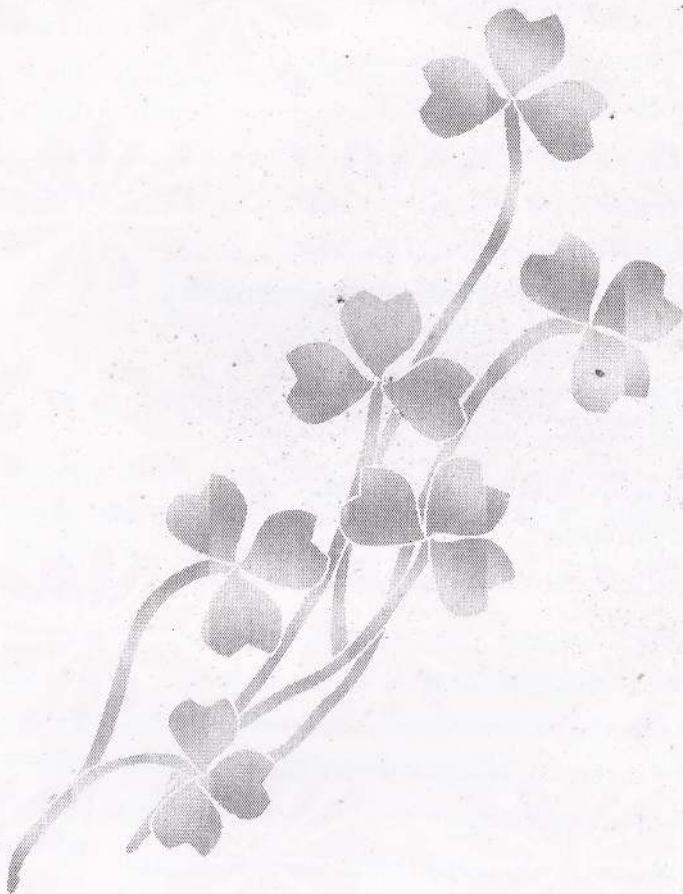


காச்னோய் விளக்கம்



Dr. சி. யழுனாஹந்தா, MBBS, DTCD
மாவட்ட காச்னோய்க் கட்டுப்பாடு அதிகாரி,
மார்புநோய்ச் சிகிச்சை நிலையம்
பன்னனை, யாழ்ப்பாளை.

காச்நோய் விளக்கம்



Dr.சி.யழுனானந்தா, MBBS, DTCD

மாவட்ட காச்நோய்க் கட்டுப்பாட்டு அதிகாரி,
மார்புநோய்ச் சிகிச்சை நிலையம்
யாழ்ப்பாணம்.

உள்ளே...

1. காசநோய் என்றால் என்ன?	03
2. காசநோய் எவ்வாறு உருவாகின்றது?	03
3. காசநோய் எவ்வாறு பரவும்?	04
4. காசநோய் யாருக்கு வரும்?	05
5. காசநோய்க்கான அறிகுறிகள் எவை?	06
6. உங்களுக்கு காசநோய் ஏற்பட்டுள்ளதா என்பதை எவ்வாறு அண்ணளவாக அளவிடலாம்?	08
7. காசநோயை எவ்வாறு உறுதிப்படுத்தலாம்	09
8. காசநோய் குணமாக்கப்படக்கூடியதா?	10
9. காசநோய்க்கான சிகிச்சைமுறைகள் எவை?	11
10. குறுகியகால நேரடி அவதானிப்பு முறை DOTS என்றால் என்ன?	13
11. காசநோயாளிகள் கவனிக்க வேண்டியவை யாவை?	13
12. காசநோய்க்கான சிகிச்சை வெற்றியளிக்கச் செய்யவேண்டியவை எவை?	14
13. காசநோய்க்கான மருந்துகளின் பொதுவான பக்கவிளைவுகள் எவை?	15
14. காசநோய் பரவாது தடுக்க என்ன செய்ய வேண்டும்?	16
15. குழந்தைகளில் காசம் வராது தடுப்பது எப்படி?	16

1. காசநோய் என்றால் என்ன?

- ▲ காசநோய் மைக்கோபக்ரீரியம் ரியுபக்குளோசிஸ் எனப்படும் ஒரு வகை பற்றியாவினால் ஏற்படுகின்றது.
- ▲ இது காற்றினால் பரவக்கூடிய தொற்றுநோய்
- ▲ உலகில் 1/3 பகுதியினர் காசநோய்த் தொற்றலுக்கு உள்ளாகியுள்ளனர்.
- ▲ காசநோய்த் தொற்றலுக்கு உள்ளாகிய அனைவருக்கும் காசநோய் ஏற்படுவது இல்லை.
- ▲ ஒருவரின் உடல் எதிர்ப்புச் சக்தியை இழக்கும்போதே அவருக்குக் காசநோய் ஏற்படும்.

