ಹಾಲು ಹಲ್ಲಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಪುಟಾಣಿಗಳಿಗೆ ಹಲ್ಲುಗಳ ಸ್ವಚ್ಛತೆ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸಬೇಕು. ಆರು ತಿಂಗಳ ನಂತರ ಮಗುವಿಗೆ ಹಾಲು ಹಲ್ಲು ಬರಲಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ. ನಿತ್ಯವೂ ಬ್ರಷ್ ಮಾಡಿಸುವ ಮೂಲಕ ಹಲ್ಲುಗಳ ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಹೆತ್ತವರು ನಿಗಾ ವಹಿಸಬೇಕು.

■ ಡಾ. ಅನನ್ಯ ಭಟ್

ಮಗುವಿನ ಆರೋಗ್ಯ ಪಾಲನೆಯಲ್ಲಿ ಹಲ್ಲುಗಳ ಆರೋಗ್ಯವೂ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಆರು ತಿಂಗಳ ಮಗುವಿಗೆ ಮೊದಲ ಹಲ್ಲು ಬರುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚುಕಡಿಮೆ ಎರಡೂವರೆಯಿಂದ ಮೂರು ವರ್ಷದ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಮಗುವಿನ ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲ ಹಲ್ಲುಗಳೂ ಮೂಡಿರುತ್ತವೆ. ಇವು ಹಾಲು ಹಲ್ಲುಗಳು. ಒಟ್ಟು 20 ಹಲ್ಲುಗಳು ಹಾಲು ಹಲ್ಲುಗಳು.

ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹಾಲು ಹಲ್ಲುಗಳು ಶಾಶ್ವತ ಹಲ್ಲುಗಳು ಬರಲು ಆರಂಭಿಸಿದ ತಕ್ಷಣ ಬೀಳಲಾರಂಭಿಸುತ್ತವೆ. ಮಗುವಿಗೆ ಏಳು ವರ್ಷ ಆಗುವಾಗ ಹಾಲು ಹಲ್ಲುಗಳು ಬೀಳಲಾರಂಭಿಸುತ್ತವೆ. ಪ್ರತಿವರ್ಷ ಎರಡರಿಂದ ನಾಲ್ಕು ಹಲ್ಲುಗಳು ಬಿದ್ದು ಮಗುವಿಗೆ 14 ವರ್ಷ ಆಗುವಾಗ ಎಲ್ಲ ಹಾಲು ಹಲ್ಲುಗಳು ಬಿದ್ದು ಶಾಶ್ವತ ಹಲ್ಲುಗಳು ಬರಲಾರಂಭಿಸುತ್ತವೆ.

ಗ್ರಾಮೀಣ ಹಾಗೂ ಸಣ್ಣ ಪಟ್ಟಣಗಳಲ್ಲಿ ಹಾಲು ಹಲ್ಲಿನ ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಇರುವುದಿಲ್ಲ. 'ಹೇಗೂ ಹಾಲು ಹಲ್ಲು ಬಿದ್ದು ಹೋಗುತ್ತಲ್ವ...ಅದಕ್ಕೆ ಏನು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿಸೋದು.. ಹುಳುಕಾದ್ರೆ ತೆಗೆಸಿ ಬಿಡೋಣ... ಹೇಗೂ ಬೇರೆ ಹಲ್ಲು ಬರುತ್ತಲ್ಲಾ... ಎನ್ನುವ ಮಾತು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕೇಳಿಬರುತ್ತದೆ.

ಹಾಲುಹಲ್ಲುಗಳು ಮೂಡುತ್ತಿರುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ವಸಡಿನಲ್ಲಿ ಕಡಿತ, ಹಸಿವು ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು ಮತ್ತು ನಿದ್ರಾಹೀನತೆ ಉಂಟಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ಕಡಿತ ಉಂಟಾಗುವಾಗ ಮಗು ಕೈಗೆ ಸಿಕ್ಕಿದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದು ಕಚ್ಚಲಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಸೋಂಕು ತಗುಲುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ.

