ಬಳಸಿದರೆ ಸೋಂಕು ಮತ್ತೊಬ್ಬರಿಗೆ ಹರಡುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಗಜಕರ್ಣ ಬಂದವರು ಅದು ತಮ್ಮ ದೇಹದ ಇತರ ಭಾಗಗಳಿಗೆ ಅಥವಾ ಇತರರಿಗೆ ಹರಡದಂತೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯನ್ನು ವಹಿಸಬೇಕು.

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮಾಲಿನ್ಯದಿಂದ ಈ ಸಮಸ್ಯೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಚರ್ಮದ ಮೇಲೆ ಎಲ್ಲಿ ಬೇಕಾದರೂ ಈ ಸೋಂಕು ಬರಬಹುದು. ಗಜಕರ್ಣ ಬಂದಾಗ ಚರ್ಮ ಕಪ್ಪು ಅಥವಾ ತೆಳುವಾದ ಬಣ್ಣ ಪಡೆಯುತ್ತದೆ. ಮೊದಲಿಗೆ ದುಂಡಗೆ ಉಂಗುರದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕಲೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಈ ಕಲೆ ಅಥವಾ ಗುಳ್ಳೆಯುಂಟಾಗಿ ವಿಪರೀತ ಕಡಿತ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಕ್ರಮೇಣ ಇದು ಕೆಂಪುಬಣ್ಣಕ್ಕೆ ತಿರುಗಿ ಚರ್ಮದ ಬಾಧಿತ ಭಾಗ ಉಬ್ಬಿದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಬಹುದು.

ಉಗುರುಗಳಲ್ಲಿ ಗಜಕರ್ಣ ಸೋಂಕು ಬಂದಾಗ ಅದರ ಬಣ್ಣ ಸಂಪೂರ್ಣ ಬದಲಾಗಬಹುದು. ಉಗುರು ದಪ್ಪಗೂ ಆಗಬಹುದು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಚೂರುಚೂರಾಗಿ ಉದುರಿಯೂ ಹೋಗಬಹುದು. ಈ ಫಂಗಸ್ ಸೋಂಕು ಬಂದರೆ ಚರ್ಮದಲ್ಲಿ ಆಗಾಗ ತುರಿಕೆ ಮತ್ತು ಕಿರಿಕಿರಿಯನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಇದನ್ನು ಕೆರೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂದು ಅನ್ನಿಸಿದರೂ ಸಹ ಅದನ್ನು ಆದಷ್ಟೂ ತಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಏಕೆಂದರೆ ಅದನ್ನು ಕೆರೆದುಕೊಂಡು ಮತ್ತೆ ಅದೇ ಕೈಯಿಂದ ದೇಹದ ಇತರ ಭಾಗವನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಿಸಿದರೆ ಈ ಸೋಂಕು ಅಲ್ಲಿಗೂ ಹರಡುತ್ತದೆ.

ಈ ಸಮಸ್ಯೆ ಬಂದಾಗ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಇರುವ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳನ್ನೇ ಬಳಸಿ ಪರಿಹಾರ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಆರೈಕೆ ಹೇಗೆ?

