

විෂවිම් ඇති කරන ගොදුරු දොර රසායනික

වෛද්‍ය ලසන්තා හිරිමුතුගොඩ

විෂවිම් අදත් අප රටෙහි ප්‍රධාන සෞඛ්‍ය ගැටළුවක් ලෙස පවතියි. වාර්ෂික සෞඛ්‍ය සංඛ්‍යාලේඛන විමසන විට ශ්‍රී ලංකාවේ සිදුවන මරණවලට මුල් වන ප්‍රධාන හේතු 10 අතරට විෂවිම් ද අඩංගුය.

මෙම විෂවිම් හදිසියේ සිදුවන අනතුරක් ලෙස මෙන්ම ඕනෑකමින්ම සිදු කර ගන්නා තත්වයක් ලෙස ද දෙයාකාරවම දැකිය හැකිය. විෂවිම් අතුරින් වැඩි සංඛ්‍යාවක් බලාපොරොත්තු රහිත ලෙස හදිසියේ සිදුවන අනතුරු ලෙස සැලකිය හැකිය. මෙම තත්වයට වැඩිපුරම හේතුවන්නේ නොසැලකිලිමත් බව සහ නොදැනුවත්කමය. පොදු ජනතාව සහ දරුවන් හට මේ සම්බන්ධව දැනුවත් කිරීම සඳහා පියවර ගනු ලැබුවහොත් හදිසි අනතුරක් ලෙස සිදුවන විෂවිම්

තත්ව බොහොමයක් වළක්වා ගත හැකිය. වැළැක්වීම සඳහා වන පියවර උගන්වන්නේ, විෂවිම්වලදී අනුගමනය කළ යුතු ප්‍රථමාධාර පිළිබඳව ද ඔවුන් තුළ යම් දැනුමක් ඇති කිරීම වැදගත්ය. එහිදී සත්‍ය වශයෙන්ම විෂවිම් තත්වයකට ලක්වූ රෝගියෙකු හට කළ යුතු දේ හා නොකළ යුතු දේ පිළිබඳව කරුණු ඇතුළත් කිරීම අනිවාර්යයෙන්ම සිදුවිය යුතුය.

පුළුල් වශයෙන් ගත් කල විෂවිම් හදිසියේ සිදුවන සහ ඕනෑකමින් සිදුවන වශයෙන් දෙඅංශයකට වෙන් කළ හැකිය. ඕනෑකමින් සිදුවන විෂවිම් නැවතත් සියදිවි නසා

ගැනීම සහ මිනීමැරුම් වශයෙන් දෙකොටසකට වෙන් කළ හැකිය. වඩාත් සුලබ හදිසියේ සිදුවන විෂවිම් තත්වවලට වැඩිපුරම ගොදුරුවන්නේ ළමයින්ය. ඕනෑකමින් සිදුවන

උදාහරණයක් ලෙස පළිබෝධනාශක ඉසීමේ යෙදෙන ගොවියෙකු හට ඉසින විට ආඝ්‍රාණයෙන් විෂ ශරීර ගතවිය හැකිය. පළිබෝධනාශකය ඉතිරි ගියහොත් සමේ තැවරිය හැකිය.

දැන් මත පළිබෝධ නාශක තැවරී තිබියදී අත් වලින් ආහාර ගත් විට විෂ ගිලීමට පුළුවන.

එදිනෙදා ජීවිතයේ විවිධ කාර්ය සඳහා අපි විෂ කාරක ගණනාවක් භාවිත කරමු. විෂවිම්වලට මුල්වන බහුලව භාවිත කරන විෂ වර්ග පහත දැක්වෙන පරිදි වර්ග කිහිපයකට වෙන් කළ හැකිය.

