්‍රතිකාර ඇත.

ග්‍රස්කිය (OCD) තත්වයක් ඔබට / දන්නා කෙනෙකුට තිබේයයි සිතේ නම් ලඟම ඇති රෝහලේ මානසික වෛද්‍යවරයා හමුවන්න

ග්‍රස්කිය (OBSESSIVE COMPULSIVE DISORDER- OCD)



**Sri Lanka College of
Psychiatrists**

හැඳින්වීම

ග්‍රස්තිය (OCD) යනු ළමා කාලයේ සිට වැඩි හිටි විය දක්වා ඇති විය හැකි මානසික රෝගයකි.

ග්‍රස්තිය (OCD) තත්වය ඇති පුද්ගලයන්ට සිතෙන අකාරයේ සිතුවිලි සාමන්‍ය පුද්ගලයන්ටද ඇතැම් විට ඇතිවිය හැක. උදාහරණයක් ලෙස සමහර පුද්ගලයින්ට ගෙදරින් බැහැරවූ පසු දොර හරියට වසා ඇත්දැයි සැක සිතීමට හැකිය. සමහරක් විට ආපසු හැරීවත් දොර හරියට වැසී ඇත්දැයි නැවත පරීක්ෂාකර බැලීම සාමාන්‍ය පුද්ගලයකුටද ඇතැම්විට සිදුකරයි.

නමුත් ග්‍රස්තිය (OCD) තත්වය ඇති පුද්ගලයින්ට මෙවැනි සිතුවිලි නැවත නැවත සිතට කරදරයක් වනසේ ඇතිවිය හැක. සාමාන්‍ය පුද්ගලයකුමෙන් එම සිතුවිලි පහසුවෙන් සිතීන් බැරකිරීමට අපහසුය. නැවත නැවත එකම ක්‍රියාවේ තෙරුමක් නැතිව යෙදෙනසේ බලාසිටින කෙනෙකුට පෙනිය හැක.

රෝග ලක්ෂණ

- එකම සිතුවිල්ලක්/ චිත්ත රූපයක් නැවත නැවත ඇති වීම (Obsessions)

මෙම සිතුවිල්ල කිසි තේරුමක් නැති එකක් බව සිතිය හැක. නමුත්, එම සිතුවිල්ල නතර කර ගැනීමට තැත් කල විට, එය නැවත නැවත සිතට කරදරයක් වනසේ ඇතිවේ/ ආතතියක් දැනේ (Anxiety provoking)

මෙම නැවත නැවත ඇතිවන සිතුවිලි සිතේ අතිවන සැකයන් (doubts) ලෙස ඇතිවිය හැක. චිත්ත රූප(images) ලෙස ඇතිවිය හැක. උදාහරණයක් ලෙස දොර හරියට වසා ඇත්ද ? / ගැස් ලිප හරියට වසුවාද?

- එකම ක්‍රියාවක් නැවත නැවත කිරීම (Compulsions in the form of repetitive behaviours)
 - උදාහරණයක් ලෙස අත නැවත නැවත සේදීම, නැවත නැවත දොර වසා ඇත්දැයි බැලීම)
- නැවත නැවත සිතීන් සිදු කරන ක්‍රියා (compulsions in the form of mental acts)
 - උදාහරණයක් ලෙස යම් වචනයක් නැවත නැවත සිතීන් කීම/ යම් ක්‍රියාවක් සිදු කරන ගමන් එකම පිලිවෙලකට හැමවිටම ගනන් කිරීම - සිතීන් සියයට ගනන් කරනතෙක් අත සේදීම)

ග්‍රස්තිය (OCD) ඇති විට නැවත නැවත සිදු කරන ක්‍රියා/ සිතුවිලි වලට කාලය දින පතා සැලකිලිමත් ප්‍රමාණයක් වැය වේ - දිනකට පැයකට වඩා වැඩි කාලයක්

ඉහත රෝග ලක්ෂණ නිසා සාමාජීය වශයෙන්, වෘත්තීය වශයෙන් බාදා ඇති වේ.

ග්‍රස්තිය වක්‍රයක් ලෙස (The OCD Cycle)

