INDIAN PSYCHIATRIC SOCIETY
ANDHRA PRADESH STATE BRANCH

ANNUAL REPORT

JAN – DEC 2025

IPSAPB OFFICE BEARERS

PRESIDENT

DR. P LOKESWARA REDDY

VICE-PRESIDENT

DR. N.R.P.CHANDRA BALAJI

SECRETARY

DR. T.V.PAVAN KUMAR

TREASURER

DR. RUFUS EPHRAIM

EDITOR

DR. N.PRASANNA KUMAR

SOUTH ZONE REPRESENTATIVE

DR. V. V. KIRAN

EC MEMBERS

DR. E ANANDA REDDY

DR. K. MANASA

DR. B SHAILAJA

DR. G SUBHASH

DR. N. G NIHAL

NEW SUBCOMMITTEES

ASSOCIATE EDITOR Dr. M Shivashankar Reddy Dr. B Shailaja	ASSISTANT EDITOR Dr. G. Sanghamitra Dr. S. Kiran Kumar
CONSTITUTION COMMITTEE Dr. K. Narasimha Reddi Dr. Ramesh Babu.B Dr. I Sri Ramya	ELECTION COMMISSION Dr. T.P. Sudhakar Dr. G.V. Ramana Rao Dr. G. Suresh Kumar
AWARDS COMMITTEE Dr. G.V.S. Murty Dr. K. Nagi Reddy Dr. Kota Suresh Kumar	C.M.E. COMMITTEE Dr. Indla Vishal Dr. D Raj Kiran Dr. Y Raja Anirudh
LEGAL & TASK FORCE COMMITTEE Dr. Karri Rama Reddy Dr. IRS Reddy Dr. N.N. Raju	WOMEN EMPOWERMENT COMMITTEE Dr. V. Radhika Reddy Dr. P. Ramya Keerthi Dr. P Swathi Dr. Omkaram Sinduja
TRIBUNAL COMMITTEE Dr. Y. Sanjay Dr. Y Prabakara Dr. I.V.L. Narasimha Rao	MEMBERSHIP DRIVE COMMITTEE Dr. KV Rama Reddy Dr. B. Divya Dr. N. Anusha
SPORTS & WELLNESS COMMITTEE Dr. S. Sharath Ajay Kumar Dr. B. Varadha Raju Dr. M. Manikyam Dr. G. Anuhya Guyton	COMMUNICATIONS Dr. V. Sashanka Dr. K. Suhruth Reddy Dr. G. Hemanth Madhav

IPS AP STATE BRANCH:
FIRST BEST STATE BRANCH AWARD 2024

INDIAN PSYCHIATRIC SOCIETY

National HQ : PLOT 43, SECTOR 55, GURGAON, HARYANA 122 003, INDIA

This is to certify that

IPS Andhra pradesh state Branch

was awarded

Best State Branch Award

For the year

2024

This award was presented at

76th Annual National Conference of the Indian Psychiatric Society held on 22-25 January, 2025 at Hyderabad

Dr. Savita Malhotra
President
Indian Psychiatric Society

Dr. Amrit Pattojoshi
Hon. General Secretary
Indian Psychiatric Society

Dr. Sujit Sarkhel
Hon. Editor
Indian Psychiatric Society

సాక్షి

ఏపీ మానసిక వైద్యుల సంఘానికి బెస్ట్ స్టేట్ బ్రాంచ్ అవార్డు

గుంటూరు మెడికల్: ఇండియన్ సైకియాట్రిక్ సొసైటీ ఆంధ్రప్రదేశ్ మానసిక వైద్యుల సంఘం రాష్ట్ర శాఖకు బెస్ట్ స్టేట్ బ్రాంచ్ అవార్డును అందజేసింది. జనవరి 22 నుంచి 25 వరకు హైదరాబాద్‌లో జరిగిన జాతీయ స్థాయి మానసిక వైద్యుల సంఘం వార్షిక సమావేశంలో 2024 సంవత్సరానికి ఏపీకి ఆత్యున్నత రాష్ట్ర శాఖ అవార్డు లభించింది. గత ఐదు దశాబ్దాలలో తొలి సారిగా ఈ పురస్కారం ఏపీకి దక్కింది. సేవా కార్యక్రమాలు, అవగాహన కార్యక్రమాలు , వైజ్ఞానిక సదస్సులు నిర్వహించడంలో అన్ని రాష్ట్రాల కంటే ఏపీ ముందంజలో నిలిచిన కారణంగా ఈ అవార్డు లభించింది. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా మానసిక వైద్య నిపుణులు మానసిక ఆరోగ్యంపై ఎన్నో అవగాహన, సేవా కార్యక్రమాలను నిర్వహిస్తున్నారు. గత రెండేళ్లుగా అనంతపురంలో డాక్టర్ యెండ్లూరి ప్రభాకర్ , గుంటూరులో డాక్టర్ ఐవీఎల్ నరసింహారావు పూర్వ అధ్యక్షులుగా, విశాఖపట్నంలో డాక్టర్ జీవీఎస్ మూర్తి ప్రస్తుత అధ్యక్షులుగా, కార్యదర్శిగా డాక్టర్ ఇనటూరి శరత్ చంద్ర పర్యవేక్షణలో ఎన్నో వినూత్న కార్యక్రమాలను నిర్వహించారు. యువ మానసిక వైద్యుల సహకారంతో జరిగిన విజ్ఞాన సదస్సులు ఏపీకి రాష్ట్ర ఉత్తమశాఖ పురస్కారాన్ని పొందడానికి దోహదపడ్డాయి.

బెస్ట్ స్టేట్ బ్రాంచ్ అవార్డు అందుకుంటున్న డాక్టర్ ఇనటూరి శరత్‌చంద్ర, ఇతర నేతలు

Date: 27/01/2025, Edition: Guntur(Guntur District), Page: 9
Source : https://epaperapp.sakshi.com/

CMEs & CONFERENCES

The **45th Annual Conference of the Indian Psychiatric Society – Andhra Pradesh State Branch (APPSYCON 2025)** was successfully conducted on **12th and 13th July 2025** at **Anil Gardens, Magunta Layout, Nellore**. Organized by the **Nellore Psychiatric Society**, the conference witnessed enthusiastic participation from psychiatrists, postgraduate students, academicians, and mental health professionals from across the state, reaffirming its status as a premier academic and professional gathering.

The **Presidential Address** was delivered by honorable **Dr. P. Lokeswara Reddy**, President-Elect, on the theme **"Movement as Medicine: Rediscovering Physical Activity in Psychiatric Practice."** His address emphasized the growing relevance of lifestyle interventions and physical activity as integral components of modern psychiatric care and set the tone for the event.

A moment of pride followed with the presentation of **Indla's Lifetime Achievement Award** to the respected **Dr. Siva Nambi,** recognizing his immense contributions to psychiatry and mental health advocacy. The prestigious **Dr. D. S. Raju Oration** was delivered by **Dr. N. N. Raju** on **"Brain Behind Behavior,"** offering deep insights into neurobiological underpinnings of human behavior. The **Manasa Hospital, Rajahmundry Oration** was presented by **Dr. M. S. Reddy** on **"A Story of Bipolar Disorder: My Learnings and Unlearnings,"** blending clinical wisdom with personal professional reflections.
Parallel academic activities included the **Dr. Mopidevi Vijaya Gopal – IPS AP State Branch Best Poster Award session**, followed by free poster presentations, encouraging active participation from our dear young researchers and the **Late Dr. Jaya Nagaraja Memorial UG Quiz**, fostering academic enthusiasm among undergraduate students. The late afternoon featured **Dr. T. P. Sudhakar SVMC Alumni Association PG Award Paper presentations**, followed by the **Annual General Body Meeting**. The day concluded on a celebratory and fun note with a gala and banquet dinner**.**

The **Prof. N. V. Ramana Rao Oration**, delivered by **Dr. G. Prasada Rao**, titled **"Through a New Window: Rethinking Schizophrenia Beyond Dopamine and Serotonin."** This thought-provoking lecture encouraged clinicians and students to broaden their understanding of schizophrenia beyond traditional neurotransmitter models. Young doctors like Dr. P. Swathi addressed "Addiction in Women: Unique Challenges and Treatment Approaches," followed by Dr. T. P. Sudhakar's session on "Art of Pharmaco-Economics." Further enriching the academic discourse were sessions by Dr. Prabhath on "The Many Faces of Anxiety: Clinical Presentations Across the Spectrum," and Dr. Vishal Indla on "Externalizing vs Internalizing Disorders: Understanding and Managing Behavioural Dysregulation."
Sessions also included Dr. P. Sai Kiran's talk on consent and fitness certification in organ transplant patients, and Dr. M. Siva Shankar Reddy's presentation on clinical and psychosocial challenges of sexual disorders in geriatric patients. The sessions and orations were immensely beneficial and truly enriching for postgraduate students, offering meaningful clinical insights, updated knowledge, and practical wisdom that will support their academic journey and shape their future psychiatric practice.
A thought-provoking Panel Discussion on the **"Role of Psychiatrist in Violence Against Women"** was moderated by honorable Registrar of the Dr. NTRUHS**, Dr. V. Radhika Reddy, with panelists Dr. K. Sarada, Dr. Challa Bharathi, and Dr. N. Uma Jyoth**i, generating meaningful discussion on the psychiatrist's social and ethical responsibilities.

The leadership of the IPS-AP State Branch 2025, led by then-President **Dr. G. V. S. Murty**, along with office bearers, executive committee members, and CME committee members, provided strong academic and organizational support and efforts of the IPS-AP Committee members, doctors, and all postgraduate students were instrumental in the smooth conduct of the conference.

Overall the 45th IPS-AP State Conference, Nellore 2025, stood out as a comprehensive academic event addressing evolving psychiatric concepts, clinical challenges, and social responsibilities. The meticulous planning, academic richness, and warm hospitality ensured a memorable and impactful experience for all participants, reaffirming IPS-AP's commitment to excellence in mental health care and education.

APPSYCON 2025
45TH ANNUAL CONFERENCE OF THE IPS-AP STATE BRANCH

VENUE : ANIL GARDENS, MAGUNTA LAYOUT, NELLORE

DATE : JULY 12-13, 2024

THEME : ILLUMINATING BLINDSPOTS IN MENTAL HEALTH

APPSYCON 2025
45TH ANNUAL CONFERENCE OF THE IPS-AP STATE BRANCH

VENUE : ANIL GARDENS, MAGUNTA LAYOUT, NELLORE

DATE : JULY 12-13, 2024

THEME : ILLUMINATING BLINDSPOTS IN MENTAL HEALTH

APPSYCON 2025
45TH ANNUAL CONFERENCE OF THE IPS-AP STATE BRANCH

VENUE : ANIL GARDENS, MAGUNTA LAYOUT, NELLORE

DATE : JULY 12-13, 2024

THEME : ILLUMINATING BLINDSPOTS IN MENTAL HEALTH

On this day at 45th APPSYCON 2025, the IPS Andhra Pradesh Branch marked an important milestone with the successful **election of its new Office Bearers and Executive Council members**. We congratulate the **newly elected president Dr. P Lokeswara Reddy** and team and look forward to their leadership, vision, and contributions toward strengthening professional psychology in the state.

APPSYCON 2025

45TH ANNUAL CONFERENCE OF THE IPS-AP STATE BRANCH

Topics & Speakers appsycon 2025 NELLORE

Day-1, July 12th 2025

HALL - A

08:00 - 09:30	Registration
09:30 - 10:30	Inauguration
11:00 - 11:45	Presidential Address: Dr. P. Lokeswara Reddy, Movement as Medicine : Rediscovering Physical Activity in Psychiatric Practice
11:45 - 12:15	Indla's Life Time Achievement award : Dr. Siva Nambi, Chennai
12:15 - 13:00	Dr. D. S. Raju Oration : Dr. N. N. Raju - Brain Behind Behavior
13:30- 14:30	Lunch
14:30 - 15:15	Prof. N. V. Ramana Rao Oration : Dr. G. Prasada Rao - Through A New Window : Rethinking Schizopirenia Beyond Dopamine and Serotonin
15:15 - 16:00	Manasa Hospital Rajahmundry Oration : Dr. M. S. Reddy - A story of Bipolar disorder my learnings and Unlearnings
16:00 - 17:00	Dr. T. P. Sudhakar SVMC Alumni Association P. G. Award Papers
17:00 - 18:30	Annual General Body Meeting
20:00 - 22:30	Banquet

HALL - B

14:00 - 16:00	Dr. Mopidevi Vijaya Gopal - IPS A.P. S.B Best Award Posters
16 :00 - 17:00	Free Posters

Topics & Speakers appsycon 2025 NELLORE

Day – 2, July 13th 2025

Hall - A

09:30 - 10:15	Addiction in Women : Unique Challenges and Treatment approaches- Dr. P. Swathi
10:15 - 11:00	Art of Pharmaco-Economics – Dr. T. P. Sudhakar
11:15 - 12:00	The Many Faces of Anxiety : Clinical Presentations across the Spectrum - Dr. Prabhath
12:15 - 13:00	Externalizing Vs Internalizing Disorders : Understanding and Managing Behavioural Dysregulation – Dr. Vishal Indla
13:00 - 14:00	Lunch
14:00 - 14:45	Obtaining consent and issuance of fitness certificates in patients undergoing organ transplant – Dr. P. Sai Kiran
14:45 - 15:30	Clinical and psychosocial conundrums of sexual disorders in Geriatric patients - Dr. M. Siva Shankar Reddy
15:30 - 16:30	Panel Discussion : Role of Psychiatrist in Violence against women Moderator - Dr. V. Radhika Reddy Panellists : Dr. K. Sarada, Dr. Challa Bharathi, Dr. N. Uma Jyothi
16:30 - 17:00	Valedictory
17:00 - 17:30	High Tea

Hall - B

08:00 - 10:00	Free Papers
11:00 - 13:00	Late Dr. Jaya Nagaraja Memorial - U.G. Quiz

THEME : ADVANCING PSYCHIATRIC LEARNING: FROM NEUROBIOLOGY TO CLINICAL APPLICATION

The **IPS-AP PG CME 2025** held at **Government Medical College, Nandyala**, was a resounding success, bringing together distinguished experts in psychiatry who generously shared their knowledge and experience on a wide spectrum of clinically relevant and emerging topics. The programme also featured the **Dr. YENDLURI PRABHAKAR - IPS AP SB PG QUIZ**, insightful discussions, and interactive academic sessions, creating a stimulating learning environment for all participants. The thoughtfully curated topics offered a comprehensive understanding of contemporary psychiatric practice, making the CME a valuable and enriching academic experience for postgraduate students and mental health professionals alike.

THROUGH A NEW WINDOW: RETHINKING SCHIZOPHRENIA BEYOND DOPAMINE AND SEROTONIN

SPEAKER : DR. G PRASAD RAO

This session broadened perspectives on schizophrenia by exploring novel neurobiological pathways beyond traditional neurotransmitter models. It highlighted the evolving treatment approaches, encouraging clinicians and students to adopt a more holistic and future-oriented understanding of schizophrenia. Dr. Prasad's engaging style captivated the audience making it one of the most engaging talks of the day.

NURTURING TWO LIVES: MENTAL HEALTH IN THE PERINATAL JOURNEY

SPEAKER : DR. V RADHIKA REDDY

The talk sensitively addressed mental health challenges during pregnancy and the postpartum period. Emphasis was placed on early identification, prevention, and compassionate management of perinatal psychiatric conditions, underscoring the importance of safeguarding the wellbeing of both mother and child and the session sparked healthy discussion among curious minds of the postgraduates.

FROM RESIDENCY TO REALITY — LESSONS NO ONE TEACHES

SPEAKER : DR. I.R.S REDDY

A crucial and practical session by Dr. IRS Reddy which offered genuine insights into the transition from postgraduate training to independent clinical practice. He thoughtfully addressed real-world challenges, ethical dilemmas, career pathways and resilience, equipping postgraduate students with much needed guidance that bridges the gap between academic learning and everyday psychiatric practice in real world.

ADDICTION 2.0: UNDERSTANDING MODERN AND UNCONVENTIONAL SUBSTANCES OF ABUSE

SPEAKER : DR. SK SUBHANI

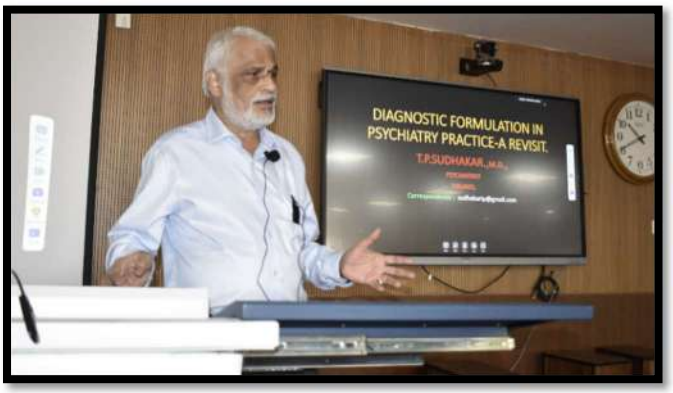
The session explored emerging and unconventional substances of abuse in contemporary society. It highlighted evolving patterns of addiction, diagnostic challenges, and management strategies, through case vignettes, recent research and updated knowledge essential for recognizing and addressing modern substance use disorders.

CURRENT APPROACHES IN PEDIATRIC PSYCHOPHARMACOLOGY: BEST PRACTICES AND NEW TREATMENTS

SPEAKER : DR. N PRASANNA KUMAR

Day 2 started on an energetic note with a session for a comprehensive overview of evidence-based psychopharmacological management in children and adolescents. Dr Prasanna discussed safety, efficacy, and newer treatment options, emphasizing cautious prescribing and individualized care to ensure optimal therapeutic outcomes in pediatric psychiatric practice. The talk was met with appreciation for the clear explanations, balanced perspectives, and academic depth.

THE CLINICAL COMPASS: MASTERING DIAGNOSTIC FORMULATION IN PSYCHIATRY



SPEAKER : DR. T P SUDHAKAR

Dr. Sudhakar's engaging and interactive teaching style was met with great enthusiasm from the postgraduate students, leading to a lively and stimulating session. The discussion significantly strengthened participants' clinical reasoning and assessment skills, proving invaluable for both examinations and real-world practice. Postgraduates actively participated in the case scenarios, gaining meaningful insights into the art of diagnostic formulation.

EFFICIENT NEUROLOGICAL SCREENING IN PSYCHIATRIC PRACTICE

SPEAKER : DR. J VARADARAJA

This special and enriching session, led by neurologist Dr J Varadaraja, offered practical and time-efficient tips for focused neurological examinations in psychiatric practice. It enhanced postgraduates' confidence in identifying neurological red flags and integrating swift, systematic neuro-assessment into routine psychiatric evaluations with specific demonstrative videos and case scenarios.

STRATEGIES FOR ADDRESSING BEHAVIORAL AND PSYCHOLOGICAL SYMPTOMS IN DEMENTIA

SPEAKER : DR. M SHIVA SHANKER

A session on managing behavioral and psychological symptoms in dementia which included evidence-based strategies with real-world experience, the discussion emphasized person-centered care and provided meaningful takeaways for everyday clinical practice.

NAVIGATING CLINICAL CROSSROADS UNDER THE MENTAL HEALTHCARE ACT 2017

SPEAKER : DR. RAJ KIRAN DONTHU

A truly engaging and proactive session, this talk stood out for its interactive exploration of real-life clinical dilemmas under the Mental Healthcare Act 2017. The lively discussions fostered curiosity among the attendees both postgraduates and clinicians alike, and fostered ethical awareness, making it both impactful and memorable. Dr. Raj Kiran was met with resounding applause from the audience for his clarity and for making the topic highly relatable to clinical practice.

Dr. YENDLURI PRABHAKAR - IPS AP SB PG QUIZ

Quiz Masters and Winner Prize distribution

The quiz was conducted smoothly and spectacularly by the **Department of Psychiatry, Shanthiram Medical College, Nandyala.** The quiz winners were **Dr Amrutha G** and **Dr P Harika** from **NRI Medical College, Guntur**. The runner-up position was secured by **Dr A Srikanth** and **Dr M Sree Charitha** from **GMC, Kadapa**.

