ಅಧ್ಯಾಯ ೧೫ ಚರ್ಮದ ತೊಂದರೆಗಳು

ಕೇವಲ ಚರ್ಮಕ್ಕೆ ತ್ರಾಸು ಕೊಡುವ ಕೆಲವು ರೋಗಗಳಿವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಗಜಕರ್ಣ, ಹಾಸಿಗೆ ಹುಣ್ಣು, ನರೂಲಿ ಮುಂತಾದವು. ಇನ್ನೂ ಕೆಲವು ದೇಹಕ್ಕೆಲ್ಲ ತೊಂದರೆದಾಯಕವಾಗಿರುವ ರೋಗದ ಗುರುತುಗಳು ಚರ್ಮದ ಮೇಲೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಧಡಾರದ ಬೊಕ್ಕೆಗಳು, ಹುಣ್ಣುಗಳು, ಅಪೌಷ್ಟಿಕತೆಯ ರೋಗವಾದ ಪೆಲ್ಲಾಗ್ರಾದ ಕಲೆಗಳು. ಚರ್ಮದ ಮೇಲಿನ ಕೆಲವು ಹುಣ್ಣು ಮತ್ತು ಕಲೆಗಳು ಭಯಂಕರ ರೋಗ ಸೂಚನೆಗಳೂ ಆಗಿರಬಹುದು. ಉದಾ: ಕ್ಷಯ, ಸಿಫಿಲಿಸ್ ಅಥವಾ ಕುಷ್ಠ.

ಈ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ಹಳ್ಳಿಗಳಲ್ಲಿ ಕಾಣುವ ಅತಿ ಮುಖ್ಯ ಚರ್ಮರೋಗಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಚರ್ಚೆ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ಚರ್ಮರೋಗಗಳು ಅಸಂಖ್ಯಾತ. ಒಂದರಿಂದ ಒಂದನ್ನು ಬೇರ್ಪಡಿಸುವುದು ಕಷ್ಟಸಾಧ್ಯ. ಅವುಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾತ್ರ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಇರುತ್ತವೆ.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೂ ಚರ್ಮ ರೋಗ ದಿನದಿಂದ ದಿನಕ್ಕೆ ಜಾಸ್ತಿಯೇ ಆಗುತ್ತಿದ್ದರೆ ವೈದ್ಯಕೀಯ ನೆರವು ಕೋರಿ.

ಚರ್ಮ ರೋಗ ಗುಣಪಡಿಸಲು ಕೆಲವು ಮುಖ್ಯ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಗಳು:

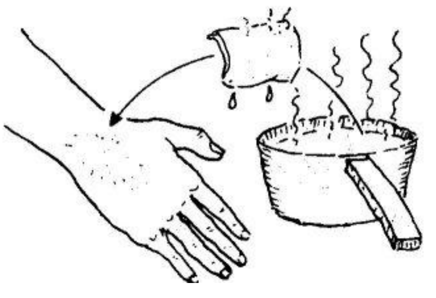
ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಚರ್ಮರೋಗಕ್ಕೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಇದ್ದರೂ ಅವುಗಳ ಉಪಚಾರದಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಸಾಮಾನ್ಯ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿ ನಿಯಮಗಳಿವೆ.

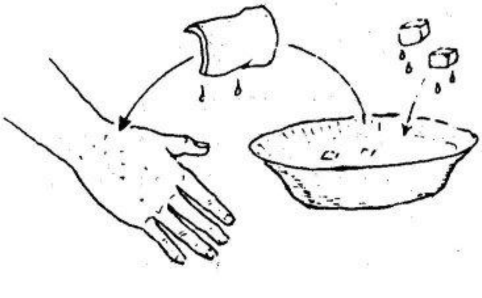
೧ ನೇ ನಿಯಮ

ಚರ್ಮ **ಬಿಸಿಯಾಗಿದ್ದು** ನೋವು ತುಂಬಿದ್ದರೆ, **ಬಿಸಿಯಾದ ನೀರಲ್ಲಿ** ಅದ್ದಿದ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಆ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಇಡಿ.

೨ ನೇ ನಿಯಮ

ಚರ್ಮ **ತುರಿಸುತ್ತಿದ್ದು,** ಕೀವು ಸೋರುತ್ತಿದ್ದರೆ **ತಂಪಾದ ನೀರಲ್ಲಿ** ಅದ್ದಿದ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಹಾಕಿ ಸುತ್ತಿ.

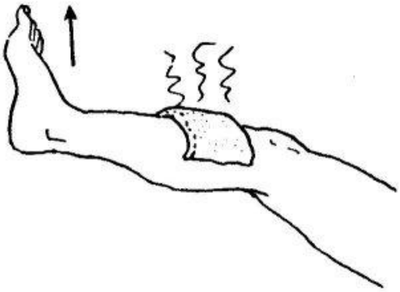




೧ ನೇ ನಿಯಮದ ವಿವರ:

ತೀವ್ರ ಸೋಂಕು ತಗುಲಿರುವ ಈ ಕೆಳಗಿನ ಲಕ್ಷಣವನ್ನು ಚರ್ಮ ತೋರಿಸಿದರೆ;

- ಗಾಯದ ಸುತ್ತ ಕೆಂಪಾಗಿದ್ದು
- ಬಾತಿದ್ದು
- ನೋಯುತ್ತಿದ್ದು
- ಬಿಸಿಯಾಗಿದ್ದು
- ಕೀವು ತುಂಬಿದ್ದು



ಹೀಗೆ ಮಾಡಿ:

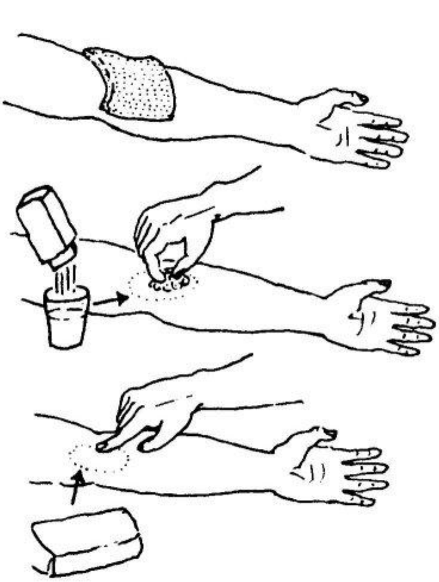
- ಆ ಜಾಗವನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಮೇಲಕ್ಕೆ ಹಿಡಿಯಿರಿ.
- ಬಿಸಿಬಿಸಿಯಾದ ಒದ್ದೆಬಟ್ಟೆ ಹಾಕಿ.
- ಸೋಂಕು ಜೋರಾಗಿದ್ದು, ಜ್ವರವೂ ಇದ್ದರೆ ಪೆನಿಸಿಲಿನ್ ಕೊಡಿ.

ಅಪಾಯದ ಸೂಚನೆಗಳು: ಕೈಸಂದು, ತೊಡೆಸಂದುಗಳಲ್ಲಿ ಗಂಟುಗಳು. ಸೋಂಕು ತಗುಲಿದ ಜಾಗದ ಮೇಲ್ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಕೆಂಪುಗೆರೆ, ಕೆಟ್ಟ ವಾಸನೆ. ಉಪಚಾರದಿಂದ ಗುಣಕಾಣದಿದ್ದರೆ ಜೀವಿರೋಧಕಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ವೈದ್ಯಕೀಯ ನೆರವು ಕೋರಿ.

೨ ನೇ ನಿಯಮದ ವಿವರ:

ಚರ್ಮದ ಮೆಲೆ ಗುಳ್ಳೆಗಳಾಗಿ ಒಡೆದು ಸೋರುತ್ತಿದ್ದರೆ, ತುರಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಚುಚ್ಚುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಉರಿಯುತ್ತಿದ್ದರೆ ಹೀಗೆ ಮಾಡಿ.

- ತಂಪಾದ ನೀರಲ್ಲಿ ಅದ್ದಿದ ಒದ್ದೆ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ವಿನೇಗರ್ ಹಾಕಿ ಸುತ್ತಿಡಿ. (ಒಂದು ಗ್ಲಾಸ್ ಶುದ್ದ ನೀರಿಗೆ ಎರಡು ಚಮಚ ವಿನೇಗರ್). ಪೊಟಾಶಿಯಂ ಪರಮಾಂಗನೇಟ್ ಇದ್ದರೆ ಅದನ್ನೇ ಹಾಕಬಹುದು. ಒಂದು ಲೀಟರ್ ಶುದ್ದ ನೀರಿಗೆ ಒಂದು ಚಿಟಿಕೆ ಪೊಟಾಶಿಯಂ ಪರಮಾಂಗನೇಟ್ ಹಾಕಿದರೆ ಸಾಕು.
- ಸ್ವಲ್ಪ ಗುಣವಾಗಿ, ಕೀವು ಸೋರುವುದು ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ ಹೊಸ ಚರ್ಮ ತಯಾರಾಗಿದ್ದರೆ ಅದರ ಮೇಲೆ ಪೌಡರು ಮತ್ತು ನೀರು ಕಲೆಸಿ ನವಿರಾಗಿ ಬಳಿಯಿರಿ. (ಒಂದು ಭಾಗ ನೀರು, ಒಂದು ಭಾಗ ಪೌಡರ್.)
- ಹೊಸ ಚರ್ಮ ಬಂದಿದ್ದು ದಪ್ಪಗಾಗುತ್ತಿರುವಾಗ ಸ್ವಲ್ಪ ವನಸ್ಪತಿ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಿಕ್ಕುತ್ತಿರಿ. ಅಂದರೆ ಚರ್ಮ ನುಣುಪಾಗುತ್ತದೆ.



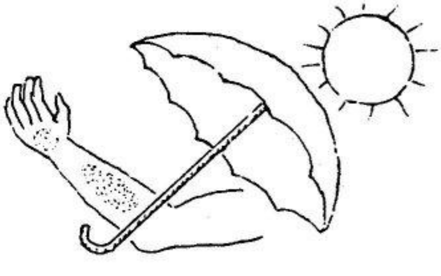
೩ ನೇ ನಿಯಮ

ರೋಗಕ್ಕೀಡಾದ ಚರ್ಮದ ಭಾಗಕ್ಕೆ

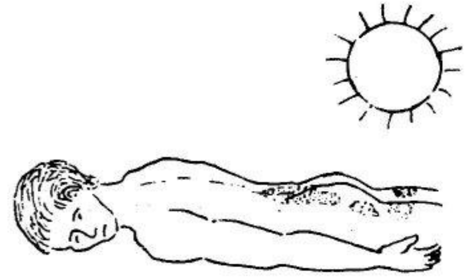
೪ ನೇ ನಿಯಮ

ರೋಗಕ್ಕೀಡಾದ ಚರ್ಮವು ಸದಾ ಮರೆಯೊಳಗೇ

ಸದಾ ಸೂರ್ಯನ ಕಿರಣ ತಾಗುತ್ತಿದ್ದರೆ ಬಿಸಿಲಿಗೆ ಬಂದಾಗ ಆ ಜಾಗವನ್ನು ಮರೆಮಾಡಿ.



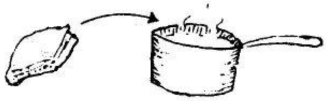
ಇರುತ್ತಿದ್ದರೆ ದಿನಕ್ಕೆ ೨–೩ ಬಾರಿ ೨೦ ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಸೂರ್ಯನ ಕಿರಣಕ್ಕೊಡ್ಡಿ.



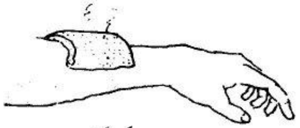
ಬಿಸಿ ಒದ್ದೆ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಲು ಸಲಹೆಗಳು:

೧. ನೀರು ಕುದಿಸಿ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಹಿಡಿಯಬಹುದಾದಷ್ಟು ಬೆಚ್ಚಗಾಗುವವರೆಗೆ ಆರಿಸಿ.

೨. ಗಾಯ ಅಥವಾ ಹುಣ್ಣಿಗಿಂತ ಸ್ವಲ್ಪ ದೊಡ್ಡದಾದ ಸ್ವಚ್ಛ ಅರಿವೆಯನ್ನು ಈ ಬಿಸಿ ನೀರಲ್ಲಿ ಅದ್ದಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಹಿಂಡಿರಿ.

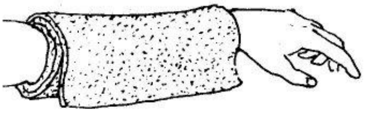


೩. ಗಾಯ ಅಥವಾ ಹುಣ್ಣಾದ ಜಾಗದ ಮೇಲೆ ಈ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನಿಡಿ.

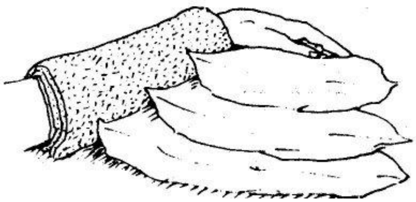


೪. ಈ ಬಟ್ಟೆಯ ಮೇಲೆ ಒಂದು ಪಟ್ಟಿಯನ್ನಿಡಿ.

೫. ಶಾಖ ಬೇಗ ಆರದಿರಲು ಅದರ ಮೇಲೊಂದು ಟವೆಲ್ ಸುತ್ತಿ.



೬. ಈ ಜಾಗವನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ಕಟ್ಟಿ.



೭. ಒಳಗಿನ ಬಟ್ಟೆ ತಣ್ಣಗಾಗುತ್ತಲೇ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಬಿಸಿ ನೀರಲ್ಲಿ ಅದ್ದಿ, ಹೀಗೆಯೇ ಮಾಡಿ.

