ආයුර්වේද හා දේශීය වෛද්‍ය ක්‍රමය පිළිබඳව ඇති මිත්‍යාමත හා ඊට පිළිතුරු

➢ සිංහල බෙහෙත් වලින් ලෙඩ අවුස්සලා තමයි හොද කරන්නෙ

රෝගයක් සැලකූවිට ඊට හේතු,එය සම්ප්‍රේෂණය වන ආකාරය රෝගයට පෙර ලක්ෂණ රෝගයේ ලක්ෂණ ප්‍රතිකාර සැලැස්ම ආදිය ආයුර්වේද වෛද්‍යවිද්‍යාවේදී මනාව විස්තර කර ඇති අතර ක්‍රමාණුකූලව ඒවා අධ්‍යනය කළ වෛද්‍යවරයා ඒ අනුව ප්‍රතිකාර කරයි.එසේ නොවන කළ ඉහත තත්ව ඇති විය හැකි අතර ශරීරයේ දෝෂ දූෂ්‍ය තත්ත්වය සංකීර්ණ වන විට සාමාන්‍ය වෛද්‍යවරයා ඍෂිවරයෙකු නොවන නිසා එසේ විය හැකිය. තවද සමහර ප්‍රතිකාර ක්‍රම වලදී දෝෂ බැහැර කිරීමට සැලැස්වීමේදී එවැනි ස්වභාවයක් දැනිය හැකි වුවද උගත් බුද්ධිමත් වෛද්‍ය ක්‍රමය ක්‍රමාණුකූලව හැදෑරූ අත්දැකීම් ඇති වෛද්‍යවරයා එය රෝග ස්වභාවයට හා රෝගියාගේ තත්ත්වයට ගැලපෙන ලෙස සිදු කරයි. එනිසා එවැනි වෛද්‍යවරුන් වෙත යොමු වීම වඩාත් සුදුසුය. බටහිර වෛද්‍යවිද්‍යාවේද මෙවැනි සාපේක්ෂකව සලකා තීරණ ගන්නා අවස්ථා ඕනෑ තරම් තිබේ.මේ අනුව පෙනී යන්නේ නුසුදුසු පුද්ගලයන් මෙම වෛද්‍ය ක්ෂෙත්‍රයට පැමිණ කාලයක් තිස්සේම කළ වැරදි නිසා මෙවැනි දුර්මත සමාජ ගතවීඇති බවයි .

➢ සෙමට සිංහල බෙහෙත් ගත්තාම වැඩිවෙනවා

ඉහත විස්තර කළ පරිදි ම සෙම් රෝග සඳහා ප්‍රතිකාර කිරීමේදීද විවිධ ක්‍රම ඇත. සෙම් බැහැර කර වීමට සැලැස්වීම,වියළවීමට සැලැස්වීම ආදී ලෙසින් ය. ඒ ඒ රෝගියා අනුව වඩාත් සුදුසු ක්‍රමය තීරණ ය කිරීම උගත් බුද්ධිමත් වෛද්‍ය ක්‍රමය ක්‍රමාණුකූලව හැදෑරූ අත්දැකීම් ඇති වෛද්‍යවරයා විසින් සිදු කරයි .එසේ නොවන කළ ගැටළු ඇතිවිය හැකිය. උදාහරණ ලෙස ඇදුම රෝගියෙකු වෙත එක් වරම සෙම් අවුස්සලා පිටකිරීමට තැත් කළහොත් හුස්මගැනීමේ අපහසුතා නිසාවෙන් මිය යාමට පවා පිළිවන.එය වෛද්‍ය ක්‍රමයෙහි වැරැද්දක් නොව භාවිතා කිරීමේ ගැටළු ය. කාලයක් තිස්සේ යම් එක් ක්‍රමයක් පමණක් අවිචාරශීලී ලෙස නුසුදුසු පුද්ගලයන් මෙම වෛද්‍ය ක්ෂේත්‍රය තුල කියා කිරීම නිසා,එය කොතෙක්ද යත් මෙවැනි දුර්මත සමාජගතවී ඇත.

