



सत्यमेव जयते

ഭാരത സർക്കാർ

ഗോത്രകാര്യ മന്ത്രാലയം & ആരോഗ്യ കുടുംബക്ഷേമ മന്ത്രാലയം

അരിവാൾ രോഗം കൗൺസിലിംഗ് മൊഡ്യൂൾ

അരിവാൾ രോഗ വിമുക്ത ഭാരതത്തിനായി





सत्यमेव जयते

ഭാരത സർക്കാർ

ഗോത്രകാര്യ മന്ത്രാലയം & ആരോഗ്യ കുടുംബക്ഷേമ മന്ത്രാലയം

അരിവാൾ രോഗം ബോധവൽക്കരണ മൊഡ്യൂൾ

അരിവാൾ രോഗ വിമുക്ത ഭാരതത്തിനായി



ലേഖകർ

1. ഡോ. ദീപ്തി ജെയിൻ, മൂൻ പ്രൊഫസർ & എച്ച്ഒഡി പീഡിയാട്രിക്സ്, ജിഎംസി മെഡിക്കൽ കോളേജ്, നാഗ്പൂർ, മഹാരാഷ്ട്ര,നിലവിലെ മഹാൻ ട്രസ്റ്റ് മെൽഫട്ട് ഡയറക്ടർ (ചെയർപേഴ്സൺ)
2. ഡോ. അപരൂപ് ദാസ്, ഡയറക്ടർ, സയന്റിസ്റ്റ് 'ജി' & ഡയറക്ടർ, ഐസിഎംആർ നാഷണൽ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് റിസർച്ച് ഇൻ ട്രൈബൽ ഹെൽത്ത്, ജബൽപൂർ, എം.പി.
3. ഡോ. അനിൽ കുമാർ, അഡീഷണൽ ഉപഘ, ഉപഘട, റീഐഎണ, ന്യൂഡൽഹി
4. ഡോ. ദാനു ദുഗ്ഗൽ, ഹൃദ്രോഗ വകുപ്പ് മേധാവി , എയിംസ് ഗുജറാത്ത്, നിതി ആയോഗ് ഉപദേഷ്ടാവ് , ന്യൂഡൽഹി
5. ഡോ. തുലിക സേത്ത് പ്രൊഫസർ, ഹൈമറ്റോളജി വിഭാഗം, എയിംസ്, ന്യൂഡൽഹി
6. ഡോ. അനൂപം സർവേ, ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് പീഡിയാട്രിക് ഹൈമറ്റോളജി ഓക്സാഫോർഡ് ആൻഡ് BMT ഡയറക്ടർ, SGRH, ന്യൂഡൽഹി
7. ഡോ. നിത രാധാകൃഷ്ണ, പീഡിയാട്രിക് ഹൈമറ്റോളജി ഓക്സാഫോർഡ് അസോസിയേറ്റ് പ്രൊഫസറും ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റ് മേധാവിയും , ജെഎഫ്ഐ നോയിഡ, (ഡ.ജ.)
8. ഡോ. ജ്യോതി റാവത്ത്, അഡീഷണൽ കമ്മീഷണർ, ആരോഗ്യ കുടുംബക്ഷേമ മന്ത്രാലയം ന്യൂഡൽഹി
9. ഡോ. എം. എ. ബാലസുബ്രഹ്മണ്യം, ഇജ/ഇജഇഇ ചടങ്ങുള്ള ഉപദേഷ്ടാവ് , ആരോഗ്യ കുടുംബ ക്ഷേമ മന്ത്രാലയം,ന്യൂഡൽഹി
10. ഡോ. യസ്ദി ഇറ്റാലിയ, ഗോഎൻജിഒ സിക്നിൽ സെൽ അനീമിയ കൺട്രോൾ പ്രോഗ്രാം മൂൻ 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, ദാരത്ത് ആരോഗ്യഗ്യാൻ മന്ദിർ, ജാർഖണ്ഡ്
13. ശ്രീമതി രേഖ ജെയിൻ, സഖീ ഹെൽത്ത് & എഡ്യൂക്കേഷൻ വെൽഫെയർ സൊസൈറ്റി, ഫരിദാബാദ്, ഹരിയാന

14. ഡോ. വിജി രഘുവാനി, ശിശുരോഗ വിദഗ്ദ്ധൻ, രുഗ്യാനി ചൈൽഡ് കെയർ സെന്റർ
ആൻഡ് ഹോസ്പിറ്റൽ ജരിപത്ക, നാഗ്പൂർ, (മഹാരാഷ്ട്ര)
15. ശ്രീമതി ശോഭ തുലി, തലാസ്സമെക്സ് ഇന്ത്യ സെക്രട്ടറി , ന്യൂഡൽഹി
16. ഡോ. സുനിത ബിജാർണിയ, ജനിതകശാസ്ത്ര വിദഗ്ദ്ധം, സർ ഗനഗ റാം
ഹോസ്പിറ്റൽ, ന്യൂഡൽഹി
17. ഡോ. ജ്യോതി കോട്ടാൾ, ഹൈമറ്റോളജി എസ്.ജി.ആർ.എച്ച്, പ്രൊഫസർ, വകുപ്പ്
മേധാവി, ന്യൂ ഡൽഹി
18. ഡോ. അമിതാഭ് സിംഗ്, അസോസിയേറ്റ് പ്രൊഫസർ പീഡിയാട്രിക്സ്, സഫ്ദർജംഗ്,
ഹോസ്പിറ്റൽ, ന്യൂഡൽഹി
19. ഡോ. മാനസ് കൽറ, പീഡിയാട്രിക് ഹൈമറ്റോളജി ഓങ്കോളജി ആൻഡ് ബിഎംടി,
എസ്ജിആർഎച്ച്, ന്യൂഡൽഹി
20. ഡോ. അലക്സാണ്ടർ, , ഗ്ലോബൽ ഹെൽത്ത് ഫൗണ്ടേഷൻ മെഡിക്കൽ
ഡോക്ടർ & ക്രിയേറ്റീവ് ഡയറക്ടർ , യു.കെ
21. വിനിത ശ്രീവാസ്തവ, ആരോഗ്യ ഉപദേഷ്ടാവ്, ഗോത്രകാര്യ മന്ത്രാലയം,
ന്യൂഡൽഹി (മെമ്പർ സെക്രട്ടറി)

ആമുഖം

2047ഓടെ ഭാരതത്തിൽ നിന്നും അരിവാൾ രോഗം നിർമ്മാർജ്ജനം ചെയ്യുന്നതിനായി.. 2023ലെ കേന്ദ്ര ബഡ്ജറ്റിൽ ഒരു പ്രഖ്യാപനം അടങ്ങിയിരുന്നു.'2047ഓടെ ഭാരതത്തിൽ നിന്നും അരിവാൾ രോഗം നിർമ്മാർജ്ജനം 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 സർക്കാരുകളുടെയും 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 വെബിനാറിൽ 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 നിർമ്മാർജ്ജന യജ്ഞത്തിനാവശ്യമായ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക് മാർഗനിർദ്ദേശങ്ങൾ നൽകുകയാണ് ഈ കമ്മിറ്റിയുടെ പ്രധാന ചുമതല ആരോഗ്യവും രോഗങ്ങളുമായി ബന്ധപ്പെട്ടു വിവിധ സമുദായങ്ങളിൽ വ്യത്യസ്ത വിഭാഗങ്ങളും, 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,ഗ്രാമ പഞ്ചായത്തുകൾ തുടങ്ങിയവയെയാണ്.എന്നാൽ കൗൺസിലിംഗ് മോഡ്യൂൾ ലക്ഷ്യമാക്കുന്നത് ഒരു ന്യൂന പക്ഷത്താണ് അതായത് അരിവാൾ രോഗ ബാധിതർ ,നേരിട്ടോ അല്ലാതെയോ രോഗിയെ പരിചരിക്കുന്നവർ (മാതാപിതാക്കൾ,ബന്ധുക്കൾ, അധ്യാപകർ,സഹപ്രവർത്തകർ,ആരോഗ്യ പ്രവർത്തകർ) എന്നിവരെയാണ്. വളരെ ചുരുങ്ങിയ സമയംകൊണ്ട് ഇത്തരത്തിൽ ആശയ സമ്പുഷ്ടമായ മോഡ്യൂളുകൾ തയ്യാറാക്കി നൽകിയ ഈ സമിതിയുടെ അധ്യക്ഷനും അംഗങ്ങൾക്കും മറ്റു വിദഗ്ധർക്കും കേന്ദ്ര ഗോത്രകാര്യ വകുപ്പ് മന്ത്രാലയത്തിന്റെ ഹൃദയം നിറഞ്ഞ നന്ദി രേഖപ്പെടുത്തുന്നു. കൂടാതെ ഈ മോഡ്യൂളുകളുടെ സൂക്ഷ്മ പരിശോധനയിലും, വിവർത്തനത്തിലും, അന്തിമ വൽക്കരണത്തിലും സഹകരിച്ച കേന്ദ്ര ആരോഗ്യ കുടുംബ ക്ഷേമ വകുപ്പ് മന്ത്രാലയത്തിനും ഇത്തരൂണത്തിൽ നന്ദി അറിയിക്കുന്നു.2047 ഓട് കൂടി അരിവാൾ രോഗ വിമുക്ത ഭാരതം വിഭാവനം ചെയ്യുന്ന ദൗത്യം സാക്ഷാത്കരിക്കുന്നതിൽ ഈ മോഡ്യൂളുകൾ പ്രയോജനപ്പെടുമെന്ന് ആത്മാർത്ഥമായി പ്രത്യാശിക്കുന്നു



ഉള്ളടക്കം

1. മൊഡ്യൂൾ ഭാഗം 1 1316
 - * അരിവാൾ രോഗ പരിശോധനാപൂർവ്വ കൗൺസിലിംഗ്
2. മൊഡ്യൂൾ ഭാഗം 2 1925
 - * അരിവാൾ രോഗപരിശോധനാനന്തര കൗൺസിലിംഗ്
- 3 .മൊഡ്യൂൾ ഭാഗം 3 25
 - * അരിവാൾ കോശ സ്വഭാവമുള്ള സ്ട്രീക്കാവശ്യമായ ഗർഭകാല പരിചരണങ്ങൾ
- 4.മൊഡ്യൂൾ ഭാഗം 4 2931
 - * അരിവാൾ കോശ രോഗമുള്ള സ്ത്രീയുടെ ഗർഭകാല പരിചരണങ്ങൾ
- 5 .മൊഡ്യൂൾ ഭാഗം 5 35
 - * അരിവാൾ കോശ സ്വഭാവമുള്ള നവജാത ശിശുവിന്റെ പരിചരണം
6. മൊഡ്യൂൾ ഭാഗം 6 3941
 - * അരിവാൾ രോഗമുള്ള നവജാത ശിശുവിന്റെ പരിചരണം
7. മൊഡ്യൂൾ ഭാഗം 7 4548
 - * അരിവാൾ രോഗമുള്ള കുട്ടിയെ മാതാപിതാക്കൾ എങ്ങനെ പരിചരിക്കണം

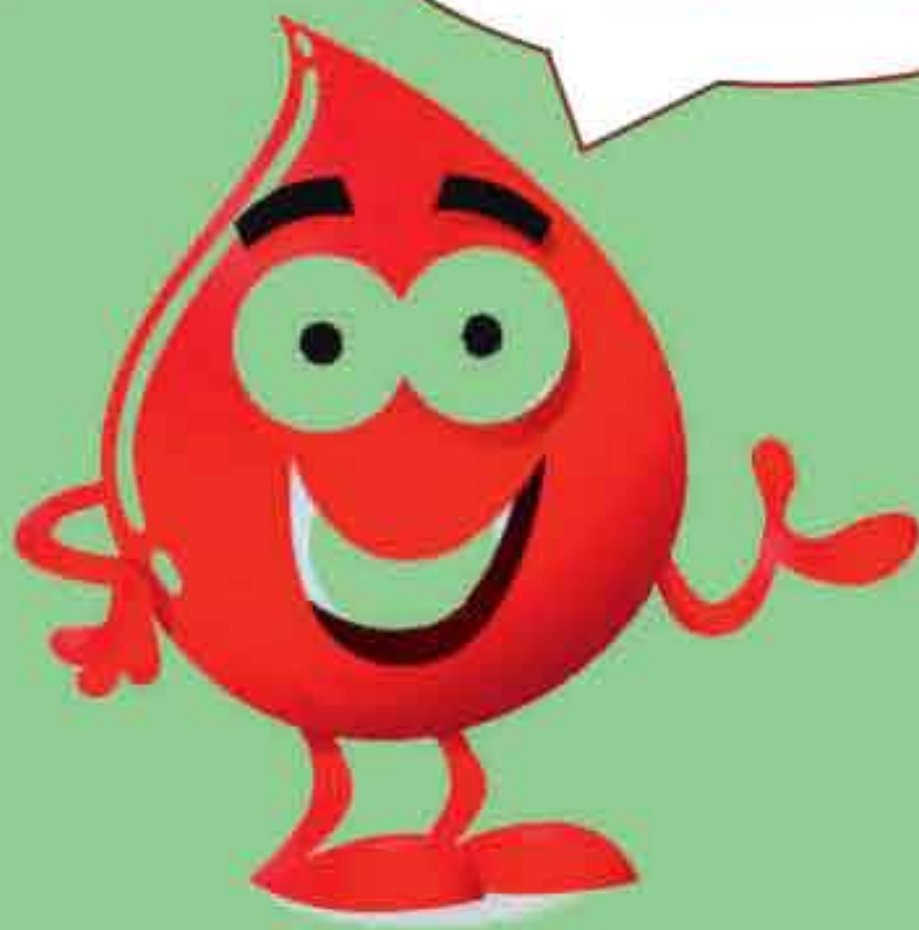


മൊഡ്യൂൾ ഭാഗം 1

അരിവാൾ രോഗ പരിശോധനാപുസ്തകം കൗൺസിലിംഗ്

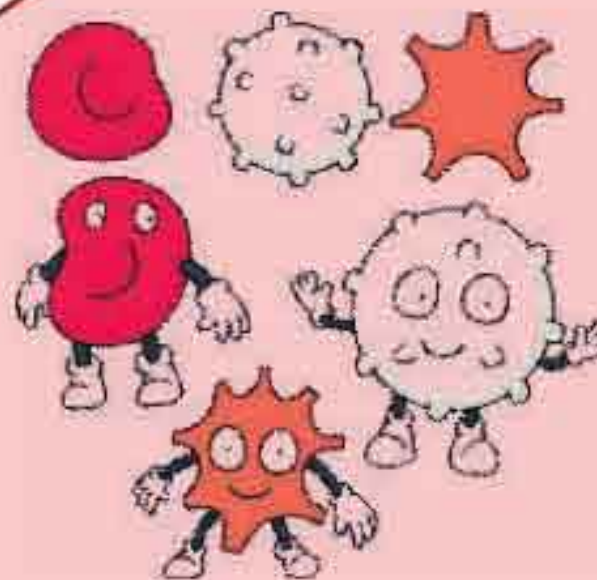
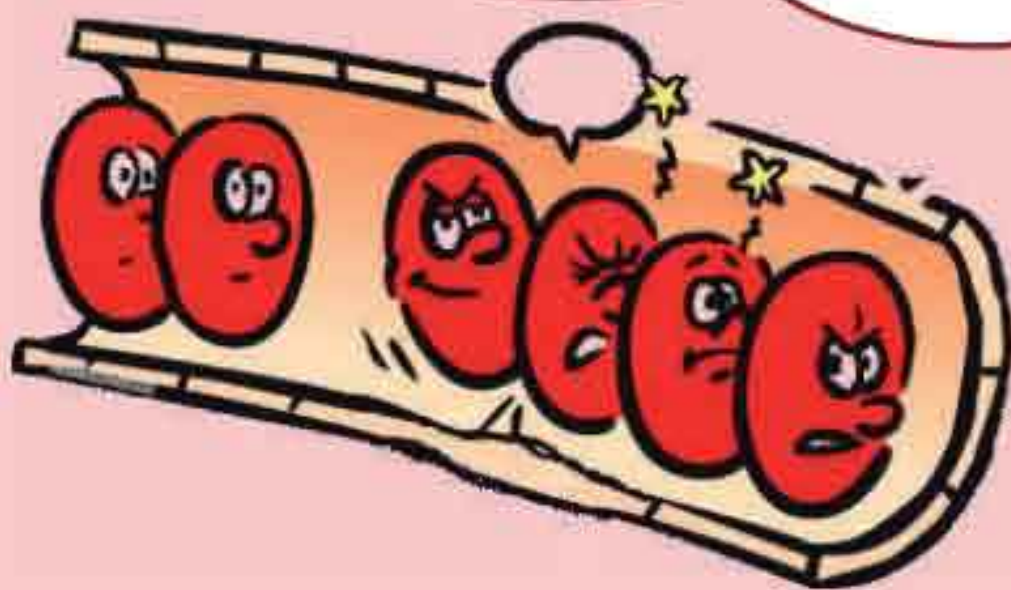


ഹായ്.. ഞാനാണ് രക്തം..
ഞാൻ നിങ്ങളുടെ കുട്ടുകാരനാണ്.
ഞാൻ നിങ്ങളുടെ ഉള്ളിലാണ്
ജീവിക്കുന്നത്



എന്താണ് രക്തം?

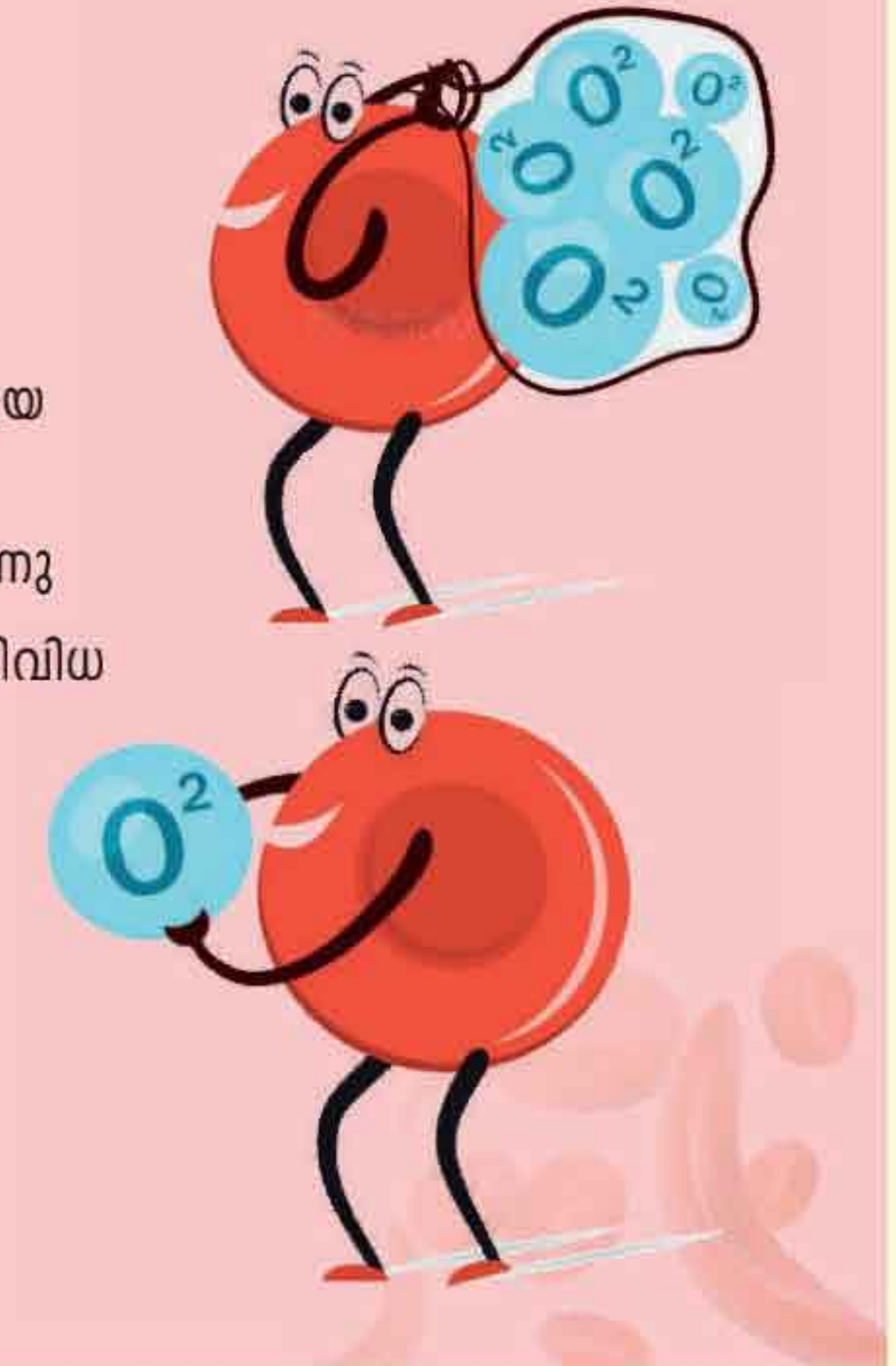
നിങ്ങൾക്കിന്നുവരെ പരിചേൽക്കുകയോ
തൊലിപ്പുറത്തു മുറിവുണ്ടാവുകയോ ചെയ്തിട്ടുണ്ടോ?
ഒരു ചുവന്ന ദ്രാവകം മുറിവിൽ നിന്നൊഴുകുന്നത്
നിങ്ങൾ കണ്ടിട്ടുണ്ടോ? ഈ ചുവന്ന
ദ്രാവകത്തിന്റെ പേരാണ് രക്തം.



