



सत्यमेव जयते

ഭാരത സർക്കാർ

ഗോത്രകാര്യ മന്ത്രാലയം & ആരോഗ്യ കുടുംബക്ഷേമ മന്ത്രാലയം

അരിവാൾ

രോഗം

കൗൺസിലിംഗ് മൊഡ്യൂൾ



അരിവാൾ രോഗ വിമുക്ത ഭാരതത്തിനായി







ഭാരത സർക്കാർ

ഗോത്രകാര്യ മന്ത്രാലയം & ആരോഗ്യ കുടുംബക്ഷേമ മന്ത്രാലയം

അരിവാൾ

രോഗം

ബോധവൽക്കരണ മൊഡ്യൂൾ


അരിവാൾ രോഗ വിമുക്ത ഭാരതത്തിനായി





ലേഖകർ

1. ഡോ. ദീപ്തി ജെയിൻ, മുൻ പ്രൊഫസർ & എച്ച്ഒഡി പീഡിയാട്രിക്സ്, ജിഎംസി മെഡിക്കൽ കോളേജ്, നാഗ്പൂർ, മഹാരാഷ്ട്ര,നിലവിലെ മഹാൻ ട്രസ്റ്റ് മെൽഫട്ട് ഡയറക്ടർ (ചെയർപേഴ്സൺ)
2. ഡോ. അപരൂപ് ദാസ്, ഡയറക്ടർ, സയൻ്റിസ്റ്റ് 'ജി' & ഡയറക്ടർ, ഐസിഎംആർ-നാഷണൽ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് റിസർച്ച് ഇൻ ട്രൈബൽ ഹെൽത്ത്, ജബൽപൂർ, എം.പി.
3. ഡോ. അനിൽ കുമാർ, അഡീഷണൽ DDG, DGHS, MoHFW, ന്യൂഡൽഹി
4. ഡോ. ഭാനു ദുഗ്ഗൽ, ഹൃദ്രോഗ വകുപ്പ് മേധാവി , എയിംസ് ജൂനിയർ, നിതി ആയോഗ് ഉപദേഷ്ടാവ് , ന്യൂഡൽഹി
5. ഡോ. തുലിക സേത്ത് പ്രൊഫസർ, ഹൈമറ്റോളജി വിഭാഗം, എയിംസ്, ന്യൂഡൽഹി
6. ഡോ. അനൂപം സർവ്വേ, ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് പീഡിയാട്രിക് ഹൈമറ്റോളജി ഓക്കോളജി ആൻഡ് BMT ഡയറക്ടർ, SGRH, ന്യൂഡൽഹി
7. ഡോ. നിത രാധാകൃഷ്ണ, പീഡിയാട്രിക് ഹൈമറ്റോളജി ഓക്കോളജി അസോസിയേറ്റ് പ്രൊഫസറും ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റ് മേധാവിയും , PGICH നോയിഡ, (U.P.)
8. ഡോ. ജ്യോതി റാവത്ത്, അഡീഷണൽ കമ്മീഷണർ, ആരോഗ്യ കുടുംബക്ഷേമ മന്ത്രാലയം, ന്യൂഡൽഹി
9. ഡോ. എം. എ. ബാലസുബ്രഹ്മണ്യം, CP/CPHC NHSRC ഉപദേഷ്ടാവ് , ആരോഗ്യ കുടുംബ ക്ഷേമ മന്ത്രാലയം,ന്യൂഡൽഹി
10. ഡോ. യസ്മി ഇറ്റാലിയ, ഗോ-എൻജിഒ സിക്നിൾ സെൽ അനീമിയ കൺട്രോൾ പ്രോഗ്രാം മുൻ ഡയറക്ടർ & വൽസാദ് രക്തദാൻ കേന്ദ്ര (റീജിയണൽ ബ്ലഡ് ട്രാൻസ്ഫ്യൂഷൻ സെന്റർ & ഹൈമറ്റോളജിക്കൽ റിസർച്ച് സെന്റർ) ഗുജറാത്ത് സെക്രട്ടറി.
11. ഡോ. ഗായത്രി ദേശായി, എം.ഡി (ഗൈനക്കോളജിസ്റ്റ്), സേവാ റൂറൽ, ജഗാഡിയ, ബറൂച്ച്, ഗുജറാത്ത്
12. ഡോ. അഭിഷേക് ചൗഹാൻ, ഭാരത് ആരോഗ്യ&ഗ്യാൻ മന്ദിർ, ജാർഖണ്ഡ്
13. ശ്രീമതി രേഖ ജെയിൻ, സഖീ ഹെൽത്ത് & എഡ്യൂക്കേഷൻ വെൽഫെയർ സൊസൈറ്റി, ഫരീദാബാദ്, ഹരിയാന

- 
14. ഡോ. വിജി രഘുവാനി, ശിശുരോഗ വിദഗ്ദ്ധൻ, രുഗ്വാനി ചൈൽഡ് കെയർ സെന്റർ ആൻഡ് ഹോസ്പിറ്റൽ ജരിപത്ക, നാട്ടൂർ, (മഹാരാഷ്ട്ര)
 15. ശ്രീമതി ശോഭ തുലി, തലാസ്സെമിക്സ് ഇന്ത്യ സെക്രട്ടറി , ന്യൂഡൽഹി
 16. ഡോ. സുനിത ബിജാർണിയ, ജനിതകശാസ്ത്ര വിഭാഗം, സർ ഗനഗ റാം ഹോസ്പിറ്റൽ, ന്യൂഡൽഹി
 17. ഡോ. ജ്യോതി കോട്വാൾ, ഹെമറ്റോളജി എസ്.ജി.ആർ.എച്ച്, പ്രൊഫസർ, വകുപ്പ് മേധാവി, ന്യൂ ഡൽഹി
 18. ഡോ. അമിതാഭ് സിംഗ്, അസോസിയേറ്റ് പ്രൊഫസർ പീഡിയാട്രിക്സ്, സഫ്റ്റ്ജെംഗ്, ഹോസ്പിറ്റൽ, ന്യൂഡൽഹി
 19. ഡോ. മാനസ് കർ, പീഡിയാട്രിക് ഹെമറ്റോളജി ഓങ്കോളജി ആൻഡ് ബിഎംടി, എസ്ജിആർഎച്ച്, ന്യൂഡൽഹി
 20. ഡോ. അലക്സാണ്ടർ , ഗ്ലോബൽ ഹെൽത്ത് ഫൗണ്ടേഷൻ മെഡിക്കൽ ഡോക്ടർ & ക്രിയേറ്റീവ് ഡയറക്ടർ , യുകെ
 21. വിനിത ശ്രീവാസ്തവ, ആരോഗ്യ ഉപദേഷ്ടാവ്, ഗോത്രകാര്യ മന്ത്രാലയം, ന്യൂഡൽഹി (മെമ്പർ സെക്രട്ടറി)





ആമുഖം

2047-ഓടെ ഭാരതത്തിൽ നിന്നും അരിവാൾ രോഗം നിർമാർജ്ജനം ചെയ്യുന്നതിനായി

2023-ലെ കേന്ദ്ര ബഡ്ജറ്റിൽ ഒരു പ്രഖ്യാപനം അടങ്ങിയിരുന്നു."2047-ഓടെ ഭാരതത്തിൽ നിന്നും അരിവാൾ രോഗം നിർമാർജ്ജനം ചെയ്യുന്നതിനായുള്ള ഒരു ദൗത്യം ആരംഭിക്കും.ബോധവൽക്കരണം നടത്തുക,ബാധിക്കപ്പെട്ട ഗോത്ര വിഭാഗങ്ങളുടെ അധിവാസ കേന്ദ്രങ്ങളിൽ '0' നും '40' നും ഇടയിൽ പ്രായമുള്ള ഏഴു കോടി ജനങ്ങളിൽ പരിശോധന നടത്തുക ,കേന്ദ്ര മന്ത്രാലയങ്ങളുടെയും സംസ്ഥാന സർക്കാരുകളുടേയും സഹകരണത്തോടെയുള്ള കൗൺസിലിംഗ് സംഘടിപ്പിക്കുക എന്നീ പ്രവർത്തനങ്ങളാണ് ഈ ദൗത്യത്തിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്നത്".കേന്ദ്ര ആരോഗ്യ കുടുംബ ക്ഷേമ വകുപ്പ് മന്ത്രാലയം നേതൃത്വം വഹിക്കുന്ന ഈ ദൗത്യത്തിന് സഹായ സഹകരണങ്ങൾ നൽകുന്നത് കേന്ദ്ര ഗോത്രകാര്യ വകുപ്പ് മന്ത്രാലയമാണ്.ഈ പ്രയത്നത്തിൽ കേന്ദ്ര ആരോഗ്യ കുടുംബ ക്ഷേമ വകുപ്പിനൊപ്പം വിവിധ സംസ്ഥാന സർക്കാരുകളും കൈകോർക്കുന്നു.

