



அனைவருக்கும்

நலவாழ்வு

மக்கள் நலவாழ்வு மற்றும் குடும்ப நலத்துறை மாத இதழ்

June 2015 : Volume 1 Issue 6



தொற்று நோய்
பரவலை
தடுப்போம்





அனைவருக்கும் நலவாழ்வு

தமிழ்நாடு தொலைநோக்குத் திட்டம்
2023

பேறு காலங்களில்
குழந்தைகளை ஈன்றெடுப்பதில்
அனைத்து பெண்களுக்கும் உரிய சமமான கண்ணியமிக்க,
சமூக நீதியுடன் கூடிய தாய் சேய் நல சுகாதார சேவைகள்
மற்றும் பேறுக்கு பிந்தைய சேவைகளும்
எளிதில் கிடைக்கும் வண்ணம்
உயர்தர மருத்துவ வசதிகள் அமையப் பெற வேண்டுமென
தமிழ்நாடு அரசு உறுதி பூண்டுள்ளது.

அனைவருக்கும்
நலவாழ்வு

மக்கள் நலவாழ்வு மற்றும் குடும்ப நலத்துறை மாத இதழ்

**ஜப்பானிய
முளைக்காய்ச்சல்
தடுப்பது எப்படி? 14**



**சாதனை படைக்கும்
தமிழகம்**

02

**MERS - CoV
16**



**Prevention and Control
of Communicable
Diseases in Tamil Nadu**

06

**கொசு உருவாவதைத் தடுப்போம்!
மலேரியாவை
ஒழிப்போம்! 20**



**தமிழகத்தில்
தொற்று நோய்
கண்காணிப்பும் பணிகள்**

08

**எலிக்காய்ச்சல்
தடுப்பு
முறைகள் 22**

**ஸ்க்ரப்
டைஃபஸ்
தடுப்பு முறைகள் 26**



**டெங்கு காய்ச்சலை
தவிர்ப்போம்**

12

பொது சுகாதார நூலகம்
PUBLIC HEALTH LIBRARY

மிஷன் இந்திர தனுஷ்
தடுப்பூசி சிறப்பு முகாம் 2015

Photo - Glimpses

ஓஆர்எஸ் உயிர்காக்கும் அமுதம்

காசநோய் பற்றிய தகவல்கள்

பொது சுகாதார ஆய்வகங்கள்

கியாசனூர் வன நோய்

10

11

24

28

30

31

32

முகத்தாடை மூட்டு மறு சீரமைப்பு

உங்கள் உணவு பாதுகாப்பானதா?

தடுப்பூசி பற்றி அறிந்து கொள்ளலாமே

பாதுகாப்பான உணவிற்கான 5 வழி
முறைகள்

மருத்துவ சேவை மையம் "104"

செய்தித்தாள்கள் பார்வையில்

சாதனை

34

36

38

40

43

44

48

சாதனை Vடைக்கும் தமிழகம்

தமிழக மக்களின் சுகாதார வாழ்வுக்கு வழிவகுக்கும் வகையில் 95 கோடி ரூபாய் மதிப்பிலான புதிய திட்டங்களை மாண்புமிகு முதலமைச்சர் புரட்சித் தலைவி அம்மா அவர்கள் 12.06.2015 அன்று தொடங்கி வைத்தார்கள்.

அம்மா அவர்களின் வழிகாட்டுதலின்கீழ் செயல்பட்டுக் கொண்டிருக்கும் தமிழக சுகாதாரத்துறை, நாட்டிற்கே முன்னோடியாகத் திகழ்கிறது என்று, அண்மையில் தமிழகத்திற்கு வருகை தந்த நாடாளுமன்ற நிலைக்குழு பாராட்டுத் தெரிவித்துள்ளது.

மலைப்பகுதியில் மருத்துவ சேவை

தமிழகத்தின் மலைப்பகுதி மருத்துவமனைகளுக்கும் இதர பகுதிகளில் உள்ள மருத்துவமனைகள் போல் நவீன கட்டமைப்பு வசதிகளும் நவீன உபகரணங்களும் வழங்கப்பட வேண்டும் என முதல்வர் அம்மா அவர்கள் உத்தரவிட்டிருந்தார்கள். அதன்படி, நீலகிரி மாவட்டம் - உதகையில் உள்ள மாவட்ட தலைமை மருத்துவமனையில் ரூ.5 கோடியில் நிறுவப்பட்டுள்ள எம்ஆர்ஐ ஸ்கேன் கருவி சேவையை முதல்வர் அம்மா அவர்கள் காணொளிகாட்சி மூலம் தொடங்கி வைத்தார்கள்.

கருவிகள்

மேலும் நீலகிரி மாவட்டம் - குன்னூர், கோத்தகிரி மற்றும் கூடலூர் அரசு மருத்துவமனைகளில் ரூ.3.90 கோடியில் நிறுவப்பட்டுள்ள சிடி ஸ்கேன் கருவிகள், கோவை மருத்துவக் கல்லூரி மருத்துவமனையில் ரூ.1.44 கோடியில் நிறுவப்பட்டுள்ள ஆபரேடிங் மைக்ராஸ்கோப் கருவிகளின் சேவையையும் முதல்வர் அம்மா அவர்கள் தொடங்கி வைத்தார்கள்.

கட்டிடங்கள்

நெல்லை, புதுக்கோட்டை, தேனி, காஞ்சிபுரம், சேலம், திருச்சி, விழுப்புரம், தஞ்சை, ஈரோடு, அரியலூர், வேலூர், கோவை, தருமபுரி, கிருஷ்ணகிரி, கடலூர், திண்டுக்கல், விருதுநகர், திருவள்ளூர், திருப்பூர் ஆகிய மாவட்டங்களில் அமைந்துள்ள 18 ஆரம்ப சுகாதார நிலையங்களில் கட்டப்பட்ட கட்டிடங்கள்; இந்திய முறை மருத்துவத்தை ஊக்குவிக்கும் பொருட்டு கன்னியாகுமரி-கோட்டார் அரசு ஆயுர்வேத மருத்துவக் கல்லூரியில் கட்டப்பட்ட கட்டிடம் உள்ளிட்ட ரூ.80 கோடியே 92 லட்சம் மதிப்பில் கட்டப்பட்ட கட்டிடங்களை முதல்வர் அம்மா அவர்கள் திறந்து வைத்தார்கள்.

ஆம்புலன்ஸ்

விபத்துகளில் பாதிக்கப்படுபவர்களை உடனடியாக அருகில் உள்ள மருத்துவமனைக்கு அழைத்துச் செல்லும் ஆம்புலன்ஸ் சேவையை விரிவுபடுத்த ரூ.3.46 கோடியில் வாங்கப்பட்ட 25 ஆம்புலன்ஸ் வாகனங்களை வழங்க அடையாளமாக 2 ஓட்டுநர்களுக்கு வாகனத்துக்கான சாவிசைபை முதல்வர் அம்மா அவர்கள் வழங்கினார்கள்.

2011-ல் 406 ஆக இருந்த ஆம்புலன்ஸ் வாகனங்களின் எண்ணிக்கை 4 ஆண்டுகளில் 751 ஆக உயர்த்தப்பட்டுள்ளது. இவை தவிர மலைப்பகுதி மக்கள் பயன்பெறும் வகையில் 78 சக்திவாய்ந்த அவசர ஊர்திகளும் இயக்கப்படுகின்றன. இதனால் விபத்தால் ஏற்படும் இறப்புகள் கணிசமாக குறைக்கப்பட்டுள்ளன.

நாடாளுமன்ற நிலைக்குழு பாராட்டு

அண்மையில் மத்திய மக்கள் நல்வாழ்வு மற்றும் குடும்பநலத்துறையின் நாடாளுமன்ற நிலைக்குழுவினர் இரண்டு நாள் பயணமாக தமிழகத்திற்கு வருகை தந்தனர். ஏழை, எளிய மக்களும் தரமான சிகிச்சை பெற ஏதுவாக மருத்துவ துறையில் மேற்கொள்ளப்பட்டு வரும் மருத்துவ மேம்பாட்டு வசதிகள், மற்றும் மருத்துவமனை கட்டமைப்பு வசதிகள் குறித்து வியப்புடன் கேட்டறிந்த நாடாளுமன்ற நிலைக் குழுவினர், தமிழக அரசுக்கு பாராட்டுகளை தெரிவித்தனர்.

தமிழக அரசின் தொற்று நோய்த்தடுப்பு பணிகள்

- குழந்தைகளை முடமாக்கும் போலியோ நோய் முற்றிலும் ஒழிக்கப்பட்டுவிட்டது.
- இளம் சிசுக்களை தாக்கக் கூடிய நோய்களான தொண்டை அடைப்பான், கக்குவான் இருமல், இரண ஜன்னி போன்றவை முழுமையாகத் தடுக்கப்பட்டுள்ளன.

தமிழக அரசு தீவிர முயற்சி

- கொசுக்கள் மூலம் பரவும் மலேரியா, சிக்கன்குனியா, மூளைக்காய்ச்சல், யானைக்கால் நோய், டெங்கு காய்ச்சல் போன்ற நோய்களின் பரவல் சுகாதாரத்துறையுடன் பல்வேறு அரசுத் துறைகள் இணைந்து ஆற்றும் களப்பணியின் மூலம் கட்டுக்குள் வைக்கப்பட்டுள்ளன.
- குடிநீர் மூலம் பரவும் நோய்களான வயிற்றுப் போக்கு, காலரா மற்றும் பிறநோய்களும் சுகாதாரத்துறையின் இடைவிடாத தொடர் களப்பணியினால் கட்டுக்குள் வைக்கப்பட்டுள்ளன.
- மூச்சுத் திவளைகள் மற்றும் காற்றின் மூலமாக பரவும் AH1N1 நோய் தமிழக அரசின் தொடர் கண்காணிப்பு நடவடிக்கைகளான
 - விழிப்புணர்வு முகாம்கள்
 - நடமாடும் காய்ச்சல் மையங்கள்
 - தேவையான அளவு மருந்துகள்
 - தடுப்பூசி மற்றும் பாதுகாப்பு கவசங்கள் கொள்முதல் மற்றும் கையிருப்பு
 - மாநில அளவிலான விழிப்புணர்வு கூட்டம் ஆகியவற்றின் மூலம் தமிழகத்தில் இந்நோய் முழுக் கட்டுப்பாட்டுக்குள் உள்ளது.

மேலும், எபோலோ, மெர்ஸ் கோ-வி போன்ற நோய்கள் தமிழகத்தில் நுழையா வண்ணம் சென்னை, மதுரை, கோயம்புத்தூர் மற்றும் திருச்சிராப்பள்ளி ஆகிய விமான நிலையங்களில் 24 மணி நேர மருத்துவக் குழு ஏற்படுத்தப்பட்டு இந்நோய்கள் பாதிப்புள்ள மேற்கு ஆப்பிரிக்க நாடுகள் மற்றும் மத்திய கிழக்கு ஆசிய நாடுகளிலிருந்து வரும் பயணிகள் அனைவரும் முழுமையாக பரிசோதனைக்கு உட்படுத்தப்படுகிறார்கள். மேலும், அவர்கள் 30 நாட்கள்வரை தொடர் கண்காணிப்பில் உள்ளார்கள்.



டாக்டர் சி.விஜயபாஸ்கர்
மக்கள் நல்வாழ்வுத்துறை அமைச்சர்

மாண்புமிகு தமிழ்நாடு முதலமைச்சர் புரட்சித் தலைவி அம்மா அவர்களின் சீரிய தலைமையில் செயல்படும் தமிழக அரசின் தொடர் கண்காணிப்பு நடவடிக்கைகளினால், தொற்று நோய்களை கட்டுப்படுத்துவதில் மிக சிறப்பாக செயல்படும் மாநிலங்களில் ஒன்றாக தமிழகம் திகழ்கிறது.

NOTIFIABLE INFECTIOUS DISEASES

Surveillance and monitoring of occurrence of communicable diseases is an important Public Health activity for prevention and control of epidemic prone disease.

Notification of infectious diseases is vital to forecast impending epidemics so as to initiate early investigation and appropriate control measures.

Medical Practitioners and private laboratories are expected to report the communicable diseases which they may come across during their clinical practice. But unfortunately some of the private hospitals / practitioners in the State are not reporting cases of notifiable diseases to the local public health authorities. It is important to note that unless the cases are informed on time, it would not be possible for the public health authorities to take action to control the spread of communicable diseases.

Under Section 56 and 64 of Tamil Nadu Public Health Act-1939, it is the duty of every Medical Practitioner to give information of all the notifiable diseases referred to under Section 62 of Tamil Nadu Public Health Act to the local public health authorities.

NOTIFIABLE DISEASES UNDER TAMIL NADU PUBLIC HEALTH ACT 1939 AS PER SECTION 62 OF PUBLIC HEALTH ACT, 1939 (T.N. ACT III OF 1939)

NAME OF THE DISEASES

- | | |
|-----------------------------|---|
| 1. Cerebrospinal Fever | 13. Infectious Hepatitis (Hep.A, B, C,D & E) |
| 2. Chickenpox | 14. Epidemic Influenza
(Including Swine Flu (AH1N1), Bird
Flu & Seasonal Influenza) |
| 3. Diphtheria | 15. Whooping Cough |
| 4. Leprosy | 16. Viral Encephalitis |
| 5. Cholera | 17. Haemorrhagic Fever (Including
Dengue) |
| 6. Measles | 18. Malaria |
| 7. Plague | 19. Tetanus |
| 8. Rabies | 20. Poliomyelitis |
| 9. Scarlet Fever | 21. AIDS |
| 10. Smallpox | 22. Chikungunya |
| 11. Typhoid / Enteric Fever | |
| 12. Tuberculosis | |



and immunoglobulin at the Primary Health Centre level, establishment of Water Analysis labs and District Public Health Laboratories for early detection for epidemic prone infections diseases, effective hospital and community bases surveillance and information channels through 24 x 7 control room, 104 and sending rapid response teams to the affected areas, the communicable disease in the State are effectively controlled.

Vaccine Preventable Diseases namely, small pox and poliomyelitis have been eradicated. Incidences of tetanus, diphtheria and whooping cough have almost disappeared. Improvements in water supply let to the elimination of Guinea worm disease and significant detection in water borne diseases.

Malaria is restricted to very few areas of the State and fast moving towards elimination. The State have already achieved district level, elimination of leprosy and now moving towards block level elimination. Communicable diseases have reduced such an extent that medical and nursing students rarely find cases for clinical learning.

However due to environmental changes, Urbanisation increase in population, increase in use of plastic products for various purposes change in human behaviour, huge increase on the volume of interstate and international travels, few of the infectious diseases like dengue, Swine flu, MERS - CoV, SARS, Avian influenza and Ebola Viral disease bring about public health challenges.

