

## चेहऱ्यावर तीळ आहेत ? काय कराल ?

त्या दिवशी वीस वर्षांची मंजीरी माझ्या दवाखान्यात आली. म्हणाली, ”डॉक्टर, बघा ना किती तीळ आलेत माझ्या चेहऱ्यावर. माझ्या मैत्रिणी तर मला चिडवतात. तीळांची चटणी तरी करून खा असे म्हणतात. एक तीळ ७ जणांनी वाटून घ्यावा असे म्हणतात. या तीळांचे पण तसे करता आले असते तर किती बर झालं असतं. मला तर माझ्या चेहऱ्याकडे बघायलाच कसतरी वाटतं.”

तीळ हे बऱ्याच जणांना असतात. किंबहुना बहुतेकांना अंगावर कुठेतरी एखादा तरी तीळ असतोच. कुठे अंगावर एखादी खूण आहे का असं अर्जामध्ये लिहायचं असल्यास आपण कुठे तीळ आहे का ते शोधतो. म्हणजेच तीळ हा एक खुणेचा प्रकार आहे व तो आला की नंतर जात नाही हे सर्वसामान्यांना माहिती असतं. आज या तीळाबद्दल आपण थोडे आणखी जाणून घेऊ.

### तीळ म्हणजे काय?

तीळ म्हणजे एक प्रकारची खूण आहे की जी रंगांच्या पेशींच्या समूहापासून बनलेली असते . तीळ म्हणजे काळ्या रंगाचा छोटासा डाग किंवा पुळी किंवा छोटीशी गाठ असते. पण ती एक सौम्य ( benign ) गाठ असते. मेलानोमाप्रमाणे रंगपेशींच्या कॅन्सरची गाठ नसते. तीळ हा जन्मानंतर कधीही येऊ शकतो. लहान मुले, पौगंडावस्थेतील मुले तसेच गरोदर स्त्रिया व तीस वर्षांपर्यंतच्या व्यक्ती यांमध्ये तीळ येण्याचे प्रमाण जास्त असते. त्यानंतर ते कमी कमी होत जाते. अतिवयस्कर माणसांमध्ये तर असलेले तीळदेखील हळूहळू निघून जातात. स्त्री व पुरुषांमध्ये तीळ होण्याचे प्रमाण सारखेच असते . ज्यांची त्वचा अति गोरी आहे अशांमध्ये तीळ होण्याचे प्रमाण जास्त असते. जन्मजात जर एखाद्याला गडद काळ्या किंवा गडद तपकीरी रंगाची , जाड, आकाराने मोठी व केसाळ खुण असेल तर तिला तीळ म्हणता येणार नाही. तिला रंगापेशींची जन्मखुण किंवा congenital Pigmented Nevus म्हणतात.

### तीळ का येतात ?

तसं पाहयला गेल्यास आपल्या त्वचेमध्ये रंगाच्या पेशी ह्या त्वचेच्या इतर पेशींप्रमाणे एकमेकांच्या फार जवळ नसतात. त्या एकमेकांमध्ये अंतर ठेवून असतात. तीळ असलेल्या ठिकाणी मात्र या रंगाच्या पेशी एकमेकांच्या फार जवळ असतात व त्यांचाच एक संग्रह किंवा समूह तयार होतो. याचे महत्वाचे कारण म्हणजे सूर्यप्रकाश. सूर्यप्रकाशातील अतिनील किरणांमुळे रंगांच्या पेशींना चालना मिळते व त्यामुळे तीळ तयार होतात. याच कारणामुळे तीळ शक्यतो चेहरा व जिथे ऊन पडते अशा ठिकाणी जास्त करून पहावयास मिळतात. असे जरी असले तरी तीळ होण्यासाठी अनुवंशिकतादेखील कारणीभूत असते. त्यामुळे आपण पाहतो की आई-वडिलांना जर तीळ असण्याचे प्रमाण जास्त असेल तर मुलांना देखील तीळ जास्त असतात. त्वचा उन्हामुळे किंवा अन्य काही कारणामुळे भाजली गेल्यास. तसेच गोळ्यांची तीव्रप्रकारे ऍलर्जी येऊन त्वचा भाजल्यासारखी झाल्यास , रंगाच्या पेशींना हानी पोहोचते व त्यानंतर देखील त्या भागात तीळ येऊ शकतात. रंगांच्या पेशी ह्या आपले उन्हापासून संरक्षण करत असतात. त्यामुळे ज्यांच्या त्वचेचा रंग जास्त गडद आहे अशा व्यक्तींना तीळ असण्याचे प्रमाण कमी असते. याउलट ज्यांची कातडी फार गोरी आहे अशा व्यक्तींमध्ये तीळ असण्याचे प्रमाण हे जास्त असते.

