

የሚጥል ሕመምን ለመቆጣጠር የሚያስችሉ መድሃኒቶች

ከዚህ በታች የተዘረዘሩት መድሃኒቶች የሚጥል በሽታን ለመቆጣጠር የሚጠቅሙ እንጂ የሚያድኑ አይደሉም፡፡

- ◆ ፌኖባርቢታል የተባለው መድሃኒት የሚጥል በሽታን ለመከላከል ይረዳል፡፡ ዋጋውም አነስተኛ ነው፡፡ ህመሙን ለመቆጣጠር መድሃኒቱ በሚያስፈልገው መጠን መስጠት አለበት፡፡ ህክምናው ለበርካታ ወራት መቀጠል አለበት፡፡ አልፎ፣ አልፎ የሚደረግ ህክምና ጥቃቱ እንዲደጋገም ያደርጋል፡፡
- ◆ ፌኖባርቢታል የሚጥል በሽታን ለመቆጣጠር ሲሳነው ዳይሬክታሪዎች ይገኛሉ፡፡ የተባለውን መድሃኒት መጠቀም ይቻላል፡፡ እንዳንድ ጊዜ ሁለቱንም ቀለቀሉ መስጠት ያስፈልጋል፡፡ ህመሙን ሲቆጣጠር የሚችለውን አነስተኛ መጠን መውሰድ ይመረጣል፡፡

እንደ ሰው በሚጥል በሽታ ምክንያት ሕሊናውን ስት ሲወድቅ ሲደረጉ የሚገኙ ችግሮች

- ◆ ራሱን እንዳይጎዳ መርዳት፣ ጠጣር ወይም ስለት ያላቸውን ቁሳቁሶች ማራቅ፡፡
- ◆ ጥርሱ ከገጠመ በሃይል ለማላቀቅ መሞከር አይገባም፡፡
- ◆ በሽተኛው በህመሙ ከተጠቃ በኋላ ራሱን ሲያውቅ ሊደብተውና አንቅልፍ፣ እንቅልፍ ሊለው ይችላል፡፡



ስለዚህ ተኝቶ እንዲቆይና እንዲያርፍ ማድረግ፡፡ ጥቃቱ ለረጅም ጊዜ የሚቆይ ከሆነ የጤና ባለሙያ በማማከር ዲያቤፓም (ቫሊየም) ወይም ፌኖባርቢታል መስጠት፡፡ ለመጠኑ ምዕራፍ 24ን መመልከቱ ይጠቅሳል፡፡ ጥቃቱ ከ15 ደቂቃ በኋላ ካልቆመ ደግሞ መስጠት ይቻላል፡፡

- ◆ መድሃኒት መውጋት ወይም ማዋጥ ካልተቻለ በብልቃጡ ውስጥ ያለውን መድሃኒት ወይም እንክብካቤን በውሃ በመብጥበጥ በሲሪንጋ (ባላ መርፈ) በፊንጢጣው በኩል መጨመር ይቻላል፡፡

ልዩ ህክምና የሚያስፈልጋቸው ከባድ የበሽታ ዓይነቶች

በዚህ ምዕራፍ ውስጥ የተጠቀሱት የበሽታ ዓይነቶች በጣም ከባድ ስለሆኑ ያስላኪም እርዳታ ማዳን አይቻልም ወይም አስቸጋሪ ነው፡፡ አብዛኛዎቹ በሽታዎች በገጠር የማይገኙ ሰዩት ያሉ መድሃኒቶች ያስፈልጓቸዋል፡፡ ባህላዊ ህክምናም አያደናቅውም፡፡ እንደ ሰው ከነዚህ በሽታዎች በአንደኛው ከተያዘ፣ የመዳን እድል የሚኖረው በአረጣኝ የህክምና እርዳታ ያገኘ እንደሆነ ብቻ ነው፡፡

ማስጠንቀቂያ፡- በሌሎች ምዕራፎች የተጠቀሱት ብዙዎቹ የህመም ዓይነቶችም ከባድ ሊሆኑ ስለሚችሉ፣ ህመምተኞች የህክምና ሰርዳታ ማግኘት ይኖርባቸዋል፡፡ ስለእደገኛ የህመም ምልክቶች የተገለጸውንም ማንበብ ይጠቅማል፡፡

የሳንባ ነቀርሳ በሽታ

የሳንባ ነቀርሳ ለብዙ ጊዜ የሚያሰቃይ፣ በቀላሉ የሚተላለፍና ማንኛውንም ሰው ሊያገኝ የሚችል በሽታ ነው፡፡ አብዛኛውን ጊዜ ከ15 እስከ 35 ዓመት ባለው የዕድሜ ክልል ውስጥ የሚገኙ ሰዎችን ያጠቃልላል፡፡ በተለይ አቅመደካማ የሆኑትን፣ በምግብ የተጎዱና በአልኮል መጠጥ የተጠቀ ወይም በሽታው ካለባቸው ሰዎች ጋር የሚኖሩ ግለሰቦችን በይበልጥ ያጠቃልላል፡፡

ሳንባ ነቀርሳ በህክምና ሊድን ይችላል፡፡ ሆኖም በብዙ ሺህ የሚቆጠሩ ሰዎች በየዓመቱ በዚህ በሽታ ይሞታሉ፡፡ ቀደም ብሎ ህክምና መጀመር የሳንባ ነቀርሳን ለማከምም ሆነ ለማዳን ይረዳል፡፡ ስለዚህ የሳንባ ነቀርሳ ምልክቶችን በሚገባ እውቆ ተገቢውን ጥንቃቄ ማድረግ ያስፈልጋል፡፡ በአባቱ ጊዜ የሳንባ ነቀርሳ በሽታ በተለያዩ ምክንያቶች በሰፋነት ይታያል፡፡ ከነዚህም አንዱ የኤድስ በሽታ ከሳንባ ጋር ቁርኝት መፍጠሩ ነው፡፡

ሳንባ ነቀርሳ በኢትዮጵያ

ሳንባ ነቀርሳ በመላ ኢትዮጵያ ይገኛል፡፡ በአዲስ አበባ በ1970ዎቹ በተደረገው ጥናት የህብረተሰቡ በበሽታው የመያዝ አድል 2.2% ነበር፡፡ በኤድስ መስፋፋት ምክንያት በአሁኑ ጊዜ አሃዙ ከዚህ ከፍ ላይል እይቀርም፡፡ በ1991 ዓ.ም. 190,000 የሚደርሱ የሳንባ ነቀርሳ በሽተኞች እንደነበሩ ተገምቷል፡፡ ከነዚህ ውስጥ 60% የሚሆኑት የኤች አይ ቪ ቫይረስ እንዳለባቸው ይታመናል፡፡

አብዛኛውን ጊዜ የሚታዩ ምልክቶች

- ጠዋት ከመኝታ ሲነሱ የሚጀምር ስር የሰደደ ሳል፡፡
- ከሰዓት በኋላ የማተኮስ ስሜትና ማታ፣ ማታ ላብ ይኖራል፡፡
- በደረት ወይም በላይኛው ጀርባ አካባቢ የውጋት ስሜት መኖር፡፡
- በየጊዜው የክብደት መቀነስና ድካም መጨመር፡፡



- ቆዳው ጥቁር የሆነ ሰው የመገርጣት ምልክት ይታይበታል። ይህም ሁኔታ ይበልጥ ፊት ላይ ይታያል። ህመምተኛው ሳንባ ነቀርሳ አለበት ተብሎ የሚጠረጠር ከሆነ የግለሰቡን ፊት ከቤተሰቦቹ የቆዳ ቀለም ጋር በማወዳደር ማወቅ ይቻላል።

ህመሙ ከበድ ሲልና ስህጊ ደረጃ ሲደርስ የሚታዩ ምልክቶች

- ♦ ከአክታ ጋር ደም መትፋት (ደሙ መጠነኛ ወይም ብዙ ሊሆን ይችላል)።
- ♦ የድምፅ መገርገን (ይህ አደገኛ ምልክት ነው)።
ነቀርሳ በአብዛኛው የሳንባ በሽታ ቢሆንም ማንኛውንም የሰውነት ክፍል ሊያበቃ ይችላል። በህፃናት ላይ የጀርባ አከርካሪና ለረሀር በማጥቃት ማጅራት ገትር የተባለውን አደገኛ በሽታ ያስከትላል።
■ የማያቋርጥ የክብደት መቀነስ።
■ የማያቋርጥ ትኩሳት።
■ የቆዳ መገርጣት።

- ♦ የአንገት ላይ እጢዎች እብጠት ወይም የሆድ ዕብጠት።

በልጆች ላይ የማጅራት ገትር (ሜኒንጂይትስ) አደጋም ሊኖር ይችላል። በሳንባ ነቀርሳ ምክንያት ለሚመጣ የቆዳ ችግር ገጽ 323ን መመልከቱ ይበጃል።

በሳንባ ነቀርሳ የመያዝ ጥርጣሬ ካለ

በሳንባ ነቀርሳ በሽታ የመያዝ ጥርጣሬ ካለ መመርመር ያስፈልጋል።

አንድ ሰው የነቀርሳ መለያ ምልክት ከታየበት ወይም ድርጅት በመሄድ መመርመር አለበት። ቤተሰቡንም ማስመርመር ግዴታው ነው። የነቀርሳ በሽታ ምርመራና ሕክምና በተለይም በመንግሥት የጤና ተቋማት ነፃ ስለሆነ ሕብረተሰቡ ይህን እውቀት የአገልግሎቱ ተጠቃሚ መሆን ይገባዋል። ከዚህ በታች የተዘረዘሩት ጠቃሚ የነቀርሳ መድሃኒቶች ናቸው።

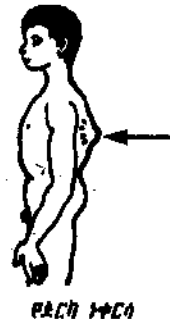
- ስትሬፕቶማይሲን መርፌ።
- ቲያሴታይዝን እንክብል።
- አይዞኒዶዚድ (አይ.ኤን.ኤች) እንክብል።
- ፓይራዚናማይድ እንክብል።
- ኢታምቡቶል እንክብል።

መድሃኒቶቹን በትዕዛዝ መሰረት መውሰድ ይገባል። ቢያንስ ሁለት መድሃኒቶችን በአንድ ጊዜ መውሰድ የግድ ነው። ስለመድሃኒቶቹ አጠቃቀም፣ ሊያስከትሏቸው ስለሚችሉት ጉዳትና ሊደረጉ ስለሚገባቸው ጥንቃቄዎች ምዕራፍ 24ን መመልከት ይቻላል።

የሳንባ ነቀርሳ በሽታኛ የጤና ባለሙያ መዳኑን እስኪገልፅለት ድረስ መድሃኒቶቹን ሳያቋርጥ መውሰድ አለበት። የበሽታው ምልክቶች መቀነስ የመዳን ምልክት ስለአልሆነ መብ በመብ እስኪደን ድረስ መድሃኒቱ መቋረጥ የለበትም። የሳንባ ነቀርሳ መብ በመብ ለመዳን በአብዛኛው ከ6 ወር እስከ 1 ዓመት ይፈጃል።

ከበሽታው ፈጥኖ ለመዳን የተመጣጠነ ምግብ መመገብ አስፈላጊ ነው። ሊወሰድ የሚገባው ምግብ በቂና ተመጣጣኝ የሆነ አካል ገንቢ፣ ኃይል ሰጭና ሺታሚን ያለው መሆኑ አለበት። በቂ እረፍት ማግኘት በጣም ጠቃሚ ነው። ህመሙ እስኪሻል ድረስ ከአድካሚ ሥራ ተቀንሶ ዕረፍት ማድረግና መዝናናት አስፈላጊ ነው። ከተሻለም በኋላ ትንሹ የሚቆርጥ ከባድ ስራ መስራት አይገባም። ሁልጊዜ በቂ ዕረፍትና እንቅልፍ ለማግኘት ይጠቅማል።

ማንኛውንም የአካል ክፍል ለሚያጠቃ የነቀርሳ በሽታ የሚሰጠው መድሃኒት ለሳንባ የሚሰጠው ዓይነት ነው። ይህም የአንገት ነቀርሳ፣ የሆድ ነቀርሳን እና የጉልበት ወይም የጀርባ መጉበጥ የሚያስከትል ነቀርሳን ይጨምራል። ለጀርባ ነቀርሳ አልፎ፣ አልፎ ቀዶ ጥገና ያስፈልገዋል። አለበሰዚያ ሽግግት ሊያስከትል ይችላል።



የእርስ ነቀርሳ

የሳንባ ነቀርሳ በጣም ተሳሳቂ በሽታ ነው። የሳንባ ነቀርሳ ከያዘው ሰው ጋር በአንድ ቤት የሚኖሩ ሰዎች፣ በተለይም ህፃናት በቀላሉ በበሽታው የመያዝ እድላቸው ሰፊ ነው።

በቤተሰብ ውስጥ ስንደ ሰው የሳንባ ነቀርሳ ካለበት፣

- በተቻለ መጠን መላ የቤተሰቡ አባላት የሳንባ ነቀርሳ ምርመራ እንዲደረግላቸው ያስፈልጋል።
- ዕድሜያቸው ከ18 ዓመት በታች ለሆኑ ልጆች የነቀርሳ መከላከያ ክትባት መስጠት እጅግ በጣም ጠቃሚ ነው።
- ሁሉም የቤተሰቡ አባላት፣ በተለይም ህፃናት በቂና የተመጣጠነ ምግብ መመገብ አለባቸው።
- የሳንባ ነቀርሳ ህመምተኛን ጨርሶ እስኪደን ድረስ እግልሎ (በተለይ ላል ካለበት) መመገብና ማስተኛት ያስፈልጋል። ከተቻለ ለብቻው እንደ ክፍል ሊሰጠው ይገባል።
- የሳንባ ነቀርሳ ያለበት ሰው ሲሰል አፋን በገፁ ሙሀረብ መሸፈን አለበት። አክታውን በየቦታው መትፋት የለበትም።
- የበሽታው አደጋ ሙሉ ለሙሉ እስከተወገደ ድረስ የቤተሰቡ አባላት፣ ህፃናት፣ ትልልቅ ልጆች በሙሉ በየወሩ ክብደታቸውን መመዘን አለባቸው።

የሳንባ ነቀርሳ አደብተ በዝገታ የሚከሰት በሽታ ነው። የሚከተሉት የበሽታው ምልክቶች ናቸው።

- የማያቋርጥ የክብደት መቀነስ።
- ለሁለት ሳምንታት ወይም ከዚያ በላይ የሚቆይ ትኩሳት።
- የመገርጣት ምልክት።
- ከሁለት ሳምንታት በላይ የሚቆይ ሳል።

ገበየሁ ከነዚህ ምልክቶች አንዱ ከታየበት በአስቸኳይ ወደጤና ድርጅት በመሄድ ተገቢውን ምርመራና ሕክምና ማድረግ ያስፈልጋል። እዚያም በሽታው መኖር አለመኖሩን ለማረጋገጥ የሳንባ ምርመራና የአክታ ምርመራ ይደረግለታል ወይም ራጅ ይነሳል። ነቀርሳ (ቲቢ) ቶሎ መታከም አለበት። በሽታውን ታክሞ የዳነ ሰው አያስተላልፍም።

የተሟላና ወቅታዊ ህክምና ማግኘት የሳንባ ነቀርሳን ለመከላከል ከሚያስችሉ ዘዴዎች ዋነኛው ነው።

የዕብድ ውሻ በሽታ (ሬቢስ)

በአብድ እንስሳት ገዝሻ፣ ማለትም በውሻ፣ በድመት፣ በቀበር፣ በተኩላ ወዘተ ወደ ጤናማ ሰው የሚተላለፍ አደገኛ በሽታ ነው። የዕብድ ውሻ በሽታ አልፎ፣ አልፎ በሌሊት ወፎች አማካይነት ሊተላለፍ ይችላል።

ምልክቶች

በእንስሳት ላይ የሚታይ

- እንስሳው የተለየ ፀባይ ያሳያል። ይቅበጠብጣል ወይም ይበሳጫል።
- አረፋ ይደፍታል፤ መብላት ወይም መጠጣት አይችልም።
- አንጻገድ ጊዜ እንስሳው እንደጻር አውራ ይበረግጋል። ምናልባትም ያጋጠመውን ማገኛውንም ሰው ይነክሳል።
- እንስሳው ከ5 እስከ 7 ቀናት ባለው ጊዜ ይሞታል።



በሰዎች ላይ የሚታይ

- በተነክሰበት የአካል ክፍል ላይ ህመምና የመቆጥቆጥ ስሜት ይኖራል።
- ሲያለቅስ እንደነበረ ሁሉ ትንፋሹ ቁርጥ፣ ቁርጥ ይላል።
- ወፍራም ምራቅና ልጋግ ከአፋ ይዝረበረባል። የመዋጥ ችግርና ህመም ይኖራል።
- ግለሰቡ ጉቁ ቢሆንም ቁጡ ይሆናል። ወፈፍ ያደርገዋል።
- የብርሃን ጥላቻ ስለሚያድርበት ጫለማን ይመርጣል።
- ፀጥ ብሎ በሰላም ከቆየ በኋላ በድንገት የመበርገግ ጠባይ ይታይበታል።
- በመጨረሻም አቅሉን ስቶ አረፋ እየደፈቀ ሰውነቱ ሽባ ሆኖ ይሞታል።

ውሻ (ወይም ሌላ እንስሳ) ሰው በሚነክስበት ጊዜ ከነክሰ በኋላ በበሽታው የተሰከፈ መሆኑ ከታመነ፤

- ውሻውን (እንስሳውን) ለአንድ ሳምንት ማሰር።
- የተነክሰውን ሥፍራ በውሃ፣ በሳሙናና ከተገኘም በሃይድሮጂን ፔርኦክ ሳይድ ማጠብ። በገዝሻ የቆሰው የሰውነት ክፍል መሰፋት የለበትም።

- ውሻው (እንስሳው) ሳምንት ከመሙላቱ በፊት ከሞተ (ከተገደለ ወይም ካልተያዘ) የተነክሰውን ግለሰብ በአስቸኳይ ወደጤና ድርጅት መውሰድ።

አንድ ሰው ከተነክሰ በኋላ የአብድ ውሻ በሽታ ምልክቶች የሚታዩበት ከአሥር ቀኖች እስከ ሁለት ዓመት ወይም በአማካይ በግምት ከ3-7 ሳምንታት ባለው ጊዜ ውስጥ ነው። ህክምናው የበሽታው ምልክት ከመታየቱ በፊት መጀመር አለበት። የበሽታው ምልክት ከታየ በኋላ የግለሰቡን ህይወት ሊያድን የሚችል መድሃኒት ፈጽሞ የለም።

የመከላከያ መንገዶች

- በሽታው አለበት ተብሎ የሚጠረጠረውን ውሻ ወይም ሌላ እንስሳ ለአስር ቀናት እስከ ባህሪውን ማጥናትና ምንነቱ ሲታወቅ ደግሞ የሞተውን ጥልቀት ባለው ጉድጓድ መቅበር።
- ውሾችን በየጊዜው ማስከተብ።
- ልጆችን ታማሚ ከሚመስልና የጠባይ ለውጥ ከሚያሳይ እንስሳ ማራቅ።

የታመመ ከሚመስል ወይም የጠባይ ለውጥ ከሚያሳይ የቤት እንስሳ ጋር ገንኪ በሚደረግበት ጊዜ ከፍተኛ ጥንቃቄ ማድረግ ያስፈልጋል። ከአፋ የሚዝረበረብ ምራቅ በሰውነት ቀስል ወይም ጥረት በመገባት የአብድ ውሻ በሽታ ሊያስደዝ ይችላል።

መንጋጋ ቅልፍ (ቲታነስ)

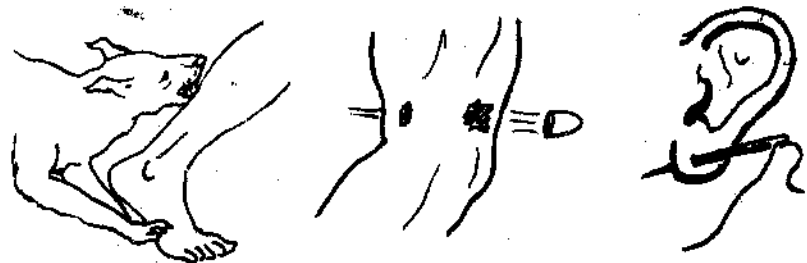
መንጋጋ ቅልፍ ወይም ቲታነስ የሚከሰተው ሰዎች እይነምድር ውስጥ ወይም በእንስሳት እበት ውስጥ የሚገኝ ጆርም በስለት በተቆረጠ፣ በተወጋና ቁስል ባለው የሰውነት ክፍል ሲገባ ነው። ጥልቀት ያላቸውና ቆሻሻ ቁስሎች በተለይ አደገኛ ናቸው።

የመንጋጋ ቅልፍ በሽታ ሊያስከተሉ የሚችሉ የቀስል ዓይነቶች

የእንስሳት ገዝሻ፣
በተለይም የውሻ

የጥይት ወይም
የሰለት ቀስል

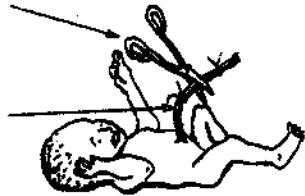
ገጽህና በሌለው መረጃ
መወጋት





በአራስ ልጅ ላይ የሚታይ የመንጋጋ ቀልፍ (ቴታነስ) በሽታ
 አራስ ልጅ በሚታተብበት ጊዜ በጽህፍና በጥንቃቄ ጉድለት ምክንያት የመንጋጋ ቀልፍ ተሃዋስያን በተቆረጠው የእትብት ቁስል ውስጥ ስለሚገቡ በሽታው ይከሰታል። በመንጋጋ ቀልፍ የመያዝ ዕድል ከፍተኛ የሚሆነው፤

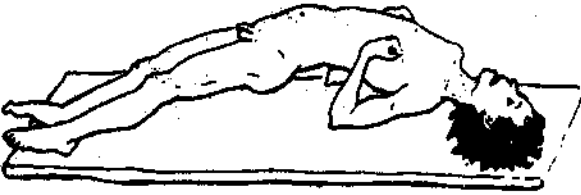
- እትብቱ ገጽሕና በጎደለው በደግብ ባልተቀላሰ መሃሪያ ከተቆረጠ፤
- እትብቱ አጠር ተደርጎና ወደሆዱ ተጠግቶ ካልተቆረጠ (ገጽ 393)፤
- ትኩስ የእትብት ቁስል ጠብቆ ሲሸፈን ገጽህናው ተጠብቆ ሳይደርት ሲቀር ነው።



እትብቱ በሥልሳ እንደሚታየው ከሰውነት ርቆ ከተቆረጠ በቴታነስ የመያዝ ዕድሉ ከፍተኛ ነው።

የመንጋጋ ቀልፍ መለያ ምልክቶች

- ያመረቀዘ ቁስል መኖር (አንዳንድ ጊዜም ቁስል ሳይኖር ይችላል)።
- ምግብን የመዋጥ ችግር ሊፈጠር።
- የመንጋጋ መቆለፍ፤ የአንገትና የሌላው የአካል ክፍል መግረር (አልታጠፍ ማለት)።
- ከፍተኛ ህመም ያለው የሰውነት መንቀጥቀጥ፤ ማለትም በቅድሚያ የአንገት፣ ቀጥሎም የመሳሰሉ ሰውነት መግረር፤ በመጨረሻ ሰውነትን በሙሉ ያዳርሳል። ህመምተኛው በሚነካበት ወይም ለማንቀሳቀስ በሚሞክርበት ጊዜ ቀጥሎ እንደሚከተለው ሊከማተር ይችላል። የሕመም ስቃይም ይጨምራል።



የአንገትና የህመም መለያ ምልክቶች ይህን ሳይነትን መከማተር ያስከትላል ወይም ያባባሳል።

በአራስ ልጅ ላይ የመንጋጋ ቀልፍ የመጀመሪያ ምልክት በተወለዱ ከ3-10 ባሉት ቀናት ውስጥ ይከሰታል። ህፃኑ ያለማቋረጥ ያለቅሳል፤ ጡት መጥባትም ይሳነዋል። አብዛኛውን ጊዜ የተቆረጠው እትብት በገጽሕና ጉድለት ምክንያት አመርቅዞ ይታያል። ከጥቂት ሰዓታት ወይም ቀናት በኋላ መንጋጋ ቀልፍና ሌሎችም የዚህ በሽታ ምልክቶች ይከሰታሉ።

የመንጋጋ ቀልፍ የመጀመሪያው ምልክት ከታየ ፈጥኛ ማከም አስፈላጊ ነው። ህፃኑ ያለማቋረጥ የሚያለቅስ ከሆነና ጡት መጥባቱን ካቆመ የሚከተለውን ምርመራ ማድረግ ያስፈልጋል።

የጉልበት መጋጠሚያ ንዝረት ማረጋገጫ ምርመራ ስለማድረግ



በሰላላ ላይ እንደተመሰከተው እግርን በአጅ ዘዴ ለድርጊ በማንጠልጠል በሌላው አጅ ከጉልበት አፍያ በታች በመጠጥ መታ ወይም ኮርትም ማድረግ

እግሩ ለመታ በኋላ ወይም ከነዝረ የመንጋጋ ቀልፍ የማድረግ ጉድጓድ ወይም በአይጥ መርዝ የመመረዝ ችግር መኖሩን ያመለክታል።

እግሩ በመጠጥ ነዝረ ከዘለበ የጤና ችግር ያለመኖሩን ማወቅ ይቻላል።



ይህ ዘዴ በተለይም አራስ ልጅ በመንጋጋ ቀልፍ የመያዝ ጥርጣሬ ሲያድር ለማረጋገጫነት ጠቃሚ ነው።

የመንጋጋ ቀልፍ በሽታ ምልክቶች ሲከሰቱ ሊወሰዱ የሚገባቸው ዕርምጃዎች።

መንጋጋ ቀልፍ ገዳይ በሽታ ነው። የመጀመሪያው ምልክት እንደታየ የህክምና ዕርዳታ ማግኘት ያስፈልጋል። የጤና ድርጅት ዕርዳታ እስኪገኝ ድረስ የሚከተሉትን አርምጃዎች መውሰድ ይገባል።

- ♦ ሰውነቱ ላይ ቁስል ወይም አባጭ መኖሩን በጥንቃቄ ማየት። አብዛኛውን ጊዜ ቁስሉ መግል ይኖረዋል። ቁስሉን ገልጦ ፈልቶ በተዘቀዘ ውሃና ሳሙና ደህና አድርጎ ማጠባ ይገባል። ቁስሉ ላይ ያለውን ጉድፍ፤ መግል፤ ቆሽሻ ወዘተ ከቁስሉ ላይ እስመግዶ ከተገኘ በሃይድሮጂን ፐርክላይድ አጥቦ ማጽዳት ያስፈልጋል።
- ♦ አንድ ሚሊዮን ዩኒት ፐርኬን ፔኒሲሊን በታፋ መስጠትና በየ12 ሰዓት መድገም ይገባል። ለአራስ ልጆች በደም ሥር ሊሰጥ የሚችለውን ከሪስታላይን ፔኒሲሊን መስጠት ይመረጣል። ፔኒሲሊን

የማይገኝ ከሆነ እንደቴትራሳይክሊን ያሉትን ሀረተሃዋስያን መድሃኒቶች መስጠት ይቻላል።

- ከተገኘ ከ40,000-50,000 ዩኒት መጠን ያለውን ቴታነስ እንቴቶክሊን ወይም 5000 ዩኒት መጠን ያለው ሂውማን ኢሚዩኖች ግሎቡሊን መስጠት ይገባል። መድሃኒቱ ለህመሙ ስሜት ለሚገባበት ጊዜ ሊደረግ ስለሚገባው ጥንቃቄ ገጽ 126ን ጠንቅቆ ማወቅና መረዳት ይገባል። ሂውማን ኢሚዩኖች ግሎቡሊን የሚባለው መድሃኒት በጣም ውድና እንደልብ የማይገኝ ቢሆንም ሰውነትን የማያስቆጣ (አሰርጂ የማይሰኝ ከትል) በመሆኑ ቴታነስን ለማከም በጣም ጠቃሚ ነው።
- ሀመምተኛው የሚችል ከሆነ የተመጣጠነ ምግብነት ያለው ፈላጊ እንዲጠጣ ማድረግ ያስፈልጋል።
- ሀመምተኛው አቅሱን ሰቶ የሚንቀጠቀጥ ከሆነ ለማስታገስ ፌኖባርቢ ታል ወይም ዳያዚፓም፣ ለአዋቂ ከ10-20 ሚ.ግ በመጀመሪያ መስጠትና በኋላም እንደአስፈላጊነቱ መድገም ይቻላል።
- ሀመምተኛውን በየጊዜው ከመነካካትና ከማጎቃጎት መቆጠብ ያስፈልጋል። የተኛበት ክፍል ከፍተኛ ድምጽና ብርሃን ሊኖረው አይገባም።
- በአፍ ውስጥ ያለው አክታ እየተከራፈረፈ ሀመምተኛውን መተንፈስ እንዳያስቸግረው የላብቲክ ቱቦ በሲሪንጋ ጫፍ ላይ በማያያዝ አክታውን እየመጠጡ ማውጣት ያስፈልጋል። ይህም እንደልብ አየር እንዲተነፍስ ይረዳል።
- የመንጋጋ ቆልፍ ለያዘው አራስ ልጅ የአናቱን ጡት አልቦ በቀጭን ቱቦ በአፍንጫ አስገብቶ መመገብ ይቻላል። ይህ ዓይነቱ ዕርዳታ መስጠት ያለበት በከፍተኛ የጤና ባለሙያዎች ወይም ሐኪሞች መሆን አለበት።

የመንጋጋ ቆልፍ በስታ መከላከያ ዘዴ

በከፍተኛ ሆስፒታሎች ተኝተው ከሚታከሙት የመንጋጋ ቆልፍ ሀመምተኞች እንኳን ግማሾቹ ይሞታሉ። ስለዚህ መንጋጋ ቆልፍን ከማከም ይልቅ መከላከል ይመረጣል።

- ከትባት። መንጋጋ ቆልፍን በአስተማማኝ ሁኔታ መከላከል የሚያስችል ዘዴ ከትባት ነው። ልጆችም ሆኑ አዋቂዎች መከተብ አለባቸው። ሁሉም የቤተሰብ አባላት በአቅራቢያቸው ከሚገኝ የጤና ድርጅት ከትባት ማግኘት አለባቸው (ገጽ 232)። ሙሉ መከላከያ ለማግኘት ከትባቱ በየ10 ዓመቱ መደገም አለበት። ለነፍስጡር ሴቶች የመንጋጋ ቆልፍ ከትባት በመስጠትም አራስ ልጆችን ከሸገታው መጠበቅ ይቻላል።
- የመረቀዘ ወይም ጥልቀት ያለው ቆሻሻ ቁስል ሲያጋጥም፣ በገጽ 146 እንደተመለከተው በደንብ ማፅዳት አስፈላጊ ነው።
- ቁስሉ በጣም ሰፊና ጥልቀት ያለው ሆኖ በቆሻሻ የተበከለ ከሆነና ሀመምተኛውም የመንጋጋ ቆልፍ መከላከያ ከትባት ያልወለደ ከሆነ ፔኒሲሊን መስጠትና ቴታነስ እንቴቶክሊን እንደአስፈላጊነቱ እንዲወስድ ማድረግ ተገቢ ነው።
- አራስ ልጆች ገላቸውን በባሙናና በውሃ በየጊዜው ከታጠቡ ቴታነስ በቀላሉ ሊይዛቸው አይችሉም። ለእትብት መቆረጫ የሚያገለግሉ መሣሪያዎችን በደንብ መቀላረፍ ከበሽታ ተሃዋስያን ነፃ (ገጽ 392-393)

መሆናቸውን ማረጋገጥ ያስፈልጋል። እትብት በአጭሩ መቆረጥ አለበት። የእትብቱ ቁስልም በንጽህና እንዲደርቅ መደረግ ይኖርበታል።



ማጀራት ገትር

ማጀራት ገትር እንገልጻለን የሚያጠቃና፣ በተለይም ህፃናትን በይበልጥ የሚጎዳ አደገኛ በሽታ ነው። ማጀራት ገትር፣ ለምሳሌ በኩፍኝ፣ በጆሮ ደግፍ፣ በትክትክ ወይም በጆሮ ሀመም ከተያዙ በኋላ ይመጣል። የላንግ ነቀርሳ ካለባቸው እናቶች የተወለዱ ህፃናትን በተወለዱ በጥቂት ወራት ውስጥ ማጀራት ገትር ሊይዛቸው ይችላል።

ኢትዮጵያ የሜዲንጃይቲስ ቀለበት በሚባለው ምስራቃዊው ጫፍ ትገኛለች። በ8 ወይም 10 ዓመት ጊዜ ውስጥ ከጠቅላላው ህዝብ እስከ 1% የሚሆነውን የሚያጠቃ ወረርሽኝ ይከሰታል። የኤድስ በሽተኞችን አልፎ፣ አልፎ በፈንገስ ምክንያት የሚመጣ ሜዲንጃይቲስ ይይዛቸዋል።

የህመሙ ምልክቶች

- ትኩሳት።
- ከባድ የራስ ምታት።
- የማጀራት መገተር። ህፃኑ ከባድ የህመም ምልክት የሚታይበት ሆኖ ራሱና አንገቱ ወደኋላ ይቆሰመማል።
- ጀርባው ስለሚገተር አንገቱን ጎንበስ እድርጎ ከጉልበቱ ውስጥ ማስገባት አይችልም።
- እድሜያቸው ከአንድ አመት በታች የሆኑ ህፃናት እርግብግቢት ወደላይ ያብጣል። ትውከትም ይኖራቸዋል።
- በበሽታው የተያዙ ትናንሽ ህፃናት ከፍተኛ ብስጭትና ለቅሶ ሊታይባቸው ይችላሉ። ለቅሶውን ጡት በመስጠት እንኳን ማስተው አስቸጋሪ ነው። ጫካ ይሆናሉ። አንዳንድ ጊዜ አቅላቸውን በመማት መላ ሰውነታቸው ሲንቀጠቀጥ እጅና እግራቸው ሊወራጭ ይታያል።
- ለችግሩ የተጋለጡ ህፃናት ጤና ቀስ በቀስ እየታወከ ህሊናቸውን እስከ መሳት ይደርሳሉ።



- በነቀርሳ ሳቢያ የሚከሰት የማጅራት ገትር በሽታ የምልክት ቀስ በቀስ በቀናት ወይም በሳምንታት ጊዜ ውስጥ ምልክት ያሳያል። የሌሎች የሚኒንጃይቲስ ዓይነቶች ግን በሠዓታት ወይም በቀናት ውስጥ ምልክት ሊያሳይ ይችላል።

ህክምና

በአስቸኳይ የህክምና ዕርዳታ ማግኘት ይገባል፤ እያንዳንዱ ደቂቁ ዋጋ አላት። ከተቻለ ግለሰቡ ሆስፒታል መግባት አለበት። እስከዚያው ግን፡

- ♦ ክሎራምፌኒኮል መውጋት 1 (ለአዋቂ 1 ግራም በቀን 4 ጊዜ። ከአንድ ወር በላይ ለሆኑ ህፃናት 2.5 ሚ.ግ በቀን 4 ጊዜ። ከአንድ ወር በታች ለሆኑ ህፃናት በየ4 ሠዓቱ 25 ሚ.ግ ለአንድ ኪ.ግ የሰውነት ክብደት መስጠት ይገባል። በደም ስር መስጠት ካልተቻለ በጡንቻ መስጠት ይቻላል።)
- ♦ ክሎራምፌኒኮል ካልተገኘ በየ4 ሠዓቱ 500 ሚ.ግ አምፒሲሊን መውጋት ይቻላል።
ለአዋቂ 3 ግራም በደም ስር በቀን 4 ጊዜ።
ከአንድ ወር በላይ ለሆኑ ህፃናት 100 ሚ.ግ በደም ስር በቀን 4 ጊዜ።
ከአንድ ወር በታች ለሆኑ ህፃናት 100 ሚ.ግ በደም ስር በቀን 2 ጊዜ።
- ♦ አምፒሲሊን ከሌላ ክሪስታላይን ፔኒሲሊን መጠቀም ይቻላል። በየ4 ሠዓቱ 1,000,000 ዩኒት መስጠት ይቻላል።
ለአዋቂ 4 ሚሊዮን ዩኒት በቀን 6 ጊዜ።
ከአንድ ወር በላይ ለሆኑ ህፃናት 300,000 ዩኒት። ለአንድ ኪ.ግ የሰውነት ክብደት በደም ስር በቀን ከ4 እስከ 6 ጊዜ።
ከአንድ ወር በታች ለሆኑ ህፃናት 150,000 ዩኒት ፔኒሲሊን በቀን ሁለት ጊዜ።
አምፒሲሊንን ወይም ፔኒሲሊንን ከጀንታማይሲን ጋር መቀላቀል ይቻላል። (አወሳሰዱ ለአዋቂዎች 2.5 ሚ.ግ ለአንድ ኪ.ግ የሰውነት ክብደት በቀን ሁለት ጊዜ። ከአንድ ወር በላይ ለሆኑ ህፃናት 2.5 ሚ.ግ ለአንድ ኪ.ግ የሰውነት ክብደት በቀን 3 ጊዜ። ከአንድ ወር በታች ለሆኑ ህፃናት ለአንድ ኪ.ግ የሰውነት ክብደት በቀን ሁለት ጊዜ። በደም ስር ወይም በጡንቻ መስጠት ይቻላል።)
- ♦ ከ40 ዲግሪ ሴንቲግራድ በላይ ትኩሳት ካለው በቀዝቃዛ ውሃ የተነከረ ጨርቅ ሰውነቱ ላይ በማድረግ እስፒሪን ወይም ፓራሲታሞል በመስጠት ትኩሳቱን ማብረድ ይገባል።
- ♦ የህፃኑ እናት የሳንቫ ነቀርሳ ካለባት ወይም ህፃኑን የያዘው የሳንቫ ነቀርሳ ሚኒንጃይቲስ መሆኑ ከተጠረጠረ ለ5 ኪ.ግ የሰውነት ክብደት 0.2 ሚሊ ስትሬፕቶማይሲን በመርፌ በመስጠት ወደሆስፒታል መውሰድ ያስፈልጋል። መንስኤው ነቀርሳ ላልሆነ የማጅራት ገትር በሽታ አምፒሲሊን ወይም ፔኒሲሊን መጠቀም ይቻላል።

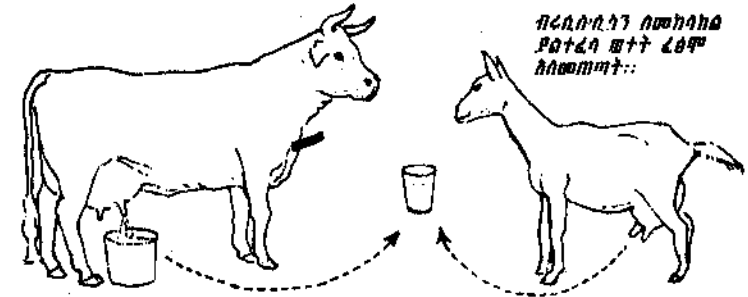
የመከላከያ ዘዴ

በነቀርሳ በሽታ ምክንያት የሚከሰተውን ማጅራት ገትር ለመከላከል የነቀርሳ በሽታ ካለባቸው እናቶች የሚወለዱ ህፃናት እንደተወለዱ ቢሲ.ዲ. መከተብ አለባቸው። ለአራስ ልጅ የሚሰጠው የክትባት መጠን 0.05 ሚሊ

ነው (የመደበኛው 0.1 ማግኘት ነው)። ስለነቀርሳ ሕመም የመከላከያ ዘዴዎች ተጨማሪ መረጃ ማግኘት ቢያስፈልግ ገጽ 279ን ማንበብ ይቻላል።

የልተፈላ ወተት በመጠጣት የሚመጣ በሽታ (ብሩሲሎሲስ)