- කෘෂි රසායනික
- ඖෂධ වර්ග
- නිවෙස්වල භාවිත වන වෙනත් ද්‍රව්‍ය (සේදුම් කාරක, පොහොර, කෘෂි නාශක, පෙට්‍රෝලියම් නිෂ්පාදන ආදිය)
- විෂ ශාක වර්ග
- සර්පයන් සහ වෙනත් කෘෂි දෂ්ඨ



පළිබෝධනාශක ඉසීමේදී නිවැරදි ආරක්‍ෂක ක්‍රම භාවිත කළ යුතුය

විෂවිම් තත්වයන්ට වැඩිපුරම ගොදුරු වන්නේ වැඩිහිටි වයස් කණ්ඩායමය. මෙම ඕනෑකමින් සිදුවන විෂවිම් අවම කිරීමට නම් එම තත්වයට පොළඹවන පසුබිම් හේතු හා සාධක හඳුනා ගැනීම අවශ්‍යය. මෙම හේතු, සමාජ, ආර්ථික මානසික ආදී වශයෙන් වෙනස් විය හැකිය.

විෂ ශරීරගත වීම සාමාන්‍යයෙන් මුඛයෙන් විෂ ගිලීම, නාසයෙන් ආඝ්‍රාණය හෝ සමේ තැවරීම වශයෙන් තුන් ආකාරයකට සිදු වෙයි. එහෙයින් රෝග ලක්ෂණවල උග්‍රතාවය විෂ ශරීර ගත වූ මාර්ගය මත රඳෙයි. සමහර විට එකම රෝගියාට මේ මාර්ග තුනෙන්ම විෂ ශරීරගත වීමට පුළුවන.

කෘෂි රසායනික විෂවිම්

ශ්‍රී ලංකාව කෘෂි කාර්මික රටක් වන බැවින් දීර්ඝ කාලයක් මුළුල්ලේ තීව්‍ර විෂවිම්වල ප්‍රධානම හේතුව වන්නේ කෘෂි රසායනික විෂවිම්ය. නමුත් බොහෝ නාගරික ප්‍රදේශවල පසු ගිය වසර කිහිපය තුළදී ඖෂධ විෂ විමේ සංඛ්‍යාව, කෘෂි රසායනික විෂවිමේ සංඛ්‍යාව ඉක්මවා ගොස් ඇති බවක් පෙනී යයි. මෙරට වෙළඳපොළෙහි විවිධ වෙළඳනාම වලින් කෘෂි

රසායනික තිබෙන බැවින් විෂවිම්වලට හේතුවන විෂ කාරක විවිධය.

කෘෂි රසායනික භාවිත කරන විට, ඒවා ගබඩා කරද්දී භාවිතයේදී සහ ඉවත් කිරීමේදී ආරක්‍ෂක පියවර අනුගමනය කළ යුතුය. කෘෂි රසායනික කිසි විටෙකත් ආහාර ද්‍රව්‍ය සමග ගබඩා නොකළ යුතු අතර, යතුරු දමා අගුළුලා තැබිය හැකි තැනක ගබඩා කිරීමට සහතික විම අවශ්‍යය. කුඩා දරුවන් හදිසියේ අනතුරු කර ගැනීම වළක්වන්නට කෘෂි රසායනික අඩංගු භාජන පොළවේ සිට මීටර් 1.5ක් උසින් තැබීමටද අමතක නොකරන්න. ඒවා පහසුවෙන් විවෘත කළ නොහැකි සේ හොඳින් වසා තබන්න. හඳුනා ගැනීම පහසු වන සේ ලේබලය නොගැලවී තැබීමද වැදගත්ය.



ඖෂධ විෂවිම් අද ඉතා සුලබය

ද ඉතා ප්‍රවේශමෙන් කළ යුත්තේ ඒවායේ අඩංගු ද්‍රව්‍ය මගින් ජලය සහ පස දූෂණය වීම වැළැක්වීම සඳහාය. මෙම භාජන පුළුස්සා දැමීම හෝ ගැඹුරු වළක දමා වසා දැමීම හෝ කළ

විෂ ශරීරගත වීම කාමාන්‍යයෙන් මුඛයෙන් විෂ ගිලීම, නාසයෙන් ආක්‍රාණය හෝ සමේ හැවරීම වශයෙන් තුන් ආකාරයකට සිදු වෙයි. එහෙයින් රෝග ලක්ෂණවල උග්‍රතාවය විෂ ශරීර ගත වූ මාර්ගය මත රැඳෙයි. සමහර විට එකම රෝගියාට මේ මාර්ග තුනෙන්ම විෂ ශරීරගත වීමට පුළුවන.