වෛද්‍ය ඩබ්.ආර්. කීර්ති රණසිංහ
බී.ඒ.එම්.එස්. (කැළණිය විශ්වවිද්‍යාලය)

➢ සිංහල බෙහෙතෙන් ලෙඩ හොඳ වෙන්නෙ හෙමිහිට

සිංහල බෙහෙත් බොහෝ විටම ප්‍රධානව ක්‍රියා කරන්නේ රෝග හේතුවටය. නමුත් වෛදවරයා එම අවස්ථාව නිවැරදිව තේරුම්ගෙන ඖෂධ යෙදිය යුතුය. බොහෝ රෝග වලදී හේතුව ඉවත් කිරීමට යාමේදී එය තරමක් සංකීර්ණ වුද තරමක් අඩු වේගයෙන් ද සිදුවන ක්‍රියාවලියක් වේ. නමුත් ඉන් ලැබෙන සුවය බොහෝ ඉහලය. හදිසි අවස්ථාවලදී රෝගී ජීවිත බේරා ගැනීම සඳහා විවිද උපක්‍රම යෙදීම අත්‍යාවශ්‍ය වූවද, සාමාන්‍ය වේදනා නාශක පෙති ආදියට වඩා විශිෂ්ඨ සුවයක් ඉන් ලැබේ .නමුත් ක්‍රමාණුකූලව කැපවීමෙන් එය කළ යුතුය.මන්ද යත් හානියෙන් ඇතිවන වේදනාව හානිය එලෙසින්ම තිබියදී (*නැතහොත් ඉබේට යන්තම් හරියන තෙක් බලා සිටීමෙන්*) කෘතිමව නවතනවාට වඩා හේතුව ඉවත් කර එනම් හානිය නැවත සකස්කර වේදනාව ඉවත් කිරීමේදී දීර්ඝ සුවය ලැබේ.මෙවැනි හේතු නිසා කාලය වැඩිමෙන් දැනීමට පුළුවන. කෙසේ නමුත් සමහර අවස්ථාවලදී වේගවත් ක්‍රියාවලියක් ඇති රසායන ද්‍රව්‍ය සහිත බටහිර ඖෂධ වේගයෙන් ක්‍රියා කළ ද රෝග සුවවීම සාපේක්ෂකව සැලකූවිට සැමවිටම එය සත්‍ය නොවේ. මන්ද යත් සමහර වසර ගනනාවක් සුවනොවූ සමහර රෝග ආයුර්වේද හා දේශීය වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර වලින් සුවවන අවස්ථා ඕනෑ තරම් තිබේ.

➢ පෙෂර්,කොලෙස්ටරෝල් ,මුත්‍රා ගල් වලට සිංහල බෙහෙත් බිබී ඉඳලා හරියන්නෑ

මෙය සමාජයේ තර්ක විරහිත අනවබෝදයෙන් යුතු ආකල්පයක් වේ. ආයුර්වේදයට අනුව අග්නි ක්‍රියාකාරිත්වයේ දුර්වලතාවයන් නිසා මෙලෙස ශරීරයේ අමතර ද්‍රව්‍ය තැන්පත් වීම් හඳුනාගත හැක.නවීන වෛද්‍ය විද්‍යාත්මකව සිතන විට ශරීරයේ ජෛවරසායනික ප්‍රතික්‍රියාවන් නිසියාකාරව සිදුනොවීම නිසා යම් යම් ද්‍රව්‍ය ශරීරයේ ඉතිරි වේ. ඒවා කොලෙස්ටරෝල් ,මුත්‍රා ගල් ආදිය ලෙස හඳුනාගත හැක. ආයුර්වේද වෛද්‍ය විද්‍යාවට අනුව මේවා ජඨරාග්නි දුර්වලතාවයෙන් හටගැනීම ආරම්භ වේ. එනම් ජඨරාග්නි දුර්වලතාවය යනු, නවීනව ආහාර මාර්ගයේ ජීර්ණ හැකියාව අඩාල වීම ලෙස හඳුනා ගත හැකිය. එතැන් පටන් ක්‍රමාණුකූලව කාලයත් සමග එම ආහාර මගින් ශරීරය ක්‍රමාණුකූලව පෝෂණය වීමේදී, එම පෝෂණය වීමේ ක්‍රියාවලියේ දුර්වලතාවයන් හේතුවෙන් ඉහත විස්තර කළ අමතර ද්‍රව්‍ය තැන්පත් වීම් ඇතිවේ. (*ආයුර්වේද වෛද්‍ය විද්‍යවේදී එසේ ජඨරාග්නි දුර්වලතාවයන් ඇතිවන අයුරු වලක්වාගන්නා අයුරු හා එම රෝග තත්ත්වයන් ට ප්‍රතිකාර කරන අයුරු වෙනම මනාව*

