Name of Resource person: டாக்டர் அஸ்வாணி

Podcast Title: <u>ஹெபடைட்டிஸ் பற்றிய விழிப்புணர்வு</u>

Department: நுண்ணுயிரியல்

Category:Public awareness

<u>TRANSCRIPT</u>

<u>ஹெபடைட்டிஸ் பற்றிய விழிப்புணர்வு</u>

அறிமுகம்:

நான் டாக்டர் அஸ்வாணி, ஸ்ரீ மணக்குள விநாயகர் மருத்துவக் கல்லூரியில் நுண்ணுயிரியல் நிபுணராக பணியாற்றுகிறேன். இன்று ஹெபடைட்டிஸ் குறித்து விழிப்புணர்வை உங்களிடம் பகிர விரும்புகிறேன்.

உலக ஹெபடைட்டிஸ் தினம் ஒவ்வொரு ஆண்டும் ஜூலை 28 ஆம் தேதி கொண்டாடப்படுகிறது. ஜூலை 28 என்பது டாக்டர் Baruch Samuel Blumberg என்பவரின் பிறந்த தினமாகும். அவர் ஹெபடைட்டிஸ் B வைரஸைக் கண்டுபிடித்ததுடன், இதற்கான தடுப்பூசியையும் உருவாக்கியவர்.

இதனால் அவருடைய சாதனைகளை நினைவுகூரவும், ஹெபடைட்டிஸ் வைரஸ் குறித்து விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்தவும் இந்த தினம் கொண்டாடப்படுகிறது.

ஹெபடைட்டிஸ் என்றால் என்ன?

ஹெபடைடிஸ் என்பது உடலின் மிகப்பெரிய உறுப்பான கல்லீரலில் ஏற்படும் அழற்சி ஆகும். கல்லீரல் என்பது உணவை செரிமானம் செய்யல், சக்தியை சேமித்து தக்கவைத்தல் மற்றும் உடலில் இருக்கும் நச்சுக்களை அகற்றுதல் போன்ற செயல்களை செய்வதால் மிக முக்கியமான உறுப்பாக கருதப்படுகிறது.

ஹெபடைட்டிஸ் வகைகள்:

ஹெபடைட்டிஸ் A, B, C, D, E என வகைப்படுத்தப்படுகிறது.

ஹெபடைடிஸ் A மற்றும் E – மலவழி பரவும் வைரஸ்.

ஹெபடைடிஸ் B, C, D – ரத்தம் மற்றும் உடல் திரவங்கள் வழியாக பரவுகின்றவை. அதாவது,

- பாதுகாப்பில்லாத பாலியல் தொடர்புகள்
- ஊசி அல்லது சிரிஞ்சுகளை பகிர்ந்து பயன்படுத்துதல்
- கர்ப்பிணி தாயிலிருந்து குழந்தைக்கு பிறப்பின் போது பரவல்
- சிகிச்சை காலங்களில் ஊசி குத்தி காயம் ஏற்படுதல்
- முன்பு பரிசோதனை செய்யப்படாத இரத்தம் பரிமாற்றம் போன்றவையாகும்.

ஹெபடைடிஸ் அறிகுறிகள்:

1. மூட்டு வலி
2. உடல் சோர்வு, தளர்ச்சி, காய்ச்சல்
3. வாந்தி மற்றும் மயக்கம்
4. மஞ்சக்காமாலை-கண்கள் மற்றும் தோலில் மஞ்சள் நிறம் தெரியும்; சிறுநீர் கருப்பாகவும், மலம் வெளிர் நிறமாகவும் இருக்கும்.
5. வயிற்று வலி - குறிப்பாக கல்லீரல் பகுதியில் வலி இருக்கும். (வயிற்றின் மேல் வலப்பக்கம்)

ஹெபடைடிஸ் A, D, மற்றும் E ஆகியவை **சுய வரம்புக்குட்பட்ட (Self-limiting) நோய்கள்** ஆகும். இவை பெரும்பாலான சமயங்களில் தனியாகவே குணமாகி விடும். அதற்காக எந்தவொரு சிறப்பு சிகிச்சையும் அவசியம் இல்லை.

ஆனால் **ஹெபடைடிஸ் B மற்றும் C** மிகவும் **பயங்கரமான** நோய்கள் ஆகும். இவற்றைப் பற்றி நாம் அதிகமாக கவனம் செலுத்த வேண்டும்.

நாம் இந்த நோய்களை சரியான நேரத்தில் கண்டறியவில்லை என்றால், அது **கல்லீரல் முற்று (liver cirrhosis)** ஏற்படுவதற்கு காரணமாகி, கடைசியில் **கல்லீரல் செயலிழப்பு** ஏற்படலாம்.

