"विषय आधारित स्वास्थ्य संबंधी वार्तालाप" की श्रंखला के क्रम में दिनांक 05.07.2018 को रिसोर्स सेंटर (कमरा सं. 445, ए विंग) निर्माण भवन, नई दिल्ली में आयोजित मानसिक स्वास्थ्य जागरुकता कार्यक्रम पर रिकॉर्ड नोट

माननीय प्रधानमंत्री की परिकल्पनाओं के अनुसार स्वस्थ भारत पहल के क्रम में स्वास्थ्य सेवा महानिदेशालय ने दिनांक 5 जुलाई, 2018 को स्वास्थ्य सेवा महानिदेशालय के रिसोर्स सेंटर में मानसिक स्वास्थ्य जागरुकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस अवसर पर स्वास्थ्य सेवा महानिदेशालय और स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय के कर्मियों के लिए सामान्य मानसिक विकारों, इनकी रोकथाम और प्रबंधन पर वार्ता का आयोजन किया गया। इस वार्ता का आयोजन स्वास्थ्य सेवा महानिदेशालय और स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय के कर्मियों में जागरुकता लाने के लिए नियोजित 'विषय आधारित स्वास्थ्य संबंधी वार्तालाप' श्रंखला के क्रम में किया गया। डॉ. तनु जैन, सहायक महानिदेशक, स्वास्थ्य सेवा महानिदेशालय तथा जागरुकता कार्यक्रम की नोडल अधिकारी ने सत्र का संचालन और समन्वय किया।

2. संवाद की शुरूआत डॉ. आलोक माथुर, अपर उपमहानिदेशक, स्वास्थ्य सेवा महानिदेशालय ने किया जिन्होंने प्रतिभागियों को राष्ट्रीय मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम (एनएमएचपी), राष्ट्रीय मानसिक स्वास्थ्य सर्वेक्षण, 2015-16 और राष्ट्रीय मानसिक स्वास्थ्य नीति, 2014 की मुख्य विशेषताओं के बारे में बताया। इसके पश्चात्, डॉ. (प्रोफेसर) राजेश सागर, मनोचिकित्सा विभाग, अ.भा.आ. संस्थान ने मानसिक स्वास्थ्य की संकल्पना तथा व्याकुलता एवं अवसाद जैसे आम मानसिक विकारों के संकेतों और लक्षणों की पहचान की अहमियत समझायी। उन्होंने प्रतिभागियों को उनके रोजमर्रा के आधिकारिक एवं व्यक्तिगत जीवन में तनाव के प्रबंधन के तरीके एवं उपाय बताए। उन्होंने मानसिक स्वास्थ्य के प्राथमिक उपचार की संकल्पना के बारे में भी समझाया। तत्पश्चात्, डॉ. इन्दु ग्रेवाल, मुख्य चिकित्सा अधिकारी ने मानसिक विकारों की रोकथाम और मानसिक स्वास्थ्य को बढ़ावा देने के महत्व को समझाया। उन्होंने स्वस्थ जीवनशैली संबंधी सुझावों पर भी चर्चा की।

3. इस आयोजन में लगभग 90-100 अधिकारियों एवं कर्मचारियों ने भाग लिया। ये सत्र, संवादमूलक थे और सवाल-जवाब सत्र के दौरान प्रतिभागियों को उनके और उनके परिजनों द्वारा सामना किए जा रहे विभिन्न मसलों के बारे में विशेषज्ञों से जानकारी लेने के लिए प्रोत्साहित किया गया। तत्पश्चात्, दर्शकों के हित के लिए एनएमएचपी द्वारा विकसित लघु वीडियो क्लिप एवं ऑडियो मेसेज का प्रदर्शन किया गया।

4. इस जागरुकता अभियान को सभी प्रतिभागियों द्वारा अत्यंत सराहा गया। प्रतिभागियों ने स्वास्थ्य सेवा महानिदेशक को इस पहल के लिए धन्यवाद दिया और ऐसी ज्ञानवर्धक चर्चाओं के और आयोजन कराए जाने का अनुरोध किया।

5. बैज सहित नोटबुक एवं पर्चे के रूप में आइईसी सामग्री भी दर्शकों को दी गई। सभी प्रतिभागियों से अनुरोध किया गया कि वे भारत में मानसिक स्वास्थ्य अभियान के प्रचार-प्रसार के दूत बनें। अंत में, स्वास्थ्य सेवा महानिदेशक ने प्रतिभागियों को संबोधित किया और उनसे अनुरोध किया कि सत्र के दौरान अर्जित ज्ञान को अपने परिजनों और मित्रों के कल्याणार्थ इस्तेमाल करें। उन्होंने प्रतिभागियों को सूचित किया कि इस श्रंखला के क्रम में अगला सत्र तंबाकू नियंत्रण पर दिनांक 12 जुलाई, 2018 को इसी समय और स्थान पर आयोजित किया जाएगा।

6. इस जागरुकता सत्र को सभी ने सराहा और इस आयोजन का सफलतापूर्वक समापन हुआ।

***