ಚರ್ಮದ ಮೇಲೆ ಆಗಿದ್ದು	ಹೀಗೆ ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದರೆ	ನಿಮಗಾಗಿದ್ದು

ಚಿಕ್ಕ ಮೊಡವೆಗಳಂಥ ಗುಳ್ಳೆಗಳು	ಚಿಕ್ಕ ಗುಳ್ಳೆಗಳು ತುರಿಕೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದು ಮೊದಲು ಬೆರಳ ಸಂದು, ಮಣಿಕಟ್ಟು, ಸೊಂಟದ ಮೇಲೆ.	ಕಜ್ಜಿ	
	ಕೀವು ತುಂಬಿದ ನೋವಾದ ಗುಳ್ಳೆಗಳು, ಕೀಟ ಕಚ್ಚಿದ ಜಾಗ ತುರಿಸಿ ಆಗಿದ್ದು ಜಾಸ್ತಿಯಾಗಿ ಹದಗಡಲೆ ಆಗಬಹುದು.	ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ ಸೋಂಕು	
	ಆಲ್ಲಲ್ಲಿ ಹರಡುತ್ತಿರುವ ಹೊಳೆಯುವ ಹುಣ್ಣುಗಳು ಹಳದಿ ಹೆಪ್ಪಳಿಕೆಗಳು.	ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ ಸೋಂಕು	
	ಹದಹರಿಯದವರ ಮುಖದ ಮೇಲಿನ ಗುಳ್ಳೆಗಳು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಬೆನ್ನು, ಎದೆಯ ಮೇಲೂ ಸ್ವಲ್ಪ ಕೀವು ತುಂಬಿದ ಗುಳ್ಳೆಗಳು.	ಮೊಡವೆ, ಕರಿದೆಲೆ	
	ಲೈಂಗಿಕ ಅಂಗಗಳ ಮೇಲೆ ನೋವಿಲ್ಲದ ಹುಣ್ಣು.	ನೋವು ಇಲ್ಲ ಸಿಫಿಲಿಸ್	ನೋವು ಹಾಗು ಕೀವು ಶಾಂಕ್ರಾಯಿಡ್

ಚರ್ಮದ ಮೇಲೆ ದೊಡ್ಡ ತೆರೆದ ಹುಣ್ಣು.	**ಹಿಮ್ಮಡಿ ಗಂಟಿನ ಮೇಲೆ ಅಥವಾ ಹತ್ತಿರ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಹುಣ್ಣು. ಸುತ್ತಲು ನೇರಳೆ ಬಣ್ಣಕ್ಕೆ ತಿರುಗಿದ ಚರ್ಮ.** ವಯಸ್ಸಾದವರಿಗೆ ಗುಣವಾಗದೆ ಉಳಿದದ್ದು ರಕ್ತನಾಳ ಗಂಟಾಗಿದೆ.	ರಕ್ತ ಚಲನೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಆಗದಿರುವುದರ ಪರಿಣಾಮ (ಅಥವಾ ಮಧುಮೇಹ).
	ಹಾಸಿಗೆಯ ಮೇಲೆ ಇರುವ ರೋಗಿಯ ಎಲುಬು, ಸಂದುಗಳಲ್ಲಿಯ ಹುಣ್ಣು.	ಹಾಸಿಗೆಯ ಹುಣ್ಣು.
	ಅಂಗಾಲಿನ ಮೇಲೆ ಹುಣ್ಣು. ಆದರೆ ನೋವಿನ ಅನುಭವ ಇಲ್ಲ. ಚುಚ್ಚಿದರೂ ಗೊತ್ತಾಗುವುದಿಲ್ಲ.	ಕುಷ್ಠ

ಚರ್ಮದೊಳಗೆ ಉಬ್ಬಿದ್ದು.	ಹಾಲುಣಿಸುವ ತಾಯಿಯ ಸ್ತನದ ಮೇಲೆ ಬೆಚ್ಚಗಿನ ನೋವು ತುಂಬಿದ ಗಂಟು.	ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ ಸೋಂಕು (ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಇದ್ದರೂ ಇರಬಹುದು).
	ಮೊದಲಿಗೆ ನೋವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ದಿನ ದಿನಕ್ಕೆ ದೊಡ್ಡದಾಗುತ್ತಿರುವ ಗಂಟು.	ಕ್ಯಾನ್ಸರ್
	ಬೆಚ್ಚಗಿನ ನೋವು ಭರಿತ ಗಂಟು. ಸ್ವಲ್ಪ ದಿನಕ್ಕೆ ಒಡೆಯುವುದು.	ಹುಣ್ಣು

ಚರ್ಮದ ಮೇಲೆ ಆಗಿದ್ದು	ಹೀಗೆ ಕಾಣಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ	ನಿಮಗಾಗಿದ್ದು
ಹಾಲ್ರಸಗಂಟು (ಹದಗಡಲಿ) ದಪ್ಪಗಾಗುವದು.	ಕುತ್ತಿಗೆಯ ಪಕ್ಕ ಉಬ್ಬಿ ಸತತ ಒಡೆದು ಕಲೆ ಬೀಳುವ ಗಂಟುಗಳು.	ಒಂದು ಜಾತಿಯ ಕ್ಷಯ.
	ಗಂಡಸರ ಜನನಾಂಗದ ಮೇಲೆ ದೊಡ್ಡ ಕಪ್ಪು ಕಲೆ.	ಲಿಂಫೋಗ್ರಾನ್ಯುಲೋಮಾ (ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗ)

ದೊಡ್ಡ ತೀವ್ರ ಬಣ್ಣದ ಕಲೆಗಳು.	ಗರ್ಭಿಣಿಯ ಕೆನ್ನೆ ಮತ್ತು ಹಣೆಯ ಮೇಲೆ ದೊಡ್ಡ ಕಪ್ಪು ಕಲೆ.	ಬಸಿರಿನ ಪರದೆ.
	ತೋಳು, ಕಾಲು, ಕುತ್ತಿಗೆ, ಮುಖದ ಮೇಲೆ ಹೊಕ್ಕಳಿಕೆ ಹುರುಕುಗಳಿಂದ ಕೊಡಿದ ಬಿಸಿಲಲ್ಲಿ ಸುಟ್ಟಂಥ ಕಲೆಗಳು.	ಪೆಲ್ಲಾಗ್ರಾ (ಅಪೌಷ್ಟಿಕತೆ)
	ಮಗುವಿನ ಕಾಲುಗಳು ಬಾತಿದ್ದು ಅವುಗಳ ಮೇಲೆ ನೇರಳೆ ಬಣ್ಣದ ಗುರುತುಗಳು. ಸುಲಿಯುವ ಹುಣ್ಣುಗಳು.	ಅಪೌಷ್ಟಿಕತೆ

ಬಿಳಿಯ ದೊಡ್ಡ ಕಲೆ.	ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಹದಿಹರೆಯದವರ ಕುತ್ತಿಗೆ ಮತ್ತು ಮೈ ಮೇಲೆ ವರ್ತುಲಾಕಾರದ ಅಥವಾ ಅಡ್ಡ ತಿಡ್ಡ ಗುರುತುಗಳು.	ಅಣಬೆ (ಫಂಗಸ್) ಸೋಂಕು.
	ಕೈ, ಪಾದ ಮತ್ತು ತುಟಿಗಳು ಮೇಲೆ ಬಿಳಿಯ ಗುರುತುಗಳು.	ಚರ್ಮ ಬಣ್ಣ ಗೆಟ್ಟಿದ್ದು (ವಿಟಿಲಿಗೊ).

ದೊಡ್ಡ ಕೆಂಬಣ್ಣದ ಕಲೆ.	ಚಿಕ್ಕಮಕ್ಕಳ ಕೆನ್ನೆಯ ಮೇಲೆ ಮೊಣಕಾಲಿನ ಹಿಂಬದಿಗೆ ಕೆಂಬಣ್ಣದ ಗುಳ್ಳೆಯಂಥ ಕಲೆಗಳು.	ಅಂಟುತುರಿ (ಎಕ್ಸಿಮಾ).
	ಕೆಂಬಣ್ಣದ ಬಿಸಿಯಾದ ನೋವು ಭರಿತ ಕಲೆ, ಬಹಳ ಬೇಗ ಹರಡುವುದು.	ಒಂದು ಭಯಂಕರ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ ಸೋಂಕು. (ಎರಿಸೀಪೆಲಿಸ್)
	ಮಗುವಿನ ಕಾಲುಗಳ ಸಂದಿನಲ್ಲಿ ಕೆಂಬಣ್ಣದ ಕಲೆಗಳು.	ಮಗುವಿನ ಚಡ್ಡಿಯ ಗುರುತು ಶೆಕೆಯಿಂದ ಅಥವಾ ಉಚ್ಚೆಯಿಂದ.
	ಚರ್ಮದ ಮಡಿಕೆಗಳ ಮಧ್ಯೆ ಕೆಂಪು ಕಲೆಗಳು ಅದರಲ್ಲಿ ಮೊಸರಿನಂಥ ಬಿಳಿ ಮುದ್ದೆ.	ಹುದುಗಿನ (ಈಸ್ಟ್) ಸೋಂಕು.

ಚರ್ಮದ ಮೇಲೆ ಆಗಿದ್ದು	ಹೀಗೆ ಕಾಣಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ	ನಿಮಗಾಗಿದ್ದು
ದೊಡ್ಡ ಕೆಂಬಣ್ಣ ಅಥವಾ ಕಂದು ಬಣ್ಣ.	ಸ್ವಲ್ಪ ಉಬ್ಬಿದ ಕಂದುಬಣ್ಣದ ಕಲೆಗಳ ಮೇಲೆ ಹೊಳೆಯುವ ಬೆಳ್ಳಿ ಹಪ್ಪಳಿಕೆ. ಮೊಣಕೈ, ಮೊಣಕಾಲಿನ ಮೇಲೆ ಜಾಸ್ತಿ ಬಹಳ ಕಾಲ ಉಳಿಯುವಂಥದ್ದು.	ಒಂದು ಜಾತಿಯ ಕಜ್ಜಿ (ಸೋರಿಯಾಸಿಸ್) ಅಥವಾ ಒಂದು ಜಾತಿಯ ಕ್ಷಯ.

ನರೂಲಿಗಳು.	ಚಿಕ್ಕ ಚಿಕ್ಕ ನರೂಲಿಗಳು.	ನರೂಲಿ.
	ತೋಳು ಮತ್ತು ಪಾದದ ಮೇಲೆ ದೊಡ್ಡ ನರೂಲಿಗಳು.	ಚರ್ಮದ ಕ್ಷಯ.

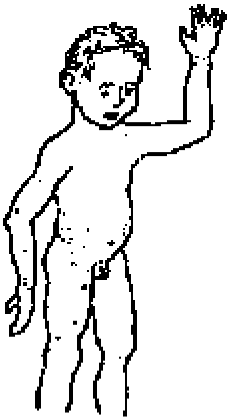
ವೃತ್ತಾಕಾರದ ಉಬ್ಬಿದ ಭಾಗ ಅಂಚಿನಲ್ಲಿ ಸ್ಪಷ್ಟ ಕೆಂಪು ಬಣ್ಣ.	ಸಣ್ಣ ವೃತ್ತಗಳು ಕ್ರಮೇಣ ಹರಡುತ್ತಿದ್ದು ತುರಿಸಬಹುದು.	ಗಜಕರ್ಣ (ಅಣಬೆ ಸೋಂಕು).
	ದೊಡ್ಡ ವೃತ್ತಗಳು. ಕೇಂದ್ರ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಸ್ಪರ್ಶಜ್ಞಾನವಿಲ್ಲ.	ಕುಷ್ಠ.
	ಸಣ್ಣ ವೃತ್ತಗಳು ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಸಣ್ಣ ಗುಂಡಿ ಇದ್ದು ಹಣೆ, ಮೂಗು ಕುತ್ತಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.	ಚರ್ಮದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಇರಬಹುದು.

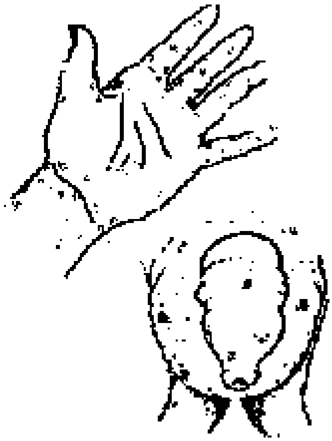
ಗುಳ್ಳೆಗಳು.	ಬಹಳ ತುರಿಸುವ ಗಾದರಿ, ಬೊಕ್ಕೆ ಅಥವಾ ಕಣೆಗಳು.	ಅಲರ್ಜಿಯ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ.
	ಉಬ್ಬಿದ ಗುಳ್ಳೆಗಳು, ಸೋರಿಕೆ.	ಸಂಪರ್ಕ ಚರ್ಮರೋಗ (ವಿಷಕಾರಿ ಸಸ್ಯಸ್ಪರ್ಷ).
	ಮೈತುಂಬ ಸಣ್ಣ ಗುಳ್ಳೆಗಳಿಂದ ಸಿಪ್ಪೆ ಸುಲಿಯುತ್ತದೆ.	ಗೊಬ್ಬರ
	ನೋವು ಭರಿತ ಗುಳ್ಳೆಗಳ ಗುಂಪು ದೇಹದ ಒಂದು ಪಾರ್ಶ್ವದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡು ಪಟ್ಟೆ ಎಳೆದಂತಿರುತ್ತದೆ.	ಸೀತಾಳೆ ಸಿಡುಬು, ಸರ್ಪಸುತ್ತು.
	ಕಂದು ಇಲ್ಲವೆ ಕಪ್ಪು ಬಣ್ಣದ ಹೊಲಸು ನಾರುವ ಕಲೆ ದಿನದಿನಕ್ಕೆ ಹರಡುತ್ತಿರುವುದು. ಈ ಕಲೆಯೊಳಗೆ ಗುಳ್ಳೆಗಳು, ನೀರ್ಗುಳ್ಳೆಗಳು.	ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ ಸೋಂಕು (ಗ್ಯಾಸ್ ಗ್ಯಾಂಗ್ರಿನ್).