ይህ በሽታ የሚመጣው በሽታው የተያዙ ላሞችን ወይም ፍየሎችን ወተት በራመጣት ነው። የታመሙ ላሞችና ፍየሎችን የሚያልብ ሰው ቆዳው የተማረ ከሆነ ወይም ቁስል ካለበት ተሃዋሲያኑ ወደሰውነቱ ሊገቡ ይችላሉ። በትንፋሽም ወደሳንባ ሊገቡ ይችላሉ።



ብሩሲሎሲስን በመከላከል የልተፈላ ወተት ረፅም አለመጠጣት።

ምልክቶች

- ♦ ብሩሲሎሲስ እየተከሰሰ ብርድ፣ ብርድ እያሰኘ ይጀምራል። ህመሙ ቀስ በቀስ እየየለ የሚሄድ ሲሆን ከፍተኛ ድካም፣ የምግብ ፍላጎት መዘጋት፣ የራስ ምታት፣ የሆድ ቁርጠትና እንጃንዴም የመገጣጠሚያዎች ቁርጥማት ያስከትላል።
- ♦ ትኩሳቱ መጠነኛ ወይም ከባድ ሊሆን ይችላል። ዓይነተኛው ምልክት ከሰዓት በኋላ የብርድ ስሜትና ጧት ላብ ማስከተሉ ነው። ህመሙ የቆየ ሲሆን ትኩሳቱ ለበርካታ ቀናት ይቆምና ተመልሶ ያገረሽል። ህክምና ካልተደረገለት ብሩሲሎሲስ ለዓመታት ሰውነት ውስጥ ይቆያል።
- ♦ የሰውነት እጢዎች እብጠት በአንገት፣ በብጡትና በብሽሽት ስር ሊኖር ይችላል።

ህክምና

- ♦ ብሩሲሎሲስ ከሌሎች በሽታዎች ጋር ስለሚመሳሰልና በቀላሉ ለይቶ ለማወቅ ስለሚያስቸግር በአስቸኳይ ወደ ጤና ድርጅት ሄዶ መታከም ያስፈልጋል። ህክምናውም ረዘም ያለና ውድ ነው።
- ♦ ቴትራሳይክሊን ባለ 250 ሚ.ግ፣ ለአዋቂ 2 እንክብል በቀን 4 ጊዜ ለ3 ሳምንት መስጠት ይጠቅማል። ኮትራይምካሳል መጠቀም ይቻላል።

የመከላከያ ዘዴ

- ♦ በሚገባ የተፈላ ወይም ፓስቸራይዝድ የሆነ የላምና የፍየል ወተት መጠጣት። ብሩሲሎሲስ ባለበት አካባቢ የሚዘጋጅ አይብ መብላት አይገባም።

- ♦ ከከብቶች፣ ከበጎችና ከፍየሎች ጋር ትርበት የላቸው ወተት አላቢዎች፣ እረኞችና ሌሎችም ጭምር፤ በተለይም የአካል ቀስላት ካለባቸው ልዩ ጥንቃቄ ማድረግ አለባቸው።
- ♦ የአንስሳት ጤና ባለሙያዎች ለምርመራ በሚመጡበት ጊዜ ተገቢው ትብብር ሊደረግላቸው ይገባል።

የአንጀት ተስቦ (ታይፎይድ ፊቨር)

ታይፎይድ ፊቨር በመባል የሚታወቀው የአንጀት ተስቦ መላውን ሰውነት የሚጎዳ የአንጀት ኢንፌክሽን ነው። በሽታው ከአንዱ ወደ ሌላ የሚተላለፈው በበሽተኛ ዓይነትም ደር በተበከለ ምግብና ውሃ አማካይነት ወደ ጤነኛው አፍ በመግባት ነው። የአንጀት ተስቦ በአንድ ጊዜ ብዙ ሰዎችን በማጥቃት በወረርሽኝነት ይከሰታል።

የአንጀት ተስቦ መሰደድ ምልክቶች

በመጀመሪያ ሳምንት

- አንደኑንፋን ወይም ኢንፍሎዌንዛ ይጀምራል።
የመጀመሪያው ቀን 37 $\frac{1}{2}$ ዲግሪ ለገጠራ
- ራስ ምታት፣ የጉሮሮ መቀሰልና ደረቅሳል ይኖራል።
ሁለተኛ ቀን 38 $\frac{1}{2}$ ዲግሪ ለገጠራ
- ትኩሳቱ 40 ዲግሪ ሴንቲግራድ እስኪደርስ ድረስ በየቀኑ ቀስ በቀስ ይጨምራል።
ሦስተኛ ቀን 38 $\frac{1}{2}$ ዲግሪ ለገጠራ
- ትኩሳቱ ከፍተኛ ቢሆንም የደም ሥር ትርታ ግን ዝግ ያለ ይሆናል።
አፋተኛ ቀን 39 ዲግሪ ለገጠራ
- ትኩሳቱና የደም ሥር ትርታው በየግማሽ ሰዓቱ መለካት አለበት።
አምስተኛ ቀን 39 $\frac{1}{2}$ ዲግሪ ለገጠራ
- ትኩሳቱ እየጨመረ የደም ሥር ትርታው (ፐላስ) እየቀነሰ ከሄደ ግን የአንጀት ተስቦ ሊሆን ይችላል።
ሰድስተኛ ቀን 40 ዲግሪ ለገጠራ
- አንዳንድ ጊዜ ትውከት፣ ተቅማጥ ወይም የሆድ ድርቀት ይኖራል።

በሁለተኛ ሳምንት

- ከፍተኛ ትኩሳትና የደም ሥር ትርታ መቀነስ።
- ጥቂት ሮዝ መልክ ሽፍታዎች ቆዳ ላይ ሊታዩ ይችላሉ።
- መንቀጥቀጥ።
- መፍዘዝ።
- ድካም፣ የክብደት መቀነስና የፈሳሽ መባከን (ዲሃይድሬሽን)።

በሦስተኛ ሳምንት

- በሽታው ሌላ ጠንቅ ካላስከተለ ትኩሳቱና ሌሎችም የሀመም ስሜቶች ቀስ በቀስ ይጠፋሉ።

ህክምና

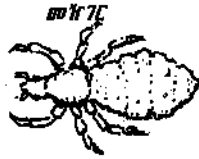
- ህክምናው በጤና ድርጅት መሰጠት አለበት።
- በአካባቢው ክሎራምፌኒካል እና አምፒሲሊን የማያድኑ ከሆነ ኩትራይ ክላዩል ለሁለት ሳምንት በመስጠት ማከም ይቻላል።
- ክሎራምፌኒካልንም መሞከር፣ ለአዋቂ 250 ሚ.ግ. ሰሰት እንክብል በቀን 4 ጊዜ ለ2 ሳምንት መስጠት። ክሎራምፌኒካል ከሌለ አምፒሲሊን፣ ወይም ቲትራሳይክሊን መጠቀም ይቻላል።
- ትኩሳቱን ለማብረድ ቀዝቃዛ ውሃ የተነከረ ጨርቅ መጠቀም (ገጽ 134)።
- ሀመምተኛውን ብዙ ፈላሽ በማጠጣት (ሾርባ፣ ጭማቂና ወዘ መላሽ ፈላሽ በመስጠት የፈላሽ መባከንን መከላከል ይቻላል (ገጽ 242)።
- በቂና የተመጣጠነ ምግብ በፈላሽ መልክ መስጠት።
- ትኩሳቱ ጨርሶ እስኪተው ድረስ በሽተኛው ከአልጋ መነሳት የለበትም።
- ግለሰቡን ደም ካስቀመጠው ወይም (ፒሪቶኖይቲስ፣ የሆድ ውስጥ ብግነት፣ ገጽ 156) ወይም ኒሞኒያ ከያዘው በአስቸኳይ ወደ ሆስፒታል መውሰድ ያስፈልጋል።

የመከላከያ ዘዴ

- የአንጀት ተስቦን (ታይፎይድ) ለመከላከል የመጠጥ ውሃና ምግብ በሰው ዓይነትም ደር እንዳይበከሉ መጠንቀቅ ያስፈልጋል። ስለአካባቢና የፕላ ገጽሀና በምዕራፍ 12 ውስጥ የተጠቀሰውን መመሪያ ተግባራዊ ማድረግ ጠቃሚ ነው። መፀዳጃ ቤት ሠርቶ መጠቀም። መፀዳጃ ቤቱ የመጠጥ ውሃ ካለበት ቦታ ራቅ ብሎ መሰራት አለበት።
- የአንጀት ተስቦ (ታይፎይድ) በአብዛኛው የሚተላለፈው የጎርፍ ወይም ሌላ አደጋ ሊከሰት ነው። በዚህ ወቅት ለንፅህና ልዩ ትኩረት መስጠት ያስፈልጋል። የመጠጥ ውሃ ንፁህ መሆኑን ማረጋገጥና በአካባቢ የታይፎይድ በሽታ ከተተሰቀሰ የተፈላ ውሃ መጠጣት አስፈላጊ ነው።
- የታይፎይድ ስርጭትን ለመከላከል በሽተኛውን በተለየ ክፍል ማስተኛ ት ያስፈልጋል። የሚመገባቸውም ሆኑ የሚጠጣቸው ዕቃዎች የተለዩ መሆን አለባቸው። አይነትም ደር መቃጠል ወይም ጉድጓድ ውስጥ መቀበር አለበት። አሳታሚዎችም ንክኪ ባደረጉ ቁጥር እጃቸውን በላሙና መቃጠብ አለባቸው።
- በሽተኛው ተሽሉት እያገመገሙ ቢሆን በሽታውን ሊያስተላልፍ ይችላል። ስለዚህ ታይፎይድ ይዘት የነበረ ሰው ስለግል ንፅህና የተለየ ጥንቃቄ ማድረግ አለበት። በሆቴሎችና ምግብ ባለቤት አካባቢ መከራት አይኖርበትም። አንዳንድ ጊዜ የታይፎይድ ተሽካሚዎችን በአምፒሲሊን ማከም ይቻላል።

የተስቦ በሽታ

ተስቦ ከአንጀት ተስቦ ጋር የሚመሳሰል ነገር ግን የተለየ በሽታ ነው። ተስቦ በትግል፣ በመኝገርና በቀንጫ አማካይነት ይተላለፋል። ሌሊት የጽዳ ተስቦ በወረርሽኝ መልክ የሚተላለፈው በትግል አማካይነት ነው።



የበሽታው መለያ ምልክቶች

- ♦ ተሰቦ ልክ እንደ ከባድ ጉንፋን ይጀምራል። ሳምንት ወይም ከዚያ በላይ ከቆየ በኋላ ትኩሳት፣ የራስ ምታት፣ ብርድ ብርድ ማለት፣ የጡንቻዎች ህመምና የደረት ውጋት ያስከትላል።
- ♦ አጠቃላይ ድካምና የአዕምሮ ዝለት ስለሚኖርበት ቅዠት ይኖራል።
- ♦ ከጥቂት ቀናት ትኩሳት በኋላ ሽፍታ በሰውነት ላይ ይወጣል። ሽፍታው ከብብት ይጀምርና ወደሰውነት፣ እግሮችና እጆች ይሰራጫል። (ፊት ላይ፣ መጻፍ ላይና ውስጥ እግር ውስጥ አይታይም)። ሽፍታው በርካታ ትናንሽ ሰንዘሮች ይመስላል።
- ♦ ትኩሳቱ ለሁለት ሳምንት ወይም ከዚያ በላይ ሊቆይ ይችላል። ተሰቦ ህፃናት ላይ አይፀናም። በአረጋውያን ላይ ግን ይጠነክራል። በተሰይ በወረርሽኝ መልክ የተከሰተ ተሰቦ አደገኛ ነው።
- ♦ በመጥገር አማካይነት የሚተላለፍ ታይፊስ ከሆነ ንክሻው አካባቢ ትልቅ ቁስል ይኖራል።
- ♦ በንክሻው አካባቢ ያሉ እጢዎችም ያብጣሉ፤ የህመም ስሜት አላቸው።

ህክምና

- የበሽታው መኖር በጤና ድርጅት በሚደረግ ምርመራ ይታወቃል።
- ኢትዮጵያ ውስጥ ዶክተሮችና በአንድ ጊዜ ቢሰጥ ፍቱን እንደሆነ ተረጋግጧል። ይሁን እንጂ ቴትራሳይክሊን ወይም ክሎራምፌኒኮልም መጠቀም ይቻላል።
- ለአዋቂዎች 250 ሚ.ግ. ቴትራሳይክሊን በቀን 4 ጊዜ ለ3 ቀን መስጠት ጥሩ ነው። ክሎራምፌኒኮልም ለተሰቦ ሕክምና ጠቃሚ ቢሆንም አደገኛ ስለሆነ ከመጠቀም መቆጠብ ያሻል።

የተሰቦ የመከላከያ ዘዴ

- ♦ የግል ንጽህናን መጠበቅና ተባቶችን ከቤት ማስወገድ፤
- ♦ ውሾች ንጽህናቸው ተጠብቆ ከመጥገርና ከሌሎችም ተባቶች ነፃ እንዲሆኑ ማድረግ ወይም ወደቤት እንዳይገቡ መከልከል፤
- ♦ የአይጥ መርዝ መጠቀም ሕፃናትንና ሌሎች የቤት እንስሳትን ስለሚጎዳ አይጠችን ለመግደል ከመርዝ ይልቅ ድመት ወይም ወጥመድ መጠቀም ይመረጣል።



የቤት ንፅህናን በመጠበቅ ቁንጫን ማጥፋት፣ የሞተ አይጥን አለመንካት ወይም ማቃጠል እንዲሁም በአይጥ ጉድጓድ ላይ የተባይ ማጥፊያ መርጨት ጠቃሚ ነው።

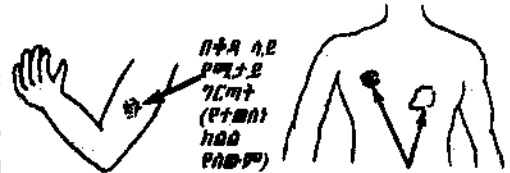
የሥጋ ደዋ በሽታ

የሥጋ ደዋ በሽታ ቀስ በቀስ የሚከሰት ነው። እንዳንዴ በግልፅ እስኪታወቅ ለዓመታት ሊቆይ ይችላል። በሽታው የሚተላለፈው ህክምና ካላገኘ በሽተኛ ለህመሙ ደካማ የመከላከያ ሃይል ወደአለው ሰው ነው። የሥጋ ደዋ በሰፋት በሚታይባቸው አካባቢዎች ልጆች ከ6 ወር እስከ አንድ አመት ባለው ጊዜ ውስጥ መመርመር አለባቸው። የሥጋ ደዋ በመላ ኢትዮጵያ፣ በተለይ በመካከለኛውና በሰሜን ክፍተኛ ቦታዎች ይገኛል።

የመለያ ምልክቶች

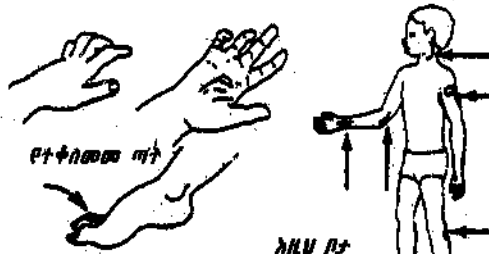
የሥጋ ደዋ በሽታ ዓይነተኛው መለያ ምልክት የቆዳ መደንዘዝ ወይም ስሜት ማጣት ነው።

የሥጋ ደዋ የመደመረያው ምልክት በአካባቢው የሚታይበት ጊዜም የሚታይበት ጊዜም (የተጠበቀ ከዕል የለውም) ነው። ምልክቱ ለየት ያለ ስሜት ላይሰጥ ይችላል። መከታተል ግን ይገባል። ምልክቱ ውስጥ ስሜት ከጠፋ ወይም ከቀነሰ ምናልባት የሥጋ ደዋ ሊሆን ይችላል።



ዘገየት ብለው የሚታዩ ምልክቶች ግለሰቡ ለበሽታው ባለው የተፈጥሮ መከላከያ ይወሰናል። የሚከተሉትን ምልክቶች ማስተዋል ይገባል።

- እጆችና እግሮች ላይ የመቆርጠም፣ የመደንዘዝ ወይም የስሜት መጥፋት ምልክት ይኖራል። ቀደም ሲል ቆዳው ላይ ወጥተው የነበሩት ምልክቶችም ስሜት አልባ ሆነው ይደድሩና ቅርፃቸው ይበልጣል።



- በእጆችና በእግሮች ላይ መጠነኛ የመድከም ስሜትና የቅርፅ መበላሸት ይታያል።



- የደድሩ የነርቭ ስሮች ቆዳ ላይ ይታያሉ። ነርቮቹን ቢጫኑዋቸውም ሊያመም ላያመም ይችላሉ።

በሽታው እየከፋ ሲመጣ የሚከተሉትን ምልክቶች ይጨምራል፡፡

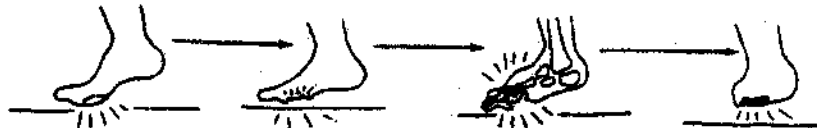


ህክምና

የሥጋ ደዋ በሽታ በአብዛኛው በህክምና ይድናል፡፡ ነገር ግን መድሃኒቱ ለዓመታት መወሰድ አለበት፡፡ በጣም ጥሩ የሚባለው መድሃኒት ዳፕሶን ነው፡፡ ከተቻለ ከራፋምፒንና ከክሎፋዚሚን ጋር መደባለቅ አለበት፡፡ መድሃኒቱ እየተወሰደ ትግር ከመጣ (ትኩሳት፣ ሽፍታ፣ ምናልባትም የእጃችና የእግሮች እብጠት ወይም የዓይን መነጻት) ወይም ከተባባሰ መድሃኒቱን ሳያቋርጡ የህክምና እርዳታ ማግኘት ይገባል፡፡ ፕራድኒሶሎን የተባለው መድሃኒት ሊያስፈልግ ይችላል፡፡

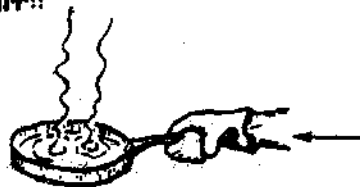
የእጅ፣ የእግርንና የዓይንን ጉዳት መከላከል

የሥጋ ደዋ በየዛቸው ለዎች እግርና እጅ ላይ የሚታዩት ትላልቅ ቀስሶች በበሽታው ምክንያት የተፈጠሩ አይደሉም፡፡ እነዚህን መከላከልም ይቻላል፡፡ የሰሜት መደንዘዝ በመፈጠሩ ምክንያት፣ ግለሰቡ ራሱን ከአደጋ መጠበቅ ባለመቻሉ ነው የሚፈጠሩት፡፡ ለምሳሌ፣ ጤነኛ ሰው ረጅም መንገድ ተጉዞ እግሩ ውሃ ቢቋጥር ስለሚያመው መጓዙን ያቆማል ወይም እያነከሰ ይሄላል፡፡ በስጋ ደዋ በሽታ የታመመ ሰው ግን ይህን አያደርግም፡፡



1. እጅና እግርን ከሚቆርጡ፣ ከሚገሸልጡ፣ ከሚያቀስሉና ከሚያቃጥሉ ነገሮች ሁሉ መጠበቅ ይገባል፡፡

የሥጋ ደዋ ህመምተኛ ጭዶ እግሩ መሄድ የለበትም፡፡ በተለይ ሹል ድንጋይና እሾማን አካባቢዎችን መጠገን ይገባል፡፡ ጭግ ግድረግ ይጠትገል፡፡ ጭግው ለሰላላ፣ ጉዝግዝ እንዲኖረው ሆኖ ጠበቅ ማለት አለበት፡፡



ስራ ቁሚሶሩ ጊዜያዊ ምግብ በሚተላለፉበት ጊዜ ግድረግ ጥሩ ነው፡፡ የጋሰን ዕቃ እጅን በመፍራም ግንት ወይም ጨርት ሳይሸፍን መያዝ አይገባም፡፡ ከተቻለ ከሰላትና ከጋሰ ነገር የሚያገናኝ ሰራ ባይሠራ ይመረጣል፡፡ የሥጋ ደዋ የለበት ሰው ሲገራ ግጭት የለበትም፡፡

2. በየምሽቱ (ወይም አብዛኛውን ጊዜ ከተጓዙ ወይም ከሰሩ በኋላ) እግርና እጅን በሚገባ መመርመር ይገባል፡፡ ወይም ሌላ ሰው እንዲያያቸው ማድረግ ጥሩ ነው፡፡ የተቆረጠ፣ የተላጠና የተጋጋጠ ቀስል አስመናሩን ማስተዋል አስፈላጊ ነው፡፡ እሾህ ወግቶ እንደሆነ ደህና አድርጎ መመልከት ይበላሻል፡፡ በተጨማሪም እጅና እግር ላይ ቅላት፣ ሙቀት፣ እብጠት ወይም ውሃ የቋጠረ ምልክት፣ ሊፈርጥ የክፍለ ቆዳ ካለ መመልከት ያስፈልጋል፡፡ ምልክቶቹ ከታዩ እጅንም ሆነ እግርን ማሳረፍ ይገባል፡፡ ዕረፍት ማድረግ ቆዳውን እንዲጠነከር ያደርገዋል፡፡

3. እጅና እግር ላይ ቀስል ካለ የተጎዳው ክፍል እስኪድን ድረስ ገፁ ማድረግና ማሳረፍ አስፈላጊ ነው፡፡ ዳግመኛ እንዳይቆስል ከፍተኛ ጥንቃቄ ማድረግ ይገባል፡፡

4. አይንን ከአደጋ መጠበቅ ይገባል፡፡ አብዛኛው የዓይን ጉዳት የሚከሰተው በሰሜት ህዋሳት መጎዳት የተነሣ ዓይን በሚገባ ስለማይርገበገብ ነው፡፡ ጎፅህናውንና ርጥቡን ለመጠበቅ ዓይንን ማርገብገብ ይገባል፡፡ በሚገባ ማርገብገብ ጎልተቻለ፣ በተለይ አጋራ ሲሆን ዓይንን መጨፈን ይገባል፡፡ ከጎንና ከጎን መከለያ ያለው መነፅር ማድረግ ጥሩ ነው፡፡ ኮፍያም ማድረግ ይጠቅማል፡፡ አይንን ገፁ ማድረግና ዝንቦችን ማሳረፍ ይገባል፡፡

እነዚህ ሁሉ ነገሮች ተደርገው ህክምናው ቶሎ ከተጀመረ በስተቀር ደዋ የተነሣ የሚመጡ የከካል ጉዳቶች ሲጠገዱ ይቻላሉ፡፡

ዓይነስውርነትን የሚያስከትል የጥገኛ ትል በሽታ (River Blindness)

ዓይነስውርነትን የሚያስከትል የጥገኛ ትል በአብዛኛዎቹ የአፍሪካ አገሮች የሚገኝ ፊላሪያሲስ በመባል በሚታወቀው የጥገኛ ትል አማካይነት የሚመጣ በሽታ ነው፡፡ ይህ በሽታ በጥቃቅን ጥገኛ ትሎች ላቢያ የሚመጣ ሲሆን፣ በትናንሽ ጥቁር ዝንቦች አማካይነትም ከሰው ወደሰው ይተላለፋል፡፡ ዝንቦች በወራጅ ውሃ ውስጥ እንቁላል በመጣል የሚራቡ ሲሆን፣ ዝንቦቹ ሰውን ሲነክሱም ጥገኛ ትሎቹ ይተላለፋሉ፡፡ ዓይነስውርነትን የሚያስከትለው የጥገኛ ትል በሽታ በኢትዮጵያ ውስጥ በኢሉባብር፣ በከፋ፣ በወለጋ እና በከፊል ጎጃም ይገኛል፡፡ ይህ በሽታ በኢትዮጵያ ውስጥ የቆዳ ጤና ትግር እንጂ ዓይነስውርነትን የሚያስከትል አይመስልም፡፡

ምልክቶች

♦ በጥቁር ዝንብ ከተነከሱና ጥገኛው ትል ወደአካል ከገባ ከበርካታ ወራት በኋላ ቆዳ ውስጥ አነስተኛ የእብጠት ምልክቶች ይታያሉ፡፡ አብዛኛውን ጊዜ በእግር፣ በጭንፍ በደረት አካባቢ፣ አልፎ አልፎም በራስ ቅል ላይ እንዲሁም በግልፅ በማይታዩ የጭን ጣብቂያዎች ውስጥ ይወጣሉ፡፡ እነዚህ እብጠቶች ምንም የህመም ስሜት የሌላቸው ሲሆኑ፣ መጠናቸው ከ2-3 ሳ.ሜ ይደርሳል፡፡ በእብጠቶቹ ውስጥ ሙሉ በሙሉ ያደጉ ጥገኛ፣ ጥንድ ጥገኛ ትሎች ይገኛሉ፡፡



እነዚህም ትናንሽ የጥገኛ ትል እራሳችን ይፈለፍላሉ። ትናንሽ የጥገኛ ትል እራሳችን በሰፋት ቆዳን በመውረር ወደ ሕብረሕዋሳት ዘልቀው ይገባሉ።

እነዚህ እብጠቶች ከመታየታቸው በፊትም ቢሆን አስቀድመው የሚታዩ አፈት የማስጠንቀቂያ ምልክቶች መኖራቸውን ማጠን ያስፈልጋል።

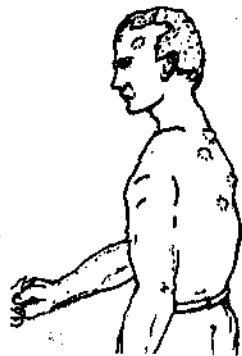
- በጀርባ ወይም ወይም ጥገኛ ትሎቹ በተሠራጨበት ሌላ የአካል ክፍል አካባቢ ሁሉ የቆዳ ማሣካካስ ስሜት ይኖራል።
- በጥን ጣብቂዎች፣ በትኩሻ ወይም በጀርባ አካባቢ ከፍተኛ ህመም ይከሰታል፤ ወይም በአጠቃላይ የጤና መታወክ ስሜት ይኖራል። አብዛኛዎቹ በሽተኞች ለመጀመሪያ ጊዜ እርዳታ ለማግኘት ወደህክምና ድርጅት የሚሄዱትም በወገብ ህመምና በቁርጥማት ምክንያት ነው።
- በሁለቱም ጭኖች ግራና ቀኝ ወይም በአንድ ወገን ገፍሬት ይታያል።
- በጀርባ ወይም በሆድ ጡንቻዎች ላይ የብርቱካን ልጣጥ የመሰለ ጠቃጠቆ ወይም የፀጉር መብቀያ ቀዳዳ የሚመስል የቀዳ መደደር ሊታይ ይችላል። ይህን አይነት ምልክት በሕመምተኛ ቆዳ ላይ ለማየት በቂ ብርሃን ባለበት ምርመራ ማድረግ ያስፈልጋል።

ከዚህ በላይ የተመለከቱት ምልክቶች ከታዩ ግለሰቡን በአቅራቢያው ወደሚገኝ የጤና ድርጅት ወስዶ ከጭነት የቆዳ ናሙና በመውሰድ በአገሊ መሣሪያ ምርመራ ማድረግ ያስፈልጋል። በምርመራው ውቅት ማይክሮ ፍላጪያ የተባሉ ጥገኛ ትሎች ይታያሉ። በዚህ ውቅት ህክምናው ሊጀመር ይችላል።

ለምሳሌ፣ አንድ ወጣት ገበሬ በተደጋጋሚ የጀርባ ሕመም ለሰማሠማው ሰራ መስፈት ካልቻለ የእንኮሊርሊዎሊስ በሽታ ምርመራ ሲደረግበት ይገባል።

ነገር ግን ለችግሩ ትኩረት ሳይሰጠው ከቀረ በግለሰቡ ቆዳና ዓይን ላይ ከፍተኛ ጉዳት ሊደርስ ይችላል።

- ቀዳው እንደሽማግሌ ቆዳ ቀስ በቀስ ይሸበሽባል ወይም ይጨማደዳል። በእግሩ ቅልጥም ላይ ነጭ ነጠብጣቦች በብዛት ተረጭተው ሊታዩ ይችላሉ። ይህም እንደ ነብር ቆዳ የተሻገረገረ (ገፅ 304) ቆዳ በመባል ይታወቃል። በአንዳንድ ሁኔታዎች ደግሞ ሽካራ የሚቀረፍ አጠቃላይ ደረቅ የቆዳ ሽፍታ ይከሰታል።
- በጭንቅላት ላይ እብጠት ሲፈጠር ጥገኛ ትሎቹ የእናንተ የውስጥ ክፍልን ይወራሉ። ይህም አይንን በማስቆጣት ቀስ በቀስ አይነስውርነትን ያስከትላል። በዚህም ምክንያት ነው አንኮሊርሊዎ ሲስ ትይን የሚያውር በሽታ በመባል የሚታ ወቀው። ይሁን እንጂ በርጥብና በምቃት አካባቢ ከ20 ህመምተኞች መካከል አንዱ ለአይነስውርነት የሚጋለጥ ሲሆን በደረቅ ህፋራማ አካባቢ ደግሞ ከዚህ የበረከቱ ሰዎች ለበሽታው ይጋለጣሉ።



ህክምና

ይህ በሽታ ሊከሰት አይነስውርነትን ለመከላከል ይቻል ዘንድ ሳይዘገዩ በሽታውን መርምሮ ማወቅና ህክምና መስጠት ያስፈልጋል። ህክምናውም ገና የጀርባ ሕመምና የጉያ እጢዎች እብጠት እንደታዩ መጀመር ይኖርበታል። በሽታው ስር ሰዶ በአይን ላይ ምልክት እስኪያሳይ ድረስ መጠበቅ የለበትም። እዚያ ደረጃ ከደረሰ ህክምናው ከበድ ይላል።

- ኢቨርሚስቲን አስተማማኝና እምብዛም ጉዳት ጋማያካከትል መድሃኒት ነው። ለአንድ ጊዜ የሚሰጠው የአንክብል መጠን 1-6-12 ወራት ያገለግላል። ይህ መድሃኒት በአካባቢው ከሚገኙ የጤና ድርጅቶች በነፃ ሊገኝ ይችላል።
- ዳይኦኒቲልካርባማዚን የተባለው መድሃኒት አሁንም ቢጋን የጥገኛ ትል እራሳችን ለመግደል በሰፋት ናቅያ ላይ እየዋሰነ ነው። ነገር ግን መድሃኒቱ በየ2 ወይም 3 ወራት በተደጋጋሚ እየተሰጠ ከ2-3 ሳምንት መጠለድ ይኖርበታል። መድሃኒቱ እንደተጀመረ ከፍተኛ የማሳካካት ትኩሳትና የተባባሰ የህመም ስሜትን የመሳሰሉት የመድሃኒት አለመስማማት ችግሮች ሊከሰቱ ይችላሉ። በተለይም በአይን ላይ ጉዳት ደርሶ ከሆነ ህክምና በሚሰጥበት ጊዜ ከፍተኛ ልምድ ባለው የጤና ባለሙያ ቁጥጥር ስር መሆን አለበት።
- ሱራሚን የተባለው በመርፌ የሚሠጥ መድሃኒት ያደጉ ትሎችን ለመግደል ይጠቅማሉ።
- ፌኖባርቢታል የተባለው መድሃኒት ሕክምናው እንደተጀመረ የሚከሰተውን የህመም ስቃይ ለማስታገስ እንዲቻል ወይም እንቅልፍ እንዲወስድ ይረዳል።
- በቆዳ ላይ የሚታዩ እብጠቶች በርካታ ከሆኑ በቀዶ ጥገና ህክምና ዘዴ ማስወገድ በሰውነት ውስጥ ያለውን የጥገኛ ትሎች ቁጥር ይቀንሳል።
- በተለይም ዝንቦቹ የሚናከሉት በቀን በመሆኑ ቀን ቀን ከቤት ውጪ መተኛት አይገባም።
- እንዲሁም ሀብረተሰቡ ጥቁር ዝንቦችን ለመከላከል በመንግስት ወይም በሌላ አካል በሚደረግ ማርሃገብር ተሳታፊ መሆን ይጠበቅበታል። ይህም ተግባራዊ ሊሆን የሚችለው ሀብረተሰቡ የዝንቦች መራቢያ የሚሆኑ ወራጅ ወንዞች ጠርዝ ላይ የሚገኙ ቅጠላ ቅጠሎችን፣ ጥሻዎችን በመመንገጠርና በማፅዳት ነው።

በወቅቱ ህክምና መስጠት ዓይነስውርነትን ለመከላከልና የበሽታውን ስርጭት ለመገታት ይረዳል።

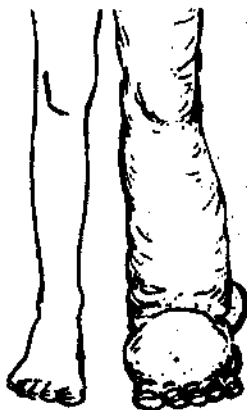
ሌሎች የፈሳሪዎሊስ በሽታ ስደነቶች

1. ባንክሮቲያን ፈሳሪዎሊስ የሚባለው በሽታ በአፍሪካ ውስጥ በሰፋት ተሠራጭቶ የሚገኝ ቢሆንም በሌሎችም ሐሩራማ የአየር ጠባይ ባላቸው አገሮች ይገኛል። በሽታው የሚተላለፈው ሌሊት በሚናከሉ ትንሞች እማካይነት ነው።

ባንክሮፍቲያን ፈላሪያሊስ የተባለው በሽታ በኢትዮጵያ ውስጥ ዝሆኔ በመባል የሚታወቅ ሲሆን፤ በኢሉባቡርና በከፋ ምዕራባዊ ዝቅተኛ ሥፍራዎች ይገኛል።

ምልክቶች

- ከአግር መርገጫ አንስቶ ወደ ላይ እስከ እግር ቅልጥምና ብሽሽት እንዲሁም ብልት ድረስ እያበጠ የሚሠራጭ ሀመምን የሚያስከትል አብጠት ነው። ቀስ በቀስ ዕብጠቱ ይቀንሳል።
- የአብጠቱ ሁኔታ ሂደት መለስ እያለ ለበርካታ ወራት ይቆያል። ነገር ግን አብጠቱ ቀስ በቀስ ዘላቂ በመሆን የእግርና የቀለጥ የዝሆኔ በሽታን ያስከትላል።



ለእዚህ በተደጋጋሚ የእግር አብጠት የሚያጋጥማቸው ሰዎች አቅራቢያቸው ወደሚገኝ የጤና ድርጅት በመሄድ መታከም አለባቸው። በሌሊት የደም ናሙና ተወስዶ ሲመረመር ውቅሪያ ባንክሮፍቲ የተባሉ የፈላሪያ ጥገኛ ትሎችን በብዛት ማየት ይቻላል። ስለዚህ የእግር አብጠት ስር እየሰደደ ዝሆኔ ወደሚባለው ደረጃ እስኪደርስ ድረስ መጠበቅ አያስፈልገም።

ህክምና

ዳይኤቲልካርባማዚን የተባለውን መድሃኒት በመጠቀም በሽታውን ስር ሳይሰድ ማዳን ይቻላል። ዝሆኔ ደረጃ ከደረሰ በቀዶ ጥገና ብቻ ነው የተወሰነ ዕርዳታ ማድረግ የሚቻለው።

2. ለደብረ የተባለው የፈላሪያሊስ በሽታ የሚገኘው በምዕራብ አፍሪካ ዳርቻ በሚገኙ ጥቃታማ አገሮች ብቻ ነው። በሽታው የሚተላለፈው በቀን በሚናደቱ ክራይስጥስ በመባል በሚታወቁት ዝንቦች አማካይነት ነው።
3. ፖሎኒያሊስ። በኢትዮጵያ ውስጥ ለሚከሰተው የዝሆኔ በሽታ ሌላው መንስዔ ደቃት እሸዋ በእግር ሊገባ የሚከሰት ፖሎኒያሊስ በመባል የሚታወቀው የእግር አብጠት ወይም የዝሆኔ በሽታ ነው። ይህን ችግር የሚያመጣው ደቃት እሸዋ የሚገኘው በተራራማ ስፍራዎች ሲሆን፤ አብዛኛውን ጊዜ የሚያጠቃው ባዶ እግራቸውን የሚያርሱ ገበሬዎችን ነው። ይሁን እንጂ በሽታው ተላላፊ አይደለም። የጥናት መረጃዎች እንደሚጠቁሙት ከ350,000-600,000 የሚሆን ሕዝብ የጥቃቱ ሰባ መሆኑ ታውቋል። ምንም ዓይነት ሕክምና የሌለው ቢሆንም ነጠላ ወይም ሽፍን ሚማ በማድረግ በሽታውን መከላከል ይቻላል።

ምልክቶች

- «የካላር አብጠቶች» በአብዛኛው የአካል አንቅስቃሴ ካደረጉ በኋላ በእግር ላይ ወይም በአይን ዙሪያ፤ በእጅ ጀርባ በአብጠት መልክ ይታያሉ። አብጠቱ በሚታይበት ስፍራ የቆዳ መጋጥ ስሜት የሚኖር ሲሆንም እንዳመረቀ ወይም መግል እንደቋጠረ ቁስል መቀት ወይም

የሀመም ስሜት አይኖረውም። ይህ ችግር የሚከሰተው በፈላሪያ እጭ ጥገኛ ትሎች አማካይነት ነው። እብጠቱም ከጥቂት ቀናት በኋላ በገዛ እጅ ሊጠፋ ይችላል።

- አንዳንድ ጊዜ ጥገኛ ትሎ በነጭ የአይን ክፍል ሲንቀሳቀስ ይታያል ወይም ይሰማል። ጥገኛ ትሎ መልኩ ነጭ ሲሆን፤ ርዝመቱ $1\frac{1}{2}$ ኢንች ይደርሳል። በደቂቃ በአማካይ ግምት አንድ ኢንች ርቀት ይንቀሳቀሳል። ጥገኛ ትሎ አንኮሲርሲያሊስ እንደሚባለው ጥገኛ ትሎ ወደ ዓይን የውስጥ ክፍል ገብቶ አይነስ ውርነትን አያስከትልም።



ህክምና

ዳይኤቲልካርባማዚን የተባለው መድሃኒት ሳይንና ለእጭ ጥገኛ ትሎች ህክምና ይጠቅማል። ህክምና በሚሰጥበት ጊዜ የማሳከክ ችግር አያስከትልም። በአቅራቢያ የዓይን ህክምና የሚሰጥ የጤና ድርጅት ካለ የማይደዝዝጥ ጠብታ መድሃኒት በዓይን ውስጥ በመጨመር ጥገኛ ትሎን በፈጣን የቀዶ ጥገና ህክምና ዘዴ ማስወገድ ይቻላል።

የእንቅልፍ በሽታ (ትራይፓኖሚያሊስ)

ይህ አደገኛ በሽታ ዓፄ በመባል በሚታወቅ ዝንብ አማካይነት ከላሞች፤ ከበጎች ወይም ከሌሎች እንስሳት ወደሰው ይተላለፋል። አብዛኛውን ጊዜ ዝንቦቹ የሚራቡት ያቀረ የጉድጓድ ውሃ በሚገኝበት በአብዛኛው የአፍሪካ ገጠር አካባቢ ነው። በኢትዮጵያ ውስጥ የእንቅልፍ በሽታ በኢሉባቡር፤ በወለጋና በከፋ ውስጥ ይገኛል።

ምልክቶች

- የብብትና የብሽሽት እጢዎች አብጠትና ስር የሰደደ የትኩሳት ስሜት መኖር። እነዚህ ምልክቶች ለሣምንታት ወይም ለአመታት ሊቀጥሉ ይችላሉ።
- በሽታው ስር እየሰደደ ሲሄድ የአእምሮ ዝግመት፤ ያለምክንያት አካልን ማክክ፤ በመጨረሻም የጡንቻ መወጣጠርና በቀን የመተኛት ችግር ይከሰታል። ህክምና ያልተደረገላቸው ሀመምተኞች ለሞት አደጋ ይጋለጣሉ።

