

தொழுநோய் வராமல் நம்மைக் காப்பது எப்படி?

- ஜோயல் அல்மெய்டா Ph.D.,MBBS.,

தொழுநோய் குணப்படுத்தக் கூடியதே. கிருமிகளால் உருவாகும் குஷ்டம் என்னும் இந்நோய் சமூகத்தின் சகல தட்டு மக்களையும் பாதிக்கக்கூடியது.

ஆக இதுபற்றி அறிவது உங்களைப் பாதுகாக்கும். ஒவ்வொரு சில நிமிடங்களுக்கு ஒரு தொழுநோயாளி - சகல வயதிலும் கண்டெடுக்கப்படுகிறார்.

அதுவும் நல்லதே - அதனால் நோயால் உடல் முழுவதும் சீரழியும் முன் சிகிச்சை பெறமுடியும் அல்லவா?

தொழுநோய் இந்தியாவிலிருந்து முழுக்க நீங்கிவிட்டதாய் சொல்வது உண்மை அல்ல. இந்த தவறான செய்தியை நம்புவது, உங்கள் ஆரோக்கியத்திற்கு கேடு விளைவிப்பதாகும்.

உலக சுகாதார மையம், அதன் 2013-ம் ஆண்டு அறிக்கையில் தெளிவாக குறிப்பிடுகின்றது - “ஒரு தொழுநோயாளி புதிதாய் காணப்பட்டாலும் நோயின் பிடியில்தான் நாடு இருக்கிறது” என்று.

வரும் பத்து ஆண்டுகளில் பத்து லட்சத்திற்கும் மேற்பட்ட இந்தியர்களிடம் தொழு நோய்கான அறிகுறிகள் தெரிய வரலாம்.

நீங்கள் இந்திய பெருநகரில் வாழ்பவரா? உங்கள் சுற்றுவட்டாரத்தில் 25 பெரிய கட்டிடங்களில் ஆயிரம்பேர் வரை வசிக்கலாம். இவர்களில் ஒருவருக்கு இந்நோயின் பாதிப்பு அடுத்த பத்து ஆண்டுகளில் நேரலாம். இந்நிலை நீமட்டத்தின் மேல் தெரியும் பனிப்பாறையின் முனையைப் போலத்தான். பத்து கோடிக்கும் மேற்பட்ட இந்தியர்கள் அதற்குள் இந்நோயின் பிடிக்குள் இருந்தாலும் புற அறிகுறிகள் தென்படாது.

இந்திய சீதோஷணத்தில் உலர்ந்திருக்கும் தொழுநோய் கிருமிகள் 5 மாதங்கள் வரை அழியாது; மற்றொரு உடலில் தொற்றி பெருகிவிடும்.

சீனாவின் ஷாண்டாக் மாநிலத்தில் வருடத்திற்கு 10% விதம் புது தொழுநோயாளிகளின் எண்ணிக்கைக் குறைந்து வந்தது. இது 50 ஆண்டுகளுக்கு முன்பு. நார்வே நாட்டிலோ கொடும் வறுமை நீங்கியதால், நூறு வருடங்களுக்கு முன்பே இந்த முன்னேற்றம் வாய்த்தது.

ஆனால், இந்தியாவின் நிலை வேறு; வெளிப்படையான அங்க குறைகளுடன் புது நோயாளிகள் 2008-2009, 2013-2014-ம் காலகட்டத்தில் அதிகரித்து இருந்தனர். நீங்கள் வளமான வாழ்வு வாழ்ந்தாலும், சுற்றிலும் உள்ள சேரிகளின் கடும் வறுமையைக் குறைப்பது உங்கள் ஆரோக்கியத்திற்கும் உதவும்.

குஷ்டத்திற்கான உரிய சிகிச்சை பெறாவிட்டால், உங்கள் நரம்புகள் பாதிக்கப்பட்டு, வலி உணரும் தன்மை மறையும். வலி உணராததால் நேரும் உராய்வுகளால் உங்களது கை, கால் விரல்கள், பாதம், கண்கள் அரிக்கப்பட்டு, உடலில் வெளிப்படையான ஊனங்கள் உருவாகும். நரம்புகள் வலு இழப்பதால் உங்கள் கை, கால், முக தசைகள் செயலாற்றும் திறனை இழந்து விடும். அதனால் உங்கள் விரல்களை நீட்டுவதில், நடப்பதில் சிரமம் ஏற்படும். கண் இமைகளையும் மூட இயலாது. ஆகவே நரம்புகள் பாதிக்கப்படும் முன்பே இந்நோயைக் கண்டறிந்து, சிகிச்சை பெற வேண்டியது அவசியம்.

