# ಹಲ್ಲುನೋವು ಅಲಕ್ಷ್ಯ ಸಲ್ಲ

**ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹಲ್ಲುನೋವು ಬಂದಾಗ ನೋವು ನಿವಾರಕ ಔಷಧಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ನೋವು ಶಮನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಇಂದು ಹೆಚ್ಚಿನ ಜನರಿಗೆ ಅಭ್ಯಾಸವಾಗಿ ಬಿಟ್ಟಿದೆ. ಇದು ಬಹುದೊಡ್ಡ ದುರಂತ. ಯಾವುದೇ ಕಾರಣಕ್ಕೂ ನೀವೇ ವೈದ್ಯರಾಗಿ ಔಷಧಿ ಸೇವಿಸಬೇಡಿ.**

**■ ಡಾ. ಮುರಲೀ ಮೋಹನ್ ಚೂಂತಾರು**

ಇದೊಂದು ಸತ್ಯ ಘಟನೆ. ಸಾಮಾನ್ಯ ಹಲ್ಲುನೋವಿಗೊಳಗಾದ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಯುವತಿಗೆ ಆ ನೋವೇ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಕಂಟಕವಾಗಿದ್ದು, ಸಾವಿನ ದವಡೆಯಿಂದ ಸ್ವಲ್ಪದರಲ್ಲೇ ಪಾರಾದ ಸುದ್ದಿ ಕೆಲ ವಾರಗಳ ಹಿಂದೆ ಪತ್ರಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾಗಿತ್ತು. ಈ ಸುದ್ದಿ ಕೇಳಿದ ಬಹಳಷ್ಟು ಮಂದಿ ತಬ್ಬಿಬ್ಬಾದದ್ದೂ ಸುಳ್ಳಲ್ಲ. ಕಾರಣ ಇಷ್ಟೆ. ಹಲ್ಲುನೋವಿಗೆ ತುತ್ತಾದ ಗೀತಾ ಎಂಬ ಯುವತಿಯ ವಯಸ್ಸು ಕೇವಲ 25. ದಿನಕ್ಕೆ 14 ರಿಂದ 15 ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ನಿರಂತರ ದುಡಿತ. ಹಲ್ಲುನೋವು ಬಂದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ನೋವು ನಿವಾರಕ ಔಷಧಿ ಮೊರೆ ಹೋಗಿದ್ದ ಗೀತಾಳಿಗೆ ಪದೇ ಪದೇ ತೆಗೆದುಕೊಂಡ ಈ ಔಷಧಿಯೇ ಶಾಪವಾಗಿ ಕಾಡಿತ್ತು. ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ನೋವು ಬಂದಾಗ ಗುಳಿಗೆ ಜೊತೆಗೆ ಗೂಗಲ್ ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆಯಂತೆ ಆ್ಯಂಟಿ ಬಯೋಟಿಕ್ ಔಷಧಿಯನ್ನೂ ಸೇವಿಸಿದ್ದಳು. ಇದರಿಂದ ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಕೀವು ಕೂಡ ತುಂಬಿಕೊಂಡಿತ್ತು. ನೋವಿನ ಜೊತೆಗೆ ಮುಖದ ಒಂದು ಭಾಗ ಊದಿಕೊಂಡಿತ್ತು. ವಿಪರೀತ ಕೆಲಸದ ಒತ್ತಡದಿಂದಾಗಿ ಇದನ್ನೂ ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಿದ ಗೀತಾಳಿಗೆ ವೈದ್ಯರ ಬಳಿ ಹೋಗಲೂ ಸಮಯವಿರಲಿಲ್ಲ. ಪರಿಣಾಮ ಕಾಯಿಲೆ ಉಲ್ಬಣಿಸಿತ್ತು.

