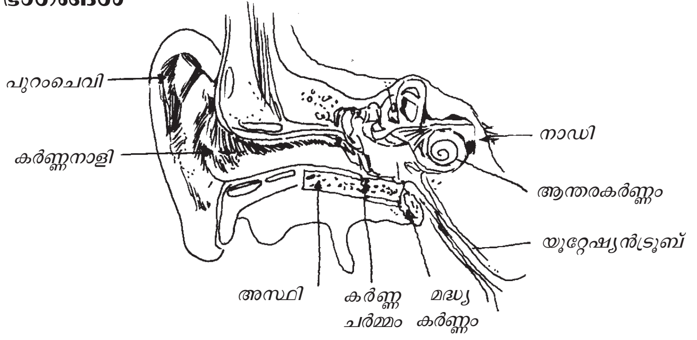
അദ്ധ്യായം 22

ചെവി, മൂക്ക്, തൊണ്ട

ചെവിയുടെ ഭാഗങ്ങൾ



ചെവിയുടെ ധർമ്മങ്ങൾ

കേൾക്കാനുള്ള അവയവമാണ് ചെവി. പുറത്തുള്ള ശബ്ദങ്ങൾ കർണ്ണനാളിയിൽ കടന്ന് ആന്തര കർണ്ണത്തിലെത്തുകയും അവിടെനിന്ന് നാഡിവഴി തലച്ചോറിലെത്തുകയും ചെയ്യുന്നു. തലച്ചോറ് ആ ശബ്ദത്തെ വ്യാഖ്യാനം ചെയ്യുന്നു. അങ്ങനെ ആ ശബ്ദം ഒരു യന്ത്രത്തിന്റെതാണോ പക്ഷിയുടേതാണോ എന്ന് മനസ്സിലാക്കാൻ സഹായിക്കുന്നു. ഏതെങ്കിലും തരത്തിലുള്ള മുറിവ്, അണുബാധ അല്ലെങ്കിൽ ഭാഗികമോ മുഴുവനായോ ഉള്ള തടസ്സങ്ങൾ കേൾവി കൂട്ടാനോ കുറയ്ക്കാനോ ഉള്ള കാരണമായിത്തീരുന്നു. നെർവിനു കേടുപറ്റിയാൽ കേൾവി നഷ്ടപ്പെടുന്നു.

ചെവി യൂസ്റ്റേഷ്യൻ കനാൽ വഴി തൊണ്ടയുമായി ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. തൊണ്ടയിലും മൂക്കിലും ഉണ്ടാകുന്ന അണുബാധ ഈ കുഴൽവഴി ചെവിയിലേക്കും ബാധിക്കും (ഉദാ:- ജലദോഷം ബാധിച്ച കുഞ്ഞിന്റെ മധ്യകർണ്ണത്തിൽ അണുബാധയുണ്ടാകാം).

ചെവി തലച്ചോറിന് വളരെയടുത്താണ് സ്ഥിതി ചെയ്യുന്നത്. ചികിത്സിക്കപ്പെടാത്ത ചെവിരോഗങ്ങൾ തലച്ചോറിനെ ബാധിക്കും. (മധ്യകർണ്ണരോഗങ്ങൾ ചികിത്സിക്കാതിരുന്നാൽ അത് മെനിഞ്ചൈറ്റിസ് ആയിത്തീരാൻ ഇടയുണ്ട്).

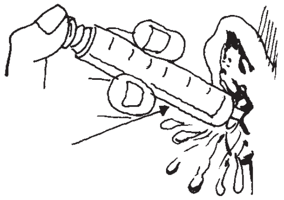
ചെവിക്കുണ്ടാകുന്ന സാധാരണ പ്രശ്നങ്ങൾ

കട്ടിപിടിച്ച ചെവിക്കായം

ചെവിക്കായം ഒരു സാധാരണ സ്രവമാണ്. ഇത് അണുബാധയിൽ നിന്ന് ചെവിയെ സംരക്ഷിക്കുന്നു. ഇത് സാധാരണയായി ഉണങ്ങി ചെവിയിൽ നിന്ന് അടർന്നുപോകുന്നു. ചിലപ്പോൾ ഇതു കട്ടിയായി കർണ്ണനാളിയിൽ തടസ്സം സൃഷ്ടിക്കുന്നു. ഇങ്ങനെ സംഭവിക്കുമ്പോൾ ചെവി നിറഞ്ഞിരിക്കുന്നതായും മുഴങ്ങുന്നതായും തോന്നും. ചൊറിച്ചിൽ, വേദന, കർണ്ണനാളിയിലെ അണുബാധ മുതലായവ കട്ടിപിടിച്ച ചെവിക്കായം കാരണം സംഭവിക്കുന്നതാണ്.

