చర్మపు దద్దుర్లు మరియు వాపు కాలేయం లేదా పిత్త వాహిక వాపు చీము (ఉదరం, పొత్తికడుపు లేదా ఆసన ప్రాంతం చుట్టూ ఏర్పడే చీము యొక్క సమాహారం) ఫిస్టులా (ప్రేగు పూతల విస్తరించి, పేగులోని మరొక భాగానికి సొరంగం (ఫిస్టులా) ఏర్పడుతుంది , చర్మం, లేదా మరొక అవయవం) పేగు అడ్డంకి, పేగులో అడ్డంకి ఆసన పగుళ్లు (మీ మలద్వారంలో చిన్న కన్నీళ్లు దురద, నొప్పి లేదా రక్తస్రావం కలిగించవచ్చు) అల్సర్లు, మీ నోటిలో, ప్రేగులలో, పాయువులో పుండ్లు తెరిచి ఉంటాయి. మీ శరీరం అవసరమైన విటమిన్లు, ఖనిజాలు మరియు పోషకాలను అందుకోదు). క్రోన్'స్ వ్యాధి యొక్క మీ కీళ్ళు, కళ్ళు మరియు చర్మ రకాలు వంటి మీ శరీరంలోని ఇతర ప్రాంతాలలో వాపు

క్రోన్'స్ వ్యాధిలో ఐదు రకాలు ఉన్నాయి:

క్రోన్'స్ కోలిటిస్: వ్యాధి పెద్దప్రేగును మాత్రమే ప్రభావితం చేసినప్పుడు. గ్యాస్ట్రోడ్యూడెనల్ క్రోన్'స్ వ్యాధి: ఇది కడుపు మరియు చిన్న ప్రేగు యొక్క మొదటి భాగం లేదా ఆంత్రమూలం యొక్క దీర్ఘకాలిక మంట ద్వారా వర్గీకరించబడుతుంది. ఇలిటిస్: ఇది ఇలియమ్ లేదా చిన్న ప్రేగులను ప్రభావితం చేసే ఒక పరిస్థితి. ఇలియోకోలిటిస్: ఇది క్రోన్'స్ వ్యాధి యొక్క అత్యంత సాధారణ రకం, ఇది ఇలియం మరియు పెద్దప్రేగును ప్రభావితం చేస్తుంది. జెజునోయిలిటిస్: ఈ వ్యాధి చిన్న ప్రేగు యొక్క ఎగువ భాగంలో ప్రభావితం చేస్తుంది. క్రోన్'స్ వ్యాధికి కారణాలు

IBD యొక్క ఖచ్చితమైన కారణం తెలియదు, కానీ ఇది జన్యు సిద్ధత, అంటువ్యాధి, రోగనిరోధక, ఆహారం మరియు పర్యావరణ కారకాల కలయికను కలిగి ఉంటుందని భావిస్తున్నారు.

క్రోన్'స్ వ్యాధి నోటి నుండి పాయువు వరకు ఎక్కడైనా మంట (వాపు) కలిగిస్తుంది. అయినప్పటికీ, ఈ వ్యాధి సాధారణంగా చిన్న ప్రేగు మరియు పెద్దప్రేగు (ఇలియం) కలయికను ప్రభావితం చేస్తుంది. ఇది పేగు క్రిప్ట్ (ప్రేగులలో కనిపించే గ్రంథి) దగ్గర గాయాలతో ప్రారంభమవుతుంది. ఇది చివరికి అల్సర్‌లను ఏర్పరుస్తుంది, మొదట ఉపరితల పొరలో మరియు తరువాత లోతైన ప్రేగు కణజాలాలలో వ్యాపిస్తుంది.

వాపు తీవ్రతరం కావడంతో, నాన్-కేసిటింగ్ గ్రాన్యులోమా (కణ మరణం లేకుండా కణ వాపు) ఏర్పడుతుంది, ఇది క్రోన్'స్ వ్యాధిలో చాలా సాధారణం. ఈ కొనసాగుతున్న వాపు ప్రేగు అవరోధం మరియు స్ట్రిక్చర్ ఏర్పడటానికి కారణమవుతుంది (ప్రేగు యొక్క సంకుచితం పేగు అడ్డంకికి దారితీస్తుంది). క్రోన్'స్ వ్యాధికి ప్రమాద కారకాలు

క్రోన్'స్ వ్యాధికి ప్రమాద కారకాలు వీటిని కలిగి ఉండవచ్చు: 1. జన్యు సిద్ధత జన్యుశాస్త్రం కూడా పాత్రను పోషిస్తుంది, ఎందుకంటే క్రోన్'స్ వ్యాధి కుటుంబాల్లో వ్యాపిస్తుంది. క్రోన్'స్ వ్యాధితో దగ్గరి బంధువు ఉండటం వల్ల పరిస్థితి అభివృద్ధి చెందే అవకాశం పెరుగుతుంది. ఇద్దరు తల్లిదండ్రులకు ఇన్ఫ్లమేటరీ ప్రేగు వ్యాధి (IBD) ఉంటే, క్రోన్'స్ వ్యాధి వచ్చే ప్రమాదం 35% వరకు పెరుగుతుంది.

గమనిక: అధ్యయనం ప్రకారం, క్రోన్'స్ వ్యాధితో బాధపడుతున్న ఒక పేరెంట్ ఉన్న పిల్లలు ఈ పరిస్థితిని అభివృద్ధి చేసే జీవితకాల ప్రమాదం 7 నుండి 9 శాతం వరకు ఉంటుందని కనుగొనబడింది. కొన్ని రకాల ఇన్ఫ్లమేటరీ ప్రేగు వ్యాధిని అభివృద్ధి చేయడానికి వారికి 10 శాతం అవకాశం ఉంది.

1. ఏజ్ CD ఏ వయసులోనైనా సంభవించవచ్చు కానీ ఈ పరిస్థితి ఎక్కువగా 30 సంవత్సరాల కంటే ముందు లేదా దాదాపుగా అభివృద్ధి చెందుతుంది.
2. రోగనిరోధక శక్తి క్రోన్'స్ వ్యాధి అనేది స్వయం ప్రతిరక్షక-మధ్యవర్తిత్వ శోథ స్థితి. బ్యాక్టీరియా, వైరస్‌లు, శిలీంధ్రాలు మరియు ఇతర సూక్ష్మజీవులు వంటి విదేశీ ఆక్రమణదారులు సాధారణంగా రోగనిరోధక వ్యవస్థచే దాడి చేయబడి చంపబడతారు. మీ రోగనిరోధక వ్యవస్థ మీ శరీరంలోని ఆరోగ్యకరమైన కణాలపై తప్పుగా దాడి చేసినప్పుడు స్వయం ప్రతిరక్షక ప్రతిచర్య సంభవిస్తుంది, దీని వలన పేగు మార్గము మరియు వాపుకు అసాధారణ ప్రతిస్పందన ఏర్పడుతుంది. ఇది దీర్ఘకాలిక మంట (వాపు), వ్రణోత్పత్తి, పేగు గోడ గట్టిపడటం మరియు చివరికి క్రోన్'స్ వ్యాధి లక్షణాలను కలిగిస్తుంది.

మా రోగనిరోధక పరీక్ష ప్యాకేజీని చూడండి. ఇక్కడ నొక్కండి

1. ఒత్తిడి IBD యొక్క వ్యాధికారకంలో ఒత్తిడి కూడా ముఖ్యమైన పాత్రను కలిగి ఉండవచ్చు. IBD యొక్క క్లినికల్ లక్షణాల క్షీణతకు దారితీసే గ్యాస్ట్రోఇంటెస్టినల్ ఇన్ఫ్లమేషన్‌ను ఒత్తిడి ప్రారంభించవచ్చని లేదా తిరిగి సక్రియం చేయవచ్చని ప్రతిపాదించబడింది.

ఒత్తిడి శరీరాన్ని ఎలా ప్రభావితం చేస్తుందనే దాని గురించి మరింత తెలుసుకోండి. మరింత తెలుసుకోవడానికి ఇక్కడ క్లిక్ చేయండి

1. పర్యావరణ కారకాలు అనేక పర్యావరణ కారకాలు క్రోన్'స్ వ్యాధిని అభివృద్ధి చేసే మరియు మంటలను పెంచే ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయి, అవి- పెయిన్‌కిల్లర్స్: పెయిన్‌కిల్లర్స్ లేదా ఆస్పిరిన్ మరియు ఇబుప్రోఫెన్ వంటి నాన్‌స్టెరాయిడ్ యాంటీ ఇన్‌ఫ్లమేటరీ డ్రగ్స్ యొక్క దీర్ఘకాలిక ఉపయోగం IBD ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. (తాపజనక ప్రేగు వ్యాధి).

ధూమపానం: సిగరెట్ ధూమపానం కూడా క్రోన్'స్ వ్యాధిని అభివృద్ధి చేసే సంభావ్యతను పెంచుతుంది. చురుకైన ధూమపానం చేసేవారు ధూమపానం చేయని వారి కంటే క్రోన్'స్ వ్యాధిని అభివృద్ధి చేసే అవకాశం రెండు రెట్లు ఎక్కువ.

ధూమపానం మానేయాలని ప్లాన్ చేస్తున్నారా? మా ధూమపానం మానేయడంలో మీకు సహాయం చేద్దాం. ఇప్పుడే కొనండి

పేలవమైన ఆహారం: చక్కెర అధికంగా ఉన్న ఆహారాలు, ఒమేగా-6 కొవ్వు ఆమ్లాలు, బహుళఅసంతృప్త కొవ్వు ఆమ్లాలు, మొత్తం కొవ్వు, నూనె, మాంసం మొదలైనవి వంటి పేద ఆహారపు అలవాట్లు కూడా CD (క్రోన్'స్ వ్యాధి) అభివృద్ధి చెందే ప్రమాదంతో ముడిపడి ఉన్నాయి.

గమనిక: IBD లేదా క్రోన్'స్ వ్యాధి ఏదైనా ఒక నిర్దిష్ట ఆహారాన్ని తినడం ద్వారా ప్రేరేపించబడదు. కానీ కొంతమందికి, కొన్ని ఆహారాలు లక్షణాలను తీవ్రతరం చేస్తాయి.

అపెండిసైటిస్: అపెండిక్స్ తొలగించబడిన పిల్లలు తరువాత జీవితంలో వ్రణోత్పత్తి పెద్దప్రేగు శోథను అభివృద్ధి చేసే అవకాశం తక్కువగా ఉంటుంది, కానీ వారు క్రోన్'స్ వ్యాధిని అభివృద్ధి చేసే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది.

నోటి గర్భనిరోధకాలు లేదా HRT(హార్మోన్ పునఃస్థాపన చికిత్స): హార్మోన్ పునఃస్థాపన చికిత్స మరియు నోటి గర్భనిరోధకం రెండూ మహిళల్లో IBD ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయి.

నోటి గర్భనిరోధకాల గురించి మరింత తెలుసుకోవాలనుకుంటున్నారా? ఇప్పుడు ఇక్కడ క్లిక్ చేయండి

యాంటీబయాటిక్స్: బాల్యంలో యాంటీబయాటిక్ ఎక్స్పోజర్ IBD లేదా క్రోన్'స్ వ్యాధి ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది.

యాంటీబయాటిక్స్ గురించి మరింత తెలుసుకోండి యాంటీబయాటిక్స్ గురించి మరింత తెలుసుకోండి క్రోన్'స్ వ్యాధి నిర్ధారణ

క్రోన్'స్ వ్యాధిని నిర్ధారించడానికి, వైద్యులు సాధారణంగా పరీక్షల కలయికను ఉపయోగిస్తారు. శారీరక పరీక్ష చేయించుకునే ముందు, మీరు తీసుకుంటున్న ఏవైనా మందులు మరియు మీ కుటుంబ చరిత్రతో సహా మీ వైద్య చరిత్ర గురించి తప్పనిసరిగా మీ వైద్యుడికి తెలియజేయాలి.

1. శారీరక పరీక్ష మీ పొత్తికడుపు ఉబ్బరం కోసం స్టెతస్కోప్‌ని ఉపయోగించి పరీక్షిస్తుంది, మీ పొత్తికడుపులోని శబ్దాలను వింటుంది. సున్నితత్వం మరియు నొప్పిని గుర్తించడానికి మీ పొత్తికడుపుపై నొక్కండి, అలాగే మీ కాలేయం లేదా ప్లీహము అసాధారణంగా లేదా విస్తరించిందో లేదో తెలుసుకోవడానికి.
2. ల్యాబ్ పరీక్షలు ఇందులో రక్త పరీక్షలు (RBC మరియు WBC కౌంట్) మరియు మల పరీక్ష ఉంటాయి. రక్త పరీక్షలు- ఈ పరీక్ష అధిక స్థాయిలో తెల్ల రక్త కణాలను తనిఖీ చేస్తుంది, ఇవి వాపు లేదా ఇన్ఫెక్షన్‌ను సూచిస్తాయి. పరీక్ష రక్తహీనత లేదా తక్కువ ఎర్ర రక్త కణాల సంఖ్య కోసం కూడా చూస్తుంది. మల పరీక్ష- ఇది బ్యాక్టీరియా లేదా పరాన్నజీవుల కోసం తనిఖీ చేస్తుంది. దీర్ఘకాలిక విరేచనాలకు కారణమయ్యే అంటువ్యాధులను మినహాయించడంలో ఇది ఉపయోగపడుతుంది.
3. ఇమేజింగ్ పరీక్షలు పేగు ఎండోస్కోపీ- ఇది క్రింది ఎండోస్కోపీ, కోలనోస్కోపీని కలిగి ఉంటుంది - ఇవి జీర్ణవ్యవస్థలోని అంతర్గత నిర్మాణాలను నిజ సమయంలో చూసేందుకు నోరు (ఎండోస్కోపీ) లేదా పురీషనాళం (కొలనోస్కోపీ) ద్వారా ఇన్‌వాసివ్ పరీక్షలు.

బయాప్సీ- బయాప్సీ సమయంలో, తదుపరి పరీక్ష మరియు విశ్లేషణ కోసం ప్రేగు లోపలి నుండి ఒక చిన్న కణజాలం తొలగించబడుతుంది. క్యాన్సర్ విషయంలో కూడా బయాప్సీ నమూనా తీసుకుంటారు.

క్రోమోఎండోస్కోపీ- పేగు లైనింగ్‌లో చిన్న మార్పులను హైలైట్ చేయడానికి మరియు గుర్తించడానికి పెద్దప్రేగులో నీలిరంగు ద్రవ రంగును స్ప్రే చేస్తారు. పాలిప్స్‌ని కూడా తొలగించవచ్చు మరియు/లేదా బయాప్సీ చేయవచ్చు.

క్యాప్సూల్ ఎండోస్కోపీ- క్యాప్సూల్ ఎండోస్కోపీలో, ఒక చిన్న కెమెరాను కలిగి ఉండే క్యాప్సూల్ మింగబడుతుంది, ఇది డాక్టర్ జీర్ణాశయం లోపల దృశ్యమానం చేయడానికి అనుమతిస్తుంది.

X- కిరణాలు మరియు ఫ్లోరోస్కోపీ- ప్రక్రియ కోసం, మీరు ఒక x-ray యంత్రం ముందు నిలబడటానికి లేదా కూర్చుని బేరియం త్రాగడానికి అడగబడతారు. ఎక్స్-రేలో, బేరియం మీ ఎగువ GI ట్రాక్‌ను మరింత కనిపించేలా చేస్తుంది. రేడియాలజిస్ట్ అప్పుడు ఎక్స్-రే మరియు ఫ్లోరోస్కోపీలో మీ ఎగువ GI ట్రాక్ట్ ద్వారా బేరియం కదులుతున్నట్లు గమనిస్తారు.

CT స్కాన్ మరియు మాగ్నెటిక్ రెసొనెన్స్ ఎంట్రోగ్రఫీ (MRE) - CT స్కాన్ (కంప్యూటెడ్ టోమోగ్రఫీ అని కూడా పిలుస్తారు) అనేది జీర్ణవ్యవస్థ యొక్క చిత్రాన్ని రూపొందించడానికి x-కిరణాల శ్రేణిని తీసుకునే యంత్రం. MRE అనేది మీ చిన్న ప్రేగు యొక్క వివరణాత్మక చిత్రాలను ఉత్పత్తి చేసే ఇమేజింగ్ పరీక్ష.

ల్యాబ్ పరీక్ష కోసం అపాయింట్‌మెంట్ బుక్ చేసుకోండి ఇక్కడ క్లిక్ చేయండి హిస్టరీ ఛానల్ యొక్క రియాలిటీ సిరీస్ అమెరికన్ పికర్స్ స్టార్‌లలో ఒకరైన ఫ్రాంక్ ఫ్రిట్జ్ ఫ్రిట్జ్ ప్రభావితమైన ప్రముఖులు, పావు శతాబ్దానికి పైగా క్రోన్స్‌తో పోరాడిన పురాతన వస్తువుల నిధి వేటగాడు. "క్రోన్'స్ బాతు లాంటిది," అని అతను చెప్పాడు. “బాతులు ప్రశాంతంగా కనిపిస్తాయి, నీటి ఉపరితలంపై నిశ్శబ్దంగా తేలుతూ ఉంటాయి, కానీ కింద అవి వెర్రివాడిలా తెడ్డులా ఉన్నాయి. క్రోన్'స్‌తో బాధపడుతున్న వ్యక్తులకు ఇది ఒకేలా ఉంటుంది—బయట మీరు నిజంగా చెప్పలేరు, కానీ నేను చేయగలిగినంత వరకు నియంత్రణలో ఉండటానికి నేను చాలా కష్టపడుతున్నాను. ఇప్పుడు ఫ్లోరిడా పాంథర్స్ యొక్క కోచ్ అయిన కెవిన్ డినీన్ డినీన్, ఈ వ్యాధి "నిజమైన కళ్ళు తెరిచే అనుభవం" అని చెప్పాడు, ఎందుకంటే త్వరిత పరిష్కారం లేదు. అతను చెప్పాడు, "ఇది దీర్ఘకాలిక, బలహీనపరిచే వ్యాధి, ఇది జీవితాంతం మీతో ఉంటుంది," అని ఆయన చెప్పారు. "దానితో పట్టు సాధించడానికి నాకు కొన్ని సంవత్సరాలు పట్టింది." క్రోన్'స్ వ్యాధి నివారణ

IBD మరియు క్రోన్'స్ వ్యాధితో సహా అనేక దీర్ఘకాలిక పరిస్థితుల చికిత్స మరియు నిర్వహణలో "ట్రీట్ టు టార్గెట్" లేదా "టైట్ కంట్రోల్" విధానం త్వరగా మారుతోంది. కొన్ని జీవనశైలి మార్పులు క్రింది విధంగా పరిస్థితిని నిరోధించడంలో సహాయపడతాయి-

1. పాల ఉత్పత్తులను పరిమితం చేయడం, పండ్లు, కూరగాయలు, చిక్కుళ్ళు మరియు తృణధాన్యాలతో కూడిన పీచుతో కూడిన ఆహారం తీసుకోవడం వంటి కొన్ని ఆహార నియమాలను అనుసరించండి. ప్రాసెస్ చేయబడిన మరియు ప్యాక్ చేయబడిన ఆహారాలు, పాలు మరియు మాంసం ఉత్పత్తులు వంటి తక్కువ మొత్తంలో ఫైబర్ కలిగిన ఆహారాలను పరిమితం చేయండి.

ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం మీకు ఎలా సహాయపడుతుందో తెలుసుకోవాలనుకుంటున్నారా? ఇది ఇప్పుడు చదవండి

1. పుష్కలంగా నీరు త్రాగడం ఒక రోజులో కనీసం 8 గ్లాసుల నీరు త్రాగాలి. కాఫీ మరియు శీతల పానీయాల రూపంలో ఆల్కహాల్ మరియు కెఫిన్ తీసుకోవడం పరిమితం చేయండి ఎందుకంటే అవి శరీరాన్ని డీహైడ్రేట్ చేస్తాయి.
2. ధూమపానం మానేయండి సిగరెట్ ధూమపానం క్రోన్'స్ లక్షణాలను పెంచుతుంది లేదా వాటిని మరింత తీవ్రతరం చేస్తుంది.

ధూమపానం మానేయాలని చూస్తున్నా, చాలా కష్టంగా ఉందా? ఈ అనారోగ్య అలవాటును వదిలించుకోవడానికి మీకు సహాయపడే కొన్ని ఆచరణాత్మక మార్గాల గురించి చదవండి చెక్ అవుట్ చేయండి

1. కొలొరెక్టల్ మరియు గర్భాశయ క్యాన్సర్ కోసం స్క్రీనింగ్ పొందండి కొలొరెక్టల్ క్యాన్సర్ కోసం స్క్రీనింగ్ గురించి మీ వైద్యుడిని సంప్రదించండి. IBD ఉన్న రోగులు 50 ఏళ్లలోపు కొలొరెక్టల్ క్యాన్సర్ స్క్రీనింగ్‌ను ప్రారంభించవలసి ఉంటుంది. మీరు IBD ఉన్న స్త్రీ అయితే గర్భాశయ క్యాన్సర్‌ను ఎలా నివారించవచ్చనే దాని గురించి మీ వైద్యునితో మాట్లాడండి. గర్భాశయ క్యాన్సర్ IBD రోగులలో సర్వసాధారణం.
2. మిమ్మల్ని మీరు ఇమ్యునైజ్ చేసుకోండి అంటు వ్యాధులకు వ్యతిరేకంగా రోగనిరోధకత అనేది ప్రాథమిక నివారణ ప్రయత్నాలలో భాగం. IBD రోగులు ఇన్ఫ్లుఎంజా, న్యుమోకాకల్ న్యుమోనియా మరియు షింగిల్స్ వంటి టీకా-నివారించగల అనారోగ్యాలను సంక్రమించే అవకాశం ఉంది. ఫలితంగా, ఇన్‌యాక్టివేటెడ్ వ్యాక్సిన్‌ల కోసం టీకా మార్గదర్శకాలను అనుసరించడం ఈ అంటు సమస్యలను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది.

గమనిక: వ్యాధుల నివారణకు ఇమ్యునైజేషన్ కీలకం. రోగనిరోధకత గురించి మరింత తెలుసుకోండి

1. క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయండి రోజూ వ్యాయామం చేయడం ద్వారా చురుకుగా ఉండండి. జీర్ణక్రియకు సహాయపడటానికి, భారీ భోజనం తీసుకున్న తర్వాత నడక వంటి తేలికపాటి వ్యాయామాలు చేయండి.
2. ఒత్తిడిని నిర్వహించండి ఒత్తిడి మరియు ఆందోళన క్రోన్'స్ వ్యాధి లక్షణాలను తీవ్రతరం చేస్తాయి. ఒత్తిడి కూడా మంటలను రేకెత్తిస్తుంది.

ఒత్తిడి మీ మొత్తం శ్రేయస్సును ప్రభావితం చేస్తుందా? ఒత్తిడిని నిర్వహించడానికి కొన్ని సడలింపు పద్ధతులను ప్రయత్నించండి. సందర్శించాల్సిన డాక్టర్ గురించి మరింత తెలుసుకోవడానికి చదవండి

క్రోన్'స్ వ్యాధి లేదా వ్రణోత్పత్తి పెద్దప్రేగు శోథ ఉన్న రోగులకు చికిత్స చేయడంలో నిపుణుడైన ఒక అర్హత కలిగిన గ్యాస్ట్రోఎంటరాలజిస్ట్‌ను కనుగొనడం మొదటి దశ. క్రోన్'స్ వ్యాధి యొక్క లక్షణాలను నిర్ధారించడానికి మరియు చికిత్స చేయడానికి, మీరు సందర్శించాలి:

సాధారణ వైద్యుడు అంటు వ్యాధి నిపుణుడు గ్యాస్ట్రోఎంటరాలజిస్ట్

గ్యాస్ట్రోఎంటరాలజిస్ట్ అనేది జీర్ణశయాంతర ప్రేగు మరియు సంబంధిత అవయవాలకు సంబంధించిన రుగ్మతల నిర్ధారణ మరియు చికిత్సలో ప్రత్యేకత కలిగిన వైద్య నిపుణుడు. ఇన్ఫెక్షియస్ డిసీజ్ స్పెషలిస్ట్ అంటే బాక్టీరియా, వైరస్‌లు, శిలీంధ్రాలు, పరాన్నజీవులు మరియు ప్రియాన్‌ల వల్ల కలిగే తీవ్రమైన మరియు దీర్ఘకాలిక వ్యాధులను నిర్ధారించి, చికిత్స చేసే వైద్యుడు.

వైద్యుడిని ఎప్పుడు చూడాలి? క్రోన్'స్ వ్యాధి దీర్ఘకాలిక సమస్యగా మారినట్లయితే మరియు/లేదా కింది లక్షణాలలో ఒకటి లేదా అంతకంటే ఎక్కువ ఉంటే మీరు తప్పనిసరిగా వైద్యుడిని సందర్శించాలి: తరచుగా విరేచనాలు వాంతులు రక్తం లేదా మలంలో శ్లేష్మం జ్వరం వివరించలేని బరువు తగ్గడం తీవ్రమైన కడుపు నొప్పి అలసట రాత్రి చెమటలు

ఒకే క్లిక్‌తో ఇక్కడ భారతదేశంలోని అత్యుత్తమ వైద్యులను సంప్రదించండి. క్రోన్'స్ వ్యాధికి అపాయింట్‌మెంట్ ట్రీట్‌మెంట్ బుక్ చేయండి

వైద్య చికిత్స విస్తృతంగా ఐదు గ్రూపులుగా వర్గీకరించబడింది-

1. అమినోసాలిసిలేట్స్ ఇది ప్రేగు యొక్క గోడ వద్ద వాపును నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. ఇది సాధారణంగా క్రోన్'స్ వ్యాధితో కొత్తగా నిర్ధారణ అయిన మరియు తేలికపాటి లక్షణాలను కలిగి ఉన్న వ్యక్తులకు చికిత్స చేయడానికి సూచించబడుతుంది. ఈ మందులలో ఇవి ఉన్నాయి: బల్సలాజైడ్ మెసలమైన్ ఒల్సలాజైన్ సల్ఫసాలజైన్
2. కార్టికోస్టెరాయిడ్స్ ఇవి స్టెరాయిడ్స్ అని కూడా పిలుస్తారు, రోగనిరోధక వ్యవస్థను అణిచివేసేందుకు మరియు వాపును తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. ఇది సాధారణంగా మితమైన మరియు తీవ్రమైన లక్షణాలను కలిగి ఉన్న వ్యక్తులకు ఇవ్వబడుతుంది. అవి స్వల్పకాలంలో మంటలను నియంత్రించడంలో ప్రభావవంతంగా ఉంటాయి. వాటి దుష్ప్రభావాల కారణంగా, అవి దీర్ఘకాలిక లేదా నిర్వహణ ఉపయోగం కోసం సిఫార్సు చేయబడవు. మందులు ఉన్నాయి: బుడెసోనైడ్ హైడ్రోకార్టిసోన్ మిథైల్‌ప్రెడ్నిసోలోన్ ప్రెడ్నిసోన్
3. ఇమ్యునోమోడ్యులేటర్లు ఈ మందులు రోగనిరోధక వ్యవస్థను అణిచివేస్తాయి, ఫలితంగా జీర్ణవ్యవస్థలో వాపు తగ్గుతుంది. ఇతర మందులకు ప్రతిస్పందించని లేదా స్టెరాయిడ్లకు మాత్రమే స్పందించని వ్యక్తులను ఉపశమనంలో ఉంచడానికి ఈ మందులు ఉపయోగించబడతాయి. ఔషధాలలో ఇవి ఉన్నాయి: 6-మెర్కాప్టోపురిన్ 6-MP, అజాథియోప్రిన్ సైక్లోస్పోరిన్ మెథోట్రెక్సేట్
4. బయోలాజిక్ థెరపీలు సాంప్రదాయిక చికిత్సకు బాగా స్పందించని మితమైన మరియు తీవ్రమైన చురుకైన వ్యాధి ఉన్న వ్యక్తుల కోసం బయోలాజిక్ థెరపీలు సూచించబడతాయి. ఉపయోగించే మందులు:

అడాలిముమాబ్ సెర్టోలిజుమాబ్ ఇన్ఫ్లిక్సిమాబ్ నటాలిజుమాబ్ వెడోలిజుమాబ్ ఉస్తేకినుమాబ్

1. ఇతర మందులు ఎసిటమైనోఫెన్: ఇది తేలికపాటి నొప్పికి ఉపయోగిస్తారు. యాంటీబయాటిక్స్: ఇది సిప్రోఫ్లోక్సాసిన్ మరియు మెట్రోనిడాజోల్ వంటి గడ్డలు మరియు ఫిస్టులా వంటి ఇన్ఫెక్షన్‌తో కూడిన సమస్యలను నివారించడానికి లేదా చికిత్స చేయడానికి ఉపయోగిస్తారు. లోపెరమైడ్: ఇది తీవ్రమైన విరేచనాలను తగ్గించడానికి లేదా ఆపడానికి సహాయపడుతుంది.
2. శస్త్రచికిత్స ఔషధాలతో కూడా, చాలా మందికి వారి క్రోన్'స్ వ్యాధికి చికిత్స చేయడానికి శస్త్రచికిత్స అవసరమవుతుంది. క్రోన్'స్ వ్యాధికి చికిత్స చేయడానికి వివిధ రకాల ఆపరేషన్లు ఉన్నాయి-
3. చిన్న ప్రేగు విచ్ఛేదం- ఈ శస్త్రచికిత్సలో తరచుగా ప్రేగు యొక్క వ్యాధిగ్రస్తుల భాగాన్ని తొలగించడం (విచ్ఛేదం), ఆరోగ్యకరమైన ప్రేగు యొక్క రెండు చివరలు కలిసి ఉంటాయి (అనాస్టోమోసిస్). చిన్న ప్రేగు విచ్ఛేదంలో రెండు రకాలు ఉన్నాయి-

లాపరోస్కోపిక్: లాపరోస్కోపిక్ సర్జరీ అనేది పొత్తికడుపు మరియు కటి ప్రాంతాలలో ఉపయోగించే అతితక్కువ ఇన్వాసివ్ సర్జికల్ టెక్నిక్. చిన్న ప్రేగు యొక్క క్లోజ్-అప్ వీక్షణను పొందడానికి సర్జన్ లాపరోస్కోప్‌ను చొప్పించాడు.

ఓపెన్ సర్జరీ: ఒక సర్జన్ మీ పొత్తికడుపులో 6 అంగుళాల పొడవున ఒక కోతను చేసినప్పుడు, చిన్న ప్రేగు యొక్క వ్యాధి లేదా నిరోధించబడిన విభాగాన్ని తొలగించి, ప్రేగులను మళ్లీ కనెక్ట్ చేయండి.

1. సబ్‌టోటల్ కోలెక్టమీ లేదా పెద్ద ప్రేగు విచ్ఛేదం- ఇది మీ పెద్ద ప్రేగులో కొంత భాగాన్ని తొలగించడానికి చేయబడుతుంది. ఇది మళ్లీ రెండు రకాలు-

లాపరోస్కోపిక్ కోలెక్టమీ- దీనిలో సర్జన్ మీ పెద్ద ప్రేగు యొక్క వ్యాధి లేదా నిరోధించబడిన విభాగాన్ని తీసివేసి, మళ్లీ పెద్ద ప్రేగు చివరలను తిరిగి కలుపుతుంది.

ఓపెన్ సర్జరీ- ఒక సర్జన్ మీ పొత్తికడుపులో 6 అంగుళాల పొడవున ఒక కోత చేస్తే, పెద్ద ప్రేగు యొక్క వ్యాధి లేదా నిరోధించబడిన విభాగాన్ని తొలగించి, ప్రేగులను మళ్లీ కనెక్ట్ చేయండి.

3 ప్రోక్టోకోలెక్టమీ మరియు ఇలియోస్టోమీ- ఇది మీ మొత్తం పెద్దప్రేగు మరియు పురీషనాళాన్ని తొలగించే శస్త్రచికిత్సా ప్రక్రియ. ఇలియోస్టోమీ అనేది స్టోమా లేదా మీ పొత్తికడుపులో తెరుచుకోవడం, మీ ఇలియం యొక్క ఒక విభాగం నుండి సర్జన్ సృష్టించినది. నీకు తెలుసా? 5 సంవత్సరాల వ్యవధిలో, క్రోన్'స్ రోగులలో 18% మందికి చివరికి శస్త్రచికిత్స అవసరమని అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి. కానీ ఇప్పుడు, వ్యాధి తీవ్రతను బట్టి అందుబాటులో ఉన్న వివిధ చికిత్సా ఎంపికల కారణంగా గత కొన్నేళ్లలో ఈ శాతం గణనీయంగా తగ్గింది. క్రోన్'స్ వ్యాధి యొక్క సమస్యలు

కొంతమంది వ్యక్తులు అత్యవసర వైద్య సంరక్షణ అవసరమయ్యే సమస్యలను అభివృద్ధి చేస్తారు-

1. ఫిస్టులాస్- ఫిస్టులాస్ అనేది పేగు గోడపై ఉండే పూతల, ఇవి పేగు, చర్మం లేదా మరొక అవయవానికి వ్యాపించి సొరంగం (ఫిస్టులా)ను ఏర్పరుస్తాయి.
2. స్ట్రిక్చర్- ఇది మచ్చల వల్ల ఏర్పడే ప్రేగు విభాగం యొక్క సంకుచితం, దీని ఫలితంగా పేగు అడ్డంకి ఏర్పడుతుంది.
3. చీము- పొత్తికడుపు, పొత్తికడుపు లేదా ఆసన ప్రాంతం చుట్టూ ఏర్పడే చీము యొక్క సేకరణ. ఒక వైద్యుడు మీ చర్మం ద్వారా లేదా శస్త్రచికిత్స ద్వారా చొప్పించిన సూదితో గడ్డను తీసివేయవచ్చు.
4. చిల్లులు గల ప్రేగు- దీర్ఘకాలిక ప్రేగు వాపు ఒక రంధ్రం ఏర్పడే స్థాయికి గోడను బలహీనపరుస్తుంది.
5. ఆసన పగుళ్లు- ఆసన పగుళ్లు దురద, నొప్పి మరియు రక్తస్రావం కలిగించే మలద్వారంలో చిన్న కన్నీళ్లు. మెజారిటీ ఆసన పగుళ్లు వైద్య చికిత్స, లేపనాలు, వెచ్చని స్నానాలు మరియు ఆహార మార్పులు వంటి వాటితో నయం అవుతాయి.
6. ప్రేగు సంబంధ అవరోధం - ప్రేగులలో అడ్డంకి.
7. అల్సర్లు- మీ నోరు, ప్రేగులు, పాయువు లేదా పెరినియంలో తెరిచిన పుండ్లు
8. విటమిన్లు మరియు ఖనిజాల లోపంతో సహా మాలాబ్జర్ప్షన్ మరియు పోషకాహార లోపం- కోల్పోయిన పోషకాలు మరియు ద్రవాలను భర్తీ చేయడానికి మీకు IV ద్రవాలు లేదా ఫీడింగ్ ట్యూబ్‌లు అవసరం కావచ్చు.
9. వాపు (మీ కీళ్ళు, కళ్ళు మరియు చర్మం వంటి శరీరంలోని ఇతర భాగాలలో)

GI ట్రాక్ట్ వెలుపల సమస్యలు

కొంతమంది రోగులు వ్యాధికి సంబంధించిన లక్షణాలను అభివృద్ధి చేస్తారు కానీ శరీరంలోని ఇతర భాగాలను ప్రభావితం చేస్తారు. ప్రేగు సంబంధిత సమస్యలు: కళ్ళు (ఎరుపు, నొప్పి మరియు దురద) నోరు (పుండ్లు) కీళ్ళు (వాపు మరియు నొప్పి) చర్మం (లేత గడ్డలు, బాధాకరమైన వ్రణాలు మరియు ఇతర పుండ్లు/దద్దుర్లు) ఎముకలు (బోలు ఎముకల వ్యాధి) మూత్రపిండాలు (రాళ్ళు) రక్తహీనత, ఒక పరిస్థితి దీనిలో మీకు సాధారణ కాలేయం (హెపటైటిస్ మరియు సిర్రోసిస్) కంటే తక్కువ ఎర్ర రక్త కణాలు ఉంటాయి- అరుదుగా క్యాన్సర్ వస్తుంది- పెద్దప్రేగు క్రోన్'స్ వ్యాధి లేదా వ్రణోత్పత్తి పెద్దప్రేగు శోథ ఉన్న వ్యక్తులు సాధారణ జనాభా కంటే కొలొరెక్టల్ క్యాన్సర్‌కు ఎక్కువ ప్రమాదం కలిగి ఉంటారు. రక్తం గడ్డకట్టడం- సిరలు మరియు ఊపిరితిత్తుల ధమనులలో ఏర్పడే రక్తం గడ్డకట్టడానికి సాధారణ జనాభా కంటే IBD ఉన్న వ్యక్తులు మూడు రెట్లు ఎక్కువ ప్రమాదం కలిగి ఉంటారు. ప్రైమరీ స్క్లెరోసింగ్ కోలాంగైటిస్ (PSC)- PSC అనేది పిత్త వాహికలలో ఏర్పడే తీవ్రమైన వాపు మరియు మచ్చల రూపం. క్రోన్'స్ వ్యాధికి ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలు

మీ వైద్యుడు సూచించే ఔషధంతో పాటు, మీరు క్రోన్'స్ లక్షణాలతో సహాయం చేయడానికి, మీ రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడానికి లేదా ప్రతిరోజూ మంచి అనుభూతిని పొందేందుకు "కాంప్లిమెంటరీ" చికిత్సలను జోడించాలనుకోవచ్చు.

1. ఆహారంపై శ్రద్ధ వహించండి: మీ ఆహారాన్ని మార్చడం లక్షణాలను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. మీరు తప్పనిసరిగా ఈ క్రింది ఆహార మార్పులను ప్రయత్నించాలి: కార్బోనేటేడ్ పానీయాలను నివారించడం మంట-అప్ సమయంలో, అధిక ఫైబర్ ఆహారాలు, పాల ఉత్పత్తులు, చక్కెర, అధిక కొవ్వు పదార్ధాలు మరియు మసాలా ఆహారాలను నివారించండి. ఎక్కువ ద్రవాలు త్రాగడం చిన్న భోజనం, వేయించడానికి బదులుగా ఉడికించి లేదా ఆవిరితో తినండి. సమస్యలను కలిగించే ఆహారాలను గుర్తించడంలో సహాయపడటానికి ఆహార డైరీని ఉంచడం
2. ప్రోబయోటిక్స్: ప్రోబయోటిక్స్ గట్‌లో మంచి బ్యాక్టీరియాను జోడించడం ద్వారా ఆ సమతుల్యతను పునరుద్ధరించడం లక్ష్యంగా పెట్టుకుంది. అవి జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడంలో సహాయపడతాయి మరియు కొన్ని జాతులు క్రోన్'స్ లక్షణాలను తగ్గించడంలో సహాయపడతాయని చూపించాయి. ప్రోబయోటిక్స్ యొక్క ఆహార వనరులు పెరుగు, టోఫు మొదలైనవి.

ప్రోబయోటిక్స్ యొక్క ఆరోగ్య ప్రయోజనాల గురించి ఇక్కడ మరిన్ని ఉన్నాయి. చదవడానికి క్లిక్ చేయండి

1. ప్రీబయోటిక్స్: మీ జీర్ణవ్యవస్థలో పెరుగుతున్న మంచి బ్యాక్టీరియాకు ప్రీబయోటిక్స్ ఇంధనాన్ని అందిస్తాయి. కొన్ని ప్రీబయోటిక్ మూలాలలో ఆస్పరాగస్, చిక్కుళ్ళు, అరటిపండ్లు మొదలైనవి ఉన్నాయి.

ప్రోబయోటిక్స్ మరియు ప్రీబయోటిక్స్ మన ప్రేగులను ఆరోగ్యంగా ఉంచడంలో ప్రభావవంతంగా ఉంటాయి. మా ప్రీబయోటిక్స్ మరియు ప్రోబయోటిక్స్ సప్లిమెంట్ పరిధిని చూడండి. ఇక్కడ నొక్కండి

1. యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ ఫుడ్: ఇందులో పచ్చి ఆలివ్ ఆయిల్, గ్రీన్ లీఫీ వెజిటేబుల్స్ (బచ్చలికూర, కాలే), ఫ్యాటీ ఫిష్ (ట్యూనా, సాల్మన్), పండ్లు (స్ట్రాబెర్రీ, చెర్రీస్, నారింజ) మొదలైనవి ఉంటాయి. ఈ ఆహారాలు ఫ్రీ రాడికల్ డ్యామేజ్‌ను ఎదుర్కోవడంలో సహాయపడతాయి మరియు మొత్తం మీద తక్కువ ప్రోత్సహిస్తాయి వాపు (వాపు).

ఆరోగ్యకరమైన శరీరం కోసం యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ డైట్ గురించి మరింత చదవండి ఇప్పుడే నొక్కండి

1. మూలికలు: కలబంద రసం- జీర్ణక్రియ మరియు రోగనిరోధక శక్తిని మెరుగుపరచడంలో సహాయపడే శాంతపరిచే ప్రభావాలను కలిగి ఉంటుంది - గ్లుటామైన్- ప్రేగుల పనితీరులో సహాయపడే ఒక అమైనో ఆమ్లం పసుపు (హల్ది) ఇది శోథ నిరోధక లక్షణాలను కలిగి ఉంటుంది మరియు వాపును తగ్గిస్తుంది

ఆరోగ్యకరమైన శరీరం కోసం పసుపు యొక్క 5 ఇతర ప్రయోజనాల గురించి మరింత చదవండి ఇక్కడ క్లిక్ చేయండి

గమనిక: ఆహారం లేదా ఆహారం గురించి మీకు ఏవైనా సమస్యలు ఉంటే మీ డాక్టర్ లేదా డైటీషియన్‌తో మాట్లాడండి. కానీ మీ డాక్టర్ లేదా డైటీషియన్‌ను సంప్రదించకుండా మీ స్వంతంగా ఎలాంటి సప్లిమెంట్లు లేదా ఆహార మార్పులను ప్రారంభించవద్దు.

1. వ్యాయామం మరియు యోగ: వ్యాయామం లేదా యోగా యొక్క ఏదైనా రూపం ఒత్తిడిని తగ్గించగలదు మరియు మీ ప్రేగులు మరింత సాధారణంగా పని చేయడంలో విశ్రాంతి తీసుకోవడానికి ఒక గొప్ప మార్గం. ఇది క్రోన్'స్‌కు కీలకం, ఎందుకంటే ఒత్తిడి మంట-అప్‌లను ప్రేరేపిస్తుంది మరియు లక్షణాలను మరింత అధ్వాన్నంగా చేస్తుంది.

యోగా ప్రయోజనాల గురించి మరింత తెలుసుకోండి. ఇక్కడ నొక్కండి

1. సరైన విశ్రాంతి తీసుకోండి: ఫ్లే-అప్‌ల సమయంలో, మీ సిస్టమ్‌ను విశ్రాంతి తీసుకోవడానికి మరియు మళ్లీ సెట్ చేయడానికి మీరు ద్రవ ఆహారాన్ని తీసుకోవాలి. ప్రేగు విశ్రాంతి కాకుండా, అదనపు నిద్రను పొందడానికి ప్రయత్నించండి, నెమ్మదిగా వెళ్లండి, ఒత్తిడి మరియు తీవ్రమైన వ్యాయామాలను నివారించండి మరియు అవసరమైన విధంగా నేప్స్ తీసుకోండి. మీ శరీరాన్ని నయం చేయడానికి అనుమతించండి.
2. మోక్సిబస్షన్: ఇది ఒక రకమైన సాంప్రదాయ చైనీస్ ఔషధం, ఇది సాధారణంగా ఆక్యుపంక్చర్‌తో కలిపి నిర్వహించబడుతుంది. రెండు విధానాలు ఒకదానికొకటి ఉత్తమంగా సరిపోతాయని భావిస్తున్నారు. ఇది హీట్ థెరపీని పోలి ఉంటుంది. పొడి మూలికలు మీ చర్మానికి దగ్గరగా, తరచుగా ఆక్యుపంక్చర్ పాయింట్ల దగ్గర కాల్చబడతాయి. ఆక్యుపంక్చర్‌తో కలిపి మోక్సిబస్షన్ క్రోన్'స్ లక్షణాలకు సహాయపడవచ్చు. తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు క్రోన్'స్ వ్యాధిని నయం చేయవచ్చా? క్రోన్'స్ వ్యాధి వచ్చే ప్రమాదం ఎవరికి ఉంది? ప్రజలు క్రోన్'స్ వ్యాధిని ఎలా ఎదుర్కొంటారు? Crohn's మీ కాలేయాన్ని ప్రభావితం చేయగలదా? నా ఆహారం క్రోన్'స్ వ్యాధికి కారణమవుతుందా? ప్రస్తావనలు క్రోన్'స్ డిసీజ్. నేషనల్ క్యాన్సర్ ఇన్స్టిట్యూట్. క్రోన్'స్ వ్యాధి గురించి (తేదీ లేదు) Genome.gov. ఇక్కడ అందుబాటులో ఉంది: బఫెట్-బాటైలోన్, S. మరియు ఇతరులు. (2022) క్రోన్'స్ వ్యాధిలో క్లినికల్ రీలాప్స్ యొక్క అంచనా కోసం గట్ మైక్రోబయోటా విశ్లేషణ, నేచర్ న్యూస్. నేచర్ పబ్లిషింగ్ గ్రూప్. ఇక్కడ అందుబాటులో ఉంది: క్రోన్'స్ & కోలిటిస్ ఫౌండేషన్ (తేదీ లేదు). ఇక్కడ అందుబాటులో ఉంది: Caio, G. et al. (2021) క్రోన్'స్ వ్యాధిలో పోషకాహార చికిత్స, MDPI. మల్టీడిసిప్లినరీ డిజిటల్ పబ్లిషింగ్ ఇన్‌స్టిట్యూట్. ఇక్కడ అందుబాటులో ఉంది: క్రోన్'స్ వ్యాధి (తేదీ లేదు) UCLA హెల్త్ సిస్టమ్. ఇక్కడ అందుబాటులో ఉంది: పర్యావరణ ట్రిగ్గర్లు (తేదీ లేదు) క్రోన్'స్ & కోలిటిస్ ఫౌండేషన్. ఇక్కడ అందుబాటులో ఉంది: క్రోన్'స్ వ్యాధి నిర్ధారణ మరియు పరీక్ష (తేదీ లేదు) క్రోన్'స్ & కోలిటిస్ ఫౌండేషన్. ఇక్కడ అందుబాటులో ఉంది: క్రోన్'స్ వ్యాధి నిర్ధారణ (తేదీ లేదు) నేషనల్ ఇన్‌స్టిట్యూట్ ఆఫ్ డయాబెటిస్ అండ్ డైజెస్టివ్ అండ్ కిడ్నీ డిసీజెస్. US డిపార్ట్‌మెంట్ ఆఫ్ హెల్త్ అండ్ హ్యూమన్ సర్వీసెస్. ఇక్కడ అందుబాటులో ఉంది: ప్రాక్టికల్‌గాస్ట్ (2020) ఇన్‌ఫ్లమేటరీ ప్రేగు వ్యాధిలో నివారణ: నవీకరించబడిన సమీక్ష, ప్రాక్టికల్ గ్యాస్ట్రో. ఇక్కడ అందుబాటులో ఉంది: క్రోన్'స్ వ్యాధి లక్షణాల కోసం 8 సహజ చికిత్సలు (RD ద్వారా) (2020) నోరి హెల్త్. ఇక్కడ అందుబాటులో ఉంది: మానసిక మరియు భావోద్వేగ శ్రేయస్సు (తేదీ లేదు) క్రోన్'స్ & కోలిటిస్ ఫౌండేషన్. ఇక్కడ అందుబాటులో ఉంది: Pallarito, K. (2011) క్రోన్'స్ వ్యాధితో బాధపడుతున్న 11 మంది ప్రముఖులు, ఆరోగ్యం. ఆరోగ్యం. ఇక్కడ అందుబాటులో ఉంది: StatPearls (2022) క్రోన్ వ్యాధి, StatPearls. StatPearls పబ్లిషింగ్. ఇక్కడ అందుబాటులో ఉంది: Veauthier, B. మరియు హార్నెకర్, JR (2018) క్రోన్'స్ వ్యాధి: రోగ నిర్ధారణ మరియు నిర్వహణ, అమెరికన్ కుటుంబ వైద్యుడు. ఇక్కడ అందుబాటులో ఉంది: Ha, F. మరియు ఖలీల్, H. (2015) క్రోన్'స్ వ్యాధి: ఒక క్లినికల్ అప్‌డేట్, గ్యాస్ట్రోఎంటరాలజీలో చికిత్సా పురోగతి. US నేషనల్ లైబ్రరీ ఆఫ్ మెడిసిన్. ఇక్కడ అందుబాటులో ఉంది: Day, JA (2022) గ్యాస్ట్రోఎంటరాలజీ & హెపటాలజీ: జాన్స్ హాప్కిన్స్ డివిషన్ ఆఫ్ గ్యాస్ట్రోఎంటరాలజీ అండ్ హెపటాలజీ, గ్యాస్ట్రోఎంటరాలజీ & హెపటాలజీ | జాన్స్ హాప్కిన్స్ డివిజన్. ఇక్కడ అందుబాటులో ఉంది:

==================================================

బొల్లిని ల్యూకోడెర్మా మరియు పైబాల్డ్ స్కిన్ అని కూడా పిలుస్తారు అవలోకనం బొల్లి అనేది స్వయం ప్రతిరక్షక స్థితి, ఇది చర్మం యొక్క ప్రాంతాలు రంగును కోల్పోయేలా చేస్తుంది, ఫలితంగా చర్మంపై మచ్చలు మరియు పాచెస్ ఏర్పడతాయి. ఇది చర్మానికి రంగును ఇచ్చే మెలనిన్ అనే వర్ణద్రవ్యం లేకపోవడం వల్ల వస్తుంది. బొల్లి చర్మంలోని ఏదైనా ప్రాంతాన్ని ప్రభావితం చేస్తుంది, అయితే ఇది సాధారణంగా ముఖం, మెడ మరియు చేతులు వంటి సూర్యరశ్మికి గురైన శరీర భాగాలపై మరియు చర్మం మడతలలో కనిపిస్తుంది.

పరిస్థితి వ్యక్తి నుండి వ్యక్తికి మారుతుంది మరియు చర్మం ఎంత ప్రభావితం అవుతుందో అంచనా వేయడానికి మార్గం లేదు. కొంతమందికి కొన్ని చిన్న, తెల్లటి పాచెస్ మాత్రమే వస్తాయి, అయితే మరికొందరు పెద్ద తెల్లటి పాచెస్‌ను పొందుతారు, అవి వారి చర్మం యొక్క పెద్ద ప్రాంతాలలో చేరుతాయి. మీ చర్మంలో మెలనిన్ లేకపోవడం వల్ల ప్రభావిత ప్రాంతంలోని జుట్టు తెల్లగా లేదా బూడిద రంగులోకి మారుతుంది.

ఒత్తిడితో కూడిన చర్మం దెబ్బతినడం, తీవ్రమైన వడదెబ్బ లేదా కోతలు (దీనిని కోబ్నర్ ప్రతిస్పందనగా పిలుస్తారు) లేదా కొన్ని రసాయనాలకు గురికావడం వంటి నిర్దిష్ట సంఘటనల వల్ల బొల్లి ప్రేరేపించబడవచ్చు.

పరిస్థితి యొక్క తీవ్రతను బట్టి చికిత్స మారుతుంది. ఇది సాధారణంగా స్వయం ప్రతిరక్షక శక్తిని అణిచివేసేందుకు మందులు, చర్మాన్ని కాంతివంతం చేయడానికి సమయోచిత క్రీమ్‌లు లేదా డిపిగ్మెంటేషన్ మరియు స్కిన్ గ్రాఫ్టింగ్ వంటి విధానాలను కలిగి ఉంటుంది. ముఖ్య వాస్తవాలు సాధారణంగా 10-30 సంవత్సరాల మధ్య వయస్సు గల వ్యక్తులలో కనిపిస్తాయి. లింగం పురుషులు మరియు మహిళలు ఇద్దరినీ ప్రభావితం చేస్తుంది, కానీ మహిళల్లో ఎక్కువగా ఉంటుంది. శరీర భాగం(లు) పాల్గొన్న ముఖం చేతులు నోటి లోపలి ప్రాంతం జననేంద్రియాలు ముక్కు పురీషనాళం కళ్ళు లోపలి చెవి వ్యాప్తి ప్రపంచం: 0.5% నుండి 2% (2020) భారతదేశం: 0.25% నుండి 4% (2019) పరిస్థితులు అనుకరించడం ఫినాల్స్ మరియు ఇతర ఉత్పన్నాలు హైపోమెల్ సిండ్రోమ్‌లు ఇటో పైబాల్డిజం ట్యూబరస్ స్క్లెరోసిస్ వోగ్ట్-కొయానాగి-హరాడ సిండ్రోమ్ వార్డెన్‌బర్గ్ సిండ్రోమ్ హెర్మాన్స్కి-పుడ్లాక్ సిండ్రోమ్ మెంకేస్ సిండ్రోమ్ జిప్‌కోవ్స్కీ-మార్గోలిస్ సిండ్రోమ్ గ్రిస్సెల్లిస్ సిండ్రోమ్ పిట్రియాసిస్ ఆల్బా అటోపిక్ టోమాటిక్ టోమాటిక్ టోమాటిక్ రియాక్షన్ డ్రమాటిక్ టొమాటిక్ రియాక్షన్ హైపోపిగ్మెంటేషన్ (మచ్చ) ఫోటోథెరపీ- మరియు రేడియోథెరపీ-ప్రేరిత మెలనోమా -అసోసియేటెడ్ ల్యూకోడెర్మా మైకోసిస్ ఫంగోయిడ్స్ లెప్రసీ పిట్రియాసిస్ వెర్సికోలర్ లీష్మానియాసిస్ ఒంకోసెర్సియాసిస్ ట్రెపోనెమాటోసెస్ (పింటా మరియు సిఫిలిస్) ఇడియోపతిక్ ఇడియోపతిక్ గట్టెట్ హైపోమెలనోసిస్ ప్రోగ్రెసివ్ (లేదా అక్వైర్డ్) మాక్యులర్ హైపోమెలనోసిస్ నెవస్ స్కానిమికోసిస్ నెవస్ స్కాపిలోసిస్ నెవస్ ప్రోగ్రెసివ్ మాక్యులర్ హైపోమెలనోసిస్ హైపోపిగ్మెంటెడ్ మైకోసిస్ ఫంగోయిడ్స్ అవసరమైన ఆరోగ్య పరీక్షలు/ఇమేజింగ్ వుడ్స్ దీపం పరీక్ష డెర్మోస్కోపీ రక్త పరీక్షలు కంటి పరీక్ష స్కిన్ బయాప్సీ చికిత్స మందులు కార్టికోస్టెరాయిడ్స్: బెటామెథాసోన్ మరియు క్లోబెటాసోల్ విటమిన్ D3 అనలాగ్‌లు: కాల్సిపోట్రియోల్ మరియు టాకాల్సిటోల్ మెథోట్రెక్సేట్ సమయోచిత మందులు: మెథోక్సాలెన్, టియోక్సాలేన్, ప్సోరాలెన్, ట్రీక్సాలెన్, సోరాలెన్, వాలరేట్, ఫ్లూపియోనేట్, ఫ్లూపియోనేట్ ప్రోప్యాంజినేషన్ ry బొల్లి యొక్క అన్ని లక్షణాలను చూడండి

బొల్లి వైద్యపరంగా శరీరంపై తెల్లటి మచ్చలు సుష్టంగా మరియు ముదురు రంగు చర్మం ఉన్నవారిలో మరింత స్పష్టంగా కనిపిస్తాయి. చేతులు, పెదవులు, చేతులు మరియు ముఖం వంటి సూర్యరశ్మికి బహిర్గతమయ్యే ప్రదేశాలలో రంగు మారడం మొదట కనిపిస్తుంది. ఇతర లక్షణాలు ఉన్నాయి:

చర్మం రంగు కోల్పోవడం మీ నోరు మరియు ముక్కు లోపల రంగు కోల్పోవడం ఐబాల్ లోపలి పొర యొక్క రంగులో మార్పు చర్మంపై రంగు మారిన పాచెస్ అంచులలో హైపర్పిగ్మెంటేషన్ తెల్లటి మచ్చల గాయాలు నిర్దిష్ట గాయం సంభవించే ప్రదేశాలలో బొల్లి అభివృద్ధి, కట్, బర్న్ వంటివి , లేదా రాపిడి జుట్టు యొక్క అకాల బూడిద రంగు బొల్లి రకాలు

బొల్లి 3 ప్రధాన రకాలను కలిగి ఉంది మరియు అవి:

సెగ్మెంటల్ బొల్లి: ఏకపక్ష లేదా స్థానిక బొల్లి అని కూడా పిలుస్తారు, ఇది స్వయం ప్రతిరక్షక వ్యాధి. సెగ్మెంటల్ బొల్లి శరీరం యొక్క ఒక వైపు ప్రభావితం చేస్తుంది. ఇది సాధారణంగా చిన్న వయస్సు సమూహాలలో కనిపిస్తుంది, బొల్లితో బాధపడుతున్న 30% మంది పిల్లలను ప్రభావితం చేస్తుంది. నాన్-సెగ్మెంటల్ బొల్లి: ఇది 90% కేసులతో అత్యంత సాధారణ రకం. ఇది శరీరం యొక్క రెండు వైపులా ప్రభావితం చేసే స్వయం ప్రతిరక్షక వ్యాధి, ఇది చాలా తరచుగా ముఖం, మెడ మరియు చేతులు వంటి సూర్యరశ్మికి గురయ్యే భాగాలపై కనిపిస్తుంది. మిశ్రమ బొల్లి: ఈ రకం బొల్లి రెండు రకాల కలయిక, సెగ్మెంటల్ నాన్-సెగ్మెంటల్ అయ్యే అరుదైన సందర్భాలు.

బొల్లికి సంబంధించిన మీకు తెలియని వాస్తవాల గురించి మరింత తెలుసుకోండి. ఇది ఇప్పుడు చదవండి!

బొల్లి కారణాలు

మెలనోసైట్‌లు (మెలనిన్‌ను ఉత్పత్తి చేసే కణాలు, కంటి చర్మం మరియు జుట్టుకు రంగును ఇచ్చే వర్ణద్రవ్యం) చనిపోయినప్పుడు లేదా పనిచేయడం ఆగిపోయినప్పుడు బొల్లి వస్తుంది. బొల్లి యొక్క ఖచ్చితమైన కారణం తెలియదు, అయినప్పటికీ ఇది తరచుగా బహుళ స్వయం ప్రతిరక్షక వ్యాధులతో సంబంధం కలిగి ఉంటుంది. వివిధ సిద్ధాంతాలు ఉన్నాయి మరియు బొల్లి వచ్చే వయస్సును జన్యుపరమైన కారకాలు ప్రభావితం చేయగలవని ఊహిస్తారు. బొల్లికి ప్రమాద కారకాలు

బొల్లి తరచుగా స్వయం ప్రతిరక్షక రుగ్మతలతో సంబంధం కలిగి ఉంటుంది మరియు మీకు ఈ క్రింది ప్రమాద కారకాలు ఉంటే బొల్లి అభివృద్ధి చెందే అవకాశాలు పెరుగుతాయి: లింగం రెండు లింగాలు సమానంగా ప్రభావితమవుతాయి, అయినప్పటికీ, కొన్ని అధ్యయనాలు స్త్రీ లింగంలో మరింత విస్తృతమైన వర్ణద్రవ్యం కోసం ఎక్కువ ప్రమాదాన్ని నివేదించాయి. కుటుంబ చరిత్ర బొల్లి కొన్నిసార్లు కుటుంబాలలో నడుస్తుంది, అయితే అనేక కారణాల వల్ల వారసత్వ నమూనా సంక్లిష్టంగా ఉంటుంది. ఇమ్యునోథెరపీ ఇది మెలనోమా (ఒక రకమైన చర్మ క్యాన్సర్) చికిత్సకు ఒక ఎంపిక, ఇది బొల్లి-వంటి డిపిగ్మెంటేషన్‌తో సహా స్వయం ప్రతిరక్షక దుష్ప్రభావాలకు దారితీస్తుంది. ఆటో ఇమ్యూన్ పరిస్థితులు అడిసన్స్ వ్యాధి, హానికరమైన రక్తహీనత, సోరియాసిస్, రుమటాయిడ్ ఆర్థరైటిస్, దైహిక లూపస్ ఎరిథెమాటోసస్ (SLE), థైరాయిడ్ వ్యాధి మరియు టైప్ 1 మధుమేహం వంటి కొన్ని స్వయం ప్రతిరక్షక వ్యాధులు ఉన్నవారిలో బొల్లి ఎక్కువగా కనిపిస్తుందని అధ్యయనాలు చూపిస్తున్నాయి. సన్ బర్న్ రీసెర్చ్ ప్రకారం, పొక్కులు వచ్చే వడదెబ్బ చరిత్ర శ్వేతజాతీయుల జనాభాలో బొల్లిని అభివృద్ధి చేసే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది.

సూర్యరశ్మి నుండి మీ చర్మాన్ని రక్షించండి. మీ అన్ని చర్మ సంరక్షణ అవసరాలను తీర్చడానికి మా విస్తృతమైన సన్‌స్క్రీన్‌లను చూడండి. ఇప్పుడు కొను!

పర్యావరణ మరియు మానసిక ఒత్తిళ్లు బొల్లి యొక్క ఆగమనం మరియు పురోగతికి ట్రిగ్గర్లు అని ఒత్తిడి అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి. పారిశ్రామిక రసాయనాలు బొల్లి యొక్క ప్రేరణ మరియు ప్రచారంలో గృహ మరియు పారిశ్రామిక (వృత్తిపరమైన) రసాయన ట్రిగ్గరింగ్ కారకాలు చాలా ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తాయి. వైరల్ ఇన్ఫెక్షన్లు బొల్లి అనేది జన్యుపరంగా అవకాశం ఉన్న వ్యక్తిలో వైరల్ ఇన్ఫెక్షన్ ద్వారా ప్రేరేపించబడిన ఆటో ఇమ్యూన్ వ్యాధికి ఒక ఉదాహరణ కావచ్చు.

వైరస్లు ఎలా వ్యాప్తి చెందుతాయి మరియు వైరల్ ఇన్ఫెక్షన్లను ఎలా నివారించాలి అనే దాని గురించి మరింత తెలుసుకోండి. ఇప్పుడే ఈ వీడియో చూడండి!

బొల్లి వ్యాధి నిర్ధారణ

బొల్లి నిర్ధారణ సాధారణంగా సూటిగా ఉంటుంది మరియు సాధారణంగా నిర్ధారణ ప్రయోగశాల పరీక్షలు అవసరం లేదు. రోగనిర్ధారణ కిందివాటి ద్వారా నిర్ధారించబడుతుంది: శారీరక పరీక్ష మరియు వైద్య చరిత్ర బొల్లి యొక్క రోగనిర్ధారణ సాధారణంగా వైద్యపరమైన లక్షణాలపై చేయబడుతుంది మరియు గత వైద్య చరిత్రను పరిశీలించేటప్పుడు మరియు తీసుకునేటప్పుడు ముఖ్యమైనది:

గాయం ఎంతకాలం ఉంది బొల్లి రావడానికి కారణమైన కారకాలు లేదా సంఘటనలు గాయాలుతో సంబంధం ఉన్న ఏవైనా లక్షణాలు ఉన్నాయా గాయాలు యొక్క పురోగతి లేదా వ్యాప్తి ఎలా ఉంది కాలక్రమేణా గాయాలలో ఏవైనా మార్పులు ఉన్నాయా లేదా ఏవైనా ఇతర వ్యాధుల ఉనికి ప్రస్తుత మందులు వృత్తిపరమైనవి చరిత్ర లేదా రసాయనాలు లేదా రేడియేషన్‌కు గురికావడం వల్ల బొల్లి మరియు ఇతర స్వయం ప్రతిరక్షక వ్యాధుల కుటుంబ చరిత్ర

వుడ్స్ ల్యాంప్ పరీక్ష మెలస్మా (చర్మంపై మచ్చలు మరియు మచ్చలు) మరియు బొల్లి వంటి చర్మ రుగ్మతలను నిర్ధారించడానికి వుడ్స్ ల్యాంప్ తరచుగా ఉపయోగించబడుతుంది. వుడ్ యొక్క కాంతి కింద, బొల్లి గాయాలు ప్రకాశవంతమైన నీలం-తెలుపు ఫ్లోరోసెన్స్‌ను విడుదల చేస్తాయి మరియు బాగా గుర్తించబడినట్లు కనిపిస్తాయి.

డెర్మోస్కోపీ బొల్లి యొక్క దశ మరియు వ్యాధి కార్యకలాపాలను అంచనా వేయడంలో ఇది ఉపయోగపడుతుంది. సాధారణంగా బొల్లి అవశేష పిగ్మెంటేషన్ మరియు టెలాంగియెక్టాసియాను చూపుతుంది, ఇవి సాధారణంగా ఇతర హైపోపిగ్మెంటేషన్ రుగ్మతలలో ఉండవు.

ఇతర పరీక్షలు ఇవి సాధారణంగా ఇతర రుగ్మతలను మినహాయించడానికి చేయబడతాయి. అవి: ఇతర స్వయం ప్రతిరక్షక పరిస్థితులను తనిఖీ చేయడానికి రక్త పరీక్షలు సాధారణంగా బొల్లి ఉన్న వ్యక్తులలో కనిపించే యువెటిస్ (కంటి భాగంలో వాపు) కోసం తనిఖీ చేయడానికి ఒక కంటి పరీక్ష. బొల్లి ఉన్న వ్యక్తి యొక్క వర్ణద్రవ్యం కలిగిన చర్మంలో కనిపించే తప్పిపోయిన మెలనోసైట్‌ల కోసం కణజాలాన్ని పరిశీలించడానికి స్కిన్ బయాప్సీ.

మీ ఇంటి సౌలభ్యం మరియు భద్రత నుండి మీ పరీక్షలను బుక్ చేసుకోండి. ఇక్కడ నొక్కండి!

సెలబ్రిటీలు విన్నీ హార్లోను ప్రభావితం చేశారు విన్నీ హార్లో ప్రపంచవ్యాప్తంగా ర్యాంప్‌లు నడిచిన ఒక టాప్ మోడల్ మరియు బొల్లి ఉన్న వ్యక్తుల ముఖంగా పరిగణించబడుతుంది. పొడవాటి జుట్టు, అందగత్తె జుట్టు, తెల్లటి చర్మం, పొట్టి ఎత్తు మొదలైన వాటికి బొల్లి అనేది మరో తేడా అని ఆమె చెప్పింది. మైఖేల్ జాక్సన్ మైఖేల్ జాక్సన్, పాప్ కింగ్, బొల్లి ఉన్నవారిలో అత్యంత ప్రసిద్ధి చెందిన వ్యక్తి. ఒక ఇంటర్వ్యూ ప్రకారం, MJ 24 సంవత్సరాల వయస్సులో ఉన్నప్పుడు అతని చర్మంపై తెల్లటి మచ్చలు కనిపించడం ప్రారంభించాయి. మొదట్లో మచ్చలు రాకుండా మేకప్ వేసుకున్నాడు. తరువాత, అతను తన మొత్తం శరీరాన్ని డి-పిగ్మెంట్ చేయడానికి చికిత్సను ఉపయోగించాడు. బొల్లి నివారణ

బొల్లిని నివారించడం లేదా నయం చేయడం సాధ్యం కాదు, ఎందుకంటే దానికి ఖచ్చితమైన కారణం ఇప్పటికీ స్పష్టంగా లేదు. అయినప్పటికీ, మీ రోగనిరోధక వ్యవస్థ మరియు చర్మాన్ని రక్షించడం ద్వారా భవిష్యత్తులో డిపిగ్మెంటేషన్‌ను నిరోధించడంలో మరియు చర్మానికి కొంత రంగును తిరిగి ఇవ్వడంలో సహాయపడే కొన్ని చిట్కాలు ఉన్నాయి. వాటిలో ఉన్నవి:

సూర్యుని నుండి మిమ్మల్ని మీరు రక్షించుకోండి సన్ బర్న్స్ బొల్లిని మరింత తీవ్రతరం చేస్తుంది. ఈ క్రింది వాటితో మీ చర్మాన్ని సూర్యుని నుండి రక్షించుకోవచ్చు. సూర్యుని నుండి మీ చర్మాన్ని రక్షించుకోవడానికి, ఈ చిట్కాలను అనుసరించండి:

ప్రత్యేకించి మీరు చిన్న నీడను చూసినప్పుడు నీడను వెతకండి, ఎందుకంటే ఆ సమయంలో సూర్యుని దెబ్బతీసే కిరణాలు బలంగా ఉంటాయి కాబట్టి సూర్యుని నుండి మీ చర్మాన్ని రక్షించే దుస్తులను ధరించండి సూర్యుని నుండి బొల్లి నుండి మీ చర్మాన్ని రక్షించుకోవడానికి టోపీ మరియు దుస్తులను ఉపయోగించండి. మీకు బాగా సరిపోయే సన్‌స్క్రీన్‌ని ఉపయోగించండి. మీరు బయటికి వెళ్ళినప్పుడు ప్రతిరోజూ చర్మం

మీ చర్మానికి సరైన సన్‌స్క్రీన్‌ను ఎంచుకోవడానికి చిట్కాల గురించి చదవండి. ఇక్కడ నొక్కండి!

గాయాలను నివారించడానికి ప్రయత్నించండి కోతలు, స్క్రాప్‌లు మరియు కాలిన గాయాలు వంటి చర్మ గాయాలు కొత్త మచ్చలు లేదా పాచెస్‌ను ప్రేరేపించగలవు. గాయం కలిగించే ఏదైనా విషయంలో జాగ్రత్తగా ఉండటం మరియు దూరంగా ఉండటం ఉత్తమం. కృత్రిమ చర్మశుద్ధి నుండి దూరంగా ఉండండి టానింగ్ బెడ్ లేదా సన్ ల్యాంప్‌ను ఎప్పుడూ ఉపయోగించకండి మరియు బొల్లిని కోల్పోయే వర్ణద్రవ్యం కోల్పోయిన చర్మాన్ని కాల్చవచ్చు. మీరు మీ చర్మానికి రంగును జోడించాలనుకుంటే, మభ్యపెట్టే మేకప్, స్వీయ-టానర్ లేదా స్కిన్ డైని ఉపయోగించండి. పచ్చబొట్టు వేసుకోవడం వల్ల కలిగే నష్టాలను అర్థం చేసుకోండి. మీ చర్మం.

టాటూ వేయించుకోవడం గురించి మీ అన్ని సందేహాలకు సమాధానాలు పొందండి. ఈ వీడియో చూడండి!

ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలిని ఎంచుకోండి బొల్లి అనేది స్వయం ప్రతిరక్షక వ్యాధి, అంటే మీ రోగనిరోధక వ్యవస్థ ఆరోగ్యకరమైన కణాలపై దాడి చేస్తుంది. సరైన ఆహారం తీసుకోవడం, క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయడం, మీ ఒత్తిడిని నిర్వహించడం మరియు ఆల్కహాల్ మరియు సిగరెట్‌లకు దూరంగా ఉండటం వంటి ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలిని ఎంచుకోవడం మీకు చాలా దూరం పడుతుంది.

ధూమపానం మానేయాలనుకుంటున్నారా? మా ధూమపాన విరమణ ఉత్పత్తుల శ్రేణిని ప్రయత్నించండి మరియు ఈ ఘోరమైన అలవాటు నుండి మిమ్మల్ని మీరు విడిపించుకోండి. ఇప్పుడే కొనండి!

సందర్శించవలసిన నిపుణుడు

బొల్లి అనేది చర్మం రంగును కోల్పోయేలా చేసే వ్యాధి. బొల్లికి చికిత్స చేయడానికి మరియు నిర్వహించడానికి మీ ఉత్తమ ఎంపికగా ఉండే వైద్యులు:

ప్రాథమిక సంరక్షణ ప్రదాత చర్మవ్యాధి నిపుణుడు

ప్రాథమిక సంరక్షణ ప్రదాత అనేది వ్యాధులను నివారించడం, నిర్ధారణ చేయడం మరియు చికిత్స చేసే వైద్యుడు. చర్మవ్యాధి నిపుణుడు చర్మం, గోర్లు మరియు జుట్టు యొక్క రుగ్మతలపై దృష్టి పెడతాడు.

మా తీర్పు లేని మరియు విశ్వసనీయ వైద్యుల బృందం నుండి సంప్రదింపులు పొందండి. ఇప్పుడే సంప్రదింపులు బుక్ చేసుకోండి!

బొల్లి చికిత్స

ఈ పరిస్థితిని నిర్వహించడానికి సహాయపడే సమయోచిత ఔషధాల నుండి చికిత్సల వరకు వివిధ రకాల చికిత్సలు అందుబాటులో ఉన్నాయి మరియు వీటిలో ఇవి ఉన్నాయి:

మందులు ఏ మందులు లేదా చికిత్స బొల్లిని ఆపలేవు, కానీ కొన్ని మందులు ఒంటరిగా లేదా తేలికపాటి చికిత్సతో ఉపయోగించినప్పుడు, కొంత చర్మపు రంగును పునరుద్ధరించడంలో సహాయపడతాయి. అవి: కార్టికోస్టెరాయిడ్స్: బొల్లిలో కార్టికోస్టెరాయిడ్స్ యొక్క ప్రధాన చికిత్సా ప్రభావం మాడ్యులేషన్ మరియు మంటను నిరోధించడం. రోగనిరోధక ప్రతిస్పందనను అణిచివేసేందుకు మరియు వ్యాధిని స్థిరీకరించే ప్రధాన లక్ష్యంతో కార్టికోస్టెరాయిడ్స్ కూడా నోటి ద్వారా ఇవ్వబడతాయి. అత్యంత సాధారణంగా ఉపయోగించే కార్టికోస్టెరాయిడ్స్: Betamethasone Clobetasol

కాల్సినూరిన్ ఇన్హిబిటర్లు: ఇవి మంటను నిరోధించే ఇమ్యునోమోడ్యులేటర్లు. ఇవి తక్కువ దుష్ప్రభావాలను కలిగి ఉన్నందున తల మరియు మెడ ప్రాంతాలకు సిఫార్సు చేయబడ్డాయి.

విటమిన్ డి 3 అనలాగ్‌లు: విటమిన్ డి అనేది చర్మంలో సంశ్లేషణ చేయబడిన ఒక ముఖ్యమైన హార్మోన్ మరియు చర్మపు పిగ్మెంటేషన్‌కు బాధ్యత వహిస్తుంది. బొల్లి ఉన్న రోగులలో రెపిగ్మెంటేషన్‌ను ప్రేరేపించడానికి తెలిసిన విటమిన్ డి అనలాగ్‌లు: కాల్సిపోట్రియోల్ టాకాల్సిటోల్

మెథోట్రెక్సేట్: ఇది T కణాల సంఖ్యను తగ్గిస్తుంది మరియు శోథ నిరోధక మరియు ఇమ్యునోమోడ్యులేటరీ ప్రభావాలను కలిగి ఉంటుంది.

ప్రోస్టాగ్లాండిన్ F2 ఆల్ఫా అనలాగ్‌లు: హైపర్‌పిగ్మెంటేషన్ కారణంగా సంభవించే కంటి రక్తపోటు కోసం వీటిని ఉపయోగిస్తారు.

స్టాటిన్స్: ఇవి లిపిడ్-తగ్గించే మందులు మరియు బొల్లిలో వాటి పాత్ర యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ మరియు ఇమ్యునోమోడ్యులేటరీ ప్రభావాలను అందించడం.

అజాథియోప్రిన్: ఇది రోగనిరోధక ప్రభావ కణాలలో DNA సంశ్లేషణను నిరోధించే రోగనిరోధక నిరోధకం. సైక్లోస్పోరిన్: కొన్ని అధ్యయనాలు సిక్లోస్పోరిన్ తక్కువ మోతాదులో ఇచ్చినప్పుడు క్రియాశీల బొల్లి చర్యలో ముందస్తు వ్యాధి స్థిరీకరణకు దారితీస్తుందని సూచిస్తున్నాయి.

టోఫాసిటినిబ్: ఇది ఆర్థరైటిస్ ఔషధం, ఇది బొల్లి నిర్వహణలో కొన్ని మంచి ఫలితాలను చూపింది.

సమయోచిత నిర్వహణ చర్మం యొక్క పునరుత్పత్తికి మరియు అతి తక్కువ మొత్తంలో దుష్ప్రభావాలకు సహాయపడే సమయోచిత సూత్రీకరణలు: Methoxsalen Trioxsalen Psoralen Corticosteroids like Betamethasone Valerate Fluticasone propionate Triamcinolone Alobetasol

ఫోటోథెరపీ ఇది ఒక ప్రత్యేక రకం కాంతితో (సూర్యకాంతి కాదు) చేసే చికిత్స. బొల్లి కోసం ఫోటోథెరపీ UV-A మరియు నారోబ్యాండ్ UV-B థెరపీని ఉపయోగిస్తుంది, ఇది సాధారణీకరించిన బొల్లికి ప్రధాన చికిత్సా విధానం. చికిత్స ప్రతిస్పందనను మెరుగుపరచడానికి సుదీర్ఘ చికిత్స వ్యవధి, కనీసం 6 నెలలు ప్రోత్సహించబడాలి.

ఇటీవలి పురోగతులు బొల్లికి సమగ్ర చికిత్స అవసరం మరియు బొల్లి చికిత్సకు ఇటీవలి పురోగతులు:

మినోసైక్లిన్: మినోసైక్లిన్ 100 mg వ్యాధి కార్యకలాపాలను నిరోధించడంలో సహాయపడుతుందని అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి. అఫామెలనోటైడ్: ఇది ఆల్ఫా-మెలనోసైట్ ప్రేరేపిత హార్మోన్ యొక్క సుదీర్ఘ-నటన సింథటిక్ అనలాగ్, ప్రారంభ క్లినికల్ అధ్యయనాలలో కూడా వాగ్దానం చేసింది. శస్త్రచికిత్స మార్పిడి: బొల్లిలో అనేక రకాల సెల్యులార్ మార్పిడి పద్ధతులు పరిశోధించబడ్డాయి, ఇవి కొన్ని మంచి ఫలితాలను చూపించాయి.

బొల్లి చికిత్సలో ఉపయోగించే మందుల గురించి మరింత చదవండి. ఇప్పుడు క్లిక్ చేయండి!

బొల్లి కోసం ఇంటి సంరక్షణ

బొల్లి చికిత్సకు క్రీమ్‌లు, నోటి ద్వారా తీసుకునే మందులు మరియు అతినీలలోహిత చికిత్స వంటి అనేక చికిత్సా ఎంపికలు ఉన్నాయి మరియు అవి పూర్తిగా చర్మ కణాల పరిస్థితి మరియు ప్రతిస్పందనపై ఆధారపడి ఉంటాయి. బొల్లి చికిత్సకు ఉపయోగించే కొన్ని ప్రభావవంతమైన సహజ గృహ నివారణలు ఉన్నాయి మరియు వాటికి ఎటువంటి దుష్ప్రభావాలు లేవు, అయినప్పటికీ, ఏదైనా కొత్తది ప్రారంభించే ముందు ఎల్లప్పుడూ మీ వైద్యుడిని సంప్రదించండి. బొల్లికి ప్రయోజనకరంగా ఉండే సహజ పదార్థాలు:

మస్టర్డ్ ఆయిల్ (సార్సన్ కా టెల్): బొల్లిని నయం చేయడానికి ఇది చాలా ఎఫెక్టివ్ హోం రెమెడీ. ప్రభావిత ప్రాంతంలో 20 నిమిషాల పాటు పసుపు మరియు ఆవాల నూనె మరియు యాపిల్‌తో పేస్ట్ చేయండి. పసుపుతో పాటు ఆవనూనె చర్మం యొక్క పిగ్మెంటేషన్‌ను ప్రేరేపిస్తుంది.

పసుపు (హల్ది): పసుపు చాలా ఔషధ ప్రయోజనాలను కలిగి ఉంది మరియు బొల్లి వ్యాధిని నయం చేయడానికి ఇంటి నివారణగా కూడా పనిచేస్తుంది. పసుపును ఉపయోగించడం ద్వారా బొల్లి ప్రభావాలను తగ్గించవచ్చు.

తేనె (షాహద్): ఇది యాంటీఆక్సిడెంట్లతో నిండిన సహజమైన మాయిశ్చరైజర్ మరియు తేనెను నేరుగా ముఖంపై అప్లై చేయడం వల్ల పోషకాహారం మరియు తేమ చాలా అవసరం.

అల్లం (అడ్రాక్): బొల్లి మరియు అనేక ఇతర చర్మ వ్యాధులకు చికిత్స చేయడానికి ఇది ఉత్తమమైన హోం రెమెడీ. రోజుకు రెండుసార్లు అల్లం రసం తాగడం వల్ల బొల్లి నయం అవుతుంది.

నెయ్యి: ఇది రక్తాన్ని శుద్ధి చేయడం, రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడం మరియు చర్మ సంబంధిత సమస్యలకు సహాయం చేయడం వంటి అనేక ప్రయోజనాలను కలిగి ఉంది.

నల్ల మిరియాలు (కాలీ మిర్చ్): ఇది చర్మ సమస్యలు మరియు ముడతలలో దాని ప్రయోజనాలకు ప్రసిద్ధి చెందింది.

గమనిక: బొల్లి చికిత్సకు ఉపయోగించే ఒక ప్రభావవంతమైన హోం రెమెడీ 10 గ్రాముల నెయ్యిలో 10 మిరియాలు వేడి చేయడం. తరువాత, మిరియాలు తీసివేసి, ఈ నెయ్యిని సాధారణ నెయ్యితో కలపండి. ఈ నెయ్యిని క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం వల్ల రక్తం శుద్ధి అవుతుంది మరియు రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది.

నల్ల మిరియాలు యొక్క 6 అద్భుతమైన ఔషధ ప్రయోజనాల గురించి మరింత తెలుసుకోండి. ఇప్పుడు చదవండి!

బొల్లి యొక్క సమస్యలు

బొల్లి వారు కనిపించే తీరు గురించి ఒకరికి స్పృహ కలిగిస్తుంది మరియు సామాజిక కళంకం మరియు మానసిక ఒత్తిడికి కారణమవుతుంది. ఇతర సంక్లిష్టతలు:

ఐరిటిస్ వంటి కంటి ప్రమేయం (మీ కంటి విద్యార్థి చుట్టూ ఉన్న రంగు రింగ్‌లో వాపు మరియు చికాకు) చర్మం వడదెబ్బకు గురయ్యే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది మరియు చర్మ క్యాన్సర్ లోపలి చెవిలో మెలనోసైట్‌ల బలహీనత కారణంగా వినికిడి లోపం. . బొల్లికి ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలు

తాజా ప్రత్యామ్నాయ లేదా పరిపూరకరమైన చికిత్సలు బొల్లి చికిత్సలో మంచి ఫలితాలను ఇస్తాయని నిరూపించబడ్డాయి. వాటిలో కొన్ని:

డిపిగ్మెంటేషన్ చికిత్సలు ఇవి స్కిన్ పిగ్మెంటేషన్‌ను తొలగించే వైద్య చికిత్సలను సూచిస్తాయి. ఈ చికిత్సలు సాధారణంగా విస్తృతమైన మరియు వక్రీభవన బొల్లికి సిఫార్సు చేయబడతాయి,>50% శరీర ఉపరితలం ప్రభావితమైనప్పుడు లేదా కాస్మెటిక్‌గా సున్నితమైన ప్రాంతాలు ప్రధాన భాగం అయినప్పుడు.

స్కిన్ గ్రాఫ్టింగ్ తీవ్రమైన మరియు కష్టతరమైన దీర్ఘకాలిక గాయాలు, కాలిన గాయాలు మరియు స్థిరమైన బొల్లి ఉన్న రోగులలో స్కిన్ గ్రాఫ్టింగ్‌ను ఉపయోగించవచ్చని అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి. అధునాతన చికిత్సల ఉపయోగం జీవన నాణ్యతను మెరుగుపరుస్తుంది మరియు బొల్లితో బాధపడుతున్న రోగులలో తిరిగి వర్ణద్రవ్యంను వేగవంతం చేస్తుంది.

సక్షన్ బ్లిస్టర్ గ్రాఫ్టింగ్ (SBG) SBG అనేది పెదవి కోణం వంటి కష్టమైన ప్రదేశాలలో బొల్లికి చికిత్స చేయడానికి సాధారణంగా చేసే రెపిగ్మెంటేషన్ యొక్క సులభమైన మరియు ఖర్చుతో కూడుకున్న పద్ధతి. రెపిగ్మెంటేషన్ నాణ్యత ప్రక్కనే ఉన్న చర్మంతో ఖచ్చితంగా సరిపోతుంది.

మైక్రో-పిగ్మెంటేషన్‌ను మెడికల్ టాటూయింగ్ అని కూడా పిలుస్తారు, సాంప్రదాయిక చికిత్సలకు నిరోధకత కలిగిన బొల్లి ఉన్న రోగులకు మైక్రో-పిగ్మెంటేషన్‌ను ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సగా ఉపయోగించవచ్చు. ఇది పచ్చబొట్టు వలె చర్మం కింద సహజ వర్ణద్రవ్యం యొక్క చిన్న కణాలను అమర్చడం. బొల్లితో జీవించడం

బొల్లి ప్రాణాంతక రుగ్మత కాకపోవచ్చు కానీ అది ఒకరి మనస్సు మరియు శరీరాన్ని ప్రభావితం చేయగలదు. మానవ జాతి ఇప్పటికీ రూపానికి సంబంధించిన విషయాలపై పరిణామం చెందలేదు మరియు ఒక వ్యక్తి కనిపించే తీరు చుట్టూ ఉన్న సామాజిక కళంకం చాలా కలవరపెడుతుంది. మీ పరిస్థితిని అంగీకరించడం మరియు దానికి అనుగుణంగా ఉండటం నేర్చుకోవడం మీ జీవన నాణ్యతను మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది. బొల్లితో జీవిస్తున్నప్పుడు గుర్తుంచుకోవలసిన కొన్ని విషయాలు ఇక్కడ ఉన్నాయి:

మానసిక ఆరోగ్యానికి అత్యంత ప్రాధాన్యత ఇవ్వండి, మీరు మీ ప్రదర్శనలో మార్పుల గురించి నిరుత్సాహంగా లేదా స్వీయ-స్పృహతో ఉన్నట్లయితే, మీ చర్మవ్యాధి నిపుణుడితో మాట్లాడండి, వారు కౌన్సెలింగ్ లేదా సహాయక బృందాన్ని సిఫార్సు చేయవచ్చు. ఈ సమస్యలను పరిష్కరించడంలో కౌన్సెలింగ్ సహాయపడుతుంది.

మీ పరిస్థితి గురించి మరింత తెలుసుకోండి జ్ఞానం అనేది శక్తి మరియు చికిత్స గురించి తెలుసుకోవడం, మీ బొల్లిని ఏది మరింత దిగజార్చవచ్చు మరియు ఇతర వాస్తవాలు మీకు ఏది సరైనదో నిర్ణయించడంలో మీకు సహాయపడతాయి మరియు మీ సంరక్షణలో చురుకైన పాత్రను పోషిస్తాయి, ఇది మీరు మరింత నియంత్రణలో ఉండేందుకు సహాయపడుతుంది.

బొల్లి ఉన్న ఇతర వ్యక్తులతో కనెక్ట్ అవ్వండి బొల్లి కలిగి ఉండటం యొక్క భావోద్వేగ అంశాలు తరచుగా విస్మరించబడతాయి, కానీ పోరాటం నిజమైనది. అదే పరిస్థితిలో ఉన్న ఇతరులతో మాట్లాడటం వలన మీరు ఒంటరిగా ఉన్న అనుభూతిని కలిగిస్తుంది మరియు ఇతరులకు మద్దతు ఇవ్వడంలో నిజమైన శక్తి ఉంటుంది, కారణం ఏమైనప్పటికీ, మరియు మీరు బొల్లితో జీవిస్తున్న వ్యక్తి అయినా.

సరైన రకమైన ఆహారం తీసుకోండి యాంటీఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉండే కూరగాయలు, పండ్లు, గింజలు, గింజలు మరియు మసాలా దినుసులు జోడించండి. ఒమేగా-3లో అధికంగా ఉండే ఆహారాలు (కానీ ఒమేగా-6లో తక్కువ) కూడా మీ లక్షణాలను మెరుగుపరచడంలో సహాయపడతాయి. వీటిలో జిడ్డుగల చేపలు, గింజలు, గింజలు మరియు ఆల్గే ఉన్నాయి. అలాగే, గ్లూటెన్ రహిత ఆహారాన్ని ప్రయత్నించండి, ఎందుకంటే గ్లూటెన్ మంటను మరింత తీవ్రతరం చేస్తుంది మరియు మీ ఆహారంలో ఫైబర్ మరియు ప్రోబయోటిక్‌లను జోడించండి.

గమనిక: ప్రాసెస్ చేసిన మాంసాలు, చక్కెర పానీయాలు, ట్రాన్స్ ఫ్యాట్స్ మరియు ప్రాసెస్ చేసిన స్నాక్ ఫుడ్స్ వంటి ఇన్ఫ్లమేటరీ ఫుడ్స్‌ను నివారించండి.

యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ డైట్ గురించి మరింత తెలుసుకోండి. ఇప్పుడు క్లిక్ చేయండి!

సప్లిమెంట్లను తీసుకోండి సంపూర్ణ ఆహారాల ద్వారా పోషకాలను తీసుకోవడం ఉత్తమమైనదిగా పరిగణించబడుతున్నప్పటికీ, బొల్లి రోగులలో రెపిగ్మెంటేషన్‌కు సహాయపడే కొన్ని సప్లిమెంట్లు ఉన్నాయి. వీటితొ పాటు:

జింగో బిలోబా ఆల్ఫా లిపోయిక్ యాసిడ్ విటమిన్ సి విటమిన్ ఇ విటమిన్ డి

మా విస్తృత శ్రేణి సప్లిమెంట్ల నుండి మీ అన్ని పోషక అవసరాలను తీర్చండి. ఇప్పుడు మీ కార్ట్‌ని నింపండి!

పిల్లలలో బొల్లి: తల్లిదండ్రులకు చిట్కాలు పిల్లలు సాధారణంగా బొల్లిని బాగా ఎదుర్కొంటారు మరియు తల్లిదండ్రులుగా మీ స్వంత అధిక స్పృహ మీ పిల్లలకి అసలు బొల్లి కంటే ఎక్కువ సమస్యలను సృష్టించవచ్చు. గుర్తుంచుకోవలసిన కొన్ని విషయాలు ఇక్కడ ఉన్నాయి:

బొల్లి అనేది తీవ్రమైన చర్మ సమస్య కాదని మీ పిల్లలకు తెలియజేయండి, మీ పిల్లలకు/ఆమె స్నేహితులు, ఉపాధ్యాయులు మరియు బంధువులు బొల్లి గురించి విచారిస్తే, దగ్గరి బంధువులతో మాట్లాడండి, బొల్లి గురించి వారికి తెలియజేయండి మరియు దాని గురించి చర్చించవద్దని వారిని అభ్యర్థించండి. మీ బిడ్డ మీ పిల్లల బొల్లి గురించి పదే పదే చర్చించడం మానుకోండి మీ బిడ్డ నిద్రపోతున్నప్పుడు మచ్చలను పరిశీలించండి అతను/ఆమె ఇష్టపడే ఏదైనా కార్యకలాపాలు లేదా అభిరుచులలో పాల్గొనేలా మీ పిల్లలను ప్రోత్సహించండి బొల్లి మీ పిల్లల ఆనందానికి మరియు ఆత్మగౌరవానికి ఆటంకం కలిగించేలా చేయవద్దు. /ఆమె ఆత్మవిశ్వాసం. తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు నా బొల్లి గురించి నేను ఎప్పుడు చింతించడం ప్రారంభించాలి? బొల్లి ఎలా వ్యాపిస్తుంది? బొల్లి బాధాకరంగా ఉందా? బొల్లి కోసం దృక్పథం ఏమిటి? బొల్లి అంటువ్యాధి లేదా ప్రాణాంతకం? ప్రస్తావనలు Suryawanshi, Meghraj. (2020) బొల్లి మరియు దాని చికిత్సకు పరిచయం: ఒక సమీక్ష. 1. 72-75. బొల్లి. అవలోకనం. జాతీయ ఆరోగ్య సేవలు. నవంబర్ 2019. అహ్మద్ జాన్ ఎన్, మసూద్ ఎస్. విటిలిగో. [2022 ఆగస్టు 8న నవీకరించబడింది]. ఇన్: స్టాట్‌పెర్ల్స్ [ఇంటర్నెట్]. ట్రెజర్ ఐలాండ్ (FL): StatPearls పబ్లిషింగ్; 2022 జనవరి-. దీని నుండి అందుబాటులో ఉంది: బొల్లికి కారణమేమిటి? బొల్లి: కారణాలు. అమెరికన్ అకాడమీ ఆఫ్ డెర్మటాలజీ అసోసియేషన్. జూన్ 2022. కారెల్సన్ ఎమ్, స్లిమ్ హెచ్, సలమ్ టి, కోక్స్ ఎస్, కింగో కె. బొల్లి యొక్క కుటుంబ మరియు చెదురుమదురు కేసుల మధ్య తేడాలు. జె యూర్ అకాడ్ డెర్మటోల్ వెనెరియోల్. 2012;26(7):915-918. Willemsen, M., Melief, CJ, Bekkenk, MW, & Luiten, RM (2020). మానవ బొల్లిలో PD-1/PD-L1 యాక్సిస్‌ను లక్ష్యంగా చేసుకోవడం. ఇమ్యునాలజీలో సరిహద్దులు. బొల్లి. బొల్లి యొక్క అవలోకనం. నేషనల్ ఇన్‌స్టిట్యూట్ ఆఫ్ ఆర్థరైటిస్ అండ్ మస్క్యులోస్కెలెటల్ అండ్ స్కిన్ డిజార్డర్స్. డన్లాప్ R, Wu S, విల్మర్ E, మరియు ఇతరులు. పిగ్మెంటేషన్ లక్షణాలు, సూర్యరశ్మి, మరియు మహిళల్లో బొల్లి సంఘటన ప్రమాదం. J ఇన్వెస్ట్ డెర్మటోల్. 2017;137(6):1234-1239. హెన్నింగ్ SW, జైశంకర్ D, బార్సే LW, డెల్లసెక్కా ER, లంకీ N, వెబ్ K, Janusek L, మాథ్యూస్ HL, ప్రైస్ RN Jr, Le Poole IC. ఒత్తిడి మరియు బొల్లి మధ్య సంబంధం: గ్రహించిన ఒత్తిడి మరియు ఎలక్ట్రానిక్ మెడికల్ రికార్డ్ డేటాను మూల్యాంకనం చేయడం. PLoS వన్. 2020 జనవరి 27;15(1):e0227909. ఘోష్ S. కెమికల్ బొల్లి: బొల్లి యొక్క ఉపసమితి. ఇండియన్ J డెర్మటోల్. 2020 నవంబర్-డిసెంబర్;65(6):443-449. అల్ అబౌద్ DM, గోస్మాన్ W. వుడ్స్ లైట్. [2022 సెప్టెంబర్ 2న నవీకరించబడింది]. ఇన్: స్టాట్‌పెర్ల్స్ [ఇంటర్నెట్]. ట్రెజర్ ఐలాండ్ (FL): StatPearls పబ్లిషింగ్; 2022 జనవరి-. దీని నుండి అందుబాటులో ఉంది: కుమార్ ఝా A, సోంతలియా S, లల్లాస్ A, చౌదరి RKP. బొల్లిలో డెర్మోస్కోపీ: రోగ నిర్ధారణ మరియు అంతకు మించి. Int J డెర్మటోల్. కుబెలిస్-లోపెజ్ DE, Zapata-Salazar NA, సెడ్-ఫెర్నాండెజ్ SL, సాంచెజ్-డొమింగెజ్ CN, Salinas-Santander MA, Martínez-Rodríguez HG, Vázquez-Martínez OT, Wollina U, Jpotti బొల్లి చికిత్సలు (సమీక్ష). ఎక్స్ థెర్ మెడ్. 2021 ఆగస్టు;22(2):797. పర్సాద్ డి, కన్వర్ ఎ. బొల్లి చికిత్సలో ఓరల్ మినోసైక్లిన్-ఒక ప్రాథమిక అధ్యయనం. డెర్మటోల్ థెర్. 2010;23(3):305-307. తనేజా, అతుల్ & కుమారి, ఆశా & వ్యాస్, కపిల్ & ఖరే, అశోక్ కుమార్ & గుప్తా, లలిత్ & మిట్టల్, అసిత్ కుమార్. (2019) ప్రగతిశీల బొల్లి చికిత్సలో సైక్లోస్పోరిన్: ఓపెన్-లేబుల్, సింగిల్ ఆర్మ్ ఇంటర్వెన్షనల్ స్టడీ. ఇండియన్ జర్నల్ ఆఫ్ డెర్మటాలజీ, వెనిరియాలజీ మరియు లెప్రాలజీ. 85. 10.4103/ijdvl.IJDVL\_656\_18. బే JM, జంగ్ HM, హాంగ్ BY, లీ JH, చోయి WJ, లీ JH, కిమ్ GM. బొల్లి కోసం ఫోటోథెరపీ: ఎ సిస్టమాటిక్ రివ్యూ మరియు మెటా-విశ్లేషణ. JAMA డెర్మటోల్. 2017 జూలై 1;153(7):666-674. డిల్లాన్ AB, Sideris A, Hadi A, Elbuluk N. బొల్లిలో అడ్వాన్సెస్: మెడికల్ అండ్ సర్జికల్ ట్రీట్‌మెంట్స్‌పై ఒక నవీకరణ. J క్లిన్ ఎస్తేట్ డెర్మటోల్. 2017 జనవరి;10(1):15-28. ఎపబ్ 2017 జనవరి 1. ఎ. జానోవ్స్కా మరియు ఇతరులు. బొల్లిలో ఎపిడెర్మల్ స్కిన్ గ్రాఫ్టింగ్: ఒక పైలట్ అధ్యయనం. అంతర్జాతీయ గాయం జర్నల్ ISSN 1742-4801. 2016. మహాజన్ VK, వశిస్ట్ S, చౌహాన్ PS, మెహతా KIS, శర్మ V, శర్మ A. బొల్లి ఉన్న రోగుల క్లినికో-ఎపిడెమియోలాజికల్ ప్రొఫైల్: ఉత్తర భారతదేశం యొక్క తృతీయ సంరక్షణ కేంద్రం నుండి ఒక పునరాలోచన అధ్యయనం. ఇండియన్ డెర్మటోల్ ఆన్‌లైన్ జ. 2019 జనవరి-ఫిబ్రవరి;10(1):38-44.

==================================================

కోతలు మరియు పంక్చర్ గాయాలు గాయాలు, రాపిడి మరియు పగుళ్లు అని కూడా పిలుస్తారు అవలోకనం పదునైన వస్తువుల వల్ల చర్మాన్ని దెబ్బతీసే మరియు అంతర్లీన మృదు కణజాలాల బహిర్గతం వల్ల కలిగే గాయాలను కోతలు మరియు పంక్చర్ గాయాలు అంటారు. పిల్లలు, వృద్ధుల జనాభా మరియు పార్కిన్సన్స్ వ్యాధి, సెరిబ్రల్ పాల్సీ, అటాక్సియా మొదలైన బ్యాలెన్స్ డిజార్డర్స్‌తో బాధపడేవారిలో ఈ ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది. అలాగే, మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులు మరియు రోగనిరోధక శక్తి తక్కువగా ఉన్న రోగులు కోతలు మరియు గాయాలపై మరింత జాగ్రత్తగా ఉండాలి, ఎందుకంటే వారికి సంక్రమించే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది. అటువంటి గాయాల కారణంగా ఒక ఇన్ఫెక్షన్.

కోతలు మరియు పంక్చర్ గాయాలు తరచుగా రక్తస్రావం, నొప్పి, వాపు, జ్వరం మరియు ఇన్ఫెక్షన్లతో కూడి ఉంటాయి. చిన్న కోతలను సాధారణ ఇంటి నివారణలతో చికిత్స చేయవచ్చు, అయితే పంక్చర్ గాయం లోతుగా ఉన్నందున, ఎల్లప్పుడూ వైద్యునిచే చికిత్స చేయబడాలి. చికిత్స చేయకుండా వదిలేస్తే, అది తీవ్రమైన గాయాలు లేదా సంక్రమణకు దారితీస్తుంది. కట్ లోతుగా ఉంటే, అది దీర్ఘకాలిక రక్త నష్టానికి కూడా దారి తీస్తుంది.

గాయం సంభవించినప్పుడల్లా, కోతలు మరియు పంక్చర్ గాయాలకు ప్రాథమిక ప్రథమ చికిత్స అందించడం చాలా అవసరం. ఈ గాయాలను ప్రథమ చికిత్స ద్వారా మాత్రమే నిర్వహించలేకపోతే, మీరు తప్పనిసరిగా వైద్య సంరక్షణ తీసుకోవాలి. ఇందులో పెయిన్‌కిల్లర్లు, యాంటీబయాటిక్స్ మరియు యాంటీ ఇన్‌ఫ్లమేటరీ మెడిసిన్స్‌తో పాటు కొన్ని సందర్భాల్లో సర్జికల్ డీబ్రిడ్మెంట్ మరియు గాయాలను కుట్టడం వంటివి ఉంటాయి. సాధారణంగా 1 నుండి 10 సంవత్సరాల మధ్య వయస్సు గల పిల్లలలో కనిపించే ముఖ్య వాస్తవాలు 60 సంవత్సరాల కంటే ఎక్కువ వయస్సు ఉన్న పెద్దలు లింగాన్ని ప్రభావితం చేస్తారు పురుషులు మరియు మహిళలు ఇద్దరూ శరీర భాగాలు (లు) ప్రమేయం చర్మం ఎముకలు మృదు కణజాలం నరాలు రక్త నాళాలు అనుకరించే పరిస్థితులు రాపిడిలో గాయాలు కాలిన గాయాలు స్కాల్స్ దీర్ఘకాలిక చర్మపు పూతల చికిత్స: యాంటీబయాటిక్స్ చికిత్స అమోక్సిసిలిన్, కోట్రిమోక్సాజోల్ & యాంపిసిలిన్ యాంటీ బాక్టీరియల్ ఆయింట్‌మెంట్స్: అమోక్సిసిలిన్, క్లోట్రిమోక్సాజోల్ & యాంపిసిలిన్ సాధారణ సెలైన్ ఇన్ఫ్యూషన్ పారాసెటమాల్ నిపుణులు సాధారణ వైద్యుని సంప్రదించండి అత్యవసర విభాగం వైద్యుడు ఆర్థోపెడిక్ మరియు ట్రామా సర్జన్ చర్మవ్యాధి నిపుణులు కోతలు మరియు పంక్చర్ గాయాలకు కారణాలు

కోతలు మరియు పంక్చర్ గాయాలు పదునైన వస్తువుల వల్ల కలిగే గాయాలు. ఇటువంటి గాయాలు చర్మాన్ని దెబ్బతీస్తాయి మరియు చర్మం యొక్క కొనసాగింపులో విరామాన్ని కలిగిస్తాయి. మరింత ప్రత్యేకంగా, వీటిని ఈ క్రింది విధంగా వర్ణించవచ్చు:

కోతలు: ఇవి కత్తులు, కత్తెరలు మొదలైన శుభ్రమైన, పదునైన పదునైన వస్తువుల నుండి సంభవించే గాయాలు, లేదా మొద్దుబారిన గాయం ఫలితంగా, రాతి ఉపరితలంపై పడిన తర్వాత లేదా ఫర్నిచర్ అంచులను తాకడం వంటివి. , మొదలైనవి. ఈ రకమైన గాయాలు సాధారణంగా పెద్ద ఉపరితల వైశాల్యాన్ని కలిగి ఉంటాయి కానీ చాలా వరకు ఉపరితలంగా ఉంటాయి.

పంక్చర్ గాయాలు: ఇవి గోర్లు లేదా సూదులు వంటి పదునైన వస్తువుల నుండి సంభవించే గాయాలను సూచిస్తాయి. అవి సాధారణంగా చిన్న ఉపరితల వైశాల్యాన్ని కలిగి ఉంటాయి కానీ లోతుగా చొచ్చుకుపోతాయి.

శరీర భాగానికి గాయం అయ్యే ప్రమాదం ఉన్న వివిధ పరిస్థితులలో కోతలు మరియు పంక్చర్ గాయాలు సంభవించవచ్చు, అవి: రాళ్ళు, ఫర్నీచర్, ఉపకరణాలు, విరిగిన గాజు వంటి పదునైన వస్తువులపై పడిపోవడం మరియు కొట్టుకోవడం. సరైన పాదరక్షలు లేకుండా నడవడం తెరిచిన రోడ్లు లేదా గోర్లు లేదా ఇతర పదునైన వస్తువులు చుట్టూ పడి ఉండవచ్చు టూల్స్ లేదా భారీ యంత్రాలు ఆపరేటింగ్ సమయంలో రక్షణ గేర్ ధరించడం లేదు ఆటోమొబైల్ ప్రమాదాలు స్వీయ గాయం గాయం శస్త్రచికిత్స కోతలు మీకు తెలుసా? హిమోఫిలియా ఉన్నవారిలో, చిన్న కోత/గాయం ఎడతెగని రక్తస్రావానికి దారి తీస్తుంది. హిమోఫిలియా అనేది అరుదైన రక్తస్రావం రుగ్మత, ఇది రక్తం గడ్డకట్టే సామర్థ్యాన్ని ప్రభావితం చేస్తుంది. ఈ పరిస్థితి గడ్డకట్టే కారకం VIII లేదా కారకం IX యొక్క లోపం కారణంగా వ్యక్తికి చాలా కాలం పాటు రక్తస్రావం అవుతుంది. ఈ లోపం గాయం లేదా శస్త్రచికిత్స తర్వాత కీళ్ళు మరియు కండరాలలో పునరావృత రక్తస్రావం కలిగిస్తుంది. కోతలు మరియు పంక్చర్ గాయాల యొక్క మరిన్ని లక్షణాలను తెలుసుకోవడానికి క్లిక్ చేయండి

కోతలు మరియు పంక్చర్ గాయాలకు దారితీసే గాయం తగిలినప్పుడు, తక్షణ ప్రతిస్పందన మరియు ఆలస్యం ప్రతిస్పందన జరుగుతుంది. తక్షణ ప్రతిస్పందనలు వంటి లక్షణాలకు దారితీయవచ్చు: రక్తస్రావం: కొన్నిసార్లు, రక్తస్రావం తక్కువగా ఉంటుంది. పెద్ద కోతలు లేదా పంక్చర్ గాయాలు లేదా మృదు కణజాలాలు లేదా రక్త నాళాలు కూడా గాయపడిన సందర్భంలో, గణనీయమైన రక్త నష్టం ఉండవచ్చు. వాపు: గాయం చుట్టూ ఉన్న ప్రాంతం వాపు, వాపు మరియు తాకడానికి మృదువుగా మారుతుంది. నొప్పి: గాయం యొక్క తీవ్రత మరియు అందులోని నిర్మాణాలపై ఆధారపడి, నొప్పి యొక్క తీవ్రత తేలికపాటి నుండి చాలా తీవ్రమైన వరకు ఉంటుంది. కదలికలో ఇబ్బంది: నొప్పి, వాపు మరియు రక్తస్రావం కారణంగా, గాయపడిన ప్రదేశంలో కదలడం లేదా బరువు భరించడం కష్టం అవుతుంది. ఆలస్యమైన ప్రతిస్పందనలు వంటి లక్షణాలకు దారితీయవచ్చు: జ్వరం: చాలా కాలంగా నయం కాని గాయం సోకినట్లయితే, శరీరం ఇన్ఫెక్షన్‌తో పోరాడటానికి ప్రయత్నిస్తుంది, ఫలితంగా జ్వరం వస్తుంది. చీము ఏర్పడటం: సోకిన గాయాలలో ఇది ఒక సాధారణ సంఘటన. చీము అనేది కొనసాగుతున్న ఇన్ఫెక్షన్ కారణంగా గాయంలో పేరుకుపోయిన చనిపోయిన తెల్ల రక్త కణాల సేకరణను సూచిస్తుంది. దీర్ఘకాలిక నొప్పి: ఎక్కువ కాలం మానని గాయాలు దీర్ఘకాలిక నొప్పికి కారణమవుతాయి. ఇన్ఫెక్షన్: కలుషితమైన గాయాలు, గాయాలలో విదేశీ వస్తువులు ఉండటం, మధుమేహం, రోగనిరోధక శక్తి తగ్గడం మరియు అపరిశుభ్రమైన డ్రెస్సింగ్ గాయం సోకడానికి దారితీయవచ్చు. కోతలు మరియు పంక్చర్ గాయాలకు ప్రమాద కారకాలు

గాయాలు ఎవరికైనా ఏ సమయంలోనైనా సంభవించవచ్చు, కొన్ని కారణాలు సమస్యలు మరియు తీవ్రమైన గాయాల అవకాశాలను పెంచుతాయి. ఈ కారకాలు ఉన్నాయి:

వయస్సు: పిల్లలు మరియు వృద్ధులు కోతలు మరియు పంక్చర్ గాయాలకు ఎక్కువగా గురవుతారు. పిల్లలు ఆరుబయట ఆడుతున్నప్పుడు తరచుగా అజాగ్రత్తగా ఉంటారు, వృద్ధులు సమతుల్యత మరియు సమన్వయ సమస్యలతో పోరాడవచ్చు. వారు పడిపోయే అవకాశం కూడా ఎక్కువగా ఉండవచ్చు. అందువల్ల, కోతలు మరియు పంక్చర్ గాయాలకు ఎక్కువ ప్రమాదం ఉంది.

కదలిక రుగ్మతలు: పార్కిన్సన్స్ వ్యాధి, మస్తిష్క పక్షవాతం, అటాక్సియా మొదలైన కదలిక రుగ్మతలతో బాధపడుతున్న రోగులు పడిపోయే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది, తద్వారా గాయాలు వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది.

ఆరోగ్య పరిస్థితులు & తక్కువ రోగనిరోధక శక్తి: మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులు గాయం సమస్యలకు ఎక్కువగా గురవుతారు. డయాబెటిక్ రోగికి కోతలు మరియు పంక్చర్ గాయాలు ఉంటే, అది వ్యాధి బారిన పడే అవకాశం ఉంది మరియు వైద్యం ఆలస్యం కావచ్చు. అదేవిధంగా, కీమోథెరపీలో ఉన్న రోగులు లేదా అవయవ మార్పిడిని పొందిన వారు తక్కువ రోగనిరోధక శక్తి కారణంగా సాధారణ కోతలు మరియు పంక్చర్ గాయాల నుండి ఉత్పన్నమయ్యే సమస్యలకు గురవుతారు.

మానసిక అనారోగ్యాలు: సరిహద్దు వ్యక్తిత్వ క్రమరాహిత్యం, డిప్రెషన్, యాంగ్జయిటీ డిజార్డర్స్ మరియు పోస్ట్ ట్రామాటిక్ స్ట్రెస్ డిజార్డర్ వంటి కొన్ని మానసిక పరిస్థితులతో బాధపడుతున్న వ్యక్తులు స్వీయ-విమర్శకు గురయ్యే అవకాశం ఉంది మరియు తద్వారా స్వీయ-గాయానికి గురవుతారు.

కోతలు మరియు పంక్చర్ గాయాలకు సాధారణ ప్రదేశాలు శరీరంలోని కొన్ని ప్రాంతాలు ఇతరులకన్నా ఎక్కువగా గాయాలకు గురవుతాయి. కోతలు: నుదిటి, మోకాలు, మోచేతులు, చేతులు, వేళ్లు మరియు కాళ్లు వంటి గాయాలకు సంబంధించిన సాధారణ ప్రదేశాలు. పంక్చర్ గాయాలు: గాయాల యొక్క సాధారణ ప్రదేశాలలో కాలి, పాదాలు, కాళ్ళు, వేళ్లు మరియు చేతులు ఉన్నాయి. కోతలు మరియు పంక్చర్ గాయాల నిర్ధారణ

తేలికపాటి కోతలు మరియు పంక్చర్ గాయాలకు ఎటువంటి పరిశోధన అవసరం లేదు మరియు తరచుగా వాటంతట అవే నయం అవుతాయి. గాయం తీవ్రంగా ఉంటే లేదా సరిగ్గా నయం కాకపోతే, వైద్యులు వివరంగా విశ్లేషించడానికి కొన్ని పరిశోధనలు/పరీక్షలను ఆదేశించవచ్చు: ధమని మరియు సిరల డాప్లర్ రెండు దిగువ అవయవం, ధమని మరియు సిరల డాప్లర్ రెండు ఎగువ లింబ్‌లో గాయం జరిగిన ప్రదేశాన్ని బట్టి నిర్వహించవచ్చు. రక్త లోపాన్ని గుర్తించడానికి అధిక రక్త నష్టంతో పంక్చర్ గాయాల విషయంలో. ఏకకాలిక ఎముక గాయం సంభవించినట్లయితే గుర్తించడానికి X- రే. పరీక్షల్లో ఎక్స్-రే రైట్ యాంకిల్ AP వ్యూ, ఎక్స్-రే లెఫ్ట్ ఎల్బో AP వ్యూ మొదలైనవి ఉండవచ్చు. కంప్లీట్ బ్లడ్ కౌంట్ (CBC), ఎర్ర రక్త కణాల అవక్షేపణ రేటు, టోటల్ ల్యూకోసైట్ కౌంట్ (TLC) మరియు డిఫరెన్షియల్ ల్యూకోసైట్ కౌంట్ (DLC) అనుమానిత గాయం ఉన్న సందర్భాల్లో సంక్రమణ. గ్లూకోజ్ - రాండమ్ బ్లడ్, గ్లూకోజ్ - డయాబెటిక్ పేషెంట్లలో షుగర్ కంట్రోల్‌ని చెక్ చేయడానికి ఫాస్టింగ్ బ్లడ్. సంస్కృతి సున్నితత్వ పరీక్ష అనేది వ్యాధిని కలిగించే సూక్ష్మజీవుల గుర్తింపును సూచిస్తుంది మరియు గుర్తించబడిన సూక్ష్మజీవులకు (వ్యతిరేకంగా ప్రభావవంతంగా) ఏ యాంటీబయాటిక్స్ సున్నితంగా ఉంటాయో గుర్తించడానికి. తీవ్రమైన ఇన్ఫెక్షన్ విషయంలో ఇది సాధారణంగా సిఫార్సు చేయబడింది. ప్రముఖ బాలీవుడ్ నటుడు రణ్‌వీర్ సింగ్ 'గుండే' సినిమా షూటింగ్‌లో స్పెషలిస్ట్ టు విజిట్ చేస్తున్నప్పుడు అతని ముఖంపై గాయం తగిలింది.

కింది పరిస్థితులలో కోతలు మరియు పంక్చర్ గాయాలను ప్రథమ చికిత్స ద్వారా నిర్వహించలేకపోతే వైద్య సంరక్షణను కోరండి: అధిక రక్తస్రావం, స్పర్టింగ్ లేదా ఒత్తిడిని ప్రయోగించిన 10 నిమిషాల తర్వాత కూడా ఆగని రక్తస్రావం చాలా లోతైన పంక్చర్ గాయాలు గాయం లోపల లోతుగా విదేశీ శరీరాలు ఉండటం విపరీతమైన నొప్పి గాయం చుట్టూ ఉన్న భాగాలను తరలించలేకపోవడం ఇంట్లో ప్రాథమిక సంరక్షణ తర్వాత గాయం సోకిన సందర్భాల్లో వైద్య సంరక్షణ కూడా అవసరం. ఇన్ఫెక్షన్ సంకేతాలు: గాయం నుండి చీము ఏర్పడటం లేదా స్రావాలు దుర్వాసనతో కూడిన గాయాలు జ్వరం గాయం చుట్టూ ఎరుపు మరియు వెచ్చదనం పెరగడం నొప్పి పెరగడం అటువంటి పరిస్థితులలో వైద్యులను సంప్రదించాలి: జనరల్ ఫిజిషియన్ అత్యవసర విభాగం వైద్యుడు ఆర్థోపెడిక్ మరియు ట్రామా సర్జన్ చర్మవ్యాధి నిపుణుడు కట్స్ కోసం టెటనస్ షాట్ తీసుకోండి/ కలుషితమైన వస్తువు/ఉపరితలం నుండి గాయాలు. మీరు గత 10 సంవత్సరాలలో ఒక టెటానస్ షాట్ తీసుకోకుంటే తీసుకోండి. ఎందుకంటే తుప్పు పట్టిన బ్లేడ్ లేదా కత్తి కారణంగా కోతలు టెటానస్ ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయి, ఇది తీవ్రమైన బాక్టీరియల్ ఇన్ఫెక్షన్, ఇది బాధాకరమైన కండరాల నొప్పులకు కారణమవుతుంది. కాబట్టి, మీరు తుప్పు పట్టిన పరికరం కారణంగా డీప్ కట్ లేదా కట్ కలిగి ఉంటే, అప్పుడు టెటానస్ ఇంజెక్షన్ తీసుకోవడం వల్ల ఇన్ఫెక్షన్ నుండి మిమ్మల్ని రక్షించుకోవచ్చు. మీ షాట్ పొందండి! కోతలు మరియు పంక్చర్ గాయాల చికిత్స

కోతలు మరియు పంక్చర్ గాయాల చికిత్స అత్యవసర సంరక్షణ అవసరమా లేదా సంక్లిష్టమైన గాయాలకు సంరక్షణ అవసరమా అనే దానిపై ఆధారపడి ఉంటుంది.

1. కోతలు మరియు పంక్చర్ గాయాలకు ప్రథమ చికిత్స గాయం సంభవించినప్పుడు, కోతలు మరియు పంక్చర్ గాయాలకు ప్రాథమిక ప్రథమ చికిత్స చేయడం చాలా అవసరం. ప్రథమ చికిత్స చేసిన తర్వాత, గాయం యొక్క తీవ్రతను బట్టి, గాయాన్ని ఇంట్లోనే నిర్వహించవచ్చా లేదా వైద్యుని ద్వారా చికిత్స అవసరమా అనే నిర్ణయం తీసుకోవచ్చు.

మీరు ప్రాథమిక ప్రథమ చికిత్సను నిర్వహించేటప్పుడు క్రింద ఇవ్వబడిన పాయింటర్‌లను అనుసరించాలి: గాయాన్ని క్షుణ్ణంగా పరిశీలించండి మరియు ధూళి, టిన్, రాళ్ళు, గాజు ముక్కలు మొదలైన ఏదైనా విదేశీ శరీర ఉనికిని చూడండి. ఒకవేళ విదేశీ శరీరాన్ని జాగ్రత్తగా తొలగించండి. ఉపరితలం, ఇది రక్తస్రావం పెరగకుండా చూసుకుంటుంది. విదేశీ శరీరం గాయంలో లోతుగా పొందుపరచబడి ఉంటే, దానిని తొలగించడానికి ప్రయత్నించవద్దు. వైద్య సహాయం కోరండి. రక్తస్రావం మొత్తాన్ని అంచనా వేయండి మరియు రక్తస్రావం అధికంగా ఉంటే, వెంటనే సహాయం కోసం కాల్ చేయండి. ఆ ప్రాంతంలో ఒత్తిడిని వర్తింపజేయడం ద్వారా రక్తస్రావం ఆపడానికి ప్రయత్నించండి మరియు వీలైతే ఆ ప్రాంతాన్ని ఎత్తైన స్థితిలో ఉంచండి. రక్తస్రావం నియంత్రణలోకి వచ్చిన తర్వాత, యాంటిసెప్టిక్ లిక్విడ్ లేదా స్టెరైల్ వాటర్‌తో గాయాన్ని సున్నితంగా కానీ పూర్తిగా శుభ్రం చేయండి. సమయోచిత క్రిమినాశక క్రీమ్‌ను వర్తించండి మరియు ఆ ప్రాంతాన్ని స్టెరైల్ బ్యాండేజ్ డ్రెస్సింగ్‌తో కప్పండి. డ్రెస్సింగ్ తడిగా లేదా తడిగా ఉందో లేదో చూడటానికి క్రమం తప్పకుండా తనిఖీ చేయండి మరియు అవసరమైన విధంగా మార్చండి. జ్వరం, గాయం నుండి ఉత్సర్గ, పెరిగిన నొప్పి మొదలైన ఇన్ఫెక్షన్ సంకేతాల కోసం పర్యవేక్షించండి.

1. కోతలు మరియు పంక్చర్ గాయాలకు అత్యవసర చికిత్స అత్యవసర చికిత్సలో ఇవి ఉంటాయి: రక్తస్రావం ఆపడం. రోగి అధిక రక్తాన్ని కోల్పోయినట్లయితే, సాధారణ సెలైన్ ఇన్ఫ్యూషన్ లేదా రక్త మార్పిడితో ఇంట్రావీనస్ మార్పిడి అవసరం కావచ్చు. చుట్టుపక్కల ఉన్న మృదు కణజాలాలకు విస్తారమైన నష్టంతో, తీవ్రంగా కలుషితమైన గాయాల విషయంలో శస్త్రచికిత్స డీబ్రిడ్మెంట్ మరియు గాయాన్ని శుభ్రపరచడం. గాయాన్ని కుట్టడం. సరైన డ్రెస్సింగ్‌తో గాయాన్ని కప్పి ఉంచేటప్పుడు సమయోచిత క్రిమినాశక లేపనాలను ఉపయోగించండి. రోగి గత 5 సంవత్సరాలలో ఒక మోతాదు తీసుకోకపోతే టెటానస్ టాక్సాయిడ్ TF ఇంజెక్షన్ ఇవ్వబడుతుంది. పెయిన్ కిల్లర్లు, యాంటీబయాటిక్స్ మరియు యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ మందులు వరుసగా నొప్పిని తగ్గించడానికి, ఇన్ఫెక్షన్ మరియు ఇన్ఫ్లమేషన్‌ను నిరోధించడానికి సిఫార్సు చేయబడ్డాయి.
2. సంక్లిష్టమైన కోతలు మరియు పంక్చర్ గాయాలకు చికిత్స గాయాలు సోకినట్లయితే, సంక్రమణను నియంత్రించడానికి మరియు వైద్యం చేయడాన్ని ప్రోత్సహించడానికి అదనపు చికిత్స అవసరం. నొప్పి మరియు జ్వరం నుండి ఉపశమనం కోసం పారాసెటమాల్. బాక్టీరియా సంక్రమణను నివారించడానికి అమోక్సిసిలిన్, కోట్రిమోక్సాజోల్, యాంపిసిలిన్, అజిత్రోమైసిన్ మరియు డాక్సీసైక్లిన్ వంటి యాంటీబయాటిక్స్ సోఫ్రామైసిన్, ముపిరోసిన్, నియోస్పోరిన్ వంటి యాంటీ బాక్టీరియల్ ఆయింట్‌మెంట్‌లను డ్రెస్సింగ్‌తో పాటు సోకిన గాయాలను కవర్ చేయడానికి ఉపయోగిస్తారు విటమిన్ సి మరియు జింక్ సప్లిమెంట్‌లను వేగంగా తగ్గించడం. కోతలు మరియు పంక్చర్ గాయాల కోసం ఇంటి సంరక్షణ

కోతలు మరియు పంక్చర్ గాయాలకు తగిన ప్రథమ చికిత్స తర్వాత, సమస్యలు లేకుండా వేగంగా నయం కావడానికి అత్యంత జాగ్రత్త తీసుకోవడం చాలా అవసరం. జ్వరం లేదా గాయం నుండి చీము ఉత్సర్గ వంటి ఏదైనా సంక్రమణ సంకేతాలపై దగ్గరగా ట్యాబ్ ఉంచండి. రెగ్యులర్ వ్యవధిలో డ్రెస్సింగ్ మార్చండి. ప్రతిరోజు ఒకసారి లేదా ఎక్కువసార్లు అవి కలుషితమైతే. గాయాలకు ముందు చేతులు శుభ్రంగా కడుక్కోవాలి. శుభ్రమైన పట్టీలు మరియు క్రిమినాశక లేపనాలు మాత్రమే ఉపయోగించండి. తగినంత విశ్రాంతి తీసుకోండి. భాగాన్ని అనవసరంగా తరలించవద్దు లేదా అనవసరంగా ఒత్తిడి చేయవద్దు. వేగంగా నయం కావడానికి విటమిన్లు మరియు ప్రోటీన్లు అధికంగా ఉండే సమతుల్య ఆహారం తీసుకోండి. సూచన: రక్తస్రావం ఆపడానికి మీ చేతిని లేదా కాలును పైకి లేపండి. చాలా సందర్భాలలో, చిన్న కోతలు మరియు స్క్రాప్‌ల కారణంగా రక్తస్రావం సాధారణంగా దానంతటదే ఆగిపోతుంది. అయితే, రక్తస్రావం ఆపడంలో విఫలమైతే, రక్తస్రావం ఆపడానికి గాయంపై సున్నితంగా ఒత్తిడి చేయండి. ఒత్తిడిని వర్తింపజేయడానికి శుభ్రమైన గుడ్డ/చేతి లేదా కట్టు ఉపయోగించండి. గాయం కాలు లేదా చేతిలో ఉన్నట్లయితే మీరు ఆ ప్రాంతాన్ని కూడా పెంచవచ్చు, ఇది రక్తస్రావం తగ్గించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. కోతలు మరియు పంక్చర్ గాయాల యొక్క సంక్లిష్టతలను ప్రథమ చికిత్స సామాగ్రిని కొనుగోలు చేయండి

కోతలు మరియు పంక్చర్ గాయాలను చికిత్స చేయకుండా వదిలేస్తే, అవి అనేక రకాల సమస్యలకు దారితీయవచ్చు, అవి: అధిక రక్త నష్టం, హైపోటెన్షన్ మరియు వాస్కులర్ షాక్‌కి దారి తీస్తుంది. దీర్ఘకాలిక గాయం ఇన్ఫెక్షన్ ఎముకలు వంటి శరీరంలోని ఇతర భాగాలకు వ్యాపిస్తుంది మరియు ఆస్టియోమైలిటిస్‌కు కారణం కావచ్చు. అగ్లీ హైపర్ట్రోఫిక్ మచ్చలు మరియు కెలాయిడ్లు ఏర్పడటం. ప్రభావిత ప్రాంతంలో చలనశీలత కోల్పోవడం. రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలు నియంత్రించబడని రోగులలో డయాబెటిక్ ఫుట్. తీవ్రమైన చికిత్స చేయని సంక్రమణ విషయంలో శరీర భాగం యొక్క విచ్ఛేదనం. అధిక రక్త నష్టం లేదా సెప్టిసిమియాకు దారితీసే ఇన్ఫెక్షన్ కారణంగా మరణం. కోతలు మరియు పంక్చర్ గాయాలకు ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలు

కోతలు మరియు పంక్చర్ గాయాలను సమర్థవంతంగా చికిత్స చేయగల అనేక ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలు లేవు. కోతలు మరియు పంక్చర్ గాయాల చికిత్సలో ప్రామాణిక వైద్య సంరక్షణ అత్యంత ప్రభావవంతమైన ఎంపిక.

కొన్ని ప్రత్యామ్నాయ ఔషధ రూపాలు అందుబాటులో ఉన్నాయి మరియు వేగవంతమైన గాయం నయం చేయడంలో ప్రభావవంతంగా ఉన్నట్లు కనుగొనబడింది. వీటిలో కలేన్ద్యులా అఫిసినాలిస్ వంటి హోమియోపతి సన్నాహాలు ఉండవచ్చు, ఇది సమయోచితంగా లేపనం వలె వర్తించబడుతుంది లేదా డ్రెస్సింగ్‌లో చుక్కలుగా ఉపయోగించబడుతుంది.

చిన్న కోతలను సాధారణ ఇంటి నివారణలతో చికిత్స చేయవచ్చు, అయితే పంక్చర్ గాయం లోతుగా ఉన్నందున, ఎల్లప్పుడూ వైద్యునిచే చికిత్స చేయబడాలి. రక్తస్రావం ఆగిన తర్వాత, క్రిమినాశక పలచనలో ముంచిన పత్తి శుభ్రముపరచుతో ఆ ప్రాంతాన్ని సున్నితంగా శుభ్రం చేయండి. మీరు గాయంపై సోఫ్రామైసిన్ లేదా పసుపు వంటి క్రిమినాశక లేపనాన్ని కూడా పూయవచ్చు. పసుపు ఒక అద్భుతమైన క్రిమినాశక ఏజెంట్ మరియు రక్తస్రావం నిరోధించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. గాయాన్ని శుభ్రమైన స్టెరైల్ బ్యాండేజ్‌తో కప్పి ఉంచండి లేదా యాంటిసెప్టిక్ అప్లికేషన్ తర్వాత తెరిచి ఉంచండి.

గుర్తుంచుకోండి! పెరిగిన వాపు, నొప్పి, జ్వరం మొదలైన ఇన్ఫెక్షన్ సంకేతాల కోసం పర్యవేక్షించండి మరియు అవి సంభవించినట్లయితే, వెంటనే మీ వైద్యుడిని సంప్రదించండి. తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు నేను గాయపడిన ప్రతిసారీ నాకు టెటానస్ ఇంజెక్షన్ అవసరమా? కాలి గాయం తర్వాత డయాబెటిక్ ఫుట్ సంభవించడాన్ని ఎలా నివారించాలి? గాయం నుండి రక్తస్రావం ఆపడానికి గట్టి పట్టీలు వేయాలా? గాయాన్ని తెరిచి ఉంచాలా లేదా డ్రెస్సింగ్‌తో కప్పాలా? గాయం తర్వాత మచ్చ ఏర్పడకుండా ఎలా నిరోధించాలి? ప్రస్తావనలు వౌండ్ హోమ్ స్కిల్స్ కిట్: లాసెరేషన్స్ మరియు అబ్రాషన్స్. అమెరికన్ కాలేజ్ ఆఫ్ సర్జన్స్ డివిజన్ ఆఫ్ ఎడ్యుకేషన్. కోతలు మరియు పంక్చర్ గాయాలు. మెడికల్ ఎన్సైక్లోపీడియా, US నేషనల్ లైబ్రరీ ఆఫ్ మెడిసిన్. గాయాలు. ఫిన్నిష్ రెడ్ క్రాస్. బ్రిట్టో EJ, నెజ్వెక్ TA, రాబిన్స్ M. గాయం డ్రెస్సింగ్. StatPearls పబ్లిషింగ్; 2021 జనవరి. పంక్చర్ గాయాలు. అమెరికన్ కాలేజ్ ఆఫ్ ఫుట్ మరియు చీలమండ సర్జన్లు. కోతలు మరియు మేత. NHS UK

==================================================

వాంతులు త్రోయింగ్ అప్, స్పివింగ్, రెట్చింగ్, పుకింగ్, బార్ఫింగ్, రిగర్జిటింగ్ మరియు చుండరింగ్ ఓవర్‌వ్యూ అని కూడా అంటారు.

వాంతులు, లేదా విసిరివేయడం, నోటి ద్వారా కడుపులోని విషయాలను బలవంతంగా విడుదల చేయడం. ఇది ఒక పరిస్థితి కాదు, అనేక ఇతర పరిస్థితుల లక్షణం. ఈ పరిస్థితులలో కొన్ని తీవ్రమైనవి అయినప్పటికీ, చాలా వరకు పెద్ద ఆందోళనకు కారణం కాదు. ఇది మీ కడుపులో సరిగ్గా స్థిరపడని దానితో లింక్ చేయబడిన ఒక-పర్యాయ ఈవెంట్ కావచ్చు. అయినప్పటికీ, పునరావృత వాంతులు అంతర్లీన వైద్య పరిస్థితి వల్ల సంభవించవచ్చు.

ప్రతి వ్యక్తి తన జీవితకాలంలో కనీసం ఒక్కసారైనా వాంతులు అనుభవిస్తాడు. పెద్దవాళ్ళలో వాంతులు రావడానికి కొన్ని మందులు వాడటం, గర్భం దాల్చడం, అతిగా మద్యం సేవించడం, ఇన్ఫెక్షన్లు, మీ పేగులో అడ్డుపడటం మరియు కీమోథెరపీ వంటివి కావచ్చు. పిల్లలలో, పాలను చాలా వేగంగా మింగడం, వైరల్ ఇన్ఫెక్షన్లు, పాలు పట్ల అసహనం మరియు కొన్ని ఆహార అలెర్జీలు కారణాలు.

పునరావృతమయ్యే వాంతులు కొన్ని ఇతర ఆరోగ్య రుగ్మతల వల్ల సంభవించవచ్చు, దానిని పరిష్కరించడం మరియు చికిత్స చేయడం అవసరం. చికిత్స లేదా నిర్వహణలో ప్రధానంగా వాంతి యొక్క తెలిసిన ట్రిగ్గర్‌లను నివారించడం, నిర్జలీకరణాన్ని నివారించడానికి చాలా ద్రవాలు తాగడం మరియు వాంతి నిరోధక మందులు తీసుకోవడం వంటివి ఉంటాయి. సాధారణంగా అన్ని వయసుల వారిలోనూ కనిపించే ముఖ్య వాస్తవాలు లింగం పురుషులు మరియు మహిళలు ఇద్దరినీ ప్రభావితం చేస్తుంది, కానీ మహిళల్లో ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది. శరీర భాగం(లు) చేరి ఉదర ఆహార పైపు (అన్నవాహిక) అనుకరించే పరిస్థితులు వికారం సైక్లిక్ వాంతులు సిండ్రోమ్ అవసరమైన ఆరోగ్య పరీక్షలు/ఇమేజింగ్ ప్రయోగశాల పరీక్షలు: పూర్తి రక్త గణన (CBC) సీరం ఎలక్ట్రోలైట్స్ ఎరిథ్రోసైట్ అవక్షేప రేటు(ESR) థైరాయిడ్-స్టిమ్యులేటింగ్ హార్మోన్(TsSH) Imaging పరీక్ష అబ్డామినల్ రేడియోగ్రఫీ కంప్యూటెడ్ టోమోగ్రఫీ (CT) అబ్డామినల్ అల్ట్రాసోనోగ్రఫీ (USG) మాగ్నెటిక్ రెసొనెన్స్ ఇమేజింగ్ (MRI) చికిత్స యాంటీమెటిక్ మందులు: డిఫెన్‌హైడ్రామైన్ హైడ్రాక్సీజైన్ ప్రోమెథాజైన్ ప్రోక్లోర్‌పెరాజైన్ మెటోక్లోప్రమైడ్ ఒండాన్‌సెట్రాన్ నిపుణులు జనరల్ ఫిజిషియన్ పీడియాట్రిషియన్ గ్యాస్ట్రోమిటొమెంటెర్‌లజిస్ట్‌ను సంప్రదించాలి

వాంతులు అనేది ఒక సాధారణ జీర్ణశయాంతర ఫిర్యాదు, ఇది చాలా ఉద్దీపనల ద్వారా ప్రేరేపించబడుతుంది మరియు ఇది శరీరంలోకి ప్రవేశించే టాక్సిన్స్, డ్రగ్స్, బ్యాక్టీరియా, వైరస్లు మరియు శిలీంధ్రాలకు వ్యతిరేకంగా రక్షణ యంత్రాంగంగా పరిగణించబడుతుంది. వాంతికి సంబంధించిన లక్షణాలు: వికారం పొత్తికడుపు విరేచనాలు విరేచనాలు జ్వరం తలనొప్పి వెర్టిగో పెరిగిన హృదయ స్పందన రేటు విపరీతమైన చెమట నోరు పొడిబారడం మూత్రవిసర్జన తగ్గడం ఛాతీ నొప్పి మూర్ఛ గందరగోళం అధిక నిద్రపోవడం

మీరు చాలా తరచుగా వాంతులు చేస్తున్నారా? వాంతికి కారణం ఏమిటో మరియు వైద్యుడిని ఎప్పుడు సందర్శించాలో తెలుసుకోండి. ఇప్పుడు మిమ్మల్ని మీరు జ్ఞానోదయం చేసుకోండి

వాంతులు కారణాలు

వాంతి సమయంలో, మెడ మరియు కడుపు మధ్య ఉన్న ప్రధాన కండరాలు ఒకే సమయంలో కుదించబడతాయి. ఇది కడుపుపై ఒత్తిడిని కలిగిస్తుంది, కడుపులోని విషయాలను గొంతు మరియు మీ నోటి ద్వారా బయటకు పంపుతుంది. వాంతి యొక్క అత్యంత సాధారణ కారణాలు:

గ్యాస్ట్రోఎంటెరిటిస్ అక్యూట్ వైరల్ గ్యాస్ట్రోఎంటెరిటిస్ అనేది వివిధ వైరస్ల వల్ల కలిగే పేగు సంక్రమణం. ఇది వాంతికి ప్రధాన కారణం. ఇతర సంకేతాలు మరియు లక్షణాలు అతిసారం, కడుపు తిమ్మిరి, వికారం మరియు కొన్నిసార్లు జ్వరం. ఫుడ్ పాయిజనింగ్ మీరు కలుషితమైన లేదా పాత ఆహారాన్ని తింటే, అది ఫుడ్ పాయిజనింగ్‌కు దారితీస్తుంది. శరీరంలో టాక్సిన్స్ ఉత్పత్తి చేసే ఆహారంలో బ్యాక్టీరియా గుణించడం వల్ల ఇది సంభవిస్తుంది. ఫుడ్ పాయిజనింగ్ సాధారణంగా వాంతికి కారణమవుతుంది. ఇతర లక్షణాలు వికారం, మరియు కడుపు తిమ్మిరి, అతిసారంతో లేదా లేకుండా. లోపలి చెవి ఇన్ఫెక్షన్‌లను లాబిరింథిటిస్ అని కూడా పిలుస్తారు, ఇది వాంతికి కారణమవుతుంది, ఇది సాధారణంగా మైకము మరియు స్పిన్నింగ్ (వెర్టిగో) వంటి భావనతో కూడి ఉంటుంది. మోషన్ సిక్‌నెస్ మోషన్ సిక్‌నెస్ అనేది రోడ్డు, గాలి లేదా సముద్రంలో ప్రయాణించేటప్పుడు పైకి విసిరే అనుభూతి. వాహనం యొక్క కదలిక గందరగోళాన్ని కలిగిస్తుంది, దీని ఫలితంగా లోపలి చెవి దాని సమతుల్యతను కోల్పోతుంది మరియు వికారం మరియు వాంతులు కలిగిస్తుంది.

ప్రయాణం చేయాలనుకుంటున్నారా కానీ చలన అనారోగ్యంతో భయపడుతున్నారా? మేము మీకు రక్షణ కల్పించాము. చలన అనారోగ్యాన్ని నివారించడానికి కొన్ని ప్రభావవంతమైన చిట్కాలు మరియు ఉపాయాలను చదవండి. ఇక్కడ క్లిక్ చేయండి గర్భం గర్భిణీ స్త్రీలు సాధారణంగా వికారం మరియు వాంతులు యొక్క పదేపదే ఎపిసోడ్‌లను భరిస్తారు, ముఖ్యంగా గర్భం యొక్క మొదటి త్రైమాసికంలో "మార్నింగ్ సిక్‌నెస్" అని పిలుస్తారు.

పాప దారిలో ఉందా? గర్భం అనేది ప్రతి స్త్రీకి ప్రత్యేకమైన మరియు విలువైన సమయం. అయినప్పటికీ, స్త్రీ శరీరంలో చాలా మార్పులు జరుగుతున్నందున, ఇది హెచ్చు తగ్గుల యొక్క స్వంత వాటాతో వస్తుంది. మీ ప్రెగ్నెన్సీ ద్వారా మీరు సులభంగా ప్రయాణించేలా చేయడానికి ఇక్కడ 5 చిట్కాలు ఉన్నాయి. అపెండిసైటిస్ చదవడానికి ఇక్కడ క్లిక్ చేయండి అపెండిసైటిస్ అనేది అపెండిక్స్ యొక్క వాపు (పెద్ద ప్రేగుకు అనుసంధానించే సన్నని పర్సు). ఇది కడుపు యొక్క కుడి లేదా దిగువ కుడి వైపుకు కదిలే నొప్పిని కలిగిస్తుంది. వికారం మరియు వాంతులు తరచుగా అపెండిసైటిస్‌తో సంబంధం కలిగి ఉంటాయి. పిత్తాశయ రాళ్లు పిత్తాశయంలో ఏర్పడే జీర్ణ ద్రవం యొక్క గట్టిపడిన నిక్షేపాలు పిత్తాశయ రాళ్లు (ఉదరం యొక్క కుడి వైపున ఉన్న చిన్న, పియర్-ఆకారపు అవయవం, ఇది పిత్తం అని పిలువబడే జీర్ణ ద్రవాన్ని కలిగి ఉంటుంది). పిత్తాశయ రాళ్లు వాంతులు కలిగించే తీవ్రమైన కడుపు నొప్పికి దారి తీయవచ్చు. గ్యాస్ట్రోఎసోఫాగియల్ రిఫ్లక్స్ వ్యాధి (GERD) ఇది కడుపు ఆమ్లం పదేపదే మీ నోరు మరియు కడుపుని కలిపే ట్యూబ్‌లోకి తిరిగి ప్రవహించే పరిస్థితి. ఇది కొన్ని సందర్భాల్లో వికారం మరియు వాంతులు కూడా కలిగిస్తుంది.

మైగ్రేన్‌లు ఇవి ఒక రకమైన తలనొప్పులు, ఇవి సాధారణంగా తలకు ఒక వైపున తీవ్రమైన నొప్పి లేదా పల్సింగ్ అనుభూతిని కలిగిస్తాయి. వారు సాధారణంగా వికారం, వాంతులు మరియు కాంతి మరియు ధ్వనికి తీవ్ర సున్నితత్వంతో కలిసి ఉంటారు.

మైగ్రేన్‌తో పోరాడుతున్నారా? మా నిపుణుడు, ప్రముఖ న్యూరాలజిస్ట్ మీ కోసం దీన్ని డీకోడ్ చేయడం చూడండి. ఇక్కడ బ్రౌజ్ చేయండి

మందులు వికారం మరియు వాంతులు అనేక ఔషధాల యొక్క సాధారణ దుష్ప్రభావాలు. వీటిలో యాంటీబయాటిక్స్, విటమిన్లు, గర్భనిరోధక మాత్రలు, అనాల్జెసిక్స్ మరియు యాంటిడిప్రెసెంట్స్ ఉన్నాయి. కాబట్టి ఏదైనా మందులు తీసుకున్న తర్వాత మీకు వికారంగా అనిపిస్తే మీ వైద్యునితో మాట్లాడండి. అతను / ఆమె మందులను మార్చడాన్ని పరిగణించవచ్చు.

కెమోథెరపీ కీమోథెరపీ-ప్రేరిత వికారం మరియు వాంతులు (CINV) అనేది క్యాన్సర్ చికిత్స యొక్క బలహీనపరిచే దుష్ప్రభావం, ఇది 40% మంది రోగులను ప్రభావితం చేస్తుంది.

కంకషన్ ఇది మీ మెదడు పనితీరును ప్రభావితం చేసే బాధాకరమైన మెదడు గాయం. తల గాయం తర్వాత మీరు పదేపదే వాంతులు లేదా వికారం అనుభవిస్తే అత్యవసర సంరక్షణను పొందడం చాలా ముఖ్యం.

క్రోన్'స్ వ్యాధి ఇది ఒక రకమైన ఇన్ఫ్లమేటరీ ప్రేగు వ్యాధి (IBD), ఇది మీ జీర్ణవ్యవస్థలోని కణజాలాల వాపుకు కారణమవుతుంది. ఇది ప్రేగు యొక్క సంకుచితానికి కారణమవుతుంది, ఇది ఆహారం సాధారణంగా జీర్ణాశయం ద్వారా ప్రయాణించకుండా నిరోధిస్తుంది, వికారం మరియు వాంతులు కలిగించవచ్చు.

వాంతికి సంబంధించిన ఇతర కారణాలు వీటిలో ఉండవచ్చు: ప్రేగు అవరోధం ఋతుస్రావం అధికంగా మద్యం సేవించడం ఆందోళన తీవ్రమైన నొప్పి కిడ్నీ ఇన్ఫెక్షన్లు మరియు రాళ్లు ప్రకోప ప్రేగు సిండ్రోమ్ (IBS) ఆహార అలెర్జీలు టాక్సిన్స్‌కు గురికావడం

నీకు తెలుసా? శస్త్రచికిత్స అనంతర రోగులలో 20-30% మందిలో వికారం మరియు వాంతులు కూడా అనస్థీషియా యొక్క సమస్యగా సంభవిస్తాయి. PONV అనే పదాన్ని సాధారణంగా శస్త్రచికిత్స అనంతర 24 గంటలలో వికారం మరియు/లేదా వాంతులు గురించి వివరించడానికి ఉపయోగిస్తారు. పోస్ట్ డిశ్చార్జ్ వికారం మరియు వాంతులు (PDNV) అనేది ఔట్ పేషెంట్ ప్రక్రియల కోసం ఉత్సర్గ తర్వాత సంభవించే లక్షణాలను సూచిస్తుంది.

శిశువులలో వాంతులు కారణాలు శిశువులలో వాంతులు యొక్క సాధారణ కారణాలు: వైరల్ గ్యాస్ట్రోఎంటెరిటిస్ పాలను చాలా త్వరగా మింగడం ఆహార అలెర్జీలు పాలు అసహనం మూత్ర మార్గము అంటువ్యాధులు (UTIs) మధ్య చెవి ఇన్ఫెక్షన్లు న్యుమోనియా మెనింజైటిస్ ప్రమాదవశాత్తూ విష పదార్థాలను తీసుకోవడం వల్ల పుట్టుకతో వచ్చే పైలోరిక్ పరిస్థితి ప్రస్తుతం స్టెనోసిస్ ఏర్పడుతుంది. కడుపు మరియు ప్రేగుల మధ్య మార్గం సంకుచితం) ప్రేగులలో అడ్డంకులు.

మీ బిడ్డకు వాంతులు అవుతున్నాయా? మీ బిడ్డకు ఒకటి లేదా అంతకంటే ఎక్కువ ఎపిసోడ్‌ల వాంతులు ఉన్నప్పుడు గుర్తుంచుకోవలసిన కొన్ని ముఖ్యమైన విషయాలు ఇక్కడ ఉన్నాయి. వాంతులు నిర్ధారణను చదవడానికి క్లిక్ చేయండి

వాంతులు అనేక కారణాల యొక్క లక్షణం కావచ్చు, కొన్నిసార్లు ఇది అజీర్ణం వలె సులభం కావచ్చు మరియు కొన్నిసార్లు ఇది అంతర్లీన రుగ్మత వల్ల కావచ్చు. వాంతి యొక్క రోగనిర్ధారణ సులభం అయినప్పటికీ, దాని కారణాన్ని నిర్లక్ష్యం చేయకూడదు మరియు ప్రతి అవకాశాన్ని విశ్లేషించాలి. రోగనిర్ధారణ ప్రధానంగా వీటిని కలిగి ఉంటుంది: 1. వైద్య చరిత్ర వాంతికి కారణాన్ని గుర్తించడంలో గత చరిత్ర చాలా ముఖ్యమైనది. ప్రారంభ వ్యవధి మరియు ఫ్రీక్వెన్సీ, ఏదైనా దీర్ఘకాలిక అనారోగ్యం, వాంతులు అయ్యే సమయం మరియు సంబంధిత లక్షణాలు వంటి ప్రశ్నలు వాంతులు వెనుక కారణాన్ని పూర్తిగా అర్థం చేసుకోవడానికి తప్పనిసరిగా అడగాలి.

1. శారీరక పరీక్ష స్వీయ-ప్రేరిత వాంతులు సూచించే కాలిస్‌ల కోసం వేళ్ల మూల్యాంకనంతో సహా, నిర్జలీకరణ సంకేతాలపై శారీరక పరీక్ష మొదట కేంద్రీకృతమై ఉంటుంది.

మానసిక కారణాలను సూచించే మాంద్యం లేదా ఆందోళన సంకేతాలను మూల్యాంకనం చేయాలి.

ఉదర పరీక్ష చాలా ముఖ్యమైనది, ఎందుకంటే ఇది ప్రేగు అడ్డంకిని సూచించే సున్నితత్వంతో దూరాన్ని గుర్తించగలదు.

1. ప్రయోగశాల పరీక్షలు చరిత్ర మరియు శారీరక పరీక్ష ద్వారా పరీక్షలు నిర్దేశించబడతాయి, ఇది అంతర్లీన కారణాన్ని గుర్తించడానికి లేదా వాంతులు యొక్క పరిణామాలను అంచనా వేయడానికి. ఈ పరీక్షలలో ఇవి ఉన్నాయి: పూర్తి రక్త గణన (CBC): రక్త కణాల గణనలో ఏవైనా మార్పులను నిర్ధారించడానికి ఇది జరుగుతుంది. సీరం ఎలక్ట్రోలైట్స్: ఈ పరీక్ష అసిడోసిస్ (శరీర ద్రవాలలో చాలా ఎక్కువ ఆమ్లం), ఆల్కలోసిస్ (శరీర ద్రవాలలో అదనపు బేస్), అజోటెమియా (రక్తంలో నత్రజని ఉత్పత్తులను నిర్మించడం), మరియు హైపోకలేమియా (లో పొటాషియం లోపం) కోసం తనిఖీ చేయబడుతుంది. రక్తం) ఎరిథ్రోసైట్ అవక్షేప రేటు (ESR): మంటను తనిఖీ చేయడానికి ప్యాంక్రియాటిక్/లివర్ ఎంజైమ్‌లు: ఎగువ పొత్తికడుపు నొప్పి లేదా కామెర్లు ఉన్న రోగులకు గర్భ పరీక్ష: ప్రసవ వయస్సులో ఉన్న స్త్రీల విషయంలో ప్రోటీన్/అల్బుమిన్: దీర్ఘకాలిక సేంద్రీయ అనారోగ్యం లేదా పోషకాహార లోపం ఉన్న రోగులలో నిర్దిష్ట టాక్సిన్స్: థైరాయిడ్-స్టిమ్యులేటింగ్ హార్మోన్ (TSH): థైరాయిడ్ విషపూరితం లేదా వివరించలేని వికారం మరియు వాంతులు ఉన్న రోగులకు ఏదైనా తీసుకోవడం లేదా విషపూరితమైన మందుల వాడకం కోసం తనిఖీ చేయడం.
2. ఇమేజింగ్ పరీక్షలు చిన్న ప్రేగు లేదా మరేదైనా అడ్డంకిని తనిఖీ చేయడానికి సుపైన్ మరియు నిటారుగా ఉండే పొత్తికడుపు రేడియోగ్రఫీని నిర్వహిస్తారు.
3. ఇతర పరీక్షలు అడ్డంకులు లేదా మరేదైనా కారణాన్ని అంచనా వేయడానికి తదుపరి పరీక్ష అవసరం కావచ్చు. ఈ పరీక్షలు వీటిని కలిగి ఉండవచ్చు:

ఎసోఫాగోగాస్ట్రోడ్యూడెనోస్కోపీ కంప్యూటెడ్ టోమోగ్రఫీ (CT) అబ్డామినల్ అల్ట్రాసోనోగ్రఫీ (USG) మెదడు యొక్క మాగ్నెటిక్ రెసొనెన్స్ ఇమేజింగ్ (MRI)

మీ పునరావృత వాంతులు ఎపిసోడ్‌లకు సాధ్యమయ్యే ప్రతి కారణాన్ని క్లియర్ చేయడానికి మీ పరీక్షలను ఇప్పుడే బుక్ చేసుకోండి. ఇక్కడ క్లిక్ చేయండి ప్రముఖులు కిమ్ కర్దాషియాన్ వెస్ట్ కిమ్ కర్దాషియాన్ ఒక అమెరికన్ మీడియా వ్యక్తిత్వం, సామాజిక వ్యక్తి మరియు వ్యాపారవేత్త. ఆమె గర్భధారణ సమయంలో మార్నింగ్ సిక్‌నెస్‌తో పోరాడింది మరియు ఒక ఇంటర్వ్యూలో ఇలా చెప్పింది “ఇది నా మొదటి గర్భం కంటే చాలా భిన్నమైన గర్భం, కానీ అది మనకు జరగబోతోందని మేము కూడా అనుకోనప్పుడు గర్భవతి అయినందుకు నేను చాలా కృతజ్ఞురాలిని, [ కాబట్టి] నేను ఎంత అనారోగ్యంతో ఉన్నానో నేను పట్టించుకోను. బియాన్స్ బియాన్స్ ఒక అమెరికన్ గాయని, పాటల రచయిత మరియు నటి. హార్పర్స్ బజార్‌కి ఇచ్చిన ఇంటర్వ్యూలో, ఆమె బెస్ట్ ఫ్రెండ్ గ్వినేత్ ఇలా చెప్పింది "క్వీన్ బే హెడ్‌లైన్ గ్లాస్టన్‌బరీ ఫెస్టివల్ చూడటం ప్రత్యేకమైనది-మరియు ఆమె నటన వల్ల మాత్రమే కాదు. ఆమె ఖచ్చితంగా నమ్మశక్యం కానిది, ప్రత్యేకించి ఆమె మధ్యలో బార్ఫింగ్ చేయడం వల్ల, ”ఆమె పత్రికకు తెలిపింది. వాంతులు నివారణ

వాంతికి ముందు క్రమం వికారం మరియు మీరు వికారంగా అనిపించడం ప్రారంభించినప్పుడు, వాస్తవానికి వాంతులు కాకుండా మిమ్మల్ని మీరు ఆపడానికి కొన్ని దశలు తీసుకోవచ్చు. వాంతులు నిరోధించడానికి క్రింది చిట్కాలు ఉన్నాయి:

మీకు వికారం అనిపించిన వెంటనే లోతైన శ్వాస తీసుకోండి, నీరు మరియు ఇతర ద్రవాలు పుష్కలంగా త్రాగండి తాజా లేదా పచ్చి అల్లం తినండి లేదా అల్లం టీని ప్రయత్నించండి లేదా మీరు చలన అనారోగ్యంతో బాధపడుతుంటే, వాంతులు ఆపడానికి OTC (ఓవర్-ది-కౌంటర్) మందు తీసుకోండి. ఐస్ చిప్స్‌పై మీకు అజీర్ణం ఉన్నట్లయితే నూనె లేదా కారంగా ఉండే ఆహారాన్ని మానుకోండి లేదా తలపై మరియు వెనుకకు ఆసరాగా కూర్చోండి లేదా పడుకోండి మద్యం అధికంగా సేవించవద్దు తిన్న వెంటనే నిద్రపోకండి ప్రయాణంలో స్క్రీన్‌ల వైపు చూడటం మానుకోండి ఎలాంటి కార్యకలాపాలకు దూరంగా ఉండండి మీకు వికారం అనిపించినప్పుడు

వాంతికి అత్యంత సాధారణ కారణం చెడు కడుపు. మీ పొట్టను జాగ్రత్తగా చూసుకునే మా విస్తృత శ్రేణి ఉత్పత్తుల నుండి మీ కడుపు సంరక్షణ గేమ్‌ను మెరుగుపరచండి. ఇప్పుడు కొను

సందర్శించాల్సిన నిపుణులు

వాంతులు అనేక కారణాల వల్ల సంభవించవచ్చు. తరచుగా వాంతులు చేసుకుంటే, ఖచ్చితమైన కారణాన్ని నిర్ధారించడంలో మరియు చికిత్స అందించడంలో మీకు సహాయపడే వైద్యులు:

సాధారణ వైద్యుడు శిశువైద్యుడు (పిల్లల విషయంలో) గ్యాస్ట్రోఎంటరాలజిస్ట్

గ్యాస్ట్రోఎంటరాలజిస్ట్ అనేది కడుపు మరియు ప్రేగులకు సంబంధించిన రుగ్మతలను నిర్ధారించడానికి మరియు చికిత్స చేయడానికి అర్హత కలిగిన వైద్య నిపుణుడు.

వైద్యుడిని ఎప్పుడు చూడాలి? కింది లక్షణాల విషయంలో వైద్యుడిని చూడటం చాలా అవసరం:

పిల్లలలో: వాంతులు కొన్ని గంటల కంటే ఎక్కువగా ఉంటాయి విరేచనాలు మరియు డీహైడ్రేషన్ సంకేతాలు ఉన్నాయి జ్వరం 100 డిగ్రీల ఫారెన్‌హీట్ కంటే ఎక్కువ మీ బిడ్డ ఆరు గంటల పాటు మూత్ర విసర్జన చేయలేదు

పెద్దలలో: వాంతిలో రక్తం గట్టి మెడ అలసటతో పాటు తీవ్రమైన తలనొప్పి గందరగోళం మరియు దిక్కుతోచని స్థితిలో తీవ్రమైన పొత్తికడుపు నొప్పి 101 డిగ్రీల ఫారెన్‌హీట్ అతిసారం వేగంగా శ్వాస తీసుకోవడం లేదా హృదయ స్పందన రేటు.

మీకు లేదా మీ బిడ్డకు నిరంతర వాంతులు ఉంటే, ఆలస్యం చేయకండి మరియు మా ప్రపంచ స్థాయి వైద్యుల నుండి వైద్య సలహా పొందండి. ఇప్పుడే సంప్రదించండి

వాంతులు చికిత్స

వాంతులు యొక్క ప్రాథమిక నిర్వహణ ఏమిటంటే, రద్దీగా ఉండే ప్రదేశాలు, వాసనలు మరియు వేడి వంటి పర్యావరణ ట్రిగ్గర్‌లను నివారించడం. అలాగే, వాంతి యొక్క ఎపిసోడ్‌లను ఆపడానికి అంతర్లీన కారణానికి చికిత్స చేయడం చాలా ముఖ్యం.

అయినప్పటికీ, క్యాన్సర్‌కు చికిత్స పొందుతున్న వ్యక్తులలో లేదా ఏదైనా శస్త్రచికిత్స చేయించుకున్న వారిలో వికారం మరియు వాంతులు చాలా తీవ్రంగా ఉంటాయి. అటువంటి సందర్భాలలో చికిత్సలో ఇవి ఉంటాయి:

1. యాంటీమెటిక్ డ్రగ్స్ యాంటీమెటిక్స్ అంటే వికారం మరియు వాంతులు ఎదుర్కోవడానికి ఉపయోగించే మందులు. వాంతికి సంబంధించిన మార్గాలను అడ్డుకోవడం ద్వారా ఇవి పని చేస్తాయి. సాధారణంగా ఉపయోగించే యాంటీమెటిక్స్:

స్కోపోలమైన్ డిఫెన్‌హైడ్రామైన్ హైడ్రాక్సీజైన్ ప్రోమెథాజైన్ ప్రోక్లోర్‌పెరాజైన్ డ్రోపెరిడోల్ మెటోక్లోప్రమైడ్ ఒండాన్‌సెట్రాన్

1. కొత్త ఏజెంట్లు క్యాన్సర్ వ్యతిరేక చికిత్స (కీమోథెరపీ) సమయంలో వికారం మరియు వాంతులు కలిగించే మెదడులోని రసాయన దూత (న్యూరోకినిన్) చర్యను నిరోధించడం ద్వారా ఈ ఏజెంట్లు పని చేస్తాయి. పరిచయం చేయబడిన ఈ ఏజెంట్లలో అప్రెపిటెంట్ మొదటిది, కానీ దాని సమర్థత ఇంకా స్థాపించబడలేదు.

గమనిక: డెక్సామెథాసోన్ వంటి గ్లూకోకార్టికాయిడ్లు (కార్టికోస్టెరాయిడ్స్) కీమోథెరపీ-ప్రేరిత అలాగే శస్త్రచికిత్స అనంతర వికారం మరియు వాంతులు కోసం బాగా స్థిరపడిన యాంటీమెటిక్స్.

నోటి కార్టికోస్టెరాయిడ్స్ తీసుకునేటప్పుడు అనుసరించాల్సిన మరియు చేయకూడని వాటి గురించి మరింత చదవండి. ఇప్పుడు క్లిక్ చేయండి

వాంతులు కోసం ఇంటి సంరక్షణ

వాంతులు అనేది ఒక-పర్యాయ వ్యవహారం కావచ్చు లేదా వివిధ కారణాల వల్ల క్రమం తప్పకుండా సంభవించవచ్చు. అయినప్పటికీ, ఈ భావన పూర్తిగా స్వాగతించబడదు మరియు మనస్సు మరియు శరీరాన్ని దెబ్బతీస్తుంది. మిమ్మల్ని మీరు హైడ్రేటెడ్‌గా ఉంచుకోవడం మొదటి మరియు ప్రధానమైన దశ. పిల్లలలో వాంతుల నిర్వహణ కోసం ఈ క్రింది చిట్కాలను గుర్తుంచుకోవాలి:

నిరంతర వాంతులు విషయంలో 24 గంటల వరకు ఘనమైన ఆహారాన్ని మానుకోండి. మీ బిడ్డను హైడ్రేట్ గా ఉంచండి. వాంతిని వారి శ్వాసనాళాల్లోకి పీల్చే అవకాశాన్ని తగ్గించడానికి మీ బిడ్డను వారి వైపు పడుకో. వైద్యుని అనుమతి లేకుండా మందులు మరియు ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలను ప్రయత్నించవద్దు.

వికారం మరియు వాంతులు నిర్వహించడానికి అనేక చిట్కాలు ఉన్నాయి మరియు కొన్ని అత్యంత ప్రభావవంతమైన ఇంటి నివారణలు ఉన్నాయి: అల్లం (అడ్రాక్): అల్లం దాని అనేక సహజ ఔషధ గుణాలకు మరియు ముఖ్యంగా వాంతి నిరోధకంగా విస్తృతంగా ఉపయోగించే మూలిక. నిమ్మకాయ (నింబు): అధ్యయనాల ప్రకారం, 40% మంది మహిళలు వికారం మరియు వాంతుల నుండి ఉపశమనానికి నిమ్మ సువాసనను ఉపయోగించారు మరియు వారిలో 26.5% మంది తమ లక్షణాలను నియంత్రించడానికి సమర్థవంతమైన మార్గంగా నివేదించారు. పిప్పరమింట్ ఆయిల్: ఇది వికారం, వాంతులు మరియు వాంతులు యొక్క ఫ్రీక్వెన్సీని గణనీయంగా తగ్గిస్తుంది. ఫెన్నెల్ (సౌఫ్): ఇది మీ నోటి రుచిని రిఫ్రెష్ చేస్తుంది మరియు వాంతులు ఆపడానికి సహాయపడుతుంది. మీరు దీన్ని అలాగే లేదా ఫెన్నెల్ సీడ్స్ టీగా తీసుకోవచ్చు. జీలకర్ర (జీరా): జీలకర్ర యొక్క పొడి మరియు గింజలు వికారం మరియు వాంతులు నుండి ఉపశమనం పొందడంలో ప్రభావవంతంగా ఉంటాయి. దాల్చిన చెక్క (దాల్చిని): ఇది ఋతు రక్తస్రావం, వికారం మరియు వాంతులు తగ్గించడానికి సహాయపడుతుంది. అధ్యయనాలు దాల్చినచెక్కతో జీర్ణశయాంతర లక్షణాలలో గణనీయమైన మెరుగుదలలను కూడా చూపించాయి.

వికారంగా అనిపిస్తుందా? తక్షణ ఉపశమనం పొందడానికి ఈ 6 ఆహారాలను ప్రయత్నించండి. ఇప్పుడు మరింత చదవండి

వాంతి యొక్క సమస్యలు

చాలా సందర్భాలలో, అంతర్లీన దీర్ఘకాలిక పరిస్థితి లేనట్లయితే వికారం మరియు వాంతులు వాటంతట అవే తొలగిపోతాయి. నిరంతర వాంతులు క్రింది సమస్యలకు దారి తీయవచ్చు:

నిర్జలీకరణం: తప్పనిసరి నీటి నష్టాలను భర్తీ చేయడంలో వైఫల్యం కారణంగా సంభవించవచ్చు మరియు వాంతులు, విరేచనాలు, చెమటలు మొదలైనవి అత్యంత సాధారణ కారణాలు.

ఎనామెల్ కోల్పోవడం: స్వీయ-ప్రేరిత వాంతులు దంతాల బయటి పొర (ఎనామెల్) కోతకు దారితీస్తుందని అధ్యయనాలు చూపిస్తున్నాయి. వాంతులు కోసం ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలు

వికారం మరియు వాంతులు బాధాకరమైన లక్షణాలు, ఇవి మొత్తం జీవన నాణ్యతను గణనీయంగా తగ్గించగలవు మరియు ఒక వ్యక్తి యొక్క మొత్తం మానసిక స్థితి మరియు సామాజిక కార్యకలాపాలను బాగా ప్రభావితం చేస్తాయి. కొన్ని మంచి ఫలితాలను చూపించిన ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలతో దీర్ఘకాలిక వాంతులు కూడా నిర్వహించబడతాయి. ఈ చికిత్సలలో ఇవి ఉన్నాయి: 1. ఆక్యుపంక్చర్ మరియు ఆక్యుప్రెషర్ ఆక్యుపంక్చర్ మరియు ఆక్యుప్రెషర్ అనేది దీర్ఘకాలిక వాంతిని నిర్వహించడానికి సాధారణంగా ఉపయోగించే రెండు పద్ధతులు. ఆక్యుపంక్చర్ సమయంలో, ఒక చికిత్సకుడు శరీరంలోని నిర్దిష్ట బిందువులలోకి సన్నని సూదులను చొప్పిస్తాడు. ఆక్యుప్రెషర్ శరీరంలోని అదే పాయింట్లను ఉత్తేజపరిచే లక్ష్యంతో ఉంటుంది కానీ అలా చేయడానికి సూదులకు బదులుగా ఒత్తిడిని ఉపయోగిస్తుంది. రెండు పద్ధతులు నరాల ఫైబర్‌లను ప్రేరేపిస్తాయి, ఇవి మెదడు మరియు వెన్నుపాముకు సంకేతాలను ప్రసారం చేస్తాయి మరియు ఈ సంకేతాలు వికారం తగ్గుతాయని కొందరు నమ్ముతారు.

1. అరోమాథెరపీ థెరపీ ఈ రకమైన చికిత్స వికారం మరియు వాంతుల నుండి ఉపశమనానికి సహాయపడుతుంది, అయినప్పటికీ దాని ప్రభావంపై అధ్యయనాలు మిశ్రమంగా ఉంటాయి. అరోమాథెరపీని ప్రాక్టీస్ చేయడానికి, ఓపెన్ ఎసెన్షియల్ ఆయిల్ బాటిల్ లేదా ఎసెన్షియల్ ఆయిల్ డిఫ్యూజర్‌తో లోతైన శ్వాసను ప్రయత్నించండి లేదా కాటన్ బాల్‌కు కొన్ని చుక్కలను జోడించండి. మీకు ఉబ్బసం లేదా మరొక శ్వాసకోశ పరిస్థితి ఉంటే, ముఖ్యమైన నూనెలను వ్యాప్తి చేయడానికి ముందు మీ వైద్యుడిని సంప్రదించండి.

వికారం మరియు వాంతులు యొక్క అవాంఛనీయ అనుభూతిని వదిలించుకోవడానికి ఆన్‌లైన్‌లో ముఖ్యమైన నూనె ఉత్పత్తులను కొనుగోలు చేయండి. ఇప్పుడే మీ కార్ట్ నింపండి. ఇక్కడ నొక్కండి

1. సాంప్రదాయ చైనీస్ ఔషధం (TCM) TCM ప్రకారం, వాంతులు అనేది బలహీనమైన హోమియోస్టాసిస్ యొక్క అభివ్యక్తి మరియు రివర్స్ అప్‌వర్డ్ క్వి (చైనీస్ ఫిలాసఫీలో, క్వి అనేది ప్రతి వ్యక్తి మరియు వస్తువు కలిగి ఉండే ప్రాణశక్తి) కడుపులో ప్రవహిస్తుంది, దీని ఫలితంగా కడుపు నుండి బయటకు వస్తుంది. నోటి ద్వారా కడుపు కంటెంట్.

ఈ ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలో వివిధ రకాల చికిత్సా పద్ధతులు ఉంటాయి మరియు చికిత్సకు కీలకం కడుపుని సమన్వయం చేయడం మరియు క్వి కౌంటర్ ప్రవాహాన్ని తగ్గించడం. తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు వికారం మరియు వాంతులు మధ్య తేడా ఏమిటి? సైక్లిక్ వామిట్ సిండ్రోమ్ అంటే ఏమిటి? వాంతి సమయంలో ఏ ఆహారాలకు దూరంగా ఉండాలి? వాంతులు అయినప్పుడు ఏ స్థానం మంచిది? వాంతులు గొంతు నొప్పిని కలిగించవచ్చా? వాంతులు ఎందుకు వస్తాయి? ప్రస్తావనలు Zhong W, Shahbaz O, Teskey G, Beever A, Kachour N, Venketaraman V, Darmani NA. వికారం మరియు వాంతులు యొక్క మెకానిజమ్స్: కణాంతర ఎమెటిక్ సిగ్నలింగ్ సిస్టమ్స్‌లో కరెంట్ నాలెడ్జ్ మరియు రీసెంట్ అడ్వాన్సెస్. Int J మోల్ సైన్స్. 2021 మే 28;22(11):5797. స్టూమ్ఫిగ్ ND, సెరోయ్ J. వైరల్ గ్యాస్ట్రోఎంటెరిటిస్. [2022 జూన్ 21న నవీకరించబడింది]. ఇన్: స్టాట్‌పెర్ల్స్ [ఇంటర్నెట్]. ట్రెజర్ ఐలాండ్ (FL): StatPearls పబ్లిషింగ్; 2022 జనవరి-. దీని నుండి అందుబాటులో ఉంది: ఇస్లాం S et al. పోస్ట్-ఆపరేటివ్ వికారం మరియు వాంతులు (PONV): ఒక సమీక్ష కథనం. భారతీయ J. అనస్త్. 2004: PONV : ఒక సమీక్ష; 48 (4): 253-258 పెప్పర్ GV, క్రెయిగ్ రాబర్ట్స్ S. గర్భంలో వికారం మరియు వాంతులు మరియు జనాభాలో ఆహార లక్షణాలు. ప్రోక్ బయోల్ సైన్స్. 2006 అక్టోబర్ 22;273(1601):2675-9 అర్గుడిన్ MÁ, మెన్డోజా MC, రోడిసియో MR. ఫుడ్ పాయిజనింగ్ మరియు స్టెఫిలోకాకస్ ఆరియస్ ఎంట్రోటాక్సిన్స్. టాక్సిన్స్ (బాసెల్). 2010 జూలై;2(7):1751-73. K. గుప్తా మరియు ఇతరులు. కీమోథెరపీ-ప్రేరిత వికారం మరియు వాంతులు: పాథోజెనిసిస్, సిఫార్సులు మరియు కొత్త పోకడలు. క్యాన్సర్ చికిత్స మరియు పరిశోధన కమ్యూనికేషన్స్ 26 (2021) 100278. స్కోర్జా కె మరియు ఇతరులు. వికారం మరియు వాంతులు యొక్క మూల్యాంకనం. అమెరికన్ ఫ్యామిలీ ఫిజిషియన్. జూలై 1, 2007. వాల్యూమ్ 76, సంఖ్య 1. ఇబ్రహీం. క్యాన్సర్ రోగులలో వికారం మరియు వాంతులు: టాపిక్ రివ్యూ. J Palliat Care Med 2015, 5:1. బెకర్ DE. వికారం, వాంతులు మరియు ఎక్కిళ్ళు: యంత్రాంగాలు మరియు చికిత్స యొక్క సమీక్ష. అనస్త్ ప్రోగ్. 2010 శీతాకాలం;57(4):150-6; క్విజ్ 157. ఆండ్రూస్ PLR, Cai W, Rudd JA, Sanger GJ. COVID-19, వికారం మరియు వాంతులు. J గ్యాస్ట్రోఎంటరాల్ హెపాటోల్. 2021 మార్చి;36(3):646-656. లేటే I, అల్యూ జె. గర్భం మరియు కీమోథెరపీ సమయంలో వికారం మరియు వాంతులు నివారణలో అల్లం యొక్క ప్రభావం. ఇంటిగ్ర్ మెడ్ అంతర్దృష్టులు. 2016 మార్చి 31;11:11-7. Yavari Kia P, Safajou F, Shahnazi M, Nazemiyeh H. గర్భం యొక్క వికారం మరియు వాంతులపై నిమ్మకాయ ఉచ్ఛ్వాస అరోమాథెరపీ ప్రభావం: డబుల్ బ్లైండ్, యాదృచ్ఛిక, నియంత్రిత క్లినికల్ ట్రయల్. ఇరాన్ రెడ్ క్రెసెంట్ మెడ్ J. 2014 మార్చి;16(3):e14360. జోబీరి M, పర్విజీ F, షాహ్పిరి Z, మరియు ఇతరులు. ఫంక్షనల్ డిస్పెప్సియా ఉన్న రోగులలో సిన్నమోన్ ఆయిల్ సాఫ్ట్ క్యాప్సూల్ యొక్క ప్రభావం యొక్క మూల్యాంకనం: యాదృచ్ఛిక డబుల్ బ్లైండ్ ప్లేసిబో-నియంత్రిత క్లినికల్ ట్రయల్. ఎవిడ్ బేస్డ్ కాంప్లిమెంట్ ఆల్టర్నేట్ మెడ్. 2021;2021:6634115. 2021 మే 13న ప్రచురించబడింది. టేలర్ K, జోన్స్ EB. అడల్ట్ డీహైడ్రేషన్. [2022 అక్టోబర్ 3న నవీకరించబడింది]. ఇన్: స్టాట్‌పెర్ల్స్ [ఇంటర్నెట్]. ట్రెజర్ ఐలాండ్ (FL): StatPearls పబ్లిషింగ్; 2022 జనవరి-. నుండి అందుబాటులో:

==================================================

గర్భాశయ క్యాన్సర్ అవలోకనం సర్విక్స్ అనేది యోని పైభాగంలో ఉన్న గర్భాశయం (గర్భాశయం) యొక్క దిగువ భాగం. ఇది యోని నుండి గర్భాశయంలోకి వ్యాధికారకాలను అధిరోహించడాన్ని నిరోధించడంలో మరియు ఫెలోపియన్ ట్యూబ్‌లలోకి స్పెర్మ్ ప్రవేశాన్ని అనుమతించడంలో ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తుంది (గుడ్ల రవాణా మరియు ఫలదీకరణం కోసం ఛానెల్). ప్రసవం ప్రారంభమయ్యే వరకు గర్భాశయంలో గర్భధారణ నిర్వహణకు కూడా ఇది కీలకం.

గర్భాశయ క్యాన్సర్ అనేది గర్భాశయ కణాలలో సంభవించే ఒక రకమైన క్యాన్సర్. ఈ క్యాన్సర్ గర్భాశయంలోని లోతైన కణజాలాలను ప్రభావితం చేస్తుంది మరియు శరీరంలోని ఇతర భాగాలకు (మెటాస్టాసైజ్), తరచుగా ఊపిరితిత్తులు, కాలేయం, మూత్రాశయం, యోని మరియు పురీషనాళానికి వ్యాపిస్తుంది.

ఈ క్యాన్సర్ ప్రపంచవ్యాప్తంగా రెండవ అత్యంత సాధారణ స్త్రీ ప్రాణాంతక (క్యాన్సర్) కణితి, ఇది స్త్రీ ఆరోగ్యాన్ని తీవ్రంగా బెదిరిస్తుంది. దాదాపు అన్ని గర్భాశయ క్యాన్సర్లు హ్యూమన్ పాపిల్లోమావైరస్ (HPV) సంక్రమణ వలన సంభవిస్తాయి.

కొన్ని సందర్భాల్లో ఎటువంటి లక్షణాలు కనిపించకపోవచ్చు, కానీ సాధారణ లక్షణాలు పీరియడ్స్ మధ్య మరియు లైంగిక సంపర్కం తర్వాత రక్తస్రావం కలిగి ఉంటాయి. దుర్వాసనతో కూడిన తెల్లటి ఉత్సర్గ మరియు నడుము నొప్పి లేదా పొత్తి కడుపు నొప్పి కూడా ఉండవచ్చు. చికిత్సలలో శస్త్రచికిత్స, రేడియేషన్, కీమోథెరపీ మరియు పాలియేటివ్ కేర్ ఉన్నాయి. సాధారణంగా 15-44 సంవత్సరాల మధ్య వయస్సు గల స్త్రీలలో కనిపించే ముఖ్య వాస్తవాలు లింగ ప్రభావిత స్త్రీల శరీర భాగాలు (లు) సెర్విక్స్ యోని గర్భాశయం బాడర్ పురీషనాళం మూత్రపిండాలు ఊపిరితిత్తులు రొమ్ము కాలేయం వ్యాప్తి భారతదేశం: 6-29% (2016) అనుకరించే పరిస్థితులు గర్భాశయ ఫైబ్రాయిడ్స్ ఎండోమెట్రియోసిస్ ఎండోమెట్రియోసిస్ ఎండోమెట్రియోసిస్ పరీక్షలు/ఇమేజింగ్ పాప్ స్మెర్ లిక్విడ్-బేస్డ్ సైటోలజీ (LBC) HPV టెస్టింగ్ కొలొనోస్కోపీ బయాప్సీ ఇమేజింగ్: CT స్కాన్ & PET స్కాన్ చికిత్స శస్త్రచికిత్సా విధానాలు: కాన్జైజేషన్, హిస్టెరెక్టమీ & లూప్ ఎలక్ట్రో సర్జికల్ ఎక్సిషన్ విధానం (LEEP) రేడియేషన్ థెరపీ: ఇంటర్నల్-బీమ్ థెరపీ రేడియేషన్ థెరపీ కీమోథెరపీ: సిస్ప్లాటిన్ & సిస్ప్లాటిన్ విత్ 5-ఫ్లోరోరాసిల్ (5-FU) టార్గెటెడ్ థెరపీ: బెవాసిజుమాబ్ & టిసోటుమాబ్ వెడోటిన్ అన్ని రకాల గర్భాశయ క్యాన్సర్‌లను చూడండి

గర్భాశయ క్యాన్సర్లు మరియు గర్భాశయ పూర్వ క్యాన్సర్లు సూక్ష్మదర్శినిపై కనిపించే వాటి ఆధారంగా వర్గీకరించబడ్డాయి. అవి సర్వసాధారణంగా రెండు రకాలు: పొలుసుల కణ క్యాన్సర్ ఇది అత్యంత సాధారణ రకం (80% నుండి 90%). ఈ క్యాన్సర్లు గర్భాశయ బయటి కణాల నుండి అభివృద్ధి చెందుతాయి (ఎక్సోసెర్విక్స్). స్క్వామస్ సెల్ కార్సినోమాలు చాలా తరచుగా పరివర్తన జోన్‌లో ప్రారంభమవుతాయి (బాహ్య కణాలు గర్భాశయ లోపలి కణాలతో కలుస్తాయి). అడెనోకార్సినోమాస్ ఇది ఇతర రకం (10% నుండి 20%) గర్భాశయ లోపలి కణాల (ఎండోసెర్విక్స్) యొక్క శ్లేష్మం-ఉత్పత్తి చేసే గ్రంథి కణాల నుండి అభివృద్ధి చెందుతుంది.

తక్కువ సాధారణంగా, గర్భాశయ క్యాన్సర్‌లు పొలుసుల కణ క్యాన్సర్‌లు మరియు అడెనోకార్సినోమాలు రెండింటి లక్షణాలను కలిగి ఉంటాయి మరియు వాటిని అడెనోస్క్వామస్ కార్సినోమాస్ లేదా మిక్స్‌డ్ కార్సినోమాస్ అంటారు. క్యాన్సర్ యొక్క సాధారణ సంకేతాలపై ఇక్కడ మరిన్ని ఉన్నాయి. ఇక్కడ నొక్కండి! గర్భాశయ క్యాన్సర్ యొక్క లక్షణాలు

గర్భాశయ క్యాన్సర్ లక్షణాలు సాధారణంగా ప్రారంభ దశలో తేలికపాటివి మరియు గుర్తించబడవు. క్యాన్సర్ దశ ప్రకారం లక్షణాలు: ప్రారంభ లేదా దశ 1 గర్భాశయ క్యాన్సర్ గర్భాశయ క్యాన్సర్ యొక్క ప్రారంభ దశలలో, ఒక వ్యక్తి ఎటువంటి లక్షణాలను అనుభవించకపోవచ్చు. దశ 1 గర్భాశయ క్యాన్సర్ యొక్క కొన్ని సంకేతాలు మరియు లక్షణాలు: యోని స్రావాలలో నీరు లేదా రక్తంతో కూడిన యోని ఉత్సర్గ దుర్వాసన లైంగిక సంపర్కం తర్వాత యోని రక్తస్రావం ఋతు కాలాల మధ్య రక్తస్రావం ఎక్కువ మరియు అధిక ఋతు కాలాలలో రక్తస్రావం తర్వాత మెనోపాజ్ సమయంలో అసౌకర్యం సమీపంలోని కణజాలాలకు లేదా అవయవాలకు క్యాన్సర్ (మెటాస్టాసిస్) వ్యాప్తి చెందితే, లక్షణాలు ఇలా ఉండవచ్చు: మూత్రంలో రక్తం అతిసారం అలసట బరువు తగ్గడం ఆకలి మందగించడం సాధారణంగా అనారోగ్యంగా ఉన్నట్లు అనిపించడం మరియు వెన్ను నొప్పి నొప్పి కాళ్లలో వాపు కటి/కడుపు నొప్పి మూత్రవిసర్జన సమయంలో ఇబ్బంది లేదా నొప్పి మలం విసర్జించేటప్పుడు మీ పురీషనాళం నుండి నొప్పి లేదా రక్తస్రావం

గమనిక: లైంగికంగా సంక్రమించే HPV వల్ల ఏర్పడే పూర్వగామి గాయం గర్భాశయ క్యాన్సర్ యొక్క ఇన్వాసివ్ రూపంలో అభివృద్ధి చెందడానికి దాదాపు 20 సంవత్సరాలు పట్టవచ్చు.

గర్భాశయ క్యాన్సర్ గురించి నిపుణులు ఏమి చెబుతున్నారో తెలుసుకోండి. గర్భాశయ క్యాన్సర్ కారణాలు

దాదాపు అన్ని గర్భాశయ క్యాన్సర్లు లైంగికంగా సంక్రమించిన హ్యూమన్ పాపిల్లోమావైరస్ (HPV) వల్ల సంభవిస్తాయి. జననేంద్రియ మొటిమలకు కారణమయ్యే వైరస్ ఇదే. మానవ పాపిల్లోమావైరస్ యొక్క 1000 కంటే ఎక్కువ జాతులు ఉన్నాయి, అయితే కొన్ని రకాలు మాత్రమే గర్భాశయ క్యాన్సర్‌కు కారణమవుతాయి. సాధారణంగా క్యాన్సర్‌కు కారణమయ్యే రెండు రకాలు HPV-16 మరియు HPV-18.

HPV క్యాన్సర్ కార్యకలాపాలకు దోహదపడే ప్రధాన యంత్రాంగాలలో వైరల్ ఆంకోప్రొటీన్లు, E6 మరియు E7 ఉంటాయి, ఇవి ప్రధాన కణితిని అణిచివేసే జన్యువులతో (P53 మరియు రెటినోబ్లాస్టోమా) జోక్యం చేసుకుంటాయి. అదనంగా, E6 మరియు E7 హోస్ట్ మరియు వైరల్ DNAలో మార్పులతో సంబంధం కలిగి ఉన్నాయి.

చాలా మంది వ్యక్తులు తమ జీవితంలో ఏదో ఒక సమయంలో HPVని పొందుతారు మరియు శరీరం సంక్రమణకు వ్యతిరేకంగా పోరాడుతున్నందున దానిని గుర్తించలేరు. అయినప్పటికీ, శరీరం ఈ ఇన్ఫెక్షన్‌తో పోరాడడంలో విఫలమైతే, అది మీ గర్భాశయ కణాలను క్యాన్సర్ కణాలకు మార్చడానికి కారణమవుతుంది. HPV కింది వాటి నుండి వ్యాపిస్తుంది: జననేంద్రియాల యోని, అంగ, లేదా నోటి సెక్స్ యొక్క ఏదైనా ప్రత్యక్ష చర్మం-చర్మ సంపర్కం సెక్స్ బొమ్మలను పంచుకోవడం మీకు తెలుసా? HPV యొక్క క్యాన్సర్-కలిగించే జాతికి సోకడం వల్ల మీరు గర్భాశయ క్యాన్సర్‌ని పొందుతారని కాదు. మీ రోగనిరోధక వ్యవస్థ చాలావరకు HPV ఇన్ఫెక్షన్‌లను తొలగిస్తుంది, తరచుగా 2 సంవత్సరాలలోపు. వివిధ రకాల HPV గురించి చదవండి. ఇప్పుడు క్లిక్ చేయండి! గర్భాశయ క్యాన్సర్ ప్రమాద కారకాలు

గర్భాశయ క్యాన్సర్‌కు సంబంధించిన అనేక ప్రమాద కారకాలు HPVకి గురికావడానికి సంబంధించినవి. అధిక-ప్రమాద రకాలు, ముఖ్యంగా HPV16, మానవ జనాభాలో ప్రబలంగా ఉన్నాయి మరియు సంక్రమణ సాధారణంగా లైంగిక సంపర్కం ద్వారా వ్యాపిస్తుంది, దీనివల్ల పొలుసుల ఇంట్రాపిథీలియల్ గాయాలు ఏర్పడతాయి. రోగనిరోధక వ్యవస్థ జోక్యం కారణంగా 6-12 నెలల తర్వాత చాలా గాయాలు అదృశ్యమవుతాయి. అయినప్పటికీ, ఈ గాయాలలో కొద్ది శాతం మిగిలి ఉండి క్యాన్సర్‌కు కారణం కావచ్చు. గర్భాశయ క్యాన్సర్‌లకు ఇతర అనేక ప్రమాద కారకాలు కూడా ఉన్నాయి: హ్యూమన్ ఇమ్యునో డెఫిషియెన్సీ వైరస్ (HIV) ఇన్‌ఫెక్షన్లు అధ్యయనాల ప్రకారం, HIV ఉన్న మహిళల్లో అధిక-ప్రమాదకరమైన HPV రకాల నుండి ఇన్‌ఫెక్షన్ వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఫలితాలు HIV మరియు గర్భాశయ క్యాన్సర్ మధ్య సంబంధాన్ని చూపించాయి, ఇది HIV ఉన్న వ్యక్తులలో క్యాన్సర్ కార్యకలాపాలతో బహుళ వైరస్‌లతో నిరంతర HPV సంక్రమణ యొక్క అధిక రేటును సూచించింది. బహుళ లైంగిక భాగస్వాములు బహుళ లైంగిక భాగస్వాములు ఉన్న స్త్రీలు HPV స్వాధీనం మరియు గర్భాశయ క్యాన్సర్‌కు గురయ్యే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉందని అనేక అధ్యయనాలు సూచించాయి. జీవిత భాగస్వామి యొక్క బహుళ లైంగిక భాగస్వాములు కూడా అదనపు ప్రమాద కారకంగా ఉండవచ్చు. ఓరల్ కాంట్రాసెప్టివ్స్ ఎక్కువగా వాడటం ఓరల్ కాంట్రాసెప్టివ్ (OC) మాత్రలు గర్భాశయ క్యాన్సర్‌కు ప్రమాద కారకంగా ఉంటాయి. 5 సంవత్సరాలు లేదా అంతకంటే ఎక్కువ కాలం పాటు OC వాడటం క్యాన్సర్ ప్రమాదాన్ని రెట్టింపు చేస్తుందని ఒక అధ్యయనంలో నివేదించబడింది. అదనంగా, OC మాత్రల వాడకం గర్భాశయ క్యాన్సర్, ముఖ్యంగా అడెనోకార్సినోమా అభివృద్ధికి సంబంధించిన ప్రమాదం. ధూమపానం ధూమపానం గర్భాశయ క్యాన్సర్‌ను అభివృద్ధి చేసే అవకాశాన్ని పెంచుతుంది (మితమైన లేదా తీవ్రమైన డైస్ప్లాసియా అని పిలుస్తారు) మరియు గర్భాశయ క్యాన్సర్‌ను అభివృద్ధి చేసే అవకాశాన్ని పెంచుతుంది. ధూమపానం మీ డైస్ప్లాసియా మరియు క్యాన్సర్ ప్రమాదాన్ని బాగా పెంచుతుంది మరియు రోగనిరోధక వ్యవస్థను బలహీనపరుస్తుంది, HPV ద్వారా ప్రభావితమయ్యే అవకాశాలను పెంచుతుంది.

గర్భాశయ క్యాన్సర్ ప్రమాదాన్ని పెంచడంతో పాటు, ధూమపానం అకాల గర్భం, ఎక్టోపిక్ గర్భం మరియు పునరుత్పత్తి ఆరోగ్యాన్ని కూడా ప్రభావితం చేస్తుంది. ధూమపానం మహిళల ఆరోగ్యంపై ప్రభావం చూపుతుందని ఇక్కడ మరింత సమాచారం ఉంది. చదవడానికి క్లిక్ చేయండి!

పరిశుభ్రత నమూనాలు అనేక జననేంద్రియ పరిశుభ్రత నమూనాలు గర్భాశయ క్యాన్సర్‌తో అనుబంధాన్ని చూపించాయి. శానిటరీ నాప్‌కిన్‌ను ఉపయోగించకపోవడం, యోని పరిశుభ్రత పాటించకపోవడం, ఉతికినప్పుడు వారి జననాంగాలను శుభ్రపరచడంలో ప్రత్యేక శ్రద్ధ తీసుకోకపోవడం వల్ల ఇన్‌ఫెక్షన్లు వచ్చే ప్రమాదం ఉంది. జననేంద్రియాలను శుభ్రపరచడంలో ప్రత్యేక శ్రద్ధ లేకపోవడం గర్భాశయ క్యాన్సర్ ప్రమాదాన్ని 5.6 రెట్లు పెంచుతుంది. బలహీనమైన రోగనిరోధక వ్యవస్థ రోగనిరోధక శక్తిని తగ్గించడం వల్ల కలిగే బలహీనమైన రోగనిరోధక వ్యవస్థ HPV సంక్రమణ మరియు గర్భాశయ క్యాన్సర్ ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. రోగనిరోధక శక్తి ఇన్ఫెక్షన్ మరియు ఇతర వ్యాధులతో పోరాడే శరీర సామర్థ్యాన్ని బలహీనపరుస్తుంది. నీకు తెలుసా? మొదటి సంభోగం యొక్క చిన్న వయస్సు (18 సంవత్సరాల కంటే తక్కువ వయస్సు) మరియు బహుళ శిశు జననాలు కూడా గర్భాశయ క్యాన్సర్‌కు ప్రమాద కారకాలు. గర్భాశయ ముఖద్వార క్యాన్సర్‌ను అరికట్టడంలో అవగాహన కీలకం. గర్భాశయ క్యాన్సర్- గుర్తింపు మరియు నివారణ గురించి మరింత తెలుసుకోండి. మరింత చదవడానికి క్లిక్ చేయండి! గర్భాశయ క్యాన్సర్ నిర్ధారణ

గర్భాశయ క్యాన్సర్ యొక్క ప్రారంభ దశలు సాధారణంగా లక్షణాలను కలిగి ఉండవు మరియు గుర్తించడం కష్టం. గర్భాశయ క్యాన్సర్ యొక్క మొదటి సంకేతాలు అభివృద్ధి చెందడానికి చాలా సంవత్సరాలు పట్టవచ్చు. ఇంటర్నేషనల్ ఫెడరేషన్ ఆఫ్ గైనకాలజీ అండ్ ప్రసూతి శాస్త్రం (FIGO) గర్భాశయ క్యాన్సర్ దశలను క్రింది విధంగా వర్గీకరించింది:

స్టేజ్ 0: కార్సినోమా ఇన్ సిటు అని కూడా పిలుస్తారు, ఇది గర్భాశయ లోపలి పొరలో అసాధారణ కణాల ఉనికి.