രക്തത്തിലുള്ള കോശങ്ങൾ

രക്തത്തിൽ മൂന്നു തരം കോശങ്ങൾ ഉണ്ട്

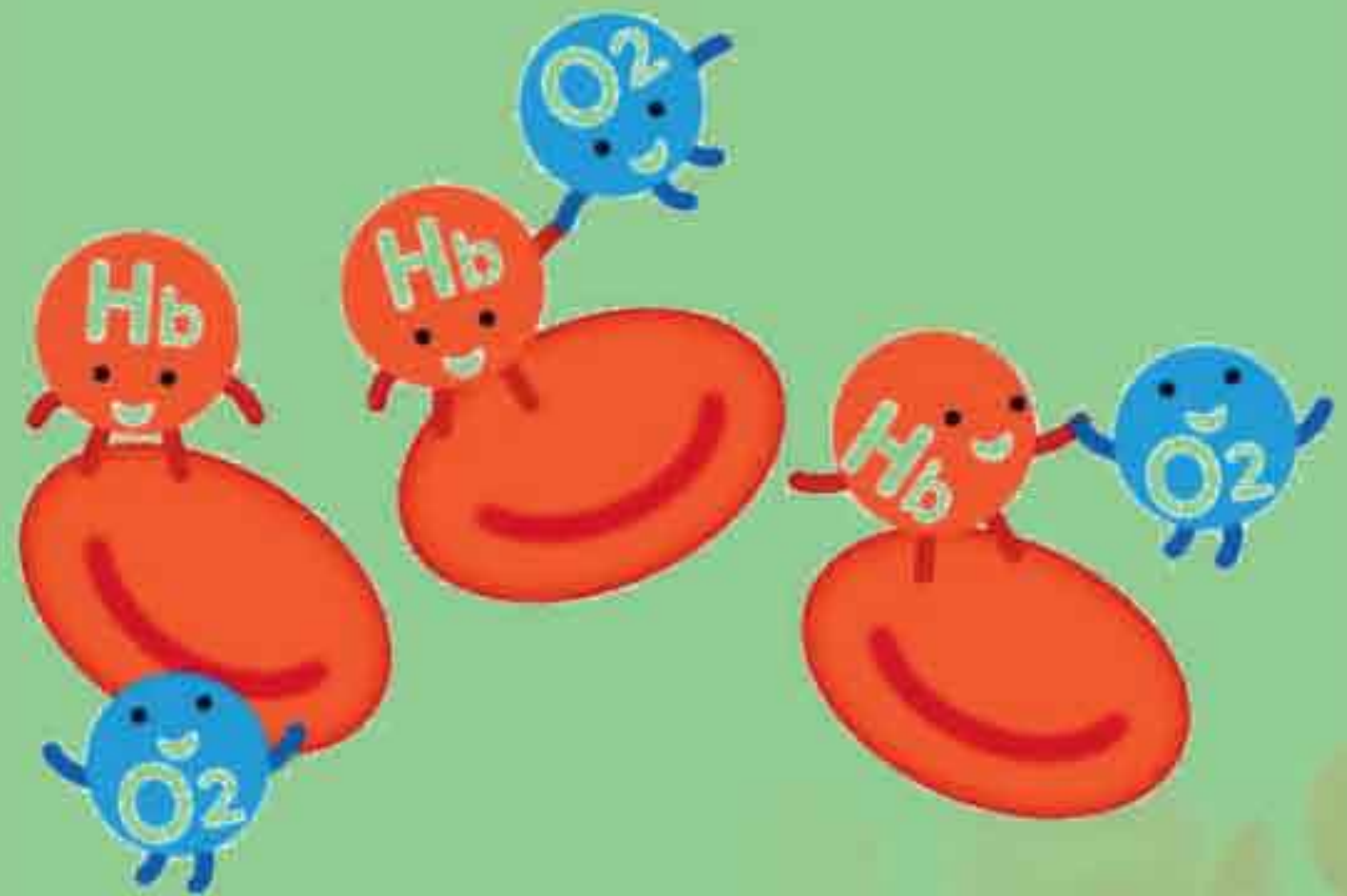
- ശ്വേത രക്താണുക്കൾ; ബാക്ടീരിയ , വൈറസ് മുതലായ സൂക്ഷ്മ ശത്രുക്കളെ ചെറുക്കൻ സഹായിക്കുന്നു
- പ്ലേറ്റ്ലറ്റ്സ്; രക്തസ്തോമം നിർമ്മാൻ സഹായിക്കുന്നു
- അരുണ (ചുവന്ന) രക്താണുക്കൾ; ശരീരത്തിലെ വിവിധ ഭാഗങ്ങളിൽ ഓക്സിജൻ എത്തിക്കുന്നു



ഞാൻ അരുണ രക്താണു

അരുണ രക്താണു

എന്റെ ഉള്ളിൽ കുറെ കുഞ്ഞു കുട്ടുകാരുണ്ട്. അവയുടെ പേരാണ് ഹീമോ ഗ്ലോബിൻ. അവ ശരീരത്തിന്റെ എല്ലാ ഭാഗത്തേക്കും ഓക്സിജൻ എത്തിക്കുന്നു.



എന്താണ് അരിവാൾ കോശങ്ങൾ (സിക്കിൾ സെൽ) ?

ചിലപ്പോൾ എനിലുള്ള എന്റെ കുട്ടുകാരൻ ഹീമോ ഗ്ലോബിൻ രൂപമാറ്റം സംഭവിക്കുകയും അങ്ങനെ എന്റെ സ്വാഭാവിക രൂപം മാറി നീണ്ടു അരിവാൾ പോലെ ആവുകയും ചെയ്യുന്നു. അപ്പോൾ എന്തെ വിളിക്കുന്ന പേരാണ് അരിവാൾ കോശം.



നീണ്ടു അരിവാൾ പോലെ ആയ എനിക്ക് ആവശ്യത്തിന് ഓക്സിജൻ വഹിക്കാൻ പറ്റാതാവുന്നു.

അരിവാൾ രോഗം!!!

ഇത് ദോഷകരം ആണോ? ഞാൻ പേടിക്കേണ്ടതുണ്ടോ? വേണ്ട ...പേടിക്കേണ്ട. പക്ഷെ ഈ രോഗം എന്താണ് എന്ന് നിങ്ങൾ അറിഞ്ഞിരിക്കണം... അറിഞ്ഞിരിക്കുന്നത് ശാക്തീകരിക്കപ്പെടുന്നതിനു തുല്യമാണ്.



അരിവാൾ രോഗം പാരമ്പര്യമായി ലഭിക്കുന്നതാണ്.



ആദ്യമേ ഒരു കാര്യം പറയട്ടെ അരിവാൾ കോശ രോഗം രണ്ടു തരത്തിലാണ് അരിവാൾ രോഗം അല്ലെങ്കിൽ അരിവാൾ രോഗ കോശ ലക്ഷണ വാഹകർ അരിവാൾ രോഗ കോശ ലക്ഷണ വാഹകർ പ്രധാനമായും രോഗലക്ഷണങ്ങൾ കാണിക്കാത്തവരും ചികിത്സ ആവശ്യം ഇല്ലാത്തവരും ആണ്. എന്നാൽ അരിവാൾ രോഗത്തിന് പലവിധ സങ്കീർണതകൾ ഉണ്ട്.

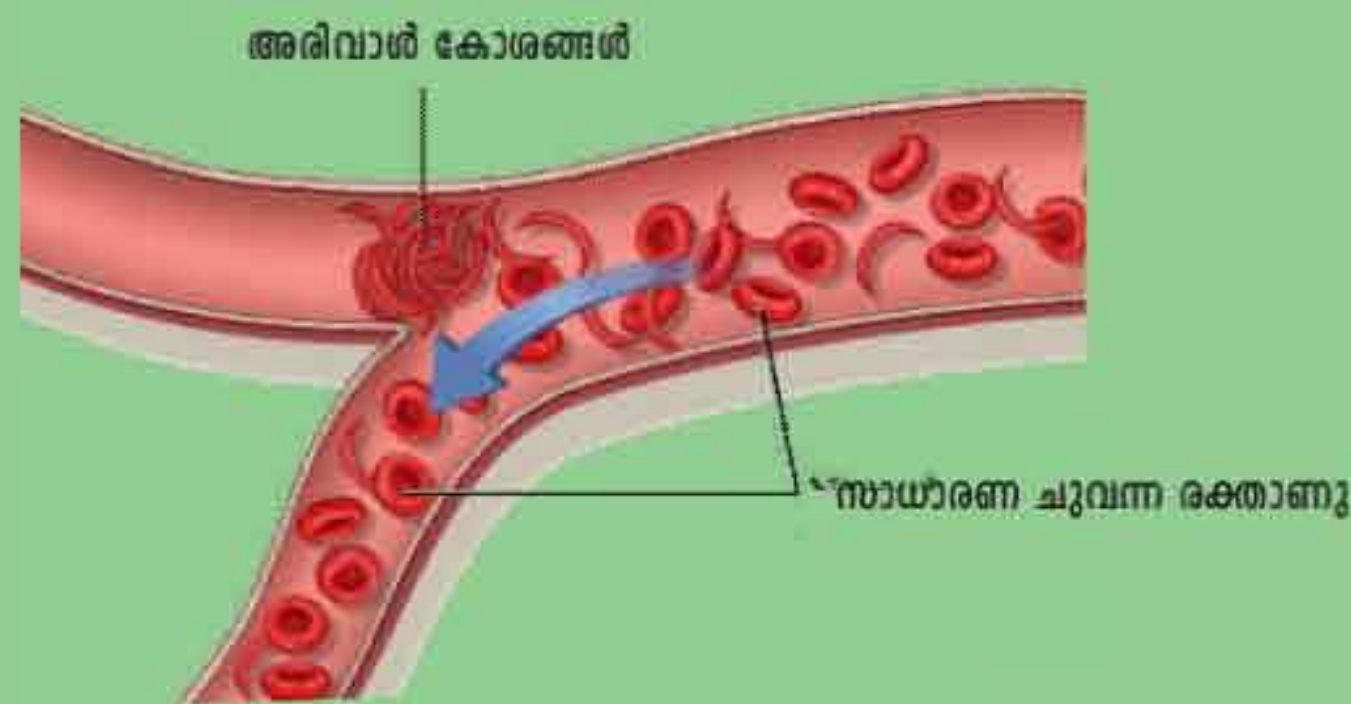
അരുണ രക്താണുക്കളുടെ ഘടനയിലും പ്രവർത്തനത്തിലുമുള്ള മാറ്റങ്ങൾ



- ✓ അരിവാൾ രോഗമുള്ളവരിൽ അരുണ രക്താണുക്കളുടെ ആയുസ്സ് സാധാരണയുള്ള 120 ദിവസത്തിൽ നിന്ന് വ്യത്യസ്തമായി 30 മുതൽ 40 ദിവസം വരെ ആണ്
- ✓ കോശ നാശ നിരക്ക് കൂടുതൽ ആയിരിക്കും

ഇറ്റാലിയ ഏറ് അൽ - സിക്കിൾ സെൽ അനീമിയ, 2023*

അരിവാൾ രോഗം കൊണ്ട് ശരീരത്തിലുണ്ടാകുന്ന വ്യതിയാനങ്ങൾ



- അരിവാൾ കോശങ്ങൾ കടുപ്പമേറിയതാണ്
- കട്ടി കൂടിയ പ്രകൃതവും അസാധാരണമായ രൂപവും ചെറിയ രക്തക്കുഴലുകളിലൂടെ സഞ്ചരിക്കാനുള്ള ഈ കോശങ്ങളുടെ കഴിവ് കുറയുന്നു. കൂടാതെ വലിയ രക്തക്കുഴലുകളിൽ ഇവ അടിഞ്ഞു കൂടി പ്രതിബന്ധം സൃഷ്ടിക്കുന്നു
- അവയവങ്ങളിലേക്കുള്ള രക്ത പ്രവാഹം ഇത്തരത്തിൽ തടയപ്പെടുന്നത് താല്കാലികമായോ സ്ഥിരമായോ അവയുടെ പ്രവർത്തനത്തെ തകരാറിലാക്കുന്നു

ഇറ്റാലിയ ഏറ് അൽ - സിക്കിൾ സെൽ അനീമിയ, 2023*

അരിവാൾ രോഗ ലക്ഷണങ്ങൾ



വിളർച്ച
തുടരെ തുടരെ ഉള്ള അണുബാധകൾ / രോഗങ്ങൾ

തളർച്ച
നെഞ്ച് വേദന

കുറഞ്ഞ രോഗ പ്രതിരോധ ശേഷി

സന്ധി വേദന



പനി
കണ്ണിന്റെ മഞ്ഞ നിറം

ശ്വാസ തടസ്സം

നടുവേദന

വയറുവേദന

നീർക്കെട്ട്

വികസിക്കുന്ന പ്ലീഹ

അരിവാൾ രോഗം പല തരത്തിലുള്ള ആരോഗ്യ പ്രശ്നങ്ങൾക്ക് കാരണമാകുന്നു

വിളർച്ച: അരിവാൾ കോശങ്ങളുടെ ആയുസ്സ് സാധാരണ ചുവന്ന രക്താണുക്കളെ അപേക്ഷിച്ചു കുറവാണ്. അതിനാൽ തന്നെ ഇവ നശിക്കുന്ന തോതിൽ പുതിയ ചുവന്ന രക്താണുക്കളെ നിർമ്മിക്കാൻ ശരീരത്തിന് കഴിയാതെ വരുന്നു. ചുവന്ന രക്താണുക്കളുടെ എണ്ണം കുറയുന്നതിനാൽ അവയവങ്ങളുടെയും കോശങ്ങളുടെയും സാധാരണ നിലയിലുള്ള പ്രവർത്തനത്തിനാവശ്യമായ ഓക്സിജൻ ലഭിക്കാതെ വരുന്നു.

ശരീര വേദന: ചന്ദ്രക്കലയുടെ ആകൃതിയിലുള്ള കോശങ്ങൾ ചെറിയ രക്തക്കുഴലുകളിൽ അടിഞ്ഞു കൂടുന്നതിനാൽ കോശങ്ങളിലേക്കുള്ള രക്തത്തിന്റെയും ഓക്സിജന്റെയും ഒഴുക്ക് തടസ്സപ്പെടുകയും വേദനയ്ക്ക് കാരണമാവുകയും ചെയ്യുന്നു.

അണുബാധകൾ: വക്രവും ഒട്ടിപ്പിടിക്കാൻ ശേഷിയുള്ളതുമായ അരിവാൾ കോശങ്ങൾ പ്ലീഹയിൽ അടിഞ്ഞുകൂടുകയും രോഗാണുക്കളെ നശിപ്പിക്കാനുള്ള പ്ലീഹയുടെ ശേഷിയെ ബാധിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

അവയവങ്ങളുടെ കേടുപാടുകൾ: നീണ്ട വർഷങ്ങളായി ഓക്സിജൻ ലഭ്യതയിൽ കുറവ് സംഭവിക്കുമ്പോൾ ശരീരത്തിലെ വിവിധ അവയവങ്ങളുടെയും കോശങ്ങളുടെയും പ്രവർത്തനക്ഷമത കുറയുകയും അവയ്ക്കു കേടുപാടുകൾ സംഭവിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

ഗർഭകാലത്തെ സങ്കീർണതകൾ: അരിവാൾ രോഗ ബാധിതയായ സ്ത്രീക്ക് ആരോഗ്യമുള്ള കുഞ്ഞുണ്ടാവാം. എന്നാൽ അപകട സാധ്യതകൾ ഏറെയാണ്. ഹൈപ്പർ ടെൻഷൻ (പ്രീക്ലാമ്പ്സിയ ഉയർന്ന രക്ത സമ്മർദ്ദം മൂലം കരൾ, വൃക്ക തുടങ്ങിയ അവയവങ്ങൾ തകരാറിലാകുന്ന അവസ്ഥ), സിരകളിൽ രക്തം കട്ട പിടിക്കൽ, മാസം തികയും മുൻപുള്ള പ്രസവം, ഭ്രൂണ നഷ്ടം എന്നിവ സംഭവിക്കാം. അതിനാൽ തന്നെ അമ്മയുടെയും ഗർഭസ്ഥ ശിശുവിന്റേയും ആരോഗ്യ നില സൂക്ഷ്മമായും ക്രമമായും വിലയിരുത്തേണ്ടതാണ്. ഗർഭകാല പരിചരണവും അത്യന്താപേക്ഷിതമാണ്.



അരിവാൾ രോഗ കോശമുള്ളവരും അരിവാൾ രോഗ സ്വഭാവമുള്ള കോശങ്ങൾ ഉള്ളവരും തമ്മിലുള്ള വ്യത്യാസങ്ങൾ എന്തെല്ലാം?

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 രോഗം ഉള്ള വ്യക്തിയിൽ

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

അരിവാൾ രോഗത്തെ കുറിച്ചറിഞ്ഞിരിക്കുന്നത് നിങ്ങളുടെ ആരോഗ്യ നില മെച്ചപ്പെടുത്തുന്നതിനും സങ്കീർണ്ണതകൾ ഒഴിവാക്കുന്നതിനും സഹായിക്കുന്നു

എല്ലാവരിലും പ്രകടമായ രോഗലക്ഷണങ്ങൾ കണ്ടു വരാത്തതിനാൽ സൂക്ഷ്മ പരിശോധനയിലൂടെ മാത്രമേ അരിവാൾ രോഗം ഉള്ളവരെയും അരിവാൾ രോഗ കോശ സ്വഭാവവാഹകരെയും കണ്ടെത്താൻ കഴിയൂ.

*
*
*

എനിക്ക് അരിവാൾ രോഗം ഉണ്ടെങ്കിലോ എന്റെ ശരീരത്തിൽ അരിവാൾ രോഗ സ്വഭാവമുള്ള കോശങ്ങൾ ഉണ്ടെങ്കിലോ ഞാൻ പേടിക്കേണ്ടതുണ്ടോ?

നിങ്ങൾക്ക് അരിവാൾ രോഗം ഉണ്ടെങ്കിലോ നിങ്ങളുടെ ശരീരത്തിൽ അരിവാൾ രോഗ സ്വഭാവമുള്ള കോശങ്ങൾ ഉണ്ടെങ്കിലോ പേടിക്കേണ്ട ആവശ്യം ഇല്ല.

നിങ്ങൾ രോഗ വാഹകരാണ് എങ്കിൽ

- നിങ്ങൾക്ക് സാധാരണ ആരോഗ്യകരമായ ജീവിതം നയിക്കാൻ കഴിയും.
- അരിവാൾ രോഗം ഉള്ളവരും / അരിവാൾ രോഗ വാഹകരും ആയി വിവാഹ ബന്ധത്തിൽ ഏർപ്പെടാതിരിക്കുക
- സമുദ്ര നിരപ്പിൽ നിന്ന് വളരെ ഉയർന്ന പ്രദേശങ്ങളിലേക്കുള്ള യാത്ര ഒഴിവാക്കുക

നിങ്ങൾ അരിവാൾ രോഗബാധിതനാണെങ്കിൽ

- ബന്ധ പെട്ട വിദഗ്ധരുടെ/മെഡിക്കൽ ഓഫീസറുടെ ഉപദേശം തേടുക
- നന്നായി വെള്ളം കുടിക്കുക
- മരുന്നുകൾ കൃത്യമായി കഴിക്കുക
- പോഷകങ്ങൾ അടങ്ങിയ സമീകൃതാഹാര രീതി ശീലമാക്കുക
- തീവ്രമായ പാരിസ്ഥിതിക ചുറ്റുപാടുകൾ ഒഴിവാക്കുക. ആരോഗ്യകരമായ ജീവിത ശൈലി പിന്തുടരുക
- സമുദ്ര നിരപ്പിൽ നിന്നും വളരെ ഉയർന്ന സ്ഥലങ്ങൾ സന്ദർശിക്കാതിരിക്കുക

സ്ഥിരമായി മരുന്നുകൾ കഴിച്ചുകൊണ്ടും, കൃത്യമായ ഇടവേളകളിൽ പരിശോധനയും ചികിത്സയും നടത്തുന്നത് വഴിയും അരിവാൾ രോഗമുള്ളവരിലെ ഗുരുതര പ്രശ്നങ്ങൾ നിയന്ത്രിക്കാൻ സാധിക്കും

അരിവാൾ രോഗത്തെ കുറിച്ച് ഞാൻ എന്ത് കൊണ്ട് അറിഞ്ഞിരിക്കണം?

- അരിവാൾ രോഗം/രോഗ സ്വഭാവം പാരമ്പര്യമായി ലഭിക്കുന്ന ഒന്നായതിനാൽ അതിനെക്കുറിച്ചു അറിഞ്ഞിരിക്കുന്നത് രോഗബാധ തടയുന്നതിന് സഹായിക്കും .



വ്യക്തികൾ രോഗികളോ രോഗ കോശ വാഹകരോ ആവാം.

ആരൊക്കെ അരിവാൾ രോഗത്തെ കുറിച്ച് അറിഞ്ഞിരിക്കണം?



അരിവാൾ രോഗ ബാധിതരും അവരെ ശുശ്രൂഷിക്കുന്ന കുടുംബാംഗങ്ങളും പ്രിയപ്പെട്ടവരും.

അരിവാൾ രോഗത്തെ കുറിച്ച് ഞാൻ എന്ത് കൊണ്ട് അറിഞ്ഞിരിക്കണം?



അരിവാൾ രോഗ കോശ വാഹകരായ ദമ്പതികളിൽ നിന്ന് രോഗ കാരണമായ ജീനുകൾ മക്കളിലേക്കു പകരാനുള്ള സാധ്യത അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ടതാണ്.

