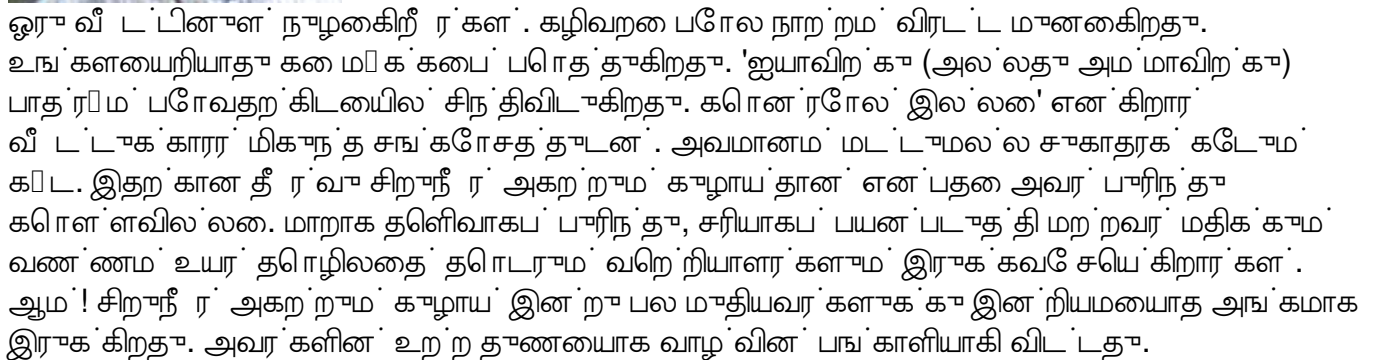




நான் வலேயைாக இருந் தபோது திடீ ரனெக் கழிவறநை நாற்றம் பொறுக் க முடியாதளவு வீ ச ஆரம் பித் தது. மரூத் துமனையின் பின் புறத் தில் தான் கழிவறநை. எப் பொழுதும் சூத் தமாக வதைத் திருப் பார் கள் . இன் று ஏன் இத் தனநை நாற்றம் என எண்ணிக் கொண் டிருக் கையில் 'நிறுத் து உன் சிந் தனயை' எனச் சொல் வது பபோல நுழநைத் தார் அந் த முதியவர் . நாற்றம் அவரது ஆடகைளிலிருந் துதான் அபரித் விளசைச் சல் கொண் டிருந் தது. அவரால் சிறுநீ ர் வளெயிறுேவதகைக் கட டுப் ப்டுத் த முடியவில் லை. மரூந் துகள் கொடூத் தும் முடியவில் லை. உடகைள் , ப்டுக் கை, உற் காரும் நாற் காலி யாவும் புனித் தீ ராபிசகேம் பறெறதால் சிறுநீ ர் அகற் றும் கழாய் பபோட வணை டியதாயிற் று.

1 / 4

•Written by - மருத்துவர் எம்.கே.மருகானந்தன் -•

••Thursday•, 17 •March• 2011 12:28• - •Last Updated•

••Thursday•, 17 •March• 2011 12:48•

பரிசோதனையை காகப் படக கையில் போடும் முன்னரே அவரது அறிகுறிகளிருந்து அவருக்குள்ளேயுள்ள புரஸ்டேட் பிரச்சனை என்பது தெளிவாகத் தெரிந்தது. அவருக்கும் சிறுநீர் அகற்றும் குழாய் ஒன்றேதீர்வாயிற்று.

இது சிறுநீர் த்துவராம் ஊடாகச் செலுத்தப்படும் ஒரு குழாயாகும். அதன் ஒரு முனையை சிறுநீர் ப்பயினுள் செலுத்தப்பட்டு இருக்கும். வெளியே உள்ள முனையை ஒரு பிளாஸ்டிக் பையுடன் இணைத்திருக்கும். சலப்பயினுள் உள்ள சிறுநீர் ரை தொடர்ச்சியாக அகற்றி, வெளியிலுள்ள அப்பயினுள் சரே வகைக்கிறது. சரேயும் சிறுநீர் ரை நிறைந்ததும் அகற்ற வேண்டும். பிளாஸ்டிக் பையின் மறுமுனையில் உள்ள மட்டியைத் திறந்து அகற்ற வேண்டும். குழாயைக் கதீட்டர் (Catheter) எனப்பார்கள். தொடர்ந்து அணிந்திருப்பதால் உள்ளுறையும் Indwelling Catheter எனப்படும்.

சிறுநீர் அகற்றும் குழாய் போடவதற்கான காரணங்கள் அவை இரண்டும் தான்.