ചികിത്സ

ചെവിക്കായം മൃദുവാക്കിത്തീർക്കുന്നതിന് 3-5 തുള്ളി ബേബി ഓയിൽ അല്ലെങ്കിൽ ശുദ്ധമായ വെളിച്ചെണ്ണ ദിവസം രണ്ടുമൂന്നു നേരമോ 2-3 തുള്ളി ബോറോഗ്ലിസറിൻ തുള്ളി ഒന്നോ രണ്ടോ തവണ ഉപയോഗിക്കുക. അതിനുശേഷം അണുവിമുക്തമായ വെള്ളംനിറച്ച സിറിഞ്ചുകൊണ്ട് കഴുകിക്കളയണം. സിറിഞ്ചിൽ നിന്നു സൂചി മാറ്റിയശേഷം സിറിഞ്ചിൽ വെള്ളം നിറച്ച് ചെവിക്കായം പുറത്തുവരുന്നതുവരെ ആവർത്തിക്കുക. അസ്വാസ്ഥ്യം തോന്നുകയാണെങ്കിൽ നിർത്തുക. ചെവിക്കായം പുറത്തേക്കു വന്നില്ലെങ്കിൽ ഡോക്ടറെ സമീപിക്കുക.



കുറിപ്പ്: ഓട്ടൈറ്റിസ് നേരത്തെ വന്നിട്ടുള്ള രോഗമുള്ളവർക്കാണെങ്കിൽ ചൂടുവെള്ളം ഉപയോഗിക്കരുത്. പകരം തീപ്പെട്ടിക്കമ്പിൽ പഞ്ഞിചുറ്റി മൃദുവായി ശുദ്ധമാക്കുക.

ചെവി വൃത്തിയാക്കുന്നതിന് മൂർച്ചയുള്ളതോ കൂർത്തതോ ആയ സാധനങ്ങൾ ഒരിക്കലും ഉപയോഗിക്കരുത്.

കർണ്ണനാളിയിലെ അണുബാധ

കർണ്ണനാളിയിലെ അണുബാധ സാധാരണയായി ബാക്ടീരിയ കൊണ്ട് ഉണ്ടാകുന്നു.

സൂചനകൾ

- പുറംചെവി വലിച്ചുപിടിക്കുമ്പോൾ വേദന തോന്നുക
- ചൊറിച്ചിൽ
- കർണ്ണനാളി ചുവന്ന് വീർക്കുക
- ചെവി അടഞ്ഞിരിക്കുകയാണെങ്കിൽ കേൾവിക്കുറവ്

ചികിത്സ

- വിന്നാഗിരി ചേർത്ത വെള്ളത്തുള്ളി ചെവിയിൽ ദിവസം 3-4 തവണ ഒഴിക്കുക. (ഒരു സ്പൂൺ തിളപ്പിച്ച വെള്ളത്തിൽ 1 സ്പൂൺ വിന്നാഗിരി ചേർക്കുക).
- വേദനയോ പനിയോ ഉണ്ടെങ്കിൽ പാരസെറ്റമോൾ കഴിക്കുക.
- ചെവിക്കു പിന്നിൽ പഴുപ്പോ വേദനയോ ഉണ്ടെങ്കിൽ പെനിസിലിനോ ടെട്രാസൈക്ലിനോ ഒരാഴ്ച നൽകുക.

മദ്ധ്യകർണ്ണത്തിലെ അണുബാധ (ഓട്ടൈറ്റിസ് മീഡിയ)

ഇത് ബാക്ടീരിയ മൂലമാണ് ഉണ്ടാകുന്നത്. ഈ അവസ്ഥ സാധാരണയായി കുഞ്ഞുങ്ങളിൽ കണ്ടുവരുന്നു. കുറച്ചുദിവസത്തെ മൂക്കടപ്പ്, ജലദോഷം എന്നിവയ്ക്കു ശേഷമാണ് ഇതു സംഭവിക്കുന്നത്.

സൂചനകൾ

- പനി
- കുഞ്ഞ് എപ്പോഴും കരയുകയും തലയുടെ വശം തിരുമ്മുകയും ചെയ്യുന്നു
- ചെവിയിൽ നിന്ന് പഴുപ്പ് വരുന്നു
- ചെറിയ കുഞ്ഞുങ്ങളിൽ ചെവിയിലെ അണുബാധ വയറിളക്കമുണ്ടാക്കുന്നു. ഒരു കുഞ്ഞിനു വയറിളക്കമുള്ളപ്പോൾ ചെവി പരിശോധിക്കുക.

ചികിത്സ

ചെവിയിലുണ്ടാകുന്ന അണുബാധ നേരത്തെ തന്നെ ചികിത്സിക്കണം. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ ചികിത്സ വൈകിയാൽ അതു സങ്കീർണ്ണതകൾക്കു വഴിതെളിക്കും.

