



ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅನುಭವಿಸುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಲ್ಲಿ ಹಲ್ಲುನೋವು ಕೂಡ ಒಂದು. ಹಲ್ಲುನೋವು ಹಲವು ಕಾರಣಗಳಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆ. ದಂತ ತಜ್ಞರಿಂದ ತಪಾಸಣೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡು ಸರಿಯಾದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆದರೆ ಈ ನೋವಿನಿಂದ ಮುಕ್ತಿ ಪಡೆಯಬಹುದು.

ಹಲ್ಲುನೋವು ಕಾರಣ ಹಲವು

■ ಡಾ. ಕೆ.ಎಸ್. ಚೈತ್ರಾ

ತಂಪಾದ ಜ್ಯೂಸ್ ಕುಡಿಯುವಾಗ ಚುಳ್ ಎನ್ನುವ ನೋವು, ರಾತ್ರಿ ಮಲಗಿದಾಗ ಎಚ್ಚರವಾಗುವಷ್ಟು ತೀವ್ರ ಸಿಡಿತ, ತಲೆ ಬಗ್ಗಿಸಿದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ಒತ್ತುವ ನೋವು, ದಿನವಿಡೀ ಕಾಡುವ ಸಣ್ಣ ಸೆಳೆತ, ಆಗಾಗ್ಗೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಅಲ್ಪ ಪ್ರಮಾಣದ ನೋವು... ಹೀಗೆ ಹಲ್ಲು ನೋವಿನಲ್ಲೂ ಅದೆಷ್ಟು ಬಗೆ! ಹಲ್ಲುನೋವಿಗೆ ಪ್ರಮುಖ ಕಾರಣಗಳು ಹೀಗಿವೆ.

ಹಲ್ಲಿನ ಹುಳುಕು

ಆರಂಭದ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಹಲ್ಲಿನ ಮೇಲ್ದರಗಳಾದ ಎನಾಮೆಲ್ ಮತ್ತು ಡೆಂಟಿನ್‌ಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಆಗ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಆಗಾಗ್ಗೆ ನೋವು ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ. ದಿನಚರಿಗೆ ಅಡ್ಡ ಬರದಿದ್ದರೂ ಯಾವಾಗಲೂ ಕಿರಿಕಿರಿಯನ್ನು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನೋವಿನ ಮಾತ್ರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡಾಗ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಅದರ ಪ್ರಭಾವ ಮುಗಿಯುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಮತ್ತೆ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ! ಈ ನೋವು ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿಸಿದಲ್ಲಿ ಹುಳುಕು ಮುಂದೆ ಹರಡದಂತೆ ಪ್ರತಿಬಂಧಿಸಬಹುದು. ಈ ಹಂತದ ನೋವನ್ನು ಮಾತ್ರ ನುಂಗಿ ಅಲಕ್ಷಿಸಿದಲ್ಲಿ ನೋವು ತೀವ್ರವಾಗುತ್ತದೆ. ನಂತರದ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಹುಳುಕು ಹಲ್ಲಿನ ಒಳಪದರವಾದ ತಿರುಳಿನ ಮೂಲಕ ಬೇರನ್ನು ತಲುಪುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ಸೋಂಕು ಮತ್ತು ಕೀವು ತುಂಬಿದಾಗ ಹಲ್ಲನ್ನು ಮುಟ್ಟಲೂ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದ, ಬಾಯಿ ತೆರೆಯಲು ಕಷ್ಟವಾಗುವ, ರಾತ್ರಿ ನಿದ್ರೆಯನ್ನೂ ಮಾಡಲಾಗದಷ್ಟು ತೀವ್ರ ಸ್ವರೂಪದ ನೋವು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ತಕ್ಷಣ ಸೋಂಕು ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ತಂದು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಆರಂಭಿಸದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಮುಖದ ಬೇರೆಡೆ ಹರಡುವ ಸಂಭವವಿದೆ.

