

ಭಾರತೀಯ ಮನೋವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಂಘ

ಕರ್ನಾಟಕ ಶಾಖೆ (ರಿ.)

INDIAN PSYCHIATRIC SOCIETY

KARNATAKA CHAPTER (R.)

www.ipskc.com



KARNATAKA CHAPTER



NEWS LETTER

SEP 2025 – DEC 2025

ISSUE - 05

ಭಾರತೀಯ ಮನೋವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಂಘ

ಕರ್ನಾಟಕ ಶಾಖೆ (ರಿ.)

INDIAN PSYCHIATRIC SOCIETY

KARNATAKA CHAPTER (R.)

www.ipskc.com



KARNATAKA CHAPTER (R.)

11-TIME AWARDEE: BEST IPS STATE BRANCH



Registered Office

#521 B, Godavari Block

National Games Village

Koramangala, Bengaluru – 560 034

Scan For More Details



**A LEGACY OF COMPASSION, CARE, AND COMMITMENT -
IPS KARNATAKA CHAPTER!**

© All copyrights reserved

For feedbacks and comments, please email us on ipskcnewsletter@gmail.com

Indian Psychiatric Society- Karnataka Chapter
Office Bearers-2025-26

President



Dr Anil Kumar M N
+91 9901911667
nagaraiakn24@gmail.com

President-Elect



Dr Kasthuri Pandiyan
+91 9845792600
drkasthurijp@gmail.com

Hon. Secretary



Dr Narayan R Mutalik
+91 9901621771
narayan_mutalik@yahoo.co.in

Hon. Treasurer



Dr Guru S Gowda
+91 9901758577
drsgowda@gmail.com

Hon. Editor



Dr Vijaykumar S
Harbishettar
+91 9480501893
drvijaysh@yahoo.com

Hon. Joint Secretary



Dr Suresh V C
+91 9535176074
suriroc@gmail.com

Imm. Past President



Dr Somashekhar Bijjal
+91 9448333173
drsombijjal1970@gmail.com

Imm. Past Secretary



Dr Harsha G T
+91 9008310114
drharsha85@gmail.com

Executive Committee Members



Dr Satish Ramaiah
+91 9448003478
jindsanic@gmail.com



Dr Vijayraj N
+91 9916491774
shivaramn@gmail.com



Dr Lokesh Babu
+91 900217078
samvada@gmail.com



Dr Vinay Kumar
+91 9964319345
drvinaykumar@gmail.com



Dr Rahul M Rao
+91 9538341467
drabrahmrao@gmail.com



Dr Harini K C
+91 9008645526
drharinimalini@gmail.com

Representative to SZ



Dr Ravindra N Munoli
+91 9972028881
ravintra.nm@humsol.com

Co-opted Member



Dr Deepak S Ghadigaonkar
+91 7022156409
deepak_ghadigaonkar@gmail.com

Co-opted Member



Dr Vishwanatha Sham
Alamela
+91 8971949132
shamalamela@gmail.com

Protocol Officer



Dr Harisha
Delanthabettu
+91 9844028852
drharishad@gmail.com

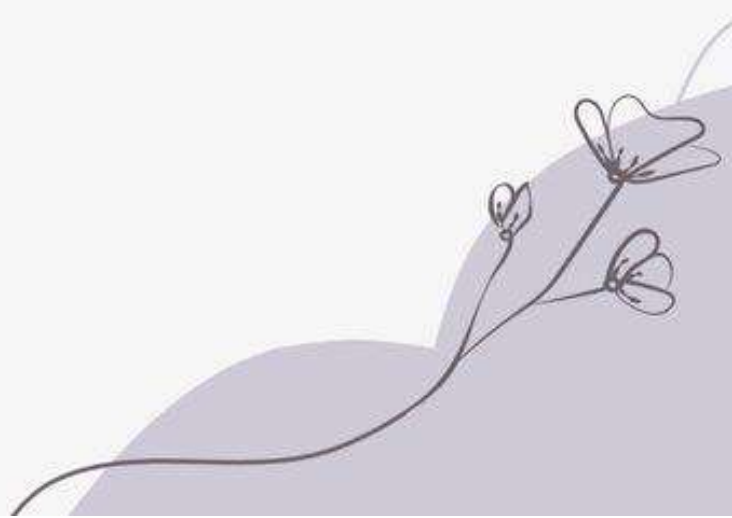
Web Master



Dr Chethan B
+91 8970665996
drchethanrsi@gmail.com



CONTENTS

1. HONARARY JOINT SECRETARY’S ADDRESS
 2. PRESIDENT’S MESSAGE
 3. MESSAGE FROM THE HONORARY SECRETARY
 4. KANCIPS – 2025: REPORT
 5. IPS-KC MEMBERSHIP CERTIFICATE: AN UPDATE
 6. WORLD MENTAL HEALTH DAY – 2025
 7. ACADEMIC ENGAGEMENTS AND SCHOLARLY ACTIVITIES
 8. TEACHERS AWARENESS PROGRAM ON MENTAL HEALTH
 9. IPSOCON – 2025: ACHIEVEMENTS
 10. COMMUNITY OUTREACH BY THE MEMBERS OF IPS-KC
 11. MEDIA CONTRIBUTIONS BY IPS-KC MEMBERS
- 



HONORARY JOINT SECRETARY'S ADDRESS

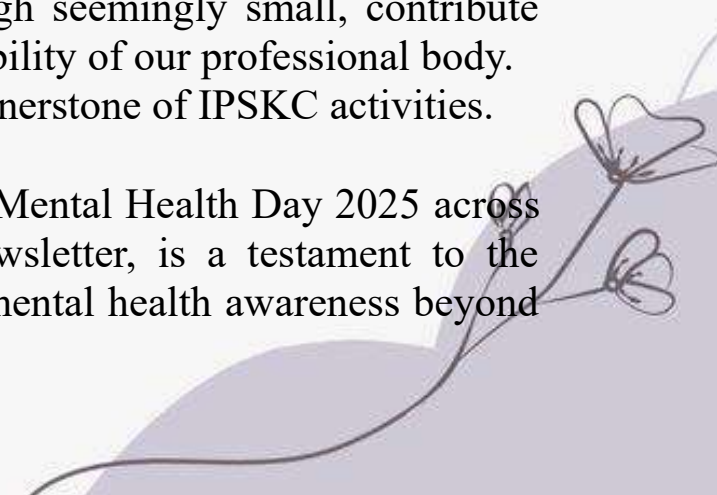
Warm greetings to all esteemed members of the Indian Psychiatric Society – Karnataka Chapter.

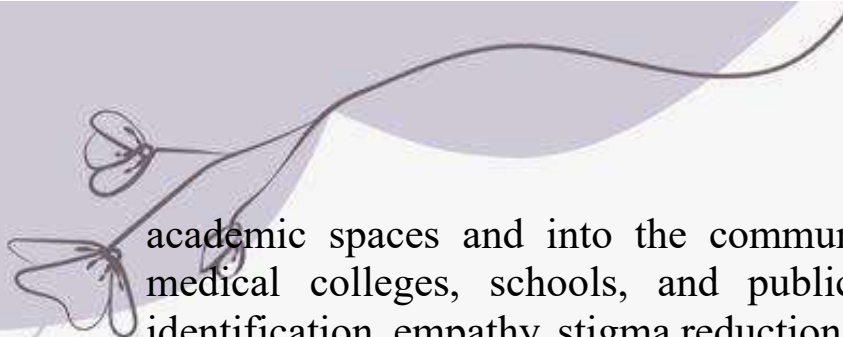
It gives me immense pleasure to reach out to you through the first issue of the IPSKC Newsletter for the year 2026. This edition stands as a reflection of the sustained academic strength, organizational growth, and community-oriented commitment that continue to define our chapter. The past few months have been particularly enriching, marked by meaningful academic engagements, impactful outreach initiatives, and collective efforts aimed at strengthening psychiatric practice and mental health advocacy across Karnataka.

A major highlight featured in this issue is KANCIPS-2025, our flagship annual state conference, which was conducted with great academic depth and professional enthusiasm, at Chikkamagaluru, a region renowned for its natural charm. The conference witnessed active participation from members, postgraduate students, and faculty across institutions, fostering rich scientific dialogue and interdisciplinary exchange. The quality of deliberations, workshops, and symposia reaffirmed IPSKC's role as a strong academic platform that encourages learning, critical thinking, and innovation in psychiatric practice. I sincerely appreciate the dedication of the organizing committee, scientific committee, faculty, delegates, sponsors, and volunteers whose collective efforts made KANCIPS-2025 a memorable success.

This issue also marks an important organizational milestone with the introduction of the new IPSKC membership certificate, aligned with IPS Central standards. This transition reflects our commitment to uniformity, professionalism, and strengthening the institutional identity of our chapter. Such initiatives, though seemingly small, contribute significantly to the cohesion and credibility of our professional body. Community engagement remains a cornerstone of IPSKC activities.

The widespread observance of World Mental Health Day 2025 across Karnataka, as highlighted in this newsletter, is a testament to the dedication of our members in taking mental health awareness beyond





academic spaces and into the community. Programs conducted in medical colleges, schools, and public forums emphasized early identification, empathy, stigma reduction, and the importance of timely intervention, thereby reinforcing our social responsibility as mental health professionals.

On the academic front, IPSKC has continued to emphasize continuous learning and mentorship. Initiatives such as scholarly sessions on thesis writing, research methodology, CMEs, case conferences, and teacher-oriented mental health awareness programs reflect our commitment to capacity building at multiple levels. These programs not only support postgraduate training but also enhance the skills and confidence of practicing psychiatrists and allied professionals.

We also take great pride in acknowledging the achievements of our members at IPSOCON 2025, as well as their increasing contributions to media platforms and public mental health discourse. Such accomplishments bring recognition not only to individual members but also to IPSKC as a vibrant and progressive state chapter.

As we move ahead, IPSKC remains dedicated to advancing academic excellence, professional development, advocacy, and fraternity among its members. I extend my heartfelt appreciation to all office bearers, executive committee members, faculty, postgraduate students, and members for their unwavering support and active participation. Your collective efforts continue to strengthen the foundation and future direction of our chapter.

Let us continue to work together with unity, integrity, and a shared vision to further enhance psychiatric education, research, and mental health care services across Karnataka.

With warm regards,



Dr SURESH V C
Joint Secretary, IPS-KC
Professor and HOD
Department of Psychiatry
Akash Institute of Medical Sciences
And Research Centre, Devanahalli



PRESIDENT'S MESSAGE



MESSAGE FROM THE HONORARY SECRETARY

Dear Esteemed Members,


Warm greetings from the Indian Psychiatric Society – Karnataka Chapter (IPSKC).

It gives me immense pleasure to reach out to you through the first newsletter of this year, following the resounding success of KANCIPS 2025 held at the scenic hill station of Chikkamagaluru. The conference stood as a fine example of academic rigor, professional bonding, and collective organizational effort. KANCIPS 2025 witnessed enthusiastic participation from members across the state, with enriching scientific sessions, stimulating discussions, and excellent knowledge exchange. I place on record my sincere appreciation to the Organising Committee, Scientific Committee, faculty, delegates, sponsors, and volunteers for their dedicated efforts in making the conference a grand success.

I am pleased to share that this academic year begins on a strong note with the first-ever IPSKC Workshop on Peer Review of Journal Papers—a unique and much-needed initiative aimed at strengthening research aptitude, publication ethics, and critical appraisal skills among our members and postgraduate students. This reflects IPSKC’s continued commitment to academic excellence and capacity building.

As Honorary Secretary, I look forward to a year that is inclusive, transparent, and academically vibrant. The forthcoming months will feature academic programs, postgraduate-focused activities, zonal CMEs, research-oriented initiatives, and public mental health awareness programs, ensuring meaningful engagement across all regions of Karnataka.

I also earnestly request all IPSKC members to make the best use of the IPSKC YouTube channel, which serves as a valuable digital academic repository. The channel hosts recordings of scientific sessions,



workshops, CME lectures, and scholarly series, enabling continuous learning and wider academic outreach beyond physical meetings.

I urge senior members, young psychiatrists, and postgraduate trainees alike to actively participate in IPSKC activities and contribute their ideas, expertise, and enthusiasm. Your involvement remains the cornerstone of a dynamic and progressive professional body.