காசநோய் பறம்பரை நோயல்ல.

2. காசநோய் எவ்வாறு உருவாகின்றது?

- ▲ ஒருவரின் உடலில் காசநோய்க் கிருமிகள் செல்லும்போது குருதியில் உள்ள திண்குழியங்கள், நினைந்து குழியங்கள் என்பவற்றின் செயற்பாட்டினால் சிறைப் பிடிக்கப்பட்டு செயலற்ற நிலைக்கு மாற்றப்படும்.
- ▲ ஒருவரின் உடலில் நோய் எதிர்ப்புச் சக்தி குறையும்போது சிறைப் பிடிக்கப்பட்ட கிருமிகள் சிறையினின்று விடுபட்டு நோயினை ஏற்படுத்துகின்றன.
- ▲ காசநோய் பொதுவாக நுரையீரலைத் தாக்குகின்றது.
- ▲ பின்னர் குருதிமூலம் உடலின் ஏணைய பகுதிகளைச் சென்றடைகின்றது.

அவையாவன: மூளை மென்கவ்வு, சிறுநீரகம், பலோப்பியன் குழாய், விதை, எண்பு, மூட்டு, நுரையீரல் சுற்றுச்சவ்வு, இருதயம். நினைந்து மூலம் நினைந்து முடிச்சினைச் சென்றடையும்.

காசநோயாளிகளில் 80% மாணோர் நுரையீரல் காசநோயினால் பாதிக்கப்பட்டவர்களாவர்.

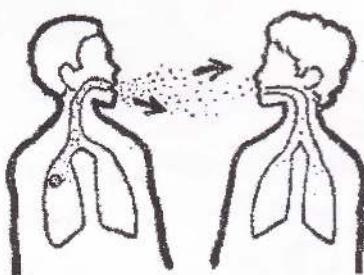
3. காச்நோய் எவ்வாறு பரவும்?

காச்நோயினால் பாதிக்கப்பட்ட ஒருவர்

- ▲ இருமும்போது
- ▲ தும்மும்போது
- ▲ கதைக்கும்போது
- ▲ எச்சில், சளியினைத் துப்பும்போது

காச்நோய்க் கிருமிகள் காற்றினை அடைகின்றன.

காச்நோய்க் கிருமிகள் உள்ள
காற்றினை ஒருவர்
சுவாசிக்கும் போது அது
அவரின் நுரையீரலை
அடைகின்றது.



காச்நோய் தொற்றுவது என்பது

அவர் எவ்வளவு நேரம் நோய்க்கிருமியுள்ள

காற்றினைச் சுவாசித்தார் என்பதிலும்

நோய்க்கிருமியின் செறிவிலும் தங்கியுள்ளது.

4. காச்நோய் யாருக்கு வரும்?

எவருக்கும் ஏற்படலாம். எனினும் கவுதலான ஆயத்தை எதிர்பார்க்கக் கூடியவர்கள்:

- ▲ காச்நோயாளியுடன் நெருங்கிய தொடர்புடையவர் உதாரணம்: குடும்ப உறுப்பினர்
- ▲ காச்நோயாளியுடன் ஓன்றாக வசிப்பவர் அல்லது வேலை செய்யவர்.
- ▲ போசாக்குக் குறைபாடு உடையவர்
- ▲ வறுமை காரணமாக நெருங்கி வாழ்பவர்கள், தகுந்தலீட்டு வசதி இல்லாதவர்கள்.
- ▲ காற்றோட்டம், குரியலூளி குறைந்த இடங்களில் வாழ்பவர்கள்.
- ▲ புற்றுநோய், எச்.ஐ.வி., சலரோகம்போன்ற நோய் உள்ளவர்கள்.
- ▲ மதுபானம், போதைப்பொருள் பாவிப்பவர்கள்
- ▲ புகை பிடிப்பவர்கள்
- ▲ சுகாதாரத் தொழிலாளர்களாகப் பணிபுரிபவர்கள்

காச்நோய் எவருக்கும் ஏற்படலாம்.

5. காச்நோய்க்கான அறிகுறிகள் எவ்வ?