ገና ሸመነሽው በሽታው መከሰቱ እንደተጠረጠረ ግለሰቡ ወደ ጤና ድርጅት ለህክምና መላክ አለበት። ሱራሚን የተባለ መድሃኒት በመርፌ ይሰጠዋል።

ቢጫ ወባ

ቢጫ ወባ አብዛኛውን ጊዜ ዝንጀሮዎች በሚኖሩበት የገጠር አካባቢዎች በትግኝ አማካይነት ወደሰው የሚተላለፍ ሲሆን፤ ከፍተኛ የጉበት መታወክን የሚያስከትል በቫይረስ ተሃዋሲያን የሚመጣ አደገኛ በሽታ ነው። በሽታው በልንድ አካባቢ ብዙ ሰዎችን በማጥቃት በወረርሽኝ መልክ ይከሰታል። አንዳንድ ሀመምተኞች የሚታይባቸው የሀመም ስቃይ ከመለስተኛ የጉበት በሽታ ጋር የሚመሳሰል ሲሆን፤ በሽታው የጠናባቸው ሌሎች ወገኖች ጂግሞ

ነበር፤ ደም የተቀላቀለበት ትውከት (የቡና አተላ የመሠለ)፤ ሀሊናን መሳት እንዲሁም ለሞት አደጋ የመጋለጥ ችግር ይደርስባቸዋል። ለዚህ በሽታ ከተጋለጡት መካከል ግማሾቹ ይሞታሉ። ቢጫ ወባ ምንም አይነት መድሃኒት የለውም።

የቢጫ ወባ ወረርሽኝ በአንድ አካባቢ ሊከሰት የሚችለው መኖር በአቅራቢያው በሚገኘው የጤና ድርጅት በኩል ለመንግስት በአስቸኳይ ሪፖርት መደረግ አለበት። በመቀጠልም ቀሪው የህብረተሰብ ክፍል ለበሽታው አገልግሎት የቢጫ ወባ በሽታ መከላከያ ክትባት በዘመቻ መልክ መሠጠት ይኖርበታል። በኢትዮጵያ ውስጥ የቢጫ ወባ በሽታ መኖር ለመጨረሻ ጊዜ ሪፖርት የተደረገው በ1958 ኢሉባቡር ውስጥ ነው።

ቀንጥር

ቀንጥር ወይም ሊሽማንያሊስ የተባለው በሽታ ደረቅ በሆኑ የሳሻና አባባዎች በሚገኘው የአፍሪካ ክፍል ይገኛል። በሽታው በቀበሮ ጉድጓድ ውስጥ ጥቂቱው በሚኖሩ ቆርጣሚዎች በአሸዋ ዝንብ አማካይነት ከሰው ወደሰው እንዲሁም ከቆርጣሚዎች ወደሰው ይተላለፋል።

ሌላው የቀንጥር በሽታ እይነት ደግሞ ካላዘር በመባል የሚታወቀው የውስጥ አካላትን የሚያጠቃው የቀንጥር በሽታ ነው። ይህን በሽታ በቀላሉ ለይቶ ለማወቅ አስቸጋሪ ከመሆኑም በላይ ህክምናውም የተወሳሰበና ዋጋውም ውድ ነው። ይህ ችግር ሊያጋጥም ከተቻለ በአቅራቢያው ወደሚገኝ የጤና ድርጅት በመሄድ የህክምና ምክር መጠየቅ ያስፈልጋል። ካላዘር የሚባለው የቀንጥር በሽታ ከባህር ወለል 1300 ሜትር ከፍታ በታች በሚገኙ ዝቅተኛ ስፍራዎች እንደሚተላለፍ ታውቋል። በዚህ በሽታ የተጠቁ ሰዎች ከፍተኛ የጣፊያ አብጠትና ትኩሳት ይታይባቸዋል። ስለዚህ እነዚህ ህመምተኞች በአቅራቢያ ወደሚገኝ የጤና ድርጅት በመሄድ ፒንታሚድን ወይም ሶዲየም ስታይቦንግሉኮኒት የተባሉ መድሃኒቶችን በመጠቀም መታከም አለባቸው።

የቆዳ ቀንጥር የተባለው በሽታ ከባህር ወለል ከ1400-2700 ሜትር ከፍታ በላይ በሚገኙ ስፍራዎች በሰፋት ተሰራጭቶ ይገኛል። በሌላው አለም ለዚህ በሽታ የሚሠጠው የሙቀት ህክምና በኢትዮጵያ ውስጥ አመርቂ ውጤት አለበትም። ነገር ግን ቆዳን ብቻ የሚያጠቃውን የበሽታ አይነት ወይም የቆዳ ቁስል በመባል የሚታወቀውን በሽታ በቀላሉ ማከም ይቻላል።

የቆዳ ቀንጥር ምልክቶች

- መጀመሪያ አንድ ሰው በዝንብ ተነክሶ ከ2-8 ሳምንታት ከቆየ በኋላ በተነክሰበት ስፍራ የአብጠት ምልክት ይታያል።
- አብጠቱ በመፈንዳት ትልቅ ቁስል ይሆናል። አብዛኛውን ጊዜ መግል ይኖረዋል።
- ቁስሉ በገዛ ራሱ የሚድን ቢሆንም ከ2 ሳምንታት እስከ 2 አመት ሊቆይ ይችላል።
- ቁስሉ ለሌሎች ተሃዋሲያን ስለሚጋለጥ በቀላሉ ሊያመረቅዝ ይችላል።

ህክምና

- ፈልቶ በቀዘቀዘ ውሃ ቁስሉን ማጠብ።
- ቁስሉ ላይ ከ10-15 ደቂቃ በሙቅ ውሃ የተነከረ ጨርቅ መያዝ፤ (ውሃው የሚያቃጥል መሆን የለበትም)።
- ከላይ የተመለከተውን የመጀመሪያ ህክምና እርዳታ በቀን ሁለት ጊዜ ለአስር ቀናት መስጠት ያስፈልጋል። ይህ አይነቱ የህክምና ዘዴ ቁስሉ ሙሉ ለሙሉ እንዲድንና ስለ የቁስል ጠባላ እንዲቀር ያደርጋል።
- ቁስሉ እያመረቀ አልድን ካለ (ቀልቶ የሚያም ከሆነ) በፀረተሃዋሲያን መድሃኒቶች በመጠቀም ማከም ይቻላል።

የጉበት በሽታ (ሄፕታይቲስ ቢ)

ሄፕታይቲስ ቢ፤ ሄፕታይቲስ ኤ ከሚባለው የጉበት በሽታ ጋር ሲወዳደር የበለጠ አደገኛና ስር የሰደደ የጤና ቀውስን የሚያስከትል ነው። አብዛኛውን ጊዜ በሽታው የሚተላለፈው በተበከለ ደም አማካይነት ነው። በሆስፒታል ደረጃ በደንብ ያልተመረመረ ደም ለበሽተኛ በመስጠት ይተላለፋል። ከዚህ በተጨማሪ የጉበት በሽታ በህብረተሰቡ መካከል ሊሰራጭ የሚችለው፤

- በበሽታው የተበከለ ሰው የተወጋበትን መርፌ ተጋርቶ በመጠቀም፤
- አልፎ፤ አልፎ ደግሞ የብልት ቁስለት ካለ የበሽታው ተሽካሚ ከሆነ ግለሰብ ጋር የግብረሰጋ ግንኙነት በመፈፀም ይተላለፋል።

በአጠቃላይ ይህ አይነቱ የጉበት በሽታ በተበከለ ደም አማካይነት የሚመጣ የሴረም ጉበት በሽታ ሴረም ሄፕታይቲስ በመባል የሚታወቅ ሲሆን፤ በሴት አዳሪዎችና አደጋዊ ሰዎችን በሚጠቀሙ መካከል የተስፋፋ ነው። በሽታው የሚያሳያቸው የሀመም ስሜቶች ከሄፕታይቲስ ኤ ጋር ተመሳሳይነት አላቸው። ነገር ግን ሄፕታይቲስ ቢ ለበሽታው ከተጋለጡ ከ3 ወር ወይም ከዚያም በላይ ከሆነ በኋላ በጉበት ላይ ረዘም ላለ ጊዜ ጉዳት የሚያደርስ ከመሆኑም በላይ ለሞት አደጋ ሊያጋልጥ ይችላል። ሄፕታይቲስ ቢ ወይም የጉበት በሽታ አለባቸው ተብለው የሚጠረጠሩ ግለሰቦች ካጋጠሙ በአስቸኳይ በአቅራቢያ ወደሚገኝ የጤና ድርጅት በመውሰድ የህክምና እርዳታ እንዲያገኙ ማድረግ ያስፈልጋል።

የጉበት በሽታ (ሄፕታይቲስ ቢ) በኢትዮጵያ ውስጥ የተለመደ የጤና ቀውስ ነው። በአማካይ ግምት 10% የሚሆነው የአዋቂው ህብረተሰብ ክፍል የበሽታው ተሽካሚ ነው። በዚህ ሳቢያም የጉበት ካንሰር ወይም ስር የሰደደ የጉበት በሽታ ሊከተል ይችላል።

የቆዳ በሽታዎች አይነታቸው በርካታ ሲሆን መንስኤያቸውም የተለያየ ነው። አንዳንድ የቆዳ ጤና ችግሮች የሚከሰቱት በሕመም ወይም ቆዳን በሚያስቆጡ እንደቋቋቸ፣ በሽንት ጨርቅ መቆጣቸው የተነሳ የሚመጣ ሽፍታ ወይም ኪንታርት ሊሆኑ ይችላሉ። ሌሎች የቆዳ ችግሮች ደግሞ አጠቃላይ ሰውነትን የሚያጠቁ እንደኩፍኝ፣ በምግብ ጉድለት ምክንያት የሚመጣ የቆዳ መንቃት ናቸው። የተቀሩት የቆዳ ችግሮች የነቀርሳ፣ ፋየኝ፣ ወይም የሰጋ ደዋ በሽታ ምልክቶች ሊሆኑ ይችላሉ። ለቆዳ የማይሰግሙ የተለያዩ ሽቶ፣ ቅባትና ሌሎችም መዋቢያዎችን በመጠቀም በእርግዝናና የፀሐይ ጨረርን ያስመቋቋም በመሳሰሉ የተፈጥሮ ችግሮች ምክንያት የቆዳ ሕመም ሊደርስ ይችላል። እንደሽታ፣ ለምፅና ካንሰር የመሳሰሉት የቆዳ ችግሮች ደግሞ እብረው የሚፈጠሩና መንስኤያቸው በትክክል ያልታወቀ ናቸው። ይህ ምዕራፍ በተለይ በገጠና አካባቢ በስፋት የሚታወቁትን የቆዳ በሽታዎች ትኩረት በመስጠት የሚዳስስ ሲሆን፣ የቆዳ በሽታዎች እጅግ በርካታ በመሆናቸው በጣም ከመመሳሰላቸው የተነሳ ልዩነታቸውን መናገር ያግባታል። ነገር ግን መንስኤያቸውና ሕክምናቸው የተለያዩ ሊሆን ይችላል።

ህክምና እየተደረገለት የማይሻል ወይም የሚብስ የቆዳ በሽታ ሲያጋጥም ወደ ጤና ድርጅት መሄድ ይገባል።

ስለቆዳ በሽታ ህክምና ልንከተላቸው የሚገቡን አጠቃላይ ደንቦች

የቆዳ ጤና ችግር የተለየ ሕክምና እንዳለው የታወቀ ቢሆንም ሁሉንም ሊረዱ የሚችሉ አጠቃላይ ደንቦች አሉ።

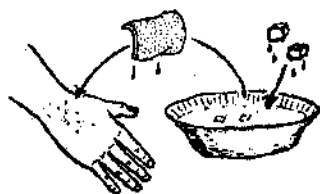
ደንብ ቁጥር 1

የታመመው የቆዳ ክፍል ጦቶት ካለው፣ የሚጠጥር የሚጠጥር ከሆነ፣ የጦቶት ህክምና ያስፈልገዋል። (ገፁን ጨርቅ በጦቶት ውሃ ነከር ይታመሙ እካል ላይ ማስቀመጥ)።



ደንብ ቁጥር 2

የታመመው የቆዳ ክፍል የሚያሳክስ፣ የሚነክን ወይም እዝ የሚፈለው ከሆነ፣ የቀዝቃዛ ህክምና ያስፈልገዋል። (ገፁን ጨርቅ በቀዝቃዛ ውሃ ነከር በታመሙ እካል ላይ ማስቀመጥ)።

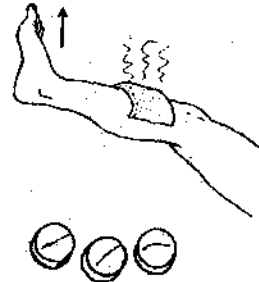


ደንብ ቁጥር 1 (በዘርዘር)

- ቆዳው ከዚህ በታች የተዘረዘሩትን እደገኛ ምልክቶች ካላየ፣
- የታመመው ቆዳና አካባቢው ሊቀላ (የመገለ ቀስል ካለ)፣
- እብጠት ከታየ፣
- የህመም ስሜት (መጠገጠዝ)፣
- ሙቀት፣
- መግል ከታየ።

የሚከተሉትን እርምጃ መውሰድ ያስፈልጋል።

- ♦ ትራሲ ወይም ሌላ ጨርቅ በመደልደል የታመመውን የአካል ክፍል ሳያነቃንቁ ከፍ እድርጉ ማስቀመጥ።
- ♦ በሙቅ ውሃ በተነከረ ጨርቅ መሸፈን።
- ♦ ከፍተኛ የቀስል መመርቀዝ ከተከሰተና ግለሰቡም ትኩሳት ካለው ፀረ-ተሃዋስያን መድሃኒቶች (ፒኒሊሊን ወይም ስልፋናማይድ) መስጠት።

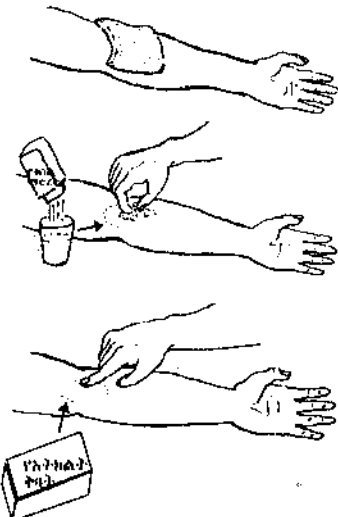


እደገኛ የህመም ምልክቶች የሚባሉት የዕጢዎች እብጠትና ከታመመው አካል በላይ የቀላ መስመር መታየት ወይም መጥፎ ጠረን ናቸው። ፀረ-ተሃዋስያን መድሃኒት ሰጥቶ ካልተሻለ ወደ ህክምና ድርጅት መውሰድ።

ደንብ ቁጥር 2 (በዘርዘር)

የተጎዳው ቆዳ ከቀሰለ፣ ነገሮ፣ ካሳከከ፣ በነፍሳት መንደፍ ወይም ቃጠሉ ከተፈጠረ የሚከተሉትን እርምጃዎች መውሰድ ነው።

- ንፁህ ጨርቅ በቀዝቃዛ ውሃ በመንከር የታመመው አካል ላይ ማስቀመጥ።
- ጨርቁ የሚንከርበት ፈላሽ የሚዘጋጅው ከተቻለ በቀዝቃዛ ውሃ 2 የሾርባ ማንዚያ ነጭ ኮምጣጤ በእንድ ሊትር ንጹህ ወይም የተፈለ ውሃ በመቀላቀል ነው።
- ቀስሉን ካፀዱ በኋላ የተገኘውን ፀረ-ተሃዋስያን ቅባት (ቲትራሳይክሊን ወይም ኬሚሊቲን) መቀባት።



- ♦ የተገኘው ቆዳ መዳን ሲጀምር ማዘጋጀት ሲያቆምና ለሰላሳ አዲስ ቆዳ ካበጀ የቀሰል ማድረቂያ ዱቄት በውሃ በጥብብ መቀባት።
- ♦ በደንብ ሲድን ቆዳው ሲወፍርና ሲነሳ እንዲህ፡፡ ንባት መታባት።

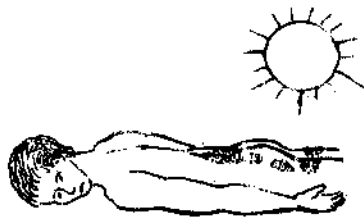
ደንብ ቁጥር 3

የታመመው የቆዳ ክፍል ለፀሐይ ጨረር የተጋለጠ ከሆነ ከፀሐይ ጨረር መጋረድ (መሸልጉ) ያስፈልጋል።



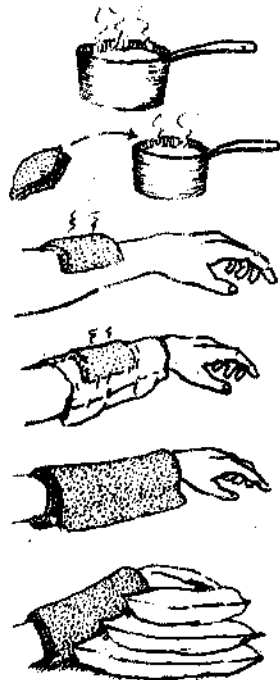
ደንብ ቁጥር 4

የታመመው የቆዳ ክፍል በልብስ የሸፈነ ከሆነ ለ20 ደቂቃ ያህል በቀን ወይም 3 ጊዜ በፀሐይ ጨረር ማመታት ያስፈልጋል።



ስላሳውቀት ህክምና መከተል የሚገቡን መመሪያዎች

1. ውሃ አፍልቶ ቆዳን የሚያቃጥል መሆኑን እጅን ነክሮ ማረጋገጥ።
2. ከታመመው የእካል ክፍል ሰፋ ያለ ቦታ የሚሸፍን ንፁህ ጨርቅ ውሃው ውስጥ በመንከር የሚንበረጠፈውን ውሃ ጨምቆ ማውጣት።
3. የተነከረውን ጨርቅ ከተመመው ቆዳ ላይ ማድረግ።
4. ሌላ ጨርቅ በላዩ ላይ መደረብና በሰስ ፕላስቲክ ወይም ይህን ቲፕ ማጣበቅ።
5. ሙቀቱ እንዳይወጣ ፎጣ በላዩ ላይ መጠምጠምና ማፈን።
6. ጨርቁ መቀዝቀዝ ሲጀምር አንደገና ሙቅ ውሃ ውስጥ ነክሮና ጨምቆ እንደ ነበረው ማሰር ያስፈልጋል።



7. የተጠመደውን የእካል ክፍል ትራስ ወይም ሌላ ጨርቅ በመደልደል ከፍ አድርጎ ማሳረፍ።

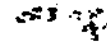
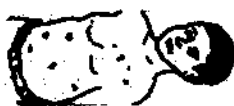
የቆዳ በሽታ መሰያ መመሪያ

ቆዳው ከዚህ በታች የተመለከቱት ምልክቶች ካለውና	ከዚህ በታች የሚመስል ከሆነ	ከዚህ በታች የተመለከተው የቆዳ ሕመም ሊኖረው ይችላል።
ብጉር የሚመስሉ ትናንሽ ሽፍታዎች	በጣም የሚያሳክክ በጣት ጣብቂያ ውስጥ ሚጋ ይሸፍታል	እኩክ
	አብዛኛውን ጊዜ ንፍሳት ከነክሱ በኋላ የሚጀምር ብጉር ወይም መግል የቋጠረ ሽፍታ። የሰውነት ዕጢዎችም ያብጣሉ።	የባክቴሪያ አንፈክሽን (መግል የቋጠረ ቁስል)
	ፊት ላይ ወይም በሌላ የእካል ክፍል የሚወጣና ትክክለኛ ቅርጽ የሌለው መግልና የመግል ቅርፊት ያለው ቁስል።	ቸፊ
	በወጣቶች ፊት ላይ ዱብ ዱብ ብሎ የሚወጣና አንዳንዴም በደረትና በወገብ ላይ የሚታይ መንፈስ ሊይዝ የሚችል ሽፍታ።	ብጉር፣ ጥቁር ነጠብጣብ
	የማያምና የማያሳክክ ብልት ላይ የሚወጣ ቁስል	ቂጥኝ (የምቡል)
ትልቅ የቆዳ ቁስል	ዕድሜያቸው በገፋ ሰዎች ቁርጭምጭሚ ትና የአግር ደም ሥር መግተርተር ባላቸው ሰዎች ላይ የሚታይ ተሎ የማይደገን ትልቅ ቁስል	ከደም መዘዋወር ድክመት ወይም ባስኳር በሽታ ጠንቅ የሚፈጠር ቁስል ሊሆን ይችላል።

ቆዳው ከዚህ በታች የተመለከቱት ምልክቶች ካለው	ከዚህ በታች የተመለከቱትን የሚመስል ከሆነ	ከዚህ በታች የተመለከተው የቆዳ ሕመም ሊኖረው ይችላል
	በሕመም ምክንያት የአልጋ ቁራኝ የሆነ ሰው ጎንጎ ያለ ወይም ደርባው ሊቆስል	ካለመገለጸ ምክንያት የተነሳ የሚደርስ የመኝታ ቀስል
	የሕመም ስሜት የሌለው የአጃፍ የአግር መቀስል (በመርፈሊ በወጋም እንኳን አያምም)	የሥጋ ደዌ በሽታ
የቆዳ ሥር እብጠት	የህመም ስሜትና ትኩሳት ያለው አንዳንድ ጊዜ ሊፈነዳ የሚችል እብጠት	መግል ወይም ብጉንጅ
	የሚያጠብቁ እናቶች ጡት ሲያብጥና የሕመም ስሜት ሊኖረው	የጡት ሕመም (የባዙቴርያ ኢንፌክሽን ወይም ካንሰር)
	በየጊዜው እያደገ የሚሄድ ሲጀምር የሕመም ስሜት የሌለው ዕብጠት	ካንሰር (የዕጢዎች ዕብጠትም ሊሆን ይችላል)
	በራስ! በአንገትና ከወገዝ በላይ ያለው የሰውነት ክፍል ላይ አንድ ወይም ከዚያ በላይ ቀስ ያለ አካላት እብጠት ሲታይ በጭንፍ በመሐል ሰውነት ላይ ሲወጣ ይችላል::	ረሽር ብላይንድነስ! የዕጢዎች ዕብጠትም ሊሆን ይችላል::
የዕጢዎች ዕብጠት	በአንገት ሥር የሚገኙ ዕጢዎች በየጊዜው እየበጡ በመፈነዳት ጠባሳ የሚፈጥሩ ከሆነ	የዕጢ ነቀርሳ
	በመላ ውስጥ የሚገኙ ዕጢዎች በየጊዜው እየበጡ በመፈነዳት ጠባሳ የሚፈጥሩ ከሆነ	ባምቡል የሚባል የአባሳዘር በሽታ

ቆዳው ከዚህ በታች የተመለከቱት ምልክቶች ካለው	ከዚህ በታች የተመለከቱትን የሚመስል ከሆነ	ከዚህ በታች የተመለከተው የቆዳ ሕመም ሊኖረው ይችላል
	በአርጉዝ ሊቶች ግንባርና ጉንጭ ላይ የሚወጣ የቆዳ መጥቀር	ማዲያት
ሰፊ ያለ የቆዳ ተለዋጭ መለወጥ	የክንድሪ የአግር የአንገትና የፊት ላይ ቆዳ መንቃትና በፀሐይ የተጠበሰ የሚመስል የሚቀረፍ ቆዳ	ፒላግራ በምግብ ጉድለት የምክንያት የሚመጣ የቆዳ በሽታ
ወቀር ያለ	የአጃፍ አግር አብጠትና መዳለፍ እንዲሁም ሐምራዊ ነጠብጣብ መታየት	የበቲና የተመጣጠነ ምግብ ጉድለት
	ከዛ ወይም ትርጽ የሌለው በአጃፍ ፊት ወይም ሰውነት ላይ የሚታይ ነጣ ያለ የቆዳ ለውጥ	ጽቁጽ
	በተለይም በአጃፍ በአግርና በክንፈር ላይ የሚወጣ የቆዳ መንጣት	የቆዳው ለውጥ በቀይ ወይም ሰማያዊ በሚመስል ብጉንጭ የሚመረ እንደ ሆነ ፒንታ ይሆናል! የቆዳው ለውጥ ያለምንም ያልከት የሚመረ እንደሆነ ለምፅ ነው
ነጭ (ነጣ ያለ)	በአጃፍ ጉንጭ! ጽንዳና ክርን ላይ ቀለ ያለ ወይም ውሃ የጽጠረ ሽፍታ ከወጣ	ውሃ የጽጠረ ቀስል (ሊክሊማ)
ቀለ ያለ ወይም ለመድማ መልክ	የትኩሳት! የሕመም ስሜት! የትኩሳት ያልከት ኖርት በአጭር ጊዜ ውስጥ የሚለፋፋ የቆዳ ለውጥ	ኢሪስፒላ (በክፍ የባዙቴርያ ኢንፌክሽን)
	በአጃፍ ጉንጭ ውስጥ የሚታይ የቆዳ መታየትና ሽፍታ	ክሽንትና ተቃማት መታየት የሚመጣ የቆዳ መታየት

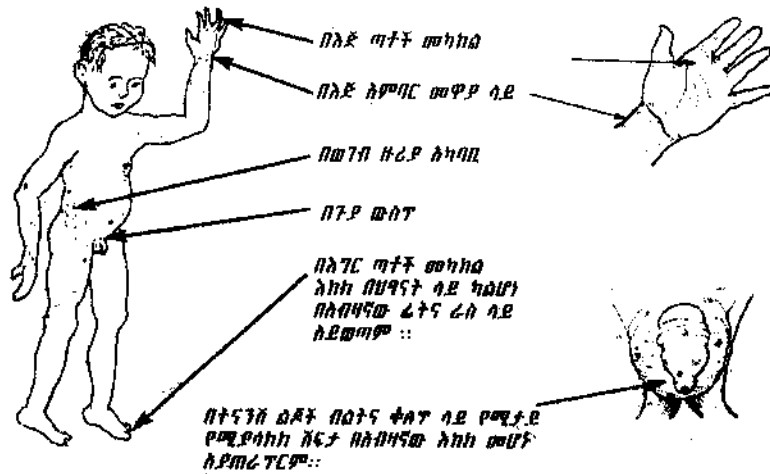
ቆዳው ከዚህ በታች የተመለከቱት ምልክቶች ካለውና	ከዚህ በታች የተመለከቱትን የሚመስል ከሆነ	ከዚህ በታች የተመለከተው የቆዳ ሕመም ሊኖረው ይችላል
	ቀይ ሥጋ የሚመስልና ነጭ ንጠብጣብ የሚታይበት እንዲሁም በሥጋ መታጠፊያ ጣብቂዎች የወተት ስለሌላበት የመሰለ የቆዳ ገልፋሬ ካለው	 ሞኒሊያሲስ ወይም ይስት የተባለው የዘረንጉዳይ ዝርያ ኢንፌክሽን ሊሆን ይችላል
	ቀለ የሰ ወይም አመድ-ጎ ይሆናል።	 ሶርያሊስ
የቆዳ ኢንታርት	እነሰተኛ የሆነ ኢንታርት በአድ መዳፍ ወይም በአገር ላይ የሚወጣ ተፈት ኢንታርት፤ መጠኑ ከአንድ ሴንቲ ሜትር በላይ ሊሆን	 በቫይረስ ሕዋስ የሚመጣ ቀስል ኢንታርት  የቆዳ ነቀርሳ ዓይነት
ከባ የቆዳ ሸታ (ዳርዳሩ የተላኘ ወፍራም ሆኖ መሰለ ገን ምንም ዓይነት ለውጥ የማይታይበት ሽፍታ)	በተለየበት መልኩ ዙሪያ ከባ ሆኖ እየሰፋ የሚሂድ የሚሳከክ ስሜት ያለው የቆዳ ለውጥ	 ዳቶ
	ዙሪያ ከባና ዳር ዶሩ ወፍራም ሆኖ የሚሳከክ ስሜት የሌለው ሽፍታ	 ውርዶ
	በጆር ገንደ፤ በአፍንጫ ወይም በአንገት ላይ የሚወጣ እንደቀለበት ከባ የሆነና እንዳንድ ጊዜ መሰላራ የጉደጉደ ብጉር መላይ ሽፍታ	 የቆዳ ካንሰር
 ለዝር ወይም መጉረብረብ	በጣም የሚያሳከክ የቆዳ ሽፍታ (በአጭር ጊዜ ውስጥ ሊጠፋ ይችላል)	 የሰውነት መቆጣት (ለአርዲ)

ቆዳው ከዚህ በታች የተመለከቱት ምልክቶች ካለውና	ከዚህ በታች የተመለከቱትን የሚመስል ከሆነ	ከዚህ በታች የተመለከተው ሕመም ሊኖረው ይችላል።
የሚያሳክ በጣም የሚያሳክክ ጉብ ጉብ ያለ ሽፍታ	 	በንክኪ ምክንያት የሚከሰት የቆዳ ሽፍታ (በመርዘኛ ዕጽዋት እንደሚሆን በመሳሰሉት እጽዋት መነካት።)
ትኩሳት የሚያስከትል በመላ ሰውነት ላይ የሚወጣ ውሃ ፈሳሽ የሚቋጥር ሽፍታ	 	ጉድፍ
አብዛኛውን ጊዜ በግማሽ የሰውነት ክፍል በመስመር የሚወጣ ከፍተኛ የሕመም (ጋጣ) የሚያስከትል ውሃ የቋጠረ ሽፍታ	 	ኸርጥስ ጸስተር
መልኩ ጥቁር ወይም ገራጫ የሚመስል መጥፎ ጠረን ያለው አየር የሚቋጥር በፍጥነት የሚ ሰራጭ ቀስል		ጋዝ ጋንግሪን ከባድ የባክቴርያ ኢንፌክሽን
በጣም በታመሙ ልጆች ለውነት ላይ በሙሉ ተሰራጭቶ የሚታይ ቀይ ንጠብጣብ የሚመስል ሽፍታ	 	ከፍኝ
በጣም በታመሙ ገለሰዝ ላይ ሃምረኛ የሚመስሉና በመላ ሰውነት ላይ የሚወጡ ሽፍታዎች		የእንደት ተሰቦ

እከክ

እነዚህ አብዛኛውን ጊዜ ልጆችን ያጠቃል። በጣም የሚያሳክክ ትናንሽ ሽፍታ በጣ ላይ ያወጣል። በሽፍታዎቹ መካከል ትናንሽ የቀስል ቅርፊቶች ይኖራሉ።

እከከ በሚከተሉት ቦታዎች ላይ ጉዕት ይታያል



የእከከ መንስሊዎች ትናንሽ መሽገር ወይም የመጻሊ ቁጥጫ የሚመስሉ ነፃሳት ናቸው። እነዚህ ነፃሳት ቆዳን ስርስረው በመግባት ጉዳት ያደርሳሉ። እከከ ያለበትን ሰው የሰውነት ክፍል ወይም ልብሱንና መኝታውን በመገኘት ይጋላል። በእከከ ሕመም ሦስንያት በሚደረግ ማከከ ወይም መፈተግ ምክንያት ቆዳ ያለአግባብ ስለሚላጥና ስለሚቀስል ኢንፈክሽን ያመጣል። ከዚያም ይቆስልና መግል ይይዛል። አንዳንድ ጊዜም የዕጢዎች እብጠትና ትኩሳት ይኖራል።

ህክምና

- አንድ የቤተሰብ አባል እከከ ከያዘው መላ ቤተሰቡ መታከም አለበት።
- የግል ንፅህናን በመጠበቅ እከከን መከላከል ይቻላል።
- የቀንና የሌሊት ልብሶችን ፀሐይ ላይ ማስጣት አስፈላጊ ነው።
- በየጊዜው ገላን በሳሙናና ለብ ባለ ውሃ መታጠብና ልብስን መቀየር፣ የጣት ጥፍሮችን በአጭር መቀረጥ ያስፈልጋል።
- ቤግዚል ቤግዘዩት ፈላሽ ከፊት በስተቀር መላ ሰውነትን በመቀባት ፈላሽ እንዲደርት አድርጎ ለ24 ሠዓት መተው።
- በሚቀጥለው ቀን ቅባት በመቀባት ለ24 ሰዓት መድገም።
- ህክምናውን ካደረጉ በኋላ ገፅህ ልብስ ለብሰው ገፅህ መኝታ ላይ መተኛት።

ቤግዚል ቤግዘዩት ካልተገኘ የሚከተለውን አማራጭ ይጠቀሙ።

- አንድ እጅ ሊገደን (ምዕራፍ 24) ከ15 እጅ የገላ ዘይት ጋር መቀላቀል። ይህ ዘይት እንደተጠቀሰው ከታጠቡ በኋላ መቀባት። በሚቀጥለው ቀን መሉ ለመሉ መታጠብ። ከአንድ ዓምንት በኋላ መድገም። ሊገደን መርዛም

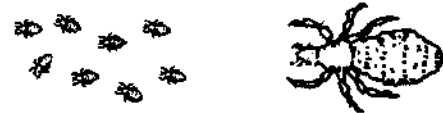
ስለሆነ ለትናንሽ ልጆች፣ ለእናቶች፣ ለነፍሰጡርች ወይም ለሚያጠቡ መጠቀም አይገባም።

- አራት ጠብታ የሊንደን ፈላሽ ከሉሚ ጋር በመቀላቀል ለ5 ደቂቃ እንዲብላላ በመተው ከፊት በስተቀር ሰውነትን በሉሚ ማሸት።



- ሞናስልፊም ከሚባል ንጥረ ነገር የተሠራ ቴትሞሳል ሳሙና እንደ ቤግዚል ቤግዘዩት በመቀባት አረፋው በሰውነት ላይ እንዲደርት ማድረግ። በሚቀጥለው ቀን መታጠብና አንድ ወይም ሁለት ጊዜ መድገም። እንደማንኛውም ሳሙና ሁሉም የቤተሰቡ አባል በሳሙናው መጠቀም ይችላል።
- ድኝ (ስልፈር) ከስብ ወይም ከቅባት ጋር በማደባለቅ አዘጋጅቶ መቀባት ይረዳል።

ቅማል



የራስና የሰውነት ቅማል ሲናከስ፣ ከፍተኛ ማሳከክ፣ የቆዳ ቁስል የዕጢዎች ዕብጠት ያስከትላል። ቅማልን ለማጥፋት የግል ንፅህናን መጠበቅ ያስፈልጋል። ብርድ ልብስ፣ አንሳ፣ ፍራሽና ትራስን ሁልጊዜ ፀሐይ ላይ ማስጣት ይገባል። ፀጉርንና ገላን አዘውትሮ መታጠብ ቅማልን ይከላከላል። በልጆች ላይ ቅማል ከታየ ፀጉራቸውን መላጪትና ልብሶቻቸውንም ደህና አድርጎ በሚጠብ ፀሐይ ላይ ማስጣት ጥሩ ነው። ከተቻለ ቅማል ያለበት ልጅ ተገቢው ህክምና ተደርጎለት ነጻ እስኪሆን ድረስ ከሌሎች ጋር አንዳይተኛ ማድረግ ይገባል። ቅማል ግርሽንና ተስቦን የሚያስተላልፍ ተባይ ነው። ሁለቱም በሽታዎች በኢትዮጵያ ውስጥ በስፋት ይታያሉ።

ህክምና

- ፀጉርን በማገባ መታጠብ ቅማልን ይከላከላል። ፔርሜትሪን ቅባት ተቀብቶ ለ10 ደቂቃ ከቆዩ በኋላ ማለቅለቅ።
- እንደ አማራጭ የሊንደን ሻምፖ ከውሃና ከሳሙና ማዘጋጀት (አንድ እጅ ሊገደን ከ10 እጅ ውሃ ጋር)። ለዓይን ጥንቃቄ በማድረግ ፀጉርን መታጠብ። አረፋውን ለ15 ደቂቃ በመተው በገፁ ውሃ አለቅልቆ ከሳምንት በኋላ መድገም።



• የቅማልን ቅጫም ለማጥፋት ከምጣጤ የተጨመረበት ሙቅ ውሃ በማራስ በቀጭን ማበጠሪያ (ሚዶ) ማበጠር ያስፈልጋል።

ትጊን



ትጊን በፍራሽ፣ በአልጋ፣ በቤት እቃዎችና በግድግዳ ውስጥ ተደብቆና ተሰግስጦ የሚኖር ነው። የሚናከሰው ምሽት ላይ ነው። የትጊን የንክሻ ምልክቶች አንድ ላይና በመስመር ይታያሉ። ትጊንን ለማጥፋት አልጋን በፊላ ውሃ ማጠብ ይጠቅማል።



የተፈጨ ድኝ በፍራሽ፣ በጨርቆችና በምንጣፎች ላይ በመነስነስ ለ3 ሣምንት ያህል ያስመጠቀም፤ ከመጠቀም በፊት ዱቄቱን ማራገፍ። የአልጋ ልብሶችን፣ ምንጣፎችንና አልጋዎችን ፀሐይ ላይ ማስጣት።

መኸገር

መኸገር በቆዳ ላይ ተጣብቆ ሲገኝ የነከሰበት ራሱ ተቆጣጦ እንዳይቀርና ቁስል እንዳይፈጥር ጥንቃቄ ማድረግ ይገባል። መኸገሩን በእጅ ለመንቅል ከመምከር ይልቅ ራሱ ለቆ እንዲሄድ ማድረግ ይመረጣል።

ራሱ ለቆ እንዲሄድ ለማድረግ በትንሽ አልኮል ወይም በአሳት ትርኢት ማቃጠል ይቻላል። ሆኖም በቆዳ ላይ ጉዳት እንዳይደርስ ጥንቃቄ ማድረግ ያስፈልጋል።



በመኸገርና በሙጀል ላለመነከስ ወደሜዳ ከመሄድ በፊት የድኝ ዱቄት ሰውነት ላይ መርጨት። በተለይም ቁርጭምጭሚትን፣ አጅን፣ ወገብንና ብብቶችን መርጨት።

ሙጀል

ባዶ እግራቸውን አሸዋማ አፈር ላይ የሚሄዱ ሰዎች ጣቶች ውስጥ ሙጀል ሊገባ ይችላል። ይህ የሚሆነው ትንሽ ቁንጫ እግር ሰርስራ ገብታ እንቁላን ስትጥል ነው። ከዚህ በጎላ ነጭ የሚያሳክ አብጠት ይፈጠራል። መርፈ አገሉ ከበረደ በጎላ ቁንጫውን በሙሉ ማውጣት። መያዣው ከፈረ ሰና እንቁላሎቹ ከተበተኑ እንደገና ይራቡና ተጨማሪ ችግር ያስከትላሉ።

የቱምቡ ዝንብ

ይህ ዝንብ ቤት ውስጥ ከሚታይ ከማንኛውም ዝንብ ጋር የሚመሳሰል ሊሆን፣ ለህግ ልጅ ለናት ላይ እንቁላሉን ይጥላል። ከእንቁላሉ የሚለለፈው ዕጭም ቶጃን ሰርስር ያድግና እባጭ ይመስላል።

ህክምናው ተላል ነው። የአብጠቱን ጫፍ ቫዝሊን መቀባት። በዚህን ጊዜ እጩ መተንፈስ ስለማይቻል ለመውጣት ይገደዳል። ቁስሉን አዕድቶ ጂሺ መቀባት ይጠቅማል።

መግል የሚቋጥረ ትናንሽ ቁስሎች

መግል የሚቋጥሩ ቁስሎች የሚፈጠሩት በቆሻሻ ጥፍሮች ቆዳን በማነክ፣ በነፍሳት ንክሻ ወይም ሌሎችንም የሚቆጠቁጡ አካባቢዎችን በማነክ ነው።

ህክምናና የመከላከያ ዘዴ

• ቁስሉን በሳሙናና ፈልቶ በረድ ባለ ውሃ እየዘፈዘፉ ማጠብ፤ ቅርፊቱን ቀስ ብሎ ማንሳት። መግሉ እስኪጠፋ ድረስ በየቀኑ ማጠብ ያስፈልጋል።

• ሰፋፊ ቁስሎችን በንጹህ ጨርቅ በመሸፈን ዘወትር እየለዋወጡ ማከም፤ ትናንሽ ቁስሎች በቂ እየር እንዲያገኙ መሸፈን የለባቸውም።



• ቁስሉ አካባቢ ያለው ቆዳ ካበጠና ካተኮሰ ወይም ግለሰቡ ትኩሳት ኖሮት ዕጢዎቹ ካበጡ የፕሊሲሊን እንክብል ወይም ስልፋ እንክብል መስጠት ያስፈልጋል።