වෛද්‍ය ඩබ්.ආර්. කීර්ති රණසිංහ
බී.ඒ.එම්.එස්. (කැළණිය විශ්වවිද්‍යාලය)

විස්තර කර ඇත. තවද රස-රක්ත-මාංශ-මේදස්-අස්ථි-මංජා-ශුක්‍ර යන ධාතු මොනවාද, ඒවා පිළිවෙළින් පෝෂණය වන අයුරුද ඒ හා සම්බන්ද තව බොහෝ කරුණුද මනාව විස්තර කර ඇත.) එසේ තැන්පත් වී, එම ඇහිරුණු රුධිර නාල ඔස්සේ රුධිරය පොම්ප කිරීමේදී අධිරුධිර පීඩනය ආදී තත්ත්වද ඇතිවේ.

මෙසේ තැන්පත් වූ ද්‍රව්‍ය ඉවත් කිරීම පමණක් නොව එම තැන්වීම් ඇති වන හේතු වලක්වා අග්නි ක්‍රියාකිරිත්වය ඉහල නන්වා ඒවා නැවත තැන්පත්වීම් වලක්වන, එසේම අතුරු ආබාධ වලින් තොර විශිෂ්ඨ ගණයේ ස්වභාවික ප්‍රතිකාර ක්‍රම වලින් ආයුර්වේද හා දේශීය වෛද්‍ය විද්‍යාව බොහෝ පොහොසත්වේ. එය බටහිර ප්‍රතිකාර වලට වඩා සංකීර්ණ හා එහා ගිය තත්වයකි. මේ සඳහා වෛද්‍ය සිද්ධාන්ත ක්‍රමාණුකූලව නිසිලෙස ගැඹුරින් හැදෑරූ මෙන්ම විශිෂ්ඨ ප්‍රායෝගික පුහුණුවකින් යුතු හා රෝගියා ගැන සානුකම්පිතව දැකිය හැකි මධ්‍යස්ථ ආකල්ප සහිත වඩා හොද මානසික ගුණයකින් යුතු වෛද්‍යවරු කරා යොමු වීම රෝගියා විසින් සිදුකල යුතුය.එවිට ඉහත පෙෂර්,කොලෙස්ටරෝල් ,මුත්‍රා ගල් වලට දීර්ඝ සුවය ලබාගත හැකිය.

- ## සිංහල බෙහෙත් බීවාම වකුගඩු නරක් වෙනවා

කිසිසේත්ම නැත. කිසිදු පිළිගත හැකිලෙස කළ පර්යේෂණයකින් එසේ ඔප්පු වී නොමැත,මෙය පදනම් විරහිතව මෙම වෛද්‍ය ක්ෂේත්‍රය කෙරෙහි ද්වේෂ සහගතව සමාජගතකිරීමට උත්සාහ කරන මතයක් සේ හැගී යයි.එසේ වකුගඩු හානි නොවීමට හේතු කිහිපයකි....

මෙම ඖෂධයෝග ඍෂිවරුන් විසින් මෙලොවට දායාදකළ ඒවා වීම (*ඍෂිවරයෙකු යනු සාමාන්‍ය පුද්ගලයෙකුට වඩා ඉහළ ලෙස බුද්ධිමත් උතුමන් වේ. ඍෂිවරුන් විසින් වසර දහස් ගණනකට පෙර මනස දියුණු කර ලබා ගත් දැනුම, විද්‍යාව තාක්ෂණය මෙතරම් දියුණු වූවද අභියෝගයට ලක් කිරීමට හැකි වී නොමැති අතර සිදුවී ඇත්තේ එම ඍෂි දැනම පදනම් කරගෙන තවතවත් දියුණුවීම් හා වෙනමම ක්ෂෙත්‍රයන් ඔස්සේ නව සොයාගැනීම් හා දියුණුවීම් බිහිවීමය.සාමාන්‍යයෙන් නවීන වෛද්‍ය විද්‍යාත්මක දැනුම හා ආයුර්වේදය සම්බන්ධව ඍෂි උතුමන් පෙන්වා දුන් දැනුම, සංස්කෘත බස ආදී සියල්ල පිළිබදව ලංකාවේ අධ්‍යාපන රටාව තුල විශ්වවිද්‍යාල මට්ටමේ ගැඹුරු අධ්‍යනයන් සිදුකරනුයේ BAMS වෛද්‍ය උපාධියට හා ඉන් ඔබ්බට එම ක්ෂෙත්‍රයේම පශ්චාත් උපාධි අවස්ථා වලදී පමණි.*) ඒවා සාමාන්‍ය විද්‍යාඥයන් පවසන දේවලට වඩා පිළිගැනීමට පිළිවන .මන්ද යත් වසර දහස් ගණනකට පෙර ඔවුන් ලියූ දැනුම අද පවතින විද්‍යාවන් සමග සසදන විට අද තරම් මෙම විද්‍යාවන් දියුණු නොවූ හා දියුණු විද්‍යාත්මක මෙවලන් නොමැති අවධියක මනසින් කළ වික්‍රමය සිතා ගැනීමට පවා අපහසුය.