స్టేజ్ I: క్యాన్సర్ యొక్క ఇన్వాసివ్ రూపం గర్భాశయ ముఖద్వారానికి మాత్రమే పరిమితమైంది. స్టేజ్ Ia సర్వైకల్ కార్సినోమా: ప్రీక్లినికల్ ఇన్వాసివ్ కార్సినోమా, దీనిని మైక్రోస్కోపీ ద్వారా మాత్రమే నిర్ధారించవచ్చు. దశ Ib గర్భాశయ కార్సినోమా: గర్భాశయ గర్భాశయానికి పరిమితమైన వైద్యపరంగా కనిపించే గాయం. దశ Ib1: ప్రాథమిక కణితి వ్యాసంలో 4.0 సెం.మీ కంటే ఎక్కువ కాదు. స్టేజ్ Ib2: 4.0 సెం.మీ కంటే ఎక్కువ వ్యాసం కలిగిన ప్రాథమిక కణితి.

స్టేజ్ II: గర్భాశయం దాటి స్థానికంగా పరిమితమైన క్యాన్సర్ వ్యాప్తి, కానీ పెల్విక్ సైడ్‌వాల్ లేదా యోనిలో మూడవ భాగానికి కాదు. దశ IIa గర్భాశయ కార్సినోమా: పారామెట్రియల్ (గర్భాశయం చుట్టూ ఉన్న కొవ్వు మరియు బంధన కణజాలం) దాడి లేకుండా యోనిలో మూడింట రెండు వంతుల ఎగువ భాగంలోకి వ్యాపిస్తుంది. దశ IIb గర్భాశయ కార్సినోమా: పారామెట్రియంలోకి పొడిగింపు కానీ పెల్విక్ సైడ్‌వాల్‌లోకి కాదు.

దశ III: కటి సైడ్‌వాల్‌కు లేదా యోని యొక్క దిగువ మూడవ భాగానికి క్యాన్సర్ వ్యాప్తి చెందుతుంది, మరియు/లేదా హైడ్రోనెఫ్రోసిస్ లేదా మూత్ర నాళంపై దాడికి సంబంధించిన పని చేయని మూత్రపిండాలు. దశ IIIa గర్భాశయ కార్సినోమా: పెల్విక్ సైడ్‌వాల్‌కు వ్యాపించకుండా యోనిలో మూడింట ఒక వంతు వరకు పొడిగించడం. దశ IIIb గర్భాశయ కార్సినోమా: పెల్విక్ సైడ్‌వాల్‌లోకి పొడిగించడం మరియు/లేదా యురేటర్‌పై దాడి చేయడం, రెండోది పని చేయని మూత్రపిండాలు లేదా హైడ్రోనెఫ్రోసిస్‌కు దారి తీస్తుంది.

దశ IV: క్యాన్సర్ నిజమైన పెల్విస్ దాటి లేదా మూత్రాశయం లేదా పురీషనాళంలోని శ్లేష్మంలోకి వ్యాపిస్తుంది. దశ IVa గర్భాశయ కార్సినోమా: మూత్రాశయం లేదా పురీషనాళం యొక్క శ్లేష్మంలోకి కణితిని పొడిగించడం. స్టేజ్ IVb గర్భాశయ కార్సినోమా: కణితి యొక్క నిజమైన పెల్విస్ మరియు/లేదా మెటాస్టాసిస్ ద్వారా సుదూర అవయవాలలోకి వ్యాపించడం.

గర్భాశయ క్యాన్సర్ స్క్రీనింగ్ సమయంలో అసాధారణ కణాలను కనుగొనడం గర్భాశయ క్యాన్సర్‌ను నివారించడానికి ఉత్తమ మార్గం. గర్భాశయ క్యాన్సర్ నిర్ధారణకు కిందివి అవసరం: శారీరక పరీక్ష మరియు పూర్తి వైద్య చరిత్ర ఆరోగ్యానికి సంబంధించిన సాధారణ సంకేతాలను తనిఖీ చేయడానికి మొత్తం శరీరాన్ని పరీక్షించడం, గడ్డలు లేదా అసాధారణమైన ఏదైనా వ్యాధి సంకేతాలను తనిఖీ చేయడం. గత వైద్య చరిత్ర, రోగి యొక్క ఆరోగ్య అలవాట్లు మరియు మునుపటి అనారోగ్యాలు మరియు చికిత్సలు కూడా తీసుకోబడతాయి. పెల్విక్ పరీక్ష యోని, గర్భాశయం, గర్భాశయం, ఫెలోపియన్ నాళాలు, అండాశయాలు మరియు పురీషనాళం యొక్క పరీక్ష జరుగుతుంది. యోనిలోకి స్పెక్యులమ్ చొప్పించబడుతుంది మరియు డాక్టర్ లేదా నర్సు వ్యాధి సంకేతాల కోసం యోని మరియు గర్భాశయాన్ని చూస్తారు. గర్భాశయం యొక్క పాప్ పరీక్ష సాధారణంగా జరుగుతుంది. డాక్టర్ లేదా నర్సు కూడా గడ్డలు లేదా అసాధారణ ప్రాంతాల్లో అనుభూతి చెందడానికి పురీషనాళంలోకి లూబ్రికేట్, గ్లోవ్డ్ వేలిని చొప్పిస్తారు. సాంప్రదాయ పాప్ స్మెర్ పాప్ స్మెర్, దీనిని పాప్ టెస్ట్ అని కూడా పిలుస్తారు, ఇది మహిళల్లో గర్భాశయ క్యాన్సర్‌ను పరీక్షించే ప్రక్రియ. ఇది మీ గర్భాశయం నుండి కణాలను సేకరించడం.

పాప్ స్మెర్ గురించి మీరు తెలుసుకోవలసిన ప్రతిదీ ఇక్కడ ఉంది. చదవడానికి క్లిక్ చేయండి!

లిక్విడ్-బేస్డ్ సైటోలజీ (LBC) లిక్విడ్-బేస్డ్ సైటోలజీ (LBC) అనేది సైటోలాజికల్ ఎగ్జామినేషన్ కోసం గర్భాశయ నమూనాలను తయారు చేసే ఒక కొత్త పద్ధతి మరియు సాంప్రదాయ 'స్మెర్' తయారీకి భిన్నంగా, ఇది నమూనా నుండి కణాల సస్పెన్షన్‌ను కలిగి ఉంటుంది మరియు ఇది ఉత్పత్తి చేయడానికి ఉపయోగించబడుతుంది. స్లయిడ్‌పై కణాల యొక్క పలుచని పొర. ఎసిటిక్ యాసిడ్ & లుగోల్ అయోడిన్ (VIA/VILI)తో విజువల్ ఇన్‌స్పెక్షన్ ఎసిటిక్ యాసిడ్ (VIA)తో విజువల్ ఇన్‌స్పెక్షన్ అనేది ఒక స్త్రీ గర్భాశయ క్యాన్సర్ యొక్క పూర్వగామిలను ఆమె గర్భాశయంపై ఎసిటిక్ యాసిడ్ (సాధారణ టేబుల్ వెనిగర్) ప్రయోగించిన తర్వాత గుర్తించడం. హెల్త్‌కేర్ వర్కర్లు (మిడ్‌వైవ్‌లు, నర్సులు మరియు క్లినికల్ ఆఫీసర్లు) ఆరోగ్య సంరక్షణ సెట్టింగ్‌ల యొక్క అనేక స్థాయిలలో VIA ప్రాక్టీస్ చేయవచ్చు. HPV పరీక్ష HPV పరీక్ష అనేది గర్భాశయ క్యాన్సర్‌కు సంబంధించిన స్క్రీనింగ్ పరీక్ష, కానీ అది ఒక వ్యక్తికి క్యాన్సర్ ఉందో లేదో నిర్ధారించదు, బదులుగా, పరీక్ష వ్యవస్థలో గర్భాశయ క్యాన్సర్‌కు కారణమయ్యే వైరస్ HPV ఉనికిని గుర్తిస్తుంది.

HPV-ఆధారిత పరీక్ష అనేది సైటోలజీ-ఆధారిత పరీక్షలతో పాటు గర్భాశయ క్యాన్సర్ స్క్రీనింగ్‌లో కీలకమైన భాగం.

HPV గుర్తింపు యొక్క అప్లికేషన్ గర్భాశయ క్యాన్సర్ స్క్రీనింగ్‌ను పదనిర్మాణ శాస్త్రం నుండి మాలిక్యులర్ బయాలజీకి మార్చడాన్ని వేగవంతం చేసింది. కంప్యూటరైజ్డ్ స్క్రీనింగ్ ఎందుకంటే పాప్ స్మెర్స్ యొక్క తప్పుడు-ప్రతికూల రీడింగ్‌లకు మానవ అలసట మరియు లోపం ప్రధాన దోహదపడవచ్చు, కంప్యూటర్-సహాయక చిత్ర విశ్లేషణ మరియు కృత్రిమ మేధస్సు పాప్ స్మెర్ యొక్క సున్నితత్వాన్ని మెరుగుపరిచే సాధనంగా ప్రవేశపెట్టబడ్డాయి.

ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటెలిజెన్స్ (AI) చిత్రం నమూనా గుర్తింపు ఆధారంగా స్క్రీనింగ్ మరియు పరీక్షలో కూడా మంచి ఫలితాలను చూపించింది. ఎండోసెర్వికల్ క్యూరెట్టేజ్ ఇది క్యూరెట్ (స్పూన్-ఆకారపు పరికరం) ఉపయోగించి గర్భాశయ కాలువ నుండి కణాలు లేదా కణజాలాన్ని సేకరించే ప్రక్రియ. కణజాల నమూనాలను తీసుకుంటారు మరియు క్యాన్సర్ సంకేతాల కోసం మైక్రోస్కోప్‌లో తనిఖీ చేస్తారు. కాల్‌పోస్కోపీ అనేది యోని మరియు గర్భాశయాన్ని అసాధారణ ప్రాంతాల కోసం తనిఖీ చేయడానికి కాల్‌పోస్కోప్ (వెలిగించిన, మాగ్నిఫైయింగ్ పరికరం) ఉపయోగించే ప్రక్రియ. కణజాల నమూనాలను క్యూరెట్ (స్పూన్-ఆకారపు పరికరం) లేదా బ్రష్ ఉపయోగించి తీసుకోవచ్చు మరియు వ్యాధి సంకేతాల కోసం మైక్రోస్కోప్‌లో తనిఖీ చేయవచ్చు. పాప్ స్మెర్‌లో ఏదైనా అసాధారణ కణాలు కనిపిస్తే బయాప్సీ ఇది జరుగుతుంది. కణజాలం యొక్క నమూనా గర్భాశయం నుండి కత్తిరించబడుతుంది మరియు క్యాన్సర్ సంకేతాల కోసం తనిఖీ చేయడానికి పాథాలజిస్ట్ ద్వారా మైక్రోస్కోప్‌లో చూస్తారు. ఇమేజింగ్ ఈ పరీక్షలు వైద్యులు క్యాన్సర్ ఎక్కడ ఉంది మరియు శరీరంలోని ఇతర భాగాలకు వ్యాపించిందో లేదో తెలుసుకోవడానికి సహాయపడతాయి. వాటిలో ఉన్నవి:

1. కంప్యూటెడ్ టోమోగ్రఫీ (CT) స్కాన్: ఇది సమీపంలోని అవయవాలు మరియు రక్త నాళాలకు సంబంధించి కణితి ఎక్కడ ఉందో తెలుసుకోవడానికి కాంట్రాస్ట్ మీడియం యొక్క ఇంట్రావీనస్ (IV) ఇంజెక్షన్ తర్వాత నిర్దిష్ట సమయాల్లో గర్భాశయ చిత్రాలను తీయడం ఉంటుంది.
2. పాజిట్రాన్ ఎమిషన్ టోమోగ్రఫీ (PET) స్కాన్ లేదా PET-CT స్కాన్: PET స్కాన్ సాధారణంగా CT స్కాన్ లేదా MRI స్కాన్‌తో కలిపి శరీరం లోపలి భాగాలను రూపొందించడానికి ఉపయోగిస్తారు. ఈ కలయిక మూల్యాంకనం చేయబడిన ప్రాంతం యొక్క పూర్తి చిత్రాన్ని అందిస్తుంది.

మహిళల క్యాన్సర్ అవేర్‌నెస్ ప్యాకేజీ అనేది మహిళల్లో క్యాన్సర్ మార్కర్‌లను గుర్తించేందుకు కలిసి చేసిన పరీక్షల సమూహం. మీ ఇంటి సౌలభ్యం మరియు భద్రత కోసం మా నిపుణులచే మీ ల్యాబ్ పరీక్షలను చేయించుకోండి. ఇప్పుడే నమోదు చేసుకోండి! సోనియా గాంధీని ప్రభావితం చేసిన ప్రముఖులు సోనియా గాంధీ భారతీయ రాజకీయవేత్త మరియు భారత జాతీయ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షురాలు. ఆగస్టు 2011లో, ఆమె యునైటెడ్ స్టేట్స్‌లో గర్భాశయ క్యాన్సర్‌కు విజయవంతమైన శస్త్రచికిత్స చేయించుకుంది. ఎరిన్ ఆండ్రూస్ ఎరిన్ జిల్ ఆండ్రూస్ ఒక అమెరికన్ క్రీడాకారిణి, టెలివిజన్ వ్యక్తిత్వం మరియు నటి. ఆమె 2016లో గర్భాశయ క్యాన్సర్‌తో బాధపడుతోంది మరియు ఆమె ఆరోగ్యం పట్ల మరింత అప్రమత్తంగా ఉండేలా చేసిన అనుభవాన్ని ఆమె అభివర్ణించారు. గర్భాశయ క్యాన్సర్ నివారణ

100 కంటే ఎక్కువ రకాల HPV ఉన్నాయి మరియు వాటిలో దాదాపు డజను క్యాన్సర్‌కు దారితీస్తుందని తేలింది. గర్భాశయ క్యాన్సర్‌ను నివారించడానికి రెండు ముఖ్యమైన విషయాలు HPV టీకాను పొందడం మరియు అమెరికన్ క్యాన్సర్ సొసైటీ (ACS) మార్గదర్శకాల ప్రకారం క్రమం తప్పకుండా పరీక్షించడం. వీటిలో ఇవి ఉన్నాయి: గర్భాశయ స్క్రీనింగ్ చేయించుకోవడం క్యాన్సర్‌కు కారణమయ్యే HPV రకాలను ముందుగా గుర్తించడం గర్భాశయ క్యాన్సర్‌ను నివారించడంలో కీలకం. గర్భాశయ క్యాన్సర్‌ను నివారించడానికి బాగా నిరూపితమైన మార్గం స్క్రీనింగ్ పరీక్షలు. స్క్రీనింగ్ అనేది క్యాన్సర్‌లకు దారితీసే పరిస్థితులను కనుగొనడానికి పరీక్షలను కలిగి ఉంది మరియు అవి ఇన్వాసివ్ క్యాన్సర్‌గా మారడానికి ముందు క్యాన్సర్‌లను కనుగొనవచ్చు. రెగ్యులర్ స్క్రీనింగ్ ద్వారా ముందస్తు గాయాలను కనుగొనడం గర్భాశయ క్యాన్సర్ కేసులను చాలా వరకు పరిమితం చేస్తుంది. HPV వ్యాక్సిన్ పొందడం HPV టీకా HPV నుండి రక్షించడం ద్వారా HPV సంక్రమణను నిరోధించడంలో సహాయపడుతుంది. కొన్ని HPV ఇన్ఫెక్షన్ల నుండి పిల్లలు మరియు యువకులను రక్షించడంలో సహాయపడే టీకాలు అందుబాటులో ఉన్నాయి.

ఈ టీకాలు HPV సంక్రమణను నివారించడానికి మాత్రమే పని చేస్తాయి మరియు ఇప్పటికే ఉన్న ఇన్ఫెక్షన్‌కు చికిత్స చేయవు. ఈ వ్యాక్సిన్‌లు ప్రీ-క్యాన్సర్‌లు మరియు గర్భాశయ క్యాన్సర్‌లను నిరోధించడంలో సహాయపడతాయి. ఇతర రకాల క్యాన్సర్లు మరియు ఆసన మరియు జననేంద్రియ మొటిమలను నివారించడంలో సహాయపడటానికి కొన్ని HPV టీకాలు కూడా ఆమోదించబడ్డాయి.

గమనిక: ప్రపంచవ్యాప్తంగా గర్భాశయ క్యాన్సర్ కారణంగా సంభవించే మొత్తం మరణాలలో 16% భారతదేశంలోనే ఉన్నాయి. మరియు దీనిని టీకాతో నివారించవచ్చు.

గర్భాశయ క్యాన్సర్‌ను నివారించడానికి టీకా గురించి మరింత తెలుసుకోండి: వయస్సు, రకాలు, షెడ్యూల్ & మరిన్ని. చదవడానికి నొక్కండి!

శరీరంలోని సోకిన ప్రాంతంతో చర్మం నుండి చర్మానికి సంపర్కం సమయంలో HPV HPVని పరిమితం చేయడం ద్వారా ఒక వ్యక్తి నుండి మరొకరికి పంపబడుతుంది. HPV స్కిన్-టు-స్కిన్ కాంటాక్ట్ సమయంలో వ్యాప్తి చెందుతుంది; సంక్రమణ వ్యాప్తి చెందడానికి యోని, అంగ మరియు నోటి సెక్స్ జరగవలసిన అవసరం లేదు. చేతితో జననేంద్రియ సంబంధం ద్వారా జననేంద్రియ సంక్రమణ వ్యాప్తి చెందడం కూడా సాధ్యమే.

అలాగే, HPV ఇన్ఫెక్షన్ శరీరంలోని ఒక భాగం నుండి మరొక భాగానికి వ్యాప్తి చెందుతుంది. అంటే గర్భాశయ ముఖద్వారంలో ఇన్ఫెక్షన్ మొదలై యోని మరియు వల్వాకు వ్యాపించవచ్చు.

HPV ఎక్స్పోజర్ దీని ద్వారా పరిమితం చేయబడుతుంది: HPV టీకా గురించి డాక్టర్ లేదా నర్సుతో మాట్లాడమని భాగస్వాములను ప్రోత్సహించడం, కనిపించే మొటిమలు ఉన్నప్పుడు లైంగిక భాగస్వాముల సంఖ్యను పరిమితం చేయడం అనేక ఇతర సెక్స్ భాగస్వాములను కలిగి ఉన్న వ్యక్తులతో సెక్స్ను నివారించడం. లైంగికంగా సంక్రమించే వ్యాధులను (STDలు) నిరోధించడానికి ఉపయోగించే కొన్ని పద్ధతులు HPV సంక్రమణ ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తాయి. ఓరల్, అంగ మరియు యోని సెక్స్ సమయంలో కండోమ్ మరియు డెంటల్ డ్యామ్‌లు వంటి గర్భనిరోధక పద్ధతిని ఉపయోగించడం HPV సంక్రమణ నుండి రక్షించడంలో సహాయపడుతుంది. ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలిని నిర్వహించడం క్యాన్సర్ నివారణ క్లినికల్ ట్రయల్స్ చాలా ఉన్నాయి, ఇవి ప్రజలు తీసుకునే చర్యలు క్యాన్సర్‌ను నిరోధించగలవో లేదో తెలుసుకోవడానికి. వీటిలో పండ్లు మరియు కూరగాయలు తినడం, వ్యాయామం చేయడం, ధూమపానం మానేయడం లేదా కొన్ని మందులు, విటమిన్లు, ఖనిజాలు లేదా ఆహార పదార్ధాలు తీసుకోవడం వంటివి ఉండవచ్చు. సందర్శించవలసిన నిపుణుడు

ప్రతి రకమైన క్యాన్సర్‌కు వైద్యుల బృందంతో కూడిన సమగ్ర సంరక్షణ అవసరం. గర్భాశయ క్యాన్సర్ ఉన్న రోగులను జాగ్రత్తగా చూసుకునే వైద్యులు మరియు చికిత్స ప్రణాళికను నిర్ధారించడంలో మరియు రూపొందించడంలో సహాయం చేస్తారు: గైనకాలజిస్ట్ గైనకాలజిక్ ఆంకాలజిస్ట్ రేడియేషన్ ఆంకాలజిస్ట్ మెడికల్ ఆంకాలజిస్ట్

ఒక స్త్రీ జననేంద్రియ నిపుణుడు స్త్రీ పునరుత్పత్తి ఆరోగ్యంలో ప్రత్యేకత కలిగి ఉంటాడు. స్త్రీ జననేంద్రియ ఆంకాలజిస్ట్‌లు స్త్రీ పునరుత్పత్తి వ్యవస్థ యొక్క క్యాన్సర్‌లలో నిపుణులు మరియు శస్త్రచికిత్స చేయగలరు మరియు కీమోథెరపీ మరియు ఇతర మందులను సూచించగలరు. రేడియేషన్ ఆంకాలజిస్ట్ అనేది క్యాన్సర్‌కు చికిత్స చేయడానికి రేడియేషన్‌ను ఉపయోగించే వైద్యుడు అయితే మెడికల్ ఆంకాలజిస్ట్ క్యాన్సర్ చికిత్సకు కీమోథెరపీ మరియు ఇతర మందులను ఉపయోగిస్తాడు.

మీ వైద్యుడిని ఏమి అడగాలి? నాకు ఏ రకమైన గర్భాశయ క్యాన్సర్ ఉంది? నా క్యాన్సర్ గర్భాశయం వెలుపల వ్యాపించిందా? నా క్యాన్సర్ దశ ఏమిటి మరియు దాని అర్థం ఏమిటి? మేము చికిత్సపై నిర్ణయం తీసుకునే ముందు నాకు ఇతర పరీక్షలు అవసరమా? నేను ఇతర వైద్యులు లేదా ఆరోగ్య నిపుణులను చూడాల్సిన అవసరం ఉందా?

మా విశ్వసనీయ నిపుణుల ద్వారా మీ అన్ని సందేహాలకు సమాధానాలు పొందండి. ఇప్పుడే సంప్రదించండి! గర్భాశయ క్యాన్సర్ చికిత్స

గర్భాశయ క్యాన్సర్ ఉన్న రోగులకు వివిధ రకాల చికిత్సలు అందుబాటులో ఉన్నాయి. అవి: A. శస్త్రచికిత్సా విధానాలు శస్త్రచికిత్స అనేది ఒక ఆపరేషన్ సమయంలో కణితి మరియు చుట్టుపక్కల ఉన్న కొన్ని ఆరోగ్యకరమైన కణజాలాన్ని తొలగించడం. గర్భాశయం దాటి వ్యాపించని క్యాన్సర్ కోసం ఎంచుకున్న శస్త్రచికిత్సా విధానాలు:

1. శంకుస్థాపన: గర్భాశయం నుండి అసాధారణ కణజాలం యొక్క కోన్-ఆకారపు భాగాన్ని తొలగించే ప్రక్రియ. కణజాలాన్ని తొలగించడానికి స్కాల్పెల్, లేజర్ కత్తి లేదా విద్యుత్ ప్రవాహం ద్వారా వేడి చేయబడిన సన్నని వైర్ లూప్‌ను ఉపయోగించవచ్చు.
2. హిస్టెరెక్టమీ: గర్భాశయాన్ని తొలగించే శస్త్రచికిత్స అనేది గర్భాశయాన్ని (గర్భాశయం) తొలగించే ప్రక్రియ. గర్భాశయ శస్త్రచికిత్స ఇలా ఉంటుంది: సింపుల్ హిస్టెరెక్టమీ: ఇది గర్భాశయం మరియు గర్భాశయాన్ని తొలగించడం. రాడికల్ హిస్టెరెక్టమీ: ఇది గర్భాశయం, గర్భాశయం, ఎగువ యోని మరియు గర్భాశయం చుట్టూ ఉన్న కణజాలాన్ని తొలగించడం. రాడికల్ హిస్టెరెక్టమీలో చుట్టుపక్కల ఉన్న శోషరస కణుపుల తొలగింపు కూడా ఉంటుంది.
3. లూప్ ఎలెక్ట్రో సర్జికల్ ఎక్సిషన్ ప్రొసీజర్ (LEEP): ఈ విధానంలో గర్భాశయం మరియు యోనిలోని కణాలు మరియు కణజాలాలను తొలగించడానికి విద్యుత్ ప్రవాహం ద్వారా వేడి చేయబడిన వైర్ లూప్‌ను ఉపయోగిస్తుంది. ఇది అసాధారణ లేదా క్యాన్సర్ పరిస్థితులకు రోగ నిర్ధారణ మరియు చికిత్సలో భాగంగా ఉపయోగించబడుతుంది.
4. ఎక్సంటెరేషన్: కటి లోపల క్యాన్సర్ తిరిగి వచ్చినట్లయితే (మీ పొట్టలోని అత్యల్ప భాగం, మీ తుంటి మధ్య) ఈ శస్త్రచికిత్స జరుగుతుంది. ఈ ప్రక్రియ గర్భాశయం, గర్భాశయం మరియు అండాశయాలను తొలగిస్తుంది.
5. రాడికల్ ట్రాకెలెక్టమీ: ఇది గర్భాశయం, సమీపంలోని కణజాలం మరియు శోషరస గ్రంథులు మరియు యోని ఎగువ భాగాన్ని తొలగించే శస్త్రచికిత్స. ఇది వారి సంతానోత్పత్తిని కాపాడటానికి ప్రారంభ దశలో గర్భాశయ క్యాన్సర్తో బాధపడుతున్న మహిళలకు చికిత్స చేయడానికి ఉపయోగించవచ్చు. గర్భాశయాన్ని తొలగించిన తర్వాత, గర్భాశయం యోనిలోని మిగిలిన భాగానికి జోడించబడుతుంది.
6. ద్వైపాక్షిక సాల్పింగో-ఓఫోరెక్టమీ: ఇది అండాశయాలు మరియు ఫెలోపియన్ ట్యూబ్‌లు రెండింటినీ తొలగించే శస్త్ర చికిత్స. ఇది గర్భాశయాన్ని తొలగించే సమయంలోనే జరుగుతుంది. B. రేడియేషన్ థెరపీ క్యాన్సర్ కణాలను నాశనం చేయడానికి అధిక-శక్తి ఎక్స్-కిరణాలు లేదా ఇతర కణాలను ఉపయోగిస్తుంది. రేడియేషన్ థెరపీని శస్త్రచికిత్సకు ముందు, లేదా శస్త్రచికిత్సకు బదులుగా కణితిని తగ్గించడానికి ఒంటరిగా ఇవ్వవచ్చు. రేడియేషన్ థెరపీ రకాలు: బాహ్య-బీమ్ రేడియేషన్ థెరపీ: శరీరం వెలుపల ఉన్న యంత్రం నుండి రేడియేషన్ ఇవ్వబడే అత్యంత సాధారణ రకం రేడియేషన్. ఇంటర్నల్-బీమ్ రేడియేషన్ థెరపీ: ఇంప్లాంట్‌లను ఉపయోగించి రేడియేషన్ ట్రీట్‌మెంట్ ఇచ్చినప్పుడు, దానిని ఇంటర్నల్ రేడియేషన్ థెరపీ లేదా బ్రాచిథెరపీ అంటారు. బ్రాచిథెరపీలో కణితికి సమీపంలో రేడియోధార్మిక మూలం యొక్క అప్లికేషన్ ఉంటుంది.

గమనిక: గర్భాశయ క్యాన్సర్ యొక్క ప్రారంభ దశల కోసం, రేడియేషన్ థెరపీ మరియు తక్కువ-డోస్ వీక్లీ కెమోథెరపీ కలయిక తరచుగా ఉపయోగించబడుతుంది. రేడియేషన్ చికిత్స యొక్క ప్రభావాన్ని పెంచడానికి ఇది జరుగుతుంది. C. కెమోథెరపీ కీమోథెరపీ అనేది క్యాన్సర్ కణాలను నాశనం చేయడానికి మందులను ఉపయోగించడం, సాధారణంగా క్యాన్సర్ కణాలను పెరగకుండా, విభజించకుండా మరియు కణాల గుణించకుండా ఉంచడం ద్వారా.

గర్భాశయ క్యాన్సర్ ఉన్నవారికి, కీమోథెరపీ తరచుగా రేడియేషన్ థెరపీ (కాకరెంట్ కెమోరేడియేషన్)తో కలిపి ఇవ్వబడుతుంది. రేడియేషన్ మెరుగ్గా పనిచేయడానికి కీమో సహాయపడుతుంది. ఉమ్మడి కెమోరేడియేషన్ కోసం ఎంపికలు: సిస్ప్లాటిన్: ఈ ఔషధం రేడియేషన్ సమయంలో వారానికోసారి ఇవ్వబడుతుంది. ఈ ఔషధం రేడియేషన్ అపాయింట్‌మెంట్‌కు ముందు సిర (IV) లోకి ఇవ్వబడుతుంది. 5-ఫ్లోరోరాసిల్ (5-FU)తో సిస్ప్లాటిన్: రేడియేషన్ సమయంలో ప్రతి 3 వారాలకు ఈ కలయిక ఇవ్వబడుతుంది.

తిరిగి వచ్చిన లేదా మెటాస్టాసైజ్ చేయబడిన గర్భాశయ క్యాన్సర్‌కు చికిత్స చేయడానికి ఎక్కువగా ఉపయోగించే కీమో మందులు: సిస్ప్లాటిన్ కార్బోప్లాటిన్ ప్యాక్లిటాక్సెల్ టోపోటెకాన్ D. టార్గెటెడ్ థెరపీ ఈ చికిత్సలో, నిర్దిష్ట జన్యువులు, ప్రొటీన్లు లేదా క్యాన్సర్ పెరుగుదల మరియు మనుగడకు దోహదపడే కణజాల వాతావరణాన్ని లక్ష్యంగా చేసుకుంటారు. ఈ రకమైన చికిత్స క్యాన్సర్ కణాల పెరుగుదల మరియు వ్యాప్తిని అడ్డుకుంటుంది మరియు ఆరోగ్యకరమైన కణాల నష్టాన్ని పరిమితం చేస్తుంది.

పునరావృత లేదా మెటాస్టాసైజ్ చేయబడిన గర్భాశయ క్యాన్సర్ కోసం, లక్ష్య చికిత్సతో కలిపి ప్లాటినం-ఆధారిత కెమోథెరపీ ఉపయోగించబడుతుంది. లక్ష్య చికిత్స క్రింది వాటిని ఉపయోగిస్తుంది: Bevacizumab Bevacizumab-awwb Bevacizumab-bvzr Tisotumab vedotin E. ఇమ్యునోథెరపీ ఈ చికిత్స మీ రోగనిరోధక వ్యవస్థ క్యాన్సర్ కణాలపై దాడి చేసే సామర్థ్యాన్ని మెరుగుపరచడం ద్వారా క్యాన్సర్‌తో పోరాడటానికి శరీరం యొక్క సహజ రక్షణను ఉపయోగిస్తుంది.

రోగనిరోధక తనిఖీ కేంద్రం నిరోధకం పెంబ్రోలిజుమాబ్‌ను కీమోథెరపీతో చికిత్స సమయంలో లేదా చికిత్స తర్వాత పునరావృతమయ్యే లేదా మెటాస్టాసైజ్ చేయబడిన గర్భాశయ క్యాన్సర్‌కు చికిత్స చేయడానికి ఉపయోగిస్తారు. ఇది పునరావృత లేదా మెటాస్టాటిక్ గర్భాశయ క్యాన్సర్ ఉన్న వ్యక్తులలో బెవాసిజుమాబ్‌తో లేదా లేకుండా కీమోథెరపీతో కూడా ఉపయోగించవచ్చు. నీకు తెలుసా? భారతదేశంలో ప్రతి 8 నిమిషాలకు 1 మహిళ గర్భాశయ క్యాన్సర్‌తో మరణిస్తోంది. గర్భాశయ క్యాన్సర్ గురించి మీరు తప్పక తెలుసుకోవలసిన విషయాల గురించి చదవండి. ఇక్కడ నొక్కండి! సర్వైకల్ క్యాన్సర్ కోసం ఇంటి సంరక్షణ

గర్భాశయ క్యాన్సర్ వార్త వినాశకరమైనది. క్యాన్సర్ శరీరాన్ని ప్రభావితం చేయడమే కాకుండా మనస్సుపై కూడా తీవ్ర ప్రభావం చూపుతుంది. చికిత్స యొక్క లక్షణాలను నిర్వహించడంలో సహాయపడే రోగులు ఇంట్లో చేయగలిగే కొన్ని విషయాలు:

ఏదైనా శస్త్రచికిత్స ప్రక్రియ తర్వాత తగినంత విశ్రాంతి తీసుకోవడం, శారీరకంగా చురుకుగా ఉండటం ధూమపానం మానేయడం, ప్రియమైనవారి నుండి భావోద్వేగ మద్దతు పొందడం, వైద్యులు ఇచ్చిన అన్ని సూచనలను అనుసరించి, సమతుల్య మరియు పోషకమైన ఆహారం తీసుకోవడం, పోషకాహార సప్లిమెంట్లను ఆహారంలో చేర్చడం. గర్భాశయ క్యాన్సర్‌తో పోరాడుతున్న రోగికి మరియు వారి కుటుంబానికి అనేక వనరులు అందుబాటులో ఉన్నాయి. క్లిష్ట సమయాల్లో రోగికి సహాయం చేయడానికి సంరక్షకులు అనుసరించగల చిట్కాలు: రోగికి ప్రోత్సాహం మరియు మానసిక సహాయాన్ని అందించడం చికిత్స యొక్క కోర్సును అర్థం చేసుకోవడం రోగి వారి లక్షణాలను మరియు దుష్ప్రభావాలను నిర్వహించడంలో సహాయపడటం వారి వైద్య నియామకాలను సమన్వయం చేయడం మరియు సమయానికి మందులు ఇవ్వడం రోగికి సహాయం చేయడం వ్యక్తిగత సంరక్షణ మరియు పరిశుభ్రతను కాపాడుకోవడంలో రోగి పట్ల సానుభూతి మరియు సానుకూల దృక్పథంతో మాట్లాడటం, ఇంటి పనుల్లో రోగులకు సహాయం చేయడం వారికి బీమా మరియు బిల్లింగ్ సమస్యలను నిర్వహించడం

గర్భాశయ క్యాన్సర్ నిర్ధారణ దీర్ఘకాలిక ఒత్తిడికి దారి తీస్తుంది. చాలా జాగ్రత్తలు తీసుకోవలసి ఉన్నందున, నియంత్రణకు మించిన పరిస్థితులను ఎదుర్కోవడం చాలా కష్టంగా ఉంటుంది. దీర్ఘకాలిక ఒత్తిడిని నిర్వహించడానికి సమర్థవంతమైన మార్గాల గురించి చదవండి. ఇప్పుడే నొక్కండి! గర్భాశయ క్యాన్సర్ యొక్క సమస్యలు

గర్భాశయ క్యాన్సర్ సమస్యలు అధునాతన వ్యాధి మరియు సంబంధిత చికిత్సలలో కనిపిస్తాయి మరియు ఇతర క్యాన్సర్‌ల మాదిరిగానే ఉంటాయి. వారు వీటిని కలిగి ఉండవచ్చు:

మూత్రపిండ వైఫల్యం: కిడ్నీ ప్రమేయం సాధారణంగా గర్భాశయ క్యాన్సర్ యొక్క మరింత అధునాతన దశలలో సంభవిస్తుంది. గర్భాశయ క్యాన్సర్‌లో మూత్రపిండ వైఫల్యం తరచుగా యురేటర్స్ యొక్క ప్రతిష్టంభనతో సంబంధం కలిగి ఉంటుంది. హైడ్రోనెఫ్రోసిస్: ఇది మూత్రం పేరుకుపోవడం వల్ల మూత్రపిండాల వాపు. గర్భాశయ క్యాన్సర్ ఉన్న రోగులలో ఇది ఒక అధునాతన వ్యాధిని సూచిస్తుంది, ఎందుకంటే ఇది పారామెట్రియా యొక్క ప్రమేయాన్ని సూచిస్తుంది. నొప్పి: క్యాన్సర్ పురోగమిస్తున్నప్పుడు మరియు సమీపంలోని కణజాలాలకు మరియు అవయవాలకు వ్యాపించినప్పుడు ఇది కనిపిస్తుంది. రోగి పొత్తికడుపులో నొప్పిని అనుభవించవచ్చు లేదా మూత్రవిసర్జన సమస్యలను కలిగి ఉండవచ్చు. లింఫెడెమా: ఇది సాధారణంగా శరీరం యొక్క శోషరస వ్యవస్థ ద్వారా ప్రవహించే ప్రోటీన్-రిచ్ ద్రవం చేరడం వల్ల ఏర్పడే కణజాల వాపును సూచిస్తుంది. లింఫెడెమా సాధారణంగా పెల్విక్ రేడియోథెరపీ లేదా లింఫ్ నోడ్ తొలగింపుతో కూడిన చికిత్స ఫలితంగా కనిపిస్తుంది. రక్తం గడ్డకట్టడం: ఇతర క్యాన్సర్‌ల మాదిరిగానే, గర్భాశయ క్యాన్సర్ రక్తం గడ్డకట్టడానికి దారితీసే రక్తాన్ని మందంగా చేస్తుంది. పెద్ద గర్భాశయ కణితులు కూడా లెగ్‌లోని సిరలపై ఒత్తిడి తెచ్చి, గడ్డకట్టడానికి సహాయపడతాయి. ఫిస్టులాస్: ఫిస్టులా అనేది ఒక అవయవం లేదా రక్తనాళం మరియు మరొక నిర్మాణం వంటి రెండు శరీర భాగాల మధ్య అసాధారణ బంధం. సర్వైకల్ కార్సినోమా ఆర్బిటల్ అపెక్స్ సిండ్రోమ్ (OAS) మరియు అంధత్వం ఉన్న రోగులలో యోని ఫిస్టులా అత్యంత సాధారణ రకం ఫిస్టులా: OAS ఆప్టిక్ నరాల దెబ్బతినడం మరియు పనిచేయకపోవడాన్ని కలిగి ఉంటుంది. క్యాన్సర్ కంటికి వ్యాపించే అరుదైన సందర్భాల్లో ఇది సంభవిస్తుంది. ఇది ప్రాణాంతక మిశ్రమ ముల్లెరియన్ కణితిలో కనిపిస్తుంది, ఇది అరుదైన గర్భాశయం మరియు గర్భాశయ క్యాన్సర్ మరియు <5% గర్భాశయ క్యాన్సర్‌లకు కారణం.

COVID-19 మహమ్మారి HPV టీకాలు మరియు గర్భాశయ క్యాన్సర్ స్క్రీనింగ్‌లతో సహా నివారణ ఆరోగ్య సంరక్షణలో గణనీయమైన తగ్గింపుకు దారితీసింది, ఇది సమస్యలు మరియు గర్భాశయ క్యాన్సర్ కేసుల సంఖ్య పెరగడానికి దారితీస్తుంది. COVID గురించి చదవండి! గర్భాశయ క్యాన్సర్ కోసం ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలు

గర్భాశయ క్యాన్సర్‌కు ప్రత్యామ్నాయ మరియు పరిపూరకరమైన చికిత్సలను పరిశీలిస్తున్నప్పుడు, మీ వైద్య బృందాలతో కమ్యూనికేట్ చేయడం చాలా ముఖ్యం ఎందుకంటే కొన్ని ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలు చికిత్స ప్రణాళిక నుండి విరుద్ధంగా ఉండవచ్చు. రోగులు ఉపయోగించే ప్రత్యామ్నాయ విధానాలు: నేచురోథెరపీ గర్భాశయ క్యాన్సర్ చికిత్సలో మొక్కల-ఉత్పన్నమైన పోషక రసాయనాలను ఉపయోగించేందుకు సమగ్ర విధానాన్ని సూచించడం చాలా ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. నేచురోథెరపీ సంప్రదాయ చికిత్స నియమావళిని భర్తీ చేయకపోవచ్చు, కానీ ఇది కీమోథెరపీ మరియు రేడియోథెరపీ యొక్క సామర్థ్యాన్ని పెంచుతుంది. కొన్ని సహజ మూలికలు: కుర్కుమిన్ లేదా పసుపు (హల్దీ) అల్లం రూట్ (అద్రక్ కి జాద్) పవిత్ర తులసి (తులసి) గ్రీన్ టీ ద్రాక్ష బ్రోకలీ అరటి క్యాబేజీ హోమియోపతి ఆ వ్యాధుల లక్షణాలను అనుకరించే పదార్థాలను అందించడం ద్వారా వ్యాధులకు స్వస్థత ప్రతిస్పందనలను ప్రేరేపిస్తుందని హోమియోపతి పేర్కొంది. ఆరోగ్యకరమైన వ్యక్తులలో. చికిత్సా ఔషధాల విషయానికొస్తే, గర్భాశయ క్యాన్సర్ లక్షణాల చికిత్సకు అనేక బాగా నిరూపితమైన నివారణలు అందుబాటులో ఉన్నాయి, వీటిలో ఇవి ఉన్నాయి: Iodum Kreosotum Natrum carb Carbo animalis Thuja Calcarea ఫ్లోర్ హైడ్రోకోటైల్ సబీనా కాల్కేరియా కార్బ్ కాలీ అయోడైడ్ సల్ఫ్యూరిక్ యాసిడ్ కోనియం హైడ్రాస్టిస్ సాంగునారియా ఫాస్ఫరస్ లాచెస్ ఒకటి. క్యాన్సర్ ఉన్న రోగులలో బాధ కలిగించే మరియు భరించలేని పరిస్థితులు నొప్పి. దాదాపు 20% నుండి 30% క్యాన్సర్ రోగులు వివిధ స్థాయిలలో నొప్పిని కలిగి ఉంటారని నివేదించబడింది.

క్యాన్సర్ నొప్పిని నియంత్రించడానికి రోగులకు ఆక్యుపంక్చర్ సిఫార్సు చేయబడింది. మునుపటి అధ్యయనాలు ఇది క్యాన్సర్ నొప్పి నిర్వహణకు ప్రయోజనకరమైన సామర్థ్యాన్ని కలిగి ఉండటమే కాకుండా క్యాన్సర్ నొప్పి ఉన్న రోగులకు దాదాపు ఎటువంటి ప్రతికూల సంఘటనలను కలిగి ఉండదని నివేదించింది. అయినప్పటికీ, గర్భాశయ క్యాన్సర్ నొప్పికి నొప్పి ఆక్యుపాయింట్లలో ఆక్యుపంక్చర్ యొక్క ప్రభావాన్ని ప్రత్యేకంగా అన్వేషించడానికి మరింత పరిశోధన అవసరం. సర్వైకల్ క్యాన్సర్‌తో జీవించడం

క్యాన్సర్ మరియు దాని చికిత్స శారీరక లక్షణాలు మరియు దుష్ప్రభావాలకు మాత్రమే కారణం కాదు, ఇది భావోద్వేగ, సామాజిక మరియు ఆర్థిక ప్రభావాలను కూడా కలిగి ఉంటుంది. ఈ ప్రభావాలన్నింటినీ నిర్వహించడం అంటే రోగులు మరియు వారి కుటుంబాలు ఈ కష్టాలను ఎలా తట్టుకోగలవు. కొంతమంది మహిళలకు, క్యాన్సర్ పూర్తిగా తగ్గకపోవచ్చు. మరియు వారు సాధారణ చికిత్సలను పొందవచ్చు. పోని క్యాన్సర్‌తో జీవించడం నేర్చుకోవడం కష్టం మరియు చాలా ఒత్తిడితో కూడుకున్నది. దీన్ని నిర్వహించడానికి ఇక్కడ కొన్ని చిట్కాలు ఉన్నాయి: పాలియేటివ్ కేర్‌కు ప్రాముఖ్యత ఇవ్వండి పాలియేటివ్ కేర్ వ్యాధి లక్షణాలను నిర్వహించడం ద్వారా మరియు ఇతర వైద్యేతర అవసరాలతో రోగులు మరియు వారి కుటుంబాలకు మద్దతు ఇవ్వడం ద్వారా చికిత్స సమయంలో మీకు ఎలా అనిపిస్తుందో మెరుగుపరచడంపై దృష్టి పెడుతుంది. క్యాన్సర్‌కు చికిత్సతో పాటు పాలియేటివ్ కేర్ తక్కువ తీవ్రమైన లక్షణాలు, మెరుగైన జీవన నాణ్యత మరియు చికిత్సతో మరింత సంతృప్తితో ఎక్కువ ఫలితాలను చూపించింది. ఉపశమన చికిత్సలు విస్తృతంగా మారుతూ ఉంటాయి మరియు తరచుగా వీటిని కలిగి ఉంటాయి: లక్షణాల నుండి ఉపశమనం పొందేందుకు మందులు పోషకాహార మార్పులు సడలింపు పద్ధతులు రోగికి నచ్చిన పనులను చేయమని ప్రోత్సహించడం మానసిక మరియు ఆధ్యాత్మిక మద్దతు గర్భాశయ క్యాన్సర్‌తో బాధపడుతున్న కొంతమంది మహిళలకు, చికిత్స క్యాన్సర్‌ను తొలగించవచ్చు లేదా నాశనం చేయవచ్చు, కానీ రోగి క్యాన్సర్ మళ్లీ వస్తుందనే భయం ఎప్పుడూ ఉంటుంది. ఏదైనా కొత్త లక్షణాలు లేదా సమస్యల గురించి మీ వైద్యుడికి తెలియజేయడం చాలా ముఖ్యం ఎందుకంటే అవి క్యాన్సర్ తిరిగి రావడం లేదా కొత్త వ్యాధి లేదా రెండవ క్యాన్సర్ వల్ల సంభవించవచ్చు.

గర్భాశయ క్యాన్సర్‌కు చికిత్స పొందిన స్త్రీలు ఎలా చికిత్స పొందినా (శస్త్రచికిత్స లేదా రేడియేషన్) క్రమం తప్పకుండా పాప్ పరీక్షలు చేయించుకోవాలని చాలా మంది వైద్యులు సిఫార్సు చేస్తున్నారు. గర్భాశయ క్యాన్సర్ నుండి బయటపడినవారు రొమ్ము, ఊపిరితిత్తులు మరియు కొలొరెక్టల్ క్యాన్సర్ వంటి ఏదైనా ఇతర క్యాన్సర్‌ను ముందస్తుగా గుర్తించడానికి అప్రమత్తంగా ఉండాలి. క్యాన్సర్ సంకేతాలు లేదా లక్షణాలు తిరిగి వచ్చినట్లయితే ఇమేజింగ్ పరీక్షలు చేయవచ్చు. అధునాతన క్యాన్సర్ యొక్క భౌతిక లక్షణాలను నిర్వహించండి అధునాతన గర్భాశయ క్యాన్సర్ అంటే మీ శరీరంలోని కాలేయం లేదా ఊపిరితిత్తుల వంటి ఇతర ప్రాంతాలకు వ్యాపించిన క్యాన్సర్ అని అర్థం. దురదృష్టవశాత్తు, అధునాతన క్యాన్సర్ సాధారణంగా నయం చేయబడదు. కానీ చికిత్స తరచుగా క్యాన్సర్‌ను నియంత్రించవచ్చు మరియు లక్షణాల నుండి ఉపశమనం పొందవచ్చు. గుర్తుంచుకోవలసిన అంశాలు: వైద్యులు మరియు ఆరోగ్య సంరక్షణ బృందంతో క్రమం తప్పకుండా మాట్లాడండి కొత్త దుష్ప్రభావాలు లేదా ఇప్పటికే ఉన్న దుష్ప్రభావాలలో మార్పుల గురించి వైద్యుడికి తెలియజేయండి, కొత్త లక్షణాల గురించి ఆరోగ్య సంరక్షణ బృందానికి తెలియజేయండి, తద్వారా వారు వాటిని మరింత తీవ్రతరం చేయకుండా నిరోధించవచ్చు- పదం లక్షణాలు అలసటను ఎదుర్కోవడం

అధునాతన క్యాన్సర్‌తో బాధపడుతున్న వ్యక్తుల జీవన నాణ్యతను నడక మెరుగుపరుస్తుంది. అమెరికన్ క్యాన్సర్ సొసైటీ కనీసం 150 నిమిషాల పాటు చురుగ్గా నడవాలని లేదా ఆరోగ్యంగా ఉండటానికి ప్రతి వయోజన ప్రతి వారం 75 నిమిషాల పాటు ఏదైనా తీవ్రమైన-తీవ్రత చర్యను సిఫార్సు చేస్తుంది. మీకు క్యాన్సర్ ఉంటే ఏడుపు మీకు ఎలా సహాయపడుతుందో చదవండి. ఇప్పుడు క్లిక్ చేయండి!

భావోద్వేగ మరియు మానసిక శ్రేయస్సుపై దృష్టి కేంద్రీకరించండి గర్భాశయ క్యాన్సర్ ఉన్న రోగుల కుటుంబం మరియు స్నేహితుల కోసం చాలా సమాచారం మరియు మద్దతు అందుబాటులో ఉంది. కొంతమంది తమ క్యాన్సర్ గురించి మరియు వారికి ఉన్న చికిత్సల గురించి మరింత తెలుసుకోవడానికి ఇది సహాయకరంగా ఉంటుంది. భయం మరియు ఆందోళనను నిర్వహించవచ్చు. అధునాతన క్యాన్సర్ గురించి మాట్లాడటం సన్నిహిత కుటుంబ సభ్యులు మరియు స్నేహితులతో భావాలను పంచుకోవడం చికిత్సకు అవసరమైన మొత్తం సమాచారాన్ని పొందడం శారీరక పరిమితులను అర్థం చేసుకోవడం భాగస్వామితో మాట్లాడటం ద్వారా లైంగిక సంబంధాన్ని నిర్వహించడం ఆర్థిక ఖర్చులు, పిల్లల సంరక్షణ మరియు పని సమస్యలు వంటి ఆచరణాత్మక సమస్యలను పర్యవేక్షించడం క్యాన్సర్ చికిత్స ఖర్చు చాలా ఖరీదైనది మరియు ఆర్థికంగా ఎదుర్కోవడం రోగులకు మరియు వారి కుటుంబాలకు ఒత్తిడి మరియు ఆందోళనకు మూలంగా మారుతుంది. చికిత్స ఖర్చులతో పాటు, అదనపు ప్రణాళిక లేని ఖర్చులు కూడా ఉండవచ్చు. ఇది చాలా మంది రోగులు చికిత్సను కొనసాగించకుండా ఆపవచ్చు. ప్రయోజనాలు లేదా గ్రాంట్ల గురించి సామాజిక కార్యకర్తను అడగడం ద్వారా దీనిని నిర్వహించవచ్చు, వారు క్లెయిమ్ ప్రక్రియలో కూడా సహాయపడగలరు. తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు భారతదేశంలో గర్భాశయ క్యాన్సర్ ఎంత సాధారణం? సర్వైకల్ క్యాన్సర్ ఉంటే శరీరంలో ఎలాంటి మార్పులు కనిపిస్తాయి? గర్భాశయ క్యాన్సర్ నొప్పి ఎలా ఉంటుంది? వేలితో గర్భాశయ క్యాన్సర్‌ను అనుభవించగలరా? గర్భాశయ క్యాన్సర్ సాధారణంగా నయం చేయగలదా? ప్రస్తావనలు గర్భాశయ క్యాన్సర్ గురించి ప్రాథమిక సమాచారం. గర్భాశయ క్యాన్సర్. సెంటర్ ఫర్ డిసీజ్ కంట్రోల్ అండ్ ప్రివెన్షన్. డిసెంబర్ 2021. జాంగ్ ఎస్, జు హెచ్, జాంగ్ ఎల్, కియావో వై. గర్భాశయ క్యాన్సర్: ఎపిడెమియాలజీ, ప్రమాద కారకాలు మరియు స్క్రీనింగ్. చిన్ J క్యాన్సర్ రెస్. 2020 డిసెంబర్ 31. గర్భాశయ క్యాన్సర్ అంటే ఏమిటి? గర్భాశయ క్యాన్సర్ గురించి. అమెరికన్ సొసైటీ ఆఫ్ క్యాన్సర్. కశ్యప్ ఎన్, కృష్ణన్ ఎన్, కౌర్ ఎస్, ఘై ఎస్. గర్భాశయ క్యాన్సర్ ప్రమాద కారకాలు: ఒక కేస్-నియంత్రణ అధ్యయనం. ఆసియా పాక్ J ఓంకోల్ నర్సులు. 2019 జూలై-సెప్టెం. ఇంటర్నేషనల్ కోలాబరేషన్ ఆఫ్ ఎపిడెమియోలాజికల్ స్టడీస్ ఆఫ్ సర్వైకల్ క్యాన్సర్, యాపిల్‌బై P, బెరల్ V, మరియు ఇతరులు. గర్భాశయ క్యాన్సర్ మరియు హార్మోన్ల గర్భనిరోధకాలు: 24 ఎపిడెమియోలాజికల్ అధ్యయనాల నుండి గర్భాశయ క్యాన్సర్ ఉన్న 16,573 మంది మహిళలు మరియు గర్భాశయ క్యాన్సర్ లేని 35,509 మంది మహిళలకు వ్యక్తిగత డేటా యొక్క సహకార పునర్విశ్లేషణ. లాన్సెట్. 2007. పానాగియోటిస్ సికౌరాస్1, స్టెఫానోస్ జెర్వౌడిస్, మరియు ఇతరులు. గర్భాశయ క్యాన్సర్: స్క్రీనింగ్, రోగ నిర్ధారణ మరియు స్టేజింగ్. JBUON 2016; 21(2). రోంకో G, కుజిక్ J, పియరోట్టి P, కారియాగి MP, డల్లా పాల్మా P, నల్డోని C, Ghiringhello B, Giorgi-Rossi P, Minucci D, Parisio F, Pojer A, Schiboni ML, Sintoni C, Zorzi M, Segnan N, Confortini M లిక్విడ్ బేస్డ్ వర్సెస్ కన్వెన్షనల్ సైటోలజీ యొక్క ఖచ్చితత్వం: గర్భాశయ క్యాన్సర్ స్క్రీనింగ్ కోసం కొత్త సాంకేతికతల యొక్క మొత్తం ఫలితాలు: యాదృచ్ఛిక నియంత్రిత ట్రయల్. BMJ. 2007 జూలై 7. గర్భాశయ క్యాన్సర్‌కు ఎలా చికిత్స చేస్తారు? గర్భాశయ క్యాన్సర్: చికిత్స రకాలు. క్యాన్సర్. నికర. జనవరి 2022. గర్భాశయ క్యాన్సర్ చికిత్స (PDQ®)–పేషెంట్ వెర్షన్. గర్భాశయ క్యాన్సర్. నేషనల్ క్యాన్సర్ ఇన్స్టిట్యూట్. ఏప్రిల్ 2022. బెనర్జీ R, కమ్రావా M. గర్భాశయ క్యాన్సర్ చికిత్సలో బ్రాచిథెరపీ: ఒక సమీక్ష. Int J ఉమెన్స్ హెల్త్. 2014 మే 28. ఫౌలర్ JR, మాని EV, జాక్ BW. గర్భాశయ క్యాన్సర్. [2022 ఏప్రిల్ 5న నవీకరించబడింది]. ఇన్: స్టాట్‌పెర్ల్స్ [ఇంటర్నెట్]. ట్రెజర్ ఐలాండ్ (FL): StatPearls పబ్లిషింగ్; 2022 జనవరి. వాధ్వాని ఎమ్, ఫుల్జెల్ ఎస్, కుమార్ ఆర్, షమీర్ ఎ. సర్వైకల్ కార్సినోమా ఆర్బిటల్ అపెక్స్ సిండ్రోమ్ మరియు అంధత్వానికి దారి తీస్తుంది. BMJ కేసు ప్రతినిధి. 2019 మార్చి 1. మెంగ్ FF, ఫెంగ్ YH. గర్భాశయ క్యాన్సర్ నొప్పికి నొప్పి ఆక్యుపాయింట్లలో ఆక్యుపంక్చర్ యొక్క పైలట్ అధ్యయనం. మెడిసిన్ (బాల్టిమోర్). 2018 డిసెంబర్. శ్రీదేవి ఎ, జావేద్ ఆర్, దినేష్ ఎ. ఎపిడెమియాలజీ ఆఫ్ సర్వైకల్ క్యాన్సర్‌తో పాటు భారతదేశంపై ప్రత్యేక దృష్టి పెట్టారు. Int J ఉమెన్స్ హెల్త్. 2015 ఏప్రిల్ 16. బాబ్డే S, సత్వర J, జైన్ A, బాలసుబ్రమణ్యం G. గర్భాశయ క్యాన్సర్ యొక్క భారం మరియు భారతదేశంలో స్క్రీనింగ్ పాత్ర. ఇండియన్ J మెడ్ పీడియాటర్ ఓంకోల్. 2016 అక్టోబర్-డిసెంబర్.

==================================================

కోరింత దగ్గును పెర్టుసిస్ మరియు 100 రోజుల దగ్గు అని కూడా పిలుస్తారు అవలోకనం కోరింత దగ్గు అనేది బోర్డెటెల్లా పెర్టుసిస్ అనే బ్యాక్టీరియా వల్ల కలిగే అత్యంత అంటువ్యాధి శ్వాసకోశ సంక్రమణం. దీనిని పెర్టుసిస్ అని కూడా పిలుస్తారు, దీని అర్థం "హింసాత్మక దగ్గు". ఒక వ్యక్తి నిరంతర దగ్గుతో గాలి పీల్చినప్పుడు చేసే "హూపింగ్" శబ్దం ద్వారా ఈ వ్యాధి వర్గీకరించబడుతుంది.

ఈ వ్యాధి అన్ని వయసుల వారిని ప్రభావితం చేస్తుంది, అయితే లక్షణాల తీవ్రత రోగి వయస్సు, రోగనిరోధక ప్రతిస్పందన యొక్క బలం మరియు బ్యాక్టీరియా వ్యాప్తి యొక్క పరిధి వంటి వివిధ అంశాలపై ఆధారపడి ఉంటుంది.

ఈ వ్యాధి సాధారణంగా ముక్కు కారటం, తేలికపాటి దగ్గు లేదా జ్వరం వంటి జలుబు వంటి లక్షణాలతో మొదలవుతుంది. రెండు వారాలలో, పొడి మరియు నిరంతర దగ్గు అభివృద్ధి చెందుతుంది, ఇది శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బందిని కలిగిస్తుంది. శిశువులలో, దగ్గు తక్కువగా ఉంటుంది లేదా హాజరుకాదు. వారు శ్వాస విధానంలో విరామంగా ఉండే అప్నియా అనే తీవ్రమైన లక్షణాన్ని అభివృద్ధి చేయవచ్చు.

టీకాలు వేయడం వల్ల కోరింత దగ్గును సమర్థవంతంగా నిరోధించవచ్చు మరియు అన్ని వయసుల వారికి సిఫార్సు చేయబడింది. కోరింత దగ్గు (పెర్టుసిస్) టీకాను డిఫ్తీరియా మరియు ధనుర్వాతం కోసం టీకాలతో కలిపి టీకాగా ఇస్తారు. సాధారణంగా అన్ని వయసుల వారిలోనూ కనిపించే ముఖ్య వాస్తవాలు లింగం ప్రభావితం చేసే పురుషులు మరియు మహిళలు ఇద్దరి శరీర భాగాలు (లు) ఊపిరితిత్తుల వ్యాప్తి ప్రపంచవ్యాప్తంగా: 20-40 మిలియన్ (2017) అనుకరించే పరిస్థితులు వైరల్ అప్పర్ రెస్పిరేటరీ ఇన్‌ఫెక్షన్ బ్రాంకియోలిటిస్ న్యుమోనియా క్షయవ్యాధి అవసరమైన ఆరోగ్య పరీక్షలు/ఇమేజింగ్ టోటల్ ల్యుకోసైట్‌ల కౌంట్ డిఫరెన్సియల్ కౌంట్ ముక్కు లేదా గొంతు సంస్కృతిని లెక్కించండి మరియు ఛాతీ ఎక్స్-రే చికిత్స యాంటీబయాటిక్స్: అజిత్రోమైసిన్, క్లారిత్రోమైసిన్ & ఎరిత్రోమైసిన్ కోరింత దగ్గు యొక్క అన్ని కారణాలను చూడండి

కోరింత దగ్గు అనేది బోర్డెటెల్లా పెర్టుస్సిస్ వల్ల వచ్చే బాక్టీరియల్ ఇన్ఫెక్షన్ & అందుకే దీనిని "పెర్టుసిస్" అని కూడా పిలుస్తారు. ఇది అత్యంత అంటువ్యాధి, ఇది సన్నిహిత సంబంధం ద్వారా ఒక వ్యక్తి నుండి మరొకరికి వ్యాపిస్తుంది.

కోరింత దగ్గుతో బాధపడుతున్న వ్యక్తి తుమ్మినప్పుడు లేదా దగ్గినప్పుడు, బ్యాక్టీరియా నిండిన చుక్కలు గాలిలోకి స్ప్రే అవుతాయి, ఆరోగ్యకరమైన వ్యక్తి పీల్చినప్పుడు వారి శరీరంలోకి ప్రవేశిస్తుంది. శరీరంలోకి ప్రవేశించిన తర్వాత, బ్యాక్టీరియా ఎగువ శ్వాసకోశ వ్యవస్థలో ఉండే సిలియాకు (ఎక్స్‌టెన్షన్‌ల వంటి జుట్టు) అంటుకుంటుంది. అటాచ్మెంట్ తర్వాత, బ్యాక్టీరియా విషాన్ని విడుదల చేస్తుంది, ఇది సిలియాను దెబ్బతీస్తుంది మరియు వాయుమార్గం ఉబ్బి శ్వాస తీసుకోవడంలో అసౌకర్యాన్ని కలిగిస్తుంది.

సగటున, దగ్గు ప్రారంభమైన 2 వారాల వరకు సోకిన వ్యక్తులు చాలా అంటువ్యాధిని కలిగి ఉంటారు. ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ (WHO) ప్రకారం, ప్రపంచవ్యాప్తంగా 20-40 మిలియన్ల కోరింత దగ్గు కేసులు ఉన్నాయి. మొత్తం కేసులలో, 95% అభివృద్ధి చెందుతున్న దేశాలలో నిర్ధారణ అయినట్లు కనుగొనబడింది.

తక్కువ టీకా కవరేజ్ కారణంగా చిన్న పిల్లలలో అధిక సంభవం రేట్లు గమనించబడ్డాయి. దగ్గు పెద్దలు మరియు కౌమారదశలో ఉన్నవారు B. పెర్టుసిస్ యొక్క ప్రధాన రిజర్వాయర్ మరియు శిశువులు మరియు పిల్లలలో సంక్రమణ యొక్క సాధారణ మూలాలు. కోరింత దగ్గు యొక్క లక్షణాలు

పొదిగే కాలం (సంక్రమణకు గురికావడం మరియు వ్యాధి యొక్క మొదటి లక్షణాలు కనిపించడం మధ్య కాలం) 7-14 రోజులు.

లక్షణాలను మూడు దశలుగా విభజించవచ్చు: క్యాతర్హాల్ దశ పరోక్సిస్మల్ దశ స్వస్థత దశ

1. క్యాతర్హల్ దశ ఇది అత్యంత అంటువ్యాధి కాలం మరియు 1-2 వారాల పాటు కొనసాగుతుంది. కోరింత దగ్గు యొక్క ప్రారంభ లక్షణాలు తేలికపాటివి మరియు సాధారణ జలుబును పోలి ఉంటాయి, వీటిలో ఇవి ఉంటాయి: తేలికపాటి దగ్గు నాసికా రద్దీ తుమ్ములు కారుతున్న ముక్కు తక్కువ జ్వరం (102 డిగ్రీల F కంటే తక్కువ) వ్యాధి ముదిరే కొద్దీ దగ్గు మరింత తీవ్రంగా మరియు తరచుగా మారుతుంది. దగ్గు ప్రారంభ దశలలో సాధారణంగా పరోక్సిస్మాల్ (ఆకస్మిక విస్ఫోటనాలు) కానప్పటికీ, ఇది రాత్రిపూట బాధించే మరియు మరింత తరచుగా ఉంటుంది.
2. Paroxysmal దశ ఈ దశ paroxysms ద్వారా వర్గీకరించబడుతుంది - ఆకస్మిక విస్ఫోటనం లేదా దగ్గు యొక్క ఎపిసోడ్లు. శ్లేష్మం యొక్క మందపాటి పొర శ్వాసనాళాల లోపల పేరుకుపోతుంది మరియు అనియంత్రిత దగ్గుకు కారణమవుతుంది. దగ్గు ఎక్కువ పిచ్‌తో మరియు చివరిలో దీర్ఘంగా ఊపిరి పీల్చుకోవడం ద్వారా గుర్తించబడుతుంది. ఈ దశ సుమారు 2-6 వారాల పాటు కొనసాగుతుంది.

దీర్ఘకాలంగా మరియు తీవ్రమైన దగ్గుకు దారి తీయవచ్చు: వాంతులు విపరీతమైన అలసట ఎరుపు లేదా నీలం ముఖం అధిక పిచ్ "వూప్" ధ్వని తదుపరి గాలి శ్వాసతో ప్రతి కోరింత దగ్గు రోగికి "వూప్" అనే లక్షణాన్ని అభివృద్ధి చేయదు. ఈ సందర్భంలో, నిరంతర దగ్గు వ్యాధికి ఒక లక్షణంగా పరిగణించబడుతుంది. తీవ్రమైన దగ్గు తరచుగా మూత్రాశయం నియంత్రణ కోల్పోవడం, తలలో భారం, తలనొప్పి, వాంతులు మరియు అలసటకు దారితీస్తుంది. అకస్మాత్తుగా కానీ నియంత్రించలేని దగ్గు కోసం సాధారణ ట్రిగ్గర్లు ఆవలించడం, సాగదీయడం, నవ్వడం, అరుపులు లేదా వ్యాయామం. ఇది రాత్రిపూట కూడా చాలా తరచుగా సంభవించవచ్చు.

వ్యాధి చికిత్సకు ఎక్కువ సమయం పడుతుంది, మరింత తరచుగా దగ్గు ఎపిసోడ్లు అనుభవించవచ్చు. కోరింత దగ్గు ఉన్న శిశువులకు దగ్గు రాకపోవచ్చు మరియు బదులుగా శ్వాస తీసుకోవడం చాలా కష్టంగా ఉంటుంది.

1. స్వస్థత దశ 1-4 వారాలలో దగ్గు యొక్క తీవ్రత మరియు పరోక్సిస్ క్రమంగా తగ్గుతుంది. వాంతులు తక్కువ తరచుగా అవుతుంది. ఆకలి, సాధారణ పరిస్థితి మరియు మొత్తం ఆరోగ్యం సాధారణంగా మెరుగుపడుతుంది. నీకు తెలుసా? కోరింత దగ్గును 100 రోజుల దగ్గు అని కూడా అంటారు. ఎందుకంటే ఇన్ఫెక్షన్ కారణంగా దగ్గు 10 వారాలు లేదా అంతకంటే ఎక్కువ కాలం ఉంటుంది. కాబట్టి లక్షణాన్ని నిర్లక్ష్యం చేయకండి మరియు సరైన వైద్యుడిని సంప్రదించి పరీక్షలు చేయించుకోండి. ఇప్పుడే సంప్రదించండి!   
   కోరింత దగ్గుకు ప్రమాద కారకాలు కోరింత దగ్గు సంక్రమణ సంవత్సరంలో ఏ సమయంలోనైనా సంభవించవచ్చు కానీ వేసవిలో కేసులు పెరుగుతాయి. నిర్దిష్ట వ్యక్తులకు ఇన్ఫెక్షన్ వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది మరియు కొన్ని కారకాలు వ్యాధి పట్ల వారి గ్రహణశీలతను పెంచుతాయి, వీటిలో ఇవి ఉన్నాయి:
2. ఇమ్యునైజేషన్ లేదా టీకా లేకపోవడం అమెరికన్ లంగ్ అసోసియేషన్ ప్రకారం, ఇంకా టీకాలు వేయని ఎవరికైనా ఇన్ఫెక్షన్ వచ్చే ప్రమాదం ఉంది. అయినప్పటికీ, గర్భిణీ స్త్రీలు మరియు శిశువులు క్రింద చర్చించబడిన తీవ్రతలను అనుభవించవచ్చు:

గర్భం: గర్భిణీ స్త్రీలు తమ గర్భం ముగిసే సమయానికి చేరుకుంటున్నప్పుడు, వ్యాధి సోకిన వ్యక్తుల నుండి దూరంగా ఉండటానికి అదనపు జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. టీకాలు వేయని స్త్రీలు మరియు వారి శిశువులకు ఇన్ఫెక్షన్ వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువ.

శిశువులు మరియు శిశువులు: పిల్లలు రెండు నెలల వయస్సులో టీకాలు వేసే వరకు వారి స్వంత రోగనిరోధక శక్తిని నిర్మించుకోలేరు. టీకాలు వేయని ఒక సంవత్సరం లోపు శిశువులు. శిశువుకు వ్యాధి సోకితే, ప్రత్యేక చికిత్స మరియు సంరక్షణ కోసం ఆసుపత్రికి తరలించాల్సి ఉంటుంది.

1. సోకిన వ్యక్తితో సన్నిహిత సంబంధాలు మీ కుటుంబం లేదా సంఘంలో ఎవరైనా సోకిన వ్యక్తితో సన్నిహితంగా ఉంటే, సాధారణ వస్తువులను ఉపయోగించిన లేదా పంచుకున్నట్లయితే, ఇన్ఫెక్షన్ వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది.
2. ఆస్తమా ఉన్న పెద్దలు ఆస్తమా ఉన్న పెద్దలు కోరింత దగ్గు బారిన పడే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉందని అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి. ఉబ్బసం ఉన్న పెద్దలు సంక్రమణకు గురైనట్లయితే తీవ్రమైన లక్షణాలను అభివృద్ధి చేయవచ్చు. అలాగే, బాల్యంలో లేదా బాల్యంలో కోరింత దగ్గు తరువాత జీవితంలో ఆస్తమా అభివృద్ధి చెందే ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. అందువల్ల, సురక్షితంగా ఉండటానికి టీకా స్థితిని ఎప్పటికప్పుడు తెలుసుకోవాలని సిఫార్సు చేయబడింది. నీకు తెలుసా? గర్భిణీ స్త్రీ తల్లిపాలు ఇవ్వడం ద్వారా శిశువుకు కొన్ని కోరింత దగ్గు ప్రతిరోధకాలను పంపుతుంది. తల్లిపాలు ఇస్తున్నప్పుడు తెలుసుకోవలసిన సాధారణ విషయాల గురించి అర్థం చేసుకోండి. చదవడానికి క్లిక్ చేయండి! కోరింత దగ్గు నిర్ధారణ కోరింత దగ్గు స్పష్టంగా స్పష్టంగా కనిపించే లక్షణాలను కలిగిస్తుంది, అయితే సాధారణ జలుబు లేదా సాధారణ శ్వాసకోశ వ్యాధి లక్షణాలను పోలి ఉన్నందున ప్రారంభ రోగ నిర్ధారణ కష్టం. మీ లక్షణాలు మరింత తీవ్రమైతే మరియు దగ్గు కొనసాగితే (7-10 రోజుల కంటే ఎక్కువ కాలం) మీరు తప్పనిసరిగా మీ వైద్యుడిని సందర్శించాలి.

తరచుగా డాక్టర్ మిమ్మల్ని దగ్గు రకం లేదా మీరు అనుభవించే లక్షణాల గురించి ప్రశ్నలు అడగవచ్చు. ఆ సమాధానాల ఆధారంగా, మీ డాక్టర్ వ్యాధి ఉనికిని నిర్ధారించడానికి కొన్ని వైద్య పరీక్షలను సిఫారసు చేయవచ్చు:

1. టోటల్ ల్యూకోసైట్ కౌంట్ రక్త పరీక్ష అనేది సాధారణ మరియు కోరింత దగ్గు నిర్ధారణకు ఒక నిర్దిష్ట పరీక్ష కాదు. రక్త పరీక్ష సంక్రమణ లేదా వాపు ఉనికిని గుర్తించడంలో సహాయపడుతుంది. తెల్ల రక్త కణాల సంఖ్యను తనిఖీ చేయడానికి రక్త నమూనాను తీసి ప్రయోగశాలకు పంపబడుతుంది. తెల్ల రక్త కణాలు (WBC లు) రక్తంలో ఒక భాగం, ఇది మీ రక్తంలో 1% ఉంటుంది. అవి మీ శరీరాన్ని ఇన్‌ఫెక్షన్‌ల నుండి రక్షించడానికి బాధ్యత వహిస్తాయి మరియు అందువల్ల WBCల సంఖ్య పెరుగుదల ఇన్‌ఫెక్షన్ లేదా ఇన్‌ఫ్లమేషన్‌ను సూచిస్తుంది.
2. డిఫరెన్షియల్ ల్యూకోసైట్ కౌంట్ (DLC) డిఫరెన్షియల్ ల్యూకోసైట్ కౌంట్ (DLC) రక్తంలో ఉన్న ప్రతి రకమైన తెల్ల రక్త కణాల శాతాన్ని గుర్తిస్తుంది.
3. ముక్కు లేదా గొంతు సంస్కృతి పరీక్ష నాసోఫారెక్స్ (ముక్కు మరియు గొంతు కలిసే ప్రాంతం) శుభ్రపరచడం ద్వారా కల్చర్ పరీక్షను నిర్వహిస్తారు. కోరింత దగ్గు బ్యాక్టీరియా ఉనికిని తనిఖీ చేయడానికి కల్చర్ పరీక్ష నిర్వహిస్తారు. నమూనాను ఉపయోగించి బ్యాక్టీరియా ఉనికిని తనిఖీ చేయడానికి మీ డాక్టర్ ప్రయోగశాల పరీక్షను నిర్వహించమని సిఫారసు చేయవచ్చు.
4. పాలీమరేస్ చైన్ రియాక్షన్ టెస్ట్ పాలీమరేస్ చైన్ రియాక్షన్ టెస్ట్ అనేది అత్యంత సున్నితమైన వేగవంతమైన ప్రయోగశాల పరీక్ష, ఇది బయాప్సీ నమూనాలో బ్యాక్టీరియా ఉనికిని గుర్తించడంలో సహాయపడుతుంది.
5. ఛాతీ ఎక్స్-రే ఛాతీ ఎక్స్-రే గుండె, ఊపిరితిత్తులు, శ్వాసనాళాలు, రక్తనాళాలు మరియు ఛాతీ మరియు వెన్నెముక ఎముకల చిత్రాలను రూపొందించడానికి సహాయపడుతుంది. ఇది ఒక సాధారణ మరియు సాధారణంగా గుండె లేదా ఊపిరితిత్తుల వ్యాధిని అనుమానించినప్పుడు డాక్టర్ సిఫార్సు చేసిన మొదటి ఇమేజింగ్ పరీక్షలలో ఒకటి. ఛాతీ ఎక్స్-రే వ్యాధి సమయంలో సంభవించే ఊపిరితిత్తులలో వాపు లేదా ద్రవం ఉనికిని నిర్ధారించడంలో సహాయపడుతుంది. ప్రముఖులు జెన్నీ మెక్‌కార్తీని ప్రభావితం చేశారు, ఆమె ఒక అమెరికన్ నటి, మోడల్, కార్యకర్త, టెలివిజన్ వ్యక్తిత్వం మరియు రచయిత్రి, ఆమె కోరింత దగ్గుతో బాధపడుతోంది. కోరింత దగ్గు నివారణ

కోరింత దగ్గును టీకాలు వేయడం ద్వారా మరియు టీకాలతో తాజాగా ఉండటం ద్వారా నిరోధించవచ్చు. వ్యాధిని నివారించడానికి కొన్ని నివారణ చర్యలను పాటించాలి. వారు:

టీకా మరియు ఇమ్యునైజేషన్ పిల్లలు, పిల్లలు, యుక్తవయస్కులు, గర్భిణీ స్త్రీలు మరియు పెద్దలు సహా అన్ని వయస్సుల మధ్య కోరింత దగ్గును నివారించడానికి టీకా ఉత్తమ మార్గం. Tdap (టెటానస్-డిఫ్తీరియా-అసెల్యులార్ పెర్టుసిస్) మరియు DTaP (డిఫ్తీరియా-టెటానస్-ఎసెల్యులర్ పెర్టుసిస్) టీకాలు కోరింత దగ్గును నిరోధించడంలో సహాయపడే రెండు ప్రపంచవ్యాప్తంగా అందుబాటులో ఉన్న టీకాలు. ఈ రెండు టీకాలు డిఫ్తీరియా, టెటానస్ మరియు పెర్టుసిస్‌కు వ్యతిరేకంగా ప్రభావవంతంగా ఉంటాయి.

వ్యాక్సిన్‌ల రకాలు విస్తృతంగా అందుబాటులో ఉన్నాయి, రెండు రకాల కోరింత దగ్గు వ్యాక్సిన్‌లు అందుబాటులో ఉన్నాయి: హోల్ సెల్ (wP/DTwP) సెల్యులార్ (aP/DTaP) 1978 నుండి, భారతదేశం తమ జాతీయ రోగనిరోధక కార్యక్రమాలలో మొత్తం సెల్ (wP/DTwP) వ్యాక్సిన్‌ని ఉపయోగిస్తోంది. అయితే, సెల్యులార్ వాటిని ప్రధానంగా ప్రైవేట్ రంగం సూచించింది.

అమెరికన్ లంగ్ అసోసియేషన్ సంబంధిత వయస్సుల వారికి కోరింత దగ్గు వ్యాక్సిన్ యొక్క క్రింది రూపాన్ని సిఫార్సు చేస్తుంది: 1. 2,4 మరియు 6 నెలల 15 నుండి 18 నెలల 4 నుండి 6 సంవత్సరాల వయస్సు గల చిన్న పిల్లలకు DTaP

1. 11 నుండి 12 సంవత్సరాల వయస్సు గల యువకుల కోసం Tdap
2. ప్రతి గర్భం యొక్క 27-36వ వారంలో గర్భిణీ స్త్రీలకు Tdap
3. పెద్దలకు Tdap ఉబ్బసం ఉన్న పెద్దలతో సహా ఎప్పుడూ టీకాలు వేయని వారికి ఎప్పుడైనా కీమోప్రోఫిలాక్సిస్ ఇది వ్యాధిని నివారించడానికి మందుల వాడకాన్ని సూచిస్తుంది. కోరింత దగ్గుతో బాధపడుతున్న రోగులకు, ముఖ్యంగా 2 సంవత్సరాల కంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్న పిల్లలకు సన్నిహిత కుటుంబ పరిచయాల కోసం ఎరిత్రోమైసిన్ సిఫార్సు చేయబడింది. అదనపు నివారణ చర్యలు

కోరింత దగ్గు వ్యాప్తిని నిరోధించడంలో సహాయపడే కొన్ని అదనపు నివారణ చర్యలు ఇక్కడ ఉన్నాయి.

1. అనుమానిత వ్యక్తుల స్వీయ-ఒంటరితనం పెద్దలు మరియు చిన్న పిల్లలకు సంక్రమణ వ్యాప్తిని నివారించడానికి అనుమానిత కేసులు స్వీయ-ఒంటరిగా ఉండాలి.
2. మీ టీకా స్థితిని ఎప్పటికప్పుడు తెలుసుకోవడం వ్యాధిని నివారించడానికి టీకాలు వేయడం కీలకం. రోగనిరోధక శక్తి నిర్వహించబడుతుందని నిర్ధారించుకోవడానికి మీకు బూస్టర్ మోతాదులు అవసరం కావచ్చు. 19-65 సంవత్సరాల వయస్సు గల పెద్దలందరికీ మరియు 12 నెలల కంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్న పిల్లలతో పరిచయం ఉన్న పెద్దలకు బూస్టర్ మోతాదులు సిఫార్సు చేయబడ్డాయి.
3. మంచి వ్యక్తిగత పరిశుభ్రత పాటించడం కోరింత దగ్గు ఒక అంటు వ్యాధి కాబట్టి మీరు మీ చేతులను సబ్బు మరియు నీటితో క్రమం తప్పకుండా కడుక్కోవడం ద్వారా మంచి పరిశుభ్రతను కలిగి ఉండేలా చూసుకోండి. ప్రత్యేకించి, మీరు వ్యాధి సోకిన వ్యక్తిని సంప్రదించినట్లయితే, మీ నోటిని మరియు ముఖాన్ని మీ చేతితో కప్పి ఉంచాలని నిర్ధారించుకోండి.

వ్యక్తిగత పరిశుభ్రత పాటించడం చాలా ముఖ్యం. స్వీయ-పరిశుభ్రతకు ప్రాముఖ్యత ఇచ్చే వ్యక్తి తన చర్మంలో సుఖంగా ఉండటమే కాకుండా ఇతరులకు వ్యాధులు సంక్రమించకుండా నిరోధిస్తాడు.

మీ కార్యాలయంలో పరిశుభ్రతను కాపాడుకోవడానికి 5 సులభమైన మార్గాల గురించి మరింత తెలుసుకోండి. చదవడానికి నొక్కండి!

సందర్శించవలసిన నిపుణుడు

కోరింత దగ్గు యొక్క లక్షణాలు సాధారణ జలుబును అనుకరిస్తాయి మరియు అందువల్ల రోగ నిర్ధారణ తరచుగా కష్టంగా ఉంటుంది. అయినప్పటికీ, నిరంతర మరియు దీర్ఘకాలిక దగ్గుకు కారణం కావచ్చు: దగ్గు తర్వాత వాంతులు మీ ముఖం లేదా పెదవులను ఎరుపు, ఊదా లేదా నీలం రంగులోకి మార్చండి. వ్యాధి ఉనికిని నిర్ధారించడానికి వైద్యుడు.

వ్యాధిని నిర్వహించడానికి మరియు చికిత్స చేయడానికి, మీరు క్రింది నిపుణులను సంప్రదించవచ్చు: జనరల్ ఫిజిషియన్ పీడియాట్రిషియన్ (పిల్లల విషయంలో) ఇన్ఫెక్షియస్ డిసీజ్ స్పెషలిస్ట్ పల్మోనాలజిస్ట్ లేదా ఊపిరితిత్తుల నిపుణుడు మీ దగ్గు తగ్గకపోతే లేదా మీకు దగ్గుతో పాటు ఏవైనా ఇతర లక్షణాలు ఉంటే, అది మా వైద్యులతో సంప్రదింపులు బుక్ చేసుకోవడం మంచిది. ఇప్పుడే సంప్రదించండి!

కోరింత దగ్గు చికిత్స

కోరింత దగ్గు అనేది బ్యాక్టీరియల్ ఇన్ఫెక్షన్ కాబట్టి యాంటీబయాటిక్స్‌తో చికిత్స చేయవచ్చు. కోరింత దగ్గు యొక్క చికిత్స ప్రారంభ దశలోనే ప్రారంభించబడితే, లక్షణాల తీవ్రతను నిర్వహించడం సులభం అవుతుంది. మీ డాక్టర్ సంక్రమణ ఉనికిని నిర్ధారించినట్లయితే, మీరు వెంటనే యాంటీబయాటిక్స్ను ప్రారంభించమని సిఫార్సు చేయబడతారు.

మందులు సాధారణంగా సిఫార్సు చేయబడిన యాంటీబయాటిక్స్: అజిత్రోమైసిన్ క్లారిథ్రోమైసిన్ ఎరిత్రోమైసిన్ శిశువుకు ఇన్ఫెక్షన్ సోకితే, సంక్లిష్టత మరియు ప్రమాదానికి ఎక్కువ అవకాశం ఉంటుంది. చాలా సందర్భాలలో, శిశువులకు ఆసుపత్రిలో కూడా అవసరం కావచ్చు. సంక్లిష్టమైన మరియు తీవ్రమైన సందర్భంలో, కోల్పోయిన ద్రవ స్థాయిలను భర్తీ చేయడానికి రోగికి ఇంట్రావీనస్ ద్రవాలు అవసరం కావచ్చు.

సహాయక చర్యలు సాధారణ చర్యలు తగినంత పోషకాహారం మరియు ఆర్ద్రీకరణను అందించడం మరియు దగ్గును తీవ్రతరం చేసే కారకాలను నివారించడం. సాల్బుటమాల్‌తో నెబ్యులైజేషన్ బ్రోంకోస్పాస్మ్‌ను తగ్గించడంలో ప్రభావవంతంగా ఉంటుంది (ఊపిరితిత్తులలో శ్వాసనాళాలు లేదా శ్వాసనాళాల్లో ఉండే కండరాలను బిగించడం) మరియు దగ్గును నియంత్రించడం. నెబ్యులైజేషన్ సాధ్యం కాకపోతే, సాల్బుటమాల్ నోటి ద్వారా ఇవ్వబడుతుంది. హూపింగ్ దగ్గు కోసం ఇంటి సంరక్షణ

కోరింత దగ్గు యొక్క సాధారణ లక్షణాలు దగ్గు, ముక్కు కారటం, జ్వరం మరియు నాసికా రద్దీ. కోరింత దగ్గు కోసం కొన్ని గృహ సంరక్షణ చిట్కాలు మరియు ఉపాయాలు: డాక్టర్ సూచించనంత వరకు మీ పిల్లలకు కౌంటర్ దగ్గు మందులు ఇవ్వకండి. మీరు ఇన్ఫెక్షన్ నుండి పూర్తిగా కోలుకోని సమయం వరకు ఇంట్లో లేదా బయట ఎవరితోనైనా సంబంధాన్ని నివారించండి. ఇది వ్యాప్తిని నిరోధించడంలో సహాయపడుతుంది. ఫ్లూ-వంటి లక్షణాలను డాక్టర్ సూచించిన మందులు మరియు పుష్కలంగా విశ్రాంతి తీసుకోవడం ద్వారా ఉత్తమంగా పరిష్కరించవచ్చు. మీ లక్షణాలు పూర్తిగా పరిష్కారం కానంత వరకు మీరు రిలాక్స్ అయ్యారని మరియు విశ్రాంతి తీసుకోవాలని నిర్ధారించుకోండి. దగ్గు మరియు తుమ్ములను నివారించడానికి మీ పరిసరాలను పొగ, దుమ్ము మరియు రసాయన పొగలు వంటి ట్రిగ్గర్‌లు లేకుండా ఉంచండి. సబ్బును ఉపయోగించి తరచుగా చేతులు కడుక్కోవడం ద్వారా మంచి చేతుల పరిశుభ్రతను పాటించండి. హైడ్రేటెడ్‌గా ఉండటానికి మరియు నీటి నష్టాన్ని నివారించడానికి జ్యూస్‌లు, నీరు మరియు సూప్‌ల రూపంలో పుష్కలంగా ద్రవాలను త్రాగండి. ముఖ్యంగా పిల్లలకు, పెదవులు పొడిబారడం, ఏడుస్తున్నప్పుడు కన్నీళ్లు రాకపోవడం మరియు తరచుగా మూత్రవిసర్జన చేయడం వంటి లక్షణాల పట్ల జాగ్రత్తగా ఉండండి. శ్లేష్మం విప్పుటకు మరియు ఊపిరితిత్తులను ఉపశమనానికి సహాయపడే చల్లని పొగమంచు ఆవిరి కారకం యొక్క ఉపయోగం తక్కువ వ్యవధిలో చిన్న భోజనం తినండి. ఇది ఆహారం జీర్ణం కావడానికి మరియు వాంతులు వచ్చే అవకాశాలను నివారిస్తుంది. మీ నోటిని ముసుగుతో కప్పి ఉంచడం ద్వారా ఇతరులతో సన్నిహిత సంబంధాన్ని నివారించండి. కోరింత దగ్గు యొక్క సమస్యలు

కోరింత దగ్గు, చికిత్స చేయకుండా వదిలేస్తే, వివిధ వయసుల వారిలో, ముఖ్యంగా పిల్లలు మరియు చిన్న పిల్లలలో తీవ్రమైన సమస్యలను కలిగిస్తుంది. టీకాలు వేయకపోవడం మరియు రక్షించబడకపోవడం వల్ల వారు సమస్యలకు ఎక్కువ ప్రమాదం ఉంది.

శిశువులు: కోరింత దగ్గు యొక్క సమస్యలు

సెంటర్స్ ఫర్ డిసీజ్ ప్రివెన్షన్ అండ్ కంట్రోల్ (CDC) ప్రకారం, కోరింత దగ్గు ఇన్‌ఫెక్షన్ వచ్చిన 1 సంవత్సరాల కంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్న పిల్లలలో సగం మంది ఆసుపత్రిలో చేరవలసి ఉంటుంది. కోరింత దగ్గుతో ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతున్న శిశువుల్లో: 4లో 1 (23%) మందికి న్యుమోనియా (ఊపిరితిత్తుల ఇన్ఫెక్షన్) వస్తుంది 100లో 1 (1.1%) మూర్ఛలు (హింసాత్మక, అనియంత్రిత వణుకు) 5లో 3 (61) %)కి అప్నియా ఉంటుంది (శ్వాస తీసుకోవడం మందగించడం లేదా ఆగిపోవడం) 300లో 1 (0.3%)కి ఎన్సెఫలోపతి (మెదడు వ్యాధి) ఉంటుంది 100లో 1 (1%) చనిపోతారు టీనేజ్ మరియు పెద్దలు: కోరింత దగ్గు యొక్క సమస్యలు

టీకాలు వేసిన టీనేజ్ మరియు పెద్దలు టీకాలు వేయని వారితో పోలిస్తే తక్కువ సమస్యలను ఎదుర్కొంటారు. కోరింత దగ్గు యొక్క సాధారణంగా నివేదించబడిన కొన్ని సమస్యలు: న్యుమోనియా: కోరింత దగ్గు తీవ్రంగా ఉంటే ఊపిరితిత్తుల ఆరోగ్యం రాజీపడవచ్చు మరియు న్యుమోనియాకు దారితీయవచ్చు. న్యుమోనియా తీవ్రమైన శ్వాసకోశ బాధకు దారితీస్తుంది మరియు కొన్నిసార్లు వైద్యపరమైన అత్యవసర పరిస్థితిని కలిగిస్తుంది. మూర్ఛలు: ఇది మీ ప్రవర్తన, కదలికలు లేదా భావాలలో మరియు స్పృహ స్థాయిలలో మార్పులకు కారణమయ్యే మెదడులో అకస్మాత్తుగా, అనియంత్రిత విద్యుత్ భంగం. ఎన్సెఫలోపతి: ఇది మెదడు రుగ్మతల సమూహం, ఇది చికిత్స చేయకుండా వదిలేస్తే హానికరం. హెర్నియా: ఒక అవయవం లేదా కణజాలం యొక్క ప్రాంతం సాధారణంగా మీ గజ్జ లేదా పొత్తికడుపులో కండరాల బలహీనమైన పొర ద్వారా నెట్టబడినప్పుడు ఇది ఒక పరిస్థితి. తీవ్రమైన కోరింత దగ్గు తరచుగా నిరంతర మరియు సుదీర్ఘమైన దగ్గు కారణంగా హెర్నియాకు దారి తీస్తుంది. దెబ్బతిన్న లేదా కుప్పకూలిన ఊపిరితిత్తులు: నిరంతర దగ్గు ఊపిరితిత్తులపై ఒత్తిడిని కలిగిస్తుంది మరియు తద్వారా ఊపిరితిత్తులు కుప్పకూలడానికి దారితీస్తుంది. క్షయవ్యాధి: ఇది క్షయవ్యాధి సంక్రమణ యొక్క మంటలకు దారి తీస్తుంది. పోషకాహార లోపం: ఇది నిరంతర వాంతులు మరియు దగ్గుకు భయపడి తినడం మానేయడం వల్ల కావచ్చు. కోరింత దగ్గుతో జీవించడం

కోరింత దగ్గు అనేది ఒక బాక్టీరియా వ్యాధి మరియు దీనిని యాంటీబయాటిక్స్ వంటి మందులతో నయం చేయవచ్చు. అయితే, కొన్ని సందర్భాల్లో ఇది తీవ్రమవుతుంది మరియు సమస్యలను కలిగిస్తుంది.

కోరింత దగ్గును సమర్థవంతంగా నిరోధించడానికి మరియు నిర్వహించడానికి ఇక్కడ కొన్ని చిట్కాలు ఉన్నాయి: మీ టీకా స్థితితో తాజాగా ఉండండి: కోరింత దగ్గు వంటి బాక్టీరియా వ్యాధుల కోసం వ్యాక్సిన్‌లకు కొంత సమయం తర్వాత బూస్టర్ మోతాదులు అవసరం. మోతాదు కారణంగా అభివృద్ధి చెందిన రోగనిరోధక శక్తి కాలక్రమేణా పడిపోతుంది. అందువల్ల, మీరు మీ బూస్టర్ డోస్‌ను షెడ్యూల్ చేసిన విధంగా మరియు ఎప్పుడు పొందారో నిర్ధారించుకోండి. పుష్కలంగా విశ్రాంతి పొందండి: మీ లక్షణాలు పూర్తిగా పరిష్కారం కానంత వరకు మీరు రిలాక్స్ అయ్యారని మరియు విశ్రాంతి తీసుకోండి. సమస్యల విషయంలో, మీ వైద్యుడిని క్రమం తప్పకుండా అనుసరించండి. మీ పరిసరాలను ట్రిగ్గర్లు లేకుండా ఉంచండి: దగ్గు కోసం సాధారణ ట్రిగ్గర్లు పొగ, దుమ్ము మరియు రసాయన పొగలు. మీరు నివసించే పరిసరాలను శుభ్రంగా మరియు చక్కగా ఉండేలా చూసుకోండి. మంచి పరిశుభ్రతను పాటించండి: మళ్లీ ఇన్ఫెక్షన్ లేదా వ్యాధి వ్యాప్తి చెందే అవకాశాలను తొలగించడానికి సబ్బును ఉపయోగించి మీ చేతులను తరచుగా కడగాలి. మిమ్మల్ని మీరు హైడ్రేటెడ్‌గా ఉంచుకోండి: తరచుగా బాక్టీరియల్ ఇన్‌ఫెక్షన్లు శరీరంలో ద్రవాలను కోల్పోయేలా చేస్తాయి. హైడ్రేటెడ్‌గా ఉండటానికి మరియు నీటి నష్టాన్ని నివారించడానికి జ్యూస్‌లు, నీరు మరియు సూప్‌ల రూపంలో పుష్కలంగా ద్రవాలను త్రాగండి. పొగమంచు వేపరైజర్లను ఉపయోగించండి: మీరు బ్యాక్టీరియా సంక్రమణ కారణంగా అసౌకర్యాన్ని అనుభవిస్తే, శ్లేష్మం విప్పుటకు మరియు ఊపిరితిత్తులను ఉపశమనానికి సహాయపడే ఆవిరి కారకాన్ని ఉపయోగించండి. తక్కువ వ్యవధిలో చిన్న భోజనం తినండి: బ్యాక్టీరియా సంక్రమణ తరచుగా ఆహారాన్ని జీర్ణం చేయడంలో ఇబ్బందిని కలిగిస్తుంది. తక్కువ వ్యవధిలో సులభంగా జీర్ణమయ్యే చిన్న భోజనం తినాలని సిఫార్సు చేయబడింది. పెద్ద భోజనం నుండి దూరంగా ఉండండి. పిల్లలకు దగ్గు మందులను నివారించండి: మీ బిడ్డకు వ్యాధి సోకినట్లయితే దగ్గు మందులను నివారించడం చాలా మంచిది. పిల్లల కోసం ఉపయోగించినప్పుడు అవి వాయుమార్గాన్ని క్లియర్ చేయడంలో విఫలమవుతాయి. నిర్జలీకరణ సంకేతాల కోసం చూడండి: కోరింత దగ్గు ఉన్న పిల్లలు నిర్జలీకరణానికి గురవుతారు. పొడి పెదవులు మరియు మూత్రవిసర్జన యొక్క ఫ్రీక్వెన్సీ తగ్గడం వంటి నిర్జలీకరణ సంకేతాల కోసం జాగ్రత్తగా ఉండండి. సంక్రమణ యొక్క తీవ్రత విషయంలో, మీ వైద్యుడిని తప్పకుండా అనుసరించండి. మీ వైద్యుని సలహాతో సరైన మందులు తీసుకోవడం వ్యాధిని నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు కోరింత దగ్గు యొక్క అత్యంత సాధారణ కారణం ఏమిటి? కోరింత దగ్గు వచ్చే ప్రమాదం ఎవరికి ఉంది? మీకు కోరింత దగ్గు ఉంటే ఇంట్లోనే ఉండాలా? ముద్దు పెట్టుకోవడం ద్వారా కోరింత దగ్గు వ్యాపిస్తుందా? కోరింత దగ్గు టీకా వేయడానికి ఎంత సమయం పడుతుంది? కోరింత దగ్గు ఎంతకాలం సంక్రమిస్తుంది? కోరింత దగ్గుకు ఎలాంటి జాగ్రత్తలు అవసరం? పెర్టుసిస్ గురించి సూచనలు. పెర్టుసిస్. సెంటర్స్ ఫర్ డిసీజ్ కంట్రోల్ అండ్ ప్రివెన్షన్ (CDC). చివరిగా నవంబర్ 2019లో సమీక్షించబడింది. గర్భం మరియు కోరింత దగ్గు. సెంటర్స్ ఫర్ డిసీజ్ కంట్రోల్ అండ్ ప్రివెన్షన్ (CDC). జూన్, 202లో చివరిగా సమీక్షించబడింది. పెర్టుసిస్ గురించి తెలుసుకోండి. అమెరికన్ లంగ్ అసోసియేషన్. చివరిగా ఆగస్టు 2021లో నవీకరించబడింది. పెర్టుసిస్ (కోరింత దగ్గు). టీకాలు మరియు ఇమ్యునైజేషన్ పద్ధతులపై IAP సలహా కమిటీ. కోరింత దగ్గు (పెర్టుసిస్). నెమోర్స్ పిల్లల ఆరోగ్యం. చివరిగా ఫిబ్రవరి, 2016లో సమీక్షించబడింది. పెర్టుసిస్ (కోరింత దగ్గు). కెనడా ప్రభుత్వం. చివరిగా జనవరి, 2020లో నవీకరించబడింది.

==================================================

విల్సన్స్ వ్యాధిని హెపాటోలెంటిక్యులర్ డిజెనరేషన్, లెంటిక్యులర్ డిజెనరేషన్, సెరెబ్రల్ సూడోస్క్లెరోసిస్ కిన్నియర్ విల్సన్ డిసీజ్, వెస్ట్‌ఫాల్స్ సూడోస్క్లెరోసిస్ మరియు వెస్ట్‌ఫాల్-స్ట్రంపెల్ సిండ్రోమ్ అని కూడా పిలుస్తారు. ఇది ATP7B జన్యువులోని ఉత్పరివర్తనాల వల్ల సంభవిస్తుంది, ఇది కాలేయం నుండి శరీరంలోని మిగిలిన భాగాలకు రాగిని రవాణా చేయడంలో ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తున్న ప్రోటీన్‌ను ఎన్కోడ్ చేస్తుంది. ఇది శరీరం నుండి అదనపు రాగిని తొలగించడానికి కూడా సహాయపడుతుంది.

పుట్టుకతోనే రాగి పేరుకుపోవడం ప్రారంభమైనప్పటికీ, 6 మరియు 40 సంవత్సరాల మధ్య వయస్సు వచ్చే వరకు రుగ్మత యొక్క లక్షణాలు కనిపించవు. కాలేయ వ్యాధి విల్సన్ వ్యాధి యొక్క అత్యంత సాధారణ అభివ్యక్తి. నాడీ వ్యవస్థ లేదా మానసిక మార్పుల ప్రమేయం వల్ల వణుకు, కండరాల దృఢత్వం, డ్రూలింగ్, మాట్లాడటంలో ఇబ్బంది, శారీరక సమన్వయం, ఆకస్మిక వ్యక్తిత్వ మార్పు, పాఠశాల లేదా ఇతర పనిలో వివరించలేని క్షీణత, న్యూరోసిస్ మరియు సైకోసిస్ వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి.

రోగనిర్ధారణ కోసం, ఆరోగ్య సంరక్షణ నిపుణులు సాధారణంగా ఒక వ్యక్తి యొక్క వైద్య చరిత్ర, లక్షణాలు, శారీరక పరీక్ష, కేసర్-ఫ్లీషర్ రింగ్ (కంటిలోని రాగి నిక్షేపాలను సూచించే కార్నియా అంచు చుట్టూ లోతైన రాగి-రంగు రింగ్) మరియు ప్రయోగశాల పరీక్షల వంటి లక్షణ లక్షణాలను పరిశీలిస్తారు.

విల్సన్ వ్యాధి ఉన్న రోగులకు రోగ నిరూపణ సాధారణంగా మంచిది, చికిత్స ప్రారంభించే ముందు వ్యాధి ముదిరితే తప్ప. బాధిత వ్యక్తులకు జీవితకాల చికిత్స అవసరమవుతుంది, ఇందులో కొన్ని మందులు మరియు ఆహార మార్పులు ఉండవచ్చు. చికిత్సను ముందుగానే ప్రారంభించినట్లయితే, రోగలక్షణ రికవరీ సాధారణంగా పూర్తవుతుంది మరియు సాధారణ పొడవు మరియు నాణ్యతతో కూడిన జీవితాన్ని ఆశించవచ్చు. సాధారణంగా 6-45 సంవత్సరాల వయస్సులో కనిపించే ముఖ్య వాస్తవాలు స్త్రీలలో పురుషులు మరియు మహిళలు ఎక్కువగా ప్రభావితమవుతాయి శరీర భాగాలు (లు) కాలేయ మెదడు ఇతర ముఖ్యమైన అవయవాలు అనుకరించడం పరిస్థితులు పుట్టుకతో వచ్చే గ్లైకోసైలేషన్ రుగ్మతలు మెదడు ఇనుము చేరడం సిండ్రోమ్‌లు మాంగనీస్ రవాణా లోపాలు MDR3 లోపం డ్రగ్-ప్రేరిత హెపటైటిస్ అవసరమైన ఆరోగ్య పరీక్షలు/ఇమేజింగ్ శారీరక పరీక్ష కంటి పరీక్ష (కేసర్-ఫ్లీషర్ రింగ్స్, సన్‌ఫ్లవర్ కంటిశుక్లం) రక్త పరీక్షలు: లివర్ బయోకెమిస్ట్రీ(అలనైన్ ట్రాన్సామినేస్ (ALT) & అస్పార్టేట్ ట్రాన్సామినేస్ (AST) లెవెల్స్), సెరులోప్లాస్మిన్ & కాపర్ లెవెల్స్ యూరిన్ టెస్ట్‌లు ఇమేజింగ్ రీసోనెన్స్ ఇమేజింగ్ పరీక్షలు: (MRI), కంప్యూటెడ్ టోమోగ్రఫీ (CT) & లివర్ బయాప్సీ జెనెటిక్ టెస్టింగ్ చికిత్స చీలేటింగ్ థెరపీ: పెన్సిలామైన్ & ట్రియంటైన్ హైడ్రోక్లోరైడ్ సాధారణ స్థాయి రాగిని నిర్వహించడానికి: అమ్మోనియం టెట్రాథియోమోలిబ్డేట్ & జింక్ అసిటేట్ లివర్ ట్రాన్స్‌ప్లాంటేషన్ నిపుణులు హెపాటాలజిస్టుల గ్యాస్ట్రోఎంటరాలజిస్ట్ సైమ్‌ప్టోమెటరాలజిస్ట్‌లను సంప్రదించాలి

విల్సన్ వ్యాధి పుట్టుకతోనే ఉంటుంది, అయితే మెదడు, కాలేయం లేదా మరొక అవయవంలో రాగి పేరుకుపోయే వరకు సంకేతాలు మరియు లక్షణాలు కనిపించవు. కొన్ని సంకేతాలు మరియు లక్షణాలు వ్యాధి బారిన పడిన శరీర భాగాలపై ఆధారపడి ఉంటాయి. వీటితొ పాటు

కాలేయ లక్షణాలు విల్సన్స్ వ్యాధిలో, రోగనిర్ధారణ సమయంలో చాలా మంది రోగి హెపాటిక్ లక్షణాలతో ఉంటారు మరియు దాదాపు అన్ని వ్యాధి సమయంలో కాలేయం దెబ్బతిన్న సంకేతాలను కలిగి ఉంటారు.

కొన్ని సందర్భాల్లో, తీవ్రమైన కాలేయ వైఫల్యం ఉన్నప్పుడు ప్రజలు ఈ లక్షణాలను అభివృద్ధి చేస్తారు. ఈ లక్షణాలు కలిగి ఉండవచ్చు: వికారం మరియు వాంతులు పేలవమైన ఆకలి మూత్రం యొక్క చీకటి రంగు కళ్ళు మరియు చర్మం యొక్క శ్వేతజాతీయులకు పసుపు రంగును కలిగి ఉంటుంది, దీనిని కామెర్లు ఉదరం ఎగువ భాగంలో నొప్పి అని పిలుస్తారు.

కొంతమందిలో దీర్ఘకాలిక కాలేయ వ్యాధి మరియు సిర్రోసిస్ నుండి వచ్చే సమస్యల విషయంలో వ్యాధి యొక్క లక్షణాలు అభివృద్ధి చెందుతాయి. సిర్రోసిస్ యొక్క క్లినికల్ లక్షణాలలో స్పైడర్ నెవి, స్ప్లెనోమెగలీ, పోర్టల్ హైపర్‌టెన్షన్ మరియు అసిటిస్ ఉన్నాయి.

సిర్రోసిస్‌తో లేదా లేకున్నా, వివరించలేని దీర్ఘకాలిక కాలేయ వ్యాధి ఉన్న యువ రోగులందరికీ ఈ క్రింది లక్షణాలు కనిపిస్తే, విల్సన్స్ వ్యాధి కోసం పరీక్షించబడాలని సిఫార్సు చేయబడింది: దిగువ కాళ్లు, చీలమండలు లేదా పాదాల వాపు, ఎడెమా దురద చర్మ కామెర్లు విల్సన్ వ్యాధితో బాధపడుతున్న 40-50% మంది రోగులలో నాడీ సంబంధిత మరియు న్యూరోసైకియాట్రిక్ లక్షణాలు అలసిపోయినట్లు అనిపిస్తుంది. ప్రవర్తనలో మార్పులు, పాఠశాల పనిలో క్షీణత లేదా మంచి చేతి-కంటి సమన్వయం అవసరమయ్యే కార్యకలాపాలను నిర్వహించడంలో అసమర్థతతో సహా లక్షణ నాడీ సంబంధిత లక్షణాల ముందు కొన్ని సంకేతాలు కనిపించవచ్చు. సాధారణ నరాల లక్షణాలు ఇలా ఉండవచ్చు: ప్రకంపనలు (మీ శరీరంలోని ఒక భాగం లేదా ఒక అవయవం యొక్క అనుకోకుండా మరియు అనియంత్రిత లయ కదలిక) మోటారు సమన్వయం లేకపోవడం లాలాజలం డ్రోలింగ్ మందగించడం లేదా నెమ్మదిగా మాట్లాడటం డిస్టోనియా (కండరాల అసంకల్పిత సంకోచం, పునరావృతమయ్యే లేదా మెలితిప్పిన కదలికలకు కారణమవుతుంది) మానసిక రుగ్మతలు ప్రవర్తనా మార్పులతో పాటు, ఇతర మనోవిక్షేప వ్యక్తీకరణలలో డిప్రెషన్ ఆందోళన భ్రాంతులు మరియు భ్రమలు ఉన్నాయి ఆత్మహత్య ధోరణులు సైకోసిస్ ఇది తీవ్రమైన మానసిక రుగ్మత, దీనిలో ఆలోచన మరియు భావోద్వేగాలు బలహీనపడతాయి మరియు బాహ్య వాస్తవికతతో సంబంధం లేకుండా పోతుంది. న్యూరోలాజికల్ విల్సన్స్ వ్యాధి అభివ్యక్తి ఉన్న రోగులలో సైకోసిస్ ప్రధానంగా కనిపిస్తుంది.

కంటి లక్షణాలు విల్సన్ వ్యాధి యొక్క ప్రధాన నేత్ర పరిశోధనలలో ఇవి ఉన్నాయి: KF (కేజర్-ఫ్లీషర్ రింగులు) - సాధారణంగా కార్నియాస్ అంచు చుట్టూ ఆకుపచ్చ, బంగారం లేదా గోధుమ రంగు వలయాలు సన్‌ఫ్లవర్ కంటిశుక్లం - అద్భుతంగా రంగురంగులవి మరియు చీలిక పరీక్ష ద్వారా మాత్రమే కనిపిస్తాయి) ఇతర తక్కువ సాధారణ లక్షణాలు రాత్రి అంధత్వం ఎక్సోట్రోపిక్ స్ట్రాబిస్మస్ - కంటి తప్పుగా అమర్చడం యొక్క ఒక రూపం, దీనిలో ఒకటి లేదా రెండు కళ్ళు బాహ్యంగా మారడం ఆప్టిక్ న్యూరిటిస్ - కంటి నుండి మెదడుకు దృశ్యమాన సమాచారాన్ని చేరవేసే ఆప్టిక్ నరాల వాపు ద్వారా వర్గీకరించబడుతుంది. ఈ వాపు సాధారణంగా తాత్కాలిక దృష్టిని కోల్పోతుంది. ఆప్టిక్ డిస్క్ పల్లర్ - ఆప్టిక్ డిస్క్ యొక్క అసాధారణ లేత పసుపు రంగును సూచిస్తుంది ఇతర మార్పులు ఆస్టియోమలాసియా, బోలు ఎముకల వ్యాధి, ఆకస్మిక పగుళ్లు, వయోజన రికెట్స్ మరియు ఆస్టియో ఆర్థరైటిస్‌లకు సంబంధించి ఎముక యొక్క రోగలక్షణ మార్పులు నమోదు చేయబడ్డాయి. గుండె కణజాలాలలో రాగి చేరడం కార్డియోమయోపతి మరియు అరిథ్మియాలకు కారణమవుతుంది. ఇతర అరుదైన వ్యక్తీకరణలలో హైపోపారాథైరాయిడిజం, వంధ్యత్వం, పునరావృత గర్భస్రావాలు మరియు మూత్రపిండాల అసాధారణతలు ఉన్నాయి. విల్సన్ వ్యాధికి కారణాలు

విల్సన్ వ్యాధి ATP7B జన్యువులోని మార్పుల (మ్యుటేషన్) వల్ల వస్తుంది. ఈ జన్యువు కాలేయం నుండి శరీరంలోని మిగిలిన భాగాలకు రాగిని రవాణా చేయడంలో ముఖ్యమైన పాత్ర పోషించే ప్రోటీన్‌ను ఎన్కోడ్ చేస్తుంది. ATP7B జన్యువులోని ఉత్పరివర్తనలు ఈ ప్రొటీన్ సరిగా పనిచేయకుండా నిరోధిస్తాయి, ఇది శరీరంలో రాగి పేరుకుపోవడానికి దారితీస్తుంది.

విల్సన్ వ్యాధికి కారణమయ్యే ATP7B ఉత్పరివర్తనలు వంశపారంపర్యంగా ఉంటాయి, అనగా. అవి తల్లిదండ్రుల నుండి పిల్లలకు పంపబడతాయి. ఈ ఉత్పరివర్తనలు ఆటోసోమల్ రిసెసివ్, అంటే ఒక వ్యక్తి విల్సన్ వ్యాధిని కలిగి ఉండటానికి ప్రతి తల్లిదండ్రుల నుండి ఒకటిగా ఉత్పరివర్తనలు కలిగిన రెండు ATP7B జన్యువులను వారసత్వంగా పొందాలి.

మ్యుటేషన్ లేకుండా ఒక ATP7B జన్యువు మరియు ఒక మ్యుటేషన్ ఉన్న ATP7B జన్యువు ఉన్న వ్యక్తులు విల్సన్ వ్యాధిని కలిగి ఉండరు, కానీ వారు వ్యాధి వాహకాలు. విల్సన్స్ వ్యాధికి ప్రమాద కారకాలు

విల్సన్ వ్యాధి వచ్చే ప్రమాదం జన్యుపరమైనది అంటే. ఇది వారసత్వంగా వస్తుంది మరియు మీ తల్లిదండ్రులు లేదా తోబుట్టువులకు ఈ పరిస్థితి ఉంటే ప్రమాదం పెరుగుతుంది. ఒక పిల్లవాడు విల్సన్ యొక్క లక్షణాలను చూపిస్తే మరియు వ్యాధిని కలిగి ఉన్న తల్లిదండ్రులలో ఒకరు లేదా ఇద్దరిని కలిగి ఉంటే జన్యు పరీక్షను నిర్వహించవచ్చు. విల్సన్స్ వ్యాధి నిర్ధారణ

విల్సన్ వ్యాధి నిర్ధారణకు ఒక పరీక్ష లేదు. రోగనిర్ధారణ సవాలు ఏమిటంటే, లక్షణాలు తరచుగా నిర్ధిష్టంగా ఉంటాయి మరియు వ్యాధి అనేక విభిన్న అవయవ వ్యవస్థలను ప్రభావితం చేస్తుంది, దీని ఫలితంగా ఇతర రుగ్మతలతో గందరగోళం ఏర్పడుతుంది. అనేక లక్షణాలు ఒకేసారి కనిపించకుండా కాలక్రమేణా పరిణామం చెందుతాయి.

కొన్ని సందర్భాల్లో, నాడీ సంబంధిత లక్షణాలు, KF రింగులు మరియు తక్కువ సెరులోప్లాస్మిన్ గాఢత ఉన్న వ్యక్తులలో రోగనిర్ధారణ సులభం. వైద్యులు మీ వైద్య మరియు కుటుంబ చరిత్ర, శారీరక పరీక్ష, కంటి పరీక్ష మరియు పరీక్షల ఆధారంగా విల్సన్ వ్యాధిని నిర్ధారిస్తారు.

వైద్య చరిత్ర విల్సన్ వ్యాధి యొక్క కుటుంబ మరియు వ్యక్తిగత వైద్య చరిత్ర మరియు లక్షణాలను కలిగించే ఇతర పరిస్థితుల గురించి వైద్యుడు అడుగుతాడు.

శారీరక పరీక్ష శారీరక పరీక్ష సమయంలో, డాక్టర్ విల్సన్ వ్యాధికి సంబంధించిన శారీరక సంకేతాల కోసం చూస్తారు.

కంటి పరీక్ష అధిక-తీవ్రత కాంతి మూలం (స్లిట్ ల్యాంప్) ఉన్న మైక్రోస్కోప్‌ని ఉపయోగించి, నేత్ర వైద్యుడు కైసర్-ఫ్లీషర్ రింగుల కోసం కంటిని తనిఖీ చేస్తాడు, ఇవి కళ్లలో అధిక రాగి కారణంగా ఏర్పడతాయి. విల్సన్స్ వ్యాధి కూడా పొద్దుతిరుగుడు కంటిశుక్లంతో సంబంధం కలిగి ఉంటుంది, ఇది కంటి పరీక్షలో చూడవచ్చు.

రక్త పరీక్షలు వైద్యుడు ఒకటి లేదా అంతకంటే ఎక్కువ రక్త పరీక్షలను ఆదేశించవచ్చు, వీటిలో మొత్తాలను తనిఖీ చేసే పరీక్షలు: లివర్ బయోకెమిస్ట్రీ: విల్సన్స్ వ్యాధి ఉన్న వ్యక్తులు అసాధారణ అలనైన్ ట్రాన్సామినేస్ (ALT) మరియు అస్పార్టేట్ ట్రాన్సామినేస్ (AST) స్థాయిలను కలిగి ఉండవచ్చు. సెరులోప్లాస్మిన్: ఈ ప్రొటీన్ సెరులోప్లాస్మిన్ అణువుకు ఆరు రాగి పరమాణువులను మోసుకెళ్లే రక్త ప్రసరణలో రాగికి ప్రధాన వాహకం. 0·2 g/L కంటే తక్కువ సెరులోప్లాస్మిన్ సాంద్రత (సాధారణ ప్రయోగశాల పరిధి 0·2 నుండి 0·5 g/L), విల్సన్ వ్యాధికి అనుగుణంగా పరిగణించబడుతుంది. జీవితం యొక్క మొదటి కొన్ని నెలలలో సెరులోప్లాస్మిన్ స్థాయిలు తక్కువగా ఉన్నందున శిశువులకు 1 సంవత్సరం వయస్సు వచ్చే వరకు పరీక్షించకూడదు. సాధారణ పరీక్ష ఫలితాలతో 6 సంవత్సరాల కంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్న పిల్లలు 5 నుండి 10 సంవత్సరాల తర్వాత మళ్లీ పరీక్షించబడాలి. రాగి స్థాయిలు: కాలేయంలోని సాధారణ రాగి కంటెంట్ 55 μg/g కంటే తక్కువగా ఉంటుంది. హెపాటిక్ కాపర్ కంటెంట్ ⩾ 250 μg/g పొడి బరువు విల్సన్ వ్యాధి యొక్క ముఖ్య లక్షణంగా పరిగణించబడుతుంది. ఇది వ్యాధి నిర్ధారణను నిర్ధారించడానికి ఎంపిక చేసే పద్ధతి. రోగనిర్ధారణ సూటిగా లేని సందర్భాల్లో మరియు చిన్న రోగులలో హెపాటిక్ రాగి ఏకాగ్రతను పొందాలి. రాగి యొక్క మూత్ర విసర్జన విల్సన్ వ్యాధిలో 24-గంటల మూత్ర రాగి విసర్జన పెరుగుతుంది, ఇది రక్తప్రసరణలో సీరం లేని రాగి మొత్తాన్ని ప్రతిబింబిస్తుంది.

విల్సన్స్ వ్యాధి లక్షణాలు ఉన్న వ్యక్తులలో, 24 గంటల వ్యవధిలో>1.6 μmol (>100 μg/24 h) మూత్రంలో రాగి విసర్జన వ్యాధి నిర్ధారణగా పరిగణించబడుతుంది.

రాగి యొక్క సాధారణ 24-h విసర్జనకు సూచన పరిమితులు ప్రయోగశాలల మధ్య మారుతూ ఉంటాయి, చాలామంది 24 hకి 40 μg (0·6 μmol/24 h)ని సాధారణ గరిష్ట పరిమితిగా తీసుకుంటారు.

లివర్ బయాప్సీ రక్తం మరియు మూత్ర పరీక్షల ఫలితాలు విల్సన్ వ్యాధి నిర్ధారణను నిర్ధారించకపోతే లేదా తోసిపుచ్చకపోతే హెపాటిక్ వ్యాధి ఉన్న రోగుల మూల్యాంకనానికి కాలేయ బయాప్సీ ఒక ముఖ్యమైన సాధనం. కాలేయ బయాప్సీ సమయంలో, డాక్టర్ మీ కాలేయం నుండి కణజాలం యొక్క చిన్న ముక్కలను అంచనా వేస్తారు. ఒక పాథాలజిస్ట్ విల్సన్స్ వ్యాధి వంటి నిర్దిష్ట కాలేయ వ్యాధుల లక్షణాలను చూడడానికి సూక్ష్మదర్శిని క్రింద కణజాలాన్ని పరిశీలిస్తాడు మరియు కాలేయం దెబ్బతినడం మరియు సిర్రోసిస్ కోసం తనిఖీ చేస్తాడు.

జన్యు పరీక్ష కొత్తగా నిర్ధారణ అయిన విల్సన్స్ వ్యాధి ఉన్న రోగి యొక్క మొదటి-స్థాయి బంధువులందరూ తప్పనిసరిగా విల్సన్ వ్యాధి కోసం పరీక్షించబడాలి. సూచిక రోగిలో రెండు ఉత్పరివర్తనలు గుర్తించబడిన కుటుంబాలకు పరమాణు జన్యు విశ్లేషణ ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది, కుటుంబ సభ్యులలో ఒకే మ్యుటేషన్ కోసం పరమాణు విశ్లేషణను అనుమతిస్తుంది.

ఇమేజింగ్ పరీక్షలు మెదడు యొక్క న్యూరోలాజిక్ మూల్యాంకనం మరియు రేడియోలాజిక్ ఇమేజింగ్, న్యూరోలాజిక్ విల్సన్స్ వ్యాధి ఉన్న రోగులందరిలో చికిత్సకు ముందు పరిగణించబడాలి మరియు నాడీ సంబంధిత లక్షణాలతో ఉన్న ఏ రోగి యొక్క మూల్యాంకనంలో భాగంగా ఉండాలి: మాగ్నెటిక్ రెసొనెన్స్ ఇమేజింగ్ (MRI): MRI కానిది -ఇన్వాసివ్ ఇమేజింగ్ టెక్నాలజీ, ఇది త్రిమితీయ వివరణాత్మక శరీర నిర్మాణ సంబంధమైన చిత్రాలను ఉత్పత్తి చేస్తుంది. విల్సన్ వ్యాధి యొక్క ప్రారంభ గాయాలను గుర్తించడంలో CT (కంప్యూటెడ్ టోమోగ్రఫీ) స్కానింగ్ కంటే మెదడు యొక్క MRI చాలా సున్నితంగా కనిపిస్తుంది. కంప్యూటెడ్ టోమోగ్రఫీ (CT): తల యొక్క CT స్కాన్ అనేది తల యొక్క పుర్రె, మెదడు మరియు ఇతర సంబంధిత ప్రాంతాల యొక్క 3D చిత్రాన్ని అభివృద్ధి చేయడానికి X- కిరణాలను ఉపయోగించే ఒక ఇమేజింగ్ స్కాన్. విల్సన్స్ వ్యాధి నివారణ

విల్సన్స్ వ్యాధి జన్యుపరమైన రుగ్మత. విల్సన్స్ వ్యాధి యొక్క కుటుంబ చరిత్ర కలిగిన వ్యక్తులు ఎల్లప్పుడూ గర్భధారణ ప్రణాళికలో భాగంగా జన్యు సలహా కోసం వెళ్లాలి. జన్యుపరమైన సలహా అనేది వ్యక్తిగత జన్యు ప్రమాద సమాచారాన్ని అంచనా వేయడానికి మరియు కుటుంబాల కోసం ఆచరణాత్మక సమాచారంగా అనువదించడానికి ఒక మార్గం. జన్యుపరమైన కౌన్సెలింగ్ కుటుంబాలు జన్యుపరమైన రుగ్మతల గురించి సమాచారాన్ని అర్థం చేసుకోవడానికి మరియు వారసత్వ నమూనాలను వివరించడంలో సహాయపడుతుంది. అందువల్ల, ప్రజలు భవిష్యత్తుపై మంచి అవగాహన పొందుతారు. సందర్శించవలసిన నిపుణుడు

ఒక సాధారణ అభ్యాసకుడు లక్షణాలను అంచనా వేయవచ్చు మరియు చికిత్సను ప్రారంభించవచ్చు. వారు ప్రభావితమైన అవయవాన్ని బట్టి మదింపు కోసం ఇతర వైద్యులను సంప్రదించవచ్చు. హెపటాలజిస్ట్‌లు: కాలేయం, పిత్త వాహిక, పిత్తాశయం మరియు క్లోమానికి సంబంధించిన వ్యాధుల నిర్ధారణ మరియు చికిత్సలో వారు ప్రత్యేకత కలిగి ఉంటారు. గ్యాస్ట్రోఎంటరాలజిస్టులు: వారు జీర్ణవ్యవస్థ మరియు దాని రుగ్మతలపై ప్రత్యేకత కలిగి ఉంటారు. మీరు ఏదైనా ఆరోగ్య సమస్యను ఎదుర్కొంటున్నట్లయితే, మా ఆరోగ్య సంరక్షణ నిపుణులను సంప్రదించండి. ఇప్పుడే సంప్రదించండి!

విల్సన్స్ వ్యాధి చికిత్స

విల్సన్స్ వ్యాధి యొక్క విజయవంతమైన చికిత్స మందుల కంటే ఎక్కువ సమయం మీద ఆధారపడి ఉంటుంది. చికిత్స తరచుగా దశల్లో జరుగుతుంది మరియు జీవితకాలం కొనసాగాలి. ఒక వ్యక్తి అవసరమైన మందులను తీసుకోవడం ఆపివేస్తే, రాగి మళ్లీ మళ్లీ నిర్మించవచ్చు. వర్తింపు అనేది రోగులకు ఒక సమస్య ఎందుకంటే వారు ఆరోగ్యంగా ఉన్నప్పుడు జీవితాంతం చికిత్స తీసుకోవడం కష్టం. వివిధ చికిత్సా పద్ధతులు వివరంగా చర్చించబడ్డాయి:

చీలేటింగ్ థెరపీ శరీరంలోని అదనపు రాగిని చెలేషన్ ద్వారా తొలగించడం మొదటి చికిత్స. పెన్సిల్లమైన్ మరియు ట్రియంటైన్ విల్సన్ వ్యాధికి చికిత్స చేయడానికి ఉపయోగించే చీలేటింగ్ ఏజెంట్లు. ఈ మందులు శరీర కణజాలాలలో అదనపు రాగిని బంధించడం ద్వారా పని చేస్తాయి, దానిని మూత్రపిండాలకు తీసుకువెళతాయి, అక్కడ చివరకు మూత్రం ద్వారా తొలగించబడుతుంది. పెన్సిల్లమైన్: పెన్సిల్లమైన్ అనేది సాధారణంగా ఉపయోగించే చీలేటింగ్ ఔషధం, అయితే ఈ మందులను తీసుకునేటప్పుడు, సాధ్యమయ్యే ప్రతికూల ప్రభావాల కారణంగా పూర్తి రక్త గణన మరియు మూత్ర ప్రోటీన్లను క్రమం తప్పకుండా పర్యవేక్షించడం మంచిది. మొదటి 1-3 వారాలలో ప్రారంభ దుష్ప్రభావాలలో జ్వరం, దద్దుర్లు, శోషరస కణుపుల వాపు, థ్రోంబోసైటోపెనియా మరియు మూత్రంలో ప్రోటీన్ స్థాయిలు పెరగడం వంటి సున్నితత్వ ప్రతిచర్యలు ఉంటాయి. పెన్సిల్లమైన్ యొక్క ఈ దుష్ప్రభావాలు తీవ్రంగా ఉంటాయి, చాలా మంది రోగులలో నిలిపివేయడం అవసరం. ట్రైఎంటైన్ హైడ్రోక్లోరైడ్: ఇది విల్సన్స్ వ్యాధికి ప్రాథమిక చికిత్స కోసం పెన్సిల్లమైన్‌కు ప్రత్యామ్నాయంగా పరిగణించబడుతుంది. ట్రైఎంటైన్‌కు కొన్ని దుష్ప్రభావాలు ఉన్నాయి మరియు అవి పెన్సిల్లమైన్‌తో సమానంగా ఉన్నప్పటికీ, ఫ్రీక్వెన్సీ చాలా తక్కువగా ఉంటుంది. తీసివేసిన తర్వాత సాధారణ స్థాయి రాగిని నిర్వహించడానికి రెండవ దశ తొలగింపు తర్వాత సాధారణ స్థాయి రాగిని నిర్వహించడం. డాక్టర్ జింక్ లేదా అమ్మోనియం టెట్రాథియోమోలిబ్డేట్‌ను సూచించవచ్చు, ఎందుకంటే ఇది పేగులు రాగిని గ్రహించకుండా నిరోధిస్తుంది. అమ్మోనియం టెట్రాథియోమోలిబ్డేట్: ఈ ఔషధం రాగి మరియు ప్రొటీన్లతో కూడిన కాంప్లెక్స్‌ను ఏర్పరుస్తుంది. ఇది భోజనంతో తీసుకున్నప్పుడు, ఔషధం ఆహారంలో రాగితో సముదాయాలను ఏర్పరుస్తుంది మరియు ఇది ప్రేగులలోకి స్రవిస్తుంది, తద్వారా శోషణను నిరోధిస్తుంది. జింక్ అసిటేట్: జింక్‌ను విల్సన్స్ వ్యాధికి చికిత్స చేయడానికి 1960లలో మొదటిసారి ఉపయోగించారు. పేగులో రాగి శోషణను నిరోధించడం ద్వారా దీని చర్య యొక్క విధానం. న్యూరోలాజిక్ విల్సన్స్ వ్యాధిలో జింక్ మోనోథెరపీ ప్రభావవంతంగా మరియు సురక్షితమైనదిగా కనిపిస్తుంది మరియు తత్ఫలితంగా ఈ సెట్టింగ్‌లో మొదటి-లైన్ చికిత్సగా పాత్రను కలిగి ఉండవచ్చు. గమనిక: పెన్సిలామైన్ లేదా ట్రియంటైన్‌ను జింక్‌తో సమానంగా తీసుకోకూడదు ఎందుకంటే ఏదైనా ఔషధం జింక్‌తో బంధించగలదు, చికిత్సా ప్రభావం లేకుండా సమ్మేళనంగా ఏర్పడుతుంది.

దీర్ఘకాలిక నిర్వహణ చికిత్స లక్షణాలు మెరుగుపడిన తర్వాత మరియు రాగి స్థాయిలు సాధారణమైన తర్వాత, వైద్యులు సాధారణంగా దీర్ఘకాలిక నిర్వహణ చికిత్సపై దృష్టి పెడతారు. ఇది జింక్ లేదా చెలాటింగ్ థెరపీని కొనసాగించడం మరియు మీ రాగి స్థాయిలను క్రమం తప్పకుండా పర్యవేక్షించడం. ఎండిన పండ్లు, పుట్టగొడుగులు, గింజలు, చాక్లెట్, షెల్ఫిష్ మరియు మల్టీవిటమిన్ వంటి వాటిలో అధిక స్థాయి రాగి ఉన్న ఆహారాలను కూడా నివారించడం.

ఇతర చికిత్సా ఏజెంట్లు కాలేయంలో రాగి యొక్క విషపూరిత సాంద్రతలు లిపిడ్ పెరాక్సిడేషన్‌తో మైటోకాండ్రియాకు ఆక్సిడెంట్ నష్టాన్ని ఉత్పత్తి చేస్తాయి, దీనిని విటమిన్ E పరిపాలన ద్వారా ప్రయోగాత్మకంగా తగ్గించవచ్చు. విల్సన్ వ్యాధి ఉన్న రోగులలో విటమిన్ E సాంద్రతలు తక్కువగా ఉండవచ్చు.

కాలేయ మార్పిడి తీవ్రమైన విల్సన్ వ్యాధి లేదా మందులకు ప్రతిస్పందించని తీవ్రమైన హెపాటిక్ లోపం ఉన్న రోగులకు కాలేయ మార్పిడి ప్రాణాలను కాపాడుతుంది. కాలేయ మార్పిడి అనేది నాడీ సంబంధిత మరియు మనోవిక్షేప వ్యాధిని స్థిరీకరించడం లేదా మెరుగుపరుస్తుంది మరియు కాలక్రమేణా కనుమరుగవుతున్న కైసర్-ఫ్లీషర్ రింగులతో కూడిన నివారణ చికిత్స. విల్సన్ వ్యాధికి గృహ సంరక్షణ

ఇంటి నివారణలు మిల్క్ తిస్టిల్: ఇది విల్సన్స్ వ్యాధిని కలిగి ఉన్న వ్యక్తికి కాలేయ వైఫల్య ప్రమాదాన్ని తగ్గించడంలో సహాయపడే సహజ నివారణ. ఈ బలమైన యాంటీఆక్సిడెంట్ గాయపడిన కాలేయ కణాలను పునరుత్పత్తి చేయడంలో సహాయపడుతుందని మరియు ఇన్ఫ్లమేటరీ కాలేయ పరిస్థితులు ఉన్నవారిలో సిర్రోసిస్ అభివృద్ధిని ఆపడానికి కనుగొనబడింది. ఇది సిర్రోసిస్ ఉన్నవారిలో కాలేయ పనితీరు మరియు మనుగడను కూడా మెరుగుపరుస్తుంది. పసుపు: పసుపులో కర్కుమిన్ అనే సమ్మేళనం ఉంది, ఇది శక్తివంతమైన యాంటీఆక్సిడెంట్ లక్షణాలను కలిగి ఉంటుంది, ఇది కాపర్ చెలాటింగ్ ఏజెంట్‌గా కూడా పనిచేస్తుంది. విటమిన్ E: ఇది విల్సన్ వ్యాధి ఉన్నవారికి అనుబంధ చికిత్సగా ఉపయోగపడుతుంది. విల్సన్ వ్యాధిలో ఆక్సీకరణ ఒత్తిడి కీలక పాత్ర పోషిస్తుందని కనుగొనబడింది మరియు విటమిన్ E దీనిని ఎదుర్కోగలదు. జింక్ సప్లిమెంట్స్: జింక్ లవణాలు మీ జీర్ణవ్యవస్థలో రాగిని శోషించడాన్ని నిరోధించగలవు మరియు శరీరంలో రాగి పేరుకుపోవడాన్ని తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. తక్కువ రాగి ఆహారాన్ని అనుసరించండి: తక్కువ రాగి ఆహారం ఈ పరిస్థితిని నిర్వహించడంలో ముఖ్యమైన భాగం. పుట్టగొడుగులు, చాక్లెట్, గింజలు, ప్రూనే వంటి ఎండిన పండ్లు, ఖర్జూరాలు మరియు ఎండుద్రాక్షలు, సోయా ఉత్పత్తులు, షెల్ఫిష్ మరియు అవయవ మాంసం వంటి అధిక రాగి కంటెంట్ ఉన్న ఆహారాలకు దూరంగా ఉండండి. ఆయుర్వేద నియమావళి: ఆయుర్వేదం యొక్క పురాతన శాస్త్రం విల్సన్ వ్యాధిని పిట్టా ద్వారా ఆధిపత్యం చేసే కాలేయ వ్యాధిగా వర్గీకరించింది. చికిత్స, కాబట్టి, పిట్టాను నియంత్రించడం, శరీరం నుండి విషాన్ని (అమా) బహిష్కరించడం, జీర్ణ అగ్నిని (అగ్ని) పెంచడం మరియు కాలేయాన్ని నిర్విషీకరణ చేయడం మరియు రక్షించడం వంటి వాటిపై దృష్టి పెడుతుంది. రాగిని బహిష్కరించే మందులు: ఇది విల్సన్స్ వ్యాధికి మొదటి శ్రేణి చికిత్స, ఇది శరీరంలో పేరుకుపోయే రాగి మొత్తాన్ని నియంత్రించే లక్ష్యంతో ఉంది. అవయవాల నుండి రాగిని మీ రక్తప్రవాహంలోకి విడుదల చేసే మందులు. విల్సన్ వ్యాధితో జీవించడం

స్వీయ-సంరక్షణ స్వీయ-సంరక్షణ రోజువారీ జీవితంలో అంతర్భాగం. మీ సంరక్షణలో నిమగ్నమైన వ్యక్తుల మద్దతుతో మీ ఆరోగ్యం మరియు శ్రేయస్సు కోసం మీరు బాధ్యత వహిస్తారని దీని అర్థం. స్వీయ-సంరక్షణలో ఫిట్‌గా ఉండటానికి, మంచి మానసిక మరియు శారీరక ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడానికి మరియు ఇతర చిన్న రుగ్మతలను సమర్థవంతంగా ఎదుర్కోవడానికి విషయాలు ఉంటాయి.

తక్కువ రాగి ఆహారం శరీరం నుండి అదనపు రాగిని తొలగించేటప్పుడు కనీసం చికిత్స యొక్క మొదటి సంవత్సరంలో రాగి యొక్క అధిక సాంద్రత కలిగిన ఆహారాలకు దూరంగా ఉండాలి. వీటిలో కాలేయం, జీడిపప్పు, బ్లాక్-ఐడ్ బఠానీలు, కూరగాయల రసం, షెల్ఫిష్, పుట్టగొడుగులు, చాక్లెట్ మరియు కోకో ఉన్నాయి.

డాక్టర్లతో రెగ్యులర్ ఫాలో-అప్‌లు విల్సన్స్ వ్యాధికి డ్రగ్ థెరపీకి దీర్ఘకాలికంగా కట్టుబడి ఉండటం సాధారణం. కానీ, విల్సన్ వ్యాధి లక్షణాలు ఉన్నాయా లేదా అనే దానితో సంబంధం లేకుండా నిరంతర, జీవితకాల చికిత్స తప్పనిసరి. కాలేయ వ్యాధిలో నిపుణుడితో రెగ్యులర్ ఫాలో-అప్ కేర్ ఎక్కువగా సిఫార్సు చేయబడింది. విల్సన్స్ వ్యాధి యొక్క సమస్యలు

కాలేయం యొక్క సిర్రోసిస్ కాలేయం యొక్క సిర్రోసిస్ అనేది విల్సన్ వ్యాధి నుండి అభివృద్ధి చెందగల సంభావ్య సమస్యలలో ఒకటి. రోగి యొక్క శరీరం కాలేయం నుండి అదనపు రాగిని క్లియర్ చేయడానికి ప్రయత్నించినప్పుడు, ఆ ప్రాంతంలో మచ్చ కణజాలం ఏర్పడుతుంది, సాధారణ కాలేయ పనితీరును దెబ్బతీస్తుంది.

సిర్రోసిస్ యొక్క ప్రారంభ దశలలో, రోగులు లక్షణరహితంగా ఉండవచ్చు, లక్షణాలు అత్యంత అధునాతన దశలలో మాత్రమే కనిపిస్తాయి. తరువాతి దశలలో, సిర్రోసిస్ యొక్క లక్షణాలు కామెర్లు, చర్మం దురద, అలసట, కాళ్ళలో వాపు మరియు ఆకలిని కోల్పోవడం. విల్సన్ వ్యాధి ఉన్న రోగులకు, కాలేయ అసాధారణతలు ఆరు సంవత్సరాల వయస్సులోనే ప్రారంభమవుతాయి.

కిడ్నీ స్టోన్స్ విల్సన్స్ వ్యాధి ఉన్న రోగులకు మూత్రపిండాల్లో రాళ్లు వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది, ఇవి సాధారణంగా మూత్రపిండాల ద్వారా ఫిల్టర్ చేయబడిన లవణాలు మరియు ఖనిజాల చిన్న నిల్వల నుండి ఏర్పడతాయి.

కిడ్నీలో రాళ్లు ఏర్పడే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉన్నందున, విల్సన్స్ వ్యాధితో బాధపడుతున్న రోగులు ఏదైనా రాళ్లను తనిఖీ చేయడానికి వార్షిక ఎక్స్-రే చేయించుకోవాలని సిఫార్సు చేయబడింది. చిన్న రాళ్లు కనిపిస్తే, నొప్పి నివారణలు, ఆల్ఫా-బ్లాకర్స్ మరియు పుష్కలంగా ద్రవాల సహాయంతో వీటిని తరచుగా పంపవచ్చు. పెద్ద రాళ్లకు ఇతర శస్త్ర చికిత్సలు అవసరం కావచ్చు.

హెమోలిసిస్ ఇది ఎర్ర రక్త కణాల అసాధారణ విధ్వంసం ద్వారా వర్గీకరించబడుతుంది మరియు ఇది విల్సన్ వ్యాధి ఉన్న రోగులకు సంభావ్య సమస్య. ఈ పరిస్థితి రోగులకు అలసటగా అనిపించేలా చేస్తుంది మరియు వారికి హృదయ స్పందన రేటు పెరగడం మరియు విస్తరించిన ప్లీహము లేదా కాలేయం కూడా ఉండవచ్చు. రోగులు బలహీనంగా అనిపించవచ్చు మరియు వారు మైకము లేదా గందరగోళంగా మారవచ్చు.

నాడీ సంబంధిత సమస్యలు విల్సన్ వ్యాధి ఉన్న రోగులు వివిధ రకాల నరాల సంబంధిత సమస్యలను ఎదుర్కొంటారు. ఉదాహరణకు, సమన్వయం లేకపోవడం, నడక అసాధారణతలు, వణుకు మరియు అస్పష్టమైన ప్రసంగం సంభవించవచ్చు. కొంతమంది వ్యక్తులు అసంకల్పిత కండరాల కదలికలు లేదా మెలితిప్పినట్లు అనుభవించవచ్చు మరియు ప్రసంగ ఇబ్బందులు గమనించబడ్డాయి.

కొంతమంది రోగులకు, నరాల సంబంధిత సమస్యలు డిప్రెషన్, చిరాకు, మూడ్ స్వింగ్‌లు మరియు వ్యక్తిత్వంలో మార్పులు వంటి మానసిక మార్పులతో కూడి ఉండవచ్చు. బైపోలార్ డిజార్డర్ మరియు సైకోసిస్ ఎపిసోడ్‌లు అభివృద్ధి చెందుతాయి. విల్సన్ వ్యాధికి ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలు

విల్సన్స్ వ్యాధి రోగులందరూ ప్రతిరోజూ, జీవితాంతం అదనపు ఆహార రాగిని తొలగించడానికి కొన్ని రకాల మందుల చికిత్సను తీసుకోవాలి. కొన్ని సందర్భాల్లో, విల్సన్స్ వ్యాధి రోగులు భావోద్వేగ లేదా శారీరక లక్షణాలను నియంత్రించడంలో లేదా కోల్పోయిన కదలిక లేదా ప్రసంగాన్ని తిరిగి పొందడంలో సహాయపడటానికి అదనపు చికిత్సల నుండి ప్రయోజనం పొందవచ్చు.

ఈ ఇతర రకాల చికిత్సలు ఉండవచ్చు

1. ఫిజికల్ థెరపీ ఆర్థరైటిస్, బోలు ఎముకల వ్యాధి, కీళ్ల మరియు కండరాల నొప్పి మరియు సమన్వయ సమస్యలు వంటి నాడీ కండరాల లేదా అస్థిపంజర సమస్యలు ఉన్న వ్యక్తులకు ఫిజికల్ థెరపీ పనితీరును పునరుద్ధరిస్తుంది. ఫిజికల్ థెరపీలో కండరాల పనితీరు, సమన్వయం, సమతుల్యత మరియు ఓర్పును పెంచడానికి వ్యాయామం మరియు కార్యక్రమాలు ఉంటాయి చలనశీలత, నడక స్థిరత్వం, భంగిమ మరియు స్థానాల్లో శిక్షణ
2. ఆక్యుపేషనల్ థెరపీ ఆక్యుపేషనల్ థెరపీ వ్యక్తులు వారి సామాజిక మరియు భౌతిక వాతావరణానికి అనుగుణంగా మారడంలో సహాయపడుతుంది.

థెరపిస్ట్‌లు దీని ద్వారా పనితీరును మెరుగుపరచడంలో సహాయపడతారు: జ్ఞాపకశక్తి, ధోరణి మరియు అభిజ్ఞా ఏకీకరణను నిర్వహించడంలో సహాయపడే చర్యలు శారీరక వైకల్యాలను అధిగమించడానికి అనుకూల పద్ధతులు లేదా పరికరాలు దుస్తులు ధరించడం, స్నానం చేయడం, తినడం మరియు వస్త్రధారణ వంటి రంగాలలో విద్య మరియు శిక్షణ 3. విల్సన్స్ వ్యాధితో బాధపడుతున్న వ్యక్తులు మానసిక సంరక్షణ వారి జీవితకాలంలో అనేక రకాల మానసిక రుగ్మతలను అనుభవిస్తారు. డిప్రెషన్ అనేది సర్వసాధారణం మరియు సాధారణ జనాభా కంటే రెట్టింపు కంటే ఎక్కువ రేటుతో సంభవించవచ్చు. వ్యక్తి అనుభవించే భావాలు: నిరంతర దుఃఖం, ఆత్రుత లేదా ఖాళీ మూడ్ అపరాధ భావాలు, నిస్సహాయత లేదా నిస్సహాయత మరణం లేదా ఆత్మహత్య ఆలోచనలు, లేదా ఆత్మహత్య ప్రయత్నాలు నిద్ర కష్టం, ఉదయాన్నే మేల్కొలపడం లేదా ఎక్కువ నిద్రపోవడం ఏకాగ్రత, గుర్తుంచుకోవడం, లేదా నిర్ణయాలు తీసుకోవడం వీటిలో ఏవైనా అనుమానం ఉంటే, మూల్యాంకనం కోసం మీ వ్యక్తిగత వైద్యుడు లేదా మానసిక ఆరోగ్య నిపుణులను సంప్రదించండి. తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు విల్సన్స్ వ్యాధికి కాలేయ మార్పిడి ఎంత సాధారణం? విల్సన్ వ్యాధి ఏ వయస్సులో ప్రభావితం చేస్తుంది? విల్సన్ వ్యాధి లక్షణాలు ఏమిటి? విల్సన్స్ వ్యాధి యొక్క వివిధ సమస్యలు ఏమిటి? విల్సన్ వ్యాధి కళ్ళను ఎలా ప్రభావితం చేస్తుంది? ప్రస్తావనలు Wilson Disease. ఆరోగ్యం. జాన్స్ హాప్కిన్స్ వ్యాధి. తరచుగా అడుగు ప్రశ్నలు. విల్సన్ డిసీజ్ అసోసియేషన్. విల్సన్ వ్యాధి అంటే ఏమిటి? విల్సన్ వ్యాధితో జీవించడం. బలిజేపల్లి, సి., యాన్, కె., గుల్లపల్లి, ఎల్., బరాకత్, ఎస్., చెవ్రూ-సెవెరాక్, హెచ్., & డ్రూయిట్స్, ఇ. (2021). విల్సన్స్ వ్యాధిలో జీవన నాణ్యత: ఒక సిస్టమాటిక్ లిటరేచర్ రివ్యూ. జర్నల్ ఆఫ్ హెల్త్ ఎకనామిక్స్ అండ్ ఫలితాల పరిశోధన, 8(2), 105–113. విల్సన్ వ్యాధి. నేషనల్ సెంటర్ ఫర్ అడ్వాన్సింగ్ ట్రాన్స్‌లేషనల్ సైన్సెస్. బలిజేపల్లి సి, యాన్ కె, గుల్లపల్లి ఎల్, బరాకత్ ఎస్, చెవ్రూ-సెవెరాక్ హెచ్, డ్రూయిట్స్ ఇ. విల్సన్స్ వ్యాధిలో జీవన నాణ్యత: ఎ సిస్టమాటిక్ లిటరేచర్ రివ్యూ. J హెల్త్ ఎకాన్ ఫలితాలు Res. 2021 డిసెంబర్ 8. చికిత్స. విల్సన్ డిసీజ్ అసోసియేషన్. కిట్జ్‌బెర్గర్ R, Madl C, ఫెరెన్సీ P. విల్సన్ వ్యాధి. మెటాబ్ బ్రెయిన్ డిస్. 2005 డిసెంబర్;20. హుస్టర్ డి. విల్సన్ వ్యాధి. బెస్ట్ ప్రాక్టీస్ రెస్ క్లిన్ గ్యాస్ట్రోఎంటరాల్. 2010 అక్టోబర్;24. విల్సన్స్ వ్యాధి. అఫ్తాబ్ అలా, ఆన్ పి వాకర్, కీయౌమర్స్ అష్కాన్. ఫిబ్రవరి 2007.. విల్సన్స్ వ్యాధి నిర్వహణపై అంతర్దృష్టులు. గ్యాస్ట్రోఎంటరాలజీలో చికిత్సా పురోగతి. మొహమ్మద్‌షకిల్ కథవాలా మరియు గిడియాన్ M. హిర్ష్‌ఫీల్డ్. 2017. యూసఫ్ ఎమ్, కుమార్ ఎమ్, రామకృష్ణయ్య ఆర్, వాన్‌హెమెర్ట్ ఆర్, ఆంగ్టువాకో ఇ. విల్సన్స్ వ్యాధిలో మెదడుకు సంబంధించిన విలక్షణమైన MRI లక్షణాలు. రేడియోల్ కేసు ప్రతినిధి 2015 డిసెంబర్. విల్సన్ వ్యాధి నిర్ధారణ మరియు చికిత్స: ఒక నవీకరణ. అమెరికన్ అసోసియేషన్ ఫర్ ది స్టడీ ఆఫ్ లివర్ డిసీజెస్ (AASLD). ఈవ్ A. రాబర్ట్స్1 మరియు మైఖేల్ L. స్కిల్స్కీ.2008. ఫెరెన్సీ పి. విల్సన్ వ్యాధి నిర్ధారణ. హ్యాండ్‌బి క్లిన్ న్యూరోల్. 2017. సింగ్ పి, అహ్లువాలియా ఎ, సగ్గర్ కె, గ్రేవాల్ సిఎస్. విల్సన్స్ వ్యాధి: MRI లక్షణాలు. J పీడియాటర్ న్యూరోస్కీ. 2011 జనవరి;6.

==================================================

చికెన్‌పాక్స్‌ను వరిసెల్లా అవలోకనం అని కూడా పిలుస్తారు చికెన్‌పాక్స్ అనేది వరిసెల్లా జోస్టర్ వైరస్ (VZV, దీనిని చికెన్‌పాక్స్ వైరస్ అని కూడా పిలుస్తారు) వల్ల కలిగే వైరల్ ఇన్‌ఫెక్షన్. ఇది చాలా అంటు వ్యాధి, ఇది ఎక్కువగా పిల్లలను ప్రభావితం చేస్తుంది కానీ పెద్దలలో కూడా సంభవించవచ్చు. ఇది సాధారణంగా తేలికపాటి మరియు స్వీయ-పరిమితం చేసే వ్యాధి, కానీ తక్కువ రోగనిరోధక శక్తి లేదా శిశువులలో తీవ్రమైన ఆరోగ్య సమస్యలకు దారితీస్తుంది. ఇది క్లాసిక్ సూపర్ దురద దద్దుర్లు మరియు ఫ్లూ వంటి లక్షణాల ద్వారా వర్గీకరించబడుతుంది. చికెన్‌పాక్స్ యొక్క లక్షణాలు వారి స్వంత సమయాన్ని తీసుకున్నప్పటికీ, దురద మరియు నొప్పి నుండి ఉపశమనం పొందడంలో ఇంటి నివారణలు మరియు గృహ సంరక్షణ చికిత్స ఎంపికలు కీలక పాత్ర పోషిస్తాయి. చికెన్‌పాక్స్ చికిత్స ఎక్కువగా లక్షణాలను నిర్వహించడం చుట్టూ కేంద్రీకృతమై ఉంటుంది. సాధారణంగా 10 సంవత్సరాల కంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్న పిల్లలలో కనిపించే ముఖ్య వాస్తవాలు లింగం పురుషులు మరియు మహిళలు ఇద్దరికీ ప్రభావితమయ్యే శరీర భాగాలు (లు) చర్మాన్ని అనుకరించే పరిస్థితులు కీటకాలు కాటు ఇంపెటిగో డ్రగ్ ప్రతిచర్యలు చర్మశోథ హెర్పెటిఫార్మిస్ యుర్టికేరియా వైరల్ ఎక్సాంథమ్స్ పిటిరియాసిస్ లైకెనాయిడ్స్ మరియు వేరియోలిఫార్మిస్ అక్యూటా వైరస్లు వ్యాప్తి చెందుతాయి. వ్యాధి నియోనాటల్ సిఫిలిస్ ఎరిథెమా మల్టీఫార్మ్ కాంటాక్ట్ డెర్మటైటిస్ అవసరమైన ఆరోగ్య పరీక్షలు/ఇమేజింగ్ పాలిమరేస్ చైన్ రియాక్షన్ (PCR) వరిసెల్లా జోస్టర్ IgG పరీక్ష వరిసెల్లా జోస్టర్ IgM పరీక్ష చికిత్స యాంటీపైరెటిక్స్: పారాసెటమాల్ యాంటీవైరల్స్: ఎసిక్లోవిర్, ఫామ్సిక్లోవిర్, రిక్లోవిర్, రిక్లోవిర్సీ

నిపుణులు శిశువైద్యుని (పిల్లల విషయంలో) చర్మవ్యాధి నిపుణుడు ఇన్ఫెక్షియస్ డిసీజ్ స్పెషలిస్ట్ ఇంటర్నల్ మెడిసిన్ స్పెషలిస్ట్ చికెన్‌పాక్స్ యొక్క లక్షణాలు

చికెన్‌పాక్స్ ఇన్ఫెక్షన్ వల్ల కలిగే లక్షణాలు వైరస్‌కు గురైన 10 నుండి 21 రోజుల తర్వాత కనిపిస్తాయి మరియు సాధారణంగా 5 నుండి 10 రోజుల వరకు ఉంటాయి. ప్రారంభ లక్షణాలు ఏదైనా ఇతర ఇన్‌ఫెక్షన్‌ని పోలి ఉండవచ్చు. Chickenpox ప్రారంభంలో, ఒక వ్యక్తికి అనారోగ్యంగా అనిపించవచ్చు, శరీర నొప్పి మరియు తలనొప్పి ఉండవచ్చు, ఆకలి తగ్గుతుంది. ఒకటి లేదా రెండు రోజుల తర్వాత ఇవి చికెన్‌పాక్స్ యొక్క క్లాసిక్ దద్దుర్లు కనిపిస్తాయి. చర్మంపై దద్దుర్లు రావడానికి 48 గంటల ముందు పరిచయాలను మూసివేయడం అంటువ్యాధి. చికెన్‌పాక్స్ యొక్క సాధారణ నాన్ రాష్ లక్షణాలు క్రింది విధంగా ఉన్నాయి: చికెన్‌పాక్స్ యొక్క అత్యంత సాధారణ లక్షణం జ్వరం. ఇది సాధారణంగా 3-5 రోజులు ఉంటుంది మరియు 101°–102°F (38.3°–38.8°C) పరిధిలో ఉంటుంది. అలసట లేదా అస్వస్థత, ఇది అస్వస్థత యొక్క సాధారణ భావన ఆకలి లేకపోవడం తలనొప్పి కండరాలు లేదా కీళ్ల నొప్పి దగ్గు లేదా ముక్కు కారడం వంటి ఫ్లూ వంటి లక్షణాలు

చికెన్‌పాక్స్ దద్దుర్లు మరియు బొబ్బలు శరీరంపై కనిపించిన తర్వాత, అవి క్రింది మూడు దశల గుండా వెళతాయి: ఎరుపు లేదా గులాబీ రంగులో కనిపించే గడ్డలు (పాపుల్స్) తరచుగా మొదట కడుపు, ఛాతీ, వీపు లేదా ముఖం ప్రాంతాలపై గుర్తించబడతాయి, ఇవి శరీరమంతా వ్యాపిస్తాయి. . గడ్డలు చివరికి ద్రవంతో నిండిపోతాయి, బొబ్బలు (వెసికిల్స్) ఏర్పడతాయి, అవి తెరిచి లీక్ అవుతాయి. బొబ్బలు ఒక క్రస్ట్, స్కాబ్ అభివృద్ధి, మరియు నయం ప్రారంభమవుతుంది.

అన్ని బొబ్బలు ఒకే సమయంలో ఏర్పడవు. అంటువ్యాధి కాలం అంతా కొత్త బొబ్బలు అభివృద్ధి చెందుతూనే ఉంటాయి. అయినప్పటికీ, వారు పైన వివరించిన అదే దశలను అనుసరిస్తారు.

చిన్న పిల్లలకు అన్ని లక్షణాలు సాధారణంగా తేలికపాటివి. టీకాలు వేసిన వారికి (పిల్లలు మరియు పెద్దలతో సహా) ఇప్పటికీ ఇన్ఫెక్షన్ రావచ్చు, అయితే లక్షణాలు తక్కువగా ఉంటాయి మరియు శరీరంపై తక్కువ బొబ్బలు ఏర్పడతాయి.

అయినప్పటికీ, చికెన్ పాక్స్ యొక్క తీవ్రమైన సందర్భాల్లో దద్దుర్లు మరియు బొబ్బలు శరీరం అంతటా వ్యాపించడం ప్రారంభిస్తాయి. కొన్ని సందర్భాల్లో, చిన్న గాయాలు గొంతుపై, కళ్ళ చుట్టూ మరియు మూత్రనాళం, యోని లేదా పాయువు యొక్క శ్లేష్మ పొరలలో కూడా ఏర్పడవచ్చు.

కొన్ని సందర్భాల్లో దద్దుర్లు అస్తవ్యస్తత, మైకము, శ్వాస ఆడకపోవడం, వేగవంతమైన హృదయ స్పందన, దగ్గు (ఇది మరింత తీవ్రమవుతుంది), బలహీనమైన కండరాల సమన్వయం మరియు గట్టి మెడ వంటి లక్షణాలతో కూడి ఉంటుంది. ఈ లక్షణాలు తక్షణ వైద్య జోక్యం అవసరమయ్యే మరొక వైద్య పరిస్థితి లేదా సంక్లిష్టతను సూచిస్తాయి. చికెన్ పాక్స్ కారణాలు

చికెన్‌పాక్స్ వరిసెల్లా జోస్టర్ అనే వైరస్ వల్ల వస్తుంది. సోకిన వ్యక్తితో సన్నిహితంగా ఉండటం వల్ల ఇది ఎక్కువగా వ్యాపిస్తుంది. వైరస్ వ్యాప్తి చెందుతుంది: శ్వాసకోశ బిందువుల ద్వారా దగ్గు లేదా తుమ్ములు ముద్దులు పెట్టడం లేదా లాలాజలం ద్వారా పానీయాలు లేదా ఆహారాన్ని పంచుకోవడం లేదా పొక్కులు లేదా చర్మంపై ద్రవంతో పరిచయం ద్వారా కరచాలనం చేయడం లేదా డోర్ హ్యాండిల్స్ లేదా టేబుల్స్ వంటి కలుషితమైన ఉపరితలాలను తాకడం వంటివి చికెన్‌పాక్స్ అంటువ్యాధిగా ఉందా? చికున్‌పాక్స్ వ్యాధి లక్షణాలు కనిపించడం ప్రారంభమయ్యే ఒకటి లేదా రెండు రోజుల ముందు నుండి పొక్కులు పొడిగా మరియు క్రస్ట్ అయ్యే వరకు అంటువ్యాధి. అందువల్ల, సోకిన వ్యక్తిని తాకడం మానుకోండి ఎందుకంటే ఇది మీ ఇన్ఫెక్షన్ ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. బొబ్బలు పొడిగా మరియు పూర్తిగా అదృశ్యం కావడానికి సాధారణంగా ఒక వారం లేదా రెండు రోజులు పడుతుంది. వైరస్ ఎలా వ్యాపిస్తుంది మరియు దానిని నిరోధించే మార్గాల గురించి మరింత తెలుసుకోండి. కథనాన్ని ఇక్కడ చదవండి! చికెన్‌పాక్స్‌కు ప్రమాద కారకాలు

మీరు మీ జీవితంలో ఇన్ఫెక్షన్ సోకకపోతే మీరు చికెన్‌పాక్స్ వైరస్ బారిన పడే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉండవచ్చు. మీరు ఉంటే ప్రమాదం పెరుగుతుంది: ఇన్‌ఫెక్షన్‌కు టీకాలు వేయకపోతే వ్యాధి సోకిన పిల్లలతో లేదా పెద్దలతో సంబంధం కలిగి ఉన్నారా లేదా సోకిన పిల్లలతో నివసిస్తున్న పెద్దలు పాఠశాల, పిల్లల సంరక్షణ సౌకర్యం లేదా ఆరోగ్య సంరక్షణ సెట్టింగ్‌లో తక్కువ లేదా రాజీపడిన రోగనిరోధక శక్తిని కలిగి ఉంటారు అనారోగ్యం కారణంగా లేదా ఏదైనా మందుల వాడకం వల్ల చికెన్‌పాక్స్ = చికెన్ + పాక్స్ ఉందా?? లేదు, చికెన్ పాక్స్ అంటే పాక్స్ ఉన్న చికెన్ అని కాదు. ఇది వరిసెల్లా వైరస్ వల్ల వచ్చే వైరల్ వ్యాధి. చర్మంపై కోడి పెక్స్‌ను పోలి ఉండే గుర్తుల కారణంగా ఈ పేరు వచ్చిందని సూచించబడినప్పటికీ, కొన్ని ఆసక్తికరమైన సిద్ధాంతాలు ఉన్నాయి, అలాగే చర్మంపై కనిపించే ఎర్రటి బొబ్బలు చిక్‌పీస్ (హిందీలో చావ్లీ) లాగా ఉన్నాయని భావించారు. అందువల్ల, చికెన్ పాక్స్ అనే పేరు మరొక సిద్ధాంతాన్ని చెబుతుంది. కోళ్లు సాధారణంగా బలహీనతతో సంబంధం కలిగి ఉంటాయి మరియు దీని పేరు చికెన్ పాక్స్. దురద అని అర్థం వచ్చే గిక్కన్ అనే పాత ఆంగ్ల పదం చికెన్‌గా పాడైంది. అలాగే, పాక్స్ పాక్స్‌గా స్పెల్లింగ్ చేయబడింది (పాక్ యొక్క బహువచన రూపం — పాత ఆంగ్ల పదం) చికెన్‌పాక్స్ గురించి మరింత చూడండి. వైద్య సహాయం కోరుతూ, మా వైద్యులను తనిఖీ చేయండి. ఇప్పుడే సంప్రదించండి! చికెన్‌పాక్స్ నిర్ధారణ

చికెన్‌పాక్స్ సాధారణంగా దాని క్లాసిక్ చర్మపు దద్దుర్లు కారణంగా గుర్తించడం మరియు నిర్ధారించడం సులభం.

అయితే, అవసరమైతే, పాలిమరేస్ చైన్ రియాక్షన్ (PCR) పరీక్ష ద్వారా నిర్ధారణ పరీక్ష చేయవచ్చు. దీని కోసం, పొక్కు ద్రవం లేదా స్కాబ్స్ వైరస్ ఉనికి కోసం పరీక్షించబడతాయి.

అంతేకాకుండా, చికెన్‌పాక్స్‌కు వ్యతిరేకంగా రోగనిరోధక శక్తి ఉందో లేదో తెలుసుకోవడానికి యాంటీబాడీస్ కోసం పరీక్షలు నిర్వహించబడతాయి. వీటిలో ఇవి ఉన్నాయి: వరిసెల్లా జోస్టర్ IgG పరీక్ష, ఇది వరిసెల్లా జోస్టర్ వైరస్‌తో పోరాడటానికి రోగనిరోధక వ్యవస్థ ద్వారా ఉత్పత్తి చేయబడిన ప్రతిరోధకాల IgG స్థాయిని అంచనా వేయడానికి ఉపయోగించబడుతుంది. వరిసెల్లా జోస్టర్ IgM పరీక్ష చికెన్‌పాక్స్‌ని నిర్ధారించడానికి మరియు ఇటీవలి, ప్రస్తుత లేదా పాత ఇన్‌ఫెక్షన్ మధ్య తేడాను గుర్తించడానికి నిర్వహిస్తారు. ప్రముఖులు ఇషాన్ ఖట్టర్‌ను 2019లో ప్రభావితం చేశారు, బాలీవుడ్ నటుడు ఇషాన్ ఖట్టర్ చికెన్‌పాక్స్ నుండి కోలుకోవడం గురించి ఇన్‌స్టాగ్రామ్‌లో పంచుకున్నారు. బర్ఖా సేన్‌గుప్తా టీవీ ఫేమ్ బర్ఖా సేన్‌గుప్తా, “నామ్‌కారన్” సీరియల్‌లో తన పాత్రకు ప్రసిద్ది చెందింది, 2019 లో ఇన్‌స్టాగ్రామ్‌లో పోస్ట్ చేసిన ఆమె చికెన్‌పాక్స్‌తో బాధపడుతోంది మరియు దాని నుండి కోలుకుంది. ఏంజెలీనా జోలీ హాలీవుడ్ నటి ఏంజెలీనా జోలీ 39 సంవత్సరాల వయస్సులో చికెన్‌పాక్స్‌తో బాధపడ్డారు. ఆమె 2014లో ఒక వీడియో ద్వారా ప్రకటన చేసింది. చికెన్‌పాక్స్ నివారణ

చికెన్‌పాక్స్‌ను నివారించడానికి సులభమైన మరియు ప్రభావవంతమైన మార్గాలలో ఒకటి టీకాలు వేయడం. సాధారణ శిశు వ్యాక్సినేషన్ వైల్డ్-టైప్ వరిసెల్లా యొక్క ప్రసారాన్ని గణనీయంగా తగ్గించినప్పటికీ, చికెన్‌పాక్స్ టీకా అనేది ఇండియన్ యూనివర్సల్ ఇమ్యునైజేషన్ ప్రోగ్రామ్‌లో భాగం కాదు. అందువల్ల, మీరు ఇంకా లేకపోతే చికెన్‌పాక్స్‌కు టీకాలు వేయండి, ఎందుకంటే ఇది ఇన్‌ఫెక్షన్‌తో బాధపడే ప్రమాదాన్ని గణనీయంగా తగ్గిస్తుంది. అంతేకాకుండా, చికెన్‌పాక్స్ సంక్రమణను నివారించడానికి ఇది సురక్షితమైన మరియు సమర్థవంతమైన ఎంపికలలో ఒకటి. టీకాపై సలహా కోసం మీ వైద్యుడిని సంప్రదించండి.

చికెన్‌పాక్స్ అంటువ్యాధి స్వభావం కలిగి ఉన్నందున, ఒక కుటుంబంలోని వ్యక్తికి చికెన్‌పాక్స్ ఉన్నట్లు నిర్ధారణ అయినట్లయితే, ఇతర కుటుంబ సభ్యులు తప్పనిసరిగా టీకాలు వేయాలని సిఫార్సు చేయబడింది, ఒకవేళ ముందుగా టీకాలు వేయకపోతే.

చికెన్‌పాక్స్ కోసం టీకాలు వేయడానికి ప్లాన్ చేస్తున్నాను ఇప్పుడు ఇక్కడ క్లిక్ చేయండి!

సందర్శించవలసిన నిపుణుడు

చాలా సందర్భాలలో, చికెన్ పాక్స్ యొక్క లక్షణాలు సాధారణంగా తేలికపాటివి మరియు తరచుగా వాటంతట అవే వెళ్లిపోతాయి. అయినప్పటికీ, వైద్యుడిని సందర్శించడం మరియు ముందస్తు జోక్యం నెమ్మదిగా పురోగతికి మరియు వ్యాధి యొక్క ప్రారంభ పరిష్కారానికి దారితీయవచ్చు. కొన్ని సార్లు, ముఖ్యంగా పెద్దలలో, చికెన్‌పాక్స్ యొక్క లక్షణాలు తీవ్రంగా మారినప్పుడు మరియు మెరుగుదల సంకేతాలను చూపించడంలో విఫలం కావచ్చు. అలాంటప్పుడు చికిత్స చేయించుకోవడానికి వైద్యుడిని సంప్రదించడం మంచిది.

మీరు వంటి లక్షణాలను అనుభవిస్తే మీరు తప్పనిసరిగా వైద్యుడిని చూడాలి: వాంతులు శ్వాస తీసుకోవడంలో దద్దుర్లు కంటిపై దద్దుర్లు మెడ దృఢత్వం అధిక జ్వరం (102 F కంటే ఎక్కువ) బాక్టీరియల్ ఇన్ఫెక్షన్ కండరాల నియంత్రణ కోల్పోవడం మైకము

ఒక సాధారణ వైద్యునితో పాటు, ఈ పరిస్థితికి చికిత్స చేయడంలో సహాయపడే నిపుణులు శిశువైద్యుడు (పిల్లల విషయంలో) చర్మవ్యాధి నిపుణుడు అంతర్గత వైద్య నిపుణుడు అంటు వ్యాధి నిపుణుడు చికెన్‌పాక్స్ చికిత్స

చికెన్‌పాక్స్ సాధారణంగా ఒక వారం లేదా 10 రోజులలో దాని కోర్సును నడుపుతుంది. చికిత్స ఎక్కువగా లక్షణాలను తగ్గించే లక్ష్యంతో ఉంటుంది. జ్వరాన్ని తగ్గించడానికి పారాసెటమాల్ వంటి నాన్ ఆస్పిరిన్ ఉత్పత్తులు తీసుకోవచ్చు.

పెద్దవారిలో మరియు చికెన్‌పాక్స్ యొక్క తీవ్రమైన లక్షణాలు ఉన్నవారిలో, వైద్యులు యాంటీవైరల్ మందులను సూచించవచ్చు, ఎందుకంటే ఇది లక్షణాలను తక్కువ తీవ్రతరం చేస్తుంది మరియు పరిస్థితిని మెరుగుపరుస్తుంది. అయినప్పటికీ, చికిత్స యొక్క కోర్సును అనుసరించాలని నిర్ధారించుకోండి మరియు స్వీయ-ఔషధం చేయవద్దు. సాధారణంగా ఉపయోగించే యాంటీవైరల్‌లలో కొన్ని: Acyclovir Famciclovir Ganciclovir Ribavirin Valacyclovir

చేయవలసినవి మరియు చేయకూడనివి రక్షణ చర్యగా, వ్యాధి సోకిన వారు సాధారణంగా వారు అంటువ్యాధిగా ఉన్నప్పుడు ఇంట్లోనే ఉండవలసి ఉంటుంది. పిల్లలలో రేయ్స్ సిండ్రోమ్‌తో సంబంధం ఉన్నందున జ్వరం కోసం ఆస్పిరిన్ వంటి OTC మందులను ఉపయోగించకూడదని సూచించబడింది. ఇది మెదడును ప్రభావితం చేసే తీవ్రమైన వ్యాధి మరియు మరణానికి కూడా కారణం కావచ్చు. మీ వైద్యుడిని సంప్రదించకుండా యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ పెయిన్ కిల్లర్స్ వాడకాన్ని నివారించండి ఎందుకంటే ఇది తీవ్రమైన చర్మ వ్యాధుల ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. గోరువెచ్చని నీటితో రోజువారీ శుభ్రపరచడం సెకండరీ బాక్టీరియల్ ఇన్ఫెక్షన్‌ను నివారించడంలో సహాయపడుతుంది. గోళ్లను చిన్నగా ఉంచడం మరియు చేతి తొడుగులు ధరించడం వలన గోకడం నిరోధించవచ్చు మరియు ద్వితీయ అంటువ్యాధుల ప్రమాదాన్ని తగ్గించవచ్చు. చికెన్‌పాక్స్ కోసం ఇంటి సంరక్షణ

1. దురదను గీసుకోవద్దు చికెన్‌పాక్స్ యొక్క ముఖ్య లక్షణాలలో ఒకటి చర్మం దురదగా ఉంటుంది మరియు అందువల్ల, గోకడం నివారించడం మంచిది. ఎందుకంటే ఇది మచ్చల ప్రమాదాన్ని పెంచడమే కాకుండా ఇన్ఫెక్షన్‌కు కూడా దారి తీస్తుంది. భద్రతా చర్యగా, మీరు మీ పిల్లల వేలుగోళ్లను కత్తిరించవచ్చు, ఇది గోకడం వల్ల కలిగే చర్మ సంక్రమణను నిరోధించవచ్చు. దురద చర్మంపై నొక్కండి లేదా తట్టండి కానీ గీతలు పడకండి.
2. కోల్డ్ కంప్రెస్ ఉపయోగించండి చికెన్‌పాక్స్ కూడా జ్వరానికి కారణమవుతుంది, దీని వలన చర్మం దురద మరియు గోకడం వంటి వాటికి మరింత అవకాశం ఉంటుంది. పెరిగిన శరీర ఉష్ణోగ్రత చికెన్‌పాక్స్‌తో బాధపడుతున్న వ్యక్తికి పరిస్థితిని మరింత దిగజార్చవచ్చు. కోల్డ్ కంప్రెస్‌ని ఉపయోగించమని సలహా ఇవ్వడానికి ఇది కారణం, ఎందుకంటే ఇది శరీర ఉష్ణోగ్రతను తగ్గించడంలో సహాయపడటమే కాకుండా దురద చర్మాన్ని ఉపశమనం చేస్తుంది. ఇది ప్రభావవంతమైన చికెన్‌పాక్స్ నివారణలలో ఒకటిగా పనిచేస్తుంది కాబట్టి దురద ఉన్న ప్రదేశంలో చల్లని, తడిగా ఉన్న కుదించును వర్తించండి.
3. ఆరోగ్యకరమైన, ఇంట్లో వండిన ఆహారాన్ని తినండి మీరు అనారోగ్యంతో ఉన్నప్పుడు మసాలా మరియు ప్రాసెస్ చేసిన ఆహారాన్ని కోరుకోవడం సర్వసాధారణం. ఏది ఏమైనప్పటికీ, కారం, నూనె లేదా లవణం కలిగిన ఆహారాలను తీసుకోవడం మానేయడం ఉత్తమం, ఎందుకంటే ఇవి మీ జీర్ణక్రియ ప్రక్రియను అడ్డుకోవడమే కాకుండా శరీరంలో వేడిని కూడా పెంచుతాయి. అందువల్ల, వైద్యం ప్రక్రియను మెరుగుపరచడానికి ఇంట్లో వండిన ఆహారాలు, ప్రాధాన్యంగా చప్పగా ఉండే ఆహారాన్ని ఎంచుకోవడం ఉత్తమం. అలాగే, విటమిన్ సి పుష్కలంగా ఉండే పండ్లను తీసుకోవడం మరియు నారింజ, యాపిల్, ద్రాక్ష, నిమ్మకాయలు మొదలైన రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడం.
4. హైడ్రేటెడ్‌గా ఉండండి చాలా ద్రవాలు త్రాగండి ఎందుకంటే ఇది హైడ్రేటెడ్‌గా ఉండటానికి మరియు అధిక జ్వరం కారణంగా ఏర్పడే నిర్జలీకరణాన్ని నిరోధించడంలో సహాయపడుతుంది. అంతేకాకుండా, ఇది శరీరం నుండి వైరల్ టాక్సిన్స్‌ను ఫ్లష్ చేయడానికి మరియు త్వరగా కోలుకోవడానికి సహాయపడుతుంది. అయితే, చక్కెర పానీయాలు తాగడం మానుకోండి మరియు తాజా, సాధారణ నీటిని ఎంచుకోండి, ప్రత్యేకించి మీకు లేదా మీ పిల్లవాడికి నోటిలో పుండ్లు ఉంటే. పిల్లల కోసం, మీరు శరీరంలోని ద్రవ నిల్వలను తిరిగి నింపడానికి చక్కెర రహిత పాప్సికల్‌లను ఎంచుకోవచ్చు.
5. చేతి తొడుగులు ధరించండి ఈ చిట్కా ఎక్కువగా పిల్లలకు వర్తిస్తుంది, ఎందుకంటే వారు చర్మం దురదకు గురయ్యే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది. గోకడం నిరోధించడానికి, ముఖ్యంగా పిల్లలకు, చేతికి గ్లౌజులు లేదా సాక్స్‌లు పెట్టుకోవాలని సలహా ఇవ్వడానికి కారణం ఇదే. ఇది చికెన్‌పాక్స్ పొక్కుతో గోరు యొక్క ప్రత్యక్ష కంటెంట్‌ను నిరోధించడమే కాకుండా అంటువ్యాధుల ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది మరియు మచ్చలను పరిమితం చేస్తుంది. అలాగే, వదులుగా, కాటన్ దుస్తులను ధరించండి, ఇది చర్మం శ్వాస తీసుకోవడానికి మరియు దురదను తగ్గించడానికి సహాయపడుతుంది.
6. స్వీయ-ఔషధాలను నివారించండి చాలా మంది ప్రజలు చికెన్‌పాక్స్‌తో బాధపడుతున్నప్పుడు రెండవ ఆలోచన లేకుండా జ్వరం కోసం మాత్రలు లేదా శరీర నొప్పికి నొప్పి నివారిణిని పాప్ చేస్తారు. అయితే, ఇది మంచి ఆలోచన కాదు. జ్వరాన్ని తగ్గించడానికి సాధారణంగా ఉపయోగించే ఆస్పిరిన్, 16 సంవత్సరాల కంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్న పిల్లలలో రేయ్స్ సిండ్రోమ్ అని పిలువబడే ప్రాణాంతక పరిస్థితిని కలిగిస్తుంది. అందువల్ల, స్వీయ-ఔషధం చేయకండి, కానీ ఏదైనా మాత్రలు తీసుకునే ముందు మీ వైద్యుడిని సంప్రదించండి. చికెన్‌పాక్స్ యొక్క సమస్యలు

చికెన్ పాక్స్ సాధారణంగా తేలికపాటి వ్యాధి. అయినప్పటికీ, చికెన్‌పాక్స్ నుండి సమస్యలు సంభవించవచ్చు. పెద్దలు మరియు బలహీనమైన రోగనిరోధక వ్యవస్థ కలిగిన వ్యక్తులలో ఇవి సర్వసాధారణం: శిశువులు గర్భిణీ స్త్రీలు HIV/AIDS, క్యాన్సర్, కీమోథెరపీ, స్టెరాయిడ్ థెరపీ, మార్పిడి వంటి పరిస్థితులతో బాధపడుతున్న రోగులు

చికెన్‌పాక్స్ యొక్క కొన్ని తీవ్రమైన సమస్యలలో ఇవి ఉన్నాయి: సెకండరీ బాక్టీరియల్ ఇన్ఫెక్షన్లు డీహైడ్రేషన్ న్యుమోనియా (ఊపిరితిత్తుల ఇన్ఫెక్షన్) ఎన్సెఫాలిటిస్ (మెదడు యొక్క వాపు మరియు వాపు) సెరెబెల్లార్ అటాక్సియా (లోపభూయిష్ట కండరాల సమన్వయం) ట్రాన్స్‌వర్స్ మైలిటిస్ (వెన్నుపాము యొక్క వాపు) చికెన్‌పాక్స్ సమయంలో ఆస్పిరిన్ తీసుకునే పిల్లలు మరియు యుక్తవయస్కుల్లో సిండ్రోమ్ డెత్ చికెన్‌పాక్స్ మరియు షింగిల్స్ షింగిల్స్ మరియు చికెన్‌పాక్స్ ఒకే వైరస్ వల్ల వచ్చినప్పటికీ, అవి ఒకే రకమైన అనారోగ్యం కాదు. చికెన్‌పాక్స్ సాధారణంగా పిల్లలను ప్రభావితం చేసే తేలికపాటి అనారోగ్యం. చికెన్‌పాక్స్ వ్యాధి అదృశ్యమైన చాలా కాలం తర్వాత వైరస్ తిరిగి క్రియాశీలం కావడం వల్ల షింగిల్స్ వస్తుంది.

కోలుకున్న తర్వాత కూడా చికెన్ పాక్స్ వైరస్ శరీరంలో ఉంటుంది. తరువాత జీవితంలో, వైరస్ తిరిగి క్రియాశీలం చేసి షింగిల్స్‌కు కారణమవుతుంది. మీకు గులకరాళ్లు ఉన్నట్లయితే, మీరు ఎప్పుడూ చికెన్‌పాక్స్‌ను కలిగి ఉండని లేదా చికెన్‌పాక్స్ వ్యాక్సిన్ తీసుకోని వ్యక్తులకు వరిసెల్లా వైరస్‌ను వ్యాప్తి చేయవచ్చు. ఈ వ్యక్తులు చికెన్‌పాక్స్‌ను అభివృద్ధి చేస్తారు, గులకరాళ్లు కాదు. ఎవరైనా చికెన్‌పాక్స్‌ను అభివృద్ధి చేయడానికి చికెన్‌పాక్స్ లేదా షింగిల్స్‌కు గురైన తర్వాత 10 నుండి 21 రోజుల వరకు పడుతుంది. చికెన్‌పాక్స్ యొక్క ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలు

యాంటీవైరల్ మందులతో పాటు, లక్షణాల నుండి ఉపశమనానికి మరియు గోకడం వల్ల ఏర్పడిన మచ్చలను వదిలించుకోవడానికి సహాయపడే కొన్ని ఇంటి నివారణలు ఉన్నాయి. అయితే, మీరు ఈ చికెన్‌పాక్స్ నివారణలలో దేనినైనా ప్రయత్నించే ముందు మీ వైద్యుడిని సంప్రదించండి.

1. వోట్మీల్ బాత్ చికెన్‌పాక్స్ కారణంగా ఏర్పడే చర్మం దురద నుండి ఉపశమనం పొందేందుకు ఓట్ మీల్ బాత్ అత్యంత ప్రసిద్ధ సహజ నివారణలలో ఒకటి. దీని కోసం, మీరు రెండు కప్పుల ఓట్ మీల్‌ను రెండు లీటర్ల నీటిలో సుమారు 15 నిమిషాలు ఉడికించాలి. ఇప్పుడు, దానిని చల్లబరచండి మరియు ఉడికించిన ఓట్‌మీల్‌ను కాటన్ క్లాత్‌లో కట్టి, నీరు గందరగోళంగా మారే వరకు గోరువెచ్చని నీటి టబ్‌లో తేలడానికి అనుమతించండి. దురద నుండి ఉపశమనం పొందడానికి ఈ నీటిని శరీరమంతా చల్లుకోండి.
2. బేకింగ్ సోడా చికెన్‌పాక్స్‌తో బాధపడుతున్న వ్యక్తులలో దురదను వదిలించుకోవడానికి ఇది చాలా సాధారణంగా ఉపయోగించబడుతుంది. ఒక గ్లాసు నీటిలో 1/4 టీస్పూన్ బేకింగ్ సోడా కలపండి. బేకింగ్ సోడా చర్మంపై ఆరిపోయేలా మెత్తగా కాటన్ క్లాత్‌ను అందులో ముంచి చర్మంపై వేయండి. ఇది బొబ్బలు గోకడం నుండి మిమ్మల్ని దూరంగా ఉంచుతుంది.
3. విటమిన్ ఇ నూనెలో యాంటీఆక్సిడెంట్ పుష్కలంగా ఉంటుంది, విటమిన్ ఇ ఆయిల్ దురద నుండి ఉపశమనం పొందడంలో సహాయపడుతుంది అలాగే చికెన్‌పాక్స్ బొబ్బలు గోకడం వల్ల ఏర్పడే మచ్చలను నివారిస్తుంది. విటమిన్ ఇ ఆయిల్‌ను చర్మం అంతటా సున్నితంగా పూయండి, ఎందుకంటే ఇది చర్మంపై ప్రశాంతత మరియు ఓదార్పు ప్రభావాన్ని చూపుతుంది మరియు అందువలన, వైద్యం ప్రోత్సహిస్తుంది. అంతేకాకుండా, ఈ నూనెను క్రమం తప్పకుండా ఉపయోగించడం వల్ల చికెన్‌పాక్స్ కారణంగా ఏర్పడిన మచ్చలు/మార్క్‌లు తేలికవుతాయి. చికెన్‌పాక్స్‌తో జీవించడం

కొద్దికాలం పాటు, ఒక వ్యక్తికి చికెన్‌పాక్స్ వచ్చినప్పుడు, తనంతట తానుగా వీలైనంత సౌకర్యవంతంగా ఉండటమే కాకుండా మరొకరు చేయగలరు. చాలా సందర్భాలలో, మీకు ఒకసారి చికెన్‌పాక్స్ వచ్చినట్లయితే, మీ జీవితకాలంలో అది మళ్లీ రాదు. అరుదుగా, ఎవరైనా ఒకటి కంటే ఎక్కువసార్లు పొందవచ్చు. రోగులు తగినంత మొత్తంలో విశ్రాంతి తీసుకోవాలి. ఆర్ద్రీకరణను నిర్వహించడానికి చాలా నీరు మరియు ఇతర ద్రవాలను త్రాగాలి. దాల్చిన చెక్క, చమోమిలే మరియు తులసి మూలికా టీలు వంటి ఇతర పానీయాలు కూడా రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతాయి. ఆహారం సరళంగా మరియు ఆరోగ్యకరమైనదిగా ఉండాలి. కొవ్వు మరియు కారంగా ఉండే ఆహారాన్ని నివారించండి. సంతృప్త కొవ్వు అధికంగా ఉన్న ఆహారం మంటను కలిగిస్తుంది, ఇది చికాకు ఉన్న ప్రాంతం యొక్క వైద్యంను నెమ్మదిస్తుంది. గోకడం నివారించడానికి మీ వేలుగోళ్లను కత్తిరించండి ఎందుకంటే ఇది లోతైన మచ్చలు మరియు గాయాలను ఏర్పరుస్తుంది. యాంటిహిస్టామైన్ లోషన్ మరియు చల్లని స్నానాలు దురదను శాంతపరచడానికి సహాయపడతాయి. స్వీయ సంరక్షణతో పాటు ఇంట్లో చికెన్‌పాక్స్ వ్యాప్తి చెందకుండా నిరోధించడం చాలా ముఖ్యం. ముఖ్యంగా తిన్న తర్వాత మరియు రెస్ట్‌రూమ్‌ని ఉపయోగించిన తర్వాత మీ కుటుంబం తరచుగా చేతులు కడుక్కోవాలని నిర్ధారించుకోండి. టీకాలు వేయని కుటుంబ సభ్యులు, గర్భిణీ స్త్రీలు, నవజాత శిశువులు, వృద్ధులు లేదా ఇన్‌ఫెక్షన్‌కు తక్కువ నిరోధకత ఉన్నవారిని బహిర్గతం చేయకుండా ప్రయత్నించండి. అన్ని బొబ్బలు క్రస్ట్ లేదా ఎండిన వరకు ఒంటరిగా ఉండటానికి ప్రయత్నించాలి. తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు చికెన్ పాక్స్ మొదట బయటకు వచ్చినప్పుడు ఎలా ఉంటుంది? చికెన్‌పాక్స్ జీవితాంతం రోగనిరోధక శక్తిని ఇస్తుందా? పెద్దలకు చికెన్ పాక్స్ ఎందుకు అధ్వాన్నంగా ఉంటుంది? చికెన్‌పాక్స్ ఎంతకాలం సంక్రమిస్తుంది? చికెన్ పాక్స్ రెండుసార్లు వస్తుందా? చికెన్ పాక్స్ మశూచికి సంబంధించినదా? ప్రస్తావనలు Ayoade F, Kumar S. Varicella Zoster. [2021 ఆగస్టు 11న నవీకరించబడింది]. ఇన్: స్టాట్‌పెర్ల్స్ [ఇంటర్నెట్]. ట్రెజర్ ఐలాండ్ (FL): StatPearls పబ్లిషింగ్; 2021 జనవరి. InformedHealth.org [ఇంటర్నెట్]. కొలోన్, జర్మనీ: ఇన్‌స్టిట్యూట్ ఫర్ క్వాలిటీ అండ్ ఎఫిషియెన్సీ ఇన్ హెల్త్ కేర్ (IQWiG); 2006-. చికెన్‌పాక్స్: అవలోకనం. 2014 జూన్ 30 [2019 నవంబర్ 21న నవీకరించబడింది]. కోహెన్ J, బ్రూయర్ J. చికెన్‌పాక్స్: చికిత్స. BMJ క్లిన్ ఎవిడ్. 2015;2015:0912. 2015 జూన్ 15న ప్రచురించబడింది. కోట V, గ్రెల్లా MJ. వరిసెల్లా (చికెన్‌పాక్స్) టీకా. [2021 ఫిబ్రవరి 16న నవీకరించబడింది]. ఇన్: స్టాట్‌పెర్ల్స్ [ఇంటర్నెట్]. ట్రెజర్ ఐలాండ్ (FL): StatPearls పబ్లిషింగ్; 2021 జనవరి. చికెన్‌పాక్స్ (వరిసెల్లా). సెంటర్స్ ఫర్ డిసీజ్ కంట్రోల్ అండ్ ప్రివెన్షన్ (CDC). చికెన్‌పాక్స్ ఉన్న పిల్లలను ఎలా చూసుకోవాలి. అమెరికన్ అకాడమీ ఆఫ్ డెర్మటాలజీ. నివారణ మరియు చికిత్స. చికెన్‌పాక్స్ (వరిసెల్లా). సెంటర్స్ ఫర్ డిసీజ్ కంట్రోల్ అండ్ ప్రివెన్షన్ (CDC). పిల్లలకు ప్రకృతి చికిత్స. HK బఖ్రు జైకో పబ్లిషింగ్ హౌస్, 1999. 304 p. సాధారణ జబ్బులకు సహజ ఇంటి నివారణలు. HK బఖ్రు ఓరియంట్ పేపర్‌బ్యాక్స్, 1996. 232 p.

==================================================

జిరోఫ్తాల్మియాను జిరోటిక్ కెరాటిటిస్ మరియు కెరటోమలాసియా అని కూడా పిలుస్తారు అవలోకనం జిరోఫ్తాల్మియా అనేది తీవ్రమైన విటమిన్ ఎ లోపంతో సంబంధం ఉన్న కంటి సంకేతాలు మరియు లక్షణాల సమూహాన్ని సూచిస్తుంది. విటమిన్ ఎ కంటిలో వివిధ ముఖ్యమైన విధులను నిర్వహిస్తుంది మరియు దాని లోపం కళ్ళ ఆరోగ్యాన్ని ప్రతికూలంగా ప్రభావితం చేస్తుంది. అభివృద్ధి చెందుతున్న దేశాలలో ఇది ఒక ప్రధాన సమస్య మరియు ప్రపంచవ్యాప్తంగా నివారించదగిన అంధత్వానికి ప్రధాన కారణం.

ఇది ఏ వయస్సు వారినైనా ప్రభావితం చేయవచ్చు కానీ 2 నుండి 6 సంవత్సరాల మధ్య వయస్సు ఉన్న పిల్లలు ఈ లోపానికి ఎక్కువగా గురవుతారు. విటమిన్ ఎ సరికాని వినియోగం, జీవక్రియ లేదా నిల్వ కారణంగా ఈ వ్యాధి సంభవించవచ్చు.

ఆహారం మరియు సప్లిమెంట్ల ద్వారా సరైన మోతాదులో విటమిన్ ఎ తీసుకోవడం ద్వారా ఈ వ్యాధిని సులభంగా నివారించవచ్చు మరియు చికిత్స చేయవచ్చు. జిరోఫ్తాల్మియాకు ప్రేరేపించే కారకంగా పనిచేసే మీజిల్స్ వంటి కొన్ని వ్యాధులకు వ్యతిరేకంగా రోగనిరోధకత కూడా పిల్లలలో విటమిన్ ఎ లోపాన్ని నివారించడంలో సహాయపడుతుంది. సాధారణంగా 2 నుండి 6 సంవత్సరాల మధ్య వయస్సు గల పిల్లలలో కనిపించే ముఖ్య వాస్తవాలు స్త్రీ పురుషులిద్దరి శరీర భాగాలు (లు) ప్రమేయం కలిగి ఉంటాయి కళ్ళు అనుకరించే పరిస్థితులు పరీక్ష రక్త పరీక్ష: సీరం విటమిన్ ఎ, సీరం రెటినోల్ బైండింగ్ ప్రోటీన్ & సీరం జింక్ డార్క్ అడాప్టోమెట్రీ మరియు నైట్ విజన్ థ్రెషోల్డ్ పరీక్షలు ఎలక్ట్రోరెటినోగ్రామ్ (ERG) ఇంప్రెషన్ సైటోలజీ చికిత్స విటమిన్ ఎ సప్లిమెంటేషన్ జింక్ సప్లిమెంటేషన్ సమయోచిత చికిత్స యాంటీబయాటిక్స్ సంబంధిత ఎన్జిఓలు

జిరోఫ్తాల్మియా యొక్క లక్షణాలు రోగి యొక్క లోపం మరియు వయస్సు యొక్క తీవ్రతపై ఆధారపడి ఉంటాయి మరియు ఈ క్రింది దశల ద్వారా క్రమంగా పురోగమిస్తాయి: రాత్రి అంధత్వం (కంటికి కాంతికి బలహీనమైన సున్నితత్వం) ఇది జిరోఫ్తాల్మియా యొక్క మొదటి సంకేతం, దీనిలో వ్యక్తి చూడలేడు. మసక వెలుతురులో మరియు వస్తువులపైకి దూసుకుపోవచ్చు మరియు/లేదా తగ్గిన చలనశీలతను చూపుతుంది. కండ్లకలక జిరోసిస్ ఇది కండ్లకలక యొక్క నిస్తేజంగా, పొడిగా, మందంగా, ముడతలుగా కనిపించడం ద్వారా వర్గీకరించబడుతుంది. కండ్లకలకను ద్రవపదార్థం చేసే మ్యూకిన్ స్రావంలో మార్పుల కారణంగా ఇది అభివృద్ధి చెందుతుంది. బిటాట్ మచ్చలు ఇది కండ్లకలకపై తెల్లటి, నురుగు, అపారదర్శక నిక్షేపాలను సూచిస్తుంది. కార్నియా జిరోసిస్ కార్నియా నిస్తేజంగా, పొడిగా మరియు మబ్బుగా కనిపిస్తుంది. కార్నియల్ వ్రణోత్పత్తి లేదా కెరటోమలాసియా కార్నియల్ జిరోసిస్ తరచుగా అల్సర్‌లకు మరియు కార్నియా మృదువుగా మారడానికి దారితీస్తుంది. ఇది కంటిలోని కార్నియాను కూడా చిల్లులు చేసి నాశనం చేస్తుంది. జిరోఫ్తాల్మిక్ ఫండస్ ఇది ఫండస్‌లో (కంటి లోపలి, వెనుక ఉపరితలం) నిర్మాణ మార్పులను సూచిస్తుంది. జిరోఫ్తాల్మియా కారణాలు

విటమిన్ A అనేది ఒక ముఖ్యమైన పోషకం మరియు కంటి యొక్క క్రింది కేంద్ర విధులకు బాధ్యత వహిస్తుంది: రెటీనా అని పిలువబడే విటమిన్ A యొక్క రూపం, opsin అనే ప్రోటీన్‌తో కలిపి రోడాప్సిన్‌ను ఏర్పరుస్తుంది, ఇది మసక కాంతి మరియు రంగులో దృష్టికి అవసరమైన కాంతిని గ్రహించే అణువు. సున్నితత్వం. కంటి యొక్క రక్షిత బయటి పొర అయిన కార్నియా యొక్క పనితీరుకు మద్దతు ఇవ్వడం ద్వారా స్పష్టమైన దృష్టిని నిర్వహించడంలో విటమిన్ ఎ కూడా ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తుంది, విటమిన్ ఎ కళ్లలో తేమను ఉత్పత్తి చేయడానికి మరియు కళ్ళు పొడిబారడం వంటి సమస్యలను నివారించడానికి లాక్రిమల్ గ్రంధులను ప్రేరేపించడంలో సహాయపడుతుంది. విటమిన్ ఎ లోపం జిరోఫ్తాల్మియాకు ప్రధాన కారణం. లోపం యొక్క కారణాలు:

ఎ. విటమిన్ ఎ యొక్క తగినంత ఆహారం తీసుకోకపోవడం విటమిన్ ఎ యొక్క ఆహార వనరులను తక్కువగా తీసుకోవడం దీనికి కారణమని చెప్పవచ్చు: తగినంత ఆహార సరఫరా దీర్ఘకాలిక మద్య వ్యసనం అధికంగా ఎంపిక చేసుకుని తినడం మానసిక అనారోగ్యం మింగడంలో ఇబ్బంది

మానసిక అనారోగ్యంతో పోరాడుతున్న ఒక స్నేహితుడు లేదా కుటుంబ సభ్యునికి మీరు సహాయం చేయగల మరియు మద్దతు ఇవ్వగల మార్గాలు ఇక్కడ ఉన్నాయి, ఇది వారి ఆహార విధానాన్ని ఎక్కువగా ప్రభావితం చేస్తుంది. తెలుసుకోవడానికి నొక్కండి!

