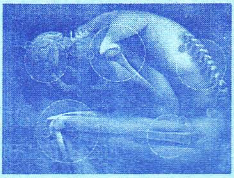
World Vision

வலி நிவாரணிகளால் ஏற்படும் உபாதைகள்



நிதியுதவி:-
உலக சுகாதார நிறுவனம்(WHO)

அமுலாக்கம்:-
உலக தரிசனம் இலங்கை
(World Vision Lanka)

வலி(நோவு) என்றால் என்ன?

இழையங்களின் சிதைவுடன் அல்லது அதற்கு சமனான உடலில் ஏற்படும் வேறு ஒரு பாதிப்புடன் தொடர்புடைய விரும்பத்தகாத ஒரு உணர்ச்சி.

இது தனித்துவமான ஒரு நோயல்ல. எமது உடலில் ஏற்படும் பல்வேறுபட்ட நோய்களின் ஒரு அறிகுறியாகவே ஏற்படுகின்றது.

எமது உடலில் இழையங்கள் சிதைவடையும்பொழுது அல்லது நோய்த்தாக்கங்கள் நிகழும்பொழுது சில இரசாயன பதார்த்தங்கள் விடுவிக்கப்படுகின்றன. அவை நரம்புக்கலங்களின் வாங்கிகளை தூண்டுவதனால் அது எமது மூளைக்கு கடத்தப்பட்டு வலியாக உணரப்படுகின்றது.

எமது உடலில் பொதுவாக ஏற்படும் வலிகள்

- தலையிடி
- வயிற்றுவலி
- முதுகு வலி
- மூட்டு வலி
- நாரி நோவு

வலியை குணப்படுத்தும் வழிமுறைகள்
மருந்துகள் மூலமான சிகிச்சை

- வலிநிவாரணி மாத்திரைகளை வாயின் மூலம் உள்ளெடுத்தல.
- வலி நிவாரணி மருந்துகளை ஊசி மூலம் ஏற்றுதல்

- வலி நிவாரணி பூச்சு மருந்துகளை வலியுள்ள இடத்தில் வெளியே பூசுதல்
- வலி நிவாரணி மருந்துகளை மலவாசலில் வைத்தல்

மருந்துகள் இன்றிய சிகிச்சை

- வலியுள்ள இடத்தில் மசாஜ் செய்தல்
- சுடுநீர் அல்லது குளிர்நீர் ஒத்தடம் கொடுத்தல்
- இயன் மருத்துவமுறை பயிற்சிகள் (Physiotherapy)
- முறையான உடற்பயிற்சிகள்
- அக்குபஞ்சர்(Acupuncture) முறை
- ஹிப்னோசிஸ் (Hipnosis)

உளவியல் ரீதியான சிகிச்சை முறைகள்

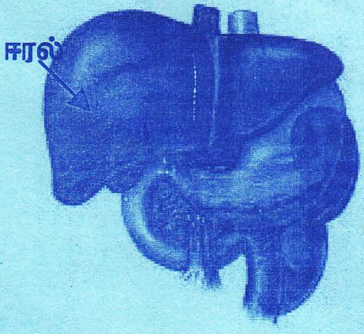
- யோகாசனம்
- சாந்த வழிச் சிகிச்சை(Bio feed back therapy)
- நடத்தை சார் சிகிச்சை முறை(Cognitive behavioural therapy)

பொதுவாக உள்ளெடுக்கப்படும் வலி நிவாரணி மாத்திரைகள்

1. **பரசித்தமோல்/பனடோல் (Paracitamol /Panadol)**
2. **புறூவன் (Brufen)**
3. **வொல்டாரின் (Voltarin**
4. **பொன்ஸ்ரன் (Ponstan)**
5. **ரமடோல் (Tramadol)**

வைத்தியர் குறிப்பிட்ட அளவுகளுக்கு மேலதிகமாக பனடோல் உள்ளெடுக்கும்போது,

ஈரல் பாதிப்படைய நேரிடும். பெரும்பாலனவர்களுக்கு ஈரல் பாதிப்படைவதற்கான அறிகுறிகள் உடனடியாக தென்படுவதில்லை.