ಮೈತುಂಬ ಪುಟ್ಟ ಕೆಂಬಣ್ಣದ ಕಲೆಗಳು.	ಬಹಳ ಕಾಯಿಲೆ ಬಿದ್ದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮೈತುಂಬ ಆಗುವ ಗಾದರಿ.	ಧಡಾರ.
	ಔಷಧ ತೆಗೆದುಕೊಂಡ ನಂತರ ಏಳುವ ಗಾದರಿ.	ಔಷಧಕ್ಕೆ ಧಿಡೀರ್ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ.

ಹುರುಕು ಕಜ್ಜಿ

ಇದೊಂದು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಅತಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿರುವ ಕಾಯಿಲೆ. ತುರಿಕೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಚಿಕ್ಕ ಚಿಕ್ಕ ಗಂದೆಗಳು ಮೈ ತುಂಬಾ ಏಳುತ್ತವೆ.





ಅತಿ ಚಿಕ್ಕ ಉಣ್ಣೆಗಳಂಥ ಕೀಟಗಳು ಚರ್ಮದೊಳಗೆ ಸುರಂಗ ನಿರ್ಮಿಸಿ ವಾಸಿಸಿದಾಗ ಬರುವ ರೋಗವಿದು. ಆ ಜಾಗವನ್ನು ಮುಟ್ಟುವುದರಿಂದ, ಅವರ ಹಾಸಿಗೆ ಬಟ್ಟೆ ಉಪಯೋಗಿಸುವುದರಿಂದ ಇನ್ನೊಬ್ಬರಿಗೆ ಹರಡುತ್ತದೆ. ತುರಿಸುವುದರಿಂದ ಸೋಂಕು ತಗುಲಿ, ಕೀವು ತುಂಬಿದ ಹುಣ್ಣಾಗಿ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಹದಗಡಲೆ ಎದ್ದು ಜ್ವರವೂ ಬರುತ್ತದೆ.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ:

- ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರಿಗೆ ಕಜ್ಜಿ ಆಯಿತೆಂದರೆ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕೊಡಿಸಬೇಕು.
- ಒಂದಿಷ್ಟು ಕಹಿ ಬೇವಿನ ಸೊಪ್ಪನ್ನು ಕುದಿಸಿ ಅದನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಅರಿಶಿಣದೊಂದಿಗೆ ರುಬ್ಬಿ ದಪ್ಪ ಸರಿ (ಕಣಕ) ಮಾಡಿ. ಇಡೀ ದೇಹವನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಿಕ್ಕಿ ತಿಕ್ಕಿ ತೊಳೆಯಿರಿ. ನಂತರ ದೇಹದ ತುಂಬ ಬೇವು, ಅರಿಶಿಣದ ಸರಿಯನ್ನು ತೊಡೆಯಿರಿ. ಕೈ ಬೆರಳುಗಳ ಮಧ್ಯೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಡೆಯಬೇಕು. ಬಿಸಿಲಲ್ಲಿ ಅವರು ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ನಿಲ್ಲಲಿ. ಮೂರು ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಹೀಗೆಯೇ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಸರಿಯನ್ನು ತೊಡೆಯುತ್ತ ಹೋಗಿ. **ಸ್ನಾನ ಮಾಡಕೂಡದು.** ಇದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿದ ಬಟ್ಟೆ, ಹಾಸಿಗೆ, ಹೊದಿಕೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕುದಿಸಿ. ಬಿಸಿಲಲ್ಲಿ ಒಣಗಿಸಿ. ನಾಲ್ಕನೆಯ ದಿನ ಮೈ ತೊಳೆದು ಸ್ವಚ್ಛ ಬಟ್ಟೆ ಧರಿಸಲಿ.
- ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸ್ವಚ್ಛತೆ ಇಲ್ಲಿ ಅತಿ ಮುಖ್ಯ. ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನ ತೊಳೆದು ಧರಿಸಿ. ಎಲ್ಲಾ ಬಟ್ಟೆ, ಹಾಸಿಗೆಗಳನ್ನು ನಿತ್ಯ ತೊಳೆದು ಬಿಸಿಲಲ್ಲಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಒಣಗಿಸಿ.
- ಬೇವು ಮತ್ತು ಅರಿಶಿಣದ ಬದಲಾಗಿ ಸಲ್ಫರ್ ಮತ್ತು ಅದೇ ಪ್ರಮಾಣದ ಬಿಸಿ ಎಣ್ಣೆ ಮಿಶ್ರಣ ತಯಾರಿಸಿ ಮೈಗೆ ಹಚ್ಚಬಹುದು.

ಸೂಚನೆ: ಪೇಟೆಯಲ್ಲಿ ಸಿಗುವ ಮುಲಾಮು ಅಥವಾ ಗ್ಯಾಮಾ ಬೆಂಝೀನ್ ಹೆಕ್ಸಾಕ್ಲೋರೈಡ್ ಅಥವಾ ಬೆಂಝೈಲ್ ಬೆನ್ಝೋವೇಟ್ (೪೨೦ ನೇ ಪುಟ) ಉಪಯೋಗಿಸಿದರೂ ಕಜ್ಜಿಯನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಬಹುದಾದರೂ ಅವು ಬಹಳ ದುಬಾರಿ.

ಹೇನು

ಮೈ ಮತ್ತು ತಲೆಯ ಹೇನುಗಳು ಕೆರೆತ ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತವೆ. ಚರ್ಮದ ಸೋಂಕು ಆಗಿ ಹದಗಡಲೆ ಆಗಬಹುದು. ಹೀಗಾಗದಂತೆ ತಡೆಯಲು ವೈಯುಕ್ತಿಕ ಸ್ವಚ್ಛತೆಯ ಕಡೆಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ಕೊಡಬೇಕು. ಮಂಚ ತಲೆದಿಂಬು, ಹಾಸಿಗೆಗಳನ್ನು ದಿನಾಲೂ ಬಿಸಿಲಿಗೆ ಹಾಕಬೇಕು. ತಲೆಯನ್ನು ಪದೆ ಪದೇ ತೊಳೆಯಿರಿ. ಮಕ್ಕಳ ತಲೆಯನ್ನು ಪದೆ ಪದೇ ನೋಡುತ್ತಿರಿ. ಹೇನಿದ್ದರೆ ಕೂಡಲೆ ಸ್ವಚ್ಛ ಮಾಡಿ. ಹೇನಿರುವ ಮಕ್ಕಳು ಬೇರೆಯವರೊಂದಿಗೆ ಮಲಗಕೂಡದು.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ

- ಚಿಮಣಿ ಎಣ್ಣೆ ಮತ್ತು ತಲೆಗೆ ಹಾಕುವ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಸಮಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಬೆರೆಸಿ.
- ಸಂಜೆ ವೇಳೆಗೆ ತಲೆಗೆ ಇದನ್ನು ಹಚ್ಚಿ.
- ಕೂದಲನ್ನು ಎತ್ತಿ ಹಿಡಿದು ಪ್ರತಿ ಕೂದಲಿಗೂ ಈ ಮಿಶ್ರಣ ತಾಗಿ ಎಲ್ಲಾ ಹೇನು, ಸೀರುಗಳಿಗೂ ಇದು ತಲುಪುವಂತೆ ಹಚ್ಚಿ.
- ತಲೆಗೆ ಒಂದು ಟವೆಲ್ ಸುತ್ತಿಡಿ.
- ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಸೀಗೆಕಾಯಿ ಪುಡಿ ಹಚ್ಚಿ ತಲೆಯನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಿಕ್ಕಿ ತಿಕ್ಕಿ ತೊಳೆಯಿರಿ. ಸಣ್ಣ ಹಲ್ಲಿನ ಬಾಚಣಿಕೆಯಿಂದ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬಾಚಿ.
- ಆ ಹಣಿಗೆಯನ್ನು ಚಿಮಣಿ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿಸಿಟ್ಟು ಹೇನನ್ನೆಲ್ಲ ನಾಶಮಾಡಿ.
- ಸೀರುಗಳನ್ನು ನಾಶಪಡಿಸಲು ಬಿಸಿ ವಿನೇಗರ್ ಮತ್ತು ನೀರಿನಿಂದ ತಲೆಯನ್ನು ತೋಯಿಸಿ. ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತಿನ ನಂತರ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬಾಚಿ.
- ೧೦ ದಿನಗಳ ನಂತರ ಇದನ್ನೇ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಮಾಡಿ.

ಕೀವು ತುಂಬಿದ ಸಣ್ಣ ಹುಣ್ಣುಗಳು

ಕೀಟಗಳು ಕಚ್ಚಿದ ಜಾಗವನ್ನು, ಕಜ್ಜಿಯನ್ನು, ಅಥವಾ ಇನ್ನಾವುದೇ ಚರ್ಮದ ಕಿರಿಕಿರಿಗೆ ಹೊಲಸು ಉಗುರುಗಳಿಂದ ಕೆರೆದಾಗ ಸೋಂಕು ತಗುಲಿ ಕೀವಿನಿಂದ ತುಂಬಿದ ಹುಣ್ಣುಗಳಾಗುತ್ತವೆ.

ತಡೆಯುವುದು ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆ:

- ಹುಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಕುದಿಸಿದ ನೀರು ಮತ್ತು ಸೋಪು ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆಯಿರಿ. ನಿಧಾನವಾಗಿ ಹೊಪ್ಪಳಿಗೆ (ಹೆಕ್ಕಳಿಕೆ) ಗಳನ್ನು ತೆಗೆಯಿರಿ. ಕೀವು ಇರುವವರೆಗೆ ದಿನಾಲೂ ತೊಳೆಯಿರಿ.
- ಚಿಕ್ಕ ಹುಣ್ಣು ಇದ್ದರೆ ಒಣಗಲು ಬಿಡಿ. ದೊಡ್ಡದಿದ್ದರೆ ಪಟ್ಟಿಕಟ್ಟಿ ದಿನಾಲೂ ಪಟ್ಟಿ ಬದಲಿಸಿ.
- ಹುಣ್ಣಿನ ಸುತ್ತ ಕೆಂಪಗೆ ಬಿಸಿಯಾಗಿದ್ದರೆ, ಜ್ವರವಿದ್ದರೆ, ಹುಣ್ಣಿನ ಮೇಲ್ಗಡೆ ಕೆಂಪು ಗೆರೆ ಮೂಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಹದಗಡಲೆ ಆಗಿದ್ದರೆ ಜೀವಿರೋಧಕ ಬಳಸಿ. ಪೆನಿಸಿಲಿನ್ (೩೫೩ ನೇ ಪುಟ) ಅಥವಾ ಸಲ್ಫಾ ಮಾತ್ರೆ ನುಂಗಬಹುದು.
- ಹುಣ್ಣನ್ನು ಕೆರೆಯಬೇಡಿ. ಕೆರೆದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ಸೋಂಕು ತಗುಲುವುದಲ್ಲದೇ ಬೇರೆ ಭಾಗಕ್ಕೂ ಬೇರೆಯವರಿಗೂ ಹರಡುತ್ತದೆ.
- ಮಕ್ಕಳ ಉಗುರನ್ನು ಪೂರ್ತಿ ಕತ್ತರಿಸಿ ಅಥವಾ ಕೆರೆಯದಂತೆ ಕೈಚೀಲ ಹಾಕಿಡಿ.

- ಹುಣ್ಣು ಅಥವಾ ಇನ್ನಿತರ ಚರ್ಮ ರೋಗ ಆಗಿರುವ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಬೇರೆ ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ಆಡಲು ಬಿಡಬೇಡಿ. ಮಲಗಲು ಬಿಡಬೇಡಿ. ಅವು ಬಲು ಬೇಗ ಒಬ್ಬರಿಂದೊಬ್ಬರಿಗೆ ಹರಡುತ್ತವೆ.
- ಶಿಶುವಿಗೆ ಹುಣ್ಣುಗಳಾಗಿವೆಯೆಂದರೆ ಕೂಡಲೇ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರನ್ನು ಕರೆಯಿರಿ.

ಅಂಟುತುರಿ

ಬಾಯಿಹುಣ್ಣು

ಇದೊಂದು ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ ಸೋಂಕು. ಬಲುಬೇಗ ಹರಡುತ್ತದೆ. ಹೊಳೆಯುವ ಹಳದಿ ಹೊಪ್ಪಳಿಕೆ ಏಳುತ್ತದೆ. ಮಕ್ಕಳ ಮುಖದ ಮೇಲೆ, ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬಾಯಿಯ ಸುತ್ತ ಇದು ಆಗುತ್ತದೆ. ಹೊಲಸಾದ ಉಗುರಿನಿಂದ ಕೆರೆಯುವುದರಿಂದ ಇದು ಬಲು ಬೇಗನೆ ಹರಡುತ್ತದೆ.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ

- ಹುಣ್ಣಾದ ಭಾಗವನ್ನು ಕುದಿಸಿದ ನೀರು ಸೋಪು ಹಾಕಿ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಹೊಪ್ಪಳಿಕೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಿ.
- ಜೆಂಶಿನ್ ವಯೋಲೆಟ್‌ನ್ನು (೪೧೭ ನೇ ಪುಟ) ಹುಣ್ಣಿರುವ ಜಾಗಕ್ಕೆಲ್ಲ ಹಚ್ಚಿ. ಅಥವಾ ನಿಯೊಸ್ಪೋರಿನ್ (೪೧೭ ನೇ ಪುಟ) ಅಥವಾ ಟೆಟ್ರಾಸೈಕ್ಲಿನ್ ಮುಲಮು ಹಚ್ಚಿ.
- ಹುಣ್ಣು ಬಹಳ ಭಾಗಕ್ಕೆ ಹರಡಿದ್ದರೆ, ಜ್ವರವಿದ್ದರೆ ಜೀವಿರೋಧಕ ಮಾತ್ರೆ ಕೊಡಿ. (೩೯೩ ನೇ ಪುಟ)

ತಡೆಗಟ್ಟುವುದು

- ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸ್ವಚ್ಛತೆಯ ಕಡೆ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ಕೊಡಿ. (೧೭೭ ನೇ ಪುಟ) ಮಕ್ಕಳನ್ನು ನಿತ್ಯ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿಸಿ. ತಗಣೆ, ಚಿಕ್ಕಾಡುಗಳು ಕಚ್ಚದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಮಗುವಿಗೆ ಕಜ್ಜಿ ಆಗಿದ್ದರೆ ಆದಷ್ಟು ಬೇಗ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿಸಿ.
- ಹುಣ್ಣುಗಳಾಗಿರುವ ಮಗು ಬೇರೆ ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಯಕೂಡದು. ಮಲಗಕೂಡದು. ರೋಗ ಕಂಡಾಕ್ಷಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಆರಂಭಿಸಿ.

ಗುಳ್ಳೆಗಳು ಮತ್ತು ಕುರು

ಗುಳ್ಳೆ ಎಂದರೆ ಚರ್ಮದೊಳಗೆ ಸೋಂಕಿನಿಂದ ಕೀವು ತುಂಬಿದ ಚೀಲ. ಚುಚ್ಚಿದ ಗಾಯ ಅಥವಾ ಹೊಲಸಾದ ಸೂಜಿಯಿಂದ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ಕೊಡುವುದರಿಂದ ಈ ರೀತಿಯ ಗುಳ್ಳೆ ಆಗತ್ತದೆ. ಗುಳ್ಳೆ ನೋವಿನಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತದೆ. ಅದರ ಸುತ್ತ ಕೆಂಪಗೆ ಬಿಸಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ

- ದಿನದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಬಾರಿ ಬಿಸಿನೀರಿನ ಪಟ್ಟಿ ಹಾಕುತ್ತಿರಿ. ಸೂಚನೆಗಳಿಗೆ ೨೪೭ ನೇ ಪುಟ ನೋಡಿ.
- ಗುಳ್ಳೆ ತಾನೇ ಒಡೆಯಲಿ. ಒಡೆದ ನಂತರವೂ ಬಿನೀರಿನ ಪಟ್ಟಿ ಹಾಕುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಿ. ಕೀವು ಸೋರಲಿ. ಎಂದೂ ಅದನ್ನು ಒತ್ತಿ ಕೀವನ್ನು ಹೊರಹಾಕಬೇಡಿ. ಹಾಗೆ ಮಾಡಿದಾಗ ಸೋಂಕು ಬೇರೆ ಭಾಗಕ್ಕೂ ತಗುಲುತ್ತದೆ.

- ಜ್ವರವಿದ್ದು ಹದಗಡಲೆ ಎದ್ದಿದ್ದರೆ ಪೆನಿಸಿಲಿನ್ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ. (೩೯೩ ನೇ ಪುಟ) ಅಥವಾ ಎರಿಥ್ರೋಮೈಸಿನ್ (೩೯೭ ನೇ ಪುಟ) ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ.

ತುರಿಸುವ ಗಾದರಿ

(ಅಲರ್ಜಿಯ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು)

ಕೆಲವೊಂದು ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಮುಟ್ಟುವುದರಿಂದ, ತಿನ್ನುವುದರಿಂದ, ಚುಚ್ಚುವುದರಿಂದ, ವಾಸನೆ ನೋಡುವುದರಿಂದ ಧಿಡೀರನೆ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಉಂಟಾಗಿ ಚರ್ಮದ ಮೇಲೆ ಗಾದರಿ ಏಳುತ್ತದೆ. (ಅಲರ್ಜಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಕ್ಕಾಗಿ ೨೧೩–೨೧೪ ನೇ ಪುಟ ನೋಡಿ) ದೇಹದ ಯಾವುದೇ ಭಾಗದಲ್ಲೂ ಎದ್ದು ಮರೆಯಾಗಿ ಬೇರೆ ಭಾಗಕ್ಕೆ ಇದು ಹೋಗಬಹುದು.

ಪೆನಿಸಿಲಿನ್, ಎಂಪಿಸಿಲಿನ್, ಸಲ್ಫಾ, ಮತ್ತು ಹಾವಿನ ಪ್ರತಿವಿಷದಂಥ ಔಷಧಗಳಿಗೆ ದೇಹ ಅಲರ್ಜಿ ತೋರಿಸುತ್ತದೆಯೇ ಗಮನಿಸುತ್ತಿರಿ. ಔಷಧ ಚುಚ್ಚಿದ ಕೆಲವು ನಿಮಿಷಗಳಿಂದ ೧೦ ದಿನಗಳವರೆಗೆ ಯಾವಾಗ ಬೇಕಾದರೂ ಗಾದರಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಯಾವುದೇ ಔಷಧದಿಂದ ಅಲರ್ಜಿ ಆಗಿ ಗಾದರಿ, ತುರಿಕೆ ಉಂಟಾಯಿತೆಂದರೆ ಕೂಡಲೆ ಅದರ ಉಪಯೋಗ ನಿಲ್ಲಿಸಿ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಅದನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ. ಅಲರ್ಜಿ ಅಘಾತಗಳನ್ನು ತಡೆಯುವುದು ಅತಿ ಮುಖ್ಯ.

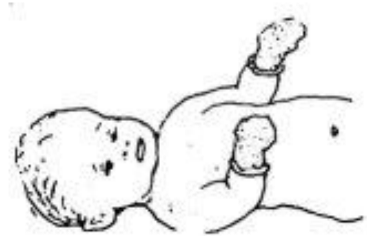
ತುರಿಕೆಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ:

- ತಣ್ಣೀರು ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿ ತಣ್ಣೀರು ಪಟ್ಟಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿ.

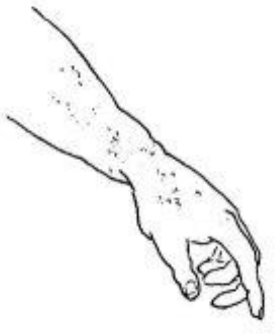
- ಗೋದಿ ಗಂಜಿಯಲ್ಲಿ ಅದ್ದಿದ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಸುತ್ತಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಕೂಡ ತುರಿಕೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಒಡೆದ ಗೋದಿಯನ್ನು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಕುದಿಸಿ, ಸೋಸಿ, ಅದು ಆರಿದ ನಂತರ ಉಪಯೋಗಿಸಿ. ಅನ್ನದ ಗಂಜಿಯನ್ನೂ ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು.

- ತುರಿಕೆ ಬಹಳ ಇದ್ದರೆ, ಕ್ಲೋರ್‌ಫಿನರಮೈನ್ (೪೩೪ ನೇ ಪುಟ) ನಂಥ ಅಲರ್ಜಿ ನಿವಾರಕ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ.

- ಮಗು ತುರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ತಡೆಯಲು ಅದರ ಉಗುರನ್ನು ಪೂರ್ತಿ ತೆಗೆಯಿರಿ. ಕೈಗೊಂದು ಕಾಲುಚೀಲ ಹಾಕಿ.



ತುರಿಕೆ ಉಂಟುಮಾಡುವ, ಉರಿ ಉಂಟುಮಾಡುವ ಗಿಡ ಅಥವಾ ಇನ್ನಿತರ ವಸ್ತುಗಳು–ಸಂಪರ್ಕ ಚರ್ಮರೋಗ:



ಕೆಲವೊಂದು ಗಿಡಗಳನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಮುಟ್ಟಿದರೆ ಅಥವಾ ಅದು ಮೈಗೆ ತಾಗಿದರೆ ಚರ್ಮದ ಮೇಲೆ ಗುಳ್ಳೆ ಗಾದರಿ ಏಳುತ್ತವೆ. ಚರ್ಮ ಉರಿಯಲಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ಕಂಬಳಿ ಹುಳುಗಳ ಕೂದಲು ಅಥವಾ ಅದು ಸೂಸಿದ ರಸ ಇನ್ನೂ ಕೆಲವು ಕೀಟಗಳನ್ನು ಮುಟ್ಟಿದಾಗಲೂ ಈ ರೀತಿಯ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ಕೆಲವು ಜನರಿಗೆ ಅಲರ್ಜಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಜಾಸ್ತಿ. ಕೆಲವು ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಮುಟ್ಟುವುದರಿಂದ, ಚರ್ಮಕ್ಕೆ ತಗುಲಿಸುವುದರಿಂದ ಬಲುಬೇಗ ಅವರಿಗೆ ಗಾದರಿ, ಸೋರುವ ಹುಣ್ಣು ಇವು ಆಗಿಬಿಡುತ್ತವೆ. ರಬ್ಬರ್ ಶೂಗಳು, ವಾಚಿನ ಪಟ್ಟಿ, ಕಿವಿಯ ರಿಂಗು, ಕೆಲವೊಂದು ಔಷಧಗಳು, ಮುಖಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚುವ ಕ್ರೀಮು, ಸುಗಂಧ ದ್ರವ್ಯ, ಪಾಲಿಯೆಸ್ಟರ್ ಬಟ್ಟೆ ಇವುಗಳಿಂದ ಕೂಡ ಅಲರ್ಜಿ ಆಗುವುದುಂಟು.

ಅಲರ್ಜಿ ತರುವ ವಸ್ತುಗಳು ದೂರವಾದಾಗ ಈ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ತಾವಾಗಿಯೇ ಮರೆಯಾಗುತ್ತವೆ. ಪ್ಯಾರಾಸಿಟಮಾಲ್ ಮತ್ತು ಅಲರ್ಜಿ ನಿವಾರಕಗಳು (೪೩೪ ನೇ ಪುಟ) ಉಪಯುಕ್ತ. ಅಲರ್ಜಿ ಬಹಳ ತೀವ್ರವಾಗಿದ್ದರೆ ಕಾರ್ಟಿಸೋನ್ ಅಥವಾ ಕಾರ್ಟಿಕೊಸ್ಟಿರಾಯಿಡ್ (೪೧೭ ನೇ ಪುಟ) ಇರುವ ಮಲಾಮು ಉಪಯೋಗಿಸಿ.

ಸರ್ಪಸುತ್ತು (ಸರ್ಪಹುಣ್ಣು)

ಲಕ್ಷಣಗಳು

ದೇಹದ ಒಂದು ಪಾರ್ಶ್ವದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಧಿಡೀರನೆ ಒಂದು ಪಟ್ಟಿಯಂತೆ ಅಥವಾ ಒಂದು ಕಲೆಯಂತೆ ನೋವುಭರಿತ ಗುಳ್ಳೆಗಳು ಎದ್ದರೆ ಬಹುಶಃ ಅದು ಸರ್ಪಸುತ್ತು ಇರಬಹುದು. ಬೆನ್ನು, ಮುಖ, ಎದೆ, ಕುತ್ತಿಗೆಗಳಲ್ಲಿ ಇದು ಆಗುವುದು ಜಾಸ್ತಿ. ೨–೩ ವಾರಗಳ ನಂತರ ಇದು ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾನೇ ಹೋಗುವುದಾದರೂ ನೋವು ಅನೇಕ ದಿನಗಳವರೆಗೆ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಬರುವುದು.

ಸರ್ಪಸುತ್ತು ವೈರಸ್ ನಿಂದ ಬರುವ ಒಂದು ರೋಗ. ಹಿಂದೆ ಸಿತಾಳೆ ಸಿಡುಬು ಆಗಿದ್ದರೆ ಅಂಥವರಿಗೆ ಇದು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಆಗುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಸಿತಾಳೆ ಸಿಡುಬು ಉಂಟುಮಾಡುವ ವೈರಸ್‌ಗಳಿಂದಲೇ ಈ ರೋಗವೂ ಬರುವುದು. ಆದರೆ ವಯಸ್ಸಾದ ಜನರಲ್ಲಿ ಅದು ಕ್ಯಾನ್ಸರಿನಂಥ ದೊಡ್ಡ ರೋಗದ ಸೂಚನೆಯೂ ಆಗಿರಬಹುದು.

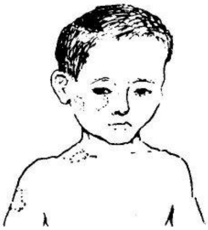
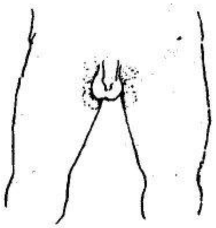
ಚಿಕಿತ್ಸೆ:

- ಹಗುರಾದ ಮೆತ್ತಗಿನ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಕಟ್ಟಿಡಿ. ಅಂದರೆ ಹಾಕಿಕೊಂಡ ಬಟ್ಟೆಗಳು ಸರ್ಪ ಸುತ್ತಿಗೆ ಹಿಡಿದು ತಿಕ್ಕುವುದಿಲ್ಲ.

- ಜೀವಿರೋಧಕಗಳಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನವಿಲ್ಲ. ನೋವು ನಿವಾರಕ ಪ್ಯಾರಾಸಿಟಮಾಲ್ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ.

ಗಜಕರ್ಣ, ಸಿಬ್ಬು ಮುಂತಾದ ಅಣಬೆ ಸೋಂಕುಗಳು

ದೇಹದ ಯಾವ ಭಾಗದಲ್ಲಾದರೂ ಈ ಸೋಂಕು ಉಂಟಾಗಬಹುದಾದರೂ ಈ ಕೆಳಗಿನ ಜಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಆಗುವುದು ಜಾಸ್ತಿ.