- ಮಗುವಿಗೆ ದಿನಾ ಎರಡು ಬಾರಿ ಬ್ರಷ್ ಮಾಡಿಸಬೇಕು. ಊಟ ತಿಂಡಿ ಆದ ತಕ್ಷಣ ಬಾಯಿಯನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿ ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬ ಬಗ್ಗೆ ಹೆತ್ತವರು ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸಬೇಕು.
- ಹಾಲು ಹಲ್ಲಿನ ಆರೋಗ್ಯ, ಕಾಳಜಿ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನ ಕೊಡಬೇಕಾದ ಅಗತ್ಯ ಬಹಳ ಇದೆ.
- ಹಾಲು ಹಲ್ಲುಗಳು ಮಕ್ಕಳ ಮುಖದ ಆಕಾರ, ನಗು ಮತ್ತು ಆಹಾರ ಅಗಿಯುವ ಕ್ರಿಯೆಗೆ ಸಹಕಾರಿ.
- ಇವು, ಶಾಶ್ವತ ಹಲ್ಲುಗಳ ಮೂಡುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಹಾಗೂ ಜೋಡಣೆಗೆ ಸಹಕಾರಿ.
- ಆಹಾರ ಪಚನಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಮುಖ್ಯ.
- ಆರೋಗ್ಯಕರ ಹಾಲು ಹಲ್ಲುಗಳು ಮಕ್ಕಳ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತವೆ. ■

ಹಾಲು ಹಲ್ಲಿಗೂ ಸೋಂಕು

ಹಾಲು ಹಲ್ಲಿಗೂ ಸೋಂಕು ತಗುಲಿ ಬಾಯಿ, ಹಲ್ಲು, ವಸಡುಗಳ ಮೇಲೆ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ.

- ತೀವ್ರತರ ನೋವು
- ಕುಂಠಿತ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ, ಪಚನ ಕ್ರಿಯೆ ಏರುಪೇರು
- ಸೋಂಕು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅಕ್ಕಪಕ್ಕದ ಕೆನ್ನೆ, ಕಿವಿ, ಕಣ್ಣುಗಳವರೆಗೂ ಹರಡಬಹುದು.
- ಸಕಾಲದಲ್ಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕೊಡಿಸದಿದ್ದರೆ, ಹಲ್ಲನ್ನು ಕೀಳುವ ಸಂದರ್ಭ ಬರುತ್ತದೆ.
- ಹಾಲು ಹಲ್ಲನ್ನು ಕಿತ್ತ ಕೂಡಲೇ ಶಾಶ್ವತ ಹಲ್ಲು ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಮೂಡುವ ಸಮಯದಲ್ಲೇ ಮೂಡುತ್ತವೆ. ಇದರಿಂದ ಮಕ್ಕಳ ಆಹಾರ ಅಗಿಯುವಿಕೆಗೆ ತೊಂದರೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.
- ಹಾಲು ಹಲ್ಲು ಕಿತ್ತ, ಖಾಲಿ ಜಾಗವನ್ನು ಪಕ್ಕದ ಹಲ್ಲುಗಳು ಆಕ್ರಮಿಸಿ, ಶಾಶ್ವತ ಹಲ್ಲುಗಳ ಮೂಡುವಿಕೆ, ಜೋಡಣೆಯನ್ನು ಹಾಳುಗೆಡವುತ್ತದೆ.

ಹಾಗಾಗಿ ಸಣ್ಣ ಪ್ರಾಯದಲ್ಲೇ, ಹಾಲು ಹಲ್ಲುಗಳು ಮೂಡಿದ ಕೂಡಲೇ ಅದರ ಆರೋಗ್ಯ, ಸ್ವಚ್ಛತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸಬೇಕು. ಮಕ್ಕಳನ್ನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ದಂತ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ತೋರಿಸುವುದು, ಹುಳುಕು ಹಲ್ಲು, ಸೊಟ್ಟ ಹಲ್ಲುಗಳು ಬಾರದಂತೆ ಸ್ವಚ್ಛತೆ ಬಗ್ಗೆಯೂ ನಿಗಾ ವಹಿಸಬೇಕು. ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಕೊಡಿಸಿ ಹಲ್ಲನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸುವುದು ಅಷ್ಟೇ ಮುಖ್ಯ. ■