IPS AP SB PG CME 2025

Theme

Advancing Psychiatric Learning: From Neurobiology to Clinical Application

DAY 1: 13.12.2025:

Timing	Session Title	Speaker	Chairperson
09.00 AM – 12.00 PM	**Dr YENDLURI PRABHAKAR – IPS AP SB PG QUIZ**		
12.00 PM – 01.00 PM	**INAUGURATION**		
01.00 PM – 02.00 PM	**LUNCH**		
02.00 PM – 02.45 PM	Through a New Window: Rethinking Schizophrenia Beyond Dopamine and Serotonin.	Dr G Prasad Rao	Dr B Ramesh Babu
02.45 PM – 03.30 PM	Nurturing Two Lives: Mental health in the Perinatal Journey	Dr V Radhika Reddy	Dr Y Prabhakar
03.30 PM – 03.45 PM	**TEA BREAK**		
03.45 PM – 04.30 PM	From Residency to Reality – Lessons No One Teaches	Dr IRS Reddy	Dr K Uday Kumar
04.30 PM – 05.15 PM	Addiction 2.0: Understanding Modern and Unconventional Substances of abuse	Dr Sk Subahani	Dr V Venkata Kiran

DAY 2: 14.12.2025:

Timing	Session Title	Speaker	Chairperson
09.00 AM – 09.45 AM	Current Approaches in Pediatric Psychopharmacology: Best Practices and New Treatments.	Dr N Prasanna Kumar	Dr T V Pavan Kumar
09.45 AM – 10.30 AM	The Clinical Compass: Mastering Diagnostic Formulation in Psychiatry	Dr T P Sudhakar	Dr K Nagi Reddy
10.30 AM – 10.45 AM	**TEA BREAK**		
10.45 AM – 11.30 AM	Efficient Neurological Screening in Psychiatric Practice: Practical Tips for a Swift and Focused Neuro Exam	Dr J Varadaraja	Dr N Nageshwar Rao
11.30 AM – 12.15 PM	Strategies for Addressing Behavioral and Psychological Symptoms in Dementia	Dr M Shiva Shanker Reddy	Dr R Kishore Kumar
12.15 PM – 01.00 PM	Navigating Clinical Crossroads: Real-World Dilemmas and Decision-Making Under the Mental Healthcare Act 2017	Dr D Raj Kiran	Dr Y Rufus Ephraim
01.00 PM – 01.30 PM	**VALEDICTORY FUNCTION**		
01.30 PM	**LUNCH**		

Mid-Term CME 2025

The Mid-Term CME 2025 was successfully conducted with an impressive attendance of 300 delegates and widely appreciated for its academic excellence. The theme of the CME was "Treatment Resistance in Psychiatry: State of Art and New Directions." The event was held on 1st and 2nd March 2025 at R Convention, Ananthapuram, AP. The event was graced by the presence of our esteemed IPS President, Dr. Savitha Malhotra, as the Chief Guest. The scientific sessions were exceptional, with engaging talks delivered by renowned speakers on various contemporary topics, which were highly appreciated by the delegates. The exceptional hospitality extended by Organizing Chairman Dr. T.P. Sudhakar and the outstanding efforts of Organizing Secretary Dr. Y. Prabhakar were exemplary. Dr. Prabhakar's meticulous planning, dedication, and commitment ensured the seamless execution of the event, making it a memorable and enriching experience for all attendees. During the Mid-Term CME, we also proudly released our official Journal and Newsletter, further enriching the academic experience.

The scientific session at conference provided valuable insights into the complex issue of treatment resistance in psychiatric disorders. The session was marked by engaging discussions led by eminent experts in the field of psychiatry, offering practical strategies and updates on advancing clinical care.

Session 1: An Overview of Treatment Resistance Among Psychiatric Disorders in the 21st Century

The opening session was presented by Dr. R. Raghuram, who delivered an insightful overview of treatment resistance across various psychiatric disorders. Dr. Raghuram explored the evolving understanding of treatment resistance, emphasizing the need for precise diagnosis, comprehensive treatment strategies, and innovative therapeutic approaches. His presentation included contemporary evidence-based interventions and emerging therapies, which offered attendees a comprehensive outlook on this challenging subject.

The session was skillfully chaired by Dr.G.V.S Murty and Dr. D. Phanibhushan.

Session 2: Management of Treatment Resistance in Schizophrenia

The subsequent session, focusing on Management of Treatment Resistance in Schizophrenia, highlighted the challenges clinicians face in effectively addressing this condition. The speaker, Dr. K. Chandra Sekhar, shared his extensive clinical experience and explored the latest

strategies for early identification of treatment resistance and the importance of tailoring interventions to each patient's unique profile.

The session was chaired by Dr. B. Ramesh Babu, Dr.Roy Abraham

Session 3: Treatment Resistance in Major Depressive Disorders – Literature & Concepts

The third session explored the critical topic of treatment resistance in major depressive disorders. Dr. P. Dinesh and Dr. Manasa Kaja delivered insightful talks on "Addressing Challenges and Implementing Effective Treatment Strategies." Their presentations provided a comprehensive review of current literature, evidence-based practices, and innovative interventions tailored to improve outcomes in patients struggling with resistant depression.

To chair this highly engaging session, we were honored to welcome Dr. K. Nagi Reddy from Kurnool and Dr. N. Nageswara Rao.

Session 4: Catatonia Across Psychiatric Disorders

The concluding session explored Catatonia Across Psychiatric Disorders, an often difficult-to-treat and frequently misunderstood condition by Dr.Vikas Menon . The presentation provided a detailed understanding of the clinical features, diagnostic criteria, and effective treatment protocols for catatonia across various psychiatric illnesses. The discussion emphasized the importance of early recognition and timely intervention to improve outcomes in such challenging cases.This session was chaired by Dr.P.S Murty and Dr.Uday Kumar.

Session 5: Advances in the Understanding and Management of Obsessive-Compulsive Disorder (OCD)

The session titled "Unraveling the Complexities of OCD and Its Evolving Treatment Paradigms" was presented by Dr. A. Shyam Sundar. Dr. Sundar provided a comprehensive exploration of OCD, shedding light on the intricate neurobiological underpinnings and the latest therapeutic advancements. His engaging presentation emphasized personalized treatment approaches, innovative medication strategies, and the role of neuromodulation in resistant cases. This session was chaired by Dr.G.V Ramana Rao and Dr.G Suresh kumar

Session 6: Treatment Resistance in Bipolar Disorder

The final session addressed Treatment Resistance in Bipolar Disorder, presented by Dr. K. Narasimha Reddi. Dr. Reddi offered a comprehensive overview of the complexities involved in managing treatment-resistant bipolar disorder. His presentation highlighted the role of mood stabilizers, and augmentation strategies in improving outcomes for individuals facing persistent bipolar symptoms.

Session 7: Rapid Cycling in Bipolar Disorder

An important session on Rapid Cycling in Bipolar Disorder was presented by Dr. B. J. P. Mallika. Dr. Mallika offered an in-depth exploration of rapid cycling, highlighting its diagnostic challenges, clinical implications, and strategies for effective management. Her talk emphasized mood stabilizers, combination therapies, and lifestyle interventions as key strategies to manage this complex presentation of bipolar disorder.

The session was chaired by Dr. Srinivas Teja and Dr. R. Kishore Kumar

Session 8: Treatment Adherence as an Important Strategy to Prevent Resistance to Treatment

In this important session, Dr. V. Radhika Reddy presented on "Treatment Adherence as an Important Strategy to Prevent Resistance to Treatment." Dr. Reddy emphasized the critical role of adherence in improving treatment outcomes, reducing relapse rates, and preventing resistance in psychiatric disorders. Her talk included practical tips for enhancing patient engagement, addressing barriers to adherence, and implementing long-term strategies for sustained improvement.Session was chaired byDr.PLokeswara Reddy and Dr.Uma Jyothi

Dr. Yendluri Prabhakar - IPSAPSB PG Quiz Award The prestigious Dr. Yendluri Prabhakar - IPSAPSB PG Quiz Award was conducted during the CME. The winners were Dr. Harathi Sivayogi and Dr. Jhanshi Repana from Apollo Institute of Medical Sciences and Research, Chittoor. The runners-up were Dr. Sravani Addagada and Dr. Anzory Pathak from NRIMC, Chinnakakani. I extend my heartfelt congratulations to the winners and runners-up for their remarkable achievement.

Valedictory Session

The conference concluded with a heartfelt Valedictory Session that acknowledged the dedication and hard work of all participants, speakers, and organizers. The valedictory session included special recognition for the organizing team, volunteers, and support staff whose collective efforts ensured the smooth conduct of the event. The session concluded with a renewed commitment to advancing psychiatric care and fostering collaboration among mental health professionals for improved patient outcomes.

IPS South Zonal Branch Annual Postgraduate Training Program 2025

June 14–15, 2025 | Centre of Excellence, Government Hospital for Mental Care, Visakhapatnam

Theme: "Evolving Frontiers in Psychiatry – Integrating Science, Skill, and Practice"

The Indian Psychiatric Society South Zonal Branch (IPS-SZB), in collaboration with the Andhra Pradesh State Branch, successfully organized the Annual Postgraduate Training Program (PGTP) 2025 on June 14th and 15th at the Centre of Excellence, Government Hospital for Mental Care, Visakhapatnam. This premier academic initiative was hosted under the able leadership of Organising Chairman Dr. D. Vijayalakshmi and Organising Secretary Dr. K. V. Rami Reddy.

With a theme aptly titled "Evolving Frontiers in Psychiatry – Integrating Science, Skill, and Practice," the program attracted enthusiastic participation from psychiatry postgraduate students across the South Zone. The event focused on enriching clinical acumen, enhancing academic readiness, and fostering research-oriented thinking among budding psychiatrists.

Scientific Highlights:

The two-day training featured a rich blend of didactic sessions, interactive workshops, case discussions, and a prestigious PG quiz. Noteworthy sessions included:

"How to Publish an Article – Do's and Don'ts" by Dr. Vijay Harbishettar

"Management of Violent Patients in the Context of MHCA 2017" by Dr. Anitha Rayirala

"Psychogenic Neurological Signs – How to Differentiate" by Dr. Arun B. Nair

"Importance of OSCE for PG Practical Examinations" by Dr. Christina George

"Updates in Gambling Disorder" by Dr. Arul Saravanan

Workshop on Projective Tests led by Dr. Pragna Mitra

"Decoding Female Sexual Dysfunction" by Dr. Veda N. Shetageri

"Psychedelics – Are We Ready?" by Dr. Ramakrishnam Ra

"Harm Reduction Strategies in Substance Use Disorders" by Dr. A. Vijaya Chandra Reddy

"Challenges in Admission and Discharge Procedures under MHCA 2017" by Dr. Malaiappan

"Digital Treatment Interventions in Psychiatry" by Dr. Pavan Kulkarni

"Specific Learning Disorders – Assessment and Certification" by Dr. N. Prasanna Kumar

A special interactive Clinical Case Presentation session was conducted by Dr. M. Umashankar and Dr. Y. Arul Prakash, offering valuable insights into diagnostic challenges and clinical reasoning.

Academic Competition:

One of the highlights of the program was the Dr. S. M. Channabasavanna PG Quiz, which saw spirited participation from postgraduate teams across states, stimulating academic enthusiasm and camaraderie.

The PGTP 2025 reaffirmed the IPS South Zone's commitment to postgraduate mentorship and academic excellence. With its focused agenda, expert faculty, and enthusiastic student engagement, the event provided a perfect blend of theory, practice, and emerging trends in psychiatry.

The organizers expressed heartfelt thanks to all speakers, delegates, and IPS office bearers for their support and participation in making this event a grand success.

PSYCHOGENIC NEUROLOGICAL SYMPTOMS
Physical symptoms related to psychological factors
Weakness, paralysis, abnormal movements, swallowing difficulty, seizures, loss of sensation,

IPS SOUTH ZONAL BRANCH ANNUAL
POSTGRADUATE TRAINING PROGRAM 2025
GHMC - VISAKHAPATNAM

IPS SOUTH ZONAL BRANCH ANNUAL
POSTGRADUATE TRAINING PROGRAM 2025
GHMC - VISAKHAPATNAM
05:00

MANAGEMENT OF VIOLENT PATIENTS IN THE CONTEXT OF MHCA- 2017
DR ANITHA RAYIRALA
SOR AND SUPERINTENDENT , IMH
MEMBER SECRETARY , SMHA
38:58

SUN

POSTGRADUATE TRAINING PROGRAM 2025
GHMC - VISAKHAPATNAM

GHMC - VISAKHAPATNAM

OUTH ZONAL BRANCH
INAL POSTGRADUATE
NOGRAM 2025 -

OSCEs in Psychiatry–
Importance for
Postgraduates
Christina George
DR SMCSIMCH
29:18

January 7, 2025

The IPS Andhra Pradesh State Branch (IPSAPSB) proudly led the IPS Foundation Day celebrations on January 7, 2025, an occasion to honor the incredible legacy and contributions of the psychiatrists in our region. As we commemorate this milestone, the day served as a reminder of our shared commitment to advancing mental health care and fostering unity within the psychiatric community.

Kurnool Psychiatric Society (KPS) Celebrates Senior Psychiatrists

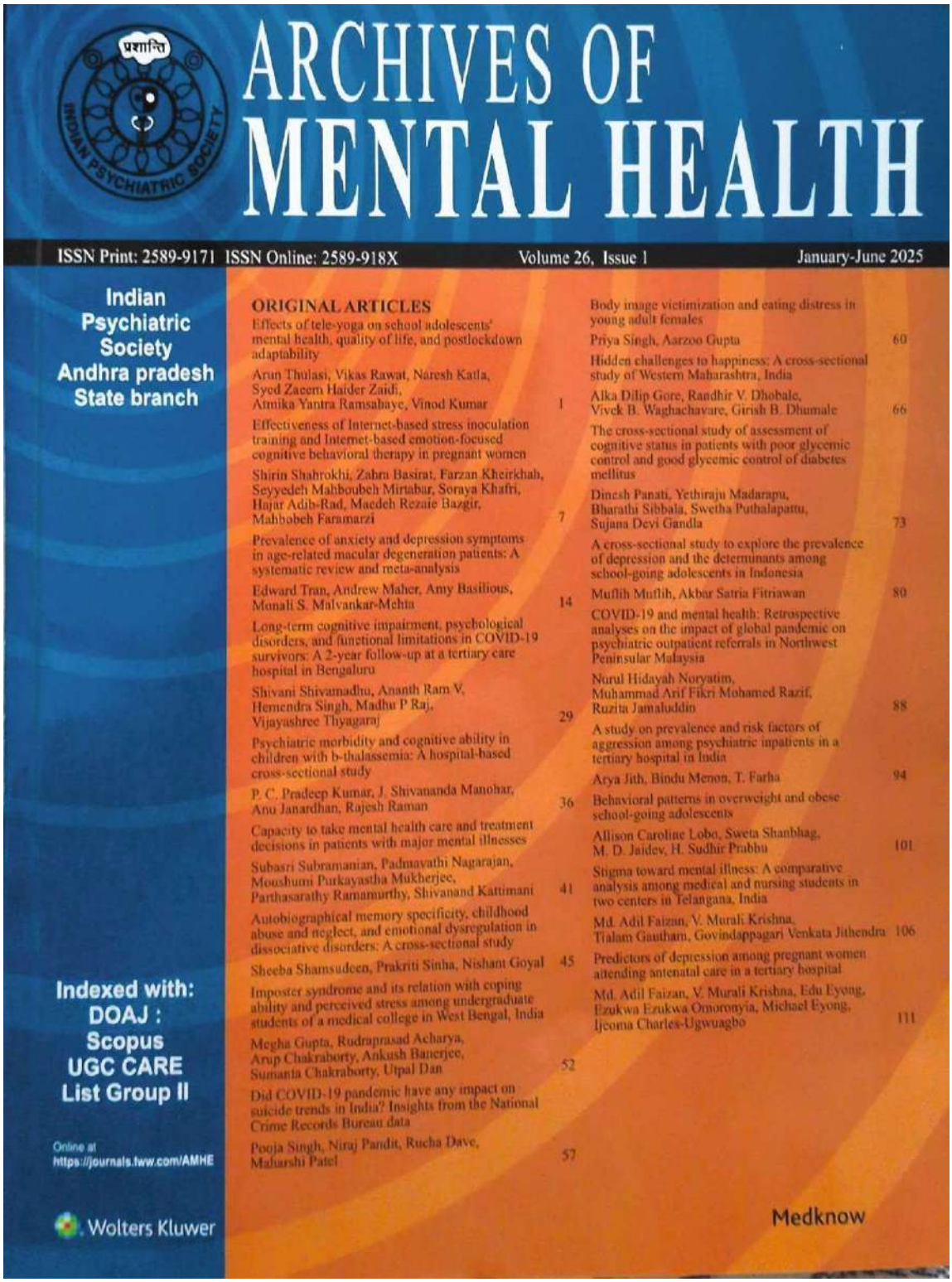
The Kurnool Psychiatric Society (KPS) marked the occasion of IPS Foundation Day by honoring two distinguished psychiatrists: Dr. PSN Murthy Garu and Dr. N. Nageswar Rao Garu. These two remarkable individuals have contributed immensely to the field of psychiatry and the community, with a legacy that has inspired countless mental health professionals and patients alike. Their work has created a lasting impact on mental health care in the region.The felicitation ceremony was a powerful acknowledgment of their commitment to excellence, service, and leadership in psychiatry. Their invaluable mentorship has helped nurture future generations of psychiatrists who carry their vision forward.

Guntur Psychiatric Society (GPS) Pays Tribute to Pioneers

The Guntur Psychiatric Society (GPS) organized an inspiring and heartfelt felicitation ceremony on the occasion of IPS Foundation Day, where they honored the pioneers of psychiatry who have been instrumental in establishing and expanding the field in Guntur. Their selfless dedication and unwavering commitment to the mental health profession have paved the way for many others in the community. Dr. Sai Kiran, HGS of GPS, delivered a powerful speech recognizing the remarkable achievements of these stalwarts and emphasizing the importance of collaboration and continuing education in advancing psychiatric care. His words resonated deeply with the audience, as he celebrated the collective journey that has led to the current state of mental health advocacy and professional growth.The event was a true reflection of the community spirit and professional excellence that defines GPS, bringing together esteemed members and well-wishers to commemorate this special occasion.

Archives of Mental Health

JANUARY – JUNE 2025



ARCHIVES OF MENTAL HEALTH

ISSN Print: 2589-9171 ISSN Online: 2589-918X Volume 26, Issue 1 January-June 2025

Indian Psychiatric Society Andhra pradesh State branch

ORIGINAL ARTICLES

Effects of tele-yoga on school adolescents' mental health, quality of life, and postlockdown adaptability
Arun Thulasi, Vikas Rawat, Naresh Katla, Syed Zaeem Haider Zaidi, Atmika Yantra Ramsahaye, Vinod Kumar 1

Effectiveness of Internet-based stress inoculation training and Internet-based emotion-focused cognitive behavioral therapy in pregnant women
Shirin Shahrokhi, Zahra Basirat, Farzan Kheirkhah, Seyyedeh Mahboubeh Mirtabar, Soraya Khafri, Hajar Adib-Rad, Maedeh Rezaie Bazgir, Mahbobeh Faramarzi 7

Prevalence of anxiety and depression symptoms in age-related macular degeneration patients: A systematic review and meta-analysis
Edward Tran, Andrew Maher, Amy Basilious, Monali S. Malvankar-Mehta 14

Long-term cognitive impairment, psychological disorders, and functional limitations in COVID-19 survivors: A 2-year follow-up at a tertiary care hospital in Bengaluru
Shivani Shivamadhu, Ananth Ram V, Hemendra Singh, Madhu P Raj, Vijayashree Thyagaraj 29

Psychiatric morbidity and cognitive ability in children with b-thalassemia: A hospital-based cross-sectional study
P. C. Pradeep Kumar, J. Shivananda Manohar, Anu Janardhan, Rajesh Raman 36

Capacity to take mental health care and treatment decisions in patients with major mental illnesses
Subasri Subramanian, Padmavathi Nagarajan, Moushumi Purkayastha Mukherjee, Parthasarathy Ramamurthy, Shivanand Kattimani 41

Autobiographical memory specificity, childhood abuse and neglect, and emotional dysregulation in dissociative disorders: A cross-sectional study
Sheeba Shamsudeen, Prakriti Sinha, Nishant Goyal 45

Imposter syndrome and its relation with coping ability and perceived stress among undergraduate students of a medical college in West Bengal, India
Megha Gupta, Rudraprasad Acharya, Arup Chakraborty, Ankush Banerjee, Sumanta Chakraborty, Utpal Dan 52

Did COVID-19 pandemic have any impact on suicide trends in India? Insights from the National Crime Records Bureau data
Pooja Singh, Niraj Pandit, Rucha Dave, Maharshi Patel 57

Body image victimization and eating distress in young adult females
Priya Singh, Aarzoo Gupta 60

Hidden challenges to happiness: A cross-sectional study of Western Maharashtra, India
Alka Dilip Gore, Randhir V. Dhobale, Vivek B. Waghachavare, Girish B. Dhumale 66

The cross-sectional study of assessment of cognitive status in patients with poor glycemic control and good glycemic control of diabetes mellitus
Dinesh Panati, Yethiraju Madarapu, Bharathi Sibbala, Swetha Puthalapattu, Sujana Devi Gandla 73

A cross-sectional study to explore the prevalence of depression and the determinants among school-going adolescents in Indonesia
Muflih Muflih, Akbar Satria Fitriawan 80

COVID-19 and mental health: Retrospective analyses on the impact of global pandemic on psychiatric outpatient referrals in Northwest Peninsular Malaysia
Nurul Hidayah Noryatim, Muhammad Arif Fikri Mohamed Razif, Ruzita Jamaluddin 88

A study on prevalence and risk factors of aggression among psychiatric inpatients in a tertiary hospital in India
Arya Jith, Bindu Menon, T. Farha 94

Behavioral patterns in overweight and obese school-going adolescents
Allison Caroline Lobo, Sweta Shanbhag, M. D. Jaidev, H. Sudhir Prabhu 101

Stigma toward mental illness: A comparative analysis among medical and nursing students in two centers in Telangana, India
Md. Adil Faizan, V. Murali Krishna, Tialam Gautham, Govindappagari Venkata Jithendra 106