Let us continue to work together in the spirit of unity, integrity, and academic excellence, as we strive to advance mental health care and psychiatric education in our state.

With warm regards,



A handwritten signature in black ink that reads "Dr. Mutalik".

Dr NARAYAN R MUTALIK
Honorary Secretary, IPS-KC

35th Annual Conference of Indian Psychiatric Society, Karnataka Chapter.

KANCIPS - 2025

**Organized by Chikkamagaluru Psychiatric Society in association with
CIMS, Chikkamagaluru**

Them of the conference “Psychiatry redefined- novel interventions”

Venue: CIMS, Teguru, Chikkamagaluru.

Day 1: Pre Conference work shop: Friday 12th September -2025

First workshop was “Hands on OSCE work shop in Psychiatry “Conducted by the esteemed faculty of KMC, Manipal including Dr. PSVN Sharma, Dr Savitha Soman, Dr Rajesh Krishna Bhandary P. Dr. Anil Kumar M.N and Dr. Ravindra Munoli. The workshop was attended by PG students from different colleges across the state. Students got to learn designing, demonstration and hands on experience of OSCE stations.



Second workshop was on “Writing and Publishing scientific paper. A primer for post graduates conducted by EC members of JOPS Dr. Vijaykumar Harbishettar, Dr. Lakshmi shiva, Dr. Ravindra Munoli along with Dr. Sujith Sarkhel, editor in chief, IJP and Dr. Ranganath Kulakarni, Professor of Psychiatry, DIMHANS Dharwad. On the same day walkathon (Jatha) was conducted in the Chikkamagaluru town with 300 B.Sc. nursing students and the organizers to spread awareness about mental health to general public. It was followed by an interactive panel discussion on “Impact of social media on woman’s mental health” resource person being Dr. Raveesh BN, Prof and Head: Department of Psychiatry MMRCI, Mysuru, Sri Thippeswamy Dy Superintendent of police Cybercrime Economics and Narcotics Cell Chikkamagaluru and Sri H.M Sudhakar Advocate, Ex-president BAR association, Chikkamagaluru. The program was conducted by the organizing committee of KANCIPS - 2025 attended by around 200 women from various organizations (town mahila sangha, rotary inner wheel, MES degree college in MES college auditorium Chikkamagaluru, Blind children from Asha Kirana, rotary coffee land, Vande Mataram, Press & Media partners with live telecast.





Day 2: 13th September 2025, Saturday

First day of the Conference was attended by 500 delegates including senior psychiatrists, faculties & PGs across the state, mental health professionals etc. Program started with free oral poster and paper presentations by PGs in 4 different halls- Total 47 free paper and 55 free oral posters were presented over two days. This was followed by the academic sessions in Kuvempu Hall. First session was on “Non – Invasive Brain stimulation (NIBS) Evidence and Utility by Dr. Nishanth Goyal Prof of Psychiatry, CIP, Ranchi.



Next session was on “Consciousness, molecules and the Psychedelic Mind” by Dr. Lakshmi Shiva consultant psychiatrist, Asare neuropsychiatric clinic, Bangalore.



This was followed by the Inaugural ceremony of KANCIPS 2025. The Inaugurations was hosted by Dr. Ravishankar Rao Senior Psychiatrist.



President Dr Somashekar Bijjal declared the conference open, Invocation song was sung by Ms. Gouri and team and the Organizing Chairman delivered the welcome speech.

The conference was inaugurated by Dr. BN Gangadhar Padmashree awardee, former director NIMHANS and former chairman, NMC by lighting the lamp. The program was graced by the presence of distinguished guides. Dr. S Satyanarayana Rao, President elect, IPS, Dr VijayaLaxmi Balekundri, Renowned first woman cardiologist of Karnataka, Rtd Prof cardiology, SJIC Bangalore, Dr Harish M R Dean and Director CIMS, Dr Venkatesh K.R Organizing Chairman KANCIPS 2025. Dr Harish Delanthabettu was the KMC Observer. The program was presided by Dr. Somashekar Bijjal President, IPS KC, Dr Sujith Sarkhel, Editor in Chief, IJP, Dr George Reddy, Hon. secretary IPSSZ, Dr Mahesh Gowda, Hon Treasurer, IPSSZ, Dr Narayan Mutalik Hon Secretary IPSKC, Dr Alok Ganate, Treasurer, IPS KC, Dr Anilkumar MN President elect, IPS KC, Dr Lokesh Babu, Organizing Secretary KANCIPS 2025.



Dr Narayan Mutalik, read the brief report of activities of IPSKC and achievement in the last one year. He also announced the IPSKC annual awards Dr Vivek Benegal, Senior Psychiatrist was felicitated.



Dr Kiran Kumar K, Prof and head, Department of Psychiatry Vydehi institute of medical science, Bangalore was awarded Prof. R Raghuram Distinguished young teacher award.



IPS-Kc Distinguished Service Award was Awarded to Divya Karunya Anandashram, Chikkamagaluru & Dr S.S. Jayaram Award was given to Dr Vasudha Rao, Psychiatrist and Psychotherapist, Swasthi Clinic, Kuvempu nagara, Mysore.



This was followed by release of souvenir by Dr Harsih MR, Release of IPSKC Newsletter by Dr. Sujith Sarkhel release of a book by name “The Language Bridge”– case-based history and examination in Kannada by Dr. George Reddy.

The chief guest Dr BN Gangadhar address the gathering and spoke about the state of Karnataka excelling in the field of mental health, especially DMHP program.



Guest of honor Dr Vijayalakshmi Balekundri spoke about the concept of Psychiatry in Indian Mythology, Lessons from “Bhagavad-Gita” and this was followed by Dr TSS Rao’s speech and Dr Harish MR who spoke about the pride and pleasure of hosting KANCIPS 2025 in CIMS Chikkamagaluru. Dr Somashekar Bijjal delivered the presidential address and elaborated about his tenure as president of IPSKC Dr Lokesh babu delivered the vote of thanks. The program was concluded by singing by the national anthem.

The inaugural ceremony was followed by incoming presidents address chaired by Dr Somashekar Bijjal and past president Dr Murali Thyloth. The incoming president Dr Anilkumar M N expressed his enthusiasm in carrying forward the legacy of IPS KC and its activities.



This was followed by the Eminent Psychiatrist award ceremony. This year two senior psychiatrist. Dr Dasharath V Pathange and Dr A Jagadeesh received the

eminent psychiatrist award, past president Dr N M Patil, Dr Swaminathan and Dr. V A Muli Patil presented the award to Dr Dasharath V Pathange and spoke About his role in providing psychiatric services to North Karnataka. The citation was read by Dr Rahul Mandakenahalli, Dr Dasharath V Pathange Expressed his gratitude to IPSKC for recognizing his service.



Following this Dr Jagadish A and Mrs. Mallika Jagadish were presented with the award, Dr Shashidhar Belagi read the citation. Dr Swaminath G spoke about the excellence of Dr Jagadish A as a Psychiatrist. Dr Jagadish spoke about his career and support system and thanked everyone who contributed for his success.



Next session: Dr. LGP Achar oration this year's awardee Dr Y C Janardhana Reddy was honored by past president Dr N M Patil and Dr Shreepati Batt, citation was ready by Dr Chethan B, Dr Y C Janardhan Reddy delivered his oration on "Innovations in Psychotherapy for obsessive compulsive disorder"



This was followed by Prof R L Kapur memorial Lecture by the awardee Dr Srikumar M Menon the session was chaired by Dr Mathew Varghese and Dr PSVN Sharma, Dr Ravindra Munoli read the Citation





Last Session on day was an “Digital Psychiatry Harnessing AI and VR” by Dr Ravichandran Karkal, Prof of Psychiatry, Yenepoya Medical college, Mangalore, the session focused on the upcoming avenues in digital psychiatry.



Day 3: Sunday, 14th September 2025

The Last day of KANCIPS 2025 had interesting scientific sessions, HSS award paper presentations & symposium running in parallel. Free oral and poster presentations were continued parallelly in different halls. The first session was started by Dr Jagadish Theerthalli on “Ketamine vs IECT in treatment resistant depression” session was chaired by Dr P V Bhandary Dr. K Ashok Reddy which was followed by Dr H.S Subramanyam memorial PG award paper presentation and students presented their research paper, Dr Sourabh S student from NIMHANS Bangalore won the award.

Dr. Harish Kulkarni – Prof of Psychiatry from S N medical college and HSk hospital, Bagalkot gave a talk on “Mobile apps in personalized mental health care” The session was chaired by Dr. Pavan Kulkarni and Dr. C.R Chandrasekhar.



Dr Ranganath Kulkarni, Prof of Psychiatry from DIMHANS Dharwad spoke about psychedelic assisted psychotherapy. He spoke about emerging therapeutic approach that combines the use of psychedelic and psychotherapy for the treatment of mental illness. Dr Vivek Benegal & Dr George Mathew chaired the session.



The last session was about “Ethical, legal and policy implication in novel therapies” by Dr Guru S Gowda Associate prof from NIMHANS Bangalore. He spoke about the ethical and legal issues of novel therapies. The session was chaired by Dr Harisha Delanthabettu and Dr Kasthuri P



Parallel to the above-mentioned sessions, we had symposium in Hall – B Dr Chandrshekar H ESIMC Bangalore. Dr Harisha D SUIMS Shivamogga, Dr Raveesh B N MMCRI Mysore spoke about “Psychiatric practice and mental health review boards”.

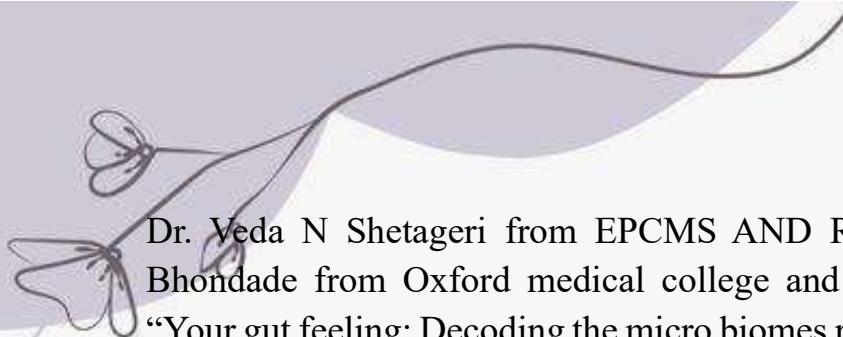
Dr. Suresh Badamath from NIMHANS Bangalore spoke about the “Future of psychiatry and psychotherapy in India –Negative effects of psychotherapy”.

Dr C Naveen kumar spoke about “Telemanas”

Dr Manjunath N NIMHANS, Bangalore spoke about “Delete psycho and mental from psychiatry”.

Dr Guru S Gowda, Dr Deepak Ghadigaonhar and Dr. Suhas Sathish from NIMHANS Bangalore spoke about “Catatonia- evolving perspectives in diagnosis and management”.

Dr Chidatma Arampady, Dr Pavithra Jayashankar, Dr. Swarna Buddha Nayak from NIMHANS Bangalore spoke about “Understanding the shared neurobiology of Psychiatric Disorders by evaluating families - the Centre for brain and mind CCBM project”



Dr. Veda N Shetageri from EPCMS AND RC, Benagaluru and Dr. Swapna Bhondade from Oxford medical college and hospital Bengaluru spoke about “Your gut feeling: Decoding the micro biomes role in mental health a new frontier in psychiatric care and lastly Dr Somashekar Bijjal Prof GIMS Gadag spoke about Extended-release clozapine in Schizophrenia.

The conference was concluded with the valedictorian session where the new office bearers IPSKC were announced namely

- 1. President – Dr Anil Kumar M N**
- 2. Vice president – Dr Kasturi Pandian**
- 3. Hon secretary – Dr Narayan Mutalik**
- 4. Hon Treasurer – Dr Guru S Gowda**
- 5. Editor In Chief – Dr Vijaykumar Harbishettar**

The new president Dr. Anilkumar M N addressed the gathering and announced his plans for the upcoming year. Dr Narayan Mutalik Hon Secretary announced the winner of the HSS PG award paper. Dr. Pavithra N scientific committee member announced the winner of free oral paper and poster presentations.