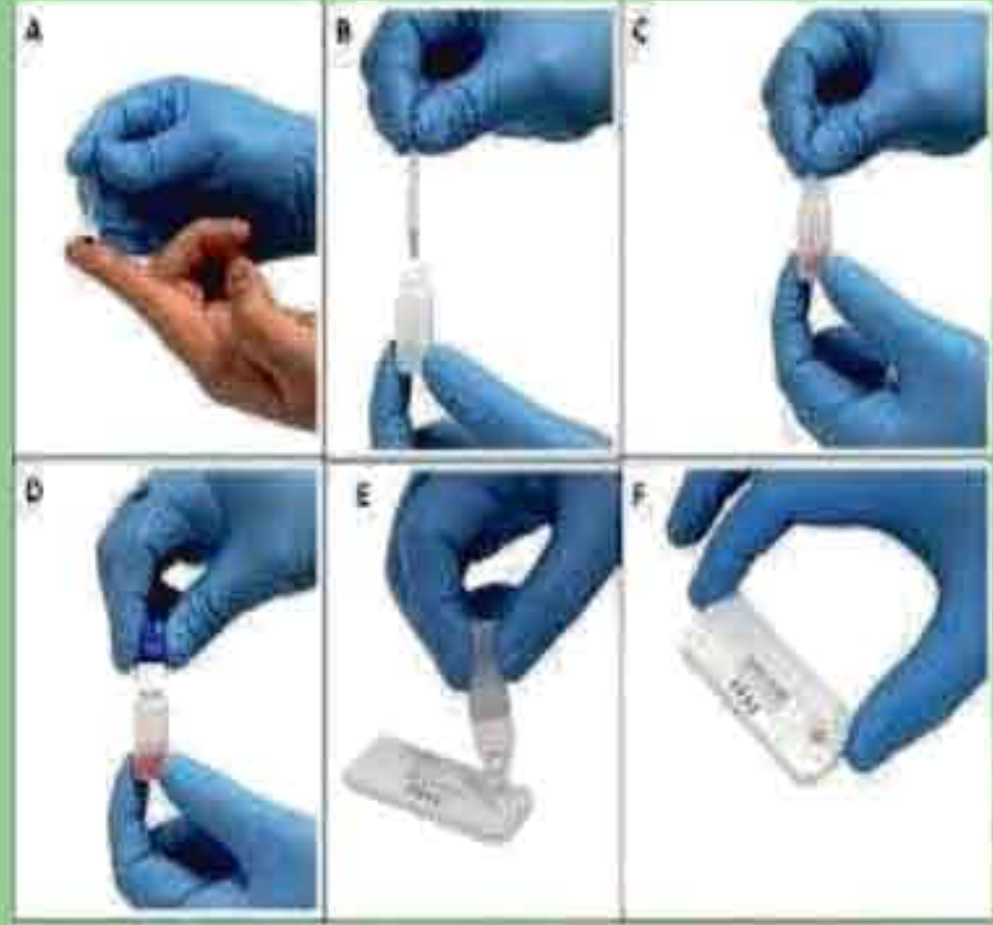


എങ്ങനെ പരിശോധിക്കാം ?

സൂക്ഷ്മ പരിശോധനയും രോഗ നിർണ്ണയവും

ലഭ്യമായ പോയിന്റ് ഓഫ് കെയർ ടെസ്റ്റുകൾ ഉപയോഗിച്ച് ഒരു തുള്ളി രക്തത്തിൽ നിന്ന് അരിവാൾ രോഗ നിർണ്ണയം സാധ്യമാണ്. രോഗ സ്ഥിരീകരണത്തിനുള്ള ഈ പരിശോധന AB-HWC, പൊതു ആരോഗ്യ കേന്ദ്രങ്ങൾ എന്നിവിടങ്ങളിൽ ലഭ്യമാണ്

അരുൺ രക്താണു സൂചികകളുടെ പ്രയോജന സാധ്യത വിലയിരുത്താനുള്ള പ്രത്യേക രക്ത പരിശോധന (ഒജ്-ലു, ഇലക്ട്രോഫോറസിസ്) നൂതന ആരോഗ്യ സേവനങ്ങൾ ലഭ്യമാക്കുന്ന ആരോഗ്യ കേന്ദ്രങ്ങളിൽ ലഭ്യമാണ്



തിരഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ട സംസ്ഥാനങ്ങളിലേയും ജില്ലകളിലേയും എല്ലാ നവജാത ശിശുക്കളിലും അരിവാൾ രോഗ നിർണ്ണയപരിശോധന നടത്തേണ്ടതാണ്

പരിശോധന എളുപ്പമാണ്

ഒരു ചെറിയ രക്ത സാമ്പിൾ ശേഖരിക്കുന്നു. രോഗബാധ കണ്ടെത്തിയ ശിശുക്കളിൽ സ്ഥിരീകരണത്തിനായി പരിശോധന വീണ്ടും നടത്തുന്നു.



മിക്ക രോഗ ബാധിത സംസ്ഥാനങ്ങളിലെ ആശുപത്രികളിലും അരിവാൾ രോഗ നിർണ്ണയ പദ്ധതി വഴി ജനന സമയത്തു തന്നെ ശിശുക്കളിൽ പരിശോധന നടക്കുന്നുണ്ട്



നേരത്തെയുള്ള ചികിത്സയാണ് പ്രധാനം

രോഗം സ്ഥിരീകരിച്ച ശിശുക്കളിൽ രോഗത്തെ ചെറുക്കാനും അണുബാധ തടയാനും ഉള്ള ചികിത്സ ഉടനെ തുടങ്ങേണ്ടതുണ്ട്

elimination

ഈ പരിശോധന കുടുംബത്തിന് മുഴുവൻ പ്രയോജനപ്പെടുക്കാം

നവജാത ശിശുക്കളിലെ അരിവാൾ രോഗ പരിശോധന വഴി തിരിച്ചറിയപ്പെടാത്ത രോഗവാഹകരായ മറ്റു കുടുംബങ്ങളെ കണ്ടെത്താൻ സാധിക്കുന്നു



അരിവാൾ രോഗ നിർമാർജനത്തിനായി തിരഞ്ഞെടുത്ത 17 സംസ്ഥാനങ്ങളിലെ 0 മുതൽ 40 വയസ്സുവരെ പ്രായം ഉള്ള ആളുകളിൽ രോഗ നിർണ്ണയപരിശോധന നടത്തുന്നതിനുള്ള പദ്ധതി ആസൂത്രണം ചെയ്തു വരികയാണ്.

അരിവാൾ രോഗ ബാധിതർക്കും കാര്യക്ഷമമായ ജീവിതം സാധ്യമാണ്



- കുഞ്ഞുങ്ങളിലെ അരിവാൾ രോഗം കുടുംബങ്ങളിൽ സാമ്പത്തികവും വൈകാരികമുമായ സമ്മർദ്ദം ചെലുത്തുന്നു
- സമയോചിതമായ രോഗ നിർണ്ണയം നടത്തുന്നത് വഴി ശരിയായ ചികിത്സാ രീതികളിലൂടെ രോഗബാധിതർക്കും ഒരു സാധാരണ ജീവിതം നയിക്കാൻ സാധിക്കുന്നു

AB-HWC കളിൽ ലഭ്യമായ സേവനങ്ങൾ

- *രോഗ പ്രതിരോധ ബോധവൽക്കരണം
- ആരോഗ്യ ക്ഷേമ കേന്ദ്രങ്ങളിലൂടെയും ക്യാമ്പുകളിലൂടെയും നടപ്പിലാക്കുന്ന പരിശോധനാ സേവനങ്ങൾ
- രോഗനിവാരണ സഹായങ്ങൾ
ചികിത്സ
റഫറൽ സഹായം
- കൗൺസിലിംഗ്
ജീവിതശൈലി പരിഷ്കരണം
വിഹത്തിനു മുൻപും ഗർഭ ധാരണത്തിനു മുൻപും നടത്തുന്ന
കൗൺസിലിംഗ്
- തുടർ ചികിത്സ നടപടികൾ
- പുനരധിവാസം (മാനസിക,സാമൂഹിക,തൊഴിലധിഷ്ഠിത സഹായങ്ങൾ)

ഈ കാര്യങ്ങൾ അറിഞ്ഞിരിക്കുക

- * ഗോത്ര മേഖലകളിലാണ് അരിവാൾ രോഗം കൂടുതലായും കാണപ്പെടുന്നത്.
- *ഏത് വിഭാഗത്തിൽപ്പെട്ട ആളുകൾക്കും അരിവാൾ രോഗം ഉണ്ടായേക്കാം.ഭാരതത്തിലെ 17 സംസ്ഥാനങ്ങളിൽ അരിവാൾ രോഗ ബാധിതരുടെ സാന്ദ്രത കൂടുതലായി കാണപ്പെടുന്നു. ഗോത്ര വിഭാഗത്തിൽ പെട്ട ആളുകളിലാണ് ഇത് സാധാരണയായി കാണപ്പെടുന്നതെങ്കിലും മറ്റുള്ളവരെയും ഈ അസുഖം ബാധിച്ചേക്കാം.
- അരിവാൾ രോഗം ഒരു പകർച്ചവ്യാധി അല്ല
- വായു,വെള്ളം,സ്പർശം എന്നിവ വഴി ഈ രോഗം പകരില്ല.
- മാതാപിതാക്കളിൽ നിന്ന് മക്കളിലേക്കു ജനിതകമായി മാത്രമാണ് ഈ രോഗം പകരുന്നത്.
- അരിവാൾ രോഗ കോശ സ്വഭാവം ഉള്ളവരിൽ അരിവാൾ രോഗം ഉണ്ടാവില്ല.
- അരിവാൾ രോഗ കോശ സ്വഭാവം ഒരു രോഗമല്ല.ഒരിക്കലും ഈ അവസ്ഥ അരിവാൾ രോഗമായി പരിണമിക്കുകയില്ല.
- അരിവാൾ രോഗം ഒരിക്കലും വ്യക്തിപരമായ ശീലങ്ങൾകൊണ്ടോ ആഹാര രീതികൾ കൊണ്ടോ ഉണ്ടാവുന്ന അസുഖമല്ല
- യാദൃച്ഛികമായി ആരിലേക്കിലും അരിവാൾ രോഗം കണ്ടുപിടിക്കപ്പെട്ടാൽ ,രോഗബാധിത പ്രദേശത്തെ മറ്റു വ്യക്തികളെയും നവജാത ശിശുക്കളെയും പരിശോധനക്ക് വിധേയരാക്കേണ്ടതാണ്.



ചൊല്ലുൾ ഭാഗം 2

രക്ഷകർത്താക്കൾക്കുള്ള
അവബോധ ചൊല്ലുൾ





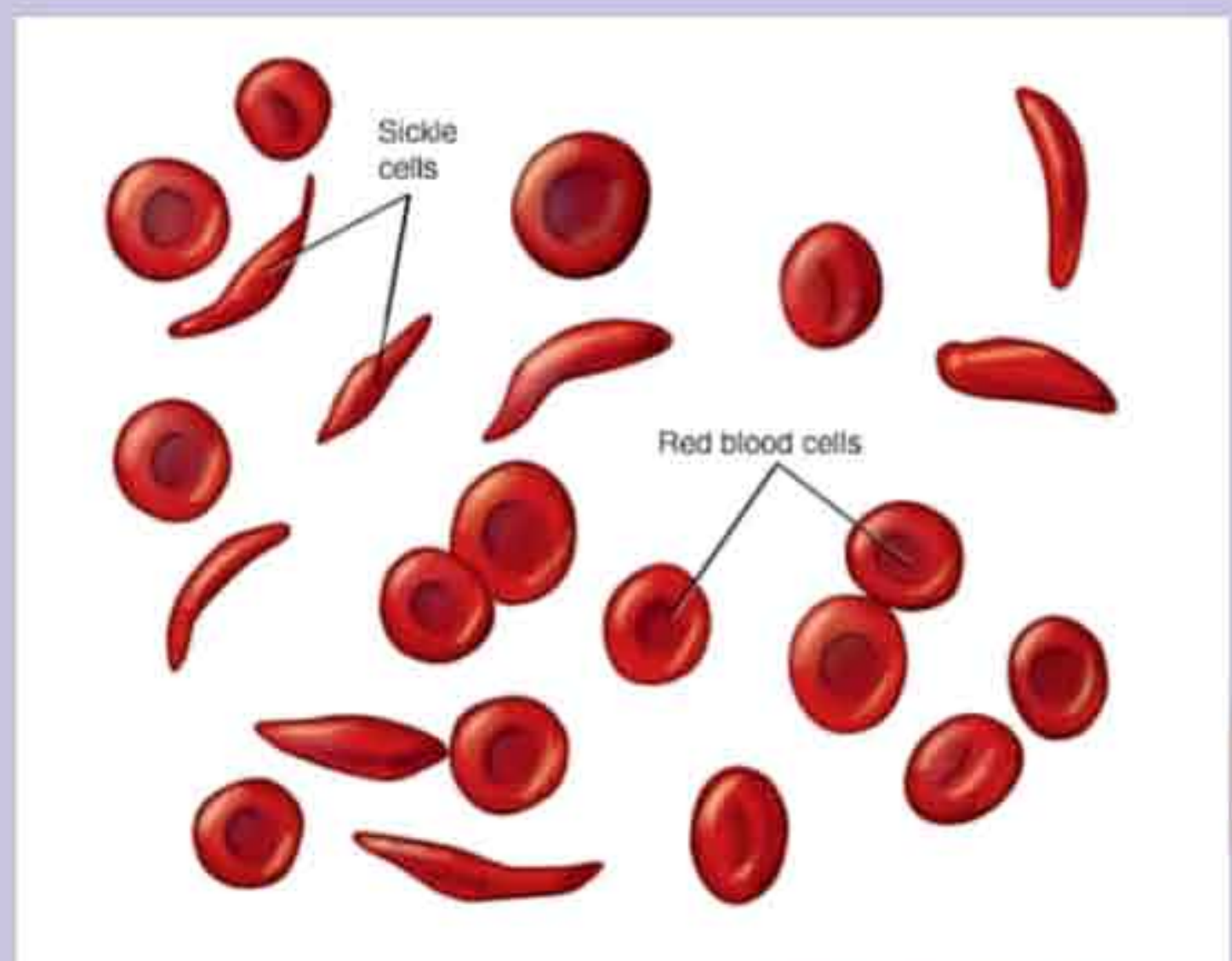
രക്ഷിതാക്കൾക്കുള്ള വിവര സഹായി

- അരിവാൾ രോഗ ബാധിതരായ കുട്ടികൾ സ്ഥിരമായി സമ്പർക്കത്തിൽ വരുന്ന വിദ്യാലയങ്ങളിലും മറ്റും നരോഗ ബാധയെ സംബന്ധിക്കുന്ന വിവരങ്ങൾ അറിയിക്കേണ്ടതാണ്.
- അരിവാൾ രോഗ ബാധിതരായ കുട്ടികളിലെ ദാവി സങ്കീർണ്ണതകൾ ഒഴിവാക്കാൻ ക്രമമായ ഇടവേളകളിൽ കൃത്യമായ പരിശോധന നടത്തേണ്ടതാണ്.
- അരിവാൾ രോഗ ബാധയുള്ള കുട്ടിയ്ക്ക് ശക്തമായ പനി, ശ്വാസ തടസ്സം/ വേദന എന്നിങ്ങനെയുള്ള അസ്വസ്ഥതകൾ അനുഭവപ്പെടുകയും 24 മണിക്കൂറിൽ കൂടുതൽ ഇവ തുടരുകയും ചെയ്താലോ, പെട്ടെന്നുള്ള തളർച്ചയോ മറ്റു കാര്യമായ ആരോഗ്യ പ്രശ്നങ്ങളോ കണ്ടു തുടങ്ങിയാലും ഉടൻ തന്നെ ഏറ്റവും അടുത്തുള്ള ആശുപത്രിയിലോ ആരോഗ്യ കേന്ദ്രത്തിലോ എത്തിക്കുക



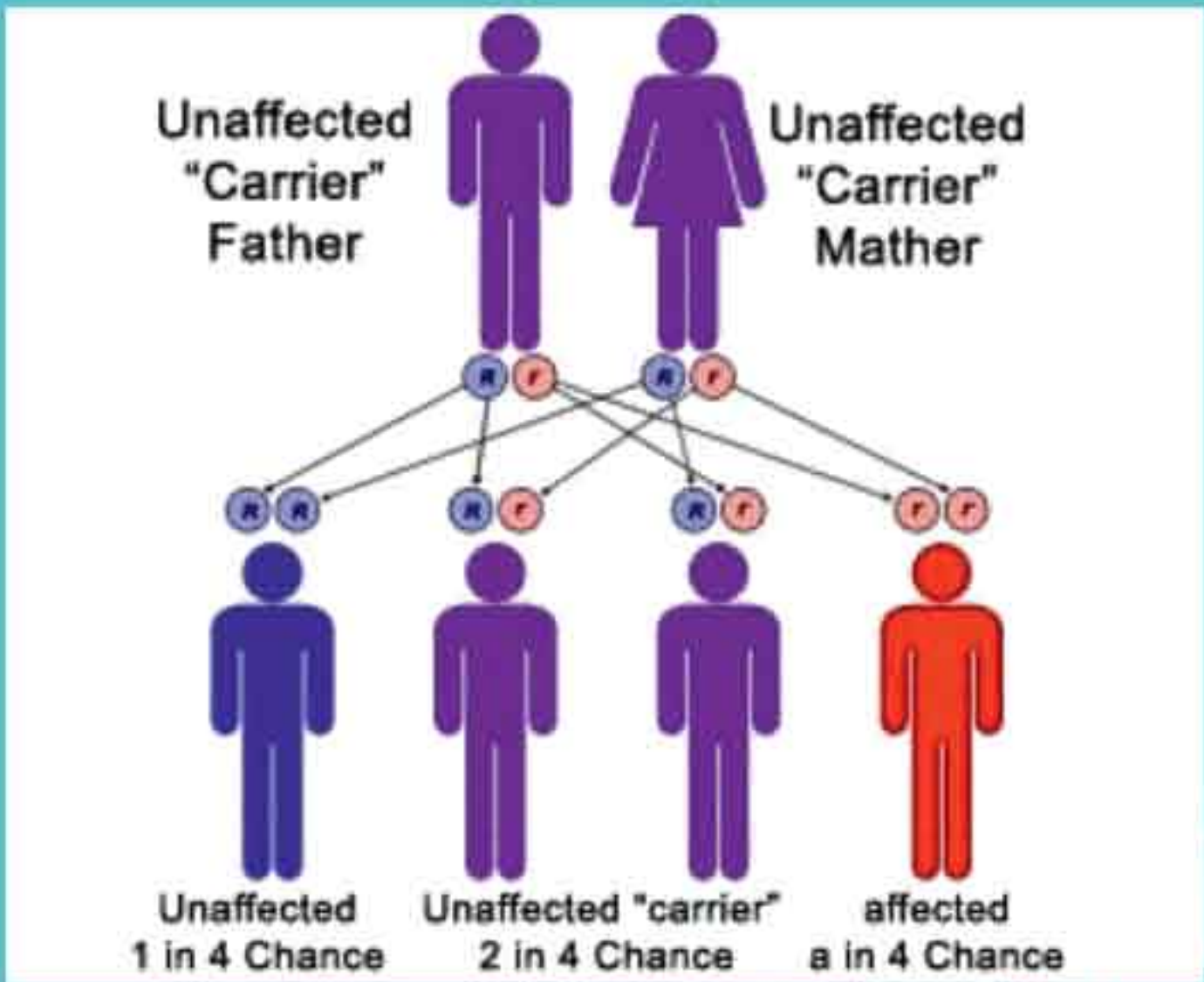
എന്താണ് അരിവാൾ രോഗം?

- അരിവാൾ രോഗബാധിതരിൽ അരുണ രക്താണുക്കളുടെ ഉള്ളിൽ കാണപ്പെടുന്ന ഹീമോ ഗ്ലോബിൻ അസാധാരണ നിലയിലായിരിക്കും.
- ഈ അസാധാരണ നിലയിലുള്ള ഹീമോ ഗ്ലോബിനെ സംവഹിക്കുന്ന അരുണ രക്താണുക്കൾക്കും തൽഫലമായി രൂപഭേദം (ചന്ദ്രക്കല പോലെ) സംഭവിക്കുകയും ഒട്ടിപ്പിടിക്കുന്ന സ്വഭാവം കൈവരിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.
- ഇത് മൂലം ചെറിയ രക്തക്കുഴലുകളിൽ തടസ്സം സൃഷ്ടിക്കപ്പെടുകയും കഠിനമായ വേദനയും അവയവങ്ങൾക്ക് കേടുപാടും സംഭവിക്കുന്നു. ചിലപ്പോൾ ഇത് പക്ഷാഘാതത്തിലേക്കു വരെ നയിക്കാം.
- ഈ അരുണ രക്താണുക്കൾക്കു വേഗം നാശം സംഭവിക്കുന്നതിനാൽ രോഗ ബാധിതരിൽ വിളർച്ച കാണപ്പെടുന്നു.



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 ഹീമോ ഗ്ലോബിൻ സാധാരണയിൽ നിന്നും വ്യത്യസ്തം ആയിരിക്കും.
- രോഗ കോശ വാഹകരിൽ പൊതുവെ ലക്ഷണങ്ങൾ കാണപ്പെടാത്തതിനാൽ ശാസ്ത്രീയ പരിശോധനയിലൂടെ മാത്രമേ ഈ അവസ്ഥ കണ്ടെത്താനാവൂ.



അരിവാൾ രോഗത്തിന്റെ ലക്ഷണങ്ങൾ എന്തെല്ലാം?