B. విటమిన్ A యొక్క బలహీనమైన శోషణ విటమిన్ A యొక్క తగినంత శోషణకు ప్రధాన కారణాలు ప్యాంక్రియాటిక్, కాలేయం మరియు ప్రేగులను ప్రభావితం చేసే వ్యాధులు: దీర్ఘకాలిక కాలేయ వ్యాధి (6 నెలల కంటే ఎక్కువ కాలం కాలేయం యొక్క ప్రగతిశీల నష్టం) ఇన్ఫ్లమేటరీ ప్రేగు వ్యాధి (జీర్ణవ్యవస్థలో వాపు ట్రాక్ట్) ప్యాంక్రియాటైటిస్ (ప్యాంక్రియాస్ యొక్క వాపు) ఉదరకుహర వ్యాధి (జీర్ణానికి దారితీసే కొన్ని ఆహారాలకు అధిక సున్నితత్వం) ప్యాంక్రియాటిక్ లోపం (ప్యాంక్రియాస్ యొక్క సరికాని పనితీరు) షార్ట్ బవెల్ సిండ్రోమ్ (ఆహారం నుండి పోషకాలను సరిగ్గా గ్రహించకపోవడం) దీర్ఘకాలిక డయేరియాసిస్ ఇన్ఫెక్షన్ జ్వరం మరియు విరేచనాలతో పాటు) అబెటాలిపోప్రొటీనిమియా (కొవ్వులు మరియు విటమిన్ల యొక్క బలహీనమైన శోషణ) C. విటమిన్ ఎ తగ్గిన నిల్వ కింది కారణాల వల్ల విటమిన్ ఎ తగ్గిన నిల్వ కూడా జిరోఫ్తాల్మియాకు కారణం కావచ్చు. కాలేయ వ్యాధులు సిస్టిక్ ఫైబ్రోసిస్ (ప్రధానంగా ఊపిరితిత్తులు మరియు జీర్ణవ్యవస్థను ప్రభావితం చేసే వారసత్వ రుగ్మత) మీకు తెలుసా? విటమిన్ ఎ చర్మ కణాలకు పోషణను అందిస్తుంది మరియు ఆరోగ్యకరమైన మరియు మెరిసే చర్మాన్ని ప్రోత్సహిస్తుంది. విటమిన్ ఎ యొక్క ఆరోగ్యకరమైన మోతాదు కొత్త చర్మ కణాల ఉత్పత్తిని నిర్వహించడం ద్వారా చర్మ క్యాన్సర్‌ను కూడా నివారిస్తుంది. విటమిన్ ఎ వల్ల కలిగే మరిన్ని ప్రయోజనాలను తెలుసుకోండి. తెలుసుకోవడానికి చదవండి! జిరోఫ్తాల్మియాకు ప్రమాద కారకాలు క్రింది కారకాలు విటమిన్ ఎ లోపాన్ని ప్రేరేపించగలవు మరియు చివరికి జిరోఫ్తాల్మియాకు దారితీస్తాయి: వయస్సు శిశువులు మరియు పిల్లలు వారి పెరుగుదల మరియు అభివృద్ధికి విటమిన్ ఎ యొక్క అధిక అవసరం కారణంగా జిరోఫ్తాల్మియాకు ఎక్కువ అవకాశం ఉంది. విటమిన్ ఎ శోషణకు ఆటంకం కలిగించే పేగు ఇన్ఫెక్షన్లకు కూడా పిల్లలు ఎక్కువగా గురవుతారు.

మీ పిల్లల ఆరోగ్యం గురించి ఆందోళన చెందుతున్నారా? మీ బిడ్డ పోషకాహార లోపాలను అభివృద్ధి చేయకుండా చూసుకోవడానికి కొన్ని సులభమైన మరియు ఆచరణాత్మక మార్గాలను తెలుసుకోండి. తెలుసుకోవడానికి నొక్కండి!

పోషకాహార లోపం విటమిన్ ఎ లోపంతో సహా అనేక విటమిన్ లోపాలకు పోషకాహార లోపం దారితీస్తుంది. అభివృద్ధి చెందుతున్న దేశాలలో నివసించే ప్రజలు పోషకాహారలోపానికి ఎక్కువ అవకాశాలు ఉన్నందున జిరోఫ్తాల్మియాకు ఎక్కువ అవకాశం ఉంది. జింక్ లోపం పోషకాహార లోపం, ముఖ్యంగా జింక్ లోపం, శరీరంలో చురుకైన విటమిన్ ఎ స్థాయిని తగ్గిస్తుంది మరియు జిరోఫ్తాల్మియా అభివృద్ధి చెందే అవకాశాలను పెంచుతుంది. గర్భిణీ మరియు పాలిచ్చే స్త్రీలకు ఈ కాలంలో విటమిన్ ఎ లోపం వచ్చే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉండటం వల్ల జిరోఫ్తాల్మియా వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది. విటమిన్ ఎ లోపం ఉన్న తల్లులకు జన్మించిన నవజాత శిశువులకు జిరోఫ్తాల్మియా వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది. పేద చనుబాలివ్వడం సాధారణ పెరుగుదల మరియు అభివృద్ధికి అవసరమైన వివిధ రకాల పోషకాలను నవజాత శిశువులకు తల్లి పాలు అందిస్తుంది. ఇది జీవితం యొక్క ప్రారంభ సంవత్సరాల్లో వివిధ ఇన్ఫెక్షన్ల నుండి శిశువులను కూడా రక్షిస్తుంది. 6 నెలల కంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్న శిశువులలో తగినంత తల్లిపాలు ఇవ్వకపోవడం కూడా జిరోఫ్తాల్మియా ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. వైద్య పరిస్థితులు దీర్ఘకాలిక కాలేయ వ్యాధి, లివర్ సిర్రోసిస్, డయేరియా, ప్యాంక్రియాస్ యొక్క వాపు మరియు ఇన్ఫ్లమేటరీ ప్రేగు వ్యాధి వంటి కొన్ని వ్యాధులు వ్యక్తిని జిరోఫ్తాల్మియాకు మరింత హాని కలిగిస్తాయి. కొమొర్బిడిటీలు న్యుమోనియా, కామెర్లు, వాంతులు మరియు సెప్టిసిమియా వంటి వివిధ వ్యాధులు కూడా జిరోఫ్తాల్మియా ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయి. తక్కువ సామాజిక ఆర్థిక స్థితి పేద ప్రజలు తమ పోషకాహార అవసరాలను తీర్చుకోవడానికి సరైన భోజనం చేయలేని కారణంగా విటమిన్ ఎ లోపానికి ఎక్కువ అవకాశం ఉంది. విద్య లేకపోవడం సరైన పోషకాహారం యొక్క ప్రాముఖ్యత గురించి సరైన అవగాహన లేని వ్యక్తులు విటమిన్ ఎ వంటి పోషకాహార లోపానికి గురవుతారు. మద్యపానం అధికంగా తీసుకోవడం వల్ల శరీరంలో విటమిన్ ఎ స్థాయి తగ్గుతుంది మరియు జిరోఫ్తాల్మియాకు దారి తీస్తుంది. ఆల్కహాల్ కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గిస్తుంది, తక్కువ పరిమాణంలో రెడ్ వైన్ హృదయ ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుందని తెలిసినప్పటికీ, నిరంతర మద్యపానం కొలెస్ట్రాల్‌లో పెరుగుదలకు కారణమవుతుంది, ఇది ధమనులలో ఫలకం ఏర్పడటానికి దారితీస్తుంది. దీర్ఘకాలంలో మద్యం సేవించడం వల్ల గుండెపోటు వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఆల్కహాల్ గురించి ఇలాంటి అపోహలు ఎక్కువ. ఇప్పుడు బస్ట్! జిరోఫ్తాల్మియా నిర్ధారణ

జిరోఫ్తాల్మియా సంకేతాలు ఉన్న రోగి నుండి ఆల్కహాల్ తీసుకోవడంతో సహా సంపూర్ణమైన ఆహార, వైద్య, సామాజిక చరిత్ర తీసుకోబడుతుంది. రాత్రి అంధత్వం లేదా తీవ్రమైన జిరోఫ్తాల్మియా యొక్క నిర్దిష్ట సూచనల విషయంలో, విటమిన్ ఎతో చికిత్స వెంటనే ప్రారంభించబడుతుంది. రోగ నిర్ధారణ ఎక్కువగా లక్షణాలపై ఆధారపడి ఉంటుంది. శారీరక పరీక్ష జిరోఫ్తాల్మియా యొక్క లక్షణం అయిన పొడి కళ్ళు మరియు మచ్చలు వంటి ఏవైనా సంకేతాల కోసం డాక్టర్ మొదట రోగి యొక్క కళ్ళను పరిశీలిస్తాడు. శారీరక పరీక్షలో కామెర్లు కూడా ఉంటాయి. రక్త పరీక్షలు సీరం విటమిన్ ఎ/రెటినోల్ ఈ పరీక్ష శరీరంలో విటమిన్ ఎ స్థాయిని కొలుస్తుంది. విటమిన్ ఎ లోపానికి సంబంధించిన కంటి లక్షణాలు <10mcg/dL గాఢతలో అభివృద్ధి చెందుతున్నట్లు చూపబడింది.

సీరం రెటినోల్ బైండింగ్ ప్రోటీన్ విటమిన్ ఎ రెటినోల్ బైండింగ్ ప్రోటీన్ (RBP)తో బంధించిన తర్వాత రెటినోల్ రూపంలో కణజాలాలకు రవాణా చేయబడుతుంది. RBP స్థాయి రెటినోల్ గాఢతను ప్రతిబింబిస్తుంది, ఇది విటమిన్ A స్థితి గురించి ఒక ఆలోచనను ఇస్తుంది. సీరం RBP యొక్క సాధారణ స్థాయి 30-75 ug/ml.

సీరం జింక్ జింక్ తగ్గిన స్థాయి కూడా జిరోఫ్తాల్మియాతో సంబంధం కలిగి ఉంటుంది. సీరం జింక్ యొక్క సాధారణ స్థాయిలు 75-120 mcg/dL. డార్క్ అడాప్టోమెట్రీ మరియు నైట్ విజన్ థ్రెషోల్డ్ పరీక్షలు ఈ పరీక్షలు రాత్రి దృష్టి లోపాలను నిర్ధారించడానికి ఉపయోగిస్తారు. ఎలెక్ట్రోరెటినోగ్రామ్ (ERG) ERG కాంతి ఉద్దీపనకు ప్రతిస్పందనగా రెటీనా యొక్క విద్యుత్ కార్యకలాపాలను, నాన్-ఇన్వాసివ్‌గా కొలుస్తుంది. ERG లు కార్నియాతో సంబంధంలో ఉంచబడిన ఎలక్ట్రోడ్‌ను ఉపయోగించి రికార్డ్ చేయబడతాయి. ఇంప్రెషన్ సైటోలజీ దీనిలో, కండ్లకలక (కంటి యొక్క తెల్లని భాగాన్ని కప్పి ఉంచే స్పష్టమైన కణజాలం) యొక్క నమూనాలు గోబ్లెట్ కణాల ఉనికి కోసం అధ్యయనం చేయబడతాయి (శ్లేష్మ కణాలను ఉత్పత్తి చేసే మరియు స్రవించే అత్యంత ప్రత్యేకమైన కణాలు, కళ్ల ఆర్ద్రీకరణ మరియు సరళతకు బాధ్యత వహిస్తాయి). ఈ కణాల పరిమాణం తగ్గడం కూడా విటమిన్ ఎ లోపానికి సూచిక. సందర్శించవలసిన నిపుణుడు

కళ్లు పొడిబారడం వంటి కనిపించే లక్షణాలను ఎదుర్కొంటున్న ఏ రోగి అయినా వెంటనే వైద్యుడిని సంప్రదించాలి.

జిరోఫ్తాల్మియా యొక్క రోగనిర్ధారణ ఒక నేత్ర వైద్యుడు, వ్యాధులు మరియు కంటి శస్త్రచికిత్సలలో ప్రత్యేకత కలిగిన వైద్యునిచే చేయబడుతుంది.

మీరు ఏవైనా కంటి సంబంధిత సమస్యలను ఎదుర్కొంటుంటే, మా వైద్య నిపుణులను సంప్రదించండి. ఇప్పుడే సంప్రదించండి!

జిరోఫ్తాల్మియా నివారణ

జిరోఫ్తాల్మియాను నివారించడంలో విటమిన్ ఎ యొక్క తగినంత స్థాయిని నిర్వహించే అన్ని క్రింది కారకాలు పాత్ర పోషిస్తాయి: తగినంత విటమిన్ ఎ తీసుకోవడం జిరోఫ్తాల్మియాను నివారించడానికి ఉత్తమ మార్గం విటమిన్ ఎ పుష్కలంగా ఉన్న ఆరోగ్యకరమైన సమతుల్య ఆహారం ద్వారా తగినంత మొత్తంలో విటమిన్ ఎ తీసుకోవడం. క్యారెట్లు, పాలు, చేపలు, గుడ్లు, ఆకుపచ్చ కూరగాయలు, యమ్‌లు మరియు చిలగడదుంపలు.

నిర్బంధ ఆహారాలు లేదా విటమిన్ ఎ తగినంత మొత్తంలో పొందడంలో కొన్ని సమస్యలను ఎదుర్కొంటున్న వ్యక్తులు విటమిన్ ఎ సప్లిమెంట్లను సిఫార్సు చేసిన మోతాదులో తీసుకోవాలి.

కాలేయంలో రెటినోల్ నిల్వలను నిర్మించడానికి గర్భధారణ మరియు చనుబాలివ్వడం సమయంలో విటమిన్ ఎ యొక్క సరైన తీసుకోవడం కూడా చాలా ముఖ్యం. పర్యావరణ పరిశుభ్రత శ్వాసకోశ ఇన్ఫెక్షన్లు, క్షయ, విరేచనాలు మరియు పురుగుల ముట్టడి వంటి కొన్ని వ్యాధుల సమక్షంలో విటమిన్ ఎ లోపం వచ్చే అవకాశాలు పెరుగుతాయి. జీవన వాతావరణం యొక్క సరైన పారిశుధ్యం ఈ వ్యాధుల ప్రాబల్యాన్ని తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది.

ఒక వ్యక్తి తన జీవితాన్ని ఎలా గడుపుతున్నాడో పరిశుభ్రత అనేది ఒక క్లిష్టమైన కొలత. స్వీయ-పరిశుభ్రతకు ప్రాముఖ్యతనిచ్చే వ్యక్తి తన/ఆమె చర్మంలో సుఖంగా ఉండటమే కాకుండా తన చుట్టూ ఉన్న ఇతరులకు సౌకర్యంగా పని చేయడానికి సహాయం చేస్తాడు.

కార్యాలయంలో పరిశుభ్రతను కాపాడుకోవడానికి ఇక్కడ 5 సాధారణ చిట్కాలు ఉన్నాయి. తెలుసుకోవడానికి క్లిక్ చేయండి!

టీకా తట్టు వంటి కొన్ని టీకా-నివారించగల వ్యాధులు జిరోఫ్తాల్మియాకు ప్రేరేపించే కారకంగా పనిచేస్తాయి. రోగనిరోధకత అటువంటి కారకాలను తొలగించడంలో సహాయపడుతుంది మరియు జిరోఫ్తాల్మియాను నివారించడంలో సహాయపడుతుంది. నీకు తెలుసా? ఒక పిల్లవాడు తినే ఆహారం, పీల్చే గాలి మరియు నోటిలో పెట్టే వస్తువుల ద్వారా ప్రతిరోజూ వేలాది సూక్ష్మక్రిములకు గురవుతాడు. టీకాలు చాలా తక్కువ మొత్తంలో పదార్థాలను (యాంటిజెన్‌లు) ఉపయోగిస్తాయి, ఇవి మీ పిల్లల రోగనిరోధక వ్యవస్థను గుర్తించి, తీవ్రమైన వ్యాధులతో పోరాడటం నేర్చుకోవడంలో సహాయపడతాయి. పిల్లలలో టీకాలు వేయడం గురించి వివరంగా తెలుసుకోండి. ఇప్పుడు చదవండి! జిరోఫ్తాల్మియా కోసం ఇంటి సంరక్షణ

1. విటమిన్ ఎ సమృద్ధిగా ఉన్న ఆహారాన్ని తీసుకోండి ప్రజలు తమ ఆహారంలో విటమిన్లు అధికంగా ఉండే ఆహారాన్ని తీసుకోవాలి: క్యారెట్ బ్రోకలీ ఫిష్ ఫోర్టిఫైడ్ తృణధాన్యాలు గొడ్డు మాంసం కాలేయం గుడ్లు చికెన్ మామిడి మొత్తం పాలు ఆకుపచ్చ ఆకు కూరలు
2. అద్దాలు ధరించడం మంచి అభ్యాసం, ఇది కళ్ళ నుండి ఒత్తిడిని తగ్గిస్తుంది మరియు రాత్రి అంధత్వంతో బాధపడుతున్న వ్యక్తులకు సహాయపడుతుంది. ఇది కళ్ళు మెరుగైన మార్గంలో దృష్టి పెట్టడానికి కూడా సహాయపడుతుంది.
3. చీకటిలో నేరుగా చూడటం మానుకోండి రాత్రి అంధత్వంతో బాధపడుతున్న వ్యక్తులు డార్క్ సోర్స్‌ను నేరుగా చూడటం మానుకోవాలి, ఎందుకంటే ఇది కంటికి (కంటి యొక్క నలుపు మధ్యలో) ప్రతికూలంగా ప్రభావితం చేస్తుంది.
4. కంటి వ్యాయామాలు జిరోఫ్తాల్మియా ఉన్న రోగులు వేర్వేరు దిశల్లో చూస్తూ, వివిధ పాయింట్లపై దృష్టి కేంద్రీకరించడం మరియు వారి కళ్ళు రెప్పవేయడం ద్వారా వారి కళ్ళను కదలికలో ఉంచాలి. ఇది కంటికి వ్యాయామంగా పనిచేస్తుంది మరియు కళ్లను పునరుద్ధరించడంలో సహాయపడుతుంది.
5. చీకటికి అనుసరణ జీరోఫ్తాల్మియా ప్రారంభ దశలో ఉన్నవారు అంటే రాత్రి అంధత్వం ఉన్నవారు ప్రతిరోజూ 20-30 నిమిషాల పాటు చీకటి గదిలో కూర్చొని చీకటికి అలవాటుపడటానికి ప్రయత్నించాలి. వారు నిద్రపోయేటప్పుడు స్లీప్ మాస్క్ కూడా ధరించాలి. ఇది చీకటిలో కళ్ళు సౌకర్యవంతంగా ఉంటుంది మరియు తీవ్రమైన కంటి రుగ్మతలను నివారించడానికి కూడా సహాయపడుతుంది.
6. కంటి మసాజ్ కంటి మసాజ్ అనేది కళ్ల మొత్తం ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడానికి చాలా శక్తివంతమైన సాధనం. సరికాని టెక్నిక్ కంటి లెన్స్ దెబ్బతింటుంది కాబట్టి ఇది నిపుణుడి పర్యవేక్షణలో మాత్రమే చేయాలి. కంటి మసాజ్ చేయడానికి: అరచేతులతో రెండు కళ్లపై కొంచెం ఒత్తిడి ఉంచండి, దాదాపు 5-10 సెకన్లపాటు ఆ ఒత్తిడిని ఉంచండి కంటి చూపు కొద్దిసేపటికి నల్లగా కాకుండా తెల్లగా మారుతుంది, నలుపు దృష్టి తిరిగి వచ్చినప్పుడు, కళ్ళు తెరవండి, ఇది దృష్టిని గణనీయంగా మెరుగుపరుస్తుంది. చీకటిలో రెగ్యులర్ కంటి మసాజ్ రాత్రి అంధత్వాన్ని కొంత వరకు నివారించవచ్చు జిరోఫ్తాల్మియా యొక్క సమస్యలు

విటమిన్ ఎ లోపం తీవ్రమైన పోషకాహార లోపం కారణంగా వివిధ సమస్యలను కలిగిస్తుంది. ఇది మ్యూకోసల్ ఇన్ఫెక్షన్ల అవకాశాలను కూడా పెంచుతుంది. కెరటోమలాసియా మరియు రాత్రి అంధత్వం కూడా పిల్లలలో ప్రాణాంతకం కావచ్చు.

విటమిన్ ఎ అధిక మోతాదులో కండ్లకలక జిరోసిస్ మరియు రాత్రి అంధత్వం వంటి ప్రారంభ లక్షణాలకు చికిత్స చేయవచ్చు. అయితే కార్నియల్ జీరోసిస్ కొన్నిసార్లు శాశ్వత దృష్టి నష్టానికి దారితీయవచ్చు. తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు జిరోఫ్తాల్మియా ఒక జన్యుపరమైన రుగ్మతా? జిరోఫ్తాల్మియా రివర్సబుల్? రాత్రి అంధత్వం నిర్వహణలో విటమిన్ ఎ ఎలా సహాయపడుతుంది? విటమిన్ A విషపూరితం యొక్క లక్షణాలు ఏమిటి? ప్రస్తావనలు Feroze KB, Kaufman EJ. జిరోఫ్తాల్మియా. [2022 ఏప్రిల్ 21న నవీకరించబడింది]. ఇన్: స్టాట్‌పెర్ల్స్ [ఇంటర్నెట్]. ట్రెజర్ ఐలాండ్ (FL): StatPearls పబ్లిషింగ్; 2022 జనవరి. జిరోఫ్తాల్మియా (విటమిన్ ఎ లోపం): MSF వైద్య మార్గదర్శకాలు. జిరోఫ్తాల్మియా, అమెరికన్ అకాడమీ ఆఫ్ ఆప్తాల్మాలజీ, ఐ వికీ, చివరిగా నవీకరించబడింది: 17 మే, 2022. జిరోఫ్తాల్మియా మరియు రాత్రి అంధత్వం, వ్యక్తులు మరియు జనాభాలో క్లినికల్ విటమిన్ A లోపం, ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ. గుప్తా ఎన్, టాండన్ ఆర్. సోషియోడెమోగ్రాఫిక్ లక్షణాలు మరియు ప్రారంభ బాల్యంలో కెరటోమలాసియా ప్రమాద కారకాల ప్రొఫైల్. కార్నియా. 2012 ఆగస్టు 1;31(8):864-6.

==================================================

జిరోస్టోమియాను డ్రై మౌత్, జిరోటోస్ మరియు వాటర్‌లెస్‌నెస్ అని కూడా పిలుస్తారు అవలోకనం జిరోస్టోమియా, సాధారణంగా డ్రై మౌత్ అని పిలుస్తారు, ఇది వ్యక్తి యొక్క లాలాజల గ్రంథులు నోటిని తడిగా ఉంచడానికి తగినంత లాలాజలాన్ని తయారు చేయని పరిస్థితి. ఇది సాధారణంగా కొన్ని ఔషధాల యొక్క దుష్ప్రభావం, కొన్ని వైద్య రుగ్మతల లక్షణం లేదా క్యాన్సర్ చికిత్సలో రేడియేషన్ యొక్క ప్రతికూల ప్రభావంగా కనిపిస్తుంది. అరుదుగా, కారణం నేరుగా లాలాజల గ్రంధికి సంబంధించినది కావచ్చు.

లాలాజలం బ్యాక్టీరియా ద్వారా ఉత్పత్తి చేయబడిన ఆమ్లాలను తటస్థీకరించడం, బ్యాక్టీరియా పెరుగుదలను పరిమితం చేయడం మరియు ఆహార కణాలను కడగడం ద్వారా దంత క్షయాన్ని నిరోధించడంలో సహాయపడుతుంది. లాలాజలం రుచిని కూడా పెంచుతుంది మరియు ఆహారాన్ని నమలడం మరియు మింగడం సులభం చేస్తుంది. దీనితో పాటు, లాలాజలంలో ఎంజైమ్‌లు ఉంటాయి, ఇవి ఆహారాన్ని సులభంగా జీర్ణం చేయడంలో సహాయపడతాయి.

లాలాజల స్రావం తగ్గడం అనేది చిన్న అసౌకర్యం నుండి సాధారణ శ్రేయస్సు మరియు మీ దంతాలు, చిగుళ్ళు మరియు చుట్టుపక్కల నోటి కణజాలాల ఆరోగ్యాన్ని ప్రభావితం చేసే వరకు ఉంటుంది. జిరోస్టోమియా యొక్క కారకాలు మరియు కారణాలను గుర్తించడం చికిత్స కోసం ఒక మార్గాన్ని సృష్టిస్తుంది. సాధారణంగా 50 ఏళ్లు పైబడిన పెద్దవారిలో కనిపించే ముఖ్య వాస్తవాలు లింగం పురుషులు మరియు మహిళలు ఇద్దరినీ ప్రభావితం చేస్తుంది, అయితే స్త్రీలలో ఎక్కువగా కనిపించే శరీర భాగాలు (నోరు) నోటి కుహరం (నోరు) అనుకరించడం పరిస్థితులు హైపోసాలివేషన్ అవసరమైన ఆరోగ్య పరీక్షలు/ఇమేజింగ్ సియాలోమెట్రీ సాలియోగ్రఫీ లాలాజల సింటిగ్రఫీ బయాప్సీ రక్త పరీక్షలు: పూర్తి రక్త గణన (CBC), బ్లడ్ షుగర్ పరీక్షలు & ఎలక్ట్రోలైట్ స్థాయిలు చికిత్స లాలాజలం లాలాజల ఉద్దీపనలకు ప్రత్యామ్నాయాలు మందులు: Pilocarpine & Cevimeline ఇతర మందులు మరియు సన్నాహాలు: Anethole trithione, Yohimbine & హ్యూమన్ ఇంటర్ఫెరాన్ ఆల్ఫా (IFN-a) దంతవైద్యుడు జనరల్ ఫిజిషియన్ లక్షణాలను సంప్రదించడానికి నిపుణులు

జిరోస్టోమియా అనేది సాధారణంగా అనేక ఆరోగ్య పరిస్థితులకు లక్షణం మరియు కొన్ని మందుల యొక్క దుష్ప్రభావం. కానీ ఇది ఇతర లక్షణాలను కలిగి ఉంటుంది: స్పైసి, లవణం లేదా పుల్లని ఆహారాలు లేదా పానీయాలకు అసహనంతో పాటు రుచులను గ్రహించడంలో మార్పులు అంటుకునే, పొడి మరియు కఠినమైన నాలుకతో పాటు నోటిలో మంటగా అనిపించడం, నమలడం, మింగడం, నోటి పుండ్లు లేదా పుండ్లు తీయడంతోపాటు గొంతు నొప్పి అట్రోఫిక్, పగిలిన లేదా పగిలిన పెదవులు నోటిలో అంటువ్యాధులు పెరిగే అవకాశాలు నోటిలో గొంతు బొంగురుపోవడం నోటి దుర్వాసన లేదా పుండ్లు పడడం వల్ల దంత కుహరాలు పెరగడం లేదా కుళ్లిపోవడం దంత కుహరం పెరగడం లేదా దంత దంతాలు లేదా ఇతర దంత పళ్లను నిలుపుకోవడంలో అసమర్థత. జిరోస్టోమియా యొక్క

జిరోస్టోమియా అనేది లాలాజల గ్రంథులు తక్కువ లాలాజలాన్ని ఉత్పత్తి చేసినప్పుడు నోరు పొడిబారడానికి దారితీసే పరిస్థితి. కొన్ని సాధారణ కారణాలలో ఈ క్రిందివి ఉన్నాయి:

1. మందులు: ఇది జిరోస్టోమియాకు అత్యంత సాధారణ కారణం. ఓవర్-ది-కౌంటర్లో విక్రయించబడే అనేక మందులు పొడి నోటిని దుష్ప్రభావంగా పేర్కొంటాయి. జిరోస్టోమియాకు కారణమయ్యే కొన్ని మందులు: ఆందోళన మరియు డిప్రెషన్‌కు మందులు మూత్ర ఆపుకొనలేని, అతి చురుకైన మూత్రాశయం మరియు దీర్ఘకాలిక అబ్స్ట్రక్టివ్ పల్మనరీ డిజార్డర్ చికిత్సలో ఉపయోగించే యాంటీకోలినెర్జిక్స్ వంటి మందులు అలెర్జీలు మరియు జలుబులో ఉపయోగించే డీకాంగెస్టెంట్స్ మరియు యాంటిహిస్టామైన్లు కొన్ని నొప్పి మందులు అధిక రక్తపోటు చికిత్సలో ఉపయోగించబడుతుంది ఆస్తమా చికిత్సలో ఉపయోగించే కొన్ని బ్రోంకోడైలేటర్లు అతిసారం చికిత్సలో ఉపయోగించే కొన్ని మందులు కొన్ని కండరాల సడలింపులు పార్కిన్సన్స్ వ్యాధికి మందులు క్యాన్సర్ చికిత్సకు కీమోథెరపీలో ఉపయోగించే మందులు
2. రేడియేషన్ థెరపీ: క్యాన్సర్ చికిత్స కోసం తల మరియు మెడ ప్రాంతానికి రేడియోధార్మిక చికిత్సలు లాలాజల గ్రంథులకు కోలుకోలేని నష్టాన్ని కలిగిస్తాయి. ఇది లాలాజల ఉత్పత్తిలో గణనీయమైన తగ్గుదలకు దారి తీస్తుంది.
3. నిర్జలీకరణం: శరీరం తిరిగి నింపబడకుండా చాలా ద్రవాలను కోల్పోయినప్పుడు నిర్జలీకరణం సంభవిస్తుంది. ఇది వేడి వేసవి నెలలలో లేదా వాంతులు, విరేచనాలు, జ్వరం, అధిక చెమట, రక్త నష్టం లేదా కాలిన గాయాలు వంటి పరిస్థితులలో సంభవించవచ్చు. శరీరం డీహైడ్రేట్ అయినప్పుడు, లాలాజలం ఉత్పత్తి తగ్గి నోరు పొడిబారుతుంది.
4. నోరు-శ్వాస లేదా గురక: నాసికా రద్దీ లేదా నిద్రలో గురక కారణంగా నోటి ద్వారా శ్వాస తీసుకోవడం వల్ల లాలాజలం ఆవిరైపోతుంది. ఇది నోటిలో పొడిబారడానికి దారితీస్తుంది.
5. వైద్య పరిస్థితులు: జిరోస్టోమియా వంటి వైద్య పరిస్థితులకు సంకేతంగా ఉండవచ్చు: స్జోగ్రెన్స్ వ్యాధి (గతంలో స్జోగ్రెన్ సిండ్రోమ్ అని పిలుస్తారు) అక్వైర్డ్ ఇమ్యునో డిఫిషియెన్సీ సిండ్రోమ్ (AIDS) పేలవంగా నియంత్రించబడిన మధుమేహం అనియంత్రిత రక్తపోటు (అధిక రక్తపోటు) రక్తహీనత హైపోథైరాయిడిజం సైనసిటిస్ స్లీప్ అప్నియా సిస్టిక్ ఆర్మ్పిటిస్ మ్యుటిసిస్ ఇన్ఫెక్షన్ దైహిక లూపస్ ఎరిథెమాటోసస్ పార్కిన్సన్స్ వ్యాధి అల్జీమర్స్ వ్యాధి హెపటైటిస్ సి లింఫోమా క్రానిక్ గ్రాఫ్ట్-వర్సెస్-హోస్ట్ వ్యాధి ఎముక మజ్జ మార్పిడి గ్రహీతలలో లాలాజల గ్రంధి ఎజెనిసిస్ లేదా అప్లాసియా స్ట్రోక్
6. వృద్ధాప్యం: ప్రజలు వయస్సు పెరిగే కొద్దీ జిరోస్టోమియాను అనుభవించవచ్చు. దీనికి దోహదపడే కారకాలు కొన్ని మందుల వాడకం, మందులను ప్రాసెస్ చేసే శరీర సామర్థ్యంలో మార్పులు, సరిపోని లేదా సరికాని పోషకాహారం లేదా దీర్ఘకాలిక ఆరోగ్య సమస్యలు కావచ్చు.
7. నరాల నష్టం: తల లేదా మెడ ప్రాంతంలోని నరాలకు నష్టం కలిగించే ఏదైనా గాయం, ఇన్ఫెక్షన్ లేదా శస్త్రచికిత్స జిరోస్టోమియాకు దారితీయవచ్చు.
8. ధూమపానం మరియు మద్యపానం: ఆల్కహాల్ మూత్రవిసర్జనగా పనిచేస్తుంది, అనగా, శరీరం ఆల్కహాల్‌ను విచ్ఛిన్నం చేస్తుంది, ఇది మూత్రం ద్వారా రక్తం నుండి నీటిని తొలగిస్తుంది. అలాగే, ధూమపానం లాలాజల ప్రవాహ రేటును తగ్గిస్తుంది, ఇది నోరు పొడిబారడం లేదా జిరోస్టోమియాకు దారితీస్తుంది.
9. వినోద ఔషధాల వాడకం: "మెత్ నోరు" అనేది మెథాంఫేటమిన్ వాడకం వల్ల ఏర్పడే పరిస్థితి, ఇది తీవ్రమైన జిరోస్టోమియా మరియు దంతాలకు హాని కలిగిస్తుంది. గంజాయి వంటి ఇతర మందులు కూడా జిరోస్టోమియాకు కారణం కావచ్చు.
10. ఒత్తిడి మరియు ఆందోళన: ఒక వ్యక్తి ఒత్తిడిలో ఉన్నప్పుడు లేదా ఆత్రుతగా ఉన్నప్పుడు కార్టిసాల్ (ఒత్తిడి హార్మోన్ అని కూడా పిలుస్తారు) అధికంగా ఉత్పత్తి అవుతుంది. లాలాజలంలో కార్టిసాల్ స్థాయిలు పెరగడం వల్ల లాలాజలం యొక్క కూర్పు మారవచ్చు, దీని వలన నోరు పొడిగా మారుతుంది. నీకు తెలుసా? జిరోస్టోమియా లేదా నోరు పొడిబారడం అనేది COVID-19 ఇన్ఫెక్షన్ యొక్క ప్రధాన నోటి లక్షణాలలో ఒకటి. కరోనావైరస్ లాలాజల గ్రంథిలో మార్పులు చేయగలదని, ఇది నోరు పొడిబారడానికి దారితీస్తుందని భావిస్తున్నారు. జిరోస్టోమియా సాధారణంగా జ్వరం, దగ్గు లేదా శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది వంటి COVID-19 యొక్క ఇతర సాధారణ లక్షణాల ముందు కనిపిస్తుంది. COVID-19 గురించి మరింత చదవండి! జిరోస్టోమియాకు ప్రమాద కారకాలు

జిరోస్టోమియా అనేది ఒక అంతర్లీన పరిస్థితి యొక్క లక్షణం లేదా కొన్ని మందుల యొక్క ప్రతికూల ప్రభావం. ఇది కారణాన్ని బట్టి శాశ్వతంగా లేదా తాత్కాలికంగా ఉండవచ్చు. జిరోస్టోమియాతో సంబంధం ఉన్న కొన్ని ప్రమాద కారకాలు: యాంటిడిప్రెసెంట్స్ మరియు యాంజియోలైటిక్స్ (యాంటీ-యాంగ్జైటీ) వంటి మందులు స్జోగ్రెన్స్ వ్యాధి మరియు ఎయిడ్స్ వృద్ధాప్య బులిమియా లేదా అనోరెక్సియా వంటి ప్రధాన లాలాజల వాహిక యొక్క అనోరెక్సియా వంటి మందులు లాలాజల రాయి లేదా ఇన్ఫెక్షన్ స్మోకింగ్ కెమోథెరపీ మరియు స్మోకింగ్ కీమోథెరపీ వరకు తల మరియు మెడ నోరు శ్వాస తీసుకోవడం మానసిక లేదా నాడీ రుగ్మతలతో బాధపడుతున్న రోగులు కట్టుడు పళ్ళు ధరించిన వ్యక్తులు గర్భం లేదా తల్లి పాలివ్వడం జిరోస్టోమియా నిర్ధారణ

జిరోస్టోమియా యొక్క రోగనిర్ధారణ వివరణాత్మకంగా ఆధారపడి ఉంటుంది:

వైద్య చరిత్ర పొడి నోరు యొక్క వ్యవధి, ఫ్రీక్వెన్సీ మరియు తీవ్రత గురించిన వివరాలు నమోదు చేయబడ్డాయి. ఇతర ప్రదేశాలలో (కళ్ళు, ముక్కు, గొంతు, చర్మం & యోని) పొడిగా ఉన్న చరిత్ర, పూర్తి ప్రిస్క్రిప్షన్ డ్రగ్ హిస్టరీ, ఆరోగ్య పరిస్థితులు మరియు దానితో పాటు ఏవైనా ఇతర లక్షణాలు పొందబడతాయి.

శారీరక పరీక్ష ప్రధాన లాలాజల గ్రంధులు ఏదైనా నొప్పి, దృఢత్వం లేదా విస్తరణ కోసం పరీక్షించబడతాయి. నోటి లోపల నాళాల నుండి వచ్చే లాలాజల పరిమాణం మరియు నాణ్యత అంచనా వేయబడుతుంది.

నోటిని పరీక్షించడం నోటి నేలపై చాలా తక్కువ లేదా పూల్ లాలాజలం ఉండకపోవచ్చు. లాలాజలం స్ట్రింగ్‌గా, రోపీగా లేదా నురుగుగా కనిపించవచ్చు. పొడి, జిగట లేదా ఎర్రటి నోటి శ్లేష్మం యొక్క ఉనికిని తనిఖీ చేస్తారు. అప్పుడప్పుడు, ఫంగల్ లేదా ఈస్ట్ ఇన్ఫెక్షన్‌లు నోటి లోపలి శ్లేష్మ ఉపరితలంపై తొలగించగల తెల్లటి ఫలకాలుగా కనిపిస్తాయి. పాపిల్లే సంఖ్య తగ్గడంతో నాలుక పొడిగా కనిపించవచ్చు. దంత క్షయం యొక్క పరిధి మరియు నమూనా మూల్యాంకనం చేయబడుతుంది. బహుళ దంత క్షయాలు, ముఖ్యంగా దంతాల మెడ లేదా దంతాల చిట్కాలతో పాటు ఫలకం చేరడం, చిగుళ్ల ఇన్ఫెక్షన్‌లు కనిపిస్తాయి. లాలాజల గ్రంధుల అసాధారణ పనితీరును గుర్తించడానికి అనేక కార్యాలయ పరీక్షలు మరియు సాంకేతికతలను ఉపయోగించవచ్చు. ఈ పరీక్షలు క్రింది విధంగా ఉన్నాయి:

1. Sialometry లాలాజల ప్రవాహ కొలత అని కూడా పిలుస్తారు, ఇది లాలాజల ప్రవాహం రేటును కొలిచే ఒక సాధారణ పరీక్ష లేదా ప్రక్రియ. ఈ పరీక్షలో, సేకరణ పరికరాలు పరోటిడ్ గ్రంధి లేదా సబ్‌మాండిబ్యులర్/సబ్లింగ్యువల్ లాలాజల గ్రంధిపై వాహిక తెరవడం వద్ద ఉంచబడతాయి మరియు లాలాజలం సిట్రిక్ యాసిడ్‌తో ప్రేరేపించబడుతుంది.

పరోటిడ్ గ్రంథి ప్రేరేపించబడనప్పుడు సాధారణ లాలాజల ప్రవాహం రేటు 0.4 నుండి 1.5 mL/min/గ్రంధి. మొత్తం లాలాజలం "విశ్రాంతి" కోసం సాధారణ ప్రవాహం రేటు 0.3 నుండి 0.5 mL/min; ఉత్తేజిత లాలాజలం కోసం, 1 నుండి 2 mL/min. 0.1 mL/min కంటే తక్కువ విలువలు సాధారణంగా జిరోస్టోమిక్‌గా పరిగణించబడతాయి.

1. సాలియోగ్రఫీ అనేది లాలాజల గ్రంథిలో ఏదైనా ద్రవ్యరాశి లేదా రాళ్లను గుర్తించడానికి ఉపయోగించే ఒక ఇమేజింగ్ టెక్నిక్. ఇది లాలాజల గ్రంధులలోకి రేడియో-అపారదర్శక రంగు యొక్క ఇంజెక్షన్ను కలిగి ఉంటుంది.
2. లాలాజల సింటిగ్రఫీ లాలాజల గ్రంథి పనితీరును అంచనా వేయడానికి ఇది ఉపయోగపడుతుంది. టెక్నీషియం-99m సోడియం పెర్టెక్నేట్ తీసుకోవడం యొక్క రేటు మరియు సాంద్రత మరియు నోటిలో విసర్జన సమయాన్ని నిర్ధారించడానికి ఇంట్రావీనస్ ద్వారా ఇంజెక్ట్ చేయబడుతుంది.
3. బయాప్సీ మైనర్ లాలాజల గ్రంథి బయాప్సీని తరచుగా స్జోగ్రెన్స్ సిండ్రోమ్ (SS), HIV-లాలాజల గ్రంథి వ్యాధి, సార్కోయిడోసిస్, అమిలోయిడోసిస్ మరియు గ్రాఫ్ట్-వర్సెస్-హోస్ట్ డిసీజ్ (GVHD) నిర్ధారణలో ఉపయోగిస్తారు. ప్రాణాంతకత (క్యాన్సర్) అనుమానం వచ్చినప్పుడు ప్రధాన లాలాజల గ్రంధుల బయాప్సీ ఒక ఎంపిక.
4. రక్త పరీక్షలు లాలాజల గ్రంధులను యాక్సెస్ చేయడంతో పాటు, కొన్ని రక్త పరీక్షలు కూడా ఏదైనా అంతర్లీన ఇన్ఫెక్షన్ లేదా వ్యాధిని గుర్తించడంలో సహాయపడవచ్చు. పరీక్షలు: కంప్లీట్ బ్లడ్ కౌంట్ (CBC) బ్లడ్ షుగర్ పరీక్షలు ఎలక్ట్రోలైట్ లెవెల్స్ మీకు తెలుసా? జిరోస్టోమియా నిర్ధారణకు రెండు సాధారణ సంకేతాలు నాలుక బ్లేడ్ సంకేతం, దీనిలో నాలుక బ్లేడ్ నోటి శ్లేష్మానికి అంటుకునేటప్పుడు మరియు లిప్‌స్టిక్‌ని ఎగువ దంతాల ముందు ఉపరితలంపై అంటుకునే లిప్‌స్టిక్ గుర్తు. ఈ సంకేతాలను విస్మరించవద్దు ఎందుకంటే నోరు పొడిబారడం అనేది అంతర్లీన వ్యాధి యొక్క లక్షణం. ఇంకా చదవండి! జిరోస్టోమియా నివారణ

జిరోస్టోమియా చాలా సాధారణం అయినప్పటికీ, దీనిని తరచుగా నివారించవచ్చు. దీన్ని నివారించడానికి ఇక్కడ కొన్ని చిట్కాలు ఉన్నాయి: రోజుకు కనీసం 2L (అంటే 8 గ్లాసుల 250ml) నీరు త్రాగాలి. మీ ఇంటిలో, ముఖ్యంగా పడకగదిలో హ్యూమిడిఫైయర్‌ని ఉపయోగించడం ప్రారంభించండి. నోటి ద్వారా కాకుండా ముక్కు ద్వారా శ్వాస తీసుకోండి. యాంటిహిస్టామైన్లు మరియు డీకోంగెస్టెంట్లు వంటి ఏదైనా ఓవర్-ది-కౌంటర్ ఔషధాలను తీసుకునే ముందు వైద్యుడిని సంప్రదించండి. కెఫిన్ కలిగిన పానీయాలు, పొగాకు మరియు ఆల్కహాల్ మానుకోండి, ఇవన్నీ నోటిలో పొడిని పెంచుతాయి. తీవ్రమైన జిరోస్టోమియాకు కారణమయ్యే ఎలాంటి వినోద ఔషధాలను తీసుకోవద్దు. మధుమేహం విషయంలో రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నిర్వహించడానికి మరియు పర్యవేక్షించడానికి ప్రయత్నించండి. మంచి నోటి పరిశుభ్రత పద్ధతులను పాటించండి. గమనిక: ఎవరైనా రేడియోథెరపీ చేయించుకోవలసి వస్తే, ఒక సబ్‌మాండిబ్యులర్ లాలాజల గ్రంధిని సబ్‌మెంటల్ స్పేస్‌కి (గడ్డం క్రింద మధ్య రేఖలో ఉన్న తల మరియు మెడ యొక్క లోతైన కంపార్ట్‌మెంట్) శస్త్రచికిత్స ద్వారా బదిలీ చేయడం ద్వారా రేడియేషన్ థెరపీ సమయంలో గ్రంధికి రక్షణగా ఉంటుంది. ఈ స్థితిలో గ్రంధి యొక్క పనితీరుపై ఎటువంటి ప్రతికూల ప్రభావం లేదని అధ్యయనాలు నిర్ధారిస్తాయి. సందర్శించవలసిన నిపుణుడు

జిరోస్టోమియా అనేది నోటికి సంబంధించిన రుగ్మత. ఇది తీవ్రమైనదిగా కనిపించకపోయినా, ఇది అనేక అంతర్లీన వ్యాధులు లేదా పరిస్థితులకు సూచిక కావచ్చు. తీవ్రమైన జిరోస్టోమియా మాట్లాడటం, మింగడం మరియు ఆహారం తీసుకోవడంలో ఇబ్బందిని కలిగిస్తుంది. నోటి దుర్వాసన కారణంగా ఇది మీ ఆత్మగౌరవాన్ని మరియు విశ్వాసాన్ని దెబ్బతీస్తుంది. సందర్శించాల్సిన నిపుణులు: దంతవైద్యులు సాధారణ వైద్యుడు దంతవైద్యుడు నోరు పొడిబారడాన్ని గుర్తిస్తాడు మరియు రోగి దాని ఉనికి గురించి తెలుసుకునే ముందు చాలా కాలం ముందు జిరోస్టోమియాను గుర్తించగలడు. జిరోస్టోమియా యొక్క అత్యంత సాధారణ సంకేతాలలో ఒకటి నాలుక కింద లేదా చుట్టుపక్కల లాలాజలం తగినంతగా చేరకపోవడం, ఈ దృగ్విషయాన్ని దంతవైద్యుడు సులభంగా గుర్తించవచ్చు. అయితే, మీ వైద్యుడు మీ వైద్య చరిత్రను తెలుసుకోవచ్చు మరియు ఏదైనా ఇతర సంబంధిత ఆరోగ్య పరిస్థితిని గుర్తించడంలో సహాయపడవచ్చు.

మీరు అలాంటి సమస్యను ఎదుర్కొంటున్నట్లయితే, మా నిపుణుల నుండి సలహా తీసుకోండి. ఇప్పుడే సంప్రదించండి! జిరోస్టోమియా చికిత్స

లక్షణాల నుండి ఉపశమనాన్ని అందించడంలో సహాయపడే అనేక ఓవర్-ది-కౌంటర్ మందులు మరియు ఉత్పత్తుల ద్వారా జిరోస్టోమియాను నిర్వహించవచ్చు. ఈ మందులు లాలాజల ప్రత్యామ్నాయాలు మరియు ఉద్దీపనల నుండి దంత సమస్యలను తగ్గించడానికి రూపొందించిన ఉత్పత్తుల వరకు ఉంటాయి. అవి క్రింది విధంగా ఉన్నాయి:

1. లాలాజల ప్రత్యామ్నాయాలు కోల్పోయిన తేమను భర్తీ చేయడానికి మరియు నోటిని ద్రవపదార్థం చేయడానికి సహాయపడే కృత్రిమ లాలాజలంగా ఉపయోగించవచ్చు. ఈ ప్రత్యామ్నాయాలు వాణిజ్యపరంగా అందుబాటులో ఉన్నాయి, కానీ వాటిని కూడా సమ్మేళనం చేయవచ్చు. కృత్రిమ లాలాజలములు లాలాజల గ్రంథి ఉత్పత్తిని ప్రేరేపించవు కానీ సహజ లాలాజలాన్ని అనుకరించేలా రూపొందించబడ్డాయి. అందువల్ల, వాటిని నివారణగా కాకుండా రీప్లేస్‌మెంట్ థెరపీగా పరిగణిస్తారు.

ఈ లాలాజల ప్రత్యామ్నాయాలు వాణిజ్యపరంగా పరిష్కారాలు, స్ప్రేలు, జెల్లు మరియు లాజెంజ్‌లుగా అందుబాటులో ఉన్నాయి. సాధారణంగా, అవి కార్బాక్సిమీథైల్ సెల్యులోజ్ లేదా హైడ్రాక్సీథైల్ సెల్యులోజ్, కాల్షియం మరియు ఫాస్ఫేట్ అయాన్లు మరియు ఫ్లోరైడ్ వంటి ఖనిజాలు, మిథైల్‌పారాబెన్ లేదా ప్రొపైల్‌పరాబెన్ వంటి సంరక్షణకారులను మరియు సువాసన మరియు సంబంధిత ఏజెంట్ల వంటి స్నిగ్ధతను పెంచే ఏజెంట్‌ను కలిగి ఉంటాయి.

1. లాలాజల ఉత్ప్రేరకాలు నాట్రోల్ డ్రై మౌత్ రిలీఫ్ అని పిలువబడే ఇటీవలే అభివృద్ధి చేయబడిన ఉత్పత్తి, ఇది లాలాజల ఉత్పత్తిని ప్రేరేపించడానికి ఉపయోగించబడుతుంది. ఇది స్జోగ్రెన్ సిండ్రోమ్ ఉన్న రోగుల యొక్క క్లినికల్ అధ్యయనంలో ఉపయోగించబడింది మరియు ACM స్రావాలను పెంచుతుందని చూపబడింది. నాట్రోల్ డ్రై మౌత్ రిలీఫ్ లాజెంజెస్‌గా రూపొందించబడింది, వీటిని రోజుకు మూడు సార్లు నోటిలో కరిగించవచ్చు. దీని ప్రభావం లాలాజల గ్రంధులను ఉత్తేజపరుస్తుంది కాబట్టి, రేడియేషన్ థెరపీ ద్వారా లాలాజల గ్రంథి పనితీరును కోల్పోయిన రోగులకు ఇది సిఫార్సు చేయబడదు.
2. మందులు Pilocarpine: Pilocarpine ఒక మస్కారినిక్ (M3) అగోనిస్ట్, ఇది లాలాజల స్రావాన్ని ప్రేరేపిస్తుంది. స్జోగ్రెన్స్ సిండ్రోమ్ వల్ల కలిగే లాలాజల గ్రంథి హైపోఫంక్షన్ కారణంగా లేదా తల మరియు మెడ ప్రాంతంలో క్యాన్సర్ కోసం రేడియోథెరపీ ద్వారా జిరోస్టోమియా లక్షణాల చికిత్స కోసం ఇది సూచించబడుతుంది.

Cevimeline: Cevimeline ఒక కోలినెర్జిక్ అగోనిస్ట్, ఇది లాక్రిమల్ మరియు లాలాజల గ్రంథి ఎపిథీలియంపై ఉన్న మస్కారినిక్ M3 గ్రాహకాల పట్ల అధిక అనుబంధాన్ని కలిగి ఉంటుంది, ఇది ఎక్సోక్రైన్ గ్రంధుల స్రావాల పెరుగుదలకు దారితీస్తుంది. ఇది స్జోగ్రెన్ సిండ్రోమ్ ఉన్న రోగులలో జిరోస్టోమియా యొక్క లక్షణాలను ఉపశమనానికి ఉపయోగిస్తారు.

గమనిక: ఆస్తమా & గ్లాకోమా ఉన్న రోగులలో ఈ ప్రిస్క్రిప్షన్ మందులకు దూరంగా ఉండాలి.

1. ఇతర మందులు మరియు సన్నాహాలు క్రింది మందులు క్లినికల్ ట్రయల్‌లో ఉన్నాయి మరియు సమర్థత ఇంకా నిర్ణయించబడలేదు. అనెథోల్ ట్రిథియోన్: ఇది పిత్త స్రావాన్ని ప్రేరేపించే మందు లేదా చోలాగోగ్. ఇది పారాసింపథెటిక్ నాడీ వ్యవస్థను ప్రేరేపించడం ద్వారా పనిచేస్తుంది మరియు ఎసిటైల్కోలిన్ యొక్క స్రావాన్ని పెంచుతుంది, ఫలితంగా లాలాజలాన్ని ప్రేరేపించడం జరుగుతుంది. యోహింబైన్: ఇది ఆల్ఫా-2 అడ్రినెర్జిక్ విరోధి, ఇది పరోక్షంగా కోలినెర్జిక్ చర్యను పెరిఫెరల్‌గా పెంచుతుంది, తద్వారా లాలాజలాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. హ్యూమన్ ఇంటర్ఫెరాన్ ఆల్ఫా (IFN-a): స్జోగ్రెన్స్ సిండ్రోమ్ ఉన్న రోగులలో జిరోస్టోమియా చికిత్సలో తక్కువ-మోతాదు లాజెంజెస్ యొక్క భద్రత మరియు సమర్థతను గుర్తించడానికి ఈ ఔషధం ప్రస్తుతం క్లినికల్ ట్రయల్స్‌లో ఉంది. జిరోస్టోమియా కోసం ఇంటి సంరక్షణ

జిరోస్టోమియా కోసం ఇంటి నివారణలు లక్షణాన్ని నిర్వహించడంలో సహాయపడతాయి మరియు ఉపశమనాన్ని అందిస్తాయి, అయితే వీటిని దీనికి నివారణగా పరిగణించలేము.

1. మార్కెట్లో లాలాజల ప్రత్యామ్నాయాలు లేదా నోటి లూబ్రికెంట్లను ప్రయత్నించండి అవి జిరోస్టోమియాను నయం చేయవు కానీ తినడం మరియు మాట్లాడేటప్పుడు కొంత ఉపశమనం మరియు సహాయం అందిస్తాయి.
2. చాలా నీరు త్రాగండి నీరు త్రాగడం మరియు హైడ్రేటెడ్ గా ఉండటం వలన జిరోస్టోమియా వలన కలిగే లక్షణాలు మరియు అసౌకర్యం నుండి ఉపశమనం పొందవచ్చు. డీహైడ్రేషన్ జిరోస్టోమియాకు కారణమవుతుందని అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి మరియు నీటి తీసుకోవడం పెంచడం తేలికపాటి నిర్జలీకరణానికి చికిత్స చేయడంలో సహాయపడుతుంది.
3. కొన్ని మందులను నివారించండి జిరోస్టోమియాకు అత్యంత సాధారణ కారణం కొన్ని మందుల వాడకం. డాక్టర్తో మాట్లాడండి మరియు మందులు నోటిలో పొడిని కలిగిస్తున్నాయో లేదో అర్థం చేసుకోండి. వైద్యుడిని సంప్రదించకుండా ఆ మందులను అకస్మాత్తుగా ఆపవద్దు.

నోరు పొడిబారడానికి కారణమయ్యే ఔషధాల రకాలు: యాంటియాంగ్జైటీ మందులు, యాంటీ-కన్వల్సెంట్స్ యాంటిడిప్రెసెంట్స్ యాంటిహిస్టామైన్‌లు యాంటిసైకోటిక్స్ మత్తుమందులు ధూమపానం-విరమణ ఏజెంట్లు మూత్ర ఆపుకొనలేని ఏజెంట్లు బ్రోంకోడైలేటర్స్ డీకోంగెస్టెంట్స్ డైయూరిటిక్స్ s వ్యాధి మందులు 4. లేదు చెప్పండి నిర్జలీకరణ అలవాట్లు నిర్జలీకరణ మరియు తద్వారా జిరోస్టోమియాను నివారించడానికి కొన్ని సాధారణ మార్గాలు: ధూమపానం మానేయండి కెఫిన్ పరిమితి ఆల్కహాల్ వాడకాన్ని తగ్గించండి చక్కెర తీసుకోవడం తగ్గించండి 5. మొత్తం నోటి సంరక్షణకు ప్రాధాన్యత ఇవ్వండి జిరోస్టోమియా ఒక లక్షణం మరియు పేలవమైన నోటి పరిశుభ్రతకు కారణం కావచ్చు. జిరోస్టోమియా నిర్వహణలో మంచి నోటి పరిశుభ్రతను నిర్వహించడం కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. ఇందులో తరచుగా ఫ్లాసింగ్, ఫ్లోరైడ్ టూత్‌పేస్ట్ వాడకం మరియు మౌత్ వాష్ ఉపయోగించడం వంటివి ఉంటాయి.

మౌత్‌వాష్‌ను ఎన్నుకునేటప్పుడు, ఆల్కహాల్ ఆధారిత మౌత్‌వాష్‌లు నోరు పొడిబారడాన్ని మరింత పెంచుతాయి కాబట్టి అందులో ఆల్కహాల్ లేదని నిర్ధారించుకోండి. అలాగే, జిలిటాల్‌తో కూడిన మౌత్‌వాష్‌లు కూడా దంత క్షయాలను నిరోధించడంలో సహాయపడతాయి.

నోరు పొడిబారడం వల్ల తరచుగా నోటి కాన్డిడియాసిస్ వంటి ఫంగల్ ఇన్ఫెక్షన్లు అభివృద్ధి చెందుతాయి కాబట్టి, యాంటీ ఫంగల్ నోరు కడిగివేయడం మరియు కరిగించే మాత్రలు అవసరం కావచ్చు. దంతాలు తరచుగా ఫంగల్ ఇన్ఫెక్షన్లను కలిగి ఉంటాయి, కాబట్టి వాటిని ప్రతిరోజూ క్లోరెక్సిడైన్ ద్రావణంలో నానబెట్టాలి.

1. షుగర్‌లెస్ క్యాండీలు లేదా చిగుళ్లను ప్రయత్నించండి. సిట్రస్, దాల్చినచెక్క లేదా పుదీనా-రుచి గల క్యాండీలు మంచి ఎంపికలను చేస్తాయి. కొన్ని షుగర్‌లెస్ చిగుళ్ళు మరియు క్యాండీలు జిలిటాల్‌ను కలిగి ఉంటాయి, ఇవి దంత కావిటీస్‌ను నివారించడంలో సహాయపడతాయి.
2. లిప్ బామ్‌లను తరచుగా వాడండి, ప్రతి 2 గంటలకొకసారి లిప్ బామ్ లేదా పెట్రోలియం జెల్లీతో పెదాలను మాయిశ్చరైజ్ చేయడం కూడా ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది.
3. ఆహార మార్పులు గ్రేవీ, సూప్‌లు, సాస్‌లు, క్రీమ్‌లు, నెయ్యి లేదా వెన్నతో ఆహారాన్ని తేమ చేయండి. అలాగే. భోజనం చేస్తున్నప్పుడు నీరు లేదా ద్రవాలను సిప్స్ తీసుకోవడం వల్ల ఆహారం మృదువుగా మరియు నమలడంలో సహాయపడుతుంది. గది ఉష్ణోగ్రత వద్ద ఉన్న ఆహారాన్ని తినడానికి ప్రయత్నించండి.

ఉప్పగా ఉండే ఆహారాలు మరియు టోస్ట్, కుకీలు, డ్రై బ్రెడ్‌లు, పొడి మాంసాలు, ఎండిన పండ్లు మరియు అరటిపండ్లు వంటి పొడి ఆహారాలను పరిమితం చేయండి. అధిక చక్కెర కంటెంట్ ఉన్న ఆహారాలు మరియు పానీయాలకు కూడా దూరంగా ఉండాలి.

1. స్పృహతో నోటి శ్వాసను నివారించండి నోటితో శ్వాస తీసుకోవడం జిరోస్టోమియాను మరింత తీవ్రతరం చేస్తుంది మరియు ఇతర నోటి ఆరోగ్య సమస్యలను కూడా కలిగిస్తుంది.
2. హ్యూమిడిఫైయర్‌ను ఉపయోగించండి తేమతో కూడిన వాతావరణాన్ని సృష్టించడం వల్ల పరిసరాలకు మరింత తేమను జోడించడం ద్వారా జిరోస్టోమియా నుండి ఉపశమనం పొందవచ్చు. జిరోస్టోమియా యొక్క సమస్యలు

జిరోస్టోమియా తరచుగా చిన్న మరియు తీవ్రమైన ఆరోగ్య సమస్యలకు దోహదపడుతుంది. ఇది పోషకాహారం మరియు దంతాల అలాగే మానసిక ఆరోగ్యాన్ని ప్రభావితం చేస్తుంది. జిరోస్టోమియాతో సంబంధం ఉన్న కొన్ని సాధారణ సమస్యలలో ఇవి ఉన్నాయి: నోటిలో స్థిరమైన గొంతు మంట, నోటిలో మంట లేదా నోటి దుర్వాసన మాట్లాడటం మరియు మింగడంలో ఇబ్బంది, గొంతు బొంగురుపోవడం నాసికా గద్యాలై విపరీతంగా ఫలకం చేరడం చిగుళ్ల వ్యాధులు దంత క్షయం నోటి కాన్డిడియాసిస్ ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలు జిరోస్టోమియా కోసం

1. గృహ చికిత్సలు హెర్బల్ ఔషధాలు లాలాజల పనితీరును మెరుగుపరచడంలో మరియు జిరోస్టోమియా యొక్క తీవ్రతను తగ్గించడంలో మంచి ఫలితాలను చూపించాయి. అంతేకాక, అవి సాపేక్షంగా సురక్షితమైనవి. జిరోస్టోమియాను నిర్వహించడానికి ఉపయోగించే కొన్ని మూలికలు: అలోవెరా: కలబంద మొక్కలోని జెల్ లేదా జ్యూస్ చాలా తేమగా ఉంటాయి. కలబంద జ్యూస్ తాగడం వల్ల నోటికి ట్రీట్ మరియు జిరోస్టోమియా నుండి ఉపశమనం లభిస్తుంది. అల్లం: అల్లం లాలాజల ఉత్పత్తిని ప్రేరేపించడంలో సహాయపడుతుంది. ఇంట్లో తయారుచేసిన మౌత్ వాష్: 1 కప్పు వెచ్చని నీటిలో 1/4 టీస్పూన్ బేకింగ్ సోడా మరియు 1/8 టీస్పూన్ ఉప్పుతో కలపండి. కొన్ని సెకన్ల పాటు మీ నోటిని కడిగి, ఆపై నీటితో శుభ్రం చేసుకోండి. ప్రతి 3 నుండి 4 గంటలకు పునరావృతం చేయండి.
2. ఆయిల్ పుల్లింగ్ ఆయిల్ పుల్లింగ్ అనేది కొన్ని టేబుల్ స్పూన్ల కొబ్బరి లేదా నువ్వుల నూనెను 10 నుండి 15 నిమిషాల పాటు మింగకుండా నోటిలో పెట్టుకునే పాతకాలపు ఆయుర్వేద టెక్నిక్. నూనె పూత మరియు చికాకు కలిగించే మచ్చలను ఉపశమనం చేసేటప్పుడు నోటిని శుభ్రపరుస్తుంది కాబట్టి, ఇది జిరోస్టోమియాలో కొంత ఉపశమనం కలిగిస్తుంది.
3. యునాని చికిత్స యునాని చికిత్సల ప్రకారం, జిరోస్టోమియాను నిర్వహించడానికి ఉత్తమ మార్గం జీవనశైలి మార్పుల ద్వారా. ఇది Setteh-e-Zarurieah ఆధారంగా రూపొందించబడింది, అంటే పాలతో వండిన అన్నం, తాజా చేపలు, మేక మాంసం, గుమ్మడికాయ మరియు బచ్చలికూరతో పాటు పర్స్‌లేన్‌తో తయారుచేసిన ఆహారాలు వంటి ప్రకృతిలో తేమను కలిగించే ఆహారాన్ని తీసుకోవడం.

జిరోస్టోమియా ఉన్న రోగులకు ఉత్తమ ఆహారం బాదం, అత్తి పండ్లను, ద్రాక్ష, పీచెస్ మరియు తాజా బ్రాడ్ బీన్స్.

1. ఆక్యుపంక్చర్ ఆక్యుపంక్చర్‌లో, ఆక్యుపంక్చర్ నిపుణుడు సన్నని, డిస్పోజబుల్ సూదులను చర్మంలోకి చొప్పించాడు, తద్వారా నోరు మరియు గొంతుకు శక్తి ప్రవాహం పెరుగుతుంది. అయితే, చికిత్సగా ఆక్యుపంక్చర్‌కు మరిన్ని అధ్యయనాలు మరియు శాస్త్రీయ మద్దతు అవసరం. జిరోస్టోమియాతో జీవించడం

జిరోస్టోమియా అనేది నోరు పొడిబారడానికి కారణమయ్యే పరిస్థితి. కారణాన్ని బట్టి ఇది తేలికపాటి లేదా తీవ్రంగా ఉండవచ్చు. జిరోస్టోమియాను లాలాజల ప్రత్యామ్నాయాలు, లాలాజల ఉద్దీపనలు మరియు ధ్యానాలతో చికిత్స చేయవచ్చు.

వీటితో పాటు, కొన్ని సాధారణ చిట్కాలను అనుసరించడం ద్వారా జిరోస్టోమియా లక్షణాలను నిర్వహించవచ్చు. అవి క్రింది విధంగా ఉన్నాయి: ప్రతిరోజూ కనీసం 8 గ్లాసుల నీరు త్రాగండి నోరు పొడిబారడానికి కారణమయ్యే మందులను నివారించండి చక్కెర లేని క్యాండీలు లేదా చిగుళ్ళను ప్రయత్నించండి కెఫీన్ మరియు ఆల్కహాల్ తీసుకోవడం పరిమితం చేయండి చక్కెర తీసుకోవడం తగ్గించండి మంచి నోటి పరిశుభ్రత నియమావళిని నిర్వహించండి ఆల్కహాల్ ఆధారిత మౌత్ వాష్‌ని ఉపయోగించండి. -ది-కౌంటర్ లాలాజల ప్రత్యామ్నాయాలు లేదా నోటి కందెనలు పెదవులను పెదవులపై తేమగా మార్చండి క్రీములు, నెయ్యి లేదా వెన్నతో కూడిన ఆహారాన్ని తినండి ఉప్పు మరియు పొడి ఆహార పదార్థాలను తినడం పరిమితం చేయండి నోటి ద్వారా శ్వాస తీసుకోవడం మానుకోండి నిరంతరం ఇంట్లో తేమను ఉపయోగించండి ధూమపానం మానేయండి సరైన నిద్ర పొందండి సూర్యుడు లేదా అధిక వ్యాయామం ఇంకా, జిరోస్టోమియా ఉన్న రోగులు కోపం, దుఃఖం మరియు అధిక భయం వంటి ఒత్తిడిని నివారించాలి. లక్షణాలు ఇంకా కొనసాగితే, మూల కారణాన్ని అర్థం చేసుకోవడానికి మరియు లక్షణాలను నిర్వహించడానికి దంతవైద్యుడిని లేదా వైద్యుడిని సంప్రదించండి. తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు స్జోగ్రెన్ సిండ్రోమ్ అంటే ఏమిటి మరియు ఇది జిరోస్టోమియాకు ఎలా సంబంధం కలిగి ఉంటుంది? దంతవైద్యుడు లేదా వైద్యుడు జిరోస్టోమియాకు ఎలా చికిత్స చేస్తారు? రుమటాయిడ్ ఆర్థరైటిస్ మరియు జిరోస్టోమియా మధ్య సంబంధం ఏమిటి? రేడియేషన్ చికిత్స జిరోస్టోమియాకు ఎలా కారణమవుతుంది? ప్రస్తావనలు Villa A, Connell CL, Abati S. xerostomia మరియు hyposalivation నిర్ధారణ మరియు నిర్వహణ. థెర్ క్లిన్ రిస్క్ మానాగ్. 2014 డిసెంబర్. రాడ్ M, కకోయి S, Niliye Brojeni F, Pourdamghan N. దీర్ఘకాల ధూమపానం యొక్క మొత్తం నోటిలో లాలాజల ప్రవాహం రేటు మరియు నోటి ఆరోగ్యంపై ప్రభావం. J డెంట్ రెస్ డెంట్ క్లిన్ డెంట్ ప్రాస్పెక్ట్స్. 2010 పతనం;4(4):110-4. doi: 10.5681/joddd.2010.028. ఎపబ్ 2010 డిసెంబర్ 21. విల్లా ఎ, అబాటి ఎస్. జిరోస్టోమియాతో సంబంధం ఉన్న ప్రమాద కారకాలు మరియు లక్షణాలు: ఒక క్రాస్ సెక్షనల్ స్టడీ. ఆస్ట్ డెంట్ J. 2011 సెప్టెంబర్. లిసా సైమన్ మరియు హ్యూ సిల్క్, ed. నోటి వ్యాధులు. కాన్స్ కరెంట్ థెరపీ 2021 (1వ ఎడిషన్). ఎల్సెవియర్; 2021. p 1029-1034. జిరోస్టోమియాతో బాధపడుతున్న రోగులకు సహాయం చేయడం. జిరోస్టోమియా. గృహ చికిత్స. పొడి నోరు: ఇంటి చికిత్స మరియు నివారణ. అక్టోబరు 2020. హెదరిరాడ్ జి, చూపాని ఆర్. "డ్రై మౌత్" సాంప్రదాయ పర్షియన్ వైద్యం మరియు ప్రస్తుత నిర్వహణతో పోలిక నుండి. జర్నల్ ఆఫ్ ఎవిడెన్స్-బేస్డ్ కాంప్లిమెంటరీ & ఆల్టర్నేటివ్ మెడిసిన్. ఏప్రిల్ 2015:137-142. Tsuchiya H. కోవిడ్-19తో అనుబంధించబడిన జిరోస్టోమియా యొక్క క్యారెక్టరైజేషన్ మరియు పాథోజెనిక్ స్పెక్యులేషన్: ఎ నేరేటివ్ రివ్యూ. డెంటిస్ట్రీ జర్నల్. 2021. అబ్దుల్లా MJ. సులైమాని నగరంలో షోరిష్ డెంటల్ స్పెషాలిటీకి హాజరయ్యే రోగులలో జిరోస్టోమియా వ్యాప్తి. J క్లిన్ ఎక్స్ డెంట్. 2015 ఫిబ్రవరి 1. వీనర్ RC, వు B, క్రౌట్ R, వీనర్ M, ప్లాస్‌మాన్ B, కావో E, మెక్‌నీల్ D. హైపోసాలివేషన్ మరియు జిరోస్టోమియా. జె యామ్ డెంట్ అసో. 2010 మార్చి.

==================================================

చికున్‌గున్యా అవలోకనం

చికున్‌గున్యా అనేది ఒక వైరల్ వ్యాధి, ఇది సోకిన ఆడ దోమలు కుట్టడం ద్వారా మానవులకు వ్యాపిస్తుంది. ఈడెస్ ఈజిప్టి మరియు ఏడెస్ ఆల్బోపిక్టస్ అనే దోమలు ఎక్కువగా ప్రబలంగా ఉన్నాయి. ఈ రెండు జాతులు డెంగ్యూ వంటి ఇతర దోమల ద్వారా సంక్రమించే వ్యాధులను కూడా వ్యాపింపజేస్తాయి. వారు రోజంతా కొరుకుతారు, ఉదయం మరియు మధ్యాహ్నం చివరిలో గరిష్ట కార్యకలాపాలు ఉంటాయి.

చికున్‌గున్యా జ్వరం మరియు తీవ్రమైన కీళ్ల నొప్పులతో ఉంటుంది, ఇది తరచుగా బలహీనపరుస్తుంది మరియు వ్యవధిలో మారుతూ ఉంటుంది; ఇతర లక్షణాలు కీళ్ల వాపు, కండరాల నొప్పి, తలనొప్పి, వికారం, అలసట మరియు దద్దుర్లు.

చికున్‌గున్యా నివారణలో వలలు, స్ప్రేలు, కాయిల్స్, ఎలక్ట్రిక్ బ్యాట్‌లు మరియు దోమల వికర్షక క్రీములు వంటి వివిధ సాధనాలను ఉపయోగించడం ద్వారా దోమల కాటు నుండి తనను తాను రక్షించుకోవడం ఉంటుంది. మొక్కలు, కూలర్లు, టైర్లు మరియు రోడ్డు గుంతల నుండి నిలిచిపోయిన నీటిని తొలగించడం వంటి దోమల నియంత్రణ చర్యలు కూడా కీలకం. సాధారణంగా అన్ని వయసుల వారిలోనూ కనిపించే ముఖ్య వాస్తవాలు లింగం పురుషులు మరియు మహిళలు ఇద్దరినీ ప్రభావితం చేస్తుంది, అయితే స్త్రీలలో ఎక్కువగా కనిపించే శరీర భాగాలు (లు) రక్త మెదడు గుండె ఊపిరితిత్తులు మూత్రపిండాలు చర్మం కీళ్ల వ్యాప్తి భారతదేశం: 14.9% (2019) అనుకరించే పరిస్థితులు మలేరియా డెంగ్యూ జికా వైరస్ వ్యాధి పసుపు జ్వరం లెప్టోస్పిరోసిస్ మీజిల్స్ మోనోన్యూక్లియోసిస్ ఆఫ్రికన్ టిక్ కాటు జ్వరం సెరోనెగేటివ్ రుమటాయిడ్ ఆర్థరైటిస్ రీటర్ ఆర్థరైటిస్ రుమటాయిడ్ ఆర్థరైటిస్ హెపటైటిస్ సి సిస్టమిక్ లూపస్ ఎరిథెమాటోసస్ అవసరమైన ఆరోగ్య పరీక్షలు/ఇమేజింగ్ RT-PCR పరీక్ష యాంటీబాడీ పరీక్షలు: ELISA పరీక్ష, IgM, IgG యాంటీబాడీ పరీక్ష NoBC-రక్త గణన పరీక్ష పూర్తి ఇన్ఫ్లమేటరీ డ్రగ్స్ (NSAIDలు): పారాసెటమాల్ డిసీజ్-మాడిఫైయింగ్ యాంటీ రుమాటిక్ డ్రగ్స్ (DMARDs): మెథోట్రెక్సేట్, హైడ్రాక్సీక్లోరోక్విన్ లేదా సల్ఫాసలజైన్ చికున్‌గున్యా యొక్క అన్ని లక్షణాలను చూడండి

ఒక వ్యక్తిని సోకిన దోమ కుట్టిన 2 నుండి 12 రోజుల తర్వాత చికున్‌గున్యా లక్షణాలు సాధారణంగా కనిపిస్తాయి. చికున్‌గున్యా యొక్క అత్యంత సాధారణ లక్షణాలు:

జ్వరం లేదా చలి ఆకస్మికంగా రావడం తీవ్రమైన కీళ్ల నొప్పి మరియు వాపు కీళ్ల దృఢత్వం మోకాలి నొప్పి భుజం నొప్పి కండరాల నొప్పి తలనొప్పి వికారం దద్దుర్లు మరియు చర్మం ఎర్రబడడం అలసట లేదా అలసట అసాధారణ రక్తస్రావం ధోరణి చర్మం పొక్కులు చికున్‌గున్యాకు కారణాలు

చికున్‌గున్యా అనేది ఒక వైరల్ వ్యాధి, ఇది సోకిన దోమలు, ప్రధానంగా ఈడిస్ ఈజిప్టి మరియు ఈడెస్ ఆల్బోపిక్టస్ జాతులు కుట్టడం ద్వారా మానవులకు సంక్రమిస్తుంది.

వ్యాధి సోకని దోమ చికున్‌గున్యా వైరస్ (CHIKV) సోకిన వ్యక్తిని కుట్టినప్పుడు, వైరస్ దోమల శరీరంలోకి ప్రవేశిస్తుంది. కొన్ని రోజుల తర్వాత, వైరస్ దోమల లాలాజల గ్రంథులకు వ్యాపిస్తుంది.

దోమ మరొక వ్యక్తిని కుట్టినప్పుడు, CHIKV రక్తప్రవాహంలోకి ప్రవేశిస్తుంది మరియు శరీరమంతా వ్యాపిస్తుంది, కండరాల కణాలు మరియు రోగనిరోధక కణాలతో సహా వివిధ కణజాలాలకు సోకుతుంది. కొత్త వ్యక్తిలో, వైరస్ గుణించి వారి రక్తంలో అధిక స్థాయికి చేరుకుంటుంది, చికున్‌గున్యా లక్షణాలను కలిగిస్తుంది.

ఈ వైరస్ చర్మం ద్వారా, మనం ఊపిరి పీల్చుకున్నప్పుడు (శ్వాసక్రియ), నోటి ద్వారా (ఇంగేషన్), సెక్స్ (యోని, నోటి, అంగ) లేదా సన్నిహిత లైంగిక సంపర్కం ద్వారా లేదా మావి లేదా జనన కాలువ ద్వారా పుట్టబోయే బిడ్డలోకి ప్రవేశించవచ్చు.

వైరస్ ప్రధానంగా కీళ్లలోని కణాలను లక్ష్యంగా చేసుకుంటుంది, ఇది వాపు మరియు తీవ్రమైన కీళ్ల నొప్పులకు దారితీస్తుంది. చికున్‌గున్యా ప్రమాద కారకాలు

ఎవరైనా చికున్‌గున్యా బారిన పడవచ్చు, కింది ప్రమాద కారకాలు సంక్రమణ సంభావ్యతను లేదా వ్యాధి యొక్క తీవ్రతను పెంచుతాయి:

చికున్‌గున్యా స్థానికంగా ఉన్న లేదా వ్యాప్తి చెందుతున్న ప్రాంతాలకు బస చేయడం లేదా ప్రయాణించడం. నీటి వనరులు లేదా పేలవమైన పారిశుధ్యం వంటి దోమల నియంత్రణ చర్యలు సరిపోని ప్రాంతాల్లో నివసించడం. ముఖ్యంగా దోమల జనాభా ఎక్కువగా ఉన్న ప్రాంతాల్లో ఆరుబయట సమయం గడపడం. పగటిపూట, ప్రత్యేకించి ఏడిస్ దోమలు చాలా చురుకుగా ఉన్నప్పుడు తెల్లవారుజామున మరియు సంధ్యా సమయంలో దోమలకు గురికావడం ఎక్కువగా ఉంటుంది. సంవత్సరంలో తేమ మరియు వేడి నెలలు. ఇంతకు ముందు చికున్‌గున్యా బారిన పడని వ్యక్తులు. శిశువులు, చిన్నపిల్లలు, వృద్ధులు మరియు బలహీనమైన రోగనిరోధక వ్యవస్థలు లేదా అంతర్లీన ఆరోగ్య పరిస్థితులు ఉన్న వ్యక్తులు.

దోమలు ఇతరుల కంటే మిమ్మల్ని ఎందుకు కుట్టడానికి ఇష్టపడతాయని ఎప్పుడైనా ఆలోచిస్తున్నారా? ఇతరులకన్నా దోమలు మిమ్మల్ని ఎందుకు ఎక్కువగా కుడతాయో మీరు ఆలోచించిన సందర్భాలు ఉండవచ్చు. సరే, దీనికి కారణం కావచ్చు: 'O' బ్లడ్ టైప్ దోమ జన్యువులను ఆకర్షిస్తుంది గర్భం మద్యపానం

దీని వెనుక ఉన్న హేతువు ఏమిటంటే, ఆల్కహాల్ వినియోగం, గర్భం మరియు శారీరక శ్రమ కూడా మీ జీవక్రియ రేటును పెంచుతుంది, దీని వలన మీరు ఎక్కువ కార్బన్ డయాక్సైడ్‌ను వదులుతారు, ఇది మరింత దోమలను ఆకర్షిస్తుంది. చికున్‌గున్యా నిర్ధారణ

చికున్‌గున్యా నిర్ధారణలో క్లినికల్ మూల్యాంకనం మరియు ప్రయోగశాల పరీక్షల కలయిక ఉంటుంది. చికున్‌గున్యా నిర్ధారణలో కీలకమైన దశలు ఇక్కడ ఉన్నాయి:

1. మెడికల్ హిస్టరీ మరియు ఫిజికల్ ఎగ్జామినేషన్ చికున్‌గున్యా ప్రబలంగా ఉన్న ప్రాంతాలకు ఇటీవలి ప్రయాణం గురించి మరియు మీరు అనుభవించే లక్షణాలతో సహా వివరణాత్మక వైద్య చరిత్రను తీసుకోవడం ద్వారా హెల్త్‌కేర్ ప్రొవైడర్ ప్రారంభమవుతుంది. వ్యాధి సంకేతాలను తనిఖీ చేయడానికి శారీరక పరీక్ష కూడా నిర్వహించబడుతుంది.
2. లక్షణాలు చికున్‌గున్యాలో అకస్మాత్తుగా అధిక జ్వరం, కీళ్ల నొప్పులు, కండరాల నొప్పి, తలనొప్పి, దద్దుర్లు మరియు అలసట వంటి లక్షణాలు ఉంటాయి. ఈ లక్షణాలు డెంగ్యూ మరియు జికా మాదిరిగానే ఉంటాయి, చికున్‌గున్యా యొక్క సంభావ్యతను లక్షణాల ఉనికి మరియు భౌగోళిక స్థానం ఆధారంగా పరిగణించడం చాలా ముఖ్యం.
3. ప్రయోగశాల పరీక్షలు చికున్‌గున్యా నిర్ధారణకు అత్యంత సాధారణంగా ఉపయోగించే పరీక్షలు
4. రివర్స్ ట్రాన్స్‌క్రిప్షన్-పాలిమరేస్ చైన్ రియాక్షన్ (RT-PCR): ఈ పరీక్ష రక్త నమూనాలో చికున్‌గున్యా వైరస్ యొక్క జన్యు పదార్థాన్ని (RNA) గుర్తిస్తుంది. వైరస్ చురుకుగా పునరావృతమవుతున్నప్పుడు అనారోగ్యం యొక్క మొదటి వారంలో ఇది చాలా ప్రభావవంతంగా ఉంటుంది.
5. యాంటీబాడీ పరీక్షలు: సెరోలాజికల్ పరీక్షలు అని కూడా పిలుస్తారు, రక్తప్రవాహంలో ప్రతిరోధకాల ఉనికిని గుర్తించడానికి రూపొందించబడ్డాయి, ఇవి సాధారణంగా సంక్రమణ తర్వాత అభివృద్ధి చెందుతాయి. ఈ పరీక్షలు పరోక్ష ఇమ్యునోఫ్లోరోసెన్స్ (IFA) లేదా ఎంజైమ్-లింక్డ్ ఇమ్యునోసోర్బెంట్ అస్సే (ELISA) పద్ధతులను ఉపయోగిస్తాయి.

ఈ పరీక్షల ఉద్దేశ్యం ఏమిటంటే, యాంటీ-చికున్‌గున్యా యాంటీబాడీస్ ఉనికిని గుర్తించడం, ప్రత్యేకంగా IgM (ఇది ఇన్‌ఫెక్షన్ తర్వాత ఐదు రోజుల నుండి చాలా వారాల వరకు గుర్తించబడుతుంది) మరియు IgG (ఇది ఇన్ఫెక్షన్ తర్వాత రెండు వారాల నుండి చాలా సంవత్సరాల వరకు ఉంటుంది).

యాంటీబాడీ పరీక్షలు ప్రస్తుత ఇన్‌ఫెక్షన్‌లను గుర్తించలేవని గమనించడం ముఖ్యం, అయితే గతంలో వైరస్‌కు గురైనట్లు సూచిస్తుంది.

1. ఇతర పరీక్షలు చాలా సందర్భాలలో, పూర్తి రక్త గణన (CBC) చేయించుకోవడం మంచిది. ఇది మీ వైద్యుడికి ఇన్ఫెక్షన్ యొక్క తీవ్రత మరియు ఇన్ఫెక్షన్ వల్ల కలిగే రక్తహీనత వంటి ఇతర పరిస్థితుల ఉనికి గురించి సమాచారాన్ని అందిస్తుంది.

లక్షణాలను విస్మరించవద్దు మరియు పరీక్షలు చేయించుకోండి. Book Test Now ప్రముఖులు లిండ్సే లోహన్‌ను 2014లో ప్రభావితం చేసారు, అమెరికన్ నటి మరియు గాయని అయిన లిండ్సే లోహన్ ఫ్రెంచ్ పాలినేషియా పర్యటనలో చికున్‌గున్యా బారిన పడ్డారు. ఆమె తన సోషల్ మీడియా ఖాతాల ద్వారా వ్యాధి నిర్ధారణను ధృవీకరించింది. డోనా గంగూలీ 2022లో మాజీ క్రికెటర్ సౌరవ్ గంగూలీ భార్య డోనా గంగూలీకి చికున్‌గున్యా వైరస్ సోకింది. ఆమె జ్వరం, కీళ్ల నొప్పులు మరియు దద్దుర్లతో ఒక ప్రైవేట్ ఆసుపత్రిలో చేరింది. చికున్‌గున్యా, డెంగ్యూ మరియు జికా వైరస్‌ల మధ్య తేడాను ఎలా గుర్తించాలి? డెంగ్యూ, జికా వైరస్ వ్యాధి మరియు చికున్‌గున్యా ఇన్‌ఫెక్షన్ అన్నీ ఏడిస్ దోమల ద్వారా సంక్రమించే దోమల ద్వారా సంక్రమించే వైరల్ వ్యాధులు. ఈ పరిస్థితులు జ్వరం, దద్దుర్లు మరియు కీళ్ల నొప్పులు వంటి సాధారణ లక్షణాలను పంచుకుంటాయి, రోగలక్షణ ఆధారిత రోగనిర్ధారణను సవాలుగా చేస్తుంది. అయినప్పటికీ, RT-PCR మరియు సెరోలాజికల్ పరీక్షలు వంటి నిర్దిష్ట ప్రయోగశాల పరీక్షలు, ఈ అంటువ్యాధుల మధ్య తేడాను గుర్తించడంలో మరియు రోగ నిర్ధారణను నిర్ధారించడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తాయి. చికున్‌గున్యా నివారణ

ప్రస్తుతం చికున్‌గున్యా నివారణకు ఆమోదించబడిన వ్యాక్సిన్ లేదు. ఇద్దరు వ్యాక్సిన్ అభ్యర్థులు, ఒకటి సవరించిన మీజిల్స్ వైరస్‌తో తయారు చేయబడింది మరియు మరొకరు వైరస్ లాంటి కణాలను ఉపయోగించి ప్రాథమిక పరీక్షలను పూర్తి చేశారు. టీకా ప్రజల ఉపయోగం కోసం ఆమోదించబడటానికి ముందు మరిన్ని పరిశోధనలు మరియు ట్రయల్స్ జరుగుతున్నాయి. టీకా లేనప్పుడు, చికున్‌గున్యాను నివారించడానికి అత్యంత ప్రభావవంతమైన మార్గం దోమల కాటు నుండి మిమ్మల్ని మీరు రక్షించుకోవడానికి చర్యలు తీసుకోవడం.

దోమలు కుట్టకుండా నివారణ చర్యలు

దోమ కాటు ప్రమాదాన్ని తగ్గించడానికి పగటిపూట ఆరుబయట పనిచేసేటప్పుడు పొడవాటి చేతుల చొక్కాలు మరియు పొడవాటి ప్యాంటు ధరించండి. మీరు నివసించే ప్రాంతాలలో దోమలు రాకుండా ఉండటానికి విండో మరియు డోర్ స్క్రీన్‌లను ఇన్‌స్టాల్ చేయండి. దోమలు ఎక్కువగా చురుగ్గా ఉండే సమయాల్లో బహిరంగ కార్యకలాపాలకు దూరంగా ఉండండి. దోమలకు వ్యతిరేకంగా అడ్డంకిని సృష్టించడానికి పడకల చుట్టూ దోమ తెరలు లేదా స్క్రీన్‌లను ఉపయోగించండి. దోమల జనాభాను నియంత్రించడానికి ఎలక్ట్రిక్ బ్యాట్స్ వంటి దోమల జాపింగ్ పరికరాలను ఉపయోగించడాన్ని పరిగణించండి. దోమల ఆకర్షణను తగ్గించడానికి, మీ అవుట్‌డోర్ లైట్లను పసుపు "బగ్" లైట్‌లకు మార్చండి. వికర్షకం కానప్పటికీ, ఈ లైట్లు సాధారణ లైట్లతో పోలిస్తే తక్కువ దోమలను ఆకర్షిస్తాయి. DEET, పికారిడిన్, IR3535, పారా-మెంథేన్-డయోల్ (PMD) లేదా నిమ్మకాయ యూకలిప్టస్ నూనెను కలిగి ఉన్న దోమల వికర్షకాలను వర్తించండి.

ప్రో చిట్కా: దోమల వికర్షకం వర్తించే ముందు సన్‌స్క్రీన్‌ని వర్తించండి.

పిల్లలు మరియు పిల్లలకు చిట్కాలు 3 సంవత్సరాల కంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్న పిల్లలకు నిమ్మకాయ యూకలిప్టస్ (OLE) లేదా పారా-మెంథేన్-డయోల్ (PMD) నూనెను కలిగి ఉన్న ఉత్పత్తులను ఉపయోగించవద్దు. పిల్లల చేతులు, కళ్ళు, నోరు, కోతలు, లేదా విసుగు చర్మం. పిల్లలకు కీటక వికర్షకాన్ని ఉపయోగించినప్పుడు, పెద్దలు మొదట దానిని తమ చేతులపై పిచికారీ చేయాలి మరియు తరువాత పిల్లల ముఖానికి పూయాలి. ఇంట్లోకి తిరిగి వచ్చిన తర్వాత, మీ పిల్లల చర్మాన్ని సబ్బు మరియు నీటితో కడగాలి, ఏదైనా వికర్షకం తొలగించండి మరియు వారు మళ్లీ ధరించే ముందు వారి దుస్తులను కడగాలి. పిల్లలు అనుకోకుండా పీల్చే లేదా వారి కళ్లలోకి వచ్చే ఒత్తిడికి గురైన కంటైనర్లలో స్ప్రేలను ఉపయోగించకుండా ఉండండి.

దోమ కాటును నిరోధించే ఉత్పత్తులు

దోమల వికర్షక బ్యాండ్‌లు: మణికట్టుపై ధరిస్తారు, అవి రసాయన (DEET-ఇంప్రెగ్నేటెడ్) మరియు సహజ (ముఖ్యమైన నూనెలు) రకాలుగా వస్తాయి.

దోమల ప్యాచ్‌లు: రసాయన మరియు మూలికా రూపాల్లో లభించే బట్టలపై (కాలర్లు, స్లీవ్‌లు, స్కర్టులు, షార్ట్స్) అంటుకున్న స్టిక్కర్లు.

బాడీ లోషన్ లేదా దోమల స్ప్రేలు: రక్షణ కోసం సింథటిక్ రిపెల్లెంట్స్ (DEET, పెర్మెత్రిన్) లేదా సహజ వికర్షకాలు (సిట్రోనెల్లా).

దోమల వికర్షక కర్రలు: అగరబత్తుల లాగానే, వికర్షకాలు లోడ్ చేయబడతాయి, తోటలు, డాబాలు లేదా బాల్కనీలు వంటి బహిరంగ ప్రదేశాలలో ఉపయోగిస్తారు.

దోమ తెరలు: బెడ్‌లు లేదా విండో స్క్రీన్‌ల కోసం చక్కటి వైర్ మెష్ (అంగుళానికి 18 x 18 స్ట్రాండ్‌లు)తో కూడిన సంప్రదాయ ఎంపిక.

అదనపు వికర్షక ఉత్పత్తులు: ఈ వికర్షకాలు కాకుండా, దుప్పట్లు, ఫ్లోర్ క్లీనర్‌లు, ఎలక్ట్రిక్ జాపర్లు మరియు టేబుల్-టాప్ ఫ్యూమిగేషన్ మెషిన్‌లు వంటి ఉత్పత్తులు ఉన్నాయి, ఇవి దోమలను దూరంగా ఉంచడంలో సహాయపడతాయి.

మా విస్తృత దోమల వికర్షక శ్రేణితో మిమ్మల్ని మరియు మీ కుటుంబాన్ని దోమల నుండి రక్షించుకోండి. ఇప్పుడు అన్వేషించండి

దోమల వృద్ధిని నివారించడానికి చిట్కాలు

కుండీలలో ఉంచిన మొక్కలకు అధిక నీరు పోయడాన్ని నివారించండి మరియు అవి సంతానోత్పత్తి ప్రదేశాలుగా మారకుండా నిరోధించడానికి ట్రేలు ఖాళీగా ఉండేలా చూసుకోండి. పక్షి స్నానాలు, టేబుల్‌టాప్ ఫౌంటైన్‌లు, ఫ్లవర్ వాజ్‌లు మరియు ఫిష్ ట్యాంక్‌లు వంటి నీటిని సేకరించే ఇండోర్ మొక్కలు మరియు అలంకరణ వస్తువుల కోసం నీటిని క్రమం తప్పకుండా మార్చండి. ఎయిర్ కండిషనర్లు, రిఫ్రిజిరేటర్‌లు మరియు పెంపుడు జంతువులు లేదా పక్షులకు ఆహారం ఇచ్చే గిన్నెల వంటి ఇతర కంటైనర్‌ల క్రింద ఉన్న ట్రేల నుండి నీటిని ఖాళీ చేయండి. దోమల సంతానోత్పత్తి చక్రానికి అంతరాయం కలిగించడానికి కనీసం 15 రోజులకు ఒకసారి ఈ కంటైనర్‌లను శుభ్రం చేయండి, ఇది సాధారణంగా 15-20 రోజులు ఉంటుంది. ఉపయోగంలో లేనప్పుడు, ఖాళీ పెయిల్‌లు మరియు బకెట్‌లను తిప్పండి మరియు దోమలు వృద్ధి చెందకుండా నిరోధించడానికి బిగుతుగా ఉండే మూతలతో కంటైనర్‌లను కవర్ చేయండి. మూతలేని చెత్త డబ్బాలు దోమలను ఆకర్షిస్తాయి కాబట్టి, సరిగ్గా అమర్చిన మూతలు ఉన్న డస్ట్‌బిన్‌లను ఉపయోగించండి మరియు ప్రతిరోజూ చెత్తను పారవేయండి. దోమల వికర్షకాలు లేదా లార్విసైడ్‌లతో క్రమం తప్పకుండా ఫాగింగ్‌ను అమలు చేయండి మరియు దోమల వృద్ధికి అవకాశం ఉన్న ప్రాంతాల్లో DDT వంటి పురుగుమందులను పిచికారీ చేయడం గురించి ఆలోచించండి.

మీ ఇంటిని శుభ్రంగా ఉంచుకున్నప్పుడు కూడా దోమలు ఎక్కువగా ఎందుకు ఉన్నాయి అని మీరు ఆశ్చర్యపోతున్నారా? మీ ఇల్లు దోమల మాగ్నెట్ అని తెలుసుకోవాలనుకుంటున్నారా? డాక్టర్ సందర్శించాల్సిన ఈ కథనాన్ని చదవండి

మీ పరిసరాల్లో చలి మరియు దోమల పెంపకంతో కూడిన అధిక జ్వరాన్ని మీరు గమనించినట్లయితే, వైద్యుడిని సంప్రదించడం మంచిది. అదనంగా, మీరు అధిక జ్వరాలు, కీళ్ల నొప్పులు, తలనొప్పి, కండరాల నొప్పులు లేదా దద్దుర్లు వంటి లక్షణాల కలయికను ఎదుర్కొంటే, సంకోచించకుండా వైద్య సంరక్షణను పొందడం చాలా ముఖ్యం. చికున్‌గున్యా నిర్ధారణ మరియు చికిత్సలో నైపుణ్యం కలిగిన వైద్య నిపుణులు:

జనరల్ ఫిజిషియన్ ఇంటర్నల్ మెడిసిన్ స్పెషలిస్ట్ ఇన్ఫెక్షియస్ డిసీజ్ స్పెషలిస్ట్ శిశువైద్యుడు (పిల్లలు మరియు కౌమారదశకు)

ఒక సాధారణ వైద్యుడు మీ లక్షణాలను పరిశీలిస్తాడు. వారు రోగనిర్ధారణను నిర్ధారిస్తే, వారు మిమ్మల్ని వయోజన రోగులకు సమగ్ర సంరక్షణను అందించడం, సంక్లిష్ట కేసులను నిర్వహించడం మరియు అంతర్లీన ఆరోగ్య పరిస్థితులను పరిష్కరించే అంతర్గత వైద్య నిపుణుడిని సంప్రదించవచ్చు.

చికున్‌గున్యా వంటి అంటు వ్యాధులను త్వరగా మరియు కచ్చితంగా నిర్ధారించడంలో మరియు చికిత్స చేయడంలో అంటు వ్యాధి నిపుణులు కూడా కీలక పాత్ర పోషిస్తారు.

పిల్లలు మరియు యుక్తవయస్కులకు వైద్య చికిత్స మరియు నివారణ ఆరోగ్య సంరక్షణ సేవల కోసం శిశువైద్యుడిని సంప్రదించవచ్చు.

ఒకే క్లిక్‌తో భారతదేశంలోని అత్యుత్తమ వైద్యులను ఆన్‌లైన్‌లో సంప్రదించండి. చికున్‌గున్యా యొక్క అపాయింట్‌మెంట్ ట్రీట్‌మెంట్ బుక్ చేయండి

చికున్‌గున్యా జ్వరానికి సంబంధించిన ప్రధాన చికిత్స, తగినంత ద్రవాలు తాగడం, విశ్రాంతి తీసుకోవడం మరియు నొప్పి మరియు జ్వర ఉపశమనానికి పారాసెటమాల్‌ను ఉపయోగించడం వంటి లక్షణాల నుంచి ఉపశమనం పొందడంపై దృష్టి పెడుతుంది. చికిత్సను విస్తృతంగా రెండు దశలుగా విభజించవచ్చు:

1. తీవ్రమైన దశ 2 నుండి 4 రోజుల నిశ్శబ్ద పొదిగే కాలం తర్వాత, రోగులు సాధారణంగా చికున్‌గున్యా లక్షణాలను ప్రదర్శిస్తారు, ఇది వ్యాధి యొక్క తీవ్రమైన దశలో 3-7 రోజులు కొనసాగవచ్చు. ఈ దశలో కింది చికిత్సా ప్రోటోకాల్‌లు సాధారణంగా అనుసరించబడతాయి:

శారీరక శ్రమలు కీళ్ల నొప్పులను తీవ్రతరం చేస్తాయి, స్థానిక దుస్తులు ధరించడానికి దోహదం చేస్తాయి మరియు తద్వారా వైద్య పరిస్థితిని పొడిగించడానికి విశ్రాంతి అనేది ప్రధాన సిఫార్సులలో ఒకటి. కోల్డ్ కంప్రెస్‌లు లేదా ఐస్ ప్యాక్‌లు మరియు పెయిన్ రిలీఫ్ జెల్‌లను ప్రభావిత జాయింట్‌లకు ఉపయోగించడం వంటి కొన్ని స్థానిక చర్యలు వాపు మరియు నొప్పిని తగ్గించగలవు.

తేలికపాటి నుండి మితమైన నొప్పికి సూచించబడే రెండు సాధారణంగా ఉపయోగించే మందులు పారాసెటమాల్ మరియు మెటామిజోల్. రక్తస్రావం ప్రమాదం కారణంగా ఇబుప్రోఫెన్ మరియు ఆస్పిరిన్ వంటి NSAIDలు సాధారణంగా నివారించబడతాయి.

తీవ్రమైన-తీవ్రత నొప్పి విషయంలో, పారాసెటమాల్ లేదా మెటామిజోల్‌ను ట్రామాడోల్ వంటి ఓపియాయిడ్‌లతో కలపవచ్చు.

1. తీవ్రమైన దశ తర్వాత చాలా మంది రోగులు ఒక వారం తర్వాత కోలుకునే సంకేతాలను చూపించడం ప్రారంభిస్తారు, కొన్ని సందర్భాల్లో దీర్ఘకాలిక మరియు అసమర్థత కీళ్ల నొప్పులు కొనసాగవచ్చు.

ఉపయోగంలో ఉన్న మందులకు సంతృప్తికరంగా స్పందించని మితమైన మరియు తీవ్రమైన నొప్పి విషయంలో, ఇతర మందులను తప్పనిసరిగా సిఫార్సు చేయాలి. ఈ ఎంపికలలో మెథోట్రెక్సేట్, హైడ్రాక్సీక్లోరోక్విన్ లేదా సల్ఫాసలజైన్ వంటి వ్యాధి-సవరించే యాంటీరైమాటిక్ మందులు (DMARDs) ఉన్నాయి.

నొప్పి తగ్గిన తర్వాత, నొప్పి నివారణ మందులు నిలిపివేయబడతాయి; దీనికి విరుద్ధంగా, నొప్పి కొనసాగితే, ప్రిడ్నిసోలోన్ వంటి కార్టికోస్టెరాయిడ్స్ యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ మోతాదులో సూచించబడతాయి.

గమనిక: మందుల ఎంపికల విషయంలో గర్భిణీ స్త్రీలు మరియు పిల్లలకు ప్రత్యేక పరిశీలనలు చేయబడ్డాయి.

మలేరియా, చికున్‌గున్యా & డెంగ్యూ వంటి అత్యంత సాధారణ దోమల ద్వారా సంక్రమించే వ్యాధులను వాటి నివారణ మరియు చికిత్సతో సహా మా నిపుణుల ప్రసంగాన్ని వినండి. ఈ వీడియో చూడండి చికున్‌గున్యా కోసం ఇంటి సంరక్షణ

చికున్‌గున్యా లక్షణాలను తగ్గించడంలో సహాయపడే కొన్ని మూలికా నివారణలు. ఈ నివారణలు ఉపశమనాన్ని అందించగలవని గమనించడం ముఖ్యం కానీ వైద్య చికిత్స లేదా సలహాలను భర్తీ చేయకూడదు.

చికున్‌గున్యా యొక్క లక్షణాలను నిర్వహించడంలో సహాయపడే కొన్ని మూలికా నివారణలు ఇక్కడ ఉన్నాయి: 1. పసుపు (హల్దీ): చికున్‌గున్యా-సంబంధిత నొప్పిని తగ్గించడానికి పసుపు సమర్థవంతమైన సహజ నివారణ. ఇది శక్తివంతమైన యాంటీఆక్సిడెంట్ మరియు యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ లక్షణాలతో కూడిన కర్కుమిన్‌ను కలిగి ఉంటుంది. దీన్ని వంటలో మసాలాగా తీసుకోవచ్చు లేదా సప్లిమెంట్‌గా తీసుకోవచ్చు.

మా విస్తృత శ్రేణి పసుపు సప్లిమెంట్లను చూడండి. ఇక్కడ నొక్కండి

1. అల్లం (అదరక్): చికున్‌గున్యాతో సంబంధం ఉన్న నొప్పి మరియు అసౌకర్యాన్ని తగ్గించడంలో అల్లం సహాయపడుతుంది. దీనిని టీగా లేదా వివిధ వంటలలో ఒక పదార్ధంగా తీసుకోవచ్చు. అల్లం టీ చేయడానికి, తాజా అల్లం ముక్కలను చాలా నిమిషాలు వేడి నీటిలో ఉంచండి. ఇది సప్లిమెంట్ రూపంలో కూడా తీసుకోవచ్చు. మా విస్తృతమైన అల్లం సప్లిమెంట్‌లను అన్వేషించండి ఇప్పుడే కొనండి
2. సొంతం: సోంత్, లేదా ఎండిన అల్లం దాని శోథ నిరోధక మరియు నొప్పి-ఉపశమన ప్రభావాలకు ప్రసిద్ధి చెందింది. చికున్‌గున్యా లక్షణాల నుండి ఉపశమనం కోసం దీనిని టీగా తీసుకోవచ్చు లేదా ఆహారంలో చేర్చవచ్చు.
3. కొబ్బరి నీరు (నారియల్ పానీ): కొబ్బరి నీరు కాలేయంపై సానుకూల ప్రభావాన్ని చూపుతుంది, ఇది తరచుగా చికున్‌గున్యా వైరస్ ద్వారా లక్ష్యంగా ఉంటుంది. కొబ్బరి నీటిని తీసుకోవడం వల్ల త్వరగా కోలుకోవడానికి మరియు చికున్‌గున్యా లక్షణాలను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది.
4. తులసి (తులసి): తులసి అని కూడా పిలువబడే తులసి, శరీర ఉష్ణోగ్రతను తగ్గించడానికి మరియు రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడానికి సహాయపడుతుంది. తులసి ఆకులను నమలడం లేదా తులసి ఆకులను నీటిలో ఉడకబెట్టిన టీ తాగడం వల్ల ఉపశమనం మరియు రికవరీ ప్రక్రియలో సహాయం చేయవచ్చు.
5. బొప్పాయి ఆకు సారం: బొప్పాయి ఆకు సారం రోగనిరోధక శక్తిని పెంచే లక్షణాలను కలిగి ఉందని నమ్ముతారు మరియు ప్లేట్‌లెట్ కౌంట్‌ను పెంచడంలో సహాయపడవచ్చు. దీనిని సాధారణంగా టీ లేదా జ్యూస్‌గా తీసుకుంటారు. తాజా బొప్పాయి ఆకులను చూర్ణం లేదా మెత్తగా చేసి, రసాన్ని తీయాలి. ఇది మౌఖికంగా తీసుకోవచ్చు, కానీ మోతాదు మరియు ఫ్రీక్వెన్సీని డాక్టర్తో చర్చించాలి.
6. వెల్లుల్లి (లెహ్సున్): వెల్లుల్లి యాంటీవైరల్ మరియు రోగనిరోధక శక్తిని పెంచే లక్షణాలను కలిగి ఉంటుంది మరియు చికున్‌గున్యాతో సంబంధం ఉన్న లక్షణాలను తగ్గిస్తుంది. వెల్లుల్లిని పచ్చిగా, వండిన లేదా సప్లిమెంట్ రూపంలో తీసుకోవచ్చు. అయినప్పటికీ, వెల్లుల్లిని అధిక మొత్తంలో తీసుకోవడం వల్ల జీర్ణవ్యవస్థలో అసౌకర్యం కలుగవచ్చు మరియు ఇది కొన్ని మందులతో కూడా సంకర్షణ చెందుతుందని గమనించడం ముఖ్యం. వెల్లుల్లిని నివారణగా ఉపయోగించే ముందు వైద్యుడిని సంప్రదించడం మంచిది.
7. గిలోయ్: గుడుచి అని కూడా పిలుస్తారు, ఇది రోగనిరోధక శక్తిని పెంచే మరియు యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ లక్షణాలతో కూడిన ఆయుర్వేద మూలిక. దీనిని జ్యూస్‌గా లేదా డికాక్షన్‌గా తీసుకోవచ్చు.
8. స్పిరులినా: స్పిరులినా అనేది పోషకాలతో సమృద్ధిగా ఉండే ఒక రకమైన బ్లూ-గ్రీన్ ఆల్గే. అధిక ప్రోటీన్ కంటెంట్ మరియు రోగనిరోధక శక్తిని పెంచే లక్షణాల కారణంగా ఇది తరచుగా ఆహార పదార్ధంగా ఉపయోగించబడుతుంది. చికున్‌గున్యా నుండి మెరుగైన కోలుకోవడానికి ఆహారం
9. పోషకాలు అధికంగా ఉండే ఆహారాన్ని తీసుకోండి: మీ ఆహారంలో వివిధ రకాల పండ్లు, కూరగాయలు, తృణధాన్యాలు, లీన్ ప్రోటీన్లు మరియు ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులను చేర్చండి. ఈ ఆహారాలు మీ రోగనిరోధక వ్యవస్థకు మద్దతు ఇవ్వడానికి మరియు మొత్తం శ్రేయస్సును ప్రోత్సహించడానికి అవసరమైన పోషకాలు, యాంటీఆక్సిడెంట్లు మరియు ఫైబర్‌లను అందిస్తాయి.
10. యాంటీ ఇన్‌ఫ్లమేటరీ ఫుడ్స్ తీసుకోవడం పెంచండి: చికున్‌గున్యా వల్ల కీళ్ల నొప్పులు మరియు వాపులు వస్తాయి. పసుపు, అల్లం, వెల్లుల్లి, బెర్రీలు, ఆకు కూరలు, కొవ్వు చేపలు (సాల్మోన్ మరియు మాకేరెల్ వంటివి) మరియు గింజలు వంటి యాంటీ ఇన్‌ఫ్లమేటరీ లక్షణాలతో కూడిన ఆహారాలను మీ ఆహారంలో చేర్చుకోండి.
11. విటమిన్లు మరియు మినరల్స్ అధికంగా ఉండే ఆహారాలను చేర్చండి: విటమిన్ సి, విటమిన్ డి, విటమిన్ ఇ మరియు జింక్ అధికంగా ఉండే ఆహారాలు మీ రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడంలో సహాయపడతాయి. సిట్రస్ పండ్లు, బెర్రీలు, కివి, బెల్ పెప్పర్స్, బచ్చలికూర, గింజలు, గింజలు మరియు చిక్కుళ్ళు ఈ పోషకాలకు మంచి వనరులు.
12. ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులపై దృష్టి పెట్టండి: అవోకాడోస్, ఆలివ్ ఆయిల్, గింజలు మరియు గింజలు వంటి ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వుల మూలాలను మీ ఆహారంలో చేర్చుకోండి. ఈ కొవ్వులు శోథ నిరోధక లక్షణాలను కలిగి ఉంటాయి మరియు మీ మొత్తం ఆరోగ్యానికి తోడ్పడతాయి.
13. ప్రాసెస్ చేసిన ఆహారాలు మరియు జోడించిన చక్కెరలను పరిమితం చేయండి: ప్రాసెస్ చేసిన ఆహారాలు, చక్కెర స్నాక్స్ మరియు పానీయాల వినియోగాన్ని తగ్గించండి, ఎందుకంటే అవి రోగనిరోధక శక్తిని బలహీనపరుస్తాయి మరియు వాపును ప్రోత్సహిస్తాయి.
14. ప్రోబయోటిక్స్: పెరుగు, ఊరగాయలు, టేంపే (పులియబెట్టిన సోయాబీన్స్) వంటి ప్రోబయోటిక్స్ ప్రోబయోటిక్స్‌లో పుష్కలంగా ఉన్నాయి, ఇవి పేగు ఆరోగ్యానికి తోడ్పడే మంచి బ్యాక్టీరియా మరియు వ్యాధితో పోరాడటానికి రోగనిరోధక శక్తిని ప్రేరేపించడంలో సహాయపడతాయి. లక్షణాలను తగ్గించడంలో సహాయపడే ఇతర చిట్కాలు:
15. హైడ్రేటెడ్ గా ఉండండి: హైడ్రేటెడ్ గా ఉండటానికి మరియు మీ శరీరం నుండి విషాన్ని బయటకు పంపడంలో సహాయపడటానికి నీరు, హెర్బల్ టీలు మరియు తాజా పండ్ల రసాలు వంటి ద్రవాలను పుష్కలంగా త్రాగండి. అలాగే, సరైన ఆర్ద్రీకరణ రోగనిరోధక శక్తిని పెంచే పోషకాలు మీ శరీరంలో ఎక్కడికి వెళ్లాలో (కణాలు) సులభతరం చేస్తుంది.
16. సరైన విశ్రాంతి తీసుకోండి: మీ శరీరం కోలుకోవడానికి మరియు శక్తిని ఆదా చేయడానికి పుష్కలంగా విశ్రాంతి తీసుకోండి. మీ లక్షణాలను మరింత తీవ్రతరం చేసే కఠినమైన కార్యకలాపాలను నివారించండి.
17. ఎప్సమ్ ఉప్పు స్నానాలు: కండరాల నొప్పులు మరియు నొప్పులతో సహా వివిధ పరిస్థితులకు ఎప్సమ్ సాల్ట్‌తో ఓదార్పు స్నానం సాధారణంగా ఉపయోగించే ఇంటి నివారణ. గోరువెచ్చని నీటితో నిండిన బాత్‌టబ్‌లో రెండు కప్పుల ఎప్సమ్ సాల్ట్‌ను కరిగించి అందులో 15-20 నిమిషాలు నానబెట్టండి. ఇది తాత్కాలిక ఉపశమనాన్ని అందిస్తుంది మరియు కండరాలను విశ్రాంతి తీసుకోవడానికి సహాయపడుతుంది.
18. కోల్డ్ కంప్రెస్‌లు: ఉబ్బిన కీళ్ళు లేదా నొప్పి ఉన్న ప్రాంతాలకు కోల్డ్ కంప్రెస్‌లు లేదా ఐస్ ప్యాక్‌లను పూయడం వల్ల మంటను తగ్గించి, అసౌకర్యం నుండి తాత్కాలిక ఉపశమనం పొందవచ్చు. చికున్‌గున్యా యొక్క సమస్యలు

చికున్‌గున్యాతో బాధపడుతున్న చాలా మంది వ్యక్తులు స్వీయ-పరిమితం చేసే అనారోగ్యాన్ని అనుభవిస్తారు మరియు కొన్ని వారాల్లో కోలుకుంటారు. అయినప్పటికీ, ముందుగా ఉన్న ఆరోగ్య పరిస్థితులు లేదా బలహీనమైన రోగనిరోధక వ్యవస్థలు ఉన్న వ్యక్తులు క్రింది సమస్యలను అభివృద్ధి చేసే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉండవచ్చు:

కండ్లకలక (తరచుగా పింక్ ఐ అని పిలుస్తారు, ఇది వాపు లేదా ఇన్ఫెక్షన్ కండ్లకలక), ఆప్టిక్ న్యూరిటిస్ (ఆప్టిక్ నరాల వాపు), ఇరిడోసైక్లిటిస్ (కనుపాప యొక్క వాపు), రెటినిటిస్ (రెటీనా యొక్క వాపు), యువెటిస్ (వాపు) వంటి కంటి సమస్యలు యువియా) మొదలైనవి నిరంతర కీళ్ల నొప్పులు దీర్ఘకాలిక ఆర్థరైటిస్ (దీర్ఘకాలిక కీళ్ల వాపు మరియు దీర్ఘకాలిక కీళ్లనొప్పులకు దారితీస్తుంది). మయోకార్డిటిస్ (గుండె కండరాల వాపు), పెరికార్డిటిస్ (పెరికార్డియం యొక్క వాపు) మరియు గుండె వైఫల్యం వంటి హృదయ సంబంధ సమస్యలు. హెపటైటిస్ (కాలేయం వాపు) చర్మ గాయాలు (లేదా ద్రవంతో నిండిన బొబ్బలు) రక్తస్రావం (శరీరం లోపల లేదా వెలుపల రక్తం కోల్పోవడం) మైలిటిస్ (వెన్నుపాము యొక్క వాపు) కపాల నాడి పక్షవాతం (నరాల పనితీరు లేకపోవడం) గులియన్-బారే సిండ్రోమ్ ( నరాలను ప్రభావితం చేసే ఆటో ఇమ్యూన్ డిజార్డర్).

ధూమపానం మీ శరీరానికి ఎప్పుడూ మంచిది కాదు. చాలా ఆలస్యం కాకముందే నిష్క్రమించడానికి ప్రయత్నించండి! మా ధూమపాన విరమణ ఉత్పత్తులను అన్వేషించండి ఇక్కడ క్లిక్ చేయండి మీకు తెలుసా? పరిశోధన ప్రకారం, ధూమపానం చేసే స్త్రీలు చికున్‌గున్యా ఇన్‌ఫెక్షన్ యొక్క తీవ్రమైన మరియు దీర్ఘకాలిక దశలలో, ముఖ్యంగా కీళ్లలో, 2 నుండి 3 సార్లు తీవ్రమైన నొప్పిని ఎదుర్కొనే అవకాశం ఉంది. చికున్‌గున్యా కోసం ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలు ఈ చికిత్సలను సాంప్రదాయ వైద్య సంరక్షణతో కలిపి మరియు ఆరోగ్య సంరక్షణ నిపుణుల మార్గదర్శకత్వంలో ఉపయోగించాలని గమనించడం ముఖ్యం. ఇక్కడ పరిగణించబడే కొన్ని ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలు ఉన్నాయి:

ఫిజియోథెరపీ: చికున్‌గున్యా కీళ్ల నొప్పులు మరియు దృఢత్వాన్ని కలిగిస్తుంది. సున్నితమైన సాగతీత వ్యాయామాలు మరియు శ్రేణి-చలన కదలికలు వంటి ఫిజియోథెరపీ పద్ధతులు దీర్ఘకాలిక CHIKV-సంబంధిత తీవ్రమైన నొప్పి మరియు కీళ్ల కదలికను మెరుగుపరచడంలో సహాయపడతాయి.

ఆక్యుపంక్చర్: ఆక్యుపంక్చర్ అనేది శరీరంలోని నిర్దిష్ట బిందువులలోకి సన్నని సూదులను చొప్పించడం. ఆక్యుపంక్చర్ చికున్‌గున్యాతో సంబంధం ఉన్న నొప్పి మరియు వాపును తగ్గించడంలో సహాయపడుతుందని కొన్ని అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి. ఈ చికిత్స కోసం లైసెన్స్ పొందిన ఆక్యుపంక్చర్ నిపుణుడిని సంప్రదించండి.

అరోమాథెరపీ: లావెండర్, చమోమిలే మరియు యూకలిప్టస్ వంటి ముఖ్యమైన నూనెలు ఓదార్పు మరియు శోథ నిరోధక లక్షణాలను కలిగి ఉండవచ్చు. వాటిని డిఫ్యూజర్‌లో ఉపయోగించవచ్చు, వెచ్చని స్నానానికి జోడించవచ్చు లేదా క్యారియర్ ఆయిల్‌తో కరిగించవచ్చు మరియు సమయోచితంగా వర్తించవచ్చు. ఏది ఏమైనప్పటికీ, ముఖ్యమైన నూనెలను జాగ్రత్తగా వాడాలి మరియు సరిగ్గా పలుచన చేయాలి, ఎందుకంటే అవి శక్తివంతమైనవి మరియు చర్మం చికాకు లేదా ఇతర ప్రతికూల ప్రభావాలకు కారణం కావచ్చు తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు చికున్‌గున్యా నుండి కోలుకోవడానికి ఎంత సమయం పడుతుంది? చికున్‌గున్యా దోమ ఎప్పుడు కుడుతుంది? చికున్‌గున్యా ఒకరి నుంచి మరొకరికి వ్యాపిస్తుందా? చికున్‌గున్యా ప్రాణాపాయమా? చికున్‌గున్యా నయం చేయగలదా? చికున్‌గున్యాకు వ్యాక్సిన్ ఉందా? ప్రస్తావనలు Ojeda Rodriguez JA, Haftel A, Walker, III JR. చికున్‌గున్యా జ్వరం. [2023 జనవరి 10న నవీకరించబడింది]. ఇన్: స్టాట్‌పెర్ల్స్ [ఇంటర్నెట్]. ట్రెజర్ ఐలాండ్ (FL): StatPearls పబ్లిషింగ్; 2023 జనవరి-. దీని నుండి అందుబాటులో ఉంది: చికున్‌గున్యా - వ్యాధి [ఇంటర్నెట్] గురించి. US డిపార్ట్‌మెంట్ ఆఫ్ హెల్త్ అండ్ హ్యూమన్ సర్వీసెస్; [ఉదహరించబడింది 2023 మే 31]. దీని నుండి అందుబాటులో ఉంది: Lefèvre T;Gouagna LC;Dabiré KR;Elguero E;Fontenille D;Renaud F;Costantini C;Thomas F; బీర్ వినియోగం మలేరియా దోమలు [ఇంటర్నెట్] పట్ల మానవ ఆకర్షణను పెంచుతుంది. US నేషనల్ లైబ్రరీ ఆఫ్ మెడిసిన్; [ఉదహరించబడింది 2023 మే 31]. దీని నుండి అందుబాటులో ఉంది: Lefèvre T;Gouagna LC;Dabiré KR;Elguero E;Fontenille D;Renaud F;Costantini C;Thomas F; బీర్ వినియోగం మలేరియా దోమలు [ఇంటర్నెట్] పట్ల మానవ ఆకర్షణను పెంచుతుంది. US నేషనల్ లైబ్రరీ ఆఫ్ మెడిసిన్; [ఉదహరించబడింది 2023 మే 31]. దీని నుండి అందుబాటులో ఉంది: నివారణ, చికున్‌గున్యా [ఇంటర్నెట్]. వ్యాధి నియంత్రణ మరియు నివారణ కేంద్రాలు; 2022 [ఉదహరించబడింది 2023 మే 31]. దీని నుండి అందుబాటులో ఉంది: చికున్‌గున్యా వైరస్ [ఇంటర్నెట్]. వ్యాధి నియంత్రణ మరియు నివారణ కేంద్రాలు; 2022 [ఉదహరించబడింది 2023 మే 31]. దీని నుండి అందుబాటులో ఉంది: దోమ కాటును నిరోధించడానికి చిట్కాలు [ఇంటర్నెట్]. పర్యావరణ రక్షణ సంస్థ; [ఉదహరించబడింది 2023 మే 31]. దీని నుండి అందుబాటులో ఉంది: మీ పిల్లల [ఇంటర్నెట్] కోసం క్రిమి వికర్షకాన్ని ఎంచుకోవడం. [ఉదహరించబడింది 2023 మే 31]. దీని నుండి అందుబాటులో ఉంది: Millsapps EM, Underwood EC, Barr KL. చికున్‌గున్యా జ్వరం [ఇంటర్నెట్]కి చికిత్స అభివృద్ధి మరియు అప్లికేషన్. US నేషనల్ లైబ్రరీ ఆఫ్ మెడిసిన్; 2022 [ఉదహరించబడింది 2023 మే 31]. దీని నుండి అందుబాటులో ఉంది: ఆహారం [ఇంటర్నెట్]తో రోగనిరోధక శక్తిని పెంచండి. [ఉదహరించబడింది 2023 మే 31]. దీని నుండి అందుబాటులో ఉంది: StatPearls. చికున్‌గున్యా జ్వరం [ఇంటర్నెట్]. StatPearls పబ్లిషింగ్; 2023 [ఉదహరించబడింది 2023 మే 31]. దీని నుండి అందుబాటులో ఉంది: Dobson R. దోమలు గర్భిణీ స్త్రీలను ఇష్టపడతాయి [ఇంటర్నెట్]. US నేషనల్ లైబ్రరీ ఆఫ్ మెడిసిన్; 2000 [ఉదహరించబడింది 2023 మే 31]. దీని నుండి అందుబాటులో ఉంది: Lefèvre T; గౌగ్నా LC;డాబిరే KR;ఎల్గురో E;ఫోంటెనిల్లే D;రెనాడ్ F;కోస్టాంటిని C;థామస్ F; బీర్ వినియోగం మలేరియా దోమలు [ఇంటర్నెట్] పట్ల మానవ ఆకర్షణను పెంచుతుంది. US నేషనల్ లైబ్రరీ ఆఫ్ మెడిసిన్; [ఉదహరించబడింది 2023 మే 31]. దీని నుండి అందుబాటులో ఉంది: డెల్గాడో-ఎన్సిసో I, పాజ్-మిచెల్ B, మెల్నికోవ్ V, గుజ్మాన్-ఎస్క్వివెల్ J, ఎస్పినోజా-గోమెజ్ F, సోరియానో-హెర్నాండెజ్ AD, మరియు ఇతరులు. చికున్‌గున్యా వైరస్ ఇన్‌ఫెక్షన్ [ఇంటర్నెట్] యొక్క తీవ్రమైన మరియు దీర్ఘకాలిక దశలలో తీవ్రమైన ఆర్థ్రాల్జియాతో సంబంధం ఉన్న ముఖ్య ప్రమాద కారకాలుగా ధూమపానం మరియు స్త్రీ సెక్స్. US నేషనల్ లైబ్రరీ ఆఫ్ మెడిసిన్; 2018 [ఉదహరించబడింది 2023 మే 31]. దీని నుండి అందుబాటులో ఉంది: Millsapps EM, Underwood EC, Barr KL. చికున్‌గున్యా జ్వరం [ఇంటర్నెట్]కి చికిత్స అభివృద్ధి మరియు అప్లికేషన్. US నేషనల్ లైబ్రరీ ఆఫ్ మెడిసిన్; 2022 [ఉదహరించబడింది 2023 మే 31]. దీని నుండి అందుబాటులో ఉంది: మియర్స్-కాస్ట్రో డి, అహ్మర్ ఎస్, షబ్బీర్ ఆర్, మోరా-పోబ్లేట్ ఎఫ్. యూకలిప్టస్ ముఖ్యమైన నూనెల యాంటీవైరల్ కార్యకలాపాలు: మానవ వైరస్‌లకు [ఇంటర్నెట్] వ్యతిరేకంగా చికిత్సా లక్ష్యాలుగా వాటి ప్రభావం. US నేషనల్ లైబ్రరీ ఆఫ్ మెడిసిన్; 2021 [ఉదహరించబడింది 2023 మే 31]. దీని నుండి అందుబాటులో ఉంది: భారతదేశంలో చికున్‌గున్యా వైరస్ కోసం అనువాద పరిశోధన కన్సార్టియా (TRC). భారతదేశంలో చికున్‌గున్యా ప్రస్తుత స్థితి [ఇంటర్నెట్]. US నేషనల్ లైబ్రరీ ఆఫ్ మెడిసిన్; 2021 [ఉదహరించబడింది 2023 మే 31]. దీని నుండి అందుబాటులో ఉంది: డోనా గంగూలీ చికున్‌గున్యాతో బాధపడుతున్నాడు; వైరల్ వ్యాధి [ఇంటర్నెట్] గురించి పూర్తిగా తెలుసు. 2022 [ఉదహరించబడింది 2023 మే 31]. దీని నుండి అందుబాటులో ఉంది: చికున్‌గున్యా ఇన్ చిల్డ్రన్ [ఇంటర్నెట్]. డెలాన్ షింగాడియా మరియు నికోల్ రిట్జ్; [ఉదహరించబడింది 2023 జూన్ 29]. దీని నుండి అందుబాటులో ఉంది: సునీల్ S. భారతదేశంలో చికున్‌గున్యా ప్రస్తుత స్థితి [ఇంటర్నెట్]. సరిహద్దులు; 2021 [ఉదహరించబడింది 2023 జూన్ 29]. దీని నుండి అందుబాటులో ఉంది: కున్హా RV డా, ట్రింటా KS. చికున్‌గున్యా వైరస్: వైద్యపరమైన అంశాలు మరియు చికిత్స - ఒక సమీక్ష [ఇంటర్నెట్]. US నేషనల్ లైబ్రరీ ఆఫ్ మెడిసిన్; 2017 [ఉదహరించబడింది 2023 జూన్ 29]. నుండి అందుబాటులో:

==================================================

ఎల్లో ఫీవర్‌ని ఎల్లో జాక్, ఎల్లో ప్లేగు, కుంకుమపువ్వు, ఫీవ్రే జాన్, బ్రాంజ్ జాన్ మరియు బ్లాక్ వామిట్ అని కూడా పిలుస్తారు అవలోకనం పసుపు జ్వరం అనేది దోమల వల్ల వచ్చే వైరల్ వ్యాధి, ఇది సాధారణంగా దక్షిణ అమెరికా మరియు ఆఫ్రికాలోని ఉష్ణమండల మరియు ఉపఉష్ణమండల ప్రాంతాల్లో కనిపిస్తుంది. పేరులోని "పసుపు" కామెర్లును సూచిస్తుంది, ఇది కొంతమంది రోగులలో కనిపించే పసుపు జ్వరం యొక్క ముఖ్య లక్షణాలలో ఒకటి. చాలా మంది వ్యక్తులు లక్షణాలను అనుభవించరు, కానీ సంభవించే అత్యంత సాధారణ లక్షణాలు జ్వరం, ప్రముఖ వెన్నునొప్పితో కండరాల నొప్పి, తలనొప్పి, ఆకలి లేకపోవడం మరియు వికారం లేదా వాంతులు. వైరస్ వ్యాప్తి ప్రధానంగా ఏడెస్ మరియు హెమగోగస్ దోమల ద్వారా జరుగుతుంది. ఇది 3-6 రోజుల పొదిగే వ్యవధిని కలిగి ఉంటుంది, అంటే ఇన్ఫెక్షన్ తర్వాత లక్షణాలు కనిపించడానికి 3 నుండి 6 రోజులు పడుతుంది.

పసుపు జ్వరాన్ని గుర్తించడం చాలా కష్టం, ముఖ్యంగా ప్రారంభ దశలలో. తీవ్రమైన మలేరియా, లెప్టోస్పిరోసిస్, వైరల్ హెపటైటిస్ మరియు ఇతర రక్తస్రావ జ్వరాలతో మరింత తీవ్రమైన కేసులను గందరగోళానికి గురిచేయవచ్చు. పసుపు జ్వరం నిర్ధారణలో సహాయపడే పరీక్షలు రక్తం యొక్క పాలిమరేస్ చైన్ రియాక్షన్ (PCR) పరీక్ష. కొన్నిసార్లు, మూత్ర పరీక్ష వ్యాధి యొక్క ప్రారంభ దశలలో వైరస్ను గుర్తించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది.

ఒక వ్యక్తి పసుపు జ్వరం ఉన్న ప్రాంతానికి మరియు పసుపు జ్వరానికి వ్యతిరేకంగా టీకా ధృవీకరణ పత్రాన్ని కలిగి ఉన్న దేశానికి ప్రయాణిస్తున్నట్లయితే పసుపు జ్వరం టీకా సిఫార్సు చేయబడింది. టీకా వేసిన 10 రోజుల తర్వాత మాత్రమే వ్యాక్సిన్ రోగనిరోధక శక్తిని అందిస్తుంది. ఇది పసుపు జ్వరం వ్యాప్తి చెందుతున్న దేశాలలో నివసించే ప్రజలకు జీవితకాల రోగనిరోధక శక్తిని అందిస్తుంది. సాధారణంగా అన్ని వయసుల వారిలోనూ కనిపించే ముఖ్య వాస్తవాలు స్త్రీ పురుషులిద్దరినీ ప్రభావితం చేసే శరీర భాగాలు (లు) మొత్తం శరీరాన్ని అనుకరించే పరిస్థితులు మలేరియా లెప్టోస్పిరోసిస్ వైరల్ హెపటైటిస్ డెంగ్యూ అవసరమైన ఆరోగ్య పరీక్షలు/ఇమేజింగ్ యాంటిజెన్ గుర్తింపు IgM పాలిమరేస్ చైన్ రియాక్షన్ ఎంజైమ్-లింక్డ్ ఇమ్యునోసోర్బెంట్ అస్సే (పిఐఐసిఎ) కంప్యూటెడ్ టోమోగ్రఫీ (CT) స్కాన్ కాలేయ పనితీరు పరీక్షలు (LFT) ఎలక్ట్రో కార్డియోగ్రాఫ్ (ECG కంప్లీట్ బ్లడ్ కౌంట్ (CBC): చికిత్స పారాసెటమాల్ ఇబుప్రోఫెన్ ఆస్పిరిన్ నాప్రోక్సెన్ నిపుణులు జనరల్ ఫిజిషియన్ పీడియాట్రిషియన్ ఇన్ఫెక్షియస్ డిసీజ్ స్పెషలిస్ట్‌ను సంప్రదించాలి పసుపు జ్వరం యొక్క లక్షణాలు పసుపు జ్వరం యొక్క మొదటి లక్షణాలు సాధారణంగా 3 నుండి అభివృద్ధి చెందుతాయి. వ్యాధి సోకిన 6 రోజుల తర్వాత అవి: కండరాల నొప్పి మరియు వెన్నునొప్పి: అనారోగ్యం లేదా వాంతులు అలసట (అలసిపోయినట్లు అనిపించడం) సాధారణ శరీర నొప్పులు వికారం తీవ్రమైన తలనొప్పి కళ్ళు కాంతికి సున్నితంగా ఉండటం ప్రారంభ లక్షణాలతో చాలా మంది వ్యక్తులు ఒక వారంలో మెరుగుపడతారు. కొంతమందికి కోలుకున్న తర్వాత, బలహీనత మరియు అలసట (అలసిపోయినట్లు అనిపించడం) చాలా నెలల పాటు కొనసాగవచ్చు, తీవ్రమైన వ్యాధిని అభివృద్ధి చేసే వారిలో పసుపు జ్వరం ప్రాణాంతకం కావచ్చు.

4లో 1 మంది వ్యక్తులు వ్యాధి యొక్క తీవ్రమైన రూపాన్ని అభివృద్ధి చేయవచ్చు: చర్మం మరియు కళ్ళు పసుపు రంగులోకి మారడం (కామెర్లు) అవయవ వైఫల్యం నోరు, ముక్కు, కళ్ళు లేదా చెవుల నుండి రక్తస్రావం అధిక జ్వరం షాక్ దేనినీ నిర్లక్ష్యం చేయవద్దు లక్షణాలు. బదులుగా పరీక్షించండి. ల్యాబ్ పరీక్షలు కేవలం ఒక క్లిక్ దూరంలో ఉన్నాయి. ఇప్పుడే నమోదు చేసుకోండి!

పసుపు జ్వరం యొక్క కారణాలు

ఎల్లో ఫీవర్ వైరస్ ఫ్లేవివైరస్ జాతికి చెందిన ఆర్బోవైరస్ మరియు ఈడెస్ మరియు హెమోగోగస్ జాతులకు చెందిన దోమల ద్వారా వ్యాపిస్తుంది. వేర్వేరు దోమల జాతులు వేర్వేరు ఆవాసాలలో నివసిస్తాయి: కొన్ని అడవిలో జీవిస్తాయి, కొన్ని దేశీయమైనవి మరియు కొన్ని రెండు ఆవాసాలలో ఉంటాయి. 3 రకాల ప్రసార చక్రాలు ఉన్నాయి: సిల్వాటిక్ (లేదా జంగిల్) పసుపు జ్వరం: ఉష్ణమండల వర్షారణ్యాలలో, పసుపు జ్వరం యొక్క ప్రాధమిక రిజర్వాయర్ అయిన కోతులు, ఈడెస్ మరియు హేమోగోగస్ జాతుల అడవి దోమలచే కుట్టబడతాయి, అవి వైరస్ను ఇతరులకు పంపుతాయి. కోతులు. అడవిలో ప్రయాణించే మానవులకు సోకిన దోమలు కుట్టబడతాయి మరియు తరువాత పసుపు జ్వరం వస్తుంది. మధ్యంతర పసుపు జ్వరం: ఈ రకమైన ప్రసార సమయంలో, సెమీ-డొమెస్టిక్ దోమలు (అడవిలో మరియు ఇంటి చుట్టూ ఉన్నవి) కోతులు మరియు ప్రజలు రెండింటినీ సంక్రమిస్తాయి. ప్రజలు మరియు సోకిన దోమల మధ్య పరిచయం పెరగడం వల్ల వ్యాప్తి పెరుగుతుంది. ఇది ఆఫ్రికాలో వ్యాప్తి చెందే అత్యంత సాధారణ రకం. అర్బన్ ఎల్లో ఫీవర్: ఈడెస్ ఈజిప్టి దోమలు ఎక్కువగా ఉండే జనసాంద్రత ఎక్కువగా ఉన్న ప్రాంతాలలో వైరస్‌ను సోకిన వ్యక్తులు ప్రవేశపెట్టినప్పుడు మరియు చాలా మందికి తక్కువ లేదా తక్కువ రోగనిరోధక శక్తి ఉన్న చోట, టీకా లేకపోవటం లేదా పసుపు జ్వరానికి ముందుగా బహిర్గతం అయినప్పుడు పెద్ద అంటువ్యాధులు సంభవిస్తాయి. మీ ఇల్లు దోమల అయస్కాంతమా? మీ ఇల్లు శుభ్రంగా ఉన్నా మీ ఇంట్లో ఇన్ని దోమలు ఎందుకు ఉన్నాయి అని మీరు ఎప్పుడూ ఆలోచిస్తే, మీ ఇల్లు దోమల మాగ్నెట్ అని సమాధానం చెప్పవచ్చు. అవును, మీరు పట్టించుకోని మీ ఇంట్లో దోమల కోసం కొన్ని రహస్య సంతానోత్పత్తి ప్రదేశాలు ఉన్నాయి. మరింత తెలుసుకోవడానికి చదవండి. ఇక్కడ నొక్కండి! పసుపు జ్వరం కోసం ప్రమాద కారకాలు

1. టీకాలు వేయకుండా ఉండటం వల్ల టీకాలు వేయని చిన్న పిల్లలు పసుపు జ్వరం మరియు మరణంతో సహా దాని సమస్యలకు గురవుతారు. టీకాలు వేయని గర్భిణీ స్త్రీలు మరియు రోగనిరోధక శక్తి లేని వ్యక్తులు వ్యాధి బారిన పడవచ్చు.
2. అంతర్జాతీయ ప్రయాణం ఎల్లో ఫీవర్ సాధారణం మరియు తక్కువ నియంత్రణలో ఉన్న దేశాలకు ప్రయాణించడం వలన మీరు వ్యాధిని అభివృద్ధి చేసే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది.
3. ఎల్లో ఫీవర్ వ్యాప్తిని ఎదుర్కొంటున్న దేశాలు ప్రకృతి వైపరీత్యాన్ని ఎదుర్కొంటున్న లేదా కోలుకుంటున్న దేశాలు. ఆరోగ్య అవస్థాపనలకు నష్టం సాధారణ రోగనిరోధక శక్తిని అడ్డుకుంటుంది మరియు సంక్రమణ ప్రమాదాన్ని బాగా పెంచుతుంది. పసుపు జ్వరం నిర్ధారణ

పసుపు జ్వరాన్ని గుర్తించడం చాలా కష్టం, ముఖ్యంగా దాని ప్రారంభ దశలో. తీవ్రమైన మలేరియా, లెప్టోస్పిరోసిస్, వైరల్ హెపటైటిస్, ఇతర హెమరేజిక్ జ్వరాలు మరియు ఇతర ఫ్లేవివైరస్‌లతో (డెంగ్యూ హెమరేజిక్ ఫీవర్ వంటివి) ఇన్‌ఫెక్షన్‌తో మరింత తీవ్రమైన కేసు గందరగోళం చెందుతుంది.

1. చరిత్ర మరియు శారీరక పరీక్ష రోగనిర్ధారణకు క్షుణ్ణమైన ప్రయాణ చరిత్ర మరియు రోగనిరోధకత యొక్క రికార్డు అవసరం. తీవ్రమైన వెన్నునొప్పితో తలనొప్పి, అనారోగ్యం, కామెర్లు మరియు మైయాల్జియాస్ వంటి ప్రస్తుత లక్షణాలను డాక్టర్ అంచనా వేయవచ్చు. వైరస్ యొక్క పొదిగే కాలం సాధారణంగా 3-7 రోజులు, చాలా మంది వ్యక్తులు తేలికపాటి ఫ్లూ లాంటి అనారోగ్యంతో ఉంటారు. తీవ్రమైన 15% కేసులలో, లక్షణాలు చలి, నడుము నొప్పి, తలనొప్పి మరియు జ్వరం. శారీరక పరీక్ష సమయంలో, డాక్టర్ ఫాగెట్ సైన్ లేదా పల్స్ ఫీవర్ డిస్సోసియేషన్, ఫేషియల్ ఫ్లషింగ్ మరియు కండ్లకలక ఇంజెక్షన్‌ని తనిఖీ చేయవచ్చు. అత్యంత విషపూరితమైన దశలో, రోగులు కామెర్లు, చీకటి మూత్రం మరియు వాంతులు అభివృద్ధి చేస్తారు. శ్లేష్మ పొరల నుండి మరియు జీర్ణశయాంతర ప్రేగులలో రక్తస్రావం సంభవించవచ్చు.
2. ప్రయోగశాల పరీక్షలు వైద్యుడు భౌతిక మూల్యాంకనం చేసిన తర్వాత ప్రయోగశాల నిర్ధారణ ముఖ్యం. యాంటిజెన్ గుర్తింపు: సీరం నమూనాలలో మోనోక్లోనల్ ఎంజైమ్ ఇమ్యునోఅస్సేని ఉపయోగించి పసుపు జ్వరం యాంటిజెన్‌ను వేగంగా గుర్తించే పద్ధతుల్లో చేర్చబడుతుంది. ఇది వైరస్-నిర్దిష్ట IgMని గుర్తించడానికి మరియు ప్రతిరోధకాలను తటస్థీకరించడానికి సీరంను పరీక్షించడం ద్వారా సాధించబడుతుంది. పాలీమరేస్ చైన్ రియాక్షన్: ఈ మెరుగైన సాంకేతికత పసుపు జ్వరం వైరస్ జన్యురూపాల యొక్క విస్తృత శ్రేణి యొక్క నిర్దిష్ట గుర్తింపును నిర్ధారిస్తుంది, కానీ గుర్తించే సున్నితత్వాన్ని కూడా పెంచుతుంది. ఎంజైమ్-లింక్డ్ ఇమ్యునోసోర్బెంట్ అస్సే (ELISA): ఇది సంక్రమణ యొక్క వివిధ దశలలో ఉత్పత్తి చేయబడిన వివిధ రకాల ప్రతిరోధకాలను గుర్తించగల ఒక సాధారణ పరీక్ష. ఈ పరీక్ష కొన్ని పదార్ధాలను గుర్తించడానికి మరియు కొలవడానికి యాంటిజెన్‌లకు ప్రతిరోధకాలను బంధించడం ఉపయోగిస్తుంది.
3. ఇతర పరీక్షలు కటి పంక్చర్: మెంటేషన్ మార్చబడిన సందర్భంలో, కటి పంక్చర్ చేయబడుతుంది. కటి పంక్చర్‌ను కొన్నిసార్లు సెరెబ్రోస్పానియల్ ట్యాప్ అని పిలుస్తారు, ఇది సెరెబ్రోస్పానియల్ ఫ్లూయిడ్ (CSF) నమూనాను సేకరించే వైద్య ప్రక్రియ. కంప్యూటెడ్ టోమోగ్రఫీ (CT) స్కాన్: ఒక CT స్కాన్ శరీరం యొక్క క్రాస్-సెక్షనల్ చిత్రాలను రూపొందించడానికి కంప్యూటర్లను మరియు తిరిగే X-రే యంత్రాలను ఉపయోగిస్తుంది. మెదడు పసుపు జ్వరంలో పాల్గొన్నట్లయితే, CT స్కాన్ నిర్వహిస్తారు. కాలేయ పనితీరు పరీక్షలు (LFT): కాలేయం చేరి ఉంటే, గడ్డకట్టే ప్రొఫైల్ అసాధారణంగా ఉండవచ్చు. ఛాతీ ఎక్స్-రే: పల్మనరీ ఎడెమా కారణంగా శ్వాసకోశ బాధ ఉన్న రోగులలో ఛాతీ ఎక్స్-రే చేయబడుతుంది. ఎలక్ట్రో కార్డియోగ్రాఫ్ (ECG): సుదీర్ఘమైన QT మరియు PR వ్యవధిలో ఈ పరీక్ష నిర్వహిస్తారు. మయోకార్డియం ప్రభావితమైనప్పుడు అరిథ్మియా సాధారణం. పూర్తి రక్త గణన (CBC): రక్త పరీక్ష కూడా సంక్రమణ-పోరాట తెల్ల రక్త కణాల సంఖ్య (ల్యూకోపెనియా) తగ్గింపును చూపుతుంది. పసుపు జ్వరం వైరస్ ఎముక మజ్జను ప్రభావితం చేస్తుంది (రక్త కణాలను ఉత్పత్తి చేసే కొన్ని ఎముకల మధ్యలో ఉన్న స్పాంజి పదార్థం) ఇది సంభవించవచ్చు. సందర్శించవలసిన నిపుణుడు

పసుపు జ్వరం యొక్క సంకేతాలు మరియు లక్షణాలను ప్రదర్శించే రోగులు సాధారణ వైద్యుడిని సందర్శించాలి. అవసరమైతే, మీ వైద్యుడు మిమ్మల్ని నిపుణుడిని సంప్రదించమని సిఫారసు చేయవచ్చు: ఇన్ఫెక్షియస్ డిసీజ్ స్పెషలిస్ట్: ఇంటర్నల్ మెడిసిన్‌లో శిక్షణ పొందిన వైద్యుడు మరియు అంటు వ్యాధులను నిర్ధారించడం, చికిత్స చేయడం మరియు నిర్వహించడంలో నైపుణ్యం కలిగిన వైద్యుడు. శిశువైద్యుడు: శిశువైద్యుడు అనేది ప్రాణాంతకత, అంటువ్యాధులు మరియు జన్యుపరమైన లోపాలను గుర్తించి మరియు చికిత్స చేసే పిల్లల నిపుణుడు. ఒకే క్లిక్‌తో భారతదేశంలోని అత్యుత్తమ వైద్యులను ఆన్‌లైన్‌లో సంప్రదించండి. ఇప్పుడే సంప్రదించండి!

పసుపు జ్వరం నివారణ

పసుపు జ్వరం వైరస్ నుండి సంక్రమణను నివారించడానికి అత్యంత ప్రభావవంతమైన మార్గం దోమ కాటును నివారించడం. పగలు, రాత్రి అనే తేడా లేకుండా దోమలు కుడుతున్నాయి.

వెక్టార్ నియంత్రణ కీటక వికర్షకాలను ఉపయోగించడం, పొడవాటి చేతుల చొక్కాలు మరియు ప్యాంటు ధరించడం, నీటి వసతిని నివారించడం ద్వారా ఇంటి లోపల మరియు ఆరుబయట దోమల ఉత్పత్తిని ఆపడం మరియు విదేశాలకు వెళ్లేటప్పుడు దోమ కాటును నివారించడం ద్వారా ఇది చేయవచ్చు.

మీరు దోమల వికర్షక బ్యాండ్‌లు, ప్యాచ్‌లు మరియు మరిన్ని వంటి దోమల వికర్షకాల యొక్క ఈ తాజా శ్రేణిని ప్రయత్నించారా? కాకపోతే, ఒక్కసారి చూడండి! చెక్ అవుట్!

టీకా పసుపు జ్వరానికి వ్యతిరేకంగా టీకాలు వేయడం ద్వారా నివారించవచ్చు. చర్మాంతర్గతంగా ఇచ్చిన పసుపు జ్వరం టీకా యొక్క ఒక ఇంజెక్షన్ దాని గ్రహీతలలో 100% రోగనిరోధక శక్తిని అందిస్తుంది. టీకా వేసిన 10 రోజుల తర్వాత మాత్రమే వ్యాక్సిన్ రోగనిరోధక శక్తిని అందిస్తుంది. ఏదేమైనప్పటికీ, నాన్‌డెమిక్ దేశాలలో నివసించే వ్యక్తులకు ప్రతి పది సంవత్సరాలకు బూస్టర్ మోతాదు అవసరం. పసుపు జ్వరం వచ్చే ప్రమాదం ఉన్న ప్రాంతాలను సందర్శిస్తున్న కొద్దిమంది ప్రయాణికులకు టీకా యొక్క తదుపరి మోతాదు సిఫార్సు చేయబడింది, గతంలో టీకాలు వేసిన వారితో సహా: గర్భిణీ 2 సంవత్సరాల కంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్నవారు హెచ్‌ఐవితో జీవించడం బలహీనమైన రోగనిరోధక వ్యవస్థను కలిగి ఉంది. పసుపు జ్వరం వ్యాక్సిన్‌ని సిఫార్సు చేయబడినప్పుడు తీసుకోలేని వ్యక్తులు: స్టెరాయిడ్స్ మరియు కీమోథెరపీ వంటి చికిత్స ద్వారా రోగనిరోధక వ్యవస్థ బలహీనపడిన వ్యక్తులు పసుపు జ్వరం టీకా యొక్క మునుపటి మోతాదుకు తీవ్రమైన ప్రతిచర్యను కలిగి ఉన్న వ్యక్తులు థైమస్ గ్రంధి రుగ్మత ఉన్నవారు లేదా ఉన్నవారు వారి థైమస్ గ్రంధిని తొలగించినట్లయితే అంటువ్యాధి సంసిద్ధత మరియు ప్రతిస్పందన ఎల్లో ఫీవర్‌ను వెంటనే గుర్తించడం మరియు ఎమర్జెన్సీ వ్యాక్సినేషన్ క్యాంపెయిన్‌ల ద్వారా వేగంగా స్పందించడం వ్యాప్తిని నియంత్రించడానికి చాలా అవసరం. టీకాలు వేయని జనాభాలో పసుపు జ్వరం యొక్క ధృవీకరించబడిన కేసు వ్యాప్తిగా పరిగణించబడుతుంది. ఏదైనా సందర్భంలో ధృవీకరించబడిన కేసు పూర్తిగా దర్యాప్తు చేయబడాలి. పసుపు జ్వరం యొక్క చికిత్స నిర్దిష్ట చికిత్స లేదు, కానీ తీవ్రమైన సందర్భాల్లో దూకుడు సహాయక సంరక్షణ అవసరం మరియు హైడ్రేషన్ ఉపశమనం పొందడంలో సహాయపడుతుంది: విశ్రాంతి తీసుకోవడం, ద్రవాలు త్రాగడం మరియు జ్వరాన్ని తగ్గించడానికి మరియు నొప్పిని తగ్గించడానికి నొప్పి నివారణలు మరియు మందులను ఉపయోగించండి. రక్తస్రావం ప్రమాదాన్ని పెంచే ఇబుప్రోఫెన్ లేదా న్యాప్రోక్సెన్ వంటి ఆస్పిరిన్ లేదా ఇతర నాన్‌స్టెరాయిడ్ యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ డ్రగ్స్ వంటి కొన్ని మందులను నివారించండి. ఎల్లో ఫీవర్ ఇన్ఫెక్షన్ యొక్క తీవ్రమైన లక్షణాలతో ఉన్న వ్యక్తులు నిశితంగా పరిశీలించడం మరియు సహాయక సంరక్షణ కోసం ఆసుపత్రిలో చేరాలి. పసుపు జ్వరంతో బాధపడుతున్న వ్యక్తులు అనారోగ్యం యొక్క మొదటి కొన్ని రోజులలో మరింత దోమల బహిర్గతం నుండి రక్షించబడాలి (ఉదాహరణకు, వారు ఇంటి లోపల లేదా దోమ తెర కింద ఉండాలి), కాబట్టి వారు వ్యాధి ప్రసార చక్రంలో సహకరించరు. జ్వరాన్ని నియంత్రించడానికి పారాసెటమాల్ మరియు ఇబుప్రోఫెన్ తీసుకోవచ్చు మరియు వైరస్ వల్ల కలిగే నొప్పి, పిల్లలకు ద్రవ పారాసెటమాల్ ఉపయోగించవచ్చు. ఒక వ్యక్తి అధిక ఉష్ణోగ్రత కలిగి ఉంటే, నిర్జలీకరణ ప్రమాదాన్ని తొలగించడానికి ద్రవాల తీసుకోవడం పెంచండి. పసుపు జ్వరం కోసం ఇంటి సంరక్షణ

పసుపు జ్వరానికి నిర్దిష్ట చికిత్స లేదు, టీకా వంటి నివారణ చర్యలు చాలా ముఖ్యమైనవి కావడానికి ఇది ఒక కారణం. సహాయక చికిత్స అనేది లక్షణాలను నియంత్రించే లక్ష్యంతో ఉంటుంది మరియు విశ్రాంతి, ద్రవాలు మరియు జ్వరం మరియు నొప్పి నుండి ఉపశమనం పొందడంలో సహాయపడే మందుల వాడకాన్ని కలిగి ఉంటుంది.

పసుపు జ్వరం కోసం నిర్దిష్ట గృహ సంరక్షణ చికిత్స లేదు. రోగికి సంరక్షణ మరియు సమయానుసారంగా మందులు మరియు కొన్ని జాగ్రత్తలు అవసరం. వ్యాధిని తట్టుకోగలిగేలా చేయడానికి ఇంటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి: పుష్కలంగా విశ్రాంతి తీసుకోండి, స్పాంజ్ బాత్ జ్వరం కారణంగా అసౌకర్యాన్ని తగ్గిస్తుంది, పుష్కలంగా నీరు త్రాగండి నొప్పి నివారితులు మరియు ఎసిటమైనోఫెన్ వంటి అనాల్జెసిక్‌లు దద్దుర్లు నుండి దురదను తగ్గించడానికి, మంత్రగత్తె హాజెల్‌ను ఉపయోగించవచ్చు. దద్దుర్లు లేదా స్నానానికి వోట్మీల్ జోడించండి వ్యాధికి సంబంధించిన ఏవైనా సందేహాలు ఉంటే డాక్టర్తో బహిరంగంగా మాట్లాడటం తగినంత నిద్ర తీసుకోవడం ఆహారంలో మార్పులు ప్రతిరోజూ కనీసం 8 గ్లాసుల నీరు త్రాగాలి. వైట్ బ్రెడ్, పాస్తా మరియు చక్కెర వంటి శుద్ధి చేసిన ఆహారాలను నివారించండి. ఆలివ్ నూనె, కొబ్బరి నూనె లేదా నెయ్యి వంటి ఆరోగ్యకరమైన నూనెలను వంటలో ఉపయోగించండి. బిస్కెట్లు, నామ్‌కీన్‌లు మరియు కేక్‌ల వంటి ప్రాసెస్ చేయబడిన మరియు ప్యాక్ చేసిన ఆహారాలలో కనిపించే ట్రాన్స్ ఫ్యాట్‌లను తగ్గించండి లేదా తొలగించండి. కాఫీ వంటి కెఫీన్ కలిగిన పానీయాలను పరిమితం చేయండి. మద్యం మరియు పొగాకుకు దూరంగా ఉండండి. పసుపు జ్వరం కోసం ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలు

ఇంటి నివారణలు కింది ఇంటి నివారణలు పసుపు జ్వరం నుండి కోలుకోవడంలో సహాయపడతాయి: వెల్లుల్లి (లెహ్సున్): ఇది దాని శోథ నిరోధక ఆస్తికి ప్రసిద్ధి చెందింది; అందువలన, దోమ కాటుకు చాలా మంచి ఔషధం. టొమాటో (తమటర్): ఇవి మంచి నీటి కంటెంట్‌ను కలిగి ఉంటాయి మరియు తద్వారా శరీరానికి తగినంత నీటిని అందిస్తాయి. ఇది పసుపు జ్వరం వల్ల కలిగే వికారం లేదా వాంతులలో ఉపశమనం పొందడంలో సహాయపడుతుంది. కొబ్బరి నీరు (నారియల్ పానీ): పసుపు జ్వరానికి ఇది ఉత్తమ సప్లిమెంట్, ఎందుకంటే ఇది పసుపు కళ్ళను సాధారణ స్థితికి మార్చే సామర్థ్యాన్ని కలిగి ఉంటుంది. పుచ్చకాయ (టార్బుజ్): ఇది శీతలీకరణ లక్షణాలను కలిగి ఉంది, పసుపు జ్వరం సమయంలో కనిపించే వికారం లేదా వాంతులు లేదా ఆకలి నష్టం కారణంగా శరీరంలో నీటి నష్టానికి గొప్ప ప్రత్యామ్నాయం. చేదు పొట్లకాయ (కరేలా): వాపు తగ్గించడానికి ఇది ఉత్తమమైన పద్ధతి. కనీసం రెండు టేబుల్ స్పూన్ల పొట్లకాయ రసాన్ని రోజుకు రెండుసార్లు తాగడం మంచిది. తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు పసుపు జ్వరం టీకా ఎంతకాలం కొనసాగుతుంది? పసుపు జ్వరం టీకా యొక్క దుష్ప్రభావాలు ఏమిటి? పసుపు జ్వరం వ్యాక్సిన్‌ను ఎవరు పొందకూడదు? పసుపు జ్వరం వైరస్ ఎక్కడ వస్తుంది? ప్రస్తావనలు Simon LV, Hashmi MF, Torp KD. పసుపు జ్వరం. [2022 ఫిబ్రవరి 16న నవీకరించబడింది]. ఇన్: స్టాట్‌పెర్ల్స్ [ఇంటర్నెట్]. ట్రెజర్ ఐలాండ్ (FL): StatPearls పబ్లిషింగ్; 2022 జనవరి-.. లక్షణాలు, రోగ నిర్ధారణ మరియు చికిత్స. వ్యాధి నియంత్రణ మరియు నివారణ కేంద్రాలు. జనవరి 2019. అవలోకనం. టీకా. జాతీయ ఆరోగ్య సేవ. మే 2020. పసుపు జ్వరం. పాన్ అమెరికన్ హెల్త్ ఆర్గనైజేషన్. మోనాత్ TP, వాస్కోన్సెలోస్ PF. పసుపు జ్వరం. J క్లిన్ విరోల్. వైరల్ హెపటైటిస్ బి మరియు సి. గట్ నిర్ధారణ కోసం 2015 మార్చి. బ్రేచోట్ సి. పాలిమరేస్ చైన్ రియాక్షన్. 1993. లిట్వోక్ MN, నోవాస్ CTG, లోప్స్ MIBF. పసుపు జ్వరం. రెవ్ అసోక్ మెడ్ బ్రాస్ (1992). 2018 ఫిబ్రవరి.

==================================================

ఉక్కిరిబిక్కిరి చేయడాన్ని స్ట్రాంగిల్ అని కూడా పిలుస్తారు మరియు అడ్డుపడే అవలోకనం ఒక వస్తువు లేదా ద్రవం గొంతు లేదా శ్వాసనాళాన్ని గాలి ప్రవాహాన్ని అడ్డుకున్నప్పుడు ఉక్కిరిబిక్కిరి అవుతుంది. ఉక్కిరిబిక్కిరి చేయడం యొక్క లక్షణాలు దగ్గు, మాట్లాడలేకపోవడం, శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది మరియు నీలం రంగులోకి మారడం (సైనోసిస్). విదేశీ వస్తువులను నోటిలో ఉంచడం వల్ల పిల్లలు తరచుగా ఉక్కిరిబిక్కిరి అవుతారు. పెద్దలు చాలా వేగంగా తినడం లేదా త్రాగడం లేదా తినేటప్పుడు లేదా త్రాగేటప్పుడు నవ్వినప్పుడు ఉక్కిరిబిక్కిరి చేయవచ్చు. ఎవరైనా ఉక్కిరిబిక్కిరి అవుతున్నట్లయితే, ఆ వ్యక్తికి ప్రథమ చికిత్స అందించడానికి ఉత్తమ మార్గం ఏమిటంటే, వారిని దగ్గుకు ప్రోత్సహించడం, వ్యక్తిని ముందుకు వంచడం మరియు అడ్డంకిని తొలగించడానికి బ్యాక్‌ఫ్లో ఇవ్వడం. ఆ వ్యక్తి ఇంకా ఉక్కిరిబిక్కిరి అవుతున్నట్లయితే, పొత్తికడుపును నడుము చుట్టూ పట్టుకుని, పొత్తికడుపును లోపలికి మరియు వెలుపలికి నొక్కడం ద్వారా పొత్తికడుపు ఒత్తిడిని ఇవ్వండి. ఆహారాన్ని చిన్న ముక్కలుగా కత్తిరించడం, ఆహారాన్ని నెమ్మదిగా మరియు పూర్తిగా నమలడం మరియు నమలడం మరియు మింగేటప్పుడు నవ్వడం మరియు మాట్లాడటం వంటి అనేక నివారణ చర్యలను అనుసరించడం ద్వారా ఉక్కిరిబిక్కిరిని నివారించవచ్చు. ఉక్కిరిబిక్కిరి కావడానికి కారణాలు

ఉక్కిరిబిక్కిరి అయ్యే చాలా ఎపిసోడ్‌లు తినేటప్పుడు కొన్ని పొరపాట్ల వల్ల సంభవిస్తాయి. ఉక్కిరిబిక్కిరి యొక్క వివిధ కారణాలు క్రింద చర్చించబడ్డాయి:

1. మెకానికల్ ఉక్కిరిబిక్కిరి అనేది శ్వాసనాళాల యాంత్రిక అవరోధం ఫలితంగా సాధారణ శ్వాసను నిరోధిస్తుంది, ఆహారం చాలా త్వరగా తినడం, తినేటప్పుడు నవ్వడం లేదా పెద్ద మొత్తంలో ఆహారం తీసుకోవడం.
2. న్యూరోలాజికల్ స్వాలోయింగ్ అనేది మెదడు నుండి నోటి మరియు గొంతు కండరాలకు సంకేతాల యొక్క సంక్లిష్ట పరస్పర చర్య. మెదడు మరియు నరాలకు సంబంధించిన రుగ్మతలు ఈ విధానంలో అసమతుల్యతను సృష్టించి, ఉక్కిరిబిక్కిరి చేస్తాయి.
3. అలెర్జీ కొన్ని అలెర్జీ ప్రతిచర్యలు నోటి వెనుక వాపుకు కారణమవుతాయి, ఇవి గాలి ప్రవాహాన్ని నిరోధించవచ్చు మరియు ఉక్కిరిబిక్కిరి చేసే అనుభూతిని కలిగిస్తాయి.
4. మస్క్యులోస్కెలెటల్ నోరు లేదా గొంతు కండరాలు బలహీనపడటం వలన మింగడం తక్కువ ప్రభావవంతంగా ఉంటుంది మరియు ఉక్కిరిబిక్కిరి అవుతుంది.
5. ఊపిరి పీల్చుకోవడానికి ఇతర కారణాలు స్ట్రోక్ తల గాయం చిత్తవైకల్యం మల్టిపుల్ స్క్లెరోసిస్ ఉక్కిరిబిక్కిరి యొక్క లక్షణాలు

అడ్డంకి యొక్క తీవ్రతను బట్టి ఉక్కిరిబిక్కిరి అయ్యే సంకేతాలు మరియు లక్షణాలు మారుతూ ఉంటాయి. వీటితొ పాటు

శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది మాట్లాడటంలో ఇబ్బంది మెడ లేదా గొంతు నొప్పి దగ్గు మైకము ఎర్రటి ఉబ్బిన ముఖం ఆక్సిజన్ లేకపోవడం వల్ల పెదవులు, చర్మం లేదా గోళ్లకు నీలిరంగు రంగులోకి మారడం షాక్ లేదా గందరగోళంగా కనిపించడం ఒత్తిడి లేదా శబ్దంతో శ్వాస పీల్చుకునేటప్పుడు ఊపిరి పీల్చుకునే శబ్దాలు ఉక్కిరిబిక్కిరి అవుతున్నాయి.

ఉక్కిరిబిక్కిరిని రెండు రకాలుగా వర్గీకరించవచ్చు:

పాక్షిక వాయుమార్గ అవరోధం లేదా తేలికపాటి ఉక్కిరిబిక్కిరి పాక్షిక వాయుమార్గ అవరోధంలో, రోగి ఊపిరి పీల్చుకోవచ్చు మరియు దగ్గు చేయవచ్చు, అయినప్పటికీ గాలి ఇరుకైన ప్రదేశం గుండా వెళుతున్నప్పుడు 'క్రోయింగ్' శబ్దం రావచ్చు. ఈ సందర్భంలో, వ్యక్తి దగ్గు ద్వారా అడ్డంకిని తొలగించవచ్చు. పూర్తి శ్వాసనాళ అవరోధం లేదా తీవ్రమైన ఉక్కిరిబిక్కిరి తీవ్రమైన ఉక్కిరిబిక్కిరి విషయంలో, వ్యక్తి మాట్లాడలేరు, ఏడవలేరు, దగ్గు, లేదా శ్వాస తీసుకోలేరు మరియు సహాయం లేకుండా, వారు చివరికి అపస్మారక స్థితికి చేరుకుంటారు. ఉక్కిరిబిక్కిరి చేయడానికి ప్రమాద కారకాలు

1. తినే సమయంలో అజాగ్రత్త ఒక వ్యక్తి నవ్వుతూ ఉంటే, ఆహారాన్ని సరిగ్గా నమలకపోతే లేదా ఇతరుల కార్యకలాపాలతో పరధ్యానంలో ఉంటే, అది సులభంగా ఉక్కిరిబిక్కిరి అయ్యే ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది.
2. తినదగని వస్తువులను మింగడం తినదగని వస్తువులను మింగడం కొన్నిసార్లు మీ సిస్టమ్ గుండా నోటీసు లేకుండానే వెళ్లవచ్చు. కొన్ని సందర్భాల్లో, నోరు మరియు కడుపుని కలిపే ఆహార పైపులో వస్తువులు ఇరుక్కుపోవచ్చు లేదా ఊపిరాడకుండా చేసే వాయుమార్గాన్ని అడ్డుకోవచ్చు.
3. డైస్ఫాగియా (మింగడంలో ఇబ్బంది) డైస్ఫేజియా విషయంలో, ఆహారం, పానీయం లేదా లాలాజలం తప్పు మార్గంలో వెళ్లే ప్రమాదం ఉంది. అంతిమంగా ఇది వాయుమార్గాన్ని అడ్డుకుంటుంది, శ్వాస తీసుకోవడం కష్టతరం చేస్తుంది మరియు ఒక వ్యక్తి దగ్గు లేదా ఉక్కిరిబిక్కిరి చేస్తుంది.
4. న్యూరోలాజికల్ మరియు కండరాల రుగ్మతలు సెరిబ్రల్ పాల్సీ మరియు సీజర్ డిజార్డర్ వంటి నరాల సంబంధిత రుగ్మతలు ఉక్కిరిబిక్కిరి అయ్యే అవకాశాలను పెంచుతాయి. నాడీ వ్యవస్థకు ఏదైనా నష్టం మ్రింగడాన్ని నియంత్రించే బాధ్యత కలిగిన నరాలకు ఆటంకం కలిగిస్తుంది.
5. గ్యాస్ట్రోఎసోఫాగియల్ రిఫ్లక్స్ డిసీజ్ (GERD) GERD అనేది కడుపులోని యాసిడ్-కలిగిన విషయాలు నిరంతరంగా అన్నవాహిక (గొంతు నుండి కడుపుకు గొట్టం) లోకి తిరిగి లీక్ అయ్యే పరిస్థితి. GERD యొక్క కొన్ని సందర్భాల్లో, ఒక వ్యక్తి ఛాతీలో నొప్పిని అనుభవించవచ్చు లేదా మింగడంలో ఇబ్బంది పడవచ్చు. ఆహారం గొంతులో ఇరుక్కుపోయినట్లు లేదా బిగుతుగా ఉన్నట్లు అనిపించవచ్చు.
6. కట్టుడు పళ్ళు ఆహారాన్ని మింగడానికి ముందు పూర్తిగా నమిలినా లేదా అని గ్రహించడం కష్టతరం చేస్తుంది. దంతాలు సరిగా సరిపోకపోతే, వ్యక్తులు తమ ఆహారాన్ని సరిగ్గా నమలలేరు, ఇది ఉక్కిరిబిక్కిరి చేస్తుంది. ఉక్కిరిబిక్కిరి నిర్ధారణ

ఒక వైద్యుడు ఉక్కిరిబిక్కిరి కావడానికి గల కారణాలను అంచనా వేయడానికి మింగడం యొక్క ప్రాథమిక అంచనాను నిర్వహిస్తాడు. వారు తదుపరి పరీక్షలు మరియు చికిత్సల కోసం సూచించవచ్చు.

1. చరిత్ర ఘనపదార్థాలు, ద్రవపదార్థాలు లేదా రెండింటినీ మింగగల సామర్థ్యాన్ని గుర్తించడం ద్వారా మ్రింగుట కష్టాల చరిత్రను వైద్య అభ్యాసకుడు అంచనా వేస్తారు మరియు వ్యక్తి ఎదుర్కొంటున్న లక్షణాల గురించి అడుగుతారు.
2. ల్యాబ్ పరీక్షలు స్వాలో పరీక్షలు: ఈ పరీక్షలు మ్రింగుట సామర్ధ్యాల యొక్క ప్రాధమిక అంచనాలో సహాయపడతాయి. డాక్టర్ [రోగికి నీటిని మింగడానికి మరియు నీరు త్రాగడానికి పట్టే సమయం మరియు అవసరమైన కోయిల సంఖ్య నమోదు చేయబడుతుంది. మానోమెట్రీ మరియు 24-గంటల pH అధ్యయనం: ఈ పరీక్ష అన్నవాహిక పనితీరును అంచనా వేయడంలో సహాయపడుతుంది. కడుపు నుండి తిరిగి ప్రవహించే యాసిడ్ మొత్తాన్ని కొలవడానికి ప్రెజర్ సెన్సార్‌లతో కూడిన చిన్న ట్యూబ్ ముక్కు ద్వారా అన్నవాహికలోకి పంపబడుతుంది. ఇది ఉక్కిరిబిక్కిరి ఇబ్బందులకు కారణాన్ని గుర్తించడంలో సహాయపడుతుంది.

మీ ల్యాబ్ పరీక్షలను బుక్ చేసుకోవడం ఇప్పుడే సులభమైంది. మీ ఇంటి సౌలభ్యం మరియు భద్రతలో అన్ని పరీక్షలను పొందండి. అన్ని పరీక్షలను ఇక్కడ కనుగొనండి

1. ఇమేజింగ్ పరీక్షలు బేరియం ఎక్స్-రే: ఈ పరీక్షలో రోగికి అన్నవాహికపై పూత పూసే బేరియం ద్రావణాన్ని త్రాగమని చెప్పబడింది, ఇది X-కిరణాలపై సులభంగా దృశ్యమానం చేస్తుంది. ఈ పరీక్ష మీ అన్నవాహిక ఆకృతిలో మార్పులను దృశ్యమానం చేయడంలో సహాయపడుతుంది. ఫలితాలు నమోదు చేయబడతాయి, ఉక్కిరిబిక్కిరి చేసే సమస్యలను వివరంగా అధ్యయనం చేయడానికి అనుమతిస్తుంది.

ఎండోస్కోపీ: ఈ పరీక్షలో, వైద్యుడు అన్నవాహికను దృశ్యమానం చేయడానికి ఒక సన్నని, సౌకర్యవంతమైన కాంతితో కూడిన పరికరం (ఎండోస్కోప్) గొంతులోకి పంపబడుతుంది.

మ్రింగడం యొక్క ఫైబర్-ఆప్టిక్ ఎండోస్కోపిక్ మూల్యాంకనం (FEES): ఈ పరీక్ష సాధారణంగా మ్రింగుట రుగ్మతలను అధ్యయనం చేయడానికి మొదటి ఎంపికగా ఉంటుంది, ఎందుకంటే ఇది ఉపయోగించడం సులభం మరియు రేడియేషన్ ఎక్స్‌పోజర్ లేకుండా బాగా తట్టుకోగలదు. ముందుగా, ఒక ఎండోస్కోప్ (ఒక చివర కాంతి మరియు కెమెరాతో కూడిన సన్నని మరియు సౌకర్యవంతమైన ట్యూబ్) ముక్కు మరియు ఎగువ శ్వాసనాళాల్లో ఏవైనా అడ్డంకులు ఉన్నట్లయితే వాటిని గుర్తించడానికి ఉపయోగించబడుతుంది. రెండవది, మింగడం అనేది ఆహారం మరియు ద్రవం యొక్క వివిధ అల్లికలు మరియు పరిమాణాలతో అంచనా వేయబడుతుంది.

వీడియోఫ్లోరోస్కోపిక్ స్వాలో స్టడీ (VFSS): ఈ పరీక్షను సవరించిన బేరియం స్వాలో అని కూడా పిలుస్తారు, ఇది నోటి కుహరం, ఫారింక్స్ మరియు అన్నవాహిక యొక్క డైనమిక్ ఎక్స్-రే పరీక్షను అనుమతించే మరొక బంగారు ప్రమాణం. ఇది మింగడానికి ముందు, సమయంలో మరియు తర్వాత రోగి యొక్క వాయుమార్గాన్ని అంచనా వేయడానికి అనుమతిస్తుంది.

కంప్యూటెడ్ టోమోగ్రఫీ (CT స్కాన్): ఈ ప్రక్రియ శరీరం లోపల ఉన్న ప్రాంతాల వివరణాత్మక చిత్రాల శ్రేణిని రూపొందించడానికి x-ray యంత్రానికి అనుసంధానించబడిన కంప్యూటర్‌ను ఉపయోగిస్తుంది. మెడ CT స్కాన్ కండరాలు, గొంతు, టాన్సిల్స్, వాయుమార్గాలు, థైరాయిడ్ మరియు ఇతర గ్రంధులతో సహా మెడలోని మృదు కణజాలాలు మరియు అవయవాల చిత్రాలను రూపొందించడానికి ఒక ప్రత్యేక ఎక్స్-రే యంత్రాన్ని ఉపయోగిస్తుంది.

మాగ్నెటిక్ రెసొనెన్స్ ఇమేజింగ్ (MRI) స్కాన్: ఈ ప్రక్రియ శరీరం లోపలి భాగంలోని వివరణాత్మక చిత్రాలను రూపొందించడానికి బలమైన అయస్కాంత క్షేత్రాలు మరియు రేడియో తరంగాలను ఉపయోగిస్తుంది. మెడ MRI స్కాన్ కండరాలు, గొంతు, టాన్సిల్స్, వాయుమార్గాలు, థైరాయిడ్ మరియు ఇతర గ్రంధులతో సహా మెడలోని మృదు కణజాలాలు మరియు అవయవాల చిత్రాలను చేస్తుంది. ఉక్కిరిబిక్కిరి నివారణ

పెద్దలలో ఉక్కిరిబిక్కిరి నివారణ: ఆహారాన్ని చిన్న ముక్కలుగా కత్తిరించండి లేదా కత్తిరించండి. ఆహారాన్ని నెమ్మదిగా నమలండి. తినేటప్పుడు నవ్వడం మరియు మాట్లాడటం మానుకోండి. భోజనానికి ముందు మరియు తరువాత ఆల్కహాల్ తీసుకోవడం మానుకోండి. మీరు దంతాలు ధరించినట్లయితే, ఆహారాన్ని నెమ్మదిగా మరియు సరిగ్గా నమలడానికి అదనపు జాగ్రత్తలు తీసుకోండి.

పిల్లలలో ఉక్కిరిబిక్కిరి నివారణ: 4 సంవత్సరాల కంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్న పిల్లలు ఉక్కిరిబిక్కిరి అయ్యే ప్రమాదం ఉంది, కానీ పెద్ద పిల్లలు కూడా ఊపిరి పీల్చుకోవచ్చు. వైకల్యాలున్న పిల్లలు లేదా కొన్ని దీర్ఘకాలిక అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్న పిల్లలు ఇతర పిల్లల కంటే ఉక్కిరిబిక్కిరి అయ్యే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉండవచ్చు.

1. ఆహార ఉక్కిరిబిక్కిరి చేసే ప్రమాదాలను నివారించడం నాలుగు సంవత్సరాల కంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్న పిల్లలు ఆహారంలో ఉక్కిరిబిక్కిరి అయ్యే ప్రమాదం ఉంది, ఎందుకంటే వారికి గట్టి ఆహారాన్ని చిన్న ముక్కలుగా రుబ్బుకోవడానికి అవసరమైన వెనుక దంతాలు లేవు. అవి తినేటప్పుడు సులభంగా పరధ్యానం చెందుతాయి మరియు సులభంగా నిరోధించగల చిన్న వాయుమార్గాలను కలిగి ఉంటాయి. మీ బిడ్డ 4 సంవత్సరాల కంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్నట్లయితే నివారించాల్సిన ఆహారాలు:

పచ్చి క్యారెట్ వంటి గట్టి పండ్లు మరియు కూరగాయలు చిన్న మరియు గుండ్రని పండ్లు మరియు కూరగాయలు మొత్తం చెర్రీ టొమాటోలు, మొత్తం ద్రాక్ష, బెర్రీలు వంటి మృదువైన మరియు జిగటగా ఉండే ఆహారాలు వేరుశెనగ వెన్న లేదా కొన్ని జిగట స్ప్రెడ్‌లు మాంసం, చికెన్ మరియు చేపల ముక్కలు మరియు ఎముకలు గుండ్రంగా మరియు హాట్ డాగ్‌ల వంటి స్థూపాకార ఆహారాలు మరియు సాసేజ్‌లు మొత్తం గింజలు మరియు గింజలు హార్డ్ కుకీలు, చిప్స్, క్యాండీలు మరియు పాప్‌కార్న్ వంటి నమలడానికి కష్టమైన ఆహారాలు

1. ఆహారాన్ని సురక్షితంగా తినేలా చేయండి

చర్మాన్ని తొక్కండి మరియు పండ్ల విత్తనాలను తొలగించండి. ముడి క్యారెట్లు మరియు యాపిల్స్ వంటి గట్టి పండ్లు మరియు కూరగాయలను తురుము లేదా మెత్తగా మరియు చిన్న ముక్కలుగా కట్ చేసుకోండి. మాంసం విషయంలో, చిన్న ముక్కలుగా కట్ చేసిన లేత, తేమతో కూడిన మాంసాన్ని సర్వ్ చేయండి. వడ్డించే ముందు మాంసం నుండి అన్ని ఎముకలను తొలగించండి. నాలుగు సంవత్సరాల వయస్సు వచ్చే వరకు సన్నగా తరిగిన లేదా చూర్ణం చేసిన కాయలు మరియు విత్తనాలను ఇవ్వండి.

1. తినేటప్పుడు మరియు త్రాగేటప్పుడు పిల్లవాడిని చూడండి

తినేటప్పుడు మరియు త్రాగేటప్పుడు మీ బిడ్డను కుర్చీలో సౌకర్యవంతంగా కూర్చోబెట్టండి, నడుస్తున్నప్పుడు, నడుస్తున్నప్పుడు, పడుకున్నప్పుడు లేదా కదులుతున్న కారులో ఉన్నప్పుడు పిల్లవాడిని తిననివ్వవద్దు, ఇది ఉక్కిరిబిక్కిరి అయ్యే ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది, భోజన సమయాన్ని తక్కువ పరధ్యానంతో ప్రశాంతంగా ఉంచండి మరియు పిల్లలను ప్రోత్సహించండి. సరిగ్గా నమలడం బిడ్డకు మంచం మీద పాలు బాటిల్ ఇవ్వడం మానుకోండి. శిశువులు నోటిలో బాటిల్‌తో నిద్రలోకి జారుకున్న వెంటనే, ఇది వారి ఊపిరితిత్తులలోకి ద్రవాన్ని లాగుతుంది మరియు ఉక్కిరిబిక్కిరి అవుతుంది.

1. ఆహారేతర ఉక్కిరిబిక్కిరి ప్రమాదాలను నివారించడం పసిపిల్లలు మరియు చిన్నపిల్లలు ఏదైనా మరియు ప్రతిదాన్ని నోటిలో పెట్టుకోవడం ద్వారా ప్రపంచాన్ని అన్వేషిస్తారు. సురక్షితమైన వాతావరణాన్ని సృష్టించడానికి పిల్లలను కొన్ని విషయాలకు దూరంగా ఉంచండి.

బటన్లు, సీసా మూతలు, నాణేలు, నగలు, చిన్న అయస్కాంతాలు మరియు గోళీలతో సహా చిన్న మరియు గుండ్రని ఆకారపు వస్తువులను పిల్లలకు అందుబాటులో లేకుండా ఉంచండి, పిల్లవాడు ఆడుతున్న స్థలం చుట్టూ విరిగిన బొమ్మలు లేదా ఆటల ముక్కలను తనిఖీ చేయండి. బొమ్మల ప్యాకేజీలపై వయస్సు సిఫార్సులను అనుసరించండి. పిల్లలు ఆడుకునే సమయంలో వారి నోటిలో చిన్న వస్తువులను పెట్టుకోవద్దని బోధించండి, కలరింగ్ లేదా డ్రాయింగ్ చేసేటప్పుడు వారి నోటిలో పెన్సిల్‌లు, క్రేయాన్‌లు లేదా ఎరేజర్‌లను పెట్టుకోవద్దని పిల్లలను ప్రోత్సహించండి. పిల్లల కళ్లను చూసేందుకు మీ ఇంటిలోని ప్రతి గదిలో మీ చేతులు మరియు మోకాళ్లపై కూర్చోవడం ద్వారా మీ ఇంటిని "చైల్డ్ ప్రూఫ్ హోమ్"గా మార్చుకోండి. ప్రమాదకరమైన అంశాలను తీసివేయండి లేదా లాక్ చేయండి. నీకు తెలుసా? పసిబిడ్డలు మరియు చిన్న పిల్లలకు లాటెక్స్ బెలూన్లు ఉక్కిరిబిక్కిరి చేసే ప్రమాదం. ఒక పిల్లవాడు గాలి తీసేసిన బెలూన్‌ని నమిలి అకస్మాత్తుగా ఊపిరి పీల్చుకుంటే, విరిగిన లేటెక్స్ బెలూన్ పిల్లల వాయుమార్గాన్ని నింపి గాలి చొరబడని ముద్రను ఏర్పరుస్తుంది. ఇది రెస్క్యూ ప్రయత్నాలను చాలా కష్టతరం చేస్తుంది. బదులుగా మైలార్ లేదా రేకు బెలూన్‌లను ఎంచుకోండి. స్పెషలిస్ట్ టు విజిట్ ఉక్కిరిబిక్కిరి అనేక కారణాల వల్ల సంభవించవచ్చు. తరచుగా ఉక్కిరిబిక్కిరి అవుతున్న సందర్భంలో, వైద్యులు మీకు ఖచ్చితమైన కారణాన్ని నిర్ధారించడంలో మరియు చికిత్సతో సహా అందించడంలో సహాయపడగలరు

సాధారణ వైద్యులు న్యూరాలజిస్టులు గ్యాస్ట్రోఎంటరాలజిస్టులు పీడియాట్రిషియన్ (పిల్లల విషయంలో)

ఒక న్యూరాలజిస్ట్ మెదడు, నరాలు మరియు వెన్నుపామును ప్రభావితం చేసే పరిస్థితులలో నిపుణుడు ఒక గ్యాస్ట్రోఎంటరాలజిస్ట్ ఒక నిపుణుడు, అతను కడుపు మరియు ప్రేగులలోని రుగ్మతలను నిర్ధారించడానికి మరియు చికిత్స చేయడానికి అర్హత కలిగిన వైద్య నిపుణుడు. శిశువైద్యుడు అనేది పుట్టినప్పటి నుండి 18 సంవత్సరాల వయస్సు వరకు పిల్లల సంరక్షణలో నైపుణ్యం కలిగిన వైద్యుడు.

వైద్యుడిని ఎప్పుడు చూడాలి? మీరు ఈ క్రింది లక్షణాలను కలిగి ఉన్నట్లయితే మీరు వెంటనే మీ వైద్యుడిని సంప్రదించాలి: శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది అయోమయం లేదా దిక్కుతోచని స్థితి మెడ లేదా గొంతు నొప్పి దగ్గు అలసట శబ్దంతో   
శ్వాస తీసుకోవడం

మా విశ్వసనీయ వైద్యుల బృందం నుండి వైద్య సహాయం పొందండి. మీ అపాయింట్‌మెంట్‌ని ఇప్పుడే బుక్ చేసుకోండి

ఉక్కిరిబిక్కిరి చేయడం యొక్క చికిత్స గొంతును అడ్డుకునే వస్తువులను లేదా ఆహారాన్ని బహిష్కరించడమే ఉక్కిరిబిక్కిరి చేయడం యొక్క ప్రాథమిక నిర్వహణ. అలాగే, ఉక్కిరిబిక్కిరి అయ్యే ఎపిసోడ్‌లను ఆపడానికి అంతర్లీన కారణాలకు చికిత్స చేయడం చాలా ముఖ్యం.

1. హీమ్లిచ్ యుక్తి ఒక వ్యక్తి బలవంతంగా దగ్గుతున్న సందర్భంలో, వస్తువును క్లియర్ చేయడానికి దగ్గును కొనసాగించమని వారిని ప్రోత్సహించండి. వస్తువును పారద్రోలేందుకు వ్యక్తిని ముందుకు వంచి, భుజం బ్లేడ్‌ల మధ్య మీ చేతి మడమతో వారి వీపుపై గట్టిగా కొట్టడం ద్వారా 5 బ్యాక్‌ఫ్లోలను ఇవ్వండి. ఒక వ్యక్తి దగ్గు, మాట్లాడటం లేదా ఊపిరి పీల్చుకోలేని సందర్భంలో, తక్షణ సహాయం అవసరం. ఊపిరాడకుండా నిరోధించడానికి హీమ్లిచ్ యుక్తి అని కూడా పిలువబడే పొత్తికడుపు థ్రస్ట్‌లను వారికి ఇవ్వండి.

హీమ్లిచ్ యుక్తి యొక్క దశలు ఉక్కిరిబిక్కిరి అవుతున్న వ్యక్తి వెనుక నిలబడి మీ చేతులను నడుము చుట్టూ ఉంచండి మరియు వాటిని ముందుకు వంచండి, మీ పిడికిలి బిగించి, వ్యక్తి బొడ్డుపై ఉంచండి పై దశలను కనీసం 5 సార్లు చేయండి

ఉక్కిరిబిక్కిరి చేయడం కోసం ప్రథమ చికిత్స మరియు మీరు ఒక వ్యక్తి జీవితాన్ని ఎలా రక్షించగలరనే దాని గురించి మరింత తెలుసుకోండి. మరింత చదవడానికి క్లిక్ చేయండి

1. కార్డియోపల్మోనరీ రిససిటేషన్ (CPR)

వ్యక్తి స్పందించనప్పుడు మరియు శ్వాస తీసుకోనప్పుడు లేదా గాలి కోసం మాత్రమే ఊపిరి పీల్చుకున్నప్పుడు CPR ఇవ్వబడుతుంది. ఇది ఒకరి జీవితాన్ని రక్షించగల కీలకమైన మరియు అవసరమైన నైపుణ్యం. CPR యొక్క రెండు కీలక అంశాలు ఛాతీపై నొక్కడం, కుదింపులు అని కూడా పిలుస్తారు మరియు శ్వాసలను అందించడం.

పెద్దవారిపై CPR ఎవరైనా రెస్క్యూ బ్రీత్‌లతో సహా CPRలో శిక్షణ పొంది, ఈ నైపుణ్యాలను ఉపయోగించి ఆత్మవిశ్వాసం కలిగి ఉండకపోతే, ఆ వ్యక్తి మాత్రమే రెస్క్యూ శ్వాసలతో ఛాతీ కుదింపులను ఇవ్వాలి. పెద్దవారిపై CPRని రెండు రకాలుగా వర్గీకరించవచ్చు: రెస్క్యూ శ్వాసలతో చేతులు మాత్రమే CPR CPR చేతులు-మాత్రమే CPR (ఛాతీ కుదింపు) హ్యాండ్స్-ఓన్లీ CPRని నిర్వహించడానికి, దశలు: వ్యక్తి పక్కన మోకరిల్లి మరియు మీ మడమను ఉంచండి వారి ఛాతీ మధ్యలో చేయి. వేళ్లను ఇంటర్‌లాక్ చేయడానికి మరొక చేతిని ఛాతీ పైన ఉంచిన చేతి పైభాగంలో ఉంచండి వారి ఛాతీ మీ చేతులను వారి ఛాతీపై ఉంచి, వారి ఛాతీని దాని అసలు స్థానానికి తిరిగి రావడానికి అనుమతించండి, సహాయం వచ్చే వరకు నిమిషానికి 100 నుండి 120 సార్లు చొప్పున ఈ కుదింపులను పునరావృతం చేయండి

రెస్క్యూ శ్వాసలతో CPR CPR సమయంలో శ్వాసలను ఇవ్వడం ఊపిరితిత్తులలో ఆక్సిజన్ సరఫరాను నిర్వహించడానికి సహాయపడుతుంది. ఇది ముఖ్యమైన అవయవాలలో ఆక్సిజన్ ప్రసరణకు సహాయపడుతుంది. ముసుగును ఉపయోగించడం ద్వారా శ్వాసలను ఇవ్వడానికి ఇష్టపడే పద్ధతి; అయినప్పటికీ, నోటి నుండి నోటికి శ్వాసలు కూడా ఇవ్వవచ్చు.

రెస్క్యూ శ్వాసలతో CPRని నిర్వహించడానికి, దశలు క్రింది విధంగా ఉన్నాయి: మీ చేతి మడమను వ్యక్తి ఛాతీ మధ్యలో ఉంచండి, ఆపై మరొక చేతి అరచేతిని పైన ఉంచండి మరియు 5 నుండి 6 సెం.మీ వరకు క్రిందికి నొక్కండి మరియు 100-120 కుదింపు ఇవ్వండి. ప్రతి 30 ఛాతీ కుదింపుల తర్వాత స్థిరమైన రేటుతో, 2 రెస్క్యూ శ్వాసలను ఇవ్వండి, రెస్క్యూ శ్వాసలను అందించడానికి, వ్యక్తి తలను సున్నితంగా వంచి, గడ్డాన్ని 2 వేళ్లతో పైకి లేపి, వ్యక్తి ముక్కును చిటికెడు. మీ నోటిని వారి నోటిపై ఉంచి, వారి నోటిలోకి దాదాపు 1 సెకను పాటు స్థిరంగా ఊదండి, 30 ఛాతీ కుదింపులు మరియు 2 రెస్క్యూ బ్రీత్‌ల చక్రాల నమూనాతో వ్యక్తి కోలుకోవడం లేదా సహాయం వచ్చే వరకు కొనసాగించండి

గమనిక: పిల్లల కోసం, రెస్క్యూ బ్రీత్‌లతో CPRని నిర్వహించాలని సిఫార్సు చేయబడింది.