കേന്ദ്ര ഗോത്ര കാര്യ വകുപ്പ് മന്ത്രാലയം- സമിതി രൂപീകരണം:

ബജറ്റ് പ്രഖ്യാപനത്തിനു ശേഷം 27.02.2023 നു നടന്ന വെബ്ബിനാറിൽ ഈ ദൗത്യം ഔദ്യോഗികമായി പ്രഖ്യാപിച്ചതിനെ തുടർന്ന് ഫലപ്രദവും സമഗ്രവുമായ രീതിയിൽ പ്രസ്തുത ദൗത്യം നടപ്പിലാക്കുന്നതിനായി കേന്ദ്ര ഗോത്രകാര്യ വകുപ്പ് മന്ത്രാലയം ഒരു കമ്മിറ്റി രൂപവൽക്കരിച്ചു.അരിവാൾ രോഗത്തെ കുറിച്ചുള്ള ബോധവൽക്കരണം നൽകുക ,ഗർഭസ്ഥ ശിശുക്കളിൽ രോഗ നിയന്ത്രണവും പ്രതിരോധവും നടപ്പിലാക്കുക ,ഒരു വ്യക്തിയിൽ രോഗമോ,രോഗലക്ഷണങ്ങളോ കണ്ടു തുടങ്ങിയാൽ ആ രോഗിക്കും ശുശ്രൂഷകർക്കും അവരുമായി ബന്ധപ്പെട്ട മറ്റുള്ളവർക്കും ആവശ്യമായ കൗൺസിലിംഗ് ഏർപ്പെടുത്തുക എന്നിങ്ങനെ അരിവാൾ രോഗ നിർമാർജ്ജന യജ്ഞത്തിനാവശ്യമായ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക് മാർഗനിർദ്ദേശങ്ങൾ നൽകുകയാണ് ഈ കമ്മിറ്റിയുടെ പ്രധാന ചുമതല

ആരോഗ്യവും രോഗങ്ങളുമായി ബന്ധപ്പെട്ടു വിവിധ സമുദായങ്ങളിൽ വ്യത്യസ്ത വിശ്വാസങ്ങളും, പരമ്പരാഗത ആചാരങ്ങളും, സമ്പ്രദായങ്ങളും നിലനിൽക്കുന്നതിനാൽ രോഗ പ്രജനനത്തെയും, എങ്ങനെ രോഗവ്യാപനം തടയാം എന്നതിനെയും സംബന്ധിച്ച് ശാസ്ത്രീയമായ അവബോധം സൃഷ്ടിക്കുന്നതിനുള്ള അശ്രാന്ത പരിശ്രമം ആവശ്യമാണ്.

ബോധവൽക്കരണത്തെയും കൗൺസിലിംഗിനെയും കുറിച്ചുള്ള ഈ രണ്ടു മോഡ്യൂളുകളുടെയും ലക്ഷ്യം പൊതുജനത്തിനും,രോഗികൾക്കും, അവരെ പരിചരിക്കുന്നവർക്കും,അധ്യാപകർക്കും, ആരോഗ്യ പ്രവർത്തകർക്കും അരിവാൾ രോഗത്തെക്കുറിച്ചുള്ള അവബോധം നൽകുക എന്നതാണ്.ഈ മോഡ്യൂളുകൾ ലളിതമായ പി പി റ്റി ആയി രൂപകൽപ്പന ചെയ്തിരിക്കുന്നത് വായിക്കുന്നവർക്ക് അരിവാൾരോഗത്തെക്കുറിച്ചു അനായാസം മനസിലാക്കുന്നതിനു വേണ്ടിയാണ്. ഈ മോഡ്യൂളുകളിലെ പല സന്ദേശങ്ങളും ആവർത്തിച്ചു വരുന്നതിനു പിന്നിലെ ഉദ്ദേശ്യം എല്ലാ വിഭാഗങ്ങളിൽ ഉൾപ്പെട്ടവർക്കും ഈ അസുഖത്തിന്റെ തീവ്രത ബോധ്യപ്പെടണം എന്നതാണ്.ബോധവൽക്കരണ മോഡ്യൂൾ പ്രധാനമായും ലക്ഷ്യമാക്കുന്നത് പൊതുജനങ്ങൾ- വിശിഷ്ട ഗോത്ര വിഭാഗങ്ങൾ, ആരോഗ്യ പ്രവർത്തകർ ,പ്രാദേശീയ പ്രവർത്തകരായ -ആശാ വർക്കർമാർ ,അംഗനവാടി

ജീവനക്കാർ,അധ്യാപകർ,യുവജനങ്ങൾ,പാരമ്പര്യ ചികിത്സകർ,
ഗ്രാമപഞ്ചായത്തുകൾ തുടങ്ങിയവയെയാണ്.എന്നാൽ കൗൺസിലിംഗ് മൊഡ്യൂൾ
ലക്ഷ്യമാക്കുന്നതു ഒരു നൂന്ന പക്ഷത്തെയാണ് അതായത് -അരിവാൾ രോഗ
ബാധിതർ ,നേരിട്ടോ അല്ലാതെയോ രോഗിയെ പരിചരിക്കുന്നവർ
(മാതാപിതാക്കൾ,ബന്ധുക്കൾ, അധ്യാപകർ,സഹപ്രവർത്തകർ,ആരോഗ്യ
പ്രവർത്തകർ) എന്നിവരെയാണ്.

വളരെ ചുരുങ്ങിയ സമയംകൊണ്ട് ഇത്തരത്തിൽ ആശയ സമ്പുഷ്ടമായ
മൊഡ്യൂളുകൾ തയ്യാറാക്കി നൽകിയ ഈ സമിതിയുടെ അധ്യക്ഷനും
അംഗങ്ങൾക്കും മറ്റു വിദഗ്ദ്ധർക്കും കേന്ദ്ര ഗോത്രകാര്യ വകുപ്പ് മന്ത്രാലയത്തിന്റെ
ഹൃദയം നിറഞ്ഞ നന്ദി രേഖപ്പെടുത്തുന്നു.കൂടാതെ ഈ മൊഡ്യൂളുകളുടെ സൂഷ്മ
പരിശോധനയിലും, വിവർത്തനത്തിലും,അന്തിമ വൽക്കരണത്തിലും സഹകരിച്ച
കേന്ദ്ര ആരോഗ്യ കുടുംബ ക്ഷേമ വകുപ്പ് മന്ത്രാലയത്തിനും ഇത്തരൂണത്തിൽ നന്ദി
അറിയിക്കുന്നു.2047 -ഓട് കൂടി അരിവാൾ രോഗ വിമുക്ത ഭാരതം വിഭാവനം
ചെയ്യുന്ന ദൗത്യം സാക്ഷാൽകരിക്കുന്നതിൽ ഈ മൊഡ്യൂളുകൾ
പ്രയോജനപ്പെടുമെന്ന് ആത്മാർത്ഥമായി പ്രത്യാശിക്കുന്നു.



ഉള്ളടക്കം

1. മൊഡ്യൂൾ ഭാഗം- 1	15-18
* അരിവാൾ രോഗ പരിശോധനാപൂർവ്വ കൗൺസിലിംഗ്	
2. മൊഡ്യൂൾ ഭാഗം- 2	21-27
* അരിവാൾ രോഗപരിശോധനാനന്തര കൗൺസിലിംഗ്	
3 .മൊഡ്യൂൾ ഭാഗം -3	27
* അരിവാൾ കോശ സ്വഭാവമുള്ള സ്ത്രീക്കാവശ്യമായ ഗർഭകാല പരിചരണങ്ങൾ	
4. മൊഡ്യൂൾ ഭാഗം -4	31-33
* അരിവാൾ കോശ രോഗമുള്ള സ്ത്രീയുടെ ഗർഭകാല പരിചരണങ്ങൾ	
5 .മൊഡ്യൂൾ ഭാഗം- 5	37
* അരിവാൾ കോശ സ്വഭാവമുള്ള നവജാത ശിശുവിന്റെ പരിചരണം	
6. മൊഡ്യൂൾ ഭാഗം -6	41-43
* അരിവാൾ രോഗമുള്ള നവജാത ശിശുവിന്റെ പരിചരണം	
7. മൊഡ്യൂൾ ഭാഗം -7	47-50
* അരിവാൾ രോഗമുള്ള കുട്ടിയെ മാതാപിതാക്കൾ എങ്ങനെ പരിചരിക്കണം	





മൊഡ്യൂൾ ഭാഗം- 1

അരിവാൾ രോഗ പരിശോധനാപുർവ്വ
കൗൺസിലിംഗ്



എന്താണ് അരിവാൾ രോഗം?

- അരുണ (ചുവന്ന) രക്താണുക്കളിൽ കാണപ്പെടുന്ന ഹീമോഗ്ലോബിൻ തന്മാത്രകൾക്കു അസാധാരണതം സംഭവിക്കുന്ന ഒരു ജനിതകാവസ്ഥയാണ് അരിവാൾ രോഗം.
- സ്ത്രീകളിലും പുരുഷന്മാരിലും ഈ രോഗമുണ്ടാവാൻ തുല്യസാധ്യത ഉണ്ട്
- അരിവാൾ രൂപത്തിലുള്ള ഹീമോഗ്ലോബിൻ അടങ്ങിയ ചുവന്ന രക്താണുക്കൾക്ക് രൂപമാറ്റം (c പോലെ) സംഭവിക്കുകയും, അവ ഒട്ടിപ്പിടിക്കാൻ തുടങ്ങുകയും ചെയ്യുന്നു. ഇത്തരത്തിലുള്ള ചുവന്ന രക്താണുക്കൾ വേഗം നശിച്ചു പോകുന്നതിനാൽ രോഗിയിൽ വിളർച്ച ഉണ്ടാകുന്നു.
- ആൺകുട്ടികളിലും പെൺകുട്ടികളിലും ഈ രോഗം ഉണ്ടായേക്കാം
- അച്ഛനും അമ്മയും അരിവാൾ രോഗ വാഹകരാണെങ്കിൽ ഗർഭസ്ഥശിശുവിന് രോഗം വരാനുള്ള സാധ്യത 25 ശതമാനമാണ്.
- ശ്രദ്ധാപൂർവ്വമുള്ള ചികിത്സയിലൂടെ ഈ അസുഖത്തിന്റെ സങ്കീർണ്ണതകൾ കുറയ്ക്കാനാകും.
- **രോഗത്തിന്റെ അവസ്ഥാന്തരങ്ങൾ**

അരിവാൾ രോഗ കോശ വാഹകർ

അരിവാൾ രോഗികൾ

അരിവാൾ രോഗ കോശമുള്ളവരും അരിവാൾ രോഗ സ്വഭാവമുള്ള കോശങ്ങൾ ഉള്ളവരും തമ്മിലുള്ള വ്യത്യാസങ്ങൾ

അരിവാൾ രോഗം ഉള്ള വ്യക്തിയിൽ

- മാതാപിതാക്കളിൽ നിന്ന് ലഭിച്ച വ്യതിയാനം സംഭവിച്ച ഹീമോഗ്ലോബിൻ ജീനിന്റെ രണ്ടു പതിപ്പുകൾ കാണാൻ സാധിക്കുന്നു
- ചന്ദ്രക്കലയുടെ ആകൃതിയിലുള്ള കോശങ്ങൾ ചെറിയ രക്തക്കുഴലുകളിൽ അടിഞ്ഞു കൂടുന്നതിനാൽ കോശങ്ങളിലേക്കുള്ള രക്തത്തിന്റെ ഒഴുക്ക് തടസ്സപ്പെടുന്നു.