- പെൻസിലിൻ അല്ലെങ്കിൽ അമോക്സിസിലിൻ ആൻറിബയോട്ടിക് വായ് വഴി നൽകുക. പെൻസിലിനോട് അലർജിയുണ്ടെങ്കിൽ എറിത്രോമൈസിൻ അല്ലെങ്കിൽ ട്രൈമെത്രോപ്രിം സൾഫാ മെതോക്സാസോൾ 10 ദിവസം നൽകുക.
- മൂന്നു വയസ്സിനു താഴെ പ്രായമുള്ള കുഞ്ഞുങ്ങളിൽ ആംപിസില്ലിൻ നന്നായി പ്രവർത്തിക്കുന്നു.
- വേദനയ്ക്കും പനിക്കും അസിറ്റമിനോഫെൻ അല്ലെങ്കിൽ പാരസെറ്റമോൾ
- പഞ്ഞി തീപ്പെട്ടികൊള്ളിയിൽ ചുറ്റി ശ്രദ്ധാപൂർവ്വം ചെവിയിൽ നിന്നു വരുന്ന പഴുപ്പ് നീക്കുക. ഇത് കഴിയുമെങ്കിൽ വെള്ളത്തിൽ നേർപ്പിച്ച ഹൈഡ്രജൻ പെറോക്സൈഡിൽ (1 ടീസ്പൂൺ ഹൈഡ്രജൻ പെറോക്സൈഡ് ഒരു ടീസ്പൂൺ വെള്ളത്തിൽ) ചെവിയിൽ ഇടുന്നതിനു മുമ്പ് മുക്കുക. പഞ്ഞി, ഇലകൾ, മറ്റുവസ്തുക്കൾ ചെവിയിൽ ഉപേക്ഷിക്കാതിരിക്കുക.
- ചെവിയിൽ നിന്നും പഴുപ്പുവരുന്ന കുഞ്ഞുങ്ങൾ പതിവായി കുളിക്കണം. എന്നാൽ രോഗം ഭേദമായി രണ്ടാഴ്ച കഴിയുന്നതുവരെ നീന്താനോ ഡൈവ് ചെയ്യാനോ പാടില്ല.

നിവാരണം:

- പോഷകാഹാരം നൽകി ശരീരത്തിന്റെ പ്രതിരോധശേഷി വർദ്ധിപ്പിക്കുക.
- കുഞ്ഞുങ്ങൾക്ക് കുപ്പിപ്പാൽ നൽകരുത്. അഥവാ കുപ്പിപ്പാൽ നൽകേണ്ടിവന്നാൽ മലർന്നു കിടക്കുന്ന അവസ്ഥയിൽ നൽകാതിരിക്കുക. പാൽ മൂക്കിൽ കടക്കുന്നതിനും ചെവിയിൽ അണുബാധ ഉണ്ടാകുന്നതിനും ഇടയാക്കും.
- ജലദോഷം കാരണം കുഞ്ഞിന്റെ മൂക്ക് അടഞ്ഞുപോയാൽ ഉപ്പുവെള്ളം മൂക്കിലൊഴിച്ച് പേജ് 194-ൽ പറഞ്ഞിരിക്കുന്ന പ്രകാരം ശ്ലേഷ്മം മൂക്കിൽ നിന്ന് വലിച്ചെടുക്കുക.

സങ്കീർണ്ണതകൾ

ചികിത്സിച്ചു ഭേദമാക്കാത്ത ഓട്ടൈറ്റിസ്മീഡിയ മെനിഞ്ചൈറ്റിസ്, ചെവിക്കു പിന്നിലെ അസ്ഥി എന്നിവയിൽ രോഗബാധ എന്നിവയുണ്ടാകാം. മെനിഞ്ചൈറ്റിസോ അസ്ഥിയിൽ അണുബാധയോ ഉണ്ടായാൽ വിദഗ്ദ്ധസഹായം തേടേണ്ടതാണ്.

അന്യവസ്തുക്കൾ

കുഞ്ഞുങ്ങൾ കളിക്കുമ്പോൾ ചെറിയ വസ്തുക്കൾ ചെവിയിൽ ഇട്ടേക്കാം. ചിലപ്പോൾ ചെറുജീവികളും ചെവിയ്ക്കുള്ളിൽ പ്രവേശിക്കാം.

ചെവിയിൽ നിന്നു മാറ്റുന്നതിനു മുമ്പ് പ്രാണികളെ കൊല്ലേണ്ടതാണ്. ചെറുചൂടു വെളിച്ചെണ്ണയോ ബേബി ഓയിലോ അതിനു വേണ്ടി ചെവിയിൽ തുള്ളിയായി വീഴ്ത്താം. അതിനുശേഷം ചെറുചൂടു വെള്ളം ഉപയോഗിച്ച് ചത്ത പ്രാണിയെ ചെവിയിൽ നിന്ന് നീക്കംചെയ്യാം.

ചെറിയ ഖരവസ്തുക്കൾ ചെവിയ്ക്കുള്ളിലായാൽ പുറംചെവി പുറത്തോട്ടും മേലോട്ടും വലിച്ച് കർണ്ണനാളിയുടെ നീളം കൂട്ടി കുഞ്ഞിന്റെ തല കുലുക്കുക. അത് മാറ്റാൻ കഴിഞ്ഞില്ലെങ്കിൽ വൈദ്യസഹായം തേടേണ്ടതാണ്. മൂർച്ചയുള്ളതോ, കൂർത്തതോ ആയ വസ്തുക്കൾ ചെവിയിൽ കടത്തി അവ നീക്കം ചെയ്യാൻ ശ്രമിക്കരുത്. അങ്ങനെ ശ്രമിച്ചാൽ കർണ്ണചർമ്മത്തിനു കേടുപറ്റാം.

