National Healthcare Group
Adding years of healthy life

நோயாளிக ம பக கான வழிகா

இ ை ன கோளா

இ ை ன ோகாளா எ ப ஒ மனநை ல ோகாளா . 'இ ை ன' எ ற ொசா மனநை ல ந றமைாலய இர உ சநை லக அ ல மனேசாைவ ஹோமனியா அ ல ோ மனியைாவ அ பவ க றா . இ த கோளாற ப ே வ வ ர க உ ளன, ைஅவ ஒ வரி ஆ ற நை லக ம செய பா கைள பாத க றன.

அற ற க

மனே சா ம ோமனியா ொபா வாக அ த யாய களி ஏ ப . ஒெ வா அ த யாய ச ல வார க த ச ல மாத க வைர . ோலசான வழ க பல ஆ க சாதாரணமாக கட ொச லலா . கை மயான ச த ப களி , நப க ள ச யைடயலா அ ல மனேநாைய அ பவ கலா . ொவே வ நப க ொவே வ அற ற க இ . உதாரணமாக, இ ை ன கோளா உ ள ஒ வ ப ரதானமாக மனே சாை வ அ பவ கலா , மெ றா வ ப ரதானமாக ோமனியைாவ அ பவ கலா .

அ த யாய க ைஇடய , நப வழ கே பால த னசரி நடவ ை ககைள ந வகக ொசய ப த .

மனே சா வைட த ே பா , நப :

- தொட ோசாகமாக உண க றா .
- ந பை கய றவராக உண க றா .

- சோ பலாக உண க றா .
- க ம பச ய தொ தர கைள அ பவ க றா .
- அத க ப யான ற உண .

- எத மைற உண .
- தெ கைால எ ண ொகா டவராக உண க றா .

வெற ப த நை லய , ஒ நப :

- அத கமாக உ சாகமாக ,
  பாக மா க றா .
- அத க ளரி ச ைஅடக றா .
- ை றவான க ேதைவ.
- பான எ ண க ெகா டவ .
- மிக வை ரவாக ேப க றா .
- பல ெபரிய த டைகள எ பா .
- அவ இயை க அ பா ப ட ச த க
  அ ல ஒ ச ற பணி தன
  இ பதாக ந பலா .
- ஆப தான நடை தய த
  உண ச ட ஈ படலா .

நோ க டற த ம ச க ை ச:

ம க ய ச க ை ச வ பமா . மனநை ல நை ல ப த க , மன அ த ளத ம க , ஆ ை சேகா ம மய க ம க ஆக யைவ பே வ ே ச ை ககளி பய ப த படலா , இ ஒ நப கை மயான அ த யாய கைள ந வக க , வ வைத த க உத .

ம களி உக த வை ள கைள அ பவ க ஒ நப ச ல நா க
த ச ல வார க வைர ஆகலா .

இ ை ன ேகாளாறா கை மயாக பாத க ப டவ க மி வ ச க ை ச (ECT) ல பயனைடயலா . ெபா மய க ம , ECT ஒ டளவ பா கா பான ம வ ய ற ெசய ை றயாக மாற அ மத ள .

இ த நை லய உ ளவ க த க அற ற ைகள ைஅடயாள க ச ற பாக ந வக க உத ஒ வழி உ ளவ ய ச க ை ச ஆ .

IMH-இ ெதாழி ை ற உதவை ய எ வா ெபறலா எ ற த தகவ ,
தயெ ச 6389-2000 (வ சாரைணக) அ ல 6389-2200
(அ பாய ெ ம க) எ ற எ ணி எ ைகள ைஅழ க .

National Healthcare Group
Adding years of healthy life

Copyright © 2024 National Healthcare Group

NHG cares it's in your hands

NHG-NUR-BRO-2024-00130-TV1