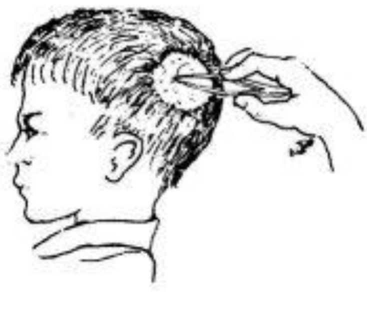
ನೆತ್ತಿ (ಸಿಬ್ಬು)	ಕೂದಲಿಲ್ಲದ ಭಾಗ (ಗಜಕರ್ಣ, ಹುಳುಕಡ್ಡಿ)	ಕೈಕಾಲ್ಬೆರಳ ಮಧ್ಯೆ (ಹುಳುಕಡ್ಡಿ)	ಕಾಲುಗಳ ಮಧ್ಯೆ
			

ಅಣಬೆ ಸೋಂಕುಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ವೃತ್ತಾಕಾರವಾಗಿ ಹಬ್ಬುತ್ತದೆ. ಆ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ತುರಿಸುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ತಲೆಯ ಮೇಲಿನ ಗಜಕರ್ಣದಿಂದ ಸಿಪ್ಪೆ ಸುಲಿದು ಕೂದಲು ಉದುರುತ್ತದೆ. ಕೈಸಂದಿಗೆ ಸೋಂಕುಂಟಾದಾಗ ಬೆರಳು–ಉಗುರುಗಳು ದಪ್ಪಗೆ ಒರಟಾಗುತ್ತವೆ.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ:

- ಪ್ರತಿದಿನ ಸೋಪು ಹಚ್ಚಿ ತೊಳೆಯುವುದೇ ಮುಖ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ. ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಸೋಪಿನ ಜೊತೆ ಹೆಕ್ಸಾಕ್ಲೋರೋಫೀನ್ ಉಪಯೋಗಿಸಿ.
- ಸೋಂಕು ತಗುಲಿದಾಗ ಆ ಜಾಗ ಒಣಗಲು ಬಿಡಿ. ಸಾಧ್ಯಾವಾದಷ್ಟೂ ಬಿಸಿಲಿಗೆ, ಗಾಳಿಗೆ ಒಡ್ಡಿ. ಬೆವರುತ್ತಿದ್ದರೆ ಕಾಲುಚೀಲ ಚಡ್ಡಿಗಳನ್ನು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಬದಲಿಸುತ್ತಿರಿ.
- ೧೦ ಭಾಗ ಎಣ್ಣೆಗೆ ೧ ಭಾಗ ಸಲ್ಫರ್ ಹಾಕಿ ಹಚ್ಚಿ.
- ಸೆಲಿಸಲಿಕ್ ಆಸಿಡ್‌ನ ಕ್ರೀಂ, ವೈಟ್‌ಫೀಲ್ಡ್ ಮುಲಮು (೪೧೮ ನೇ ಪುಟ), ಎಂಡಿಸೈಲೆನಿಕ್ ಆಸಿಡ್ ಇವು ಬೆರಳುಗಳ ಮಧ್ಯೆ ಮತ್ತು ತೊಡೆ ಸಂದಿನ ಅಣಬೆಯನ್ನು ನಿವಾರಿಸುತ್ತವೆ.
- ತಲೆಯ ಮೇಲಿನ ಸಿಬ್ಬು ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಕಡಿಮೆ ಆಗದೆ ಹರಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಗ್ರಿಸೆಯೋಫುಲ್ವಿನ್ ತೆಗದುಕೊಳ್ಳಿ. ಸೋಂಕು ಪೂರ್ತಿ ಗುಣ ಆಗಲು ಇದನ್ನು ತಿಂಗಳುಗಟ್ಟಲೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಬಹುದು. (೪೧೮ ನೇ ಪುಟ)

- ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಿಬ್ಬು ಮಗು ೧೧–೧೪ ವರ್ಷದವನಾಗುತ್ತಲೇ ತಾನಾಗಿಯೇ ಕಡಿಮೆ ಆಗುತ್ತದೆ. ಸೋಂಕು ಜೋರಾಗಿದ್ದು ದೊಡ್ಡ ದೊಡ್ಡ ಉಬ್ಬಿದ ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿಕೀವು ತುಂಬಿದ್ದರೆ ಬಿಸಿನೀರ ಪಟ್ಟಿ ಹಾಕುತ್ತಿರಿ. (೩೪೭ ನೇ ಪುಟ) ಆ ಜಾಗದಲ್ಲಿನ ಕೂದಲನ್ನೆಲ್ಲ ಪೂರ್ತಿ ತೆಗೆದಿರಬೇಕು.



ತಡೆಯುವುದು

ಗಜಕರ್ಣ ಮುತಾದ ಎಲ್ಲಾ ಅಣಬೆ ಸೋಂಕುಗಳೂ ಬಲುಬೇಗ ಹರಡುತ್ತವೆ. ಒಂದು ಮಗುವಿನಿಂದ ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಅದು ಹರಡಬಾರದೆಂದರೆ:

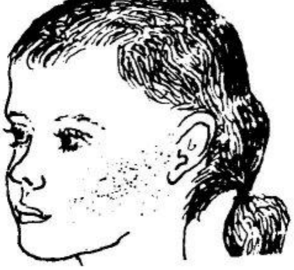
- ಸೋಂಕು ತಗುಲಿದ ಮಗು ಬೇರೆಯವರೊಂದಿಗೆ ಮಲಗಕೂಡದು.
- ಒಬ್ಬರ ಬಟ್ಟೆ ಹಣಿಗೆಗಳನ್ನು ತೊಳೆಯದೇ ಮತ್ತೊಬ್ಬರು ಉಪಯೋಗಿಸಕೂಡದು.
- ಸೋಂಕು ತಗುಲಿದ ಮಗುವಿಗೆ ಕೂಡಲೇ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿ.

ಮುಖ ಮತ್ತು ಮೈಮೇಲೆ ಬಿಳಿಕಲೆಗಳು

ಬೆನ್ನು, ಕುತ್ತಿಗೆ, ಎದೆಯ ಮೇಲೆ ಏಳುವ ಕಪ್ಪು, ಬಿಳುಪು ಚಿಕ್ಕ ಚಿಕ್ಕ ಕಲೆಗಳು ಟೀನಿಯಾ ವರ್ಸಿಕಲರ್ ಎಂಬ ಅಣಬೆಯ ಸೋಂಕಿನಿಂದಾದವುಗಳು. ಇವು ತುರಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ:

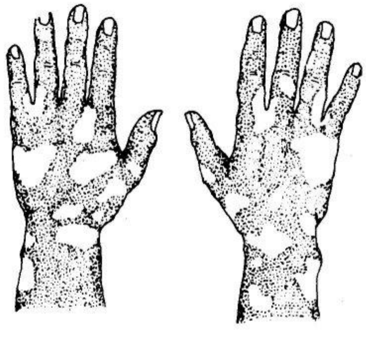
- ಸಲ್ಫರ್ ಮತ್ತು ಎಣ್ಣೆಯ ಕ್ರೀಂ ತಯಾರಿಸಿ. (೧೦ ಭಾಗ ಎಣ್ಣೆಗೆ ೧ ಭಾಗ ಸಲ್ಫರ್) ಪ್ರತಿದಿನ ಹಚ್ಚುತ್ತಿರಿ.
- ಸೋಡಿಯಂ ಥಯೋಸಲ್ಫೇಟ್ ಇನ್ನೂ ಒಳ್ಳೆಯದು. ಛಾಯಾ ಗ್ರಾಹಕರು ಚಿತ್ರ ಸಂಸ್ಕರಿಸುವಾಗ ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಮಿಶ್ರಣವಿದು. ಒಂದು ಗ್ಲಾಸ್ ನೀರಿಗೆ ಒಂದು ಚಮಚ ಸೋಡಿಯಂ ಥಯೋಸಲ್ಫೇಟ್ ಹಾಕಿ ಕರಗಿಸಿ. ಚರ್ಮಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚಿ, ವಿನೇಗರ್‌ನಲ್ಲಿ ಅದ್ದಿದ ಹತ್ತಿಯಿಂದ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಉಜ್ಜಿ. ಒಂದು ತಿಂಗಳ ಕಾಲ ಇದನ್ನೇ ಮುಂದುವರೆಸಿ.
- ಎರಡು ವಾರಕ್ಕೊಮ್ಮೆ ಹೀಗೆ ಮಾಡಿದರೆ ಕಲೆಗಳು ಮತ್ತೆ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ.



ಹೆಚ್ಚು ಭಾಗವನ್ನು ಬಿಸಿಲಲ್ಲಿ ಕಳೆಯುವ ಕಪ್ಪು ಬಣ್ಣದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕೆನ್ನೆಯ ಮೇಲೆ ಇನ್ನೊಂದು ರೀತಿಯ ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ಬಿಳಿ ಕಲೆಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ಕಲೆಯ ಅಂಚುಗಳು ಮೇಲೆ ಹೇಳಿದ ಸೋಂಕಿನಷ್ಟು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಇದರಿಂದ ಸೋಂಕು ತಗುಲುವುದಿಲ್ಲ. ಇದಕ್ಕೆ ಔಷಧವೂ ಬೇಡ. ಮಗು ಬೆಳೆದಂತೆ ಅದು ಮಾಯವಾಗುತ್ತದೆ.

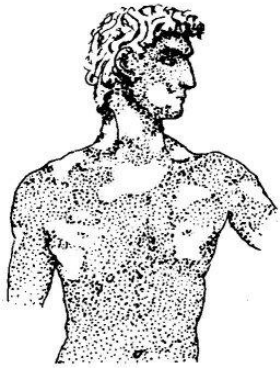
ಈ ರೀತಿಯ ಬಿಳಿಕಲೆಗಳು ರಕ್ತ ಹೀನತೆಯ ಗುರುತು ಎಂಬ ನಂಬಿಕೆ ಜನರಲ್ಲಿ ಇದೆ. ಆದರೆ ಅದು ನಿಜವಲ್ಲ. ವಿಟಮಿನ್ ಟಾನಿಕ್ಕುಗಳನ್ನು ಕೊಡುವುದರಿಂದ ಇವು ದೂರವಾಗುವುದೂ ಇಲ್ಲ. ಕೇವಲ ಕೆನ್ನೆಯ ಮೇಲೆ ಇರುವ ಕಲೆಗಳಿಗಂತೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಬೇಡವೇ ಬೇಡ.

ವಿಟಿಲಿಗೋ (ಬಿಳಿ ಚಿಬ್ಬು, ತೊನ್ನು)



ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಚರ್ಮದ ಭಾಗಗಳು ನೈಸರ್ಗಿಕ ಬಣ್ಣ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಆ ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಬಿಳಿಕಲೆಗಳು ತುಂಬಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಕೈಕಾಲು, ಮುಖ, ದೇಹದ ಮೇಲ್ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಇವು ಜಾಸ್ತಿ. ಬಿಳಿಚಿಬ್ಬು ಎಂದು ಕರೆಯುವ ಈ ಕಲೆಗಳು ರೋಗವಲ್ಲ. ಮುದುಕರಿಗೆ ಬಿಳಿ ಕೂದಲಿರುವಂತೆ ಇವು. ಇದಕ್ಕೆ ಔಷಧ ಬೇಡ. ಆದರೆ ಬಿಸಿಲಲ್ಲಿ ಹೋಗುವಾಗ ಬಟ್ಟೆಯಿಂದ ಅಥವಾ ಝಿಂಕ್ ಆಕ್ಸೈಡ್ ಮುಲಮು ಹಚ್ಚಿಕೊಂಡು ಆ ಭಾಗವನ್ನು ಬಿಸಿಲಿಗೆ ಸುಡುವುದರಿಂದ ರಕ್ಷಿಸಿ.

ಬಿಳಿಕಲೆಗೆ ಬೇರೆ ಕಾರಣಗಳು



ಕೆಲವೊಂದು ರೋಗಗಳಿಂದಲೂ ಬಿಳಿಕಲೆಗಳು ಆಗುತ್ತಿದ್ದು ನೋಡಲು ಚಿಬ್ಬಿನಂತೆಯೇ ಕಾಣುತ್ತದೆ.

ಸ್ಪರ್ಶಜ್ಞಾನವಿಲ್ಲದ ಬಿಳಿಕಲೆಗಳು ಕುಷ್ಠ ರೋಗದ ಕಲೆ (೨೪೪ ನೇ ಪುಟ) ಇರಬಹುದು.

ಕೆಲವೊಂದು ಅಣಬೆ ಸೋಂಕುಗಳೂ ಕೂಡ ಬಿಳಿಕಲೆಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡುವವು.

ಬಸಿರಿನ ಪರದೆ

ಕೆಲವು ಗರ್ಭಿಣಿಯರಿಗೆ ಮುಖ, ಸ್ತನ, ಹೊಟ್ಟೆಯ ಮೇಲೆ ಕಂದು ಬಣ್ಣದ ಕಲೆಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ಮಗು ಹುಟ್ಟಿದ ನಂತರ ಇವು ಮಾಯವಾಗಲೂ ಬಹುದು. ಉಳಿಯಲೂ ಬಹುದು.

ಗರ್ಭನಿರೋಧಕ ಮಾತ್ರೆ ನುಂಗುವ ಕೆಲವು ಮಹಿಳೆಯರಿಗೂ ಈ ರೀತಿಯ ಕಲೆಗಳಾಗಬಹುದು. ಇದು ಯಾವುದೇ ರೋಗದ, ಅಪೌಷ್ಟಿಕತೆಯ ಕಲೆಗಳಲ್ಲ. ಔಷಧೋಪಚಾರ ಬೇಡ.