കേൾവിവൈകല്യം

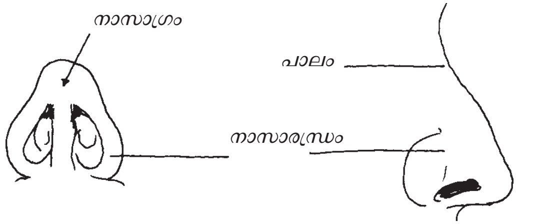
ചെവി കേൾക്കാതിരിക്കുക ഒരു സൂചനയാണ്. രോഗമല്ല. കേൾവിക്കുറവിനെക്കുറിച്ചു പരാതി പറയുന്നവർ കേൾവി കുറയുന്നതിനെക്കുറിച്ചോ കേൾവി നഷ്ടപ്പെടുന്നതിനെക്കുറിച്ചോ പരാതി പറയുന്നു. ഇത് ചെവിക്കായം കട്ടിപിടിക്കുന്നതുകൊണ്ടോ, കർണ്ണനാളിയിലെ രോഗംകൊണ്ടോ, തലച്ചോറിനെ ബന്ധിക്കുന്ന നാഡിയുടെ തകരാർ കൊണ്ടോ സംഭവിക്കാം. ആസ്പിരിൻ സ്ട്രെപ്റ്റോമൈസിൻ തുടങ്ങിയ മരുന്നുകൾ വൻതോതിൽ കഴിക്കുകയാണെങ്കിലും കേൾവിക്കുറവ് സംഭവിക്കാം. ചിലർക്ക് ജന്മനാതന്നെ കേൾവിക്കുറവ് ഉണ്ടാകാറുണ്ട്. ഗർഭകാലത്ത് ക്ഷയരോഗം ജർമ്മൻമീസിൽസ് എന്നിവയ്ക്കെതിരെ മരുന്നു കഴിച്ചിട്ടുള്ള അമ്മമാരുടെ കുഞ്ഞുങ്ങളിലാണ് ഇത്തരം വൈകല്യങ്ങൾ അധികവും കാണുന്നത്.

പ്രശ്നത്തിനു വ്യക്തമായ കാരണങ്ങളില്ലെങ്കിൽ പ്രശ്നം വഷളാകാതിരിക്കാൻ വൈദ്യസഹായം തേടേണ്ട താണ്. കട്ടിയായ ചെവിക്കായമാണ് കാരണമെങ്കിൽ പേജ് 380-ൽ പറഞ്ഞിരിക്കുന്നതുപോലെ ചെയ്യുക.

ആസ്പിരിൻ, സ്ട്രെപ്റ്റോമൈസിൻ എന്നീ മരുന്നുകൾ കഴിക്കുമ്പോൾ കേൾവിക്കുറവ് സംഭവിക്കു കയോ ചെവിയ്ക്കുള്ളിൽ മുഴക്കം ഉണ്ടാക്കുകയോ ആണെങ്കിൽ ഈ മരുന്നുകളുടെ ഉപയോഗം നിറുത്തേ ണ്ടതാണ്.

മൂക്ക്

മൂക്കിന്റെ ഭാഗങ്ങൾ



മൂക്കിന്റെ ധർമ്മങ്ങൾ

ശ്വസനേന്ദ്രിയവ്യവസ്ഥയിലെ ഒരു പ്രധാന ഭാഗമാണ് മൂക്ക്. മൂക്കിന്റെ ആന്തരഭാഗം ശ്ലേഷ്മവും രോമങ്ങളും കൊണ്ട് പൊതിഞ്ഞിരിക്കുന്നു. കുളിക്കുമ്പോൾ മൂക്കിനുള്ളിലെ രോമങ്ങൾ ഉണർവ്വുള്ളതും ചെറുചൂടുള്ളതുമാകുന്നു. അണുക്കളും അഴുക്കും ഉള്ളിൽ കടക്കുന്നതിനു മുമ്പ് തടയപ്പെടുകയും ചെയ്യു ന്നു. മൂക്ക് മണക്കുന്നതിനുള്ള ഒരു അവയവമാണ്. സൈനസുകൾ എന്നുപറയുന്ന വായു അറകളുമായി ഇവ ബന്ധിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു.

മൂക്കിനെ സംബന്ധിച്ച ചില പൊതു പ്രശ്നങ്ങൾ

സൈനസ് പ്രശ്നങ്ങൾ (സൈനസൈറ്റിസ്)

സൈനസൈറ്റിസ് എന്നുപറയുന്നത് സൈനസ് അഥവാ അസ്ഥിയിൽ നിന്നു മൂക്കിലേക്കു തുറക്കുന്ന ദ്വാരത്തിലുണ്ടാകുന്ന ദീർഘകാല വീക്കമാണ്. അത് അലർജി കൊണ്ടോ അണുബാധകൊണ്ടോ സംഭവി ക്കാം. സൈനസുകൾ പഴുപ്പുകൊണ്ടോ ശ്ലേഷ്മം കൊണ്ടോ നിറയുന്നു.

