



ಕಾಡುವ ಸಾಮಾನ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು

- ಹೊರಗಿನ ಪರಿಸರಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ವೈರಾಣು ಮತ್ತು ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾಗಳಿಂದಂಟಾಗುವ ಶ್ವಾಸವ್ಯೂಹ ಮತ್ತು ಚರ್ಮದ ಸೋಂಕುಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲವು.
- ಅಲರ್ಜಿ, ಆಸ್ತಮಾ: ದೂಳು ಪರಾಗಗಳಿಂದಂಟಾಗುವ ಅಲರ್ಜಿ, ಆಸ್ತಮಾದಂಥ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಈ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು.
- ಅತಿತೂಕ ಮತ್ತು ಬೊಜ್ಜು: ಹೆಚ್ಚು ಕ್ಯಾಲೊರಿಭರಿತ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ ಮತ್ತು ಚಟುವಟಿಕೆ ರಹಿತ ಜೀವನಶೈಲಿಯಿಂದ



ಅತಿತೂಕ ಮತ್ತು ಬೊಜ್ಜಿನ ಸಮಸ್ಯೆ ತಲೆದೋರಬಹುದು. ಅದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಅಧಿಕ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಮಧುಮೇಹದಂಥ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಹೆತ್ತವರು ಈ ಕುರಿತು ನಿಗಾ ವಹಿಸಬೇಕು.

ನಡವಳಿಕೆಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು

- ಪೈಕಾ: ಸೀಮೆಸುಣ್ಣು, ಬಣ್ಣ, ಮಣ್ಣು, ಮುಂತಾದ ಆಹಾರವಲ್ಲದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದು. ಇಂಥ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ರಕ್ತಹೀನತೆ ಮತ್ತು ಜಂತುಹುಳು ಬಾಧೆಯ ಸಮಸ್ಯೆ ಸರ್ವೇಸಾಮಾನ್ಯ. ಗುರುತಿಸಿ

ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಬೇಕು.

- ಅತಿ ಕೋಪದ ಸಮಸ್ಯೆ: ಗೋಡೆಗೆ ತಲೆ ಚಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಒದೆಯುವುದು, ಎಸೆಯುವುದು, ಜೋರಾಗಿ ಕಿರುಚಿ ಅಳುವುದು ಮುಂತಾದವುಕೆಲವು ಅತಿ ಕೋಪದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು. ಈ ಸಮಸ್ಯೆ ಕ್ರಮೇಣ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದರಿಂದ ಅಂಥ ಸಂದರ್ಭವನ್ನು ಹೆತ್ತವರು ಸಮಾಧಾನಚಿತ್ತರಾಗಿ ನಿಭಾಯಿಸಬೇಕು.



- ಅತಿ ಚಡಪಡಿಕೆಯ ಸಮಸ್ಯೆ: ನರಮಂಡಲದಲ್ಲಿ ಆಗುವ ಜೀವರಾಸಾಯನಿಕಗಳ ಏರುಪೇರಿನಿಂದ ಕೆಲವು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಅತಿ ಚಡಪಡಿಕೆಯ ಸಮಸ್ಯೆ ಇರಬಹುದು. ಎ ಡಿ ಎಚ್ ಡಿ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುವ ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ತಜ್ಞರಿಂದ ಸೂಚಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕೊಡಿಸಬೇಕು.

ಅಭ್ಯಾಸಬಲದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು

ಉಗುರು ಕಚ್ಚುವಿಕೆ, ಹಲ್ಲು ಕಡಿಯುವಿಕೆ, ಹೆಬ್ಬೆರಳು ಚೀಪುವಿಕೆ, ಮುಂತಾದವು ಅಭ್ಯಾಸ ಬಲದಿಂದಂಟಾಗುವ ಕೆಲವು ಸಮಸ್ಯೆಗಳು. ಇವು ದಿನಗಳೆದಂತೆ ತಹಬದಿಗೆ ಬರುತ್ತವೆ.

ಆಯಾ ವಯಸ್ಸಿಗನುಗುಣವಾಗಿ ಮೇಲೆ ತಿಳಿಸಿದ ಎಲ್ಲಾ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಅಲ್ಪಸ್ವಲ್ಪ ವ್ಯತ್ಯಯವಾಗುವುದು ಸರ್ವೇಸಾಮಾನ್ಯ. ಅದು ಗಣನೀಯವೆನಿಸುವಂಥ ವ್ಯತ್ಯಯವಾಗಿದ್ದರೆ ತಜ್ಞರಲ್ಲಿ ತೋರಿಸಿ ಪರಿಹಾರ ಪಡೆಯಬೇಕು.

ಒಟ್ಟಾರೆಯಾಗಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ ಐದು ವರ್ಷಗಳ ಒಳಗಿನ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಆಹಾರ ಪೂರೈಕೆ, ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು, ಕೆಲವು ಸಾಮಾನ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಮತ್ತು ಮುಂಜಾಗ್ರತಾ ಕ್ರಮಗಳ ಕುರಿತು ಗಮನ ಹರಿಸಿದರೆ ಅವರ ಮುಂದಿನ ಸದೃಢ ಬದುಕಿಗೆ ಭದ್ರ ಬುನಾದಿ ಹಾಕಿ ಕೊಟ್ಟಂತಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿ: feedback@sudha.co.in