ಹಲ್ಲಿನ ಹುಳುಕು ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಹಲ್ಲಿನ ಮೇಲ್ದರದಲ್ಲಿ ಕಪ್ಪು ಚುಕ್ಕೆ, ಸಣ್ಣ ನೋವಿನಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದಾಗ ಹುಳುಕನ್ನು ತೆಗೆದು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಿ ಬೇರೆ ವಸ್ತುವನ್ನು

(ಬೆಳ್ಳಿ, ಕಾಂಪೋಸಿಟ್, ಗ್ಲಾಸ್ ಐನೋಮರ್) ಅಲ್ಲಿ ತುಂಬಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ನೋವು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಸೋಂಕಾದಾಗ ಹಲ್ಲಿನ ತಿರುಳು ರೋಗಗ್ರಸ್ತವಾಗಿದೆ ಎಂದರ್ಥ. ಆಗ ಹಲ್ಲಿನ ರಚನೆ ಸೂಕ್ತವಾಗಿದ್ದು ಸುತ್ತಲಿನ ಮೂಳೆಯ ಬಲ ಚೆನ್ನಾಗಿದ್ದರೆ ರೂಟ್ ಕೆನಾಲ್ (ಬೇರುನಾಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆ) ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಹಲ್ಲನ್ನು ತೆಗೆಯುವುದು ಅನಿವಾರ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಹಲ್ಲಿನಲ್ಲಿ ಸೀಳು/ಮುರಿತ

ಹಲ್ಲಿನಲ್ಲಿ ಸೀಳು, ಸಡಿಲವಾದ ಹಳೆಯ ಫಿಲ್ಲಿಂಗ್, ಮುರಿದ ಹಲ್ಲು ಇದ್ದಾಗ ಆಹಾರ ತಿನ್ನುವಾಗ, ಬಾಯನ್ನು ಅಗಲವಾಗಿ ತೆರೆದಾಗ, ಅಥವಾ ತಣ್ಣಗಿನ ಜ್ಯೂಸ್, ನೀರು, ಐಸ್‌ಕ್ರೀಮ್ ಸೇವಿಸುವಾಗ ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಒಂದು ಅಥವಾ ಅನೇಕ ಹಲ್ಲುಗಳಲ್ಲಿ ಚುಚ್ಚುವ ನೋವು ಕಾಣಿಸಬಹುದು. ಕೆಲವು ಸೆಕೆಂಡು ಅಥವಾ ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಇದ್ದು ಮಾಯವಾಗುವ ನೋವಿದು. ಹಲ್ಲಿನ ಸೀಳು ಬಿರುಕು ಎಲ್ಲಿದೆ, ಎಷ್ಟು ದೊಡ್ಡದಿದೆ ಎಂಬುದರ ಮೇಲೆ ಕಾಂಪೋಸಿಟ್ ಬಾಂಡಿಂಗ್, ತೆಳು ಕವಚ ವೆನಿಯರ್, ಕ್ಯಾಪ್, ಬೇರುನಾಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮೂಲಕ ಬಿರುಕು ಮತ್ತು ನೋವನ್ನು ನಿವಾರಿಸಬಹುದು.

ಹಲ್ಲಿನ ಸವೆತ

ಬಿಸಿ ಅಥವಾ ತಣ್ಣಗಿನ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸಿದಾಗ ಜುಂ ಎಂದು ಕಾಡುವ ಅಸಹನೀಯ ಅನುಭವ ಹಲ್ಲಿನ ನೋವಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಕಿರಿಕಿರಿಯೇ. ಹಲ್ಲಿನ ಮೇಲ್ದರ ಎನಾಮೆಲ್ ಸವೆದು ಒಳಗಿರುವ ಡೆಂಟಿನ್ ಹೊರಗಿನ ವಾತಾವರಣಕ್ಕೆ ತೆರೆದುಕೊಂಡಾಗ ಈ ರೀತಿಯ ಜುಂ ಎನ್ನುವ ಸಂವೇದನೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ಬಾರಿ ತಣ್ಣಗಿನ ಗಾಳಿ ಒಳಗೆ ಹೊಕ್ಕಾಗ ಕೂಡ ಹೀಗನ್ನಿಸಬಹುದು. ವಿಶೇಷ ಪೇಸ್ಟ್ ಮತ್ತು ಮೌತ್‌ವಾಶ್‌ಗಳ ಬಳಕೆ, ಹಲ್ಲುಗಳ ಮೇಲೆ ಸೀಲೆಂಟ್ ಹಾಕುವುದು, ಮುರಿದ ಹಲ್ಲುಗಳಿಗೆ ಕ್ಯಾಪ್ ಹಾಕುವುದು ಮತ್ತು ಲೇಸರ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಸೂಕ್ತ.