சருமத்தில் தோன்றும் வெளிறிய பத்துகள் மீது ஒரு குமிழ் பேனா முனையால் அழுத்துங்கள் - உங்களால் அதை உணர முடிகிறதா? காது மடல்கள் தடித்திருக்கின்றனவா? கை, கால்கள் வலி உணராமலே அடிக்கடி காயப்பட்டு விடுகின்றனவா?

அருகிலுள்ள அரசு சுகாதார மையத்திற்குக் கண்டிப்பாக செல்லுங்கள்.

அங்கு இலவசமாகவே, உங்களைப் பரிசோதித்து, உங்களுக்குத் தொழுநோய் உள்ளது என உறுதி செய்தால், கூடவே MDT கூட்டு மருந்து சிகிச்சையும் இலவசமாகத் தரப்படும். உங்களுக்கு தொழுநோயின் பாதிப்பு இருந்தால், உங்கள் குடும்பத்தினரையும் பரிசோதனைக்கு உட்படுத்துவது அவசியம். அவர்களுக்கும் தொழுநோய் இருக்கலாம்.

MDT எனும் கூட்டு மருந்து சிகிச்சை, தொழுநோய் கிருமிகளை விரைந்து அழிக்கும். சில நாட்களிலேயே கடுமையான வகை கிருமிகளும் கூட பரவுவது தடுக்கப்பட்டுவிடும். இருப்பினும் இச்சிகிச்சை நரம்பின் பாதிப்பிற்குப் போதுமானதல்ல. தீவிர நரம்பு பாதிப்பு நேரலாம்.

MDT சிகிச்சை மேற்கொண்ட இரண்டு வருடங்களுக்குப் பிறகும் உங்கள் உடல் கொல்லப்பட்ட கிருமிகளுக்கு எதிராகப் போராடுவதால்தான் இந்நிலை. உங்கள் உடல், நரம்புகளின் போர்க்களமானதால் சீர் கெட்டு விடுகிறது.

இந்நிலையை மருத்துவம், 'நியூரைட்டிஸ்' என்கிறது. உடலின் உள்ளே நடக்கும் இப்போராட்டம், நரம்புகளை நிரந்தரமாக சிதைத்து, உருவத்தையும் உருக்குலைத்துவிடும்.

தூரதிர்ஷ்டவசமாக, 'நியூரைட்டிஸ்' எனும் இந்நிலை தீவிர நரம்பு சேதம் ஆகும் வரை நோயாளிகளுக்குத் தெரிய வருவதில்லை.

MDT சிகிச்சை ஆரம்பித்த முதல் 2 வருடங்களுக்கு, திறமையான தொழுநோய் நிபுணர்கள் உங்கள் நரம்புகளின் நிலையை மாதம் தோறும் கண்காணிக்க வேண்டும்.

இந்நோய் முற்றிலும் அழிக்கப்பட்டுவிட்டதென்ற தவறான அவசர முடிவினால் தற்சமயம் இத்தகு நிபுணர்கள் அதிகமில்லை. அவர்கள் மறைந்துள்ள 'நியூரைட்டிஸ்' பாதிப்பை கண்டு கொள்வார்கள். அதற்கான சிகிச்சையை உடனடியாக அளிப்பதன் மூலம், நோயாளியின் நரம்புகள் காக்கப்பட்டு, ஆயுள் முழுவதும் அவர்கள் ஊனமுற்று வாழவேண்டிய அவல நிலையும் தவிர்க்கப்படும்.

இவ்விதம், இந்திய தொழுநோய் திட்டம் மூலமாக செயல்படுவது, தொழுநோயாளிகளைக் குறைந்த செலவில், முழுமையாகக் குணப்படுத்துவதற்கு ஏற்ற எளிய, சிறந்த வழியாகும்.