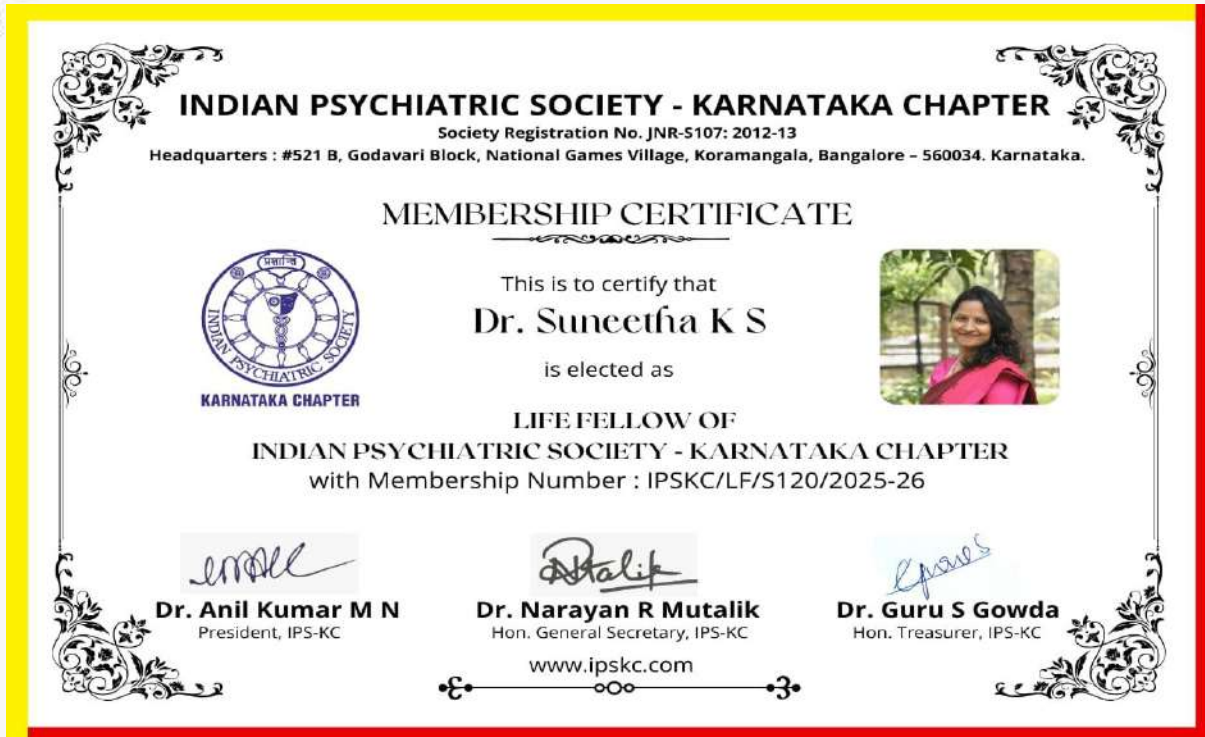
Free oral paper

1. Dr Aadya Jagadish, KMC Manipal
2. Dr Koushik Patil, JNMC Belagavi
3. Dr Anshul Goyal, KMC Manipal

Free poster

1. Dr Smitha Tarachadea, KSHEMA Mangalore
2. Dr Moksha shah, SDM medical college, Dharwad
3. Dr. Ajay Raghavan, KMCRI, Hubli.

IPS-KC MEMBERSHIP CERTIFICATE: AN UPDATE



With the guidance of our President and Secretary, IPSKC has transitioned its membership certificate from the traditional letterhead format to a dedicated certificate template, in alignment with IPS Central. This marks the first issuance in the new standardized format, which will henceforth be provided to all newly enrolled members, ensuring uniformity, professionalism, and improved institutional identity.

WORLD MENTAL HEALTH DAY – 2025

**AKASH INSTITUTE OF MEDICAL SCIENCES
AND RESEARCH CENTER**
Prasannahalli Road, Devanahalli, Near Kempégowda International Airport, Bengaluru – 562110

DEPARTMENT OF PSYCHIATRY

IN ASSOCIATION WITH INDIAN PSYCHIATRIC SOCIETY- KARNATAKA CHAPTER (IPS-KC)


KARNATAKA CHAPTER (R.)

On the occasion of World Mental Health Day- 2025

CME PROGRAMME ON
“CRISIS TO CARE – FROM BREAKDOWN TO BREAKTHROUGH”



DATE: 15th October 2025, WEDNESDAY
TIME: 08.30am – 02.00pm
VENUE: B C Roy Hall, AIMS & RC, Devanahalli

1 KMC point will be credited
REGISTRATIONS ARE MANDATORY

Care begins where crisis is met with understanding

The Department of Psychiatry, Akash Institute of Medical Sciences and Research Centre, Devanahalli, in association with IPS-KC, organized a Continuing Medical Education (CME) program on 15th October 2025 as part of the observance of World Mental Health Day 2025. The event aimed to spread awareness about mental health and highlight this year’s theme: “CRISIS TO CARE - FROM BREAKDOWN TO BREAKTHROUGH”. The program aimed to highlight the journey from mental distress to recovery, emphasizing empathy, awareness, and early intervention in mental health care.

The program began with a welcome address and an introduction to the theme by **Dr Suresh V C**, Professor and Head, Department of Psychiatry, AIMSRC.



As part of the World Mental Health Day observance, the department had also organized a Reels-making competition and a Photography competition, with the themes “Teen Crisis in the Current Era” and “From Darkness to Hope” respectively. MBBS students participated enthusiastically, showcasing their creativity and awareness of mental health issues through these events. The CME and accompanying competitions witnessed active participation from faculty members, postgraduates, and students across departments.



This was followed by a series of enriching and interactive sessions by distinguished guest speakers:

- **Dr Dinakaran Damodharan**, Assistant Professor, Department of Psychiatry, NIMHANS, spoke on “Psychosocial Impact of Disasters.”
- **Dr Sunil Kumar G Patil**, Professor and HOD, Department of Psychiatry, Sri Siddhartha Institute of Medical Sciences, Begur, presented on “Psychiatric Emergencies in General Hospital Settings.”
- **Dr Suresh Bada Math**, Head of Forensic Psychiatry and Telemedicine Centre, NIMHANS, delivered a session on “Coping with Medical Negligence.”
- **Dr Mohan Sunil Kumar**, Founder and Director, Augmenta Health (P) Ltd., engaged the audience with his talk on “Gen Z: In Crisis or Cruise Mode.”

The event concluded with a Vote of Thanks, appreciating the presence and contributions of all dignitaries, speakers, participants, and organizing team.

Swami Vivekananda Youth Movement Comprehensive Care, Support and Treatment for PwDs Program

ವಿಶ್ವ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ದಿನಾಚರಣೆ - ೨೦೨೫

ದಿನಾಂಕ: ೧೨.೧೦.೨೦೨೫,

ಸ್ಥಳ: ವಿವೇಕಾನಂದ ಸ್ಮಾರಕ ಆಸ್ಪತ್ರೆ.

ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದ ಯೂತ್ ಮೂವ್‌ಮೆಂಟ್, ಚಿತ್ತ ಸಂಜೀವಿನಿ ಚಾರಿಟಬಲ್ ಟ್ರಸ್ಟ್, ಲಯನ್ಸ್ ಕ್ಲಬ್ ಹೆಚ್.ಡಿ.ಕೋಟೆ ವಿಶೇಷಚೇತನರಿಗಾಗಿ ಸಮಗ್ರ ಆರೈಕೆ, ಬೆಂಬಲ ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ವತಿಯಿಂದ ಹಾಗೂ ಸಮುದಾಯದ ಸಹಭಾಗಿತ್ವದೊಂದಿಗೆ ಸೇವೆಗಳ ಲಭ್ಯತೆ - ವಿಪತ್ತು ಮತ್ತು ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಎಂಬ ಘೋಷವಾಕ್ಯದೊಂದಿಗೆ ವಿವೇಕಾನಂದ ಸ್ಮಾರಕ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಅವರಣದಲ್ಲಿ ದಿನಾಂಕ ೧೨.೧೦.೨೦೨೫ರ ಭಾನುವಾರದಂದು ವಿಶ್ವ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ದಿನಾಚರಣೆ-೨೦೨೫ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಅಚರಿಸಿ ಸಾರ್ವಜನಿಕರಿಗೆ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸಲಾಯಿತು.



ಮಾನಸಿಕ ಮನೋತಜ್ಞರಾದ ಡಾ. ಸ್ವಾಮಿನಾಥ ಸರ್ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಜ್ಯೋತಿ ಬೆಳಗಿಸಿ ಮಾತನಾಡಿ ನಮ್ಮ ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಜೊತೆಗೆ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ತುಂಬಾ ಮುಖ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಮನೋರೋಗಕ್ಕೆ ಸೇವೆಯ ದಾರಿಗಳು ಕಡಿಮೆ, ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ತುಂಬಾ ದೂರದ

ಪಟ್ಟಣಕ್ಕೆ ಹೋಗಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ದೈಹಿಕ ರೋಗದಂತೆ ಮನೋರೋಗವು ತುಂಬಾ ಜನರಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಅದಕಾರಣ ಮನೋರೋಗದ ಜನಸಂಖ್ಯೆಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಸೇವೆಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಜಾಸ್ತಿ ಇರಬೇಕು, ನೂರು ಜನರಲ್ಲಿ ಮನೋರೋಗ ಇದ್ದರೆ ೨೦ ರಿಂದ ೩೦ ಮಂದಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಸಿಗುತ್ತದೆ, ಉಳಿದ ೭೦ ಮಂದಿ ಮನೋರೋಗಕ್ಕೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ, ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸಿಗಲು ಮಾಡಬೇಕಾದರೆ ಇಂತಹ ದಿನಾಚರಣೆಗಳ ಮೂಲಕ ಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿಸಿ ಮನೋರೋಗದ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳುವಳಿಕೆ ನೀಡಬೇಕು, ಮನೋರೋಗದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಬರಲು ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಮುಜುಗರ ಪಡುತ್ತಾರೆ, ಮುಜುಗರದಿಂದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಬರದೇ ಇದ್ದರೆ ಮನೋರೋಗದ ಸಂಖ್ಯೆ ಜಾಸ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿವರ್ಷ ವಿಶ್ವ ಮನೋರೋಗ ದಿನವನ್ನು ಅಕ್ಟೋಬರ್ ೧೦ ರಂದು ಆಚರಿಸುತ್ತೇವೆ, ಈ ವರ್ಷದ ಘೋಷವಾಕ್ಯ ಸೇವೆಗಳ ಲಭ್ಯತೆ- ವಿಪತ್ತು ಮತ್ತು ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ' ಎಂದು ವಿಶ್ವ ಸಂಸ್ಥೆ ಘೋಷಿಸಿದೆ. ಇಂತಹ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಮನೋರೋಗ ಕಂಡುಬಂದರೆ ಮನೋವೈದ್ಯರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಕೊಡಿಸಲು ಕಿವಿಮಾತನ್ನು ಹೇಳಿದರು.



ಮನೋವೈದ್ಯರಾದ ಡಾ. ಅಮನ್ ವೇದಿಕೆಯಲ್ಲಿದ್ದ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ನಮಸ್ಕಾರಿಸಿ ಈ ವರ್ಷದ ಘೋಷ ವಾಕ್ಯ ವಿಪತ್ತು ಮತ್ತು ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಅವರು ಮಾತನಾಡುತ್ತಾ ಯಾರಾದರೂ ವ್ಯಕ್ತಿ ಒಬ್ಬರಿಗೆ ಜ್ವರ ತಲೆನೋವು ಬಂದರೆ ಅದನ್ನು ಡಾಕ್ಟರ್ ಬಳಿ ತೋರಿಸಬಹುದು ಅದರ ಅವರಿಗೆ ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆ ಬಂದರೆ ನಮ್ಮ ಜೊಗತೆ ಅವರು ಎಷ್ಟು ವರ್ಷಗಳಿದ್ದರೂ ಅದು ನಮಗೆ ಗೊತ್ತಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಏನು ಎಂದರೆ ಮೊದಲನೆಯಾಧಾಗಿ ನಮಗೆ ಗೊತ್ತಿರಬೇಕು ದೈಹಿಕ ಸಮಸ್ಯೆ ಅಲ್ಲೇ ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆ.

