

දුම්වැටි පිළිබඳ ඔබගේ අදහස

ඉක්මණින්ම යමකට ඇබ්බැහි වීම මනුෂ්‍ය ස්වාභාවය වේ. ඒ අතරින් මත්පැන් මත්කුඩු හා දුම්වැටි යනු කිසිසේත්ම ශරීරයට යහපතක් සිදු නොකරන දෑ ලෙස හැඳින්විය හැකිය. මෙතැන් සිට දුම්වැටි කුමන ආකාරයකින් මිනිසාගේ ජීවිතය කෙරෙහි බලපෑමක් එල්ල කරන්නේද යන්න විමසා බලමු.

ජරාමයෙන්ම මිනිසුන් කුමන හේතුවක් පදනම් කරගනිමින් දුම්වැටිවලට ඇබ්බැහි වූවාද යන්න සලකා බලන විට විවිධාකාර හේතුන් ඉදිරිපත් විය හැකිය. අළුත් අළුත් දෑ අත්හදා බැලීම සඳහා නව යොවුන් වියේ පසුවන්නන්ගේ ඇති කුතුහලය, මේ සඳහා වන ජර්මානුකූල හේතුවක් ලෙස හඳුනාගත හැකි වේ. මන්ද යත් අවු. 17ක් පමණ වයසෙහි පසුවන නව යෞවනයන් එක් වරක් දුම්වැටි පානය කළහොත් එයට ඇබ්බැහි වී යාමේ ජරාවණතාවය වැඩිය. තවද දුම්පානයට ඇබ්බැහි වූ යහළුවන් අතර තමන්ද කිසිදු පැකිලිමකින් තොරව සිටීමත්, කැපී පෙනීමටත් ඇති අවශ්‍යතාවය මෙන්ම කුඩා අවධියේ පටන්ම දෙමාපියන්ට හා වැඩිහිටියන්ගෙන් ලැබුණු වැරදි ආදර්ශයන්ද සමහර හේතු ලෙස ගෙනහැර දැක්විය හැකිය. නළු නිළියන් හා ගායන ගායිකාවන් වැනි ජරසිද්ධ වර්ත ජරසිද්ධයේ දුම්බීම, දෙමාපියන්ටත් වඩා බොහෝ දුරට තරුණයන් දුම්බීමට පොළඹවන්නක් වේ. මානසික ආතතියද මිනිසුන් දුම්පානයට ඇබ්බැහි කරවන තවත් එක් කරුණකි.

මත්පැන් හා මත්කුඩු යන දෙවර්ගයටම වඩා දුම්වැටි යනු කුමන තත්ත්වයක් මත වුවද වෛද්‍යවරුන් විසින් අනුමත කරන්නක් නොවේ. එයට හේතුව වන්නේ දුම්බීමෙන් මොහොතකට ලැබෙන ආශ්වාදය හා පෙනහළු රෝග, පිළිකා වැනි රෝග හැරෙන්නට තමන් හට ලැබෙන්නට දෙයක් නොමැති නිසා වෙනි. දුම්බොන්නන් වෙන්කර හඳුනා ගැනීම ඉතාමත් පහසු දෙයකි. මක්නිසාද යත් ඔවුන්ගේ දෙතොල් අවපැහැ ගැන්වී දත් අවලස්සන වේ. තවද වයසට යාමත් සමගම ශරීරය දුර්වල වී ඉක්මණින්ම ලෙඩ රෝගවලට ගොදුරු වීමේ ජරාවණතාවයන් ඇත. අනෙක් අතින් බලන කළ දුම්බොන්නන් පමණක් නොව ඒ අවස්ථාවේදී අවට සිටින තැනැත්තන්ටද බරපතල බලපෑමක් එල්ල වේ.

දුම්වැටි පිළිබඳ ජරාණය කුමන ආකාරයකින් විසඳිය යුතුද යන්න සලකා බැලීමේදී ක්රම කිහිපයක් ගෙන හැර දැක්වීමට පුළුවන. දුම්වැටි යම්තාක් දුරකට හෝ සීමා කිරීමට නීති ගෙන ඒම ඒ අතුරින් එකකි. ශ්රී ලංකාවේ මේ වන විට එසේ සෑදුණු නීති කිහිපයක්ම ඇත. තවද මත්ද්රව්ය, දුම්වැටි වලට ඇබ්බැහිවූවන් පුනරුත්ථාපනය කිරීමද සිදුකළ හැකිය. තවදුරටත් සලකා බලන විට පෞද්ගලිකවම තමන්ගේ සෞඛ්‍යාරක්ෂිත බව පිළිබඳ කල්පනා කර තමන් විසින් දුම්බීම නැවැත්වීම වඩා උචිත වේ.

දුම්වැටි හේතුවෙන් රට තුළ ඇති මුදල් විදේශීය සමාගම්වලට බැර වීමෙන් ඔවුන් එයින් වාසි ලබා ගැනීම අනිවාර්යයෙන්ම දැකිය හැකි කාරණාවකි. ඊට අමතරව නිරන්තරයෙන් අසනීප තත්ත්වයන් ඇතිවන විට ශ්රී ලංකාව වැනි නොමිලේ වෛද්‍ය පහසුකම් සලසාදෙන රටවල් මහත් අපහසුතාවයකට පත්වෙයි. එමනිසා සිය රටට බරක් නොවී ජීවත් වීම වඩා යෝග්‍ය නොවේද?