தொபர்ச்சியான இருமல்

(3 வாரங்களுக்கு மேலாகக்
காணப்படல்)



மாலை நேரங்களில்
மெல்லிய காய்ச்சல்

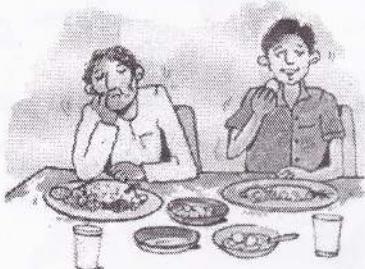


சளியுடன்

இரத்தம் வெளியேறல்



நிறை குறைவடைதல்



உணவில் விருப்பமின்மை



கிரவு நேரத்தில் வியர்த்தல்



ஏனைய அறிகுறிகள்

- ▲ நினைநிர்க் கணுக்கள் வீங்குதல்
(பொதுவாகக் கழுத்துப் பகுதி)
- ▲ இருமும்போது நெஞ்சில் வலி ஏற்படல்.

காச்நோப் உடலின் வெவ்வேறு பகுதிகளைத் தாக்கும்போது பாதிப்படைந்த பகுதிகளுக்கு ஏற்ப அறிகுறிகள் ஏற்படும்.

6. உங்களுக்கு காசநோய் ஏற்பட்டுள்ளது என்பதை எவ்வாறு அண்ணலாமாக அளவிடலாம்?

காசநோய் ஏற்பட்டுள்ளது என்பதற்கான பண்பறிச் சுட்டுகளும்
அவற்றின் புள்ளிகளும்

இல.	பண்பறிச் சுட்டுகள்	புள்ளிகள்
01.	3 கிழிமைக்கு மேல் தொடர்ச்சியான இருமல்	20
02.	மாலை நேரக்காய்ச்சல்	20
03.	உடல் நிறையிழப்பு	15
04.	இருமலுடன் இரத்தம்வெளியேறல்	10
05.	உணவில் விருப்பமின்மை	10
06.	உறவினர் மாராவது ஒருவருக்கு காசநோய் காணப்பட்டால்	05
07.	நண்பர்களுக்குக் காசநோய் காணப்பட்டால்	05
08.	சுவாசிப்பதில் சிரமம்	03
09.	இரவில் வியர்த்தல்	03
10.	நெஞ்சில் நோ	03
11.	உடல் களைப்பு	03
12.	சலரோகநோய் காணப்படல்	03
	மொத்தம்	100

பண்பறிச் சுட்டுகளின் மொத்தப் பெறுமதி 50க்கு மேல் காணப்பட்டுள்ள மார்புநோய்ச் சிகிச்சை நிலையத்திற்குக் கட்டாயம் சளிப் பரிசோதனைக்கு வரல் வேண்டும். இவர்களுக்குக் காசநோய் ஏற்பட்டு உள்ளமைக்கான சாத்தியம் அதிகம். 3கிழிமைகளிற்குமேல் இருமல் இருப்பின் சளிப்பரிசோதனை செய்தல் வேண்டும்.

7. காச்நோயை எவ்வாறு உறுதிப்படுத்தலாம்

- ▲ சளி மாதிரியினைப் பரிசோதனை செய்தல் (Sputum smear)
 - இதற்கு ஒருவர் நன்கு இருமுவதன் மூலம் சளியைச் சேகரித்துக் கொடுக்க வேண்டும்.
 - எச்சிலைக் கொடுப்பது பயனற்றது.
 - குறைந்தது மூன்று தடவைகளேனும் கொடுக்க வேண்டும்.
 - சளிப்படலம் சாயமுட்டப்பட்டு நுணுக்குக் காட்டியுடாக அவதானிக்கப்படும்.
- ▲ சளி மாதிரியில் உள்ள கிருமிகளை விசேட வளர்ப்புதகங்களில் வளர்த்து அவதானித்தல்.
- ▲ மார்புப் பகுதியைக் கதிர்ப்படம் எடுத்தல் நுரையீரலில் ஏற்பட்டுள்ள பாதிப்பு அவதானிக்கப்படும்.
- ▲ தோலில் செய்யப்படும் சோதனை (Mantoux skin test) இதன்போது ரியூபக்குளின் (Tuberculin) எனப்படும் பதார்த்தம் தோலின் கீழ் ஊசிமூலம் செலுத்தப்பட்டு ஏற்படும் மாற்றம் 72 மணித்தியாலங்களின் பின் அளவிடப்படும்.