So, the State is focusing on awareness, training, strengthening of infectious disease control, infrastructure and capacity to handle the challenges.



தமிழகத்தில் தொற்று நோய் கண்காணிப்பும் பணிகள்

தொற்று நோய் பரவலை தடுக்க வேண்டுமெனில், மக்களிடையே ஏற்படும் நோய் பரவலை ஆரம்ப காலத்திலேயே கண்டறிதல் மிகவும் அவசியமாகும்.

ஒருங்கிணைந்த நோய் கண்காணிப்புத் திட்டம்

தமிழகத்தில், ஒருங்கிணைந்த நோய் கண்காணிப்புத் திட்டம் 2005ஆம் ஆண்டு ஆகஸ்ட் மாதம் துவக்கப்பட்டு செயல்பட்டு வருகிறது.

- ▶ தொற்று நோய் பரவாமல் தடுக்க ஒருங்கிணைந்த நோய் கண்காணிப்புத் திட்டம் மூலம் தமிழகத்தில் மாநில அளவிலும், 31 மாவட்டங்கள் மற்றும் சென்னை மாநகராட்சியிலும் துரித தொற்று நோய் தடுப்புக் கண்காணிப்பு குழுக்கள் உருவாக்கப்பட்டுள்ளன.

இணையதளத்தின் மூலமாக தொற்றுநோய் நிகழ்வுகள் அனைத்து மாவட்டங்களிலும் பதிவுசெய்யப்பட்டு, மாநில கண்காணிப்பு அலுவலகத்தின் மூலம் பகுப்பாய்வு செய்யப்பட்டு நோய் பரவாமலும் நோய் வராமலும் இருக்க எங்கு தடுப்பு நடவடிக்கைகள் மேற்கொள்ளப்பட வேண்டுமோ அங்கு தீவிர நோய் தடுப்பு நடவடிக்கைகள் மேற்கொள்ள நடவடிக்கை எடுக்கப்படுகிறது.

தொற்று நோய் கண்காணிப்பும் பணி

- ▶ மாநில ஒருங்கிணைந்த நோய் கண்காணிப்புத் திட்ட அலுவலகத்தில் பெறப்படும் அறிக்கைகள், இதர நோய்த்தடுப்பு திட்டங்களோடும் தடுப்பூசி திட்டங்களோடும் ஒருங்கிணைந்து, நோய் தடுப்பு நடவடிக்கைகள் மேற்கொள்ளப்படுகிறது.
- ▶ மாநிலத்தில் மாநில தொற்று நோய் வல்லுநர் ஒருவரும் மாவட்டங்களில் மாவட்ட தொற்று நோய் வல்லுநர்களும் பணியமர்த்தப்பட்டு நோய்க் கண்காணிப்பு மற்றும் தடுப்பு பணிகள் தீவிரப்படுத்தப்பட்டுள்ளன.



- ▶ மாநிலத்தில் 32 மாவட்டங்களில் தற்போது 32 மாவட்ட பொது சுகாதார ஆய்வகங்கள் அமைக்கப்பட்டுள்ளன. இவ்வாய்வகங்களில் நுண்ணுயிர் வல்லுநர்கள் தொற்று நோய் மாதிரிகளை சேகரித்து அவற்றை ஆய்வு செய்து நோய்த் தன்மையை உறுதி செய்கின்றனர்.
- ▶ ஒருங்கிணைந்த நோய் கண்காணிப்புத் திட்டத்தின் கீழ் மருத்துவக் கல்லூரிகள், அரசு மருத்துவமனைகள் மற்றும் ஆரம்ப சுகாதார நிலையங்களில் பணிபுரியும் அனைத்து மருத்துவர்களுக்கும் மற்றும் மருத்துவம் அல்லாத பணியாளர்களுக்கும் ஆண்டுதோறும் உரிய பயிற்சி அளிக்கப்பட்டு வருகின்றது.

காய்ச்சல் கண்காணிப்புப் பணி

- ▶ ஆரம்ப சுகாதார நிலையங்கள், அரசு மருத்துவமனைகள், அரசு மருத்துவக் கல்லூரி மருத்துவமனைகள் மற்றும் தனியார் மருத்துவமனைகளில் காய்ச்சல் பாதிப்பினால் உள்ளோரையாளிகளாக சேர்க்கப்பட்டவர்களின் பெயர், முகவரி மற்றும் தொலைபேசி எண் உள்ளிட்ட விவரங்கள் தினசரி சேகரிக்கப்படுகின்றன.

இவ்வாறு சேகரிக்கப்பட்ட தகவல்கள் சம்பந்தப்பட்ட உள்ளாட்சி அமைப்புகள் மற்றும் ஆரம்ப சுகாதார நிலையங்களுக்கு உடனுக்குடன் தெரிவிக்கப்படுகின்றன.

- ▶ தினசரி காய்ச்சல் கண்காணிப்புப் பணி மூலம் காய்ச்சல் அதிகமாகக் காணப்படும் மாவட்டம் / பகுதிகள் உடனடியாக அறியப்பட்டு தக்க தடுப்பு நடவடிக்கைகள் மேற்கொள்ளப்படுகிறது. அந்தப்பகுதிகளில் மருத்துவ முகாம்களும் நடத்தப்படுகின்றன.
- ▶ மேலும், செய்தித் தாள்களில் வரும் செய்திகள் மற்றும் தொலைக்காட்சி செய்திகள், தினந்தோறும் 24 மணிநேர அடிப்படையில் கண்காணிக்கப்படுகிறது. இந்த நிகழ்வுகளை ஒருங்கிணைத்து செயல்படுத்த 24 மணி நேர கட்டுப்பாட்டு அறை (24 Hours Control Room) பொது சுகாதாரத் துறை இயக்குநரகத்தில் செயல்படுகிறது.

**D
DPH
H**

24 மணி நேர கட்டுப்பாட்டு மையம்

அதன் தொலைபேசி எண்கள்: 044-24350496, 044-24334811
கைபேசி எண்: 9444340496



பொது சுகாதார நூலகம்

PUBLIC HEALTH LIBRARY

பொது சுகாதாரத் துறையின் இயக்ககத்தின் தரை தளத்தில் அமைந்துள்ள பொது சுகாதார நூலகம், இயக்குநரின் குறிப்புதவிக்கான தனி வகையான (Special Library) நூலகம். சுகாதாரம் மற்றும் மருத்துவ அடிப்படை நூல்கள் உலக சுகாதார நிறுவன நூல்கள், பருவ இதழ்கள் ஆகியவற்றுடன் 100 ஆண்டுகளுக்கு மேலாக தனது சேவைகளை செய்து வருகிறது.

அண்மைக்கால தொழில் நுட்பங்களையும் பயன்படுத்தி (BARCODE) பட்டைக் குறியீடுவகையில் 8043 நூல்கள் எண்ணிடப்படும் மற்றவை (10848) சாதாரண வகையில் எண்ணிடப்படும் கணிணி வழியாக நூலக செயல்பாடுகள் நடத்தப்படுகிறது. மேலும் ஒளிப்பட நகல் சேவை, இணைய வழி மின் நகல் சேவை போன்ற குறிப்புதவி சேவைகளும் செயல்படுத்தப்படுகிறது. இயக்குநர் அலுவலக அலுவலர்கள், மருத்துவ மேற்படிப்பு மற்றும் ஆராய்ச்சி மாணவர்கள் இந்நூலகத்தின் பயனாளர்கள்.

9 செய்தித்தாள்கள் மற்றும் இணைய துளாவி வழியாகவும் செய்திகளை அறிந்து, கைபேசி வழி குறுஞ்செய்தி (sms) ஆகியன அனுப்புதல், செய்திகளினை தமிழக சுகாதார செயலர், இயக்குநர், துறைகளின் மற்ற இயக்குநர்களுக்கும் நமது துறை திட்ட அலுவலர்களுக்கும் அனுப்பிவைக்கும் செயல்பாடுகளும் செயல்படுத்தப்பட்டு நோய் கண்காணிப்பு மேலாண்மை பணிக்கு 365 நாட்களும் உதவி வருகிறது. மேலும், அனைவருக்கும் நலவாழ்வு மாத இதழுக்கான தகவல்கள் சேகரித்தளித்தல் பணியும் இந்நூலகத்தின் வாயிலாகவே செய்யப்படுகிறது.

பொது சுகாதார நூலகம்

Public Health Library

Directorate of Public Health and Preventive Medicine,
359, Anna Salai, Teynampet, Chennai 600 006.

Contact: 044-24336738 e-mail:tnpublichealthlibrary@gmail.com



Be Wise!

**Get your child
fully immunized**

மிஷன் இந்திர தனுஷ்

தடுப்பூசி சிறப்பு முகாம் 2015

மிஷன் இந்திரதனுஷ் என்ற சிறப்பு தடுப்பூசி திட்டத்தின் கீழ் இரண்டு வயதுக்குட்பட்ட தடுப்பூசி பெறாத விடுபட்ட குழந்தைகள், கர்ப்பிணித் தாய்மார்கள் பயன் அடைவர்.

தமிழ்நாட்டில் கோயம்புத்தூர், காஞ்சிபுரம், மதுரை, திருச்சிராப்பள்ளி, திருநெல்வேலி, திருவள்ளூர், வேலூர் மற்றும் விருதுநகர் ஆகிய எட்டு மாவட்டங்களில் முதல் கட்டமாக செயல்படுத்தப்படுகிறது. இரண்டாம் கட்டமாக நீலகிரி, திருப்பூர், நாமக்கல், ஈரோடு, கரூர், சேலம், சென்னை மாநகராட்சிகள், நகர்ப்புற குடிசைப் பகுதியுள்ள மாநகராட்சிகள் மற்றும் திண்டுக்கல், பழனி, தஞ்சாவூர், தூத்துக்குடி, தர்மபுரி, கிருஷ்ணகிரி, திருவண்ணாமலை, தேனி மற்றும் கள்ளக்குறிச்சி ஆகிய 16 சுகாதார பகுதி மாவட்டங்களில் உள்ள மலைசார்ந்த பகுதிகளில் நடைபெறுகிறது.



டெங்கு காய்ச்சலை தவிர்ப்போம்

டெங்கு என்பது வைரஸால் ஏற்படும் ஒரு வகையான காய்ச்சல்.

நோயின் வகைகள்

- ▶ டெங்கு காய்ச்சல்
- ▶ டெங்கு இரத்தக் கசிவு நோய்
- ▶ டெங்கு ஷாக் சின்ட்ரோம்

வைரஸ் வகைகள்

டெங்கு வைரஸ் வகை 1, வகை 2, வகை 3 மற்றும் 4.

பரவும் விதம்

உபயோகப்படுத்தாத பொருட்களான டயர், பிளாஸ்டிக் டப்பா, பாட்டில், தேங்காய் சிரட்டை, உடைந்த மண்பாண்டங்கள், உபயோகப்படுத்தப்படாத ஆட்டுக்கல் ஆகியவற்றில் தேங்கியிருக்கும் மழை நீரில் ஏடிஸ் வகை கொசு உற்பத்தியாகும். பகலில் கடிக்கும் ஏடிஸ் வகை கொசு கடிப்பதால் இந்த நோய் பரவும்.

டெங்கு காய்ச்சலின் அறிகுறிகள்

காய்ச்சல், சோர்வு, தலைவலி, உடல்வலி, வாந்தி, எலும்பு வலி ஆகியவை இந்த நோயின் முக்கியமான அறிகுறிகள் ஆகும்

- இரத்தத் தட்டு அணுக்கள் இரத்தம் உறைவதற்கு மிக முக்கியமான காரணியாகும். டெங்கு வைரஸ் இரத்தத் தட்டு அணுக்களை அழித்துவிடும் தன்மையுடையது.
- இரத்தத் தட்டுக்கள் எண்ணிக்கை குறையும்போது, அது நுரையீரல், வயிறு போன்ற உறுப்புகளிலும், பல் ஈறு, சிறுநீர்ப் பாதையிலும் இரத்தக் கசிவை ஏற்படுத்தக்கூடும்.
- உரிய மருத்துவ சிகிச்சை கிடைக்கவில்லை எனில் உயிர் இழப்பு கூட நேரிடலாம்.



காய்ச்சல்



தலைவலி



உடல்வலி



வாந்தி



சிவந்த தடிப்புகள்

ஆய்வக வசதி

மருத்துவக் கல்லூரி மற்றும் மாவட்ட மருத்துவமனைகள், மண்டல பூச்சியியல் குழுக்கள் மற்றும் நோய் பரப்பிகள் கட்டுப்பாட்டு மையம், ஓசூர் ஆகிய 61 இடங்களில் ஆய்வக வசதி உள்ளது.

டெங்கு காய்ச்சலால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் மேற்கொள்ள வேண்டிய வழிமுறைகள்

- உரிய சிகிச்சையும் முறையான கவனிப்பும் கொடுத்தால் டெங்கு காய்ச்சலை எளிதாக குணப்படுத்தலாம்.
- காய்ச்சலுக்கு மருத்துவர்கள் கொடுக்கும் மருந்துகளை உரிய நேரத்தில் சாப்பிட வேண்டும்.
- டெங்கு காய்ச்சல் உடலில் நீர்ச் சத்தைக் குறைத்துவிடும். உப்பு சேர்த்த கஞ்சி, இளநீர் மற்றும் மருத்துவமனையில் கொடுக்கப்படும் உயிர்காக்கும் ஓஆர்எஸ் போன்ற நீராகாரம் தேவையான அளவு கொடுக்க வேண்டும்.
- டெங்கு காய்ச்சலை குணப்படுத்தவும், தடுக்கவும் நிலவேம்பு குடிநீர், மலைவேம்பு இலைச்சாறு மற்றும் பப்பாளி இலைச்சாறு ஆகிய சித்த மருந்துகளை பயன்படுத்தலாம்.



பப்பாளி இலை



நிலவேம்பு



மலைவேம்பு

டெங்கு காய்ச்சலைத் தவிர்க்கும் நடவடிக்கைகள்

- டெங்கு காய்ச்சலை பரப்பும் ஏடிஸ் கொசு சுத்தமான நீரில் முட்டையிட்டு இனப்பெருக்கம் செய்கிறது. இது முட்டையிலிருந்து லார்வா, பியூப்பா என உருமாறி பத்து நாட்களில் கொசுவாக உற்பத்தியாகிறது.
- ஏடிஸ் கொசு உருவாகும் இடங்களை அழித்து வீடு, பள்ளி, பொது இடங்கள் மற்றும் சுற்றுப்புறத்தை தூய்மையாக வைத்துக் கொண்டால் மட்டுமே டெங்கு காய்ச்சலை தடுக்க முடியும்.

கூடுதல் தகவல்களுக்கு 104

ஐப்பானிய மூளைக்காய்ச்சல் தடுப்பது எப்படி?