Predictors of depression among pregnant women attending antenatal care in a tertiary hospital
Md. Adil Faizan, V. Murali Krishna, Edu Eyong, Ezukwa Ezukwa Omoronyia, Michael Eyong, Ijeoma Charles-Ugwuagbo 111

Indexed with: DOAJ : Scopus UGC CARE List Group II

Online at https://journals.lww.com/AMHE

Wolters Kluwer

Medknow

JOURNAL

Archives of Mental Health

JULY – DECEMBER 2025

ARCHIVES OF MENTAL HEALTH

ISSN Print: 2589-9171 ISSN Online: 2589-918X Volume 26, Issue 2 July-December 2025

Indian Psychiatric Society Andhra pradesh State branch

EDITORIAL

Prioritizing the child's psychological health: Integrating into primary health care and training of health professionals
Prasanna Kumar Neredumilli, H. D. Bhagyavathi 117

REVIEW ARTICLE

Advances, opportunities, and challenges of using modern artificial general intelligence and artificial intelligence-generated content technologies in depression and related disorders – Systematic review
Sridhar Amalakanti, Vijaya Chandra Reddy Avula, Jyothi Priya Jillella 119

ORIGINAL ARTICLES

Nicotine dependence and loss of autonomy among young adult smokers visiting a tertiary dental setting, Pune: A cross-sectional study
Subhashree Mohapatra, Rahul Mohandas, Drishti Menghani, Nyagam Chiram 127

Sociodemographic and clinical profile of attention-deficit hyperactivity disorder – A study from North India
Shaheena Parveen, Deeba Nazir, Syed Mehvish, Heena Afzal Hajini, Zaid Ahmad Wani, Sabha Majid Lone 133

A cross-sectional study to evaluate the influence of planned and unplanned pregnancy in mothers on parenting style and emotional regulation
N. Hamna, Anil Kakunje, Ashwini Dinkar 138

Role of parental acceptance and rejection on suicidal ideation among young adults
Umme Habiba, Md. Shariful Islam, Md. Huzzatullah 144

Influence of smartphone addiction on suicidal ideation and nonsuicidal self-injury among college students: The mediating role of self-concealment
Kaushindra Singh Raghav, Mamta Devi, M. Mahadevaswamy, Sneha Nathawat 150

Efficacy of different yoga techniques on negative and cognitive symptoms of schizophrenia – A comparative study
Rama Reddy Karri, Ananda Balayogi Bhavanani, Meena Ramanathan, Vijaya Gopal Mopidevi 156

Patterns of referral and diagnostic profiles in consultation-liaison psychiatry: Perspectives from a study in Kashmir
Sukrita Sharma, Rouf Ahmad Mir, Arshad Hussain, Fazle Roub Bhat, Khawar Khan, Iqra Rasheed Shah, Bilal Ahmad Bhat 162

Explaining the care needs of families and patients with severe and chronic mental disorders after discharge from acute psychiatric wards: A qualitative study in Iran
Raziye Dehbozorgi, Malek Fereidooni-Moghadam, Mansoor Sokhandani, Shohre Ghlichkhani, Mousa Alavi 168

Consultation-liaison psychiatric services among patients presenting to the hospital with deliberate self-harm: A retrospective record-based study
Neema Chandran, Ambica Shinde, Pratibha R. Kulkarni, Somashekhar Bijjal, Ranganath R. Kulkarni, Raju M. Gouli 174

Parental views on childhood mental health in rural central India: A community-based observational study
Laboni Gautam, Mudita Nitin Joshi, Janhavi Purandare, Harshal Shriram Sathe 181

Relationship between coping strategies and depression level in parents of children with congenital adrenal hyperplasia in Indonesia
Muhammad Zul Fahmi Akbar, Natalia Dewi Wardani, Fanti Saktini, Hang Gunawan Asikin, Innawati Jusup, Agustini Utari 187

Pathoplastic relationships between personality and psychopathology: Exploring complex connections using a network analysis
Saeid Komasi 193

Navigating technoference in marital relationships: A qualitative study of digital distractions among married couples in India
M. S. Neeraj, Berigai Parthasarathy Nirmala, N. Janardhana, Manoj Kumar Sharma 201

CASE REPORT

A report on rosuvastatin's role in alleviating behavioral problems in autism spectrum disorder with a SYNaptic GTPase-Activating Protein 1 mutation
Vishnupriya Veeraraghavan, Shabnam Kalita, Sreejana Sharma, Kaushik Ragunathan, Jaya Shankar Kaushik 207

Indexed with: DOAJ : Scopus UGC CARE List Group II

Online at https://journals.lww.com/AMHE

Wolters Kluwer

Medknow

EC MEETINGS

The IPS Andhra Pradesh Branch actively conducted several key administrative meetings throughout 2025, reflecting its continued focus on effective decisions and organizational planning.

There were 9 Executive Council (EC) meetings in total during 2025, including one Extraordinary EC meeting, one Extraordinary General Body Meeting and an Election Scrutiny Meeting.

The year commenced with an Executive Council meeting held on 23 January 2025 during ANCIPS 2025 at Hyderabad. This was followed by an Extraordinary General Body Meeting on 1 March 2025 at the R Convention Centre, Anantapur, held in conjunction with the IPS AP Mid-Term CME 2025. Subsequent EC meetings were conducted online on Zoom meetings on 13 March 2025, along with an Election Scrutiny Meeting on 6 April 2025 and an Extraordinary EC Meeting on 22 April 2025, ensuring continuity in decision-making.

Mid-year activities included an EC meeting on 11 July 2025 at Grand Nellore, the Annual General Body Meeting on 12 July 2025 after the last scientific session of APPSYCON 2025 at Nellore, which formally welcomed the newly elected office bearers and EC members, Dr P Lokeswara Reddy as President, Dr N. R. P. Chandra Balaji as Vice-President, Dr T. V. Pavan Kumar as Hon. Secretary, Dr Rufus Ephraim as Treasurer, Dr N. Prasanna Kumar as Editor, and Dr V. V. Kiran as South Zone Representative, and was formally welcomed during APPSYCON with a smooth handing over of responsibilities. This followed by another EC meeting on 13 July 2025 at Anil Gardens, Nellore.

The year concluded with an EC meeting held on 25 October 2025 during IPSCON 2025 at the Crescent Hospitality Centre, highlighting the branch's sustained administrative engagement and commitment to structured planning throughout the year.

IPS FOUNDATION DAY

On the occasion of the Indian Psychiatric Society Foundation Day, **Dr I. R. S. Reddy** was felicitated for his invaluable contributions to the Indian Psychiatric Society. His unwavering dedication, visionary leadership, and lifelong commitment to the advancement of psychiatric care were acknowledged for having significantly strengthened the professional community and enriched mental health services across the nation.

Profound gratitude and respect were expressed on this day to all the senior psychiatrists, leaders and teachers in recognition of their distinguished service to the field of psychiatry in Vizag.

IPS FOUNDATION DAY

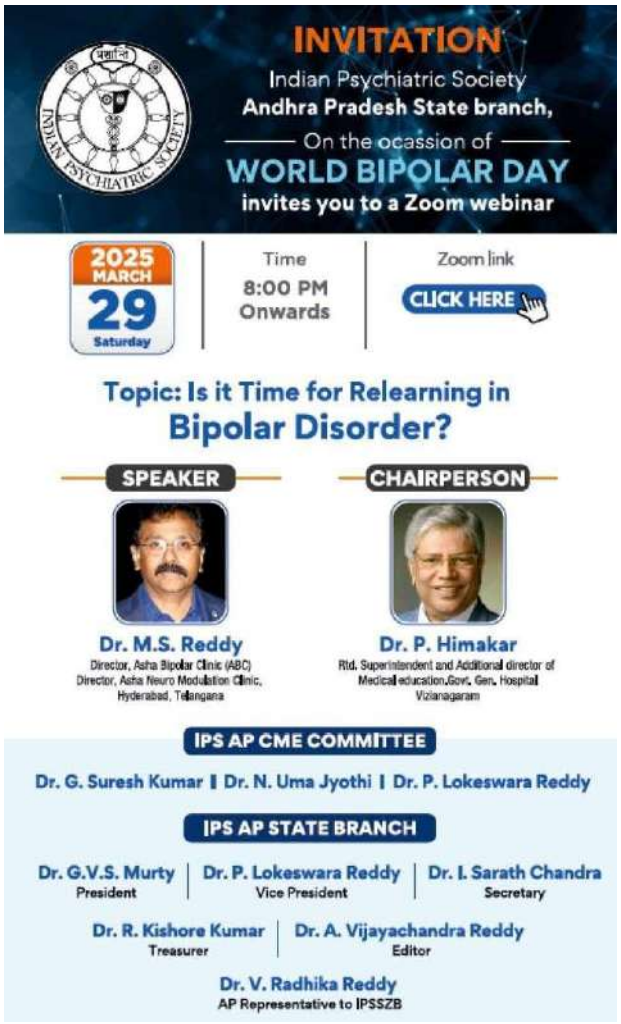
On the occasion of IPS Foundation Day today, Dr T. V. Pavan Kumar, beloved Professor and Head of the Department, was felicitated by the students and staff of NRI Medical College, Guntur.

Dr Ramachandra Rao, Retired Professor of Psychiatry, RMC, was felicitated on the occasion of the IPS Foundation Day 2026 held at Kakinada.

WOMEN EMPOWERMENT COMMITTEE(SAMANWI)
INDIAN PSYCHIATRIC SOCIETY
SOUTH ZONAL BRANCH
Speaker:
SAMANWI'S WEBINAR
Topic:
"Domestic Violence and Mental health - Legal and Therapeutic Intersection"
Dr. Anitha Rayirala
Superintendent, IMH, Hyderabad
CEO, Telangana MHA
Chairpersons
Dr. S. Sivaraman
Professor and Head,
SRM Medical College and Research Centre,
Trichy
Dr. D. Vijayalakshmi
Professor and Head,
Government Hospital for Mental Care,
AMC, Vizag
INDIAN PSYCHIATRIC SOCIETY SOUTH ZONE OFFICE BEARERS
Dr. Umashankar Molanguri
President
Dr. Y. Arul Prakash
Vice President
Dr. George Reddy. V
Hon. Gen. Secretary
Dr. Mahesh Gowda
Hon. Treasurer
Dr. Rajshekhar Bipeta
Hon. Editor
Dr. Abhay Matkar
Imm. Past President
Dr. Lokeswara Reddy
Imm.Hon.Gen.Secretary
Dr. Arunkumar. N
Imm.Past Treasurer
Dr. Shahul Ameen
Imm.Past Editor
Women Empowerment Committee
Dr. N. Umajyothi
Chairperson
Dr. Niveditha Samala
Co - Chairperson
Dr. Elsie Oommen
Co - Chairperson
Dr. Veda N Shetageri
Convenor
Dr. Aruna Yadiyal
Adviser
Dr. R. Endumathi
Adviser
Dr. V. Abirami
Member
July
Saturday
26
08.00 pm
onwards
Zoom Meeting ID:
663 481 0255
Passcode:
eastwest
EAST WEST PHARMA
INDIA PRIVATE LIMITED
Makers of:
ARIZE
Aripiprazole Tablets

Indian Association of Private Psychiatry,
Combat Depression - Task Force
Presents Webinar
Date: 12th April, 2025
Time: 8:00 pm
Topic: Childhood Depression
Topic: Management Of Treatment Resistant Depression
Speaker:
Dr.Manjiri Deshpande Shenoy
Speaker:
Prof. Om Prakash Singh
Dr.N.Prasanna Kumar
Chairperson
Dr Abdul Majid
Chairperson
Keynote Address :Dr.Mrugesh Vaishnav
Moderator: Dr.K.Narasimha Reddi
Office Bearers
Dr.Mrugesh Vaishnav
President IAPP
Dr.Gautam Saha
Vice-President IAPP
Dr.Arun Marwale
Secretary IAPP
Dr.Vijay Nagecha
Hon.Treasurer IAPP
Combat Depression - Task Force
Dr.K.Narasimha Reddy
Chairperson
Dr.Varinder Khatri
Co-Chairperson
Dr.Paresh K Shah
Co-Chairperson
Dr.Alok Kulkarni
Convener
Dr.Vimal Somaiya
Convener
Zoom Meeting Here
torrent PHARMA
CNS
Marketed by TORRENT PHARMACEUTICALS LTD
Torrent House Off Ashram Road Ahmedabad-380009

Invitation
INDIAN PSYCHIATRIC SOCIETY
ANDHRA PRADESH STATE BRANCH
Date: April 4th 2025 (Friday) Time: 08:00 PM
World Autism Awareness Day Webinar
Topic:
Empowering Psychiatrists: Supporting Neurodevelopmental Disorders in Rersource-Limited Settings
Speaker
Dr. Indla Vishal
Director VIMHANS,
India's Child Guidance Clinic, Vijayawada.
Chairperson
Dr. G V Ramana Rao
Director,
Shanthi Hospital, Bhimavaram.
Release of the IPS AP State Branch Newsletter
by Dr. GVS Murty President, IPSAPSB
IPS AP CHILD AND ADOLESCENT MENTAL HEALTH AWARNESS COMMITTEE
Dr. K Manasa | Dr. G Sri Vidya | Dr V Manasa Ram
IPS AP STATE BRANCH
Dr. GVS Murty
President
Dr. P Lokeswara Reddy
Vice President
Dr. I Sarath Chandra
Hon. Gen. Secretary
Dr. R Kishore Kumar
Hon. Treasurer
Dr. A Vijaya Chandra Reddy
Hon. Editor
Dr. V Radhika Reddy
IPSAP Representative to IPSSZ
Please click the link below to join the webinar:
https://us06web.zoom.us/j/85225028028?pwd=jXOPkng1yaZ9uGvArC0G0qZrUb4oqG.1
EAST WEST PHARMA INDIA PRIVATE LIMITED
Brands: NEUROMEC PLUS SYRUP SEBENZ ELCOGNI


INVITATION
Indian Psychiatric Society
Andhra Pradesh State branch,
On the ocassion of
WORLD BIPOLAR DAY
invites you to a Zoom webinar
2025 MARCH 29 Saturday
Time
8:00 PM Onwards
Zoom link
CLICK HERE
Topic: Is it Time for Relearning in Bipolar Disorder?
SPEAKER
CHAIRPERSON
Dr. M.S. Reddy
Director, Asha Bipolar Clinic (ABC)
Director, Asha Neuro Modulation Clinic,
Hyderabad, Telangana
Dr. P. Himakar
Rtd. Superintendent and Additional director of Medical education,Govt. Gen. Hospital
Vizianagaram
IPS AP CME COMMITTEE
Dr. G. Suresh Kumar | Dr. N. Uma Jyothi | Dr. P. Lokeswara Reddy
IPS AP STATE BRANCH
Dr. G.V.S. Murty
President
Dr. P. Lokeswara Reddy
Vice President
Dr. I. Sarath Chandra
Secretary
Dr. R. Kishore Kumar
Treasurer
Dr. A. Vijayachandra Reddy
Editor
Dr. V. Radhika Reddy
AP Representative to IPSSZB

63rd Free Medical camp at Prabhagiripatnam, Podalakuru(M), Nellore organized by Dr. K Uday Kumar and team.

WORKSHOP ON ICD -11 FOR POSTGRADUATE STUDENTS, GUNTUR

,

AWARNESS ACTIVITES

AWARENESS INITIATIVES ON WORLD MENTAL HEALTH WEEK

AWARENESS INITIATIVES ON WORLD MENTAL HEALTH WEEK

THEME : “Access to Services – Mental Health in Catastrophes and Emergencies”

GOVERNMENT MEDICAL COLLEGE, NANDYALA

KATURI MEDICAL COLLEGE AND HOSPITAL

AWARENESS INITIATIVES ON WORLD MENTAL HEALTH WEEK

THEME : "Access to Services – Mental Health in Catastrophes and Emergencies"

NRI MEDICAL COLLEGE, GUNTUR

2K RUN ORGANISED DEPARTMENT OF PSYCHIATRY, NARAYANA MEDICAL COLLEGE, NELLORE

AWARENESS INITIATIVES ON WORLD MENTAL HEALTH WEEK

THEME : "Access to Services – Mental Health in Catastrophes and Emergencies"

NIMRA INSTITUTE OF MEDICAL SCIENCES

AWARENESS INITIATIVES ON WORLD MENTAL HEALTH WEEK

THEME : “Access to Services – Mental Health in Catastrophes and Emergencies”

ఆరోగ్యం.. సామాజిక అభివృద్ధికి కొలమానం

మాట్లాడుతున్న డాక్టర్ కోటా సురేష్‌కుమార్

నగరపాలక సంస్థ, న్యూస్‌టుడే: మానసికంగా ఎంత ఆరోగ్యంగా ఉంటే సమాజానికి అంత మేలని న్యూరోసైకియాట్రిస్టు డాక్టర్ కోటా సురేష్‌కుమార్ అన్నారు. శుక్రవారం ప్రభుత్వ మహిళా కళాశాలలో ఎన్ఎస్ఎస్, మానవతసంస్థ సంయుక్త ఆధ్వర్యంలో 'మానసిక వ్యాధులు వాటి లక్షణాలు, మానసిక ఆరోగ్య దృఢత్వం కోసం తీసుకోవాల్సిన చర్యలు' అంశంపై అవగాహన సదస్సు నిర్వహించారు. విద్యార్థులు పోస్‌కు బానిస అయితే కుంగుబాటుకు లోనవుతారని తెలిపారు. కార్యక్రమంలో ప్రిన్సిపల్ డాక్టర్ వీఆర్ జ్యోత్స్నకుమారి, మానవత సంస్థ సభ్యులు, అధ్యాపకులు పాల్గొన్నారు.

సాక్షి

ఘనంగా ప్రపంచ మానసిక ఆరోగ్య దినోత్సవం

భీమవరం: మాట్లాడుతున్న న్యాయమూర్తి జ్యోతి

భీమవరం (ప్రజాశంఖారావం): మాట్లాడుతున్న మానసిక వైద్యుడు జీవి రమణరావు

భీమవరం: ఆరోగ్యవంతమైన లోపాలు, మానసిక వివాదాలు చేసుకోవడం వంటి బాలారాలు పిల్లలు మానసిక వైకల్యంతో పుడతారని, వారిని సాధారణ పిల్లలతో కలిపి ఉంచడం వల్ల వారి మానసిక స్థితి మెరుగుపడుతుందని భీమవరం రెండో అదనపు జూడీషియల్ మెజిస్ట్రేట్ ఎన్.జ్యోతి అన్నారు. శుక్రవారం ప్రపంచ మానసిక ఆరోగ్య దినోత్సవం సందర్భంగా స్థానిక భవన మానసిక వైకల్య కేంద్రంలో ఏర్పాటు చేసిన న్యాయ అవగాహనా సదస్సులో న్యాయమూర్తి పాల్గొన్నారు. జిల్లా బార్ అసోసియేషన్ టి. శ్రీనివాస్ మాట్లాడుతూ భవిత కేంద్రంలో పిల్లలకు స్కూల్ కిట్లు ద్వారా సాధారణ పిల్లలుగానే మాట్లాడాలి, వస్తువులను, మనుషులను గుర్తించేలా శిక్షణ ఇస్తున్నామన్నారు. కార్యక్రమంలో ప్యానల్ న్యాయవాదులు ఇంటిరియర్, భవాని, మీడియేషన్ న్యాయవాది విజయలక్ష్మి, వరిష్ఠ డీటీ పెద్దిరాజు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

శ్రీవిద్యానికేతన ఆధ్వర్యంలో

భీమవరం (ప్రజాశంఖారావం): నేటి పోటీ ప్రపంచంలో చాలా మంది ఒత్తిడిని తట్టుకోలేక పోతున్నారని, మానసిక వ్యాధులతో బాధ పడేవారి సంఖ్య పెరుగుతుందని ప్రముఖ మానసిక వైద్యులు డాక్టర్ జీవి రమణరావు అన్నారు. శ్రీవిద్యానికేతన ఆధ్వర్యంలో శుక్రవారం శాంతి హాస్పిటల్లో ప్రపంచ మానసిక దినోత్సవాన్ని నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా రమణరావు మాట్లాడుతూ విద్యార్థుల ప్రతిభను మించి వారిపై ఒత్తిడి చేస్తున్నారు. తల్లిదండ్రులు ఆలోచనల్లో కూడా మార్పు రావాలని సూచించారు. కార్యక్రమం కన్వీనర్ నెరుసువాడ రంగసాయి పాల్గొన్నారు.