ಕೂಟಗಂಭೀರವಾಗುತ್ತದೆ, ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಖಿನ್ನತೆ, ಉದ್ವೇಗ ಮತ್ತು ದುಃಖವಾಗಿರಬಹುದು ಇದು ನಿರಂತರವಾಗಿದ್ದರೆ, ನಮಗೆ ತುಂಬಾ ದುಃಖವಾಗುತ್ತಿದೆ ಅಥವಾ ಬೇಜಾರಾಗುತ್ತದೆ ಅಥವಾ ತುಂಬಾ ಟೆನ್ಷನ್ ಅಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದಾಗ ಅದನ್ನು ನಾವು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಬಾರದು ಅಗ ನಾಟಿಲು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡು ಅವರಿಗೆ ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಯಾಗುತ್ತೇನೇದು ತಜ್ಞರ ಬಳಿ ತೋರಿಸಬೇಕು. ದೈಹಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಗೋತಾಗುತ್ತದೆ ಹಾಗೆ ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ನಾವು ಆರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಹಾಗೆ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಕೆರದುಕೊಂಡು ಹೋಗಬೇಕು ಧೇವರು ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಬೇರೆ ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗಿಂದ ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿರುತ್ತಾನೆ ಎಂದು ಅದು ಅವನ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಬಾವನೆಗಳು ಇದು ಎಲ್ಲವನ್ನು ಆರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡು ನಾವು ನಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂದು ಹೇಳಿದರು.

ಮನೋವೈದ್ಯರಾದ ಡಾ. ಜೀವನ್‌ಕುಮಾರ್ ವಿಪತ್ತು ಎಂದರೆ ಏನು ನೈಸರ್ಗಿಕ ವಿಪತ್ತುಗಳು ಅಚಿದರೆ ಭೂಕಂಪ, ಬರಗಾಲ, ಪ್ರವಾಹ ಇವೆಲ್ಲವೋ ನೈಸರ್ಗಿಕವಾಗಿ ಬರುವುದು, ಇದೆಲ್ಲವೂ ಬಂದಾಗ ಜನರ ದಿನನಿತ್ಯದ ಆಚರಣೆಯಲ್ಲಿ ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಇತ್ತೀಚಿಗೆ ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯದಲ್ಲೂ ವಿಪತ್ತು ಬಂದಿದೆ ೨೦೧೯ರಲ್ಲಿ ಪ್ರವಾಹ ಅಗಿ ಸುಮಾರು ೨೨ ಜಿಲ್ಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲಂಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಜನ ಪ್ರಾಣ ಕಳೆದುಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ ಹಾಗೆ ಬೆಳೆ ನಾಶವಾಗಿದೆ ಹಾಗೂ ಅಸ್ತಿನಾಶವಾಗಿದೆ ಇಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಆಸ್ತಿ ನಾಶ ಬೆಳೆ ನಾಶವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಕೇಳುತ್ತೇವೆ ಅದರೆ ಇಂಥ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಈ ರೀತಿ ವಿಪತ್ತಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಸ್ಟೇಜ್ ಇರುತ್ತದೆ ಹಾಗೆಯೇ ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಯಲ್ಲೂ ಕೂಡ ನಾವು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಸ್ಟೇಜ್‌ನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು ಅದರಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಮೂರು ಅಥವಾ ಆರು ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಕ್ಯೂಆರ್ ಸ್ಟೇಜ್ ಅದರಲ್ಲಿ ಖಿನ್ನತೆ ಭಯ ಮಾತನಾಡದೆ ಇರುವುದು ನನಗೆ ಏನಾದರೂ ಅಗುತ್ತದೆ ಅಥವಾ ನಮ್ಮ ಮನೆಯವರಿಗೆ ಏನಾದರೂ ಆಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಭಯಪಡುವುದು, ಅದಾದ ನಂತರ ಹಲವಾರು ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು ಅದರಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯವಾದದ್ದು Posಣ ಖಿಡಿಚಿಠುಚಿಣಿಠಿ Sಣಡಿess A ವಿಪತ್ತಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ಜನರಿಗೆ ಈ ರೀತಿಯ ಸಮಸ್ಯೆ ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಸರಕಾರದ ಕಡೆಯಿಂದ ಒಂದು ಕ್ಯೂಆರ್ ರೆಸ್ಪಾನ್ಸ್ ಎನ್ನುವ ಕ್ಯಾಂಪ್ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಮಾನಸಿಕ ವಿಭಾಗದ ಡಾಕ್ಟರ್ ಕೂಟ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಇಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಜನ ದುಃಖ ತಡೆಯಲಾಗದೆ ಮತ್ತು ನಿದ್ರೆ ಮಾಡಲು ಅಗುವುದಿಲ್ಲ ಅಗ ಡಾಕ್ಟರ್ ಬಳಿ ತಕ್ಷಣ ಹೋಗಿ ತಿಳಿಸಬೇಕು ಇಲ್ಲ ಮುಂದೆ ಒಂದು ದಿನದ ದಿವಸ ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅಗ ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ನೀವೆಲ್ಲ ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿರಬೇಕು ಹಾಗೆಯೇ

ಟೆಲಿ ಸಂಬರ್ ೧೪೪೧೬ ಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ ನೀವು ಯಾವುದೇ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ವಾರಪೂರ್ತಿ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆ ಇದ್ದರೂ ಅವಿಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಬಹುದು ಈ ರೀತಿಯ ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆ ಯಾವಾಗ ಬೇಕಾದರೂ ಕಾಣಬಹುದು ಅಗ ನೀವು ತಕ್ಷಣವೇ ತಜ್ಞರೊಂದಿಗೆ ಈ ವಿಷಯವನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಅಗ ಇದಕ್ಕೆ ಪರಿಹಾರ ಸಿಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದರು.



ಹಿರಿಯ ವಕೀಲರು ಮತ್ತು ಜಿಲ್ಲಾ ಮಕ್ಕಳ ಕಲ್ಯಾಣ ಸಮಿತಿಯ ಸದಸ್ಯರಾದ ಶ್ರೀಮತಿ ಸರಸ್ವತಿಯವರು ಮಾತನಾಡಿ ದೈಹಿಕ ಅರೋಗ್ಯ ಎಷ್ಟು ಮುಖ್ಯವೋ ಅಷ್ಟೇ ಮಾನಸಿಕ ಅರೋಗ್ಯವು ಅಷ್ಟೇ ತುಂಬಾ ಮುಖ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರು ಮಾನಸಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಜೊತೆ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಮಾನಸಿಕ ರೋಗಕ್ಕೆ ಬರೀ ಮಾತ್ರೆಯಿಂದ ಗುಣವಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಮಾತ್ರೆಯ ಜೊತೆಗೆ ಕುಟುಂಬವರ್ಗದವರ ಮತ್ತು ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಜನರು ಪ್ರೀತಿ ವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಕೊಟ್ಟಾಗ ಮಾತ್ರ ಸಮಸ್ಯೆ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಇನ್ನೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಏನಾದರೂ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಹೋದಾಗ ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಅದನ್ನು ನಾವು ಅಗ ಅವರ ಕಾಯಿಲೆ ಗುಣಮುಖವಾಗಲು ಸಹಾಯ ವಾಗುತ್ತದೆ. ನುರಿತ ವೈದ್ಯರ ಸೇವೆಯು ಸರಗೂರು ಮತ್ತು ಕೋಟೆ ತಾಲ್ಲೂಕಿನ ಜನರಿಗೆ ಸಿಗಲು ಸಂಪರ್ಕ ಕಲ್ಪಿಸಿ ಕೊಟ್ಟಂತಹ ವಿಎಂಹೆಚ್. ಧನ್ಯವಾದಗಳನ್ನು ಅಂತಹ ವೈದ್ಯರ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಸಲ್ಲಿಸಿದರು. ಬಳಿ ಮುಖ್ಯ ಅಸ್ವತ್ತಿಗೆ ಸ್ವಾಮಿನಾಥ ಸೇವೆಯನ್ನು ಮತ್ತು ಅವರು ಹೇಳಿರುವ ಒಂದೋಂದು ಮಾತಿನಂತೆ ನಾವು ಅ ಪ್ರಕಾರವಾಗಿ ನಡೆದುಕೊಂಡು ಹೋದರೆ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಪರಿಹಾರವಾಗುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಮಾನಸಿಕ ಅಸ್ವಸ್ಥನಾದರೆ ಅವನಿಗೆ ಇರುವಂತಹ ಹಕ್ಕುಗಳು ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ ಭಾರತ ಸಂವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವಾಗ ಎಲ್ಲಾ ಮೂಲ ಭೂತ ಹಕ್ಕುಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಪಿತ್ರಾಜಿತ ಆಸ್ತಿಯಲ್ಲಿಯೂ ಆಸ್ತಿಯ ಹಕ್ಕು ಇರುತ್ತದೆ. ಅದರ ಕೆಲವು ಕಡೆ

ಕುಟುಂಬಸ್ಥರು ಮಾನಸಿಕ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆ ಮತ್ತು ಅಂಗವಿಕಲರಿಗೆ ಆಸ್ತಿಯನನು ಕೊಡಲು ನಿರಾಕರಿಸುತ್ತಾರೆ, ಕಾನೂನಿ ಪ್ರಕಾರ ಎಲ್ಲಾ ಆಸ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಸಮಪಾಲು ಇರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಕಾನೂನಿನ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನೀಡಿದರು.

ಲಯನ್ಸ್ ಆಧ್ಯಕ್ಷರಾದ ಶ್ರೀ ಭಾಸ್ಕರ ಕಬಿನಿ ರವರು ಮಾತನಾಡಿ ಮಾನಸಿಕ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆ ಎಂದರೆ ಅದು ಒಂದು ಆಶಿಸ್ತು, ಚಿಕ್ಕ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸಣ್ಣ ವಯಸ್ಸಿನಿಂದಲೇ ಶಿಸ್ತಿನಿಂದ ಸಂಸ್ಕಾರಗಳನ್ನು ಕಲಿಸಿದರೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಸಂಸ್ಕಾರವನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತಾರೆ. ಹಿರಿಯರಿಂದ ಕಿರಿಯರು ಸಂಸ್ಕಾರಗಳನ್ನು ಕಲಿತಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಮಾನಸಿಕ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಯಿಂದ ದೂರವಿರಬಹುದು. ಸಂಸ್ಥೆಯು ನೀಡುತ್ತಿರುವ ಸೇವೆಯನ್ನು ಸಾರ್ವಜನಿಕರು ಸದುಪಯೋಗಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಸಂಸ್ಥೆಯು ವಿಶೇಷಚೇತನರಿಗಾಗಿ ವಿವಿಧ ಯೋಜನೆಗಳ ಮೂಲಕ ಸೇವೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾರೆ ಅವರ ಸೇವೆಯ ಜೊತೆ ನಮ್ಮ ಲಯನ್ಸ್ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಕಡೆಯಿಂದಲೂ ಸೇವೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದರು.



ಅಧ್ಯಕ್ಷತೆ ವಹಿಸಿ ಮಾತನಾಡಿದ ವಿವೇಕಾನಂದ ಸ್ಮಾರಕ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ತುರ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸಾ ತಜ್ಞರಾದ ಡಾ. ಅರ್ಜುನ್ ಎಸ್ ಪ್ರಕಾಶ ಮಾನಸಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಜೊತೆ ಸಾಮಾನ್ಯ ವಿಶ್ವಾಸದಿಂದ ಇರಬೇಕು, ಮನುಷ್ಯರು ಪ್ರೀತಿ ೨೯ ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಮನೋವೈದ್ಯರಾದ ಡಾ. ಸ್ವಾಮಿನಾಥ ಮತ್ತು ಅವರ ತಂಡ ಬೆಂಗಳೂರಿನಿಗಿದ್ದ ವಿವೇಕಾನಂದ ಸ್ಮಾರಕ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಬಂದು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಮೂಲಕ ಸೇವೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತಿರುವುದಕ್ಕೆ ಶ್ಲಾಘಿಸಿದರು. ಸೇವೆಯನ್ನು ಇವರ ಬಂದಿರುವ ಎಲ್ಲರೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಮೂಲಕ ಸಪಲತೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕು ಎಂದು ಅಧ್ಯಕ್ಷರ ನುಡಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದರು.

ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ನಿರೂಪಣೆ : ಶ್ರೀ ವಿ. ನವೀನ್‌ಕುಮಾರ್, ಅಪ್ಪ ಸಮಲೋಚಕರು, ವಿವೇಕಾನಂದ ಸ್ಮಾರಕ ಆಸ್ಪತ್ರೆ, ಸರಗೂರು.

ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ : ಶ್ರೀ ಮಹೇಶ್, ಪುನರ್ವಸತಿ ಸಂಪನ್ಮೂಲ ಸಂಯೋಜಕರು, ಸಿಸಿಎಸ್‌ಟಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ, ಎಸ್.ವಿ.ವೈ.ಎಮ್.

ಗಣ್ಯರನ್ನು ಸ್ವಾಗತಿಸಿದರು: ಶ್ರೀ ಸದಾಶಿವ. ಪುನರ್ವಸತಿ ಸಂಪನ್ಮೂಲ ಸಂಯೋಜಕರು, ಸಿಸಿಎಸ್‌ಟಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಎಸ್.ವಿ.ವೈ.ಎಮ್.

ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ವಂದನಾರ್ಪಣೆಯನ್ನು ನಡೆಸಿಕೊಟ್ಟವರು ಎಂ.ಪಿ. ರಮೇಶ ಹಿರಿಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ವ್ಯವಸ್ಥಾಪಕರು, ಸಿಸಿಎಸ್ ಟಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಎಸ್.ವಿ.ವೈ.ಎಮ್.

ವೇದಿಕೆಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಮನೋವೈದ್ಯರಾದ ಡಾ. ಸ್ವಾಮಿನಾಥ್, ಹೆಚ್.ಡಿ.ಕೋಟೆ ತಾಲ್ಲೂಕುಲಯನ್ಸ್ ಆಧ್ಯಕ್ಷರಾದ ಶ್ರೀ ಭಾಸ್ಕರ್ ಕಬಿನಿ, ವಿವೇಕಾನಂದ ಸ್ಮಾರಕ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ತುರ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸಾ ತಜ್ಞರಾದ ಡಾ. ಅರ್ಜುನ್ ಎಸ್ ಪ್ರಕಾಶ್, ಹಿರಿಯ ವಕೀಲರು ಹಾಗೂ ಮೈಸೂರು ಜಿಲ್ಲಾ ಮಕ್ಕಳ ಕಲ್ಯಾಣ ಸಮಿತಿಯ ಸದಸ್ಯರಾದ ಶ್ರೀಮತಿ ಸರಸ್ವತಿ, ನಿಮಾನ್ಸ್ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಮನೋವೈದ್ಯರಾದ ಡಾ. ಜೀವನ ಮತ್ತು ಡಾ. ಅಮನ್ ಎಪಿಡಿ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಸಾಯಿಲ್, ಕುಮಾರ್, ರಾಣಿ, ವಿವೇಕಾನಂದ ಸ್ಮಾರಕ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಕೃಷ್ಣಕುಮಾರ್, ಹಸೀನಾ, ಸುರೇಂದ್ರ, ವಸಂತಬಾಯ್ ಉಪಸ್ಥಿತರಿದ್ದರು.



ACADEMIC ENGAGEMENTS & SCHOLARLY ACTIVITIES



Wednesday Scholarly 2025-26
(Manuscript Writing Series)

Journal of Psychiatry Spectrum Committee
of the
Indian Psychiatric Society Karnataka Chapter

Invites

Session 1- "How To Write The METHODOLOGY Section"

5th NOV 2025 **7 PM IST**

Speaker: Dr Ravi Philip Rajkumar
Professor, Dept. of Psychiatry
JIPMER, Puducherry
Chief advisor, J Psychiatry Spectrum

Moderator: Dr Samiksha Sahu
Assistant Professor, Dept. of Psychiatry
Gandhi Medical College, Bhopal

<https://tinyurl.com/ipskjournal>



scan to join

Dr Anil Kumar M N President, IPS-KC	Dr Ravindra Munoli Chief Co-ordinator Dr Apurva Co-ordinator	Dr T S S Rao Chair, J Governing Committee Dr Vijay Harbishettar Hon' Editor, IPS-KC
----------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------

Visit Journal Website: <https://journals.lww.com/jops/pages/default.aspx>
Submit your papers via <https://review.jow.medknow.com/jopsys>



Wednesday Scholarly 2025-26
(How to write a paper series)

Journal of Psychiatry Spectrum Committee
of the
Indian Psychiatric Society Karnataka Chapter

Invites

12 Nov 2025 **7 PM IST**

Session 2: Introduction

Speaker: Dr K.S. Shaji
Dean (Research) & Director,
State Resource Centre for Older People
Kerala University of Health Sciences, Thrissur

Moderator: Dr Shyamanta Das
Professor & Head, Dept. of Psychiatry
Dhubri Medical College & Hospital, Dhubri, Assam
Editor-in-Chief, Open Journal of Psychiatry and Allied Sciences (OJPAS)
Advisor- Journal of Psychiatry Spectrum

Click to join  OR  Scan to join

Dr Anil Kumar M N President, IPS-KC	Dr Ravindra Munoli Chief Co-ordinator Dr Apurva Co-ordinator	Dr T S S Rao Chair, J Governing Committee Dr Vijay Harbishettar Hon' Editor, IPS-KC
----------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------

[Click here for Journal Website](#)   [Click to Submit your papers](#) 



Wednesday Scholarly 2025-26
(How to write a paper series)

Journal of Psychiatry Spectrum Committee
of the
Indian Psychiatric Society Karnataka Chapter

Invites

19 Nov 2025 **7 PM IST**

Session 3: Results and Tables

Speaker: Dr Rajshekhar Bipeta
Professor & Head, Dept. of Psychiatry
Government Medical College, Medak, Telangana
Editor-in-Chief, Indian Journal of Psychological Medicine
Advisor, J Psychiatry Spectrum

Moderator: Dr Johnson Pradeep R
Professor & Head, Dept. of Psychiatry
St. John's Medical College, Bengaluru

Click to join  OR  Scan to join

Dr Anil Kumar M N President, IPS-KC	Dr Ravindra Munoli Chief Co-ordinator Dr Apurva Co-ordinator	Dr T S S Rao Chair, J Governing Committee Dr Vijay Harbishettar Hon' Editor, IPS-KC
----------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------

[Click here for Journal Website](#)   [Click to Submit your papers](#) 



Wednesday Scholarly 2025-26
(How to write a paper series)

Journal of Psychiatry Spectrum Committee
of the
Indian Psychiatric Society Karnataka Chapter


Invites

26 Nov 2025 **7 PM IST**

Session 4: In-text Citation and Reference Formatting

Speaker: Dr Prasad NN
Chief Librarian,
Library and Information Centre
NIMHANS, Bengaluru

Moderator: Dr Vidya Giri Shankar
Consultant Psychiatrist
South London and Maudsley NHS Foundation, UK

Click to join  OR  Scan to join

Dr Anil Kumar M N President, IPS-KC	Dr Ravindra Munoli Chief Co-ordinator Dr Apurva Co-ordinator	Dr T S S Rao Chair, J Governing Committee Dr Vijay Harbishettar Hon' Editor, IPS-KC
----------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------

[Click here for Journal Website](#)   [Click to Submit your papers](#) 

Wednesday Scholarly 2025-26
(How to write a paper series)

Journal of Psychiatry Spectrum Committee of the Indian Psychiatric Society Karnataka Chapter

3 Dec 2025 *Invites* **7 PM IST**

Session 5: What's in a name? Title, Abstract & Conclusion of Journal Paper

Speaker: Prof. Muralidharan K
 Professor & Former Medical Superintendent
 Dept of Psychiatry, NIMHANS, Bengaluru
 Advisor, J Psychiatry Spectrum

Moderator: Dr Harshit Hemant Salian
 Assistant Professor, Dept of Psychiatry
 AIIMS, Vijaypur, Jammu

Click to join  OR  Scan to join

Dr Anil Kumar M N
President, IPS-KC
Dr Narayan R Mutalik
Hon' Secretary, IPS-KC

Dr Ravindra Munoli
Chief Co-ordinator
Dr Apurva
Co-ordinator

Dr T S S Rao
Chair, J Governing Committee
Dr Vijay Harbishettar
Hon' Editor, IPS-KC

[Click here for Journal Website](#)  [Click to Submit your papers](#)

Wednesday Scholarly 2025-26
(How to write a paper series)

Journal of Psychiatry Spectrum Committee of the Indian Psychiatric Society Karnataka Chapter

10 Dec 2025 *Invites* **7 PM IST**

Session 6: Presenting Statistical Test Results

Speaker: Dr Mariyamma Philip
 Professor, Dept of Biostatistics
 NIMHANS, Bengaluru
 Statistics Advisor, J Psychiatry Spectrum

Moderator: Dr Subhashini K R
 Associate Professor, Dept. of Psychiatry
 Saveetha Medical College and Hospital, Chennai
 Associate Editor, J Psychiatry Spectrum

Click to join  OR  Scan to join

Dr Anil Kumar M N
President, IPS-KC
Dr Narayan R Mutalik
Hon' Secretary, IPS-KC

Dr Ravindra Munoli
Chief Co-ordinator
Dr Apurva
Co-ordinator

Dr T S S Rao
Chair, J Governing Committee
Dr Vijay Harbishettar
Hon' Editor, IPS-KC

[Click here for Journal Website](#)  [Click to Submit your papers](#)

Wednesday Scholarly 2025-26
(How to write a paper series)

Journal of Psychiatry Spectrum Committee of the Indian Psychiatric Society Karnataka Chapter

17 Dec 2025 *Invites* **7 PM IST**

Session 7: "Discussion"

Speaker: Dr YC Janardhan Reddy
 Dean, Behavioural Sciences; I/C Deanary of Research;
 Senior Professor & Former Head, Dept of Psychiatry;
 NIMHANS, Bengaluru
 Advisor, J Psychiatry Spectrum

Moderator: Dr Saraswathi Tenagi
 Senior Psychiatrist & Former MS, DIMHANS
 Dept of Health and Family Welfare, Govt of Karnataka, Belagavi
 Associate Editor, J Psychiatry Spectrum

Click to join  OR  Scan to join

Dr Anil Kumar M N
President, IPS-KC
Dr Narayan R Mutalik
Hon' Secretary, IPS-KC

Dr Apurva
Co-ordinator

Dr T S S Rao
Chair, J Governing Committee
Dr Vijay Harbishettar
Hon' Editor, IPS-KC

[Click here for Journal Website](#)  [Click to Submit your papers](#)

A weekly online scholarly series (2025–26) by the Indian Psychiatric Society, Karnataka Chapter, guiding participants through scientific paper writing - from introduction and methodology to results, discussion, references, statistics, and presentation - led by experienced faculty through interactive virtual sessions.



The Oxford Medical College, Hospital and Research Centre, Bengaluru, in association with IPSKC and WAPR had organized CME on Psychosocial Rehabilitation and Geriatric Mental Health on 16th Nov 2025.

Journal Print issue (Oct - Dec 2025) was released by the President.



The Oxford Medical College, Hospital and Research Centre, Bengaluru, in association with IPSKC and WAPR had organized CME on Psychosocial Rehabilitation and Geriatric Mental Health on 16th Nov 2025.

Dr PSVN Sharma and **Dr Murali Thyloth** were felicitated during the occasion in recognition of their services to Psychiatric Society.