ஐப்பானிய மூளைக்காய்ச்சல் என்பது மூளைக்காய்ச்சல் வைரஸ் கிருமியால் ஏற்படும் ஒரு வகை காய்ச்சல் ஆகும்.

வைரஸ் வகை: ஃபிளேவிவைரஸ்

பரவும் விதம்

- வயல்வெளிகளில் தேங்கி இருக்கும் நீரில் வளரக் கூடிய கியூலக்ஸ் வகை கொசு கடிக்கும் போது இந்நோய் பரவுகிறது.
- இந்நோயை உண்டாக்கும் வைரஸ், பறவைகள் மற்றும் பன்றிகளில் அதிக எண்ணிக்கையில் பெருக்கமடைகிறது.
- நோய் பரப்பும் கொசுக்கள் அவற்றை கடித்து மனிதனை கடிக்கும் போது இந்நோய் மனிதனுக்கு ஏற்படுகிறது.



அறிகுறிகள்

காய்ச்சல், தலைவலி, சுய நினைவுமாற்றம் (அல்லது) சுய நினைவிழத்தல், நடுக்கம், வலிப்பு, வாதம் ஆகிய அறிகுறிகள் ஏற்பட்டால் அவை ஐப்பானிய மூளைக்காய்ச்சல் நோயின் அறிகுறிகளாக இருக்கலாம்.



காய்ச்சல்



தலைவலி



சுய நினைவிழத்தல்



வாதம்

ஐப்பானிய மூளைக்காய்ச்சல் வந்தால் மேற்கொள்ள வேண்டிய வழிமுறைகள்

- நோயின் தன்மைக்கேற்ப உரிய சிகிச்சையும் முறையான கவனிப்பும் கொடுத்தால் ஐப்பானிய மூளைக்காய்ச்சலை குணப்படுத்தலாம்.
- ஐப்பானிய மூளைக்காய்ச்சல் அறிகுறிகள் தென்பட்டால் உடனடியாக மருத்துவமனைக்கு செல்ல வேண்டும்.

ஐப்பானிய மூளைக்காய்ச்சல் பாதிக்கும் வயது

ஐப்பானிய மூளைக்காய்ச்சல் நோய் பெரும்பாலும் 15 வயதுக்கு உட்பட்ட குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும்.

தடுப்புமுறைகள்

குழந்தைகளுக்கு ஐப்பானிய மூளைக்காய்ச்சல் வராமல் தடுக்க தடுப்பூசி உண்டு

- முதல் தவணை : 9 ஆம் மாதத்தில் தரவேண்டும்
- இரண்டாம் தவணை : 18-24 மாதங்களில் தரவேண்டும்.

ஐப்பானிய மூளைக்காய்ச்சல் நோய் வராமல் தடுக்க

- கொசுவலை உபயோகப்படுத்தி கொசுக்கடியிலிருந்து பாதுகாக்க வேண்டும்.
- பன்றிகளை குடியிருப்பு பகுதியிலிருந்து அகற்ற வேண்டும்.
- வீட்டின் சுற்றுப்புறங்களை தூய்மையாக வைத்துக்கொள்ள வேண்டும்.
- வயல்வெளிகளில் தேங்கியிருக்கும் நீரை, வாரம் ஒரு முறை வடிப்பதன் மூலம் கொசு உற்பத்தியை பெரிதும் தடுக்கலாம்.
- கம்பூசியா மீன்களை நீர் நிறைந்து இருக்கும் வயல்வெளியிலும், தேங்கி நிற்கும் நன்னீரிலும் விடலாம்.



Middle East Respiratory Syndrome

What is MERS?

Middle East Respiratory Syndrome (MERS) is an illness caused by a virus called Middle East Respiratory Syndrome Coronavirus (MERS-CoV)

What are the Countries reported Lab-Confirmed MERS Cases?

Countries in or near the Arabian Peninsula with Cases

- ▶ Saudi Arabia
- ▶ United Arab Emirates (UAE)
- ▶ Qatar
- ▶ Oman
- ▶ Jordan
- ▶ Kuwait
- ▶ Yemen
- ▶ Lebanon
- ▶ Iran

Countries with Travel-associated Cases

- ▶ United Kingdom (UK)
- ▶ France
- ▶ Tunisia
- ▶ Italy
- ▶ Malaysia
- ▶ Philippines
- ▶ Greece
- ▶ Egypt
- ▶ United States of America (USA)
- ▶ Netherlands
- ▶ Algeria
- ▶ Austria
- ▶ Turkey
- ▶ Germany
- ▶ Republic of Korea
- ▶ China
- ▶ Thailand

What is the source of MERS-CoV?

We don't know for certain where the virus came from. However, it is likely as it might have come from an animal source.

MERS - CoV

What are the symptoms and complications that MERS can cause?

Most people confirmed to have MERS-CoV infection have had severe acute respiratory illness with symptoms of:

- ▶ fever
- ▶ cough
- ▶ shortness of breath
- ▶ Gastrointestinal symptoms including diarrhoea and nausea/vomiting.
- ▶ Pneumonia and Renal failure in severe cases

Incubation period: 2 to 14 days

How does the virus spread?

MERS-CoV, like other coronaviruses, spreads through coughing. MERS-CoV also spread from ill people to others through close contact and to mites.

What steps are taken in India to combat MERS?

1. Surveillance for severe acute respiratory infections is enhanced in all the states through Integrated Disease Surveillance Programme (IDSP)
2. Any person who has had close contact with a patient under investigation/treatment for suspected, probable or confirmed case of MERS CoVis carefully monitored for any symptom.
3. Health care facilities are reinforced on the importance of hospital infection prevention and control practices.
4. States have identified hospitals for early detection and isolation of MERSCoV cases.
5. Also, in districts where there are airports with air traffic from Saudi Arabian countries, the RRT teams under IDSP are kept vigilant to undertake early case detection and contact tracing

Am I at risk for MERS-CoV infection in the India?

The MERS situation in India is a very low risk to the general public. No persons have been tested positive for MERS-CoV infection so far.

How can I help protect myself?

1. Wash your hands often with soap and water for 20 seconds, and help young children do the same.
2. Cover your nose and mouth with a clean cloth when you cough or sneeze
3. Avoid touching your eyes, nose and mouth with unwashed hands.
4. Avoid personal contact such as touch or sharing utensils with sick people.
5. Clean and disinfect frequently touched surfaces and objects, such as doorknobs, step rails, etc.



What if I recently travelled to the Arabian Peninsula or neighbouring countries and got sick?

If you develop a fever and symptoms of respiratory illness, such as cough or shortness of breath, within 14 days after traveling from countries in or near the Arabian Peninsula, you should get medical advice. If you are sick, you have to contact doctor immediately.

What should I do if I had close contact with a recent traveler from the Arabian Peninsula?

If you have had close contact with someone within 14 days after they travelled from a country in or near the Arabian Peninsula, and has fever and symptoms of respiratory illness, such as cough or shortness of breath, you should monitor your health for 14 days, starting from the day you were last exposed to the ill person. If you develop fever and symptoms of respiratory illness, such as cough or shortness of breath, you should seek medical advice

Is there a vaccine?

Currently, there is no vaccine available to protect against MERS.

What are the treatments?

A: There is no specific antiviral treatment recommended for MERS-CoV infection. Individuals with MERS are treated based on the symptoms.

Should I be tested for MERS?

The persons meeting any one of the following conditions should test for MERS

1. If you develop a fever and symptoms of respiratory illness, such as cough or shortness of breath, within 14 days after travel from a country in or near the Arabian Peninsula,
2. If you have had close contact with someone showing these symptoms who has recently traveled from this area, or
3. If you develop these symptoms within 14 days after being in a healthcare facility in the Republic of Korea,

How do you test a person for MERS?

Facilities to test the samples are available at NIV, Pune and NCDC, Delhi.

The following samples should be collected:

Type of sample to be collected	Lower respiratory tract specimens
Transport Medium	No transport medium required for lower respiratory tract specimens. In case lower respiratory tract specimens are not available upper respiratory tract specimens can be collected in Viral Transport Media (VTM).
Storage & transportation of sample	Sample should be transported at 2-80C within 24 hours. If, there is a delay then samples should be stored in -700C.
Packaging	Triple layer packaging system



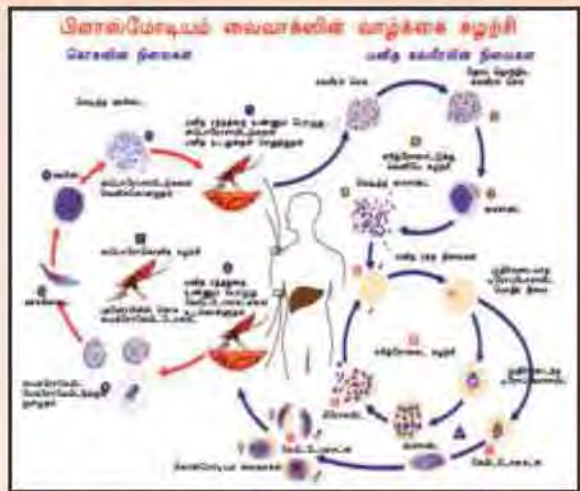
கொசு உருவாவதைத் தடுப்போம்!

மலேரியாவை ஒழிப்போம்!

மலேரியா என்பது பிளாஸ்மோடியம் (பி) என்ற ஒட்டுண்ணியால் ஏற்படுகின்ற ஒரு வகையான காய்ச்சல். பி.வைவாக்ஸ், பி.பால்சிஃபாரம், பி.மலேரியே மற்றும் பி.ஓவேல் என நான்கு வகையான மலேரியா ஒட்டுண்ணிகள் உள்ளன. தமிழ்நாட்டில் இரண்டு வகையான மலேரியா ஒட்டுண்ணிகள் உள்ளன. பி.வைவாக்ஸ் மற்றும் பி.பால்சிஃபாரம். இரத்தத்தில் உள்ள இந்த ஒட்டுண்ணிகளை நுண்ணோக்கி மூலம் தான் பார்க்க முடியும்.

மலேரியா பரவும் விதம்

மலேரியா தாக்கப்பட்ட மனிதனிடமிருந்து ஆரோக்கியமான மனிதனுக்கு அனோபிலிஸ் வகை கொசுக்கள் கடிப்பதன் மூலம் பரவுகிறது. இக்கொசுக்கள் இரவு நேரங்களில் மனிதனை கடிக்கக்கூடியது. ஒரு மனிதனுக்கு மலேரியா எத்தனை முறை வேண்டுமானாலும் வரலாம்.



மலேரியாவின் அறிகுறிகள்

கொசு கடித்து இரண்டு வாரங்களுக்கு பிறகு காய்ச்சல் வரும். நடுக்கத்துடன் கூடிய குளிர், விட்டுவிட்டு காய்ச்சல், வியர்த்துக் கொட்டுதல், உடல்வலி, தலைவலி, வாய்க் கசப்பு, பசியின்மை மற்றும் வாந்தி போன்ற அறிகுறிகள் ஏற்படலாம்.

மலேரியா பரிசோதனை

காய்ச்சல் கண்ட அனைவரும் கட்டாயமாக இரத்த பரிசோதனை செய்ய வேண்டும். மலேரியா பரிசோதனை வசதி மாநிலத்தில் அனைத்து ஆரம்ப சுகாதார நிலையங்கள் மற்றும் அரசு மருத்துவமனைகளிலும் உள்ளது. மலேரியா உறுதி செய்யப்பட்டால் அதற்குரிய சிகிச்சையும் அங்கேயே வழங்கப்படுகிறது.

மலேரியாவை பரப்பும் கொசுக்கள் உருவாகும் இடங்கள்

இவ்வகையான கொசுக்கள் சுத்தமான நீர் நிலைகளான திறந்தவெளி நீர் ஓடைகள், ஆற்றுப்படுகைகள், மழைநீர் தேக்கம், நீர்த் தொட்டிகள் மற்றும் தண்ணீர் சேர்த்து வைக்கும் பாத்திரங்கள், நீர் ஊற்றுக்கள், போன்றவற்றில் முட்டையிட்டு வளரும்.

மலேரியா பரப்பும் கொசுக்கள் உருவாவதைத் தடுத்தல்

கொசுக்கடியின் மூலம்தான் மலேரியா ஒரு மனிதனிடமிருந்து மற்றொரு மனிதனுக்கு பரவுகிறது. எனவே, கொசுக்கடியிலிருந்து நம்மை பாதுகாத்து கொண்டால் மக்கள் மலேரியாவின் தாக்கத்திலிருந்து விடுபடலாம்.

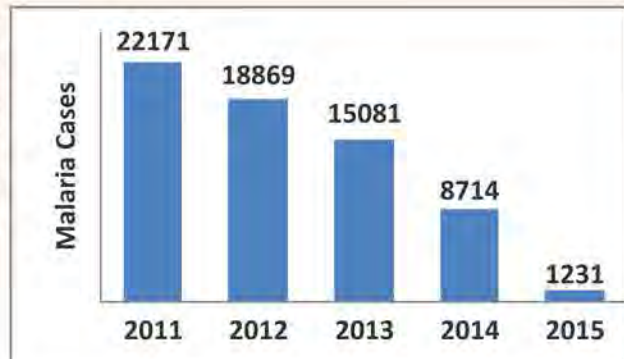
1. வாரம் ஒரு முறை நீர் சேமித்து வைத்துள்ள தொட்டி, குடங்கள் போன்றவற்றை சுத்தம் செய்து மீண்டும் உபயோகப்படுத்தலாம்.
2. நீர் தேக்கி வைக்கும் தொட்டி மற்றும் பாத்திரங்களை கொசு புகாவண்ணம் மூடி வைக்க வேண்டும்.
3. நீர் நிலைகளில் கொசுப்புழுக்களை உண்ணும் மீன்களை விடலாம்.

மலேரியா தாக்காமல் இருக்க செய்ய வேண்டியவை

- தங்கள் வீட்டிலும், வீட்டைச் சுற்றிலும் கொசுக்கள் வளராவண்ணம் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.
- வீட்டின் ஜன்னல் மற்றும் வாசல் நுழைவுகள் போன்றவற்றில் கொசு புகாவண்ணம் வலை போடலாம்.
- தூங்கும் போது கொசு வலை, கொசு விரட்டி உபயோகிக்கலாம்
- மலேரியா என்று உறுதிபடுத்தப்பட்ட நோயாளிகள், மருத்துவமனைகளில் கிடைக்கும் மலேரியாவுக்கான மாத்திரைகளை முறைப்படி உணவு உண்டபின் எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும்.
- இவர்கள் கட்டாயமாக கொசுவலையில் படுத்து உறங்க வேண்டும். இதன் மூலம் மற்றவர்களுக்கு நோய் பரவுவதை தடுக்கலாம்.