ఒత్తిడిని జయించాలి

ఉండి: ఒత్తిడి లేకుండా మనిషి సంపూర్ణ ఆరోగ్యంగా వుంటారని ఆర్డ్ ఆడ్ లివింగ్ ప్యాకల్టీ(విజయవాడ)చందు దుర్గాదేవి అన్నారు. శుక్రవారం ఉండి లయన్స్క్లబ్ ఆధ్వర్యంలో ఐబీ హైస్కూల్‌లో మెంటల్ హెల్త్ వెల్‌బీయింగ్ అనే కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా కౌన్సిలర్ గౌడ్స్ మాట్లాడుతూ కరిగొట్టు గోపాలరావు మాట్లాడుతూ ఒత్తిడి నుండి బయటపడేందుకు, ధ్యాన్యం, యోగా నేర్పాలని సూచించారు. అనంతరం క్లబ్ ఆధ్వర్యంలో అతిథులు దుర్గాదేవి, గోపాలరావును సత్కరించారు. కార్యక్రమంలో క్లబ్ కార్యదర్శి సున్నపత్తి రంగప్రసాదరావు, హెడ్‌ఎం వైరాం లక్ష్మి, సత్తి ప్రభాకర్‌రెడ్డి, కాగిత మహాంతాళి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

11/10/2025 | Bhimavaram | Page : 11
Source : https://epaper.sakshi.com/

INDIAN PSYCHIATRIC SOCIETY
Andhra Pradesh State Branch
మానస హాస్పిటల్ - తణుకు
in association with
LIONS INTERNATIONAL
TANUKU SWARNA LIONS CLUB
Dist 316G REGION - III ZONE - II CLUB NO: 89107
Global Service Week (October 4th to 12th)
Mental Health & Well - Being
President Ln Burugupalli Venkat Rao
Secretary Ln. Sunkavalli Chiranjeevi Kumari
Treasurer Ln Guna Subbaraju
Dr. B. Ramesh Kumar
M.B.B.S., D.P.M., F.I.P.S.
Consultant Neuro Psychiatrist
Manava Hospital
S.N.V.T. College, Silver Jubilee Road, Tanuku
Meeting at 3Pm on 9th Oct 2025 Thursday

సాక్షి

మానసిక దృఢత్వమే శారీరక ఆరోగ్యం

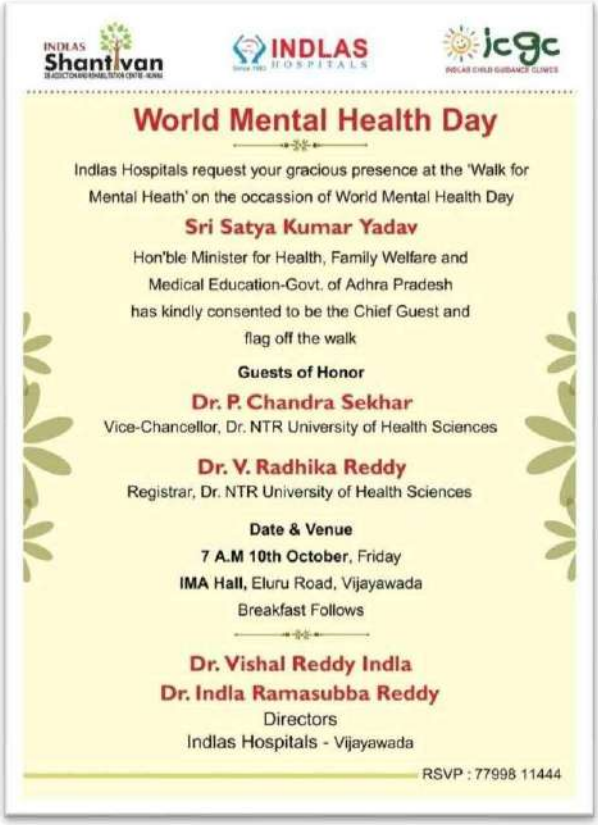
మాట్లాడుతున్న డాక్టర్ రమేష్ కుమార్

తణుకు అర్బన్: మానసికంగా దృఢంగా ఉంటేనే శారీరక ఆరోగ్యం సిద్ధిస్తుందని సీనియర్ మానసిక వైద్యులు డాక్టర్ బి.రమేష్‌కుమార్ అన్నారు. మానసిక ఆరోగ్య వారోత్సవాల్లో భాగంగా గురువారం ఇండియన్ సైకియాట్రిక్ అసోసియేషన్, మానవ హాస్పిటల్ ఆధ్వర్యంలో స్థానిక ప్రగతి కళాశాలలో నిర్వహించిన అవగాహన కార్యక్రమంలో ఆయన మాట్లాడారు. నేటి ఆధునిక ప్రపంచంలో మానవ తెలివితేటలు ఆకాశాన్నంటుతూ మనుగడకు అవసరమైన సౌకర్యాలు అందుకుంటున్నప్పటికీ మానసికంగా మనిషి జీవితం సమస్యల వలయంలో చిక్కుకుపోతుందని స్పష్టం చేశారు. సరైన ప్రణాళికలు లేకపోవడంతో ఒత్తిడికిలోనై మానవ జీవితం మానసిక సమస్యలతో ఒంటరిగా భావించి ఆత్మహత్యలకు పాల్పడాల్సి వస్తుందని అన్నారు. విద్యార్థులు చెడు వ్యసనాలు, చెడు స్నేహాలకు దూరంగా ఉండాలని, సాంకేతిక పరిజ్ఞానాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలే తప్ప లేని ఇబ్బందులు కొని తెచ్చుకోకూడదని హితవు పలికారు. కళాశాల డైరెక్టర్ ప్రగతి రాజా అధ్యక్షతన నిర్వహించిన సీనియర్ వైద్యులు సుంకవల్లి రామకృష్ణ, విద్యార్థినులు పాల్గొన్నారు.

10/10/2025 | West Godavari District | Page : 3
Source : https://epaper.sakshi.com/

AWARENESS INITIATIVES ON WORLD MENTAL HEALTH WEEK

THEME : “Access to Services – Mental Health in Catastrophes and Emergencies”



INDLAS Shantivan

INDLAS HOSPITALS

icgc

World Mental Health Day

Indlas Hospitals request your gracious presence at the 'Walk for Mental Heath' on the occassion of World Mental Health Day

Sri Satya Kumar Yadav

Hon'ble Minister for Health, Family Welfare and Medical Education-Govt. of Adhra Pradesh has kindly consented to be the Chief Guest and flag off the walk

Guests of Honor

Dr. P. Chandra Sekhar

Vice-Chancellor, Dr. NTR University of Health Sciences

Dr. V. Radhika Reddy

Registrar, Dr. NTR University of Health Sciences

Date & Venue

7 A.M 10th October, Friday

IMA Hall, Eluru Road, Vijayawada

Breakfast Follows

Dr. Vishal Reddy Indla

Dr. Indla Ramasubba Reddy

Directors

Indlas Hospitals - Vijayawada

RSVP : 77998 11444

సాక్షి

మన(సు)లో మాట

మానసిక వ్యాధులను మందుల్లేకుండానే నయం చేయచ్చా?

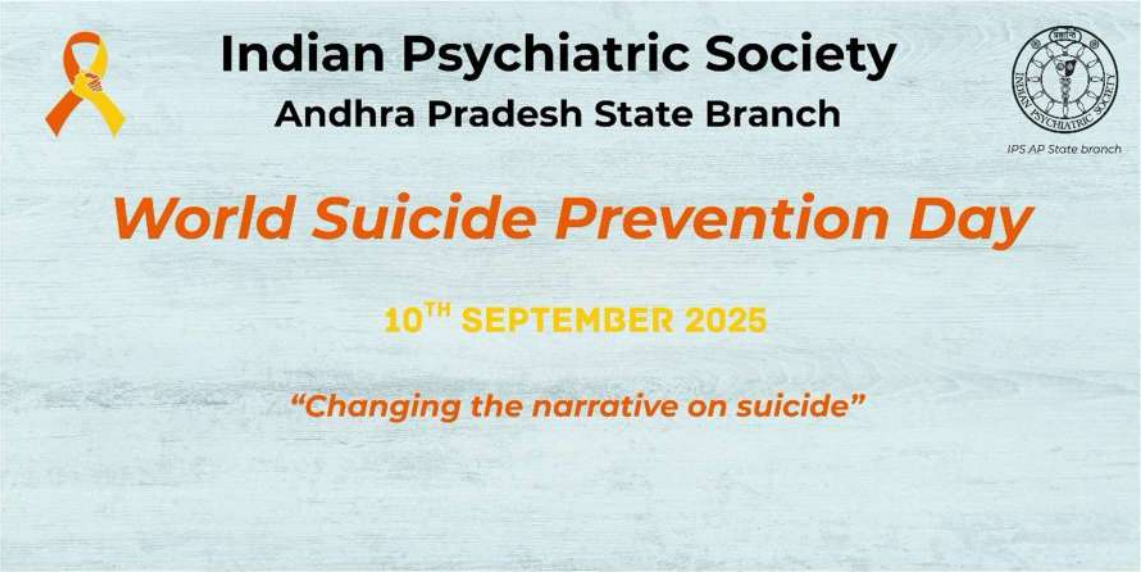
AWARENESS INITIATIVES ON WORLD ALZHIEMERS DAY

AWARENESS INITIATIVES ON WORLD SUICIDE PREVENTION DAY

AWARENESS INITIATIVES ON WORLD SUICIDE PREVENTION DAY

AWARENESS INITIATIVES ON WORLD SUICIDE PREVENTION DAY

AWARENESS INITIATIVES ON WORLD SUICIDE PREVENTION DAY



AWARNESS ACTIVITIES

Dr.Krishna vasan Awareness session given to students of Dr. BR Ambedkar SC Gurukulam school, Thalupulamma Iova, Tuni madalam, Kakinada Jilla. Awareness given on study skills, learning skills, how to deal with exam stress.

Dr. O. Sindhuja, conducted an Awareness Programme to the Health workers in Kurnool. Around 50-60 health workers have attended the programme along with DSPSirandDr.Chaitanya Sir, Psychiatrist.

Dr.Ch.S V.Krishna Vasan at outreach camp at Siri Manovikas kendram, Samarlakota

Dr. O. Sindhuja, Assistant Professor, Department of Psychiatry, Santhiram Medical College,Nandyal attended a program on "Stress and Anxiety Management" at JSW Cement Factory on 13th December 2024. actively participating

AWARNESS ACTIVITIES

Dr. Manasa had the honor of attending the 10th Class Farewell at St. John's EM School, Vijayawada, as the Chief Guest. She delivered a speech to the bright young minds, and was felicitated by the school management.

Dr. Raja Anirudh Assistant professor of psychiatry, Katuri medical college, Guntur delivered a motivational speech to nearly 200 students at zilla parishath high school, Dronadula, Martur mandalam, Prakasham Dt. It was well appreciated by faculty members of the school and students

Dr Ramesh Babu ,Dr Chaitanya addressed children involved in crime and kept in observation home on addiction causes consequences and treatment..

National Epilepsy Awareness Day at Shanthi Hospital Bhimavaram by Dr.G.V.Ramana Rao,Dr.Subhas, Dr.Sri Vidya

DR SRIVIDYA CHILD PSYCHIATRIST AT TEACHERS TRAINING PROGRAM ON STUDENT MENTAL HEALTH AT TBR SAINIK SCHOOL NEAR TADEPALLI GUDEM.

ON THE EVE OF WORLD NO TOBACCO DAY DR G V RAMANA RAO DR G SUBHASH ADDRESSED THE PATIENTS & THEIR FAMILIES ABOUT THE NEED TO STOP THE USE OF TOBACCO PRODUCTS DUE TO THEIR HAZARDOUS IMPACT BOTH ON PHYSICAL & MENTAL HEALTH.

AWARNESS ACTIVITIES

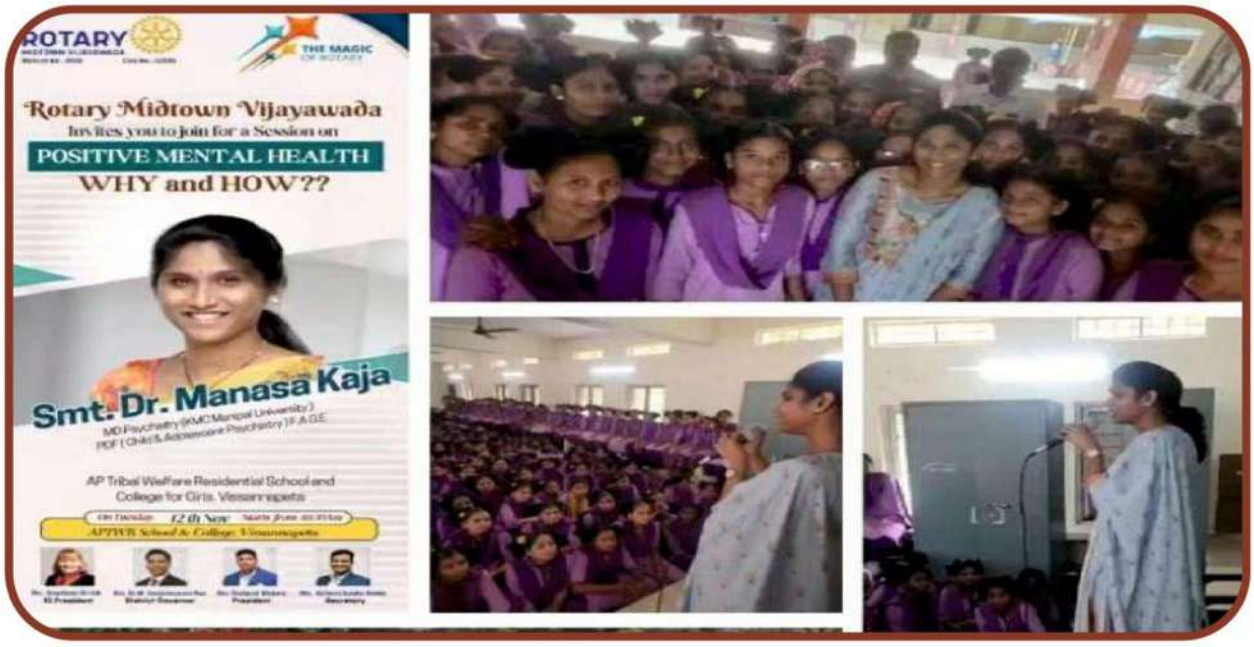
ON THE OCCASION OF WORLD NO TOBACCO DAY DEPARTMENT OF PSYCHIATRY CONDUCTED AN AWARENESS PROGRAM TO ATTENDENTS AND PATIENTS OF PULMONOLOGY WARD AT SANTHIRAM MEDICAL COLLEGE. DR. HARSHA VARDHAN, ASSISTANT PROFESSOR PSYCHIATRY HAS TAKEN A LEAD IN CONDUCTING THIS PROGRAM.

ON THE OCCASION OF "WORLD SCHIZOPHRENIA DAY" DR.O.SINDHUJA, ASSISTANT PROFESSOR CONDUCTED AWARENESS ABOUT SCHIZOPHRENIA AT RAMAKRISHNA DEGREE COLLEGE,NANDYAL.

AWARNESS ACTIVITIES

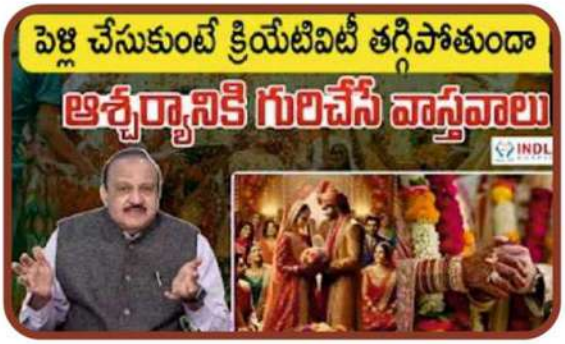
Dr.IRS Reddy addressing at the 6th world Telugu conference at Vijayawada

Dr.K.Suresh Kumar at awareness session held by Avagahana society



SOCIAL MEDIA ARTICLES

How Coffee Effects Mental Health | Dr.Indla Vishal Reddy | Indlas Hospital | Indlas Manasa Veena



అన్నీ తెలిసి మోసపోయిన మా పేషెంట్ | Digital Arrest Scammers Tricks | Dr. Indla Vishal Reddy |...

Psychological factors behind HOMICIDES Or Murders:Expert opinion by Dr. Manasa kaja

మీ పిల్లలు మీరు కోరుకున్న విధంగా ఉండాలనుకుంటున్నారా?| మిస్‌సింగ్ స్కిల్స్ | Dr Srividya

ఈ రోజు సాయంత్రము **7.30** నుండి **8** గం ల వరకు
ETV, Andhra Pradesh లో
లైవ్ ప్రోగ్రామ్
డా॥ మానస. కాజ గారి
(మానసిక వైద్య నిపుణురాలు ' విజయవాడ)
Topic: "చిన్నపిల్లలపై సోషల్ మీడియా ప్రభావం"

మానసిక రుగ్మతతోనే నేర స్వభావం

ప్రసంగిస్తున్న డాక్టర్ రమేష్ కుమార్

కర్నూలు లీగల్, నవంబరు 19 (ఆంధ్రజ్యోతి): మానసిక రుగ్మతలు కలిగి ఉన్న బాలలకు సకాలంలో చికిత్స అందించాలని, లేకుంటే వారిలో నేర స్వభావం పెరిగే ప్రమాదం ఉందని మానసిక వ్యాధి నిపుణుడు డాక్టర్ రమేష్‌బాబు అన్నారు. బాలల హక్కుల వారోత్సవాల సందర్భంగా స్థానిక బాలల పరిశీలన గృహంలో జరిగిన ఓ కార్యక్రమంలో ఆయన పాల్గొని మాట్లాడారు. ఇటీవల బాలలు కూడా మాదక ద్రవ్యాలు మద్య పానం వంటి వ్యసనాలకు బానిసలై నేరాలకు పాల్పడుతున్నారని, ఇటువంటి బాలలను వెంటనే గుర్తించి సకాలంలో చికిత్స అందించాలని కోరారు. కార్యక్రమంలో పరిశీలన గృహం సూపరింటెండెంట్ హుశేన్ బాషా, మానసిక వైద్యుడు చైతన్య కుమార్ పాల్గొన్నారు.

లైక్స్ లేవాయె, కామెంట్స్ రావాయె..

సోషల్ మీడియా వినియోగిస్తున్న నేటి తరానికి ఇప్పుడు ఇదే పెద్ద సమస్య!

- సహచరుల ఖాతాలతో పోల్చి చూసుకుంటూ ఆందోళన
- గంటలు తరబడి సామాజిక మాధ్యమాల్లోనే గడుపుతున్న వైనం
- పరిధి దాటితే ప్రమాదమంటున్న వైద్యులు
- అసభ్యకర మెసేజీలతో యూట్యూబర్స్ రీల్స్ చేసే వారిలో ఒత్తిడి

(విశాఖపట్నం-ఆంధ్రజ్యోతి)

ఒకప్పుడు కుటుంబం, బంధువులు, స్నేహితుల గురించి గొప్పగా చెప్పుకునేవాళ్లు. కాలం మారింది. నేటి తరం కుటుంబం, బంధువుల బదులు సామాజిక మాధ్యమాల్లో వచ్చే లైకులు, కామెంట్లు చూసి గొప్పగా ఫీలవుతున్నారు. సామాజిక మాధ్యమాల్లో ఫొటో పెట్టి లైక్స్, కామెంట్స్ ఎన్ని, ఎక్కువ వస్తే... అదేదో అంత గొప్ప అన్న భావనలో ఉంటున్నారు. సామాజికంలో పోస్టులకు తక్కువ స్థాయిలో లైక్ రాకపోతే ఒత్తిడికి గురవుతున్నారు. ఇటువంటి సమస్యతో బాధపడుతున్న బాల సంఖ్య రాష్ట్రంలో పెరుగుతోందని మానసిక వైద్యులు చెబుతున్నారు.

ముఖ్యంగా 25 ఏళ్లలోపు యువతలో ఈ సమస్య అధికంగా ఉంటోందంటున్నారు. ఈ సమస్య అధికం కావడం వల్ల యూట్యూబర్ తానే స్వయంగా ఇన్‌స్టాగ్రామ్ పేజీలు స్టార్ట్ చేసిన వారు కూడా వయసుతో సంబంధం లేకుండా ఇటువంటి సమస్యతో బాధపడుతున్నారంటున్నారు. సామాజిక మాధ్యమాల ద్వారా ఫ్రెండ్స్ అవుతున్న సంఖ్య, మొహం తెలియనివారు పెట్టే కామెంట్ల కోసం అర్రులు చాస్తూ ఇబ్బందులను కొని తెచ్చుకుంటున్నారు.

పదే పదే చూడడమే పని..

