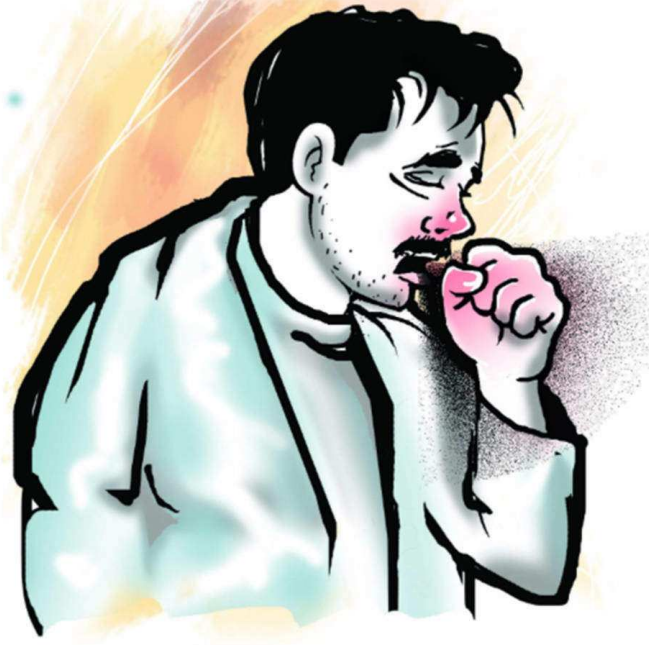


காச நோயிற்கான குறிப்புகள்



வழங்குபவர்

சாஜிதா பர்வீன்,

முதுகலை செவிலியம் இரண்டாம் ஆண்டு,
செவிலியர் கல்லூரி, சென்னை மருத்துவக் கல்லூரி,
சென்னை-600003.

காச நோயிற்கான குறிப்புகள்

காசநோய் சார்ந்த பல்வேறு அம்சங்கள் இங்கு விவரிக்கப்பட்டுள்ளன.

காசநோய்

காசநோய் என்பது ஆங்கிலத்தில் Tuberculosis (TB) என அழைக்கப்படுகிறது. காசநோய் மைக்ரோ பாக்டீரியம் டியுபர் குளோசிஸ் என்ற கிருமியினால் தொற்றக்கூடிய நோயாகும். இது ஏழை, பணக்காரன், ஆண், பெண், குழந்தைகள் என்ற அனைத்து வயதினரையும் தாக்கக்கூடிய ஒரு நோயாகும். காசநோய் உடலின் எந்த ஒரு பாகத்தையும் தாக்கலாம். தண்டுவடத்தை தாக்குகிறது. பெரும்பாலானவர்களிடம் காசநோய் கிருமி உடலில் இருந்தாலும் அது நோயாக மாறுவதில்லை. எச்.ஐ.வி. உள்ளவர்களுக்கு காசநோய் தொற்றக்கூடிய வாய்ப்பு மிக அதிகமாகும்.



நோய் பரவும் முறை

இது மைக்ரோபாக்டீரியம் டியுபர் குளோசிஸ் எனப்படும் பாக்டீரியாவால் தோற்றுவிக்கப்படுகிறது.

காசநோய் கண்ட நபரிலிருந்து காற்றின் மூலம் இந்நோய் மற்ற நபர்களுக்கும் பரவுகிறது. இந்நோய் கண்ட நபர் மூலம் ஒரு வருடத்தில் 10 அல்லது அதற்கு மேற்பட நபருக்கு இந்நோய் தொற்றும்.



காசநோயின் அறிகுறிகள்

- ❖ விட்டுவிட்டு காய்ச்சல்
- ❖ மூன்று வாரம் அல்லது அதற்கும் அதிகமான வாரங்கள் இடைவிடாத இருமல்
- ❖ சுவாசிப்பதில் பிரச்சனை



காசநோய் பற்றி அறிந்துகொள்வதற்கான பரிசோதனை

- ❖ சளி பரிசோதனை
- ❖ மார்பக எக்ஸ்ரே பரிசோதனை
- ❖ மாண்டோ (Montoux) பரிசோதனை



மேற்கூறிய பரிசோதனைகள் அனைத்தும் அரசு காசநோய் தடுப்பு சிகிச்சை மையங்கள் மற்றும் அரசு ஆரம்ப சுகாதார மையங்கள் மற்றும் தாலுக்கா மருத்துவமனைகளில் உள்ளன. சளி நுண்ணோக்கி (Sputum

Microscope) பரிசோதனை திருத்தப்பட்ட தேசிய காசநோய் கட்டுப்பாட்டு திட்ட (RNTCP) மையங்களில் செயல்படுகிறது.