තවද ඒවා අද වනවිට වසර දහස් ගණනක් භාවිතා වී ඇත.එම නිසා අහිතකර තත්ත්වයන් භවිතයෙන් ඉවත්ව ගොසිනි.එය වසර 12 ක් හෝ

ජීවිත කාලයක් පර්යේෂණ කළද ලබාගත නොහැකි දැනුමකි.

එම ඖෂධයෝග බොහොමයක්ම ස්වභාවික ශාක ඖෂධ වේ. රස ඖෂධ (*රසායන ඖෂධ-විශේෂයෙන් පොළොවෙන් ලබා ගන්නා ඛණිජ ද්‍රව්‍ය වලින් සමන්විතය*) භාවිත කරන විටද ඒවා ශෝධන මාරන (*ඒවායේ විෂ ඉවත්කර පිරිසදු කරන ක්‍රම*) කරන ක්‍රමවේද ද බොහෝවිටම ස්වභාවික ද්‍රව්‍ය භවිතයන් වේ.

හොදම සුවකිරීමේ හැකියාව ශාක ඖෂධවල පවතින බව බටහිර වෛද්‍ය විද්‍යාවේ පියා ලෙස සැලකෙන හිපෝක්‍රිටස් පවා පිලිගනී.

මෙම කරුණු සියල්ලම සැලකූ කල පදනම් විරහිත මෙම මිත්‍යාව තේරුම්ගත හැක. නමුත් අවධාරණය කල යුත්තේ රස ඖෂධ නිසිපරිදි ශෝධන මාරණ කල යුතු අතර ඖෂධ නිසි මාත්‍රාවෙන් සුදුසුකම් ලත් වෛද්‍ය වරයෙක් නියම කරන ලෙස භාවිතා කළයුතු බවයි.එසේ නොවන විට ගැටළු ඇතිවිය හැකි සේම අහිතකර වීම්ද සිදුවිය හැකිය. (*මෙම කරුණු ද ආයුර්වේද වෛද්‍ය විද්‍යාවේ සදහන් වේ.*) එනම් වෛද්‍යවරයාගේ සුදුසුකම් හා හැකියාවන් මෙන්ම ඖෂධවල ප්‍රමිතිය හා මාත්‍රාවද රෝගියා කෙරෙහි ඉතා වැදගත් වේ.

➢ උණට සිංහල බෙහෙත් නෑ

උණට ඕනැතරම් සිංහල බේත් තිබේ.බටහිර වෛද්‍ය විද්‍යාව අනුව "උණ " යනු රෝග ලක්ෂණයක් වේ.නමුත් ආයුර්වේද වෛද්‍ය විද්‍යාවට අනුව උණ රෝගයක් ලෙස ඉතා දීර්ඝ විස්තර අඩංගුවේ. ආයුර්වේද වෛද්‍ය විද්‍යාව රෝගියාගේ හා රෝගයේ බොහෝ ලක්ෂණ සලකා බලා ප්‍රතිකාර කරන වෛද්‍ය ක්‍රමයක් (holistic medical system) නිසා ඒ ඒ තත්ත්වයට ගැලපෙන ආකාරයට සාර්වසර සිද්ධාන්ත රාමුවක් තුල ගොඩනැගී ඇත. මෙහිදී වැදගත් වන්නේ ක්‍රමාණුකූලව වෛද්‍යකර්මය හැදෑරූ අත්දැකීම් බහුල දක්ෂ රෝගීන් කෙරෙයි දයානුකම්පාවෙන් යුක්ත මධ්‍යස්ථ ආකල්ප සහිත වෛද්‍යවරුන් වෙත යොමු වීමයි.