പനി
വിളർച്ച
തൂടരെ തൂടരെ ഉള്ള അണുബാധകൾ / രോഗങ്ങൾ
വയറുവേദന
തളർച്ച
നെഞ്ച് വേദന
നീർക്കെട്ട്

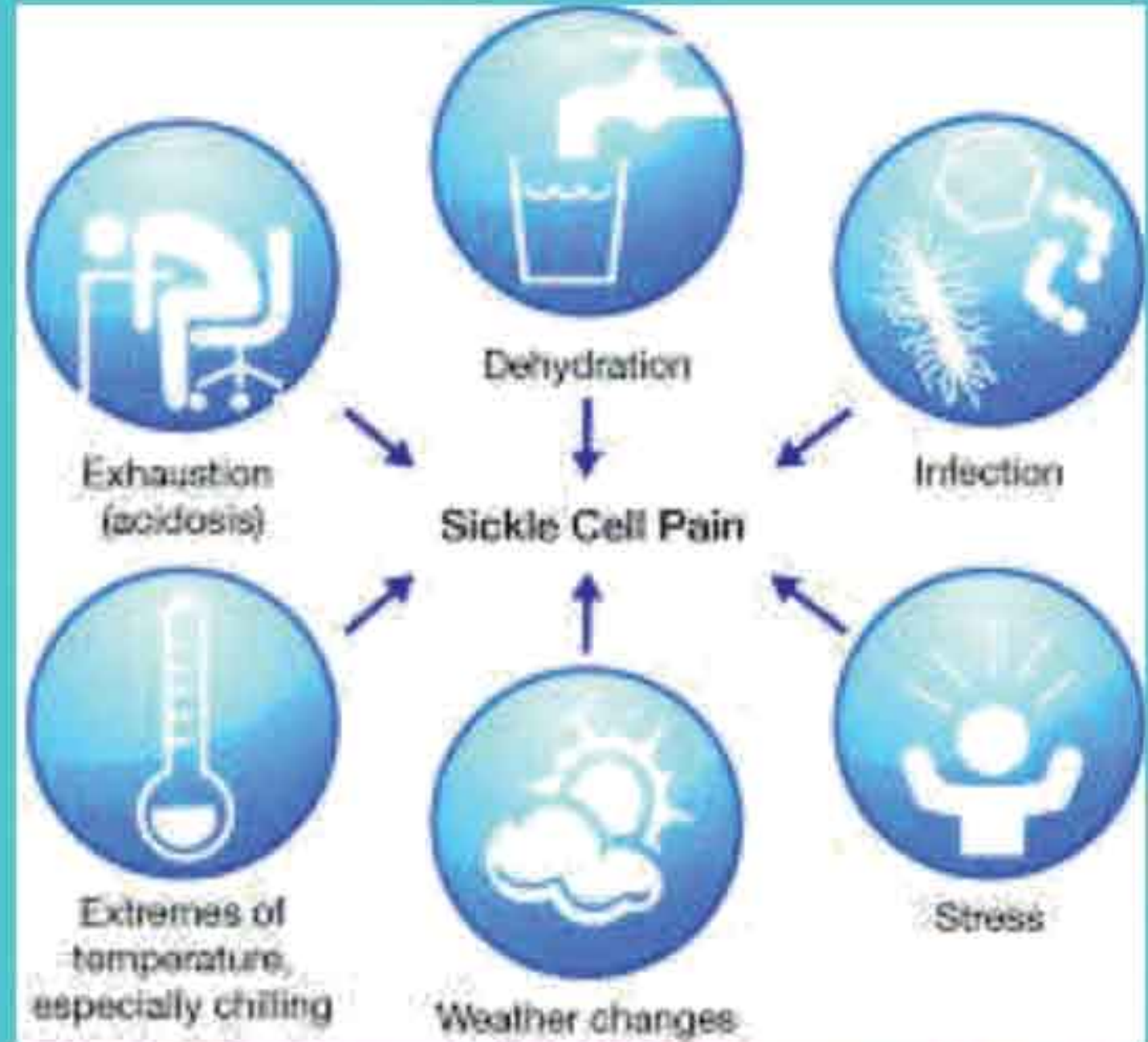
കുറഞ്ഞ രോഗ പ്രതിരോധ ശേഷി
സന്ധി വേദന
കണ്ണിന്റെ മഞ്ഞ നിറം
നടുവേദന
ശ്വാസ തടസ്സം
ശ്വാസ തടസ്സം
വികസിക്കുന്ന ഷീഫ്

എന്താണ് അരിവാൾ രോഗ പ്രതിസന്ധി?

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

എന്താണ് അരിവാൾ രോഗ പ്രതിസന്ധി?

കാലാവസ്ഥ വ്യതിയാനം, വയറിളക്കം,പനി, നിർജ്ജലീകരണം,അണുബാധ,മാനസിക സമ്മർദ്ദം,തളർച്ച ലഭ്യം. അസഹ്യമായ വേദനയോടൊപ്പം ശ്വാസ തടസ്സം ,മനംപിരട്ടൽ എന്നിവയും കാണപ്പെടാം. കണ്ടഅഘൃഷ്ട രലിലേ അരിവാൾ രോഗത്തോടനുബന്ധിച്ചുള്ള വേദന കാലാവസ്ഥ വ്യതിയാനം, മാനസിക സമ്മർദ്ദം അണുബാധ, നിർജ്ജലീകരണം തളർച്ച, വിറയലോടു കൂടിയ പനി

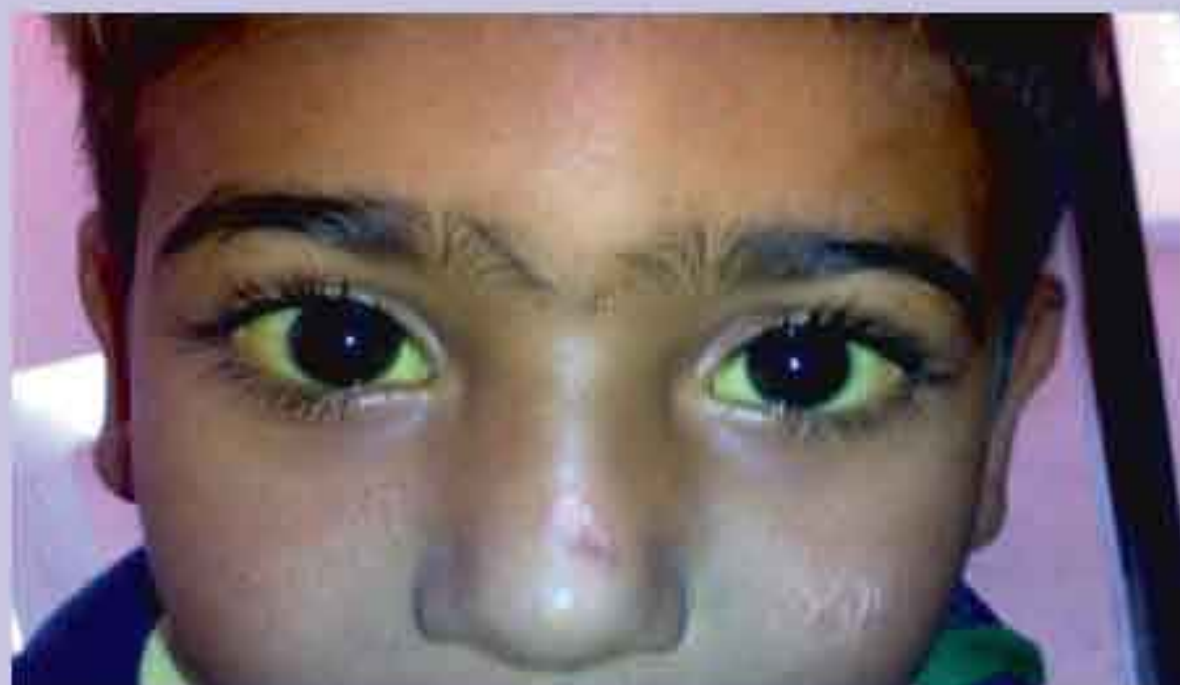


എങ്ങനെ അരിവാൾ രോഗ പ്രതിസന്ധി തിരിച്ചറിയാം?

- താഴെ പറയുന്ന രീതികളിൽ ഈ പ്രതിസന്ധി കാണപ്പെടാം
- **ഹാൻഡ് ഫുട് സിൻഡ്രോം:** കൈകാലുകളിൽ കാണപ്പെടുന്ന നീരും വേദനയും
- **അക്യൂട്ട് ചെസ്റ്റ് സിൻഡ്രോം:** ചുമയും, ശ്വാസം എടുക്കുമ്പോൾ അനുഭവപ്പെടുന്ന ബുദ്ധിമുട്ടും
- **കണ്ണി:** കണ്ണിലേക്കുള്ള രക്തക്കുഴലുകളെ ബാധിക്കുകയും കാഴ്ച കുറയുകയും ചെയ്യുന്നു
- **പക്ഷാഘാതം:** തലച്ചോറിലേക്കുള്ള രക്തക്കുഴലുകളെ ബാധിക്കുകയും പക്ഷാഘാതത്തിനു കാരണമാവുകയും ചെയ്യുന്നു.



കൈകളിലും കാലുകളിലും വേദനയോടുകൂടിയ നീർക്കെട്ട്



വിളർച്ച ബാധിച്ച കുട്ടിയുടെ കൈ



ആവർത്തിച്ച് വരുന്ന മഞ്ഞപ്പിത്ത അണുബാധ

എന്റെ കുഞ്ഞിന് അരിവാൾ രോഗം ഉണ്ട്. ഞാൻ 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 ആരോഗ്യപൂർണ്ണമായ ഒരു ജീവിതം അവർക്കു നൽകുവാൻ നമുക്ക് സാധിക്കും.



എങ്ങനെ ആണ് ഞാനെന്റെ അരിവാൾ രോഗ ബാധിതനായ കുഞ്ഞിനെ പരിപാലിക്കേണ്ടത്?

- മറ്റു കുട്ടികളെ അപേക്ഷിച്ചു അരിവാൾ രോഗബാധിതരായ കുട്ടികൾക്ക് പ്രത്യേക കരുതലും പരിചരണവും ആവശ്യം ആണ്.
- താഴെ പറയുന്ന രീതികൾ അനുവർത്തിച്ചു കൊണ്ട് ഇവ നമുക്കുറപ്പാക്കാം:
 - 1 . ഡോക്ടറുമായി സ്മിരവും ക്രമവുമായുള്ള കൂടിക്കാഴ്ചകൾ.
 - 2 . ന്യൂമോണോകോക്കൽ പ്രതിരോധ കുത്തിവയ്പ്പ് .
 3. എന്തെങ്കിലും പ്രതിസന്ധിയോ സങ്കീർണ്ണതയോ ഉണ്ടാകുന്ന പക്ഷം എത്രയും വേഗം ഡോക്ടറുമായി നടത്തേണ്ട കൂടിക്കാഴ്ച.
 4. ഈ രോഗം പൂർണ്ണമായും ചികിത്സിച്ചു ദേദമാക്കാനുള്ള സാധ്യതകൾ ലഭ്യമാണോ എന്നതിനെറിച്ചുള്ളൂക്കു സ്മിരമായ അന്വേഷണം.

എങ്ങനെ ആണ് ഞാനെന്റെ കുഞ്ഞിനെ പരിപാലിക്കേണ്ടത്?

- മറ്റു കുട്ടികളെ അപേക്ഷിച്ചു അരിവാൾ രോഗ ബാധിതരായ കുട്ടികൾക്ക് പത്രേക കരുതലും പരിചരണവും ആവശ്യം ആണ്.
- താഴെ പറയുന്ന രീതികൾ അനുവർത്തിച്ചു കൊണ്ട് ഇവ നമുക്കുറപ്പാക്കാം
 - 1 . ഡോക്ടറുമായി സ്മിരവും ക്രമവുമായുള്ള കൂടിക്കാഴ്ചകൾ
 - 2 . ന്യൂമോണോകോക്കൽ പ്രതിരോധ കുത്തിവയ്പ്പ്
 - 3 . എന്തെങ്കിലും പ്രതിസന്ധിയോ സങ്കീർണ്ണതയോ ഉണ്ടാകുന്ന പക്ഷം എത്രയും വേഗം ഡോക്ടറുമായി നടത്തേണ്ട കൂടിക്കാഴ്ച
 - 4 . ഈ രോഗം പൂർണ്ണമായും ചികിത്സിച്ചു ബേധമാക്കാനുള്ള സാധ്യതകൾ ലഭ്യമാണോ എന്നതിനെക്കുറിച്ചുള്ള സ്മിരമായ അന്വേഷണം.



എങ്ങനെയാണു നമ്മൾ അരിവാൾ രോഗത്തെ ചികിത്സിക്കുന്നത്?

- രോഗ ലക്ഷണങ്ങൾ ഒന്നും തന്നെ പ്രകടമായില്ലെങ്കിലും ഡോക്ടറുടെ നിർദ്ദേശ പ്രകാരമുള്ള പതിവ് പരിശോധന മൂടക്കരുത്.
- ഡോക്ടറുടെ നിർദ്ദേശപ്രകാരമുള്ള മരുന്നുകളും, പ്രതിരോധ കുത്തിവയ്പ്പുകളും എടുക്കുക
- മരുന്നുകൊണ്ട് കുട്ടിയിലെ വിളർച്ചയിൽ മാറ്റം കാണുന്നില്ലായെങ്കിൽ രക്തം കയറേണ്ടതായി വരും.
- അരിവാൾ രോഗ പ്രതിസന്ധി ഘട്ടങ്ങളിൽ കുഞ്ഞിനെ ആശുപത്രിയിൽ പ്രവേശിപ്പിക്കുകയും ആന്റി ബയോട്ടിക്കുകൾ, ഐ വി ദ്രാവകങ്ങൾ മുതലായവ ഉപയോഗിച്ച് ചികിത്സിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

എപ്പോഴാണ് ഞാൻ കുഞ്ഞിനെ ഡോക്ടറുടെ അടുത്ത് എത്തിക്കേണ്ടത്?

- കുറഞ്ഞത് എല്ലാ മൂന്നു മാസത്തിലും കുഞ്ഞിന്റെ പതിവ് പരിശോധന നടത്തേണ്ടതാണ്. അല്ലെങ്കിൽ ഡോക്ടറുടെ നിർദ്ദേശ പ്രകാരം പരിശോധന അതിനു മുൻപും ആവാം.
- നിങ്ങളുടെ കുട്ടി ഹൈഡ്രോക്സിയൂറിയ എന്ന മരുന്ന് ഉപയോഗിക്കുന്ന പക്ഷം എല്ലാ മാസത്തിലും ആരോഗ്യകേന്ദ്രവുമായി ബന്ധപ്പെട്ടു രക്ത പരിശോധനയും നിർദ്ദേശപ്രകാരമുള്ള മറ്റു പരിശോധനകളും നടത്തേണ്ടതാണ്.
- ചികിത്സയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട എല്ലാ പേപ്പറുകളും കൃത്യമായി ഒരു ഫയലിൽ സൂക്ഷിക്കേണ്ടതാണ്.



നിങ്ങളുടെ കുഞ്ഞുങ്ങളിൽ ഈ രോഗലക്ഷണങ്ങൾ കണ്ടു തുടങ്ങിയാൽ ഉടനെ ആശുപത്രിയിൽ എത്തിക്കുക

- ഇടവിട്ടുള്ള പനി
- ഇടയ്ക്കിടെ ഉണ്ടാകുന്ന അണുബാധ
- ആവർത്തിച്ചുണ്ടാകുന്ന വിളർച്ച
- ഇടയ്ക്കിടെ ഉണ്ടാകുന്ന മഞ്ഞപിത്തം
- ശരീരത്തിൽ വിവിധ ഇടങ്ങളിൽ ഇടയ്ക്കിടെ ഉണ്ടാകുന്ന വേദന
- കൈകാലുകളിലോ സന്ധികളിലോ കാണപ്പെടുന്ന നീർക്കെട്ട്
- കാലുകളിലുണ്ടാകുന്ന പുണ്ണ്
- കുട്ടികളിൽ ശരിയായ വളർച്ച കാണാതിരിക്കുക
- ശ്വാസതടസ്സം
- വികസിക്കുന്ന പ്ലീഹ
- രക്തം കലർന്ന മൂത്രം ഉത്പാദിച്ച് ചികിത്സിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.



ഉടൻ തന്നെ അടുത്തുള്ള മെഡിക്കൽ ഓഫീസുമായോ ശിശുരോഗ വിദഗ്ധനുമായോ ബന്ധപ്പെടുക

അരിവാൾ രോഗവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട സങ്കീർണ്ണതകൾ എങ്ങനെ തടയാം?

1. കൃത്യമായി ചികിത്സ തേടുക

രോഗ ബാധിതരെ പരിചരിക്കുന്നവർ എന്ന നിലയിൽ മാതാപിതാക്കൾ താഴെ പറയുന്ന കാര്യങ്ങൾ ഉറപ്പാക്കേണ്ടതുണ്ട്

- ചികിത്സാ രേഖകൾ കൃത്യമായി സൂക്ഷിക്കുക(പ്രിന്റ് എടുത്തോ, ABHA ID ഉപയോഗിച്ചു കമ്പ്യൂട്ടറിലോ സൂക്ഷിക്കാം)
- റിപ്പോർട്ടുകളുടെയും, ഡിസ്ചാർജ്ജ് രേഖകളുടെയും, വേദനാസംബന്ധമായി നടത്തിയ ചികിത്സാവിവരങ്ങളുടെയും പകർപ്പ് സൂക്ഷിക്കുക.
- ഡോക്ടറെ കാണാൻ പോകുമ്പോൾ മുൻ പരിശോധനയുടെ രേഖകളും, മരുന്നിന്റെ കുറിപ്പുകളും കരുതുകയും ഡോക്ടർക്കു നൽകുകയും ചെയ്യുക.
- സാധ്യമെങ്കിൽ എല്ലാ ചികിത്സാ രേഖകളും ഡിജിറ്റൽ ആയി കമ്പ്യൂട്ടറിൽ സൂക്ഷിക്കുക

2. ഫോളിക് ആസിഡ് ,പെനിസിലിൻ,ഹൈഡ്രോക്സിയൂറിയ എന്നീ മരുന്നുകൾ കൃത്യമായി കഴിക്കേണ്ടതാണ്

3. പുറമെ ആരോഗ്യവാനായി കുട്ടി കാണപ്പെടുന്നുണ്ടെങ്കിലും പതിവ് പരിശോധന മുടക്കാതിരിക്കുക.

4. കുട്ടിയെ ആരോഗ്യ കാര്യങ്ങൾ കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നതിൽ സ്വയം പര്യാപ്തനാക്കുന്നതിനു പരിശീലിപ്പിക്കുക.

5. ക്ഷമയോടും കരുതലോടും കൂടി കുട്ടിയോട് പെരുമാറുക .

നിങ്ങളുടെ കുട്ടിയുടെ ചികിത്സാരേഖകൾ സൂക്ഷിക്കുമ്പോൾ അവയിൽ ചുവടെയുള്ള വിവരങ്ങൾ ഉൾപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ടെന്നു ഉറപ്പാക്കുക

- പേര്
- ജനന തീയതി
- ഏതു തരത്തിലുള്ള അരിവാൾ രോഗം
- നിലവിലുള്ള ആരോഗ്യ പ്രശ്നങ്ങൾ
- മുൻപ് തേടിയിട്ടുള്ള ചികിത്സയുടെയും നടത്തിയിട്ടുള്ള ശാസ്ത്രക്രിയയുടെയും വിശദ വിവരങ്ങൾ
- രക്തം കയറ്റിയ തീയതികൾ
- മരുന്നുകൾ
- സ്വീകരിച്ചിട്ടുള്ള പ്രതിരോധ മരുന്നുകൾ

2. കുട്ടിക്ക് നൽകാവുന്ന വൈദ്യേതര പരിചരണങ്ങൾ

ഒരു രക്ഷിതാവ് എന്ന നിലയിൽ താഴെ പറയുന്ന കാര്യങ്ങൾ ഉറപ്പാക്കുക:

- സമീകൃതാഹാരം കഴിക്കുന്നതിന് കുട്ടിയെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക
- നിർജ്ജലീകരണം തടയുക -ഒരു ദിവസം 6 ഗ്ലാസ് മുതൽ 8 ഗ്ലാസ് വെള്ളം വരെയാണ് ശുപാർശ ചെയ്യുന്നത്.വിദ്യാലയത്തിൽ ആയിരിക്കുന്ന അവസരങ്ങളിൽ കായികമായ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുമ്പോൾ ക്രമമായി ഇടവേളകൾ എടുക്കുന്നത് നിർജ്ജലീകരണം തടയാൻ സഹായിക്കും.വേനൽ കാലത്തും പനിയുള്ള സമയങ്ങളിലും കുട്ടി ആവശ്യത്തിന് വെള്ളം കുടിക്കുന്നുണ്ടെന്നു ഉറപ്പാക്കേണ്ടതാണ്.
- രോഗലക്ഷണങ്ങളെ പറ്റി മനസിലാക്കി ഇരിക്കേണ്ടതും സമയോചിതമായി രോഗലക്ഷണങ്ങളെ ചികിത്സിക്കേണ്ടതും ആണ്.



3.അണുബാധ കുറയ്ക്കുന്നതിന് സ്വീകരിക്കാവുന്ന മാർഗ്ഗങ്ങൾ

അരിവാൾ രോഗ ബാധയുള്ള കുട്ടികളിൽ ഉണ്ടാകാവുന്ന അണുബാധ തടയേണ്ടത് വളരെ അത്യാവശ്യമാണ്. മറ്റു കുട്ടികളെ അപേക്ഷിച്ചു ഈ കുട്ടികളിൽ അണുബാധ പിടിപെടാനുള്ള സാധ്യത കൂടുതലാണ്. ഇത്തരം അണുബാധകൾ ഉണ്ടാകുമ്പോൾ അരിവാൾ രോഗ പ്രതിസന്ധി ഉണ്ടാകുന്നതിനുള്ള സാധ്യതയും വളരെ കൂടുതലാണ്. **അതിനാൽ ഒരു രക്ഷിതാവെന്ന നിലയിൽ താഴെ പറയുന്ന കാര്യങ്ങൾ ഉറപ്പാക്കേണ്ടതാണ്:**

- അണുബാധ തടയുന്നതിന് കൃത്യമായ ശുചിത്വം പാലിക്കുക. അണുബാധ തടയുന്നതിനുള്ള **ചില ലളിതമായ മാർഗ്ഗങ്ങൾ ചുവടെ ചേർക്കുന്നു -**
 - എ) ഇടയ്ക്കിടെ കൈകൾ കഴുകുന്നത്
 - ബി) ദിവസത്തിൽ രണ്ടു പ്രാവശ്യം പല്ലു തേക്കുന്നത്
 - സി) ശുചിയായ ഭക്ഷണ രീതി പിന്തുടരുന്നത് -വൃത്തിയില്ലാത്ത ചുറ്റുപാടുകളിൽ തയ്യാറാക്കിയ ഭക്ഷണം ഒഴിവാക്കുന്നത്
 - ഡി) സമീകൃത ആഹാരം കഴിക്കുന്നത്
 - ഇ) ദേശീയ പ്രതിരോധ കുത്തിവെയ്പ്പ് പട്ടിക അനുസരിച്ചു കൃത്യമായി പ്രതിരോധ മരുന്നുകൾ സ്വീകരിക്കുന്നത്
 - എഫ്) ഡോക്ടറുടെ നിർദ്ദേശ പ്രകാരം സാധാരണ ഗതിയിൽ കണ്ടുവരുന്ന അണുബാധകൾ തടയാൻ പെനിസിലിൻ പ്രോഫയലാക്സിസ് സ്വീകരിക്കുന്നത്.