කුඹුරු සහ ගොවිපළවලදී කෘෂි රසායනික භාවිත කරන විට ද විෂවිම් අවම කිරීම සඳහා විශේෂ ආරක්‍ෂක ක්‍රම අනුගමනය කිරීම අවශ්‍යය. කෘෂි රසායනික යොදන ගොවි මහතා මුව වැසුම්, අත් වැසුම් සහ බුට්ස් භාවිත කිරීමට ද ඉහිරි යන රසායනික තම සම මත තැවරීම වැළැක්වීම සඳහා මුළු ඇඟම වැසෙන සේ අත් දිග ඇඳුමක් (ඒජ්රනයක් වැනි) ඇඳීම ද සිදු කළ යුතු වේ. එසේම සුළං හමන දිශාව නිරීක්ෂණය කර එම දිශාවට කෘෂි රසායනික ඉසින ආකාරය ද එහි වැදගත්කමද ඔවුන් දැන සිටිය යුතුය. එපමණක් නොව කෘෂි රසායන ඉසින අතරතුර ආහාර ගැනීමෙන් සහ දුම්පානයෙන් මෙන්ම බුලත් සැපීමෙන්ද වැළකී සිටීම ද අත්‍යවශ්‍යය.

භාවිත කළ ඇසුරුම් භාජන ඉවතලීම

යුතුය. කෘෂි රසායනික තිබූ බෝතල්, ටින්, මළ ආදී කිසිදු ඇසුරුමක් හිස්වූ පසු නැවත භාවිත නොකළ යුතුය.

ඖෂධ විෂවිම්

ඖෂධ භාවිතය හේතු කොට ඇති වන විෂවිම් තත්ව ඉහළ යමින් පවතින ප්‍රවනතාවයක් පෙන්නවයි. ශ්‍රී ලංකාවේ නාගරික ප්‍රදේශවල වැඩිම විෂවිම් සිදුවන්නේ ඖෂධ හේතුවෙනි. සියළු වයස් කණ්ඩායම්වලට අයත් අය උණට සහ වේදනාවට ප්‍රතිකාර වශයෙන් ඉතා බහුලව භාවිත කරන නිසා විෂවිම් වලට සුලබව හේතුවන ඖෂධය බවට පැරසිටමෝල් පත්ව තිබේ. පැරසිටමෝල් නිසා ඇතිවන අතුරු ආබාධ අඩු නිසා, එය උණට ප්‍රතිකාර වශයෙන් බහුලවම භාවිත වීමක් මෙරට දැකිය හැකිය. විශේෂයෙන්ම වෛද්‍ය

වසංගතයන් සමග මේ තත්වය තවත් ව්‍යාප්තව ඇත. නමුත් ගත යුතු මාත්‍රාව හා නිරන්තරය ඉක්මවා ගියහොත් මරණය පවා ඇති විය හැකිය. පැරසිටමෝල් අක්මාව සහ වකුගඩුවලට හානිකරය. විෂවිම් ඇති වෙන අනෙක් ඖෂධ අතර ක්ලෝරෝෆිනෝලයින්, සැල්බියුටමෝල්, ඩයසපැම්, ස්ටෙරොයිඩමය නොවන වේදනා නාශක, ප්‍රතිප්‍රදාහමය ඖෂධ ආදිය වෙයි. ඖෂධ වර්ග විවිධ වෙළඳනාම යටතේ ලබා

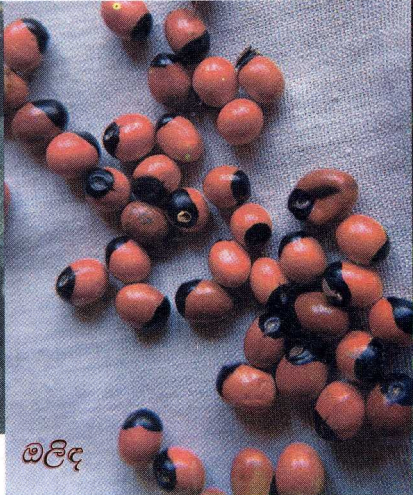
ගත හැකිව ඇති බැවින්, තමන්ට ලබා දී ඇත්තේ කවර ඖෂධයක් ද යන්න රෝගීහු නොදනිති. එසේම ගත යුතු නිවැරදි ආරක්‍ෂිත මාත්‍රාව හා නිරන්තරය පිළිබඳව ඔවුන්ව වෛද්‍යවරයා හෝ ඖෂධවේදියා හෝ විසින් හොඳින් දැනුවත් කරනු ලැබ ඇත්තේද නැත. ඖෂධ නියම කරන වෛද්‍යවරයාගෙන් හෝ ඖෂධය ලබා ගන්නා ඖෂධවේදියාගෙන් හෝ තමන්ට ලබා දී ඇති ඖෂධ කවරේදැයි විමසා දැනගැනීම රෝගියෙකුගේ අයිතියකි.