സൂചനകൾ

- കണ്ണിനു മുകളിലും താഴെയും വേദന അനുഭവപ്പെടുക (എല്ലിനു പുറത്തു തട്ടുമ്പോഴും കുനിയുമ്പോഴും കൂടുതൽ വേദന അനുഭവപ്പെടുന്നു)
- തലവേദന
- മൂക്കിനകത്ത് പഴുപ്പും ശ്ലേഷ്മവും നിറഞ്ഞിരിക്കുക, ചിലപ്പോൾ അസഹി ഷ്ണമായ ഗന്ധവും അനുഭവപ്പെടും. മൂക്ക് മിക്കവാറും അടഞ്ഞിരിക്കും.
- പനി ചിലപ്പോൾ

ചികിത്സ

- കുറച്ച് ഉപ്പുവെള്ളം മൂക്കിൽ വലിച്ചുകയറ്റുക.
- മുഖത്ത് ചൂടുവെള്ളത്തിൽ മുക്കിപിഴിഞ്ഞ തുണി ഇടുക.
- ദിവസവും 15 മിനിറ്റുവീതം ആവി പിടിക്കുന്നതുകൊണ്ട് ശ്വാസതടസത്തിന് ആശ്വാസം കിട്ടും.
- മേല്പ്പറഞ്ഞവകൊണ്ട് ആശ്വാസം ലഭിക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ ഫീനൈൽ എഫ്രെയിൻ (നിയോ സിനിഫ്ര യിൻ) കഴിക്കുക. മൂക്കിലൊഴിക്കുന്ന മരുന്നുകളും സ്പ്രേകളും ഒഴിവാക്കുക. അവപ്രശ്നം വഷളാക്കും.
- പനിക്കും തലവേദനയ്ക്കും പാരസെറ്റമോൾ കഴിക്കുക.

- പോഷകാഹാരം കഴിച്ച് ശരീരത്തിന്റെ പ്രതിരോധ ശക്തി വർദ്ധിപ്പിക്കുക.
- ധാരാളം വെള്ളം കുടിക്കുക.
- ശ്ലേഷ്മം കട്ടിയുള്ളതും ദുർഗന്ധമുള്ളതുമാണെങ്കിൽ പെൻസിലിൻ അല്ലെങ്കിൽ കോ-ട്രൈമോക്സ സോൾ നൽകുക.
- രോഗിയുടെ നില മെച്ചമായില്ലെങ്കിൽ വൈദ്യസഹായം തേടുക.

നിവാരണം

ജലദോഷം പിടിപെടുകയും മൂക്കടപ്പ് ഉണ്ടാകുകയും ചെയ്യുമ്പോൾ കുറച്ച് ഉപ്പുവെള്ളം മൂക്കിൽ വലിച്ചു കയറ്റുക. ശ്ലേഷ്മത്തിന് അയവു വരുത്താൻ ഇതു സഹായിക്കും. ഉപ്പുവെള്ളം കിട്ടിയില്ലെങ്കിൽ ശുദ്ധ മായ വെള്ളവും ഉപയോഗിക്കാവുന്നതാണ്. ആവി പിടിക്കുകയും വേണം.

മൂക്കിൽ നിന്ന് രക്തമൊലിക്കൽ

മൂക്കിൽ നിന്ന് രക്തമൊലിക്കുന്നത് മൂക്കിനുള്ളിലെ മുറിവുകൊണ്ട് ആകാം, അല്ലെങ്കിൽ അത് അണു ബാധ കൊണ്ടോ, ഉഷ്ണകാലത്ത് മൂക്കിന്റെ ഒരുഭാഗം ഉണങ്ങിപ്പോകുന്നതുകൊണ്ടോ സംഭവിക്കാവുന്ന താണ്. മൂക്ക് ചുരണ്ടൽ, മൂക്കു തിരുമ്മൽ, മൂക്കു ചീറ്റൽ എന്നിവ മൂക്കിൽ നിന്നു രക്തവാർച്ചയുണ്ടാകാ നുള്ള കാരണങ്ങളാണ്. രക്തത്തെയോ കരളിനെയോ ബാധിക്കുന്ന ഗുരുതരമായ രോഗങ്ങളും മൂക്കിലെ രക്തവാർച്ചയ്ക്കു കാരണമാകാറുണ്ട്.

അറിയപ്പെടാത്ത കാരണങ്ങളാൽ ഒരാളിൽ പലയാവർത്തി മൂക്കിൽ നിന്ന് രക്തസ്രാവം കണ്ടാൽ വൈദ്യ സഹായം തേടേണ്ടതാണ്.

