Promote - Support - Participate !

शिफा– एक समुदाय आधारित मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम मॉडल !

शिफा परियोजना की मुख्य सीख के बिन्दु

परियोजना की एक दशक से ज्यादा समुदाय आधारित मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम के अनुभव के आधार पर मुख्य सीख निम्नलिखित हैं :–

1. मानसिक स्वास्थ्य केवल स्वास्थ्य का ही नहीं बल्कि स्वास्थ्य और विकास दोनो का मुद्दा है।
2. समुदायिक आधारित मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम में जमीनी स्तर के कार्यकत्ताओं द्वारा (Task-Shifting) के माध्यम से, पेशेवर सुविधा प्रदाताओं (professional care provider) के बोझ को कम किया जा सकता है ।
3. स्थानीय व जमीनी स्तर के कार्यकत्ताओं की क्षमता वृद्धि और नेतृत्व विकास (leadership development) को बढ़ावा मिलता है।
4. समाज में भेद–भाव, कलंक, बहिष्कार को कम करता है और सहायता मॉगने/ खोजने व सामुदायिक निर्भरता के मूल्य का बढ़ाता है और प्रभावित व्यक्ति/परिवार के स्वामित्व (ownership) को बढ़ावा देता है।
5. व्यक्ति जो मानसिक बिमार है उसके हर दिन के कार्य एवं व्यवहार में सुधार व परिणामों पर जोर देता है जैसे – नियमित उपचार, नियमित सोना, नियमित भोजन करना, घरेलू कार्यो में हाथ बटाना, व्यायाम और परामर्श मॉगना इत्यादि।
6. मनोरोगियों के स्वास्थ्य की प्रगति समुदाय के अन्य लोग भी देख पाते हैं जिससे बिमारी के प्रति भय कम होता है और एक सकारात्मक संदेश जाता है।
7. सामुदायिक आधारित संगठनों और सरकार– स्वास्थ्य विभाग व विकास विभाग के बीच अच्छा तालमेल हो तो परिणाम और बेहतर हो सकते हैं और एक बड़े वर्ग को लाभान्वित किया जा सकता है।
8. प्रभावित व्यक्ति जो लम्बें समय से मानसिक रोग की उपचार प्रक्रिया में सम्मिलित हैं और उनकी हालत में सुधार है व अपने आप में अनुभव के आधार पर विशेशज्ञ (Expert-by-Experience) हो जाते हैं।
9. मनोरोग या सामान्य मानसिक रोग से उबरने वाले व्यक्तियों को अन्य मनोरोगियों को प्रोत्साहित करने के लिए चैम्पियन की तरह बढ़ाया जा सकता है।
10. मनोरोगियों को उपचार के साथ–साथ, उनकी रूची और योग्यता के अनुसार व्यवसायिक अवसर प्रदान करने से सकरात्मक परिणाम मिलते हैं।

11. देखभाल–कर्त्ताओं एवं मनोरोगियों के अनुभव के आधार पर मनोरोगी की देखभाल के मुख्य बिन्दू जैसे – ईश्वर में आस्था, नियमित दवाई, समय पर दैनिक जरूरते पूरी होना, परामर्श, परिवार/समुदाय का प्यार का व्यवहार के साथ–साथ समुदाय–समावेश **(Community-Inclusion)** मनोरोगियों को मनोरोग से उबरने में सकारात्मक रूप से सहायक सिद्ध होता है।
12. शीघ्र हस्तक्षेप के तौर पर मानसिक स्वास्थ्य वैश्विक प्रचार–प्रसार व रोकथाम के अंर्तगत अभिभावक हेतु परवरिश कार्यक्रम **(Parenting Intervention)** एवं युवाओं के सर्वांगिण विकास के लिए भावनात्मक लचीलापन **(emotional resilience)** बढ़ते हुए मानसिक समस्या बोझ को कम करने में मदद्गार साबित होते हैं।
13. स्थानीय जमीनी स्तर के समुदाय कार्यकर्त्ताओं के सीमित संसाधनों व दक्षता के कारण शोध व अध्य्यन के पहलू छूट जाने की संभावना बनी रहती है लेकिन अन्य विशेषज्ञ संस्थानों के साथ नेटवर्किंग व भागीदारी करके इस अन्तर को भरा जा सकता है।
14. समुदाय स्तर के कार्यकर्त्ताओं के साथ उनकी उपलब्धता और योग्यता के अनुसार प्रशिक्षण, क्षमता वृद्धि, निगरानी–में–करके–सिखाने **(demonstration and hand-holding-monitoring-support)** की प्रक्रियाओं में अधिक समय लग सकता है।
15. मनोरोग का उपचार लम्बें समय चलता है और कभी–कभी बिमारी वापस भी आ सकती है जिससे मनोरोगियों व परिवार को नियमित उपचार से जोड़े रखना एक बड़ी चुनौती है और इससे देखभाल कर्त्ता और कार्यकर्त्ता निरूत्साहित भी हो सकते हैं।

!

अभी भी परियोजना बेहतर करने की प्रक्रिया में निरंतर प्रयत्नशील है

अधिक जानकारी के लिए संपर्क करें :

शिफा मानसिक स्वास्थ्य एवं विकलांगता परियोजना, हरबर्टपुर मसीह (लेहमन) अस्पताल, हरबर्टपुर

कार्यक्षेत्रः विकासखण्ड सढ़ोली कदीम व मुजफ्फराबाद, तहसील– बेहट, जिला सहारनपुर (उ0प्र0)

मोबाइल न0 91–8791822377, ईमेलः chdpherbertpur@eha-health.org website: https://hch-eha.in