

ළ මාවියේ අනතුරු සිදුවන්නේ කොයි මොහොතේදැ කියන්නට බැහැ. කැපීම්, සීරීම්, විසවීම්, පිළිස්සීම් ආදී ඕනෑම අනතුරකට, දරුවකු නිවසේදී පහසුවෙන්ම මුහුණ පෑමට පුළුවන්.

ඒ සඳහා ඔබ සූදානම් ද? මෙහිදී ඔබ සූදානමින් සිටීම තිට්-සේදී ඔබේ දරුවා මුහුණපාන අනතුරුවලට ඉක්මනින් නිසි ප්‍රතිකාර ලබා දීමට පහසුවක්.

බහුලව සිදුවියහැකි අනතුරු කිහිපයකට තිට්සේදී ම ලබා දිය හැකි නවතම ප්‍රතිකාර පිළිබඳව අපි විමසා බලමු.

සුළු කැපුම් සහ සීරීම්

පැරණි ක්‍රමය :- තුවාලය වූ ස්ථානය සෝද පිරිසිදු කර හයිඩ්‍රජන් ෆෙරොක්සයිඩ්වලින් පිසදමා, එය ආවරණය නොකර තැබීම. තුවාලය වාතයට නිවාරණිතව තැබීමෙන් සුවල ලබාගත හැකි බව පැරණි පිළිගැනීම විය.



දරුවාගේ අනතුරුවලට නිවසේදී ප්‍රතිකාර

අලුත් ක්‍රමය :- තුවාලය වූ ස්ථානය සබන් දමා මද රස්නය ඇති වතුරෙන් සෝදන්න. එසේ එහි රැඳී ඇති දූවිලි, කුණු සම්පූර්ණයෙන් ඉවත් කළ පසු පිරිසිදු තුවායක් හෝ හොඳින් සේදු රෙදි කඩක් භාවිතයෙන් තුවාලය මතුපිට රැඳී ඇති අනවශ්‍ය කැබලි පිසද ඉවත් කරන්න.

හයිඩ්‍රජන් ෆෙරොක්සයිඩ් මගින් තුවාලය සුව කිරීමට උදව්වන සුදු රුධිරානු විනාශ වන නිසා සුවය පමා වීමට පුළුවන් නිව් මෙක්ස් කෝන් "ප්‍රෙස්බිටේරියන් සුව සේවයේ" වෛද්‍ය ජෝජ් මොල්සෙන් පවසනවා. ඒ වෙනුවට ප්‍රතිජීවක

ආලේපනයක් (antibiotic Ointment) තුවාලය මත ආලේප කිරීම සුදුසුයි.

සමේ සිදුවන ඕනෑම සුළු සීරීමකට, තුවාලයකට වුවද බැක්ටීරියා හෝ වසිරස ආසාදනය විය හැකියි. එබැවින් තුවාලය ආවරණය කිරීම ඉතාම වැදගත්.

වෛද්‍ය මොල්සෙන් පවසන අන්දමට තුවාලය මත එක් වරක් ප්‍රතිජීවක ආලේපනය ගැල් වූ විට එය ඉතා හොඳ ආවරණයක් සපයමින් පැය අටක් වැනි කෙටි කලක් තුළ සුව වීම අරඹනවා.

එහෙත් තුවාලය ප්‍රමාණයෙන් විශාලනම්, පහසුවෙන් ලේ ගලයි නම්, හෝ තුවාලය තම ඇඳුම සමග ගැටේ නම් "වෙළුම්පටියක්" මගින් ආවරණය කළ යුතුයි. එය දිනපතා අලුත් කිරීම ද අත්‍යවශ්‍යයි.