ചികിത്സ

- രോഗിയോട് ഇരിക്കാൻ പറയുക. കുറച്ച് മുന്നോട്ട് കുനിഞ്ഞിരിക്കാൻ പറയുക.
- പത്തു മിനിറ്റു നേരം മൂക്ക് മുറുക്കിപ്പിടിക്കുക. രക്തഒഴുക്ക് നിലച്ചില്ലെങ്കിൽ ഒരുപക്ഷേ യഥാസ്ഥാ നത്തായിരിക്കുകയില്ല പിടിച്ചത്. അതുകൊണ്ട് സ്ഥാനം മാറ്റിപ്പിടിക്കുക.
- രക്തമൊലിപ്പ് തുടരുകയാണെങ്കിൽ മൂക്കിലെ ദ്വാരങ്ങൾ പഞ്ഞിയോ വൃത്തിയുള്ള തുണിയോ കൊണ്ട് അടയ്ക്കണം. അല്പം സ്ഥലം വിട്ടേയ്ക്കണം. കഴിയുമെങ്കിൽ കറ്റാർവാഴച്ചാറുകൊണ്ട് നനയ്ക്കു ന്നതു കൊള്ളാം. ഏതാനും മണിക്കൂറുകൾക്കു ശേഷം ശ്രദ്ധാപൂർവ്വം മാറ്റുക.

നിവാരണം

1. മൂക്ക് ചുരണ്ടുകയോ മൂക്കിനുള്ളിൽ ഇതര പദാർത്ഥങ്ങൾ കടത്തുകയോ ചെയ്യാതിരിക്കുക.
2. വളരെ ശക്തിയായി മൂക്ക് ചീറ്റാതിരിക്കുക. മൂക്ക് അടഞ്ഞിരിക്കുകയാണെങ്കിൽ ആവി കൊള്ളുന്നത് സഹായിക്കും. വൃത്തിയുള്ള വെള്ളം കൈയിൽ ഒഴിച്ച് മൂക്കിൽ വലിച്ചുകയറ്റി അതിനെ ചീറ്റിക്കളയ ണം.
3. കാലാവസ്ഥ വളരെ വരണ്ടതും മൂക്കിൽ നിന്ന് ഇടയ്ക്കിടെ രക്തവാർച്ചയുണ്ടാകുകയുമാണെങ്കിൽ മൂക്കിനകത്ത് വാസ്‌ലിൻ പുരട്ടുക. ഒരു തീപ്പെട്ടിക്കൊള്ളിയുടെ അറ്റത്ത് പഞ്ഞി ചുറ്റി അതിൽ വാസലിൻ പുരട്ടുക. അതു ദിവസത്തിൽ ഒരുതവണ എന്ന കണക്കിൽ പുരട്ടുക. രക്തമൊലിപ്പ് നിന്നതിനു ശേഷം അഞ്ചുദിവസം കൂടി പുരട്ടേണ്ടതാണ്. അതിനുശേഷം ആഴ്ചയിലൊരിക്കൽ വീതം ഒരുമാസം പുരട്ടുക.

അന്യവസ്തുക്കൾ

കുഞ്ഞുങ്ങൾ കളിക്കുമ്പോൾ ചെറിയ വസ്തുക്കൾ മൂക്കിൽ കയറ്റാറുണ്ട്. ആഹാരപദാർത്ഥങ്ങളും മൂക്കിൽ കടക്കാറുണ്ട്.

സൂചനകൾ

- മൂക്കിന്റെ ഒരു ഭാഗത്തുനിന്നുമാത്രം ശ്ലേഷ്മം ഒലിക്കുക. ആദ്യം അത് വെള്ളനിറത്തിലും പിന്നീട് മഞ്ഞനിറത്തിലും കാണുന്നു.
- ദുർഗന്ധമുള്ള ശ്ലേഷ്മം മൂക്കിന്റെ ഒരു ഭാഗത്തുനിന്നു മാത്രം വരുന്നു.

എങ്ങനെ മാറ്റാം

വളർന്ന കുട്ടിയാണെങ്കിൽ മൂക്ക് ചീറ്റാൻ ആവശ്യപ്പെടുക. മൂക്കിൽ ഇക്കിളിയുണ്ടാക്കി തുമ്മൽ വരു ത്തുകയുമാവാം. ഇതു വിജയിച്ചില്ലെങ്കിൽ അണുവിമുക്തമായ ഒരു കമ്പിനൂൽ വസ്തുവിന്റെ സ്ഥാനം കഴിയുന്നതുവരെ ഉള്ളിലേക്കു കടത്തി ശ്രദ്ധാപൂർവ്വം പുറത്തേയ്ക്ക് വലിച്ച് അതിനെ നീക്കം ചെയ്യാവുന്ന താണ്.

പ്രസ്തുത വസ്തു മൂക്കിന്റെ വളരെ ഉള്ളിലാണെങ്കിൽ വൈദ്യസഹായം തേടുക

അടഞ്ഞതും ഒലിക്കുന്നതുമായ മൂക്ക്

അടഞ്ഞതോ, ഒലിക്കുന്നതോ ആയ മൂക്ക് ജലദോഷത്തിന്റെയോ അലർജിയുടെയോ ഫലമാണ്. മൂക്കിനുള്ളിൽ കൂടുതൽ ശ്ലേഷ്മം തങ്ങിനില്ക്കുന്നത് കുഞ്ഞുങ്ങളിൽ അണുബാധയും മുതിർന്നവരിൽ സൈനസ് പ്രശ്നങ്ങളുമുണ്ടാക്കും.