ඖෂධය ගනු ලබන්නේ තමන් බැවින් ආරක්‍ෂිත මාත්‍රාව හා නිරන්තරය පිළිබඳව ඔහු/ ඇය හොඳින් දැනුවත්ව සිටීම අත්‍යවශ්‍යය. ශරීරගත වූ ඖෂධ අවසානයේදී බිඳ දමා ශරීරයෙන් බැහැර කරනු ලබන ප්‍රධානම ඉන්ද්‍රිය අක්මාව සහ වකුගඩු බැවින් වකුග ඩු රෝගයක් හෝ අක්මා රෝග හෝ පවතින රෝගීන්ට ඖෂධ විෂවිම් ඇති විය හැකිය.

රෝගියා හට වකුගඩු රෝගයක් හෝ අක්මා රෝගයක් හෝ පවතී නම් ඔහුට/ ඇයට නියම කරනු ලබන්නේ සාමාන්‍ය පුද්ගලයෙකුට නිර්දේශ කරනු ලබන ඖෂධ මාත්‍රාවට වඩා අඩු මාත්‍රාවකි. එහෙයින් ඖෂධ සඳහා ආරක්‍ෂිත මාත්‍රාවක් නිර්දේශ කිරීම සඳහා තමන් පෙළෙන රෝග තත්වය, ප්‍රතිකාර ගැනීම සඳහා හමුවූ



වෛද්‍යවරයා වෙත නොසගවා අනාවරණය කිරීම ඉතාම වැදගත්ය.



මලිද



කනෝරු

නිවෙස තුළ ඖෂධ ගබඩා කර තබා ගැනීමේදී ඒවා වෙත කුඩා දරුවන් සමීප වීම වැළැක්වීම සඳහා යතුරු දමා අගුළු දමිය හැකි අල්මාරියක හෝ කබඩි එකක හෝ අඩු තරමින් පොළවේ සිට මීටර් 1.5 කට උසකින් තැබිය යුතුය. එසේම ඖෂධ නිවැරදිව ලේබල් කර තැබීමත්,

නිවෙස තුළ ඖෂධ ගබඩා කර තබා ගැනීමේදී ඒවා වෙත කුඩා දරුවන් සමීප වීම වැළැක්වීම සඳහා යතුරු දමා අගුළු දැමිය හැකි අල්මාරියක හෝ කබඩි එකක හෝ අඩු තරමින් පොළවේ සිට මීටර් 1.5 කට උසකින් තැබිය යුතුය.

නිවෙස්හි භාවිත කරන විවිධ රසායනික කාරක

ගෙදර දොර සුලබව භාවිත කරන රසායනික කාරක ද්‍රව්‍ය ඒවායේ මූලකභාවයේ උග්‍රතාව මත කොටස් 3කට වෙන් කළ හැකිය.