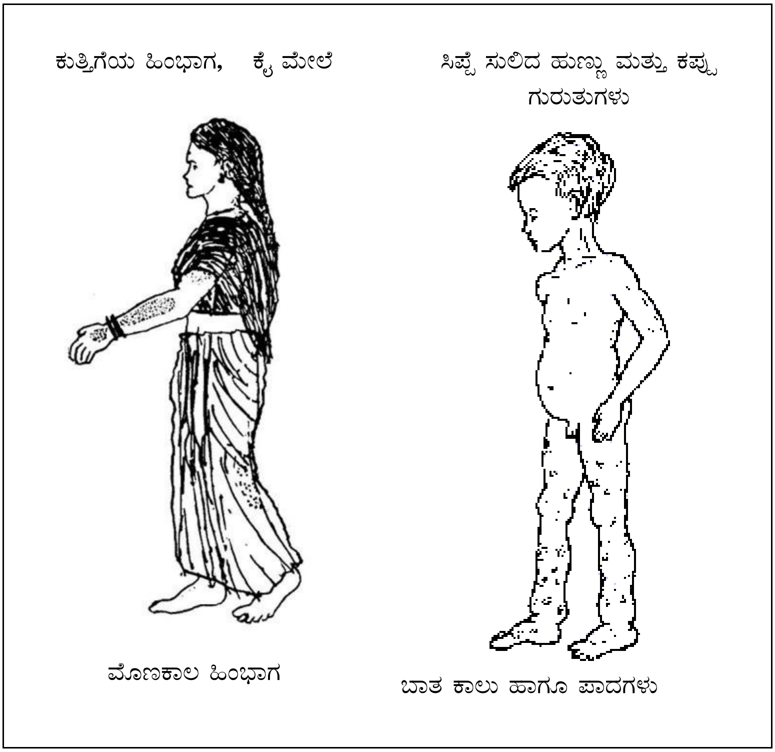
ಪೆಲ್ಲಾಗ್ರಾ ಮತ್ತು ಅಪೌಷ್ಟಿಕತೆಯಿಂದ ಆಗುವ ಚರ್ಮದ ಕಲೆಗಳು:

ಚರ್ಮದ ಮೇಲೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡು ಜೀರ್ಣಾಂಗ ಮತ್ತು ನರವ್ಯೂಹದ ಮೇಲೂ ಅದರ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವ ಅಪೌಷ್ಟಿಕತೆಗೆ ಪೆಲ್ಲಾಗ್ರಾ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಅನ್ನ, ಜೋಳದ ರೊಟ್ಟಿಯಂಥ ಬರಿಯ ಪಿಷ್ಟ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನಷ್ಟೇ ತಿನ್ನುತ್ತಿದ್ದು ಕಾಳು, ಬೇಳೆ, ಮಾಂಸ, ತತ್ತಿ, ತರಕಾರಿ ಮುಂತಾದ ದೇಹ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಮತ್ತು ರಕ್ಷಕ ಆಹಾರವನ್ನು ತಿನ್ನದಿದ್ದರೆ ಅಂಥವರಿಗೆ ಪೆಲ್ಲಾಗ್ರಾ ಆಗುತ್ತದೆ. (೧೩೮ ಮತ್ತು ೧೩೯ ನೇ ಪುಟ)

ಚರ್ಮದ ಮೇಲಿನ ಅಪೌಷ್ಟಿಕತೆಯ ಕಲೆಗಳು:

- ದೊಡ್ಡವರಲ್ಲಿ ಚರ್ಮವು ಒಣಗಿ ಒಡೆದಿರುತ್ತದೆ ಬಿಸಿಲು ತಾಗಿದಾಗ ಸುಟ್ಟಂತೆ ಚರ್ಮ ಸುಟ್ಟು ಬರುತ್ತದೆ.

- ಪುಷ್ಟಿಗೇಡಿ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಕಾಲಿನ (ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಕೈಗಳ) ಚರ್ಮದ ಮೇಲೆ ಕಪ್ಪು ಗುರುತುಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ತರಚಿದಂತೆ, ಸಿಪ್ಪೆ ಸುಲಿಯುವ ಹುಣ್ಣುಗಳು ಆಗಿ ಪಾದಗಳು ಬಾತುಕೊಂಡಿರುತ್ತವೆ.

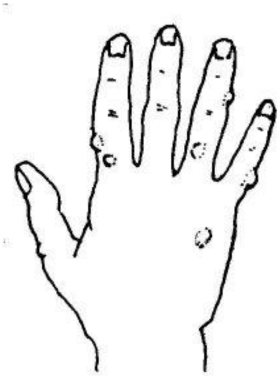


ಅಪೌಷ್ಟಿಕತೆಯ ಇತರ ಲಕ್ಷಣಗಳೂ ಇದರೊಂದಿಗೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಉಬ್ಬಿದ ಹೊಟ್ಟೆ, ಬಾಯ್ದುಟಿಯ ಮೂಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಹುಣ್ಣು, ಕೆಂಪಾದ ಹುಣ್ಣಾದ ನಾಲಿಗೆ, ಅಶಕ್ತಿ, ಹಸಿವಾಗದಿರುವಿಕೆ, ತೂಕ ಹೆಚ್ಚದಿರುವುದು ಮುತಾದವು ಚರ್ಮದ ಈ ಗುರುತುಗಳೊಂದಿಗೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. (೧೧ ನೇ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ೧೩೭ ನೇ ಪುಟ ನೋಡಿ.)

ಚಿಕಿತ್ಸೆ;

- ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರವೇ ಪೆಲ್ಲಾಗ್ರಾಕ್ಕೆ ಔಷಧ. ರೋಗಿಯು ಪ್ರತಿದಿನ ಬೇಳೆ, ಅವರೆ, ಶೇಂಗಾ, ಕೋಳಿ, ಮೀನು, ಮಾಂಸ, ಬೆಣ್ಣೆ ಇಂಥ ಆಹಾರಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದೆರಡನ್ನಾದರೂ ತಿನ್ನಬೇಕು. ಮುಸುಕಿನ ಜೋಳಕ್ಕಿಂತ ಗೋಧಿಯನ್ನು ರೊಟ್ಟಿ, ಚಪಾತಿ ಮಾಡಿ ತಿನ್ನುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು.
- ವಿಟಮಿನ್‌ಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರ ಅತ್ಯವಶ್ಯ. ವಿಟಮಿನ್ ಸೇವಿಸುವುದಾದರೆ ವಿಟಮಿನ್ ಬಿ, ಅದರಲ್ಲೂ ನಿಯಾಸಿನ್ ಇರುವಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಿ.

ನರೂಲಿ



ಇದು ೩–೫ ವರ್ಷದೊಳಗಿನ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡು, ನಂತರ ತಾನೇ ಮಾಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅಂಗಾಲಿನ ಮೇಲೆ ನೋವು ಭರಿತ ನರೂಲಿಗಳಾಗಬಹುದು.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ:

- ಇವು ಮನೆಮದ್ದಿಗೆ ಕಡಿಮೆ ಆಗುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ತೀವ್ರ ಆಮ್ಲ, ವಿಷಕಾರಿ ಸಸ್ಯಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿದರೆ ಸುತ್ತು ಇನ್ನೂ ಜಾಸ್ತಿಯಾಗಬಹುದು.
- ಅಂಗಾಲ ನರೂಲಿಗಳನ್ನು ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರೇ ತೆಗೆದುಹಾಕಬಹುದು.

ಕಲ್ಲೊತ್ತು (ಆಣಿ)

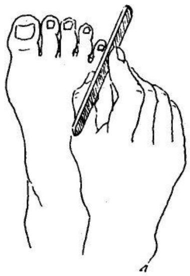
ಚರ್ಮದೊಳಗೆ ದಪ್ಪ ಗಂಟು ಆಗುವುದಕ್ಕೆ ಕಲ್ಲೊತ್ತು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಚಪ್ಪಲಿ ಅಥವಾ ಬೂಟು ಕಾಲಿಗೆ ಒತ್ತುತ್ತಿದ್ದರೂ ಹೀಗೆ ಆಗುವುದುಂಟು. ಇದು ಬಹಳ ನೋವು ಕೊಡುತ್ತದೆ.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ:

- ಒತ್ತುತ್ತಿರುವಂಥ ಚಪ್ಪಲಿ, ಬೂಟುಗಳನ್ನು ಹಾಕಬೇಡಿ.
- ಒತ್ತುವ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಹತ್ತಿಯಂಥ ಮೆತ್ತನೆಯ ವಸ್ತುಗಳನ್ನಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ.
- ಕಲ್ಲೊತ್ತು ಬಹಳ ನೋಯದಂತೆ ಹೀಗೆ ಮಾಡಿ;

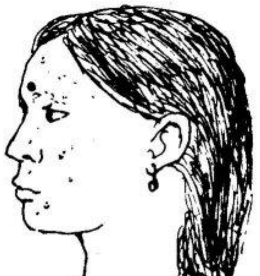
1. ೧೫ ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ನೀರಲ್ಲಿ ಕಾಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡಿರಿ.

೨. ಚಿಕ್ಕ ಅರ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಕಲ್ಲೊತ್ತನ್ನು ನಿಧಾನವಾಗಿ ತಿಕ್ಕುತ್ತಾ ಹೋಗಿ. ಕಲ್ಲೊತ್ತು ಸಪೂರ ಆಗುವವರೆಗೂ ತಿಕ್ಕಿ.



ಮೊಡವೆ

ಹದಿಹರಯದವರ ಮುಖದ ಮೇಲೆ, ಎದೆ ಮತ್ತು ಬೆನ್ನ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಮೊಡವೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಅವರ ಚರ್ಮದಲ್ಲಿ ಎಣ್ಣೆಯ ಅಂಶ ಜಾಸ್ತಿ ಇದ್ದರೆ ಅದು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಇವು ಸೋಂಕು ತಗುಲಿ ದೊಡ್ಡ ಹುಣ್ಣಾಗಬಹುದು.



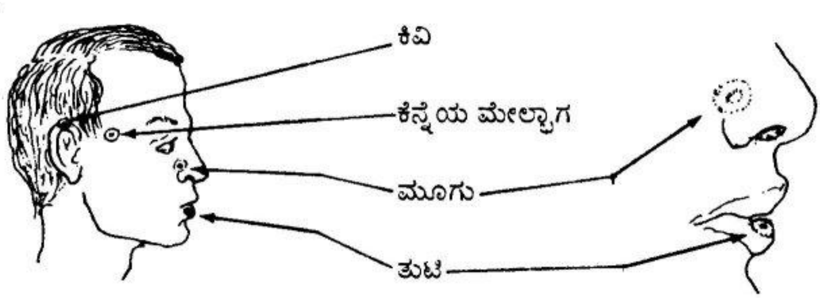
ಮೊಡವೆಗಳನ್ನು ಮುಟ್ಟಬೇಡಿ. ಚಿವುಟಬೇಡಿ. ಅದರಲ್ಲೂ ಮೂಗು, ಬಾಯಿಯ ಹತ್ತಿರದ ಮೊಡವೆಗಳನ್ನು ಮುಟ್ಟಿ, ಚಿವುಟಿ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಮೊಡವೆ ಇನ್ನಷ್ಟು ಎದ್ದು ಅಸಹ್ಯವಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತದೆ.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ:

- ಸೋಪು, ಬಿಸಿನೀರಲ್ಲಿ ದಿನಕ್ಕೆರಡು ಬಾರಿ ಮುಖ ತೊಳೆಯಿರಿ.
- ಮೊಡವೆಗೆ ಬಿಸಿಲು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಮೊಡವೆ ಆದ ಭಾಗವನ್ನು ಬಿಸಿಲಿಗೆ ಒಡ್ಡಿ.
- ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಿಂದು ಜಾಸ್ತಿ ನೀರು ಕುಡಿದು ಒಳ್ಳೆಯ ನಿದ್ದೆ ಮಾಡುವ ರೂಢಿ ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ಈ ಕ್ರಮಗಳಿಂದಲೂ ಮೊಡವೆ ಕಡಿಮೆ ಆಗದೆ ಗುಳ್ಳೆಯಾಗಿ ಕೀವು ತುಂಬಿಕೊಂಡರೆ ಟೆಟ್ರಾಸೈಕ್ಲಿನ್ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ.

ಚರ್ಮದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್

ತೆಳು ಚರ್ಮವಿರುವ ಜನರು ಬಿಸಿಲಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದರೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಾಣುವ ಕಾಯಿಲೆ ಇದು. ಸೂರ್ಯನ ಬಿಸಿಲು ಜೋರಾಗಿ ತಾಗುವ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಇದು ಆಗುತ್ತದೆ.



ಚರ್ಮ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಅನೇಕ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಶುರುವಾಗುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ವರ್ತುಲಾಕಾರದ, ಮುತ್ತಿನ ಬಣ್ಣದ, ಮಧ್ಯೆ ಚಿಕ್ಕ ತೂತು ಇರುವಂತೆ ಶುರುವಾಗಿ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಬೆಳೆಯಬಹುದು.

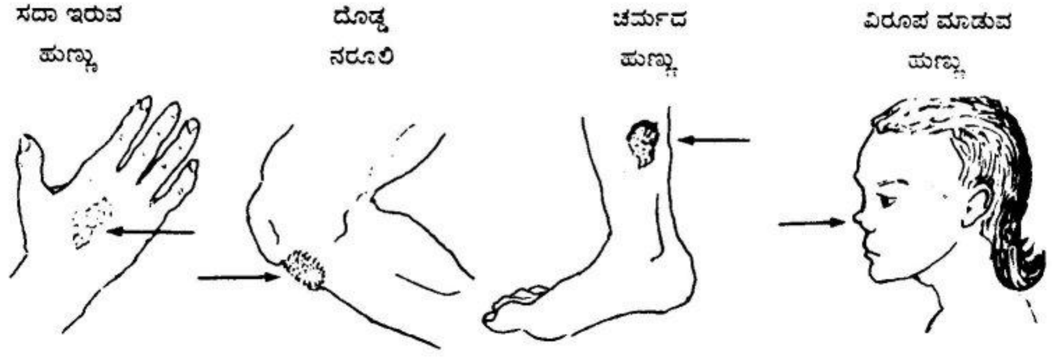
ಬೇಗ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿಸಿದರೆ ಇವು ಅಪಾಯಕಾರಿ ಅಲ್ಲ. ಆಪರೇಶನ್ ಮಾಡಿ ಇವನ್ನು ತೆಗೆದು ಹಾಕಬಹುದು. ಬಹಳ ದಿನಗಳ ಗುಣವಾಗದ ಹುಣ್ಣಿದ್ದರೆ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿಗೆ ತೋರಿಸಿ.

ಚರ್ಮ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ತಡೆಯಲು, ತೆಳು ಚರ್ಮದ ಜನರು ಬಿಸಿಲಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಕೆಲಸ ಮಾಡಬಾರದು. ಮಾಡುವಾಗ ತಲೆಗೆ ಟೋಪಿ ಇಲ್ಲವೇ ಬಟ್ಟೆ ಸುತ್ತಿಕೊಂಡಿರಬೇಕು. ಚರ್ಮ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಈಗಾಗಲೇ ಆಗಿದ್ದವರು ಮತ್ತೆ ಬಿಸಿಲಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿ ಬಂದರೆ **ಜಿಂಕ್ ಆಕ್ಸೈಡ್** ಎಂಬ ಕ್ರೀಂ ಹಚ್ಚಿಕೊಂಡು ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕು.