காச்நோயைக் கண்டறிவதில் சளிப்புரிசோதனை சிறப்பானதும் நம்பிக்கையானதுமாகும்.

8. காசநோய் குணமாக்கப்படக்கூடியதா?

ஆம், தகுந்த முறையில் சிகிச்சை அளியதன் மூலம் காசநோயைக் குணமாக்கலாம்.

காசநோய்க்கான சிகிச்சையின் நோக்கம் என்ன?

- ▲ காசநோயாளியை பூரணமாகக் குணமாக்குதல்.
- ▲ காச நோயாளியை இறப்பிலிருந்தும், பின் விளைவுகளிலிருந்தும் தடுத்தல்.
- ▲ சமூகத்திற்கு நோய் பரவுவதைத் தடுத்தல்.
- ▲ காசநோய் மீள வருவதைத் தடுத்தல்.
- ▲ காசநோய்க்கிருமிகள் மருந்துக்கு எதிர்ப்புத்தன்மை பெறுவதைத் தடுத்தல்.

இவை குறுகிய காலத்திற்கு (பொதுவாக 6 மாதங்களுக்கு) மருந்து கொடுப்பதன்மூலம் அடையப்படுகின்றது.

- ▲ இலங்கையின் எல்லாப் பாகங்களிலும் உள்ள அரசாங்க வைத்தியசாலைகளிலும் மார்புநோய்ச் சிகிச்சை நிலையங்களிலும் காசநோய்க்கான சிகிச்சை இலவசமாக வழங்கப் படுகின்றது.

காசநோய் ஒழுங்காக ஆறு மாதங்களிற்கு
மருந்துகள் எடுப்பதனால்
பூரணமாகக் குணமடையக்கூடியது.

9. காசநோய்க்கான சிகிச்சைசமுறைகள் எவ்வ?

வகை I சிகிச்சை

இச்சிகிச்சைசமுறை புதிதாகக் காசநோய் இனங்காணப்பட்ட நோயாளிக்கு வழங்கப்படும்.

ஆரம்ப அவத்தை (Intensive Phase)

- ▲ இக்காலப்பகுதியில் நோய்க்கிருமிகள் விரைவாகக் கொல்லப்படும்.
- ▲ நோயாளி ஏற்றதாழ இரண்டு வாரங்களில் தொற்றல்அற்ற நிலைக்கு மாற்றப்படுவதுடன், நோய்க்கான அறிகுறிகளும் குணமடையும்.
- ▲ பின்வரும் மருந்துகள் இரண்டு மாதங்களுக்கு வழங்கப்படும்.
 - ரைபம்சின் (Rifampicin)
ஐசோனியாசிட் (Isoniazide)
பைறசினமைட் (Pyrazinamid)
எதம்பியூட்டோல் (Ethambutol)
- தற்போது நான்கு வில்லைகளும் ஒன்றாக இணைக்கப்பட்டு ஒரு வில்லையாக உள்ளது.

வகை I சிகிச்சையில்

மருந்து	அளவு நிறை (கிலோகிராம்)			காலம் (மாதங்கள்)
	<35	35-50	>50	
RHEZ	2	3	4	2
RH	2	3	4	4

தொடர் அவத்தை (Continuation phase)

- ▲ இக்காலப்பகுதியில் உடலில் எஞ்சியுள்ள கிருமிகள் அழிக்கப்படும். நோய்மீள் வருவது தடுக்கப்படும்.
- ▲ ரைபம்பிசின், ஐசோனியாசிட் என்பன நான்கு மாதங்களுக்கு வழங்கப்படும்.
- ▲ தற்போது இரண்டு வில்லைகளும் ஒன்றிணைக்கப்பட்டு ஒரு வில்லையாக உள்ளது.

வகை II

- ▲ இச்சிகிச்சைமுறை மீண்டும் காசநோய் ஏற்பட்டவருக்கும், சிகிச்சையை முறையாகப் பெறாதவர்க்கும் வழங்கப்படும்.
- ▲ இதன்போது ஆரம்ப அவத்தையின் நான்கு மருந்துகளுடன் ஸ்ட்ரேப்ரோமைசின் (Streptomycin) எனப்படும் ஊசியும் முதல் இரண்டு மாதங்களுக்கு வழங்கப்படும்.
- ▲ அடுத்த ஒரு மாதத்திற்கு நான்கு மருந்துகள் வழங்கப்படும்.
- ▲ இறுதி ஐந்து மாதங்களுக்குத் தொடர் அவத்தையின் இரண்டு மருந்துகளுடன் எதம்பிழுட்டோல் வழங்கப்படும்.

