ಚರ್ಮದಲ್ಲಿ ಬಿಳಿ ಚುಕ್ಕೆಗಳು, ಮಚ್ಚೆಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಈ ಮಚ್ಚೆಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಬಗೆಯ ಉರಿ ಅಥವಾ ತುರಿಕೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ತುಟಿ, ಕೈ ಮತ್ತು ಕಾಲುಗಳ ಬೆರಳ ತುದಿ, ಕೈ ಕಾಲು, ಮುಖ, ಹೊಟ್ಟೆ, ಎದೆಯ ಭಾಗ.. ಹೀಗೆ ದೇಹದ ಯಾವ ಭಾಗದಲ್ಲಿಯೂ ಇದು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಈ ರೀತಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡ ಮಚ್ಚೆಗಳು ಹಾಗೆಯೇ ಉಳಿಯಬಹುದು ಅಥವಾ ದೊಡ್ಡದಾಗಬಹುದು ಅಥವಾ ದೇಹದ ಇತರ ಭಾಗಗಳಿಗೂ ಹರಡಬಹುದು.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಏನು?

- ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಮಾರ್ಪಾಡು ಮಾಡುವ ಔಷಧಗಳು.
- ಸ್ಟೀರಾಯ್ಡ್ ಮಾತ್ರೆಗಳು, ಬಿಳಿ ಮಚ್ಚೆಗಳು ದೊಡ್ಡದಾಗದಂತೆ ಮತ್ತು ಇತರ ಭಾಗಗಳಿಗೆ ಹರಡದಂತೆ ಇವನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು.
- ಪುವಾ (puva Therapy) ಥೆರಪಿ: ಎ ಮತ್ತು ನ್ಯಾರೊ ಬ್ಯಾಂಡೆಡ್ ಬಿ ಬಗೆಯ ಅತಿನೇರಳೆ ಕಿರಣಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ
- ಫೋಟೊ ಥೆರಪಿ
- ಚರ್ಮದ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ, ವಿಭಜಿಸಿ ಮಾಡುವ ಚರ್ಮದ ಕಸಿ. (ಸ್ಲಿಟ್ ಸ್ಕಿನ್ ಗ್ರಾಫ್ಟ್)
- ಲೇಸರ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆ
- ಮೆಲನೋಸೈಟ್ ಜೀವಕೋಶಗಳ ವರ್ಗಾವಣೆ
- ಬಿಳಿ ಮಚ್ಚೆಗಳ ಮೇಲೆ ಹಚ್ಚೆ ಹಾಕಿಸುವುದು (ಟ್ಯಾಟು)
- ಮಚ್ಚೆಗಳನ್ನು ಮರೆಮಾಚುವ ಸೌಂದರ್ಯ ವರ್ಧಕ ಔಷಧಗಳ ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಬಳಕೆ

ಇಂತಹ ಉತ್ತಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕ್ರಮಗಳು ಲಭ್ಯವಿದ್ದರೂ ಇದನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದು ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಕಠಿಣ ವೆನಿಸಬಹುದು. ಹಾಗಾದಾಗ ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದ ಬಳಲುವವರು ಒಂದು ರೀತಿಯ ಕೀಳರಿಮೆಯಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಾ ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಯಲು ಹಿಂಜರಿಯುತ್ತಾರೆ. ತಮ್ಮನ್ನು ಕುರೂಪಗೊಳಿಸುವ ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದ ಹತಾಶರಾಗಿ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಕುಗ್ಗಿ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ಒತ್ತಡಖಿನ್ನತೆಯಂತಹ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದಲೂ ಬಳಲುತ್ತಾರೆ. ಇನ್ನು ಕೆಲವರು ಈ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ಸಭೆ, ಸಮಾರಂಭಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಮುಜುಗರಪಡುತ್ತಾರೆ. ಈ ಮನೋವ್ಯಾಕುಲತೆಯು ಅವರ ಸಮಸ್ಯೆ ಯನ್ನು ಇನ್ನೂ ಬಿಗಡಾಯಿಸಬಹುದು ಎನ್ನುತ್ತವೆ ಅಧ್ಯಯನಗಳು. ಹಾಗಾಗಿಯೇ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿಯೇ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಆಪ್ತ ಸಮಾಲೋಚನೆ, ಸಾಂತ್ವನ ಹಾಗೂ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಒಳ್ಳೆಯ ಮಾತುಗಳೂ ಕೂಡ ರೋಗವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವಲ್ಲಿ ಆತನಿಗೆ ನೆರವಾಗುತ್ತವೆ.

