

২৫ আশ্বিন ১৪২৪
১০ অক্টোবর ২০১৭

বাণী

বিশ্বের অন্যান্য দেশের ন্যায় বাংলাদেশেও ‘বিশ্ব মানসিক স্বাস্থ্য দিবস ২০১৭’ উদযাপনকে আমি স্বাগত জানাই। দিবসটি পালনের মাধ্যমে মানসিক স্বাস্থ্য সম্পর্কে সচেতনতা বৃদ্ধি পাবে বলে আমি মনে করি।

স্বাস্থ্য একটি সমন্বিত বিষয় এবং সুস্বাস্থ্যের জন্য মানসিক স্বাস্থ্য অপরিহার্য। আর্থ-সামাজিক নানা কারণে বিশ্বব্যাপী বিষণ্ণতা (depression) ও উদ্বেগ (anxiety) বৃদ্ধি পাচ্ছে যা মানসিক স্বাস্থ্য অবনতির অন্যতম কারণ হিসেবে বিবেচিত। বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার মতে, বিশ্বে ৩০০ মিলিয়নেরও বেশি মানুষ বিষণ্ণতায় ভুগছে যার প্রভাব পড়ছে স্বাভাবিক কর্মক্ষমতা ও উৎপাদনশীলতার উপর। বিশ্বের অন্যান্য দেশের মতো আমাদের দেশেও মানসিক রোগের প্রকোপ দিনদিন বৃদ্ধি পাচ্ছে। এটি প্রতিরোধে শরীরের মতো মনেরও যত্ন নেয়া প্রয়োজন। কর্মক্ষেত্রে শারীরিক স্বাস্থ্যের পাশাপাশি মানসিক স্বাস্থ্য গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা রাখে। এ পরিপ্রেক্ষিতে এ বছর বিশ্ব মানসিক স্বাস্থ্য দিবসের প্রতিপাদ্য ‘কর্মক্ষেত্রে মানসিক স্বাস্থ্য’ (Mental Health in the Workplace) যথার্থ হয়েছে বলে আমি মনে করি। কর্মক্ষেত্রে মানসিক স্বাস্থ্যের উন্নয়নে স্বাস্থ্যসম্মত ও কর্মবান্ধব পরিবেশ, প্রয়োজনীয় ছুটি ও বিনোদনের সুযোগ, ধারাবাহিক ঝুঁকিপূর্ণ ও চাপযুক্ত (stressful) কাজ পরিহারসহ সুসম খাদ্য গ্রহণ জরুরি।

গ্রামাঞ্চলে মানসিক স্বাস্থ্য বিষয়ে জনগণের মধ্যে ভুল ধারণা রয়েছে। অনেকে মানসিক রোগে আক্রান্ত ব্যক্তিকে বিজ্ঞানসম্মত চিকিৎসা না দিয়ে ঝুঁকিপূর্ণ বা তাবিজ-কবজের আশ্রয় নেন। কুসংস্কার দূর করে তৃণমূল পর্যায়ে জনগণের মানসিক স্বাস্থ্যসেবা নিশ্চিত করার জন্য সংশ্লিষ্ট সকলকে অধিকতর দায়িত্বশীল ভূমিকা পালন করতে হবে। কর্মক্ষেত্রে মানসিক স্বাস্থ্যের উন্নয়নে সকলের সমন্বিত উদ্যোগের বিকল্প নেই। সকল ধরনের মানসিক রোগের সময়মত বিজ্ঞানসম্মত চিকিৎসা গ্রহণের জন্য আমি সকলের প্রতি আহবান জানাই।

আমি ‘বিশ্ব মানসিক স্বাস্থ্য দিবস ২০১৭’ উপলক্ষে গৃহীত কর্মসূচির সাফল্য কামনা করি।

খোদা হাফেজ, বাংলাদেশ চিরজীবী হোক।

মোঃ আবদুল হামিদ