4. ആരോഗ്യപൂർണ്ണവും സജീവമായ ജീവിത ശൈലി പിന്തുടരുക

- *കുട്ടികളെ പതിവായി വ്യായാമം ചെയ്യാൻ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക
 - ഇത് ഹൃദയത്തെയും ശ്വാസകോശത്തെയും ശക്തിപ്പെടുത്താൻ സഹായിക്കുന്നു.
 - കൂടുതൽ ഉന്മേഷം നൽകുന്നു
 - രോഗ പ്രതിസന്ധികൾ കുറക്കാൻ സഹായിക്കുന്നു
- *ഡോക്ടറുമായി ചർച്ച ചെയ്തു കുട്ടികൾക്ക് ചെയ്യാൻ സാധിക്കുന്ന വ്യായാമങ്ങൾ തീരുമാനിക്കുക
- *വിദ്യാഭ്യാസം തുടരുന്നതിനും സജീവമായ ജീവിത ശൈലി നിലനിർത്താനും കുട്ടികളെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക
- *കായിക വിനോദങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടാൻ കുട്ടികളെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക
 - ചുട്ടുകാലങ്ങളിൽ കഠിനമായ വ്യായാമമുറകൾ ഒഴിവാക്കുക
 - കായിക വിനോദങ്ങൾക്കിടയിൽ ആവശ്യത്തിന് വെള്ളം കുടിക്കാനുള്ള ഇടവേളകൾ നൽകുക
 - കൂടുതൽ വെള്ളം കുടിക്കുന്നതിനാൽ ശുചിമുറികൾ ഉപയോഗിക്കുന്നതിനു കുട്ടികളെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക
 - ശ്വാസന വ്യായാമങ്ങൾ ,യോഗ,ധ്യാനം എന്നിവയും ഫലപ്രദമാണ്

അരിവാൾ രോഗ നിവാരണ ദൗത്യവുമായി ബന്ധപ്പെട്ടു AB -HWC കളിൽ ലഭ്യമായ സേവനങ്ങൾ

- *രോഗ പ്രതിരോധ ബോധവൽക്കരണം
- *ആരോഗ്യ ക്ഷേമ കേന്ദ്രങ്ങളിലൂടെയും ക്യാമ്പുകളിലൂടെയും നടപ്പിലാക്കുന്ന പരിശോധനാ സേവനങ്ങൾ
- *രോഗ നിവാരണ സഹായങ്ങൾ
 - ചികിത്സ
 - റഫറൽ സഹായം
- *കൗൺസിലിംഗ്
 - ജീവിതശൈലി പരിഷ്കരണം
 - വിഹത്തിനു മുൻപും ഗർഭ ധാരണത്തിനു മുൻപും നടത്തുന്ന കൗൺസിലിംഗ്
- * തുടർ ചികിത്സ നടപടികൾ
- * പുനരധിവാസം (മാനസിക, സാമൂഹിക, തൊഴിലധിഷ്ഠിത സഹായങ്ങൾ)

ഏതു രോഗ പ്രതിരോധ കുത്തിവെയ്പ്പ് ചികത്സാ പട്ടികയാണ് പിന്തുടരേണ്ടത് ?

ദേശീയ രോഗപ്രതിരോധ ചികിത്സാ പട്ടിക

നവജാത ശിശുക്കൾ		
ബി സി ജി	ജനിച്ച ഉടനെ/ ഒരു വയസ്സ് തികയും മുൻപ്	0.1 മില്ലി(ഒരു മാസം വരെ 0.85 മില്ലി)
ഹെപ്റ്റൈറ്റിസ് ബി-0 * ഡോസ്	ജനിച്ച ഉടനെ / ജനിച്ചു 24 മണിക്കൂറിനുള്ളിൽ	0.5 മില്ലി
ഓ പി വി -0	ജനിച്ച ഉടനെ / ജനിച്ചു 15 ദിവസത്തിനുള്ളിൽ	2 തുള്ളി
ഓ പി വി-1,2&3	ആറാമത്തെ ആഴ്ചയിൽ, പത്താമത്തെ ആഴ്ചയിൽ & പതിനാലാമത്തെ ആഴ്ചയിൽ (അഞ്ചു വയസ്സുവരെ ഓ പി വി നൽകാവുന്നതാണ്)	2 തുള്ളി
പെന്റാ വാലന്റ് 1.2 &3	ഹെപ്റ്റൈറ്റിസ് ബി-0 * ഡോസ് ആറാമത്തെ ആഴ്ചയിൽ, പത്താമത്തെ ആഴ്ചയിൽ & പതിനാലാമത്തെ ആഴ്ചയിൽ (ഒരു വയസ്സുവരെ നൽകാവുന്നതാണ്)	0.5 മില്ലി
റോട്ടാ വൈറസ് #	ആറാമത്തെ ആഴ്ചയിൽ, പത്താമത്തെ ആഴ്ചയിൽ & പതിനാലാമത്തെ ആഴ്ചയിൽ (ഒരു വയസ്സുവരെ	5 തുള്ളി
ഐ പി വി	ആറാമത്തെ ആഴ്ചയിലും പതിനാലാമത്തെ ആഴ്ചയിലും രണ്ടു ഓഗികമായ ഡോസുകൾ	0.1 മില്ലി
മീസിൽസ് / എം ആർ അർദ	ഒൻപതു മാസം പൂർത്തിയാകുന്നതു മുതൽ -12 മാസം (അഞ്ചു വയസ്സുവരെ നൽകാവുന്നതാണ്)	0.5 മില്ലി
ജെ ഇ -1 **	ഒൻപതു മാസം പൂർത്തിയാകുന്നതു മുതൽ - 12 മാസം	0.5 മില്ലി
വിറ്റാമിൻ എ (അർദ ഡോസ്)	ഒൻപതു മാസം പൂർത്തിയാകുന്നതു ശേഷം മീസിൽസ്-റുബെല്ല കുത്തിവെയ്പ്പിനൊപ്പം	1 മില്ലി(ഒരു ലക്ഷം IU)

ഏതു രോഗ പ്രതിരോധ കുത്തിവെയ്പ്പ് ചികത്സാ പട്ടികയാണ് പിന്തുടരേണ്ടത് ?

കുട്ടികൾക്ക്	
ഡി പി റി ബുസ്റ്റർ -1)	16-24 മാസം
മീസിൽസ് / എം ആർ രണ്ടാമത്തെ ഡോസ്	16-24 മാസം
ഓ പി വി ബുസ്റ്റർ	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 ബുസ്റ്റർ -2	5-6 വയസ്സ്
ടി ടി	10 വയസ്സിലും 16 വയസ്സിലും

ദേശീയ പദ്ധതി അനുസരിച്ചുള്ള മറ്റു പ്രതിരോധ കുത്തി വയ്പ്പുകളും എടുക്കേണ്ടതാണ്

എപ്പോഴാണ് കുട്ടിയ്ക്ക് അടിയന്തിര വൈദ്യ സഹായം ലഭ്യമാക്കേണ്ടത്?

താഴെ പറഞ്ഞിരിക്കുന്നതിൽ ഏതെങ്കിലും ഒന്ന് നിങ്ങളുടെ കുട്ടിയ്ക്കുണ്ടായാൽ അടിയന്തിരമായി കുട്ടിയെ ആശുപത്രിയിൽ എത്തിക്കേണ്ടതാണ്:

- 1 .101 .4° F ൽ കൂടുതൽ പനി
- 2 .ചർദ്ദി / അയഞ്ഞ മലം
- 3.ശ്വാസ തടസ്സം/ നെഞ്ച് വേദന
- 4 .വയറു വേദന
- 5 .പെട്ടെന്നുണ്ടാകുന്ന വിളർച്ച/ കണ്ണിനുണ്ടാകുന്ന മഞ്ഞ നിറം
- 6 .വയർ വീർക്കൽ
- 7 .കഠിനമായ തലവേദന
- 8 .കൈകൾക്കും കാലുകൾക്കും പെട്ടെന്നുണ്ടാകുന്ന തളർച്ച
- 9 .അപസ്മാരം
- 10 .പെട്ടെന്നുണ്ടാകുന്ന പ്ലീഹ വികാസം
- 11 .അബോധാവസ്ഥ / തലകറക്കം / സംഭ്രമം

പനിയോ വേദനയോ ഉണ്ടായാൽ

*പനിയും വേദനയും അറിവാൾ രോഗമുള്ള കുട്ടിയെ സംബന്ധിക്കുന്ന അടിയന്തരാവസ്ഥകളാണ്.

*കുട്ടിയുടെ ശരീരത്തിൽ ജലാംശം നിലനിർത്തുക

*വേദനയോ പനിയോ കുറയുന്നതുപോലെ തോന്നിയാലും കുട്ടിയെ ഡോക്ടറുടെ അടുത്ത് നിർബന്ധമായും കൊണ്ടുചെല്ലേണ്ടതാണ്.

പ്ലീഹ വികസിക്കുന്നുണ്ടോ എന്ന് എങ്ങനെ മനസ്സിലാക്കാം ?

- പെട്ടെന്ന് വയറിൻ്റെ വലിപ്പത്തിലുണ്ടാകുന്ന വർദ്ധനവ്, വയറിൽ അനുഭവപ്പെടുന്ന വേദന, തലകറക്കം, വിളർച്ച ഇവയെല്ലാം അടിയന്തര വൈദ്യ സഹായം ആവശ്യമായ അവസ്ഥകളാണ്



അരിവാൾ രോഗം പൂർണ്ണമായും സുഖപ്പെടുത്തുന്നതിനുള്ള ചികിത്സാസാധ്യതകൾ നിലവിൽ ഉണ്ടോ?

- സാധാരണ ഗതിയിൽ കൃത്യമായി മരുന്നുകൾ കഴിക്കുന്നതിലൂടെയും, തുടർ ചികിത്സ മുടക്കാതിരിക്കുന്നതിലൂടെയും രോഗികളിൽ തൃപ്തികരമായ ആരോഗ്യ നില നിലനിർത്താൻ സാധിക്കാറുണ്ട്.
- അതി കഠിനമായ അരിവാൾ രോഗ വകഭേദങ്ങൾ ഉള്ള വ്യക്തികൾക്ക് മാത്രമാണ് ഇത്തരത്തിലുള്ള രോഗശമന ചികിത്സകൾ ആവശ്യം.

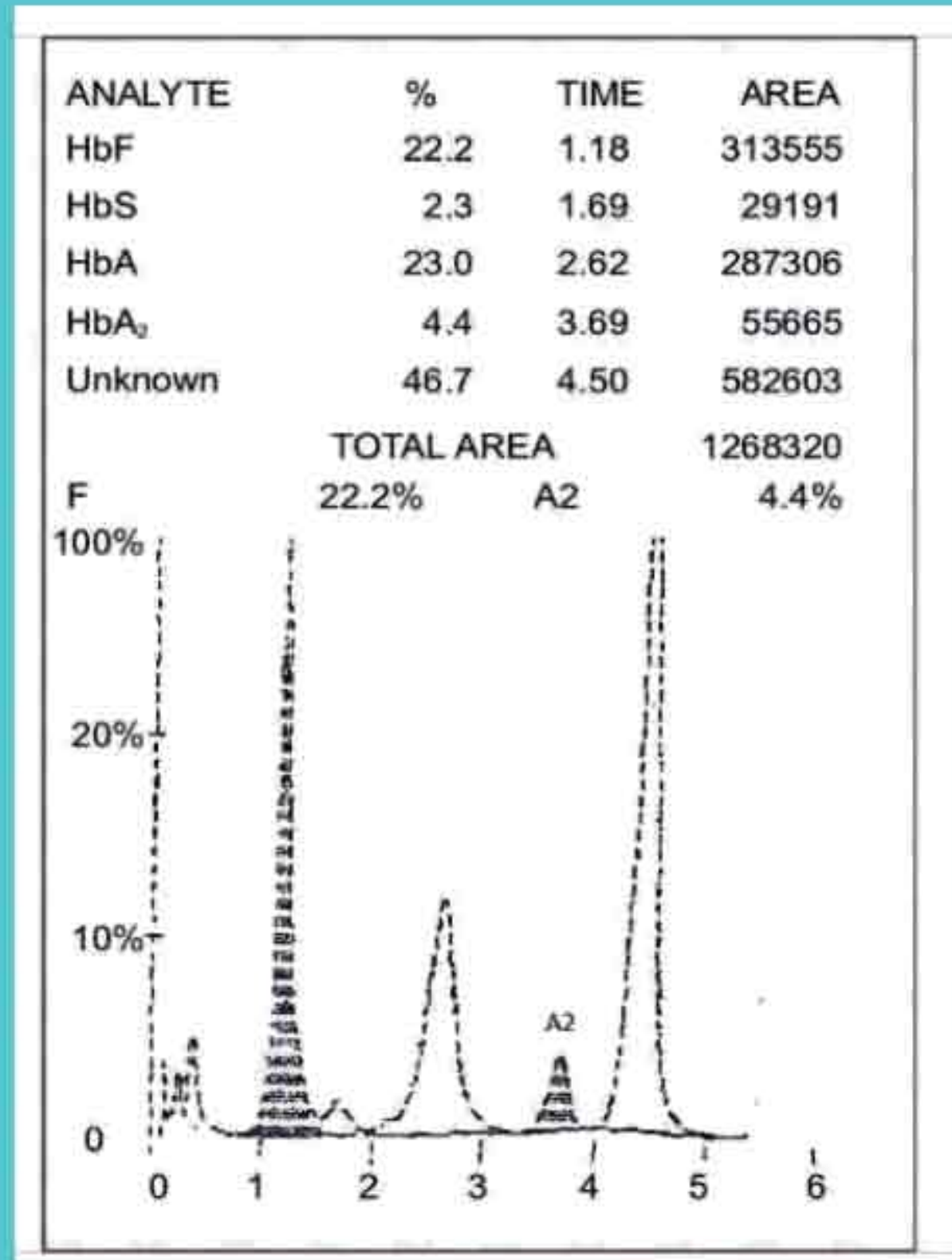


അരിവാൾ രോഗം തടയാൻ സാധിക്കുമോ ?

*മാതാപിതാക്കൾ ഇരുവരും അരിവാൾ രോഗ കോശ വാഹകരാണെങ്കിൽ കുട്ടിക്ക് അരിവാൾ രോഗം വരുന്നതിനുള്ള സാധ്യത 25 ശതമാനമാണ്.

*അതിനാൽ കുഞ്ഞിന് വേണ്ടിയുള്ള തയ്യാറെടുപ്പുകൾ തുടങ്ങുന്നതിനു മുൻപ് തന്നെ അച്ഛനും അമ്മയും രോഗ കോശ വാഹകരാണോ അല്ലയോ എന്ന് പരിശോധിച്ച് ഉറപ്പാക്കേണ്ടത് അത്യാവശ്യമാണ്.

*ലളിതമായ രക്ത പരിശോധനകളിലൂടെ (പോയിന്റ് ഓഫ് കെയർ ടെസ്റ്റ്, സി ബി സി, എച്ച് പി എൽ സി, ഇലക്ട്രോഫോറസിസ് etc) തന്നെ അരിവാൾ രോഗ കോശ വാഹകരാണോ അല്ലയോ എന്ന് തിരിച്ചറിയാൻ സാധിക്കും.



കുഞ്ഞുങ്ങൾ അരിവാൾ രോഗമുള്ളവരായി ജനിക്കുന്നത് തടയാൻ സാധിക്കുമോ? സാധിക്കും

*ഇന്ന് തന്നെ നിങ്ങൾ അരിവാൾ രോഗ സ്വഭാവമുള്ള ആളാണോ അല്ലയോ എന്ന് പരിശോധിച്ച് ഉറപ്പാക്കുക.

*വിവാഹത്തിന് മുൻപ് തന്നെ നിങ്ങളിലെ അരിവാൾ രോഗ സ്ഥിതി എന്താണ് എന്ന് തിരിച്ചറിയേണ്ടതാണ്.

*വിവാഹത്തിന് മുൻപ് ഇത്തരം പരിശോധനകൾ നടത്തിയിട്ടില്ലായെങ്കിൽ, ഗർഭിണികളായ സ്ത്രീകൾ ആദ്യത്തെ മൂന്നു മാസത്തിനു മുൻപ് തന്നെ അനീമിയ, തലസ്തീമിയ എന്നീ ഇന്ത്യയിൽ പൊതുവായി കാണപ്പെടുന്ന ഹീമോ ഗ്ലോബിൻ വ്യതിയാനവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട അസുഖങ്ങൾ ഉണ്ടോ എന്ന് പരിശോധിച്ച് ഉറപ്പാക്കേണ്ടതാണ്.

*ഇത്തരം പരിശോധനകളുടെ ഫലത്തിൽ ഗർഭിണി അരിവാൾ രോഗ സ്വഭാവം ഉള്ള വ്യക്തിയാണെന്ന് തെളിഞ്ഞാൽ അവരുടെ ഭർത്താവും അടിയന്തിരമായി പരിശോധന നടത്തേണ്ടതാണ്. ഇത് ഗർഭസ്ഥ ശിശുവിൽ രോഗനിർണ്ണയം നേരെത്തെ നടത്തുന്നതിൽ വളരെ വലിയ പങ്കുവഹിക്കുന്നു



അരിവാൾ രോഗ കോശ സ്വഭാവത്തെ ഭയക്കേണ്ടതുണ്ടോ?

- *ഇത്തരം ആളുകളിൽ പൊതുവെ രോഗലക്ഷണങ്ങൾ ഒന്നും തന്നെ പ്രകടമാവാറില്ല
- *വ്യായാമം ചെയ്യുമ്പോഴും, ചൂടു കാലാവസ്ഥയിലും നിർജ്ജലീകരണം ഒഴിവാക്കേണ്ടതാണ്
- *താഴെ പറഞ്ഞിരിക്കുന്ന സന്ദർഭങ്ങളിൽ ഡോക്ടറെ ഉടൻ ബന്ധപ്പെടേണ്ടതാണ്
 - സമുദ്ര നിരപ്പിൽ നിന്നും വളരെ ഉയർന്ന പ്രദേശങ്ങളിലേക്ക് യാത്ര തിരിക്കുമ്പോൾ
 - കണ്ണിനു ആഘാതം സംഭവിച്ചാൽ
 - രക്തം കലർന്ന മൂത്രം ശ്രദ്ധയിൽ പെട്ടാൽ

എൻ്റെ അരിവാൾ രോഗ ബാധിതനായ കുഞ്ഞിന് എന്തൊക്കെ സർക്കാർ ആനുകൂല്യങ്ങൾ ലഭിക്കും?

- ഭാരത സർക്കാർ താഴെ പറഞ്ഞിരിക്കുന്ന രീതികളിൽ നിങ്ങളുടെ കുഞ്ഞിനെ സഹായിക്കുന്നു
- സൗജന്യ രോഗനിർണ്ണയവും ചികിത്സയും
 - ആവശ്യമെങ്കിൽ സൗജന്യ രക്തം കയറ്റൽ (ബ്ലഡ് ട്രാൻസ്ഫ്യൂഷൻ)
 - ബസ് /ട്രെയിൻ സൗജന്യ യാത്ര
 - വികലാംഗർക്കുള്ള മറ്റു ആനുകൂല്യങ്ങൾ -പരീക്ഷയിൽ ഉള്ള ആനുകൂല്യങ്ങൾ, വിദ്യാഭ്യാസ സംവരണം

മാർഗ്ഗ നിർദ്ദേശങ്ങൾ

നവജാത ശിശു

നവജാത ശിശുവിൽ അരിവാൾ രോഗം ഉണ്ടോ എന്നറിയുന്നതിനു പരിശോധന നടത്തുക.

ഉണ്ടെങ്കിൽ ഡോക്ടറുടെ നിർദ്ദേശ പ്രകാരമുള്ള മരുന്നുകൾ കൃത്യമായി നൽകുക.

നിർദ്ദേശ പ്രകാരമുള്ള പ്രതിരോധ കുത്തിവെപ്പുകൾ യഥാസമയം നൽകുക.

മുലയൂട്ടലും, മുലപ്പാൽ നിർമ്മലും യഥാസമയം നടത്തുക.

നവജാത ശിശുക്കളിൽ കണ്ടുവരുന്ന സാധാരണ രോഗങ്ങൾക്കു ആവശ്യമായ പരിചരണം നൽകുക.

കുട്ടികൾ

നിർദ്ദേശ പ്രകാരമുള്ള പ്രതിരോധ കുത്തിവെപ്പുകളും മരുന്നുകളും കൃത്യമായി എടുക്കുക.

പോഷക സമൃദ്ധമായ ആഹാരം ഉറപ്പാക്കുക.

ബാല്യകാല രോഗങ്ങളെ പരിചരിക്കുക.

പെട്ടെന്നുണ്ടാകുന്ന ആരോഗ്യ അടിയന്തരാവസ്ഥകളെ തിരിച്ചറിയുക.

നിർജ്ജലീകരണം ഒഴിവാക്കുക.

സാധാരണ നിലയിലുള്ള വിദ്യാഭ്യാസവും മറ്റു പരിപാടികളും തുടരുക.

മുതിർന്നവർ

സജീവമായ ജീവിത ശൈലി പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക.

പോഷക സമൃദ്ധമായ ആഹാരം, വിറ്റാമിൻ D, കാൽസ്യം എന്നിവ ഉൾപ്പെടുത്തിയെടുത്തുക.