1. ఇంట్యూబేషన్ ఒక వ్యక్తి శ్వాసనాళంలోకి (శ్వాసనాళం) పంపబడుతుంది. ఇది ఊపిరితిత్తులకు గాలిని అందించడానికి తగినంత మార్గం నుండి వాయుమార్గాన్ని అడ్డుకునే వస్తువును నెట్టడానికి సహాయపడుతుంది. ఒక వ్యక్తిలో ఇంట్యూబేషన్ విఫలమైతే, డాక్టర్ క్రికోథైరోటోమీ అనే శస్త్రచికిత్సా విధానాన్ని నిర్వహించవచ్చు, ఇందులో ఆక్సిజన్ మరియు వెంటిలేషన్ కోసం వాయుమార్గాన్ని ఏర్పాటు చేయడానికి క్రికోథైరాయిడ్ మెమ్బ్రేన్ (CTM)లో కోత ద్వారా ట్యూబ్‌ను ఉంచడం జరుగుతుంది. ఉక్కిరిబిక్కిరి చేయడం వల్ల కలిగే సమస్యలు

వెంటనే పరిష్కరించకపోతే ఉక్కిరిబిక్కిరి చేయడం క్రింది సమస్యలకు దారితీస్తుంది:

1. ఆస్పిరేషన్ న్యుమోనియా ఇది ఛాతీ ఇన్ఫెక్షన్, ఇది అనుకోకుండా ఏదైనా చిన్న ఆహారం వంటి వాటిని పీల్చిన తర్వాత అభివృద్ధి చెందుతుంది. ఇది ఊపిరితిత్తులలో చికాకును కలిగిస్తుంది లేదా వాటిని దెబ్బతీస్తుంది.
2. హైపోక్సియా విదేశీ శరీర వాయుమార్గ అవరోధం యొక్క అత్యంత భయంకరమైన సమస్య హైపోక్సియా, దీని ఫలితంగా శ్వాసకోశ అరెస్ట్, అనాక్సిక్ మెదడు గాయం మరియు మరణం సంభవిస్తుంది.
3. పొత్తికడుపు గాయం హీమ్లిచ్ యుక్తితో ఉన్న సమస్యలలో పొత్తికడుపుకు గాయం మరియు కడుపు కంటెంట్‌ల రెగ్యురిటేషన్ ఉన్నాయి. తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు ఆహారంలో సాధారణంగా ఏది ఉక్కిరిబిక్కిరి అవుతుంది? ఉక్కిరిబిక్కిరి చేయడం సాధారణ అత్యవసరమా? మీరు ఉక్కిరిబిక్కిరిని ఎలా నిరోధించాలి? ఏ వయస్సు వారు ఉక్కిరిబిక్కిరి అయ్యే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది? వయసుతో పాటు ఉక్కిరిబిక్కిరి అవుతుందా? ముఖ్య వాస్తవాలు సాధారణంగా 1- 4 సంవత్సరాల వయస్సు గల పిల్లలలో మరియు 65 సంవత్సరాల కంటే ఎక్కువ వయస్సు ఉన్న పెద్దలలో కనిపిస్తాయి. స్త్రీ పురుషులిద్దరికీ లింగం ప్రభావితమైంది గొంతు ఫారింక్స్ స్వరపేటిక శ్వాసనాళం దిగువ శ్వాసకోశ నాళాలు అనుకరించడం పరిస్థితులు డిస్ఫాగియా (మింగడంలో ఇబ్బందులు) సూడోడిస్‌ఫేజియా (గొంతులో గడ్డ) ఫాగోఫోబియా (మింగడం/ ఉక్కిరిబిక్కిరి చేయడం) మ్రింగుట/ ఉక్కిరిబిక్కిరి చేసే భయం) శరీర భాగాలకు అవసరమైన ఆరోగ్య పరీక్షలు/మింగడానికి అవసరమైన ఆరోగ్య పరీక్షలు మరియు 24-గంటల pH స్టడీ ఇమేజింగ్ పరీక్షలు బేరియం ఎక్స్-రే ఎండోస్కోపీ ఫైబర్-ఆప్టిక్ ఎండోస్కోపిక్ మూల్యాంకనం ఆఫ్ మింగడం (FEES) వీడియోఫ్లోరోస్కోపిక్ స్వాలో స్టడీ (VFSS) కంప్యూటెడ్ టోమోగ్రఫీ (CT స్కాన్) మాగ్నెటిక్ రెసొనెన్స్ ఇమేజింగ్ (MRI) స్కాన్ ట్రీట్‌మెంట్ ట్రీట్‌మెంట్ రీమోనరీ స్కాన్ (MRI) ) బ్రీత్స్ కంప్రెషన్ ఇంట్యూబేషన్ స్పెషలిస్ట్స్ జనరల్ ఫిజిషియన్స్ న్యూరాలజిస్ట్స్ గ్యాస్ట్రోఎంటరాలజిస్ట్స్ పీడియాట్రిషియన్ (పిల్లల విషయంలో) సూచనలు Cichero JAY. వయస్సు-సంబంధిత మార్పులు తినడం మరియు మింగడం ప్రభావం బలహీనత: ఆకాంక్ష, ఉక్కిరిబిక్కిరి చేసే ప్రమాదం, సవరించిన ఆహార ఆకృతి మరియు ఎంపిక యొక్క స్వయంప్రతిపత్తి. జెరియాట్రిక్స్ (బాసెల్). 2018 అక్టోబర్ 12;3(4):69. డాడ్సన్ హెచ్, కుక్ J. ఫారిన్ బాడీ ఎయిర్‌వే అబ్స్ట్రక్షన్. [2022 మే 2న నవీకరించబడింది]. ఇన్: స్టాట్‌పెర్ల్స్ [ఇంటర్నెట్]. ట్రెజర్ ఐలాండ్ (FL): StatPearls పబ్లిషింగ్; 2022 జనవరి. ఉక్కిరిబిక్కిరి నివారణ. నేషన్‌వైడ్ చిల్డ్రన్స్.ఫిబ్రవరి 2010. డకెట్ SA, బార్ట్‌మాన్ M, రోటెన్ RA. ఉక్కిరిబిక్కిరి అవుతోంది. 2022 సెప్టెంబర్ 19. ఇన్: స్టాట్‌పెర్ల్స్ [ఇంటర్నెట్]. ట్రెజర్ ఐలాండ్ (FL): StatPearls పబ్లిషింగ్; 2022 జనవరి. క్రామెర్ ఎన్, జబ్బూర్ ఎన్, తవరెజ్ ఎమ్ఎమ్, మరియు ఇతరులు. విదేశీ శరీర ఆకాంక్ష. [2022 ఆగస్టు 1న నవీకరించబడింది]. ఇన్: స్టాట్‌పెర్ల్స్ [ఇంటర్నెట్]. ట్రెజర్ ఐలాండ్ (FL): StatPearls పబ్లిషింగ్; 2022 జనవరి. Akiyama N, Uozumi R, Akiyama T, Koeda K, Shiroiwa T, Ogasawara K. ఉక్కిరిబిక్కిరి అయ్యే గాయాలు: జపాన్‌లోని తీవ్రమైన ఆసుపత్రి రోగులలో సంబంధిత కారకాలు మరియు లోపం-ఉత్పత్తి పరిస్థితులు. PLoS వన్. 2022 ఏప్రిల్ 27. ఎవరైనా ఉక్కిరిబిక్కిరి అవుతున్నట్లయితే నేను ఏమి చేయాలి? జాతీయ ఆరోగ్య సేవ. 14 సెప్టెంబర్ 2022.

==================================================

జికా వైరస్ వ్యాధిని జికా జ్వరం, జికా, జికా వ్యాధి మరియు ZIKV వ్యాధి అని కూడా పిలుస్తారు అవలోకనం జికా వైరస్ వ్యాధి అనేది జికా వైరస్ వల్ల కలిగే దోమల ద్వారా సంక్రమించే వైరల్ ఇన్‌ఫెక్షన్. దీని పేరు ఉగాండాలోని జికా ఫారెస్ట్ నుండి వచ్చింది, ఇక్కడ వైరస్ మొదటిసారిగా 1947లో వేరు చేయబడింది. ఈ వైరస్ ప్రధానంగా సోకిన ఏడెస్ ఈజిప్టి దోమ కాటు ద్వారా ప్రజలకు వ్యాపిస్తుంది, అదే దోమ చికున్‌గున్యా, డెంగ్యూ మరియు పసుపు జ్వరానికి కారణమవుతుంది. అయినప్పటికీ, ఇది గర్భధారణ సమయంలో లేదా లైంగిక సంపర్కం ద్వారా తల్లి నుండి బిడ్డకు కూడా వ్యాపిస్తుంది.

జికా వైరస్‌తో బాధపడుతున్న 5 మందిలో 4 మందికి ఎలాంటి లక్షణాలు కనిపించడం లేదని సమాచారం. మరియు లక్షణాలను చూపించే వ్యక్తులలో, ఇది జ్వరం, దద్దుర్లు, కండ్లకలక, కండరాల నొప్పి మరియు కీళ్ల నొప్పులుగా కనిపిస్తుంది. RT-PCR మరియు IgM పరీక్షల ద్వారా వైరస్ నిర్ధారణ చేయబడుతుంది.

జికా సంక్రమణకు వ్యాక్సిన్ లేదా నిర్దిష్ట చికిత్స లేదు. అయితే, దోమ కాటును తగ్గించడం ద్వారా వ్యాధిని నివారించవచ్చు. దోమల వికర్షకాలను పూయడం, వలల కింద పడుకోవడం, పొడవాటి స్లీవ్ ధరించడం & కిటికీలకు మెష్ ఉపయోగించడం ద్వారా ఇది చేయవచ్చు. గర్భిణులు పుట్టుకతో వచ్చే లోపాల వంటి సమస్యలు రాకుండా ప్రత్యేక ముందుజాగ్రత్త చర్యలు తీసుకోవాలి. సాధారణంగా అన్ని వయసుల వారిలోనూ కనిపించే ముఖ్య వాస్తవాలు లింగం పురుషులు మరియు మహిళలు ఇద్దరినీ ప్రభావితం చేస్తుంది కానీ స్త్రీలలో ఎక్కువగా శరీర భాగాలు (లు) పాల్గొంటాయి మొత్తం శరీరం అనుకరించే పరిస్థితులు డెంగ్యూ పసుపు జ్వరం వెస్ట్ నైలు జ్వరం జపనీస్ ఎన్సెఫాలిటిస్ టిక్-బోర్న్ ఎన్సెఫాలిటిస్ అవసరమైన ఆరోగ్య పరీక్షలు/ఇమేజింగ్ RT-PCR పరీక్ష Ig M పరీక్ష ప్లేక్ రిడక్షన్ న్యూట్రలైజేషన్ పరీక్షలు (PRNT) చికిత్స ఫ్లూయిడ్ థెరపీ పారాసెటమాల్ నిపుణులు సాధారణ వైద్యుని సంప్రదించండి అంటు వ్యాధి నిపుణుడు గైనకాలజిస్ట్ జికా వైరస్ వ్యాధి లక్షణాలు

జికా వైరస్ వ్యాధి యొక్క పొదిగే కాలం (లక్షణాలను బహిర్గతం చేసే సమయం) 3 నుండి 14 రోజులు. లక్షణాలు సాధారణంగా డెంగ్యూ & చికున్‌గున్యా వంటి ఇతర వ్యాధుల నుండి వేరు చేయలేవు మరియు 2 నుండి 7 రోజుల వరకు కొనసాగుతాయి. లక్షణాలు: ఫీవర్ దద్దుర్లు కండ్లకలక కండరాల నొప్పి కీళ్ల నొప్పి అనారోగ్యం తలనొప్పి రోగులు కొన్ని ఇతర లక్షణాలను కూడా అనుభవించవచ్చు: పొత్తికడుపు నొప్పి అతిసారం మలబద్ధకం ఫోటోఫోబియా నోటి శ్లేష్మంపై చిన్న పూతల వినికిడి లోపం వాంతులు జికా వైరస్ వ్యాధికి కారణాలు

చాలా మందికి దోమ కాటు ద్వారా జికా ఇన్ఫెక్షన్ వస్తుంది. ఇది ప్రధానంగా సోకిన ఈడిస్ ఈజిప్టి మరియు ఏడెస్ ఆల్బోపిక్టస్ దోమల కాటు ద్వారా వ్యాపిస్తుంది. ఈ దోమలు గుడ్లు పెట్టి నిలువ ఉన్న నీటిలో లేదా సమీపంలో సంతానోత్పత్తి చేస్తాయి. కూలర్లు, బకెట్లు, ఫ్లవర్ వాజ్‌లు మరియు కుండీలలోని నీరు ఈ సోకిన దోమలకు సంతానోత్పత్తి ప్రదేశాలను అందిస్తాయి.

సోకిన దోమ కాటు ద్వారా ఒక వ్యక్తి తన రక్తంలో వైరస్ పొందవచ్చు. వైరస్ సాధారణంగా ఒక వారం రక్తంలో ఉంటుంది. ఈ దోమలు ఎక్కువగా ఉదయం మరియు మధ్యాహ్నం సమయంలో కుడతాయి.

జికా వైరస్ యొక్క ప్రాథమిక పునరుత్పత్తి సంఖ్య (R0, ట్రాన్స్మిసిబిలిటీ యొక్క కొలత) 1.4 మరియు 6.6 మధ్య ఉంటుందని అంచనా వేయబడింది. R0 ఆ వ్యాధి ఉన్న ఒక వ్యక్తి నుండి అంటు వ్యాధిని సంక్రమించే వ్యక్తుల సగటు సంఖ్యను మీకు తెలియజేస్తుంది. ఉదాహరణకు, ఒక వ్యాధికి R0 18 ఉంటే, ఆ వ్యాధి ఉన్న వ్యక్తి సగటున 18 మంది వ్యక్తులకు వ్యాపిస్తుంది.

గమనిక: R0 (R నాట్) అనేది ప్రాథమిక పునరుత్పత్తి సంఖ్య, దీనిని ప్రాథమిక పునరుత్పత్తి నిష్పత్తి లేదా రేటు అని కూడా పిలుస్తారు, ఇది ఇన్ఫెక్షియస్ ఏజెంట్ల ప్రసారాన్ని కొలవడానికి ఉపయోగించబడుతుంది.

ప్రజలు సంక్రమణను పొందగల ఇతర మార్గాలు: అసురక్షిత లైంగిక సంపర్కం ద్వారా తల్లి నుండి బిడ్డకు కలుషితమైన రక్త మార్పిడి ద్వారా

ఏ లక్షణాలను విస్మరించవద్దు. బదులుగా పరీక్షించండి. ల్యాబ్ పరీక్షలు కేవలం ఒక క్లిక్ దూరంలో ఉన్నాయి. ఇప్పుడే నమోదు చేసుకోండి!

జికా వైరస్ వ్యాధికి ప్రమాద కారకాలు

జికా వైరస్ వ్యాధి ప్రమాదాన్ని పెంచే కారకాలు: అసురక్షిత సెక్స్ జికా వ్యాప్తి ఉన్న ప్రాంతాలకు వెళ్లడం జికా సోకిన ప్రాంతంలో ఉండడం రక్తమార్పిడి మీకు తెలుసా? జికా వైరస్ వ్యాధిని పబ్లిక్ హెల్త్ ఎమర్జెన్సీగా ప్రకటించారు, ఎందుకంటే ఈ వ్యాధి పుట్టుకతో వచ్చే లోపం, మైక్రోసెఫాలీతో ముడిపడి ఉంది, దీనిలో పిల్లలు తక్కువ పరిమాణంలో ఉన్న మెదడు మరియు పుర్రెలతో జన్మించారు. అంతేకాకుండా, భారతీయ జనాభాలో జికా వైరస్ సంక్రమణ ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంది. భారతదేశంలో జికా వైరస్ ముప్పు గురించి మరింత తెలుసుకోవడానికి చదవండి. ఇప్పుడు చదవండి! జికా వైరస్ వ్యాధి నిర్ధారణ

Zika వైరస్ వ్యాధి లక్షణాలను అభివృద్ధి చేసిన వారంలోపు లేదా మీరు లేదా మీ భాగస్వామి ఇటీవల కలుషితమైన ప్రాంతానికి ప్రయాణించినట్లయితే, వ్యాధిని నిర్ధారించాలని సాధారణంగా సలహా ఇస్తారు.

అత్యంత సాధారణ పరీక్షా పద్ధతులు:

1. రివర్స్ ట్రాన్స్క్రిప్షన్ పాలిమరేస్ చైన్ రియాక్షన్ (RT-PCR): ఈ పద్ధతి జికా వైరస్ యొక్క RNA (జన్యు పదార్ధం) ను గుర్తిస్తుంది. ఇది ముందస్తుగా గుర్తించడానికి వేగవంతమైన, సున్నితమైన మరియు నిర్దిష్టమైన పద్ధతి. మూత్రం, లాలాజలం & రక్త నమూనాలతో పరీక్ష చేయవచ్చు. రక్తంతో పోలిస్తే ఎక్కువ కాలం పాటు రోగుల మూత్రం మరియు లాలాజలంలో జికా వైరస్ యొక్క జన్యు పదార్ధం ఎక్కువ కాలం గుర్తించబడుతుందని అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి. ఈ పరీక్ష సంక్రమణ ప్రారంభమైన మొదటి 3 నుండి 5 రోజులలో వైరస్‌ను గుర్తించగలదు.
2. సెరాలజీ: ఇది వైరస్ ద్వారా ఉత్పత్తి చేయబడిన రక్తంలో ఇమ్యునోగ్లోబులిన్ M (IgM) వంటి ప్రతిరోధకాలను గుర్తిస్తుంది. ఈ పద్ధతి 4 రోజుల అనారోగ్యం తర్వాత ప్రతిరోధకాల ఉనికిని గుర్తించగలదు. IgM స్థాయిలు వేరియబుల్, కానీ సాధారణంగా లక్షణాలు ప్రారంభమైన తర్వాత మొదటి వారంలో సానుకూలంగా మారతాయి మరియు రోగలక్షణ ప్రారంభం లేదా బహిర్గతం అయిన తర్వాత 12 వారాల వరకు కొనసాగుతాయి, కానీ నెలల నుండి సంవత్సరాల వరకు కొనసాగవచ్చు. సాధారణంగా, ఇది డెంగ్యూ, చికున్‌గున్యా మరియు ఎల్లో ఫీవర్ వంటి ఇతర ఫ్లేవివైరస్‌లతో విభేదించలేనందున దీనిని ఎక్కువగా ఉపయోగించరు.
3. ప్లేక్ రిడక్షన్ న్యూట్రలైజేషన్ పరీక్షలు (PRNT): ఇవి వైరస్-నిర్దిష్ట న్యూట్రలైజింగ్ యాంటీబాడీ టైటర్‌లను కొలిచే పరిమాణాత్మక పరీక్షలు. PRNTలు నిర్దిష్ట-కాని ఇన్ఫెక్షన్‌లకు కారణమయ్యే తప్పుడు-పాజిటివ్ IgM యాంటీబాడీ ఫలితాలను పరిష్కరించగలవు మరియు సంక్రమణకు కారణమైన ఖచ్చితమైన వైరస్‌ను గుర్తించడంలో సహాయపడతాయి. అందువలన, ఇది నిర్ధారణ నిర్ధారణ పద్ధతి.

గర్భధారణ సమయంలో పరీక్ష గర్భధారణ సమయంలో, పుట్టుకతో వచ్చిన జికా వైరస్ సంక్రమణను గుర్తించడానికి అనేక పరీక్షలు చేయవచ్చు. వీటిలో ఇవి ఉన్నాయి: అల్ట్రాసౌండ్: జికా సోకిన (లేదా అనుమానిత) గర్భిణీ స్త్రీలకు, సీరియల్ అల్ట్రాసౌండ్‌లు (ప్రతి 3 నుండి 4 వారాలకు) సిఫార్సు చేయబడతాయి. మైక్రోసెఫాలీ మరియు ఇంట్రాక్రానియల్ కాల్సిఫికేషన్స్ వంటి పిండం యొక్క వివిధ మెదడు సంబంధిత అసాధారణతలను ఈ పరీక్ష గుర్తించగలదు. గర్భం యొక్క రెండవ మరియు మూడవ త్రైమాసికం ప్రారంభంలో మైక్రోసెఫాలీని గుర్తించవచ్చు. ముందస్తుగా గుర్తించడం (గర్భధారణ 18 నుండి 20 వారాలు) కూడా సాధ్యమే. అమ్నియోసెంటెసిస్: ఈ ప్రక్రియలో, ఉమ్మనీరు (పిండం చుట్టూ ఉన్న ద్రవం) శిశువుకు సాధ్యమయ్యే జికా వైరస్ సంక్రమణ కోసం పరీక్షించబడుతుంది. ఇది 15 వారాల గర్భధారణ తర్వాత చేయబడుతుంది, ఎందుకంటే ముందస్తుగా గుర్తించడం సంక్రమణ అవకాశాలను పెంచుతుంది.

రక్తహీనత, మధుమేహం, హెపటైటిస్ B మరియు C, మరియు గర్భధారణ సమయంలో నిర్వహించబడే HIV వంటి అనేక పరీక్షలు వివిధ ఆరోగ్య ప్రమాదాలను తగ్గించవచ్చు లేదా నిరోధించవచ్చు.

గర్భధారణ సమయంలో నిర్వహించబడే కొన్ని ప్రాథమిక పరీక్షలు మరియు వాటి ప్రాముఖ్యత గురించి తెలుసుకోవడానికి చదవండి. చదవడానికి క్లిక్ చేయండి!

జికా వైరస్ వ్యాధి నివారణ

ఎ. దోమ కాటును నివారించండి

1. దోమల వికర్షకాలను ఉపయోగించండి ఇవి ప్యాచ్‌లు, బ్యాండ్‌లు, క్రీమ్‌లు & లోషన్‌ల రూపంలో లభిస్తాయి. దోమల వికర్షకం ఇండోర్ మరియు అవుట్డోర్లో దోమల నుండి రక్షణను అందిస్తుంది. అవి రసాయన ఆధారితమైనవి లేదా సహజమైనవి కావచ్చు. మార్కెట్‌లో సాధారణంగా లభించే దోమల వికర్షకాలు: DEET ఆయిల్ ఆఫ్ లెమన్ యూకలిప్టస్ పికారిడిన్ ఐఆర్ 3535 రిపెల్లెంట్‌లను ఉపయోగిస్తున్నప్పుడు అనుసరించాల్సిన చిట్కాలు దుస్తుల కింద చర్మంపై రిపెల్లెంట్‌ను స్ప్రే చేయడం మానుకోండి. మీరు రిపెల్లెంట్‌తో అప్లై చేస్తున్నట్లయితే, ముందుగా సన్‌స్క్రీన్‌ని అప్లై చేయండి. ఎలాంటి ప్రతిచర్యను నివారించడానికి పూర్తి సూచనలను చదవండి. పిల్లల చేతులు, కళ్ళు, నోరు, కోతలు లేదా చికాకు కలిగించే చర్మానికి క్రిమి వికర్షకం వర్తించవద్దు. మీరు దోమల నివారణ మందులను సరిగ్గా వాడుతున్నారా? దాని గురించి మరింత తెలుసుకోండి. ఇక్కడ నొక్కండి!
2. నిలిచిపోయిన నీటిని నివారించండి దోమలు నిలబడి ఉన్న నీటిలో మరియు చుట్టుపక్కల గుడ్లు పెడతాయి. నీరు నిలిచిపోకుండా ఉండటానికి ఈ క్రింది చర్యలు తీసుకోవచ్చు. కడగడం & స్నానం చేసిన తర్వాత బకెట్లు మరియు మగ్‌ల నుండి నీటిని తీసివేయండి. నీటి నిల్వ కంటైనర్లను గట్టి మూతలతో కప్పండి. పూల కుండీలు, AC ట్రేలు మరియు కూలర్ల నుండి నిలబడి ఉన్న నీటిని తొలగించండి. రూఫ్ గట్టర్లు, ఇంటి కూలర్లు మరియు స్విమ్మింగ్ పూల్‌లను క్రమం తప్పకుండా శుభ్రం చేయండి. స్థానిక లార్వివోరస్ చేపలను కొలనులలో ఉంచండి ఎందుకంటే అవి దోమలను తింటాయి.
3. ఆరుబయట నుండి దోమల ప్రవేశాన్ని నిరోధించండి సోకిన దోమలు బయట చెత్త డబ్బాలలో గుడ్లు పెంపకం చేస్తాయి. వారి ప్రవేశాన్ని నిరోధించడమే ఉత్తమ మార్గం. కింది చర్యలు తీసుకోవడం ద్వారా ఇది చేయవచ్చు: తలుపులు మరియు కిటికీల కోసం నెట్‌లు మరియు స్క్రీన్‌లను ఉపయోగించండి. కిటికీలు మరియు తలుపులు దగ్గరగా ఉంచండి. తలుపులు మరియు కిటికీల రంధ్రాలు ఏవైనా ఉంటే వాటిని పరిష్కరించండి. పిల్లల క్యారియర్‌లను నెట్‌తో కవర్ చేయండి.
4. మిమ్మల్ని మీరు కప్పుకోండి రక్షిత దుస్తులు ధరించడం ద్వారా దోమల కాటును నివారించవచ్చు. మీరు దుస్తులు ధరించేటప్పుడు, ఈ క్రింది చర్యలను అనుసరించండి: ఫుల్ స్లీవ్ దుస్తులను ధరించండి. లేత రంగు దుస్తులు ధరించండి. ధరించే ముందు బట్టలు పూర్తిగా ఆరనివ్వండి. పెర్మెత్రిన్ వంటి పురుగుమందులతో దుస్తులను చికిత్స చేయండి.
5. దోమతెరల కింద పడుకోండి దోమ కాటును నివారించడానికి ఇది సాంప్రదాయ మరియు ప్రభావవంతమైన మార్గాలలో ఒకటి. ఈ వలలను మీ బెడ్‌పై అమర్చుకోవచ్చు. వలల యొక్క చక్కటి మెష్ దోమల ప్రవేశాన్ని నిరోధిస్తుంది.

మీరు దోమల వికర్షక బ్యాండ్‌లు, ప్యాచ్‌లు మరియు మరిన్ని వంటి దోమల వికర్షకాల యొక్క ఈ తాజా శ్రేణిని ప్రయత్నించారా? కాకపోతే, ఒక్కసారి చూడండి! ఇక్కడ తనిఖీ చేయండి!

బి. సురక్షితమైన లైంగిక పద్ధతులను అనుసరించండి జికా వైరస్ వ్యాధి యోని, నోటి & అంగ సంపర్కం ద్వారా సంక్రమిస్తుంది. సెక్స్ టాయ్‌లు పంచుకోవడం వల్ల కూడా వైరస్‌ని ఇతరులకు పంపవచ్చు. వైరస్ వీర్యంలో (వృషణాలలో వైరల్ నిలకడ 160 రోజుల వరకు ఉంటుంది) మరియు యోని స్రావాలలో ఇతర శరీర ద్రవాల కంటే (మూత్రం & రక్తం) ఎక్కువ కాలం ఉంటుంది. సంక్రమణ అవకాశాలను తగ్గించడానికి క్రింది నివారణ చర్యలు తీసుకోవచ్చు. యోని, నోటి మరియు అంగ సంపర్కం (ప్రారంభం నుండి చివరి వరకు) కలిగి ఉన్నప్పుడు కండోమ్‌లను ఉపయోగించండి. వ్యాధి సోకినట్లయితే, ఎలాంటి లైంగిక కార్యకలాపాలకు దూరంగా ఉండండి. సెక్స్ బొమ్మలను పంచుకోవడం మానుకోండి. నోటి సెక్స్‌లో ఉన్నప్పుడు డెంటల్ డ్యామ్‌లను ఉపయోగించండి. కండోమ్‌లు ప్రభావవంతమైన గర్భనిరోధకం వలె మాత్రమే కాకుండా లైంగికంగా సంక్రమించే అనేక రకాల వ్యాధుల నుండి మిమ్మల్ని రక్షిస్తాయి. అయితే, మీరు కండోమ్‌లను సరైన పద్ధతిలో ఉపయోగిస్తున్నారా? చదవడానికి క్లిక్ చేయండి!

సందర్శించవలసిన నిపుణుడు

చాలా సందర్భాలలో, Zika సంక్రమణ లక్షణాలు సాధారణంగా తేలికపాటివి మరియు తరచుగా వాటంతట అవే వెళ్లిపోతాయి. అయినప్పటికీ, వైద్యుడిని సందర్శించడం మరియు ముందస్తు జోక్యం నెమ్మదిగా పురోగతికి మరియు వ్యాధి యొక్క ప్రారంభ పరిష్కారానికి దారితీయవచ్చు. ఈ ఇన్‌ఫెక్షన్‌కు చికిత్స చేయడంలో సహాయపడే నిపుణులు: జనరల్ ఫిజిషియన్ ఇన్ఫెక్షియస్ డిసీజ్ స్పెషలిస్ట్ గర్భధారణ విషయంలో, జికా ఇన్‌ఫెక్షన్ పిండంలో అనేక సమస్యలను కలిగిస్తుందని తెలిసినందున మహిళలు ఆమె ప్రసూతి వైద్యుడు-గైనకాలజిస్ట్‌ను సందర్శించాలి.

మీరు ఏదైనా అసౌకర్యాన్ని ఎదుర్కొంటున్నట్లయితే, మా ప్రపంచ స్థాయి వైద్య నిపుణుల నుండి సలహా పొందండి. ఇప్పుడే సంప్రదించండి! జికా వైరస్ వ్యాధి చికిత్స

జికా వైరస్ వ్యాధికి నిర్దిష్ట చికిత్స లేదా వ్యాక్సిన్ అందుబాటులో లేదు. చికిత్స సాధారణంగా లక్షణాలను తగ్గించే లక్ష్యంతో ఉంటుంది. చాలా మంది రోగులు సాధారణంగా సరైన విశ్రాంతి మరియు సహాయక సంరక్షణ తీసుకోవడం ద్వారా వారి స్వంతంగా కోలుకుంటారు. నిర్జలీకరణాన్ని నివారించడానికి ప్రజలు నీరు, పండ్ల రసాలు, మజ్జిగ మరియు కొబ్బరి నీరు వంటి ద్రవాలను పుష్కలంగా తీసుకోవాలని సూచించారు. ఇన్ఫెక్షన్ వల్ల ఆయాసం మరియు జ్వరం వస్తుంది కాబట్టి, రోగులు సరైన విశ్రాంతి తీసుకోవాలి. నొప్పి మరియు జ్వరం విషయంలో, పారాసెటమాల్ తీసుకోవచ్చు. యాక్టివ్ జికా సంక్రమణ ప్రాంతాల్లో నివసిస్తున్న గర్భిణీ స్త్రీలు లేదా లక్షణాలు ఉన్నవారు వెంటనే తమ వైద్యులను సంప్రదించాలి. గమనిక: ఇబుప్రోఫెన్ లేదా ఆస్పిరిన్ వంటి నాన్-స్టెరాయిడ్ యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ డ్రగ్స్ (NSAIDలు) మీ వైద్యుడు డెంగ్యూ జ్వరం లేదని నిర్ధారించే వరకు దూరంగా ఉండాలి. జికా వైరస్ వ్యాధికి ఇంటి సంరక్షణ

ఒకసారి మీరు జికా వైరస్‌ని కలిగి ఉంటే, మీరు ఏదైనా లక్షణాన్ని అనుభవించే అవకాశాలు చాలా తక్కువ. లక్షణాలు సాధారణంగా తేలికపాటివి మరియు అరుదుగా ఆసుపత్రిలో చేరడం అవసరం. పుష్కలంగా నీరు మరియు సరైన విశ్రాంతి తీసుకోవడానికి ప్రయత్నించండి. మీ భాగస్వామికి ఇన్ఫెక్షన్ సోకే అవకాశం ఉన్నందున ఎలాంటి లైంగిక కార్యకలాపాలకు దూరంగా ఉండండి. కోలుకున్న తర్వాత కనీసం 2 నుండి 3 నెలల వరకు గర్భం ధరించడానికి ప్లాన్ చేయవద్దు. మీ ఇంటి లోపల మరియు వెలుపల దోమలను నియంత్రించండి. గర్భిణీ స్త్రీలు ఏదైనా పిండం అసాధారణతలు లేదా పుట్టుకతో వచ్చే లోపాలను పరీక్షించడానికి వారి గైనకాలజిస్ట్‌ను క్రమం తప్పకుండా కలవాలి.

మీరు జికా సోకిన రోగిని జాగ్రత్తగా చూసుకుంటున్నట్లయితే, ప్రసారాన్ని తగ్గించడానికి ఈ ముందు జాగ్రత్త చర్యలను అనుసరించండి. వ్యాధి సోకిన వ్యక్తి యొక్క రక్తం లేదా మూత్రం మరియు వాంతి వంటి శరీర ద్రవాలను తాకవద్దు. సోకిన వ్యక్తిని కలిసిన తర్వాత చేతులు సరిగ్గా కడగాలి. వ్యాధి సోకిన వ్యక్తి యొక్క ఏదైనా రక్తం లేదా ఇతర ద్రవాలకు గురైనట్లయితే, బట్టలు సకాలంలో మరియు వెంటనే తొలగించి, కడగాలి. ప్రతిరోజూ వ్యక్తి యొక్క పరిసరాలను మరియు వస్తువులను శుభ్రపరచండి. తలుపులు మరియు కిటికీలు మూసి ఉంచడం మరియు దోమతెరలు ఉపయోగించడం వంటి దోమల కాటును నివారించడానికి అవసరమైన చర్యలు తీసుకోండి. మీ ఇల్లు దోమల అయస్కాంతమా? మీ ఇల్లు శుభ్రంగా ఉన్నా మీ ఇంట్లో ఇన్ని దోమలు ఎందుకు ఉన్నాయి అని మీరు ఎప్పుడూ ఆలోచిస్తే, మీ ఇల్లు దోమల మాగ్నెట్ అని సమాధానం చెప్పవచ్చు. అవును, మీరు పట్టించుకోని మీ ఇంట్లో దోమల కోసం కొన్ని రహస్య సంతానోత్పత్తి ప్రదేశాలు ఉన్నాయి. మరింత తెలుసుకోవడానికి చదవండి. ఇక్కడ నొక్కండి! జికా వైరస్ వ్యాధి యొక్క సమస్యలు

జికా వైరస్‌తో బాధపడేవారు సాధారణంగా వాటంతట అవే కోలుకుంటారు. వ్యాధి తేలికపాటిది మరియు అరుదుగా ఆసుపత్రిలో చేరడం అవసరం. కానీ, కొన్ని సందర్భాల్లో, వ్యాధులు అనేక సమస్యలను కలిగిస్తాయి. గర్భిణీ స్త్రీలు సంక్లిష్టతలను అభివృద్ధి చేసే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది.

పుట్టుకతో వచ్చే జికా సిండ్రోమ్ గర్భధారణ సమయంలో జికా వైరస్ సంక్రమణ మరియు పిల్లలలో పుట్టుకతో వచ్చే లోపాల మధ్య బలమైన సంబంధం ఉంది. సోకిన గర్భిణీ స్త్రీ తన అభివృద్ధి చెందుతున్న శిశువుకు వైరస్ను పంపుతుంది. ఇది పుట్టుకతో వచ్చే జికా సిండ్రోమ్ అని పిలువబడే పిల్లలలో పుట్టుకతో వచ్చే లోపాల సమూహానికి కారణమవుతుంది. ఇది అభివృద్ధి చెందుతున్న శిశువు యొక్క పెరుగుదల మరియు అభివృద్ధిని ప్రభావితం చేస్తుంది. సాధ్యమయ్యే అసాధారణతలు: చిన్న మెదడులు మరియు కుప్పకూలిన పుర్రె, పరిస్థితిని మైక్రోసెఫాలీ అని పిలుస్తారు, కంటి వెనుక మెదడు కణజాలం మచ్చలు తగ్గడం కీళ్ల కదలిక తగ్గడం పుట్టిన వెంటనే శరీరం యొక్క కదలిక తగ్గడం మూర్ఛ మేధో వైకల్యం శ్వాసకోశ ఇన్ఫెక్షన్ డైస్ఫేజియా న్యూరల్ ట్యూబ్ లోపాలు పక్షవాతం తక్కువ జనన బరువు దృష్టి సమస్యలు

Guillain-Barré సిండ్రోమ్ (GBS) జికా వైరస్ వ్యాధి GBSకి కారణమవుతుంది, ఇది నరాల సంబంధిత రుగ్మత, దీనిలో రోగనిరోధక వ్యవస్థ ద్వారా నరాల కణాలు దెబ్బతిన్నాయి. ఇది కండరాల బలహీనతకు దారితీస్తుంది. అధునాతన దశలలో, శ్వాసను నియంత్రించే కండరాలు కూడా ప్రభావితమవుతాయి. సాధారణంగా, రోగులు చాలా నెలల్లో GBS నుండి కోలుకుంటారు. అరుదుగా, ఇది శాశ్వత నష్టాన్ని కలిగిస్తుంది.

GBS అనేది జికా వైరస్ సంక్రమణ యొక్క అరుదైన సమస్య. సంక్రమణతో బాధపడుతున్న 10,000 మందిలో 2-3 మంది రోగులలో ఇది సంభవిస్తుంది.

ఇతర నాడీ సంబంధిత రుగ్మతలు జికా వైరస్ వ్యాధి కొన్ని కేంద్ర నాడీ వ్యవస్థ సంబంధిత రుగ్మతలకు కూడా దారితీయవచ్చు: ఎన్సెఫాలిటిస్ మెనింగోఎన్సెఫాలిటిస్ రెటినోపతి న్యూరోపతి మైలిటిస్ థ్రోంబోసైటోపెనియా చాలా అరుదుగా, జికా వైరస్ వ్యాధి థ్రోంబోసైటోపెనియాకు కారణమవుతుంది. ఈ రుగ్మతతో బాధపడుతున్న వ్యక్తులు తక్కువ సంఖ్యలో ప్లేట్‌లెట్లను కలిగి ఉంటారు, దీని ఫలితంగా రక్తస్రావం, గాయాలు మరియు నెమ్మదిగా రక్తం గడ్డకట్టడం జరుగుతుంది.

థ్రోంబోసైటోపెనియా లేదా తక్కువ ప్లేట్‌లెట్ కౌంట్ గురించి ఇక్కడ మరింత సమాచారం ఉంది. చదవడానికి క్లిక్ చేయండి!

గర్భం కోల్పోవడం గర్భిణీ స్త్రీలలో జికా వైరస్ సంక్రమణ గర్భస్రావాలు, నెలలు నిండకుండానే పుట్టడం & ఇంకా పుట్టే అవకాశాలను పెంచుతుంది. జికా వైరస్ వ్యాధికి ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలు జికా వైరస్ వ్యాధికి ఇంటి నివారణలు

వెల్లుల్లి (లెహ్సున్): ఇందులో యాంటీ ఇన్‌ఫ్లమేటరీ లక్షణాలు ఉన్నాయి, ఇది జికా ఇన్‌ఫెక్షన్‌తో పోరాడడంలో సహాయపడుతుంది. వెల్లుల్లిలోని అల్లిసిన్ అనే పదార్ధం రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది. ఇది కండరాల నొప్పి & జ్వరాన్ని తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. మీరు దీన్ని మీ ఆహారంలో చేర్చుకోవచ్చు. దీనిని పొడి రూపంలో కూడా తీసుకోవచ్చు.

బొప్పాయి (పపిట): బొప్పాయి వ్యాధి నిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది, ఇది ఇన్ఫెక్షన్లతో పోరాడడంలో సహాయపడుతుంది. ఇది యాంటీ ఆక్సిడెంట్‌గా కూడా పనిచేస్తుంది.

గమనిక: గర్భధారణ సమయంలో బొప్పాయి తినకూడదు.

విటమిన్ సి: స్ట్రాబెర్రీలు & కివి వంటి విటమిన్ సి అధికంగా ఉండే ఆహారాలు రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతాయి మరియు వేగంగా కోలుకోవడానికి సహాయపడతాయి.

రోజుకు 5 రూపాయల కంటే తక్కువ ఖర్చుతో 10 విటమిన్ సి అధికంగా ఉండే ఆహారాలు ఇక్కడ ఉన్నాయి. తెలుసుకోవడానికి క్లిక్ చేయండి!

తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు జికా వైరస్ జీవితాంతం శరీరంలో ఉంటుందా? నేను డెంగ్యూ లేదా జికాతో బాధపడుతున్నానా? జికా ఇన్‌ఫెక్షన్ తర్వాత గర్భవతి కావడానికి లేదా జికా పీడిత దేశం నుండి తిరిగి రావడానికి నేను ఎంతకాలం వేచి ఉండాలి? జికా గర్భాన్ని ఏ దశలో ప్రభావితం చేస్తుంది? జికా వైరస్ వ్యాక్సిన్ పరిస్థితి ఏమిటి? రిఫరెన్స్‌లు జికా వైరస్, ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ కోసం వెక్టర్ కంట్రోల్ ఆపరేషన్స్ ఫ్రేమ్‌వర్క్, చివరిగా నవీకరించబడింది: 29 మే, 2016. FDA, US ఫుడ్ అండ్ డ్రగ్ అడ్మినిస్ట్రేషన్ నుండి Zika వైరస్ ప్రతిస్పందన నవీకరణలు, చివరిగా నవీకరించబడింది: 13 మే, 2021. చికిత్స, జికా వైరస్, కేంద్రం వ్యాధి నియంత్రణ & నివారణ కోసం, చివరిగా నవీకరించబడింది: 21 మే, 2019. జికా వైరస్, ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ, చివరిగా నవీకరించబడింది: 20 జూలై, 2018. లక్షణాలు, పరీక్ష మరియు చికిత్స, వ్యాధి నియంత్రణ & నివారణ కేంద్రం, చివరిగా నవీకరించబడింది: 21 మే , 2019. క్లాడియో సి సిర్నే శాంటోస్, జికా వైరస్‌కు వ్యతిరేకంగా సహజ ఉత్పత్తులు. 2020. ప్రివెన్షన్ అండ్ ట్రాన్స్‌మిషన్, జికా వైరస్, సెంటర్ ఫర్ డిసీజ్ కంట్రోల్ & ప్రివెన్షన్, చివరిగా నవీకరించబడింది: 24 జూలై, 2019. రావల్, జి., యాదవ్, ఎస్., & కుమార్, ఆర్. (2016). జికా వైరస్: ఒక అవలోకనం. జర్నల్ ఆఫ్ ఫ్యామిలీ మెడిసిన్ అండ్ ప్రైమరీ కేర్, 5(3), 523–527. ప్రినేటల్ కేర్, జికా మరియు ప్రెగ్నెన్సీ, సెంటర్ ఫర్ డిసీజ్ కంట్రోల్ & ప్రివెన్షన్, చివరిగా నవీకరించబడింది: 30 మార్చి, 2021. దోమల కాటు, జికా వైరస్, వ్యాధి నియంత్రణ & నివారణ కేంద్రం, చివరిగా నవీకరించబడింది: 4 డిసెంబర్, 2019. లైంగిక సంక్రమణ మరియు నివారణ , జికా వైరస్, వ్యాధి నియంత్రణ & నివారణ కేంద్రం, చివరిగా నవీకరించబడింది: 21 మే, 2019. మైక్రోసెఫాలీ మరియు ఇతర పుట్టుక లోపాలు, జికా వైరస్, వ్యాధి నియంత్రణ & నివారణ కేంద్రం, చివరిగా నవీకరించబడింది: 14 మే, 2019. షార్ప్ TM, మునోజ్- జోర్డాన్ J, పెరెజ్-పాడిల్లా J, Bello-Pagán MI, రివెరా A, పాస్తులా DM, సాలినాస్ JL, మార్టినెజ్ మెండెజ్ JH, మెండెజ్ M, పవర్స్ AM, వాటర్‌మాన్ S. జికా వైరస్ ఇన్ఫెక్షన్ తీవ్రమైన థ్రోంబోసైటోపెనియాతో సంబంధం కలిగి ఉంటుంది. క్లినికల్ ఇన్ఫెక్షియస్ డిసీజెస్. 2016 నవంబర్ 1;63(9):1198-201. జికా వైరస్‌ను ఎదుర్కోవడానికి ఈ సహజ పరిష్కారాలను ప్రయత్నించండి, The Health site.com, చివరిగా నవీకరించబడింది: 7 అక్టోబర్, 2018.

==================================================

జింక్ లోపం అవలోకనం జింక్ ఒక సూక్ష్మపోషకం, ఇది పునరుత్పత్తి, రోగనిరోధక పనితీరు మరియు గాయం మరమ్మత్తు వంటి వివిధ శారీరక విధుల్లో ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తుంది. గర్భధారణ, బాల్యం మరియు కౌమారదశలో పిండం యొక్క పెరుగుదల మరియు అభివృద్ధికి కూడా ఇది అవసరం.

జింక్ లోపం అనేది శరీరంలో తక్కువ స్థాయి జింక్ (0.66 నుండి 1.10 mcg/ml కంటే తక్కువ)ను సూచిస్తుంది. జింక్ లోపం పుట్టుకతో వచ్చినది (పుట్టినప్పటి నుండి) లేదా సంపాదించినది కావచ్చు.

జింక్ మన శరీరం ద్వారా సంశ్లేషణ చేయబడదు, కాబట్టి దీనిని బయటి మూలాల నుండి తీసుకోవాలి. జింక్ యొక్క సిఫార్సు చేయబడిన డైటరీ అలవెన్స్ (RDA) పిల్లలలో 3 mg/day నుండి 8 mg/day మరియు స్త్రీలు మరియు పురుషులలో వరుసగా 11 mg/రోజు వరకు ఉంటుంది. అయితే గర్భిణులు, పాలిచ్చే మహిళల్లో ఇది ఎక్కువగా ఉంటుంది.

గుల్లలు, ఎర్ర మాంసం, పౌల్ట్రీ, పాల ఉత్పత్తులు, చిక్కుళ్ళు, బీన్స్, జీడిపప్పు, చియా గింజలు మరియు గుమ్మడి గింజలు వంటి జింక్ అధికంగా ఉండే ఆహారాన్ని తీసుకోవడం ద్వారా దీని లోపాన్ని సులభంగా తిప్పికొట్టవచ్చు. తీవ్రమైన లోపం విషయంలో, మీ వైద్యుడు సప్లిమెంట్లను సూచించవచ్చు. ముఖ్య వాస్తవాలు సాధారణంగా అన్ని వయసులవారిలో కనిపిస్తాయి కానీ పిల్లలలో ఎక్కువగా కనిపించే శరీర భాగాలు (లు) మొత్తం శరీరాన్ని అనుకరించే పరిస్థితులు హైపోథైరాయిడిజం డిప్రెషన్ ఐరన్ లోపం విటమిన్ బి12 లోపం ఫోలేట్ లోపం విటమిన్ డి లోపం విటమిన్ ఎ లోపం అవసరమైన ఆరోగ్య పరీక్షలు/ఇమేజింగ్ రక్త పరీక్షలు: జింక్ స్థాయి, నోటి జింక్ టాలరెన్స్ పరీక్షలు & జింక్ ఆధారిత ఎంజైమ్‌లు మూత్ర పరీక్షలు హెయిర్ అనాలిసిస్ చికిత్స డైట్ సప్లిమెంటేషన్ నిపుణులు జనరల్ ఫిజిషియన్ ఇంటర్నల్ మెడిసిన్ స్పెషలిస్ట్ గైనకాలజిస్ట్‌ని సంప్రదించాలి జింక్ లోపం యొక్క లక్షణాలు

జింక్ తక్కువగా ఉన్న నెలల తర్వాత జింక్ లోపం యొక్క లక్షణాలు కనిపించడం ప్రారంభిస్తాయి. లక్షణాలు జింక్ స్థాయిలను బట్టి మారుతూ ఉంటాయి మరియు నిర్దిష్టంగా ఉండవు, తరచుగా ఇతర వైద్య పరిస్థితులను పోలి ఉంటాయి. అందువల్ల, నిర్ధారణ కోసం వైద్య పరీక్షను నిర్వహించడం అవసరం.

జింక్ లోపం ఉన్న వ్యక్తులు అనుభవించవచ్చు: చర్మంపై దద్దుర్లు చర్మపు పూతల జుట్టు రాలడం విరేచనాలు తరచుగా జలుబు మరియు ఇన్ఫెక్షన్లు బరువు తగ్గడం ఆలస్యమైన గాయం మానడం వాసన లేదా రుచి భావం తగ్గడం ఆకలి లేకపోవటం కళ్ళు మరియు చర్మ గాయాలు దృష్టి సమస్యలు మానసిక బద్ధకం హైపోగోనాడిజం (మగవారిలో) నపుంసకత్వము

పిల్లలు మరియు యుక్తవయస్కులలో ఇవి ఉండవచ్చు: ఎదుగుదల మందగమనం ఆలస్యం యుక్తవయస్సు నేర్చుకోవడంలో ఇబ్బంది మీకు తెలుసా? మగ సెక్స్ హార్మోన్ అయిన టెస్టోస్టెరాన్ ఏర్పడటంలో జింక్ కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. దీని కారణంగా, జింక్ లేకపోవడం కూడా అంగస్తంభన (ED)కి కారణమవుతుంది. అంగస్తంభన సమస్య గురించి మరింత వివరంగా చదవండి. చదవడానికి నొక్కండి! జింక్ లోపానికి కారణాలు పోషకాహార లోపం కారణంగా అభివృద్ధి చెందుతున్న మరియు అభివృద్ధి చెందని దేశాలలో జింక్ లోపం ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది. అయినప్పటికీ, వివిధ దీర్ఘకాలిక అనారోగ్యాల ఫలితంగా అభివృద్ధి చెందిన దేశాలలో కూడా కేసులు కనిపిస్తాయి. జింక్ లోపం ఏర్పడవచ్చు లేదా పుట్టుకతో వస్తుంది. పొందిన జింక్ లోపం

జింక్ లోపానికి ప్రధాన కారణాలు: జింక్ తీసుకోవడం తగ్గడం జింక్ శోషణ తగ్గడం జింక్ డిమాండ్ పెరగడం జింక్ అధిక నష్టం

1. జింక్ తీసుకోవడం తగ్గడం జింక్ తగినంతగా తీసుకోకపోవడం దీనికి సంబంధించినది: జింక్ అధికంగా ఉండే ఆహారాలు తక్కువ తీసుకోవడం కఠినమైన శాఖాహార ఆహారాలు పేరెంటరల్ న్యూట్రిషన్ అనోరెక్సియా నెర్వోసా (ఈటింగ్ డిజార్డర్)

శాకాహారులు ఎక్కువగా జింక్ స్థాయిలను తక్కువగా కలిగి ఉంటారు, ఎందుకంటే శరీరం మాంసం నుండి జింక్‌ను మరింత సమర్ధవంతంగా వెలికితీసే ధోరణిని కలిగి ఉంటుంది. వృద్ధులు కూడా జింక్ లోపంతో బాధపడుతున్నారు ఎందుకంటే కొన్ని ఆహారాలు పరిమితంగా అందుబాటులో ఉంటాయి.

1. జింక్ యొక్క శోషణ తగ్గడం ఒక వ్యక్తి / ఆమె తగినంత మొత్తంలో జింక్ తీసుకున్నప్పటికీ కూడా జింక్ లోపం ఉండవచ్చు. జింక్ శోషణకు ఆటంకం కలిగించే కొన్ని ఆహార పదార్థాలు లేదా మందులను అధికంగా తీసుకోవడం మరియు కొన్ని రుగ్మతల ఉనికి దీనికి కారణం కావచ్చు. వీటిలో ఇవి ఉన్నాయి: చిక్కుళ్ళు, విత్తనాలు, సోయా ఉత్పత్తులు మరియు తృణధాన్యాలు కలిగిన ఆక్సలేట్‌లు బచ్చలికూర, ఓక్రా, గింజలు మరియు టీ కాల్షియం వంటి ఆహారాలను కలిగి ఉన్న ఫైటేట్‌లు మరియు డైరీ, గింజలు మరియు గింజలు వంటి ఆహారాలను కలిగి ఉన్న ఫాస్ఫేట్లు థియాజైడ్ డైయూరిటిక్స్ (క్లోర్తాలిడోన్) వంటి మందులు లేదా హైడ్రోక్లోరోథియాజైడ్), సోడియం వాల్‌ప్రోయేట్, యాంటీబయాటిక్స్ మరియు పెన్సిల్లమైన్ వ్యాధులు క్రోన్'స్ వ్యాధి, షార్ట్ బవెల్ సిండ్రోమ్, హుక్‌వార్మ్ ఇన్ఫెస్టేషన్ మరియు ప్యాంక్రియాటిక్ లోపం
2. జింక్ యొక్క పెరిగిన డిమాండ్ గర్భధారణ మరియు చనుబాలివ్వడం సమయంలో జింక్ యొక్క డిమాండ్ పెరుగుతుంది, ఎందుకంటే ఇది శిశువు యొక్క పెరుగుదల మరియు అభివృద్ధికి అవసరం. శరీరం యొక్క డిమాండ్లు క్రింది విధంగా పెరుగుతాయి: గర్భిణీ స్త్రీలు (18 సంవత్సరాలు మరియు అంతకంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్నవారు): రోజుకు 12 mg గర్భిణీ స్త్రీలు (19 సంవత్సరాలు మరియు అంతకంటే ఎక్కువ వయస్సు ఉన్నవారు): రోజుకు 11 mg తల్లిపాలు ఇచ్చే మహిళలు (18 సంవత్సరాలు మరియు అంతకంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్నవారు): రోజుకు 13 మి.గ్రా.

జింక్, గర్భధారణ సమయంలో మరియు చనుబాలివ్వడం సమయంలో తగిన మొత్తంలో తీసుకోకపోతే, కొన్ని పిండం లోపాలు మరియు తక్కువ జనన బరువుకు కారణం కావచ్చు.

మీరు గర్భధారణ సమయంలో సరైన ఆహారాన్ని తీసుకుంటున్నారా? ఆరోగ్యకరమైన గర్భం కోసం తినవలసిన మరియు నివారించవలసిన వివిధ ఆహారాల గురించి వివరంగా చదవండి. చదవడానికి నొక్కండి!

1. జింక్ యొక్క పెరిగిన నష్టం కొన్ని సందర్భాల్లో, శరీరం నుండి జింక్ అధికంగా కోల్పోవచ్చు, ఇది జింక్ లోపానికి కూడా కారణం కావచ్చు. ఇందులో ఇవి ఉంటాయి: డయాలసిస్ హీమోడయాలసిస్ హీమోలిసిస్ డయేరియా మూత్ర విసర్జన నష్టం (మూత్రవిసర్జన లేదా ఆల్కహాల్ వాడకం వల్ల) పుట్టుకతో వచ్చే జింక్ లోపం

జింక్ లోపం సాధారణంగా ఆహార కారకాల వల్ల సంభవించినప్పటికీ, అనేక వారసత్వ పరిస్థితులు కూడా కనుగొనబడ్డాయి. అక్రోడెర్మాటిటిస్ ఎంటెరోపతికా అనేది మానవులలో కనిపించే సాధారణ వంశపారంపర్య వ్యాధి.

అక్రోడెర్మాటిటిస్ ఎంటెరోపతికా: ఇది జింక్ లోపం యొక్క అరుదైన రూపం. ఇది జింక్ యొక్క బలహీనమైన శోషణకు కారణమవుతుంది. ఇది పుట్టుకతో వచ్చిన మరియు సంపాదించిన రూపాల్లో సంభవిస్తుంది. పుట్టుకతో వచ్చే రూపం జన్యుపరమైన అసాధారణత కారణంగా పేగు రుగ్మతల నుండి వస్తుంది, అయితే పొందిన రూపాలు దీని వలన సంభవించవచ్చు: తల్లి పాలలో జింక్ స్రావం లేకపోవడం ప్రేగు యొక్క శస్త్రచికిత్స తర్వాత ప్రత్యేక ఇంట్రావీనస్ పోషకాహార కార్యక్రమాలను స్వీకరించడం జింక్ లోపం కోసం ప్రమాద కారకాలు

జీర్ణకోశ వ్యాధి ఉన్న వ్యక్తులు అల్సరేటివ్ కొలిటిస్, క్రోన్'స్ వ్యాధి మరియు షార్ట్ బవెల్ సిండ్రోమ్ వంటి జీర్ణశయాంతర వ్యాధులతో బాధపడుతున్న వ్యక్తులలో జింక్ శోషణలో తగ్గుదల ఉంటుంది. ఈ వ్యాధులు ఉన్నవారు లేదా జీర్ణశయాంతర శస్త్రచికిత్స చేయించుకున్న వారిలో జింక్ లోపం ఎక్కువగా ఉంటుంది. కొన్ని వ్యాధులు కొన్ని వ్యాధులు జింక్ శోషణను తగ్గించవచ్చు మరియు జింక్ నష్టాన్ని పెంచుతాయి, తద్వారా రోగి జింక్ లోపానికి గురవుతాడు. వీటిలో సికిల్ సెల్ అనీమియా, క్రానిక్ కిడ్నీ డిసీజ్, లివర్ డిసీజ్, క్రానిక్ డయేరియా, హెచ్ఐవి ఇన్ఫెక్షన్, డయాబెటిస్, మాలాబ్జర్ప్షన్ సిండ్రోమ్ మరియు క్యాన్సర్ ఉన్నాయి. శాఖాహారులు శాకాహార ఆహారం నుండి జింక్ శోషణ మాంసాహార ఆహారం కంటే తక్కువగా ఉంటుంది. అలాగే, శాకాహారులు తినే ఆహారంలో జింక్ శోషణను నిరోధించే ఫైటేట్‌లు ఎక్కువగా ఉంటాయి. దీని కారణంగా, శాఖాహారులు జింక్ లోపం అభివృద్ధి చెందే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది.   
గర్భిణీ మరియు పాలిచ్చే స్త్రీలు పిండం పెరుగుదల మరియు అభివృద్ధికి జింక్ అవసరం. ఈ దశలో అధిక పిండం డిమాండ్ కారణంగా గర్భిణీ మరియు పాలిచ్చే స్త్రీలకు జింక్ లోపం వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఆల్కహాలిక్ తాగేవారిలో దాదాపు 30-50% మంది ఆల్కహాల్ జింక్ లోపంతో బాధపడుతున్నారు, ఎందుకంటే ఆల్కహాల్ జింక్ యొక్క శోషణను తగ్గిస్తుంది మరియు మూత్రంలో దాని విసర్జనను పెంచుతుంది. పోషకాహార లోపం జింక్ అనేది శరీరం ద్వారా సంశ్లేషణ చేయలేని సూక్ష్మపోషకం. బయటి మూలాల నుంచి తీసుకోవాలి. అభివృద్ధి చెందుతున్న లేదా అభివృద్ధి చెందని దేశాలలో నివసిస్తున్న ప్రజలు ఈ ఆహారానికి పరిమిత ప్రాప్యతను కలిగి ఉంటారు, ఇది జింక్ లోపం ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. అధిక ఫైబర్ తీసుకోవడం ఆరోగ్యకరమైన జీర్ణవ్యవస్థకు ఆహారంలో తగినంత మొత్తంలో ఫైబర్ చాలా అవసరం. కానీ, ఫైబర్ యొక్క అధిక వినియోగం జింక్ వంటి ముఖ్యమైన పోషకాల శోషణకు ఆటంకం కలిగిస్తుంది. వృద్ధాప్యం ముఖ్యంగా 75 ఏళ్లు పైబడిన వృద్ధులకు జింక్ లోపం వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది నెమ్మదిగా జీవక్రియ, పేద ఆకలి మరియు ఆహారంలో తక్కువ వైవిధ్యం కారణంగా ఉంటుంది. ఒత్తిడి దీర్ఘకాలిక ఒత్తిడి శరీరంలోని జింక్ స్థాయిలను తగ్గించడానికి కూడా కనుగొనబడింది. ప్రత్యేకంగా తల్లిపాలు తాగే వృద్ధ శిశువులకు తల్లి పాలు 2 mg/రోజు జింక్‌ను అందిస్తుంది, ఇది ప్రారంభ 4-6 నెలలకు మాత్రమే సరిపోతుంది. 7-12 నెలల వయస్సు గల శిశువులకు జింక్ కోసం ఆహార అవసరం పెరుగుతుంది. ఈ వయస్సులో, శిశువుకు తల్లి పాలు మాత్రమే ఉంటే, వారు జింక్ లోపంతో బాధపడవచ్చు. నీకు తెలుసా? ప్రసవించిన వెంటనే స్త్రీకి పాలు పట్టవు. మీరు మొదటిసారి తల్లి అయినట్లయితే సాధారణంగా పాలు సాధారణ ప్రవాహం ప్రారంభించడానికి 3-4 రోజులు పడుతుంది. తల్లిపాలను గురించి మరికొన్ని ఆసక్తికరమైన విషయాలను చదవండి. ఇప్పుడు చదవండి! జింక్ లోపం నిర్ధారణ

రక్త పరీక్షలు

జింక్ స్థాయి: ఈ పరీక్ష రక్తంలో జింక్ పరిమాణాన్ని తనిఖీ చేస్తుంది, ఇది కణాలలో దాని స్థాయిని తప్పనిసరిగా ప్రతిబింబించదు. జింక్ లోపం ఉన్న వ్యక్తులు రక్తంలో సాధారణ జింక్ స్థాయిలను కలిగి ఉంటారు. సిర్కాడియన్ రిథమ్, మందులు మరియు తీసుకున్న భోజనం ఆధారంగా కూడా స్థాయి మారుతుంది. ఇది సాధారణంగా ఉదయం ఎక్కువగా ఉంటుంది మరియు సాయంత్రం తక్కువగా ఉంటుంది. సాధారణ పరిధి పిల్లలకు 0.60-1.20 mcg/mL మరియు పెద్దలకు 0.66-1.10 mcg/mL.

జింక్ లోపం సమక్షంలో, రాగి శోషణ పెరుగుతుంది. జింక్ యొక్క సీరం స్థాయితో పాటు, రాగి స్థాయిలు మరియు సీరం కాపర్/జింక్ నిష్పత్తిని కూడా కొలుస్తారు. సీరం కాపర్ స్థాయి 120g/dl కంటే ఎక్కువ మరియు సీరం కాపర్/జింక్ నిష్పత్తి 1.5 కూడా జింక్ లోపాన్ని సూచిస్తాయి.

అదనంగా, ఇతర పరిస్థితులు లేదా విటమిన్ లోపాలను తోసిపుచ్చడానికి అనేక రక్త పరీక్షలు కూడా చేయబడతాయి. వీటిలో ఇవి ఉన్నాయి: పూర్తి రక్త గణన (CBC) సీరం ఎలక్ట్రోలైట్స్

ఓరల్ జింక్ టాలరెన్స్ టెస్ట్: ఈ పరీక్షలో, జింక్‌ను ఇచ్చిన తర్వాత జింక్ స్థాయిలు కొలుస్తారు. ఈ పరీక్ష శరీరంలో జింక్ శోషణ తగ్గడం వల్ల ఏర్పడే జింక్ లోపాన్ని గుర్తించడంలో సహాయపడుతుంది.

జింక్ ఆధారిత ఎంజైమ్‌లు: జింక్ లోపాన్ని అంచనా వేయడానికి వివిధ జింక్-ఆధారిత ఎంజైమ్‌ల కార్యకలాపాలు కూడా కొలుస్తారు. ఆల్కలీన్ ఫాస్ఫేటేస్, కార్బాక్సిపెప్టిడేస్ మరియు థైమిడిన్ కినేస్ అటువంటి మూడు ఎంజైములు. ఈ ఎంజైమ్‌ల పరిమాణాత్మక కొలత కూడా జింక్ లోపం గురించి ఒక ఆలోచనను ఇస్తుంది. మూత్ర పరీక్షలు జింక్ లోపం వల్ల మూత్రంలో జింక్ విసర్జన తగ్గుతుంది. 24-గంటల మూత్ర నమూనాలో జింక్ యొక్క నిర్ధారణ కూడా జింక్ లోపాన్ని నిర్ధారించడంలో సహాయపడుతుంది. అయినప్పటికీ, జింక్ లోపం యొక్క తీవ్రమైన కేసులను నిర్ణయించడానికి ఇది నమ్మదగిన పద్ధతి కాదు. జుట్టు విశ్లేషణ జింక్ స్థాయిని జుట్టులో కూడా కొలుస్తారు. దీర్ఘకాలిక జింక్ లోపం రక్తంలో కంటే జుట్టులో మరింత ఖచ్చితంగా ప్రతిబింబిస్తుంది. పెళుసైన గోర్లు మరియు జుట్టు రాలడం విటమిన్ లోపం యొక్క సంకేతం కావచ్చు విటమిన్ ఎ విటమిన్ లోపం శరీరం గ్రహించడంలో విఫలమైనప్పుడు లేదా ఆహారం నుండి అవసరమైన విటమిన్‌లను పొందనప్పుడు సంభవిస్తుంది. శరీర అవసరాలను తీర్చడానికి మరియు ఆరోగ్యకరమైన జీవితాన్ని గడపడానికి మీరు మీ ఆహారాన్ని విటమిన్లతో భర్తీ చేయాల్సి ఉంటుంది. విటమిన్ లోపం యొక్క మరిన్ని లక్షణాల కోసం చూడండి మరియు మీ విటమిన్లను తనిఖీ చేసుకోండి. చదవడానికి క్లిక్ చేయండి! సందర్శించవలసిన నిపుణుడు

జింక్ లోపం అత్యవసర పరిస్థితి కానప్పటికీ, మీరు ఈ సందర్భంలో వైద్యుడిని సంప్రదించవచ్చు: వికారం స్థిరంగా తలనొప్పి కలిగి ఉండటం స్పృహ కోల్పోవడం అనుభవం చాలా రోజుల నుండి అతిసారం

మీరు గర్భవతిగా లేదా తల్లిపాలు ఇస్తున్నట్లయితే మరియు జింక్ లోపం ఉన్నట్లు అనుమానించినట్లయితే, వెంటనే మీ వైద్యుడిని సంప్రదించండి, ఎందుకంటే పిండం మరియు నవజాత శిశువు యొక్క పెరుగుదల మరియు అభివృద్ధిలో జింక్ ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తుంది.

మీరు సంప్రదించగల నిపుణులు: జనరల్ ఫిజిషియన్ ఇంటర్నల్ మెడిసిన్ స్పెషలిస్ట్ గైనకాలజిస్ట్ (గర్భధారణ మరియు తల్లిపాలు ఇచ్చే స్త్రీల విషయంలో)

మీరు జింక్ లోపం యొక్క ఏవైనా లక్షణాలను గమనిస్తే, మా ప్రపంచ స్థాయి వైద్య నిపుణుల నుండి సలహా పొందండి. ఇప్పుడే సంప్రదించండి! జింక్ లోపం నివారణ

ఆహార వనరులు లేదా సప్లిమెంట్ల ద్వారా సిఫార్సు చేయబడిన జింక్‌ను తీసుకోవడం ద్వారా జింక్ లోపాన్ని సులభంగా నివారించవచ్చు. ఏ ఇతర ఆహారంతో పోల్చినా గుల్లలు ప్రతి సర్వింగ్‌లో గరిష్టంగా జింక్‌ని కలిగి ఉంటాయి. గొడ్డు మాంసం, ఎర్ర మాంసం, పౌల్ట్రీ మరియు కొన్ని రకాల సీఫుడ్ (పీత మరియు ఎండ్రకాయలు వంటివి) కూడా మంచి మొత్తంలో జింక్ కలిగి ఉంటాయి. అనేక ధాన్యాలు, మొక్కలు మరియు పాల ఆధారిత ఆహారాలు కూడా జింక్ యొక్క మంచి మూలాలు. వీటిలో వోట్స్, చిక్కుళ్ళు, చిక్‌పీస్, బీన్స్, జీడిపప్పు, బాదం, బఠానీలు, చియా గింజలు మరియు గుమ్మడికాయ గింజలు ఉన్నాయి.

గమనిక: అయితే, తృణధాన్యాల రొట్టెలు, తృణధాన్యాలు, చిక్కుళ్ళు వంటి కొన్ని ఆహార పదార్థాలు జింక్ శోషణను నిరోధించే ఫైటేట్‌లను కలిగి ఉంటాయి. అందువల్ల, ధాన్యాలు మరియు మొక్కల ఆధారిత ఆహారాల నుండి గ్రహించిన జింక్ పరిమాణం జంతువుల ఆధారిత ఆహారాల కంటే తక్కువగా ఉంటుంది.

జింక్ లోపాన్ని నివారించడానికి ఉత్తమ మార్గం జింక్ అధికంగా ఉండే ఆహారాన్ని జోడించడం. ఇక్కడ కొన్ని సాధారణ మరియు సహజంగా లభించే ఆహార పదార్థాలు మరియు వాటి జింక్ కంటెంట్ ఉన్నాయి. చదవడానికి క్లిక్ చేయండి! జింక్ లోపం యొక్క చికిత్స

జింక్ లోపంతో బాధపడుతున్న రోగులు ఆహారం ద్వారా జింక్ తీసుకోవడం పెంచడం ద్వారా దానిని నిర్వహించవచ్చు. ఆహార మార్పులు మీ పరిస్థితిలో ఏదైనా మెరుగుదలని చూపించడంలో విఫలమైతే, మీ వైద్యుడు సప్లిమెంటరీని సిఫార్సు చేయవచ్చు.   
1. సప్లిమెంటేషన్ జింక్ లోపం యొక్క చికిత్స సాధారణంగా నోటి సప్లిమెంటేషన్‌తో ప్రారంభమవుతుంది, ఇది లక్షణాలను తగ్గించడానికి నిరూపించబడింది. సిఫార్సు చేయబడిన రోజువారీ జింక్ తీసుకోవడం: 4 సంవత్సరాల కంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్న పిల్లలకు 3 mg/రోజు 4 నుండి 8 సంవత్సరాల పిల్లలకు 5 mg/రోజు 9 నుండి 13 సంవత్సరాల మధ్య పిల్లలకు 8 mg/రోజు పురుషులకు 11 mg/రోజు పురుషులకు 9 mg/రోజు స్త్రీలు (గర్భిణీ లేనివారు మరియు పాలివ్వనివారు) గర్భిణీ స్త్రీలకు 11 నుండి 12 mg/రోజు

తీవ్రమైన లోపం ఉన్న రోగులలో ఎక్కువ మోతాదులో జింక్ (50 mg/kg కంటే ఎక్కువ) అవసరం. క్రోన్'స్ వ్యాధి మరియు షార్ట్ బవెల్ సిండ్రోమ్ వంటి దీర్ఘకాలిక అనారోగ్యాలు ఉన్న రోగులలో ఇది ఎక్కువగా అవసరమవుతుంది. అధిక స్థాయి జింక్ రాగి మరియు ఇనుము జీవక్రియలో జోక్యం చేసుకోవచ్చు, కాబట్టి జింక్ సప్లిమెంట్లను తీసుకునే రోగులలో జింక్ స్థాయిలను క్రమం తప్పకుండా పర్యవేక్షించడం చాలా ముఖ్యం. అక్రోడెర్మాటిటిస్ ఎంటెరోపతికా అనే పరిస్థితిలో జీవితకాలం పాటు సప్లిమెంట్లను తీసుకుంటారు.

జింక్ సప్లిమెంట్స్ ఈ రూపంలో అందుబాటులో ఉన్నాయి: జింక్ సల్ఫేట్ జింక్ అసిటేట్ జింక్ అస్పార్టేట్ జింక్ ఒరోటేట్ జింక్ గ్లూకోనేట్

పేరెంటరల్ జింక్ సప్లిమెంటేషన్ అనేది పేగు వైఫల్యం లేదా రోగి మొత్తం పేరెంటరల్ న్యూట్రిషన్ (TPN) వంటి అరుదైన సందర్భాల్లో సిఫార్సు చేయబడింది. మందులతో జింక్ సప్లిమెంటేషన్ యొక్క పరస్పర చర్యలు జింక్ సప్లిమెంట్స్ అనేక రకాల మందులతో సంకర్షణ చెందుతాయి. జింక్ సప్లిమెంటేషన్ తీసుకునే రోగులు మోతాదు సర్దుబాటు కోసం వారి ఆరోగ్య సంరక్షణ ప్రదాతతో ఈ మందుల తీసుకోవడం గురించి చర్చించాలి. యాంటీబయాటిక్స్: క్వినోలోన్ & టెట్రాసైక్లిన్ యాంటీబయాటిక్స్ వంటి యాంటీబయాటిక్స్ జింక్ శోషణను నిరోధిస్తాయి. ఈ పరస్పర చర్యను తగ్గించడానికి జింక్ సప్లిమెంట్ తీసుకున్న తర్వాత కనీసం 2 గంటల ముందు లేదా 4-6 గంటల తర్వాత ఈ యాంటీబయాటిక్‌లను తీసుకోవాలని సూచించబడింది. పెన్సిల్లమైన్: పెన్సిల్లమైన్ అనేది రుమటాయిడ్ ఆర్థరైటిస్ చికిత్సకు ఉపయోగించే మందు. ఇది జింక్ శోషణను కూడా తగ్గిస్తుంది. పరస్పర చర్యను తగ్గించడానికి రోగులు పెన్సిల్లమైన్ తీసుకునే ముందు లేదా తర్వాత కనీసం 2 గంటల ముందు జింక్ సప్లిమెంట్లను తీసుకోవాలి. మూత్రవిసర్జనలు: క్లోర్తాలిడోన్ మరియు హైడ్రోక్లోరోథియాజైడ్ వంటి కొన్ని మూత్రవిసర్జనలు మూత్ర జింక్ విసర్జనను పెంచుతాయి. ఈ మూత్రవిసర్జనల దీర్ఘకాలిక ఉపయోగం జింక్ స్థాయిలను ప్రతికూలంగా ప్రభావితం చేస్తుంది. కాబట్టి, మూత్రవిసర్జన తీసుకునే రోగులలో జింక్ స్థితిని జాగ్రత్తగా పరిశీలించాలి. జింక్ లోపం యొక్క సమస్యలు

1. వయసు-సంబంధిత మచ్చల క్షీణత (AMD): AMD అనేది కంటి చూపు కోల్పోయే ఒక కంటి రుగ్మత. AMD యొక్క నెమ్మదిగా పురోగతిలో జింక్ సప్లిమెంట్లు సహాయపడతాయని అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి.
2. పెరుగుదల వైఫల్యం: పిల్లల సాధారణ ఎదుగుదలకు మరియు అభివృద్ధికి జింక్ అవసరం కాబట్టి, చాలా కాలం పాటు తక్కువ స్థాయి జింక్ దాని మొత్తం పెరుగుదల మరియు అభివృద్ధికి ఆటంకం కలిగిస్తుంది.
3. చర్మ సమస్యలు: జింక్ లోపంతో సంబంధం ఉన్న చర్మ సమస్యలలో అక్రోడెర్మాటిటిస్ ఎంటెరోపతికా, చీలిటిస్ మరియు డెర్మటైటిస్ ఉన్నాయి.
4. డయాబెటిస్ మెల్లిటస్ మరియు స్థూలకాయం: సుదీర్ఘమైన మరియు తీవ్రమైన జింక్ లోపం మధుమేహం మరియు ఊబకాయం వచ్చే ప్రమాదంతో ముడిపడి ఉంటుంది. ఈ సహసంబంధం వెనుక ఉన్న ఖచ్చితమైన యంత్రాంగం తెలియదు.
5. అటెన్షన్ డెఫిసిట్ హైపర్యాక్టివిటీ డిజార్డర్ (ADHD): పిల్లలలో జింక్ లోపం పిల్లలలో ADHDకి కారణమవుతుంది. ADHD పిల్లలలో కార్యాచరణ లేకపోవడం మరియు బలహీనమైన సాంఘికీకరణతో కూడి ఉంటుంది.

ADHD యొక్క ఇతర కారణాలు, లక్షణాలు మరియు నిర్వహణ గురించి మరింత చదవండి.

జింక్ లోపంతో సంబంధం ఉన్న ఇతర సమస్యలు: ఆలస్యమైన గాయం మానడం న్యుమోనియా మరియు మలేరియా వంటి పునరావృత అంటువ్యాధులు తక్కువ ఎముక ఖనిజ సాంద్రత హైపోగోనాడిజం హెర్పెస్ సింప్లెక్స్ వైరస్ ఇన్ఫెక్షన్లు విల్సన్స్ వ్యాధి HIV సంక్రమణ మొటిమ విరేచనాలు

జింక్‌లో యాంటీఆక్సిడెంట్ లక్షణాలు ఉన్నాయి, ఇవి ఫ్రీ రాడికల్స్ నుండి రక్షిస్తాయి. తక్కువ స్థాయి జింక్ క్యాన్సర్ మరియు గుండె జబ్బుల ప్రమాదాన్ని కూడా పెంచుతుంది.

గమనిక: గర్భధారణ సమయంలో ప్రసూతి జింక్ లోపం వల్ల అబార్షన్, నెలలు నిండకుండానే పుట్టడం, స్టిల్ బర్త్ మరియు పిండం న్యూరల్ ట్యూబ్ లోపాలు ఏర్పడవచ్చు. అలాంటి తల్లులకు పుట్టిన పిల్లలు తక్కువ బరువుతో ఉంటారు. జింక్ లోపం మరియు COVID-19 మధ్య ఏదైనా సంబంధం ఉందా? జింక్ యాంటీవైరల్ మరియు యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ లక్షణాలను కూడా కలిగి ఉంటుంది. జింక్ లోపం రోగనిరోధక శక్తిని తగ్గిస్తుంది (అంటువ్యాధులతో పోరాడే శరీర సామర్థ్యం). తక్కువ స్థాయిలో జింక్ ఉన్న వ్యక్తులు కరోనావైరస్ సంక్రమణకు ఎక్కువ అవకాశం ఉంది. అందువల్ల జింక్ సప్లిమెంటేషన్ అనేది కోవిడ్-19 యొక్క క్రింది సంభావ్య ప్రయోజనాల కారణంగా వేగంగా కోలుకోవడం, చికిత్స చేయడం మరియు నివారించడంలో సహాయక చికిత్సగా ఉపయోగించబడుతుంది. జింక్ దీని ద్వారా సహాయపడుతుంది: శరీరంలో వైరస్ ప్రవేశాన్ని పరిమితం చేయడం వైరస్ యొక్క గుణకారాన్ని నిరోధించడం రోగనిరోధక ప్రతిస్పందనను మాడ్యులేట్ చేయడం

COVID-19, దాని చికిత్స & తాజా అప్‌డేట్‌లు/వార్తల గురించి మరింత తెలుసుకోవడానికి, మా కరోనావైరస్ విభాగాన్ని చూడండి. చదవడానికి క్లిక్ చేయండి!

జింక్ లోపం కోసం ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలు

ఇంటి నివారణలు 1. పవిత్ర తులసి (తులసి): ఇది ఆయుర్వేదంలో "మూలికల రాణి"గా పరిగణించబడుతుంది. ఇందులో విటమిన్ ఎ మరియు సి, కాల్షియం మరియు ఐరన్‌తో పాటు జింక్ కూడా ఉంటుంది.

1. ఇండియన్ పెన్నీవోర్ట్ (బ్రాహ్మి): ఇది జింక్‌తో కూడిన ఆయుర్వేద మూలిక. ఇది జ్ఞాపకశక్తి, ఏకాగ్రత మరియు మెదడు శక్తిని పెంచడంలో సహాయపడే యాంటీఆక్సిడెంట్ లక్షణాలను ప్రదర్శిస్తుంది.
2. ఆస్పరాగస్ రేసిమోసస్ (శతావరి): ఇది దాని సంతానోత్పత్తి లక్షణాలకు ప్రసిద్ధి చెందింది, అయితే ఇది జింక్‌కి చాలా మంచి మూలం. ఇది 100 గ్రాముల సర్వింగ్‌లో 0.54 mg జింక్‌ను కలిగి ఉంటుంది. ఇది రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది మరియు ఒత్తిడి, ఆందోళన మరియు నిరాశతో పోరాడటానికి కూడా సహాయపడుతుంది.
3. ఫాల్స్ డైసీ (భృంగరాజ్): ఇది తేమ మరియు పోషణ లక్షణాలకు ప్రసిద్ధి చెందింది. ఇది రాగి, సోడియం, ఇనుము మరియు పొటాషియం వంటి ఇతర సూక్ష్మపోషకాలతో పాటు జింక్ యొక్క మూలం. హోమియోపతి జింక్ లోపం కోసం జింకమ్ ఎసిటికం మరియు జింకమ్ మెటాలికం వంటి అనేక హోమియోపతి మందులు కూడా అందుబాటులో ఉన్నాయి. జింక్ లోపంతో జీవించడం

సరైన సప్లిమెంట్ మరియు ఆహారం ద్వారా జింక్ లోపాన్ని సులభంగా తిప్పికొట్టవచ్చు. జింక్ లోపాన్ని నిర్వహించేటప్పుడు మీరు ఈ క్రింది అంశాలను గుర్తుంచుకోవచ్చు. మీ ఆహారాన్ని తెలివిగా ఉడికించాలి కొన్ని ఆహార పదార్థాలను వండే విధానాన్ని మార్చడం వల్ల జింక్ శోషణ పెరుగుతుంది. ఉదాహరణకు, వంట చేయడానికి ముందు బీన్స్‌ను నానబెట్టడం లేదా ఆహారాన్ని పులియబెట్టడం వల్ల ఫైటేట్స్ ఏకాగ్రత తగ్గుతుంది, ఇది జింక్‌ను ప్రాసెస్ చేయడం శరీరానికి సులభతరం చేస్తుంది. వైద్యుడిని సంప్రదించండి జింక్ లోపం ఉన్న వ్యక్తికి ఇతర పోషకాహార లోపాలు ఉండవచ్చు. పోషకాహార లోపాల యొక్క ఏవైనా ఇతర లక్షణాలను మీరు గమనించిన వెంటనే మీ వైద్యుడిని సంప్రదించండి. విషపూరితం పట్ల జాగ్రత్తగా ఉండండి జింక్ సప్లిమెంట్ల అధిక మోతాదు కూడా విషాన్ని కలిగిస్తుంది మరియు వికారం మరియు వాంతులు వంటి లక్షణాలకు దారితీస్తుంది. దీనిని నివారించడానికి, జింక్ సప్లిమెంట్లను ఎల్లప్పుడూ మీ వైద్యుని సిఫార్సు మేరకు తీసుకోవాలి. జింక్ మోతాదు మీ వయస్సు మరియు గర్భం మరియు తల్లిపాలు వంటి ఇతర పరిస్థితులను బట్టి మారుతుంది. జింక్ సప్లిమెంట్లను తీసుకునే రోగులు ప్రతి మూడు నెలలకోసారి తమ జింక్ స్థాయిని పరీక్షించుకోవాలి. స్వీయ వైద్యం చేయవద్దు ఏదైనా జింక్ సప్లిమెంట్ తీసుకునే ముందు, మీ వైద్య పరిస్థితిని బట్టి మోతాదు మారుతూ ఉంటుంది కాబట్టి మీ వైద్యులతో మాట్లాడండి. మీరు కొన్ని ఇతర మందులను తీసుకుంటే, మోతాదు కూడా మారుతుంది. కొన్ని ఆహారాలకు దూరంగా ఉండండి కాల్షియం మరియు ఫాస్పరస్ అధికంగా ఉండే పాలు, జున్ను, పెరుగు, ఎండు బీన్స్, కాయధాన్యాలు మరియు గింజలు వంటి ఆహారాలు జింక్ శోషణను ఆలస్యం చేస్తాయి. కాబట్టి, అటువంటి ఆహార పదార్థాలతో జింక్ సప్లిమెంట్లను తీసుకోకుండా ఉండండి. జింక్ సప్లిమెంట్లను తీసుకునే కొందరు రోగులు అలెర్జీ ప్రతిచర్యలను కలిగి ఉంటారు, వీటిని అనుభవించవచ్చు: దద్దుర్లు శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది ముఖం, పెదవులు, నాలుక మరియు గొంతు వాపు కడుపు నొప్పి

మీకు ఈ లక్షణాలు ఏవైనా ఉంటే వెంటనే మీ వైద్యుడిని సంప్రదించండి. మందులతో పరస్పర చర్యలను నిర్వహించండి యాంటీబయాటిక్స్, పెన్సిల్లమైన్ మరియు క్లోర్తాలిడోన్ వంటి కొన్ని మందులు శరీరంలో జింక్ శోషణను తగ్గిస్తాయి. జింక్ థెరపీని ప్రారంభించే ముందు మీరు ఇప్పటికే తీసుకుంటున్న అన్ని ఆహార పదార్ధాలు మరియు మందుల గురించి చర్చించడం చాలా ముఖ్యం. తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు జింక్ లోపం వచ్చే ప్రమాదం ఎవరికి ఉంది? శాఖాహారులకు జింక్ యొక్క ఆహార వనరులు ఏమిటి? శరీరానికి ఎంత జింక్ అవసరం? మీరు ఎంతకాలం జింక్ సప్లిమెంట్లను తీసుకుంటారు? రిఫరెన్స్ జింక్, నేషనల్ ఇన్‌స్టిట్యూట్ ఆఫ్ హెల్త్, 7 డిసెంబర్ 2021న నవీకరించబడింది. జింక్ లోపం గురించి మీరు తెలుసుకోవలసినవన్నీ, వైద్య వార్తలు టుడే, నవీకరించబడింది: 22 డిసెంబర్, 2017. అక్రోడెర్మాటిటిస్ ఎంటరోపతికా, రేర్ డిసీజ్ డేటాబేస్, నవీకరించబడింది: 18 సెప్టెంబర్, 2019. యానాగిసావా హెచ్. జింక్ లోపం మరియు క్లినికల్ ప్రాక్టీస్. జపాన్ మెడికల్ అసోసియేషన్ జర్నల్. 2004 ఆగస్టు;47(8):359-64. మీ రోగనిరోధక ప్రతిస్పందనను మెరుగుపరచడానికి జింక్‌తో కూడిన 4 మూలికలు, శ్రీశ్రీ తత్త్వ.

==================================================

కలరా అవలోకనం కలరా అనేది విబ్రియో కలరా అనే బ్యాక్టీరియా ద్వారా కలుషితమైన ఆహారం మరియు నీటిని తీసుకోవడం వల్ల కలిగే తీవ్రమైన డయేరియా ఇన్ఫెక్షన్.

కలరా ఇన్ఫెక్షన్ యొక్క సంకేతాలు మరియు లక్షణాలు భారీ విరేచనాలు (బియ్యం నీరు కనిపించడం), నిర్జలీకరణం, వాంతులు, చిరాకు, తక్కువ రక్తపోటు మరియు వేగవంతమైన హృదయ స్పందన రేటు.

మౌఖిక లేదా iv రీహైడ్రేషన్ సొల్యూషన్స్ (ORS మరియు రింగర్ లాక్టేట్ సొల్యూషన్) ద్వారా తగినంత ఆర్ద్రీకరణను నిర్వహించడం చికిత్స యొక్క మూలస్తంభమైన విధానం. ఆర్ద్రీకరణ స్థితిని కొనసాగించిన తర్వాత తీవ్రమైన సందర్భాల్లో యాంటీబయాటిక్స్ సూచించబడతాయి.

నివారణ చర్యలు సరైన చేతి పరిశుభ్రతను నిర్వహించడం, సురక్షితమైన నీటిని తాగడం మరియు కలుషితం కాని ఆహారాన్ని తీసుకోవడం. ఓరల్ కలరా వ్యాక్సిన్ కూడా అందుబాటులో ఉంది, అయితే దీని ఉపయోగం సాధారణంగా కలరా వ్యాప్తి చెందుతున్న ప్రాంతాలకు పరిమితం చేయబడింది. కలరా కారణాలు

విబ్రియో కలరా అనే బ్యాక్టీరియా వల్ల కలరా వస్తుంది. ఈ బ్యాక్టీరియాలో దాదాపు 200 జాతులు ఉన్నాయి. అయితే, O1 మరియు O139 అనే రెండు జాతులు మాత్రమే కలరా వ్యాప్తితో సంబంధం కలిగి ఉన్నాయని తెలిసింది. రెండు జాతులు ఒకే స్థాయి అనారోగ్యాన్ని కలిగిస్తాయి.

ఈ బ్యాక్టీరియా ఎక్కడ దొరుకుతుంది? బ్యాక్టీరియా సాధారణంగా సోకిన వ్యక్తి యొక్క మలంతో కలుషితమైన నీటిలో కనిపిస్తుంది. ఈ బాక్టీరియా లవణం ఉన్న నదులలో కూడా కనిపిస్తుంది, ఎందుకంటే అవి ఉప్పు సమక్షంలో బాగా పెరుగుతాయి.

ప్రసార విధానం ఏమిటి? సోకిన మల పదార్థం నోటిలోకి ప్రవేశించడం ద్వారా లేదా విబ్రియో కలరా బ్యాక్టీరియాతో కలుషితమైన నీరు లేదా ఆహారం ద్వారా కలరా వ్యక్తి నుండి వ్యక్తికి బదిలీ చేయబడుతుంది.

కమ్యూనిటీలో కలరా ఇన్ఫెక్షన్ యొక్క సాధారణ మూలాలు ఏమిటి? రవాణా లేదా సరఫరా సమయంలో మలం ద్వారా కలుషితమైన అసురక్షిత బావులు, బోర్లు మరియు స్టాండ్‌పైప్‌లు వంటి మూలాల నుండి త్రాగే నీరు కలుషితమైన నీటితో తయారు చేయబడిన ఆహారం, పానీయాలు మరియు ఐస్ కలుషితమైన నీటిలో కడిగిన పాత్రలలో వంట చేయడం మరియు తినడం చాలా కాలం పాటు నిల్వ చేయబడిన ఆహారం గది ఉష్ణోగ్రత సీఫుడ్ ముఖ్యంగా కలుషితమైన నీటిలో పెరిగే క్రస్టేసియన్లు మరియు షెల్ఫిష్ ముడి పండ్లు మరియు కూరగాయలు మానవ వ్యర్థాలు కలిగిన నీటితో సేద్యం చేయబడతాయి లేదా కలుషితమైన నీటితో కడిగివేయబడతాయి

కలరా అంటువ్యాధి? కలరా సాధారణంగా ప్రత్యక్ష శారీరక సంబంధం ద్వారా వ్యాపించదు. అయితే, వ్యాప్తి సమయంలో, ఇది చాలా అంటువ్యాధి అవుతుంది. ఆహారం, నీరు మరియు కలుషితమైన పరుపులు, దుస్తులు, పాత్రలు మొదలైన వస్తువుల యొక్క విస్తృతమైన మల కాలుష్యం కారణంగా ఇది పరోక్షంగా మరియు ప్రత్యక్షంగా వ్యాపిస్తుంది.

శరీరంలో బ్యాక్టీరియా ఏం చేస్తుంది? మెజారిటీ గ్యాస్ట్రిక్ యాసిడ్ ద్వారా చంపబడినందున అన్ని వ్యక్తులు బ్యాక్టీరియా బారిన పడరు. ఒకవేళ, బ్యాక్టీరియా మనుగడలో ఉంటే, అది చిన్న ప్రేగులలో కాలనీలను ఏర్పరుస్తుంది. ఈ కాలనీలు కలరా టాక్సిన్‌ను ఉత్పత్తి చేస్తాయి, ఇది చాలా లక్షణాలకు కారణమవుతుంది. కలరా యొక్క లక్షణాలు

చాలా మంది వ్యక్తులలో కలరా లక్షణరహితంగా ఉంటుంది. అయినప్పటికీ, లక్షణం లేని వ్యక్తి కూడా 10 రోజుల వరకు వారి మలం ద్వారా బ్యాక్టీరియాను పర్యావరణంలోకి పంపవచ్చు.

లక్షణాలను అభివృద్ధి చేసే వ్యక్తులలో ఎక్కువ మంది తరచుగా తేలికపాటి నుండి మితమైన వ్యక్తీకరణలను కలిగి ఉంటారు. పొదిగే కాలం (మొదటి లక్షణం కనిపించడానికి సంక్రమణకు గురికావడం మధ్య కాలం) 12 గంటల నుండి 5 రోజుల వరకు ఉంటుంది.

కలరా యొక్క శాస్త్రీయ లక్షణం భారీ మరియు దుర్వాసనతో కూడిన అతిసారం, దీనిని "బియ్యం నీటి మలం" అని పిలుస్తారు. బియ్యం కడిగిన నీటితో సారూప్యత కారణంగా ఈ పదం సృష్టించబడింది.

కలరా ఇన్ఫెక్షన్ యొక్క వివిధ సంకేతాలు మరియు లక్షణాలు: తీవ్రమైన నీటి విరేచనాలు మలం నుండి చేపల వాసన నిర్జలీకరణం వాంతులు దాహం కాలు తిమ్మిరి అశాంతి లేదా చిరాకు కండరాల తిమ్మిరి నిద్రపోవడం మరియు అలసట పొడి నోరు ముడతలు పడిన చర్మం వేగవంతమైన లోతైన శ్వాస వేగవంతమైన హృదయ స్పందన రేటు జ్వరం (అరుదుగా కనిపిస్తుంది మరియు కొన్ని రెండవ సంక్రమణను సూచిస్తుంది) హైపోగ్లైసీమియా (ఎక్కువగా పిల్లలలో గమనించవచ్చు) తక్కువ రక్తపోటు

తీవ్రమైన సందర్భాల్లో సంభవించే ఇతర సంకేతాలు మరియు లక్షణాలు, ఈ క్రింది వాటిని కలిగి ఉంటాయి: పల్లపు కళ్ళు తక్కువగా లేదా మూత్రవిసర్జన లేకుండా చర్మం చిటికెడు చాలా నెమ్మదిగా వెనక్కి వెళుతుంది బద్ధకం లేదా అపస్మారక స్థితి లేకపోవడం లేదా బలహీనమైన పల్స్ శ్వాసకోశ బాధ మూర్ఛలు షాక్

డయేరియాలో డీహైడ్రేషన్‌ను నివారించడంలో సహాయపడే కొన్ని చిట్కాలు ఇక్కడ ఉన్నాయి! అలాగే చదవండి

కలరా ప్రమాద కారకాలు

అనేక సామాజిక, పర్యావరణ మరియు జీవ ప్రమాద కారకాలు కలరా ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయి. అవి ఈ క్రింది విధంగా చర్చించబడ్డాయి: 1. పేలవమైన పారిశుధ్యం స్వచ్ఛమైన నీరు మరియు పేలవమైన మల విసర్జన సౌకర్యాలు అందుబాటులో లేకపోవడం కలరా ప్రసార ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. సుమారు 97% కలరా కేసులు 2010 నుండి 2021 మధ్య సంవత్సరంలో అత్యల్ప స్థాయి నీరు మరియు పారిశుద్ధ్య సేవలను కలిగి ఉన్న దేశాల్లో కనిపించాయి. 2. బహిరంగ మలమూత్ర విసర్జన బహిరంగ మలవిసర్జన వలన ఉపరితల జలాలు కలుషితమయ్యే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది మరియు అందువల్ల ఎక్కువ ప్రమాదం ఉంది కలరా వంటి నీటి ద్వారా వచ్చే వ్యాధులు. 3. నీటి సరఫరా మూలం మెరుగైన (పైపులతో కూడిన గృహ, రక్షిత బావి లేదా స్ప్రింగ్, లేదా సేకరించిన వర్షపు నీరు) నీటి సరఫరాను ఉపయోగించే వ్యక్తులు కలరా బారిన పడే ప్రమాదం తక్కువగా ఉంటుంది. 4. వర్షాకాలం వర్షాకాలంలో కలరా సోకే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది. మురుగునీరు లేదా కలుషిత నీటి వనరుల ద్వారా తాగునీరు కలుషితం కావడమే దీనికి కారణం.

గుర్తుంచుకోవలసిన అమూల్యమైన రుతుపవన ఆరోగ్య చిట్కాలతో వాటి ప్రసార విధానాల ప్రకారం ఇక్కడ కొన్ని సాధారణ రుతుపవన వ్యాధులు ఉన్నాయి. తెలుసుకోడానికి నొక్కండి 5. సరికాని చేతుల పరిశుభ్రత టాయిలెట్ తర్వాత, తినడానికి ముందు మరియు ఆహారాన్ని నిర్వహించే సమయంలో సబ్బు మరియు నీటితో చేతులు కడుక్కోకుండా చేయడం వల్ల కలరా బ్యాక్టీరియా వ్యాప్తి చెందే ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది.

ఇక్కడ 5 సాధారణ చేతి పరిశుభ్రత చిట్కాలు ఉన్నాయి. తెలుసుకోవడానికి నొక్కండి 6. కొన్ని మందులు కలరా బాక్టీరియా కడుపులోని ఆమ్ల వాతావరణంలో మనుగడ సాగించలేవు. కాబట్టి, ప్రోటాన్ పంప్ ఇన్హిబిటర్లు మరియు యాంటిహిస్టామైన్‌లు వంటి ఏదైనా యాసిడ్-న్యూట్రలైజింగ్ థెరపీలో ఉన్న వ్యక్తులు ఇన్‌ఫెక్షన్‌కు గురయ్యే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది. అటువంటి మందులు లక్షణాల తీవ్రతను పెంచడానికి కూడా సంబంధం కలిగి ఉంటాయి. 7. సీఫుడ్ తీసుకునే వ్యక్తులు పచ్చి లేదా పాక్షికంగా వండిన సీఫుడ్, పీతలు లేదా షెల్ఫిష్, ఎండిన చేపలు మరియు సీఫుడ్ సలాడ్‌లను తీసుకుంటే కలరా బారిన పడే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. నీటి ద్వారా వచ్చే వ్యాధి ప్రమాదాన్ని పెంచకుండా మీ అవసరాలను తీర్చడంలో సహాయపడే కొన్ని చేప నూనె సప్లిమెంట్‌లు ఇక్కడ ఉన్నాయి. ఇప్పుడే ఆర్డర్ చేయండి 8. బాటిల్ ఫీడింగ్ అధ్యయనాలు తల్లిపాలు తాగే వారి కంటే బాటిల్ ఫీడ్ శిశువులు మరియు పిల్లలు సంక్రమణకు గురయ్యే అవకాశం ఎక్కువగా ఉందని సూచిస్తున్నాయి. తల్లిపాలు తాగే శిశువులకు కలుషితమైన బాటిల్ ఫీడింగ్‌లకు గురికాకపోవడమే దీనికి కారణం. తల్లిపాలు అంటువ్యాధులతో పోరాడటానికి రోగనిరోధక శక్తిని పెంచే రక్షిత విధులను కూడా అందిస్తుంది. చాలా వరకు కలరా కేసులు 6 నుండి 11 నెలల వయస్సు గల శిశువులలో, వారి కాన్పు ప్రయాణంలో కనిపిస్తాయి. 9. అక్లోర్‌హైడ్రియా అక్లోర్‌హైడ్రియా అనే పరిస్థితిని కలిగి ఉన్న వ్యక్తులు - జీర్ణ కడుపు రసాలలో హైడ్రోక్లోరిక్ యాసిడ్ లేకపోవడం కలరా బారిన పడే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది. తక్కువ ఆమ్ల వాతావరణంలో కలరా బ్యాక్టీరియా వేగంగా వృద్ధి చెందడమే దీనికి కారణం. 10. విటమిన్ ఎ లోపం విటమిన్ ఎ లోపం వల్ల కలరా వచ్చే ప్రమాదం కూడా ఉంది. 11. హ్యూమన్ ఇమ్యునో డెఫిషియెన్సీ వైరస్ (HIV) ఇన్ఫెక్షన్ తక్కువ రోగనిరోధక శక్తి కారణంగా హెచ్‌ఐవి ఉన్నవారిలో ఇన్‌ఫెక్షన్ వచ్చే ప్రమాదం ఉందని అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి. 12. సామాజిక ఆర్థిక స్థితి తక్కువ ఆదాయం ఉన్న వ్యక్తులు స్వచ్ఛమైన నీరు అందుబాటులో లేకపోవడం వల్ల కలరా బారిన పడే అవకాశం ఉంది. ప్రజలు కలరా ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉన్నారు: కలరా రోగులకు చికిత్స చేస్తున్న హెల్త్‌కేర్ సిబ్బంది కలరా రెస్పాన్స్ వర్కర్లు చురుకుగా కలరా వ్యాపించే ప్రాంతంలో ప్రయాణికులు

నీకు తెలుసా? కలరా మరియు హ్యూమన్ O బ్లడ్ గ్రూప్ మధ్య బలమైన లింక్ ఉంది. రక్తం గ్రూప్ O కలరా ప్రమాదాన్ని పెంచదు కానీ అది వ్యాధి తీవ్రతను ప్రభావితం చేస్తుంది. ఈ అనుబంధం అనేక మునుపటి వ్యాప్తి ద్వారా నిరూపించబడింది. 1991లో పెరూలో విజృంభించిన సమయంలో, O బ్లడ్ గ్రూప్‌తో ఆసుపత్రిలో చేరిన రోగుల సంఖ్య ఎక్కువగా ఉంది. అదే విధంగా, O బ్లడ్ గ్రూప్ ఉన్న వ్యక్తుల ప్రాబల్యం తక్కువగా ఉన్న కారణంగా గంగా డెల్టా వ్యాప్తి సమయంలో కలరా కేసులు చాలా తక్కువగా ఉన్నాయి. కలరా వ్యాధి నిర్ధారణ

కలరా యొక్క రోగనిర్ధారణ చాలా ముఖ్యమైనది, ఎందుకంటే ఇది విస్తృతంగా వ్యాప్తి చెందుతుంది. స్టూల్ శాంపిల్‌ను పరీక్షించకుండా ఇతర ఇన్‌ఫెక్షన్-కారణమయ్యే నీటి విరేచనాల నుండి ఇది వేరు చేయబడదు. స్టూల్ కల్చర్ కలరా నిర్ధారణకు అత్యంత విస్తృతంగా ఉపయోగించే పద్ధతి. దీనిలో, స్టూల్ నమూనాలు దాని నుండి బ్యాక్టీరియాను వేరుచేసే ద్రావణంతో పొదిగేవి. పసుపు గడ్డలు కనిపించడం కలరాను సూచిస్తుంది. తదుపరి పరీక్షల ద్వారా బ్యాక్టీరియా యొక్క ఖచ్చితమైన జాతి గుర్తించబడుతుంది. ఇతర బాక్టీరియా, ప్రోటోజోవా లేదా విరేచనాలకు సంబంధించిన వైరల్ కారణాల నుండి కలరాను వేరు చేయడంలో ఈ నిర్ధారణ పరీక్ష సహాయపడుతుంది. డార్క్‌ఫీల్డ్ మైక్రోస్కోపీ ఇందులో డార్క్ ఫీల్డ్ మైక్రోస్కోప్ కింద బల్లల పరీక్ష ఉంటుంది. ఇది వేగవంతమైన పద్ధతి. చలనశీలత కలిగిన విబ్రియో ఆకారపు కణాలు కలరా బాక్టీరియాను సూచిస్తాయి. డిప్ స్టిక్ పరీక్ష ఈ పరీక్ష తరచుగా స్థానిక ప్రాంతాలలో ఉపయోగించబడుతుంది. ఇది స్టూల్ యొక్క నమూనాలో డిప్‌స్టిక్ స్ట్రిప్‌ను ఉంచడం. డిప్‌స్టిక్‌పై ఉన్న రెండు ఎరుపు గీతలు కలరా ఉనికిని నిర్ధారిస్తాయి. రోగ నిర్ధారణ చేయడానికి పరీక్షకు 2 మరియు 15 నిమిషాల మధ్య సమయం పడుతుంది. ఈ పరీక్ష యొక్క సున్నితత్వం మరియు విశిష్టత సరైనది కాదు. అందుకే, సంస్కృతి-ఆధారిత పద్ధతులను ఉపయోగించి మల నమూనాలను ఎల్లప్పుడూ నిర్ధారించాలి. కలరా నివారణ

కలరా నివారించదగిన వ్యాధి. అంటువ్యాధులను నివారించడానికి ఒక వ్యక్తి మరియు సమాజ స్థాయిలో అనేక చర్యలు తీసుకోవచ్చు.

1. వ్యక్తిగత స్థాయిలో కలరాను నివారించడం సురక్షితమైన త్రాగునీటిని మాత్రమే త్రాగాలి ఫిల్టర్ చేసిన లేదా ఉడికించిన నీరు మాత్రమే త్రాగాలి ఆహారాన్ని సిద్ధం చేయడానికి, పళ్ళు తోముకోవడానికి మరియు ఐస్ చేయడానికి ఫిల్టర్ చేసిన లేదా ఉడికించిన నీటిని ఉపయోగించండి. ప్రాథమిక చేతి పరిశుభ్రతను అనుసరించడం ద్వారా నివారించవచ్చు. సబ్బు మరియు నీటితో చేతులు బాగా కడగడం మంచిది: వాష్‌రూమ్‌ని ఉపయోగించిన తర్వాత, ఆహారం తయారుచేసే ముందు మరియు తర్వాత ఆహారం తినడానికి ముందు మరియు తర్వాత మీ పిల్లలకు ఆహారం ఇవ్వడానికి ముందు మరియు తర్వాత మీ పిల్లల డైపర్ మార్చిన తర్వాత లేదా వారి బల్లలు కడిగిన తర్వాత. కలరా నుండి గమనిక: సబ్బు మరియు నీరు అందుబాటులో లేనట్లయితే (ప్రయాణంలో వలె), కనీసం 60% ఆల్కహాల్‌తో ఆల్కహాల్ ఆధారిత హ్యాండ్ రబ్‌ను ఉపయోగించవచ్చు.

మీ ఇంటి సౌకర్యం నుండి శానిటైజర్లు మరియు హ్యాండ్ వాష్ కొనండి. ఇప్పుడే షాపింగ్ చేయండి వాష్‌రూమ్‌ను ఉపయోగిస్తున్నప్పుడు జాగ్రత్తగా ఉండండి బహిరంగ మలవిసర్జనకు బదులుగా మలం వదిలించుకోవడానికి టాయిలెట్లను ఉపయోగించండి టాయిలెట్ అందుబాటులో లేని సందర్భంలో, మూత్ర విసర్జన లేదా ఏదైనా నీటి శరీరానికి కనీసం 30 మీటర్ల దూరంలో ఉన్న పిల్లల డైపర్‌లను పారవేయండి. . ఆహారాన్ని అప్రమత్తంగా ఉడికించి తినండి ఫిల్టర్ చేసిన లేదా ఉడికించిన నీటిలో ఆహారాన్ని సిద్ధం చేయండి పండ్లు మరియు కూరగాయలను ఫిల్టర్ చేసిన లేదా ఉడికించిన నీటితో కడగాలి పండ్లు మరియు పచ్చి కూరగాయలను పీల్ చేసిన తర్వాత తినండి, ముఖ్యంగా కలుషితమయ్యే అవకాశం ఉన్న షెల్ఫిష్ వంటి సముద్రపు ఆహారాన్ని పూర్తిగా ఉడికించాలి. వేడి ఆహారాన్ని తినండి శుభ్రత పాటించండి వంటగది ఉపరితలాలు మరియు పాత్రలను సబ్బు మరియు నీటితో పూర్తిగా శుభ్రపరచండి వంటగది పాత్రలు మరియు ఉపరితలాలను ఆరిన తర్వాత ఆహారాన్ని వండడానికి ఉపయోగించండి త్రాగునీటి వనరుల నుండి 30 మీటర్ల దూరంలో బట్టలు ఉతకండి ఇంటి బ్లీచ్‌తో ఏదైనా మలం కలుషితమైన ఉపరితలాలను క్రిమిసంహారక చేయండి.

1. కమ్యూనిటీ స్థాయిలో కలరాను నివారించడం కింది వాటిని కలిగి ఉన్న బహుముఖ కమ్యూనిటీ విధానం కలరా ప్రమాదాన్ని తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది:

వాష్ సేవలను అమలు చేయడం దాదాపు అన్ని కలరా కేసులు సురక్షితమైన తాగునీరు మరియు సరిపడా పారిశుధ్యం అందుబాటులో లేకపోవడం వల్ల ఉత్పన్నమవుతాయి. వాష్ అనేది నీరు, పారిశుద్ధ్యం మరియు పరిశుభ్రతను సూచించే సంక్షిప్త రూపం. తగినంత మరియు సురక్షితమైన నీటి లభ్యత మరియు సమర్థవంతమైన ఘన మరియు ద్రవ వ్యర్థాల నిర్వహణ కలరా సంక్రమించే ప్రమాదాన్ని తగ్గించడంలో ప్రధాన పాత్ర పోషిస్తుంది.

నిఘాను పెంపొందించడం కలరా అత్యంత అంటువ్యాధి కాబట్టి, స్థానిక స్థాయిలో ప్రభుత్వ సంస్థల ద్వారా కేసులను నిశితంగా పరిశీలించడం వ్యాప్తిని నిరోధించడంలో సహాయపడుతుంది. ఇది ప్రపంచ స్థాయిలో సమాచారాన్ని పంచుకునే వ్యాధి నిఘా వ్యవస్థలో భాగంగా ఉండాలి. వైద్యపరంగా అనుమానం ఉన్న ఎవరైనా కలరా కోసం పరీక్షించబడాలి. పాజిటీవ్ కేసులు కలరా హెచ్చరికను సూచించే వేగవంతమైన రోగనిర్ధారణ పరీక్షలను (RDTs) ఉపయోగించి గుర్తించడం చేయవచ్చు. ముందస్తు నివారణ వ్యూహాలను అమలు చేయడం ద్వారా కేసులను నియంత్రించడానికి ఇది ఒక సాధనంగా సహాయపడుతుంది.

కమ్యూనిటీని నిమగ్నం చేయడం స్థానిక లేదా కేంద్ర ప్రభుత్వం కలరాను భారీ స్థాయిలో నిరోధించే లక్ష్యంతో సమర్థవంతమైన మరియు ఆకర్షణీయమైన కార్యక్రమాలను ప్రారంభించాలి. వ్యక్తులు మరియు సంఘాలు వ్యూహాలను అభివృద్ధి చేసే మరియు అమలు చేసే ప్రక్రియలో ఒక భాగం. ఈ కార్యక్రమాల లక్ష్యం ప్రజలకు వీటిని గురించి అవగాహన కల్పించడం: సబ్బుతో చేతులు కడుక్కోవడం వంటి ప్రాథమిక పరిశుభ్రత చర్యలు, పిల్లల మలాన్ని సురక్షితంగా పారవేయడం వంటి పరిశుభ్రత జోక్యాలను సురక్షితంగా తయారు చేయడం మరియు ఆహారాన్ని నిర్వహించడం వంటి ప్రమాదాలు మరియు కలరా యొక్క లక్షణాలు కలరా నుండి మరణించిన వ్యక్తుల కోసం అంత్యక్రియల పద్ధతులు హాజరైన వారిలో సంక్రమణను నిరోధించండి.

వ్యాక్సినేషన్ యొక్క సదుపాయం కలరా టీకాలు నోటి డోసేజ్ రూపంలో అందుబాటులో ఉంటాయి మరియు నోటి కలరా వ్యాక్సిన్ (OCV)గా సూచించబడతాయి. ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ (డబ్ల్యూహెచ్‌ఓ) కలరా వ్యాప్తి చెందుతున్న ప్రాంతాల్లో ఈ వ్యాక్సిన్‌లను ఉపయోగించాలని సూచించింది. మూడు టీకాలకు పూర్తి రక్షణ కోసం రెండు మోతాదులు అవసరం. డుకోరల్: ఈ టీకా బఫర్ ద్రావణంతో పాటు ఇవ్వబడుతుంది. ఇది 2 సంవత్సరాల కంటే ఎక్కువ వయస్సు ఉన్న వ్యక్తులందరికీ ఇవ్వవచ్చు. రెండు మోతాదుల మధ్య వ్యవధి 7 రోజుల నుండి 6 వారాల వరకు ఉంటుంది. ఈ టీకా (2 మోతాదులు) 2 సంవత్సరాల పాటు రక్షణను అందిస్తుంది. శాంకోల్ మరియు యూవిచోల్: అవి ఒకే కూర్పును కలిగి ఉంటాయి. ఈ రెండు టీకాలు బఫర్ సొల్యూషన్ లేకుండా ఇవ్వబడ్డాయి. ఒక సంవత్సరం కంటే ఎక్కువ వయస్సు ఉన్న వ్యక్తులు ఈ టీకాను తీసుకోవచ్చు. అయితే, రెండు-డోస్ OCV, భారతదేశంలో ఉపయోగం కోసం లైసెన్స్ పొందింది, దేశంలోని మొత్తం జనాభాను కవర్ చేసే మాస్ టీకా ఇంకా అమలు కాలేదు. కలరా వంటి కారణాల వల్ల స్థానికంగా వ్యాప్తి చెందే అవకాశం ఉంది

వ్యక్తులు నీళ్ల విరేచనాలు ఏవైనా లక్షణాలు కనిపిస్తే లేదా ఏదైనా కలరా-స్థానిక దేశం నుండి తిరిగి వచ్చినప్పుడు వెంటనే వైద్యుడిని సంప్రదించాలి.

సహాయపడే వైద్యులు: జనరల్ ఫిజిషియన్ ఇంటర్నల్ మెడిసిన్ స్పెషలిస్ట్ గ్యాస్ట్రోఎంటరాలజిస్ట్ పీడియాట్రిషియన్

ఒక సాధారణ వైద్యుడు మీ లక్షణాలను పరిశీలించి చికిత్సను ప్రారంభిస్తారు. తీవ్రమైన కేసుల విషయంలో, వారు మిమ్మల్ని వయోజన రోగులకు సమగ్ర సంరక్షణను అందించడం, సంక్లిష్ట కేసులను నిర్వహించడం మరియు అంతర్లీన ఆరోగ్య పరిస్థితులను పరిష్కరించే అంతర్గత వైద్య నిపుణుడిని సంప్రదించవచ్చు. గ్యాస్ట్రోఎంటరాలజిస్టులు కలరా వంటి జీర్ణశయాంతర రుగ్మతలను నిర్ధారించడంలో మరియు చికిత్స చేయడంలో నైపుణ్యం ఉన్నందున వారిని కూడా సంప్రదించవచ్చు. పిల్లలు మరియు యుక్తవయస్కులకు వైద్య చికిత్స మరియు నివారణ ఆరోగ్య సంరక్షణ సేవల కోసం శిశువైద్యుడిని సంప్రదించవచ్చు.

భారతదేశంలోని ఉత్తమ వైద్యులను ఆన్‌లైన్‌లో సంప్రదించండి. ఇక్కడ క్లిక్ చేయండి కలరా చికిత్స

కలరా చికిత్స యొక్క విజయం చికిత్స ప్రారంభించే సమయం మీద ఆధారపడి ఉంటుంది. సత్వర చికిత్స తీవ్రమైన నిర్జలీకరణం మరియు దాని సమస్యల ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది. చికిత్స యొక్క ప్రధాన లక్ష్యం రోగి యొక్క ఆర్ద్రీకరణ స్థితిని పునరుద్ధరించడం, సంక్రమణను ఎదుర్కోవడం మరియు మొత్తం రికవరీకి మద్దతు ఇవ్వడం. 1. రీహైడ్రేషన్ చికిత్స యొక్క లక్ష్యం కొనసాగుతున్న నష్టాలను భర్తీ చేయడం ద్వారా సాధారణ ఆర్ద్రీకరణ స్థితిని కొనసాగించడం. నోటి రీహైడ్రేషన్ సొల్యూషన్ (ORS) యొక్క తక్షణ పరిపాలన సిఫార్సు చేయబడింది. శుభ్రమైన నీటిలో ORS తయారు చేయండి (గతంలో ఉడికించిన లేదా క్లోరిన్ చికిత్స) ORS తరచుగా సిప్ ద్వారా సిప్ తీసుకోవాలి

ఆసక్తికరమైన వాస్తవం! రోగి యొక్క బరువును కిలోలో 75తో గుణించడం ద్వారా 4 గంటలలోపు అవసరమైన ORS (మిల్లీలీటర్‌లలో) యొక్క సుమారు మొత్తాన్ని కూడా లెక్కించవచ్చు. ORS అందుబాటులో లేని పక్షంలో, నీరు, ఉడకబెట్టిన పులుసు మరియు/లేదా ఇతర ద్రవాలు త్రాగండి, చక్కెర పానీయాలు తీసుకోవడం మానుకోండి జ్యూస్, శీతల పానీయాలు లేదా స్పోర్ట్స్ డ్రింక్స్ అతిసారాన్ని మరింత తీవ్రతరం చేయగలవు కాబట్టి తీవ్రమైన పోషకాహార లోపం ఉన్నవారికి ORS బదులుగా రెసోమాల్ ఇవ్వాలి శిశువులకు తల్లిపాలను ప్రోత్సహించాలి మా విస్తృత శ్రేణి నోటి రీహైడ్రేషన్ పరిష్కారాలను (ORS) అన్వేషించండి. ఇప్పుడే కొనండి! 2. ఇంట్రావీనస్ (IV). ద్రవాలు తీవ్రంగా నిర్జలీకరణం చెందిన వ్యక్తులు (శరీర బరువులో 10% కంటే ఎక్కువ ద్రవం కోల్పోవడం) షాక్‌కు గురవుతారు. అటువంటి రోగులకు ద్రవ నష్టాన్ని భర్తీ చేయడానికి ఇంట్రావీనస్ ద్రవాల యొక్క వేగవంతమైన పరిపాలన అవసరం.

1. యాంటీబయాటిక్స్ సరైన వాల్యూమ్ స్థితిని సాధించిన తర్వాత యాంటీబయాటిక్స్ థెరపీ ప్రారంభించబడుతుంది. అవి అతిసారం యొక్క వ్యవధిని మరియు తీవ్రతను తగ్గిస్తాయి. యాంటీబయాటిక్స్ వాడకం 50% మలం యొక్క వాల్యూమ్ను తగ్గించడంతో సంబంధం కలిగి ఉంటుంది. యాంటీబయాటిక్స్ మలంలో బాక్టీరియా యొక్క షెడ్డింగ్ వ్యవధిని తగ్గిస్తుందని కూడా అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి. యాంటీబయాటిక్స్ యొక్క సాధారణ ఉదాహరణలు టెట్రాసైక్లిన్ డాక్సీసైక్లిన్ యాంటీబయాటిక్ రెసిస్టెన్స్ విషయంలో, సిప్రోఫ్లోక్సాసిన్ అజిత్రోమైసిన్ ఎరిత్రోమైసిన్ క్రింది యాంటీబయాటిక్స్ సూచించబడవచ్చు.

యాంటీబయాటిక్ థెరపీ సాధారణంగా 3-5 రోజులు ఇవ్వబడుతుంది.

గమనిక: గర్భిణీ స్త్రీలు మరియు 5 సంవత్సరాల కంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్న పిల్లలకు టెట్రాసైక్లిన్ సిఫార్సు చేయబడదు ఎందుకంటే ఇది దంతాల శాశ్వత రంగు పాలిపోవడానికి కారణమవుతుంది. 4. కలరాలో జింక్, జింక్ లోపం వల్ల నీరు మరియు ఎలక్ట్రోలైట్ శోషణ తగ్గుతుంది. అందువల్ల, లక్షణాల నుండి కోలుకోవడంలో జింక్ ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తుంది. జింక్ ORSతో కలిపి అతిసారం యొక్క ఎపిసోడ్‌ల వ్యవధి, తీవ్రత మరియు పునరావృతాలను తగ్గిస్తుంది. 5. పోషకాహార జోక్యాలు ఇది ద్రవాల ప్రారంభ పునరుద్ధరణ తర్వాత వెంటనే అధిక-శక్తి ఆహారం తీసుకోవడం. ఇది పోషకాహార లోపం మరియు హైపోకలేమియా (పొటాషియం తగ్గిన స్థాయి) మరియు హైపోగ్లైసీమియా (తక్కువ రక్తంలో గ్లూకోజ్) వంటి అనేక ఇతర సమస్యలను నివారించడంలో సహాయపడుతుంది. కలరా యొక్క సమస్యలు

శరీరంలో తీవ్రమైన వాల్యూమ్ క్షీణత కారణంగా చాలా సమస్యలు అభివృద్ధి చెందుతాయి. ద్రవ నష్టం పెద్దలలో గంటకు 1 లీటరు మరియు పిల్లలలో 20 ml/kg/hr వరకు చేరుతుంది. ఇది వంటి సమస్యలకు దారితీయవచ్చు: హైపోవోలెమిక్ షాక్ మెటబాలిక్ అసిడోసిస్ (ఎలక్ట్రోలైట్ నష్టం ఫలితంగా యాసిడ్ బేస్ బ్యాలెన్స్‌లో అసమతుల్యత కారణంగా శరీరంలో ఆమ్లం ఏర్పడటం) హైపోటెన్షన్ (తక్కువ రక్తపోటు) హైపోగ్లైసీమియా (తక్కువ రక్తంలో గ్లూకోజ్)

మీ ఇంటి సౌలభ్యం నుండి మీ రక్తంలో గ్లూకోజ్ యొక్క ట్యాబ్ ఉంచండి. ఇప్పుడే ఆర్డర్ చేయండి అరుదైన సందర్భాల్లో, తీవ్రమైన హైపోటెన్షన్ కూడా దారితీయవచ్చు: స్ట్రోక్ కిడ్నీ పనిచేయకపోవడం నిరంతర వాంతులు ఆస్పిరేషన్ న్యుమోనియాకు దారితీయవచ్చు (ఆహారం లేదా ద్రవాన్ని ఊపిరితిత్తుల శ్వాసనాళాల్లోకి మింగడానికి బదులుగా పీల్చడం) తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు ఎక్కడ ప్రపంచం కలరా వ్యాప్తిని చూస్తున్నామా? దేశాన్ని కలరా-స్థానిక మరియు అంటువ్యాధిగా మార్చేది ఏమిటి? కలరాతో గతంలో సంక్రమణం ఒక వ్యక్తికి రోగనిరోధక శక్తిని కలిగిస్తుందా? కలరాకు ఎవరు ఎక్కువగా గురవుతారు? సాధారణంగా 5 సంవత్సరాల కంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్న పిల్లలలో కనిపించే ముఖ్య వాస్తవాలు లింగం ప్రభావితం చేసే మగ మరియు ఆడ ఇద్దరి శరీర భాగాలు (లు) చిన్న ప్రేగు పెద్ద ప్రేగులను అనుకరించే పరిస్థితులు చికిత్స రీహైడ్రేషన్: ఓరల్ రీహైడ్రేషన్ సొల్యూషన్ మరియు IV ఫ్లూయిడ్స్ యాంటీబయాటిక్స్: టెట్రాసైక్లిన్, డాక్సీసైక్లిన్, అజిత్రోమైసిన్, సిప్రోఫ్లోక్సాసిన్, మరియు ఎరిత్రోమైసిన్ జింక్ పోషకాహార జోక్యాలు నిపుణులు జనరల్ ఫిజిషియన్‌ను సంప్రదించాలి గ్యాస్ట్రోఎంటరాలజిస్ట్ ఇంటర్నల్ మెడిసిన్ స్పెషలిస్ట్ పీడియాట్రిషియన్ రిఫరెన్స్ 2 మార్చి, 20 మార్చి కలరా వర్కప్, మెడ్‌స్కేప్, చివరిగా నవీకరించబడింది: 03 ఫిబ్రవరి, 2021. హారిస్ JB, లారోక్ RC, ఖాద్రీ F, ర్యాన్ ET, కాల్డర్‌వుడ్ SB. కలరా. లాన్సెట్. 2012 జూన్ 30;379(9835):2466-2476. doi: 10.1016/S0140-6736(12)60436-X. PMID: 22748592; PMCID: PMC3761070. రిచ్టర్‌మాన్ A, సెయిన్‌విలియన్ DR, ఎబెర్లీ L, ఐవర్స్ LC. సింప్టోమాటిక్ కలరా ఇన్ఫెక్షన్ కోసం వ్యక్తిగత మరియు గృహ ప్రమాద కారకాలు: ఒక క్రమబద్ధమైన సమీక్ష మరియు మెటా-విశ్లేషణ. J ఇన్ఫెక్ట్ డిస్. 2018 అక్టోబర్ 15;218(suppl\_3):S154-S164. doi: 10.1093/infdis/jiy444. PMID: 30137536; PMCID: PMC6188541. పాహో: తల్లిపాలను కలరా నుండి శిశువులను రక్షించడంలో సహాయపడుతుంది, PAN అమెరికన్ హెల్త్ ఆర్గనైజేషన్, చివరిగా నవీకరించబడింది: 18 నవంబర్ 2010. గన్ RA, కింబాల్ AM, పొలార్డ్ RA, ఫీలీ JC, ఫెల్డ్‌మాన్ RA, దత్తా SR, మాథ్యూ PP, మహమూద్ RA, లెవిన్ MM. శిశువులలో కలరాకు ప్రమాద కారకంగా బాటిల్ ఫీడింగ్. లాన్సెట్. 1979 అక్టోబర్ 6;2(8145):730-2. doi: 10.1016/s0140-6736(79)90653-6. PMID: 90813. కలరా ప్రపంచవ్యాప్తంగా పిల్లలను ప్రమాదంలో పడేస్తోంది, UNICEF, ప్రతి బిడ్డకు. కలరా, పాన్ అమెరికన్ హెల్త్ ఆర్గనైజేషన్. కలరా - విబ్రియో కలరా ఇన్ఫెక్షన్, సెంటర్స్ ఫర్ డిసీజ్ కంట్రోల్ అండ్ ప్రివెన్షన్, చివరిగా నవీకరించబడింది: 14 నవంబర్, 2022. ఫ్యానస్ M, కింగ్ KC. కలరా. [2023 మే 23న నవీకరించబడింది]. ఇన్: స్టాట్‌పెర్ల్స్ [ఇంటర్నెట్]. ట్రెజర్ ఐలాండ్ (FL): స్టాట్‌పెర్ల్స్. డిక్ MH, గిల్లెర్మ్ M, మౌస్సీ F, చైగ్నాట్ CL. రెండు దశాబ్దాల కలరా వ్యాధి నిర్ధారణ సమీక్ష-మనం నిజంగా ఎంత దూరం వచ్చాము?. కలరా, ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ, చివరిగా నవీకరించబడింది: 25 ఆగష్టు 2017, విభాగం 8: సమాజంలో కలరా వ్యాప్తిని తగ్గించడం, కలరా నియంత్రణపై గ్లోబల్ టాస్క్‌ఫోర్స్. కొమురో ఎ. కాంపో మెడిసిన్స్ ఫర్ ఇన్ఫెక్షియస్ డిసీజెస్. సాధారణ వ్యాధుల చికిత్స కోసం జపనీస్ కంపో మెడిసిన్స్: ఇన్ఫ్లమేషన్ మీద దృష్టి. 2017:127–42. doi: 10.1016/B978-0-12-809398-6.00014-7. ఎపబ్ 2017 మార్చి 31. PMCID: PMC7150106.

==================================================

పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌ను కొలొరెక్టల్ క్యాన్సర్, పేగు క్యాన్సర్ మరియు CRC అవలోకనం అని కూడా పిలుస్తారు పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ అనేది పెద్దప్రేగులో (పెద్ద ప్రేగు) కణాల అనియంత్రిత పెరుగుదల మరియు గుణకారం ఉండే పరిస్థితి. పెద్దప్రేగు అనేది జీర్ణవ్యవస్థ యొక్క దిగువ మరియు చివరి భాగం, ఇక్కడ శరీరం ఘన వ్యర్థాల నుండి నీరు మరియు ఉప్పును బయటకు తీస్తుంది. వ్యర్థాలు పురీషనాళం ద్వారా కదులుతాయి మరియు పాయువు ద్వారా శరీరం నుండి నిష్క్రమిస్తాయి.

పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌కు సంబంధించిన సాధారణ ప్రమాద కారకాలు ముదిమి వయస్సు, పెద్దప్రేగు కాన్సర్ యొక్క కుటుంబ చరిత్ర, పెద్దప్రేగు పాలిప్స్ మరియు దీర్ఘకాల వ్రణోత్పత్తి పెద్దప్రేగు శోథ. చాలా పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్లు పెద్దప్రేగు లైనింగ్ పాలిప్స్ నుండి అభివృద్ధి చెందుతాయి. పాలీప్‌లు మొదట్లో క్యాన్సర్ లేనివి మరియు ప్రమాదకరం కానప్పటికీ, కాలక్రమేణా అవి క్యాన్సర్‌గా అభివృద్ధి చెందుతాయి.

పెద్దప్రేగు పాలిప్స్ మరియు ప్రారంభ క్యాన్సర్ క్యాన్సర్-నిర్దిష్ట ప్రారంభ సంకేతాలు లేదా లక్షణాలను కలిగి ఉండకపోవచ్చు. అందువల్ల, సాధారణ కొలొరెక్టల్ క్యాన్సర్ స్క్రీనింగ్ ముఖ్యం. పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ నిర్ధారణ కోలనోస్కోపీ ద్వారా చేయబడుతుంది, ఇది బయాప్సీతో పాటు మొత్తం పెద్దప్రేగును దృశ్యమానం చేస్తుంది, ఇది క్యాన్సర్ కణజాలాన్ని నిర్ధారిస్తుంది.

పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ యొక్క చికిత్స మరియు రోగ నిరూపణ అనేది క్యాన్సర్ వ్యాప్తి యొక్క స్థానం, పరిమాణం, దశ మరియు పరిధి, అలాగే రోగి యొక్క మొత్తం ఆరోగ్యంపై ఆధారపడి ఉంటుంది. పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ ప్రారంభ దశల్లో, కణితిని శస్త్రచికిత్స ద్వారా తొలగిస్తారు. సరైన సమయంలో చికిత్స చేయకపోతే, ఇది శరీరంలోని ఇతర భాగాలకు, ముఖ్యంగా ఊపిరితిత్తులు మరియు కాలేయాలకు వ్యాపిస్తుంది. అధునాతన దశలలో చికిత్సలో కీమోథెరపీ, రేడియేషన్ థెరపీ, ఇమ్యునోథెరపీ మరియు/లేదా వాటి కలయికలు ఉంటాయి. సాధారణంగా 50 ఏళ్లు పైబడిన పెద్దవారిలో కనిపించే ముఖ్య వాస్తవాలు లింగం పురుషులు మరియు స్త్రీలు ఇద్దరినీ ప్రభావితం చేస్తుంది, అయితే పురుషులలో ఎక్కువగా శరీర భాగాలు (లు) చేరి పెద్దప్రేగు పురీషనాళం అనుకరించే పరిస్థితులు హెమోరాయిడ్స్ క్రోన్'స్ వ్యాధి వ్రణోత్పత్తి పెద్దప్రేగు శోథ ధమనుల వైకల్యం కార్సినోయిడ్ ట్యూమర్స్ గ్యాస్ట్రోఇంటెస్టినల్ లింఫోమా ఇట్లెస్టెస్టినల్ లింఫోమా ఇట్లెస్టెస్టినల్ లింఫోమా వ్యాధి చిన్న ప్రేగు డైవర్టిక్యులోసిస్ అవసరమైన ఆరోగ్య పరీక్షలు/ఇమేజింగ్ స్టూల్ ఆధారిత పరీక్షలు కొలొనోస్కోపీ ఫ్లెక్సిబుల్ సిగ్మాయిడోస్కోపీ CT కోలోనోగ్రఫీ బయోమార్కర్ టెస్ట్ బయాప్సీ అల్ట్రాసౌండ్ మాగ్నెటిక్ రెసొనెన్స్ ఇమేజింగ్ (MRI) రక్త పరీక్షలు ఛాతీ ఎక్స్‌రే చికిత్స శస్త్రచికిత్స సర్జరీ అబ్లేషన్ టెక్నిక్: క్వెన్సీ అబ్లేషన్ టెక్నిక్ 5-ఫ్లోరోరాసిల్ (5FU ), ల్యూకోవోరిన్ & ఆక్సాలిప్లాటిన్ రేడియేషన్ థెరపీ టార్గెటెడ్ థెరపీ: బెవాసిజుమాబ్, సెటుక్సిమాబ్, రెగోరాఫెనిబ్ & ఎన్‌కోరాఫెనిబ్ ఇమ్యునోథెరపీ: ఇపిలిముమాబ్, పెంబ్రోలిజుమాబ్ & నివోలుమాబ్ స్పెషలిస్ట్‌లు ఆంకాలజిస్ట్ రేడియేషన్ ఆంకాలజిస్ట్ ఆంకోసర్జన్ కోలోరెక్టల్ యొక్క ఆంకోసర్జన్ కొలోరెక్టల్ యొక్క రేడియేషన్ నిపుణుడిని సంప్రదించాలి

పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ ఎల్లప్పుడూ లక్షణాలను కలిగి ఉండదు. అందువల్ల, ప్రారంభ రోగ నిర్ధారణ కోసం రెగ్యులర్ స్క్రీనింగ్ చాలా ముఖ్యం. లక్షణాలు కొనసాగితే, అవి వీటిని కలిగి ఉండవచ్చు:

పొత్తికడుపు నొప్పి శరీర నొప్పులు తిమ్మిరి విరేచనాలు మలబద్ధకం అసంపూర్తిగా తరలింపు అనుభూతి అకారణంగా బరువు తగ్గడం మల రక్తస్రావం లేదా మలంలో రక్తం అలసట లేదా అలసట

లక్షణాలు మాత్రమే క్యాన్సర్‌ని నిర్ధారించవు. కాబట్టి, మీకు ఏవైనా లక్షణాలు కనిపిస్తే వైద్యుడిని సంప్రదించడం అవసరం.

మీరు తెలుసుకోవలసిన క్యాన్సర్ యొక్క కొన్ని సాధారణ సంకేతాలు మరియు లక్షణాలు ఇక్కడ ఉన్నాయి. తెలుసుకోవడానికి క్లిక్ చేయండి!

పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌కు కారణాలు శరీరంలోని ప్రతి కణం పెరుగుదల, విభజన మరియు మరణ ప్రక్రియను అనుసరిస్తుంది. కణాలు చనిపోకుండా అనియంత్రితంగా గుణించినప్పుడు క్యాన్సర్ అభివృద్ధి చెందుతుంది. పెద్దప్రేగు మరియు పురీషనాళంలో కణాల అసాధారణ గుణకారం యొక్క ఖచ్చితమైన కారణం తెలియదు. ఆంకోజీన్‌లను ప్రభావితం చేసే DNAలో మార్పులు - సెల్ సజీవంగా ఉండటానికి సహాయపడే జన్యువులు అటువంటి కారణం. ఆంకోజీన్‌లలో ఆటంకం వ్యక్తిని పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌కు గురి చేస్తుంది.

ఎక్కువగా, కొలొరెక్టల్ క్యాన్సర్ ముందస్తు పాలిప్స్‌గా ప్రారంభమవుతుంది. ఈ పాలిప్స్ నెమ్మదిగా క్యాన్సర్ కణజాలంగా అభివృద్ధి చెందుతాయి. ముందస్తు రోగనిర్ధారణ క్యాన్సర్ అభివృద్ధిని నిరోధించవచ్చు.

కొలొరెక్టల్ క్యాన్సర్ యొక్క సాధారణ కారణాల గురించి చదవండి. చదవడానికి నొక్కండి!

పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌కు ప్రమాద కారకాలు పెద్దప్రేగు కాన్సర్ వచ్చే అవకాశంతో సంబంధం ఉన్న వివిధ ప్రమాద కారకాలు ఉన్నాయి: మార్పు చేయలేని కారకాలు

1. వయసు పెరిగే కొద్దీ క్యాన్సర్‌కు ముందు వచ్చే పాలిప్స్ మరియు కోలన్ క్యాన్సర్ వచ్చే అవకాశాలు పెరుగుతాయి. పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌ని నిర్ధారించే సగటు వయస్సు పురుషులు మరియు స్త్రీలకు వరుసగా 68 సంవత్సరాలు మరియు 72 సంవత్సరాలు. 50 నుండి 64 సంవత్సరాల వయస్సు గల వ్యక్తుల కంటే 65 ఏళ్లు పైబడిన వారికి పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ వచ్చే అవకాశాలు మూడు రెట్లు ఎక్కువ. అయితే, కొన్నిసార్లు యువకులు కూడా పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌ను అభివృద్ధి చేయవచ్చు.
2. స్త్రీల కంటే పురుషులకు పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ వచ్చే ప్రమాదం 30 రెట్లు ఎక్కువ అని లింగం మరియు జాతి అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి. అలాగే, పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ మరణాల రేటు కూడా పురుషులలో ఎక్కువగా ఉంటుంది.

పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ వచ్చే అవకాశాలను కూడా జాతి నిర్ణయిస్తుంది. ఆసియన్లు మరియు నాన్-హిస్పానిక్ శ్వేతజాతీయుల కంటే హిస్పానిక్ కాని నల్లజాతీయులు ఎక్కువ ప్రమాదంలో ఉన్నారు.

1. క్యాన్సర్ యొక్క వైద్య చరిత్ర మీకు పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ లేదా పాలిప్స్ యొక్క మునుపటి చరిత్ర ఉన్నట్లయితే పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ అభివృద్ధి చెందే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. పెద్ద పాలిప్స్ ఉన్న వ్యక్తులు పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌ను అభివృద్ధి చేసే అవకాశం ఉంది.
2. ఆరోగ్య పరిస్థితులు కొన్ని ఆరోగ్య పరిస్థితులు కూడా పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ అవకాశాలను పెంచుతాయి. వీటిలో ఇవి ఉన్నాయి: ఇన్ఫ్లమేటరీ ప్రేగు వ్యాధులు (IBDలు): ఇది గట్‌లో మంటను కలిగిస్తుంది మరియు అల్సరేటివ్ కొలిటిస్ మరియు క్రోన్'స్ వ్యాధి వంటి వ్యాధులను కలిగి ఉంటుంది. ఏ విధమైన IBDలతో బాధపడుతున్న వ్యక్తులు పెద్దప్రేగు కాన్సర్ వచ్చే అవకాశం 2-6 రెట్లు ఎక్కువ. వ్యాధి తీవ్రంగా మరియు దీర్ఘకాలం ఉంటే ప్రమాదం పెరుగుతుంది. పెద్దప్రేగు పాలిప్స్: 95% కొలొరెక్టల్ క్యాన్సర్ పాలిప్స్ నుండి అభివృద్ధి చెందుతుంది - పెద్దప్రేగు లైనింగ్ నుండి కణజాల పెరుగుదల. పెద్ద పాలిప్ పరిమాణం మరియు రోగి వయస్సుతో అవకాశాలు పెరుగుతాయి. డయాబెటిస్ మెల్లిటస్: డయాబెటిస్ దీర్ఘకాలిక మంటను ప్రేరేపిస్తుంది, ఇది పెద్దప్రేగులో క్యాన్సర్ కణాల పెరుగుదలను ప్రేరేపిస్తుంది. కోలిసిస్టెక్టమీ: ఇది పిత్తాశయం యొక్క శస్త్రచికిత్స తొలగింపును సూచిస్తుంది. పిత్తాశయం పిత్తాన్ని నిల్వ చేస్తుంది మరియు అవసరమైనప్పుడు విడుదల చేస్తుంది. పిత్తాశయం తొలగించిన తరువాత, పిత్త ఆమ్లాల నిరంతర ప్రవాహం ఉంటుంది, ఇది పెద్దప్రేగు కణాలను దెబ్బతీస్తుంది మరియు పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌కు దారి తీస్తుంది.
3. జన్యుపరమైన పరిస్థితులు పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌కు కారణమయ్యే రెండు ముఖ్యమైన జన్యుపరమైన రుగ్మతలు: నాన్‌పోలిపోసిస్ కొలొరెక్టల్ క్యాన్సర్ (NPCC): దీనిని లించ్ సిండ్రోమ్ అని కూడా పిలుస్తారు, ఇది సాధారణంగా మన శరీరం యొక్క DNAని మరమ్మతు చేసే జన్యువులో వారసత్వంగా వచ్చిన అసాధారణత. కుటుంబ అడెనోమాటస్ పాలిపోసిస్ (FAP): ఇది అరుదైన వారసత్వ రుగ్మత, దీనిలో పెద్దప్రేగులో వేలాది పాలిప్స్ అభివృద్ధి చెందే అవకాశాలు ఉన్నాయి. వారి ప్రారంభ జీవితంలో చికిత్స చేయని FAP చరిత్ర కలిగిన వ్యక్తులు 35-40 సంవత్సరాల వయస్సులో పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌ను పొందవచ్చని అంచనా వేయబడింది.

ఇతర జన్యుపరమైన పరిస్థితులు: గార్డనర్ సిండ్రోమ్, ఇది వేరే రకమైన FAP జువెనైల్ పాలిపోసిస్ సిండ్రోమ్ ముయిర్-టోర్రే సిండ్రోమ్, ఇది లించ్ సిండ్రోమ్ MUTYH-పాలిపోసిస్ కాన్కేర్ పీట్జ్-జెగర్స్ సిండ్రోమ్ టర్కోట్ సిండ్రోమ్, మరొక రూపాంతరం.

1. కుటుంబ చరిత్ర పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌తో బాధపడుతున్న మొదటి-డిగ్రీ (తల్లిదండ్రులు, తోబుట్టువులు మరియు పిల్లలు) బంధువులు ఉన్న వ్యక్తులకు అది అభివృద్ధి చెందడానికి రెండు రెట్లు ఎక్కువ ప్రమాదం ఉందని అంచనా వేయబడింది. అయినప్పటికీ, రెండవ మరియు మూడవ డిగ్రీ ప్రభావిత బంధువులు కూడా ప్రమాదాన్ని పెంచవచ్చు. బంధువులు 60 ఏళ్లలోపు పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌తో బాధపడుతున్నట్లయితే ప్రమాదం పెరుగుతుంది. ప్రమాదం యొక్క తీవ్రత వీటిపై ఆధారపడి ఉంటుంది:

ప్రభావిత బంధువు నుండి తరాల దూరం బంధువు పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌ను అభివృద్ధి చేసిన వయస్సు కుటుంబ సభ్యుల సంఖ్య ప్రభావితం కుటుంబంలోని అండాశయాలు, ప్యాంక్రియాటిక్, ఎండోమెట్రియల్ మరియు మూత్ర నాళం వంటి ఇతర క్యాన్సర్‌ల నిర్ధారణ సవరించదగిన లేదా జీవనశైలి కారకాలు

1. అనారోగ్యకరమైన ఆహారం పెద్దప్రేగు జీర్ణవ్యవస్థలో ఒక భాగం కాబట్టి, దాని ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడంలో ఆహారం కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. సంతృప్త కొవ్వులు, రెడ్ మీట్ మరియు ప్రాసెస్ చేసిన మాంసం యొక్క అధిక వినియోగం పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ అవకాశాలను పెంచుతుంది. ఫైబర్, పండ్లు, కూరగాయలు, కాల్షియం మరియు విటమిన్ డి తక్కువగా ఉన్న ఆహారం కూడా పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ అభివృద్ధికి దోహదం చేస్తుంది.
2. ఆల్కహాల్ అధికంగా ఆల్కహాల్ తీసుకోవడం వల్ల కోలన్ క్యాన్సర్ వచ్చే ప్రమాదం కూడా పెరుగుతుంది. ప్రతిరోజూ 2-3 పానీయాలు తాగే వ్యక్తులలో పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ వచ్చే ప్రమాదం 20% పెరుగుతుందని అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి. మీరు ఒక రోజులో 4 లేదా అంతకంటే ఎక్కువ ఆల్కహాల్ డ్రింక్స్ తాగడం అలవాటు చేసుకుంటే, ప్రమాదం మరింత పెరుగుతుంది.
3. ధూమపానం చేయని వారితో పోలిస్తే ధూమపానం చేసే వ్యక్తులు పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌ను అభివృద్ధి చేసే ప్రమాదాన్ని 2 నుండి 3 రెట్లు పెంచుతారు. పొగాకుకు గురయ్యే మోతాదు మరియు సమయంతో ప్రమాదం పెరుగుతుంది.
4. నిశ్చల జీవనశైలి శారీరక శ్రమ లేకపోవడం కూడా పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌తో దగ్గరి సంబంధం కలిగి ఉంటుంది. రెగ్యులర్ శారీరక శ్రమ రోగనిరోధక శక్తిని మెరుగుపరుస్తుంది, వాపు మరియు ఒత్తిడిని తగ్గిస్తుంది, జీవక్రియ రేటు మరియు హార్మోన్ స్థాయిలను నియంత్రిస్తుంది మరియు ఊబకాయాన్ని నివారిస్తుంది మరియు ఫలితంగా, క్యాన్సర్ అభివృద్ధి నుండి రక్షించడంలో సహాయపడవచ్చు.
5. అధిక బరువు/స్థూలకాయం అధిక బరువు మరియు ఊబకాయం పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌కు తెలిసిన ప్రమాద కారకం. సాధారణ బరువు ఉన్న వ్యక్తులతో పోలిస్తే అధిక బరువు/ఊబకాయం ఉన్న పురుషులు మరియు మహిళలు వరుసగా 50% మరియు 20% కొలొరెక్టల్ క్యాన్సర్ వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటారు.
6. గట్ మైక్రోబయోటా గట్ మైక్రోబయోటా లేదా గట్ ఫ్లోరా జీర్ణశయాంతర ప్రేగులలో నివసించే విభిన్న సూక్ష్మజీవుల (బ్యాక్టీరియా, వైరస్లు, శిలీంధ్రాలు మరియు ప్రోటోజోవా) జనాభాను కలిగి ఉంటుంది. గట్ మైక్రోబయోటా యొక్క ముఖ్య విధులు విషాన్ని జీవక్రియ చేయడం, విటమిన్లను సంశ్లేషణ చేయడం మరియు ఇన్ఫెక్షన్ నుండి రక్షించడం. అయినప్పటికీ, సాధారణ గట్ మైక్రోబయోటా యొక్క కూర్పు మరియు కార్యాచరణలో మార్పు పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ ప్రారంభానికి, ప్రమోషన్ మరియు పురోగతికి దారితీయవచ్చు.

గమనిక: పొత్తికడుపుపై దృష్టి సారించే రేడియేషన్ థెరపీ కూడా పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ అవకాశాలను పెంచుతుందని కనుగొనబడింది. నీకు తెలుసా? మితిమీరిన చక్కెర మిమ్మల్ని క్యాన్సర్‌కు కూడా గురి చేస్తుంది. ఎందుకంటే చక్కెరలు అధికంగా ఉన్న ఆహారాలు ఆక్సీకరణ ఒత్తిడి మరియు బరువు పెరగడంతో పాటు ఇన్సులిన్ మరియు ఇన్సులిన్-వంటి గ్రోత్ ఫ్యాక్టర్-I (IGF-I) యొక్క అనుచితమైన సంశ్లేషణను ప్రేరేపించడం ద్వారా కార్సినోజెనిసిస్ (క్యాన్సర్ ఉత్పత్తి)ని ప్రోత్సహిస్తాయి. క్యాన్సర్‌లో చక్కెర పాత్ర గురించి మీరు వివరంగా తెలుసుకోవలసిన ప్రతిదీ ఇక్కడ ఉంది. చదవడానికి క్లిక్ చేయండి! పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ నిర్ధారణ పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ క్రింది దశల్లో క్రమంగా అభివృద్ధి చెందుతుంది:

స్టేజ్ 0 ( క్యాన్సర్ ఇన్ సిటు): క్యాన్సర్ కణాలు పెద్దప్రేగు లోపలి పొరకు పరిమితం చేయబడ్డాయి.

దశ I: క్యాన్సర్ కణాలు పెద్దప్రేగు లేదా పురీషనాళం యొక్క కండరాల పొరపై దాడి చేయడం ప్రారంభిస్తాయి.

దశ II A: కణితి పెద్దప్రేగు లేదా పురీషనాళం యొక్క బయటి పొరలలోకి పెరగడం ప్రారంభమవుతుంది.

దశ II B: కణితి పెద్దప్రేగు లేదా పురీషనాళం లోపలి పొరల్లోకి పెరగడం ప్రారంభమవుతుంది.

దశ II C: కణితి సమీపంలోని కణజాలాలకు వ్యాపించడం ప్రారంభమవుతుంది.

స్టేజ్ III A: కణితి పేగులోని కండర పొరలలోకి పెరగడం ప్రారంభిస్తుంది మరియు సమీపంలోని 1-3 శోషరస కణుపులపై దాడి చేయడం ప్రారంభిస్తుంది.

దశ III B: కణితి ప్రేగు గోడలోకి లేదా చుట్టుపక్కల అవయవాలకు మరియు 1-3 శోషరస కణుపులకు పెరగడం ప్రారంభమవుతుంది.

దశ III C: క్యాన్సర్ 4 లేదా అంతకంటే ఎక్కువ శోషరస కణుపులకు వ్యాపించింది.

దశ IV A: క్యాన్సర్ ఊపిరితిత్తులు మరియు కాలేయం వంటి శరీరంలోని ఒక సుదూర భాగానికి వ్యాపించింది.

దశ IV B: క్యాన్సర్ శరీరంలోని ఒకటి కంటే ఎక్కువ సుదూర భాగాలకు వ్యాపించింది.

స్టేజ్ IV సి: క్యాన్సర్ ఉదర కుహరంలోని పొరకు వ్యాపించింది.

45-75 సంవత్సరాల మధ్య వయస్సు ఉన్న వ్యక్తులందరికీ పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ కోసం స్క్రీనింగ్ పరీక్షలు సిఫార్సు చేయబడ్డాయి. ఎక్కువ ప్రమాదాలు ఉన్న వ్యక్తులు లేదా 75 సంవత్సరాల కంటే ఎక్కువ వయస్సు ఉన్న వ్యక్తులు, వారి స్క్రీనింగ్ గురించి వారి వైద్యుడిని సంప్రదించాలి. సాధారణంగా ఉపయోగించే స్క్రీనింగ్ పరీక్షల రకం వీటిపై ఆధారపడి ఉంటుంది:

రోగి యొక్క ప్రాధాన్యతలు రోగి యొక్క వైద్య పరిస్థితి కొలరెక్టల్ క్యాన్సర్ యొక్క వ్యక్తిగత లేదా కుటుంబ చరిత్ర వనరులు అందుబాటులో ఉన్నాయి

సాధారణ స్క్రీనింగ్ పరీక్షలలో ఇవి ఉన్నాయి: A. స్టూల్ ఆధారిత పరీక్షలు ఈ పరీక్షలు పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ యొక్క ఏవైనా సంకేతాల కోసం మలాన్ని పరిశీలిస్తాయి. కొలొనోస్కోపీ కంటే ఇవి సులువుగా ఉంటాయి, ఎందుకంటే రోగులు దీన్ని ఇంట్లోనే నిర్వహించవచ్చు. అయినప్పటికీ, మలం ఆధారిత పరీక్షలు సానుకూలంగా వచ్చినప్పుడు కొలొనోస్కోపీ సిఫార్సు చేయబడింది. ఇందులో ఇవి ఉన్నాయి:

1. ఫెకల్ ఇమ్యునోకెమికల్ టెస్ట్ (FIT): ఈ పరీక్ష ప్రతిరోధకాలను ఉపయోగించి మలంలో దాగి ఉన్న రక్తాన్ని గుర్తిస్తుంది. మీ హెల్త్‌కేర్ ప్రొవైడర్ అందించిన కిట్‌ని ఉపయోగించి ఇంట్లో మలం సేకరించబడుతుంది.
2. Guaiac-ఆధారిత మల క్షుద్ర రక్త పరీక్ష (gFOBT): ఈ పరీక్షలో మలంలో రక్తాన్ని గుర్తించడానికి guaiac అని పిలువబడే రసాయనాన్ని ఉపయోగిస్తారు. హోమ్ కిట్‌ని ఉపయోగించి ఇంట్లోనే నమూనా సేకరించబడుతుంది, తర్వాత ల్యాబ్‌లో మూల్యాంకనం చేయబడుతుంది. gFOBT పరీక్ష ఫలితాలు ఆహారం మరియు కొన్ని ఔషధాల ద్వారా ప్రభావితమవుతాయి. కాబట్టి, ఈ పరీక్షకు వెళ్లే వ్యక్తి ఈ క్రింది వాటిని నివారించమని సలహా ఇస్తారు: పరీక్షకు 7 రోజుల ముందు ఇబుప్రోఫెన్ మరియు ఆస్పిరిన్ వంటి NSAIDలు వారి రక్తస్రావం ధోరణుల కారణంగా తప్పుడు సానుకూల ఫలితాలను ఇవ్వగలవు. సిట్రస్ పండ్లు లేదా సప్లిమెంట్ల నుండి విటమిన్ సి 3-7 రోజుల తర్వాత పరీక్షలో ఉపయోగించిన రసాయనానికి అంతరాయం కలిగిస్తుంది. ఎర్ర మాంసం తప్పుడు సానుకూల ఫలితాలను ఇవ్వగలదు.
3. FIT-DNA పరీక్ష: స్టూల్ DNA పరీక్ష లేదా మల్టీటార్గెట్ స్టూల్ DNA (MT-sDNA) పరీక్ష అని కూడా పిలుస్తారు, ఈ పరీక్ష FIT పరీక్షతో పాటు మలంలోని అసాధారణ DNAని గుర్తించే పరీక్షను మిళితం చేస్తుంది. పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ లేదా పాలిప్స్ కణాలు కొన్ని కణాలలో DNA ఉత్పరివర్తనాలను కలిగి ఉంటాయి. ఈ పరీక్ష మలంలో దాచిన రక్తంతో పాటు ఈ ఉత్పరివర్తనాలను గుర్తిస్తుంది.
4. కోలోనోస్కోపీ ఈ పరీక్ష పురీషనాళం మరియు పెద్దప్రేగులో పాలిప్స్ మరియు క్యాన్సర్‌ను తనిఖీ చేయడానికి దాని చివర కెమెరాతో పొడవైన, సన్నని మరియు సౌకర్యవంతమైన ట్యూబ్‌ను ఉపయోగిస్తుంది. కోలనోస్కోపీ సమయంలో, అసాధారణ కణజాలాలను కూడా తొలగించవచ్చు. ఈ పరీక్షకు పరీక్షకు ముందు ప్రేగు ప్రక్షాళన అవసరం. ఈ పరీక్షను తదుపరి పరీక్షగా మరియు స్క్రీనింగ్ ఫలితాలను పూర్తి చేయడానికి మరియు నిర్ధారించడానికి సానుకూల స్క్రీనింగ్ పరీక్షల తర్వాత కూడా ఉపయోగించబడుతుంది. ఎటువంటి ప్రమాద కారకాలు లేకుండా ప్రతి 10 సంవత్సరాలకు ఒకసారి ఒక వ్యక్తిలో దీన్ని చేయాలని సిఫార్సు చేయబడింది. సి. ఫ్లెక్సిబుల్ సిగ్మాయిడోస్కోపీ ఈ పరీక్ష సిగ్మాయిడోస్కోప్‌ని ఉపయోగించి పురీషనాళం మరియు సిగ్మోయిడ్ కోలన్‌లో పాలిప్స్ మరియు క్యాన్సర్‌ను గుర్తిస్తుంది. సిగ్మాయిడోస్కోప్ అనేది కెమెరా మరియు సాధనంతో జతచేయబడిన చిన్న ట్యూబ్. ఈ సాధనం పాలిప్స్ మరియు అసాధారణ కణజాలాలను తొలగించడానికి ఉపయోగించబడుతుంది. పరీక్షకు ముందు పురీషనాళం మరియు పెద్దప్రేగు శుభ్రపరచడం వంటి ప్రత్యేక సన్నాహాలు అవసరం. D. CT కోలోనోగ్రఫీ (వర్చువల్ కోలనోస్కోపీ) ఈ పరీక్ష X-కిరణాలను ఉపయోగించి మొత్తం పెద్దప్రేగు యొక్క చిత్రాలను సంగ్రహిస్తుంది. చిత్రాలను కంప్యూటర్ స్క్రీన్ ఉపయోగించి డాక్టర్ అధ్యయనం చేస్తారు. CT కోలోనోగ్రఫీ తర్వాత పాలిప్‌లను తొలగించడానికి సాధారణంగా కొలొనోస్కోపీని నిర్వహిస్తారు, అది పాలిప్స్ లేదా క్యాన్సర్ ఉనికిని నిర్ధారిస్తే. E. బయాప్సీ జీవాణుపరీక్షలో, సూక్ష్మదర్శిని క్రింద కొద్ది మొత్తంలో కణజాలం అధ్యయనం చేయబడుతుంది. కణజాలాన్ని కోలనోస్కోపీ లేదా శస్త్రచికిత్స ద్వారా సేకరించవచ్చు. కొన్నిసార్లు, కణజాలం సూది బయాప్సీని ఉపయోగించి తీసుకోబడుతుంది. ఇది చర్మం ద్వారా కణజాలాన్ని సేకరించడానికి సూదిని ఉపయోగిస్తుంది. CT స్కాన్ లేదా అల్ట్రాసౌండ్ కణితి యొక్క స్థానాన్ని కనుగొనడంలో సహాయపడుతుంది. F. బయోమార్కర్ పరీక్ష ఈ పరీక్ష నిర్దిష్ట జన్యువులు, ప్రోటీన్లు మరియు కణితికి అత్యంత నిర్దిష్టమైన ఇతర కారకాలను గుర్తించడానికి ఉపయోగించబడుతుంది. బయాప్సీ నుండి తీసిన కణితి నమూనాపై పరీక్ష నిర్వహిస్తారు. G. రక్త పరీక్ష పెద్దప్రేగు కాన్సర్ ఉన్నవారు తరచుగా పురీషనాళం మరియు పెద్దప్రేగులో నిరంతర రక్తస్రావం కారణంగా రక్తహీనతకు గురవుతారు. పూర్తి రక్త గణన పరీక్ష రక్తంలో ఎర్ర రక్త కణాల (RBCs) స్థితిని సూచిస్తుంది. ఇది రక్తహీనతను గుర్తించడంలో సహాయపడుతుంది.

కార్సినోఎంబ్రియోనిక్ యాంటిజెన్ (CEA) స్థాయిని గుర్తించడానికి రక్త పరీక్ష కూడా ఉపయోగించబడుతుంది - ఇది శరీరంలోని ఇతర భాగాలకు కణితి వ్యాప్తిని సూచించే ప్రోటీన్. అయినప్పటికీ, ఇది క్యాన్సర్‌కు చాలా ప్రత్యేకమైనది కాదు, కాబట్టి ఇది ఇప్పటికే చికిత్స తీసుకుంటున్న రోగులలో ఎక్కువగా ఉపయోగించబడుతుంది. ఇది చికిత్స యొక్క పురోగతిని ట్రాక్ చేయడంలో సహాయపడుతుంది. H. మాగ్నెటిక్ రెసొనెన్స్ ఇమేజింగ్ (MRI) MRI రంగును ఉపయోగించి శరీరం యొక్క వివరణాత్మక చిత్రాలను రూపొందించడానికి అయస్కాంత క్షేత్రాన్ని ఉపయోగిస్తుంది. అవయవాల యొక్క స్పష్టమైన చిత్రాన్ని పొందడంలో రంగు సహాయపడుతుంది. ఇది కణితి పరిమాణాన్ని కొలవడానికి మరియు పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ స్థానాన్ని ట్రాక్ చేయడానికి ఉపయోగించబడుతుంది. I. అల్ట్రాసౌండ్ అల్ట్రాసౌండ్ అంతర్గత అవయవాల యొక్క వివరణాత్మక చిత్రాన్ని రూపొందించడానికి ధ్వని తరంగాలను ఉపయోగిస్తుంది. కణితి వ్యాప్తి చెందే ప్రదేశాలను కనుగొనడానికి ఇది ఉపయోగించబడుతుంది. ఎండోరెక్టల్ అల్ట్రాసౌండ్ సాధారణంగా ఎంత లోతైన పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ వ్యాప్తి చెందిందో గుర్తించడానికి ఉపయోగిస్తారు. J. ఛాతీ X- కిరణాలు పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ ఊపిరితిత్తులకు వ్యాపించిందో లేదో తెలుసుకోవడానికి ఛాతీ యొక్క X- రే ఉపయోగించబడుతుంది.

ఈ రోగనిర్ధారణ పరీక్షలే కాకుండా, క్యాన్సర్ కారక జన్యువు ఉందో లేదో తెలుసుకోవడానికి కొన్ని పద్ధతులు కూడా ఉన్నాయి. వారసత్వంగా వచ్చే క్యాన్సర్లు మరియు జన్యు క్యాన్సర్ పరీక్షల పాత్ర గురించి మరింత చదవండి. చదవడానికి క్లిక్ చేయండి!

సందర్శించవలసిన నిపుణుడు

పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌ను ముందుగా గుర్తించడం వలన మరిన్ని చికిత్సా ఎంపికలు లభిస్తాయి. క్యాన్సర్‌గా మారే ముందు క్యాన్సర్‌కు ముందు ఉన్న పాలిప్స్‌ను సులభంగా తొలగించవచ్చు. అందువల్ల, సరైన సమయంలో సంప్రదించడం చాలా ముఖ్యం.

వృద్ధులు (45 సంవత్సరాల కంటే ఎక్కువ వయస్సు ఉన్నవారు) వంటి ప్రమాద కారకాలు ఉన్న వ్యక్తులకు రెగ్యులర్ స్క్రీనింగ్ మరియు సంప్రదింపులు సిఫార్సు చేయబడ్డాయి. క్యాన్సర్ చికిత్స యొక్క వివిధ రంగాలలో ప్రత్యేకత కలిగిన వైద్యులు: ఆంకాలజిస్ట్ రేడియేషన్ ఆంకాలజిస్ట్ ఆంకోసర్జన్ కొలొరెక్టల్ సర్జన్

సరైన రోగ నిర్ధారణ చేయడానికి, సరైన వైద్యుడిని సంప్రదించడం చాలా ముఖ్యం. భారతదేశంలోని ఉత్తమ వైద్యులను ఆన్‌లైన్‌లో సంప్రదించండి. ఇప్పుడే సంప్రదించండి!

పెద్దప్రేగు కాన్సర్ నివారణ పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌ను నిరోధించడానికి ఖచ్చితమైన మార్గం లేదు. అయితే, కొన్ని చర్యలు పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌ను అభివృద్ధి చేసే ప్రమాదాన్ని తగ్గించగలవు: 1. రెగ్యులర్ స్క్రీనింగ్ కోసం వెళ్లండి పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌లో ఎక్కువ భాగం దాని ముందస్తు పాలిప్స్ దశ నుండి ఎటువంటి లక్షణాలు లేకుండా అభివృద్ధి చెందుతుంది. పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌ను నివారించడానికి అత్యంత ప్రభావవంతమైన మార్గం 45 సంవత్సరాల వయస్సు నుండి రెగ్యులర్ స్క్రీనింగ్. ఇది క్యాన్సర్‌గా మారడానికి ముందు ప్రారంభ దశలో పాలిప్స్‌ను గుర్తించి, తొలగించడంలో సహాయపడుతుంది. 2. ఆరోగ్యకరమైన ఆహారాన్ని తినండి సంతృప్త మరియు ట్రాన్స్ ఫ్యాట్‌లు తక్కువగా ఉన్న ఆహారం, పండ్లు, కూరగాయలు మరియు తృణధాన్యాలు వంటి ఫైబర్ అధికంగా ఉండటం మరియు కాల్షియం మరియు విటమిన్ డి అధికంగా ఉండటం వల్ల పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ వచ్చే ప్రమాదం తగ్గుతుంది. ఎరుపు మాంసం (గొడ్డు మాంసం, పంది మాంసం లేదా గొర్రె) మరియు ప్రాసెస్ చేసిన మాంసంతో కూడిన ఆహారం పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. ఇలాంటి ఆహారాలకు దూరంగా ఉండటం వల్ల పెద్దపేగు క్యాన్సర్ రాకుండా చూసుకోవచ్చు.

క్యాన్సర్‌తో పోరాడడంలో సహాయపడే మరిన్ని సూపర్‌ఫుడ్‌లు ఇక్కడ ఉన్నాయి. ఇప్పుడే తనిఖీ చేయండి! 3. NSAIDలను తీసుకునే ముందు వైద్యుడిని సంప్రదించండి NSAIDల వంటి కొన్ని మందులను ప్రారంభించే ముందు మీ ఆరోగ్య సంరక్షణ ప్రదాతని సంప్రదించండి ఎందుకంటే అవి జీర్ణశయాంతర రక్తస్రావం మరియు పూతల వంటి దుష్ప్రభావాలను కలిగిస్తాయి. అయితే, కొన్ని అధ్యయనాలు ఇబుప్రోఫెన్, న్యాప్రోక్సెన్ మరియు ఆస్పిరిన్ వంటి మందులు పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తాయని సూచిస్తున్నాయి. 4. ఆరోగ్యకరమైన శరీర బరువును నిర్వహించండి, అధిక బరువు మరియు ఊబకాయం పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌తో ముడిపడి ఉంటాయి కాబట్టి, శారీరక శ్రమ, వ్యాయామం మరియు మంచి ఆహారం ద్వారా ఆరోగ్యకరమైన బరువును నిర్వహించడం పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌ను నివారించడంలో సహాయపడుతుంది.

బరువు తగ్గడం 99% మానసికంగా మరియు 1% శారీరకంగా ఉంటుంది. ఈరోజే మీ ప్రయాణాన్ని ప్రారంభించండి. ఇక్కడ నొక్కండి! 5. మద్యపానం మరియు ధూమపానం మానేయండి ఆల్కహాల్ మరియు ధూమపానం యొక్క దీర్ఘకాల వినియోగం క్యాన్సర్ల ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. రెండింటినీ వదిలేయడం పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌తో పాటు ఊపిరితిత్తుల క్యాన్సర్, నోటి క్యాన్సర్ మొదలైన కొన్ని ఇతర రకాల క్యాన్సర్‌లను నివారించడంలో సహాయపడుతుంది.

పొగాకు ఆరోగ్యానికి హానికరం. పొగాకుకు నో చెప్పండి. మా ధూమపాన విరమణ ఉత్పత్తి శ్రేణిని ప్రయత్నించండి. చెక్ అవుట్! 6. విటమిన్లు మరియు మినరల్స్ తీసుకోవడం పెంచండి కొన్ని అధ్యయనాలు విటమిన్లు మరియు ఫోలిక్ యాసిడ్, విటమిన్ డి, కాల్షియం మరియు మెగ్నీషియం వంటి ఖనిజాలు పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ అవకాశాలను తగ్గిస్తాయని సూచిస్తున్నాయి. పాలు, చీజ్ మరియు గుడ్లు వంటి పోషకాలు అధికంగా ఉండే ఆహారాన్ని తీసుకోవడం ద్వారా పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌ను నివారించవచ్చు.

క్యాన్సర్‌తో సంబంధం ఉన్న కొన్ని అపోహలు ఉన్నాయి, క్యాన్సర్ ఎల్లప్పుడూ రోగి మరణంతో ముగుస్తుంది. మా నిపుణుడు క్యాన్సర్ గురించిన మరిన్ని అపోహలను తొలగిస్తున్నప్పుడు అతని వీడియోను చూడండి.

పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ చికిత్స

పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌కు వివిధ చికిత్సా ఎంపికలు ఉన్నాయి, ఇవి ప్రమాద కారకాలు, పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ దశ, దుష్ప్రభావాలు మరియు రోగి వయస్సును పరిగణనలోకి తీసుకుంటాయి. చికిత్స ఎంపికలలో ఇవి ఉన్నాయి: 1. శస్త్రచికిత్స అనేది ఒక ఆపరేషన్ ద్వారా క్యాన్సర్‌ను తొలగించడాన్ని కలిగి ఉంటుంది. పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ యొక్క అన్ని దశలలో ఇది సాధారణంగా ఉపయోగించే పద్ధతుల్లో ఒకటి. ఇది రెండు మార్గాల్లో దేనిలోనైనా నిర్వహించవచ్చు: స్థానిక ఎక్సిషన్: దీనిలో, కణితిని పెద్దప్రేగులో చొప్పించిన ట్యూబ్ ద్వారా దాని చివర కట్టింగ్ సాధనంతో తొలగించబడుతుంది. ఇది క్యాన్సర్ ప్రారంభ దశల్లో ఎక్కువగా ఉపయోగించబడుతుంది. పెద్దప్రేగు విచ్ఛేదనం: ఇందులో క్యాన్సర్‌తో పాటు పెద్దపేగులోని కొంత భాగాన్ని కూడా తొలగిస్తారు. కణితి పెద్దగా ఉన్నప్పుడు ఇది ఉపయోగించబడుతుంది. 2. అబ్లేషన్ టెక్నిక్ సాధారణంగా 4 సెం.మీ కంటే తక్కువ పరిమాణంలో ఉండే చిన్న కణితులను చంపడానికి ఈ పద్ధతిని ఉపయోగిస్తారు. అబ్లేషన్ టెక్నిక్ వీటిని కలిగి ఉంటుంది: రేడియో ఫ్రీక్వెన్సీ అబ్లేషన్: దీనిలో, చర్మం ద్వారా చొప్పించిన సూది ద్వారా కణితి చంపబడుతుంది. సూది CT స్కాన్ లేదా అల్ట్రాసౌండ్ ద్వారా మార్గనిర్దేశం చేయబడుతుంది. ఈ సాంకేతికత క్యాన్సర్ కణాలను చంపడానికి రేడియో తరంగాలను ఉపయోగిస్తుంది. మైక్రోవేవ్ అబ్లేషన్: ఈ సాంకేతికత శరీరంలో అధిక ఉష్ణోగ్రతను సృష్టించే విద్యుదయస్కాంత తరంగాలను ఉపయోగిస్తుంది. అధిక ఉష్ణోగ్రత క్యాన్సర్ కణాలను నాశనం చేస్తుంది. ఈ చికిత్స సాధారణంగా పెద్ద కణితులను (6 సెం.మీ. వరకు) చంపడానికి ఉపయోగిస్తారు. ఇథనాల్ (ఆల్కహాల్) అబ్లేషన్: దీనిని పెర్క్యుటేనియస్ ఇథనాల్ ఇంజెక్షన్ (PEI) అని కూడా అంటారు. ఈ ప్రక్రియలో, సాంద్రీకృత ఆల్కహాల్ సూదిని ఉపయోగించి కణితిలోకి ఇంజెక్ట్ చేయబడుతుంది. సూది అల్ట్రాసౌండ్ లేదా CT స్కాన్ ద్వారా మార్గనిర్దేశం చేయబడుతుంది. కొన్ని సందర్భాల్లో, క్యాన్సర్ కణాలను చంపడానికి ఆల్కహాల్ యొక్క బహుళ బహిర్గతం అవసరం. క్రయోఅబ్లేషన్ (క్రయోసర్జరీ లేదా క్రయోథెరపీ): ఈ సాంకేతికత క్యాన్సర్ కణాలను స్తంభింపజేసి చంపడానికి ప్రోబ్‌ను ఉపయోగిస్తుంది. సూదితో అల్ట్రాసౌండ్ ఉపయోగించి ప్రోబ్ చర్మంలోకి మార్గనిర్దేశం చేయబడుతుంది. 3. కీమోథెరపీ కీమోథెరపీలో క్యాన్సర్ కణాలను చంపడానికి యాంటీకాన్సర్ మందుల వాడకం ఉంటుంది. అవి నోటి సూత్రీకరణలు మరియు ఇంజెక్షన్ల రూపంలో లభిస్తాయి. ఇంజెక్షన్‌లను నేరుగా సిరలోకి కొన్ని నిమిషాల్లో ఇవ్వవచ్చు లేదా చాలా కాలం పాటు ఇన్‌ఫ్యూషన్‌గా ఇవ్వవచ్చు. పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ చికిత్సకు ఉపయోగించే మందులలో ఇవి ఉన్నాయి: 5-ఫ్లోరోరాసిల్ (5FU) ల్యూకోవోరిన్ ఆక్సాలిప్లాటిన్ కాపెసిటాబైన్ ఇరినోటెకాన్ సెటుక్సిమాబ్ పానిటుముమాబ్ రెగోరాఫెనిబ్

ఈ మందులు ఒంటరిగా లేదా కలయికలో ఉపయోగించబడతాయి. కీమోథెరపీ తరచుగా 2 నుండి 3 వారాల పాటు ఉండే సైకిల్స్‌లో ఇవ్వబడుతుంది. కీమోథెరపీ యొక్క వ్యవధి ఉపయోగించే మందుల రకం మరియు దుష్ప్రభావాలపై ఆధారపడి ఉంటుంది. కీమోథెరపీ ఇచ్చే విధానం రోగి యొక్క మొత్తం ఆరోగ్యం మరియు క్యాన్సర్ దశపై ఆధారపడి ఉంటుంది. కీమోథెరపీ ఎలా ఇవ్వబడుతుంది? క్యాన్సర్ నిరోధక మందులను రెండు విధాలుగా ఇవ్వవచ్చు: దైహిక కీమోథెరపీ: ఇందులో, ఔషధాలను నోటి ద్వారా తీసుకుంటారు లేదా రక్తప్రవాహంలోకి ఇంజెక్ట్ చేస్తారు. మందు రక్తం ద్వారా కణితి ప్రదేశానికి చేరుకుంటుంది మరియు క్యాన్సర్ కణాలను చంపుతుంది. ప్రాంతీయ కీమోథెరపీ: కణితి ప్రదేశానికి ప్రాప్యత ఉన్న ధమనిలోకి మందులు నేరుగా ఇంజెక్ట్ చేయబడతాయి. ఇది దుష్ప్రభావాలను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. ప్రాంతీయ కెమోథెరపీకి అటువంటి ఉదాహరణ హెపాటిక్ ఆర్టరీ ఇన్ఫ్యూషన్, దీనిలో ఔషధం నేరుగా హెపాటిక్ ధమనిలోకి ఇంజెక్ట్ చేయబడుతుంది. క్యాన్సర్ కాలేయానికి వ్యాపించిన పరిస్థితుల్లో ఇది ఉపయోగించబడుతుంది. పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ మొత్తం కోర్సులో కీమోథెరపీ ఎలా ఉపయోగించబడుతుంది? సహాయక కీమోథెరపీ: ఇది చిన్న క్యాన్సర్ కణాలను చంపడానికి శస్త్రచికిత్స తర్వాత ఇవ్వబడుతుంది, అవి వాటి చిన్న పరిమాణం కారణంగా వదిలివేయబడతాయి. ఇది శస్త్రచికిత్స తర్వాత క్యాన్సర్ తిరిగి వచ్చే అవకాశాలను తగ్గిస్తుంది. నియోఅడ్జువాంట్ కెమోథెరపీ: ఇది కణితి యొక్క పరిమాణాన్ని తగ్గించడానికి రేడియేషన్ థెరపీకి ముందు ఇవ్వబడుతుంది. ఇది రేడియేషన్ ద్వారా కణితిని తొలగించడం సులభం చేస్తుంది. కీమోథెరపీ యొక్క దుష్ప్రభావాలు ఏమిటి? కీమోథెరపీ యొక్క దుష్ప్రభావాలు వీటిపై ఆధారపడి ఉంటాయి: ఔషధం యొక్క రకం ఔషధ మోతాదు చికిత్స యొక్క వ్యవధి

కొన్ని సాధారణ దుష్ప్రభావాలలో ఇవి ఉన్నాయి: జుట్టు రాలడం నోటి పూతల ఆకలి లేకపోవడం లేదా బరువు తగ్గడం వికారం మరియు వాంతులు విరేచనాలు గోరు మార్పులు చర్మ మార్పులు హ్యాండ్-ఫుట్ సిండ్రోమ్ న్యూరోపతి అలసట సులభంగా రక్తస్రావం అలెర్జీ ప్రతిచర్యలు

మీ క్యాన్సర్ బృందంతో దుష్ప్రభావాల గురించి చర్చించడం చాలా ముఖ్యం, తద్వారా సరైన చికిత్స సకాలంలో అందించబడుతుంది. 4. రేడియేషన్ థెరపీ క్యాన్సర్ కణాలను చంపడానికి ఎక్స్-కిరణాల వంటి అధిక శక్తి కిరణాలను ఉపయోగించడం. ఇది శస్త్రచికిత్సకు ముందు, సమయంలో మరియు తర్వాత ఉపయోగించవచ్చు. వివిధ సందర్భాల్లో, ఇది కీమోథెరపీ (కెమోరేడియేషన్)తో పాటు ఇవ్వబడుతుంది. ముదిరిన దశలలో, పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ ఊపిరితిత్తులు, మెదడు మరియు ఎముకలు వంటి ఇతర అవయవాలకు వ్యాపించినప్పుడు, రేడియోథెరపీ ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. ఇది రెండు విధాలుగా ఇవ్వబడుతుంది: బాహ్య బీమ్ రేడియేషన్ థెరపీ (EBRT): EBRT అనేది పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌కు సాధారణంగా ఉపయోగించే రేడియేషన్ థెరపీ. దీనిలో, ఒక యంత్రాన్ని ఉపయోగించి శరీరం వెలుపల నుండి తీవ్రమైన రేడియేషన్ ఇవ్వబడుతుంది. శస్త్రచికిత్సకు విరుద్ధంగా ఉన్న చిన్న సంఖ్యలో కణితులు ఉన్నట్లయితే ఈ సాంకేతికత ఉపయోగించబడుతుంది. ఇంటర్నల్ రేడియేషన్ థెరపీ: ఇందులో రేడియోధార్మిక పదార్ధం క్యాన్సర్ కణాల దగ్గర పురీషనాళంలో ఉంచబడుతుంది. లక్ష్యంగా ఉన్న సైట్‌కు రేడియేషన్‌ను నిర్దిష్టంగా బహిర్గతం చేయడంలో ఇది సహాయపడుతుంది. ఈ థెరపీ తక్కువ దుష్ప్రభావాలను కలిగి ఉంటుంది.

రేడియేషన్ థెరపీ వంటి కొన్ని స్వల్ప మరియు దీర్ఘకాలిక దుష్ప్రభావాలు ఉండవచ్చు: చర్మం చికాకు వికారం మల చికాకు ప్రేగు ఆపుకొనలేని మూత్రాశయం చికాకు అలసట లైంగిక సమస్యలు 5. లక్ష్య చికిత్స నిర్దిష్ట క్యాన్సర్ కణాలను గుర్తించి చంపడానికి ఔషధాలను ఉపయోగించడం కూడా ఉంటుంది. కీమోథెరపీ మరియు రేడియేషన్ థెరపీ కంటే తక్కువ దుష్ప్రభావాలు. లక్ష్య చికిత్సలో ఉపయోగించే వివిధ మందులు:

1. మోనోక్లోనల్ యాంటీబాడీస్: ఇవి ప్రత్యేకమైన ప్రొటీన్లు, ఇవి క్యాన్సర్ కణాలకు జోడించి వాటి పెరుగుదలను నిరోధించగలవు. అవి ఇన్ఫ్యూషన్ ద్వారా ఇవ్వబడతాయి. మోనోక్లోనల్ యాంటీబాడీస్ కావచ్చు: వాస్కులర్ ఎండోథెలియల్ గ్రోత్ ఫ్యాక్టర్ (VEGF) ఇన్హిబిటర్లు: అవి VEGF ని నిరోధించడం ద్వారా క్యాన్సర్ కణాలను చంపుతాయి - ఇది కొత్త రక్త నాళాలు ఏర్పడటానికి సహాయపడుతుంది మరియు క్యాన్సర్ పెరుగుదలలో సహాయపడుతుంది. కొన్ని సాధారణ ఉదాహరణలు బెవాసిజుమాబ్ మరియు రాముసిరుమాబ్. ఎపిడెర్మల్ గ్రోత్ ఫ్యాక్టర్ రిసెప్టర్ (EGFR) ఇన్హిబిటర్స్: ఈ తరగతి మోనోక్లోనల్ యాంటీబాడీస్ EGFRని నిరోధించడం ద్వారా కణితి కణాల పెరుగుదలను ఆపుతాయి, ఇది క్యాన్సర్ కణాల పెరుగుదల మరియు గుణకారంలో సహాయపడే ప్రోటీన్. కొన్ని సాధారణ ఉదాహరణలు సెటుక్సిమాబ్ మరియు పానిటుముమాబ్.
2. యాంజియోజెనిసిస్ ఇన్హిబిటర్లు: ఈ తరగతి క్యాన్సర్ కణాలు పెరగడానికి మరియు గుణించడానికి అవసరమైన కొత్త రక్త నాళాల ఏర్పాటును నిరోధిస్తుంది. ఉదాహరణలు Ziv-aflibercept మరియు regorafenib.
3. ప్రొటీన్ కినేస్ ఇన్హిబిటర్లు: క్యాన్సర్ కణాల గుణకారానికి అవసరమైన ప్రత్యేక ప్రొటీన్లను ఇవి అడ్డుకుంటాయి. ఎన్కోరాఫెనిబ్ అనేది పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌లో ఉపయోగించే అటువంటి మందు.
4. ఇమ్యునోథెరపీ ఈ చికిత్సలో రోగనిరోధక వ్యవస్థను మాడ్యులేట్ చేసే మందుల వాడకం ఉంటుంది. ఇమ్యునోథెరపీ సమయంలో ఇచ్చే మందులు రోగి యొక్క రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతాయి, ఇది క్యాన్సర్ కణాలతో పోరాడడంలో సహాయపడుతుంది. పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ యొక్క అధునాతన దశలలో ఇది ఎక్కువగా ఉపయోగించబడుతుంది. కొన్ని సాధారణ ఉదాహరణలు ఇపిలిముమాబ్, పెంబ్రోలిజుమాబ్ మరియు నివోలుమాబ్. నడక అధునాతన క్యాన్సర్‌తో బాధపడేవారి జీవన నాణ్యతను మెరుగుపరుస్తుంది ఒక అధ్యయనం ప్రకారం, ఒక అధ్యయనం ప్రకారం, కేవలం 30 నిమిషాలు వారానికి మూడుసార్లు నడవడం వల్ల అధునాతన క్యాన్సర్‌తో బాధపడుతున్న వారి జీవన నాణ్యత మెరుగుపడుతుందని కనుగొనబడింది. దాని గురించి మరింత తెలుసుకోవడానికి పూర్తి కథనాన్ని చదవండి. చదవడానికి క్లిక్ చేయండి! పెద్దప్రేగు కాన్సర్ యొక్క సమస్యలు పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్, ప్రారంభ దశలోనే గుర్తించినట్లయితే సులభంగా చికిత్స చేయవచ్చు. కానీ, ఎక్కువ కాలం చికిత్స తీసుకోకపోతే, అది ప్రాణాపాయం కావచ్చు. ఏవైనా సంబంధిత లక్షణాలు లేదా ప్రమాద కారకాల విషయంలో పరీక్షించడం మరియు నిర్ధారణ చేయడం ముఖ్యం. పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ యొక్క సమస్యలలో ఇవి ఉన్నాయి: ఐరన్ లోపం అనీమియా కామెర్లు ప్రేగు అడ్డంకి పెద్దప్రేగు యొక్క అడ్డంకి ఇతర కణజాలాలకు క్యాన్సర్ వ్యాపించడం (మెటాస్టాసిస్) క్యాన్సర్ పునరాగమనం పెద్దప్రేగులో సెకండరీ ట్యూమర్ అభివృద్ధి పెద్దప్రేగులో చిల్లులు ఏర్పడటం పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌కు గృహ సంరక్షణ

క్యాన్సర్ శారీరకంగా, సామాజికంగా, మానసికంగా మరియు ఆర్థికంగా ప్రభావితం చేస్తుంది. రోగి యొక్క జీవితంలో కొన్ని మార్పులు అతనిని/ఆమెను కుటుంబంతో పాటు ప్రభావితం చేస్తాయి. వైద్యుల సూచన మేరకు మందులు వాడాలి.

రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడానికి మరియు క్యాన్సర్ కణాలతో పోరాడడంలో సహాయపడే అనేక ఆహారాలు ఉన్నాయి. అయితే, ఈ ఆహారాలను వైద్యుడిని సంప్రదించిన తర్వాతే వాడాలి. వీటిలో ఇవి ఉన్నాయి: గ్రీన్ టీలో యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఉన్నాయి, ఇవి రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడంలో సహాయపడతాయి. కెఫిన్ లేని ఉత్పత్తులను వాడాలి. గ్లాకోమాతో బాధపడుతున్న వ్యక్తులు వంటి నిర్దిష్ట వ్యక్తులలో గ్రీన్ టీ విరుద్ధంగా ఉంటుంది. మీ వైద్యుడిని సంప్రదించే ముందు ఇది ఎల్లప్పుడూ ప్రారంభించబడాలి. Reishi పుట్టగొడుగు ఇది రోగనిరోధక శక్తిని పెంచే ప్రభావాలతో పాటు క్యాన్సర్ పోరాట లక్షణాలను కలిగి ఉంది. పసుపు (హల్ది) ఇది కొన్ని క్యాన్సర్ నిరోధక మరియు శోథ నిరోధక లక్షణాలను కలిగి ఉన్నట్లు కూడా చూపబడింది. పసుపులో ఉండే కర్కుమిన్ పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌ను నివారించడంలో సహాయపడుతుంది. ఇది క్యాన్సర్ కణాలను నాశనం చేయడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. ప్రోబయోటిక్స్ పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ యొక్క పురోగతిలో మైక్రోబయోటా చాలా ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తుంది కాబట్టి, ప్రోబయోటిక్స్ నివారణకు లేదా పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ చికిత్సలో సహాయక చికిత్సగా ఉపయోగించవచ్చు. లాక్టోబాసిల్లస్, స్ట్రెప్టోకోకస్, ఎంటరోకోకస్, లాక్టోకోకస్, బిఫిడోబాక్టీరియం మరియు ల్యూకోనోస్టాక్ వంటి ప్రోబయోటిక్స్ పెద్దప్రేగు ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడంలో చాలా ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తాయి. పెరుగు తినే వ్యక్తులకు పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ వచ్చే అవకాశాలు తక్కువగా ఉంటాయి.

ప్రోబయోటిక్స్ యొక్క ఆరోగ్య ప్రయోజనాల గురించి ఇక్కడ మరిన్ని ఉన్నాయి. చదవడానికి క్లిక్ చేయండి!

పాలీఫెనాల్స్ వివిధ మొక్కలలో కనిపిస్తాయి మరియు క్యాన్సర్ నిరోధక లక్షణాలను కలిగి ఉంటాయి. తృణధాన్యాలు మరియు చిక్కుళ్ళు (బార్లీ, మొక్కజొన్న, గింజలు, వోట్స్, బియ్యం, జొన్నలు, గోధుమలు, బీన్స్ మరియు పప్పులు), నూనెగింజలు (రాప్‌సీడ్, కనోలా, ఫ్లాక్స్ సీడ్ మరియు ఆలివ్ గింజలు), పండ్లు మరియు కూరగాయలు మరియు పానీయాలు (పండ్లు) వంటి అనేక ఆహారాలలో పాలీఫెనాల్స్ ఉంటాయి. రసాలు, టీ మరియు కాఫీ). అవి యాంటీఆక్సిడెంట్ లక్షణాలను కూడా కలిగి ఉంటాయి మరియు తద్వారా పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది. మిమ్మల్ని మీరు జాగ్రత్తగా చూసుకునే మార్గాలు మీకు నచ్చిన పని చేయడానికి ప్రతిరోజూ కనీసం 15-30 నిమిషాలు వెచ్చించండి. అది నడకకు వెళ్లడం, యోగా చేయడం, నిద్రపోవడం, సినిమా చూడటం లేదా స్నేహితులతో మాట్లాడటం మొదలైనవి కావచ్చు. మీ భావాలను మరియు భావోద్వేగాలను అర్థం చేసుకోండి. ఇది మీ అవసరాలను అర్థం చేసుకోవడంలో మీకు సహాయపడుతుంది. వ్యక్తిగతంగా, ఫోన్‌లో లేదా ఆన్‌లైన్ ద్వారా సపోర్ట్ గ్రూప్‌లో చేరండి. మీ పరిస్థితి గురించి మరింత అవగాహన కలిగి ఉండటానికి మరియు మానసికంగా సిద్ధంగా ఉండటానికి క్యాన్సర్ రకాలు, దశలు మరియు చికిత్స గురించి మరింత తెలుసుకోండి. క్యాన్సర్ బతికి ఉన్నవారితో కనెక్ట్ అవ్వండి, ఎందుకంటే ఇది మీ ఆత్మవిశ్వాసాన్ని పెంచుతుంది మరియు మీరు వేగంగా కోలుకోవడంలో సానుకూలతను చాటుతుంది. మీరు నర్సు, డాక్టర్ లేదా సహ-రోగి నుండి పొందిన కనీసం ఒక సానుకూల అనుభూతి లేదా సంజ్ఞను గమనించండి. సంరక్షకుల పాత్ర పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌తో బాధపడుతున్న రోగి యొక్క మొత్తం వ్యాధి ఫలితంలో సంరక్షకులు చాలా ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తారు. రోగి వయస్సుతో సంరక్షకుని మద్దతు అవసరం పెరుగుతుంది. వృద్ధ రోగులకు సంరక్షకుల మద్దతు అవసరం ఎందుకంటే వారు చికిత్సా విధానం మరియు నిర్ణయం తీసుకోవడం ద్వారా తక్కువ చురుకుగా ఉంటారు. సంరక్షకుల ముఖ్యమైన పాత్ర:   
రోగి ఒంటరిగా భావించకుండా భావోద్వేగ మద్దతును అందించడం వ్యాధుల నిర్వహణ ఎంపికలలో పాల్గొనడం వైద్యుల నియామకాలలో పాల్గొనడం రోగులను నిర్వహించడంలో శిక్షణ పొందినందున వృత్తిపరమైన మద్దతును అందించడం, రోగికి సకాలంలో మందులు ఇవ్వడం, డ్రెస్సింగ్ మార్చడం, సహాయం చేయడం స్నానం చేయడానికి, మరియు శస్త్రచికిత్స స్థలాలను తనిఖీ చేయడానికి భోజనానికి సహాయం చేయడం పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌కు ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలు

కీమోథెరపీ యొక్క అత్యంత సాధారణ దుష్ప్రభావాలు అయిన వికారం మరియు వాంతులు వంటి క్యాన్సర్ సంబంధిత లక్షణాలను తగ్గించడంలో ఆక్యుపంక్చర్ సహాయపడుతుంది. ఇది నొప్పి, ఊపిరి ఆడకపోవడం మరియు శ్వాస ఆడకపోవడాన్ని కూడా తగ్గిస్తుంది. ఇది వైద్య చికిత్స తర్వాత లేదా కీమోథెరపీ మరియు రేడియేషన్ థెరపీ సమయంలో ఉపయోగించవచ్చు. మైండ్-బాడీ థెరపీలు ఇందులో రిలాక్సేషన్ టెక్నిక్స్, యోగా, మెడిటేషన్, తాయ్ చి మరియు ఆర్ట్ థెరపీలు ఉంటాయి. అవి వికారం మరియు వాంతులు, నొప్పి, అలసట, ఆందోళన, నిద్రలేమి, నిస్పృహ లక్షణాలు మరియు మొత్తం జీవన నాణ్యతను మెరుగుపరుస్తాయి. శస్త్రచికిత్స, కీమోథెరపీ మరియు రేడియేషన్ థెరపీ చేయించుకుంటున్న రోగులకు ఇది చాలా ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది.

యోగా వల్ల కలిగే అద్భుతమైన ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను తెలుసుకోండి. చదవడానికి క్లిక్ చేయండి!

కోలన్ క్యాన్సర్‌తో జీవించడం

భౌతిక ప్రభావాలను నిర్వహించడం ప్రతి క్యాన్సర్ చికిత్సలో అనేక భౌతిక మార్పులు ఉంటాయి. మీ శరీరంలో జరిగే ప్రతి చిన్న మార్పును మీ వైద్యునితో చర్చించడం చాలా ముఖ్యం. ఇది లక్షణాలను తగ్గించడానికి మీ చికిత్స నియమావళిని మాడ్యులేట్ చేయడంలో వైద్యులకు సహాయపడుతుంది. చికిత్స ముగిసిన తర్వాత కూడా నిరంతర అనుసరణ దీర్ఘకాలిక ప్రభావాలను మరియు క్యాన్సర్ యొక్క పునఃస్థితిని ట్రాక్ చేయడానికి సిఫార్సు చేయబడింది. దుష్ప్రభావాల భయాన్ని నిర్వహించడం ప్రతి క్యాన్సర్ చికిత్సలో దుష్ప్రభావాలు ఉంటాయి, ఇవి వివిధ కారకాలపై ఆధారపడి మారవచ్చు. దుష్ప్రభావాల నుండి భయపడటం పూర్తిగా సాధారణం. అయినప్పటికీ, దుష్ప్రభావాలను సమర్థవంతంగా నిర్వహించడానికి వివిధ ఎంపికలు అందుబాటులో ఉన్నాయి. వీటిలో ఇవి ఉన్నాయి: మీ చికిత్స ప్రణాళికలో క్రియాశీల పాత్రను తీసుకోండి. సాధ్యమయ్యే దుష్ప్రభావాల గురించి ముందుగానే తెలుసుకోవడంలో ఇది మీకు సహాయపడుతుంది. మీ వైద్యునితో దుష్ప్రభావాల గురించి మాట్లాడండి, ఇది దుష్ప్రభావాలను తగ్గించడంలో మరియు నిరోధించడంలో మీకు సహాయపడవచ్చు. మీరు మీ అనుభవాల గురించి వ్రాయగలిగే జర్నల్‌ను నిర్వహించండి. మీ భయం గురించి మీ ప్రియమైనవారితో మాట్లాడండి. ఇది మీ ఆందోళనను తగ్గిస్తుంది.