- கட்டப்ப்பாபின்றி சிறுநீர் வெளியேறல்
- சிறுநீர் தானாக வெளியேற முடியாமல் தடைபட்டதால்

இவை பெரும்பாலும் வயதானவர்களுக்கு ஏற்படும் பிரச்சனையேதான். அத்தகைய நோயாளிகள் வீட்டிலேயே இருக்க நேர்வதால் அதனைச் சரியான முறையில் கையாள வீட்டில் உள்ளவர்களுக்கு தெளிவு தேவை. நடமாடக் கூடிய நோயாளிகள் எனில் நோயாளிகளே அக்கறை எடுக்க வேண்டும்.

- குழாய் சரியான முறையில் சற்றே;பட்டு சிறுநீர் ஒழுங்காக வெளியேறுகிறதா என்பதனைக் கவனிக்க வேண்டும்.
- அந்தக் குழாயும் அதனைச் சுற்றியுள்ள சருமமும் சூத்தமாக இருப்பதை உறுதி செய்ய வேண்டும். இல்லையேல் குழாய் ஊடாக கிருமிகள் சிறுநீர் ப்பகைக்குள் சென்றுவிடக் கூடிய ஆபத்து உண்டு. அத்துடன் சருமத்தில் அழற்சி ஏற்படாமலும் தடுக்கும்.

செவ்வார்த்தா நாளிதழ்

குழாய் எப்பொழுதும் உங்கள் இடப்ப்புப் பகுதிக்குக் கீழே இருப்பதை உறுதிப்படுத்துங்கள். உயரத்திலிருந்து பதிவான இடத்தையே நோக்கி சிறுநீர் இலகுவாக வெளியேறும். குழாயில் மடிப்புகள் சூரூக்கங்கள் இல்லாதிருப்பதும் சிறுநீர் சூலபமாக வெளியேறுவதை உறுதி செய்யும். போதியளவு நீராகாரம் அருந்துவது அவசியம்.

•Written by - மருத்துவர் எம்.கே.மருகானந்தன் -•

••Thursday•, 17 •March•, 2011 12:28• - •Last Updated•

••Thursday•, 17 •March•, 2011 12:48•

வெளியேறும் சிறுநீரில் பதிவுகள் இருக்கிறதா, இரத்தம் கலந்திருக்கிறதா, அதன் மணம் மற்றும் நிறத்தில் மாற்றம் இருக்கிறதா போன்றவற்றை அவதானிக்க வேண்டும்.

சிறுநீர் ரத்தம் குழாயை அண்டியுள்ள சருமம் சூத்தமாக இருக்க வேண்டும். அதைச் சூத்தப்படுத்துவதற்கு முதல் உங்கள் கைகள் சூத்தமாக இருக்க வேண்டும்.

இல்லையென்றால் கையிலுள்ள கிருமி அங்கு பரவிவிடும். முதலில் உங்கள் கைகளுக்கு சோப்பு போட்டு சூத்தமான நீரினால் கழுவ வேண்டும். முக்கியமாக விரல் இடிகள், நகக் கண்கள் ஆகியவற்றை அக்கறை எடுத்து நன்கு கழுவ வேண்டும். நகக் கண்கள் சரிபாட்டுள்ள நீர் நல்லது.

சூத்தமான துணியை எடுத்து நீரில் நனைத்து அதில் சோப்பை போடும். குழாய் உங்கள் சிறுநீர்த் துவாரத்திற்குள் புகும் இடத்தை சுற்றிவர அத்துணியால் துடையுங்கள். ஆண்கள் ஆண்குறி நுனியிலிருந்து பின்புறமாகத் துடைக்க வேண்டும். பெண்கள் சலவாயில் பக்கமாக ஆரம்பித்து பின்புறமாகத் துடையிலை நோக்கித் துடைக்க வேண்டும்.

அடுத்து துணியில் உள்ள சோப்பை நிறைய நீரினால் கழவி சோப்பை அகற்றுங்கள். மீண்டும் புதிதாகச் சோப்பு இட்டு உங்கள் துடைகளையும் சுண்பிப் பகுதியையும் அதனால் சூத்தப்படுத்துங்கள். மீண்டும் துணியில் உள்ள சோப்பை நன்கு கழவி அகற்றிய பின் அதனைப் பிழிந்து நீரையும் அகற்றுங்கள். அத்துணியால் ஈரங்களை ஒற்றி எடுங்கள். குழாயைச் சுற்றியுள்ள இடத்திற்கு கீழ், பவுடர், ஸ்பிரோ போன்றவற்றைப் பாவிப்பது நல்லதல்ல. இவ்வாறு தினமும் ஒரு தடவையாவது செய்ய வேண்டும். தவேை ஏற்படின் திரும்பவும் செய்யலாம்.