ஹெபடைடிஸ் நோயை கண்டறிதல்:

ஹெபடைடிஸை கண்டறிவதற்கான முதன்மை முறைகள் ரத்த பரிசோதனைகள் ஆகும்.

இது மூலம் **கல்லீரல் செயல்பாட்டு சோதனை (Liver Function Test - LFT)**, மற்றும் **வைரஸ் கண்டறியும் பரிசோதனைகள்** செய்யப்படுகின்றன.

ஹெபடைடிஸ் நோய்களின் சிகிச்சை:

ஹெபடைடிஸ் A, D, E:

- இது சுய வரம்புக்குட்பட்ட (self-limiting) நோய்கள் ஆகும்.
- பொதுவாக, சிறப்பு சிகிச்சை தேவையில்லை.
- அறிகுறிகளை குறைக்கும் ஆதரவளிக்கும் சிகிச்சை (supportive treatment) மட்டுமே வழங்கப்படும்.

ஹெபடைடிஸ் C வைரஸ் - முழுமையாக குணமாகக்கூடிய நோயாகும்; சரியான **வைரஸ்** தடுப்பு மருந்துகளை அளிப்பதன் மூலம் இது முழுமையாக குணப்படுத்தலாம்.

ஹெபடைடிஸ் B என்பது **தடுப்பதற்கூடிய (preventable)** நோயாகும். இதற்கு எதிராக **வைரஸ்** தடுப்பு **மருந்துகள்** வழங்கப்படுகின்றன மற்றும் **தடுப்பூசி (vaccine)** கிடைக்கிறது.

தடுப்பூசி மற்றும் சிகிச்சை:

ஹெபடைடிஸ் தடுப்பூசிகள் பொதுவாக குழந்தைகளுக்கு போடப்படுகின்றன.

- பிறந்தவுடன் (முதல் டோஸ்)
- 6 வாரங்கள் (இரண்டாவது டோஸ்)
- 10 வாரங்கள் (மூன்றாவது டோஸ்)
- 14 வாரங்கள் (நான்காவது டோஸ்)

பெரியவர்களுக்கான ஹெபடைடிஸ் தடுப்பூசி அட்டவணை பொதுவாக- முதல் மாதம், 2வது மாதம், மற்றும் 6வது மாதங்களில் மூன்று டோஸ்களாக வழங்கப்படும்.

தடுப்பூசி பக்கவிளைவுகள்:

- ஊசி போட்ட இடத்தில் வலி அல்லது சிவப்பு
- இலகுவான காய்ச்சல்
- சோர்வு அல்லது தூக்கத்தன்மை
- தலைவலி
- தசை அல்லது மூட்டு வலி

தடுப்பு நடவடிக்கைகள்:

- கழிப்பறையை பயன்படுத்துவதற்கு முன்பும் பின்பும் கைகளை சுத்தமாகக் கழுவுதல்
- இரத்தம், தானதாரர்களை முறையாக திரையிடல்
- பாதுகாப்பான பாலியல் பழக்கங்கள் – காண்டம் பயன்படுத்துதல்
- பாதுகாப்பான ஊசி முறைகள்
- ஹெபடைட்டிஸ் A மற்றும் B க்கான தடுப்பூசிகளை செலுத்துதல்

முடிவுரை:

இதுனால் தான் WHO ஹெபடைடிஸ் குறித்த விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்த விரும்புகிறது.

ஏனென்றால், இது **ஒரு முக்கியமான உலகளாவிய சுகாதார பிரச்சனை** ஆகும்.

உலகம் முழுவதும் 350 மில்லியனுக்கும் மேற்பட்ட மக்கள் ஹெபடைடிஸ் B அல்லது C தொற்றுடன் வாழ்ந்துவருகின்றனர்.

அவர்களில் பலர் தங்களுக்குத் தொற்று இருப்பதை அறியாமலேயே இருக்கின்றனர் மற்றும் தாமதமாக கண்டறியப்படுவதால், கல்லீரலுக்கு கடுமையான சேதம் ஏற்படுகிறது.

எனவே, "**வரும் முன் காப்போம்**" என்ற விழிப்புணர்வை மனதில் வைத்துக்கொண்டு, நாமும் நம்மைச் சுற்றியுள்ளவர்களையும் பாதுகாப்போம்.

நன்றி!!

R. Aswj

Signature of the Resource Person

Dr. R. ASWANI

Signature of the HOD

PROFESSOR & HEAD
DEPARTMENT OF MICROBIOLOGY
SRI MANAKULA VINAYAGAR MEDICAL COLLEGE & HOSPITAL
PUDUCHERRY - 605 107.