## तीळाचे काही प्रकार असतात का?

तीळ एकूण तीन प्रकारचे असतात. एक प्रकार म्हणजे त्वचेवर १ ते ३ मिलीमीटरचा छोटासा एकदम काळ्या रंगाचा डाग येतो. हा त्वचेला लागून असतो. दुसरा प्रकार म्हणजे मसूर डाळी एवढी काळ्या रंगाची छोटीशी पुळी. तर तिसरा प्रकार जो जास्त प्रमाणात दिसून येतो तो म्हणजे साधारण वाटण्या एवढ्या किंवा मोठ्या आकाराचा तीळ. हा तीळ कमी काळा व कधी कधी त्वचेच्या रंगाचाही असतो. कधीकधी या तीळामध्ये केसदेखील वरती आलेले दिसतात.

## तीळामध्ये मेलानोमा म्हणजेच रंगाच्या पेशींचा कर्करोग होऊ शकतो का?

आशियाई लोकांची त्वचा निमगोरी , गव्हाळ किंवा गडद गव्हाळ रंगाची असते. या त्वचेमध्ये तीळाचे रूपांतर मेलानोमा म्हणजेच रंगापेशींच्या कर्करोगामध्ये होण्याची शक्यता खूप कमी असते. ज्या लोकांची त्वचा अतिगोरी असते त्यांना हा आजार होण्याची शक्यता जास्त असते. जो तीळ आकाराने मोठा व त्वचेच्या पातळीच्या वर असतो त्या तीळा मध्ये मेलानोमा होण्याची शक्यता फार कमी असते. जर एखाद्या तीळाच्या आकारात ( लांबी, रुंदी व उंचीत ) अचानक वाढ होत असेल , रंगात बदल होत असेल व एकाच तीळात काळ्या व तपकिरी रंगाच्या एकापेक्षा जास्त छटा दिसू लागल्या असतील, त्याचा आकार असममित ( asymmetric ) होत असेल, त्याची सीमा अनियमित ( irregular ) व धूसर ( ill defined ) होत असेल, थोडक्यात एखाद्या तीळात अचानक कुठलाही बदल होण्यास सुरवात झाली असेल तर त्यामध्ये मेलानोमाची सुरवात झाली असण्याची शक्यता असते. अशावेळी विनाविलंब त्वचारोगतज्ञ किंवा सर्जनचा सल्ला घ्यावा. कधी कधी एखाद्या व्यक्तीला नखाच्या मुळापासून ते थेट वरपर्यंत एक गडद काळ्या किंवा तपकिरी रंगाची १-३ मिलीमीटरची पट्टी दिसून येते. याला melanonychia असे म्हणतात. बर्याचदा त्याचे कारण हे नखाच्या मुळाशी अचानक आलेला तीळ हे असते. पण क्वचित प्रसंगी नखाच्या मुळात जर मेलानोमाला सुरवात झाली असेल तरीही अशी पट्टी येऊ शकते. त्वचेचे जे तीन कर्करोग आहेत त्यापैकी मेलानोमा हाच एक कर्करोग असा आहे की जो लवकरच इतर त्वचा तसेच लसिकाग्रंथी , यकृत, हाडे, फुफ्फुसे , मेंदू व इतर अवयवांत पसरतो. त्यामुळे वर उल्लेखलेली धोक्याची लक्षणे गंभीरपणे घेणे आवश्यक आहे.

## तीळांवर उपचार करणे आवश्यक आहे का?

तीळ हे तसे बहुतेकांना असतात. जर त्यामध्ये वर उल्लेख केलेली लक्षणे दिसत नसतील तर त्यावर काही उपचार करण्याची गरज नाही. तीळ जर नवीन नवीन येत असतील तर उन टाळणे व उन्हात जाताना पायघोळ कपडे घालणे किंवा उघड्या भागावर सनस्क्रीन वापरणे आवश्यक आहे. चेहऱ्यावर जर विशिष्ट ठिकाणी तीळ असेल तर तो ब्युटी स्पॉटही वाटतो. पण जर एखाद्याला चेहऱ्यावरील तीळ चांगला वाटत नसेल तर तो काढता येतो. तेथील भाग प्रथम सुन्न केला जातो. नंतर रेडिओफ्रिक्वेन्सी उपकरणाने फक्त तीळाच्या पेशी नष्ट केल्या जातात. तीळ जेवढा वरती असतो तेवढा तो आतही असतो. त्यामुळे तीळ काढल्यानंतर तिथे तेवढ्याच आकाराची छोटीशी जखम होते जी ८-१० दिवसात भरून जाते. त्यानंतर जो छोटासा व्रण राहतो तोही कालावधीनी आकसून आणखी छोटा होतो. जास्त मोठा तीळ असल्यास तो शस्त्रक्रीयेने काढला जातो. अशा वेळी तीळ व आसपासची थोडी त्वचा काढून तिथे १-२ टाके मारले जातात. तीळ काढायचा असल्यास त्वचारोगतज्ञाचा सल्ला घ्यावा.