ದಂತಾರೋಗ್ಯ ಪೋಷಕರ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು

ಮಗು ಹುಟ್ಟಿದಾಗಿನಿಂದ ಹಿಡಿದು ಹಲ್ಲು ಮೂಡಿ, ಹಾಲು ಹಲ್ಲು ಬೆಳೆದು, ಅದು ಬಿದ್ದು, ಬುದ್ಧಿ ಹಲ್ಲು ಬರುವವರೆಗಿನ ಎಲ್ಲ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಏನೇ ಆಗಿದ್ದರೂ ಪೋಷಕರಿಗೆ ಆತಂಕ ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಪೋಷಕರ ಎಲ್ಲ ಅನುಮಾನ, ಆತಂಕಗಳಿಗೆ ದಂತವೈದ್ಯರು ಇಲ್ಲಿ ಸಮಂಜಸ ಹಾಗೂ ಸೂಕ್ತ ಉತ್ತರ ನೀಡಿದ್ದಾರೆ..

★ ಡಾ. ಕೆ.ಎಸ್. ಚೈತ್ರ

ಮಕ್ಕಳ ದಂತಾರೋಗ್ಯದಲ್ಲಿ ಪೋಷಕರ ಪಾತ್ರ ಮಹತ್ವದ್ದು. ಗರ್ಭಸ್ಥ ಭ್ರೂಣವಿರುವಾಗಲೇ ಹಲ್ಲಿನ ರಚನೆಯ ಅಡಿಪಾಯ ಆರಂಭವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ತಾಯಿ ಗರ್ಭ ಧರಿಸಿದಾಗಲಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ ಸುಮಾರು ಆರು ವರ್ಷಗಳಾಗುವ ತನಕ ಹಲ್ಲುಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಪ್ರಥಮ ಹಂತವನ್ನಾಗಿ ಗುರುತಿಸಬಹುದು. ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಹಾಲು ಹಲ್ಲುಗಳು ಮಾತ್ರ ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತವೆ. ಮಗುವಿಗೆ ಸುಮಾರು ಆರು ವರ್ಷವಾದಾಗ ಮೊದಲ ಶಾಶ್ವತ ಹಲ್ಲು ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಇದು ಸುಮಾರು ಹನ್ನೆರಡು ವರ್ಷಗಳ ತನಕ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ. ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಲು ಮತ್ತು ಶಾಶ್ವತ ಹಲ್ಲುಗಳೆರಡೂ ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತವೆ. ಇದು ದ್ವಿತೀಯ ಹಂತ. ಹದಿಮೂರು ವರ್ಷದ ಹೊತ್ತಿಗೆ ಬುದ್ಧಿ ಹಲ್ಲನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಎಲ್ಲಾ ಶಾಶ್ವತ ಹಲ್ಲುಗಳೂ ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಮೂಡಿರುತ್ತವೆ. ಹಾಲು ಹಲ್ಲುಗಳು ಬಿದ್ದು ಬರೀ ಶಾಶ್ವತ ಹಲ್ಲುಗಳೇ ಇರುವ ಇದು ತೃತೀಯ ಮತ್ತು ಕಡೆಯ ಹಂತ.

ಪ್ರತೀ ಹಂತದಲ್ಲೂ ಮಕ್ಕಳ ಚಟುವಟಿಕೆ, ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಬಹುದು. ಹಾಗೆಯೇ ಜೀವನಶೈಲಿಯ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಅನೇಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳೂ ಎದುರಾಗುತ್ತವೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮಕ್ಕಳ ದಂತಾರೋಗ್ಯದ ಕುರಿತು ಪೋಷಕರು ಕೇಳುವ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಹೀಗಿವೆ.

★ ಹುಟ್ಟುವಾಗಲೇ ಮಗುವಿಗೆ ಹಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಕೆಟ್ಟದ್ದು. ರಾಕ್ಷಸ ಸ್ವಭಾವವಿರುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಶಾಂತಿ – ಪೂಜೆ ಮಾಡಿಸಬೇಕು ಅಂತಾರೆ. ಹಲ್ಲಿಗೂ ಸ್ವಭಾವಕ್ಕೂ ಸಂಬಂಧವಿದೆಯೇ?