தமிழகத்தில் மலேரியாவின் தாக்கம் குறைந்து வருகிறது.

தமிழக அரசு சுகாதாரத்துறை மூலமாக எடுக்கப்பட்டு வரும் நடவடிக்கைகள் மூலம் தமிழகத்தில் மலேரியாவின் தாக்கம் கடந்த ஆண்டுகளை விட வெகுவாக குறைந்து வருகிறது.

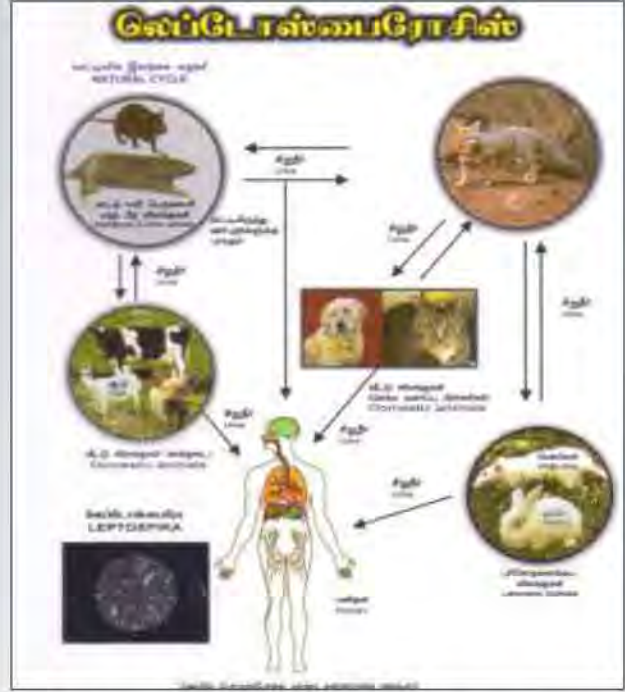




எலிக்காய்ச்சல் தடுப்பு முறைகள்

லெப்டோஸ்பைரோசிஸ்

லெப்டோஸ்பைரோசிஸ் எனப்படும் எலிக்காய்ச்சல் விலங்குகளின் மூலம் குறிப்பாக எலிகளின் மூலம் பரவும் ஒரு வகை பாக்கீரியா நோய். பொதுவாக அனைத்து வயதினரையும் இந்நோய் தாக்கக் கூடியது.



- இந்நோயை உண்டாக்கும் லெப்டோஸ்பைரா கிருமிகளை கொண்ட எலியின் சிறுநீர் கலந்துள்ள தண்ணீரின் மூலம் மனிதனுக்கு இந்நோய் பெரும்பாலும் பரவுகிறது.
- நாய், மாடு, ஆடு, குதிரை, பன்றி ஆகிய மிருகங்களிடமிருந்தும் லெப்டோஸ்பைரோசிஸ் நோய் உண்டாக்கும் கிருமி வெளியேற்றப்படுகிறது.
- மேற்கூறிய மிருகங்களின் சிறுநீர் கலந்த தண்ணீரில் மற்றும் சகதிகளில் மனிதன் நடக்கும்போது இக்கிருமிகள் கால் வெடிப்பின் மூலம் மனித உடலினுள் சென்று நோயை உண்டாக்குகிறது. பாதுகாப்பற்ற தண்ணீர் குடிப்பதன் மூலமும் இந்நோய் ஏற்படலாம். குறிப்பாக மழைக்காலங்களில் இந்நோய் எளிதில் பரவுகிறது.

அறிகுறிகள்

குளிர்நடன் கூடிய காய்ச்சல், தலைவலி, உடம்புவலி மற்றும் மூட்டுவலி, மஞ்சள் காமாலை, கண் எரிச்சல், வாந்தி, இரத்தம் கலந்த சிறுநீர் போன்றவை இந்நோயின் அறிகுறிகள் ஆகும்.

பரிசோதனை வசதிகள்

- இந்நோய் கண்டறிய ஐஜிஎம் எலைசா (IgM ELISA) பரிசோதனை வசதி மாநிலத்தில் 9 மண்டல பூச்சியியல் குழுமங்களிலும், பூச்சிகள் மற்றும் விலங்குகளால் பரவும் நோய் கட்டுப்பாட்டு மையம், ஓசூரிலும் மற்றும் அரசு மருத்துவ கல்லூரி மருத்துவமனைகளிலும் உள்ளது.
- மேலும் 7 லெப்டோஸ்பைரோஸிஸ் பரிசோதனை மையங்கள் திருவள்ளூர் மற்றும் மதுரை மாவட்டங்களில் இயங்கி வருகிறது.
- மாநில அளவில் லெப்டோஸ்பைரோஸிஸ் பரிந்துரை ஆய்வகம் பொது சுகாதாரத் துறையின் தலைமை அலுவலகத்தில் இயங்கி வருகிறது. இங்கு லெப்டோஸ்பைரோஸிஸ் நோய் ஆய்வக உறுதி செய்தல் மற்றும் பயிற்சியும் அளிக்கப்படுகிறது.
- லெப்டோஸ்பைரோஸிஸ் அறிகுறிகள் தென்பட்டால், அருகிலுள்ள அரசு மருத்துவமனை, ஆரம்ப சுகாதார நிலையங்கள், நகராட்சி மருத்துவமனைகள் மற்றும் மருத்துவ கல்லூரி மருத்துவமனைகளை அணுகி இந்நோய்க்கு உரிய சிகிச்சையை இலவசமாக பெறலாம்.

சிகிச்சை

- 7 நாட்களுக்கு தினமும் இரண்டு வேளை டாக்ஸிசைக்கிளின் 100 மி.கி. மாத்திரைகள்
- குழந்தைகளுக்கு 7 நாட்களுக்கு தினமும் அமாக்ஸிலின் அல்லது ஆம்பிஸிஸிலென் 30-50 மி.கி/கி.கி எடை

தடுப்பு முறைகள்

- தேங்கிய நீரில் நடக்கக் கூடாது
- குட்டை குளங்களில் குளிக்கக்கூடாது
- கழிவு நீரை முறைப்படி அகற்றுதல் அவசியம்
- வீட்டைச் சுற்றியிருக்கும் எலிகளை ஒழித்தல் மற்றும் வீட்டையும், சுற்றுப்புறத்தையும் சுத்தமாக வைத்துக் கொள்ளவேண்டும்.

காய்ச்சலா? மஞ்சள் காமாலையா?
லெப்டோஸ்பைரோஸிஸ் நோயாக இருக்கலாம்!
முறையான இரத்தப்பரிசோதனை செய்து தக்க சிகிச்சை
பெற்றுக் கொள்ளுங்கள்

Glimpses







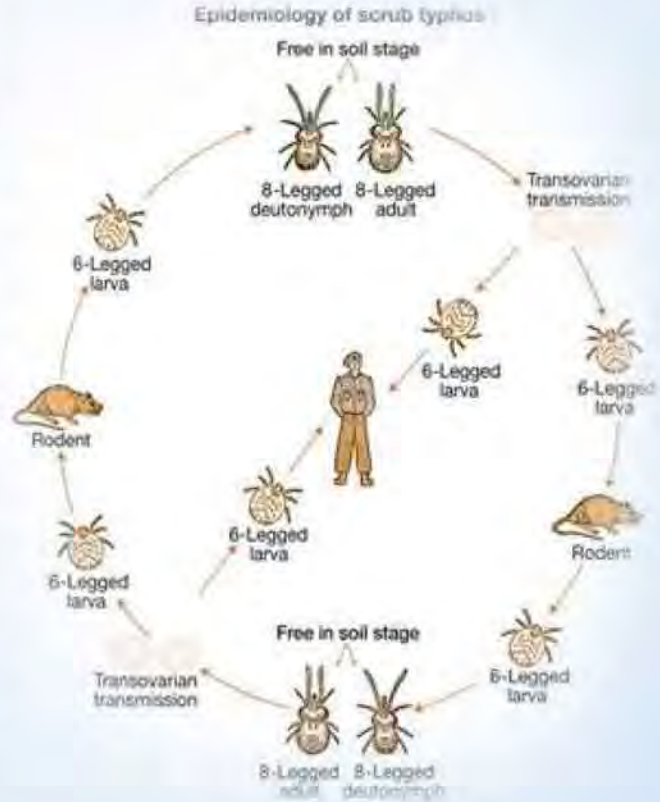
ஸ்க்ரப் டைஃபஸ்

தடுப்பு முறைகள்

ஸ்க்ரப் டைஃபஸ் காய்ச்சல் விலங்கிலிருந்து பரவக்கூடிய நோய் ஆகும். இது ஓரியன்ஷியாசுகாமுஷி (Orientia tsutsugamushi) என்ற வகை பாக்டீரியாவால் ஏற்படக்கூடியது.

பரவும் விதம்

ஓரியன்ஷியாசுகாமுஷி என்ற வகை பாக்டீரியாவால் பாதிக்கப்பட்ட டிராம்பிகுளிட் என்ற நுண்ணிய சிலந்தி பேன்களின் இளம் உயிரிகள் (Chigars) கடிப்பதன் மூலம் மனிதனுக்கு இந்நோய் பரவுகிறது. இந்த இளம் உயிரிகள் எலிகளின் உடம்பில் ஒட்டிக்கொண்டு இருக்கும். ஸ்க்ரப் டைஃபஸ் நோய் ஒரு மனிதனிடமிருந்து மற்றொருவருக்கு பரவாது.



அறிகுறிகள்

- 5 முதல் 7 நாட்கள் குளிர்நுடன் கூடிய காய்ச்சல்
- தலைவலி, உடல் வலி மற்றும் தசைவலி
- உண்ணி கடித்த இடத்தில் வடு (Eschar) ஏற்படும்.
- தோலில் ஏற்படும் தடிப்புகள்
- தீவிர மூச்சுத் திணறல்



பரிசோதனை வசதிகள்

இந்நோயை ஐஜிஎம் எலைசா பரிசோதனை மூலம் கண்டுபிடிக்கலாம். இவ்வசதி மாநிலத்தில் 9 மண்டல பூச்சியியல் குழுமங்களிலும், ஓசூரில் உள்ள பூச்சிகள் மற்றும் விலங்குகளால் பரவும் நோய்க் கட்டுப்பாட்டு மையத்திலும் உள்ளது.

சிகிச்சை

ஸ்கர்ப் டைஃபஸ் அறிகுறிகள் தென்பட்டால், அருகிலுள்ள அரசு மருத்துவமனை, ஆரம்ப சுகாதார நிலையங்கள் மற்றும் நகராட்சி மருத்துவமனைகளை அணுகி இந்நோய்க்குரிய சிகிச்சையை இலசவசமாக பெறலாம்.

- இந்நோய்க்கான சிகிச்சை மிகவும் எளிது, பரிசோதனை மூலம் இந்நோய் உறுதி செய்தவுடன் மருத்துவரின் ஆலோசனைப்படி நுண்ணுயிர்க்கொல்லி மருந்து (Antibiotic) உட்கொள்ள வேண்டும்.
- சிகிச்சை விவரம் - 7 நாட்களுக்கு தினமும் இரண்டு வேளை டாக்ஸிசைக்கிளின் 100 மி.கி.
- குழந்தைகள் மற்றும் கர்ப்பிணி பெண்களுக்கு 7 நாட்களுக்கு தினமும் இரண்டு வேளை அசித்ரோமைசின் 100 மி.கி.

தடுப்பு முறைகள்

- வீட்டிலும், வீட்டைச் சுற்றிலும் எலிகள் வளர்வதற்கான சூழ்நிலைகளைத் தடுக்க வேண்டும்.
- வீட்டைச் சுற்றியுள்ள செடி, புதர்களை அகற்ற வேண்டும்
- காய்ச்சல் வந்தவுடன் அருகில் உள்ள ஆரம்ப சுகாதார நிலையத்தை அணுகி, காய்ச்சலுக்கான காரணத்தை கண்டறிந்து இரத்தப் பரிசோதனை செய்து கொள்ள வேண்டும்.
- புல்வெளிகளில் அமர்வதையும், படுப்பதையும் தவிர்க்க வேண்டும்.

ஓஆர்எஸ் உயிர்காக்கும் அமுதம்



ஓஆர்எஸ் கரைசல் எவ்வாறு செய்வது?

ஓஆர்எஸ் பொடியை 1 லிட்டர் சுத்தமான குடி நீரில் போட்டு நன்றாக கலக்கவும்.



கரண்டி அல்லது சிறிய டம்ளர் மூலம் சிறிது சிறிதாக கொடுக்கவும்.

ஓஆர்எஸ் கரைசல் தயார் செய்த பின் 24 மணி நேரத்திற்குள்ளாக உபயோகிக்க வேண்டியது மிகவும் அவசியம்!



மீதமிருந்தால் கொட்டிவிட்டு மீண்டும் புதிதாக தயாரிக்க வேண்டும்.

ஓஆர்எஸ் எவ்வளவு அளிக்க வேண்டும் (ஒவ்வொரு முறை வயிற்றுப்போக்கான பிறகும்)

வயது	அளிக்கப்பட அளவு
6 மாதம்	கால் டம்ளர் (50 மி.லி.)
7 மாதம் முதல் 2 வயது வரை	கால் டம்ளர் முதல் அரை டம்ளர் வரை (50-100 மி.லி.)
2 வயது முதல் 5 வயது வரை	அரை டம்ளர் முதல் ஒரு டம்ளர் வரை (100-200 மி.லி.)
5 வயதுக்கு மேல்	200 மி.லி. அல்லது குழந்தையால் குடிக்க முடியும் அளவு வரை

துத்தநாக மாத்திரையை எவ்வாறு கொடுக்க வேண்டும்?

- ஒரு துத்தநாக மாத்திரையை எடுத்து சுத்தமான கரண்டியில் வைக்கவும்.
- கரண்டியில் தண்ணீர் அல்லது தாய்ப்பால் ஊற்றவும்.
- மாத்திரையை நன்றாக ஊற விடவும்.



- இதனை குழந்தைக்கு கொடுக்கவும்.
- துத்தநாக மாத்திரையை தொடர்ந்து 14 நாட்கள் (வயிற்றுப்போக்கு நின்ற பின்னரும்) கொடுக்க வேண்டும்.



துத்தநாக (Zinc) மாத்திரையை எவ்வாறு கொடுக்க வேண்டும்?

2 மாதம் முதல் 6 மாதம் வரை	தாய்ப்பாலுடன் சேர்த்து அரை மாத்திரையை காலை வேளையில் ஒரு முறை அளிக்க வேண்டும்.
6 மாதம் முதல் 5 வயது வரை	தாய்ப்பாலுடன் அல்லது தண்ணீருடன் சேர்த்து ஒரு மாத்திரையை காலை வேளையில் ஒரு முறை அளிக்க வேண்டும்.