ಗಜಕರ್ಣ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ಮೊದಲಿಗೆ ಚರ್ಮದ ಬಾಧಿತ ಜಾಗವನ್ನು ತುಂಬ ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಸೋಪಿನಿಂದ ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಬೇಕು. ಸೋಪ್ ಬಳಸಿ ತೊಳೆದಾಗ ಸೋಂಕು ಹರಡುವುದನ್ನು ತಡೆಯಬಹುದು. ಸ್ವಚ್ಛತೆಯಿಂದ ಇದ್ದಾಗ ಸೋಂಕನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಹರಡದಂತೆ ತಡೆಯಬಹುದು. ಚರ್ಮದ ತುರಿಕೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಒಂದು ಚಮಚದಷ್ಟು ಅರಿಶಿನಒಂದು ಚಮಚದಷ್ಟು ಕೊಬ್ಬರಿ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಸೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಈ ಲೇಪನವನ್ನು ಗಜಕರ್ಣ ಎಲ್ಲಿ ಆಗಿರುತ್ತದೆ ಅಲ್ಲಿ ಲೇಪಿಸಿ ಎರಡು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಮೃದುವಾಗಿ ಮಸಾಜ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಹೀಗೆ ನಿತ್ಯವೂ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವ ಎರಡು ಗಂಟೆ ಮುಂಚೆ ಇದನ್ನು ಲೇಪಿಸಿಕೊಂಡು ನಂತರ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಗಜಕರ್ಣ ಸೇರಿದಂತೆ ಚರ್ಮದ ಅನೇಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಪರಿಹಾರವಾಗುತ್ತವೆ. ಲೋಳೆಸರದಲ್ಲಿ (ಅಲೊವೆರಾ) ಗಜಕರ್ಣ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಉತ್ತಮ ಪರಿಹಾರ ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ.

ತಾಜಾ ಆಗಿರುವ ಲೋಳೆಸರದ ತಿರುಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಅದಕ್ಕೆ ಅರಿಶಿನ ಸೇರಿಸಿ ಸಮಸ್ಯೆ ಇರುವ ಜಾಗಕ್ಕೆ ದಿನಕ್ಕೆ ಒಂದೆರಡು ಬಾರಿ ಹಚ್ಚಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ಬಿಟ್ಟು ಸ್ವಚ್ಛ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಅಲೊವೆರಾ ಜೆಲ್ ಸಿಕ್ಕರೆ ಅದನ್ನೂ ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು.

ಕೊಬ್ಬರಿ ಎಣ್ಣೆ ಆ್ಯಂಟಿಫಂಗಲ್ ಮತ್ತು ಸೂಕ್ಷ್ಮಾಣುಜೀವಿಗಳ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿ ಇಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಇದು ಗಜಕರ್ಣ ಮತ್ತು ಇತರ ಶಿಲೀಂಧ್ರಗಳ ಸೋಂಕಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಔಷಧಿಯಾಗಿದೆ. ಕೊಬ್ಬರಿ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಬಿಸಿ ಮಾಡಿ ಅದು ಬೆಚ್ಚಗಿರುವಾಗಲೇ ಸೋಂಕಿತ ಭಾಗದ ಮೇಲೆ ಹಚ್ಚಿದರೆ ಚರ್ಮವು ಅದನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಹೀರಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ದಿನಕ್ಕೆ ಮೂರು ಬಾರಿ ಹೀಗೆ ಮಾಡಿದರೆ ಈ ಸಮಸ್ಯೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ನಿವಾರಣೆಯಾಗುವುದು. ತುರಿಕೆ ಮತ್ತು ಕಿರಿಕಿರಿಗಳು ಬೇಗನೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತವೆ.

ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರೂ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬೆಳೆಸುವ ತುಳಸಿ ಗಿಡದ ಎಲೆಗಳ ರಸವನ್ನು ಹಿಂಡಿಕೊಂಡು ಅದನ್ನು ಚರ್ಮದ ಮೇಲೆ ಸೋಂಕು ಉಂಟಾಗಿರುವ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಮೃದುವಾಗಿ ಹಚ್ಚಬೇಕು. ಅರಿಶಿನದಲ್ಲಿರುವ ಕರ್ಕ್ಯುಮಿನ್ ಎಂಬ ಅಂಶ ಆ್ಯಂಟಿಸೆಪ್ಟಿಕ್ ಮತ್ತು ಆ್ಯಂಟಿಫಂಗಲ್ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದರಿಂದ ಚರ್ಮದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಾದ ಕಜ್ಜಿ, ತುರಿಕೆ, ಹುಳುಕಡ್ಡಿ ಸೋಂಕನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವಲ್ಲಿ ಸಹಾಯಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಅರಿಶಿನದ ಕೊಂಬನ್ನು ನೀರಿನೊಂದಿಗೆ ಅರೆದು ಅದಕ್ಕೆ ಬೇವಿನ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಅಥವಾ ಬೇವಿನ ಎಲೆಗಳ ರಸವನ್ನು ಬೆರೆಸಿ ತೊಂದರೆಯುಂಟಾಗಿರುವ ಭಾಗಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚಿಕೊಂಡು ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಪಪ್ಪಾಯಿ ಹಣ್ಣಿನ ಸಿಪ್ಪೆ ಅಥವಾ ಪರಂಗಿ ಬೀಜಗಳಿಂದ ರುಬ್ಬಿ ತಯಾರು ಮಾಡಿದ ಪೇಸ್ಟ್ ಹಚ್ಚುವುದರಿಂದ ಚರ್ಮದ ಮೇಲಿನ ಶಿಲೀಂಧ್ರ ಸೋಂಕು ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಮೂಲಂಗಿ ಬೀಜವನ್ನು ಮೊಸರಿನಲ್ಲಿ ಅರೆದು ಲೇಪಿಸಬೇಕು.

ಹಾಗೆಯೇ ಸಾಸಿವೆಯನ್ನು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಅರೆದು ಲೇಪಿಸಬಹುದು. ಜೊತೆಗೆ ಮುತ್ತುಗದ ಬೀಜವನ್ನು ಮೊಸರಿನಲ್ಲಿ ಅರೆದು ಲೇಪಿಸಿಯೂ ಗಜಕರ್ಣದ ಉಪಶಮನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ತುಳಸಿ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಉಪ್ಪಿನೊಂದಿಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅರೆದು ಗಜಕರ್ಣ ಆಗಿರುವ ಜಾಗಕ್ಕೆ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಹಚ್ಚಬೇಕು ಮತ್ತು ಉಜ್ಜಬೇಕು.

ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವಾಗ ನೀರಿಗೆ ಬೇವಿನ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ ಆ ನೀರಿನಿಂದ ತೊಂದರೆಯಾಗಿರುವ ಭಾಗವನ್ನು ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಸುಲಭವಾಗಿ ಈ ಮನೆಮದ್ದುಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಗಜಕರ್ಣಕ್ಕೆ ಪರಿಹಾರ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಇದೆಲ್ಲಾ ಮಾಡಿಯೂ ಸಮಸ್ಯೆ ಸರಿಹೋಗದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಪದೇ ಪದೇ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರೆ ತಡಮಾಡದೇ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಕಂಡು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯಬೇಕು.

ಆಯುರ್ವೇದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಆಯುರ್ವೇದದಲ್ಲಿ ಇದಕ್ಕೆ ಉತ್ತಮ ಔಷಧಿಗಳಿವೆ. ಪಂಚಕರ್ಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಇದಕ್ಕೆ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಪರಿಹಾರ ವಿಧಾನ. ಪದೇ ಪದೇ ಈ ತೊಂದರೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರೆ ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಒಳ್ಳೆಯದು.

ಇದರಲ್ಲಿ ಶೋಧನದ ಮೂಲಕ ದೇಹವನ್ನು ಶುದ್ಧಿಗೊಳಿಸಿ ನಂತರ ಶಮನ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುವುದರಿಂದ ಉತ್ತಮ ಫಲಿತಾಂಶ ದೊರಕುತ್ತದೆ. ಪಂಚಕರ್ಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಮೊದಲು ಸ್ನೇಹನ, ಸ್ವೇದನ ಮಾಡಿ ನಂತರ ವಿರೇಚನ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಜೊತೆಗೆ ಮಹಾಮಂಜಿ, ಖದಿರಾರಿಷ್ಟ ಮುಂತಾದ ಔಷಧಿಗಳು ಲಭ್ಯ. ■