மைக்ரோஸ்கோபிக் மையங்கள் அனைத்து மாவட்டங்களிலும் செயல்படுத்தப்படுகிறது. ஒவ்வொரு மாவட்டத்திலும் ஒரு இலட்சம் பேருக்கு ஒரு மையம் என்ற விகிதத்தில் அமைக்கப்பட்டு செயல்படுகிறது. ஒவ்வொரு மையத்திலும் சளி (Sputum) பரிசோதனை செய்வதற்கு பயிற்சி பெற்ற ஆய்வக நுட்பநர் உள்ளார்.



சிறு பிள்ளைகளில் காசநோய்

- ❖ சிறுபிள்ளைகளில் காசநோய் ஏற்படுவதற்கான வாய்ப்புகள் அதிகம்.
- ❖ கீழ்கண்ட சூழலில் வாழும் சில குழந்தைகளில், காசநோய் மற்றவர்களைவிட அதிக அளவில் தொற்றக்கூடிய அபாயம் உண்டு.
 - காசநோயின் தாக்கம் அதிகம் உள்ள நபர்கள் வசிக்கும் வீட்டிலுள்ள குழந்தைகளுக்கு
 - எச்.ஐ.வி. அல்லது மற்ற நோய் தடுப்பு தன்மையை குறைக்கும் தொற்றுநோய் கொண்ட சிறு பிள்ளைகள்
 - மருத்துவ வசதிகள் குறைவாக உள்ள சமூக சூழ்நிலையில் உள்ள சிறு பிள்ளைகள்

நுரையீரலுக்கு தொடர்பில்லாத காசநோய்

(எக்ஸ்ட்ரா பல்மோனரி டியூபர்குளோஸிஸ்) எக்ஸ்ட்ரா பல்மோனரி காசநோய் என்பது நுரையீரல் அல்லாத மற்ற பகுதிகளில் ஏற்படும் காசநோயினை குறிக்கிறது.

அறிகுறிகள்

நோய்தொற்று கொண்ட குறிப்பிட்ட பகுதி (நிணநீர்ச்சுரப்பிக் கணுக்கள்- லிம்ஃப்நோடஸில் காசநோய்) வீக்கமைடதல், நடமாடும் திறன் குறைதல் (முதுகெலும்பு கூர்முனை- ஸ்பைனில் காசநோய்) அல்லது கடுமையான தலைவலி மற்றும் நரம்பு சம்பந்தமான குறைசெயல்பாடு (டி.பி. மெநிஞ்சைடிஸ்) போன்றவையாகும். எக்ஸ்ட்ரா பல்மோனரி டி.பி-யில் இருமல் இருக்காது. ஏனெனில் இது நுரையீரலில் ஏற்படுவது இல்லை.

நோய் பரவும் முறை

- ❖ முதன்மை நோய்தொற்றின் போது, இந்நோய் பரப்பும் பாக்டீரியா இரத்தம் மற்றும் நிணநீர் மண்டலம் மூலம் நுரையீரல் அல்லாத மற்ற பகுதிகளுக்கு பரவுகிறது. நோய் தொற்று கண்ட நபரின் உடலில், நோய் எதிர்ப்பு சக்தி போதுமானதாக இருப்பின், இந்நோய்க்கிருமிகள் அழிக்கப்படுகின்றன. நோய்தொற்று கண்ட நபரின் உடலில், நோய் எதிர்ப்பு திறன் குறைபாடு இருப்பின், இவ்வகை பாக்டீரியாக்கள் குறிப்பிட்ட பகுதிகளில் தங்கிவிடுகின்றன. இந்நோயினை தோற்றுவிப்பதற்கு முன்பு, சில மாதங்கள் முதல் வருடங்கள் வரை, தங்கள் இனப்பெருக்கத்தினை பாக்டீரியாக்கள் செய்து கொள்கின்றன.
- ❖ இருமல் மூலம், நுரையீரலில் உள்ள பாக்டீரியாக்கள் சளி வழியாக வெளிவரும். அப்படி வரும் சளியினை விழுங்கும்போது, கழுத்துப் பகுதியில் உள்ள நிணநீர் பகுதிகளுக்குள் பாக்டீரியா செல்கின்றன.
- ❖ நோய் தொற்று கண்ட விலங்களின் பாலில் உள்ள மைக்ரோபாக்டீரியம் போவிஸ் எனும் நோய் கிருமிகளால் பாலின் மூலம் இந்நோய் மனிதர்களுக்கு பரவுகிறது.

