



বিশ্ব
চিড' ফেৰ্নিয়া
দিৱস 2023

সমাজ কল্যাণৰ শক্তিক
উদযাপন কৰক



চিড' ফেৰ্নিয়াৰ
সৈতে ভালদৰে জীয়াই থাকক

Symbiosis

a SUN PHARMA division

চিজ' ফেৰ্নিয়া

চিজ' ফেৰ্নিয়া হৈছে এক দীৰ্ঘদিনীয়া মানসিক ৰোগ যিয়ে ব্যক্তিৰ চিন্তা, অনুভৱ আৰু আচৰণৰ ওপৰত প্ৰভাৱ পেলায়। ইয়াক পৰিচালনা কৰাটো পৰিচালনা কৰাটো প্ৰত্যাশ্বানজনক হ'ব পাৰে, কিন্তু সঠিক চিকিৎসা, জীৱনশৈলীৰ পৰিৱৰ্তন আৰু সমৰ্থনৰ দ্বাৰা এটা পৰিপূৰ্ণ জীৱন যাপন কৰাটো সম্ভৱ।

চিজ' ফেৰ্নিয়াৰ লক্ষণসমূহ



ভ্ৰান্তি



ভ্ৰম



অসংগঠিত
চিন্তাধাৰা



অস্বাভাৱিক চলনশীল
আচৰণ

চিজ' ফেৰ্নিয়াৰ চিকিৎসাসমূহ

চিজ' ফেৰ্নিয়াত লক্ষণসমূহ কমি গ'লেও
চিকিৎসাৰ প্ৰয়োজন হয়।



ঔষধসমূহ: লক্ষণ নিয়ন্ত্ৰণত সহায়ক হ'ব পাৰে।

মানসিক স্বাস্থ্য পৰামৰ্শ : মানুহক পৰিচালনাৰ
দক্ষতা বিকাশ কৰাত আৰু তেওঁলোকৰ
মানসিক চাপৰ সৈতে মোকাবিলা কৰাত
সহায় হ'ব পাৰে ।



জ্ঞানমূলক আচৰণেৰে চিকিৎসা : চিজ'ফেনিয়া
ৰোগীক তেওঁলোকৰ অৱস্থা পৰিচালনা
কৰাত সহায় কৰিব পাৰে ।

**চিজ'ফেনিয়াৰ সৈতে ভালদৰে জীয়াই
থাকিবলৈ জীৱনশৈলীৰ পৰিৱৰ্তনসমূহ**



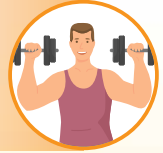
স্বাস্থ্যকৰ আহাৰ সেৱনৰ অভ্যাস

মানসিক চাপ পৰিচালনা
কৰাৰ কৌশলসমূহ



টোপনিৰ পৰিষ্কাৰ-পৰিচ্ছন্নতা

নিয়মিত ব্যায়াম



ড্ৰাগছ আৰু এলকহলৰ
পৰিত্যাগ

অতিকমেও 7-8 ঘন্টা
টোপনি মৰা



চিভ'ফেৰ্নিয়া ৰোগীৰ বাবে মোকাবিলা কৰাৰ কৌশলসমূহ



স্ব-যত্নৰ
কৌশলসমূহ



মননশীলতা
আৰু ধ্যান



বন্ধু-বান্ধৱীৰ সৈতে
ইতিবাচক কথা-বতৰা
বিকশিত কৰা

যত্ন প্ৰদানকৰ্তাৰ বাবে পৰামৰ্শ



প্ৰভাৱিত ভাৱে কথা পাতক

এক সমৰ্থনযোগ্য
পৰিবেশৰ সৃষ্টি কৰক



নিজৰ
যত্ন লওক

চিভ'ফেৰ্নিয়াৰ
বিষয়ে শিকক



References: 1. Clearbrook Treatment Centers news 'World Schizophrenia Day' Available at: <https://www.clearbrookinc.com/news/world-schizophrenia-day-massachusetts/> Accessed on 26th April 2023. 2. SAMSHA article 'Schizophrenia' Available at <https://www.samhsa.gov/mental-health/schizophrenia> Accessed on 26th April 2023. 3. EVERYDAY HEALTH article 'Life-changing Tips From People With Depression' Available at <https://www.everydayhealth.com/> Accessed on 26th April 2023. 4. Mayo Clinic article 'Depression' Available at <https://www.mayoclinic.org/> Accessed on 26th April 2023

Disclaimer: The material presented in this input is for information purposes only. The purpose of the information and content is to create awareness regarding various diseases and disorders. It must not be considered as a replacement for the advice or counsel of a doctor. The information presented herewith is gathered from reliable sources, however, Sun Pharmaceuticals is not responsible for any discrepancies in explaining the data. Do not use the information for self-diagnosis and self-treatment. The content of this input does not constitute any medical advice. Contact your physician for more details

Design & Develop by: SPACEDGE