നിർദ്ദേശപ്രകാരമുള്ള മരുന്നുകൾ കഴിക്കുക.

അവയവങ്ങളുടെ പ്രവർത്തന ശേഷി വിലയിരുത്തുന്നതിനുള്ള പതിവ് പരിശോധനകൾ തുടർക്കാതിരിക്കുക.

കുടുംബാംഗുത്നേത്തിനു മുമ്പായി പങ്കാളിയുടെ അരിവാൾ രോഗ സാധ്യത മനസ്സിലാക്കുക.

വയോധികർ

സജീവമായ ജീവിത ശൈലി പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക.

നിർദ്ദേശപ്രകാരമുള്ള മരുന്നുകൾ കഴിക്കുക.

ജീവിത ശൈലി രോഗങ്ങൾ ഒഴിവാക്കാൻ ശ്രമിക്കുക.

അരിവാൾ രോഗ ബാധിതരായ കുട്ടികൾക്ക് ജീവിതത്തിൽ മുന്നേറാനുള്ള പ്രചോദനം നൽകുക.



ഭാരത സർക്കാർ അരിവാൾ രോഗ നിർമ്മാർജ്ജന യജ്ഞം 2047 മാതാപിതാക്കൾക്കുള്ള വിവര സഹായി

എന്താണ് അരിവാൾ രോഗം

അരിവാൾ രോഗം എന്നത് അരുണ രക്താണുക്കളിൽ കാണപ്പെടുന്ന ഹീമോഗ്ലോബിൻ ജനിതകമായി സംഭവിക്കുന്ന ഒരു വ്യതിയാനം അഥവാ തകരാറാണ്. തൽഫലമായി ഇത്തരത്തിലുള്ള ഹീമോഗ്ലോബിൻ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന അരുണ രക്താണുക്കൾക്കും തകരാറു സംഭവിക്കുകയും ചെറിയ രക്തക്കുഴലുകളിൽ അടിഞ്ഞു കൂടി തടസ്സം സൃഷ്ടിക്കുകയും അതുലും തീവ്രമായ വേദന, അവയവങ്ങൾക്ക് കേടുപാടുകൾ, പക്ഷാഘാതം എന്നിങ്ങനെയുള്ള ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ ഉണ്ടാവുകയും ചെയ്യുന്നു.

ഇത്തരത്തിലുള്ള അരുണ രക്താണുക്കളുടെ ആയുർദൈർഘ്യം കുറവായതിനാൽ വിളർച്ചക്കും കാരണമാവുന്നു.



നിങ്ങളുടെ കുഞ്ഞിൽ ഈ ലക്ഷണങ്ങൾ കണ്ടു തുടങ്ങിയാൽ ഉടൻ തന്നെ ഡോക്ടറെ സമീപിക്കുക. ഇടയ്ക്കിടെ ഉള്ള പനി തുടർച്ചയായി വരുന്ന അണുബാധ / ന്യൂമോണിയ ആവർത്തിച്ചുണ്ടാകുന്ന വിളർച്ച -രക്തം കയറ്റൽ ആവശ്യമായ വരും ഇടയ്ക്കിടെ ഉണ്ടാകുന്ന മഞ്ഞപ്പിത്തം ശരീരത്തിലെ വിവിധ ഭാഗങ്ങളിൽ ഇടയ്ക്കിടെ ഉണ്ടാകുന്ന വേദന കൈകാലുകളിലോ സന്ധികളിലോ ഉണ്ടാകുന്ന നീർക്കെട്ട് കാലുകളിൽ ഉണ്ടാകുന്ന പൂണ്ണ ശരിയായ വിളർച്ച ഇല്ലാത്ത

അരിവാൾ രോഗം ഒരു ജനിതക രോഗമാണ് അരിവാൾ രോഗ കോശ വാഹകർ രോഗലക്ഷണങ്ങൾ ഒന്നും കാണിക്കുന്നില്ല ഇത്തരം സ്വഭാവം ഉണ്ടായെന്നറിയുന്നതിനുള്ള പരിശോധനയിലൂടെ മാത്രമേ അരിവാൾ രോഗ കോശ വാഹകരാണോ എന്ന് കണ്ടെത്താൻ കഴിയൂ. അരിവാൾ രോഗ കോശ വാഹകർക്ക് ജനിക്കുന്ന രോഗമുള്ള കുട്ടികളിൽ ചെറുപ്രായത്തിൽ തന്നെ ലക്ഷണങ്ങൾ കണ്ടു തുടങ്ങും. ഇവർക്ക് കൃത്യമായ മാർഗ്ഗ നിർദ്ദേശങ്ങൾ നൽകാൻ കഴിഞ്ഞാൽ സാധാരണ നിലയിൽ ജീവിക്കുന്നതിനും, വിദ്യാഭ്യാസം പൂർത്തിയാക്കുന്നതിനും, ജോലി നേടുന്നതിനും, വിവാഹം കഴിക്കുന്നതിനും കുഞ്ഞുങ്ങൾക്ക് ജന്മം നൽകുന്നതിനും സാധിക്കും.

കൈകാലുകളിലെ നീർക്കെട്ട്, വിളർച്ച, തുടർച്ചയായി ഉണ്ടാകുന്ന പനി, തളർച്ച, വീണ്ടും വീണ്ടും ഉണ്ടാകുന്ന അണുബാധകൾ, കുറഞ്ഞ ശരീര വിളർച്ചാ നിരക്ക്, ഇടയ്ക്കിടെ ഉണ്ടാകുന്ന മഞ്ഞപ്പിത്തം മുതലായവയാണ് ഈ അസുഖത്തിന്റെ ആദ്യ ലക്ഷണങ്ങൾ. മിക്ക രോഗ ബാധിതരായ കുട്ടികളും മുതിർന്നവരും തീവ്രമായ വേദനാ പ്രതിസന്ധി അഭിമുഖീകരിക്കേണ്ടി വരുന്നു. ഈ സമയത്തു ഇവർ കാലുകൾ, നടുവെണ്ണ് തുടങ്ങിയ സ്ഥലങ്ങളിൽ അനുഭവപ്പെടുന്ന ശക്തമായ വേദനയുമാണ് ആശുപത്രികളെ സമീപിക്കാൻ.

നിങ്ങളുടെ കുഞ്ഞിന് മറ്റു കുട്ടികളെ അപേക്ഷിച്ച് കൂടുതൽ കരുതലും പരിചരണവും ആവശ്യമാണ് പ്രതിരോധ കുത്തിവെപ്പുകൾ -സാധാരണ നിർദ്ദേശിക്കാറുള്ള എഫ് പ്രതിരോധ കുത്തിവെപ്പുകൾക്കും പുറമെ അരിവാൾ രോഗത്തിനായുള്ള പ്രതിരോധ കുത്തിവെപ്പുകൾ. മരുന്നുകൾ -ഫോളിക് ആസിഡ്, ഹൈഡ്രോക്സിയൂറിഡ്, പെനിസിലിൻ ഡോക്സുമായുള്ള പതിവ് കൂട്ടിക്കാലുകൾ ആവശ്യമെങ്കിൽ രോഗ ശമനത്തിനായുള്ള ബി എം ടി ചികിത്സ സംശയ നിവാരണത്തിനായി അടുത്തുള്ള അരിവാൾ രോഗപിടിത്ത കേന്ദ്രവുമായി ബന്ധപ്പെടുകയോ ഈ കാണുന്ന ക്യാ ആർ കോഡ് സ്കാൻ ചെയ്യുകയോ ചെയ്യുക.

വേദന പ്രതിസന്ധിയെ ഉത്തേജിപ്പിക്കുന്ന ഘടകങ്ങൾ എന്തൊക്കെ ആണ്?
കാലാവസ്ഥാ വ്യതിയാനം, വയറിലൂക്കം, പനി, നിർജ്ജലീകരണം, അണുബാധ, മാനസിക സമ്മർദ്ദം, തളർച്ച, സമുദ്ര നിരപ്പിൽ നിന്ന് വളരെ ഉയർന്ന പ്രദേശങ്ങൾ etc.

For any doubts contact your nearest sickle cell treatment center or scan this QR Code





മൊഡ്യൂൾ - ഭാഗം 3
അധ്യാപകർക്കുള്ള അവബോധ
മൊഡ്യൂൾ





അധ്യാപകർക്കുള്ള വിവര സഹായി

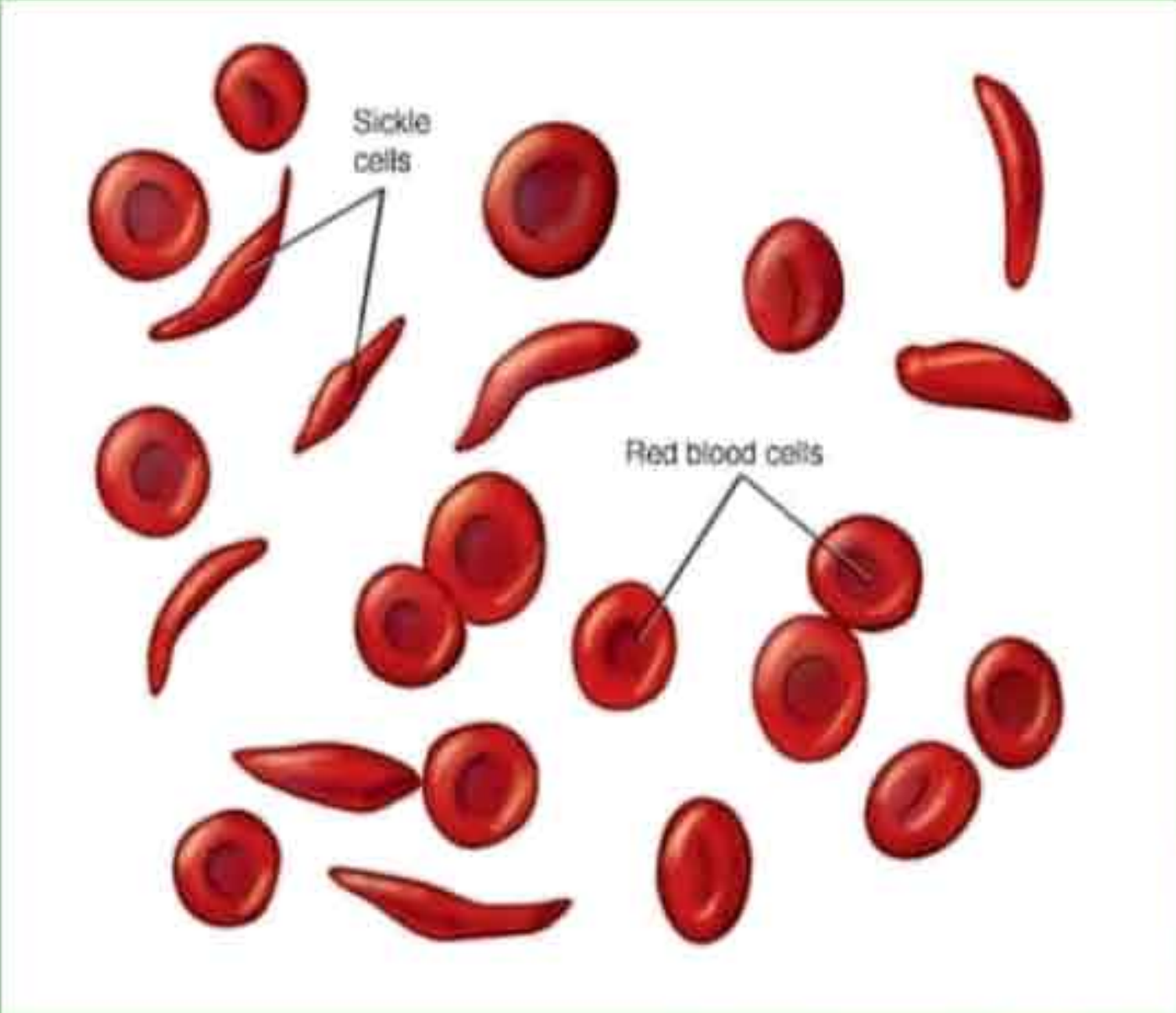
1. അറിവാൾ രോഗബാധിതരായ കുട്ടികളെക്കുറിച്ചു അധ്യാപകർ അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ടതാണ്.
2. ഈ കുട്ടികൾ സ്ഥിരമായി മരുന്നുകളും, സാധാരണയിൽ അധികമായി ദ്രാവകങ്ങളും ഉപയോഗിക്കുന്നവരാണെന്ന് മനസ്സിലാക്കി അവരുടെ പ്രാഥമികാവശ്യങ്ങൾ നിറവേറ്റുന്നതിനുള്ള സഹായങ്ങൾ ചെയ്തു കൊടുക്കേണ്ടതാണ്.
3. ഗുരുതരമായ ആരോഗ്യപരമായ പ്രശ്നങ്ങൾ ഒഴിവാക്കുന്നതിനായി സ്ഥിരമായ വൈദ്യസഹായവും പരിശോധനകളും ഇത്തരം കുട്ടികൾക്ക് ആവശ്യം ആണെന്ന് അധ്യാപകർ മനസ്സിലാക്കേണ്ടതാണ്.
- 4.24 മണിക്കൂറിനുള്ളിൽ കുട്ടിക്കുണ്ടാകുന്ന ശക്തമായ പനി, തളർച്ച, ശ്വാസതടസ്സം, വേദന മറ്റു ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ എന്നിവയിൽ കുറവ് കാണുന്നില്ലെങ്കിൽ ഉടൻ തന്നെ അടുത്തുള്ള ആരോഗ്യ കേന്ദ്രത്തിലോ ആശുപത്രിയിലോ എത്തിക്കേണ്ടതാണ്.
5. പെട്ടെന്ന് ഗുരുതരമായ ആരോഗ്യ പ്രശ്നങ്ങൾ വരാനുള്ള സാധ്യത ഇത്തരം കുട്ടികളിൽ ഉള്ളതിനാൽ ആരോഗ്യനിലയിൽ എന്തെങ്കിലും സംശയം തോന്നിയാൽ ഡോക്ടറുമായി ബന്ധപ്പെടുന്നതാണ് ഏറ്റവും നല്ലത്.

എന്തിനാണ് നമ്മൾ അറിവാൾ രോഗത്തെക്കുറിച്ചു ചർച്ച ചെയ്യുന്നത്.

- ഗോത്രവർഗ്ഗ അധിവാസ മേഖലകളിൽ അറിവാൾ രോഗ കോശ വാഹകരുടെ എണ്ണം വളരെ കൂടുതലാണ്.
- അതിനാൽ തന്നെ ഇത്തരം സംസ്ഥാനങ്ങളിലോ ജില്ലകളിലോ ജനിക്കുന്ന എല്ലാ കുട്ടികളിലും ഈ രോഗത്തിന്റെയോ, രോഗ വാഹക സ്വഭാവത്തിന്റെയോ സാന്നിധ്യം ഉണ്ടോ എന്നുറപ്പാക്കാൻ ആവശ്യമായ പരിശോധനകൾ നടത്തേണ്ടതുണ്ട്

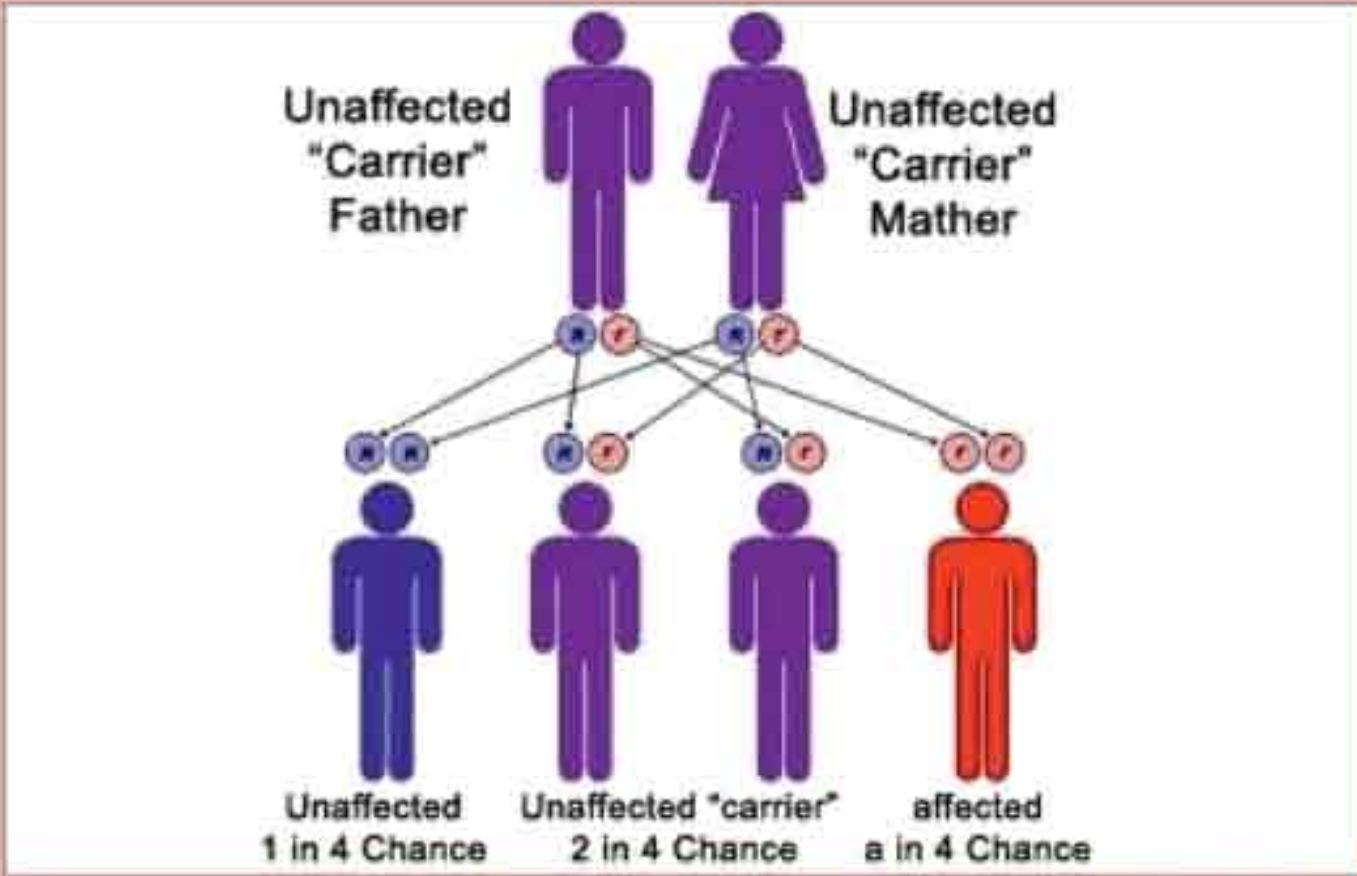
എന്താണ് അരിവാൾ രോഗം?

- അരിവാൾ രോഗബാധിതരിൽ അരുണ രക്താണുക്കളുടെ ഉള്ളിൽ കാണപ്പെടുന്ന ഹീമോഗ്ലോബിൻ അസാധാരണ നിലയിലായിരിക്കും.
- ഈ അസാധാരണ നിലയിലുള്ള ഹീമോഗ്ലോബിനെ സംവഹിക്കുന്ന അരുണ രക്താണുക്കൾക്കും തൽഫലമായി രൂപഭേദം (ചന്ദ്രക്കല പോലെ) സംഭവിക്കുകയും ഒട്ടിപിടിക്കുന്ന സ്വഭാവം കൈവരികയും ചെയ്യുന്നു.
- ഇത് മൂലം ചെറിയ രക്തക്കുഴലുകളിൽ തടസ്സം സൃഷ്ടിക്കപ്പെടുകയും കഠിനമായ വേദനയും അവയവങ്ങൾക്ക് കേടുപാടും സംഭവിക്കുന്നു. ചിലപ്പോൾ ഇത് പക്ഷാഘാതത്തിലേക്കു വരെ നയിക്കാം.
- ഈ അരുണ രക്താണുക്കൾക്കു വേഗം നാശം സംഭവിക്കുന്നതിനാൽ രോഗബാധിതരിൽ വിളർച്ച കാണപ്പെടുന്നു



അരിവാൾ രോഗത്തിന്റെ കാരണം എന്ത്?