KARNATAKA CHAPTER



cordially invites you to the
**IPS-KC PG Case Conference
Series 2025-26**

Topic

Schizophrenia at the crossroads: A blended phenotype

Presenter

Dr. Monisha S

Junior resident, Dept. of Psychiatry MVJ MC & RH, Bengaluru

Moderator

Dr. Kasthuri P

Professor, Dept. of Psychiatry MVJMC & RH, Bengaluru

Chairperson

Dr. Anil Kakunje

Professor, Dept. of Psychiatry, Yenepoya Medical College, Mangalore

Date

Wed, 26th November 2025

Time

2:00 pm to 3:30 pm

Venue

Dept. of Psychiatry MVJMC & RH, Bengaluru

Academic Partner:



Makers of



KARNATAKA CHAPTER



Cordially Invites You To The
IPS-KC PG Case Conference Series 2025-26

Topic

**“Silence & Storms:
A Journey Through Female Bipolarity”**

24th December 2025, 2pm to 3.30pm

Presenters

Case History By

Dr. Anusha HV.,

Final Year Resident

Formulation & Management By

Dr. Sneha C.,

Final Year Resident

Moderators

Dr. Anuradha SN.,

Associate Professor

Dr. Yamini D.,

Assistant Professor

Chairpersons

Dr. Swapna B.,

**Professor & Head,
The Oxford Medical College,
Bengaluru**

Dr. Kiran Kumar K.,

**Professor & Head,
Vydehi Medical College,
Bengaluru**



Meeting ID: 837 5781 6498

Passcode: 510270

Venue: Department of Psychiatry, VIMS & RC



VAYOMANASA SANJEEVANI

Geriatric Unit, Department of Psychiatry

in association with



DEPT. OF MENTAL HEALTH EDUCATION

Training Workshop On

How to Write and Speak to the Public for Health Awareness

Registration Free
Limited Seats Only
Fill The Form To Register Now



scan me

Date: December 12th, 2025
Time: 01:30 PM to 03:30 PM

Who Can Apply To Attend?

- Health Care Professionals Working in Healthy Ageing Area
- Completed Masters

Organizing Team

Prof. P T Sivakumar, Dr Vijay Harbishettar, Mrs Komala T Y & VMS Team
Dr Meena K S, Dr Latha K and Mental Health Education Team

Contact us: vms.nimhans@gmail.com 7676358685 | 96064 31873



INDIAN MEDICAL ASSOCIATION

KARNATAKA STATE BRANCH

PUBLIC HEALTH FORUM

Date: 25-11-2025

TUESDAY

Time: 9 PM

TOPIC

Common Mental Health Condition

SPEAKER



Dr. Lokesh Babu

Consultant Psychiatrist
Tumkur

ORGANISERS



Dr. Veerabhadraiah T A
President
IMA KSB



Dr. Suriraju V
Hon. Secretary
IMA KSB



Dr. Karaveeraprabhu
Kyalakond
Director, IMA KSB CGP



Dr. Mahesh G
Secretary
IMA KSB CGP

zoom

CLICK: <https://shorturl.at/19x3r>
Meeting ID: 477 216 0084
Passcode: imaksb

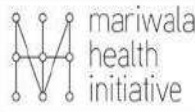


CLICK: <https://youtube.com/live/luzdEX6s464?feature=share>

Organized by



Technical Partner



Partner



Co-Organized by



In Collaboration with



International Conference on Psychosocial Support and Mental Health Services in Disaster Management “Beyond the Rubble: Building Resilience through Psychosocial Support”

24 CRE - RCI
24 CNE - Nursing Council
6 CME - Karnataka Medical Council

10 - 12 October 2025

Venue
NIMHANS Convention Centre,
Hosur Main Road, Lakkasandra,
Hombegowda Nagar,
Bengaluru, Karnataka 560029

Cash Award & Certificate of Merit for Best Papers!



TEACHERS AWARENESS PROGRAMME ON MENTAL HEALTH

Teachers' Awareness Programme on Mental Health Organized by: IPS-KC in association with Kalyan Karnataka Psychiatric Guild (KKPG) & IMA Raichur.

Date: 09th November 2025

Venue: IMA Auditorium, Raichur

Theme: "No Health Without Mental Health"

The Teachers' Awareness Programme on Mental Health was successfully conducted on 09th November 2025 at the IMA Auditorium, Raichur, jointly organized by the Indian Psychiatric Society– Karnataka Chapter (IPS-KC), Kalyan Karnataka Psychiatric Guild (KKPG), and IMA Raichur.



The programme commenced at 10:00 AM and proceeded as per the scheduled agenda. The session was chaired by Dr. Manohar Y. Pattar, Vice President cum President-Elect, KKPG. The event was inaugurated by Sri Somashekharappa Hokrani, DDP, Raichur, who graced the occasion as the Chief Guest. Dr. Shrishailesh Amarkhed, President, IMA Raichur, and Mr. Basavaraj R. Palled, Principal, Pramana PU College, attended as Guests of Honour.

The scientific and awareness sessions were delivered by:- Dr. Manohar Y. Pattar, DMHP Psychiatrist, Raichur- Dr. Vinay Kumar, EC Member, IPS-KC & KKPG

Both speakers emphasized the critical role of teachers in promoting mental health awareness among students and provided practical guidance on identifying early signs of distress, managing classroom stress, and supporting student well-being.



The Welcome Note and Vote of Thanks were delivered by Dr. Sharanabasavaraj D, Psychiatrist, RIMS Raichur, who appreciated the collective efforts of IPS-KC, KKPG, and IMA Raichur in bringing together educators for this noble cause.

The event saw the enthusiastic participation of 50 teachers from various PU Colleges across Raichur district. All participants received Certificates of Participation, presented by the dignitaries at the conclusion of the programme.

The event reflected a strong collaborative effort towards integrating mental health awareness into the educational environment and empowering teachers as frontline promoters of mental well-being.



IPSOCON – 2025: ACHIEVEMENTS



Dr. Sourabh S, Junior Resident at NIMHANS, has added another prestigious honour to his accolades. After winning the Dr. H.S. Subrahmanyam Memorial Award for Best PG Paper at KANCIPS 2025 for his research on “Neurophenomenological study of self-referential processing in schizophrenia – A cross-sectional comparative study,” he has now received the Dr. D.S. Raju Memorial Best PG Paper Award at IPSOCON 2025. Heartfelt congratulations to Dr. Sourabh and his mentors on this remarkable achievement.



Dr Saranya Devanathan was honoured with the prestigious ATHMA ENDOWMENT ORATION AWARD FOR WOMEN PSYCHIATRISTS at IPSOCON - 2025.



Team Karnataka showcased an outstanding performance in cricket at IPSOCON – 2025. The exceptional teamwork, skill, and sportsmanship made for a thrilling game. Special thanks to Dr. Madhukar for igniting the passion and enthusiasm. Keep shining, Team Karnataka!

COMMUNITY OUTREACH BY THE MEMBERS OF IPS-KC



WORLD SUICIDE PREVENTION WEEK OBSERVANCE AT AKASH INSTITUTE OF MEDICAL SCIENCES AND RESEARCH CENTRE, DEVANAHALLI.

The Department of Psychiatry at Akash Institute of Medical Sciences and Research Centre, Devanahalli, under the guidance of **Dr Suresh V C**, organized a series of programs to observe World Suicide Prevention Month across institutions under the Akash Group. The initiatives included awareness talks, creative competitions, and interactive sessions highlighting early identification of distress, stigma reduction, resilience, and the role of health professionals in suicide prevention. Active involvement of postgraduate students ensured smooth coordination and engagement. The department reaffirmed its commitment to promoting mental health awareness, encouraging help-seeking, and fostering resilience within the community.







HUMANITIES AND MEDICINE: A LITERARY SESSION FOR DOCTORS AT IMA SHIMOGA – By **Dr K S PAVITRA**



MENTAL HEALTH AWARENESS AND UDID CAMP AT DEVADURGA GOVT SCHOOL, RAICHUR – By **Dr MANOHAR Y PATTAR**



MENTAL HEALTH AWARENESS PROGRAM FOR ASHA WORKERS AT RAICHUR
– By **Dr MANOHAR Y PATTAR**

ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಪಾಡುವುದು ಎಲ್ಲರ ಜವಾಬ್ದಾರಿ: ಡಾ. ಮನೋಹರ ಪತ್ತಾರ್



ಶುಂಗಬಿಂಬ ರಾಯಚೂರು.ಅ.12:-

ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಜೊತೆಗೆ ನೆರೆಹೊರೆಯವರ ಹಾಗೂ ಸಮಾಜದ ಮಾನಸಿಕ ಕ್ಷೇಮಾಭಿವೃದ್ಧಿಯ ಕಡೆ ಗಮನ ಹರಿಸುವುದು ಇಂದಿನ ಕಾಲದ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ಜಿಲ್ಲಾ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಯ ಹಿರಿಯ ಮನೋವೈದ್ಯ ಡಾ. ಮನೋಹರ ಪತ್ತಾರ್ ಹೇಳಿದರು. ಜಿಲ್ಲಾ ಕಾರಾಗೃಹ, ರಾಯಚೂರಿನಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ದಿನಾಚರಣೆ ಅಂಗವಾಗಿ ಜಿಲ್ಲಾಡಳಿತ, ಜಿಲ್ಲಾ ಪಂಚಾಯತ್, ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಇಲಾಖೆ, ಶಿಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ಸಾಕ್ಷರತಾ ಇಲಾಖೆ ಹಾಗೂ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ವಿಭಾಗದ ಸಹಯೋಗದಲ್ಲಿ ಆಯೋಜಿಸಲಾದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಅವರು ಮುಖ್ಯ ಅತಿಥಿಯಾಗಿ ಮಾತನಾಡಿದರು. ಮದ್ಯಪಾನ ಮತ್ತು ಧೂಮಪಾನದಂತಹ ವ್ಯಸನಗಳಿಂದ ದೂರವಿರುವುದೇ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೊದಲ ಹೆಜ್ಜೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದ ಅವರು, "ಒತ್ತಡ ರಹಿತ ಜೀವನಕ್ಕಾಗಿ

ಸರಿಯಾದ ದಿನಚರಿ, ಸಮತೋಲನಯುತ ಆರೋಚನೆ, ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಮತ್ತು ಅಗತ್ಯವಿದ್ದಾಗ ಮನೋವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಲಹೆ ಪಡೆಯುವ ಮನೋಭಾವ ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು" ಎಂದು ಸಲಹೆ ನೀಡಿದರು. ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಅಧ್ಯಕ್ಷತೆ ವಹಿಸಿ ಮಾತನಾಡಿದ ಅನಿತಾ ಹಿರೇಮನಿ, ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಯೋಗ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಮಾರ್ಗಗಳು ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. "ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಶಾಂತಿ ನೀಡುವ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ದಿನನಿತ್ಯ ಕೈಗೆತ್ತಿಕೊಂಡರೆ ಒತ್ತಡ, ಆತಂಕ ಹಾಗೂ ಮನೋಭಾರ ಕಡಿಮೆಯಾಗಬಹುದು" ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು. ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಕಾರಾಗೃಹ ಜೈಲರ್ ಈರಯ್ಯ ಹಿರೇಮಠ, ಆರೋಗ್ಯ ಇಲಾಖೆಯ ಮುತ್ತುರಾಜ್, ಅರುಣಕುಮಾರ, ಭಾರತಿಯವರು ಉಪಸ್ಥಿತರಿದ್ದರು. ಕಾರಾಗೃಹ ಶಿಕ್ಷಕರಾದ ತಾಯಪ್ಪ ಪ್ರಸಾದ್, ಸಲ್ಲಿಸಿದರು. ಜೈಲರ್ ಸಾವಿತ್ರಿ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಸಲ್ಲಿಸಿದರು. ದೀಪಾ ಸ್ವಾಗತಿಸಿ, ಸುವರ್ಣ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ನಿರೂಪಿಸಿ ವಂದನೆಯೊಂದಿಗೆ ಸಮಾರಂಭಕ್ಕೆ ತೆರಳಿಬಿಟ್ಟರು.

https://www.epaper.raichurvani.com ಸಂಸ್ಥಾಪಕ ಸಂಪಾದಕರು : ಡಿ.ಎನ್.ಕೆ.ಕುಲಕರ್ಣಿ

ರಾಯಚೂರು ವಾಣಿ

RAICHURVANI REGIONAL KANNADA DAILY ರಾಯಚೂರು-ರಂಗನಾಥ-ಶಿವಮೊಗ್ಗ-ಯಾದಗಿರಿ-ಕುಮಟಾ-ಉತ್ತರ-ದಂಡ-ಬಿಜನೂರು-ಬಾಗಲಕೋಟೆ ಪ್ರಾದೇಶಿಕ ಕನ್ನಡ ದಿನಪತ್ರಿಕೆ

‘ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸಿನ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯ ತೆ ಅಗತ್ಯ’

ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ ಅಕ್ಟೋಬರ್ 10 ರಂದು ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತ ಮಿಶ್ರ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ದಿನವನ್ನು ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಬಾರಿ 2025 ನೇ ಸಾಲಿನ ಆಚರಣೆಯಲ್ಲಿ ಮಿಶ್ರ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆ ಘೋಷಿಸಿರುವ ವಿಷಯವೇನೆಂದರೆ "ಮಾನಸಿಕ ಮತ್ತು ಭೌತಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಸಂಬಂಧ"ವನ್ನು ಕೇಂದ್ರವಾಗಿಟ್ಟುಕೊಂಡು "ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಮಹತ್ವ"ವನ್ನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸುವುದು. ಅದು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸಂಪೂರ್ಣ ಮಾನಸಿಕ, ಭೌತಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಕ್ಷೇಮದ ಪ್ರತೀಕವು. ಒತ್ತಡ, ಸಂಕಷ್ಟ, ಸಜ್ಜೆ ಮತ್ತು ಕೋವಿಡ್‌ನಂತಹ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸಿನ ಸಮತೋಲನವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ತರುತ್ತದೆ. ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಭೌತಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು.