ಚರ್ಮದ ಕ್ಷಯ

ಪುಪ್ಪುಸದ ಕ್ಷಯ ಉಂಟುಮಾಡುವ ರೋಗಾಣುಗಳೇ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಚರ್ಮದ ಕ್ಷಯಕ್ಕೂ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತವೆ. ಚರ್ಮಕ್ಷಯದ ಕಲೆಗಳು ನೋವು ರಹಿತ ಆಗಿರುತ್ತವೆ.

ಚರ್ಮದ ಕ್ಷಯ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಬೆಳೆದು ಬಹಳಕಾಲ ಇದ್ದು ಹೋದರೂ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಬರುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಅನೇಕ ತಿಂಗಳ ನಂತರ ಅಥವಾ ವರ್ಷಗಳ ನಂತರ ಬರಬಹುದು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಇದು ಯಾವ ರೋಗವೆಂದು ಹೇಳುವುದು ಕಷ್ಟ.

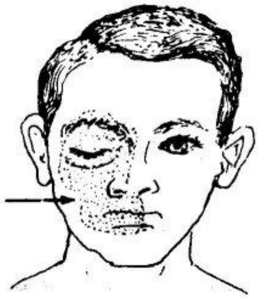


ಕ್ಷಯವು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಹಾಲ್ರಸ ಗ್ರಂಥಿಗಳಿಗೂ ತಾಗಬಹುದು. ಕುತ್ತಿಗೆಯ ಹಿಂದುಗಡೆ, ಕುತ್ತಿಗೆ ಮತ್ತು ಭುಜದ ಮಧ್ಯೆ ಇರುವ ಹಾಲ್ರಸಗ್ರಂಥಿಗಳು ದೊಡ್ಡದಾಗಿ ಹದಗಡಲೆ ಆಗುತ್ತದೆ. ಇವು ದೊಡ್ಡದಾಗಿ ಒಡೆದು ಕೀವು ಸೋರಿ ಮತ್ತೆ ಮುಚ್ಚಿ ಕೀವು ಆದ ನಂತರ ಒಡೆದು ಕೀವು ಸೋರುತ್ತದೆ. **ಇದು ನೋವಾಗುವುದಿಲ್ಲ.**

ಚಿಕಿತ್ಸೆ:

ಸದಾ ಉಳಿಯುವ ಹುಣ್ಣು, ಹದಗಡಲೆ ಆದಾಗ ವೈದ್ಯಕೀಯ ನೆರವು ಕೋರುವುದು ಅಗತ್ಯ. ಯಾತರಿಂದ ಅವು ಆಗಿದೆ ಎಂದು ಗುರುತಿಸಲು ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಪುಪ್ಪುಸದ ಕ್ಷಯಕ್ಕೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿದಂತೆಯೇ ಚರ್ಮದ ಕ್ಷಯಕ್ಕೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ (೨೩೦ ನೇ ಪುಟ). ಚರ್ಮ ಗುಣವಾದಂತೆನಿಸಿದ ನಂತರವೂ ಕೆಲವು ತಿಂಗಳು ಔಷಧ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರೆ ಸೋಂಕು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಬರುವುದಿಲ್ಲ.

ವಿಸರ್ಪಿ (ಎರಿಪೆಲಾಸ್)



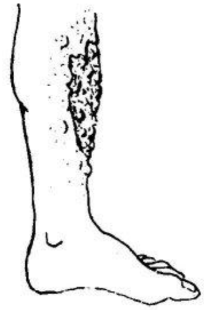
ಬಹಳ ನೋವು ಭರಿತ ತೀವ್ರವಾದ ಚರ್ಮದ ಸೋಂಕು ರೋಗ ಇದು. ಬಿಸಿಯಾದ, ಕೆಂಪಗಿನ, ಬಾತ, ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ಅಂಚುಗಳಿರುವ ಕಲೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಸೋಂಕು ತಗುಲಿದಾಗ ಹದಗಡಲೆ ಆಗಿ ಜ್ವರ, ನಡುಕ ಕೂಡ ಆಗುತ್ತವೆ.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ:

ಆರಂಭದಲ್ಲೇ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿ. ಜೀವಿರೋಧಕಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ. ರೋಗ ತೀವ್ರವಾಗಿದ್ದರೆ ೮೦,೦೦೦ ಯುನಿಟ್‌ನ ಪೆನಿಸಿಲಿನ್ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. (೩೯೪ ನೇ ಪುಟ ನೋಡಿ) ಸೋಂಕಿನ ಲಕ್ಷಣಗಳೆಲ್ಲ ಮಾಯವಾದ ನಂತರವೂ ಎರಡು ದಿನಗಳವರೆಗೆ ಮಾತ್ರೆ ಮುಂದುವರೆಸಿ. ನೋವಿಗೆ ಪ್ಯಾರಾಸಿಟಮಾಲ್ ಕೊಡಿ. ಬಿಸಿನೀರಿನ ಪಟ್ಟಿ ಹಾಕುತ್ತಿರಿ.

ಗ್ಯಾಂಗ್ರೀನ್ (ನಿರಕ್ತ ಕೊಳೆತ)

ಗಾಯ ಕೊಳೆತು ಹೊಲಸು ನಾರುವ, ಕಂದು ಅಥವಾ ಬೂದು ಬಣ್ಣದ ನೀರು ಸೋರುವ ಈ ಸೋಂಕು ಬಹಳ ಅಪಾಯಕಾರಿ. ಗಾಯದ ಸುತ್ತ ಚರ್ಮದ ಮೇಲೆ ಕಪ್ಪು ಗುಳ್ಳೆಗಳಾಗಿ ಒಳಗೆ ಉಬ್ಬುತ್ತದೆ. ಬಲುಬೇಗ, ಬಲು ತೀವ್ರವಾಗಿ ಹರಡುತ್ತದೆ. ಬೇಗ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ದೊರೆಯದಿದ್ದರೆ ವ್ಯಕ್ತಿ ಕೆಲವೇ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಯುತ್ತಾನೆ.



ಚಿಕಿತ್ಸೆ:

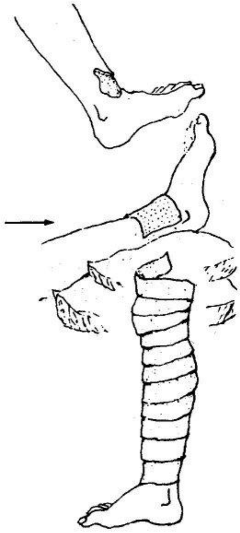
- ಗಾಯವನ್ನು ದೊಡ್ಡದಾಗಿ ತೆರೆಯಿರಿ. ಕುದಿಸಿದ ನೀರು, ಸೋಪು ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆಯಿರಿ. ಸತ್ತ, ಹಾಳಾದ ಚರ್ಮವನ್ನೆಲ್ಲ ತೆಗೆಯಿರಿ. ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ೨ ತಾಸಿಗೊಮ್ಮೆ ಹೈಡ್ರೋಜನ್ ಪೆರಾಕ್ಸೈಡ್ ಪಿಚಕಾರಿ ಮಾಡಿ ತೊಳೆಯುತ್ತಿರಿ.
- ಪೆನಿಸಿಲಿನ್ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ಕೊಡಿ. ಸಾಧ್ಯವಿದ್ದರೆ ಕ್ರಿಸ್ಟಲೈನ್ ಪೆನಿಸಿಲಿನ್.
- ಗಾಯವನ್ನು ಗಾಳಿಯಾಡುವಂತೆ ತೆಗೆದಿಡಿ. ವೈದ್ಯಕೀಯ ನೆರವು ಕೋರಿ.

ರಕ್ತ ಸಂಚಲನೆ ಸರಿಯಾಗಿಲ್ಲದ ಕಾರಣದಿಂದ ಆಗುವ ಹುಣ್ಣು

ಚರ್ಮದ ಹುಣ್ಣುಗಳಿಗೆ ಕಾರಣಗಳು ಅನೇಕ. ಆದರೆ ವಯಸ್ಸಾದವರಿಗೆ, ಅದರಲ್ಲೂ ಬಹಳ ದಿನಗಳಿಂದ ಕಾಲಲ್ಲಿ ಗಂಟು ಕಟ್ಟಿದ ರಕ್ತನಾಳಗಳಿರುವ ಹೆಂಗಸರಿಗೆ (ವೆರಿಕೋಸ್ ವೇನ್) ಕಾಲ ಹಿಮ್ಮಡಿ ಹತ್ತಿರ ಹುಣ್ಣು ಆಗಿದ್ದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ರಕ್ತ ಸಂಚಲನೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಆಗಿಲ್ಲದಿರುವುದು. ಕಾಲಿನಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಸಾಕಷ್ಟು ವೇಗವಾಗಿ ಚಲಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ. ಇಂಥ ಹುಣ್ಣು ಬಹಳ ದೊಡ್ಡದಾಗುತ್ತದೆ. ಹುಣ್ಣಿನ ಸುತ್ತಲ ಚರ್ಮವು ನೀಲಿಯಾಗಿ ಹೊಳೆಯುತ್ತಿದ್ದು ಬಹಳ ಸಪೂರ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಕಾಲು ಬಾತಿರಬಹುದು.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ:

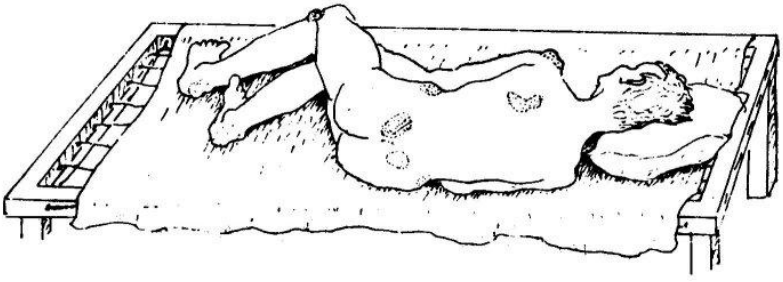
ಬಹಳ ಉಪಚಾರ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ ಹುಣ್ಣು ಬಲು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಮಾಯುತ್ತದೆ. ಪದೇ ಪದೇ ಕಾಲನ್ನು ಮೇಲಕ್ಕೆತ್ತಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಿ. ಮಲಗುವಾಗಲೂ ಕಾಲ ಕೆಳಗೆ ದಿಂಬನ್ನಿಟ್ಟು ಮಲಗಿ. ಹಗಲು ಹೊತ್ತು ೧೫–೨೦ ನಿಮಿಷಕ್ಕೊಮ್ಮೆ ಕಾಲು ಮೇಲೆತ್ತಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಿ. ನಡೆಯುತ್ತಿದ್ದರೆ ಒಳ್ಳೆಯದು. **ಒಂದೇ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಹೊತ್ತು ನಿಲ್ಲುವುದು, ಕಾಲು ಕೆಳಗೆ ಹಾಕಿ ಕೂಡುವುದು ಅಪಾಯಕಾರಿ.**



- ಒಂದು ಲೀಟರ್ ಬಿಸಿ ನೀರಿಗೆ ಒಂದು ಚಮಚ ಉಪ್ಪುಹಾಕಿ ಕರಗಿಸಿ. ಅದರಲ್ಲಿ ಅದ್ದಿದ ಬಿಸಿ ನೀರ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಹುಣ್ಣಿನ ಮೇಲೆ ಇಡುತ್ತಿರಿ. ಶುಭ್ರವಾದ ಜಾಳರಿವೆಯನ್ನು ಹುಣ್ಣಿನ ಮೇಲೆ ಸಡಿಲವಾಗಿ ಕಟ್ಟಿ. ಹುಣ್ಣನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿಡಿ.
- ಹಿಂಪುಟಿಯುವ (ಇಲಾಸ್ಟಿಕ್) ಬ್ಯಾಂಡೇಜನ್ನು ಹಾಕಿ ಗಂಟುಕಟ್ಟಿದ ರಕ್ತನಾಳಗಳಿರುವ ಕಾಲುಗಳಿಗೆ ಸುತ್ತಿ. ಹುಣ್ಣು ಗುಣವಾದ ನಂತರವೂ ಈ ಬ್ಯಾಂಡೇಜನ್ನು ಕೆಲಕಾಲ ಸುತ್ತಿಡಿ. ಕಾಲನ್ನು ಮೇಲೆತ್ತಿ ಕೂಡುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಿ. ಹುಣ್ಣಿನ ಕಲೆಯನ್ನು ಕೆರೆಯುವುದಾಗಲೀ, ಅದರ ಮೇಲೆ ಗಾಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಾಗಲೀ ಆಗಬಾರದು.

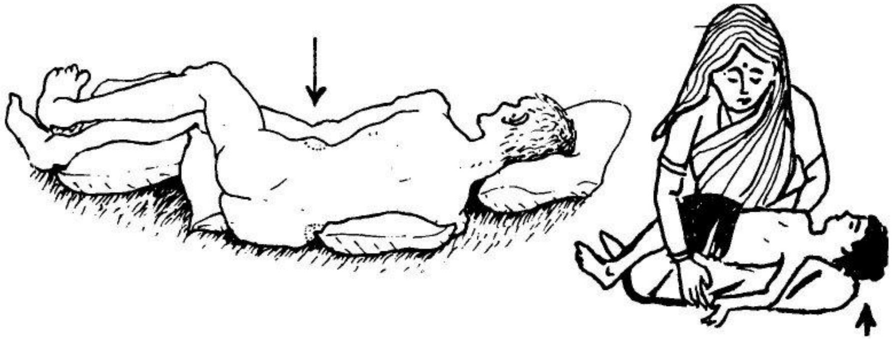
ಹಾಸಿಗೆ ಹುಣ್ಣು

ಬಹಳ ಕಾಯಿಲೆಯಾಗಿ ಹಾಸಿಗೆ ಹಿಡಿದಿದ್ದು, ಹಾಸಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಹೊರಳಾಡಲಿಕ್ಕೂ ಆಗದವರಿಗೆ ಹಾಸಿಗೆ ಹುಣ್ಣು ಸದಾ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಎಲುಬು ಇರುವ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಹಾಸಿಗೆಗೆ ಚರ್ಮ ಯಾವಾಗಲೂ ಒತ್ತುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ಅಂಥಲ್ಲಿ ಹುಣ್ಣಾಗುತ್ತದೆ. ಕುಂಡೆ, ಬೆನ್ನು, ಮೊಣಕೈ, ಪಾದಗಳಲ್ಲಿ ಇದು ಜಾಸ್ತಿ.