மருந்து	அளவு நிறை (கிலோகிராம்)			காலம் (மாதங்கள்)
	< 35	35-50	> 50	
RHEZ	2	3	4	2
Streptomycin	0.5	0.75	1g	2
பின்				
RHEZ	2	3	4	1
பின்				
RHE	2	3	4	5

கஃப்பிணித் தாய்மாராக இருந்தாலும், பாலுட்டும் தாய்மாராக இருந்தாலும் காசநோய்த்தடுப்பு மருந்தினை நோய் ஏற்படுன் எடுக்கவேண்டும். அத்துடன் பாலுட்டும் தாய்மார் குழந்தை களுக்கு தொடர்ந்து தாய்ப்பாலுட்டை அவசியம்.

10. குறுகியகால நேரடி அவதானிப்பு முறை DOTS என்றால் என்ன?

- ▲ இது மருந்துகளை கிரமமாக உள்ளெடுப்பதற்காக அறிமுகப் படுத்தப்பட்ட எளியதொரு முறையாகும்.
- ▲ இம்முறையில் நோயாளி தன் வீட்டிற்கு மிக அருகில் உள்ள சிகிச்சை நிலையத்திற்குத் தினமும் பணிக்கப்படுவார்.
- ▲ தினமும் குளிகைகளை உள்ளெடுத்ததும் சுகாதார அதிகாரி நோயாளிக்குரிய அட்டையில் ஆடையாளமிடுவார்.
- ▲ இவ்வாறு நோயாளி மருந்தை உள்ளெடுக்க சமூகமளிக்காத பட்சத்தில் அவர் வைத்திய அதிகாரிகளால் அவதானிக்கப்பட்டு சிகிச்சையைத் தொடரப் பணிக்கப்படுவார்.
- ▲ எனவே இம்முறை இலகுவானதும், அதேவேளை குளிகைகளை தவறவிடும் வாய்ப்புக் குறைந்ததுமான முறையாகும்.

11. காசநோயாளிகள் கவனிக்க வேண்டியவையாறை?

- ▲ உங்கள் பூரண அர்ப்பணிப்பும் ஒத்துழைப்பும் இருப்பின், கிரமமான மருந்துகள் மூலமாக முற்றிலும் காசநோயைக் கட்டுப்படுத்தலாம்.
- ▲ வளிமூலமாகப் பரவுமாகையால் தும்மும்போதோ, இருமும்போதோ பிரத்தியேகமான கைக்குட்டை, துவாய்களைப் பாவிக்கலாம்.
- ▲ குடும்பத்தவர் மற்றும் நோயாளியுடன் அந்நியோன்னியமாகப் பழகுவோரும் சளிச்சோதனையைச் செய்வதன் மூலம் தம்மையும் சமூகத்தையும் பாதுகாத்தல்.
- ▲ தங்களின் சரியான மருந்துப் பாவனையின் பின்னர் தாங்கள் சமூகத்தில் சகஜமாகப் பழகி சாதாரண மனிதராக வாழலாம்.
- ▲ சளியைத் துப்பும்போது பழைய கடதாசியில் துப்பி, உடனே எரித்து விடுதல் மிக நல்லது.
- ▲ உங்கள் பெறுப்புணர்ச்சியால், நீங்கள் மட்டுமல்ல உங்களைச் சார்ந்த சமூகமும் பாதுகாக்கப்படுகின்றதென்பதை உணர்ந்துகொள்ளுங்கள்.

12. காச்நோய்க்கான சிகிச்சை வெற்றியளிக்கச் செய்யவேண்டியனவ எவ்வ?

- ▲ பொருத்தமான மருந்துகள் கொடுக்கப்பட வேண்டும்.
- ▲ சரியான அளவுகளில் கொடுக்கப்படல்
- ▲ நோயாளி ஒழுங்காக மருந்துகளை எடுத்தல்
- ▲ பரிந்துரைக்கப்பட்ட சரியான காலப்பகுதிக்கு மருந்தினை எடுத்தல்
- ▲ ஒழுங்காக எடுக்கத்தவறும்போது நோயாளி மருந்துக்கு எதிர்ப்புத் தன்மையைப் பெற்றுவிடுவார்.

இதனைத் தடுப்பதற்காகவே நேரடி அவதானிப்புச் சிகிச்சை முறை (DOTS - Directly Observed Treatment Short Course) சிகிச்சை அளிக்கப்படும்.