• በተቻለ መጠን ቁስሉን ከማከክ መቆጠብ ያስፈልጋል። ቁስሉን ማከክ ወደሌላው የሰውነት ክፍል እንዲሰፋፋ ያደርገዋል። የህፃናትን ጥፍሮች በአጭሩ መቁረጥ ወይም ንጉት አለያም ካልሰ በእጃቸው ማጥለቅ።

• የቆዳ ቁስል ወይም ሌላ ዓይነት ኢንፌክሽን ያለው ልጅ ከሌሎች ልጆች ጋር እንዳይጫወት ወይም እንዳይተኛ ማድረግ።

ኢምፔቲን

ችፌ በፍጥነት የሚራባ፣ የሚያበረቀርቅ ቢጫ ቅርፊት ያለው የባክቴርያ ኢንፌክሽን ነው። አብዛኛውን ጊዜ በልጆች ፊትና በተለይም በአፍና በአፍንጫቸው አካባቢ ይወጣል። ህመሙ ከአንድ ሰው ወደሌላው በቀላሉ ይተላለፋል። አብዛኛውን ጊዜ በማከክ ሊበራከት ይችላል።



ህክምና

- ቁስሉን ፈልቶ በረድ ባለ ውሃና ሳሙና ሙልጭ እድርን ማጠብ።
- ከዚያም ቁስሉን ጂሺ የተባለውን የቁስል መድሃኒት፤ ወይም ፀረተሃዋ ስያን የቆዳ ቅባት (ፖሊስፖሪን የመሳሰሉትን) መቀባት ያስፈልጋል።
- ኢንፌክሽኑ በብዙ ቦታ ከተሰራጨ ወይም ትኩሳት ካስነተለ የፕሊሲሊን ኪኒን ወይም ኤሪትሮማይሲን ወይም ኮትራይምካሳዞል መስጠት ይቻላል።

የመከላከያ ዘዴ

- የግል ንጽህናን መጠበቅ። ልጆች ገላቸውን በየዕለቱ መታጠብ አለባቸው። ትጊንና ዝንብ እንዳያስቸግራቸው መከላከል ያስፈልጋል። እከክ የያዘውን ልጅ በአስቸኳይ እንዲታከም ማድረግ ጠቃሚ ነው።
- ችፌ የያዘው ልጅ ከሌሎች ልጆች ጋር መጫወትም ሆነ መተኛት የለበትም። የበሽታው የመጀመሪያ ምልክት እንደታየ ህክምና መጀመር አለበት።

ብጉንጅና አባጥ

አባጭ በቆዳ ስር የመገል ክረጢት በመፍጠር የሚጥር የቁስል መመርቀዝ ነው። በሽታው አንዳንድ ጊዜ በቆዳ መውጋት በሚፈጠር ቁስል ወይም በቆሻሻ መርፌ በመውጋት ሊመጣ ይችላል። አባጭ ዘፍተኛ የሀመም ስሜትን ከማስከተሉም በላይ የቁስሉ አካባቢ የሚያተኩስና መልኩም ቀይ ይሆናል። አባጭ ከብዙ ቀናት በኋላ በራሱ ፈንድቶ መግሉ ሲፈስ እፎይታን ይሰጣል። ከሀመሙ ቶሎ ለመዳን ግን እባጩን ማፍረጥ ወይም በመርፌ መምጣጥ ይቻላል። ከተቻለ የህክምና እርዳታ ማግኘት ያስፈልጋል።



ብጉንጅ ከቆዳ ሀጥር ስር የሚፈጠር አብጠት ነው። ቆዳው አጭር የሚጠ ዘጥዝ ሀመም አለው።

ህክምና

- ብጉንጅ በመቶ ውሃ በተነከረ ጨርቅ መሸፈን አለበት። ይህ ዕርዳታ በቀን ብዙ ጊዜ ተደጋግሞ መደረግ አለበት (ገጽ 302)።
- ብጉንጅ ራሱ ሲበስል ይፈርጣል። ከፈረጠ በኋላ በመቶ ውሃ በተነከረ ጨርቅ መሸፈንን ያለማቋረጥ ነው። ቁስሉ ወደሌላው የቆዳ አካል እንዳይሻመት መግሉ በራሱ እንዲፈስ መተው እንዲሁ በኃይል እየተጫኑ ማፍረጥ አይገባም።
- ብጉንጅ አልፈርጥ ብሎ የሕመም ስቃይ ካስከተለ ኤክትዩል የተባለ ቁስል የሚያፈርጥ ጥቁር ቅባት በመጠቀም መሸፈን ይገባል።
- በብጉንጅ ምክንያት ዕጢዎች ካበጡ፣ ወይም ትኩሳት ከተነሳ የፔኒሲስን እንክብል ወይም ኤሪትሮማይሲን ወይም ሌሎች ሀረጥዎችን መድሃኒቶችን መጠቀም ይቻላል።

የቆዳ አሰርጂ (የሚያሳክክ፣ የሚገረበረብ ወይም የሚያብጥ ሽፍታ)

ለውነትን የሚያስቆጣ ነገር በመንካት፣ በመርፌ በመውጋት፣ በመብላትና በማሽተት የለውነት ማሳካት ሽፍታ፣ መገረብረብና ማዘገግ ሊደርስ ይችላል። የሚገረበረብ ሽፍታ በቆዳ ላይ የሚታይ እብጠትና ነጠብጣብ ሲሆን፣ ከገብ ዝነሻ ጋር የሚመሳሰል ልካ ዘፍተኛ የማሳካት ስሜት የሚያስከትል ነው። ሽፍታው አንድ ጊዜ የሚታይና ወዲያው የሚጠፋ እንዲሁም ከቆታ በታ ተተያይሮ የመውጣት ጣሪ አለው። ሁሉም ያላካዳም። ሽፍታው እንደመረ ወዲያው ወፍቶ ሊመለስ ይችላል። በታ ሊተያይሮ ይችላል።

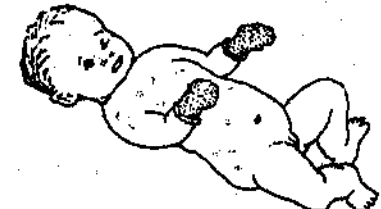


እንደ ፔኒሲስን፣ የአባብ መርዝ ማርከሻ መርፌ ከተውጡ በኋላ ሊከተል የሚችለውን ሁኔታ በቅድሚያ ጠንቅቆ ማወቅ ያስፈልጋል። ሽፍታ ወይም መገረብረብ መድሃኒት ከተውጡ ከጥቂት ደቂቃዎች በኋላ እስከ 10 ቀን ድረስ ባለው ጊዜ ውስጥ ሊከሰት ይችላል።

መድሃኒት ከተወሰደ ወይም ከተሰጠ በኋላ የማሳክክ ስሜት፣ የሰውነት መገረብረብና ማንኛውም አይነት የቆዳ አሰርጂ ካጋጠመ መድሃኒቱን ማቋረጥና ለወደፊቱም ይህን መድሃኒት በፍጹም መውሰድ አይገባም። ስለአሰርጂክ ሾክ (ራስን መሳት፣ ገጽ 126) መመልከት ይጠቅማል።

ህክምና

- ገላን በተዘቃዛ ውሃ መታጠብ ወይም በረዶ ባለው ውሃ በተነከረ ጨርቅ መሸፈን ጥሩ ነው።
- አጃ የተቀቀለበት ውሃ አቀዝቅዞና በንጹህ ጨርቅ ነክሮ የተገዳውን ክፍል መሸፈን ይረዳል። አጃ የተቀቀለበት ውሃ ባይኖር መቶ አመቆና አቀዝቅዞ መቀባት ሌላው አማራጭ ነው።
- ማሳክኩ በጣም የሚያስቃይ ከሆነ ፀረ አሰርጂ የሆኑ አንቴሄስታሚን (ለምሳሌ፣ ክሎርፌኒራሚን) መስጠት ይቻላል።



- ሀፃናት ገላቸውን በኃይል በማክክ እንዳያቀሰሉት የጣታቸውን ጥፍሮች በአጭር በመቆረጥ ወይም የአጅ ጓንቶች፣ አለያም ካልሲዎች እጃቸውን በማልበስ ችግሩን መከላከል ያስችላል።

ቆዳን የሚያሳክኩና የሚያቃጥሱ ዕፅዋት፣ ነፍሳትና ሌሎች ነገሮች

አንዳንድ መርዞች ዕፅዋት ቆዳን ሲነኩ ከባድ የማሳክክ፣ የማቃጠል፣ የማሳበጥና የማቆላል ችግሮችን ያስከትላሉ። በአገራችን የሰማ ቅጠል ተመሳሳይ ችግር እንደሚያደርስ ይታወቃል። የአባጩን ፀጉርና ከለውነቱ የሚወጣው ፈሳሽ ቆዳን ሲነካ ተመሳሳይ ችግር ያስከትላል።



የአሰርጂ ስሜት ያለባቸው ሰዎች ለቆዳቸው የማይለማማ ነገር ሲነካቸው ሽፍታ፣ ማሳክከና ሳንበር የመሰለ የቆዳ መገረብረብ ይወጣቸዋል። የሳስቲክ ቦት ጫማ፣ የሰዓት ማሰራ፣ የደር ጉትቻና ሌሎችም

መድሃኒቶች፤ የፊት ትባቶች፤ ሽቶ ወይም ሳሙና እንደዚህ ዓይነት ችግር ሊያስከትሉ ይችላሉ።

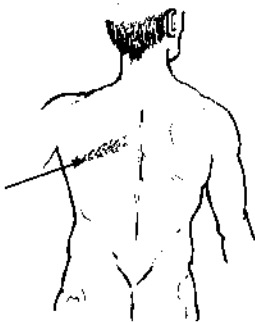
መከላከያና ህክምና

እንደ ግለሰብ የማይስማሙትን ነገሮች አውቆ ካስወገደና ቆዳውን ካልነኩት እነዚህ የማላክክ ስሜቶች በራሳቸው ይጠፋሉ። በአጃ ሙቅ ወይም አጃ በተቀቀለበት ውሃ መታጀል ማላክኩን ያስተዋል። አስፒሪንና አንቲሂስታሚን መጠቀም ይቻላል። ህመሙ ከባለ ኮርቲዞን ወይም ኮርቲኮስቲሮይድ ያለበት ክፊም መጠቀም ይቻላል።

አልማዝ ባለጭራ (ኸርፕስ ዞስተር ወይም ሺንግልስ)

ምልክቶች

በግማሽ የሰውነት ክፍል ላይ በድንገት የሚወጣ ሽፍታ ኸርፕስ ዞስተር ወይም (ሺንግልስ) ይባላል። በአገራችን አባባሉ ሳይንሳዊ መሠረት ባይኖረውም ከቅርብ ጊዜ ወዲህ ይህ ሽፍታ አልማዝ ባለጭራ በመባል ይታወቃል። ሽፍታው ውሃ ቋጥሮ በጣም ያማል። አብዛኛውን ጊዜ በጀርባ፣ በማጅራት፣ በደረት ወይም በፊት ላይ ይወጣል። ሽፍታው ለ2 ወይም ለ3 ሳምንታት ከቆየ በኋላ በራሱ ይጠፋል። አንዳንድ ጊዜ ሽፍታው ከጠፋ በኋላ ህመሙ ሊቆይ ወይም መልሶ ሊመጣ ይችላል።



የአልማዝ ባለጭራ በሽታ ዋና መንስኤ ጉድፍን የሚያስከትለው ቫይረስ ነው። በሽታውም ከዚህ በፊት ጉድፍ የነበረባቸውን ሰዎች ያጠቃል። ሆኖም እደገኛ አይደለም። ምናልባት እንደ ካንሰር ወይም ኤድስ የመሳሰሉ አደገኛ በሽታዎች የማስጠንቀቂያ ምልክት ሊሆንም ይችላል።

ህክምና

- ህመምተኛው የለበሰው ልብስ አየነካካ እንዲቆስለው ሽፍታው የወጣበትን ስፍራ በስላ በንፁህ ፋሻ መሸፈን አስፈላጊ ነው።
- ህመሙን ለማስታገስ አስፒሪን ወይም ፓናዶል መውሰድ ይጠቅማል። (ፀረተሃዋስያን መድሃኒቶች አይጠቅሙም።)

የዘረንጉዳይ (የፈንገስ ሕመሞች)

የፈንገስ ኢንፌክሽን በየትኛውም የሰውነት ክፍል ላይ ይወጣል። ነገር ግን በሚከተሉት ቦታዎች በስፋት ይታያል።

ቀረቆር (በራስ ላይ የሚወጣ)



ፀጉር በልበት አካባቢ የሚወጣ (ፕሮት) ወይም ቋቋታ



በእግር ጣቶች ጣብቂያ የሚወጣ (ፊቅ)



በብስክት አካባቢ የሚወጣ



አብዛኛዎቹ የፈንገስ ዓይቶች እንደቀለበት ክብ ሰርተው ይታያሉ። ብዙውን ጊዜ በራስ ቅል ላይ የሚታየው ቀረቆር በክብ ቅርጽ ነጭ ቅርፊት ፈጥሮ ፀጉርን ይመልጣል። ፈንገሱ የጣት ጥፍሮችን ሲያጠቃ ጥፍሮችን ወፍራምና ቅርፀቢስ ያደርጋል።

ህክምና

- ፈንገሱ የሚታይበትን አካባቢ በየቀኑ በውሃና በሳሙና ማጠብ።
- በተቻለ መጠን ፈንገስ የወጣበት አካባቢ በሚገባ ከታጠበ በኋላ በደንብ እንዲደርቅ፣ ለአየርና ለፀሐይ ብርሃን በደንብ ተጋልጦ እንዲኖፈስ ማድረግ ያስፈልጋል። የውስጥ ልብስን፣ ካልሲን በንጽህና መያዝና ሲያልብ ቀይሮ መልበስ።
- ከድኃና ከስብ ተቀላቅሎ የተዘጋጀ ቅባት መቀባት ይጠቅማል (እንደ እጅ ድኃ ከአሥር እጅ ስብ ጋር በመቀላቀል ቅባቱን ማዘጋጀት ይቻላል)።
- በእጅና በእግር ጣት እንዲሁም በብሽሽት አካባቢ ለሚወጣ ፈንገስ ሳሊሲሊክ ወይም አንዲሳይሲኒክ አሲድ ያለባቸው ክፊሞች ያድናሉ። ሚክናዞል ቅባት መድሃኒት ከተገኘ ፍቱን መድሃኒት ነው።
- ይህን ዘዴ ተጠቅሞ ማዳን ካልተቻለ ግሪስዮፋልቪን የተባለውን ፍሬ 250 ሚ.ግ መስጠት ይቻላል። ኢንፌክሽኑን ለመቆጣጠር መድሃኒቱ ለብዙ ሳምንታት ወይም ወራት መወሰድ ይኖርበታል።

- ብዙውን ጊዜ ልጆች ሲያድጉ (ከ11-14 ዓመት ሲሆናቸው) በራስ ቅላቸው ላይ ያለው ቀረ ቆር በራሱ ይጠፋል። መግል ለያዘና ላበጠ የራስ ቅል ጨርቅ በሙቅ ውሃ ነክሮ በመጫን ማከም ይቻላል (ገጽ 302)። የተበከ ሰው አካባቢ የሚገኘውን ፀጉር ማስወገድ ይገባል። ከተቻለ ግሪስዮፋልቪን መጠቀም ያስፈልጋል።



የመከላከያ ዘዴዎች

ጭርትና ሌሎችም የፈንገስ ኢንፌክሽኖች ተላላፊ ናቸው። ከአንዱ ሰው ወደሌላው እንዳይዛመቱ ለማድረግ የሚከተሉትን ማድረግ ይበጃል።

- ◆ ጭርት፣ ቀረቀርና ሌላም የፈንገስ ኢንፌክሽን ያለበትን ሰው ከሌሎች ጋር እንዳይታይ ማድረግ።
- ◆ ልጆች ከፈንገስ ነጻ ካልሆኑ በስተቀር ልብሳቸውን ተቀያይረው እንዳይለብሱና በአንድ ሚዶ እንዳይጠቀሙ መከላከል።
- ◆ ለታመመ ግለሰብ አስፈላጊውን የማያዳግም ሕክምና መስጠት።

ቋቋቻ

በአንገት፣ በደረትና በጀርባ ላይ የሚወጣ የተወሰነ ቅርፅ የሌለው ጠቆርና ነጣ ያለ ነጠብጣብ ቋቋቻ ሊሆን ይችላል። በአብዛኛው ጊዜ አያሳክም። ያን ያህልም የጤና ችግር አይፈጥርም።



ህክምና

- የድኝ ቅባት በማዘጋጀት (አንድ እጅ ድኝ ከ10 እጅ ስብ ጋር በመደባለቅ) በወጣበት ስፍራ ሁሉ እስኪጠፋ ድረስ በየቀኑ መቀባት።
- ሰድሮም ታዋሰልፌት የተባለው መድሃኒት የተሻለ ነው። አንድ የሾርባ ማንኪያ ታዋሰልፌት በአንድ ብርጭቆ ውሃ ከበጠበጡ በኋላ ቆዳውን መቀባትና ከዚያም በኋላ ከምጣጤ በጥጥ እያራሱ ማሸት።
- ቋቋቸው እንዳያገረሽ ካስፈለገ ህክምናውን በሁለት ሳምንቱ መድገም ያስፈልጋል።
- ጋይትፊልድ ቅባት ወይም ሲሊኒዩም ሰልፋይድ መጠቀም ይቻላል። መድሃኒቱን ከተቀቡ በኋላ ከተቻለ በየቀኑ አለያም በሳምንት አንድ ጊዜ መታጠብ ያስፈልጋል።



በልጅ አገጭ ወይም አንገት ላይ የሚወጣ ቋቋቻ ከስጋ ደዌ በሽታ የመጀመሪያ ምልክቶች ጋር ሊመሳሰል ይችላል። ከላይ የተጠቀሱት ህክምናዎች ውጤታማ ካልሆኑ ስጋትን ለማስወገድ ልጁን ወደጤና ድርጅት መውሰድ ያስፈልጋል። የስጋ ደዌ በግልፅ እስኪታወቅ ወራት ወይም አመታትን ሊወስድ ይችላል (ገጽ 291)።

ለምፅ

የአንዳንድ ሰዎች ቆዳ የተፈጥሮ ቀለሙን ሲለቅና ሙሉ ለሙሉ በነጭ ነጠብጣቦች ሲሸፈን ለምፅ ያወጣል። ለምፅ አብዛኛውን ጊዜ በእጅ፣ በአግር፣ በፊት፣ በመቀመጫና በብልቶች አካባቢ በይበልጥ ይታያል። የቆዳ ቀለም መልቀቅ በመሰረቱ በሽታ አይደለም። የስጋ ደዌ ምልክትም አይደለም። ለምፅ በእድሜ ገፍተው ከሸበቱ ሰዎች ነጭ ፀጉር ጋር የሚመሳሰል ሲሆን፣ እንደ በሽታ የሚቆጠር አይደለም። ነገር ግን ለምፅ ያለበት ሰው ሊሸማቀቅ ይችላል። ለምፁ ፊት ላይ ከሆነ የወጣው ዘመናዊ ማስዋቢያ ቅባቶችን መጠቀም ይቻላል። ለምፁን ፈጽሞ የሚያድን ፍቱን መድሃኒት የለም። አንዳንድ ጊዜ ቆዳው በራሱ የተፈጥሮ መልኩን ይይዛል።

ቆዳን የሚያነጠ (የሚያክገረጉረ) ሴቶች ምክንያቶች

አንዳንድ በሽታዎች ልክ እንደ ለምጽ የቆዳን ቀለም ያስለቅቃሉ። ለምሳሌ እንደ ቂጥኝ፣ የስጋ ደዌ በሽታ፣ ኩፍኝ፣ እንደ አንኮሲርኮርያሲስ (ዓይነትውርነትን የሚያስከትል የጥገኛ ትል በሽታ)፣ የእሳት ቃጠሉና የመሳሰሉት የቆዳን የተፈጥሮ ቀለም በማስለቀቅ የቆዳ መክገርገር ሊፈጥሩ ይችላሉ። ማንኛውም በቆዳ ላይ ነጣ ብሎ የሚታይና በመርፌ ሲወጋ ስሜት የማይሰጥ የሚደነዝዝ የስጋ ደዌ በሽታ ሊሆን ይችላል። እንደ ቋቋቻ ያሉ በሽታዎችም ነጭ የቆዳ ነጠብጣብ ሊያስከትሉ ይችላሉ።



ሙሉ ወይም ከፊስ የቆዳና የፀጉር ንጣት

ዕድሜአቸው ከዘጠኝ ወራት እስከ ሁለት ዓመት የሚደርሱ ህፃናት የቆዳ ችግር የሚደርስባቸው ኩሽሮኮር በተባለ የተመጣጠነ ምግብ ዕጥረት ነው። የቆዳ ችግር የሚያመጣ ሌላው የታወቀ በሽታ ደግሞ ነቀርሳ (ቲዩበርክሎሲስ) ነው። የተመጣጠነ ምግብ ዕጥረትና ነቀርሳ አንድ ላይ ከተከሰቱ የሚደር ሰው የቆዳ ቀለም መልቀቅ ከፍተኛ ነው። ይህ ችግር ሲያጋጥም የጤና ድርጅት ምክር ማግኘት ያስፈልጋል።



ማዲያት

ብዙ ሴቶች በእርግዝናቸው ወቅት በፊታቸው፣ በጡታቸውና በሆዳቸው ላይ ማዲያት ይታይባቸዋል። ከወለዱ በኋላ ማዲያቱ ሊጠፋም ላይጠፋም ይችላል። ማዲያት እንዳንድ ጊዜ የወሊድ መቆጣጠሪያ መድሃኒት በሚወስዱ ሴቶች ላይ ይታያል።



ማዲያት የበሽታ ወይም የሌላ ችግር ምልክት አይደለም። ምንም ዓይነት ህክምናም አያስፈልገውም።

የአካል መንጣት (albinism)

አንዳንድ ልጆች በተፈጥሮ የቆዳ፣ የፀጉር ወይም የዓይን ብሌን ቀለም ሳይኖራቸው ነጭ ሆነው (albino) ሊወለዱ ይችላሉ። ሀፋራማ የአየር ጠባይ ባላቸው አካባቢዎች እንደነዚህ ያሉት ልጆች፣ በተለይም የፀሐይ ጨረር መከላከያ ስለማይኖራቸው እንደከባድ የአካል ጉድለት ይቆጠራል።

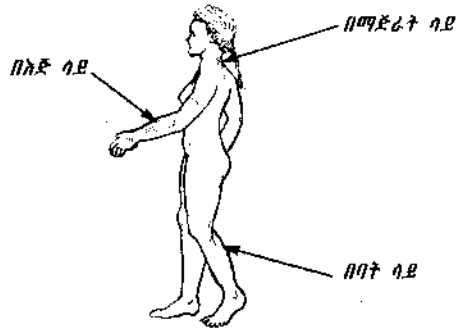
ስለዚህ በተፈጥሮ የአካል መንጣት ያለባቸው ልጆች፡ በተለይም ከባድ የፀሐይ ጨረር በሚኖርበት ጊዜ ከቤት መውጣት የለባቸውም፡፡ አስፈላጊ ሆኖ መውጣት ካለባቸው ግን ሰፊ የፀሐይ መከላከያ ባርኔጣ፣ ጥቁር የፀሐይ መከላከያ መነፅር እድርገውና በበቂ ልብስ ተሸፋፍነው መውጣት አለባቸው፡፡ ፀጉራቸውም ጥቁር ቀለም መቀባት አለበት፡፡ አስፈላጊው ጥንቃቄ እስከተደረገላቸውና የማየት ብቃታቸው አጥጋቢ እስከሆነ ድረስ እንደማንኛውም ሰው ትምህርት ቤት መሄድና ሌሎች መደበኛ ስራዎቻቸውንም ማከናወን ይችላሉ፡፡



በምግብ ጉድለት የሚመጡ የቆዳ ችግሮች

ፔላግራ የምግብ ጉድለት በሽታ ሊሆን፣ ቆዳን፣ አልፎ፣ አልፎ ደግሞ የምግብ ማዋሃዳ ክፍሎችንና ነርቮችን ያጠቃል፡፡ በቆሎና የስታርት ምግቦችን የሚያዘውትሩና እንደ ባቂላ፣ ሥጋ፣ እንቁላል፣ አትክልት የመሳሰሉትን ገንቢና ቪታሚንነት ያላቸውን ምግቦች የማያገኙ ግለሰቦችን ያጠቃል፡፡

ፔላግራ አዋቂዎችን ሲይዝ የቆዳ መድረቅና መስነጣጠቅ ያደርሳል፡፡ የፀሐይ ብርሃን ቆዳውን ካገኘው ተቃጥሎ ይገለፈፋል፡፡ ይህ ሁኔታ የሚከሰተው ከዚህ በታች በተመለከቱት ቦታዎች ነው፡፡



በዚህ ለትዩ እግር ላይ የተቃጠለ የሚመለከው ቆዳ የፔላግራ በሽታ ምልክት ነው፡፡

ኳሽርኮር ባጠቃቸው ልጆች ላይ የእግርና የካንዳቸው ቆዳ የሚገሸለጥ ወይም የሚላጥ ቁስል የሚመስል ጥቁር ምልክት ያስከትላል፡፡ የእግር አብጠትም ይኖራል፡፡

ከላይ ከተጠቀሱት ምክንያቶች በተጨማሪ ሌሎች ከምግብ ጉድለት የሚመጡ ምልክቶችም (አንዳንዶቹ ከቪታሚን ጉድለት) ይኖራሉ፡፡ እነሱም የአፍ ዳርና ዳር መቁሰል፣ የምላስ መቁሰልና መቅላት፣ ድካም፣ የምግብ ፍላጎት ማጣት፣ ክብደት አለመጨመርና የሆድ መቆዘር ወዘተ ናቸው (ምዕራፍ 11 እና ገጽ 178)፡፡

ህክምና

- የተመጣጠነ ምግብ መመገብ ፔላግራ የተባለውን የምግብ ጉድለት በሽታ ያድናል፡፡ አንድ ሰው በተቻለ መጠን በየቀኑ ባቂላ፣ ምስር፣ አቶሎጊ ወይም ዶሮ፣ ዓሣ፣ እንቁላል፣ ሥጋ፣ አለያም አይብ መብላት አለበት፡፡ ምግብ አማርጦ መመገብ ካልተቻለ ዘወትር በቆሎ ብቻ ከመመገብ ያልተፈተነ ስንዴ መመገብ ይመረጣል፡፡
- ለከባድ የፔላግራ ህመምና ለሌሎችም የምግብ ጉድለት ችግሮች የቪታሚን መድሃኒቶችን መውሰድ ሊረዳ ይችላል፡፡ ሆኖም የተመጣጠነ ምግብ መመገብ ይመረጣል፡፡ ቪታሚን በሚወሰድበት ጊዜ የቪታሚን ቢ ዘሮችን፣ በተለይም ኒያሲን የሚባለውን ንጥረ ነገር ማግኘትን ማረጋገጥ ይገባል፡፡ የቢራ ጠማቂዎች እርሾ (Brewer's yeast) ጥሩ የቪታሚን ቢ ምንጭ ነው፡፡

የኳሽርኮር የቆዳ ምልክቶች



ዕዳ የተመጣጠነ ምግብ ከመብላት በፊት

የተመጣጠነ ምግብ ከበላ በኋላ



በዚህ ዕድ ላይ የሚታየው ጥቁር ነጠባጣዩ የእግር እብጠት የምግብ ጉድለት አስከፊ ውጤት ነው፡፡ ዕዳ ሲበላ የነበረው ገንቢና ቪታሚንነት የለበሰ ምግብና በቆሎ ብቻ ነበር፡፡ ቪታሚንና ፕሮቲን አጣገም፡፡

ከበቀው ጋር ባቂላና እንቁላል መመገብ በጀመረ በአገድ ላምነት ውስጥ እብጠት ገደብ፣ ነጠባጣዩም ጠፋ፡፡ ስለ ህክምናው ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት ገጽ 182ን ማገበላ ያስፈልጋል፡፡

ኪንታርት

አብዛኛውን የቆዳ ላይ ኪንታርት፣ በተለይ በልጆች ላይ የሚታየው ዓይነት ከ3-5 ዓመት ከቆየ በኋላ ይጠፋል፡፡ በቅርፁ ጠፍጣፋ፣ የህመም ስሜት የሚያስከትል ከሆነ ግን አብዛኛውን ጊዜ በውስጥ እግር ላይ የሚወጣው የተለየ ዓይነት ኪንታርት ነው (መጽ ሊሆንም ይችላል)፡፡

ህክምና

- ባህላዊ ህክምና ኪንታሮትን ያጠፋል። ነገር ግን ኪንታሮትን ለማጥፋት ተብሎ ጠንካራ አሲድ ወይም መርዘኛ እፅዋትን መጠቀም ቆዳን ስለሚያቃጥልና ለከፋ ቁስል ስለሚያጋልጥ ጥንቃቄ ማድረግ ያስፈልጋል።
- በውስጥ እግር የሚወጣና የሀመም ስሜት የሚያስከትል ኪንታሮት በጤና ሠራተኛ ተቆርጦ ሊወጣ ይችላል።
- ዶሬሊን ወይም ባዮክሎ-ራሴቲክ አሲድ ለ3 ወይም ለ4 ቀናት መጠቀም።
- በወንድ ወይም በሴት ብልት ላይ ስለሚታዩ ኪንታሮቶች ገጽ 359ን መመልከቱ ይጠቅማል።



መጀ

መጀ የደደረና የደነደነ የቆዳ ክፍል ነው። ጣትና ጣት በሚፈጋፈግበትና ጠባብ ጫማ አጣብቆ በሚይዝበት አካባቢ መጀ ይወጣል። መጀ ከባድ የሀመም ስሜት ሊያደርስ ይችላል።

ህክምና

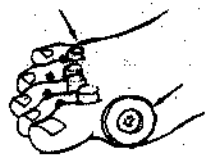
- ሰፋ ያለ የማያጣብቅ ነጠላ ጫማ ማድረግ።
- መጀ የሀመም ስሜት እንዳያስከትል የሚከተለውን ማድረግ፡

1. እግርን የሞቀ ውሳኔ ውስጥ ለ15 ደቂቃ መዘርዘር።

2. በትንሽ ሞረድ የደደረውን መጀ መቅረፍ።



3. መጀ የወጣበትን አካባቢ ጨርቅ በመሸፈን ሩትን ያውን መቀነስ ይቻላል። እግርን ወይም ጣትን በሰለ ሳሳ ጨርቅ ጠምጥሞ መጀ አካባቢ ቀዳዳ ማበጀት።



በእግር ትንሽ ጣት ላይ የሚከሰት የጤና መታወክ

ባዶ እግራቸውን በሚፈጽሙ ገበሬዎች ትንሿ የእግር ጣት ላይ የሚከሰት የጤና ችግር አይንሁም በመባልም ይታወቃል። አብዛኛውን ጊዜ ይህ ችግር በትንሹ የእግር ጣት ላይ የደም ስር መታወክ ሲደርስ ቀስ በቀስ የጣት መጣመም ችግር ይከተልና ለዚህ ዓይነት ጉዳት በተጋለጠው የእግር ትንሽ ጣት ዙሪያ በሚገኙ ሕብረሕዋሳት ላይ የቁስል ጠባሳ ይፈጠራል። በመሆኑም በእግር ሲጓዙ ከፍተኛ የሀመም ስሜትን ያስከትላል። ለበርካታ ወራት ይህ ሀመም ከቆየ በኋላም የተጎዳው የእግር ትንሽ ጣት በራሱ ተቆርጦ ይወድቃል። ሁለቱም የእግር ትንሽ ጣቶች በዚህ የጤና ችግር ሊጠቁ ይችላሉ። ስለዚህ ይህ ዓይነቱ ችግር ሊያጋጥም የቆለለው የእግር ጣት በቀዶ ጥገና ህክምና ዘዴ እንዲወገድ የህክምና እርዳታ መጠየቅ ያስፈልጋል። ቁስሉ ሊያመረት ያለው ስለሚችል አስቀድሞ የመንጋጋ ቆልፍ በሽታ የመከላከያ ክትባት መውሰድ ያስፈልጋል (ገጽ 232)።



የቁስል ጠባሣ መጀ (Keloids)

በቃጠሉ ወይም በሌላ ምክንያት የአካል ቁስሉት ደርሶ ስር የሰደደ የቁስል መመርቀዝ ከተፈጠረ በኋላ ቁስሉ ሲድን በጠባሳው ላይ ጠባር የሆነ የቁስል ጠባሳ መጀ ይፈጠራል። ለምሳሌ፣ ጎፅህና በጎደለው የጀር መብሻ መሣሪያ ጀርሐቸውን የተበሱ ሴት ልጆች የቁስል መመርቀዝ እንዳይፈጠር የመሣሪያውን የጎጽሕና ሁኔታ በጥንቃቄ መጠበቅ ያስፈልጋል። እንዲህ ባለው የቁስል ጠባሣ ላይ የሚበቅል የቁስል ጠባሳ መጀ የሴቶችን ውበት የሚያበላሽ ከመሆኑም በላይ ስነልቦናቸውን የሚያውክ ችግር ይፈጥራል። ይህን የቁስል ጠባሳ መጀ በባሕል ወጪች አማካይነት ቆርጦ ለማስወገድ ጥረት ቢደረግም ከዚህ የበለጠ ትልቅና አስቀያሚ የቁስል ጠባሳ መጀ እንደገና ሊበቅል ይችላል። ስለሆነም የተሻለ እርዳታ ለማግኘት የህክምና ምክር መጠየቅ ያስፈልጋል።



ብጉርና ጥቁር ሽፍታ

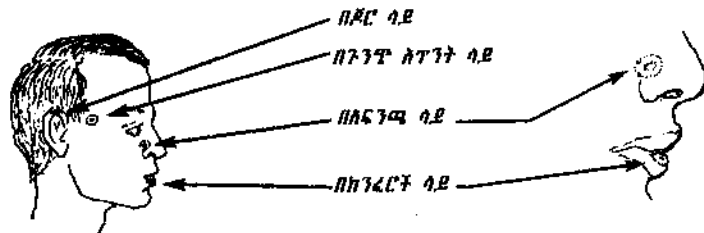
ወጣቶች ላይ አልፎ፣ አልፎ ብዙ ትባት ቆዳቸው ውስጥ ሲኖር በደረት፣ በፊትና በደርባቸው ላይ ብጉር ይወጣል። ብጉር ለጥ፣ ለጥ፣ ብዙ የሚወጡ ሙገል ሊቀጥሩ የሚችሉ ወይም ሚፋቸው የሚጠሩ አባጠቶች ናቸው። እንደገና ጊዜ ለጊዜ ተልቶ ቁስል ሊፈጥሩ ይችላሉ።



- ፊትን በሞቀ ውሃና በሳሙና በቀን ሁለት ጊዜ መታጠብ።
- የፀሐይ ብርሃን ብጉርን ለማጥፋት ይረዳል። ብጉር የወጣበትን የሰውነት ክፍል የፀሐይ ብርሃን እንዲያገኝ ማድረግ።
- በተቻለ መጠን በቂና የተመጣጠነ ምግብ መመገብ፤ ብዙ ውሃ መጠጣትና በቂ እንቅልፍ ማግኘት።
- ከመኝታ በፊት በአልኮል የተሰወሰ ድኝ (10 እጅ አልኮል ከ1 እጅ ድኝ ጋር) መቀባት ይረዳል።
- ከባድ እብጠትና መግል ከተፈጠረና ለብጉር የተገለጸው ህክምና የማይረዳ ሆኖ ከተገኘ አንድ እንክብል ቴትራሳይክሊን በቀን 4 ጊዜ ለ3 ቀናትና ከዚያም 2 እንክብሎች በየቀኑ መውሰድ። አንድ ወይም ሁለት እንክብል በየቀኑ ለወራት መውሰድ አስፈላጊ ሊሆን ይችላል።

የቆዳ ካንሰር

የቆዳ ካንሰር ቀይ ቆዳ ያላቸውንና ብዙ ጊዜያቸውን ፀሐይ ውስጥ የሚያሳልፉ ሰዎችን ያጠቃል። በሽታው በተለይ ለከፍተኛ ፀሐይ ሙቀት የተጋለጠን ቦታ ያጠቃል።



የቆዳ ካንሰር የተለያዩ ቅርጾች አሉት። በመጀመሪያ ሲወጣ መሃሉ ቀዳ እንዳለው ይቃ ክብ ሆኖ ይታያል። በዚህ ዓይነት ቀስ በቀስ ያድጋል። በወቅቱ አስፈላጊ ሕክምና ከተሰጠ ከብዛኛው የቆዳ ካንሰር አደገኛ አይደለም። ለማዳን የቀይ ጥገና ህክምና ያስፈልጋል። የማይድን የቆዳ ቀስል ካጋጠመና የቆዳ ካንሰር ለመሆኑ ጥርጣሬ ካለ ህመምተኛውን ለተሻለ ምርመራ መላክ ይገባል።

የቆዳን ካንሰር ለመከላከል ቀይ ቆዳ ያላቸው ሰዎች ሁሉ የፀሐይ ጨረር በቀጥታ እንዳያጠቃቸው ባርኔጣ ማድረግ አለባቸው። በቆዳ ካንሰር ተይዞ የዳነ ሰው የሥራው ፀባይ በፀሐይ ውስጥ እንዲሰራ የሚያስገድደው ከሆነ ለቆዳ መከላከያ የሚሆን ቅባት መቀባት አለበት። ዚንክ አካላይድ የተባለው ቅባት ዋጋው ርካሽ ከመሆኑም በላይ ጥሩ የመከላከል ኃይል አለው።

የቆዳ ወይም ዕጢዎች ነቀርሳ

የሳንባ ነቀርሳን የሚያመጣው ህዋስ በቆዳም ላይ ተመሳሳይና የህመም ስሜት የማያስከትሉ የሚከተሉትን ምልክቶች ሊያሳይ ይችላል።



የቆዳ ነቀርሳ ቀስ በቀስ የሚከሰት፤ ለረጅም ጊዜ የሚቆይና ለወራት ወይም ለዓመታት ሄድ መለስ የሚል ህመም ነው።

ነቀርሳ በአንገትና በብራኪ ጀርባ እንዲሁም በትከሻ መካከል የሚገኙትን ዕጢዎች ያጠቃል። እጢዎቹ እብጠው መግል ይዘው በመቆየትና በጋላም በመፈንዳት ክፍትና የተሰረሰ ቀስል ይመስላሉ። እብጠቱም የህመም ስሜት አይኖረውም።



ህክምና

በሽታው ስር የለደደ ቀስል፤ አልሰር ወይም የእጢዎች ዕብጠት ካስከተለ የጤና ባለሙያ ማማከር ያስፈልጋል። መንስኤውን ለማወቅ ምርመራ ማድረግ ያስፈልጋል። የቆዳ ነቀርሳን ለማከም ለሳንባ ነቀርሳ የተዘጋጀውን የህክምና መመሪያ (ገጽ 279) መከተል ያስፈልጋል። በሽታው እንደገና እንዳያገረሽ የታዘዘውን መድሃኒት ቆዳው ከዳነ በጋላም ለብዙ ወራት ያለማዳረግ መውሰድ ይገባል።

ቀይ ሽፍታ (ኢሪስፒላስ እና ሲቡሳይቲስ)

ይህ በጣም ከባድ የህመም ስሜትን የሚያስከትል የቆዳ በሽታ ነው። ኢሪስፒላስ የተሰኘው ቆዳ ሽፍታ ሲወጣ ከፍተኛ የሕመም ስቃይ፤ ቅላትና እብጠት ያስከትላል። በሽታው በፍጥነት እየተስፋፋ ሊላውንም የቆዳ ክፍል በአጭር ጊዜ ውስጥ ሊያዳርስ ይችላል። በአብዛኛው የሚጀምረው አፍንጫ ጠርክ ላይ ነው። በሽታው የእጢዎች እብጠት፤ ትኩሳትና ብርድ፤ ብርድ የሚያሰኝ ስሜት ያመጣል።