- *അരിവാൾ രോഗബാധിതരായവരോ, അരിവാൾ രോഗ കോശ വാഹകരായവരോ ആയ മാതാപിതാക്കളിൽ നിന്നുമാണ് മക്കൾക്ക് ഈ രോഗം ലഭിക്കുന്നത്.
- *രോഗ ബാധിതരായ ആളുകളിൽ ജനിതക വ്യതിയാനം സംഭവിച്ചിട്ടുള്ളതിനാൽ ഇവരിൽ കാണുന്ന ഹീമോഗ്ലോബിൻ അസാധാരണയിൽ നിന്നും വ്യത്യസ്തം ആയിരിക്കും.
- *രോഗ കോശ വാഹകരിൽ പൊതുവെ ലക്ഷണങ്ങൾ കാണപ്പെടാത്തതിനാൽ ശാസ്ത്രീയ പരിശോധനയിലൂടെ മാത്രമേ ഈ അവസ്ഥ കണ്ടെത്താനാവൂ

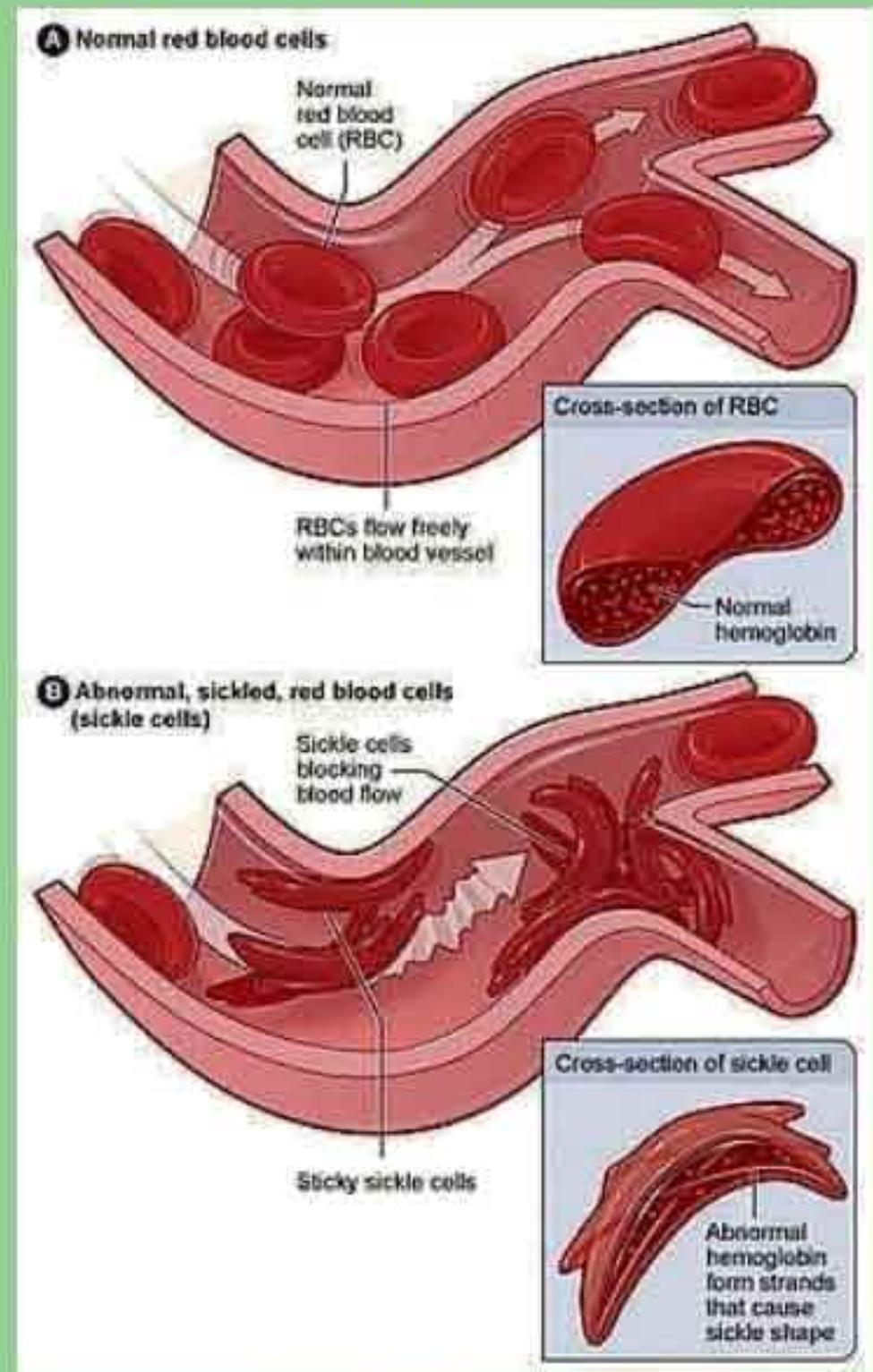


അരിവാൾ രോഗ ലക്ഷണങ്ങൾ എന്തെല്ലാം?

*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, ഇടയ്ക്കിടെ ഉണ്ടാകുന്ന അണുബാധ, വളർച്ചക്കുറവ്, തുടരെ തുടരെ ഉണ്ടാകുന്ന മഞ്ഞപ്പിത്തം തുടങ്ങിയവയാണ് ഈ രോഗത്തിന്റെ ആദ്യ ലക്ഷണങ്ങൾ .



എന്താണ് അരിവാൾ രോഗ പ്രതിസന്ധി?

അരിവാൾ രോഗ ബാധിതരായ മിക്ക കുട്ടികളും മുതിർന്നവരും നേരിടേണ്ടി വരുന്ന ഒരു പ്രതിസന്ധിയാണ് അസഹ്യമായ വേദന.

ഈ കാലയളവിൽ ഇവരിൽ നടുവിലും, 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.



എങ്ങനെ അരിവാൾ രോഗ പ്രതിസന്ധി തിരിച്ചറിയാം?

- താഴെ പറയുന്ന രീതികളിൽ ഈ പ്രതിസന്ധി കാണപ്പെടാം

ഹാൻഡ് -ഫുട് സിൻഡ്രോം :കൈകാലുകളിൽ കാണപ്പെടുന്ന നീരും വേദനയും

അക്യൂട്ട് ചെസ്റ്റ് സിൻഡ്രോം -ചുമയും, ശ്വാസം എടുക്കുമ്പോൾ അനുഭവപ്പെടുന്ന ബുദ്ധിമുട്ടും

കണ്ണ് -കണ്ണിലേക്കുള്ള രക്തക്കുഴലുകളെ ബാധിക്കുകയും കാഴ്ച കുറയുകയും ചെയ്യുന്നു

പക്ഷാഘാതം-തലച്ചോറിലേക്കുള്ള രക്തക്കുഴലുകളെ ബാധിക്കുകയും പക്ഷാഘാതത്തിനു കാരണമാവുകയും ചെയ്യുന്നു.



- കൈകളിലും കാലുകളിലും വേദനയോടുകൂടിയ നീർക്കെട്ട്



ആവർത്തിച്ച് വരുന്ന മഞ്ഞപ്പിത്ത അണുബാധ



വിളർച്ച ബാധിച്ച കുട്ടിയുടെ കൈ

എങ്ങനെയാണു നമ്മൾ അരിവാൾ രോഗത്തെ ചികിത്സിക്കുന്നത്?

രോഗ ലക്ഷണങ്ങൾ ഒന്നും തന്നെ പ്രകടമായില്ലെങ്കിലും ഡോക്ടറുടെ നിർദ്ദേശ പ്രകാരമുള്ള പതിവ് പരിശോധന മുടക്കരുത്. ഡോക്ടറുടെ നിർദ്ദേശ പ്രകാരമുള്ള മരുന്നുകളും, പ്രതിരോധ കുത്തിവയ്പ്പുകളും എടുക്കുക

- മരുന്നുകൊണ്ട് കുട്ടിയിലെ വിളർച്ചയിൽ മാറ്റം കാണുന്നില്ലായെങ്കിൽ രക്തം കയറ്റേണ്ടതായി വരും.
- അരിവാൾ രോഗ പ്രതിസന്ധി ഘട്ടങ്ങളിൽ കുഞ്ഞിനെ ആശുപത്രിയിൽ പ്രവേശിപ്പിക്കുകയും ആന്റി ബയോട്ടിക്കുകൾ, ഐ വി ദ്രാവകങ്ങൾ മുതലായവ ഉപയോഗിച്ച് ചികിത്സിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു .

എങ്ങനെയാണു അരിവാൾ രോഗബാധിതനായ കുട്ടിയെ പരിചരിക്കേണ്ടത്?

*രോഗ ബാധിതരായ കുട്ടികളെയും അവരുടെ മാതാപിതാക്കളെയും ആരോഗ്യപ്രദമായ ജീവിതശൈലി നയിക്കുവാൻ പ്രേരിപ്പിക്കുക

*ധാരാളം വെള്ളം കുടിക്കുവാൻ കുട്ടികളെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക

*അണുബാധ തടയുവാൻ ശുചിത്വം പാലിക്കുക

*താഴെ പറഞ്ഞിരിക്കുന്ന കാര്യങ്ങളിൽ കുട്ടികളെ ബോധവൽക്കരിക്കുക

*മരുന്നുകൾ കൃത്യമായി കഴിക്കുക

*തളർച്ച, അതി ശൈത്യം, നിർജ്ജലീകരണം ,ദീർഘ ദൂരയാത്രകൾ (വിമാന യാത്ര ഉൾപ്പെടെ),സമുദ്രനിരപ്പിൽ നിന്നും വളരെ ഉയരത്തിലുള്ള സ്ഥലങ്ങൾ തുടങ്ങിയവ ഒഴിവാക്കുക.

കുട്ടികളിൽ ഈ രോഗലക്ഷണങ്ങൾ കണ്ടു തുടങ്ങിയാൽ ഉടനെ ആശുപത്രിയിൽ എത്തിക്കുക

- *ഇടവിട്ടുള്ള പനി
- *ഇടയ്ക്കിടെ ഉണ്ടാകുന്ന അണുബാധ
- *ആവർത്തിച്ചുണ്ടാകുന്ന വിളർച്ച
- *ഇടയ്ക്കിടെ ഉണ്ടാകുന്ന മഞ്ഞപ്പിത്തം
- *ശരീരത്തിൽ വിവിധ ഇടങ്ങളിൽ ഇടയ്ക്കിടെ ഉണ്ടാകുന്ന വേദന
- *കൈകാലുകളിലോ സന്ധികളിലോ കാണപ്പെടുന്ന നീർക്കെട്ട്
- *കാലുകളിലുണ്ടാകുന്ന പുണ്ണ്
- * വളർച്ചക്കുറവ്
- *ശ്വാസതടസ്സം
- *വികസിക്കുന്ന പ്ലീഹ
- *രക്തം കലർന്ന മൂത്രം



ഉടൻ തന്നെ അടുത്തുള്ള മെഡിക്കൽ ഓഫീസുമായോ ശിശു രോഗ വിദഗ്ദ്ധനുമായോ ബന്ധപ്പെടുക.

രോഗ ബാധിതരായ കുട്ടികളെയും അവരുടെ മാതാ പിതാക്കളെയും അറിവാൻ രോഗ സങ്കീർണ്ണതകളിൽ എങ്ങനെ സഹായിക്കാം

- 1 .കൃത്യമായി ചികിത്സ ഉറപ്പാക്കുക
- 2 .ചികിത്സാ രേഖകൾ ABHA ID ഉപയോഗിച്ച് ഡിജിറ്റൽ ആയി സൂക്ഷിക്കുക
- 3 .റിപ്പോർട്ടുകളുടെയും ,ഡിസ്ചാർജ്ജ് രേഖകളുടെയും, വേദന സംബന്ധമായി നടത്തിയ ചികിത്സാ വിവരങ്ങളുടേയും പകർപ്പ് സൂക്ഷിക്കുക.
- 4 .പുറമെ ആരോഗ്യവാനായി കുട്ടി കാണപ്പെടുന്നുണ്ടെങ്കിലും പതിവ് പരിശോധന മുടക്കാതിരിക്കുക

രോഗ ബാധിതനായ കുട്ടിയ്ക്ക് വേണ്ടി ഒരു ചികിത്സാ രേഖ തയ്യാറാക്കി സൂക്ഷിക്കുക

- *പേര്
- *ജനന തീയതി
- *ഏതു തരത്തിലുള്ള അരിവാൾ രോഗം
- *നിലവിലുള്ള ആരോഗ്യ പ്രശ്നങ്ങൾ
- *മുൻപ് തേടിയിട്ടുള്ള ചികിത്സയുടെയും നടത്തിയിട്ടുള്ള ശാസ്ത്രക്രിയയുടെയും വിശദ വിവരങ്ങൾ
- *രക്തം കയറ്റിയ തീയതികൾ
- *മരുന്നുകൾ
- *സ്വീകരിച്ചിട്ടുള്ള പ്രതിരോധ മരുന്നുകൾ

2. കുട്ടിക്ക് നൽകാവുന്ന വൈദ്യേതര പരിചരണങ്ങൾ

ഒരു അധ്യാപകൻ/അധ്യാപിക എന്ന നിലയിൽ താഴെ പറയുന്ന കാര്യങ്ങൾ ഉറപ്പാക്കുക

- *സമീകൃതാഹാരം കഴിക്കുന്നതിനെ കുട്ടിയെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക
- *നിർജ്ജലീകരണം തടയുക -ഒരു ദിവസം 6 ഗ്ലാസ് മുതൽ 8 ഗ്ലാസ് വെള്ളം വരെയാണ് ശുപാർശ ചെയ്യുന്നത്. വിദ്യാലയത്തിൽ ആയിരിക്കുന്ന അവസരങ്ങളിൽ കായികമായ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുമ്പോൾ ക്രമമായി ഇടവേളകൾ എടുക്കുന്നത് നിർജ്ജലീകരണം തടയാൻ സഹായിക്കും. വേനൽകാലത്തും പനിയുള്ള സമയങ്ങളിലും കുട്ടി ആവശ്യത്തിന് വെള്ളം കുടിക്കുന്നുണ്ടെന്നു ഉറപ്പാക്കേണ്ടതാണ്.
- *രോഗലക്ഷണങ്ങളെ പറ്റി മനസ്സിലാക്കിയിരിക്കേണ്ടതും സമയോചിതമായി രോഗലക്ഷണങ്ങളെ ചികിത്സിക്കേണ്ടതും ആണ്.



3. അണുബാധ കുറയ്ക്കുന്നതിന് സ്വീകരിക്കാവുന്ന മാർഗ്ഗങ്ങൾ

അരിവാൾ രോഗ ബാധയുള്ള കുട്ടികളിൽ ഉണ്ടാകാവുന്ന അണുബാധ തടയേണ്ടത് വളരെ അത്യാവശ്യമാണ്. മറ്റു കുട്ടികളെ അപേക്ഷിച്ചു ഈ കുട്ടികളിൽ അണുബാധ പിടിപെടാനുള്ള സാധ്യത കൂടുതലാണ്. ഇത്തരം അണുബാധകൾ ഉണ്ടാകുമ്പോൾ അരിവാൾ രോഗ പ്രതിസന്ധി ഉണ്ടാകുന്നതിനുള്ള സാധ്യതയും വളരെ കൂടുതലാണ്. അതിനാൽ ഒരു രക്ഷിതാവെന്ന നിലയിൽ താഴെ പറയുന്ന കാര്യങ്ങൾ ഉറപ്പാക്കേണ്ടതാണ്:

- അണുബാധ തടയുന്നതിന് കൃത്യമായ ശുചിത്വം പാലിക്കുക. അണുബാധ തടയുന്നതിനുള്ള **ചില ലളിതമായ മാർഗ്ഗങ്ങൾ ചുവടെ ചേർക്കുന്നു** -
 - എ) ഇടയ്ക്കിടെ കൈകൾ കഴുകുന്നത്
 - ബി) ദിവസത്തിൽ രണ്ടു പ്രാവശ്യം പല്ലു തേക്കുന്നത്
 - സി) ശുചിയായ ഭക്ഷണ രീതി പിന്തുടരുന്നത് - വൃത്തിയില്ലാത്ത ചുറ്റുപാടുകളിൽ തയ്യാറാക്കിയ ഭക്ഷണം ഒഴിവാക്കുന്നത്
 - ഡി) സമീകൃത ആഹാരം കഴിക്കുന്നത്
 - ഇ) ദേശീയ പ്രതിരോധ കുത്തിവെയ്പ്പ് പട്ടിക അനുസരിച്ചു കൃത്യമായി പ്രതിരോധമരുന്നുകൾ സ്വീകരിക്കുന്നത്
 - എഫ്) ഡോക്ടറുടെ നിർദ്ദേശ പ്രകാരം സാധാരണ ഗതിയിൽ കണ്ടുവരുന്ന അണുബാധകൾ തടയാൻ

4. ആരോഗ്യപൂർണ്ണവും സജീവമായ ജീവിത ശൈലി പിന്തുടരുക

- * കുട്ടികളെ പതിവായി വ്യായാമം ചെയ്യാൻ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക
 - ഇത് ഹൃദയത്തെയും ശ്വാസകോശത്തെയും ശക്തിപ്പെടുത്താൻ സഹായിക്കുന്നു.
 - കൂടുതൽ ഉന്മേഷം നൽകുന്നു
 - രോഗ പ്രതിസന്ധികൾ കുറക്കാൻ സഹായിക്കുന്നു
- * ഡോക്ടറുമായി ചർച്ച ചെയ്തു കുട്ടികൾക്ക് ചെയ്യാൻ സാധിക്കുന്ന വ്യായാമങ്ങൾ തീരുമാനിക്കുക
- * വിദ്യാഭ്യാസം തുടരുന്നതിനും സജീവമായ ജീവിത ശൈലി നിലനിർത്താനും കുട്ടികളെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക
- * കായിക വിനോദങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടാൻ കുട്ടികളെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക
 - ചുട്ടുകാലങ്ങളിൽ കഠിനമായ വ്യായാമമുറകൾ ഒഴിവാക്കുക
 - കായിക വിനോദങ്ങൾക്കിടയിൽ ആവശ്യത്തിന് വെള്ളം കുടിക്കാനുള്ള ഇടവേളകൾ നൽകുക
 - കൂടുതൽ വെള്ളം കുടിക്കുന്നതിനാൽ ശുചിമുറികൾ ഉപയോഗിക്കുന്നതിനു കുട്ടികളെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക
 - ശ്വാസന വ്യായാമങ്ങൾ, യോഗ, ധ്യാനം എന്നിവയും ഫലപ്രദമാണ്

ഏതു രോഗ പ്രതിരോധ കുത്തിവെയ്പ്പ് ചികത്സാ പട്ടികയാണ് പിന്തുടരേണ്ടത് ?

ദേശീയ രോഗപ്രതിരോധ ചികിത്സാ പട്ടിക

നവജാത ശിശുക്കൾ		
ബി സി ജി	ജനിച്ച ഉടനെ/ ഒരു വയസ്സ് തികയും മുൻപ്	0.1 മില്ലി(ഒരു മാസം വരെ 0.85 മില്ലി)
ഹെപ്റ്റൈറ്റിസ് ബി-0 * ഡോസ്	ജനിച്ച ഉടനെ / ജനിച്ചു 24 മണിക്കൂറിനുള്ളിൽ	0.5 മില്ലി
ഓ പി വി -0	ജനിച്ച ഉടനെ / ജനിച്ചു 15 ദിവസത്തിനുള്ളിൽ	2 തുള്ളി
ഓ പി വി-1,2&3	ആറാമത്തെ ആഴ്ചയിൽ, പത്താമത്തെ ആഴ്ചയിൽ & പതിനാലാമത്തെ ആഴ്ചയിൽ (അഞ്ചു വയസ്സുവരെ ഓ പി വി നൽകാവുന്നതാണ്)	2 തുള്ളി
പെന്റാ വാലന്റ് 1.2 &3	ഹെപ്റ്റൈറ്റിസ് ബി-0 * ഡോസ് ആറാമത്തെ ആഴ്ചയിൽ, പത്താമത്തെ ആഴ്ചയിൽ & പതിനാലാമത്തെ ആഴ്ചയിൽ (ഒരു വയസ്സുവരെ നൽകാവുന്നതാണ്)	0.5 മില്ലി
റോട്ടാ വൈറസ് #	ആറാമത്തെ ആഴ്ചയിൽ, പത്താമത്തെ ആഴ്ചയിൽ & പതിനാലാമത്തെ ആഴ്ചയിൽ (ഒരു വയസ്സുവരെ	5 തുള്ളി
ഐ പി വി	ആറാമത്തെ ആഴ്ചയിലും പതിനാലാമത്തെ ആഴ്ചയിലും രണ്ടു ഭാഗികമായ ഡോസുകൾ	0.1 മില്ലി
മീസിൽസ് / എം ആർ അഭദ	ഒൻപതു മാസം പൂർത്തിയാകുന്നതിൽ മൂന്നു -12 മാസം (അഞ്ചു വയസ്സുവരെ നൽകാവുന്നതാണ്)	0.5 മില്ലി
ജെ ഇ -1 **	ഒൻപതു മാസം പൂർത്തിയാകുന്നതിൽ - 12 മാസം	0.5 മില്ലി
വിറ്റാമിൻ എ (അഭദ ഡോസ്)	ഒൻപതു മാസം പൂർത്തിയാകുന്നതിനു ശേഷം മീസിൽസ്-റുബെല്ല കുത്തിവെയ്പ്പിനൊപ്പം	1 മില്ലി(ഒരു ലക്ഷം IU)

ഏതു രോഗ പ്രതിരോധ കുത്തിവെയ്പ്പ് ചികത്സാ പട്ടികയാണ് പിന്തുടരേണ്ടത് ?

കുട്ടികൾക്ക്	
ഡി പി റി ബുസ്റ്റർ -1)	16-24 മാസം
മീസിൽസ് / എം ആർ രണ്ടാമത്തെ ഡോസ്	16-24 മാസം
ഓ പി വി ബുസ്റ്റർ	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 ബുസ്റ്റർ -2	5-6 വയസ്സ്
ടി ടി	10 വയസ്സിലും 16 വയസ്സിലും

ദേശീയ പദ്ധതി അനുസരിച്ചുള്ള മറ്റു പ്രതിരോധ കുത്തി വയ്പ്പുകളും എടുക്കേണ്ടതാണ്

എപ്പോഴാണ് കുട്ടിയ്ക്ക് അടിയന്തിര വൈദ്യ സഹായം ലഭ്യമാക്കേണ്ടത്?