അരിവാൾ രോഗ വാഹകനായ വ്യക്തിയിൽ

- വ്യതിയാനം സംഭവിച്ച ജീമോഗ്ലോബിൻ ജീനിന്റെ ഒരു പകർപ്പ് മാത്രം കാണുന്നു
- സാധാരണ നിലയിലുള്ളതും വ്യതിയാനം സംഭവിച്ചതുമായ ഹീമോഗ്ലോബിൻ ജീനുകൾ ഒരുമിച്ചു കാണപ്പെടുന്നതിനാൽ രോഗ സ്വഭാവം കണ്ടു വരുന്നു

അരിവാൾ രോഗത്തെ കുറിച്ചു അറിഞ്ഞിരിക്കുന്നത് നിങ്ങളുടെ ആരോഗ്യ നില മെച്ചപ്പെടുത്തുന്നതിനും സങ്കീർണ്ണതകൾ ഒഴിവാക്കുന്നതിനും സഹായിക്കുന്നു

എല്ലാവരിലും പ്രകടമായ രോഗലക്ഷണങ്ങൾ കണ്ടു വരാത്തതിനാൽ സൂക്ഷ്മ പരിശോധനയിലൂടെ മാത്രമേ അരിവാൾ രോഗം ഉള്ളവരേയും അരിവാൾ രോഗ കോശ സ്വഭാവവാഹകരേ യും കണ്ടെത്താൻ കഴിയൂ.

ആരെയെല്ലാമാണ് പരിശോധനാ വിധേയമാക്കേണ്ടത്?

അരിവാൾ രോഗം കൂടുതലായി കാണപ്പെടുന്ന തിരഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ട 17 സംസ്ഥാനങ്ങളിലെ പുജ്യം മുതൽ നാൽപ്പതു വയസ്സുവരെയുള്ള എല്ലാ ആളുകളെയും

എവിടെ നിന്നാണ് പരിശോധന നടത്തേണ്ടത്?

നിങ്ങൾക്ക് താഴെ പറഞ്ഞിരിക്കുന്ന ഇടങ്ങളിൽ സൗജന്യമായി പരിശോധന നടത്താവുന്നതാണ്
*അടുത്തുള്ള എ ബി എച്ച് ഡബ്ല്യൂ സി(ആയുഷ്ചാൻ ഭാരത് ആരോഗ്യ ക്ഷേമ കേന്ദ്രം)കളിൽ നിന്ന്
*നിങ്ങളുടെ പ്രദേശത്തെ ആരോഗ്യ ക്യാമ്പുകളിൽ നിന്ന്
പരിശോധനയെക്കുറിച്ചുള്ള സംശയങ്ങൾക്ക് അടുത്തുള്ള ആശാ വർക്കുമായോ സാമൂഹ്യ ആരോഗ്യ കേന്ദ്രവുമായോ ബന്ധപ്പെടേണ്ടതാണ്.

ഏതൊക്കെ പരിശോധനകൾ ചെയ്യാൻ സാധിക്കും

- സോല്യൂബിലിറ്റി ടെസ്റ്റ്
5 മിനിറ്റിനുള്ളിൽ പെട്ടെന്ന് നടത്താവുന്ന പരിശോധനയാണ്

- പോയിന്റ് ഓഫ് കെയർ ടെസ്റ്റ് (പി ഓ സി)
ഈ പരിശോധന വളരെ വേഗം നടത്താവുന്ന ഒന്നാണ്. പരിശോധനാ ഫലവും വേഗം അറിയാൻ സാധിക്കും. ഈ പരിശോധന വഴി കോശ രോഗ വാഹകരെയും രോഗികളെയും തിരിച്ചറിയാൻ സാധിക്കും

- സോല്യൂബിലിറ്റി ടെസ്റ്റ്
രോഗിയിൽ നിന്ന് രണ്ടു മുതൽ മൂന്നു മില്ലി രക്തം വരെ ശേഖരിച്ചാണ് ഈ പരിശോധന നടത്തുന്നത്. മേല്പറഞ്ഞ പരിശോധനകളുടെ ഫലം ഉടൻ തന്നെ ലഭ്യമാകുന്നതാണ്.



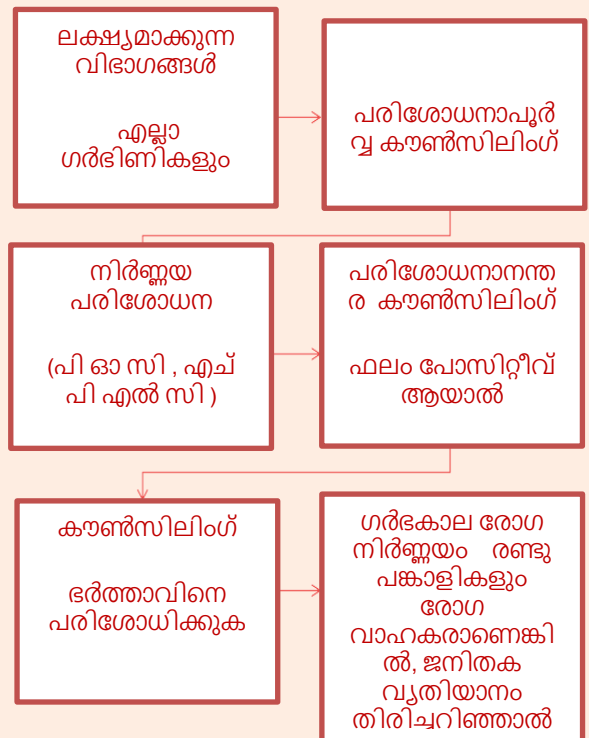
പരിശോധന നടത്തേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകത എന്ത്?

- നിങ്ങളുടെ പ്രദേശത്തു രോഗ സാന്നിധ്യം ഉണ്ടെന്നറിഞ്ഞാൽ നിങ്ങളും പരിശോധന നടത്തി നിങ്ങളിലെ രോഗ സ്ഥിതി തിരിച്ചറിയേണ്ടത് ആവശ്യമാണ്.
- നിങ്ങളിലെ അരിവാൾ രോഗ കോശ വാഹക അവസ്ഥയും ,രോഗാവസ്ഥയും നിങ്ങളെയും നിങ്ങളുടെ കുട്ടികളെയും ബാധിച്ചേക്കാം.
- നിങ്ങളുടെ രോഗ സ്ഥിതി അറിയുന്ന പക്ഷം നിങ്ങളുടെയും നിങ്ങളുടെ കുഞ്ഞിന്റെയും ആരോഗ്യ സുരക്ഷക്കായുള്ള അടുത്ത ചുവടുകൾ എടുക്കാൻ സഹായിക്കും.
- നിങ്ങളുടെ ഒപ്പം തന്നെ നിങ്ങളുടെ ജീവിത പങ്കാളിയുടെയും പരിശോധന നടത്തുക.
- നിങ്ങളുടേയും നിങ്ങളുടെ പങ്കാളിയുടെയും പരിശോധനാ ഫലത്തിനനുസരിച്ചു ഗർഭസ്ഥ ശിശുവിൽ പരിശോധന ആവശ്യമാണോ എന്ന് തീരുമാനിക്കാനാകും.
- ശരിയായ പരിശോധനയിലൂടെ നിങ്ങളുടെ കുടുംബത്തിൽ അരിവാൾ രോഗ ബാധിതനായ കുട്ടി ജനിക്കുന്നത് തടയാൻ സാധിക്കും

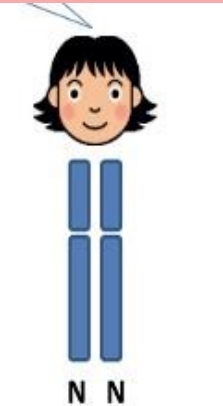
ആരോഗ്യമുള്ള കുടുംബത്തിനായി ഒരു പരിശോധന



ഗർഭകാല രോഗ നിർണ്ണയം

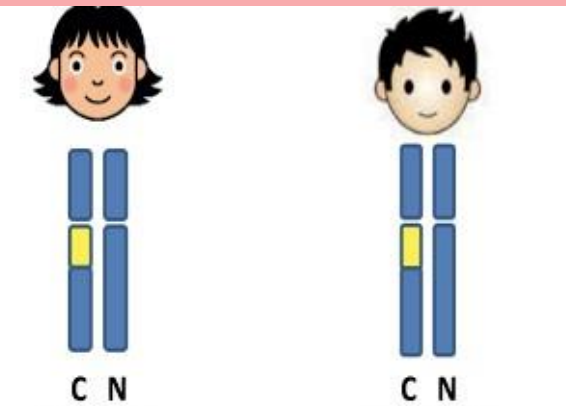


പരിശോധന ഫലങ്ങൾ എന്തൊക്കെ ആവാം?