ለሱሳይቲስ የተባለውም የቆዳ በሽታ ከባድ ህመም የሚያስከትልና በየትኛውም የሰውነት ክፍል ላይ የሚታይ ነው። አብዛኛውን ጊዜ የሚከሰተው ቆዳ በተለያዩ መንገድ ቀስሎ ለበሽታ ተሃዋብያን ሲጋለጥ ነው። ከኢሪስፒላስ ጋር ሲወዳደር የቀስል መመርቀዝ ጥልቀት ያለውና ቀስሎ የረፈባቸው ቦታዎች በግልጽ የተለዩ አይደሉም።

ህክምና

ኢሪስፒላስም ሆነ ሲቡሳይቲስ ህክምና ቶሎ መጀመር አለበት። ለተሃዋብያን መድሃኒቶች (አንቲባዮቲክስ) መጠቀም አስፈላጊ ነው።

400,000 ዩኒት የፔኒሲሊን እንክብል በቀን አራት ጊዜ መውሰድ። ነገር ግን ህመሙ ከበድ ያለ ከሆነ 800,000 ዩኒት ፐርሴን ፔኒሲሊን መርፌ መስጠት ያስፈልጋል። ፀረተሃዋስያን መድሃኒት የህመሙ ስሜት ከጠፋ በኋላ ለሁለት ቀናት ያህል መስጠት ያስፈልጋል። በተጨማሪ በሙቅ ውሃ በራስ ጨርቅ መጀበንና እስፔሪን የተባለውን የሕመም ማስታገሻ መድሃኒት መውሰድ ያስፈልጋል።

ጋንግሪን

ጋንግሪን በጣም አደገኛ የሆነ የቁስል መመርቀዝን የሚያስከትል በሽታ ነው። ከቁስሉም የሚከረፋ ግራጫ ወይም ቡናማ ዓይነት ፈሳሽ ይወጣል። ቁስሉ አካባቢ ያለው ቆዳ ጥቁር ሆኖ ውሃ ይቋጥራል። የቁስሉ ሥጋ እንዳረፋ ያከፈኩል ይመስላል። የቁስል መመርቀዝ አደጋው ከተከሰተ ከ6 ሰዓት እስከ 3 ቀናት ባለው ጊዜ ውስጥ ይጀምራል። በአጭር ጊዜ ውስጥ በሽታው እየከፋና ቁስሉም እየሰፋ ይሄዳል። አስፈላጊው ህክምና በወቅቱ ካልተሰጠ በጥቂት ቀናት ውስጥ ለሞት ያደርሳል።



ህክምና

- የተመረዘውን የውስጥ እካል ጠርን በማውጣት ከፍተኛ መተው። ከዚያም በሰሙናና በሙቅ ውሃ ሙልጭ እድርን ማጠብ። የበለበሰ ውጥና የተዘላለመውን ሥጋ ሙልጭ እድርን ማውጣትና መጣል። ከተቻለ በሃይድሮጂን ፔርኦክሳይድ ፈሳሽ በየሁለት ሰዓቱ ማጠባ ያስፈልጋል።
- በየሦስት ሠዓቱ 1,000,000 (አንድ ሚሊዮን) ዩኒት የፔኒሲሊን (ከተገኘ ክሪስታላይን) መርፌ መውጋት።
- ቁስሉ አየር እንዲያገኝ ከፍተኛ መተው። የተሻለ ሕክምና ለማግኘት ወደ ጤና ድርጅት መሄድ ያስፈልጋል።

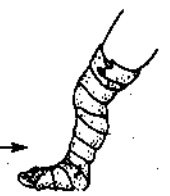
በደም ዘውውር ድክመት የሚመጣ የቆዳ ቁስል

ቆዳ ላይ የሚከሰቱ የመረቀዝ ቁስሎች ወይም ትላልቅና ከፍተኛ የሆኑ ቁስሎች መነሻ ምክንያታቸው ብዙ ነው። ዕድሜያቸው በገፋ ሰዎች ቁርጭሚጭሚት ላይ የሚወጣ ቁስል፣ በተለይም የእግር ደም ሥር መግተርተር ያለባቸው ሴቶችም ቢሆኑ የቁስሉ መንስኤ የደም መዘዋወር ድክመት ነው። ይህ ችግር የሚፈጠረው ደሙ በተፈለገው ፍጥነት በእግር ውስጥ ተዘዋውሮ ማለፍ ሲያቅተው ነው። በዚህ መንስኤ የሚመጣ የእግር ቁስል ስፊ ይሆናል። በቁስሉ ዙሪያ ያለው ቆዳ ጥቁር ስማያዊ፣ የሚያባ ለጨልጭና በጣም ስለ ይሆናል። አብዛኛውን ጊዜ የእግር አብጠት ይታያል።



ህክምና

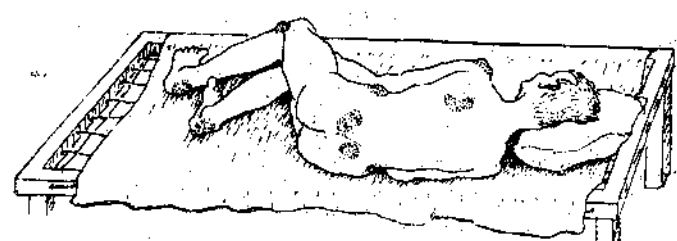
- ከፍተኛ ጥንቃቄ ከተደረገ ቁስሉ ቀስ በቀስ ይድናል። ዋናው አርምዳ እግርን በተቻለ መጠን ከፍ አደርገ ማስቀመጥ ነው። በመነታ ጊዜ ትራስ ደራርቦ ከፍ በማድረግ መተኛት ያስፈልጋል። ቀንም ቢሆን በየጊዜው ከ15-20 ደቂቃ እግርን ከፍ እያደረጉ ማሳረፍ ጠቃሚ ነው። በእግር መሃድ ደም በደንብ እንዲዘዋወር የሚረዳ ሲሆን፣ አንድ ቦታ መቆምና እግርን ዘቅዝቅ መቀመጥ ግን ጉዳት ያደርሳል።
- በአንድ ሊትር ሙቅ ውሃ ላይ አንድ የሻይ ማንኪያ ጨው በመጨመር በንጹህ ጨርቅ ነክሮ ቁስሉን መሸፈን ይረዳል። ንጹህ ፋሻ በላዩ ላይ ሳያጠብቁ በመጠምጠም መሸፈንና ቁስሉን በንጽህና መያዝ ተገቢ ነው። ማር መቀባት የቁስል መመርቀዝን ሊከላከል ይችላል።
- በላስቲክ ሹራብ ወይም በሚሳብ የላስቲክ ፋሻ እግርን መጠምጠም ይረዳል። ቁስሉ ቢድንም እንኳን ሹራቡን ማድረግ ወይም ፋሻውን መጠምጠም ያስፈልጋል። እግርን ከፍ አድርጎ ማስቀመጥም ጠቃሚ ነው። ጠባሳውን በጣት ማክክ ወይም በሌላ ነገር መንኮት የበለጠ ጉዳት ያደርሳል።



የቆዳ ቁስልን ለመከላከል ለሚገተረተሩ የባት ደም ስሮች (ቨሪኮስ ቪይንስ) እንክብካቤ ማድረግ ያስፈልጋል (ገጽ 272)።

ሰረጅም ጊዜ በመተኛት የሚደርስ ቁስል

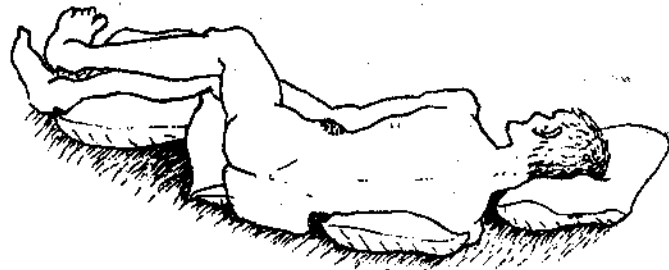
ይህ ችግር የሚከሰተው በከባድ በሽታ ተይዘው መገላበጥ በማይችሉ የእልጋ ቁራኛ በሆኑ ግለሰቦች ነው። በተለይም እድሜያቸው ጠና ባለና ደካማ በሆኑ ወንጌቶች ላይ አዘውተሮ ይታያል። ቁስሉ የሚታየው አጥንት አጉጥጉጦ ከእልጋ ጋር በቅርብ በመገናኘት በሚፈጋፈግበት የአካል ክፍል ነው። ቁስሉም በትክክል፣ በዳሌ፣ በደርባ፣ በክርንና በእግር አካባቢ ይታያል።



የመከላከያ ዘዴዎች

- በሽተኛውን በየሰዓቱ ማገላበጥ። ይኸውም በደርባው፣ በደረቱ፣ በግራ ወይም በቀኝ ጎኑ እያገላበጡ ማስተኛት ማለት ነው።

- ሰውነቱን በየቀኑ ማጠብና ገላውን በዘይት (በቅባት) ማሸት።
- እንዳይቆረቁረው ሰበላላ አንሶላ ወይም ሌላ ጨርቅ መደልደል። አንሶላው በሽንት፣ በሰገራ፣ በትውከት በተበላሽ ቁጥር መቀየር።
- በሰዕሉ ላይ እንደተመለከተው እንዳይቆረቁረው አጥንታም በሆነ የሰውነት ክፍል ሥር ትራስ መደልደል።
- በሽተኛው በሚገባ መመገብ አለበት። በደንብ የማይመገብ ከሆነ ተጨማሪ ቪታሚን እንዲያገኝ መደረግ አለበት።
- ህፃናት ለረጅም ጊዜ ከታመሙ በተቻለ መጠን በእናቶቻቸው መታቀፍ አለባቸው።



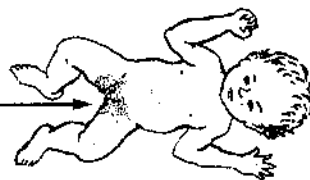
ህክምና

- ከላይ የተጠቀሱትን ምክሮች መፈጸም።
- ቀስሎን በሞቀ ውሃ ላይ ትንሽ ሃይድሮጅን ፔርክላይድ በመጨመር ማጠብና በንጹህ ፋሽ መሸፈን።
- የቁስል መመርቀዝ ለመከላከልና ቶሎ እንዲድን ለማድረግ ማርና ስኳር ለውሶ በቀን 2 ጊዜ መቀባት ያስፈልጋል።

የሐፃናት የቆዳ በሽታዎች

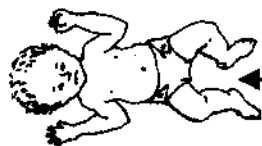
በሽንት ጨርቅ መቅጥቅጥ የሚከሰት ሽፍታ

በህፃናት ጉዳ ወይም መቀመጫ ላይ የሚቀጠቁጥ ሽፍታ ከወጣ በሽንት ጨርቅ ንክኪ የሚመጣ ችግር ነው። ሽፍታው በሐፃናት መቀመጫና እግር አካባቢም ሊታይ ይችላል።



ህክምና

- ህጻኑን ለብ ባለ ውሃና ሳሙና በየሰዓቱ ማጠብ።
- ሽፍታውን ለመከላከል ወይም ለማዳን የሽንት ጨርቅ ሳይታሰር ራቁት ሆኖ በመናፈስ በቂ የፀሃይ መቀት እንዲያገኝ ማድረግ።



የሽንት ጨርቅ ማስታጠቅ አይገባም

ራቁት ማድረግ ይገባል



- የሽንት ጨርቅ ማሰር አስፈላጊ ከሆነ በረጠበ ቁጥር መቀየር አለበት። ጨርቁ ከታጠበ በኋላ ትንሽ ኮምጣጤ በተጨመረ ውሃ ማለቅለቅ ጥሩ ነው።
- ሽፍታው ከጠፋ በኋላ የህጻን ፓውደር መነስነስ ይቻላል።

ፎረፎር

ፎረፎር ቅባትነት ያለው በልጆች ራስ ላይ ተጠፍ ጥፎ የሚታይ ቢጫ የሚመስል ቁስል ነው። የራስ ቅሎ ቆዳ የተቆጣና ቀይ ይመስላል። መነሻውም የሐፃን ፀጉር በዘረ ንጉዳይ (በፈንገስ) መጠቃት፣ የንጽህና ጉድለትና የራስ ቆዳ ማዘውተር ነው።



ህክምና

- የህጻኑን ራስ በየቀኑ ማጠብ። ከተቻለ መድሃኒትነት ያለው ሳሙና መጠቀም ይመረጣል።
- በዝግታ የፎረፎሩን ቅርፊት በማንሳት ማፅዳት፣ የደረቀውን ቅርፊት ለማለስለስ ለብ ያለ ውሃ በጨርቅ አርሶ ሽፍኖ ማቆየት ጥሩ ነው።
- የህፃኑን ራስ በቆዳ ወይም በሌላ ጨርቅ በመሸፈን ፋንታ በቂ አየርና የፀሐይ ብርሃን እንዲያገኝ ራቁቱን መተው አለበት።



የህፃኑን ራስ በኮፍያ ወይም በጨርቅ መሸፈን አይገባም



- የቁስል መመርቀዝ ምልክት ከታየ ለቶፌ የሚሰጠውን ህክምና መስጠት።

ችፌ

ችፌ መግል የሚቋጥርና በፍጥነት እየተራባ የሚሄድ የቆዳ ቀስል ነው። አብዛኛውን ጊዜ በልጆች ፊትና በተለይም በአፍና በአፍንጫ እካባቢ ይወጣል። ሕመሙ ከአንድ ሰው ወደ ሌላው በቀላሉ ይተላለፋል። አብዛኛውን ጊዜ በማከክ ሊራባ ይችላል።

ሕክምና

የደረቀውን የቁስል ቅርፊት አርሶ ፈልቶ በቀዝቀዝ ውሃና በሳሙና መልጭ አድርጎ ማጠብ። የታጠበውን ጆንሽያን ቫዮሌት ወይም ፖሊስኮሪን የተባለውን የፀረተሃዋስያን መድሃኒት ቅባት መቀባት። ቁስሉ እየተሰፋፋ

ከሄድ ወይም ትኩሳት ካስከተለ የፔንሲሊን፣ ኤሪትሮማይሲን ወይም ኮትራይሞኒባዛል እንክብል ፍሬምች መጠቀም ይቻላል።

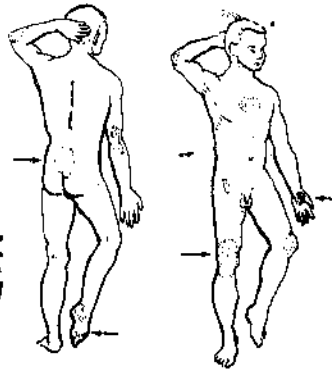
የመከላከያ ዘዴ

ስለግል ንፅሕና አጠባበቅ የተሰጠውን መመሪያ መከተል አስፈላጊ ነው። ልጆችን በየቀኑ ገላቸውን ማጠብ፣ ለዝንብና ለትጋን ንክሻ እንዳይጋለጡ ማድረግ። እነዚህ ያለባቸው ልጆች ሲያጋጥሙ ወዲያውኑ ተገቢውን ሕክምና መስጠት። ችፍ ያለባቸው ልጆች በተቻለ መጠን ከሌሎች ልጆች ጋር እንዳይተኙ ወይም እንዳይጫወቱ ማድረግ ያስፈልጋል። የችፍ ቁስል መኖሩ እንደታየ ወዲያውኑ የሕክምና አርዳታ መስጠት ሳይስፋፋ ለማዳን ያስችላል።

ሶሪያሲስ

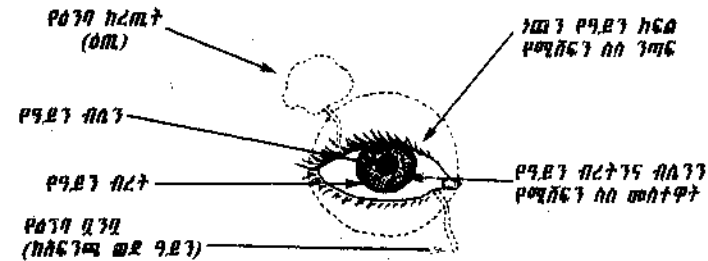
ምልክቶች

- ቀይ ወይም አመድማ አለያም ብር መልክ ቅርፊት ያለው የደደረና የሚሻ ክር የቆዳ ህመም ነው። አብዛኛውን ጊዜ የሚታየው በስዕሉ ላይ በተመለከቱት የሰውነት ክፍሎች ላይ ነው።
- ሶሪያሲስ ሳይጠፋ ብዙ ጊዜ የሚቆይ ወይም ደረሰ መለስ እያለ የሚያስቸግር የቆዳ ህመም ነው። የቁስል መመርቀዝ ስለማያስከትል አደገኛ አይደለም።



ህክምና

- የታመመውን የቆዳ ክፍል የፀሐይ ብርሃን ማስመታት ይጠቅማል።
- በባህር ውሃ መታጠብ አንዳንድ ጊዜ ይረዳል።
- አስቸጋሪ ሁኔታ ሲያጋጥም ወደጤና ድርጅት መሄድ ያስፈልጋል። ሆኖም በሽታው ሊድን የሚችል አይደለም።



አደገኛ ምልክቶች

ዓይን አደጋ የማይቻል የሰውነት ክፍል ስለሆነ ተገቢ ጥንቃቄ ሊደረግለት ይገባል። የሚከተሉት አደገኛ ምልክቶች ሲታዩም በአስቸኳይ ወደ ጤና ድርጅት መሄድ ያስፈልጋል።

1. የዓይን ጓል መቁሰል (መጎዳት) ሲያጋጥም፤
2. በዓይን መስተዋት ላይ ነጭ ነጥብ ጥሎበት ሲታይና ህመምተኛው በከባድ የዓይን ህመም ሲሰቃይ (የዓይን መስተዋት መቁሰል)፤
3. ከፍተኛ የሚያስቃይ የዓይን ህመም፤ ምናልባት አይራይቲስ ወይም ግላውኮማ ሕመም ሊሆን ይችላል፤
4. የዓይን ወይም የራስ ህመምና የዓይን ብሉኖች መጠን መለያየት።
የዓይን ብሉኖች በመጠን መለያየት የሚያመለክተው የእንጎል መጎዳት፣ ራስ መሳት፣ የዓይን መመታት፣ ግላውኮማ ወይም አይራይቲስ ሊሆን ይችላል። መጠነኛ የዓይን ብሉን ስፋት መለያየት በጥቂት ጤናማ ሰዎች ላይ ሊታይ ስለሚችል አደገኛ ሳይሆን ይችላል።
5. በአንዱ ወይም በሁለቱም ዓይኖች የማየት ጋይል እየደከመ ሊሄድ፤
6. በ5 ወይም በ6 ቀናት ውስጥ በዓይን ቅባት ታክሞ የማይድን የዓይን ቁስል፤
7. ከአይን መስተዋት ጀርባ ደም ከታየ።

በዓይን ላይ የሚደርሱ አደጋዎች

በዓይን ላይ የሚደርስ ማንኛውም ጉዳት መታወርን ሊያስከትል ስለሚችል አደገኛ ነው። በዓይን መስተዋት ላይ የሚደርስ በጣም አነስተኛ የሆነ ጉዳት እንኳን ቢሆን አስፈላጊው ህክምናና ጥንቃቄ ካልተደረገለት

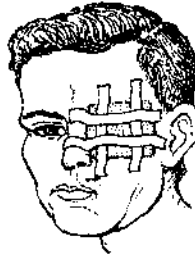
የቁስል መመርቀዝ በመፍጠር ጠባሳ ስለሚተው የዓይን ብርሃን ሊጋረድ ይችላል።

በዓይን ዓል ላይ የመቁሰል አደጋ ደርሶ ቁስሉ ጥልቀት ያለው ሆኖ በተለይ የዓይንን ብረት (ጥቁሩን ክፍል) የሚነካ ከሆነ በጣም አደገኛ ነው።

ዓይን በባክስ ከተመታ በኋላ የዓይን ዓል ደም ቢገርስ አደገኛ ሁኔታ የተፈጠረ መሆኑን መረዳት ተገቢ ነው (ገጽ 338)። በተለይም በድንገት የዓይን ህመም ተከስቶ ከጥቂት ቀናት በኋላ እየባሰ ከሄደ የግለውኮማ ምልክት ሊሆን እንደሚችል መረዳት ይገባል (ገጽ 334-335)።

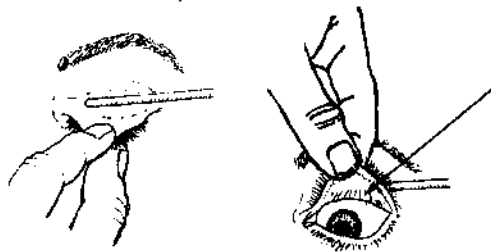
ህክምና

- ግለሰቡ በተጎዳው ዓይን በደንብ ማየት የሚችል ከሆነ ፀረተሃዋስያን የዓይን ቅባትን በመጨመር ዓይንን በንፁህና ለስላሳ ወፍራም ፋሻ መሸፈን፣ በ2 እና በ3 ቀናት ውስጥ ካልተሻለ ስምርመራ ወደጤና ድርጅት መላክ ተገቢ ነው።
- የተጎዳው ዓይን በደንብ የማያይ ከሆነ፣ ቁስሉ ጥልቀት ያለው ከሆነ ወይም መስተዋቱ ጀርባ ደም ከፈሰሰ (ገጽ 338) ዓይኑን በንጹህ ፋሻ በመሸፈን በአስቸኳይ ወደ ሆስፒታል መውሰድ።
- በአይን ላይ እሾህ ወይም ስብርባሪ ነገር ከተሰካ ጉድፋን ለመንቀል ወይም ለማንላት የሚደረግ ሙከራ አደገኛ ስለሆነ ያለመንካት ይመረጣል



ከዓይን ውስጥ እንዴት ጉድፍ ማውጣት እንደሚቻል

ቆሻሻ ወይም አሸዋ ከዓይን ውስጥ ለማውጣት በንፁህ ውሃ ዓይንን ማጠብ ይረዳል። በንፁህ ጨርቅ ጫፍ ወይም በውሃ በራሱ ጥጥ የዓይንን ጉድፍ ማውጣት ይቻላል።



ጉድፍ በአብዛኛው የሚገኘው በዓይን ቀበ ጥገ በሚገኘው ቀዳዳ ስፍራ ላይ ነው። የጨርቅ ጫፍ በመጠቀም ማስወገድ።

ጉድፍ በላይኛው የዓይን ሽፋን ስር የሚገኝ ከሆነ ቀጭን እንጨት በመጠቀም የዓይኑን ክዳን ወደላይ በመቀልበስ መፈለግ ይቻላል። ጉድፍን በቀላሉ ማውጣት የማይቻል ከሆነ ፀረተሃዋስያን የሆነ የአይን ቅባት ጨምሮ በንፁህ ጨርቅ ከሸፈነ በኋላ ወደጤና ድርጅት መላክ ያስፈልጋል።

ዓይን ላይ የሚደርስ የኬሚካል ቃጠሶ

የባትሪ አሲድ፣ ናፍጣ፣ ቤንዚን ወይም ተባይ ማጥፊያና የመሳሰሉት ኬሚካሎች ዓይን ውስጥ ከገቡ አደገኛ ሊሆኑ ይችላሉ። የተጎዳውን ዓይን በቀዝቃዛ ንፁህ ውሃ ማለቅለቅ። ለ30 ደቂቃ ወይም ሀመመ እስከሚያቆም ድረስ ማለቅለቅ ያስፈልጋል። ውሃው ወደሌላው የዓይን ክፍል እንዳይገባ መጠንቀቅ ይገባል።



ቆንጥር (ኮንጀንክቲቫይቲስ)

ቆንጥር የዓይን መቅለት፣ መግል መያዝ፣ መጠነኛ የሆነ የመቆጥቆጥ ስሜትና የእንባ መዝረክክ የሚያስከትል የዓይን ህመም ነው። በተለይም ጧት ከእንቅልፍ ሲነቃ የዓይን ክዳኖች በዓይን ቅምጥ ላይ ተመርገው ያድራሉ። ይህ ችግር በልጆች ላይ በብዛት ይታያል።



ጥንቃቄ፡ የዓይን የውስጥ ክፍል በመደሃኒት ሰቃ መነካት የለበትም

ህክምና

በመጀመሪያ ከታመመው ዓይን የሚያዝውን መግል ወይም ፈሳሽ ፈልቶ በቀዝቀዝ ውሃ ጥጥ አርሶ መጥረግና ከዚያ በኋላ ፀረተሃዋስያን የዓይን ቅባት መቀባት። በሥዕሉ ላይ እንደተመለከተው የታችኛውን የዓይን ሽፋን ገልጦ የዓይን ቅባቱን መጨመር ያስፈልጋል። ቅባቱን ከዓይን ውጪ መቀባት አይጠቅምም።

የመከላከያ ዘዴ

ቆንጥር ተላላፊ የዓይን በሽታ ነው። በሽታው በቀላሉ ከአንድ ሰው ወደሌላ ይተላለፋል። ዓይኑን ቆንጥር ያመመው ልጅ ከሌሎች ልጆች ጋር እንዳይተኛ ወይም በአንድ ዓይነት ፎጣ እንዳይጠቀም ማድረግ ያስፈልጋል። ዓይኖችን በነኩ ቁጥር እጅን መታጠብ ይገባል።

ዓይን ማዝ (ትራኮማ)

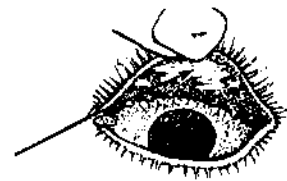
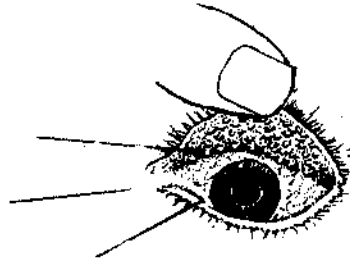
ዓይን ማዝ (ትራኮማ) በጣም ስር የሰደደና በየጊዜው የሚባባስ የቆንጥር ዓይነት ነው። ለብዙ ወራት ወይም ዓመታት ሳይድን ሊቆይ ይችላል። በጊዜው ካልታከሙት ዓይን ማዝ ዓይን ሰውርነትን ሊያስከትል ይችላል። በሽታው በመነካካት ወይም በዝንብ ከአንዱ ወደሌላው ይተላለፋል። ብዙ የቤተሰብ አባላት በመጨናነቅና በድህነት በሚኖሩበት አካባቢ በሽታው በቀላሉ የመዛመት እድል አለው።

ትራኮማ በኢትዮጵያ ውስጥ ዓይን ሰውርነትን ከሚያስከትሉ የአይን በሽታዎች ዋነኛው ነው። ከ300,000 በላይ ሰዎች በዚህ በሽታ ምክንያት የዓይን ብርሃናቸውን አጥተዋል። በሽዋ፣ በወሎና በከፋ ገጠር አካባቢዎች

ከህዝቡ 50% በላይ የሚሆነው በሽታው አለበት። በአንዳንድ አካባቢዎች ደግሞ በበሽታው የተለከፉት ሰዎች ቁጥር 100% ይደርሳል።

መስዶ ምልክቶች

- ♦ ዓይነ ማዝ ሲጀምር ልክ እንደ ቆንጥር ዓይንን በማቅላትና እንባ በማዘረከረክ ያማል።
- ♦ ከአንድ ወር ወይም ከዚያ በላይ ከቆየ በኋላ በዓይን የላይኛው ሽፋን ሥር ልክ እንደጤፍ ያሉ ሽፍታዎች ይወጣሉ። ይህንን ለማወቅ የዓይን ሽፋንን ገልብጦ ማየት ይቻላል።
- ♦ የዓይን ባል የመቅላት ምልክት ይታይበታል።
- ♦ በጥንቃቄ በዓይን በማየት ወይም አጉልቶ በሚያሳይ መነጽር ሲታይ የዓይን መስተዋት የላይኛው ጻር ብዙ አዳዲስ ትናንሽ ደም ሥር ስለአለበት ጉም መስሎ ይታያል።
- ♦ በዓይን ብሉን ጦርዝ ላይ የጉም መልክ ከታየና በላይኛው የዓይን ሽፍታ ቅንድብ ውስጥ እንደ ሞረድ የበቀሉ ሽፍታዎች ካሉ የዓይን ማዝ በሽታ ለመሆኑ አያጠራጥርም።
- ♦ ከብዙ ዓመታት በኋላ የዓይን ማዝ ሽፍታ በመጥፋት ነጭ ጠባሳ ይተዋል።



በስልሶ ላይ የሚታየው ጠባሳ የዓይኑን ሽፋን በማም ለላይነው ዓይኑን መሰብሰብ መከፈት ይቻላል።

ወይም የዓይኑ ሽፋን ስር ወደውስጥ በመሳቡና በመፈገፈጥ ዓይነውን ይከተላል።



ህክምና

የቴትራሳይክሊን የዓይን ቅባት በቀን ሶስት ጊዜ ለአንድ ወር መቀባት። ጨርሶ ለመዳንም ቴትራሳይክሊን ወይም ስልፎናማይድ እንክብል ከ2 አስከ 3 ሳምንት መውሰድ ይጠቅማል።

ዶክሲሊን ለዓይነማዝ ፍቱን መድሃኒት ነው። አወሳሰዱም ባለ100 ሚ.ግ ከ2-4 ሳምንት በቀን ሁለት ጊዜ ነው። ቴትራሳይክሊን (250 ሚ.ግ) በቀን አራት ጊዜ ከ2 - 4 ሳምንት ቢወሰድ ያግዛል። ኤሪትሮማይሊን የተባለውን መድሃኒት ለአንድ ዜ.ግ የሰውነት ክብደት 20 ሚ.ግ በአንድ ጊዜ መውሰድ ውጤት ያስገኛል። 1% የቴትራሳይክሊን ቅባት በቀን 3 ጊዜ ከ1-3

ወር ቢወሰድ ውጤታማ ይሆናል። ነገር ግን ሰዎች በትዕዛዙ መሠረት መድሃኒቱን ስለማይወስዱ ከበሽታው መሰብሰብ ሊደኑ አይታዩም።

የመከላከያ ዘዴ

በሽታው ሳይጠና በቂና አስፈላጊውን ህክምና በወቅቱ ማድረግ ጉዳት እንዳይደርስና ወደሌሎች እንዳይላካ መታዘዝ ይረዳል። የዓይን ማዝ ህመም ካለበት ሰው ጋር የሚኖር ማንኛውም ሰው (በተለይ ልጆች) በየወቅቱ ዓይናቸውን መመርመር የሚያስፈልጋቸው ከመሆኑም በላይ የበሽታው ምልክቶችም ሲታዩ አስፈላጊውን ወቅታዊ ህክምና ማድረግ አለባቸው። በምዕራፍ 12 ላይ የተጠቀሰውን የግል ንጽህና አጠባበቅ ተግባራዊ ማድረግ ይገባል።

የግል ንፅህናን በመጠበቅ ዓይነ ማዝን መከላከል ይቻላል። እድንና ፊትን በሳሙናና በውሃ መታጠብ በጣም አስፈላጊ ነው።

የአራስ ልጅ የዓይን ህመም

በተወለደ በ2 ቀን ውስጥ የህፃን ልጅ ዓይን ከቀላ፣ ካበጠና መግል ከያዘ የበሽታው መንስኤ ጨብጥ (ገጽ 359) ሊሆን ይችላል። አስቸኳይ ህክምና ካልተደረገ ዓይነሥው ሊሆን ይችላል። የዓይን በሽታ የጀመረው በተወለደ በአንድና በሶስት ሳምንት ውስጥ ከሆነ ከላሚዲያ ሊሆን ይችላል። ስለዚህ አራስ ልጆች ለዓይን በሽታ የሚጋለጡት በአብዛኛው በእናቶቻቸው ነው።



ህክምና (የጨብጥ)

- ካናማይሊን ከ50 እስከ 75 ሚ.ግ መውጋት ወይም አልፎ፣ አልፎ ፔኒሲሊን መውጋት። 200,000 ዩኒት ክሪስታላይን ፔኒሲሊን በቀን ሁለት ጊዜ ለ3 ቀናት መውጋት። ወይም ግማሽ የሽይ ማንኪያ ኮትራይሞክሳይል ሽሮፕ በቀን 2 ጊዜ ለአንድ ሳምንት መስጠት።
- በተጨማሪ ቴትራሳይክሊን የዓይን ቅባት መጠቀም ይቻላል። በመጀመሪያው ቀን የህፃኑን ዓይን በየሠዓቱ ትንሽ፣ ትንሽ መቀባት። ከዚያ በኋላ ለሁለት ሳምንት በቀን 3 ጊዜ መጠቀምና በመጀመሪያ በገጽ 330 እንደተገለፀው መግለጽ ማፅዳት ያስፈልጋል።

ህክምና (የክላሚዲያ)

ከላይ እንደተጠቀሰው በቴትራሳይክሊን የዓይን ቅባት ማከም ይቻላል። በተጨማሪ 30 ሚ.ግ የኤሪትሮማይሊን ሽሮፕ በቀን 4 ጊዜ ለሁለት ሳምንት መስጠት። (ሀፃናቱ በላንግ ምች ሊጠቁ ስለሚችሉ መድሃኒቱ ይህንንም በሽታ ይከላከላል)።

የመከላከያ ዘዴ

ሀፃናት በጨብጥና በክላሚያ ምክንያት በሚመጣ የዓይን በሽታ እንዳይበክሉ መከላከል አስፈላጊ ነው። በተለይ በሽታው ካላባቸው እናቶችና ሲሽኑ የማቃጠል ስሜት ካላባቸው አባቶች የተወሰዱ ሀፃናት ህክምና ማግኘት አለባቸው (ሴቶች ሳያውቁት ጨብጥም ሆነ ክላሚያ ሊኖርባቸው ይችላል።) ሕፃናት ሲወለዱ አይናቸው ከመከፈቱ በፊት በንፁህ ጨርቅ መጠረግ አለበት።

የፕሮቪዲን አዮዲን አንድ፣ አንድ ጠብታ፣ ወይም 1% ሲልቨር ናይትሬት በእያንዳንዱ ዓይን ውስጥ አንዴ ብቻ መጨመር ይቻላል። እንደ አማራጭ 1% ቴትራሳይክሊን በመጠኑ በእያንዳንዱ ዓይን ውስጥ አንድ፣ አንድ ጊዜ መጨመር ይቻላል።

ሀፃን ልጅ ዓይኑ ላይ ጨብጥ ወይም የክላሚያ ችግር ካለበት ወላጆቹ የጨብጥና የክላሚያ ህክምና ማግኘት አለባቸው።

የዓይን ብረት መቆጣት (አይራይቲስ)

መለያ ምልክቶች



የዓይን ብረት ህመም (አይራይቲስ) ብዙውን ጊዜ በአንድ ዓይን ላይ ብቻ ይከሰታል። ህመሙ በድንገት ወይም ቀስ በቀስ ሊመጣ ይችላል። ዕንጣም በብዛት ይፈሰዳል። ደማቅ ብርሃን ሲያጋጥም የሕመም ስሜት የሚያስከትል ሲሆን፣ የዓይን ባል ሲነሣ ያማል። እንደዓይን ቅንጥር መግል የለውም። የዓይን ብክታ ስላለ በግልፅ ማየት አይቻልም።

ይህ በጣም አደገኛና አጣጣሪ ሁኔታ ስለሆነ ፀረተሃዋስያን ቅባቶችም አይጠቅሙም። ስለዚህ በአስቸኳይ የህክምና ዕርዳታ ማግኘት ያስፈልጋል።

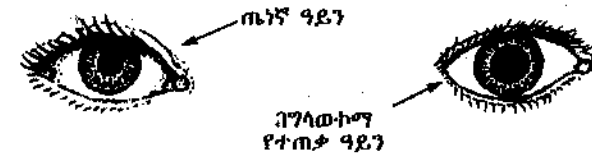
ግላውኮማ

ግላውኮማ ዓይን ውስጥ በሚፈጠር ኃይለኛ ግፊት የተነሳ የሚመጣ አደገኛ የዓይን በሽታ ነው። ዕድሜያቸው ከ40 ዓመት በላይ የሆኑ ግለሰቦችን የሚያጠቃ ሲሆን፣ አብዛኛውን ጊዜ የዓይነሥውርነት ዋናው ምክንያት ሆኖ ይገኛል። ዓይነሥውርነትን ለመከላከል የግላውኮማን ምልክቶች በማወቅ የዓይን ህክምና ወደሚሰጥበት የጤና ደርጅት መሄድ ይገባል።

ሁለት ዓይነት ግላውኮማዎች አሉ።

አጣጣሪ ግላውኮማ

በድንገተኛ ራስ ምታትና ከባድ የዓይን ህመም ይጀምራል። ዓይን ይቀላል። የታመመው ዓይን በደንብ ማየት ስለማይችል ወኸ ይልበታል። የዓይኑ ባል በእጅ ሲነካ ይጠጥራል። ህመምተኛው ትውክት ሊኖረው ይችላል። የታመመው የዓይን ብላን ከደህንኛው ይልቅ ሰፊ ሆኖ ይታያል።

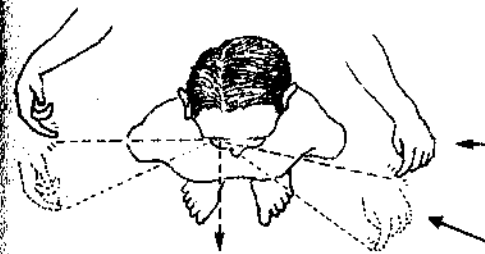


ህክምና በአስቸኳይ ካልተሰጠ ህመምተኛው በጥቂት ቀናት ውስጥ ዓይነስውር ይሆናል። ብዙ ጊዜ የቀዶ ጥገና ሕክምና ስለሚያስፈልግ በፍጥነት የህክምና ዕርዳታ ማግኘት ያስፈልጋል።

ሥር የሰደደ ግላውኮማ

በዓይን ውስጥ የሚፈጠረው ግፊት ቀስ በቀስ እየጨመረ ይሄዳል። በአጠቃላይ የህመም ስሜት አይኖርም። ህመምተኛው ሳይታወቀው ቀስ በቀስ ከጎንጎና ከጎኑ ብርሃኑን አያጣ ይሄዳል። የሕመምተኛውን የጎንጎና ጎን አካባቢ የማየት ችሎታውን በመመርመር የግላውኮማ በሽታ መኖርና አስመኖሩን ማወቅ ይቻላል።

የግላውኮማ መመርመሪያ ዘዴ



ግለሰቡ አንድ ዓይኑን እንዲሸፍን ማድረግ። ባልተሸፈነው ዓይኑ ከፊቱ ያለ አንድ ነገር ቀጥታ እንዲያይ መንገር። መርማሪው ከበስተጀርባ ቀጥታ ሁለት ጣቶችን በሁለቱም ጎን ወደፊት በማቅረብ ግለሰቡ መቼ ማየት እንደሚመረ ማረጋገጥ። ጤናማ ከሆነ ጣቶቹ እዚህ ሊደርሱ ለመጀመሪያ ጊዜ ማየት ይቻላል።

የግላውኮማ በሽተኛ ከሆነ ግን በጎንጎና ጎን ያሉት የመርማሪው ጣቶች ወደፊት ቀድመው ይታያሉ።

ግላውኮማ መኖሩ በቅድሚያ ከተረጋገጠ ፓይሎካርቲን የሚባል የዓይን ጠብታ በመጠቀም ከዓይነሥውርነት መዳን ይቻላል። የመድሃኒቱ አወሳሰድ የዓይኑን ግፊት በየጊዜው ሊለካ በሚችል ሃኪም ወይም የጤና ባለሙያ ሊወሰን ይገባል። የዓይን ጠብታውን ህመምተኛው ዕድሜ ልኩን መጠቀም አለበት። ከተቻለ ቀዶ ጥገና ማድረግ አስተማማኝ የህክምና ዘዴ ነው።

የመከላከያ ዘዴ

ዕድሜያቸው ከ40 ዓመት በላይ የሆኑ ወይም ዘመዶቻቸው በግላውኮማ የተያዙ ግለሰቦች ቢያንስ በዓመት አንድ ጊዜ የዓይናቸውን ግፊት መለካት አለባቸው።

የእንግ ከረጢት ሲንፈክሽን

መለያ ምልክቶች

በአፍንጫ ጥግ የሚገኘው የዓይን አካባቢ የማመምና የአብጠት ምልክት ያሳያል። ዓይን ብዙ እንግ ያነሳል። በእጅ ጫን ሲደረግ በዓይን ጥግ ከአብጠቱ ውስጥ ራሳቸው ሲፈርጥ ይታያል።



ሕክምና

- ንፁህ ጨርቅ በሙቅ ውሃ በመንከር መያዝ።
- የዐረተሃዋስያን የዓይን ጠብታ ወይም ቅባት መጨመር።
- ፔኒሲሊን መውሰድ።

አጣርቶ የማየት ችግር

አጣርቶ የማየት ችግር ያለባቸው ወይም ከባድ የራስ ምታት የሚያስቃያቸው ወይም መጽሐፍ ሲያነቡ ዓይናቸውን የሚያማቸው ልጆች አጣርቶ የሚያሳይ መነፅር ያስፈልጋቸዋል። ልጆች በአስቸኳይ (በ4 ዓመታቸው አካባቢ) የዓይን ምርመራ ሊደረግላቸው ይገባል።



እድሜያቸው የገፋ ትላልቅ ሰዎች ማንኛውንም ነገር በቅርብ አጣርቶ የማየት ችግር ስለሚያጋጥማቸው የማንበቢያ መነፅር ይረዳቸዋል። በ40 ሳ.ሜ (15 ኢንች) ርቀት ማየት የሚያስችል መነፅር መርጦ መጠቀም አስፈላጊ ነው። የዓይን መነፅር ማድረግ ካልረዳ የዓይን ሐኪም ማማከር ያስፈልጋል።

ሸውራራ ዓይን

የልጁ ዓይን አልፎ አልፎ እየተንሸጠጠ ሌላ ጊዜ ደግሞ በትክክል የሚያይ ዘሆነ መጨነቅ አይገባም። በራሱ ይስተካከላል። ነገር ግን የልጁ ዓይን ሁልጊዜ የተንሸጠጠ ዘሆነና ቶሎ ህክምና ካለገኝ ዓይን እንደተበላሸ ሊቀር ይችላል። የዓይን ሃኪም ማማከሩ ይበጃል። ሃኪሙ ቀዶ ጥገና ወይም የዓይን መነፅር ያስፈልግ እንደሆነ ይነግራል።



ይኸው ዓይን ሸውራራ ነዋለ!