ఇన్‌స్టాగ్రామ్, ఫేస్‌బుక్, ఎక్స్ (ట్విట్టర్) వంటి సామాజిక మాధ్యమాలను వినియోగిస్తున్న వారి సంఖ్య గణనీయంగా పెరిగింది. కనీసం పదేళ్ల వచ్చే వరకూ కూడా ఆగడం లేదు. వీటిలో ఏదో ఒక ఖాతాను ఓపెన్ చేసి తమకు నచ్చిన ఫొటోలు, వీడియోలను పోస్టు చేస్తున్నారు. అయితే, వీటిని వీడియోగిస్తున్న ఎక్కువ మందిలో ఒక రకమైన ఉత్సుకత కనిపిస్తోందని చెబుతున్నారు. తాము పోస్ట్ పెట్టిన తరువాత ఎంతమంది దానికి రియాక్ట్ అయ్యారన్న విషయాన్ని తెలుసుకునేందుకు పదేపదే చెక్ చేసుకుంటున్నారు. లైక్‌లు, కామెంట్లు ఎన్ని వస్తాయన్నది చూసుకుంటున్నారు. ఆశించిన స్థాయిలో వస్తుంటే ప్రశాంతంగా ఉంటున్నారు. లేనిపక్షంలో మాత్రం తీవ్రమైన టెన్షన్‌కు గురవుతున్నట్లు చెబుతున్నారు. ఇందులో అధికంగా ఐదారు ఏళ్లలోపువారు ఉంటున్నారు. గంటల తరబడి సోషల్ మీడియా ఖాతాలను వినియోగించే వారిలో ఈ సమస్య అధికంగా ఉంటున్నట్లు చెబుతున్నారు. ఇటువంటివారు పదే పదే పోస్ట్ చూసుకుంటూ తీవ్రమైన టెన్షన్, ఒత్తిడికి గురవుతుంటారని, కొందరిలో ఆందోళన, చిరాకు వంటి అస్వస్థతలు కనిపిస్తుంటాయని చెబుతున్నారు. ఫ్రెండ్స్‌గా ఉన్నవారు స్పందించకపోతే వారితో బయట మాట్లాడడం కూడా మానేస్తుంటారని, తన పోస్టుకు స్పందించని వ్యక్తితో తానెందుకు మాట్లాడాలన్న భావనలో చాలామంది ఉంటున్నారని చెబుతున్నారు.

పోలికతో సమస్య...

ఇటువంటి సమస్య ఎక్కువగా ఎదుటి వారితో పోల్చుకోవడం వల్ల వస్తుంది. తమ సర్కిల్‌లో ఉన్న ఒక వ్యక్తికి ఎక్కువ మంది

... మిగతా 6వ పేజీలో

మానసిక ఆరోగ్యం సామాజిక అభివృద్ధికి కొలమానం

న్యూరో సైక్రియాటిస్ట్ డాక్టర్ కోట సురేష్ కుమార్

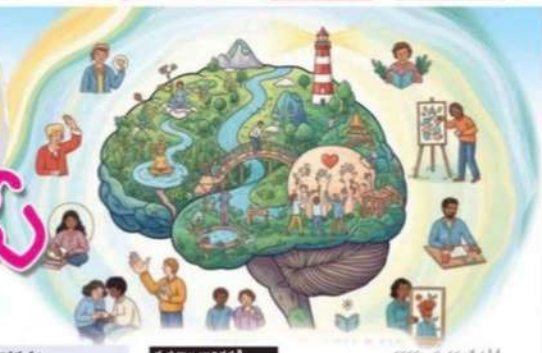
విశాలాంధ్ర-గుంటూరు వైద్యం : విద్యార్థులు మానసికంగా ఎంత ఆరోగ్యంగా ఉంటే సమాజానికి అంతగా ఉపయోగపడతారని, ఉత్తమ పౌరులుగా రూపొందుతారని న్యూరో సైక్రియాటిస్ట్, కాటూరి మెడికల్ కాలేజీ మానసిక వైద్య విభాగాధిపతి డాక్టర్ కోట సురేష్ కుమార్ పేర్కొన్నారు. అక్టోబర్ 10 ప్రపంచ మానసిక దినోత్సవం సందర్భంగా ప్రభుత్వ మహిళా కళాశాలలో మానవత సచ్చంద సేవా సంస్థ, గుంటూరు ప్రభుత్వ మహిళా కళాశాల ఎన్ఎస్ఎస్ యూనిట్ల ఆధ్వర్యంలో 'మానసిక వ్యాధులు-వాటి లక్షణాలు-మానసిక ఆరోగ్య దృఢత్వం కోసం తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలపై అవగాహన సదస్సు శుక్రవారం జరిగింది. ఈ

సందర్భంగా డాక్టర్ సురేష్ కుమార్ మాట్లాడుతూ విద్యార్థులు ఫోన్‌కి ఎడిక్ట్ అయ్యి ఎలా కుంగుబాటుకు లోనవుతున్నారో వివరించి, దాని నుంచి బయట పడాలంటే చదువు, సేవా కార్యక్రమాలు, సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలపై ధ్యాస పెడితే విజయం వారి సొంతం అన్నారు. కార్యక్రమానికి అధ్యక్షత వహించిన కళాశాల ప్రిన్సిపల్ డాక్టర్ విఆర్ జోత్స్న కుమారి మాట్లాడుతూ విద్యార్థులు మానసికంగా.. దృఢంగా తయారవ్వాలని, సేవా తత్పరతను అలవరచుకోవాలని హితవుపలికారు. మానవత మహిళ విభాగం నాయకురాలు కె.పావని కుంగుబాటు, ఆందోళనలపై విద్యార్థులలో ఉన్న సందేహాలను డాక్టర్ సురేష్ కుమార్ ద్వారా నివృత్తి చేశారు. పింగళి భాగ్యలక్ష్మి మానవత సేవా సంస్థ చేపడు తున్న కార్యక్రమాలను తెలియచేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎన్రోల్మెంట్ కమిటీ చైర్మన్ సీహెచ్ శివాజీ, డైరెక్టర్ ఎన్. సాంబశివరావు, మెడికల్ క్యాంప్స్ చైర్మన్ టి.ధనుంజయ రెడ్డి, కళాశాల ఎన్ఎస్ఎస్ కో-ఆర్డినేటర్ డి.ధాత్రి కుమారి, డాక్టర్ కె.విజయ్ కుమారి, కె.సుబ్బరత్నమ్మ తదితర ఉపాధ్యాయులు పాల్గొన్నారు.

ABN ఆంధ్రజ్యోతి

6 శుక్రవారం 10 అక్టోబరు 2025 | ఆంధ్రజ్యోతి | శ్రీకాకుళం | జిల్లా వార్తలు | www.andhrajyothy.com

మనసు ఆరోగ్యమూ ముఖ్యమే



- శరీరంపై ఉన్న శ్రద్ధ మనసుపై ఏదీ?
- జిల్లాలో అధికమవుతున్న కేసులు
- నేడు ప్రపంచ మానసిక ఆరోగ్య దినం

ఎచ్చెర్ల/రాజాం, అక్టోబరు 9(ఆంధ్రజ్యోతి)

తుల్లో రాజాంకు చెందిన కారణాంతో మానసిక ఒత్తిడికి తట్టుకోలేక అనారోగ్యానికి, ఆత్మహత్యలకు పాల్పడుతుండడం ఆందోళన కలిగిస్తోంది. మారుతున్న జీవన శైలితో మనిషి మానసిక వ్యధలాన్ని భరిస్తూ జీవితాన్ని మనిషి జీవితం దుర్భరమైనా మానసికంగా దృఢంగా ఉండడం ముఖ్యమని వైద్యులు సూచిస్తున్నారు. ఇటీవల కాలంలో ఒత్తిడి కారణంగా ఆత్మహత్యలు పెరుగుతున్నాయి. ఆర్థిక సమస్యలు, పెరుగుతున్న ఖర్చులు, ఉద్యోగ భద్రత లేకపోవడం, కుటుంబ సమస్యలు, ఒంటరితనం, సామాజిక ఒత్తిడి, ఆరోగ్య సమస్యలు, వ్యసనాలు, ఆర్థిక సమస్యలు, ఆధునిక జీవనశైలి, ఆరోగ్యకరమైన అలవాట్లు లేకపోవడం, ఇతరులతో పోలిక, ఒంటరితనం, కుటుంబ సమస్యలు, పని ఒత్తిడి, ఆర్థిక సమస్యలు, ఆరోగ్య సమస్యలు, వ్యసనాలు, సామాజిక ఒత్తిడి, ఆధునిక జీవనశైలి, ఆరోగ్యకరమైన అలవాట్లు లేకపోవడం, ఇతరులతో పోలిక, ఒంటరితనం, కుటుంబ సమస్యలు, ఆర్థిక సమస్యలు, ఆరోగ్య సమస్యలు, వ్యసనాలు

Building Resilience: Mental Health Support in Emergencies

World Mental Health Day is observed every year on October 10 to raise awareness and reduce stigma around mental health. The 2025 theme, set by the World Federation for Mental Health, is "Access to services – mental health in catastrophes and emergencies." It highlights the urgent need to provide support during crises such as wars, natural calamities, accidents, or disasters. These situations often cause severe emotional distress, sometimes leading to post-traumatic stress disorder that requires immediate attention. Unfortunately, public awareness about such conditions remains low, causing delays in care and recovery.

To address this, certain measures are essential. Effective information exchange within communities ensures that people know where and how to seek help. Clear and collective communication helps spread awareness and reduce misinformation. Identifying available mental health resources and making them accessible can save lives in emergencies. With united and joint efforts, we can create a healthier, peaceful environment that promotes resilience and enables individuals to live a more stable, trouble-free life.

Dr. N N Raju
Psychiatrist
Visakhapatnam
Andhra Pradesh

బయటకు తీసుకురావడం ఒకింత క్లిష్టమైన ప్రక్రియ

బెట్టింగ్ వ్యసనం బారినపడిన వారిని బయటకు తీసుకురావడం చాలా క్లిష్టమైన ప్రక్రియ. ఈ వ్యసనానికి గురైనవాళ్లు తీవ్రమైన నష్టాల్లో కూరుకుపోతుంటారు. ఆర్థికంగా తీవ్ర అగాధంలోకి వెళ్లిపోతారు. మొదట్లో తక్కువ మొత్తంతోనే ప్రారంభిస్తారు. ఆ తరువాత అది ఏ స్థాయికి వెళుతుందో చెప్పలేము. డబ్బులు దొరికిన చోటల్లా అప్పులు వాడేస్తుంటారు. అది ఎంత అన్న విషయం కూడా వారికి పట్టదు. బయటకు వచ్చేసరికి రూ.లక్షలు దాటుతుంది. ఇటువంటి వారిని వేగంగా గుర్తించి కౌన్సెలింగ్, కొన్నిరకాల మందులు ఇవ్వడం ద్వారా సాధారణ స్థితికి తీసుకువచ్చేందుకు అవకాశం ఉంది.

- డాక్టర్ ఎన్ఎన్ నిహాల్, మానసిక నిపుణులు

సాక్షి
అనంతపురం

న్యూస్‌రీల్

సైనికుల సంక్షేమానికి నిధులు ఇవ్వండి

హత్యాయత్నం కేసులో టీడీపీ మద్దతుదారులు అరెస్టు

టమాటా కిలో రూ.35

క్షణికావేశం.. తీరని శోకం

282

316

ఈటింగ్ డిసార్డర్స్ లక్షణాలు

SUNDAY
విశాలాంధ్ర
ఆదివారం
అనుబంధం
03 ఆదివారం, నవంబరు 2024
7

మనోవికాసం

సాక్షి

బుడిబడి అడుగులు తడబడుతున్నాయ్!

SUNDAY

విశాలాంధ్ర

ఆదివారం అనుబంధం

29 ఆదివారం, డిసెంబరు 2024 | 7

పార్కిన్‌సన్స్ వ్యాధి-లక్షణాలు

మనోవికాసం

డా. వి. సుధాకర్

సైకియాట్రిస్ట్ లేదా న్యూరాలజిస్ట్ సూచన మేరకు మందులు వాడాలి. ఇదంతా ఆయన పర్యవేక్షణలో జరగాలి. ఇలా చికిత్స తీసుకుంటూ ఉన్నప్పుడు ఎప్పటికప్పుడు వైద్యుడి సలహా మేరకు మందుల మోతాదు తగ్గించడం, పెంచడం, మార్చడం చేస్తారు. ఇలా చికిత్స తీసుకుంటూ ఉన్నప్పుడు ఆ వ్యక్తి ప్రవర్తనలో కలిగే మార్పులు, ఆ మార్పుల వల్ల ఎదురయ్యే సమస్యలు, వాటి పరిష్కారాలు, ఇవన్నీ కుటుంబ సభ్యులు తెలుసుకోవడం అవసరం

PRINT MEDIA ARTICLES

కన్వర్షన్ డిసార్డర్ లక్షణాలు-చికిత్స

డా. వి. సదానందం

SUNDAY
నిశాలాంధ్ర
ఆదివారం
అనుబంధం
09 ఆదివారం, ఫిబ్రవరి 2025 | 7

మనోవికాసం

జయంతికి కోపమొస్తుంది. కోపమెందుకొస్తుందో మన్తుంది కదా అని ప్రత్యేకంగా చెప్పేదేముంది- అంటారు. అవును మరి ఆమెకు ఎందుకు కోపమొస్తుందో తెలియదు. పరీక్ష బాగా రాయలేదని టీచర్ చెప్పినా, ఫోన్‌లో ఎంతసేపు ఉంటావు. చోసే పర్య పూర్తి చేయ లేదని అమ్మ చెప్పినా, ఈ వారం నీ ప్రవర్తన బాగా లేదని నాన్న పాకెట్‌మనీ కట్ చేసినా, క్లాస్ బాగా లేదని ట్రెండ్స్ చెప్పినా ఫ్రస్ట్రేట్ అయ్యేది. ఇలాంటి ఏ రకమైన కీలింగ్, దానికి తగ్గ ఎక్స్‌ప్రెషన్ ఇస్తుంది.

ఇదేమో ఏ వయసులో అనుకుంటున్నారు. చిన్నపిల్లి నుంచి ఎనిమిదేళ్ల వయసు వరకూ ఇలా కీలింగ్స్, ఎక్స్‌ప్రెషన్ ఇవ్వనే ఉంటుంది. కానీ పోలీసుగా, ఇంజనీరు కూలీగా రకరకాల హోదాలలో ప్రదర్శించి అందరితో మెప్పు పొందాలని చూస్తుంది. చదువులో కూడా అసలు శ్రద్ధ పెట్టదు కాదు.

ఇంగ్లీషు అక్షరాలు కూడా సరిగా రావంటే నమ్మలేరు. చదువు తప్ప చదువేతర పనులు, ఆటలు, నాటకాలు, సినిమా లాంటి తాత్కాలిక అనందాన్నిచ్చే పనులే ఎక్కువగా చేస్తుంది. అలాగని అబ్బాయిలతో చనువుగా ఉంటుందంటే పొరపాటే, అబ్బాయిలతో మాట్లాడాలంటే చిరాకు. వాళ్లను ఒక నేర్చ పర్సన్‌లాగా చూస్తుంది.

పెళ్లి ప్రస్తావన తెస్తే తనకు ప్రత్యేక లక్షణాలున్నాయని, తనను పెళ్లాడాలను కుంటే సర్వ పురుషుడు రావాలని, మామూలు వాళ్లకు ఆ అర్హత లేదని చెప్పుకుంటుంది.

జయంతి వయసు పెరుగుతున్నా తన అవలక్షణాలు, ఆలోచనలు మారడం లేదు. తల్లిదండ్రులు మారో తరగతిలో చదువు మార్చించినా ఆ బాధ కొంచెం కూడా లేదు. తను ఫ్రీలర్గను అయినందుకు సంతోషాన్ని వ్యక్తం చేస్తుంటుంది.

రోజులు గడుస్తున్నాయి. జయంతి తన వేళకప్రతిభతో బాగు లొస్తుంటాగ అందంగా తయారయ్యింది. చూస్తే గొప్ప చదువులు చదివిన అమ్మాయిలాగా అనిపిస్తుంది.

తల్లిదండ్రులు మంచి సంబంధాలు చాలానే చెప్తున్నారు. కాని ఏదీ జయంతికి నచ్చటం లేదు. చాలా సంబంధాలను తిరిగి పంపించి వేస్తున్నారు. ఏం చేయాలో అర్థమవటం లేదు తల్లిదండ్రులకు. చాలా విసుగ్గా ఉంది.

ఇలా ఉండగా ఒకరోజు ఉదయం అమ్మ నిద్ర లేపాలని కాఫీ పట్టుకుని జయంతి రూంకెళ్లింది. బద్ధకంగా నిద్ర లేచింది ఆమె. 'గుడ్ మార్నింగ్ మమ్మీ' అంటూ పలకరించిన జయంతిని చూసి అమ్మ ఆశ్చర్యపోయింది. అంతేకాదు అప్పటి నుంచి జయంతి అన్ని మాటలూ ఇంగ్లీషులోనే మాట్లాడుతుంది. పదాలు సరిగా లేకపోయినా ఆమె కొత్త యాస్పెక్ట్‌తో అర్థాలు లేకపోయినా అందరినీ ఆకర్షిస్తుంటుంది.

అలా మాట్లాడుతూనే ఎక్కడా తెలుగు పదం రాకుండా ప్రతి అక్షరము ఇంగ్లీషులోనే పలుకుతున్నది. మొదట్లో సరదాగా మాట్లాడుతుందని భావించినా రానురాను భయంగా చూస్తున్నారు తల్లిదండ్రులు.

చివరికి రాత్రి నిద్రపోయే వరకు కూడా అలానే ఉండటంతో తెలిసిన వారి సలహాతో డాక్టరుని కలిశారు. డాక్టరు బాగా పరీక్షించి జయంతికి కన్వర్షన్ డిసార్డర్ ఉందని చెప్పారు.

అది ఇబ్బంది లేక మానసిక సమస్యనా అని అడిగారు తల్లిదండ్రులు. మానసిక సమస్య కూడా ఒక జబ్బే. మీ అమ్మాయి కార్టూంది హిస్టీరియా అనే మానసిక సమస్య. కాని హిస్టీరియాను ఇప్పుడు కన్వర్షన్ డిసార్డర్ అని పిలుస్తున్నారు.

జయంతికి, మీరు చెప్పే జబ్బుకు సంబంధం ఏమిటి? అని అడిగారు బంధువులో ఒకాయన. అంతా బాగానే ఉంది కదా! ఒక్క ఇంగ్లీషు మాట్లాడ్డం తప్ప తింది, నిద్ర, కాలకృత్యాలు, పోషణాలు అన్నీ బాగానే ఉన్నాయి కదా అని అడిగారు బంధువు. అవే ఈ జబ్బు లక్షణం. అంతా బాగానే ఉన్నట్లుగా ఉంటుంది. కాని తెలియదు. ఇంగ్లీషులో ఎందుకు మాట్లాడుతుంది? ఆమెకు తెలియదు. కాని ఏమో ప్రేగా చెప్పుకోలేని ఒక సమస్యతో బాధపడుతుంది. ఆ బాధను తగ్గించుకోవడానికి ఆమె మైండ్ ఈ విధంగా ఇంగ్లీషులో మాట్లాడిస్తుంది. ఆమెకు ఇంగ్లీషు ఎలా వచ్చింది. దాన్నెలా తగ్గిస్తారు? ఆమె బాధను తెలుసుకోగలరా? ట్రీట్‌మెంట్ ఏమిస్తారు? ఇలాంటి ప్రశ్నలన్నీ తలా ఒకటి అడిగారు.

జయంతి మామూలుగా మాట్లాడుతుంది. బాధను తెలుసుకుంటాను. కాని ఆమె సమస్యను తెలుసుకున్నాక మనం అంతా కలసి ఆమె సమస్యను పరిష్కరించి పరిష్కారం అడ్జస్టుగా చేయాలి అన్నాడు. బంధువులు ఒప్పుకున్నారు.

డాక్టరు సర్వ సహకారంతో జయంతికి ప్రత్యేక వైద్యాన్ని చేసి మామూలుగా మాట్లాడేలాగా చేసి ఆమె సమస్యను తెలుసుకుంటారు.

సైకియాట్రిస్ట్, సెల్: 9395119981

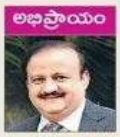
మీరు పరీక్షలకు సన్నద్ధం అవుతున్నారా?

అనంతపురం (వైద్యం). న్యూస్‌టుడే: ఉమ్మడి అనంతపురం జిల్లాలో పదోతరగతి, ఇంటర్మీడియట్ వార్షిక పరీక్షలతోపాటు ఇతర పరీక్షలకు విద్యార్థులు సన్నద్ధం అవుతున్న తరుణం ఇది. సాధారణంగా పరీక్షలంటే విద్యార్థుల్లో ఒకింత భయం ఉంటుంది. సమయం సమీపిస్తున్న కొద్దీ తీవ్ర ఒత్తిడికి గురవుతుంటారు. పరీక్షలు ఎలా రాయాలి. ఎన్ని గంటలు చదవాలి. ఎలాంటి ఆహారం తీసుకోవాలి. ఎంతసేపు నిద్రపోవాలి. చదువుకున్న అంశాలను ఎలా జ్ఞాపకం ఉంచుకోవాలి. పరీక్షలను విజయవంతంగా ఎలా రాయాలి. ఉత్తమ ఫలితాల సాధనకు ఎలాంటి వ్యూహాలు అనుసరించాలి.. వంటి అంశాల్లో అనేక సందేహాలుంటాయి. వీటిని నివృత్తి చేసేందుకు ఈనాడు-మీతోడు ఫోన్ ఇన్ కార్యక్రమం చేపట్టింది.. నిర్దేశిత సమయంలో ఫోన్ చేసి మీకున్న సందేహాలను నివృత్తి చేసుకోవచ్చు.

- మానసిక వైద్య నిపుణుడు
  ఎండ్లూరి ప్రభాకర్ (సెల్ నం. 85000 89999).
- క్లినికల్ న్యూట్రిషియన్, డైటీషియన్ మునీశ్వరి
  (సెల్ నం. 80085 73008)
- ఫోన్ చేయాల్సిన తేదీ : 11-02-2025
  (మంగళవారం ఉదయం 9 నుంచి 10 గంటల మధ్య)

సృజనకు వివాహం ఆటంకమా?