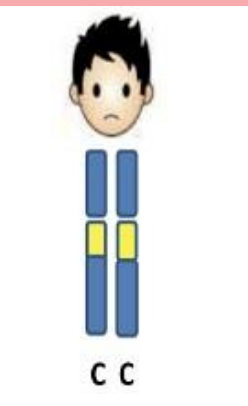
N N

സാധാരണ, വൃതിയാനം സംഭവിക്കാത്ത ജീൻ (NN) - സാധാരണ ഹീമോഗ്ലോബിൻ



C N C N

ആരോഗ്യമുള്ള രോഗവാഹകയായ/വാഹകനായ കുട്ടി (CN) - അരിവാൾ രോഗ സ്വഭാവം



C C



വൃതിയാനം സംഭവിച്ച രണ്ടു ജീനുകൾ, അസുഖത്തിന്റെ തീവ്രരൂപം - അരിവാൾ രോഗം

- നിർണയത്തിന് ശേഷം ലഭിക്കുന്ന അരിവാൾ രോഗ കാർഡിൽ നിങ്ങൾ അരിവാൾ രോഗ കോശ വാഹകനാണോ അഥവാ രോഗിയാണോ എന്ന് സൂചിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ടാകും
- വിവാഹത്തിന് മുൻപായി നിങ്ങളുടെയും നിങ്ങൾ വിവാഹം ചെയ്യാൻ ഉദ്ദേശിക്കുന്ന വ്യക്തിയുടെയും അരിവാൾ രോഗ കാർഡ് പരിശോധിക്കേണ്ടതാണ്.

നിങ്ങൾ ഭയപ്പെടേണ്ട

- ഇത്തരം സന്ദർഭങ്ങളിൽ പേടി സ്വാഭാവികമാണ്
- ആയുഷ്കാലം മുഴുവൻ രോഗവുമായി ജീവിക്കേണ്ടിവരുന്ന കുഞ്ഞു ഉണ്ടാകാനുള്ള സാധ്യത കുറക്കാനുള്ള പരിശോധനയാണിത്.
- നിങ്ങൾക്കെന്തെങ്കിലും സംശയമോ ഭയമോ ഉണ്ടെങ്കിൽ
- ഞങ്ങളോട് സംസാരിക്കാം





മൊഡ്യൂൾ ഭാഗം- 2
അരിവാൾ രോഗപരിശോധനാനന്തര
കൗൺസിലിംഗ്



ഏതു കൗൺസിലിംഗ് ആണ് കൊടുക്കേണ്ടത്?

നിർണ്ണയ പരിശോധനയ്ക്ക് ശേഷം സ്ത്രീകൾക്കും പുരുഷന്മാർക്കും അവരിലെ അരിവാൾ രോഗ സ്ഥിതി വ്യക്തമാക്കുന്ന അരിവാൾ രോഗ കാർഡ് നൽകും. പുരുഷന്മാർക്ക് നീല നിറത്തിലും സ്ത്രീകൾക്ക് റോസ് നിറത്തിലും ഉള്ള കാർഡുകളാണ് നൽകുക.

പരിശോധന ഫലത്തിൽ താഴെ ഉള്ള മൂന്നിൽ ഏതവസ്ഥയിലാണോ ഒരാൾ ഉൾപ്പെടുന്നത് അതിനു യോജിച്ച കൗൺസിലിംഗ് ആണ് നൽകേണ്ടത്

- അരിവാൾ രോഗമില്ലാത്തവർ
- അരിവാൾ രോഗ കോശ വാഹകർ
- അരിവാൾ രോഗമുള്ളവർ

ഏതു കൗൺസിലിംഗ് ആണ് കൊടുക്കേണ്ടത്?

= അരിവാൾ രോഗമില്ലാത്തവർ

- നിങ്ങൾ പേടിക്കേണ്ട ആവശ്യമില്ല. ഏതെങ്കിലും പരിശോധനയുടെയോ പ്രത്യേക ചികിത്സയുടെയോ ആവശ്യമില്ല
- വിവാഹത്തിന് മുൻപായി പങ്കാളിയിലെ രോഗ സ്ഥിതി പരിശോധിച്ചു കണ്ടെത്തുക
- നിങ്ങളുടെ പങ്കാളി രോഗ സ്വഭാവമുള്ളവരോ, അരിവാൾ രോഗമുള്ളവരോ ആണെങ്കിൽ നിങ്ങളുടെ കുഞ്ഞിന് അരിവാൾ രോഗ ജീനുകൾ ലഭിക്കാനുള്ള സാധ്യതയെക്കുറിച്ചറിയാൻ അരിവാൾ രോഗ കാർഡുകൾ പരിശോധിക്കുക

അരിവാൾ രോഗ കോശ വാഹകർക്ക്

- അരിവാൾ രോഗകോശ സ്വഭാവം അരിവാൾ രോഗമല്ല.ഭാവിയിൽ ഒരിക്കലും അത് അരിവാൾ രോഗമായി പരിണമിക്കുകയില്ല.അതിനാൽ പ്രത്യേക ചികിത്സയുടെയോ തുടർ പരിശോധനയുടെയോ ആവശ്യമില്ല
- രോഗ കോശ വാഹകർക്ക് സാധാരണ ജീവിതം സാധ്യമാണ്.
- നിങ്ങളുടെ പങ്കാളി രോഗ കോശ വാഹകനോ അല്ലെങ്കിൽ അരിവാൾ രോഗിയോ ആണെങ്കിൽ നിങ്ങളുടെ കുട്ടികൾക്ക് അരിവാൾ രോഗ ജീനുകൾ പകരാൻ സാധ്യത ഉണ്ട്.
- നിങ്ങളുടെ പരിശോധനാ ഫലം വ്യക്തമാക്കുന്ന അരിവാൾ രോഗ കാർഡുമായി നിങ്ങൾ വിവാഹം കഴിക്കാൻ തീരുമാനിച്ചിരിക്കുന്ന വ്യക്തിയുടെ കാർഡിലെ സ്ഥിതി ഒത്തു നോക്കേണ്ടതാണ്
- നിങ്ങൾ വിവാഹം കഴിക്കുന്നതിനും ഗർഭം ധരിക്കുന്നതിനും മുൻപായി നിങ്ങളുടെ പങ്കാളിയുടെ അരിവാൾ രോഗ കാർഡ് പരിശോധിച്ച് രോഗ സാധ്യതയെക്കുറിച്ചു അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ടതാണ്

അരിവാൾ രോഗമുള്ളവർക്ക്

- *അരിവാൾ രോഗത്തിന് പല ലക്ഷണങ്ങളും സങ്കീർണതകളും ഉണ്ടായേക്കാം.എന്നാൽ ശരിയായ ചികിത്സയിലൂടെ നിങ്ങൾക്ക് സാധാരണ ജീവിതം സാധ്യമാണ്
- *രോഗലക്ഷണങ്ങൾ ഓരോരുത്തരിലും വ്യത്യസ്തമാണ്.ചിലർക്ക് ജീവിതകാലം മുഴുവൻ ചികിത്സ ആവശ്യമായി വരും.
- *നിങ്ങൾക്ക് സൗജന്യ കൗൺസിലിംഗും ചികിത്സയും അടുത്തുള്ള എ ബി എച്ച് ഡബ്ല്യൂ സി യിൽ ലഭ്യമാണ്
- *നിങ്ങൾ രോഗ കോശ വാഹകരോ അല്ലെങ്കിൽ അരിവാൾ രോഗിയുമായോ വിവാഹ ബന്ധത്തിൽ ഏർപ്പെട്ടാൽ കുട്ടിയിലേക്ക് രോഗം പകരാനുള്ള സാധ്യത ഉണ്ട്.
- *നിങ്ങളുടെ പരിശോധനാ ഫലം വ്യക്തമാക്കുന്ന അരിവാൾ രോഗ കാർഡുമായി നിങ്ങൾ വിവാഹം കഴിക്കാൻ തീരുമാനിച്ചിരിക്കുന്ന വ്യക്തിയുടെ കാർഡിലെ സ്ഥിതി ഒത്തു നോക്കേണ്ടതാണ്
- *നിങ്ങൾ വിവാഹം കഴിക്കുന്നതിനും ഗർഭം ധരിക്കുന്നതിനും മുൻപായി നിങ്ങളുടെ പങ്കാളിയുടെ അരിവാൾ രോഗ കാർഡ് പരിശോധിച്ച് രോഗ സാധ്യതയെക്കുറിച്ചു അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ടതാണ്