இந்நோய் தொற்று ஏற்படும் பொதுவான பகுதிகள்

- ❖ நிணநீர் முடிச்சுகள் மற்றும் சீமூடன் உள்ள கட்டிகள்- குறிப்பாக கழுத்தை சுற்றியுள்ள பகுதிகள்.
- ❖ எலும்பு மற்றும் மூட்டுகள்- இப்பகுதி பாதிப்பு ஏற்பட்டால், நோயாளிகளில் பாதிப்பேருக்கு முதுகெலும்பு முற்பகுதி பாதிக்கப்படுகிறது.
- ❖ பெண்களில் கர்ப்பப்பை, ஆண்களில் விதைப்பையில் உள்ள எபிடிடைமில் எனப்படும் இனப்பெருக்க உறுப்பு பகுதி பாதிக்கப்படுகிறது. இருபாலரிலும், சிறுநீரகம், சிறுநீர் குழாய்கள் அல்லது சிறுநீர்ப்பை நோய் பாதிக்கிறது.
- ❖ வயிறு, குடல் மற்றும் அதைச் சுற்றியுள்ள பெரிடோனியம் எனப்படும் சவ்வுப்பகுதி பாதிக்கப்படலாம்.

அடிக்கடி கேட்கப்படும் கேள்விகள்

காசநோய் ஏற்பட காரணம் என்ன?

காசநோய் ஒரு பரம்பரை வியாதி அல்ல. இது ஒரு தொற்று வியாதி. எந்த மனிதர் வேண்டுமானாலும் காசநோயால் பாதிக்கப்படலாம். காசநோயால் பாதிக்கப்பட்ட ஒருவர் வாய் மூடாமல் தும்மினாலோ அல்லது இருமினாலோ காசநோய் ஏற்படுத்தும் கிருமிகள் காற்றில் வெளிப்படுகின்றன. இப்படி பாதிக்கப்பட்ட காற்றை சுவாசிக்கும் யாரை வேண்டுமானாலும் பாதிக்கும். ஒருவரின் உடலில் சென்ற காசநோய் கிருமி காசநோயை ஏற்படுத்தாது. உடலில் செயல் இழந்த காசநோய் கிருமி உள்ளோர் உடனே நோய்வாய்ப்படுவதில்லை. அவர்களுக்கு காசநோய்க்கான அறிகுறிகள் இருக்காது. மேலும் நோய் எதிர்ப்பு சக்தி குறையும் பொழுது செயலிழந்து இருக்கும் காசநோய் கிருமிகள் செயல்படத் தொடங்கிவிடும். ஆகவேதான் எச்.ஐ.வி. உள்ளவர்களுக்கு காசநோய் வருவதற்கான வாய்ப்புகள் அதிகரிக்கிறது.

இந்த நோயின் அறிகுறிகள் என்ன?

காசநோயின் குறிப்பான அறிகுறிகள், மூன்று வாரத்திற்கு மேல் தொடரும் இருமல், சளியுடன் கூடிய இருமல், காய்ச்சல், எடை குறைவு அல்லது பசியின்மை போன்றவை ஆகும். மேற்கூறிய ஏதாவது அறிகுறி ஒருவருக்கு மூன்று வாரத்திற்கு மேல் நீடித்தால் அவர் அருகிலிருக்கும்

டாட்ஸ் காசநோய் மையம் அல்லது சுகாதார மையத்திற்கு சென்று சளியை பரிசோதித்துக்கொள்ள வேண்டும்.



டி.பி.க்கான (காசநோய்) அறிகுறி !

- 15 நாட்களுக்கும் அதிகமான காய்ச்சல், இருமல் இருக்கும்.
- பசி எடுக்காது.
- மாலை நேரம் நெருங்க, நெருங்க உடல் சூடேறி காய்ச்சல் அதிகமாகும்.
- இரவில் அதிகம் வியர்க்கும்.
- உடல் எடை குறையும்.
- சளியுடன் ரத்தம் சேர்ந்து வரும்.

facebook.com/Dinamaldaily

காசநோயை கண்டுபிடிக்க எத்தகைய பரிசோதனைகள் செய்ய வேண்டும், மற்றும் அவை எங்கு செய்யப்படும்?