താഴെ പറഞ്ഞിരിക്കുന്നതിൽ ഏതെങ്കിലും ഒന്ന് നിങ്ങളുടെ കുട്ടിയ്ക്കുണ്ടായാൽ അടിയന്തിരമായി കുട്ടിയെ ആശുപത്രിയിൽ എത്തിക്കേണ്ടതാണ്:

- 1 .101 .4° F ൽ കൂടുതൽ പനി
- 2 .ചർദ്ദി / അയഞ്ഞ മലം
- 3.ശ്വാസ തടസ്സം/ നെഞ്ച് വേദന
- 4 .വയറു വേദന
- 5 .പെട്ടെന്നുണ്ടാകുന്ന വിളർച്ച/ കണ്ണിനുണ്ടാകുന്ന മഞ്ഞ നിറം
- 6 .വയർ വീർക്കൽ
- 7 .കഠിനമായ തലവേദന
- 8 .കൈകൾക്കും കാലുകൾക്കും പെട്ടെന്നുണ്ടാകുന്ന തളർച്ച
- 9 .അപസ്മാരം
- 10 .പെട്ടെന്നുണ്ടാകുന്ന പ്ലീഹ വികാസം
- 11 .അബോധാവസ്ഥ / തലകറക്കം / സംഭ്രമം

പനിയോ വേദനയോ ഉണ്ടായാൽ

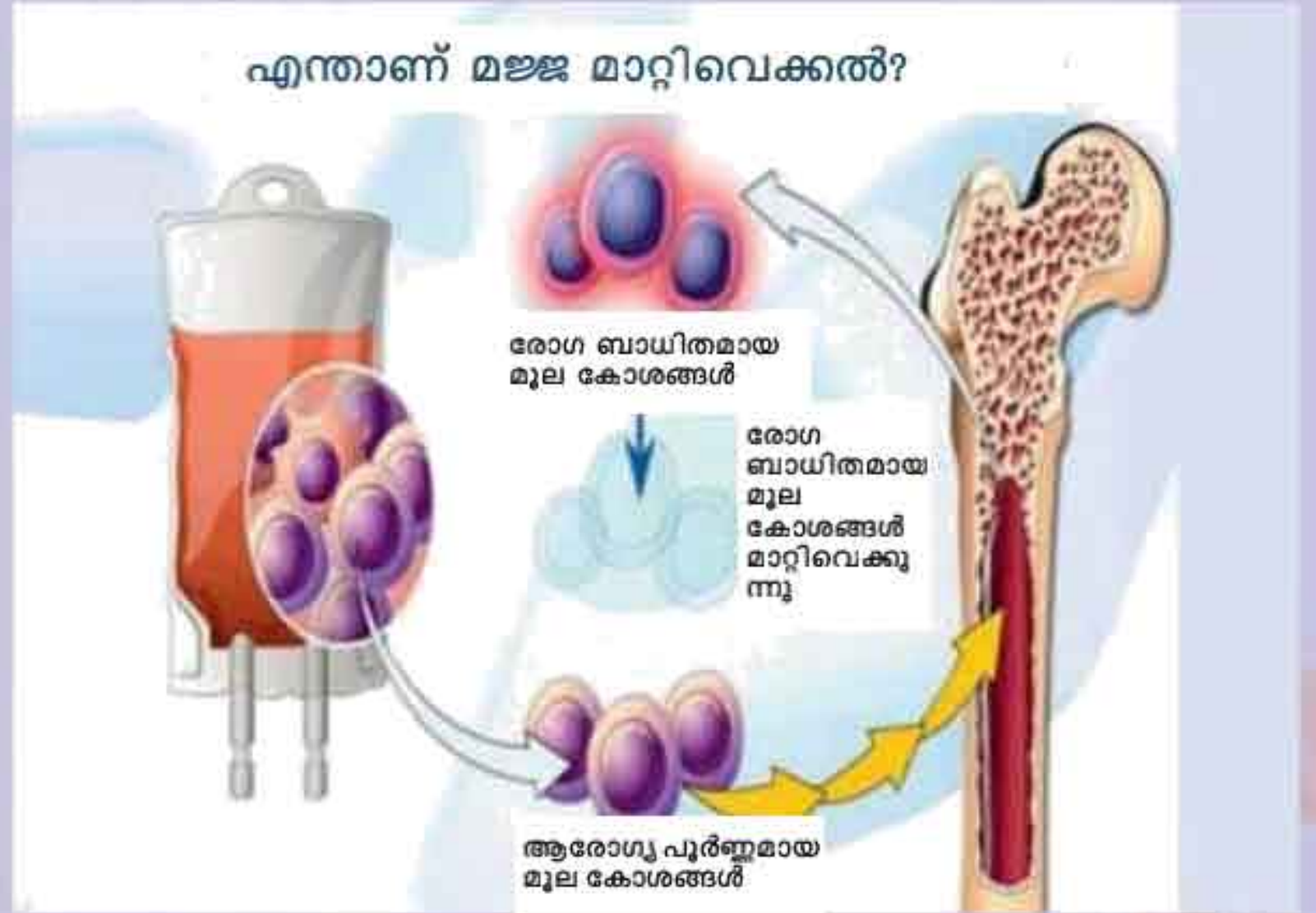
*പനിയും വേദനയും അറിവാൾ രോഗമുള്ള കുട്ടിയെ സംബന്ധിക്കുന്ന അടിയന്തരാവസ്ഥകളാണ്.

*കുട്ടിയുടെ ശരീരത്തിൽ ജലാംശം നിലനിർത്തുക

*വേദനയോ പനിയോ കുറയുന്നതുപോലെ തോന്നിയാലും കുട്ടിയെ ഡോക്ടറുടെ അടുത്ത് നിർബന്ധമായും കൊണ്ടുചെല്ലേണ്ടതാണ്.

അരിവാൾ രോഗം പൂർണ്ണമായും സുഖപ്പെടുത്തുന്നതിനുള്ള ചികിത്സാസാധ്യതകൾ നിലവിൽ ഉണ്ടോ?

- സാധാരണ ഗതിയിൽ കൃത്യമായി മരുന്നുകൾ കഴിക്കുന്നതിലൂടെയും, തുടർ ചികിത്സ മുടക്കാതിരിക്കുന്നതിലൂടെയും രോഗികളിൽ തൃപ്തികരമായ ആരോഗ്യ നില നിലനിർത്താൻ സാധിക്കാറുണ്ട്.
- അതി കഠിനമായ അരിവാൾ രോഗ വകഭേദങ്ങൾ ഉള്ള വ്യക്തികൾക്ക് മാത്രമാണ് ഇത്തരത്തിലുള്ള രോഗശമന ചികിത്സകൾ ആവശ്യം.



അരിവാൾ രോഗ കോശ സ്വഭാവത്തെ ഭയക്കേണ്ടതുണ്ടോ?

- *ഇത്തരം ആളുകളിൽ പൊതുവെ രോഗലക്ഷണങ്ങൾ ഒന്നും തന്നെ പ്രകടമാവാറില്ല
- *വ്യായാമം ചെയ്യുമ്പോഴും, 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

എൻ്റെ അറിവാൾ രോഗ ബാധിതനായ കുഞ്ഞിന് എന്താക്കെ സർക്കാർ ആനുകൂല്യങ്ങൾ ലഭിക്കും?

ഭാരത സർക്കാർ താഴെ പറഞ്ഞിരിക്കുന്ന രീതികളിൽ നിങ്ങളുടെ കുഞ്ഞിനെ സഹായിക്കുന്നു

- സൗജന്യ രോഗനിർണയവും ചികിത്സയും
- ആവശ്യമെങ്കിൽ സൗജന്യ രക്തം കയറ്റൽ (ബ്ലഡ് ട്രാൻസ്ഫ്യൂഷൻ)
- ബസ് /ട്രെയിൻ സൗജന്യ യാത്ര
- വികലാംഗർക്കുള്ള മറ്റു ആനുകൂല്യങ്ങൾ -പരീക്ഷയിൽ ഉള്ള ആനുകൂല്യങ്ങൾ,വിദ്യാഭ്യാസ സംവരണം

നവജാത ശിശു

നവജാത ശിശുവിൽ അരിവാൾ രോഗം ഉണ്ടോ എന്നറിവുന്നതിനു പരിശോധന നടത്തുക

ഉണ്ടെങ്കിൽ അയാളുടെ നിർമ്മാശ പ്രകാരമുള്ള മരുന്നുകൾ കൃത്യമായി നൽകുക

നിർമ്മാശ പ്രകാരമുള്ള പ്രതിരോധ കുത്തിവെപ്പുകൾ യഥാസമയം നൽകുക

മുലയൂട്ടലും, മുലപ്പാൽ നിർമ്മാശയും യഥാസമയം നടത്തുക

നവജാത ശിശുക്കളിൽ കണ്ടുവരുന്ന സാധാരണ രോഗങ്ങൾക്കു ആവശ്യമായ പരിചരണം നൽകുക

മാർഗ്ഗ നിർദ്ദേശങ്ങൾ

കുട്ടികൾ

നിർമ്മാശ പ്രകാരമുള്ള പ്രതിരോധ കുത്തിവെപ്പുകളും മരുന്നുകളും കൃത്യമായി എടുക്കുക.

പോഷക സമൃദ്ധമായ ആഹാരം ഉറപ്പാക്കുക

ബാല്യകാല രോഗങ്ങളെ പരിചരിക്കുക

പെട്ടെന്നുണ്ടാകുന്ന ആരോഗ്യ അടിയന്തരാവസ്ഥകളെ തിരിച്ചറിയുക

നിർമ്മാശ പ്രകാരം ഒഴിവാക്കുക

സാധാരണ നിലയിലുള്ള വിദ്യാഭ്യാസവും മറ്റു പരിപാടികളും തുടരുക

മുതിർന്നവർ

സജീവമായ ജീവിത ശൈലി പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക

പോഷക സമൃദ്ധമായ ആഹാരം, വിറ്റാമിൻ ഓ.കാൽസ്യം എന്നിവ ഉൾപ്പെടുത്തിപ്പെടുത്തുക

നിർമ്മാശ പ്രകാരമുള്ള മരുന്നുകൾ കഴിക്കുക

അവയവങ്ങളുടെ പ്രവർത്തന ശേഷി വിലയിരുത്തുന്നതിനുള്ള പതിവ് പരിശോധനകൾ തുടങ്ങിയിരിക്കുക

കുടുംബാംഗങ്ങളെക്കുറിച്ചു മുൻപായി പങ്കാളിയുടെ അറിവാൾ രോഗ സാധ്യത മനസ്സിലാക്കുക

വയോധികർ

സജീവമായ ജീവിത ശൈലി പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക

നിർമ്മാശ പ്രകാരമുള്ള മരുന്നുകൾ കഴിക്കുക

ജീവിത ശൈലി രോഗങ്ങൾ ഒഴിവാക്കാൻ ശ്രമിക്കുക

അരിവാൾ രോഗ ബാധിതരായ കുട്ടികൾക്ക് ജീവിതത്തിൽ മുൻനോമ്പുള്ള പ്രചോദനം നൽകുക.

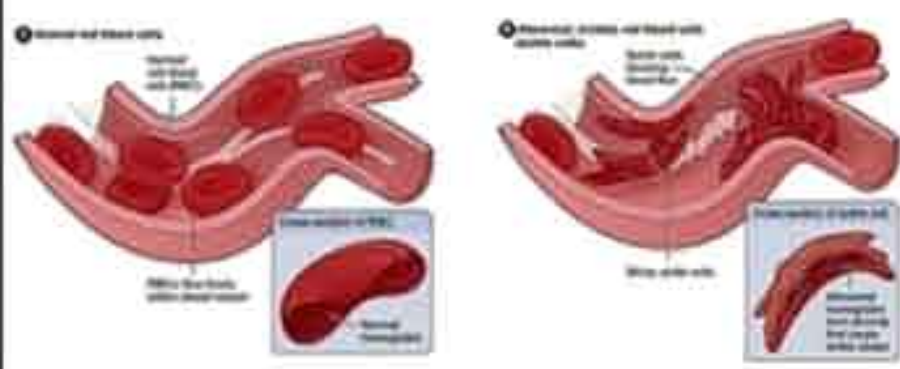
ഭാരത സർക്കാർ അരിവാൾ രോഗ നിർമ്മാർജ്ജന യജ്ഞം 2047 മാതാപിതാക്കൾക്കുള്ള വിവര സഹായി

എന്താണ് അരിവാൾ രോഗം

അരിവാൾ രോഗം എന്നത് അരുണ രക്താണുക്കളിൽ കാണപ്പെടുന്ന ഹീമോഗ്ലോബിൻ ജനിതകമായി സംഭവിക്കുന്ന ഒരു വ്യതിയാനം അഥവാ തകരാറാണ്. തൽഫലമായി ഇത്തരത്തിലുള്ള ഹീമോഗ്ലോബിൻ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന അരുണ രക്താണുക്കൾക്കും തകരാറു സംഭവിക്കുകയും ചെറിയ രക്തക്കുഴലുകളിൽ അടിഞ്ഞു കൂടി തടസ്സം സൃഷ്ടിക്കുകയും അതുവഴി തീവ്രമായ വേദന, അവയവങ്ങൾക്ക് കേടുപാടുകൾ, പക്ഷാഘാതം എന്നിങ്ങനെയുള്ള ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ ഉണ്ടാവുകയും ചെയ്യുന്നു.

ഇത്തരത്തിലുള്ള അരുണ രക്താണുക്കളുടെ ആയുർദൈർഘ്യം കുറവായതിനാൽ വിളർച്ചയും കാരണമാവുന്നു.

അരിവാൾ രോഗം ഒരു ജനിതക രോഗമാണ് അരിവാൾ രോഗ കോശ വാഹകർ രോഗലക്ഷണങ്ങൾ ഒന്നും കാണിക്കുന്നില്ല. ഇത്തരം സ്വഭാവം ഉണ്ടായെന്നറിയുന്നതിനുള്ള പരിശോധനയിലൂടെ മാത്രമേ അരിവാൾ രോഗ കോശ വാഹകരാണോ എന്ന് കണ്ടെത്താൻ കഴിയൂ. അരിവാൾ രോഗ കോശ വാഹകർക്ക് ജനിക്കുന്ന രോഗമുള്ള കുട്ടികളിൽ ചെറുപ്രായത്തിൽ തന്നെ ലക്ഷണങ്ങൾ കണ്ടു തുടങ്ങും. ഇവർക്ക് കൃത്യമായ മാർഗ്ഗ നിർദ്ദേശങ്ങൾ നൽകാൻ കഴിഞ്ഞാൽ സാധാരണ നിലയിൽ ജീവിക്കുന്നതിനും, വിദ്യാഭ്യാസം പൂർത്തിയാക്കുന്നതിനും, ജോലി നേടുന്നതിനും, വിവാഹം കഴിക്കുന്നതിനും കുഞ്ഞുങ്ങൾക്ക് ജന്മം നൽകുന്നതിനും സാധിക്കും.



നിങ്ങളുടെ കുഞ്ഞിൽ ഈ ലക്ഷണങ്ങൾ കണ്ടു തുടങ്ങിയാൽ ഉടൻ തന്നെ ഡോക്ടറെ സമീപിക്കുക. ഇടയ്ക്കിടെ ഉള്ള പനി, തുടർച്ചയായി വരുന്ന അണുബാധ / ന്യൂമോണിയ ആവർത്തിച്ചുണ്ടാകുന്ന വിളർച്ച -രക്തം കയറ്റൽ ആവശ്യമായി വരും. ഇടയ്ക്കിടെ ഉണ്ടാകുന്ന മഞ്ഞപ്പിത്തം ശരീരത്തിലെ വിവിധ ഭാഗങ്ങളിൽ ഇടയ്ക്കിടെ ഉണ്ടാകുന്ന വേദന കൈകാലുകളിലോ സന്ധികളിലോ ഉണ്ടാകുന്ന നീർക്കെട്ട് കാലുകളിൽ ഉണ്ടാകുന്ന പുണ്ണ് ശരിയായ വളർച്ച ഇല്ലായ്മ.

കൈകാലുകളിലെ നീർക്കെട്ട്, വിളർച്ച, തുടർച്ചയായി ഉണ്ടാകുന്ന പനി, തളർച്ച, വീണ്ടും വീണ്ടും ഉണ്ടാകുന്ന അണുബാധകൾ, കുറഞ്ഞ ശരീര വളർച്ചാ നിരക്ക്, ഇടയ്ക്കിടെ ഉണ്ടാകുന്ന മഞ്ഞപ്പിത്തം മുതലായവയാണ് ഈ അസുഖത്തിന്റെ ആദ്യ ലക്ഷണങ്ങൾ. മിക്ക രോഗ ബാധിതരായ കുട്ടികളും മുതിർന്നവരും തീവ്രമായ വേദനാ പ്രതിസന്ധി അഭിമുഖീകരിക്കേണ്ടി വരുന്നു. ഈ സമയത്തു ഇവർ കാലുകൾ, നടു, നെഞ്ച് തുടങ്ങിയ സ്ഥലങ്ങളിൽ അനുഭവപ്പെടുന്ന ശക്തമായ വേദനയുമായിട്ടാണ് ആശുപത്രികളെ സമീപിക്കാറ്.

വേദന പ്രതിസന്ധിയെ ഉത്തേജിപ്പിക്കുന്ന ഘടകങ്ങൾ എന്തൊക്കെ ആണ്?
കാലാവസ്ഥാ വ്യതിയാനം, വയറിളക്കം, പനി, നിർജലീകരണം, അണുബാധ, മാനസിക സമ്മർദ്ദം, തളർച്ച, സമുദ്ര നിരപ്പിൽ നിന്ന് വളരെ ഉയർന്ന പ്രദേശങ്ങൾ etc.

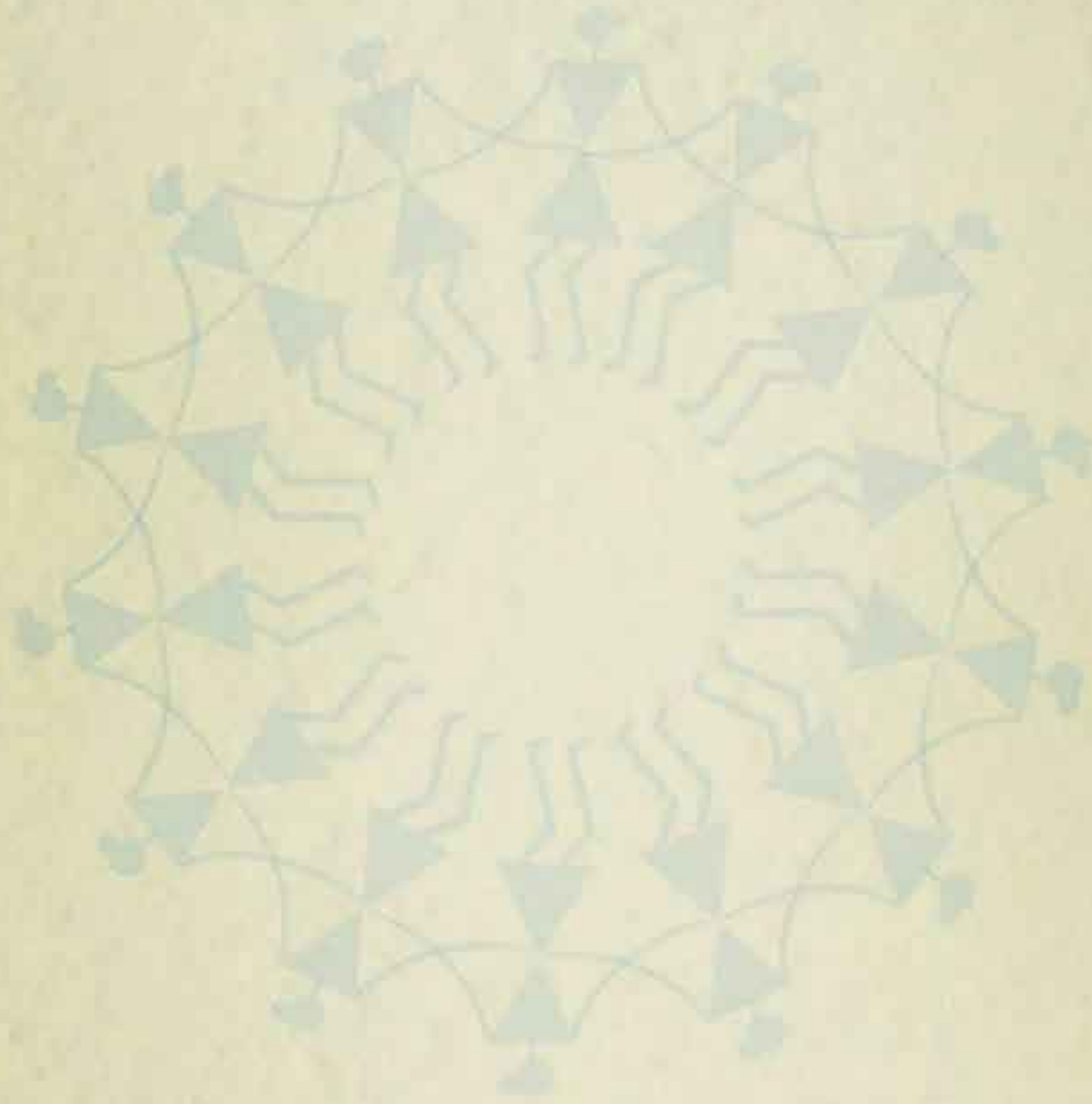
നിങ്ങളുടെ കുഞ്ഞിന് മറ്റു കുട്ടികളെ അപേക്ഷിച്ച് കൂടുതൽ കരുതലും പരിചരണവും ആവശ്യമാണ്. പ്രതിരോധ കുത്തിവെപ്പുകൾ -സാധാരണ നിർദ്ദേശിക്കാവുന്ന എല്ലാ പ്രതിരോധ കുത്തിവെപ്പുകൾക്കും പുറമെ അരിവാൾ രോഗത്തിനായുള്ള പ്രതിരോധ കുത്തിവെപ്പുകൾ. മരുന്നുകൾ -ഫോളിക് ആസിഡ്, ഹൈഡ്രോക്സിയൂറിയെപെനിസിലിൻ ഡോക്സുമായുള്ള പതിവ് കുടിക്കാഴ്ചകൾ. ആവശ്യമെങ്കിൽ രോഗ ശമനത്തിനായുള്ള ബി എം റ്റി ചികിത്സ സംശയ നിവാരണത്തിനായി അടുത്തുള്ള അരിവാൾ രോഗചികിത്സാ കേന്ദ്രവുമായി ബന്ധപ്പെടുകയോ ഈ കാണുന്ന ക്യൂ ആർ കോഡ് സ്കാൻ ചെയ്യുകയോ ചെയ്യുക.

For any doubts contact your nearest sickle cell treatment center or scan this QR Code









सत्यमेव जयते

ഭാരത സർക്കാർ

കേന്ദ്ര ഗോത്രകാര്യ വകുപ്പ് മന്ത്രാലയം & കേന്ദ്ര ആരോഗ്യ കുടുംബക്ഷേമ
വകുപ്പ് മന്ത്രാലയം