ಮನಸ್ಸಿನ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯವು ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ತರುತ್ತದೆ. ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಭೌತಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು.

ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸಿನ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯ ತೆ ಅಗತ್ಯ

ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸಿನ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯ ತೆ ಅಗತ್ಯವು. ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸಿನ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯ ತೆ ಅಗತ್ಯವು. ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸಿನ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯ ತೆ ಅಗತ್ಯವು. ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸಿನ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯ ತೆ ಅಗತ್ಯವು.

ಡಾ. ಮನೋಹರ ಪತ್ತಾರ್



ಆಕಾಶವಾಣಿ ರಾಯಚೂರು

10.10.2025

ಬೆಳಿಗ್ಗೆ: 8:30ಕ್ಕೆ



"ವಿಶ್ವ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ದಿನದ ಅಂಗವಾಗಿ

ವಿಶೇಷ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ"

ಮಾನವೀಯ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳು

ಕುರಿತು ರಾಯಚೂರಿನ ಮನೋರೋಗ ತಜ್ಞರಾದ ಡಾ. ಮನೋಹರ ವೈ ಪತ್ತಾರ ಹಾಗೂ

ಜಿಲ್ಲಾ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಅನುಷ್ಠಾನ ಅಧಿಕಾರಿಗಳಾದ ಡಾ. ನಂದಿತಾ ಅವರ ಜೊತೆ ಸಂದರ್ಶನ.

ಸಂದರ್ಶಕರು: ವೆಂಕಟೇಶ್ ಬೇವಿನ ಬೆಂಚಿ,

ಜನವಾದಿ

ಜನವಾದಿ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ
Editor: Basavaraj H

19-10-2025 - 19 Oct 2025 - Page 4

ವಿಶ್ವ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ದಿನದ ಅಂಗವಾಗಿ ಕಾನೂನು ಅರಿವು ನೆರವು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

ಜನವಾದಿ ವಾರ್ತೆ

ಮಾನ್ಯ ಅ 18- ಪಟ್ಟಣದ ತಾಲೂಕು ಆರೋಗ್ಯ ಇಲಾಖೆಯ ಸಭಾಂಗಣದಲ್ಲಿ ತಾಲೂಕು ಕಾನೂನು ಸೇವಾ ಸಮಿತಿ, ತಾಲೂಕು ನ್ಯಾಯವಾದಿಗಳ ಸಂಘ ಹಾಗೂ ಆರೋಗ್ಯ ಇಲಾಖೆ, ಮನೋರೋಗ ವಿಭಾಗ ರವರ ಸಂಯುಕ್ತವಾದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ವಿಶ್ವ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ದಿನದ ಅಂಗವಾಗಿ ಕಾನೂನು ಅರಿವು ನೆರವು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಓರಿಯಂಟಲ್ ನ್ಯಾಯಾಧೀಶರಾದ ಶಿವರಾಜ ವಿಸ್ವೇಶ್ವರ ಉದ್ಘಾಟಿಸಿ ಮಾತನಾಡಿ ಸದ್ಭಾವದ ದೇಹಕ್ಕೆ ಸದ್ಭಾವದ ಮನಸ್ಸು ಅಗತ್ಯ ಅದ್ದರಿಂದ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಕೂಡ ಆರೋಗ್ಯ ಪೂರ್ಣ ಮನಸ್ಸು ಹೊಂದುವುದಕ್ಕೆ ಎಲ್ಲಾ ಅಪಾಯಗಳಿಗೆ ಕಡೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಹಿಂತಿರುಗಿಸಿ ಉತ್ತಮವಾದ ಜೀವನವನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ. ದುಷ್ಕೃತ್ಯಗಳಿಗೆ ಬಲಿಯಾದವರನ್ನು ಅನೇಕ ಅಪರಾಧಗಳ ಚುರುಕುಗಳನ್ನು



ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರೇರಣೆಯಾಗುವುದರಿಂದ ದುಷ್ಕೃತ್ಯಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತರಾಗಿ ಸ್ವಸ್ಥವಾದ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಹೊಂದಿ ಒತ್ತಡ ಮುಕ್ತವಾದ ಜೀವನವನ್ನು ತಮ್ಮವಾಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಕರೆ ನೀಡಿದರು. ರಾಯಚೂರು ರಿವೈನ್ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ತಜ್ಞರಾದ ಮನೋಹರ ಪತ್ತಾರ ಮಾತನಾಡಿ ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ ಅ.10ರಂದು

ವಿಶ್ವದಾದ್ಯಂತ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಇರುವ ಹಲವು ಮೂಡ ನಂಬಿಕೆಗಳನ್ನು ಹೊಗಳಾಡಿಸುವುದು ಹಾಗೂ ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಉತ್ತಮ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಹೊಂದುವುದು ಕೂಡ ಮುಖ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ವಿಶ್ವ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ದಿನವನ್ನು ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮಾನಸಿಕ

ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿಯೇ ಗುರುತಿಸಿ ಅಗತ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ನೀಡುವುದರಿಂದ ಹಲವು ಮಾನಸಿಕ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರ ಕಂಡು ಕೊಳ್ಳಬಹುದಾಗಿದೆ. ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಹಾರ್ಮೋನ್‌ಗಳ ಬದಲಾವಣೆಯಿಂದ ಹಾಗೂ ಸಿಕ್ಕಾಪಟ್ಟಿಕಾರದ ಇಂದಿನ ಕುಟುಂಬ ಪದ್ಧತಿಯಿಂದ ಹಾಗೂ ಒತ್ತಡ ಜೀವನದಿಂದಾಗಿ ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ

ಇಂದು ಅನೇಕ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಕಾಣಬಹುದಾಗಿದೆ. ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಹಣತದಲ್ಲಿ ಕಾಣುವ ಅನೇಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುವುದರಿಂದ ಉತ್ತಮ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಕಾಣುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದರು. ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಓರಿಯಂಟಲ್ ನ್ಯಾಯಾಧೀಶರಾದ ಆನಂದ ಹೆಚ್. ಕೊಣ್ಣೂರು, ತಾ.ಆರೋಗ್ಯಧೀಕಾರಿ ಡಾ.ತರಣಬಸವರಾಜ, ವಕೀಲರ ಸಂಘದ ತಾ.ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾದ ರವಿಕೂಮಾರ ಪಾಟೀಲ್, ಉಪಾಧ್ಯಕ್ಷರಾದ ಕೊರವಯ್ಯನಾಯಕ, ದತ್ತಾತ್ರೇಯ ಪಿ.ಬಿ.ಕೊಟ್ಟಿಕಲ್ ಮಲ್ಟಿಸ್ಪೆಷಲಿಸ್ಟ್ ಮನುಜೇನೂರು, ಹಿರಿಯ ವಕೀಲರಾದ ಗುಮ್ಮ ಬಸವರಾಜ, ದೇಸಾಯಿ ದೊತ್ತರ ಬಂಡಿ, ಎಲ್ಲವೂ ಬಾದರದಿನ್ನಿ ಆರೋಗ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣಾಧೀಕಾರಿ ವಾಲು ಚಿನ್ನ ಸೇರಿದಂತೆ ಆರೋಗ್ಯ ಇಲಾಖೆ ಸಿಬ್ಬಂದಿಗಳು ಆಶಾಶಾರ್ಯಕರ್ತರು, ಸೇರಿದಂತೆ ಇನ್ನಿತರರು ಇದ್ದರು.

What is Health? **ವಿಜಯ ಕರ್ನಾಟಕ**

ಮಾಧ್ಯಮ ಸಂವಾದದಲ್ಲಿ ಡಾ.ಎಸ್.ಟಿ. ಅರವಿಂದ್ ಕಳಕಳಿ ದೇಹದಷ್ಟೇ ಮನಸ್ಸಿಗೂ ನೀಡಿ ಆದ್ಯತೆ

■ **ವಿಕ ಸುದ್ದಿಲೋಕ** ಶಿವಮೊಗ್ಗ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಸಣ್ಣಪುಟ್ಟ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಾದರೂ ಆದ್ಯತೆಯ ಮೇರೆಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಮುಂದಾಗುತ್ತೇವೆ. ಆದೇ ಮಾನಸಿಕ ಕಾಯಿಲೆಗಳೆಡೆಗೆ ಜನರು ಒತ್ತು ನೀಡುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಇದನ್ನು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸದಿರುವುದೂ ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ನಾನಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಮನೋವೈದ್ಯ ಡಾ. ಎಸ್.ಟಿ. ಅರವಿಂದ್ ತಿಳಿಸಿದರು.

ನಗರದ ಪಾಸಿಟಿವ್ ಮೈಂಡ್ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ 'ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ' ವಿಷಯ ಕುರಿತು ಬುಧವಾರ ಹಮ್ಮಿಕೊಂಡಿದ್ದ ಮಾಧ್ಯಮ ಸಂವಾದದಲ್ಲಿ ಅವರು ಮಾತನಾಡಿದರು.

ಮಾನಸಿಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆದರೆ, ಸಮಾಜ ನಮ್ಮನ್ನು ಯಾವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕಾಣುತ್ತದೋ, ನೋಡುವ ದೃಷ್ಟಿಕೋನ ಬದಲಾಗಬಹುದು ಎಂಬತ್ತಾದಿ ಸಾಮಾಜಿಕ ಅತಂಕಗಳಿಂದ ಅನೇಕರು ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಮುಂದಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದು ಬೇಸರ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದರು.

ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಬೇಕು ಆಪ್ತ ಸಮಾಲೋಚನೆ: ಬದುಕಿನ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯ ತಪಾಸಣೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಆದ್ಯತೆ ನೀಡುತ್ತಿಲ್ಲ ಒಂದುವೇಳೆ, ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಸಣ್ಣಪುಟ್ಟ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿದ್ದರೂ ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಬಹುದು. ಲಂಡನ್‌ನಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಂದು



ಶಿವಮೊಗ್ಗದ ಪಾಸಿಟಿವ್ ಮೈಂಡ್ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಬುಧವಾರ ನಡೆದ ಮಾಧ್ಯಮ ಸಂವಾದದಲ್ಲಿ ಮನೋವೈದ್ಯ ಡಾ. ಎಸ್.ಟಿ. ಅರವಿಂದ್ ಮಾತನಾಡಿದರು.

ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯ ತಪಾಸಣೆ ವೇಳೆಯೇ ಮನೋವೈದ್ಯಕೀಯ ತಪಾಸಣೆಗೂ ಆದ್ಯತೆ ನೀಡಬೇಕು. ಎಲ್ಲರೂ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಆರೋಗ್ಯಯುತವಾಗಿ ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು. ಮನೆಗಳಲ್ಲಿ ಪೋಷಕರು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಗುಣಾತ್ಮಕ ಸಮಯ ನೀಡಬೇಕು. - **ಐಶ್ವರ್ಯ**, ಆಪ್ತ ಸಮಾಲೋಚಕಿ

ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಮನೋವೈದ್ಯರರುವುದನ್ನು ಕಡ್ಡಾಯಗೊಳಿಸಲಾಗಿದೆ. ಭಾರತದಲ್ಲೂ ಆಶಾ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು, ಶಿಕ್ಷಕರು ಕಾರ್ಯಾಗಾರಗಳ ಮೂಲಕ ತರಬೇತಿ ನೀಡಬಹುದು. ಇದರಿಂದ ಸಂಭಾವ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಬುಡಮುಟ್ಟದಷ್ಟೆ ಪರಿಹಾರ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂದರು.

ವಿಶ್ವ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆ ದತ್ತಾಂಶದ ಪ್ರಕಾರ, ಜಾಗತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ 8 ಲಕ್ಷ ಜನ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆಗೆ ಶರಣಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ ಎಲ್ಲ ವಯೋಮಾನದವರಿದ್ದಾರೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಬಹುಮುಖ್ಯ ಕಾರಣ

ಖಿನ್ನತೆ. ಆತ್ಮಹತ್ಯೆಯ ಆಲೋಚನೆ ಬಂದರೂ ಅವರಿಗೆ ಸಕಾಲದಲ್ಲಿ ಕೌನ್ಸಿಲಿಂಗ್ ಸಿಕ್ಟರೆ ಜೀವನಾನಂದವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು. ವಿಚಿತ್ರವೆಂದರೆ, ಅನೇಕರನ್ನು ಖಿನ್ನತೆಗೆ ಒಳಗಾದರೆ ಅವರು ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಮುಂದಾಗುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ, ಅತ್ತರಸ್ವರಲ್ಲೇ ಸಮಸ್ಯೆ ಇದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದರು.

ಅನೇಕ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆಗೆ ಸಾಮಾಜಿಕ ಜಾಲತಾಣಗಳೂ ಪೂರಕವಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿವೆ. ಇದಲ್ಲದೇ ಮೇಲೆ ನಿಗಾ ಇಡುವ ಆಗತ್ಯವಿದೆ. ಈಗಾಗಲೇ ಕೇಂದ್ರ ಮತ್ತು

ಪರಿಹಾರಗಳೇನು?

■ ಕೆಲವು ರಾಷ್ಟ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಮಾಜಿಕ ಜಾಲತಾಣ ಬಳಸಲು ವಯೋಮಿತಿಯು ಪ್ರತಿಬಂಧಕವಿದೆ. ಭಾರತದಲ್ಲೂ ಐತಿ ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿ ಆಧಾರ್ ಕಡ್ಡಾಯಗೊಳಿಸಬೇಕು.

■ ಎಲ್ಲ ವಯೋಮಾನದವರೂ ಯೋಗ, ಧ್ಯಾನ, ಸಂಗೀತ, ಓದು ಸೇರಿ ಇನ್ನಿತರ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಕಡೆಗೆ ವಾಲಬೇಕು.

■ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಚುಡಾಯಿಸುವ, ಮೈಬಣ್ಣದ ಬಗ್ಗೆ ಕಮೆಂಟ್ ಮಾಡುವ ಇತ್ಯಾದಿಗಳೆಡೆಗೆ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಕರು ಎಚ್ಚರಿಸಬೇಕು.

■ ಅತಿಯಾದ ಕಾರ್ಯ ಒತ್ತಡವೂ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆಗೆ ಪೂರಕ. ಹೀಗಾಗಿ, ತಾನಿಲ್ಲ ಅಂದೆ ಪ್ರಪಂಚ ನಡೆಯಲ್ಲ ಎಂಬ ಭಾವನೆಯಿಂದ ತೊಲಬೇಕು.

ರಾಜ್ಯ ಸರ್ಕಾರ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ತಡೆಗೆ ಟೋಲ್ ಫ್ರಿ ನಂಬರ್ ನೀಡಿದೆ. ಕೆಲವು ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಉಚಿತವಾಗಿ ಕೌನ್ಸಿಲಿಂಗ್ ನಂತರ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿವೆ. ಪ್ರಸ್ತುತ ವೇಗದಲ್ಲಿ ಮಾನಸಿಕ ಕಾಯಿಲೆಗಳ ಬಗೆಗಿನ ಶಿಕ್ಷಣ ಇನ್ನಷ್ಟು ಲಭಿಸಬೇಕು ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದರು.

ಕನ್ನಡಪುಟ

ಸಂವಾದ ಸರ್ಕಾರಕ್ಕೆ ಹಿರಿಯ ಮಾನಸಿಕ ತಜ್ಞ ಡಾ.ಅರವಿಂದ ತಿಮ್ಮಯ್ಯ ಒತ್ತಾಯ

ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಮಾನಸಿಕ ತಜ್ಞರ ನೇಮಕ ಕಡ್ಡಾಯಗೊಳಿಸಿ

■ **ಕನ್ನಡಪುಟ ವಾರ್ತೆ** ಶಿವಮೊಗ್ಗ ಎಲ್ಲ ಸರ್ಕಾರಿ ಮತ್ತು ಖಾಸಗಿ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ತಜ್ಞರ ನೇಮಕವನ್ನು ಕಡ್ಡಾಯಗೊಳಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಹಿರಿಯ ಮಾನಸಿಕ ತಜ್ಞ ಡಾ.ಅರವಿಂದ ತಿಮ್ಮಯ್ಯ ಆಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟರು.

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ನಗರದಲ್ಲಿ ವೈದ್ಯರೊಬ್ಬರು ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಇಬ್ಬರ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಮತ್ತು ಅದೇ ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಕಳೆದ ಹತ್ತು ವರ್ಷಗಳಿಂದಲೂ ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆಯ ಸಂಬಂಧ ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಚರ್ಚೆಯ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಮಾಧ್ಯಮ ಪ್ರತಿನಿಧಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂವಾದ ನಡೆಸಿ ಮಾತನಾಡಿದರು.

ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿನ ಮಾನಸಿಕ ತಜ್ಞರ ಅಸೋಸಿಯೇಶನ್ ಕೂಡ ಈ ಸಂಬಂಧ ಸರ್ಕಾರದ ಜೊತೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದೆ. ಎಳೆಯ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳ ಮಾನಸಿಕ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಾಗದಂತೆ ಎಚ್ಚರ ವಹಿಸಬೇಕು. ಆ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮಾನಸಿಕ ಉಂಟಾಗಬಹುದಾದ ಒತ್ತಡ,



ಡಾ.ಅರವಿಂದ ತಿಮ್ಮಯ್ಯ ಮತ್ತು ಡಾ. ಐಶ್ವರ್ಯ ಅವರು ಮಾಧ್ಯಮ ಸಂವಾದದಲ್ಲಿ ಭಾಗಿಯಾಗಿದ್ದರು.

ಗೊಂದಲ, ಹೆದರಿಕೆ, ಅತಂಕ ಇವೆಲ್ಲಕ್ಕೂ ಪರಿಹಾರ ಹುಡುಕಬೇಕು. ಅವರನ್ನು ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದ ಹೊರ ತರಬೇಕು ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು.

ಅದರ ಇದೇ ವೇಳೆ ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ದೇಶದಲ್ಲಿ ಮಾನಸಿಕ ತಜ್ಞರ ಕೊರತೆಯಿದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಶಿಕ್ಷಕರು, ಆಶಾ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರುಗಳಿಗೆ ಸೂಕ್ತ ತರಬೇತಿ ನೀಡಬೇಕು ಎಂದರು.

ಇಂದಿನ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಪಠ್ಯದಲ್ಲಿ ಮಾನಸಿಕ ವಿಷಯ ಕುರಿತು ಪಠ್ಯವೇ

ಇಲ್ಲವಾಗಿದೆ. ಈಗಿರುವ ನೀತಿ ಪಾಠ, ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ ಇವುಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಮಾನಸಿಕ ವಿಷಯ ಸೇರಿಸಬೇಕೆಂದು.

ವಿಶ್ವದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ 8 ಲಕ್ಷ ಜನರು ಆತ್ಮಹತ್ಯೆಗೆ ಶರಣಾಗುತ್ತಿದ್ದು, ಇದರಲ್ಲಿ ಭಾರತದಲ್ಲಿಯೇ ಸುಮಾರು ಶೇ. 35-40 ರಷ್ಟಿರುವುದು ಅಭಾತಕಾರಿಯಾದ ವಿಷಯವಾಗಿದ್ದು, ಪ್ರತಿ 40ರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ಭಾರತೀಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ 40 ಸಾವಿರ ಗಂಡಸರು ಮತ್ತು 20 ಸಾವಿರ ಹೆಂಗಸರು

ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಬಹುತೇಕರು ನೇಣು ಮತ್ತು ವಿಷ ಸೇವನೆಯ ಮೂಲಕ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆಗೆ ಶರಣಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಹೀಗೆ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಮನಸ್ಸಿಲ್ಲ ಮೂಡುವ ಹೊತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಸರಿಯಾದ ಸಾಂತ್ವನ, ವರಿಹಾರ, ಅನ್ವಭಾವ ಸಿಕ್ಟರೆ ಇದರಿಂದ ಹೊರ ಬರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಕೌಟುಂಬಿಕ ಸಮಸ್ಯೆ, ಚಿಕ್ಕ ಕುಟುಂಬ, ಒತ್ತಡದ ಬದುಕು, ಅಮಲು ಪದಾರ್ಥಗಳ ಸೇವನೆ, ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ಜೊತೆಗೆ ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ದೋಷ, ಖಿನ್ನತೆ ಇವೆಲ್ಲವೂ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತಿದ್ದು, ಇವುಗಳಿಂದ ಹೊರ ಬರಬೇಕೆಂದೆ ಎಂದ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಿದರು.

ಇತ್ತೀಚಿನ ದಶಕದಲ್ಲಿ ರೈತರ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಕೂಡ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದ್ದು, ವೈದ್ಯರು ಮತ್ತು ವೈದ್ಯಕೀಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಕೂಡ ಇಂದು ಒತ್ತಡದ ಸಮಸ್ಯೆ ಎದುರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಒತ್ತಡದಿಂದ ಹೊರ ಬರಲು ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಸುಲಭ ಮಾರ್ಗ ಎಂಬ ಭಾವ ಇಂತಹ ವರ್ಗದಲ್ಲಿ

ಬಲಿಯುತ್ತಿದ್ದು, ಇದರ ಕುರಿತು ಕೂಡ ಗಮನಿಸಬೇಕು. ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಎದುರಿಸುವ ಗಟ್ಟಿವನ್ನು ಅವರಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಸಬೇಕು ಎಂದು.

ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಮಾನಸಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ಕುರಿತು ಸರ್ಕಾರದ ಒತ್ತಾಸೆ, ಕುಟುಂಬ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸುವುದು, ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಪೋಷಕರು ಕನಿಷ್ಠ ಸಮಯವನ್ನಾದರೂ ನೀಡುವುದು, ಬಾಡಿ ಶೇಷಿಂಗ್ ಇತ್ಯಾದಿ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಕುಗ್ಗದಂತೆ ಅವರನ್ನು ಸದೃಢಗೊಳಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಮೂಲಕ ಜನರ, ಸಮಾಜದ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಕಡೆ ಗಮನ ಹರಿಸಬೇಕು. ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಎಂಬುದನ್ನು ಬೇರೆ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ಪರಿಗಣಿಸದೆ ಇಂದೊಂದು ಅಗತ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಿ ಅರಂಭದಲ್ಲಿಯೇ ಸೂಕ್ತ ವೈದ್ಯರಿಂದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯುವುದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ ಎಂದು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿದರು. ಡಾ.ಐಶ್ವರ್ಯ ಕೂಡ ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆ ಮತ್ತು ಪರಿಹಾರವನ್ನು ಕುರಿತು ಮಾತನಾಡಿದರು.