வயிற்றுப்போக்கின் போது

- தாய்ப்பாலை தொடர்ந்து கொடுத்துக் கொண்டே இருக்க வேண்டும்.
- குழந்தைக்கு மிதமான உணவை தொடர்ந்து கொடுக்க வேண்டும்.
- குழந்தைக்கு உணவுபடுவதற்கு முன்பும் மலம் கழுவிய பின்னரும் உங்களுடைய கைகளை சோப்புப் போட்டு சுத்தமாக கழுவ வேண்டும்.

துத்தநாக மாத்திரை உட்கொள்வதன் பயன்கள்

- வயிற்றுப்போக்கு குறைவாக ஏற்படும்!
- இது வயிற்றுப்போக்கை விரைவில் குணப்படுத்தும்!
- அடுத்து வரும் மூன்று மாதங்கள் வயிற்றுப்போக்கு மற்றும் நிமோனியாவில் இருந்து காக்கும்!
- இது உலக சுகாதார நிறுவனம் மற்றும் இந்திய அரசால் பரிந்துரைக்கப்பட்டது!

காசநோய் பற்றிய தகவல்கள்

காசநோய் பற்றிய தகவல்கள்

- ▶ காசநோய் (டி.பி) ஒரு தொற்று நோய், பரம்பரை நோயல்ல
- ▶ இந்நோய் மைக்கோ பாக்டீரியம் டியூபர்குளோசிஸ் என்ற நுண் கிருமியினால் உண்டாகிறது.
- ▶ இது காற்றின் மூலம் பரவுகிறது.
- ▶ ஏழை, பணக்காரர், ஆண்கள், பெண்கள், குழந்தைகள் அனைவரையும் இந்நோய் பாதிக்கும்.
- ▶ இது பொதுவாக நுரையீரலை பாதிக்கிறது
- ▶ மூளை, கண், நிணநீர் சுரப்பி, வயிறு, மூட்டுகள், சிறுநீரகம், இவைகளையும் இந்நோய் பாதிக்கும்.



காசநோய் பரவும் முறை

- ▶ சிகிச்சை பெறாத காசநோயாளி இருமும் போதும் தும்மும் போதும் மற்றவர்களுக்கு இந்நோயின் கிருமிகளை பரப்புகிறார்
- ▶ காச நோயாளிகள் சளியை கண்ட இடங்களில் துப்புவதால் கிருமிகள் காற்றின் மூலம் பரவுகிறது.



காசநோயின் அறிகுறிகள்

- ▶ இருமல் சளி தொடர்ந்து 2 வாரங்களுக்கு மேல் ▶ மாலை நேரக் காய்ச்சல் ▶ பசியின்மை ▶ எடை குறைதல் ▶ நெஞ்சுவலி
- ▶ சளியில் இரத்தம்



காசநோயை கண்டறிய

2 முறை சளி பரிசோதனை - எல்லா அரசாங்க மருத்துவமனைகளிலும் இலவசமாக செய்யப்படுகிறது.

காசநோய்க்கான சிகிச்சை

- ▶ டாட்ஸ் (DOTS) என்பது காசநோயாளி, மருந்து கொடுப்பவரின் முன்னிலையில் மருந்துகளை உட்கொள்ளும் சிகிச்சை முறை.
- ▶ எல்லா அரசாங்க மருத்துவமனைகள், ஆரம்ப சுகாதார நிலையங்களில் தரமான டாட்ஸ் சிகிச்சை இலவசமாக கிடைக்கிறது.

காசநோய் பரவாமல் இருக்க தடுப்பு முறைகள்

- முறையான, முழுமையான டாட்ஸ் (DOTS) சிகிச்சை அவசியம்.
- காசநோயாளி இருமும்போதும் தும்மும்போதும் வாயில் துணியால் மூடிக்கொள்ள வேண்டும்.
- சளியை கண்ட இடங்களில் துப்பக்கூடாது.
- BCG என்னும் தடுப்பூசி குழந்தைகளுக்கு போடவேண்டும்.

தேசிய காச நோய் ஆராய்ச்சி நிறுவனம்

(இந்திய மருத்துவ ஆராய்ச்சிக் கழகம்)

சேத்துப்பட்டு, சென்னை 600 031. Ph: 044/28369513

பொது சுகாதார ஆய்வகங்கள்

மருத்துவத் துறையில் ஆய்வகங்கள் இன்றியமையாத சேவையினை வழங்கி வருகிறது. நோய்க்குரிய காரணிகளை கண்டறிவது, நோய்குறித்த கண்காணிப்பு பணிகளை மேற்கொள்வது, நோய் பரவாமல் தடுக்க மற்றும் சிகிச்சை முறைகளை மேற்கொள்ளவும் மருத்துவமனைகளில் ஆய்வகங்களின் தேவையும், பங்கும் மிக மிக அவசியமாகும்.

இந்தியாவிலேயே முதன் முறையாக தமிழகத்தில் அனைத்து மாவட்டங்களிலும் பொது சுகாதார ஆய்வகங்கள் மாவட்ட தலைமை மருத்துவமனைகளில் உருவாக்கப்பட்டு, செயல்பட்டு வருகிறது. இந்த ஆய்வகங்கள், அந்த மாவட்டம் முழுவதும் நோய் கண்காணிப்பு பணிகளை மேற்கொள்ளவும், தொற்றுநோய் காரணிகளை துரிதமாக கண்டறியவும், நோய் பரவுதலை தடுக்கவும், மேலும் உரிய நேரத்தில் சிகிச்சை முறைகளை மேற்கொண்டு நோயின் தாக்கத்தினை குறைத்து உயிர் இழப்பினை தடுக்கவும், இயங்கி வருகிறது. இந்த பொது சுகாதார ஆய்வகங்களில் நுண்ணுயிரியலாளர்கள் (MICROBIOLOGIST) பணியமர்த்தப்பட்டு ஆய்வக மற்றும் களப்பணிகளை மேற்கொண்டு வருகிறார்கள்.



பொது சுகாதார ஆய்வகங்களின் பணிகள்

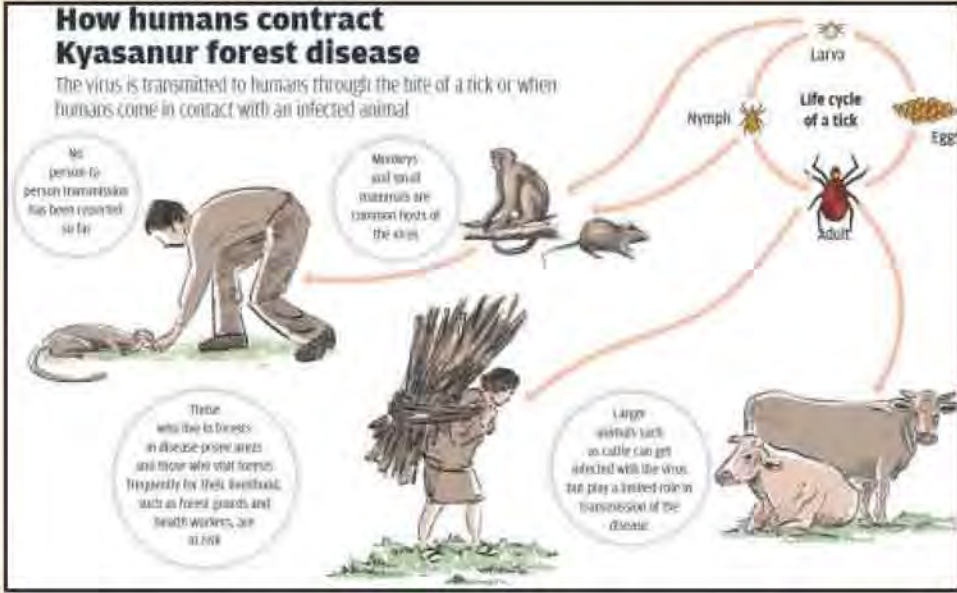
- தொற்று நோய் பரவுதலை ஆரம்ப நிலையிலேயே தீவிருமாக கண்காணித்தல்.
- தொற்று நோய்க்கான காரணிகளை துரிதமாகக் கண்டறிதல்.
- தொற்று நோய் பாதிப்புக்குள்ளான பகுதியில் களஆய்வு பணிகளை மேற்கொள்ளுதல்.
- மாவட்ட அளவில் அனைத்து ஆய்வகங்களிலும் தரமான ஆய்வக பரிசோதனை வசதிகளை ஏற்படுத்துதல்.
- மாவட்டம் முழுவதும் செயல்படும் மருத்துவமனைகளில் மருத்துவ கழிவு மேலாண்மை திட்டத்தை முறைப்படி செயல்படுத்துதல்.
- அனைத்து ஆய்வக நுட்பநார்களுக்கும் பயிற்சி மற்றும் தரமேலாண்மை குறித்த விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்துதல்.

பொது சுகாதார ஆய்வகங்களின் பரிசோதனை வசதிகள்

- கீழ்க்காணும் தொற்று நோய்களுக்குரிய காரணிகள் பொது சுகாதார ஆய்வகங்களில் துரிதமாக கண்டறிய வசதிகள் உள்ளன. எல்சா (ELISA) இரத்த பரிசோதனை கருவிகளும் வழங்கப்பட்டுள்ளன.
- மலேரியாகாய்ச்சல்
- காசநோய்
- இதர சுவாச மண்டல தொற்று நோய்கள்
- டைபாய்டுகாய்ச்சல்
- டெங்கு காய்ச்சல்
- சிக்குன்குனியா காய்ச்சல்
- எலிக்காய்ச்சல்
- ஐப்பானிய மூளைக்காய்ச்சல்
- வயிற்றுப்போக்கு
- மஞ்சள் காமாலை தொற்று (A மற்றும் E)
- நீர்மாதிரிகள்
- அறுவை அரங்க நுண்கிருமி ஆய்வு

கியாசனூர் வன நோய் (KFD)

கியாசனூர் வனநோய் எனப்படும் KFD விலங்குகளிடமிருந்து மனிதனுக்கு பரவக்கூடியது. இந்நோய் முதன் முதலில் 1957ஆம் ஆண்டு கர்நாடக மாநிலத்தின் ஷிமோகா மாவட்டத்தில் உள்ள கியாசனூர் வனப் பகுதிகளில் காணப்பட்டது. இது KFD எனும் வைரஸால் ஏற்படக் கூடிய காய்ச்சலாகும். இந்த KFD வைரஸ் குரங்குகளில் (Bonnet Monkey & Black Faced Langur) அதிகமாகி பல்கி பெருகக்கூடியது. இந்த வைரஸ் அணில், எலி, முள்ளம்பன்றி போன்றவற்றிலும் காணப்படும்.



பரவும் விதம்

KFD வைரஸால் பாதிக்கப்பட்ட ஹிமோபைசாலிஸ் ஸ்பைரிசீரா (Haemaphysalis spirigera) என்ற ஒரு வகை உண்ணிகளின் இளம் உண்ணிகள் கடிப்பதன் மூலம் இந்நோய் மனிதனுக்கு பெரும்பாலும் பரவுகிறது. மேலும், இந்நோயினால் பாதிக்கப்பட்ட அல்லது இறந்த குரங்குகளை தொடுவதன் மூலமும் இந்நோய் மனிதனுக்கு பரவலாம். பாதிக்கப்பட்ட ஒரு மனிதனிடமிருந்து மற்றொரு மனிதனுக்கு பரவியதற்கான ஆதாரம் இதுவரை இல்லை. உண்ணிகள் கடித்து 3 முதல் 8 நாட்களுக்குள் இந்நோயின் அறிகுறிகள் தெரியும்.

நோயின் அறிகுறிகள்

- திடீர் காய்ச்சல், தலைவலி, தசைவலி, தீவிர கெண்டைகால்வலி, அதிகசோர்வு, வயிற்று உபாதைகள் ஏற்படும்.
- மூக்கு, பல் ஈறுகள் மற்றும் குடலில் இருந்து இரத்தக் கசிவு ஏற்படும்.
- வாயின் மேல் அன்னத்தில் சிவந்த தடிப்புகள் ஏற்படும்.

பரிசோதனை

RT-PCR மற்றும் IgM ELISA பரிசோதனை மூலம் இந்நோய் உறுதி செய்யப்படுகிறது

இப்பரிசோதனை வசதி உள்ள இடங்கள்

1. வைரஸ் பரிசோதனை கூடம், ஷிமோகா, கர்நாடக மாநிலம்
2. தேசிய நுண்ணுயிர் கழகம், பூனா, மராட்டிய மாநிலம்

இந்நோயின் பாதிப்புக்குள்ளாகக் கூடிய மக்கள் பிரிவுகள்

வனத்துறை அலுவலர்கள், விவசாயிகள், மாடு மேய்ப்பவர்கள், மரம் வெட்டும் தொழிலாளர்கள், சுள்ளி பொறுக்குபவர்கள், வனத்துறை தற்காலிக ஊழியர்கள், வனத்தை சுற்றி பார்க்கும் சுற்றுலா பயணிகள்.

நோய்த் தடுப்பு முறைகள்

- வனப்பகுதியை சுற்றியுள்ள கிராமங்களில் வசிக்கும் மக்கள் இந்நோய்க்கான தடுப்பூசியை முறையாக போட்டுக் கொள்ள வேண்டும்.
- இந்நோய்க்கான அறிகுறிகள் தென்பட்டால் உடனடியாக அருகிலுள்ள ஆரம்ப சுகாதார நிலையங்களை அணுகி உரிய பரிசோதனை மற்றும் சிகிச்சை பெற வேண்டும்.
- உண்ணிகள் கடிக்க முடியாத வண்ணம் முழு கை, முழு கால் சட்டைகள் மற்றும் பாதுகாப்பான காலணிகள் போன்றவற்றை அணிந்து செல்ல வேண்டும்.
- வனப்பகுதிகளில் குரங்குகள் இறந்திருந்தால், அவற்றின் இறப்பிற்கான காரணத்தை வனத்துறை அலுவலர்கள் கண்டுபிடிக்க வேண்டும்.
- குரங்குகள் நோயால் பாதிக்கப்பட்டிருப்பதையோ அல்லது இறந்திருப்பதையோ காண நேர்ந்தால் அதை உடனடியாக வனத்துறைக்கும், பொது சுகாதாரத்துறைக்கும் தெரியப்படுத்த வேண்டும்.
- வனப்பகுதிகளில் தரையில் உட்காருவதையோ, படுப்பதையோ தவிர்க்க வேண்டும்.

KFD - தமிழகத்தின் நிலை

KFD நோய் இந்தியாவில் கர்நாடக மாநிலத்தைச் சார்ந்த சில மாவட்டங்களில் மட்டுமே இருந்தது. அதன் பின் கேரள மாநிலத்திலும் இந்நோய்த் தாக்கக் கூடிய சூழ்நிலை உருவானது. தமிழக அரசினால் ஆரம்ப நிலையிலேயே எடுக்கப்பட்ட அதி தீவிர முன்னெச்சரிக்கை நடவடிக்கைகளால் இந்நோயின் பாதிப்பு இதுவரை தமிழகத்தில் ஏதுமில்லை.