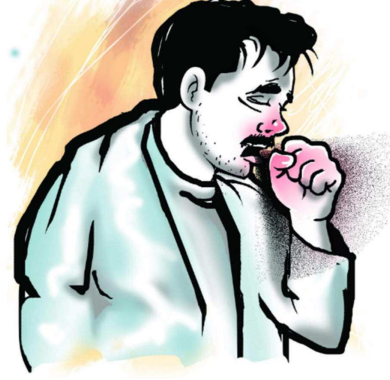
காசநோயை கண்டுபிடிக்க சளியில் காசநோய்க்கான கிருமி உள்ளதா என்று தொடர்ச்சியாக மூன்று நாட்களுக்கு பரிசோதிக்க வேண்டும். நாட்டின் பல பகுதிகளில் டாட்ஸ் மையங்கள் உருவாக்கப்பட்டுள்ளன. இந்த மையங்களில் அளிக்கப்படும் சேவைகள் அனைத்தும் முற்றிலும் இலவசம்.

நன்றாக இருமிய பின் வரும் சளியை பரிசோதனைக்கு தர வேண்டும். முக்கியமாக சளிக்கு பதிலாக உமிழ்நீரை தரக்கூடாது. பரிசோதனைக்கு உமிழ்நீரை தந்தால் நோயை கண்டுபிடிக்க முடியாது.

காசநோய்க்கான சிகிச்சை என்ன?

காசநோய் எதிர்ப்பு மருந்துகளை தொடர்ந்து முழு சிகிச்சை காலத்திற்கு எடுத்துக்கொண்டால் இந்த நோய் முழுமையாக குணமடையக்கூடியது. காசநோயால் பாதிக்கப்பட்ட நோயாளி, குறைந்தபட்சம் ஆறு மாதங்களுக்கு தொடர்ச்சியாக மருந்து எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். சில நோயாளிகளுக்கு மருந்துகளை ஒரு வருடத்திற்கு கூட தொடர வேண்டிய நிலை வரலாம். முக்கியமாக மருத்துவரின் ஆலோசனைப்படி தான் மருந்துகளை நிறுத்த வேண்டும். முழுமையான அல்லது தொடர்ச்சியான சிகிச்சை எடுத்துக்கொள்ளாத

நோயாளிகளுக்கு இந்த நோய் உயிருக்கு ஆபத்தானதாகவோ அல்லது குணப்படுத்த முடியாததாகவோ மாறிவிடும்.



இந்த காசநோய் குணப்படுத்தக்கூடியதா?

தேவையான காலங்களுக்கு, முறையாகவும் மற்றும் தொடர்ச்சியாகவும் சிகிச்சையை எடுத்துக்கொண்டால் இந்த நோய் முழுமையாக குணமடையக்கூடியதே. காசநோய் கிருமிகளை முற்றிலுமாக கட்டுப்படுத்த பல்வேறு வகையான நுண்ணுயிர்க் கொல்லி/ கட்டுப்படுத்தும் மருந்துகள் தேவைப்படுகிறது. காசநோய் கிருமிகள் படிப்படியாகத்தான் அழிக்கப்படுகிறது. எனவே குறிப்பிட்ட காலம் வரையிலும் கொடுக்கப்படும் மருந்துகளை உட்கொள்வது மிகவும் அவசியமாகும். மருந்து உட்கொண்ட சில வாரங்களில் உடல் நன்றாக குணமடைய தொடங்கும். அப்பொழுது இடையில் மருத்துவ சிகிச்சையை நிறுத்துவதால் உடலிலுள்ள காசநோய்க் கிருமிகள் முற்றிலும் அழிக்கப்படுவதில்லை. ஆகவே, மருத்துவ சிகிச்சை முழுமையாக மேற்கொள்வது மிகவும் அவசியம். எனவே நோயாளி தொடர்ந்து மருத்துவ சிகிச்சை முறை தற்பொழுது நடைமுறையில் உள்ளது. இது ஆங்கில டாட்ஸ் (DOTS) என்று அழைக்கப்படுகிறது. இந்த DOTS மருத்துவ சிகிச்சை அரசு மருத்துவமனைகளில் இலவசமாக வழங்கப்படுகிறது.

காசநோயை எவ்வாறு தவிர்க்கலாம்?

காசநோயாளி வாயை மூடாமல் இருமினாலோ அல்லது தும்மினாலோ, அல்லது அங்கங்கு துப்பினாலோ, அவர்களின் எச்சில் மூலம் காசநோய் பரவுகிறது. அதனால் நோயாளிகள் இருமும்பொழுதும் அல்லது தும்மும்போதும் எப்போதும் முகத்தை மூடிக்கொள்ள வேண்டும்.