അടഞ്ഞ മൂക്ക് തുറക്കുന്നതു സഹായിക്കുന്നതിന് താഴെ പറയുന്ന കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യേണ്ടതാണ്.

1. വളർന്ന കുട്ടികൾക്കും മുതിർന്നവർക്കും ഉപ്പു വെള്ളം മൂക്കിൽ വലിച്ചു കയറ്റാം. ശ്ലേഷ്മത്തിന് ഇതു അയവു വരുത്തും.
2. ചൂടുള്ള ജലബാഷ്പങ്ങൾ 198-ാം പേജിൽ പറഞ്ഞിരിക്കുന്നതുപോലെ ശ്വസിക്കുകയാണെങ്കിൽ മൂക്കടപ്പ് മാറും.
3. അടഞ്ഞതോ ഒലിക്കുന്നതോ ആയ മൂക്ക് തുടയ്ക്കുകയേ പാടുള്ളു. ചീറ്റരുത്. മൂക്ക് ചീറ്റുന്നത് ചെവി വേദനയ്ക്കും സൈനസിന്റെ രോഗ ബാധയ്ക്കും കാരണമായിത്തീരും.
4. കുഞ്ഞുങ്ങളുടെ കാര്യത്തിൽ, സക്ഷൻ ബൾബോ സൂചിയില്ലാത്ത സിറിഞ്ചോ ഉപയോഗിച്ച് ശ്രദ്ധാപൂർവ്വം വലിച്ചെടുക്കുക.

തല വശത്തേക്ക് തിരിച്ച് രണ്ടോ മൂന്നോ തുള്ളി മൂക്കിന്റെ അടിഭാഗത്ത് ഒഴിയ്ക്കുക. രണ്ട് മിനിറ്റ് കഴിഞ്ഞ് മറുവശത്തും ഇതുപോലെ ചെയ്യുക.

മുന്നറിയിപ്പ്: മൂക്കടപ്പ് മാറ്റുന്ന തുള്ളികൾ ഒഴിക്കുന്നത് ദിവസത്തിൽ മൂന്നുതവണയിലധികമാകരുത്. മൂന്നു ദിവസത്തിലധികമാകാനും പാടില്ല.

ചെവി, സൈനസ് അണുബാധതടയുക - മൂക്ക് തുടയ്ക്കുക, ചീറ്റരുത്

തൊണ്ടവ്രണവും വീങ്ങിയ ടോൺസിൽസും

തൊണ്ടവ്രണവും ടോൺസിൽസ് വീക്കവും സാധാരണ ജലദോഷത്തോടൊപ്പം ആരംഭിക്കുന്നു. തൊണ്ട ചുവക്കുകയും ആഹാരം കഴിക്കുമ്പോൾ മുറിവുണ്ടാകുകയും ചെയ്യുന്നു. ടോൺസിലുകൾ (തൊണ്ടയുടെ പിൻഭാഗത്ത് ഇരുവശങ്ങളിലായി കാണുന്ന രണ്ട് ലിംഫ് നോഡുകൾ) വലുതാകുകയോ വേദനയുള്ളതാകുകയോ പഴുക്കുകയോ ചെയ്യുന്നു. പനി 104^0F വരെ എത്തുന്നുണ്ടാകും.

ചികിത്സ

- ചെറുചൂടുള്ള ഉപ്പുവെള്ളം വായിൽക്കൊള്ളുക (ഒരു ഗ്ലാസ് വെള്ളത്തിൽ ഒരു ടീസ്പൂൺ ഉപ്പ്).
- പനിയും വേദനയുമുണ്ടെങ്കിൽ പാരസെറ്റാമോൾ ഗുളിക കഴിക്കണം.
- പെട്ടെന്നുള്ള പനിയും വേദനയും 3 ദിവസത്തിൽകൂടുതൽ നീണ്ടു നിൽക്കുകയാണെങ്കിൽ ഇനിയുള്ള പേജിലെ നിർദ്ദേശങ്ങൾ പാലിക്കുക.
- കുഞ്ഞിന് ഇടയ്ക്കിടെ ടോൺസിലൈറ്റിസ് ഉണ്ടാകുന്നെങ്കിൽ വൈദ്യസഹായം തേടുക.

തൊണ്ടവ്രണവും വാതപ്പനിയുടെ അപകടവും

ജലദോഷം ഫ്ളൂ എന്നിവയോടൊപ്പം ഉണ്ടാകുന്ന തൊണ്ടകാറലിന് ആന്റിബയോട്ടിക്കുകൾ പ്രയോജനം ചെയ്യുകയില്ല. വായിൽ വെള്ളം കൊണ്ടതിനുശേഷം തുപ്പിക്കളയുകയും അസീറ്റാമിനോഫെൻ കൊണ്ടു ചികിത്സിക്കുകയും വേണം.