ಆಹಾರ ಸೇವನೆ ಕಷ್ಟವಾಗಿ ನಿದ್ದೆಯೂ ದೂರವಾಯಿತು. ಹಲ್ಲುನೋವು ವಿಪರೀತವಾಗಿ ನೋವಿನ ಜೊತೆಗೆ ಜ್ವರ, ನಡುಕ, ಆಯಾಸ, ನಿರ್ಜಲೀಕರಣ ಮುಂತಾದ ಹಲವು ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಬಾಧಿಸಲಾರಂಭಿಸಿದವು. ನೀರು ಕೂಡಾ ಕುಡಿಯುವುದು ಕಷ್ಟವಾಗಿ ರಕ್ತದೊತ್ತಡವೂ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಇಷ್ಟಾದ ಮೇಲೆ ದಂತ ವೈದ್ಯರ ಬಳಿ ಆಕೆಯನ್ನು ಕರೆದು ತಂದಾಗ ಗೀತಾ ಎಷ್ಟು ಅಶಕ್ತಳಾಗಿದ್ದಾರೆಂದರೆ ಎದ್ದು ನಿಲ್ಲಲೂ ಆಗದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗೆ ತಲುಪಿದ್ದಳು. ಈಕೆಯನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿದ ದಂತ ವೈದ್ಯರು ತಕ್ಷಣವೇ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಸೇರಿಸಿ ಎಂದು ಎಚ್ಚರಿಕೆ ನೀಡಿದ ಬಳಿಕ ಆಕೆಯನ್ನು ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಸೇರಿಸಿ ಐಸಿಯು ನಲ್ಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯಬೇಕಾಯಿತು.

## ನಿರ್ಲಕ್ಷ್ಯ ಬೇಡ

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹಲ್ಲುನೋವು ಬಂದಾಗ ನೋವು ನಿವಾರಕ ಔಷಧಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ನೋವು ಶಮನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಇಂದು ಹೆಚ್ಚಿನ ಜನರ ಖಯಾಲಿಯಾಗಿ ಬಿಟ್ಟಿದೆ. ಇದು ಬಹುದೊಡ್ಡ ದುರಂತ. ಯಾವುದೇ ಕಾರಣಕ್ಕೂ ನೀವೇ ವೈದ್ಯರಾಗಿ ಔಷಧಿ ಸೇವಿಸಬೇಡಿ. ದಂತ ವೈದ್ಯರ ಬಳಿ ಪ್ರತಿ ಆರು ತಿಂಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ ಹಲ್ಲಿನ ತಪಾಸಣೆ ನಡೆಸಿ. ಹಲ್ಲಿನಲ್ಲಿ ದಂತ ಕ್ಷಯ ಉಂಟಾದಲ್ಲಿ ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆಯಂತೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯಿರಿ.

ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾಗಳಿದ್ದು, ಹೆಚ್ಚಿನವು ನಿರುಪದ್ರವಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಕೆಲವು ಬ್ಯಾಕ್ಟ್ರೀರಿಯಾಗಳು ತೊಂದರೆ ನೀಡುತ್ತವೆ. ದೇಹದ ರಕ್ಷಣಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಕುಸಿದಾಗ ಈ ನಿರುಪದ್ರಪಿ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾಗಳೂ ವಿಜೃಂಭಿಸುತ್ತವೆ. ಈ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಬಾಯಿಯ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಬಾರದು. ದಿನಕ್ಕೆರಡು ಬಾರಿ ಹಲ್ಲುಜ್ಜಿ, ಹಲ್ಲಿನ ಮೇಲ್ಭಾಗದ ವಸಡಿನ ಮೇಲೆ ದಿನಕ್ಕೊಮ್ಮೆಯಾದರೂ ಬೆರಳಿನಿಂದ ಹಿತವಾಗಿ ಮಸಾಜ್ ಮಾಡಿ. ಹೀಗೆ ಮಾಡಿದಾಗ ರಕ್ತ ಪರಿಚಲನೆ ಜಾಸ್ತಿಯಾಗಿ ವಸಡಿನ ಆರೋಗ್ಯ ವೃದ್ಧಿಸುತ್ತದೆ. ಹಲ್ಲುನೋವು ಬಂದು ಕೀವು ಉಂಟಾದಾಗ ಅಸಾಧ್ಯ ನೋವು ಇರುತ್ತದೆ. ಯಾವುದೇ ಕಾರಣಕ್ಕೂ ಆಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್ ಔಷಧಿಯನ್ನು ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆ ಇಲ್ಲದೆ ಸೇವಿಸಬೇಡಿ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಔಷಧಿಯ ಪ್ರಮಾಣ ಸರಿಯಾಗಿರದೇ ಇರಬಹುದು.