முகத்தாடை மூட்டு மறு சீரமைப்பு

தமிழ்நாடு அரசு பல்
மருத்துவ கல்லூரி மருத்துவமனை, சென்னை

முகத்தாடை மூட்டு மறுசீரமைப்பு அறுவை சிகிச்சை என்பது சிறந்த அறுவை சிகிச்சை நிபுணர்களுக்கே மிக கடினமான ஒன்று. இந்த கடினமான அறுவை சிகிச்சை முதலமைச்சர் காப்பீடு திட்டத்தின் கீழ் இலவசமாக செய்யப்படுகிறது. இதுவரை ஐந்து நோயாளிகள் (ஒரு பெண் மற்றும் நான்கு ஆண்கள்) இந்த அறுவை சிகிச்சை மூலம் பலன் அடைந்து உள்ளனர்.

இந்த அனைத்து நோயாளிகளும் ஒரு பக்க முகத்தாடை மூட்டு எலும்பு பிணைப்பினால் பாதிக்கப்பட்டனர். அனைவருக்குமே வாயை திறப்பது என்பது மிக கடினமாக இருந்தது.

இந்த அறுவை சிகிச்சை இரண்டு கட்டங்களில் செய்யப்பட்டது. முதல் கட்டமாக முகத்தாடை மூட்டு எலும்பு பிணைப்பு விடுவிக்கப்பட்டது. இதன் காரணமாக அறுவை சிகிச்சைக்கு முன் வாயை திறப்பது சுமார் ஏழு மில்லி மீட்டராக இருந்த அளவு, அறுவை சிகிச்சைக்கு பின்னர் 32 மில்லி மீட்டராக மாறியது. இதன் பிறகு ஒவ்வொரு நோயாளிகளுக்கும் முப்பரிமாண அளவில் முகத்தாடை மூட்டு அளிக்கப்பட்டது.

இந்த செயற்கை முகத்தாடை மூட்டு அறுவை சிகிச்சை, முதல் அறுவை சிகிச்சைக்கு பின்னர் மூன்று மாதம் கழித்து பொருத்தப்பட்டது.

இரண்டாம் கட்ட அறுவை சிகிச்சைக்குப் பின்னர், வாயை திறப்பது சுமார் 36 மில்லி மீட்டராக மாறியது. அதனுடன் தாடையை இரு பக்கமும் அசைப்பதும் சுலபமாக இருந்தது.



முதற்கட்ட அறுவை சிகிச்சை



மறுசீரமைக்கப்பட்ட
முப்பரிமாண படம்



செயற்கை மூட்டு உருவாக்கம்



இரண்டாம் கட்ட
அறுவை சிகிச்சை

வாய் திறப்பு

அறுவை
சிகிச்சைக்கு முன்

முதற்கட்ட அறுவை
சிகிச்சைக்கு பின்

இரண்டாம் கட்ட
அறுவை சிகிச்சைக்கு பின்



இந்த முகத்தாடை மூட்டு மறு சீரமைப்பு ஏழை நோயாளிகளுக்கு கனவாகவே இருந்தது. அது முதலமைச்சரின் விரிவான காப்பீடு திட்டத்தின் கீழ் நனவாக மாறியது.

அறுவை சிகிச்சை குழு

பேராசிரியர் டாக்டர் B. சரவணன் MDS, Ph.D.,

உதவி பேராசிரியர்கள்

டாக்டர் S.B. சேது ராஜன், MDS.,

டாக்டர் T. ரோகினி, MDS.,

முதுகலை பட்டப்படிப்பு மாணவர் டாக்டர் பாரதி



உங்கள்

உணவு?

பாதுகாப்பானதா

- உணவு பாதுகாப்பு என்பது நுகர்வோர்களை, உணவு விஷமாகும் தன்மை மற்றும் உணவின் மூலம் பரவும் நோய்களில் இருந்து தடுக்கும் ஒரு பொது சுகாதார பணியாகும்.
- உலக சுகாதார நிறுவனம் நிறுவப்பட்ட நாளான April 7-ஐ உலக சுகாதார நாளாக கொண்டாடி வருகிறது. இந்த ஆண்டிற்கான உலக சுகாதார நாளின் குறிக்கோள் பாதுகாப்பான உணவு என உலக சுகாதார நிறுவனம் அறிவித்துள்ளது.
- பாதுகாப்பற்ற உணவானது வயிற்றுப்போக்கு, வைரஸால் பரவும் நோய்கள் (முதல் Ebola வைரஸ் அசுத்தமான இறைச்சி மூலம் பரவியது). கேன்சர் போன்ற நோய்கள் ஏற்பட காரணமாகிறது.
- உணவு உற்பத்தி, உணவு பங்கீடு மற்றும் உணவு உட்கொள்ளலில் ஏற்பட்ட மாறுதல் காரணமாக உணவு பாதுகாப்பு கேள்விக்குறியாகிறது?
- சுற்றுச் சூழலில் ஏற்படும் மாறுதலால், புதிய வகை பேக்டீரியாக்கள், நஞ்சுகள் ஆகியவை உணவு அசுத்தமாவதற்கு காரணமாகவும் அதிக வணிக மயமாக்கலின் காரணமாகவும் அது பரவுகிறது.
- Codex Alimentarius வழிகாட்டுதலின்படி உலக சுகாதார நிறுவனம் அனைத்து நாடுகளிலும் உணவு பாதுகாப்பினை உறுதி செய்ய உதவுகிறது.

- உலக சுகாதார தினம் 2015 அரசு உற்பத்தியாளர்கள், விற்பனையாளர் மற்றும் பொதுமக்களுக்கு உணவு பாதுகாப்பு குறித்த எச்சரிக்கையை வழங்குகிறது. எனவே ஒவ்வொருவரும் அனைத்து மக்களுக்கும் பாதுகாப்பான உணவு கிடைப்பதை உறுதி செய்யவேண்டும்.

பொது சுகாதார வழிகாட்டுதல்கள்

- நீடித்த ஆயுளுக்கும், நல் ஆரோக்கியத்திற்கும் அனைவருக்கும் பாதுகாப்பான மற்றும் சத்தான உணவு கிடைக்க வழி செய்தல்
- பாதுகாப்பற்ற உணவானது அபாயகரமான பாக்டீரியா, வைரஸ் பாரசைட்டுகள் (அ) வேதிப்பொருட்கள் நிறைந்து வயிற்றுப்போக்கு முதல் கேன்சர் வரையிலான 200-க்கும் அதிகமான நோய்களை உண்டாக்கும்.
- உணவு மற்றும் நீர் மூலமாக ஆண்டொன்றுக்கு சுமார் 2 மில்லியன் மக்கள் (குழந்தைகள் உட்பட) உயிரிழக்கின்றனர்.
- உணவுப் பாதுகாப்பு, சத்துணவு மற்றும் உணவு உறுதி ஆகியவை ஒன்றுடன் ஒன்று தொடர்புடையவை. பாதுகாப்பற்ற உணவானது குழந்தைகள், இளம் வயதினர் மற்றும் முதிய நோயாளிகளுக்கு சத்து குறைபாடு மற்றும் இதர நோய்கள் உருவாக காரணமாகிறது.

உணவின் மூலம் பரவும் நோய்களுக்கான காரணிகள்

1. பாக்டீரியாக்கள்
2. வைரஸ்கள்
3. பாரசைட்டுகள்
4. வேதிப்பொருட்கள்

ஒட்டுமொத்த நோக்கம்

- விழிப்புணர்வு கூட்டங்கள் மூலம் பாதுகாப்பான உணவு கிடைக்க என்ன நடவடிக்கைகள் எடுக்கப்பட்டுள்ளன என்பதை தெரியப்படுத்த வேண்டும்.
- நுகர்வோர்கள் கேள்விகள் மூலமாகவும், லேபிள்களை படிப்பதன் மூலமாகவும் மற்றும் சுகாதார குறிப்புகளை கையாளுவது மூலமாகவும் பாதுகாப்பான உணவினை பெற வழி செய்ய வேண்டும்.

தடுப்பூசி பற்றி அறிந்து கொள்ளலாமே!

ஒரு குழந்தை தடுப்பூசி போடும் காலத்தை தவறவிட்டு அடுத்த தவணைக்கு தாமதமாக வந்தால் மீண்டும் முதல் தவணையிலிருந்து தடுப்பூசியை போட வேண்டுமா?

ஒரு குழந்தை தடுப்பூசி போடும் காலத்தை தவறவிட்டு விட்டால் மீண்டும் அட்டவணைப்படி எந்த ஒரு தடுப்பூசியும் முதலிலிருந்து ஆரம்பிக்க வேண்டிய அவசியமில்லை. எப்போது தடுப்பூசி கடைசியாக விட்டார்கள் என்று கண்டறியவும் (எ.கா) BCG/, Penta-1 மற்றும் OPV-1 கொடுக்கப்பட்ட ஒரு குழந்தை தாமதமாக 11 வது மாதத்தில் வருமானால் Penta 2/OPV 2 மற்றும் தட்டம்மை தடுப்பூசி அளிக்கப்பட வேண்டும்.

பிறந்ததிலிருந்து 9 மாதங்கள் வரையிலும் எந்த தடுப்பூசியும் போடப்படாத குழந்தைக்கு, எல்லா தடுப்பூசியும் ஒரே சமயத்தில் கொடுக்கலாமா?

ஆம். எல்லா தடுப்பூசிகளையும் கொடுக்கலாம். ஆனால் ஒரே நேரத்தில் கொடுக்கும் போது வெவ்வேறான இடங்களில் ஊசி போடப்படவேண்டும். BCG, Penta, OPV, தட்டம்மை தடுப்பூசி, JE (Endemic District) மற்றும் வைட்டமின் "A" திரவம் ஒரே சமயத்தில் கொடுப்பது மிகவும் பயனளிக்கக்கூடிய ஒன்றாகும்.

எந்த தடுப்பூசியும் இதுவரை போடாது கொள்ளாத 5 வயதிற்கு மேற்பட்ட 7 வயதிற்குட்பட்ட குழந்தை முதல் முறையாக வருமானால் எந்த தடுப்பூசி கொடுப்பது?

மூன்று தவணைகள் DPT மட்டும் ஒரு மாத இடைவெளியில் கொடுத்தால் போதும் வேறு தடுப்பூசி எதுவும் கொடுக்க வேண்டாம். மேற்படி குழந்தைகளுக்கு 10 மற்றும் 16 வது வயதில் TT முறையே ஒரு தவணை கொடுக்கவும்.



தடுப்பூசி யாருக்கு போடக்கூடாது?

- ▶ அதிகமான ஒவ்வாமை இருந்தால் அடுத்தடுத்து தடுப்பூசி தவணைகள் போடும்போது பக்க விளைவுகளை ஏற்படுத்தும். அவர்களுக்கு தடுப்பூசி போடக்கூடாது.
- ▶ தடுப்பூசி மருந்து கொடுத்த பின் எதிர்பாராமல் விரும்பாத நிகழ்வுகள் ஏற்கனவே ஏற்பட்டிருந்தால் அதே தடுப்பூசியை போடக்கூடாது.

ஏன் குழந்தை பிறந்த 24 மணி நேரத்திற்குள் மஞ்சள் காமாலைக்கான (Hepatitis-B) நோய் தடுப்பூசி வழங்கப்பட வேண்டும்?

பிரசவத்தின்போது தாயிடமிருந்து குழந்தைக்கு (Perinatal transmission) பரவும் மஞ்சள் காமாலை-பி நோய் பரவாமல் இருப்பதற்கும் தடுப்பதற்கும் குழந்தை பிறந்த 24 மணி நேரத்திற்குள் மஞ்சள் காமாலைக்கான (Hepatitis-B) நோய் தடுப்பூசி போடப்படவேண்டும்.

வைட்டமின் "A" தீரவபாட்டிசை ஒரு முறை நிறந்தால் எவ்வளவு நாட்கள் வரை பயன்படுத்தலாம்?

வைட்டமின் "A" தீரவ பாட்டிசை ஒரு முறை திறக்கப்பட்டுவிட்டால் நான்கு வாரங்களுக்குள் உபயோகப்படுத்தப்பட வேண்டும். பாட்டிசை திறக்கும் தேதியினை பாட்டிசில் ஒட்டப்பட்டுள்ள தாளின் மேல் குறிப்பிட்டு எழுதி வைக்க வேண்டும். பாட்டிலின் மீது சூரிய வெளிச்சம் நேரடியாக படாமல் பாதுகாத்து வைக்கப்பட வேண்டும்.

கரைப்பான் கொண்டு நயாஜ் செய்யப்பட்ட BCG, Measles மற்றும் JE-க்கான தடுப்பு மருந்து கைவகைய எந்தகை மணி நேரத்திற்குள், உபயோகப்படுத்த வேண்டும்?

4 மணி நேரத்திற்குள் உபயோகப்படுத்த வேண்டும்.

தடுப்பூசி அட்டையை நவறவிட்டு மையத்திற்கு வரும் குழந்தைகளுக்கு தடுப்பு மருந்து வழங்கலாமா?

ஆம். கண்டிப்பாக தடுப்பூசி வழங்கவேண்டும். மேலும் புதிய தடுப்பூசி அட்டையில் பதிவு செய்து கொடுக்க வேண்டும்.

பாதுகாப்பான 5 வழி முறைகள் உணவிற்கான

சுத்தம்

- ▶ உணவு தயாரிப்பின் முன்னும் மற்றும் உணவு தயாரிப்பின் போதும் அடிக்கடி கைகளை கழுவ வேண்டும்.
- ▶ கழிவறைக்கு சென்று வந்த பின் கைகளை சுத்தமாக கழுவ வேண்டும்.
- ▶ உணவு தயாரிக்க பயன்படும் மேற்பரப்புகள், உபகரணங்களை கிருமி நாசினி கொண்டு சுத்தம் செய்ய வேண்டும்.
- ▶ சமையல் கூடம் மற்றும் உணவு பொருட்களை பூச்சிகள், புழுக்கள் மற்றும் இதர விலங்குகளிடமிருந்து பாதுகாப்பாக பராமரிக்க வேண்டும்.

மூலப்பொருள்கள் மற்றும் சமைத்த உணவினை தனித்தனியாக வைத்தல்

- ▶ சமைக்காத இறைச்சி போன்றவற்றை பிற பொருட்களிடமிருந்து தனியாக சேமித்து வைத்தல்.
- ▶ மூலப்பொருட்களை உபயோகிக்க தனியான உபகரணங்கள், கத்திகள் மற்றும் வெட்டுப்பலகைகள் உபயோகிக்க வேண்டும்.
- ▶ தயாரிக்கப்பட்ட மற்றும் மூலப்பொருளினை தனித்தனியாக மூடியுடனான கொள்கலனில் சேமிக்கவும்.