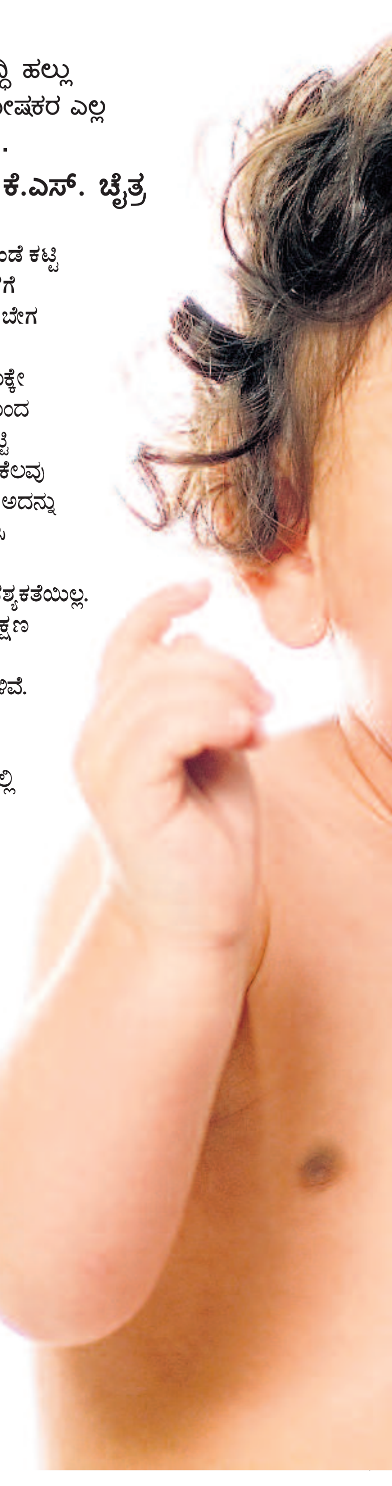
ಇಲ್ಲ, ಹಲ್ಲಿಗೂ ಸ್ವಭಾವಕ್ಕೂ ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲ. ಪೂಜೆ ಅವರವರ ನಂಬಿಕೆಗೆ ಬಿಟ್ಟದ್ದಾದರೂ ಹಲ್ಲಿನ ಸಲುವಾಗಿ ಏನೂ ಬೇಡ! ಆದರೆ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಕಾಣಲೇಬೇಕು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮಗುವಿಗೆ ಹುಟ್ಟುವಾಗಲೇ ಹಲ್ಲಿರುವುದಿಲ್ಲ.ಅಪರೂಪಕ್ಕೆ ಇದ್ದಾಗ ಇದನ್ನು 'ನೇಟಲ್' ಅಥವಾ 'ನಿಯೋನೇಟಲ್' ಹಲ್ಲು ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.ಈ ಹಲ್ಲುಗಳು ಎದೆಹಾಲು ಕುಡಿಸುವಾಗ ತಾಯಿಯ ಸ್ತನಕ್ಕೆ ಗಾಯ ಮಾಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ಹಾಗೇ ಮಗುವಿನ ಮೃದು ನಾಲಿಗೆಗೆ ತಾಗಬಹುದು. ಹಲ್ಲು ಸಡಿಲವಾಗಿದ್ದರೆ ಮಗುವಿನ ಗಂಟಲಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕುವ ಅಪಾಯವೂ ಇದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ವೈದ್ಯರು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ ಅಗತ್ಯವಿದ್ದಲ್ಲಿ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ಕ್ರಮದೊಂದಿಗೆ ಅದನ್ನು ತೆಗೆಯುವ ನಿರ್ಧಾರಕ್ಕೆ ಬರಬಹುದು.

★ ಬಿದ್ದ ಹಾಲು ಹಲ್ಲುಗಳನ್ನು ಸಗಣಿಯಲ್ಲಿ ಉಂಡೆ ಕಟ್ಟಿ ಚಾವಣಿ ಮೇಲೆ ಎಸೆಯಬೇಕು, ಇಲ್ಲವೇ ದಿಂಬಿನ ಕೆಳಗೆ ಇಡಬೇಕು. ಹೀಗೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಹೊಸ ಹಲ್ಲು ಬೇಗ ಬರುತ್ತದೆಯೇ?

ಹಲ್ಲನ್ನು ಎಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಎಸೆದರೂ ಬರುವ ಸಮಯಕ್ಕೇ ಅದು ಹೊರಬರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಸ್ವಚ್ಛತೆಯ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಕಂಡ ಕಂಡಲ್ಲಿ ಬೀಸಿ ಒಗೆಯುವುದಕ್ಕಿಂತ ಕಸದ ಬುಟ್ಟಿ ಅಥವಾ ಮಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಹುಗಿಯುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಕೆಲವು ಮಕ್ಕಳು ತಮ್ಮ ಹಲ್ಲು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸಿದರೆ ಅದನ್ನು ಸೋಪಿನ ದ್ರಾವಣದಲ್ಲಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆದು, ಒಣಗಿಸಿ ಇಡಬಹುದು.

★ ಹಲ್ಲು ಓರೆಕೋರೆ ಇದ್ದರೆ ಸರಿಪಡಿಸುವ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ಅದೃಷ್ಟ ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆಯ ಲಕ್ಷಣ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಹೌದೆ?

ಹಲ್ಲು ಓರೆಕೋರೆಯಾಗಿರಲು ಅನೇಕ ಕಾರಣಗಳಿವೆ. ಆದರೆ ಅದೃಷ್ಟ ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆ ಇದನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಪೋಷಕರು ಮಕ್ಕಳ ಹಲ್ಲನ್ನು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಗಮನಿಸುತ್ತಾ ಓರೆಕೋರೆ ಕಂಡುಬಂದಲ್ಲಿ ದಂತವೈದ್ಯರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಬೇಕು. ಸೌಂದರ್ಯ, ಮಾತು, ಅಗಿಯುವಿಕೆ, ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುವಿಕೆ ಈ ಎಲ್ಲದರ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಹಾನಿಕಾರಕವಾದ ವಕ್ರದಂತಗಳನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸುವುದು ಬುದ್ಧಿವಂತರ ಲಕ್ಷಣ.

★ ಮಗುವಿಗೆ ಹಲ್ಲುನೋವು ಬಂದಾಗ ಹತ್ತಿಯನ್ನು ವಿಸ್ಕಿ ಅಥವಾ ಆಲ್ಕೋಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ಅದ್ದಿ ಬಾಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟರೆ ನೋವು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದು ನಂಬಿಕೆ. ಹಾಗಾದರೆ ಬೇರೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಬೇಡವೇ?

ಹಾಲು ಹಲ್ಲುಗಳು ಬಿದ್ದು ಹೋಗುವ ಹಲ್ಲುಗಳಾದರೂ ಶಾಶ್ವತ ಹಲ್ಲುಗಳಿಗೆ ಬುನಾದಿ.ಸರಿಯಾದ ಆರೈಕೆ ಬೇಕು. ಇಲ್ಲದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಮುಂಬರುವ ಹಲ್ಲುಗಳು ವಕ್ರವಾಗಿ,ರೋಗಗ್ರಸ್ತವಾಗುವ ಸಂಭವವಿದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮಗುವಿನಲ್ಲಿ