

# मनोदैहिक और मनोवैज्ञानिक रोगों से व्यक्तियों के स्वास्थ्य पर असर

डॉ० रणविजय कुमार

स्वस्थ और सुखी जीवन मनुष्य की प्रमुख आवश्यकता रही है। समाज के किसी भी स्तर में रहने वाला व्यक्ति स्वस्थ सुखी जीवन की आवश्यकता अनुभव करता ही है। स्वास्थ्य केवल शारीरिक ही नहीं मानसिक और आत्मिक भी होता है। जो लोग केवल शरीर को स्वस्थ रखकर स्वस्थ और सुखी जीवन का लाभ लेना चाहते हैं, वह सफल नहीं हो पाते। भारतीय जीवन पद्धति तो हमेशा से शारीरिक, मानसिक, आत्मिक स्वास्थ्य का महत्व दर्शाती रही है। आज के चिकित्सा विज्ञानी भी रोगों का कारण शरीर के अलावा मन में खोजने में लगे हैं।

यह एक निर्विवाद तथ्य है कि आज की सभ्यता की घुड़दौड़ में मानव समुदाय शारीरिक स्वास्थ्य की दृष्टि से जर्जर, दिनों दिन दुर्बल होता चला जा रहा है। इतना ही नहीं उसका दिन का चैन एवं रात की नींद भी प्रभावित होते चले जाने से तनाव जन्य रोगों एवं मनोविकारों में बड़ी तेजी से अभिवृद्धि हुई है। सभ्यता की दिशा में प्रगति से आधुनिक विज्ञान ने अनेकानेक साधन मनुष्य को उपलब्ध कराये हैं। दुतगामी वाहन, ऐशो-आराम के साधन जहाँ एक समुदाय को अकर्मण्य आलसी बनाते चले जा रहे हैं, वहीं दूसरी ओर स्वास्थ्य के अभाव में एक बहुसंख्यक समुदाय जो ग्रामों या कस्बों में निवास करता है अपेक्षाकृत अधिक जल्दी रोगी एवं बूढ़ा होता चला जा रहा है।