முழுமையாக சமைக்கவும்

அனைத்து இறைச்சி வகைகளையும் முழுமையாக சமைக்கவும் (சரியான வெப்பநிலையில்)

பாதுகாப்பான வெப்பநிலையில் தயார் செய்த உணவினை பராமரித்தல்

- ▶ இரண்டு மணி நேரத்திற்கு மேலாக சமைத்த உணவுகளை அறை வெப்பநிலையில் வைக்க வேண்டாம்.
- ▶ சமைத்த மற்றும் எளிதில் கெடக்கூடிய உணவு பொருட்களை 5°C-க்கு கீழான வெப்பநிலையில் பராமரிக்க வேண்டும்.
- ▶ உணவு பரிமாறும்போது தயார் செய்த உணவு வகைகள் 60°C வெப்பநிலைக்கு மேலாக இருக்க வேண்டும்.
- ▶ குளிர்ந்தன பெட்டிகளில் கூட தயார் செய்த உணவுப் பொருட்களை நீண்ட காலம் சேமிக்க கூடாது.
- ▶ பதப்படுத்தப்பட வேண்டிய உணவு பொருளை (Frozen Food) அறை வெப்பநிலையில் சேமிக்க வேண்டாம்.

பாதுகாப்பான தண்ணீர் மற்றும் மூலப்பொருட்களை பயன்படுத்தவும்

- ▶ பாதுகாப்பான தண்ணீரை உபயோகப்படுத்தவும்.
- ▶ புதிய மற்றும் பாதுகாப்பான மூலப்பொருளை தேர்ந்தெடுக்கவும்.
- ▶ பச்சையாக சாப்பிடும் காப்கறி மற்றும் பழவகைகளை உண்பதற்கு முன் நன்றாக கழுவவும்.
- ▶ காலாவதியான உணவு பொருட்களை உபயோகிக்கக் கூடாது

உணவு மாசுபடுதல் மற்றும் உணவினால் பரவும் நோய்கள் குறித்து தகவல்களை ஆராய்ந்து பொதுமக்களுக்கு தெரியப்படுத்த வேண்டும். உணவு கையாள்வோர் மற்றும் நுகர்வோருக்கு சுத்தமான முறையில் உணவு பொருட்களை கையாள்வது குறித்தும், உணவினால் பரவும் நோய் குறித்தும் அதை தடுக்கும் முறை குறித்தும் விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்துவது மிகவும் அவசியமாகும்.



92 சதவீத பிரசவங்கள் அரசு மருத்துவமனைகள் சாதனை சுகாதாரத் துறை துணை இயக்குநர் பெருமிதம்



காஞ்சிபுரம் மாவட்டத்தில் 92 சதவீத பிரசவங்கள் அரசு மருத்துவமனைகளில் நடைபெறுவதாக மாவட்ட சுகாதாரத் துறை துணை இயக்குநர் கிருஷ்ணாஜ்.

தமிழக அரசின் உத்தரவின் பேரில், மாவட்டந்தோறும் இந்திர தனுஷ் திட்டத்தின் கீழ் சிறப்பு முகாம் நடத்தப்பட்டு 2 வயதுக்குட்பட்ட குழந்தைகளுக்கு தடுப்பூசி போடப்பட்டு வருகிறது. அதன்படி, காஞ்சிபுரம் மாவட்டத்தில் கடந்த 7-ம் தேதி தொடங்கி, தடுப்பூசி இடும் முகாம் நடைபெற்று வருகிறது. இதற்காக காஞ்சிபுரம் சுகாதார மாவட்டத்தில் 1,013 நிலையான முகாம்களும், 52 நடமாடும் குழுவினரும், சைதாப்பேட்டை சுகாதார மாவட்டத்தில் 191 சிறப்பு முகாம்களும் ஏற்படுத்தப்பட்டுள்ளன.

கடந்த ஏப்ரலில் நடைபெற்ற இந்த முகாம்களில் 496 தாய்மார்களுக்கு ரணஜன்னி தடுப்பூசி, 1,621 குழந்தைகளுக்கு தொண்டை அடைப்பான், கக்குவான் இருமல், நிமோனியா, மஞ்சள் காமாலை ஆகிய நோய் எதிர்ப்பு தடுப்பூசிகளும் போடப்பட்டுள்ளன. மேலும், இந்த

தடுப்பூசி அளிக்கும் பணிகளில் கிராம அளவில் செவிலியர்கள் ஈடுபடுத்தப்பட்டுள்ளனர். வெளிமாநிலத்தவர்களைக் கண்டறிந்து அவர்களது குழந்தைகளுக்கும் தடுப்பூசி போடுவதற்கான பணிகளும் மேற்கொள்ளப்பட்டு வருகின்றன.

இதுகுறித்து காஞ்சிபுரம் சுகாதார மாவட்ட துணை இயக்குநர் கிருஷ்ணராஜ் கூறியதாவது

தடுப்பூசியின் நன்மை குறித்து தெரியாததால் கிராமப் பகுதிகளில் மக்கள் தடுப்பூசி இடுவதற்கு முக்கியத்துவம் அளிப்பதில்லை. எனவேதான், இந்திர தனுஷ் திட்டத்தின் கீழ் முகாம் நடத்தி குழந்தைகளுக்கு தடுப்பூசி இடப்பட்டு வருகிறது.

நகைகளை அடகு வைத்து தனியார் மருத்துவமனைகளில் பிரசவம் பார்த்த நிலை மாறி, தற்போது மாவட்டத்தில் 92 சதவீத பிரசவங்கள் அரசு ஆரம்ப சுகாதார நிலையம் மற்றும் அரசு மருத்துவமனைகளில் வெற்றிகரமாக நடைபெற்று வருகின்றன.

காஞ்சிபுரம் நகரில் உள்ள சந்தைவெளியம்மன் கோயிலில், அம்மை நோயால் பாதிக்கப்பட்ட ஏராளமானோர் தங்குகின்றனர். இதில், வெளிமாவட்டத்தினரும் அடக்கம். எனவே, சுகாதார ஆய்வாளர் தலைமையில் ஒரு குழுவினர் கோயிலுக்கு நோய்த் தாக்குதலுடன் வரும் பக்தர்களைக் கண்டறிந்து அவர்களுக்கு தடுப்பூசி போட்டு வருகின்றனர் என்றார் கிருஷ்ணராஜ்.



உயிரிழந்தோரின் கண்களை தானம் செய்ய 104 மருத்துவ சேவை மையத்தை தொடர்பு கொள்ளலாம்

உயிரிழந்தவர்களின் கண்களை தானம் செய்ய விரும்புவர்கள் 104 சேவை மையத்தை தொடர்பு கொண்டு தகவல் தெரிவிக்கலாம் என்று அந்த மையத்தின் மேலாளர் பிரபுதாஸ் தெரிவித்துள்ளார்.

தமிழக அரசின் சுகாதாரத் துறை சார்பில் 104 மருத்துவ உதவி சேவை மையம் 2013-ம் ஆண்டு டிசம்பர் 30-ஆம் தேதி தொடங்கப்பட்டது. இந்த மையத்தின் மூலம் மருத்துவ சிகிச்சை, மருத்துவ ஆலோசனைகள் போன்றவை வழங்கப்பட்டு வருகின்றன. இந்நிலையில் உயிரிழந்தவர்களின் கண்களை தானம் செய்வதற்கு 104 சேவை மையத்தை தொடர்பு கொள்ளலாம் என்றும் அறிவிக்கப்பட்டுள்ளது.

“உயிரிழந்தவர்களின் கண்களை தானம் செய்ய விரும்பும் உறவினர்கள், 104 சேவை மையத்தை அழைத்து தகவல் தெரிவிக்க வேண்டும். அவர்களுடன், அருகில் உள்ள கண் வங்கிகளை இணைத்து விடுவோம். கண் வங்கியில் இருந்து டாக்டர்கள் வந்து கண்களை எடுத்துச் செல்வார்கள். உயிரிழந்தவருக்கு சர்க்கரை நோய், ரத்த அழுத்தம், கண்புரை அறுவைச் சிகிச்சை செய்து இருந்தாலும், அவரது கண்களை தானம் செய்யலாம்.” என்கிறார் பிரபுதாஸ்.

6 மணி நேரத்துக்குள்

கண் வங்கியில் இருந்து டாக்டர்கள் வரும் வரை, உயிரிழந்தவரின் தலைக்கு அருகில் உள்ள மின்விசிறியை அணைத்து வைக்க வேண்டும். பஞ்சை தண்ணீரில் நனைத்து கண்களில் வைத்து வைத்து எடுக்க வேண்டும். குறிப்பாக உயிரிழந்தவரின் கண்களை 4 முதல் 6 மணி நேரத்துக்குள் எடுத்துவிட வேண்டும். அதனால் 104-ஐ விரைவாக தொடர்பு கொண்டு தகவல் தெரிவிக்க வேண்டும்.

சிறப்பம்சம் - சமீபவரது மக்களவைக் கூட்டம் சிவசேகர் கூலக்கி ரயங்குண்டி
 * உதகல்லை மருத்துவமனையில் 104 மருத்துவ சேவை மையத்தை தொடர்பு கொள்ளலாம்

தேர்தல்களை - மூலக்கோவை - தேனி - சிந்தர் உடல் பல்வேறு மாவட்டங்கள்

104 கோடி ரூபியில் சுகாதாரத் துறை திட்டங்கள் மருத்துவமனை மூலக்கோவை அம்மா தொடங்கி வைத்தாள்

மருத்துவமனை மூலக்கோவை அம்மா தொடங்கி வைத்தாள். 104 கோடி ரூபியில் சுகாதாரத் துறை திட்டங்கள் மருத்துவமனை மூலக்கோவை அம்மா தொடங்கி வைத்தாள்.



மருத்துவமனை மூலக்கோவை அம்மா தொடங்கி வைத்தாள். 104 கோடி ரூபியில் சுகாதாரத் துறை திட்டங்கள் மருத்துவமனை மூலக்கோவை அம்மா தொடங்கி வைத்தாள்.

ஆரம்ப சுகாதார நிலையங்களில் சோலார் வாட்டர் ஹீட்டர்

தருமபுரி மாவட்டத்தில் அறிமுகம்

தருமபுரி மாவட்டத்தில் ஆரம்ப சுகாதார நிலையங்களில் சோலார் வாட்டர் ஹீட்டர் அறிமுகம் செய்யப்பட்டுள்ளது.



சோலார் வாட்டர் ஹீட்டர் (SOLAR WATER HEATER) அறிமுகம்

தருமபுரி மாவட்டத்தில் ஆரம்ப சுகாதார நிலையங்களில் சோலார் வாட்டர் ஹீட்டர் அறிமுகம் செய்யப்பட்டுள்ளது. தருமபுரி மாவட்டத்தில் ஆரம்ப சுகாதார நிலையங்களில் சோலார் வாட்டர் ஹீட்டர் அறிமுகம் செய்யப்பட்டுள்ளது.

உயிரிழந்தோரின் கண்களை தானம் செய்ய

104 மருத்துவ சேவை மையத்தை தொடர்பு கொள்ளலாம்

உயிரிழந்தவர்களின் கண்களை தானம் செய்ய விரும்புபவர்கள் 104 சேவை மையத்தை தொடர்பு கொண்டு தகவல் தெரிவிக்கலாம் என்று ஆந்த மையத்தின் மேலாளர் பிரபுதாஸ் தெரிவித்துள்ளார். தமிழக அரசின் சுகாதாரத் துறை சார்பில் 104 மருத்துவ உதவி சேவை மையம் 2013-ம் ஆண்டு மார்ச் 30-ம் தேதி தொடங்கப்பட்டது. இந்த மையத்தில் மூலக் 104 மருத்துவ உதவிகள், முதல் கட்ட மருத்துவ சிகிச்சை, மருத்துவ ஆலோசனைகள் போன்றவை வழங்கப்படும் என்று தெரிவித்தார். இதற்கொடர்பாக 104 மருத்துவ உதவி சேவை மையத்தின் மேலாளர் பிரபுதாஸ்குறிப்பிடுவது உயிரிழந்தவர்களின் கண்களை தானம் செய்ய விரும்பும் உறவினர்கள், 104 சேவை மையத்தை அணுகலாம்.

அவர் கூறுகையில், அருகியில் உள்ள கண் வங்கியை இணைத்து விடுவோம். கண் வங்கியில் இருந்து டாக்டர்கள் வந்து கண்களை எடுத்துச் செல்வார்கள். உயிரிழந்த ஒருவர் கண்களை தானம் செய்யாதால், இரண்டு பேருக்கு பார்வை கிடைக்கும். உயிரிழந்தவருக்கு சர்க்கரை நோய், ரத்த அழுத்தம், கண் புணர் அறுவைச் சிகிச்சை செய்து இருந்தாலும், அவரது கண்களை தானம் செய்யலாம். 6 மணி நேரத்துக்குள், கண் வங்கியில் இருந்து டாக்டர்கள் வரும் வரை, உயிரிழந்தவரின் தலைக்கு அருகில் உள்ள மின்விசிறியை அணைத்து வைக்க வேண்டும். பத்துரை நகரணியில் நடைபெற்று கண்களில் வைத்து வைத்து எடுக்க வேண்டும். குறிப்பாக உயிரிழந்தவரின் கண்களை 4 முதல் 6 மணி நேரத்துக்குள் எடுத்துவிட வேண்டும். ஆனால் 104-ஐ வினரவாக தொடர்பு கொண்டு தகவல் தெரிவிக்க வேண்டும்.

Beauty is Back, Scalp Torn off by Machine Gets Re-attached

Express News Service

Udumthurai: A 29-year-old woman, who had her scalp torn off by a machine in a gold jewelry making firm, had a surgery done at Coimbatore Medical College and returned home with her face intact. Ashritha, wife of Seethikumar from Selvapuram, walked out of the hospital two days after surgery. She spoke to the media by thanking the doctors who stitched her scalp back on her head. "The incident happened on May 8 at 6 pm when I was working in the factory and there was no one checking my work as ornament fall from my hand and I got hit down to get it. All of a sudden my long hair was caught in the machine and got pulled up toward the mill," said Ashritha. She said she still remembered everything and she shivered each time she recalled what had happened.



கண்

in a critical state and her pulse rate was low. So we immediately resuscitated her with three units of blood and intravenous fluid transfusion. Once her condition was stabilized we took her to the operation theatre for an emergency plastic surgery," said S. Anand, professor and head of Plastic Surgery Department, who led the surgery with doctors Siva Kumar and Seethikumar. "The operation lasted three hours. The doctor said stitches were increasing. 'Necessary safety measures must be taken at the workplace to prevent accidents and immediate care must be provided in case of accidents,' added Anand. "What the doctors called 'miracle' was even though the scalp was torn off, there were not much damage to the tissue or vessels and it was easy for the doctors to do the surgery without transplanting tissues from other parts of her body.

கர்ப்பிணி மரணங்கள் குறைந்தது

ஊட்டி, ஜூன் 10—
"சிக இறப்பு, கர்ப்பிணி மரணம் குறைவாக நிகழும் மாநிலங்களின் வரிசையில், தமிழகம் இரண்டாம் இடம் பெற்றுள்ளது," என, சுகாதாரத்துறை செயலர் ராதா கிருஷ்ணன் கூறினார்.

மத்திய சுகாதாரம் மற்றும் குடும்பநலத்துறையின் லோக்சபா உயர்நிலைக் குழு கூட்டம், ஊட்டியில் நேற்று நடந்தது. இதில் பங்கேற்ற, அவர் கூறியதாவது:

சிக இறப்பு மற்றும் கர்ப்பிணிகளின் இறப்பு விகிதம் குறைவாக உள்ள மாநிலங்களின் வரிசையில், தமிழகம் இரண்டாம் இடத்தில் உள்ளது.

கர்ப்பிணிகள், சரியான ஊட்டச்சத்து உணவு

சுகாதாரத்துறை பெருமிதம்

உட்கொள்ளாமல் இருப்பது, மருத்துவ சிகிச்சை பெறாமல் தவிர்ப்பது, போக்குவரத்து வசதி குறைபாடு போன்றவை இறப்புக்கு காரணம்.

இவற்றை தவிர்த்து, இறப்பு விகிதத்தை மேலும் குறைக்க நடவடிக்கை எடுத்து வருகிறோம்.

தமிழகத்தில், 2011 முதல், மருத்துவ தேர்வு வாரியம் வாயிலாக, 7,500 டாக்டர்கள் நியமிக்கப்பட்டுள்ளனர். காலி பணியிடங்கள் நிரப்பப்பட்டு வருகின்றன.

மாவட்ட தலைமை அரசு மருத்துவமனைகளை, மருத்துவ கல்லூரிகளுக்கு இணையாக தரம் உயர்த்தும் பணிகள்

நடந்து வருகின்றன.

சென்னையில், 'எய்ம்ஸ்' மருத்துவமனை அமைக்க, இடம் தேர்வு செய்யும் பணி நடக்கிறது. தமிழகத்தில், '108' அவசர கால ஆம்புலன்ஸ் சேவைக்கு, கூடுதல் வாகனங்கள் வாங்கப்பட உள்ளன.

தமிழக, கேரள எல்லை மாவட்டங்களில், குரங்கு காய்ச்சலை தடுக்க, தடுப்பூசி போடப்படுகிறது. எல்லையில் பணிபுரியும் வனத்துறை ஊழியர்கள், வேட்டை தடுப்பு காவலர்களுக்கு தடுப்பூசி போடப்பட்டு வருகிறது. மக்கள் பதியடைய தேவை இல்லை.

இவ்வாறு, சுகாதாரத்துறை செயலர் ராதா கிருஷ்ணன் கூறினார்.

குரங்கு காய்ச்சலை தடுக்க நீலகிரி, ஈரோடு மாவட்ட கிராம மக்களுக்கு தடுப்பூசி

கர்நாடகத்தில் இருந்து கேரளத்துக்குப் பரவியது

சென்னை

தமிழகத்தில் குரங்கு காய்ச்சல் பரவாமல் தடுக்க, கேரள மற்றும் கர்நாடக எல்லைபாசு நீலகிரி மாவட்டம் மற்றும் ஈரோடு மாவட்டம் தாளவாடி ஆகிய பகுதியில் உள்ள 10 கிராமங்களில் தீவிர கண்காணிப்பு மேற்கொள்ளப்பட்டுள்ளது.

முன்னெச்சரிக்கையாக, கிராம மக்களுக்கு தடுப்பூசிகள் போடப்படுவதாக பொது சுகாதாரத்துறை இயக்குநர் குழந்தைசாமி தெரிவித்தார். கர்நாடக மாநிலத்தில் இருந்து "குரங்கு காய்ச்சல்" (Kyasanur Forest Disease) கேரள

மாநிலத்துக்குப் பரவிபுள்ளது. கேரளத்தில் ஏராளமானோர் பாதிக்கப்பட்டுள்ள நிலையில், தோயின் தீவிரத்தால் 2 பேர் உயிரிழந்துள்ளனர்.

இதுதொடர்பாக பொது சுகாதாரத்துறை இயக்குநர் டாக்டர் குழந்தைசாமி கூறியதாவது: குரங்கின் உடலில் இருக்கும் உண்ணி மற்றும் ஓட்டுண்ணி மூலமாக குரங்கு காய்ச்சல் ஏற்படுகிறது. குரங்கிடம் இருந்து உண்ணிகளுக்கும், உண்ணிகள் மூலம் குரங்குகளுக்கும் காய்ச்சல் பரவுகிறது. அதேபோல், உண்ணிகளிடம்

இருந்து மனிதர்களுக்கு காய்ச்சல் பரவுகிறது. ஆனால், மனிதர்களில் ஒருவரிடமிருந்து மற்றொருவருக்குப் பரவாது.

கர்நாடக மாநிலத்தில் இருந்து தற்போது கேரள மாநிலத்துக்கு குரங்கு காய்ச்சல் பரவிபுள்ளது. எனவே, தமிழகத்தில் குரங்கு காய்ச்சல் வராமல் தடுப்பதற்காக கேரள மற்றும் கர்நாடகத்தின் தமிழக எல்லைகளான நீலகிரி மாவட்டம் மற்றும் ஈரோடு மாவட்டம் தாளவாடி பகுதியில் உள்ள 10-க்கும் மேற்பட்ட கிராமங்கள் தீவிரமாக கண்காணிக்கப்படுகின்றன என்றார்.

எந்திரத்துக்குள் முடி சிக்கி தலையில் தோலை இழந்த பெண்ணுக்கு நவீன சிகிச்சை

மீண்டும் முடி வளரும் வகையில், அரசு ஆஸ்பத்திரி டாக்டர்கள் சாதனை



எந்திரத்துக்குள் தலை முடி சிக்கி, தலையில் தோல் முழுவதும் இழந்த பெண்ணுக்கு கோவை அரசு ஆஸ்பத்திரி டாக்டர்கள் நவீன அறுவை சிகிச்சை செய்து மீண்டும் இணைத்தனர். இந்த பெண்ணுக்கு மீண்டும் தலைமுடி வளரும் வகையில் நுண்ணிய அறுவை சிகிச்சை செய்து இருப்பதாக டாக்டர்கள் தெரிவித்தனர்.

எந்திரத்துக்குள் சிக்கியது

கோவை செல்வபுரத்தை சேர்ந்த செந்தில்குமார் என்பவருடைய மனைவி அஸ்வினி (வயது 26), கோவை காந்திபார்க் பகுதியில் உள்ள தங்க நகை உற்பத்தி மையத்தில் தொழிலாளியாக வேலை செய்து வந்தார். கடந்த 8ந்தேதி, தங்கத்தை நுண்ணிய கம்பிளாக உருவாக்கும் எந்திரத்தில் பணி செய்தபோது, தங்க கம்பி கீழே விழுந்தது. இதனை எடுக்க குனிந்தபோது அஸ்வினியின் தலைமுடி எந்திரத்துக்குள் சிக்கியது. சிறிது நேரத்தில் தலைமுடி முழுவதும் இழக்கப்பட்டு தோலுடன் பிய்ந்து ரத்த வெள்ளத்தில் உயிருக்கு போராடினார். உடன் இருந்த தொழிலாளர்கள் எந்திரத்தை நிறுத்தி அஸ்வினியை மீட்டு கோவை அரசு ஆஸ்பத்திரியில் சிகிச்சைக்காக சேர்த்தனர்.

பிளாஸ்டிக் அறுவை சிகிச்சை

பிளாஸ்டிக் அறுவை சிகிச்சை பிரிவு துறை தலைவரும், டாக்டருமான அசோகன் தலைமையில், டாக்டர்கள் செந்தில்குமார், சிவக்குமார், மயக்க மருந்து டாக்டர் ராதா ஆகியோர் கொண்ட குழுவினர் 3 மணிநேரம் அறுவை சிகிச்சை செய்து, தோல் முழுவதையும் இணைத்தனர்.

இந்த சிகிச்சை குறித்து டாக்டர் அசோகன் கூறியதாவது:-

தலையின் மண்டை ஓட்டில் தோல் முழுவதும் இழந்து, ரத்தக்காயத்துடன் வந்த அஸ்வினிக்கு மிக நுண்ணிய பரிசோதனை செய்யப்பட்டது. 7 ரத்தக்குழாய்களில் ஒரு குழாய் மட்டும் செயல்படுவதும் 6 ரத்தக்குழாய்கள் மிகவும் சேதம் அடைந்து இருப்பதும் கண்டறியப்பட்டது. சேதம் அடையாத ஒரு ரத்தக்குழாய்க்கு மீண்டும் ரத்த ஓட்டம் அளிக்கப்பட்டு சிகிச்சை அளிக்கப்பட்டது. 1½ லிட்டர் ரத்தம் வெளியேறி இருந்ததால், புதிதாக 1½ லிட்டர் ரத்தம் செலுத்தப்பட்ட பின்னர் தோல் முழுவதையும் பொருத்தி பிளாஸ்டிக் அறுவை சிகிச்சை அளிக்கப்பட்டுள்ளது.

மீண்டும் முடிவளரும்

எந்திரத்துக்குள் தலைமுடியுடன், தோல் பிய்ந்து வருபவர்களுக்கு 3 மணி நேரத்துக்குள் சிகிச்சை அளிக்கப்பட வேண்டும். இதன்படி இந்த பெண்ணுக்கு உடனடியாக சிகிச்சை அளிக்கப்பட்டது. தோல் முழுவதும் பொருந்தி இருப்பதால் மீண்டும் முடி வளர்ந்து பழைய நிலையை அடையும். உடலில் வேறு பகுதியில் இருந்து தோலை எடுத்து மீண்டும் பொருத்தினால் முடி வளராது. இந்த பெண்ணுக்கு ஏற்கனவே தலையில் இருந்த தோல் முழுவதையும் மீண்டும் பொருத்தி இருப்பதால் முடி வளரும்.

பாதுகாப்புடன் செயல்பட வேண்டும்

கோவை மாவட்டத்தில் மில் எந்திரங்களுக்குள் தலைமுடி சிக்கி தோல் பிய்ந்து வருபவர்கள் எண்ணிக்கை அதிக அளவில் உள்ளது. தற்போது முதல்முறையாக தங்கநகை தயாரிக்கும் எந்திரத்தில் சிக்கி இந்த பெண் பாதிக்கப்பட்டுள்ளார். இதுபோன்ற அபாயகரமான நிகழ்வுகள் ஏற்படுவதை தடுக்க எந்திர பகுதியில் வேலை செய்யும் பெண்கள் தலைமுடியை முழுவதும் இறுக்கி கட்டிக் கொண்டோ அல்லது தலைமுடியை மறைக்கும் வகையில் துணி அல்லது தொப்பியினால் அணிந்து கொண்டோ வேலை செய்ய வேண்டும். விழிப்புடன் செயல்பட்டால் விபத்தில் இருந்து தப்பலாம். இவ்வாறு டாக்டர் அசோகன் கூறினார்.



தமிழ்நாடு அரசு
மக்கள் நல்வாழ்வு மற்றும் குடும்ப நலத்துறை
இந்திய மருத்துவம் மற்றும்
ஓமியோபதி ஆணையரகம்

பெங்கு காய்ச்சலைக் குணப்படுத்தவும், தடுக்கவும் கீழ்க்கண்ட சித்த மருந்துகளைப் பயன்படுத்துவீர்
இயற்கையாகக் குணப்படுத்தும் பாரம்பரிய மருந்துகள்



(1) **பப்பாளி இலைச் சாறு**

புதிதாக பறித்த பப்பாளி இலைகளில் உள்ள காய்புகளை அகற்றிவிட்டு சிறிது தண்ணீர் ஊற்றி அரைத்து அல்லது இடித்து வடிகட்டி 10 மில்லி வீதம் நாளொன்றுக்கு 4 முறை அருந்த வேண்டும். இவ்வாறு அருந்தினால், 5 நாட்களில் காய்ச்சல் தணிந்து விடும். காய்ச்சல் தணிந்த பிறகும் இதனை மேலும் 2 நாட்களுக்கு அருந்த வேண்டும். பப்பாளி இலைச்சாறு வீட்டில் தயாரிக்கப்படும் பாரம்பரிய மருந்தாகும்.



(2) **மலைவேம்பு இலைச் சாறு**

புதிதாக பறித்த மலைவேம்பு இலைகளுடன் சிறிது தண்ணீர் ஊற்றி அரைத்து அல்லது இடித்து வடிகட்டி 10 மில்லி வீதம் நாளொன்றுக்கு கிரண்டு அல்லது மூன்று முறை அருந்த வேண்டும். இவ்வாறு அருந்தினால், 5 நாட்களில் காய்ச்சல் தணிந்து விடும். காய்ச்சல் தணிந்த பிறகும் இதனை மேலும் 2 நாட்களுக்கு அருந்த வேண்டும். மலைவேம்பு இலைச்சாறு வீட்டில் தயாரிக்கப்படும் பாரம்பரிய மருந்தாகும்.



(3) **நிலவேம்புக் குடிநீர்**

10 கிராம் நிலவேம்புக் குடிநீர் ஆரணத்தை எடுத்து 100 மில்லி நீருடன் கலந்து கொதிக்க வைத்து பாதிபாக சுருக்கி, வடிகட்டி 50 மில்லி வீதம் நாளொன்றுக்கு காலை மற்றும் மாலை கிருவேளைகள் அருந்தி வரவும். ஒவ்வொரு முறையும் புதிதாக தயாரித்துக் கொள்ளவும். இதன் மூலம் காய்ச்சல் கந்து நாட்களில் தணிந்துவிடும். காய்ச்சல் தணிந்த பிறகும் இதனை மேலும் கிரண்டு நாட்களுக்கு அருந்த வேண்டும்.

நிலவேம்புக் குடிநீர் அனைத்து அரசு மருத்துவமனைகள், ஆரம்ப சுகாதார நிலையங்களில் உள்ள சித்த மருத்துவப் பிரிவுகளில் விலையெதுமின்றி கிடைக்கும்.

மேலும் விவரங்களுக்கு

அருகியுள்ள அரசு மருத்துவமனைகளில் செயல்படும் இந்திய முறை மருத்துவப் பிரிவை அணுகவும்