முறைப்படி சிகிச்சை அளிக்கப்பட்ட தொழுநோயாளிகள், புற ஊனங்களுடன் காணப்பட்டாலும், நோய் அவர்களிடமிருந்து பிறருக்குத் தொற்றாது. முன்பு ஒரு சமயம் அவர்களது நரம்புகளைத் தொழுநோய்க் கிருமிகள் துளைத்திருந்தன என்பதைத் தவிர, அவர்களும் நம்மைப் போன்றவர்களே. அவர்களது நோய்க் கிருமிகள் முழுவதுமாக கொல்லப்பட்டு விட்டன. ஆக நாம் அவர்களிடம், சக மனிதர்களிடம் காட்டும் அதே அன்பு, மதிப்பைக் காட்டுவதே சரி.

இந்நோய் நம்மையும் பாதித்திருக்கக்கூடுமே.

நோய் உங்கள் உடலை உருக்குலைத்திருந்தால் அறுவை சிகிச்சை மூலம் அதை சீரமைத்துக் கொள்ளலாம்.

இந்திய தொழுநோய் மையம் இதற்கு உதவும் என்பதால் அதை தேவையுள்ளோர் பயன்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

ஒரு மாற்றத்தை நீங்கள் எப்படி கொண்டு வரலாம்?.

தொழுநோயிலிருந்து உங்களையும் நீங்கள் நேசிப்பவர்களையும் பாதுகாக்க உடனே செயல்படுங்கள். உங்கள் தொகுதி MLA,MP மற்றும் பஞ்சாயத்து தலைவரிடம், இந்திய தொழுநோய்த் திட்டம் பற்றிக் கூறி அதற்கான ஆதரவைத் திரட்டுங்கள்.

கடும் நரம்பு பாதிப்பால் சிரமப்படுபவர்களை மீட்க, சிகிச்சை கோருங்கள். தலைவர்களுக்கு நீங்கள் தெரிவிக்க வேண்டிய தகவல்:

1) தொழுநோய் முற்றிலுமாய் அழிக்கப்படவில்லை என்று உலக சுகாதார மையம் அறிவித்துள்ளது. மாறாக, வரும் பத்து ஆண்டுகளுக்குள் பத்து லட்சத்திற்கு மேற்பட்ட இந்தியர்களுக்கு இந்நோய் வரலாம்.

அரசியல்வாதியும், அவரது குடும்பத்தாரும் இந்த ஆபத்திற்கு விலக்கானவர்கள் அல்லவே. ஆகவே இந்தியாவில் தொழுநோய் ஒழிப்புத் திட்டத்தைத் தீவிரமாக செயல்படுத்துவது, அனைவருக்கும் பயன் தரும்.

2) இந்திய தொழுநோய் தடுப்புத் திட்டம், தொழுநோயின் தன்மையை, குறிப்பாக நரம்புகளின் நலனை, கூட்டு மருந்து சிகிச்சை தொடங்கிய முதல் இரண்டு ஆண்டுகளுக்கு, கண்காணிக்க, திறமையான பணியாளர்களை நியமிக்க வேண்டும். இல்லாவிடில் ஒவ்வொரு ஆண்டும் ஆயிரக்கணக்கான இந்தியர்கள் புதிதாக இந்நோய்க்கு ஆளாகி, கூட்டு மருந்து சிகிச்சை முறை இருந்தும் கூட, நரம்புகளின் பாதிப்பால், செயலிழந்து, உருக்குலைந்துவிட நேரிடும்.

ஆக, தகவல் தெரிவித்து உங்களையும், உங்கள் குடும்பத்தினரையும், உங்கள் நண்பர்களையும் பாதுகாத்துக் கொள்வீர்.

ஒரு இந்திய மருத்துவக் கல்லூரியின் கணிணி விவாதத்தில் உருவானது, இக்கட்டுரை

தொழுநோய் தடுப்பு திட்டங்கள், உலக சுகாதார மையம், இந்நோய் பற்றி அறிந்த நிபுணர்கள், மருத்துவர்களோடு இக்கருத்துக்கள் பகிரப்பட்டன.

இந்த கருத்துக்கள் ஆசிரியருடையவை.

அவரே அவற்றுக்குப் பொறுப்பேற்கிறார்.

தமிழில் மொழி மாற்றியவர்:

திருமதி.காஞ்சனா ஜெயதிலகர்.