പങ്കാളിയുടെ രോഗ നിർണ്ണയ പരിശോധന

രോഗ വാഹകരായി കണ്ടെത്തപ്പെട്ട ദമ്പതികൾക്കു

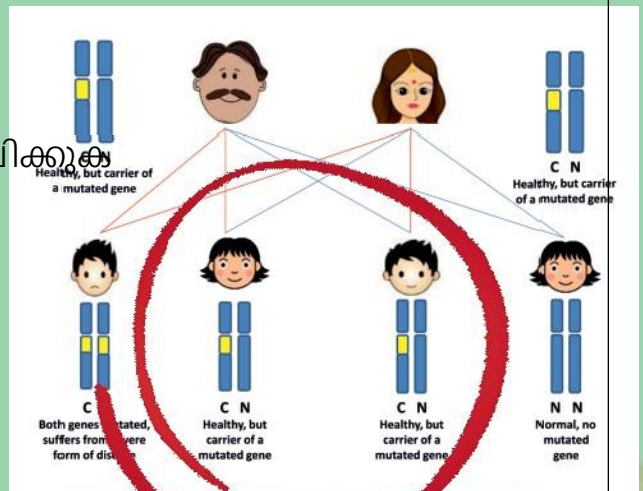
- ദമ്പതികളിൽ രണ്ടുപേരിലും അരിവാൾ/ തലസ്സീമിയ രോഗ വാഹക സ്വഭാവം കണ്ടെത്തിയാൽ ഉടൻ തന്നെ ഗർഭസ്ഥ ശിശുവിലെ രോഗ നിർണ്ണയ പരിശോധന നടത്താൻ കഴിയുന്ന ആരോഗ്യ കേന്ദ്രവുമായി ബന്ധപ്പെടുക
- അരിവാൾ രോഗവുമായി കുഞ്ഞു ജനിക്കുന്നതിനു 25 ശതമാനമാണ് സാധ്യത
- സി വി എസ് / അക്ലിയോ സെൻ്റ്രെസിസ് വഴി ഗർഭസ്ഥ ശിശുവിലെ രോഗ നിർണ്ണയം നടത്താനാകും
- ഗർഭിണിയായി 12 മുതൽ 15 ആഴ്ചക്കുള്ളിൽ തന്നെ ഈ പരിശോധന നടത്തേണ്ടതാണ്.

ഗർഭകാല പരിശോധന

അരിവാൾ രോഗ കോശ വാഹക സ്വഭാവം :

സ്വഭാവം :

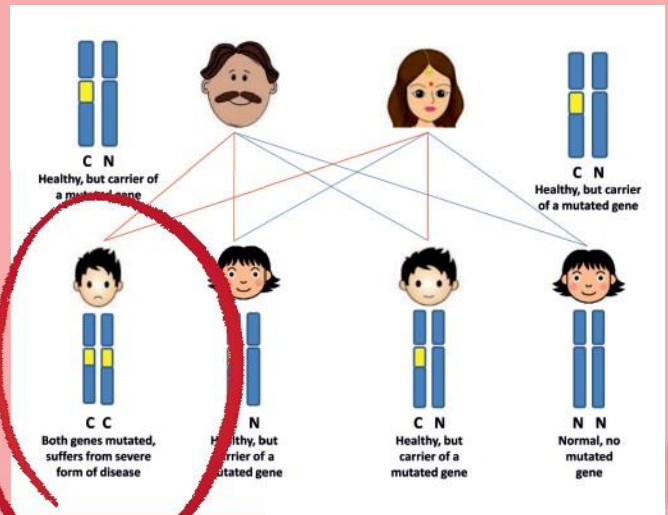
- ഒരു ജീനിനു മാത്രം തകരാറു സംഭവിക്കുകയും മറ്റേ ജീൻ സാധാരണ നിലയിൽ കാണപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നു
- നിങ്ങൾക്ക് സാധാരണ ഗർഭകാലം സാധ്യമാണ് കുഞ്ഞു ജനിച്ച ശേഷമുള്ള പരിചരണത്തെയും ചികിത്സയെയും കുറിച്ചറിയാൻ നിങ്ങളുടെ ശിശു രോഗ വിദഗ്ദ്ധനുമായി ബന്ധപ്പെടുക





ഗർഭകാല പരിശോധന

അറിവാൾ രോഗം :

- *ഇത് ജീവിതകാലം മുഴുവൻ ചികിത്സ ആവശ്യമായ അസുഖമായതിനാൽ പ്രത്യേക ശ്രദ്ധ പതിപ്പിക്കേണ്ടതുണ്ട്
- *ഇങ്ങനെയുള്ള അവസ്ഥകളിൽ ഗർഭധാരണത്തിന് ശേഷമുള്ള 20 ആഴ്ചക്കുള്ളിൽ വൈദ്യ സഹായത്തോടെ ഉള്ള ഗർഭച്ഛിദ്രത്തിന് അവസരം ഉണ്ട്.
- *നിങ്ങൾ ഈ ഗർഭവുമായി മുന്നോട്ടു പോകാൻ തീരുമാനിച്ചാൽ കുഞ്ഞു ജനിച്ച ഉടനെ തന്നെ നിങ്ങളുടെ ശിശു രോഗ വിദഗ്ദനുമായി ബന്ധപ്പെട്ട കുഞ്ഞിന്റെ ദീർഘകാല പരിചരണം എങ്ങനെ ആണെന്ന് തീരുമാനിക്കേണ്ടതുണ്ട്





മൊഡ്യൂൾ 3

അറിവാൾ കോശ സ്വഭാവമുള്ള
സ്ത്രീക്കാവശ്യമായ ഗർഭകാല
പരിചരണങ്ങൾ



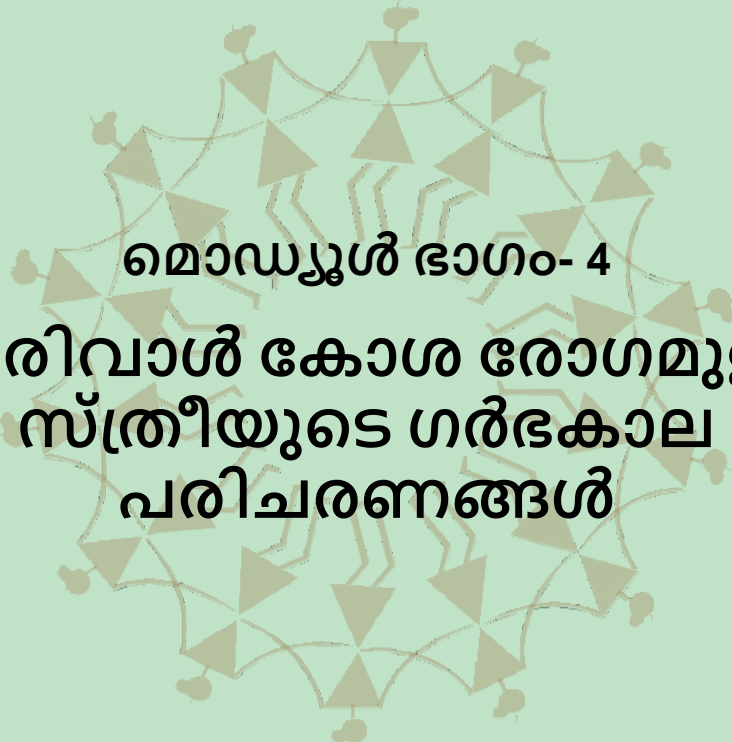



എന്ത് കൗൺസിലിംഗ് ആണ് നൽകേണ്ടത്?

- നിങ്ങളുടെ പങ്കാളി അരിവാൾ/തലസ്സീമിയ രോഗ വാഹകരല്ലെങ്കിൽ നിങ്ങൾക്കു പേടിക്കാതെ ഗർഭം ധരിച്ചു പ്രസവിക്കാം
- രോഗ കോശ വാഹകയായ സ്ത്രീയുടെ ഗർഭകാലവും പ്രസവവും സാധാരണ സ്ത്രീയിലേതു പോലെയാണ്
- മോശം കാലാവസ്ഥ ,നിർജ്ജലീകരണം,കഠിനമായ വ്യായാമം എന്നിവ ഒഴിവാക്കുക







മൊഡ്യൂൾ ഭാഗം- 4
അറിവാൾ കോശ രോഗമുള്ള
സ്ത്രീയുടെ ഗർഭകാല
പരിചരണങ്ങൾ



എന്ന് കൗൺസിലിംഗ് ആണ് നൽകേണ്ടത് ?

- *നിങ്ങൾ നിങ്ങളുടെ കുട്ടികളിലേക്ക് ഈ രോഗാവസ്ഥ പകർന്നു നൽകാനുള്ള സാധ്യത ഉണ്ട്.
- *അരിവാൾ രോഗ ബാധിതരായ മിക്ക സ്ത്രീകൾക്കും ഗർഭകാലത്തു പൊതുവെ കുഴപ്പങ്ങൾ ഒന്നും ഉണ്ടാവാറില്ല .അവർക്ക് സാധാരണ സുഖ പ്രസവം സാധ്യമാണ്.
- *അരിവാൾ രോഗം നിങ്ങളുടെ കുഞ്ഞിന്റെ വളർച്ചയെ ബാധിച്ചേക്കാം കാരണം അത് പ്ലാസന്റിന്റെയുടെ പ്രവർത്തനത്തെ തകരാറിലാക്കും
- *പ്രസവ സമയത്തു ചിലപ്പോൾ ശസ്ത്രക്രിയ ആവശ്യമായി വരാം.
- *ഗർഭാവസ്ഥയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ ഉണ്ടായേക്കാം.
- *എന്തെങ്കിലും സങ്കീർണ്ണത ഉണ്ടായാൽ ഉടൻ തന്നെ ആശുപത്രിയിൽ പ്രവേശിപ്പിക്കേണ്ടതായി വരും.
- *കഠിനമായ പനി ,വേദന ,ശ്വാസ തടസ്സം ,തലകറക്കം,കൈ കാലുകൾ അനക്കുന്നതിന് പ്രയാസം,എന്നിവ അപകട ലക്ഷങ്ങളായി കണക്കാക്കാം.
- *ഇത്തരം അവസ്ഥകൾ ഉണ്ടായാൽ ഉടൻ തന്നെ ആശുപത്രിയിൽ എത്തിക്കുകയും,ഡ്രിപ്പ് ,ഓക്സിജൻ,വേദനാ സംഹാരികൾ , ആന്റിബയോട്ടിക്സുകൾ ,രക്തത്തിന്റെ കട്ടി കുറയ്ക്കുന്നതിനുള്ള മരുന്ന് എന്നിവ നൽകേണ്ടതായി വരികയും ചെയ്യും.



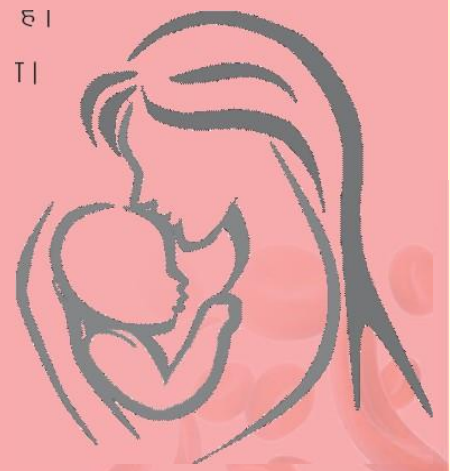
എന്തൊക്കെ കാര്യങ്ങൾ ശ്രദ്ധിക്കണം?

- ഗർഭകാലത്തു പോഷകാഹാരം കഴിക്കുക
- നിർജ്ജലീകരണം ഒഴിവാക്കാൻ ധാരാളം വെള്ളം കുടിക്കുക
- ഫോളിക് ആസിഡ് ഗുളികകൾ നിർദ്ദേശിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന അളവിൽ കഴിക്കുക
- ഗർഭകാലത്തു അയേൺ ഗുളിക കഴിക്കേണ്ട ആവശ്യമില്ല.
- ഗർഭകാലത്തു അൾട്രാ സൗണ്ട് പരിശോധനകളും രക്ത പരിശോധനകളും കൃത്യമായി ചെയ്യുക
- നിങ്ങൾക്ക് എന്തെങ്കിലും ആവശ്യമുണ്ടെങ്കിൽ അടുത്തുള്ള ആശാ വർക്കുമായി ബന്ധപ്പെടുക.



അരിവാൾ രോഗിയായ സ്ത്രീയ്ക്ക് പ്രസവസമയത്തു ആവശ്യമായ പരിചരണങ്ങൾ

- *പ്രസവം ആശുപത്രിയിലാക്കുക.വീട്ടിൽ വെച്ചുള്ള പ്രസവം ഒഴിവാക്കുക
- *സുഖപ്രസവം മിക്കവർക്കും സാധ്യമാണെങ്കിലും അമ്മക്ക് മറ്റു ആരോഗ്യ പ്രശ്നങ്ങൾ ഉണ്ടെങ്കിൽ ഡോക്ടർമാർ ചിലപ്പോൾ ശസ്ത്രക്രിയയ്ക്ക് നിർദ്ദേശിച്ചേക്കാം.
- *പ്രസവസമയത്തു ശരീരത്തിലെ ജലാംശം നിലനിർത്തുക
- *നിങ്ങൾക്ക് ഡ്രിപ്പ്,ഓക്സിജൻ ,വേദനാസംഹാരികൾ എന്നിവ ആവശ്യമായി വന്നേക്കാം
- *പ്രസവസമയത്തു രക്തം കയറ്റേണ്ടതായി വരാം
- *നിങ്ങളുടെ കുട്ടി പ്രസവസമയത്തു ഒരു ഡോക്ടറുടെ മേൽനോട്ടത്തിലായിരിക്കും.



പ്രസവശേഷം അരിവാൾ രോഗിയായ സ്ത്രീക്ക് നൽകേണ്ട പരിചരണം

- നന്നായി വെള്ളം കുടിക്കുക
- പ്രസവശേഷം കഴിവതുംവേഗം ശരീരം അനക്കാൻ ശ്രമിക്കുക .കാലിൽ രക്തം കട്ടപിടിക്കുന്നത് തടയാൻ ഇത് സഹായിക്കും.
- കുഞ്ഞിനെ മുലയൂട്ടുക
- ഡോക്ടറുടെ നിർദ്ദേശപ്രകാരം കാൽസ്യം,ഫോളിക് ആസിഡ് ഗുളികകൾ തുടരുക
- ഡോക്ടറുടെ നിർദ്ദേശപ്രകാരം പ്രസവശേഷം ഗർഭ നിരോധന മാർഗ്ഗങ്ങൾ അവലംബിക്കാവുന്നതാണ്
- ലെവനോജിസ്ട്രാൾ ഐ യു ഡി ആണ് സാധാരണ നിർദ്ദേശിക്കുന്ന ഗർഭ നിരോധന മാർഗം
- മറ്റുവഴികൾ പ്രൊജസ്റ്റോൺ മാത്രം അടങ്ങിയ ഗുളികകൾ,ഡെപ്പോമെഡ്രോക്സി പ്രൊജസ്റ്റോൺ അസറ്റേറ്റ് എന്നിവയാണ്
- മറ്റു ജനന നിയന്ത്രണമാർഗങ്ങളുടെയും കോപ്പർ ടി യുടെയും ഉപയോഗം സാധാരണ നിർദ്ദേശിക്കാറില്ല

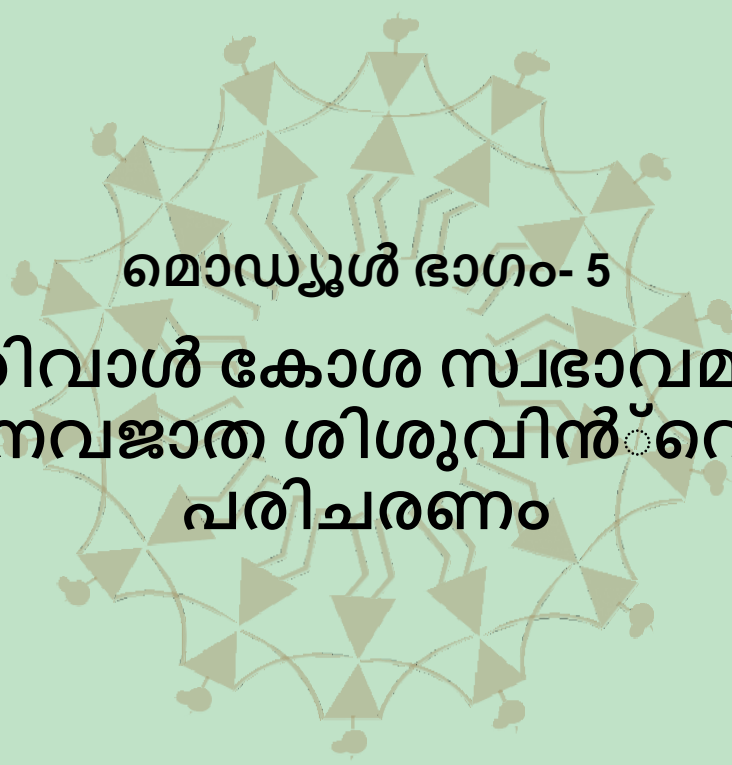


ഓർത്തിരിക്കേണ്ട കാര്യങ്ങൾ.

- നിങ്ങളുടെ കുത്തിവെപ്പുകൾ കൃത്യമായി സ്വീകരിക്കുക.
- കൃത്യമായ രക്ത പരിശോധന നടത്തുകയും റിപ്പോർട്ടുകൾ സൂക്ഷിക്കുകയും ചെയ്യുക
- വൈറൽ മാർക്കർ -എച്ച് ഐ വി ,ഹെപ്പറ്റൈറ്റിസ് ബി,ഹെപ്പറ്റൈറ്റിസ് സി
- ഡോക്ടറുടെ നിർദ്ദേശ പ്രകാരം ഗർഭ ധാരണത്തിനു മുൻപായി മരുന്നുകൾ നിർത്തുക.ഗർഭം ധരിച്ചു മൂന്നു മാസം കഴിയുമ്പോൾ അവ പുനരാരംഭിക്കാവുന്നതാണ്.
- ഗർഭ കാലങ്ങളിൽ ഫോളിക് ആസിഡ് ഗുളിക കഴിക്കേണ്ടതാണ്.
- അസഹനീയമായ വേദന/ മറ്റു ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ ഉണ്ടാകുമ്പോൾ -ഏതു മരുന്ന് കഴിക്കുന്നതിനു മുൻപായും ഡോക്ടറുമായി ചർച്ച ചെയ്യുക. സ്വയം ചികിത്സ നടത്താതിരിക്കുക







മൊഡ്യൂൾ ഭാഗം- 5
അരിവാൾ കോശ സ്വഭാവമുള്ള
നവജാത ശിശുവിന്റെ
പരിചരണം







എൻ്റെ കുഞ്ഞിൻ്റെ അരിവാൾ രോഗ കോശ സ്വഭാവത്തെ ഭയക്കേണ്ടതുണ്ടോ?

- ഇത്തരം ആളുകളിൽ പൊതുവെ രോഗലക്ഷണങ്ങൾ ഒന്നും തന്നെ പ്രകടമാവാറില്ല
- കുഞ്ഞു ധാരാളമായി വെള്ളം കുടിക്കുന്നുണ്ടെന്നു ഉറപ്പാക്കുക
- പനി,ചൂടുകാലാവസ്ഥയിലും നിർജ്ജലീകരണം ഒഴിവാക്കേണ്ടതാണ്
- താഴെ പറഞ്ഞിരിക്കുന്ന സന്ദർഭങ്ങളിൽ ഡോക്ടറെ ഉടൻ ബന്ധപ്പെടേണ്ടതാണ്
 - സമുദ്ര നിരപ്പിൽ നിന്നും വളരെ ഉയർന്ന പ്രദേശങ്ങളിലേക്ക് യാത്ര തിരിക്കുമ്പോൾ
 - കണ്ണിനു ആഘാതം സംഭവിച്ചാൽ
 - രക്തം കലർന്ന മൂത്രം ശ്രദ്ധയിൽ പെട്ടാൽ



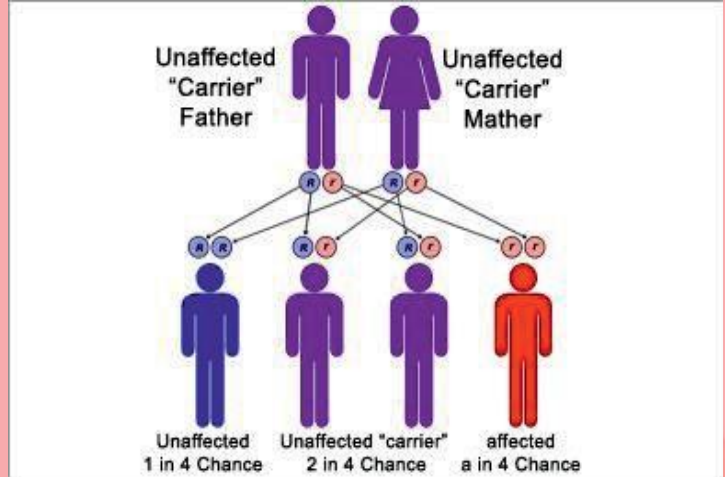


മൊഡ്യൂൾ ഭാഗം- 6
അറിവാൾ രോഗമുള്ള നവജാത
ശിശുവിന്റെ പരിചരണം



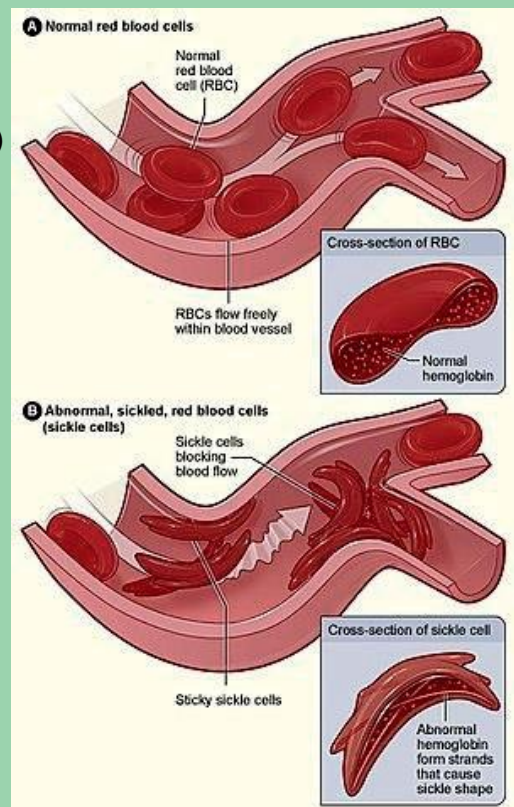
അരിവാൾ രോഗത്തിന്റെ കാരണം എന്ത്?

- അരിവാൾ രോഗ ബാധിതരായവരോ, അരിവാൾ രോഗ കോശ വാഹകരായവരോ ആയ മാതാപിതാക്കളിൽ നിന്നുമാണ് മക്കൾക്ക് ഈ രോഗം ലഭിക്കുന്നത്.
- രോഗ ബാധിതരായ ആളുകളിൽ ജനിതക വ്യതിയാനം
- സംഭവിച്ചിട്ടുള്ളതിനാൽ ഇവരിൽ കാണുന്ന ഹീമോഗ്ലോബിൻ സാധാരണയിൽ നിന്നും വ്യത്യസ്തം ആയിരിക്കും.



അരിവാൾ രോഗ ലക്ഷണങ്ങൾ എന്തെല്ലാം?

- *അരിവാൾ രോഗ ബാധിതർ (എച്ച് ബി എസ് എസ്) വളരെ ചെറിയ പ്രായത്തിൽ തന്നെ രോഗലക്ഷണങ്ങൾ കാണിച്ചു തുടങ്ങും.
- *ഇത്തരം രോഗികളിൽ കൈകാലുകൾ, നെഞ്ച് എന്നിവിടങ്ങളിലെ ചെറിയ രക്തക്കുഴലുകളിൽ തടസ്സം ഉണ്ടാവുന്നു.
- *കൈകാലുകളിലെ നീർക്കെട്ട്, വിളർച്ച, ഇടയ്ക്കിടെ ഉണ്ടാകുന്ന പനി, തളർച്ച, ഇടക്കിടെ ഉണ്ടാകുന്ന അണുബാധ, വളർച്ചക്കുറവ്, തുടരെ തുടരെ ഉണ്ടാകുന്ന മഞ്ഞപിത്തം തുടങ്ങിയവയാണ് ഈ രോഗത്തിന്റെ ആദ്യ ലക്ഷണങ്ങൾ .



എന്താണ് അരിവാൾ രോഗ പ്രതിസന്ധി?

- അരിവാൾ രോഗ ബാധിതരായ മിക്ക കുട്ടികളും മുതിർന്നവരും നേരിടേണ്ടി വരുന്ന ഒരു പ്രതിസന്ധിയാണ് അസഹ്യമായ വേദന.
- ഈ കാലയളവിൽ ഇവരിൽ നാടുവിനും, കാലുകളിലും, നെഞ്ചിലും അതികഠിനമായ വേദന അനുഭവപ്പെടും



എന്താണ് ഈ വേദനയെ ഉത്തേജിപ്പിക്കുന്നത് ?

- കാലാവസ്ഥ വ്യതിയാനം, വയറിളക്കം, പനി, നിർജ്ജലീകരണം, അണുബാധ, മാനസിക സമ്മർദ്ദം, തളർച്ച etc.
- അസഹ്യമായ വേദനയോടൊപ്പം ശ്വാസ തടസ്സം , മനംപിരട്ടൽ എന്നിവയും കാണപ്പെടാം.
- ഇമേജ് center - അരിവാൾ രോഗത്തോടനുബന്ധിച്ചുള്ള വേദന
 1. കാലാവസ്ഥാ വ്യതിയാനം
 2. മാനസിക സമ്മർദ്ദം
 3. അണുബാധ
 4. നിർജ്ജലീകരണം
 5. തളർച്ച
 6. വിറയലോടു കൂടിയ പനി



കൈകളിലും കാലുകളിലും വേദനയോടു കൂടിയ നീർക്കെട്ട്



വിളർച്ച ബാധിച്ച കുട്ടിയുടെ കൈ

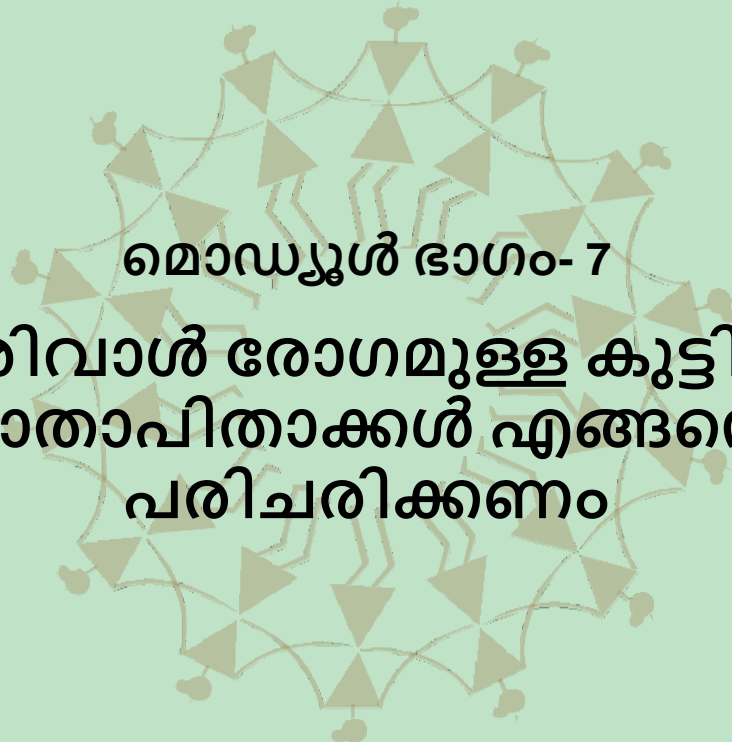



ആവർത്തിച്ച് വരുന്ന മഞ്ഞപ്പിത്ത അണുബാധ

കുഞ്ഞ് അരിവാൾ രോഗവുമായി ജനിച്ചാൽ എന്താണ് ചെയ്യേണ്ടത് ?

- കുഞ്ഞിന് അരിവാൾ രോഗ പ്രതിസന്ധിയും മറ്റു സങ്കീർണതകളും ഒഴിവാക്കുവാൻ പതിവായ വൈദ്യ പരിശോധന ആവശ്യമായി വരും.
- കുഞ്ഞിന് ജീവിതകാലമത്രയും ഹൈഡ്രോക്കിയൂറിയ ,പെനിസിലിൻ ,മറ്റു പ്രതിരോധ കുത്തിവെപ്പുകൾ തുടങ്ങിയ മരുന്നുകൾ അണുബാധ ഒഴിവാക്കുന്നതിനായി കഴിക്കേണ്ടി വരും.
- പ്രതിസന്ധി ഘട്ടങ്ങളിൽ രക്തം കയറ്റേണ്ടതായി വന്നേക്കാം.ചില അവസരങ്ങളിൽ രോഗിയുടെ രക്തം മാറ്റി ദാതാവിന്റെ രക്തം കയറ്റേണ്ടതായും വരും (എക്സ്ചേഞ്ച് ട്രാൻസ്ഫ്യൂഷൻ)
- പക്ഷാഘാതം,തീവ്രമായ വിളർച്ച,രക്തം കട്ട പിടിക്കൽ തുടങ്ങിയ ജീവൻ തന്നെ ഭീഷണിയായേക്കാവുന്ന സങ്കീർണതകളും കുഞ്ഞിനുണ്ടാകാം





മൊഡ്യൂൾ ഭാഗം- 7
അറിവാൾ രോഗമുള്ള കുട്ടിയെ
മാതാപിതാക്കൾ എങ്ങനെ
പരിചരിക്കണം



എൻ്റെ കുഞ്ഞിന് അരിവാൾ രോഗം ഉണ്ടാണെന്ന് എന്താണ് ചെയ്യേണ്ടത്?

- *അരിവാൾ രോഗം ഒരു ആജീവനാന്ത രോഗാവസ്ഥയാണ്
- *എന്നാൽ ഒരു ഡോക്ടറുടെ കീഴിലുള്ള കൃത്യമായ പരിചരണം കൊണ്ട് കുട്ടിയിലെ അസുഖത്തെ നിയന്ത്രണ വിധേയമാക്കാവുന്നതേയുള്ളൂ.
- *രോഗ ബാധിതരായ കുട്ടികൾക്ക് സാധാരണ ജീവിതം സാധ്യമാണ്.പഠനം പൂർത്തിയാക്കുവാനും,ജോലി നേടാനും,വിവാഹിതരാകുവാനും,കുഞ്ഞുങ്ങൾക്ക് ജന്മം നൽകാനും ഇവർക്കും സാധിക്കും.
- *ശരിയായ ചികിത്സാരീതികളിലൂടെ ആരോഗ്യ പൂർണ്ണമായ ഒരു ജീവിതം അവർക്കു നൽകുവാൻ നമുക്ക് സാധിക്കും.



എങ്ങനെയാണു അരിവാൾ രോഗമുള്ള കുഞ്ഞിനെ പരിചരിക്കേണ്ടത്?

- സാധാരണ കുഞ്ഞിനെ അപേക്ഷിച്ചു നിങ്ങളുടെ കുഞ്ഞിന് കൂടുതൽ കരുതലും പരിചരണവും ആവശ്യമാണ്
- താഴെ പറയുന്ന കാര്യങ്ങൾ ശ്രദ്ധിക്കുക.
 1. പ്രതിരോധ കുത്തിവെയ്പ്പുകൾ .
 2. കൃത്യമായ മരുന്നുകൾ
 3. *ഡോക്ടറെ പതിവായ ഇടവേളകളിൽ സന്ദർശിക്കുക
 4. പ്രതിസന്ധി/ സങ്കീർണ്ണതകൾ ഉണ്ടാകുമ്പോൾ ഉടനെ തന്നെ വൈദ്യ സഹായം തേടുക
 5. രോഗം പൂർണ്ണമായി ചികിത്സിച്ചു ഭേദം ആക്കാനുള്ള സാധ്യതയെക്കുറിച്ചു അന്വേഷിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുക



ഏതൊക്കെ രോഗ പ്രതിരോധ കുത്തിവെപ്പുകളാണ് അറിവാൾ രോഗമുള്ള ആളുകൾക്ക് നൽകേണ്ടത്?

- ഭാരത സർക്കാരിന്റെ പ്രതിരോധ മരുന്ന് പദ്ധതിയിൽ ഉൾപ്പെട്ട എല്ലാ മരുന്നുകളും
- അതിനു പുറമെ
- *മെനിഞ്ചോക്കോക്കൽ പ്രതിരോധ മരുന്ന്
- *ന്യൂമോകോക്കൽ പ്രതിരോധ മരുന്നുകൾ - കോഞ്ചുഗേറ്റ് + പോളി സാക്കറൈഡ്
- *എച്ച് ഇൻഫ്ലുവെൻസ ബി പ്രതിരോധ മരുന്ന്
- *ഹെപ്പറ്റൈറ്റിസ് ബി പ്രതിരോധ മരുന്ന്, ടൈഫോയ്ഡ് പ്രതിരോധ മരുന്ന് എന്നിവ എടുക്കുന്നത് അഭികാമ്യമാണ്
- *പ്രായത്തിനനുസരിച്ചുള്ള കോവിഡ് കുത്തിവെയ്പ്പ്
- *വർഷം വർഷം എടുക്കേണ്ട ഇൻഫ്ലുവെൻസാ പ്രതിരോധ കുത്തിവെയ്പ്പുകൾ

46

ഏതു രോഗ പ്രതിരോധ കുത്തിവെയ്പ്പ് ചികത്സാ പട്ടികയാണ് പിന്തുടരേണ്ടത് ?

ഡി പി റി ബൂസ്റ്റർ -1	16-24 മാസം
മീസിൽസ് / എം ആർ രണ്ടാമത്തെ ഡോസ്	16-24 മാസം
ഓ പി വി ബൂസ്റ്റർ	16-24 മാസം
ജെ ഇ -2	16-24 മാസം
വിറ്റാമിൻ എ *** (രണ്ടു മുതൽ ഒൻപതാമത്തെ ഡോസ് വരെ)	16-18 മാസം. (പിന്നീട് എല്ലാ ആറുമാസത്തിലും ഒരു ഡോസു വീതം അഞ്ചു വയസ്സുവരെ)
ഡി പി റി ബൂസ്റ്റർ -2	5-6 വയസ്സ്
ടി ടി	10 വയസ്സിലും 16 വയസ്സിലും

ദേശീയ പദ്ധതി അനുസരിച്ചുള്ള മറ്റു പ്രതിരോധ കുത്തി വായ്പകളും എടുക്കേണ്ടതാണ്

അരിവാൾ രോഗികൾക്ക് ആവശ്യമായ പോഷകങ്ങൾ

അരിവാൾ രോഗികൾക്ക് ആവശ്യമായ പോഷകങ്ങൾ

എന്ത് കഴിക്കാം

1. സിങ്ക് അടങ്ങിയ ആഹാരങ്ങൾ മുട്ട, കോഴി ഇറച്ചി, മീൻ, ജീരകം, ഉലുവ, ഏലക്കായ, ഗ്രാമ്പൂ, കറിവേപ്പില,

2. വിറ്റാമിൻ എ അടങ്ങിയ പച്ചക്കറികളും പഴങ്ങളും പടവലങ്ങ, ബീൻസ്, ചീര, മുളളൻ, ചീര, മുളളങ്കി, തക്കാളി, ചോളം, മുരിങ്ങയില, മാങ്ങ, പപ്പായ, തണ്ണിമത്തൻ, ഇൗത്തപ്പഴം

3. പ്രോട്ടീൻ അടങ്ങിയ ആഹാരങ്ങൾ ചുവന്ന പരിപ്പ്, കറുത്ത കടല, ചെറുപയർ, ഉഴുന്ന്, മറ്റു പയർ വർഗ്ഗങ്ങൾ, പാലും പാലുല്പന്നങ്ങളും

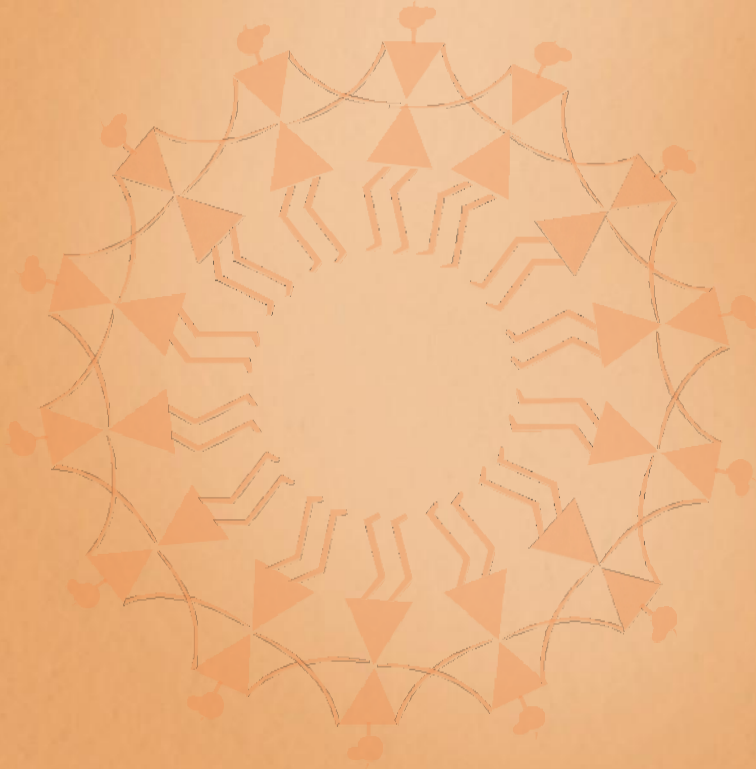
4. ധാരാളമായി വെള്ളം കുടിക്കുക

ഒഴിവാക്കേണ്ട

1. സോഡിയം ധാരാളം അടങ്ങിയിട്ടുള്ള ആഹാരങ്ങൾ പായ്ക്കറ്റിലുള്ള ആഹാര സാധനങ്ങൾ.







सत्यमेव जयते

ഭാരത സർക്കാർ

**കേന്ദ്ര ഗോത്രകാര്യ വകുപ്പ് മന്ത്രാലയം & കേന്ദ്ര ആരോഗ്യ കുടുംബക്ഷേമ
വകുപ്പ് മന്ത്രാലയം**