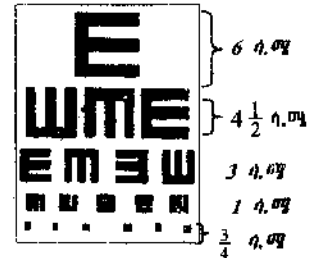
በናማውን ዓይን መሸረን



በዚህ ዘዴ ደካማው ዓይን ለስተካከል ይችላል።

ልጁ ካደገ በኋላ ቀዶ ጥገና ሲደረግ ዓይኑ ተስተካክሎ የልጁም ገጽታ ሊሸሻል ይችላል። ነገር ግን ደካማው ዓይን ከድሮው የተሻለ ማየት አይችልም።

ስለተወሰኑ የግንኙነት ልጅ ዓይን ቢያንስ በ4 ዓመት ዕድሜ አካባቢ መመርመር አለበት። ለዚህም የፔ ስሌዳ መጠቀም ይችላል። እያንዳንዱን ዓይን በተናጠል መርምሮ ችግር ካለ ማወቅ ያስፈልጋል። በእንዱ ወይም በሁለቱም ዓይኖች ላይ የዕይታ ችግር ካለ የዓይን ሃኪም ማማከር ተገቢ ነው።



የዓይን ቅብ ብጉር

በዓይን ክፍን ጦርዝ ላይ የሚያብጥ ብጉር የመሰለ ቀይ እብጠት ነው። ጨው የተጨመረበት ሙቅ ውሃ በጨርቅ ነክሮ እብጠቱ ላይ በመያዝ ግፍን ይቻላል። ፀረተሃዋስያን የዓይን ቅብት በቀን ሶስት ጊዜ በዓይን ውስጥ መጨመር ሌላ ብጉር እንዳይወጣ ይከላከላል።



የዓይን ሞሪ

በአንዳንድ ሰዎች ላይ ዓራ መልክ ሥጋ ከዓይናቸው ጥግ በመነሳት ቀስ በቀስ እያደገ ወደ ዓይናቸው ብረት ይደርሳል። ይህም ሁኔታ በፀሐይ ብርሃን፣ በአባራ፣ በነፋስ ሊከሰት ይችላል። ጥቁር መነፅር የዓይን መቆጣጠሪያን ከመቀነሱም ሌላ የጥራት ግስጋሴ ሊቀንስ ይችላል። ዓይን ብሉን ጋ ከመድረሱ በፊት በቀዶ ጥገና መገደብ አለበት። ነገር ግን ተመልሶ ሊያድን ይችላል። የዘንል ፋቂት የሚጠቀሙ የአገር ባሕል ህክምና ጉዳቱ ያመዝናል። ቢሆንም ስኬት የሌለው የኮሚሊ ሽያ ለጠባቂ መልክ መጨመር የግጥሙና የጥህዝብ ስሜት ያስታግዳል። ለተጨማሪ ጨርቅ ለተዘጋጅ ውሃ ነክሮ መያዝ መቻሉ ነው (ጽ 339)።



የዓይን ብረት ጠባላና ጭረት

በጣም ስለ የሆነው የዓይን ብረት በሆነ ነገር ሊባጠጥ ወይም በኢንፌክሽን ሊገዳ ከባድ የህመም ስሜት የሚያስከትል ቁስል በመፍጠር ጠባላ ሆኖ ይቀራል። የዓይን ጠባላም ጉም መስሎ ይታያል።

አስፈላጊው ጥንቃቄ ካልተደረገ የዓይን ብረት መቀሰል ሊያሳውር ይችላል። ስለዚህ በወቅቱ ፀረተሃዋስያን የዓይን ቅባት በቀን 4 ጊዜ ለሰባት ቀን ቀብቶ በፋሻ ማሠሩ ይጠቅማል። እስከ 2 ቀን ድረስ የሙዳን ምልክት ካላሳየ የዓይን ሃኪም ማማከር ያስፈልጋል።

የዓይን መስተዋት ጠባላ ምንም የህመም ስሜት የማያስከትል በዓይን ብረት ላይ የሚታይ ነጭ ነገር ነው። መነሻውም የዓይን ብረት ቁስል፣ ቃጠሎና ሌላ ንጅት ትዳት ሊሆን ይችላል። ህክምናውም ቀዶ ጥገና ነው። ይህ ህክምና በጣም ውድ ቢሆንም ሁልጊዜ ጥሩ ውጤት ላይሰጥ ይችላል። የቀዶ ጥገና ሕክምና መስጠት ያለበት ትንሽ፣ ትንሽ ለሚያይ ሰው ነው።

የዓይን ንብ ነጩ ክፍል መድማት

የህመም ስሜት ሳይኖር በነጩ የዓይን ክፍል ውስጥ የመድማት ምልክት ከታየ መንስኤው ከባድ ዕቃ ማንሳት፣ ከባድ ሳል መሳል (ትክትክ) ወይም ዓይን ላይ መመታት ሊሆን ይችላል። ደሙ ቀስ በቀስ ያለምንም ህክምና ስለሚጠፋ ጉዳት አያደርስም። አንዳንድ ጊዜ በአራስ ልጆች ዓይን ውስጥ የሚታዩ ቀይ የደም ነጠብጣቦች የህመም ምልክቶች አይደሉም። ስለዚህ ምንም አይነት ህክምና መስጠት አያስፈልግም።

የዓይን ብረት ጀርባ መድማት

የዓይን ብረት ጀርባ መድማት የከባድ እደጋ ምልክት ነው። አብዛኛውን ጊዜ ዓይን በጡጫ ወይም በፋልፋም ነገር በሃይል ሲመታ ይከሰታል። የህመም ስሜት ካለና ዓይኑም ማየት የማይችል ከሆነ ግለሰቡን በአስቸኳይ የዓይን ሃኪም ዘንድ መውሰድ ያስፈልጋል።

ህመሙ እንስተኛ ሆኖ ማየት የሚችል ከሆነ ሁለቱንም ዓይኖች በፋሻ በማሸግ ግለሰቡን ለብዙ ቀናት እንዲተኛ ማድረግ ይገባል። ከጥቂት ቀናት በኋላ ህመሙ ከበረታ የዓይኑ ንብ ጠጥሮ (ግላውኮማ፣ ገጽ 334) ሊሆን ስለሚችል ግለሰቡን በአስቸኳይ ወደዓይን ሃኪም መውሰድ አስፈላጊ ነው።



የዓይን ብረት ጀርባ መገል መቋጠር

የዓይን ብረት ጀርባ መገል መቋጠር የከባድ ቁስል መኖር ምልክት ነው። አንዳንድ ጊዜ ከዓይን ብረት መቀሰል ጋር ተያይዞ የሚመጣ ቢሆንም ከፍተኛ የዓይን መታወክ ምልክት መሆኑ መታወቅ አለበት። ፔኒሲሊን መስጠትና ወደዓይን ሐኪም መላክ ጠቃሚ ነው። ቁስሉ በሚገባ ከታከመ የቋጠረው መገል ሊጠፋ ይችላል።

ዓይነ ሞራ (ካታራክት)

ከዓይን ብሉን ጀርባ የሚገኘው የዓይን ሊንስ ደመና የመሰለ መልክ ይኖረዋል። የዓይን ብሉን ብርሃን ሲያርፍበትም ግራጫ ወይም ነጭ ይሆናል። ዓይነ ሞራ እብዛኛውን ጊዜ አድሚያ ችው በገፋ ግለሰቦች ላይ የሚታይ ሲሆን፣ አልፎ አልፎ በህፃናትም ላይ ይታያል። በዓይነ ሞራ ምክንያት ዓይነስውር የሆነ ሰው ጨለማና ብርሃን ከለየና የሚንቀሳቀስ ነገር መኖሩን ካወቀ የቀዶ ጥገና ቢደረግለት እንደገና የማየት እድል ይኖረዋል። ነገር ግን ከባድ የዓይን መነፅር ያስፈልገዋል። መነፅሩንም ለማለማመድ ብዙ ጊዜ ይፈጃል። ለዓይነ ሞራ የዓይን መድሃኒት መስጠት አይረዳም። የዓይን ቀዶ ህክምና የሚያደርጉ አንዳንድ የህክምና ማዕከሎች የፕላስቲክ ሊንስ ስለሚተኩ ከባድ መነፅር አያስፈልግም።

ዓይነ ሞራ (ካታራክት) በኢትዮጵያ ውስጥ ለዓይነስውርነት ትልቁ ምክንያት ነው። ከ150,000 በላይ የሆኑ ኢትዮጵያውያን በካታራክት ምክንያት ዓይነስውር ሆነዋል። በካታራክት ምክንያት ማየት የማይችሉ ሰዎች የዓይን ሃኪም ዘንድ መሄድ አለባቸው።

ዳፍንትና የዓይን ንብ መድረቅ

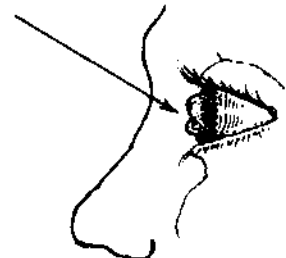
በቪታሚን ኤ ጉድለት የሚመጣው ዳፍንትና የዓይን መድረቅ (ዜርሲስ) አብዛኛውን ጊዜ የሚታየው ከ2-5 ዓመት የዕድሜ ዘመን ውስጥ በሚገኙ ልጆች ላይ ነው። የበሽታው መንስኤ በቂ ቪታሚን ኤ ያለው ምግብ ካለማግኘት ወይም ካለመመገብ ነው። በሽታው በወቅቱ ካልታወቀና ካልታከመ ህፃናትን ሊያሳውር ይችላል።

በኢትዮጵያ ውስጥ የቪታሚን ኤ ዕጥረት በሰፋነት ይታያል። በተለይ በእህል አብቃይ አካባቢዎች የቪታሚን ኤ ዕጥረት ከ6% በላይ ነው።



መስዶ ምዕክቶች

- ከመጀመሪያው ማንኛውም ሕፃን ላይ ሲገኝ ለይዘው ይችላል። ዳፍነት ከያዘው እንደ ሌሎች ሰዎች በጨለማ ማየት አይችልም።
- ቆየት ብሎ የዓይን ባል መድረቅ (ዜሮሲስ) ይከሰታል። ነጭ የዓይን ክፍል ማብረቅረቅን ይተውና መጨማሪያ ይጀምራል።
- እረፋ የመሳሰሉ ሽፍታዎች በዓይን ላይ ይታያሉ።
- በሽታው እየተባባሰ ሲመጣ የዓይን ብረት ደርቆ ትናንሽ ቀዳዳዎች ይፈጠራሉ።
- ከዚያ በኋላ የዓይን ብረት በፍጥነት ይለሰልሰና ያብጣል፤ ወይም ሊፈነዳ ይችላል። በአብዛኛው የሀመም ስሜት አይኖርም። ዓይነስውርነት የሚፈጠረው በኢንፌክሽን፣ በጠባባ ወይም በሌላ ጉዳት ነው።
- የዓይን ባል መድረቅ አብዛኛውን ጊዜ የሚጀምረው ወይም የሚባባሰው ህፃናት በሌላ በሽታ፣ ማለትም እንደተቅማጥ፣ ትክ ትክ ወይም የሳንባ ነቀርሳ ሲጠቀ ነው። ስለዚህ የታመመ ወይም ክብደታቸው እነስተኛ የሆኑ ልጆችን ዓይን ማስመርመር ይከፈላል።



መከላከልና ህክምና

ዜሮሲስ የሚባለውን የዓይን ሕመም በሺታሚን ኤ የዳበሩ ምግቦችን በመመገብ መከላከል ይቻላል። የሚከተሉትን መመሪያዎች ተግባራዊ ማድረግ ይከፈላል።

- ህፃናት ጡት መጥባት አለባቸው፤ ከተቻለ እስከ ሁለት ዓመት።
- ሕፃናት 6 ወር ከሞላቸው በኋላ በሺታሚን ኤ የዳበሩ እንደ አረንጓዴና ቢጫ ትጠላቅጠሉት ወይም ቀይ የወይራ ዘይት፣ አትክልትና ፍራፍሬዎችን ማግኘት አለባቸው። ማንኛ፣ ፓፓያ ወይም አረንጓዴ ቅጠላ ቅጠሎች፣ ወተት፣ እንቁላል፣ ጉበትና ኩላሊት በሺታሚን ኤ የዳበሩ ናቸው።



- ሕፃናት ከላይ የተዘረዘሩትን የምግብ ዓይነቶች ማግኘት የማይችሉ ከሆነና የዳፍነት ወይም የዜሮሲስ በሽታ ምልክቶች የሚታዩባቸው ከሆነ የሺታሚን ኤ እንክብ ሎችን መስጠት። በየክሱት ወሩ 200,000 ዩኒት (60 ሚ.ግ) መስጠት ያስፈልጋል። ከአንድ ዓመት በታች የሆኑ ህፃናት 100,000 ዩኒት ማግኘት አለባቸው።
- ችግሩ ከባድ ከሆነ በመጀመሪያው ቀን 200,000 ዩኒት ሺታሚን ኤ መስጠት፤ በሁለተኛው ቀን ደግሞ 200,000 ዩኒት መድገም። ከሁለት ዓመት በኋላ ደግሞ 200,000 ዩኒት መስጠት። ከአንድ ዓመት በታች የሆኑ ህፃናት የተጠቀሰውን መጠን ግማሽ ማግኘት አለባቸው።
- የዓይን ብረት ማበጥ ከጀመረ ዓይንን በጽባላ ጨርቅ ሽፍኖ በፍጥነት ወደ ሃኪም ቤት መላክ ያስፈልጋል።
- የዓይን ባል መድረቅ በስፋት በሚታይባቸው አካባቢዎች 200,000 ዩኒት ሺታሚን ኤ ለሚያጠቡ እናቶች በየ6 ወሩ መስጠት ይገባል። ለነፍሰጡር ሴቶች ደግሞ ከ5 ወር በኋላ መስጠት ይገባል።

ማስጠንቀቂያ፡- ሺታሚን ኤ ከመጠን በላይ ከተሰጠ ሰውነት ስለሚመረዝ መስጠት የለበትም።

አረንጓዴ ቅጠላ ቅጠሎችን፣ ቢጫ ወይም አረንጓዴ ፍሬፍሬና ቅጠላ ቅጠሎችን ለህፃናት በመመገብ ዓይነስውርነትን መከላከል ይቻላል።

ዓይን ላይ የሚጋረጡ ነቀጦች ወይም «ነጥቦች»

እንዳንድ ጊዜ ዕድሜያቸው ጠና ያለ ሰዎች ግድግዳ ወይም ሰማይን አትኩረው ሲመለከቱ ጥቃቅን ትንኝ የሚመስሉ ነገሮች ይታዩባቸዋል። አብዛኛውን ጊዜ ጎጂ ስላልሆኑ ምንም ዓይነት ህክምና አያስፈልጋቸውም። ቢሆንም እነዚህ ነገሮች ድንገት ብብዛት ቢታዩና የግለሰቡ የማየት ችሎታ በአንደኛው ዓይኑ በኩል በአጭር ጊዜ ውስጥ እየደከመ ከሂደት የረቲና (ባርሃን ተቀብሎ ምስልን ወደ አዕምሮ የሚልከው ክፍል) መላቀቅ ሊሆን ስለሚችል ሁኔታው አደገኛ ነው። ችግር ሲያጋጥም ዘፍጥነት የዓይን ሃኪም ማማከር ያስፈልጋል።

ደንደ ነገር ሁለት መስሎ መታየት (ብዙታ)

አንድ ነገር ሁለት መስሎ የሚታይበት ብዙ ምክንያቶች ስሉ። ችግሩ በድንገት ከተከሰተ፣ የቆየ ከሆነ፣ ወይም ቀስ በቀስ የሚባባስ ከሆነ የአደገኛ በሽታ ምልክት ሊሆን ስለሚችል የጤና ባለሙያ ማማከር መልካም ነው። ችግሩ በየጊዜው የሚከሰትና ደረሰ መለስ የሚል ከሆነ የድካም ወይም የመላል ምልክት ሊሆን ይችላል። ምክንያቱ የተመጣጠነ ምግብ ዕጥረትም ይሆናል። ስለተመጣጠነ ምግብ ምፅራፍ 11ን በማንበብ በሚገባ ለመመገብ መሞከር ነው። ችግሩ የማይሻሻል ከሆነ የዓይን ሐኪም ማማከር ይገባል።



የጥርስና የድድ አንክብካቢ

ለጥርስና ለድድ ጥንቃቄ ማድረግ ይገባል። ምክንያቱም፡

- ምግብን በሚገባ ለማድቀቅና ለመፍጨት ጠንካራና ጤናማ ጥርስ ያስፈልጋል።
- የጥርስን መበስበስና መዋርዋር እንዲሁም የድድን መቁሰል ጥርስን በጥሩ ሁኔታ በመያዝ መከላከል ይቻላል።
- በንጽህና ጉድለት የሚደርሰው የጥርስ መበስበስና መበላሸት ሌላውን የሰውነት ክፍል ሊያጠቃ የሚችል የቁስል መመረዝ ይፈጥራል።

የጥርስና የድድን ጤንነት ለመጠበቅ

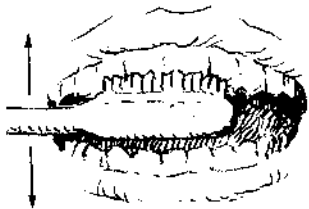
1. ጣፋጭ ነገር አዘውትሮ አለመብላት። ብዙ አይነት ጣፋጭ ምግቦችን (ለምሳሌ ከረሜላ፣ ብስኩት፣ ሸን ኮራ አገዳ፣ ኬክ፣ ቡና ወይም ሻይ በስኳር እና እንደ ኮከላ ያሉ ጣፋጭ መጠጠቻን) ማዘውተር በአጭር ጊዜ ጥርስን ያበሰብሳል።



ይህ ወደ ጥርስ ስለውጥ ነገር ገን ከጥቂት ጊዜ በኋላ ጥርስ ይበላሸናል። ምንም ጥርስ አይኖረውም።

ልጆች ጤናማ ጥርስ እንዲኖራቸው ጣፋጭ ምግብና መጠጥ ማስለመድ አይገባም።

2. ጥርስን በየዕለቱ በሚገባ መረሽና ጣፋጭ ነገር ከበሉ በኋላም ወዲያው ጥርስን ማዕዳት ይገባል። የልጆች ጥርስ ገና መውጣት እንደሚመረ ወላጆቻቸው መረሽ መጀመር አለባቸው። እያደጉ ከሄዱ በኋላ ገን ራሳቸው ጥርሳቸውን እንዲያጸዱ ማስተማር ይገባል። ትምህርቱን በተገባር ለመተርጎማቸው መቆጣጠርም ያስፈልጋል።



ጥርስዎን ከባዴ ወይታች እንደዚህ ይፋ።

ካንዲ ጉን ወዳንዱ ብቻ አይፋ።

ፊት ሰራት፣ ደርባውን፣ ጫንና ዘላንም ሰፍራ ይፋ።

3. ፍሎሪድ የተባለውን ንጥረ ነገር በመጠጥ ውሃ ውስጥ ወይም በተጥቃ ጥርስ ላይ መጨመር ጥርስ እንዳይበረበርና እንዳይበላሽ ይከላከላል። አንጻንድ የጤና መርሃግብሮች በዓመት አንድ ወይም ሁለት ጊዜ በህጻናት ጥርስ ላይ ፍሎሪድ እንዲጨመር ያደርጋሉ። ይህ የሚደረገው በመጠጥ ውሃ ውስጥ ያለው የተፈጥሮ ፍሎሪድ መጠን ዝቅተኛ መሆኑ ከተረጋገጠ ነው። ብዙዎቹ ነጠራ የሚገኙ ምግቦች የፍሎሪድ መጠናቸው ከፍተኛ ነው።

ማስጠንቀቂያ፡- ፍሎሪድ በአነስተኛ መጠን እንኳ ቢዋጥ መርዛማ ነው። ስለዚህ በጥንቃቄ መጠቀምና ህጻናት በማይደርሱበት አካባቢ በጥንቃቄ ማስቀጠል ይገባል።

4. ሕጻናትን ጡጦ ያለማጥባት። ህጻናት ያለማቋረጥ ጡጦ እንዲጠቡ ቢደረግ የህጻኑ ጥርስ በጣፋጭ ፈሳሽ እየታጠበ የተፈጥሮ መልኩን ከመልቀቁም በላይ በአጭር ጊዜ ውስጥ ይበሰብሳል። ስለዚህ ህጻናት ፈጽመው ጡጦ መጥባት የለባቸውም።

የጥርስ ብረሽ ባይኖር፣

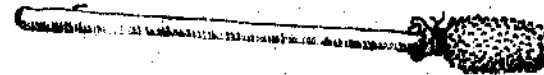
የአንጨት መፋቂያ መጠቀም ይቻላል።

ይሄኛውን ጫፍ በማሸፍ የጥርሱን መሃከል ማዕዳት ይቻላል።

ይህንን በማጥክ ለስለሰል ጥርስ መፋቂያ ይቻላል።



ወይም የፎጣ ቁራጭ በመፋቂያው ጫፍ ላይ በማሠር እንደጥርስ ብረሽ መጠቀም ይቻላል።

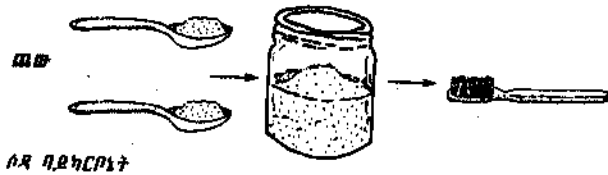


የፎጣ ቁራጭ

ኢትዮጵያውያን ጥርሳቸውን ለማዕዳት የአንጨት መፋቂያ ይጠቀማሉ። የጥርስ ጉዕህና ለመጠበቅም መፋቂያዎቹ የብረሾችን ያህል ይጠቅማሉ። ሰዎች በየዕለቱ እንዲጠቀሙባቸው ማበረታታት ያስፈልጋል። በርካታ ኢትዮጵያውያን እንደሚያደርጉት አፍን በውሃ በመጉመጥመጥ ብቻ የጥርስን መሽገት መከላከል አይቻልም።

የጥርስ ሳሙና ባይኖር፣

የተፈጥሮ ጨውና ሰዳ ባይካርቦኔት ዱቄት እኩል በእኩል በመደባለቅ የጥርስ ማጠቢያ ዱቄት ማዘጋጀት ይቻላል። እንደ ጥርስ ሳሙና ለመጠቀም በቅድሚያ ብሩሽን በውሃ ማራስና ዱቄቱን በላዩ ላይ መስነስ ይቻላል።



የተፈጨ ጨውና የሶዳ ዱቄት ልክ እንደ ጥርስ ሳሙና ያገለግላሉ። ሶዳ ባይካርቦኔት ዱቄት ካላገኙ የጨውን ዱቄት ብቻ መጠቀም ይቻላል። ይህም ካልተገኘ በንጹህ ውሃ በደንብ መፋቅ ይቻላል።

የተበረቦረ ጥርስ

የህመም ስሜት እንዳያስከትልና አብጦ መግል እንዳይገባ ጣፋጭ ነገሮችን አለመውሰድና ከምግብ በኋላ በሚገባ መቦረሽ ያስፈልጋል። ከተቻለ ፈጥኖ የጥርስ ሃኪም ምክር ከተጠየቀ በደንብ በመድሃኒት ታጥቦ ውስጡ ሊሞላ ስለሚችል ለብዙ ዓመታት ያገለግላል።



ጥርስ ከተበረቦረ የህመም ስሜት እስኪያስከትል ድረስ መጠበቅ ስይገባም። ወዲያውኑ የጥርስ ሃኪም በማማከር ተገቢውን ሕክምና ማግኘት ያስፈልጋል።

የጥርስ ህመምና ዕብጠት

ህመሙን ለማስታገስ፡

- ከተበረቦረው ጥርስ ውስጥ የተሰገሰገውን የምግብ ትራፊ በማውጣት ማፅዳት። ከዚያ በኋላ ጨው በተጨመረበት ሙቅ ውሃ እፍን መጉመጥመጥ።
- እንደእስፒሪን ያለ ህመም የሚያስታግስ መድሃኒት መውሰድ ይረዳል።
- የጥርሱ ሊንፈክሽን ከባድ ከሆነ፣ ማለትም እብጠት፣ መግልና የፅጢዎች ህመም ካስከተለ ፀረ ተሃዋስያን መድሃኒት መውሰድ ይገባል። የፒኒ ሲሊን ወይም የስልፎናማይድ ወይም የቴትራሳክሊን ፍሬዎች ፍቱን መድሃኒቶች ናቸው።

የህመሙ ስሜት የማይሻል ከሆነ ወይም እየተመላለሰ ካስቸገረ ምናልባት ጥርሱ መነቀል ይኖርበታል። የጥርስ ዕብጠት ሊያጋጥም ወደሌላ የሰውነት ክፍል ሳይሰራጭ ወዲያውኑ አስፈላጊውን ህክምና ማግኘት ያስፈልጋል።



የተበረቦረው ከፍሬ በተሃዋስያን ሲታወክ (ሲያመረቅዝ) የጥርስ ህመም ይከተላል። ምርቀዛው ወደታች ወደሰረ ሲወርድ ሙገል ይቋጥራል።

የድድ ማመርቀዝ

የድድ እብጠትና መቅላት በሚከተሉት ምክንያቶች ሊፈጠር ይችላል።

1. ጥርስና ድድን በየጊዜው ደህና አድርጎ ካለማጽዳት።
2. በቂና የተመጣጠነ ምግብ ካለማግኘት።



መከላከያና ሕክምናው

- ከምግብ በኋላ በጥርሶች ጣብቂያ ውስጥ የተሰገሰገውን የምግብ ትራፊ ማውጣትና እፍን በሚገባ መታጠብ ከተቻለ የጥርስን ልማም እየፈቀፈቁ ማስለቀቅ። በድድና በጥርስ መገናኛ ላይ የሚገኘው ልማም በደንብ ከፀዳ በንጹህ ሰንጥር የድድን ስር ለማጽዳት ያመቻል። የጥርስን ልማም ለማስለቀቅ በሚደረገው ሙከራ በመጀመሪያ ድዱ በኃይል ሊደማ ይችላል። በኋላ ግን እየለመደ ሲሄድ ጤናማ ይሆናል።
- በቪታሚን የዳበሩ በሽታ ተከላካይ ምግቦችን፣ በተለይም እንቁላል፣ ሥጋ፣ ባቂላ፣ አረንጓዴ ቅጠል ቅጠል እንዲሁም እንደ ብርቱካን፣ ሱሜና ቲማቲም ያሉትን ፍራፍሬዎች (ምዕራፍ 11) መመገብ ያስፈልጋል። በጥርሶች ግድግዳ ጣብቂያ መካከል ተሰስነው ሊቀሩ የሚችሉ ጣፋጭ ክር መሳይና የሚጣበቁ ምግቦችን ማስወገድ።

ማሳሰቢያ፡- አንዳንድ ጊዜ ለሚጥል በሽታ የሚሰጥ መድሃኒት (ሬናይቶይንና የመሳሰለው) የድድ ዕብጠትና ጤናማ ያልሆነ ዕድገትን ያስከትላል። ይህ ከተከሰተ የጤና ባለሙያ በማማከር ለየት ያለ መድሃኒት መውሰድ ጠቃሚ ነው።

የክንፈር ጥገ መቀሰል ወይም መሰንጠቅ

የልጆች ክንፈር ግራና ቀኝ ጥገ መቀሰል ወይም መሰንጠቅ የተመጣጠነ ምግብ ጉድለት ምልክት ነው። በነፍሰጡር ሴቶች ላይ ተመሳሳይ ችግር ሊከሰት ይችላል። ይህም የሚሆነው ነፍሰ ጡራ የምትመገበው ምግብ ለእና ትየውና ሚህፀን ውስጥ ላለው ህፃን በቂ ሆኖ ሳይገኝ ሲቀር ነው። የዚህ ዓይነቱ ችግር ያለ ባቸው ልጆችም ሆኑ እናቶች ከፍተኛ ቪታሚንና ፕሮቲን ያላቸውን ምግቦች እንደ ወተት፣ ሥጋ፣ ዓሣ፣ እሹላ፣ አትክልትና ፍራፍሬዎች ማግኘት አለባቸው።



በአፍ ውስጥ የሚታዩ ነጥ ነጠብጣቦች

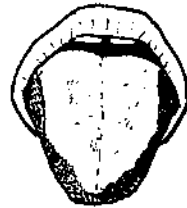
የምላስ በነጭ ነገር መሸፈን፤ በምላስ ላይ መጠነኛ የሆነ የነጭ ሽፋን መኖር ችግር አይፈጥርም። ነገር ግን በተለይ ትኩሳት በሚኖርበት ጊዜ ነጩ ሽፋን ይወፍራል። ስለዚህ ማሳሰብ አይቀርም። እነዚህ ምልክቶች አደጋዎች ናቸው ባይባልም ጨውና ሶዳ ባይካርበኔት በተጨመረበት መቶ ውሃ አፍን በየቀኑ ለብዙ ጊዜ መጉመጥመጥ ይረዳል።

ትኩሳት በያዘው ሀፃን ልጅ አፍ ውስጥ ጨው የሚመስሉ ነጭ ነገሮች ሲታዩ የኩፍኝ የቅድሚያ ምልክቶች ሊሆኑ ይችላሉ (ገጽ 469) ።

አንዳንድ ጊዜ በቀይ ሥጋ ላይ የተለጠፈ የወተት ስልባቦት የመሰለ ነጭ ነጠብጣብ ነገር በምላስና በላንቃ አካባቢ ይታያል። ይህ ሁኔታ ሊፈጠር የሚችለው ፈንገስ ወይም ይስት በሚባሉ ሀዋሳት ሊሆን፤ በሽታ ውም ሞኒሊያሊስ (ገጽ 355) የሚባል ነው። ይህ ሀመም ገና በተወለዱ ሀፃናት ላይ እንዲሁም ኤድስ በያዛቸው ሰዎች ላይ ይታያል። ቴትራሳይክሊንና አምፒሲሊን የተባሉትን መድሃኒቶች እዘውትረው በሚጠቀሙ ግለሰቦችም ላይ ጎልቶ ይታያል።

ፀረተሃዋስያን መድሃኒቶችን መውሰድ በግድ ካላስ ፈለገ በስተቀር የበሽታው ምልክት ሲታይ ወዲያውኑ መድኃኒቶችን ማቋረጥ ይገባል። የተጠቃውን የአፍ የውስጥ አካል ጂቪ በመቀባት ማስታገስ ይቻላል። ነጭ ሽንኩርት ማንክና እርጎ መጠጣትም በሽታውን ለማስወገድ ይረዳል። ከባድ ከሆነና አልድን ካለ ኒስታቲን የተባለውን መድሃኒት መጠቀም ያስፈልጋል።

የአፍ ቁስሶት (ካንከር ሶርስ)፡- በአፍና በከንፈር የውስጥ ክፍል የሚወጡና የሀመም ስሜት የሚያስከትሉ ትናንሽ ነጭ ነጠብጣቦች የካንሰር ቁስል ይባላሉ። ከከፍተኛ ትኩሳትና የመንፈስ ጭንቀት በኋላ ሊወጡ ይችላሉ። ከ1-3 ሳምንታት ባለው ጊዜ ውስጥ በራሳቸው ይጠፋሉ። ፕሮጉኦኒል የተባለውን የወባ መኮላከያ በየዕለቱ የሚወስዱ ሰዎች የአፍ መቀሰል ሊያጋጥማቸው ይችላል። አፍን ጨው ባለው ውሃ መጉመጥ ወይም ሃይድሮጂን ፔርክሳይድ ወይም የከርቲስ ስቴሮይድ ቅባት መቀባት ሊረዳ ይችላል። ሆኖም ፀረተሃዋስያን መድሃኒቶችን መውሰድ አይጠቅምም።



በትንፋንና በትኩሳት መንስኤ የሚመጣ ቁስል

ትናንሽ የሀመም ስሜት የሚያስከትሉ በከንፈር (ወይም በብልቶች አካባቢ) የሚወጡ ቁስሎች በከባድ ትኩሳት ወይም ከመንፈስ ጭንቀት በኋላ ይወጣሉ። የቁስሉ መንስኤ ሽርጥስ የሚባለው የቫይረስ ዝርያ ሊሆን ይችላል። ከ1 ወይም 2 ሳምንታት በኋላ ቁስሎቹ ይድናሉ። ቁስሎቹ እንደታዩ በየቀኑ ለአንድ ሰዓት በረዶ በላዩ በመያዝ ሀመሙን ሊያሸል ይችላል። አሉም (alum)፤ ካምፎር ወይም የመራራ ዕጽ ጭማቂ ቁስሉ ላይ መጨመር ይረዳል። መድሃኒቶች መጠቀሙ ግን ብዙ አይረዳም።

የሽንት መሽኛና የተዋልዶ አካላት

ከግብርና

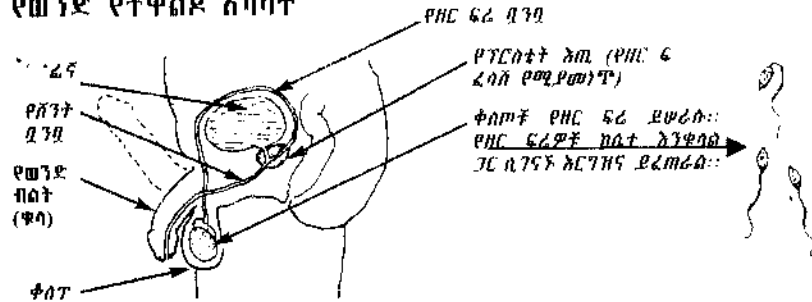
18

የሽንት መሽኛ አካላት ከሰውነታችን ውስጥ የሚገኘውን ቆሻሻ ነገር ሁሉ በሽንት መልክ ለማስወገድ የሚረዱ የሰውነት ክፍሎች ናቸው።

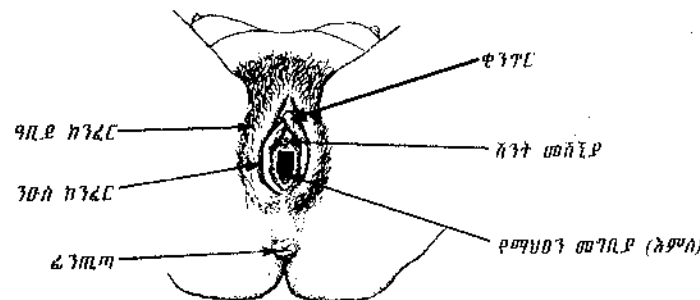


የተዋልዶ አካላት

የወንድ የተዋልዶ አካላት



የሴት የተዋልዶ አካላት



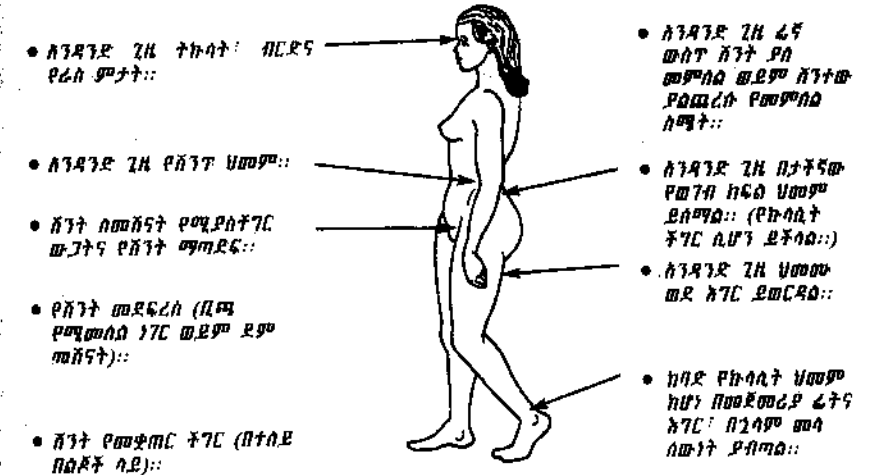
የሽንት ባንቢ የጤና ችግሮች

የሽንት ባንቢን ብዙ ዓይነት የጤና ችግሮች ያጋጥሙታል። የችግሮቹን ዓይነትም ሁልጊዜ በትክክል ለይቶ ለማወቅ ያስችግራል። አንዳንዶቹ ቀላሎች ሲሆኑ፣ ሌሎች ደግሞ ከባዶች ናቸው። አደገኛ የሽንት ባንቢ ህመም በቀላሉ የበሽታ ምልክት ሊጀምር ይችላል። ይህን የመሰለ መጽሐፍ ብቻ አንብቦ በመረዳት የችግሩን ትክክለኛ መንስኤና ዓይነት ለይቶ ማወቅም አይቻልም። ጠለቅ ያለ እውቀትና ምርመራ ማድረግ ያስፈልጋል። በተቻለ መጠን የጤና ባለሙያ ዕርዳታ መጠየቅ ያሻል።

ሽንት ከመሽኛት ጋር የተያያዘ የጤና ችግር የሚከተሉትን ያጠቃልላል።

1. በግብረ ሥጋ ግንኙነት የማይተላለፍ የሽንት ባንቢ ኢንፌክሽን።
2. የኩላሊት ጠጠር።
3. ፕሮስቴት የተባለው የወንድ ብልት ዕጢ ዕጠጠት (የፕሮስቴት ዕጢ የሚያብጥባቸውና ሽንት የመሽኛት ችግር የሚያጋጥማቸው በዕድሜያቸው ገፋ ያሉ ወንዶችን ነው።)
4. ጨብጥ (ሽንት ሲሸኑ የሚያቃጥል በግብረ ሥጋ ግንኙነት አማካይነት የሚመጣ ተላላፊ የአባላዘር በሽታ ነው።)
5. በአንዳንድ አገሮች የሚገኘው (ቢልሃርኪያ) ሺሊቶሶሚያሲስ የሚባለው በሽታ የደም ሽንት ያሸናል። ስለዚህ ጥገኛ ትል ገጽ 231ን መመልከት ይቻላል።