சருமத்தைப் பேணுவது போல அல்லது அதைவிட அதிக கவனத்துடன் இதனைச் சூத்தமாக வைத்திருக்க வேண்டும். எனவே தினமும் இரண்டு தடவையாவது இதனைச் சூத்தம் செய்வது நல்லது. முதலில் ஆரம்பத்தில் குறிப்பிட்டது போல உங்கள் கைகளுக்கு சோப்பு போட்டு சூத்தமான நீரினால் கழுவ வேண்டும்.

வறேறாது துணியை எடுத்து அதை வெந்நீரில் நனைத்து சோப்பு போடும். உங்கள் சிறுநீர்த் துவாரத்தை அண்டிய பகுதியிலிருந்து கீழ் நோக்கி சிறுநீர் அகற்றும் குழாயை இத்துணியால் சூத்தப்படுத்துங்கள். அவசரப்பட்டு வகைமாக குழாயை இழுப்பது போலச் சூத்தம் செய்யலாகாது. உங்கள் சிறுநீர்த் துவாரத்தையோ அல்லது சிறுநீர் ப்பையையோ உறுத்தாதவாறு மென்மையாகச் சூத்தம் செய்ய வேண்டும்.

•Written by - மருத்துவர் எம்.கே.முகானந்தன் -•;
••Thursday•, 17 •March•, 2011 12:28• - •Last Updated•;
••Thursday•, 17 •March•, 2011 12:48•;

ஒருபோதும் கீழிருந்து மலோக அதாவது சிறுநீர்த் துவாரத்தையோக்கி சுத்தம் செய்கக் கூடாது. மற்றொரு துணியால் குழாயின் மலே படர்ந்துள்ள ஈரத்தை துடைத்துவிடுவதுடன் இப்பணி நிறைவு பெறும்.

ஐந்தாம் பருவம்

புதிதாகக் குழாய் போட்டால் அல்லது பழையதை அகற்றிப் புதுக் குழாய் பொருத்தினால் கடுமையான வேலையில் ஈடுபடவதன் 10 நாட்களுக்காவது தவிர்ப்புகள். சற்றுக் கட்டுதலாக நீர் அருந்துவது குழாய் தடையின்றி நன்கு செயற்பட உதவும். தினமும் 8-10 கிளாஸ் தண்ணீர் ராவது அருந்துவது நல்லது. குழாய் உங்கள் உறுப்பில் பொருந்தும் இடத்தில் வலி ஏற்பட்டால், அல்லது குழாயிலிருந்து அல்லது உறுப்பிலிருந்து சிறுநீர் சிந்தினால், அல்லது சிறுநீர் சரியான முறையில் குழாய்க்காக வளையறையில் லை என்றால் மருத்துவரை நாடவது அவசியம். வளையறையும் சிறுநீரில் இரத்தம் கலந்திருந்தாலும் மருத்துவருடன் கலந்தாலோசியுங்கள். பெரும்பாலும் குழாய் பொருத்திய ஆரம்ப நாட்களில் இது நேரலாம்.

சிறுநீரின் நிறம் மங்கலாதல், பிப்புகள் ஏற்படல், சிறுநீர் கடுமையாக மணத்தல் போன்றவை சிறுநீரில் கிருமிக் தொற்று ஏற்பட்டதால் இருக்கலாம். குளிர் நடக்கத் துடன் காய்ச்சல் ஏற்பட்டாலும் அதே காரணமாயிருக்கலாம். கட்டாயம் மருத்துவ ஆலோசனை அவசியம். இவற்றைக் கவனம் எடுத்துத் தால் சிறுநீர்த் தடையையும் கட்டுப்பாட்டின் கீழ் ஆகியவற்றால் நோயாளி தனக்குமே மற்றவர்களுக்கும் இடையே சலிப்பை வாய்ப்பு. பிரச்சனைகளைக் கண்டு மனம் சோராமல் அவற்றை உறுதியோடு வறையக் கொள்ளும் மனநிலையை வளர்த்துக் கொண்டால் மகிழ்ச்சி என்றும் அவர்புகழ்மே.

visit my blogs

<http://hainallama.blogspot.com/>

<http://suvaithacinema.blogspot.com/>

<http://msvoldpupilsforum.blogspot.com/>

<http://www.geotamil.com/pathivukal/health.html>

kathirmuruga@hotmail.com