అభిప్రాయం



డా॥ ఇంద్ర రామసుబ్బా రెడ్డి

భారత మాజీ రాష్ట్రపతి, ప్రఖ్యాత శాస్త్రవేత్త అబ్దుల్ కలామ్ బ్రహ్మచారి అని మనందరికీ తెలుసు. ఆయనకు 'భారతరత్న' ప్రకటించిన సందర్భంగా వివిధ పత్రికలు కలామ్ తన శాస్త్ర పరిశోధనలకు ఎటువంటి ఆటంకం కలగకూడదనే బ్రహ్మచారిగా ఉండిపోయారని ప్రస్తావించాయి. మాజీ ప్రధాని వాజ్‌పేయి కూడా బ్రహ్మచారే! ప్రజాసేవకు సంసార జీవితం అడ్డు కాకూడదనే భావనతో ఆయన వివాహం చేసుకోలేదని అనేవారు. బ్రహ్మచారిగా మిగిలిపోయిన ప్రతి సెలబ్రిటీ గురించి ఇంచుమించు ఇలాంటి విషయమే చెబుతుంటారు. ఇందుకు తోడు 'వివాహం విద్య నాశాయ' అనే సూక్తి వింటూనే ఉంటాం.

కానీ శాస్త్రీయంగా చెప్పాలంటే పెళ్ళి చేసుకోవడం వల్ల సృజనాత్మకత తగ్గిపోతుందని ఎక్కడా నిర్ధారణ కాలేదు. పెళ్ళయి చక్కటి వైవాహిక జీవితం గడుపుతూ సృజనాత్మక రంగంలో ప్రఖ్యాతి గాంచిన వారు చాలామందే ఉన్నారు. ప్రముఖ రచయిత సల్మాన్ రష్దీ మూడు సార్లు వివాహం చేసుకున్నారు. ప్రముఖ తమిళ సినీ గేయ రచయిత, ప్రప్రథమ జాతీయ ఉత్తమ సినీ గేయ రచయిత కన్నదాసన్‌కు ముగ్గురు భార్యలన్న విషయం చాలామందికి తెలియకపోవచ్చు. కుశ్వంత్ సింగ్ చక్కటి వైవాహిక జీవితం గడుపుతూనే, ప్రముఖ రచయితగా పేరొందారు. చెప్పుకుంటూ పోతే ఈ జాబితాలో చాలా మంది ప్రముఖులే ఉంటారు.

కాకపోతే సృజనాత్మక రంగాలలో పని చేసేవారికి జీవిత భాగస్వాములుగా, క్రియేటివ్ రంగానికి చెందినవారు లేదా కనీసం దానిపట్ల ఆసక్తి ఉన్న వారు లభించే పక్షంలో ఆయా వ్యక్తులు మరింతగా రాణిస్తారు. క్రియేటివ్ వ్యక్తుల ఆలోచనా ధోరణికి ఇతరుల ఆలోచనా ధోరణులకు కొంత తేడా ఉంటుంది. దాని వల్ల వారి దైనందిన జీవితంలో కొన్ని ఇబ్బందులు ఎదుర్కోవాల్సి రావచ్చు. కొందరు రచయితలు రాత్రంతా మేల్కొని తమ రచనా వ్యాసంగాన్ని కొనసాగించి చగలు నిద్రపోతుంటారు. కళాకారులు, నటులు... షూటింగ్‌లు, రిహార్సల్స్ అని అర్ధరాత్రి వరకు కష్టపడి ప్రాక్టీస్ చేసి ఇంటికి వస్తే, ఇంట్లో వారి భాగస్వామి సర్దుకు పోలేక పోవచ్చు. వాస్తవానికి ఆ స్థితికి ఎవర్నీ తప్పు పట్టలేం! పరస్పర విరుద్ధమైన మనస్తత్వం కలిగినవారు వివాహం చేసుకోవడమే కారణం.

వైవాహిక పరమైన సమస్యలు సృజనాత్మక రంగంలో పనిచేసే వారిపై తీవ్ర ప్రభావం చూపిస్తాయి. క్రియేటివ్ వ్యక్తులకు ఇంటి బాధ్యతలు, భాగస్వామి కోర్కెలు చిన్న విషయాలుగా కనిపిస్తాయి. సహజంగా రచయితలు తమ రచనలకు సంబంధించి మేధా మదనం చేస్తుంటారు. ఆ సమయంలో భార్య వచ్చి ఇంటి సమస్యలు ఏకరువు పెడితే అతని ఆలోచనలకు ఆటంకం కలగవచ్చు. ఇంకో ముఖ్య విషయమేటింటే, క్రియేటివ్ వ్యక్తులకు వారి భావాలు వెలికి వచ్చేందుకు ఒక ఉత్ప్రేరకం అవసరం కావచ్చు. 'మేఘసందేశం' సినిమాలో నాగేశ్వరరావుకు జయసుధ ఉత్తమ ఇల్లాలైనప్పటికీ ఆయనలోని రచయితకు, గోదావరి ఒడ్డున నాట్యం చేసే జయప్రద ఉత్ప్రేరకంగా పనిచేస్తుంది.

అయితే జీవిత భాగస్వామి ఏ మాత్రం సహకరించకపోయినా ప్రపంచ ప్రఖ్యాతి గాంచిన మేధావులు ఎందరో వున్నారు. ప్రముఖ శాస్త్రవేత్త ఐన్‌స్టీన్ భార్య పరమ గయ్యాళి అని ఆయనే స్వయంగా చెప్పుకున్నారు. ప్రముఖ రచయిత బెర్నార్డ్ షా భార్యతో కలిసి ఒక పార్టీకి వెళ్ళినపుడు అందరూ ఆనందంగా డాన్స్ చేస్తుంటే, భార్య కూడా చేద్దామని పిలుస్తుంది. ఆయన ఏదో దీర్ఘంగా ఆలోచిస్తూ, 'తర్వాత రాసే నవల ప్లాన్ గురించి ఆలోచిస్తున్నాను. నేను రా'నంటాడు. 'ఎప్పుడూ రచనలేనా, కొంచెం సేపు జీవితంలో ఎంజాయ్‌మెంట్ కూడా ఉండా'లంటుంది. అందుకాయన 'ఈ డాన్స్ వల్ల వచ్చే ఆనందం క్షణికమైనది. కానీ నేను ఆలోచించి రాసే నవల వల్ల వచ్చే ఆనందం, కీర్తి శాశ్వతంగా ఉంటా'యంటాడు. వృత్తి ముఖ్యమా, ఆనందించడం ముఖ్యమా అంటే, ఎవరికి నచ్చిన దాంట్లోనే వారికి ఆనందం ఉంటుంది.

క్రియేటివ్ రంగంలో ఉన్నవారు తమకు తగిన జీవిత భాగస్వామి లభించలేదని బాధపడాల్సిన పని లేదు. ఇరువురికీ ఎలాంటి వాటిల్లో అభిప్రాయ బేధాలు వస్తున్నాయో, సమస్యలు ఎదురవుతున్నాయో గుర్తించి, ప్రయారిటీ ప్రకారం వాటిని సామరస్యంగా పరిష్కరించు కోవాలి. ఒకరి అభిప్రాయాలను మరొకరికి చెప్పుకోవాలి. కార్లు, బంగాళాలు లేకపోయినా, క్రియేటివ్ రంగంలో ఉండటం వల్ల సమాజంలో లభించే గౌరవం, కీర్తి గురించి ఆవతలి వ్యక్తికి తెలియజెప్పాలి. క్రియేటి విటీకి ఆటంకం కల్గకుండా, వైవాహిక జీవితానికి ఇబ్బందులు కల్గకుండా వర్క్-లైఫ్ బేలన్స్ చేసుకోవాలి. అప్పుడు వైవాహిక జీవితం, సృజనాత్మకత కలకాలం పరిపూర్ణంగా ఉంటాయి.

వ్యాసకర్త ప్రముఖ మానసిక వైద్య నిపుణులు । 9348114948

06/01/2025 | Andhra Pradesh (Andhra Pradesh Main) | Page : 4
Source : https://epaper.sakshi.com/

మనో వికాసం - 3వ పేజీ తరువాయి

సెల్‌ఫోన్ అడిక్షన్ సిండ్రోమ్ లక్షణాలు

వెంటనే రూంలోకి వెళ్లిపోతుంది. ఆఫీసుకు కూడా లేటుగా వెళ్తున్నది. భోజనం తీసుకెళ్లడం మరిచిపోతుంది. క్యాబిన్‌లో భోంచేస్తుంది. కొలీగ్స్‌తో కూడా సమతూకంగా మాట్లాడుతుంది. అంధుడువలెనున్నే వలవలించడంలేదు. వాళ్లు ఇంటికొస్తున్నా సరిగా పలకరించకపోవటం వలన ఏదో వర్క్ ఉందని వెళ్లిపోతున్నారు. భర్తతో కూడా సరిగా ఉండటంలేదు. ఏదో రెండు మూడు విషయాలు మాట్లాడి తన రూంలోకి వెళ్లిపోతుంది. నిద్ర, ఆకలి సరిగ్గా ఉండటంలేదు.

ఇదంతా చూస్తున్న భర్త, పిల్లలు ఆతాత పరిస్థితికి బాధపడుతున్నారు. తనలో కోపము, చిరాకుపడ్డవయ్యాయి. వస్తువులను విసిరేస్తున్నది. అప్పుడప్పుడూ కాస్త బాగుంటుంది. ఆఫీసుకు సరిగ్గా వెళ్లడం లేదు. ఆఫీసు యం.డి చాలాసార్లు అల్టి లేశాడు. అయినా మార్పులేదు. ఏం చేయాలో, అసలు ప్రవర్తనను కారణమేమిటో ఎంత ఆలోచించినా అర్థం కావటంలేదు.

స్వామికి రెండు సెల్‌ఫోన్లు ఉన్నాయి. ఒకదానిలో రెండు సిమ్‌లు (ప్రీపెయిడ్, పోస్ట్ పెయిడ్), ఇంకోదానిలో ఒక ప్రీపెయిడ్ ఉన్నాయి. మిత్రురిత్నా అతనికి అమరుమే. అత్యవసర పోస్ట్ రావడం వల్ల రెండూ పెయిడ్‌టివి చేయాల్సి వచ్చింది. ఈ మధ్య అతనికి ఫోన్ అలవాటు బాగా పెరిగిపోయింది. ఏదో ఎంటర్‌టైన్‌మెంట్ ప్రోగ్రామ్స్‌ను చూస్తుంటాడు. రావడవన కనుగుణ్యలు . కనుపెట్టలు నొప్పి రావడం, పొడవడం, దూషణశక్తి తగ్గిపోవడమువల్ల ఇబ్బందిగా ఉంది. అటు ఫోన్‌చూస్తే భర్త మాదకుండా ఉండలేదు. ఇంటిలో ఎక్కడ నుంచో (ఫోన్‌లోనే) 'శబ్దకు ఆలోగ్యం, మనసుకు ఉల్లాసం' అనే ఒక వాయిస్ వినిపించింది. అదేమిటా అని చూశాడు. అది కుడు ఎఫ్ యుం దానికి చూడక్కర్లేదు కాబట్టి ఓపెన్ చేసిన కనుక ఫోన్ ఎక్కడో పెట్టి ఇబ్బాటికో స్టోరీలు వింటున్నాడు. రాను రాను అదుకూడా అలీక్షణగా మారిందని అనిపించి ముందు జాగ్రత్తగా దాన్ని కూడా తగ్గించేశాడు. లేకపోతే అతను చేయాల్సిన పనులన్నీ చేతి అవుతున్నాయి.

చిలకా గోరింకల్లా ఉన్న రంపతులకు పిల్లలు లేరు. దబ్బు ఎంతో ఉన్నా పిల్లలులేని లోటు చాలా ఉంది. పల్లలిలో సెంటర్డ్ దుట్టూ తిరిగి దబ్బులు చాలా పెట్టారు. ఎందుకనో అవి పీల్ల విషయంలో ఏమీ చేయలేకపోయాయి. వాళ్లు మాత్రం తమ ప్రయత్నం మానలేదు. గుళ్లు, గోపురాలు, అన్ని మతాల దేవుళ్లకు పూజలు చేస్తున్నారు. వాలి కోసం లక్షరూపాయలు ఖర్చుచేశారు. చివరికి భార్యకు (సెగ్నెన్సీ వచ్చింది. అది మానానంతరం పరిణామం సంవత్సరాల తర్వాత పండంటి బిడ్డను కన్నారు. లేకలేక బిడ్డని పిల్లకావడం వల్ల అతి గారాబంగా పెంచసాగారు. ఆడింటే ఆట, పాడింటే పాట అన్నట్లుగా ఉన్నది. సంవత్సరము వయసులోనే తన మీద పిడ్డకా నిద్రమ్లం చేసినప్పుడు గట్టిగా ఏడుస్తారు. ఏవైనా తన మీద ఛాలీలు చెప్పినట్లు అనిపిస్తే నోరు బిగబట్టి ఏడుస్తాడు. రాంలో శుభపర్వ తల్లిదండ్రులు అలాంటి బాలిని రానివ్వనంటేదు.

కొన్ని రోజులకు అమ్మ తనను పట్టించుకోకుండా ఫోన్‌లో మాట్లాడసాగింది. ఇదంతా అమె చేతిలో ఉన్న అనవసరమైన సల్లనే తనను పట్టించుకోవడంలేదని గట్టిగా ఏడుపు మొదలు పెట్టాడు అమ్మ ఎన్నో ప్రయత్నాలు చేసింది. లొచ్చాలు, పేరే పట్టువుల లాంటి దరదాలు వాడిని మాస్తుంటాడు. అయితే వాటి పని చేరేవిధంగా ఉన్నది. సెల్‌ఫోన్ వైపు చూసి ఫోను తనకివ్వమంటాడు. అమ్మ ఇది కనిపెట్టి సెల్‌ఫోన్‌ను అందించింది. వాడు దాన్ని పట్టుకొని రోల్లో పెట్టుకున్నాడు. అంతేకాదు రెండుచేతులూ ఆటా ఇటా మారుస్తూ ఉన్నాడు. అది మొదలు వాడుపడితే సెల్‌ఫోను ఖర్చాయింది. పెరుగుతున్న కొద్దీ సెల్‌ఫోనులోని బొమ్మలు మిగతాయాప్‌లను ఓపెనచేస్తుంటాడు. ఈ విధంగా పనికూడుంటే సెల్‌ఫోనులయాటు అయింది.

నవాబ్ సాహెబ్, కుమారస్వామి, ఇంద్రరావు నుగ్గురూ మంచి స్నేహితులు. అంతా ఒకే ఆఫీసులో పనిచేస్తున్నారు. ఒక సిటీ నుంచి ఇంకో సిటీకి రోజూ ట్రైన్‌లో ప్రయాణిస్తుంటారు. పిల్లలు రోజు ఇబ్బాటికను పిల్ల చదివేలో చేరేరూపు. పిల్లు అక్కడ మొదలు ఇబ్బరెత్తే వరకు సెల్‌ఫోన్‌తో కాలక్షేపము చేస్తున్నారు. వారి వాళ్లకు తెలియకుండానే కాలక్షేపం కోసమే కాకుండా కంపల్సివ్‌గా మారింది. పిల్లతో పాటు ట్రైన్‌లో అందరూ సెల్‌ఫోన్‌తో గడుపుతుంటారు. రాను రాను వర్క్ పెరుగుతున్న కొద్దీ సెల్‌ఫోన్ సమయాన్ని తగ్గించి వాళ్ల పనిగురించి పట్టించుకోవడము మొదలుపెట్టారు. ఆఫీసు విషయాలు మాట్లాడుకుంటున్నారు. అవసరమైతేనే ఫోను చూస్తున్నారు. రిప్లై ఇవ్వని మెసేజ్‌లు రిప్లై ఇస్తున్నారు. మామూలు మెసేజెస్, వాట్సాప్ మెసేజ్‌లు చదివి అవసరమైన విషయాలను నోట్ చేసుకుంటున్నారు.

ఆరాత, ఆతాత, నిత్యానందస్వామి, రంపతులు, నవాబ్‌షాహెబ్ మరియు అతని స్నేహితులు - అందరూ సెల్‌ఫోన్ వల్ల ఇబ్బందులు పడ్డవారే. కాని ఒక్కొక్కరూ ఒక్కోరకంగా బాధపడుతున్నారు. ఒకరోజు ఒక స్వచ్ఛంద సంస్థ సెల్‌ఫోన్ వాడకం గురించి సమావేశం పెట్టారు. అందులో సైకియాట్రిస్టును ప్రధాన వక్తగా పిలిచారు. అస్వస్థతేకనే వారు పైన చెప్పిన వ్యక్తులను కూడా అహ్వానించి పరిశీలనకు ఉపయోగించుకున్నారు. వాళ్ల చరిత్ర మొత్తం సైకియాట్రిస్టుకు చెప్పారు.

సైకియాట్రిస్టు మాట్లాడుతూ సెల్‌ఫోన్ వచ్చిన తర్వాత ప్రజల జీవితాలలో చాలా మార్పు వచ్చింది. అద్భుతమైన ఈ పరికరంతో చాలా

ఉపయోగాలు ఉన్నవి.

ప్రపంచమంతా కుగ్రామంగా మారింది. మనిషి ఎక్కడో ఉన్న ఇంకొకరితో మాట్లాడడానికి, సమాచారం ఇవ్వడానికి, బ్యాంక్ లావాదేవీలు, ఉద్యోగ ఇంటర్వ్యూలు, పెళ్లి సంబంధాలు, సర్టిఫికేట్లకు అప్లైకై ఇవ్వడం మొదలుగా అన్ని పనులు ఇంట్లోనే ఉంటే పూర్తి చేసుకోవచ్చు. దానివలన చాలా సమయము, డబ్బులు అదా అవుతున్నవి. ఎదో సమయములో అయినా తమ బంధువులు, పిల్లలతో వీడియోలో మాట్లాడుతున్నారు.

చిన్నపిల్లవరం కాబట్టి ఎక్కడ వీలుగా ఉంటే అక్కడ పనులు చేసుకోవచ్చు. రంపతులే చేసేవని అంతా సెల్‌ఫోన్ చేస్తున్నది. సెల్‌ఫోన్ వలన పిల్లలెక్కడున్నారు, తాతయ్య ఏం చేస్తుంటారు? అనే విషయంలో సెల్‌ఫోన్ చాలా ఉపయోగపడుతుంది.

కాని ఫోన్‌లో వరరూపాలు 'యూట్' ల వలన పాఠాలు అవసరం ఉన్నదాని కంటే ఎక్కువ సమయాన్ని కేటాయించడంలో వస్తున్నది. దాని కొంతమంది 'యూట్' బన్నీ ఓపెన్ చేసి ఎంటర్‌టైన్‌మెంట్ ప్రోగ్రామ్‌ను అతిగా చూడడం వలన అది మానసికోన్మాద అలవాటుగా మారి ఎన్నో సమస్యలు (అరేకక మానసిక సమస్యలు) వస్తున్నాయి. సమాజానికి తెలిసే మానసికోపద్రవము అనేది (అబ్సెసివ్ కంపల్సివ్ డిసార్డర్‌లాగా) ఒక మానసిక సమస్యగా మారింది. అంతేకాదు అంగ్రయిటీ, డిప్రెషన్ లాంటి సమస్యలు వినరీతిగా రావడము, తెలిసి కూడా అనలేనందు వలన ఫ్రస్ట్రేషన్, డిప్రెషన్ వచ్చి తీవ్రమైన వారిలో ఆత్మహత్య ఆలోచనలు వస్తాయి. సమాజంలో కలవలేక ఒంటరిగా ఉండిపోతారు. సమస్య తీవ్రతను బట్టి సైకియాట్రిస్ట్ సంప్రదించి (ప్రమంద) ప్రమంద ఆరోగ్య సంస్థ (మరల్ హెల్త్ అప్లికేషన్) కలిసి దీనికి 'సెల్‌ఫోన్ అడిక్షన్ సిండ్రోమ్' అనే పేరుపెట్టి సామాజిక అవగాహన కోసం ప్రచురిస్తున్నవి.

అనేకమంది ప్రజలు సెల్‌ఫోన్‌ను వాడుతున్నారు. కొంతమంది దాని ఉపయోగాన్ని బట్టి మంచి పనులకు (యూట, ఇతరులకు సమాచారం, సేమింట్లు మొదలగు వాటిని) వాడుతున్నారు. కొంతమంది అడిక్ట్ అయిపోయి మానసిక దుర్గతకు దారితీస్తుంది. సమస్య తీవ్రతను బట్టి వైద్యం అరుగుతుంది అని చెప్తారు సైకియాట్రిస్ట్.