എന്നിരുന്നാലും സ്ട്രെപ്പ് ത്രോട്ട് എന്ന തരത്തിലുള്ള തൊണ്ടവ്രണത്തിന് പെനിസിലിൻ കൊണ്ടുള്ള ചികിത്സയാണു നടത്തേണ്ടത്. ഇത് കുഞ്ഞുങ്ങളിലും പ്രായപൂർത്തിയിലെത്തുന്ന സമയത്തും സാധാരണയായി കാണുന്നു. ഇത് സാധാരണയായി കടുത്ത തൊണ്ടവ്രണത്തോടും പനിയോടുംകൂടി പനിയുടെയോ ചുമയുടെയോ ലക്ഷണങ്ങളൊന്നുമില്ലാതെ ആരംഭിക്കാം. വായുടെ പിൻവശവും ടോൺസിൽസും ചുവപ്പു നിറമാകുകയും താടിയെല്ലിനു കീഴിലുള്ള ലിംഫ്നോഡുകൾ വീർത്ത് മൃദുവാകുകയും ചെയ്യുന്നു. ഇതിന് 10 ദിവസം പെൻസിലിൻ നൽകുക. പെൻസിലിൻ നേരത്തേ തന്നെ പത്തു ദിവസം നൽകിയിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ വാതപ്പനിയുണ്ടാകാനുള്ള സാധ്യത കുറയും. സ്ട്രെപ് ത്രോട്ടുള്ള കുഞ്ഞുങ്ങൾ മറ്റുള്ളവരിൽ നിന്നു ദൂരെ വേണം ഉറങ്ങാൻ. അല്ലെങ്കിൽ മറ്റുള്ളവർക്കും ഈ അസുഖം പിടിപ്പെട്ടേയ്ക്കാം.

വാതപ്പനി

വാതപ്പനി കുഞ്ഞുങ്ങളെയും പ്രായപൂർത്തിയായവരെയും ബാധിക്കുന്ന രോഗമാണ്. സ്ട്രെപ്പ് ത്രോട്ട് ബാധിച്ച് ഒന്നു മുതൽ മൂന്നാഴ്ചയ്ക്കുള്ളിൽ ഈ രോഗമുണ്ടാകുന്നു.

***മുഖ്യസൂചനകൾ* (സാധാരണയായി മൂന്നോ നാലോ സൂചനകൾ കാണുന്നു)**

- പനി
- സന്ധിവേദന, പ്രത്യേകിച്ച് മണിബന്ധം, ഞരിയാണി, എന്നിവയിൽ തുടങ്ങി ക്രമേണ കാൽമുട്ട്, കൈമുട്ട് എന്നിവയെയും ബാധിക്കുന്നു.
- തൊലിക്കടിയിൽ വളരുന്ന ചുവന്ന വരകളും പിണ്ഡവും പ്രത്യക്ഷപ്പെടുക.
- കൂടുതൽ ഗുരുതരമായ അവസ്ഥയിൽ ക്ഷീണം, ശ്വാസതടസ്സം, നെഞ്ചു വേദന ഇവ അനുഭവപ്പെടുന്നു.

ചികിത്സ

- വാതപ്പനി സംശയിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിൽ വൈദ്യസഹായം തേടുക. ഹൃദയത്തിന് കേടു സംഭവിക്കുമെന്നൊരു അപകടം ഇതിലുണ്ട്.
- വർദ്ധിച്ച ഡോസിൽ പാരസെറ്റാമോൾ നൽകുക. ഒരു 12 വയസ്സുള്ളയാൾക്ക് 300 ഗ്രാമിന്റെ 2-3 ഗുളികകൾ ദിവസം ആറു നേരം നൽകാം. ഈ ഗുളികകൾ പാലിനോടൊപ്പമോ ആഹാരത്തിനോടൊപ്പമോ വേണം കഴിക്കാൻ. ഇത് വയറുവേദന തടയും. ചെവിയിൽ മുഴക്കമുണ്ടായാൽ ഡോസ് കുറയ്ക്കുക.

ഇതു നിങ്ങൾ സ്വയം ചെയ്യരുത്; ഒരു ഡോക്ടറെ സമീപിക്കുക

നിവാരണം

- വാതപ്പനി തടയുന്നതിന് സ്ട്രെപ്പ് ത്രോട്ട് തുടക്കത്തിലെ തന്നെ 10 ദിവസം പെനിസിലിൻ കൊണ്ട് ചികിത്സിക്കുക.
- വാതപ്പനിയും അതിനെത്തുടർന്നുള്ള ഹൃദയത്തകരാറും തടയുന്നതിന് വാതപ്പനി ബാധിച്ച കുഞ്ഞ് കുറഞ്ഞത് 10 ദിവസത്തേക്കെങ്കിലും തൊണ്ടവ്രണത്തിന് പെനിസിലിൻ ചികിത്സ നടത്തണം. കുഞ്ഞിന് ഹൃദയത്തകരാറിന്റെ ലക്ഷണങ്ങൾ കണ്ടാൽ മാസം തോറും തുടർച്ചയായ ബെൻസാതൈൻ പെനിസിലിൻ ചികിത്സ ജീവിതകാലം മുഴുവൻ നടത്തേണ്ടതാണ്. ഇക്കാര്യത്തിൽ പരിചയ സമ്പന്നനായ ഒരു ആരോഗ്യപ്രവർത്തകന്റെയോ ഡോക്ടറുടെയോ ഉപദേശം സ്വീകരിക്കുക.