భావోద్వేగ మరియు సామాజిక ప్రభావాలను నిర్వహించడం క్యాన్సర్ నిర్ధారణ రోగిపై భావోద్వేగ మరియు సామాజిక ప్రభావాలను కలిగి ఉంటుంది. ఇందులో ఒత్తిడి, ఆందోళన, నిరాశ, విచారం మరియు నిస్సహాయ భావన ఉన్నాయి. మీ భావోద్వేగ ఆరోగ్యాన్ని నిర్వహించడానికి తీసుకోగల కొన్ని సులభమైన దశలు: క్రాఫ్టింగ్, పెయింటింగ్ మరియు పాడటం వంటి మీరు ఇష్టపడే కార్యకలాపాలలో మిమ్మల్ని మీరు నిమగ్నం చేసుకోండి. క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయండి, ఎందుకంటే ఇది ఒత్తిడిని తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. ఆన్‌లైన్ లేదా ఆఫ్‌లైన్‌లో ఏదైనా సపోర్ట్ గ్రూప్‌లో చేరండి. ప్రొఫెషనల్ కౌన్సెలర్ నుండి సహాయం అడగండి. అదే రకమైన చికిత్స పొందుతున్న వారిని కలవండి. పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌తో బాధపడుతున్న రోగుల మనుగడ కథనాలకు సంబంధించిన పోడ్‌కాస్ట్‌ను వినండి క్యాన్సర్ చికిత్స ఖర్చును నిర్వహించడం క్యాన్సర్ చికిత్స చాలా ఖరీదైనది మరియు ఇది రోగికి మరియు అతని/ఆమె కుటుంబానికి ఆందోళన మరియు ఒత్తిడిని కలిగిస్తుంది. దీని ద్వారా నిర్వహించవచ్చు: చికిత్స ఖర్చును ముందుగానే అర్థం చేసుకోవడం. ఏదైనా ఆర్థిక సమస్యలను క్యాన్సర్ బృందంతో కమ్యూనికేట్ చేయడం. ఇది వైద్యులు సరసమైన ప్రత్యామ్నాయాల కోసం వెతకడానికి సహాయపడుతుంది. ఆంకాలజీ సామాజిక కార్యకర్తలు, ఆంకాలజీ నర్సులు, వైద్యులు లేదా ఆన్‌లైన్‌లో ఆర్థిక సహాయ వనరులను కనుగొనడం. మీ ఆరోగ్య బీమా భాగస్వాముల ద్వారా సహాయం తీసుకోవడం. పునరావృతం కోసం చూడటం చికిత్స పూర్తయిన తర్వాత కూడా ఫాలో అప్ కేర్ పునఃస్థితిని తనిఖీ చేయడం, దీర్ఘకాలిక దుష్ప్రభావాలు మరియు మొత్తం ఆరోగ్యాన్ని నిర్వహించడం అవసరం. చికిత్స తర్వాత మొదటి 5 సంవత్సరాలు పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌కు చాలా కీలకం. తదుపరి సంరక్షణలో సాధారణ శారీరక పరీక్షలు, పరీక్షలు మరియు కౌన్సెలింగ్ ఉంటాయి. క్యాన్సర్ పునరావాసం కూడా ఇవ్వాల్సిన అవసరం ఉంది: ఫిజికల్ థెరపీ ఎమోషనల్ కౌన్సెలింగ్ దీర్ఘకాలిక నొప్పిని నిర్వహించడం పోషకాహార మార్గదర్శకత్వం తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్‌ను నయం చేయవచ్చా? పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ నొప్పి ఎక్కడ అనుభూతి చెందుతుంది? పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ వారసత్వంగా వస్తుందా? నా పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ గురించి నాకు ఎలా తెలుసు? ఏ రకమైన ఆహార పదార్థాలు పాలిప్స్‌కు కారణమవుతాయి? ప్రస్తావనలు కొలొరెక్టల్ క్యాన్సర్ స్క్రీనింగ్ పరీక్షలు, కొలొరెక్టల్ (పెద్దప్రేగు) క్యాన్సర్, సెంటర్స్ ఫర్ డిసీజ్ కంట్రోల్ అండ్ ప్రివెన్షన్. చివరిగా నవీకరించబడినది: 17 ఫిబ్రవరి, 2022. కొలొరెక్టల్ క్యాన్సర్: నిర్ధారణ. క్యాన్సర్.నెట్. కొలొరెక్టల్ క్యాన్సర్ మరియు పాలిప్‌లను గుర్తించడానికి స్క్రీనింగ్ పరీక్షలు. నేషనల్ క్యాన్సర్ ఇన్స్టిట్యూట్. చివరి అప్‌డేట్ తేదీ: 02 ఆగస్టు, 2021. కొలొరెక్టల్ క్యాన్సర్ స్క్రీనింగ్ పరీక్షలు. అమెరికన్ క్యాన్సర్ సొసైటీ. దశల వారీగా పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ చికిత్స, అమెరికన్ క్యాన్సర్ సొసైటీ. కొలొరెక్టల్ క్యాన్సర్ ప్రమాదాన్ని నేను ఎలా తగ్గించగలను? కొలొరెక్టల్ (పెద్దప్రేగు) క్యాన్సర్. వ్యాధి నియంత్రణ మరియు నివారణ కేంద్రాలు. చివరిగా నవీకరించబడినది: 17 ఫిబ్రవరి, 2022. పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ చికిత్స (PDQ®)–పేషెంట్ వెర్షన్, నేషనల్ క్యాన్సర్ ఇన్‌స్టిట్యూట్. చివరిగా నవీకరించబడినది: 6 ఏప్రిల్, 2022. Sawicki T, Ruszkowska M, Danielewicz A, Niedźwiedzka E, Arłukowicz T, Przybyłowicz KE. ఎపిడెమియాలజీ, ప్రమాద కారకాలు, అభివృద్ధి, లక్షణాలు మరియు రోగ నిర్ధారణ పరంగా కొలొరెక్టల్ క్యాన్సర్ యొక్క సమీక్ష. క్యాన్సర్లు. 2021 జనవరి;13(9):2025. రెసియో-బాయిల్స్ A, కాగిర్ B. కోలన్ క్యాన్సర్. InStatPearls [ఇంటర్నెట్] 2021 జనవరి 25. StatPearls పబ్లిషింగ్. పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ సంరక్షకులు, కోలన్ క్యాన్సర్ ఫౌండేషన్, చివరిగా నవీకరించబడింది: 12 మే, 2020.

==================================================

వర్ణాంధత్వాన్ని డాల్టోనిజం, వర్ణ దృష్టి లోపం, వర్ణ దృష్టి సమస్య అని కూడా పిలుస్తారు అవలోకనం రంగు అంధత్వం అనేది కొన్ని రంగులు లేదా షేడ్స్ మధ్య వ్యత్యాసాన్ని చెప్పడంలో ఇబ్బంది. చాలా అరుదుగా వర్ణాంధత్వం ఒక వ్యక్తిని ఏ రంగులను చూడలేకపోతుంది. వర్ణాంధత్వం అనేది చాలావరకు వారసత్వంగా వచ్చే జన్యుపరమైన పరిస్థితి. కొన్ని సందర్భాల్లో, కొన్ని మందులు, పారిశ్రామిక మరియు పర్యావరణ రసాయనాలు లేదా దీర్ఘకాలిక అనారోగ్యాల యొక్క దుష్ప్రభావాల కారణంగా ఇది జీవితంలో పొందవచ్చు. వర్ణాంధత్వం ఉన్న వ్యక్తులు రోజువారీ జీవితంలో తాజా కూరగాయలు, పండ్లు మరియు పువ్వులు ఎంచుకోవడం, కారు నడపడం మరియు బట్టలు ఎంచుకోవడం వంటి కొన్ని సాధారణ సమస్యలను ఎదుర్కొంటారు. ప్రస్తుతం, ఈ పరిస్థితికి చికిత్స లేదు. అయితే, నిర్దిష్ట ఫోటోగ్రాఫిక్ ఫ్రేమ్‌లు కళ్లద్దాలు మరియు కాంటాక్ట్ లెన్సులు కొన్ని రంగుల మధ్య తేడాను మెరుగుపరచడానికి ఉపయోగించవచ్చు. ముఖ్య వాస్తవాలు సాధారణంగా 70 మరియు అంతకంటే ఎక్కువ వయస్సు గల వ్యక్తులలో పురుషులు మరియు మహిళలు రెండింటినీ ప్రభావితం చేస్తాయి, అయితే పురుషులలో సర్వసాధారణం శరీర భాగాలు (లు) పాల్గొన్న కళ్ళు వ్యాప్తి ప్రపంచం: 300 మిలియన్ (2023) అనుకరించే పరిస్థితులు స్టేషనరీ నైట్ బ్లైండ్‌నెస్ (CSNB) రెటినిటిస్ పిగ్మెంటోసా (RP) అవసరమైన ఆరోగ్య పరీక్షలు/ఇమేజింగ్ స్క్రీనింగ్ పరీక్షలు ఇషిహారా పరీక్ష లాంతరు పరీక్షలు అనోమలోస్కోప్ రంగు అమరిక పరీక్షలు చికిత్స జ్ఞాపకం ప్రత్యేక అద్దాలు లేదా పరిచయాలు విజువల్ ఎయిడ్స్ యాప్‌లు మరియు సాంకేతికత రంగు అంధత్వం యొక్క అన్ని లక్షణాలను చూడండి వర్ణాంధత్వం యొక్క లక్షణాలు వ్యక్తికి వ్యక్తికి మారుతూ ఉంటాయి. చాలా మందికి అలాంటి తేలికపాటి లక్షణాలు ఉన్నాయి, వారు తమకు వర్ణాంధత్వం ఉందని కూడా గ్రహించలేరు. వర్ణాంధత్వం యొక్క లక్షణాలు వీటిని కలిగి ఉండవచ్చు: రంగులను వేరుగా చెప్పడంలో ఇబ్బంది రంగుల ప్రకాశాన్ని చూడటంలో ఇబ్బంది ఎరుపు మరియు ఆకుపచ్చ లేదా నీలం మరియు పసుపు యొక్క వివిధ షేడ్స్‌ను వేరు చేయలేకపోవడం ఎరుపు లేదా ఆకుపచ్చ నేపథ్యాన్ని చూస్తున్నప్పుడు కళ్ళు లేదా తల గాయపడినట్లు అనిపించడం రంగుల గుర్తింపు తక్కువ-స్థాయి వెలుతురులో అధ్వాన్నంగా మారవచ్చు, దీనికి విరుద్ధంగా, సహజమైన పగటి వెలుగులో రంగులు సులభంగా గుర్తించబడతాయి. అరుదైన సందర్భాల్లో, వర్ణాంధత్వం దృష్టి యొక్క పదునుపై ప్రభావం చూపుతుంది. వర్ణాంధత్వానికి కారణాలు కంటి రెటీనా (ఐబాల్ వెనుక కాంతి-సెన్సిటివ్ పొర) రెండు రకాల ఫోటోరిసెప్టర్ కణాలను కలిగి ఉంటుంది. వాటిని రాడ్లు మరియు శంకువులు అంటారు. రాడ్లు తేలిక మరియు చీకటిని గుర్తిస్తాయి, అయితే శంకువులు రంగులను గుర్తిస్తాయి. ప్రాథమిక రంగులను అర్థం చేసుకోగలిగే మూడు రకాల శంకువులు ఉన్నాయి. ఎరుపు, ఆకుపచ్చ మరియు నీలం: రెడ్-సెన్సింగ్ కోన్స్ (L శంకువులు): ఈ శంకువులు కాంతి యొక్క దీర్ఘ తరంగదైర్ఘ్యాలను (సుమారు 560 నానోమీటర్లు) గ్రహిస్తాయి. గ్రీన్-సెన్సింగ్ కోన్స్ (M శంకువులు): ఈ శంకువులు మధ్య తరంగదైర్ఘ్యాలను (సుమారు 530 నానోమీటర్లు) గ్రహిస్తాయి. బ్లూ-సెన్సింగ్ కోన్స్ (S శంకువులు): ఈ శంకువులు తక్కువ తరంగదైర్ఘ్యాలను (సుమారు 420 నానోమీటర్లు) గ్రహిస్తాయి. ఈ కోన్ సెల్స్ ఆప్టిక్ నరాల ద్వారా మెదడుకు సమాచారాన్ని పంపుతాయి. మెదడు మన రంగు అవగాహనను గుర్తించడానికి ఈ ఇన్‌పుట్‌ను ఉపయోగిస్తుంది. ఒకటి లేదా అంతకంటే ఎక్కువ రకాల కోన్ కణాలు లేనప్పుడు, సరిగ్గా పని చేయనప్పుడు లేదా సాధారణ రంగు కంటే భిన్నమైన రంగును గుర్తించినప్పుడు వర్ణాంధత్వం సంభవించవచ్చు. ఒక కోన్ సెల్ సరిగ్గా పని చేయనప్పుడు తేలికపాటి వర్ణాంధత్వం సంభవిస్తుంది. మూడు కోన్ కణాలు లేనప్పుడు లేదా లోపభూయిష్టంగా ఉన్నప్పుడు తీవ్రమైన వర్ణాంధత్వం ఏర్పడుతుంది. రంగు అంధత్వం రకాలు

వివిధ రకాలైన వర్ణాంధత్వం: ఎరుపు-ఆకుపచ్చ వర్ణాంధత్వం ఇది అత్యంత సాధారణ వర్ణాంధత్వం, ఇది ఎరుపు మరియు ఆకుపచ్చ మధ్య తేడాను గుర్తించడం వ్యక్తికి కష్టతరం చేస్తుంది. ఎరుపు-ఆకుపచ్చ వర్ణాంధత్వంలో 4 రకాలు ఉన్నాయి: ప్రోటానోమలీ: ఇది ఎరుపు కాంతికి తగ్గిన సున్నితత్వాన్ని కలిగిస్తుంది మరియు ఎరుపు రంగు తక్కువగా ప్రకాశవంతంగా కనిపిస్తుంది. ఈ రకం తేలికపాటిది మరియు సాధారణంగా సాధారణ కార్యకలాపాలకు అంతరాయం కలిగించదు. డ్యూటెరానోమలీ: ఇది ఆకుపచ్చ కాంతికి తగ్గిన సున్నితత్వానికి దారితీస్తుంది. ఇది ఎరుపు-ఆకుపచ్చ రంగు అంధత్వం యొక్క అత్యంత సాధారణ రకం. ఈ రకం తేలికపాటిది మరియు సాధారణంగా సాధారణ కార్యకలాపాలకు దారితీయదు. ప్రొటానోపియా మరియు డ్యూటెరానోపియా: ఈ రెండు రకాల్లో వ్యక్తి ఎరుపు మరియు ఆకుపచ్చ రెండింటి మధ్య తేడాను గుర్తించలేడు. నీలం-పసుపు వర్ణాంధత్వం ఇది తక్కువ సాధారణమైన వర్ణాంధత్వం, దీనిలో ఒక వ్యక్తి నీలం మరియు ఆకుపచ్చ మరియు పసుపు మరియు ఎరుపు మధ్య తేడాను గుర్తించలేడు. నీలం-పసుపు రంగు అంధత్వంలో 2 రకాలు ఉన్నాయి: ట్రిటానోమలీ: ఇది నీలి కాంతికి తగ్గిన సున్నితత్వాన్ని కలిగిస్తుంది. ట్రైటానోపియా: ఇది నీలం మరియు ఆకుపచ్చ మరియు పసుపు మరియు గులాబీ మధ్య తేడాను గుర్తించలేకపోతుంది. ఈ వర్ణాంధత్వం రంగు తక్కువ ప్రకాశవంతంగా కనిపిస్తుంది. బ్లూ కోన్ మోనోక్రోమసీ ఇది వర్ణాంధత్వం యొక్క అరుదైన రూపం. ఈ రకమైన వర్ణాంధత్వంలో, పని చేసే L శంకువులు లేదా M శంకువులు లేకపోవడం. S శంకువులు మాత్రమే ఉన్నాయి. ఈ రకమైన వర్ణాంధత్వం ఉన్న వ్యక్తులు తరచుగా రంగుల మధ్య వ్యత్యాసాన్ని గుర్తించడం మరియు ఎక్కువగా బూడిద రంగులను చూడటం కష్టం. రాడ్ మోనోక్రోమసీ (అక్రోమాటోప్సియా) అక్రోమాటోప్సియా అనేది అన్ని లేదా చాలా శంకువులు తప్పిపోయినప్పుడు లేదా సరిగ్గా పని చేయనప్పుడు ఏర్పడే పరిస్థితి. దీనిని మోనోక్రోమసీ అని కూడా పిలుస్తారు మరియు ఇది చాలా అరుదు. వారి కోసం, వారి ప్రపంచం పాత నలుపు-తెలుపు టెలివిజన్ సెట్‌లో ప్రపంచాన్ని చూసినట్లుగా నలుపు నుండి తెలుపు వరకు వివిధ రకాల బూడిద రంగులను కలిగి ఉంటుంది. ఒక వ్యక్తికి ఇతర దృష్టి సమస్యలు కూడా ఉండవచ్చు, అది వారి జీవన నాణ్యతను బాగా ప్రభావితం చేస్తుంది. వర్ణాంధత్వానికి ప్రమాద కారకాలు వర్ణాంధత్వం యొక్క వివిధ ప్రమాద కారకాలు వారసత్వంగా పొందవచ్చు (ఒక వ్యక్తి దానితో జన్మించాడు) లేదా సంపాదించవచ్చు (తర్వాత జీవితంలో అభివృద్ధి చెందుతుంది). ప్రతి సందర్భంలో కారణాలు భిన్నంగా ఉంటాయి. వారసత్వంగా వచ్చిన వర్ణాంధత్వం చాలా మందికి కలర్ బ్లైండ్‌నెస్‌తో పుడుతుంది. దీనిని పుట్టుకతో వచ్చే పరిస్థితి అంటారు. జన్యువులలో మార్పు (మ్యుటేషన్) వారసత్వంగా వర్ణాంధత్వానికి దారితీస్తుంది. అత్యంత సాధారణ రూపం, ఎరుపు-ఆకుపచ్చ వర్ణాంధత్వం, X- లింక్డ్ రిసెసివ్ ఇన్హెరిటెన్స్ నమూనాను అనుసరిస్తుంది. ఎరుపు-ఆకుపచ్చ వర్ణాంధత్వానికి సంబంధించిన జన్యుశాస్త్రం:

మగవారిలో తల్లికి ఈ పరిస్థితి ఉంటే మగ శిశువుకు ఎరుపు-ఆకుపచ్చ రంగు అంధత్వం ఉంటుంది, తల్లి క్యారియర్ అయితే ఎరుపు-ఆకుపచ్చ వర్ణాంధత్వం వారసత్వంగా వచ్చే అవకాశం 50% ఉంటుంది (తల్లి జన్యు పరివర్తన యొక్క ఒక కాపీని తీసుకువెళుతుంది కానీ లేదు' షరతు లేదు). ఇతర కాపీ సాధారణమైనది, కాబట్టి 50% అవకాశం ఉంది. తండ్రి మగ శిశువులకు Y క్రోమోజోమ్ మరియు ఆడ శిశువులకు X క్రోమోజోమ్‌ను అందజేసే పరిస్థితి తండ్రికి ఉంటే పరిస్థితి ఉండదు.

ఆడవారిలో, తల్లిదండ్రులిద్దరికీ ఈ పరిస్థితి ఉంటే ఆడ శిశువు ఎరుపు-ఆకుపచ్చ రంగు అంధత్వాన్ని వారసత్వంగా పొందుతుంది. తండ్రికి పరిస్థితి ఉంటే ఆడ శిశువు క్యారియర్‌గా ఉంటుంది కానీ తల్లికి ఆ పరిస్థితి ఉండదు. తండ్రికి ఈ పరిస్థితి ఉంటే మరియు తల్లి క్యారియర్‌గా ఉంటే ఎరుపు-ఆకుపచ్చ వర్ణాంధత్వం (50% అవకాశం) లేదా క్యారియర్ (50% అవకాశం) వారసత్వంగా వచ్చే అవకాశం 50 శాతం ఉంటుంది.

పొందిన వర్ణాంధత్వం ఈ వర్ణాంధత్వం ఎక్కువగా నీలం-పసుపు రంగు లోపంగా అభివృద్ధి చెందుతుంది మరియు వృద్ధాప్యంతో సహా అనేక ప్రమాద కారకాలను కలిగి ఉంటుంది: వివిధ రంగులను వేరుచేసే సామర్థ్యం వయస్సుతో నెమ్మదిగా క్షీణిస్తుంది. దీర్ఘకాలిక అనారోగ్యాలు: వయసు సంబంధిత మచ్చల క్షీణత లేదా గ్లాకోమా వంటి కంటి సంబంధిత వ్యాధులు కలర్ బ్లైండ్‌నెస్ సంభావ్యతను పెంచుతాయి. మధుమేహం, మల్టిపుల్ స్క్లెరోసిస్, అల్జీమర్స్ వ్యాధి, ఆటో ఇమ్యూన్ వ్యాధులు, అధిక రక్తపోటు, గుండె సమస్యలు, నరాల రుగ్మతలు మరియు శారీరక సమస్యలు వంటి ఆరోగ్య సమస్యలు కలర్ బ్లైండ్‌నెస్ అవకాశాలను పెంచుతాయి. స్ట్రోక్: ప్రమాదాలు లేదా స్ట్రోక్‌లు రెటీనాను దెబ్బతీస్తాయి లేదా మెదడు లేదా కంటిలోని నిర్దిష్ట ప్రాంతాన్ని ప్రభావితం చేస్తే వర్ణాంధత్వానికి దారితీయవచ్చు. మందులు: అధిక రక్తపోటు, మధుమేహం, రక్తపోటు, అంగస్తంభన లోపం, క్షయ, మరియు నిర్దిష్ట యాంటీబయాటిక్స్ మరియు బార్బిట్యురేట్‌లకు కొన్ని మందులు కళ్ల దృష్టిని మార్చగలవు. పారిశ్రామిక మరియు పర్యావరణ రసాయనాలు: కార్బన్ మోనాక్సైడ్, కార్బన్ డైసల్ఫైడ్, ఆర్గానిక్ సాల్వెంట్‌లు మరియు కొన్ని సీసం కలిగి ఉన్న రసాయనాలకు గురికావడం వల్ల కూడా వర్ణాంధత్వం వచ్చే ప్రమాదం ఉంది. నియంత్రణలేని మధుమేహం దృష్టిని కోల్పోయేలా చేస్తుంది. ఆరోగ్యకరమైన దృష్టి కోసం గుర్తుంచుకోవలసిన కొన్ని పాయింటర్ల జాబితా ఇక్కడ ఉంది. వర్ణాంధత్వ నిర్ధారణను చదవడానికి క్లిక్ చేయండి, తదుపరి సంక్లిష్టతలను తగ్గించడానికి వర్ణాంధత్వాన్ని ఖచ్చితంగా నిర్ధారించడం చాలా ముఖ్యం. రోగనిర్ధారణ చరిత్రను కలిగి ఉంటుంది, రోగికి కుటుంబ చరిత్ర ఉందా లేదా కొన్ని వ్యాధులు మరియు కొన్ని మందులు వాడుతున్నారా అని నిర్ధారించడానికి పూర్తి చరిత్ర ముఖ్యమైన సమాచారాన్ని అందిస్తుంది. స్క్రీనింగ్ పరీక్షలు వర్ణ దృష్టి లోపం కోసం చేసే పరీక్షలు: ఇషిహారా పరీక్ష: ఇది వర్ణాంధత్వానికి అత్యంత ప్రసిద్ధ పరీక్ష. వర్ణాంధత్వాన్ని గుర్తించేందుకు ఇషిహారా కలర్ ప్లేట్లు అనే చిత్రాల సమితిని ఉపయోగిస్తారు. రంగుల చుక్కలలో పొందుపరచబడిన సంఖ్యలను కలిగి ఉన్న చిత్రాలను చూడమని వ్యక్తికి చెప్పబడింది. సంఖ్యల రంగు నేపథ్యం కంటే భిన్నమైన రంగు. వ్యక్తి సంఖ్యలను చూడలేకపోతే, ఆ వ్యక్తి బహుశా వర్ణాంధుడు కావచ్చు. లాంతరు పరీక్షలు: ఈ పరీక్షను ఫార్న్స్‌వర్త్ లాంతరు [FALANT] పరీక్ష అని కూడా పిలుస్తారు, ఇది ఎరుపు మరియు ఆకుపచ్చ మధ్య తేడాను గుర్తించలేని వ్యక్తులను గుర్తించడానికి ఉపయోగించబడుతుంది. ఈ పరీక్ష సమయంలో రంగు జతలు (ఎరుపు, ఆకుపచ్చ మరియు తెలుపుతో సహా) చూపబడతాయి మరియు ఫలితం రంగు-పేరు దోషాల సంఖ్యపై ఆధారపడి ఉంటుంది. అనోమలోస్కోప్: వర్ణాంధత్వాన్ని నిర్ధారించడానికి ఒక సాధారణ పరికరం అనోమలోస్కోప్ ఉపయోగించబడుతుంది. ఈ పరీక్షలో, రెండు వేర్వేరు కాంతి వనరులు ఒకే రంగుకు సరిపోలాలి. అవి ఆప్టికల్ సాధనాలు, దీనిలో పరిశీలకుడు రంగు మరియు ప్రకాశంలో రెండు రంగుల ఫీల్డ్‌లను సరిపోల్చడానికి ఉద్దీపన నియంత్రణ నాబ్‌లను మార్చాలి. వర్ణ దృష్టి లోపాల నిర్ధారణకు ఇది ఒక ప్రామాణిక పరికరం. రంగుల అమరిక పరీక్షలు: ఈ పరీక్షను హ్యూ టెస్ట్ అని కూడా అంటారు. డాక్టర్ మీకు వివిధ రంగుల బ్లాక్‌లను అందిస్తారు. ఎరుపు నుండి ఊదా వరకు రెయిన్బో క్రమంలో వాటిని అమర్చమని డాక్టర్ మిమ్మల్ని అడుగుతాడు. వ్యక్తి వాటిని సరైన క్రమంలో ఉంచడంలో ఇబ్బందిని ఎదుర్కొంటున్నట్లయితే, ఒక రకమైన వర్ణాంధత్వం వచ్చే అవకాశాలు ఉన్నాయి. ప్రముఖుల ప్రభావం మార్క్ జుకర్‌బర్గ్ ఫేస్‌బుక్ చీఫ్ ఎగ్జిక్యూటివ్ ఆఫీసర్ మార్క్ జుకర్‌బర్గ్. ది న్యూయార్కర్ ప్రకారం, జుకర్‌బర్గ్ ఎరుపు-ఆకుపచ్చ రంగు బ్లైండ్, అంటే అతను ఎక్కువగా చూడగలిగే రంగు నీలం. ఫేస్‌బుక్‌ను ఆధిపత్యం చేసే రంగు నీలం కూడా. బిల్ క్లింటన్ బిల్ క్లింటన్ 1993 నుండి 2001 వరకు యునైటెడ్ స్టేట్స్ అధ్యక్షుడిగా పనిచేశారు. ఎరుపు మరియు ఆకుపచ్చ రంగుల మధ్య తేడాను గుర్తించడంలో అతను ఇబ్బంది పడినట్లు నివేదించబడింది. రంగు అంధత్వం నివారణ

పుట్టినప్పటి నుండి ఉన్న వర్ణాంధత్వాన్ని నివారించే మార్గం లేదు. కానీ క్రమం తప్పకుండా కంటి పరీక్షలు చేయించుకోవడం ద్వారా మరియు నివారించదగిన ప్రమాద కారకాల నుండి దూరంగా ఉండటం ద్వారా జీవితంలో తర్వాత వర్ణాంధత్వం సంభవించడాన్ని తగ్గించే అవకాశాలు ఉన్నాయి. ప్రతి సంవత్సరం అక్టోబర్ 10వ తేదీన ప్రపంచ దృష్టి దినోత్సవాన్ని జరుపుకుంటారు. అంధత్వం మరియు దృష్టి లోపంపై అవగాహన పెంచడం దీని లక్ష్యం. మీరు మీ కళ్ళను జాగ్రత్తగా చూసుకుంటున్నారా? దృష్టి సమస్యలను నివారించడానికి ఇక్కడ ఐదు సాధారణ చిట్కాలు ఉన్నాయి. తనిఖీ చేయడానికి ఇక్కడ క్లిక్ చేయండి

సందర్శించవలసిన నిపుణుడు

మీకు ఈ క్రింది లక్షణాలు ఉన్నట్లయితే మీరు వెంటనే మీ వైద్యుడిని సంప్రదించాలి: రంగులు వేరుగా చెప్పడంలో ఇబ్బంది రంగుల ప్రకాశాన్ని చూడడంలో ఇబ్బంది

వర్ణాంధత్వాన్ని నిర్ధారించడంలో మరియు చికిత్స చేయడంలో మీకు సహాయపడే వైద్యులు: జనరల్ ఫిజీషియన్ ఆప్తాల్మాలజిస్ట్ ఆప్టోమెట్రిస్ట్

నేత్ర వైద్యుడు లేదా ఆప్టోమెట్రిస్ట్ అనేది కంటి మరియు దృష్టి సంరక్షణలో నైపుణ్యం కలిగిన వైద్య నిపుణుడు. కళ్ళు మరియు దృష్టికి సంబంధించిన ఏవైనా సమస్యలను ముందుగానే గుర్తించడంలో వైద్యుడు సహాయం చేస్తాడు. మీరు లేదా మీ ప్రియమైనవారు పైన పేర్కొన్న లక్షణాలలో దేనినైనా గమనిస్తుంటే, మా విశ్వసనీయ వైద్యుల బృందం నుండి వైద్య సహాయం తీసుకోండి. మీ అపాయింట్‌మెంట్‌ను ఇప్పుడే బుక్ చేసుకోండి

వర్ణాంధత్వ చికిత్స

ప్రస్తుతం, పుట్టుకతో వచ్చే వర్ణాంధత్వానికి (అనువంశికంగా వచ్చిన వర్ణాంధత్వానికి) చికిత్స లేదు. అనేక సందర్భాల్లో, వర్ణాంధత్వం ఉన్న చాలా మంది వ్యక్తులు అదే పరిస్థితిని స్వీకరించడం మరియు జీవించడం నేర్చుకుంటారు.

మరొక ఆరోగ్య సమస్య (అక్వైర్డ్ కలర్ బ్లైండ్‌నెస్) కారణంగా వర్ణాంధత్వం సంభవిస్తే, సమస్యకు కారణమయ్యే పరిస్థితికి వైద్యుడు చికిత్స చేస్తారు. ఎవరైనా వర్ణాంధత్వానికి కారణమయ్యే ఔషధాన్ని తీసుకుంటుంటే, మీ వైద్యుడు అవసరమైతే నిష్పత్తిని మార్చమని లేదా వేరే ఔషధానికి మారమని సూచించవచ్చు.

పేలవమైన వర్ణ దృష్టిలో పని చేయడానికి ఇక్కడ కొన్ని మార్గాలు ఉన్నాయి:

ప్రత్యేక అద్దాలు లేదా పరిచయాలు కూడా ఎరుపు-ఆకుపచ్చ లోపం ఉన్న కొంతమందికి రంగుల మధ్య వ్యత్యాసాన్ని చూడడంలో సహాయపడవచ్చు. ఎన్‌క్రోమా గ్లాసెస్ లేజర్ సర్జరీ ప్రక్రియల సమయంలో వైద్యులు ఉపయోగించేందుకు ఈ అద్దాలు సృష్టించబడ్డాయి. అవి వాస్తవానికి కాంతి తరంగదైర్ఘ్యాలను అతిశయోక్తి చేసే ఒక ప్రత్యేక పదార్థంలో పూసిన కటకములతో సన్ గ్లాసెస్‌గా సృష్టించబడ్డాయి. ఈ లెన్స్‌లపై పూత పేలవమైన వర్ణ దృష్టి ఉన్న వ్యక్తులకు వర్ణద్రవ్యంలోని తేడాలను కానీ వివిధ విస్తరణలను చూడటానికి సహాయపడుతుందని కనుగొనబడింది. ఎరుపు మరియు ఆకుపచ్చ రంగులను బాగా గుర్తించడంలో ప్రజలకు సహాయపడటానికి కాంతి యొక్క నిర్దిష్ట తరంగదైర్ఘ్యాలను ఫిల్టర్ చేయడం ద్వారా ఈ అద్దాలు పని చేస్తాయి. అద్దాలు సాధారణ రంగు దృష్టిని పునరుద్ధరించడంలో సహాయపడవు, కానీ అవి కొన్ని రంగులను మరింత ప్రకాశవంతంగా కనిపించేలా చేస్తాయి. ఈ అద్దాలు ఇప్పుడు ఎరుపు-ఆకుపచ్చ రంగు అంధత్వం యొక్క లక్షణాలను తగ్గించడానికి రూపొందించబడిన రంగు-సరిచేసే అద్దాలుగా ఉపయోగించబడుతున్నాయి. కానీ ఎంపికలు చాలా పరిమితమైనవి మరియు అన్ని వ్యక్తులు ఉపయోగించేందుకు ఖరీదైనవి. కాంటాక్ట్ లెన్సులు వర్ణాంధత్వం కోసం కాంటాక్ట్ లెన్సులు చాలా మంది రోగులకు అత్యంత సాధారణ ఎంపిక, ఎందుకంటే ఇది ఉపయోగించడం సులభం మరియు నొప్పిలేకుండా ఉంటుంది. కాంటాక్ట్ లెన్స్‌లను ఉపయోగిస్తున్నప్పుడు మీరు ఆందోళన చెందుతున్నారా? లెన్స్ ధరించేవారు తమ కళ్లను జాగ్రత్తగా చూసుకోవడానికి నివారించాల్సిన కొన్ని సాధారణ తప్పుల జాబితా ఇక్కడ ఉంది. విజువల్ ఎయిడ్స్ యాప్‌లు మరియు టెక్నాలజీని తెలుసుకోవడానికి ఇక్కడ క్లిక్ చేయండి కొన్ని యాప్‌లు ఫోన్‌తో ఫోటో తీయడానికి ఉపయోగించబడతాయి మరియు ఆ ప్రాంతం యొక్క రంగును కనుగొనడానికి ఫోటో భాగంపై నొక్కండి. కొత్త జోక్యాలు వర్ణాంధత్వం వారసత్వంగా వచ్చిన వ్యక్తుల కోసం జన్యు చికిత్స (ఒక వ్యాధి లేదా వైద్యపరమైన రుగ్మతను చికిత్స చేయడానికి, నిరోధించడానికి లేదా నయం చేయడానికి జన్యువులను ఉపయోగించే సాంకేతికత) పరిశోధన కొనసాగుతోంది. ఆధునిక జన్యు చికిత్స క్యాచ్ అయితే, వర్ణాంధత్వానికి చికిత్సలు చివరికి ఆమోదించబడవచ్చు మరియు వర్ణ దృష్టి పెంపుదలకు తలుపులు తెరవవచ్చు. ఎరుపు-ఆకుపచ్చ వర్ణాంధత్వానికి సంభావ్య జన్యు మార్పిడి చికిత్స ఇప్పటికే జంతువులలో పరీక్షించబడింది. వర్ణాంధత్వం యొక్క సమస్యలు

వర్ణాంధత్వం యొక్క తీవ్రమైన రూపం ఉన్న వ్యక్తులు ఇలాంటి సమస్యలను ఎదుర్కోవచ్చు:

అక్రోమాటోప్సియా: ఇది వర్ణ దృష్టి పాక్షికంగా లేదా పూర్తిగా లేకపోవటం ద్వారా వర్గీకరించబడిన పరిస్థితి. నలుపు, తెలుపు మరియు బూడిద షేడ్స్ మినహా వ్యక్తి రంగులను గ్రహించలేరు. నిస్టాగ్మస్: ఇది మీ కళ్ళు వేగంగా, పునరావృతమయ్యే, అనియంత్రిత కదలికలను చేసే పరిస్థితి. వర్ణాంధత్వం యొక్క కొన్ని సందర్భాల్లో, వ్యక్తులు అసంకల్పిత కంటి కదలికలను ఎదుర్కొంటారు. ఫోటోఫోబియా: ప్రకాశవంతమైన కాంతిలో అసౌకర్యం రంగు అంధత్వం కారణంగా ఉంటుంది.   
వర్ణాంధత్వంతో జీవించడం

అనారోగ్యం లేదా గాయం కారణంగా వర్ణాంధత్వం సంభవిస్తే, అంతర్లీన కారణానికి చికిత్స చేయడం వర్ణాంధత్వాన్ని మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది. అయితే, వారసత్వంగా వచ్చిన వర్ణాంధత్వానికి చికిత్స లేదు. వర్ణాంధత్వం ఉన్న వ్యక్తులు తరచుగా స్పృహతో కొన్ని పద్ధతులను వర్తింపజేస్తారు లేదా రంగు వస్తువుల క్రమాన్ని గుర్తుంచుకోవడం ద్వారా జీవితాన్ని సులభతరం చేయడానికి నిర్దిష్ట సాధనాలను ఉపయోగిస్తారు, వారు దుస్తులు లేదా ఇతర వస్తువులను క్రమబద్ధీకరించగల సంరక్షకుని కలిగి ఉండటం రోజువారీ సవాళ్లను నిర్వహించడంలో సహాయపడే కొన్ని చిట్కాలు:

1. సరైన లైటింగ్ కోసం లక్ష్యం దృష్టి లోపం ఉన్నవారి సామర్థ్యాలలో లైటింగ్ పెద్ద తేడాను కలిగిస్తుంది. పసుపు లేదా మందమైన లైటింగ్ రంగును గ్రహించడం మరింత కష్టతరం చేస్తుంది. గ్లేర్స్ రంగులను సరిగ్గా గ్రహించడం కష్టతరం చేస్తుంది. లైటింగ్‌ను నియంత్రించగల ప్రాంతాల్లో, ప్రకాశవంతమైన మరియు సహజ కాంతిని లక్ష్యంగా చేసుకోండి.
2. స్మార్ట్‌ఫోన్‌లు మరియు యాప్‌ల ఉపయోగం టెక్నాలజీలో పురోగతి సహాయంతో, స్మార్ట్‌ఫోన్ యాప్‌లు రంగుల దృష్టి లోపం ఉన్న వ్యక్తులకు రంగులను గుర్తించడంలో సహాయపడతాయి. కొన్ని యాప్‌లు ఉదయం షాపింగ్ చేసేటప్పుడు లేదా బట్టలు తీసుకునేటప్పుడు చాలా ఉపయోగకరంగా ఉంటాయి. యాప్ ప్రధానంగా రంగు అంధ వ్యక్తుల కోసం రూపొందించబడింది మరియు రోజువారీ జీవితంలో అన్ని రకాల రంగుల గుర్తింపును సరిపోల్చడంలో సహాయపడుతుంది
3. కలర్ బ్లైండ్ గ్లాసెస్ కోసం చూడండి ఇది వర్ణాంధత్వానికి నివారణ కాదు. అయితే, కలర్‌బ్లైండ్ గ్లాసెస్ ఉత్తమ ఎంపిక. ఈ అద్దాలు బహుళ ఆకారాలు మరియు రంగులలో లభించే సాధారణ అద్దాల మాదిరిగానే ఉంటాయి. వర్ణాంధత్వానికి దారితీసే అతివ్యాప్తి చెందుతున్న తరంగదైర్ఘ్యాలను ఫిల్టర్ చేయడం ద్వారా ఈ అద్దాలు పని చేస్తాయి మరియు ప్రపంచాన్ని సాధారణ దృష్టిగల వ్యక్తిగా చూడడంలో మరియు రోజువారీ పనులను జయించడంలో సహాయపడతాయి.
4. పాఠశాలలో సవాళ్లను నిర్వహించడం పిల్లలు రంగు అంధత్వం కలిగి ఉంటే ఉపాధ్యాయులతో సమన్వయం చేసుకోండి మరియు వారి పిల్లలకు సహాయం చేయడానికి ఈ క్రింది పాయింట్‌లను అడగండి: బ్లాక్‌బోర్డ్ లేబుల్ పెయింట్‌లు మరియు ఇతర ఆర్ట్ సామాగ్రిని ప్రాథమిక పేర్లతో చక్కగా చూసేందుకు పిల్లవాడిని ముందు మరియు మధ్యలో కూర్చోనివ్వండి. తెల్లటి కాగితంపై నల్ల సిరా ఉపయోగించండి
5. పండ్లు మరియు కూరగాయల కోసం షాపింగ్ చేయడం మీరు రంగు కారణంగా పండ్లు మరియు కూరగాయల మధ్య తేడాను గుర్తించడంలో ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారని అనుకుందాం. అలాంటప్పుడు, మీరు ఆన్‌లైన్‌లో శోధించవచ్చు లేదా మీకు ఇష్టమైన పండ్లు మరియు కూరగాయలను నిర్ణయించడంలో సహాయం కోసం మీ కిరాణా దుకాణంలోని కార్మికుడిని అడగవచ్చు.
6. వంట చిట్కాలు రంగు లోపం ఉన్న వ్యక్తులకు, ఆహారం పూర్తిగా ఉడికిపోయి, తినడానికి సిద్ధంగా ఉందో లేదో మరియు పండ్లు మరియు కూరగాయలు పండినవి లేదా కుళ్ళిపోయాయా అని గుర్తించడం కష్టం. వంట చేసేటప్పుడు అనుసరించడానికి ఉత్తమమైన అభ్యాసం, ఎల్లప్పుడూ ఉష్ణోగ్రత మార్గదర్శకాలను అనుసరించండి. మాంసం యొక్క రంగు మధ్యలో ఆధారపడి చికెన్ ముక్క పూర్తిగా వండబడిందో లేదో నిర్ణయించడానికి బదులుగా, మాంసం థర్మామీటర్ ఉపయోగించండి.
7. పని సవాళ్లను పరిష్కరించడం పనిలో పవర్‌పాయింట్‌లను చదవడం మరియు రూపకల్పన చేయడం లేదా గ్రాఫ్‌లు మరియు చిత్రాలపై పని చేయడం మరియు కంపెనీ పత్రాలను చదవడం సవాలును కలిగి ఉండవచ్చు. కంపెనీ డాక్యుమెంట్ టెంప్లేట్‌లను అర్థం చేసుకోవడం అంత కష్టంగా లేని రంగులకు మార్చడం వంటి కంపెనీ మరింత కలుపుకొని ఉండే మార్గాల గురించి వర్ణాంధత్వ ఉద్యోగి బాస్‌తో మాట్లాడవచ్చు.
8. గాడ్జెట్‌లతో వ్యవహరించడం ఈ రోజుల్లో చాలా అధునాతన ఎలక్ట్రానిక్‌లు రంగుపై ఆధారపడకుండా తక్కువ లేదా పూర్తి బ్యాటరీని సిగ్నల్ చేసే మార్గాలను కలిగి ఉన్నాయి. ఉదాహరణకు, Apple కంప్యూటర్‌లు "రంగులు లేకుండా భేదం" అనే సెట్టింగ్‌ని కలిగి ఉంటాయి. ఆండ్రాయిడ్ ఫోన్‌లు వినియోగదారు చూడలేని రంగుల ఆధారంగా రంగు సవరణను అందించే అధిక వెర్షన్‌ను కూడా అందిస్తాయి.
9. ట్రాఫిక్ లైట్లను చదవడం ట్రాఫిక్ లైట్లను చదవడం కోసం రంగు అంధుడు రంగుపై కాకుండా స్థానంపై ఆధారపడాలి. పై నుండి క్రిందికి నడిచే ట్రాఫిక్ లైట్ల కోసం: పైభాగం ఆగిపోతుంది, మధ్యలో జాగ్రత్త వహించాలి మరియు దిగువ పోయింది. మెరుగైన ట్రాఫిక్ లైటింగ్ కోసం సూచనలు రంగు-లోపం ఉన్న వ్యక్తులు కాంతిని సులభంగా గ్రహించేలా చేయడానికి ట్రాఫిక్ లైట్లలో సరళమైన సర్దుబాటు ఉండాలి:

కొత్త ట్రాఫిక్ లైటింగ్ సిస్టమ్‌లో ప్రతి గుర్తుకు రెండు రంగులు ఉండాలి. "స్టాప్" గుర్తు మధ్యలో ఎరుపు మరియు పరిధీయ పసుపు అంచుని కలిగి ఉండాలి. "గో" గుర్తుకు సెంట్రల్ గ్రీన్ మరియు పెరిఫెరల్ బ్లూ రిమ్ ఉండాలి. అందువల్ల చాలా రంగు అంధ వ్యక్తులు (ఎరుపు-ఆకుపచ్చ) "స్టాప్" కోసం పసుపు అంచుని మరియు "గో" కోసం నీలం రంగు అంచుని గుర్తిస్తారు. ట్రాఫిక్ లైట్లు ఈ రెండు సిగ్నల్‌లను మాత్రమే కలిగి ఉండాలి: "ఆపు" మరియు "వెళ్ళు", ఇంటర్మీడియట్ ఆరెంజ్ గుర్తును తొలగిస్తుంది. ఈ సాధారణ ఆలోచనలు రంగు అంధ వ్యక్తులకు సహాయం చేయడంలో సహాయపడతాయి. తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు వర్ణాంధత్వాన్ని నయం చేయవచ్చా? వర్ణాంధత్వం యొక్క ఐదు లక్షణాలు ఏమిటి? రంగు అంధత్వం ఉన్నవారు డ్రైవ్ చేయగలరా? వర్ణాంధత్వానికి కారణమేమిటి? ప్రస్తావనలు ది ఆర్ట్ ఆఫ్ మెడిసిన్. హార్వర్డ్ మెడిసిన్. శరదృతువు 2022 సంచిక. కలర్ బ్లైండ్‌నెస్ దిద్దుబాటు కోసం రెండు డైమెన్షనల్ బయో కాంపాజిబుల్ ప్లాస్మోనిక్ కాంటాక్ట్ లెన్స్‌లు. N. రూస్టేయి & SM హమీది. వర్ణాంధత్వానికి కారణాలు. నేషనల్ ఐ ఇన్స్టిట్యూట్. జూన్ 2019. వర్ణ దృష్టి లోపంతో జీవించడం. కలర్ బ్లైండ్ అవేర్‌నెస్. 2023. నైఫే J, కౌఫ్‌మన్ EJ. రంగు దృష్టి. [2022 అక్టోబర్ 31న నవీకరించబడింది]. ఇన్: స్టాట్‌పెర్ల్స్ [ఇంటర్నెట్]. ట్రెజర్ ఐలాండ్ (FL): StatPearls పబ్లిషింగ్; 2023 జనవరి-. దీని నుండి అందుబాటులో ఉంది: Pasmanter N, Munakomi S. ఫిజియాలజీ, కలర్ పర్సెప్షన్. [2022 సెప్టెంబర్ 12న నవీకరించబడింది]. ఇన్: స్టాట్‌పెర్ల్స్ [ఇంటర్నెట్]. ట్రెజర్ ఐలాండ్ (FL): StatPearls పబ్లిషింగ్; 2023 జనవరి-. దీని నుండి అందుబాటులో ఉంది: రంగు అంధత్వం రకాలు. నేషనల్ ఐ ఇన్స్టిట్యూట్. జూన్ 2019. వర్ణాంధత్వం అంటే ఏమిటి? నేషనల్ ఐ ఇన్స్టిట్యూట్. జూలై 3. వర్ణాంధత్వం. జాతీయ ఆరోగ్య సేవ. మార్చి 2023. రంగు అంధ రోగుల జీవన నాణ్యతను ప్రభావితం చేసే నేటి భారంపై సమీక్ష. కొరినా-ఇలియానా సూసియు, వ్లాడ్-ఐయోన్ సూసియు మరియు ఇతరులు. వయస్సుతో పాటు రంగు దృష్టి సమస్యలు చాలా సాధారణం అవుతాయి, ఒక అధ్యయనం చూపిస్తుంది. వోల్టర్స్ క్లూవర్ హెల్త్: లిపిన్‌కాట్ విలియమ్స్ & విల్కిన్స్.

==================================================

సాధారణ జలుబును కోల్డ్ మరియు అప్పర్ రెస్పిరేటరీ ట్రాక్ట్ ఇన్ఫెక్షన్ అని కూడా పిలుస్తారు (URTI) అవలోకనం సాధారణ జలుబు అనేది మనలో ప్రతి ఒక్కరికి మన జీవితంలో ఏదో ఒక సమయంలో ఉండే అత్యంత సాధారణ రుగ్మతలలో ఒకటి. ఎక్కువగా వైరస్‌ల వల్ల సంభవించినప్పటికీ, వాతావరణంలో మార్పులు లేదా అంతర్లీన శ్వాసకోశ ఇన్‌ఫెక్షన్ కారణంగా కూడా జలుబు రావచ్చు. ఇది సోకిన వ్యక్తులతో సన్నిహితంగా ఉండటం లేదా కలుషితమైన వస్తువులను తాకడం ద్వారా వ్యాపిస్తుంది.

తుమ్ములు, గొంతునొప్పి, అనారోగ్యంగా ఉన్నట్లు అనిపించడం మరియు నాసికా స్రావాలు జలుబుకు సంబంధించిన అత్యంత సాధారణ లక్షణాలు. జలుబును నిర్ధారించడానికి, శారీరక లక్షణాలను అంచనా వేయడం సాధారణంగా సరిపోతుంది. చాలా సందర్భాలలో, ప్రయోగశాల పరీక్ష అవసరం లేదు.

జలుబు చికిత్స ప్రధానంగా లక్షణాల నుండి ఉపశమనం పొందడంపై ఆధారపడి ఉంటుంది. ఆవిరి పీల్చడం, హైడ్రేటెడ్ గా ఉండడం, పుక్కిలించడం, నాసల్ స్ప్రే ఉపయోగించడం మరియు తగినంత విశ్రాంతి తీసుకోవడం వంటి గృహ సంరక్షణ చర్యలు జలుబు నుండి త్వరగా కోలుకోవడానికి ప్రభావవంతంగా ఉంటాయి. సాధారణంగా అన్ని వయసుల వారిలోనూ కనిపించే ముఖ్య వాస్తవాలు లింగంపై ప్రభావం చూపే స్త్రీ పురుషుల శరీర భాగాలు (లు) ముక్కు గొంతు సైనస్‌లను అనుకరించే పరిస్థితులు అలెర్జీ రినిటిస్ సైనసిటిస్ చికిత్స యాంటిహిస్టామైన్‌లు మరియు డీకాంగెస్టెంట్‌లు: ఫెనైల్‌ఫ్రైన్, క్లోర్‌ఫెనిరమైన్ & ఫెక్సోఫెనాడిన్ ఎక్స్‌పెక్టరెంట్స్ మరియు పారాటోమోల్ ఔషధాలు , ఇబుప్రోఫెన్ & ఆస్పిరిన్ నిపుణులు జనరల్ ఫిజిషియన్ ENT స్పెషలిస్ట్ పల్మోనాలజిస్ట్‌ని సంప్రదించడానికి ఇన్ఫెక్షియస్ డిసీజ్ స్పెషలిస్ట్ అలెర్జిస్ట్ సాధారణ జలుబు లక్షణాలు

జలుబు లేదా జలుబు, పేరు సూచించినట్లుగా, చాలా సాధారణం, అధ్యయనాల ప్రకారం, సగటు పెద్దలకు సంవత్సరానికి 4-6 జలుబు వస్తుంది, అయితే పిల్లలకు సంవత్సరంలో 6-8 జలుబు వస్తుంది. జలుబు సాధారణంగా క్రింది లక్షణాల ద్వారా వర్గీకరించబడుతుంది:

మూసుకుపోయిన ముక్కు గొంతు నొప్పి తుమ్ములు దగ్గు (ఉత్పాదక లేదా పొడి) నీరు కారుతున్న కళ్ళు అస్వస్థత లేదా అస్వస్థత వంటి సాధారణ భావన స్వల్ప శరీర నొప్పులు లేదా తేలికపాటి తలనొప్పి సాధారణం కంటే ఎక్కువగా ఉండే నాసికా ఉత్సర్గ

గమనిక: ఉత్సర్గ సాధారణంగా స్పష్టంగా ప్రారంభమవుతుంది మరియు చలి పెరుగుతున్న కొద్దీ మందంగా మరియు పసుపు లేదా ఆకుపచ్చగా మారుతుంది.

అప్పుడప్పుడు, సాధారణ జలుబు క్రింది లక్షణాలతో కూడా ఉంటుంది: పోస్ట్‌నాసల్ డ్రిప్ లేదా గొంతు వెనుక భాగంలో డ్రైనేజ్ చెవి నొప్పి సైనస్ ఒత్తిడి ఆకలిని కోల్పోవడం వాసన లేదా రుచి పరిసర ఉష్ణోగ్రతకు అతి సున్నితత్వం చలి (జ్వరంతో లేదా లేకుండా చలిగా అనిపించడం) తక్కువ స్థాయి జ్వరం (102°F కంటే తక్కువ) ఛాతీలో అసౌకర్యం లోతుగా శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది సాధారణ జలుబుకు కారణాలు

జలుబు యొక్క అత్యంత సాధారణ కారణాలు వైరస్లు, ముఖ్యంగా RNA వైరస్లు. జలుబుకు కారణమయ్యే కొన్ని సాధారణ వైరస్‌లు:

రైనోవైరస్ కరోనా వైరస్ ఇన్ఫ్లుఎంజా వైరస్ పారాఇన్‌ఫ్లుఎంజా వైరస్ అడెనోవైరస్ కాక్స్సాకీ వైరస్   
హ్యూమన్ బోకావైరస్ (HBoV)

కొన్ని సాధారణ జలుబులు బ్యాక్టీరియా వల్ల కూడా సంభవించవచ్చు, కానీ ఇది చాలా అరుదు. రైనోవైరస్లు పిల్లలు మరియు పెద్దలలో జలుబు యొక్క అత్యంత సాధారణ కారకాలుగా పిలువబడతాయి. ఇది జలుబు లేదా COVID-19? COVID-19 సాధారణ జలుబుతో అనేక లక్షణాలను పంచుకుంటుంది. రెండూ శ్వాసకోశ వైరస్‌ల వల్ల సంభవిస్తాయి మరియు ముక్కు మరియు నోటి నుండి వచ్చే బిందువుల ద్వారా వ్యక్తి నుండి వ్యక్తికి వ్యాపిస్తాయి. కేవలం లక్షణాల ఆధారంగా, ముఖ్యంగా తేలికపాటి నుండి మితమైన సందర్భాలలో రెండింటి మధ్య వ్యత్యాసాన్ని చెప్పడం కష్టం. జలుబు కంటే అనారోగ్యం COVID-19 అని సూచించే కొన్ని సంకేతాలు జ్వరం లేదా చలి, నిరంతర పొడి దగ్గు మరియు శ్వాస ఆడకపోవడం. అయినప్పటికీ, జ్వరం ఫ్లూ, న్యుమోనియా లేదా ఏదైనా ఇతర సంక్రమణను కూడా సూచిస్తుంది. కాబట్టి, COVID-19 అవకాశం ఉన్నట్లయితే పరీక్ష చేయించుకోవడం ఉత్తమం. COVID-19 గురించి మరింత తెలుసుకోవడానికి ఇక్కడ క్లిక్ చేయండి. ఇప్పుడు చదవండి! సాధారణ జలుబుకు ప్రమాద కారకాలు

కింది కారకాలు మీ జలుబు ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయి. శిశువులు, పసిబిడ్డలు మరియు చిన్నపిల్లలు జలుబు బారిన పడే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది, అయినప్పటికీ, సంవత్సరంలో ఎప్పుడైనా జలుబు వస్తుంది, శీతాకాలంలో ఇది ఎక్కువగా ఉంటుంది, సోకిన వ్యక్తితో సన్నిహితంగా ఉండండి లేదా విమానాలు తక్కువ తేమ లేదా పొడి వాతావరణం నాసికా గద్యాలై పొడిబారడం మరియు ఇన్ఫెక్షన్‌కు ఎక్కువ అవకాశం కలిగిస్తుంది.

మీ వైద్య చరిత్ర మరియు శారీరక పరీక్ష ఆధారంగా జలుబు నిర్ధారణ జరుగుతుంది. సాధారణంగా, జలుబు విషయంలో ప్రయోగశాల పరీక్షలకు ప్రాముఖ్యత ఉండదు లేదా చాలా తక్కువ. అయినప్పటికీ, నాసికా స్రావాలలో ఇన్‌ఫ్లుఎంజా, పారాఇన్‌ఫ్లుఎంజా మరియు అడెనోవైరస్ యాంటిజెన్‌లను గుర్తించడానికి కొన్ని వేగవంతమైన పరీక్షలు సూచించబడ్డాయి. రైనోవైరస్, ఇన్ఫ్లుఎంజా వైరస్లు మరియు అడెనోవైరస్లు కూడా గొంతు శుభ్రముపరచడం ద్వారా గుర్తించబడతాయి. సాధారణ జలుబు ఫ్లూతో సమానం కాదు సాధారణ జలుబు "ఫ్లూ" (ఇన్‌ఫ్లుఎంజా) అని పిలవబడే మరింత తీవ్రమైన పరిస్థితితో అనేక లక్షణాలను పంచుకుంటుంది. మీ అనారోగ్యం జలుబు వంటి స్వల్పంగా ఉన్నప్పుడు లేదా ఫ్లూ వంటి మరింత తీవ్రంగా ఉన్నప్పుడు గుర్తించడం చాలా ముఖ్యం. ఫ్లూ నుండి మీ జలుబును వేరు చేయడంలో మీకు సహాయపడే 2 శీఘ్ర చిట్కాలు ఇక్కడ ఉన్నాయి. చదవడానికి క్లిక్ చేయండి! సాధారణ జలుబు నివారణ

మీరు ఎల్లప్పుడూ జలుబును నిరోధించలేరు. అయితే, కొన్ని సాధారణ నివారణ చిట్కాలను అనుసరించడం ద్వారా, మీరు ఇతర వ్యక్తుల నుండి జలుబును నివారించవచ్చు. జలుబు ఉన్న వ్యక్తులతో సన్నిహితంగా ఉండకండి, ముఖ్యంగా జలుబు వచ్చిన మొదటి రోజులలో వారు ఈ సమయంలో ఎక్కువగా అంటువ్యాధులు కలిగి ఉంటారు మరియు ఇన్ఫెక్షన్ వ్యాప్తి చెందవచ్చు. ఒక రోజులో మీ చేతులను తరచుగా కడగాలి, ప్రత్యేకించి జలుబు ఉన్న వారితో సన్నిహితంగా ఉన్న తర్వాత లేదా కలుషితమైన వస్తువును తాకిన తర్వాత. భోజనానికి ముందు మరియు తరువాత మీ చేతులను కడగడం కూడా చాలా ముఖ్యం. జలుబు వైరస్ సోకకుండా ఉండటానికి మీ కళ్ళు, ముక్కు మరియు నోటిని తాకవద్దు, ఎందుకంటే వైరస్లు మరియు ఇతర సోకిన కణాలు మీ శరీరంలోకి ప్రవేశించడానికి మీ చేతులే సులభమైన మార్గం. జలుబు బారిన పడకుండా ఉండేందుకు టవల్లు మరియు రుమాలు వంటి సోకిన వ్యక్తి యొక్క వ్యక్తిగత వస్తువులను ఉపయోగించవద్దు. కొన్నిసార్లు, పొడి వాతావరణం కూడా జలుబును ప్రేరేపిస్తుంది; అందువల్ల, సైనస్‌లు ఎండిపోకుండా నిరోధించడానికి మీ వాతావరణంలోని తేమను తనిఖీ చేయండి. మీకు జలుబు ఉంటే, దగ్గినప్పుడు లేదా తుమ్మేటప్పుడు మీ ముక్కు మరియు నోటిని రుమాలు లేదా టిష్యూతో కప్పుకోవడం మంచిది. మూసి మూత బిన్‌లో ఉపయోగించిన కణజాలాన్ని విస్మరించండి మరియు చేతులు కడుక్కోండి. ఉబ్బసం లేదా ఇతర దీర్ఘకాలిక ఊపిరితిత్తుల వ్యాధులతో బాధపడుతున్న హాని కలిగించే వ్యక్తుల నుండి దూరంగా ఉండాలని కూడా సలహా ఇస్తారు. నీకు తెలుసా? జలుబు చాలా అంటువ్యాధి. కోల్డ్ వైరస్ ఉన్న ద్రవం యొక్క చుక్కలు టచ్ ద్వారా బదిలీ చేయబడినప్పుడు అవి చాలా తరచుగా వ్యాప్తి చెందుతాయి. ఈ చుక్కలు కూడా పీల్చబడవచ్చు. సాధారణ జలుబును ఎలా నివారించాలో ఇక్కడ మరిన్ని ఉన్నాయి. తెలుసుకోవాలంటే చదవండి! సందర్శించవలసిన నిపుణుడు

సాధారణంగా, జలుబు ఎటువంటి చికిత్స లేకుండా 7 నుండి 10 రోజులలో దానంతట అదే మెరుగుపడుతుంది. అయినప్పటికీ, మీ జలుబు కాలక్రమేణా తీవ్రమవుతుంటే లేదా మీకు అధిక జ్వరం, ఛాతీ నొప్పి, శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది లేదా శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది ఉంటే మీరు వైద్యుడిని సందర్శించవచ్చు. అలాగే, ప్రతి ప్రయాణిస్తున్న రోజుతో మీ లక్షణాలు తీవ్రమవుతుంటే మీ వైద్యుడికి తెలియజేయండి. మీరు ఈ క్రింది నిపుణులను సంప్రదించవచ్చు:

సాధారణ వైద్యుడు ENT స్పెషలిస్ట్ పల్మోనాలజిస్ట్ ఇన్ఫెక్షియస్ డిసీజ్ స్పెషలిస్ట్ అలెర్జిస్ట్

ఆస్తమా లేదా క్రానిక్ అబ్స్ట్రక్టివ్ పల్మనరీ డిసీజ్ (COPD) వంటి శ్వాసనాళాల దీర్ఘకాలిక వ్యాధితో బాధపడుతున్న వ్యక్తులకు వైద్యుడిని సంప్రదించడం మరింత ముఖ్యమైనది. మీరు క్రింది లక్షణాలలో దేనినైనా గమనించినట్లయితే, వైద్య సహాయం పొందండి:

అధిక జ్వరం చెవి నొప్పి సైనస్ సంబంధిత తలనొప్పులు జలుబు యొక్క తీవ్రమైన లక్షణాలు అసాధారణమైనవి దగ్గు తీవ్రమవుతుంది అయితే ఇతర జలుబు లక్షణాలు COPD లేదా ఆస్తమా వంటి ఏదైనా దీర్ఘకాలిక ఊపిరితిత్తుల సమస్య యొక్క మంటను మెరుగుపరుస్తాయి.

ఒకే క్లిక్‌తో ఆన్‌లైన్‌లో భారతదేశంలోని అత్యుత్తమ వైద్యులను సంప్రదించండి. మీ అపాయింట్‌మెంట్ బుక్ చేసుకోండి!

సాధారణ జలుబు చికిత్స

వైరస్‌ల దాడి వల్ల వచ్చే జలుబులకు ఖచ్చితమైన చికిత్స అందుబాటులో లేదు. అటువంటి సందర్భాలలో, మందులు సహాయకరంగా పరిగణించబడతాయి, కానీ అవి లక్షణాల నుండి ఉపశమనం మాత్రమే అందిస్తాయి. జలుబు విషయంలో నిపుణులు సూచించే కొన్ని సాధారణ చికిత్సా ఎంపికలు ఇక్కడ ఉన్నాయి. 1. యాంటిహిస్టామైన్లు మరియు డీకాంగెస్టెంట్లు

మీకు జలుబు ఉంటే, యాంటిహిస్టామైన్‌లు మరియు డీకాంగెస్టెంట్‌లు తగ్గిన నాసికా ఉత్సర్గ, ముక్కు ఊదడం, తుమ్ములు, వ్యవధి మరియు లక్షణాల తీవ్రతతో మీకు రోగలక్షణ ఉపశమనాన్ని అందిస్తాయి. కొన్ని సాధారణ ఉదాహరణలు: ఫెనైల్ఫ్రైన్ క్లోర్ఫెనిరమైన్ ఫెక్సోఫెనాడిన్ 2. ఎక్స్‌పెక్టరెంట్స్ & యాంటీటస్సివ్స్

మీ జలుబు దగ్గుతో కూడి ఉంటే, మీకు ఉన్న దగ్గు రకాన్ని బట్టి మీకు యాంటీటస్సివ్ లేదా ఎక్స్‌పెక్టరెంట్ అవసరం కావచ్చు. కొన్ని సాధారణ ఉదాహరణలు: గుయిఫెనెసిన్ డెక్స్ట్రోమెథోర్ఫాన్ 3. నొప్పి నివారణ మందులు

నాన్ స్టెరాయిడ్ యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ డ్రగ్స్ (NSAIDలు) శరీర నొప్పులు, మంట మరియు జ్వరం వంటి లక్షణాలను తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. ఉదాహరణలు: పారాసెటమాల్ ఇబుప్రోఫెన్ ఆస్పిరిన్

గమనిక: పిల్లలకు ఎప్పుడూ ఆస్పిరిన్ ఇవ్వకండి, ఎందుకంటే ఇది రేయ్ సిండ్రోమ్‌కు దారి తీస్తుంది, ఇది కాలేయం మరియు మెదడును ప్రభావితం చేసే పిల్లలలో అరుదైన కానీ చాలా తీవ్రమైన అనారోగ్యం. నీకు తెలుసా? సాధారణ జలుబు చికిత్సలో యాంటీబయాటిక్స్ సాధారణంగా ఉపయోగపడవు. మీ జలుబు తర్వాత సైనస్ ఇన్ఫెక్షన్ వంటి సెకండరీ బాక్టీరియల్ ఇన్ఫెక్షన్ వచ్చినప్పుడు మాత్రమే వాటికి ప్రాముఖ్యత ఉంటుంది. యాంటీబయాటిక్స్, అయితే, భవిష్యత్తులో యాంటీబయాటిక్ నిరోధకతను నివారించడానికి మీ వైద్యుడిని సంప్రదించిన తర్వాత మాత్రమే తీసుకోవాలి. సాధారణ జలుబు కోసం ఇంటి సంరక్షణ

ఓవర్-ది-కౌంటర్ మందులు లక్షణాల నుండి తాత్కాలిక ఉపశమనాన్ని అందిస్తాయి మరియు మీకు జలుబు వస్తున్నట్లు అనిపించిన వెంటనే వాడాలి.

1. మీకు జలుబు ఉన్నట్లయితే, ద్రవాలను ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల శ్లేష్మం సన్నబడటానికి మరియు ముక్కు నుండి సులభంగా పారుదలకి సహాయపడుతుంది. మీ గొంతు నొప్పిని తగ్గించడానికి మరియు మీ జలుబు లక్షణాలను మెరుగ్గా నిర్వహించడానికి పుష్కలంగా ద్రవాలను, ముఖ్యంగా వెచ్చని పానీయాలను చేర్చాలని సలహా ఇస్తారు.
2. సరైన విశ్రాంతి తీసుకోండి తగినంత నిద్ర వైద్యం కోసం చాలా ముఖ్యమైనది. కొన్నిసార్లు, అధిక అలసట మరియు అలసట జలుబు లక్షణాలను తీవ్రతరం చేస్తుంది. ఇన్‌ఫెక్షన్లతో పోరాడే సహజమైన ఫైటర్ సెల్స్‌ను శరీరంలో ఉత్పత్తి చేయడంలో నిద్ర సహాయపడుతుంది.
3. నాసికా సెలైన్ ద్రావణం లేదా స్ప్రేని ఉపయోగించండి, మీరు మీ నాసికా భాగాలను తేమగా మరియు చిక్కగా ఉన్న శ్లేష్మం లేకుండా ఉంచడానికి మరియు బ్లాక్ చేయబడిన నాసికా భాగాలను వదిలించుకోవడానికి నాన్-మెడికేషన్ నాసికా సెలైన్ స్ప్రేలు లేదా సొల్యూషన్‌లను ఉపయోగించవచ్చు.
4. పరిసర గాలిని తేమగా ఉంచండి నాసికా గద్యాలై ఆరిపోకుండా నిరోధించడానికి మీ పరిసర గాలిని తేమగా ఉంచడానికి మీరు హ్యూమిడిఫైయర్‌ని ఉపయోగించవచ్చు. జలుబు లక్షణాల నుండి ఉపశమనం పొందడానికి మీరు ఆవిరిని పీల్చుకోవచ్చు.
5. నేతి కుండను ఉపయోగించండి నేతి పాట్ అనేది శ్లేష్మాన్ని బయటకు పంపడంలో సహాయపడే ఒక కంటైనర్. సింక్‌పై మీ తలని మీ వైపుకు వంచి, నేతి కుండ యొక్క చిమ్మును మీ ఎగువ నాసికా రంధ్రంలో ఉంచడం ద్వారా మీరు దీన్ని ఉపయోగించవచ్చు. దీని తర్వాత మీ ఎగువ నాసికా రంధ్రంలో నీటిని (ఉప్పు నీటి ద్రావణం) పోయాలి మరియు దిగువ ముక్కు వైపు నీరు ప్రవహించండి లేదా ప్రవహించండి.
6. ఎలివేటెడ్ పొజిషన్‌లో నిద్రించండి, కొంచెం ఎత్తులో ఉన్న స్లీపింగ్ పొజిషన్ మీ శ్లేష్మం బాగా పారుదలలో సహాయపడుతుంది. మీరు మీ సైనస్‌లలో ద్రవాలు ప్రవహించటానికి మరియు రద్దీని నిరోధించడానికి మీ తల కింద దిండ్లు ఉంచుకోవచ్చు.
7. ఉప్పునీరు లేదా పోవిడోన్-అయోడిన్‌తో గార్గిల్ చేయడం వల్ల ఎగువ శ్వాసకోశ ఇన్‌ఫెక్షన్‌ల సంభవం తగ్గుతుంది.
8. మీ రోగనిరోధక వ్యవస్థకు మద్దతు ఇచ్చే ఆహారాన్ని తినండి విటమిన్ సి మరియు జింక్ అధికంగా ఉండే ఆహారాలు జలుబు నుండి కోలుకోవడానికి మీకు సహాయపడతాయి. నారింజ, నిమ్మ, బెల్ పెప్పర్స్ మరియు స్ట్రాబెర్రీ వంటి విటమిన్ సి అధికంగా ఉండే ఆహారాలు జలుబు లక్షణాల నుండి ఉపశమనం పొందడంలో మీకు సహాయపడతాయి.
9. పరిశుభ్రతపై అదనపు శ్రద్ధ వహించండి మంచి పరిశుభ్రత పాటించడం వల్ల జలుబును నివారించడమే కాకుండా, జలుబు ఇతరులకు వ్యాపించకుండా నిరోధించడంలో సహాయపడుతుంది. మీరు మీ చేతులను ఎల్లవేళలా శుభ్రంగా ఉంచుకున్నారని మరియు తరచుగా తాకిన వస్తువులు/ఉపరితలాలను క్రిమిసంహారక చేసేలా చూసుకోండి.

ఈ సమర్థవంతమైన మరియు సులభమైన సహజ నివారణలతో వైరల్ జలుబుతో మెరుగ్గా పోరాడండి. ఇక్కడ నొక్కండి!

సాధారణ జలుబు యొక్క సమస్యలు

జలుబు సాధారణంగా మందులతో లేదా లేకుండా కొన్ని రోజుల నుండి వారాల వరకు మెరుగవుతుంది. అయినప్పటికీ, జలుబు వైరస్ శరీరంలోని అనేక ఇతర ఇన్ఫెక్షన్లకు దారి తీస్తుంది:

తీవ్రమైన చెవి ఇన్ఫెక్షన్ (ఓటిటిస్ మీడియా) తీవ్రమైన సైనసిటిస్ తీవ్రమైన బ్రోన్కైటిస్ స్ట్రెప్ థ్రోట్ న్యుమోనియా క్రూప్ లేదా బ్రోన్కియోలిటిస్ పిల్లలలో

మీరు ఇప్పటికే ఆస్తమా, క్రానిక్ బ్రోన్కైటిస్ లేదా ఎంఫిసెమా వంటి శ్వాసకోశ సమస్యలతో బాధపడుతుంటే, జలుబు ఈ వ్యాధుల లక్షణాలను మరింత తీవ్రతరం చేస్తుంది. నీకు తెలుసా? మీ జలుబు తగ్గడానికి నిరాకరిస్తే, అది సైనసైటిస్‌కు సంకేతం కావచ్చు. సైనస్ ఇన్ఫెక్షన్ లేదా సైనసిటిస్ మీ ముక్కు మరియు తల లోపల గాలితో నిండిన ఖాళీలు (సైనస్ అని పిలుస్తారు) ఎర్రబడినప్పుడు లేదా ఉబ్బినప్పుడు సంభవిస్తుంది. వైరస్లు లేదా బాక్టీరియా రెండూ ఈ మంటను కలిగించవచ్చు. సైనసైటిస్ గురించి ఇక్కడ మరింత సమాచారం ఉంది. తెలుసుకోవడానికి క్లిక్ చేయండి! సాధారణ జలుబు యొక్క ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలు

జలుబు నుండి త్వరగా కోలుకోవడానికి మీకు సహాయపడే కొన్ని ఇంటి నివారణలు ఇక్కడ ఉన్నాయి.

నిమ్మకాయ (నింబు): నిమ్మకాయలు జలుబు మరియు జ్వరానికి అత్యంత ప్రసిద్ధ ఔషధాలలో ఒకటి, ఎందుకంటే వాటిలో యాంటీఆక్సిడెంట్లు మరియు విటమిన్ సి పుష్కలంగా ఉన్నాయి. అవి జలుబు మరియు దగ్గుకు శరీర నిరోధకతను పెంచుతాయి మరియు అనారోగ్యం యొక్క వ్యవధిని తగ్గిస్తాయి.

మీరు ఒక టేబుల్ స్పూన్ తేనెతో వెచ్చని నీటిలో నిమ్మరసం తీసుకోవచ్చు. మీరు ఈ ద్రావణాన్ని రోజుకు రెండు లేదా మూడు సార్లు తీసుకోవచ్చు.

అల్లం (అడ్రాక్): ఇందులో యాంటీ ఇన్‌ఫ్లమేటరీ మరియు యాంటీ ఆక్సిడెంట్ లక్షణాలు ఉన్నాయి. జలుబు నయం చేయడానికి, మీరు చిన్న అల్లం ముక్కను కట్ చేసి నీటిలో ఉడకబెట్టవచ్చు. ఈ మిశ్రమాన్ని వడకట్టి, ఈ డికాషన్‌ను రోజుకు రెండు లేదా మూడు సార్లు తీసుకోవాలి. మీరు పచ్చి అల్లంను నమలవచ్చు లేదా సప్లిమెంట్ల రూపంలో కూడా తినవచ్చు.

వెల్లుల్లి (లెహ్సున్): వెల్లుల్లి యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ ఏజెంట్ల యొక్క అద్భుతమైన మూలం. ఇది యాంటిస్పాస్మోడిక్ మరియు యాంటిసెప్టిక్ చర్యను కూడా కలిగి ఉంటుంది.

మీరు వెల్లుల్లి యొక్క 3-4 లవంగాలను తీసుకొని నీటిలో ఉడకబెట్టి రోజుకు ఒకసారి తినవచ్చు. మీరు 3-4 చుక్కల వెల్లుల్లి నూనెను నీటిలో కరిగించి రోజుకు రెండు లేదా మూడు సార్లు తీసుకోవచ్చు.

పసుపు (హల్దీ): పసుపు కూడా జలుబుకు అద్భుతమైన ఔషధం. మీరు గోరువెచ్చని పాలలో అర టీస్పూన్ పసుపు వేసి రోజుకు ఒకసారి తినవచ్చు. మీరు ముక్కు కారటంతో బాధపడుతున్నట్లయితే, మీరు త్వరగా ఉపశమనం కోసం కాలుతున్న పసుపు నుండి పొగను తీసుకోవచ్చు.

చేదు పొట్లకాయ (కరేలా): బెండకాయ యొక్క మూలాలు జలుబు చికిత్సలో ప్రభావవంతంగా ఉంటాయి. మీరు పొట్లకాయ, తులసి ఆకులు మరియు సమాన భాగాలలో తేనెను కలిపి పేస్ట్ చేసి, ప్రతిరోజూ రాత్రికి ఒక నెల పాటు తీసుకోవచ్చు.

లేడీ ఫింగర్ (భిండి): లేడీ ఫింగర్ లేదా ఓక్రాలో శ్లేష్మం పుష్కలంగా ఉంటుంది మరియు జలుబుతో సంబంధం ఉన్న గొంతు అలెర్జీలు, వాపు మరియు నొప్పికి చికిత్స చేయడంలో సహాయపడుతుంది. జలుబు నుండి ఉపశమనానికి, మీరు వేడినీటిలో కొన్ని కట్ లేడీ వేళ్లను జోడించి, ప్రతిరోజూ ఒకసారి ఈ కషాయాన్ని తినవచ్చు.

విటమిన్ సి: విటమిన్ సిని రెగ్యులర్ గా తీసుకోవడం వల్ల జలుబును నివారించడంలో సహాయపడుతుంది. మీకు ఇప్పటికే జలుబు ఉంటే, విటమిన్ సి తీసుకోవడం లక్షణాల నుండి ఉపశమనం పొందడంలో మరియు జలుబు వ్యవధిని తగ్గించడంలో మీకు సహాయపడుతుంది. మీరు ప్రతిరోజూ 1-2 విటమిన్ సి మాత్రలు తీసుకోవచ్చు లేదా మీ డాక్టర్ సూచించినట్లు. తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు జలుబు ఎంతకాలం ఉంటుంది? జలుబు మరియు ఫ్లూ ఒకేలా ఉన్నాయా? చలికాలంలో జలుబు ఎందుకు తీవ్రమవుతుంది? నాకు జలుబు ఉంటే నేను ఏ ఆహారాలకు దూరంగా ఉండాలి? మీ జలుబు వైరల్ లేదా బ్యాక్టీరియా అని ఎలా తెలుసుకోవాలి? ప్రస్తావనలు Worrall Graham. సాధారణ జలుబు.కెన్ ఫ్యామ్ ఫిజీషియన్. 2011 నవంబర్; 57(11): 1289–1290. వాంగ్ జే లీ. సాధారణ జలుబు మరియు ఫ్లూ. మానవ ఆరోగ్యం మరియు వ్యాధిలో విటమిన్ సి. 2019 ఆగస్టు 7 : 89–100. నీల్సన్ హెచ్ హెర్లోవ్ , పెర్మిన్ హెచ్ .కామన్ జలుబు-ప్రమాద కారకాలు, ప్రసారం మరియు చికిత్స. 2001 అక్టోబర్ 8;163(41):5643-6. పాపాలు. E Diane.The Common Cold. పీడియాట్రిక్ ఇన్ఫెక్షియస్ డిసీజెస్ సూత్రాలు మరియు అభ్యాసం. 2018 : 199–202.e1. సాధారణ జలుబు గురించి వాస్తవాలు. అమెరికన్ లంగ్ అసోసియేషన్.[ఇంటర్నెట్] [ఏప్రిల్ 9, 2021న యాక్సెస్ చేయబడింది] HK బఖ్రు. భారతీయ సుగంధ ద్రవ్యాలు & మసాలా దినుసులు సహజ హీలర్లుగా. జైకో పబ్లిషింగ్ హౌస్, 2001. p53-54

==================================================

కండ్లకలకను పింక్ ఐ, కండ్లకలక ఇన్ఫెక్టివ్, అంటువ్యాధి కంటి చూపు అని కూడా పిలుస్తారు అవలోకనం కండ్లకలక అనేది కండ్లకలక యొక్క ఇన్ఫెక్షన్, ఇది కనురెప్పను కప్పి, మీ ఐబాల్ యొక్క తెల్లని భాగాన్ని కప్పి ఉంచే ఒక పారదర్శక పొర. కండ్లకలకలోని చిన్న రక్తనాళాలు ఎర్రబడినప్పుడు, అవి మరింత ప్రముఖంగా మారతాయి. దీని వల్ల మీ కళ్లలోని తెల్లటి ఎరుపు లేదా గులాబీ రంగులో కనిపిస్తుంది, అందుకే దీనికి పింక్ ఐ అని పేరు వచ్చింది.

కండ్లకలక శ్లేష్మం లేదా చీము ఉత్సర్గతో పాటు కళ్లలో మంట మరియు దురద ద్వారా గుర్తించబడుతుంది. ప్రభావితమైన కంటిని రుద్దడానికి నిరంతరం కోరిక ఉంటుంది మరియు కొన్ని సందర్భాల్లో నొప్పి కూడా ఉండవచ్చు. ఇది వైరస్లు, బ్యాక్టీరియా వంటి కొన్ని ఇన్ఫెక్షియస్ ఏజెంట్లు లేదా దుమ్ము, పొగలు లేదా ఇతర అలెర్జీ కారకాల వంటి అంటువ్యాధులు కాని కారణాల వల్ల సంభవించవచ్చు. రోగనిర్ధారణ సాధారణంగా మీ వైద్యునిచే శారీరక పరీక్ష ద్వారా నిర్ధారించబడుతుంది మరియు చికిత్స పరిస్థితి యొక్క ఇన్ఫెక్టివ్ కారణంపై ఆధారపడి ఉంటుంది. వైరల్ కండ్లకలకకు ఎటువంటి చికిత్స అవసరం లేదు, బ్యాక్టీరియా సంక్రమణకు కంటి చుక్కలు లేదా లేపనాల రూపంలో యాంటీ ఇన్ఫెక్టివ్ ఏజెంట్లు అవసరం కావచ్చు.

మీరు మీ చేతులను శుభ్రంగా ఉంచుకోవడం ద్వారా కండ్లకలకను నివారించవచ్చు మరియు సోకిన వ్యక్తులతో కళ్లజోడు, కనుబొమ్మలు, మేకప్ వంటి వ్యక్తిగత వస్తువులను పంచుకోకుండా నివారించవచ్చు. ఈ ఇన్ఫెక్షన్ సోకకుండా ఉండటానికి కాంటాక్ట్ లెన్స్‌లను జాగ్రత్తగా ఉపయోగించడం కూడా చాలా ముఖ్యం. కండ్లకలక, ప్రతి రోజు గడిచేకొద్దీ తీవ్రమవుతుంది, ఇది యువెటిస్ మరియు కార్నియల్ చిల్లులు వంటి సమస్యల ప్రమాదాన్ని కలిగిస్తుంది కాబట్టి నేత్ర వైద్యునిచే తీవ్రంగా పరిగణించాలి మరియు చికిత్స చేయాలి. సాధారణంగా అన్ని వయసుల వారిలోనూ కనిపించే ముఖ్య వాస్తవాలు లింగం ప్రభావితం పురుషులు & స్త్రీలు శరీర భాగాలు (లు) ప్రమేయం ప్రపంచవ్యాప్తంగా కళ్ళు వ్యాప్తి: 1% (2013) అనుకరించే పరిస్థితులు గ్లాకోమా ఇరిటిస్ కెరాటిటిస్ ఎపిస్క్లెరిటిస్ స్క్లెరిటిస్ టెరీజియం కార్నియల్ అల్సర్ కార్నియా రాపిడి లెన్స్ ఓవర్‌వేర్ డ్రై ఐ ట్రీట్‌మెంట్ యాంటీబయాటిక్స్: క్లోరాంఫెనికోల్, సిప్రోఫ్లోక్సాసిన్, మోక్సిఫ్లోక్సాసిన్ కార్టికోస్టెరాయిడ్స్: లోటెప్రెడ్నాల్ ఎటాబోనేట్, ఫ్లోరోమెథోలోన్ NSAIDలు: కెటోరోలాక్ నిపుణులు కండ్లకలక యొక్క నేత్ర వైద్యుడిని సంప్రదించాలి

కండ్లకలక అనేది మీ కళ్ళ యొక్క బయటి ఉపరితలాన్ని కప్పి ఉంచే శ్లేష్మ పొరను సూచిస్తుంది మరియు ఆరోగ్యకరమైన కంటి మరియు దృష్టిని నిర్వహించడానికి బాధ్యత వహిస్తుంది. కండ్లకలక అనేది కండ్లకలక యొక్క వాపు మరియు సంక్రమణను సూచిస్తుంది. మీరు కలిగి ఉంటే కండ్లకలక వాపును మీరు అనుమానించవచ్చు: కళ్లలో తెల్లటి రంగులో పింక్ లేదా ఎరుపు రంగు కళ్లలో మంట, చికాకు లేదా దురద కళ్ల నుండి శ్లేష్మం లేదా చీము స్రావాలు కన్ను మరియు కనురెప్పలో (లోపల) తెల్లటి భాగాన్ని కప్పే పొర యొక్క వాపు కనురెప్పలో భాగం) కన్నీళ్ల ఉత్పత్తి పెరగడం మీ కళ్లలో ఒక విదేశీ వస్తువు యొక్క స్థిరమైన అనుభూతి మీ కళ్లను రుద్దడానికి స్థిరమైన కోరిక, దట్టమైన శ్లేష్మ ఉత్సర్గ కనురెప్పల మీద క్రస్ట్ అవుతుంది, ప్రత్యేకించి నిద్రలేచిన తర్వాత కన్ను తెరవడం కష్టమవుతుంది మరియు కళ్లలో నొప్పి పెరుగుతుంది. కాంతికి సున్నితత్వం కంటి నొప్పి, వైద్యపరంగా ఆప్తాల్‌మాల్జియా అని పిలుస్తారు, ఇది కళ్ళలో మరియు చుట్టూ అసౌకర్యాన్ని కలిగించే ఒక సాధారణ ఫిర్యాదు. కంటి నొప్పికి సాధారణ కారణాలు ఇక్కడ ఉన్నాయి. చదవడానికి క్లిక్ చేయండి!

కండ్లకలక యొక్క కారణాలు

కండ్లకలక వ్యాధి బ్యాక్టీరియా, వైరస్‌లు లేదా కొన్ని అలెర్జీ కారకాలు మరియు చికాకు కలిగించే కారకాల వల్ల సంభవించవచ్చు. కండ్లకలక యొక్క అత్యంత సాధారణ కారణాలలో కొన్ని క్రింద వివరించబడ్డాయి:

1. కండ్లకలక యొక్క ఇన్ఫెక్షియస్ కారణాలు ఈ రకమైన కండ్లకలక అంటువ్యాధి అంటే. అవి సోకిన వ్యక్తి నుండి లేదా సోకిన వ్యక్తి తాకిన వాటి ద్వారా సులభంగా వ్యాప్తి చెందుతాయి, ఉదాహరణకు ఉపయోగించిన కణజాలం. వివిధ రకాలైన ఇన్ఫెక్షన్ కారణాలు క్రింది విధంగా ఉన్నాయి: బాక్టీరియల్ కండ్లకలక పిల్లలలో చాలా సాధారణం మరియు కండ్లకలకకు కారణమయ్యే కొన్ని సాధారణ బ్యాక్టీరియాలలో స్టెఫిలోకాకస్ ఆరియస్, హెచ్. ఇన్ఫ్లుఎంజా, ఎస్. న్యుమోనియా మరియు మోరాక్సెల్లా క్యాతర్హాలిస్ వంటివి ఉన్నాయి. స్ట్రెప్టోకోకస్ న్యుమోనియే మరియు హేమోఫిలస్ ఇన్ఫ్లుఎంజా వంటి బ్యాక్టీరియా పెద్దవారిలో కండ్లకలకకు కారణమవుతుంది. వైరల్ కండ్లకలక పెద్దవారిలో కూడా చాలా సాధారణం. ఈ రకమైన కండ్లకలక చాలా అంటువ్యాధి మరియు తరచుగా పాఠశాలలు మరియు ఇతర రద్దీ ప్రదేశాలలో వ్యాపిస్తుంది. అడెనోవైరస్‌లు, హెర్పెస్ సింప్లెక్స్, హెర్పెస్ జోస్టర్ మరియు ఎంటెరోవైరస్ వంటి వైరస్‌లు కండ్లకలకకు కారణమవుతాయి.
2. కండ్లకలక యొక్క నాన్-ఇన్ఫెక్షన్ కారణాలు ఈ కండ్లకలక అంటువ్యాధి కాదు మరియు సాధారణంగా కొన్ని అలెర్జీ కారకాలు లేదా చికాకు కలిగించేవి: అలెర్జీ కండ్లకలక అనేది అలెర్జీ కారకాలు లేదా అలెర్జీ పదార్థాలకు శరీరం యొక్క ప్రతిచర్య. ఇది రెండు కళ్లను ప్రభావితం చేస్తుంది మరియు పుప్పొడి, దుమ్ము పురుగులు, అచ్చులు, పెంపుడు జంతువుల నుండి చర్మం, మందులు లేదా సౌందర్య సాధనాలు మొదలైన అలర్జీని కలిగించే పదార్ధానికి ప్రతిస్పందనగా ఉంటుంది. గవత జ్వరం, ఉబ్బసం మరియు ఇతర అలెర్జీ పరిస్థితులతో బాధపడుతున్న వ్యక్తులలో అలెర్జీ కండ్లకలక చాలా సాధారణం. తామర కండ్లకలక లక్షణాలతో పాటు తుమ్ములు మరియు నీటి ముక్కు ఉత్సర్గ వంటి లక్షణాలను కూడా అనుభవించవచ్చు. జెయింట్ పాపిల్లరీ కాన్జూక్టివిటిస్ అనేది ఒక రకమైన అలెర్జీ కండ్లకలక, ఇది కంటిలో విదేశీ శరీరం యొక్క దీర్ఘకాలిక ఉనికి కారణంగా ఏర్పడుతుంది. ఫ్లెక్సిబుల్ కాంటాక్ట్ లెన్స్‌లు ధరించేవారు, తరచుగా మార్చబడని మృదువైన కాంటాక్ట్ లెన్స్‌లు వాడేవారు లేదా కృత్రిమ కన్ను ఉన్నవారు ఈ రకమైన కండ్లకలక వచ్చే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది. పొగ, దుమ్ము, పొగ వంటి చికాకుల వల్ల ఇరిటెంట్ కండ్లకలక వస్తుంది. రసాయన పరిశ్రమ నుండి వచ్చే రసాయనాలు లేదా ప్రయోగశాలలో ఉపయోగించే రసాయనాలు/వాయువులు లేదా బ్లీచ్ వంటి కాస్టిక్ పదార్థాలు కండ్లకలకకు కారణమవుతాయి మరియు కొన్ని సందర్భాల్లో రసాయన స్ప్లాష్ కంటికి శాశ్వత నష్టానికి దారి తీస్తుంది.   
   నీకు తెలుసా? COVID-19 మహమ్మారికి కారణమైన కరోనావైరస్ కండ్లకలకకు కూడా కారణమవుతుందని కనుగొనబడింది. COVID-19 ఉన్న వ్యక్తులలో ఇతర విలక్షణమైన లక్షణాలు కనిపించకముందే కండ్లకలక కనిపించవచ్చు. కోవిడ్ గురించి మరింత తెలుసుకోవడానికి ఇప్పుడే చదవండి! కండ్లకలక యొక్క ప్రమాద కారకాలు

మీరు కండ్లకలక సంక్రమించే ప్రమాదం ఎక్కువ పుట్టుకతో వచ్చే లైంగికంగా సంక్రమించే వ్యాధితో ఈ పరిస్థితి మీ ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది, ప్రత్యేకించి వారి నిద్రలో ఎక్కువ గంటలు కాంటాక్ట్ లెన్స్‌లు ధరించండి, ఇది బ్యాక్టీరియా కార్నియల్ ఇన్‌ఫెక్షన్‌కు గురయ్యే ప్రమాదం మీకు తెలుసా? నవజాత శిశువులలో పింకీ/నియోనాటల్ కంజుంక్టివిటిస్/ఆఫ్తాల్మియా నియోనేటోరం అనేది కండ్లకలక యొక్క తీవ్రమైన రూపం, ఇది నవజాత శిశువులలో లేదా పుట్టిన తర్వాత మొదటి నెలలోపు సంభవిస్తుంది. గర్భిణీ స్త్రీ క్లామిడియా లేదా గోనేరియా వంటి లైంగికంగా సంక్రమించే వ్యాధితో బాధపడుతుంటే, ప్రసవ సమయంలో శిశువు వారికి బహిర్గతమవుతుంది. ఇది కంటి దెబ్బతినడానికి దారితీసే తీవ్రమైన పరిస్థితి. అటువంటి సందర్భంలో, నిపుణుల మార్గదర్శకత్వంలో సకాలంలో చికిత్స కోసం పిల్లల శిశువైద్యుడు లేదా నేత్ర వైద్యుడిని సంప్రదించండి. మా నిపుణుడిని సంప్రదించండి! కండ్లకలక వ్యాధి నిర్ధారణ

కండ్లకలక సాధారణంగా మీ కంటి వైద్యుడు లేదా నేత్ర వైద్యుడు భౌతిక పరీక్ష ద్వారా నిర్ధారించబడుతుంది.

కనురెప్పల సంస్కృతి వంటి ప్రయోగశాల పరీక్షలు చాలా అరుదుగా నిర్వహించబడతాయి. మీరు కండ్లకలక యొక్క పునరావృత ఇన్‌ఫెక్షన్‌లను ఎదుర్కొంటున్నప్పుడు లేదా మందులతో ఇన్‌ఫెక్షన్ మెరుగ్గా లేనప్పుడు కనురెప్పల సంస్కృతిని సాధారణంగా నిర్వహిస్తారు. కొన్ని సందర్భాల్లో వైరస్‌ల వల్ల కలిగే కండ్లకలక కోసం RT-PCR పరీక్షను సూచించవచ్చు.

నేత్ర వైద్యుడు లేదా ఆప్టిషియన్? మీ సాధారణ కంటి తనిఖీని పొందడానికి మీరు ఎవరిని సందర్శిస్తారు? మీ సమాధానం ఆప్టిషియన్ అయితే, మీరు ఈ కథనాన్ని తప్పకుండా చదవాలి. ఇక్కడ నొక్కండి!

సెలబ్రిటీలు బిపాసా బసు గ్రోవర్‌ను 2012లో ప్రభావితం చేశారు, బాలీవుడ్ నటి బిపాసా బసు తన కొత్తగా ప్రారంభించిన పాటను ప్రచారం చేస్తున్నప్పుడు కండ్లకలక సోకింది. దీంతో ఆ నటి తన షూటింగ్‌ను రద్దు చేసుకోవలసి వచ్చింది. జస్టిన్ బీబర్ కెనడియన్ గాయకుడు జస్టిన్ బీబర్ కండ్లకలక గురించి పంచుకోవడానికి Instagramకి వెళ్లారు. అతను 2017 సంవత్సరంలో ఎడమ కంటికి ఇన్ఫెక్షన్ సోకిందని పేర్కొంటూ సెల్ఫీని పోస్ట్ చేశాడు. కండ్లకలక నివారణ

కండ్లకలకను నివారించడానికి మీరు ఈ సులభమైన చిట్కాలను అనుసరించవచ్చు: మీ చేతులను కనీసం 20 సెకన్ల పాటు సబ్బు మరియు నీటితో తరచుగా కడగడం ద్వారా వాటిని శుభ్రంగా ఉంచండి. శుభ్రపరిచే ముందు మరియు తర్వాత, మరియు సోకిన మీ కంటికి కంటి చుక్కలు లేదా లేపనం వేసే ముందు మీ చేతులను బాగా కడగడం మంచిది. కంటి చుక్కలు, లేదా మేకప్, సన్ గ్లాసెస్ వంటి వ్యక్తిగత వస్తువులను కండ్లకలక రాకుండా నిరోధించడానికి సోకిన వ్యక్తితో పంచుకోవద్దు. మీ కళ్ళను తాకవద్దు లేదా రుద్దవద్దు. అంటువ్యాధులు వ్యాప్తి చెందడానికి మరియు మరింత అధ్వాన్నంగా మారడానికి ఇది బాధ్యత వహిస్తుంది. ఎక్కువ గంటలు కాంటాక్ట్ లెన్స్‌లు ధరించవద్దు. అపోహ: ముదురు సన్ గ్లాసెస్ ధరించడం వల్ల కండ్లకలక నివారించవచ్చు వాస్తవం: తీవ్రమైన కండ్లకలక ఉన్న సందర్భాల్లో చీకటి అద్దాలు ధరించడం మంచిది, తద్వారా కాంతి నుండి కళ్ళు రక్షించబడతాయి. ఎందుకంటే, ఒకసారి సోకిన కళ్ళు కాంతికి సున్నితంగా మారతాయి, ఇది కోలుకోవడానికి ఆటంకం కలిగిస్తుంది. అలాగే, అద్దాలు ధరించడం వల్ల దుమ్ము మరియు ఇతర కణాల నుండి కళ్లను రక్షించవచ్చు, ఇది పరిస్థితిని మరింత దిగజార్చవచ్చు. మీ కళ్ళను రక్షించుకోవడానికి ఇక్కడ మరిన్ని మార్గాలు ఉన్నాయి. కథనాన్ని ఇక్కడ చదవండి! సందర్శించవలసిన నిపుణుడు

కింది పరిస్థితులలో వీలైనంత త్వరగా మీ వైద్యుడిని సందర్శించడం తప్పనిసరి: కంటిలో నొప్పి కాంతికి లేదా అస్పష్టమైన దృష్టికి సున్నితత్వం పెరిగింది, ఇది కన్నీళ్లను తుడిచిపెట్టిన తర్వాత కూడా అలాగే ఉంటుంది లేదా కళ్ళ నుండి రక్తం కారడం లేదా కళ్ళు ఎర్రగా మారడం. మీ లక్షణాలు మెరుగుపడకపోతే లేదా అధ్వాన్నంగా ఉంటే, యాంటీబయాటిక్స్ తీసుకున్న 24 గంటల తర్వాత కూడా మెరుగుపడని గులాబీ కళ్లను కలిగి ఉంటే, మీ నవజాత శిశువు కండ్లకలకతో బాధపడుతుంటే, మీకు బలహీనమైన రోగనిరోధక శక్తి ఉంటే ఉదాహరణకు HIV ఇన్ఫెక్షన్ లేదా మీరు బాధపడుతున్నట్లయితే క్యాన్సర్ చికిత్స, లేదా ఇతర వైద్య పరిస్థితులు మరియు కండ్లకలకతో బాధపడుతున్నారు

లక్షణాల నుండి ఉపశమనం పొందడానికి, మీరు జనరల్ ఫిజిషియన్ నేత్ర వైద్యుడిని సందర్శించవచ్చు

మీరు వ్యక్తిగత సందర్శనకు వెళ్లలేకపోతే, బదులుగా “వీడియో సందర్శన” చేయవచ్చు. ఆన్‌లైన్ సంప్రదింపులు మరింత ప్రాచుర్యం పొందుతున్నాయి.

ఇక్కడ భారతదేశంలోని అత్యుత్తమ వైద్యులను సంప్రదించండి. ఇప్పుడే అపాయింట్‌మెంట్ బుక్ చేసుకోండి!

కండ్లకలక చికిత్స

కండ్లకలక యొక్క చికిత్స లక్షణాల కారణంపై ఆధారపడి ఉంటుంది. కండ్లకలకలో ప్రధానంగా వైరల్, బ్యాక్టీరియల్ మరియు అలర్జిక్ కండ్లకలక అనే మూడు రకాలు ఉన్నాయి. ఈ రకమైన కండ్లకలకకు వివిధ చికిత్స ఎంపికలు క్రింది విధంగా ఉన్నాయి:

1. యాంటీబయాటిక్స్ ఇవి బాక్టీరియల్ కండ్లకలకకు వ్యతిరేకంగా ప్రభావవంతంగా ఉంటాయి, ఇది కళ్ళు ఎరుపు మరియు దురదకు కారణమవుతుంది. వీటిని చుక్కలు, లేపనం లేదా నోటి రూపంలో ఇవ్వవచ్చు. ఈ తరగతి ఔషధాలకు ఉదాహరణ: క్లోరాంఫెనికోల్ సిప్రోఫ్లోక్సాసిన్ మోక్సిఫ్లోక్సాసిన్
2. కార్టికోస్టెరాయిడ్స్ ఇవి ఎక్కువగా దుమ్ము లేదా చికాకు వంటి అలర్జీ కారణంగా కండ్లకలక నుండి ఉపశమనం పొందేందుకు సూచించబడతాయి. ఇది ఇన్ఫెక్షన్ కారణంగా మంట మరియు నొప్పిని తగ్గించడానికి కూడా ఉపయోగించబడుతుంది. కండ్లకలక కోసం సాధారణంగా సూచించిన కొన్ని స్టెరాయిడ్లు: లోటెప్రెడ్నాల్ ఎటాబోనేట్ ఫ్లోరోమెథోలోన్
3. NSAIDలు కండ్లకలక వాపుతో పాటు కళ్లలో నొప్పిని కలిగిస్తుంది కాబట్టి, స్టెరాయిడ్ కాని యాంటీ ఇన్‌ఫ్లమేటరీ డ్రగ్స్ (NSAIDలు) వంటి పెయిన్‌కిల్లర్లు సాధారణంగా నొప్పిని అలాగే కళ్లలో మంటను వదిలించుకోవడానికి సిఫార్సు చేయబడతాయి. మీ వైద్యుడు కెటోరోలాక్ వంటి నేత్ర సంబంధ NSAIDలను సిఫారసు చేయవచ్చు.

గమనిక: వైరల్ కాన్జూక్టివిటిస్ కోసం, మీరు కేవలం కోల్డ్ కంప్రెస్ ఉపయోగించాలి. ఇది సాధారణంగా యాంటీబయాటిక్ చికిత్సకు ప్రతిస్పందించదు మరియు అది మెరుగయ్యే ముందు దాని కోర్సును నడుపుతుంది. ప్రతి సాధారణ ఆరోగ్య సమస్యకు యాంటీబయాటిక్స్ తీసుకోవడం మానేయండి యాంటీబయాటిక్స్ అనేవి సాధారణ మందులు, ఇవి ముక్కు కారటం, తల నిండినట్లు మరియు బాధించే దగ్గు వంటి వివిధ ఆరోగ్య సమస్యలకు చికిత్స చేయడానికి ఉపయోగిస్తారు, ఇది మంచిది కాదు. యాంటీబయాటిక్స్ అనేది బాక్టీరియల్ ఇన్ఫెక్షన్లకు మాత్రమే ప్రభావవంతమైన మందులు మరియు వైరల్ ఇన్ఫెక్షన్లకు కాదు. యాంటీబయాటిక్స్ ఎప్పుడు తీసుకోవాలి మరియు ఎప్పుడు తీసుకోకూడదు అనే దాని గురించి ఇక్కడ మరింత సమాచారం ఉంది. చదవడానికి క్లిక్ చేయండి! కండ్లకలక కోసం ఇంటి సంరక్షణ

కండ్లకలక నుండి త్వరగా కోలుకోవడంలో మీకు సహాయపడే కొన్ని సులభమైన ఇంటి చిట్కాలు ఇక్కడ ఉన్నాయి: ఇన్ఫెక్షన్ తీవ్రతరం కాకుండా నిరోధించడానికి మీ చేతులను శుభ్రంగా ఉంచండి. కాటన్ లేదా శుభ్రమైన, తడి వాష్‌క్లాత్ సహాయంతో మీ కంటి(ల) నుండి లేదా చుట్టుపక్కల ఏదైనా స్రావాన్ని కడగాలి. ఉపయోగించిన తర్వాత కాటన్ బాల్స్‌ను విస్మరించండి మరియు ఉపయోగించిన వస్త్రాన్ని డిటర్జెంట్ మరియు వేడి నీటితో కడగాలి. మీ నాన్-ఇన్ఫెక్షన్ కంటికి అదే కంటి చుక్కను ఉపయోగించవద్దు. మీ వ్యక్తిగత వస్తువులైన బెడ్‌షీట్‌లు, పిల్లోకేసులు, షీట్‌లు, వాష్‌క్లాత్‌లు మరియు ఫేస్ టవల్‌లను వేడి నీరు మరియు డిటర్జెంట్‌తో కడగాలి; మీరు ఈ వస్తువులను హ్యాండిల్ చేసిన తర్వాత మీ చేతులను శుభ్రం చేసుకోండి. కాంటాక్ట్ లెన్స్‌లను మళ్లీ ధరించడం ప్రారంభించమని మీ నేత్ర వైద్యుడు మీకు సలహా ఇచ్చే వరకు వాటిని ధరించవద్దు. ఇతరులు పంచుకునే టవల్స్ వంటి కలుషితమైన వస్తువులను ఉపయోగించవద్దు. మీ కళ్లద్దాలను ఉపయోగించే ముందు వాటిని శుభ్రం చేయాలని నిర్ధారించుకోండి. ఈత కొలనులను ఉపయోగించడం లేదా ఎక్కువ గంటలు టెలివిజన్ చూడటం మానుకోండి.

మీకు కండ్లకలక ఉన్నట్లయితే, ఇన్‌ఫెక్షన్ పోయిన తర్వాత మళ్లీ ఇన్‌ఫెక్షన్‌ను నివారించడానికి మీరు తీసుకోవలసిన దశలు ఉన్నాయి: సోకినప్పుడు మీరు ఉపయోగించిన కంటి లేదా ముఖానికి మేకప్ లేదా మేకప్ బ్రష్‌లను విసిరివేయండి మరియు భర్తీ చేయండి. మీ కళ్ళు సోకినప్పుడు మీరు ఉపయోగించిన పునర్వినియోగపరచలేని కాంటాక్ట్ లెన్సులు మరియు కేసులను విసిరేయండి. మీ కళ్ళు సోకినప్పుడు మీరు ఉపయోగించిన కాంటాక్ట్ లెన్స్ సొల్యూషన్‌లను విసిరేయండి. నిర్దేశించిన విధంగా పొడిగించిన దుస్తులు ధరించే లెన్స్‌లను శుభ్రం చేయండి. సోకినప్పుడు మీరు ఉపయోగించిన కళ్లద్దాలు మరియు కేస్‌లను శుభ్రం చేయండి. కండ్లకలక యొక్క సమస్యలు

తీవ్రమైన కండ్లకలక కారణంగా ఉత్పన్నమయ్యే సమస్యలు చాలా అరుదుగా ఉన్నప్పటికీ, కొన్ని సందర్భాల్లో సమస్యలు సంభవించవచ్చు. హెర్పెస్ జోస్టర్ వైరస్ కాన్జూక్టివిటిస్‌తో బాధపడుతున్న రోగులు గోనేరియా, క్లామిడియా లేదా కొన్ని రకాల అడెనోవైరస్‌ల వల్ల వచ్చే యువెటిస్ కండ్లకలక వంటి సమస్యలకు ఎక్కువ ప్రమాదం ఉంది, ఎందుకంటే అవి కార్నియాకు మచ్చలు లేదా ద్వితీయ కార్నియల్ చిల్లులు కలిగించవచ్చు. 5 నుండి 7 రోజుల చికిత్స తర్వాత కూడా మీరు ఎటువంటి మెరుగుదలని చూపించలేకపోతే, మీరు తప్పనిసరిగా నేత్ర వైద్యుడిని సందర్శించాలి. కండ్లకలక కోసం ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలు

కండ్లకలక చికిత్సకు కొన్ని సాధారణ గృహ/మూలికా నివారణలు:

ఇండియన్ గూస్బెర్రీ: ఇండియన్ గూస్బెర్రీ లేదా ఉసిరి కండ్లకలక చికిత్సలో ఉపయోగపడుతుంది. మీరు ఒక కప్పు ఉసిరి రసాన్ని రెండు టీస్పూన్ల తేనెతో కలిపి ఈ మిశ్రమాన్ని రోజుకు రెండు సార్లు తినవచ్చు.

కూరగాయల రసం: బచ్చలికూర, పార్స్లీ లేదా క్యారెట్ వంటి కొన్ని కూరగాయల పచ్చి రసాలు కండ్లకలక నుండి త్వరగా కోలుకోవడానికి మీకు సహాయపడతాయి. గరిష్ట ప్రయోజనాల కోసం మీరు ఈ రసాలను విడిగా తీసుకోవచ్చు లేదా ఈ రసాలను కలపవచ్చు.

విటమిన్ అధికంగా ఉండే ఆహారాలు: విటమిన్ ఎ మరియు విటమిన్ బి2 వంటి కొన్ని విటమిన్లు కండ్లకలకలో చాలా ఉపయోగకరంగా ఉంటాయి. మీరు మీ ఆహారంలో క్యారెట్, గుమ్మడికాయ, టొమాటోలు, ఆకుకూరలు, ఆకు కూరలు మరియు విటమిన్ B2 అధికంగా ఉండే పాలు, బాదం, సిట్రస్ పండ్లు మరియు అరటి వంటి విటమిన్ ఎ అధికంగా ఉండే ఆహారాలను చేర్చుకోవచ్చు.

కొత్తిమీర: ఎండిన కొత్తిమీరను నీటిలో నానబెట్టి కొత్తిమీర డికాషన్ తయారు చేసుకోవచ్చు. ఇది కండ్లకలకలో ఉపశమనం కలిగించే అద్భుతమైన ఐవాష్‌ని చేస్తుంది.

అన్ని మూలికా నివారణలు లేదా ఇంటి చికిత్సలు మీ వైద్యుడిని సంప్రదించిన తర్వాత మాత్రమే తీసుకోవాలి. తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు నేను కండ్లకలకను ఎలా పట్టుకున్నాను? నా కండ్లకలక వైరస్ లేదా బాక్టీరియా వల్ల వచ్చిందో లేదో తెలుసుకోవడం ఎలా? నా కండ్లకలక ఎంతకాలం ఉంటుంది? మీరు కండ్లకలకను త్వరగా ఎలా వదిలించుకోవచ్చు? కండ్లకలక కోసం నేను ఏ కంటి చుక్కలను ఉపయోగించాలి? ప్రస్తావనలు తీవ్రమైన అంటువ్యాధి కండ్లకలక. మెడ్జెన్ [ఇంటర్నెట్] [మార్చి 30, 2020న యాక్సెస్ చేయబడింది] కండ్లకలక (పింక్ ఐ) సెంటర్స్ ఫర్ డిసీజ్ కంట్రోల్ & ప్రివెన్షన్ (CDC) రైడర్ ఎవా సి, బెన్సన్ స్కార్లెట్. కండ్లకలక. స్టాట్‌పెర్ల్స్ పబ్లిషింగ్[ఇంటర్నెట్]; 2021 Jan Karen K Yeung. బ్యాక్టీరియల్ కండ్లకలక (పింక్ ఐ)కి ప్రమాద కారకాలు ఏమిటి?మెడ్స్కేప్[ఇంటర్నెట్]. చివరిగా మార్చి, 30, 2021న కండ్లకలక (పింక్ ఐ)-నివారణ.వ్యాధి నియంత్రణ & నివారణ కేంద్రాలు (CDC)[ఇంటర్నెట్]న యాక్సెస్ చేయబడింది. చివరిగా మార్చి,30, 2021న కండ్లకలక (పింక్ ఐ)-ట్రీట్‌మెంట్.వ్యాధి నియంత్రణ & నివారణ కేంద్రాలు (CDC)[ఇంటర్నెట్]లో యాక్సెస్ చేయబడింది. చివరిగా మార్చి, 30, 2021న వుడ్ మార్క్ యాక్సెస్ చేయబడింది. కండ్లకలక: రోగ నిర్ధారణ మరియు నిర్వహణ. కమ్యూనిటీ కంటి ఆరోగ్యం. 1999; 12(30): 19–20. గుడ్గెల్ డాన్ టి. పింక్ ఐ కోసం త్వరిత హోం రెమెడీస్. అమెరికన్ అకాడమీ ఆఫ్ ఆప్తాల్మాలజీ: అక్టోబర్ 29, 2020 HK బఖ్రు. సాధారణ వ్యాధులకు సహజ ఇంటి నివారణలు. ఓరియంట్ పేపర్‌బ్యాక్స్, 2008. 58-59 p అజారీ అమీర్ ఎ, బర్నీ నీల్ పి. కండ్లకలక: రోగ నిర్ధారణ మరియు చికిత్స యొక్క క్రమబద్ధమైన సమీక్ష.JAMA. 2013 అక్టోబర్ 23; 310(16): 1721–1729.

==================================================

చుండ్రుని పిట్రియాసిస్ క్యాపిటిస్ అని కూడా పిలుస్తారు అవలోకనం చుండ్రు అనేది ఒక సాధారణ జుట్టు సమస్య, దీనికి పరిచయం అవసరం లేదు. ఇది వారి లింగం మరియు జాతితో సంబంధం లేకుండా వారి జీవితంలో ఏదో ఒక సమయంలో ప్రపంచవ్యాప్తంగా 50% మంది వ్యక్తులను ప్రభావితం చేస్తుంది.

చుండ్రు అనేది స్కాల్ప్ డిజార్డర్, దీని వలన స్కాల్ప్ ఫ్లేక్ మరియు/లేదా దురద వస్తుంది. తలపై ఉండే మృతకణాలు ఉపరితల వ్యర్థాలు మరియు నెత్తిమీద నూనె కారణంగా ఒకదానికొకటి అతుక్కుపోతాయి. ఇది తలపై దురదతో రేకులు ఏర్పడటానికి దారితీస్తుంది మరియు జుట్టు సాధారణం కంటే వేగంగా రాలిపోతుంది.

చుండ్రు ఎక్కువగా యుక్తవయస్సు నుండి మధ్య వయస్కుల మధ్య సంభవిస్తుంది, ఎందుకంటే ఇది సేబాషియస్ గ్రంథులు అత్యంత చురుకుగా ఉండే దశ. చుండ్రు యొక్క తీవ్రత సీజన్‌తో హెచ్చుతగ్గులకు లోనవుతుంది, అయితే ఇది సాధారణంగా శీతాకాలంలో తీవ్రమవుతుంది.

చికిత్స చేయకుండా వదిలేస్తే, ఇది చర్మం యొక్క ఫంగల్ ఇన్ఫెక్షన్లకు కారణమవుతుంది మరియు తీవ్రమైన జుట్టు రాలడానికి కూడా దారితీయవచ్చు. చుండ్రు కోసం సాధారణ చికిత్స ఎంపికలలో ఇంటి నివారణలు మరియు ఔషధ షాంపూల వాడకం ఉన్నాయి. సాధారణంగా అన్ని వయసుల సమూహంలో కనిపించే ముఖ్య వాస్తవాలు లింగం ప్రభావితం చేసే పురుషులు & స్త్రీలు శరీర భాగాలు (లు) ప్రపంచవ్యాప్తంగా స్కాల్ప్ హెయిర్ ప్రాబల్యం: 50% (2010) భారతదేశం: 7.6–18.7% (2015) అనుకరించే పరిస్థితులు సోరియాసిస్ డెర్మటైటిస్ ఎక్జిమా అలోపేసియా సెబోర్హెయిక్ స్ర్మాటిటిస్ తల పేను చికిత్స యాంటీ ఫంగల్ ఏజెంట్లు: జింక్ పైరిథియోన్, కెటోకానజోల్, క్లైంబజోల్, సెలీనియం సల్ఫైడ్, క్లోట్రిమజోల్ & పిరోక్టోన్ ఒలమైన్   
యాంటీ-ప్రొలిఫెరేటివ్ ఏజెంట్లు: కోల్ టార్ కెరాటోలిటిక్స్: సాలిసిలిక్ యాసిడ్ నిపుణులు చర్మవ్యాధి నిపుణుడు మరియు చర్మవ్యాధి నిపుణుడిని సంప్రదించవలసిన రోగలక్షణ నిపుణులు

చుండ్రు అనేది ఒక సాధారణ స్కాల్ప్ డిజార్డర్, దీని ద్వారా వర్గీకరించబడుతుంది: నెత్తిమీద పొరలుగా ఉండే తెల్లటి నుండి పసుపురంగు పొలుసులు చర్మంపై దురద పొడి లేదా జిడ్డుగల చర్మం

పొడి స్కాల్ప్ కారణంగా రేకులు చిన్నవిగా మరియు తెల్లగా ఉంటాయి. చుండ్రు రేకులు పెద్దవిగా ఉంటాయి మరియు సాధారణంగా జిడ్డుగల చర్మం కారణంగా పసుపు రంగులో ఉంటాయి.

మీ చుండ్రు తీవ్రంగా ఉండవచ్చని సంకేతాలు: నెత్తిమీద ఎరుపు లేదా వాపు యొక్క పెద్ద ప్రాంతాలు తీవ్రమైన దురద మరియు కాలక్రమేణా అధ్వాన్నమైన రేకులు, ఒక నెల పాటు యాంటీ-డాండ్రఫ్ షాంపూని ఉపయోగించిన తర్వాత కూడా లక్షణాలను కలిగి ఉండటం మీకు తెలుసా? చుండ్రు అనే పదం (డాండ్రిఫ్ అని కూడా పిలుస్తారు) ఆంగ్లో-సాక్సన్ మూలం నుండి వచ్చింది. ఇది రెండు పదాల కలయిక - 'టాన్' అంటే 'టెటర్' మరియు 'డ్రోఫ్' అంటే 'డర్టీ'. అలాగే, చుండ్రు ఉన్న స్కాల్ప్‌లు దాదాపు 8 లక్షల కణాలు/చదరపు సెం.మీ వరకు పోతాయి, సాధారణ స్కాల్ప్‌లలో కేవలం 5 లక్షల కణాలు/చ.సె.మీ. చుండ్రును ఎదుర్కోవడానికి సహజ మార్గాలు ఉన్నాయి. ఇంకా చదవండి! చుండ్రు కారణాలు

చుండ్రు యొక్క కారణాలు వ్యక్తి నుండి వ్యక్తికి మారుతూ ఉంటాయి, అయితే ఇది సాధారణంగా జుట్టు మరియు స్కాల్ప్‌ను సరిగ్గా నిర్వహించకపోవడం వల్ల వస్తుంది. నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం, చుండ్రుకు కారణం వేగంగా పరిపక్వం చెందడం మరియు అధిక నూనె స్రావాల కారణంగా ఏర్పడిన స్కాల్ప్ కణాలు తొలగిపోవడం.

స్థూలంగా చెప్పాలంటే, కారణాలను ఇలా వర్గీకరించవచ్చు: 1. సూక్ష్మజీవుల కారకాలు A) ఫంగల్ ఇన్ఫెక్షన్ మలాసెజియా, శిలీంధ్రాలు, చుండ్రుకు ప్రధాన కారణాలలో ఒకటి. ఇది సంతృప్త కొవ్వులు మరియు అసంతృప్త కొవ్వుల ఉత్పత్తికి బాధ్యత వహించే ఎంజైమ్ లైపేస్‌ను ప్రేరేపిస్తుంది. సంతృప్త కొవ్వులు శిలీంధ్ర కణాల పెరుగుదల మరియు విభజనలో సహాయపడతాయి, అసంతృప్త కొవ్వులు చర్మం మంట మరియు చికాకుకు కారణమవుతాయి. అంతేకాకుండా, ఇది కనిపించే తెల్లటి రేకులకు దారితీసే చనిపోయిన కణాల సాధారణ తొలగింపును కూడా మారుస్తుంది. B) బాక్టీరియల్ ఇన్ఫెక్షన్ నెత్తిమీద కనిపించే మరియు చుండ్రుకు దారితీసే బ్యాక్టీరియాలో ప్రొపియోనిబాక్టీరియం యాక్నెస్ మరియు స్టెఫిలోకాకస్ ఎపిడెర్మిడిస్ ఉన్నాయి. 2. నాన్-మైక్రోబియల్ కారకాలు పొడి తల చర్మం జిడ్డుగా లేదా చికాకు కలిగించే చర్మం/జుట్టు పేలవమైన జుట్టు పరిశుభ్రత జుట్టు సౌందర్య సాధనాలు/ఉపకరణాల ఉపయోగం సోరియాసిస్ మరియు ఎగ్జిమా వంటి స్కాల్ప్ డిజార్డర్స్ తరచుగా షాంపూ చేయడం విపరీత వాతావరణ పరిస్థితులు చుండ్రుకు ప్రమాద కారకాలు

మీకు చుండ్రు వచ్చే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది:

1. వయస్సు చుండ్రు సాధారణంగా యుక్తవయస్సులో ప్రారంభమవుతుంది మరియు మధ్య వయస్సు వరకు కొనసాగుతుంది. వృద్ధులకు చుండ్రు రాదని దీని అర్థం కాదు. కొంతమందికి, సమస్య జీవితాంతం ఉంటుంది.
2. మగవారిలో చుండ్రు ఆడవారి కంటే మగవారిలో ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది.
3. కొన్ని దీర్ఘకాలిక అనారోగ్యాలు పార్కిన్సన్స్ వ్యాధి మరియు నాడీ వ్యవస్థను ప్రభావితం చేసే ఇతర వ్యాధులు కూడా చుండ్రు ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయి. కాబట్టి HIV లేదా బలహీనమైన రోగనిరోధక వ్యవస్థ కలిగి ఉంటుంది.
4. ఇతర పరిస్థితులు ఒత్తిడి మరియు అలసట మీ స్కాల్ప్ జిడ్డుగా అనిపిస్తుంది. మీ జుట్టు పొడిబారనప్పటికీ చాలా సార్లు మీ జుట్టు జిడ్డుగా కనిపిస్తుంది.

జుట్టు యొక్క సాధారణ శారీరక పరీక్ష ద్వారా చుండ్రు నిర్ధారణ చేయబడుతుంది. మీరు మీ జుట్టు సంరక్షణ దినచర్య మరియు లక్షణాల గురించి కూడా కొన్ని ప్రశ్నలు అడగబడవచ్చు. ఇది చర్మవ్యాధి నిపుణుడు (చర్మ నిపుణుడు) లేదా ట్రైకాలజిస్ట్ (జుట్టు మరియు స్కాల్ప్ స్పెషలిస్ట్) చేత చేయబడుతుంది. మీ చుండ్రు తేలికపాటి లేదా తీవ్రమైనదిగా వర్గీకరించబడవచ్చు మరియు దాని ఆధారంగా, మీ వైద్యుడు తగిన చికిత్సను సూచించవచ్చు. చుండ్రుని నిర్ధారించడానికి రక్త పరీక్షలు లేదా ఇమేజింగ్ పరీక్షలు లేవు. సెలబ్రిటీలు టైరా బ్యాంక్స్‌ను ప్రభావితం చేశారు అమెరికన్ టీవీ పర్సనాలిటీ & మోడల్, టైరా బ్యాంక్స్, చుండ్రుతో ఆమె పోరాటం గురించి చాలా స్వరం. ఆమె ఒకసారి తన జుట్టు మురికిగా & చుండ్రుతో నిండి ఉందని మరియు ఆమె తన నెత్తిమీద గీసుకున్న ప్రతిసారీ, ఆమె గోళ్లలో దుష్ట డాన్‌రఫ్ కనిపిస్తుందని చెప్పింది. చుండ్రు నివారణ

జుట్టు ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడానికి తగిన చర్యలు తీసుకోవడం ద్వారా, మీరు చుండ్రు అవకాశాలను తగ్గించవచ్చు. అధిక చక్కెర ఆహారాలు, కొవ్వులు మరియు ఆల్కహాల్‌ను తగ్గించండి, మీ జుట్టు రకాన్ని బట్టి జుట్టు మరియు శిరోజాల సంరక్షణ దినచర్యను అభివృద్ధి చేయండి. మీరు జిడ్డుగల స్కాల్ప్‌ని కలిగి ఉన్నట్లయితే, తరచుగా షాంపూ చేయడం వల్ల చుండ్రును నివారించవచ్చు. ఫ్లేక్స్‌ను వదులుకోవడానికి మీ స్కాల్ప్‌ను సున్నితంగా మసాజ్ చేయండి. బాగా ఝాడించుట. మీ జుట్టు పొడిగా ఉండి, మీ స్కాల్ప్ సెన్సిటివ్‌గా ఉంటే, తక్కువ తరచుగా షాంపూతో తలస్నానం చేయండి మరియు మీ తలని కడుక్కునే మధ్య కండిషన్ చేయండి. హెయిర్ స్టైలింగ్ ఉత్పత్తులను పరిమితం చేయండి. హెయిర్-స్టైలింగ్ ఉత్పత్తులు మీ జుట్టు మరియు నెత్తిమీద పెరగడం వల్ల వాటిని జిడ్డుగా మార్చవచ్చు. తలలో సర్క్యులేషన్ మెరుగుపరచడానికి మీ జుట్టును తరచుగా బ్రష్ చేయండి. దువ్వెనలను పంచుకోవద్దు, బయటకు వెళ్లేటప్పుడు, మీ జుట్టును మురికి మరియు గ్రీజుతో కప్పి ఉంచడం వలన సమస్యను మరింత తీవ్రతరం చేస్తుంది నిపుణులు సందర్శించండి

మీ తలపై పొడి మరియు దురద లేదా తెల్లటి రేకులు ఉంటే, మీ పరిస్థితికి చికిత్స చేయడానికి వైద్యుడిని సంప్రదించండి. మీ చర్మం మరియు జుట్టు సంబంధిత సమస్యల కోసం సందర్శించడానికి ఉత్తమ వైద్యుడు: డెర్మటాలజిస్ట్ ట్రైకాలజిస్ట్

మలాసెజియా అనే ఫంగస్ సంఖ్య పెరిగితే చుండ్రు మరింత తీవ్రమవుతుంది. ఒకవేళ డెర్మటాలజిస్ట్‌ని సంప్రదించండి: ఓవర్-ది-కౌంటర్ షాంపూలతో తరచుగా క్లీన్సింగ్ చేసినప్పటికీ చుండ్రు నియంత్రణలో ఉండదు. ఫ్లాకీనెస్ కనుబొమ్మలు, చెవులు మరియు కనురెప్పల అంచులకు కూడా వ్యాపిస్తుంది (సెబోర్హెయిక్ డెర్మటైటిస్). తల చర్మం ఎర్రగా, వాపుగా లేదా చాలా దురదగా ఉంటుంది. చుండ్రు అంటువ్యాధి కాదని మీకు తెలుసా? ప్రజాదరణ పొందిన నమ్మకం వలె కాకుండా, చుండ్రు ఒక వ్యక్తి నుండి మరొకరికి వ్యాపించదు. మీరు ఈ స్కాల్ప్ కండిషన్‌ను క్యాచ్ చేయలేరు లేదా వ్యక్తి నుండి వ్యక్తికి పరిచయం చేయడం ద్వారా లేదా పిల్లోకేసులను షేర్ చేయడం ద్వారా మరొకరికి అందించలేరు. మా ప్రొఫెషనల్‌తో మాట్లాడి సహాయం పొందండి. ఇప్పుడే సంప్రదించండి! చుండ్రు చికిత్స

చాలా మంది రోగులలో, చుండ్రును ప్రతిరోజూ సున్నితమైన యాంటీ డాండ్రఫ్ షాంపూతో కడగడం ద్వారా నియంత్రించవచ్చు. మీ చుండ్రు తీవ్రంగా ఉంటే, డాక్టర్ జింక్ పైరిథియోన్, సెలీనియం సల్ఫైడ్, కెటోకానజోల్, కోల్ టార్ మరియు సాలిసిలిక్ యాసిడ్ వంటి రసాయనాలను కలిగి ఉన్న ఔషధ షాంపూలను సూచించవచ్చు. ఈ చికిత్సా ఎంపికలు చుండ్రు యొక్క కారణాన్ని చికిత్స చేయడం మరియు లక్షణాలను నిర్వహించడం లక్ష్యంగా ఉన్నాయి.

1. యాంటీ ఫంగల్ ఏజెంట్లు పేరు సూచించినట్లుగా, ఈ తరగతి మందులు చుండ్రుకు కారణమయ్యే ఫంగస్‌కు చికిత్స చేయడం లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నాయి. ఈ మందులు చాలా వరకు ఫంగస్ యొక్క పొరను ప్రభావితం చేయడం ద్వారా పనిచేస్తాయి, ఇది సూక్ష్మజీవుల మరణానికి దారితీస్తుంది, తద్వారా చికిత్సలో సహాయపడుతుంది. ఈ తరగతి ఔషధాలకు ఉదాహరణలు: జింక్ పైరిథియోన్ దురద మరియు పొరలు రాకుండా చేయడంలో కెటోకానజోల్ విస్తృత స్పెక్ట్రమ్ యాంటీ ఫంగల్ ఏజెంట్‌గా పనిచేస్తుంది, ఇది మెంబ్రేన్ ఫంక్షన్‌కు అంతరాయం కలిగించడం ద్వారా శిలీంధ్ర కణ త్వచం సెలీనియం సల్ఫైడ్ ఆధారిత షాంపూల సాధారణ పనితీరును అడ్డుకోవడం ద్వారా క్లైంబజోల్ పని చేస్తుంది. నెత్తిమీద చర్మం. క్లోట్రిమజోల్ ఎర్గోస్టెరాల్ (ఒక రకమైన కొవ్వు) సంశ్లేషణను నిరోధిస్తుంది, తద్వారా చికిత్సలో పిరోక్టోన్ ఒలమైన్ సెబమ్ ట్రైగ్లిజరైడ్స్‌ను ఒలీయిక్ యాసిడ్ మరియు అరాకిడోనిక్ యాసిడ్‌గా క్షీణింపజేయడాన్ని నిరోధిస్తుంది, ఇవి మంట మరియు దురదకు కారణమవుతాయి.
2. యాంటీ-ప్రొలిఫెరేటివ్ ఏజెంట్లు బొగ్గు తారును తారు ఆధారిత షాంపూల రూపంలో ఉపయోగిస్తారు మరియు ఇది చుండ్రు వ్యతిరేక రసాయనాల యొక్క ఈ తరగతికి అత్యంత సాధారణ ఉదాహరణలలో ఒకటి. ఇది విస్తరణ (సూక్ష్మజీవుల విభజన) మరియు వాపును నిరోధించే 10,000 కంటే ఎక్కువ రసాయన సమ్మేళనాలను కలిగి ఉంది. ఇది ప్రధానంగా చుండ్రు లక్షణాల నుండి ఉపశమనం పొందేందుకు ఉపయోగిస్తారు.
3. కెరాటోలిటిక్స్ ఇది కెరాటోలైటిక్ ఏజెంట్‌గా పనిచేస్తుంది, ఇది స్కాప్‌లో తేమను పెంచడం ద్వారా చర్మం పై పొర నుండి చనిపోయిన కణాలను తొలగిస్తుంది. ఇది మృతకణాలను ఒకదానితో ఒకటి కలపకుండా నిరోధిస్తుంది కాబట్టి ఇది స్కాల్ప్ నుండి చుండ్రును తొలగించడానికి సహాయపడుతుంది. కెరాటోలిటిక్ ఏజెంట్ల యొక్క అత్యంత సాధారణ ఉదాహరణలలో సాలిసిలిక్ ఆమ్లం ఒకటి.

ఈ మందులు షాంపూలు, లోషన్లు/అప్లికేషన్‌లు, క్రీములు, మూలికా నూనెలు మరియు జెల్లు వంటి వివిధ రూపాల్లో అందుబాటులో ఉన్నాయి. చుండ్రు కోసం ఇంటి సంరక్షణ

మీ జీవనశైలిలో చిన్న చిన్న మార్పులు చేసుకోవడం ద్వారా, మీరు చుండ్రును సమర్థవంతంగా వదిలించుకోవచ్చు. చుండ్రుని నిర్వహించడానికి ఇక్కడ కొన్ని ప్రభావవంతమైన మార్గాలు ఉన్నాయి:

1. మీ జుట్టును క్రమం తప్పకుండా బ్రష్ చేయండి మీ జుట్టును బ్రష్ చేయడం వలన మీ తలలో రక్త ప్రసరణ నిర్వహించబడుతుంది. మీరు మీ జుట్టును బ్రష్ చేసినప్పుడు, మీరు మీ తల నుండి మృతకణాలను తొలగిస్తారు. కానీ పదునైన చివరలతో ఉన్న బ్రష్‌లు మీ తలలో వాపు మరియు ఎర్రటి పాచెస్‌కు కారణమవుతాయి. తెడ్డు బ్రష్ ఉపయోగించండి. చివర్లలో బంతులను కలిగి ఉన్న బ్రష్‌లు మరింత తక్కువగా ఉంటాయి.
2. కఠినమైన షాంపూలను నివారించండి. జుట్టు మీద సున్నితంగా ఉండే మరియు అనుకూలమైన pH బ్యాలెన్స్ ఉండే తేలికపాటి హెర్బల్ షాంపూని ఎంచుకోండి.
3. స్టైలింగ్ సాధనాలను నివారించండి వేడి మరియు రసాయనాలు మీ జుట్టును బలహీనం చేస్తాయి మరియు తలకు హాని చేస్తాయి. స్ట్రెయిట్‌నింగ్, బ్లో-డ్రైయింగ్ మరియు పెర్మింగ్ లేదా ఏ రకమైన కృత్రిమ వేడి అయినా కోలుకోలేని నష్టాన్ని కలిగిస్తుంది మరియు చుండ్రును అవక్షేపించవచ్చు.
4. యాంటీ-డాండ్రఫ్ షాంపూని ఎంచుకోండి కౌంటర్లో లభించే కొన్ని సాధారణంగా సిఫార్సు చేయబడిన యాంటీ-డాండ్రఫ్ షాంపూలు పైరిథియోన్ జింక్ షాంపూలు, టార్-ఆధారిత షాంపూలు మరియు కెటోకానజోల్ షాంపూలు. ఈ షాంపూలను ప్రతిరోజూ ఉపయోగించాలని సిఫార్సు చేయబడింది, అయితే చుండ్రు మెరుగుపడుతుంది, జుట్టు ఆరోగ్యాన్ని కోల్పోకుండా ఉండటానికి కొన్ని ఇతర షాంపూలతో ప్రత్యామ్నాయం చేయండి.
5. ఆరోగ్యంగా తినండి ఆకుపచ్చ కూరగాయలు, చేప నూనె, లీన్ ప్రొటీన్లు మరియు పండ్లతో మీ ఆహారాన్ని మెరుగుపరచండి. మీ రోజువారీ ఆహారంలో బ్రోకలీ, కాలే, పాలకూర వంటి ఆకుపచ్చని ఆకుకూరలను చేర్చుకోండి. ఇది మీ చర్మం, జుట్టు, గోర్లు మరియు మొత్తం ఆరోగ్యాన్ని ప్రోత్సహిస్తుంది మరియు మెరుగుపరుస్తుంది. లీన్ ప్రోటీన్లు (గుడ్లు, గింజలు, బీన్స్) ఆరోగ్యకరమైన చర్మం మరియు జుట్టును నిర్మించడంలో సహాయపడతాయి. కాబట్టి వీటిని మీ రోజువారీ సేర్విన్గ్స్‌లో ఏదో ఒక రూపంలో జోడించండి.
6. కొద్దిగా సూర్యరశ్మిని పొందండి, చుండ్రుని నియంత్రించడానికి సూర్యరశ్మి మంచిది. కానీ అతినీలలోహిత కాంతికి గురికావడం వల్ల మీ చర్మం దెబ్బతింటుంది మరియు చర్మ క్యాన్సర్ వచ్చే ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది కాబట్టి, సన్‌బాత్ చేయవద్దు. బదులుగా, కొంచెం సమయం ఆరుబయట గడపండి. మరియు మీ ముఖం మరియు శరీరానికి సన్‌స్క్రీన్ ధరించడం మర్చిపోవద్దు. చుండ్రు యొక్క సమస్యలు

చుండ్రును తేలికగా తీసుకోకూడదు ఎందుకంటే ఇది శిలీంధ్రం (మలాసెజియా అని పిలుస్తారు) పెరుగుదల వైపు చూపుతుంది, ఇది చాలా మందికి తలపై ఉన్నప్పటికీ ఎటువంటి లక్షణాలను కలిగి ఉండదు, ఇది మీ జుట్టు పెరుగుదలను నెమ్మదిస్తుంది, ఇది మైక్రోఇన్‌ఫ్లమేషన్‌ను సూచిస్తుంది. తక్షణమే గమనించదగిన లక్షణాలు లేనందున సులభంగా విస్మరించబడతాయి.

కాబట్టి మీకు చుండ్రు లేదా తలపై తెల్లటి రేకులు ఉన్నట్లయితే, చర్మవ్యాధి నిపుణుడిని సంప్రదించి దాని కారణాన్ని తెలుసుకుని, అది తీవ్రంగా మారకముందే చికిత్స పొందండి. చుండ్రు కోసం ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలు

చుండ్రు కోసం ఇంటి నివారణలు 1. వెనిగర్: మీ స్కాల్ప్ డెడ్ స్కిన్ మరియు శిలీంధ్రాల నుండి శుభ్రం చేయడానికి, సగం కప్పు వైట్/యాపిల్ సైడర్ వెనిగర్‌ను సమాన పరిమాణంలో నీటిలో కలపండి మరియు ఆ మిశ్రమాన్ని మీ జుట్టు మీద పోయాలి. 10 నిమిషాల పాటు అలాగే ఉంచి, తర్వాత స్క్రబ్ చేసి తేలికపాటి షాంపూతో లేదా నీటితో శుభ్రం చేసుకోండి.

1. మెంతులు (మేతి): రెండు టేబుల్‌స్పూన్ల మెంతిపొడి, అరకప్పు నీళ్లు కలిపి పేస్ట్‌లా చేసుకోవాలి. తలపై వర్తించు మరియు 30-45 నిమిషాలు వదిలివేయండి; మీ జుట్టును బలోపేతం చేయడానికి మరియు పూర్తిగా శుభ్రం చేయడానికి తేలికపాటి షాంపూతో శుభ్రం చేసుకోండి.
2. నిమ్మకాయ (నింబు): రెండు నిమ్మకాయల రసాన్ని తలకు పట్టించి మసాజ్ చేసి నిమ్మరసం మరియు నీళ్ల మిశ్రమంతో శుభ్రం చేసుకోవాలి. దాని యాంటీ ఫంగల్ లక్షణాలతో పాటు, నిమ్మకాయ యొక్క ఆమ్లత్వం స్కాల్ప్ యొక్క సహజ pH బ్యాలెన్స్‌ను పునరుద్ధరిస్తుంది.
3. ఉప్పు/బేకింగ్ సోడా: ఉదారంగా కొద్దిగా ఉప్పు (టేబుల్ లేదా ఎప్సమ్)/బేకింగ్ సోడాను తలపై చల్లుకోండి మరియు స్కాల్ప్ ఎక్స్‌ఫోలియేట్ చేయడానికి సున్నితంగా మసాజ్ చేయండి. క్లీన్ లుక్ కోసం తేలికపాటి షాంపూతో కడిగేయండి.
4. వేప: నీటిలో (సగం లీటరు) వేప ఆకులను సుమారు రెండు వేప ఆకులను వేసి మరిగించి, రాత్రంతా నాననివ్వండి. వడకట్టిన మద్యంతో మీ జుట్టును కడగాలి. వేప యాంటీ ఫంగల్ మరియు దురద నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది.
5. పెరుగు (దహీ): పులియబెట్టిన పెరుగును తలపై అప్లై చేసి సుమారు గంటసేపు అలాగే ఉంచండి. తర్వాత షాంపూతో కడిగేయండి. పెరుగులోని ఆమ్ల స్వభావం చుండ్రుతో పోరాడుతుంది మరియు కండీషనర్‌గా కూడా పనిచేస్తుంది.
6. ఆరెంజ్ (సంత్రా) తొక్క: నారింజ తొక్క మరియు నిమ్మకాయల మిశ్రమాన్ని తలకు పట్టించి 30 నిమిషాల తర్వాత కడిగేయండి. మిశ్రమం యొక్క ఆమ్ల స్వభావం జుట్టును కండిషన్ చేస్తుంది మరియు చుండ్రుతో పోరాడుతుంది.
7. తేనె (సాహెద్): 1/4 టీస్పూన్‌ఫుల్ నీటిలో 1 టేబుల్ స్పూన్ తేనె కలిపి తలకు 2-3 నిమిషాలు మసాజ్ చేయండి మరియు 3 గంటల తర్వాత శుభ్రం చేసుకోండి చుండ్రు లేని జుట్టు కోసం.
8. కొబ్బరి (నారియల్) నూనె మరియు కర్పూరం (కపూర్): 2-3 టీస్పూన్ల గోరువెచ్చని కొబ్బరి నూనె తీసుకుని అందులో ఒక చిటికెడు కర్పూరం కరిగించండి. రాత్రిపూట తలపై మృదువుగా మసాజ్ చేయండి. మీ జుట్టును ఉదయం తేలికపాటి షాంపూతో కడగాలి. వారానికి ఒకటి లేదా రెండుసార్లు పునరావృతం చేయండి.
9. టీ ట్రీ ఆయిల్: టీ ట్రీ ఆయిల్‌ను నీటితో (1:3) నిష్పత్తిలో కలపండి మరియు మీ తలపై స్ప్రే చేయండి. అదనపు నీటిని పాట్ చేయండి కానీ దానిని శుభ్రం చేయవద్దు. సహజమైన హెయిర్ ఫాల్ సొల్యూషన్స్ నిజంగా పనిచేస్తాయా? ఇక్కడ కొన్ని టాప్ 11 హెయిర్ ఫాల్ సొల్యూషన్స్ ఉన్నాయి, ఇవి నేరుగా ఇంటి పదార్థాల నుండి మొదలవుతాయి. అమెరికన్ అసోసియేషన్ ఆఫ్ డెర్మటాలజీ ప్రకారం, ఏ వ్యక్తికైనా, రోజుకు 100 వెంట్రుకలు రాలడం సాధారణం. అయితే, ఒక వ్యక్తి రోజూ సాధారణ సంఖ్య కంటే ఎక్కువగా రాలిపోతే, అది జుట్టు రాలడానికి సంకేతం. జుట్టు రాలడంతో బాధపడుతున్నప్పుడు, ప్రాథమిక చికిత్స ఎంపిక ఇంట్లోనే ప్రారంభమవుతుంది. చాలా మంది ప్రజలు జుట్టు రాలడాన్ని నివారించడానికి మరియు జుట్టు పెరుగుదలకు సహాయపడటానికి ఇంటి నివారణల ద్వారా ప్రమాణం చేస్తారు. అయితే ఈ ఇంటి నివారణలు నిజంగా పనిచేస్తాయా? వాటి గురించి మరింత తెలుసుకోవడానికి చదవండి. కథనాన్ని ఇక్కడ తనిఖీ చేయండి! తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు నాకు చుండ్రు ఉంటే, నేను జుట్టుకు నూనె రాసుకోవచ్చా? చుండ్రు దేనికి సంకేతం? నాకు చుండ్రు ఉంటే నేను ప్రతిరోజూ నా జుట్టును కడగాలా? చుండ్రు వల్ల జుట్టు రాలుతుందా? ఇది చుండ్రు లేదా పొడి స్కాల్ప్ అని నేను ఎలా తెలుసుకోవాలి? ప్రస్తావనలు Borda LJ, Wikramanayake TC. సెబోర్హెయిక్ డెర్మటైటిస్ మరియు చుండ్రు: ఒక సమగ్ర సమీక్ష. J క్లిన్ ఇన్వెస్టిగ్ డెర్మటోల్. 2015 డిసెంబర్;3(2). మాన్యుయెల్ ఎఫ్. చుండ్రు ఒక వ్యాధినా? Int J ట్రైకాలజీ. 2010 జనవరి;2(1):68. నర్షన ఎం మరియు రవికుమార్ పి: చుండ్రు మరియు చికిత్సా వ్యూహంగా నవల సూత్రీకరణల యొక్క అవలోకనం. Int J Pharm Sci Res 2018; 9(2): 417-31. మాన్యుయెల్ F, రంగనాథన్ S. చుండ్రు యొక్క రెండు దశలపై ఒక కొత్త ప్రతిపాదన: ఒక వైద్య దృక్పథం. Int J ట్రైకాలజీ. 2011;3(1):3-6. చుండ్రు చికిత్స ఎలా. స్కాల్ప్. అమెరికన్ అకాడమీ ఆఫ్ డెర్మటాలజీ (AAD). రంగనాథన్ S, ముఖోపాధ్యాయ T. చుండ్రు: అత్యంత వాణిజ్యపరంగా దోపిడీ చేయబడిన చర్మ వ్యాధి. ఇండియన్ J డెర్మటోల్. 2010;55(2):130-134. షెత్ యు, దండే పి. పిటిరియాసిస్ క్యాపిటిస్: కారణాలు, పాథోఫిజియాలజీ, ప్రస్తుత పద్ధతులు మరియు భవిష్యత్తు విధానం. J కాస్మెట్ డెర్మటోల్. 2021 జనవరి;20(1):35-47. టక్కర్ D, మసూద్ S. సెబోర్హెయిక్ డెర్మటైటిస్. [2021 ఆగస్టు 3న నవీకరించబడింది]. ఇన్: స్టాట్‌పెర్ల్స్ [ఇంటర్నెట్]. ట్రెజర్ ఐలాండ్ (FL): StatPearls పబ్లిషింగ్; 2021 జనవరి. దీని నుండి అందుబాటులో ఉంది:

==================================================

డ్రై ఐ డిసీజ్ (DED), డ్రై ఐ సిండ్రోమ్ (DES), కెరాటోకాన్జంక్టివిటిస్ సిక్కా (KCS), కెరాటిటిస్ సిక్కా మరియు కంటి ఉపరితల వ్యాధి స్థూలదృష్టి కళ్ళ ద్వారా ఉత్పత్తి అయ్యే కన్నీళ్లు వాటిని తేమగా మరియు సౌకర్యవంతంగా ఉంచడానికి అవసరం. పొడి కళ్ళు అనేది కన్నీటి ఉత్పత్తి తగ్గడం, అధిక కన్నీటి బాష్పీభవనం మరియు కన్నీటి పొరలో సాధారణంగా కనిపించే శ్లేష్మం లేదా లిపిడ్‌ల (కొవ్వులు లేదా నూనెలు) ఉత్పత్తిలో అసాధారణత లేదా వీటి కలయికతో కూడిన చాలా సాధారణ పరిస్థితి.

పొడి కళ్ళు కంటిలో కుట్టడం మరియు మంట, అస్పష్టమైన దృష్టి మరియు జీవిత నాణ్యతను ప్రభావితం చేసే కంటిలో గజిబిజి లేదా స్క్రాచ్ వంటి అనేక చికాకు కలిగించే లక్షణాలను కలిగిస్తాయి.

వృద్ధాప్యం లేదా స్జోగ్రెన్స్ సిండ్రోమ్, కీళ్లనొప్పులు, లూపస్, థైరాయిడ్ రుగ్మతలు మొదలైన అనేక అంతర్లీన దైహిక వ్యాధుల కారణంగా ఈ పరిస్థితి ఏర్పడుతుంది. దుమ్ము, కాలుష్యం, సూర్యకిరణాలు, కంప్యూటర్ స్క్రీన్‌లు, సిగరెట్ పొగ వంటి వివిధ జీవనశైలి కారకాలు కూడా ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తాయి. పొడి కళ్ళ అభివృద్ధిలో.

స్క్రీన్ సమయాన్ని పరిమితం చేయడం, క్రమం తప్పకుండా రెప్పవేయడం, తరచుగా కళ్ళు కడుక్కోవడం, హైడ్రేటెడ్‌గా ఉండటం, ఇంట్లో హ్యూమిడిఫైయర్‌ని ఉపయోగించడం మరియు కళ్ళను రక్షించడానికి అద్దాలు ధరించడం వంటి జీవనశైలి మార్పులను అనుసరించడం ద్వారా పొడి కళ్ళు నివారించవచ్చు మరియు నిర్వహించవచ్చు. కనుబొమ్మల రూపంలో కృత్రిమ కన్నీళ్లు ఈ పరిస్థితికి ప్రధాన చికిత్స.

పొడి కళ్లకు సంబంధించిన ఏవైనా లక్షణాలను విస్మరించకూడదు ఎందుకంటే ఇది కార్నియల్ అల్సర్‌లు, మచ్చలు మరియు దృష్టి నష్టానికి కూడా దారితీస్తుంది. ముఖ్య వాస్తవాలు సాధారణంగా అన్ని వయసులవారిలో కనిపిస్తాయి, కానీ వృద్ధులలో ఎక్కువగా లింగం పురుషులు మరియు స్త్రీలు రెండింటినీ ప్రభావితం చేస్తుంది, కానీ స్త్రీలలో సర్వసాధారణం శరీర భాగాలు(లు) ప్రమేయం ప్రపంచవ్యాప్తం: 5-34% (2015) భారతదేశం:18.4% నుండి 54.3% (2018) ) అనుకరించే పరిస్థితులు కండ్లకలక పూర్వ బ్లెఫారిటిస్ డెమోడెక్స్ బ్లేఫరిటిస్ సికాట్రిషియల్ కండ్లకలక బుల్లస్ కెరాటోపతి కాంటాక్ట్ లెన్స్-సంబంధిత కెరాటోకాన్జంక్టివిటిస్ కనురెప్పల వైకల్యం కెరాటిటిస్ అవసరమైన ఆరోగ్య పరీక్షలు/ఇమేజింగ్ పేషెంట్ హిస్టరీ మరియు ఫిజికల్ ఎగ్జామినేషన్ సమయం: కన్నీటి విరేచనాల సమయం మెర్స్ పరీక్ష, టియర్ ఫిల్మ్ మెనిస్కస్ & స్లిట్ ల్యాంప్ టెస్ట్ టియర్ ఫిల్మ్‌ల పరీక్ష: టియర్ ఫిల్మ్ ఓస్మోలారిటీ కంటి ఉపరితలం యొక్క పరీక్ష: ఫ్లోరోసెసిన్ స్టెయినింగ్ & లిస్సమైన్ గ్రీన్ స్టెయినింగ్ కంటి-రెప్పల పరీక్ష: బ్లింక్ రేట్ & మెబోమియన్ గ్రంధి మూల్యాంకనం దైహిక వ్యాధి మూల్యాంకనం చికిత్స-ఇన్ఫ్లమేటరీ కన్నీళ్లు సమయోచిత కార్టికోస్టెరాయిడ్స్ సమయోచిత సైక్లోస్పోరిన్ A యాంటీబయాటిక్స్: డాక్సీసైక్లిన్, మినోసైక్లిన్ & అజిత్రోమైసిన్ పంక్టల్ ప్లగ్‌లు: తాత్కాలిక/కరిగిపోయే ప్లగ్‌లు & సెమీ-పర్మనెంట్ ప్లగ్‌లు సర్జరీ డ్రై ఐస్ యొక్క అన్ని లక్షణాలను చూడండి

పొడి కళ్ల యొక్క లక్షణాలు తరచుగా నిర్ధిష్టంగా ఉంటాయి మరియు ఇది ఎల్లప్పుడూ పొడిగా ఉండటంతో ప్రారంభం కాదు. వాస్తవానికి, వివిధ సందర్భాల్లో రోగులు పొడి కళ్ళు యొక్క లక్షణంగా నీటి కళ్లను అనుభవిస్తారు. ఎందుకంటే కళ్ళు ఎక్కువగా ఎండిపోవడం వల్ల శరీరం నీటి నష్టాన్ని భర్తీ చేయడానికి ఎక్కువ కన్నీళ్లను ఉత్పత్తి చేస్తుంది.

పొడి కళ్ల యొక్క ఇతర సంకేతాలు మరియు లక్షణాలు: రోజంతా హెచ్చుతగ్గులకు లోనయ్యే అస్పష్టమైన దృష్టి కళ్లలో కుట్టడం మరియు మంటగా అనిపించడం లేదా కళ్ళలో స్క్రాచ్ అనిపించడం ఎరుపు కళ్ళు కళ్ళలో దురద (ముఖ్యంగా కార్నియాలో) ఫోటోఫోబియా (కాంతికి సున్నితత్వాన్ని పెంచడం) కళ్లలో ఏదైనా విదేశీ పదార్ధం ఉన్నట్లు అనిపించడం కనురెప్పలు అంటుకునే కనురెప్పలు ముఖ్యంగా ఉదయం బ్లెఫారిటిస్ (కనురెప్పలలో వాపు) తరచుగా కళ్ళు మూసుకోవాలనే కోరికతో అలసిపోయిన కనురెప్పలు కనురెప్పలు తెరవడం కష్టంగా అనిపించడం కనురెప్పలను తెరవడంలో ఇబ్బందిగా అనిపించడం. కాంటాక్ట్ లెన్సులు ధరించడంలో కళ్ళు కష్టం

మీరు కాంటాక్ట్ లెన్స్‌లు ధరిస్తారా? కాంటాక్ట్ లెన్స్ ధరించేవారు చేసే కొన్ని సాధారణ తప్పులను చూడండి! ఇప్పుడు చదవండి!

కళ్ళు పొడిబారడానికి కారణాలు

కంటి మొత్తం ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడంలో కన్నీళ్లు చాలా ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తాయి: సరైన దృష్టి కోసం మృదువైన ఉపరితలాన్ని అందించడం కార్నియాను రక్షించడం (కంటి యొక్క పారదర్శక, రక్షణ ముందు భాగం) కళ్లను ద్రవపదార్థం చేయడం

కన్నీళ్లు క్రింది మూడు పొరలతో తయారు చేయబడిన బహుళస్థాయి పొరను ఏర్పరుస్తాయి, ఇవి కంటిని సజావుగా లూబ్రికేట్ చేస్తాయి: ఉపరితల పొర ఎగువ మరియు దిగువ కనురెప్పలను కప్పి ఉంచే లిపిడ్‌లతో (కొవ్వులు లేదా నూనెలు) తయారు చేయబడింది. ఈ పొర బాష్పీభవనాన్ని తగ్గించడానికి టియర్ ఫిల్మ్‌ను మూసివేస్తుంది. మధ్య పొర ప్రాథమికంగా పలుచన ఉప్పు నీటి పరిష్కారం. ఈ పొర కళ్లను తేమగా ఉంచడంలో సహాయపడుతుంది, అలాగే కంటిలోకి ప్రవేశించే ఏదైనా దుమ్ము, శిధిలాలు లేదా విదేశీ వస్తువులను బయటకు పంపుతుంది. లోపలి శ్లేష్మ పొర, శ్లేష్మంతో తయారు చేయబడింది. ఈ శ్లేష్మం కంటిపై సమంగా వ్యాపించే నీటి పొరకు సహాయపడుతుంది.

పొరలలో దేనిలోనైనా సమస్య, కన్నీటి ఉత్పత్తి మరియు డ్రైనేజీ మధ్య అసమతుల్యత లేదా టియర్ ఫిల్మ్ స్థిరత్వం కోల్పోయినప్పుడు పొడి కళ్ళు అభివృద్ధి చెందుతాయి. వివిధ కారణాలు క్రింద వివరంగా చర్చించబడ్డాయి:

1. కన్నీళ్లు సరిపోకపోవడం: కనురెప్పల చుట్టూ కన్నీటి పరిమాణం తగ్గడం వల్ల కళ్లు పొడిబారడానికి ప్రధాన కారణం. దీనికి వివిధ కారణాలు: స్జోగ్రెన్స్ సిండ్రోమ్, రుమటాయిడ్ ఆర్థరైటిస్ (RA), లూపస్, స్క్లెరోడెర్మా, సార్కోయిడోసిస్, జిరోఫ్తాల్మియా వంటి వృద్ధాప్య ఆరోగ్య పరిస్థితులు విటమిన్ ఎ లోపం వల్ల కన్నీటి ఉత్పత్తిని తగ్గిస్తాయి, యాంటిహిస్టామైన్‌లు, డీకోంగెస్టెంట్లు, యాంటీడిప్రెసెంట్స్, యాంటీడిప్రెసెంట్స్, యాంటీడిప్రెసెంట్స్, .
2. అధిక కన్నీటి బాష్పీభవనం: కన్నీళ్ల బాష్పీభవన పెరుగుదల కారణంగా కూడా పొడి కళ్ళు యొక్క లక్షణాలు అభివృద్ధి చెందుతాయి. కింది కారణాల వల్ల ఇది సంభవించవచ్చు: తక్కువ రెప్పవేయడం: ఎక్కువ గంటలు చదవడం, డ్రైవింగ్ చేయడం లేదా కంప్యూటర్‌లో పని చేయడం వల్ల మెరిసేటట్లు తగ్గుతాయి మరియు కన్నీళ్లు బాష్పీభవనం చెందుతాయి. పార్కిన్సన్స్ వ్యాధి వంటి పరిస్థితులు కూడా మెరిసే ఫ్రీక్వెన్సీని తగ్గిస్తాయి. మీబోమియన్ గ్రంథి పనిచేయకపోవడం: మీబోనియన్ గ్రంథులు కనురెప్పల అంచున ఉన్న చిన్న నూనె గ్రంథులు. అవి ఆయిల్/లిపిడ్ పొరను ఉత్పత్తి చేస్తాయి, ఇది కన్నీటి చిత్రం యొక్క ఉపరితల పొరను ఏర్పరుస్తుంది, ఇది కన్నీళ్ల బాష్పీభవనానికి వ్యతిరేకంగా రక్షిస్తుంది.

రోసేసియా, సోరియాసిస్, స్కాల్ప్ మరియు ఫేస్ డెర్మటైటిస్ వంటి పరిస్థితులతో సాధారణంగా సంబంధం ఉన్న ఈ గ్రంధుల అడ్డంకి లేదా ఐసోట్రిటినోయిన్ మందులను తీసుకోవడం వల్ల దాని బాష్పీభవనాన్ని నిరోధించడానికి నీటి కన్నీటి పొరను కవర్ చేయడానికి తగినంత లిపిడ్/ఆయిల్‌ని వదిలివేస్తుంది. బ్లేఫరిటిస్: కనురెప్పలు లేదా కనురెప్పల వెంట ఇన్ఫెక్షన్ బాక్టీరియా చమురును విచ్ఛిన్నం చేస్తుంది, కన్నీళ్లు మరియు పొడి కళ్ళు యొక్క బాష్పీభవన నష్టాన్ని నివారించడానికి తగినంత నూనెను వదిలివేస్తుంది. కొన్ని ఆరోగ్య పరిస్థితులు: స్ట్రోక్ లేదా బెల్ పాల్సీ వంటి పరిస్థితులు కళ్ళు మూసుకోవడం కష్టతరం చేస్తాయి. అందువల్ల, కన్నీటి ఆవిరి కారణంగా కళ్ళు పొడిగా మారవచ్చు.

1. కన్నీటి పొరలో కనిపించే శ్లేష్మం లేదా లిపిడ్‌ల ఉత్పత్తిలో అసాధారణత: కంటికి రసాయన కాలిన గాయాలు లేదా స్టీవెన్స్-జాన్సన్ సిండ్రోమ్ మరియు సికాట్రిషియల్ పెమ్ఫిగోయిడ్ వంటి కొన్ని స్వయం ప్రతిరక్షక పరిస్థితులు కన్నీటి పొరలో అసాధారణమైన లిపిడ్‌ల ఉత్పత్తికి దారితీయవచ్చు. ఇది కంటి ఉపరితలంపై కన్నీళ్లు పేలవంగా వ్యాప్తి చెందడానికి దారితీస్తుంది, తద్వారా తగినంత కన్నీళ్లు ఉన్నప్పటికీ పొడిగా మారుతుంది.
2. పై కారకాల కలయిక పొడి కళ్ళకు ప్రమాద కారకాలు
3. వయస్సు సహజ వృద్ధాప్య ప్రక్రియలో భాగంగా కన్నీటి ఉత్పత్తి తగ్గడం వల్ల వయస్సు పెరిగే కొద్దీ పొడి కళ్ళు వచ్చే ప్రమాదం పెరుగుతుంది. 65 సంవత్సరాల కంటే ఎక్కువ వయస్సు ఉన్న వ్యక్తులు ఎక్కువగా పొడి కళ్ళు యొక్క లక్షణాలను అనుభవించడం ప్రారంభిస్తారు.
4. లింగం మహిళలు గర్భం మరియు రుతువిరతి కారణంగా వారి జీవితకాలంలో హార్మోన్ల మార్పుల కారణంగా పొడి కళ్ళు అభివృద్ధి చెందుతాయి. నోటి గర్భనిరోధకాల ఉపయోగం కూడా పొడి కళ్ళతో సంబంధం కలిగి ఉంటుంది.

మీ ఆరోగ్య స్థితిని తెలుసుకోవాలనుకుంటున్నారా? మా మహిళల సంరక్షణ ప్యాకేజీని ఇప్పుడే పొందండి! ఇప్పుడు క్లిక్ చేయండి! 3. స్క్రీన్ సమయం డిజిటల్ స్క్రీన్‌లకు గురికావడం అనేది పొడి కళ్ళకు బాగా తెలిసిన ప్రమాద కారకం. స్క్రీన్‌కు నిరంతరం బహిర్గతం కావడం వల్ల మెరిసేటట్లు తగ్గుతాయి మరియు కన్నీటి బాష్పీభవనాన్ని ప్రేరేపిస్తుంది, ఇది పొడి కళ్ళకు ముఖ్యమైన అంశం. 4. శ్వేతజాతీయుల జనాభాతో పోలిస్తే ఆసియన్లలో పొడి కళ్ళు ఎక్కువగా కనిపిస్తాయని జాతి అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి. 5. వైద్య పరిస్థితులు అనేక తాపజనక మరియు స్వయం ప్రతిరక్షక పరిస్థితులు కూడా పొడి కళ్ళు వచ్చే ప్రమాదంతో సంబంధం కలిగి ఉంటాయి. అవి: రుమటాయిడ్ ఆర్థరైటిస్ మధుమేహం థైరాయిడ్ పనిచేయకపోవడం బ్లేఫరిటిస్ (కనురెప్పల వాపు) రోసేసియా సెబోరోహెయిక్ డెర్మటైటిస్ స్టెఫిలోకాకల్ ఇన్ఫెక్షన్ డెమోడెక్స్ మైట్ ఇన్ఫెస్టేషన్ బెల్ యొక్క పక్షవాతం స్జోర్జెన్స్ సిండ్రోమ్ బర్న్ హెర్ప్యాటిస్ గ్రాఫ్ట్ v/s హోస్ట్ వ్యాధి 6. మందులు ఉపయోగం కొన్ని మందులు కూడా కన్నీటి ఉత్పత్తి తగ్గడం వల్ల కళ్ళు పొడిబారడం తో దగ్గరి సంబంధం కలిగి ఉంటాయి. ఇందులో అధిక రక్తపోటు, అలర్జీలు, ఆందోళన, డిప్రెషన్, దగ్గు, నిద్రలేమి వంటి వాటికి మందులు ఉంటాయి. 7. బాహ్య బహిర్గతం పొడి వాతావరణం, రసాయన పొగలు, కాలుష్యం మరియు సూర్యరశ్మికి గురికావడం వల్ల కళ్లు పొడిబారే ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. ధూమపానం మరియు సెకండ్‌హ్యాండ్ ధూమపానం రెండూ కళ్ళు పొడిబారడానికి ప్రమాద కారకాలు, ఎందుకంటే ఇది హానికరమైన చికాకులకు కళ్ళు బహిర్గతం చేస్తుంది.

ఎయిర్ కండీషనర్‌లలో నివసించే వారికి కూడా కళ్లు పొడిబారే అవకాశం ఎక్కువ. 8. కాంటాక్ట్ లెన్స్ కాంటాక్ట్ లెన్స్‌ల వాడకం కార్నియా యొక్క అనుభూతిని తగ్గిస్తుంది మరియు కళ్ళు పొడిబారడానికి దారితీస్తుంది. 9. మునుపటి కంటి శస్త్రచికిత్స లాసిక్ (లేజర్) శస్త్రచికిత్స, మూత శస్త్రచికిత్స లేదా కంటిశుక్లం శస్త్రచికిత్స వంటి ఏదైనా కంటి శస్త్రచికిత్స గతంలో కన్నీటి ఉత్పత్తిని తగ్గిస్తుంది మరియు కళ్ళు పొడిబారడానికి దారితీస్తుంది. 10. కంటి చుక్కలు గ్లాకోమా వంటి కొన్ని ఇతర కంటి పరిస్థితులకు కంటిలో సమయోచిత ఔషధాలను అధికంగా ఉపయోగించడం వలన కూడా కళ్ళు పొడిబారిపోయే ప్రమాదం ఉంది. 11. డైట్ విటమిన్ ఎ మరియు ఒమేగా-3-ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ కంటి ఆరోగ్యాన్ని కాపాడటంలో చాలా కీలక పాత్ర పోషిస్తాయి. కాబట్టి, రెండింటిలో లోపాలు కళ్లలో పొడిబారడానికి దారితీస్తాయి.

విటమిన్ ఎ లోపాన్ని జిరోఫ్తాల్మియా అని కూడా పిలుస్తారు, ఇది పొడి కళ్ళ నుండి ప్రారంభమవుతుంది మరియు తీవ్రమైన సందర్భాల్లో అంధత్వానికి కూడా పురోగమిస్తుంది. నీకు తెలుసా? టెలివిజన్, స్మార్ట్‌ఫోన్‌లు మరియు కంప్యూటర్‌ల వంటి ఎలక్ట్రానిక్ గాడ్జెట్‌లపై ఎక్కువ సమయం గడపడం వల్ల పిల్లలలో మధుమేహం వచ్చే ప్రమాదం ఉందని అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి. దాని గురించి వివరంగా చదవండి. ఇప్పుడు తెలుసుకోండి! డ్రై ఐస్ నిర్ధారణ

పొడి కళ్ళు యొక్క లక్షణాలు కంటి ఇన్ఫెక్షన్లు మరియు అలెర్జీల మాదిరిగానే ఉంటాయి. కాబట్టి, నిర్దిష్ట క్లినికల్ పరీక్షల ద్వారా ఈ వ్యాధుల మధ్య తేడాను గుర్తించడం చాలా అవసరం. యాంటీఅలెర్జిక్ మందులు, తప్పుగా రోగనిర్ధారణ కారణంగా పొడి కళ్ళలో ఇచ్చినట్లయితే కంటి పరిస్థితి మరింత దిగజారవచ్చు. 1.పేషెంట్ హిస్టరీ మరియు ఫిజికల్ ఎగ్జామినేషన్ డాక్టర్ రోగి చరిత్రను తీసుకుంటాడు, ఇందులో రోగులు తీసుకున్న మందులు, వైద్య సమస్యలు మరియు పర్యావరణ కారకాలు పొడి కళ్ల లక్షణాలకు దోహదపడతాయి. వైద్యుడు వీటిని కూడా తనిఖీ చేస్తాడు: కనురెప్పల నిర్మాణం కనురెప్పల నిర్మాణం సమయం, ప్రదేశం మరియు లక్షణాల యొక్క రోజువారీ వైవిధ్యం పని స్థలం ఒత్తిడి జీవన పరిస్థితులు (పొడి, మురికి గాలి మరియు ఎయిర్ కండిషనింగ్) దైహిక వ్యాధులు ఔషధ చరిత్ర 2. కన్నీటి స్థిరత్వాన్ని పరిశీలించడం

టియర్ బ్రేక్ అప్ సమయం (TBUT) ఈ పరీక్ష రెప్పపాటు తర్వాత టియర్ ఫిల్మ్ ఎంతసేపు ఉంటుందో నిర్ధారిస్తుంది. దీని కోసం, కళ్ళలో చిన్న మొత్తంలో రంగు వేయబడుతుంది. రెప్పపాటు తర్వాత రంగులు వేసిన టియర్ ఫిల్మ్ మొత్తం కంటిని కప్పి ఉంచే సమయం రికార్డ్ చేయబడింది. పొడి కళ్ళు విషయంలో కన్నీటి చిత్రం ఎక్కువ కాలం ఉండదు. 3. కన్నీటి వాల్యూమ్ యొక్క పరీక్ష

ష్రిమర్స్ పరీక్ష ఈ పరీక్ష కళ్ళ ద్వారా ఉత్పత్తి అయ్యే కన్నీళ్ల పరిమాణాన్ని అంచనా వేస్తుంది. ఇందులో, కంటి చుక్కలు వేయడం ద్వారా కళ్ళు డీసెన్సిటైజ్ చేయబడతాయి మరియు తరువాత ఒక చిన్న కాగితం ముక్కను కనురెప్పల అంచున ఉంచబడుతుంది. కళ్ళు 5 నిమిషాలు మూసివేయడానికి అనుమతించబడతాయి. కాగితంపై తేమ మొత్తం కన్నీళ్ల పరిమాణాన్ని సూచిస్తుంది.

టియర్ ఫిల్మ్ నెలవంక ఈ పరీక్షలో, టియర్ ఫిల్మ్ యొక్క ఎత్తు నిర్ణయించబడుతుంది, ఇది కంటి ద్వారా ఉత్పత్తి అయ్యే కన్నీళ్ల పరిమాణాన్ని నిర్ధారించడంలో సహాయపడుతుంది.

కన్నీటి నెలవంక ఎత్తు పొడి కళ్ళు ఉన్న రోగులలో 0.2 ± 0.09 మిమీ మరియు ఆరోగ్యకరమైన కళ్ళు ఉన్న రోగులలో 0.5 ± 0.02 మిమీ. మెబోమియన్ గ్రంధి పనిచేయకపోవడం ఉన్న రోగులలో మార్చబడిన లిపిడ్ పొర యొక్క సూచికగా నురుగు టియర్ ఫిల్మ్ అంటారు.

స్లిట్ ల్యాంప్ పరీక్ష దీనిలో, కళ్ల ద్వారా ఉత్పత్తి అయ్యే కన్నీళ్ల పరిమాణాన్ని స్లిట్ ల్యాంప్ అని పిలిచే మైక్రోస్కోప్ ద్వారా కొలుస్తారు. కన్నీళ్లను స్పష్టంగా విజువలైజేషన్ చేయడంలో సహాయపడే ఒక ద్రవాన్ని కళ్ళలోకి ఉంచుతారు. అభ్యాసకుడు ప్రకాశవంతమైన కాంతిని కళ్ళలోకి మళ్లించడం ద్వారా కంటి మరియు కనురెప్పలను చూస్తాడు. 4. కన్నీటి చిత్రాల పరిశీలన

టియర్ ఫిల్మ్ ఓస్మోలారిటీ ఇందులో, కన్నీరు యొక్క ఆస్మోలారిటీ నిర్ణయించబడుతుంది. టియర్ ఓస్మోలారిటీ అనేది కన్నీళ్లలో ఉప్పు సాంద్రతను కొలవడం. సాధారణ కన్నీటి ఉత్పత్తికి సాధారణ ఓస్మోలారిటీ అవసరం. పొడి కళ్ళ యొక్క తీవ్రతతో ఓస్మోలారిటీ విలువ పెరుగుతుంది.   
5. కంటి ఉపరితలం యొక్క పరీక్ష మైక్రోస్కోప్ (స్లిట్ లాంప్) మరియు రంగులను ఉపయోగించి కంటి ఉపరితలం పరిశీలించబడుతుంది. రంగులు ఉపరితలాన్ని స్పష్టంగా దృశ్యమానం చేయడంలో సహాయపడతాయి. కళ్లను అధ్యయనం చేయడానికి ఉపయోగించే సాధారణ రంగులు ఫ్లోరోసెసిన్ మరియు లిస్సమైన్ గ్రీన్.

ఫ్లోరోసెసిన్ స్టెయినింగ్ ఇది ఎక్కువగా కార్నియల్ నష్టాన్ని అంచనా వేయడానికి ఉపయోగిస్తారు. డై ఫ్లోరోసెసిన్ టియర్ ఫిల్మ్‌లోకి చొప్పించబడింది మరియు 1 నుండి 3 నిమిషాల తర్వాత అధ్యయనం చేయబడుతుంది.

లిస్సమైన్ గ్రీన్ స్టెయినింగ్ ఇది ఎక్కువగా కండ్లకలక మరియు మూత మార్జిన్ నష్టాన్ని అంచనా వేయడానికి ఉపయోగిస్తారు. డై ఫ్లోరోసెసిన్ టియర్ ఫిల్మ్‌లోకి చొప్పించబడింది మరియు 1 నుండి 3 నిమిషాల తర్వాత అధ్యయనం చేయబడుతుంది. 6. కనురెప్పల పరీక్ష

బ్లింక్ రేట్ కంటి ఉపరితలంపై కన్నీటి ద్రవాన్ని పంపిణీ చేయడం ద్వారా కంటిని తేమగా ఉంచడంలో బ్లింక్ చాలా ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తుంది. సాధారణ బ్లింక్ రేటు:

మాట్లాడేటప్పుడు: 15.5 ± 13.7 బ్లింక్‌లు/నిమిషం

పఠనం మరియు కంప్యూటర్ పని సమయంలో: 5.3 ± 4.5 బ్లింక్‌లు/నిమిషానికి

బ్లింక్‌ల మధ్య 2.6 నుండి 6 సెకన్ల వరకు తగ్గిన విరామం కళ్ళు పొడిబారడాన్ని సూచిస్తుంది.

మెబోమియన్ గ్రంథి మూల్యాంకనం కంటి యొక్క మొత్తం ఆరోగ్యం మరియు స్థిరత్వాన్ని కాపాడుకోవడంలో మెబోమియన్ గ్రంథులు చాలా ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తాయి. గ్రంధి మెయిబమ్‌ను ఉత్పత్తి చేస్తుంది, దీని తగ్గింపు లిపిడ్ కూర్పును మార్చడం వల్ల బాష్పీభవన పొడి కళ్ళకు కారణమవుతుంది.

మెబోమియన్ గ్రంధి యొక్క పనితీరును మెయిబమ్ పరిమాణం మరియు నాణ్యతను మూల్యాంకనం చేయడం ద్వారా నిర్ణయించవచ్చు. మెయిబమ్ యొక్క గందరగోళ మరియు జిగట రూపం గ్రంథి యొక్క పనిచేయకపోవడాన్ని సూచిస్తుంది. తగినంత కన్నీటి ఉత్పత్తి మరియు అధిక కన్నీటి బాష్పీభవనం మధ్య తేడాను గుర్తించడం పైన పేర్కొన్న పరీక్షలు పొడి కళ్ళు యొక్క కారణాన్ని గుర్తించడంలో కూడా సహాయపడతాయి: తగ్గిన కన్నీటి నెలవంక మరియు తక్కువ స్కిర్మర్ పరీక్ష కన్నీళ్ల లోపాన్ని సూచిస్తుంది. మార్చబడిన మూత అంచులు, మందమైన మెబోమియన్ గ్రంధి స్రావం, తగ్గిన టియర్ ఫిల్మ్ బ్రేక్ అప్ సమయం హైపర్ ఆవిరిపోరేటివ్ డ్రై ఐకి సూచిక. కంటి ఉపరితల నష్టం మరియు ఎలివేటెడ్ టియర్ ఫిల్మ్ ఓస్మోలారిటీ రెండు రూపాలతో సంభవించవచ్చు. దైహిక వ్యాధికి మూల్యాంకనం పొడి కళ్ళు, ముఖ్యంగా ప్రాధమిక స్జోగ్రెన్ సిండ్రోమ్‌కు కారణమయ్యే వివిధ వ్యాధులు ఉన్నాయి. వివిధ సందర్భాల్లో ఇతర పరిస్థితుల వల్ల వచ్చే సెకండరీ స్జోగ్రెన్ సిండ్రోమ్ కూడా కళ్లు పొడిబారడానికి కారణం కావచ్చు. అటువంటి పరిస్థితులలో ఇవి ఉన్నాయి: రుమటాయిడ్ ఆర్థరైటిస్ లూపస్ ప్రోగ్రెసివ్ సిస్టమిక్ స్క్లెరోసిస్ డెర్మటోమయోసిటిస్

పార్కిన్సన్స్ వ్యాధి, ఆండ్రోజెన్ లోపం, థైరాయిడ్ వ్యాధి మరియు మధుమేహం వంటి ఇతర దైహిక అసాధారణతలు కూడా పొడి కళ్ళతో సంబంధం కలిగి ఉంటాయి. ఏదైనా అనుమానం ఉన్నట్లయితే, ఈ వ్యాధుల క్లినికల్ డయాగ్నసిస్ కూడా చేయబడుతుంది. ప్రముఖ అమెరికన్ టెన్నిస్ క్రీడాకారిణి వీనస్ విలియమ్స్ వీనస్ విలియమ్స్‌ను ప్రభావితం చేసింది, స్జోగ్రెన్ సిండ్రోమ్ కారణంగా కళ్లు పొడిబారాయి. ఈ కండిషన్ వల్ల కాంటాక్ట్ లెన్సులు వేసుకోవడంలో ఇబ్బందిగా ఉందని ఓ ఇంటర్వ్యూలో ఆమె అంగీకరించింది. జెన్నిఫర్ అనిస్టన్, ప్రముఖ అమెరికన్ నటి జెన్నిఫర్ అనిస్షన్ కూడా కళ్లు పొడిబారడంతో బాధపడ్డారు. తాను కంటి చుక్కలకు బానిసనని ఆమె ఓ ఇంటర్వ్యూలో అంగీకరించింది. నీకు తెలుసా? మధుమేహం ఉన్నవారికి అంధత్వం మరియు గ్లాకోమా, కంటిశుక్లం మరియు రెటినోపతి వంటి ఇతర కంటి సమస్యలు వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉన్నట్లు కనుగొనబడింది. అయినప్పటికీ, మధుమేహం యొక్క సమర్థవంతమైన నిర్వహణ మరియు కొన్ని జాగ్రత్తలను అనుసరించడం ద్వారా మీరు రాబోయే సంవత్సరాల్లో మీ దృష్టిని కాపాడుకోవచ్చు. మధుమేహంలో కంటి సమస్యలను నివారించడానికి ఇక్కడ కొన్ని మార్గాలు ఉన్నాయి. తెలుసుకోవాలంటే చదవండి! సందర్శించవలసిన నిపుణుడు

ఈ సందర్భంలో వైద్యుడిని సంప్రదించడం చాలా ముఖ్యం: మీరు ముఖ్యంగా గాలులతో కూడిన పరిస్థితులలో కళ్లలో మంట, కుట్టడం, గోకడం లేదా నీరు కారడం వంటి వాటిని ఎదుర్కొంటున్నారు, వివిధ నిరూపితమైన ఇంటి నివారణల ద్వారా మీ లక్షణాలు తగ్గడం లేదు, అద్దాలు ఉపయోగించిన తర్వాత కూడా డిజిటల్ పరికరాలను ఉపయోగిస్తున్నప్పుడు మీ దృష్టి హెచ్చుతగ్గులకు గురవుతుంది. సాధారణ రోజువారీ కార్యకలాపాలను నిర్వహించడంలో ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారు

పొడి కళ్లను నిర్ధారించడంలో సహాయపడే వైద్యులు: జనరల్ ఫిజిషియన్ ఆప్టోమెట్రిస్ట్ ఆప్తాల్మాలజిస్ట్

చాలా మందికి సరైన కంటి నిపుణుడి గురించి తెలియదు. వివిధ కంటి నిపుణుల గురించి వివరంగా తెలుసుకోండి. తెలుసుకోవడానికి నొక్కండి! డ్రై ఐస్ నివారణ

1. స్పృహతో బ్లింక్ చేయడం కంటి ఉపరితలంపై కన్నీళ్లను వ్యాప్తి చేయడంలో సహాయపడుతుంది మరియు విదేశీ పదార్థం మరియు చికాకులను కళ్లకు దూరంగా ఉంచుతుంది. ముఖ్యంగా డిజిటల్ స్క్రీన్‌లను ఉపయోగిస్తున్నప్పుడు తరచుగా రెప్పవేయడం వల్ల కళ్లను తేమగా ఉంచడంలో సహాయపడుతుంది మరియు పొడిబారకుండా చేస్తుంది.
2. తేమను పెంచండి పొడి వాతావరణం తరచుగా కళ్ళు పొడిబారడాన్ని ప్రేరేపిస్తుంది. ఇంటిలో మరియు కార్యాలయంలో నీటి గిన్నెలను గది చుట్టూ ఉంచడం ద్వారా తేమను పెంచవచ్చు. ఇది గాలిని తేమగా మార్చడంలో సహాయపడుతుంది.
3. కళ్లకు ఒత్తిడి కలిగించడం మానుకోండి, ఎక్కువసేపు దేనిపైనా దృష్టి కేంద్రీకరించడానికి ఉపయోగించినప్పుడు కళ్లు ఒత్తిడికి గురవుతాయి. వీలైతే ఇటువంటి కంటికి ఒత్తిడి కలిగించే చర్యలను తగ్గించాలి లేదా నివారించాలి. ఇది నివారించడాన్ని కలిగి ఉంటుంది: కంప్యూటర్‌లు, స్మార్ట్‌ఫోన్‌లు, టాబ్లెట్‌లు మరియు గేమింగ్ కన్సోల్‌లను ఎక్కువసేపు డ్రైవింగ్ చేయడం కోసం ఎక్కువసేపు చదవడం లేదా మసక వెలుతురులో ఉపయోగించడం
4. మీ కళ్ళను రక్షించండి ట్రిగ్గర్‌లతో ప్రత్యక్ష సంబంధాన్ని నివారించడానికి కళ్ళు రక్షించబడాలి. మీ కళ్లకు చికాకు కలిగించే పొడి గాలులు, ఎండ మరియు పొగకు గురికాకుండా ఉండటానికి స్క్రీన్‌ను ఉపయోగిస్తున్నప్పుడు రక్షిత అద్దాలు ధరించడం, బయటికి వెళ్లేటప్పుడు సన్‌గ్లాసెస్ ఉపయోగించడం ద్వారా ఇది చేయవచ్చు.
5. స్క్రీన్ సమయాన్ని పరిమితం చేయడం అనేది కంప్యూటర్ విజన్ సిండ్రోమ్ (CVS)గా ప్రసిద్ధి చెందిన కంటి రుగ్మతలకు ప్రధాన కారణాలలో డిజిటల్ స్క్రీన్‌ల యొక్క సుదీర్ఘమైన మరియు నిరంతర రోజువారీ ఉపయోగం ఒకటి. 20/20/20 నియమాన్ని అనుసరించడం ద్వారా పొడి కళ్ళు నివారించవచ్చు. ప్రతి 20 నిమిషాలకు మీ డిజిటల్ పరికరం నుండి 20 సెకన్ల విరామం తీసుకుని, 20 అడుగుల దూరంలో ఉన్న వాటిని చూడాలని నియమం పేర్కొంది. రిమైండర్‌గా మీ స్మార్ట్‌ఫోన్‌లో అలారం సెట్ చేయండి.

CVS కారణంగా కంటి ఒత్తిడిని నివారించడంలో సహాయపడే అనేక ఇతర మార్గాలు ఇక్కడ ఉన్నాయి: చదవడానికి క్లిక్ చేయండి!

1. ధూమపానం మానేయండి సిగరెట్ తాగడం వల్ల కళ్లు పొడిబారడానికి కారణమయ్యే హానికరమైన రసాయనాలు కంటికి వస్తాయి. యాక్టివ్ మరియు పాసివ్ స్మోకింగ్ రెండింటినీ మానేయడం ద్వారా దీనిని నివారించవచ్చు.

పొగాకు బెదిరింపులు..!! ఇప్పుడు పొగాకు నో చెప్పండి. ఎలా? సహాయం చేద్దాం. ఇక్కడ నొక్కండి!

పొడి కళ్ళు చికిత్స

పొడి కళ్ల చికిత్సలో వివిధ దశలు ఉంటాయి మరియు కంటి పరిస్థితుల తీవ్రతపై ఆధారపడి ఉంటుంది.

సిగరెట్ పొగ, డ్రై హీటింగ్ ఎయిర్, ఎయిర్ కండిషనింగ్ మొదలైన పొడి కళ్ల ట్రిగ్గర్‌లను నివారించడం ప్రోటోకాల్‌లో ముఖ్యమైన భాగం. 1. కృత్రిమ కన్నీళ్లు తీవ్రతతో సంబంధం లేకుండా అన్ని రకాల పొడి కళ్లలో ఉపయోగించే ప్రధాన చికిత్స. అవి బెంజాల్కోనియం క్లోరైడ్ (సంరక్షక) ఉచిత కంటి చుక్కలు, ఇవి టియర్ ఫిల్మ్ స్టెబిలిటీని పెంచడానికి రూపొందించబడ్డాయి. అవి పాలీ వినైల్ ఆల్కహాల్, పోవిడోన్, హైడ్రాక్సీప్రోపైల్ గ్వార్, సెల్యులోజ్ డెరివేటివ్‌లు మరియు హైలురోనిక్ యాసిడ్‌ను ప్రధాన ఏజెంట్‌గా కలిగి ఉన్న సన్నాహాలు. ఈ చుక్కలు జెల్లు, లేపనాలు మరియు పరిష్కారాల రూపంలో లభిస్తాయి.

మెబోమియన్ గ్రంథి పనిచేయకపోవడం విషయంలో, ట్రైగ్లిజరైడ్స్, ఫాస్ఫోలిపిడ్లు మరియు ఆముదం వంటి లిపిడ్‌లను కలిగి ఉన్న కృత్రిమ కన్నీళ్లు ఉపయోగించబడతాయి. 2. యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ మందులు కంటి ఉపరితలం మరియు లాక్రిమల్ గ్రంధిలో వాపు మధ్యస్తంగా తీవ్రమైన పొడి కళ్ళలో కూడా గమనించవచ్చు. దీని కోసం, కంటి యొక్క మితమైన మరియు తీవ్రమైన పరిస్థితులలో శోథ నిరోధక చికిత్స అవసరం. 3. సమయోచిత కార్టికోస్టెరాయిడ్స్ 2 నుండి 4 వారాల పాటు కార్టికోస్టెరాయిడ్స్ చొప్పించడం వల్ల కంటి పొడిబారిన లక్షణాలను తగ్గించడంలో సహాయపడతాయని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. కానీ, దీర్ఘకాలిక చికిత్స కొన్ని సమస్యలతో ముడిపడి ఉన్నందున ఈ చికిత్స స్వల్పకాలిక ఉపయోగం కోసం మాత్రమే ఉపయోగించబడుతుంది. 4. సమయోచిత సైక్లోస్పోరిన్ A సైక్లోస్పోరిన్ A అనేది ఇమ్యునోసప్రెసెంట్, ఇది వాపును తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. సిక్లోస్పోరిన్ యొక్క సమయోచిత అప్లికేషన్ కన్నీటి ఉత్పత్తిని పెంచుతుంది మరియు అస్పష్టమైన దృష్టి, కంటి పొడి మరియు విదేశీ శరీర సంచలనం వంటి లక్షణాలను కూడా తగ్గిస్తుంది.

సిక్లోస్పోరిన్ అసహన రోగుల విషయంలో, టాక్రోలిమస్ కంటి చుక్కలు ఉపయోగించబడతాయి. 5. యాంటీబయాటిక్స్ యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ లక్షణాలతో కూడిన అనేక యాంటీబయాటిక్స్ పొడి కళ్ళకు చికిత్స చేయడానికి కూడా ఉపయోగిస్తారు. మెబోమియన్ గ్రంథి పనిచేయకపోవడం మరియు పొడి కళ్ళతో సంబంధం ఉన్న బ్లేఫరిటిస్ విషయంలో ఇవి ఉపయోగించబడతాయి. పొడి కళ్ళు కోసం ఉపయోగించే కొన్ని సాధారణ యాంటీబయాటిక్స్: డాక్సీసైక్లిన్ మినోసైక్లిన్ అజిత్రోమైసిన్ 6. పంక్టల్ ప్లగ్‌లు ఇవి కంటి కన్నీటి నాళాలలోకి చొప్పించబడే చిన్న పరికరాలు. ఇవి కన్నీళ్ల పారుదలని తగ్గిస్తాయి, ఇవి కంటిని తేమగా ఉంచడంలో సహాయపడతాయి. పంక్టల్ ప్లగ్‌లలో రెండు రకాలు ఉన్నాయి

తాత్కాలిక/కరిగిపోయే ప్లగ్‌లు ఈ ప్లగ్‌లు కొల్లాజెన్ వంటి కరిగిపోయే పదార్థంతో తయారు చేయబడ్డాయి, ఇవి చివరికి శరీరంలోకి శోషించబడతాయి. అవి కొన్ని రోజుల నుండి నెలల వరకు కంటిలో ఉంటాయి.

సెమీ-పర్మనెంట్ ప్లగ్‌లు ఈ ప్లగ్‌లు సిలికాన్ లేదా యాక్రిలిక్ వంటి ఎక్కువ కాలం ఉండే పదార్థంతో తయారు చేయబడినందున ఈ ప్లగ్‌లు సంవత్సరాల తరబడి కళ్లలో ఉంటాయి. అవసరమైతే వాటిని మీ నేత్ర వైద్యుడు తొలగించవచ్చు. 7. డ్రై ఐస్ సిండ్రోమ్ చికిత్సకు శస్త్రచికిత్స వివిధ శస్త్రచికిత్స ఎంపికలు: టార్సోరాఫీ: ఇది కార్నియల్ హీలింగ్ అమ్నియోటిక్ మెమ్బ్రేన్ మార్పిడిని ప్రోత్సహించడానికి ఎగువ మరియు దిగువ కనురెప్పలను పాక్షికంగా లేదా పూర్తిగా శస్త్రచికిత్స ద్వారా కలపడాన్ని సూచిస్తుంది: ఈ ప్రక్రియలో ఉమ్మనీటి పొర యొక్క భాగాన్ని ఉపరితలంపై వర్తించబడుతుంది. కంటి ఉపరితలాన్ని పునర్నిర్మించడానికి కంటి యొక్క. కెరాటోప్లాస్టీ: ఇది కార్నియాపై చేసే శస్త్రచికిత్స, ముఖ్యంగా కార్నియల్ ట్రాన్స్‌ప్లాంటేషన్. ఇది నిరంతర కార్నియల్ వ్రణోత్పత్తి మరియు చిల్లులు కనిపించే తీవ్రమైన సందర్భాల్లో ఉపయోగించబడుతుంది. పొడి కళ్ళకు ఇంటి సంరక్షణ

1. స్వీయ మందులను నివారించండి కంటి పొడిని కలిగించే వివిధ మందులు ఉన్నాయి. ఏదైనా మందులు తీసుకునేటప్పుడు మీ వైద్యుడిని సంప్రదించడం అవసరం.
2. మీ ఆహారంపై దృష్టి పెట్టండి కొన్ని కొవ్వు ఆమ్లాలు, విటమిన్లు మరియు ఖనిజాలు కళ్లను హైడ్రేట్ గా ఉంచుతాయి. ఈ రకమైన ఆహారాలను మీ ఆహారంలో చేర్చుకోవాలి. వీటిలో ఇవి ఉన్నాయి: ఒమేగా కొవ్వు ఆమ్లాలు (చేపలు, నూనెలు మరియు పాల ఉత్పత్తులు) విటమిన్ ఎ (గుమ్మడికాయలు, ఆప్రికాట్లు, క్యారెట్లు, టమోటాలు, బచ్చలికూర మరియు పాల ఉత్పత్తులు) విటమిన్ సి (సిట్రస్ పండ్లు మరియు నారింజ, ద్రాక్షపండు, నిమ్మ, నిమ్మ వంటి రసాలు), యాపిల్స్, అరటిపండ్లు, టొమాటోలు మరియు వండిన బచ్చలికూర) జింక్ (తృణధాన్యాలు, పాల ఉత్పత్తులు, స్వీట్ కార్న్, బఠానీలు, కాయధాన్యాలు మరియు గింజలు) గుడ్లు, మొక్కజొన్న, కివీ పండు, ద్రాక్ష గుమ్మడికాయ మరియు ఆకు కూరలు వంటి లుటీన్ మరియు జియాక్సంథిన్‌ల మంచి వనరులు బచ్చలికూర, కాలే, కాలర్డ్స్ మరియు బ్రోకలీ. విటమిన్ E (పూర్తి ధాన్యం తృణధాన్యాలు, బాదం, హాజెల్ నట్స్, పొద్దుతిరుగుడు విత్తనాలు, చిలగడదుంప మరియు వేరుశెనగ వెన్న)
3. మిమ్మల్ని మీరు హైడ్రేటెడ్ గా ఉంచుకోవడం వల్ల కన్నీళ్లు ఏర్పడటానికి నీరు సహాయపడుతుంది. ముఖ్యంగా మీరు వేడి మరియు పొడి వాతావరణంలో జీవిస్తున్నట్లయితే నిర్జలీకరణం పొడి కళ్ల లక్షణాలను ప్రేరేపిస్తుంది.
4. తగినంత నిద్ర తీసుకోండి, తగినంత నిద్ర లేకపోవడం వల్ల కళ్ళు పొడిబారడం మరియు దురదలు ఏర్పడతాయి. ఒక రాత్రి తగినంత నిద్ర లేన తర్వాత కళ్ళు తక్కువ కన్నీళ్లను ఉత్పత్తి చేయవచ్చని కూడా గమనించవచ్చు. పొడి కళ్ళు ఉన్న రోగి త్వరగా కోలుకోవడానికి తగినంత నిద్ర సహాయపడుతుంది.

మంచి నిద్ర మనస్సును ప్రశాంతంగా ఉంచుతుంది మరియు వారాంతాల్లో ఆహ్వానించబడని తలనొప్పిని నివారించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. మెరుగైన నిద్రను పొందడంలో మీకు సహాయపడే మా ఉత్పత్తుల శ్రేణిని అన్వేషించండి. సహాయం పొందు!

1. కనురెప్పలను పరిశుభ్రంగా ఉంచుకోవాలి. కనురెప్పలపై హాట్ కంప్రెస్‌లు మరియు వార్మింగ్ మాస్క్‌లు టియర్ ఫిల్మ్ స్టెబిలిటీ మరియు లిపిడ్ లేయర్ యొక్క మందాన్ని పెంచుతాయి కాబట్టి అవి సూచించబడతాయి.
2. పొడి వాతావరణాన్ని నివారించండి పొడి వాతావరణం కళ్లలో పొడిని ప్రేరేపిస్తుంది. కారు హీటర్‌లను మీ ముఖం నుండి దూరంగా ఉంచడం ద్వారా మీ కళ్లలో గాలి రాకుండా నివారించడం వంటి పరిస్థితులను నివారించవచ్చు. డ్రై ఐస్ యొక్క సమస్యలు
3. కంటి సమస్యలు తగినంత కన్నీటి ఉత్పత్తి కంటిలో అనేక సమస్యలకు దారి తీయవచ్చు, ఇవి తేలికపాటి నుండి తీవ్రమైన వరకు ఉంటాయి. ప్రారంభంలో, పొడి కళ్ళు కొద్దిగా అసౌకర్యాన్ని కలిగిస్తాయి, కానీ సరైన వైద్య సహాయం లేకుండా, పరిస్థితి కార్నియాను దెబ్బతీస్తుంది.

కంటి పొడిబారిన సమస్యలలో ఇవి ఉన్నాయి: దృష్టిలో హెచ్చుతగ్గులు కార్నియా యొక్క మచ్చలు ఇన్ఫెక్షియస్ కెరాటిటిస్ (బాక్టీరియా, వైరస్‌లు, శిలీంధ్రాలు మరియు పరాన్నజీవుల వల్ల కార్నియా ఇన్‌ఫెక్షన్) కంటి వ్రణోత్పత్తి కంటి ఇన్ఫెక్షన్లు కంటి మంట కార్నియాలో గాయం కండ్లకలక దృష్టి నష్టం 2. దీర్ఘకాలిక సమస్యలు పొడి కళ్ళు జీవన నాణ్యతను ప్రభావితం చేస్తాయి మరియు దారితీయవచ్చు: ఆందోళన డిప్రెషన్ నిద్ర రుగ్మతలు మూడ్ డిజార్డర్స్ డైస్లిపిడెమియా మైగ్రేన్ తలనొప్పి పొడి కళ్ళకు ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలు

మూలికా ఆధారిత మందులు

గోజీ బెర్రీలు ఈ చెట్టు ఆసియాకు చెందినది మరియు దాని పండ్లు, సాధారణంగా గోజీ బెర్రీలు అని పిలుస్తారు, దాని ఔషధ మరియు పోషక విలువలకు ప్రసిద్ధి చెందింది. గోజీ బెర్రీ సారం యొక్క పరిపాలన పొడి కళ్ళ నుండి ఉపశమనం పొందటానికి కనుగొనబడింది. షిర్మెర్స్ టెస్ట్ స్కోర్ మరియు టియర్ బ్రేకప్ టైమ్ (TBUT) వంటి వివిధ పరీక్షల ద్వారా ఇది నిర్ధారించబడింది.

Polygonum cuspidatum ఇది ఉత్తర అమెరికా మరియు ఆసియాలో కనిపించే ఒక మొక్క మరియు సాంప్రదాయ జపనీస్ మరియు చైనీస్ వైద్యంలో తరచుగా ఉపయోగించబడుతుంది. ఈ మొక్క యొక్క సారం యొక్క పరిపాలన దాని శోథ నిరోధక లక్షణాల ద్వారా కంటిని సంరక్షించడంలో సహాయపడుతుందని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి.

చమోమిలే చమోమిలే టీతో కళ్ళు కడగడం కంటి ఇన్ఫెక్షన్లు మరియు ఇతర కంటి వ్యాధుల చికిత్సకు ఉపయోగిస్తారు. పొడి కళ్లతో జీవించడం

1. హోమ్ రెమెడీస్ ప్రయత్నించండి పొడి కళ్లలో ఉపశమనం కలిగించే వివిధ ఇంటి నివారణలు ఉన్నాయి. ఇందులో కళ్లకు వెచ్చని కంప్రెస్ వేయడం, ఫిష్ ఆయిల్ సప్లిమెంట్స్ తీసుకోవడం, నీరు పుష్కలంగా తాగడం మరియు హ్యూమిడిఫైయర్‌ని ఉపయోగించడం ద్వారా పనిలో లేదా మీ ఇంట్లో తేమను పెంచడం వంటివి ఉంటాయి.
2. స్క్లెరల్ కాంటాక్ట్ లెన్స్‌ని ప్రయత్నించండి కాంటాక్ట్ లెన్స్‌లు ధరించే వ్యక్తులు మరియు డ్రై ఐస్‌ని అభివృద్ధి చేసే వ్యక్తులు సాంప్రదాయ లెన్స్‌లకు బదులుగా స్క్లెరల్ లెన్స్‌లను ఉపయోగించాలి. ఈ లెన్స్‌లు స్క్లెరా అని పిలువబడే కంటిలోని తెల్లటి భాగంపై ఉంచబడతాయి. ఇవి కళ్లను రక్షిస్తాయి మరియు ఎక్కువ కాలం వాటిని హైడ్రేట్ గా ఉంచుతాయి.
3. క్రమం తప్పకుండా విరామం తీసుకోండి కంప్యూటర్ స్క్రీన్‌లను చదివేటప్పుడు లేదా పని చేస్తున్నప్పుడు తరచుగా చిన్న విరామం తీసుకోవడం మరియు కళ్ళు రెప్పవేయడం చాలా ముఖ్యం. ఫోన్ కాల్ సమయంలో వంటి వీలైనప్పుడల్లా మీ కళ్ళు మూసుకుని ఉండండి. ఇది మీ కళ్ళపై ఒత్తిడిని తగ్గిస్తుంది.
4. కంప్యూటర్ స్క్రీన్‌ల స్థానాన్ని సర్దుబాటు చేయండి మనం క్రిందికి చూసినప్పుడు మొత్తం కంటి ఉపరితలం బహిర్గతం మరియు కన్నీటి ఆవిరి తగ్గుతుంది. ఇది కంటిని తేమగా ఉంచడంలో సహాయపడుతుంది. కంప్యూటర్ స్క్రీన్‌లను తక్కువ స్థాయిలో ఉంచడం ద్వారా వాటిపై పనిచేసేటప్పుడు కూడా అదే వర్తించవచ్చు.
5. అవసరమైన కాంతి సర్దుబాట్లు చేయండి పొడి కళ్ళు ఉన్న వ్యక్తులు ప్రకాశవంతమైన లైట్ల ద్వారా ప్రేరేపించబడే ఫోటోసెన్సిటివిటీతో బాధపడుతున్నారు. ప్రకాశవంతమైన బల్బులను తక్షణమే ఓవర్‌హెడ్‌కు దూరంగా ఉంచడం ద్వారా దీనిని తగ్గించవచ్చు. ఇది ప్రకాశాన్ని తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది మరియు కంప్యూటర్ స్క్రీన్‌ల వంటి ఉపరితలాలపై ప్రతిబింబాన్ని కూడా తగ్గిస్తుంది.
6. వెంట్స్ నుండి దూరంగా ఉండండి మీ కళ్లలోకి నేరుగా వీచే పొడి గాలి వల్ల కళ్లు పొడిబారడం మరింత తీవ్రమవుతుంది కాబట్టి వెంట్స్ నుండి దూరంగా ఉండమని సలహా ఇస్తారు.
7. కంటి చుక్కలను అందుబాటులో ఉంచుకోండి పొడి కళ్ళు ఉన్న రోగి ఎల్లప్పుడూ కంటి చుక్కలను వారితో ఉంచుకోవాలి, తద్వారా వ్యక్తికి కళ్ళు ఎండిపోతున్నట్లు అనిపించినప్పుడు వాటిని ఉపయోగించవచ్చు.
8. సపోర్ట్ గ్రూప్‌లో చేరండి ఇలాంటి పరిస్థితి ఉన్న వ్యక్తులతో కనెక్ట్ అవ్వడం వల్ల వేగంగా కోలుకోవడానికి సహాయపడే వివిధ విషయాలను కనుగొనడంలో సహాయపడుతుంది. తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు కాంటాక్ట్ లెన్స్‌లు ధరించినప్పుడు కళ్ళు పొడిబారకుండా ఎలా నివారించాలి? పొడి కళ్ళు నయం చేయవచ్చా? పొడి కళ్ల లక్షణాలు నిర్దిష్ట సీజన్లలో ఎక్కువగా కనిపిస్తాయా? పొడి కళ్ళు అంధత్వానికి కారణమవుతుందా? కళ్లలో నీరు రావడం అనేది పొడి కళ్లకు లక్షణమా? ప్రస్తావనలు డ్రై ఐ, నేషనల్ హెల్త్ ఇన్స్టిట్యూట్, చివరిగా నవీకరించబడింది: 08 ఏప్రిల్, 2022. Matossian C, McDonald M, Donaldson KE, Nichols KK, MacIver S, Gupta PK. పొడి కళ్ళు: మహిళల ఆరోగ్యం కోసం పరిగణన. J ఉమెన్స్ హెల్త్ (Larchmt). 2019 ఏప్రిల్;28(4):502-514. doi: 10.1089/jwh.2018.7041. ఎపబ్ 2019 జనవరి 29. PMID: 30694724; PMCID: PMC6482917. విజన్ హెల్త్ ఇనిషియేటివ్ (VHI), సెంటర్స్ ఫర్ డిసీజ్ కంట్రోల్ అండ్ ప్రివెన్షన్, చివరిగా నవీకరించబడింది: 04 ఫిబ్రవరి, 2020. డ్రై ఐ, అమెరికన్ ఆప్టోమెట్రిక్ అసోసియేషన్. మెస్మర్ EM. పొడి కళ్ళ యొక్క పాథోఫిజియాలజీ, రోగ నిర్ధారణ మరియు చికిత్స. Dtsch Arztebl Int. 2015 జనవరి 30;112(5):71-81; క్విజ్ 82. doi: 10.3238/arztebl.2015.0071. PMID: 25686388; PMCID: PMC4335585. గోల్డెన్ MI, మేయర్ JJ, పటేల్ BC. డ్రై ఐ సిండ్రోమ్. [2022 జూన్ 27న నవీకరించబడింది]. ఇన్: స్టాట్‌పెర్ల్స్ [ఇంటర్నెట్]. ట్రెజర్ ఐలాండ్ (FL): StatPearls పబ్లిషింగ్; 2022 జనవరి. డ్రై ఐస్, అకాడమీ ఆఫ్ ఆప్తాల్మాలజీ, చివరిగా నవీకరించబడింది: ఆగస్టు 2018. రేహాని ఎమ్, అఘమోల్లయి హెచ్, జాడిడి కె, బార్జెగర్ ఎ. డ్రై ఐ కోసం హెర్బల్-బేస్డ్ డ్రగ్స్; చికిత్స మరియు ప్రతికూల ప్రతిచర్యలు. ఇండియన్ జర్నల్ ఆఫ్ ట్రెడిషనల్ నాలెడ్జ్ (IJTK). 2021 మార్చి 3;20(1):33-40.

==================================================

పొడి చర్మం జిరోడెర్మా, జిరోసిస్, జిరోసిస్ క్యూటిస్ మరియు ఆస్టిటోసిస్ అని కూడా పిలుస్తారు అవలోకనం పొడి చర్మం అనేది కఠినమైన, పొరలుగా ఉండే, దురద లేదా పొలుసుల చర్మాన్ని సూచిస్తుంది. ఇది చెదిరిన చర్మ అవరోధం మరియు చర్మంలో సహజ లిపిడ్లు లేకపోవడం వల్ల వస్తుంది. పొడి చర్మం కాలానుగుణంగా ఉంటుంది లేదా చర్మశోథ, సోరియాసిస్, హైపోథైరాయిడిజం, హైపర్ థైరాయిడిజం, మధుమేహం మొదలైన కొన్ని అంతర్లీన వైద్య పరిస్థితుల కారణంగా అభివృద్ధి చెందుతుంది.

పొడి చర్మం యొక్క లక్షణాలు కఠినమైన క్లెన్సర్లు, చల్లని వాతావరణం మరియు తరచుగా నీటిని బహిర్గతం చేయడం ద్వారా ప్రేరేపించబడతాయి. క్యాటరింగ్, వెంట్రుకలను దువ్వి దిద్దే పని, ఆరోగ్య సంరక్షణ, నిర్మాణం, చెక్క పని మరియు రబ్బరు పరిశ్రమ వంటి నిర్దిష్ట వృత్తులలో పనిచేస్తున్న వ్యక్తులు నీరు మరియు కఠినమైన రసాయనాలకు నిరంతరం బహిర్గతం కావడం వల్ల పొడి చర్మం అభివృద్ధి చెందే ప్రమాదం ఉంది. ఒత్తిడి, ఆందోళన, నీరు తీసుకోకపోవడం వల్ల కూడా చర్మం పొడిబారడానికి అవకాశం ఉంటుంది.

స్వీయ సంరక్షణ మరియు వైద్య సహాయం ద్వారా పొడి చర్మాన్ని సులభంగా నిర్వహించవచ్చు మరియు చికిత్స చేయవచ్చు. మాయిశ్చరైజర్ ద్వారా చర్మాన్ని తేమగా ఉంచడం మరియు ఏడాది పొడవునా సూర్యరశ్మి నుండి చర్మాన్ని రక్షించడం దీనిని నిర్వహించడానికి ప్రాథమిక కీలు. బిగుతుగా ఉండే సింథటిక్ ఫ్యాబ్రిక్‌లపై వదులుగా ఉండే కాటన్ దుస్తులను ధరించడం కూడా బాగా ఉపయోగపడుతుంది.

సకాలంలో చికిత్స చేయకపోతే, పొడి చర్మం అంటువ్యాధులు, తీవ్రమైన దురద మరియు తామర, కాంటాక్ట్ డెర్మటైటిస్ వంటి మరింత తీవ్రమైన చర్మ పరిస్థితులకు గురయ్యే అవకాశం ఉంది. సాధారణంగా శిశువులు మరియు పిల్లలలో కనిపించే ముఖ్య వాస్తవాలు 60 ఏళ్లు పైబడిన పెద్దలు లింగం పురుషులు మరియు మహిళలు ఇద్దరినీ ప్రభావితం చేస్తుంది. స్త్రీలలో సర్వసాధారణం శరీర భాగాలు (లు) ప్రపంచవ్యాప్తంగా ప్రమేయం ఉన్న చర్మ వ్యాప్తి: 29.4% (2018) అనుకరించే పరిస్థితులు ఇచ్థియోసిస్ వల్గారిస్ అటోపిక్ చర్మశోథ స్టాసిస్ డెర్మటైటిస్ చికాకు కలిగించే కాంటాక్ట్ డెర్మటైటిస్ అలెర్జీ కాంటాక్ట్ డెర్మటైటిస్ నమ్యులర్ డెర్మటైటిస్ స్కేబీస్ టిసోరియా-కోపోరిస్ టెస్సోరియా ఆరోగ్య పరీక్ష భౌతిక పరీక్ష మరియు వైద్య చరిత్ర బయాప్సీ: షేవ్ బయాప్సీ, పంచ్ బయాప్సీ & ఎక్సిషన్స్ ట్రీట్‌మెంట్ మాయిశ్చరైజర్స్: గ్లిజరిన్, యూరియా, లానోలిన్ & ప్రొపైలిన్ గ్లైకాల్ మందులు: క్లోబెటాసోన్, హైడ్రోకార్టిసోన్, బెటామెథాసోన్ & క్లోబెటాసోల్ యొక్క అన్ని లక్షణాలు చలికాలంలో పొడిబారడం, సాధారణంగా చర్మం పొడిబారడం. వ్యక్తి వయస్సు, చర్మపు రంగు, ఆరోగ్య పరిస్థితులు, జీవన వాతావరణం ఆధారంగా లక్షణాలు మారవచ్చు మరియు వీటిని కలిగి ఉండవచ్చు: 1. పొడిబారడం పేరు సూచించినట్లుగా, పొడి చర్మం యొక్క విలక్షణ సంకేతం తేమ మరియు సహజ నూనెలు లేకపోవడం వల్ల చర్మం పొడిబారడం. ఇది చర్మంపై ఫైన్ లైన్లను కూడా కలిగిస్తుంది మరియు కొన్నిసార్లు దురదలను కలిగిస్తుంది. 2. అధిక తేమ కోల్పోవడం వల్ల చర్మం పొరలుగా మారడం వల్ల చర్మానికి కఠినమైన ఆకృతిని ఇస్తుంది. 3. పగుళ్లు పొడిబారడం వల్ల చర్మం కుంచించుకుపోవడం వల్ల కూడా పగుళ్లు ఏర్పడతాయి. ఈ పగుళ్లు లోతుగా మారవచ్చు మరియు రక్తస్రావం కూడా కావచ్చు. 4. దురద పొడి చర్మం కూడా దురదను కలిగిస్తుంది. కొంతమంది వ్యక్తులు డ్రైవింగ్, నిద్ర, మొదలైన సాధారణ పనులకు ఆటంకం కలిగించే అన్ని సమయాలలో దురదను అనుభవిస్తారు.

నిరంతర దురదతో చికాకుగా ఉందా? దానితో పోరాడటానికి కొన్ని ఇంటి నివారణలను చూడండి. చదవడానికి నొక్కండి!

1. నొప్పి ఇప్పటికే పగిలిన మరియు పొరలుగా ఉన్న చర్మం తరచుగా బాధాకరంగా అనిపిస్తుంది. పొడి చర్మంతో ప్రభావితమైన వ్యక్తుల చర్మంపై నీటికి కూడా గురికావడం మండే అనుభూతిని కలిగిస్తుంది.
2. ముడతలు పొడి చర్మం ఉన్నవారి చర్మం నీరు కోల్పోవడం వల్ల బలాన్ని కోల్పోయి గరుకుగా తయారవుతుంది. వృద్ధాప్యంలో ఇది సర్వసాధారణం.
3. పీలింగ్ పీలింగ్ అనేది చర్మం యొక్క పై పొర - ఎపిడెర్మిస్ యొక్క పునరుద్ధరణను సూచిస్తుంది. ఇది డెడ్ స్కిన్ సెల్స్ ను తొలగించే సహజ ప్రక్రియ. డ్రై స్కిన్ షెడ్డింగ్ ప్రక్రియను పెంచుతుంది, దీని వలన చర్మం సులభంగా ఒలిచిపోతుంది.
4. స్కిన్ ఇన్‌ఫెక్షన్లు పొడి చర్మంతో బాధపడుతున్న వ్యక్తులు చర్మంలో పగుళ్లు మరియు పగుళ్ల కారణంగా చర్మ వ్యాధులకు గురయ్యే అవకాశం ఉంది. పగుళ్లు చర్మం లోపల సూక్ష్మజీవుల వ్యాప్తిని అనుమతిస్తాయి, ఇది ఫంగల్ స్కిన్ ఇన్ఫెక్షన్ల వంటి ఇన్ఫెక్షన్లకు దారితీస్తుంది.

ఫంగల్ స్కిన్ ఇన్ఫెక్షన్ల గురించి వివరంగా చదవండి. చదవడానికి క్లిక్ చేయండి! పొడి చర్మం యొక్క కారణాలు

పొడి చర్మం యొక్క కారణాలను అర్థం చేసుకునే ముందు, చర్మం యొక్క నిర్మాణం మరియు కూర్పును తెలుసుకోవడం ముఖ్యం: సహజ చర్మ అవరోధం కార్నియోసైట్లు అని పిలువబడే ప్రత్యేక కణాలను కలిగి ఉంటుంది. ఈ కార్నియోసైట్లు చర్మం యొక్క లిపిడ్ రిచ్ పొరలో స్థిరంగా ఉంటాయి. కార్నియోసైట్‌ల పరిమాణం, సంఖ్య మరియు అమరికలో భంగం చర్మ అవరోధాన్ని దెబ్బతీస్తుంది. సాధారణ చర్మం 10-20% నీటిని నిల్వ చేయగలగాలి. నీటిని పట్టుకునే సామర్థ్యంలో మార్పులు, చాలా ఎక్కువ మరియు చాలా తక్కువ రెండూ కూడా చర్మ అవరోధాన్ని ప్రభావితం చేస్తాయి. పై పొరలో ఉన్న లిపిడ్‌ల కూర్పు వయస్సు, జన్యు స్వభావాలు, ఆహారం (ఉదా, అవసరమైన కొవ్వు ఆమ్లాల శాతం) అలాగే మందులు (ఉదా, కొలెస్ట్రాల్-తగ్గించే ఏజెంట్లు) వంటి వివిధ కారకాల ద్వారా కూడా ప్రభావితమవుతుంది.

ఈ సహజ అవరోధం పనితీరు మరియు/లేదా చర్మంలో మాయిశ్చరైజింగ్ కారకాలు లేకపోవడం వల్ల పొడి చర్మం ఏర్పడుతుంది. లిపిడ్ కూర్పును మార్చగల లేదా మాయిశ్చరైజింగ్ కారకాల కంటెంట్‌ను తగ్గించగల వివిధ కారణాలను ఇలా వర్గీకరించవచ్చు: A. బాహ్య కారణాలు

1. చర్మాన్ని శుభ్రపరచడం: నీటిని ఎక్కువగా బహిర్గతం చేయడం వల్ల చర్మం నుండి సహజ నూనెలు తొలగించబడతాయి, ఇది పొడిగా మారుతుంది. కింది రోజువారీ కార్యకలాపాలు దీనికి కారణం కావచ్చు: తరచుగా ఎక్కువసేపు వేడిగా స్నానం చేయడం వల్ల చర్మాన్ని ఎక్కువగా స్క్రబ్బింగ్ చేయడం తరచుగా చేతులు కడుక్కోవడం కఠినమైన సబ్బులు ఉపయోగించడం ఆల్కలీన్ సబ్బులు మరియు డిటర్జెంట్లు ఉపయోగించడం.
2. పర్యావరణ కారకాలు: కొన్ని పర్యావరణ కారకాలు కూడా పొడి చర్మానికి కారణం కావచ్చు. వీటిలో ఇవి ఉన్నాయి: తేమ తక్కువగా ఉండే చల్లని వాతావరణంలో నివసించడం, ఎయిర్ కండిషనింగ్ సిస్టమ్‌ని ఉపయోగించి సూర్యరశ్మికి తీవ్రంగా బహిర్గతం చేయడం
3. వృత్తిపరమైన కారకాలు: కొందరు వ్యక్తులు చర్మం నుండి తేమను తొలగించి పొడి చర్మానికి కారణమయ్యే ఏజెంట్లకు నిరంతరం బహిర్గతం చేస్తారు. ఇందులో హెయిర్‌డ్రెసింగ్‌లు, హౌస్‌కీపింగ్, క్యాటరింగ్, మెటల్ వర్కర్లు, నిర్మాణం, వ్యవసాయం మొదలైన వాటిలో పని చేసే వ్యక్తులు ఉన్నారు. ఆరోగ్య సంరక్షణ నిపుణులు కూడా తరచుగా చేతులు కడుక్కోవాల్సిన కారణంగా చర్మం పొడిబారే ప్రమాదం ఉంది. బి. అంతర్గత కారణాలు ఇవి అనియంత్రిత కారకాలు మరియు పొడి చర్మం కలిగించే వివిధ రుగ్మతలను కలిగి ఉంటాయి. ఇది కావచ్చు:
4. చర్మసంబంధ కారణాలు

ఇన్ఫ్లమేటరీ స్కిన్ డిజార్డర్స్: డ్రై స్కిన్ కలిగించే వివిధ చర్మ రుగ్మతలు ఉన్నాయి, అవి : అటోపిక్ డెర్మటైటిస్ అలెర్జీ కాంటాక్ట్ డెర్మటైటిస్ చికాకు కలిగించే కాంటాక్ట్ డెర్మటైటిస్ సెబోర్హెయిక్ డెర్మటైటిస్ పెరియోరల్ డెర్మటైటిస్ డైషిడ్రోటిక్ ఎగ్జిమా నమ్యులర్ ఎగ్జిమా సోరియాసిస్ స్కేబీస్ స్కిన్ ఇన్ఫెక్షన్ విస్ఫోటనాలు

జెనోడెర్మాటోసెస్: ఇది రకాన్ని బట్టి చర్మం యొక్క ఆకృతి, రంగు మరియు నిర్మాణాన్ని ప్రభావితం చేసే అరుదైన వారసత్వ చర్మ వ్యాధులను సూచిస్తుంది. సాధారణ ఉదాహరణ ఇచ్థియోసిస్, దీనిలో చర్మం తీవ్రంగా పొడిగా మారుతుంది.

ఇన్ఫెక్షియస్ డెర్మటోస్: ఇవి బాక్టీరియా, వైరస్, శిలీంధ్రాలు లేదా పరాన్నజీవుల వల్ల కలిగే చర్మ పరిస్థితులు. దీర్ఘకాలిక దశలో, అవి పొడి చర్మానికి కూడా కారణమవుతాయి. ఈ వ్యాధిలో పెడిక్యులోసిస్ మరియు గజ్జి ఉన్నాయి.

నియోప్లాజమ్‌లు: చర్మపు లింఫోమా (తెల్ల రక్త కణాల క్యాన్సర్) వంటి కొన్ని రకాల క్యాన్సర్‌లు కూడా పొడి చర్మానికి కారణం కావచ్చు.

1. మానసిక కారణాలు

అబ్సెసివ్ కంపల్సివ్ డిజార్డర్ (OCD): OCD ఉన్న కొంతమంది రోగులు ఎక్కువగా శుభ్రపరచడం మరియు కడగడం అనే వ్యసనాన్ని కలిగి ఉంటారు, ఇది పొడి చర్మంకు కారణం కావచ్చు.

తినే రుగ్మతలు: ఇది అనోరెక్సియా నెర్వోసాను కలిగి ఉంటుంది, ఇది స్వీయ ఆకలితో ఉంటుంది, ఇది చర్మాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచడానికి అవసరమైన పోషకాలు మరియు విటమిన్ల కొరతకు దారితీస్తుంది.

ఆల్కహాల్ వ్యసనం: ఆల్కహాల్ అధికంగా తీసుకోవడం వల్ల నిర్జలీకరణానికి కారణమవుతుంది, ఇది చివరికి పొడి చర్మానికి దారితీస్తుంది. ఇది అంతర్లీన చర్మ పరిస్థితులను కూడా మరింత తీవ్రతరం చేస్తుంది. అధికంగా మద్యపానం చేయడం వల్ల ఆల్కహాల్ యూజ్ డిజార్డర్ (AUD) ఏర్పడుతుంది, ఇది పొడి చర్మం, చర్మ వ్యాధులు మరియు చర్మ క్యాన్సర్ వంటి అనేక చర్మ రుగ్మతల అవకాశాలను పెంచుతుంది. ఆల్కహాల్ దుర్వినియోగం మరియు మద్య వ్యసనంపై నేషనల్ ఇన్స్టిట్యూట్ ప్రకారం, అతిగా మద్యపానం సూచిస్తుంది: స్త్రీలు: రోజుకు 3 కంటే ఎక్కువ పానీయాలు లేదా వారానికి 7 కంటే ఎక్కువ పానీయాలు. పురుషులు: రోజుకు 4 కంటే ఎక్కువ పానీయాలు లేదా వారానికి 14 కంటే ఎక్కువ పానీయాలు.

1. ఆహార కారణాలు

పోషకాహార లోపం: విటమిన్ ఎ, విటమిన్ డి, జింక్ మరియు ఐరన్ లోపాల వంటి ఆహార కారణాల వల్ల కూడా చర్మం పొడిబారుతుంది.

నిర్జలీకరణం: తగినంత ద్రవం తీసుకోవడం మరియు అధిక చెమట కూడా పొడి చర్మం కలిగిస్తుంది.

1. డ్రగ్-సంబంధిత కారణాలు రెటినాయిడ్స్, సమయోచిత కార్టికోస్టెరాయిడ్స్ (దీర్ఘకాల వినియోగం), మూత్రవిసర్జనలు, లిపిడ్-తగ్గించే ఏజెంట్లు, కాల్షియం వ్యతిరేకులు, బీటా బ్లాకర్స్, యాంటీ రుమాటిక్ మందులు, గర్భనిరోధకాలు/యాంటీయాండ్రోజెన్లు, సైటోస్టాటిక్ ఏజెంట్లు, రేడియేషన్ డెర్మటైటిస్ (తర్వాత చర్మవ్యాధి చికిత్స) కూడా చేయవచ్చు. పొడి.
2. అంతర్గత వ్యాధులు/పరిస్థితులు
3. ఎండోక్రైన్ మరియు జీవక్రియ రుగ్మతలు: పొడి, పగుళ్లు మరియు పొరలుగా ఉండే చర్మాన్ని కలిగించే వివిధ వ్యాధులు ఉన్నాయి. ఈ రుగ్మతలలో ఇవి ఉన్నాయి: దీర్ఘకాలిక మూత్రపిండ వ్యాధి డయాబెటిస్ మెల్లిటస్ కాలేయ రుగ్మతలు (ప్రాధమిక పిత్త కోలాంగైటిస్, ప్రైమరీ స్క్లెరోటిక్ కోలాంగైటిస్, డ్రగ్ ప్రేరిత కొలెస్టాసిస్, ఎక్స్‌ట్రాహెపాటిక్ కొలెస్టాసిస్) హైపర్‌పారాథైరాయిడిజం హైపోథైరాయిడిజం మాలాబ్జర్ప్షన్
4. తాపజనక కారణాలు: వాపును కలిగించే వ్యాధులు కూడా పొడి చర్మానికి కారణం కావచ్చు. వాటిలో దీర్ఘకాలిక శోథ ప్రేగు వ్యాధి (గ్లూటెన్ సెన్సిటివిటీ) మరియు రుమాటిక్ వ్యాధి ఉన్నాయి.
5. ఇన్ఫెక్షన్లు: కొన్ని ఇన్ఫెక్షన్లు కూడా చర్మాన్ని పొడిబారేలా చేస్తాయి. ఇందులో డయేరియా వ్యాధులు, హెల్మిన్త్‌లు, హెపటైటిస్ బి మరియు సి ఇన్‌ఫెక్షన్‌లు మరియు హెచ్‌ఐవి ఇన్‌ఫెక్షన్ ఉన్నాయి.
6. హార్మోన్ల మార్పులు: మెనోపాజ్, ఆండ్రోపాజ్ మరియు గర్భం వంటి పరిస్థితులలో హార్మోన్ల మార్పులు చర్మం దాని స్థితిస్థాపకత మరియు తేమను కోల్పోయి పొడి చర్మానికి దారి తీస్తుంది.
7. ఇతర వైద్య పరిస్థితులు: పాలిసిథెమియా వెరా, ఎసెన్షియల్ థ్రోంబోసైటోసిస్, హాడ్జికిన్స్ వ్యాధి, నాన్-హాడ్కిన్స్ లింఫోమా మరియు మల్టిపుల్ మైలోమా వంటి పరిస్థితులు కూడా పొడి చర్మానికి కారణం కావచ్చు. నీకు తెలుసా? పొడి చర్మం, ఒక ప్రాంతం చుట్టూ అనేక మచ్చలు, చాలా పొడి చర్మం, ఎరుపు లేదా పసుపు పాచెస్, చర్మం గట్టిపడటం, పొక్కులు లేదా దిమ్మల సమూహాలు, బహిరంగ గాయాలు, ఎర్రటి గడ్డలు, కనురెప్పల చుట్టూ పొలుసులు లేదా బూడిద వంటి అనేక చర్మ సమస్యలను మధుమేహం కలిగిస్తుంది. చర్మం వంటిది. సాధ్యమయ్యే కారణాలు మరియు దానిని నిర్వహించడానికి మార్గాల గురించి మరింత తెలుసుకోండి. తెలుసుకోవాలంటే చదవండి! పొడి చర్మం నిర్ధారణ
8. శారీరక పరీక్ష మరియు వైద్య చరిత్ర సాధారణంగా చర్మాన్ని దృశ్యమానంగా పరిశీలించడం ద్వారా పొడి చర్మం నిర్ధారణ అవుతుంది. డాక్టర్ మీ వైద్య చరిత్ర గురించి పూర్తి సమాచారాన్ని సేకరిస్తారు. డాక్టర్ మీరు తీసుకుంటున్న మందులు, మీ స్నానపు అలవాట్లు, వృత్తి, కుటుంబ చరిత్ర మొదలైనవాటిని కూడా చర్చిస్తారు. ఇది చికిత్స ప్రణాళికను మార్గనిర్దేశం చేయడంలో ఆరోగ్య సంరక్షణ ప్రదాతకి సహాయపడుతుంది.
9. రక్త పరీక్షలు వైద్య సమాచారం ఆధారంగా, థైరాయిడ్ పరీక్ష, రక్తంలో గ్లూకోజ్ పరీక్షలు వంటి కొన్ని పరీక్షలు కూడా ఖచ్చితమైన కారణాన్ని కనుగొనడానికి సూచించబడతాయి.
10. బయాప్సీ తీవ్రమైన సందర్భాల్లో, రోగ నిర్ధారణను నిర్ధారించడానికి మరియు చికిత్సను నిర్ణయించడానికి చర్మ బయాప్సీని కూడా ఉపయోగిస్తారు. ఇది ఒకే విధమైన కనిపించే పరిస్థితులను గుర్తించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. దీనిలో, చర్మ కణజాలం యొక్క భాగాన్ని మైక్రోస్కోప్ క్రింద తొలగించి పరీక్షించబడుతుంది. ఇది క్రింది రకాలుగా ఉండవచ్చు: షేవ్ బయాప్సీ: ఈ టెక్నిక్ చర్మం పై నుండి తీసివేసిన సన్నని ముక్కను ఉపయోగిస్తుంది. పంచ్ బయాప్సీ: ఇది సాధారణంగా దద్దుర్లు నిర్ధారించడానికి ఉపయోగిస్తారు మరియు ప్రభావిత చర్మం నుండి కణజాలం యొక్క చిన్న స్థూపాకార భాగాన్ని ఉపయోగిస్తుంది. ఎక్సిషన్లు: ఇది పరీక్ష కోసం పెద్ద మరియు లోతైన కణజాలాలను ఉపయోగిస్తుంది. చర్మ క్యాన్సర్లను గుర్తించడానికి ఇది ఎక్కువగా ఉపయోగించబడుతుంది. నీకు తెలుసా? వివిధ రకాల చర్మ నిపుణులు ఉన్నారు. కానీ, ప్రజలు తరచుగా చర్మ నిపుణులు మరియు చర్మవ్యాధి నిపుణులను పరస్పరం మార్చుకుంటారు. కానీ వాస్తవానికి, చర్మవ్యాధి నిపుణుడిగా ఉండటం కంటే చర్మ నిపుణులకు చాలా ఎక్కువ ఉంది. గందరగోళం? సరే, మీరు ఉండవలసిన అవసరం లేదు ఎందుకంటే మేము దీని మీద వెలుగునిచ్చేందుకు ఇక్కడ ఉన్నాము. తెలుసుకోవడానికి క్లిక్ చేయండి! సందర్శించవలసిన నిపుణుడు

చాలా సందర్భాలలో, పొడి చర్మం జీవనశైలి మార్పులు మరియు ఇంటి నివారణలతో పరిష్కరించబడుతుంది. మీ ఆరోగ్య సంరక్షణ ప్రదాతని సంప్రదించండి: OTC మందులు మరియు స్వీయ-సంరక్షణ చిట్కాల తర్వాత కూడా పొడి చర్మం కొనసాగితే, చర్మం మంటగా లేదా బాధాకరంగా మారుతుంది, క్యాన్సర్ చికిత్స యొక్క దుష్ప్రభావాల ఫలితంగా పొడి చర్మం అభివృద్ధి చెందుతుంది, మీరు దురద కారణంగా మీ సాధారణ కార్యకలాపాలను చేయలేరు. ఓపెన్ పుళ్ళు

ఈ పరిస్థితిలో సహాయపడే నిపుణులైన వైద్యులు: డెర్మటాలజిస్ట్ జనరల్ ఫిజిషియన్

మీ ఇంటి సౌకర్యం నుండి ఆన్‌లైన్‌లో భారతదేశంలోని అత్యుత్తమ వైద్యులను సంప్రదించండి. ఇప్పుడే సంప్రదించండి!

పొడి చర్మం నివారణ

కింది చర్యలు చర్మం పొడిబారకుండా నిరోధించవచ్చు. స్కిన్ క్లెన్సింగ్ మరియు మాయిశ్చరైజింగ్ చర్మం యొక్క క్లెన్సింగ్ తర్వాత మాయిశ్చరైజింగ్ చేయడం వల్ల చర్మం ఆకృతిని మరియు దాని మొత్తం ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడంలో చాలా ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తుంది. చర్మం పొడిబారకుండా ఉండేందుకు ఈ క్రింది చర్యలు తీసుకోవాలి: స్నానం చేయడానికి గోరువెచ్చని/వెచ్చని నీళ్లకు బదులుగా గోరువెచ్చని నీటిని ఉపయోగించండి గరిష్ఠంగా 5 నిమిషాలు మాత్రమే పూర్తి శరీర స్నానం చేయండి బబుల్ బాత్‌ను నివారించండి తేలికపాటి, ఆల్కలీన్ లేని సబ్బు, లిపిడ్-రిప్లెనిషింగ్ ఉపయోగించండి. సిండ్‌లు/షవర్ మరియు బాత్ ఆయిల్‌లు హ్యూమెక్టెంట్‌లను కలిగి ఉండే సబ్బులను వాడండి. స్పాంజ్‌లతో రుద్దడం వల్ల ఏర్పడే ఘర్షణను నివారించండి. ముఖానికి సున్నితంగా మరియు సువాసన లేని చర్మ సంరక్షణ ఉత్పత్తులను ఉపయోగించండి మీ ముఖాన్ని రోజుకు రెండు సార్లు కంటే ఎక్కువ శుభ్రం చేయడం మానుకోండి స్నానం చేసి చేతులు కడుక్కున్న తర్వాత మాయిశ్చరైజర్‌ను క్రమం తప్పకుండా వర్తించండి. లోషన్లు, పెర్ఫ్యూమ్‌లు మరియు ఇతర ఉత్పత్తులు సరైన దుస్తులు ధరించండి, చర్మం నేరుగా బట్టలతో సంబంధం కలిగి ఉండటం వల్ల దుస్తులు కూడా చర్మ పరిస్థితులను ప్రభావితం చేస్తాయి. చర్మం ఆరోగ్యంగా ఉండటానికి, చర్మం దురద మరియు పొడిబారడానికి దారితీసే సంభావ్య ట్రిగ్గర్‌లను నివారించండి. సింథటిక్ బట్టల కంటే కాటన్ దుస్తులకు ప్రాధాన్యత ఇవ్వండి ఉన్ని ఆధారిత దుస్తులను మానుకోండి, వీలైతే బిగుతుగా ఉండే దుస్తులను మానుకోండి చేతులు మరియు కాళ్లకు గ్లౌజులు ఉపయోగించండి   
తెలివిగా తినండి చర్మం ఆరోగ్యంగా ఉంచడంలో మనం తీసుకునే ఆహారం చాలా ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తుంది. తగినంత పండ్లు మరియు కూరగాయలతో కూడిన సమతుల్య ఆహారం చర్మానికి పోషణనిస్తుంది మరియు దానిని తేమగా మరియు ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. సిట్రస్ పండ్లు, చాలా వేడి మరియు కారంగా ఉండే ఆహారం, అధిక వేడి పానీయాలు మరియు ఆల్కహాల్‌లు చర్మాన్ని డీహైడ్రేట్ చేయగలవు కాబట్టి వాటికి దూరంగా ఉండాలి. జీవనశైలి మార్పులు ఒత్తిడి, ఆందోళన మరియు నీటి కొరత కూడా చర్మ పరిస్థితులను మాడ్యులేట్ చేస్తాయి మరియు మోటిమలు మరియు పొడి చర్మంకు మరింత అవకాశం కల్పిస్తాయి. ప్రాథమిక జీవనశైలి మార్పులు పొడి చర్మాన్ని నివారించడంలో సహాయపడతాయి. తగినంత మొత్తంలో నీరు తీసుకోండి సరైన విశ్రాంతి తీసుకోండి క్రమం తప్పకుండా మితమైన వ్యాయామం చేయండి అధిక ధూమపానం మరియు మద్యపానం మానుకోండి ముఖ్యంగా మధ్యాహ్న సమయంలో నేరుగా సూర్యరశ్మికి గురికాకుండా ఉండండి తగిన రక్షణను అందించే సన్‌స్క్రీన్‌లను ఉపయోగించండి.

సరైన సన్‌స్క్రీన్ గురించి తెలుసుకోవడానికి మా నిపుణుల వీడియోను చూడండి. పొడి చర్మం యొక్క చికిత్స

పొడి చర్మం యొక్క చికిత్స క్రింది ఉద్దేశ్యాలపై దృష్టి పెడుతుంది: చర్మం యొక్క సహజ లిపిడ్ అవరోధాన్ని రిపేర్ చేయండి చర్మం పై పొరలో నీటిని సరఫరా చేయండి చర్మం యొక్క నీటిని పట్టుకునే సామర్థ్యాన్ని పెంచండి దురదను తగ్గించండి స్ట్రాటమ్ కార్నియం (చర్మం యొక్క పై పొర) మరమ్మత్తు

చర్మంపై నేరుగా ఉపయోగించే సమయోచిత అనువర్తనాల ద్వారా పొడి చర్మం యొక్క చాలా సందర్భాలలో నిర్వహించవచ్చు. వివిధ రకాల సమయోచిత సన్నాహాలు క్రింది విధంగా ఉన్నాయి:

హ్యూమెక్టెంట్లు: ఇవి డెర్మిస్ నుండి ఎపిడెర్మిస్‌కు నీటి బదిలీని ప్రోత్సహిస్తాయి. ఉదాహరణలు గ్లిజరిన్, యూరియా, అమ్మోనియం లాక్టేట్, హైలురోనిక్ యాసిడ్ మరియు జెలటిన్. సిలికాన్ సన్నాహాలు హ్యూమెక్టెంట్లుగా కూడా అందుబాటులో ఉన్నాయి. వారు జిడ్డుగా ఉండరు మరియు మంచి సహనం కలిగి ఉంటారు. ఆక్లూసివ్‌లు: ఇవి చర్మంపై హైడ్రోఫోబిక్ పొరను సృష్టించడం ద్వారా నీటి నష్టాన్ని నిరోధించే సన్నాహాలు. సాధారణ ఉదాహరణలలో లానోలిన్, పారాఫిన్, పెట్రోలియం జెల్లీ, కొలెస్ట్రాల్ మరియు స్టెరిల్ ఆల్కహాల్ ఉన్నాయి. ఎమోలియెంట్స్: ఈ ఏజెంట్లు చర్మంలో ఖాళీలు మరియు పగుళ్లను పూరిస్తాయి. డైమెథికాన్ మరియు ప్రొపైలిన్ గ్లైకాల్ సాధారణ ఉదాహరణలు. రిలిపిడేటింగ్ ఏజెంట్లు: సమయోచిత ఫార్ములేషన్స్‌లో చర్మం పై పొరలో లిపిడ్ లభ్యతను నిర్ధారించే రీలిపిడేటింగ్ పదార్థాలు కూడా ఉంటాయి. ఈవెనింగ్ ప్రింరోస్, షియా, జోజోబా, బోరేజ్, ఆలివ్, గోధుమ బీజ మరియు పొద్దుతిరుగుడు వంటి కొలెస్ట్రాల్ మరియు కొవ్వు ఆమ్లాలు సాధారణ ఉదాహరణలు. ఇతర పదార్థాలు: తయారీలో వివిధ ప్రయోజనాలను అందించే అనేక ఇతర పదార్థాలు కూడా ఉన్నాయి. ఓట్స్: ఇందులో నీరు, ప్రొటీన్లు, లిపిడ్లు, ఖనిజ లవణాలు, విటమిన్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇది చర్మాన్ని తేమగా ఉంచుతుంది మరియు అవసరమైన విటమిన్లు మరియు ఖనిజాల కొరతను కూడా నివారిస్తుంది. తయారీలో భాగాల మధ్య అనుకూలతను పెంచడానికి కూడా ఇది ఉపయోగించబడుతుంది.   
అల్లాంటోయిన్: ఇది చర్మాన్ని తేమగా ఉంచే హైడ్రేటింగ్ లక్షణాలను కలిగి ఉంటుంది. A-bisabolol: ఇది శోథ నిరోధక మరియు బాక్టీరిసైడ్ లక్షణాలను కలిగి ఉంది. ఇది దెబ్బతిన్న చర్మాన్ని సరిచేయడంలో సహాయపడుతుంది మరియు బ్యాక్టీరియా చర్మ ఇన్ఫెక్షన్లను కూడా నివారిస్తుంది.

సరైన మాయిశ్చరైజర్ మరియు అప్లికేషన్ యొక్క సరైన పద్ధతిని ఎలా కొనుగోలు చేయాలో తెలుసుకోండి. తెలుసుకోవడానికి నొక్కండి!

సమయోచిత స్టెరాయిడ్లు: దురద మరియు చర్మశోథ విషయంలో కూడా సమయోచిత స్టెరాయిడ్లు మరియు కాల్సినూరిన్ ఇన్హిబిటర్లు సూచించబడతాయి. ఇవి మంట మరియు చికాకును తగ్గిస్తాయి. అవి వివిధ రూపాల్లో అందుబాటులో ఉన్నాయి: క్రీమ్స్ జెల్స్ లోషన్స్ ఆయింట్‌మెంట్స్ ట్యాప్స్ మరియు బ్యాండేజ్ సొల్యూషన్స్

సాధారణ ఉదాహరణలు: Clobetasone Hydrocortisone Beclomethasone Betamethasone Clobetasol Fluticasone Mometasone

తీవ్రమైన సందర్భాల్లో, నోటి లేదా ఇంజెక్షన్ మందులు కూడా ఇవ్వబడతాయి. డ్రై స్కిన్ కోసం ఇంటి సంరక్షణ

ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం తీసుకోండి

చేర్చాల్సిన ఆహారాలు చర్మాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచడంలో మనం తీసుకునే ఆహారం చాలా ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తుంది. పొడి చర్మం కూడా విటమిన్ ఎ, విటమిన్ సి, విటమిన్ డి, జింక్ మరియు సెలీనియం వంటి కొన్ని పోషకాల లోపానికి సంకేతం. అందువల్ల, చర్మాన్ని తేమగా మరియు ఆరోగ్యంగా ఉంచడానికి పోషకాలు అధికంగా ఉండే ఆహారం తీసుకోవాలని సలహా ఇస్తారు. ఇందులో తీపి బంగాళాదుంప, కివీ, కాడ్ లివర్ ఆయిల్, బాదం వోట్ పాలు, కాల్చిన బీన్స్, అవోకాడో మరియు గ్రీన్ టీ ఉండాలి.

కొన్ని ఆహార పదార్థాలను నివారించాల్సిన ఆహారాలు చర్మాన్ని డీహైడ్రేట్ చేయడం ద్వారా చర్మ సంరక్షణ చికిత్సకు ఆటంకం కలిగిస్తాయి. కాఫీ, చక్కెర, ఉప్పగా ఉండే ఆహారాలు మరియు శుద్ధి చేసిన పిండి పదార్థాలను అధికంగా తీసుకోవడం మానేయాలి, ఎందుకంటే ఇది చర్మానికి రక్త ప్రవాహాన్ని పరిమితం చేస్తుంది లేదా దాని నుండి నీటిని తీసివేస్తుంది. ఒత్తిడిని నిర్వహించండి ఒత్తిడి కూడా చర్మంపై విరుచుకుపడటం మరియు మొటిమలను ప్రోత్సహిస్తుంది, దీని ఫలితంగా పొడి చర్మం కూడా వస్తుంది. ఒత్తిడిని సమర్థవంతంగా నిర్వహించడానికి ఈ క్రింది చర్యలు తీసుకోవచ్చు. తగినంత నిద్ర పొందండి పెయింటింగ్, ఆడటం, పాడటం, క్రాఫ్టింగ్ మొదలైనవాటిని మీరు ఆస్వాదించండి, నడకకు వెళ్లండి యోగా చేయండి జాగ్రత్తగా షేవ్ చేయండి షేవింగ్ చేసే ముందు మాయిశ్చరైజర్ జెల్ లేదా క్రీమ్ రాసుకోవడం మంచిది. మృదువైన మరియు మృదువైన చర్మం కలిగి ఉండటానికి, శుభ్రమైన, పదునైన రేజర్‌ని ఉపయోగించండి మరియు జుట్టు పెరిగే దిశలో షేవ్ చేయండి, దానికి వ్యతిరేకంగా కాదు. ధూమపానం వద్దు అని చెప్పండి ధూమపానం రక్త సరఫరాను పరిమితం చేయడం ద్వారా చర్మాన్ని దెబ్బతీస్తుంది. అధిక ధూమపానం కొల్లాజెన్ మరియు ఎలాస్టిన్‌ను నాశనం చేస్తుంది, ఇది చర్మానికి బలం మరియు స్థితిస్థాపకతను ఇస్తుంది. అందువల్ల, చర్మం ఆరోగ్యంగా ఉండటానికి ధూమపానం మానేయడం చాలా ముఖ్యం.

ధూమపానం మానేయడానికి వివిధ ఆచరణాత్మక మార్గాల గురించి చదవండి. చదవడానికి క్లిక్ చేయండి! పొడి చర్మం యొక్క సమస్యలు

పొడి చర్మం ఎక్కువగా స్వీయ సంరక్షణ మరియు మందులతో చికిత్స చేయవచ్చు. అయినప్పటికీ, చికిత్స చేయకుండా వదిలేస్తే లేదా విస్మరించినట్లయితే, ఇది క్రింది సమస్యలకు దారితీస్తుంది: ఇన్ఫెక్షన్లు పొడి చర్మం చాలా కాలం పాటు కొనసాగితే, అది చర్మంలో పగుళ్లను సృష్టిస్తుంది. దెబ్బతిన్న చర్మం శిలీంధ్రాలు మరియు బ్యాక్టీరియా వంటి వివిధ సూక్ష్మజీవుల బహిర్గతానికి ఎక్కువ అవకాశం ఉంది. ఇది చివరికి అనేక ఇన్ఫెక్షన్లకు దారి తీస్తుంది. చర్మంలో శాశ్వత మార్పులు పొడి చర్మం దురదకు కారణమవుతుంది మరియు తరచుగా గోకడం వల్ల చర్మం శాశ్వతంగా మారుతుంది. ఇది చర్మంపై చిక్కగా పాచెస్ మరియు చర్మం రంగు మారడం వంటి మార్పులను కలిగిస్తుంది. అలెర్జీ కాంటాక్ట్ డెర్మటైటిస్ పొడి చర్మం కూడా రాజీపడే చర్మ అవరోధం కారణంగా అలెర్జీ కాంటాక్ట్ డెర్మటైటిస్‌కు దారి తీస్తుంది. అటోపిక్ ఎగ్జిమా (అటోపిక్ డెర్మటైటిస్) అధికంగా పొడి చర్మం అటోపిక్ తామరకు దారి తీస్తుంది. ఇది ఒక తాపజనక పరిస్థితి, ఇది దురద మరియు పొడి చర్మంతో పాటు దద్దుర్లు కలిగి ఉంటుంది. తామర క్రాక్వెల్‌ను ఆస్టిటోటిక్ ఎగ్జిమా అని కూడా అంటారు. ఈ పరిస్థితి యొక్క లక్షణం పగిలిన చర్మం కారణంగా ఈ వ్యాధికి దాని పేరు వచ్చింది. ఇది వృద్ధులలో ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది. హైపోథైరాయిడిజం, జింక్ లోపం మరియు లింఫోమా వంటి ఇతర దైహిక వ్యాధులతో పొడి చర్మం ఉన్న వ్యక్తులు దానిని అభివృద్ధి చేసే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. నమ్యులర్ డెర్మటైటిస్/డిస్కోయిడ్ ఎగ్జిమా ఈ వ్యాధి చెల్లాచెదురుగా, బాగా నిర్వచించబడిన, నాణెం ఆకారంలో మరియు నాణెం-పరిమాణ ఫలకాల ద్వారా వర్గీకరించబడుతుంది. ఎక్కువగా చేతులు కడుక్కునేవారిలో ఇది ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది. ప్రురిటస్ / దురద పొడి చర్మం కూడా స్థిరమైన దురదకు దారి తీస్తుంది, ఇది అసౌకర్యం మరియు నిరాశను కలిగిస్తుంది. తీవ్రమైన సందర్భాల్లో, ఇది ఆందోళన మరియు నిరాశకు దారితీస్తుంది, ఎందుకంటే ఇది రోజువారీ పనులు మరియు కార్యకలాపాలకు ఆటంకం కలిగిస్తుంది. వేడెక్కడం దీర్ఘకాలం పొడిబారడం వల్ల చర్మ అవరోధం దెబ్బతింటుంది మరియు శరీరంలో వేడెక్కడానికి దారితీస్తుంది. ఇది సాధారణంగా కొన్ని రకాల ఇచ్థియోసిస్‌లో కనిపిస్తుంది. పొడి చర్మం యొక్క ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలు

ఇంటి నివారణలు

సన్‌ఫ్లవర్ సీడ్ ఆయిల్: సన్‌ఫ్లవర్ సీడ్ ఆయిల్ చర్మంపై అప్లై చేసినప్పుడు మాయిశ్చరైజర్‌గా పనిచేస్తుందని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి.

కొబ్బరి నూనె (నారియల్ టెల్): ఇది సహజ నూనె, ఇది పొడి చర్మాన్ని తేమగా ఉంచడానికి కూడా విస్తృతంగా ఉపయోగించబడుతుంది. ఇందులో శాచ్యురేటెడ్ ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ ఉండటం వల్ల ఇది ఎమోలియెంట్‌గా పనిచేస్తుంది. కొన్ని అధ్యయనాలు దాని భద్రత మరియు సమర్థత పెట్రోలియం జెల్లీ మాదిరిగానే ఉన్నాయని సూచిస్తున్నాయి. ఇది స్కిన్ హైడ్రేషన్‌ని మెరుగుపరుస్తుంది మరియు చర్మంలో సహజ లిపిడ్‌లను పెంచుతుంది. ఇది కళ్ళ క్రింద మరియు నోటి చుట్టూ ఉన్న శరీరంలోని సున్నితమైన భాగాలకు కూడా సురక్షితంగా వర్తించవచ్చు.

వోట్మీల్ బాత్: వోట్మీల్ యాంటీఆక్సిడెంట్ మరియు యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ లక్షణాలను కలిగి ఉంటుంది, ఇది ఎరుపు మరియు దురద వంటి పొడి చర్మం యొక్క లక్షణాల నుండి ఉపశమనం పొందడంలో సహాయపడుతుంది. వోట్మీల్ పొడిని స్నానానికి చేర్చడం వల్ల పొడి చర్మం తగ్గుతుంది. ఇది క్రీమ్‌ల రూపంలో కూడా లభిస్తుంది.

పాలు: పాలలో కొవ్వు ఉంటుంది, ఇది చర్మ అవరోధాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. పాలతో సహా ఆహారం పొడి చర్మాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. అయితే దీన్ని నిర్ధారించడానికి మరింత పరిశోధన అవసరం.

తేనె: ఇది మాయిశ్చరైజింగ్, హీలింగ్ మరియు యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ లక్షణాలను కూడా కలిగి ఉంటుంది. దీన్ని నేరుగా చర్మంపై అప్లై చేయవచ్చు.

పెట్రోలియం జెల్లీ: దీనిని మినరల్ ఆయిల్ అని కూడా పిలుస్తారు మరియు దాని తేమ లక్షణాల కోసం చాలా సంవత్సరాలుగా ప్రసిద్ది చెందింది. ఇది వృద్ధులలో చర్మ అవరోధాన్ని మెరుగుపరుస్తుందని అధ్యయనాలు కనుగొన్నాయి. ఈ అధ్యయనం పొడి చర్మంలో మినరల్ ఆయిల్ వాడకానికి మద్దతు ఇస్తుంది.

అలోవెరా జెల్: ఇది పొడి చర్మం నుండి కూడా ఉపశమనాన్ని అందిస్తుంది. రాత్రి పడుకునే ముందు నేరుగా ప్రభావిత ప్రాంతంలో అప్లై చేయవచ్చు.

యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు: పొడి చర్మం వల్ల చర్మం పగుళ్లు ఏర్పడి, వాతావరణంలోని కొన్ని విషపూరితమైన అంశాలకు బహిర్గతమవుతుంది. యాంటీఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉండే ఆహారం చర్మాన్ని ఆరోగ్యవంతంగా చేస్తుంది. చర్మ ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరిచే కొన్ని సాధారణ ఆహారాలు: టొమాటోలు క్యారెట్ బీన్స్ బఠానీలు కాయధాన్యాలు పొడి చర్మంతో జీవిస్తాయి

పొడి చర్మం తీవ్రమైన లేదా దీర్ఘకాలికంగా ఉంటుంది. చాలా మంది తమ జీవితాంతం అనుభవించవచ్చు. చాలా సందర్భాలలో సున్నితమైన ప్రక్షాళన మరియు తగినంత తేమతో నిర్వహించవచ్చు. కఠినమైన సబ్బులు/డిటర్జెంట్లు, విపరీతమైన వాతావరణం, కఠినమైన/బిగుతుగా ఉండే దుస్తులు, అదనపు ఆల్కహాల్, కారంగా ఉండే ఆహారాలు, సిట్రస్ పండ్లు మరియు ఒత్తిడి వంటి ట్రిగ్గర్‌లను గుర్తించడం మరియు నివారించడం కూడా లక్షణాల నుండి ఉపశమనం పొందడంలో మరియు సమస్యలను నివారిస్తుంది. పొడి చర్మం యొక్క లక్షణాలను తగ్గించడానికి జీవనశైలిలో చేర్చబడే క్రింది చర్యలు: చర్మవ్యాధి నిపుణుడిని సంప్రదించండి కొన్నిసార్లు, పొడి చర్మం అంతర్లీన వ్యాధి ఫలితంగా ఉంటుంది. సరైన రోగ నిర్ధారణ కోసం చర్మవ్యాధి నిపుణుడిని సంప్రదించడం చాలా ముఖ్యం. ఇది మీ చర్మానికి సరిపోయే సరైన చికిత్స ప్రణాళికను రూపొందించడంలో వైద్యుడికి సహాయపడుతుంది.   
తరచుగా మాయిశ్చరైజేషన్ పొడి చర్మం వల్ల దెబ్బతిన్న చర్మాన్ని నయం చేయడంలో మాయిశ్చరైజేషన్ చాలా ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తుంది. స్నానం చేసిన తర్వాత, చేతులు కడుక్కున్న తర్వాత మరియు చర్మం పొడిగా మారినట్లు మీకు అనిపించినప్పుడల్లా మాయిశ్చరైజర్‌ను అప్లై చేయండి. మాయిశ్చరైజర్‌ను చర్మంపై సున్నితంగా మసాజ్ చేయాలి. మీరు మోతాదు మరియు దరఖాస్తు పద్ధతి గురించి మీ వైద్యునితో కూడా చర్చించవచ్చు.   
తేలికపాటి క్లెన్సర్‌ల వాడకం చర్మం ఆకృతిని మార్చడంలో క్లెన్సర్‌లు కీలక పాత్ర పోషిస్తాయి. సబ్బులు మరియు డిటర్జెంట్లు తెలివిగా ఎంచుకోవాలి. సిండెట్ క్లెన్సర్‌లు దురదను తగ్గిస్తాయి, ఎందుకంటే అవి సాంప్రదాయ సబ్బుల కంటే తక్కువ చికాకు కలిగిస్తాయి. పొడి చర్మం కలిగిన వ్యక్తులు సాంప్రదాయ సబ్బులకు దూరంగా ఉండాలి, ఎందుకంటే అవి చర్మ పరిస్థితులను మరింత దిగజార్చవచ్చు. చర్మం తీవ్రంగా దెబ్బతిన్నప్పుడు వైద్యుడు సూచించిన మందుల సబ్బులను వాడాలి. హ్యూమిడిఫైయర్ వాడండి డ్రై స్కిన్ చర్మం తేమను కోల్పోతుంది, ముఖ్యంగా చల్లని వాతావరణంలో. హ్యూమిడిఫైయర్ల సహాయంతో తేమ స్థాయిని కృత్రిమంగా పెంచవచ్చు. మీరు నిద్రిస్తున్నప్పుడు మీ సమీపంలో ఉంచగలిగే పోర్టబుల్ హ్యూమిడిఫైయర్‌లు కూడా అందుబాటులో ఉన్నాయి. చేతి తొడుగులు ధరించండి చర్మం నీటికి ఎక్కువగా బహిర్గతం చేయడం వల్ల చర్మం నుండి సహజ నూనె తొలగించబడుతుంది మరియు పొడిగా మారుతుంది. ఇది మాయిశ్చరైజర్ ప్రభావాన్ని కూడా తగ్గిస్తుంది. గిన్నెలు కడగడం, తోటపని చేయడం, వంట చేయడం వంటి పనులు చేసేటప్పుడు చేతి తొడుగులు ధరించడం మంచిది.

చలికాలంలో చేతి తొడుగులు ధరించడం వల్ల చర్మం వెచ్చగా ఉంటుంది మరియు చర్మం పొడిబారకుండా చేస్తుంది.

శీతాకాలంలో పొడి చర్మం కోసం కొన్ని ఆసక్తికరమైన మరియు సులభమైన చర్మ సంరక్షణ చిట్కాలను అన్వేషించండి. చదవడానికి క్లిక్ చేయండి!

సన్‌స్క్రీన్‌లను వాడండి సూర్యుడు UV కిరణాలను విడుదల చేస్తుంది, ఇది పొడి చర్మం వల్ల దెబ్బతిన్న చర్మాన్ని మరింత దిగజార్చుతుంది. పొడవాటి స్లీవ్‌లు, ప్యాంటు మరియు టోపీలు వంటి దుస్తులు కూడా సూర్యకిరణాల నుండి చర్మం బహిర్గతం కాకుండా తగ్గిస్తాయి. విస్తృత స్పెక్ట్రమ్ రక్షణను అందించే సన్‌స్క్రీన్‌లను ఎల్లప్పుడూ వర్తించండి. SPF 30 లేదా అంతకంటే ఎక్కువ ఉన్న సన్‌స్క్రీన్ చర్మానికి మంచి రక్షణను అందిస్తుంది.   
సరైన దుస్తులు ధరించండి సింథటిక్ మరియు బిగుతుగా ఉన్న వాటిపై వదులుగా మరియు కాటన్ దుస్తులను వాడాలి ఎందుకంటే ఇది చికాకును తగ్గిస్తుంది. బిగుతుగా మరియు సింథటిక్ దుస్తులు చర్మంపై రుద్దడం వల్ల చర్మం మరింత పగుళ్లు మరియు ఎర్రబడినట్లు చేస్తుంది. స్వీయ వైద్యం చేయవద్దు మొటిమల నిరోధక మందులు వంటి అనేక మందులను ఉపయోగించడం వల్ల చర్మం పొడిబారుతుంది. చర్మంపై ఔషధ క్రీమ్ను వర్తించే ముందు మీ చర్మవ్యాధి నిపుణుడిని సంప్రదించడం ఎల్లప్పుడూ మంచిది. తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు ఏ లోపాలు చర్మం పొడిబారడానికి కారణం కావచ్చు? చర్మాన్ని తేమగా ఉంచడంలో సన్‌స్క్రీన్ పాత్ర ఏమిటి? పొడి చర్మానికి చికిత్స చేయడానికి ఏ ఆహారాలు సహాయపడతాయి? జిరోడెర్మా (పొడి చర్మం) మరియు జిరోడెర్మా పిగ్మెంటోసమ్ మధ్య తేడా ఏమిటి? ఏ రకమైన ఆహారం వల్ల చర్మం పొడిబారుతుంది? ప్రస్తావనలు పొడి చర్మం, సంకేతాలు మరియు లక్షణాలు, అమెరికన్ అకాడమీ ఆఫ్ డెర్మటాలజీ అసోసియేషన్. గాడే A, మాటిన్ T, రూబెన్‌స్టెయిన్ R. జెరోడెర్మా. InStatPearls [ఇంటర్నెట్] 2021 ఏప్రిల్ 15. StatPearls పబ్లిషింగ్. డ్రై స్కిన్: మేనేజింగ్ కోసం చిట్కాలు, అమెరికన్ అకాడమీ ఆఫ్ డెర్మటాలజీ అసోసియేషన్. అగస్టిన్ M, విల్స్‌మన్-థీస్ D, కోర్బర్ A, Kerscher M, Itschert G, Dippel M, Staubach P. జిరోసిస్ క్యూటిస్-ఎ పొజిషన్ పేపర్ యొక్క రోగ నిర్ధారణ మరియు చికిత్స. JDDG: జర్నల్ డెర్ డ్యుచెన్ డెర్మటోలోజిస్చెన్ గెసెల్స్‌చాఫ్ట్. 2019 నవంబర్;17:3-3. బార్కో డి, గిమెనెజ్-అర్నౌ ఎ. జిరోసిస్: ఎపిడెర్మల్ బారియర్ యొక్క పనిచేయకపోవడం. Actas Dermo-Sifiliográficas (ఇంగ్లీష్ ఎడిషన్). 2008 జనవరి 1;99(9):671-82.

==================================================

విరేచనాలను బ్లడీ డయేరియా అని కూడా పిలుస్తారు, షిగెలోసిస్ అవలోకనం విరేచనాలు అనేది ఒక బాధాకరమైన పేగు సంక్రమణం, ఇది రక్తం మరియు శ్లేష్మంతో పాటు వదులుగా మరియు నీళ్లతో కూడిన మలాన్ని కలిగిస్తుంది. ఇది బాక్టీరియా లేదా పరాన్నజీవుల వల్ల వచ్చే అత్యంత అంటు వ్యాధి. పేలవమైన పారిశుధ్యం, పేలవమైన చేతుల పరిశుభ్రత, మలంతో కలుషితమైన ఆహారం మరియు నీరు తీసుకోవడం మరియు అనేక ఇతర కారకాలు వ్యాధి బారిన పడే అవకాశాలను పెంచుతాయి.

WHO నివేదిక ప్రకారం, ప్రతి సంవత్సరం 165 మిలియన్ల విరేచనాలు సంభవిస్తాయని అంచనా వేయబడింది, ఉష్ణమండల లేదా అభివృద్ధి చెందుతున్న దేశాలలో, ముఖ్యంగా పిల్లలలో అధిక ప్రాబల్యం ఉంది. విరేచనాలు కూడా 5 సంవత్సరాల కంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్న పిల్లలలో మరణాల యొక్క సాధారణ కారకం, అయితే ఇది అన్ని వయసుల వారిని ప్రభావితం చేస్తుంది.

విరేచనాలకు చికిత్స చేయడానికి యాంటీబయాటిక్స్ మరియు యాంటీపరాసిటిక్స్‌తో పాటు ఫ్లూయిడ్స్ మరియు ఎలక్ట్రోలైట్‌లతో సపోర్టివ్ కేర్‌ను ఉపయోగిస్తారు. ఇన్ఫెక్షన్ చాలా అంటువ్యాధి మరియు సోకిన వ్యక్తి నుండి ఇతరులకు సులభంగా వ్యాపిస్తుంది. కాబట్టి దాని వ్యాప్తిని నియంత్రించడానికి మంచి పరిశుభ్రత చర్యలను అనుసరించడం చాలా అవసరం. సాధారణంగా అన్ని వయసుల వారిలోనూ కనిపించే ముఖ్య వాస్తవాలు లింగం ప్రభావితం చేసే పురుషులు మరియు మహిళలు ఇద్దరి శరీర భాగాలు (లు) పెద్ద ప్రేగు చిన్న ప్రేగు పురీషనాళం కడుపు వ్యాప్తి ప్రపంచవ్యాప్తంగా: 165 మిలియన్ ఎపిసోడ్‌లు (2016) అనుకరించే పరిస్థితులు డయేరియా కలరా అల్సరేటివ్ పెద్దప్రేగు శోథ ప్రకోప ప్రేగు శోథ రోగలక్షణం స్టూల్ పరీక్ష R/M కల్చర్ స్టూల్ కంప్లీట్ బ్లడ్ కౌంట్ (CBC) చికిత్స యాంటీబయాటిక్స్ మరియు యాంటీపరాసిటిక్స్: సిప్రోఫ్లోక్సాసిన్, అజిత్రోమైసిన్ & నార్ఫ్లోక్సాసిన్-టినిడాజోల్ యాంటిపైరేటిక్స్: పారాసెటమాల్ ఎలక్ట్రోలైట్ సప్లిమెంట్స్: ఓరల్ రీహైడ్రేషన్ లవణాలు: డియోరామ్‌రిమ్‌సిడ్   
ఆల్టిసిటీ   
లవణాలు

వ్యక్తి ఇన్‌ఫెక్షన్‌కు గురైన తర్వాత విరేచనం యొక్క లక్షణాలు కనిపించడానికి 3 రోజుల వరకు పట్టవచ్చు. విరేచనాలతో బాధపడే వ్యక్తి సాధారణంగా ఈ క్రింది లక్షణాలను అనుభవిస్తాడు: వదులుగా, నీళ్లతో కూడిన మలం తరచుగా మలవిసర్జన చేయడం రక్తం మరియు శ్లేష్మంతో కూడిన బల్లలు మల విసర్జన సమయంలో నొప్పి కడుపులో తిమ్మిరి మరియు బాధాకరమైన అనుభూతి వికారం మరియు వాంతులు జ్వరం మరియు చలి బలహీనత డీహైడ్రేషన్ తగ్గుతుంది. మూత్ర విసర్జన పొడి చర్మం మరియు శ్లేష్మ పొరలు (నోరు పొడిబారడం వంటివి) కండరాల తిమ్మిరి బరువు తగ్గడం విరేచనాలకు కారణాలు

విరేచనం అనేది అత్యంత అంటు వ్యాధి, ఇది మానవుని నుండి మనిషికి సంక్రమించే మరియు సాధారణంగా చేతి నుండి నోటి మార్గం ద్వారా వ్యాపిస్తుంది. ఇది సాధారణంగా నీరు త్రాగడం లేదా విరేచనాలకు కారణమయ్యే జీవులతో కలుషితమైన మూలాల నుండి ఆహారం తినడం వల్ల వస్తుంది. విరేచనాల రకాలు

విరేచనాలు కలిగించే జీవి ఆధారంగా రెండు రకాల విరేచనాలు ఉన్నాయి:

1. బాసిల్లరీ విరేచనాలు పేరు సూచించినట్లుగా, బాసిల్లరీ విరేచనాలు బ్యాక్టీరియా వల్ల సంభవిస్తాయి. ఈ బ్యాక్టీరియాలలో షిగెల్లా (షిగెల్లోసిస్‌కు కారణమవుతుంది), క్యాంపిలోబాక్టర్ (కాంపిలోబాక్టీరియోసిస్‌కు కారణమవుతుంది) మరియు సాల్మొనెల్లా (సాల్మొనెలోసిస్‌కు కారణమవుతుంది) ఉన్నాయి. విరేచనాలకు కారణమయ్యే ప్రతి బ్యాక్టీరియా యొక్క ఫ్రీక్వెన్సీ ప్రపంచంలోని ప్రాంతాలను బట్టి మారుతూ ఉంటుంది.
2. అమీబిక్ విరేచనాలు అమీబిక్ విరేచనాలు, పేరు సూచించినట్లుగా ఎంటమీబా హిస్టోలిటికా అని పిలువబడే అమీబా (ఏకకణ పరాన్నజీవి) వల్ల వస్తుంది. విరేచనాలకు ప్రమాద కారకాలు

విరేచనాలు ఉన్న రోగులకు అతిసారం ఉన్నప్పుడు మరియు విరేచనాలు పోయిన వారం లేదా రెండు వారాల వరకు వారి మలంలో సూక్ష్మక్రిములు ఉంటాయి. విరేచనాలు చాలా అంటువ్యాధి, ఎందుకంటే తక్కువ మొత్తంలో సూక్ష్మజీవులు ఎవరైనా వ్యాధిని సంక్రమించవచ్చు. వ్యక్తులు దీని ద్వారా వ్యాధి బారిన పడవచ్చు: వారి చేతుల్లో సూక్ష్మక్రిములను పట్టుకోవడం మరియు వారి ఆహారం లేదా నోటిని తాకడం. జబ్బుపడిన వ్యక్తి నుండి కుళాయిలు, టాయిలెట్ సీట్లు, ఫ్లష్ హ్యాండిల్స్ మొదలైన వాటి నుండి మలము నుండి క్రిములతో కలుషితమైన ఉపరితలాలను తాకడం లేదా అనారోగ్యంతో ఉన్న పిల్లల డైపర్ మార్చడం లేదా రోగిని జాగ్రత్తగా చూసుకోవడం ద్వారా ఇది జరుగుతుంది. విరేచనాలతో బాధపడుతున్న ఎవరైనా పచ్చిగా, వండని లేదా తయారు చేసిన ఆహారాన్ని తినడం. పండ్లు మరియు కూరగాయలు మురికి నీటితో కడిగితే లేదా మానవ విసర్జన ద్వారా కలుషితమైన మట్టిలో పెరిగినట్లయితే అవి కూడా కలుషితమవుతాయి. క్రిములు ఉన్న మలంతో కలుషితమైన నీరు త్రాగుట. గృహ వినియోగం కోసం నీటిని వ్యర్థ జలాల నుండి సరిగ్గా వేరు చేయకపోతే అధిక ప్రమాదం ఉంది. నది, సరస్సు లేదా పబ్లిక్ స్విమ్మింగ్ పూల్‌లో ఈత కొడుతున్నప్పుడు సోకిన నీటిని మింగడం. సోకిన లేదా ఇటీవల కోలుకున్న రోగితో నేరుగా అంగ-నోటి సంబంధాన్ని కలిగి ఉండే ఏదైనా లైంగిక చర్య.

మీరు అతిసారంతో అనారోగ్యంతో ఉన్నప్పుడు, మీరు శరీరం నుండి ద్రవాలు మరియు లవణాలను వేగంగా కోల్పోతారు, కాబట్టి వీలైనంత ఎక్కువ ద్రవాలను తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. చిట్కాలను తెలుసుకోవడానికి క్లిక్ చేయండి! డయాగ్నోసిస్ ఆఫ్ డిసెంటరీ

తరచుగా, జీర్ణశయాంతర ప్రేగులను ప్రభావితం చేసే ఇతర పరిస్థితులతో విరేచనాలు అయోమయం చెందుతాయి. కడుపు మరియు ప్రేగులకు సంబంధించిన ఇతర వ్యాధులతో విరేచనాలు ప్రదర్శించే లక్షణాలలో గణనీయమైన అతివ్యాప్తి ఉండటం దీనికి కారణం.

రోగనిర్ధారణ ప్రయోగశాల పరీక్షలు: షిగెల్లా లేదా ఎంటమీబా హిస్టోలిటికా వంటి కారక జీవుల ఉనికిని గుర్తించడం ద్వారా విరేచనాల నిర్ధారణ నిర్ధారించబడుతుంది. మలం పరీక్ష R/M మరియు కల్చర్ స్టూల్ అనేవి ల్యాబ్ పరీక్షలు, ఇవి మలం నమూనాలో సూక్ష్మజీవుల ఉనికిని గుర్తించి, యాంటీబయాటిక్‌లకు వాటి సున్నితత్వాన్ని నిర్ధారిస్తాయి.

సహాయక ల్యాబ్ పరీక్షలు: శరీరంలో ఇన్ఫెక్షన్ స్థాయిని గుర్తించడానికి మరియు ఇలాంటి లక్షణాలను కలిగించే ఇతర కారణాలను తోసిపుచ్చడానికి పూర్తి రక్త గణన (CBC) వంటి అదనపు ప్రయోగశాల పరీక్షలు నిర్వహించబడతాయి. సెలబ్రిటీలు ప్రభావితమైన కింగ్ హెన్రీ V ఇంగ్లాండ్ రాజు హెన్రీ V 36 సంవత్సరాల వయస్సులో విరేచనాల సమస్యల కారణంగా మరణించారు విరేచనాల నివారణ

మంచి పరిశుభ్రత పద్ధతులను అనుసరించడం ద్వారా విరేచనాలను నివారించవచ్చు, అవి: భోజనం చేసే ముందు మరియు టాయిలెట్‌ని సందర్శించిన తర్వాత ఎల్లప్పుడూ సబ్బు మరియు నీటితో చేతులు కడుక్కోవాలి. రోడ్డు పక్కన, వండని, అపరిశుభ్రమైన ఆహారాన్ని నివారించండి. వంట చేయడానికి ముందు కూరగాయలను బాగా కడగాలి. పచ్చి ఆహారం తినకూడదు. పండ్లు లేదా కూరగాయలు తినేటప్పుడు, ఎల్లప్పుడూ వాటి బయటి పై తొక్కను తీసివేసి, విస్మరించండి. శుద్ధి చేసిన లేదా మినరల్ వాటర్ మాత్రమే త్రాగాలి. ఐస్‌ను స్వచ్ఛమైన నీటితో తయారు చేసినట్లు మీకు తెలియకపోతే దానిని నివారించండి. అపరిశుభ్రమైన మరుగుదొడ్లను ఉపయోగించవద్దు. తువ్వాలు మరియు ఇతర వ్యక్తిగత సంరక్షణ వస్తువులను పంచుకోవడం మానుకోండి. సందర్శించవలసిన నిపుణుడు

మీరు విరేచనాల లక్షణాలను కలిగి ఉంటే, తీవ్రమైన ఆరోగ్య సమస్యలను నివారించడానికి మీరు తప్పనిసరిగా వైద్య జోక్యాన్ని పొందాలి. అనారోగ్య పిల్లలకు శిశువైద్యుని క్రింద చికిత్స అవసరం కావచ్చు. వయోజన రోగులు వీరి నుండి వైద్య సంరక్షణను పొందవలసి ఉంటుంది: సాధారణ వైద్యుడు గ్యాస్ట్రోఎంటరాలజిస్ట్ మీ ఇంటి సౌకర్యం నుండి ఇక్కడ భారతదేశంలోని ఉత్తమ వైద్యులను సంప్రదించండి. బుక్ అపాయింట్‌మెంట్!

విరేచనాల చికిత్స

విరేచనాలకు చికిత్స సహాయక సంరక్షణను అందించడం మరియు కారక జీవులను నాశనం చేయడం లక్ష్యంగా పెట్టుకుంది.

1. యాంటీబయాటిక్స్ మరియు యాంటీపరాసిటిక్స్ విరేచనాల కారణాన్ని బట్టి, మీ డాక్టర్ ఇన్ఫెక్షన్ చికిత్సకు యాంటీబయాటిక్స్ లేదా యాంటీపరాసిటిక్స్‌ని సిఫారసు చేయవచ్చు. యాంటీబయాటిక్స్ బ్యాక్టీరియా విరేచనాలు లేదా షిగెల్లోసిస్ చికిత్సలో ఉపయోగించబడతాయి, అయితే యాంటీపరాసిటిక్ మందులు అమీబిక్ విరేచనాల చికిత్సలో ఉపయోగించబడతాయి. యాంటీబయాటిక్స్ & యాంటీపరాసిటిక్స్ యొక్క ఉదాహరణలు: సిప్రోఫ్లోక్సాసిన్ అజిత్రోమైసిన్ నార్ఫ్లోక్సాసిన్-టినిడాజోల్ ఆఫ్లోక్సాసిన్-ఆర్నిడాజోల్ ట్రిమెథోప్రిమ్-సల్ఫామెథోక్సాజోల్ మెట్రోనిడాజోల్
2. సహాయక సంరక్షణ పారాసెటమాల్ వంటి యాంటిపైరేటిక్స్ విరేచనాలతో సంభవించే జ్వరానికి చికిత్స చేయడానికి ఉపయోగిస్తారు. ఓరల్ రీహైడ్రేషన్ సాల్ట్స్ (ORS) వంటి ఎలక్ట్రోలైట్ సప్లిమెంట్లు డీహైడ్రేషన్ నివారణ మరియు చికిత్సలో ఉపయోగపడతాయి. లోపెరమైడ్ వంటి విరేచన నిరోధక మందులను వైద్యుని సిఫార్సు లేకుండా తప్పక ఉపయోగించకూడదు ఎందుకంటే అటువంటి మందులు విరేచనాలను మరింత తీవ్రతరం చేస్తాయి. విరేచనాలకు గృహ సంరక్షణ

విరేచనాలు ఉన్న రోగులు తేలికైన ఆహారాన్ని మాత్రమే తీసుకోవాలి, ఇవి సులభంగా జీర్ణం అవుతాయి మరియు నూనె లేదా కారంగా ఉండే ఆహారాలకు దూరంగా ఉండాలి. తినడానికి ముందు పచ్చి పండ్లు మరియు కూరగాయలు బాగా కడగాలి. డీహైడ్రేషన్‌ను నివారించడానికి కొబ్బరి నీరు, మజ్జిగ మొదలైన ద్రవ పదార్ధాలు తప్పనిసరిగా పుష్కలంగా తీసుకోవాలి. మీరు విరేచనాల ఎపిసోడ్‌తో బాధపడుతున్నట్లయితే, ఇంట్లో మీ సంరక్షణ కోసం మీరు ఈ క్రింది వాటిని చేయవచ్చు: శుద్ధి చేసిన నీటిని మాత్రమే త్రాగండి. మిమ్మల్ని మీరు ఉడకబెట్టండి; నీరు లేదా ఎలక్ట్రోలైట్ ద్రావణాలను పుష్కలంగా త్రాగాలి. తగినంత మొత్తంలో విశ్రాంతి తీసుకోండి. మీరు మంచి అనుభూతి చెందడం ప్రారంభించినప్పుడు, సులభంగా జీర్ణమయ్యే తేలికపాటి ఆహారాన్ని తినండి. ప్రతి భోజనానికి ముందు మరియు మీరు టాయిలెట్‌కి వెళ్ళిన ప్రతిసారీ సబ్బు మరియు నీటితో మీ చేతులను బాగా కడగాలి. విరేచనాల ఎపిసోడ్ సమయంలో, మీరు ఏమి కలిగి ఉండాలి మరియు ఏమి ఉండకూడదు అనే విషయంలో జాగ్రత్తగా ఉండాలి. ఎందుకంటే కొన్ని ఆహారాలు మీకు ప్రయోజనకరంగా ఉంటాయి, కొన్ని ఆహారాలు మీ లక్షణాలను మరింత దిగజార్చవచ్చు. మరింత తెలుసుకోవడానికి ఇక్కడ క్లిక్ చేయండి!

విరేచనాలు యొక్క సమస్యలు

తీవ్రమైన విరేచనాలు క్రింది సమస్యలకు కారణమవుతాయి: విపరీతమైన బలహీనత మరియు నిర్జలీకరణం శరీరం దాని ద్రవ పరిమాణాన్ని ఎక్కువగా కోల్పోయినప్పుడు హైపోవోలెమిక్ షాక్ సంభవించవచ్చు. హైపోవోలెమిక్ షాక్ ఒక వ్యక్తి స్పృహ కోల్పోయేలా చేస్తుంది మరియు కోమాలోకి కూడా మారుతుంది. సకాలంలో చికిత్స చేయకపోతే మరణానికి కూడా కారణం కావచ్చు. టాక్సిక్ మెగాకోలన్ అనేది ఒక తీవ్రమైన మరియు ప్రాణాంతక పరిస్థితి, దీనిలో పెద్ద ప్రేగు విపరీతంగా విస్తరిస్తుంది. జీర్ణశయాంతర ప్రేగు యొక్క ద్వితీయ అంటువ్యాధులు జీర్ణశయాంతర రక్తస్రావం కడుపు లేదా ప్రేగులలో ఏదైనా భాగం నుండి సంభవించవచ్చు. జీర్ణాశయంలో రక్తస్రావం కావడం వల్ల మలం నల్లగా మారుతుంది. గుండె చప్పుడులో ప్రాణాంతక మార్పులకు కారణమయ్యే పొటాషియం స్థాయిలు చాలా తక్కువగా ఉంటాయి, ఇది రోగికి కీళ్ల నొప్పులు, కంటి చికాకు మరియు బాధాకరమైన మూత్రవిసర్జనను అభివృద్ధి చేయగల పోస్ట్‌ఇన్‌ఫెక్షియస్ ఆర్థరైటిస్ హెమోలిటిక్ యురేమిక్ సిండ్రోమ్ (HUS) అనేది ఒక రకమైన కిడ్నీ దెబ్బతినడం. ఎర్ర రక్త కణాలను నాశనం చేసే ఒక టాక్సిన్ అరుదైన సందర్భాల్లో, అమీబిక్ విరేచనాలు కాలేయంలో చీము చేరడం లేదా ఊపిరితిత్తులు లేదా మెదడుకు వ్యాపించే పరాన్నజీవులు వ్యాధి కారణంగా బలహీనమైన రోగనిరోధక వ్యవస్థ కలిగిన వ్యక్తులలో సాధారణంగా సెప్సిస్ లేదా సంక్రమణ వ్యాప్తికి దారితీయవచ్చు. (HIV వంటివి) లేదా వైద్య చికిత్స (క్యాన్సర్‌కి కీమోథెరపీ వంటివి) విరేచనాలకు ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలు

విరేచనాల చికిత్సలో ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సల పాత్ర పరిమితం. విరేచనాలను ఆయుర్వేదంలో 'ప్రవాహిక' అంటారు. ఇవి కారక జీవిని తొలగించడం, పేగులోని పోషకాలను సాధారణ శోషణను సులభతరం చేయడం మరియు సులభంగా జీర్ణం కావడానికి జీర్ణ ఎంజైమ్‌లను ప్రేరేపించడం ద్వారా సహాయపడతాయి. ఆయుర్వేద వైద్యుల సూచన మేరకు ఈ మందులను తప్పనిసరిగా తీసుకోవాలి.

విరేచనాల చికిత్సలో ఉపయోగపడే ఆయుర్వేద ఔషధాలు: తక్ర చిత్రకాది గుటికతో కూడిన కుటజ్ఘన్ వటి బిల్వది చూర్ణం

విరేచనాలతో జీవించడం

విరేచనాలు తీవ్రమైనవి మరియు చికిత్స చేయకుండా వదిలేస్తే ప్రాణాంతక సమస్యలకు దారితీయవచ్చు. అందువల్ల వీలైనంత త్వరగా వైద్య సహాయం తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. విరేచనాల ఎపిసోడ్ ఒక వ్యక్తి చాలా బలహీనంగా మరియు అలసిపోయినట్లు అనిపించవచ్చు. నిర్జలీకరణాన్ని నివారించడానికి ఇంట్లో విశ్రాంతి తీసుకోవాలి మరియు ద్రవాలు మరియు ఎలక్ట్రోలైట్లను పుష్కలంగా తీసుకోవాలి.

అదే సమయంలో మీ కుటుంబాన్ని విరేచనాల నుండి రక్షించడం చాలా ముఖ్యం ఎందుకంటే ఇది చాలా అంటువ్యాధి మరియు సులభంగా వ్యక్తి నుండి వ్యక్తికి వ్యాపిస్తుంది. ఇతరులకు ఇన్ఫెక్షన్ సోకకుండా నిరోధించడానికి మీరు ఇచ్చిన చిట్కాలను అనుసరించవచ్చు: ఇన్ఫెక్షన్ వ్యాప్తిని ఆపడానికి హ్యాండ్ వాష్ చేయడం చాలా ముఖ్యం. టాయిలెట్‌కి వెళ్లిన తర్వాత సబ్బు మరియు నీటితో మీ చేతులను బాగా కడగాలి. టాయిలెట్ సీట్లు, ఫ్లష్ హ్యాండిల్స్, ట్యాప్‌లు మరియు సింక్‌లను ఉపయోగించిన తర్వాత డిటర్జెంట్ మరియు వేడి నీటితో శుభ్రపరచండి, తర్వాత గృహ క్రిమిసంహారక మందు. మురికి బట్టలు, పరుపులు మరియు తువ్వాలను విడివిడిగా వేడి నీటితో కడగాలి. మీరు కనీసం 48 గంటల పాటు ఎటువంటి లక్షణాల నుండి పూర్తిగా విముక్తి పొందే వరకు మీరు ఈ క్రింది జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి - 1. వీలైతే, మీ కుటుంబం నుండి ఒంటరిగా ఉండండి 2. పని లేదా పాఠశాల నుండి దూరంగా ఉండండి 3. ఇతరులకు ఆహారం సిద్ధం చేయవద్దు 4   
. స్విమ్మింగ్ పూల్‌లోకి వెళ్లవద్దు 5. లైంగిక సంబంధాన్ని నివారించండి

విరేచనాల వల్ల వచ్చే డీహైడ్రేషన్‌ను ORS ఇవ్వడం ద్వారా నివారించవచ్చు మరియు సమర్థవంతంగా చికిత్స చేయవచ్చు. ORS గురించి మరియు నిర్జలీకరణం మరియు అతిసారంలో దాని పాత్ర గురించి మీరు తెలుసుకోవలసిన ప్రతిదానిపై ఇక్కడ మరిన్ని ఉన్నాయి. చదవడానికి ఇక్కడ క్లిక్ చేయండి!

తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు అతిసారం మరియు విరేచనాల మధ్య తేడా ఏమిటి? విరేచనాలను నివారించడానికి నేను ఏ ఆహారాలకు దూరంగా ఉండాలి? పారిశుద్ధ్యం సరిగా లేని దేశానికి నేను ప్రయాణిస్తున్నాను. నేను ఎలాంటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి? విరేచనాలకు ఎప్పుడు వైద్య సంరక్షణ తీసుకోవాలి? నాకు విరేచనాలు ఉంటే, నేను దానిని నా కుటుంబానికి సంక్రమిస్తానా? ప్రస్తావనలు Zulfiqar H, Mathew G, Horrall S. Amebiasis. స్టాట్ పెరల్స్. ట్రెజర్ ఐలాండ్ (FL): StatPearls పబ్లిషింగ్; 2021 జనవరి. షిగెలోసిస్. వ్యాధి నివారణ మరియు నియంత్రణ కేంద్రాలు. అమీబియాసిస్. వ్యాధి నివారణ మరియు నియంత్రణ కేంద్రాలు. డాన్స్ LF, మార్టినెజ్ EG. అమీబిక్ విరేచనాలు. BMJ క్లిన్ ఎవిడ్. 2007 జనవరి 1;2007:0918. షిగెలోసిస్. ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ మార్గదర్శకాలు. తనేజా ఎన్, మేవారా ఎ. షిగెలోసిస్: భారతదేశంలో ఎపిడెమియాలజీ. భారతీయ J మెడ్ రెస్. 2016 మే;143(5):565-76. రోట్వార్, \*దారా S., దీక్షిత్, AK, మంగళ్, A., & జాదవ్, AD (2017). ఆయుర్వేద నియమావళి ద్వారా ప్రవాహిక (అమీబిక్ విరేచనాలు) యొక్క చికిత్సా నిర్వహణ: ఒక కేస్ స్టడీ. ఇంటర్నేషనల్ జర్నల్ ఆఫ్ ఆయుర్వేద అండ్ ఫార్మా రీసెర్చ్, 5(2).

==================================================

నిర్జలీకరణ స్థూలదృష్టి నిర్జలీకరణం కేవలం శరీరంలో నీటి కొరత. మన శరీరాలు దాదాపు 60% నీటితో తయారు చేయబడ్డాయి, ఇది దాదాపు ప్రతి శరీర పనితీరుకు అవసరం. వేడి వేసవి రోజున లేదా కఠినమైన వ్యాయామం వల్ల అధిక చెమట వలన శరీరం నుండి నీరు పోతుంది. జ్వరం లేదా అధిక మూత్రవిసర్జన కూడా శరీరం యొక్క మొత్తం నీటి స్థాయి తగ్గడానికి కారణమవుతుంది.

నోరు పొడిబారడం, అధిక దాహం, అలసట, ముదురు రంగులో ఉండే మూత్రం మరియు తక్కువ తరచుగా మూత్రవిసర్జన వంటివి డీహైడ్రేషన్ యొక్క లక్షణాలు. కానీ గమనించకుండా వదిలేస్తే, తలనొప్పి, నోటి దుర్వాసన, పొడి చర్మం మరియు అరుదైన సందర్భాల్లో, వైద్య అత్యవసర పరిస్థితికి దారితీస్తుంది.

కాబట్టి, మీరు నిర్జలీకరణాన్ని అనుభవిస్తే, శరీరంలో ఖనిజ మరియు ద్రవ సమతుల్యతను పునరుద్ధరించడంలో సహాయపడటానికి మీరు కొన్ని సాధారణ మరియు ప్రభావవంతమైన ఇంటి నివారణలను కూడా ప్రయత్నించవచ్చు. తీవ్రమైన నిర్జలీకరణం విషయంలో వైద్య దృష్టి అవసరం సాధారణంగా అన్ని వయసులవారిలో కనిపించే ముఖ్య వాస్తవాలు లింగం ప్రభావితమైన స్త్రీ, పురుష శరీర భాగాలు (లు) స్కిన్ ఊపిరితిత్తులు మూత్రపిండాలు GI ట్రాక్ట్ అవసరమైన ఆరోగ్య పరీక్షలు/ఇమేజింగ్ శారీరక పరీక్ష మూత్ర విశ్లేషణ రక్త పరీక్షలు- ఎలక్ట్రోలైట్ ప్రొఫైల్, బ్లడ్ యూరియా నైట్రోజన్/క్రియాటినిన్ చికిత్స ఎలక్ట్రోలైట్స్: ఓరల్ రీహైడ్రేషన్ సాల్ట్‌లు (ORS) IV ఫ్లూయిడ్స్ మందులు: ఎసిటమైనోఫెన్, యాంటీడైరియాల్ మరియు యాంటీమెటిక్ స్పెషలిస్ట్‌లను సంప్రదించడానికి జనరల్ ఫిజిషియన్ పీడియాట్రిషియన్ గ్యాస్ట్రోఎంటరాలజిస్ట్ డీహైడ్రేషన్ లక్షణాలు

పెద్దలు మరియు పిల్లలలో నిర్జలీకరణం యొక్క లక్షణాలు:

అలసట దాహం పొడి చర్మం మరియు పెదవులు ముదురు మూత్రం లేదా మూత్ర విసర్జన తగ్గడం తలనొప్పి కండరాల తిమ్మిరి తలతిరగడం మైకము మూర్ఛ లేదా కొట్టుకోవడం మీరు కూర్చున్న లేదా పడుకున్న స్థానం నుండి అకస్మాత్తుగా నిలబడి ఉన్నప్పుడు రక్తపోటు అకస్మాత్తుగా పడిపోతుంది.

శిశువులలో నిర్జలీకరణ సంకేతాలు వీటిని కలిగి ఉండవచ్చు:

ముడతలు పడిన చర్మం రోజుకు ఒకటి నుండి రెండు సార్లు మాత్రమే మూత్ర విసర్జన చేస్తుంది అంటే- డైపర్‌లను మార్చడం తక్కువ మగతగా లేదా చిరాకుగా ఉండటం వలన వారి తల పైన మునిగిపోయిన మెత్తని మచ్చ (ఫాంటనెల్లె) వారు ఏడ్చినప్పుడు కొన్ని లేదా కన్నీళ్లు లేవు, అవి చల్లగా, రంగు మారిన చేతులు మరియు కాళ్ళు కూడా నిద్రపోతున్నాయి. చాలా

పెద్దవారిలో డీహైడ్రేషన్ యొక్క కొన్ని సాధారణ సంకేతాలు మరియు లక్షణాలు ఇక్కడ వివరంగా వివరించబడ్డాయి. చదవడానికి క్లిక్ చేయండి

డీహైడ్రేషన్ కారణాలు

వయోజన మానవ శరీరం 60% వరకు నీటితో కూడి ఉంటుంది. కణాలు మరియు కణజాలాలను ఆరోగ్యంగా ఉంచడానికి, అది తప్పనిసరిగా ద్రవాలు మరియు ఎలక్ట్రోలైట్‌ల (సోడియం క్లోరైడ్, పొటాషియం, కాల్షియం మరియు సోడియం బైకార్బోనేట్‌తో సహా) సున్నితమైన సమతుల్యతను కలిగి ఉండాలి. నీరు ప్రధానంగా జీర్ణవ్యవస్థ ద్వారా గ్రహించబడుతుంది. మూత్రపిండాలు వ్యర్థాలు మరియు అదనపు ద్రవాన్ని తొలగించి మూత్రం వలె విసర్జిస్తాయి. మీ శరీరం తీసుకునే దానికంటే ఎక్కువ ద్రవం మరియు ఎలక్ట్రోలైట్‌లను కోల్పోయినప్పుడు నిర్జలీకరణం సంభవిస్తుంది మరియు మీరు సాధారణంగా పనిచేయడానికి తగినంతగా లేనప్పుడు. ద్రవం లేకపోవడం సమతుల్యతను దెబ్బతీస్తుంది మరియు దాని ఉష్ణోగ్రతను నియంత్రించే మరియు సరిగ్గా పని చేసే మీ శరీర సామర్థ్యాన్ని దెబ్బతీస్తుంది. నిర్జలీకరణానికి గల వివిధ కారణాలలో ఇవి ఉన్నాయి: తగినంత నీరు తీసుకోకుండా అధిక చెమటతో ఎక్కువసేపు శారీరక శ్రమ, ప్రత్యేకించి వేడి మరియు/లేదా పొడి వాతావరణంలో పొడి గాలికి దీర్ఘకాలం బహిర్గతం, ఉదా, అధిక-ఎగిరే విమానాలలో (5% నుండి 12% సాపేక్ష ఆర్ద్రత) రక్తం శారీరక గాయం కారణంగా నష్టం అధిక ఎత్తులో అతిసారం వాంతులు దీర్ఘకాల ఉపవాసం ఇటీవలి వేగవంతమైన బరువు తగ్గడం మింగలేకపోవడం కెఫీన్ మరియు ఇతర ఉత్ప్రేరకాలు అధికంగా వాడడం మద్య పానీయాల అధిక వినియోగం తీవ్రమైన కాలిన గాయాలు

నిర్జలీకరణానికి కారణమయ్యే కొన్ని అంటు వ్యాధులు: గ్యాస్ట్రోఎంటెరిటిస్ కలరా టైఫాయిడ్ జ్వరం పసుపు జ్వరం మలేరియా

సాధారణంగా నిర్జలీకరణంతో సంబంధం ఉన్న వైద్య పరిస్థితులు: డయాబెటిస్ మెల్లిటస్ డయాబెటిస్ ఇన్సిపిడస్ అడిసన్ వ్యాధి ఉప్పు-వృధా నెఫ్రోపతీలు హైపోఅల్డోస్టెరోనిజం పేగు అడ్డంకి తీవ్రమైన ప్యాంక్రియాటైటిస్ నిర్జలీకరణ రకాలు

నిర్జలీకరణాన్ని బట్టి మూడు విభాగాలుగా వర్గీకరించబడింది

1. హైపోటోనిక్ (ఎలక్ట్రోలైట్స్ ముఖ్యంగా సోడియం లోపం)
2. హైపర్టానిక్ (ప్రధానంగా నీటి నష్టం)
3. ఐసోటోనిక్ (సమాన నిష్పత్తిలో నీరు మరియు ఎలక్ట్రోలైట్స్ రెండింటినీ కోల్పోవడం) నిర్జలీకరణానికి ప్రమాద కారకాలు

నిర్జలీకరణం ఎవరికైనా సంభవించవచ్చు, కొంతమందికి ఎక్కువ ప్రమాదం ఉంది. చాలా ప్రమాదంలో ఉన్నవారిలో ఇవి ఉన్నాయి: పిల్లలు మరియు శిశువులు - పిల్లలు తక్కువ శరీర బరువు కలిగి ఉంటారు మరియు చిన్నపాటి ద్రవం నష్టానికి కూడా సున్నితంగా ఉంటారు వృద్ధులు - వృద్ధులకు తాము డీహైడ్రేషన్‌కు గురవుతున్నామని తక్కువ అవగాహన కలిగి ఉండవచ్చు మరియు వారు నిర్జలీకరణానికి గురికాకుండా త్రాగడానికి నీటిని కొనసాగించాలి. దీర్ఘకాలిక ఆరోగ్య పరిస్థితులు ఉన్న వ్యక్తులు - మధుమేహం లేదా మద్యపానం వంటి దీర్ఘకాలిక అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్న వ్యక్తులు నిర్జలీకరణానికి గురయ్యే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది. అథ్లెట్లు - అథ్లెట్లు ఎక్కువసేపు పనిచేసినప్పుడు చెమట ద్వారా గణనీయమైన మొత్తంలో శరీర ద్రవాన్ని కోల్పోతారు. డీహైడ్రేషన్ నిర్ధారణ

డాక్టర్ తరచుగా శారీరక సంకేతాలు మరియు లక్షణాల ఆధారంగా నిర్జలీకరణాన్ని నిర్ధారిస్తారు. శారీరక పరీక్ష- కన్నీళ్లు లేకపోవటం, కళ్ళు పడిపోవడం, తాకిన ఒత్తిడి, పొడి శ్లేష్మ పొర, దాహం, రక్తపోటులో మార్పు మొదలైనవి శారీరక పరీక్షలో భాగం. అయినప్పటికీ, నిర్జలీకరణ స్థాయిని గుర్తించడానికి, వైద్యుడు కొన్ని పరీక్షలను అభ్యర్థించవచ్చు, అవి: రక్త పరీక్షలు- ఇన్ఫెక్షన్ యొక్క మూల కారణాన్ని (వైరస్, బ్యాక్టీరియా లేదా ఫంగల్) తోసిపుచ్చడానికి రక్త నమూనాలను ఉపయోగించవచ్చు. మీ ఎలక్ట్రోలైట్స్, బ్లడ్ యూరియా నైట్రోజన్/క్రియాటినిన్, మొదలైనవి. యూరినాలిసిస్- యూరిన్ టెస్ట్‌లు మీరు డీహైడ్రేట్ అయ్యారా లేదా మరియు ఎంత వరకు నిర్ధారిస్తారు. వారు మూత్రాశయం ఇన్ఫెక్షన్ మరియు క్రిస్టల్ ఫార్మేషన్స్ లేదా కిడ్నీ స్టోన్స్ మొదలైన వాటి కోసం కూడా చూడవచ్చు. యూరిన్ టాక్సికాలజీ- కొన్ని మందులు గంజాయి లాగా డీహైడ్రేషన్‌కు దారి తీయవచ్చు. ఉదాహరణకు- మెథాంఫేటమిన్ అనేది యూరిన్ టాక్సికాలజీని నిర్ధారించడానికి ఉపయోగించే ఔషధం.

గమనిక: పిల్లలు మరియు పిల్లలు పెద్దలు చేసే నిర్జలీకరణ సంకేతాలను చూపించకపోవచ్చు. మీ బిడ్డ లేదా బిడ్డ నిర్జలీకరణ సంకేతాలను చూపిస్తుంటే, సలహా కోసం వారి వైద్యుడిని సంప్రదించండి. ప్రముఖులు దిలీప్ కుమార్‌పై అనేక బాలీవుడ్ చిత్రాలలో పనిచేసిన దివంగత సూపర్ స్టార్ నటుడు దిలీప్ కుమార్ డీహైడ్రేషన్‌తో బాధపడుతూ ఆసుపత్రి పాలయ్యారు. ఇలియానా డి క్రజ్ నటి ఇలియానా డి క్రజ్ తీవ్రమైన డీహైడ్రేషన్‌తో బాధపడ్డారు. నిర్జలీకరణానికి చికిత్స చేయడానికి ప్రత్యేకంగా తయారుచేసిన లిక్విడ్‌లని మూడు బ్యాగుల IV ద్రవాలతో చికిత్స చేసినట్లు ఆమె ఒక పోస్ట్‌లో పేర్కొంది. డీహైడ్రేషన్ నివారణ

నిర్జలీకరణాన్ని అరికట్టడానికి ఇక్కడ కొన్ని మార్గాలు ఉన్నాయి: నిర్జలీకరణ సంకేతాల కోసం మీ నోటి లోపలి భాగాన్ని పరిశీలించండి. ఆరోగ్యకరమైన శ్లేష్మ పొర ఎరుపు, తేమ మరియు మంచి టర్గర్ కలిగి ఉండాలి. మీరు మీ నోటి లోపల చూడటం ద్వారా దీన్ని తనిఖీ చేయవచ్చు. మీరు శారీరకంగా చురుకుగా లేనప్పటికీ, సిఫార్సు చేయబడిన ద్రవాలను త్రాగండి. మీకు దాహం వేసేంత వరకు మద్యపానం ఆపవద్దు. మీకు దాహం వేసినా లేకపోయినా రోజంతా ద్రవపదార్థాలు తాగండి. మీరు వ్యాయామం చేయాలని లేదా క్రీడలలో పాల్గొనాలని అనుకుంటే, మీ నీటి తీసుకోవడం పెంచండి. వ్యాయామం తర్వాత కూడా నీరు లేదా ఎలక్ట్రోలైట్స్ త్రాగాలి. మీకు జ్వరం, వాంతులు, విరేచనాలు లేదా విరేచనాలు వంటి అనారోగ్యంతో ఉన్నప్పుడు అదనపు ఎలక్ట్రోలైట్‌లను చేతిలో ఉంచుకోండి, ఇది ద్రవాలు లేదా ఎలక్ట్రోలైట్ నష్టానికి దారితీస్తుంది.

విరేచనాలు లేదా అతిసారం నుండి నిర్జలీకరణాన్ని నివారించడానికి ఇక్కడ కొన్ని చిట్కాలు ఉన్నాయి. ఇక్కడ నొక్కండి

వేడి వాతావరణంలో, చల్లగా దుస్తులు ధరించండి మరియు వీలైతే నేరుగా సూర్యకాంతిలో ఉండకుండా ఉండండి. అలాగే, వేడి వాతావరణంలో, ఎక్కువ నీరు త్రాగాలి. పండ్లు మరియు కూరగాయలతో కూడిన సమతుల్య ఆహారం తీసుకోండి. వాటిలో నీరు, ఉప్పు మరియు విటమిన్లు అధికంగా ఉంటాయి మరియు నిర్జలీకరణాన్ని నివారించడంలో సహాయపడతాయి. మీ కాఫీ, ఆల్కహాల్ మరియు కెఫిన్ పానీయాల తీసుకోవడం పరిమితం చేయండి. అవి మూత్రవిసర్జన, అంటే అవి నీటిని తొలగిస్తాయి. పిల్లలు మరియు పిల్లలకు నివారణ చిట్కాలు: పెద్దల మాదిరిగానే పిల్లలు కూడా డీహైడ్రేషన్‌కు గురవుతారు. మీ బిడ్డ చాలా శారీరకంగా చురుకుగా ఉంటే లేదా అది వెచ్చని రోజు అయితే, మీ బిడ్డ నీరు లేదా ఇతర ద్రవాలను పుష్కలంగా వినియోగించేలా చూసుకోండి.

మీరు పెడియాలైట్ లేదా ఈక్వలైట్ వంటి స్పోర్ట్స్ డ్రింక్ యొక్క బేబీ వెర్షన్‌ని ప్రయత్నించవచ్చు. ఇప్పుడే కొనండి

సందర్శించవలసిన నిపుణుడు

ప్రాణాంతకమైన ఆరోగ్య సమస్యలను నివారించడానికి మీరు, మీ బిడ్డ లేదా పెద్దలు బద్ధకం లేదా ప్రతిస్పందన తగ్గడం వంటి తీవ్రమైన నిర్జలీకరణ లక్షణాలను ప్రదర్శిస్తే మీరు వెంటనే వైద్య సహాయం తీసుకోవాలి. మీరు ఈ క్రింది సంకేతాలలో దేనినైనా అనుభవిస్తే వెంటనే మీ వైద్యుడిని పిలవండి: అసాధారణంగా అలసట (నిస్సత్తువ) లేదా గందరగోళం ఎనిమిది గంటల పాటు మూత్రవిసర్జన చేయడంలో విఫలమైతే వేగంగా గుండె కొట్టుకోవడం మీకు తల తిరుగుతున్నట్లు అనిపిస్తుంది, కానీ కొద్దిసేపటి తర్వాత అది తగ్గదు.

మీ శిశువుకు ఇటీవలి మూడు లేదా అంతకంటే ఎక్కువ వాంతులు ఉన్నట్లయితే లేదా మునుపటి 24 గంటల్లో ఆరు లేదా అంతకంటే ఎక్కువ విరేచనాల ఎపిసోడ్‌లను కలిగి ఉంటే మీరు వైద్యుడిని కూడా చూడాలి. అనారోగ్యంతో ఉన్న పిల్లలకు శిశువైద్యుని పర్యవేక్షణ అవసరం కావచ్చు. మీరు వైద్య సంరక్షణ పొందవలసిన వైద్యులు: జనరల్ ఫిజిషియన్ పీడియాట్రిషియన్ (శిశువుల విషయంలో) గ్యాస్ట్రోఎంటరాలజిస్ట్

మీ ఇంటి సౌకర్యం నుండి ఇక్కడ భారతదేశంలోని అత్యుత్తమ వైద్యులను సంప్రదించండి. అపాయింట్‌మెంట్ బుక్ చేయండి

డీహైడ్రేషన్ చికిత్స

నిర్జలీకరణ చికిత్స వయస్సు, నిర్జలీకరణం యొక్క తీవ్రత మరియు దాని కారణంపై ఆధారపడి ఉంటుంది. అనారోగ్యం నిర్జలీకరణానికి కారణమైతే మీరు అతిసారం, వాంతులు లేదా అధిక జ్వరం కోసం కూడా చికిత్స పొందవచ్చు. శిశువుల కోసం: మీ శిశువుకు ఫార్ములా లేదా తల్లి పాలు వంటి చాలా ద్రవాలను తినిపించండి. పిల్లలకు తక్కువ మొత్తంలో ద్రవాన్ని మరింత క్రమం తప్పకుండా ఇవ్వడానికి ఇష్టపడండి. మీ శిశువు యొక్క ఫార్ములా (మీరు దానిని ఉపయోగిస్తే) పలుచన చేయవద్దు. ఫార్ములా తినిపించిన మరియు ఘనమైన ఆహారం తీసుకున్న శిశువులకు అదనపు నీటిని ఇవ్వవచ్చు. మీ శిశువుకు పండ్ల రసం ఇవ్వడం మానుకోండి, ప్రత్యేకించి వారికి అతిసారం మరియు వాంతులు ఉంటే, అది వారి పరిస్థితిని మరింత తీవ్రతరం చేస్తుంది. వారి రెగ్యులర్ ఫీడ్‌తో పాటు (తల్లిపాలు, ఫార్ములా పాలు మరియు నీరు), మీ శిశువుకు రెగ్యులర్ సిప్స్ నోటి రీహైడ్రేషన్ సొల్యూషన్ (ORS) ఇవ్వడం వలన కోల్పోయిన ద్రవాలు, లవణాలు మరియు చక్కెరలను భర్తీ చేయడంలో సహాయపడుతుంది.

శిశువులు మరియు పిల్లలకు: వాంతులు లేదా విరేచనాలతో బాధపడుతున్న చిన్నపిల్లలకు అత్యంత ముఖ్యమైన చికిత్స వారిని హైడ్రేట్‌గా ఉంచడం. ఇది రొమ్ము పాలు, ఫార్ములా, ఎలక్ట్రోలైట్ ద్రావణం లేదా ఇతర ద్రవాలను పుష్కలంగా అందించాలి. విరేచనాలు, వాంతులు లేదా జ్వరం కారణంగా డీహైడ్రేషన్‌కు గురైన శిశువులు మరియు పిల్లలకు నీరు మాత్రమే ఇవ్వకూడదు. ఎందుకంటే ఇది వారి శరీరంలో ఇప్పటికే ఉన్న ఖనిజ స్థాయిలను తగ్గించి, సమస్యను మరింత తీవ్రతరం చేస్తుంది. బదులుగా, వారు పలచబరిచిన స్క్వాష్ లేదా నోటి రీహైడ్రేషన్ లవణాలు (ORS) కలిగి ఉండాలి.

డీహైడ్రేషన్‌తో పోరాడుతున్నారా? మా నిపుణులైన వైద్యుడు ఇంట్లోనే ORS తయారీకి సంబంధించిన రెసిపీని పంచుకోవడం చూడండి. ఇక్కడ నొక్కండి

మీరు లేదా మీ బిడ్డ వాంతులు కారణంగా ద్రవాలను తగ్గించడంలో సమస్య ఉన్నట్లయితే తక్కువ మోతాదులను మరింత తరచుగా తీసుకోండి. మీ బిడ్డకు చిన్న మొత్తంలో ద్రవాన్ని ఇవ్వడానికి, మీరు ఒక చెంచా లేదా సిరంజిని ఉపయోగించడం సులభం కావచ్చు.

తేలికపాటి నిర్జలీకరణం: నిర్జలీకరణం చక్కెర, లవణాలు మరియు నీటిని కోల్పోతుంది. ఎలెక్ట్రోలైట్స్ మరియు సోడియం మరియు పొటాషియం వంటి ఎలక్ట్రోలైట్ల పునరుద్ధరణలో సహాయపడే రీహైడ్రేషన్ సొల్యూషన్స్ తాగడం ద్వారా ఇది తరచుగా చికిత్స చేయబడుతుంది.

ORS మరియు డీహైడ్రేషన్‌లో దాని పాత్ర గురించి మీరు తెలుసుకోవలసిన ప్రతిదాని గురించి ఇక్కడ మరిన్ని ఉన్నాయి. తీవ్రమైన నిర్జలీకరణాన్ని చదవడానికి ఇక్కడ క్లిక్ చేయండి: మితమైన మరియు తీవ్రమైన నిర్జలీకరణానికి, మీకు IV (ఇంట్రావీనస్) ద్రవాలు అవసరం కావచ్చు. తీవ్రమైన నిర్జలీకరణం వైద్య అత్యవసర పరిస్థితి. ఆసుపత్రిలో IV ద్రవాలతో వెంటనే చికిత్స చేయవలసి ఉంటుంది.

గమనిక: రోగులకు ఇంట్రావీనస్ (IV) రీహైడ్రేషన్ వచ్చినప్పటికీ, వారు చేయగలిగిన వెంటనే ORS తాగడం ప్రారంభించాలి. ప్రత్యేకించి, శిశువులు, శిశువులు మరియు వృద్ధులు నిర్జలీకరణానికి గురైనట్లయితే అత్యవసర చికిత్స అవసరం.

డీహైడ్రేషన్‌గా భావిస్తున్నారా? మీకు డీహైడ్రేషన్ అనిపిస్తే ఏమి చేయాలి? ఇక్కడ చదవండి

మందులు: నిర్జలీకరణానికి గల కారణం ఆధారంగా, మీకు ఎసిటమైనోఫెన్ (జ్వరం చికిత్సకు), మరియు విరేచనాలు తగ్గించే మందులు, వాంతి నివారణ మందులు (వాంతుల చికిత్సకు) మొదలైన మందులు ఇవ్వబడవచ్చు. కొబ్బరి నీరు- కొబ్బరి నీళ్లలో తగినంత పొటాషియం మరియు గ్లూకోజ్ కంటెంట్ ఉంటుంది. క్లోరైడ్ మరియు సోడియం, ఇది నిర్జలీకరణం మరియు విరేచనాలకు సంపూర్ణ ఆరోగ్యకరమైన పానీయం. నిమ్మకాయ నీరు- నింబు పానీ అని కూడా పిలుస్తారు, ఇది మీ నీటిని తీసుకోవడం పెంచడమే కాకుండా, డీహైడ్రేషన్‌ను నివారిస్తుంది, ఇది నిర్జలీకరణానికి ఉత్తమమైన ఇంటి నివారణలలో ఒకటిగా పనిచేస్తుంది. నిమ్మ నీటిలో ఉప్పు మరియు చక్కెర కలపడం వల్ల మీ విటమిన్లు మరియు మినరల్స్ స్థాయిని పెంచడంతో పాటు శరీరంలో కోల్పోయిన లవణాలను తిరిగి నింపడంలో సహాయపడుతుంది. ఆరెంజ్ జ్యూస్- ఇందులో విటమిన్ సి ఉంటుంది, ఇది శరీరంలోని టాక్సిన్స్ మరియు సోడియం మరియు పొటాషియం వంటి ఎలక్ట్రోలైట్‌లను తొలగిస్తుంది, ఇది శరీరంలోని పోషక స్థాయిలను తిరిగి నింపడంలో సహాయపడుతుంది. పెరుగు- మీ పెరుగులో చిటికెడు ఉప్పు వేసి రోజూ తాగితే డీహైడ్రేషన్‌ను నివారించవచ్చు. పెరుగులో ఎలక్ట్రోలైట్స్ పుష్కలంగా ఉంటాయి కాబట్టి డీహైడ్రేషన్‌ను ఎదుర్కోవడంలో సహాయపడుతుంది. చమోమిలే- ఇది కేవలం అనాల్జేసిక్ మరియు డి-స్ట్రెస్సింగ్ హెర్బ్ మాత్రమే కాదు, రీహైడ్రేటింగ్ ఏజెంట్‌గా కూడా పనిచేస్తుంది. కోల్పోయిన ద్రవాలను తిరిగి నింపడానికి మరియు మీ ఆర్ద్రీకరణను నిర్వహించడానికి మీరు దీనిని డీకాఫిన్ చేసిన టీగా కూడా త్రాగవచ్చు. నిర్జలీకరణానికి గృహ సంరక్షణ

కొన్ని చర్యలు మరియు జీవనశైలి మార్పులు నిర్జలీకరణాన్ని నివారించడంలో సహాయపడతాయి: ప్రతిరోజూ వీలైనంత ఎక్కువ నీరు త్రాగండి (8-10 గ్లాసుల 8 ఔన్సులు). హైడ్రేటెడ్ గా ఉండండి, ప్రత్యేకించి మీరు అనారోగ్యంగా ఉంటే. చెమట ద్వారా కోల్పోయిన నీటిని తిరిగి పొందడానికి, బయట వేడిగా మరియు తేమగా ఉన్నట్లయితే మీ ద్రవ వినియోగాన్ని పెంచండి. చల్లని ప్రదేశాలలో విశ్రాంతి తీసుకోండి మరియు మీరు నిర్జలీకరణంగా భావిస్తే వ్యాయామం చేయకుండా ఉండండి. మీరు నిర్జలీకరణం మరియు గ్యాస్ట్రోఎంటెరిటిస్ లేదా ఇతర అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్నట్లయితే, కాఫీ, సోడా లేదా అధిక చక్కెర కంటెంట్ ఉన్న ఏదైనా ఇతర పానీయం తాగడం మానుకోండి. కెఫిన్ మరియు సోడా రెండూ జీర్ణశయాంతర ప్రేగులను చికాకు పెట్టవచ్చు. నిర్జలీకరణ పరిస్థితులలో చప్పగా ఉండే ఆహారాన్ని తీసుకోండి. మీరు తీవ్రమైన శారీరక శ్రమ తర్వాత నిర్జలీకరణంగా భావిస్తే స్పోర్ట్స్ డ్రింక్స్ తీసుకోండి.

ఈ జీవనశైలి మార్పులతో పాటు, ఇంట్లో నిర్జలీకరణాన్ని ఎదుర్కోవడంలో మీకు సహాయపడే కొన్ని ఆహారాలు కూడా ఉన్నాయి. అవి: అరటిపండ్లు- నీరు మరియు పొటాషియం కంటెంట్ అధికంగా ఉండే అరటిపండ్లను తీసుకోవడం వల్ల శరీరంలో పొటాషియం స్థాయిలను తిరిగి నింపడమే కాకుండా నిర్జలీకరణాన్ని నివారించవచ్చు. మజ్జిగ- మజ్జిగలో మెగ్నీషియం వంటి పోషకాలు అధిక నీటిశాతంతో నిండి ఉంటాయి. ఇది కడుపులో తేలికగా ఉండటమే కాకుండా అతిసారం మరియు అజీర్ణంతో వ్యవహరించడంలో సహాయపడే సహజ ప్రోబయోటిక్‌గా పనిచేస్తుంది, ఇది నిర్జలీకరణానికి కారణం కావచ్చు బార్లీ నీరు- బార్లీ గింజలు యాంటీఆక్సిడెంట్లు, విటమిన్లు మరియు పొటాషియం, మెగ్నీషియం మరియు ఫాస్పరస్ వంటి ఖనిజాలను కలిగి ఉంటాయి. బార్లీ నీటి రూపంలో తీసుకున్నప్పుడు ఖనిజాలు మరియు నీటిని పునరుద్ధరించడానికి సహాయపడే మంచి మొత్తంలో. ఇంట్లో తయారుచేసిన ORS- మీకు అర టీస్పూన్ ఉప్పు, 6 టీస్పూన్ల చక్కెర మరియు 4 కప్పుల నీరు అవసరం. ఉప్పు మరియు చక్కెర పూర్తిగా కరిగిపోయే వరకు ఈ పదార్థాలన్నింటినీ కలపండి. ద్రావణాన్ని రోజుకు చాలా సార్లు త్రాగాలి. మీరు ఒక రోజులో 3 లీటర్ల ఈ ద్రావణాన్ని తినవచ్చు.

ఇంట్లో తయారుచేసిన ORS గురించి సోమరితనంగా భావిస్తున్నారా? మా విస్తృత శ్రేణి ORS పౌడర్ ఇక్కడ ఉంది! ఆన్‌లైన్‌లో కొనుగోలు చేయడానికి ఇక్కడ నొక్కండి

ఆస్పరాగస్ (శతావరి)- ఆకుకూర, తోటకూర భేదం నీరు, ఫైబర్ మరియు ఎలక్ట్రోలైట్ల యొక్క అద్భుతమైన మూలాన్ని అందిస్తుంది, ఇవన్నీ నిర్జలీకరణాన్ని నిరోధించడంలో సహాయపడతాయి. ఇది డీహైడ్రేషన్ కారణంగా కోల్పోయిన ద్రవాలను తిరిగి నింపడంలో సహాయపడుతుంది మరియు శరీరం యొక్క ద్రవ సమతుల్యతను నియంత్రిస్తుంది. ఇది యాంటీ ఆక్సిడెంట్‌గా కూడా పనిచేసి శరీర కణాలను డీహైడ్రేషన్ వల్ల కలిగే నష్టం నుండి కాపాడుతుంది. విల్లో బెరడు- ఇందులో యాంటీ ఇన్‌ఫ్లమేటరీ మరియు నొప్పిని తగ్గించే గుణాలు ఉన్నాయి. కండరాలలో తలనొప్పి మరియు నొప్పులు వంటి నిర్జలీకరణం యొక్క కొన్ని సంకేతాలను తగ్గించడంలో ఇది ఉపయోగపడుతుంది. అల్లం (అడ్రాక్)-ఇది యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ మరియు యాంటీఆక్సిడెంట్ లక్షణాలను కలిగి ఉంటుంది. ఇది వికారం నుండి ఉపశమనానికి కూడా సహాయపడవచ్చు, ఇది నిర్జలీకరణం యొక్క లక్షణం కావచ్చు.

డీహైడ్రేషన్ కోసం ఇంటి నివారణల గురించి మరింత తెలుసుకోవాలనుకుంటున్నారా? చదవడానికి ఇక్కడ క్లిక్ చేయండి

నిర్జలీకరణం యొక్క సమస్యలు చికిత్స చేయకపోతే, నిర్జలీకరణం తీవ్రమైన సమస్యలకు దారి తీస్తుంది. వీటిలో వేడి తిమ్మిరి, వేడి అలసట లేదా హీట్‌స్ట్రోక్ వంటి వేడి-సంబంధిత అనారోగ్యాలు ఉన్నాయి. మూత్రపిండ రాళ్లు లేదా మూత్రపిండాల వైఫల్యం వంటి మూత్ర మరియు మూత్రపిండాల సమస్యలు. ఎలక్ట్రోలైట్ అసమతుల్యత (సోడియం మరియు పొటాషియం వంటివి)- ఇది గుండె లయ ఆటంకాలు మరియు మూర్ఛలకు దారితీస్తుంది. షాక్, కోమా లేదా మరణం. తక్కువ రక్త పరిమాణం షాక్ (హైపోవోలెమిక్ షాక్)- తక్కువ రక్త పరిమాణం రక్తపోటు తగ్గడానికి మరియు మీ శరీరంలో ఆక్సిజన్ పరిమాణంలో తగ్గుదలకు కారణమైనప్పుడు ఇది సంభవిస్తుంది. మారిన మానసిక స్థితి, అయోమయ ఆలోచన.

నిర్జలీకరణం మెదడు కార్యకలాపాలను ప్రభావితం చేయగలదా? మెదడు దాదాపు 75% నీటితో కూడి ఉంటుంది కాబట్టి, నిర్జలీకరణం రక్త పరిమాణం మరియు రక్తపోటు తగ్గడానికి దారితీస్తుంది, మెదడుకు ఆక్సిజన్ మరియు పోషకాల ప్రవాహాన్ని తగ్గిస్తుంది. తేలికపాటి నిర్జలీకరణం కూడా శ్రద్ధ, ఏకాగ్రత మరియు జ్ఞాపకశక్తి వంటి బలహీనమైన అభిజ్ఞా పనితీరుకు దారితీస్తుందని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి.

డీహైడ్రేషన్‌కు బై-బై చెప్పండి! ముఖ్యంగా వేసవిలో మా విశాలమైన హైడ్రేటింగ్ పానీయాలను చూడండి. ఇప్పుడే కొనండి

నిర్జలీకరణానికి ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలు 1. ఆక్యుపంక్చర్ మరియు ఆక్యుప్రెషర్ దీర్ఘకాలిక వాంతులు నిర్వహించడానికి సాధారణంగా ఉపయోగించే రెండు పద్ధతులు ఆక్యుపంక్చర్ మరియు ఆక్యుప్రెషర్. ఆక్యుపంక్చర్ సమయంలో, ఒక చికిత్సకుడు శరీరంలోని నిర్దిష్ట బిందువులలోకి సన్నని సూదులను చొప్పిస్తాడు. ఆక్యుప్రెషర్ శరీరంలోని అదే పాయింట్లను ఉత్తేజపరిచే లక్ష్యంతో ఉంటుంది కానీ అలా చేయడానికి సూదులకు బదులుగా ఒత్తిడిని ఉపయోగిస్తుంది. రెండు పద్ధతులు నరాల ఫైబర్‌లను ప్రేరేపిస్తాయి, ఇవి మెదడు మరియు వెన్నుపాముకు సంకేతాలను ప్రసారం చేస్తాయి మరియు వికారం తగ్గుతుందని నమ్ముతారు. 2. అరోమాథెరపీ థెరపీ ఈ రకమైన చికిత్స వికారం మరియు వాంతులు నుండి ఉపశమనానికి సహాయపడుతుంది, అయినప్పటికీ దాని ప్రభావంపై అధ్యయనాలు మిశ్రమంగా ఉంటాయి. అరోమాథెరపీని ప్రాక్టీస్ చేయడానికి, ఓపెన్ ఎసెన్షియల్ ఆయిల్ బాటిల్ లేదా ఎసెన్షియల్ ఆయిల్ డిఫ్యూజర్‌తో లోతైన శ్వాసను ప్రయత్నించండి లేదా కాటన్ బాల్‌కు కొన్ని చుక్కలను జోడించండి. మీకు ఉబ్బసం లేదా మరొక శ్వాసకోశ పరిస్థితి ఉంటే, ముఖ్యమైన నూనెలను వ్యాప్తి చేయడానికి ముందు మీ వైద్యుడిని సంప్రదించండి.

వికారం మరియు వాంతులు యొక్క అవాంఛనీయ అనుభూతిని వదిలించుకోవడానికి ఆన్‌లైన్‌లో ముఖ్యమైన నూనె ఉత్పత్తులను కొనుగోలు చేయండి. మీ బండిని ఇప్పుడే నింపండి తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు డీహైడ్రేషన్ వల్ల తలనొప్పి కూడా వస్తుందా? నిర్జలీకరణం అయినప్పుడు మూత్రం ఏ రంగులో ఉంటుంది? మన శరీరం రీహైడ్రేట్ కావడానికి ఎంత సమయం పడుతుంది? శిశువులు మరియు చిన్నపిల్లలు ఎందుకు నిర్జలీకరణానికి ఎక్కువ ప్రమాదం కలిగి ఉంటారు? నిర్జలీకరణానికి కారణమయ్యే అత్యంత సాధారణ వ్యాధులు ఏమిటి? ప్రస్తావనలు నిర్జలీకరణ లక్షణాలు మరియు చికిత్సలు [ఇంటర్నెట్]. అనారోగ్యాలు & పరిస్థితులు | NHS తెలియజేస్తుంది. [ఉదహరించబడింది 2023Feb28]. అడల్ట్ డీహైడ్రేషన్ - statpearls - NCBI బుక్షెల్ఫ్ [ఇంటర్నెట్]. [ఉదహరించబడింది 2023Feb28]. గాట్‌ఫ్రైడ్ J. గ్యాస్ట్రోఎంటెరిటిస్ యొక్క అవలోకనం - జీర్ణ రుగ్మతలు [ఇంటర్నెట్]. MSD మాన్యువల్ కన్స్యూమర్ వెర్షన్. MSD మాన్యువల్లు; 2023 [ఉదహరించబడింది 2023Feb28]. షిగెలోసిస్ - డయేరియా, డయేరియా - ఆన్‌లైన్‌లో డయేరియాపై డైలాగ్ - అతిసార వ్యాధుల నివారణ, నియంత్రణ, నిర్వహణ మరియు చికిత్స. [ఉదహరించబడింది 2023Feb28]. NHS ఎంపికలు. NHS; [ఉదహరించబడింది 2023Feb28]. నర్సింగ్ హోమ్ [ఇంటర్నెట్]లో నిర్జలీకరణాన్ని నిర్ధారించడానికి రోగనిర్ధారణ వ్యూహం. [ఉదహరించబడింది 2023Feb28]. శిశువులు & పిల్లలలో నిర్జలీకరణ సంకేతాలు [ఇంటర్నెట్]. HealthyChildren.org. [ఉదహరించబడింది 2023Feb28]. ఎలక్ట్రోలైట్ ద్రావణంతో నిర్జలీకరణ చికిత్స [ఇంటర్నెట్]. HealthyChildren.org. [ఉదహరించబడింది 2023Feb28]. కెనవన్ A, బిల్లీ S. అరంట్ J. పిల్లల్లో నిర్జలీకరణం నిర్ధారణ మరియు నిర్వహణ [ఇంటర్నెట్]. అమెరికన్ ఫ్యామిలీ ఫిజిషియన్. 2009 [ఉదహరించబడింది 2023Feb28]. ఫెస్టా A. డీహైడ్రేషన్ ప్రమాదాలు [ఇంటర్నెట్]. హెల్త్‌గ్రేడ్‌లు. హెల్త్‌గ్రేడ్‌లు; 2021 [ఉదహరించబడింది 2023Feb28]. ఈ 4 మూలికలను ఉపయోగించి మీ మెదడు మరియు శరీరాన్ని హైడ్రేట్ చేయండి - thehealthsite [ఇంటర్నెట్]. [ఉదహరించబడింది 2023Feb28]. అంజిలోట్టి AW, ఎడిటర్. నిర్జలీకరణం (తల్లిదండ్రులకు) - నెమౌర్స్ కిడ్‌హెల్త్ [ఇంటర్నెట్]. కిడ్స్ హెల్త్. ది నెమోర్స్ ఫౌండేషన్; 2020 [ఉదహరించబడింది 2023Feb28]. రీహైడ్రేషన్ థెరపీ [ఇంటర్నెట్]. వ్యాధి నియంత్రణ మరియు నివారణ కేంద్రాలు. వ్యాధి నియంత్రణ మరియు నివారణ కేంద్రాలు; 2022 [ఉదహరించబడింది 2023Feb28]. స్టాఫ్ FE, రైస్ A, familydoctor.org సంపాదకీయ సిబ్బంది AR. డీహైడ్రేషన్ [ఇంటర్నెట్]. familydoctor.org. 2020 [ఉదహరించబడింది 2023Feb28]. అద్భుతమైన మరియు శక్తివంతమైన అల్లం - మూలికా ఔషధం - NCBI పుస్తకాల అర [ఇంటర్నెట్]. [ఉదహరించబడింది 2023Feb28]. జాంగ్ ఎన్, డు ఎస్ఎమ్, జాంగ్ జెఎఫ్, మా జిఎస్. చైనాలోని కాంగ్‌జౌలోని మగ కళాశాల విద్యార్థులలో అభిజ్ఞా పనితీరు మరియు మానసిక స్థితిపై డీహైడ్రేషన్ మరియు రీహైడ్రేషన్ ప్రభావాలు: స్వీయ-నియంత్రిత విచారణ [ఇంటర్నెట్]. ఇంటర్నేషనల్ జర్నల్ ఆఫ్ ఎన్విరాన్మెంటల్ రీసెర్చ్ అండ్ పబ్లిక్ హెల్త్. US నేషనల్ లైబ్రరీ ఆఫ్ మెడిసిన్; 2019 [ఉదహరించబడింది 2023మార్1].

==================================================

చిత్తవైకల్యాన్ని జ్ఞాపకశక్తి కోల్పోవడం మరియు మతిమరుపు అని కూడా అంటారు. తీవ్రమైన సందర్భాల్లో, ఇది సాధారణ రోజువారీ కార్యకలాపాలను నిర్వహించగల సామర్థ్యాన్ని కూడా ప్రభావితం చేస్తుంది.

ప్రపంచవ్యాప్తంగా, సుమారు 50 మిలియన్ల మందికి చిత్తవైకల్యం ఉంది మరియు 2050 నాటికి ఈ సంఖ్య 152 మిలియన్లకు చేరుతుందని అంచనా. అనేక రకాల చిత్తవైకల్యం ఉన్నప్పటికీ, అల్జీమర్స్ వ్యాధికి సంబంధించిన చిత్తవైకల్యం సర్వసాధారణం మరియు అన్ని కేసులలో 60-70% వరకు ఉంటుంది.

చిత్తవైకల్యం వెనుక అనేక కారణాలు ఉన్నాయి. ఇవి బలహీనమైన రక్త సరఫరా, అసాధారణ ప్రోటీన్ చేరడం మరియు మెదడులో క్షీణించిన మార్పులను కలిగి ఉంటాయి. ముఖ్యమైన తేదీలు లేదా సంఘటనలను గుర్తుంచుకోలేకపోవడం వంటి సాధారణమైన వాటితో ఈ పరిస్థితి మొదలవుతుంది మరియు ఒక వ్యక్తి దుస్తులు ధరించడం లేదా సమయానికి ఆహారం తీసుకోవడం మర్చిపోవచ్చు.

చిత్తవైకల్యంతో బాధపడుతున్నట్లు నిర్ధారణ కావడం రోగికి మరియు అతని/ఆమె సంరక్షకులకు జీవితాన్ని మార్చే మరియు సవాలు చేసే పరిస్థితి. చిత్తవైకల్యం అనేది ప్రగతిశీల స్థితి మరియు కాలక్రమేణా మరింత తీవ్రమవుతుంది. ప్రస్తుతం అందుబాటులో ఉన్న చికిత్సలు వ్యాధి యొక్క పురోగతిని నెమ్మదిస్తాయి, కానీ దానిని పూర్తిగా ఆపలేవు. సాధారణంగా 65 ఏళ్లు పైబడిన పెద్దవారిలో కనిపించే ముఖ్య వాస్తవాలు లింగం పురుషులు మరియు మహిళలు ఇద్దరినీ ప్రభావితం చేస్తుంది, అయితే మహిళల్లో ఎక్కువగా ఉండే శరీర భాగాలు (లు) ప్రమేయం ఉన్న మెదడు వ్యాప్తి ప్రపంచవ్యాప్తంగా: 50 మిలియన్ (2020) భారతదేశం: 4.1 మిలియన్ (2019) పరిస్థితులు అనుకరించడం డిప్రెషన్ డెలిరియమ్ తేలికపాటి అభిజ్ఞా. బలహీనతలు ఒత్తిడి వృద్ధాప్యం పోషకాహార లోపం అవసరమైన ఆరోగ్య పరీక్షలు/ఇమేజింగ్ థైరాయిడ్ ప్రొఫైల్ మొత్తం విటమిన్ B-12 విటమిన్ D (25-OH) పూర్తి రక్త గణన (CBC) ఎర్ర రక్త కణాల అవక్షేపణ రేటు ప్రోటీన్ ఎలెక్ట్రోఫోరేసిస్ CSF CT స్కాన్ (హెడ్) MRI మెదడు MR యాంజియోగ్రఫీ మెదడు ElectroCT యాంజియోగ్రఫీ మెదడు -ఎన్సెఫలోగ్రాఫ్ (EEG) ఎలక్ట్రో కార్డియోగ్రఫీ (ECG) ఎకోకార్డియోగ్రఫీ చికిత్స ఎసిటైల్‌కోలినెస్టరేస్ ఇన్హిబిటర్స్: డోనెపెజిల్, గెలాంటమైన్ & రివాస్టిగ్‌మైన్ నరాల-రక్షించే ఔషధం: సిటీకోలిన్ ఎన్-మిథైల్-డి-అస్పార్టేట్ (NMDA) డ్రగ్స్: మెమంటైన్ కోయోపాన్‌జియాంటిక్ నోబానిస్ట్‌లు: 10 పిరాసెటమ్ స్టాటిన్స్ ఇబుప్రోఫెన్ చిత్తవైకల్యం యొక్క అన్ని లక్షణాలను చూస్తుంది

ఒక వ్యక్తి/ఆమె ఈ క్రింది లక్షణాలను ప్రదర్శిస్తే చిత్తవైకల్యం ఉన్నట్లు అనుమానించవచ్చు: ఒక ప్రగతిశీల జ్ఞాపకశక్తి క్షీణత, ఇది సాధారణ మతిమరుపుగా మొదలై క్రమంగా అతని/ఆమె పేరు వంటి ముఖ్యమైన సమాచారాన్ని గుర్తుకు తెచ్చుకోలేని స్థాయికి పెరుగుతుంది, చిరునామా, మొదలైనవి. అతను/ఆమె ఇంతకుముందు సులభంగా పూర్తి చేయగల ప్రాథమిక విధులను నిర్వహించడంలో సమస్యలు, వస్త్రధారణ, బట్టలు ధరించడం, తినడం మొదలైనవి. కొత్త జ్ఞాపకాలను ఏర్పరచుకోవడం మరియు కొత్త విషయాలను నేర్చుకోవడం కష్టం. సమర్థవంతంగా కమ్యూనికేట్ చేసే సామర్థ్యాన్ని కోల్పోవడం. రోగి సాధారణ పదాలను కూడా గుర్తుంచుకోవడానికి కష్టపడవచ్చు. రోగి తరచుగా గందరగోళానికి గురవుతాడు మరియు దిక్కుతోచని స్థితిలో ఉంటాడు. ఆందోళన, నిరాశ, తగని ప్రవర్తన, మతిస్థిమితం మరియు భ్రాంతులు వంటి ఇతర మానసిక లక్షణాలు కూడా ఉండవచ్చు. డిమెన్షియా కారణాలు

చిత్తవైకల్యం యొక్క అనేక కారణాలు ఉన్నాయి మరియు వివిధ నాడీ సంబంధిత రుగ్మతలకు కారణమవుతాయి:

అల్జీమర్స్ వ్యాధి యొక్క చిత్తవైకల్యం ఇది చిత్తవైకల్యం యొక్క అత్యంత సాధారణ రకం మరియు చిత్తవైకల్యం యొక్క అన్ని కేసులలో 70-80% వరకు ఉంటుంది. అల్జీమర్స్ వ్యాధి ఉన్న రోగులకు వారి మెదడులో అసాధారణతలు ఉన్నాయి, బీటా-అమిలాయిడ్ ప్రొటీన్లు లేదా మెదడులోని ఫలకాలు మరియు చిక్కులు నిక్షేపణ వంటివి ఆరోగ్యకరమైన న్యూరాన్‌లను దెబ్బతీస్తాయి మరియు లక్షణాలను కలిగిస్తాయని భావిస్తున్నారు. మెదడులోని వివిధ భాగాల మధ్య మరియు మెదడు నుండి కండరాలు మరియు శరీరంలోని అవయవాలకు సందేశాలను ప్రసారం చేసే మెదడులోని న్యూరాన్ల మధ్య కనెక్షన్ కోల్పోవడం మరొక లక్షణం.

ఫ్రంటో-టెంపోరల్ డిమెన్షియా మెదడు యొక్క ఫ్రంటల్ మరియు టెంపోరల్ లోబ్స్‌లోని నరాల కణాల క్షీణత అనుబంధ వ్యక్తిత్వ మార్పులు, మానసిక స్థితి మార్పులు మరియు అసాధారణ ప్రవర్తనతో ఈ రకమైన చిత్తవైకల్యానికి దారితీస్తుంది.

రక్తనాళాల చిత్తవైకల్యం స్ట్రోక్, గాయం లేదా అసాధారణ రక్తపోటు కారణంగా మెదడుకు రక్త సరఫరాకు ఆటంకం ఏర్పడినప్పుడు, ఇది న్యూరాన్‌లను దెబ్బతీస్తుంది మరియు జ్ఞాపకశక్తి సమస్యలకు దారితీస్తుంది, ఫలితంగా అభిజ్ఞా క్షీణత ఏర్పడుతుంది.

లెవీ-శరీర చిత్తవైకల్యం లెవీ బాడీలు అల్జీమర్స్ వ్యాధి లేదా పార్కిన్సన్స్ వ్యాధి వంటి నరాల సంబంధిత వ్యాధులలో మెదడులో కనిపించే అసాధారణమైన ప్రోటీన్ సమూహాలు. ఈ రకమైన చిత్తవైకల్యం శరీరంలో దృఢత్వం మరియు దృఢత్వం మరియు నెమ్మదిగా, సమన్వయం లేని కదలికలతో సంబంధం కలిగి ఉంటుంది.

ఇతర మెదడు రుగ్మతలు బాధాకరమైన మెదడు గాయం, హంటింగ్టన్'స్ వ్యాధి, క్రీట్జ్‌ఫెల్డ్-జాకోబ్ వ్యాధి మొదలైన కొన్ని నాడీ సంబంధిత పరిస్థితులు కూడా జ్ఞాపకశక్తి కోల్పోవడం, మాట్లాడే ఇబ్బందులు మొదలైన చిత్తవైకల్యం యొక్క లక్షణాలను కలిగిస్తాయి.

మిశ్రమ చిత్తవైకల్యం ఇది వివిధ కారణాల అతివ్యాప్తి కారణంగా సంభవించే ఒక రకమైన చిత్తవైకల్యం.

ప్రగతిశీల చిత్తవైకల్యం పైన వివరించిన అన్ని రకాల చిత్తవైకల్యం తరచుగా తేలికపాటి లక్షణాలతో ప్రారంభమయ్యే ప్రగతిశీల రకాలు. ఇలాంటి డిమెన్షియాకు పూర్తి నివారణకు అవకాశం లేదు.

రివర్సిబుల్ రకం చిత్తవైకల్యం ఈ రకమైన చిత్తవైకల్యం అంతర్లీన కారణ కారకాన్ని జాగ్రత్తగా చూసుకుంటే మెరుగుపడుతుంది. ఈ చిత్తవైకల్యాలు పోషకాహార లోపాలు, అంటువ్యాధులు, మందుల ప్రభావం, హార్మోన్ల అసమతుల్యత, మెదడు కణితులు, హైడ్రోసెఫాలస్, మెదడులో అదనపు ద్రవం పేరుకుపోవడం, విషప్రయోగం మొదలైన వాటి వల్ల కావచ్చు. ఈ కారణ కారకాలను సరిదిద్దడం సాధారణంగా లక్షణాలను మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది. చిత్తవైకల్యం కోసం ప్రమాద కారకాలు

కొన్ని కారకాలు చిత్తవైకల్యం ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయి, అవి:

వయస్సు: ముఖ్యంగా 65 సంవత్సరాల తర్వాత, పెరుగుతున్న వయస్సుతో డిమెన్షియా ప్రమాదం పెరుగుతుంది. అయినప్పటికీ, ఇది సాధారణ వృద్ధాప్య ప్రక్రియలో భాగం కాదు, ఇది సాధారణ దురభిప్రాయం.

కుటుంబ చరిత్ర: అదే జన్యు శ్రేణి కారణంగా సన్నిహిత కుటుంబ సభ్యుడు చిత్తవైకల్యంతో బాధపడుతుంటే డిమెన్షియా వచ్చే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి.

దీర్ఘకాలిక అనారోగ్యం లేదా వ్యాధులు: మధుమేహం, రక్తపోటు మొదలైన కొమొర్బిడ్ పరిస్థితులు చిత్తవైకల్యం ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయి.

పోషకాహార లోపాలు: విటమిన్ బి కాంప్లెక్స్‌లో ఆహారం లోపం చిత్తవైకల్యం ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది.

ఆల్కహాల్ దుర్వినియోగం: అధిక ఆల్కహాల్ వినియోగం చిత్తవైకల్యం ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది.

మందులు: అమిట్రిప్టిలైన్ వంటి కొన్ని యాంటిడిప్రెసెంట్ మందులు, డిఫెన్‌హైడ్రామైన్, బెంజోడియాజిపైన్స్, యాంటికోలినెర్జిక్స్, ఓపియాయిడ్స్ వంటి యాంటీ-అలెర్జీ మందులు చిత్తవైకల్యం ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయి. నీకు తెలుసా? గుండె జబ్బు యొక్క ప్రమాద కారకాలు మిమ్మల్ని అల్జీమర్స్ ప్రమాదానికి గురి చేస్తాయి. నిశ్చల జీవనశైలి, ఊబకాయం, ధూమపానం, అధిక రక్తపోటు, అధిక రక్త కొలెస్ట్రాల్ మరియు అనియంత్రిత టైప్ 2 మధుమేహం వీటిలో ఉన్నాయి. చాలా మందికి, అల్జీమర్స్ వ్యాధి జన్యుపరమైన, జీవనశైలి మరియు పర్యావరణ కారకాల కలయిక వల్ల మెదడుపై ప్రభావం చూపుతుందని శాస్త్రవేత్తలు భావిస్తున్నారు. ఇప్పుడే సంప్రదించండి! డిమెన్షియా వ్యాధి నిర్ధారణ

జ్ఞాపకశక్తి కోల్పోయే వ్యక్తిని అంచనా వేయడానికి, వైద్యుడు లక్షణాల ఆగమనం గురించి వివరణాత్మక చరిత్రను తీసుకుంటాడు, కుటుంబ చరిత్రను నోట్ చేస్తాడు మరియు శారీరక మరియు అభిజ్ఞా అంచనాలతో రోగి యొక్క నాడీ మరియు మానసిక స్థితిని అంచనా వేస్తాడు. చిత్తవైకల్యం యొక్క కారణాన్ని నిర్ధారించడానికి కొన్ని సహాయక ప్రయోగశాల పరీక్షలు మరియు ఇమేజింగ్ అధ్యయనాలు అవసరం కావచ్చు.

ల్యాబ్ పరీక్షలు: థైరాయిడ్ ప్రొఫైల్ టోటల్, విటమిన్ B-12, విటమిన్ D (25-OH), కంప్లీట్ బ్లడ్ కౌంట్ (CBC), ఎరిథ్రోసైట్ సెడిమెంటేషన్ రేట్, ప్రొటీన్ ఎలెక్ట్రోఫోరేసిస్ CSF, మొదలైనవి. ఇన్ఫెక్షియస్ పరిస్థితులు, ఆటో ఇమ్యూన్ పరిస్థితుల కోసం తనిఖీ చేయడం వంటివి చిత్తవైకల్యాన్ని అంచనా వేయడానికి ప్రయోగశాల పరీక్షలు. , లేదా పోషకాహార లోపాలు చిత్తవైకల్యం యొక్క ఇతర సంభావ్య కారణాలు. పరీక్ష ఫలితాలపై ఆధారపడి, కనుగొన్న వాటిని నిర్ధారించడానికి మరింత వివరణాత్మక పరీక్షలను సిఫార్సు చేయవచ్చు.

ఇమేజింగ్ అధ్యయనాలు: CT స్కాన్ (హెడ్), MRI మెదడు, MR యాంజియోగ్రఫీ మెదడు, CT యాంజియోగ్రఫీ మెదడు, మెదడు మరియు చుట్టుపక్కల వాస్కులేచర్‌లో నిర్మాణాత్మక మార్పులను లోతుగా అధ్యయనం చేయడానికి ఉపయోగపడతాయి.

ఇతరాలు: మెదడు మరియు గుండె కార్యకలాపాలను అంచనా వేయడానికి EEG (ఎలక్ట్రో-ఎన్సెఫలోగ్రాఫ్), ఎలక్ట్రో కార్డియోగ్రఫీ (ECG) మరియు ఎకోకార్డియోగ్రఫీ అవసరం కావచ్చు.

సకాలంలో నివారణ ఆరోగ్య పరీక్షలతో, వృద్ధాప్యంతో సంభవించే కొన్ని వ్యాధుల ప్రమాద కారకాలను గుర్తించవచ్చు మరియు పరిష్కరించవచ్చు. వృద్ధులకు నివారణ ఆరోగ్య పరీక్షల అవసరం గురించి మరింత చదవండి. ఇప్పుడు చదవండి!

సెలబ్రిటీలు రోనాల్డ్ రీగన్‌ను ప్రభావితం చేశారు, రోనాల్డ్ రీగన్ 1981 నుండి 1989 వరకు యునైటెడ్ స్టేట్స్ యొక్క 40వ అధ్యక్షుడిగా పనిచేశారు. అతనికి అల్జీమర్స్ డిమెన్షియా ఉంది. మార్గరెట్ థాచర్, 'ది ఐరన్ లేడీ' అని కూడా పిలువబడే బ్రిటీష్ మాజీ ప్రధాన మంత్రి మార్గరెట్ థాచర్ తన జీవితంలోని చివరి సంవత్సరాల్లో చిత్తవైకల్యంతో పోరాడారు. చిత్తవైకల్యం చికిత్స

చిత్తవైకల్యం చికిత్సలో ప్రధానంగా సహాయక సంరక్షణ మరియు సాధ్యమైన చోట కారక కారకాలకు చికిత్స చేయడం వంటివి ఉంటాయి. వైద్య నిర్వహణ కింది వాటిని కలిగి ఉంటుంది:

అభిజ్ఞా పనితీరును మెరుగుపరచడానికి మందులు చిత్తవైకల్యం ఉన్న రోగులకు వారి అభిజ్ఞా లక్షణాలను మెరుగుపరచడానికి సూచించే సాధారణ రకాల మందులు. ఎసిటైల్‌కోలినెస్టరేస్ ఇన్హిబిటర్స్: ఈ మందులు ఎసిటైల్‌కోలినెస్టరేస్ ఎంజైమ్‌ల విచ్ఛిన్నతను నిరోధిస్తాయి, ఇది లక్షణాలను జాగ్రత్తగా చూసుకోవడంలో సహాయపడుతుంది కానీ వ్యాధి పురోగతిపై ఎలాంటి ప్రభావం చూపదు. ఈ తరగతిలోని ఔషధాలకు ఉదాహరణలు డోనెపెజిల్, గాలాంటమైన్ మరియు రివాస్టిగ్మైన్. నరాల-రక్షించే ఔషధం: ఈ తరగతి మందులు నరాల కణాలను పోషించి, వాటిని దెబ్బతినకుండా కాపాడతాయి మరియు వాటి మనుగడను మెరుగుపరుస్తాయి. ఉదాహరణలు సిటీకోలైన్. N-methyl-D-aspartate (NMDA) అగోనిస్ట్‌లు: ఇవి గ్లూటామేట్ చర్యను తగ్గించే మందులు, తద్వారా లక్షణాలను నియంత్రిస్తాయి. ఈ తరగతికి చెందిన సూత్రీకరణలు మేమంటైన్. యాంటీఆక్సిడెంట్ మందులు: ఈ మందులు జ్ఞాపకశక్తి క్షీణత వంటి లక్షణాలకు కారణమయ్యే ఫ్రీ రాడికల్స్‌తో పోరాడడం ద్వారా చిత్తవైకల్యం యొక్క లక్షణాలను మెరుగుపరచడంలో సహాయపడతాయి. కోఎంజైమ్ క్యూ10, జింగో బిలోబా, సెయింట్ జాన్స్ వోర్ట్, మొదలైనవి నూట్రోపిక్ మందులు: ఈ మందులలో పిరాసెటమ్ లక్ష్యం α-అమినో-3-హైడ్రాక్సీ-5-మిథైల్-4-ఐసోక్సాజోల్ ప్రొపియోనిక్ యాసిడ్ (AMPA) గ్రాహకాలు, మెదడులోని సినాప్సెస్ అంతటా సిగ్నల్స్ ప్రసారంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. మెదడులోని కొన్ని సిగ్నల్ ప్రసారాలను ప్రేరేపించడం లేదా అణచివేయడం ద్వారా, పిరాసెటమ్ అభిజ్ఞా బలహీనతను తగ్గించడానికి మరియు మానసిక తీక్షణతను మెరుగుపరచడానికి సహాయపడుతుంది. ఇబుప్రోఫెన్: ఇది సైక్లోక్సిజనేజ్ (COX) నిరోధకం, ఇది నొప్పిని తగ్గించడానికి, మంటను తగ్గించడానికి మరియు జ్వరాన్ని తగ్గించడానికి రూపొందించబడింది. ఇది నైట్రిక్ ఆక్సైడ్ (NO) ఉత్పత్తిని తగ్గిస్తుంది, గ్లుటామేట్ విషపూరితం నుండి న్యూరాన్‌లను రక్షిస్తుంది మరియు ప్రోఇన్‌ఫ్లమేటరీ సైటోకిన్‌ల ఉత్పత్తిని తగ్గిస్తుంది, తద్వారా చిత్తవైకల్యం యొక్క లక్షణాలను నియంత్రిస్తుంది. స్టాటిన్స్: ఈ తరగతి మందులు మెదడుకు రక్తాన్ని తీసుకువెళ్లే రక్తనాళాల్లోని చిన్న అడ్డంకుల వల్ల కలిగే కొన్ని రకాల చిత్తవైకల్యం చికిత్సలో సహాయపడతాయి. స్టాటిన్స్ ఈ అడ్డంకులను తగ్గించడానికి మరియు లక్షణాలను మెరుగుపరచడానికి సహాయపడవచ్చు.

ఆందోళనను శాంతపరచడానికి మరియు నిద్రను మెరుగుపరచడానికి మందులు తరచుగా, చిత్తవైకల్యం ఉన్న రోగులు కూడా ఆందోళన, చిరాకు, నిరాశ మరియు నిద్ర ఆటంకాలతో బాధపడుతున్నారు. ఈ లక్షణాలను శాంతపరచడంలో సహాయపడే యాంటి యాంగ్జైటీ లేదా యాంటిడిప్రెసెంట్ మందులు సూచించబడతాయి.

డిమెన్షియా సప్లిమెంట్స్ యొక్క రివర్సిబుల్ కారణాల కోసం ఇతర మందులు: కొన్నిసార్లు డిమెన్షియా పోషకాహార లోపాల వల్ల వస్తుంది. పాలీబియోన్ ఎస్ఎఫ్ సిరప్ మరియు మెగ్-బి12 క్యాప్సూల్స్ వంటి విటమిన్ సప్లిమెంట్లతో వీటిని సరిదిద్దడం వల్ల డిమెన్షియాను రివర్స్ చేయడంలో సహాయపడుతుంది. యాంటీ డయాబెటిక్స్ & యాంటీహైపెర్టెన్సివ్‌లు: మతిమరుపు ఈ కోమోర్బిడిటీల సమస్యగా గుర్తించబడినట్లయితే, మౌఖిక హైపోగ్లైసీమిక్ డ్రగ్స్ లేదా ఇన్సులిన్ మరియు హైపర్‌టెన్షన్‌తో యాంటీహైపెర్టెన్సివ్‌లతో మధుమేహాన్ని చికిత్స చేయడం చాలా అవసరం. యాంటీబయాటిక్స్ & యాంటీ ఇన్‌ఫ్లమేటరీ డ్రగ్స్: శరీరంలో ఇన్ఫెక్షన్ లేదా ఇన్‌ఫ్లమేషన్ వల్ల డిమెన్షియా ఏర్పడితే శరీరంలో ఏదైనా ఇన్‌ఫెక్షన్ లేదా ఇన్ఫ్లమేటరీ కండిషన్ తప్పనిసరిగా తగిన యాంటీబయాటిక్స్ మరియు యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ డ్రగ్స్‌తో చికిత్స పొందాలి. డిమెన్షియా నివారణ

కొన్ని రకాల చిత్తవైకల్యాన్ని పూర్తిగా నివారించలేము. ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలి ఎంపికలు చేయడం వల్ల పేలవమైన జీవనశైలి నుండి ఉద్భవించే చిత్తవైకల్యం నిరోధించడంలో సహాయపడుతుంది. ఈ జీవనశైలి ఎంపికలు: విటమిన్లు మరియు మినరల్స్‌తో కూడిన సమతుల్య ఆహారం తీసుకోవడం. చురుకైన శారీరక మరియు సామాజిక జీవితం కోసం క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయడం. మెదడును ఉత్తేజపరిచే వ్యాయామాలు, పజిల్స్ పరిష్కరించడం, చదవడం మొదలైనవి. అధిక ధూమపానం మరియు అధిక మద్యపానాన్ని నివారించడం. మధుమేహం, రక్తపోటు, థైరాయిడ్ సమస్యలు, ఆందోళన మొదలైన కొమొర్బిడ్ పరిస్థితులకు సరైన చికిత్స తీసుకోవడం. తగినంత, మంచి నిద్ర కోసం నిద్ర షెడ్యూల్‌ను ఏర్పాటు చేయడం. 1mg ప్రోటిప్: మెదడు పనితీరును మెరుగుపరచడానికి మీ ఆహారంలో బెర్రీలను జోడించండి. బెర్రీలు మెదడు దెబ్బతినే ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తాయి మరియు అభిజ్ఞా పనితీరును మెరుగుపరుస్తాయి. ఈ పండ్లలో ఆంథోసైనోసైడ్స్ అనే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి, ఇవి జ్ఞాపకశక్తి లోపంతో పోరాడుతాయి. మీరు తదుపరిసారి షాపింగ్‌కు వెళ్లినప్పుడు, బ్లూబెర్రీస్, స్ట్రాబెర్రీస్, గూస్‌బెర్రీస్, మల్బరీస్ మరియు బ్లాక్‌బెర్రీస్ వంటి బెర్రీలతో మీ బుట్టను నింపండి. ఇప్పుడే ఉత్పత్తులను అన్వేషించండి! సందర్శించవలసిన నిపుణుడు

చిత్తవైకల్యం యొక్క లక్షణాలు తరచుగా సన్నిహిత కుటుంబ సభ్యులు లేదా ప్రియమైనవారిచే గమనించబడతాయి. ఒక వ్యక్తి తరచుగా ముఖ్యమైన లేదా సాధారణ విషయాలను మరచిపోవడం ప్రారంభించినప్పుడు మరియు ప్రవర్తన, ప్రసంగం మరియు ఇతర అభిజ్ఞా సామర్థ్యాలలో మార్పులను ప్రదర్శించినప్పుడు, అతని/ఆమె సంభావ్య చిత్తవైకల్యం కోసం మూల్యాంకనం చేయడం చాలా అవసరం. చిత్తవైకల్యాన్ని నిర్ధారించే మరియు చికిత్స చేయగల నిపుణులు: న్యూరాలజిస్ట్ న్యూరో-సైకాలజిస్ట్ సైకియాట్రిస్ట్ భారతదేశంలోని ఉత్తమ వైద్యులను ఆన్‌లైన్‌లో సంప్రదించండి. ఇప్పుడే అపాయింట్‌మెంట్ బుక్ చేసుకోండి! ఇప్పుడే నమోదు చేసుకోండి!

చిత్తవైకల్యం యొక్క ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలు

వ్యాయామం మరియు యోగా: తేలికపాటి వ్యాయామాలు చేయడం వల్ల మానసిక స్థితిని మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది, చిత్తవైకల్యం ఉన్న రోగులలో ఆందోళనను నిర్వహించవచ్చు మరియు వారి శారీరక శ్రమ స్థితిని కొనసాగించవచ్చు. ఈ తేలికపాటి వ్యాయామాలలో గృహ-ఆధారిత ఏరోబిక్ రొటీన్, వ్యాయామం యొక్క ఒక రూపంగా నృత్యం చేయడం, తక్కువ బరువులు ఎత్తడం మరియు ప్రాణాయామం వంటి యోగా వంటివి ఉంటాయి.

ఫిజియోథెరపీ మరియు ఆక్యుపేషనల్ థెరపీ: ఫిజియోథెరపిస్ట్‌లు లేదా ఆక్యుపేషనల్ థెరపిస్ట్‌లు సూచించిన కొన్ని మార్పులను రోగి యొక్క ఇల్లు లేదా పని వాతావరణంలో సురక్షితంగా చేయడానికి మరియు పడిపోవడం వల్ల కలిగే గాయాలను నివారించడానికి వాటిని అమలు చేయాల్సి ఉంటుంది.

మసాజ్ థెరపీ మరియు అరోమాథెరపీ: మసాజ్ థెరపీ మరియు అరోమాథెరపీ సడలింపును ప్రేరేపిస్తాయి మరియు చిత్తవైకల్యం ఉన్న రోగులకు సహాయకరంగా ఉండవచ్చు. ఆయుర్వేదం: డిమెన్షియాను ఆయుర్వేదంలో స్మృతిబుద్ధిర్హాస్ అంటారు. పంచకర్మ మరియు ఔషధ మూలికలు శంఖపుష్పి, గుడుచి, భ్రాహ్మి, అశ్వగంధ, శతవరి మొదలైనవి చిత్తవైకల్యం చికిత్సలో ఉపయోగపడతాయి. డిమెన్షియాతో జీవిస్తున్నారు

తరచుగా, చిత్తవైకల్యం నిర్ధారణను స్వీకరించడం అనేది రోగులకు మరియు వారి సంరక్షకులకు జీవితాన్ని మార్చే మరియు సవాలు చేసే పరిస్థితి. రోగనిర్ధారణతో నిబంధనలకు రావడం ఆందోళన, నిరాశ, కోపం, ఆవేశం, అపరాధం మొదలైన భావాలను ప్రేరేపిస్తుంది. అయినప్పటికీ, చిత్తవైకల్యం నిర్ధారణ అనేది జీవితాంతం అని అర్థం కాదని గుర్తుంచుకోవాలి. డిమెన్షియా అని నిర్ధారణ అయిన తర్వాత కూడా సంతోషకరమైన జీవితాన్ని గడపడం సాధ్యమవుతుంది. వ్యక్తి రోగనిర్ధారణ మరియు దాని ఆరోగ్య చిక్కులను అర్థం చేసుకున్నారని నిర్ధారించుకోండి. సినిమాకి వెళ్లడం లేదా పార్కులో నడవడం వంటి సామాజికంగా చురుకుగా ఉండటానికి రోగిని ప్రేరేపించండి. ఫంక్షన్లకు హాజరుకావడం లేదా సపోర్ట్ గ్రూప్‌లో చేరడంలో వారికి సహాయం చేయడం వంటి కమ్యూనిటీ కార్యకలాపాల్లో వారిని నిమగ్నం చేయండి. స్నేహితులు మరియు కుటుంబ సభ్యులతో సమయాన్ని గడపడానికి వారిని ప్రోత్సహించండి. ప్రేమ, అవగాహన, సహనం మరియు భరోసా చిత్తవైకల్యం ఉన్న ప్రియమైన వ్యక్తితో జీవించడానికి మూలస్తంభాలు. చిత్తవైకల్యం కోసం గృహ సంరక్షణ

చిత్తవైకల్యంతో బాధపడుతున్న రోగులకు భద్రత మరియు జీవన నాణ్యతను నిర్ధారించడం చాలా ముఖ్యం. చిత్తవైకల్యంతో బాధపడుతున్న బంధువు లేదా ప్రియమైన వ్యక్తిని చూసుకోవడం సవాలుగా ఉంటుంది మరియు తరచుగా అలసిపోతుంది. చిత్తవైకల్యం కలిగిన రోగులకు గృహ సంరక్షణలో సహాయపడే కొన్ని విషయాలు ఇక్కడ ఉన్నాయి.

1. ముఖ్యమైన విషయాలు లేదా రోజులను నోట్ చేసుకోవడానికి డైరీ లేదా క్యాలెండర్‌ను నిర్వహించమని వ్యక్తిని ప్రోత్సహించండి, ఇది వారికి గుర్తుంచుకోవడానికి సహాయపడుతుంది.
2. ఇంట్లో వాతావరణం ఎల్లప్పుడూ ఆహ్లాదకరంగా, సానుకూలంగా మరియు శ్రద్ధగా ఉంచండి. రోగికి తాము భారంగా భావించేలా చేయకండి.
3. రోగి అన్ని సమయాల్లో గుర్తింపు పత్రాలు, ఇంటి చిరునామా, ముఖ్యమైన టెలిఫోన్ నంబర్లు మొదలైన ముఖ్యమైన డేటాకు ప్రాప్యతను కలిగి ఉన్నారని నిర్ధారించుకోండి. రోగి తన ఇంటికి వెళ్లే మార్గాన్ని కోల్పోయే లేదా వారి గుర్తింపు లేదా ఆచూకీని గుర్తుంచుకోలేని పరిస్థితుల్లో ఇది సహాయపడుతుంది.
4. చిత్తవైకల్యం ఉన్న వ్యక్తులు తరచుగా ఏకకాల మోటార్ సమస్యల కారణంగా పడిపోయే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటారు. అందువల్ల, వారి పరిసరాలు బాగా వెలుతురు, విశాలంగా మరియు అడ్డంకులు లేకుండా ఉండేలా జాగ్రత్త వహించండి.
5. చిత్తవైకల్యం ఉన్న రోగిని భారీ యంత్రాలను నడపడానికి లేదా ఆపరేట్ చేయడానికి అనుమతించవద్దు.

ఈ వ్యాధి ఎక్కువగా వారి వృద్ధాప్యంలో ప్రజలను ప్రభావితం చేస్తున్నప్పటికీ, అల్జీమర్స్ వ్యాధి సహజ వృద్ధాప్య ప్రక్రియలో భాగం కాదు. అల్జీమర్స్ వ్యాధి ప్రమాదాన్ని తగ్గించడానికి 7 జీవనశైలి మార్పుల గురించి తెలుసుకోండి. తెలుసుకోవడానికి ఇక్కడ క్లిక్ చేయండి!

చిత్తవైకల్యం యొక్క సమస్యలు

చిత్తవైకల్యం అనేది ప్రగతిశీల స్థితి, ఇది కాలక్రమేణా మరింత తీవ్రమవుతుంది. ప్రస్తుతం అందుబాటులో ఉన్న చికిత్సలు వ్యాధి యొక్క పురోగతిని నెమ్మదిస్తాయి కానీ పూర్తిగా ఆపలేవు. చిత్తవైకల్యం క్రమంగా తీవ్రమవుతున్నందున క్రింది సమస్యలను కలిగిస్తుంది.

భద్రతా సమస్యలు: డిమెన్షియా ఉన్న రోగులు నడక, వంట చేయడం, శుభ్రపరచడం మొదలైన కార్యకలాపాలను చేస్తున్నప్పుడు కూడా గాయాలకు గురయ్యే ప్రమాదం ఉంది.

వ్యక్తిగత పరిశుభ్రత: తరువాతి దశలలో, చిత్తవైకల్యం ఉన్న రోగులు బ్రష్ చేయడం, స్నానం చేయడం, వస్త్రధారణ మరియు బాత్రూమ్ ఉపయోగించడం వంటి ప్రాథమిక మానవ పరిశుభ్రతతో పోరాడుతున్నారు. పోషకాహార సవాళ్లు: అధునాతన చిత్తవైకల్యంతో, ఒక వ్యక్తి తినడం మర్చిపోవచ్చు మరియు తినడానికి ఆసక్తిని కోల్పోవచ్చు. ఇది పోషకాహార లోపానికి సంబంధించిన అనేక రకాల సమస్యలకు దారి తీస్తుంది.

ఆశించడం లేదా ఉక్కిరిబిక్కిరి చేయడం: ఆహారాన్ని మింగడంలో ఇబ్బంది పడడం వల్ల ఉక్కిరిబిక్కిరి లేదా ఊపిరి పీల్చుకోవడం మరియు ఊపిరితిత్తులలో న్యుమోనియా ఏర్పడవచ్చు. తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు చిత్తవైకల్యం వృద్ధులను మాత్రమే ప్రభావితం చేస్తుందా? జ్ఞాపకశక్తిని పెంచే ఆహారాలు ఏమైనా ఉన్నాయా? చిత్తవైకల్యం కలిగిన రోగులు తమ జ్ఞాపకశక్తిని తిరిగి పొందగలరా? ప్రస్తావనలు Kumar A, Sidhu J, Goyal A, et al. అల్జీమర్ వ్యాధి. [2020 నవంబర్ 18న నవీకరించబడింది]. ఇన్: స్టాట్‌పెర్ల్స్ [ఇంటర్నెట్]. ట్రెజర్ ఐలాండ్ (FL): StatPearls పబ్లిషింగ్; 2021 జనవరి. అర్వానిటాకిస్, Z., షా, RC, & బెన్నెట్, DA (2019). డిమెన్షియా నిర్ధారణ మరియు నిర్వహణ: సమీక్ష. JAMA, 322(16), 1589–1599. ఎమ్మాడీ PD, Tadi P. డిమెన్షియా. ట్రెజర్ ఐలాండ్ (FL): స్టాట్‌పెర్ల్స్ పబ్లిషింగ్; 2021 జనవరి. డిమెన్షియా అంటే ఏమిటి. వ్యాధి నియంత్రణ మరియు నివారణ కేంద్రాలు. చిత్తవైకల్యం. ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ. చిత్తవైకల్యం. నేషనల్ హెల్త్ పోర్టల్ ఆఫ్ ఇండియా. తివారీ, RS, & త్రిపాఠి, JS (2013). స్మృతిబుద్ధిహ్రాస్‌కు ప్రత్యేక సూచనతో చిత్తవైకల్యం యొక్క క్లిష్టమైన అంచనా. ఆయు, 34(3), 235–242. సుబాష్ S, Essa MM, అల్-అదావి S, మెమన్ MA, మణివాసగం T, అక్బర్ న్యూరోడెజెనరేటివ్ వ్యాధులపై బెర్రీ పండ్ల యొక్క న్యూరోప్రొటెక్టివ్ ప్రభావాలు. న్యూరల్ రీజెన్ రెస్. 2014 ఆగస్టు 15;9(16):1557-66.

==================================================

డెంగ్యూను డెంగ్యూ ఫీవర్ (DF), బ్రేక్‌బోన్ ఫీవర్, డెంగ్యూ హెమరేజిక్ ఫీవర్ (DHF), డెంగ్యూ షాక్ సిండ్రోమ్ (DSS) అని కూడా పిలుస్తారు. అవలోకనం డెంగ్యూ అనేది దోమల ద్వారా సంక్రమించే వైరల్ వ్యాధి. డెంగ్యూ వైరస్ సోకిన ఏడిస్ దోమ ముఖ్యంగా పగటిపూట ఆరోగ్యకరమైన వ్యక్తిని కుట్టినప్పుడు మాత్రమే ఇది ఒకరి నుండి మరొకరికి వ్యాపిస్తుంది. ఇది స్పర్శ, దగ్గు లేదా స్రావాల ద్వారా వ్యాపించదు. డెంగ్యూ అధిక-స్థాయి జ్వరం, కళ్లలో నొప్పి, చర్మంపై దద్దుర్లు, తలనొప్పి, శరీర నొప్పులు మరియు కీళ్లలో నొప్పిగా ఉంటుంది. తీవ్రమైన సందర్భాల్లో, ఇది శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది, తీవ్రమైన కడుపు నొప్పి మరియు రక్తస్రావం దారితీస్తుంది. డెంగ్యూ జ్వరంతో బాధపడుతున్న చాలా మంది రోగులు తేలికపాటి అనారోగ్యాన్ని కలిగి ఉంటారు మరియు ద్రవం తీసుకోవడం, లక్షణాలను పర్యవేక్షించడం మరియు మందులు తీసుకోవడం ద్వారా ఇంట్లోనే నిర్వహించవచ్చు. అయినప్పటికీ, కొన్ని సమయాల్లో, ఇది తీవ్రమైన డెంగ్యూ (రక్తస్రావం మరియు షాక్) అని పిలువబడే ఒక సంభావ్య తీవ్రమైన సమస్యను కలిగిస్తుంది. దోమలు వృద్ధి చెందకుండా, నీరు నిలిచిపోకుండా తగిన చర్యలు తీసుకోవడం ద్వారా వ్యాధిని అరికట్టవచ్చు. అలాగే, దోమతెరలు మరియు రిపెల్లెంట్లను ఉపయోగించడం వల్ల దోమ కాటును నివారించవచ్చు. డెంగ్యూ జ్వరంతో బాధపడుతున్న వ్యక్తులు తగినంత విశ్రాంతి తీసుకోవాలి, ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం తీసుకోవాలి, పుష్కలంగా ద్రవాలు తీసుకోవాలి మరియు ప్లేట్‌లెట్ కౌంట్ మరియు రక్తపోటును నిశితంగా పరిశీలించాలి. సాధారణంగా అన్ని వయసుల వారిలోనూ కనిపించే ముఖ్య వాస్తవాలు లింగం పురుషులు మరియు మహిళలు ఇద్దరినీ ప్రభావితం చేసే శరీర భాగాలు (లు) కాలేయ ఊపిరితిత్తుల మెదడు ప్లీహ వ్యాప్తి ప్రపంచవ్యాప్తంగా: 390 మిలియన్ (2019) భారతదేశం: 8·8–12·9 మిలియన్ (2017) అనుకరించే పరిస్థితులు మలేరియా జికా చికున్‌గున్యా ఇన్ఫ్లుఎంజా (ఫ్లూ) మీజిల్స్ అవసరమైన ఆరోగ్య పరీక్షలు/ఇమేజింగ్ డెంగ్యూ యాంటిజెన్ పరీక్ష డెంగ్యూ యాంటీబాడీ IgM పరీక్ష డెంగ్యూ యాంటీబాడీ IgG పరీక్ష డెంగ్యూ RNA PCR పరీక్ష పూర్తి రక్త గణన చికిత్స పారాసెటమాల్ ఫ్లూయిడ్ రీప్లేస్‌మెంట్ (హైడ్రేషన్) ప్లేట్‌లెట్ ట్రాన్స్‌ఫ్యూజన్ డెంగ్యూ యొక్క అన్ని లక్షణాలు డెంగ్యూతో గందరగోళంగా ఉండవచ్చు. ఫ్లూ, మలేరియా మరియు చికున్‌గున్యా వంటి ఇతర సాధారణ వ్యాధులు. అయితే, మీరు దద్దుర్లు, వికారం మరియు శరీర నొప్పితో పాటు అకస్మాత్తుగా అధిక-గ్రేడ్ జ్వరం (104 డిగ్రీల సెల్సియస్ కంటే ఎక్కువ) అభివృద్ధి చెందితే డెంగ్యూ అనుమానించబడాలి.

WHO ప్రకారం, డెంగ్యూని 3 దశలుగా వర్గీకరించవచ్చు: జ్వరసంబంధమైన దశ క్రిటికల్ ఫేజ్ రికవరీ ఫేజ్ 1. జ్వరసంబంధమైన దశ ఈ దశ సాధారణంగా 2-7 రోజులు ఉంటుంది మరియు తరచుగా దీనితో పాటుగా ఉంటుంది: సాధారణీకరించిన శరీర నొప్పి కంటి నొప్పి (కంటి కదలికతో నొప్పి) కండరాల నొప్పి కీళ్ల నొప్పి తలనొప్పి ఆకలి లేకపోవడం వికారం వాంతులు ముఖం ఎర్రబారడం చర్మం దద్దుర్లు శ్వాసకోశ లక్షణాలు (దగ్గు, గొంతు నొప్పి, రద్దీ మొదలైనవి)

1. క్లిష్టమైన దశ జ్వరం సాధారణంగా అనారోగ్యం యొక్క 3 వ నుండి 7 వ రోజు వరకు తగ్గుతుంది. ఇది క్లిష్టమైన దశ ప్రారంభాన్ని సూచిస్తుంది. దీని తరువాత తీవ్రమైన అలసట కొన్ని రోజుల నుండి వారాల వరకు ఉంటుంది. ప్లేట్‌లెట్ మరియు ల్యూకోసైట్ (తెల్ల రక్తకణం) గణనలో కూడా వేగంగా తగ్గుదల ఉండవచ్చు. కొన్ని సందర్భాల్లో, తీవ్రమైన అవయవ బలహీనత మరియు అంతర్గత రక్తస్రావం ఉండవచ్చు.
2. రికవరీ దశ క్లిష్టమైన దశ తర్వాత, క్రింది 48-72 గంటల్లో రోగి పరిస్థితి మెరుగుదల ఉంది. ఈ దశలో, ఆకలి మరియు జీర్ణశయాంతర లక్షణాలలో మెరుగుదల ఉంది. రికవరీ దశలో చర్మంపై దద్దుర్లు మళ్లీ కనిపించవచ్చు.

గమనిక: చిన్న పిల్లలలో, ఈ లక్షణాలు సాధారణంగా తేలికపాటివి కానీ పెద్ద పిల్లలు మరియు పెద్దలు సంక్రమణ తీవ్రతను బట్టి మితమైన మరియు తీవ్రమైన లక్షణాలను కలిగి ఉండవచ్చు.

తీవ్రమైన డెంగ్యూ సంకేతాలు CDC ప్రకారం, డెంగ్యూతో జబ్బుపడిన 20 మందిలో 1 మందికి డెంగ్యూ తీవ్ర రూపం దాల్చవచ్చు. డెంగ్యూ యొక్క మొదటి సంకేతం కనిపించిన తర్వాత, వ్యాధి తీవ్ర పరిస్థితిగా మారడానికి దాదాపు 3-7 రోజులు పట్టవచ్చు. ఇది క్లిష్టమైన దశ, ఇది ఉష్ణోగ్రత తగ్గడానికి కూడా దారి తీస్తుంది, ఇది ఒక వ్యక్తి కోలుకుంటున్నాడనే సంకేతం కాదు, ప్రత్యేక శ్రద్ధ అవసరమని సూచిస్తుంది.

తీవ్రమైన డెంగ్యూని సూచించే హెచ్చరిక సంకేతాలు: శరీరమంతా తీవ్రమైన కడుపునొప్పి దద్దుర్లు, చిగుళ్ళలో రక్తం వాంతిలో రక్తస్రావం వేగవంతమైన హృదయ స్పందన రేటు తక్కువ రక్తపోటు శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది అలసట/అశాంతి తీవ్రమైన రక్తస్రావం ఈ లక్షణాలలో దేనితోనైనా బాధపడుతుంటే, ఇది సూచించబడుతుంది. వెంటనే ఆసుపత్రిలో చేరి మీ డాక్టర్ సూచనలను తప్పకుండా పాటించండి.

మీ జ్వరం డెంగ్యూ వల్ల వచ్చిందని అనుమానం ఉందా? మీ ఇంటి సౌకర్యం నుండి డెంగ్యూ పరీక్ష చేయించుకోండి. డెంగ్యూ కారణాలు ఇక్కడ బుక్ టెస్ట్

డెంగ్యూ అనేది ఆడ ఈడిస్ ఈజిప్టి దోమ కుట్టడం వల్ల వచ్చే వైరల్ ఇన్ఫెక్షన్. డెంగ్యూని కలిగించే వైరస్‌ను డెంగ్యూ వైరస్ (DENV) అంటారు, ఇది ఫ్లావివిరిడే వైరస్‌ల కుటుంబానికి చెందినది. నాలుగు రకాల డెంగ్యూ వైరస్‌లు ఉన్నాయి, అవి DENV-1, DENV-2, DENV-3 మరియు DENV-4.

డెంగ్యూ వైరస్ సోకిన దోమ ఆరోగ్యవంతమైన వ్యక్తిని కుట్టినప్పుడు, వైరస్ రక్తప్రవాహంలోకి వ్యాపించి ఇన్ఫెక్షన్‌ను కలిగిస్తుంది. డెంగ్యూకు కారణమయ్యే దోమను దాని శరీరంపై నలుపు మరియు తెలుపు గుర్తుల ద్వారా గుర్తించవచ్చు. ఇది నిశ్చల నీటిలో సంతానోత్పత్తి చేస్తుంది మరియు పగటిపూట ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది. సెరోటైప్‌లలో ఏదైనా ఒకదానితో సంక్రమణ అనేది నిర్దిష్ట జాతి నుండి జీవితకాల రోగనిరోధక శక్తిని అందిస్తుంది. డెంగ్యూ ప్రమాద కారకాలు

మీరు డెంగ్యూతో బాధపడే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉండవచ్చు: మీ ప్రాంతంలో అనేక డెంగ్యూ కేసులు ఉన్నాయి. మీ ప్రాంతంలో నీటి నిల్వలు ఉన్నాయి లేదా మీరు నిర్మాణ ప్రదేశాలలో పని చేస్తే అటువంటి ప్రాంతాల్లో దోమలు వృద్ధి చెందే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది. డెంగ్యూ వ్యాప్తి ఎక్కువగా ఉన్న ప్రాంతాలకు మీరు ప్రయాణం చేస్తారు. డెంగ్యూ నిర్ధారణ

ఒక వ్యక్తి అధిక జ్వరం, వికారం, దద్దుర్లు మరియు శరీర నొప్పితో బాధపడుతుంటే, రక్త పరీక్ష చేయించుకోవడం మంచిది. చాలా సందర్భాలలో, మీ వైద్యుడు డెంగ్యూగా అనుమానించినట్లయితే, పూర్తి రక్త గణన (ప్లేట్‌లెట్ కౌంట్‌తో సహా) సిఫార్సు చేయబడింది. అయినప్పటికీ, ఇది నిర్ధిష్ట పరీక్ష ఎందుకంటే ఇది డెంగ్యూ వైరస్ ఉనికిని నిర్ధారించడానికి లేదా వైరస్ రకాన్ని గుర్తించడానికి సహాయం చేయదు. రక్తంలో డెంగ్యూ వైరస్ ఉనికిని గుర్తించడానికి, మీరు ఖచ్చితమైన పరీక్షలు చేయించుకోవాలి:

1. డెంగ్యూ యాంటిజెన్ పరీక్షను డెంగ్యూ NS1 యాంటిజెన్ పరీక్ష అని కూడా పిలుస్తారు, ఈ రక్త పరీక్ష డెంగ్యూ వైరస్‌ను ఇన్ఫెక్షన్ సమయంలో ముందుగానే గుర్తించడంలో సహాయపడుతుంది. ఇది లక్షణాలు కనిపించిన మొదటి ఐదు రోజుల్లోనే చేయాలి ఎందుకంటే 5 నుండి 7 రోజుల తర్వాత తప్పుడు సానుకూల మరియు ప్రతికూల ఫలితాలు వచ్చే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇక్కడ టెస్ట్ బుక్ చేయండి
2. డెంగ్యూ యాంటీబాడీ IgM పరీక్ష ఈ పరీక్ష రక్తంలో IgM (యాంటీబాడీస్) కోసం చూస్తుంది, ఇది వ్యాధి యొక్క ప్రారంభ కోర్సులో (తీవ్రమైన ఇన్ఫెక్షన్) కనిపిస్తుంది. ప్రైమరీ (మొదటిసారి ఇన్ఫెక్షన్) మరియు సెకండరీ (ఇతర సెరోటైప్‌లతో రెండవసారి ఇన్‌ఫెక్షన్) ఇన్‌ఫెక్షన్‌ల మధ్య తేడాను గుర్తించడంలో కూడా ఈ పరీక్ష సహాయపడుతుంది. ఇక్కడ టెస్ట్ బుక్ చేయండి
3. డెంగ్యూ యాంటీబాడీ IgG పరీక్ష రక్తంలో IgG స్థాయి నెమ్మదిగా పెరుగుతుంది కాబట్టి వ్యాధి యొక్క తరువాతి కోర్సులో సంక్రమణను గుర్తించడానికి ఈ పరీక్షను ఉపయోగిస్తారు. సాధారణంగా, ఇన్ఫెక్షన్ తర్వాత 6 నుండి 10 రోజుల తర్వాత స్థాయి పెరుగుతుంది మరియు ప్రతిరోధకాలు దాదాపు 90 రోజులు లేదా మీ జీవితాంతం రక్తంలో ఉంటాయి. ఇక్కడ టెస్ట్ బుక్ చేయండి
4. డెంగ్యూ ఆర్‌ఎన్‌ఏ పిసిఆర్ పరీక్ష ఇది డెంగ్యూ వైరస్‌ను ఇన్‌ఫెక్షన్ ప్రారంభ దశలో గుర్తించడానికి ఉపయోగించే ప్రాథమిక పరీక్ష. సానుకూల ఫలితం సంక్రమణను నిర్ధారించడమే కాకుండా డెంగ్యూ వైరస్ యొక్క వివిధ సెరోటైప్‌లను గుర్తించడంలో సహాయపడుతుంది. పరీక్ష దాదాపు 90% సున్నితమైనది మరియు 95% నిర్దిష్టమైనది. ఇక్కడ టెస్ట్ బుక్ చేయండి

సెలబ్రిటీలు ప్రభావితమయ్యారు ప్రస్తుతం ఈ పరిస్థితిని కలిగి ఉన్న లేదా గతంలో దానితో బాధపడుతున్న కొంతమంది ప్రముఖ సెలబ్రిటీల జాబితా ఇక్కడ ఉంది. లిసా హేడన్ 2014లో, లిసా హేడన్ డెంగ్యూతో బాధపడుతున్న తర్వాత "ది షాకీన్స్" సినిమా ప్రమోషన్‌ను దాటవేయవలసి వచ్చిందని అనేక వార్తా విడుదలలు పేర్కొన్నాయి. తర్వాత ఆమె పూర్తిగా కోలుకుంది. రణవీర్ సింగ్ రణవీర్ సింగ్ 2013లో తీవ్రమైన డెంగ్యూ జ్వరంతో బాధపడుతూ ఆసుపత్రిలో చేరాడు. అయితే, అతను వెంటనే కోలుకున్నాడు మరియు తన సినిమా షూటింగ్ ప్రారంభించాడు, ఆన్‌లైన్ నివేదికల ప్రకారం. డెంగ్యూ నివారణ డెంగ్యూను నివారించడానికి ఉత్తమ మార్గం మీ పరిసరాల్లో దోమలను నివారించడం. దీన్ని సాధించడానికి, మీరు వీటిని చేయాలి:

1. నీటి స్తబ్దతను అరికట్టండి, దోమలు స్తబ్దుగా ఉన్న నీటిలో సంతానోత్పత్తి చేస్తాయి కాబట్టి, ఇంటి చుట్టూ చూడండి మరియు నీటి స్తబ్దత యొక్క ఏదైనా మూలాన్ని వదిలించుకోండి. మగ్గులు మరియు బకెట్లు పొడిగా ఉన్నాయని నిర్ధారించుకోండి, స్నానం చేసిన తర్వాత లేదా కడిగిన తర్వాత మీ బకెట్ల నీటిని తీసివేయండి. బాత్రూమ్ మరియు వంటగదిలో లీక్ అవుతున్న ట్యాప్‌లను పరిష్కరించండి, తద్వారా ఆ ప్రాంతం పొడిగా ఉంటుంది మరియు కంటైనర్లలో నీరు చేరదు. వాటర్ కూలర్ల నుండి నీటిని తీసివేసి పొడిగా ఉంచండి. మట్టిలో నీటి స్తబ్దతను నివారించడానికి కుండీలలో పెట్టిన మొక్కలకు ఎక్కువ నీరు పెట్టవద్దు.
2. దోమతెరలు ఉపయోగించండి దోమలు కుట్టకుండా ఉండటానికి రాత్రిపూట దోమతెరలను ఉపయోగించండి. మధ్యాహ్నం పూట నిద్రించే పిల్లలు మరియు వృద్ధుల కోసం మీరు వాటిని పగటిపూట ఉపయోగించవచ్చు. మీరు దోమలు ప్రవేశించే అవకాశం ఉన్న కిటికీలు మరియు తలుపులలో ఏవైనా రంధ్రాలను కప్పి ఉంచాలి. దోమలను నిరోధించడానికి కిటికీలపై వైర్ మెష్ స్క్రీన్‌లను ఉపయోగించవచ్చు.
3. దోమల వికర్షకాలను వర్తించండి ముఖ్యంగా ఆడుకోవడానికి బయటకు వెళ్ళే పిల్లలకు దోమల నివారణ క్రీమ్ ఉపయోగించండి. దోమల వికర్షకం లిక్విడేటర్లు కూడా మార్కెట్లో విస్తృతంగా అందుబాటులో ఉన్నాయి మరియు ఇంటి నుండి దోమలను తరిమికొట్టడానికి ఉపయోగిస్తారు. మార్కెట్లలో లభించే దోమల వికర్షకాలు కాకుండా, కర్పూరం కాల్చడం, లావెండర్ కొవ్వొత్తులను వెలిగించడం, సిట్రోనెల్లా లేదా యూకలిప్టస్ ఎసెన్షియల్ ఆయిల్ ఉపయోగించడం మరియు కిటికీకి సమీపంలో తులసి మొక్కను ఉంచడం వంటి దోమలను వదిలించుకోవడానికి కొన్ని సహజ మార్గాలు ఉన్నాయి.
4. మీ శరీరంలోని చాలా ప్రాంతాలు కప్పబడి ఉండేలా వీలైనంత వరకు పూర్తి చేతుల బట్టలు మరియు పూర్తి-పొడవు ప్యాంట్‌లను ఉపయోగించండి. మీకు పిల్లలు ఉన్నట్లయితే, వారి శరీరాలు వీలైనంత వరకు కప్పబడి ఉండేలా ప్రత్యేక శ్రద్ధ వహించండి. దోమల వికర్షకాలు: సరిగ్గా ఉపయోగించండి మీరు మీ దోమల వికర్షకాన్ని సరైన మార్గంలో ఉపయోగిస్తున్నారో లేదో ఖచ్చితంగా తెలియదా? సందర్శించడానికి స్పెషలిస్ట్ ఇక్కడ తనిఖీ చేయండి

సాధారణ జ్వరం సాధారణంగా గొంతు నొప్పి, ముక్కు కారటం, బలహీనత, తేలికపాటి శరీర నొప్పులు మరియు అధిక శరీర ఉష్ణోగ్రతకు కారణం కావచ్చు. దీనికి విరుద్ధంగా, డెంగ్యూ సోకిన వ్యక్తికి అధిక-గ్రేడ్ జ్వరం, శరీరమంతా దద్దుర్లు మరియు తీవ్రమైన శరీర నొప్పి వంటి ఫ్లూ లాంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి.