సైకియాట్రిస్ట్, సెల్: 9395119989

SUNDAY
విశాలాంధ్ర
ఆదివారం అనుబంధం
05 ఆదివారం, జనవరి 2025 | 7

సెల్‌ఫోన్ అడిక్షన్ సిండ్రోమ్ లక్షణాలు

డా. వి. సదానందం

అమ్మాయ్ ఇటురా, నీతో అర్జెంటుగా పని ఉంది అని పిలుస్తున్న అమ్మ పిలుపును వినిపించుకోవట్లేదు ఆకాశ. ఎంత పిలిచినా కొంచెం కూడా తల తిప్పటం లేదు ఆకాశ. ఒకవైపు శిలలాగా కిందకుచూస్తూ నిశ్చలంగా ఉన్న ఆకాశను చూసి భయపడింది అమ్మ. వెంటనే పరుగు పరుగున వెళ్లి పాపవైపు చూసింది తల్లి. అక్కడ తదేకంగా సెల్‌ఫోను వైపు చూస్తూ వీడియో చూస్తున్న కూతురు వైపు చూసి విస్తుపోయింది అమ్మ కాంతం.

సర్వేశ్వర్‌రావుకు కూతురు, కొడుకు. పిల్లలిద్దరూ చక్కగా, సౌమ్యంగాఉంటూ అమ్మానాన్నల తోనే కాకుండా అందరితోనూ మర్యాదగా ఉంటారు. కూతురు డిగ్రీ, కొడుకు పదవ తరగతిలో ఉన్నారు. ఇద్దరూ అన్ని విషయాలలో మధ్యస్తంగా ఉంటారు. అరవయిశాతం మార్కులు కంపల్సరీగా వస్తాయి. కాని ఈ మధ్య పదవతరగతి మొదలు నుంచి కొడుకు విశ్వకాంత్ చదువులో చాలా వెనుక బడి పోతున్నాడు. చిరాకుగా, పరాకుగా ఉంటున్నాడు. ఇంటికి రాగానే పరుగు పరుగున ఇంట్లోకి వచ్చి సెల్‌ఫోన్ తీసుకొని చూస్తుంటాడు. ఎవరు వచ్చినా తల తిప్పేది లేదు. రోజూ ఇదే పని. చదువులో శ్రద్ధ తగ్గి మార్కులు తగ్గిపోతున్నాయి. చిరాకు, కోపం వస్తున్నాయి. ఆకలి లేదు. తిండి మీద శ్రద్ధ తగ్గింది. ఎవరైనా సెల్‌ఫోన్ చేతిలో నుంచి లాగితే వారిని ఎవరని చూడకుండా కోపంతో రభ్సీస్తున్నాడు. నిద్ర సరిగాలేదు. కలవరింతలు ఎక్కువైనవి. కారణాలు లేకుండా ఏడుస్తున్నాడు. పదవ తరగతి పరీక్షకు కూడా వెళ్లొద్దని నిర్ణయించుకున్నాడు.

అజాత ఒక ఆఫీసులో పెద్ద ఆఫీసర్. చాలా ఫ్రీక్వీగా ఉంటుంది. అయిదు నిమిషాలు లేటుగా వస్తే అట్టెంట్ వేయిస్తుంది. క్రమశిక్షణ గురించి, సమయం విలువ గురించి క్లాసులు తీసుకుంటుంది. పిల్లలను కూడా అలానే పెంచుతుంది. భర్త బిజీగా ఉంటూ వృత్తిరీత్యా ఊళ్లు తిరుగుతూ ఉండడం వలన తనే పిల్లల వ్యవహారం చూసుకొంటుంది. పిల్లలకు కేటాయించే టైము ఎక్కువగా ఉంటుంది. అతి ముఖ్యమైన విషయాలంటే తప్ప పిల్లలను వదిలిపెట్టదు.

ఈ మధ్య అజాతలో చాలా మార్పు లొస్తున్నాయి. పిల్లలను ఉదయాన్నే లేపి డ్రెస్ అమరని చెప్పి వంట హుర్తి చేస్తుంది. వాళ్లు రాగానే పాలుకాని, టీగాని ఇస్తుంది. భర్త ఎవరూ నిద్ర

మనోవికాసం

లేవకుండానే వెళ్లాడు కాబట్టి సమస్య లేదు. తర్వాత బ్యాగులు సర్దుకొని విడివిడి బాక్సుల్లో సర్దిపెట్టిన టిఫిన్, భోజనము తీసుకొని స్కూలుకు వెళ్లి పోతుంటారు. స్కూలు నుంచి రాగానే ఆఫీసు నుంచి అప్పటికే వచ్చిన అమ్మతో స్కూలు విషయాలు మాట్లాడి అజాత పెట్టిన స్నాక్స్ తీసుకొని ఒకరు హోంవర్కు చేసుకోవడానికి రూంలోకి, మరొకరు ట్యూషన్‌కు వెళ్లిపోతారు. అజాత కాఫీ తాగి అరగంటసేపు టీవీ చూసి రేపటికి కావాల్సిన ఏర్పాట్ల కోసం డ్రెస్సింగ్ రూం, వంటగదికి తిరుగుతూ ఉంటుంది.

ఈలోపు భర్త ఆఫీసు నుంచి వచ్చేస్తారు. ఇద్దరూ కొంతసేపు మాట్లాడుకునే లోపు పిల్లలు వచ్చేస్తారు. అందరూ కలిసి డిన్నర్ చేసి నిద్రపోతారు. ఇదీ వారి రోజూ దినచర్య. ఎప్పుడో ఒకసారి తప్పితే రోజూ ఇలాగే ఉంటుంది.

ఈ మధ్య అజాతలో చాలామార్పులు వచ్చాయి. అది ఆమె ప్రవర్తనలో. ఇదివరకు లాగా పిల్లలను ఎక్కువగా పట్టించుకోవడమేలేదు. పిల్లలను అలారం పెట్టుకొని నిద్ర లేపమంటుంది. వంటమనిషి తయారుచేసిన టిఫిన్, మీల్స్ బాక్సుల్లో సర్దుతుంది. పిల్లలు రెడీ అయిపోయి అమ్మ కనిపిస్తుందేమో అని చూస్తారు. ఆమె వాళ్లనుచూసి నవ్వి బాయ్ చెప్పి

మిగతా 7వ పేజీలో

మానసిక సమస్యలతో బాధపడే విద్యార్థులకు తోడ్పడే మెంటర్-మెంటీ

SUNDAY
విశాలాంధ్ర
ఆదివారం
అనుబంధం
26 ఆదివారం, జనవరి 2025 | 7

డా. వి. సదానందం

నారాయణ-నారలక్ష్మి దంపతులకు ఇద్దరు పిల్లలు. అన్న అమ్మాయి బి.టెక్ చదువుతుంది. తమ్ముడు ఆరవ్ యం.వి.యస్.లో కొత్తగా చేరాడు. ఇద్దరు ఇంటి నుంచి పండ కి.మీ దూరంలో వేరువేరు ఊర్లలో ఉంటారు. ఇద్దరికీ మంచి హాస్టళ్లు ఉన్నాయి.

అన్న హ్యాపీ స్కూలు నుంచే మానసికంగా, శారీరకంగా దృఢంగా ఉండేది. అనవసర విషయాలను, మనుషులను అసలు పట్టించుకునేది కాదు. తన విషయంలో సమంజసం, సందర్భము లేకుండా ప్రవర్తించే వారిపట్ల సీరియస్‌గా ఉంటుంది. మూడు సంవత్సరాల క్రితము బి.టెక్‌లో జాయిన్ అయినప్పుడు ర్యాగింగ్ చేయడానికి వచ్చిన సీనియర్లను సమర్థవంతంగా ఎదుర్కొన్నది. అమె గురించి తెలిసిన వారు అందరూ దాదాపుగా ఆమెను ర్యాగింగ్ చేయడానికి ప్రయత్నించలేదు. ఆ తర్వాత చాలామంది ఆమెకు స్నేహితులయ్యారు.

ఇప్పుడు ఆరవ్ యూనివర్సిటీలో చేరాడు. కనుక అందరికీ భయపడుతున్నాడు. అసలే ఆడవి దిక్కుమాలిన మంచి భయంతో ఉంటాడు. అందులో కొంత మొతక. ఎదేనున్నా ఎదురు తిరగడు. కాని లోలోపల బాధపడుతుంటాడు. రోజురోజుకు సీనియర్ల దాడి ఎక్కువవుతున్నది. ఎందుకొచ్చిన చదువులు అనుకుంటున్నాడు. అరగంట వర్కవుట్ తీసుకొని బయటకొచ్చాడు. దొరికిన అస్పెక్టి ఇంటర్నెట్ పోయాడు.

అన్న చదివే ఇంజనీరింగ్ కళాశాలలో కూడా ర్యాగింగ్ జరుగుతున్నది. కొంతమంది విద్యార్థులకు సహాయము చేస్తున్నది. లేక ఆనే అమ్మాయి చాలా చలాకి ఉంటున్నది. కన్నీళ్లు నిరంతరంగా వస్తున్నవి. శ్రద్ధ

ఉండదంటోంది. నిద్రపట్టడం లేదు. ఎదుకొచ్చిన కాలేజీ, చదువు లేదు, ఎమీలేదు. అనాలమ్యిస్తే రోజు మానేసి వెళ్లాలని చూస్తున్నది. అలాగని ఇంటికి కూడా పోలేదు. అమ్మానాన్న తన్ని తరిమేస్తారు. ఏదైనా పెళ్లిపోదామని ఆలోచిస్తున్నది. ఈ విషయాన్ని అన్న కనుక్కొంటుంది. ఆ అమ్మాయిని పట్టుకుని విషయాలన్నీ అంతా తెలుసుకొంది. ఆమెకు సర్వచెప్పి, సమస్య పరిష్కరించాలని అనుకున్నది.

లేఖని అసలు సమస్య ర్యాగింగ్‌కి కాదు. తెలుగు మీడియం నుంచి వచ్చినందున ఇంగ్లీష్ లెక్చర్లు అర్థం కావటంలేదు. దాంతో శ్రద్ధ తగ్గింది. క్లాస్‌లో ఇంటరాక్టింగా ఆలోచనలు ఎదో పోతున్నది. అందరూ అనుకునే మంచి లీడర్ పిస్పింది కూడా ఆమెకు అర్థం కావటంలేదు. ఇలాంటి వాళ్లు చాలామంది ఉంటారు. అందరిలో పాటు స్కీడుగ ఆందుకోలేక వెనుకబడి పోతున్నారు. టీచర్లు వాళ్ల పాఠాలు వాళ్లు చెప్పుకుపోతున్నారు. నేనిక ఈ మెడిసన్ చేయలేను. నేనిక దేనికీ పనికిరాను ఇనుకొని కేవలికే ఆలోచనలు చేస్తున్నది.

సండేన వాళ్లు దిన్నతరంలోకి చదువుకోవడానికి వచ్చినవారు. అది పోలియోమాయర్లబిస్. అక్కి ఉంది, అన్నీ ఉన్నాయి. నీకెందుకురా ఈ చదువు అంటూ అనేకుల చేస్తున్నారు సీనియర్లు. ఇలాంటి మాటలు వినేసరి తన మీద తనకే నమ్మకం పోతున్నది.

రాధ క్లాసులో ఒక అమ్మాయి. టెక్నిలోకి వెళ్లినదల వలన ఇద్దరు ఇద్దరు పిల్లల తల్లి అయింది. పిల్లలలో ఉంటూ ఎలా చదవాలో అర్థం కావటంలేదు.

సూర్యకి ఆడే క్లాసులో యంబిబిస్ చదువుతూ ఉండగా మెడిసన్ నీలు వచ్చింది. పెద్దగా ఉన్నాడని ఫీలవుతుంటాడు.

ధాత్రికి మెడిసన్ చదువుతూ ఆనారోగ్యంగా ఉన్న తల్లిదండ్రులను చూడాల్సి వస్తుంది.

లల్లి ఇంటర్ వరకూ ఇంగ్లీస్ ఉండి చదువుకొని మొదటిసారి హాస్టల్లో ఉంది. ఆమెను

అలేఖకి పంపి బంధువులంతా వెళ్లిపోతుంటే ఏదోలా ఉంది. రోజురోజుకూ హోమ్ సిక్ ఎక్కువవుతూంది. రూంలోనూ, అలేఖలోనూ అందరూ ఉన్నా ఆమెకు తమవారిని చూడాలని ఆగిపోస్తున్నది. రకరకాల మనస్తత్వాలలో పిల్లలు

మనోవికాసం

ఉన్నారు. వీళ్లంతా చదువులో వెనకబడుతున్నారు. పిల్లలు చదవడం లేదని బాధపడుతున్నారు టీచర్లు. యాజమాన్యం, టీచర్లు అందరూ బాగానే ఉన్నా వాళ్ల సమస్యలు తెలుసుకోకపోతే సమస్యలు తీరవు. ప్రభుత్వం అన్ని అలేఖల్లో సౌకర్యాలు కల్పించినా విద్యార్థుల మానసిక, శారీరక బాధలు వీరి సమస్యలు పరిష్కారం చెప్పి సిద్ధంగా కావాలి.

ఎన్నో కష్టాలను ఎదుర్కొని ప్రభుత్వ కళాశాలలో సీటు తెచ్చుకున్న పిల్లలు ఇలా ఎందుకు అవుతున్నారు అని తల్లిదండ్రులు అడుగుతున్నారు? రోజులు గడుస్తున్నా వీళ్ల సమస్యలను ఎవరూ పట్టించుకోవట్లేదు. ఆలోచనలు అవే పోతాయిలే అనుకుని ఊరుకున్నారు.

అటు టీచర్లు పిల్లల నుంచి మంచి మార్కులు తెచ్చేలా చూడాలని కాలేజీ యాజమాన్యము ఒత్తిడి పెంచుతున్నది. వాళ్ల సమస్యలు వాళ్లే పరిష్కరించుకోవాలని, చదువు చెప్పడమే తమ పని అని కొందరు మొరుగుతున్నారు.

ఇలా ఎవరికి వారే తమ బాధ్యత లేదనుకొని తప్పించుకుంటున్నారు. నేచురల్ మెడికల్ క్లినిక్ ఇదాంటిని ఆలోచించి మెంటర్ మెంటీ కార్యక్రమాన్ని నూరించింది. స్కూల్స్, స్టూడెంట్స్ మధ్య అన్న గ్యాప్‌ను పూడ్చడానికి బ్రిడ్జిలాగా ఈ కార్యక్రమము ఉపయోగపడుతుంది.

విద్యార్థులకు సహకారాన్ను అందించడం మంచి కార్యక్రమాలను ప్రోత్సహించడానికి విద్యార్థుల చదువుకు ఆటంకమయే వ్యక్తిగత, మానసిక, శారీరక, సాంఘిక సమస్యలను పరిష్కరించుకోవడానికి ఈ కార్యక్రమము ఉపయోగపడుతుంది. (మిగతా వచ్చేవారం)

సైకియాట్రిస్ట్, సెల్: 9395119989

డా. వి. సదానందం

మాస్ సైకోజెనిక్ ఇల్‌నెస్

SUNDAY
విశాలాంధ్ర
ఆదివారం
అనుబంధం
25 ఆదివారం, మే 2025
7

అది ఒక గ్రామం. విద్యార్థులు ఉన్నా వాళ్లంతా దగ్గర ఉన్న నగరాల్లో లేదా అమెరికా లాంటి దేశాల్లో ఉంటున్నారు. చదువురాని యువకులు, రైతులు వ్యవసాయాన్ని నమ్ముకుని బతుకుతున్నారు. ఊళ్లో సర్పంచ్ వ్యవస్థ ఉంది. ఊరి పెద్ద అతనే. ఏదైనా సలహాగాని, నిర్ణయాలు తీసుకోవడంలో సర్పంచ్ సలహా తీసుకోవాలి. కాని అలా జరగడం లేదు. ఎలో ఆ ఊళ్లో ఒక కులం వారికి రిజర్వేషన్ ఇచ్చారు కాబట్టి ఇప్పుడున్న సర్పంచ్ ఎన్నికయ్యాడు. అక్కడ అసదికారక వ్యక్తులు రాజ్యమేలుతున్నారు. సర్పంచ్ పాత్ర నామమాత్రమే. వాళ్లు కూల్చేమంటే కూల్చుంటారు. నిల్చోమంటే నిల్చుంటారు. ఇదంతా చూసి సర్పంచ్ కులము వాళ్లు కోపంతో రగిలిపోతున్నారు. ఏం చేసేది లేక ఊరుకున్నారు. కాని వారిలో ఏదో ఒకసారి ఇతర వ్యక్తుల మీద రివెంజ్ తీర్చుకోవడానికి ఎదురు చూస్తున్నారు.

ఇలా ఉండగా రాజారావు అనే వ్యవసాయదారుని కూతురు రక్త ఒకరోజు ఆ ఊరికి వచ్చింది. రాలామందికి ఆమె ఎవరో తెలియదు. ఆమె రాజారావు కూతురు అనగానే అందరూ ఆనందంగా స్వాగతించారు. అందమే కాదు, చదువల్లోనూ బాగానే ఉంటుంది. పీజీ పాసయి మొట్టమొదటిసారిగా ఊరికొచ్చింది. ఆమె సరాసరి పినేడేనన్నట్లుగా ఉన్న తన ఇంటికి వెళ్లింది. ఊరి బయట ఉంటాయి వాళ్ల ఇళ్లు. ఏ వాహనమ లేకుండా నడుచుకుంటూనే ఇంటి కళ్లింది. ఆమెను చూసి రాజారావు దంపతులు ఆశ్చర్యపోయారు. ఎమ్మా చెప్పా చెయ్యకుండా వచ్చావు. బాగున్నావా? అంటూ పలకరించింది తల్లి, తోబుట్టువులు, ఇతర బంధువులు, స్నేహితులు, స్నేహితురాండ్లు అందరూ రక్షను చూడడానికి వచ్చారు. ఇంతలో ఆ ఊరిలో ధనికుడు అయిన గోవిందరావు మాత్రం మా ఇంటికి రమ్మని కబురంపాడు. రక్షకు కోసం వచ్చింది. మా నాన్న సర్పంచ్ అందరూ ఇక్కడకు వస్తారనుకుంటే నన్ను పిలవడమేమిటి? నేను రాను అని చెప్పింది.

రోజులు గడుస్తున్నాయి. ఊళ్లో ఉన్న సమస్యలన్నింట్లోనూ తల దూరుస్తుంది రక్త. వద్దని చెప్పినా వినడం లేదు. రక్త మీద పెద్దంటి కన్ను ఉందని తెలిసింది. అప్పటి నుంచి ఆమెను కాపాడుకోవడానికి పిన్న వరంగా ఉండడానికి బృందాలను తయారు చేశారు.

ఒకరోజు గోవిందరావు రాజారావు ఇంటికి వెళ్లాడు. చూస్తే ఆ ఊరిలోని సగం మంది అక్కడే ఉన్నారు. ఏంటంటే రక్షను రక్షణ ఉండడానికి ఉన్నారని తెలిసింది. దానికి గోవిందరావు రాజారావును చూసి మీ కులం వారంతా ఇక్కడే ఉన్నారు. ఏం సంగతి అని అడిగాడు గోవిందరావు. ఏదో అభిమానం కొద్దీ ఇప్పుడే వచ్చారు అని చెప్పాడు రాజారావు. ఇంటికి రమ్మంటే రారేమో. ఎంత పొగరు నీకు అని రక్షను చూసి అన్నాడు. మీరెవరో నాకు తెలియదు. తెలిస్తే వచ్చేదాన్ని కదా అంకుల్ అని మర్యాదగానే జవాబు చెప్పింది రక్త. రక్షను ఎలాగైనా ఇంటికి పిలిచి అవమానించాలని నిర్ణయించుకున్నాడు గోవిందరావు.

రోజులు, నెలలు గడుస్తున్నాయి. సర్పంచ్ కులంలోని అందరి ఇళ్లు ఊరికి దూరంగా ఒకే దగ్గర ఉంటాయి. ఒకేసారి ఆ వీధిలో కలకలంగా ఉంది. పెద్దగా తిట్లాలు వినిపిస్తూ, పరుగులెత్తుతున్నారు. అందరూ దిక్కుకు చలాకుగా ఉన్నారు. ఆంగ్రయుటీ, టెన్షన్ దీనులతో ఉన్నారు. ఆ కులం వాళ్లు మాత్రమే అలా చేస్తున్నారు. అందరూ మూకుమ్మడిగా ఎవరిపైనైనా దాడి చేయాలని చూస్తున్నారు. కోపము, నిద్రలేమి, ఆకలి లేకపోవడం, ఏర్పడడము, దెబ్బలించడము అన్నీ జరుగుతున్నాయి. ఊళ్లోకి ఎవరినీ రానివ్వడం లేదు. రోడ్లపై వాళ్లను బయటకు పోనివ్వడం లేదు. అందులో సర్పంచ్ కుటుంబం కూడా ఉంది. విచిత్రంగా పిల్లలు, పెద్దలు, స్త్రీలు, పురుషులు అందరూ ఇలాగే ప్రవర్తిస్తున్నారు. ఆ ఊళ్లోకి ఎవరైనా కొత్తగా వచ్చి వస్తే దండెత్తడమన్నంత కోపంగా ఉన్నారు. మీడియా అంతా వచ్చి స్పీకర్లలో న్యూస్ కవర్ చేసి పంపిస్తున్నారు. ఆ పరిస్థితిపై అవగాహన పెంచుకోవడానికి పీజీ సైక్య విద్యార్థులు బృందం కూడా ఒక బస్సులో వచ్చారు. వాళ్లు చక్కగా తెల్లని దుస్తుల్లో (ఆప్రాన్) ఊళ్లోకి వెళదామని ప్రయత్నిస్తున్నారు. ఇంతలో వీధి ప్రజలు అందరూ మూకుమ్మడిగా దాడికి ప్రయత్నించారు. ప్రొఫెసర్లు అప్పుడే వెళ్లొద్దని విద్యార్థులను వెనక్కు రమ్మంటున్నారు. కులంలోని అందరికి నిద్రలేమి, ఆహారం లేకుండా పోవడం గుర్తించి బాధపడుతున్నారు. ఇలా ఎందుకు అందరూ వింతగా ప్రయత్నిస్తున్నారో ఎవరికీ అర్థం కావడం లేదు. పూజా కార్యక్రమాలు కొనసాగు తున్నాయి. ఊళ్లో సహాయం అందించ దానికి పోలీసులు సమకూర్చింది ప్రభుత్వం.