මූලක නොවන

- මැලියම් වර්ග (ඇලවෙන ද්‍රව්‍ය-උදා: සුපර්ග්ලූ)
- සුවඳ විලවුන්, කෝලා වර්ග (50% මද්‍යසාරය)
- නිය ආලේපන ඉවත් කරන කාරක (ඇසිටෝන්)
- ඉස්තෝර් ඉවත් කරන ඇම්පු වර්ග (0.5% පයිරත්‍රොයිඩ්)
- ඩයි වර්ග

සුළු මූලක

- තීන්ත
- රෙදි සෝදන කුඩු
- නිල් (ඇනිලින් බ්ලූ)
- ක්ෂාලක (පවිත්‍රකාරක)
- පිඟන් සේදීමට යොදා ගන්නා ද්‍රව්‍ය



නිවෙස්හි භාවිත කරන විවිධ රසායනික කාරක

ඒවායේ කල් ඉකුත් වන දිනය පිළිබඳව නිතර පරීක්ෂා කර බැලීමත් සිදුවිය යුතුය. නිවෙස තුළ ඖෂධ ගන්නා සාමාජිකයන් කිහිප දෙනෙකු සිටි නම් එකිනෙකාගේ ඖෂධ මිශ්‍ර නොවන සේ වෙන් වෙන්ව තැබිය යුතුය.

- වාහන සේදීමට යොදන ද්‍රව්‍ය
- සර්වකාර්ය පවිත්‍රකාරක ඇන්තයනික හා කැටායනික පෘෂ්ඨ පවිත්‍රක.

මධ්‍යම වශයෙන් මූලක වන සංයෝග

- තැටි බැටරි (ඔරලෝසු, ජංගම දුරකථන, කැල්කියුලේටර්, කැමරා ආදිය සඳහා යොදන)
- කපුරු බෝල (නැප්තලින්)
- වාෂ්පශීලී තෙල් (උදා: කපුරු තෙල්, පැඟිරි තෙල්)

තද මූලක සංයෝග

- මෝටර් රථවලට අදාළ නිෂ්පාදන
- තිරිංග ද්‍රාවණ (බ්‍රේක් ඔයිල් -එනිලින් ග්ලයිකොරල්)
- ප්‍රති-හිමායක/ සිසිලක
- හිසකෙස් සඳහා වන ඩයි වර්ග (ෆැරාෆෙනිලින්ඩයමින්)

හයිඩ්‍රොකාබන

- භූමිතෙල්
- ටර්පන්ටයින්
- වෙනත් පෙට්‍රෝලියම් නිෂ්පාදන
- පොලිෂ් වර්ග

මෙම රසායනික මගින් සිදුවන හදිසි විෂවිම් අඩු කිරීම සඳහා ඒවා දැරුවන්ට ළඟා විය නොහැකි තැන්වල ගබඩා කර තැබීම අවශ්‍යය. කිසිම විටෙකවත් ඒවා ආහාර ද්‍රව්‍ය සමග ගබඩා කර තැබීම නොකළ යුතුය. ගිලුන ප්‍රමාණය සහ අදාළ රසායනික ද්‍රාවණය මත විෂවීමේ ප්‍රතිවිපාක වෙනස් වෙයි. විධාදක ද්‍රව්‍ය විෂවීමක්



නයා

පිරිසිදුව තබා ගැනීම මගින් සර්ප ගහණය අඩු කළ හැකිය. සර්ප දෂ්ටනයකදී රෝගියා ධෛර්යමත් කිරීමත් දෂ්ට කරන ලද ස්ථානය නොසෙල්වෙන සේ තැබීමත් වැදගත්ය. එසේම රෝගියා ඉක්මනින්ම රෝහලකට ගෙන යාම කළ යුතුය.



මුකලන් කුණ කටුවා

නම් වමනය කරවීමට උත්සාහ නොගත යුතුය. උදා: භූමිකෙල්, ටිනර්, ටර්පන්ටයින්

සර්ප දෂ්ටන

ශ්‍රී ලංකා භූමියෙහි සහ මුහුදෙහි විශේෂ 93කට අයත් සර්පයන් සිටියත් ඉන් විෂ සහිත වන්නේ විශේෂ 5ක් පමණය. ඒ සර්පයන් නම්,

- නයා
- තෙල් කරවලා (මග මරුවා)
- දුනු කරවලා (පොළොන් කරවලා)
- තිත් පොළො (දාර පොළො)
- වැලි පොළො

ආදී වශයෙනි.

මධ්‍යම වශයෙන්/ සුළු වශයෙන් විෂ සහිත සර්පයන්

මෙම සතුන් දෂ්ට කළ විට ප්‍රාදේශික (දෂ්ට කරනු ලැබූ ස්ථානය) වශයෙන් විෂ ඇති වේ. එවිට රුධිර වහනය (ලේ ගැලීම), එතැන වේදනාව සහ ඉදිමීම ඇති වෙයි.

