



वर्शव मानसकल सवासुथुत दवलस 2022

डुरललडुस के लडुतु:

वर्शव मानसकल सवासुथुत दवलस, कुवलडु -19, मानसकल सवासुथुत के लडुतु डुरलतुत डुहल, डनुदरुडण, राषुतुरीतुत मानसकल सवासुथुत कुरुतुडुरडु, मानसकल सवासुथुत देखडुरल अधनुतुतुडु, 2017

डुनुस के लडुतु:

डुनुसकल सवासुथुत कल डुदुदल

कुरुकल डुनु कुरुतुतु?

वर्शव मानसकल सवासुथुत दवलस (10 अकुतुतुवर) के अवसुर डुर लुसुतु ने "एंडुगल सुतुगुडुल एंड डुसुकरडुनुनुसलन इनु डुतुल हेल्थ" शुरुषक से एक रडुडुरतुतु डुरलतुतु की तथल डुनुसकल सवासुथुत से कुडुडे कलंकु और डुदुडुडुव कुु सुडुडुतुतु कुरुने के लडुतु शकुतु कलरुवरलु कल आहवलन कडुतु।

रडुडुरतुतु के नषुकुरुष:

डुनुसकल सवासुथुत की सुथतुतुतुतु वुतुडुकतुतु:

- वर्शव सुतुर डुर लडुगडुग एक अरडु लुग डुनुसकल सवासुथुतु सुथतुतुतुतु के सुथतुतुतुतु डुर रहे हे।
- 10-19 वरुष के आडुतु वरुग डुनु सुतुतुतुतुतु से एक डुनुसकल सुथतुतुतुतु से डुडुडुतुतुतु हे।
 - डे लुग सुथतुतुतुतु के डुरडुडुव और कलंकु एवु डुदुडुडुव के हलनुकलरक सुडुडुडुतुतुतु डुरणलडुतुतु के दुुहरे खतुरे कल अनुडुडुव कुरुते हे।
- कुवलडु -19 डुहलडुलरु ने दुनुतुतु डुर डुनुसकल सवासुथुतु की सुथतुतुतुतु कुु उडुगुगुरु कुरुने डुनु डुदुदु की।
 - डुहलडुलरु के डुहले वरुष डुनु अवसुदल और तनुवल के डुरसलर डुनु अनुडुडुनुतु 25% की वुदुधल हुडु डुतु।

डुरडुडुव:

- डुनुसकल सवासुथुतु सुथतुतुतुतुतु के सुथतुतुतुतुतु डुरहेने वलले 90% लुग कलंकु और डुदुडुडुव की वकुह से नकलरलतुतुडुडु डुरुडु डुरडुडुवतुतु डुहसुस कुरुते हे।
- सुतुगुडुल "डुनुसकल सवासुथुतु की सुथतुतुतुतुतु वलले लुगुु के सुडुडुडुतुतुतुतु डुरहषुकलरु और अकुषडुतुतु कल कलरुण डुनु सुकतुतु हे, कुसलसे डुदुडुडुव एवु डुनुवलधकलरुु कल उलुलुगुनु हु सुकतुतु हे, कुसलडुनु सवासुथुतु सेवल तुक डुनुडुडुनुने डुनु सुडुडुडुतुतुतु, रुडुगुगुरु हलसलल कुरुने डुनु कुुनुतुतुतुतु तथल सवासुथुतु सुडुडुधुतुतु कुतुललतुतुतुु की सुडुडुडुवनु डुनु डुतुतुतु हे कुसलसे कुलडुी डुनुतुतुतु हु सुकतुतु हे।

डुरलतुतुतु डुरदुशुतु:

- डुदुडुडुडु डुरलतुतुतु डुनु सुतुगुडुल/कलंकु डुनु धुीरे-धुीरे कुडुी आ रुहल हे, डुरलरु डुनु डुनु वलसुतुवकुल और वरुतुडुनु सुडुडुडुतुतु डुनु हुडु डुतु।
- गुनुडुीर डुनुसकल वकलरु के नदलनु वललु डुनुहलललु और उनुके डुरवलरु के सुदसुतुु कुु अधकुल कलंकु कल सुडुडुडुतुतु कुरुनल डुनुतुतु हेनु ववलह तथल रुडुगुगुरु व सुडुडुडुतुतुतु सुडुडुवशुनु कुु रुकुतुतु हे।
- डुरलतुतुतु डुनुडुडुतु, वरुशुष डुरुडु से तुलुवलकुनु धलरलवलहकुु कुु सुे दुरुशुतु डुनुडुडुतुतु डुनु डुनुसकल डुनुडुडुीरु कुु नकलरलतुतुडुडु डुरुडु कुतुलरतुतु कुरुनल डुरलतुतु रुखते हे।

सुडुडुडुव:

- डुनुसकल सवासुथुतु कुु कलंकु और डुदुडुडुव कुु खतुतु कुरुने के लडुतु डुनुलकुरु कलडु कुरुने हेतुसुरकलरुु, अंतुररलषुतुरीतुतु सुंगतुनुु, नडुतुकुतुतुतु, सवासुथुतु सेवल डुरदुदलतु एवु डुनुडुडुतुतु सुंगतुनुु के सुथतुतुतुतुतुतु अनुडुडुव वलले लुगुु के सुकुरुतुतुतुतु डुनुगदलनु के सुथतुतुतुतुतु कलरुवरलु हुुनुी कलहडुतु।
- नडुतुकुतुतु कुु डुनुसकल सवासुथुतु की सुथतुतुतुतुतु वलले लुगुु के लडुतु शुरुषकुल अवसुरुु, कलरुतु डुनुगुीदलरुी और कलडु वलडुसुी कलरुतुडुडुतुतु तुक डुरुणु डुनुडुडु कुु डुनुदुडुव देनु तथल डुनुसकल सवासुथुतु सुथतुतुतुतुतु की सुडुडुडुतुतु डुनु सुधलरु के लडुतु सुकुल डुनुडुडुडुडु डुनु कुुतुरुु के लडुतु सुतुर आडुतुगुतुतु हुुने कलहडुतु।
- सुतुगुडुल कुु कडु कुरुने के डुरडुडुडुडु डुनु सुकुरुतुतुतु डुनुडुडुनु के लडुतुडुनुसकल सवासुथुतु सुथतुतुतुतुतु के अनुडुडुव वलले लुगुु कुु सुशकुतुतु डुनुनुने और उनकल सुडुडुडुतुन कुरुने की अवशुतुतुतुतु हे।

वर्शव मानसकल सवासुथुतु दवलस:

- **वषिय:**
 - वशिव मानसकि स्वास्थय दविस हर वर्ष 10 अकतूबर को दुनयिा भर में मानसकि स्वास्थय के मुद्दों के बारे में जागरूक और शकिषति करने के लयि मनाया जाता है ।
 - पहली बार वशिव मानसकि स्वास्थय दविस 10 अकतूबर, 1992 को मनाया गया था ।
 - इस दविस की शुरुआत तत्कालीन उप महासचवि रचिर्ड हंटर ने **वर्ल्ड फेडरेशन फॉर मेंटल हेल्थ की वार्षकि गतविधि** के रूप में की थी ।
- **वर्ष 2022 की थीम:**
 - वैश्वकि स्तर पर सभी के लयि मानसकि स्वास्थय को प्राथमकिता बनाना ।

मानसकि स्वास्थय को बढ़ावा देने के लयि भारत द्वारा उठाए गए कदम:

- **राष्ट्रीय मानसकि स्वास्थय कार्यक्रम:**
 - मानसकि वकिारों के भारी दबाव और मानसकि स्वास्थय के कषेत्र में योग्य पेशेवरों की कमी को दूर करने के लयि सरकार वर्ष 1982 से राष्ट्रीय मानसकि स्वास्थय कार्यक्रम (NMHP) चला रही है ।
- **मानसकि स्वास्थय देखभाल अधनियिम 2017:**
 - मानसकि स्वास्थय देखभाल अधनियिम (MHCA) 2017 **वकिलांग व्यक्तियों के अधकिारों पर संयुक्त राष्ट्र कन्वेंशन की आवश्यकताओं को पूरा करने** के लयि 2018 में लागू हुआ, जसि भारत ने 2007 में अनुमोदति कयिा था ।
- **करिण हेल्पलाइन:**
 - यह प्रारंभकि स्क्रीनिग, प्राथमकि चकिित्सा, मनोवैज्जानकि सहायता, संकट प्रबंधन, सकारात्मक व्यवहार को बढ़ावा देने आदि के उद्देश्य से **मानसकि स्वास्थय पुनर्वास सेवाएँ प्रदान करता है** ।
- **मनोदरपण:**
 - मानव संसाधन वकिास मंत्रालय (MHRD) (**अब शकिषा मंत्रालय**) ने **आत्मनरिभर भारत अभयान** के तहत इसे लॉन्च कयिा । इसका उद्देश्य छात्रों, परिवार के सदस्यों और शकिषकों को कोवडि-19 के समय में उनके मानसकि स्वास्थय एवं कल्याण के लयि मनोवैज्जानकि सहायता प्रदान करना है ।
- **मानसकि स्वास्थय और सामान्य वृद्धि प्रणाली (मानस):**
 - वर्ष 2021 में भारत सरकार ने **वभिन्नि आयु समूहों में मानसकि स्वास्थय को बढ़ावा देने के लयि मानसकि स्वास्थय और सामान्य स्थिति वृद्धि प्रणाली (मानस)** मोबाइल एप लॉन्च कयिा ।

आगे की राह

- भारत में मानसकि स्वास्थय की स्थिति सरकार द्वारा **सकरयि नीतगित हसतकषेप और संसाधन आवंटन** की मांग करती है । मानसकि स्वास्थय के प्रतिकलंक को कम करने के लयि हमें **समुदाय/समाज को प्रशकिषति और संवेदनशील बनाने** के उपायों की आवश्यकता है ।
- भारत को मानसकि स्वास्थय एवं इसके संबद्ध मुद्दों के बारे में **शकिषति करने और जागरूकता** पैदा करने के लयि नरितर बतित की आवश्यकता है ।
- **स्वच्छ मनसकिता** जैसे अभयानों के माध्यम से लोगों को मानसकि स्वास्थय के बारे में जानने के लयि प्रेरति करना समय की मांग है ।

UPSC सविलि सेवा परीक्षा, वगित वर्षों के प्रश्न

??????:

प्रश्न. आपके लयि इस उद्धरण का क्या अर्थ है-"हम बाहरी दुनयिा में तब तक शांति प्राप्ति नहीं कर सकते जब तक कि हम अपने भीतर शांति प्राप्ति नहीं करते ।" - दलाई लामा (2021)

स्रोत: द हदि