நோயாளிகள் அங்கங்கு துப்பக்கூடாது மற்றும் இருமும்போது கைக்குள் ஸ்பிரேன் வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். வீட்டிலும் நோயாளிகள் மூடி உள்ள தொட்டியில் தான் துப்ப வேண்டும்.

காசநோய் அறிகுறிகள் ஒருவருக்கு தோன்றினால், அதை கண்டு பயப்படாமல் இருப்பதும், நோயை மறைக்காமல் இருப்பதும் மிக முக்கியம். குறிப்பிட்ட நபர் தன்னை பரிசோதித்து கொள்வதும் தேவையான ஓய்வு எடுத்துக்கொள்வதும் அவசியம்.



காசநோயாளிக்கு தரவேண்டிய உணவு என்ன?

காசநோயாளிகள் தங்களுக்கு பிடித்த எந்த வகை உணவையும் சாப்பிடலாம். காசநோயாளிக்கு எவ்வித வித்தியாசமான உணவுகளும் தேவையில்லை. குறிப்பிட்ட நபருக்கு பிரச்சனை தரக்கூடிய எந்த உணவையும் தவிர்க்க வேண்டும்.



காசநோயாளிகள் தவிர்க்க வேண்டிய பொருட்கள் என்ன?

காசநோயாளி பீடி, சிகரெட், புகையிலை, மதுபானம் அல்லது மற்ற போதை தரக்கூடிய பொருட்கள் உட்கொள்வதை தவிர்க்க வேண்டும். குளிர்ச்சியான பொருட்களை தவிர்த்தல் வேண்டும்.

காசநோய் செய்ய வேண்டியதும் மற்றும் செய்யக் கூடாததும் யாவை?

செய்ய வேண்டியது

- ❖ மூன்று வாரங்களோ அல்லது அதற்கு மேலும் தொடர்ந்து இருமல் இருந்தால் சளி பரிசோதனை செய்ய வேண்டும். இந்த பரிசோதனை இலவசமாக அரசு சளி நுண்ணுயிர் மையத்தில் செய்யப்படும்.
- ❖ அனைத்து மருந்துகளையும் தொடர்ந்து முழுகால அளவுக்கு எடுக்க வேண்டும்.
- ❖ டி.பி. குணப்படுத்தக்கூடியது என்பதை புரிந்துகொள்ளவும்.
- ❖ தும்மல் மற்றும் இருமல் ஏற்படும் பொழுது கைக்குட்டையை உபயோகப்படுத்தவும்.

செய்யக்கூடாதவை

- ❖ மூன்று வாரங்களோ அல்லது அதற்கு மேலும் தொடர்ந்து இருமல் இருந்தால் மருத்துவ உதவியை தவிர்க்கக் கூடாது.
- ❖ டி.பி.-யை கண்டுபிடிக்க எக்ஸ்ரேயை மட்டும் சார்ந்து இருக்கக் கூடாது.
- ❖ மருத்துவர் அனுமதியில்லாமல் மருந்துகளை நிறுத்தக் கூடாது.
- ❖ கண்ட இடங்களில் எச்சில் துப்பக்கூடாது.



டாட்ஸ் என்றால் என்ன?

டாட்ஸ் என்பது குறியகால நேரடி கவனிப்பு பரிசோதனையாகும். டி.பி-யை கண்டுபிடிக்கவும், குணப்படுத்தவும் உலகெங்கும் உள்ள ஆரம்ப சுகாதார மையங்களில் இது சிறப்பான வழிமுறையாக பெயர் பெற்றது. இது ஐந்து உடற்கூறுகளை உள்ளடக்கியது

- ❖ தேசிய காசநோய் கட்டுப்பாடு திட்டத்திற்கான அரசியல் உறுதிமொழி.
- ❖ தடையில்லாமல் தொடர்ந்து காசநோய் எதிர்ப்பு மருந்து வழங்குதல். எதிர்பார்க்கத்தக்க உயர்தர காசநோய் எதிர்ப்பு மருந்துகளை சுகாதார மையங்கள் மூலம் காசநோயாளிக்கு தடையில்லாமல் தொடர்ந்து கிடைக்கச் செய்வதின் உருவாக்கம் தான் டாட்ஸ் செயல்முறையின் முக்கிய அம்சமாகும்.