උණ නොවන වෙනත් රෝගයක් සඳහා ආයුර්වේද හා දේශීය ප්‍රතිකාර ගමින් සිටියදී උණ හැදුනා කියා සමහර රෝගීන් තමන්ම එම ප්‍රතිකාර නවතා වෛද්‍යවරයා පවා දැනුවත් නොකර උණට වෙනත් ප්‍රතිකාර සඳහා යොමුවන්නේ කරුණු හරිහැටි තේරුම් නොගෙන වන අතර ඉන් අවාසිදායක වන්නේ රෝගීන්ටමය. මන් නිසාද යත් කුසලතා පරිපූර්ණ මෙම ක්ෂේත්‍රයේ වෛද්‍යවරුන්ට එම තත්ත්ව සියල්ලටම ක්‍රමාණුකූලව ප්‍රතිකාර කළ හැකිසේම තවත් නවීන පහසුකම් අවශ්‍යාවිට ආයුර්වේද උපාධිධාරී වෛද්‍යවරුන්ට ඒ සඳහා යොමු කිරීමේ හැකියාවද පවතින නිසාය.

වෛද්‍ය ඩබ්.ආර්. කීර්ති රණසිංහ
බී.ඒ.එම්.එස්. (කැළණිය විශ්වවිද්‍යාලය)

➢ සිංහල බෙහෙත් ගන්න ගියාට රෝග හදුනා ගන්නෑ,

ආයුර්වේද හා දේශීය වෛද්‍ය විද්‍යාවේදී වෙනමම රෝග වර්ගීකරණයන් හා නාමකරණයන් පවතී. ඒවා බටහිර වෛද්‍ය විද්‍යාවේ රෝග වර්ගීකරණය හා නාමකරණය හා 100% ක් සමපාත නොවේ.නමුත් ලක්ෂණයන් අනුව ආසන්න වශයෙන් සමානතා හඳුනාගත හැකිය. ආයුර්වේද හා දේශීය වෛද්‍ය ක්‍රමයේදී◌ වලදී චිකිත්සාව හෙවත් ප්‍රතිකාර සාර්ථකවන්නේ ඊටම අදාල රෝග වර්ගීකරණය හා නාමකරණය තුළය.හොඳින් ශාස්ත්‍රය ප්‍රගුණකළ පළපුරුදු වෛද්‍යවරයා ඒ අනුව කටයුතු කරන අතර විශ්වවිද්‍යාල අධ්‍යාපනය තුළදී බටහිර වෛද්‍ය ක්‍රමය හා සංසන්දනාත්මක අධ්‍යනයන් සිදුකරන BAMS උපාධිධාරී වෛද්‍යවරුන්හට බටහිර වෛද්‍ය ක්ෂේත්‍රය අනුවද මේ හදුනා ගැනීම් කිරීමට හැකියාව පවතී.

- සිංහල වෛද්‍යවරුන්ට ලෙඩ ගැන වැඩිය තේරෙන් නෑ...ඒක නිසා බෙහෙත් ගන්න බයයි...

නිසි පුහුණුවීම් කළ සුදුසුකම් ලැබූ නිරන්තරයෙන් වෛද්‍යකර්මය ප්රගුණකරන දේශීය වෛද්‍යවරයා මෙහි සමර්ථයෙකි.ඒ නිසා බුද්ධිමත් ජනතාව මෙය තේරුම් ගෙන නිසි වෛද්‍යවරයා වෙත යොමුවේ.

➢ මට ගැලපෙන බෙහෙත මමම කියලා ඉල්ල ගන්න ඕනෙ

මෙසේ සිතන්නේ මෙම වෛද්‍ය ක්‍රම ගැන හෝ වෛද්‍යවරු ගැන කිසිදු දැනීමක් නොමැති අනවබෝදයෙන් යුත් පුද්ගලයන් ය යන්නය අ⬚පගේ අදහස.නමුත් තමාට නොගැලපෙන ආහාර හා හැසිරීම් ද දන්නේ නම් ඖෂධ ද වෛද්‍යවරයාට කීම වටී. මෙම වෛද්‍යක්‍රමය ගැනත් වෛද්‍යවරුන් ගැනත් සමහරු බොහොම සරලව සිතාගෙන සිටීම නිසා මෙවැනි තත්ත්වයන් ඇතිවේ.