එවැනි සර්පයින් සඳහා උදාහරණ:

- පොළොන් තෙලිස්සා (කුණකටුවා)
- මුකලන් කුණකටුවා
- පලා පොළො

සර්ප දෂ්ටන වැළැක්වීමට ගෙවත්තේ වේ හුඹස් ආශ්‍රිතව නයින් වැනි සර්පයින් වෙසෙන බැවින් ඒවා විනාශ කළ යුතුය. ඒ අවට පරිසරය

සමහර ශාකවල විෂ ද්‍රව්‍ය පවතින්නේ එහි එක් කොටසක පමණක් වීමටද පුළුවන.

එදිනෙදා ජීවිතයේදී අප භාවිත කරන විෂ සහිත ද්‍රව්‍ය බොහෝය. ධූලක (විෂ) කාරක ද්‍රව්‍ය නිසි ලෙස ගබඩා කර තබන්නේ නම් හදිසියේ සිදුවන විෂවීම් බොහොමයක් වළක්වා ගත හැකිය. එසේම මෙම අංශ පිළිබඳව පොදු ජනතාවට ප්‍රමාණවත් අධ්‍යාපනයක් ලබා දීම තුළින් විෂවීම් හේතුකොට සිදුවන රෝහල් ගතවීම් සහ මරණ බොහෝ දුරට අඩු කළ හැකිය.



තිත් පොළො

සුලබ ශාක විෂවීම්

විෂවීම් හා වැඩිපුරම සම්බන්ධ වන ශාක වර්ග මෙසේය

- අත්තන
- දිවි කදුරු
- දිය කදුරු (හෘද් ධූලක කාරක අඩංගුය)
- එඬරු (රිසින් නම් ධූලක ඇල්බියුමින් අඩංගුය)
- ගොඩ කදුරු (ස්ට්‍රිච්ටීන් අඩංගුය)
- හබරල (උත්කෝපනමය සහ විබාදකමය වාෂ්පශීලී සංයෝග අඩංගුය)
- හොඬල (සයනජනික ඇල්කොලොයිඩ අඩංගුය)
- කනේරු (හෘත් ධූලක අඩංගුය)
- කැපුම්කීරිය
- නියගලා (කොල්චිසින් අඩංගුය)
- ඔලිද (ඇබිරින් සහ ඇබිරික් අම්ලය අඩංගුය)

ශායනිකව දැකිය හැකි රෝග ලක්ෂණ ගිලුන විෂ ශාකය අනුව වෙනස් වෙයි. පත්‍ර ඇට, දණ්ඩ, නටුව, මල් හෝ මුල් ආදී ශාක කොටස් වැඩිපුරම විෂ ද්‍රව්‍ය සාන්ද්‍රණව පවතින තැන් විය හැකිය.

ඕනෑකමින්ම විෂවීම් ඇති කර ගන්නා අයගෙන් රෝහල් ගත වන සංඛ්‍යාව අඩු කර ගැනීමට නම්, එවැනි රෝගීන්ට මෙවැනි පියවරක් ගැනීමට හේතුකාරක වූ යම් පසුබිම් හේතුවක් ඇත්නම් එම සාධකය හෝ සාධක හෝ අනාවරණය කර ගැනීම අවශ්‍යය. විෂවීමට හේතු වූ කාරකය කුමක් වුවත් ලබා දෙන ප්‍රථමාධාර පියවර බොහෝ විට එක සමානය. රෝගියා ධෛර්යමත් කිරීම මෙන්ම රෝහලට ගෙන යාම ප්‍රමාද විය හැකි බැවින් වමනය කරවීමට හෝ යම් ද්‍රව්‍ය පානය කිරීමට දීමට හෝ උත්සාහ කිරීම නොකළ යුතුය.

වෛද්‍ය ලසන්තා හිරිමුතුගොඩ

තේවාසික කායික රෝග විශේෂඥ සහ ප්‍රධානී, ජාතික විෂ තොරතුරු මධ්‍යස්ථානය ජාතික රෝහල කොළඹ