మీరు డెంగ్యూ యొక్క ఏవైనా సంకేతాలు మరియు లక్షణాలను అనుభవిస్తే, వీలైనంత త్వరగా మీ వైద్యుడిని సంప్రదించడం చాలా ముఖ్యం. సాధారణంగా, మీ కుటుంబ వైద్యుడు లేదా సాధారణ వైద్యుడు సరైన వైద్యుడు. కొన్ని సందర్భాల్లో, మీరు అంతర్గత ఔషధ నిపుణుడిని కూడా సంప్రదించవలసి ఉంటుంది.

ఇప్పుడు సంప్రదించండి

డెంగ్యూ చికిత్స

డెంగ్యూకి నిర్దిష్ట చికిత్స లేదు. ఈ కారణంగానే చికిత్స లక్షణాల నుండి ఉపశమనం పొందేందుకు ఉద్దేశించబడింది. డెంగ్యూ జ్వరంతో బాధపడుతున్న చాలా మంది రోగులు తేలికపాటి అనారోగ్యాన్ని కలిగి ఉంటారు మరియు ఖచ్చితమైన ఆహార మార్గదర్శకాలు మరియు మందుల కోర్సును అనుసరించడం ద్వారా ఇంట్లోనే చికిత్స చేయవచ్చు. తీవ్రమైన డెంగ్యూ విషయంలో, ప్లేట్‌లెట్ కౌంట్ తీవ్రంగా పడిపోతే (ఈ పరిస్థితిని థ్రోంబోసైటోపెనియా అని పిలుస్తారు), ప్లేట్‌లెట్ మార్పిడి సిఫార్సు చేయబడింది.

1. తగినంత విశ్రాంతి తీసుకోండి డెంగ్యూ తీవ్రమైన అలసట మరియు అధిక జ్వరాన్ని కలిగిస్తుంది కాబట్టి, మీరు వీలైనంత ఎక్కువ విశ్రాంతి తీసుకునేలా చూసుకోండి మరియు మీ శరీరం కోలుకోవడానికి తగినంత సమయం ఇవ్వండి.
2. మీ జ్వరాన్ని తగ్గించండి, పారాసెటమాల్ వంటి యాంటిపైరేటిక్ మందులు ఉష్ణోగ్రతను తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి మరియు శరీర నొప్పుల నుండి ఉపశమనం పొందుతాయి. ఆస్పిరిన్ మరియు ఇతర నొప్పి నివారణ మందులు వంటి మందులు వాడకూడదు, ఎందుకంటే అవి రక్తస్రావం/రక్తస్రావం ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయి. యాంటీబయాటిక్స్ సాధారణంగా అవసరం లేదు. చల్లటి నీటితో స్పాంజ్ చేయడం వల్ల జ్వరం తగ్గుతుంది.
3. హైడ్రేటెడ్‌గా ఉండండి జ్వరం, వాంతులు మరియు తగినంత ద్రవాలు తాగకపోవడం వల్ల నీరు పోతుంది కాబట్టి డెంగ్యూ యొక్క సాధారణ సమస్య నిర్జలీకరణం. కాబట్టి దీనిని నివారించడానికి, కొబ్బరి నీరు, మజ్జిగ, పండ్ల రసాలు, నిమ్మరసం, పాలు మరియు నీటితో పాటు ఎలక్ట్రోలైట్‌లు ఉన్న పానీయాల రూపంలో ద్రవాలను తాగడం ద్వారా మీరు హైడ్రేటెడ్‌గా ఉండేలా చూసుకోండి.

మీరు తీవ్రమైన నిర్జలీకరణం యొక్క ఈ సంకేతాలలో దేనినైనా అనుభవిస్తే, సమస్యలను నివారించడానికి వెంటనే వైద్యుడిని సంప్రదించడం మంచిది.

1. మీ పరిస్థితిని పర్యవేక్షించండి జ్వరం తగ్గడం ప్రారంభమైన తర్వాత కాలం చాలా క్లిష్టమైనది. కొంతమందికి జ్వరం తగ్గిన ఒకటి లేదా రెండు రోజుల్లో వాంతులు (కనీసం 24 గంటల్లో 3 సార్లు), శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది, ముక్కు లేదా చిగుళ్ల నుండి రక్తస్రావం మరియు వాంతి/మలంలో రక్తం వంటి హెచ్చరిక సంకేతాలను అభివృద్ధి చేస్తారు. ఇది డెంగ్యూతో బాధపడుతున్న 20 మందిలో 1 మందిలో కనిపిస్తుంది మరియు ఇది ప్రాణాంతకమైనందున ఆసుపత్రిలో చేరవలసి ఉంటుంది. కాబట్టి మరింత జాగ్రత్తగా ఉండండి మరియు హెచ్చరిక సంకేతాలపై ఒక కన్ను వేసి ఉంచండి.

గుర్తుంచుకోండి! తీవ్రమైన డెంగ్యూ అనేది మెడికల్ ఎమర్జెన్సీ మరియు ఆసుపత్రిలో తక్షణ వైద్య సంరక్షణ అవసరం.

1. ఇంటి నివారణలు ప్రయత్నించండి డెంగ్యూ జ్వరం చికిత్సలో కొన్ని ఇంటి నివారణలు బాగా ప్రాచుర్యం పొందాయి, ఎందుకంటే అవి ప్లేట్‌లెట్ కౌంట్‌ను పెంచుతాయి.

బొప్పాయి ఆకులు: ఒక పరిశోధన ప్రకారం (సుబెంథిరన్ ఎస్, మరియు ఇతరులు), బొప్పాయి ఆకుల రసం డెంగ్యూ వైరస్ పెరుగుదలను నిరోధిస్తుంది మరియు ప్లేట్‌లెట్ కౌంట్‌ను పెంచుతుంది.

గిలోయ్: యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ మరియు యాంటిపైరేటిక్ (జ్వరం తగ్గించే) లక్షణాలతో నిండిన గిలోయ్ జ్యూస్ డెంగ్యూ ఫీవర్ నిర్వహణలో సహాయపడుతుంది. ఇది ప్లేట్‌లెట్ల సంఖ్యను పెంచడమే కాకుండా త్వరగా కోలుకోవడానికి రోగనిరోధక శక్తిని మెరుగుపరుస్తుంది.

కివీ: కివీ పండును రోజూ తినడం వల్ల ప్లేట్‌లెట్ కౌంట్ పెరుగుతుందని చాలా మంది నమ్ముతారు. అయినప్పటికీ, ప్లేట్‌లెట్ కౌంట్‌ను పెంచడంలో దాని సామర్థ్యాన్ని నిరూపించడానికి పరిశోధన అధ్యయనం లేదు. ఈ పండులో విటమిన్ సి పుష్కలంగా ఉంటుంది, ఇది శక్తివంతమైన యాంటీఆక్సిడెంట్‌గా పనిచేయడమే కాకుండా రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది.

డెంగ్యూలో పరీక్షలు, చికిత్స మరియు ఏమి తినాలి మరియు నివారించాలి గురించి మరింత తెలుసుకోవడానికి ఈ వీడియోను చూడండి.

నీకు తెలుసా? మీరు మీ కుటుంబానికి డెంగ్యూ సంక్రమణను పంపవచ్చు. ఎందుకంటే ఇన్ఫెక్షన్ సోకిన మొదటి వారంలో డెంగ్యూ వైరస్ సోకిన వ్యక్తి రక్తంలో ఉండవచ్చు. కాబట్టి దోమ వ్యక్తిని కుట్టినట్లయితే, అది కుట్టడం ద్వారా ఇతర వ్యక్తులకు వైరస్ వ్యాప్తి చెందుతుంది. దోమల వికర్షకాలను ఉపయోగించడం ద్వారా దోమల కాటు నుండి మీ కుటుంబాన్ని రక్షించండి. ఇప్పుడే కొనండి డెంగ్యూ యొక్క సమస్యలు

అరుదుగా, తీవ్రమైన డెంగ్యూ అవయవ నష్టం మరియు అంతర్గత రక్తస్రావం (డెంగ్యూ హెమరేజిక్ జ్వరం) ద్వారా సంక్లిష్టంగా ఉంటుంది. ఇది రక్తపోటులో అకస్మాత్తుగా తగ్గుదల, బలహీనమైన పల్స్, హైపోవోలేమియా మరియు చివరికి డెంగ్యూ షాక్ సిండ్రోమ్‌కు దారితీస్తుంది.

ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ (WHO) డెంగ్యూ హెమరేజిక్ ఫీవర్ నిర్ధారణకు ప్రమాణాలను నిర్దేశించింది. అవి: తక్కువ ప్లేట్‌లెట్ కౌంట్ (<1 లక్ష) 2 నుండి 7 రోజుల వరకు జ్వరం హెమరేజిక్ వ్యక్తీకరణలు (అంతర్గత రక్తస్రావం)

ప్రారంభ దశల్లో, ప్లేట్‌లెట్ కౌంట్ సాధారణంగా సాధారణ పరిధిలోనే ఉంటుంది కానీ హిమోగ్లోబిన్ స్థాయి ఎక్కువగా ఉండవచ్చు. హిమోగ్లోబిన్ స్థాయి పెరిగితే (>14g/dL), ప్లేట్‌లెట్ కౌంట్ సాధారణ స్థాయిలో ఉన్నప్పటికీ వైద్యుడిని సంప్రదించాలి. జ్వరం తగ్గడం ప్రారంభించిన తర్వాత ప్లేట్‌లెట్ కౌంట్ తగ్గడం ప్రారంభమవుతుంది. ప్లేట్‌లెట్స్ కౌంట్ పడిపోతున్నప్పుడు కూడా భయపడాల్సిన అవసరం లేదు.

గుర్తుంచుకోండి! క్రియాశీల రక్తస్రావం లేని రోగిలో ప్లేట్‌లెట్ మార్పిడి పాత్ర లేదు. రక్తస్రావం లేనప్పుడు ప్లేట్‌లెట్ మార్పిడి కోసం మీ వైద్యుడిని పట్టుబట్టవద్దు. తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు నాకు డెంగ్యూ ఉందని నేను ఎప్పుడు అనుమానించాలి? డెంగ్యూని గుర్తించేందుకు ఎలాంటి రక్తపరీక్షలు చేయించుకోవాలి? నా ప్లేట్‌లెట్ కౌంట్ సాధారణంగా ఉంటే నాకు డెంగ్యూ రావచ్చా? నా జ్వరం పోయింది. నేను ఇప్పుడు చింతించాల్సిన అవసరం లేదని దీని అర్థం? డెంగ్యూని ఇంట్లోనే నిర్వహించవచ్చా? డెంగ్యూ రోగి ఎప్పుడు ఆసుపత్రిలో చేరాడు? నాకు ఇటీవల డెంగ్యూ వచ్చింది. నేను మళ్ళీ పొందగలనా? డెంగ్యూకి వ్యాక్సిన్ ఉందా? డెంగ్యూ వ్యాక్సిన్ భారతదేశంలో ఉపయోగించడానికి అందుబాటులో ఉందా? డెంగ్యూ వ్యాపిస్తుందా? సూచనలు మరియు చికిత్స. డెంగ్యూ. CDC. రాజపక్సే S, రోడ్రిగో C, రాజపక్సే A. డెంగ్యూ జ్వరం చికిత్స. ఇన్ఫెక్ట్ డ్రగ్ రెసిస్ట్. 2012;5:103-112. గుప్తా ఎన్, శ్రీవాస్తవ ఎస్, జైన్ ఎ, చతుర్వేది యుసి. భారతదేశంలో డెంగ్యూ. భారతీయ J మెడ్ రెస్. 2012;136(3):373-390. డెంగ్యూ మరియు తీవ్రమైన డెంగ్యూ. ఫ్యాక్ట్‌షీట్‌లు. WHO. క్లినికల్ డయాగ్నోసిస్. WHO. గణేష్‌కుమార్ P, ముర్హేకర్ MV, పూర్ణిమ V, మరియు ఇతరులు. భారతదేశంలో డెంగ్యూ ఇన్ఫెక్షన్: ఒక క్రమబద్ధమైన సమీక్ష మరియు మెటా-విశ్లేషణ. PLoS నెగ్ల్ ట్రోప్ డిస్. 2018;12(7):e0006618. ముర్హేకర్ MV, కామరాజ్ P, కుమార్ MS, మరియు ఇతరులు. భారతదేశంలో డెంగ్యూ ఇన్ఫెక్షన్ భారం, 2017: క్రాస్ సెక్షనల్ పాపులేషన్ బేస్డ్ సెరోసర్వే. లాన్సెట్ గ్లోబ్ హెల్త్. 2019 ఆగస్టు;7(8):e1065-e1073. చక్రవర్తి A, రాయ్ P, మాలిక్ S, సిద్ధికీ O, ఠాకూర్ P. డెంగ్యూ జ్వరం యొక్క ప్రయోగశాల లక్షణాలలో లింగ-సంబంధిత వ్యత్యాసాలపై ఒక అధ్యయనం. Indian J Med Microbiol 2016;34:82-4 Samanta J, Sharma V. డెంగ్యూ మరియు కాలేయంపై దాని ప్రభావాలు. వరల్డ్ J క్లిన్ కేసులు. 2015;3(2):125-131. సుబెంథిరన్ S, చూన్ TC, చియోంగ్ KC మరియు ఇతరులు. కారికా బొప్పాయి ఆకుల రసం డెంగ్యూ జ్వరం మరియు డెంగ్యూ హెమరేజిక్ ఫీవర్ ఉన్న రోగులలో ప్లేట్‌లెట్ కౌంట్ పెరుగుదల రేటును గణనీయంగా వేగవంతం చేస్తుంది. సాక్ష్యం-ఆధారిత కాంప్లిమెంట్ ఆల్టర్న్ మెడ్. 2013;2013:1-7.

==================================================

దంత నొప్పిని పంటి నొప్పి, ఒడోంటోజెనిక్ నొప్పి, పంటి నొప్పి అని కూడా పిలుస్తారు అవలోకనం మనలో చాలా మంది మన జీవితకాలంలో కనీసం ఒక్కసారైనా పంటి నొప్పిని అనుభవించి ఉండవచ్చు. పంటి నొప్పి లేదా దంతాల నొప్పి అనేది పంటి మరియు దాని చుట్టుపక్కల ఉన్న చిగుళ్ళ వంటి నిర్మాణాల నుండి ఉద్భవించే ఏదైనా నొప్పి. నొప్పి యొక్క తీవ్రత తేలికపాటి మొండి నొప్పి నుండి తీవ్రమైన బాధాకరమైన నొప్పి వరకు ఉండవచ్చు.

పంటి కుహరం, దంతాల పగుళ్లు, విరిగిన పాత పూరకాలు, చిగుళ్ల ఇన్ఫెక్షన్లు, దంతాల గ్రైండింగ్ మొదలైన వివిధ దంత కారణాల వల్ల పంటి నొప్పి సంభవించవచ్చు. అరుదుగా, సైనసిటిస్, గుండెపోటు, లాక్‌జా, ట్రిజెమినల్ న్యూరల్జియా వంటి దంత రహిత కారణాల వల్ల దంతాలలో నొప్పి వస్తుంది. అందువల్ల, దంతాలలో సూచించిన నొప్పిని కలిగించే అటువంటి పరిస్థితుల నుండి దంత నొప్పిని వేరు చేయడం చాలా ముఖ్యం.

దంత నొప్పి ఏ వయసులోనైనా సంభవించవచ్చు, కానీ ఇది పాఠశాలకు వెళ్లే పిల్లలు లేదా వృద్ధులలో సర్వసాధారణం. మంచి నోటి పరిశుభ్రత పద్ధతులను అనుసరించడం దంతాలు మరియు చిగుళ్లను ఆరోగ్యంగా ఉంచడానికి మరియు దంత నొప్పిని నివారించడానికి సులభమైన మరియు సమర్థవంతమైన మార్గాలలో ఒకటి. దంత నొప్పిని ఎదుర్కొన్నప్పుడు, నొప్పి నివారణ మందులు మరియు కొన్ని ఇంటి నివారణలు తాత్కాలిక ఉపశమనాన్ని అందిస్తాయి, అయితే దంత సంప్రదింపులు అనుసరించి అవసరమైన దంత ప్రక్రియలు ఎక్కువగా సిఫార్సు చేయబడతాయి. సాధారణంగా 15 సంవత్సరాల కంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్న పిల్లలలో కనిపించే ముఖ్య వాస్తవాలు 65 సంవత్సరాల కంటే ఎక్కువ వయస్సు ఉన్న పెద్దలలో లింగం పురుషులు మరియు మహిళలు ఇద్దరినీ ప్రభావితం చేస్తుంది, కానీ స్త్రీలలో ఎక్కువగా కనిపించే శరీర భాగాలు (లు) ప్రపంచవ్యాప్తంగా దంతాల చిగుళ్ళ వ్యాప్తి: 9.4% (2015)

అనుకరించే పరిస్థితులు సైనసిటిస్ మైగ్రేన్ ఒటాల్జియా లేదా చెవి నొప్పి ట్రిజెమినల్ న్యూరల్జియా పోస్ట్ ట్రామాటిక్ న్యూరోపతి టెంపోరోమాండిబ్యులర్ జాయింట్ డిజార్డర్ ఓరోఫేషియల్ న్యూరోవాస్కులర్ నొప్పి గుండె నొప్పి అవసరమైన ఆరోగ్య పరీక్షలు/ఇమేజింగ్ టూత్ ఎక్స్-రే ఎక్స్-రే TM కీళ్ల CBCT పూర్తి రక్త గణన రేటు (CBCఈఎస్ కీల సంఖ్య) స్క్రీనింగ్ ట్రీట్‌మెంట్ పెయిన్ రిలీవర్‌లు: NSAIDలు, ఓపాయిడ్‌లు & యాంటిఐ సెన్సిటివిటీ టూత్‌పేస్ట్‌లు యాంటీబయాటిక్స్ మౌత్‌వాష్‌లు డెంటల్ విధానాలు: స్కేలింగ్ & ప్లానింగ్, క్యావిటీ ఫిల్లింగ్, రూట్ కెనాల్ ట్రీట్‌మెంట్ & టూత్ ఎక్స్‌ట్రాక్షన్ డెంటల్ పెయిన్ యొక్క అన్ని లక్షణాలను చూడండి

దంత నొప్పి తేలికపాటి నుండి తీవ్రమైన వరకు మారవచ్చు. ఇది కారణ కారకాల ఆధారంగా నిస్తేజమైన నొప్పి నుండి పదునైన-షూటింగ్ నొప్పి వరకు కూడా ఉంటుంది. దంత నొప్పితో అనేక రకాలైన లక్షణాలు కనిపిస్తాయి: మొండి-నొప్పి పంటి నొప్పి చిగుళ్ళకు లేదా దవడలకు ప్రసరిస్తుంది. ఆహారాన్ని కొరుకుతున్నప్పుడు లేదా నమలేటప్పుడు తీవ్రమయ్యే నొప్పి. మితిమీరిన వేడి లేదా చల్లని ఆహారాలు లేదా తీపి పదార్ధాల వల్ల నొప్పి తీవ్రమవుతుంది. చిగుళ్ళ నుండి రక్తస్రావం లేదా ఉత్సర్గతో కూడిన నొప్పి. చిగుళ్ళు లేదా ముఖం యొక్క వాపు, ఇది జ్వరంతో కూడి ఉండవచ్చు. అప్పుడప్పుడు, పంటి నొప్పితో పాటు నోటి దుర్వాసన మరియు నోటిలో చెడు రుచి కూడా ఉండవచ్చు. దంత నొప్పికి కారణాలు

దంత నొప్పికి అనేక కారణాలు ఉండవచ్చు, అవి: దంతాల పగుళ్లు దంత క్షయాలు లేదా దంత క్షయం వల్ల కావిటీస్ మరియు దంతాల్లో ఇన్ఫెక్షన్ ఏర్పడటం పెరియోడాంటల్ లేదా గమ్ ఇన్‌ఫెక్షన్లు దంతపు చీము, అంటే పంటి దగ్గర చీము లేదా ద్రవం యొక్క సేకరణ. దంతాల ఇన్ఫెక్షన్లలో దంతాల ఎనామెల్ మరియు చిగుళ్ల మాంద్యం కోతకు గురికావడం జ్ఞాన దంతాల విస్ఫోటనం కోసం స్థలం లేకపోవడం దంతాల మధ్య ఆహార కణాలు మరియు శిధిలాలు పేరుకుపోవడం పళ్లను పదేపదే బిగించడం లేదా గ్రౌండింగ్ చేయడం వదులుగా లేదా విరిగిన పాత పూరకం లేదా పగిలిన టూత్ క్యాప్ తప్పుగా అమర్చిన కట్టుడు పళ్ళు లేదా కలుపులు దంత నొప్పికి కారకాలు

దంత నొప్పి సాధారణంగా పిల్లలు మరియు కౌమారదశలో కనిపిస్తుంది, ప్రాబల్యం రేటు 9.4% ఉంటుంది. నాణ్యమైన ఆరోగ్య సంరక్షణకు పరిమిత ప్రాప్యత ఉన్న తక్కువ సామాజిక-ఆర్థిక జనాభాలో ఇది సర్వసాధారణం. వృద్ధులలో దంత నొప్పి కూడా సాధారణం మరియు వృద్ధులలో దంత ప్రక్రియలకు ప్రధాన కారణం. అదనంగా, దంత సమస్యల ప్రమాదం తరచుగా కింది వాటితో ముడిపడి ఉంటుంది: నోటి పరిశుభ్రత సరిగా లేకపోవడం స్వీట్లు, పిండి లేదా ఆమ్ల ఆహారం మరియు పానీయాల అధిక వినియోగం ధూమపానం మధుమేహం కొన్ని మందులు (క్యాన్సర్‌కు కీమోథెరపీ వంటివి) లేదా కొన్ని వ్యాధుల కారణంగా బలహీనమైన రోగనిరోధక వ్యవస్థ (ఉదా. HIV) జిరోస్టోమియా లేదా పొడి నోరు తగినంత లాలాజలము వలన సంభవించవచ్చు, ఇది తల లేదా మెడకు గాయం అయిన తర్వాత, రేడియేషన్ థెరపీ తర్వాత లేదా కొన్ని ఔషధాల యొక్క దుష్ప్రభావాల కారణంగా గుండెల్లో మంట లేదా గ్యాస్ట్రోఎసోఫాగియల్ రిఫ్లక్స్ వ్యాధి (GERD) నోటిలోకి కడుపు ఆమ్లం ప్రవహిస్తుంది. ఎనామెల్ కరిగిపోవడానికి మరియు తద్వారా దంతాలకు నష్టం కలిగిస్తుంది. అనోరెక్సియా మరియు బులిమియా వంటి తినే రుగ్మతలు దంతాలు మరియు కావిటీస్ ధరించడానికి దారితీయవచ్చు. ఇవి లాలాజలం ఉత్పత్తిని కూడా ప్రభావితం చేస్తాయి. చాలా మంది తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లల దంత సంరక్షణ గురించి డైలమాలో ఉన్నారు. తమ బిడ్డకు కావిటీస్ రావడం తమకు ఇష్టం లేదని వారికి తెలుసు కానీ వాటిని ఎలా నివారించాలో తెలియదు. మీ పసిపిల్లలకు సరైన దంతాల సంరక్షణ లభిస్తుందని నిర్ధారించుకోవడానికి ఇక్కడ కొన్ని చిట్కాలు ఉన్నాయి. మరింత తెలుసుకోవడానికి ఇక్కడ క్లిక్ చేయండి!

దంత నొప్పి నిర్ధారణ

మీరు దంత నొప్పి కోసం మీ దంతవైద్యుడిని సందర్శించినప్పుడు, వారు క్షుణ్ణంగా నోటి పరీక్షను నిర్వహిస్తారు మరియు లక్షణాల యొక్క వివరణాత్మక చరిత్రను పొందుతారు.

దంత నొప్పిని నిర్ధారించడానికి ఉపయోగించే కొన్ని సాధారణ పరీక్షలలో ఇవి ఉన్నాయి: ప్రతిస్పందనను తనిఖీ చేయడానికి నోటి అద్దంతో పంటిని సున్నితంగా నొక్కడం ద్వారా దంతాల పెర్కషన్ పరీక్ష జరుగుతుంది. దంతాల చలనశీలత పరీక్షను నిర్వహించడానికి, దంతవైద్యుడు మీ పంటి వదులుగా ఉందో లేదో తనిఖీ చేయడానికి జాగ్రత్తగా దాన్ని తరలించడానికి ప్రయత్నిస్తారు. దంతాల సున్నితత్వ పరీక్షలో వేడి లేదా చల్లని ఉద్దీపనలకు పంటి ప్రతిస్పందనను తనిఖీ చేయడం ఉంటుంది.

ఇమేజింగ్ అధ్యయనాలు మరియు ప్రయోగశాల పరీక్షలతో సహా పరిస్థితిని మరింతగా అంచనా వేయడానికి అదనపు పరిశోధనలు అవసరమవుతాయి.

ఇమేజింగ్ అధ్యయనాలు: దంత ఎక్స్-రే మరియు ఎక్స్-రే TM కీళ్ళు నొప్పికి కారణమయ్యే అసాధారణతలు ఏమిటో తెలుసుకోవడానికి దంతాలు మరియు దవడలను దృశ్యమానం చేయడంలో సహాయపడతాయి. CBCT (కోన్ బీమ్ కంప్యూటెడ్ టోమోగ్రఫీ)తో వివరణాత్మక విజువలైజేషన్ సాధ్యమవుతుంది. దంతాల యొక్క వ్యక్తిగత ఎక్స్-కిరణాలు మాత్రమే దంత నొప్పికి కారణాన్ని గుర్తించలేనప్పుడు ఈ పద్ధతి ఉపయోగించబడుతుంది.

ప్రయోగశాల పరీక్షలు: కొన్నిసార్లు, పూర్తి రక్త గణన (CBC), ఎరిథ్రోసైట్ అవక్షేపణ రేటు (ESR) మరియు మధుమేహం స్క్రీనింగ్ వంటి ప్రయోగశాల పరీక్షలు చికిత్స ప్రణాళికలో నిర్ధారణకు సహాయపడవచ్చు. సెలబ్రెటీ బిగ్ బ్రదర్' అనే రియాల్టీ షో చిత్రీకరిస్తున్నప్పుడు సెలబ్రిటీ రాపర్ రే జె పంటి నొప్పుల గురించి ఫిర్యాదు చేశాడు. అతను ఆసుపత్రిలో చేరాడు మరియు దంతాల చీము పట్టడం, మరొక పంటిలో పగుళ్లు ఏర్పడటం మరియు చిగుళ్ల వ్యాధి ఉన్నట్లు నిర్ధారణ అయింది. అరియానా గ్రాండే అమెరికన్ గాయని అరియానా గ్రాండే భరించలేని నొప్పిని కలిగించే మూడు జ్ఞాన దంతాల వెలికితీతకు గురైంది. దంత నొప్పి నివారణ

నోటి పరిశుభ్రత సరిగా లేకపోవడం వల్ల పంటి నొప్పులు చాలా వరకు వస్తాయి కాబట్టి, మంచి దంత పరిశుభ్రత పద్ధతులు ఎక్కువగా దంత నొప్పిని నివారిస్తాయి. మీరు మీ దంతాలు మరియు చిగుళ్ళను ఆరోగ్యంగా ఉంచుకోవచ్చు- ఫ్లోరైడ్ కలిగిన టూత్‌పేస్ట్‌తో సున్నితంగా బ్రష్ చేయడం ద్వారా రోజుకు కనీసం రెండుసార్లు ఫ్లాస్ చేయడం ద్వారా దంతాల మధ్య ఖాళీలను శుభ్రపరచడం మరియు భోజనం తర్వాత పుక్కిలించడం మరియు దంతాల మధ్య ఆహార కణాలు మరియు చెత్తను దంతాల మధ్య ఉంచకుండా నిరోధించడం. , మీ ఆహారంలో పిండి పదార్ధం లేదా ఆమ్ల ఆహారం మరియు పానీయాలు ఎక్కువ కాలం పళ్ల గీతలు మరియు గుంటలలో కూరుకుపోయే పంచదార పాకం లేదా చాక్లెట్ వంటి జిగట ఆహారాల వినియోగాన్ని తగ్గించడం, తీపి పదార్ధాలను తీసుకునేటప్పుడు, వాటిని భోజనంతో పాటు తీసుకోవడం మంచిది. చిరుతిండి. తరచుగా చిరుతిండికి దూరంగా ఉండటం. మీరు నీరు కాకుండా ఇతర పానీయాలు తిన్నప్పుడు లేదా త్రాగినప్పుడు, నోటిలోని బ్యాక్టీరియా పంటి ఎనామిల్‌ను కరిగించగల ఆమ్లాలను సృష్టిస్తుంది. రోజంతా తరచుగా అల్పాహారం తీసుకోవడం వల్ల మీ దంతాలను నిరంతరం దాడి చేయవచ్చు. మీకు సున్నితత్వ సమస్యలు ఉంటే చాలా వేడిగా లేదా చల్లగా ఉండే ఆహారాన్ని నివారించడం, దంతాల పగుళ్లకు కారణమయ్యే మంచు లేదా చెరకు వంటి చాలా కఠినమైన ఆహారాలను నమలడం నివారించడం. ఆహార ప్యాకెట్లను తెరవడానికి లేదా తెరిచిన నట్‌షెల్స్‌ను పగులగొట్టడానికి దంతాలను ఉపయోగించడం వల్ల కూడా దంతాలు విరిగిపోయే అవకాశాలను పెంచుతాయి. దంతాల వృత్తిపరమైన శుభ్రత మరియు పరీక్షల కోసం దంతవైద్యునితో రెగ్యులర్ నియామకాలు. దంతవైద్యుడు సలహా ఇస్తే దంతాలపై దంత సీలాంట్లు లేదా రక్షణ పూతలు మరియు ఫ్లోరైడ్ చికిత్స. రెండుసార్లు బ్రష్ చేయడం మంచిది కానీ కుడివైపు బ్రష్ చేయడం కీలకం రోజుకు రెండుసార్లు పళ్ళు తోముకోవడం చాలా ముఖ్యం, అయితే మీ రోజును ఆరోగ్యకరమైన నోట్‌తో ప్రారంభించడానికి ఇది సరిపోదు. దంతాలు మరియు చిగుళ్ళను ప్రభావవంతంగా శుభ్రపరచడంతో పాటు నోటిలో ఉండే హానికరమైన బ్యాక్టీరియాను నాశనం చేయడంలో సహాయపడుతుంది కాబట్టి మీ దంతాలను సరైన మార్గంలో బ్రష్ చేయడం కూడా అంతే ముఖ్యం. అయితే దంతాలను బ్రష్ చేయడానికి సరైన మార్గం ఏమిటో మీకు తెలుసా, అలా చేస్తే మీరు క్రమం తప్పకుండా స్టెప్స్ ఫాలో అవుతున్నారా? సరే, మీరు ఈ ప్రశ్నకు సమాధానం ఇచ్చే ముందు, కథనాన్ని చదవండి. కథనాన్ని ఇక్కడ చదవండి! సందర్శించవలసిన నిపుణుడు

పంటి నొప్పులు చాలా అసౌకర్యంగా ఉంటాయి కానీ చికిత్స చేసినంత కాలం నొప్పి శాశ్వతంగా ఉండదు. మీ దంతవైద్యుడు మీ నొప్పి నుండి ఉపశమనం పొందవచ్చు మరియు ఏదైనా అంటువ్యాధులు వ్యాప్తి చెందకుండా నిరోధించవచ్చు. కాలక్రమేణా కావిటీస్ అధ్వాన్నంగా మారవచ్చు కాబట్టి దంతవైద్యుని వద్దకు మీ సందర్శనను ఆలస్యం చేయడం మంచిది కాదు.

మీరు కలిగి ఉంటే దంత లేదా వైద్య సంరక్షణను కోరడం అవసరం: పంటి నొప్పి 2 రోజుల కంటే ఎక్కువ కాలం ఉంటుంది, ఇది తీవ్రమైన మరియు నిరంతర స్వభావం కలిగిన పంటి నొప్పి నొప్పి నివారణ మందులు తీసుకున్న తర్వాత తగ్గని నొప్పి విరిగిన లేదా విరిగిన దంతాలు విపరీతమైన దంతాల సున్నితత్వం పంటి చుట్టూ వాపు, లో దవడ లేదా ముఖం నోటిలో దుర్వాసన లేదా దుర్వాసన, జ్వరం మరియు చలితో కూడిన పంటి నొప్పి మీ నోరు వెడల్పుగా తెరిచినప్పుడు చెవినొప్పి లేదా నొప్పి మింగడంలో ఇబ్బంది లేదా విపరీతమైన నొప్పి లేదా చిగుళ్ళ నుండి రక్తం కారడం పంటి నొప్పితో సంబంధం ఉన్న ముఖ దద్దుర్లు ఇటీవలి తల లేదా ముఖ గాయం దంత గాయానికి

దంత సమస్యలు లేదా ఏవైనా ఇతర సంబంధిత వైద్య సమస్యలను నిర్ధారించడం మరియు చికిత్స చేయడంలో మీకు సహాయపడే వైద్యులు/నిపుణులు: డెంటిస్ట్ జనరల్ ఫిజిషియన్ మీ ఇంటి నుండి ఆన్‌లైన్‌లో భారతదేశంలోని ఉత్తమ వైద్యుడిని సంప్రదించండి. ఇప్పుడే సంప్రదించండి!

దంత నొప్పికి చికిత్స

దంత నొప్పికి చికిత్స విస్తృతంగా నొప్పి ఉపశమనం అందించడం మరియు అంతర్లీన కారణానికి చికిత్స చేయడంగా విభజించబడింది.

1. దంత నొప్పి నుండి ఉపశమనం కోసం NSAID నొప్పి నివారణ మందులు తేలికపాటి నుండి మధ్యస్థమైన దంత నొప్పి నుండి ఉపశమనాన్ని అందించడానికి సూచించబడతాయి. తీవ్రమైన దంత నొప్పికి చికిత్స చేయడానికి ఓపియాయిడ్ పెయిన్ కిల్లర్స్ లేదా కాంబినేషన్ మందులు సూచించబడతాయి. యాంటీ సెన్సిటివిటీ టూత్‌పేస్టులు దంతాల సున్నితత్వం నుండి కొంత ఉపశమనాన్ని అందిస్తాయి.
2. అంతర్లీన కారణానికి చికిత్స దంత ఇన్ఫెక్షన్లకు చికిత్స చేయడానికి దంతవైద్యులచే యాంటీబయాటిక్స్ సూచించబడతాయి, ఇన్ఫెక్షన్లను ఎదుర్కోవడానికి మౌత్ వాష్‌లు కూడా సిఫార్సు చేయబడతాయి.
3. దంత ప్రక్రియలు అవసరమైతే ఈ విధానాలు సూచించబడతాయి మరియు వీటిని కలిగి ఉండవచ్చు: స్కేలింగ్ మరియు ప్లానింగ్- ఫలకం పేరుకుపోవడం మరియు చిగుళ్ల ఇన్ఫెక్షన్ విషయంలో, దంతవైద్యుడు దంతాలను వృత్తిపరమైన శుభ్రపరచడం లేదా స్కేలింగ్ చేయడం లేదా చిగుళ్ల రేఖకు దిగువన ఏర్పడిన ఫలకాన్ని తొలగించడం కోసం చిగుళ్లను తిమ్మిరి చేయవచ్చు. కుహరం నింపడం - దంతాలలోని లోతులేని కుహరం కోసం, దంతవైద్యుడు క్షయం తొలగించి, పూరకంతో దంతాన్ని మూసివేస్తాడు. రూట్ కెనాల్ ట్రీట్‌మెంట్ (RCT) - దంతాల గుజ్జు సోకిన లోతైన కుహరం విషయంలో, దంతవైద్యుడు రూట్ కెనాల్ చికిత్సను నిర్వహిస్తారు. ఈ ప్రక్రియలో, పంటి (నరాలు మరియు రక్త నాళాలు) యొక్క అన్ని ముఖ్యమైన విషయాలు తొలగించబడతాయి మరియు రూట్ కెనాల్ వ్యవస్థ జడ నింపే పదార్థంతో మూసివేయబడుతుంది. RCTని సాధారణంగా డెంటల్ క్యాప్ లేదా కిరీటం అనుసరిస్తుంది. దంతాల వెలికితీత - దంతాలు బాగా దెబ్బతిన్నట్లయితే మరియు దానిని రక్షించలేకపోతే, దానిని తీయమని సలహా ఇవ్వవచ్చు. దంత నొప్పికి ఇంటి సంరక్షణ

మీకు తేలికపాటి పంటి నొప్పి ఉంటే, ఇంటి నివారణలు గణనీయమైన ఉపశమనాన్ని అందిస్తాయి. తీవ్రమైన వ్యాధి లక్షణాలను తగ్గించడంలో ఇంటి నివారణలు కూడా ఉపయోగపడతాయి. దంత నొప్పిని తగ్గించడంలో సహాయపడటానికి మీరు ఇంట్లో ఈ క్రింది వాటిని చేయవచ్చు: చాలా మందికి, గోరువెచ్చని సెలైన్ నీటితో నోరు కడుక్కోవడం సమర్థవంతమైన మొదటి-లైన్ చికిత్స. సెలైన్ వాటర్ అనేది సహజమైన క్రిమిసంహారక మందు, ఇది మంటను తగ్గించడంలో మరియు ఏదైనా నొప్పి లేదా వాపును తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. మీరు ఒక గ్లాసు గోరువెచ్చని నీటిలో 1/2 టీస్పూన్ ఉప్పును మిక్స్ చేసి మౌత్ వాష్‌గా ఉపయోగించవచ్చు. ఐస్ ప్యాక్ లేదా కోల్డ్ కంప్రెస్‌ను బాహ్యంగా ఉపయోగించడం వల్ల మంట మరియు వాపు తగ్గుతుంది మరియు తద్వారా నొప్పి నుండి కొంత ఉపశమనం లభిస్తుంది. నమలడానికి కష్టంగా ఉండే ఆహారాన్ని తినడం మానుకోండి. బాధాకరమైన వైపు నమలవద్దు. మీరు ప్రభావిత ప్రాంతానికి లవంగం నూనె లేదా పిప్పరమెంటు నూనెను అప్లై చేయవచ్చు. ఇది పంటి నొప్పి నుండి ఉపశమనం పొందడంలో సహాయపడుతుంది. మితిమీరిన వేడి లేదా చల్లని ఆహారాలు లేదా స్వీట్లను తినవద్దు ఎందుకంటే ఇవి సున్నితత్వాన్ని మరింత తీవ్రతరం చేస్తాయి మరియు మీ నొప్పిని పెంచుతాయి. రోజుకు కనీసం రెండుసార్లు మీ దంతాలను సున్నితంగా బ్రష్ చేయండి. పళ్ల మధ్య ఆహార కణాలు చిక్కుకోకుండా ఉండటానికి ప్రతి భోజనం తర్వాత కడిగి పుక్కిలించండి. దంత నొప్పి యొక్క సమస్యలు

స్వయంగా పంటి నొప్పి ఎటువంటి తీవ్రమైన సమస్యలను కలిగించదు మరియు చాలా సందర్భాలలో, దంతాల ఇన్ఫెక్షన్‌లను సులభంగా చికిత్స చేయవచ్చు.

కొన్నిసార్లు, దంతాల ఇన్ఫెక్షన్ చీముకు కారణమవుతుంది, దీనిలో పంటి లేదా చిగుళ్ళ లోపల చీము సేకరించబడుతుంది. చాలా అరుదైన సందర్భాల్లో, చికిత్సలో ఆలస్యం ఈ ఇన్ఫెక్షన్ శరీరంలోని ఇతర ప్రాంతాలకు వ్యాపించడానికి కారణమవుతుంది, దీని ఫలితంగా క్రింది ఏవైనా సమస్యలు వస్తాయి: సైనసిటిస్: చికిత్స చేయని ఎగువ దంతాల ఇన్ఫెక్షన్ వల్ల అరుదుగా సంభవించవచ్చు ఆస్టియోమైలిటిస్: దంతాల చుట్టూ ఉన్న ఎముకల ఇన్ఫెక్షన్ లుడ్విగ్ ఆంజినా: సబ్‌మాండిబ్యులర్ స్పేస్ ఇన్ఫెక్షన్ కావెర్నస్ సైనస్ థ్రాంబోసిస్: సైనస్‌లలోని రక్తనాళాల ఇన్ఫెక్షన్ సెల్యులైటిస్: చర్మం మరియు కొవ్వుకు నేరుగా చర్మం కింద ఇన్ఫెక్షన్ పారాఫారింజియల్ చీము: నోటి వెనుక చీము సెప్టిసిమియా: వ్యాధినిరోధక వ్యవస్థ అతిగా స్పందించే వైద్య పరిస్థితి రక్తంలో ఇన్ఫెక్షన్ ఈ పరిస్థితులు ప్రాణాపాయం కలిగిస్తాయి మరియు తక్షణ శ్రద్ధ మరియు జోక్యం అవసరం. కింది సంకేతాలు మరియు లక్షణాలు శరీరంలోని ఇతర భాగాలకు సంక్రమణ వ్యాప్తిని సూచిస్తాయి: అధిక జ్వరం చలి ముఖం లేదా దవడ వాపు పంటి నుండి దుర్వాసనతో కూడిన స్రావాలు వికారం వాంతులు తీవ్రమైన తలనొప్పి చర్మంపై దురద లేదా మంటగా ఉండటం కనురెప్పలు రెట్టింపు వంగిపోవడం దంత నొప్పికి దృష్టి గందరగోళం ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలు

1. ఆయుర్వేదం: దంత లేదా నోటి ఆరోగ్యాన్ని ఆయుర్వేదంలో 'దంత స్వాస్థ్య' అంటారు. మంచి నోటి ఆరోగ్యం కోసం ఎంచుకోగల వివిధ ఆయుర్వేద పద్ధతులు ఉన్నాయి, అవి: సాంప్రదాయ బ్రషింగ్ పద్ధతులకు ప్రత్యామ్నాయంగా వేప, మెస్వాక్ మొదలైన ఔషధ చెట్ల నమలడం కర్రలను ఉపయోగిస్తారు. ఈ కర్రలను నమలడం ద్వారా, ఔషధ పదార్ధాలు నోటిలోకి విడుదలవుతాయి, ఇది ఆరోగ్యకరమైన దంతాలు మరియు చిగుళ్ళను ప్రోత్సహించడానికి మరియు నిర్వహించడానికి సహాయపడుతుంది. ఆయిల్ పుల్లింగ్ అనేది నోటిలోపల నూనెలను స్విష్ చేయడంతో కూడిన పురాతన పద్ధతి. పొద్దుతిరుగుడు నూనె, నువ్వుల నూనె లేదా కొబ్బరి నూనెను ఆయిల్ పుల్లింగ్ కోసం ఉపయోగిస్తారు. దంతాలు మరియు చిగుళ్ల వ్యాధులను నివారించడానికి ఇది సాంప్రదాయ నివారణగా ఉపయోగించబడింది. లవంగం, వెల్లుల్లి, వనిల్లా సారం, పిప్పరమెంటు, గోధుమ గడ్డి, థైమ్ వంటి ఔషధ మసాలాలు మరియు మూలికలు దంత నొప్పిని తగ్గించడంలో ఉపయోగపడతాయని మరియు దంతాల నొప్పులకు చికిత్స చేయడానికి ఇంటి నివారణలుగా ప్రసిద్ధి చెందాయి.
2. హోమియోపతి: హోమియోపతి అనేది 'లైక్ కిల్స్ లైక్' అనే సూత్రాన్ని అనుసరించే ప్రత్యామ్నాయ వైద్య విధానం. హోమియోపతి వైద్యులు పలచబరిచిన టింక్చర్లను సూచిస్తారు, ఇది రోగి ఇప్పటికే అనుభవించే లక్షణాలను కలిగి ఉంటుంది. బెల్లడోన్నా మరియు ఆర్నికా మోంటానా యొక్క టింక్చర్లు పంటి నొప్పిని తగ్గించడంలో ఉపయోగపడతాయి. కాల్కేరియా కార్బోనికా, చమోమిల్లా, యాంటిమోనియం క్రడమ్ మొదలైనవి కూడా పంటి నొప్పిని తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. చిగుళ్లలో రక్తస్రావం వంటి చిగుళ్ల వ్యాధుల చికిత్సలో ఆర్సెనికమ్ ఆల్బమ్ ప్రభావవంతంగా ఉంటుంది. రోజుకు రెండుసార్లు మీ దంతాలను బ్రష్ చేయడం మరియు ఫ్లాస్ చేయడం మరియు మీ దంతవైద్యుల క్లినిక్‌ని క్రమం తప్పకుండా సందర్శించడం వంటి ప్రాథమిక నోటి పరిశుభ్రతను అనుసరించడం ద్వారా మీరు పంటి నొప్పిని నివారించవచ్చు. అయితే, మీరు పంటి నొప్పితో బాధపడుతున్నట్లయితే, సహజంగా నొప్పి నుండి కొంత ఉపశమనం పొందడానికి ఈ సింపుల్ హోం రెమెడీస్ ప్రయత్నించవచ్చు. ఇక్కడ నొక్కండి!

డెంటల్ పెయిన్‌తో జీవించడం

దంత నొప్పి లేదా పంటి నొప్పి ప్రపంచవ్యాప్తంగా రోగులు అనుభవించే సాధారణ నొప్పి. సున్నితమైన దంతాలు, చిగుళ్ల ఇన్ఫెక్షన్లు లేదా దంత కావిటీస్ కారణంగా అప్పుడప్పుడు పంటి నొప్పితో పోరాడడం సాధారణం. మంచి మరియు స్థిరమైన నోటి పరిశుభ్రత చర్యలు చాలా దంత సమస్యలను నివారించడంలో సహాయపడతాయి, కొన్నిసార్లు, రోజుకు రెండుసార్లు బ్రష్ చేయడానికి, ప్రతిరోజూ ఫ్లాస్ చేయడానికి మరియు ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం తినడానికి ప్రయత్నించినప్పుడు, ఒకరు ఇప్పటికీ దంత సమస్యలతో బాధపడవచ్చు. ఉదా. కొన్ని జన్యుపరంగా మరింత పెళుసుగా, సున్నితమైన దంతాలు లేదా ఎక్కువ ఆమ్ల లాలాజలం కలిగి ఉండవచ్చు. దురదృష్టవశాత్తూ, కొందరు ఏ విధమైన ప్రమాదంలోనైనా బాధపడవచ్చు, ఫలితంగా దంతాలు పగుళ్లు ఏర్పడతాయి మరియు తద్వారా పంటి నొప్పి వస్తుంది.

దంత నొప్పి చాలా చికాకు మరియు చికాకుతో రావచ్చు. నిరంతర నొప్పి ఆహారానికి దూరంగా ఉండటానికి దారితీస్తుంది మరియు తద్వారా పోషకాహార లోపాలు లేదా బరువు తగ్గుతుంది. దంత సున్నితత్వం పెరగడం వల్ల రోగులు తమకు ఇష్టమైన స్వీట్లు లేదా ఐస్‌క్రీమ్‌ను ఆస్వాదించలేరు. దంత వ్యాధులతో బాధపడుతున్న రోగులలో ఆందోళన కలిగించే మరో కారణం నోటి నుండి దుర్వాసన లేదా దుర్వాసన. ఇది విపరీతమైన సామాజిక ఇబ్బందికి లేదా ఒంటరితనానికి దారి తీస్తుంది.

ఒక వ్యాధి నివారణ దాని నివారణ కంటే ఎల్లప్పుడూ మంచిది. దంతాలు మరియు చిగుళ్ళను జీవితాంతం ఆరోగ్యంగా ఉంచడానికి మంచి నోటి పరిశుభ్రత పద్ధతులు మరియు దంతవైద్యునికి సాధారణ సందర్శనలు అవసరం. జాగ్రత్తలు తీసుకున్నప్పటికీ దంత సమస్యలు సంభవించే సందర్భాల్లో, చాలా దంత సమస్యలు సులభంగా చికిత్స చేయగలవు మరియు మంచి దృక్పథాన్ని కలిగి ఉంటాయి కాబట్టి నిరుత్సాహపడకూడదు. చాలా ఆలస్యం చేయకుండా ఇంటి నివారణలు మరియు వెంటనే దంతవైద్యుడిని సందర్శించడం వల్ల పంటి నొప్పి నుండి ఉపశమనం పొందవచ్చు. తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు దంతాల సున్నితత్వం ఏమిటి మరియు అది ఎలా అనిపిస్తుంది? నా బిడ్డ ఆడుకుంటూ సగం పంటి విరిగింది. నేనేం చేయాలి? పంటి నొప్పి నుండి తక్షణ నొప్పి ఉపశమనం కోసం కొన్ని ఇంటి నివారణలు ఏమిటి? పంటి నొప్పిని ఇంట్లో నయం చేయవచ్చా లేదా నేను దంతవైద్యుడిని సందర్శించాలా? నా పంటి నొప్పి ఎందుకు తీవ్రంగా ఉంది? ప్రస్తావనలు Renton T. Dental (Odontogenic) Pain. రెవ్ నొప్పి. 2011 మార్చి;5(1):2-7 స్లేడ్ GD. పిల్లలు మరియు కౌమారదశలో ఉన్నవారిలో దంత నొప్పి మరియు దంత క్షయాల యొక్క ఎపిడెమియాలజీ. కమ్యూనిటీ డెంట్ హెల్త్. 2001 డిసెంబర్;18(4):219-27. Wetherell J, Richards L, Sambrook P, Townsend G. తీవ్రమైన దంత నొప్పి నిర్వహణ: ప్రాథమిక ఆరోగ్య సంరక్షణ ప్రదాతలకు ఆచరణాత్మక విధానం. Aust Prescr 2001;24:144-8. పంటి నొప్పి. NHS UK సింగ్ A, పురోహిత్ B. టూత్ బ్రషింగ్, ఆయిల్ పుల్లింగ్ మరియు టిష్యూ రీజెనరేషన్: ఎ రివ్యూ ఆఫ్ హోలిస్టిక్ అప్రోచ్ టు ఓరల్ హెల్త్. J ఆయుర్వేద ఇంటిగ్ర్ మెడ్. 2011 ఏప్రిల్;2(2):64-8. నెవాడ్కర్ UR, చౌదరి L, ఖలేకర్ YK. డెంటిస్ట్రీలో హోమియోపతి: పాత్ర ఉందా? ఫార్మాకోగ్నసీ రెస్. 2016 జులై-సెప్టెం;8(3):217. క్లెమెంటినో MA, గోమ్స్ MC, పింటో-సర్మెంటో TC, మరియు ఇతరులు. ప్రీస్కూల్ పిల్లలు మరియు వారి కుటుంబాల జీవన నాణ్యతపై దంత నొప్పి యొక్క గ్రహించిన ప్రభావం. PLoS వన్. 2015;10(6):e0130602. Gleissner C. Welchen Einfluss hat das Geschlecht auf Di Mundgesundheit? [లింగం నోటి ఆరోగ్యాన్ని ఎలా ప్రభావితం చేస్తుంది?]. Bundesgesundheitsblatt Gesundheitsforschung Gesundheitsschutz. 2014 సెప్టెంబర్;57(9):1099-106. జర్మన్.

==================================================

డిప్రెషన్‌ని మెలాంకోలియా మరియు నిరాశావాదం అని కూడా పిలుస్తారు అవలోకనం డిప్రెషన్ అనేది మానసిక రుగ్మత, ఇది మీలో ఆశ, ప్రేరణ మరియు శక్తిని హరించివేస్తుంది మరియు మిమ్మల్ని ఒక స్థిరమైన విచారంలో ఉంచుతుంది. ఇది ఫోకస్ చేయడంలో ఇబ్బంది, పేలవమైన రీకాలింగ్ సామర్ధ్యాలు, తరచుగా తక్కువగా అనిపించడం మరియు ఆకలిలో మార్పులు వంటి సూక్ష్మ సంకేతాలతో మొదలవుతుంది. చాలా మంది ప్రజలు ఈ సంకేతాలను విస్మరిస్తారు, ఇది క్లినికల్ అనారోగ్యంగా వ్యక్తమయ్యే వరకు మరియు తీవ్రమైన ఆరోగ్య చిక్కులను కలిగి ఉంటుంది.

డిప్రెషన్ అనేది జీవ, మానసిక మరియు పర్యావరణ కారకాలను అతివ్యాప్తి చేయడం ద్వారా ప్రేరేపించబడే సంక్లిష్ట రుగ్మత. ఇది మనం అనుకున్నదానికంటే చాలా సాధారణం మరియు ఎవరైనా మాంద్యంతో బాధపడవచ్చు, సాపేక్షంగా ఆదర్శవంతమైన పరిస్థితులలో జీవించే వ్యక్తి కూడా.

డిప్రెషన్ అనేది సిగ్గుపడాల్సిన లేదా సిగ్గుపడాల్సిన విషయం కాదు. ఇది శారీరక రుగ్మత మరియు ఇతర వ్యాధుల మాదిరిగానే వైద్యపరమైన జోక్యం అవసరం. స్వీయ సంరక్షణతో పాటు సకాలంలో మరియు సరైన వైద్య చికిత్స దానిని నిర్వహించడంలో చాలా దూరం వెళ్ళవచ్చు. కాబట్టి మాట్లాడండి, డిప్రెషన్‌ను నిషిద్ధంగా పరిగణించడం విషయాలను మరింత దిగజార్చుతుంది. సాధారణంగా 60 ఏళ్లు పైబడిన పెద్దవారిలో కనిపించే ముఖ్య వాస్తవాలు లింగం పురుషులు మరియు మహిళలు ఇద్దరినీ ప్రభావితం చేస్తుంది కానీ మహిళల్లో ఎక్కువగా ఉంటుంది శరీర భాగాలు (లు) ప్రపంచవ్యాప్తంగా మెదడు వ్యాప్తి: 280 మిలియన్లు (2021) భారతదేశం: 57 మిలియన్లు (2020) అనుకరించే పరిస్థితులు బైపోలార్ డిజార్డర్ నిరంతర నిస్పృహ డిజార్డర్ (PDD) అణగారిన మూడ్‌తో అడ్జస్ట్‌మెంట్ డిజార్డర్ న్యూరోలాజికల్ పరిస్థితులు (డిమెన్షియా, పార్కిన్సన్స్ వ్యాధి మరియు మల్టిపుల్ స్క్లెరోసిస్) థైరాయిడ్ పనిచేయకపోవడం డ్రగ్స్ మరియు మాదకద్రవ్య దుర్వినియోగం హైపోపిట్యూటారిజం అవసరమైన ఆరోగ్య పరీక్షలు/ఇమేజింగ్ మానసిక మూల్యాంకనం రక్త పరీక్షలు: పూర్తి రక్త కణం (B-12) గణన, విటమిన్ బ్లడ్ ఆల్కహాల్ స్థాయి & టాక్సిక్ స్క్రీనింగ్ టెస్ట్ ఇమేజింగ్ పరీక్షలు: మెదడు యొక్క CT స్కాన్ & MRI చికిత్స SSRIలు: ఫ్లూక్సేటైన్, సెర్ట్రాలైన్ & పరోక్సేటైన్ SNRIలు: డులోక్సేటైన్, మిల్నాసిప్రాన్ & వెన్లాఫాక్సిన్ MAO ఇన్హిబిటర్లు: ఫెనెల్జైన్, ఐసోకార్‌బాక్సాజిడ్ & ట్రానిసైక్‌రిమిట్‌ప్రెస్‌లైన్, యాంటీసైక్లిప్‌టైప్లైన్, ఇమిప్రమైన్ ఎటిపికల్ డిప్రెసెంట్స్ : మిర్టాజాపైన్, అగోమెలాటిన్ & బుప్రోపియన్ సైకోథెరపీ: కాగ్నిటివ్ బిహేవియరల్ థెరపీ (CBT) & ఇంటర్ పర్సనల్ థెరపీ (IPT) శస్త్రచికిత్స మరియు ఇతర జోక్యాలు: ఎలక్ట్రో-కన్వల్సివ్ థెరపీ (ECT), ట్రాన్స్‌క్రానియల్ మాగ్నెటిక్ స్టిమ్యులేషన్ (TMS) & వాగస్ నర్వ్ ఆఫ్ స్టిమ్యులేషన్ (VNS) అన్ని లక్షణాలను చూడండి డిప్రెషన్ డిప్రెషన్ అనేది ఒక మానసిక వ్యాధి, ఇది దృష్టి కేంద్రీకరించడంలో ఇబ్బంది, పేలవమైన రీకాలింగ్ సామర్థ్యాలు, తరచుగా తక్కువగా అనిపించడం మరియు ఆకలిలో మార్పులు వంటి సూక్ష్మ సంకేతాలతో మొదలవుతుంది. చాలా మంది ప్రజలు ఈ సంకేతాలను విస్మరిస్తారు, ఇది క్లినికల్ అనారోగ్యంగా వ్యక్తమయ్యే వరకు మరియు తీవ్రమైన మరియు జీవితాన్ని మార్చే ఆరోగ్య చిక్కులను కలిగి ఉంటుంది.

మాంద్యం యొక్క అత్యంత సాధారణ మరియు ప్రారంభ సంకేతాలు ఇక్కడ ఉన్నాయి. మీరు లేదా మీ కుటుంబంలో ఎవరైనా ఈ సంకేతాలను ఎదుర్కొంటుంటే, మీరు థెరపిస్ట్ లేదా సైకియాట్రిస్ట్‌ని సంప్రదించవలసి ఉంటుంది.

1. చాలా తరచుగా చిరాకు పడడం చాలా మంది డిప్రెషన్ కేవలం విచారానికి దారితీస్తుందని అనుకుంటారు. కానీ డిప్రెషన్‌తో బాధపడే కొందరు వ్యక్తులు తరచూ కోపం తెచ్చుకోవడం, చిన్న విషయాలకే చిరాకు పడడం, చిన్న చిన్న విషయాలకే వాదించడం వంటివి చేస్తుంటారు. ఈ సంకేతాలు ఒత్తిడి కారణంగా కూడా ఉండవచ్చు, మీ ప్రవర్తనలో చిరాకు పెరిగినట్లు మీరు గమనించినట్లయితే, దానిని విస్మరించవద్దు. మీరు నిరుత్సాహానికి గురయ్యే అవకాశాన్ని పరిశీలించడానికి కొంత సమయం కేటాయించండి.
2. ఆసక్తి కోల్పోవడం మాంద్యం యొక్క సాధారణ సంకేతం ఏమిటంటే, మీకు ఇష్టమైన హాబీలు, స్నేహితులను కలవడం మరియు సెక్స్ వంటి ఆహ్లాదకరమైన కార్యకలాపాలపై మీకు ఆసక్తి లేకపోవడం. ప్రజలు సాంఘిక సమావేశాలకు దూరంగా ఉంటారు, మరింత ఉపసంహరించుకుంటారు మరియు సాధారణ రోజువారీ లక్ష్యాలను సాధించే వైపు మొగ్గును కోల్పోతారు.
3. ఆకలిలో మార్పులు మాంద్యం యొక్క శాస్త్రీయ సంకేతాలలో ఒకటి ఆకలిలో నాటకీయమైన మార్పు. ఇది చాలా ఎక్కువ లేదా చాలా తక్కువగా తినడం ప్రతిబింబిస్తుంది. మీరు ఒక నెలలో మీ శరీర బరువులో 5% కంటే ఎక్కువ బరువు పెరగడం లేదా తగ్గడం ఉంటే, అది డిప్రెషన్ యొక్క హెచ్చరిక సంకేతం. కొందరు వ్యక్తులు తమ అనుభూతిని భర్తీ చేయడానికి ఒక మార్గంగా తినడం తీసుకుంటారు, మరికొందరు ఆహారం పట్ల ఆసక్తిని కోల్పోతారు.
4. చాలా నిరాశావాదంగా ఉండటం వలన మీరు దాదాపు ప్రతిదాని గురించి నిరంతరం విమర్శించటం మరియు దుమ్మెత్తిపోసుకోవడం మరియు మీరు ప్రతిదానిపై ప్రతికూల లేదా నిరాశపరిచే అభిప్రాయాన్ని కలిగి ఉంటే, అది నిరాశకు సంకేతం కావచ్చు.
5. నిద్రకు భంగం కలగడం డిప్రెషన్‌తో బాధపడుతున్న చాలా మంది వ్యక్తులు ముందుగా తమ వైద్యుడిని సంప్రదించడం వల్ల వారు అనుభవించిన నిద్రకు ఆటంకాలు ఏర్పడతాయి. రెండు రాత్రులు సమస్యాత్మకమైన నిద్రను కలిగి ఉండటం ఒక సాధారణ దృగ్విషయం అయితే, నిరంతర నిద్ర ఇబ్బందులు లేదా నిద్రలేమి నిరాశ యొక్క లక్షణం కావచ్చు. డిప్రెషన్‌తో బాధపడుతున్న చాలా మంది వ్యక్తులు అలసిపోయినట్లు అనిపించినప్పటికీ, నిద్రపోవడానికి లేదా నిద్రపోవడానికి కష్టపడతారు. డిప్రెషన్‌తో బాధపడుతున్న ఇతర వ్యక్తులు ఎక్కువగా నిద్రపోతారు.
6. నొప్పులు మరియు నొప్పులు కలిగి ఉండటం వలన మీ మెదడు మీరు మానసిక ఆరోగ్య సమస్యలతో పోరాడుతున్నప్పుడు, మీరు శారీరక అనారోగ్యం యొక్క సంకేతాలను కూడా అభివృద్ధి చేసే విధంగా రూపొందించబడింది. డిప్రెషన్‌తో బాధపడుతున్న చాలా మంది వ్యక్తులు వివరించలేని శరీర నొప్పులు, కండరాల నొప్పులు మరియు తలనొప్పిని అనుభవిస్తారు. కానీ వారు వీటిని శారీరక ఆరోగ్య సమస్యకు ఆపాదించారు మరియు బదులుగా పెయిన్ కిల్లర్లను పాప్ చేస్తారు.
7. అన్ని వేళలా అలసిపోయినట్లు అనిపించడం డిప్రెషన్ మిమ్మల్ని అన్ని వేళలా అలసటగా మరియు అలసిపోయేలా చేస్తుంది మరియు మీ శక్తి స్థాయిలను తగ్గిస్తుంది. అధిక పనిభారం లేదా వయస్సు పెరగడం వల్ల చాలా మంది దీనిని సకాలంలో పరిష్కరించరు. చిన్న చిన్న పనులు మిమ్మల్ని అలసిపోతే లేదా పూర్తి చేయడానికి ఎక్కువ సమయం తీసుకుంటే, మీరు నిరాశకు గురవుతారని గుర్తుంచుకోండి.
8. అపరాధ భావన మీ జీవితంలో జరిగే అన్ని సంఘటనలకు తార్కిక తర్కం లేకుండా మిమ్మల్ని మీరు నిందించుకోవడం ఒక అనారోగ్య లక్షణం. మీ వ్యక్తిగత, వృత్తిపరమైన మరియు చిన్ననాటి సమస్యలన్నింటికీ మీరే బాధ్యులైతే, మీరు నిరుత్సాహానికి గురవుతారు. డిప్రెషన్‌తో బాధపడుతున్న చాలా మంది వ్యక్తులు కూడా పనికిరాని అనుభూతి చెందుతారు. మీ అంతర్గత ఆలోచన ప్రక్రియపై ఎల్లప్పుడూ శ్రద్ధ వహించండి. మీరు చాలా కఠినంగా, విమర్శనాత్మకంగా లేదా అశాస్త్రీయంగా ఉన్నారని మీరు భావిస్తే, అది నిరాశకు సంకేతం కావచ్చు.
9. ఏకాగ్రతలో ఇబ్బంది డిప్రెషన్‌తో బాధపడుతున్న చాలా మంది వ్యక్తులు మతిమరుపును ఎదుర్కొంటారు మరియు వారి కీలు లేదా వ్రాతపని వంటి వాటిని చాలా తరచుగా తప్పుగా ఉంచుతారు. డిప్రెషన్ యొక్క ప్రారంభ సంకేతాలను కలిగి ఉన్న వ్యక్తులు దిశను ఇవ్వడం లేదా స్వీకరించడం లేదా వారు చదువుతున్న వాటిని అర్థం చేసుకోవడంలో ఏకాగ్రత మరియు దృష్టి కేంద్రీకరించడంలో ఇబ్బందిని అనుభవిస్తారు మరియు నిర్దిష్ట వివరాలను గుర్తుంచుకోలేకపోవడం.

అదనపు సంకేతాలలో ఇవి ఉన్నాయి: తక్కువ మానసిక స్థితి/దుఃఖం ఏడుపు ఆటలు మరియు కార్యకలాపాలపై ఆసక్తి తగ్గడం ఏకాగ్రతతో సమస్యలు అధిక అలసట/అలసట/బలహీనత కోపం మరియు దూకుడు/ఆందోళన వంటి ప్రవర్తన లక్షణాలు స్వీయ-ఆరోపణ/స్వీయ విమర్శ పని కష్టం శిక్ష ఆశించడం తగ్గడం ఆకలి తగ్గడం నిద్ర/నిద్ర విధానంలో మార్పు పెరిగిన ఆకలి, బరువు పెరగడం మరియు అధిక నిద్ర గత వైఫల్యం/వైఫల్య భావన (సాధారణంగా ఆహ్లాదకరమైన కార్యకలాపాలలో ఆనందాన్ని అనుభవించలేకపోవడం) ఆందోళన లక్షణాలు చిరాకు నిస్సహాయత శారీరక లక్షణాలు/తలనొప్పి, కడుపు నొప్పి మరియు ఛాతీ వంటి అనేక ఫిర్యాదులు నొప్పి ఆత్మహత్య ఆలోచనలు/ఆలోచనలు పీడించే భ్రమల రూపంలో మానసిక లక్షణాలు కాటటోనియా (సాధారణంగా కదలడం లేదా మాట్లాడటం అసమర్థత) వ్యక్తిత్వం అబ్సెసివ్ కంపల్సివ్ లక్షణాలు నేరం ఆత్మహత్యకు ప్రయత్నించడం పాఠశాల పనితీరులో ఇటీవలి క్షీణత అసంతృప్తి స్వీయ అయిష్టతలో అసహనంతో పరస్పరం అసహజత మార్పుల పట్ల ఆసక్తి తగ్గుదల పాఠశాలలో తక్కువ ఆత్మగౌరవం మరణం కోరికలు నిరుపయోగంగా శక్తిని కోల్పోవడాన్ని గమనించండి: డిప్రెసివ్ ఎపిసోడ్‌లను లక్షణాల సంఖ్య మరియు తీవ్రత, అలాగే వ్యక్తి పనితీరుపై ప్రభావం ఆధారంగా తేలికపాటి, మితమైన లేదా తీవ్రమైనవిగా వర్గీకరించవచ్చు. పిల్లలు మరియు యుక్తవయస్కులలో మాంద్యం యొక్క సాధారణ సంకేతాలు మరియు లక్షణాలు పెద్దల మాదిరిగానే ఉంటాయి. అపోహ: పిల్లలు డిప్రెషన్‌కు గురికాలేరు వాస్తవం: ఏ వయస్సు వారు డిప్రెషన్‌కు గురికాదు. 5 సంవత్సరాల కంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్న పిల్లలు మాంద్యం యొక్క సంకేతాలను చూపించారు మరియు ఇది ఎల్లప్పుడూ ప్రధాన పర్యావరణ ఒత్తిడికి ప్రతిస్పందనగా ఉండవలసిన అవసరం లేదు. పిల్లలు తరచుగా విచారంగా ఉన్నారని లేదా ప్రతికూల ఆలోచనలు కలిగి ఉన్నారని చెప్పడానికి బదులుగా ఎక్కువ ప్రవర్తనా లక్షణాలు (ఏడుపు, చిరాకు మరియు తంత్రాలు వంటివి) లేదా శారీరక లక్షణాలు (వికారం, ఆకలి లేకపోవడం, కడుపు నొప్పి మరియు తలనొప్పి వంటివి) చూపుతారు. ప్రస్తుత కాలంలో చిన్ననాటి డిప్రెషన్‌కు సోషల్ మీడియా కూడా ప్రధాన కారణం. మరింత తెలుసుకోవడానికి కథనాన్ని చదవండి. చదవడానికి క్లిక్ చేయండి! డిప్రెషన్‌కు కారణాలు డిప్రెషన్‌కు ఖచ్చితమైన కారణం ఇంకా తెలియరాలేదు. ఎటువంటి స్పష్టమైన కారణం లేకుండా డిప్రెషన్ ఆకస్మికంగా సంభవించవచ్చు. కొంతమంది నిపుణులు మెదడులోని రసాయనాల అసమతుల్యత వల్ల కావచ్చునని భావిస్తారు, మరికొందరు జన్యుపరమైన లోపం వల్ల కావచ్చునని భావిస్తున్నారు. ఒక వ్యక్తి యొక్క వాతావరణం మరియు భావోద్వేగాలు నిరాశను అభివృద్ధి చేయడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తాయని కొందరు నమ్ముతారు.

అందువల్ల, డిప్రెషన్‌ను 'బయో-సైకో-సోషల్' పరంగా నిర్వచించవచ్చు, అంటే ఇది జీవ, మానసిక మరియు పర్యావరణ కారకాలను అతివ్యాప్తి చేయడం ద్వారా ప్రేరేపించబడిన సంక్లిష్ట రుగ్మత.

మెదడులో ఏమి జరుగుతుంది? మన మెదడు మిలియన్ల కొద్దీ నాడీ కణాలతో రూపొందించబడింది, దీనిని న్యూరాన్లు అని కూడా పిలుస్తారు. ఈ కణాలు మెదడు నుండి శరీరంలోని వివిధ భాగాలకు రసాయన సంకేతాలను ముందుకు వెనుకకు ప్రసారం చేయడానికి బాధ్యత వహిస్తాయి. న్యూరాన్లు న్యూరోట్రాన్స్మిటర్లు (సాధారణ పదాలలో మెదడు రసాయనాలు) అని పిలువబడే రసాయన దూతల ద్వారా ఒకదానితో ఒకటి సంకర్షణ చెందుతాయి. ఈ సందేశాలు మెదడుకు ఆలోచనలు, భావోద్వేగాలు మరియు అనుభూతులను కలిగి ఉండటానికి సహాయపడతాయి, ఇవి మీ మెదడు పనితీరు మరియు మానసిక శ్రేయస్సులో కీలక పాత్ర పోషిస్తాయి.

డిప్రెషన్ సమయంలో ఏమి జరుగుతుంది? నిరాశలో, మెదడు రసాయనాలలో అసమతుల్యత ఉందని నమ్ముతారు. ఈ న్యూరోట్రాన్స్మిటర్లలో చాలా ఎక్కువ లేదా చాలా తక్కువగా ఉన్నాయి, ఇది మీ ఆలోచించే, అనుభూతి మరియు భావోద్వేగాలను ప్రభావితం చేసే సామర్థ్యాన్ని ప్రభావితం చేస్తుంది. ఈ న్యూరోట్రాన్స్మిటర్లలో డోపమైన్, సెరోటోనిన్ మరియు నోర్‌పైన్‌ఫ్రైన్ ఉన్నాయి. నిరాశను నిర్వహించడానికి మందులు తరచుగా మెదడులోని ఈ రసాయనాల స్థాయిలను మార్చడంపై దృష్టి పెడతాయి.

డిప్రెషన్‌తో బాధపడుతున్న కొంతమందిలో, మెదడు స్కాన్‌లు చిన్న హిప్పోకాంపస్‌ను చూపుతాయి, ఇది దీర్ఘకాలిక జ్ఞాపకశక్తిలో ప్రధాన పాత్ర పోషిస్తుంది. ఒత్తిడి మరియు ఇతర ప్రమాద కారకాలకు గురికావడం వల్ల హిప్పోకాంపస్‌లోని నరాల కణాల పెరుగుదల దెబ్బతింటుంది మరియు నిరాశను ప్రేరేపిస్తుంది. డిప్రెషన్ రకాలు

1. మేజర్ డిప్రెషన్ ఇది మీ రోజువారీ దినచర్యకు అంతరాయం కలిగించే విచారకరమైన మానసిక స్థితితో పాటు లక్షణాల కలయికతో కూడిన ఒక పరిస్థితి. ఇది నిద్ర, తినడం, పని చేయడం మరియు ఇతర కార్యకలాపాల సామర్థ్యాన్ని కలిగి ఉంటుంది. డిప్రెషన్ యొక్క ఎపిసోడ్‌లు జీవితకాలంలో ఒకసారి నుండి చాలా సార్లు సంభవించవచ్చు మరియు రెండు వారాల కంటే ఎక్కువ కాలం కొనసాగవచ్చు.
2. డైస్టిమిక్ డిజార్డర్‌లో, వ్యక్తి కనీసం 2 సంవత్సరాల పాటు ఉండే తక్కువ స్థాయి నుండి మితమైన డిప్రెషన్‌తో బాధపడుతుంటాడు. లక్షణాలు తీవ్రమైన మాంద్యం వలె లేనప్పటికీ, పరిస్థితి చికిత్సకు నిరోధకతను కలిగి ఉంటుంది. ఈ రకమైన డిప్రెషన్‌తో బాధపడుతున్న వ్యక్తులు తీవ్ర నిరాశకు గురవుతారు.
3. పేర్కొనబడని మాంద్యం పేరు సూచించినట్లుగా, ఈ రకమైన డిప్రెషన్‌లో డిప్రెషన్ లక్షణాలు ఉన్నవారు ఉంటారు కానీ మేజర్ డిప్రెషన్‌గా వర్గీకరించబడేంత తీవ్రమైనది కాదు.
4. డిప్రెషన్‌తో అడ్జస్ట్‌మెంట్ డిజార్డర్‌లో ప్రధానమైన జీవిత ఒత్తిడి లేదా కుటుంబ సభ్యుల మరణం, క్లిష్ట పరిస్థితిని గుర్తించడం మొదలైన సంక్షోభం కారణంగా సంభవించే డిప్రెషన్ కూడా ఉంటుంది.
5. బైపోలార్ డిప్రెషన్ (ఉన్మాదం) డిప్రెసివ్ లోస్ నుండి మానిక్ హైస్ వరకు మూడ్ స్వింగ్‌ల ఎపిసోడ్‌లతో సంబంధం ఉన్న రుగ్మత. మానిక్ ఎపిసోడ్‌లలో అధిక శక్తి, నిద్ర అవసరం తగ్గడం మరియు వాస్తవికతతో సంబంధం కోల్పోవడం వంటి లక్షణాలు ఉండవచ్చు. డిప్రెసివ్ ఎపిసోడ్‌లలో తక్కువ శక్తి, తక్కువ ప్రేరణ మరియు రోజువారీ కార్యకలాపాలపై ఆసక్తి కోల్పోవడం వంటి లక్షణాలు ఉండవచ్చు. మూడ్ ఎపిసోడ్‌లు ఒక్కోసారి రోజుల నుండి నెలల వరకు ఉంటాయి మరియు ఆత్మహత్య ఆలోచనలతో కూడా సంబంధం కలిగి ఉండవచ్చు.
6. సీజనల్ ఎఫెక్టివ్ డిజార్డర్ (SAD) ప్రతి సంవత్సరం ఒకే సమయంలో వచ్చే డిప్రెషన్‌తో కూడిన మూడ్ డిజార్డర్. సంవత్సరంలో నిర్దిష్ట సమయాల్లో తక్కువ సూర్యకాంతి ఉన్న వాతావరణాల్లో సీజనల్ ఎఫెక్టివ్ డిజార్డర్ ఏర్పడుతుంది. లక్షణాలు అలసట, నిరాశ, నిస్సహాయత మరియు సామాజిక ఉపసంహరణ ఉన్నాయి. డిప్రెషన్‌కు ప్రమాద కారకాలు

ఎవరైనా డిప్రెషన్‌తో బాధపడవచ్చు, సాపేక్షంగా ఆదర్శవంతమైన పరిస్థితుల్లో జీవించే వ్యక్తి కూడా. అయినప్పటికీ, నిరాశను ప్రేరేపించగల లేదా ప్రభావితం చేసే అనేక సంభావ్య కారకాలు ఉన్నాయి:

1. కుటుంబ చరిత్ర మరియు జన్యుశాస్త్రం జన్యుపరమైన అలంకరణ మరియు వంశపారంపర్యత అనేది నిరాశను ప్రభావితం చేసే ముఖ్యమైన కారకాలుగా భావించబడుతుంది. కొన్ని రకాల డిప్రెషన్ కుటుంబాలలో, ముఖ్యంగా బైపోలార్ డిజార్డర్‌లో నడుస్తుంది. డిప్రెషన్ వచ్చే ప్రమాదాన్ని పెంచే బలమైన జన్యుపరమైన భాగం ఉందని అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నప్పటికీ, లక్షణాలను ప్రేరేపించడానికి ఇతర కారకాలు సాధారణంగా అవసరమవుతాయి.
2. మానసిక మరియు సామాజిక కారకాలు శారీరక, భావోద్వేగ లేదా లైంగిక వేధింపుల చరిత్ర సామాజిక ఒంటరితనం లేదా ఒంటరితనం తక్కువ సామాజిక ఆర్థిక స్థితి ప్రియమైన వ్యక్తిని కోల్పోవడం, విడాకులు, ఉద్యోగం కోల్పోవడం & ఆర్థిక సమస్యలు వంటి ఒత్తిడితో కూడిన జీవిత సంఘటనలు కొన్నిసార్లు, వివాహం, స్థలాలు మారడం, గ్రాడ్యుయేషన్ వంటి సానుకూల సంఘటనలు కూడా , లేదా పదవీ విరమణ కూడా డిప్రెషన్‌కు కారణమవుతుంది, ఎందుకంటే వారు రోజువారీ దినచర్యను మార్చవచ్చు, ఇది భావాలను ప్రేరేపించగలదు
3. వైద్య పరిస్థితులు శారీరక ఆరోగ్యం మరియు కొనసాగుతున్న లేదా దీర్ఘకాలిక శారీరక నొప్పి లేదా వ్యాధి, నిద్ర రుగ్మత, థైరాయిడ్ రుగ్మత, మధుమేహం, కాలేయ వ్యాధి, మల్టిపుల్ స్క్లెరోసిస్, అడిసన్స్ వ్యాధి, పార్కిన్సన్స్ వ్యాధి మరియు క్యాన్సర్ వంటి కొన్ని వైద్య పరిస్థితులు నిరాశ లక్షణాలను కలిగిస్తాయి.
4. ఇన్ఫ్లమేషన్ వ్యాధులు లేదా ఒత్తిడి వల్ల కలిగే వాపు మెదడులో రసాయన మార్పులకు కారణమవుతుంది, ఇది నిర్దిష్ట వ్యక్తులలో నిరాశను ప్రేరేపిస్తుంది లేదా మరింత తీవ్రతరం చేస్తుంది. ఇది ఔషధ చికిత్సకు ప్రతిస్పందనను కూడా ప్రభావితం చేస్తుంది.
5. ట్రామాటిక్ బ్రెయిన్ ఇంజురీ (TBI) TBIలు లేదా పడిపోవడం, ప్రమాదాలు మరియు కార్యాలయంలో ఏదైనా గాయం తర్వాత మరియు క్రీడలకు సంబంధించిన గాయాల కారణంగా కంకషన్లు నిరాశను ప్రేరేపిస్తాయని భావిస్తున్నారు.
6. కొన్ని మందులు రక్తపోటు (అధిక రక్తపోటు), క్యాన్సర్ మరియు మూర్ఛలకు చికిత్స చేసే కొన్ని మందులు నిరాశకు కారణమవుతాయి. కొన్ని స్లీపింగ్ ఎయిడ్స్ మరియు మద్య వ్యసనం మరియు ఆందోళనకు చికిత్స చేయడానికి ఉపయోగించే మందులు వంటి కొన్ని మానసిక ఔషధాలు కూడా డిప్రెషన్‌ను ప్రేరేపించగలవు.
7. వ్యక్తిత్వం తేలికగా అణగారిన వ్యక్తులు, ఒత్తిడి లేదా ఆందోళనను ఎదుర్కోవడంలో ఇబ్బంది కలిగి ఉంటారు, తక్కువ ఆత్మగౌరవం కలిగి ఉంటారు లేదా సాధారణంగా నిరాశావాద లేదా స్వీయ విమర్శనాత్మకంగా ఉండే వ్యక్తులు నిరాశకు గురవుతారు.
8. ఇతర మానసిక ఆరోగ్య పరిస్థితుల చరిత్ర ఆందోళన రుగ్మత, తినే రుగ్మతలు లేదా పోస్ట్ ట్రామాటిక్ స్ట్రెస్ డిజార్డర్, పదార్థ వినియోగ రుగ్మతలు మరియు అభ్యాస వైకల్యాలు సాధారణంగా డిప్రెషన్‌తో సంబంధం కలిగి ఉంటాయి లేదా శాశ్వతంగా ఉంటాయి.
9. జీవనశైలి కారకాలు వినోద మాదకద్రవ్యాలు మరియు ఆల్కహాల్ కూడా నిరాశకు కారణమవుతాయి లేదా దానిని మరింత దిగజార్చవచ్చు. రాత్రి వరకు ఆలస్యంగా పని చేయడం మరియు ఆలస్యంగా లేవడం లేదా ఆరుబయట తక్కువ సమయం గడపడం అనేది సిర్కాడియన్ రిథమ్‌కు భంగం కలిగించవచ్చు, ఇది నిరాశను రేకెత్తిస్తుంది. సిర్కాడియన్ రిథమ్‌లో అంతరాయంతో పాటు, తగ్గిన సూర్యకాంతి కూడా శరీరంలో సెరోటోనిన్ మరియు మెలటోనిన్ స్థాయిలలో పడిపోవడానికి దారితీస్తుంది, ఇది మానసిక స్థితి మరియు మంచి నిద్రకు భంగం కలిగిస్తుంది.
10. పేలవమైన ఆహారం ముఖ్యమైన విటమిన్లు మరియు ఖనిజాల లోపంతో కూడిన పేలవమైన లేదా అసమతుల్యమైన ఆహారం నిరాశకు కారణమవుతుంది. ఒమేగా-3 కొవ్వు ఆమ్లాలు, విటమిన్ D మరియు ఒమేగా-6 నుండి ఒమేగా-3 కొవ్వు ఆమ్లాల అసమతుల్యత నిష్పత్తి తక్కువగా ఉండటం వలన డిప్రెషన్ పెరుగుదల రేటుతో సంబంధం కలిగి ఉంటుంది. అలాగే, అధిక స్థాయిలో చక్కెర తీసుకోవడం నిరాశను ప్రేరేపిస్తుందని భావిస్తున్నారు.

పురుషుల కంటే మహిళలు ఎందుకు ఎక్కువ ప్రమాదంలో ఉన్నారు? ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ (WHO) ప్రకారం, డిప్రెషన్ భారం మగవారి కంటే ఆడవారిలో 50% ఎక్కువ. భారతదేశంలోని అన్ని వయసుల వర్గాలలో స్త్రీలలో డిప్రెషన్ విస్తృతంగా ప్రబలంగా ఉంది.

డిప్రెషన్‌కు గురయ్యే స్త్రీల యొక్క పెరిగిన దుర్బలత్వానికి దోహదపడే మానసిక సామాజిక మరియు సామాజిక కారకాలు: ఒత్తిడికి గురయ్యే లింగ-నిర్దిష్ట సాంఘికీకరణ కోపింగ్ స్టైల్ ప్రతికూల సామాజిక స్థితి మానసిక అనారోగ్యం యొక్క కళంకం గృహ హింస స్త్రీలు తమ బిడ్డను కనే సంవత్సరాలలో నిస్పృహ రుగ్మతలను అభివృద్ధి చేసే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది ఋతు చక్రాలు, గర్భం మరియు ప్రసవానికి సంబంధించిన హార్మోన్ల మార్పులకు కారణమని చెప్పవచ్చు. ఈ క్రింది రకాల డిప్రెషన్ స్త్రీలలో సంభవించవచ్చు:

1. ప్రీమెన్‌స్ట్రువల్ డైస్ఫోరిక్ డిజార్డర్: ప్రీమెన్‌స్ట్రువల్ డిస్పోరిక్ డిజార్డర్ అనేది బహిష్టుకు పూర్వ రుగ్మత యొక్క తీవ్రమైన రూపం, ఇది వారి ఋతు కాలానికి ముందు రోజులు లేదా వారాలలో మహిళలను ప్రభావితం చేస్తుంది.
2. యాంటెనాటల్ డిప్రెషన్: దీనిని ప్రినేటల్ లేదా పెరినాటల్ డిప్రెషన్ అని కూడా అంటారు. ఇది గర్భధారణ సమయంలో స్త్రీలను ప్రభావితం చేస్తుంది మరియు సకాలంలో లేదా సరిగ్గా చికిత్స చేయకపోతే ప్రసవానంతర నిరాశకు దారితీస్తుంది.
3. ప్రసవానంతర మానసిక రుగ్మతలు: వాటిని మూడు వర్గాలుగా విభజించవచ్చు: ప్రసవానంతర బ్లూస్, ప్రసవానంతర డిప్రెషన్ మరియు ప్రసవానంతర సైకోసిస్.

ప్రసవానంతర బ్లూస్ ప్రసవానంతర బ్లూస్ లేదా "బేబీ బ్లూస్" అని పిలవబడేవి చాలా మంది స్త్రీలలో డెలివరీ తర్వాత రోజులలో సంభవిస్తాయి. తల్లి ఒత్తిడికి లోనవుతుంది మరియు ఆకస్మిక మానసిక కల్లోలం కలిగి ఉంటుంది. ఆమె అసహనంగా, చిరాకుగా, చంచలంగా, ఒంటరిగా, విచారంగా లేదా ఏ కారణం లేకుండా ఏడవవచ్చు. ప్రసవానంతర బ్లూస్‌కు ఎల్లప్పుడూ చికిత్స అవసరం లేదు మరియు కొన్ని రోజుల నుండి ఒక వారం వరకు పరిష్కరించవచ్చు. ప్రేమ మరియు భరోసా, పిల్లల సంరక్షణ బాధ్యతలను పంచుకోవడంలో కుటుంబం నుండి మద్దతు మరియు ఇతర కొత్త తల్లులతో మాట్లాడటం గొప్ప సహాయంగా ఉంటుంది.

ప్రసవానంతర మాంద్యం ప్రసవానంతర మాంద్యం ప్రసవం తర్వాత లేదా యాంటెనాటల్ డిప్రెషన్ యొక్క కొనసాగింపుగా వెంటనే ప్రారంభమవుతుంది మరియు చికిత్స చేయవలసి ఉంటుంది. ప్రసవానంతర మాంద్యం యొక్క ప్రపంచ వ్యాప్తి 1000 జననాలకు 100‒150గా అంచనా వేయబడింది.

ఒక స్త్రీ బేబీ బ్లూస్‌లో అనుభవించినట్లుగానే కానీ బలమైన భావాలను కలిగి ఉంటుంది. ప్రసవానంతర మాంద్యం యొక్క లక్షణాలు తరచుగా అధ్వాన్నంగా ఉంటాయి మరియు ఒక సంవత్సరం వరకు ఉంటాయి. ప్రసవానంతర మాంద్యం దీర్ఘకాలిక లేదా పునరావృత మాంద్యంకు దారి తీస్తుంది, ఇది తల్లి-శిశువుల సంబంధాన్ని మరియు పిల్లల పెరుగుదల మరియు అభివృద్ధిని ప్రభావితం చేస్తుంది. ప్రసవానంతర మాంద్యం ఉన్న తల్లుల పిల్లలు అణగారిన తల్లుల పిల్లలతో పోలిస్తే ఎక్కువ అభిజ్ఞా, ప్రవర్తనా మరియు వ్యక్తుల మధ్య సమస్యలను కలిగి ఉంటారు. అందువల్ల, మందులు మరియు కౌన్సెలింగ్‌తో సకాలంలో చికిత్స చేయడం చాలా ముఖ్యం

ప్రసవానంతర సైకోసిస్ ప్రసవానంతర సైకోసిస్, ఇది ప్రపంచవ్యాప్తంగా 1000 జననాలకు 0.89 నుండి 2.6 వరకు వ్యాప్తి చెందుతుంది, ఇది ప్రసవానంతర ప్రారంభమయ్యే తీవ్రమైన రుగ్మత. ప్రసవానంతర సైకోసిస్‌తో బాధపడుతున్న కొత్త తల్లులు ఆందోళన చెందుతారు, కోపంగా ఉంటారు మరియు వింత ప్రవర్తనను ప్రదర్శిస్తారు. వారు భ్రాంతులు, భ్రమలు, నిద్రలేమితో కూడా బాధపడవచ్చు మరియు అరుదుగా ఆత్మహత్య లేదా నరహత్య ఆలోచనలను కలిగి ఉంటారు. వారికి వెంటనే వైద్య సహాయం అవసరం.

యువకులు Vs ముసలివారు: ఎవరు ఎక్కువ నిస్పృహలో ఉన్నారు? ప్రపంచవ్యాప్తంగా డిప్రెషన్ ప్రారంభమయ్యే సగటు వయస్సు 24 నుండి 35 సంవత్సరాల వరకు ఉంటుంది. భారతదేశంలో, డిప్రెషన్ ప్రారంభమయ్యే సగటు వయస్సు 31.9 సంవత్సరాలు.

ప్రస్తుతం చిన్న వయసులో డిప్రెషన్‌కు గురయ్యే ధోరణి ఉంది. ఉదాహరణకు, అణగారిన వ్యక్తులలో 40% మందికి 20 ఏళ్లలోపు మొదటి డిప్రెసివ్ ఎపిసోడ్ ఉంటుంది, 50% మందికి 20 - 50 ఏళ్ల మధ్య మొదటి ఎపిసోడ్ ఉంటుంది మరియు మిగిలిన 10% మందికి 50 ఏళ్ల తర్వాత ఉంటుంది.

యుక్తవయసులోని డిప్రెషన్ సంవత్సరాలుగా, డిప్రెషన్ వచ్చే వయస్సు తగ్గుతోందని గుర్తించబడింది మరియు ఇప్పుడు పిల్లలు మరియు కౌమారదశలో ఇది ఎక్కువగా గుర్తించబడుతోంది.

పిల్లలు మరియు యుక్తవయసులో డిప్రెషన్‌తో సంబంధం ఉన్న కారకాలు: పాఠశాలలో ఒత్తిడి తక్కువ విద్యా పనితీరు పరీక్షలో వైఫల్యం కుటుంబంలో ఒత్తిడి ఇల్లు/నివాసం మార్చడం కుటుంబ సభ్యుని మరణం దీర్ఘకాలం లేకపోవడం లేదా తల్లిదండ్రుల మరణం తీవ్రమైన అనారోగ్యం సంబంధానికి ముగింపు తెలుసా? కరోనావైరస్ చాలా మంది రోగులలో న్యూరోలాజిక్ లక్షణాలను కలిగిస్తుంది. వీటితో పాటు, మహమ్మారి ఒంటరితనం, లాక్‌డౌన్‌లు, ప్రియమైన వారిని కోల్పోవడం, నిరుద్యోగం మరియు ఆర్థిక సమస్యల కారణంగా మానసికంగా దెబ్బతింది. ఈ కారకాలు డిప్రెషన్ కేసుల పెరుగుదలకు దారితీశాయి. COVID-19 గురించి మరింత చదవండి! ప్రముఖులు దీపికా పదుకొణెను ప్రభావితం చేశారు, బాలీవుడ్ నటి 2015లో డిప్రెషన్‌తో ఆమె చేసిన పోరాటం గురించి మరియు దానితో పోరాడి విజేతగా నిలిచేందుకు కౌన్సెలింగ్ ఆమెకు ఎలా సహాయపడింది. బాలీవుడ్ సూపర్ స్టార్ షారుఖ్ ఖాన్ 2010లో భుజానికి గాయం అయినప్పుడు డిప్రెషన్‌లో ఉన్నట్లు కూడా చెప్పాడు. డిప్రెషన్ నిర్ధారణ

డిప్రెషన్ నిర్ధారణ చరిత్ర మరియు భౌతిక ఫలితాలపై ఆధారపడి ఉంటుంది. మేజర్ డిప్రెసివ్ డిజార్డర్‌ని నిర్ధారించడానికి డయాగ్నస్టిక్ లేబొరేటరీ పరీక్షలు అందుబాటులో లేవు.

1. సైకియాట్రిక్ మూల్యాంకనం ఇది భావోద్వేగ, ప్రవర్తనా లేదా అభివృద్ధి రుగ్మతలను నిర్ధారించడానికి అవసరమైన సమగ్ర మూల్యాంకనం. మూల్యాంకనంలో ప్రవర్తనల వివరణ (మారిన ప్రవర్తన ఎంతకాలం ఉంటుంది మరియు ప్రవర్తనలు ఎక్కువగా జరిగే పరిస్థితులు ఏమిటి) మరియు పూర్తి వైద్య చరిత్ర, వ్యక్తి యొక్క మొత్తం శారీరక ఆరోగ్యం యొక్క వివరణ, ఏవైనా ఇతర అనారోగ్యాల జాబితాను కలిగి ఉండవచ్చు. లేదా ప్రస్తుతం ఉన్న పరిస్థితులు మరియు ఏవైనా ప్రస్తుత కొనసాగుతున్న చికిత్సలు.

DSM 5 మార్గదర్శకాలు\*\* ఇవి DSM-5లో జాబితా చేయబడిన 9 లక్షణాలు. మేజర్ డిప్రెసివ్ డిజార్డర్‌ని నిర్ధారించడానికి ఐదుగురు తప్పనిసరిగా హాజరు కావాలి (లక్షణాలలో ఒకటి అణగారిన మూడ్ లేదా ఆసక్తి లేదా ఆనందాన్ని కోల్పోవడం): నిద్ర భంగం ఆసక్తి/ఆనందం తగ్గింపు అపరాధ భావాలు లేదా విలువ లేని ఆలోచనలు శక్తి మార్పులు/అలసట ఏకాగ్రత/శ్రద్ధ బలహీనత ఆకలి /బరువు మార్పులు సైకోమోటర్ ఆటంకాలు ఆత్మహత్య ఆలోచనలు అణగారిన మూడ్ 2. రక్త పరీక్షలు డిప్రెషన్ నిర్ధారణ చరిత్ర మరియు భౌతిక ఫలితాలపై ఆధారపడి ఉంటుంది. మేజర్ డిప్రెసివ్ డిజార్డర్‌ని నిర్ధారించడానికి డయాగ్నస్టిక్ లేబొరేటరీ పరీక్షలు అందుబాటులో లేవు. అయినప్పటికీ, డిప్రెషన్‌గా వ్యక్తమయ్యే ఏవైనా అంతర్లీన వైద్య పరిస్థితులను మినహాయించడంలో ప్రయోగశాల పరీక్షలు సహాయపడతాయి. అవి: పూర్తి రక్త కణం (CBC) కౌంట్ థైరాయిడ్-స్టిమ్యులేటింగ్ హార్మోన్ (TSH) విటమిన్ B-12 రాపిడ్ ప్లాస్మా రీజిన్ (RPR) టాక్సిక్ స్క్రీనింగ్ (క్రియాశీల పదార్థ దుర్వినియోగాన్ని తోసిపుచ్చడానికి) HIV పరీక్ష కాల్షియం, ఫాస్ఫేట్ మరియు మెగ్నీషియం స్థాయిలతో సహా ఎలక్ట్రోలైట్‌లు యూరియా నైట్రోజన్ (BUN) మరియు క్రియేటినిన్ కాలేయ పనితీరు పరీక్షలు (LFTలు) బ్లడ్ ఆల్కహాల్ స్థాయి రక్తం మరియు మూత్రం టాక్సికాలజీ స్క్రీన్ ధమని రక్త వాయువు (ABG) డెక్సామెథాసోన్ అణచివేత పరీక్ష (కుషింగ్ డిసీజ్, కానీ డిప్రెషన్‌లో కూడా పాజిటివ్) కోసింట్రోపిన్ (ACTH) ఉద్దీపన పరీక్ష (అడిసన్ వ్యాధి)   
ఒక పరీక్షను బుక్ చేయండి!

1. ఇమేజింగ్ పరీక్షలు రక్త పరీక్షల మాదిరిగానే, ఇమేజింగ్ పరీక్షలు ఇతర వైద్య కారణాలు మరియు పరిస్థితులను తోసిపుచ్చడానికి సహాయపడతాయి. వీటిలో ఇవి ఉన్నాయి: సందర్శించాల్సిన మెదడు నిపుణుల CT స్కాన్ MRI

మీకు మాంద్యం యొక్క ఈ క్లాసిక్ లక్షణాలు కొన్ని ఉంటే మరియు మీ లక్షణాలు తీవ్రంగా ఉంటే మరియు కొన్ని వారాల కంటే ఎక్కువ కాలం ఉంటే, మీరు సహాయం తీసుకోవాలి. ప్రారంభించడానికి ఉత్తమమైన ప్రదేశం మీ వైద్యుడితో.

మీరు సందర్శించగల వైద్యులు/నిపుణులు: జనరల్ ఫిజిషియన్ సైకియాట్రిస్ట్ క్లినికల్ సైకాలజిస్ట్ మా వైద్యులతో ఇప్పుడే సంప్రదింపులు బుక్ చేసుకోండి మరియు మీ సమస్యలను పరిష్కరించుకోండి. ఇప్పుడే సంప్రదించండి! డిప్రెషన్ చికిత్స

మానసిక రుగ్మతలకు డిప్రెషన్ అత్యంత చికిత్స చేయదగినది. డిప్రెషన్ చికిత్సలో ఔషధ (వైద్య) మరియు మానసిక విధానాలు రెండూ ఉంటాయి.

1. వైద్య చికిత్స మాంద్యం చికిత్సకు ఉపయోగించే మందులను యాంటిడిప్రెసెంట్స్ అంటారు. ఈ మందులు వాడిన మొదటి వారం లేదా రెండు వారాలలో కొంత మెరుగుదలని కలిగిస్తాయి, అయితే రెండు నుండి మూడు నెలల వరకు పూర్తి ప్రయోజనాలు కనిపించకపోవచ్చు. కొన్ని వారాల తర్వాత రోగికి ఎటువంటి మెరుగుదల కనిపించకపోయినా, అతని లేదా ఆమె మనోరోగ వైద్యుడు మందుల మోతాదును మార్చవచ్చు లేదా మరొక యాంటిడిప్రెసెంట్‌ని జోడించవచ్చు లేదా భర్తీ చేయవచ్చు. కొన్ని పరిస్థితులలో, ఇతర సైకోట్రోపిక్ మందులు సహాయపడవచ్చు. మందులు పని చేయకపోతే లేదా మీరు దుష్ప్రభావాలను అనుభవిస్తే మీ వైద్యుడికి తెలియజేయడం ముఖ్యం.

అలాగే, చికిత్స తర్వాత లక్షణాలు మెరుగుపడకపోవడానికి గల కారణాలు: సిఫార్సు చేసిన కాలానికి యాంటిడిప్రెసెంట్స్ తీసుకోకపోవడం, ఎందుకంటే యాంటిడిప్రెసెంట్స్ ఏదైనా ప్రభావాన్ని చూపడానికి 8 నుండి 12 వారాలు పట్టవచ్చు. క్రమం తప్పకుండా మందులు వేసుకోవడం లేదు. తక్కువ మోతాదులో (డోసింగ్ కింద) మందులను తీసుకోవడం. ఏదైనా మోతాదు మార్పులు చేయడానికి ముందు ఎల్లప్పుడూ మీ వైద్యునితో చర్చించండి. నిస్పృహ లక్షణాల ప్రతిస్పందనకు దోహదం చేసే ఏకకాలిక పదార్థ దుర్వినియోగం. పరిష్కరించబడని కొన్ని అంతర్లీన వైద్య రుగ్మత. యాంటిడిప్రెసెంట్‌లను సాధారణ యాంటిడిప్రెసెంట్స్ మరియు వైవిధ్య యాంటిడిప్రెసెంట్‌లుగా వర్గీకరించవచ్చు.

1. సాధారణ యాంటిడిప్రెసెంట్స్ ఇవి మరింతగా విభజించబడ్డాయి:
2. సెలెక్టివ్ సెరోటోనిన్ రీఅప్టేక్ ఇన్హిబిటర్స్ (SSRIలు) SSRIలు డిప్రెషన్ మరియు యాంగ్జయిటీ చికిత్స కోసం ఫ్రంట్‌లైన్ డ్రగ్స్‌గా ఉపయోగించబడతాయి. ఈ మందులు సెరోటోనిన్ మరియు మెదడు ఉత్పన్నమైన న్యూరోట్రోఫిక్ ఫ్యాక్టర్ (BDNF) స్థాయిని పెంచుతాయి. ఈ తరగతి ఔషధాలకు ఉదాహరణలు: ఎస్కిటోప్రామ్ ఫ్లూక్సేటైన్ సెర్ట్రాలైన్ పరోక్సేటైన్
3. సెరోటోనిన్ మరియు నార్-అడ్రినలిన్ రీఅప్టేక్ ఇన్హిబిటర్స్ (SNRIలు) పేరు సూచించినట్లుగా, SNRIలు శరీరంలో సెరోటోనిన్ మరియు నోరాడ్రినలిన్ స్థాయిని పెంచడం ద్వారా డిప్రెషన్ చికిత్సలో సహాయపడే మందులు. ఈ వర్గం క్రిందకు వచ్చే మందుల జాబితాలో ఇవి ఉన్నాయి: డులోక్సేటైన్ మిల్నాసిప్రాన్ వెన్లాఫాక్సిన్
4. మోనోఅమైన్ ఆక్సిడేస్ (MAO) ఇన్హిబిటర్లు ఈ రకమైన యాంటిడిప్రెసెంట్ ప్రాథమికంగా నోరాడ్రినలిన్ స్థాయిని పెంచుతుంది, తద్వారా డిప్రెషన్ లక్షణాలను మెరుగుపరుస్తుంది. అయితే, ఈ మందులు శరీరంలో సెరోటోనిన్ స్థాయిని కూడా పెంచుతాయి. సాధారణంగా సూచించబడిన MAO నిరోధకాలలో కొన్ని: Phenelzine Isocarboxazid Tranylcypromine
5. ట్రైసైక్లిక్ యాంటిడిప్రెసెంట్స్ (TCA) ఈ తరగతి యాంటిడిప్రెసెంట్స్ శరీరంలో నోరాడ్రినలిన్ హార్మోన్ స్థాయిలను పెంచడం ద్వారా పని చేస్తాయి. ఇవి కాలం చెల్లిన మందులు (ప్రస్తుతం ఉపయోగించబడవు). ఈ ఔషధాలకు ఉదాహరణలు: నార్ట్రిప్టిలైన్ అమిట్రిప్టిలైన్ ఇమిప్రమైన్ గమనిక: సెలెగిలిన్, చర్మంపై ఒక ప్యాచ్‌గా అంటుకునే కొత్త MAOI, ఇతర MAOIల కంటే తక్కువ దుష్ప్రభావాలకు కారణం కావచ్చు.
6. ఎటిపికల్ యాంటిడిప్రెసెంట్స్ ఈ క్లాస్ డ్రగ్స్‌కి నిర్దిష్ట యాక్షన్ మెకానిజం లేనందున వాటిని ఎటిపికల్ యాంటిడిప్రెసెంట్స్ అంటారు. ఈ ఔషధాల యొక్క కొన్ని సాధారణ ఉదాహరణలు: మిర్టాజాపైన్ అగోమెలటైన్ బుప్రోపియన్ అటోమోక్సేటైన్ యాంటిడిప్రెసెంట్స్ గురించి ప్రతి ఒక్కరూ తెలుసుకోవలసిన 8 విషయాలు ఇక్కడ ఉన్నాయి. తెలుసుకోవాలంటే చదవండి!
7. సైకోథెరపీని టాక్ థెరపీ లేదా సైకలాజికల్ థెరపీ అని కూడా పిలుస్తారు, ఇది మానసిక ఆరోగ్య నిపుణులతో కౌన్సెలింగ్ సెషన్‌ల రూపంలో మీ పరిస్థితి మరియు సంబంధిత సమస్యల గురించి మాట్లాడటం ద్వారా మాంద్యం చికిత్సకు ఉపయోగించే ఒక సాధారణ విధానం. కాగ్నిటివ్ బిహేవియరల్ థెరపీ (CBT): ఈ రకమైన మానసిక చికిత్స రోగికి వారి క్లిష్ట పరిస్థితులను నిర్వహించడానికి నైపుణ్యాలను నేర్పడంలో సహాయపడుతుంది. చికిత్స అభిజ్ఞా భాగంపై దృష్టి పెడుతుంది. ఇది రోగికి ఒక నిర్దిష్ట పరిస్థితి మరియు ప్రవర్తనా భాగం గురించి వారి ఆలోచనను మార్చుకోవడానికి సహాయపడుతుంది, ఇది ఏదైనా పరిస్థితికి వారి ప్రతిచర్యలను మార్చడానికి మరింత సహాయపడుతుంది. ఇంటర్ పర్సనల్ థెరపీ (IPT): ఇది డిప్రెషన్ యొక్క లక్షణాలను మెరుగుపరచడం మరియు మానసిక రుగ్మతలకు చికిత్స చేయడంపై దృష్టి సారించే సమయ-పరిమిత విధానం. ఇందులో, ఒక చికిత్సకుడు రోగిని ఇతరులతో వారి సంభాషణను మెరుగుపరచడానికి మరియు సమస్యను పరిష్కరించడానికి గట్టిగా నిమగ్నమై ఉంటాడు.
8. శస్త్రచికిత్స మరియు ఇతర జోక్యాలు ఎలక్ట్రో-కన్వల్సివ్ థెరపీ (ECT): షాక్ థెరపీ అని కూడా పిలుస్తారు, తీవ్రమైన డిప్రెషన్‌కు ఈ చికిత్స విధానం ఉత్తమమైనది. ఔషధ చికిత్సకు ప్రతిస్పందించని, మానసికంగా లేదా ఆత్మహత్య చేసుకునే లేదా ప్రమాదకరమైన రోగులకు కూడా ఇది ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. ఔషధ చికిత్సల కంటే చర్య యొక్క ప్రారంభం చాలా వేగంగా ఉండవచ్చు, చికిత్స ప్రారంభించిన 1 వారంలోపు ప్రయోజనం తరచుగా కనిపిస్తుంది. ట్రాన్స్‌క్రానియల్ మాగ్నెటిక్ స్టిమ్యులేషన్ (TMS): ఇది సాధారణంగా యాంటిడిప్రెసెంట్స్‌కు ప్రతిస్పందించని వారికి కేటాయించబడుతుంది. TMS సమయంలో, మీ స్కాల్ప్‌కు వ్యతిరేకంగా ఉంచబడిన ట్రీట్‌మెంట్ కాయిల్, ఇది మూడ్ రెగ్యులేషన్ మరియు డిప్రెషన్‌లో పాల్గొనే మీ మెదడులోని నాడీ కణాలను ఉత్తేజపరిచేందుకు సంక్షిప్త అయస్కాంత పల్స్‌లను పంపుతుంది. వాగస్ నరాల ప్రేరణ (VNS): ఈ విధానం వక్రీభవన సందర్భాలలో కూడా ఉపయోగించబడుతుంది. ECT వలె, ఇది మాంద్యం యొక్క లక్షణాలను ఉపశమనానికి విద్యుత్ ప్రేరణను ఉపయోగిస్తుంది. తేడా ఏమిటంటే, పరికరం మీ శరీరంలో శస్త్రచికిత్స ద్వారా అమర్చబడింది. VNS అనేది కనీసం రెండు యాంటిడిప్రెసెంట్ ట్రయల్స్‌కు స్పందించని దీర్ఘకాలిక మాంద్యం యొక్క దీర్ఘకాలిక (తీవ్రమైనది కాదు) మాంద్యం కోసం FDA- ఆమోదించబడింది. దీని ప్రభావాలు కనిపించడానికి 9 నెలల వరకు పట్టవచ్చు మరియు అధ్యయనాలు అర్ధవంతమైన ప్రతిస్పందన 3 మందిలో 1 మందిలో మాత్రమే సంభవిస్తుందని తేలింది. డిప్రెషన్ యొక్క సంక్లిష్టతలు

వృద్ధులలో డిప్రెషన్ తీవ్రమైన ఆరోగ్య సమస్యలకు దారి తీయవచ్చు, వీటిలో ఇవి ఉన్నాయి: అధిక వైకల్యం మతిమరుపు వైద్య అనారోగ్యం నుండి పెరిగిన లక్షణాలు ఆత్మహత్య ఆలోచనలు అపోహ: డిప్రెషన్ చెడు మంత్రాల వల్ల వస్తుంది (జాదు-టోనా) వాస్తవం: రక్తపోటు మరియు మధుమేహం వలె, నిస్పృహ రుగ్మతలు రసాయన భంగం వల్ల కలుగుతాయి. శరీరంలోని ఒక భాగంలో (ఈ సందర్భంలో మెదడు ప్రభావితమైన శరీరంలోని భాగం). ఈ రుగ్మతలు మంత్రతంత్రాల వల్ల సంభవించవు మరియు ఆధ్యాత్మిక వైద్యుల (ఓజా-తాంత్రిక్/ఝాద్-ఫూంక్) ద్వారా చికిత్సలు అవసరం లేదు. సరైన వృత్తిపరమైన మార్గదర్శకత్వం పొందడం వలన నిరాశకు చికిత్స చేయడంలో మీకు సహాయపడుతుంది. ఇప్పుడే సంప్రదించండి! డిప్రెషన్ కోసం ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలు

యోగా

1. సేతుబంధాసన (వంతెన భంగిమ) మీ వైపులా చేతులతో మీ వెనుకభాగంలో పడుకుని, మీ మోకాళ్ళను వంచండి, తద్వారా మీ పాదాలు నేలపై మరియు మీ పిరుదులకు వీలైనంత దగ్గరగా ఉంటాయి. మీ చేతులతో మీ తుంటిని నెమ్మదిగా పైకి లేపండి మరియు 5 శ్వాసల కోసం భంగిమను పట్టుకోండి.
2. మర్జారియాసనా (పిల్లి సాగదీయడం) నేలపై ముఖం-క్రిందికి పడుకుని, నాలుగు కాళ్లపై లేచి అరచేతులను నేలపై అమర్చి, మోకాళ్లను వంచి పిల్లిని పోలి ఉంటుంది. మీ వెనుకభాగం సున్నితంగా వంపుగా ఉండాలి. ఇప్పుడు 5 గణనల కోసం సాధారణంగా శ్వాస తీసుకోండి. ఈ భంగిమ పొట్ట మరియు వెన్నెముక కండరాలను రిలాక్స్ చేస్తుంది.
3. సుఖాసన (సులభ భంగిమ) ఇది మీ మనస్సు మరియు శరీరంలో ప్రశాంతతను ఇస్తుంది. మీరు ధ్యానం కోసం కూర్చున్నట్లుగా మీ వెన్నెముక నిటారుగా మరియు అరచేతులను మీ మోకాళ్లపై ఉంచి సౌకర్యవంతమైన ప్రదేశంలో క్రాస్ కాళ్ళతో కూర్చోండి. అప్పుడు సాధారణంగా శ్వాస తీసుకోండి మరియు మీ శరీరంలోకి ప్రవేశించడం మరియు నిష్క్రమించడంపై దృష్టి పెట్టండి.
4. బాలసన (పిల్లల భంగిమ) ఈ భంగిమ కోసం, మీరు మీ మోకాళ్లను వంచి మీ మడమల మీద కూర్చోవాలి. మీ చేతులను మీ తొడలపై ఉంచి, మీ ముక్కు నేలకు తాకేలా మీ మొండెం నేల వైపుకు వంచండి. మీ అరచేతులు పైకి ఎదురుగా ఉండేలా మీ చేతులను మీ పాదాల దగ్గర మీ వైపులా తీసుకురండి. 5 నుండి 10 గణనల వరకు లోతైన శ్వాస తీసుకోండి.
5. సవాసనా (శవం భంగిమ) ఇది చాలా సులభమైనది మరియు లోతైన విశ్రాంతికి దారితీస్తుంది. మీ వెనుకభాగంలో పడుకుని, మీ చేతులను మీ వైపులా వదులుగా ఉంచండి. లోతైన శ్వాస తీసుకుంటున్నప్పుడు మీ శరీరం విశ్రాంతి మరియు మునిగిపోనివ్వండి. మీరు మీ వీపు పొడవున ఒక దుప్పటి లేదా దిండును ఉంచే మద్దతు ఉన్న సవాసనాను కూడా ప్రయత్నించవచ్చు.
6. పశ్చిమోత్తనాసనం (కూర్చుని ముందుకు వంగి) నిరాశ మరియు ఆందోళనను తగ్గించడంతో పాటు, ఈ భంగిమ జీర్ణక్రియలో సహాయపడుతుంది, వెనుక మరియు కాళ్ళ కండరాలను సాగదీయడం మరియు ఆరోగ్యకరమైన మూత్రపిండాలు మరియు గర్భాశయాన్ని ప్రోత్సహిస్తుంది. మీ కాళ్లను మీ ఎదురుగా నేరుగా చాచి కూర్చున్నప్పుడు, మీ మొండెం మీ మోకాళ్లను తాకేలా మీ ముక్కుతో ముందుకు మరియు క్రిందికి వంచండి. మీ అరచేతులతో మీ పాదాలను పట్టుకోవడానికి మీ చేతులను సమాంతరంగా మరియు మీ కాళ్ళ పైన చాచండి. నీకు తెలుసా? ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ నుండి 2017 నివేదిక ప్రకారం, ప్రపంచంలో వైకల్యానికి డిప్రెషన్ ప్రధాన కారణం, ఇది ప్రపంచవ్యాప్తంగా 300 మిలియన్ల మంది ప్రజలను ప్రభావితం చేస్తుంది. డిప్రెషన్‌తో పోరాడటానికి ఇక్కడ కొన్ని సహజ మార్గాలు ఉన్నాయి. ఇప్పుడు ఇక్కడ తనిఖీ చేయండి! డిప్రెషన్‌తో జీవించడం

నిరాశను సమర్థవంతంగా ఎదుర్కోవడంలో మీకు సహాయపడే ఆచరణాత్మక మార్గాల జాబితా ఇక్కడ ఉంది:

1. మాట్లాడండి డిప్రెషన్‌తో సమర్ధవంతంగా పోరాడటానికి, మీరు సామాజిక సహాయం కోరడం చాలా ముఖ్యం. మీ స్నేహితులు మరియు కుటుంబ సభ్యులతో కనెక్ట్ అవ్వండి. ఎక్కువగా మాట్లాడటానికి మరియు మీ సమస్యలను పంచుకోవడానికి ప్రయత్నించండి. మీ ఆందోళనల గురించి మాట్లాడటం మీ సమస్య యొక్క భారాన్ని తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది.
2. మిమ్మల్ని సంతోషపరిచే కార్యకలాపాలలో పాల్గొనండి, డిప్రెషన్ మీ శక్తిని మరియు ఒకప్పుడు మీ అభిరుచిగా ఉన్న కార్యకలాపాలలో మిమ్మల్ని మీరు నిమగ్నం చేయాలనే ఉత్సాహాన్ని తొలగిస్తుంది. ఈ స్థితి నుండి మిమ్మల్ని మీరు బయటకు లాగడానికి ప్రయత్నించకపోవడం మీ నిరాశను మరింత తీవ్రతరం చేస్తుంది. డిప్రెషన్‌తో సమర్ధవంతంగా పోరాడేందుకు మిమ్మల్ని సంతోషంగా ఉంచే కార్యకలాపాలలో మిమ్మల్ని మీరు నిమగ్నం చేసుకోండి. మీకు విశ్రాంతి మరియు శక్తినిచ్చే కార్యకలాపాలను ఎంచుకోవడం ద్వారా చురుకుగా ఉండండి.
3. మీ పట్ల కఠినంగా ఉండకండి డిప్రెషన్ మిమ్మల్ని స్వీయ ద్వేషం మరియు ఇబ్బందికి గురిచేస్తుంది. ఇది అన్ని సమస్యలపై ప్రతికూలంగా మరియు చాలా విమర్శనాత్మకంగా ఆలోచించేలా చేస్తుంది. మీరు మీ పట్ల కనికరంతో ఉండటం ముఖ్యం మరియు ఇతరులతో కనెక్ట్ అవ్వకుండా మిమ్మల్ని కించపరచడం లేదా నిరుత్సాహపరచడం కాదు. ఇతరులకు మద్దతివ్వడం ఒకరి మానసిక స్థితిని పెంచుతుందని మరియు ఒకరిని సంతోషపెట్టేలా చేస్తుందని పరిశోధనలు సూచిస్తున్నాయి. ఈ పరిస్థితిని అధిగమించడానికి, మీరు మీ స్వంతంగా ప్రేమించుకోవడం ముఖ్యం.
4. కదలకుండా ఉండండి డిప్రెషన్ మిమ్మల్ని మంచంలో ఉంచేలా లేదా మీ సోఫాకు అతుక్కుపోయేలా చేస్తుంది. మీరు ఎంత తక్కువ తిరుగుతుంటే అంత అధ్వాన్నంగా ఉండవచ్చు. ప్రతిరోజూ స్నేహితుడితో లేదా ఒంటరిగా 20 నిమిషాల నడకకు వెళ్లండి. మీకు ఆసక్తి కలిగించే క్రీడను లేదా మిమ్మల్ని కదిలించే ఏదైనా ఇతర శారీరక శ్రమను కూడా మీరు ఎంచుకోవచ్చు. మానసిక స్థితిని పెంచే మరియు మిమ్మల్ని సంతోషపరిచే ఎండార్ఫిన్‌ల వంటి న్యూరోకెమికల్స్ ఉత్పత్తిని వ్యాయామం పెంచుతుందని కనుగొనబడింది.
5. కొంత సూర్యరశ్మిని పొందండి, డిప్రెషన్‌తో బాధపడుతున్న వారిపై సూర్యరశ్మి చికిత్సా ప్రభావాన్ని చూపుతుందని అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి. సూర్యకాంతి అణగారిన మానసిక స్థితిని పెంచుతుందని కనుగొనబడింది మరియు చికిత్సగా పనిచేస్తుంది. సూర్యకాంతిలో ఆరుబయట చిన్న నడకలు చేయండి. చీకటి గదిలో కాఫీ/టీ తాగడాన్ని ఎంచుకునే బదులు, ఎండలో కూడా అలానే ప్రయత్నించండి. మీరు యోగాను అభ్యసిస్తే, తెల్లవారుజామున దీన్ని చేయండి మరియు సూర్యకాంతి ప్రయోజనాలను కూడా ఆస్వాదించండి.
6. మానసిక స్థితిని పెంచే ఆహారాలను కలిగి ఉండండి, డిప్రెషన్‌తో పోరాడుతున్నప్పుడు, బి కాంప్లెక్స్, విటమిన్ సి మరియు ఒమేగా-3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ అధికంగా ఉండే ఆహారాలను చేర్చండి. ఒమేగా-3 రిచ్ ఫుడ్స్ (EPA మరియు DHA అధికంగా) మూడ్ స్వింగ్‌లను స్థిరీకరించడానికి కనుగొనబడ్డాయి. మీ ఆహారంలో కొవ్వు చేపలు లేదా చేప నూనె సప్లిమెంట్స్ వంటి ఆహారాలను చేర్చండి. మీ భోజనాన్ని దాటవేయవద్దు. మీరు సాధారణ గంటల తర్వాత (2-3 గంటలు) తినాలని నిర్ధారించుకోండి. చక్కెరలు మరియు బేకరీ ఐటమ్‌లు, పాస్తా మరియు ఫ్రెంచ్ ఫ్రైస్ వంటి శుద్ధి చేసిన పిండి పదార్థాలను తీసుకోవడం తగ్గించండి, ఎందుకంటే అవి ఎనర్జీ క్రాష్‌కు దారితీయవచ్చు.
7. వైద్య సహాయం కోరండి తీవ్రమైన సందర్భాల్లో, పైన పేర్కొన్న అన్ని ఆచరణాత్మక చిట్కాలు ఫలితాలను పొందడంలో విఫలమైనప్పుడు మీరు చికిత్సకుడి నుండి సహాయం పొందడం మంచిది. వైద్య సహాయం పరిస్థితిని ఎదుర్కోవడంలో మరియు మీ లక్షణాలను అదుపులో ఉంచడంలో మీకు సహాయం చేస్తుంది. డిప్రెషన్ మరియు సంబంధిత పరిస్థితులు

డయాబెటిస్ డయాబెటిస్ మెల్లిటస్ ఉన్నవారిలో డిప్రెషన్ రెండు నుండి మూడు రెట్లు ఎక్కువగా ఉంటుందని మీకు తెలుసా?

ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఉన్న సాధారణ జనాభాతో పోలిస్తే టైప్ 1 డయాబెటిస్ ఉన్న రోగులలో డిప్రెషన్ యొక్క ప్రాబల్యం మూడు రెట్లు ఎక్కువగా ఉంటుంది మరియు టైప్ 2 డయాబెటిస్ ఉన్నవారిలో రెండు రెట్లు ఎక్కువగా ఉంటుంది. డయాబెటిక్ పేషెంట్లలో డిప్రెషన్ మరియు యాంగ్జయిటీ ఉండటం వల్ల మధుమేహం యొక్క రోగ నిరూపణ మరింత దిగజారుతుంది, వైద్య చికిత్సకు అనుగుణంగా లేకపోవడం, జీవన నాణ్యత మరియు మరణాల సంఖ్య పెరుగుతాయి.

సాధారణ కారణం ఒత్తిడి మరియు వాపు కావచ్చు, రెండూ డిప్రెషన్ మరియు టైప్ 2 డయాబెటిస్‌ను ప్రోత్సహిస్తాయి, వాటి మధ్య సాధ్యమయ్యే సాధారణ సంబంధాన్ని ఇస్తాయి.

గుండె జబ్బులు కరోనరీ హార్ట్ డిసీజ్ (CHD) యొక్క పేద ఫలితాలతో సంబంధం కలిగి ఉన్నట్లు తెలిసింది. గుండెపోటు లేదా అస్థిరమైన ఆంజినా (గుండెకు రక్త ప్రసరణ తగ్గడం వల్ల విశ్రాంతి సమయంలో ఛాతీ నొప్పి) తర్వాత పేలవమైన రోగ నిరూపణకు డిప్రెషన్ ప్రమాద కారకంగా పనిచేస్తుంది. డిప్రెషన్‌తో గుండెపోటుతో బయటపడేవారిలో మరణించే ప్రమాదం డిప్రెషన్ లేని వారి కంటే మూడు రెట్లు ఎక్కువ అని కూడా కనుగొనబడింది.

ఇది తక్కువ-స్థాయి వాపుతో ముడిపడి ఉంది, ఇది ధమనుల అడ్డుపడటం మరియు కొలెస్ట్రాల్-నిండిన ఫలకం యొక్క చీలికలో పాల్గొంటుంది.

డిప్రెషన్ ఒత్తిడి హార్మోన్ల ఉత్పత్తిని కూడా పెంచుతుంది, ఇది పెరిగిన రక్త ప్రసరణ కోసం డిమాండ్‌లకు గుండె మరియు ధమనుల ప్రతిస్పందనను మందగిస్తుంది. ఇది ప్లేట్‌లెట్స్ అని పిలువబడే రక్త కణాల శకలాలను సక్రియం చేస్తుంది, రక్తప్రవాహంలో గడ్డకట్టడం మరియు ఏర్పడే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది.

డిప్రెషన్ మరియు ఇతర మానసిక రుగ్మతలు

ఆందోళన రుగ్మతలు డిప్రెసివ్ డిజార్డర్స్ ఉన్న రోగులలో కొమొర్బిడ్ ఆందోళన సాధారణం. ఇది నిస్పృహ రుగ్మతల యొక్క క్లినికల్ ప్రదర్శనను క్లిష్టతరం చేస్తుంది మరియు చికిత్స నిరోధకతకు దోహదం చేస్తుంది. డిప్రెసివ్ డిజార్డర్స్ ఉన్నవారిలో 70% కంటే ఎక్కువ మంది వ్యక్తులు కూడా ఆందోళన లక్షణాలను కలిగి ఉంటారని మరియు 40 నుండి 70% మంది ఏకకాలంలో కనీసం ఒక రకమైన ఆందోళన రుగ్మతకు సంబంధించిన ప్రమాణాలను కలిగి ఉన్నారని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. ఆందోళన లక్షణాలు లేదా ఆందోళన రుగ్మతల యొక్క ఏకకాల ఉనికి తరచుగా నిస్పృహ రుగ్మతల చికిత్సను క్లిష్టతరం చేస్తుంది.

స్కిజోఫ్రెనియా సాంకేతికంగా, డిప్రెషన్ మరియు స్కిజోఫ్రెనియా పూర్తిగా భిన్నంగా ఉన్నప్పటికీ, అణగారిన మానసిక స్థితి సాధారణంగా మొదటి-ఎపిసోడ్ స్కిజోఫ్రెనియాతో సంబంధం కలిగి ఉంటుంది. స్కిజోఫ్రెనియా అనేది దీర్ఘకాలిక మానసిక రుగ్మత, ఇది ఒక వ్యక్తి తన పరిసరాలతో ఎలా ఆలోచిస్తాడు, అనుభూతి చెందుతాడు, ప్రవర్తిస్తాడు మరియు పరస్పర చర్య చేస్తాడు. అంతేకాకుండా, ఈ లక్షణాలు రోగి యొక్క దైనందిన జీవితాన్ని అలాగే కొన్ని సందర్భాల్లో వైద్య చికిత్సతో పాటు ఆసుపత్రిలో చేరాల్సిన జీవిత నాణ్యతను దెబ్బతీస్తాయని నివేదించబడింది.

తినే రుగ్మతలు డిప్రెసివ్ డిజార్డర్స్ మరియు ఈటింగ్ డిజార్డర్స్ రెండూ బహుమితీయ మరియు వైవిధ్య రుగ్మతలు. అనోరెక్సియా నెర్వోసా ఉన్నవారిలో 32-39% మంది, బులీమియా నెర్వోసా ఉన్నవారిలో 36-50% మంది మరియు అతిగా తినే రుగ్మత ఉన్నవారిలో 33% మంది కూడా మేజర్ డిప్రెసివ్ డిజార్డర్‌తో బాధపడుతున్నారని పరిశోధనలు చెబుతున్నాయి. వారు స్త్రీలు మరియు బాలికలలో చాలా సాధారణం, కానీ పురుషులు మరియు అబ్బాయిలు అనోరెక్సియా లేదా బులీమియా ఉన్నవారిలో 5 నుండి 15 శాతం మరియు అతిగా తినే రుగ్మత ఉన్నవారిలో 35 శాతం మంది ఉన్నారు.

పదార్థ దుర్వినియోగం పదార్థ వినియోగం మరియు మానసిక అనారోగ్యం మధ్య బలమైన సంబంధం ఉందని రహస్యం కాదు. పదార్థ వినియోగం మరియు బలహీనతతో మాంద్యం యొక్క బలమైన లింక్ అణగారిన పదార్థ వినియోగదారులకు మెరుగైన చికిత్స జోక్యాలు అవసరమని సూచిస్తుంది.

ఫోబియాస్ ఫోబియాస్ అనేది ఒక రకమైన ఆందోళన రుగ్మత, ఇందులో రోగికి ఒక వ్యక్తి, స్థలం, వస్తువు లేదా నిర్దిష్ట పరిస్థితి పట్ల అహేతుకమైన మరియు అన్నింటినీ కలిగి ఉండే భయం ఉంటుంది. దురదృష్టవశాత్తు, నిరాశ మరియు ఆందోళన దగ్గరి సంబంధం కలిగి ఉంటాయి. కొన్ని సాధారణ భయాలలో ఇవి ఉన్నాయి: ఏవియోఫోబియా/ఏరోఫోబియా (ఎగిరే భయం) ఎమెటోఫోబియా (వాంతుల భయం) అమాక్సోఫోబియా (డ్రైవింగ్ భయం) తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు డిప్రెషన్‌కు మొదటి కారణం ఏమిటి? డిప్రెషన్‌కు కారణమయ్యే హార్మోన్ ఏది? మెదడులో సెరోటోనిన్ స్థాయిలను ఏది పెంచుతుంది? మీ మెదడులోని ఏ భాగం డిప్రెషన్‌తో ప్రభావితమవుతుంది? ఏ లింగం నిరాశకు గురయ్యే అవకాశం ఉంది? డిప్రెషన్ జన్యుపరమైన వ్యాధినా? నేను ఎప్పటికీ యాంటిడిప్రెసెంట్స్ తీసుకోవాలా? మీరు డిప్రెషన్ లేకుండా యాంటిడిప్రెసెంట్స్ తీసుకుంటే ఏమి జరుగుతుంది? నిరాశకు రక్షణ కారకాలు ఏమిటి? నేను సహజంగా నా మానసిక స్థితిని ఎలా పెంచుకోగలను? డిప్రెషన్ నయం అవుతుందా? డిప్రెషన్ అనేది అనారోగ్యమా లేక మానసిక స్థితినా? డిప్రెషన్ అనేది ఒత్తిడి కాకుండా మరేదైనా కారణం కావచ్చు? అన్ని యాంటిడిప్రెసెంట్స్ ప్రకృతిలో మత్తుమందులా? సంకల్ప శక్తి మరియు ప్రమేయం ద్వారా నిరాశను నియంత్రించవచ్చా? సూచనలు ముఖ్య వాస్తవాలు. డిప్రెషన్. ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ. చివరిగా సెప్టెంబర్, 2021లో నవీకరించబడింది. డిప్రెషన్ అంటే ఏమిటి? డిప్రెషన్. అమెరికన్ సైకియాట్రిక్ అసోసియేషన్. చివరిగా అక్టోబర్, 2020లో సమీక్షించబడింది. స్థూలదృష్టి. డిప్రెషన్. నేషనల్ ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ మెంటల్ హెల్త్. నేషనల్ ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ హెల్త్. చివరిగా ఫిబ్రవరి, 2018లో సవరించబడింది. గాంధీ PA, కిషోర్ J. డిప్రెషన్ యొక్క వ్యాప్తి మరియు ఢిల్లీలోని సాఫ్ట్‌వేర్ నిపుణుల మధ్య అనుబంధిత కారకాలు: ఒక క్రాస్ సెక్షనల్ అధ్యయనం. ఇండియన్ J పబ్లిక్ హెల్త్ 2020;64:413-6. డిప్రెషన్. నేషనల్ హెల్త్ పోర్టల్. భారతదేశం. చివరిగా సెప్టెంబర్, 2015న నవీకరించబడింది. అరవింద్ BA, గురురాజ్ G, లోగనాథన్ S, మరియు ఇతరులు. భారతదేశంలో నిస్పృహ రుగ్మతల వ్యాప్తి మరియు సామాజిక ఆర్థిక ప్రభావం: బహుళ-సైట్ జనాభా-ఆధారిత క్రాస్-సెక్షనల్ అధ్యయనం. BMJ ఓపెన్. 2019;9(6):e027250. 2019 జూన్ 27న ప్రచురించబడింది. క్రౌస్ సి, కద్రియు బి, లాంజెన్‌బెర్గర్ ఆర్, జరాటే సిఎ జూనియర్, కాస్పర్ ఎస్. మేజర్ డిప్రెషన్‌లో రోగ నిరూపణ మరియు మెరుగైన ఫలితాలు: ఒక సమీక్ష. ట్రాన్స్ల్ సైకియాట్రీ. 2019;9(1):127. 2019 ఏప్రిల్ 3న ప్రచురించబడింది. చాంద్ SP, ఆరిఫ్ H. డిప్రెషన్. [2021 జూలై 26న నవీకరించబడింది]. ఇన్: స్టాట్‌పెర్ల్స్ [ఇంటర్నెట్]. ట్రెజర్ ఐలాండ్ (FL): StatPearls పబ్లిషింగ్; 2022 జనవరి. బ్రిగిట్టా B. పాథోఫిజియాలజీ ఆఫ్ డిప్రెషన్ మరియు మెకానిజమ్స్ ఆఫ్ ట్రీట్‌మెంట్. డైలాగ్స్ క్లిన్ న్యూరోస్కీ. 2002;4(1):7-20. InformedHealth.org [ఇంటర్నెట్]. కొలోన్, జర్మనీ: ఇన్‌స్టిట్యూట్ ఫర్ క్వాలిటీ అండ్ ఎఫిషియెన్సీ ఇన్ హెల్త్ కేర్ (IQWiG); 2006-. డిప్రెషన్: అవలోకనం. [2020 జూన్ 18న నవీకరించబడింది]. వాంగ్ J, Wu X, Lai W, et al. ఔట్ పేషెంట్లలో డిప్రెషన్ మరియు డిప్రెసివ్ లక్షణాల వ్యాప్తి: ఒక క్రమబద్ధమైన సమీక్ష మరియు మెటా-విశ్లేషణ. BMJ ఓపెన్. 2017;7(8):e017173. 2017 ఆగస్టు 23న ప్రచురించబడింది. నేషనల్ రీసెర్చ్ కౌన్సిల్ (US) మరియు ఇన్‌స్టిట్యూట్ ఆఫ్ మెడిసిన్ (US) డిప్రెషన్, పేరెంటింగ్ ప్రాక్టీసెస్ మరియు పిల్లల ఆరోగ్యకరమైన అభివృద్ధిపై కమిటీ; ఇంగ్లాండ్ MJ, సిమ్ LJ, సంపాదకులు. తల్లిదండ్రులు, తల్లిదండ్రులు మరియు పిల్లలలో డిప్రెషన్: గుర్తింపు, చికిత్స మరియు నివారణను మెరుగుపరచడానికి అవకాశాలు. వాషింగ్టన్ (DC): నేషనల్ అకాడమీస్ ప్రెస్ (US); 2009. 3, ది ఎటియాలజీ ఆఫ్ డిప్రెషన్. కాల్టెన్‌బోక్ A, హార్మర్ C. ది న్యూరోసైన్స్ ఆఫ్ డిప్రెసివ్ డిజార్డర్స్: గతం యొక్క సంక్షిప్త సమీక్ష మరియు భవిష్యత్తు గురించి కొన్ని పరిశీలనలు. బ్రెయిన్ న్యూరోస్కి అడ్వా. 2018;2:2398212818799269. 2018 అక్టోబర్ 8న ప్రచురించబడింది.

==================================================

డయాబెటిస్‌ను డయాబెటిస్ మెల్లిటస్, హైపర్గ్లైసీమియా, హై బ్లడ్ షుగర్ అవలోకనం డయాబెటిస్ అని కూడా పిలుస్తారు, దీనిని డయాబెటిస్ మెల్లిటస్ అని కూడా పిలుస్తారు, ఇది రక్తంలో అధిక స్థాయిలో గ్లూకోజ్‌కు కారణమయ్యే దీర్ఘకాలిక జీవక్రియ రుగ్మత. ప్యాంక్రియాస్ - ఇన్సులిన్ హార్మోన్‌ను ఉత్పత్తి చేస్తుంది - (ఏదైనా లేదా తగినంత) ఇన్సులిన్‌ను ఉత్పత్తి చేయడంలో విఫలమైనప్పుడు లేదా రక్తంలో గ్లూకోజ్‌ను నియంత్రణలో ఉంచడానికి ఇన్సులిన్‌ను సమర్థవంతంగా ఉపయోగించడంలో విఫలమైనప్పుడు ఇది సంభవిస్తుంది. డయాబెటిస్‌లో రెండు ప్రధాన రకాలు ఉన్నాయి: టైప్ 1 మరియు టైప్ 2. టైప్ 1 డయాబెటిస్‌ను జువెనైల్ డయాబెటిస్ లేదా చిన్ననాటి మధుమేహం అని పిలుస్తారు, ఎందుకంటే ఇది పిల్లలు మరియు యువకులలో చాలా తరచుగా సంభవిస్తుంది. టైప్ 2 డయాబెటీస్ ప్రపంచవ్యాప్తంగా అధిక శాతం (సుమారు 90%) మధుమేహం మరియు వారి 20 నుండి 80 సంవత్సరాల వయస్సు గల వ్యక్తులను ప్రభావితం చేస్తుంది.

మధుమేహంతో బాధపడుతున్నట్లయితే (ఉపవాసం> 126 mg/dl మరియు/లేదా భోజనం తర్వాత> 200 mg/dl), మీరు క్రమానుగతంగా అనేక ఆరోగ్య పరీక్షలు చేయించుకోవాల్సి ఉంటుంది. సాధారణ ప్రయోగశాల పరీక్షలలో రక్త పరీక్షలు మరియు మూత్ర పరీక్షలు ఉన్నాయి. మధుమేహాన్ని జీవనశైలి మార్పులు, నోటి మందులు మరియు కొన్ని ఇంజెక్షన్లతో చికిత్స చేయవచ్చు. అధిక రక్తంలో గ్లూకోజ్, దీర్ఘకాలంలో తనిఖీ చేయకుండా వదిలేస్తే, కళ్ళు, నరాలు, మూత్రపిండాలు, కాళ్ళు మరియు గుండెకు హాని కలిగించవచ్చు.

డయాబెటిస్‌కు ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలిని అనుసరించడం, సమయానికి మందులు తీసుకోవడం మరియు ఏవైనా సమస్యలను గుర్తించడానికి క్రమం తప్పకుండా తనిఖీలు చేయడం వంటి జీవితకాల నిబద్ధత అవసరం. టైప్ 1 డయాబెటిస్‌లో సాధారణంగా కనిపించే ముఖ్య వాస్తవాలు: 15 సంవత్సరాల కంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్న పిల్లలు టైప్ 2 మధుమేహం: 20 నుండి 80 సంవత్సరాల మధ్య వయస్కులు లింగాన్ని ప్రభావితం చేస్తారు పురుషులు మరియు మహిళలు ఇద్దరూ శరీర భాగాలు (లు) పాల్గొన్న ప్యాంక్రియాస్ కళ్ళు నరాలు పాదాలు గుండె కిడ్నీలు పునరుత్పత్తి వ్యవస్థ ప్రపంచవ్యాప్త వ్యాప్తి: 463 మిలియన్ (2019) భారతదేశం: 77 మిలియన్ (2019) అనుకరించే పరిస్థితులు మెటబాలిక్ సిండ్రోమ్ హైపోథైరాయిడిజం హెమోక్రోమాటోసిస్ ప్యాంక్రియాటైటిస్ సిస్టిక్ ఫైబ్రోసిస్ ఇన్ఫెక్షన్‌లు కుషింగ్ సిండ్రోమ్ అవసరమైన ఆరోగ్య పరీక్షలు/ఇమేజింగ్ గ్లూకోజ్-ఫాస్టింగ్ జిజి రక్త పరీక్ష సిలేటెడ్ హిమోగ్లోబిన్ (HbA1c) పరీక్ష గ్లూకోజ్-రాండమ్ బ్లడ్ (RBG) టెస్ట్ ట్రీట్‌మెంట్ బిగువానైడ్స్: మెట్‌ఫార్మిన్ సల్ఫోనిలురియాస్: గ్లిమెపిరైడ్ & గ్లిపిజైడ్ థియాజోలిడినియోన్స్: పియోగ్లిటాజోన్ మెగ్లిటినైడ్‌లు: రెపాగ్లినైడ్ & నాట్‌గ్లినైడ్ ఆల్ఫా-గ్లూకోసిడేస్ ఇన్హిబిటర్స్: అకార్బోస్ & మిగ్‌లిప్‌టిన్ ఇన్హిబిటర్స్ టిన్ మైమెటిక్స్: ఎక్సెనాటైడ్, లిరాగ్లుటైడ్ & దులాగ్లుటైడ్ రాపిడ్ ఇన్సులిన్ యాక్టింగ్ ఇన్సులిన్: లిస్ప్రో & గ్లులిసిన్ షార్ట్ యాక్టింగ్ ఇన్సులిన్: ఇన్సులిన్ రెగ్యులర్ & సెమీడియట్ ఇన్సులిన్

మధుమేహం యొక్క అన్ని లక్షణాలను చూడండి

మధుమేహం యొక్క కొన్ని సాధారణ లక్షణాలు రకాలుగా సంబంధం లేకుండా, తరచుగా మూత్రవిసర్జన అధిక దాహం ఆకస్మిక బరువు తగ్గడం ఆకలి అస్పష్టమైన కంటిచూపు మంచం తడపడం శక్తి లేకపోవటం/అలసట కోతలు మరియు ఇతర గాయాలు ఆలస్యంగా నయం కావడం వల్ల డ్రై స్కిన్ ఫంగల్ ఇన్‌ఫెక్షన్లు మధుమేహానికి కారణాలు

టైప్ 1 డయాబెటీస్ ఇది స్వయం ప్రతిరక్షక ప్రతిచర్య వలన సంభవిస్తుందని అంటారు, దీనిలో రోగనిరోధక వ్యవస్థ ప్యాంక్రియాస్ యొక్క ఇన్సులిన్-ఉత్పత్తి చేసే బీటా కణాలపై దాడి చేస్తుంది మరియు నాశనానికి దారితీస్తుంది. ఫలితంగా, రక్తంలో గ్లూకోజ్ నియంత్రణను ప్రభావితం చేసే ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తి చాలా తక్కువగా ఉంటుంది లేదా ఉండదు. ఈ ప్రక్రియ యొక్క ఖచ్చితమైన కారణం ఇంకా పూర్తిగా అర్థం కానప్పటికీ, జన్యువులు అలాగే వైరల్ ఇన్ఫెక్షన్, టాక్సిన్స్ లేదా ఆహార కారకాలు వంటి పర్యావరణ కారకాలు పాత్ర పోషిస్తాయని నమ్ముతారు. ఇది చాలా తరచుగా పిల్లలు మరియు యువకులలో సంభవిస్తుంది. టైప్ 2 డయాబెటిస్ ఇన్సులిన్‌కు శరీరం సరిగ్గా స్పందించలేకపోవడం వల్ల ఇన్సులిన్ నిరోధకతకు దారితీస్తుంది. ఇది ఇన్సులిన్ అనే హార్మోన్ పనికిరాకుండా పోతుంది, దీని వలన శరీరం మరింత ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తి చేస్తుంది. ఫలితంగా, ప్యాంక్రియాస్ ఎక్కువ ఇన్సులిన్ కోసం శరీరం యొక్క డిమాండ్‌ను కొనసాగించడంలో విఫలమవుతుంది. ఇది క్రమంగా ఇన్సులిన్ యొక్క తగినంత ఉత్పత్తిని కలిగిస్తుంది, ఇది అధిక రక్తంలో గ్లూకోజ్‌కు దారితీస్తుంది. టైప్ 2 మధుమేహం యొక్క చాలా సందర్భాలలో ప్రిడయాబెటిస్ అని పిలవబడే దశ ద్వారా వెళుతుంది, దీనిలో కణాలు ఇన్సులిన్‌కు సాధారణంగా స్పందించవు. ఇతర రకాల మధుమేహం టైప్ 1 మరియు టైప్ 2 డయాబెటిస్ కాకుండా, మీరు తెలుసుకోవలసిన ఇతర రూపాలు ఉన్నాయి. వీటిలో ఇవి ఉన్నాయి: 1. ప్రీడయాబెటిస్ పేరు సూచించినట్లుగా, ప్రీడయాబెటిస్ అనేది రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలు సాధారణం కంటే ఎక్కువగా ఉన్నప్పటికీ డయాబెటిస్‌గా వర్గీకరించబడేంత ఎక్కువగా లేని పరిస్థితి. సరళంగా చెప్పాలంటే, ఇది ఒక దశ, దీనిని విస్మరించినట్లయితే, టైప్ 2 మధుమేహం మరియు మధుమేహం సంబంధిత సమస్యలుగా అభివృద్ధి చెందుతాయి. అందుకే దీనిని 'నాన్-డయాబెటిక్ హైపర్గ్లైకేమియా' లేదా 'ఇంటర్మీడియట్ హైపర్గ్లైకేమియా' అని కూడా అంటారు. ప్రీడయాబెటిస్ యొక్క స్పష్టమైన లక్షణాలు లేవు, కాబట్టి మీరు దానిని కలిగి ఉండవచ్చు మరియు అది తెలియకపోవచ్చు. అయినప్పటికీ, జీవనశైలి మార్పులతో ప్రారంభ చికిత్స మీ రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలను సాధారణ పరిధిలో ఉంచడానికి సహాయపడుతుంది. 2. జెస్టేషనల్ డయాబెటిస్ మెల్లిటస్ (GDM), గర్భధారణ సమయంలో నిర్ధారణ అయిన మధుమేహం అని నిర్వచించబడింది, ఇది ప్రపంచవ్యాప్తంగా గర్భిణీ స్త్రీలలో గణనీయమైన భాగాన్ని ప్రభావితం చేస్తుంది. మహిళలు సాధారణంగా గర్భం యొక్క రెండవ లేదా మూడవ త్రైమాసికంలో గర్భధారణ మధుమేహాన్ని అభివృద్ధి చేస్తారు. మీ భవిష్యత్ గర్భధారణ సమయంలో ఈ పరిస్థితిని అభివృద్ధి చేసే ప్రమాదం కూడా ఎక్కువగా ఉండవచ్చు. ఇది పిల్లలలో మెదడు మరియు వెన్నుపాము క్రమరాహిత్యాలు, ఊబకాయం మరియు గ్లూకోజ్ అసహనం (డయాబెటిస్) ప్రమాదాన్ని కూడా పెంచుతుంది. తల్లి మరియు బిడ్డలో ప్రధాన పరిణామాల కారణంగా, ప్రతి గర్భిణీ స్త్రీ GDM గురించి తెలుసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. 3. మోనోజెనిక్ మధుమేహం పేరు సూచించినట్లుగా, మోనోజెనిక్ మధుమేహం అనేది టైప్ 1 మరియు టైప్ 2 డయాబెటిస్‌లో కనిపించే బహుళ జన్యువులు మరియు పర్యావరణ కారకాల సహకారం కంటే ఒకే జన్యువు నుండి వస్తుంది. ఇది చాలా తక్కువ సాధారణం మరియు అన్ని కేసులలో 1.5-2% ప్రాతినిధ్యం వహిస్తుంది. ఇది తరచుగా టైప్ 1 లేదా టైప్ 2 డయాబెటిస్‌గా తప్పుగా నిర్ధారణ చేయబడుతుంది. ఈ మోనోజెనిక్ రూపాలు నియోనాటల్ డయాబెటిస్ మెల్లిటస్ (లేదా 'మోనోజెనిక్ డయాబెటిస్ ఆఫ్ ఇన్‌ఫాన్సీ'), మెచ్యూరిటీ ఆన్‌సెట్ డయాబెటిస్ ఆఫ్ ది యువకులు (MODY) మరియు అరుదైన మధుమేహం సంబంధిత సిండ్రోమిక్ వ్యాధుల నుండి విస్తృత వర్ణపటాన్ని ప్రదర్శిస్తాయి. గమనిక: బలహీనమైన గ్లూకోస్ టాలరెన్స్ (IGT) మరియు బలహీనమైన ఉపవాసం గ్లైకేమియా (IFG) సాధారణ స్థితి మరియు మధుమేహం మధ్య పరివర్తనలో మధ్యస్థ పరిస్థితులు. IGT లేదా IFG ఉన్న వ్యక్తులు టైప్ 2 డయాబెటిస్‌కు పురోగమించే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంది, అయినప్పటికీ ఇది అనివార్యం కాదు. మధుమేహానికి ప్రమాద కారకాలు

రకాన్ని బట్టి, మధుమేహానికి అనేక ప్రమాద కారకాలు ఉన్నాయి. వీటితొ పాటు:

1. టైప్ 1 డయాబెటిస్ టైప్ 1 డయాబెటిస్‌కు చాలా ప్రమాద కారకాలు లేనప్పటికీ, ప్రమాదాన్ని పెంచే కొన్ని కారకాలు: కొన్ని రకాల జన్యువుల ఉనికి పర్యావరణ ట్రిగ్గర్లు లేదా వైరస్ (ఏదైనా ఇన్ఫెక్షన్ లేదా బ్యాక్టీరియా), ఇది స్వయం ప్రతిరక్షక ప్రతిచర్య ఆటోఆంటిబాడీల ఉనికి (మీ స్వంత శరీర కణజాలం లేదా అవయవాలపై పొరపాటుగా దాడి చేసే ప్రతిరోధకాలు) భౌగోళిక స్థానం (ఫిన్లాండ్ మరియు స్వీడన్ వంటి కొన్ని దేశాల్లో టైప్ 1 మధుమేహం ఎక్కువగా ఉంది) మధుమేహం యొక్క కుటుంబ చరిత్ర
2. టైప్ 2 మధుమేహం టైప్ 2 డయాబెటిస్ పెద్దవారిలో సాధారణం అయినప్పటికీ, చిన్ననాటి ఊబకాయం సర్వసాధారణంగా మారడం వల్ల పెద్ద పిల్లలలో కూడా ఇది కనిపిస్తుంది. టైప్ 2 డయాబెటీస్ ప్రమాదాన్ని పెంచే కారకాల జాబితాలో ఇవి ఉన్నాయి: అధిక బరువు లేదా ఊబకాయం ధూమపానం యొక్క కుటుంబ చరిత్ర మధుమేహం యొక్క కుటుంబ చరిత్ర అధిక కొలెస్ట్రాల్, హైపర్‌టెన్షన్ లేదా హృదయ సంబంధ వ్యాధుల కుటుంబ చరిత్ర నిశ్చల జీవనశైలిని కలిగి ఉండటం పాలిసిస్టిక్ ఓవేరియన్ సిండ్రోమ్ (PCOS) తో బాధపడుతోంది. గర్భిణీగా ఉండటం వల్ల ఒత్తిడిని నయం చేయడంలో విఫలమయ్యే పునరావృత గాయాలు/వ్రణాలు, గర్భధారణలో మధుమేహం చరిత్ర బలహీనమైన గ్లూకోస్ టాలరెన్స్ చరిత్ర
3. గర్భధారణ మధుమేహం IDF ప్రకారం, గర్భధారణ సమయంలో సాధారణ రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలు ఉన్న మహిళలతో పోలిస్తే, ముందుగా GDM ఉన్న స్త్రీలు టైప్ 2 మధుమేహం వచ్చే ప్రమాదం 7.4 రెట్లు ఎక్కువ. డెలివరీ తర్వాత 3 నుండి 6 సంవత్సరాల వరకు ఈ ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది. గర్భధారణ మధుమేహం యొక్క అధిక ప్రమాదానికి గురిచేసే కొన్ని కారకాలు: BMI (బాడీ మాస్ ఇండెక్స్) 30 కంటే ఎక్కువగా ఉంటుంది: గర్భధారణ సమయంలో అధిక బరువు పెరగడం మధుమేహం యొక్క కుటుంబ చరిత్ర 4.5kg లేదా అంతకంటే ఎక్కువ బరువున్న శిశువుకు జన్మనిచ్చిన చరిత్ర (కవలలు) /ట్రిపుల్స్) హైపర్‌టెన్షన్ కుటుంబ చరిత్ర గర్భస్రావాలు లేదా మృత జన్మల చరిత్ర ఇన్సులిన్ రెసిస్టెన్స్ లేదా పాలిసిస్టిక్ ఒవేరియన్ సిండ్రోమ్ (PCOS)కి సంబంధించిన పరిస్థితుల చరిత్ర (PCOS) అలవాటు ధూమపానం యొక్క చరిత్ర పుట్టుకతో వచ్చే అసాధారణత కలిగిన బిడ్డకు జన్మనివ్వడం మీకు తెలుసా? డ్రగ్ లేదా కెమికల్ ప్రేరిత మధుమేహం అనేది ఒక రకమైన మధుమేహం, ఇది రోగనిరోధక శక్తిని తగ్గించే మందులు (అవయవ మార్పిడి రోగులలో), నీటి మాత్రలు మరియు స్టెరాయిడ్స్ వంటి మందులు లేదా రసాయనాల వల్ల కలుగుతుంది. దాని గురించి మరింత తెలుసుకోవడానికి వైద్యుడిని సంప్రదించండి. డయాబెటీస్ నిర్ధారణను ఇప్పుడు సంప్రదించండి సాధారణ ప్రయోగశాల పరీక్షలలో రక్త పరీక్షలు మరియు మూత్ర పరీక్షలు ఉంటాయి. రక్త పరీక్షలు ఇవి:
4. యాదృచ్ఛిక రక్త చక్కెర పరీక్ష రక్తంలో తిరుగుతున్న గ్లూకోజ్ స్థాయిలను కొలవడానికి యాదృచ్ఛిక రక్త గ్లూకోజ్ పరీక్ష జరుగుతుంది. మధుమేహాన్ని నిర్ధారించడానికి ఈ పరీక్ష చేస్తారు. మధుమేహం కోసం ఇతర పరీక్షల మాదిరిగా కాకుండా మీరు ఉపవాసం చేయవలసిన అవసరం లేదు కాబట్టి మీరు ఈ పరీక్షను రోజులో ఎప్పుడైనా తీసుకోవచ్చు. అయితే, రోగ నిర్ధారణను నిర్ధారించడానికి ఇతర పరీక్షలు అవసరం. సాధారణ నివారణ ఆరోగ్య తనిఖీలో భాగంగా లేదా మీకు అధిక రక్తంలో గ్లూకోజ్/హైపర్గ్లైసీమియా లక్షణాలు ఉంటే ఈ పరీక్ష జరుగుతుంది. మధుమేహ పరీక్ష కోసం అమెరికన్ డయాబెటిస్ అసోసియేషన్ మార్గదర్శకాల ప్రకారం, యాదృచ్ఛిక రక్త గ్లూకోజ్ పరీక్ష కోసం విలువలు క్రింది విధంగా ఉన్నాయి: సాధారణం: 140 mg/dl కంటే తక్కువ ప్రీడయాబెటిస్: 140 మరియు 200 mg/dl మధ్య మధుమేహం: 200 mg/dl కంటే ఎక్కువ లేదా సమానం గర్భిణీ స్త్రీలు: 200 mg/dl కంటే ఎక్కువ లేదా సమానం
5. ఫాస్టింగ్ ప్లాస్మా గ్లూకోజ్ పరీక్ష (FPGT) మధుమేహం కోసం సూచించిన అత్యంత సాధారణ పరీక్షలలో ఫాస్టింగ్ బ్లడ్ గ్లూకోజ్ పరీక్ష ఒకటి. ఇది ఉపవాస స్థితిలో (ఖాళీ కడుపు) రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలను కొలిచే రక్త పరీక్ష. ఆదర్శవంతంగా, పరీక్షకు 8-12 గంటల ముందు (నీరు తప్ప) ఏమీ తినకూడదని లేదా త్రాగకూడదని సలహా ఇస్తారు. మధుమేహాన్ని నిర్ధారించడానికి మరియు పర్యవేక్షించడానికి ఇది సులభమైన మరియు వేగవంతమైన పరీక్ష. మధుమేహ పరీక్ష కోసం అమెరికన్ డయాబెటిస్ అసోసియేషన్ మార్గదర్శకాల ప్రకారం, FPGT విలువలు క్రింది విధంగా ఉన్నాయి: సాధారణం: 100 mg/dl కంటే తక్కువ ప్రీడయాబెటిస్: 100 mg/dl నుండి 125 mg/dl మధ్య మధుమేహం: 126 mg/dl కంటే ఎక్కువ లేదా సమానం మహిళలు: 90-140 mg/dl మధ్య
6. పోస్ట్‌ప్రాండియల్ బ్లడ్ గ్లూకోజ్ (PPBG) పరీక్ష చివరి భోజనం ప్రారంభించిన 2 గంటల తర్వాత రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలను కొలవడానికి నిర్వహిస్తారు. ఇది సాధారణంగా ప్రీడయాబెటిస్ మరియు మధుమేహం రకాలు 1 మరియు 2 కోసం పరీక్షించడానికి సిఫార్సు చేయబడింది. ఇది మధుమేహం కోసం చికిత్స పొందుతున్న రోగులలో చికిత్స సామర్థ్యాన్ని పర్యవేక్షించడానికి కూడా ఉపయోగించబడుతుంది. రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయి 140 మరియు 200 mg/dl మధ్య పడిపోయినప్పుడు పరీక్ష సాధారణంగా సిఫార్సు చేయబడింది. మధుమేహ పరీక్ష కోసం అమెరికన్ డయాబెటిస్ అసోసియేషన్ మార్గదర్శకాల ప్రకారం, PPBG విలువలు క్రింది విధంగా ఉన్నాయి: సాధారణం: 140 mg/dl కంటే తక్కువ బలహీనమైన గ్లూకోస్ టాలరెన్స్ (ప్రీడయాబెటిస్): 140 మరియు 200 mg/dl మధ్య మధుమేహం: 200 mg కంటే ఎక్కువ లేదా సమానం /dl
7. హిమోగ్లోబిన్ A1c (HbA1c) పరీక్ష ఇది గత 2 నుండి 3 నెలల్లో ఒక వ్యక్తి యొక్క సగటు రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిని కొలిచే రక్త పరీక్ష. మీ మధుమేహం మందులతో ఎంతవరకు నిర్వహించబడుతుందో తనిఖీ చేయడానికి ఇది ఆదర్శంగా ఉపయోగించబడుతుంది. అయితే, మీ ఉపవాసం మరియు భోజనానంతర స్థాయిలు ఎక్కువగా ఉంటే, రోగ నిర్ధారణను నిర్ధారించడానికి HbA1c సూచించబడుతుంది. మధుమేహం పరీక్ష కోసం అమెరికన్ డయాబెటిస్ అసోసియేషన్ మార్గదర్శకాల ప్రకారం, HbA1c విలువలు క్రింది విధంగా ఉన్నాయి: సాధారణం: 5.7% కంటే తక్కువ ప్రీడయాబెటిస్: 5.7% నుండి 6.4% మధ్య మధుమేహం: 6.5% కంటే ఎక్కువ లేదా సమానమైన గర్భిణీ స్త్రీలు: 6% నుండి 6 మధ్య. %
8. ఓరల్ గ్లూకోస్ టాలరెన్స్ టెస్ట్ (OGTT) మీరు తీపి పానీయం తీసుకునే ముందు మరియు 2 గంటల తర్వాత రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలను తనిఖీ చేయడానికి పరీక్ష ఉపయోగించబడుతుంది (చాలా సందర్భాలలో ఇది గ్లూకోజ్ ద్రావణం). మీ శరీరం గ్లూకోజ్ (చక్కెర)ను ఎంత బాగా ప్రాసెస్ చేస్తుందో పరీక్ష మీ వైద్యుడికి చెబుతుంది, ఇది మధుమేహం నిర్ధారణలో సహాయపడుతుంది. మధుమేహ పరీక్ష కోసం అమెరికన్ డయాబెటిస్ అసోసియేషన్ మార్గదర్శకాల ప్రకారం, OGTT విలువలు క్రింది విధంగా ఉన్నాయి: సాధారణం : 140 mg/dl కంటే తక్కువ ప్రీడయాబెటిస్: 140 mg/dl నుండి 199 mg/dl మధ్య మధుమేహం: 200 mg/dl కంటే ఎక్కువ లేదా సమానం గర్భిణీ స్త్రీలు: 200 mg/dl కంటే ఎక్కువ లేదా సమానం

మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులతో పాటు మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులకు కూడా రక్తంలో గ్లూకోజ్ పరీక్షలు ఎందుకు ముఖ్యమో ఈ వీడియోలో చూడండి.

1. ఇతర పరీక్షలు మధుమేహంతో బాధపడుతున్నట్లయితే, మీరు క్రమానుగతంగా అనేక ఆరోగ్య పరీక్షలు చేయించుకోవాల్సి ఉంటుంది. వీటితొ పాటు:
2. రక్తపోటు అమెరికన్ హార్ట్ అసోసియేషన్ ప్రకారం, మీ రక్తపోటు 120/80 mmHg కంటే తక్కువగా ఉండాలి. ఎందుకంటే, తమ రక్తపోటును అదుపులో ఉంచుకునే రోగులు గుండెపోటు, అంధత్వం లేదా మూత్రపిండాలు దెబ్బతినడం వంటి మధుమేహ సంబంధిత సమస్యలతో బాధపడే అవకాశం తక్కువ. ప్రతి డాక్టర్ సందర్శనలో లేదా ప్రతి నెల రెండుసార్లు మీ రక్తపోటును తనిఖీ చేసుకోండి. మీరు మధుమేహంతో పాటు అధిక రక్తపోటును కలిగి ఉన్నట్లయితే, మీరు మీ రక్తపోటును స్వయంగా పర్యవేక్షించాలి మరియు రక్తపోటు డైరీని నిర్వహించాలి.

మీ రక్తపోటు (BP) స్థాయిని గమనించడానికి, డిజిటల్ BP మానిటర్‌ని పొందండి. ఇప్పుడే కొనండి

1. కంటి పరీక్ష సవివరమైన కంటి పరీక్ష కోసం మీరు ప్రతి సంవత్సరం ఒకసారి నేత్ర వైద్య నిపుణుడిని (కంటి నిపుణుడు) సందర్శించాలి. కంటి వెనుక (రెటీనా) నరాల కణజాలాలకు ఏదైనా నష్టం జరిగితే డాక్టర్ తనిఖీ చేస్తారు. మధుమేహం డయాబెటిక్ రెటినోపతి మరియు కంటిశుక్లంకు దారితీయవచ్చు.
2. పాదాల పరీక్ష మీ పాదాలలో మీ పల్స్ మరియు రిఫ్లెక్స్‌లను చెక్ చేసుకోవడానికి కనీసం ప్రతి సంవత్సరం ఒకసారి పాద పరీక్ష కోసం మీరు తప్పనిసరిగా మీ వైద్యుడిని సందర్శించాలి. మీ పాదాలలో ఎక్కడైనా నయం కాని కోతలు, ఇన్ఫెక్షన్‌లు, పుండ్లు లేదా ఫీలింగ్ కోల్పోవడం కోసం కూడా మీరు పరీక్షించబడవచ్చు. మధుమేహం కోసం ఇక్కడ కొన్ని పాదరక్షలు చిట్కాలు ఉన్నాయి.
3. లిపిడ్ ప్రొఫైల్ పరీక్ష కొలెస్ట్రాల్ అనేది మీ రక్తంలో HDL (మంచి కొలెస్ట్రాల్) మరియు LDL (చెడు కొలెస్ట్రాల్) వంటి మైనపు పదార్థం. మధుమేహంతో, ఎల్‌డిఎల్ స్థాయిలు మరియు ట్రైగ్లిజరైడ్‌లు పెరుగుతాయి, అయితే హెచ్‌డిఎల్ స్థాయిలు తగ్గుతాయి, గుండె జబ్బులు మరియు స్ట్రోక్ ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయి.
4. కిడ్నీ పనితీరు పరీక్షలు మీరు కిడ్నీ పనితీరు పరీక్షలు (రక్త పరీక్షలు) మరియు మూత్ర పరీక్ష ద్వారా మీ కిడ్నీల కోసం సంవత్సరానికి ఒకసారి తనిఖీ చేసుకోవాలి. ఎందుకంటే, మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులలో, మూత్రపిండాలలోని రక్త నాళాలు గాయపడతాయి మరియు మీ మూత్రపిండాలు మీ రక్తాన్ని సరిగ్గా శుభ్రం చేయలేవు. ఫలితంగా, మీ శరీరం దాని కంటే ఎక్కువ నీరు, ఉప్పు మరియు ప్రోటీన్లను కలిగి ఉంటుంది, ఇది మీ మూత్రపిండాల ఆరోగ్యాన్ని ప్రభావితం చేస్తుంది.
5. దంత పరీక్ష మీ చిగుళ్ళు, దంతాలు మరియు క్రమం తప్పకుండా శుభ్రపరచడం కోసం ప్రతి 6 నెలలకోసారి దంతవైద్యునిచే పరీక్షించుకోండి. ఎందుకంటే రక్తంలో అధిక స్థాయి గ్లూకోజ్ నోటిలో నొప్పి, మంట మరియు ఎరుపుకు దారితీస్తుంది మరియు చిగురువాపు (చిగుళ్ల వాపు), పీరియాంటైటిస్ (గమ్ డిసీజ్), ఓరల్ థ్రష్ మరియు నోరు పొడిబారడం వంటి వివిధ నోటి సమస్యల ప్రమాదాన్ని కూడా పెంచుతుంది.
6. కాలేయ పనితీరు పరీక్షలు (LFT) మీ రక్తంలో ప్రోటీన్లు, కాలేయ ఎంజైమ్‌లు లేదా బిలిరుబిన్ స్థాయిలను కొలవడం ద్వారా మీ కాలేయం యొక్క ఆరోగ్యాన్ని గుర్తించడంలో సహాయపడుతుంది కాబట్టి ఇది సంవత్సరానికి ఒకసారి చేయాలి. టైప్ 2 మధుమేహం కాలేయ ఎంజైమ్‌ల స్థాయిని పెంచడం మరియు కొవ్వు కాలేయ వ్యాధి, లివర్ సిర్రోసిస్ మరియు కాలేయ వైఫల్యం వంటి ప్రమాదాలను పెంచడం ద్వారా కాలేయ పనితీరులో బలహీనతతో సంబంధం కలిగి ఉంటుంది.
7. విటమిన్ బి 12 పరీక్ష మీరు చాలా కాలంగా మెట్‌ఫార్మిన్ తీసుకుంటే, మెట్‌ఫార్మిన్ వాడకం విటమిన్ బి 12 లోపానికి కారణం కావచ్చు కాబట్టి మీరు మీ విటమిన్ బి 12 స్థాయిలను తనిఖీ చేసుకోవాలి. మీరు రక్తహీనత లేదా పరిధీయ నరాలవ్యాధిని కలిగి ఉంటే ప్రత్యేకంగా విటమిన్ B12 స్థాయిల యొక్క కాలానుగుణ కొలతను పరిగణించాలి. మధుమేహం నివారణ

డైట్ కంట్రోల్, యాక్టివ్‌గా ఉండటం, మీ బరువుపై నిఘా ఉంచడం మరియు దుర్గుణాలకు దూరంగా ఉండటం వంటి సాధారణ జీవనశైలి మార్పులతో, మీరు మీ టైప్ 2 డయాబెటిస్ ప్రమాదాన్ని తగ్గించుకోవచ్చు. ప్రారంభించడానికి ఇక్కడ కొన్ని చిట్కాలు ఉన్నాయి. 1. ఆరోగ్యకరమైన ఆహార ఎంపికలు చేసుకోండి మధుమేహాన్ని నిర్వహించడానికి మరియు నిరోధించడానికి మీ ఆహారాన్ని జాగ్రత్తగా చూసుకోవడం చాలా ముఖ్యమైన భాగాలలో ఒకటి. ఆలివ్ ఆయిల్, కనోలా ఆయిల్, సోయాబీన్ ఆయిల్ లేదా రైస్ బ్రాన్ ఆయిల్ వంటి మోనో అసంతృప్త కొవ్వులు & పాలీఅన్‌శాచురేటెడ్ కొవ్వులు అధికంగా ఉండే నూనెలకు మారండి. రోజుకు ఒక టేబుల్ స్పూన్ తీసుకోవడం పరిమితం చేయండి. తెల్ల రొట్టెలు, తెల్ల బియ్యం, కొవ్వు పదార్ధాలు మరియు సోడా వంటి అధిక గ్లైసెమిక్ సూచిక కలిగిన ఆహారాన్ని తీసుకోవడం పరిమితం చేయండి. మల్టీగ్రెయిన్ పిండి, తృణధాన్యాలు, పప్పులు, చాలా పండ్లు, పిండి లేని కూరగాయలు మరియు క్యారెట్లు వంటి తక్కువ గ్లైసెమిక్ సూచిక కలిగిన ఆహారాన్ని తీసుకోండి. చిప్స్, ప్రాసెస్ చేసిన ఆహారాలు మొదలైన ఫాస్ట్ ఫుడ్ వినియోగాన్ని పరిమితం చేయండి. 2. మీ బరువును చూడండి బరువు తగ్గడం రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. మీకు టైప్ 2 డయాబెటిస్ ఉన్నట్లయితే, కేవలం 4-6 కిలోల బరువు తగ్గడం వల్ల మీ గ్లూకోజ్ స్థాయిలు తగ్గుతాయి. శరీరంలో కొవ్వు పంపిణీ చేసే విధానం మధుమేహం ప్రమాదాన్ని మరియు నిర్వహణను కూడా ప్రభావితం చేస్తుంది. పొత్తికడుపు కొవ్వు (బొడ్డు చుట్టూ కొవ్వు) ఉన్నవారు టైప్ 2 డయాబెటిస్‌కు గురయ్యే అవకాశం ఎక్కువగా తొడలు, పండ్లు మరియు పిరుదులలో కొవ్వు ఉన్నవారి కంటే ఎక్కువగా ఉంటుంది.

1. క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయండి రెగ్యులర్ వ్యాయామం మీ శరీరాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచడానికి మరియు మధుమేహాన్ని నివారించడానికి మంచి మార్గం. కనీసం 30 నుండి 45 నిమిషాల పాటు వారానికి మూడు సార్లు వ్యాయామం చేయండి. వ్యాయామం ప్రారంభించే ముందు 5 నిమిషాలు వేడెక్కండి మరియు వ్యాయామం చేసిన తర్వాత 5 నిమిషాలు చల్లబరచండి.

రోజంతా మరింత చురుకుగా ఉండండి. మీ ఇల్లు/కార్యాలయం నుండి మీ కారును పార్కింగ్ చేయడం, ఎలివేటర్‌కు బదులుగా మెట్లను ఎంచుకోవడం లేదా ఫోన్‌లో మాట్లాడుతూ కూర్చోకుండా నడవడం వంటివి ఇందులో ఉన్నాయి. 4. ఒత్తిడిని మెరుగ్గా నిర్వహించండి ఒత్తిడి రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించడం కష్టతరం చేస్తుంది. చదవడం, ప్రయాణం చేయడం, క్రీడలు మరియు ఇతర హాబీలు వంటి ఒత్తిడిని తగ్గించడంలో మీకు సహాయపడే కార్యకలాపాలలో పాల్గొనడం ద్వారా అనవసరమైన ఒత్తిడిని నివారించండి. మీరు ఆందోళన మరియు ఒత్తిడిని తగ్గించడానికి ధ్యానం మరియు యోగా వంటి విశ్రాంతి పద్ధతులను కూడా ప్రయత్నించవచ్చు. మీరు యోగా క్లబ్‌లో చేరవచ్చు లేదా ధ్యానం చేయడానికి ప్రతిరోజూ 10-15 నిమిషాలు తీసుకోవచ్చు.

ఒత్తిడిని ఎదుర్కోవడం కష్టమేనా? మా విస్తృత శ్రేణి ఒత్తిడి నిర్వహణ ఉత్పత్తులను ప్రయత్నించండి. ఇక్కడ అన్వేషించండి

1. రెగ్యులర్ హెల్త్ చెకప్‌ల కోసం వెళ్లండి మధుమేహం యొక్క లక్షణాలు చాలా వరకు దాని కోర్సులో ఆలస్యంగా గుర్తించబడవు, మధుమేహం గురించి తెలుసుకోవడానికి నివారణ ఆరోగ్య పరీక్షను పొందడం మంచిది. మీకు రక్తపోటు, ఊబకాయం లేదా గుండె జబ్బులు వంటి ఏవైనా ప్రమాద కారకాలు ఉన్నట్లయితే, మీరు ప్రతి 6 నెలల నుండి ఒక సంవత్సరానికి ఒకసారి ఆరోగ్య తనిఖీని పొందాలి.
2. ధూమపానం మానేయండి ధూమపానం హృదయ సంబంధ వ్యాధులు, స్ట్రోక్, కంటి వ్యాధులు, నరాల దెబ్బతినడం మరియు మూత్రపిండాల నష్టం వంటి అనేక మధుమేహ సమస్యల ప్రమాదాన్ని నేరుగా పెంచుతుందని కనుగొనబడింది. ఇది పాదాలకు మరియు ఇతర శరీర అంత్య భాగాలకు రక్త ప్రవాహాన్ని తగ్గిస్తుందని కూడా కనుగొనబడింది. ఇది పాదాల సమస్యలకు దారి తీస్తుంది మరియు గాయాలు నయం చేయడం నెమ్మదిస్తుంది. రక్త ప్రసరణ సక్రమంగా జరగకపోవడం వల్ల ఇన్ఫెక్షన్‌లు మరియు అవాంఛిత నోటి అల్సర్‌లకు దారి తీయవచ్చు, ఇది నోటి ఆరోగ్య సమస్యలకు దారి తీస్తుంది. కాబట్టి, మీ డయాబెటిక్ సమస్యల ప్రమాదాన్ని తగ్గించడానికి ధూమపానం మానేయడం తెలివైన పని. ధూమపానం మానేయడానికి మీకు సహాయపడే చర్యల కోసం మీ వైద్యునితో మాట్లాడండి.

పొగాకు ఆరోగ్యానికి హానికరం. పొగాకుకు నో చెప్పండి. మా ధూమపాన విరమణ ఉత్పత్తి శ్రేణిని ప్రయత్నించండి. చెక్ నౌ సెలబ్రిటీస్ ప్రభావిత అరవింద్ కేజ్రీవాల్ ఢిల్లీ సిఎం అరవింద్ కేజ్రీవాల్ తాను కూడా డయాబెటిస్‌తో బాధపడుతున్నారని మరియు తన రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిని నియంత్రణలో ఉంచడానికి ఇన్సులిన్ తీసుకుంటారని ట్విట్టర్‌లో పేర్కొన్నారు. టామ్ హాంక్స్ ఆస్కార్ విజేత హాలీవుడ్ నటుడు, టామ్ 2013 సంవత్సరంలో అమెరికన్ టాక్ షో "ది లేట్ షో"లో టైప్ 2 డయాబెటిస్‌తో బాధపడుతున్నట్లు వెల్లడించాడు మరియు అతను ఎల్లప్పుడూ డయాబెటిస్‌ను నిర్వహించడానికి కఠినమైన ప్రణాళికను అనుసరిస్తాడు. సందర్శించవలసిన నిపుణుడు

మీరు జలదరింపు అనుభూతి లేదా అవయవాల తిమ్మిరి, విపరీతమైన ఆకలి లేదా దాహం లేదా వివరించలేని బరువు తగ్గడం వంటి లక్షణాలను ఎదుర్కొంటుంటే, కింది నిపుణులను సంప్రదించడం మంచిది: ఎండోక్రినాలజిస్ట్ డయాబెటాలజిస్ట్ మీకు ఇప్పటికే మధుమేహం ఉన్నట్లు నిర్ధారణ అయినట్లయితే, ఆపై క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం మంచిది. ఆరోగ్య పరీక్ష తప్పనిసరి. ఎందుకంటే, దీర్ఘకాలిక లేదా అనియంత్రిత మధుమేహం శరీరంలోని ఇతర ప్రధాన అవయవాలైన కళ్ళు, కాళ్లు, నరాలు, మూత్రపిండాలు మరియు చిగుళ్లపై ప్రభావం చూపుతుంది. కాబట్టి మీరు మధుమేహం కారణంగా ఏవైనా సమస్యలతో బాధపడుతుంటే, సంబంధిత నిపుణుడిని సంప్రదించడం వలన మీరు ఈ సమస్యలను నిర్వహించడానికి మరియు నిరోధించడంలో సహాయపడవచ్చు. సహాయపడే కొన్ని సాధారణ నిపుణులు: నెఫ్రాలజిస్ట్ న్యూరాలజిస్ట్ పాడియాట్రిస్ట్ డెంటిస్ట్ ఆప్తాల్మాలజిస్ట్ డైటీషియన్ ఒకే క్లిక్‌తో ఆన్‌లైన్‌లో భారతదేశంలోని ఉత్తమ వైద్యులను సంప్రదించండి. అపాయింట్‌మెంట్ బుక్ చేసుకోవడానికి ఇక్కడ క్లిక్ చేయండి. ఇప్పుడు మధుమేహం చికిత్సను సంప్రదించండి

మధుమేహం కొన్ని జీవనశైలి మార్పులతో పాటు మందులు మరియు ఇంజెక్షన్లతో చికిత్స చేయవచ్చు. మీ రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయి ఆధారంగా, మీ డాక్టర్ మధుమేహాన్ని నియంత్రించడానికి మందులు/ఇంజెక్షన్‌లను సిఫారసు చేయవచ్చు. మధుమేహం కోసం ఉపయోగించే కొన్ని సాధారణ రకాల మందులు: ఎ. ఓరల్ యాంటీ డయాబెటిక్స్ 1. బిగువానైడ్‌లు కాలేయం ద్వారా గ్లూకోజ్ ఉత్పత్తిని అణచివేయడం ద్వారా గ్లూకోజ్ నియంత్రణను మెరుగుపరచడంలో సహాయపడతాయి, పేగు ద్వారా గ్లూకోజ్ శోషణను తగ్గిస్తాయి మరియు ఇన్సులిన్ సెన్సిటివిటీని పెంచుతాయి. మెట్‌ఫార్మిన్ సాధారణంగా టైప్ 2 డయాబెటిస్‌కు సూచించిన మొదటి ఔషధం. 2. సల్ఫోనిలురియాస్ ఈ మందులు మధుమేహాన్ని నిర్వహించడానికి ప్యాంక్రియాస్ ద్వారా ఇన్సులిన్ స్రావాన్ని పెంచుతాయి. ఈ తరగతికి చెందిన ఔషధాల యొక్క కొన్ని సాధారణ ఉదాహరణలు: Glimepiride Glipizide

1. Thiazolidinediones ఈ తరగతి మందులు కండరాలు మరియు కొవ్వు కణజాలాలలో ఇన్సులిన్ సెన్సిటివిటీని పెంచడం ద్వారా మధుమేహాన్ని నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి. ఈ తరగతి ఔషధాలకు ఉదాహరణలు: పియోగ్లిటాజోన్
2. మెగ్లిటినైడ్స్ ఈ తరగతి మందులు మధుమేహం చికిత్సకు ప్యాంక్రియాస్ ద్వారా ఇన్సులిన్ స్రావాన్ని పెంచుతుంది. కొన్ని సాధారణ ఉదాహరణలు: రెపాగ్లినైడ్ నాటెగ్లినైడ్
3. ఆల్ఫా-గ్లూకోసిడేస్ ఇన్హిబిటర్స్ పేరు సూచించినట్లుగా, ఈ మందులు ఆల్ఫా గ్లూకోసిడేస్ అనే ఎంజైమ్‌ను నిరోధిస్తాయి, తద్వారా పేగు ద్వారా గ్లూకోజ్ శోషణ తగ్గుతుంది. ఈ తరగతి క్రింద సాధారణంగా అందుబాటులో ఉన్న కొన్ని మందులు: అకార్బోస్ మిగ్లిటోల్
4. DPP-4 నిరోధకాలు ప్యాంక్రియాస్ ద్వారా ఇన్సులిన్ స్రావాన్ని మెరుగుపరచడం ద్వారా ఈ తరగతి మందులు పనిచేస్తాయి, తద్వారా మధుమేహం చికిత్సలో సహాయపడతాయి. ఈ తరగతి ఔషధాలకు ఉదాహరణలు: సిటాగ్లిప్టిన్ సాక్సాగ్లిప్టిన్
5. ఇన్‌క్రెటిన్ మైమెటిక్స్ ఈ నోటి ద్వారా తీసుకునే యాంటీడయాబెటిక్స్ ఇన్సులిన్ హార్మోన్ స్రావాన్ని పెంచి మధుమేహాన్ని నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయని తెలిసింది. సాధారణంగా గ్లూకాగాన్ లాంటి పెప్టైడ్ 1 (GLP-1) రిసెప్టర్ అగోనిస్ట్‌లు లేదా GLP-1 అనలాగ్‌లు అని పిలుస్తారు, ఈ తరగతిలో ఎక్సనాటైడ్ లిరాగ్లుటైడ్ డులాగ్లుటైడ్ వంటి మందులు ఉన్నాయి.

బి. ఇన్సులిన్ ఇంజెక్షన్లు ఇందులో ఇన్సులిన్ (ప్రధానంగా మానవ ఇన్సులిన్) ఉంటుంది, ఇది కణాల ద్వారా గ్లూకోజ్‌ను గ్రహించడాన్ని పెంచుతుంది మరియు మధుమేహాన్ని నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. ప్రస్తుతం 5 రకాల ఇన్సులిన్ అందుబాటులో ఉన్నాయి, ఇవి పరిస్థితి యొక్క తీవ్రత ఆధారంగా సిఫార్సు చేయబడ్డాయి. వీటిలో ఇవి ఉన్నాయి: రాపిడ్ యాక్టింగ్ ఇన్సులిన్ (ఉదాహరణలు: లిస్ప్రో, గ్లులిసిన్, మొదలైనవి) షార్ట్ యాక్టింగ్ ఇన్సులిన్ (ఉదాహరణలు: ఇన్సులిన్ రెగ్యులర్, సెమిలెంట్) ఇంటర్మీడియట్ యాక్టింగ్ ఇన్సులిన్ (ఉదాహరణలు: లెంటే, ఇన్సులిన్ ఐసోఫాన్, మొదలైనవి) లాంగ్ యాక్టింగ్ ఇన్సులిన్ (ఉదాహరణలు: అల్ట్రాలెంట్) అల్ట్రా-లాంగ్ యాక్టింగ్ ఇన్సులిన్ (ఉదాహరణలు: గ్లార్జిన్, డిటెమిర్, డెగ్లుడెక్, మొదలైనవి) మధుమేహం కోసం ఇన్సులిన్ ఇంజెక్షన్ ఎలా ఉపయోగించాలో ఇక్కడ మరింత ఉంది. చదవడానికి క్లిక్ చేయండి

C. ఇన్సులిన్ పంపులు ఇన్సులిన్ పంపులు చిన్న-పరిమాణ కంప్యూటర్ పరికరాలు, ఇవి ప్యాంక్రియాస్ ఎలా పనిచేస్తుందో అదే విధంగా చిన్న మోతాదులో తక్కువ పని చేసే ఇన్సులిన్‌ను నిరంతర పద్ధతిలో పంపిణీ చేస్తాయి. ఇది బేసల్ ఇన్సులిన్ అని పిలువబడే పగలు మరియు రాత్రి ద్వారా స్థిరమైన ప్రవాహాన్ని అందిస్తుంది మరియు శరీరానికి అవసరమైన ఇన్సులిన్ ఆధారంగా బోలస్ అని పిలువబడే అదనపు మోతాదును అందిస్తుంది. మీరు చేయాల్సిందల్లా ఇన్ఫ్యూషన్ సెట్‌ని ఉపయోగించి మీ శరీరానికి అటాచ్ చేయండి. మీరు మీ మధుమేహాన్ని నిర్వహించడానికి ఇన్సులిన్ పంపుల గురించి మరింత తెలుసుకోవాలనుకుంటే మీ వైద్యునితో మాట్లాడండి. D. మార్పిడి టైప్ 1 మధుమేహం ఉన్న కొందరు వ్యక్తులు, ప్యాంక్రియాస్ మార్పిడి ఒక ఎంపిక కావచ్చు. ద్వీప మార్పిడిపై కూడా అధ్యయనం చేస్తున్నారు. విజయవంతమైన ప్యాంక్రియాస్ మార్పిడితో, మీకు ఇకపై ఇన్సులిన్ థెరపీ అవసరం లేదు. కానీ మార్పిడి ఎల్లప్పుడూ విజయవంతం కాదు మరియు కొన్ని సందర్భాల్లో ఇవి తీవ్రమైన ఆరోగ్య ప్రమాదాలను కలిగిస్తాయి. E. బేరియాట్రిక్ శస్త్రచికిత్స బరువు తగ్గించే శస్త్రచికిత్స అని కూడా పిలుస్తారు, బేరియాట్రిక్ శస్త్రచికిత్స శస్త్రచికిత్స ద్వారా కొవ్వును తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. టైప్ 2 డయాబెటిస్‌కు ఇది ప్రత్యేకంగా చికిత్సగా పరిగణించబడనప్పటికీ, టైప్ 2 డయాబెటిస్ ఉన్నవారు ఊబకాయం మరియు 35 కంటే ఎక్కువ బాడీ మాస్ ఇండెక్స్ కలిగి ఉన్నవారు ఈ శస్త్రచికిత్స ద్వారా ప్రయోజనం పొందవచ్చు.

బరువు తగ్గించే శస్త్రచికిత్స అంటే ఏమిటి మరియు దాని కోసం ఎవరు వెళ్ళవచ్చు అనే దాని గురించి ఇక్కడ మరిన్ని ఉన్నాయి. మధుమేహం కోసం ఇంటి సంరక్షణ గురించి తెలుసుకోవడానికి చదవండి

డయాబెటిస్‌లో ఆహారం మీరు డయాబెటిస్‌ను నిరోధించడానికి లేదా నియంత్రించడానికి ప్రయత్నిస్తున్నా, మీ పోషకాహార అవసరాలు దాదాపు అందరిలాగానే ఉంటాయి, కాబట్టి ప్రత్యేక ఆహారాలు అవసరం లేదు. అయితే, ఆహారం పరిమాణం మరియు రకం పరంగా కొన్ని మార్పులు అవసరం కావచ్చు.

1. గింజలు, ఆలివ్ నూనె, చేప నూనెలు, అవిసె గింజలు లేదా అవకాడోల నుండి ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు ఎక్కువగా తినండి పండ్లు మరియు కూరగాయలు-ఆదర్శంగా తాజావి, మరింత రంగురంగుల ఉత్తమం; రసాల కంటే మొత్తం పండు అధిక ఫైబర్ తృణధాన్యాలు మరియు తృణధాన్యాలు చేపలు మరియు షెల్ఫిష్, సేంద్రీయ చికెన్ లేదా టర్కీ నుండి తయారైన రొట్టెలు గుడ్లు, బీన్స్, తక్కువ కొవ్వు పాల ఉత్పత్తులు మరియు తియ్యని పెరుగు వంటి అధిక-నాణ్యత ప్రోటీన్
2. పాక్షికంగా ఉదజనీకృత లేదా డీప్ ఫ్రైడ్ ఫుడ్స్ ప్యాక్ చేసిన మరియు ఫాస్ట్ ఫుడ్స్ నుండి తక్కువ ట్రాన్స్ ఫ్యాట్స్ తినండి, ముఖ్యంగా చక్కెర, కాల్చిన వస్తువులు, స్వీట్లు, చిప్స్, డెజర్ట్‌లు ఎక్కువగా ఉండేవి వైట్ బ్రెడ్, చక్కెర తృణధాన్యాలు, శుద్ధి చేసిన పాస్తాలు లేదా బియ్యం ప్రాసెస్ చేసిన మాంసం మరియు ఎర్ర మాంసం తక్కువ కొవ్వు ఉత్పత్తులు. కొవ్వు రహిత పెరుగు వంటి అదనపు చక్కెరతో కొవ్వును భర్తీ చేసింది
3. అధిక-ఫైబర్, స్లో-విడుదల పిండి పదార్థాలను ఎంచుకోండి కార్బోహైడ్రేట్లు మీ రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలపై పెద్ద ప్రభావాన్ని చూపుతాయి-కొవ్వులు మరియు ప్రోటీన్ల కంటే ఎక్కువగా-కాబట్టి మీరు ఏ రకమైన పిండి పదార్థాలను తినే విషయంలో మీరు తెలివిగా ఉండాలి. వైట్ బ్రెడ్, పాస్తా మరియు అన్నం వంటి శుద్ధి చేసిన కార్బోహైడ్రేట్‌లు, అలాగే సోడా, మిఠాయి, ప్యాక్ చేసిన భోజనం మరియు స్నాక్ ఫుడ్‌లను పరిమితం చేయండి. అధిక-ఫైబర్ కాంప్లెక్స్ కార్బోహైడ్రేట్‌లపై దృష్టి కేంద్రీకరించండి-దీనిని స్లో-రిలీజ్ పిండి పదార్థాలు అని కూడా పిలుస్తారు. అవి చాలా నెమ్మదిగా జీర్ణమవుతాయి, తద్వారా మీ శరీరం ఎక్కువ ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తి చేయకుండా నిరోధిస్తుంది.

డాక్టర్ బీనా బన్సల్ (MBBS, MD, DM, ఎండోక్రినాలజీ) మన ఆహార కోరికలను అరికట్టడానికి కొన్ని సులభమైన మార్గాల గురించి చెబుతారు. ఇప్పుడే వీడియో చూడండి!

మధుమేహంలో పండ్లు మధుమేహం కోసం పండ్లు తీసుకోవడం గురించి మిశ్రమ అవగాహన ఉంది. కొంతమంది మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులు తమ ఆహారం నుండి పండ్లను పూర్తిగా తగ్గించాలని నమ్ముతారు, మరికొందరు రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిపై ఎటువంటి ప్రభావం చూపనందున వారి ఆహారంలో తమకు కావలసినన్ని పండ్లను చేర్చవచ్చని భావిస్తారు. అయితే, ఏదీ నిజం కాదు. కార్బోహైడ్రేట్ కంటెంట్‌పై ట్యాబ్‌ను ఉంచుతూనే పండ్లను మీ రోజువారీ భోజన పథకంలో అంతర్భాగంగా చేర్చడం ఉత్తమం. మీ రోజువారీ పండ్ల అవసరాలతో మీకు సహాయం చేయడానికి ఇక్కడ శీఘ్ర గైడ్ ఉంది:

మొత్తం పండ్లు 1 చిన్న యాపిల్ 1 చిన్న కోడిపిల్ల 1 చిన్న నారింజ 1 చిన్న జామ 1 చిన్న పియర్ కట్ ఫ్రూట్స్ సగం అరటిపండు 1 ముక్క మామిడి 1 కప్పు బొప్పాయి 3/4 వ కప్పు సీతాఫలం 1 ¼ కప్పు పుచ్చకాయ ఏ పండ్లు తినాలి మరియు ఏ పండ్లు తినాలి అనే దాని గురించి మరింత తెలుసుకోవడానికి వీడియో చూడండి తప్పించుకొవడానికి.

డయాబెటిస్‌లో వ్యాయామం మధుమేహం ఉన్నవారికి తెలివితక్కువ వ్యాయామ ఎంపికల వల్ల వచ్చే సమస్యలను నివారించడంలో సహాయపడటానికి వ్యాయామాలు రూపొందించబడ్డాయి. మధుమేహాన్ని నియంత్రించడానికి సమర్థవంతమైన వ్యాయామ ఎంపికలలో ఏరోబిక్ యాక్టివిటీ ఒకటి. మితమైన తీవ్రతతో చేసినప్పుడు, ఇది మీ హృదయ స్పందన రేటును పెంచుతుంది మరియు మీకు చెమట పట్టేలా చేస్తుంది, తద్వారా రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిని సరైన స్థాయిలో నిర్వహించడంలో మీకు సహాయపడుతుంది.