தீவிர சிகிச்சைப்படி (2-3 மாதங்கள்)	தொடர் சிகிச்சைப்படி (4-6 மாதங்கள்)
	
<ul style="list-style-type: none">• வாரத்தில் மூன்று நாட்களுக்கு 2-3 மாதம் நேரடி பார்வையில் மருந்து உட்கொள்ளுதல்• சளி பரிசோதனை செய்தல்	<ul style="list-style-type: none">• வாரத்தில் மூன்று நாட்களுக்கு 4-6 மாதம் வீட்டிலேயே மருந்து உட்கொள்ளுதல்• சளி பரிசோதனை செய்தல்

டாட்ஸ் முறையின் சிறப்புகள் என்ன?

- ❖ டாட்ஸ் 95 சதவிகிதம் நோயாளிகளை குணமாக்குகிறது.
- ❖ வியாதியிலிருந்து நிச்சயமாகவும், விரைவாகவும் குணமடைய டாட்ஸ் உறுதி அளிக்கிறது.
- ❖ இந்தியாவில் 17 இலட்சம் நோயாளிகளின் வாழ்க்கையை டாட்ஸ் மாற்றியுள்ளது.
- ❖ வறுமையை அகற்றவும், உயிர்களை காக்கவும் நோயின் கால அளவை குறைக்கவும் டாட்ஸ் ஒரு சிறப்பான வழிமுறையாகும்.

மேலும் சில ஆண்டுகளுக்கு வேலை வாய்ப்பு இழப்பை ஏற்படுத்தும் புதிய தொற்று நோய்களையும் தடுக்க உதவுகிறது.

- ❖ எச்.ஐ.வி.யால் பாதிக்கப்பட்ட காசநோயாளிகளின் வாழ்நாளை டாட்ஸ் நீட்டிக்கிறது.
- ❖ டாட்ஸ் நோயாளிகளுக்கு தடையில்லாமல் காசநோய் எதிர்ப்பு மருந்துகள் கிடைப்பதை உறுதி செய்வதுடன், நோயாளிகளின் ஒத்துழைப்பை பெறுவதன் மூலம், சிகிச்சை பலன் அளிக்காமல் போவதை தடுப்பதுடன் பன்மருந்து எதிர்ப்பு காசநோய் ஏற்படுவதையும் தவிர்க்கிறது.
- ❖ டாட்ஸ் உடல் நல சேவைகள் சென்றடைவதை அதிகப்படுத்துகிறது. இந்த டாட்ஸ் வழிமுறைகள் வெளிப்புற உடல் நல சேவைகள் மேம்பாட்டை ஊக்குவிக்க மிகவும் வெற்றிகரமானதாக உள்ளது.
- ❖ டாட்ஸ் இலவசமாக அனைத்து சுகாதார நிலையங்களிலும் கிடைக்கிறது.

மருந்து எதிர்ப்பு காசநோய் என்றால் என்ன?

சாதாரண காசநோய்க்கு கொடுக்கப்படும் வழக்கமான நோய் எதிர்ப்பு மருந்துகளுக்கு குணம் அடையாமல் உருவாகும் 'மருந்து எதிர்ப்பு காசநோய்' தான் மிகவும் முக்கிய பிரச்சனையாக உள்ளது. நோயாளிகள் தொடர்ச்சியாக மற்றும் முழுமையடையாத சிகிச்சை முறைகள் தான் மருந்து எதிர்ப்பு ஏற்படுவதற்கான காரணமாக அமைகிறது. தொடர்ச்சியாகவும் முழுகால அளவும் காசநோய் எதிர்ப்பு மருந்தை சாப்பிடுவதின் மூலம் எம்.டி.ஆர். காசநோயை தவிர்க்கலாம். இந்த வகை காசநோய் மிகவும் செலவுமிக்கது. மேலும் இது பயனலிக்காமல் போவதுடன் சிகிச்சையின் காலகட்டம் 2 ஆண்டுகளுக்கு மேல் நீட்டிக்கப்படலாம்.

டி.பி. மற்றும் எச்.ஐ.வி.க்கான உறவுநிலை எப்படிப்பட்டது?

யாருக்கு வேண்டுமானாலும் காசநோய் தொற்று ஏற்படலாம். எச்.ஐ.வி. உள்ள மனிதர்கள் காசநோயால் அவதிப்படுவதற்கான வாய்ப்புகள் அதிகம். எச்.ஐ.வி.யால் நோய் எதிர்ப்பு சக்தி குறையும்பொழுது இந்த பாக்கீரியா வளர்ந்து பன்மருந்துகாகலாம். இது காசநோய் வியாதியாக மாற்றமடைகிறது.