በግብረ ሥጋ ግንኙነት የማይተላለፉ የሽንት ባንቢ ኢንፌክሽኖች ምልክቶች



ከወንዶች ይልቅ ብዙ ሴቶች በሽንት ቧንቧ ኢንፌክሽን ይሰቃያሉ። በወንዶች ላይ ግን ብዙ የተለመደ አይደለም። አንዳንድ ጊዜ የሚያስቸግር የሀመም ስሜት ሲኖር፣ የሽንት መቆጥቆጥና ቶሎ፣ ቶሎ የመሸናገር ፍላጎት ይኖራል። ሌሎች የታወቁ ምልክቶች ደም መሸናገትና የታችኛው የሆድ ክፍል ሀመም ናቸው። በመካከለኛ በታችኛው የጀርባ ክፍል የሚሰማና አብዛኛውን ጊዜ ከጎን አጥንት በታች ባለው ግራና ቀኝ ሽግግ የሚበተን ውጋትና ትኩሳት ሲኖር ከፍተኛ የሽንት ቧንቧ ኢንፌክሽን መኖሩን ያመለክታል።

ህክምና

- ብዙ ውሃ በመጠጣት በርካታ ቀላል የሆኑ የሽንት ቧንቧ ኢንፌክሽኖችን መቃረን ቶች ሳይጠቀሙ ማዳን ይቻላል። ከ3 እስከ 4 ሰዓት ባለው ጊዜ ውስጥ በየ30 ደቂቃ 1 ብርጭቆ ውሃ በመጠጣት ብዙ ውሃ የመጠጣትን ልምድ ማዳበር ያስፈልጋል። (ገር ግን በሽንት ሽንት መሸናገት ካልቻለና እጅና ፊቱ ካበጠ ብዙ ውሃ መጠጣት የለበትም።)
- ብዙዎቹ የሽንት ቧንቧ ኢንፌክሽኖች ለሶስት ቀን በሚሰጥ ፀረተሃዋሶያን መድሃኒቶች ሊድኑ ይችላሉ። አንዳንዶቹ ኢንፌክሽኖች የእስር ቀንት ህክምና ያስፈልጋቸዋል። ብዙ ውሃ በመጠጣት የማይሻል ከሆነና ሰውነት ትኩሳት ካለው የኮትራይምካሳዘል ወይም የሰልፎናማይድ፣ አምፒሲሊን ወይም የቴትራሳይክሊን እንክብሎችን መዋጥ ይመከራል። የአወሳሰድ መጠነ-ንፍ ጥንቃቄውን በተመለከተ ትኩረት ማድረግ ይገባል። ኢንፌክሽኑን መብሉ ለመብሉ ለመቆጣጠር 10 ቀን ወይም ከዚያ በላይ የሚያስፈልግ ሊሆን፣ በተለይም ሰልፎናማይድ የሚወስዱ ከሆነ ብዙ ውሃ መጠጣት ያስፈልጋል።
- አስፈላጊው ህክምና ተሰጥቶ በአጭር ጊዜ ውስጥ መዳን ካልተቻለ ወደ ጤና ድርጅት መሄድ ያስፈልጋል።



የኩሳሲት ወይም የፊኛ ጠጠር በሽታ መስያ ምልክቶች

- የመጀመሪያው ምልክት ሰቱ የሚይዝ ከባድ ውጋት በታችኛው የወገብ ክፍል፣ በጎንና ጎን፣ ወይም በታችኛው የሆድ ክፍል ወይም በወንዶች በብልት መብቀያ ውስጥ ይሰማል።
- አንዳንድ ጊዜ የሽንት ቧንቧ በጠጠር ስለሚዘጋ ሀመምተኞች ሽንት ለመሸናገት ይቸገራሉ ወይም ምንም ሽንት አይወጣም፤ አለያም መሸናገት በሚጀመርበት ጊዜ የደም ጠብታ ይወጣል።
- የሽንት ቧንቧ ኢንፌክሽንም አብሮ ሊኖር ይችላል።

ህክምና

- ከላይ ለሽንት ቧንቧ ኢንፌክሽን የታዘዘው ህክምና ለዚህኛውም ይጠቅማል።
- በተጨማሪ አስፈላጊ ወይም ሌሎች ሀመም የሚያስታግሱ አንታይስ ፓስፖርቱክስ መስጠት።
- ሕመምተኛዎች ሽንትን አልጋ ላይ በመሆን ለመሸናገት ቢሞክሩ ጥሩ ነው። ይህ ዘዴ ፊኛውን የደፈነት ጠጠርኛ ወደ ውስጥ ተንከባለው ወድቀው የሽንት ቧንቧውን ለጊዜው ክፍት ስለሚያደርጉት እንደልብ ሊሸና ይቻላል።
- ሁኔታው አስቸጋሪ ሆኖ ከተገኘ ወደ ጤና ድርጅት መሄድ ይመረጣል። አንዳንድ ጊዜም የቀዶ ጥገና ህክምና አስፈላጊ ሊሆን ይችላል።

ያበጠ የፕሮስቲት ዕጢ

- የፕሮስቲት ዕጠት ችግር የሚያጋጥመው ሽማግሌዎችን ነው። በሽማግሌዎች የሚፈጠረው የመሸናገት ችግር የሚፈጠረው በፊኛና በሽንት ቧንቧ መካከል የሚገኘው ፕሮስቲት ሲያብጥ ነው።
- ሀመምተኛው የመሸናገትና እልፎ አልፎም ዓይነምድር የመውጣት ችግር ያጋጥመዋል። ሽንት ጥቂት፣ የቂት ሊንጠባጠብ ወይም ፈጽሞ ሊዘጋ ከመቻሉም በላይ ለብዙ ቀን ምንም ሽንት ሳይሸና ሊቆይ ይችላል።
 - ትኩሳት ካለ የኢንፌክሽን ምልክት ሊሆን ይችላል።

ህክምና

- ሀመምተኛው ሽንቱን መሸናገት የማይችል ከሆነ የጥቀ ውሃ በትልቅ ሳህን ወይም በመታጠቢያ ገንዳ በመመላት እንዲቀመጥበት ማድረግ ጥሩ ነው። ይህ ካልሰራ በማሸኛ ላስቲክ (catheter) በመጠቀም እንዲሸና ማድረግ ይቻላል።
- ሀመምተኛው ትኩሳት ካለው አምፒሲሊን ወይም ቴትራሳይክሊን መስጠት ያስፈልጋል።
- ከባድ ያለ ወይም የቆየ ችግር ከሆነ የቀዶ ጥገና ሕክምና ሊያስፈልግ ይችላል።



ማሳሰቢያ፡ የሽንት መሸናገት ችግሩ ምክንያት ያበጠ የፕሮስቲት ዕጢ ወይም የጨብጥ በሽታ ወይም ሌላ ዓይነት በሽታ ሌሆን ስለሚችል መንስኤው ምን እንደሆነ ለይቶ ማወቅ አስፈላጊ ነው። ዕድሜያቸው በጎሩ ሰዎች የሚታየው የመሸናገት ችግር አብዛኛውን ጊዜ ያበጠ የፕሮስቲት ዕጢ ነው። በወጣቶችና በጎልማሶች የሚታይ የመሸናገት ችግር መብሉ ህክምና ባላገኘ የጨብጥ በሽታ ሳቢያ የተፈጠረ ሊሆን ይችላል።

ካቴተርን እንዴትና መቼ መጠቀም እንደሚቻል (ካቴተር ሽንት ለማስወገድ የሚጠቅም መሳሪያ ነው)

ካቴተርን መቼ መጠቀም ይገባል?

- በጣም አስፈላጊ ካልሆነና ከባድ ችግር ካልተፈጠረ በስተቀር ካቴተር መጠቀም አያስፈልግም። ከፍተኛ ጥንቃቄ ከተደረገም በኋላ እንኳ አደገኛ የሽንት ቧንቧ ኢንፌክሽን ወይም አደጋ ሊፈጥር እንደሚችል መዘንጋት የለበትም።
- ችግሩ እነስተኛ የሽንት መንጠባጠብ ከሆነ ካቴተር መጠቀም አያስፈልግም።
- አንድ ሰው ሽንት መሸናት ሊያቅተው በመጀመሪያ በሙቅ ውሃ ውስጥ ተቀምጦ በመዝናናት መሸናት እንዲሞክር ማድረግ ይገባል። በመቀጠልም ለጨብጥና ለአበጣ የፕሮስቴት ዕጢ የሚሰጠውን ህክምና መስጠት ያስፈልጋል።
- አንድ ሰው የሽንት ቧንቧው ፈጽሞ ተደፍኖ ምንም ሽንት መሸናት ሳይችልና ፊኛው በሃይል ሲወጠር፣ እንዲሁም በሽንት መጠራቀም ምክንያት የሰውነት መመረዝ የሚደርስበት መሆኑ ሊታወቅ ብቻ ካቴተር በመጠቀም ማሸናት ይቻላል።

በሽንት የመመረዝ (ቁረሚያ) መሰደ ምልክቶች

- የህመምተኛው ትንፋሽ ሽንት፣ ሽንት ይሸታል።
- እግርና ፊቱ ያብጣል።
- ከባድ ትውከት፣ ድካምና ግራ መጋባት ይኖራል።



ማሳሰቢያ፡- የመሸናት ችግር፣ የፕሮስቴት ዕጢ ዕብጠት ወይም የኩላሊት ጠጠር ያለባቸው ሰዎች ካቴተር (የሽንት ቱቦ) ለአደጋ ጊዜ ገዝተው ማስቀመጥ አለባቸው።

የካቴተር አጠቃቀም

1. ካቴተርን (ሲራንጋ) ወይም ሌላ የሚጠቀሙበት መሳሪያ ለ15 ደቂቃ ማፍላት።



2. ብልትንና አካባቢውን በፀረተሃዋስያን ፈላሽ ማፅዳት።



3. እጅን በሙቅ ውሃና ከተቻለም ለቀዶ ጥገና በሚውል ሳሙና (እንደ ቤታዲን ባለው) መታጠብ፣ ከታጠቡም በኋላ በጣም ንፁህ ሆኑ ወይም የተቀቀሉ ነገሮችን ብቻ መንካት።



4. የብልቱን አካባቢ በንፁህ ጨርቅ መሸፈን።



5. እጅን በአልኮል መታጠብ ወይም የተቀቀሉ ጓንት ካለ መጠቀም።



6. ካቴተርን የሚያሟላ ሟልጭ ፀረተሃዋስያን ቅባት መቀባት። ቅባቱ በውሃ የሚሟሟ (እንደ ኬ.ዋይ.ፔ.ሲ መሆን አለበት። ዘይት ወይም ቫዝሊን አለመጠቀም)።



7. የብልትን ቀዳዳ መክፈት። የሽንት መሸኛ ቀዳዳውን የሳሙና ዓረፋ በነካው ንፁህ ጥጥ ማጠብ።



8. የብልትን ቀዳ ለብስቦ በመያዝ በዝግታ ካቴተርን በሽንት ቀዳዳ ማስገባት። እንደአስፈላጊነቱ እያዘዋወሩ ማስገባት እንጂ በሃይል ተጭነው ማስገባት አይፈቀድም።



9. ለወንዶች ሽንት እስኪወጣ ድረስ ካቴተርን ደግፎ በመያዝ እስከ 3 ሳ.ሜ ያህል መግፋት።



ማስታወሻ፡- ከወንዶች ይልቅ የሴቶች የሽንት ቧንቧ አጭር ስለሆነ አጠቃቀሙ ላይ ጥንቃቄ ማድረግ ያስፈልጋል።

ጠቃሚ ምክር፡- በህመምተኛው ላይ የሽንት መመረዝ የሚታይ ከሆነና ፊኛው ሙሉ ከሆነ በአንድ ጊዜ ብዙ ማሸናት አይገባም። ቀስ በቀስ በአንድ ወይም በሁለት ሰዓቶች ውስጥ (ካቴተርን በመጫን) አሸንተው መጨረስ ያስፈልጋል። አንዳንድ ጊዜ ሴቶች እንደወለዱ ሽንት የመሸናት ችግር ሊያጋጥማቸው ይችላል። በዚህ ምክንያት ሽንት ሳይሸነፍ ለ6 ሰዓት ይቆዩና ፊኛቸው

ሙሉ የሆነ ሴቶች በካቲት መሽናት አለባቸው። ብዙ ውሃ እንዲጠጡ ማድረግ ለማሸናት ይረዳል።

በሴቶች ላይ የሚታዩ የጤና ችግሮች የብልት ፈሳሽ

ሴቶች ሁሉ መጠነኛ የሆነ ንፁህ ወተት የሚመስል ወይም በመጠኑ ቢጫ መልክ ያለው ፈሳሽ አላቸው። የማሳከክ ስሜትና መጥፎ ጠረን ከሌለው ምንም ዓይነት ችግር አያስከትልም።

ነገር ግን ብዙ ሴቶች፣ በተለይም በእርግዝናቸው ወቅት ብልታቸውን እያሳከክ የሚያስቃይ ፈሳሽ ይኖራቸዋል። የፈሳሹ መንስኤ የተለያዩ ኢንፌክሽኖች ሊሆኑ ይችላሉ። አብዛኞቹ ሰላም የማይሰጡ ይሁኑ እንጂ አደገኞች አይደሉም። ነገር ግን በጨብጥ ወይም በክላሚዲያ ሳቢያ የሚመጣ ኢንፌክሽን በወሊድ ጊዜ ልጁን ሊጎዳው ይችላል።

1. ቀጥጥና አረፋነት ያለው አረንጓዴና ቢጫ ወይም ነጭ መልክ ያላቸው ጠረንና የማሳከክ ፀባይ ያለው ፈሳሽ መንስኤው ትራይኮሞናስ የተባለው የእባለዘር በሽታ ሊሆን ይችላል። የሽንት ማቃጠል፣ የቃልት ህመምና ፅብጠት ሊያመጣ ይችላል። የሚወጣው ፈሳሽ ደም ሊኖረው ይችላል።

ህክምና

- የብልትን ንፁህና መጠበቅ አስፈላጊ ነው።
- ብልትን ማጠብ (vaginal douche) ይጠቅማል። ለማጠቢያ ሙቅ ውሃና የተነጠረ ኮምጣጤ ደባልቆ መጠቀም ይረዳል። ኮምጣጤ ከሌለ የሎሚ ጭማቂ መጠቀም ይቻላል።

6 የሳይ ማንኪያ ኮምጣጤ በአንድ ለትር ፈሳ በጥዘቱ ውሃ በመደባለቅ መታጠብ ይቻላል።



ማስጠንቀቂያ፡- በመጨረሻዎቹ 4 የእርግዝና ሳምንታት ውስጥ ማህፀንን ማጠብ አያስፈልግም። ወይም ከወለዱ ከ6 ሳምንታት በኋላ ማጠብ ይገባል። ፈሳሹ ካሸቸገረ ኒስታቲን የተባለውን መድኃኒት ማህፀን ውስጥ በማስገባት መጠቀም ይቻላል።

ጠቃሚ ነጥብ፡- ለ3 ደቂቃ ያህል ውሃውን በዝግታ ማስገባት። ተጠውን ከ3 ኢንች በላይ ብልት ውስጥ ማስገባት አይፈቀድም።

- ♦ የነጭ ሽንኩርት ፍንካቾች ገለፈቱን ልጣ ማህፀን ውስጥ መጨመር። ነጭ ሽንኩርቱን በንፁህ ጨርቅ ጠቅልሎ ማህፀን ውስጥ መጨመርም ይቻላል።
 - ♦ ማህፀንን በቀን ሁለት ጊዜ መታጠብ። በየምሽቱም ሽንኩርቱን መቀየር። ይህንን ለ10 ወይም ለ14 ቀን መጠቀም።
 - ♦ ሀመሙ ከባድ ከሆነ እንደሜትሮኒዳዛል ያሉ ወይም ለትራይኮሞናስ የሚታዘዙ በብልት የሚጨመሩ መድኃኒቶችን መጠቀም ይቻላል። ሜትሮኒዳዛል ፍሬምችን በአፍ መዋጥም፣ ለላው አማራጭ ነው።
- ጠቃሚ ምክር፡- ትራይኮሞናስ የተገኘባት ሴት ባሏ ምንም የሀመም ስሜት ባይኖረውም ኢንፌክሽን ሊኖርበት ይችላል። (ትራይኮሞናስ የያዛቸው ወንዶች ሲሆኑ የማቃጠል ስሜት ይኖራቸዋል።) በሽታው የተገኘባት ሴት የሜትሮኒዳዛል ወይም የቲኒዳዛል እንክብል (ቲኒዳዛል በአንድ ጊዜ 2 ግራም ከ1 - 2 ቀን ይሰጣል) ከወሰደች ባለቤቷም ተራራሳይ መጠን መውሰድ አለበት።

2. ዓይዘ ወይም ሸንት የሚመስል እርሻ፣ እርሻ የሚሸት ነጭ ፈሳሽ ሞኒሊ ያሲስ የሚባል የፈንገስ ኢንፌክሽን ሊሆን ይችላል። ከባድ የማሳከክ ስሜት ያስከትላል። የብልት ከንፈር ፍም መስሎ ይቀላል። የሀመም ስሜትም ያስከትላል። ሽንት በሚሸናበት ጊዜ ያቃጥላል። ነፍሰጡር ሴቶችን፣ የስኳር ሀመም ያለባቸውን፣ ወይም ፀረተሃዋስያን መድኃኒቶችን ወይም የወሊድ መቆጣጠሪያ ክኒን የሚወስዱ ሴቶችን ከሌሎች በበለጠ ያጠቃል።

ህክምና

ብልትን ኮምጣጤ በተጨማሪ በት ውሃ (ገጽ 354) ወይም በተበረዘ ጂሺ መታጠብ። 2 እድ ጂሺ በ100 እድ ውሃ መቀላቀል (2 የሻይ ማንኪያ በግማሽ ሊትር ውሃ) ወይም በማህፀን የሚጨመር ኒስታቲን ወይም ሌላ ተመሳሳይ እንክብል መጨመር ይቻላል። ስለመጠኑና ስለወሊዱ ምዕራፍ 24ን መመልከት። ብልት ውስጥ እርን መጨመር በጣም ጠቃሚ የሆነ ባሕላዊ ህክምና መሆኑ ይነገራል። ፀረተሃዋስያን መድኃኒቶችን ለዚህ አይነቱ ኢንፌክሽን መጠቀም አይገባም። ሊያባብሱት ይችላሉ።

3. ወፍራምና ወተት የሚመስል መጥፎ ሽታ ያለው ፈሳሽ። የዚህ አይነቱ ፈሳሽ መንስኤ ባክቴርያ ነው። ይህን ባክቴርያ ከትራይኮሞናስ ኢንፌክሽን ለይቶ ለማወቅ ልዩ ምርመራ ማድረግ ያስፈልጋል። በኮምጣጤ ውሃ መታጠብ፣ ወይም ፕሮቪዶን-ኦዩዲን (ቤታዲን 6 የሻይ ማንኪያ በአንድ ሊትር ውሃ) አደባልቆ መጠቀም። በተጨማሪም አንድ የሽንኩርት ፍንካቾች ዘወትር ምሽት ለሁለት ሳምንት በመጨመር መጠቀም ይቻላል። ይህ ሁሉ ሙከራ ካልተሳካ ሜትሮኒዳዛል የተባለውን መድኃኒት መጠቀም ይመረጣል።

4. እንደ ውሃ ቀጭን፣ ቡና መልክ ወይም ግራጫ፣ የደም ቅልቅል ያለ በት መጥፎ ጠረን ያለው ፈሳሽ ከታየና ከዕምብርት በታች ሀመም ከተሰማ የከባድ ኢንፌክሽን ምልክት ሊሆን ይችላል። በተለይም የማህፀን ካንሰር (ገጽ 419) ምልክት ሊሆን ይችላል። ትኩሳት ካለው ፀረተሃዋስያን መድኃኒቶችን፣ በተለይም አምፒሲሊንን ከቲትራሳይክሊን ጋር ቀላቅሎ መጠቀም። በፍጥነት የህክምና ዕርዳታ ማግኘት ያስፈልጋል።

ጠቃሚ ምክር:- የማህፀን ፈሳሽ ለረድም ጊዜ ከቀጠለ ወይም በህክምና ካልተሻለ በአቅራቢያ ወደሚጋኝ የጤና ድርጅት መሄድ ያስፈልጋል።

ሴቶች ብዙ ዓይነት ኢንፌክሽኖችን እንዲት አድርገው መከላከል እንደሚችሉ

1. የብልትን ገጽሀና መጠበቅ። በየዕለቱ ቀለል ባለ ሳሙናና ውሃ በሚገባ መታጠብ ጠቃሚ ነው።
2. ከወሲብ በኋላ ሽንት መሸናት የሽንት ቧንቧ ኢንፌክሽንን ይከላከላል። ዕርግዝናን ግን አይከላከልም።
3. ዓይነምድር ከተወጣ በኋላ ወደፊንጢጣ ባለው አቅጣጫ ማጽዳት (መጥረግ) አስፈላጊ ነው። ይህም ብልቱ ፈንጢጣ ላይ ባለው ቆሻሻ እንዳይበክል ይረዳል። ይህ ጥንቃቄ በተለይ ገጠር አካባቢ ለሚኖሩና በቅጠል የመፀዳዳት ልምድ ላላቸው ይጠቅማል።



ትክክል ነው።



ትክክል አይደለም።

ወደፊት አቅጣጫ ማፅዳት ጀርምችን፣ አሜባ ወይም ጥገኛ ትላትሎችን ወደሽንት ቧንቧና ወደብልት ውስጥ እንዲገቡ ያደርጋል። ትናንሽ ሴት ልጆችም ዓይነምድር ከወጡ በኋላ ከፊት ወደኋላ እንዲፀዳዱ መርዳትና ማስተማር ይገባል።

በሴቶች ታችኛው የሆድ ክፍል ላይ ስለሚሰማ ህፃዎም

ይህ ዓይነቱ የሆድ ህመም ወይም ችግር በተለያዩ ምክንያቶች ሊመጣ እንደሚችል በዚህ መጽሐፍ ውስጥ በተለያዩ ቦታዎች ላይ ተገልጿል። ከታወቁ ምክንያቶች ጥቂቶቹ የሚከተሉት ናቸው።

1. የወር አበባ ህመም። ደም ሊመጣ ሲልና በሚፈስ በት ጊዜ ስቃይ የጤና ይሆናል።
2. የፊኛ ኢንፌክሽን። የፊኛ ኢንፌክሽን ለሆድ ታችኛው ክፍል ህመም ምክንያት ነው። ሽንት ቶሎ ቶሎ ይመጣል ወይም የህመም ስሜት ይኖረዋል።
3. ማህፀን የሚያቀስስ በሽታ። አብዛኛውን ጊዜ ማህፀንን ሊያቀስል የሚችል ትኩሳት ያለው የቆየ የጨብጥ ወይም የክላሚዲያ በሽታ ነው። ህመሙ መለስተኛ



ከሆነ ለጨብጥ የሚደረገውን ህክምና መስጠት ያስፈልጋል። ከዚያም ቴትራሳይክሊን ወይም ኤሪትሮማይሊን ለ14 ቀን መስጠት። ህመሙ ከበድ ያለ ከሆነ ከ400 እስከ 500 ሚ.ግ ሜትሮኒዳሚል በቀን 3 ጊዜ ለ10 ቀን መስጠት። ሉፕ የሚጠቀሙ ሴቶች የጤና ባለሙያ በማማከር ማስወጣት አለባቸው።

4. በሴቶች የታችኛው ሆድ ላይ ከሰጠበት ጋር የተያያዙ ችግሮች። ይህን የሚመለከቱ ጉዳዮች በገጽ 419 ላይ ተፅፈዋል። እነርሱም የሴት ዘር ፍሬ እብጠትና ካንሰር ናቸው። በሰለጠነ ባለሙያ ልዩ ምርመራ ያስፈልጋል።
5. ከማህፀን በላይ ሰርገዝና ፅንሱ ከማህፀን ውጪ ሲፈጠር የሚከሰት ድንገተኛ አደጋ ነው። አብዛኛውን ጊዜ ከባድ ሕመምና የደም መፍሰስ ያስከትላል። በመጀመሪያዎቹ የእርግዝና ቀናት እንደ ከፍተኛ ድካም፣ ማጥመልመልና ማቅለሽለሽ ሊታይ ይችላል። ከማሕ ፀን በላይ እርግዝና እንዳለባቸው የሚጠራጠሩ ሴቶች ሕይወታቸውን ለማትረፍ በአስቸኳይ ወደሆስፒታል መሄድ አለባቸው።
6. ከፅንሰ ማቋረጥ ጋር የተያያዙ ችግሮች (ገጽ 421)። ትኩሳት፣ ደም መፍሰስ (ይጓጉላል)፣ የሆድ ቁርጠት፣ የመሽናት ችግርና ራስን መሳት ያጋጥ ማል። ከወሊድ በኋላ ትኩሳት ሲያጋጥም እንደሚታከመው በፀረተሃ ዋስያን (ገጽ 414) ማከም ይገባል። በአስቸኳይ ወደ ጤና ድርጅት መውሰድ ያስፈልጋል።
7. ከሽንጅት ወይም ከፊንጢጣ ጋር የተያያዙ ኢንፌክሽኖች ወይም ሴቶች ችግሮች። ሕመሙ ምግብ ከመመገብ ወይም ዓይነምድር ከመውጣት ጋር ግንኙነት እንዳለው ማረጋገጥ ተገቢ ነው።

ከላይ የተጠቀሱት እንዳንዶቹ ችግሮች ከባድ አይደሉም። ሌሎቹ ግን አደገኞች ናቸው። ችግሮችን ለይቶ ለመናገር አስቸጋሪ ነው። ስለሆነም ልዩ ምርመራ ሊያስፈልግ ይችላል።

መካንነት

ባልና ሚስት ልጅ መውለድ ቢፈልጉም እንዳንድ ጊዜ ሴትየዋ ሳታረግዝ ትቀራለች። በዚህ ወቅት ሴትየዋ ወይም ወንድየው መካን ናቸው ማለት ነው። አብዛኛውን ጊዜ መካንነትን አስወግዶ አንድን ቤተሰብ ወላድ ማድረግ አይቻልም። ነገር ግን አንዳንድ ጊዜ እንደችግሩ ሁኔታ መውለድ የሚቻልበት አጋጣሚ አለ።

የመካንነት ዋና ዋና ምክንያቶች

1. የተፈጥሮ መካንነት። ወንዱ ወይም ሴቷ መውለድ የማይችሉ ሆነው ሲፈጠሩ ይችላሉ።

2. የሰውነት መድከም ወይም የምግብ ጉድለት። አንዳንድ ሴቶችን ከባድ የደም ማነስ፣ ወይም የምግብ ጉድለት ወይም በምግባቸው ውስጥ የአይዩዲን ጉድለት ሲገጥማቸው የማርገዝ ዕድላቸው ይቀንሳል ወይም ውርቅ ያስከትልባቸዋል። ማርገዝ ያልቻሉት፣ ወይም ሁልጊዜ የሚያስወርዱት ሴት በቂና የተመጣጠነ ምግብ፣ አዩዲን ያለበት ጨውና ከባድ የደም ማነስ ካለባት የብረት ማዕድን እንክብል ማግኘት አለባት። ከዚያም የማርገዝና ጤናማ ልጅ የመውለድ ዕድሏ ይጨምራል።
3. የቀዩ ኢንፈክሽን፣ በተለይም በጨብጥ ወይም በክላሚዲያ ምክንያት የሚመጣ ማህፀን የሚያቆስል በሽታ ለመከላከል አስተዋጽኦ አለው። ህክምና ማድረግ ይረዳል። የጨብጥ መከላከያና የህክምና ዘዴን በማጠናከር የመከላከያ ቁጥር መቀነስ ይቻላል።
4. ወንዶች አንዳንድ ጊዜ ያላቸው የዘር ፍሬ ቁጥር ከመጠን በታች ሲሆን፣ ሚስቶቻቸውን ማስረገዝ አይችሉም። ስለዚህ ባሉት የሚስቶቻቸው የማርገዝ ወቅት ከመድረሱ በፊት ምንም ዓይነት ግንኙነት ሳያደርጉ ተቆጥበው በሚረገዝበት ወቅት ግንኙነት ከፈጸሙ በሚኖራቸው በቂ ዘር ፍሬ ሊያስረግፃቸው ይችላሉ።

ማስጠንቀቂያ፡- መከላከያን ለማስወገድ፣ በተለይም የወንዱን የዘር ፍሬ ቁጥር ለመጨመር የሚሰጡት ሆርሞኖችና ሌሎችም መድሃኒቶች ጠቃሚ አይደሉም። መከላከያን ለማስወገድ የአገር ባህል ህክምናም ሆነ የባዕድ አምልኮ ተገዥ መሆን ምንም አይረዳም። መከላከያ የሆነ ባለትዳሮች ልጅ ባይወልዱም ተደስተው ለመኖር ብዙ አማራጭ ዘዴዎች አሏቸው።

ልጅ መውለድ ያልቻሉ መከላከያ ሴቶች ካሰቡበት ደስተኛና ጠቃሚ ነገር የሚኖሩባቸው የተለያዩ መንገዶች አሉ።



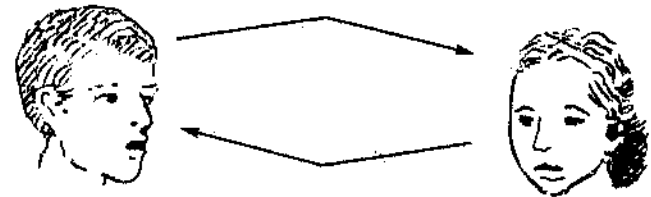
- ወላጅ አልባ ወይም ጎዳና ተዳዳሪ የሆኑ ልጆችን በማሳደግ የሚያስፈልጋቸውን ድጋፍና እንክብካቤ በመስጠት እርካታ ማግኘት ይቻላል። በርካታ ባልና ሚስቶች በማደግ ያሳደጓቸውን ልጆች ከአብራካቸው እንደተወለዱ ልጆቻቸው አድርገው ይወዳሉ።
- ምናልባትም የጤና ባለሙያ በመሆን ወይም የሚኖሩበትን ማህበረሰብ አቅም በፈቀደው መንገድ ሁሉ መርዳት ሌላው አማራጭ ነው። በመሆኑም ከአብራካቸው ከተወለዱ ልጆች የሚያገኙትን ፍቅር ከሌሎች በማግኘት ተደስቶ መኖር ይቻላል።
- በተለይም መከላከያ እንደነውር በሚቆጠርበት የገጠር አካባቢ የሚኖሩ መከላከያ ሴቶች ከፍተኛ የህፃናትና የመሸማቀቅ ስሜት ሊያድርባቸው ይችላሉ።

ስለዚህ እነዚህን ወገኖች የሚረዳና የሚያፅናና ቡድን በማቋቋም ሴቶችን የሚያስከብራቸው ልጅ መውለድ ብቻ እንዳልሆነ በማስገንዘብ ህብረተሰቡን መርዳት ይችላሉ።

በግብረ ሥጋ ገንኙነት የሚተላለፉ የአባባዘር በሽታዎች

ጨብጥ እና ክላሚዲያ

እነዚህ በሽታዎች በአብዛኛው በወሲባዊ ግንኙነት የሚመጡ ናቸው። የመጀመሪያ ምልክታቸውም ተመሳሳይ ነው። አብዛኛውን ጊዜ ጨብጥና ክላሚዲያ አንድ ላይ ይይዛሉ። ስለዚህ ሁለቱንም በሽታዎች ባንድ ላይ መታከም ይገባል።



መለያ ምልክቶች

በወንድ

- የሽንት ማቃጠል ወይም የመሽናት ችግር።
- ከብልት ውስጥ መግል መውጣት።
- አንዳንድ ጊዜ የቆለጥ አብጠትና ህመም።

ከሳምንታት ወይም ከወራት በኋላ

- በአንዱ ወይም በሁለቱም ጉልበቶች፣ በቁርጭምጭሚትና በእጅ እንጓ ላይ የሚያም ዕብጠት ሊኖር ይችላል። ሌሎችም በርካታ ችግሮች ሊከሰቱ ይችላሉ።

- በሰውነት ላይ የሽፍታ ወይም የቁስል መከሰት።

- መከላከያ ወይም ማስረገዝ ያለመቻል።

በሴት

- መጀመሪያ ላይ ምንም ዓይነት የህመም ምልክት አይኖርም። ሽንት በሚሸናበት ጊዜ መጠነኛ የህመም ስሜትና ፈላሽ ሊኖር ይችላል።

- የጨብጥ በሽታ ያለባት ነፍሰጡር ሴት ከመውለዱ በፊት ካልታከመች ጀርመን ህፃናት ሲወለዱ በዓይናቸው በመግባት ዓይነስውር ሊያደርጋቸው ይችላል።

ከሳምንታት ወይም ከወራት በኋላ

- በታችኛው የሆድ ክፍል ከባድ የህመም ስሜት ይኖራል።

- በዳሊ አጥንት አካባቢ የሚያቃጥል ህመም ይከሰታል።

- የወር አበባ ችግር መፈጠር።

- መከላከያ።

- የመሽናት ችግር ሊያጋጥም ይችላል።

በወንዶች ላይ የመጀመሪያ የጨብጥ በሽታ ምልክት ህመሙ ካለባት ሴት ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት በተደረገ በአብዛኛው ከ2-5 ቀን ባለው ጊዜ ውስጥ ይታያል (እስከ 3 ሳምንት ወይም ከዚያም በላይ ሊቆይ ይችላል) ። በሴቶች ላይ ምንም የህመም ምልክት ሳያሳይ ሳምንት ወይም ወራት ሊያልፋ ይችላሉ። ነገር ግን እንደ ሰው ምንም የህመም ስማት ባይኖረውም ህመሙ በያዘው በጥቂት ቀናት ውስጥ በሰታውን ወደሰላ ሰው ማስተላለፍ ይችላል።

ህክምና

ቀደም ሲል ጨብጥ በፔኒሲሊን ይድን ነበር። አሁን ግን በብዙ አካባቢዎች በሽታው ከፔኒሲሊን ጋር ተላምዷል። ስለዚህ ሌሎች ፀረተሣቦሶችን መድሃኒቶችን መጠቀም ያስፈልጋል። በመሆኑም የትኛው መድሃኒት ውጤታማ እንደሆነ፣ የትኛው እንደልብ እንደሚገኝና የየትኛው ዋጋም የተሻለ መሆኑን ማጣራት ይገባል። ጨብጥና ክላሚዲያን ለማከም የሚረዱ መድሃኒቶች በመፅሐፉ ተካተዋል። ህክምናውን ከጀመሩ ከ2 ወይም ከ3 ቀን በኋላ መግለጥ ወይም ህመሙ ካልቆመ ጨብጡ መድሃኒቱን ለምዶታል ማለት ነው፤ ወይም ግለሰቡን ከላሚዲያ ይዞት ሊሆን ይችላል።

- አንዲትን ሴት ጨብጥ ወይም ክላሚዲያ ይዟት ትኩላትና በታችኛው የሆዱ ክፍል ህመም ከተሰማት በዳሌዋ ኦካባቢ የሚፈቃጥል ህመም ሊሰማት ይችላል።
- ጨብጥ ወይም ክላሚዲያ ካለበት ሰው ጋር ወሲባዊ ግንኙነት የፈፀመ ግለሰብ መታከም አለበት። በተለይ ባሎቻቸው ለዚህ ዓይነት በሽታ የተጋለጡ ሚስቶች መታከም አለባቸው። ሚስትየዋ የበሽታውን ምልክት ባታሳይም በሽታው ሊኖርባት ይችላል። በተመሳሳይ ወቅት ከባሏ ጋር ካልታከመች በሽታውን ለባሏ እንደገና ልታስተላልፍ ትችላለች።
- በጨብጥ ምክንያት ከሚደርሰው የዓይነስውርነት አደጋ ለመከላከል ይቻል ዘንድ ህፃናት ወዲያውኑ እንደተወለዱ የቴትራሳይክሊን ወይም የሌላ ፀረተሣቦሶችን የዓይን ጠብታ በዓይናቸው መጨመር ያስፈልጋል።

ማስጠንቀቂያ፡- ጨብጥ ያለባቸው ሰዎች ሳይታወቃቸው ቂጥኝም ሊኖር ባቸው ይችላል። ስለዚህ አንዳንድ ጊዜ ጨብጥ ላለበት ሰው ለቂጥኝ የሚሰጠውን ሙሉ ህክምና መስጠት ያስፈልጋል። ምክንያቱም ለጨብጥ የሚሰጠው ህክምና የቂጥኝን ምልክት እንዲደበቅ ያደርጋል እንጂ ህመሙን አያድነውም። ስለጨብጥና ሌሎችም የአባላዘር በሽታዎች ገጽ 370ን መመልከት ይቻላል።

ቂጥኝ

ቂጥኝ በወሲባዊ ግንኙነት አማካይነትና በመሳሳም፣ በዕቃና በልብስ ንክኪ፣ ርጥበት ባለበት ሁኔታ ከአንድ ሰው ወደሌላው የሚተላለፍ አደጋኛና በስፋት የሚታይ የአባላዘር በሽታ ነው።

መሰዶ ምልክቶች

- የመጀመሪያው ምልክት እንደብጉር በብልት ላይ የሚወጣው ቻንክር (Chancere) የሚባል ቁስል ነው። ቂጥኝ ካለበት ሰው ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት በተፈጸመ ከ2-5 ሳምንታት ባለው ጊዜ ውስጥ ይወጣል። የቂጥኝ ቁስል ውሃ የቋጠረ ዕብጠት ወይም የተበደለ ክፍት ቁስል ይመስላል። አብዛኛውን ጊዜ በወንድም ሆነ በሴት ብልት ላይ የሚታይ ሲሆን አልፎ አልፎ በከንፈር፣ በባት፣ በፊንጢጣ ወይም በአፍ አካባቢ ይወጣል። ይህ ቁስል በቀላሉ ሊተላለፍ በሚችሉ የቂጥኝ ጀርጦች የተሞላ ነው። ቁስሉ በአብዛኛው የህመም ስሜት የለውም። ስለሆነም ቁስሉ በሴቶች ማህፀን ውስጥ ከወጣ የታመሙ መሆናቸውን ሳያውቁ ሌሎች ወንዶችን ሊያስይዙ ይችላሉ።
- ቁስሉ ለጥቂት ቀናት ይቆይና ያለምንም ህክምና በራሱ ይጠፋል። ነገር ግን የበሽታው ጀርም በሰውነት ውስጥ እየተሰራጨ መስፋፋት ይጀምራል።
- ከሳምንታት ወይም ከወራት በኋላ የጉርሮ ህመም፣ መጠነኛ ትኩላት፣ የአፍ መቁሰል ወይም የመገጣጠሚያዎች ዕብጠት ይታያል። ከዚህ የሚከተሉት ምልክቶች በቆዳ ላይ ለወጡ ይችላሉ።



የህመም ስማት ያለበት ሽፍታ ህይወም በገር በመሳ ሰውነት ላይ ይወጣል።

የፕሮት ቅርፅ ያለው የሰንጠረዥ ዓይነት ዕብጠት

በአደና በአገር ላይ የሚታየው ሽፍታ



እነዚህ ሁሉ ምልክቶች በራሳቸው ስለሚጠፉ ግለሰቡ የዳኑ ይመስለዋል። ነገር ግን በሽታው ውስጥ ውስጡን መስፋፋቱን ይቀጥላል። በቂ ህክምና ካልተደረገ በስተቀር ቂጥኝ ማንኛውንም የሰውነት ክፍል በመውረር የሰብ በሽታ ሽባነት፣ አፅምር መሳትንና ሌላም ብዙ የጤና ችግሮችን ያስከትላል።