ఏరోబిక్ వ్యాయామాల యొక్క కొన్ని సాధారణ రూపాలు: చురుకైన (వేగవంతమైన) వాకింగ్ లైట్ జాగింగ్ బైక్ రైడింగ్ టెన్నిస్ లేదా బ్యాడ్మింటన్ స్విమ్మింగ్/ వాటర్ ఏరోబిక్స్ జిమ్మింగ్ రోటీ Vs రైస్: ఏది ఆరోగ్యకరమైనది? శ్రీమతి ఛవీ కోహ్లి, సుప్రసిద్ధ మధుమేహం అధ్యాపకురాలు, అన్నం మరియు రోటీల మధ్య పోషకాల కంటెంట్‌లో వ్యత్యాసం మరియు డయాబెటిక్ రోగులు వారి రోజువారీ ఆహారంలో బియ్యం ఎలా చేర్చుకోవచ్చో గురించి మాట్లాడుతున్నారు. సరైన మొత్తంలో తినాల్సిన అన్నం గురించి మరియు వైట్ రైస్ కంటే బ్రౌన్ రైస్ తినడం వల్ల కలిగే ఆరోగ్య ప్రయోజనాల గురించి కూడా ఆమె వివరిస్తుంది. ఇప్పుడు చూడండి మధుమేహం యొక్క సమస్యలు

ఇన్సులిన్ లోటు, దీర్ఘకాలం పాటు తనిఖీ చేయకుండా వదిలేస్తే, శరీరంలోని అనేక అవయవాలకు హాని కలిగించవచ్చు, ఇది వైకల్యం మరియు ప్రాణాంతక ఆరోగ్య సమస్యలకు దారి తీస్తుంది: 1. డయాబెటిస్ రెటినోపతి (కళ్ళు): అధిక రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలు మిమ్మల్ని ఒక దశలో ఉంచుతాయి. అస్పష్టమైన దృష్టి వంటి కంటి సమస్యల ప్రమాదం పెరుగుతుంది. ఇది మీ లెన్స్ ఆకారాన్ని ప్రభావితం చేస్తుంది మరియు మీ కళ్ళలోని రక్త నాళాలను దెబ్బతీస్తుంది. డయాబెటిక్ రెటినోపతి కంటిశుక్లం మరియు గ్లాకోమా ప్రమాదాన్ని కూడా పెంచుతుంది. 2. డయాబెటిక్ ఫుట్ (అడుగులు): మధుమేహం (రెండూ టైప్ 1 మరియు 2) రక్త నాళాలు మరియు పరిధీయ నరాలకు నష్టం కలిగిస్తుంది, దీని ఫలితంగా కాళ్లు మరియు పాదాలలో సమస్యలు వస్తాయి. మధుమేహంతో సంబంధం ఉన్న రెండు ప్రధాన పరిస్థితులు పెరిఫెరల్ ఆర్టరీ డిసీజ్ (PAD) మరియు పెరిఫెరల్ న్యూరోపతి పాదాల సమస్యల ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయి. PAD అంటే రక్త నాళాలు సంకుచితం మరియు గట్టిపడటం అయితే పెరిఫెరల్ న్యూరోపతి మధుమేహం కారణంగా పాదాలలోని చిన్న నరాలు దెబ్బతినడాన్ని సూచిస్తుంది. వీటితో పాటు, డయాబెటిక్ పేషెంట్లు మొక్కజొన్నలు, కాలిస్‌లు, అల్సర్‌ల రూపంలో పెరగడం, బనియన్‌లు మరియు ఫంగల్ ఇన్‌ఫెక్షన్ల వంటి బాధాకరమైన సంఘటనలు వంటి వివిధ పాదాల సమస్యలను ఎదుర్కొంటారు. 3. డయాబెటిక్ నెఫ్రోపతీ (కిడ్నీలు): డయాబెటిక్ కిడ్నీ వ్యాధిని డయాబెటిక్ నెఫ్రోపతీ అని కూడా పిలుస్తారు, ఇది మధుమేహం యొక్క అత్యంత సాధారణ సమస్యలలో ఒకటి. అధిక గ్లూకోజ్ మూత్రపిండాలలోని రక్త నాళాలు గట్టిపడటానికి కారణమవుతుంది. ఇది మూత్రపిండాల సాధారణ పనితీరును ప్రభావితం చేసే వడపోత యూనిట్ల (గ్లోమెరులస్) గట్టిపడటానికి కూడా కారణమవుతుంది. ఆరోగ్యకరమైన మూత్రపిండాలు అదనపు ప్రోటీన్లను ఫిల్టర్ల గుండా వెళ్ళనివ్వవు. కానీ వడపోత ప్రక్రియ ప్రభావితం అయినప్పుడు, మైక్రోఅల్బుమిన్, ఒక రకమైన ప్రోటీన్, మూత్రం ద్వారా విసర్జించబడుతుంది. ఇది క్రమంగా మూత్రపిండాలపై ఒత్తిడిని పెంచుతుంది మరియు దీర్ఘకాలంలో దీర్ఘకాలిక మూత్రపిండ వ్యాధి మరియు మూత్రపిండాల వైఫల్యానికి దారితీస్తుంది. 4. డయాబెటిక్ న్యూరోపతి (నరాల): అధిక రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలు చిన్న రక్త నాళాలకు నష్టం కలిగించడం ద్వారా నరాలకు రక్త ప్రవాహాన్ని దెబ్బతీస్తాయి. ఫలితంగా, ఇది తిమ్మిరి, సంచలనం తగ్గడం మరియు అంత్య భాగాలలో నొప్పి వంటి లక్షణాలను కలిగిస్తుంది. ప్రారంభ రోగ నిర్ధారణ మరియు చికిత్స ఈ సమస్యలను నివారించడానికి లేదా ఆలస్యం చేయడానికి సహాయపడుతుంది. 5. అథెరోస్క్లెరోసిస్ (రక్త నాళాలు): అధిక రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలు గుండె యొక్క పెద్ద రక్త నాళాలకు హాని కలిగించవచ్చు. ఇది గుండెకు రక్త ప్రవాహాన్ని దెబ్బతీయడమే కాకుండా అథెరోస్క్లెరోసిస్ ప్రమాదాన్ని కూడా పెంచుతుంది, ఇది శరీరం అంతటా ధమనుల గోడల సంకుచితానికి దారితీస్తుంది. ధమనుల యొక్క ఈ సంకుచితం గుండె కండరాలకు (గుండెపోటుకు కారణమవుతుంది) లేదా మెదడుకు (స్ట్రోక్‌కు దారి తీస్తుంది) లేదా అంత్య భాగాలకు (నొప్పికి దారి తీస్తుంది మరియు ఇన్ఫెక్షన్ల తగ్గుదల తగ్గుతుంది) రక్త ప్రసరణను తగ్గిస్తుంది. 6. డయాబెటిక్ కీటోయాసిడోసిస్: ఇది ప్రాణాంతక వ్యాధి, దీనిలో ఒక వ్యక్తి యొక్క కణాలకు శక్తికి అవసరమైన చక్కెర లభించదు. ఫలితంగా, శరీరం అవసరమైన శక్తిని పొందడానికి కొవ్వులను విచ్ఛిన్నం చేయడం ప్రారంభిస్తుంది. ఇది రక్తంలో విడుదలయ్యే కీటోన్స్ అనే సమ్మేళనం ఉత్పత్తికి కారణమవుతుంది. శరీరంలో గ్లూకోజ్‌ను ఉపయోగించేందుకు తగినంత ఇన్సులిన్ లేనప్పుడు ఇది సంభవిస్తుంది. ఇది మీ మధుమేహం నియంత్రణలో లేకుండా పోతుందనడానికి సంకేతం. డయాబెటిస్ ఉన్న ఎవరికైనా ఇది సంభవించవచ్చు, అయితే ఇది టైప్ 1 డయాబెటిస్ ఉన్నవారిలో ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది. 7. అంగస్తంభన (ED): మధుమేహంతో బాధపడుతున్న వ్యక్తిలో, మధుమేహం లేని వారి కంటే దాదాపు 10-15 సంవత్సరాల ముందుగానే ED వచ్చే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది. మధుమేహం, వృద్ధాప్యం, పేలవమైన గ్లైసెమిక్ నియంత్రణ మరియు నరాలవ్యాధి వంటి కారకాలు దీనికి కారణమని చెప్పవచ్చు. శరీరంపై అధిక రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిల హార్మోన్ల, నాడీ సంబంధిత, వాస్కులర్ మరియు మానసిక ప్రభావాల వల్ల ఇది సంభవిస్తుంది. ED మానసిక ఒత్తిడి పెరుగుదలకు కారణమవుతుంది, అస్తవ్యస్తమైన వ్యక్తుల మధ్య సంబంధాలకు దారితీస్తుంది మరియు లైంగిక జీవితంలో జోక్యం చేసుకోవచ్చు, తద్వారా మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులలో మొత్తం జీవన నాణ్యతను ప్రభావితం చేస్తుంది. జెస్టేషనల్ డయాబెటిస్ మెల్లిటస్ (GDM) GDM తల్లి మరియు పిండం ఇద్దరికీ తక్షణ ప్రమాదాలను విధించడమే కాకుండా వారి జీవితాంతం తల్లి మరియు బిడ్డ ఇద్దరి భవిష్యత్తు ఆరోగ్యాన్ని కూడా ప్రభావితం చేస్తుంది. తల్లికి తక్షణ సమస్యలు: ప్రీఎక్లాంప్సియా (అధిక రక్తపోటు లక్షణం) సిజేరియన్ విభాగాల అవసరం పాలీహైడ్రామ్నియోస్ (అధిక ఉమ్మనీరు) ఒలిగోహైడ్రామ్నియోస్ (అమ్నియోటిక్ ద్రవం యొక్క లోపం) శిశువులో ఆరోగ్య సమస్యలు: హైపెరిన్సులినిమియా (అధిక ఇన్సులిన్ స్థాయి) మాక్రోసోమియా సాధారణం కంటే గణనీయంగా పెద్ద పరిమాణంలో ఉన్న శిశువు) భుజం డిస్టోసియా (ప్రసవ సమయంలో శిశువు యొక్క భుజం తల్లి కటిలో ఉంటుంది) నియోనాటల్ హైపోగ్లైసీమియా (తక్కువ రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయి) రెస్పిరేటరీ డిస్ట్రెస్ సిండ్రోమ్ (అపరిపక్వ ఊపిరితిత్తులు) మధుమేహం కోసం ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలు

ఆయుర్వేదం ఆయుర్వేద శాస్త్రం వ్యాయామం (వ్యాయం), ఆహార నియంత్రణ (పథ్య), పంచకర్మ (జీవ-శుద్దీకరణ) మరియు ఔషధాల కలయికతో మధుమేహాన్ని నిర్వహిస్తుంది. మధుమేహం కోసం ఏదైనా ఆయుర్వేద ఔషధం తీసుకునే ముందు ఆయుర్వేద సలహాదారుని సంప్రదించడం ఉత్తమం. మీరు మీ ఆహారంలో చేర్చుకోగల కొన్ని గృహ మూలికలు మరియు మసాలా దినుసులు: పౌడర్ చేసిన జామున్ గింజలను నీరు లేదా మజ్జిగ (చాచ్)తో తీసుకోవచ్చు. మెంతి (మెంతి) విత్తనాలను ప్రతి భోజనానికి 15-20 నిమిషాల ముందు నీటితో తీసుకుంటారు. మెథీలో కరిగే ఫైబర్స్ ఉన్నాయి, ఇవి జీర్ణక్రియ మరియు గ్లూకోజ్ శోషణను నెమ్మదిస్తాయి. చిటికెడు నల్ల మిరియాలతో పాటు తీసుకోగల తాజా రసాన్ని సిద్ధం చేయడానికి బేల్ ఆకులను పిండుతారు. దాల్చిని (దాల్చిన చెక్క) పొడి రూపంలో నీటితో కలిపి తీసుకోవచ్చు ఎందుకంటే ఇది చక్కెర మరియు కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిని మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది. సాంద్రీకృత ఉసిరి రసాన్ని చేదు పొట్లకాయ రసంతో కలిపి తీసుకుంటే, ఎక్కువ ఇన్సులిన్ విడుదల చేయడంలో సహాయపడుతుంది. కరేలా (బిట్టర్ గోర్డ్) రసం ప్రతిరోజూ ఉదయం తీసుకోవాలని సిఫార్సు చేయబడింది. హోమియోపతి ఒక పరిపూరకరమైన ఔషధంగా నిర్వచించబడింది, హోమియోపతి ప్రధానంగా ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తి చేయడానికి ప్యాంక్రియాస్ పనితీరును మెరుగుపరచడంపై దృష్టి పెడుతుంది. హోమియోపతి నిపుణులు రోగి చరిత్ర మరియు స్వభావాన్ని బట్టి రాజ్యాంగబద్ధమైన మందులను రూపొందించారు. అయినప్పటికీ, హోమియోపతి సూచించిన విధంగానే హోమియోపతి మందులను ఉపయోగించాలని సిఫార్సు చేయబడింది మరియు అది కూడా సూచించిన సాధారణ మందుల కోర్సుతో పాటు. యోగా యోగా ఆసనాలు ఒత్తిడితో కూడిన ఆలోచనలను తగ్గించడంలో మీకు సహాయపడతాయి మరియు మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులలో మానసిక ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడంలో మీకు సహాయపడతాయి. పునరుద్ధరణ యోగా అనేది యోగ భంగిమలను కలిగి ఉంటుంది మరియు సడలింపు పద్ధతుల ద్వారా సడలింపు పద్ధతుల ద్వారా స్వస్థత పొందుతుంది మరియు శక్తి యోగా బరువు తగ్గడానికి ప్రయోజనం చేకూరుస్తుందని కనుగొనబడింది (డయాబెటిక్స్‌కు ప్రమాద కారకం). టైప్ 2 డయాబెటిస్ మెల్లిటస్‌తో సంబంధం ఉన్న లక్షణాలు మరియు సంక్లిష్టతలను నియంత్రించడానికి ఇది అధ్యయనం చేయబడింది. ఆక్యుపంక్చర్ ఈ టెక్నిక్ దీర్ఘకాలిక నొప్పికి చికిత్స చేయడానికి సూదులను ఉపయోగిస్తుంది. ఆక్యుపంక్చర్ మధుమేహం చికిత్సలో మాత్రమే కాకుండా, వ్యాధి యొక్క సమస్యలను నివారించడంలో మరియు నిర్వహించడంలో కూడా ప్రభావవంతంగా ఉంటుంది. మసాజ్ థెరపీ మసాజ్ థెరపీని రిలాక్సేషన్ థెరపీలో చేర్చవచ్చు, అయితే ఇది మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులకు ప్రత్యేకంగా ఉపయోగపడే మరొక ప్రయోజనాన్ని కూడా అందిస్తుంది. మసాజ్ యొక్క తీవ్రమైన ఒత్తిడి-తగ్గించే ప్రయోజనాలు కౌంటర్-రెగ్యులేటరీ ఒత్తిడి హార్మోన్లను నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి మరియు శరీరం ఇన్సులిన్‌ను మరింత ప్రభావవంతంగా ఉపయోగించడంలో సహాయపడతాయి. డయాబెటిస్‌తో జీవించడం మధుమేహం దీర్ఘకాలిక ఆరోగ్య సమస్య కాబట్టి, పరిస్థితిని మెరుగైన మార్గంలో నిర్వహించడానికి మీ జీవనశైలిలో చిన్న మార్పులు చేసుకోవడం తప్పనిసరి. మీ సంరక్షణ ప్రణాళికలో చేర్చడానికి ఇక్కడ కొన్ని చర్యలు ఉన్నాయి. 1. పరిస్థితి గురించి తెలుసుకోండి మధుమేహం ఉన్న వ్యక్తి దానిని ధైర్యంగా అంగీకరించడం మరియు అదే సమయంలో పరిస్థితి గురించి బాగా తెలుసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. లక్షణాలు, సంభావ్య సమస్యల ప్రమాదాలు, మధుమేహాన్ని నిర్వహించడానికి ఆచరణాత్మక మార్గాలు మరియు చికిత్స యొక్క ప్రాముఖ్యత గురించి తెలుసుకోండి. ఇందులో మరింత సమాచారం కోసం మీ వైద్యుడిని సంప్రదించడం, అనుకూలీకరించిన భోజన పథకం కోసం పోషకాహార నిపుణుడితో కలిసి పనిచేయడం లేదా మీ కథనాలను పంచుకోవడానికి మద్దతు సమూహాలలో చేరడం మరియు మధుమేహం నిర్వహణ విషయంలో మీ ఆటలో అగ్రస్థానంలో ఉండటం వంటివి ఉంటాయి. 2. మీ మానసిక ఆరోగ్యాన్ని జాగ్రత్తగా చూసుకోండి ఒత్తిడి, ఆందోళన మరియు నిరాశ మధుమేహం ఉన్నవారిలో కనిపించే కొన్ని సాధారణ మానసిక సమస్యలు. CDC ప్రకారం, మధుమేహం లేని వారి కంటే మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులు డిప్రెషన్‌తో బాధపడే అవకాశం 2 నుండి 3 రెట్లు ఎక్కువ. మరియు ఒత్తిడి, ఆందోళన మరియు డిప్రెషన్‌తో బాధపడుతున్న వారిలో ఎక్కువ మంది రోగనిర్ధారణ లేదా చికిత్స పొందరు, ఇది వారి మధుమేహ నియంత్రణకు ఆటంకం కలిగిస్తుంది మరియు ఆరోగ్య సమస్యల ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. అందువల్ల, మీ మానసిక ఆరోగ్యంపై ట్యాబ్‌ను ఉంచడం చాలా ముఖ్యం మరియు విచారంగా అనిపించడం, ఆసక్తి కోల్పోవడం, విపరీతమైన అలసట, ఏకాగ్రత మరియు చిరాకు మరియు ఆత్రుతగా ఉండటం వంటి డిప్రెషన్‌కు సంబంధించిన ఏవైనా హెచ్చరిక సంకేతాల కోసం చూడండి. మీకు ఈ లక్షణాలు ఏవైనా ఉంటే, సరైన రోగ నిర్ధారణ మరియు చికిత్స కోసం వెంటనే మీ వైద్యుడిని సంప్రదించండి. అలాగే, సాధారణ చిట్కాలతో ఒత్తిడి మరియు ఆందోళనను దూరం చేసుకోండి: ధ్యానం లేదా యోగా వంటి కొన్ని రిలాక్సేషన్ టెక్నిక్స్‌లో పాల్గొనడం. మీ ఒత్తిడి గురించి మీ స్నేహితులు లేదా కుటుంబ సభ్యులతో మాట్లాడటం. గార్డెనింగ్, డ్యాన్స్, సంగీత వాయిద్యం వాయించడం మొదలైన కొత్త అభిరుచిని ప్రయత్నించడం. పుస్తకం చదవడం లేదా పార్కులో షికారు చేయడం వంటి మీకు నచ్చిన పనులను చేయడం ద్వారా కొంత "ME" సమయాన్ని వెచ్చించండి. 3. అత్యవసర పరిస్థితులను ఎదుర్కోవడానికి సిద్ధంగా ఉండండి అనారోగ్యం పొందడం అనేది జీవితంలో ఒక భాగం అయినప్పటికీ, మీరు డయాబెటిస్‌తో బాధపడుతుంటే, మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులు ఇన్‌ఫెక్షన్లకు ఎక్కువగా గురవుతారు కాబట్టి మీరు మరింత జాగ్రత్తగా ఉండాలి. కాబట్టి మీ మందులు (OTC మందులతో సహా) మరియు ఆరోగ్యకరమైన ఆహారాలు మరియు పానీయాలను నిల్వ చేయడం ద్వారా మీ అనారోగ్య రోజులను ముందుగానే ప్లాన్ చేసుకోవడం తెలివైన పని. అంతేకాకుండా, అనారోగ్యంగా ఉన్నప్పుడు రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిని నిర్వహించడం కష్టంగా ఉంటుంది కాబట్టి, ప్రతిరోజూ మీ పఠనాన్ని రికార్డ్ చేయండి మరియు మీ మందులను తప్పకుండా తీసుకోండి. మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులు మందులు లేదా ఇన్సులిన్ తీసుకునేవారు తక్కువ రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలను కలిగి ఉన్న సందర్భాలు ఉన్నాయి. అలాగే, భోజనం మానేయడం, తక్కువ తినడం లేదా సాధారణం కంటే ఎక్కువ వ్యాయామం చేయడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయి (హైపోగ్లైసీమియా) అకస్మాత్తుగా పడిపోతుంది. అటువంటి సందర్భాలలో డయాబెటిక్ అత్యవసర పరిస్థితుల్లో వెంటనే మీ వైద్యుడిని సంప్రదించండి.

రక్తంలో చక్కెర తగ్గినప్పుడు ఏమి తినాలి అనే దాని గురించి ఇక్కడ మరింత సమాచారం ఉంది. చదవడానికి క్లిక్ చేయండి

1. మధుమేహం సంరక్షణ ప్రణాళిక మధుమేహ సంరక్షణ ప్రణాళిక విషయానికి వస్తే, దీనిని నాలుగు ప్రధాన చర్యలుగా విభజించవచ్చు:
2. ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం తీసుకోవడం మరియు క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయడం వంటి జీవనశైలి చిట్కాలు. ప్రోటీన్లు, కాంప్లెక్స్ కార్బోహైడ్రేట్లు, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు మరియు ఫైబర్ అధికంగా ఉండే ఆహారం మీ రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలను అదుపులో ఉంచడానికి కీలకం. వారానికి చురుకైన నడక వంటి కనీసం 150 నిమిషాల మితమైన ఇంటెన్సిటీ వ్యాయామాలు ఉండేలా చూసుకోండి.
3. ప్రతిరోజూ మీ రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిల చార్ట్‌లను రికార్డ్ చేయడం మరియు నిర్వహించడం మీ చికిత్స ఎంత బాగా పనిచేస్తుందో తెలుసుకోవడానికి మీకు సహాయపడుతుంది. మీ మధుమేహం నియంత్రణలో ఉన్నప్పటికీ మీ మందులను దాటవేయవద్దు లేదా మీ మందులను తీసుకోవడం ఆపవద్దు.
4. రక్తంలో గ్లూకోజ్ (SMBG) యొక్క స్వీయ-పర్యవేక్షణ చాలా ముఖ్యం ఎందుకంటే ఇది మీ రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిని ఏ సమయంలోనైనా తెలుసుకోవడానికి మిమ్మల్ని అనుమతిస్తుంది మరియు చాలా ఎక్కువ లేదా చాలా తక్కువ రక్త చక్కెర యొక్క పరిణామాలను నిరోధించడంలో సహాయపడుతుంది. ఇది డయాబెటిక్ సమస్యల యొక్క దీర్ఘకాలిక ప్రమాదాలను తగ్గించే కఠినమైన రక్తంలో చక్కెర నియంత్రణను కూడా అనుమతిస్తుంది. రక్తంలో గ్లూకోజ్ మానిటర్‌లను ఎలా ఉపయోగించాలో మరియు గ్లూకోమీటర్‌ను కొనుగోలు చేయడానికి చిట్కాల గురించి మరింత చదవండి.
5. మీ చికిత్స లేదా రక్తంలో గ్లూకోజ్ లక్ష్యాలను చేరుకోవడంలో మీకు సమస్య ఉందో లేదో అర్థం చేసుకోవడానికి ఇవి మీకు సహాయపడతాయి కాబట్టి రెగ్యులర్ చెకప్‌లు తప్పనిసరి. ప్రతి ఆరు నెలలకు ఒకసారి డాక్టర్ సందర్శనతో పాటు ప్రతి మూడు నెలలకు HbA1c స్థాయిని పొందండి. ప్రతి సంవత్సరం మీ కంటి ఆరోగ్యం, లిపిడ్ ప్రొఫైల్ మరియు మూత్రపిండాల ఆరోగ్యాన్ని పరిశీలించడానికి పూర్తి చెకప్ చేయండి.

మధుమేహం వల్ల వచ్చే సమస్యలను నివారించడానికి రెగ్యులర్ హెల్త్ చెకప్ చేయించుకోవడం మంచిది. టెస్ట్ మిత్‌ను బుక్ చేయండి: మీరు తప్పనిసరిగా చక్కెరను అన్ని ఖర్చులతో నివారించాలి. వాస్తవం: మీరు సరిగ్గా ప్లాన్ చేసినంత వరకు మరియు దాచిన చక్కెరలను పరిమితం చేసినంత వరకు మీకు ఇష్టమైన విందులను మీరు ఆనందించవచ్చు. ఆరోగ్యకరమైన భోజన పథకంలో భాగమైనంత వరకు డెజర్ట్ పరిమితులుగా ఉండవలసిన అవసరం లేదు. మా డయాబెటిక్-స్నేహపూర్వక ఆరోగ్య పానీయాలు మరియు సూపర్‌ఫుడ్‌ల శ్రేణిని చూడండి. ఇక్కడ క్లిక్ చేయండి తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు స్వీట్లు తినడం వల్ల మధుమేహం వస్తుందా? డయాబెటిస్ ఇన్సిపిడస్ మరియు డయాబెటిస్ మెల్లిటస్ ఒకటేనా? డయాబెటిస్ మందులు బరువు తగ్గడంలో సహాయపడతాయా? మధుమేహం ఉన్నవారికి ప్రోటీన్లు ఉండవచ్చా? డయాబెటిస్‌లో చేదు (కరేలా) రసం ఎలా ఉపయోగపడుతుంది? మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులకు కృత్రిమ స్వీటెనర్లు మంచిదా? మధుమేహం ఉన్నవారికి ఉత్తమ విందు సమయం ఏది? గోధుమలు లేదా జోవర్ రోటీ: మధుమేహం ఉన్నవారికి ఏది మంచిది? మధుమేహం కిడ్నీ వైఫల్యానికి కారణమవుతుందా? బంగాళదుంపలు తింటే మధుమేహం వస్తుందా? మధుమేహం నయం అవుతుందా? ప్రస్తావనలు IDF DIABETES ATLAS. తొమ్మిదో ఎడిషన్ 2019. ఇంటర్నేషనల్ డయాబెటిస్ ఫెడరేషన్ (IDF). A1c డయాగ్నోసిస్‌ను అర్థం చేసుకోవడం. అమెరికన్ డయాబెటిస్ అసోసియేషన్ (ADA). వర్మ పీపీ. భారతదేశంలో దీర్ఘకాలిక మూత్రపిండ వ్యాధి వ్యాప్తి - మనం ఎక్కడికి వెళ్తున్నాము?. భారతీయ జె నెఫ్రోల్. 2015;25(3):133-135. ఖరౌబీ AT, డార్విష్ HM. డయాబెటిస్ మెల్లిటస్: శతాబ్దపు అంటువ్యాధి. వరల్డ్ జె డయాబెటిస్. 2015;6(6):850-867. మైయోరినో MI, బెల్లాస్టెల్లా G, ఎస్పోసిటో K. మధుమేహం మరియు లైంగిక పనిచేయకపోవడం: ప్రస్తుత దృక్కోణాలు. డయాబెటిస్ మెటాబ్ సిండ్ర్ ఒబేస్. 2014;7:95-105 పాండే A, త్రిపాఠి P, Pandey R, Srivatava R, Goswami S. మధుమేహం నిర్వహణలో ఉపయోగపడే ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలు: ఒక క్రమబద్ధమైన సమీక్ష. J ఫార్మ్ బయోలీడ్ సైన్స్. 2011;3(4):504-512. ప్రీడయాబెటిస్ - టైప్ 2 డయాబెటిస్‌ను నివారించే అవకాశం. సెంటర్స్ ఫర్ డిసీజ్ కంట్రోల్ అండ్ ప్రివెన్షన్ (CDC). చివరిగా జూన్ 2020న సమీక్షించబడింది. సప్రా ఎ, భండారి పి. డయాబెటిస్ మెల్లిటస్. [2021 జూన్ 8న నవీకరించబడింది]. ఇన్: స్టాట్‌పెర్ల్స్ [ఇంటర్నెట్]. ట్రెజర్ ఐలాండ్ (FL): StatPearls పబ్లిషింగ్; 2021 జనవరి. మధుమేహం, చిగుళ్ల వ్యాధి & ఇతర దంత సమస్యలు. నేషనల్ ఇన్‌స్టిట్యూట్ ఆఫ్ డయాబెటిస్ అండ్ డైజెస్టివ్ అండ్ కిడ్నీ డిసీజెస్ (NIDDK). చివరిగా సెప్టెంబర్, 2014న సమీక్షించబడింది.

==================================================

డిఫ్తీరియాను స్ట్రాంగ్లింగ్ ఏంజెల్ ఆఫ్ చిల్డ్రన్ అని కూడా అంటారు. ఇది చాలా అంటువ్యాధి మరియు శ్వాస, దగ్గు, మాట్లాడటం మరియు నవ్వడం వంటి బిందువుల ద్వారా వ్యాపిస్తుంది.

ఈ వ్యాధి చాలా తరచుగా గొంతు నొప్పి, జ్వరం మరియు గొంతుపై సూడోమెంబ్రేన్ అని పిలువబడే అంటిపట్టుకొన్న పొర అభివృద్ధితో సంబంధం కలిగి ఉంటుంది. బ్యాక్టీరియా గుండె, ఊపిరితిత్తులు, మూత్రపిండాలు మరియు నరాలను దెబ్బతీసే ఎక్సోటాక్సిన్‌లను కూడా ఉత్పత్తి చేస్తుంది.

1920 లలో పిల్లలు మరియు కౌమారదశలో డిఫ్తీరియా చాలా సాధారణమైన మరణానికి కారణం. బాల్యం నుండి ప్రారంభమయ్యే సరైన టీకా కేసుల సంఖ్యను చాలా వరకు తగ్గించింది.

డిఫ్తీరియా అభివృద్ధి చెందడానికి ప్రధాన ప్రమాద కారకాలు వ్యాధికి వ్యతిరేకంగా రోగనిరోధక శక్తిని పొందకపోవడం మరియు రద్దీ, బలహీనమైన రోగనిరోధక శక్తి మరియు సోకిన వ్యక్తితో ప్రత్యక్ష లేదా పరోక్ష పరిచయం వంటి ఇతర కారకాలు.

రోగి యొక్క చరిత్ర మరియు శారీరక పరీక్ష ద్వారా రోగ నిర్ధారణ చేయబడుతుంది. రోగి నుండి కొరినేబాక్టీరియం యొక్క సంస్కృతి ఖచ్చితమైన రోగనిర్ధారణను అందిస్తుంది, అయితే డిఫ్తీరియా కూడా అనుమానించబడినట్లయితే రోగికి చికిత్స చేయాలి. డిఫ్తీరియా చికిత్సలో యాంటీబయాటిక్స్ మరియు డిఫ్తీరియా యాంటిటాక్సిన్ యొక్క ప్రారంభ పరిపాలన ఉంటుంది. ముఖ్య వాస్తవాలు సాధారణంగా అన్ని వయసులవారిలో కనిపిస్తాయి కానీ 12 సంవత్సరాల కంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్న పిల్లలలో సర్వసాధారణం లింగం పురుషులు మరియు మహిళలు ఇద్దరికీ ప్రభావితమవుతుంది శరీర భాగాలు (లు) నోటి ముక్కు టాన్సిల్స్ స్వరపేటిక గొంతు చర్మం గుండె నాడీ వ్యవస్థ వ్యాప్తి ప్రపంచవ్యాప్తంగా: 8819 (2017) భారతదేశం: 3485 (2020) అనుకరించే పరిస్థితులు ఎపిగ్లోటిటిస్ రెట్రోఫారింజియల్ అబ్సెస్ ఆంజియోడెమా ఇన్ఫెక్షియస్ మోనోన్యూక్లియోసిస్ ఫారింగైటిస్ ఓరల్ కాన్డిడియాసిస్ అవసరమైన ఆరోగ్య పరీక్షలు/ఇమేజింగ్ శారీరక పరీక్ష & వైద్య చరిత్ర సంస్కృతి పరీక్ష టాక్సిన్ పరీక్ష: ఎలెక్ టెస్ట్, పిసిఆర్ టెస్టింగ్ & ఎంజైమ్ ఇమ్యునోఅస్సే (బిబిసి రక్త పరీక్ష) , ట్రోపోనిన్ & డిఫ్తీరియా యాంటిటాక్సాయిడ్ యాంటీబాడీ ఇమేజింగ్ పరీక్షలు: ఛాతీ ఎక్స్-రే, మెడ ఎక్స్ రే & ఎలక్ట్రో కార్డియోగ్రఫీ (ECG) చికిత్స డిఫ్తీరియా యాంటిటాక్సిన్ యాంటీబయాటిక్: ఎరిత్రోమైసిన్ మరియు పెన్సిలిన్ జి, లైన్జోలిడ్ & వాంకోమైసిన్ డిఫ్తీరియా యొక్క అన్ని లక్షణాలను చూడండి

డిఫ్తీరియా యొక్క లక్షణాలు బ్యాక్టీరియా ద్వారా ప్రభావితమైన శరీరంలోని భాగాన్ని బట్టి ఉంటాయి. ఇది సాధారణంగా టాన్సిల్స్, గొంతు, ముక్కు మరియు/లేదా చర్మానికి సంబంధించిన శ్వాసకోశ మరియు చర్మానికి సోకుతుంది. సంకేతాలు మరియు లక్షణాలు తేలికపాటి లేదా తీవ్రంగా ఉండవచ్చు. పొదిగే కాలం సాధారణంగా 2 నుండి 5 రోజులు. లక్షణరహిత రోగులు కూడా, యాంటీబయాటిక్స్‌తో చికిత్స చేయకపోతే, 4 వారాల వరకు మరొక వ్యక్తికి సంక్రమణను పంపవచ్చు.

బాక్టీరియా శ్వాసకోశ లైనింగ్‌కు అతుక్కొని ఇలాంటి లక్షణాలను కలిగిస్తుంది: బలహీనత గొంతు నొప్పి ముక్కు బొంగురుపోవడం చలి నొప్పిగా మింగడం తక్కువ గ్రేడ్ జ్వరం (సుమారు 100.4 నుండి 102° F) సాధారణంగా అస్వస్థత (అనారోగ్యం) మెడలో వాపు శోషరస కణుపుల వాపు (తల మరియు మెడలో శోషరస గ్రంథులు పెరగడం) అంగిలి వాపు (నోటి పైకప్పు) ఆకలి లేకపోవడం అలసట/అలసట

పిల్లలలో, లక్షణాలు కూడా ఉండవచ్చు: వేగవంతమైన హృదయ స్పందన వికారం వాంతులు తలనొప్పి

బాక్టీరియా చర్మాన్ని కూడా ప్రభావితం చేస్తుంది (చర్మ/చర్మ డిఫ్తీరియా) మరియు ఓపెన్ పుండ్లు మరియు పూతల వంటి లక్షణాలను కలిగిస్తుంది. ఈ పుండ్లు చేతులు మరియు కాళ్ళపై కనిపిస్తాయి, కొన్నిసార్లు తామర, సోరియాసిస్ మరియు ఇంపెటిగో వంటి ఇతర చర్మ పరిస్థితులను పోలి ఉంటాయి. బ్యాక్టీరియా చర్మంపై బాధాకరమైన, ఎరుపు మరియు వాపు గాయాలను కూడా కలిగిస్తుంది. సూడోమెంబ్రేన్ ఏర్పడటం. సూడోమెంబ్రేన్ ఇరుకైనది మరియు వాయుమార్గాన్ని నిరోధించవచ్చు. ఇది నోటి పైకప్పును కూడా స్తంభింపజేస్తుంది. ఈ అన్ని వ్యక్తీకరణలు క్రింది లక్షణాలలో అనుభవించవచ్చు: శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది, పీల్చేటప్పుడు ఊపిరి పీల్చుకునే శబ్దం.

తీవ్రమైన సందర్భాల్లో బ్యాక్టీరియా ఉత్పత్తి చేసే టాక్సిన్ ముఖం, గొంతు, చేతులు మరియు కాళ్ల నరాలను దెబ్బతీస్తుంది మరియు కారణమవుతుంది: కళ్ళు, చేతులు మరియు కాళ్ల యొక్క ఆకస్మిక కదలికలు శ్వాసకోశ వైఫల్యం వేగవంతమైన హృదయ స్పందన రేటు క్రమరహిత హృదయ స్పందన తక్కువ రక్తపోటు మయోకార్డిటిస్ గుండె ఆగిపోవడానికి కారణాలు డిఫ్తీరియా

డిఫ్తీరియా అనేది కోరినేబాక్టీరియం డిఫ్తీరియా అనే బ్యాక్టీరియా వల్ల వస్తుంది, ఇది ముక్కు, నోరు లేదా విరిగిన చర్మం ద్వారా శరీరంలోకి ప్రవేశిస్తుంది. బ్యాక్టీరియా రక్తప్రవాహం మరియు శోషరస నాళాల ద్వారా ప్రయాణించగల టాక్సిన్‌ను ఉత్పత్తి చేస్తుంది. ఈ టాక్సిన్ గుండె, మూత్రపిండాలు మరియు నాడీ వ్యవస్థను దెబ్బతీస్తుంది. ట్రాన్స్మిషన్ ఇది చాలా అంటు వ్యాధి మరియు సోకిన వ్యక్తి యొక్క కళ్ళు, ముక్కు, గొంతు లేదా చర్మం నుండి స్రావాలతో సన్నిహిత సంబంధం ద్వారా వ్యాపిస్తుంది. ఇది దీని ద్వారా వ్యాపిస్తుంది: దగ్గు, తుమ్మడం లేదా శ్వాసకోశ చుక్కల ద్వారా మాట్లాడటం సోకిన పుండ్లు లేదా పూతలను తాకడం వల్ల కలుషితమైన బట్టలు లేదా వస్తువులను చర్మంలో పగలడం ద్వారా తాకడం మీకు తెలుసా? శ్వాసకోశ అంటువ్యాధులు తరచుగా తాకిన ఉపరితలాల ద్వారా కూడా వ్యాప్తి చెందుతాయి. ఈ ఇన్ఫెక్షన్ ప్రసార విధానాన్ని పరోక్ష కాంటాక్ట్ ట్రాన్స్‌మిషన్ అంటారు మరియు ఉపరితలాలను ఫోమైట్స్ అంటారు. శ్వాసకోశ అంటువ్యాధులు ఉపరితలాల ద్వారా ఎలా వ్యాపిస్తాయో వివరంగా చదవండి. చదవడానికి నొక్కండి! డిఫ్తీరియా రకాలు

శరీరం యొక్క ప్రభావిత భాగాన్ని బట్టి అనేక రకాల డిఫ్తీరియా ఉన్నాయి. దీనిని ఇలా వర్గీకరించవచ్చు: శ్వాసకోశ డిఫ్తీరియా ఇందులో, ముక్కు, స్వరపేటిక మరియు టాన్సిల్స్‌తో కూడిన శ్వాసకోశ మార్గాన్ని బ్యాక్టీరియా ప్రభావితం చేస్తుంది. ఇది క్రింది రకాలు:

నాసల్ డిఫ్తీరియా: ఇందులో బ్యాక్టీరియా ద్వారా ఏర్పడిన సూడోమెంబ్రేన్ నాసికా రంధ్రాల లోపల కనిపిస్తుంది. ఈ ప్రదేశం నుండి దాదాపు ఏ విషపదార్థాలు గ్రహించబడనందున ఈ రూపం ప్రమాదకరమైనది కాదు. నాసికా డిఫ్తీరియాలో దైహిక సమస్యల అవకాశాలు కూడా చాలా అరుదు.

ఫౌషియల్ డిఫ్తీరియా: ఇది డిఫ్తీరియా యొక్క అత్యంత సాధారణ రూపం, ఇందులో టాక్సిన్ ప్రభావం సాధారణంగా టాన్సిల్స్‌కు మాత్రమే పరిమితం అవుతుంది. ప్రారంభ చికిత్సతో ప్రజలు సాధారణంగా ఈ రూపం నుండి బాగా కోలుకుంటారు.

నాసోఫారింజియల్: పేరు సూచించినట్లుగా, ఇక్కడ ఇన్ఫెక్షన్ ముక్కు మరియు ఫారింక్స్‌కు వ్యాపిస్తుంది. ఇన్ఫెక్షన్ రక్తానికి వ్యాపిస్తుంది కాబట్టి ఇది డిఫ్తీరియా యొక్క అత్యంత ప్రాణాంతక రూపం. ఇది రక్త విషాన్ని సూచించే సెప్టిసిమియాకు దారితీస్తుంది.

స్వరపేటిక డిఫ్తీరియా: నాసోఫారెంక్స్ నుండి స్వరపేటిక వరకు ఇన్ఫెక్షన్ క్రిందికి వ్యాపించినప్పుడు ఈ రకమైన డిఫ్తీరియా వాయుమార్గాన్ని అడ్డుకుంటుంది. కటానియస్ డిఫ్తీరియా దీనిలో, చర్మంపై బాక్టీరియా ప్రభావితమవుతుంది, ఇది చర్మంపై ఓపెన్ పుండ్లు, గాయాలు మరియు పూతల వంటి లక్షణాలను కలిగిస్తుంది. డిఫ్తీరియాకు ప్రమాద కారకాలు డిఫ్తీరియా అనేది టీకా ద్వారా నివారించగల వ్యాధి. పూర్తి టీకా డిఫ్తీరియాను నివారించడానికి మంచి మార్గాన్ని అందిస్తుంది మరియు ప్రమాద కారకాల సమక్షంలో కూడా అభివృద్ధి చెందే అవకాశాలను తగ్గిస్తుంది. మీరు డిఫ్తీరియా బారిన పడే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది: టీకాలు వేయకపోతే తగినంతగా టీకాలు వేయకపోతే సమశీతోష్ణ ప్రాంతంలో నివసిస్తున్నారా చల్లని వాతావరణాలకు గురవుతారు డిఫ్తీరియా కలుషితమైన జోన్‌లో తరచుగా ప్రయాణించేవారు సోకిన వ్యక్తితో సన్నిహితంగా ఉంటారు రోగనిరోధక శక్తి బలహీనంగా ఉంటే అపరిశుభ్రంగా నివసిస్తున్నారు మరియు రద్దీగా ఉండే పరిస్థితి ఆగ్నేయాసియా, రష్యా మరియు పరిసర దేశాలు, బాల్టిక్ దేశాలు మరియు తూర్పు ఐరోపా దేశాలు వంటి డిఫ్తీరియాకు ప్రసిద్ధి చెందిన నిర్దిష్ట ప్రాంతాలకు ప్రయాణం చేయండి.

పిల్లలలో డిఫ్తీరియా సర్వసాధారణం, అయితే కొన్ని కొమొర్బిడిటీలు ఉన్న వృద్ధులకు కూడా డిఫ్తీరియా వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది. తక్కువ సామాజిక ఆర్థిక స్థితి ఉన్న వ్యక్తులు కూడా ఈ ఇన్ఫెక్షన్ బారిన పడే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. డిఫ్తీరియా యొక్క రోగనిర్ధారణ శారీరక పరీక్ష మరియు వైద్య చరిత్ర వైద్యులు సాధారణంగా లక్షణాలను విశ్లేషించడం ద్వారా మరియు టీకా స్థితి మరియు ప్రయాణ చరిత్రతో సహా వైద్య చరిత్రను చర్చించడం ద్వారా రోగికి డిఫ్తీరియా ఉందో లేదో నిర్ణయిస్తారు. డిఫ్తీరియా యొక్క లక్షణం అయిన బూడిద లేదా ఆకుపచ్చ పొర కోసం గొంతు ప్రత్యేకంగా పరీక్షించబడుతుంది. డిఫ్తీరియా ఉన్న వారితో రోగికి పరిచయం ఉందా అని కూడా డాక్టర్ అడుగుతాడు. సంస్కృతి బాక్టీరియా యొక్క పెరుగుదలను పరీక్షించడానికి నమూనాను తీసుకొని దానిని ప్రయోగశాలకు పంపడం ద్వారా రోగ నిర్ధారణ నిర్ధారించబడుతుంది. స్కిన్ ఇన్ఫెక్షన్ విషయంలో గొంతు మరియు గాయాన్ని శుభ్రపరచడం ద్వారా నమూనాలను తీసుకుంటారు. ఈ ప్రక్రియకు సమయం పడుతుంది కాబట్టి శారీరక పరీక్ష తర్వాత చికిత్స సాధారణంగా ప్రారంభమవుతుంది. టాక్సిన్ పరీక్ష బ్యాక్టీరియా ద్వారా ఉత్పత్తి చేయబడిన టాక్సిన్‌ను పరీక్ష గుర్తిస్తుంది. ఇది నాన్-టాక్సిజెనిక్ వేరియంట్‌ల నుండి టాక్సిజెనిక్ స్ట్రెయిన్‌ని వేరు చేయడంలో సహాయపడుతుంది. ఇది దీని ద్వారా చేయబడుతుంది: Elek పరీక్ష PCR పరీక్ష ఎంజైమ్ ఇమ్యునోఅస్సే (EIA) పరీక్ష రక్త పరీక్షలు పూర్తి రక్త గణన: ఇది అనేక రక్త పారామితులను అంచనా వేయడం ద్వారా సంక్రమణ స్థాయిని కనుగొనడంలో సహాయపడుతుంది.

పూర్తి రక్త గణన గురించి వివరంగా అర్థం చేసుకోండి. తెలుసుకోవాలంటే చదవండి!

ట్రోపోనిన్ I: ఇది గుండె (గుండె) గాయం యొక్క గుర్తు. ఇది గుండెకు ఏ మేరకు నష్టం వాటిల్లుతుందో తెలుసుకోవడానికి సహాయపడుతుంది.

డిఫ్తీరియా యాంటిటాక్సాయిడ్ యాంటీబాడీ: ఈ పరీక్ష రక్తంలోని ప్రతిరోధకాల స్థాయిని కొలుస్తుంది. ప్రతిరోధకాలను టీకా లేదా మునుపటి ఇన్ఫెక్షన్ ద్వారా ఉత్పత్తి చేయవచ్చు. ఇమేజింగ్ అధ్యయనాలు ఛాతీ మరియు మెడ ఎక్స్-రే: ఈ ఇమేజింగ్ పరీక్షలు ఫారింక్స్, ఎపిగ్లోటిస్ మరియు ఛాతీ చుట్టూ ఉన్న మృదు కణజాల నిర్మాణం యొక్క వాపును గుర్తించడానికి ఉపయోగిస్తారు.

ఎలక్ట్రో కార్డియోగ్రఫీ (ECG): అనుమానిత గుండె రుగ్మతల విషయంలో ECG చేయబడుతుంది. ప్రముఖులు జార్జ్ వాషింగ్టన్‌ను ప్రభావితం చేశారు, యునైటెడ్ స్టేట్స్ యొక్క 1వ అధ్యక్షుడిగా పనిచేసిన జార్జ్ వాషింగ్టన్ 15 సంవత్సరాల వయస్సులో డిఫ్తీరియాతో బాధపడుతున్నారు. ప్రారంభ వైద్య జోక్యంతో అతను విజయవంతంగా చికిత్స పొందాడు. సందర్శించవలసిన నిపుణుడు

డిఫ్తీరియా తక్షణ వైద్య సంరక్షణను కోరుతుంది ఎందుకంటే చికిత్సలో ఏదైనా ఆలస్యం దైహిక సమస్యలకు దారి తీస్తుంది. కాబట్టి, ఉత్తమమైన సమర్థవంతమైన చికిత్సను పొందడానికి మరియు సమస్యలను నివారించడానికి వీలైనంత త్వరగా వైద్యుడిని సంప్రదించడం చాలా అవసరం.

మీరు ఈ ప్రత్యేకతల నుండి వైద్యులను సంప్రదించవచ్చు: జనరల్ ఫిజిషియన్ ENT స్పెషలిస్ట్ ఇన్ఫెక్షియస్ డిసీజ్ స్పెషలిస్ట్ పల్మోనోలిజిస్ట్

గుండె సమస్యల విషయంలో, కార్డియాలజిస్ట్‌ను సంప్రదించండి. మీ బిడ్డ అటువంటి సమస్యలను ఎదుర్కొంటున్నట్లయితే, మీరు శిశువైద్యుని సంప్రదించవచ్చు.

ఒకే క్లిక్‌తో ఆన్‌లైన్‌లో భారతదేశంలోని అత్యుత్తమ వైద్యులను సంప్రదించండి. ఇప్పుడే సంప్రదించండి!

డిఫ్తీరియా టీకా నివారణ డిఫ్తీరియా అనేది టీకా ద్వారా నివారించగల వ్యాధి. డిఫ్తీరియా వ్యాక్సిన్ ప్రవేశపెట్టడానికి ముందు, ఇది ముఖ్యంగా శిశువులు మరియు పిల్లలలో ఆసుపత్రి మరియు మరణాలకు ప్రధాన కారణాలలో ఒకటి. డిఫ్తీరియాను నివారించడానికి తగిన టీకాలు వేయడం ఉత్తమ మార్గం. టీకాలు వేయడం వల్ల సమాజ వ్యాప్తిని కూడా తగ్గిస్తుంది.

డిఫ్తీరియా వ్యాక్సిన్‌ల రకాలు DTaP టీకా చిన్న పిల్లల కోసం & డిఫ్తీరియా, ధనుర్వాతం మరియు కోరింత దగ్గు నుండి రక్షణను అందిస్తుంది DT టీకా చిన్న పిల్లలను డిఫ్తీరియా మరియు టెటానస్ నుండి రక్షిస్తుంది Tdap టీకా టీనేజ్ యువకులు, టీనేజ్ మరియు పెద్దలకు & డయోప్థెరియా, డయోప్థెరియా నుండి రక్షణను అందిస్తుంది. దగ్గు Td టీకా టీనేజ్, టీనేజ్ మరియు పెద్దలను టెటానస్ మరియు డిఫ్తీరియా నుండి రక్షిస్తుంది

టీకా వేసే ముందు పరిగణించవలసిన విషయాలు మీరు మీ వైద్యుడికి చెప్పడం మంచిది: టీకా రోజున అనారోగ్యంగా ఉంటే గతంలో ఏదైనా వ్యాక్సిన్‌కు తీవ్రమైన ప్రతిచర్యను కలిగి ఉంటే ఏదైనా తీవ్రమైన అలెర్జీ కలిగి ఉంటే గర్భవతి

ఎవరు టీకాలు వేయాలి?

పిల్లలు మరియు పిల్లలు: డిఫ్తీరియా, ధనుర్వాతం మరియు కోరింత దగ్గు (పెర్టుసిస్) నుండి అధిక రక్షణ పొందడానికి శిశువులు మరియు చిన్న పిల్లలకు వరుసగా 3 మరియు 2 షాట్ల DTaP టీకా అవసరం. ఈ షాట్లు క్రింది వయస్సులో ఇవ్వబడ్డాయి: 2 నెలల 4 నెలల 6 నెలల 15 నుండి 18 నెలల 4 నుండి 6 సంవత్సరాల

గర్భిణీ స్త్రీలు: డిఫ్తీరియా, ధనుర్వాతం మరియు కోరింత దగ్గుకు కలిపి టీకాలో భాగంగా ప్రతి గర్భం యొక్క మూడవ త్రైమాసికంలో TdaP టీకా ఇవ్వబడుతుంది. ఇది ప్రారంభ కొన్ని నెలలు శిశువుకు రక్షణను అందిస్తుంది.

గర్భధారణలో Tdap టీకా యొక్క ప్రయోజనాల గురించి వివరంగా చదవండి. వివరంగా చదవండి!

ప్రీటీన్స్ మరియు టీనేజ్: 11 నుండి 12 సంవత్సరాల మధ్య వయస్సు ఉన్న పిల్లలకు వారి రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడానికి TdaP యొక్క ఒక షాట్ ఇవ్వబడుతుంది.

పెద్దలు: Tdap వ్యక్తి గతంలో అందుకోకపోతే, పెద్దలకు ఏ వయస్సులోనైనా ఇవ్వవచ్చు. షాట్ ప్రతి 10 సంవత్సరాలకు ఒక Td లేదా Tdap ద్వారా అనుసరించబడుతుంది.

టీకాలు పెద్దలకు మాత్రమే అని చాలా మంది అనుకుంటారు. అయితే, చాలా మందికి తెలియని విషయం ఏమిటంటే, పెద్దలు కూడా అనేక వ్యాధులకు టీకాలు వేయాలి. పెద్దలకు అవసరమైన ఇతర టీకాలు ఏమిటో అర్థం చేసుకోండి. ఇప్పుడు చదవండి!

వ్యాక్సిన్ దీని కోసం కూడా సలహా ఇవ్వబడింది: విదేశాలకు వెళ్లే వ్యక్తులు, గత 10 సంవత్సరాలుగా డిఫ్తీరియా వ్యాక్సిన్ తీసుకోని వారు డిఫ్తీరియాకు కారణమయ్యే బ్యాక్టీరియాతో సంబంధం కలిగి ఉన్న ప్రయోగశాల కార్మికులు.

ఈ టీకాలు ఎవరు వేయకూడదు?

టీకాలు సాధారణంగా సురక్షితమైనవి మరియు ఎటువంటి తీవ్రమైన ప్రతిచర్యను కలిగించవు. ఒక పిల్లవాడికి వ్యాధి ఉన్నట్లయితే టీకాలు ఇవ్వబడవు: ఒక మోతాదు టీకా తర్వాత ప్రాణాంతక అలెర్జీ ప్రతిచర్య వ్యాక్సిన్‌లోని ఏదైనా భాగానికి తీవ్రమైన అలెర్జీ.

టీకా యొక్క దుష్ప్రభావాలు డిఫ్తీరియా వ్యాక్సిన్‌లను పొందిన చాలా మంది వ్యక్తులు ఎటువంటి తీవ్రమైన దుష్ప్రభావాలను ఎదుర్కోరు. కానీ, కొన్ని సందర్భాల్లో టీకాలు తేలికగా నిర్వహించబడే తేలికపాటి దుష్ప్రభావాలను కలిగిస్తాయి. చాలా ప్రభావాలు సాధారణంగా వాటంతట అవే వెళ్లిపోతాయి. సాధారణ దుష్ప్రభావాలలో ఇవి ఉంటాయి: ఇంజెక్షన్ సైట్ వద్ద ఎరుపు మరియు వాపు జ్వరం ఆకలి లేకపోవడం అలసట వాంతులు తలనొప్పి చలి శరీర నొప్పులు

దుష్ప్రభావాల నిర్వహణ అన్ని దుష్ప్రభావాలు సాధారణంగా తేలికపాటివి మరియు తక్కువ వ్యవధిలో సంభవిస్తాయి. ఇవి సాధారణంగా టీకా వేసిన మొదటి 1-2 రోజులలో సంభవిస్తాయి మరియు నిర్దిష్ట చికిత్స అవసరం లేదు. అయితే, దానిని తగ్గించడానికి క్రింది చర్యలు తీసుకోవచ్చు. ఫ్లూయిడ్స్ తినండి పిల్లలకు అతిగా డ్రెస్సింగ్ చేయడం మానుకోండి జ్వరం ఎక్కువగా ఉంటే వైద్యుడిని సంప్రదించిన తర్వాత పారాసెటమాల్ తీసుకోండి లేదా ఇంజెక్షన్ సైట్ వద్ద వాపు మరియు నొప్పిని నియంత్రించడానికి మీకు తెలుసా? BCG, నోటి పోలియో వ్యాక్సిన్ లేదా DPT వ్యాక్సిన్ వంటి కొన్ని టీకాలు పుట్టిన వెంటనే అందజేయబడతాయి, ఇవి క్షయ, హెపటైటిస్ B, పోలియో మొదలైన అనేక రకాల వ్యాధులను నిరోధించగలవు. కానీ దాని గురించి మీకు తెలియని కొన్ని వ్యాక్సిన్‌లు ఉన్నాయి. కాలక్రమేణా ప్రాముఖ్యతను పొందింది మరియు మీరు మీ పిల్లల కోసం పరిగణించాలనుకోవచ్చు. మీ పిల్లలకు ప్రయోజనం చేకూర్చే తక్కువ తెలిసిన వివిధ టీకాల గురించి వివరంగా తెలుసుకోండి. చదవడానికి క్లిక్ చేయండి! డిఫ్తీరియా చికిత్స

డిఫ్తీరియా అనుమానం ఉన్నట్లయితే, ఎటువంటి సమస్యలను నివారించడానికి ప్రయోగశాల పరీక్షల నిర్ధారణకు ముందు చికిత్స సాధారణంగా ప్రారంభమవుతుంది. చికిత్స ప్రారంభించే ముందు రోగి యొక్క లక్షణాలు, మొత్తం ఆరోగ్యం మరియు వయస్సు పరిగణించబడుతుంది. రెండు ప్రధాన చికిత్సా ఎంపికలు: డిఫ్తీరియా యాంటిటాక్సిన్ (DAT) DAT యొక్క ప్రాంప్ట్ అడ్మినిస్ట్రేషన్ (ఇంట్రావీనస్ లేదా ఇంట్రామస్కులర్) డిఫ్తీరియాకు అత్యంత ప్రభావవంతమైన చికిత్స. ఇది రక్తంలో బ్యాక్టీరియా ఉత్పత్తి చేసే అన్‌బౌండ్ టాక్సిన్ యొక్క తటస్థీకరణలో సహాయపడుతుంది. ఇప్పటికే కట్టుబడి ఉన్న టాక్సిన్‌ను తటస్థీకరించడంలో యాంటిటాక్సిన్ పాత్ర లేదు. అందువల్ల, సమస్యలను నివారించడానికి వీలైనంత త్వరగా దీన్ని నిర్వహించడం అవసరం. యాంటీబయాటిక్స్ బాక్టీరియా రక్తంలో విషాన్ని విడుదల చేయడం ప్రారంభించే ముందు యాంటీబయాటిక్స్ చికిత్స సాధారణంగా ప్రభావవంతంగా ఉంటుంది. ఇది వంటి ప్రయోజనాలను అందిస్తుంది: రక్తంలో విడుదలయ్యే టాక్సిన్‌ల పరిమాణాన్ని తగ్గిస్తుంది, రికవరీని వేగవంతం చేస్తుంది సంక్రమణ వ్యాప్తిని నిరోధిస్తుంది

డిఫ్తీరియా ఇన్ఫెక్షన్‌లో సాధారణంగా ఉపయోగించే యాంటీబయాటిక్స్ ఎరిత్రోమైసిన్ మరియు పెన్సిలిన్ జి. లైన్‌జోలిడ్ మరియు వాంకోమైసిన్ యాంటీబయాటిక్ రెసిస్టెన్స్ విషయంలో కూడా ఉపయోగించబడతాయి. యాంటీబయాటిక్స్ యొక్క పూర్తి కోర్సు, డాక్టర్ సూచించినట్లుగా, రోగి వ్యవస్థ నుండి బ్యాక్టీరియాను పూర్తిగా తొలగించడానికి అనుసరించాలి.

యాంటీబయాటిక్స్ తీసుకునేటప్పుడు అనుసరించాల్సిన 11 విలువైన చిట్కాలను చదవండి. తెలుసుకోవడానికి క్లిక్ చేయండి!

డిఫ్తీరియా ఒక తీవ్రమైన మరియు అత్యంత అంటు వ్యాధి. ఇవ్వబడిన ప్రాథమిక చికిత్సతో పాటుగా, ఈ ప్రక్రియలో ఇవి కూడా ఉండవచ్చు: రోగిని ఆసుపత్రిలో చేర్చడం ద్వారా ట్రాన్స్‌మిషన్‌ను తగ్గించడం కోసం కార్టికోస్టెరాయిడ్స్, అడ్రినలిన్ లేదా యాంటిహిస్టామైన్‌లు వంటి ఇతర మందులు ట్రాకియోస్టోమీ (శస్త్రచికిత్స ద్వారా శ్వాసనాళంలో ట్యూబ్‌ని చొప్పించడం) ఇచ్చిన యాంటిటాక్సిన్‌కి ఏదైనా తీవ్రమైన ప్రతిచర్యను తగ్గించడం. ), తీవ్రమైన శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బందులు ఉన్నట్లయితే, గొంతులోని బూడిద పొరను తొలగించడానికి శస్త్రచికిత్స, అవసరమైతే సమస్యల చికిత్స, ఉదాహరణకు మయోకార్డిటిస్ (గుండె వాపు) చికిత్సకు మందులు, ఒక నెల లేదా అంతకంటే ఎక్కువ కాలం పాటు బెడ్ రెస్ట్, పూర్తిగా కోలుకోవడానికి పుండ్లు శుభ్రపరచడం సబ్బు మరియు నీటితో, స్కిన్ డిఫ్తీరియా విషయంలో డిఫ్తీరియా కోసం ఇంటి సంరక్షణ

మృదువైన ఆహారాన్ని తినండి డిఫ్తీరియా గొంతు నొప్పి మరియు మింగడంలో ఇబ్బందిని కలిగిస్తుంది. మెత్తని ఆహార పదార్థాలు, ద్రవపదార్థాలు తీసుకోవడం మంచిది. స్వీయ ఐసోలేషన్ డిఫ్తీరియా అత్యంత అంటువ్యాధి కాబట్టి, ఇన్ఫెక్షన్ వ్యాప్తిని తగ్గించడానికి రోగులను వేరుచేయడం అవసరం. పరిశుభ్రత పాటించండి డిఫ్తీరియా రోగులను చూసుకునే వ్యక్తులు కఠినమైన పరిశుభ్రతను పాటించాలి. ముఖ్యంగా ఆహారం వండడానికి ముందు చేతులు కడుక్కోవడం, రోగిని హ్యాండిల్ చేయడం వంటి ముందస్తు జాగ్రత్తలు పాటించాలి. టీకాలు వేయండి డిఫ్తీరియా ఇన్ఫెక్షన్ నుండి కోలుకున్న రోగికి కూడా టీకాలు వేయడం అవసరం, ఎందుకంటే ఇది మళ్లీ సంభవించవచ్చు. కేర్-టేకర్లు మరియు రోగితో సన్నిహితంగా ఉన్న వ్యక్తులు కూడా టీకా యొక్క బూస్టర్ డోస్ తీసుకోవాలి. తగినంత విశ్రాంతి తీసుకోండి రోగి కోలుకోవడం సాధారణంగా చాలా నెమ్మదిగా ఉంటుంది, ప్రత్యేకించి ఇన్ఫెక్షన్ తీవ్రంగా ఉంటే. అలాంటి వారు రెండు వారాల పాటు సరైన విశ్రాంతి తీసుకోవాలని సూచిస్తున్నారు. వ్యాధి గుండెను ప్రభావితం చేసినట్లయితే సాధారణ శారీరక శ్రమ హానికరం కావచ్చు. దగ్గరి పరిచయాలు పరీక్షించబడతాయి, రోగితో సన్నిహితంగా ఉన్న వ్యక్తులు డిఫ్తీరియా పరీక్షకు వెళ్లాలి. ఈ వ్యక్తులలో ఏదైనా అనుమానం వచ్చినప్పుడు చికిత్స ప్రోటోకాల్ ప్రారంభించబడుతుంది. టీకాలు వేసిన వారిలో కూడా ఇది అవసరం. నీకు తెలుసా? 1920 లలో పిల్లలు మరియు కౌమారదశలో డిఫ్తీరియా చాలా సాధారణమైన మరణానికి కారణం. 1940ల ప్రారంభంలో యునైటెడ్ స్టేట్స్‌లో మొదట ఉపయోగించబడిన డిఫ్తీరియా వ్యాక్సిన్, వ్యాధిని వాస్తవంగా తొలగించింది. ఇప్పుడు ప్రపంచంలో, ముఖ్యంగా అభివృద్ధి చెందిన దేశాలలో చాలా తక్కువ కేసులు కనిపిస్తున్నాయి. కానీ, వ్యాధినిరోధకత రేటు తగ్గడంతో ప్రపంచవ్యాప్తంగా వ్యాప్తి చెందుతుంది. డిఫ్తీరియా కోసం ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలు

ఇంటి నివారణలు డిఫ్తీరియా అనేది తీవ్రమైన శ్వాసకోశ వ్యాధి. ప్రాణాపాయకరమైన సమస్యలను నివారించడానికి వెంటనే వైద్యులను సంప్రదించాలి. డిఫ్తీరియా చికిత్సలో యాంటీబయాటిక్స్ మరియు యాంటీటాక్సిన్ ఉంటాయి. అయితే, కొన్ని ఇంటి నివారణలు వైద్య చికిత్సకు అనుబంధంగా ఉపయోగించవచ్చు. ఏదైనా ఇంటి నివారణలను ప్రారంభించే ముందు వైద్యుడిని సంప్రదించడం కూడా మంచిది:

వెల్లుల్లి (లెహ్సున్): ఒక వారం పాటు ప్రతి మూడు నుండి నాలుగు గంటలకు ఒక వెల్లుల్లి రెబ్బను నమలడం వల్ల డిఫ్తీరియాతో సంబంధం ఉన్న జ్వరం తగ్గుతుంది. ఇది గొంతుకు ఉపశమనం కలిగించడానికి కూడా సహాయపడుతుంది.

పైనాపిల్: పైనాపిల్ రసం గొంతు నిల్వలను తొలగించడంలో సహాయపడుతుంది. ఇది దగ్గును నిర్వహించడంలో ప్రభావవంతమైన బ్రోమెలైన్ కలిగి ఉంటుంది.

తులసి ఆకులు (తులసి): తులసిలోని యాంటీ బాక్టీరియల్ లక్షణం శ్వాసకోశ ఇన్ఫెక్షన్లను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. దీనిని తులసి ఆకులను కలిపిన నీరులా సేవించవచ్చు.

పాషన్ ఫ్లవర్: ఈ హెర్బ్ డిఫ్తీరియా లక్షణాలను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. ఒక కప్పు వేడినీటిలో ఒక టేబుల్ స్పూన్ ప్యాషన్ ఫ్లవర్ పౌడర్ జోడించండి. రోజుకు కనీసం రెండుసార్లు వడకట్టి త్రాగాలి.

ఆముదం ఆకులు: ఇది పరిస్థితిని నిర్వహించడానికి సహాయపడే శోథ నిరోధక మరియు యాంటీమైక్రోబయల్ లక్షణాలను కలిగి ఉంటుంది. నేల ఆముదం ఆకులను నోటి ద్వారా తీసుకోవచ్చు. నాసికా మార్గాన్ని క్లియర్ చేయడానికి ఆముదం ఆకులు, వెల్లుల్లి రసం మరియు మునగ ఆకుల పేస్ట్ కూడా పీల్చవచ్చు. డిఫ్తీరియా యొక్క సమస్యలు

బ్యాక్టీరియా ద్వారా ఏర్పడిన సూడోమెంబ్రేన్ 7 నుండి 10 రోజులలో కణజాలం నుండి విడిపోతుంది. బాక్టీరియా ఉత్పత్తి చేసే టాక్సిన్ గుండె, మూత్రపిండాలు, కండరాలు మరియు కాలేయానికి చేరుతుంది, ఇది వివిధ తీవ్రమైన సమస్యలను కలిగిస్తుంది: గుండె సంబంధిత సమస్యలు సాధారణంగా ప్రభావితం అయ్యే మొదటి అవయవం గుండె. డిఫ్తీరియా సాధారణంగా రెండవ లేదా మూడవ వారంలో గుండెను ప్రభావితం చేస్తుంది. రోగి అభివృద్ధి చేయవచ్చు: మయోకార్డిటిస్ (గుండె కండరాల వాపు అంటే, మయోకార్డియం) కార్డియాక్ అరిథ్మియా (క్రమరహిత హృదయ స్పందన) రక్తప్రసరణ క్షీణత నరాల సంబంధిత సమస్యలు, టాక్సిన్ మెదడు, అంత్య భాగాల మరియు ఫారింక్స్ యొక్క కండరాలు మరియు మృదువైన అంగిలి యొక్క నరాలపై ప్రభావం చూపుతుంది: న్యూరిటిస్ (మే) శ్వాసకోశ వైఫల్యం మరియు న్యుమోనియాకు దారితీస్తుంది) నరాల బలహీనత ఎన్సెఫాలిటిస్ (పిల్లలలో అరుదు) ఓక్యులోమోటర్ నరాల పక్షవాతం (ఐబాల్ యొక్క అసంకల్పిత కదలిక) ముక్కు ద్వారా ఆహారం యొక్క రిఫ్లక్స్ శ్వాసకోశ అవరోధం చాలా సందర్భాలలో, సూడోమెంబ్రేన్ శ్వాసనాళాన్ని అడ్డుకుంటుంది మరియు వాపుకు కారణమవుతుంది. దీనికి తక్షణ మెకానికల్ వెంటిలేషన్ మరియు ఇంట్యూబేషన్ అవసరం. కిడ్నీ దెబ్బతినడం రక్తంలో విడుదలయ్యే టాక్సిన్ మూత్రపిండాలను కూడా దెబ్బతీస్తుంది, తద్వారా రక్తం నుండి వ్యర్థాలను ఫిల్టర్ చేసే వారి సామర్థ్యాన్ని ప్రభావితం చేస్తుంది. డిఫ్తీరియాతో జీవించడం

డిఫ్తీరియా ఇన్ఫెక్షన్‌తో మెరుగ్గా వ్యవహరించడంలో సహాయపడే కొన్ని సాధారణ చిట్కాలు ఇక్కడ ఉన్నాయి: ఆహారాన్ని తెలివిగా ఎంచుకోండి డిఫ్తీరియా రోగులు సాధారణంగా గొంతులో కృత్రిమ పొర అభివృద్ధి చెందడం వల్ల ఆహారాన్ని మింగడం కష్టం. ఈ పరిస్థితిలో ద్రవాలు మరియు మృదువైన ఆహార పదార్థాలు సహాయపడవచ్చు. జ్యూస్‌లు మరియు స్మూతీస్‌ల రూపంలో తాజా పండ్లు మరియు కూరగాయలు వంటి ఆరోగ్యకరమైన ఆహారాలను చేర్చడం కూడా రికవరీ ప్రక్రియను వేగవంతం చేస్తుంది.

తీసుకోవలసిన ఆహారాలు ద్రవాలు (రసాలు) పాలు వెల్లుల్లి ఆహారం పాక్షికంగా ఘన రూపంలో (ఐస్ క్రీములు) పండ్లు మరియు కూరగాయలు

దూరంగా ఉండవలసిన ఆహారాలు స్పైసీ ఫుడ్ సంతృప్త నూనెలు మరియు ట్రాన్స్ ఫ్యాట్స్ హైడ్రేటెడ్ గా ఉంచండి ముఖ్యంగా నిద్రవేళకు ముందు తగినంత నీరు త్రాగడం వల్ల గొంతు క్లియర్ చేయడంలో మరియు శ్లేష్మం వదులుతుంది. పుష్కలంగా విశ్రాంతి తీసుకోండి డిఫ్తీరియా రోగి పూర్తిగా కోలుకోవడంలో విశ్రాంతి చాలా కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. తీవ్రమైన వ్యాయామం మానుకోండి మరియు డాక్టర్ సలహా మేరకు తగినంత విశ్రాంతి తీసుకోండి. శారీరక కార్యకలాపాలను త్వరగా ప్రారంభించడం మానుకోండి మరియు బ్యాక్టీరియా ప్రభావం నుండి పూర్తిగా కోలుకోవడానికి శరీరానికి కొంత సమయం ఇవ్వండి. సరైన మార్గంలో నిద్రించండి రోగి వెనుకవైపు నిద్రపోకుండా ఉండాలి, ఎందుకంటే ఇది గొంతులో శ్లేష్మం చేరడం ప్రేరేపిస్తుంది. మందపాటి దిండును ఉపయోగించడం లేదా రెండు దిండ్లు ఉపయోగించడం మంచిది. ఇది ట్రంక్ ప్రాంతాన్ని ఎలివేట్ చేయడంలో సహాయపడుతుంది, తద్వారా వాయుమార్గాలు తెరవబడతాయి. యోగాను ప్రాక్టీస్ చేయండి ప్రాణాయామం వంటి కొన్ని శ్వాస వ్యాయామాలు చేయండి. ఇది శ్వాస ప్రక్రియను సులభతరం చేస్తుంది. సర్వంగాసనం మరియు ఉత్తానాసనం వంటి కొన్ని యోగాలు శరీరానికి విశ్రాంతినిస్తాయి మరియు మంచి నిద్రలో సహాయపడతాయి. తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు డిఫ్తీరియా ఎంత తీవ్రమైనది? డిఫ్తీరియా ఎలా వ్యాపిస్తుంది? మీరు ఒకటి కంటే ఎక్కువసార్లు డిఫ్తీరియా బారిన పడగలరా? డిఫ్తీరియా టీకాలు ఎవరు తీసుకోవాలి? ఎన్ని మోతాదుల వ్యాక్సిన్ అవసరం? డిఫ్తీరియా టీకాలు ఎంత ప్రభావవంతంగా ఉంటాయి? గర్భిణీ స్త్రీలకు ఏ డిఫ్తీరియా వ్యాక్సిన్ ఇవ్వాలి? సూచనలు డిఫ్తీరియా, డిపార్ట్‌మెంట్ ఆఫ్ హెల్త్, న్యూయార్క్ రాష్ట్రం, చివరిగా నవీకరించబడింది: జనవరి, 2012. డిఫ్తీరియా, నేషనల్ ఫౌండేషన్ ఫర్ ఇన్ఫెక్షియస్ డిసీజెస్, చివరిగా నవీకరించబడింది: ఏప్రిల్ 2021. డిఫ్తీరియా, సెంటర్ ఫర్ డిసీజ్ కంట్రోల్ & ప్రివెన్షన్, చివరిగా నవీకరించబడింది: 26 మే 2020 డిఫ్తీరియా, ఆస్ట్రేలియన్ ప్రభుత్వం, ఆరోగ్య శాఖ, చివరిగా నవీకరించబడింది: 16 ఫిబ్రవరి 2022. లామిచానే A, రాధాకృష్ణన్ S. డిఫ్తీరియా. [2021 నవంబర్ 13న నవీకరించబడింది]. ఇన్: స్టాట్‌పెర్ల్స్ [ఇంటర్నెట్]. ట్రెజర్ ఐలాండ్ (FL): StatPearls పబ్లిషింగ్; 2022 జనవరి. డిఫ్తీరియా, ఇమ్యునైజేషన్, HHS.gov, చివరిగా నవీకరించబడింది: 29 ఏప్రిల్, 2021. డిఫ్తీరియా, ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ, చివరిగా నవీకరించబడింది: 27 నవంబర్ 2017. డిఫ్తీరియా, వ్యాక్సిన్‌ల చరిత్ర, ఫిలడెల్ఫియాలోని కాలేజ్ ఆఫ్ ఫిజిషియన్స్. చివరిగా నవీకరించబడింది: 09 ఏప్రిల్ 2022. డిఫ్తీరియా, పాన్ అమెరికన్ హెల్త్ ఆర్గనైజేషన్, ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ, చివరిగా నవీకరించబడినది: 27 నవంబర్ 2017. డిఫ్తీరియా, ఆరోగ్యం, జాన్స్ హాప్‌కిన్స్ మెడిసిన్. డిఫ్తీరియా, కమ్యూనికేబుల్ డిసీజ్ సర్వీస్, NJ హెల్త్, డిపార్ట్‌మెంట్ ఆఫ్ హెల్త్, స్టేట్ ఆఫ్ న్యూజెర్సీ. డిఫ్తీరియా, వర్జీనియా డిపార్ట్‌మెంట్ ఆఫ్ హెల్త్ చివరిగా నవీకరించబడింది: అక్టోబర్ 2018.

==================================================

మైకము తిమ్మిరి, వెర్టిగో, మూర్ఛ, తలతిరగడం, అస్థిరత, అస్తవ్యస్తత మరియు వూజీనెస్ అని కూడా అంటారు. తల తిరగడం అనేది ఒక వ్యాధి కాదు, వివిధ రుగ్మతల లక్షణం. మైకము యొక్క చాలా సందర్భాలు తేలికపాటివి మరియు ఒక-మరియు-ఆఫ్ ఎపిసోడ్‌గా సంభవిస్తాయి. అప్పుడప్పుడు తల తిరగడం ఆందోళన చెందాల్సిన పని కాదు.

అయితే, మైకము వికారం, వాంతులు, తలనొప్పి, చేతులు లేదా కాళ్ళలో బలహీనత, శ్వాస ఆడకపోవడం మరియు మాట్లాడటంలో ఇబ్బంది వంటి వాటితో కూడి ఉంటుంది. మైకము దీర్ఘకాలం పాటు కొనసాగితే మరియు జీవన నాణ్యతకు అంతరాయం కలిగిస్తే, వైద్య సంరక్షణను పొందడం చాలా అవసరం.

మైకము యొక్క కారణాన్ని అటువంటి సందర్భాలలో తప్పనిసరిగా పరిశోధించాలి ఎందుకంటే ఇది కొన్నిసార్లు కొన్ని ఇతర వైద్య పరిస్థితికి అంతర్లీన లక్షణం కావచ్చు. చికిత్స యొక్క లక్ష్యం అంతర్లీన కారణానికి చికిత్స చేయడం. సాధారణంగా 65 ఏళ్లు పైబడిన పెద్దవారిలో కనిపించే ముఖ్య వాస్తవాలు లింగం పురుషులు మరియు మహిళలు ఇద్దరినీ ప్రభావితం చేస్తుంది కానీ మహిళల్లో ఎక్కువగా కనిపించే శరీర భాగాలు (లు) మెదడు చెవికి సంబంధించిన అవసరమైన ఆరోగ్య పరీక్షలు/ఇమేజింగ్ రక్త పరీక్షలు: పూర్తి రక్త గణన (CBC), బ్లడ్ షుగర్ పరీక్షలు, ఎలక్ట్రోలైట్ స్థాయిలు, థైరాయిడ్ పరీక్షలు & కిడ్నీ పనితీరు పరీక్షలు కార్డియాక్ పరీక్షలు: ఎలక్ట్రో కార్డియోగ్రఫీ (ECG) & ఎకోకార్డియోగ్రఫీ (ఎకో) ఇమేజింగ్ అధ్యయనాలు: CT స్కాన్ (తల), CT మెడ సాదా & MRI మెదడు బ్యాలెన్స్ పరీక్షలు: రోటరీ చైర్ టెస్ట్, వెస్టిబ్యులర్ ఎవోక్డ్ మయోజెనిక్ పొటెన్షియల్స్ (VEMP) పరీక్ష & ఎలక్ట్రోనిస్టాగ్మోగ్రఫీ (ENG)

చికిత్స బెటాహిస్టిన్ యాంటీమెటిక్స్: ప్రోమెథాజైన్ & ఒండాన్‌స్టెరాన్ యాంటీబయాటిక్స్ వెస్టిబ్యులర్ సప్రెసెంట్స్: యాంటిహిస్టామైన్‌లు, బెంజోడియాజిపైన్స్ & యాంటికోలినెర్జిక్ డ్రగ్స్ ఎలక్ట్రోలైట్స్/గ్లూకోజ్ డ్రింక్స్ ఐరన్ సప్లిమెంట్స్

ENT సర్జన్ న్యూరాలజిస్ట్ ఎండోక్రినాలజిస్ట్ కార్డియాలజిస్ట్‌ను సంప్రదించడానికి నిపుణులు మైకము యొక్క లక్షణాలు

ఒక వ్యక్తి కింది వాటితో బాధపడుతుంటే అతనికి మైకము ఉన్నట్లు అనుమానించవచ్చు: తలతిరగడం, తలతిరగడం లేదా మూర్ఛగా అనిపించడం. పక్క నుండి ప్రక్కకు కదులుతున్న అనుభూతి వంటి అసాధారణమైన ఊగిసలాట యొక్క సంచలనం. వ్యక్తి తాను తిరుగుతున్నట్లు లేదా తన చుట్టూ ఉన్న ప్రపంచం తిరుగుతున్నట్లు భావించే అనుభూతి. అసమతుల్యత లేదా సంతులనం కోల్పోయే భావన. వికారం యొక్క సంచలనం (వాంతితో కలిసి ఉండవచ్చు లేదా ఉండకపోవచ్చు). మైకము యొక్క రకాలు

మైకము నాలుగు ఉప రకాలుగా వర్గీకరించబడుతుంది: వెర్టిగో: రోగి అతను/ఆమె తిరుగుతున్నట్లు లేదా పరిసరాలు తిరుగుతున్నట్లు భావించవచ్చు. తలతిరగడం: ఇది తలలో అస్పష్టమైన అనుభూతి, ఇక్కడ రోగి తన తల తేలియాడుతున్నట్లు లేదా గిడ్డిగా అనిపించవచ్చు. అసమతుల్యత: ఇది సమతుల్యత లేదా సమన్వయంలో భంగం. ఇది రోగి యొక్క సాధారణ నడకను ప్రభావితం చేయవచ్చు. ప్రీ-సింకోప్: రోగి అతను/ఆమె స్పృహ కోల్పోయినట్లు భావించినప్పుడు ఇది సంభవిస్తుంది.

మైకము యొక్క కారణాలు మైకము అనేది అనేక వ్యాధులలో సంభవించే ఒక లక్షణం మరియు అనేక అంతర్లీన రుగ్మతల వలన సంభవించవచ్చు. ప్రతి కారణాన్ని బట్టి చికిత్స మారుతూ ఉంటుంది కాబట్టి మైకము యొక్క కారణాన్ని సరిగ్గా గుర్తించడం మరియు గుర్తించడం చాలా ముఖ్యం.

ఎ. చెవి మరియు వెస్టిబ్యులర్ వ్యవస్థతో సమస్యలు శరీరం యొక్క సాధారణ సంతులనం మరియు సమతుల్యతను నిర్వహించడానికి చెవి బాధ్యత వహించే అవయవం. చెవి మరియు వెస్టిబ్యులర్ వ్యవస్థలో సమస్యలు వెర్టిగోకు దారితీయవచ్చు, ఇది ఒక రకమైన మైకము. వెర్టిగోతో అనేక పరిస్థితులు అనుబంధించబడతాయి:

1. నిరపాయమైన పరోక్సిస్మల్ పొజిషనల్ వెర్టిగో (BPPV) నిరపాయమైనది: ఆరోగ్యానికి ప్రమాదకరం కాదు Paroxysmal: అకస్మాత్తుగా, క్లుప్తమైన ఎపిసోడ్‌గా అందజేస్తుంది స్థానం: నిర్దిష్ట తల లేదా శారీరక కదలికల ద్వారా సెట్ ఆఫ్ వెర్టిగో: తనలో లేదా పరిసరాల్లోని క్రమరహిత లేదా స్పిన్నింగ్ కదలిక యొక్క అంతర్గత భావన BPPV వెర్టిగో యొక్క అత్యంత సాధారణ కారణం. ఇది హానిచేయని పరిస్థితి, ఇది తేలికపాటి నుండి తీవ్రమైన మైకము కొన్ని సెకన్లు లేదా నిమిషాల పాటు కొనసాగుతుంది. ఇది తరచుగా తల లేదా శరీరం యొక్క స్థితిలో ఆకస్మిక మార్పుతో సంబంధం కలిగి ఉంటుంది, వంగడం, మంచంలో తిరగడం లేదా కూర్చోవడం వంటివి. BPPV సాధారణంగా స్వయంగా పరిష్కరిస్తుంది మరియు తీవ్రమైనది కాదు.

లోపలి చెవి అనేది ద్రవంతో నిండిన కాలువల వ్యవస్థ, ఇది తల యొక్క కదలికల గురించి మెదడుకు తెలియజేస్తుంది. BPPVలో, లోపలి చెవిలోని చిన్న కాల్షియం స్ఫటికాలు చోటు నుండి కదులుతాయి. అందువల్ల, సిస్టమ్ మెదడుకు సరైన సంకేతాలను పంపలేకపోతుంది.

BPPV తల గాయం లేదా వృద్ధాప్యం కారణంగా కూడా సంభవించవచ్చు. వయస్సుతో లేదా గాయం సమయంలో సంభవించే కణాల సహజ విచ్ఛిన్నం దీనికి కారణమని భావిస్తారు.

1. మెనియర్స్ వ్యాధి ఇది అరుదైన పరిస్థితి, ఇది తీవ్రమైన వెర్టిగో, వికారం, చెవుల్లో రింగింగ్, మఫిల్ లేదా వికృతమైన వినికిడి, వినికిడి లోపం మరియు చెవికి చొచ్చుకుపోయిన అనుభూతిని కలిగిస్తుంది. ఈ పరిస్థితి లోపలి చెవిలో అదనపు ద్రవం చేరడం ద్వారా వర్గీకరించబడుతుంది. మెనియర్ యొక్క దాడులు సాధారణంగా అకస్మాత్తుగా జరుగుతాయి మరియు 20 నిమిషాల నుండి 24 గంటల వరకు ఉంటాయి. దాడి దాటిన తర్వాత రోగులు కూడా అలసిపోయినట్లు భావిస్తారు.
2. చెవి ఇన్ఫెక్షన్లు వైరల్ మరియు తక్కువ సాధారణంగా బాక్టీరియల్ ఇన్ఫెక్షన్లు చెవుల్లో నరాల వాపుకు కారణమవుతాయి. వెస్టిబులోకోక్లియర్ నాడి, లోపలి చెవిలోని నాడి, రెండు శాఖలను కలిగి ఉంటుంది: వెస్టిబ్యులర్ నాడి మెదడుకు సంతులనం గురించి సంకేతాలను పంపుతుంది. దీని వాపు వెస్టిబ్యులర్ న్యూరిటిస్‌కు దారితీస్తుంది. కోక్లియర్ నాడి వినికిడి గురించి సంకేతాలను పంపుతుంది. దీని వాపు వల్ల లాబ్రింథిటిస్ వస్తుంది. ఈ వాపు చెవిలోని నరాలు మెదడుకు పంపే సందేశాలను అడ్డుకుంటుంది. అందువల్ల, వెర్టిగో యొక్క లక్షణాలు అనుభవించబడతాయి.
3. అకౌస్టిక్ న్యూరోమా (వెస్టిబ్యులర్ స్క్వాన్నోమా) ఇది లోపలి చెవి నుండి మెదడుకు దారితీసే వెస్టిబ్యులర్ లేదా కోక్లియర్ నరాలపై అభివృద్ధి చెందే నిరపాయమైన కణితి. కణితి నుండి నరాల మీద ఒత్తిడి వెర్టిగోకు కారణం కావచ్చు.
4. వెస్టిబ్యులర్ మైగ్రేన్ మైగ్రేన్‌లు తరచుగా బాధాకరమైన తలనొప్పితో ఉంటాయి, అయితే వెస్టిబ్యులర్ మైగ్రేన్ వెర్టిగో మరియు అసమతుల్యత వంటి వెస్టిబ్యులర్ లక్షణాలతో పాటు తలనొప్పిని కలిగి ఉండవచ్చు లేదా ఉండకపోవచ్చు. వెస్టిబ్యులర్ మైగ్రేన్ ఉన్న వ్యక్తులు కాంతి & ధ్వనికి సున్నితత్వం వంటి సాధారణ మైగ్రేన్ లక్షణాలను నివేదిస్తారు.

బి. రక్త ప్రసరణతో సమస్యలు

1. హైపోటెన్షన్ లేదా తక్కువ రక్తపోటు సాధారణంగా తక్కువ రక్తపోటు ఉన్నవారిలో మైకము కనిపిస్తుంది. తక్కువ రక్తపోటు కారణంగా, తగినంత ఆక్సిజన్-రిచ్ రక్తం మెదడుకు పంపిణీ చేయబడదు, తద్వారా దాని పనితీరును ప్రభావితం చేస్తుంది. ఇది తలతిరగడానికి దారితీస్తుంది. తక్కువ రక్తపోటుకు కొన్ని సాధారణ కారణాలు: విపరీతమైన వేసవిలో డీహైడ్రేషన్ లేదా నీటిని కోల్పోవడం, వేడి తిమ్మిర్లు, వేడి అలసట లేదా వేడి స్ట్రోక్. వాంతులు మరియు విరేచనాలతో పాటు డీహైడ్రేషన్ తరచుగా సంభవిస్తుంది. శరీరాన్ని చల్లబరచడానికి ప్రయత్నించినప్పుడు అధికమైన జీవక్రియ రేటు మరియు విపరీతమైన చెమట కారణంగా జ్వరం కూడా నీటి గణనీయమైన నష్టాన్ని కలిగిస్తుంది. ఉత్పత్తి తగ్గడం లేదా ఎర్ర రక్త కణాల నాశనం కారణంగా రక్తహీనత రక్తస్రావం ఎర్ర రక్త కణాల నష్టం మరియు రక్తహీనతకు దారి తీయవచ్చు ఆల్కహాల్ వాడకం గర్భం
2. భంగిమ హైపోటెన్షన్ (ఆర్థోస్టాటిక్ హైపోటెన్షన్) ఎవరైనా డీహైడ్రేషన్ లేదా రక్తహీనతతో ఉంటే, వారు పడుకున్నప్పుడు రక్తపోటు రీడింగ్‌లు సాధారణంగా ఉండవచ్చు. అయినప్పటికీ, వారు చాలా త్వరగా లేచి కూర్చున్నప్పుడు లేదా లేచి నిలబడినప్పుడు వారు స్వల్పంగా తలనొప్పి అనుభూతి చెందుతారు. శరీరానికి అనుగుణంగా ఈ భావన కొన్ని సెకన్లలో అదృశ్యమవుతుంది. డీహైడ్రేషన్ లేదా బీటా బ్లాకర్స్ వంటి మందులు శరీరం ప్రతిస్పందించకుండా నిరోధించినట్లయితే, రోగి మూర్ఛపోయేంత వరకు మైకము కొనసాగవచ్చు.
3. గుండె జబ్బులు కార్డియోమయోపతి, గుండెపోటు, గుండె అరిథ్మియా మరియు తాత్కాలిక ఇస్కీమిక్ అటాక్ వంటి పరిస్థితులు మైకము కలిగించవచ్చు.

సి. ఎండోక్రైన్ వ్యాధులు

1. మధుమేహం అనియంత్రిత మధుమేహం మైకము కలిగించే ప్రధాన వ్యాధులలో ఒకటి. హైపోగ్లైసీమియా లేదా తక్కువ బ్లడ్ షుగర్ ఆహారం తీసుకోవడం తగ్గడం వల్ల లేదా మధుమేహం మందులతో అతిగా మందులు తీసుకోవడం వల్ల సంభవించవచ్చు. ఈ పరిస్థితిలో, మెదడు సరిగ్గా పనిచేయడానికి తగినంత గ్లూకోజ్ పొందనందున వ్యక్తి మైకము అనుభవిస్తాడు. హైపర్గ్లైసీమియా లేదా అధిక రక్త చక్కెర స్థాయిలు కూడా నిర్జలీకరణం కారణంగా మైకము కలిగించవచ్చు. శక్తి జీవక్రియ కోసం కణాలు గ్లూకోజ్‌ను ఉపయోగించుకునేలా చేయడానికి తగినంత ఇన్సులిన్ లేకపోవడం వల్ల ఇది జరుగుతుంది.
2. థైరాయిడ్ వ్యాధులు థైరాయిడ్ యొక్క అసాధారణతలు కూడా ఒక లక్షణంగా మైకము కలిగించవచ్చు. హైపర్ థైరాయిడిజం లేదా థైరాయిడ్ హార్మోన్ యొక్క అధిక స్థాయిలు దడ మరియు తేలికపాటి తలనొప్పికి కారణం కావచ్చు. హైపోథైరాయిడిజం లేదా తక్కువ స్థాయి థైరాయిడ్ హార్మోన్ రక్తపోటు మరియు హృదయ స్పందన రేటును తగ్గిస్తుంది, ఇది మైకము మరియు బలహీనతకు దారితీస్తుంది.
3. అడిసన్స్ వ్యాధి అనేది అడ్రినల్ గ్రంథులు శరీరం యొక్క అవసరాలను తీర్చడానికి తగినంత కార్టిసాల్‌ను ఉత్పత్తి చేయని పరిస్థితి. కార్టిసాల్ స్థాయిలు తక్కువగా ఉంటే, రోగి బలహీనత, తక్కువ రక్తంలో చక్కెర, తక్కువ రక్తపోటు మరియు మైకము వంటివి అనుభవించవచ్చు.

D. ఇతర కారణాలు

1. నాడీ సంబంధిత పరిస్థితులు అరుదుగా, మెదడు నుండి వెర్టిగోకు కారణం కావచ్చు. స్ట్రోక్, కణితులు, మూర్ఛలు, పరిధీయ నరాలవ్యాధి, పార్కిన్సన్స్ వ్యాధి మరియు మల్టిపుల్ స్క్లెరోసిస్ వెర్టిగోతో సంబంధం కలిగి ఉండవచ్చు.
2. ట్రామా కంకషన్ మరియు చిన్న తల గాయం కూడా వెర్టిగోకు కారణం కావచ్చు.
3. కొన్ని మందులు మైకము అనేది జెంటామిసిన్ మరియు స్ట్రెప్టోమైసిన్ వంటి యాంటీబయాటిక్స్, యాంటీ-సీజర్ డ్రగ్స్, యాంటిడిప్రెసెంట్స్, సెడేటివ్స్, ట్రాంక్విలైజర్స్, బీటా బ్లాకర్స్ వంటి యాంటీహైపెర్టెన్సివ్ డ్రగ్స్, డైయూరిటిక్స్, ACE ఇన్హిబిటర్స్ & అంగస్తంభన కోసం మందులు వంటి కొన్ని మందుల యొక్క దుష్ప్రభావం.
4. మానసిక రుగ్మతలు ఒత్తిడి, ఆందోళన, భయాందోళనలు మరియు డిప్రెషన్ కూడా మీరు హైపర్‌వెంటిలేట్ చేసినప్పుడు లేదా చాలా త్వరగా ఊపిరి పీల్చుకున్నప్పుడు మైకము కలిగించవచ్చు.
5. కార్బన్ మోనాక్సైడ్ విషప్రయోగం కార్బన్ మోనాక్సైడ్ విషప్రయోగం యొక్క లక్షణాలు వికారం, వాంతులు, శ్వాస ఆడకపోవడం, మైకము, బలహీనత మరియు గందరగోళాన్ని కలిగి ఉండవచ్చు. కోవిడ్-19 ఇన్ఫెక్షన్ సమయంలో కళ్లు తిరగడం అనిపిస్తుందా? COVID-19 యొక్క ప్రధాన నరాల లక్షణాలలో మైకము ఒకటి. ఇది సుదీర్ఘమైన COVID-19లో కూడా కనిపిస్తుంది, ఇది ప్రారంభ కరోనావైరస్ సంక్రమణ తర్వాత వారాలు లేదా నెలల పాటు కొనసాగుతుంది. COVID-19 టీకా తర్వాత కూడా తలతిరగడం అప్పుడప్పుడు సంభవించవచ్చు. టీకా వేసిన మొదటి 15 నుండి 30 నిమిషాలలో ఇది సర్వసాధారణం. అయితే, ఈ సంబంధాన్ని నిరూపించడానికి మరింత పరిశోధన అవసరం. కళ్లు తిరగడం కోసం COVID-19 ప్రమాద కారకాల గురించి మరింత చదవండి

తలతిరగడం అనేది ఎవరికైనా వారి జీవితంలో ఏ సమయంలోనైనా సంభవించవచ్చు. ఇది ఒక-సమయం, సంక్షిప్త ఎపిసోడ్‌గా సంభవించవచ్చు లేదా ఇది అడపాదడపా లక్షణాలతో దీర్ఘకాలం ఉండవచ్చు. 40 ఏళ్లు పైబడిన చాలా మంది వ్యక్తులు తమ జీవితకాలంలో కనీసం ఒక్కసారైనా మైకము అనుభవించి ఉంటారని అంచనా.

కొన్ని కారణాలు మైకము యొక్క అవకాశాన్ని పెంచుతాయి, అవి: వృద్ధాప్యం ముఖ్యంగా 65 ఏళ్లు పైబడిన వారు స్త్రీగా ఉండటం గత మైకము యొక్క ఎపిసోడ్ల యొక్క వైద్య చరిత్ర వెర్టిగో హైపర్లిపిడెమియా విటమిన్ డి లోపం ఉన్న కుటుంబ సభ్యులను కలిగి ఉండటం

రక్తహీనత మైకము యొక్క కారణాలలో ఒకటి. రక్తంలో హిమోగ్లోబిన్ స్థాయిలను పెంచడానికి మరియు రక్తహీనతను నివారించడానికి ఇక్కడ కొన్ని సాధారణ చిట్కాలు ఉన్నాయి. చదవడానికి క్లిక్ చేయండి! మైకము యొక్క నిర్ధారణ

రోగి మైకము యొక్క లక్షణాలను కలిగి ఉంటే, క్షుణ్ణమైన చరిత్ర మరియు వివరణాత్మక శారీరక పరీక్ష రోగనిర్ధారణకు కీలకం. ఇతర సంబంధిత లక్షణాలతో పాటు మైకము యొక్క తీవ్రతరం మరియు ఉపశమన కారకాలు అంచనా వేయబడతాయి. రోగి తీసుకుంటున్న గత వైద్య చరిత్ర మరియు ప్రస్తుత ఔషధాల సమీక్ష కూడా జరుగుతుంది.

1. రక్త పరీక్షలు రక్త పరీక్షల అవసరం మైకము యొక్క కారణంపై ఆధారపడి ఉంటుంది. సాధారణంగా చేసే పరీక్షలు: కంప్లీట్ బ్లడ్ కౌంట్ (CBC) బ్లడ్ షుగర్ పరీక్షలు ఎలక్ట్రోలైట్ స్థాయిలు థైరాయిడ్ పరీక్షలు కిడ్నీ పనితీరు పరీక్షలు
2. గుండె పరీక్షలు మైకము కలిగించే ఏవైనా గుండె జబ్బులను తోసిపుచ్చడానికి ఈ క్రింది పరీక్షలను ఉపయోగించి కొన్నిసార్లు గుండె ఆరోగ్యాన్ని అంచనా వేయాలి: ఎలక్ట్రో కార్డియోగ్రఫీ (ECG) ఎకోకార్డియోగ్రఫీ (ఎకో)
3. ఇమేజింగ్ అధ్యయనాలు రేడియో ఇమేజింగ్ పరీక్షలు మైకము యొక్క కారణాన్ని గుర్తించడానికి నిర్వహించబడతాయి. అటువంటి మైకము యొక్క కారణం లోపలి చెవి ఆటంకాలు లేదా ఇతర తల మరియు మెడ పరిస్థితులు, గర్భాశయ స్పాండిలోసిస్, బ్రెయిన్ ట్యూమర్, మెదడుకు తగినంత రక్త సరఫరా వంటివి కావచ్చు. సిఫార్సు చేయబడిన కొన్ని సాధారణ పరీక్షలు: CT స్కాన్ (తల) CT మెడ సాదా MRI మెదడు MRI మెదడు కాంట్రాస్ట్ MRI గర్భాశయ వెన్నెముకతో
4. బ్యాలెన్స్ పరీక్షలు ఈ పరీక్షలు భంగిమలో మార్పులకు శరీరం ఎలా స్పందిస్తుందో విశ్లేషించడం ద్వారా బ్యాలెన్స్ డిజార్డర్‌లను తనిఖీ చేస్తుంది. శరీర సమతుల్యతను కాపాడుకోవడానికి కేంద్ర నాడీ వ్యవస్థతో పాటు లోపలి చెవిలో ఉన్న వెస్టిబ్యులర్ వ్యవస్థ బాధ్యత వహిస్తుంది. ఈ వ్యవస్థల పనితీరును అంచనా వేయడానికి క్రింది పరీక్షలు చేయవచ్చు:

రోటరీ కుర్చీ పరీక్ష రోగి భ్రమణ కంప్యూటరైజ్డ్ కుర్చీపై కూర్చున్నప్పుడు ఈ పరీక్ష కంటి కదలికలను నమోదు చేస్తుంది. పరీక్ష సమతుల్యత, భంగిమ మరియు అంతరిక్షంలో శరీరం యొక్క విన్యాసాన్ని నియంత్రించే వెస్టిబ్యులర్ వ్యవస్థను అంచనా వేస్తుంది.

కంప్యూటరైజ్డ్ డైనమిక్ పోస్ట్‌రోగ్రఫీ (CDP) ఈ పరీక్షను బ్యాలెన్స్ పరీక్ష (TOB) అని కూడా అంటారు. ఇది స్థిరంగా లేదా కదిలే పరిస్థితుల్లో నిలబడి ఉండగల సామర్థ్యాన్ని అంచనా వేస్తుంది.

వెస్టిబ్యులర్ ఎవోక్డ్ మయోజెనిక్ పొటెన్షియల్స్ (VEMP) పరీక్ష ఈ పరీక్ష పునరావృత ధ్వని ఉద్దీపనకు కండరాల ప్రతిచర్యను కొలవడం ద్వారా వెస్టిబ్యులర్ పనితీరును అంచనా వేస్తుంది.

వీడియో హెడ్ ఇంపల్స్ టెస్ట్ (vHIT) వైద్యుడు రోగి యొక్క తలను సున్నితంగా ప్రతి వైపుకు కదిలిస్తాడు. రోగి గోడపై ఉన్న మచ్చ వంటి నిశ్చల వస్తువుపై దృష్టి కేంద్రీకరిస్తున్నప్పుడు కంటి కదలికలు నమోదు చేయబడతాయి.

వెస్టిబ్యులర్ టెస్ట్ బ్యాటరీ వెస్టిబ్యులర్ టెస్ట్ బ్యాటరీ అనేక పరీక్షలను కలిగి ఉంటుంది, ఇది వెర్టిగో లోపలి చెవిలో సమస్యల వల్ల లేదా కొన్ని నాడీ సంబంధిత కారణాల వల్ల వచ్చిందా అని అంచనా వేస్తుంది. ఇది సరైన చికిత్స ప్రణాళికను రూపొందించడంలో సహాయపడుతుంది.

ఎలక్ట్రోనిస్టాగ్మోగ్రఫీ (ENG) మరియు వీడియోనిస్టాగ్మోగ్రఫీ (VNG) పరీక్షలు ఈ పరీక్షలు కంటి కదలికలను రికార్డ్ చేస్తాయి మరియు కొలుస్తాయి. ENGలో, ఎలక్ట్రోడ్లు లేదా చిన్న సెన్సార్లు కళ్ల చుట్టూ ఉన్న చర్మంపై ఉంచబడతాయి. VNGలో, ప్రత్యేక గాగుల్స్ కళ్ళపై ఉంచబడతాయి. స్క్రీన్‌పై కాంతి నమూనాలను చూడమని మరియు అనుసరించమని రోగిని కోరతారు. కాంతి నమూనాను చూస్తున్నప్పుడు రోగిని వేర్వేరు స్థానాల్లోకి తరలించమని కోరతారు. అప్పుడు ప్రతి చెవిలో వెచ్చని మరియు చల్లని నీరు లేదా గాలి ఉంచబడుతుంది. ఇది కళ్ళు నిర్దిష్ట మార్గాల్లో కదిలేలా చేస్తుంది. కళ్ళు స్పందించకపోతే, ఇది లోపలి చెవి యొక్క నరాలకు హానిని సూచిస్తుంది. మైకము నివారణ

లోపలి చెవిచే నియంత్రించబడే సమతౌల్య విధానంలో భంగం కారణంగా మైకము సంభవించవచ్చు. ఇది సమతుల్యతను ప్రభావితం చేసే ఇతర తల మరియు మెడ పరిస్థితుల కారణంగా లేదా పోషణ మరియు రక్త ప్రసరణ సమస్యల కారణంగా కూడా సంభవించవచ్చు. కొన్ని కార్యకలాపాలను నివారించడం ద్వారా ఈ మైకములను నివారించడం సాధ్యపడుతుంది: మీ తల ఒక స్థానం నుండి మరొక స్థితికి ఆకస్మిక కదలికలను నివారించండి లేదా ఎక్కువసేపు పడుకున్న తర్వాత అకస్మాత్తుగా లేచి నిలబడండి. క్లీనింగ్ ప్రయోజనాల కోసం మీ చెవుల్లోకి పదునైన వస్తువులు లేదా విదేశీ పదార్థాలను చొప్పించవద్దు, ఎందుకంటే ఇది లోపలి చెవికి హాని కలిగించవచ్చు. మీరు ఇన్సులిన్ థెరపీలో మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులైతే మీ రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను ఎల్లప్పుడూ నిశితంగా పరిశీలించండి. ముఖ్యంగా వేసవి కాలంలో డీహైడ్రేషన్‌ను నివారించడానికి పుష్కలంగా నీరు త్రాగాలి. మీ రక్తపోటు స్థాయిలను నిశితంగా పరిశీలించండి. కొన్ని మందులు మైకము యొక్క మంత్రాలను ప్రేరేపించవచ్చు. అటువంటి సందర్భాలలో, అవసరమైన సర్దుబాట్లు చేయడానికి మీ వైద్యుడిని సంప్రదించండి. సందర్శించవలసిన నిపుణుడు

మైకము యొక్క చాలా సందర్భాలు తేలికపాటివి మరియు ఒక-ఆఫ్ ఎపిసోడ్‌గా సంభవిస్తాయి. అటువంటి రోగులు ఏ వైద్యుడిని సందర్శించాల్సిన అవసరం లేదు, ఎందుకంటే మైకము తరచుగా దానంతటదే పరిష్కరించబడుతుంది. అయినప్పటికీ, మైకము ఎక్కువ కాలం కొనసాగితే మరియు సాధారణ జీవితాన్ని గడపడానికి ఆటంకం కలిగిస్తే, వైద్యుడిని సంప్రదించండి. అలాగే, మీ మైకము వికారం, వాంతులు, తలనొప్పి, చేతులు లేదా కాళ్ళలో బలహీనత, మాట్లాడటంలో ఇబ్బంది లేదా వినికిడి లోపం వంటి వాటితో పాటుగా ఉంటే వైద్య సంరక్షణను పొందడం చాలా ముఖ్యం.

కారణాన్ని బట్టి మైకమును నిర్ధారించి, చికిత్స చేయగల నిపుణులైన వైద్యులు: ENT సర్జన్ న్యూరాలజిస్ట్ ఎండోక్రినాలజిస్ట్ కార్డియాలజిస్ట్ మీరు అలాంటి సమస్యను ఎదుర్కొంటుంటే, మా నిపుణుల నుండి సలహా తీసుకోండి. ఇప్పుడే సంప్రదించండి!

మైకము యొక్క చికిత్స

తరచుగా, మైకము యొక్క ఎపిసోడ్లు స్వల్పంగా ఉంటాయి మరియు అవి వాటంతట అవే పరిష్కారమవుతాయి కాబట్టి ఎటువంటి చికిత్స అవసరం లేదు. ఎపిసోడ్‌లు తగ్గనప్పుడు లేదా రోగి యొక్క రోజువారీ కార్యకలాపాలకు అంతరాయం కలిగించేంత తీవ్రంగా ఉన్నప్పుడు మైకము కోసం చికిత్స అవసరం. మైకము యొక్క చికిత్స లక్షణాల యొక్క కారణం మరియు తీవ్రతపై ఆధారపడి ఉంటుంది. సాధారణంగా సూచించబడే కొన్ని మందులు ఇక్కడ ఉన్నాయి:

ఎ. వెర్టిగో కారణంగా తల తిరగడం

1. Betahistine Betahistine (Betahistine మెనియర్స్ వ్యాధి (డిజ్జి స్పెల్స్ మరియు వినికిడి లోపానికి దారితీసే లోపలి చెవి యొక్క రుగ్మత) కారణంగా వచ్చే వెర్టిగో చికిత్సకు ఉపయోగిస్తారు. ఇది లోపలి చెవిలో రక్త ప్రవాహాన్ని మెరుగుపరచడం ద్వారా పనిచేస్తుంది మరియు వెర్టిగో లక్షణాలను కలిగించే అదనపు ద్రవం యొక్క ఒత్తిడిని తగ్గిస్తుంది.
2. యాంటీమెటిక్స్ ఇది తరచుగా వెర్టిగోతో సంబంధం ఉన్న వికారం మరియు వాంతులు యొక్క లక్షణాలను తగ్గించడంలో సహాయపడే ఔషధం యొక్క తరగతి. వెర్టిగోతో సంబంధం ఉన్న వికారం మరియు వాంతికి వ్యతిరేకంగా ప్రభావవంతమైన మందులు: ప్రోమెథాజైన్ ఒండాన్‌స్టెరాన్
3. యాంటీబయాటిక్స్ వెర్టిగోకు కారణం మధ్య లేదా లోపలి చెవి ఇన్ఫెక్షన్ అయితే, ఇన్ఫెక్షన్‌ను పరిష్కరించడానికి యాంటీబయాటిక్స్‌తో చికిత్స చేయాలి. ఓరల్ యాంటీబయాటిక్స్ మరియు ఇయర్ డ్రాప్స్ చెవిలోని బాక్టీరియల్ ఇన్ఫెక్షన్లతో పోరాడటానికి సహాయపడతాయి, వెర్టిగోకు కారణమయ్యే మంటను తగ్గిస్తుంది.
4. వెస్టిబ్యులర్ సప్రెసెంట్స్ ఇవి వెస్టిబ్యులర్ అసమతుల్యత కారణంగా సంభవించే వెర్టిగో యొక్క తీవ్రతను తగ్గించే మందులు. ఔషధాలలో మూడు ప్రధాన విభాగాలు ఉన్నాయి:   
   యాంటిహిస్టామైన్లు సాధారణంగా సూచించిన మందులు, ఇవి మైకము వంటి ఉపశమన లక్షణాలకు సహాయపడతాయి మరియు చలన అనారోగ్యాన్ని నివారించడంలో బెంజోడియాజిపైన్లు క్లోనాజెపామ్ మరియు లోరాజెపామ్ వంటి యాంటి యాంగ్జైటీ మందులు, ఇవి తక్కువ మోతాదులో వెస్టిబ్యులర్ సప్రెసెంట్‌లుగా కూడా పనిచేస్తాయి మరియు తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. తీవ్రమైన వెర్టిగో ఎపిసోడ్ యొక్క లక్షణాలు. ఈ మందులు మామూలుగా సూచించబడవు మరియు వాటి ఉపయోగం వెర్టిగో యొక్క తీవ్రమైన ఎపిసోడ్‌లకు లేదా వెర్టిగోతో సంబంధం ఉన్న ఆందోళనను నిర్వహించడానికి పరిమితం చేయబడింది. స్కోపోలమైన్ వంటి యాంటికోలినెర్జిక్ మందులు మైకము మరియు చలన అనారోగ్యంతో సహాయపడతాయి.

B. పోషకాహారం సమస్యల కారణంగా తల తిరగడం

1. ఎలెక్ట్రోలైట్స్/గ్లూకోజ్ డ్రింక్స్ వ్యక్తికి కళ్లు తిరగడం ప్రారంభించినప్పుడు, చలి అంత్య భాగాల లక్షణాలు మరియు విపరీతమైన చెమటతో పాటు, రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలు తగ్గడం లేదా నిర్జలీకరణం వల్ల కావచ్చు. అటువంటి పరిస్థితులలో, రోగికి వెంటనే గ్లూకోజ్ మరియు ఎలక్ట్రోలైట్ల యొక్క వేగవంతమైన మూలాన్ని అందించడం చాలా ముఖ్యం.
2. ఐరన్ సప్లిమెంట్స్ ఐరన్ సప్లిమెంట్స్‌తో ఐరన్ లోపాన్ని సరిచేయడం రక్తహీనత వల్ల వచ్చే మైకాన్ని మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది.
3. వ్యాధులను బట్టి మందులు వివిధ పరిస్థితుల వల్ల వచ్చే మైకము వాటికి తగిన చికిత్స పొందడం ద్వారా సరిదిద్దవచ్చు.

మీ రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలు సాధారణ స్థాయి కంటే తక్కువగా ఉంటే, రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిని పెంచడానికి చాక్లెట్ ముక్క తింటే సరిపోతుందా? ఇప్పుడు చదవండి!

మైకము కొరకు గృహ-సంరక్షణ

మైకము యొక్క ఒక-ఆఫ్ ఎపిసోడ్ ఎటువంటి ప్రత్యేక శ్రద్ధ అవసరం లేదు. అయినప్పటికీ, ఈ ఎపిసోడ్లు తీవ్రంగా మరియు తరచుగా ఉంటే, రోగి చాలా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. మైకము నుండి తప్పించుకోవడానికి కొన్ని చిట్కాలు: తల మరియు మెడ యొక్క ఆకస్మిక, కుదుపుల కదలికలను నివారించండి. మీకు తలతిరుగుతున్నట్లు అనిపించినప్పుడు, మీరు చేస్తున్న పనిని వెంటనే ఆపండి మరియు అది గడిచే వరకు కూర్చోండి. లక్షణాలు కనిపించినప్పుడు వెంటనే ఫ్లాట్‌గా పడుకోండి. ఇది రక్తం మీ మెదడుకు త్వరగా చేరేలా చేస్తుంది. వీలైనంత ఎక్కువ విశ్రాంతి తీసుకోండి. నిదానంగా పొజిషన్ మార్చండి, ముఖ్యంగా మీరు పడుకున్న తర్వాత నిలబడి ఉన్నప్పుడు. లేచి నిలబడే ముందు కొన్ని నిమిషాలు కూర్చోవడానికి ప్రయత్నించండి. నీరు పుష్కలంగా త్రాగాలి. మీ వైద్యుడు సలహా ఇస్తే తప్ప, మీరు తగినంత ద్రవం, కనీసం 8 గ్లాసుల నీరు త్రాగాలని నిర్ధారించుకోండి. అవసరమైన అన్ని పోషకాలతో కూడిన ఆరోగ్యకరమైన సమతుల్య ఆహారాన్ని తీసుకోండి. మధుమేహం విషయంలో మరియు ఇన్సులిన్ చికిత్సలో ఉంటే రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నిశితంగా పరిశీలించండి. రక్తపోటు స్థాయిలను క్రమం తప్పకుండా పర్యవేక్షించండి. డ్రైవింగ్ లేదా జాయ్ రైడ్ వంటి వేగవంతమైన కదలికలను కలిగి ఉండే కార్యకలాపాలలో పాల్గొనవద్దు. ఎత్తైన ప్రదేశాలలో నిలబడటం లేదా నిచ్చెన ఎక్కడం మానుకోండి. ఎత్తు మడమల బూట్లు కూడా ధరించడం మానుకోండి. తీవ్రమైన మైకము మరియు పడిపోయే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉన్నట్లయితే, చెరకు లేదా వాకింగ్ స్టిక్ వంటి నడక సహాయాలను ఉపయోగించండి. మెట్లు ఎక్కేటప్పుడు మరియు క్రిందికి వెళ్లేటప్పుడు రైలింగ్‌ను పట్టుకోండి. డ్రైవింగ్ లేదా ఆపరేటింగ్ పరికరాలు లేదా యంత్రాలు మీరు తల తిరుగుతున్నప్పుడు ఇది మీకు మరియు ఇతరులకు ప్రమాదకరం కావచ్చు. బాత్‌రూమ్‌లు మరియు షవర్‌లలో హ్యాండ్ గ్రిప్‌లను ఇన్‌స్టాల్ చేయండి. రగ్గులు, వదులుగా ఉండే విద్యుత్ తీగలు మొదలైన నేల నుండి అయోమయాన్ని తొలగించండి. మైకము యొక్క సమస్యలు

మైకానికి చికిత్స చేయకుండా వదిలేస్తే, అంతర్లీన కారణం మరింత తీవ్రమవుతుంది మరియు అనేక సమస్యలకు దారితీయవచ్చు: బ్యాలెన్స్ కోల్పోవడం వల్ల పెరిగిన పతనం, డ్రైవింగ్ చేస్తున్నప్పుడు లేదా భారీ యంత్రాలను నడుపుతున్నప్పుడు రోగికి మైకము వచ్చినట్లయితే, స్పృహ కోల్పోవడం లేదా మూర్ఛపోవడం హైపోటెన్సివ్ షాక్‌కు గురైనట్లయితే, ప్రమాదాలు సంభవించవచ్చు. మైకము అనేది చాలా తక్కువ రక్తపోటు కారణంగా ఇస్కీమిక్ స్ట్రోక్, మెదడుకు రక్త సరఫరా సరిగా లేకపోవడం వల్ల మైకము వచ్చినట్లయితే, మైకము కొరకు ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలు వెర్టిగో వంటి కొన్ని రకాల మైకములకు ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సల నుండి ప్రయోజనం పొందవచ్చు:

1. ఫిజియోథెరపీ వెస్టిబ్యులర్ రిహాబిలిటేషన్ మరియు బ్యాలెన్స్ ట్రైనింగ్ వ్యాయామాలు, బోసు బాల్ లేదా టిల్ట్ బోర్డ్‌పై నిలబడటం, S ఆకారంలో నడవడం, కళ్ళు మూసుకుని నిలబడటం మొదలైనవి బ్యాలెన్స్ మెరుగుపరచడంలో సహాయపడే నిర్దిష్ట వ్యాయామాల సమితి. ఇవి పడిపోవడం మరియు తల తిరగడం వంటి అవకాశాలను తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి.
2. హోమియోపతి హోమియోపతి చికిత్సలు బైరోనియా, కోక్యులస్ ఇండికస్ మొదలైనవి వెర్టిగో యొక్క లక్షణాలను నియంత్రించడంలో సాంప్రదాయ ఔషధాల వలె హోమియోపతి ప్రభావవంతంగా ఉన్నాయని చూపించాయి.
3. కెనాలిత్ రీపొజిషనింగ్ యుక్తి కెనాలిత్ రీపొజిషనింగ్ విధానం నిరపాయమైన పరోక్సిస్మల్ పొజిషనల్ వెర్టిగో (BPPV) నుండి ఉపశమనం పొందడంలో సహాయపడుతుంది. ఎప్లీ యుక్తి లేదా కెనాలిత్ రీపొజిషనింగ్ ప్రొసీజర్ (CRP) అని పిలువబడే సాధారణ తల వ్యాయామాలను నిర్వహించడానికి డాక్టర్ మీకు మార్గనిర్దేశం చేయవచ్చు. ఇవి స్థానభ్రంశం చెందిన కాల్షియం స్ఫటికాలను వాటి సరైన స్థితికి తీసుకురావడానికి సహాయపడతాయి. అవి చాలా ప్రభావవంతంగా ఉంటాయి మరియు ఒకటి లేదా మూడు చికిత్స సెషన్ల తర్వాత చాలా మంది ప్రజలు మంచి అనుభూతి చెందుతారు. మైకముతో జీవించడం

ఒక వ్యక్తి యొక్క జీవనశైలిపై తరచుగా కొన్ని పరిమితులను విధించడం వలన మైకము జీవన నాణ్యతను ప్రభావితం చేస్తుంది. తల యొక్క ఆకస్మిక వేగవంతమైన కదలికల వల్ల మైకము తీవ్రమవుతుంది కాబట్టి, మైకము ఉన్న వ్యక్తి జాయ్‌రైడ్‌ల వంటి సాహస కార్యకలాపాలను ఆస్వాదించలేకపోవచ్చు. ప్రయాణానికి కూడా ఆటంకం కలిగించే తీవ్రమైన చలన అనారోగ్యాన్ని ఎదుర్కోవచ్చు.

తక్కువ రక్త చక్కెర, తక్కువ రక్తపోటు, రక్తహీనత & నరాల సంబంధిత రుగ్మతలు వంటి ఇతర అంతర్లీన ఆరోగ్య పరిస్థితులతో బాధపడుతున్న రోగులు, మైకము మరియు అలసట యొక్క లక్షణాల కారణంగా తరచుగా ఉత్పాదకత లోపాన్ని ఎదుర్కొంటారు.

బ్యాలెన్స్‌ని దెబ్బతీసే తీవ్రమైన మైకము వలన పడిపోయే అవకాశాలు పెరుగుతాయి మరియు పడిపోవడం వల్ల సమస్యలు తలెత్తుతాయి. కళ్లు తిరగడంతో బాధపడేవారు కారు నడపడం లేదా ఏదైనా ప్రమాదం జరగకుండా భారీ యంత్రాలను నడపకూడదు. తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు మైకము మరియు వెర్టిగో మధ్య తేడా ఏమిటి? మైకము ఎంతకాలం ఉంటుంది? మైకము నుండి ఉపశమనానికి శీఘ్ర మార్గం ఏమిటి? సరికాని భంగిమ తలతిరగడానికి కారణమవుతుందా? ఒక వ్యక్తికి అకస్మాత్తుగా మైకము రావచ్చా? సూచనలు వెర్టిగో మరియు మైకము యొక్క రోగ నిర్ధారణ మరియు చికిత్స. మైఖేల్ స్ట్రుప్ మరియు ఇతరులు. Dtsch Arztebl Int. 2008 మార్చి; 105(10): 173–180. అధ్యాయం 212 మైకము. బ్రెండన్ ఎం రేలీ. క్లినికల్ మెథడ్స్: ది హిస్టరీ, ఫిజికల్ మరియు లాబొరేటరీ ఎగ్జామినేషన్స్. 3వ ఎడిషన్. 2672 సబ్జెక్టుల నమూనాలో వెర్టిగో మరియు మైకము యొక్క పాయింట్ ప్రాబల్యం మరియు తలనొప్పితో సహసంబంధం. R Teggi మరియు ఇతరులు. ఆక్టా ఒటోరినోలారింగోల్ ఇటాల్. 2016 జూన్; 36(3): 215–219. వేడి-సంబంధిత అనారోగ్యం యొక్క హెచ్చరిక సంకేతాలు మరియు లక్షణాలు. వ్యాధి నివారణ మరియు నియంత్రణ కేంద్రాలు (CDC)

==================================================

డౌన్ సిండ్రోమ్‌ను డౌన్స్ సిండ్రోమ్, ట్రిసోమి 21 అని కూడా పిలుస్తారు, మంగోలిజం అవలోకనం డౌన్ సిండ్రోమ్ అనేది పిల్లలలో కనిపించే అత్యంత సాధారణ జన్యుపరమైన రుగ్మతలలో ఒకటి. బిడ్డ అదనపు క్రోమోజోమ్‌తో జన్మించినప్పుడు ఇది సంభవిస్తుంది. క్రోమోజోములు శరీరంలోని ప్రతి కణంలో కనిపించే థ్రెడ్ లాంటి నిర్మాణాలు. వారు జన్యు సంకేతాల రూపంలో వంశపారంపర్య సమాచారాన్ని కలిగి ఉంటారు. పిల్లలలో అదనపు క్రోమోజోమ్ ఉండటం వలన శిశువు యొక్క శరీరం మరియు మెదడు అభివృద్ధిపై ప్రభావం చూపుతుంది, ఇది పుట్టుకతో వచ్చే లోపాలు, అభ్యాస సమస్యలు మరియు అసాధారణ ముఖ లక్షణాలకు దారితీస్తుంది. డౌన్ సిండ్రోమ్‌తో శిశువు పుట్టే ప్రమాదం 35 సంవత్సరాలలో లేదా తర్వాత గర్భం దాల్చే మహిళల్లో కొంచెం ఎక్కువగా ఉంటుంది. 35 ఏళ్ల మహిళకు డౌన్ సిండ్రోమ్‌తో బిడ్డ పుట్టే అవకాశం 350లో 1 ఉంటుంది. రొటీన్ యాంటెనాటల్ (గర్భధారణ సంబంధిత) స్క్రీనింగ్ పరీక్షలు గర్భధారణ (మొదటి త్రైమాసికం) ప్రారంభంలో పరిస్థితిని గుర్తించడంలో సహాయపడతాయి. డౌన్ సిండ్రోమ్ అనేది జీవితకాల పరిస్థితి. ప్రస్తుతం, దాని చికిత్స కోసం ఆమోదించబడిన మందులు అందుబాటులో లేవు. వైద్య చికిత్స అనేది వ్యక్తిని ప్రభావితం చేసే కొమొర్బిడిటీల ఆధారంగా రోగలక్షణంగా నడపబడుతుంది. ఇది జీవన నాణ్యతను మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది మరియు వ్యక్తి యొక్క ఆయుర్దాయాన్ని కూడా పెంచుతుంది. 6 నెలల కంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్న పిల్లలలో సాధారణంగా కనిపించే ముఖ్య వాస్తవాలు లింగం ప్రభావితం చేసే పురుషులు మరియు మహిళలు ఇద్దరి శరీర భాగాలు (లు) గుండె పెద్ద ప్రేగులు చిన్న ప్రేగు ఎముకలు కీళ్ళు కళ్ళు చెవులు రక్త వ్యాప్తి ప్రపంచవ్యాప్తంగా: 1000 మంది శిశువులలో 1 (2015) అనుకరించే పరిస్థితులు పుట్టుకతో వచ్చే హైపోమైరాయిడ్ 18 ట్రిసోమి 21 (లేదా 21q డూప్లికేషన్) అవసరమైన ఆరోగ్య పరీక్షలు/ఇమేజింగ్ USG ఫీటల్ వెల్ బీయింగ్ (7-10 వారాలు) ప్రసవానంతర ప్రొఫైల్ సమగ్ర క్రోమోజోమ్ విశ్లేషణ, కోరియోనిక్ విల్లస్ ఎఖోకార్డియోగ్రఫీ థైరాయిడ్ ప్రొఫైల్ మొత్తం విటమిన్ D (25-OH) USG హోల్ బిబిసి మొత్తం (బిబిసి మొత్తం) చైల్డ్ స్పెషలిస్ట్ పీడియాట్రిక్ కార్డియాలజిస్ట్ పీడియాట్రిక్ న్యూరాలజిస్ట్ బోన్ & జాయింట్ స్పెషలిస్ట్ గ్యాస్ట్రోఎంటరాలజిస్ట్ జెనెటిక్ కౌన్సెలర్ ఫిజియోథెరపిస్ట్ ఆక్యుపేషనల్ థెరపిస్ట్‌ని సంప్రదించడానికి అమ్నియోసెంటెసిస్ నిపుణులు డౌన్ సిండ్రోమ్ యొక్క అన్ని కారణాలను చూడండి

ఇది క్రోమోజోమ్‌లోని జన్యు పరివర్తన కారణంగా సంభవిస్తుంది. పిల్లలలో ఒకే జత క్రోమోజోమ్‌లను రూపొందించడానికి తల్లి మరియు తండ్రి ఇద్దరూ ఒక్కొక్కటిగా సహకరిస్తారు, ఇది పిల్లల యొక్క ప్రత్యేకమైన జన్యు సంకేతాన్ని సృష్టిస్తుంది. అయినప్పటికీ, కొన్ని తల్లి లేదా పర్యావరణ కారకాల కారణంగా, క్రోమోజోమ్‌లు పరివర్తన చెందవచ్చు మరియు శిశువు క్రోమోజోమ్ 21 యొక్క అదనపు కాపీతో జన్మించవచ్చు.

క్రోమోజోములు అనేవి పిల్లలకి తల్లిదండ్రుల నుండి సంక్రమించిన జన్యువుల సమూహం. క్రోమోజోమ్‌లు జంటగా వస్తాయి మరియు శరీర అభివృద్ధికి మన శరీరానికి సరైన సంఖ్యలో జతల అవసరం. అన్ని ఆరోగ్యవంతమైన వ్యక్తులలో 23 జతల క్రోమోజోములు ఉంటాయి. క్రోమోజోమ్ 21 యొక్క ఈ అదనపు కాపీ కారణంగా ఒక పిల్లవాడు డౌన్ సిండ్రోమ్‌తో సంబంధం ఉన్న లక్షణమైన శారీరక మరియు అభివృద్ధి సమస్యలను అభివృద్ధి చేస్తాడు. డౌన్ సిండ్రోమ్ రకాలు

డౌన్ సిండ్రోమ్‌లో మూడు రకాలు ఉన్నాయి:

1. ట్రిసోమి ట్రిసోమి రకంలో, శరీరంలోని ప్రతి కణంలో క్రోమోజోమ్ సంఖ్య యొక్క మూడు కాపీలు ఉంటాయి. రెండుకి బదులుగా 21. ఇది డౌన్ సిండ్రోమ్ యొక్క అత్యంత సాధారణ రకం.
2. ట్రాన్స్‌లోకేషన్ ట్రాన్స్‌లోకేషన్ రకంలో, ప్రతి సెల్‌లో ఒక భాగం లేదా మొత్తం అదనపు క్రోమోజోమ్ 21 ఉంటుంది, ఇది ఇతర క్రోమోజోమ్‌లకు జోడించబడుతుంది.
3. మొజాయిక్ ఈ రకంలో, కొన్ని కణాలలో మాత్రమే అదనపు క్రోమోజోమ్ 21 ఉంటుంది. ఇది అరుదైన రకం. డౌన్ సిండ్రోమ్ యొక్క లక్షణాలు

సాధారణంగా, ప్రెగ్నెన్సీ స్క్రీనింగ్ పరీక్షల ద్వారా బేబీలో డౌన్ సిండ్రోమ్‌ను ప్రినేటల్‌గా (బిడ్డ కడుపులో ఉన్నప్పుడు) గుర్తిస్తారు. డాక్టర్ పుట్టినప్పుడు లేదా తదుపరి సందర్శనల సమయంలో డౌన్ సిండ్రోమ్ కేసును అనుమానించే అవకాశం కూడా ఉంది, ఇది పరిస్థితితో సంభవించే లక్షణమైన భౌతిక రూపాన్ని బట్టి ఉంటుంది.

1. డౌన్ సిండ్రోమ్ ఉన్న వ్యక్తులు ప్రత్యేక ముఖ లక్షణాలను కలిగి ఉంటారు, అవి: పొడుచుకు వచ్చిన నాలుకతో చదునైన ముఖం (నోటి నుండి నాలుక బయటకు) చిన్న తల మరియు చిన్న మెడ పైకి వాలుగా ఉన్న కనురెప్పలు మరియు రంగు భాగంలో చిన్న తెల్లని మచ్చలు ( కనుపాప) కంటి అసాధారణ ఆకారంలో ఉన్న చిన్న చెవులు ఇతర లక్షణమైన భౌతిక రూపాలు - పొట్టి పొట్టి విశాలమైన, చిన్న చేతులు మరియు అరచేతిలో ఒకే మడతతో చిన్న వేళ్లు అధిక వశ్యత పేలవమైన కండరాల స్థాయి అసంఖ్యాకమైన శారీరక ప్రదర్శనలతో పాటు, డౌన్ సిండ్రోమ్ ఉన్న పిల్లలు కూడా మేధోపరమైన మరియు అభివృద్ధి వైకల్యాలతో బాధపడుతున్నారు మరియు ఇతర ఆరోగ్య సంబంధిత కోమోర్బిడిటీలను అభివృద్ధి చేయవచ్చు.
2. మేధో వైకల్యాలు డౌన్ సిండ్రోమ్‌తో బాధపడుతున్న చాలా మంది పిల్లలకు అభిజ్ఞా పనితీరు బలహీనపడటం, తెలివితేటలు తగ్గడం, జ్ఞాపకశక్తి సరిగా లేకపోవడం మరియు భాషాపరమైన ఇబ్బందులు ఉన్నాయి.
3. అభివృద్ధి వైకల్యాలు డౌన్ సిండ్రోమ్ ఉన్న పిల్లలు క్రాల్ చేయడం, నడవడం నేర్చుకోవడం, వస్తువులను పట్టుకోవడం మొదలైన శారీరక మరియు అభివృద్ధి మైలురాళ్లను చేరుకోవడంలో తరచుగా ఇబ్బందులను ఎదుర్కొంటారు.
4. కార్డియాక్ అసాధారణతలు డౌన్ సిండ్రోమ్ ఉన్న శిశువులలో అట్రియోవెంట్రిక్యులర్ సెప్టల్ డిఫెక్ట్ మరియు ఫాలోట్స్ టెట్రాలజీ వంటి పుట్టుకతో వచ్చే గుండె లోపాలు చాలా ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఈ లోపాలు అనారోగ్యం మరియు మరణాలకు ముఖ్యమైన కారణం కావచ్చు.
5. జీర్ణ వాహిక అసాధారణతలు డౌన్ సిండ్రోమ్‌తో జన్మించిన శిశువులు పేగు యొక్క నిర్మాణపరమైన అసాధారణతలు, పేగు అడ్డంకి మరియు GERD (గ్యాస్ట్రోఎసోఫాగియల్ రిఫ్లక్స్ వ్యాధి) వంటి సంబంధిత వ్యాధులకు ఎక్కువగా గురవుతారు.
6. హెమటోలాజిక్ అసాధారణతలు డౌన్ సిండ్రోమ్ ఉన్న నవజాత శిశువులు జీవితంలో మొదటి కొన్ని నెలల్లో అసాధారణ రక్త గణనలను కలిగి ఉంటారు. అయినప్పటికీ, ఇటువంటి పరిస్థితులు చాలా తీవ్రంగా లేవు మరియు జీవితంలో 3-4 వారాలలో పరిష్కరించబడతాయి. డౌన్ సిండ్రోమ్ ఉన్న రోగులకు లుకేమియా వచ్చే ప్రమాదం 10 రెట్లు ఎక్కువ.
7. న్యూరోలాజిక్ అసాధారణతలు డౌన్ సిండ్రోమ్ ఉన్న రోగులలో కండరాల టోన్ తగ్గడం అనేది నాడీ సంబంధిత అసాధారణత. వారు మూర్ఛలు మరియు ప్రారంభ అల్జీమర్స్ వ్యాధికి కూడా ఎక్కువ అవకాశం ఉంది.
8. డౌన్ సిండ్రోమ్ ఉన్న రోగులలో హార్మోన్ల అసమతుల్యత హైపోథైరాయిడిజం సాధారణం. ఇది యుక్తవయస్సు ప్రారంభంలో ఆలస్యం కావచ్చు. ఈ పరిస్థితి ఉన్న పిల్లలలో వయస్సుతో పాటు లైంగిక అభివృద్ధి కూడా ప్రభావితం కావచ్చు లేదా ఆలస్యం కావచ్చు.
9. దృష్టి అసాధారణతలు డౌన్ సిండ్రోమ్ ఉన్న పిల్లలలో వక్రీభవన లోపాలు, కంటిశుక్లం, రెటీనా వైకల్యాలు వంటి కంటి మరియు దృష్టిలో మార్పులు చాలా సాధారణం. డౌన్ సిండ్రోమ్ కోసం ప్రమాద కారకాలు

డౌన్ సిండ్రోమ్‌తో జన్మించే శిశువు ప్రమాదం తులనాత్మకంగా ఎక్కువగా ఉంటుంది: 35 ఏళ్లలోపు లేదా తర్వాత గర్భం దాల్చిన మహిళల్లో. డౌన్ సిండ్రోమ్‌తో శిశువును గర్భం ధరించే అవకాశం 35 సంవత్సరాల వయస్సు గల స్త్రీకి 350 లో 1 ఉంటుంది. తల్లి వయస్సు పెరుగుదలతో ప్రమాదం పెరుగుతుంది. పెరుగుతున్న తండ్రి వయస్సుతో. తల్లిదండ్రులు జన్యువు యొక్క క్యారియర్ కావచ్చు మరియు దానిని వారి సంతానానికి పంపించే అరుదైన అవకాశం కూడా ఉంది. ఈ పరిస్థితిని ట్రాన్స్‌లోకేషన్ డౌన్ సిండ్రోమ్ అంటారు. డౌన్ సిండ్రోమ్‌తో ఇప్పటికే ఒక బిడ్డను కలిగి ఉన్న తల్లిదండ్రులలో. వారు అదే పరిస్థితితో ఎక్కువ మంది పిల్లలు పుట్టే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉండవచ్చు. సన్నిహిత కుటుంబంలో ఎవరైనా డౌన్ సిండ్రోమ్ కలిగి ఉంటే. అపోహ: డౌన్ సిండ్రోమ్ ఉన్నవారు ఎక్కువ కాలం జీవించరు. వాస్తవం: డౌన్ సిండ్రోమ్‌కు చికిత్స లేనప్పటికీ, శారీరక, వృత్తిపరమైన మరియు స్పీచ్ థెరపీ వంటి చికిత్స అతని లేదా ఆమె అభివృద్ధికి సహాయపడవచ్చు. నేడు, డౌన్ సిండ్రోమ్ ఉన్న వ్యక్తులు సరైన వైద్య సహాయం అందించిన దీర్ఘకాల జీవితం కోసం ఎదురుచూడవచ్చు. అలాగే, స్నేహితులు మరియు కుటుంబ సభ్యుల సహాయం మరియు మద్దతుతో, ఈ సిండ్రోమ్ ఉన్న చాలా మంది పెద్దలు చురుకుగా మరియు చాలా స్వతంత్ర జీవితాన్ని గడుపుతున్నారు. డౌన్ సిండ్రోమ్ నిర్ధారణలో నిపుణుల సహాయాన్ని పొందండి

స్థూలంగా, డౌన్ సిండ్రోమ్‌ను తనిఖీ చేయడానికి రెండు రకాల పరీక్షలు ఉన్నాయి - స్క్రీనింగ్ టెస్ట్‌లు మరియు డయాగ్నస్టిక్ టెస్ట్‌లు.

1. స్క్రీనింగ్ పరీక్షలు ఇవి తరచుగా డౌన్ సిండ్రోమ్‌తో పుట్టిన బిడ్డ ప్రమాదాన్ని గుర్తించడానికి రక్త పరీక్షలు మరియు అల్ట్రాసౌండ్‌ల కలయిక. USG ఫీటల్ వెల్ బీయింగ్ (7-10 వారాలు) - ఇది డౌన్ సిండ్రోమ్‌ను గుర్తించే లక్షణ లక్షణాలైన పిండంలో ఏవైనా అసమాన లేదా అసాధారణ నిర్మాణ మార్పులను గుర్తించడంలో సహాయపడుతుంది. అల్ట్రాసౌండ్ సాధారణంగా మొదటి త్రైమాసికంలో నిర్వహిస్తారు. యాంటెనాటల్ ప్రొఫైల్ సమగ్రం - ఇది వివిధ పారామితులను కొలిచే సాధారణ రక్త పరీక్షల సమితిని కలిగి ఉంటుంది మరియు అల్ట్రాసౌండ్ ఇమేజింగ్‌తో పాటు ఉపయోగించినప్పుడు, పిండం అసాధారణతలను గుర్తించడంలో సహాయపడుతుంది.
2. రోగనిర్ధారణ పరీక్షలు ప్రెగ్నెన్సీ స్క్రీనింగ్ పరీక్షలలో ఏవైనా అసాధారణతలు కనిపిస్తే, డౌన్ సిండ్రోమ్ నిర్ధారణను నిర్ధారించడానికి డయాగ్నస్టిక్ పరీక్షలు నిర్వహిస్తారు. క్రోమోజోమ్ విశ్లేషణ, కోరియోనిక్ విల్లస్ - ఈ పరీక్షలో, ప్లాసెంటా నుండి కణాలు తీసుకోబడతాయి మరియు పిండం క్రోమోజోమ్‌లను విశ్లేషించడానికి ఉపయోగిస్తారు. అదనపు క్రోమోజోమ్ 21 యొక్క ఉనికి డౌన్ సిండ్రోమ్ నిర్ధారణను నిర్ధారిస్తుంది. అమ్నియోసెంటెసిస్ - గర్భం యొక్క రెండవ త్రైమాసికంలో, శిశువు చుట్టూ ఉన్న అమ్నియోటిక్ శాక్ నుండి పొందిన ద్రవం యొక్క విశ్లేషణ డౌన్ సిండ్రోమ్‌తో జన్మించిన బిడ్డ సంభావ్యతను గుర్తించడంలో సహాయపడుతుంది.
3. సహాయక పరీక్షలు డౌన్ సిండ్రోమ్ ఉన్న వ్యక్తిని ప్రభావితం చేసే అనేక కొమొర్బిడిటీలు ఉన్నాయి. ఈ కొమొర్బిడిటీలను అంచనా వేయడానికి కొన్ని పరీక్షలు అవసరం. ఎకోకార్డియోగ్రఫీ - డౌన్ సిండ్రోమ్ ఉన్న పిల్లలలో చాలా సాధారణమైన పుట్టుకతో వచ్చే గుండె అసాధారణతలను గుర్తించడం. థైరాయిడ్ ప్రొఫైల్ మొత్తం- డౌన్ సిండ్రోమ్ ఉన్న వ్యక్తులు కూడా హైపోథైరాయిడిజంతో బాధపడుతున్నట్లు చాలా తరచుగా గమనించవచ్చు. హైపోథైరాయిడిజం యొక్క సంభావ్యతను నిర్ధారించడం మరియు చికిత్స చేయడం చాలా అవసరం. విటమిన్ D (25-OH) - డౌన్ సిండ్రోమ్ ఉన్న రోగుల మస్క్యులోస్కెలెటల్ వ్యవస్థ బలహీనంగా మరియు పేలవంగా అభివృద్ధి చెందింది. రోగి విటమిన్ డి లోపంతో కూడా బాధపడవచ్చు. USG హోల్ అబ్డామెన్ - డౌన్ సిండ్రోమ్ ఉన్న కొంతమంది రోగులు పేగు అడ్డంకి, చిల్లులు లేదా GERD వంటి జీర్ణశయాంతర సమస్యలతో బాధపడుతున్నారు. రోగి అటువంటి లక్షణాలను ప్రదర్శిస్తే, మొత్తం ఉదరం యొక్క అల్ట్రాసౌండ్ ఉపయోగించి కారణాన్ని విశ్లేషించడం చాలా అవసరం. కంప్లీట్ బ్లడ్ కౌంట్ (CBC) - జీవితం యొక్క ప్రారంభ వారాల్లో, డౌన్ సిండ్రోమ్‌తో ఉన్న నవజాత శిశువులు బలహీనమైన రక్త గణనలతో బాధపడుతున్నారు. డౌన్ సిండ్రోమ్ ఉన్న వ్యక్తులు కూడా లుకేమియా అభివృద్ధి చెందే అవకాశం ఉంది. అందువల్ల, సాధారణ CBC పరీక్షలు సమయానికి రక్త సంబంధిత అసాధారణతలను గుర్తించడంలో సహాయపడతాయి. డౌన్ సిండ్రోమ్ నివారణకు ఇక్కడ పరీక్షలు బుక్ చేయండి

అలాగే, డౌన్ సిండ్రోమ్‌ను నిరోధించడానికి మార్గం లేదు. అయినప్పటికీ, 35 ఏళ్లలోపు ముందుగానే గర్భం దాల్చడం వలన ఈ పరిస్థితితో శిశువు జన్మించే ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది. ఈ సిండ్రోమ్‌తో శిశువు పుట్టే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉన్న సందర్భాల్లో జన్యుపరమైన సలహాలు సహాయపడవచ్చు.

రొటీన్ యాంటెనాటల్ ప్రొఫైల్ (గర్భధారణ సంబంధిత) స్క్రీనింగ్ పరీక్షలు గర్భం యొక్క మొదటి త్రైమాసికంలోనే పరిస్థితిని గుర్తించడంలో సహాయపడతాయి. ప్రసవానంతర పరీక్షలకు సంబంధించిన అవగాహన తల్లిదండ్రులు గర్భం మరియు దాని సమస్యల గురించి సమాచారంతో నిర్ణయాలు తీసుకోవడంలో సహాయపడుతుంది. సందర్శించవలసిన నిపుణుడు

సాధారణంగా, డౌన్ సిండ్రోమ్ గర్భధారణ సమయంలో ప్రసూతి వైద్యుడు లేదా పుట్టినప్పుడు నియోనాటాలజిస్ట్ ద్వారా గుర్తించబడుతుంది. కొన్నిసార్లు, రోగనిర్ధారణ ముందుగానే తీసుకోబడకపోవచ్చు మరియు వైద్యునికి సాధారణ సందర్శనల సమయంలో బిడ్డ డౌన్ సిండ్రోమ్‌తో బాధపడవచ్చు. సాధారణంగా, డౌన్ సిండ్రోమ్ ఉన్న పిల్లలను నిపుణులైన వైద్యుల బృందం చూసుకుంటుంది. ఈ వైద్యులు: చైల్డ్ స్పెషలిస్ట్ పీడియాట్రిక్ కార్డియాలజిస్ట్ పీడియాట్రిక్ న్యూరాలజిస్ట్ బోన్ & జాయింట్ స్పెషలిస్ట్ గ్యాస్ట్రోఎంటరాలజిస్ట్ జెనెటిక్ కౌన్సెలర్ ఫిజియోథెరపిస్ట్

ఒకే క్లిక్‌తో ఆన్‌లైన్‌లో భారతదేశంలోని ఉత్తమ వైద్యుడిని సంప్రదించండి. డౌన్ సిండ్రోమ్ చికిత్సను ఇప్పుడు సంప్రదించండి

ప్రస్తుతం, డౌన్ సిండ్రోమ్ చికిత్సకు ఆమోదించబడిన ఔషధ చికిత్సలు లేవు. వైద్య చికిత్స అనేది వ్యక్తిని ప్రభావితం చేసే కొమొర్బిడిటీల ఆధారంగా రోగలక్షణంగా నడపబడుతుంది. ఉదాహరణకు హైపోథైరాయిడిజమ్‌ను నియంత్రించడానికి థైరాయిడ్ మందులు, విటమిన్ డి లోపం కోసం విటమిన్ డి సప్లిమెంట్‌లు, నొప్పి నివారణకు అనాల్జెసిక్స్, పుట్టుకతో వచ్చే గుండె లోపాలు మరియు పేగు లోపాల కోసం సరిదిద్దే శస్త్రచికిత్స మొదలైనవి.

1. ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలు డౌన్ సిండ్రోమ్ నిర్వహణలో ఇవి చాలా ముఖ్యమైన భాగం. వ్యాధి పుట్టుకతో వచ్చినది మరియు వ్యక్తి యొక్క మేధో మరియు అభివృద్ధి సామర్థ్యాలను బలహీనపరుస్తుంది కాబట్టి, వీలైనంత త్వరగా పిల్లల కోసం సహాయక సంరక్షణ ప్రారంభించడం చాలా అవసరం. ఇది పిల్లవాడు చాలా సాధారణమైన, ఉత్పాదక జీవితాన్ని గడపడానికి సహాయపడుతుంది.
2. ఫిజియోథెరపీ మరియు ఆక్యుపేషనల్ థెరపీ ఫిజియోథెరపీ మరియు ఆక్యుపేషనల్ థెరపీ కస్టమైజ్డ్ వ్యాయామ కార్యక్రమాల ద్వారా నడక, హ్యాండ్ గ్రిప్పింగ్, బ్యాలెన్సింగ్ మొదలైన అభివృద్ధి మైలురాళ్లను సాధించడంలో పిల్లలకు సహాయపడతాయి. ఈ వ్యాయామ కార్యక్రమాలు ఎముకలు & కీళ్ల సంరక్షణలో సహాయపడతాయి మరియు మస్క్యులోస్కెలెటల్ వ్యవస్థ మరింత దిగజారకుండా నిరోధించవచ్చు.
3. స్పీచ్ థెరపీ స్పీచ్ థెరపీ మరియు వాయిస్ మాడ్యులేషన్ వ్యాయామాలు పిల్లలను సమర్థవంతంగా కమ్యూనికేట్ చేయడంలో సహాయపడతాయి. డౌన్ సిండ్రోమ్‌తో బాధపడుతున్న పిల్లల సామాజిక అభివృద్ధికి బాగా కమ్యూనికేట్ చేయడం నేర్చుకోవడం చాలా ముఖ్యమైన అంశం.
4. లైఫ్ స్కిల్స్ ట్రైనింగ్ డౌన్ సిండ్రోమ్ ఉన్న పిల్లవాడికి అతని లేదా ఆమె పనితీరు స్థాయితో సమకాలీకరించడానికి తరచుగా ప్రత్యేకమైన జీవిత నైపుణ్యాల శిక్షణ అవసరం. స్వీయ-సంరక్షణ మరియు వస్త్రధారణ, ప్రాథమిక విద్య, నిర్ణయం తీసుకోవడం మొదలైన ముఖ్యమైన జీవిత నైపుణ్యాలను నేర్చుకునేందుకు పిల్లలకి సహాయపడటానికి సహాయక బృందాలు మరియు ప్రత్యేక పాఠశాలలు అందుబాటులో ఉన్నాయి. ఇది పిల్లవాడు కొంత సాధారణ-పనితీరు గల వయోజనుడిగా ఎదగడానికి సహాయపడుతుంది. ఉత్పాదక జీవితం. డౌన్ సిండ్రోమ్ కోసం ఇంటి సంరక్షణ

డౌన్ సిండ్రోమ్ యొక్క లక్షణాలు మరియు వ్యాధి పురోగతి గురించి స్వయంగా అవగాహన చేసుకోవడం తల్లిదండ్రులు లేదా సంరక్షకులకు అవసరం. డౌన్ సిండ్రోమ్ ఉన్న పిల్లలకు వారి శారీరక మరియు మేధో సామర్థ్యాలను మెరుగుపరిచే మల్టీడిసిప్లినరీ విధానంతో చికిత్స అవసరం.

డౌన్ సిండ్రోమ్ ఉన్న పిల్లలకు తరచుగా పాఠశాలలో ప్రత్యేక శ్రద్ధ అవసరం. డౌన్ సిండ్రోమ్ ఉన్న పిల్లలు మరియు పెద్దలకు ప్రత్యేక తరగతులు మరియు కార్యక్రమాలు అందుబాటులో ఉన్నాయి. అలాగే, కార్డియాక్ సమస్యలు, దృష్టి అసాధారణతలు, జీర్ణశయాంతర సమస్యలు, ఎముకలు మరియు కీళ్ల నొప్పులు మొదలైన కొమొర్బిడిటీలను నిశితంగా పర్యవేక్షించడం అవసరం, అవి వ్యక్తిని ప్రభావితం చేయడం ప్రారంభించినప్పుడు మరియు వాటిని పరిష్కరించాలి.

మంచి చికిత్స అవకాశాలతో, డౌన్ సిండ్రోమ్ ఉన్న రోగులు మెరుగైన ఆయుర్దాయంతో చాలా సాధారణ జీవితాలను గడపవచ్చు. డౌన్ సిండ్రోమ్ యొక్క సమస్యలు

డౌన్ సిండ్రోమ్ తరచుగా ఇతర ఆరోగ్య పరిస్థితులను కలిగి ఉంటుంది మరియు చికిత్స చేయకుండా వదిలేస్తే, తీవ్రమైన ఆరోగ్య ప్రమాదాన్ని కలిగిస్తుంది. డౌన్ సిండ్రోమ్‌కు చికిత్స చేయకుండా వదిలేసినప్పుడు కొన్ని సమస్యలు తలెత్తవచ్చు, అవి: సమాజంలో పిల్లలు సాధారణంగా పనిచేయలేకపోవడం గుండె సంబంధిత సమస్యలు, పుట్టుకతో వచ్చే గుండె లోపాల పర్యవసానంగా, డౌన్ సిండ్రోమ్ ఉన్న పిల్లలలో తరచుగా బలహీన రోగ నిరోధక వ్యవస్థ ఏర్పడుతుంది. తీవ్రమైన అంటువ్యాధులు వచ్చే ప్రమాదం శారీరక శ్రమ లేకపోవడం వల్ల ఊబకాయం, స్లీప్ అప్నియా, నిద్రపోతున్నప్పుడు సంభవించే శ్వాస రుగ్మత, అస్థిపంజర వైకల్యాలు బలహీనమైన దృష్టి మరియు వినికిడి మూర్ఛలు డౌన్ సిండ్రోమ్‌తో జీవించడం

డౌన్ సిండ్రోమ్‌తో జన్మించిన శిశువులు చాలా చిన్న వయస్సులోనే సామాజిక కళంకాలకు గురవుతారు. వారు సాధారణ పాఠశాల విద్యకు హాజరు కాలేరు లేదా సాధారణ పిల్లల వలె ఎదగలేరు. పిల్లలు పెరుగుతున్నప్పుడు తల్లిదండ్రులు లేదా సంరక్షకులు ప్రత్యేక శ్రద్ధ మరియు శ్రద్ధను అందించాలి. డౌన్ సిండ్రోమ్ ఉన్న చాలా మంది పిల్లలు ఫిజియోథెరపీ, ఆక్యుపేషనల్ థెరపీ మరియు ఇతర సపోర్టివ్ ట్రీట్‌మెంట్‌లలో అనేక పురోగమనాల ఆగమనం కారణంగా సాధారణ పిల్లల్లాగే పెరుగుతారు.

ఒకే క్లిక్‌తో భారతదేశంలోని అత్యుత్తమ వైద్యులను ఆన్‌లైన్‌లో సంప్రదించండి. నిపుణుల సహాయాన్ని పొందండి

తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు నా వయస్సు 36 సంవత్సరాలు మరియు కుటుంబాన్ని ప్రారంభించాలని ఆలోచిస్తున్నాను. నా బిడ్డ డౌన్ సిండ్రోమ్‌తో పుడుతుందా? నా బిడ్డకు డౌన్ సిండ్రోమ్ ఉంది. అతను భవిష్యత్తులో సాధారణ జీవితాన్ని గడపగలడా? డౌన్ సిండ్రోమ్ ఉన్న పిల్లలు పాఠ్యేతర కార్యకలాపాల్లో పాల్గొనవచ్చా? డౌన్స్ సిండ్రోమ్ సూచనలు. ఫైసల్ అక్తర్, సయ్యద్ రిజ్వాన్ ఎ. బొఖారీ. StatPearls పబ్లిషింగ్. జనవరి 2021. డౌన్స్ సిండ్రోమ్ గురించి వాస్తవాలు. వ్యాధి నియంత్రణ మరియు నివారణ కేంద్రాలు. డౌన్ సిండ్రోమ్: న్యూరోబయాలజీని అర్థం చేసుకోవడం నుండి థెరపీ వరకు. కాథ్లీన్ గార్డినర్ మరియు ఇతరులు. J న్యూరోస్కీ. 2010 నవంబర్ 10; 30(45): 14943–14945. డౌన్స్ సిండ్రోమ్ అంటే ఏమిటి? నేషనల్ హెల్త్ సర్వీస్ UK. ఫిష్ హెచ్, హ్యూన్ జి, గోల్డెన్ ఆర్, హెన్స్లే టిడబ్ల్యు, ఒల్సన్ సిఎ, లిబర్సన్ జిఎల్. డౌన్ సిండ్రోమ్‌పై తండ్రి వయస్సు ప్రభావం. J ఉరోల్. 2003 జూన్;169(6):2275-8. / అసిమ్ ఎ, కుమార్ ఎ, ముత్తుస్వామి ఎస్, జైన్ ఎస్, అగర్వాల్ ఎస్. "డౌన్ సిండ్రోమ్: వ్యాధి యొక్క అంతర్దృష్టి". J బయోమెడ్ సైన్స్. 2015;22(1):41.

==================================================

చెవి నొప్పిని ఒటల్జియా మరియు చెవి నొప్పి అని కూడా పిలుస్తారు అవలోకనం చెవి నొప్పి లేదా చెవినొప్పి అంటువ్యాధులు మరియు బాహ్య, మధ్య లేదా లోపలి చెవి యొక్క వాపు కారణంగా సంభవించవచ్చు. చెవి నొప్పి సాధారణంగా పిల్లలలో సంభవిస్తుంది, కానీ అవి పెద్దలలో కూడా సంభవించవచ్చు. చెవి నొప్పి ఒకటి లేదా రెండు చెవులను ప్రభావితం చేయవచ్చు, కానీ ఎక్కువ సమయం ఒక చెవిలో ఉంటుంది.

చెవి నొప్పి స్థిరంగా ఉండవచ్చు లేదా అది వచ్చి పోవచ్చు, నొప్పి నిస్తేజంగా, పదునైనదిగా లేదా మంటగా ఉండవచ్చు. చెవి నొప్పి యొక్క లక్షణాలు చెవిలో నొప్పి, బలహీనమైన వినికిడి మరియు చెవి నుండి ద్రవం విడుదలవుతాయి. పిల్లలు వినికిడి మందగించడం, జ్వరం, నిద్ర పట్టడం కష్టం, తలనొప్పి, సాధారణం కంటే ఎక్కువగా చిరాకు పడడం మరియు సమతుల్యత కోల్పోవడం వంటి అదనపు లక్షణాలను చూపవచ్చు.

చెవి నొప్పికి సంబంధించిన కొన్ని సాధారణ కారణాలలో గాయం, ఇన్ఫెక్షన్, చెవిలో చికాకు, లేదా దవడ లేదా దంతాల నుండి వచ్చే నొప్పి, చెవిలో గులిమి పేరుకుపోవడం, చెవిలో నీరు చిక్కుకోవడం మరియు సైనస్ ఇన్‌ఫెక్షన్ ఉన్నాయి.

చెవి నొప్పి యొక్క చికిత్సలో ఇన్ఫెక్షన్ విషయంలో చెవి నొప్పి మరియు యాంటీబయాటిక్స్ చికిత్సకు ఓవర్-ది-కౌంటర్ పెయిన్ రిలీవర్లను తీసుకోవడం ఉంటుంది. అలాగే, చెవిని తడి చేయకుండా మరియు నిటారుగా కూర్చోవడం వలన చెవి ఒత్తిడి మరియు నొప్పి నుండి ఉపశమనం పొందవచ్చు. సాధారణంగా 3 సంవత్సరాల కంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్న పిల్లలలో కనిపించే ముఖ్య వాస్తవాలు లింగం ప్రభావితం పురుషులు మరియు మహిళలు ఇద్దరి శరీర భాగాలు (లు) చెవి వ్యాప్తి ప్రపంచవ్యాప్తంగా: 709 మిలియన్ (2012) అనుకరించే పరిస్థితులు సైనసిటిస్ టూత్ ఇన్ఫెక్షన్ చెవి బారోట్రామా TMJ సిండ్రోమ్ దవడ యొక్క ఆర్థరైటిస్ ట్రైజెమినల్ న్యూరల్జియా/ అవసరమైన ఆరోగ్య పరీక్షలు ఇమేజింగ్ రక్త పరీక్షలు: తెల్ల రక్త కణాల సంఖ్య (WBC), ఎరిథ్రోసైట్ అవక్షేపణ రేటు (ESR) & C- రియాక్టివ్ ప్రోటీన్ (CRP) ఇమేజింగ్: ఎక్స్-రే, కంప్యూటెడ్ టోమోగ్రఫీ (CT) స్కాన్ & మాగ్నెటిక్ రెసొనెన్స్ ఇమేజింగ్ (MRI) చికిత్స మందులు: అమోక్సిసిలిన్, ఇబుప్రోఫెన్, ఎసిటిక్ యాసిడ్ & బెంజోకైన్ సర్జికల్ విధానాలు: మిరింగోటమీ & ఇయర్ ట్యూబ్‌లు చెవి నొప్పి యొక్క అన్ని లక్షణాలను చూస్తాయి

చెవి నొప్పి సాధారణంగా చెవిలో ఒత్తిడి యొక్క భావనగా వర్ణించబడింది. ఈ భావన క్రమంగా లేదా అకస్మాత్తుగా ప్రారంభమవుతుంది మరియు ఇది చాలా తీవ్రంగా ఉంటుంది.

పెద్దలలో చెవి నొప్పి యొక్క లక్షణాలు: వినికిడి లోపం జ్వరం చెవి నుండి ద్రవం పారుదల చెవి రింగింగ్ వెర్టిగో చిన్న పిల్లలలో, చెవి ఇన్ఫెక్షన్ యొక్క చిహ్నాలు క్రింది విధంగా ఉండవచ్చు: జ్వరం చికాకు చెవిని లాగడం ఆకలిని కోల్పోవడం నిద్రపోవడంలో ఇబ్బంది. శబ్దాలకు ప్రతిస్పందించడంలో గజిబిజి మరియు ఏడుపు సమతుల్యత కోల్పోవడం చెవి నొప్పికి కారణాలు

చెవిలో గాయం, ఇన్ఫెక్షన్ మరియు చికాకు చెవి నొప్పికి సాధారణ కారణాలు.

1. చెవి ఇన్ఫెక్షన్ సాధారణంగా బాక్టీరియా వల్ల వస్తుంది మరియు పిల్లలకి గొంతు నొప్పి, జలుబు లేదా ఇతర ఎగువ శ్వాసకోశ ఇన్ఫెక్షన్ వచ్చిన తర్వాత తరచుగా ప్రారంభమవుతుంది. చెవిలో మూడు ప్రధాన భాగాలు ఉన్నాయి - బయటి చెవి, మధ్య చెవి మరియు లోపలి చెవి. ఎగువ శ్వాసకోశ ఇన్ఫెక్షన్ బాక్టీరియా అయితే, అదే బ్యాక్టీరియా మధ్య చెవికి వ్యాపిస్తుంది మరియు ఎగువ శ్వాసకోశ ఇన్ఫెక్షన్ జలుబు వంటి వైరస్ వల్ల సంభవించినట్లయితే, బ్యాక్టీరియా మధ్య చెవిలోకి సెకండరీ ఇన్ఫెక్షన్‌గా కదులుతుంది. బయటి చెవి ఇన్ఫెక్షన్: బయటి చెవి, పిన్నా అని కూడా పిలుస్తారు, మనం బయట చూసే ప్రతిదాన్ని కలిగి ఉంటుంది; ఇది ఇయర్‌లోబ్‌కు దారితీసే చెవి యొక్క వంపు తిరిగిన ఫ్లాప్. ఈత కొట్టడం, చెవి కాలువ లోపల చర్మాన్ని దెబ్బతీసే హెడ్‌ఫోన్‌లు ధరించడం లేదా చెవి కాలువలో దూదిని పెట్టడం వల్ల బయటి చెవి ఇన్‌ఫెక్షన్ వస్తుంది. మధ్య చెవి ఇన్ఫెక్షన్: మధ్య చెవి చెవిపోటు మరియు లోపలి చెవి మధ్య ఉంటుంది. ఇన్ఫెక్షన్ శ్వాసకోశ ఇన్ఫెక్షన్ నుండి మొదలవుతుంది మరియు ఇన్ఫెక్షన్ల వల్ల చెవిపోటు వెనుక ద్రవం పేరుకుపోతుంది. ఇన్నర్ చెవి ఇన్ఫెక్షన్: ఈ భాగంలో చిక్కైన ఉంటుంది, ఇది సమతుల్యతను కాపాడుకోవడంలో సహాయపడుతుంది. మరొక భాగం కోక్లియా, చిక్కైన భాగం, ఇది నత్త ఆకారపు అవయవం, ఇది మధ్య చెవి నుండి ధ్వని ప్రకంపనలను విద్యుత్ సంకేతాలుగా మారుస్తుంది. లోపలి చెవి యొక్క ఇన్ఫెక్షన్ లాబిరింథిటిస్, ఇది కొన్నిసార్లు శ్వాసకోశ వ్యాధుల నుండి వైరల్ లేదా బ్యాక్టీరియల్ ఇన్ఫెక్షన్ల వల్ల వస్తుంది.
2. ఇతర పరిస్థితుల లక్షణాలు దంతాలు ఉన్న పిల్లలలో పంటి నొప్పితో చెవి నొప్పి. సోకిన దంతాలు చీము లేదా ప్రభావితమైన జ్ఞాన దంతాలు కలిగి ఉన్న వ్యక్తులకు చెవి నొప్పి వచ్చే అవకాశం ఉంది. వినికిడిలో మార్పుతో చెవి నొప్పి, చెవిలో గులిమి ఏర్పడటం, చెవిలో ఒక వస్తువు ఇరుక్కుపోవడం (దీన్ని మీరే తొలగించడానికి ప్రయత్నించకండి - GP చూడండి), మరియు చిల్లులు కలిగిన చెవిపోటు (ముఖ్యంగా పెద్ద శబ్దం లేదా ప్రమాదం తర్వాత). గొంతు నొప్పి, టాన్సిల్స్లిటిస్ మరియు క్విన్సీ (టాన్సిలిటిస్ యొక్క సంక్లిష్టత) విషయంలో మింగేటప్పుడు నొప్పితో కూడిన చెవి నొప్పి. జ్వరం, ఫ్లూ, జలుబు లేదా సైనసిటిస్‌తో చెవి నొప్పి.
3. చెవి మైనపు ఇది చెవి కాలువను ద్రవపదార్థం చేయడానికి మరియు సంక్రమణను నిరోధించడానికి శరీరం యొక్క రక్షిత యంత్రాంగంలో భాగం. మైనపు గట్టిపడుతుంది మరియు విపరీతంగా పెరిగితే, మైనపు చెవిపోటుకు వ్యతిరేకంగా నొక్కినట్లయితే, అది ముఖ్యమైన చెవి నొప్పికి కారణం కావచ్చు.
4. ఒక విదేశీ వస్తువు యొక్క చొప్పించడం ఒక విదేశీ శరీరం చెవిలోకి చొప్పించినప్పుడు, అది నొప్పి మరియు వాపును కలిగిస్తుంది. వీటిలో హెయిర్‌పిన్‌లు మరియు చెవి మైనపును స్క్రాచ్ చేయడానికి లేదా తీసివేయడానికి తరచుగా ఉపయోగించే పాయింటెడ్ వస్తువులు ఉండవచ్చు.

చెవి నొప్పికి ఇతర కారణాలు

1. మెనియర్స్ వ్యాధి మెనియర్స్ వ్యాధి లోపలి చెవిలో అధిక ద్రవం పేరుకుపోవడం వల్ల వస్తుంది, అయితే ఈ ద్రవం నిలుపుదల వెనుక ఖచ్చితమైన కారణం తెలియదు. లక్షణాల యొక్క క్లాసిక్ త్రయంతో పాటు-వెర్టిగో, చెవులు రింగింగ్ మరియు వినికిడి లోపం - మెనియర్స్ వ్యాధి ఉన్న కొందరు వ్యక్తులు చెవి నొప్పి లేదా ఒత్తిడిని నివేదిస్తారు.
2. కణితులు సాధారణం కానప్పటికీ, ఒక వ్యక్తి చెవి నొప్పికి కారణం కణితి కావచ్చు. ఉదాహరణకు, నాసోఫారింజియల్ క్యాన్సర్ (ఒక రకమైన తల మరియు మెడ క్యాన్సర్) వినికిడి లోపం, చెవులలో రింగింగ్ మరియు పునరావృత చెవి ఇన్ఫెక్షన్‌లతో పాటు చెవి సంపూర్ణత్వాన్ని కలిగిస్తుంది.

చెవిలో అభివృద్ధి చెందే మరియు నొప్పికి కారణమయ్యే నిరపాయమైన (క్యాన్సర్ లేని) కణితులు లేదా పెరుగుదలకు రెండు ఉదాహరణలు: కొలెస్టేటోమా: మధ్య చెవిలో ఏర్పడే నిరపాయమైన చర్మ పెరుగుదల. అకౌస్టిక్ న్యూరోమా: వెస్టిబ్యులర్ నాడి (ఎనిమిదవ కపాల నాడి)పై అభివృద్ధి చెందే ఒక నిరపాయమైన లోపలి చెవి కణితి. 3. ఇతర కారణాలు: చెవి నొప్పికి సంబంధించిన కొన్ని ఇతర కారణాలు: విమానంలో ఎగురుతున్నప్పుడు ఒత్తిడిలో మార్పు, టెంపోరోమాండిబ్యులర్ జాయింట్ (దిగువ దవడను పుర్రెతో కలిపే ఉమ్మడి) సిండ్రోమ్ ఆర్థరైటిస్ చెవి కాలువలోని దవడ తామరపై ప్రభావం చూపుతుంది. ట్రైజెమినల్ న్యూరల్జియా (దీర్ఘకాలిక ముఖ నరాల నొప్పి) థైరాయిడ్ వాపు కరోటిడ్ ఆర్టరీ నొప్పి (కరోటిడినియా)

చెవి నొప్పికి ఐదు అత్యంత సాధారణ కారణాలు మరియు వాటిని ఎలా ఎదుర్కోవాలో మరింత తెలుసుకోండి. ఇక్కడ నొక్కండి!

చెవి నొప్పికి ప్రమాద కారకాలు

కింది పరిస్థితులు చెవి నొప్పి వచ్చే ప్రమాదానికి సంబంధించినవి: చెవిలో మంట చెవిలో ద్రవం పేరుకుపోవడం, శ్వాసకోశ ఇన్ఫెక్షన్, సైనసిటిస్, జలుబు, అలర్జీలు లేదా ఉబ్బసం వంటి అనారోగ్యాలు రోగనిరోధక వ్యవస్థను బలహీనపరిచే ఎయిడ్స్ (HIV సంక్రమణ) ధూమపానం చెవి ఇన్ఫెక్షన్ అభివృద్ధి చెందే అవకాశాలను కూడా పెంచుతుంది వైరల్ ఇన్ఫెక్షన్ ఉన్న పిల్లలకు క్రమం తప్పకుండా ఈత కొట్టే వ్యక్తులు ఈత కొట్టేటప్పుడు చెవుల్లోకి నీరు చేరడం వల్ల ఎక్కువ ప్రమాదం ఉంటుంది. చెవి నొప్పి నిర్ధారణ , వినికిడి లోపం, లేదా చెవి నుండి డ్రైనేజీ, అప్పుడు వైద్యుడిని సంప్రదించడం తెలివైనది. మీ వైద్యుడు దాని కారణాన్ని తెలుసుకోవడానికి మీ దినచర్యకు సంబంధించిన కొన్ని ప్రశ్నలతో పాటు కొన్ని శారీరక పరీక్షలను చేయవచ్చు.

చెవి నొప్పిని నిర్ధారించడానికి తరచుగా వైద్య చరిత్ర మరియు చెవి, ముక్కు మరియు గొంతు (ENT) నిపుణుడిచే శారీరక పరీక్ష అవసరం.

1. వైద్య చరిత్ర ఒక ENT నిపుణుడు మీ నొప్పికి సంబంధించిన అనేక ప్రశ్నలను అడగవచ్చు, నొప్పి ఎలా అనిపిస్తుంది, నొప్పి వచ్చి పోతుందా మరియు ఒక వ్యక్తి జ్వరం, వినికిడి లోపం మరియు బ్యాలెన్స్ సమస్యలు, చెవి డ్రైనేజీ వంటి లక్షణాలను ఎదుర్కొంటున్నాడా. లేదా టిన్నిటస్ (చెవులలో రింగింగ్).
2. శారీరక పరీక్ష మీ శారీరక పరీక్ష సమయంలో, సాధారణ వైద్యుడు చెవి మరియు చెవిలోని బయటి, మధ్య మరియు లోపలి చెవి, చెవి కాలువ మరియు టిమ్పానిక్ మెంబ్రేన్ (చెవిపోటు) వంటి భాగాలను ఓటోస్కోప్ (దృశ్య పరీక్ష కోసం రూపొందించిన పరికరం)తో తనిఖీ చేస్తారు. చెవిపోటు మరియు బయటి చెవి యొక్క మార్గం, సాధారణంగా కాంతి మరియు లెన్స్‌ల సమితిని కలిగి ఉంటుంది). అత్యంత సాధారణ కారణాలు టెంపోరోమాండిబ్యులర్ జాయింట్ సిండ్రోమ్, ఫారింగైటిస్ (గొంతు నొప్పి), దంత వ్యాధి మరియు గర్భాశయ వెన్నెముక ఆర్థరైటిస్. డాక్టర్ పిల్లలు మరియు పెద్దలలో ఆస్తమా, శ్వాసకోశ అనారోగ్యం మరియు సైనసిటిస్ యొక్క వైద్య చరిత్రను కూడా చూస్తారు.

కొన్ని సందర్భాల్లో, నాసికా ఎండోస్కోపీ సిఫార్సు చేయబడింది. ఇది నాన్-శస్త్రచికిత్స ప్రక్రియ, ఇది మధ్య చెవి, నాసికా గద్యాలై మరియు సైనస్ మరియు/లేదా జీర్ణశయాంతర ప్రేగు యొక్క పైభాగానికి ఓపెనింగ్‌లను పరీక్షించడానికి అనుమతిస్తుంది.

1. చెవి ఇన్ఫెక్షన్ విషయంలో వివిధ చెవి నొప్పి పరిస్థితులను నిర్ధారించడంలో సహాయపడటానికి రక్త పరీక్షలు వీటిని ఉపయోగించవచ్చు. తెల్ల రక్త కణం (WBC) గణన: మీ రోగనిరోధక వ్యవస్థలో WBC లు కీలక పాత్ర పోషిస్తున్నందున ఈ పరీక్ష సంక్రమణ లేదా వాపును గుర్తించడంలో సహాయపడుతుంది. అవి ఇన్ఫెక్షన్‌తో పోరాడడంలో సహాయపడతాయి మరియు ఇతర విదేశీ పదార్థాలకు వ్యతిరేకంగా రక్షణలో సహాయపడతాయి. ఎరిథ్రోసైట్ అవక్షేపణ రేటు (ESR): ఈ పరీక్ష సాధారణంగా ఇన్ఫెక్షన్, క్యాన్సర్లు లేదా కొన్ని స్వయం ప్రతిరక్షక రుగ్మతల ఫలితంగా వాపు యొక్క నిర్దిష్ట-కాని సంకేతాలను గుర్తించడానికి ఉపయోగించవచ్చు. సి-రియాక్టివ్ ప్రోటీన్ (CRP): ఇది వాపుకు గుర్తుగా ఉంటుంది మరియు బాక్టీరియల్ ఇన్ఫెక్షన్ మరియు కణజాల నష్టం సమయంలో దాని స్థాయి పెరుగుతుంది. చెవి నొప్పిని గుర్తించడానికి ఈ రక్త పరీక్షలు ఖచ్చితంగా చేయబడలేదు, అయితే మూల్యాంకనం థైరాయిడ్ రుగ్మతలు మరియు సిఫిలిస్ వంటి ఇతర సంబంధిత వ్యాధులను మినహాయించడంలో సహాయపడుతుంది, వీటన్నింటికీ మెనియర్స్ వ్యాధికి సమానమైన లక్షణాలు ఉండవచ్చు.
2. ఇమేజింగ్ చరిత్ర మరియు శారీరక పరీక్ష నుండి రోగ నిర్ధారణ స్పష్టంగా తెలియకపోతే, ఖచ్చితమైన ఫలితం కోసం ఇమేజింగ్ అధ్యయనాలు జరుగుతాయి. చెవి నొప్పి నిర్ధారణను క్రమబద్ధీకరించడానికి కొన్నిసార్లు ఇమేజింగ్ అవసరమవుతుంది. X- రే: ఇది దవడలు మరియు చెవి యొక్క ప్రక్కనే ఉన్న ప్రాంతాలను అంచనా వేయడానికి జరుగుతుంది. కంప్యూటెడ్ టోమోగ్రఫీ (CT) స్కాన్ లేదా మాగ్నెటిక్ రెసొనెన్స్ ఇమేజింగ్ (MRI): ఇది మధ్య మరియు లోపలి చెవిని దృశ్యమానం చేయడం కోసం చేయవచ్చు. మీ చెవి నొప్పికి మూలంగా నాసోఫారింజియల్ క్యాన్సర్ వంటి కణితిని అనుమానించడానికి, మీ వినికిడి లోపం సెన్సోరినిరల్ అని గుర్తించినప్పుడు సాధారణంగా వైద్యుడు MRI స్కాన్‌ని సూచిస్తాడు, అంటే నరాలలో సమస్య ఉంది.
3. వినికిడి పరీక్షలు పునరావృతమయ్యే అంటువ్యాధులు ఉన్నట్లయితే లేదా పిల్లలలో ప్రసంగ అభివృద్ధిలో జాప్యం ఉన్నట్లయితే ఇవి సిఫార్సు చేయబడతాయి.
4. టిమ్పానోమెట్రీ ఇది మధ్య చెవి యొక్క సరైన పనితీరును అంచనా వేయడానికి సహాయపడే పరీక్షను సూచిస్తుంది. మధ్య చెవి చెవిపోటు వెనుక స్థానంలో ఉంది, దీనిని టిమ్పానిక్ మెమ్బ్రేన్ అని కూడా పిలుస్తారు.

ఒత్తిడిలో మార్పులకు ప్రతిస్పందిస్తున్నందున టిమ్పానిక్ పొర యొక్క పరిస్థితి మరియు కదలికను స్థాపించడానికి పరీక్ష ప్రయత్నిస్తుంది. మధ్య చెవిలో ఏవైనా సమస్యలను గుర్తించడానికి మరియు పర్యవేక్షించడానికి ఈ పరీక్ష వైద్యులకు సహాయపడుతుంది. పరీక్ష తర్వాత, డాక్టర్ ఫలితాలను టిమ్పానోగ్రామ్ అని పిలిచే గ్రాఫ్‌లో నమోదు చేస్తారు.

ఎక్కువగా పిల్లలలో వినికిడి లోపానికి దారితీసే చెవి సమస్యల నిర్ధారణలో టిమ్పానోమెట్రీ సహాయపడుతుంది. పరీక్ష ద్వారా, మీ వైద్యుడు మీరు కలిగి ఉన్నారో లేదో తనిఖీ చేయవచ్చు: మధ్య చెవిలో ద్రవం మధ్య చెవిలో ద్రవం చిల్లులు గల టిమ్పానిక్ పొర మధ్య చెవికి ఎగువ గొంతు మరియు ముక్కును కలిపే యుస్టాచియన్ ట్యూబ్‌తో సమస్యలు చెవి నొప్పి నివారణ

కొన్ని చెవి నొప్పులు వంటి కొన్ని నివారణ చర్యలను నివారించడం ద్వారా నివారించవచ్చు: ధూమపానం మానుకోండి పత్తి శుభ్రముపరచు దీర్ఘకాలిక వినియోగాన్ని నివారించండి   
పదునైన మరియు విదేశీ వస్తువులను చెవిలో పెట్టడం మానుకోండి ఎందుకంటే ఇది చెవి కాలువ లేదా మైనపు పొరపై గీతలు పడవచ్చు, ఇది ఇన్ఫెక్షన్ ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. ఈత కొట్టిన తర్వాత, చెవిలో నీరు పేరుకుపోకుండా ఉండటానికి మీ చెవులను బ్లో-డ్రై చేయండి స్విమ్మింగ్ పూల్స్ మరియు హాట్ టబ్‌లను క్రిమిసంహారక మందులతో శుభ్రంగా ఉంచడం మరియు క్రమం తప్పకుండా pH పరీక్ష చేయడం వల్ల ఇన్ఫెక్షన్ మరియు చెవి నొప్పి వచ్చే ప్రమాదం కూడా తగ్గుతుంది మరియు మీ బిడ్డకు 6 నెలల వయస్సు వచ్చే వరకు ప్రత్యేకంగా తల్లిపాలు ఇవ్వండి మరియు కొనసాగించండి. కనీసం 12 నెలల పాటు తల్లిపాలు ఇవ్వడానికి నిపుణుడు సందర్శించాలి

చెవి నొప్పి యొక్క లక్షణాలు ఓవర్-ది-కౌంటర్ నొప్పి మందుల వాడకంతో వ్యవహరించడం చాలా సులభం. అయితే, ఈ సందర్భంలో వైద్యుడిని సంప్రదించండి: మీరు తీవ్రమైన చెవి నొప్పి లేదా అసౌకర్యాన్ని అనుభవిస్తారు, అది సాధారణం కంటే భిన్నంగా లేదా అధ్వాన్నంగా అనిపించవచ్చు, మీరు చెవి నుండి ద్రవం (చీము లేదా రక్తం వంటివి) కారుతున్నట్లు గమనించవచ్చు, మీకు అధిక జ్వరం ఉంది, మీకు తలనొప్పి లేదా తల తిరుగుతున్నట్లు అనిపిస్తుంది. మీ చెవిలో ఒక వస్తువు ఇరుక్కుపోయింది, మీ చెవి వెనుక వాపు కనిపిస్తుంది, ప్రత్యేకించి మీ ముఖం యొక్క ఆ వైపు బలహీనంగా ఉన్నట్లయితే లేదా మీరు కండరాలను కదిలించలేకపోతే మీకు తీవ్రమైన చెవి నొప్పి వచ్చింది మరియు అది అకస్మాత్తుగా ఆగిపోతుంది (ఇది చెవిపోటు పగిలిందని అర్థం) మీ లక్షణాలు 24 నుండి 48 గంటల్లో మెరుగుపడవు (లేదా అధ్వాన్నంగా) చెవి నొప్పిని నిర్వహించడంలో సహాయపడే నిపుణులు: జనరల్ ఫిజిషియన్ ENT నిపుణులు శిశువైద్యుడు (పిల్లల విషయంలో) మీరు, మీ పిల్లలు లేదా కుటుంబ సభ్యులెవరైనా అలాంటి వాటిని ఎదుర్కొంటున్నట్లయితే సమస్యలు, సంప్రదించండి మరియు వెంటనే వైద్య సహాయం తీసుకోండి. ఇప్పుడే సంప్రదించండి!

చెవి నొప్పికి చికిత్స చెవి నొప్పికి అనేక కారణాలు ఉన్నందున, అదే విధంగా అనేక చికిత్సలు కూడా ఉన్నాయి. ఎంపిక చికిత్స ప్రత్యేకంగా మీ చెవి నొప్పి యొక్క మూల కారణంపై ఆధారపడి ఉంటుంది.

స్వీయ-సంరక్షణ ప్రణాళిక గృహ చికిత్సలు కొన్నిసార్లు చెవి నొప్పిని తగ్గించడంలో చాలా వరకు సహాయపడతాయి, ప్రత్యేకించి నొప్పి వైరస్ లేదా అలెర్జీల నుండి ద్రవం ఏర్పడటానికి సంబంధించినది. మీ చెవి లేదా సైనస్‌లకు వ్యతిరేకంగా వెచ్చని కంప్రెస్‌ను పట్టుకోండి. టెంపోరోమాండిబ్యులర్ డిజార్డర్ (TMD) విషయంలో సాధారణ దవడ వ్యాయామాలు చేయడం. బ్లాక్ చేయబడిన యుస్టాచియన్ ట్యూబ్ కోసం, సాధారణంగా ఉపయోగించే మందులలో డీకోంగెస్టెంట్లు మరియు యాంటిహిస్టామైన్‌లు ఉపయోగించవచ్చు. మైనపు పేరుకుపోవడం వల్ల మీ చెవి నొప్పికి కారణమైతే, మీకు మైనపును మృదువుగా చేసే ఇయర్ డ్రాప్స్ ఇవ్వవచ్చు. వాటి వల్ల మైనపు దానంతటదే రావచ్చు. పిల్లల విషయంలో, యాంటీబయాటిక్స్ వెంటనే సూచించబడవు, జాగ్రత్తగా వేచి ఉండటం మరియు ఆలస్యంగా సూచించే దశలను వైద్యులు సిఫార్సు చేస్తారు. పిల్లల కోసం జాగ్రత్తగా వేచి ఉండండి మరియు పిల్లలకు యాంటీబయాటిక్స్ అవసరమా అని తనిఖీ చేయడానికి వేచి ఉండండి. ఇది రోగనిరోధక వ్యవస్థకు సంక్రమణతో పోరాడటానికి సమయాన్ని ఇస్తుంది. చెవి ఫ్లషింగ్ ఓటిటిస్ ఎక్స్‌టర్నా (బాహ్య చెవి) చికిత్సలో ప్రభావితమైన మైనపు, శిధిలాలు, సోకిన పదార్థం మరియు చనిపోయిన చర్మ కణాలను తొలగించడానికి ఈ ప్రక్రియ జరుగుతుంది. మైనపు పేరుకుపోవడం వల్ల మీ చెవి నొప్పికి కారణమైతే, మీరు మైనపును మృదువుగా చేసే చెవి చుక్కలను ఇవ్వవచ్చు, దీని వలన మైనపు మృదువుగా మారుతుంది. ఇయర్ లావేజ్ ఇయర్ ఇరిగేషన్ లేదా ఇయర్ ఫ్లష్ అని కూడా పిలుస్తారు, ఇయర్‌వాక్స్ తొలగించడానికి సురక్షితమైన పద్ధతి. మధ్య చెవి ఇన్ఫెక్షన్లకు తరచుగా యాంటీబయాటిక్స్ అవసరం లేదు, ఎందుకంటే శరీరం యొక్క రోగనిరోధక వ్యవస్థ స్వయంగా ఇన్ఫెక్షన్‌తో పోరాడుతుంది. అయినప్పటికీ, కొన్నిసార్లు అమోక్సిసిలిన్ వంటి యాంటీబయాటిక్స్, తీవ్రమైన కేసులను లేదా 2-3 రోజుల కంటే ఎక్కువ కాలం ఉండే కేసులను వెంటనే చికిత్స చేయడానికి అవసరమవుతాయి. చిన్న పిల్లలు మరియు తీవ్రమైన అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్న పిల్లలకు ప్రామాణిక 10-రోజుల కోర్సు సిఫార్సు చేయబడింది; అయితే తేలికపాటి నుండి మితమైన అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్న 6 మరియు అంతకంటే ఎక్కువ వయస్సు ఉన్న పిల్లలకు 5 నుండి 7 రోజుల కోర్సు తగినది. చెవి నొప్పిని తగ్గించడానికి, కొన్నిసార్లు డాక్టర్ కౌంటర్ ఎసిటమైనోఫెన్ లేదా నాన్‌స్టెరాయిడ్ యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ డ్రగ్స్ (NSAIDలు) అటువంటి ఇబుప్రోఫెన్‌ని సిఫారసు చేయవచ్చు. ఈ ఔషధం నొప్పి మరియు జ్వరం నుండి ఉపశమనం పొందడంలో సహాయపడుతుంది. TMJ సిండ్రోమ్ నొప్పికి, మీ సాధారణ అభ్యాసకుడు కండరాల సడలింపు లేదా ట్రైసైక్లిక్ యాంటిడిప్రెసెంట్‌ను కూడా సూచించవచ్చు. చెవి చుక్కలు మంటను తగ్గించడానికి, సంక్రమణకు చికిత్స చేయడానికి మరియు నొప్పిని తగ్గించడానికి కలయికలో పనిచేస్తాయి. డ్రాప్స్‌లో ఎసిటిక్ యాసిడ్, బెంజోకైన్, బెంజోకైన్ + క్లోర్‌బుటోల్ + పారాడిక్లోరోబెంజీన్ + టర్పెంటైన్ ఆయిల్ మరియు పారాడిక్లోరోబెంజీన్ + బెంజోకైన్ + క్లోర్‌బుటోల్ వంటి క్రియాశీల పదార్థాలు ఉంటాయి. శస్త్రచికిత్స కొన్ని సందర్భాల్లో, పిల్లలు మరియు పెద్దలలో నిరంతర చెవి నొప్పికి కారణమయ్యే దీర్ఘకాలిక మధ్య చెవి ఇన్ఫెక్షన్లకు చికిత్స చేయడానికి మిరింగోటమీ అని పిలువబడే శస్త్రచికిత్సా ప్రక్రియ కొన్నిసార్లు అవసరమవుతుంది. మిరింగోటమీ అనే పదం మధ్య చెవిలో పేరుకుపోయిన ఏదైనా ద్రవం లేదా చీమును బయటకు తీయడానికి చెవిపోటుపై ఒక చిన్న కోత చేయబడుతుంది.

కొన్నిసార్లు, చెవి ఇన్ఫెక్షన్‌ల సంభవనీయతను తగ్గించడానికి మరియు అదనపు ద్రవాలు బయటకు వెళ్లేందుకు వీలుగా చెవిపోటులోకి టిమ్పానోస్టోమీ ట్యూబ్‌లు లేదా గ్రోమెట్స్ అని పిలువబడే ఇయర్ ట్యూబ్ ఇన్సర్షన్ కూడా ఉంచబడుతుంది. ప్రక్రియ చాలా సాధారణం మరియు తక్కువ ప్రమాదాలను కలిగి ఉంటుంది. చెవి గొట్టం చొప్పించడం అనేది పిల్లలకు చాలా సాధారణం, వారు పెద్దల కంటే చెవి ఇన్ఫెక్షన్‌లను ఎక్కువగా ఎదుర్కొంటారు.

కణితి, తీవ్రమైన మాస్టోయిడిటిస్ లేదా పెరికోండ్రిటిస్‌లో చీము ఏర్పడటం వంటి ఇతర చెవి నొప్పి నిర్ధారణలకు కూడా శస్త్రచికిత్స సూచించబడవచ్చు. చెవి నొప్పికి ప్రత్యామ్నాయ చికిత్సలు

1. చల్లని లేదా వెచ్చని సంపీడనాలు సోకిన చెవి చుట్టూ తేమ వేడిని ఉంచడం గొప్ప నొప్పి నివారిణిగా పని చేస్తుంది. ఇది చాలా సురక్షితమైన నివారణ కాబట్టి మీరు పెద్దలు మరియు పిల్లలకు దీనిని ఉపయోగించవచ్చు. చెవిపై ఐస్ ప్యాక్ లేదా వార్మ్ కంప్రెస్ ఉంచండి మరియు 10 నిమిషాల తర్వాత వెచ్చగా మరియు చల్లగా మార్చండి.
2. మెడ కదలికలు మరియు వ్యాయామాలు   
   చెవి కాలువలో ఒత్తిడి వల్ల కొన్ని చెవి నొప్పులు వస్తాయి. కొన్ని మెడ కదలికలు మరియు వ్యాయామాలు అసౌకర్యాన్ని తగ్గించగలవు. చెవి కాలువలో ఒత్తిడిని తగ్గించడానికి మెడ భ్రమణం అత్యంత ప్రయోజనకరమైన వ్యాయామాలలో ఒకటి.
3. ఆవిరి పీల్చడం స్టీమ్ ఇన్హేలర్ లేదా వేపరైజర్ ద్వారా ఆవిరిని తీసుకోవడం చెవి నొప్పిని తగ్గించడానికి ఒక గొప్ప మార్గం. వెచ్చని స్నానం కూడా తీసుకోవచ్చు. తేమతో కూడిన గాలి వాయుమార్గాలను తెరుస్తుంది మరియు సడలిస్తుంది, తద్వారా ఒత్తిడి మరియు చెవి నొప్పి నుండి ఉపశమనం పొందుతుంది.
4. ఇంటి నివారణలు వెల్లుల్లి (లెహ్సున్): ఇది అనాల్జేసిక్ మరియు యాంటీబయాటిక్ లక్షణాలను కలిగి ఉంది. దీని పదార్దాలు చెవి ఇన్ఫెక్షన్ వల్ల వచ్చే చెవి నొప్పిని తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. సమాన పరిమాణంలో వెల్లుల్లి మరియు యూకలిప్టస్ నూనెను వేడి చేయండి. చల్లార్చి, నూనెను ఫిల్టర్ చేసి, ఈ వెల్లుల్లి నూనె యొక్క 2 లేదా 3 చుక్కలను నొప్పి చెవిలో వేయండి. చూయింగ్ గమ్: విమానంలో ప్రయాణిస్తున్నప్పుడు గాలి ఒత్తిడి వ్యత్యాసం కారణంగా చెవి నొప్పి వస్తుంది. మధ్య చెవిలో ఒత్తిడిని తగ్గించడంలో చూయింగ్ గమ్ చాలా సహాయపడుతుంది. అల్లం (అడ్రాక్): ఇది చెవి నొప్పుల నుండి నొప్పిని తగ్గించడంలో సహాయపడే సహజ శోథ నిరోధక లక్షణాలను కలిగి ఉంటుంది. వేడెక్కిన అల్లం రసాన్ని బయటి చెవి కాలువ చుట్టూ రాయండి. నేరుగా చెవిలో పెట్టుకోవద్దు. ఉల్లిపాయ: చెవి నొప్పికి ఇది చాలా సులభంగా లభించే హోం రెమెడీ. ఉల్లిపాయలు యాంటీబయాటిక్, యాంటీఆక్సిడెంట్ మరియు యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ లక్షణాలను కలిగి ఉంటాయి. ఆలివ్ ఆయిల్: కొన్ని చుక్కల ఆలివ్ ఆయిల్ చెవిలో వేస్తే లూబ్రికెంట్‌గా పనిచేసి ఇన్ఫెక్షన్ నుండి విముక్తి పొందవచ్చు. తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు చెవి నొప్పి మరియు చెవి ఇన్ఫెక్షన్ మధ్య తేడా ఏమిటి? చెవి నొప్పి ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది? చెవి ఇన్ఫెక్షన్లు పెద్దవారిలో చెవి నొప్పులను కలిగిస్తాయా? చెవి నొప్పి వచ్చి పోతుందా? ఒటాల్జియా అంటే ఏమిటి? ఈతగాడు చెవి అంటే ఏమిటి? ప్రస్తావనలు పిల్లలలో చెవి ఇన్ఫెక్షన్. నేషనల్ ఇన్స్టిట్యూట్ ఆన్ డెఫ్నెస్ అండ్ అదర్ కమ్యూనికేషన్ డిజార్డర్స్. మార్చి 2022. చెవి ఇన్ఫెక్షన్. వ్యాధి నియంత్రణ మరియు నివారణ కేంద్రాలు. జూలై 2021. మొనాస్టా ఎల్, రాన్‌ఫాని ఎల్, మార్చెట్టి ఎఫ్, మోంటికో ఎమ్, వెచ్చి బ్రుమట్టి ఎల్, బావ్‌కార్ ఎ, గ్రాసో డి, బార్బీరో సి, టాంబుర్లిని జి. ఓటిటిస్ మీడియా వల్ల కలిగే వ్యాధి భారం: ఒక క్రమబద్ధమైన సమీక్ష మరియు ప్రపంచ అంచనాలు. PLoS వన్. 2012. ఎలీ JW, హాన్సెన్ MR, క్లార్క్ EC. చెవి నొప్పి నిర్ధారణ. యామ్ ఫామ్ ఫిజీషియన్. 2008 మార్చి 1. వోరల్ జి. తీవ్రమైన చెవినొప్పి. ఫ్యామ్ ఫిజీషియన్ చేయవచ్చు. 2011 సెప్టెంబర్. SMITH EJ. చెవినొప్పి. కెన్ మెడ్ అసోక్ J. 1952 మార్. జోన్స్ W. చెవి నొప్పి. డెంట్ రిజిస్ట్. 1882 మార్చి.

==================================================