இதன்போது நோயாளி சுகாதார உத்தியோகத்தின் நேரடிக் கண் காணிப்பின்கீழ் மருந்தினை உட் கொள்வார்.

13. காச்னோய்க்கான மருந்துகளின் பொதுவான பக்கணியெலுகள் எனவ?

- ▲ உடலில் சொறிவு, செந்திறப் புள்ளிகள் ஏற்படலாம்.
- ▲ ஈரல் அழற்சி ஏற்படலாம். இதனால் கண்கள் மஞ்சள் நிறமாகும்.
- ▲ சிறுநீர், வியர்வை, கண்ணீர் என்பன செந்திறமாக வெளியேறும் இது ஆபத்து அற்றது.
- ▲ வாந்தி ஏற்படலாம் அல்லது வாந்தி மயக்கம் வருவதுபோல் இருக்கலாம்.
- ▲ கண்பார்வையில் மாற்றம் ஏற்படலாம்.
- ▲ பாதத்தில் ஏரிவு ஏற்படலாம்.
- ▲ மூட்டுக்களில் நோ ஏற்படலாம்.

மேற்கூறிய அறிகுறிகள் ஏதாவது ஏற்பாடன் பயப்பட்டதேவையில்லை. கவுத்திய ஆலோசனை பெறவும்.

மருந்து உட்கொள்ளும் காலப்பகுதியில் குடைபோன்ற சிறிய மீன்கள், மாசிக் கருவாடு, தகரத்தில்லடைக்கப்பட்டமீன் என்ப வற்றைத் தவிர்த்தல் வேண்டும்.

14. காசநோய் பரவாது தடுக்க என்ன செய்ய வேண்டும்?

- ▲ இருமும்போதும், தும்மும்போதும், மூக்கு வாய்ப்பகுதிகளை கைக்குட்டையினால் மூடிக்கொள்ளவேண்டும்.
- ▲ கண்ட இடங்களில் துப்புவதைத் தடுத்தல் / தவிர்த்தல்
- ▲ நோயாளியின் சளியினைச் சேகரித்துப் புதைத்தல் அல்லது கடதாசியில் சேகரித்து ஏரித்தல் வேண்டும்.
- ▲ நோயாளி ஆரம்பத்திலேயே இனங்காணப்பட்டுச் சிகிச்சை பெறப்படவேண்டும்.
- ▲ காசநோயாளிக்குப் பூரணமாக சிகிச்சை அளித்தல்
- ▲ காசநோயினால் பாதிக்கப்பட்டவரின் குடும்ப உறுப்பினர்கள் அனைவரும் மருத்துவ பரிசோதனைக்கு உட்படுத்தப்படல்.
- ▲ நல்ல காற்றோட்டமும் சூரிய ஓளியும் உள்ள இடங்களில் வாழ்தல், வேலை செய்தல்.
- ▲ எமது போசாக்கு நிலையையும், நோயெதிர்ப்புச் சக்தி நிலையையும் நன்கு பேணுதல் வேண்டும்.

15. குழந்தைகளில் காசம் வராது தடுப்பது எப்படி?

- ▲ காசநோயாளியின் அரவணைப்பில் உள்ள குழந்தை மற்றும் போசணை குறைந்த குழந்தைகளில் காசநோய் ஏற்படும் வாய்ப்பு அதிகரிக்கும். இவர்கள் வைத்திய பரிசோதனைக்கு உட்படல் வேண்டும்.
- ▲ குழந்தை பிறந்து 24 மணித்தியாலத்திற்குள் (BCG) பீ.சீ.ஐ காசநோய்த் தடுப்புச் செற்றுக்கொள்ளுங்கள். வீட்டில் பிறந்த குழந்தையாயின் உடனடியாக மருத்துவ மாதுவை நாடி ஊசி ஏற்றிக்கொள்ளவேண்டும். குழந்தைகளில் காசம் ஏற்படுவது தவிர்க்கப்படுகின்றது.
- ▲ இடதுகையில் 6 மாதங்களின் பின்பும் தழும்பு ஏற்படாத குழந்தை கஞக்கு 5 வயதுவரை மீள ஊசியேற்றலாம். இவ்வாறு மீள ஊசி ஏற்றுவதன்மூலம் உங்கள் மழலைகளைக் காத்துக்கொள்ள முடியும்.
- ▲ காசநோய்த் தடுப்புச் சுற்றிலும் இலவசமாகவே வழங்கப்படும்.



வெளியீடு:
காச்னோம் தடபேடுச் சங்கம்
யாழ்ப்பாணம்