➢ මට ඔළුව රිදෙනවා තෙල් ටිකක් දෙන්න

යම් රෝගියෙක් දේශීය වෛද්‍යවරයෙකු හමුවේ මෙ⬚සේ පවසන්නේ බොහෝ විටම එම රෝගියාගේ දේශීය වෛද්‍ය ක්‍රමය පිළිබඳව අ◌ැති හීනමානය නිසාය.

වෛද්‍ය ඩබ්.ආර්. කීර්ති රණසිංහ
බී.ඒ.එම්.එස්. (කැළණිය විශ්වවිද්‍යාලය)

- **තුවාල වලට සිංහල බෙහෙත් තියෙනවායැ, මගෙ තුවාලෙ කොච්චර බෙහෙත් දැම්මත් හොද වෙන්නෑ**

බොහෝ අය නොදැන සිටියත් වඩා හොද වෘණ රෝපන බෙහෙත් ආයුර්වේද හා දේශීය වෛද්‍ය විද්‍යාව සතුවේ. ප්‍රතිජීවක ඖෂධ මගින් පාලනය කළ නොහැකි කල් ගතවූ සුව නොවන තුවාල සදහා බොහෝ ක්‍රියාකාරි ඖෂධ ආයුර්වේද හා දේශීය වෛද්‍ය විද්‍යාව තුල ඇතත් බොහෝ රෝගීන්හට ඉන් ප්‍රයෝජන ගැනීමට දැනුවත් බවක් හෝ ආකල්පයක් හෝ පෙනෙන්නට නොමැත.අද ලෝකයේ කාර්මීකරණයෙන් හා මිළ මුදලින් පොහොසත් රටවල මිනිසුන් නොයෙක් ස්වභාවික හා ජෛවීය ප්‍රතිකාර කරා යොමුවෙමින් පවතී. දැනට කල්ගත වූ තුවාල සුවකිරීමට එවැනි ලෝකයේ දියුණු රටවල වේගයෙන් ජනප්‍රියවන තුවාල සුවකිරීමේ ක්‍රමයපක් වන Maggot therapy දැනට වසර 3000 පමණ පෙරදී ආයුර්වේද වෛද්‍ය විද්‍යාවේ භාවිත දැනටත් ආයුර්වේද ශල්‍ය වෛද්‍ය විද්‍යාවේ භාවිතවන ක්‍රමයකි. (ආයුර්වේද මූල ග්‍රනථයක් වන සුශ්‍රැත සංහිතාවේ මේ කරුණු අඩංගු අතර ලෝකයේ ශල්‍යවෛද්‍ය විද්‍යාවේ පියාවන සුශ්‍රැත ඍෂිතමා විසින් දැනට වසර 3000 කට පමණ පෙර සංස්කෘත භාෂාවෙන් ලියන ලද මෙය අදවනවිට සිංහල ඉංග්‍රීසි ඇතුළු ලෝකයේ නොයෙක් භාෂා වලින් මුද්‍රණය කර ඇත.)මෙහිදී විශේෂිත මැස්සෙකුගේ කීටයෙක් තුවාල මතට විශේෂිත සැරහුමක් මගින් යොදන අතර එම කීටයන්ගේ ක්‍රියාකාරිත්වය හමුවේ තුවාලයේ මැරුණු පටක ඉවත් කිරීමත් ප්‍රතිජීවක මගින් පාලනය කළ නොහැකි විෂබීජ ඉවත් කිරීමත් සිදුවේ.අද මෙම මැසි කීටයා නොයෙක් සමාගම් මගින් රසායනාගාර තුළ බෝකර අලෙවි කරයි. ආයුර්වේද වෛද්‍ය ක්ෂේත්‍රයේ දැන උගත් වෛද්‍යවරුන් , විශේෂයෙන් ආයුර්වේද ශල්‍ය විශේෂඥයින් මගින් මෙම ප්‍රතිකාර ලබාගත හැක.

වෛද්‍ය ඩබ්.ආර්. කීර්ති රණසිංහ
බී.ඒ.එම්.එස්. (කැළණිය විශ්වවිද්‍යාලය)