ತಡೆಯುವುದು ಹೇಗೆ?

- ಮಲಗಿರುವ ರೋಗಿಯನ್ನು ಪದೇ ಪದೇ ಆಚೆ ಮಗ್ಗಲು, ಅಂಗಾತ, ಈಚೆ ಮಗ್ಗುಲಿಗೆ ಹೊರಳಿಸುತ್ತಿರಿ.
- ನಿತ್ಯ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿಸಿ. ತಿಕ್ಕುವ ಅಲ್ಕೋಹಾಲ್ ಹಚ್ಚಿ ಮೈಯನ್ನು ತಿಕ್ಕುತ್ತಿರಿ.
- ಮೆತ್ತನೆಯ ಹಾಸಿಗೆ, ವಸ್ತ್ರ ದಿಂಬುಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ. ಪ್ರತಿಬಾರಿ ವಾಂತಿ, ಉಚ್ಚೆ, ಮಲಗಳಿಂದ ಹಾಸಿಗೆ ಹೊಲಸಾದಾಗಲೂ ಅವನ್ನು ಬದಲಿಸಿ.



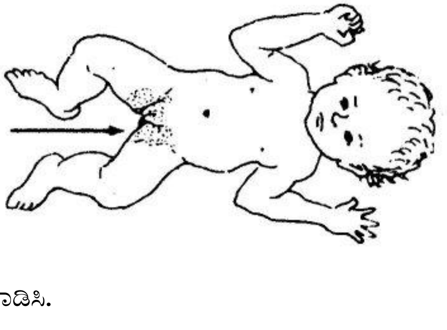
- ಹಾಸಿಗೆಗೆ ಒತ್ತುವ, ಎಲಬು ಇರುವ ಜಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಮೆತ್ತನೆಯ ದಿಂಬುಗಳನ್ನಿಡಿ.
- ರೋಗಿಗೆ ನಿತ್ಯವೂ ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರ ಕೊಡಿ. ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಿನ್ನದಿದ್ದರೆ ವಿಟಮಿನ್ ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ಕೊಡಿ.
- ಮಗುವಿದ್ದರೆ ಪದೇ ಪದೇ ತಾಯಿ ಅದನ್ನು ತನ್ನ ತೊಡೆಯ ಮೇಲೆ ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಕೂಡಲಿ.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ:

- ಮೇಲೆ ಹೇಳಿದ್ದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಮಾಡಿ.
- ಸ್ವಲ್ಪ ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಕುದಿಸಿದ ನೀರು ಅಥವಾ ಹೈಡ್ರೋಜನ್ ಪೆರಾಕ್ಸೈಡ್‌ನಿಂದ ಹುಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತೊಳೆಯಿರಿ. ಶುಭ್ರ ಜಾಳರಿವೆ ಹೊದೆಸಿ.

ಶಿಶುಗಳ ಚರ್ಮ ರೋಗಗಳು

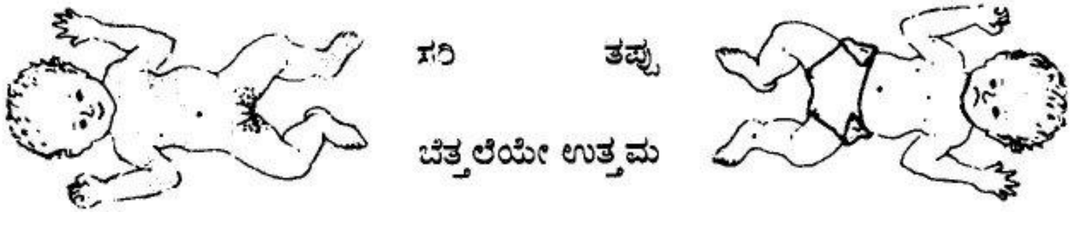
ಹಾಸಿಗೆ ಹುಣ್ಣು



ಶಿಶುಗಳ ಕಾಲುಗಳೂ ಮತ್ತು ಕುಂಡೆಯ ಸಂದಿನಲ್ಲಿ ಕೆಂಬಣ್ಣದ ಗಾದರಿಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಅವು ಚಡ್ಡಿ, ಹಾಸಿಗೆಗಳಲ್ಲಿ ಉಚ್ಚೆ ಮಾಡುವುದು. ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಚಡ್ಡಿಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿದಾಗ ಇವು ಆಗುವುದು ಹೆಚ್ಚು.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ:

- ಸೋಪು, ಬೆಚ್ಚಗಿನ ನೀರಲ್ಲಿ ಮಗುವನ್ನು ನಿತ್ಯವೂ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿಸಿ.
- ಇಂಥ ಗಾದರಿ ಆಗಿದ್ದರೆ ಗುಣ ಆಗುವವರೆಗೂ ಚಡ್ಡಿ ಹಾಕಬೇಡಿ. ಬಿಸಿಲಲ್ಲಿ ಮಗುವನ್ನು ಕೆಲಕಾಲ ಬಿಡಿ.



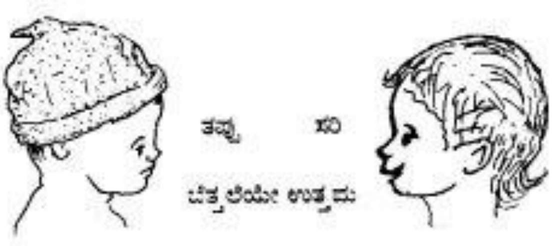
- ಚಡ್ಡಿ ಹಾಕಿದರೆ ಆಗಾಗ್ಗೆ ಬದಲಿಸುತ್ತಿರಿ. ತೊಳೆದ ನಂತರ ನೀರು ಮತ್ತು ವಿನೇಗರ್ ನಲ್ಲಿ ಅದ್ದಿ ಹಿಂಡಿ ಒಣಗಿಸಿ.
- ಗಾದರಿ ಗುಣ ಆದ ನಂತರವೇ ಪೌಡರ್ ಉಪಯೋಗಿಸಿ.
- ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಚಡ್ಡಿಗಳನ್ನು ಹಾಕಬೇಡಿ.

ತೊಟ್ಟಿಲ ಹುಣ್ಣು

ಮಗುವಿಗೆ ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ಏಳುವ ಎಣ್ಣೆಣ್ಣೆಯಾದ ಹಳದಿ ಹೊಟ್ಟಿಗೆ ತೊಟ್ಟಿಯ ಹುಣ್ಣು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಮಗುವಿನ ತಲೆಯನ್ನು ಬಹಳ ದಿನ ತೊಳೆಯದಿದ್ದರೆ ಇದು ಆಗುತ್ತದೆ. ತಲೆಯನ್ನು ಕಟ್ಟಿ ಇಡುವುದರಿಂದಲೂ ಆಗುತ್ತದೆ.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ:

- ನಿತ್ಯವೂ ಮಗುವಿಗೆ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿಸಿ. ಸಾಧ್ಯವಿದ್ದರೆ ಔಷಧಯುಕ್ತ ಸಾಬೂನನ್ನೇ ಉಪಯೋಗಿಸಿ. (೪೧೬ ನೇ ಪುಟ ನೋಡಿ)
- ಸಾವಕಾಶವಾಗಿ ಎಲ್ಲ ಹೊಟ್ಟನ್ನು ತಲೆಯಿಂದ ತೆಗೆಯಿರಿ. ಹೊಟ್ಟು ಸುಲಭವಾಗಿ ಬಿಡಬೇಕೆಂದರೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ಬೆಚ್ಚಗಿನ ನೀರಲ್ಲಿ ಅದ್ದಿದ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ತಲೆಗೆ ಸುತ್ತಿಡಿ.
- ಮಗುವಿನ ತಲೆಗೆ ಏನೂ ಸುತ್ತದೆ ಗಾಳಿಗೆ ಬಿಡಿ.
- ಮನೆ ಮದ್ದಿಗಾಗಿ ಮೊದಲನೇ ಅಧ್ಯಾಯ ನೋಡಿ.
- ಮಗುವಿನ ತಲೆಯನ್ನು ಟೋಪಿ ಹಾಕಿ ಮುಚ್ಚಿಡಬೇಡಿ. ತೆರೆದೇ ಇಡಿ.



- **ಸೋಂಕು ತಗುಲಿರುವ ಲಕ್ಷಣವಿದ್ದರೆ ಬಾಯಿ ಹುಣ್ಣಿಗೆ ಮಾಡುವ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನೇ ಮಾಡಿ.** (೨೮೬ ನೇ ಪುಟ)

ಎಕ್ಸಿಮಾ, ಇಸುಬು (ಸಣ್ಣಗುಳ್ಳೆಗಳಿರುವ ಕೆಂಪು ಕಲೆಗಳು)

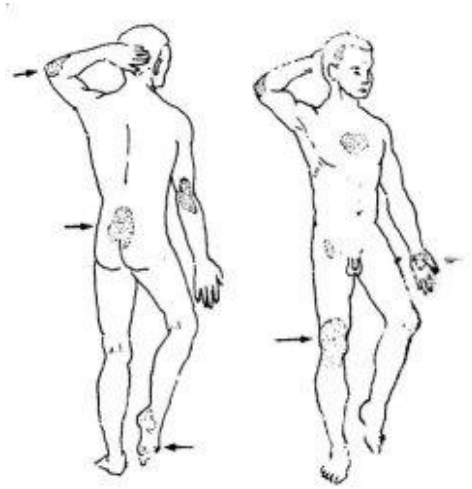
ಲಕ್ಷಣಗಳು:

- ಚಿಕ್ಕಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಕೆಂಬಣ್ಣದ ಗಾದರಿ ಕೆನ್ನೆಯ ಮೇಲೆ,   ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ತೋಳು ಮತ್ತು ಕೈಗಳ ಮೆಲೂ ಏಳಬಹುದು. ಗಾದರಿಯಲ್ಲಿ ಚಿಕ್ಕ ಚಿಕ್ಕ ಗುಳ್ಳೆಗಳಿದ್ದು ಒಡೆದು ಕೀವು ಸೋರುತ್ತದೆ.
- ದೊಡ್ಡ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ದೊಡ್ಡವರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಮೊಣಕಾಲ ಹಿಂಬದಿ ಮತ್ತು ಮೊಳಕೈ ಒಳಭಾಗದಲ್ಲಿ ಒಣಗಿದ ಎಕ್ಸಿಮಾ ಆಗುತ್ತದೆ.
- ಸೋಂಕಿನಿಂದ ಅದು ಶುರುವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಯಾವುದೇ ವಸ್ತುವಿಗೆ ಅಲರ್ಜಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿ ಶುರುವಾಗುತ್ತದೆ.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ:

- ಗಾದರಿ ಮೇಲೆ ತಣ್ಣೀರ ಪಟ್ಟಿ ಹಾಕಿ.
- ಸೋಂಕಿನ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಂಡುಬಂದರೆ ಬಾಯಿಹುಣ್ಣಿಗೆ ಮಾಡುವ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನೇ ಮಾಡಿ.
- ಕಲೆಯ ಮೇಲೆ ಬಿಸಿಲು ಬೀಳಲಿ.
- ಹೋಗದಿದ್ದರೆ, ಕಾರ್ಟಿಸೋನ್ ಅಥವಾ ಕಾರ್ಟಿಕೋಸ್ಟಿರಾಯಿಡ್ ಇರುವ ಕ್ರೀಂ (೪೧೭ ನೇ ಪುಟ) ಹಚ್ಚಿ.
- ಕಲೆ ಒದ್ದೆ ಒದ್ದೆಯಾಗಿದ್ದರೆ ಸೀಮೆ ಅಗಸಿ ಬೀಜದ ಎಣ್ಣೆ ಹಚ್ಚಿ. ಈ ಎಣ್ಣೆ ಎಕ್ಸಿಮಾ ಒಣಗಿ ತುರಿಸುವುದನ್ನು ತಡೆಯುತ್ತದೆ. **ಸಾಸಿವೆ ಎಣ್ಣೆ ಹಚ್ಚಬೇಡಿ.**

ಸೋರಿಯಾಸಿಸ್



ಲಕ್ಷಣಗಳು:

- ದಪ್ಪನೆಯ, ಒರಟಾದ ಕೆಂಪು ಚರ್ಮದ ಮೇಲ್ಗಡೆ ಬಿಳಿಯ ಹೊಳೆಯುವ ಹೊಪ್ಪಳಿಕೆ. ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ತೋರಿಸಿರುವ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಇವು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ.
- ಬಹಳ ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಇರುವ ಕಲೆಯು ಗುಣವಾದರೂ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಬರಬಹುದು. ಇದು ಸೋಂಕೂ ಅಲ್ಲ, ಅಪಾಯಕಾರಿಯೂ ಅಲ್ಲ.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ:

- ಆ ಜಾಗವನ್ನು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಬಿಸಿಲಿಗೆ ಒಡ್ಡುವುದರಿಂದ ಸಹಾಯವಾಗಬಹುದು.
- ಕಾರ್ಟಿಕೋಸ್ಟಿರಾಯಿಡ್ ಇರುವ ಮುಲಮು (೪೧೭ ನೇ ಪುಟ) ಹಚ್ಚಬಹುದು.
- ತೀವ್ರವಿದ್ದರೆ ವೈದ್ಯಕೀಯ ನೆರವು ಕೋರಿ.

*****