ఆ వీధిలో అప్పుడే రాంకుమార్ వచ్చాడు. అతనికి అనుమానం వచ్చింది. దీనికి ఏదో టెన్షన్ వలే పరిస్థితి ఉందని గమనించి రక్త ఎక్కడుంది అని అడిగాడు. ఎవరో సమాధానమివ్వ గోవిందరావు కిడ్నాప్ చేసి వదిలేశాడు. తర్వాత కనిపించ లేదని చెప్పారు. కారణం తెలిసిపోయింది రాంకుమార్‌కు. ఎప్పటి నుంచో గోవిందరావుపై అభిప్రాయం వ్యక్తం చేస్తున్నారు ఆ వీధి ప్రజలు. అది అందరి మైండ్‌లో ఉంది అని. అంతేకాదు పీక్షంతా రక్షకు వీరాభిమానులు. ఇలా రక్షకు ఏదైనా అయితే ఏమిటి పరిస్థితి అని టెన్షన్ పడుతున్నారు. తర్వాత విషయం మెల్లగా తెలిసింది. 'రక్త' ను ఆ బంధ్లో మామూలుగానే గౌరవంగానే చూస్తున్నారు. అందరినీ భయపెట్టడానికి ఎక్కడుందో తెలియదు అన్నాడు. రాంకుమార్ రక్షను ఊళ్లోకి తీసుకొచ్చి ఇంటికి పంపించాడు. విచిత్రంగా వీధిలోని అందరికీ మానసిక లక్షణాలన్నీ పోయాయి.

ఇదంతా గమనిస్తున్న మెడికల్‌విద్యార్థులు ప్రొఫెసర్‌ని సంప్రదిస్తే గురించి చెప్పండి సార్ అని అడిగారు.

అందరు మైండ్ సైప్రలిస్టు ఈ పరిస్థితిని మాస్ హిస్టీరియా అంటారని చెప్పారు. హిస్టీరియా అనే పదం వాడుకలో లేనందు వలన దీనికి మాస్ సైకోజెనిక్ ఇల్‌నెస్ అని పేరు పెట్టారు. ఇందులో ఒకే గ్రూపుకు సంబంధించిన వారు ఒకేసారి మానసిక అవలక్షణాలను పొందుతారు. న్యూరు పిల్లలుగాని, కార్మిక బృందాలు, మహిళా గ్రూపులు గాని కామన్ ప్రాబ్లమ్ సంభవిస్తే ఇలా వ్యవహరిస్తారు. ప్రాబ్లమ్ నెమ్మదిగా తగ్గుతుంది.

నెమ్మదిగా మానసిక నివుణులతో క్యూపు పెట్టించి కౌన్సిలింగ్ నిర్వహించారు. అవసరమైన వారికి ఆర్గయిటీ, డిప్రెషన్ మందులు ఇచ్చారు. రక్త కూడా తన కోసం పీక్షంతా పడుతున్న బాధను గుర్తించి ఆ ఊళ్లో ఉంటూ అందరికీ చదువు చెప్పడమే కాకుండా ఆత్మీయ విశ్వాసాన్ని అందించాలని నిర్ణయించుకుంది.

డా. వి. సదానందం
సైకియాట్రిస్ట్, సెల్: 9395119989

డా. వి. సదానందం

మానసిక సమస్యకు మందులున్నాయి

SUNDAY
విశాలాంధ్ర
ఆదివారం
అనుబంధం
30 ఆదివారం, మార్చి 2025
7

అది ఒక మహానగరము. కొత్తగా రాష్ట్ర రాజధానిగా హోదా ఉన్న ప్రాంతము. అది వరకే నగరము అభివృద్ధి చెందడం వలన వత్తనే రాజధాని కావడము వలన అసలు రాజధాని కంటే పాత నగరానికే చాలా అందం వచ్చింది. బస్ స్టేషను, రైల్వే స్టేషను, విమానాశ్రయము ఒక్కటేమిటి అన్నిరకాల రవాణా సౌకర్యాలు ఉన్నాయి. విద్యాలయాలు, హాస్పిటల్స్, స్కానింగ్ సెంటర్లు, డయాగ్నస్టిక్ సెంటర్లు ప్రైవేటుగా లెక్కలేనన్ని ఉన్నాయి. ప్రభుత్వ మెడికల్ కాలేజీ అనుబంధంగా ఉన్న పెద్ద ప్రభుత్వాసుపత్రి నిత్యం జనంతో కిటకిటలాడుతుంటుంది.

అన్ని సంపదలు, సౌకర్యాలు విజ్ఞానకేంద్రాలు ఉన్నా అన్ని స్వభావాల కలయిక కూడా ఉంది, భిన్నమనస్తత్వాలతో ఉన్న మనుషులను కూడా ఇక్కడ చూడవచ్చును. సామాజిక స్పృహను, శాస్త్రీయ విజ్ఞానాన్ని ప్రజలకు అందించే గొప్పవారు, మూఢ నమ్మకాలతో తమను, తమ కుటుంబాలను కోల్పోతున్నవారు అన్నిటోట్లా ఉన్నట్టి ఇక్కడ ఉన్నారు. సమస్యకు పరిష్కారం అందించవలసిన విద్యాలయాలే సమస్య సృష్టిస్తే ఏమనాలో తెలియక కష్టపడుతున్న ప్రజలు కూడా ఇక్కడున్నారు.

విశేంద్ర, రుద్రాణి దంపతులు సంపన్న కుటుంబానికి చెందినవారు. ఆ నగరంలోనే ఆత సంపన్నవ్యక్తులు వందమందిలో ఒకరు. వారికి ముగ్గురు ఆడపిల్లలు. అబ్బాయికోసం ఆగారు. చివరికి 4వ సంతానము అబ్బాయి. ఆడపిల్లలు ఎలిజా, మాయ, ఫ్లారా ముగ్గురు. అబ్బాయి సందేశ్. ముగ్గురు అమ్మాయిలు, ఒక అబ్బాయి అని అమ్మానాన్నలు ఎవరినీ తక్కువ చేయలేదు. బాగా చదివారు. ఎలిజా- ఎలెక్ట్రానికల్ ఇంజనీర్, మాయ-యాంథీప, ఫ్లారా- లీలల్ వూర్తి చేశారు.

బాబు సందేశ్ లా చదివాడు. అమ్మాయిలకు పెళ్లిళ్లు అయిపోయి ఉద్యోగాలు సంపాదించుకుని పిల్లల్ని చూసుకుంటున్నారు. సందేశ్‌కు పెళ్లి చేయాలని ఉంది. మంచిఅమ్మాయిని సెలక్ట్ చేసి వారిని పెళ్లి చూపులకు ఆహ్వానించారు. అమ్మాయి కుటుంబ సభ్యులు చాలా సాదాసీదాగా ఉన్నారు. తల్లిదండ్రులిద్దరూ జేసులాలు పోకుండా నిజానిజాలు తెలుసుకొని ప్రవర్తిస్తారు.

ఇదిలా ఉండగా విశేంద్ర, రుద్రాణి దంపతులను వెతుక్కుంటూ పోలీసులు ఇంటికొచ్చారు. ఆ సమయంలో అందరూ టిఫిన్ తింటున్నారు. పోలీసులు వారిద్దరి కోసం ఎందుకొచ్చారో అర్థం కావడంలేదు. అయినా తప్పుడు కనుక టిఫిన్ మధ్యలోనే వేడుకు కడుక్కొని మేము వస్తాం మీరు వెళ్లండి అని చెప్పి కారులో సరాసరి పోలీస్ స్టేషనుకు వెళ్లారు. అక్కడి రెజిస్టరికి వాళ్ల అమ్మాయిలు ముగ్గురూ పోలీస్ స్టేషన్‌లో ఉన్నారు. వాళ్లు అమ్మానాన్నలను అక్కడ చూసి ఆశ్చర్యపోలేదు, అంతా తమకు తెలుసన్నట్లుగా చేస్తున్నారు. ఎందుకంటే అమ్మానాన్నల మీద కంప్లయింట్ ఇచ్చింది వాళ్లు ముగ్గురే. విశేంద్ర, రుద్రాణి దంపతులకు తమ పిల్లలు తమ మీద కంప్లయింట్, అందులో హత్యా ప్రయత్నం కింద కేసు పెట్టడం ఆశ్చర్యం కలిగించింది.

ఆసలేం జరిగింది అంటే కొన్నిరోజుల నుంచి తమ్ముడికి కాఫీలోనూ, అన్నంలోనే స్ట్రిబ్నిన మందు (ఫ్లగ్) కలుపుతున్నారని అది ఏదైనా పేయిన్ అయితే ప్రాణాలు పోయే పనేకదా అని బాధపడుతున్నారు. ఈ మధ్య తమ్ముడు చాలా దిలగా ఉంటున్నాడు. స్ట్రిక్గా ఉంటున్నారు. నొప్పి కారుతుంది. కొంచెం వణుకు కూడా వస్తున్నది. మాట సరిగా రావడంలేదు.

ఇదంతా చూసిన అక్కలు ఏదో జరిగింది అనుమానిస్తున్నారు. పోలీసులు రంగంలోకి దిగాల్సిన సమయము వచ్చింది. అసలు పిల్లలు తల్లిదండ్రుల మీద కేసెందుకు పెట్టారు అనేది ఎవరికీ అర్థం కావడము లేదు. అసలు విషయము ఏమిటంటే చాలాకాలం నుంచి మానసిక సమస్య ఉన్నందున బాబు సందేశ్‌కు మందులు వాడుతున్నారు. ఇప్పుడు కొంచెం లక్షణాలు తగ్గుముఖం పట్టాయి. అకస్మాత్తుగా లక్షణాలు తీవ్రంగా మారి గొడవ ఎక్కువయింది. అంతేకాక మందులు సరిగ్గా వాడనని మొరాయించాడు. అన్ని ప్రయత్నాలు చేసి దాక్టరుని సలహా అడిగారు. వైద్యశ్రేణి మందులు తీసుకోని వారికి ఇంజక్షన్లు, రంగు రుచి వాసన లేని మందు చుక్కలు ఉంటాయని చెప్పారు. టిఫిన్, మీల్స్, కాఫీ, మందులేవు ఎందులోనైనా రెండు మూడు చుక్కలు వేసి రాగిస్తే సరిపోతాయని చెప్పారు. అందుకని అమ్మానాన్నలు కాఫీలోగాని, భోజనంలో గాని మందు చుక్కలు కలిపి సందేశ్‌కు ఇస్తున్నారు. అదే విషయము పిల్లలకు చెప్పినా వినకుండా తమ్ముణ్ని అదుకున్నాడన్న ధీమాతో మహానగరంలో విద్యావంతులైన పిల్లలు తల్లిదండ్రుల మీద హత్యాప్రయత్నం కింద కంప్లయింట్ ఇచ్చారు. పోలీసులు తల్లిదండ్రులతో మాట్లాడి సాక్ష్యాలు చూపించమన్నారు. వారు దాక్టర్ దగ్గరికి వెళ్లి సందేశ్‌కి 'స్కిజోఫ్రేనియా' అనే మానసిక సమస్య వచ్చిందని, తనే వైద్యం చేస్తున్నానని దాక్టర్ సర్టిఫికెట్ ఇచ్చారు. మానసిక సమస్యల్లో పెద్దది అని చెప్పారు. ఈ తతంగమంతా పూర్తయ్యేసరికి సందేశ్‌కి లక్షణాలు ఎక్కువయి తిట్టడము, కొట్టడము, అరవడము మొగుగు లక్షణాలు ఎక్కువయి పరిగెడుతున్నారు. వీరిలోపున్న వారి సహాయంతో సందేశ్‌ను కరెక్ట్ కాకపోయినా తమకు తెలిసిన రీతిలో తాళ్లతో బంధించి దాక్టర్ దగ్గరకు తీసుకెళ్లారు. దాక్టర్ ఇంజక్షన్ ఇచ్చి అడ్మిట్ చేసుకొని ట్రీట్‌మెంట్ చేశారు.

మానసిక జబ్బులు, వైద్యం గురించి అనుమానాలున్న అమ్మాయిలు ముగ్గురూ తన ఛాంబర్‌కు పిలిపించి తమ్ముడి ప్రాబ్లం గురించి వివరించారు. విద్యావంతులు కాస్త పరిజ్ఞానాన్ని సక్రమంగా ఉపయోగించుకోవాలని మానసిక సమస్య శారీరక సమస్య లాంటిదేనని చెప్పారు. స్కిజోఫ్రెనియా క్రీస్తుపూర్వ ఇబ్బయిన మందులతో పోతుందని, దాంతో పాటు ఇతర వైద్య పద్ధతులు కూడా ఉన్నాయని అన్ని వైద్య పద్ధతులు అద్భుతంగా పనిచేసే వ్యక్తికి తీవ్ర ఉపశమనాన్ని కలిగిస్తాయని చెప్పారు. అమ్మాయి తల్లిదండ్రులు దాక్టర్‌తో మాట్లాడి సందేశ్ జబ్బు గురించి తెలుసుకొని పెళ్లి చేశారు.

సందేశ్, మృదుల దంపతులు సైకియాట్రిస్ట్‌తో టచ్‌లో ఉంటూ కౌన్సిలింగ్ చేసుకుంటున్నారు. వారికి ఇద్దరు పిల్లలు.

సైకియాట్రిస్ట్, సెల్: 9395119989

నిద్ర లేమితో.. రుగ్మతలెన్నో..!

8 గంటలు నిద్ర ఆరోగ్యానికి రక్ష

- ప్రముఖ మానసిక వైద్య నిపుణులు డా. రమేష్ బాబు, మానస క్లినిక్, కర్నూలు
- అంతర్జాతీయ నిద్రా వినోత్సవము మరియు ప్రపంచ సంతోష వినోత్సవం

కర్నూలు, : మనిషి శారీరకంగా మానసికంగా ఎంత శ్రమించినా రోజుకు కనీసం 7 నుంచి 8 గంటలు తప్పనిసరిగా నిద్ర పోవాలని, లేదంటే ఎన్నో అరోగ్య సమస్యలు ఎదుర్కోవాల్సి వస్తుందన్నారు ప్రముఖ మానసిక వైద్య నిపుణులు డా. రమేష్ బాబు. అంతర్జాతీయ నిద్ర మరియు ప్రపంచ సంతోష దినోత్సవం సందర్భంగా శుక్రవారం కర్నూలు నగరం ఎన్.ఆర్. పేటలోని మానస క్లినిక్‌లో అయన విలేకరులతో మాట్లాడారు. అధునిక సమాజంలో నిరంతరం సంపాదనపై దృష్టి సారిస్తూ.. నిద్రకు ప్రాధాన్యమివ్వడంలేదని ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. నిద్ర లేమి వలన తీవ్రమైన తలనొప్పి, విసుగు, పనిమీద విరాగ్రత లోపించడము, చిన్న చిన్న విషయాలకు సహనము కోల్పోయి ఇతరుల మీద కోపోద్రిక్తులగుట, ఆందోళన Anxiety disorder), వ్యాకులత (Depression%), రక్తపోటు మొదలగు వాటితోపాటు వాహన దారులలో ట్రాఫిక్ accidents తద్వారా విలువైన ప్రాణాలను కోల్పోవడము మరియు షుగర్ వ్యాధి (Diabetes) , గుండె పోటు, తీవ్రమైన మానసిక రుగ్మతలు (స్కిజోఫ్రీనియా, మహా మతిమరుపు Dementia సంభవించే ప్రమాదమున్నదన్నారు. కనుక ప్రతి ఒక్కరు ప్రతి దినము రాత్రి కనీసము 7-8 గంటలు ప్రశాంతమైన నిద్ర పోవాలన్నారు. దీనికోసము ధ్యానము, యోగా, అతిగా ఆలోచించడాన్ని నియంత్రించడము, ధూమపానము మద్యపానములకు దూరంగా ఉండటం, అసాధ్యమైన క్లిష్టమైన జీవిత సమస్యలను శక్తివంతమైన సమయానికి వదిలేసి ప్రశాంతంగా నిద్రించాలన్నారు. అరోగ్యకరమైన నిద్రను అనుభవిస్తూ సంపూర్ణమైన అరోగ్యవంతులుగా మనమందరమూ ఉండాలని డా. రమేష్ బాబు ప్రజలకు సూచించారు.

శ్రద్ధగా వినాలి.. సహనంతో నేర్పాలి

ఆకివీడు, న్యూస్‌టుడే: పిల్లల పెంపకంపై తల్లిదండ్రులకు అవగాహన సదస్సును ఆకివీడు షాదీ ఖానా భవనంలో ఆదిత్య హైస్కూల్, ఇండియన్ మెడికల్ అసోసియేషన్ సంయుక్త ఆధ్వర్యంలో ఆదివారం మధ్యాహ్నం నిర్వహించారు. చిన్నపిల్లల, మానసిక వైద్య నిపుణురాలు శ్రీవిద్య మాట్లాడుతూ పిల్లలు చెప్పే విషయాలను తల్లిదండ్రులు శ్రద్ధగా వినాలని.. వారికి తగిన సమయాన్ని కేటాయించాలని సూచించారు. మంచి చెడులను వారికి సహనంతో వివరించాలన్నారు. వైద్యులు పీబీ ప్రతాప్‌కుమార్, మాధవి, బిలాల్, సమీర్, అలేఖ్య, ఆదిత్య స్కూల్ ప్రిన్సిపల్ కనకదుర్గ, ధ్యాన గురువు యు.సాంబశివరావు తదితరులు పలు అంశాలపై అవగాహన కల్పించారు.

మాట్లాడుతున్న వైద్యురాలు శ్రీవిద్య

INDIVIDUAL ACHIEVEMENTS

The M.Phil in Clinical Psychology and the Professional Diploma in Clinical Psychiatry (PDCP), affiliated with Dr. NTR University of Health Sciences and offered at Indla's Hospital, have been officially launched—marking the first programs of their kind in Andhra Pradesh.The Clinical Psychiatry program was inaugurated in Vijayawada by the Governor of Tripura, Sri Nallu Indrasena Reddy, in the presence of Health Minister Sri Salma Kur Yadav. The event underscored the growing importance of mental health education and the need for professionally trained specialists in the field.

Dr. Rama Reddy Karri Recognized as NPTEL Megastar with Standing Ovation at IIT Madras

Dr. Rama Reddy Karri has been recognized as an NPTEL Megastar for the July–December 2024 semester, a prestigious honor awarded for outstanding academic achievement and dedication to continuous learning. He stood as topper in 6 courses out of 11 NPTEL courses completed successfully, demonstrating exceptional commitment, intellectual rigour, and multidisciplinary mastery.

In a heartwarming ceremony at IIT Madras, Dr. Karri was felicitated with a standing ovation, celebrating not only his academic excellence but also his role as an inspiration to fellow learners and educators.

Remarkably, Dr. Karri repeated this achievement again in the January–June 2025 semester, by being topper in 8 courses out of 11 courses successfully completed. Once again he will be honoured as an NPTELMegastar at IIT Madras on July 6th.

To date, Dr. Karri has completed 61 academic programs, including doctorates, degrees, diplomas, and certificate courses, making him a true polymath.

In addition to his academic accomplishments, Dr. Karri is a celebrated Telugu writer. His daily literary column "అర్థం - పర్థం (Ardham – Pardham)", known for its wit, cultural depth, and linguistic playfulness, has now reached its 951st episode.

Dr. A. Sankara Rao Memorial Oration

IMA and Manasa Schizophrenia Foundation jointly organized the Dr. A. Sankara Rao Memorial Oration. Dr. Prasada Rao delivered the oration on "Evolving Trends in Psychiatric Care in India" and was felicitated by the organizers and family. Tributes were paid by Dr. I.V. L Narasimha Rao,Dr.N.V Ramana Rao ,Dr.IRS Reddy and Prof. Dr. Siva Kumar. The evening included floral homage, a birthday celebration for the orator, and concluded with a vote of thanks and dinner.

Heartiest congratulations to Dr. I. Sarath Chandra on receiving the prestigious Fellowship Award at IGPI, held at Novotel Hyderabad! A well-deserved honor recognizing his dedication and contributions to psychiatry. Wishing him continued success! #Congratulations #FellowshipAward #IGPI #ProudMoment"

10K done and dusted! Our IPSAPSB President, Vice President, and General Secretary not only lead the way in mental health but also in fitness! Talk about running the show – literally! #TeamIPSAPSB #MentalHealthAndFitness #LeadingByExample