ማስጠንቀቂያ፡- በብልት ላይ ቁስል ከታየ ከጥቂት ቀናት ወይም ሳምንታት በኋላ ለየት ያለ የቆዳ ሽፍታ መንስኤ ቂጥኝ ሊሆን ይችላል። የሽፍታውን ምንነት ለማወቅ ወደሆስፒታል መሄድ ያስፈልጋል።

ህክምና (ሙሉ በሙሉ ሰሙዳን ህክምናውን ሳያንድሱ መከታተል ያስፈልጋል።)

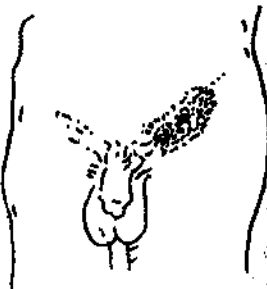
- ምልክቶቹ ከታዩ አንድ ዓመት ካልሞላቸው በአንድ ጊዜ 2.4 ሚሊዮን ዩኒት ቤዛንቲን ፔኒሲሊን መስጠት። በሁለቱ ታፋዎች ላይ ግማሽ ግማሽ መውጋት ያስፈልጋል። ፔኒሲሊን የማይሰማቸው ሰዎች 500 ሚ.ግ ቴትራሳይክሊን በቀን 4 ጊዜ ለ15 ቀናት መውሰድ አለባቸው። ወይም ዶክሲሳይክሊን 100 ሚ.ግ በቀን 2 ጊዜ ለ15 ቀናት መውሰድ አለባቸው።
- ምልክቶቹ ከታዩ ከአንድ ዓመት በላይ ከሆነ 2.4 ሚሊዮን ዩኒት ቤዛንቲን ፔኒሲሊን በሳምንት አንድ ጊዜ ለ3 ሳምንታት መሠጠት አለበት። የሚወጋውም በሁለቱም ታፋዎች ግማሽ፣ ግማሽ ሆኖ 7.2 ሚሊዮን ዩኒት እስኪያልቅ ድረስ ህክምናው መቀጠል አለበት። ግለሰቡ ፔኒሲሊን የማይሰማቸው ከሆነ 500 ሚ.ግ ቴትራሳይክሊን በቀን 4 ጊዜ ለ30 ቀናት መውሰድ አለበት። ወይም ዶክሲሳይክሊን 100 ሚ.ግ በቀን 2 ጊዜ ለ30 ቀናት መውሰድ አለበት።
- አንድ ሰው በቂጥኝ መያዙ ከተጠረጠረ ወዲያው የጤና ባለሙያ ማነጋገር አለበት። ልዩ የደም ምርመራ መደረግ ይኖርበታል። የደም ምርመራ ማድረግ ባይቻል እንኳ ግለሰቡ የቂጥኝ ህክምና ማግኘት አለበት።
- ቂጥኝ ካለበት ግለሰብ ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት ያደረገ ሰው፣ በተለይም ባሉቻቸው ወይም ሚስቶቻቸው በቂጥኝ የተያዙ ሁሉ አስፈላጊውን የቂጥኝ ሕክምና ማግኘት አለባቸው።

ማሳሰቢያ፡- ፔኒሲሊን የማይሰማቸው ነፍሰጡር ወይም የሚያጠቡ እናቶች ኤሪትሮማይሲን የተባለውን መድሃኒት በቴትራሳይክሊን መጠን መውሰድ ይችላሉ።

ባምቡሲ

መሰዶ ምልክቶች

- በወንዶች ላይ ብልት አካባቢ ትልቅ ጠቆር ያለ ዕብጠት ይታያል። ጠባሳ አውጥቶ እንደገና ይፈርጣል።
- በሴቶች ላይ ልክ እንደወንዶች ብልት አካባቢ ዕብጠት ይታያል። ወይም መቀመጫ አካባቢ የሚያምና የሚያዥ ቁስል ይኖራል።



ህክምና

- በቅድሚያ የጤና ባለሙያ ማማከር።
- ለአዋቂዎች 100 ሚ.ግ ዶክሲሲሊን በቀን 2 ጊዜ ለ21 ቀናት መስጠት። ወይም 250 ሚ.ግ ቴትራሳይክሊን በየቀኑ 4 ጊዜ ለ14 ቀናት መስጠት። ወይም ኤርትሮማይሲን 500 ሚ.ግ በቀን 4 ጊዜ ለ21 ቀናት መውሰድ ይቻላል።

- ቁስሉ ሙሉ ለሙሉ እስኪድን ግለሰቡ ከወሲብ ግንኙነት መቆጠብ ይኖርበታል።

ማሳሰቢያ፡- ብብልት አካባቢ የሚታይ ባምቡሌ የከርከር ምልክትም ሊሆን ይችላል (ገጽ 365)።

የብልት ቁስበት

ብብልት ላይ ብቻውን የሚወጣ የሕመም ስሜት የሌለው ቁስበት መንስኤ ቂጥኝ ሊሆን ይችላል (ገጽ 360)። ነገር ግን በአንድ ጊዜ በርካታ ቁስሎች ከታዩ በግብረ ሥጋ ግንኙነት አማካይነት የሚተላለፉ እንደ የብልት ኪንታሮት የብልት ሽፍታ ወይም ከርከር የመሳሰሉ የሌሎች በሽታዎች ምልክቶች ሊሆኑ ይችላሉ።

የብልት ኪንታሮት ሽፍታ

እነዚህ የብልት ኪንታሮት ሽፍታዎች በግብረ ሥጋ ግንኙነት አማካይነት በሚተላለፉ የቫይረስ ተሃዋስያን የሚመጡ ናቸው። በሌላው አካል ላይ ከሚወጡ ኪንታሮቶች ጋር ይመሳሰላሉ (ገጽ 323)። ነገር ግን አብዛኛውን ጊዜ በርካታ ሆነው ይታያሉ።

መሰዶ ምልክቶች

ጠጣር፣ ነጫ ወይም ቡናማ መልክ ያላቸው ውና ሽክራ የሆኑ ትናንሽ ሽፍታዎች ይኖራሉ። አብዛኛውን ጊዜ በወንድ ብልት ላይ የሚታዩ ሲሆኑ፣ በቆለጥ ወይም በፊንጢጣ አካባቢ በመውጣት በብዛት ሊታዩ ይችላሉ። በሴቶች ላይ ደግሞ በብልት ከንፈር፣ በሴት ብልት ውስጥ ወይም በፊንጢጣ ዙሪያ ሊወጡ ይችላሉ።



ህክምና

መጠኑ እንስተኛ የሆነ ባይክሎሮክሎቲክ አሲድ ወይም ፖዶሊን በእያንዳንዱ ኪንታሮት ላይ መቀባት። (መድሃኒቱ በጤናማው የቆዳ ክፍል ላይ ጉዳት እንዳያደርስ ለመከላከል ኪንታሮት በወጣበት አካባቢ የሚገኘውን የአካል ክፍል ቫዝሊን ወይም ሌላ ዓይነት ቅባት አስቀድሞ መቀባት ጠቃሚ ነው።) ፖዶሊን ከተቀባ ከ6 ሰዓት በኋላ መታጠብ አለበት። ኪንታሮቶቹን ሙሉ ለሙሉ ለማጥፋት አብዛኛውን ጊዜ ሕክምናውን በተደጋጋሚ መስጠት ያስፈልጋል። መድሃኒቱን የተቀቡት ኪንታሮቶች ቀስ በቀስ የሚረግፉ ቢሆንም አብዛኛውን ጊዜ ሊመለሱ ይችላሉ።

የመከላከያ ዘዴ

የወንድ ወይም የሴት ጓደኞች የኪንታሮት ሽፍታ ከታየባቸው፣ በተለይም ወንዱ ኮንዶም በመጠቀም የግብረ ስጋ ግንኙነት መፈፀም ይኖርበታል።

የግብረ ሥጋ ግንኙነት በፈፀሙ ቁጥር ከንዶም ገብቀው የብልት ኪንታሮት፣ የብልት ሽፍታ፣ ከርክር፣ ሴድስ እና ሴቶች በግብረ ስጋ ግንኙነት አማካይነት የሚተላለፉ በስታዎችን ይከሳከሳል።

የብልት ሽፍታ

የብልት ሽፍታ ከፍተኛ የህመም ስቃይ፣ የቁስል መመርቀዝ የሚያስከትል በቫይረስ ተሃዋሰያን አማካይነት የሚመጣ በስታ ነው። በመጀመሪያ ትናንሽ ጉብ፣ ጉብ ያሉ ውሃ የቋጠሩ ሽፍታዎች በወንድም ሆነ በሴት ብልት ላይ ይታያሉ። የብልት ሽፍታ ከአንዱ ሰው ወደ ሌላ ሰው የሚተላለፈው በግብረ ስጋ ግንኙነት ነው። በተፈጥሮ የግብረ ስጋ ግንኙነት ከሚፈፀምበት ብልት ውጭ ባልተሰመደ አካል ለምሳሌ፣ በአፍ ግንኙነት ከተፈፀመ ሕዝቢያ ሽፍታዎች በአፍ ላይ ሊታዩ ይችላሉ። ነገር ግን ይህ ዓይነቱ ሽፍታ የግብረ ስጋ ግንኙነት ሳይኖር በአብዛኛው በአፍ ላይ ከሚወጣው ሽፍታ ጋር አይመሳሰልም። (በጉንፋን ምክንያት ስለሚከሰተው የአፍ ቁስለት ሽፍታ 18% 346ን መመልከት ይቻላል)።

ምልክቶች

- በሴት ብልት፣ በፊንጢጣ፣ በመቀመጫ ወይም በጭናች ላይ የሚታይ ውሃ የቋጠረ የሚመስል የህመም ስሜት የሚያስከትል አንድ ወይም ከዚያ በላይ የሚሆኑ ሽፍታዎች መኖር።
- ሽፍታዎቹ በመፈንዳት ተያይዘው አነስተኛ ቁስለት ይፈጥራሉ።
- እነዚህ ቁስሎችም ይደርቁና የቁስል ጠባባ ቅርፊት ይፈጥራሉ።



የብልት ሽፍታ እስከ ሶስት ሳምንታት ወይም ከዚያ በላይ ለሆነ ጊዜ የሚቆይ ከመሆኑም በላይ ትኩሳት፣ ህመም፣ ብርድ ብርድ ማለትና የእጢዎች አብጠት ያስከትላል። ሴቶችን የመሸናት ችግር ሊያጋጥማቸው ይችላል። የበሽታው ምልክቶች መሰሉ በመሰሉ ከጠፉ በኋላ ቫይረሱ በሰውነት ውስጥ ይቆያል። ከሳምንታት እስከ ዓመታት ባለው ጊዜ ውስጥ አዳዲስ ሽፍታዎች ሊወጡ ይችላሉ። አብዛኛውን ጊዜ አዳዲስ ቁስሎች ቀድሞ ቁስል በወጣበት ስፍራ የሚወጡ ሲሆን፣ አነስተኛና የህመም ስቃያቸውም መሰሉት ምና በአጭር ጊዜ ውስጥ የሚድኑ ናቸው።

ህክምና

የብልት ሽፍታ ህክምና የለውም። ነገር ግን ቁስሉን በንጽህና መጠበቅ ያስፈልጋል። የብልት ሽፍታ ወይም ቁስለት በሚኖርበት ጊዜ በከንዶምም ቢሆን የግብረ ሥጋ ግንኙነት መፈፀም የለበትም። እጅን ዘወትር መታጠብ ያስፈልጋል። ቁስሉንም ለመንካት ያለመሞከር። የቆለውን ክፍል በእጅ ከነካካ በኋላ እጅን ሳይታጠቡ ዓይን ከተነካ ወደዓይን ሊተላለፍ ይችላል።

ጥንቃቄ፡- አንዲት ሴት በወሊድ ወቅት የብልት ቁስለት ካለባት ቁስሉ ወደሀፃኑ ሊተላለፍ ይችላል። ይህም ለሀፃኑ አደገኛ ነው። ስለዚህ ነፍሰጡር ሴቶች ሁሉ የብልት ሽፍታ ሲያጋጥማቸው ችግሩን ለጤና መያተኞች ወይም ለአዋላጆች መገንር አለባቸው።

ከርክር

የከርክር ቁስል ከቂጥኝ ቁስል ጋር በአብዛኛው የሚመሳሰል ነው። ነገር ግን ከርክር ከሆነ፣

- ለስላሳና ሀመም የሚያስከትል ቁስል በብልት ወይም በፊንጢጣ አካባቢ ይወጣል።
- የብልት አካባቢ እጢዎች አብጠት ይታያል።



ህክምና

- ኮትራይዎክሳሞል ወይም ኤሪትሮማይሲን ለሰባት ቀን መስጠት።
- የከርክር ህክምና በሚሰጥበት ጊዜ እግረመንገድ የቂጥኝ ህክምና መስጠት ጠቃሚ ነው።
- የብልት አካባቢ እጢዎች ከመጠን በላይ አብጠው ከተገኙና ችግር የሚያስከትሉ ከሆነ ወደጤና ድርጅት በመሄድ ተበጥቶ መግል እንዲረስ ማድረግ ይቻላል።

ሴድስ (ሴች አይ ቪ)

ሴድስ በቫይረስ አማካይነት ከሰው ወደ ሰው የሚተላለፍ አዲስና አደገኛ በሽታ ነው። ሴድስ ዛሬ በመላው አለም ውስጥ በሚገኙ አብዛኞቹ አገሮች ተሠራጭቶ የሚገኝ ሲሆን፣ ግንባር ቀደም የጤና ችግር መንስኤ እየሆነ መጥቷል። በኢትዮጵያም ውስጥ ሴድስ በጣም ታዋቂ የሆነ የጤና ችግር መንስኤ በመሆኑ የማህበራዊና የኢኮኖሚ አብይ ችግሮች ምንጭ ሆኗል። የጤና ጥበቃ ሚኒስቴር በ1992 ባወጣው ጥናታዊ ዘገባ መሠረት 7.3% የሚሆኑ አዋቂ ሰዎች ለሴች አይ ቪ ቫይረስ የተጋለጡ መሆናቸውን የሚያስረዳ ሲሆን፣ በቅርቡ ከተባበሩት መንግስታት በተገኘ ሌላ መረጃ ደግሞ በኢትዮጵያ ውስጥ 10.6% የሚሆኑ አዋቂ ሰዎች ለሴች አይ ቪ ቫይረስ የተጋለጡ መሆኑን ያስረዳል። በ1992 ከጤና ጥበቃ ሚኒስቴር የወጣው መረጃ እንደሚያመለክተው 42% የሚሆነው የሆስፒታሎች አልጋ የተያዘው በሴድስ በሽተኞች ነው። በ1992 በአዲስ አበባ ከሚገኙና ምርመራ ከተደረገ ላቸው ነፍሠጡር ሴቶች መካከል 15% ከሴች አይ ቪ ቫይረስ ጋር የሚኖሩ መሆናቸው ታውቋል። ምርመራ ከተደረገላቸው በባህርዓር ከሚኖሩ ነፍሰጡር ሴቶች መካከል ደግሞ በአማካይ ምጥት 21% የሚሆኑት የሴች አይ ቪ ቫይረስ ተገኝተዋል። ከነዚህ ነፍሰጡር ሴቶች ከተወለዱት ህፃናት መካከል አንድ ሦስተኛ ያህሉ በወሊድ ጊዜ ለቫይረሱ የተጋለጡ እንደሆኑ ይገመታል። በ1990 መጀመሪያ አካባቢ ኢትዮጵያ በአማካይ ምጥት 140,000 ለቫይረሱ የተጋለጡ ህፃናት እንዳሏት ታውቋል። ይህ ለሃዘ በማገኘቱም የአለም ክፍል ከሚገኙት አገሮች ጋር ሲነጻጸር ከፍተኛ እንደሆነ ታውቋል። (ናይጄሪያ

99,000 ከቫይረሱ ጋር የሚኖሩ ህፃናት ያላት በመሆኗ ሁለተኛውን ደረጃ ይዛ ትገኛለች።

በ1992 መጀመሪያ አካባቢ በአማካይ ግምት 3 ሚሊዮን ኢትዮጵያውያን ለቫይረሱ የተጋለጡ መሆናቸው ታውቋል። ይህም ኢትዮጵያ በየአመቱ ከ200,000 በላይ አዳዲስ የኤድስ በሽተኞች ሊኖሯት እንደሚችል የሚጠቁም መረጃ ነው። ይህም የበሽታው የሰርጭት መጠን በየጊዜው እየጨመረ የሚሄድና እንዲያውም አሃዙ ከዚህ የበለጠ ሊሆን እንደሚችል ያመለክታል።

ይህ ሁኔታ በኤድስ ምክንያት ወላጆቻቸውን ያጡ ህፃናት ቁጥር እየጨመረ በመምጣቱ አሳሳቢ ችግር እንደሆነ ታውቋል። በ1993 መጀመሪያ አካባቢ በኤድስ ምክንያት እናቶቻቸውን ወይም ሁሉንም ወላጆቻቸውን ያጡ 750,000 ኢትዮጵያውያን ህፃናት እንዳሉ ይገመታል። በዚህ ረገድ ኢትዮጵያ በኤድስ ምክንያት ወላጅ አልባ የሆኑ 1.1 ሚሊዮን ህፃናት ካላት ኡጋንዳ ጋር ስትነፃፀር ሁለተኛውን ደረጃ ይዛ ትገኛለች። በእርግጥ እድሜ ያቸው ከ18 ዓመት በታች የሆኑ 2.5% የሚያህሉ ህፃናት በኤች አይ ቪ ኤድስ ምክንያት እናቶቻቸውን ወይም ሁሉንም ወላጆቻቸውን አጥተዋል። ይህም ሁኔታ የበሽታው ስርጭት ኢትዮጵያን በአለም ውስጥ 15ኛ ደረጃ ያስይዛታል። ኡጋንዳ 11% የሚሆኑት ልጆቿ በኤች አይ ቪ ኤድስ ምክንያት ወላጅ አልባ በመሆናቸው በአለም ላይ አንደኛ ደረጃን ይዛ ትገኛለች።

ኤድስ የሰውነትን በሽታ የመከላከል አቅም የሚያዳክም በሽታ ነው። ኤድስ ያለበት ሰው ለተለያዩ በሽታዎች፣ ለምሳሌ እንደ ተቅማጥ፣ የሳንባ ምች፣ የሳንባ ነቀርሳ ወይም ከባድ የሆነ የቆዳ ካንሰር ለመሳሰሉ የተለያዩ በሽታዎች በቀላሉ ይጋለጣል። ስለዚህ በኤድስ የተያዙ ሰዎች የሚሞቱት ሰውነታቸው ከተለያዩ በሽታዎች ጥቃት መከላከል ስለማይችል ነው።

ኤድስ የሚተላለፈው በተበከለ ደም፣ የወንድ ዘር ፍሬ ፈሳሽ ወይም የሴት ብልት ፈሳሽ አማካይነት ነው። ስለዚህ ኤድስ የሚተላለፈው፡



ቫይረሱ ካለባቸው ሰዎች ጋር የገብረ ስጋ ገንኘት በመፈፀም፤



የተበከለ ወርፌ ተጋርቶ በመጠቀም ወይም ንፅህናው ባልተጠበቀ የሰለት መሳሪያ በመጠቀም ይተላለፋል።



በበሽታው ከተጋለጠች እናት ወይም ህፃኑ ይተላለፋል።

ከአንድ የፍቅር ንደኛ በላይ የለው ገበለብ ሰላድስ የመጋለጥ እድሉ ከፍተኛ ነው።

አንድ ወርፌ ተጋርቶው አደገዛኝ መድሃኒት የሚጠጉ ሰዎች በበሽታው የመጋለጥ እድላቸው ከፍተኛ ነው።

ኤድስ ካለባቸው እናቶች ከሚወለዱ ህፃናት መካከል 1/3ኛ የሚሆኑት በኤድስ ቫይረሱ ሲጋለጡ ይታሉ።

በቃሚ ምክር፡- በቁመና ሲያዩት ሙሉ በሙሉ ጤናማ ከሚመስል ሰው ጋር የግብረ ስጋ ግንኙነት መፈፀም ለኤድስ ሊያጋልጥ ይችላል። አንድ ሰው ለኤድስ ቫይረስ ከተጋለጠ በኋላ የመጀመሪያው የበሽታው ምልክት ሳይታወቅ ሲወራት ወይም ለአመታት ሊቆይ ይችላል። ነገር ግን ግለሰቡ ለኤች አይ ቪ ኤድስ የተጋለጠ ከሆነ የበሽታው ምልክት ባይታይበትም የግብረ ስጋ ግንኙነት በመፈፀም ወይም የተበከለ መርፌ ተጋርቶ በመጠቀም በሽታውን ሊያስተላልፍ ይችላል።

ኤድስ እጅ ለእጅ በመጨበጥ ወይም አብሮ በመኖር ወይም በመጫወት ወይም በመብላት በመሳሰሉት የአለት ተለት ማህበራዊ ግንኙነቶች አማካይነት አይተላለፍም። ከዚህ በተጨማሪ በሽታው በምግብ፣ በውሃ፣ በነፍሳት ንክሻ፣ የሽንት ቤት መቀመጫ ወይም በስጋ ወደሙ ማቅረቢያ (ጸሕል) አይተላለፍም።

አንዳንድ ሰዎች የተበከለ ኮንዶም የበላችን ዶሮ ስጋ መብላት ኤድስን ያስተላልፋል ብለው ያምናሉ። ነገር ግን ዶሮዋ ምንም ትብላ ምን የዶሮን ስጋ ወይም ዕንቁላል በመብላት ኤድስ አይተላለፍም።

መስዋ ምልክቶች

ኤድስ በተለያዩ ሰዎች ላይ የተለያዩ ምልክቶችን ያሳያል። አብዛኛውን ጊዜ በኤድስ ምክንያት የሚከሰቱ ምልክቶች የሌላ በሽታ ምልክቶች ናቸው። ነገር ግን እነዚህ ምልክቶች በጣም ከባድና ለረጅም ጊዜ የሚቆዩ ናቸው።

አንድ ሰው ከዚህ በታች የተመለከቱት ሶስት ዋና ዋና ምልክቶች በጣም ከታዩበትና በየጊዜው የሚታመም ከሆነ ለኤድስ መጋለጡን መጠርጠር ይቻላል። (አንድ ሰው በትክክል ለኤድስ መጋለጡን ለማወቅ የደም ምርመራ ማድረግ ያስፈልጋል።)

- ቀስ በቀስ የሰውነት ክብደት መቀነስ። ሰውየው በየጊዜው የመክሳትና የመመንመን ምልክት ይታይበታል።
- ከአንድ ወር በላይ የሚቆይ ተቅማጥ።
- ከአንድ ወር በላይ የሚቆይ ትኩሳት። ትኩሳቱ ሄዶ መለስ የማለት ባህሪ ያሳያል።
- በተጨማሪም ከዚህ በታች የተመለከቱት አንድ ወይም ከዚያ በላይ ምልክቶች ሊታዩበት ይችላሉ።
- ከአንድ ወር በላይ የሚቆይ ከባድ ሳል።
- የአፍ ቁስለት (በዘረ እንጉዳይ ተሃዋ ስያን መወረር ገፅ 346)።
- በማንኛውም የአካል ክፍል የሰውነት እጢዎች እብጠት መታየት።
- የቆዳ ላይ ሽፍታ።
- በተለይም በመቀመጫና በብልት አካባቢ የሚወጣ ኪንታሮት፣ ሽፍታ ወይም ቁስለት። ቁስለቱ ወይም ሽፍታው እየሰፋና እየጨመረ የሚሄድ ሲሆን በህክምና ለማዳን አስቸጋሪ ነው።



የኤድስ በሽታ በአፍሪካ ፍስጥ አመንምን በመባል ይታወቃል። የዚህም ምክንያት በኤድስ የተያዙ ሰዎች ክብደት ለሰማቸው ነው።

- ሁልጊዜ የመድከም ስሜት።
- ለኤድስ ቫይረስ የተጋለጡ ሰዎች በሳንባ ነቀርሳ በሽታ የመያዝ ወይም በ«አልማዝ ባለጭራ» የመያዝ ዕድላቸው ከፍተኛ ነው።

ህክምና

እስካሁን ድረስ የኤድስ በሽታን የሚያድን መድሃኒት አልተገኘም። ይሁንና ኤድስ ያለባቸው ሰዎች በተፈጥሮ በሽታውን የመከላከል አቅማቸው ደካማ ስለሆነ አንዳንድ ተደራቢ በሽታዎች የሚያስከትሉባቸውን ችግሮች ለማቃለል የተለያዩ ህክምናዎችን መስጠት ያስፈልጋል።

- የተቅማጥ ችግር ላለባቸው ወዝ መላሽ ፈሳሽ መስጠት።
 - የአፍ ቁስለት ወይም በዘረ እንጉዳይ ተሃዋስያን የመወረር ችግር ላለባቸው ጂቢ፣ ኒስታቲን ወይም ማይክናዘል የተባሉ ቅባት መቀባት።
 - የቆዳ ኪንታርት ላለባቸው ባይክሎሮክሱቲክ አሲድ ወይም ምዶፊሊን መጠቀም።
 - ከፍተኛ ትኩሣት ላለባቸው በቂ ፈሳሽ መስጠት፤ ገላቸውን በቀዝቃዛ ፊት በማጠብ እንዲሁም አስፒሪን በመስጠት ትኩሳቱን መቀነስ።
 - ጉንፋንና የሰምባ ምች ላለባቸው ፀረተሃዋስያን መድሃኒቶችን መስጠት። ስር የሰደደ ሳልና ትኩሳት ካጋጠመ የሳንባ ነቀርሳ ምርመራ ማድረግ ያስፈልጋል። ከዚህ በተጨማሪ ኤድስ ያለባቸው ሰዎች ለሚታይባቸው ተደራቢ የሳንባ ነቀርሳ በሽታ እንዴት ማከምና መከላከል እንደሚቻል በአቅራቢያ የሚገኙ የጤና ድርጅቶችን ምክር ማግኘት ተገቢ ነው።
 - ለሚያሳክክ የቆዳ ችግር የቆዳ ማሳክክን የሚያስታግሱ አንታይሂ ስታሚን። ለማንኛውም ኢንፌክሽንም ህክምና መስጠት ጥሩ ነው።
 - በተቻለ መጠን የተመጣጠነ ምግብ በመመገብ፤ ከአልክል መጠጥ፤ አደገዛች እፅ፤ ከሲጋራ ራስን በመቆጠብ በቂ አረፍትና እንቅልፍ በመተኛት ጤንነትን መጠበቅ ያስፈልጋል (ምዕራፍ 11)።
- ኤድስ አብሮ በመተኛትና በመኖር የማይተላለፍ በመሆኑ ህመምተኞች ብቻቸውን ተገልለው መኖር የለባቸውም። በትንፋሽና ቆዳቸውን በመንካት አይተላለፉም። የአልጋ ቁራኛ ለሆኑ የኤድስ በሽተኞች በቤት ውስጥ እርዳታ በሚሰጥበት ጊዜ የቤተሰብና የቤተዘመድ ፍቅር፣ ድጋፍና እንክብካቤ ሲገፈጋቸው አይገባም። በመሆኑም ሞት አፋፍ ላይ ላሉትም ቢሆን ሞትን በብርታትና በፀጋ መቀበል ይችሉ ዘንድ ተገቢው የማፅናኛና የምክር አገልግሎት ሊሰጣቸው ይገባል።

የኤድስ መከላከያ ዘዴዎች

- ከአንድ ታማኝ ጓደኛ ጋር ብቻ የግብረ ስጋ ግንኙነት መፈፀም። ከአንድ ጓደኛ ጋር ዕድሜ ልክ ተማምኖ መኖር በርግጠኝነት ከበሽታው መከላከል ያስችላል።
- ከሚያውቁት/ ከማያውቁት የፍቅር ጓደኛ ጋር የግብረ ስጋ ግንኙነት ለመፈፀም የሚያስገድድ ሁኔታ ሲያጋጥም ወይም ሲፈጠር ወይም ሌሎች የፍቅር ጓደኞች ካላቸው ሰዎች ጋር ግንኙነት ሲፈፀም በኮንዶም መጠቀም ይገባል (ገፅ 436)። ኮንዶም መጠቀም ለኤድስ የመጋለጥን እድል ይቀንሳል።

- በዙ የፍቅር ጓደኛ ካላቸው ሌተኛ አዳሪዎች (ወንድ ወይም ሴት ወይም አደገዛች መድሃኒቶች በመርፌ ከሚወጡ ሰዎች ጋር) የግብረ ስጋ ግንኙነት አለመፈፀም።
- በግብረ ሥጋ ግንኙነት አማካይነት የሚተላለፉ የብልት ቁስለት የሚያስከትሉ በሽታዎችን በወቅቱ መታከም።
- የመገልገያ መሣሪያው ተቀቅሎ ገፅ-ህ መሆኑን ካላረጋገጡ በስተቀር መርፌ መወጋት አይገባም። የጤና ባለሙያዎች የመርፌ መውገያ መሣሪያዎች አገልግሎት፤ ከሰጡ በኋላ በደንብ ሳይቀሩ መጠቀም የለባቸውም።
- አደገዛች መድሃኒቶችን ከመወጋት መቆጠብ። በግድ መወጋት እስፈላጊ ከሆነ በፀረተሃዋስያን መድሃኒት ማፅዳት ወይም ለ20 ደቂቃ በፍል ውሃ መቀቀል።
- የመግረዝ፣ የጆሮ መብሻ፣ የደረቅ መርፌ መስጨሪያና ቆዳን ለመበጣትና ለንቅሳት የሚውሉ ሌሎች የስለት መሣሪያዎች ለአገልግሎት ከመዋላቸው በፊት በደንብ መቀላቀታቸውን ማረጋገጥ።
- በተቻለ መጠን የልተመረመረ ያም ያለመውሰድ። ለሕይወት አስገዳጅ ካልሆነ በስተቀር የሌላን ሰው ያም መቀበል አይገባም።
- ከኤድስ ራስን እንዴት መከላከል እንደሚቻል በማስመልከት ለገዳና ተዳ ዳሪዎች፣ ለተዘዋዋሪ ስራተኞች፣ ለአደገዛች መድሃኒት ተጠቃሚዎችና ሌሎች ለኤድስ በከፍተኛ ደረጃ ሊጋለጡ ይችላሉ ተብለው ለሚጠረጠሩ ወገኖች ከኤድስ ራሳቸውን እንዴት መከላከል እንደሚችሉ ትምህርት መስጠትና የዐረፋ ለውጥ ማምጣት ይችሉ ዘንድ ግንዛቤአቸውን ማሳደግ ያስፈልጋል።
- ለወደፊቱ ኤድስን በተሻለ መንገድ መከላከል የሚቻለው ሰዎች የተስተካከለ ማህበራዊና ኢኮኖሚያዊ ሁኔታዎች እንዲሟሉላቸውና ቤተሰቦች በስራ ፍለጋ ሰብብ እንዳይለያዩ ማድረግና በተለይም ሌቶች ለመተዳደሪያ ብለው በሌተኛ አዳሪነት እንዳይሰማሩ ተለዋጭ የሰራ መስኮችን በማመቻቸት ነው።

ከፍተኛ ትኩሳት፣ ተቅማጥ ወይም ህመም ያለባቸው የኤድስ ህመምተኞች ልዩ እንክብካቤ ሊደረግላቸው ይገባል። እርዳታውም ካለምንም ፍራቻ ሊከናወን ይችላል። ነገር ግን የቫይረሱን ስርጭት ለመከላከል አንዳንድ የጥንቃቄ እርምጃዎችን መውሰድ ያስፈልጋል።

- በደም፣ በከፍት የአካል ቁስል፣ በደም ተቅማጥ ወይም ደም ባለበት ትውከት አማካይነት ቫይረሱ ሊሠራጭ ይችላል። ስለዚህ ለኤድስ ህመማን እርዳታ የሚሠጡ ግለሰቦች እነዚህን ከአካል የሚወገዱ የተበከሉ ፈሳሾች በቀጥታ በእጅ ከመንካት በመቆጠብ የእጅ ጓንት በማጥለቅ ወይም ፊስታል በእጅ በመጠቅለል እርዳታ ማድረግ አለባቸው። እርዳታ በሰጡ ቁጥር እጅን መታጠብ ያስፈልጋል።
- ግደነምድርና ደም የነካቸው ልብሶች፣ ፎጣዎች፣ አንሳላዎች በጥንቃቄ መያዝ አለባቸው። እነዚህን የተበከሉ ልብሶች በመቅ ውሃና በሃሙና ወይም በበረኪና ማጠብ ያስፈልጋል።



ለኤድስ ህመምተኞች ርህራሄ ማሳየት ያስፈልጋል።

በግብረ ስጋ ግንኙነት የሚተላለፉ በሽታዎችን ስርጭት እንዲት መከላከል እንደሚቻል

1. ከማን ጋር የግብረ ስጋ ግንኙነት መፈፀም እንደሚገባ በጥንቃቄ መወሰን። ከተለያዩ ግለሰቦች ጋር የግብረ ስጋ ግንኙነት የሚፈፀም ሰው በነዚህ በሽታዎች የመያዝ እድሉ ከፍተኛ ነው። በተለይም ሴቶች አዳሪዎች ለዚህ እይነቱ ችግር በይበልጥ የተጋለጡ ናቸው። ስለዚህ ከነዚህ በሽታዎች ራስን ለመጠበቅ ታማኝ ከሆነ አንድ የፍቅር ጓደኛ ጋር ብቻ የግብረ ስጋ ግንኙነት መፈፀም ያስፈልጋል። ከማያውቁት ሰው ጋር የግብረ ስጋ ግንኙነት ለመፈፀም የሚያስገድድ ሁኔታ ከተፈጠረ ምንጊዜም ቢሆን ኮንዶምን በአግባቡ መጠቀም ያስፈልጋል። (ኮንዶምን መጠቀም በግብረ ስጋ ግንኙነት የሚተላለፉ በሽታዎችን ለመከላከል ይረዳል። ነገር ግን ሙሉ በሙሉ አስተማማኝ አይደለም።)

2. ወዲያውኑ የህክምና እርዳታ ማግኘት። በግብረ ስጋ ግንኙነት በሚተላለፉ በሽታዎች የተያዘ ማንኛውም ግለሰብ ሌሎች ሰዎችን እንዳይበክል ወዲያውኑ የህክምና እርዳታ ማግኘት ይኖርበታል። የተሰጠው ህክምና ሙሉ በሙሉ ተወስዶ ከተጠናቀቀ እስከ 3 ቀን ድረስ ከሌላ ሰው ጋር ግንኙነት ማድረግ አይገባም። (መጥፎ አጋጣሚ ሆኖ ለኤድስ መጋለጥ ቢኖር ምንም እይነት ፍቱን መድሃኒት እንደሌለ መገንዘብ ያስፈልጋል።)

3. የፍቅር ወይም የትዳር ጓደኛን ማሳከም ወይም እንዲታከሙ መንገር። አንድ ሰው በግብረ ስጋ ግንኙነት አማካይነት ለሚተላለፉ በሽታዎች መጋለጡን ካወቀ ለፍቅር ወይም ለትዳር ጓደኛው በመገንር እንዲታከሙ ማድረግ ይኖርበታል። በተለይም ወንዶች ችግሩ ያጋጠማቸው መሆኑን ለሴቶች መገንር ይኖርባቸዋል። ምክንያቱም ሴቶች በግብረ ስጋ ግንኙነት ለሚተላለፉ በሽታዎች ቢጋለጡም እምብዛም የህመም ስሜት ስለማይኖራቸው ሳያውቁት በሽታቸውን ለሌሎች ሰዎችና ለልጆቻቸው እንዳያስተላልፉና ልጆቻቸውም ለበሽታው እንዳይጋለጡ ወይም አይነስውር እንዳይሆኑ ወይም ራሳቸው ለከፍተኛ የህመም ስታይ እንዳይዳረጉ ወይም መሃን እንዳይሆኑ ለመከላከል ይጠቅማል።

4. ሴቶችን መርዳት። ሰዎች በግብረ ስጋ ግንኙነት ለሚተላለፉ በሽታዎች መጋለጣቸው ከታወቀ በአስቸኳይ የህክምና እርዳታ እንዲያገኙ ማድረግና የታዘዘው መድሃኒት እስኪያልቅ ድረስ ወይም እስኪድኑ ድረስ የግብረ ስጋ ግንኙነት ማድረግ እንደማይገባቸው ማስገንዘብ ያስፈልጋል።

5. ሴቶች አዳሪነትንና አደንዛዝ መድሃኒቶችን ያሳገባቸው የመጠቀም ሁኔታን ማስመዘገድ። በሴቶች አዳሪነት፣ አደንዛዝ መድሃኒቶችን በመርፌ የሚጠቀሙ ግለሰቦች፣ አይንን ቢጫ ለሚያደርግና ሌሎች ውስብስብ የጤና ችግሮችን ለሚያስከትለው የጉበት በሽታ (ሄፐታይቲስ ቢ) የመጋለጥ እድላቸው ከፍተኛ ነው። ኤድስን ለመከላከል የሚጠቅሙ ዘዴዎች ሁሉ የጉበት በሽታን (ሄፐታይቲስ ቢን) ለመከላከል ይጠቅማሉ።

ለእናቶችና ለአዋላጆች ማስታወሻ

የወር አበባ

አብዛኛዎቹ ልጃገረዶች የመጀመሪያው የወር አበባቸውን ከ11-16 ዓመት ባለው የዕድሜ ክልል ውስጥ ያያሉ። ይህም ለአቅመሄዋን መድረሳቸውንና ማርገዝ የሚችሉ መሆናቸውን የሚያሳይ ምልክት ነው።

ጤናማው የወር አበባ በወር አንድ ጊዜ በየ28 ቀናት በመምጣት ከ3-6 ቀናት ይቆያል። ቢሆንም የሚመጣበት ቀንና የሚቋረጥበት ጊዜ በተለያዩ ሴቶች ሊለያይ ይችላል።

በከረዳነት ጊዜ የወር አበባ የሀመም ስሜት የሚያስከትል ከመሆኑም በላይ ወትተን ጠብቆና ተስተካክሎ አይመጣም። ይህም የጤንነት መንደል ምልክት አይደለም።

የወር አበባም የሕመም ስሜት የሚያስከትል ከሆነ

- መተኛት የሆድ ቁርጠትን ያባባለዋል። ለስዚህ አደጋ ላይ መተኛት አያስፈልግም።
- አብዛኛውን ጊዜ መዘዋወር፣ ቀላል ሥራና ስፕርት መስራት ይረዳል።
- ትኩስ ነገር መጠጣትና እገርን ሙቅ ውሃ ውስጥ መገከር ይረዳል።



በተጨማሪ አስፒራን መውሰድ ወይም አይቡፕሮፌን ወይም በሙቅ ውሃ ጨርቅ እየነከሩ ሆድ ላይ ማስቀመጥ ይረዳል።

የወር አበባ በሚታይበት ወትት እንደማንኛውም ጊዜ ሴቶች የግል ንጽህናቸውን መጠበቅ፣ በቂ እንትልፍ ማግኘትና በቂ የተመጣጠነ ምግብ መመገብ ያስፈልጋቸዋል። የወር አበባ የታያቸው ሴቶች መደበኛ ምግባቸውን እየተመገቡ ሥራቸውን ማከናወን ይችላሉ።

የወር አበባ ችግር ምልክቶች

- የወር አበባ መዛባት በእንዳንድ ሴቶች ላይ ይከሰታል። በእንዳንዶቹ ላይ ግን በቀየ ሀመም፣ በደም ማጎስ፣ በምግብ ጉድለት፣ በማህፀን ኢንፌክሽን ወይም በትዩመር (ዕጢ) ሳቢያ የተከሰተ ችግር ሊሆን ይችላል።
- የወር አበባ መምጣት በሚገባው ወትት ከቀረ የእርግዝና ምልክት ሊሆን ይችላል። ነገር ግን በቅርብ ማየት በጀመሩ ልጃገረዶችና ዕድሜያቸውም ከ40 ዓመት በላይ በሆኑ ሴቶች የወር አበባ መቅረት ወይም ተስተካክሎ