இதன் ஆரம்ப அறிகுறிகளாக,

- குமட்டல்
- வாந்தி
- வயிற்றுவலி (வலது பக்கம்)

என்பன ஏற்படலாம்.

இந்த அறிகுறிகள் ஏற்படுமிடத்து உடனடியாக வைத்திய சிகிச்சை அளிக்கப்பட வேண்டும். அவ்வாறு அளிக்காவிட்டால்,

2. சிறுநீரக செயலிழப்பு (Kidney failure)
3. நினைவிழத்தல் (Coma)
4. இறப்பு என்பன ஏற்படலாம்.

புறூவன், வொல்டாரின் போன்றன உள்ளெடுக்கும்பொழுது கவனிக்க வேண்டியவை

- வைத்தியரின் ஆலோசனையின்றி உள்ளெடுத்தல் கூடாது.
- வைத்தியர் குறிப்பிட்ட அளவுகளில் குறித்த கால இடைவெளிகளில் உள்ளெடுத்தல் வேண்டும்.
- உணவு உட்கொண்ட பின்னரே உள்ளெடுக்க வேண்டும்.
- தொடர்ச்சியாக நீண்டகாலம் இம்மாத்திரைகளை உள்ளெடுப்பதை தவிர்க்க வேண்டும்.
- இதனுடன் சேர்த்து வயிற்றுபுண் வராமல் தடுப்பதற்காக தரப்படும். மாத்திரைகளையும் உள்ளெடுத்தல் வேண்டும்.

இம்மாத்திரைகளை உள்ளெடுக்கும்போது வயிற்றுப்புண் அல்லது குடற்புண் நோய்க்குரிய அறிகுறிகள் ஏதாவது ஏற்பட்டால் இம்மாத்திரைகளை உடனடியாக நிறுத்தி வைத்திய உதவியை நாட வேண்டும்.

வயிற்றுபுண், குடற்புண் நோய்களுக்குரிய அறிகள்

- வயிற்றுவலி அல்லது எரிவு.
- வயிற்றுவலி உணவு உட்கொள்வதனால் அதிகரிக்கலாம்(வயிற்று புண்) அல்லது குறையலாம்.(குடற் புண்)
- குமட்டல்.
- வாந்தி.

மேற்குறிப்பிட்ட அறிகுறிகள் ஏற்படுமிடத்து முறையான சிகிச்சை பெறா விட்டால் நோய் தீவிரமடைந்து கீழ்வரும் விளைவுகள் ஏற்படலாம்.

- இரைப்பை அல்லது குடலில் துவாரங்கள் ஏற்படுதல்.
- வயிற்றினுள் உள்ள ஏனைய உறுப்புகளுக்கு புண் ஊடுருவிச் செல்லுதல். உ+ம் சதையி, ஈரல்
- குடலில் அடைப்பு ஏற்படுதல்.
- வயிற்றில் இரத்த பெருக்கு எற்படலாம். இதன் பொழுது இரத்த வாந்தி,கறுப்பு நிறமான மலம் பொன்ற அறிகுறிகள் ஏற்படும்.
- வயிற்று புண், குடற்புண் என்பன நீண்ட காலம் இருப்பவர்களுக்கு வயிற்றுப் புற்றுநோய் ஏற்படுவதற்கான சாத்தியம் அதிகம்.

மேற்குறிப்பிட்ட மாத்திரைகளை நீண்டகாலம் உள்ளெடுக்கும் பொழுது காதிரைச்சல், கேட்டல் குறைபாடுகள் என்பன ஏற்படுவதற்கான வாய்புகள் உண்டு.

வெளியீடு:-
சுகாதார கல்விசார் தயாரிப்பலகு,
சமுதாய மருத்துவத்துறை,
யாழ்.பல்கலைக்கழகம்,
2007 ஆடி

தயாரிப்பு உதவி:-
க.அருந்தினி,
4ம் வருட மருத்துவ பீட மாணவர்
2002/*FM*/05