තදබල ලේ ගැලීම හෝ ගැඹුරු කැපුම්

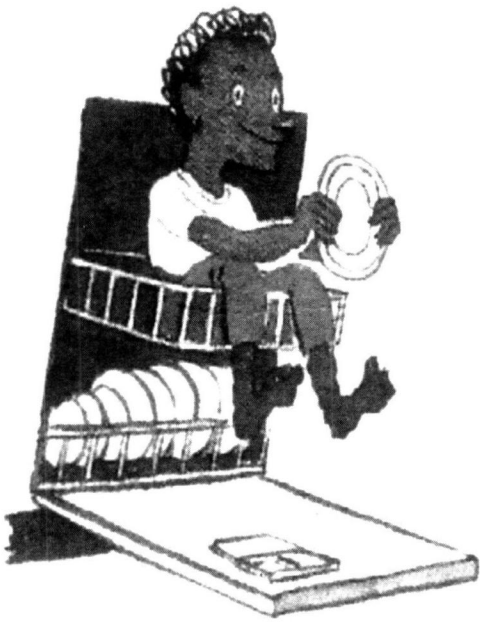
පැරණි ක්‍රමය :- පාලනය කළ නොහැකි දරුණු ලේ ගැලීමකදී, ලේ

ගැලීම නැවැත්වීමේ නිර්ගයක් (tourniquet) යෙදීම මගින් ලේ ගැලීම වළකාලීම.

අලුත් ක්‍රමය :- ඉහත ක්‍රමය මගින් තුවාල වූ පෙදෙසට පමණක් නොව මුළු අවයවයට ම රුධිරය සැපයුම අධාල කරවන නිසා සුදුසු රුධිර සැපයුමක් නොලබන පටකවලට ස්ථිර හානියක් සිදුවීමට පුළුවන්.

එනිසා ලේ ගැලීම නවතාලිය හැකි හොඳම ක්‍රමය ලෙස අද පිළිගැනෙන්නේ එම ස්ථානයට එක එල්ලේ පීඩනයක් යෙදීමයි. අත්-පාවල සිදු වූ තුවාලයදී ජීවානුහරණය කළ හෝස් කැබැල්ලක් තුවාලය මත තබා විනාඩි දහයක් පමණ සෙමින් පහතට තද කරන්න.

තවදුරටත් ලේ ගලයි නම් හෝස් කැබැල්ල ඉවත් නොකළ යුත්තේ එවිට රුධිරය කැටි ගැසීමේ ක්‍රියාවලියට බාධා ඇතිවන නිසයි. මෙහිදී තුවාලය වටා තවදුරටත් හෝස් පටියකින් වෙළීමෙන් අමතර පීඩනයක් යෙදීමට පුළුවන්.



තුඩාලය ඇත්තේ හදවතට ඉහළ මට්ටමේ නම් එය සැමවිටම ඔසවා තබන්න.

මෙහිදී අයිස් මල්ලක් ගෝස් කැබැල්ලට උඩින් තැබීමෙන් ද (කෙළින්ම සම මතුපිටට අයිස් තැබීම කිසිසේත්ම නොකළ යුතුයි) ලේ ගැලීම අඩු කළ හැකියි. විනාඩි දහයකට පසුව ද ලේ ගැලීම පවතී නම් වෛද්‍යවරයකු වෙත හෝ රෝහල වෙත ගෙන යන්න.

උරස පෙදෙසේ කිසියම් තැනකට තුඩාලය සිඳුවී ඇත්නම් වහාම ප්‍රතිකාර සඳහා රැගෙන යන්න. ඒ අතුරතුර තුඩාලය මතට ගෝස් කැබැල්ලක් හෝ ජීවානුහරණය කරන ලද ආවරණයක් යොදන්න. තුඩාලය සිඳු වූණේ තියුණු උපකරණයකින් නම් (පැන්සලක් වැනි) එය පසු පෙදෙසට සිඳු වී ඇත්නම් ශ්වසන අපහසුතා ඇති වීමට පුළුවන්.

නාසයෙන් ලේ ගැලීම

පැරණි ක්‍රමය :- හිස පිටුපසට ඇල කර, අයිස් මල්ලක් තබා ලේ නැවතීම.

අලුත් ක්‍රමය:- දරුවාගේ හිස උඩු යටිකරු (upright) කිරීම හෝ හිස ක්‍රමයෙන් ඉදිරියට යොමු කරන්න. හිස පිටුපසට ඇල කිරීම මගින් රුධිරය උගුර වෙත ගලා ඒමෙන් වමනය ඇති වීමට පුළුවන්.