ನಮ್ಮ ದೇಹದ ಪ್ರಕೃತಿ, ರೋಗದ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಮತ್ತು ದೇಹದ ತೂಕ ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ತಾಳೆ ಹಾಕಿ ವೈದ್ಯರೇ ನಿಮಗೆ ಬೇಕಾದ ಆಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್ ಔಷಧಿ ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಸುಮಾರು ಹತ್ತಿಪ್ಪತ್ತು ಬಗೆಯ ಆಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್ ಔಷಧಿ ಲಭ್ಯವಿದ್ದು. ಯಾವುದನ್ನು ಎಷ್ಟು ಬಾರಿ ನೀಡಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ವೈದ್ಯರೇ ನಿರ್ಧರಿಸಲಿ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಹಲ್ಲಿನೊಳಗೆ ಕೀವು ತುಂಬಿ ಕೊಂಡಾಗ ಹಲ್ಲಿನ ಮಧ್ಯಭಾಗದಲ್ಲಿ ತೂತು ಮಾಡಿ ಹಲ್ಲಿನ ಬೇರಿನ ನಾಳಗಳ ಮುಖಾಂತರ ಕೀವು ತೆಗೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಬಾಯಿಯ ಒಳಭಾಗದಲ್ಲಿ ಗಲ್ಲದ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಗಲ್ಲದ ಹೊರಭಾಗದಲ್ಲಿ ಕೀವನ್ನು ಹೊರತೆಗೆದು ಆ ಬಳಿಕ ಆಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಕೀವು ತೆಗೆಯದೇ ಬರೀ ಆಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್ ಔಷಧಿ ನೀಡಿದರೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಸರಿಯಾಗಿ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರದೆ ಇರಬಹುದು ಮತ್ತು ಮಾರಾಣಾಂತಿಕವಾಗಲೂಬಹುದು. ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ನಿರ್ಜಲೀಕರಣವಾಗದಂತೆ ರಕ್ತನಾಳಗಳ ಮುಂಖಾತರ ಈ ಜೀವ ದ್ರವ್ಯ ದ್ರಾವಣ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ರೋಗಿಗೆ ಜ್ವರ, ಬಳಲಿಕೆ, ಆಯಾಸ, ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ, ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ ಒಳರೋಗಿಯಾಗಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಆರಂಭದಲ್ಲಿಯೇ ಹಲ್ಲನ್ನು ಕಿತ್ತು ಕೀವು ತೆಗೆಯಬೇಕಾದ ಅನಿವಾರ್ಯತೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಹತ್ತರಲ್ಲಿ ಒಂಬತ್ತು ಬಾರಿ ಹಲ್ಲು ನೋವು ಒಂದು ಕೀವು ತುಂಬಿದಾಗ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಆಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್‌ಗಳಿಗೆ ಸಂದ್ಪಿಸಿದರೆ ಒಂದು ಬಾರಿ ತೀವ್ರತರವಾಗಿ ಕಾಡಲೂಬಹುದು. ರೋಗಿ ಮಧುಮೇಹ ಅಥವಾ ಇನ್ಯಾವುದೋ ರೋಗದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದಲ್ಲಿ ಹಲ್ಲು ನೋವನ್ನು ಯಾವತ್ತೂ ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಬಾರದು. ತಕ್ಷಣವೇ ದಂತ ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆ, ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಅತಿ ಅವಶ್ಯಕ.

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಒಮ್ಮೆಯಾದರೂ ಹಲ್ಲುನೋವಿಗೆ ತುತ್ತಾಗುತ್ತಾನೆ. ಹೇಗೆ ತಲೆಯಿರುವವರೆಗೆ ತಲೆನೋವು ಶಾಶ್ವತವೋ ಹಾಗೇ ಹಲ್ಲಿರುವವರೆಗೆ ಹಲ್ಲು ನೋವು ತಪ್ಪಿದ್ದಲ್ಲ.

ಲೇಖಕರು ದಂತವೈದ್ಯರು
ಸಂಪರ್ಕ: 9845135787