

LAGAY NG MENTAL HEALTH NG MGA PINOY SA GITNA NG COVID-19 PANDEMIC

by:
Jamaica T. Pangilinan

Ayon sa mga eksperto ay hindi gaanong natutukan ng gobyerno ang isyu ukol sa mental health ng mga Pinoy ngayong panahon ng pandemya . Marahil abala ang lahat sa pagtugon at paglaban sa COVID pancemik. Sabihin na nating bagamat mayroong nababanggit ang Kagawarang pangkalusugan o DOH sa kanilang website ukol sa usapin sa mental health, hindi ito gaanong nabibigyan ng diin sa publiko.

Sinasabing kulang sa sipa at information campaign/ information dissimulation ang ahensiya upang maipaalam sa publiko ang mga dapat gawin kung sakaling nakakaramdam ng kakaibang aksyon ang isang miyembro ng pamilya .

Masasabing mahaba-haba na ang ipinagtiis at sakripisyo ng mga Pilipino sa panahon ng pandemiya at marami na ang naapektuhan ang mental health dahil sa kawalan ng kasiguruhan kung ano ang naghihintay na kapalaran sa taumbayan sa mga darating pang mga araw.

Sa unang buwan pa lamang ng lockdown noong Marso 2020 ay unang natamaan ang mga ordinaryong manggagawa na nawalan ng hanapbuhay at mapagkakitaan maging ang kanilang kabuhayan.

Mental torture kung maituturing para sa mga manggagawa ang matinding epekto ng pandemya dahil problema sa araw-araw kung paano maitawid ang pangangailangan ng kanilang mga mahal sa buhay.

Masasabi nating Oo nga't nagbigay ng ayuda ang gobyerno, tila isang band-aid solution lamang ito dahil nakita naman natin na hindi pangmatagalan ang naiabot na tulong para sa milyon-milyong Pilipino.

Maging mayayaman at medyo mga nakakaluwag luwag sa buhay ay makaramdam ng dagok ng COVID pandemic kundi maging mga mag-aaral rin na nanibago sa classes dahil sa pagpapatupad ng online classes.

Dahil sa pangamba mababatid nating mahina ang loob ng mga kabataan sa dinaranas na krisis ng buong bansa , ilan sa mga mag-aaral ang nagpakamatay dahil hindi kinaya ang matinding pag-iisip dulot ng bago sistema ng pagtuturo.

Work from home ng karamihang ginagawa ngayon ng maraming mga Pinoy . hindi normal at pilit na lamang tinatanggap at lumalaban dahil walang ibang pagpilian kaysa mawalan ng kabuhayan at mapagkakakitaan.

Talamak ang depression na tinatayang ang isa sa mga nararamdaman ng maraming Pilipino sa kinakaharap na pagsubok at sitwasyon namumuhay ng walang kasama, walang makausap at tanging laptop at selpon lamang ang laging kasama at kaharap sa pang araw- araw.

Siguro nga ay panahon na para tutukan at paigtingin ng gobyerno ang pagtugon sa kundisyong mental ng maraming Pilipino bukod sa pagharap sa COVID -19 dahil mas marami ang tahimik na nagdurusa at dulot ng maling aksiyon dahil sa kawalan ng sapat na kaalaman kung ito haharapin.

References:

Kahalagahan ng mental health sa panahon ng pandemya (newsko.com.ph)