තාස් අස්ථියට මදක් පහළින් තදකර අල්ලා විනාඩි පහළොවක් පමණ සියුම් පීඩනයක් යෙදීමෙන් ලේ ගැලීම නවතාලිය හැකියි.

ඒ අතරම උඩු තොලට යටින් අයිස් කැටයක් තබා සිසිල් කරන්න. (සෑම දරුවකුටම මෙය කිරීම අපහසු වේවි) මෙසේ සිසිල් කිරීම මගින් නාසය වෙත ලේ ගලා ඒම අඩු කරවයි.

දරුවාගේ නාසයෙන් ලේ ගැලීම සිදු වූණේ හදිසි අතතුරකින් නම් (බෝලයක් වැදීම වැනි) නාසය මත අයිස් තබා සිසිල් කිරීමෙන් ඉදිමුම අඩුකරවීමට පුළුවන්. මෙහිදී අයිස් මල්ලක් තබනවාට වඩා අධි ශීත කළ එළවළු දමා සැකසූ කුඩා මල්ලක් තැබීම වඩාත් සුදුසුයි. මෙසේ තැබීමේදී සම මතට තුනී තුඩායක් හෝ බැනියමක් දැමීමට අමතක කරන්න එපා.

විස විමි

පැරණි ක්‍රමය :- දරුවාට වමනය කරවීමට සැලැස්වීම.

අලුත් ක්‍රමය :- වහාම රෝහල වෙත රැගෙන යන්න. විවිධාකාර විස වර්ග සඳහා කෙරෙන ප්‍රතිකාර ද විවිධාකාරයි. ඇතැම් විස වර්ග සඳහා වමනය කරවිය යුතු අතර, සමහර විස වර්ග ඇතැම් ද්‍රව්‍ය මගින් අවශෝෂණය කරවීම කළ යුතුයි.

සාමාන්‍ය පිලිස්සීම්

පැරණි ක්‍රමය :- බටර් හෝ පෙට්‍රෝලියම් ජෙලි (petroleum jelly) තුඩාලය මත ආලේප කිරීම. තැනහොත් අයිස් තැබීමෙන් අතතුරුව විසබිජ් තාෂක ආලේපනයක් ගැල්වීම.

අලුත් ක්‍රමය :- බටර් හෝ පෙට්‍රෝලියම් ජෙලි මගින් සම තුළ උෂ්ණත්වය රඳවා තබා ගන්නවා. එවිට තුඩාලය තවදුරටත් තරක අතට හැරීමට පුළුවන්. අයිස් තැබීම ද එතරම් සුබදයක නැහැ. තද සීතල මගින් තවදුරටත් පටකවලට හානි සිදුවිය හැකියි.

පළමුව පිලිස්සීම සිදු වූ ස්ථානයේ ඇති ඇඳුම් සමට ඇලී තැන්තම් පමණක් ඉවත් කරන්න. පසුව, වහාම සෙමින්ගලා යන සිසිල් ජලයට මිනිත්තු කීපයක් අල්ලා තුඩාලය හොඳින් සෝදා හරින්න. පිලිස්සීම සිදුවූණේ කිසියම් රසායනික ද්‍රව්‍යයක් නිසා නම් ජලය මගින් එය සේදී යනු ඇති. තවදුරටත් විනාඩි 20-30 ක් පමණ තුඩාලය සිසිල් ජලයෙන් පෙහවීමෙන් වේදනාව අඩු කළ හැකියි.

මෙහිදී විසබිජ් තාශක ආලේපනයක් මගින් සිදුවන සුවයට වඩා හානිය වැඩියි. ඇතැම්විට එමගින් අසාත්මික ප්‍රතිචාරයක් ඇතිවීමට ද පුළුවන්.

පිලිස්සුණු ස්ථානයේ දියපට්ටා ඇති වි ඒවා තුඩාල වී තැන්තම් පමණක් ප්‍රතිජීවක ආලේපනයක් ගල්වා වියළී වෙළුම් පටියක් යොදන්න. දියපට්ට මතුපි ඇත්නම් හෝ සමට කිසියම් බලපෑමක් ඇත්නම් වහාම වෛද්‍ය උපදෙස් පනන්න.

(Reader's digest ඇසුරිනි.)

ලේඛි