ಒಂದು ವೇಳೆ ಕಾಯಿಲೆ ವಾಸಿಯಾಗದೇ ಹೋದರೂ ಧೃತಿಗೆಡದಿರಿ. ಏಕೆಂದರೆ ಇತರರಂತೆ ನೀವೂ ಮನೋದೈಹಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತೀರ. ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ನೀವು ವಿಶ್ವಾಸವನ್ನಿಟ್ಟು ಮುಂದಿನ ಬದುಕಿನತ್ತ ದೃಢವಾದ ಹೆಜ್ಜೆಗಳನ್ನಿರಿಸಿ ಎಂಬ ಹುರಿದುಂಬಿಸುವ ಮಾತುಗಳಿಂದ ಅವರ ಮನೋಬಲವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಬೇಕು. ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದ ಬಳಲುವವರು ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶಗಳುಳ್ಳ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ, ವ್ಯಾಯಾಮ, ಒತ್ತಡ ನಿರ್ವಹಣಾ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಪರಿಪಾಲಿಸಬೇಕು. ಹಾನಿಕಾರಿಕ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳಿರುವ ಸಾಬೂನು, ಸೌಂದರ್ಯವರ್ಧಕಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಬೇಕು. ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಬೇಕು.

(ಲೇಖಕರು ಶಿವಮೊಗ್ಗದ ಸುಬ್ಬಯ್ಯ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಚರ್ಮರೋಗ ತಜ್ಞರು. ಸಂಪರ್ಕ: 9844288161)

ಸತ್ಯ ಮಿಥ್ಯಗಳ ಸುತ್ತ

ತೊನ್ನು ಸಮಸ್ಯೆಯ ಬಗೆಗೆ ಇಂದಿಗೂ ಸಾರ್ವಜನಿಕರಲ್ಲಿ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆಗಳು ಬೇರೂರಿವೆ. ಆ ಮಿಥ್ಯಾಂಶ ಮತ್ತು ಸತ್ಯಾಂಶಗಳೆಡೆಗಿನ ಒಂದು ನೋಟ ಇಲ್ಲಿದೆ.

ಮಿಥ್ಯ: ತೊನ್ನಿನ ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದ ಬಳಲುವವರ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗೂ ತೊನ್ನು ಹರಡುತ್ತದೆ. ಅವರ ಜೊಲ್ಲು, ರಕ್ತ, ಅವರು ಉಪಯೋಗಿಸಿದ ವಸ್ತುಗಳ ಸಂಪರ್ಕ ಅಥವಾ ಅವರೊಡನೆ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬರುವವರಿಗೂ ಕಾಯಿಲೆ ಹರಡುತ್ತದೆ.

ಸತ್ಯ: ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಆಂತರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ದೋಷದಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಈ ಸಮಸ್ಯೆ ಒಬ್ಬರಿಂದ ಇನ್ನೊಬ್ಬರಿಗೆ ಹರಡುವುದಿಲ್ಲ.

ಮಿಥ್ಯ: ಇದು ಹಿಂದಿನ ಜನ್ಮದ ಪಾಪದ ಫಲ, ಮಾಡಿದ ತಪ್ಪು ಕೆಲಸಗಳಿಗಾಗಿ ದೇವರು ವಿಧಿಸಿದ ಶಾಪ.

ಸತ್ಯ: ತಪ್ಪು ನಂಬಿಕೆ. ಈ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಅಧ್ಯಯನ ಗಳಿಂದ ಸಾಬೀತಾದ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಕಾರಣವಿದೆ.

ಮಿಥ್ಯ: ಇದು ದೋಷಪೂರಿತ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಉಂಟಾದದ್ದು, ಅತಿಯಾದ ಹುಳಿ ಪದಾರ್ಥಗಳು, ಮೀನು, ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣದ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳಾದ ಹಾಲು ಮತ್ತು ಹಾಲಿನ ಉತ್ಪನ್ನಗಳನ್ನು ಅತಿಯಾಗಿ ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ, ಮೀನಿನ ಖಾದ್ಯಗಳ ಸೇವನೆಯ ಬಳಿಕ ಹಾಲನ್ನು ಕುಡಿಯುವುದರಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ.

ಸತ್ಯ: ಆಹಾರ ಸೇವನೆಗೂ ಈ ಸಮಸ್ಯೆ ಉದ್ಭವಿಸುವುದಕ್ಕೂ ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲ.

