ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ಚಿಕನ್‌ಪಾಕ್ಸ್

ಬೇಸಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಹರಡುವ ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗ ಚಿಕನ್‌ಪಾಕ್ಸ್. 'ವೆರಿಸೆಲ್ಲಾ ಜೋಸ್ಟರ್' ಎಂಬ ವೈರಾಣುವಿನಿಂದ ಬರುವ ಈ ಕಾಯಿಲೆ ಒಬ್ಬರಿಂದ ಒಬ್ಬರಿಗೆ ಬಹಳ ಸುಲಭವಾಗಿ ಹರಡುತ್ತದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಶರೀರದ ಮೇಲೆ ಚುಕ್ಕೆ ಗುಳ್ಳೆಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಚಿಕನ್‌ಪಾಕ್ಸ್ ಸೋಂಕಾಗಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಗಾಯದ ಸ್ಪರ್ಶದಿಂದ ಅಥವಾ ಅವರು ಬಳಸಿದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವುದರಿಂದ ಈ ರೋಗ ಹರಡುತ್ತದೆ. ರೋಗಿಯು ಕೆಮ್ಮುವುದರಿಂದ, ಸೀನುವುದರಿಂದ ವೈರಾಣುಗಳು ಗಾಳಿಯಲ್ಲಿ ಸೇರಿ ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಉಸಿರಾಟದ ಮುಖಾಂತರ ಹರಡುತ್ತದೆ. ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಇದು ಬಹಳ ಬೇಗ ಬರುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಗ್ರಾಮೀಣ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ 'ಅಮ್ಮ' ಕಾಯಿಲೆ ಎಂದೂ ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ.

ಸಿಡುಬು ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು ಈ ರೋಗವನ್ನು ತಡೆಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದರೂ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಗುಣವಾಗದು. ಕೆಲವರಿಗೆ ಇದು ಮರುಕಳಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯೂ ಇದೆ. ಇದು ಸೌಮ್ಯವಾಗಿದ್ದರೆ ಅಪಾಯವಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಕೆಲವರಿಗೆ ಗಂಭೀರ ಸ್ವರೂಪ ಪಡೆದರೆ ತಕ್ಷಣ ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಹಾಗೇ ಬಿಟ್ಟರೆ ರೋಗಿಯ ಪ್ರಾಣಕ್ಕೂ ಸಂಚಕಾರವಾಗಬಹುದು. ಚಿಕನ್‌ಪಾಕ್ಸ್ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ 10 ರಿಂದ 12 ವರ್ಷದ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಾಣುವ ಕಾಯಿಲೆ, 2 ವರ್ಷದ ಒಳಗಿನ ಮಕ್ಕಳು ಹಾಗೂ 12 ವರ್ಷದ ಮೇಲ್ಪಟ್ಟವರಲ್ಲಿಯೂ ಇದು ತೀವ್ರತರವಾಗಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಗರ್ಭಿಣಿಯರಿಗೆ, ಹದಿಹರೆಯದವರಿಗೆ, ವಯಸ್ಕರಿಗೆ ಮತ್ತು ಕಡಿಮೆ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಇರುವವರಿಗೆ ಅಂದರೆ ಎಚ್‌ಐವಿ, ಕ್ಯಾನ್ಸರ್, ಕಿಮೋಥೆರಪಿ ಮತ್ತು ಸ್ಟೀರಾಯ್ಡ್ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವವರಿಗೆ ಬೇಗನೆ ತಗಲುತ್ತದೆ.

'ಶಿಂಗಲ್ಸ್ ಬಂದಾಗ ಕೈಗಳ ಮೇಲೋ ಕಾಲುಗಳ ಮೇಲೋ ಗುಳ್ಳೆಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಎದೆ ಮೇಲೆ, ಕಣ್ಣು, ಕಿವಿಗಳ ಮೇಲೆಯೂ ಗುಳ್ಳೆಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ತಲೆನೋವು, ಭೇದಿ ಎಲ್ಲವೂ ಸಾಮಾನ್ಯ ಲಕ್ಷಣಗಳು. ನರಗಳಲ್ಲಿ ವಿಪರೀತ ಉರಿ ಹಾಗೂ ನೋವಿರುತ್ತದೆ. ಈ ನೋವಿನಿಂದ ಕೆಲವರು ಡಿಪ್ರೆಷನ್‌ಗೆ ಹೋಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ಇನ್ನೂ ಕೆಲವರಿಗೆ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆನಿಸುವುದು. ಇದನ್ನು ಬೇಗನೆ ಕಂಡುಹಿಡಿದರೆ ಗುಣಮುಖನಾಗಲು ಸಾಧ್ಯ. ಆ್ಯಂಟಿವೈರಲ್ ಗುಳಿಗೆಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸಬೇಕು. ಇದು ಬರದಂತೆ ತಡೆಯಲು ವ್ಯಾಕ್ಸೀನ್ ಕೂಡ ಲಭ್ಯ. ಎರಡು ಲಸಿಕೆಗಳನ್ನು ಒಂದೂವರೆ ತಿಂಗಳ ಅಂತರದಲ್ಲಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಡಯಟ್ ಮಾಡಬೇಕು, ನಡಿಗೆ ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡಬೇಕು. ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಯೋಚನೆ ಮಾಡಬೇಕು' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಅವರು.

ಪ್ರಾಚೀನ ಕಾಲದಿಂದಲೂ ಈ ರೋಗ ಇತ್ತು. ಚಿಕನ್‌ಪಾಕ್ಸ್‌ಗೆ ಒಳಗಾಗಿರುವ ಮಕ್ಕಳ ದೇಹದಲ್ಲಿ ವೈರಸ್ ಸುಪ್ತವಾಗಿ ಉಳಿದು ವೃದ್ಧಾಪ್ಯ ಬಂದಾಗ ಸಕ್ರಿಯಗೊಂಡು ಶಿಂಗಲ್ಸ್ ಕಾಡಲಾರಂಭಿಸುವುದು. ಸರ್ಪಸುತ್ತು ಎನ್ನಲಾಗುವ ಈ ರೋಗ ಮಕ್ಕಳನ್ನೂ ಬಾಧಿಸಬಹುದು.

ಲಕ್ಷಣಗಳೇನು?

ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ತಲೆನೋವು, ಜ್ವರ, ಸುಸ್ತು ಉಂಟಾಗುವುದು ಶಿಂಗಲ್ಸ್‌ನ ಆರಂಭಿಕ ಲಕ್ಷಣಗಳು. ಆದರೂ ಇದೇ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಲಕ್ಷಣ ಎಂದೇ ಹೇಳಲಾಗದು. ಅಲ್ಲದೆ ಚರ್ಮದಲ್ಲಿ ನೋವು, ತುರಿಕೆ, ಜುಮ್ಮೆನಿಸುವುದು, ಅತಿಯಾದ ಸಂವೇದನೆ, ಜುಮ್ಮೆನ್ನುವುದು, ಚುಚ್ಚುವುದು ಎಲ್ಲವೂ ಸಾಮಾನ್ಯ. ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಬರುವ ಸರ್ಪಸುತ್ತು ನೋವುರಹಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ವಯಸ್ಸಾದವರಿಗೆ ಬರುವ ಶಿಂಗಲ್ಸ್ ನೋವಿನಿಂದ ಕೂಡಿರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚು, ಅಲ್ಲದೆ ರೋಗವು ಹೆಚ್ಚು ತೀವ್ರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದರಿಂದ ಎರಡು ದಿನಗಳ ನಂತರ ಮೂರು ವಾರಗಳವರೆಗೆ ಆರಂಭಿಕ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಚರ್ಮದ ದದ್ದು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ನೋವು ಮತ್ತು ದದ್ದು ಮುಖ, ಕಣ್ಣುಗಳು ಅಥವಾ ದೇಹದ ಇತರ ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ರೋಗ ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಲು ಪ್ರಯೋಗಾಲಯ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ಲಭ್ಯ. ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಪ್ರತಿಕಾಯವನ್ನು ಪತ್ತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದು ಸರ್ಪಸುತ್ತುಗಳ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ವೈರಸ್ ಸುಪ್ತವಾಗಿರುವಾಗ ಅಲ್ಲ. ದೊಡ್ಡ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯಗಳಲ್ಲಿ ಗುಳ್ಳೆಯಿಂದ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲಾದ ದುಗ್ಧರಸವನ್ನು VZV DNA ಗಾಗಿ ಪಾಲಿಮರೇಸ್ ಚೈನ್ ರಿಯಾಕ್ಷನ್ (PCR) ಮೂಲಕ ಪರೀಕ್ಷಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ವೈರಸ್ ಕಣಗಳಿಗಾಗಿ ಎಲೆಕ್ಟ್ರಾನ್ ಮೈಕ್ರೊಸ್ಕೋಪ್‌ನಲ್ಲಿ ಪರೀಕ್ಷಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ನಿವಾರಣೆ ಹೇಗೆ?

ಚಿಕನ್‌ಪಾಕ್ಸ್ ಬರುವ ಮೊದಲೇ ಲಸಿಕೆ ನೀಡಿದರೆ, ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಚಿಕನ್‌ಪಾಕ್ಸ್ ಲಸಿಕೆಯಿಂದ ಶಿಂಗಲ್ಸ್ ಅಪಾಯವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬಹುದು. ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಸೋಂಕು ಸಂಭವಿಸಿದ್ದರೆ, ಶಿಂಗಲ್ಸ್ ಅಥವಾ ರೋಗ ಸಂಭವಿಸಿದಲ್ಲಿ ತೀವ್ರವಾದ ಶಿಂಗಲ್ಸ್ ಬರುವ ಅಪಾಯವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವ ಶಿಂಗಲ್ಸ್ ಲಸಿಕೆಗಳಿವೆ.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಇದೆ

ನೋವಿನ ತೀವ್ರತೆ ಮತ್ತು ಅವಧಿಯನ್ನು ಮಿತಿಗೊಳಿಸುವುದು. ದದ್ದುಗಳು ತೆರವುಗೊಂಡ ನಂತರ, 50 ವರ್ಷಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ವಯಸ್ಸಿನ ಜನರಲ್ಲಿ ಪೋಸ್ಟ್‌ಹರ್ಪಿಟಿಕ್ ನರಶೂಲೆ ಬಹಳ ವಿರಳವಾಗಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸಮಯಕ್ಕೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ವಯಸ್ಸಾದವರಲ್ಲಿ, ನೋವು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ, ಆ್ಯಂಟಿವೈರಲ್ ಔಷಧಗಳು ಶಿಂಗಲ್ಸ್‌ನ ತೀವ್ರತೆ ಮತ್ತು ಅವಧಿಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬಹುದು; ಆದರೆ ಅವು ಪೋಸ್ಟ್‌ಹರ್ಪಿಟಿಕ್ ನರಶೂಲೆಯನ್ನು ತಡೆಯುವುದಿಲ್ಲ.

ವಯಸ್ಸು ಅರವತ್ತು ದಾಟಿದ ಬಳಿಕ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ, ಡಯಾಬಿಟಿಸ್, ರಕ್ತದೊತ್ತಡ, ಹೈಪರ್‌ಟೆನ್ಶನ್‌ನಂತಹ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ನಡಿಗೆ, ವ್ಯಾಯಾಮ, ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶಯುಕ್ತ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ, ಮದ್ಯಪಾನ, ಧೂಮಪಾನದಂತಹ ಚಟಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಆರೋಗ್ಯದತ್ತ ಸಂಪೂರ್ಣ ಗಮನಹರಿಸುತ್ತಾ ಇದ್ದರೆ ಆರೋಗ್ಯಪೂರ್ಣ ಹಾಗೂ ನೆಮ್ಮದಿಯ ಜೀವನ ನಡೆಸಬಹುದು.

ವೈದ್ಯರ ಸಂಪರ್ಕ:
ಡಾ. ಗಣಪತಿ ಬಂಟ್ವಾಳ್: 9343722281