ಮಿಥ್ಯ: ಇದು ಕುಷ್ಠರೋಗದ ಒಂದು ಬಗೆ

ಸತ್ಯ: ಕುಷ್ಠರೋಗವೇ ಬೇರೆ. ಇದು ಮೈಕೋ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಂ ಲೆಪ್ರೈ ಎಂಬ ಸೂಕ್ಷ್ಮಾಣುವಿನಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಸೋಂಕು. ಈ ಕಾಯಿಲೆಯಲ್ಲಿ ನರಗಳಲ್ಲಿ ಉರಿಯೂತದಿಂದಾಗಿ ಚರ್ಮದಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದಾದ ಮಚ್ಚೆಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ಪರ್ಶ ಜ್ಞಾನವಿರುವುದಿಲ್ಲ.

ಮಿಥ್ಯ: ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದ ಬಳಲುವವರು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿಯೂ ದೈಹಿಕವಾಗಿಯೂ ನ್ಯೂನತೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ

ಸತ್ಯ: ಇದು ಚರ್ಮಕ್ಕೆ ಸೀಮಿತವಾದ ಸಮಸ್ಯೆ. ಇದರಿಂದ ಬಳಲುವವರು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಸದೃಢವಾಗಿರುತ್ತಾರೆ.

ಮಿಥ್ಯ: ತೊನ್ನು ಸಮಸ್ಯೆಯು ಕೇವಲ ಕಪ್ಪು ವರ್ಣೀಯರನ್ನು ಬಾಧಿಸುತ್ತದೆ.

ಸತ್ಯ: ಎಲ್ಲ ಬಣ್ಣದ ಚರ್ಮದವರನ್ನೂ ಸಮನಾಗಿ ಬಾಧಿಸುತ್ತದೆ

ಮಿಥ್ಯ: ಅನ್ಯ ಜನಾಂಗದವರು ಮದುವೆಯಾಗಿ ಹುಟ್ಟುವ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಬಾಧಿಸುತ್ತದೆ

ಸತ್ಯ: ತಂದೆ ತಾಯಿಯ ಜನಾಂಗಕ್ಕೂ ಹುಟ್ಟುವ ಮಗುವಿನ ಈ ಸಮಸ್ಯೆಗೂ ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲ. ಅಲ್ಲದೆ ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯು ಹುಟ್ಟಿದ ಕೂಡಲೇ ಕಾಣಿಸದೆ, ಕೆಲವು ವರ್ಷಗಳ ಬಳಿಕವಷ್ಟೇ ಕಂಡು ಬರುತ್ತದೆ.

ಮಿಥ್ಯ: ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯು ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾನೆ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಸತ್ಯ: ಇಲ್ಲ. ಈ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಚರ್ಮರೋಗ ತಜ್ಞರ ಸಲಹೆಯ ಮೇರೆಗೆ ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಬೇಕು.

ಮಿಥ್ಯ: ಸೂರ್ಯನ ಶಾಖಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಮೈಯೊಡ್ಡುವುದರಿಂದ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಸತ್ಯ: ಸೂರ್ಯನ ಶಾಖಕ್ಕೆ ದೇಹವನ್ನು ಒಡ್ಡುವುದಕ್ಕೂ ಈ ಸಮಸ್ಯೆ ಉದ್ಭವಿಸುವುದಕ್ಕೂ ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲ.

ಮಿಥ್ಯ: ತೊನ್ನು ಚರ್ಮದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗೆ ತಿರುಗಬಹುದು.

ಸತ್ಯ: ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಜೀವಕೋಶಗಳಲ್ಲಿನ ಡಿಎನ್‌ಎ ನಲ್ಲಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸದಿಂದ ಅಥವಾ ದೋಷದಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ತೊನ್ನು ಮೆಲನೋಸೈಟ್ ಜೀವಕೋಶಗಳ ನಾಶದಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಎರಡಕ್ಕೂ ಮೂಲ ಕಾರಣ ಬೇರೆ ಬೇರೆ. ಹಾಗಾಗಿ ತೊನ್ನು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗೆ ತಿರುಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಮಿಥ್ಯ: ಇದು ಗುಣಪಡಿಸಲಾಗದ ಕಾಯಿಲೆ.

ಸತ್ಯ: ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತುಸು ಕಠಿಣ ಹಾಗೂ ದೀರ್ಘಕಾಲ ದ್ದಾಗಿರಬಹುದೇ ವಿನಃ ಗುಣಪಡಿಸಲಾಗದು ಎನ್ನಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆಧುನಿಕ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಪದ್ಧತಿಗಳ ಬಳಕೆಯಿಂದ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿಡಬಹುದು.