

■ အရေပြားရောဂါဆိုတာ ဗတ်မှ သိမယ်၊
သိမှ ကာကွယ်နိုင်မယ်။

■ ရိုးရိုးသာမန်အရေပြားပေါ်မှာ ဖြစ်တာရှိသလို
ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းဆီလဲ ချို့ယွင်းပျက်စီးမှုတွေကြောင့်လည်း ဖြစ်တတ်တယ်
အဲဒီလို ထူးထူးခြားခြားဖြစ်လာတတ်တဲ့ အရေပြားရောဂါတွေ ရှိနေတယ်ဆိုတာကို
စာဖတ်ပရိသတ် သိစေချင်လို့ပါ။



BURMESE CLASSIC

တူးတူးခြားခြား

အရေပြားရောဂါများ

အရေပြားအထူးကုဆရာဝန်ကြီး

ဒေါက်တာဦးဆွေမြင့်
(အရေပြား-ပါရီ)

ဒို့တာဝန်အရေးသုံးပါး

- ❑ ပြည်ထောင်စုမပြိုကွဲရေး ဇိုအရေး
- ❑ တိုင်းရင်းသားစည်းလုံးညီညွတ်မှုမပြိုကွဲရေး ဇိုအရေး
- ❑ အချုပ်အခြာအားထာဝရတည်တံ့နိုင်ခြင်း ဇိုအရေး

ပြည်သူ့သဘောထား

- ❑ ပြည်ပအားကိုး ပုခပ်မိုက်၊ အခိုက်အခံမရှိဘဲ အားကိုးစွာ ဆန့်ကျင်ကြ
- ❑ နိုင်ငံတော် တည်ငြိမ်အေးချမ်းရေးနှင့် နိုင်ငံတော်တိုးတက်ရေးကို မှောင်ယှက်ဖျက်ဆီးသူများအား ဆန့်ကျင်ကြ
- ❑ နိုင်ငံတော်၏ ပြည်တွင်းရေးကို ဝင်ရောက်ဖွဲ့ကပ်ဖက်မှောင်ယှက်သော ပြည်ပနိုင်ငံများအား ဆန့်ကျင်ကြ
- ❑ ပြည်တွင်းပြည်ပ အဖျက်သမားများအား ဘုံရန်သူအဖြစ် သတ်မှတ်ချေမှုန်းကြ

နိုင်ငံရေးဦးတည်ချက် (၄)ရပ်

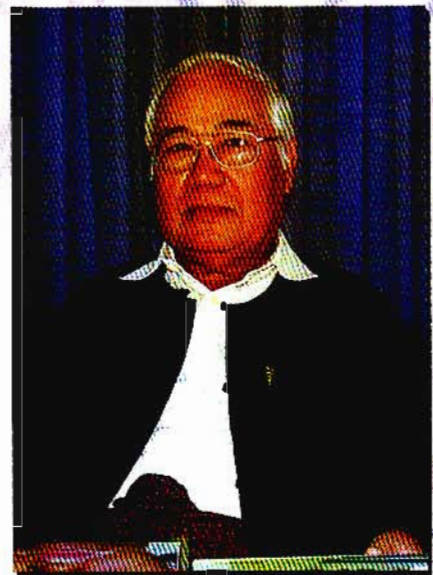
- ❑ နိုင်ငံတော်တည်ငြိမ်ရေး ရပ်ရွာအေးချမ်းသာယာရေးနှင့် တရားဥပဒေစိုးမိုးရေး
- ❑ အမျိုးသားပြန်လည်ရည်လုံး ညီညွတ်ရေး
- ❑ နိုင်ငံမာသည့် ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေအရ ဖြစ်ပေါ်လာရေး
- ❑ ဖြစ်ပေါ်လာသည့် ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံ ဥပဒေအရ အညီ အတန်းရှိပြီး တိုးတက်သော နိုင်ငံတော်သစ်တစ်ရပ် တည်ဆောက်ရေး

စီးပွားရေးဦးတည်ချက် (၄)ရပ်

- ❑ စိုက်ပျိုးရေးကို အခြေခံ၍ အခြားစီးပွားရေးကဏ္ဍများကိုလည်း ဘက်စုံဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်အောင် တည်ဆောက်ရေး
- ❑ ရေကွက်စီးပွားရေးစနစ် ပိုမိုဖွံ့ဖြိုးပေါ်လာရေး
- ❑ ပြည်တွင်းပြည်ပမှ အတတ်ပညာနှင့် အရင်းအနှီးများ ပိတ်ခေါ်၍ စီးပွားရေးဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်အောင် တည်ဆောက်ရေး
- ❑ နိုင်ငံတော်စီးပွားရေးတစ်ရပ်လုံးကို အနိတီးနိုင်မှုဖွဲ့စည်းအားသည့် နိုင်ငံတော်နှင့် တိုင်းရင်းသား ပြည်သူတို့၏ လက်ဝယ်တွင်ရှိရေး

လူမှုရေး ဦးတည်ချက် (၄)ရပ်

- ❑ တစ်မျိုးသားလုံး၏ စိတ်ဓာတ်နှင့် အကျင့်စာပိုင်းတို့ဖြင့် မာရေး
- ❑ အမျိုးဂုဏ် တတိဂုဏ်ဖြင့် မာရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုအမွေအနှစ်များ
- ❑ အမျိုးသားရေးလက္ခဏာများ မပျောက်ပျက်အောင် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရေး
- ❑ မျိုးချစ်စိတ်ဓာတ် ရှင်သန်ထက်မြက်ရေး
- ❑ တစ်မျိုးသားလုံး ကျန်းမာကြံ့ခိုင်ရေးနှင့် ပညာရည်ဖြင့် မာရေး



အရေပြားအထူးကုဆရာဝန်ကြီး
ဒေါက်တာဦးဆွေမြင့်
 (အရေပြား - ပါရီ)

M.B., B.S.; D.D.V.; M.S.F.D (France)
 Senior Consultant Dermatologist
 Assistant Director (STD / AIDS) Retd;
 (Head of HIV / AIDS Counselling Unit)
 Balneo Puva Therapy Specialist
 (Paris) Dermatologist



ထူးထူးခြားခြား အရေပြားရောဂါများ

အရေပြားအထူးကုဆရာဝန်ကြီး
ဒေါက်တာဦးဆွေမြင့်
(အရေပြား-ပါရီ)

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

- စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ် ● ၄၀၁၂၃၁၁၁၁၀
 - မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်အမှတ် ● ၄၀၁၂၇၁၁၂၁၀
 - မျက်နှာဖုံးဒီဇိုင်း ● အောင်မိုး
 - အတွင်းဒီဇိုင်း ● ဝင်းထွန်း၊ ဆုအေးအောင်
 - ကွန်ပျူတာ ● ဆုဇွေးအောင်
 - မျက်နှာဖုံးဖလင် ● Empire
 - အတွင်းဖလင် ● ဦးထွန်းဆိုင်
 - စာအုပ်ချုပ် ● ကိုတင်အေး(လှိုင်)
 - ပုံနှိပ်ခြင်း ● ပထမအကြိမ်
 - ထုတ်ဝေခြင်း ● ဒီဇင်ဘာလ၊ ၂၀၁၀ ခုနှစ်
 - တန်ဖိုး ● ၃၀၀၀ ကျပ်
 - အုပ်ရေ ● ၁၀၀၀
 - ထုတ်ဝေသူ ● ဒေါ်သင်းသင်းမွန် 'သင်းစာပေ'
 - ပုံနှိပ်သူ ● ဦးကျော်ဌေးမင်း (မြ-၀၅၉၉၂)
- အမှတ်-၁၃၈၊ ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းလမ်း၊



၆၁၆.၇

ဆွေမြင့်၊ ဦး၊ ဒေါက်တာ
ထူးထူးခြားခြားအရေပြားရောဂါများ/
ဒေါက်တာဦးဆွေမြင့်။ - ရန်ကုန်၊
ငါတို့စာပေ၊ ၂၀၁၀။
စာမျက်နှာ - ၁၃၉၊
အလျား ၁၂.၅ စင်တီမီတာ၊ အနံ ၂၀ စင်တီမီတာ
(၁) ထူးထူးခြားခြားအရေပြားရောဂါများ

- ၁။ အရေပြားအရည်ကြည်ဖုရောဂါများ (Bullous Diseases) ၁
- (၁) ပျော့ဖတ်ပါးလွှာသော အရည်ကြည်ဖုကြီးများရောဂါ ၃
ယန်ဖိဂပ်(စ်)ဘာ(လ်)လဂါးရစ်(စ်)(Pemphigus Vulgaris)
- (၂) တင်းမာပါးလွှာသော အရည်ကြည်ဖုကြီးများရောဂါ ၅
(Pemphigoid) ပင်းဖိဂျိုက်
- (၃) ဆင်ရေယုန်နှင့် တူသော အရည်ကြည်ဖုရောဂါ ၈
(Dermatitis Herpetiformis)
- (၄) ရေကျောက် (Chicken Pox) ၁၀
- (၅) ပူစိမောင်းအရည်ကြည်ဖုရောဂါ ၁၂
ပွန်ဖိုးလစ် (Pompholyx)
- (၆) မွေးရာပါ အရည်ကြည်ဖုကြီးများ ရောဂါများ ၁၄
(Inherited Bullous Dermatoses)
- (၆က) ရိုးရိုးမွေးရာပါအရေပြား အရည်ကြည်ဖုရောဂါ ၁၄
(Epidermolysis Bullosa Simplex)
- (၆ခ) ဗီလကွဏာငုပ်နေပြီး ကိုယ်ခန္ဓာအစိတ်အပိုင်းများ ၁၄
ပျက်စီးဆုံးရှုံးစေသည့် အရည်ကြည်ဖုရောဂါ
(Recessive Dystrophic Form)
- (၆ဂ) မိဘမျိုးရိုးလိုက်၍ ကိုယ်ဝန်ရှိစဉ်ကတည်းက ၁၅
သန္ဓေသားတွင် ဖြစ်ပေါ်နေတတ်သော ဗီဇငုပ်
နေသည့် အရည်ကြည်ဖုရောဂါ
(Epidermolysis Bullosa Letalis.
- (၇) ဇီဝတွင်းဓာတုဖြစ်စဉ်အစုစု ချို့ယွင်းပျက်စီးမှုကြောင့် ၁၇
ဖြစ်သော အရည်ကြည်ဖုရောဂါ
(Porphyria Cutanea Tarda)
ပေါ်ဖိုက်ရီးယား၊ ကူးတေးနီးယား၊ တာဒါ
- (၈) ထိုးဆေးသောက်ဆေး လိမ်းဆေး မတည့်ခြင်းများနှင့် ၂၅
ဘက်တီးရီးယား ဗိုင်းရပ်စ် (Bacteria And Virus)
ပိုးများကြောင့်ဖြစ်သော အရည်ကြည်ဖုကြီးများ
(Stevens-Johnson Syndrome) စတီဗင်ဂျွန်ဆန်ဆင်ဒမ်း

www.burmeseclassic.com

ဗာတိကာ

၂။ ချိုင်းချွေးပေါက်နာ (Fox-Fordyce Disease)	၂၅
၃။ အရေပြားမှိုရောဂါ (Fungal Infection)	၃၁
၄။ ညှင်း (Pityriasis Versicolor)	၄၁
၅။ ဆိုရိုင်းရေးစစ် (Psoriasis)	၄၉
၆။ သွေးပြန်ကြောအနာ (VENOUS ULCER)	၆၃
၇။ အရေပြားနီရဲ၊ ရောင်အနံ့၊ နာကျင်ခြင်း (DERMATITIS)	၆၉
၈။ သွေးလွတ်ကြောအနာ	၈၃
၉။ သွေးတိုးအရေပြားနာ (HYPERTENSIVE ULCER)	၉၁
၁၀။ သက်ကြီးရွယ်အို သွေးကြောဆိုင်ရာ အရေပြားရောဂါများ (Senile Vascular Dermatoses)	၉၇
(၁) သွေးကြောမျှင်ငယ်များ စုစည်းထုံးဖွဲ့ခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသောအရေပြားရောဂါ (Angiokeratoma)	၉၉
(၂) သက်ကြီးရွယ်အိုမှဲ့နီ၊ မှဲ့ပြာ (Senile Angioma)	၁၀၀
(၃) သက်ကြီးရွယ်အို အရေပြားအောက် သွေးပြန်သွေးကွက် (Senile Purpura)	၁၀၁
၁၁။ သစ်ဆွေးမှိုနှင့်ခူ (MYCETOMA- MADURA FOOT)	၁၀၃
၁၂။ ပန်းဂေါ်ဖီ မှိုရောဂါ CHROMOBLASTO MYCOSIS	၁၀၉



ဗာတိကာ

၁၃။ ဗီတာမင် B ₃ အာဟာရချို့တဲ့ရောဂါ (PELLAGRA)ပလဲဏား	၁၁၅
၁၄။ သစ်ဆေးလောင်အရေပြားနာ (PHYTO-PHOTO DERMATITIS)	၁၂၃
၁၅။ အရေပြားကင်ဆာ ဖြစ်နိုင်သော အမည်းကွက်များ (MELANOMA)	၁၃၀
၁။ အရေပြားအပေါ်ယံရှုပ်ပြီးဖြစ်တဲ့ အမည်းကွက်ကင်ဆာ (Superficial Spreading Melanoma)	၁၃၄
၂။ ညိုမည်းကွက်ကင်ဆာ (Lentigo Maligna Melanoma)	၁၃၄
၃။ အမည်းအဖုလုံးကင်ဆာ (Nodular Melanoma)	၁၃၅
၄။ လက်များ၊ ခြေများတွင်ဖြစ်သော အမည်းကွက်ကင်ဆာ (Aeral Melanoma)	၁၃၅
၁၆။ မှဲ့(Mole)နှင့် အရေပြားအမည်းကွက် (Melanoma)များမှ ကင်ဆာ(Cancer)ဖြစ်သွားနိုင်သည့် အချက်အလက် 'စံ' နမူနာများ	၁၃၇

www.burmeseclassic.com



အမှာစာ

အရေပြားရောဂါဆိုတာ ဖတ်မှသိမယ်။ သိမှ ကာကွယ်နိုင်မယ်။ အရေပြားရောဂါ အကြောင်း မသိရင် မကာကွယ်တတ်ဘူး။ မကာကွယ်နိုင်ရင် ရောဂါ ရရှိလာဖို့ လွယ်ကူတယ်။ ရောဂါရမယ်။ ဒုက္ခတွေ့မယ်။ အသက်အန္တရာယ်ထိ ဖို့ရိပ်စရာ ဖြစ်သွားနိုင်တယ်။ အနည်းဆုံးတော့ အရေပြား မလှတော့တူးပေါ့။ မလှတော့ စိတ်ညစ်မယ်။ စိတ်ညစ်တော့ ငိုချင်မယ်။ ငိုမယ် (အထူးသဖြင့် မိန်းကလေးတွေ)။ အဲဒီလို ငိုရတဲ့အထိ မရောက်အောင် အရေပြားရဲ့အလှကို ကာကွယ်ကြပေါ့။ အရေပြားနဲ့ ပတ်သက်တဲ့စာတွေ ဖတ်ကြပေါ့။ ဒါကြောင့် ဖတ်မှသိမယ်။ သိမှ ကာကွယ်နိုင်မယ်။ ကာကွယ်နိုင်မှ အရေပြားအလှတိုးမယ်လို့ ပြောတာ။ “BEAUTY IS ONLY SKIN DEEP” တဲ့။

အရေပြားရောဂါတွေအနေနဲ့က ရိုးရိုးသာမန်အရေပြားပေါ်မှာ ဖြစ်တာရှိသလို ကိုယ်ခန္ဓာအတွင်းစိတ် ချို့ယွင်းပျက်စီးမှုတွေကြောင့်လည်း ဖြစ်တတ်တယ်။ အဲဒီလို ထူးထူးခြားခြားဖြစ်လာတတ်တဲ့ အရေပြားရောဂါတွေ ရှိနေပါတယ်ဆိုတာ စာဖတ် ပရိသတ်အနေနဲ့ သိစေချင်လို့ ရေးသားဖော်ပြခဲ့တာပါ။ ဒါကြောင့် ဒီလိုရောဂါမျိုးတွေ သိချင်ရင် ဖတ်မှသိမယ်။ နားလည်တဲ့သူတွေကို မေးမှ သိမယ်။ သိမှ ကာကွယ်သင့်တာ ကို ကာကွယ်နိုင်မယ်။ ကာကွယ်နိုင်မှ ရောဂါရရှိမှု ကူးစက်မှု နည်းမှာပေါ့။

ဒီ ထူးထူးခြားခြားအရေပြားရောဂါများအကြောင်းကိုလည်း ဗီစာအုပ်ကလေးထဲမှာ ဖော်ပြထားပါတယ်။ ဖတ်ပါ။ သိပါ။ နားလည်ပါ။ ရှောင်ရှားပါ။ ကုသမှုနဲ့ယူနိုင်ကြပါစေလို့ ဆုတောင်းမေတ္တာပို့သလိုက်ပါတယ် ခင်ဗျား...။

ဤအရေပြားစာအုပ်ဖြစ်မြောက်ရေးအတွက် အထူးအကူအညီပေးကြသော အယ်ဒီတာချုပ်ဦးနိုင်ကြီးနှင့် ဗီစကအဖွဲ့သားများအား အထူးကျေးဇူးတင်လျက်...

ဒေါက်တာချောမြင့် (အရေပြား-ပါရီ)



အရေပြား အရည်ကြည်ဖုရောဂါများ (BULLOUS DISEASES)

▶ ပန်းစိပ်(စ်) အထွတ်အမြင် ဖော်ပြခြင်း
 ▶ ပန်းစိပ်(စ်) အရည်ကြည်ဖုများ ပေါက်ပွားပြီး အလေးပတ်များတက်နေပုံ
 ▶ ပန်းစိပ်(စ်) အရည်ကြည်ဖုများ ပေါက်ပြီး အနားဖတ်များ ဖြစ်နေခြင်း
 ▶ ပန်းစိပ်(စ်) အရည်ကြည်ဖုများ ပေါက်ပွားပြီး အလေးပတ်များတက်နေပုံ
 ▶ ပန်းစိပ်(စ်) အရည်ကြည်ဖုများ ပေါက်ပွားပြီး အလေးပတ်များတက်နေပုံ

ပန်းစိပ်(စ်) ရတနာသိုက်စာပေတိုက်



အရေပြားအရည်ကြည်ဖုရောဂါများ (Bullous Diseases)

အရေပြားရောဂါအတော်များများမှာ အရည်ကြည်ဖု အသေးအကြီး စသဖြင့် ဖြစ်ပေါ်တွေ့ရှိနိုင်ပါတယ်။ တချို့ အရည်ကြည်ဖုတွေကတော့ ပြည်တည်အနားဖုများ ဖြစ်သွားတတ်ပါတယ်။ အရေပြားပေါ်မှာ အရည်ကြည်ဖုတွေ ထွက်လာတာ တွေ့မြင်ကြရရင် လူတွေအတော်များများဟာ ကြောက်ရွံ့ထိတ်လန့်ကြပါတယ်။ အရည်ကြည်ဖုတွေဟာ ရုတ်တရက်ထွက်လာတာ ရှိသလို တဖြည်းဖြည်းမှ ထွက် လာတာတွေလည်း ရှိပါတယ်။ အရည်ကြည်ဖုအသေး အရွယ်အစားရဲ့အောက်ခြေ အချင်း (Diameter)ဟာ ၀.၅ စင်တီ မီတာထက်မပိုဘဲ အရည်ကြည်ဖုအကြီးက တော့ အောက်ခြေ အချင်း ၀.၅ စင်တီ မီတာထက် ပိုပြီးကြီးပါတယ်။ အရေပြား ရောဂါကိုလိုက်ပြီး ဖြစ်ပေါ်ပုံအရွယ်အစားတွေက ကွာခြားတာ ဖြစ်ပါတယ်။ အရည်ကြည်ဖုတွေရဲ့ တည်ဆောက်မှု၊ ကြီးထွားရှင်သန်မှု (Development)၊ အရည်ကြည်ဖုတွေရဲ့ သက်တမ်းကြာမြင့်သည့် အချိန်ကာလ (Duration)၊ အရည်ကြည်ဖုတွေရဲ့ ပျံ့နှံ့မှု (Distribution) စသည်များကို သေချာလေ့လာကြည့်ရှုပြီး မှတ်သားမှု ပြုလုပ်ရပါမယ်။ ဒါ့အပြင် လူနာရဲ့ အသက်၊ ရောဂါဖြစ်ပျက်ပုံ ရာဇဝင်များကိုပါ လေ့လာမှတ်သားပြီးမှ ဘယ်လိုရောဂါဖြစ်မယ်၊ ဘယ်လိုရောဂါ ကြောင့် အရည်ကြည်ဖုတွေ ထွက်လာတာဖြစ်နိုင်မယ်ဆိုတာတွေကို စုပေါင်းလေ့လာ မှတ်သားပြီးမှ ရောဂါသတ်မှတ်ချက် (Diagnosis) ပြုလုပ်ရပါမယ်။ အရေပြား အရည်ကြည်ဖုဖြစ်တဲ့ ရောဂါသတ်မှတ်ချက်မှာ အရေးကြီးပြီး အထောက်အကူ ရနိုင်တာကတော့ ယားယံခြင်း (Itching)ပါပဲ။ အရည်ကြည်ဖုတွေက ယားလွန်း တော့ လူနာဟာ သည်းမခံနိုင်ဘဲ ကုတ်ဖုခြင်းကြောင့် အရည်ကြည်ဖုတွေဟာ ပြုလန်ကုန်ပြီး အရည်တွေထွက်ကာ နီရဲနေတာ တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။ အရည်ကြည်ဖု တွေဟာ ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်မှာ ကွက်ပြီးထွက်တာရှိသလို တစ်ကိုယ်လုံး ပျံ့နှံ့ပြီး ထွက်တာတွေလည်း ရှိပါတယ်။ ဘယ်လိုရောဂါတွေမှာ ဘယ်လိုထွက်တယ်၊ ထွက်ပုံထွက်နည်းက ဘယ်လိုဆိုတာတွေကို ရောဂါအလိုက် ဆွေးနွေးတင်ပြသွား ပါမယ်။

အရည်ကြည်ဖု တစ်ကိုယ်လုံး ပျံ့နှံ့ထွက်ပေါ်သည့် ရောဂါများ

၁။ ပျော့ဖတ်ပါးလွှာသော အရည်ကြည်ဖုကြီးများရောဂါ
(Pemphigus Vulgaris) ပန်းပိပ်(စ်) ဘာ(လ်)လဂါးရစ်(စ်)၊

ရှားပါးတဲ့ အရည်ကြည်ဖုရောဂါ ဖြစ်ပါတယ်။ အသက် အရွယ်အားဖြင့် ၄၀ နှစ်မှ ၆၀ နှစ်ကြား၊ ကျား မ မရွေး ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

ဘယ်လိုကြောင့် ဒီရောဂါဖြစ်တာပါလဲ

အိုင်ဂျီဂျီ (Ig G) လိုဇေတံ ဓာတ်ပစ္စည်းအနေနဲ့ အရေ ပြားလွှာအတွင်းမှာ ရှိလာပြီး အရေပြားလွှာ တစ်ခုနဲ့ တစ်ခု ကပ်တွယ်နေစေမယ့် ကျွဲကော်ရည် (Cement)နဲ့ ပေါင်းစပ်ဓာတ်ပြုတုံ့ပြန်ခြင်းကြောင့် အပေါ်ယံအရေပြားလွှာတစ်ခုနဲ့ တစ်ခု ကွာသွားကြပြီး အရည်ကြည်တွေ စုပုံရောက်လာကာ အရည်ကြည်ဖုကြီးများ ဖြစ်ပေါ်လာပါတယ်။ အပေါ်လွှာ အရေပြားလွှာများ တစ်ခုနဲ့တစ်ခု ကွဲကွာသွား ခြင်းကြောင့် အရေပြားလွှာအတွင်းမှာရှိနေတဲ့ အရည်ကြည်တွေဟာ တစ်ဖက်ထဲ ဖိပြီးတွန်းလိုက်ရင် အလွယ်တကူနဲ့ တစ်ဖက်ကို ရွေ့လျားသွားတာ တွေ့မြင်နိုင် ပါတယ်။ ဒီလိုပြုလုပ်လိုရတဲ့အရွယ်ကို အရေပြားဆေးပညာအရ နီကော်(လ်)စကီး လကွဏာ (Nikolsky Sign) လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဒီလိုအရေပြားလွှာ လကွဏာများ ဖြစ်ပေါ်စေတဲ့ အကြောင်းရင်းခံကတော့ အရေပြားလွှာများ အတွင်းကြားနေရာများမှာ (Intercellular Spaces) အင်မြင်နိုဂလော်ဗျူလင် (Immunoglobulin) ဓာတ် ပစ္စည်းများ ရှိနေကြလို့ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

အရည်ကြည်ဖုရဲ့ လကွဏာ

အရေပြားလွှာအတွင်းမှာ ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ အရည်ကြည်ဖုကြီးတွေဟာ ပျော့ဖတ်ပါး လွှာ အရည်ကြည်ဖုရဲ့ အပေါ်ထိပ်က ပါးရပ်ပြီး လွယ်လင့်တကူနဲ့ ပေါက်သွားနိုင်ပြီး အနာပေးဖတ် ဆက်လက်ဖြစ်ပေါ်ပြီး အနာပေးဖတ် ကွာကွာသွားတဲ့အခါ အမာရွတ် မကျန်ခဲ့ပါဘူး။ အရည်ကြည်ဖုကြီးများ ပေါက်သွားတဲ့အချိန်မှာတော့ ပြင်ပထဲ ဗက်တီးရီးယားပိုးများ လွယ်လင့်တကူ ဝင်ရောက်လာနိုင်ပြီး အနာသဘောနဲ့ ဖြစ်သွားနိုင်ပြန်တယ်။ ပါးစပ်တွင်းမှာရှိတဲ့ အမြွေးပါးမှာလည်း အရည်ကြည်ဖု တွေ့နိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်လည်း ၅၀% လောက်သော လူနာတွေမှာ ပါးစပ်တွင်းမှာ အနာဖြစ်တာ တွေ့ရမှာဖြစ်ပါတယ်။



ကုသခြင်း

- ကုသမှုပိုင်းအနေနဲ့တော့ လူနာကို ဆေးရုံတင်ပြီး ကုသရင် ပိုပြီးသင့်လျော်ပါတယ်။ ပြင်ပလူနာသဘောနဲ့ မကုသသင့်ပါ။ တစ်ကိုယ်လုံး အရေပြားပေါ်မှာ အရည်ကြည်ဖုကြီးတွေ ဖြစ်တတ်တော့ အဲဒီအရည်ကြည်ဖုကြီးတွေ ပေါက်သွားပြီး အတွင်းက အရည်ကြည်တွေ အပြင်ကို ယိုစီးထွက်သွားခြင်းဖြင့် ခန္ဓာကိုယ်တွင်းမှာ ပုံမှန်ရှိနေရမယ့် ဓာတ်သတ္တုအရည် (Fluid and Electrolytes) တွေ ပုံမှန်တော့ဘဲ ကမောက်ကမဖြစ်ကာ အသက်အန္တရာယ် စိုးရိမ်ရတတ်ပါတယ်။
- အရည်ကြည်ဖုကြီးတွေ ပေါက်ပြဲသွားခြင်းကြောင့် ပြင်ပက ဗက်တီးရီးယားနဲ့ အခြားပိုးမွှား လွယ်လင့်တကူ ဝင်ရောက်လာမှုကြောင့် အနာတွေဖြစ်ပြီး လူနာအနေနဲ့ ပိုပြီး အခြေအနေ ဆိုးစေပြန်ပါတယ်။
- လူနာကို ဆေးရုံတင်ကုသပေးမှုကြောင့် အရည်ကြည်ဖုကြီးတွေ ပေါက်ထွက်သွားရာက ပျောက်ဆုံးလျော့နည်းသွားတဲ့ ဓာတ်ဆားရည်တွေအတွက် အလွယ်တကူ နဲ့ သွေးကြောကတစ်ဆင့် ပြန်လည်ဖြည့်တင်းပေးနိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။



- အရည်ကြည်ဖုကြီးတွေ ပေါက်သွားပြီး ပြင်ပပိုးမွှား ဝင်ရောက်လာမှုအတွက်လည်း သောက် ဆေး၊ ထိုးဆေးများကို လိုအပ်သလို ပေးရ ပါမယ်။

- သောက်ဆေးအနေနဲ့ စတီးရွိုက် (Steroids) ပရက်နီစလုံး (Prednisolone) တစ်နေ့ကို ၁၀၀ မီလီဂရမ် သို့မဟုတ် ဒီထက်များများ ချိန်ဆပေးရမှာမို့ တတ်သိကျွမ်းကျင်တဲ့

ဆရာဝန်ကြီးများသာ ကိုင်တွယ်ကုသသင့်ပါတယ်။ အပြင် လူနာ သဘောနဲ့ ကုသမှု မပေးသင့်ပါ။

- ရောဂါကို ထိန်းသိမ်းလို့ရပြီဆိုရင်တောင်မှ ပရက်နီစလုံး ကို တစ်နေ့လျှင် ၂၀-၃၀ မီလီဂရမ်ဖြင့် ထိန်းထားရဦးမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်လည်း လိုအပ်သလို ဆေးကျွေး ကုသပေးရမှာဖြစ်တဲ့အတွက် ဆရာဝန်များနဲ့သာ ကုသမှု ခံယူသင့်ပါတယ်။

- ဆေးရုံတက် ကုသခြင်းဖြင့်သာ အခြားလိုအပ်တဲ့ ဓာတ်ခွဲစစ်ဆေးခြင်းများကို လိုအပ်သလို ဆောင်ရွက်နိုင်ပြီး ရောဂါ ပျောက်ကင်းသက်သာစေမှာ ဖြစ်ပါတယ်။



၂။ တင်းမာပါးလွှာသော အရည်ကြည်ဖုကြီးများရောဂါ (Pemphigoid) ပင်းပိဂျိကံ

ပင်းပိဂျိကံ အရေကြည်ဖုရောဂါကလည်း ပင်းပိဂျိကံ (Pemphigus) အရေပြား အရည်ကြည်ဖုရောဂါနဲ့ ဆင်တူပါတယ်။ အရည်ကြည်ဖုကြီးတွေဟာ ကြီးပါတယ်။ သက်ကြီးရွယ်အို လူကြီးတွေမှာ အဖြစ်များပါတယ်။ များသောအားဖြင့် အသက်အရွယ် ၆၀ ကျော်တွေမှာ တွေ့ရတတ်ပြီး ကျားမ မရွေး ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ အရည်ကြည်ဖုကြီးတွေကို စမ်းကြည့်တဲ့အခါ ပင်းပိဂျိကံ (Pemphigus) ရောဂါမှာလို ပျော့မနေပါဘူး။ အရည်ကြည်ဖုကြီးတွေဟာ များသောအားဖြင့် မာပြီးတင်းနေတာ တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။

ဘယ်လို စဖြစ်မှာပါလဲ။

အရည်ကြည်ဖု စဖြစ်ချင်တဲ့ အရေပြားနေရာဟာ ယားလားမယ်၊ နီလာမယ်၊ နောက် ကုတ်ရင်းပွတ်ရင်းနဲ့ နီရောကနေ အရည်ကြည်ဖုကြီးတွေ ဖြစ်လာတာ တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။ အရည်ကြည်ဖုကြီးတွေဟာ အစုလိုက်ဖြစ်နေတတ်ပြီး စမ်းသပ်ကြည့်လိုက်တဲ့အခါမှာ အရည်ကြည်ဖုဟာ တင်းနေတာ တွေ့ရပါမယ်။ အရည်ကြည်ဖုရဲ့ အောက်ခြေအရေပြားဟာ နီရဲနေပါလိမ့်မယ်။ အရည်ကြည်ဖုကြီးတွေဟာ ရုတ်တရက် ပေါက်ထွက်မသွားပါဘူး။ အရည်ကြည်ဖုရဲ့ အတွင်းမှာရှိတဲ့ အရည်ကြည်တွေဟာလည်း အရေပြားထဲကို ပြန်လည် စုပ်ဝင်သွားနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်လည်း အရည်ကြည်ဖုတွေဟာ ပြုလန်ပေါက်ထွက်သွားခြင်း သိပ်မဖြစ်လို့ ပြင်ပကနေ ရောဂါပိုးဝင်ရောက်မှု နည်းပါတယ်။ တကယ်လို့ ပေါက်သွားပြန်ရင်လည်း အရည်ကြည်ဖုနေရာတွေဟာ မြန်မြန်ပဲ အနာကျက်တာ တွေ့ရပါတယ်။ အရည်ကြည်ဖုနေရာတွေဟာ ယားယံတတ်ပြီး တစ်ခါတလေမှာ ပြင်းပြင်း



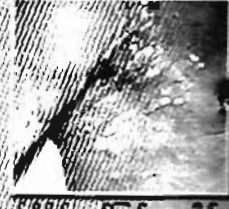
ပင်းပိဂျိကံအရည်ကြည်ဖုကြီးများ တင်းမာသည်



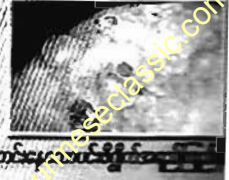
ပင်းပိဂျိကံအရည်ကြည်ဖုကြီးများ သက်ကြီးရွယ်အိုအား



ပင်းပိဂျိကံအရည်ကြည်ဖုကြီးများ



ပင်းပိဂျိကံအရည်ကြည်ဖုကြီးများ



တင်းမာလာသည့်အရည်ကြည်ဖုကြီးများ

ထန်ထန်ကို ယားယံတတ်ပါတယ်။ အဲဒီလို ယားယံမှုပြင်းထန်တဲ့အချိန်မှာ သတ်ထားရပါမယ်။ ယားလွန်းတော့ စိတ်ထင်တိုင်း ကုတ်ဖုတ်အခါ အရည်ကြည်ဖုတ် ပြုလုပ်ပေါက်ထွက်ကုန်ပြီး ပြင်ပက ဗက်တီးရီးယားပိုးများ ဝင်ရောက်စွဲကပ်လာကာ အနာများအဖြစ် ပြောင်းလဲသွားတတ်ပါတယ်။

ပင်းဖိဂျက်အရည်ကြည်ဖုတ်ဟာ ပင်းဖိဂပ်(စ်)(Pemphigus)အရည်ကြည်ဖုတ်တွေလို တစ်ဖက်ကနေ တွန်းလိုက်ရင်၊ အရေးပြားအောက်မှာ တစ်ဖက်ကို ရွေ့လျားသွားခြင်း မရှိပါဘူး။ ဒါဟာ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ပင်းဖိဂပ်(စ်) အရည်ကြည်ဖုတ်ရောဂါများက အရေးပြားအပေါ်လွှာ(Epidermis)မှာ ရှိကြတဲ့အလွှာတွေဟာ တစ်ခုနဲ့တစ်ခု ပူးကပ်တွဲပြီး မရှိတော့ဘဲ တစ်ခုနဲ့တစ်ခု ကွဲဟုတ်နေခြင်းကြောင့် ဒီအလွှာတွေ အတွင်းမှာဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ အရည်ကြည်ဖုတ်ကြီးတွေဟာ အဖုရဲ့တစ်ဖက်ကနေ တွန်းလိုက်ရင် အခြားတစ်ဖက်ကို လွယ်လွယ်လေးနဲ့ ရွေ့လျားသွားနိုင်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကို နှစ်ဟောစကီး(Nikolsky Sign)လက္ခဏာလို့ အရေးပြားပညာအရ ခေါ်ပါတယ်။ ဒီလက္ခဏာမျိုး ပင်းဖိဂျက်အရည်ကြည်ဖုတ်ရောဂါမှာ မတွေ့ရပါဘူး။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ပင်းဖိဂျက်အရည်ကြည်ဖုတ်တွေက အရေးပြားအပေါ်လွှာရဲ့ အောက်မှာ (Sub Epidermal) ဖြစ်ပေါ်ခြင်းကြောင့်ပါပဲ။ ပင်းဖိဂပ်(စ်)ရဲ့ အရည်ကြည်ဖုတ်ကြီးတွေကတော့ အရေးပြားအပေါ်လွှာအတွင်းမှာ (Intra Epidermal) ဖြစ်ပေါ်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အရည်ကြည်ဖုတ်ကြီးတွေဟာ ရုတ်တရက် ကြည့်လိုက်ရင် ပင်းဖိဂပ်(စ်)နဲ့ ဆင်တူနေလို့ ပင်းဖိဂျက် (Pemphigoid)လို့ ခေါ်လိုက်တာပါ။ ဂျိုက်(goid)ဆိုတာ တူတာကို ပြောတာပါ။ ဒါကြောင့် Pemphigoid.. Pemphigus-like လို့ ဆိုပါတယ်။

ဖြစ်တတ်တဲ့ နေရာတွေက

- ၁။ ချိုင်းကြား
- ၂။ ပေါင်ခြံကြား
- ၃။ လက်အကျွေးပိုင်းနေရာ
- ၄။ ပေါင်အတွင်းပိုင်း
- ၅။ ဝမ်းဗိုက်အောက်ပိုင်း
- ၆။ အရေးပြားဘယ်နေရာမဆို ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

ကုသခြင်း

- ပြင်ပမှာ ကုသတာထက် စနစ်တကျ ဆေးရုံတင် အနီးကပ်ကုသတာက ပိုပြီး ကောင်းပါတယ်။

- သက်ကြီးရွယ်အို လူကြီးတွေမှာ အဖြစ်များလို့ ရောဂါကြီးမှုရဲ့ဒဏ်ကို မခံနိုင်ဖြစ်ပြီး အသက်အန္တရာယ်ပေးနိုင်ပါတယ်။ ချိန်ဆကုသမှုပေးဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။
- အရည်ကြည်ဖုတ်ကြီးတွေ ပေါက်ပြဲသွားပြီး ပြင်ပဗက်တီးရီးယားပိုးများ ဝင်ရောက်လာနိုင်တဲ့အတွက် ပိုးနှင့် ထိရောက်စေမည့် ထိုးဆေး၊ သောက်ဆေးတွေ ပေးဖို့ လိုပါတယ်။
- အရည်ကြည်ဖုတ်ကြီးများ များပြားလာပြီး အလိုအလျောက် ပေါက်ထွက်၍သော်လည်းကောင်း၊ ကုတ်၍ ပေါက်ထွက်ခြင်းကြောင့်သော်လည်းကောင်း၊ အရည်ကြည်ဖုတ်အတွင်းမှ အရည်များယိုစီးခြင်းကြောင့်သော်လည်းကောင်း ဖြစ်ပေါ်တွေ့ရှိရတတ်သည့် အရေးပြား အရည်ခြောက်ခန်းခြင်း၊ ကိုယ်ခန္ဓာ အရည်ခြောက်ခန်းခြင်းတို့ကြောင့် ကိုယ်တွင်းရှိ ဓာတ်ဆားရည်များ လျော့နည်း သွားတတ်တဲ့အတွက် လိုအပ်တဲ့ ဓာတ်ဆားရည်များကို သွေးကြောကတစ်ဆင့် ပေးသွင်းရပါမယ်။ ဒီလိုပြုစုစောင့်ရှောက်မှုများ လိုအပ်လာမှာ ဖြစ်တဲ့အတွက် ဆေးရုံတင်ပြီး ကုသသင့်ပါတယ်။
- စတီးရွိုက်သောက်ဆေး၊ အသားဆေး၊ အကြောဆေး များကို ပေးရပါမယ်။ ဥပမာ-ပရက်နီစလုံး သောက်ဆေးကို အစပထမအနေနဲ့ တစ်နေ့ကို (၆၀-၈၀) မီလီဂရမ်ပေးပြီး တဖြည်းဖြည်းနဲ့ လူနာရဲ့အခြေအနေ တိုးတက်မှုကိုကြည့်ပြီး လျှော့သွားရပါမယ်။ တစ်နေ့ကို ပရက်နီစလုံး (၁၀-၁၅) မီလီဂရမ် ရောက်တဲ့အထိ လျှော့ချလာပြီး ထိန်းထားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီကုသမှုမျိုးကို ဆရာဝန်တွေသာ ပြုလုပ် ဆောင်ရွက်သင့်ပါတယ်။ ရမ်းကုလိုမျိုး ကုနေရင်တော့ စတီးရွိုက်ရဲ့ ဆိုးကျိုးတွေကို ခံစားရတတ်ပါတယ်။ စတီးရွိုက်ရဲ့ကောင်းကျိုး၊ ဆိုးကျိုးတွေကို ဆရာဝန်တွေကသာ အသိဆုံးပါပဲ။ မကုတတ်ဘဲ ရမ်းပြီးကုရင်တော့ လိုရာမရောက်ဘဲ၊ မလိုရာရောက်သွားပြီး မလိုလားအပ်တဲ့ ဆိုးကျိုးတွေ ဖြစ်လာတတ်ပါတယ်။ ဘာတွေဖြစ်တတ်သလဲ သိပါသလား။ အရိုးတွေပွလာမယ်၊ အရိုးတွေကျိုးမယ်၊ ကျောက်ကပ်တွေ အလုပ်မလုပ်တော့ဘူး။ အရေးပြားတွေ ပွရောင်း လာပြီး အနာတွေဖြစ်လာမယ်...စသည်ဖြင့် အများကြီးပါပဲ။ ဒါကြောင့်မို့ တတ်သိကျွမ်းကျင်တဲ့ ဆရာဝန်ကြီးတွေနဲ့သာ ကုသမှုခံယူပါလို့ ပြောချင်ပါတယ်။
- အေဇာသိုင်ရီပရင်း (Azathioprine) ဆေးနဲ့လည်း ကုသမှု ပေးနိုင်ပါတယ်။ (ဆရာဝန်များသာ ပြုလုပ်ဆောင်ရွက်ရမှာပါ။)



၃။ ဆင်ရေယုန်နှင့်တူသော အရည်ကြည်ဖုရောဂါ (Dermatitis Herpetiformis)

ဖော်ပြပါ အရေပြားရောဂါတွေမှာ မြန်မာလို အခေါ်အဝေါ်မရှိလို တိုက်ရိုက် ဘာသာပြန်ပြီး ရေးရတာပါ။ အရေပြားရောဂါတွေက များလွန်းလှပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ မြန်မာလူမျိုးတွေသိတာက နည်းနည်းပါးပါးပါ။ မြန်မာလို သိပြီး ရှိပြီးတဲ့ အရေပြားရောဂါတွေကိုတော့ မြန်မာလိုပါ ထည့်ရေးပေးခဲ့ပါတယ်။ အခု ဒီအရေပြား အရည်ကြည်ဖုရောဂါကိုပဲ ကြည့်ပါဦး။ အရေပြားပညာအရ ရှင်းပြ ရရင်တော့ ဆင်ရေယုန်နဲ့တူတဲ့ အရည်ကြည်ဖုရောဂါလို့ အဓိပ္ပာယ်ရပါတယ်။ ဒါဖြင့် ကျွန်တော်တို့ ဒီရောဂါကို မြန်မာလို အမည်ပေးလိုက်ကြရအောင်လား။

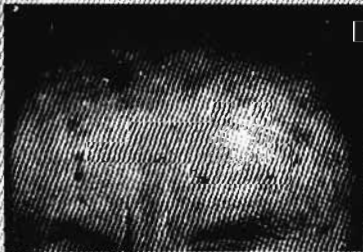
ဆင်ရေယုန်နှင့်တူသော အရည်ကြည်ဖုရောဂါ (Dermatitis Herpetiformis)

ဒီအရည်ကြည်ဖုရောဂါက မရှိမဟုတ်ပါဘူး။ ရှိပါတယ်။ နှစ်ရှည်လများ ခံစားရတတ်တဲ့ရောဂါ ဖြစ်ပါတယ်။ ယောက်ျားတွေမှာ အဖြစ်များပါတယ်။ ကလေး တွေမှာလည်း ဖြစ်တာတွေ့နိုင်ပါတယ်။

ဘယ်လိုဖြစ်လာတာလဲ

- စဖြစ်ခါစကတော့ အရေပြားပေါ်မှာ အနီရဲ့အဖုလေးပါပဲ။ နောက်တော့ အရည်ကြည်ဖုလေးတွေအဖြစ် ပြောင်းသွားပါတယ်။
- အရည်ကြည်ဖုလေးတွေဟာ သိပ်ပြီးယားပါတယ်။ ယားလွန်းတော့ ကုတ်ရာ ကနေ ပြုလန်ကုန်ပါတယ်။ ယားတာကလည်း တော်ရုံတန်ရုံ မဟုတ်ပါဘူး၊ ပြင်းထန်လှပါတယ်။

- အရည်ကြည်ဖုလေးတွေဟာ အရ လိုက် အုပ်စုလေးလို ဖြစ်သွားပါတယ်။ ဒီအချိန်မှာ ဆင်ရေယုန် ဖြစ်နည်းမျိုးနဲ့ တူပါတယ်။ ဒါကြောင့်လည်း ဟာပက် တီဖောင်းမစ်(စ်) (Herpetiformis)လို့ အရေပြားပညာမှာ ခေါ်ဝေါ် သတ်မှတ် လိုက်တာပါ။
- အရည်ကြည်ဖုလေးတွေ (Vesicles) ဟာ တဖြည်းဖြည်းနဲ့ အရည်ကြည်ဖု ကြီးတွေ (Bullae)အဖြစ် ပြောင်းလဲ သွားပါတယ်။
- ဒီရောဂါရဲ့သင်္ကေတတစ်ခုကတော့ ယားလွန်းလို့ ကုတ်ခြစ်ထားတာတွေကို တွေ့မြင်နိုင်ပါတယ်။ ဒီအချိန်မှာ သွေးစစ်ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် သွေးထဲက အီအိုစင်နိုဖီး (Eosinophiles) အရေအတွက်ဟာ (၁၀-၄၀%) ရာနှုန်းထိ တက်နေတာ တွေ့ရမှာဖြစ်ပါတယ်။
- ယားယံတဲ့ အရည်ကြည်ဖုတွေ ဖြစ်ပေါ်နေပေမယ့် လူနာရဲ့ အထွေထွေ ကျန်းမာရေးကတော့ မထိခိုက်နိုင်ပါဘူး။ တချို့လူနာတွေအနေနဲ့ကတော့ အစာမကြေ ဝေဒနာမျိုး ခံစားရမှုရှိတတ်ကြပါတယ်။
- ရောဂါအနေနဲ့ကတော့ ရှည်ကြာတတ်ပါတယ်။ ခြောက်လိုက် ပြန်ဖြစ်လိုက်နဲ့ နှစ်နှင့် လနှင့်ချီပြီး ကြာတတ်ပါတယ်။
- ကလေးတွေမှာ ဒီရောဂါဖြစ်ရင်တော့ လူပျိုဘော် အပျိုဘော်အရွယ် ရောက် လာတဲ့အခါမှာ ပျောက်ကွယ်သွားတတ်ပါတယ်။



ဘယ်နေရာတွေမှာ ဖြစ်တတ်ပါသလဲ

- (၁) ဦးခေါင်း
- (၂) ပခုံး
- (၃) တံတောင်ဆစ်
- (၄) တင်ပါး
- (၅) ပေါင်

အရည်ကြည်ဖုများ ခြောက်ပွားစဉ်

လက်ပံတွင် ဖြစ်သော ဆင်ရေယုန်နှင့်တူသော အရည်ကြည်ဖုများ

အရည်ကြည်ဖုများ ဖြစ်နေစဉ်တွင်

အရည်ကြည်ဖုများ ဖြစ်နေစဉ်တွင်

အရည်ကြည်ဖုများ ဖြစ်နေစဉ်တွင်

ရတနာသိုက်ကလေးပေါ်တွင်

ခေါက်တာဦးဆွေမြင့်

- (၆) ခူးဆစ်
- (၇) ချိုင်း(ဂျိုင်း)နောက်ပိုင်း (Post Axillary Folds)
- (၈) ကျော၊ လက်ပြင်နှစ်ခုကြား
- (၉) တင်ပါးဆုံ မြီးညောင်းရိုးနေရာများဖြစ်ပါတယ်။

ကုသမှု

- Dapsone 100 mg BDx2 wk followed by 100 mg OD ဒက်(ပ)ဆုံးဆေး (၁၀၀)မီလီဂရမ်၊ တစ်နေ့ လျှင် (၂)ကြိမ်နှုန်းဖြင့် (၁၄)ရက်လောက် ပေးပြီး၊ တစ်နေ့ကို (၁၀၀)မီလီဂရမ် (၁)လုံးဖြင့် ဆက်လက်ပေးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ထိရောက်တဲ့ကုသနည်း ဖြစ်ပါ တယ်။
- Sulphapyridine 1 to 1 1/2 G / Day ဆာလ်ဖာပိုင်ရီ ဒင်းဆေးပြားကို တစ်နေ့လျှင် (၁)ဂရမ်မှ (၁.၅) ဂရမ် အထိ ပေး၍ကုပါ။
- အယားပျောက်ဆေး (Anti Histamines) ထိုးဆေး၊ သောက်ဆေးများကို လိုအပ်သလို ပေးနိုင်ပါသည်။
- စတီးရွိုက်လိမ်းဆေး ပေးနိုင်ပါသည်။ ယားနာအနေနဲ့ ပြင်ပ ဗက်တီးရီးယားပိုး ဝင်ရောက်နေခဲ့ပါလျှင် ပိုးသတ်ဆေး လိမ်းဆေးပေးပါ။
- အစာအိမ် အူလမ်းကြောင်း စွမ်းဆောင်မှု ကောင်း မကောင်း စစ်ဆေးသင့်ပါ တယ်။ ဆင်ရေယုန်နှင့်တူသော အရည်ကြည်ဖူရောဂါ (Dermatitis Herpetiformis) အနေနဲ့ (Celiac Malabsorption Syndrome) ဆီလီယက်မာ အပ်(ဘ်)ဇောရှင်း လက္ခဏာရောဂါနှင့် ယှဉ်တွဲ၍ ဖြစ်တတ် ပါတယ်။



၄။ ရေကျောက် (Chicken Pox)

ဒီရောဂါကတော့ မြန်မာလူမျိုးတွေနဲ့ မနီးပါ။ မြို့ရော တောပါ လူတွေ အတော် နည်းများ သိကြပါတယ်။ ဘယ်ရီဆဲလား ခိုင်းရပ်စ် (Varicella Virus) ပိုးကြောင့်ဖြစ်တာ ဖြစ် ပါတယ်။ ရေကျောက် စပြီးဖြစ်တော့မယ် ဆိုရင် တစ်ရက် နှစ်ရက်လောက် အဖျားသွေး နှိုးတတ်ပါတယ်။ နောက်တော့ အနီစက်လေး တွေ မျက်နှာ၊ ကိုယ်၊ ဦးခေါင်း၊ မြေလက်တွေ ဆီမှာ ထွက်လာပါမယ်။ ချက်ချင်းဆိုသလိုပဲ အရည်ကြည်ဖူလေးတွေ ဖြစ်သွားမယ်။ နောက် ပြည်တည်မယ်။ နောက် နှစ်ရက်သုံးရက် အတွင်းမှာပဲ အနာဖေးဖတ်ကလေးတွေ ဖြစ် ဆီသွားပါလိမ့်မယ်။ ပါးစပ်တွင်းရှိ အမြှေးပါး ဓူလည်း အရည်ကြည်ဖူလေးတွေ ပေါ်နိုင်ပါတယ်။ အနာဖေးဖတ်တွေဟာ တစ်ပတ်က သုံးပတ်အတွင်း (1-3 weeks) ကွာကျ သွားပါလိမ့်မယ်။ မြန်မာ့ အယူအဆမှာ ရှိတာကတော့ ရေကျောက်ပေါက်ရင် ရေနိုင်နိုင်ချီးရပါတယ်။ လူတစ်ဦးကနေ တစ်ဦးကို ကူးစက်တတ်တဲ့အချိန်ကတော့ အနာဖေးဖတ်ကွာတဲ့ အချိန်ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အနာဖေးဖတ် ကွာကျတော့မယ့်အချိန်မှာ ရေကျောက် ဖြစ်နေသူနဲ့ ပူးပူးကပ်ကပ် မနေသင့်ပါဘူး။ ကလေးငယ်တွေဆိုရင် တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် ပူးပူးကပ်ကပ် မအိပ်စက်သင့်ပါဘူး။



ကုသနည်း

Antiviral Drug ဖြစ်တဲ့ (Acyclovir) အေဆိုက် ကလို ဗာသောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေး ပေးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ လူကြီးဆိုပါလျှင် အေဆိုက်ကလိုဗာ (Acyclovir) သောက်ဆေး (၈၀၀) မီလီဂရမ်ကို တစ်နေ့လျှင် (၅)ကြိမ်နှုန်းဖြင့် (၇)ရက်ပေးရပါမယ်။ (800 mg 5 times daily x 7 days)



ကလေးဆိုပါလျှင် ကိုယ်အလေးချိန် (၁)ကီလိုဂရမ် (၂.၂ ပေါင်)အတွက် အေဆိုက်ကလိုဗာ(Acyclovir) ၂၀ မီလီဂရမ်(20 mg / kg Body weight) တွက်ချက်ပြီး တစ်နေ့ကို (၄)ကြိမ်အနေနဲ့ (၅)ရက် တိုက်ကျွေးရပါမယ်။ (ကလေးအတွက် ကုသခြင်းကို အေဆိုက်ကလိုဗာ ၈၀၀ မီလီ ဂရမ်ထက် မပို သင့်ပါ။) လိမ်းဆေးအနေဖြင့်လည်း အေဆိုက်ကလိုဗာလိမ်းဆေး (Acyclovir cream) လိမ်းဆေး လိမ်းပေးရမှာဖြစ်ပါတယ်။

အေဆိုက်ကလိုဗာ (Acyclovir) သောက်ဆေး လိမ်းဆေးများကို (၇)ရက် တိုင်တိုင်ပေးပြီးလို့ ကျန်ရှိနေသေးတဲ့ ပြင်ပ ဗက်တီးရီးယားပိုး (Bacteria) ဝင်ရောက်ခွဲမှုကြောင့် အနာဖြစ်နေတာတွေ ရှိနေခဲ့ပါသေးလျှင် အခြားသင့်လျော်သော ပိုးသတ်ဆေး၊ လိမ်းဆေးများဖြင့် ဆက်လက်ကုသမှုပေးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ လိုအပ် ပါက အရေပြားအထူးကု ဆရာဝန်ကြီးများနဲ့ ပြသကုသသင့်ပါကြောင်း အကြံပြုလို ပါတယ်။



၅။ ပူစီဖောင်းအရည်ကြည်ဖုရောဂါ (Pompholyx) ပွန်းဖိုးလစ်

ပူစီဖောင်းလေးတွေ တစ်ခုချင်းသော်လည်းကောင်း၊ အစုလိုက်သော် လည်းကောင်း၊ လက်ချောင်း၊ ခြေချောင်းလေးတွေရဲ့ဘေးမှာ လက်ဖဝါး၊ ခြေဖဝါး တွေပေါ်မှာ ထွက်လာလေ့ရှိတာကို လူတွေအတော်များများ စံစားဖူးကြပါလိမ့်မယ်။ အရည်ကြည်ဖုလေးတွေကလည်း ထွက်လာလိုက် ပျောက်သွားလိုက်နဲ့ ဖြစ်တတ် ပါတယ်။ များသောအားဖြင့် ယားလည်းယားတတ်ပါတယ်။ အရည်ဖုလေး အတွင်းမှာ အရည်ကြည်လေးတွေ စုပြုံနေတာ တွေ့ရှိရတတ်သလို၊ တစ်ခါ တစ်ရံမှာတော့ ပြင်ပပိုးဝင်ရောက်မှုကြောင့် အဖုလေးတွေအတွင်းမှာရှိတဲ့ အရည် တွေဟာ အရည်ကြည်မဟုတ်တော့ဘဲ အရည်နောက်တွေ(Turbid fluid) ဖုန်တော့မို့ တွေ့ရတတ်ပါတယ်။ အရည်ကြည်ဖုလေးတွေဟာ ယားလွန်းတော့ ကုတ်ဖုရောကနေ ပေါက်ပြဲသွားပြီး အနာသဘောမျိုး ဖြစ်သွားတတ်ပြန်ပါတယ်။ အဲဒီလို ပေါက်ပြဲ သွားပြီး အရည်တွေ စိမ့်ယိုထွက်ပြီး ပြင်ပဗက်တီးရီးယားပိုးတွေ ဝင်ရောက်လာပြီး စွတ်စိုတဲ့အနာသဏ္ဍာန် ပြောင်းလဲသွားတဲ့အခါကျတော့ ပူစီဖောင်းနှင့်အညီ (Pom pholyx Eczema) လို့ ခေါ်ပြန်ပါတယ်။

ဘယ်အချက်အလက်တွေကြောင့် ဖြစ်တတ်ပါသလဲ

- (၁) ပင်ကို၌က ယားယံတဲ့ဝေဒနာရှိတတ်သူများ
- (၂) စိတ်ဖိစီးမှုဒဏ်(stress) ရှိသူများ
- (၃) ကိုယ်ခန္ဓာပေါ်တွင် အရေပြားမှိစ္ဆာကပ်မှု ရှိနေသူများ
- (၄) တစ်စုံတစ်ခုနှင့် ဓာတ်မတည့်ဖြစ်တတ်ခြင်း (Allergy)
- (၅) ရွှေရည်စိမ့်၊ ငွေရည်စိမ့်တို့တွင် ပါတတ်သည့် နစ်ကယ် (Nickel) နှင့်မတည့်၍ ဖြစ်တတ်ခြင်း
- (၆) အရေပြားလိမ်းဆေးများတွင် ပါတတ်သည့် နီယိုမိုင်စင် (Neomycin) နှင့် မတည့်၍ ဖြစ်တတ်ခြင်းများကြောင့် ဖြစ်တတ်ပါသည်။

တာကွယ်ခြင်း/ ကုသခြင်း

ဖော်ပြပါ အချက်အလက်တွေကို စိစစ်ရှောင်ရှားခြင်းဖြင့် ပူစီဖောင်း အရည်ကြည်ဖုရောဂါက ကင်းဝေးနိုင်ပါသည်။

ပူစီဖောင်းအရည်ကြည်ဖုတွေ ကွဲပျက်သွားပြီး ပြင်ပမှ ပိုးများဝင်ရောက်လာပြီး အရေပြားနှင့်အညီ (Eczema) အဖြစ် ပြောင်းလဲသွားပြီဆိုရင်တော့ နှင်းခူကုသနည်း အတိုင်း ဆောင်ရွက်ရမှာဖြစ်ပါသည်။ (နှင်းခူကုသတွင် ရေးသားဖော်ပြပြီး ဖြစ်ပါ သည်။) အကောင်းဆုံးကတော့ အရေပြားအထူးကု ဆရာဝန်ကြီးများနှင့် ပြသတိုင်ပင် တုသမှုခံယူသင့်ပါကြောင်းပါခင်ဗျား။



၆။ မွေးရာပါ အရည်ကြည်ဖုကြီးများ ရောဂါများ (Inherited Bullous Dermatoses)

အများသိသင့်သိထိုက်တဲ့ အရည်ကြည်ဖုရောဂါများကို ဖော်ပြခဲ့ပြီးပါပြီ။ အရောင်- အရည်ဖုရောဂါများကလည်း များပြားလှပါသည်။ ဖြစ်လေ့ဖြစ်ထ၊ တွေ့လေ့တွေ့ထ ရှိတဲ့အရောင်- အရည်ကြည်ဖုရောဂါများကိုသာ ထုတ်နုတ်ဖော်ပြ ရေးသားခဲ့ခြင်းသာဖြစ်ပါသည်။ ယခု ဆက်လက်ပြီးတော့လည်း မိဘများ သိသင့် သိထိုက်တဲ့ မွေးရာပါ အရည်ကြည်ဖုကြီးများရောဂါကို အနည်းငယ်သာ တင်ပြ ဆွေးနွေးပါမယ်။

(၆-က) ရိုးရိုးမွေးရာပါအရောင်- အရည်ကြည်ဖုရောဂါ (Epidermolysis Bullosa Simplex)

- အရောင်- ထိခိုက်မိတဲ့နေရာမှာ အရည်ကြည်ဖုကြီးတွေ ပေါ်လာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- ပထမတစ်နှစ်သားအရွယ်မှာပဲ စပြီးပေါ်ပေါက်တတ်ပါတယ်။
- ကလေး လေးဖက်သွားတဲ့ အရွယ်မှာဆိုရင် အရောင်-နဲ့ ပွန်းတိုက်ရာ နေရာများဖြစ်တဲ့ လက်ဖဝါးများနဲ့ ခူးနေရာများမှာ အဖြစ်များပါတယ်။
- ကလေး လမ်းလျှောက်တဲ့အရွယ်မှာတော့ ခြေဖဝါးတွေမှာ အဖြစ်များပါတယ်။

(၆-ခ) လေးကလေးပဲနေပြီး ကိုယ်ခန္ဓာအစိတ်အပိုင်းများ ပျက်စီးဆုံးရှုံးသည့် အရည်ကြည်ဖုရောဂါ (Recessive Dystrophic Form)

- ဒီအမျိုးအစားမှာတော့ မျက်ကြည်လွှာ၊ ပါးစပ်တွင်းရှိ အမြှေးပါး၊ လည်ချောင်း တွင်းရှိ အမြှေးပါးတွေကိုပါ ထိခိုက်ပျက်စီးတာ များသောအားဖြင့် တွေ့ရ တတ်ပါတယ်။



မျိုးရိုးလိုက်၍ ဖြစ်တတ်သော အရည်ကြည်ဖုများ ကလေးကိုယ်ခန္ဓာပေါ်တွင်တွေ့ရှိရပုံ

ရတနာသိင်္ဂါစာပေတိုက်

- မွေးလာကတည်းက တွေ့နိုင်သလို အရည်ကြည်ဖုကြီးတွေဟာ သွေးထွက် နေတတ်ပါတယ်။
- လက်ချောင်း၊ ခြေချောင်းကြားမှာရှိတဲ့ အရည်ကြည်ဖုကြီးတွေ ပေါက်သွားရာက လက်ချောင်း၊ ခြေချောင်းလေးတွေဟာ တစ်ခုနဲ့တစ်ခု ကပ်သွားပြီး အရောင်- တွေ ဆက်သွားနိုင်ပါတယ်။
- လက်သည်းတွေ ပျက်စီးပျောက်ဆုံးသွားပါတယ်။
- သွားတွေ ကိုးရိုးကားယားနဲ့ ပုံစံမမှန်တာတွေ တွေ့ရပါမယ်။
- လည်ချောင်းတွင်းက အမြှေးပါးတွေ ထိခိုက်ခြင်းကြောင့် အစာမျိုလည်ချောင်း ကျဉ်းသွားမယ်။
- မျက်ကြည်လွှာ ထိခိုက်ဒဏ်ရာ အမာ ရွတ် ဖြစ်သွားခြင်းကြောင့် မျက်စိ ကွယ်သွားမယ်။
- အရည်ကြည်ဖုတွေ ခြောက်ခန်းသွားပြီး အရောင်-တွေ ဆက်သွားနိုင်ပါတယ်။



မျိုးရိုးလိုက်၍ ဖြစ်တတ်သော အရည်ကြည်ဖုရောဂါ

(၆-ဂ) တစ်ချို့မျိုးရိုးလိုက်၍ ကိုယ်လုံးပေါ်ကတည်းက ဆေးသားတွင် ဖြစ်ပေါ်နေတတ်သော လိတ်နေသည့် အရည်ကြည်ဖုရောဂါ (Epidermolysis Bullosa Letalis)

- ဒီမွေးရာပါ အရည်ကြည်ဖုရောဂါကတော့ အဆိုးဆုံးတစ်ခု ဖြစ်ပါတယ်။ ခြံမာလို အတိအကျပြန်ရန် မလွယ်ပါ။ နားလည်လွယ်အောင်တော့ ရောဂါ ခေါင်းစဉ် ရေးသားဖော်ပြလိုက်ပါတယ်။ သူ့ရဲ့ လက္ခဏာတွေကို ဖော်ပြပါမယ်။
- မွေးကတည်းက အရည်ကြည်ဖုကြီးတွေ ပါလာမယ်။ ကလေးဘဝတင်မှာပဲ သေဆုံးသွားပါလိမ့်မယ်။
- ကလေးတစ်ကိုယ်လုံးရဲ့ အရောင်-တွေဟာ အသားနီ လန့်နေပါမယ်။
- အရည်ကြည်ဖုကြီးတွေဟာ ခြောက်သွားခြင်း၊ ပျောက်သွားခြင်း၊ အနာ ကျက်သွားခြင်းမျိုး မတွေ့ရပါဘူး။
- လက်ဖဝါးနဲ့ ခြေဖဝါးတွေမှာတော့ မဖြစ်ပါဘူး။
- အစာအိမ်အူလမ်းကြောင်းနဲ့ အသက်ရှူ လမ်းကြောင်းတွေမှာ ပြင်းထန်လှာ ဖြစ်ပေါ်လေ့ရှိပါတယ်။

ရတနာသိင်္ဂါစာပေတိုက်

- (ခ)မှာ ဖော်ပြရေးသားခဲ့တဲ့ ဗီစီ ရောဂါပုံစံတို့ အရည်ကြည်ဖုရောဂါ (Recessive Dystrophic Form)နဲ့ (ဂ)မှာ ဖော်ပြရေးသားထားတဲ့ (Epi-dermolysis Bullosa Letalis) အက်ပီဒါမိုလိုက်စစ် ဘူလိုဆားလီ တ်(လ်)လစ်၊ အရည်ကြည်ဖုရောဂါတွေကတော့ မိခင် ကိုယ်ဝန်ရှိစဉ်မှာတင် ကတည်းက ကိုယ်ဝန်အတွက် အန္တရာယ် အလွန်ကြီးမားပါတယ်။
- မိဘမျိုးရိုးမှာလည်း ဒီရောဂါမျိုးရှိမယ်၊ မိမိကိုယ်ဝန်မှာလည်း သံသယဖြစ်လို့ စမ်းသပ်မယ်ဆိုရင်တော့ ကိုယ်ဝန်(၁၈ပတ်- ၂၀ပတ်) (18th - 20th Weeks of Gestation) မှာ ကလေးရဲ့အရေပြားကို ရယူပြီး ဓာတ်ခွဲစစ်ဆေးခြင်း (Electron - Microscopic Examination - Biopsy)ဖြင့် သိနိုင်ပါသည်။
- မွေးတော့မယ့် ကလေးရဲ့အရေပြားမှာ ဖြစ်နိုင်တာတွေလျှင်တော့ ကလေးကို မမွေးဖွားစေသင့်တော့ပါ။ မွေးဖွားလာမယ်ဆိုလည်း အသက်ရှင်မည် မဟုတ်ပါ။ မိခင်ရဲ့ကိုယ်ဝန်ကိုသာ အတိဒုက္ခရောက်စေမှာသာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဤကိစ္စမျိုးမှာ မီးယပ်နှင့် သားဖွား အထူးကုဆရာဝန်ကြီးများနှင့်တိုင်ပင်ပြီး ပြုလုပ်သင့် သည်များကို ပြုလုပ်ဆောင်ရွက်ရမှာသာဖြစ်ပါတယ်။
- မွေးရာပါ အရည်ကြည်ဖုရီးများရောဂါကတော့ များသောအားဖြင့် ဒုက္ခပေး တတ်တာသာ များကြပြီး၊ ကလေးရဲ့အသက်ကိုလည်း ခြိမ်းခြောက်နိုင် ကြောင်းနဲ့ ကုသရန်လည်း ခက်ခဲပါကြောင်း တင်ပြပါရစေ။ အရေပြားရောဂါ များဟာ ကုလိုရတာတွေ ရှိသလောက် ကုသလို့ မလွယ်တာတွေလည်း များစွာရှိနေပါကြောင်း တင်ပြပါရစေ။



■ ဇီဝတွင်းဓာတ်ဖြစ်စဉ်အရှု ချို့ယွင်းပျက်စီးမှုကြောင့်ဖြစ်သော အရည်ကြည်ဖု ရောဂါ (Porphyria Cutanea Tarda)

ရောဂါရဲ့မှာမည်က အများသူငါများအတွက် စိမ်းနေပေမဲ့ ဆေးပညာရှင်များ အတွက်ကတော့ ဒီအမည်ဟာ မစိမ်းလှပါ။ အရေပြား အရည်ကြည်ဖုထွက်တဲ့ ရောဂါများထဲမှာ သိပ်မများဟု ထင်တတ်သော်လည်း ယခုအခါမှာတော့ သိပ်ပြီး ဓမ္မတော့ပါ။ အရေပြားအထူးကု ဆရာဝန်များအနေနဲ့ မကြာခဏဆိုသလို ဆွေရှိလာရပါပြီ။ ယခင်တုန်းက 'ဆိုရိုင်းရေးစစ်' (Psoriasis) အရေပြားရောဂါက အရှုတိုင်းတွေမှာ တွေ့ရတာ ရှားပါးပေမဲ့ ယခုတော့ အတော်များများလေး တွေ့လာရသလိုမျိုး ပေါ်ဖိုက်ရီးယားအရေပြားရောဂါကိုလည်း တွေ့လာကြရပြီ ဖြစ်ပါတယ်။ မြန်မာပြည်မှာ ယခင်တုန်းကတော့ အရေပြားအထူးကု ဆရာဝန်များ ခန့်လေတော့ ရောဂါသတ်မှတ်ချက် (diagnosis) အတိအကျ မပေးနိုင်ခဲ့ဘဲ ရိုးရိုး အရေပြားနာအသွင်နဲ့ ကုသမှုပေးခဲ့ကြတာ ဖြစ်နိုင်ပြီး ဒီရောဂါ သိပ်မရှိဘူးလို့ ထုဆန့်စရာအကြောင်းရှိပါတယ်။ ယခုတော့ အရေပြားအထူးကုဆရာဝန်များ နွဲ့လာကြပြီဖြစ်တော့ အရေပြားပေါ်မှာဖြစ်တတ်တဲ့ အရည်ကြည်ဖုရောဂါတွေကို ဘာကြောင့် ဘယ်လိုဖြစ်တယ်ဆိုတာတွေကို ရောဂါသတ်မှတ်ချက် ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာပြီး ဝေနိုင်ကြပြီမို့ ဒီ 'ပေါ်ဖိုက်ရီးယား ကုတေးနီးယား' အရေပြားရောဂါကိုလည်း ဆွေရှိမှတ်သားကြပြီး ကုပေးလာကြပါပြီ။ အရေပြားအရည်ကြည်ဖု ရောဂါတွေ ထလည်း တစ်ခုနဲ့တစ်ခု ခပ်ဆင်ဆင်တူတတ်ကြပါတယ်။ ဒါ့အပြင် ပေါ်ဖိုက်ရီးယား အရေပြားရောဂါလည်း 'ပလဲဂရား (Pellagra) ရောဂါ (Nicotinic Acid-A vita-min) နဲ့ Amino Acid စားသုံးမှုနည်းခြင်းကြောင့် ဖြစ်တတ်သောရောဂါ)နဲ့ သွင်ပြင် ဝေကွဲတာတွေက တူပါတယ်။ အများသူငါလို မသိသေးတဲ့ရောဂါတွေကို သိလာ ရလေအောင် ပညာပေးရေးသားဖော်ပြရမှာက ကျွန်တော်တို့ပညာရှင်တွေရဲ့ တာဝန်မှီရေးသားဖော်ပြရခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ ရောဂါဖြစ်ပျက်ပုံ၊ တွေ့ရှိပုံ၊ ခံစားရပုံ စတဲ့လက္ခဏာတွေကို ဖော်ပြလိုက်ရင် သိလာမှာဖြစ်ပါတယ်။



www.burmeseclassic.com

ဘယ်လိုဖြစ်တာပါလဲ

မွေးရာပါ သို့မဟုတ် နောက်မှဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ဇီဝတွင်း ဓာတ်ဖြစ်စဉ်အစုစု ချို့ယွင်းပျက်စီးမှု (Metabolic Defect)ကြောင့် ဖြစ်လာတာဖြစ်ပါတယ်။ အသည်း ထဲမှာသော်လည်းကောင်း၊ ရိုးတွင်းခြင်ဆီထဲမှာသော်လည်းကောင်း ပေါ်ဖိုင်ရင်ဓာတ် (Porphyrins)စုပျံ့များပြားလာမှုကြောင့် ဖြစ်ပါတယ်။ ပေါ်ဖိုင်ရင်(Porphyrin) ထုတ်လုပ်မှုနဲ့ စုပုံလာမှု(Accumulation)အသည်းထဲမှာ များလာခြင်းကြောင့်ဖြစ်ရင် အသည်းကြောင့်ဖြစ်တဲ့ ပေါ်ဖိုက်ရီးယား (Hepatic Porphyrrias) အရေပြား ရောဂါလို့ခေါ်ပြီး ရိုးတွင်းခြင်ဆီထဲမှာ (Bone Marrow)ပေါ်ဖိုင်ရင်(Porphyrin) ထုတ်လုပ်မှုများပြီး စုပုံလာခြင်းကြောင့် အရေပြားအရည်ကြည်ဖုတွေ ဖြစ်လာရင် တော့ သွေးကြောင့်ဖြစ်တဲ့ ပေါ်ဖိုက်ရီးယား (Erythropoietic Porphyrrias)လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ဒီရောဂါဟာ မွေးရာပါမဟုတ်ခဲ့ရင်တော့ သက်လယ်ပိုင်းနဲ့ သက်ကြီးရွယ်အို ပိုင်းတွေမှာ အဖြစ်များတတ်ပါတယ်။ ယောက်ျားတွေက မိန်းမတွေထက် အဖြစ်များပါတယ်။ အရက်သေစာသောက်စားခြင်းကြောင့် အသည်းတွင်းမှာ အဆိပ်ဖြစ်ခြင်းကြောင့်သော်လည်းကောင်း၊ နှစ်ရှည်လများ အသည်း အလုပ် မလုပ်ခြင်းကြောင့်သော်လည်းကောင်း၊ အသည်းပျက်စီးချို့ယွင်းခြင်းကြောင့် သော်လည်းကောင်း ဖြစ်ပေါ်တွေ့ရှိရတတ်ပါတယ်။ ဒီလို အသည်းချို့ယွင်း ပျက်စီးမှုများ အခုခေတ်မှာ များပြားလာမှုကြောင့်လည်း ပေါ်ဖိုက်ရီးယား အရေပြား အရေကြည်ဖုရောဂါတွေကို တွေ့လာရပြီလို့ ပြောရင် မှားမယ်ထင်ပါဘူး။ တစ်ခါ တစ်ရံမှာလည်း ဓာတ်သတ္တုပစ္စည်း(chemicals)များနဲ့ ထိတွေ့မှုများတဲ့ အလုပ် အကိုင် လုပ်ရသူတွေမှာလည်း ဖြစ်တတ်ပါတယ်။

တွေ့ရှိနိုင်တဲ့လက္ခဏာတွေက ဘယ်လိုပါလဲ

- အရည်ကြည်ဖုကြီးတွေ (Bullae)ဟာ အဓိကအားဖြင့်တော့ အရေပြားကို အဝတ်အထည်ဖုံးအုပ်မှု ကင်းလွတ်တဲ့နေရာတွေမှာ တွေ့ရတတ်ပါတယ်။
- အရည်ပြားကို ခြစ်မိခြင်းကြောင့်သော်လည်းကောင်း၊ ထိခိုက်မိခြင်းကြောင့်သော် လည်းကောင်း၊ အရေပြားနေရောင် အပူရှိန် အမြဲလိုထိတွေ့မှုရှိနေ၍လည်းကောင်း အဲဒီနေရာတွေမှာ ဖြစ်ပေါ်တတ်ပါတယ်။
- အရည်ကြည်ဖုကြီးတွေဟာ ကြီးမယ်၊ ရှည်မျောမျောပုံ သို့မဟုတ် တစ်ဆစ်ချိုး ပုံသဏ္ဍာန်မျိုး တွေ့ရမယ်။

- အရည်ကြည်ဖုကြီးတွေဟာ သွေးထွက်မယ်၊ ပေါက်ကွဲသွားပြီး အနာဖြစ်ရင်၊ အနာကျက်သွားရင် အမာရွတ်ကုန်ရစ်ခဲ့မယ်။
- အဝတ်အထည်ဖုံးအုပ်မှု ကင်းလွတ်တဲ့ အရေပြားတွေဟာ ညိုမည်းနေမယ်။
- မျက်နှာပါးရိုးပေါ်မှာ(Cheek Bones)ရှိတဲ့ အရေပြားပေါ်မှာ အမွှေးတွေ များလာပြီး ခပ်ထူထူပေါက်လာတာ တွေ့နိုင်တယ်။
- အရေပြားတင်းပြီး မာကျောလာမှုနဲ့ မျက်နှာပေါ်မှာ အဖြူဖုလေးတွေ ထွက်လာတာ တွေ့ရမယ်။ ဒီအဖြူဖုလေးတွေဟာ ၂ မီလီ မီတာ(2mm)လောက် အထိပဲ ကြီးပါမယ်။
- အရေပြားကို လက်သည်းနဲ့ ခပ်ဖိဖိလေး ခြစ်လိုက်ရင် အရေပြားလန်သွားပြီး အရေပြား ပြုတ်ထွက်သွားတာမျိုး တွေ့ရှိရပါလိမ့်မယ်။ (ဒါကို ဆေးပညာအရတော့ 'ဒင် လက္ခဏာ' (Dean's sign)လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ကိုယ့်ဟာကိုယ် သံသယ ရှိရင် ကိုယ်တိုင်စမ်းသပ်ကြည့်နိုင်ပါတယ်။
- အဖုအကွက်တွေဟာ နာကျင်မှုရှိမယ်။
- လူနာအနေနဲ့ကတော့ သူ့ရဲ့ အရေပြား တွေဟာ အထိမခံပျက်လွယ်မှုနဲ့အတူ နုနယ် ခြင်း ခိုင်ခံ့မှုမရှိခြင်းတွေကို ပြောပြပါလိမ့်မယ်။
- ရောဂါက ကြာမယ်၊ နေရောင်ခြည်နဲ့ ထိတွေ့ရင် ပိုပြီး ဆိုးလာဖွယ်ဖြစ်ပါတယ်။
- မိန်းမတွေအနေနဲ့ကတော့ အီစတြိုဂျင် ဘော်မုန်း (Estrogen Hormones) ထိုးရင် ပိုပြီးရောဂါဆိုးလာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- အရက်သောက်ရင် အသည်းပျက်စီးမှုဖြစ်လာပြီး ရောဂါပိုပြီးကြွလာစေတတ် ကြောင်း တင်ပြပါရစေ။



ဘယ်လိုစမ်းသပ်ရှာဖွေခြင်းဖြင့် ရောဂါသတ်မှတ်ချက် ရယူမှာလဲ

- ၁။ အသားစပျာပြီး ဓာတ်ခွဲစစ်ဆေးခြင်း။
- ၂။ အရည်ကြည်ဖုတွေဟာ အရေပြားအပေါ်လွှာရဲ့အောက်မှာ ရှိနေခြင်း။
- ၃။ အပေါ်လွှာအရေပြားမှာ မယ်လယ်နင် (Melanin Pigment) ညိုမည်း အရောင်တက်နေခြင်း။

၄။ ဆီးထဲတွင် ဆီးအရောင်ပြောင်းသွားစေသည့် ပေါ်ဖိုင်ရင်ဓာတ် ရှိ မရှိ စစ်ဆေးခြင်းဖြင့် တစ်နေ့လျှင် ယူရီပေါ် ဖိုင်ရင် ၂-၃ မီလီဂရမ် တွေ့ရှိနိုင်ခြင်းဖြင့် ရောဂါရှာဖွေ သတ်မှတ်နိုင်ပါကြောင်း တင်ပြပါရစေ။

ဘယ်လိုအချက်အလက်တွေက ရောဂါရှိမရှိကိုသိနိုင်ဖို့ အထောက်အကူပြုမှာလဲ

- ၁။ ဖြစ်တတ်တဲ့အသက်အရွယ်ပိုင်းက လူလတ်ပိုင်းပါ။
- ၂။ လူလတ်ပိုင်းလည်း ဖြစ်ပြန်အရက်သေစာသောက်သုံးမှုလည်း များတဲ့သူတွေမှာ လက္ခဏာတွေပြတတ်ပါတယ်။
- ၃။ လူနာကိုယ်တိုင်ကပဲ သူ့ရဲ့ (အထူးသဖြင့်တော့) မျက်နှာပေါ်နဲ့ လက်ဖခုံးပေါ်တွေက အရေပြားတွေဟာ အထိမခံ ရွှေ့နုန်းကန်လို နုနယ်ခြင်း၊ မခိုင်ခံ့ခြင်းနဲ့ ပြိုလွယ်၊ ပွန်းလွယ်ပါတယ်လို့ ပြောပြပါလိမ့်မယ်။
- ၄။ ပုံစံမညီညာတဲ့ အရည်ကြည်ဖုကြီးတွေကို ဦးခေါင်းပေါ်၊ မျက်နှာပေါ်နဲ့ လက်ဖခုံးပေါ်မှာ တွေ့မြင်နိုင်ခြင်း။
- ၅။ အရည်ကြည်ဖုကြီးတွေဟာ အဝတ်အထည် ဖုံးအုပ်မှုမရှိတဲ့ လက်တွေပေါ်မှာ တွေ့နိုင်ပြီး ပေါက်ပြဲစုတ်ပြဲတ် သွားရာကနေ အနာတွေ ဖြစ်လာပြီးနောက် အမာရွတ်တွေကျန်ခဲ့တာ တွေ့နိုင်ပါတယ်။
- ၆။ ဆီး(ကျင်ငယ်ရည်)ကို ဖန်ခွက်တစ်ခုထဲ စွန့်ထည့်ပြီး ခပ်ကြာကြာလေး ထားလိုက်ရင် ပေါ်ဖိုင်ရင်ဓာတ်ပစ္စည်းပါမှုကြောင့် ဆီးအရောင် ပြောင်းသွားပြီး နီညိုရောင်ဖြစ်သွားတာ တွေ့နိုင်ပါတယ်။
- ၇။ လူနာမှာ သွေးအားနည်းခြင်းနဲ့ မွေးရာပါပေါ်ဖိုက်ရီးယား ရောဂါဆိုရင်တော့ ကလေးမှာ ဘေလုံး(spleen)ကြီးနေတာ တွေ့နိုင်ပြန်ပါတယ်။

ကာကွယ်မှု၊ ကုသမှု

- မူလအခြေခံကတော့ ကာကွယ်မှုနှင့် ရောဂါလက္ခဏာအလိုက် ကုသရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- အရက်သေစာသောက်သုံးခြင်းများ လုံးဝရှောင်ကြဉ်ခြင်း။
- မလိုအပ်ဘဲ နေရောင်ခြည်နှင့်ထိတွေ့မှုမှ ရှောင်ရှားခြင်း။
- နေပူထဲသွားလျှင် နေပူဒဏ်ကာကွယ်ဆေး(Sun-screen) လိမ်းပြီး သွားရန် လိုခြင်း။
- ခန္ဓာကိုယ်တွင်းမှ သွေးထုတ်ကုသမှုပေးခြင်း။

ရက်သတ္တပတ် ၂ ပတ်လျှင် သွေး (500 ML) ထုတ် ယူနန်းဖြင့် စုစုပေါင်း ၃၀၀၀-၅၀၀၀ ML (3000-5000 ML) ရရှိသည့်တိုင် ထုတ်ယူကုသခြင်းကလည်း ထုတ်ယူမှုအတွက် အထောက်အကူပြုပါတယ်။ ဒီကုသမှုမျိုးကတော့ သွေးအားနည်းမှုကို ဖြေရှင်းပေးရန်အတွက် အခြားရောဂါများရှိနေ၊ မရှိနေ စသည်တို့ကို သေသေချာချာစစ်ဆေးပြီးမှ ပြုလုပ်သင့်ပါသည်။ သွေးထုတ်ခြင်းကြောင့် လူနာ ရုတ်တရက်မူးသွားခြင်း၊ အထိမခံသွေးခြင်းများနဲ့ အခြားမလိုလားအပ်တဲ့ဖြစ်ရပ်များနဲ့ ကြုံတွေ့ရတတ်တာကြောင့် ဆေးရုံ၊ ဆေးပေးခန်းများမှာ ဆရာဝန်ကိုယ်တိုင် ပြုလုပ်ဆောင်ရွက်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အပြင်မှာ လက်လွတ်စပယ်ပြုလုပ်မယ်ဆိုရင်တော့ အနာနဲ့ ဆေးခြင်းအန္တရာယ်တွေကို ခုတ်ရာတခြား ပဲ့ရာတခြား ဖြစ်သွားပါလိမ့်မယ်။ အလွယ်တကူနဲ့ ထုတ်ယူပေးပြောလို့ ပြုလုပ်ချင်ရင်တောင်မှ လူနာဘက်က လက်မခံဘဲ ငြင်းဆန်သင့်ပါကြောင်း ကျန်းမာရေးရှုထောင့်မှ ပြောပြပါရစေ။ တတ်သိကျွမ်းကျင်တဲ့ ဆရာဝန်ကြီးများနဲ့ တိုင်ပင်ကုသမှုခံယူကြပါ။



ဂ။ ထိုးသွေးသောက်သေး လိမ်းသေး မတည့်ခြင်းများနှင့် ဘက်တီးရီးယားဗိုင်းရပ်စ် (Bacteria And Virus) ပိုးများကြောင့်ဖြစ်သော အရည်ကြည်ဖုကြီးများ (Stevens-Johnson Syndrome) စတီပင်ဂျွန်ဆန်ဆင်ဒရုံး

ဒီလက္ခဏာရောဂါကိုတော့ ဆရာဝန်တိုင်းလို သိကြပါတယ်။ ပြင်းထန်စွာ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အရည်ကြည်ဖုရောဂါ ဖြစ်ပါတယ်။ အရည်ကြည်ဖုကြီးတွေက အရေပြားပေါ်မှာတင်မက အရေပြားအတွင်း အမြွေးပါး (Mucous Membrane) တွေပေါ်မှာပါ တွေ့ရှိရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလိုအရည် ကြည်ဖုကြီးတွေ ရုတ်တရက်



ဖြစ်ပေါ်လာအောင်၊ အခြေအနေတစ်ရပ် ဖြစ်ပေါ်လာအောင် တွန်းပို့တဲ့အချက်တွေ ကတော့ များပါတယ်။ အဲဒီ အချက် အလက်တွေထဲမှာ သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေးနဲ့ မတည့်ခြင်းများ၊ ဗက်တီးရီးယားနဲ့ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးများ ပါဝင်ကြပါတယ်။ ရောဂါ အနေနဲ့က ပြင်းထန်လွန်းလို့ အသက် အန္တရာယ်ကိုပင် ခြိမ်းခြောက်မှုရှိပါတယ်။

- တွေ့ရှိနိုင်တဲ့ သွင်ပြင်လက္ခဏာပုံစံတွေက ဘယ်လိုပါလဲ
- ယောက်ျားတွေက မိန်းမတွေထက် နှစ်ဆလောက်ပိုပြီး ဖြစ်ပါတယ်။ စဖြစ်ခါစမှာ တွေ့နိုင်တာကတော့ အနီကွက်ဖြစ်ပြီး အကွက်ရဲ့ အလယ်ကောင်မှာတော့ အမည်းအညိုစက်လေးတွေ တွေ့နိုင်ပါတယ်။ ရုတ်တရက် ကြည့်လိုက်ရင် သေနတ်ပစ်မှတ် (Target) မျိုး တွေ့ရပါမယ်။
 - ဖြစ်ပျက်မှုက မြန်ဆန်လွန်းတော့ များမကြာမီမှာပဲ အရည်ကြည်ဖုတွေ ဖြစ်ပေါ်လာတာ တွေ့နိုင်ပါတယ်။
 - အရည်ကြည်ဖုတွေဟာ ပထမတော့ သေးမယ်၊ နောက်တော့ ကြီးလာမယ်။
 - အရည်ကြည်ဖုတွေဟာ ခပ်မြန်မြန်ပဲ ပေါက်သွားမယ်၊ ပြုလန့်သွားမယ်၊ သွေးထွက်မယ်။ သွေးခြည်ရှိတဲ့အနာဖေးဖတ် ဖြစ်သွားမယ်။
 - မျက်စိနဲ့ပတ်သက်လို့ မျက်လွှာမှာ အနာဖြစ်သွားပြီး ပျောက်ကင်းသွားပါကလည်း မျက်ကြည်လွှာမှေးမှိန်သွားတတ်ပြီး မျက်စိမြင်ကွင်းပြတ်သားမှု မရှိတော့ခြင်းများ ခံစားရမှာဖြစ်ပါတယ်။

- ယောက်ျားကိုယ် (Penis)၊ မိန်းမကိုယ် (Vagina) တွေက အရေပြားနဲ့ အမြွေးပါးတွေ ရောင်ရမ်းလာမှုကြောင့် ယောက်ျားကိုယ်၊ မိန်းမကိုယ် ဖောရောင်ကိုင်းသားတာမျိုး တွေ့ရပါမယ်။
- အရေပြားနဲ့အမြွေးပါး စပ်ကြားတွေမှာ အရည်ကြည်ဖုများဖြစ်ခြင်း၊ သွေးထွက်ခြင်းများအနေနဲ့ ၁၀ ရက်မှ ၄ ပတ်တိုင် ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ တစ်ချိန်တည်းမှာပဲ ချက်ဆက်တဲ့ ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်တာတွေကတော့...
 - (တ) အဆစ်အမျက်များရောင်ခြင်း၊ ၂ ပတ်၊ ၃ ပတ်တိုင် ကြာသည်အထိ အဖျားတက်ခြင်း၊ အဖျားကြီးခြင်း။
 - (ခ) အသက်ရှူလမ်းကြောင်းနှင့်ပတ်သက်သည့် လက္ခဏာများပြတတ်ခြင်း။
 - (င) အစာအိမ်အူလမ်းကြောင်းနှင့် ပတ်သက်သည့်လက္ခဏာများပြတတ်ခြင်း။
 - (ဆ) ဆီးနှင့်ကျောက်ကပ် ဆက်နွယ်သည့်လက္ခဏာများ ပြတတ်ခြင်း၊ ကျောက်ကပ်ပျက်စီးခြင်း။
 - (ဇ) နှလုံးနှင့်ပတ်သက်၍ ပြောင်းလဲမှုများ ရှိလာနိုင်ခြင်း။
 - (ဈ) မျက်ကြည်လွှာပိတ်ခြင်း၊ မှန်ခြင်း (Corneal Opacity) နှင့် မျက်စိကွယ်သွားခြင်း။
 - (ည) သွေးအဆိပ်တက်ခြင်းများ ဖြစ်ပါတယ်။

အယ်လိုအဓိကသံလွန်စအချက်အလက်တွေက ရောဂါသတ်မှတ်ချက်ကို သိနိုင်မှာလဲ

- ၁။ လူနာဟာ ပျားပန်းခပ်မျှ အဖျားကြီးခြင်း ခံစားနေရခြင်း။
- ၂။ ထင်သာမြင်သာ သိသာသောအရည်ကြည်ဖုကြီးများ ရှိနေခြင်း။
- ၃။ အရေကြည်ဖုကြီးများ ပေါက်ကွဲသွားပြီးနောက် သွေးစွန်းနေသည့် အနာဖေးဖတ်များ (Haemorrhagic Crusts) ကို မျက်စိ၊ ပါးစပ်၊ ကျား၊ မ အင်္ဂါများတွင် တွေ့ရှိရခြင်း စသည့် သံလွန်စအချက်အလက်တွေကို မြင်တွေ့ရခြင်းဖြင့် ရောဂါသတ်မှတ်ချက်ကို မှန်းဆနိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဓာတ်ဆေးခြားခြား

- ဆေးရုံတင်ကုသရန် လိုအပ်ခြင်း။
- စတီးရွိုက်သောက်ဆေး၊ ထိုးဆေးများကို လုံလုံလောက် လောက်ပေးခြင်း၊ ဆီရောက်သည်အထိ ပေးခြင်း။ (ဥပမာ - Prednisolone (ပရောနီဆလိုင်း))

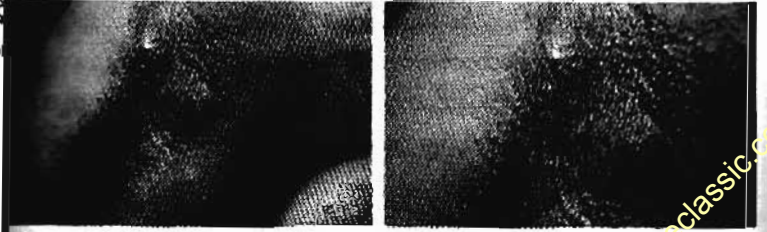
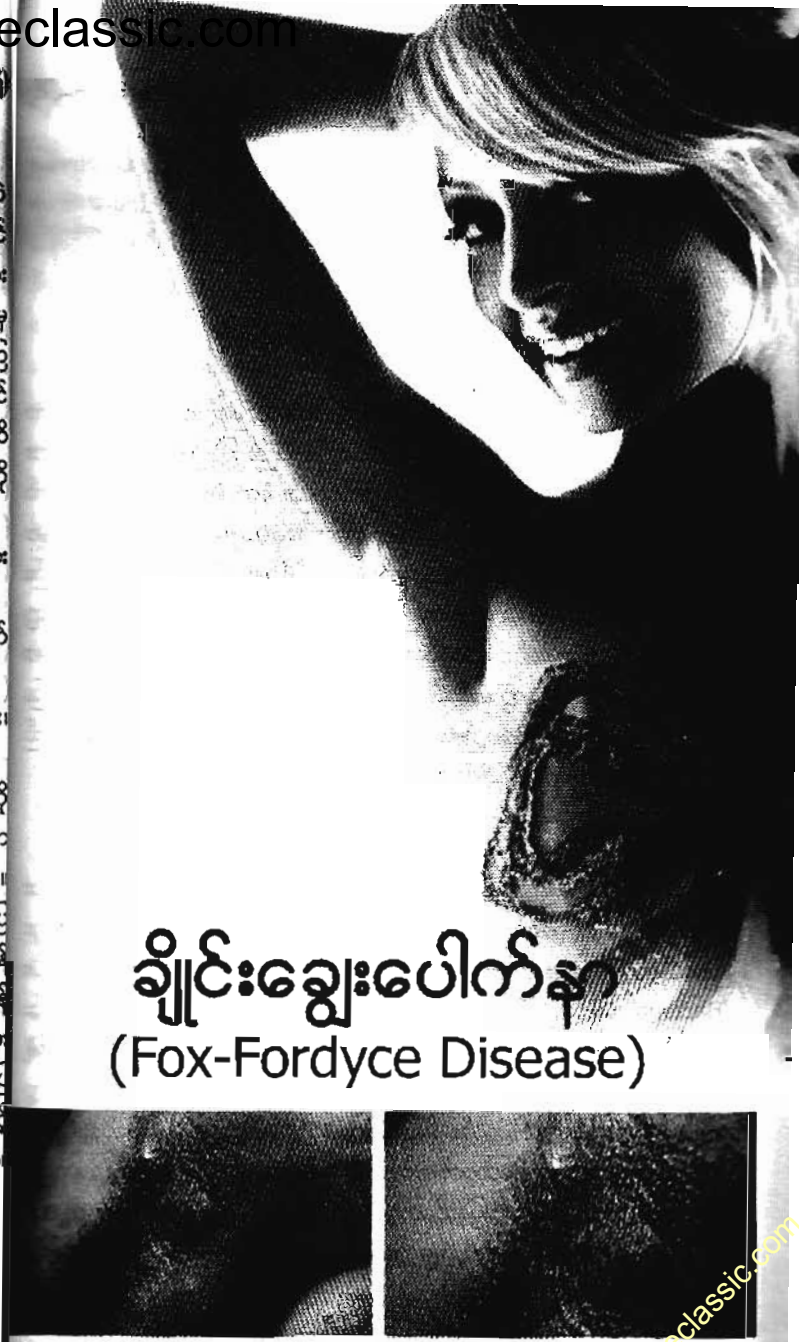
www.burmeseclassic.com

သောက်ဆေးပေးမယ်ဆိုရင် တစ်နေ့လျှင် ၈၀ မီလီဂရမ်နှုန်းထက်မနည်းဘဲ အခြေအနေပေါ်မူတည်ပြီး ပေးထားသင့်ပါတယ်။ ၈၀ မီလီဂရမ်ကို တစ်နေ့လျှင် ၄ ကြိမ်ခွဲပြီး ပေးရမှာဖြစ်ပါတယ်။ (80 mg/day in divided doses) ဆေး တစ်ခွက်စာ ၂၀ မီလီဂရမ်နှုန်း ဖြစ်ပါတယ်။) လူနာအခြေအနေ သက်သာလာမှ လိုအပ်သလို လျှော့သွားခြင်း၊ ဤကိစ္စမျိုး၌ ဆရာဝန်များသာ ချိန်ဆပေးတတ်ကြ သည်မို့ ဆရာဝန်နှင့် အနီးကပ်ပြသကုသသင့်ခြင်း။ လိုအပ်လာပါက ဆေးရုံတင် ကုသသင့်ခြင်း၊ လုံလောက်တဲ့ စတီးရွိုက်ကို ပေးထားခြင်းကို ၂ ပတ်မှ ၄ ပတ်အထိ ထားပြီးမှ လူနာအခြေအနေ သက်သာလာမှုကိုကြည့်ပြီး စတီးရွိုက်ဆေးကို တဖြည်းဖြည်း လျှော့သွားခြင်း။

- လူနာကိုယ်တွင်းမှ ဓာတ်ဆားရည် (Fluid and Electrolytes) အနည်းအများ ကို ဓာတ်ခွဲစစ်ဆေးပြီး လိုအပ်သလို ဖြည့်တင်းပေးသွင်းခြင်း။
 - ပြင်ပမှ ဗက်တီးရီးယားပိုးများ (Bacteria) ဝင်ရောက်လာနိုင်ခြင်းအတွက် ပိုးသတ်ဆေး၊ သောက်ဆေး၊ ထိုးဆေးများကို ပေးသင့်ခြင်း။
 - လူနာရဲ့ ကျန်းမာရေးအခြေအနေကိုကြည့်ပြီး လိုအပ်သည့်အားဆေး၊ သောက်ဆေး၊ ထိုးဆေးများကိုပေးရန် လိုခြင်း။
 - လူနာရဲ့အခြေအနေကိုကြည့်ပြီး လိုအပ်မည်ထင်သည့် ကုသချက်များကို အလျဉ်းသင့်သလို ချိန်ဆကုသပေးရမည် ဖြစ်လို့ ဤလိုကိစ္စမျိုးတွင် ဆရာဝန်များသာ ကိုင်တွယ်ကုသဖြေရှင်းသင့်ပါကြောင်း ထပ်လောင်းအသိပေးအပ်ပါတယ် ခင်များ။
- သိသင့်၊ သိထိုက်၊ နားလည်ထိုက်သည့် အရေပြား ရောဂါများကိုသာ ဖော်ပြ ရေးသားခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ အရည်ကြည်ဖုရောဂါများအနေဖြင့် များပြားကျယ်ပြန့် လှပါ၍ အရည်ကြည်ဖုရောဂါများဖြစ်လာလျှင် အရေပြား အထူးကုဆရာဝန် ကြီးများနှင့် ပြသတိုင်ပင်ကုသခြင်းသာလျှင် အကောင်းဆုံးဖြစ်ပါတယ်။ အခြား သိသင့်သည့် အရေကြည်ဖုရောဂါများကိုလည်း အလျဉ်းသင့်ပါက ရေးသားဖော်ပြ ပါဦးမယ်။ ယခုရေးသားဖော်ပြခဲ့သည်များကတော့ အရေးတကြီး သိထားသင့် သည်များဖြစ်လို့ တစ်စုတည်း ဖော်ပြရေးသားခဲ့ရပါကြောင်း တင်ပြလိုက်ရပါတယ်။



ချိုင်းချွေးပေါက်နာ (Fox-Fordyce Disease)



ချိုင်းချွေးပေါက်နာ

(Fox-Fordyce Disease)

လူ့လောက ကမ္ဘာကြီးက ခေတ်မီတိုးတက်လာသည်နှင့်အမျှ ယခင်ယခင်က ရှားပါးစွာတွေ့ရှိရတတ်တဲ့ အရေပြားရောဂါတွေကလည်း ပြန့်ပြီးထွက်ပေါ် များပြားလာတာ တွေ့ရပါတယ်။ ချိုင်းက ချွေးထွက်တယ်၊ နံတယ်၊ နံတော့ အနံ့ပျောက်ဆေးတွေ၊ အမွှေးရနံ့ပါတဲ့ဆေးတွေကို ထုတ်လုပ်သူတွေက ဈေးကွက်မှာ သွက်သွက်လက် လက်ထုတ်လာသလို၊ တတ်နိုင်သလို သုံးနိုင်သူတွေကလည်း တွင်တွင်ကျယ်ကျယ်လေး သုံးလာကြတာ တွေ့ရပါတယ်။ လာပြုကြတဲ့သူတွေကလည်း ချွေးနံ့ပျောက်အောင် ချွေးနံ့ပျောက်ဆေးတွေ သုံးရာကနေ ချိုင်းမှာ အနာဖြစ်ပြီး လာပြတာတွေ အတော်လေးများများ တွေ့ရပါတယ်။ ဒါကြောင့်လည်း ချိုင်းချွေးပေါက်နာလို့ အမည်ပေး ကင်ပွန်းတပ်လိုက်တာပါ။ တကယ့်အမည်ကတော့ ဖောက်စ်(ခ)ဖော်ဒိုင်ရောဂါ (Fox-Fordyce Disease)။

ချွေးနံ့က ဘာဖြစ်လို့တာပါလဲ။

ယောက်ျားလေး၊ မိန်းကလေး အရွယ်ရောက်ပြီဆိုတာနဲ့ ချိုင်းအရေပြားထဲမှာရှိတဲ့ အပိုကရင်း(Apocrine duct) အကျိတ်ငယ်လေးတွေ ကြီးထွားဖြစ်ပေါ်လာပြီး ချွေးအဖြစ်နဲ့ ထွက်စေပါတယ်။ အဲဒီချွေးနဲ့ ဗက်တီးရီးယားပိုး(Bacteria) ပေါင်းစပ်သွားပြီး ပြင်းထန်တဲ့အနံ့ဆိုးဖြစ်သွားတာပါ။ အပိုကရင်းအကျိတ်ငယ်(Apocrine glands)လေးတွေဟာ အသက်အရွယ်အားဖြင့် ၁၃ နှစ်နဲ့ ၃၅ နှစ်ကြားမှာ ပိုမို ဖြစ်ထွန်းပါတယ်။ မိန်းကလေးတွေက ယောက်ျားလေးတွေထက် ပိုပြီးအဖြစ်များပါတယ်။ မိန်းကလေး ၁၀ ယောက်နှုန်း ဖြစ်တဲ့အချိန်မှာ ယောက်ျားလေးက တစ်ယောက်လောက်ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ မိန်းကလေးကလည်း ဖြစ်ပြန်၊ ချွေးနံ့ကလည်း သံပြန်ဆိုတော့ ဒီကိစ္စနဲ့ပတ်သက်ပြီးရှက်ကြတာ ဓမ္မတာပါပဲ။ ချွေးနံ့ပျောက်အောင် အနံ့ပျောက်ဆေးတွေ သုံးမယ်။ ရိုး(Roll-on)လို့ခေါ်တဲ့ ချွေးနံ့ပျောက် ဆေးတောင့်ကြီးတွေနဲ့ လှိမ့်မယ်။ ပွတ်မယ်၊ သုတ်မယ်၊ သုံးပါ များလာတော့ ချွေးရယ်၊ ဗက်တီးရီးယားရယ်၊ ချွေးနံ့ပျောက်အတောင့်မှာပါတဲ့ ဓာတုဗေဒပစ္စည်း(Chemicals)တွေရယ် ပေါင်းစပ်ကုန်ရာကနေ အနာတွေ

ဖြစ်လာတာလည်း တွေ့ရပါတယ်။ အထူးသဖြင့်တော့ ချွေးနံ့ပျောက်အောင်သုံးတဲ့ ဇိုး(Roll-on)လို့ခေါ်တဲ့ ပစ္စည်းနဲ့ ဖိ ပွတ်ရာကနေ ချွေးပေါက်တွေယားခြင်း၊ ထောင်ခြင်းဖြစ်လာကြပြီး ချွေးပေါက်တွေ ပိတ်သွားကြတာပါ။ နဂိုကလည်း ဒီရောဂါက ယားပါတယ်။ ယားလို့ ကုတ်တယ်၊ ပွန်းတယ်၊ ပြဲ တယ်၊ ပြင်ပက ဖက်တီးရီးယားပိုးတွေ ဝင်တယ်၊ အနာဖြစ်တယ်။ သိပ်ကြီးမားကျယ်ပြန့်လာပြီး လင်း(ဖ်) (Lymph glands) အကျိတ်ဖုတွေပါ ပိုးတွေ ဝင်ရောက်သွားရင်တော့ တိန္နရုနာလို့ ဖြစ်သွားနိုင်ပါတယ်။ (ကိန္နရုနာအကြောင်းကိုတော့ ယခင်ထုတ်ပြီးတဲ့ အရေပြားပြဿနာများ စာအုပ်မှာ ရေးသားဖော်ပြပြီးပါပြီ။)

မြို့ပျက်ပုံအဆင့်ဆင့်ကို လေ့လာကြည့်ရအောင်။

- ရှားတယ်လို့ဆိုပေမဲ့ မိန်းကလေးတွေမှာ အတော်များများ တွေ့နေရပါပြီ။ အချို့မဖြစ်ခင်နဲ့ သွေးဆုံး(Menopause)ပြီးရင်တော့ ဒီရောဂါ မတွေ့ရတတ်ပါ။ ဒီနေရာမှာ ကိန္နရုနာနဲ့ ကွဲပြားခြားနားတာကတော့ ကိန္နရုနာက အသက်အရွယ်အိုင်အခြားမရှိပါ။
- ဟော်မုန်း(Hormone) ပြောင်းလဲမှုကြောင့် ဖြစ်လာတာဖြစ်ပါတယ်။ ချိုင်းမှာ ချိုတဲ့ မွေးညင်းပေါက်ဆုံလေးတွေဟာ မီးယပ်(Menstruation) လာတဲ့အချိန်မှာ တစ်ပြေးညီ ကြွတက်လာတာ တွေ့ရပါမယ်။ ဖြစ်ရင်လည်း ချိုင်းနှစ်ဖက်စလုံးပေါ်မှာ ဖြစ်လာမှာဖြစ်ပါတယ်။
- ချွေးပေါက်ဖုလေးတွေဟာ သေးငယ်ပေမဲ့ တစ်ခုနဲ့တစ်ခု နီးကပ်စွာ တည်ရှိနေပြီး တစ်စုတစ်စည်းတည်းလို အုပ်စုသဖွယ် တွေ့ရှိရပါမယ်။
- အဖုလေးတွေကို စမ်းသပ်ကြည့်မယ်ဆိုရင် တင်းမာနေမယ် (Firm in Consistency) အဖုလေးတွေဟာ အရေပြားပေါ်မှာ ခုံးကြွနေမယ်။
- အဖုတွေရှိတဲ့နေရာကို ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် အရေပြား အသားရောင် ညိုမည်းနေတာ တွေ့နိုင်တယ်။
- ဖြစ်တဲ့နေရာက ယားလွန်းတော့ ခဏခဏကုတ်ရာ၊ ပွတ်ရာကနေ အရေပြား ထူလာတာ တွေ့မြင်နိုင်ပြန်ပါတယ်။
- ချိုင်းမွှေးပေါက်တာ နည်းနေပါမယ်။
- ရောဂါအနေနဲ့က ကြာရှည်တတ်ပြီး ပျောက်ကင်းသွားသော်လည်း ကိုယ်ဝန်ထောင်တဲ့အချိန်မှာ ပြန်ပေါ်တတ်ပါတယ်။
- ရောဂါဖြစ်ရခြင်း အကြောင်းကတော့ ဟော်မုန်းပြောင်းလဲခြင်းနှင့် အပိုကရင်း(Apocrine Duct) အရည်သယ်ပို့တဲ့ ပြန့်ပိတ်ဆိုသွားခြင်းကြောင့်ပါပဲ။

ဖော်ပြပါ ဖြစ်ပျက်ပုံလေးကို ကြည့်ခြင်းအားဖြင့် မိမိအနေနဲ့လည်း ဒီဖြစ်ပျက်မှုကို မပဲပိုးဘဲ ရှောင်ရှားမယ်ဆိုရင်တော့ အဖြစ်နည်းမှာပဲပေါ့။ ဥပမာ တချို့ ငွေကြေး မတတ်နိုင်သူတွေက ချိုင်းချွေးပျောက်အောင် ထုံးသုတ်မယ်၊ ထုံးကြေကြည် လိမ်းမယ်။ ကျောက်ချဉ်နဲ့ပွတ်မယ် စသဖြင့် ပြုလုပ်ဆောင်ရွက်ကြသလို ငွေကြေး တတ်နိုင်သူ လူတန်းစားတွေကတော့ အနံ့ပျောက်ဆေးအမျိုးမျိုး၊ ပေါင်ဒါအမျိုးမျိုး၊ ရေမွှေးအမျိုးမျိုး သုံးကြမယ်ပေါ့။ တကယ် ရောဂါပြင်းထန်လာရင်တော့ အနံ့ပျောက် ဆေးတွေ ဘယ်လိုပဲသုံးသုံး၊ အမွှေးရနံ့က တခြား၊ ချိုင်းနံ့က တခြားနေမှာပါပဲ။ ရေမွှေးသုံးတဲ့သူတွေ ရိုး (Roll-on) အနံ့ ပျောက်ဆေးလိမ်းတဲ့၊ သုတ်တဲ့သူတွေ သုတ်ချုပ်စေချင်တာကတော့ အနံ့ပျောက်တဲ့ ရေမွှေးတွေထဲမှာ ပါတတ်တဲ့ ဆိုရာလင် (Psoralen) အရည်ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီ ဆိုရာလင်အရည်က အရေပြားကို မည်းသွား စေတတ်ပါတယ်။ နေရောင်နဲ့ ထိတွေ့တဲ့အခါမှာ နီရဲလာမယ်၊ ယားမယ်၊ အရည်ကြည်ဖုတွေ ဖြစ်မယ်၊ အရေပြားမည်းသွားမယ်၊ နောက်တော့ အရေပြား ထူလာမယ်။ အရည်ပြားမည်းပြီး ထူလာတော့ ပိုပြီးယားလာမယ်။ ယားတော့ ကုတ်မယ်၊ ကုတ်တော့ ပိုပြီး အရေပြား ထူလာမယ်။ အရေပြားသံသရာ လည်သွား ပြီပေါ့။ အရေပြားယားခြင်း သံသရာလည်သွားရင်တော့ နှင်းခဲဖြစ်သွားနိုင်ကြောင်းပါ။ (ယခင်စာအုပ် နှင်းခဲ သံသရာမှာ ရေးသားဖော်ပြပြီးခဲ့ပါပြီ။)

ဒီ ချိုင်းချွေးပေါက်နာ (Fox-Fordyce Disease) က ချိုင်းမှာတင် ဖြစ်တာပါလား။

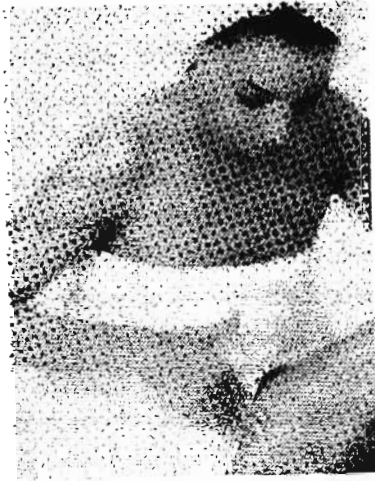
ချိုင်းမှာအဖြစ်များပြီး သိသာထင်ရှားလို့ ချိုင်း ချွေးပေါက်နာလို့ အမည်ပေး လိုက်ရတာပါ။ တခြားနေရာ တွေဖြစ်တဲ့ ရင်သား၊ နို့သီးခေါင်းပတ်လည်၊ ဆီးခုံနေရာ၊ ချက်ပတ်လည်ရှိ အရေပြားနဲ့ မိန်းမကိုယ် စတဲ့နေရာတွေ မှာလည်း ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ရောဂါ လက္ခဏာတွေကို လေ့လာကြည့်ပြီး ခန့်မှန်းပါ။ လိုအပ် ပါက အရေပြားအထူးကု ဆရာဝန်ကြီးတွေနဲ့ ပြသပါ။ ကုသမှု ခံယူပါ။ သို့မဟုတ်ပါက ရောဂါသက်တမ်း ရှည်ကြာပြီး မပျောက်မကင်းဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ပိုပိုပြီး ရောဂါ ဆိုးသွားစေတတ်ပါတယ်။

ကာကွယ်မှု၊ ကုသမှု

- ၁။ ကာကွယ်မှုအနေနဲ့ကတော့ ချိုင်းမှာရှိတဲ့ မွှေးညင်းပေါက်တွေကို ပိတ်ဆို့စေမယ့် တူညှင်းတွေနဲ့ မလိမ်းမိဖို့၊ မသုတ် မိဖို့ပါပဲ။
- ၂။ ရောဂါဖြစ်နေတဲ့ချိုင်းကို ကြည့်လိုက်ရင် အမွှေးပေါက်တာ နည်းနေခြင်းနဲ့ တချို့အမွှေးတွေက ပြတ်နေတာ တွေ့ရပါမယ်။ အမွှေးပြတ်နေတဲ့ မွှေးညင်း ပေါက်အိမ်ဟာ အနည်းငယ် ရောင်နေသလိုဖြစ်ပြီး ညစ်လိုက်ရင် ပျစ်ခဲညစ်ပတ်တဲ့ အရည် ထွက်လာပါလိမ့်မယ်။ ဒါကို တွေ့မြင်ပြီး ဓဏဓဏမညစ်ပါနဲ့၊ လက်က အိမ်ထဲ ပြင်ပမှပတ်တီးရီးယားပိုး ဝင်သွားပြီး ကိန္နရာနာမျိုး ဖြစ်သွားနိုင်ပါတယ်။
- ၃။ ချွေးနံ့ပျောက်အောင် မကြာခဏ ရေနဲ့ သန့်စင်ပေးခြင်းက ကောင်းပါတယ်။ (Snow Towel) မျက်နှာသုတ်ပတ်ပါနဲ့ မကြာခဏ သန့်စင်ပေးပါ။ ရေရေ့ ချိုးပါနဲ့၊ အပိတ်တဲ့ ချိုင်းချွေးပျောက်ဆေးတွေကို သုံးမယ်ဆိုရင် ချဉ်ချိန်သုံးပါ။ အရည်ပျောက်ဆေးထဲလျှင် ရပ်လိုက်ပါ။
- ၄။ ခေါင်းခွံ အရေပြားလိမ်းဆေး သုံးနိုင်ပါတယ်။ ဘယ် လိမ်းဆေးနဲ့ သင့်လျော် ပြီးသော်လည်း အရေပြားအထူးကု ဆရာဝန်ကြီးများနှင့် တိုင်ပင်ပြီးမှ သုံးစေလို ပါသလား။ ဒီလိုပြောရတာကလည်း တခြားကြောင့်တော့ မဟုတ်ပါ။ အနာနဲ့ အဝင်ဝင်ကျဖြစ်အောင်ပါ။ စတီးရွိုက် (Steroids) လိမ်းဆေးတွေက အပျော့ စား ခြင်းပျော့နဲ့၊ ပြင်းတဲ့အစားတွေရယ်လို့ အမျိုးမျိုးရှိလို့ပါ။ ရောဂါအနေနဲ့ အပျော့ (Low Potent) သုံးရမယ့်နေရာမှာ အပြင်းစား (High Potent) သုံးမိ ထိုက်ရင် ကောင်းကျိုးထက်၊ ဆိုးကျိုးတွေ ဖြစ်လာနိုင်လို့ပါ။
- ၅။ ဒီဇောစတီရိုင်း (Oestrogen) ဟော်မုန်းဆေးပေးခြင်းဖြင့်သော်လည်းကောင်း၊ ပုံသဏ္ဍာန်ဆေး (Oral Contraceptives) သောက်ဆေးပေး၍လည်း ကုသနိုင် ပါတယ်။ ဒီဆေးတွေ သုံးရာမှာတော့ အထူးကုဆရာဝန်ကြီးများသာ သုံးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ မည်သည့်ဆရာဝန်ကြီးများကိုမှ မပြသဘဲ မိမိဘာသာ သုံးလိုက်ရင် ကောင်းကျိုးထက် ဆိုးကျိုးက ပိုများစရာအကြောင်း ရှိပါတယ်။ ဘယ်လို အခြေအနေမှာမှ ပေးရမယ်၊ ဘယ်အချိန်မှ စကျွေးရမယ်ဆိုတဲ့ အချက်အလက်တွေ ရှိနေပါတယ်။ လက်လွတ်စပယ် မသုံးသင့်ပါ။
- ၆။ ရက်တင်အေ (Retin A) 0.1% Tretinoin ပါတဲ့ လိမ်းဆေး ပေးနိုင်ပါတယ်။
- ၇။ ယားလွန်းလို့ ကုတ်ဖဲ့ထားရာက ပြုလုပ်ပြီး အနာဖြစ်နေတာ တွေ့ရရင် နီပတ်ဆေး၊ လိမ်းဆေး၊ သောက်ဆေး၊ ထိုးဆေးများကို သင့်လျော်သလိုပေးပြီး ကုသနိုင်ကြောင်း တင်ပြပါရစေ။



www.burmeseclassic.com



“မိုး”တောင်က “ပွေး”ပေါင်က
 ဆိုသည့်အတိုင်း မိုးရွာတော့မယ်
 ဆိုရင် တောင်ဘက်အရပ်က
 ညိုမည်းလာပြီး ရွာချသလို
 ပွေးမှန်ရင်လည်း ပေါင်က
 စပြစ်တာပဲလို့ မြန်မာတို့
 ဆိုလေ့ရှိပါတယ်။

အရေပြားမိုရောဂါ

(Fungal Infection)



အရေပြားမှိုရောဂါ (Fungal Infection)

အရေပြား မှိုရောဂါအနေနဲ့ နှစ်မျိုးနှစ်စား ခွဲခြားပြောရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အပေါ်ယံ အရေပြားမှိုဖြစ်ခြင်းနဲ့ အရေပြားအတွင်းပိုင်းနဲ့ အရေပြားအောက်ရှိ ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းပိုင်း ကလီစာတွေမှာဖြစ်ခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ အပေါ်ယံအရေပြား (Superficial Layer of the Skin)မှာဖြစ်တဲ့ မှိုရောဂါတွေကိုတော့ လူတွေ အတော်များများသိပြီး သုံးနှုန်းခေါ်ဝေါ်နေတာကတော့ 'ပွေး' ပေါက်တယ်လို့ ပြောကြပါတယ်။ ပွေးကွက်နဲ့တူလို့ ပွေးလို့ ခေါ်ဝေါ်သမုတ်လိုက်ဟန် တူပါတယ်။ အကွက်တွေကို များသောအားဖြင့် တွေ့ကြရလို့သာ ပွေးကွက်လို့ ခေါ်လိုက်ပေမဲ့ တချို့အရေပြားမှိုတွေကတော့ အကွက်ပုံသဏ္ဍာန်မျိုးမရှိတာ တွေ့မြင်နိုင်ပါတယ်။ ပွေးကွက်တွေဟာ သိပ်များလာရင်လည်း တစ်ခုနဲ့တစ်ခု ပေါင်းစပ်သွားပြီး အပြင်ကြီးသဖွယ် တွေ့မြင်နိုင်ပြီး ပုံပန်းသဏ္ဍာန်အားဖြင့်လည်း အမျိုးမျိုး တွေ့မြင်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ မှို (Fungus)အနေနဲ့ အရေပြားပေါ်တွင်သာမက ဆံပင်နဲ့ လက်သည်း၊ ခြေသည်းတွေမှာလည်း မှိုစွဲကပ်စေနိုင်ပါတယ်။

အပေါ်ယံအရေပြား စွဲကပ်မှိုအနေနဲ့ကတော့ အရေပြားအပေါ်လွှာ (Epidermis)၊ ဆံပင်နဲ့ လက်သည်း၊ ခြေသည်းတွေကိုသာ ထိခိုက်စွဲကပ်ဖြစ်စေပေမဲ့ တချို့မှိုပိုးများဖြစ်တဲ့ ကင်ဒီဒါအယ်(လ်)ဘီကင် (Candida Albicans)နဲ့ အက်စပါနီဂျီလပ်(စ်) (Aspergillus) လို့ မှိုတွေကတော့ အရေပြားအပေါ်လွှာမှတင် ဖြစ်ရုံမက အရေပြားအောက်ပိုင်း (Dermis)၊ အဆုတ်၊ ဝမ်းတွင်းကလီစာ၊ ဦးနှောက်နဲ့ အရိုးတွေ အထိပါ ပျံ့နှံ့ကူးစက်သွားနိုင်ပါတယ်။

ဥပမာပြောရရင် ကင်ဒီဒါ (Candida) မှိုပိုးအနေနဲ့ အရေပြား၊ ပါးစပ်အတွင်းရှိ အမှေးပါး၊ မိန်းမကိုယ် (Vagina)၊ ယောက်ျားကိုယ်ထိပ်ပူး (Glans Penis)နဲ့ ယောက်ျားကိုယ် ထိပ်ပုံးအရေပြား (Prepuce)တွေမှာတင် စွဲကပ်ကူးစက်ခြင်းသာမက အစာအိမ်အူလမ်းကြောင်း၊ ဆီးလမ်းကြောင်း၊ နှလုံးနဲ့ အဆုတ်တွေအထိ ထိခိုက်ပျံ့နှံ့မှု ရှိတတ်ပါတယ်။ အရေပြားနဲ့ အမှေးပါးလေးတင်သာ ဖြစ်နေတာပဲ စိတ်ပူစရာမလိုပါဘူးလို့ လျှော့မတွက်သင့်ကြောင်းပါ။

- ကောင်းပြီ ဒီလိုမှိုတွေအနေနဲ့ ပိုပြီးများလာအောင်၊ ပိုပြီး ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် ငွေ့စက်သွားအောင် ပုံပိုးပေးတဲ့အချက်အလက်တွေ ရှိနေပါတယ်။ အဲဒါတွေက အာတွေပါလဲ၊ အောက်မှာဖော်ပြလိုက်တဲ့အချက်တွေကို လေ့လာမှတ်သားလိုက်ပါ။
- ၁။ ပိုးသတ်ဆေး (Antibiotic)တွေကို လိုအပ်သည်ထက် ပိုမိုသုံးစွဲခြင်း။
- ၂။ စတီးရွိုက်ဆေးများ (Steroids) သောက်၍ ဆေးကုသနေရသူများ။
- ၃။ ကိုယ်ခံအားကျဆင်းစေနိုင်သည့် ဆေးများသုံး၍ ကုသနေရသူများ။
- ၄။ ဝမ်းဗိုက်ခွဲစိတ်ကုသမှု ခံရသူများ (Abdominal Operation)
- ၅။ မီးယပ်သားဖွားခွဲစိတ်ကုသခံရသူများ (Gynaecological Operation)
- ၆။ နှလုံးခွဲစိတ်ကုသမှု ခံယူရသူများ (Heart Operation)
- ၇။ လင့်ဖ်အကျိတ်ကင်ဆာ ရှိသူများ (Malignant Lymphoma)
- ၈။ ကင်ဆာရောဂါရှိသူများ။
- ၉။ HIV / AIDS ရောဂါရှိ ဝေဒနာရှင်များဖြစ်ပါတယ်။

လူတို ကူးစက်နိုင်သည့်မှိုမျိုးစု အမျိုးအစားများ

လူကို ကူးစက်မှုပေးနိုင်တဲ့ အရေပြားအပေါ်လွှာမှို မျိုးစုကြီးများအနေနဲ့ သုံးစု ခွဲပါတယ်။ သူတို့တွေကတော့ (၁) မိုင်ကရိုစပိုရမ်မျိုး အုပ်စု (Microsporium)၊ (၂) အက်ပီဒါမိုဖိုက်တန်မျိုးအုပ်စု (Epidermophyton)၊ (၃) ထရိုက်ဆိုဖိုက်တန်မျိုး အုပ်စု (Trichophyton) များ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီမျိုးအုပ်စုကြီးတွေကနေ ထပ်ခွဲပွားများ ထိုက်တဲ့ မျိုးငယ်စုတွေလည်း များပြားလှပါသေးတယ်။ ဒါကြောင့်လည်း 'လူပေါ် ခိုတက်ကုရခက်' လို့ ပြောစမှတ်ဖြစ်နေတာပါ။ ဒါ့အပြင် အရေပြားပေါ်စွဲကပ်တဲ့ မှိုအနေနဲ့ကလည်း လူ့အရေပြားအတွင်းမှာရှိနေတဲ့ ကယ်ရယ်တင် (Keratin) လို့ ခေါ်တဲ့ ပရိုတင် (Protein) တွေနဲ့ ရောနှောပျံ့နှံ့ပြီး ပွားများလေ့ရှိပါတယ်။ ဒီနိုက်ဘရပ်(စ်) ပရိုတင် (Fibrous Protein) တွေကလည်း အရေပြားထဲ၊ လက် သည်း၊ ခြေသည်းထဲနဲ့ ဆံပင်တွေထဲမှာ ပါရှိနေကြတာ ဖြစ်ပါတယ်။ အရေပြား မှိုတွေအတွက် ကြာရှည်ရှည်သန်နေနိုင်အောင် မြေဩဇာသဖွယ် ပြုပြင်ဖန်တီးပေး ကြလို့ မှိုတွေဟာ တစ်နေရာကနေ တစ်နေရာကို လွယ်လွယ်နဲ့ဖြန့်ပွားသွားတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကယ်ရယ်တင် (Keratin) တွေကလည်း ရေ၊ ဆီ အစရှိတဲ့ အရည် တွေနဲ့ ထိတွေ့ကြတဲ့အခါ ပျော့ပျောင်းသွားပါတယ်။ ဥပမာ - လက်သည်း ခြေသည်းကို ရေစိမ်လိုက်ရင် ပျော့သွားခြင်းမျိုး၊ ဆံပင်ကို ဆီလိမ်းလိုက်ရင် ပျော့သွားခြင်းမျိုးဖြစ်ပါတယ်။ အရေပြား၊ လက်သည်း၊ ခြေသည်းနဲ့ ဆံပင်ထဲမှာရှိနေတဲ့ ကယ်ရယ်တင် (Keratin) တွေ ပျော့ပျောင်းသွားတဲ့အခါမှာ

ရှိနေပြီးဖြစ်တဲ့ မှီတွေအနေနဲ့ လွယ်လင့်တကူ ပေါင်းစပ်ရောယှက် ပျံ့နှံ့သွားကြတာ ဖြစ်ပါတယ်။ အရေပြား၊ ဆံပင်၊ လက်သည်း၊ ခြေသည်းတွေဟာ ခြောက်နေမယ် ဆိုရင်တော့ ရှိနေတဲ့မှီအနေနဲ့ ပျံ့နှံ့လွယ်ခြင်း မရှိပါဘူး။ ကယ်ရယ်တင် (Keratin)တွေက မာနေလို့ ဖြစ်ပါတယ်။

ဘယ်လိုလမ်းကြောင်းကနေ ကူးစက်ပါသလဲ

၁။ လူမှလူချင်း ကူးစက်ခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ ပိုးစွဲကပ်နေတဲ့ လှနဲ့ လက်ဖွန်းတတ် အတူတူပူးပူးကပ်ကပ်နေမယ်ဆိုရင် ကူးမှာဖြစ်ပါတယ်။ လူမှ တိရစ္ဆာန်ကိုတော့ ကူးစက်ပြန့်ပွားမှု ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။

၂။ တိရစ္ဆာန်မှ လူကို ကူးစက်ခြင်း

ကျွဲ၊ နွား၊ တိရစ္ဆာန်တွေမှာ ဖြစ်တတ်တဲ့ မှီရောဂါအနေနဲ့ လူတွေကို ကူးစက်မယ်ဆိုရင် ကုရန်ခက်ခဲကြာမြင့်တတ်ပါတယ်။ များသော အားဖြင့် ကလေးတွေအနေနဲ့ ခွေး၊ ကြောင်တွေနဲ့ ဆော့ကစားရင်းက ကူးစက်တတ်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဦးခေါင်းတွေပေါ်မှာဆိုရင် ဒက်လို ခေါ်ကြတဲ့ ပွေးကွက်တွေ၊ အမည်းစက်ပြောက် တွေ စတွေ့ရကနေ အနာတွေဖြစ်သွားပြီး ဆံပင် တွေပါ ထိခိုက်ပျက်စီးကုန်ပြီး ကျွတ်တတ် ပါတယ်။

၃။ မြေကြီးမှ ကူးတတ်ခြင်း

ဥယျာဉ်မှူးများနဲ့ သစ်ပင်၊ ပန်းပင်စိုက်သူတွေမှာ တွေ့ရတတ်ပါတယ်။ သစ်ပင်စိုက်ရာမှာ မြေကြီးတွေကို ထိုးဆွဲ ကိုင်တွယ်ရင်းကနေ မြေကြီးထဲမှာ ရှိနေတတ်တဲ့မှီပိုးတွေ လက်ရဲ့အရေပြားကို စွဲကပ်ကူးစက်တာ ဖြစ်ပါတယ်။

မှီပိုးကူးစက်မှုလွယ်ကူခြင်းနှင့် ပျံ့နှံ့မှုအချက်အလက်တွေကတော့

- (က) မှီပိုးစွဲကပ်လွယ်တဲ့ မှီပိုးရှိသူများ
- (ခ) ရေကူးကန်များမှလည်း ကူးစက်နိုင်ခြင်း၊ အရေပြားမှီ စွဲကပ်နေသူအနေနဲ့ ရေကူးကန်မှာ ရေချိုးမယ်၊ ကူးမယ်၊ ဒီကမှတစ်ဆင့် အရေပြားမှာကပ်နေတဲ့ မှီတွေက ရေထဲကို ရောက်မယ်။ နောက်လူတစ်ယောက်ကို အလွယ်တကူနဲ့ ကူးစက်နိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။ ရေကူးကန်ဆိုတာကလည်း ရေမကူးခင်မှာ ကိုယ်လက်



သန့်ရှင်း ရေချိုးပြီးမှ ရေကူးခွင့် ပြုသင့်တာပါ။ ရေကူးမယ့်သူမှာ ပွေး၊ ဝဲ၊ ဘာမှာ ရှိ မရှိ စစ်ဆေးပြီးမှ ရေကူးခွင့် ပြုသင့်ပါတယ်။

(ဝ) တိုင်းတစ်ပါးက ဝင်ရောက်လာသူများမှ အသစ်အသစ်သော မျိုးစေ့ပါသည့် မှီပိုးတွေကို သယ်ယူလာနိုင်ပြီး ထိုမှတစ်ဖန် အခြားသူများသို့ ကူးစက်ပြန့်ပွား သွားနိုင်ခြင်း။

(ဃ) လူနေမှုထိပ်သညားသည့် နေရာများတွင်လည်း ကူးစက် ပြန့်ပွားမှုများ ရှိနိုင်ခြင်း။

(င) ကျွဲ၊ နွား၊ တိရစ္ဆာန်များ အုပ်စုလိုက်ထားရှိသောနေရာများမှလည်း မှီပိုးများ ပျံ့နှံ့ကူးစက်နိုင်ခြင်းများ ဖြစ်ပါတယ်။

မှီစွဲတပ်သည့်နေရာအသီးသီးနှင့် တွေ့ရှိနိုင်သည့် အချက်အလက်များ

ဦးခေါင်းတွင် စွဲကပ်သောမှီ (Tinea Capitis)

- ယနေ့ထက်တိုင် ခေါင်းတွင်စွဲကပ်သော မှီရောဂါများ များပြားလျက် ရှိနေ ခဲ့ပါသည်။
- ကလေးတွေမှာဆိုလျှင် ဦးခေါင်းပေါ်တွင် အကွက်များရှိနေခြင်း၊ အမေးဖတ် များ တွယ်ကပ်နေခြင်း၊ ဆံပင်များ ပြတ်တောက်နေခြင်း၊ အကွက်များအတွင်းတွင် ဆံပင်များ ပြတ်တောက်သွားခြင်းကြောင့် ဆံပင်ငုတ်တိုလေးများ တွေ့ရှိနိုင်ခြင်း၊ ဒီနေရာမှာ ဆံပင်ကွက်ကျွတ်ခြင်းနှင့် ခြားနားချက်ကို သိထားရန်လိုပါသည်။
- မှီကြောင့် ဆံပင်ကွက်ပြီး ကျွတ်တဲ့နေရာတွေမှာ အမေးဖတ် (Scalies)တွေနဲ့ ဆံပင်ပြတ်ငုတ်တိုလေးတွေ တွေ့ရှိနိုင်ပြီး ဆံပင်ကျွတ်တာ ရိုးရိုးမှာတော့ ဆံပင်ကွက် တွတ်တဲ့နေရာဟာ ပြောင်နေတာတွေ့ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- မှီကွက်တွေဟာ အမေးဖတ်တွေနဲ့ ဖုံးအုပ်နေတာ များမယ်။
- ဆံပင်တွေ ကျွတ်မယ်။
- ယားမယ်။
- အကွက်တွေဟာ အနည်းငယ်လောက် နီမယ်၊ ရောင်မယ်။ အထူးသဖြင့် အကွက်ဘေးပတ်ပတ်လည်ဟာ ကြွတ်ကပ်နေမယ်။
- ကျေးလက်တောရွာ ဒေသတွေမှာဆိုလျှင် ကျွဲ၊ နွား၊ တိရစ္ဆာန်တွေမှာ ဖြစ်တတ်တဲ့ မှီရောဂါများ ဦးခေါင်းမှာစွဲ ကပ်ခြင်းကြောင့် ပိုးဝင်နေတဲ့ အကွက်တွေ ဟာ အပေါ်ကို ကြွတ်ကပ်နေမယ်၊ ရောင်နေမယ်၊ ပျော့စိန်မယ်၊ ပြည်တည် နေတာတွေ တွေ့မြင်နိုင်တယ်။ ဒီအခြေအနေကို ကီရီယွန် (Kerion)လို့ ဆေးယူသူ အရ ခေါ်ပါတယ်။

မှတ်ဆိတ်တွင်းဖြစ်သော မှို (Tinea Barbae)

- ဖြစ်တာနည်းပါတယ်။
- ကျွဲ၊ နွား၊ တိရစ္ဆာန်တွေမှာဖြစ်တဲ့မှိုအနေနဲ့ တွယ်ကပ်ကူးလာရင်တော့ အကွက်တွေဟာ ရောင်ရမ်းနေမယ်၊ ပျော့စိနေမယ်၊ ပြည်တည်နေမယ်၊ ဖြစ်တဲ့နေရာမှာ မှတ်ဆိတ် မွေး ပြတ်နေခြင်း၊ ပြောင်နေခြင်းများ တွေ့နိုင်တယ်။
- မွေးညင်းပေါက်ထဲကို ဗက်တီးရီးယားပိုးဝင်ပြီးဖြစ်တဲ့ အနာနဲ့ဆင်တူလို့ ရောဂါသတ်မှတ်ချက်မှာပြီး ကုတတ်ကြပါတယ်။ မွေးညင်းပေါက်ထဲကို ပိုးဝင်ပြီး ဖြစ်တာမှို မွေးညင်း ပေါက်အောက်ခြေမှာ ပြည်တည်နေတာ တွေ့နိုင်ပြီး အောက်ခြေ ရောင်ပြီး နီရဲနေတာ တွေ့ရမှာဖြစ်ပါတယ်။

ကိုယ်ခန္ဓာမှာဖြစ်သောမှို (Tinea Corporis)

- ကြွနေသောအနီကွက်များ တွေ့နိုင်ခြင်း။
- အမှေးဖတ်များ အကွက်ပတ်ပတ်လည် နှုတ်ခမ်းပေါ် တွင် ရှိနေခြင်း။
- အကွက်ရဲ့အလယ်တွင် ပြောင်နေခြင်း၊ မှိုမရှိတော့ခြင်း။
- စဖြစ်ခါစတွင် ပွေးကွက်သဖွယ် အကွက်လိုက်တွေ့ရှိနိုင်သော်လည်း တစ်ကိုယ်လုံး ပျံ့နှံ့ကူးစက်သောအခါတွင် အကွက်များ တစ်ခုနှင့်တစ်ခု ပေါင်းစပ် သွားခြင်းကြောင့် ပုံသဏ္ဍာန်အမျိုးမျိုးဖြစ်သွားခြင်း။
- အကွက်ရဲ့ နှုတ်ခမ်းသားများ ကြွတက်နေခြင်း။
- ယားခြင်းများ တွေ့ရှိနိုင်ပါသည်။

ပေါင်ခြံတွင်း ဖြစ်သောမှို (Tinea Cruris)

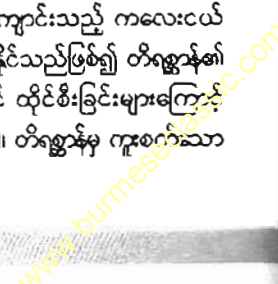
- 'မှို' တောင်က 'မွေး'ပေါင်ကဆိုသည့်အတိုင်း မိုးရွာတော့မယ်ဆိုရင် တောင်ဘက်အရပ်က ညိုမည်းလာပြီး ရွာချသလို မွေးမှန်ရင်လည်း ပေါင်က စဖြစ်တာပဲလို့ မြန်မာတို့ ဆိုလေ့ရှိပါတယ်။
- ယောက်ျားတွေမှာ အဖြစ်များပါတယ်။
- ပေါင်ခြံကနေ ပေါင်အတွင်းသားပိုင်း၊ တင်ပါးပိုင်းနဲ့ ဝမ်းဗိုက်များအထိ ပျံ့နှံ့ ကူးစက်တတ်ပါတယ်။
- ပေါင်ခြံမွေးဖြစ်အောင် တခြားဖန်တီးပေးတဲ့ အချက်အလက်တွေကတော့ (က)ရွေးထွက်ခြင်း၊ (ခ)ဝလွန်းခြင်း၊ (ဂ)အတွင်းခံ ခပ်ကျပ်ကျပ်ဝတ်ခြင်း၊ (ဃ)ပူအိုက်တဲ့ ရာသီဥတု ဖြစ်ပါတယ်။

အရေပြားရောဂါများ

အထိန်းခံခြင်းဖြစ်သောမှို (Tinea Mani/Pedi)

- မှိုကွက်ပေတု လက်ဖဝါးဟာ ခြောက်နေမယ်၊ အနီကွက်တွေ ထွက်နေမယ်။
- အတွင်းရဲ့ နှုတ်ခမ်းသားတွေပေါ်မှာ အမှေးဖတ်တွေ တွယ်ကပ်နေတာ တွေ့နိုင် တယ်။
- လက်မှာ မှိုကွက်သည်ထက် ခြေမှာ မှိုကွက်ပိုမိုက ပိုများတယ်။
- မှိုကွက်ပေတုနေရာမှာ ချွေးထွက်မှုနည်းမယ်၊ မရှိဘူး။
- ခြေထောက်မှာ မှိုကွက်တဲ့နေရာကတော့ အမှေးပါးကပ်တဲ့ အကွက်ဖြစ်နေတာ တွေ့နိုင်တယ်။
- ဧရာသောအားဖြင့် ယားမယ်။
- ခြေဖမ်းပေါ်မှာဖြစ်ရင် အရည်ကြည်ဖလေးများ (Vesicles) တွေ့နိုင်တယ်။
- ပူအိုက်တဲ့ ရာသီဥတုမှာဆိုရင် အရည်ကြည်ဖလေးတွေဟာ အရည်ကြည် ဖြစ်သွားသော်လည်းကောင်း၊ ပြည် အရည်နဲ့သော်လည်းကောင်း ပြည့်နေတာ တွေ့ရပါတယ်။
- ပူအိုက်တဲ့ရာသီဥတုရောက်တိုင်း ပြန်ဖြစ်တတ်တယ်။
- မှိုကွက်ပေတုအနေနဲ့ ခြေချောင်း ၃ နှင့် ၄ သို့မဟုတ် ခြေချောင်း ၄ နှင့် ၅ ကြားတွေမှာ တွေ့ရတတ်ပါတယ်။
- မှိုကွက်ပေတုကို ခြေချောင်းတွေရဲ့ ခြေဖဝါးဘက် မျက်နှာပြင်မှတော့ အရေပြား တွေ့ထွာနေမယ် (Peeling) ပျော့နေမယ်၊ ကွဲနေတာတွေ တွေ့နိုင်ပြန်ပါတယ်။

အတွယ်ခြင်း၊ ကုသခြင်း
 အပေါ်ယံအရေပြား မှိုကွက်နေသူနှင့် လက်ပွန်းတတီး နေထိုင်ခြင်း၊ အတူ နေထိုင်ခြင်းများကို ရှောင်ပါ။ တစ်ဦးမှ တစ်ဦးသို့ ကူးစက်နိုင်ပါသည်။
 အရေပြားမှိုကွက်နေသည့် သူ၏အဝတ်အစားများ၊ အထူးသဖြင့် အတွင်းခံ အဝတ်အစားကို အလွယ်တကူ ယူငင်ဝတ်ဆင်ခြင်းဖြင့်လည်း ထိုအဝတ်အထည်မှာ အထိနေသောမှိုမှ ကူးစက်နိုင်ပါသည်။ သူတစ်ဦးတစ်ယောက်၏ အဝတ်အထည် များကို လွယ်လင့်တကူ ယူငင်ဝတ်ဆင်ခြင်းကို ရှောင်ပါ။
 တောအရပ်ဒေသများတွင် ကျွဲ၊ နွား၊ ဆိတ်၊ သိုးကျောင်းသည့် ကလေးငယ် များ လူကြီးများကို မှိုကွက်နေသည့် တိရစ္ဆာန်မှ ကူးစက်နိုင်သည်ဖြစ်၍ တိရစ္ဆာန်၏ အရေပြားနှင့် ထိတွေ့ခြင်း၊ ကျွဲ၊ နွား၏ ကျောပေါ်တွင် ထိုင်စီးခြင်းများကြောင့် ဖြစ်နိုင်သော တိရစ္ဆာန်၏အရေပြားမှ ကူးစက်နိုင်ပါသည်။ တိရစ္ဆာန်မှ ကူးစက်သော



မို့ရောဂါအနေဖြင့် ကိုယ်ရာတွင် ခက်ခဲကြာမြင့်တတ်၍ တိရစ္ဆာန်များနှင့် ထိတွေ့ ကိုင်တွယ်မှုများကို သတိနှင့်ထား၍ ရှောင်ရှားသင့်ပါသည်။

၄။ ရေကူးကန်တွင် ရေကူးကစားသူများအနေဖြင့် မကြာခဏဆိုသလို ရေကူး ကစားပြီး ၃-၄ ရက်ကြာလျှင် ကိုယ်ခန္ဓာယားပြီး မှီခွဲကပ်မှု ရှိနေသည်ဟု ထင်ပါလျှင် အရေးပြားအထူးကုဆရာဝန်များနှင့် ပြသပြီး ရောဂါသတ်မှတ်ချက် ရယူသင့်ပါသည်။ အကယ်၍ အရေးပြားအပေါ်ယံတွင် မှီခွဲကပ်နေကြောင်း တွေ့ရှိ ရပါက သက်ဆိုင်သူ ရေကူးကန် အုပ်ချုပ်သူကို သတင်းပေးပြောကြားပြီး မိမိအနေ နှင့်လည်း ရေကူးခြင်းမှ ခေတ္တရှောင်ကွာပြီး ဆေးကုသပျောက်ကင်းမှ ဆက်လက် ရေကူးသင့်ပါသည်။ သို့မှသာလျှင် အခြားသူများကိုလည်း မကူးစက်မှာဖြစ်ပါသည်။
၅။ ကုသမှုအနေနဲ့ကတော့ သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေးများဖြင့် ကုသနိုင်ပါသည်။

သောက်ဆေးများကတော့

(က) - ဂရစ်စီယိုဖူ(လ်)ဗင် (Griseofulvin) ၅၀၀ မီလီဂရမ် (500mg) နှုန်းနဲ့ နေ့စဉ်ပေးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဦးခေါင်းနဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာမှာ မှီခွဲကပ်နေသူများအတွက် နေ့စဉ် ၅၀၀ မီလီဂရမ်နှုန်းဖြင့် သုံးလ၊ လေးလ ပေးရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ရှေးရှေး ကတည်းက ကုလာကြတဲ့ ကုနည်းဖြစ်ပါတယ်။ မြို့နှင့်ဝေးကွာရာ အရပ်ဒေသများ အနေနဲ့ အလွယ်တကူရရှိနိုင်ပြီး ကုသရန်လွယ်ကူခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ သို့သော် ကုရတာ ကြာမြင့်ပါတယ်။ လက်သည်းမှိုပိုးကပ်သူများအတွက် ခြောက်လမှ ရှစ်လ ကုသမှုပေးရမှာဖြစ်ပြီး ခြေသည်း မှိုကပ်သူများအတွက်တော့ အနည်းဆုံး တစ်နှစ်လောက်ပေး၍ ကုရမှာဖြစ်ပါတယ်။ နှစ်ရှည်လများ ပေးရမှာဖြစ်လို့ ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်များ၊ အသည်းရောဂါရှိသူများနဲ့ ပေါ်ဖိုက်ရီးယားရောဂါ (Porphyria) ရှိသူများအတွက် ဤဆေးပေး၍ မကုသရပါ။

(ခ) - အစ်ထရာကိုနာဇော (Itraconazole 100 mg) ကိုယ်နှင့်ပေါင်ခြံတွင် မှီခွဲကပ်နေသူများအတွက် တစ်နေ့လျှင် ၁၀၀ မီလီဂရမ်၊ နှစ်ကြိမ်နှုန်းဖြင့်သော် လည်းကောင်း၊ ၂၀၀မီလီဂရမ် တစ်ကြိမ်နှုန်းဖြင့်လည်းကောင်း ရက်သတ္တပတ် တစ်ပတ်အနည်းဆုံးထားပြီး ကုသပေးနိုင်ပါသည်။ ကုသမှုကို အခြေအနေအရ ဆက်လက်ကုသမှုပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။ သို့သော်လည်း နှစ်ရှည်လများ ပေးရန် မသင့်ပါ။ ကုသရာတွင် ထက်မြက်ပါသည်။

လက်နှင့်ခြေထောက်တွင် ခွဲကပ်သောမှိုအတွက်တော့ အစ်ထရာကိုနာဇော (Itraconazole) ၂၀၀ မီလီဂရမ်၊ တစ်နေ့လျှင် နှစ်ကြိမ်နှုန်းဖြင့် ၇ ရက် ပေးရ ပါမည်။ ပျောက်ကင်းရန်လိုသေးပါက နောက်တစ်ပတ် ဆက်ပေးနိုင်ပါသည်။

ထက်လွတ်စပယ် နှစ်ရှည်လများ ဆက်တိုက်မပေးသင့်ပါ။ အဲသည်း ပျက်စီး ချိတ်မှုရှိနိုင်ကြောင်း မှတ်တမ်းများရှိနေပါသည်။ ထိုနည်းတူစွာပင် ကီတိုကိုနာဇော (Ketconazole)၊ ဖလူကိုနာဇော (Fluconazole) ဆေးများကိုလည်း လက်လွတ် စပယ် မသုံးသင့်ကြပါ။ အရေးပြားအထူးကုဆရာဝန်ကြီးများနဲ့ ပြသတိုင်ပင်ပြီးမှ သုံးသင့်သောဆေးများ ဖြစ်ပါသည်။

နောက်အသစ်ပေါ်လာတဲ့ မှိုသတ်ဆေးကတော့ တာဘီနာဖင်း (Terbinafine) ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီဆေးကတော့ အစွမ်းထက်ပြီး ဆိုးကျိုးသိပ်မရှိလှပါ။ သို့သော် အယ်ပိုပိုးသတ်ဆေးကိုပဲသုံးသုံး အရေးပြားအထူးကုဆရာဝန်ကြီးများကိုပြသပြီးမှ သုံးသင့်ပါသည်။ ဆိုးကျိုးတွေက အနည်းနဲ့အများတော့ ရှိနေပါသည်။ အထူးကု ဆရာဝန်ကြီးများကသာ လူနာရဲ့အခြေအနေနဲ့ ချိန်ဆပြီး ကုသမှုပေးနိုင်မှာ ဖြစ်ပါသည်။

အရေးပြားမှီခွဲကပ်မှုအတွက် လိမ်းဆေးများကတော့-

(ထ) - ဝစ်ဖီး (Whitfields Ointment)
ခေတ်ဟောင်းကတည်းက သုံးလာတဲ့လိမ်းဆေး ဖြစ် ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အစွမ်းထက်တုန်းပါ။ ဘင်ဗီဇိုစ် (Ben-zoic Acid Ointment) အက်စစ်နဲ့ စလီစလစ်အက်စစ် (Salicylic Acid Ointment) ရော၍ဖောက်ထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ နယ်ရှိ ဆေးဝါး စင်တာများအနေနဲ့ လွယ်လင့်တကူ ဖော်စပ်ပြီး အသုံးပြုနိုင်သောဆေး ဖြစ်ပါသည်။
(ခ) - အခြားလိမ်းဆေးများဖြစ်တဲ့ မိုင်ကိုနာဇော (Miconazole)၊ ကလိုထရိုဇောဇော (Clotrimazole)၊ အစ်ထရာကိုနာဇော (Itraconazole) နဲ့ တာဘီနာဖင်း (Terbinafine) စသည်များလည်း ရှိနေပြီဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလိမ်းဆေးတွေကလည်း အနည်းနဲ့အများဆိုသလို စတိုးရှိုက် အနည်းငယ်စီနဲ့ ရောစပ်ထားလေ့ရှိကြတာမို့ အရမ်း မသုံးသင့်ပါ။ လိုအပ်သည်ထက် ပိုသုံးမိပါက မှိုရောဂါမပျောက်တဲ့ အပြင် အရေးပြားခဲအေးကုသမှုကြောင့် ပြင်ပစက်တီး ရိုးယားပိုးများ ဝင်ရောက်လာနိုင်ပြီး ရောဂါရှုပ်ထွေးစေနိုင်ပါသည်။ ဆေးတွေကတော့ အစွမ်းထက်ပါသည်။ ဒါပေမဲ့ သုံးတတ်တဲ့သူသုံးမှ ပိုပြီး ထိရောက်တာဖြစ်ပြီး မသုံးတတ်ဘဲ အရမ်းကာရော သုံးသူများအတွက်တော့ ဘေးတွေမှာ အမှန်ဖြစ်ကြောင်း တင်ပြလိုက်ပါရအောင် သုံးတတ်လျှင်ဆေး၊ မသုံးတတ်လျှင် ဘေး ဆိုသည့် စကားချပ်လေးတို့မှာ မမှေ့လျှော့စေချင်ကြောင်းပါခင်ဗျား။

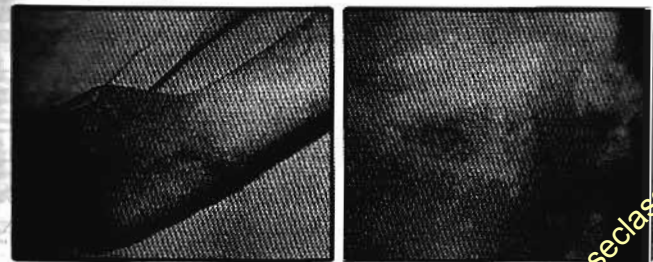




ညှင်းကွက်တွေက များတတ်ပြီး
 တစ်ကိုယ်လုံး ပျံ့နှံ့နေတတ်တော့
 ဆေးလိမ်းတဲ့နေရာမှာ တစ်ပြင်လုံး
 အရမ်းလျှောက်လိမ်းခြင်းကြောင့်
 လိမ်းဆေးထဲမှာ ပါတတ်တဲ့
 စတီးရိုက်တွေကြောင့် အရေပြား
 အာနည်၊ သွားမှု၊ ဆေးကြောင့်
 ရောဂါပိုပြီး ပျံ့နှံ့မှုမှာနဲ့
 ကြုံရတတ်ပါတယ်။



ညှင်း
 (Pityriasis Versicolor)



ညှင်း (Pityriasis Versicolor)

ညှင်းကိုတော့ လူတွေအတော်များများ သိရှိကြပြီး ဖြစ်ပါတယ်။ ညှင်းကတော့ လူ့ခန္ဓာကိုယ် အရေပြားပေါ်မှာစွဲကပ်တဲ့ မှိုတစ်မျိုးဖြစ်ပါတယ်။ တစ်ခါစွဲကပ် ပြီးရင်လည်း တော်တော်နဲ့ မပျောက်နိုင်သလို ပျောက်ပြီးရင်လည်း မကြာခဏဆိုသလို ပြန်ပေါ်တတ်ပြန်ပါတယ်။ လူတစ်ဦးတစ်ယောက်ရဲ့ အရေပြားပေါ်မှာ ရှိနေတဲ့ ပရိုတင်းတစ်မျိုးဖြစ်တဲ့ ကယ်ရယ်တင် (Keratin) ဖြစ်ပေါ်မှု၊ ထူထပ်မှု၊ ကွာကျသွားမှုများအနေနဲ့ အမျိုးမျိုးဖြစ်နေတတ်တဲ့အချိန်မှာ ညှင်းလို့ ခေါ်တဲ့ မှိုကလည်း စွဲကပ်နေရာက အမြဲလို တည်ရှိနေတတ်ပါတယ်။ ကယ်ရယ်တင် ဖြစ်ပေါ်မှု နှေးကွေးနေခြင်းနဲ့ အရေပြားအပေါ်လွှာကွာ ကျမှုများလျော့နည်းခြင်းများကြောင့် ညှင်းလို့ ခေါ်တဲ့မှိုဟာ တာရှည်တွယ်ကပ် ခြေကုပ်ယူပြီး ရှိနေတတ်လို့ လူ့ရဲ့စိတ်ကို ညှင်းဆဲသမှု ပြုနေလို့များ ဒီအရေပြားရောဂါကို မြန်မာတို့ ညှင်းလို့ ခေါ်ခဲ့လေသလားလို့ တွေးမိပါရဲ့။ နာမည်နဲ့ ဖြစ်ပျက်ပုံကလည်း လိုက်လျောညီထွေ ဖြစ်လှပါတယ်။ ညှင်းတဲ့။

အရေပြားဆေးပညာအရတော့ ပတီရီရေးစစ်၊ ဗာစီကိုလာ (Pityriasis Versicolor) အနက်အဓိပ္ပာယ်ကတော့ အရေပြားပေါ်မှာ အရောင်အမျိုးမျိုးနဲ့ ဖြစ်ပေါ်နေပြီး အမြေးဖတ်လေးများ တွယ်ကပ်နေတဲ့အကွက်များလို့ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်လည်း ညှင်းကွက်တွေဟာ အညိုရောင်၊ အမည်းရောင်၊ ပန်းရောင်၊ အဖြူရောင် စသဖြင့် အရောင်အမျိုးမျိုး အကွက်အမျိုးမျိုးနဲ့ တွေ့မြင်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဖြစ်ပေါ်တဲ့ နေရာကိုလိုက်ပြီး အရောင်အသွေး ကွာခြားမှုတွေ ရှိပါတယ်။ ချွေးထွက်သန့်တဲ့ ချိုင်းနဲ့ ပေါင်ခြံနေရာတွေမှာဆိုရင် အညိုရောင်၊ အမည်းရောင် အကွက် တွေ့ရတတ်ပြီး ကိုယ်ခန္ဓာပေါ်မှာဆိုရင်တော့ ပန်းရောင်၊ အဝါဖျော့ရောင်၊ အဖြူရောင်အကွက်တွေ တွေ့ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အကွက်တွေပေါ်မှာလည်း အမြေးဖတ်လေးတွေ ဖုံးအုပ်နေတာ တွေ့မြင်နိုင်ပါတယ်။ တချို့ကျတော့လည်း လက်နဲ့ခြစ်ကြည့်လိုက်မှ အဖြူ အမြေးဖတ်တွေ ပေါ်လာတာ တွေ့ရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ညှင်းဖြစ်စေတဲ့ မှိုရဲ့အမည်ကတော့ မလာစီဇီးယားဖာဖာ (Malassezia Furfur) ဖြစ်ပါတယ်။ ညှင်းကွက်ပေါ်က အမြေးဖတ်တွေကို ခြစ်ယူပြီး အနုစိတ်မှန်ပြောင်နဲ့ ဓာတ်ခွဲကြည့်ရင် တွေ့ရမှာဖြစ်ပါတယ်။

ဘယ်နေရာတွေမှာ အဖြစ်များလဲ

ရင်ဘတ်ရှေ့ပိုင်း၊ ဘေးပိုင်း၊ ဝမ်းဗိုက်ပိုင်း၊ ကျောပြင်၊ တင်ပါး၊ ဆီးခုံနဲ့ နှိုင်းကြား၊ ပေါင်ကြားနေရာတွေမှာ အဖြစ်များတတ်ပါတယ်။ နေရာနဲ့လိုက်ပြီး ညှင်းကွက်တွေရဲ့ အရောင်အသွေးကလည်း အမျိုးမျိုး တွေ့မြင်ရတတ်ပါတယ်။

ဤပြားခြားနားသော ရောဂါသတ်မှတ်ချက်များ

ညှင်းကို လူသိများပေမဲ့ ရောဂါသတ်မှတ်ချက် ကွဲပြားခြားနားမှုများအနေနဲ့ သေသေချာချာစစ်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ ဥပမာ ညှင်းအဖြူကွက်တွေ ဖြစ်နေရင်၊ ဖြစ်နေတာလည်း နှစ်ရှည်လများဖြစ်နေရင်၊ ခရုသင်းကွက်၊ ဆစ်ဖလစ်အကွက်၊ အနာကြီးအကွက်တွေဖြစ်နေတာကို ညှင်းကွက်တွေပဲလို့ ထင်နေရင် ရောဂါသတ်မှတ်ချက်တွေ မှားပြီး ဒုက္ခဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ဆေးကုသမှု လွဲချော်နိုင်ပါတယ်။ ဆင်ပြုပါရောဂါကြီးတွေမှာ ထွက်ပေါ်တတ်တဲ့အဖြူကွက်တွေကလည်း တစ်ခါတစ်ရံမှာ ကြည့်လိုက်ရင် ညှင်းကွက်တွေနဲ့ တူနေတတ်ပါတယ်။ မသိနားမလည်တဲ့ ဆေးစီးစွာ ရောဂါသတ်မှတ်မပေးသင့်ပါဘူး။

ဆစ်ဖလစ်အကွက်နဲ့ ဘယ်လိုကွဲပြားခြားနားလဲ (Macular Syphillid)

ဆစ်ဖလစ်အကွက်က (Macular Syphillid)

- ပန်းရောင်နုအကွက်ဖြစ်မယ် (Faint Pink Color)
- တစ်စင်တီမီတာထက်သေးမယ် (Less Than 1cm)
- မညီညာသောအစိုင်း သို့မဟုတ် ဘဲဥပုံသဏ္ဍာန်မျိုး တွေ့ရမယ်။
- လည်ပင်းကပ်ဆဲစပ်၊ ကိုယ်ခန္ဓာဘေးဘက်၊ တံတောင်ဆစ်ကွေး၊ ဒူးဆစ်ကွေး နေရာတွေမှာ တွေ့ရမှာဖြစ်ပါတယ်။
- အကွက်တွေပေါ်နေသည်နှင့်အတူ ကိုယ်ခန္ဓာအကျိတ်ဖုများ (Lymph Glands) ရောင်ရမ်းနေမယ်။
- ကာလသားရောဂါပိုးရှိမရှိ သွေးစစ်ကြည့်ရင် (S.T.S) ကာလသားရောဂါပိုး ရှိနေတာ တွေ့ရမှာဖြစ်ပါတယ်။

အနာကြီးရောဂါကွက်နဲ့ ဘယ်လိုကွဲပြား ခြားနားလဲ

- အနာကြီးရောဂါ (Leprosy) အကွက်တွေက များသောအားဖြင့် အကွက်နဲ့ နှုတ်ခမ်းသားတွေက ကြွနေတာ တွေ့ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။



- ချွန်ထက်သောအပိန် ရွှေ့လေးထိုးပြီး စမ်းသပ်ကြည့်လျှင် အပိန်ထိုးမှန်းမသိဘဲ ထုံနေမယ်။ စူးရှတဲ့ခံစားမှုမျိုး လျော့နည်းနေမယ်။
- လက်မောင်းအတွင်းသား တံတောင်ဆစ်ရဲ့ အထက်ပိုင်းနေရာကို စမ်းသပ်ကြည့်ရင် အကျိတ်ရောင်နေတာ တွေ့နိုင်တယ်။
- လက်မောင်းအတွင်းပိုင်းမှာရှိတဲ့ အာရုံကြော(Ulna Nerve) ရောင်နေတာ စမ်းသပ်တွေ့ရှိနိုင်မယ် (ဆရာဝန်များသာ စမ်းသပ်ကြည့်ရန်)
- ခြေခူးဆစ်ကွေး အပြင်ဘက်မှာရှိနေတဲ့ အာရုံကြော (Popliteal Nerve) ရောင်နေတာ စမ်းသပ်တွေ့ရှိနိုင်ပါတယ်။ (ဆရာဝန်များသာ စမ်းသပ်ကြည့်ရန်)
- အနာကြီးအကွက်ကိုခြစ်ပြီး ဓာတ်ခွဲစမ်းသပ်ကြည့်လျှင် အနာကြီးရောဂါပိုး တွေ့ချင် တွေ့နိုင်ပါတယ်။

ခရသင်း၊ သမင်ဖြူကွက်နဲ့ ဘယ်လိုကွဲပြားခြားနားလဲ

- ခရသင်း၊ သမင်ဖြူကွက် (Vitiligo) ပိုပြီး ဖြူတတ်ပါတယ်။ ညှင်းကွက်တွေ ကတော့ ညှိဝါရောင်နဲ့ ဖြစ်ကြပါတယ်။ အခြားအရောင်တွေလည်း ဖြစ်တတ်ပါတယ်။
- ခရသင်းကွက်ပေါ်က အရေပြားကိုခြစ်ပြီး ဓာတ်ခွဲစမ်းသပ်ရင် ဘာမှ မတွေ့ရ တတ်သော်လည်း ညှင်းကွက်ပေါ်က အမြှေးပါးကို ဓာတ်ခွဲစမ်းသပ်ရင်တော့ မလာဆီးဖီးယားဖာဖာ (Malassezia Furfur) လို့ခေါ်တဲ့ မှိုပိုးကို တွေ့ရမှာဖြစ်ပါတယ်။
- ခရသင်းကွက်က များသောအားဖြင့် ယားယံမှု မရှိတတ်သော်လည်း ညှင်း ကွက်ကတော့ ယားတတ်ပါတယ်။ ချွေးထွက်ရင် ပိုပြီးယားပါမယ်။
- ခရသင်းကွက်ရဲ့ နှုတ်ခမ်းသား(Margin) တွေဟာ ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ ဘေး ပတ်ပတ်လည်ရှိ အရေပြားနဲ့ တစ်ပြေးတည်း တည်ရှိနေမယ်။ ညှင်းကွက်ရဲ့ နှုတ်ခမ်းသားက တော့ သေသေချာချာ မှန်ဘီလူးနဲ့ ကြည့်ရင် အနည်းငယ်လေး ကြွနေမယ်။ အကွက်ပေါ်မှာ လည်း အမြှေးဖတ်လေးတွေ တွယ်ကပ်နေမယ်။



ရတနာသိုက်စာပေတိုက်

ကုသမှုကုသမှု

ကုသမှုပိုင်းမှာတော့ လွယ်မရောင်နဲ့ခက်တာ တွေ့ရတတ်ပါတယ်။ ညှင်းကို တော့ အများသူငါလို သိနေကြလေတော့ တစ်ကျောင်း တစ်ဂါထာ။ တစ်ရွာ တစ်ပုတ်ဆန်းဆိုသလို ထိုနည်းနဲ့ ကုလိုက်၊ ဒီနည်းနဲ့ကုလိုက် လုပ်တတ်ကြပါ ထား။ ကုထုံးတွေအမျိုးမျိုးလုပ်နေရင်နဲ့ပဲ ရောဂါကလည်း ရင့်သွားပါတော့တယ်။ ညှင်းဆိုတဲ့အတိုင်း လူ့ရဲ့စိတ်ကို တဖြည်းဖြည်း ညှင်းဆဲလာသလို ဖြစ်ရပါတယ်။ တချို့ကတော့လည်း သက်သာသလိုတွေးခေါ်ပြီး စိတ်ဆင်းရဲ ညှင်းပမ်းမှ ပြေလော့ သွားလေအောင် အားပေးစကားပြောလိုက်ပုံလေးက 'လူလှလို့ ညှင်းခ'တာပါတဲ့ အထူးမည်းသူအဖို့ ညှင်းအဖြူတွေ တစ်ကိုယ်လုံး စွပ်သွားရင်တော့ ဒီစကားလေးက ထုတ်မလိုလိုပါပဲ။ ကွက်ပြီးဖြူနေရင်တော့ သမင်ဖြူအကွက်နဲ့ တူနေလို့ စိတ်ဆင်းရဲရ ဖြစ်ပြီးပေါ့။

- ကုသမှုပိုင်းမှာတော့ စွဲစွဲမြဲမြဲကုသမှုခံယူဖို့ လိုပါတယ်။
- အရေပြားအပေါ်ယံမှာ ကပ်နေတဲ့ ညှင်းကွက်တွေကို အသေပိတ်ပြာနဲ့ တိုက်ချွတ်ဆေးကြောပါ။ ရေတစ်မူတ် ဆေးဆင်၊ ဆပ်ပြာတိုက်၊ နောက်ရေနှစ်မူတ်လောင်း ပြီးပြီးရော နို့တိုက် နေဖို့နဲ့ ရေချိုးလို့တော့ မရနိုင်ပါ။ ရေကို ကြာကြာချိုး ဆပ်ပြာတိုက်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- ညှင်းပေါက်တတ်တဲ့ အရေပြားနေရာတွေကို လေ အထည်စေပြီး နေရောင်ခြည် ရရှိနိုင်ပါစေ။
- အရေပြားစိုစွတ်ထိုင်းမှိုင်းမှု နည်းနိုင်သမျှ နည်းပါစေ။
- ချွေးထွက်လိုက်၊ စိုလိုက်၊ မြောက်လိုက် အဖြစ်မခံပါနဲ့။
- မှိုနိုင်နိုင်သုတ်ပါ။ သန့်စင်ပါ။ ဖြစ်ခဲ့ရင် ရေ မကြာခဏ နှိပ်ပါ။
- ချွေးလုံစေမယ့် အဝတ်အစားထူထူတွေကို မဝတ်ပါနဲ့။ တတ်နိုင်ရင် အထူလပ်ပြီး မြန်မြန်အရေပြားအေးမယ့် အဝတ်အစားတွေကို ဝတ်ဆင်ပါ။
- ဟင်းသီးဟင်းရွက် များများစားပါ။

လိမ်းဆေးသောက်ဆေးများ

လိမ်းဆေးသောက်ဆေးများကိုတော့ လက်လွတ်စပယ် မသုံးစေလိုပါ။ တတ်သိ သွားကွင်သော ဆရာဝန်ကြီးများနှင့် တိုင်ပင်ကုသမှု ယူသင့်ပါတယ်။ ညှင်းကွက်



ရတနာသိုက်စာပေတိုက်

တွေက များတတ်ပြီး တစ်ကိုယ်လုံး ပျံ့နှံ့နေတတ်တော့ ဆေးလိမ်းတဲ့ နေရာမှာ တစ်ပြင်လုံး အရမ်းလျှောက်လိမ်းခြင်းကြောင့် လိမ်းဆေးထဲမှာပါတတ်တဲ့ စတီးရွိုက် တွေကြောင့် အရေပြား အားနည်းသွားမှု၊ ဆေးကြောင့် ရောဂါပိုပြီး ပျံ့နှံ့မှုများနဲ့ ကြုံရတတ်ပါတယ်။

လိမ်းဆေးများ

- 25% ဆိုဒီယံ၊ သိုက်အိုဆာလဖိတ်(25% Sodium Thiosulphate)
- ဝှစ်ဖီးလိမ်းဆေး (Whitfield Oint)
- ကလိုထရိုင်းမဇော (Clotrimazole)
- မိုက်ကိုနာဇော (Miconazole)
- ကီတိုကိုနာဇော (Ketoconazole)
- အစ်ထရာကိုနာဇော (Itraconazole)
- ဆယ်(လ်)ဆမ် (Selsum-Selenium Sulphate Suspension) စတဲ့ လိမ်းဆေးများကို အလျဉ်းသင့်သလို သုံးနိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ လူတစ်ဦး တစ်ယောက်က ဆေးတစ်မျိုးနဲ့ သင့်လျော်ကောင်းမွန်ပေမဲ့ အခြားတစ်ဦးကျတော့ သိပ်မပျောက်တာ တွေ့ရတတ်ပါတယ်။ သောက်ဆေးများမှာ ဖော်ပြခဲ့ပါ လိမ်းဆေးအမည်များပဲ ရှိပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဒီဆေးတွေကို အရမ်းမှီဝဲသုံးဆောင်လို့ မရပါ။ ဆေးတွေက ကြာကြာ သောက်လာရင် အသည်းအားနည်းစေပြီး အသည်း ဝေဒနာ ဖြစ်သွားစေနိုင်ပါတယ်။ တတ်သိနားလည်တဲ့ အရေပြား အထူးကု ဆရာဝန်ကြီးများရဲ့ စနစ်တကျကုသမှုကိုသာ ခံယူလိုစေလိုပါတယ်။

ခရပတ်ပွေး (Tinea imbricata)

ခရပတ်ပွေးဆိုတဲ့အတိုင်း ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်မှာ ခရသွားထားတဲ့ လမ်းကြောင်း တွေလို တွေ့ရတာဖြစ်ပါတယ်။ အရေပြား အပေါ်ယံပွေးလို့ခေါ်တဲ့ မှိုရောဂါ ပါပဲ။ ရောဂါဖြစ်စေတဲ့ပိုးကတော့ (Tinea Concentricum) တီးနီးယားကွန် ဆင်တရီကန်မှို ဖြစ်ပါတယ်။ အရှေ့တောင်အာရှ အိန္ဒိယ၊ အလယ်ပိုင်းအမေရိက၊ ပိုလီနီးစီးယားနဲ့ မယ်လန်နီးစီးယားနိုင်ငံတွေမှာ တွေ့ရပါတယ်။

ရောဂါဖြစ်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ပထမအစမှာတော့ ကိုယ်နဲ့လက်များပေါ်မှာရှိတဲ့ အရေပြားပေါ်မှာ အဖုလုံး လေးတွေ တွေ့ရပါမယ်။

- အဖုအကွက်လေးတွေရဲ့အလယ်က ကွဲအက်သွားပြီး အမြှေးဖတ်တွေ ဖြစ် သွားမယ်။
- အဲဒီအမြှေးဖတ်တွေက အကွက်ရဲ့နှုတ်ခမ်းသားမှာ တွယ်ကပ်နေမယ်။
- အဖုအကွက် အမြှေးဖတ်တွေဟာ ဘေးကို ကျယ်ပြန့်ချဲ့ထွင်သွားတာ တွေ့ရ ခယ်။
- ဒီလိုချဲ့ပြီး ပြန့်သွားတာကြောင့် အဝိုင်းပုံသဏ္ဍာန်မျိုး ပြောင်းလဲတွေ့မြင်ရမယ်။
- ဘေးကို ချဲ့ရင်းချဲ့ရင်းနဲ့ အကွက်ရဲ့ အလယ်ကောင်မှာ အညိုရောင်ရှိတဲ့ အရ ပေါ်လာပြန်မယ်။
- ဒီအဖုလေးတွေက ထက်ခြမ်းကွဲလိုက်၊ အမြှေးပါးတွေ ဖြစ်လိုက်၊ ဘေးကို တွယ်ပြန့်လိုက်နဲ့ တစ်ခုပြီးတစ်ခု ဆက်တိုက်ပေါ်လာရာကနေ အကွက်တွေက ထည်း တစ်ခုနဲ့တစ်ခု ဆက်သွယ်ပေါင်းစပ်ကုန်ပြီး ခရပတ်လမ်းကြောင်းလို အကွေ့အကောက်၊ အဝိုင်း စသဖြင့်ပေါ်လာပြီး ပြန့်နှံ့သွားတာ ဖြစ်ပါတယ်။
- အကွက်တွေဟာ တစ်ခုနဲ့တစ်ခုထပ်ပြီး ဖြစ်ပေါ်လာတာကြောင့် ပျဉ်အုတ်ကြွပ် နီထားတဲ့အမိုးနဲ့ မျိုးတူနေတတ်ပါတယ်။
- အမြှေးဖတ်တွေဟာလည်း အကွက်တွေရဲ့ အနားသားတွေပေါ်မှာ တွေ့ရှိနေမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ကုသမှု

- ကုသမှုကတော့ ကိုယ်မှာဖြစ်တဲ့ မှိုရောဂါအတိုင်း ဆေးပေးကုသရာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီခရပတ်ပွေးကို ကုသရတဲ့နေရာမှာ ခက်ခဲမှုရှိပါတယ်။ ကုသပြီးလို့ ပျောက်တယ်ထင်ပေမဲ့ တစ်ဖန်ပြန်ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ဂရုစိုက်ချိန်ဆဲပြီး ကုရ ခါမယ်။
- လူနာဟာ ပူအိုက်တဲ့ ရာသီဥတုရှိတဲ့နေရာမှာ နေတယ်ဆိုရင် စိုထိုင်းတဲ့ ရာသီဥတုရှိတဲ့နေရာကို ပြောင်းရွှေ့နေထိုင်စေရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။





ထိမိခိုက်မိနေရာမှာ တွေ့ရတတ်ပြီး
အကွက်ကြီးတွေဟာ အရေပြား
အပေါ်ကို ကြွတက်နေပါတယ်။
အကွက်တွေအပေါ်မှာ ငွေညစ်ညစ်
အဖြူရောင်ရှိတဲ့ အမြွှေးချပ်ကြီး
(Dull Silvery)တွေ ကပ်နေပါမယ်။

ဆိုရိုင်းရေစစ် (Psoriasis)



ဦးခေါင်းတွင် တွေ့မြင်ရပုံ



ဦးခေါင်းနှင့် နဖူးတွင်
တွေ့မြင်ရပုံ



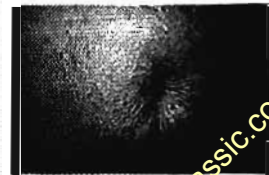
လက်သည်းပေါ်တွင် ဆိုရိုင်းရေစစ်ကြောင့်
ဖြစ်သည့် တွင်းခွက်ကလေးများ (PITTING)



ဆိုရိုင်းရေစစ်ကြောင့်
အရေအစွန်းများရောင်နေခြင်း



ဝမ်းမိုက်တွင်တွေ့ရသော
ဂတ်တိတ် (Guttate) ဆိုရိုင်းရေစစ်



ဝမ်းမိုက်တွင် တွေ့မြင်ရသော
ဆိုရိုင်းရေစစ်အကွက်များ

ဆိုရိုင်ရေးစစ် (Psoriasis)

ဆိုရိုင်ရေးစစ် အရေပြားရောဂါ ဖြစ်ပွားသူတွေဖြစ်လို့ အရေပြားအထူးကု ဆရာဝန်ကြီးတွေနဲ့ပြသပြီး ကုသမှုခံယူခွဲဖူးသူများအနေနဲ့တော့ ဒီအရေပြားရောဂါ အကြောင်းကို သိရှိနေကြမှာပါ။ အရင်တုန်းကတော့ ဆိုရိုင်ရေးစစ် အရေပြားရောဂါတွေက အဖြစ်ပဲနည်းလို့လား၊ ဖြစ်တာတွေရှိကြပေမဲ့ ဘယ်လို ပြု၊ ဘယ်လို ကုသမှုခံယူရမှာ မသိကြလို့ပဲလားတော့ မပြောတတ်ပါ။ မြန်မာပြည်မှာ အတွေ့နည်းပါတယ်။ အခုတော့ လူတွေကလည်း ခေတ်မီတိုးတက်လာကြပြီး အရေပြားဆရာဝန်တွေနဲ့ ပြသဖို့ လိုအပ်လာကြောင်း သိလာကြလို့ပဲလားတော့လည်း မပြောတတ်ပါ။ ဓာတ်တော်လေး အဖြစ်များတာ တွေ့လာရပါတယ်။ ရောဂါကလည်း နာတာရှည် (Chronic) ရောဂါဆိုတော့ ရောဂါရှင်တွေအနေနဲ့ ဘယ်လိုဖြစ်တာလဲ၊ ဘာဖြစ်လို့ ဖြစ်တာလဲ၊ ကုသဖို့ ပျောက်မှာလား စသဖြင့် မေးခွန်းပေါင်းအတော်များများ မေးကြလေ့ရှိပါတယ်။ ရှင်းပြရတာလည်း အမောပဲပေါ့။ ရောဂါရှင်တွေ တော်တော်သိလာချင်ကြတာ တွေ့ရလို့ ဒီဆိုရိုင် ရေးစစ်ရောဂါအကြောင်းကို ရေးသားဖော်ပြလိုက်ရတာပါ။ ဒီရောဂါကလည်း ဖြစ်ပွားသူများမှ သိကြတဲ့ရောဂါလို ဖြစ်နေပါတယ်။ တစ်ဦးက တစ်ဦးကို ကူးစက်တတ်တဲ့ရောဂါလည်း မဟုတ်ပါ။

ဘယ်လိုအချက်အလက်တွေက ရောဂါသတ်မှတ်ချက်ကို အထောက်အကူပြုမှာပါလဲ။
၁။ ဆိုရိုင်ရေးစစ် အရေပြားရောဂါအနေနဲ့ လူလတ်၊ လူကြီးပိုင်းတွေမှာ များသောအားဖြင့် ဖြစ်တာ တွေ့ရပါတယ်။ ဒါပေမဲ့လည်း စဖြစ်နိုင်တာကတော့ ကလေးဘဝကနေ လူကြီးပိုင်းအထိ ဖြစ်ပါတယ်။ စဖြစ်ခါစမှာတော့ အရေပြားပေါ်မှာ



ဗိုင်းဆိုင်ရေစစ်အကွက်များ ဒုတိယ ဗိုင်းဆိုင်ရေစစ်အကွက်များ တံတောင်ဆစ်တွင် ဗိုင်းဆိုင်ရေစစ်အကွက်များ

ရတနာသိုက်စာပေတိုက်

ထွက်ပေါ်လာတတ်တဲ့ အကွက်တွေကတော့ တိကျတဲ့ ဆိုရိုင်ရေးစစ်အတွက် ဝုံစံမျိုးမဟုတ်ပါ။ (Atypical Appearance)

၂။ မိသားစုရာဇဝင်အရ ပြောရရင်တော့ မိဘနှစ်ယောက်အနေနဲ့ တစ်ယောက်က ဆိုရိုင်ရေးစစ်ရောဂါရှိရင် မွေးလာတဲ့ကလေးတွေမှာ ၂၅% ဖြစ်လာနိုင်ပြီး မိဘနှစ်ပါးစလုံးမှာ ဆိုရိုင်ရေးစစ်ရောဂါရှိတယ်ဆိုရင်တော့ မွေးလာတဲ့ကလေးတွေမှာ ၆၀% တွေ့ရှိနိုင်ပါတယ်။

၃။ ဆိုရိုင်ရေးစစ်ရောဂါ ဖြစ်နိုင်ချေရှိတဲ့သူများအနေနဲ့ စိတ်ဖိစီးမှုအမျိုးမျိုး၊ ရောဂါကူးစက်ခြင်းအမျိုးမျိုး (Infection)၊ ထိခိုက်မိအမျိုးမျိုးနဲ့ ကလေးမွေးမှုဒဏ်စတာတွေကြောင့် ရောဂါ စတင်ဖြစ်ပေါ်စေတတ်ပါတယ်။

၄။ ထိခိုက်မိ ဒဏ်ရာနေရာတွေမှာ ရောဂါစတင်ပေါ်ပေါက်ခြင်း။

၅။ စဖြစ်ခါစ ဆိုရိုင်ရေးစစ်ရောဂါအနေနဲ့ နေရောင်ပြပေးလျှင် ပျောက်သွားနိုင်ပါတယ်။

၆။ ဆိုရိုင်ရေးစစ် အရေပြားရောဂါအနေနဲ့ ယားယံမှုမရှိပါ။

၇။ ရောဂါအနေနဲ့ အဆစ်အချက်များ ရောင်ခြင်းမျိုးနဲ့ ဒွန်တွဲပြီး ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ လက်ဆစ်၊ ခြေဆစ်တွေ ဒါမှမဟုတ် အဆစ်ကြီးတွေမှာ ဖြစ်လေ့ရှိပါတယ်။

ဆေးပညာရှင်ထောင့်အရ တစ်ပြိုင်နက်

များသောအားဖြင့် ဆိုရိုင်ရေးစစ် အကွက်ကြီးတွေကို ဦးခေါင်း၊ တံတောင်ဆစ်၊ ဒူးဆစ်နေရာတွေမှာ အတွေ့များတတ်ပါတယ်။ ခန္ဓာကိုယ် တခြားနေရာတွေမှာလည်း ဖြစ်ပေါ်တတ်ပါတယ်။ ထိခိုက်မိနေရာမှာ တွေ့ရတတ်ပြီး အကွက်ကြီးတွေဟာ အရေပြားအပေါ်ကို ကြွတက်နေပါတယ်။ အကွက်တွေအပေါ်မှာ ငွေညစ်ညစ်အဖြူရောင်ရှိတဲ့ အမြွေးချပ်ကြီး (Dull Silvery) တွေ ကပ်နေပါမယ်။ အကွက်ရဲ့ နှုတ်ခမ်းသားနေရာတွေမှာတော့ အမြွေးဖတ်ကြီးတွေ တွယ်ကပ်နေမှု မရှိပါဘူး။ အနီကွက်ကြီးတွေပေါ်မှာရှိနေတဲ့ အဖြူဖတ်ကြီးတွေကို ခွာလိုက်မယ်၊ ခြစ်ထုတ်မယ်ဆိုရင် ခွာထုတ်လိုက်တဲ့နေရာက သွေးစိမ့်ထွက်လာတာ တွေ့မြင်နိုင်ပါတယ်။ အော့စပစ်လက္ခဏာ (Auspitz Sign) လို့ ခေါ်ပါတယ်။



အဖြူဖတ်အဖြူများကပ်နေသော ဆိုရိုင်ရေးစစ်အကွက်များ ကျားအကွက်ကြီးတွင် တွေ့မြင်ရမည့်

ရတနာသိုက်စာပေတိုက်

ပြုလုပ်နေရတဲ့သူတွေရဲ့ လက်ဖဝါးတွေမှာတော့ ဆိုရိုင်ရေးစစ်အကွက်မျိုးမဖြစ်ဘဲ လက်ဖဝါးများကြမ်းတမ်း ထူပြောလာတာ တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။

ဦးခေါင်းမှာ ဆိုရိုင်ရေးစစ်အကွက်ဖြစ်ရင်တော့ အဖတ်အဖြူတွေဟာ အတွင်းပိုင်း ဆံပင်အောက်မှာ ဖုံးအုပ်နေပေမဲ့ အောက်ခံအကွက်အချုပ်၊ အနီကွက်ကတော့ ဆံစကိုကျော်လွန်ပြီးပေါ်နေတာ တွေ့နိုင်ပါတယ်။

ဆိုရိုင်ရေးစစ်အကွက်က လက်သည်း၊ ခြေသည်းတွေပေါ်မှာလည်း ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ လက်သည်း၊ ခြေသည်းပေါ်မှာ ဖြစ်တာကတော့ ကိုယ်ခန္ဓာ အရေပြားပေါ်မှာကို ကွက်ကွက်ကွင်းကွင်း အချုပ်လိုက် မတွေ့မြင်နိုင်ပါ။ ဖြစ်တဲ့နေရာမှာ လက်သည်းခွံ အပေါ်ယံကို စားသွားခြင်းမျိုးကြောင့် လက်သည်းပေါ်မှာ တွင်းလေးတွေ (Pits) လို ကျန်ရှိနေတာကို သေသေချာချာကြည့်ရင် မြင်တွေ့နိုင်ပြန်ပါတယ်။ တွင်းကွက် (Pits) လေးတွေဟာ 0.5-1.00 မီလီမီတာ အချင်း (0.5-1.00 mm Diameter) လောက် ကျယ်ပါတယ်။

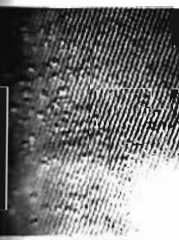
တချို့လူမှာတော့မှာတော့ လက်သည်း၊ ခြေသည်းတွေ ထူလာတာ တွေ့မြင်နိုင်တယ်။ နောက် လက်သည်း၊ ခြေသည်းတွေဟာ အပေါ်ကိုကြွတက်လာပြီး ကွာသွားတာမျိုး တွေ့မြင်ရမှာဖြစ်ပါတယ်။

ဆိုရိုင်ရေးစစ်များ အမျိုးအစားများ

၁။ ဂတ်တတ်ဆိုရိုင်ရေးစစ် (Guttate Psoriasis)

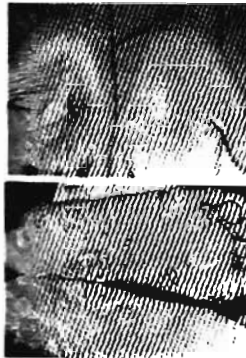
ဂတ်တတ်ဆိုတာကတော့ လက်တင်စကား (Latin) ဂတ်တ (Gutta) က ဆင်းသက်လာတာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဓိပ္ပာယ်က အစက်အပျောက်လေး (A Drop) ဖြစ်ပါတယ်။ ဆေးပန်းချီ ဆေးစက်ကျတဲ့ အပေါက်အစက်ပုံသဏ္ဍာန်မျိုးဖြစ်ပြီး

များသောအားဖြင့် လူပျိုလူရွယ်တွေမှာ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ အရေပြားပေါ်မှာ ဗက်တီးရီးယားပိုး ရုတ်တရက်တွယ်ကပ်ပြီး ဖြစ်ပေါ်တတ်ပါတယ်။ အကွက် အစက်လေးတွေပေါ်မှာ အမြွေးဖတ်အဖြူလေးတွေ ဖုံးအုပ်နေပါမယ်။ ဆိုရိုင်ရေးစစ် ချုပ်ပြင်ကြီးတွေလိုမဟုတ်ဘဲ အစက်အပျောက်လေးတွေအနေနဲ့ တစ်ကိုယ်လုံးကို ပျံ့နှံ့သွားတတ်ပါတယ်။



၂။ ပြည်တည်မှာ ဆိုရိုင်ရေးစစ် (Pustular Psoriasis)

လက်ဖဝါး၊ ခြေဖဝါးတွေပေါ်မှာသာ အဖြစ်များပါတယ်။ ပြည်တည်နာတွေဟာ လက်ဖဝါး၊ ခြေဖဝါး အရေပြားအခြေထိ တွယ်ကပ်နေတတ်ပါတယ်။ အနာတွေရဲ့



ဘေးက အရေပြားတွေက နီရဲနေပါလိမ့်မယ်။ နီရဲနေတဲ့အကွက်တွေဟာ တဖြည်းဖြည်းနဲ့ပြိုသွားပြီး အဖတ်တွေ (Scales) ဖြစ်သွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလို လက်ဖဝါး၊ ခြေဖဝါး အရေပြားတွေပေါ်မှာ ပြည်တည်နေခြင်း၊ အမြွေးဖတ်တွေ ပေါ်ပေါက်နေခြင်းတွေကြောင့် လူနာအနေနဲ့ဖြစ်ဖြစ်၊ လူနာနှင့် အတူနေသူက ဖြစ်ဖြစ် မေးတတ်ကြတဲ့မေးခွန်းတွေကတော့ 'ဒါဟာ ကူးစက်မှာလားဟင်' ဝဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အမြဲတမ်း အဖြေပေးနေလို့ကတော့ မကူးစက်ပါဘူးလို့။

၃။ အရေပြား ကူးဆန်နေရာ ဆိုရိုင်ရေးစစ် (Flexural Psoriasis)

အရေပြား ကွေး၊ ဆန်နေရာတွေဖြစ်တဲ့ ရှိုင်း၊ ပေါင်ခြံ၊ အမျိုးသမီးတွေရဲ့ ရင်သားအောက်ပိုင်းတံတောင်ဆစ်တွေ၊ ခူးဆစ်ကွေးနေရာတွေမှာ ဖြစ်ပေါ်တွေ့ရှိရတတ်တဲ့ ဆိုရိုင်ရေးစစ် ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီနေရာတွေမှာတော့ ဆိုရိုင်ရေးစစ် အကွက်တွေဟာ အမြွေးဖတ်တွေ (Scales) ဖုံးအုပ်နေတာမျိုး မရှိတာများပါတယ်။



၄။ ကလေးခါးတောင်းကျိုက် ဆိုရိုင်ရေးစစ် (Napkin Psoriasis)

ကလေးခါးတောင်းကျိုက်တဲ့နေရာမှာ ဖြစ်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဖြစ်တဲ့နေရာဟာ နီရဲစွတ်စိုနေတတ်ပြီး အမြွေးဖတ်တွေ မရှိတတ်ပါ။ ဒီနေရာမှာ ခွဲခြားသိဖို့ လိုတာကတော့ ကင်ဒီဒါမှိုင်း (Candida) ကြောင့်ဖြစ်တတ်တဲ့ အရေပြားနာနဲ့ ဆင်တူနေလို့ ဖြစ်ပါတယ်။ ကင်ဒီဒါမှိုင်းကြောင့် ဖြစ်တာကတော့ နို့နှစ်ဖတ်တွေလို အဖြူဖတ်တွေ တွေ့နိုင်ပါတယ်။ ကုသမှုခွဲချော်မသွားအောင် အရေပြားအထူးကုဆရာဝန်နဲ့ ပြသကုသမှု ခံယူသင့်ပါတယ်။

၅။ နေရာအနှံ့ပြည်တည်မှာ ဆိုရိုင်ရေးစစ် (Generalised Pustular Psoriasis)

ဖြစ်ပွားမှုနည်းပါတယ်။ နီရဲနေတဲ့ အရေပြားပေါ်မှာတော့ ပါးလွှာတဲ့ အပေါ်ယံ ပြည်တည်နာလေးတွေသာ ဖြစ်ပေါ်တာ တွေ့ရှိနိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ လက်ဖဝါး၊ ခြေဖဝါးမှာလို နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်းမဖြစ်ပါ။

www.burmeseclassic.com

၆။ နီရဲနေသော ဆိုရိုင်ရေးစစ် (Erythrodermic Psoriasis)

ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံး အရေပြားတွေ နီရဲနေပြီး ရောဂါပြင်းထန်ပါတယ်။ အသက်အန္တရာယ်တောင် ပေးနိုင်ပါတယ်။ အမြွေးဖတ်တွေ တွယ်ကပ်နေမှု လုံးဝ မရှိပါ။ အရေပြားတွေ နီရဲနေတဲ့အကြောင်းရင်းကတော့ အရေပြားတွင်းမှာရှိနေတဲ့ သွေးကြောတွင်းမှာ သွေးသွားနှုန်းများနေလို့ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလိုအခြေအနေမှာ ကိုယ်ခန္ဓာရဲ့ အပူရှိန်ကလည်း ကျဆင်းနေပါမယ်။ ဇီဝတွင်း ဖြစ်မှု၊ ပျက်မှု၊ ဓာတုဖြစ်စဉ်အစုစု ကြီးထွားမှု၊ စွန့်ထုတ်မှု စတာတွေ ကြီးထွားလာမှုတွေနဲ့အတူ ရေခြောက်ခန်းမှု (Water Loss) များလာတာတို့ကို တွေ့ရှိရမှာဖြစ်ပြီး အသက် အန္တရာယ်ကိုပါ ခြိမ်းခြောက်လာနိုင်ပါတယ်။ ဆိုရိုင်ရေးစစ် ရောဂါထဲမှာတော့ အဆိုးဆုံး အမျိုးအစားဖြစ်ပါတယ်။ ဆေးရုံတင် ကုသရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ပြင်ပလူနာ အနေနဲ့ ကုသမှုပေးနေရန် မသင့်လျော်ကြောင်း တင်ပြအပ်ပါတယ်။

၇။ အဆစ်အမျက် ဆိုရိုင်ရေးစစ် (Psoriatic Arthropathy)

ဆိုရိုင်ရေးစစ်ရောဂါရှင်တွေအနေနဲ့ အဆစ်အမျက်ရောင်ခြင်း၊ ခိုင်ခြင်းတွေ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ဖြစ်မယ်ဆိုရင်လည်း လက်ဖျား၊ လက်ချောင်း၊ ခြေဖျား၊ ခြေချောင်းပိုင်း အဆစ်တွေမှာသာ ဖြစ်ပါမယ်။ အဆစ်အရင်းပိုင်းတွေမှာ မဖြစ်ပါ။ လက်၊ ခြေ နှစ်ဖက်လုံးမရှိဘဲ တစ်ဖက်သာဖြစ်တတ်ပါတယ် (Asymmetrical)။ ရူမတိုက် (Rheumatoid Nodules) အကွဲတိုက်လုံးကြီးတွေ မရှိပါ။ မဖြစ်ပါ။ အဆစ် ရောင်ခြင်းအနေနဲ့ ကျား၊ မ မရွေး ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ (Sex Ratio is Equal)

ဆိုရိုင်ရေးစစ်ဖြစ်စေသော အကြောင်းတရား

ဟော်မုန်းဓာတ်နဲ့ ကိုယ်ခံအား ဓာတ်ထုတ်လုပ်တဲ့နည်းလမ်း ယန္တရားအနေနဲ့ အရေပြားနှင့်ဆိုင်သော အကြောင်းရင်းခံတွေဖြစ်တဲ့ ကလာပ်စည်းတို့အတွင်း ပါဝင်ပတ်သက်နေမှုကြောင့် ဆိုရိုင်ရေးစစ် ဖြစ်လာရတာဖြစ်တယ်လို့ ဆိုကြ ပါတယ်။

ကုသမှုအကြောင်းပြချက်များ

ဆိုရိုင်ရေးစစ် အရေပြားရောဂါအနေနဲ့ နှစ်ရှည်လများ ခံစားရတဲ့ ဖြစ်တတ်တဲ့ ရောဂါဖြစ်လို့ ကုသမှုပိုင်းမှာ အဘက်ဘက်ကချိန်ဆပြီး ကုသမှုပေးရန် လိုအပ် ပါတယ်။ ရောဂါဖြစ်နေသူကို ပြင်ပလူနာအနေနဲ့ ကုသမှုပေးမှာလား၊ ဒါမှမဟုတ် ဆေးရုံတင်ပြီး အတွင်းလူနာအဖြစ် ကုသမှုပေးမှာလားဆိုတာကအစ ချိန်ဆပြီး ပြုလုပ်ဆောင်ရွက်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ကုသမှုပေးရာမှာလည်း ကုသမှုအတွက် အရှိန်အဝါပေးနိုင်တဲ့အချက်အလက် အမျိုးမျိုးကို လေ့လာရပါသေးတယ်။

၁။

ဆိုရိုင်ရေးစစ် (Psoriasis Rash) အကွက်တွေက ဘယ်လောက်ထိ ကျယ်ပြန့် နေတာပါလဲ။

၂။

ဆိုရိုင်ရေးစစ်အကွက်တွေရဲ့ အဆင့်နဲ့ ဆိုးရွားမှု အခြေအနေ၊ တချို့ အကွက်တွေက ခြောက်နေမယ်၊ တချို့အကွက်တွေက ပြင်ပရောဂါပိုး ဝင်ပြီး နို့စွတ်နေမယ်၊ တချို့ အကွက်တွေက အရည်ထွက်နေမယ်၊ တချို့ကျတော့လည်း အကွက်တွေ ထွက်ပေါ်နေတာမဟုတ်ဘဲ တစ်ကိုယ်လုံး နီရဲနေမယ်ဆိုတာမျိုးတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလို အဆင့်အမျိုးမျိုးတွေကို သေချာလေ့လာမှတ်သားပြီးမှ ဘယ်လိုကုသမှုမျိုး စပြီးပေးမယ်ဆိုတာ စဉ်းစားဆုံးဖြတ်ရပါတယ်။

၃။

အကွက်တွေထွက်ရှိတဲ့နေရာ ဦးခေါင်းမှာလား၊ မျက်နှာပေါ်မှာလား၊ ကိုယ်လုံး ပေါ်မှာလား၊ လက်ဖဝါး၊ ခြေဖဝါးတွေပေါ်မှာလား စသည်များကို လေ့လာ မှတ်သားပြီးမှ ကုသရန် ဘာတွေလိုမလဲဆိုတာကို စဉ်းစားရပါမယ်။

၄။

လူနာဟာ ယောက်ျားလား၊ မိန်းမလား၊ အသက် ဘယ်လောက်ရှိပြီလဲ။

၅။

လူနာအနေနဲ့ အခြားမှီဝဲသုံးဆောင်ထားတဲ့ သုံးဆောင်နေတဲ့ဆေးတွေ ရှိသလား၊ ဓာတ်တူးလား။

၆။

လူနာ မိန်းမအနေနဲ့ ကိုယ်ဝန်ရှိနေသလား၊ မရှိဘူးလား။

၇။

ဆိုရိုင်ရေးစစ် အရေပြားရောဂါအတွက် ထိရောက်စွာ ဆေးကုသမှု ရှိခဲ့ ဝါသလား၊ ဘယ်ဆေးနဲ့ အသင့်လျော်ဆုံး ပျောက်ကင်းခဲ့ပါသလဲ။

၈။

လူနာမှာ (HIV / AIDS) ခုခံအားကျရောဂါ ရှိနေလား၊ မရှိဘူးလား စသည့် အချက်အလက်များ ဖြစ်ပါတယ်။

ဆိုရိုင်ရေးစစ် ကုသမှုပိုင်းမှာ ပါဝင်ပတ်သက် အသုံးပြုရတာတွေကတော့-

၁။

အရေပြားလိမ်းဆေးတွေ၊ လူးဆေးတွေ။

၂။

ယူဗီဇာတ်ရောင်ခြည် (Ultraviolet Light) အမျိုးမျိုး၊ UV-A နဲ့ UV-B ။

၃။

သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေး ပေးရာမှာလည်း လူနာနဲ့ သင့်တင့်လျောက်ပတ်မှု ရှိဖို့လိုပါတယ်။ တစ်ချိန်တည်းမှာပဲ လူနာရဲ့ အသက်၊ အတွေ့တွေကျန်းမာရေး အခြေအနေ၊ အလုပ်အကိုင်နဲ့ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံ နေထိုင်မှုအလေ့တွေကိုပါ စဉ်းစား ထားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဆိုရိုင်ရေးစစ် အရေပြားရောဂါအတွက် လိမ်းဆေးတွေက ဘာတွေပါလဲ။

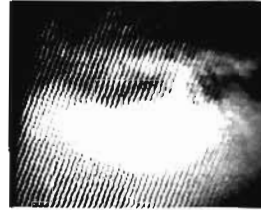
- ကတ္တရာဆေးမည်နှင့် ဖော်စပ်ထားတဲ့ဆေးများ (Coal Tar Preparations) လမ်းခင်းရာမှာသုံးတဲ့ ကတ္တရာဆေးလိုမျိုး မဟုတ်ပါ။ ကတ္တရာအရိုင်းကို ဆေးဘက် ဝင်လာအောင်၊ အရိုင်းကတ္တရာကနေ ယဉ်လာအောင် အဆင့်ဆင့် ပြုလုပ်ပြီးမှ ဖော်စပ်ထားတဲ့ ကတ္တရာမည်းသာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကတ္တရာမည်း ဆေးအနေနဲ့က ဆိုရိုင်ရေးစစ်အချစ်ကြီးတွေကို လိမ်းပေးရင် ကောင်းပါတယ်။ အချစ်ကြီးတွေ (Plaques) ပါးသွားနိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဆေးကတ္တရာနဲ့ စလီစလစ် အက်ဆစ် (Salicylic Acid Ointment) လိမ်းဆေးနဲ့ ပေါင်းစပ်ပြီး လိမ်းဆေး အနေနဲ့သုံးမှ ပိုပြီးကောင်းပါတယ်။ ဖော်စပ်ပြီးသားဖြစ်တဲ့ ကတ္တရာဆေး (Coal Tar Cream) ကရင်တွေအနေနဲ့ ဈေးကွက်မှာ ရှိနေပါပြီ။

- ဒိုင်သရနော(Dithranol)

အိန္ဒိယပြည် တောင်ပိုင်းမှာပေါက်တဲ့ ဂိုရာသစ်ပင် (Goa Tree) ကို ပြုလုပ်ပြင်ဆင် ဖော်စပ်ထားတဲ့ ဆေးတစ်မျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ ဒိုင်သရနော လိမ်းဆေး (Dithranol Cream) အနေနဲ့ ဈေးကွက်မှာ ရှိနေပါပြီ။ ဒီလိမ်းဆေးကို သုံးရာမှာ သတိရှိဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ ဆေးအနေနဲ့က အရေပြားကို လောင်ကျွမ်းစေပါတယ်။ ဆိုရိုင်ရေးစစ်အကွက်တွေကို လိမ်းမယ်ဆိုရင် အကွက်ရဲ့ ဘေးပတ်ပတ်လည်မှာ ရှိတဲ့ အရေပြားကို ဘယ်ဆလင်းအဆီ (Vaseline) လိမ်းပေးထား ရပါမယ်။ ပြီးမှ ဆိုရိုင်ရေးစစ်အကွက်ကို ဒိုင်သရနောဆေး လိမ်းပေးရပါမယ်။ ဒီလိုလိမ်းပေး ခြင်းကြောင့် ဒိုင်သရနောဆေး အရေပြားပေါ် ရောက်ရှိသွားပေမဲ့ အရေပြား လောင်ကျွမ်းခြင်းဘေးမှ လွတ်ကင်းနိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဆိုရိုင်ရေးစစ် အကွက်ပေါ် လိမ်းပေးထားပြီး မိနစ် ၃၀ လောက်ကြာတဲ့အခါမှာ ဆေးတွေကို ဆေးကြော ချပစ်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ လိမ်းဆေး စသုံးရာမှာ ဆေးရဲ့ပြင်းအား (Concentration) အနိမ့်ဆုံး အဆင့်ဖြစ်တဲ့ ၀.၁% ကစပြီး သုံးရပါမယ်။ တဖြည်းဖြည်းမှ လိုအပ် သလိုကြည့်ပြီး ၁% ဒါမှမဟုတ် ၂% ပြင်းအား သုံးသွားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒိုင်သရနော လိမ်းဆေးက စပ်ဖျင်းဖျင်းလိုမျိုး၊ ယားကျိကျိနဲ့ နာကျင်ခြင်းမျိုး ဖြစ်စေ တတ်တဲ့အပြင် အရေပြားကိုလည်း ခရမ်းပြာညှိရောင် စွဲစေနိုင်ပါတယ်။ ဦးခေါင်းပေါ်မှာရှိတဲ့ ဆိုရိုင်ရေးစစ် အကွက်အနာကို လိမ်းမယ်ဆိုရင် ဆံပင်တွေ နီသွားခြင်း၊ ခရမ်းရောင် ဖြစ်သွားခြင်းမျိုး ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ဆေးသုံးတဲ့အခါ လူနာကို ကြိုတင်ပြီးပြောပြထားသင့်ပါတယ်။

- အရေပြားပျော့ပျောင်းစေသော အဆီ (Emollients)

အရေပြားပျော့ပျောင်းစေမယ့် အဆီတွေကတော့ ကြက်ဆူဆီ၊ အုန်းဆီ၊ ဖရောင်းအဆီ၊ မြန်မာပဲဆီ၊ သံလွင်ဆီ စတာတွေပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အဆီတစ်ခုခုကို လိမ်းပေးခြင်းအားဖြင့် အရေပြားပျော့ပျောင်းလာခြင်း၊ နာကျင်ကျင်၊ ယားကျိကျိ မခံချိမခံသာဖြစ်ခြင်း (Skin Irritation) များကို သက်သာစေမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒိုင်သရနောလိမ်းလို့ အရေပြားပူလောင် နာကျင်လာရင် နာတဲ့၊ ယားတဲ့၊ မခံချိမခံသာဖြစ်တဲ့နေရာလို ဖော်ပြပါအဆီတစ်ခုခု သုတ်လိမ်းပေးခြင်းအားဖြင့် သက်သာစေမှာ ဖြစ် ပါတယ်။



- ကာလ်စီပိုထရိုင်ရော (Calcipotriol)

ကာလ်စီပိုထရိုင်ရော လိမ်းဆေးက ဗီတာမင်ဒီနဲ့ ဆင်ဆင် တူပါတယ်။ အလယ်အလတ်စားလောက်ရှိတဲ့ ဆိုရိုင်ရေးစစ် အကွက်တွေကို လိမ်းလို့ရပါတယ်။

- စတီးရွိုက်လိမ်းဆေးများ (Steroids)

စတီးရွိုက်ပါတဲ့ ဆေးတွေကတော့ အများကြီးပါပဲ။ ဆိုရိုင်ရေးစစ် အရေပြား ရောဂါအနေနဲ့ သိပ်ပြင်းတဲ့ စတီးရွိုက်လိမ်းဆေးတွေကို မသုံးသင့်ပါဘူး။ အပျော့စား စတီးရွိုက်ကိုပဲ သုံးသင့်ပါတယ်။ ပျော့တယ်၊ ပြင်းတယ်၊ အသင့်အတင့်ပဲ ဆိုတာတွေကလည်း ဆရာဝန်တွေမှ သိကြမှာပါ။ ဒီဆေးတွေက သုံးတတ်ရင် ဆေးဖြစ်ပေမဲ့ မသုံးတတ်ဘဲ သုံးလိုက်ရင်တော့ ဘေးတွေမှာ အမှန်ပါပဲ။

လက်ဖဝါး၊ ခြေဖဝါးနဲ့ ဦးခေါင်းပေါ်မှာရှိနေတဲ့ ဆိုရိုင် ရေးစစ် အကွက်တွေကို လိမ်းဆေးအနေနဲ့ ကုမယ်ဆိုရင် ဆေးကတ္တရာကို (Tar) စတီးရွိုက်ပါတဲ့ဆေးနဲ့ ပေါင်းစပ်ပြီး သုံးရမှာဖြစ်ပါတယ်။

လက်ကျေး၊ ခြေထောက်ကျေး၊ နားနဲ့ ပေါင်ခြံနေရာ တွေမှာ ဆိုရိုင်ရေးစစ် အကွက်တွေရှိနေမယ်ဆိုရင် ဒီအကွက် တွေဟာ များသောအားဖြင့် ဗက်တီးရီးယားနဲ့ မှိုပိုးတွေ ရောနှောဖြစ်ပေါ်တတ်လို့ ဗက်တီးရီးယားပိုးသတ်ဆေး၊ မှို ပိုးသတ် ဆေးတွေနဲ့ ရောစပ်ပြီး ဖော်ထားတဲ့ စတီးရွိုက်လိမ်းဆေးတွေ (Steroids Con- taining Anti-Bacteria and Anti-Fungal) ကို လိမ်းရမှာဖြစ်ပါတယ်။

၂- မိုမက်တာဆုံးလိမ်းဆေး(Mometasone)

အလယ်အလတ် ပြင်းအားရှိတဲ့ စတိုးရွိုက်လိမ်းဆေးတစ်မျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ (Synthetic Medium-Potency Topical Corticosteroid) ဆိုရင် ရေးစစ်အကွက်တွေအတွက် တစ်နေ့လျှင် နှစ်ကြိမ်လိမ်းပေးခြင်းအားဖြင့် သက်သာပျောက်ကင်းမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဆိုရင် ရေးစစ်အနာအနေနဲ့ တိုးတက်ကောင်းမွန်လာရင်တော့ တစ်နေ့တစ်ကြိမ် လိမ်းပေးရင် ရပါတယ်။ လိမ်းဆေးအနေနဲ့က ယားယံမှု လျော့နည်းခြင်း၊ သက်သာစေခြင်း၊ ဆိုရင် ရေးစစ်မှာ ဖြစ်ပေါ်တတ်တဲ့ အရေပြားကလာပ်စည်း(Tissues)များ ပွားများခြင်းကို ဟန့်တားနိုင်ခြင်း။ လျော့နည်းသွားစေခြင်း၊ အရေပြားရောင်ရမ်းခြင်း၊ နီခြင်းများကို ဟန့်တားနိုင်ခြင်း။ လျော့နည်းစေခြင်း၊ ပျောက်ကင်းစေခြင်း စတဲ့ အစွမ်းသတ္တိတူးများ ရှိပါတယ်။

၂ ယူဗီဇာတ်ရောင်ခြည် (Ultraviolet Light) ဖြင့် ကုသခြင်း။

၂။(က) ယူဗီဇာတ်ရောင်ခြည် (Ultraviolet B) က လှိုင်းတို ဓာတ်ရောင်ခြည်ဖြစ်ပါတယ်။ (ယခင် ပထမစာအုပ်တွင်လည်း ယူဗီဇာတ်ရောင်ခြည်အကြောင်း ရေးသားဖော်ပြခဲ့ပြီးပါပြီ) ဒီဇာတ်ရောင်ခြည်အနေနဲ့ ဂတ်တီတ်ဆိုရင် ရေးစစ် (Guttate Psoriasis) မှာ ကုသမှုအနေနဲ့ သုံးတာဖြစ်ပါတယ်။ ဓာတ်ရောင်ခြည် ပေးတဲ့နေရာမှာ လုံလုံလောက်လောက်ပေးရမှာ ဖြစ်ပေမဲ့ အရေပြား လောင် ကျွမ်းသွားတဲ့အထိတော့ မပေးရပါ။ ကျွမ်းကျင်တဲ့ဆရာဝန်ကြီးတွေအနေနဲ့သာ ချိန်တွယ်ကုသရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

၂။(ခ) ယူဗီဇာတ်ရောင်ခြည်အေ (Ultraviolet A)

ယူဗီအေ ဓာတ်ရောင်ခြည်က လှိုင်းရှည်ဓာတ်ရောင်ခြည် ဖြစ်ပါတယ်။ ယူဗီအေ လှိုင်းရှည်ဓာတ်ရောင် ရရှိနိုင်ဖို့အတွက် အထူးစီမံပြုလုပ်ထားတဲ့ ယူဗီအေ ဓာတ်ရောင်ခြည်ထွက် ဖန်ချောင်းတွေ တပ်ဆင်ထားတဲ့၊ လူတစ်ယောက်ဝင်သာတဲ့ ဘီရို(Cabinet)ပြုလုပ်ထားရပါတယ်။ ယူဗီအေဓာတ်ရောင်ခြည် ရမယ့် အခန်းဘီရိုထဲကို ဆိုရင် ရေးစစ်ရောဂါရှိတဲ့လူကို ထည့်ထားပြီး ရောင်ခြည်ပေးကုသနည်း ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ယူဗီအေ ဓာတ်ရောင်ခြည်တစ်ခုတည်းနဲ့ ကုသတာတော့



ရောဂါပျောက်စေပေးတိုက်

ထူးထူးခြားခြား အရေပြားရောဂါများ

မဟုတ်ပါ။ ကုသတော့မယ်ဆိုရင် လူနာကို 8-Methoxypsoralen 0.6-0.8 mg/ kg Body Weight) ကိုယ်အလေးချိန် ၂.၂ ပေါင်ကို ၀.၆ -၀.၈ မီလီဂရမ်နှုန်း တွက်ပြီး ဆေးကို ၁ နာရီ၊ ၂ နာရီ ကြိုတင်ပြီးတိုက်ထားရပါမယ်။ ဆေးတိုက်ပြီးလို့ နာရီစေ့မှ အထက်ကဖော်ပြခဲ့တဲ့ ယူဗီအေ ဓာတ်ရောင်ခြည်ရှိတဲ့ အခန်းဘီရိုထဲ ထည့်ပြီး ရောင်ခြည်ပေးကုသနည်း ဖြစ်ပါတယ်။ ရောင်ခြည်ခန်းထဲ မဝင်ခင်မှာ မျက်စိကို မျက်မှန်မည်း လုံလုံခြုံခြုံ တပ်ဆင်ထားရပါမယ်။ အဝတ်အစားတွေ လည်း ဝတ်မထားရပါဘူး။ အမျိုးသမီးတွေရဲ့ သားမြတ်နဲ့ မိန်းမ၊ ယောက်ျား တန်ဆာတွေကိုတော့ ဖုံးအုပ်ထားနိုင်ပါတယ်။ တစ်ပတ်ကို နှစ်ကြိမ်၊ သုံးကြိမ် ပြုလုပ်ပေးနိုင်ပါတယ်။ ပထမဦးဆုံး စပြီး ကုသမှုခံယူရာမှာတော့ စက္ကန့် ၃၀ ခန့် လောက်ပဲ စပေးရပြီး နောက်အကြိမ်တွေမှာတော့ တဖြည်းဖြည်းချင်း အရှိန်တိုးသွား ရပါမယ်။ ဒီလိုဓာတ်ရောင်ခြည်ပေးပြီး ကုသလို့ ပျောက်ကင်းသွားပြီဆိုရင် ရောဂါ ပျောက်ကင်းမှုကို ထိမိထားတဲ့အနေနဲ့ နှစ်ပတ်၊ သုံးပတ်မှ တစ်ကြိမ်လောက် ပေးပြီး ကုသရတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ရောဂါအခြေအနေပေါ် မူတည်ပြီး ကုသမှု အကြိမ် အနည်းအများရှိပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ တစ်ပတ်ကို သုံးကြိမ်နှုန်းနဲ့ ကုသမယ်ဆိုရင် သုံးပတ်လောက်မှာ အကွက်တွေ ပျောက်သွားတာ တွေ့နိုင်ပါတယ်။ အနောက်နိုင်ငံနဲ့ ဂျပန်နိုင်ငံတွေမှာတော့ ဒီလိုကုသနည်းတွေနဲ့ ကုသမှုခံယူနေသတွေ ရှိနေကြပြီ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီကုသမှုကို ပူးဗား(PUVA) ကုသမှုလို့ ခေါ်ပါတယ်။ (PUVA Therapy)

၂။(ဂ) ဘယ်လ်နီရို ပူးဗားသာရာဝီ (Balneo PUVA Therapy)

ဒီကုသနည်းကတော့ ကျွန်တော် ပြင်သစ်နိုင်ငံ ပါရီမြို့မှာရှိတဲ့ စိန်လူးဝစ် အရေပြားဆေးရုံကြီး (St Louis Hospital) မှာ အရေပြားရောဂါတွေ သင်ယူခဲ့စဉ် တုန်းက ကျွန်တော်ပြုစုတင်ပြရတဲ့ သုတေသနစာတမ်း(Thesis) ဖြစ်ပါတယ်။ ဆိုရင် ရေးစစ်ရောဂါရှင်တွေကို သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေးတွေ လုံးဝမပေးဘဲ လူနာကို ဆေးရည်တစ်ကိုယ်လုံး စိမ်ပြီးမှ ယူဗီအေ ဓာတ်ရောင်ခြည်ပေးပြီး ကုသ ရတဲ့နည်းဖြစ်ပါတယ်။ ဆိုရင် ရေးစစ် အရေပြားရောဂါရှိတဲ့သူအတွက် ရေစိမ်ချိုးဖို့ ဆေးရည်က ဒီလိုစပ်ရပါတယ်။ ဆိုရာလင် (Psoralen) ၂၅ မီလီဂရမ်ကို အရက်ပြန် ၄၅ စီစီထဲမှာ ပထမ ဖျော်ရပါမယ်။ နောက် ဒီဖျော်ပြီးဆေးရည်ကို ၃၈ ဒီဂရီ စင်တီဂရိတ်ရှိတဲ့ ရေ ၁၅၀ လီတာထဲမှာထည့်ပြီး စပ်ရပါမယ်။ စပ်ထားတဲ့ဆေးရည်ရှိတဲ့ ဆေးခန်းထဲ တို လူနာအနေနဲ့ ဝင်စိမ်ပြီး ရေချိုးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ရေစိမ်ချိုးချိန်က ၁၀ မိနစ်

ရောဂါပျောက်စေပေးတိုက်

ဖြစ်ပါတယ်။ ၁၀ မိနစ်ပြည့်တာနဲ့ ဆေးရည်စိမ်တာရပ်ပြီး ၁၀ မိနစ် အတွင်းမှာ ယူဗီအေ ဓာတ်ရောင်ခြည်တွေ တပ်ဆင်ထားတဲ့အခန်းဘီရို (CABIN) ထဲကို ဝင်ရပါမယ်။ ဓာတ်ရောင်ခြည်ရယူရမယ့် အချိန်ကတော့ ပထမဆုံးအကြိမ်ဆိုရင် စက္ကန့်ပိုင်းလောက်ဖြစ်ပြီး နောက်ပိုင်းမှာတော့ လူနာတစ်ဦးစီရဲ့ အရေပြား ဆိုရိုင်းရေစစ်ပေါ် မှတည်ပြီး စိမ်ကုသရတာ ဖြစ်ပါတယ်။ တစ်ပတ်မှာ နှစ်ကြိမ်၊ သုံးကြိမ် ကုသမှုပေးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီကုသနည်းကတော့ သောက်ဆေးလည်း မသောက်ရ၊ လိမ်းဆေးလည်း မလိမ်းရလို့ လူနာတွေ အတော်သဘောကျတာ တွေ့ရပါတယ်။ ကုသပျောက်ကင်းနှုန်းကလည်း မြန်တာတွေ့ရပါတယ်။ ကျွန်တော် ကိုယ်တိုင် ဆိုရိုင်းရေစစ် လူနာတွေကို ကုသမှုပေးခဲ့ရပြီး သုတေသနစာတမ်း ပြုစုတင်ပြခဲ့တဲ့ ဘယ်လ်ဂျီယံ-ဘေးသာရာပီ (Balneo PUVA Therapy) ကုသနည်း ဖြစ်ကြောင်းပါ။ ယခုအခါမှာတော့ ပြင်သစ်နိုင်ငံ ပါရီမြို့ အရေပြားတက္ကသိုလ်မှာ ရှိတဲ့ စိန်လူးဝစ် အရေပြားဆေးရုံကြီးမှာ ကျွန်တော် သုတေသနပြု တင်သွင်းခဲ့တဲ့ ကုသနည်းအတိုင်း ကုသလျက်ရှိနေပါသည်။

၃ သောက်ဆေးဖြင့် ကုသနည်းတွေ

သောက်ဆေးပေး ကုသခြင်းများကိုတော့ အထူးကုဆရာဝန်ကြီးတွေကသာ ရောဂါအလိုက် ခန့်ဆဲ ကုသပေးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီစာအုပ်ထဲမှာ ရေးထည့်လိုက်လို့ ဖတ်သိရပြီး ဟာ... ဒါတော့ ငါ ဒီအတိုင်းပဲကြည့်ပြီး၊ ဖတ်ပြီး ကုလိုက်တော့မယ် ဆိုပြီး မလုပ်စေလိုပါ။ ဆေးတွေက အန္တရာယ် များလွန်းလှပါတယ်။ ဥပမာ ပရက်နီစလုံးဆိုရင် ကြာကြာသောက်ရင်၊ ချိန်ဆမှု မရှိခဲ့ရင် အရိုးပွရောဂါ (Osteoporosis) ဖြစ်တတ်ပြီး အရိုးကျိုးတတ်ပါတယ်။ ထိုနည်းတူစွာပဲ မယ်သိုထရယ်ဆိတ် (Methotrexate) ဆေးဆိုရင်လည်း ချိန်ဆမှု သောက်သုံး နေရင် အသည်းခြောက်ရောဂါ၊ သွေးရောဂါများ ဖြစ်တတ်ပြန်ပါတယ်။ ကုသမှုပိုင်း က တတ်သိကျွမ်းကျင်တဲ့ ဆရာဝန်ကြီးတွေသာ ကိုင်တွယ်ကုရမှာ ဖြစ်ကြောင်းပါ။ လူနာများ ဤစာဖတ်ပြီး လက်တည့်မစမ်းလိုက်ကြပါနဲ့ခင်ဗျား။ ဗဟုသုတအဖြစ်သာ ဖတ်ပါ။ နားလည်ပါလို့။

ကော်တီကိုစတီးရွိုက် (Corticosteroids)

အရေပြားတစ်ကိုယ်လုံး နီရဲပြီးဖြစ်တဲ့ ဆိုရိုင်းရေစစ်နဲ့ တစ်ကိုယ်လုံးပျံ့နှံ့ပြီး ဖြစ်တဲ့ ဆိုရိုင်းရေစစ်အနေနဲ့ ပရက်နီစလုံး တစ်နေ့ကို ၆၀-၁၀၀ မီလီဂရမ်နှုန်း လောက်နှံ့စပြီး ကုသမှုပေးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလိုပေးရင်းနဲ့ ရောဂါပြင်းထန်မှု



လျော့နည်းသွားပြီဆိုရင်တော့ မယ်သိုထရယ်ဆိတ် (Methotrexate) သောက်ဆေး စပြီး တင်ရန် လိုအပ်လာပြီ ဖြစ်ပါတယ်။

မယ်သိုထရယ်ဆိတ် (Methotrexate)

ဒီဆေးကတော့ ရိုးတွင်းချဉ်ဆီနဲ့ အစာအိမ်အူလမ်းကြောင်းတွေကို ဆိုးကျိုးပေး နိုင်ပါတယ်။ ဒီလိုဖြစ်ပျက်မှုမျိုးတွေ လျော့နည်းဖို့အတွက် ဆေးစပေးစဉ်မှာ တစ်ပတ်ကို ၅ မီလီဂရမ် (5.mg/week Orally) နှုန်းနဲ့ စသင့်ပါတယ်။ တစ်ချိန် တည်းမှာပဲ သွေးစစ်ကြည့်ရမယ်။ ကျောက်ကပ်ကောင်း၊ မကောင်း စစ်ဆေးရမယ် အသည်းနဲ့ပတ်သက်တာတွေ စစ်ကြည့်ရမယ်။ တစ်ခုခုချို့ယွင်းတာ တွေ့ရင် ဒီဆေးကို မပေးရပါဘူး။

ဒီဆေးကို နှစ်ရှည်လများ ပေးမယ်ဆိုရင်၊ သောက်မယ်ဆိုရင် အသည်းခြောက်တဲ့ ဝေဒနာဖြစ်လာ မှာ မလွဲပါဘူး။ မလွဲသာလို့ ဒီဆေးပဲ (Methotrexate) ပေးပြီး ကုသရမယ်ဆိုရင်တော့ ဆေးကို နေ့စဉ်ကျွေး ကုသခြင်းထက် တစ်ပတ် တစ်ကြိမ် ဆေးကျွေး ကုသနည်းက အသည်းခြောက်ခြင်း အဖြစ်နည်းမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ၇-၅-၁၅ မီလီဂရမ်နှုန်းနဲ့ တစ်ပတ် တစ်ကြိမ်ပေးပြီး ကုသရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။



ဟိုက်ဒရောက်ဆီ ယူရီးယား (Hydroxyurea)

ဒီဆေးကတော့ အသည်းအတွက် အဆိပ်မဖြစ် စေပါ။ ဒါပေမဲ့ ရိုးတွင်းချဉ်ဆီ တွေကို ဒုက္ခပေးမှာဖြစ်ပါတယ်။ ဆေးအနေနဲ့ ကတော့ တစ်နေ့ကို ၅၀၀-၁၅၀၀ မီလီဂရမ်ပေးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ မက်သို ထရယ်ဆိတ် (Methotrexate) ဆေးလောက် အလုပ်မဖြစ်ပါ။ မကောင်းပါ။

ရာဇိုင်းစ် (Razoxane)

ဆိုရိုင်းရေစစ်အတွက် သင့်လျော်တဲ့ ဆေးဖြစ်ပါတယ်။ ဆေးကြောင့် အသည်းအဆိပ်ဖြစ်ခြင်း မရှိပေမဲ့ ရိုးတွင်းချဉ်ဆီ ခန်းခြောက်မှု ဖြစ်စေနိုင်ပါတယ်။ အစာအိမ်အနာရှိသူတွေ အတွက် မယ်သိုထရယ်ဆိတ် (methotrexate) ပေးအည့် အစားပေးရန် သင့်လျော်ပါတယ်။

ရက်တီနိုက်(စ်) (Aromatic Retinoids)

အက်ထရက်တီနိုက် (Etretinate) ဆေးကတော့ ဗီတာမင်အေက ဆင်းသက် နှယ်ဖွားဆေး ဖြစ်ပါတယ်။ လက်ဖဝါး၊ ခြေဖဝါးတွေမှာဖြစ်တတ်တဲ့ ပြည်တည် ဆိုရိုင်ရေးစစ် ရောဂါတွေအတွက် ကောင်းပါတယ်။ အခြား ဆိုရိုင်ရေးစစ် အတွက်တော့ သိပ်အကောင်းကြီး မဟုတ်ပါ။ ပူးဗားကုနည်းနဲ့တွဲပြီး ကုသမှု ပေးရင်တော့ ပိုပြီးကောင်းပါတယ်။ ဒီဆေးရဲ့ဆိုးကျိုးတွေကတော့ အသည်းအဆိပ် ဖြစ်ခြင်း၊ သွေးအဆီတက်ခြင်းတွေ ဖြစ်တတ်သည်မို့ အသည်းနှင့် သွေးအဆီ တက်ခြင်းတွေ စစ်ဆေးသင့်ပါတယ်။ ကိုယ်ဝန်ဆောင်နိုင်တဲ့ အမျိုးသမီးတွေ အတွက် မသုံးသင့်ပါ။ ကိုယ်ဝန်ဆောင်တွင် မလိုလားအပ်တဲ့ ဖြစ်ပေါ်မှုတွေ ဖြစ်တတ်လို့ ကလေးကိုယ်လက်အင်္ဂါ မစုံမလင်နဲ့ မွေးဖွားတတ်ကြောင်းပါခင်ဗျား။

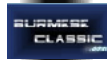


သွေးပြန်ကြောအနာ (Venous ulcer)



သွေးပြန်ကြောအနာ (VENOUS ULCER)

လူရဲ့ခန္ဓာကိုယ်အနှံ့ သွေးများကို ဖြန့်ဖြူးပေးနေတဲ့ သွေးကြောအကြီးမှ သေးငယ်သော သွေးကြောများအထိ ရှိနေတယ်။ အဲဒီသွေးကြောတွေကတော့ သွေးလွှတ်ကြောနဲ့ သွေးပြန်ကြောတွေပဲဖြစ်ပါတယ်။ သွေးလွှတ်ကြောက နှလုံးအိမ် (Heart)က ညှစ်ထုတ်လိုက်တဲ့သွေးတွေကို သယ်ဆောင်သွားပြီး သွေးပြန်ကြော တွေကတော့ ခန္ဓာကိုယ်အနှံ့က သွေးညစ်တွေကို သယ်ဆောင်သွားပြီး နှလုံးအိမ်ကို ပြန်ပို့တာပါပဲ။ သွေးလွှတ်ကြောတွေထဲမှာ အောက်ဆီဂျင် (Oxygen)တွေ ပါသွားပြီး ခန္ဓာကိုယ်တွင်းရှိ ကလပ်စည်း (Cell) များဆီ အရောက်ပို့ပေးခြင်းအားဖြင့် ကလပ် စည်းတွေအနေနဲ့ ရှင်သန်အသက်ဝင်စေပါတယ်။ သွေးလွှတ်ကြောမှာရှိတဲ့ အောက်ဆီဂျင်တွေကို ခန္ဓာကိုယ်တွင်းမှာရှိတဲ့ ကလပ်စည်းအသီးသီးတွေက စုပ်ယူ သုံးစွဲပြီးတာနဲ့ အောက်ဆီဂျင် ကုန်ခန်းသွားတဲ့သွေးတွေ (Deoxygenated Blood) ကို သွေးပြန်ကြော အသေးလေးတွေမှတစ်ဆင့် သွေးပြန်ကြောအကြီးတွေဆီရောက်၊ ထိုမှတစ်ဆင့် နှလုံးအိမ်ထဲကိုပြန်ပို့၊ နှလုံးအိမ်ထဲမှာ အောက်ဆီဂျင်ပါတဲ့ အဆုတ် (Lungs)ကလာတဲ့ လေနဲ့ ပေါင်းစပ်၊ တစ်ဖန် သွေးလွှတ်ကြောတွေကနေ ခန္ဓာ ကိုယ်အနှံ့ ပြန်လည်ပေးပို့ခြင်းအားဖြင့် သွေးတွေဟာ လှည့်ပတ်သွားလာနေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ သွေးပြန်ကြော (Vein) အတွင်းပိုင်းမှာတော့ အကန့်လိုက် အကန့်လိုက် တားဆီးထားတဲ့ တံခါးပေါက် (Valves) သဖွယ် အပေါက်တွေ ရှိနေပါတယ်။ အဲဒီတံခါးပေါက်တွေက နှလုံးအိမ်ဘက်ကို သွားတဲ့သွေးတွေကို စီးယိုသွားစေပြီး၊ နှလုံးအိမ်ဘက်က ပြောင်းပြန်တွန်းလာနိုင်တဲ့သွေးတွေအတွက်တော့ တံခါးတွေက ပြန်ပိတ်သွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ သွေးပြန်ကြောတွေရဲ့ တံခါးပေါက် (Valves) ပျက်စီးခဲ့ရင်၊ တံခါးပေါက်တွေဟာ အဖွင့်အပိတ်သဘော အလုပ် မလုပ် တော့ဘဲ ခန္ဓာကိုယ်ကသုံးပြီးသား (Deoxygenated Blood) အောက်ဆီဂျင်မဲ့ သွေးတွေဟာ နှလုံးအိမ်ဘက်မရောက်တော့ဘဲ သွေးပြန်ကြောတွေအတွင်းမှာ စုပြုံအိုင်ထွန်းလာမှာဖြစ်ပါတယ်။ ထိုမှတစ်ဆင့် သွေးကြောတွေ ပုပ်လာပြီး အနာတွေ ဖြစ်သွားတာ ဖြစ်ပါတယ်။ သွေးတွေကို ခန္ဓာကိုယ်အနှံ့ရောက်ရှိဖို့အတွက်



နှလုံးအိမ်အနေနဲ့ ပို့စက် (Pump) သဖွယ်ဆောင်ရွက်သလိုပဲ ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းရှိ ကြွက်သား (Muscles) တွေကလည်း နှလုံးသားသဖွယ်၊ ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းရှိ သွေးကြောကြီးတွေကို ညှစ်ထုတ်ပေးခြင်းဖြင့် အောက်ဆီဂျင်မဲ့သွေး (Venous Blood) တွေကို နှလုံးအိမ်ရှိရာကို ပို့စက် (Pump) သဖွယ် ပို့ပေးနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် လူခန္ဓာမှာ ဖွဲ့စည်းထားတဲ့ ကြွက်သားတွေကို ဒုတိယနှလုံးအိမ် (Secondary Heart) လို့ ခေါ်ဝေါ်သမုတ်ရင်လည်း ရပါတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ သွေး လှည့်ပတ်နှုန်း ပိုပြီးကောင်းအောင် ခန္ဓာကိုယ်တွင်းရှိကလပ်စည်းများအနေနဲ့ လည်း အောက်ဆီဂျင်ပါတဲ့ သွေးတွေ ခပ်သွက်သွက်လေးရအောင်၊ ကလပ်စည်းတွေထဲမှာ ကိန်းအောင်းနေတဲ့ အညစ်အကြေး (Metabolites) ပါတဲ့ သွေးတွေကိုလည်း နှလုံးအိမ်ဆီ မြန်မြန်ရောက်စေပြီး၊ သွေးများသန်စင်သွားအောင် ဒုတိယ နှလုံးသား များဖြစ်တဲ့ ကြွက်သားတွေ (Muscles) ရှင်သန် ကြီးထွားကျန်းမာဖို့ အရေးကြီး ပြန်ပါတယ်။ ဒါဖြင့် ဘာတွေ လုပ်ရမလဲ။ အဖြေကတော့ ရှင်းပါတယ်။ အားကစား လှုပ်ရှားမှု လုပ်ပေးသင့်တာပေါ့။ အနည်းဆုံးတော့ လမ်းလျှောက် လေ့ကျင့်ခန်း လုပ်ပေးသင့်ပါတယ်။

သွေးပြန်ကြောအနာ (Venous Ulcer) ကလည်း ခြေ ထောက်အောက်ပိုင်း ခြေမျက်စိအပေါ်ပိုင်း၊ တံကောက် ကွေး (Ankles Joint) နေရာတစ်ဝိုက်မှာအဖြစ်များတာပါ။ အောက်ပိုင်းကြွက်သားတွေရဲ့ ကျန်းမာမှု လှုပ်ရှားနိုင်မှု အပြင် သွေးပြန်ကြောကြီးတွေရဲ့ အတွင်းမှာရှိနေတဲ့ တံခါးပေါက် (Valves) တွေကလည်း မပျက်စီးဘဲ ကောင်း နေမယ်ဆိုရင် သွေးသွားသွေးလာကောင်းနေပြီး သွေးပြန် ကြော အနာမဖြစ်နိုင်ပါ။ သွေးညစ်တွေ (Venous Blood) ခြေထောက်အောက်ပိုင်းမှာ ကြာကြာ အိုင်ထွန်း နေရင်တော့ သွေးပြန်ကြောအတွင်းရှိ တံခါးပေါက်တွေ လည်း ပျက်စီးသွားစေပြီး ခြေထောက်အောက်ပိုင်းမှာ သွေးပြန်ကြောအနာ (Venous Ulcer) ဖြစ်သွားနိုင်ကြောင်း ကနဦးအနေနဲ့ တင်ပြဆွေးနွေး လိုက်ရပါတယ်။



ဖြစ်ပွားမှုပမာဏကာဘယ်လိုပါလဲ

ဖြစ်ပွားမှုပမာဏအနေနဲ့ကတော့ အတော်များပါတယ်။ အသက်အရွယ်အားဖြင့် တော့ အသက် ၄၀ ကျော်အရွယ်တွေမှာ ဖြစ်တတ်ကြပြီး၊ မိန်းမတွေက ယောက်ျား

တွေထက် ပိုပြီးအဖြစ်များတာ တွေ့ရပါတယ်။ သွေးပြန်ကြောအနာဖြစ်လာစေဖို့ ဇန်တီးပေးတဲ့လမ်းကြောင်းတွေကတော့...

- (က) မွေးရာပါ မျိုးရိုးဇာတိအလိုက် သွေးပြန်ကြောများ (Vein) ပျက်စီး ယိုယွင်းနေခြင်း။
- (ခ) အဝလွန်ခြင်း။
- (ဂ) ကြာရှည်စွာ မတ်တတ်ရပ်နေခြင်း။
- (ဃ) ထိခိုက်ဒဏ်ရာရခြင်း။
- (င) ပြင်းထန်စွာ နာမကျန်းရောဂါဖြစ်ပြီး ရက်ရှည်လများ လဲလျောင်း နေရခြင်း။
- (စ) ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း၊ သန္ဓေသားကြီးရင့်လာသည်နှင့်အမျှ ပေါင်ထိပ်ရှိ သွေးပြန်ကြောမကြီးများကို သန္ဓေသားက ဖိထားနေခြင်းကြောင့် ပိတ်ဆို့

သလိုမျိုး ဖြစ်နေပြီး ခြေထောက်အောက်ပိုင်းမှ သွေး ညစ်များ (Venous Blood) နှလုံးအိမ်ဘက်ကို မသွား နိုင်၊ မစီးနိုင်ဘဲ နောက်ပြန်တွန်းအား (Back Pressure) သဖွယ် တွန်းပို့နေခြင်းကြောင့် သွေးပြန်ကြော အနာဖြစ်လာခြင်း။

(ဆ) တင်ပါးဆုံတွင်း (Pelvic) ပိုင်းတွင် ခွဲစိတ် ကုသမှု ခံယူခဲ့ခြင်းကြောင့် သွေးပြန်ကြောမကြီး များ (Deep Vein Thrombosis) အတွင်းသွေးခဲမှု ဖြစ်ပေါ်စေပြီး ပိတ်ဆို့သွားခြင်းများဖြစ်ပါတယ်။



တွေ့ရှိ သိမြင်ခံစားရမည့်အချက်အလက်တွေက ဘာတွေလဲ။

- (၁) အနာအနေနဲ့ တစ်ခုတည်းဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်။ များလည်း များနိုင်တယ်။
- (၂) အနာအနေနဲ့ ဘယ်ဘက်ခြေထောက် (Left Leg) မှာ အဖြစ်များတတ်ပြီး ဖြစ်တဲ့နေရာကတော့ ခြေထောက်ရဲ့အောက်ပိုင်း သုံးပုံတစ်ပုံအတွင်း ပိုင်းမှာ တွေ့နိုင်ပါတယ်။
- (၃) အနာရဲ့ပုံသဏ္ဍာန်ကတော့ ပိုင်းချင်ပိုင်းမယ်။ ဒါမှမဟုတ် ဘဲဥပုံ ဖြစ်ချင် ဖြစ်နေမယ်။ အနာရဲ့ မျက်နှာပြင်အကျယ်ကလည်း စင်တီမီတာ တော်တော် များပါတယ်။
- (၄) အနာရဲ့နှုတ်ခမ်းသားတွေဟာ ပျော့နေမယ်။ အနီရောင် (သို့မဟုတ်) ခရမ်းပြာရောင် (Red or Violaceous) ဖြစ်ပြီး ခွက်ဝင်နေခြင်း

(သို့မဟုတ်) ဆင်ခြေလျှောပုံမျိုး ရှိနေပါတယ်။ နောက် ကြာလာတဲ့ အခါမှာ အနာနှုတ်ခမ်းသားတွေဟာ အရောင်ပျော့သွားပြီး မာကျောလာ ပါလိမ့်မယ်။

- (၅) အနာရဲ့ ကြမ်းပြင် (Floor) မှာတော့ သွေးတွေ၊ အသားနုတက်နေ တာတွေ၊ ပြည်တည်နေတာတွေနဲ့၊ ပျက်စီးပုပ်သိုးနေတဲ့ ကလပ်စည်းတွေ ရှိနေပါတယ်။
- (၆) အနာရဲ့ပတ်ပတ်လည်ရှိ အရေပြားတွေဟာ ရောင်ကိုင်နေမယ်။ မာကျော နေမယ်။ အရောင်အသွေးအနေနဲ့ လက်ရှိအရေပြားအရောင် မဟုတ် တော့ဘဲ မည်းညစ်နေမယ်။ ပြာနုမ်းညိုမည်းနေပါလိမ့်မယ်။
- (၇) သွေးပြန်ကြောအသေးလေးတွေဟာ အနာဘေးကနေ ဖြာထွက်နေတာ တွေ့နိုင်ပါတယ်။
- (၈) နာကျင်မှုအမျိုးမျိုးခံစားရမှုများရှိပါမယ်။ စောစောပိုင်း အနာဖြစ်ခါစနဲ့ ပြင်ပဝက်တီးရီးယားပိုး (Bacterial Infection) ဝင်လာတဲ့အဆင့်တွေမှာ နာကျင်မှု ပြင်းထန်တတ်ပါတယ်။
- (၉) အနာဖြစ်တာ ကြာသွားရင်တော့ နာကျင်မှု နည်းသွားပါမယ်။
- (၁၀) နာကျင်မှုလျော့နည်းသွားအောင် အနားယူပါ။ ခြေထောက်ကို မြှင့်ထားပါ။ ပတ်တီးတင်းကျပ်စွာ စည်းပေးထားနိုင်ပါတယ်။
- (၁၁) ရောဂါအနေနဲ့ကတော့ လ၊ နှစ်ချိပြီး ကြာတတ်ပါတယ်။

ဘယ်နေရာတွေမှာ အဖြစ်များတတ်ပါသလဲ။

- ခြေမျက်စိတွေရဲ့ နောက်ပိုင်းနဲ့အောက်ပိုင်းမှာ ဖြစ်လေ့ရှိပါတယ်။
- များသောအားဖြင့်တော့ အတွင်းခြေမျက်စိရဲ့ အပေါ်နဲ့နောက်ပိုင်းမှာ ဖြစ်တတ် ပါတယ်။

ကုသမှု

အမြဲလိုလို ပတ်တီးတင်းကျပ်ကျပ်လေး စည်းပေးထားခြင်းနဲ့ သွေးပြန်ကြော သွေးတိုးခြင်း (Venous Hyper Tension) လျော့နည်းစေပြီး ခြေထောက် ကြွက်သားများ (Calf Muscles) ရဲ့ သွေးညစ်အားကို တိုးတက်စေပါတယ်။

- အနာကို ပိုးသတ်ဆေး လိမ်းပေးနိုင်ပါတယ်။
- အနာရဲ့ဘေးပတ်ဝန်းကျင်မှာဖြစ်နေတဲ့ အရေပြား ရောင်ရမ်းခြင်းများ အတွက်တော့ စတီးရွိုက်ပါတဲ့ လိမ်းဆေးများသုံးနိုင်ပါတယ်။

- သင့်တော်တဲ့သောက်ဆေး၊ ထိုးဆေးများဖြင့်လည်း ကုသမှုပေးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အနာအနေနဲ့ ဖြစ်နေတာကြာပြီဆိုရင်တော့ အနာမှအရည်ကြည်ကို ယူပြီး ပိုးမွှေးကြည့်ရပါမယ်။ အဲဒီတွေ့တဲ့ ဗက်တီးရီးယားပိုးဟာလည်း ဘယ်ဆေးနဲ့မှ အနိုင်ဆုံး၊ အထိရောက်ဆုံးဆိုတာကို ဓာတ်ခွဲစစ်ဆေးပြီး ကုသမှုပေးနိုင်ရင်တော့ အကောင်းဆုံးဖြစ်ပါတယ်။

□□□



အရေပြား နီရဲ၊ ရောင်အနုံး၊ နာကျင်ခြင်း (DERMATITIS)



အိမ်ထုတ်သေတ္တာသား၊ တာပင်တိုင်
(Turpentine) သေတ္တာနှင့်မတည့်၍
အရေပြားဆောင်အပ်ခြင်း



စက်သတ္တုအလုပ်သမား
ကရိုမီယံ(Chromium)
စက်သတ္တုနှင့်မတည့်၍
ခြင်း



နာလံနှင့်
နီကရစ်
(Nickel)
သေတ္တာ
ဆောင်ခြင်း

အရေပြား နီရဲ၊ ရောင်အနံ့၊ နာကျင်ခြင်း (DERMATITIS)

အရေပြားဟာ လူတစ်ကိုယ်လုံးကို လွှမ်းခြုံထားတာနဲ့အမျှ အရေပြားနီရဲခြင်း၊ ရောင်ရမ်းခြင်း၊ နာကျင်ခြင်းစတဲ့ ဝေဒနာအသီးသီးကို လူတိုင်းခံစားဖူးကြမှာ မုချကန်သော ဖြစ်ပါတယ်။ ခံစားရချက်တွေအနေနဲ့ သေးငယ်တာ ရှိသလို၊ ကြီးထွားပြင်းထန်တာတွေလည်း ရှိတတ်ပါတယ်။ ဒီလို ဖြစ်ပေါ်ခံစားရမှုမျိုး ကလည်း ပြင်ပကပစ္စည်းတစ်ခုခုကြောင့်၊ ကိုယ်ခန္ဓာအတွင်းပိုင်းမှ ဖြစ်စဉ်တစ်ခုခု တို့ကြောင့် ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ပြင်ပမှပစ္စည်းတစ်ခုခုနဲ့ ထိတွေ့လို့ မတည့်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်တတ်တဲ့ အရေပြားနီရဲ၊ ရောင်ရမ်း၊ နာကျင်ခြင်းမျိုးကို လူအတော်များများအနေနဲ့ ဘာကြောင့်ဖြစ်တယ်၊ ဘယ်ပစ္စည်းကြောင့် ဖြစ်နိုင်တယ်ဆိုတာ တွေကို ခန့်မှန်းနိုင်ကြပေမဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာအတွင်းပိုင်းနဲ့ မတည့်လို့ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အရေပြားနီရဲ၊ ရောင်ရမ်း၊ နာကျင်ခြင်းမျိုးကိုတော့ ရုတ်တရက် အဖြေရှာနိုင်ကြမှာ မဟုတ်ပါဘူး။

လူတွေအတော်များများဟာ အရေပြားပေါ်မှာ ယားခြင်း၊ နာခြင်း၊ ရောင်ခြင်း တွေဖြစ်ပေါ်လာရင် အရေပြား ဆရာဝန်ကြီးတွေဆီကို လာပြကြပါတယ်။ အဲဒီအခါ သူတို့ရဲ့ ထင်မြင်ယူဆချက်ကလေးတွေကို ပြောပြကြတာကတော့ 'ကျွန်တော်၊ ကျွန်မရဲ့အရေပြားမှာ အယ်လားဂျစ်(Allergic)တွေ ဖြစ်လို့ပါ' လို့

ပြောလေ့ရှိကြပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ အယ်လားဂျစ်ဆိုတာလေးကို သဘောပေါက်အောင် ရှင်းပြပါရစေ။ အယ်လားဂျစ်ဆိုတာ ဖျားနာခြင်း(Fever)လို့ပါပဲ။ ဖျားတယ်ဆိုတဲ့ နောက်ကွယ်မှာ ဘာကြောင့်ဖျားတယ်ဆိုတဲ့ အဓိကဖြစ်စဉ်(Cause)ကို ရှာရပါတယ်။ အဓိကဖြစ်စဉ်ကို ကုလိုက်မှ အဖျား (Fever) ပျောက်သွားတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ထိုနည်းတူစွာပဲ အယ်လားဂျစ်ဆိုတဲ့ ဝေါဟာရရဲ့နောက်ကွယ်မှာလည်း ဘာကြောင့် ယားတယ်၊ ရောင်တယ်ဆိုတဲ့ ဖြစ်စဉ်ပင်ရင်း (Cause)ကို ရှာပြီး ကုရတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ပြောတော့ လွယ်လွယ်လေးပေမဲ့ ဖြစ်စဉ်ပင်ရင်းကို စဉ်းစားရှာဖွေရတာကတော့ လေးနက်လှပါတယ်။ အယ်လားဂျစ်ဆိုတဲ့ နောက်ကွယ်မှာ အရေပြားနီရဲ၊ ရောင်အနံ့၊ နာကျင်ခြင်း (Dermatitis)ဆိုတာက ကပ်ပြီး ပါလာတတ်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် အရေပြားနီရဲ၊ ရောင်အနံ့၊ နာကျင်ခြင်း (Dermatitis)အနေနဲ့ ဖြစ်ပေါ်လာတာက အယ်လားဂျစ် (Allergic) ပြင်ပကပစ္စည်းတစ်ခုခုနဲ့ ထိတွေ့မိခြင်းကြောင့် အရေပြားနာကျင်ရောင်အနံ့ခြင်း (Allergic Contact Dermatitis) ဖြစ်ပြီး နောက်တစ်မျိုးကတော့ အရေပြားနဲ့ တိုက်ရိုက်ထိတွေ့မှု ရှိရုံသာမက ထိတွေ့တဲ့ အရေပြားနေရာမှာ ကျိန်းစပ်စပ်၊ ပူလောင်လောင်ဖြစ်ပြီး အရေပြား အနည်းငယ်လောင်ကျွမ်းသွားခြင်း၊ အရည်ကြည်ဖုများဖြစ်ခြင်း (Irritant Contact Dermatitis) စတာတွေ ဖြစ်ပါတယ်။

အယ်လားဂျစ်လို့ခေါ်တဲ့ အရေပြားနဲ့ဓာတ်မတည့်လို့ ထိတွေ့မိခြင်းကြောင့် ဖြစ်တဲ့ (Allergic Contact Dermatitis) အရေပြားနီရဲ၊ ရောင်အနံ့ခြင်းက ရုတ်တရက်ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ကိစ္စရပ်မဟုတ်ပါဘူး။ ပြင်ပက မတည့်တဲ့ပစ္စည်းနဲ့ ကြိမ်ဖန်များစွာထိတွေ့ပြီးပါမှ တစ်ချိန်သောအခါမှာ ဖြစ်ပေါ်လာတာဖြစ်ပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ နားလည်လွယ်အောင် တင်ပြရမယ်ဆိုရင် လူနာတစ်ယောက်က ဦးခေါင်းက ဆံပင်တွေဖြူလို့ ဆံပင်တွေမည်းလာအောင် ဆံပင်ဆိုးဆေးဆိုးပါတယ်။ နှစ်တွေ၊ လတွေ တော်တော်လေးကြာတာတောင် ဘာမှမဖြစ်ပါဘူး။ နောက်တော့ ဦးခေါင်း အရေပြား၊ ဆံစပ်၊ ဂုတ်၊ လည်ပင်း၊ ရင်ဘတ်၊ ကျောအပေါ်ပိုင်းစတဲ့



အရေပြားပေါ်မှာ ယားခြင်း

အရေပြား ရောင်အနံ့ခြင်း

အရေပြားပေါ်မှာ ယားခြင်း

အရေပြားပေါ်မှာ ယားခြင်း

အရေပြားပေါ်မှာ ယားခြင်း

ရောဂါပျောက်စေရန်

ရောဂါပျောက်စေရန်

နေရာတွေမှာ အရေပြားတွေ ပြုလုပ်ပြီး အနာဖြစ်တော့မှ လာပြပါတယ်။ အဲဒီအခါမှာ ကျွန်တော်က သေသေချာချာကြည့်ပြီး 'ဟာ...ခင်ဗျားဟာက ဆံပင်ဆိုးဆေးနဲ့ မတည့်လို့ ဖြစ်တာပဲဗျ။ ဆိုးဆေး ဆက်မသုံးရင် ကောင်းမယ်'လို့ ပြောလိုက်တဲ့ အခါ လူနာရဲ့ပြန်ပြောပုံလေးက 'ဟာ... ဆရာ ဆံပင်ဆိုးဆေးကြောင့်တော့ မဖြစ်နိုင်ဘူး ထင်တယ်။ ကျွန်တော် ဆံပင်ဆိုးဆေးသုံးလာတာ နှစ်နဲ့ချီနေပြီ။ ဘာမှမဖြစ်ဘူး။ အခုမှ ဟိုနေ့က ခေါင်းလျှော်မိလိုက်ရာက ဖြစ်လာတာလို့ ထင်တယ်'ဆိုပြီး ငြင်းချက်ထုတ်ပါတော့တယ်။ အဲဒါ ဘာဖြစ်လို့ ကြာမှ အရေပြားနီရဲ့ ရောင်ရမ်းခြင်း ဖြစ်ရပါသလဲဆိုရင် ဆံပင်ဆိုးဆေးနဲ့ အရေပြား နှစ်ရှည်လများ ထိတွေ့လာခြင်း (Prolong Contact) ကြောင့် ဆေးနဲ့ မတည့်မှု၊ တုံ့ပြန်နိုင်မှု နိုးကြားထက်မြက်တဲ့အဆင့် ရောက်လာချိန် (Sensitization Period) ဖြစ်သွားလို့ပါပဲ။ စောစောပိုင်းကတော့ အရှိန်မရသေးလို့ မဖြစ်သေးပေမဲ့ နောက်ဆုံး မတည့်တဲ့အရှိန်မြင့်လာတဲ့အခါကျတော့မှ အရေပြားရောင်ရမ်းတဲ့ လက္ခဏာတွေ ပြလာတာဖြစ်ပါတယ်။

အရေပြားနီရဲ့ ရောင်အနံ့ နာကျင်ခြင်း (Dermatitis)မှာ တွေ့ရမယ့် အဓိကအချက် တွေက ဘာတွေပါလဲ။

- အရေပြားနီရဲနေခြင်း
သွေးကြောလေးတွေ ပွလာပြီး သွေးလျှောက်နှုန်းများ လာခြင်းကြောင့် ဖြစ်တဲ့နေရာမှာ သွေးအိုင်စုလာပြီး နီရဲလာတာဖြစ်ပါတယ်။
- အရေပြားပွနေခြင်း
သွေးလျှောက်သွားလာနှုန်းများလာတာနဲ့အမျှ အရေပြားကလာပ်စည်းတွေမှာ ဓာတ်သတ္တုအရည်တွေ စုပုံလာတာကြောင့် ဖြစ်ပါတယ်။
- အရည်ကြည်ဖုများ တွေ့မြင်နိုင်ခြင်း
တစ်ခါတလေမှာ အရည်ကြည်ဖု အကြီးကြီးတွေကိုတောင် တွေ့နိုင်ပါတယ်။
- ယားယံမှုရှိခြင်း
- အရေပြားအဖတ်လေးများ (Scales)
အရေပြား အဖတ်လေးများတွေလည်း တွေ့ရှိနိုင်ခြင်းတို့ ဖြစ်ပါတယ်။

ဘာကြောင့် အရေပြား နီရဲ့ ရောင်အနံ့ နာကျင်ခြင်းများ ဖြစ်တတ်ပါသလဲ။
ဓာတ်သတ္တုပစ္စည်းတွေကြောင့်ဖြစ်စေ၊ သစ်ပင်၊ သစ်ရွက်စသည်တို့ကြောင့် ဖြစ်စေ အရေပြားနဲ့ တိုက်ရိုက်ထိတွေ့မှုကြောင့် ဖြစ်တတ်ပါတယ်။

အဓိကဖြစ်ပေါ်စေတဲ့အကြောင်းတွေက ဘာတွေလဲ။

(၁) ဝတ်စားဆင်ယင်မှု

(က) အဝတ်အစားအနေနဲ့ ချည်ထည်၊ နိုင်လွန်၊ သိုးမွေး၊ သားရေ စတာတွေကို ဝတ်ဆင်လိုက်တဲ့အခါမှာ အရေပြား ယားယံခြင်း၊ နီရဲလာခြင်းတွေ ဖြစ်တတ်ပါ တယ်။ နိုင်လွန်ထည်၊ သိုးမွေးထည်တွေနဲ့ မတည့်ကြတာတွေ ပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ ကျွန်တော်ငယ်ငယ်တုန်းက တွေ့ကြုံမှတ်သားခဲ့ရတာ တစ်ခုရှိတယ်။ အဲဒါကတော့ ကျွန်တော်ငယ်ငယ်တုန်းက ကျွန်တော်တို့ တောအရပ်က လူကြီးတစ်ယောက် အကြောင်းကိုသွားပြီး သတိရလိုက်တယ်။ အဲဒီလူကြီးဟာ ရွာမှာမနေရဲဘဲ ရွာနားက တောထဲမှာ သွားနေရတယ်။ ကျွန်တော်တို့ကလည်း တော်တော်ကို ဆော့တဲ့ကလေးတွေဆိုတော့ အဲဒီလူကြီး တောထဲမှာ တစ်ယောက်တည်းနေတာကို သွားချောင်းကြည့်ကြတာပေါ့။ လူကြီးမှာ အင်္ကျီ၊ လုံချည် ဝတ်ထားဘူး။ ဒါပေမဲ့ တာဇံဇာတ်လိုက်လို ကိုယ်မှာ သစ်ရွက်တွေ ပတ်ထားတယ်။ ဒါနဲ့ အဲဒီလူကြီး အကြောင်းကို တခြားလူကြီးတွေကိုပြောပြတော့ လူကြီးတွေက ပြန်ပြောတာကို မှတ်မိနေတာက 'အဲဒီလူကြီးက လူကောင်းတစ်ယောက်ပါ။ ဘဝက ဝဋ်ကြွေး ပါတာလား မပြောတတ်ပါဘူး။ ကိုယ်ပေါ်ကို အင်္ကျီအဝတ်အစား၊ ချည်ထည်တွေ ကပ်လို့မရဘူး။ ဝတ်လို့ မရဘူး။ ဝတ်လိုက်ရင် ယားတယ်၊ ပူတယ်လို့ အော်နေ တာနဲ့ပဲ တောထဲမှာ တဲလေးထိုးပြီး အဝတ်အစားအနေနဲ့ သစ်ရွက်သစ်ခက်တွေကို ဝတ်ထားရတာ'လို့ ပြောပါတယ်။ အဲဒီတုန်းက ဘာကြောင့်ဆိုတာ မသိခဲ့ပေမဲ့ အခုအရေပြား အထူးကုဆရာဝန်ဖြစ်လာတော့မှ (သြော်... ဒီလူကြီးဟာ ချည်ထည် အဝတ်အစားနဲ့မတည့်လို့ မဝတ်နိုင်တာလို့ သိလာရပါတော့တယ်။ အရေပြားရောဂါ အနေနဲ့တော့ (Textile Allergy) ဖြစ်ပါတယ်။

အခု နိုင်လွန်ပေါ်တဲ့ခေတ်မျိုးမှာတော့ နိုင်လွန်ဝတ်ရင် ယားတယ်၊ ပူတယ် ဆိုတာတွေ ရှိနေပါတယ်။ နိုင်လွန်ချည်မျှင်နဲ့ မတည့်လို့ဖြစ်ပါတယ်။ တချို့ကျတော့ နိုင်လွန် ရာဘာခြေညှပ်ဖိနပ်(အရပ်ခေါ် ဂျယန်ဖိနပ်)စီးလို့ ခြေထောက် အရေပြား ပေါ်မှာ ဖိနပ်သံကြိုးရာအတိုင်း အရေပြားတွေ နီရဲ့ ရောင်အနံ့ပြီး အရည်ကြည်ဖု တွေ ဖြစ်လာတာ တွေ့ရပါတယ်။ ခြေညှပ်ဖိနပ် အရေပြား ရောင်အနံ့ခြင်း (Slipper Dermatitis)လို့ ခေါ်ပါတယ်။

(ခ) နားကပ်အတုကြောင့် ဖြစ်ခြင်း

ခေတ်မီနီးကလေးတွေအနေနဲ့ ရွှေနားကပ်အစစ်ကို ဝတ်ဆင်လေ့မရှိကြဘဲ အလှအပအနေနဲ့ နီကယ် (Nickel) ဆေးရည်စိမ်နားကပ်တွေ ဝတ်ဆင်တာကြောင့် နီကယ်နဲ့ မတည့်ဖြစ်ပြီး နားပေါက်တွင်း ရောင်ရမ်းခြင်း၊ ပြည့်တည့်ခြင်းတွေ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ နီကယ်ဓာတ်သတ္တုနဲ့ မတည့်လို့ ဖြစ်တာပါ။ ဆက်ပြီး မဝတ်ရင် မဖြစ်တော့ပါဘူး။ တချို့ကျတော့လည်း ပလတ်စတစ်နားကပ်တွေ ဝတ်ဆင်လို့ ဖြစ်ကြတာပါ။ ပလတ်စတစ်နဲ့ မတည့်လို့ ဖြစ်ပါတယ်။



(ဂ) လက်ပတ်နားကြိုးကြောင့်ဖြစ်ခြင်း

ရွှေရည်စိမ်၊ ငွေရည်စိမ်၊ နီကယ်စိမ်နားကြိုးတွေအနေနဲ့လည်း လက်ပတ်နားကြိုးပတ်တဲ့နေရာတွေမှာ အရေပြားရောင်အနံ့၊ နာကျင်ခြင်းတွေ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ သားရေ လက်ပတ်ကြိုးနဲ့ လက်ကထွက်တဲ့ချွေးတို့ ပေါင်းစပ်ပြီး အရေပြားကို ရောင်ရမ်းမှု ဖြစ်စေနိုင်ပါတယ်။ ဖြစ်ရတဲ့ပင်ရင်းအစစ်ဖြစ်ကို သိလိုက်တာနဲ့ ဒါကို ရှောင်ရှားလိုက်ရင် မဖြစ်တော့ပါဘူး။ နီကယ်ကြောင့် (Nickel) ဖြစ်တတ်တဲ့ အရေပြားရောင်အနံ့၊ နာကျင်ခြင်းက ကုရကြတာတတ်ပါတယ်။ နီကယ်လ်ကြောင့် အရေပြားမှာ အဆိပ်ဖြစ်ပြီး အနာပျောက်ကင်းသယောင်ထင်ရပေမဲ့ ယားပြီး



မကြာခဏ ပြန်ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ကုသမှုအနေနဲ့ကတော့ အခြေအနေပေါ် မူတည်ပြီး သင့်တော်တဲ့ထိုးဆေး၊ သောက်ဆေးပေးပါတယ်။ လိမ်းဆေးအနေနဲ့ ကတော့ ပိုးသတ်ဆေးပါတဲ့ စတီးရွိုက်လိမ်းဆေး Steroid Containing Antibiotic ကို တစ်နေ့ သုံးကြိမ်လောက် လိမ်းပေးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

(ဃ) ကလေးခါးတောင်းကျိုက်အရေပြားရောင်အနံ့ခြင်း (Napkin Dermatitis)

မိနို့ကလေးအရွယ်တွေမှာ ချေး၊ သေးကိစ္စအတွက် ဝတ်ဆင်ပေးရတဲ့ ကလေးခါးတောင်းကျိုက် (Napkin) တွေကြောင့် ကလေးရဲ့ပေါင်ကြား၊ တင်ပါးကြား၊ ပေါင်

စတဲ့နေရာတွေမှာ အရေပြားနီရဲ၊ ရောင်အနံ့၊ နာကျင်ခြင်း (Dermatitis) တွေ ဖြစ်ပေါ်လာရတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဖြစ်ပေါ်စေတဲ့အကြောင်းရင်းကတော့ ကလေးခါးတောင်းကျိုက်ကို နာရီပေါင်းများစွာ ဝတ်ဆင်ပေးထားခြင်းကြောင့် ကလေးရဲ့ သေး၊ ချေးတွေဟာ ခါးတောင်းကျိုက် အဝတ်အထည်ကို စွတ်ဖိုစေပါတယ်။ တာရှည်စွတ်ဖိုမှုကြောင့် ခါးတောင်းကျိုက်ဖုံးအုပ်ထားတဲ့ အရေပြား နေရာတွေမှာ စက်ပရိုဖီတစ် (Saprophytic Bacilli) ဗက်တီးရီးယားပိုးတွေ ပေါက်ပွားလာပါတော့တယ်။ ဒီဗက်တီးရီးယားပိုးတွေက ဖိုစွတ်နေတဲ့ သေးထဲမှာရှိနေတဲ့ ယူရီးယား (Urea) ဓာတ်တွေကို အမိုးနီးယား (Ammonia) ဓာတ်အသွင် ဖြစ်သွားအောင် ဖန်တီးပြုပြင်လိုက်ပါတယ်။ အမိုးနီးယား (Ammonia) ဓာတ်ငွေ့က ကလေး ခါးတောင်းကျိုက်အောက်မှာ ကပ်နေတဲ့ အရေပြားတွေကို လောင်ကျွမ်းစေပြီး အရေပြားနီရဲ၊ ရောင်အနံ့ခြင်း ဖြစ်သွားတာ ဖြစ်ပါတယ်။



ဘယ်လိုကာကွယ်မှုပေးရမှာလဲ။

- တစ်ခါသုံး ကလေးခါးတောင်းကျိုက်တွေကို သုံးပါ။
- သေးဖိုတာနဲ့တစ်ပြိုင်နက် ချက်ချင်းလဲပေးပါ။ ကြာရှည် ဝတ်မပေးထားပါနဲ့။
- သေးဖိုတဲ့နေရာကို သန့်စင်ပေးပါ။
- သန့်စင်ပြီးရင် သံလွင်ဆီ (Olive Oil) လေးလိမ်းပေးပါ။
- အရေပြားရောင်အနံ့ခြင်း သိပ်ပြင်းထန်လျှင်တော့ စတီးရွိုက် (Steroid) ပါတဲ့ လိမ်းဆေးလေးကို သုတ်လိမ်းပေးလိုက်ပါ။ အမြဲတမ်း သုတ်လိမ်းပေးခြင်း မပြုလုပ်သင့်ပါ။ အသုံးများသွားရင် အရေပြားအကြောတွေ ပြတ်တတ်ပါတယ်။ (ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်များ၊ ဗိုက်ကြောပြတ်သည့် ပုံသဏ္ဍာန်မျိုး)

(၂) အလှအပသုံးပစ္စည်းများ

(က) နှုတ်ခမ်းဆိုးဆေးကြောင့် နှုတ်ခမ်းရောင် အနံ့ခြင်း
နှုတ်ခမ်းဆိုးဆေးကြောင့် နှုတ်ခမ်းရောင်အနံ့ခြင်းတွေ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ နှုတ်ခမ်းဆိုးဆေး ပြုလုပ်တဲ့နေရာမှာ အီးအိုစင်ဆိုးဆေး (Eosin Dye) ထည့်ဝင်

တော်စပ်ရပါတယ်။ ဆိုးဆေးတွေအနေနဲ့က များသောအားဖြင့် အရေပြားနဲ့ မတည့် တတ်ကြပါဘူး။ ဆိုးဆေးအရောင်ရင့်လေ ပိုပြီးမတည့်လေ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ အခုခေတ် မိန်းကလေးတွေက နှုတ်ခမ်းနီ ဆိုးဆေး အရောင်ရင့်ရင့်ကြီးတွေ ဖြစ်တဲ့ အမည်းရောင်၊ အပြာရောင်၊ နီညိုရောင် စသဖြင့်ပေါ့လေ၊ အဲဒီအရောင်ရင့် ဆိုးဆေးပါတဲ့ နှုတ်ခမ်းနီတောင်နဲ့ ခြယ်သမိပြီး နှုတ်ခမ်း

ရောင်ရမ်းလာတာက ပိုပြီးဆိုးဝါးစေပါတယ်။ နှုတ်ခမ်း ရောင်တာ ကုသပေးပြီးတဲ့ နောက်မှာတောင် နှုတ်ခမ်း သားမှာ ကွက်ပြီး မည်းကျန်နေတတ်ပါတယ်။ ဆေးမင်ကြောင် ထိုးသလို အကွက်တွေဖြစ်သွားတတ် တာဖို့ ကုဖို့ခက်ခဲပါတယ်။ သတိထားပြီး ချိန်ဆ အသုံးပြု စေချင်ပါတယ်။



(ခ) လက်သည်း၊ ခြေသည်းချိန်ဆေး

လက်သည်း၊ ခြေသည်းဆိုးဆေးကလည်း နှုတ်ခမ်း ဆိုးဆေးလိုပဲ။ ဆိုးဆေး ထဲမှာ Dye ဆိုးဆေးအရောင်များပါ ပါတယ်။ လက်သည်းရဲ့ သဘာဝအနေအထား အရ လက်သည်း၊ ခြေသည်းတို့ရဲ့အပေါ်ယံမှာ ကြွေးသားလိုမာကြောပြီး ကြွေရောင်လို ရှိနေပါတယ်။ နောက်ခြေသည်း လက်သည်းရဲ့ အရင်းပိုင်းမှာလည်း အရေပြားနဲ့ တစ်ဆက်တည်း ရှိနေတဲ့ လက်သည်းပန်းခုံး၊ ခြေသည်းပန်းခုံးများ ရှိနေပါတယ်။ ဆိုးဆေးဆိုးလိုက်တဲ့အခါ ဆိုးဆေးတွေဟာ လက်သည်း၊ ခြေသည်း အပေါ်ယံ ကြွေးသားတွေကို စားသွားပြီးကြာလာတဲ့အခါ လက်သည်းခြောက်ခြင်း၊ လက်သည်း နို့ကပ်ခြင်းတွေ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ဒါ့အပြင် ဆိုးဆေးအနေနဲ့ လက်သည်း၊ ခြေသည်း ပန်းခုံးတွေကို စားသွားပြီး ပျက်စီးစေတတ်တာကြောင့် လက်သည်း၊ ခြေသည်း ပန်းခုံးတွေဟာ ပြုတ်ထွက်သွားပြီး အတွင်းဘက်ကို လိပ်ဝင်သွားတာ တွေ့ဖူးကြပါ လိမ့်မယ်။ အဲဒီပန်းခုံးပြုတ်သွားတဲ့နေရာကနေပြီး မှိုပိုး၊ ဗက်တီးရီးယားပိုးတွေ အလွယ်တကူ ဝင်ရောက်သွားပြီး လက်သည်း၊ ခြေသည်းတွေ ပုပ်ကုန်တာ ဖြစ်တတ် ပါတယ်။ လက်သည်း၊ ခြေသည်း ဆိုးဆေးအရောင် တစ်မျိုးကနေတစ်မျိုး ပြောင်း ဆိုးချင်ကြလို့ နဂိုအရောင်ကို ဖျက်ဆေးနဲ့ ဖျက်ကြပါတယ်။ အဲဒီ ဖျက်ဆေးထဲမှာ နိုင်လင်း (Xylene) အရည်ပါ ပါတယ်။ နိုင်လင်းအရည်က လက်သည်း၊ ခြေသည်း ပန်းခုံး တွေကို ပျက်စီးစေပြီး

ရတနာသိင်္ဂါစာပေတိုက်

လက်သည်း၊ ခြေသည်းတွေထဲကို ပိုဝင်ပြီး အနာဖြစ်စေပြန်ပါတယ်။ အလှကုန်တို့အမှ အလှလွန်ကဲမှုကို ကြည့်လည်းလုပ်ကြပါနော်။ ပေါ့စေလိုလို့ ကြောင်ရုပ် ထိုးကာမှ ဆေးကြောင့်လေးဆိုသလို ဖြစ်တတ်ပါတယ်။

(ဂ) ဆံပင်ဆိုးဆေး

ဆံပင်ဆိုးဆေးမှာလည်း အမည်းရောင်ဆိုးဆေး (Dye) ပါတာပါပဲ။ အရင်တုန်း ကတော့ သက်ကြီးရွယ်အိုတွေက ငယ်ရုပ်ကို ဆောင်စေလိုတော့ သူတို့ရဲ့ ဆံပင်ဖြူကို အမည်းရောင်ဆိုးကြတယ်။ အခုခေတ်ကလေးတွေကတော့ မည်းနေတဲ့ ဆံပင်ကို ဖြူအောင်၊ ညိုအောင်၊ ဝါအောင်၊ နီကြန့်ကြန့်ဖြစ်အောင် ဆေးဆိုးကြ ပြန်ပါတယ်။ ဆိုးခါစတော့ ဘာမှမဖြစ်သလို ကောင်းသေးတာပေါ့။ ကြာလာတဲ့ အခါကျတော့ ဆိုးဆေးနဲ့မတည့်ဘဲ ဦးခေါင်းအရေပြားယားခြင်း၊ ရောင်ခြင်း၊ ဖျက်နှာ၊ လည်ပင်း၊ ကုတ်နေရာတွေအထိ ကျယ်ပြန့်ပြီး အရေပြားနီရဲ့ ရောင်အနံ့၊ မာကျင်ခြင်း (Dermatitis) တွေ ဆက်တိုက်ပေါ်လာတော့မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ သက်ကြီးရွယ်အိုတွေအတွက်တော့ အရေပြားကင်ဆာအထိ ဖြစ်သွားနိုင်ကြောင်း ပြောပါရစေ။

(ဃ) ခေါင်းလျှော်ရည် (Shampoo)

ခေါင်းလျှော်ရည် (Shampoo) တွေကြောင့်လည်း ဦးရေ၊ လည်ပင်း၊ ကုတ်စတဲ့ နေရာတွေမှာ အရေပြားရောင် အနံ့ခြင်းတွေ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ကိုယ်နဲ့မတည့်တဲ့ ခေါင်းလျှော်ရည်ကို မသုံးနဲ့ပေါ့။ ခေါင်းလျှော်ရည်ထဲမှာ ဆံပင်ပေါက်နေတဲ့ ကြေး(ဂျီး)တွေ သန့်စင်အောင် ကြေး(ဂျီး)ကျွတ်ဆေး ပါတယ်။ အဲဒီလို ကြေး(ဂျီး) ကျွတ်ဆေးက ဆံပင်ပေါက် ကြေး(ဂျီး)တင်မကဘူး၊ ဦးရေပေါက် ဆံပင်တောင် ကျွတ်သွားစေနိုင်ပါတယ်။ လူတိုင်းတော့ မဖြစ်ပါဘူး။ တချို့သုံးလို့ အဆင်မပြေတဲ့ သူတွေအတွက်တော့ ဖြစ်နေတာရှိလို့ပါပဲ။ မတည့်ရင်မသုံးနဲ့ပေါ့။

(င) ရေမွှေး၊ Perfume

ရေမွှေးတွေထဲမှာတော့ ဆိုရာလင်အရည် (Pso ralen) ပါတတ် ပါတယ်။ ဒီဆေးရည်ပါမှလည်း ရေမွှေးပက်ဖျန်းတဲ့အခါ မြိန်မြိန် ခြောက်လွယ်ပြီး အမွှေးနံ့တွယ်ကပ်နေမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အရေပြားပေါ်ကို ရေမွှေးပက်ဖျန်းပြီး နေပူထဲကို သွားတဲ့ အခါမှာ ရေမွှေး လောင်တတ်ပါတယ်။ ရေမွှေးလောင်တဲ့ နေရာမှာ ပထမတော့ နီရဲနေပြီး နောက်တော့ ညိုမည်း

ရတနာသိင်္ဂါစာပေတိုက်



သွားတတ်ပါတယ်။ အရေပြားပေါ် ရေမွှေးပက်ဖျန်းခြင်းကို ဂရုစိုက်ပြီး ပြုလုပ်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ရေမွှေးမှာလည်း အရေပြားပေါ်ကို ဆွတ်တဲ့ရေမွှေးရှိသလို အဝတ် အစားပေါ်ကို ဆွတ်တဲ့ရေမွှေး ရှိပါတယ်။ ရေမွှေးထဲမှာပါတဲ့ ဆိုရာလင်အရည် (Psoralen)နဲ့ နေရောင်ခြည် ထိတွေ့တဲ့အခါမှာ အရေပြားနာကျင်၊ ရောင်အန်း ခြင်းတွေ ဖြစ်လာတာ ဖြစ်ပါတယ်။

(စ) ပေါင်ဒါ(Powder)

ပေါင်ဒါမှုန့်တွေမှာ အမွှေးရနံ့ထိန်းစေတဲ့ အမွှေးရနံ့တွေ ပါရှိကြပါတယ်။ တချို့ပေါင်ဒါတွေက ခဲ (Lead) အမှုန့် အနည်းငယ်ပါတာ ရှိတတ်ပါတယ်။ ခဲရဲ့(Lead) သတ္တိက အရေပြားကို လောင်ကျွမ်းစေသလို အမွှေးရနံ့ထိန်းတဲ့ ဆိုရာလင်ပစ္စည်းကလည်း ပါတတ်တာမို့ ချွေးထွက်တဲ့အခါ၊ နေပူတဲ့အခါမှာ အရေပြားနုမာညှစ်ပြီး အရေပြားရောင်အန်းခြင်းတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ ပေါင်ဒါကြောင့် အားလုံးဖြစ်တယ်လို့ မဆိုလိုပါ။ မတည့်တဲ့အခါမှာသာ ပေါ်ပေါက်လာတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ရေမွှေးကြောင့် ဖြစ်တာလောက်တော့ မဆိုးပါ။

(ဆ) ချွေးနုပျောက်ဆေး(Deodorants)

ချွေးတော်ရုံတန်ရုံ ထွက်တဲ့သူတွေနဲ့ ချွေးနုရိုသူတွေအတွက် ကောင်းပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ပူအိုက်စွတ်စိုနေတဲ့ အချိန်မှာ၊ ချွေးတွေ သိပ်ထွက်နေတဲ့အချိန်မှာတော့ သိပ်ပြီး မသုံးသင့်ပါ။ ချွေးနုပျောက်ဆေးတွေအနေနဲ့ ချိုင်းမှာရှိတဲ့ ချွေးထွက်တဲ့ အကျိတ်တွေ (apocrine glands)ကို ထိခိုက်စေတတ်ပါတယ်။ အပိုပရင်း အကျိတ်ဖွဲ့တွေကလည်း ချွေးတွေများများထွက်နေတဲ့အချိန်မှာ ချိုင်းကြားမှာရှိတဲ့ ဗက်တီးရီးယားပိုးတွေနဲ့ ပေါင်းစပ်သွားပြီး ချိုင်းမှာ အနာဖြစ်တတ်ပါတယ်။ အဲဒီကမှတစ်ဆင့် ကိန္နရာမှာ ဖြစ်သွားနိုင်ပါတယ်။ ချင်ချိန်ပြီး သုံးတတ်ကြပါစေ။

(ဇ) ချွေးထွက်တာဆေး (Antiperspirants)

ချွေးထွက်နည်းအောင် လိမ်းတဲ့ဆေးတွေကတော့ အရေပြားမှာရှိတဲ့ ချွေးထွက် အကျိတ်ဖွဲ့တွေ(sweat glands) ရဲ့ သဘာဝအတိုင်း လုပ်ဆောင်ချက်တွေကို ဟန့်တားတာဖြစ်လို့ သုံးရန်မသင့်လျော်ပါ။ ချွေးထွက်လွန်ကဲသူတွေသာ သုံးရန် ဖြစ်ပါတယ်။ ချွေးသိပ်ထွက်တာ ဘာကြောင့်ဖြစ်တာလဲဆိုတဲ့ အခြေခံကျတဲ့ စစ်ဆေးမှုတွေ ပြုလုပ်ပြီးမှ ဆုံးဖြတ်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ စုံစမ်းစစ်ဆေးရမယ့် အချက်တွေကတော့ သွေးစစ်ဆေးခြင်း၊ ဟိုမိုးအကျိတ်တွေနဲ့ ပတ်သက်မှုများ စစ်ဆေးခြင်း၊ လည်ပင်းအကျိတ်ရောဂါ (Thyroid) ရှိ မရှိ စစ်ဆေးခြင်း၊

စိတ်လှုပ်ရှားမှုနဲ့ပတ်သက်သည့် စစ်ဆေးမှုတွေ ပြုလုပ်ခြင်း၊ စိတ်ရောဂါနဲ့ ပတ်သက် သည့်များကို စစ်ဆေးခြင်း စတာတွေပြုလုပ်ပြီးမှ ချွေးထွက်လွန်ကဲမှုကို ချိန်ဆ ကုသရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

(ဃ) အိမ်တွင်းမှုအလုပ် (House Hold Work)

(က) ဆပ်ပြာမှုန့်၊ ဆပ်ပြာရည်(Detergent)

ဆပ်ပြာမှုန့်၊ ဆပ်ပြာရည်တွေကို အလွန်အကျွံ အသုံးမပြုသင့်ပါဘူး။ အရေပြားပေါ်မှာ ပါးလွှာတဲ့ အဆီပြင်လေးတွေ ရှိနေပါတယ်။ ဒီအဆီပြင် (Lipid Layer) လေးဟာ လူ့ကိုယ်ခန္ဓာမှာရှိတဲ့ အရေပြားကို ခြောက်သွေ့ခြင်းမှ ကင်းလွတ် စေဖို့ ရှိနေရတာဖြစ်ပါတယ်။ လက်ဖဝါးတွေနဲ့ ခြေဖဝါးတွေမှာတော့ အပူအအေးခံ အရေပြား(Lucid Layer) ရှိနေပါတယ်။ ဒါကြောင့် တော်ရုံတန်ရုံ ပူခြင်း၊ အေးခြင်းကို လက်ဖဝါး၊ ခြေဖဝါးမှာရှိနေတဲ့ လူးဆစ်အလွှာ (Lucid Layer) က ကာကွယ်ပေးထားပါတယ်။ ထိုနည်းတူစွာပဲ အရေပြားပေါ်မှာရှိနေတဲ့ အဆီပြင် (Lipid Layer) ကလည်း အရေပြားရဲ့ အပူ အအေးကို ချိန်ဆပြုလုပ်ရင်း အရေပြား ခြောက်သွေ့ခြင်း ဘေးရန်ကလည်း ကာကွယ် ပေးပါတယ်။ ဒါကြောင့် အရေပြားကို ဆပ်ပြာနဲ့ ခဏခဏတိုက် ချွတ်လိုက်မယ်ဆိုရင် အရေပြား အဆီတွေခန်းခြောက်သွားပြီး၊ ကွဲအက်ခြင်း၊ အနာဖြစ်ခြင်းတွေ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်ပါတယ်။ ဆပ်ပြာမှုန့်၊ ဆပ်ပြာရည်တို့ကို လိုတာထက် ပိုမသုံးသင့်ပါဘူး။



(ခ) အရောင်တင်ဆေး (Polishes)

အိမ်တွင်းမှုလုပ်ငန်းအနေနဲ့ ဗီဂျီ၊ ကုလားထိုင်၊ စားပွဲ စတာတွေကို အရောင် တင်ဆေး တင်ပေးခြင်းကနေ အရောင်တင်ဆီနဲ့မတည့်ဘဲ လက်တွေမှာ နှိမ့်ရောင့်အန်း၊ နာကျင်လာတာ ဖြစ်ပါတယ်။ အရောင်တင်ဆီထဲမှာလည်း ဆိုးဆေး (Dye)ပါတာမို့ အရေပြားနဲ့ များသောအားဖြင့် မတည့်ဖြစ်ပြီး အနာဖြစ်လာတာ ဖြစ်ပါတယ်။ အရောင်တင်ဆေးကလည်း တာပင်တိုင် (Turpentine) ဆေးနဲ့ ရောထားတာကြောင့် အရေပြားမှာ ရောင်ရမ်းမှုဖြစ်ရတာပါ။

(ဂ) လက်အိတ်အစွပ် (Rubber Gloves)

တချို့လူတွေတော့ လက်အိတ်နဲ့မတည့်ကြပါ။ ရောဂါဘာလက်အိတ်အစွပ်တာနဲ့ အရေပြားတွေ ပူလောင်ပြီး အရည်ကြည်ဖုတွေ ဖြစ်ပေါ်လာတာ တွေ့ရပါတယ်။ ပလတ်စတစ် (Plastic)နဲ့ မတည့်လို့ဖြစ်တာပါ။

(၄) အလုပ်အကိုင်နဲ့ ပတ်သက်လို့ (Occupational)

ဓာတ်ဆီ၊ ဒီဇယ်ဆီ၊ ဖျော်ရည်၊ ဆေးသုတ်ဆေး၊ မှုတ်ဆေး၊ ဘိလပ်မြေ၊ ထုံးစတာတွေကို ကိုင်တွယ် အလုပ် လုပ်နေသူတွေအနေနဲ့လည်း ဖော်ပြပါ ပစ္စည်းတွေနဲ့ မတည့်ဖြစ်ပြီး အရေပြားနီရဲ၊ ရောင်အန်း၊ နာကျင်ခြင်းတွေ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ အိမ်သုတ်ဆေးထဲမှာလည်း တာပင်တိုင်ဆေးရည်ပါလို့ အိမ်သုတ်ဆေး ကိုင်တွယ် အလုပ်လုပ်ရသူတွေမှာလည်း တာပင်တိုင်ဆေးရည်နဲ့ မတည့်လို့ အရေပြား နီရဲ၊ ရောင်အန်း၊ နာကျင်ခြင်းတွေ ဖြစ်တတ်ကြပါတယ်။ လက်သမား တွေအနေနဲ့လည်း လှစာမှုန့်ကြောင့် အရေပြားရောင်အန်းခြင်းတွေ ဖြစ်တတ်ပါ သေးတယ်။ ပန်းဖိုက်သူတွေအနေနဲ့ တိုက်ကပ်နွယ်ပင် (Ivy)နဲ့ ထိတွေ့ ကိုင်တွယ် ခြင်းဖြင့် အရေပြားယားယံ၊ ရောင်အန်းခြင်းတွေ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။

(၅) ဆေးဝါးပစ္စည်း

ဆေးတွေအနေနဲ့ကတော့...

- (က) ဆာလဖာ (Sulpha)
- (ခ) ပင်နီစီလင် (Penicillin)
- (ဂ) စထရက်ပ်တိုမိုင်စင် (Strepto Mycin)
- (ဃ) အင်နီတီဟစ်(စ)တမင်း (Antihistamines)
- (င) ပရိုကိန်း (Procaine)
- (စ) နီရိုမိုင်စင် (Neomycin)
- (ဆ) အကိုက်အခဲပျောက်ဆေး (Analgesics)

စတဲ့ဆေးတွေဖြစ်ပါတယ်။ ဆာလဖာ(Sulpha)ကြောင့် အရေပြား ရောင်အန်းခြင်းဖြစ်တာကတော့ ပထမဖြစ်ခါစမှာ ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်မှာ အနီကွက်တစ်ခု ဒါမှမဟုတ် သုံး၊ လေးခုလောက် အကွက်တွေ ပေါ်လာပါတယ်။ အကွက်တွေဟာ ယားမယ်။ ကြာလာတဲ့အခါ အကွက်တွေဟာ မည်းသွားပါလိမ့်မယ်။ ဆာလဖာ ကြောင့်ဖြစ်တဲ့ အကွက်တွေဟာ တော်တော်နဲ့ မပျောက်ပါဘူး။ အရေပြားပေါ်မှာ ဆေးမင်ကြောင် ထိုးထားသလို အမည်းကွက်ဖြစ်နေခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ Fixed Drug Eruption ဖြစ်ပါတယ်။

ထိုနည်းတူစွာပဲ တချို့အကိုက်အခဲပျောက်ဆေးတွေအနေနဲ့လည်း အရေပြား ပေါ်မှာ အမည်းကွက်၊ အညိုကွက်တွေဖြစ်ပေါ် တွေ့ရှိရတတ်ပါတယ်။ ပင်နီစီလင်ကြောင့် ဖြစ်တာတွေကတော့ နီရဲတဲ့အခက်အပျောက်တွေ ခန္ဓာကိုယ် ပေါ်မှာ ပေါ်လာတာဖြစ်ပြီး ယားပါမယ်။

ကာကွယ်ခြင်း၊ ကုသခြင်း

အရေပြား နီရဲ၊ ရောင်အန်း၊ နာကျင်ခြင်း (Dermatitis) ဖြစ်စေတဲ့ အုပ်စု ကဏ္ဍတွေက များတာမို့ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အခြေအနေကိုကြည့်ပြီး ကုသမှု လုပ်ပေးရ ပါတယ်။ ဖြစ်တတ်တဲ့ အကြောင်းစစ်မြစ်ကို တွေ့အောင်ရှာပြီး တွေ့ရင် ရှောင်ဖို့ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဥပမာ ပစ္စည်းတစ်ခုခုနဲ့ ထိတွေ့မိလို့ မတည့်တာဖြစ်ရင် ရှောင်ရှားရမှာ ဖြစ်သလို သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေးတွေကြောင့် ဖြစ်တာဆိုရင်လည်း အဲဒီ သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေးကို ဆက်လက် မသုံးစွဲဖို့ပါပဲ။

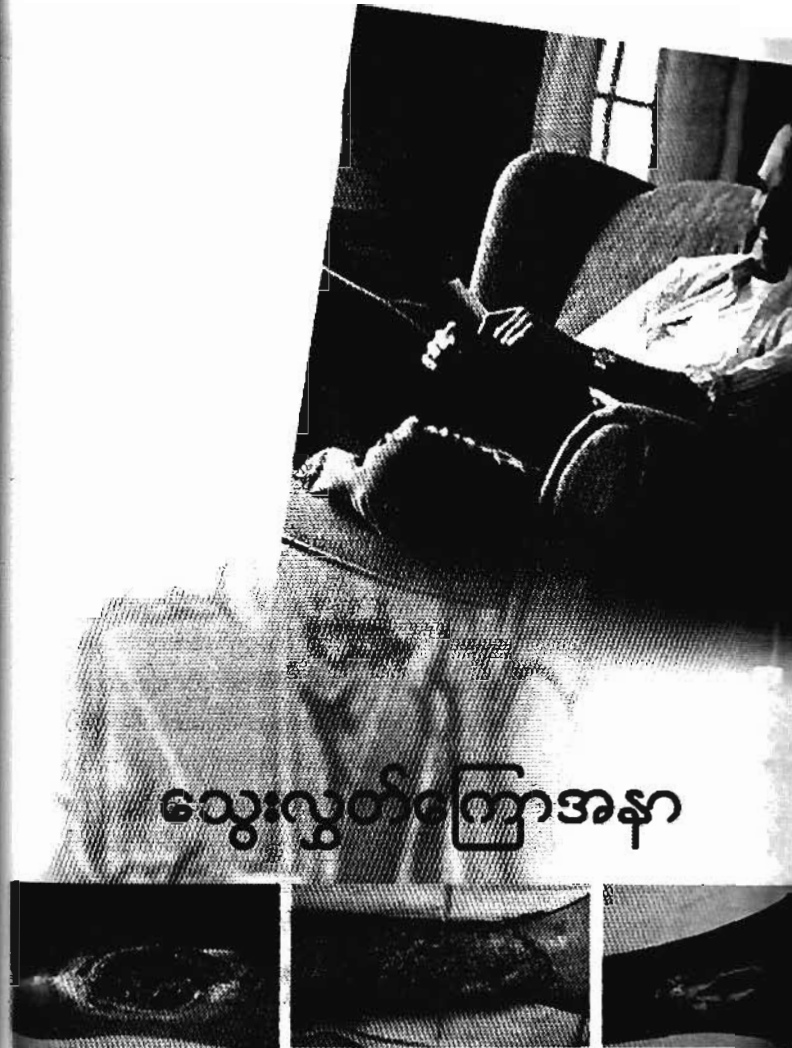
ကုသမှုအနေနဲ့ကတော့ အရေပြားပေါ်မှာ ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ အခြေအနေကို ကြည့်ပြီး ထိုးဆေး၊ သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေးတွေကို အလျဉ်းသင့်သလို ပေးရမှာဖြစ်ပါတယ်။ သိပ်ဆိုးတဲ့ အခြေအနေဆိုရင်တော့ စတီးရွိုက်ထိုးဆေး၊ သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေး တွေကို ပေးရပါလိမ့်မယ်။ ကုသမှုပိုင်းကတော့ ရောဂါရဲ့အဆင့်ဆင့်ပေါ်မှာ မှတည့် နေလို့ တစ်ခုစီ အသေးစိတ်ရေးပြလို့ မရနိုင်ပါ။ ဖြစ်လာပါက အရေပြား အထူးကု ဆရာဝန်ကြီးတွေနဲ့ တွေ့ဆုံတိုင်ပင်ပြီး ကုသရမှာဖြစ်ပါကြောင်း တင်ပြလိုက်ရ ပါတယ်။



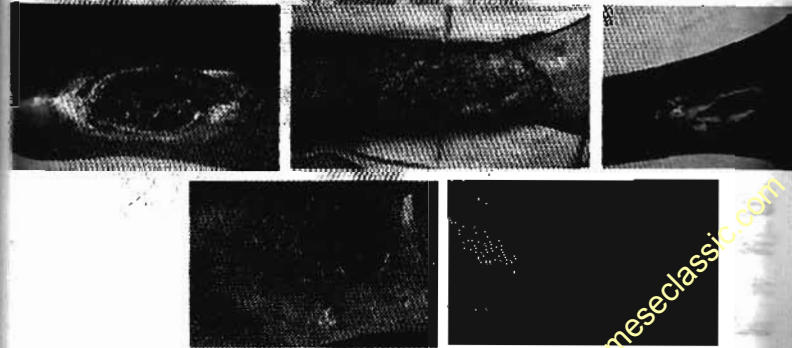
www.burmeseclassic.com



သွေးလွှတ်ကြောနာဆိုတာကလည်း
 သွေးလွှတ်ကြောတွေ ပိတ်ဆို့မှုကြောင့်
 အရေးပြားပေါ်မှာ အနာဖြစ်လာခြင်းကို
 ဆိုလိုတာ ဖြစ်ပါတယ်။
 သွေးလွှတ်ကြော အကြီးစားကြီးတွေနဲ့
 အလတ်စားအရွယ်ရှိတဲ့ သွေးလွှတ်ကြော
 တွေမှာ အခြစ်များပါတယ်။



သွေးလွှတ်ကြောအနာ



သွေးလွှတ်ကြောအနာ

နှလုံးအိမ် (heart)မှ သွေးများကို လူ့ခန္ဓာကိုယ်အနှံ့ သွေးလွှတ်ကြော (arteries)များက တစ်ဆင့် ဖြန့်ဖြူးပေးသလို သွေးပြန်ကြော (veins)များကလည်း လူ့ခန္ဓာ ကိုယ်အနှံ့ရှိ ကလာပ်စည်း (cells)များမှ အညစ်အကြေးများကို အဆင့်ဆင့် သယ်ဆောင်လာကာ နှလုံးအိမ်သို့ ပြန်ပို့ပေးပြီး နှလုံးအိမ်ထဲမှာ အဆုတ်ကလာတွဲ အောက်သီဂျင်နဲ့ ပေါင်းစပ်သန့်စင်စေပြီး တစ်ဖန်လူ့ခန္ဓာကိုယ်အနှံ့ ဖြန့်ဖြူးပေးပြန်ပါတယ်။ သွေးပြန်ကြောများ ပျက်စီးခြင်းကြောင့် သွေးပြန်ကြောနာ (Venous Ulcer)အကြောင်းကို ရေးသားဖော်ပြခဲ့ပြီးပါပြီ။

အခုတစ်ဖန် သွေးလွှတ်ကြောနာဆိုတာကလည်း သွေးလွှတ်ကြောတွေ ပိတ်ဆို့မှုကြောင့် အရေပြားပေါ်မှာ အနာဖြစ်လာခြင်းကိုဆိုလိုတာ ဖြစ်ပါတယ်။ သွေးလွှတ်ကြော အကြီးစားကြီးတွေနဲ့ အလတ်စားအရွယ်ရှိတဲ့ သွေးလွှတ်ကြောတွေမှာ အဖြစ်များပါတယ်။ အထူးသဖြင့်တော့ အသက် ၄၅ နှစ်ကျော် အရွယ် ယောက်ျားလေးတွေမှာ အဖြစ်များပါတယ်။ ဖြစ်ပေါ်လာပုံကလည်း ခြေထောက် (Legs)မှာ ဖြစ်တတ်ပြီး ထိခိုက်မှု၊ ပွန်းပဲ့မှု၊ ဖိနပ်စီးရာမှာ ခြေထောက်နဲ့ ဖိနပ်အရွယ်အစား မကိုက်ညီတဲ့ အနာဖြစ်လာမှု၊ အသားမာ ဖြစ်ပေါ်မှု၊ ခြေမ ပထမအဆစ်ပေါ်မှာဖြစ်တတ်တဲ့ အနာစိမ်း(Bunion)စသည်တို့ကနေ သွေးလွှတ်ကြော ပိတ်ဆို့အနာ ဖြစ်လာတတ်ပါတယ်။ သွေးလွှတ်ကြောပိတ်ဆို့မှုရဲ့ အဓိက အချက်ကတော့ သွေးထဲမှာ အဆီများနေလို့ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ သွေးကြောအတွင်းမှာ အဆီတွေ တွယ်ကပ်မှု များများလာရာကနေ သွေးကြောတွေ ပိတ်ဆို့သွားတာဖြစ်ပါတယ်။ သွေးကြောပိတ်ဆို့မှုကြောင့် သွေးတွေ မဖြန့်ဖြူးနိုင်ဖြစ်ပြီး သွေးမလျှောက်တဲ့ နေရာတွေမှာ အရေပြားခြောက်ခန်း အနာနည်းပြီး အနာဖြစ်လာပါ။

သွေးလွှတ်ကြောနာဖြစ်လာစေနိုင်တဲ့ အချက်အလက်တွေက ဘာတွေပါလဲ အချက်အလက်တွေကတော့...

၁။ နေ့စဉ်စားသုံးတဲ့ အစားအသောက်အနေနဲ့ သွေးထဲမှာ အဆီများလာစေမှု၊ အဆီတည်လာစေမှု (serum lipids)များကြောင့် သွေးကြောအတွင်းမှာ အဆီတွေ

ငြိတွယ်ကပ်ရာကနေ သွေးကြောများ ကျဉ်းမြောင်းသွားပြီး နောက်ဆုံးပိတ်ဆို့တဲ့ အထိ ဖြစ်သွားပါတယ်။ ပိတ်ဆို့တော့ သွေး မရောက်၊ သွေးမရောက်တော့ အရေပြားတွေ မလန်းဆန်း၊ မကျန်းမာဖြစ်ပြီး တစ်ခုခုနဲ့ ထိခိုက် ဒဏ်ရာရရှိရာကနေ အနာ ဖြစ်သွားခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

၂။ ကျန်းမာရေးလှုပ်ရှားကစားမှု မရှိတာကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်အနှံ့ သွေးသွားလာမှု နှေးကွေးစေပြီး သွေးထဲရှိ အဆီတွေကိုလည်း ဖျက်ဆီးပစ်နိုင်စွမ်းနည်းလာတာ အဆီတွေ တစ်စတစ်စနဲ့ များလာရာကနေ သွေးကြောအတွင်း ပိတ်ဆို့မှု အတိုင်း အတာထိ ရောက်ရှိသွားပါတယ်။ ကျန်းမာရေး လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ပေးခြင်းဖြင့် သွေးလည်ပတ်မှု သွက်လက်စေပြီး သွေးတွေ သွေးကြောတွေထဲမှာ အိုင်ပြီး မနေတော့ဘဲ စီးဆင်းလှည့်ပတ်မှုများလာတာကြောင့် သွေးကြောပိတ်ဆို့မှုမှ ကင်းဝေးစေနိုင်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျန်းမာရေးလှုပ်ရှားမှု (အနည်းဆုံးလမ်းလျှောက်တာတောင်)မရှိတဲ့သူများအတွက်တော့ အဆီတက်ပြီး သွေးကြောပိတ်ဆို့ရာကနေ သွေးလွှတ်ကြောနာ ဖြစ်လာနိုင်ပါတယ်။

၃။ ဆေးလိပ်သောက်သူများ အထူးသဖြင့် စီးကရက်သောက်သူများဟာ သွေးလွှတ်ကြော ပိတ်ဆို့အနာ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ဆေးလိပ်ထဲမှာ နီကိုတင်း (Nicotine)ဓာတ်ပါရှိပြီး သွေးအဆီတက်တာ၊ သွေးကြောပိတ်ဆို့တာများ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ဆေးလိပ်မီးခိုးကို သင့်ရဲ့ လက်သည်းခွံပေါ်မှာ တွေ့ကပ်ပြီး မှုတ်ကြည့်လိုက်ပါ။ ဆေးကြေး(ဂျိုး)လို ခပ်ညိုညို၊ စေးထန်းထန်းအနုနုတွေ လက်သည်းခွံပေါ်မှာ ပေကပ်ကျန်နေတာ တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။ အဲဒါ နီကိုတင်းဓာတ်တွေပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီနီကိုတင်းဓာတ်တွေဟာ အဆုတ်(lungs)ကနေ သွေးထဲရောက်၊ နှလုံးအိမ်ထဲဝင်၊ သွေးလွှတ်ကြောတွေကနေ တစ်ကိုယ်လုံးကို ဖြန့်ဖြူးပေးခြင်းဖြင့် ပျံ့နှံ့သွားတော့တယ်။ သွေးထဲမှာတော့ သွေးအဆီတွေအဖြစ် ပြောင်းလဲသွားပြီး သွေးလွှတ်ကြော ပိတ်ဆို့လာမှုကို အားပေးပါတော့တယ်။



၄။ သွေးကြောတွေကလည်း ပိတ်လာပြန်၊ သွေးလျှောက်မှုကလည်း နည်းလာတဲ့ အချိန်မှာ ခြေထောက်မှာ တစ်ခုခုနဲ့ထိခိုက်မိပြီး အနာဖြစ်လာရာကနေ အောက်ဆီဂျင်ပါတဲ့ သွေးရရှိမှုနည်းလာတာကြောင့် အနာဟာ ပုပ်သိုးဆွေးမြည့် (Gan- grene)သွားတတ်ပါတယ်။ ပုပ်သိုး ဆွေးမြည့်သွားပြီးဆိုရင်တော့ ဖြတ်တောက်ဖယ်ရှားပစ်ရုံသာ ရှိပါတယ်။ သို့မဟုတ်ပါက အနာအသေးလေးကနေ တစ်ဆင့်တစ်ဆင့် ကျယ်ပြန့်သွားခဲ့ရင်တော့ အသေးလေးဖြတ်ထုတ်ပစ်ရမယ့်အစား အပိုင်းအကြီးကြီးကို ဖြတ်ထုတ်ပစ်ရတဲ့ကိန်း ဆိုက်တတ်ကြောင်းပါ။

သွေးလွှတ်ကြောမှာဖြစ်ရင် ဘယ်လိုခံစားရမယ့်အတွက်ရှိမှာပါလဲ

ခံစားရနိုင်ဖွယ်ရှိတဲ့ အချက်အလက်တွေကတော့..

၁။ သိသာထင်ရှားတဲ့ နာကျင်ခြင်းဝေဒနာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဘယ်လိုအချိန်မျိုးမှာ ပိုပြီး သိသာထင်ရှားလာသလဲဆိုရင် ကြွက်သားတွေ လှေကုန်ခန်းပြုလုပ်တဲ့အချိန်မှာ ကြွက်သားတွေဆီကို သွေးလွှတ်ကြောမှသွေးများ လုံလုံလောက်လောက် ဖြန့်ဖြူးပေးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ သွေးလွှတ်ကြောတွေ အနည်းငယ်သော်လည်းကောင်း၊ လုံးလုံးသော်လည်းကောင်း ပိတ်ဆို့နေခဲ့ရင် လှုပ်ရှားမှုဖြုလုပ်နေတဲ့ ကြွက်သားတွေဆီကို သွေးအရောက်နည်းသွားပြီး ကြွက်သားတွေ နာကျင်လာပါတယ်။ အဲဒီလို နာတဲ့အချိန်မှာ ကြွက်သားတွေ လှုပ်ရှားမှုလှေကုန်တာကို ရပ်လိုက်မယ်၊ အနားပေးလိုက်မယ်ဆိုရင် နာကျင်ခြင်းဝေဒနာ ပျောက်သွားပါလိမ့်မယ်။ ကြွက်သားတွေ ပြင်း ပြင်းထန်ထန်လှုပ်ရှားလိုက်ရင် သွေးမလျှောက်တဲ့နေရာတွေမှာ ပြင်းထန်တဲ့နာကျင်ခြင်း ဝေဒနာခံစားရလိုက်၊ လှုပ်ရှားမှု အနားယူလိုက်ရင် နာကျင်ခြင်းဝေဒနာ သက်သာလိုက်စတဲ့ ဝေဒနာမျိုးခံစားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

၂။ ခြေထောက်မှာ သွေးမလျှောက်နည်းလို့ အနာဖြစ်လာတဲ့အခါ အနာဟာ နာကျင်နေပါမယ်။ အဲဒီလို နာကျင်တဲ့အခါမှာ လူနာဟာ သူ့ရဲ့ခြေထောက်ကို ခုတင်ဘေးမှာ တွဲလောင်းချပြီး ထိုင်နေလိုက်ရင် သက်သာသွားပါလိမ့်မယ်။ ဒီလို ခြေထောက်ကို တွဲလောင်းချထိုင်လိုက်ခြင်းကြောင့် သွေးသွားလာမှုရရှိသွားပြီး အနာ သက်သာသွားပါတယ်။ အနာကလည်း သွေးရရှိမှုနည်းလို့ ဖြစ်တဲ့အနာ ဖြစ်နေလို့ပါ။

၃။ နာကျင်ခြင်းဝေဒနာ(pain)ကို ဆေးသောက်ဖြေရှင်းခြင်းဖြင့် သက်သာစေဖို့ ခက်ခဲကြောင်း ခံစားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

သွေးလွှတ်ကြောပိတ်ဆို့နာရဲ့ တွေ့ရှိရနိုင်တဲ့ ဖြစ်စဉ်တွေက ဘာတွေပါလဲ
တွေ့ရှိရနိုင်တဲ့ ဖြစ်စဉ်တွေကတော့...

- ၁။ အနာတွေက များသောအားဖြင့် ခြေထောက်အောက်ပိုင်း သိသာထင်ရှားပေါ်လွင်နေတဲ့ အရိုးတွေပေါ်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။
 - ခြေထောက်၊ ခြေချောင်းလေးတွေရဲ့ အပေါ်ပိုင်း
 - ခြေသည်းပတ်ဝန်းကျင်
 - ခြေဖောက်
 - ခြေမျက်စိများ
- ၂။ အနာဟာ ဖြစ်စမှာတော့ သေးမယ်၊ ဖြူဖပ်ဖြူရော် အဆင်းရှိမယ်၊ အရေပြားအပေါ်ယံမှာ စဖြစ်မယ်။ တဖြည်းဖြည်းနဲ့ အနာဟာ ကြီးလာပါမယ်။
- ၃။ အနာရဲ့အတွင်းအောက်ခြေပိုင်းဟာ ဝါညိုရောင် သို့မဟုတ် အမည်းရောင် ဖြစ်နေတတ်ပြီး အနာပြင်ဟာ ပုပ်သိုးဆွေးမြည့်နေတဲ့ ကလာပ်စည်းတွေနဲ့ ဖုံးအုပ်နေတတ်တာ တွေ့မြင်နိုင်ပါတယ်။
- ၄။ အနာရဲ့နှုတ်ခမ်းသားတွေဟာ ဇောက်နက်နေမယ်။
- ၅။ အနာထဲကို ပိုးဝင်သွားမယ်ဆိုရင် အနာဟာ ပြည့်တည်လာတာတွေ့ရပါလိမ့်မယ်။
- ၆။ အနာရဲ့ပတ်ဝန်းကျင်မှာ ရှိနေတဲ့အရေပြားတွေဟာ ဖြူရော်နေမယ်။ အနာကျက်ဖို့ ခက်ခဲပါလိမ့်မယ်။
- ၇။ ခြေထောက်သွေးကြောကို စမ်းကြည့်ရင် သွေးလျှောက်မှု လျော့နည်းတာ သို့မဟုတ် သွေးမလျှောက်တော့တာတွေ တွေ့ရှိနိုင်ပါတယ်။
- ၈။ သွေးမလျှောက်နည်းတာ၊ သွေးမလျှောက်တာတွေကြောင့် ကြွက်သားတွေ (muscles)သေးသိမ်တာ၊ သေသွားတာတွေ မြင်တွေ့နိုင်ပြန်ပါတယ်။
- ၉။ ခြေဖမ်းနဲ့ခြေချောင်းလေးတွေပေါ်မှာ အမွှေးများ မပေါက်တော့တာကို တွေ့ရပါတယ်။
- ၁၀။ သွေးလျှောက်မှုကင်းမဲ့တဲ့ ခြေဖမ်းပေါ်က အရေပြားတွေ သေးသိမ်သွားစေပြီး လှုပ်ရှားမှုကင်းမဲ့သွားတာ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။
- ၁၁။ ခြေသည်းတွေလည်း ပြောင်းလဲသွားတတ်ပါတယ်။
- ၁၂။ နောက်ဆုံးတွေ့ရှိ ဖြစ်ပေါ်လာမယ့်အချက်ကတော့ ခြေထောက်အောက်ပိုင်းလောင်တာတွေ ဖြစ်ပါတယ်။

သွေးလွှတ်ကြောပိတ်ဆို့နာ ဖြစ်ပေါ်လာစေဖို့ ဘယ်အချက်အလက်တွေက ပံ့ပိုးလှုံ့ဆော်ပါသလဲ

သွေးလွှတ်ကြောပိတ်ဆို့နာ ဖြစ်ပေါ်စေဖို့ အဓိကအချက်ကတော့ အစားအသောက်ထဲမှာ အဆီများများပါတဲ့အချက်ပါပဲ။ သွေးထဲမှာ အဆီတက်လာတာနဲ့



အမျှ သွေးကြောတွေကို တဖြည်းဖြည်း ကျဉ်းမြောင်းပိတ်ဆို့စေပါတယ်။ သွေးထဲမှာ အဆီဓာတ်ကလည်းများ နေပြန်၊ လှေကျင့်ခန်းပြုလုပ်မှုကလည်း နည်းပြန်၊ မရှိပြန်ဆိုတော့ အဆီပိတ်ဆို့မှုအတွက် အခွင့်အရေးတစ်ရပ် ဖြစ်သွားတတ်ပါတယ်။ စီးကရက်၊ ဆေးလိပ်သောက်မှုတွေအတွက် သွေးကြောပိတ်ဆို့မှုတွေ ပိုပြီးကြုံရတတ်ပါတယ်။ သွေးကြောပိတ်ဆို့မှုကြောင့် သွေးမလျှောက်၊ သွေးမလျှောက်တော့ အရေပြားတွေ၊ ကြွက်သားတွေ လှုပ်ရှားမှုနည်းခြင်း၊ သေးသိမ်သွားခြင်းဖြစ်၊ အဲဒီအချိန်မှာ ခြေထောက်ကို တစ်ခုခုနဲ့ထိမိ၊ ခိုက်မိပြီး အနာဖြစ်၊ လတ်ဆတ်တဲ့သွေး၊ အောက်ဆီကျင့်ပါတဲ့ သွေး အရနည်းမှုကြောင့်သော်လည်းကောင်း၊ လုံးဝ မရရှိတာကြောင့်သော်လည်းကောင်း အနာတွေဟာ ပုပ်သိုး ပြုလုပ်တဲ့အဆင့်ကို တဖြည်းဖြည်းပြောင်းလဲ ဖြစ်ပေါ်သွားတာ ဖြစ်ပါတယ်။

အနာဖြစ်ပေါ်လာရင် နှစ်ရှည်လများ ခံစားရမှာဖြစ်ပါတယ်။ အနာကျက်ဖို့၊ ပျောက်ကင်းဖို့ နှစ်ကာလကြာမှာသာ ဖြစ်ပါတယ်။ ပုပ်သိုးဆွေးမြည့်တဲ့အထိ ဖြစ်သွားရင်တော့ ဖြတ်ထုတ်ပစ်ဖို့ပဲ ရှိပါတယ်။ အရိုးနဲ့ကပ်နေတဲ့အနာတွေ ဆိုရင် အရိုးကိုပါ ထိခိုက်ပျက်စီးစေပြီး ခြေဆစ်တွေမှာလည်း ပြည့်တည်ပြီး ရောင်ရမ်းလာတာ တွေ့မြင်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

တာကွယ်ခြင်း၊ ကုသခြင်း

- လူနာဟာ ဆေးလိပ်သောက်သူဆိုရင် ဆေးလိပ်သောက်တာကို ရပ်ပါ။
- အစာအာဟာရထဲမှာ အဆီသိပ်မပါစေရပါ။ အဆီပါဝင်မှု နည်းလေကောင်းလေ ဖြစ်ပါတယ်။
- ဟင်းသီးဟင်းရွက်များများ စားနိုင်ရင် ကောင်းပါတယ်။

- လူနာဟာ အိပ်ရာထဲမှာ လဲလျောင်းနေရမယ်ဆိုရင် ခေါင်းပိုင်းကို မြှင့်ထားပါ။ ခြေထောက်ပိုင်းကို သွေးများများ လျှောက်စေချင်တဲ့ သဘောဖြစ်ပါတယ်။
- လူနာအနေနဲ့ ထိုင်၍ရမည်ဆိုလျှင် အခါအားလျော်စွာ မကြာခဏ ခုတင်စားမှာ ခြေတွဲလောင်းချထိုင်ပြီး လှုပ်ရှားပေးပါ။ အောက်ပိုင်းကို ဆင်းသွားတာကြောင့် မာကျင်ခြင်း ကင်းဝေးစေပါတယ်။
- လမ်းလျှောက်နိုင်တဲ့လူနာကို လမ်းများများလျှောက်စေခြင်းဖြင့် မပိတ်ဆို့သေးသော သွေးကြောများမှတစ်ဆင့် သွေးလျှောက်လည်ပတ်မှု ရရှိမှာဖြစ်ပါတယ်။
- အနာကိုကပ်ခဲနာကျင်မှုအတွက် အကိုက်အခဲပျောက်ဆေးတွေကို ပေးနိုင်ပါတယ်။
- သွေးကြောကျယ်လာနိုင်တဲ့ ဆေးများပေးခြင်းဖြင့် သက်သာရာ ရစေနိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- အနာအတွက် သင့်လျော်ကောင်းမွန်မယ့် အစွမ်းထက်ဆေးများကို ပေးနိုင်ပါတယ်။ အနာနဲ့ဆေးတွေအောင် တစ်ချိန်တည်းမှာပဲ အနာပေါ်ပိုင်းကို ဓာတ်ခွဲခြင်းဖြင့် ဦးဆုံးပြီး (Culture and sensitivity test) အသင့်လျော်ဆုံးဖြစ်မယ့် ဆေး၊ အင်္ဂလိပ်ကို သတ်မယ့်ပိုးသတ်ဆေးကို ရွေးချယ်ပေးသင့်ပါတယ်။
- လူနာဟာ အပူလွန်ကဲမှု၊ အအေးလွန်ကဲမှုတွေကနေ ကင်းဝေးစေရပါမယ်။
- အနာပေါ်ရှိ ဆွေးမြည့်နေသည့်အညစ်အကြေးများကို ဆေးကြောပစ်ခြင်းဖြင့် လိုအပ်ပါက အရေပြားအစားထိုး ကုသမှုကို ခွဲစိတ်ဆရာဝန်ကြီးများနဲ့ တိုင်ပင်တုသသင့်ပါကြောင်း တင်ပြလိုက်ရပါတယ်။



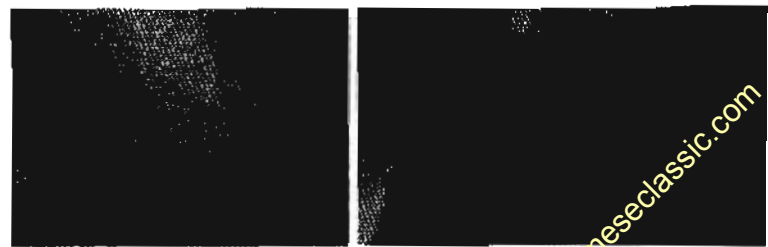
www.burmeseclassic.com



မိန့်ဆွေမှာ အခြစ်များတယ်လို့ဆိုပေမဲ့
အခုခေတ်မှာတော့ ယောက်ျားတွေမှာလည်း
ဖြစ်လာတာတွေ တွေ့နိုင်ပါတယ်။
အသက်အရွယ်အားဖြင့်တော့
၅၀၊ ၆၀ အရွယ်တွေမှာ အခြစ်များပါတယ်။



သွေးတိုးအရေပြားနာ (Hypertensive Ulcer)



သွေးတိုးအရေးပြားနာ (HYPERTENSIVE ULCER)

သွေးတိုးရောဂါရှိသူတွေမှာ ဖြစ်တတ်ကြလို့ သွေးတိုးအရေးပြားနာလို့ ဝိဂြိုဟ် ဖြစ်လိုက်ရပါတယ်။ ဖြစ်တာတော့နည်းပေမဲ့ ဖြစ်ကြတာတွေတော့ မကြာခဏ ဆိုသလို တွေ့ရှိနေရပါတယ်။ တိုးတက်နေတဲ့ကမ္ဘာကြီးမှာ၊ အလုပ်အကိုင်တွေက လည်း တိုးတက်များပြားလာနေချိန်ဆိုတာ လူတွေကလည်း နေရာတိုင်း၊ ဖတ်ဝန်းကျင်တိုင်းမှာ စိတ်ရောကိုယ်ပါ နှစ်မြို့ပါပြီး အလုပ်လုပ်နေရတော့ စိတ်ရဲ့ ဖိစီးမှုကြောင့်ဖြစ်စေ၊ ကိုယ်ရဲ့ဖိစီးမှုကြောင့်ဖြစ်စေ အဘက်ဘက်ကနေ ဖိစီးမှု (pressure)တွေ ဝင်လာပြီး သွေးတိုးရောဂါတွေ ဖြစ်လာကြတော့တာအမှန်ပေါ့။ အထူးသဖြင့် မိန်းမတွေမှာ အဖြစ်များတယ်လို့ဆိုပေမဲ့ အခုခေတ်မှာတော့ ယောက်ျား တွေမှာလည်း ဖြစ်လာတာတွေ တွေ့နိုင်ပါတယ်။ အသက်အရွယ်အားဖြင့်တော့ ၅၀၊ ၆၀ အရွယ်တွေမှာ အဖြစ်များပါတယ်။

ဘယ်လိုအချက်အလက်တွေကြောင့် ဖြစ်နိုင်ပါသလဲ

သွေးလွှတ်ကြောရောဂါများ (Arteriotar Disease) ဖြစ်နေတဲ့လူနာတွေမှာ သွေးတိုးအရေးပြားနာ တွေ့နိုင်ပါတယ်။ ဒီလိုလူနာမျိုးတွေမှာ သူတို့ရဲ့ သွေးလွှတ် ကြောတွေဟာ ကျဉ်းလာတာတွေ့နိုင်ပါတယ်။ တစ်ချိန်တည်းမှာပဲ သွေးလွှတ်ကြော ကြွက်သားတွေက ထူလာပြီး သွေးကြောတွေလည်း မာလာပါလိမ့်မယ်။ သွေးကြော တွေ မာလာတာ၊ သွေးကြောအတွင်းပိုင်း အဆီတွေပွားလာတာတွေကြောင့် သွေးသွား လမ်းကြောင်းကျဉ်းမြောင်းသွားရာက အစိုင်အခဲတစ်ခုခုကြောင့်ဖြစ်စေ၊ သွေးခဲသွား တာကြောင့်ဖြစ်စေ သွေး သွားရာလမ်း ပိတ်ဆို့သွားပြီး သွေးမရောက်တော့တဲ့ နေရာတွေမှာ အရေးပြားပုပ်ရာက အနာဖြစ်သွားတာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဘယ်လိုအချက်အလက်တွေက အနာဖြစ်အောင် လှုံ့ဆော်နေသလဲ

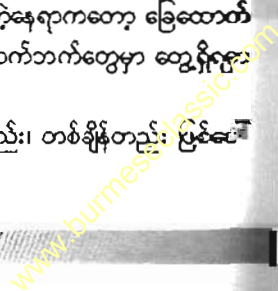
သွေးတိုးရောဂါရှိသူတွေမှာ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ သွေးလွှတ်ကြောရောဂါ ဖြစ်မယ်။ သွေးလွှတ်ကြောရောဂါဖြစ်တော့ သွေးကြောတွေ ကျဉ်းလာမယ်။ သွေးကြောတွေ ကျဉ်းလာရာက သွေးသွားနှုန်း (blood flow) နှေးသွားမယ်။ သွေးသွားနှုန်း နှေးသွားတဲ့အခါ သွေးတွေ သွေးကြောထဲမှာ အိုင်လာမယ်။ သွေးအိုင် လာရာကနေ သွေးခဲသွားပြီး ပိတ်ဆို့တာတို့၊ အခြားတစ်ခုခုကြောင့် ပိတ်ဆို့တာတို့ ဖြစ်လာမယ်။ ဒီလိုဖြစ်လာတဲ့အခါကျတော့ သွေးပိတ်ဆို့သွားတဲ့နေရာက နောက်ပိုင်း ကို သွေးမရောက်တော့တာ ဖြစ်မယ်။ သွေး မရောက်တော့ သွေးမရရှိတဲ့ အရေးပြား နေရာဟာ ပုပ်သွားမယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ တစ်ခုခုကြောင့် ဒဏ်ရာရရှိလိုက်မယ်ဆိုရင် သွေးတိုးအရေးပြားနာ ဖြစ်သွားတာပါပဲ။ အဓိက က သွေးတိုးရောဂါကြောင့် ဖြစ်တာ ဆိုတော့ မျိုးရိုးအလိုက် သွေးတိုးရောဂါရှိသူတွေမှာ တွေ့ရှိရတတ်ပါတယ်။ ဟင်းခတ်ဆား (sodium chloride) အငန်စားတာကြောင့်လည်း ဖြစ်စေတတ်တော့ အငန်ကို ရှောင်နိုင်သမျှ ရှောင်ရမှာဖြစ်ပါတယ်။

ဘယ်လိုခံစားရမှုမျိုး ရရှိနိုင်ပါသလဲ

- သွေးတိုးကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့အနာဟာ သိပ်ပြီး နာကျင်ပါလိမ့်မယ်။ အိပ်ရာထ လဲလျောင်းနေတာတောင် မသက်သာနိုင်ပါဘူး။
- သွေးတိုးလက္ခဏာတွေဖြစ်တဲ့ အားအင် ကုန်ခမ်းနွမ်းနယ်ခြင်း၊ စိတ်လျှင်ရှား ခြင်း၊ ရင်ခုန်ခြင်း၊ သွေးတိုးခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း စတဲ့ ဝေဒနာမျိုးတွေ ခံစားရ ပါလိမ့်မယ်။
- သွေးတိုးရောဂါ ကြာလာတာနဲ့အမျှ မျက်စိကြည့်မကောင်းတာ၊ ကျောက်ကပ်နဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ဝေဒနာတွေ တွေ့ရှိခံစားရတတ်တာကြောင့် မျက်စိစစ်ဆေးတာ၊ ကျောက်ကပ်နဲ့ပတ်သက်တဲ့ ဓာတ်ခွဲ စစ်ဆေးတာတွေ ပြုလုပ်ကြည့်သင့် ပါတယ်။

သွေးတိုးအရေးပြားနာဖြစ်ရင် ဘယ်လိုအချက်အလက်တွေ တွေ့ရသလဲ

- သွေးတိုးအရေးပြားနာကို အများဆုံး တွေ့ရှိနိုင်တဲ့နေရာကတော့ ခြေထောက် ခြေချင်းဝတ် (ankle)ရဲ့ အပေါ်ပိုင်းဘေးနဲ့ နောက်ဘက်တွေမှာ တွေ့ရှိရဦး ဖြစ်ပါတယ်။
- ခြေထောက် နှစ်ဖက်စလုံးမှာ တစ်ပြိုင်နက်တည်း၊ တစ်ချိန်တည်း ပြင်းပင် လာနိုင်ပါတယ်။

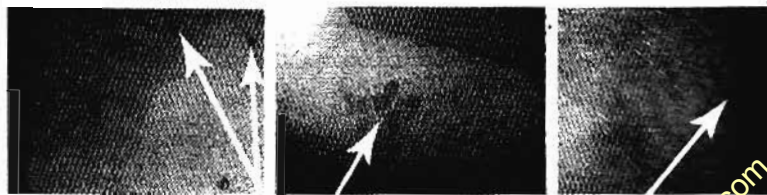


- ခြေထောက် နာကျင်နေပါက ရေခဲနွေး ကြပ်ထုပ်ကပ်ပေးခြင်းဖြင့် သက်သာစေပါလိမ့်မယ်။
- နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးသုံးပြီး ကုသပေးလည်း မသက်သာခဲ့ရင်တော့ ခွဲစိတ်ဆရာဝန်ကြီးများနဲ့ ပြသပြီး နာကျင်မှုဖြစ်စေမယ့် အာရုံကြောဖြတ်တောက်ဖယ်ရှားခြင်း (Sympathectomy) ပြုလုပ်သင့်၊ မသင့် အကြံဉာဏ် တောင်းခံပါ။ အဲဒီလို အာရုံကြောဖြတ်တောက်ဖယ်ရှားပေးမှ အနာသစ်ဖြစ်ပေါ်လာတတ်တာကို ကာကွယ်မှုမပေးနိုင်တာကိုတော့ သိထားသင့်ပါတယ်။
- နောက်ဆုံးအနေနဲ့ အနာနေရာကို ခွဲစိတ်လှီးထုတ်ပြီး အရေပြား အစားထိုး (skin grafting) ကုသပေးနိုင်ပါတယ်။

□□□



သက်ကြီးရွယ်အိုသွေးကြောဆိုင်ရာ
အရေပြားရောဂါများ
(Senile Vascular Dermatoses)



သက်ကြီးရွယ်အို သွေးကြောဆိုင်ရာ အရေပြားရောဂါများ

သက်ကြီးရွယ်အိုသွေးကြောဆိုင်ရာ အရေပြားရောဂါများ (Senile Vascular Dermatoses)

သက်ကြီးရွယ်အိုတွေမှာအဖြစ်များတတ်တဲ့ သွေးကြောဆိုင်ရာ အရေပြားရောဂါတွေကို ဖော်ပြရေးသားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ လူကြီးတွေ အတော်များများ အနေနဲ့လည်း ဖြစ်တတ်ကြပြီး မကြာခဏဆိုသလို လာရောက်ပြသ၊ မေးမြန်းကြတာတွေလည်း ရှိနေပါတယ်။ အသက်တွေကလည်း ကြီးလာကြပြီဆိုတော့ အရေပြားကင်ဆာဖြစ်မှာလည်း စိုးရိမ်ကြဟန်တူပါတယ်။ အသက်ကြီးလာတာနဲ့အမျှ အရေပြား၊ အသွေးအသား၊ သွေးကြော၊ အာရုံကြော စတဲ့ ကလိစာပစ္စည်းတွေကလည်း ရင့်ရော်ချို့ယွင်းလာတာအမှန်ပါပဲ။ အရေပြားတွေကလည်း လျော့ရဲလာပြီး တင်းတင်းရင်းရင်း မရှိတော့ဘူး။ သွေးကြော၊ သွေးမျှင်တွေကလည်း အသက်နဲ့အမျှ ရင့်ရော်လာတယ်။ ရှုံ့ခြင်း၊ ပွခြင်း၊ ဖောင်းခြင်း၊ ပိန်ခြင်းတွေ သိပ်မလုပ်နိုင်တော့ဘူး။ သွေးလွှတ်ကြော ဆံခြည်မျှင်သွေးကြောတွေနဲ့ သွေးပြန်ကြော ဆံခြည်မျှင်သွေးကြောတွေ (Capillary Blood Vessels)ဟာ အရေပြားကလာပ်စည်း(tissue)တွေမှာ ပေါင်းစပ်ကြပြီး ကွန်ရက်၊ ကွန်ချာသဖွယ် (Network of Capillaries) ဖြစ်သွားပါတယ်။ ဒီဆံခြည်မျှင်သွေးကြော ကွန်ရက်အနေနဲ့ သွေးထဲမှာ၊ ကလာပ်စည်းတွေထဲမှာ ရှိနေတဲ့အောက်ဆီဂျင် (oxygen)၊ ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုဒ်(carbon dioxide)၊ ရေ(Water)နဲ့ ဆား(salts)စတာတွေကို ပြောင်းလဲပြုပြင်ပေးကြတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဆံခြည်မျှင်သွေးကြော(Capillary)ရဲ့ အကျယ်ကလည်း 5-10/nm လောက်ပဲ ကျယ်တာဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်လည်း သက်ကြီးရွယ်အိုဖြစ်လာချိန်မှာ သွေးကြောမျှင် ကွန်ရက်ထဲမှာ သွေးတွေ စုပုံအိုင်ထွန်းလာနိုင်ခြင်း၊ သွေးကြောငယ်လေးတွေ စုစည်းထုံးဖွဲ့နိုင်ခြင်းနဲ့ သွေးကြောငယ်လေးတွေ ပေါက်ပြဲခြင်း စတဲ့ဖြစ်ရပ်မျိုးတွေ ကြုံတွေ့ရတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဆံခြည်မျှင် သွေးကြောရံနံရံ(Vessel Wall)ကလည်း ကလာပ်စည်းတစ်လွှာ (One Cell Thick)လောက်ပဲ ထူပါတယ်။ ဒါကြောင့်လည်း ပေါက်လွယ်၊ ပျက်စီးလွယ်တာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီလို ဆံခြည်မျှင်သွေးကြောလေးတွေ ပုံမမှန်တော့တဲ့ ပျက်စီးချို့ယွင်းမှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတတ်တဲ့ အရေပြားရောဂါတွေကတော့...
 (၁) သွေးကြောငယ်များ စုစည်းထုံးဖွဲ့ခြင်း (Angioderatomy)
 (၂) သက်ကြီးရွယ်အို မဲ့နီ (Senile Angioma)
 (၃) သက်ကြီးရွယ်အိုသွေးကွက် (Senice Purpura) တို့ ဖြစ်ပါတယ်။
 ကဲ... ဘယ်လိုဖြစ်ပါသလဲဆိုတာ ကျွန်တော်တို့ ကြည့်ကြရအောင်...။
 □ □

(၁) သွေးကြောမျှင်ငယ်များ စုစည်းထုံးဖွဲ့ခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသောအရေပြားရောဂါ (Angiokeratoma)

ဘယ်သူတွေမှာအဖြစ်များပါသလဲ
 လူမျိုးမရွေး ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ အထူးသဖြင့် ဂျပန်လူမျိုးတွေမှာ အဖြစ်များတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ သက်ကြီးရွယ်အိုတွေအနေနဲ့ အသက် တဖြည်းဖြည်း ကြီးရင့်လာတာနဲ့အမျှ ပိုပြီး ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ဖြစ်တတ်တဲ့နေရာတွေကတော့ ယောက်ျားကပ်ပယ်အိတ်(Scrotum)နဲ့ မိန်းမတွေရဲ့ မိန်းမကိုယ်(ယောနီ) နှုတ်ခမ်းပေါ်မှာ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။

ဖြစ်ပေါ်တွေ့ရှိရမယ့်ဖြစ်စဉ်နဲ့ခံစားချက်တွေက ဘယ်လိုပါလဲ။

- သွေးကြောမျှင်လေးတွေ စုစည်းထုံးဖွဲ့ထားမှုကြောင့် ဖြစ်လာရတာဆိုတော့ အရေပြားပေါ်မှာ အဖုလုံးလေးတွေ တွေ့ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- အဖုလုံးလေးတွေရဲ့အရောင်က ခရမ်းရောင်၊ အနီရောင်၊ အမည်းရောင်စသဖြင့် အရေပြားအသွေးအရောင်ပေါ် မူတည်ပြီး တွေ့ရပါတယ်။
- အဖုလုံးလေးတွေရဲ့အပေါ် မျက်နှာပြင်ဟာ ချောနေတတ်ပြီး တောက်ပြောင်နေတတ်ပါတယ်။
- အဖုလုံးလေးရဲ့အပေါ်မှာတော့ မာကျောပြီး ကြမ်းတမ်းတဲ့ အမြွေးပါးတွေ ကပ်နေတာ တွေ့နိုင်ပါတယ်။ အဲဒီမာနေတဲ့အနာပေးဖတ်ကို ခွာလိုက်တာနဲ့ သွေးထွက်ပါတယ်။ အမြဲတမ်းသွေးယိုစီးမှုမျိုးတော့ မရှိပါဘူး။
- ရောဂါလက္ခဏာမပြတတ်ပေမဲ့ မကြာခဏ ယားယံမှုတော့ ရှိပါတယ်။
- ရောဂါဟာ ဖြစ်လာရင်တော့ ကြာတတ်ပါတယ်။

ကုသမှု

- (၁) လျှပ်စစ်ဓာတ်မီးဖြင့်ရှို့ခြင်း (Electrocoagulation)
- (၂) အအေးလွန်ကုသမှုပေးခြင်း (Cryotherapy)
- (၃) ကြွက်နှိမ်ခြင်းရှိသကဲ့သို့ ပြုလုပ်နိုင်ခြင်း (Diatherapy)တို့ ဖြစ်ပါတယ်။

၂) သက်ကြီးရွယ်အို မွဲနီ၊ မွဲပြာ (Senile Angioma)

တွေ့ရှိနိုင်တဲ့ အချက်အလက်ဖြစ်စဉ်တွေက ဘယ်လိုပါလဲ။

- ပုံစံနှစ်မျိုးအနေနဲ့ တွေ့ရှိနိုင်ပါတယ်။ မွဲနီ (Cherry Angioma)နဲ့ မွဲပြာ(Blue)တို့ ဖြစ်ပါတယ်။
- မွဲနီအနေနဲ့က တစ်ခု ဒါမှမဟုတ် များများတွေ့နိုင်တယ်။ အနီရောင်ဖြစ်ပြီး အရေပြားပေါ်မှာ ခုံးခုံးလုံးလုံး(doom-shaped)လေး ပေါ်နေပါမယ်။ များသောအားဖြင့်တော့ ကိုယ်ခန္ဓာနဲ့ ခြေလက်တို့ပေါ်မှာ အဖြစ်များပါတယ်။ မွဲနီလေးကို ဖိကြည့်ရင် ရုတ်တရက် အလွယ်တကူ ပိပြားမသွားပါဘူး။
- မွဲပြာ(Venous Lake)ကတော့ မွဲနီပြာရောင် (dark blue) ဖြစ်ပါတယ်။ အရေပြားပေါ်ကို အနည်းငယ် ကြွတက်နေပါမယ်။ မွဲကို ဖိကြည့်လိုက်ရင် လွယ်လင့်တကူ ပြားသွားတာ မြင်နိုင်ပါတယ်။ မွဲနီနဲ့ ကွာခြားပါတယ်။ ဖြစ်ပေါ်တွေ့ရှိနိုင်တဲ့နေရာတွေကတော့ မျက်နှာ၊ နားရွက်၊ နှုတ်ခမ်းတွေ(lips)နဲ့ လျှာရဲ့ဘေးဘက်တွေ (side of the tongue)မှာ တွေ့ရှိရတတ်ပါတယ်။



ကုသမှု

- (၁) သွေးထွက်နေတဲ့ မွဲ ဒါမှမဟုတ် ထိမိခိုက်မိနိုင်တဲ့ နေရာတွေမှာရှိနေရင်တော့ လျှပ်စစ်ဓာတ်မီးနဲ့ ရှို့ပြီးပျက်ဆီးပစ်နိုင်ပါတယ်။ Electro Cautery မဟုတ်ပါက ကုသမှုပေးဖို့ မလိုပါ။
- (၂) လေဆာနဲ့ ကုသရင်ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ မလိုအပ်ရင် မပြုလုပ်သင့်ပါ။

(၃) သက်ကြီးရွယ်အို အရေပြားအောက် သွေးပြန်သွေးကွက် (Senile Purpura)

ဘယ်သူတွေမှာ အဖြစ်များပါသလဲ

အထက်မှာ ရေးသားဖော်ပြခဲ့တဲ့ အတိုင်း အရေပြား သွေးကြောကွန်ရက်မှာရှိကြတဲ့ သွေးကြောမျှင်တွေ ပါးလွှာပေါက်ပြဲတာကြောင့် အရေပြားအတွင်းကို သွေးယိုစီးလာတာဖြစ်သလို သွေးကွဲဆေးသောက်သူတွေနဲ့ အသည်းရောဂါရှိသူတွေမှာလည်း ဒီလိုလက္ခဏာမျိုးတွေ တွေ့ရှိနိုင်ပါတယ်။ အသက်ကြီးတဲ့သူတွေမှာ အဖြစ်များပါတယ်။ ကျား၊ မမရွေးဖြစ်နိုင်ပေမဲ့ အထူးသဖြင့် ပြင်ပနေရောင်ခြည်နဲ့ ထိတွေ့မှုများတဲ့ အလုပ်အကိုင်ကို လုပ်နေရတတ်တဲ့ မိန်းမတွေမှာ ပိုပြီးဖြစ်တတ်ပါတယ်။



ဖြစ်ပေါ်တွေ့ရှိရမယ့်ဖြစ်စဉ်နဲ့ ခံစားရချက်တွေက ဘယ်လိုပါလဲ။

- အနည်းငယ်ထိမိခိုက်မိတာနဲ့ အရေပြားပေါ်မှာ သွေးကွက်တွေပေါ်လာပါတယ်။
- သွေးကွက်တွေဟာ နီမည်းရောင် ဒါမှမဟုတ် ခရမ်းရောင် ဖြစ်ပါတယ်။
- သွေးကွက်ပုံစံဟာ ပုံပန်းသဏ္ဍာန် တိကျမှုမရှိပေမဲ့ နှုတ်ခမ်းသားတွေကတော့ ထင်ရှားနေတာ တွေ့နိုင်ပါတယ်။
- များသောအားဖြင့်တော့ အကွက်တွေဟာ ထိခိုက်မိ လွယ်တဲ့လက်ဖျံနဲ့ လက်မောင်းပိုင်းတွေမှာ တွေ့ရတာများပါလိမ့်မယ်။
- မျက်နှာပြင်ပေါ်မှာကတော့ မျက်မှန်တပ်သူတွေအနေနဲ့ မျက်မှန်ကိုင်နဲ့ ထိမိလို့ ဖြစ်ပေါ်တတ်ပါတယ်။
- သွေးကွက်ဖြစ်နေတဲ့ အရေပြားဟာ ပြောင်ပြီး ပြောင်းလဲနေပါလိမ့်မယ်။
- သွေးကွက်တွေဟာ နှစ်ပတ်၊ သုံးပတ်အတွင်းမှာ သက်သာသွားနိုင်ပေမဲ့ အရေပြားအရောင်က ကွက်ပြီး မည်းကျန်ခဲ့နိုင်ပါတယ်။ ဒါလည်း ကြာသွားရင်တော့ တဖြည်းဖြည်းပျောက်ကွယ်သွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- သွေးကွက်ဖြစ်ပြီး အရေပြားပျက်နေတဲ့နေရာမှာ ပြင်ပ ရောဂါပိုးဝင်နိုင်ပါတယ်။ အနာဖြစ်သွားနိုင်ပါတယ်။

ကုသမှု၊ ကာကွယ်မှု

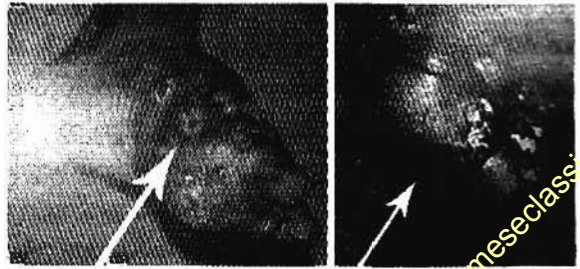
- (၁) မထိ၊ မခုန်မိအောင် ဂရုပြုနေထိုင်ပါ။
- (၂) အသည်းရောဂါရှိရင် ကုသမှုခံယူပါ။
- (၃) ဆွေးကျွေးဆေးတွေကို ဆရာဝန်ကြီးတွေ ညွှန်တဲ့အတိုင်း သောက်ပါ။ မိမိ စိတ်ကြိုက် ထင်သလို မသောက်ပါနဲ့။

□□□



သစ်ဆွေးမိုနင်းခု

(Mycetoma- Madura foot)



သစ်ဆွေးမှုနှင့်ခူ (MYCETOMA- MADURA FOOT)

သစ်ဆွေးမှုနှင့်ခူမှာ မည်ပေးလိုက်ရတဲ့ အကြောင်းရင်းလေးကို ပထမဦးစွာ တင်ပြခွင့်ပြုပါ။ တစ်နေ့မှာ ကျွန်တော့်ဆီကို လူနာတစ်ယောက် ရောက်လာပါတယ်။ လူနာက သူခံစားနေရတဲ့ ခြေထောက်ကအနာအကြောင်း ပြောပြတာပါ။ သူ ပြောပုံလေးက 'ဆရာရယ် ကျွန်တော့်မှာ အလွန်စိတ်ပျက်စရာကောင်းတဲ့ နှင်းခူဖြစ်နေပါတယ်။ ဖြစ်တာကလည်း နှစ်နှစ်ချီပြီး ကြာလှပါပြီ။ ကျွန်တော် တလည်း ဟိုလူက ဒီလိုလုပ်လိုက်ရင် ပျောက်တယ်၊ ဒီဆေးလိမ်းလိုက်ရင် ပျောက်တယ်နဲ့ ပြောပြတဲ့သူတွေ ခိုင်းတဲ့အတိုင်း လုပ်တာပါပဲဆရာရယ်။ မြန်မာ ဆေးတွေရော၊ အင်္ဂလိပ်ဆေးတွေရော စုံနေတာပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ ပျောက်မသွားဘဲ တဖြည်းဖြည်းနဲ့ ပိုကြီးလာတာတွေ့ရတာပဲဆရာ။ ဆရာ ခဏလေး သည်းခံပြီး နားထောင်ပေးပါနော်။ စဖြစ်တာက ဒီလိုဆရာရဲ့...။ ကျွန်တော်က တောသား။ တောင်သူလယ် လုပ်၊ ဓားမခုတ်ပေါ့ဆရာရယ်။ တစ်နေ့တော့ ကျွန်တော် တောထဲ သွားပြီး သစ်ခုတ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်က ဘယ်သစ် ခုတ်ရကောင်းမလဲဆိုပြီး အပေါ်ကို မှောကြည့်ပြီး သွားတဲ့အချိန်မှာ မမျှော်လင့်ဘဲ သစ်ဆွေး၊ သစ်ငုတ်တို့ကြီးနဲ့ ခလုတ်တိုက်မိပါတယ်။ ခလုတ်တိုက်တယ်ဆိုပေမဲ့ တော်တော်တော့ အပြင်းသား ဆရာ။ သစ်ငုတ်တိုက် သစ်ဆွေးစကြီးက ကျွန်တော့် ခြေဖမ်းထဲကို စိုက်ဝင်သွား တယ်။ ကျွန်တော်လည်း ခြေထောက်ထဲဝင်သွားတဲ့ သစ်ဆွေးစကို ဆွဲထုတ်လိုက် ပါတယ်။ နောက်ပြီး နီးစပ်ရာကနေနဲ့ ဆေးလိုက်ပါတယ်။ နောက် အဲဒီ သစ်ဆွေးစ စိုက်ဝင်သွားတဲ့နေရာလေးမှာ အနာလေးဖြစ်သွားပါတယ်။ အနာလေးက တဖြည်းဖြည်းနဲ့ ကြီးလာပြီး အခု ဆရာမြင်နေရတဲ့ နှင်းခူပုံသဏ္ဍာန်မျိုး ပြောင်းသွား ပါတယ်ဆရာ။ အနာကြီးက ဆင်ခြေထောက် ရောဂါနဲ့တူတယ်လို့ ပြောကြလို့ ဆင်ခြေထောက်ပိုး ရှိ မရှိ စစ်ဆေးပြီးပါပြီဆရာ။ မရှိပါဘူး။ လိုရ၊ မယ်ရဆိုပြီး ဆင်ခြေထောက် ရောဂါဆေးလည်း သောက်ပြီးပါပြီ။ ဘာမှ မထူးခြားပါဘူး ဆရာရယ်။ ဆရာတို့တော့ ဒီနှင်းခူကို ဘယ်လိုခေါ်မလဲတော့မသိဘူး ကျွန်တော်က တောထဲက သစ်ဆွေးငုတ်တို့ကြီးရဲ့ သစ်ဆွေးစထိုးမိရာကနေ တဖြည်းဖြည်းနဲ့

ဒီအရွယ်အစားအထိ ပြည်တစ်စုံနဲ့ ကြီးလာတာတွေ့ရလို့ သစ်ဆွေးနှင်းခူလို့သာ ခေါ်လိုက်ချင်ပါတော့တယ်။ ကျွန်တော်ထင်တာကို ပြောလိုက်လို့ မှားသွားရင် ခွင့်လွှတ်ပါဆရာရယ်။ ကျွန်တော့်ရဲ့ သစ်ဆွေးစူးပြီးမှဖြစ်လာတဲ့ နှင်းခူကြီးရဲ့ ဖြစ်ပုံ ဖြစ်နည်းကို စုံစုံလင်လင်သိရင် ဆရာ ကျွန်တော့်ရဲ့ဝေဒနာကို ပျောက်အောင် ကုပေးနိုင်မယ်ထင်လို့ပါ ဆရာရယ်။ အခုလို စိတ်ရှည်လက်ရှည် နားထောင် ပေးတာကိုလည်း အထူးပဲကျေးဇူးတင်ပါတယ် ဆရာရယ်...တဲ့။

ကဲ... လူနာပြောပြခဲ့တဲ့ ရာဇဝင် ဇာတ်လမ်းလေးက တယ်ကောင်းပါလား။ သူ့ကိုယ်သူ တောင်သူလယ်လုပ်၊ ဓားမခုတ် ပါလို့ပြောပေမဲ့ သူ့ရဲ့ နှင်းခူအနာ ဖြစ်ပေါ်လာပုံကိုတော့ သေသေချာချာ ပြောတတ်ပါပေတယ်။ သူ ပြောပြနေ ကတည်းက ကျွန်တော်ကတော့ ရောဂါရဲ့ဇာစ်မြစ်ကို ရိပ်စားမိလိုက်ပါပြီ။ သူပြောသလိုပဲ သစ်ဆွေး၊ ဝါးဆွေး၊ မြေကြီးဆွေးတွေမှာ ဗက်တီး ရီးယားပိုးတွေနဲ့ ပိုးပိုးတွေရှိ နေတတ်တယ်။ အဲဒီသစ်ဆွေးစဝင်ပြီးမှ အနာဖြစ်လာတာကို အရေပြား ဆေးပညာမှာ မိုင်စီတိုးမား-မဒူရာ ခြေထောက်အနာ (Mycetoma- Madura Foot) ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော်ကတော့ လူနာတင်ပြသွားတဲ့ မြန်မာမှုလေးကို သဘောတွေ့လို့ 'သစ်ဆွေးမှုနှင့်ခူ' လို့ပဲ နာမည်ပေးလိုက်ပါတော့ တယ်ခင်ဗျာ။

တစ်ခါတစ်ရံမှာတော့လည်း ပညာတတ်လို့ဆိုသူတွေ မြန်မာမှုပြရာမှာ အခက် တွေ့နေရပေမဲ့ တောသူတောင်သား လယ်သမားတွေက သူတို့ရဲ့ လက်တွေ့ခံစားမှု လေးကို လိုရင်းတိုရင်း အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုလိုက်တာလေးတွေဟာ လေးစားလောက် ပါ ပေတယ်။ အခုပဲ ကြည့်လေ...။ လူနာက သူ့ကိုယ် သူ တောင်သူလယ်လုပ်၊ ဓားမခုတ်ပါတဲ့။ ဒါပေမဲ့ သူ့ရဲ့နှင်းခူ ဖြစ်လာပုံလေးကို အနက်အဓိပ္ပာယ် ဖွင့်ဆို လိုက်တာလေးက သစ်ဆွေးနှင်းခူတဲ့။ ကောင်းမှ ကောင်း။ အလွန်တရားမှ ဒက်ထိ မှန်နေကြောင်းကို အခုဆက်လက်ပြီး ရောဂါအကြောင်းကို ရေးသားဖော်ပြတဲ့အခါမှာ ဖတ်ရှုရမှာဖြစ်ပါတယ်။

သစ်ဆွေးနှင်းခူ ဖြစ်ပေါ်တွေ့ရှိလာပုံအဆင့်ဆင့်က ဘယ်လိုပါလဲ။

- တဖြည်းဖြည်းချင်းဖြစ်ပေါ်လာတာပါ။
- အနာဖြစ်ပေါ်လာတဲ့နေရာမှာ တစ်ချိန်ချိန်က ထိမိခိုက်မိပြီးမှ ဖြစ်လာပါတယ် ဆိုတဲ့ ရောဂါရာဇဝင်ရှိနေပါတယ်။
- ထိမိခိုက်မိတဲ့ သစ်စဖြစ်စေ၊ ဝါးစဖြစ်စေ၊ မြေကြီးဆွေးဖြစ်စေ စတာတွေထဲမှာ မှီနဲ့ ဗက်တီးရီးယားပိုး တွေ့ရှိရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

- နှစ်တွေ၊ လတွေ ကြာလာတဲ့အခါ ခိုက်မိတဲ့နေရာရဲ့ အရေပြားပေါ်မှာ အဖုလေး ဖြစ်လာပါတယ်။ စ ဖြစ်ခါစမှာ အဖုလေးဟာ မနာပါဘူး။
- အနာဖုလေးက တဖြည်းဖြည်းကြီးထွားလာရာက ပေါက်ထွက်သွားပြီး အနာ ဖြစ်သွားပါလိမ့်မယ်။
- အနာလေးဟာ အတွင်းဘက်ကို လှိုက်စားသွားပြီး အတွင်းဘက်မှာရှိတဲ့ ကလာပ်စည်း (tissue)တွေနဲ့ ကြွက်သား (muscles)တွေကို ပျက်စီးစေပြီး အနာဝနဲ့ လမ်းကြောင်းသဖွယ် (Sinus Tracts)ဆက်သွယ် ဖြစ်ပေါ်လာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- နှစ်အတော်ကြာတဲ့အခါ အနီးပတ်ဝန်းကျင်မှာရှိတဲ့ ကလာပ်စည်းတွေကို ကူးစက်သွားပြီး အစိုင်အခဲသဖွယ်ဖြစ်ပြီး ပြည်တွေ တွယ်ကပ်လာမှာ ဖြစ်ပါ တယ်။ အရေပြားပေါ်မှာလည်း အနာဝနဲ့ အတွင်းဘက်ကို ဆက်သွယ်နေတဲ့ အနာခေါင်းတွေ တွေ့လာနိုင်ပြီး ပြည်တွေ ထွက်လာတာမျိုး တွေ့မြင်နိုင် ပါတယ်။
- အနာဝတွေကို သေသေချာချာ ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် အသားနု တက်နေ တာတွေရပြီး နီနေပါလိမ့်မယ်။
- အနာဖြစ်တဲ့နေရာ (အထူးသဖြင့်တော့ ခြေထောက်)ဟာ ရောင်ကင်းလာပြီး အပေါ်ကို ခုံးတက်နေပါလိမ့်မယ်။
- အနာဟာ ဆက်လက်ကြီးထွားလာပြီး အတွင်းပိုင်းမှာရှိတဲ့ ကလာပ်စည်းတွေ၊ အရိုးအကြောတွေကို ဖောက်ထွင်း စားသွားနိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဒါတွေဟာ သိပ်ကြာလာမှဖြစ်တတ်ပြီး တကယ်တော့ အကြောနဲ့ အာရုံကြောတွေကို ဖောက်ထွင်းပျက်စီးစေမှု မရှိပါ။
- အနာဝလေးက ထွက်လာတဲ့အရည်တွေဟာ စီးကပ်၊ စီးကပ်ဖြစ်ပြီး အဝါရောင် ဖြစ်ပါတယ်။
- ပြင်ပကနေ တခြားဗက်တီးရီးယားပိုး ဝင်ရောက်မှုရှိရင်တော့ ပေါင် အကျိတ် ရောင်တာတွေ တွေ့ရှိနိုင်ပါတယ်။
- အနာစဖြစ်ခါစမှာ နာကျင်မှု မရှိပါဘူး။ ကြာလာတဲ့အခါ၊ ပြင်ပက ပိုးဝင် လာတဲ့အခါမှာတော့ နာကျင်မှုရှိလာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- အနာကျက်သွားရင် အကျိတ်ဖုကြီးလို အရေပြား မာကျောနေတာ တွေ့နိုင် ပါတယ်။

ဘယ်လိုပိုးတွေကြောင့် ဖြစ်လာတာပါလဲ။

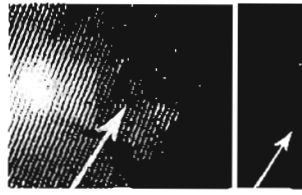
ဖြစ်ပေါ်လာစေတဲ့ပိုးတွေကတော့ သစ်ဆွေးသစ်စ၊ ဝါး ဆွေး၊ မြေဆွေးတွေ ထဲမှာ ရှိတတ်ပါတယ်။ ရောဂါဖြစ်စေတဲ့ ပိုးကို နှစ်မျိုးခွဲခြားသိနိုင်ပါတယ်။

(၁) ဗက်တီးရီးယားကြောင့်ဖြစ်တဲ့ အနာက အက်တီနိုင်းမိုက်ကိုးတစ်မိုင်စီ တိုးမား (Actinomycotic Mycetoma)

(၂) မှိုကြောင့်ဖြစ်တဲ့ အနာကတော့ မဒူရိုမိုင်ကိုးတစ် မိုင်စီတိုးမား (Maduro Mycotic)ဖြစ်ပါတယ်။

သစ်ဆွေးမှိုနှစ်ရင် ဘယ်လောက်ကြာမှာလဲ။

သစ်ဆွေးမှိုနှစ်ရင် နှစ်ပေါင်းတော်တော်ကြာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ခြေထောက်ဖျားပိုင်းကနေ ခြေထောက်ရင်းပိုင်း အထိ ပျံ့နှံ့လာနိုင်ဖို့က ၁၀ နှစ် ကျော်ကျော် ကြာပါတယ်။ သစ်ဆွေးမှိုနှစ်ရင်တော့ အတွင်းပိုင်းမှာ ရှိတဲ့အရိုးကိုပါ ထိခိုက်မှုရှိနိုင်ကြောင်း တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။ သွေးကနေ ရောဂါ ပျံ့နှံ့မှုကတော့ ရှားပါတယ်။ မရှိသလောက်ပါပဲ။



ဘယ်သူတွေမှာ အဖြစ်များတတ်ပါသလဲ။

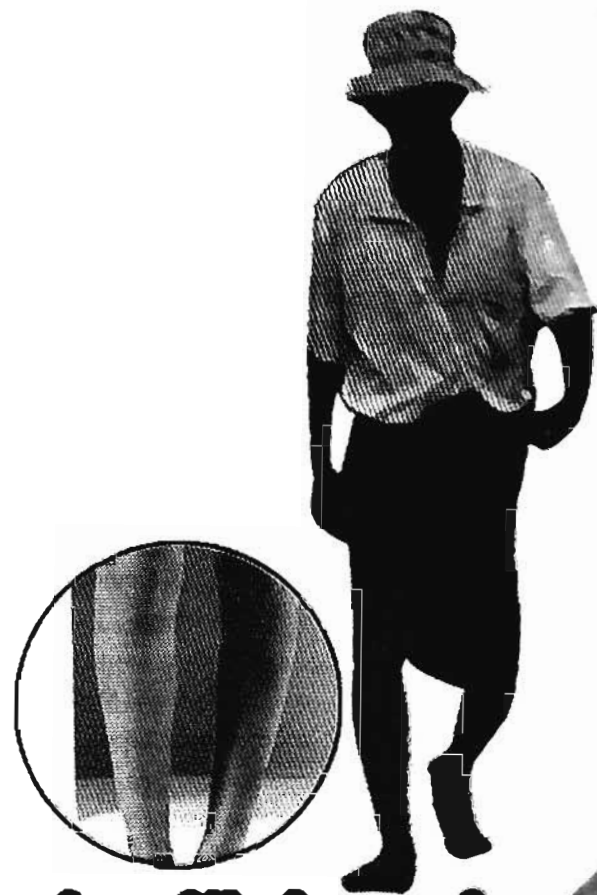
- လူမျိုးမရွေး ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။
- ပူအိုက်တဲ့ရာသီဥတုရှိတဲ့ နိုင်ငံတွေမှာ အဖြစ်များပါတယ်။
- လူငယ်၊ လူရွယ်၊ အသက်အရွယ်အားဖြင့် ၃၀-၅၀ နှစ်အတွင်းမှာ ဖြစ်တတ်ပြီး ကျေးလက်တောရွာ နေသူတွေမှာ ဖြစ်လေ့ရှိတတ်ပါတယ်။
- လုံခြုံတဲ့ ဖိနပ်စီးလေ့မရှိသူတွေမှာ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။

ကာကွယ်ကုသမှု

- ၁။ သစ်ဆွေးသစ်စ၊ ဝါးဆွေးဝါးစတွေနဲ့ ထိမိခိုက်မိပြီး အနာဖြစ်လာမယ်ဆိုရင် စောစောစီးစီး ဆရာဝန်နဲ့ ပြသပြီး ကုသမှုခံယူပါ။ ခလုတ်တိုက်တာလေးခံ ဆိုပြီး ပေါ့မနေပါနဲ့။
- ၂။ တောကြို၊ ခြံကြားသွားရင် လုံခြုံတဲ့ ဖိနပ်ကို စီးပြီးသွားပါ။ ဖိနပ်မပါဘဲ မသွားသင့်ပါ။ တောစီးဖိနပ်စီးနိုင်လျှင် အကောင်းဆုံးပါ။

- ၃။ D.D.S(အထူးကိုယ်ရေပြားဆေး) နေ့စဉ် 50mgမှ 200mgအထိ တိုးပေးကာ ကုနိုင်သည်။
- ၄။ ပင်နီဆီလင်(Pencilin)ဆေးပေးလျှင် ကြာကြာကုသမှု ပေးနိုင်သည်။
- ၅။ Rifampicin 600mg နေ့စဉ် ပေးနိုင် သည်။
- ၆။ အနာဖြစ်ခါစဆိုလျှင် ခွဲစိတ်လှီးထုတ် ပစ်နိုင်သည်။ Cauty ဓာတ်မီးဖြင့် ပို့နိုင်သည်။
- ၇။ အနာဖြစ်သည်မှာကြာ၍ အတွင်းအရိုးပိုင်းကိုပါ ထိခိုက်ပျက်စီးနေခြင်းများ ရှိခဲ့လျှင် ပိုးဝင်နေတဲ့အရိုးကို ခွဲစိတ် ဖြတ် တောက်ထုတ်ပစ်နိုင်ပါသည်။

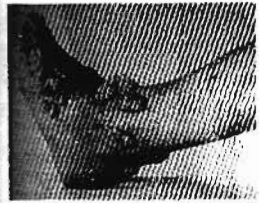
□□□



ပန်းဂေါ်ဖီ မှိုရောဂါ
(Chromoblasto
Mycosis)

ပန်းဂေါ်ဖီ မှိုရောဂါ CHROMOBLASTO MYCOSIS

အများအပြားလည်လွယ်အောင်၊ မြင်လျှင်သိနိုင်အောင် ရည်ရွယ်ပြီး ပန်းဂေါ်ဖီ မှိုရောဂါကို အမည်ပေးလိုက်ရခြင်းသာဖြစ်ပါတယ်။ တကယ်တော့ စားသုံးနေကြတဲ့ ပန်းဂေါ်ဖီပွင့်ကဖြစ်တဲ့ မှိုရောဂါ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒီနာမည်ကို မပေးချင်ပေမဲ့ ရောဂါရဲ့အပြင်ပန်း လက္ခဏာသွင်ပြင်တွေက အရေပြားပေါ်မှာ ပန်းဂေါ်ဖီပွင့်



ဖြတ်ပြီး ကပ်ထားတာနဲ့ တူနေလို့သာ သိသာ၊ မြင်သာအောင် ရေးသားဖော်ပြရတာကို ခွင့်လွှတ်ပါ။ အရေပြားဆေးပညာအရတော့ ခရိုမိုဘလတ်စတို မိုင်ကိုးစစ် (Chromoblastomycosis) ဖြစ်ကြောင်းပါ ခင်ဗျာ။

ယခင်လက ရေးသားဖော်ပြခဲ့ပြီးဖြစ်တဲ့ သစ်ဆွေးမှိုနှင်းခူ (Mycetoma)နဲ့ ဖြစ်စဉ်က ဆင်တူပါတယ်။ ရောဂါဖြစ်စေတတ်တဲ့ မှိုပိုးတွေကလည်း မြေကြီးထဲ သစ်စသစ်နနဲ့ ဝါးဆွေးဝါးစတွေထဲမှာ ရှိနေတတ်ပါတယ်။ အဲဒီမှိုပိုးတွေရှိနေတဲ့ ဝါးစ၊ သစ်စ၊ မြေကြီးတွေနဲ့ ထိခိုက်မိပြီး အနာဖြစ်လာတာပါပဲ။ စဖြစ်ခါမှာတော့ အရွယ်အစားက သေးငယ်ပြီး အရေပြားပေါ်မှာ ကြွက်နို့ပေါက်လာသလိုနဲ့ တူနေတတ်ပြီး ရောဂါပိုးဝင်တာ နှစ်ကြာလာတဲ့အခါမှာတော့ ပန်းဂေါ်ဖီပွင့်နဲ့ တူသွားတာ ဖြစ်ပါတယ်။

ရောဂါဖြစ်စေတဲ့ မှိုအမျိုးအစားတွေကတော့ ဖိုင်အေလိုဖိုးရား(Phialophora)နဲ့ ကလက်ဒိုပိုးရီးယစ်(Cladosporium)တွေ ဖြစ်လာပါတယ်။ မှိုပိုးတွေရှိနေတဲ့ မြေကြီး၊ ဝါးဆွေး၊ သစ်ဆွေး၊ သစ်ဟောင်းတွေကို ဓာတ်ခွဲစမ်းသပ် စစ်ဆေးကြည့်တာနဲ့ ရှာဖွေတွေ့ရှိနိုင်ပါတယ်။

ရောဂါအနေနဲ့ ကျေးလက်ဒေသတွေမှာ အတွေ့များတတ်ပါတယ်။ ဖိနပ်မစီးဘဲ အလုပ်အကိုင်သွားလုပ်ရာက ခြေထောက်မှာ ထိမိခိုက်မိပြီး အနာဖြစ်လာကာ ပိုးဝင်သွားပြီး ဖြစ်ပေါ်လာတာဖြစ်ပါတယ်။ ရောဂါပိုးတွေကလည်း အပူပိုင်းစိုနွေးသန့် သမပိုင်းစိုနွေးသတွေမှာ အဖြစ်များပါတယ်။ ဒါကြောင့်လည်း အပူပိုင်းစိုနွေးသန့်ဖြစ်တဲ့ မြန်မာနိုင်ငံမှာလည်း ဖြစ်တာတွေ့မြင်နေရပါတယ်။ ကုသမှုလည်း ပေးနေရပါတယ်။ ရောဂါအကြောင်း မသိသေးလို့သာ ကိုယ့်တိုင်းပြည်မှာ မရှိဘူးထင်နေကြပေမဲ့ ရှိနေပါတယ်ဆိုတာ သိလာ၊ မြင်လာအောင် ဒီရောဂါအကြောင်းကို ရေးသားဖော်ပြလိုက်ရတာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

ရောဂါဖြစ်ပုံအဆင့်ဆင့်

များသောအားဖြင့်တော့ ခြေထောက်တွေမှာ အဖြစ်များပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ အလုပ်အကိုင် သွားလာလှုပ်ရှားရတဲ့အချိန်မှာ ထိမိခိုက်မိရင်းက စဖြစ်လာတာများပါတယ်။ တောသူတောင်သားတွေအနေနဲ့ တောတက်တဲ့အခါမှာ လုံခြုံတဲ့ ဖိနပ်မစီးဘဲ သွားလာရတာ များတော့ သစ်ငုတ်ထိုးမိ၊ ဝါးစထိုးမိ စသဖြင့် ထိခိုက်ဒဏ်ရာရရှိကြလို့ မှိုပိုးတွေဝင်ပြီး ရောဂါစဖြစ်ကြတာ ဖြစ်ပါတယ်။

- စဖြစ်ခါမှာတော့ အနားလေးဟာ ကြွက်နို့ပုံသဏ္ဍာန် ဖြစ်ပါတယ်။ ကြားလာတော့ တစ်လုံးကနေ ပွားသွားပြီး နီးစပ်ရာနေရာတွေမှာ အနာလုံးလေးတွေ တော်တော်များများ ဆက်ပြီးထွက်ပေါ်လာတာတွေ့ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- ခြေထောက်တွေ ရောင်ကိုင်းလာတာ တွေ့မြင်ရမယ်။ ခြေထောက် အဖျားပိုင်းတွေမှာတော့ ကြွက်နို့ပုံသဏ္ဍာန် အဖုလုံးတွေနဲ့ ဖုံးအုပ်လာတာမျိုး တွေ့နိုင်ပါမယ်။
- သေးငယ်တဲ့အလုံးလေးတွေဟာ ကြွက်နို့လေးတွေနဲ့ တူနေပေမဲ့ ကြွက်နို့လုံးလေးတွေ တစ်ခုနဲ့တစ်ခု ပေါင်းစပ်သွားတဲ့အချိန်မှာတော့ ကြွက်နို့လွှင်ပြင်ကြီးလို ဖြစ်လာရာကနေ ပန်းဂေါ်ဖီပွင့်လို ဖြစ်လာတာ တွေ့မြင်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်မှို ကျွန်တော်အနေနဲ့ ဒီရောဂါကို ပန်းဂေါ်ဖီပွင့်မှိုလို့ အမည်ပေးလိုက်ရတာ ဖြစ်ပါတယ်။ မြန်မာမူပြန်ဆိုလိုက်တော့ ခေါ်ရတာ လွယ်ကူပြီး မှတ်ရတာလည်း လွယ်သွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- တချို့ကြွက်နို့လို အနာတွေက ဖြစ်လိုက်၊ ပျောက်လိုက် ဖြစ်နေတတ်ပြီး အနာရွတ်(Scar)တွေ ကျန်ရှိလာတာ တွေ့ရပါမယ်။
- တချို့နေရာတွေမှာတော့ အရေပြားကျိုးပေါင်း (Keloid)ကြီးတွေ ဖြစ်ပြီး ကျန်ရှိနေတာကို မြင်ရပါမယ်။

- အနာတွေဟာ တစ်နေရာကနေတစ်နေရာကို ချဲ့ထွင် ကျယ်ပြန့်လိုက်။ အနာရွတ်တွေဖြစ်ပြီး ကျန်လိုက်။ အရေပြားကျိုးပေါင်းကြီးတွေဖြစ်ပြီး ကျန်လိုက်နဲ့ နှစ်ရှည်လများ အရေပြားရှိပွင့်ကြီးတွေ ဆက်လက် မျိုးပွားနေတာမျိုး တွေရှိရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- ပေါင်ရင်းအကျိတ်တွေ ရောင်ကင်းကြီးမားလာတာ တွေ့မြင်နိုင်ပါတယ်။
- ပြင်ပပတ်ဝန်းကျင်ပိုး (Bacteria) ဝင်ပြီး အနာတွေ ဖြစ်လာမယ်။ အနာတွေ စိုလာမယ်။ အနံ့ထွက်လာပါမယ်။
- လက်၊ လက်ကောက်ဝတ် နေရာတွေနဲ့ နှာခေါင်းမှာလည်း ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဖြစ်နှုန်းနည်းပါတယ်။ ဖြစ်တယ်ဆိုရင်လည်း ခြေထောက်မှာဖြစ်တဲ့ ပုံသဏ္ဍာန်မျိုးလည်း ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလိုဖြစ်လာဖို့ဆိုတာကလည်း နှစ်ပေါင်းအတော်ကြာမှ တွေ့ရမှာဖြစ်ပါတယ်။
- အမှန်တကယ် များသောအားဖြင့်တော့ ရောဂါအနေနဲ့ အောက်ခြေထောက်ပိုင်းမှာသာ ဖြစ်လေ့၊ တွေ့လေ့ရှိပါတယ်။ အာရုံကြောတွေနဲ့ တံသက်ပြီး ထိခိုက်ဆုံးရှုံးမှုမျိုး မှတ်တမ်းမှတ်ရာတွေ မတွေ့ရှိရသေးပါဘူး။
- သွေးကတစ်ဆင့် ရောဂါပျံ့နှံ့မှုကတော့ နည်းပါးတယ်လို့ဆိုပေမဲ့ ဖြစ်နိုင်ခြေရှိတယ်လို့ သံသယရှိပါတယ်။
- ရောဂါကြောင့် အောက်ခြေထောက်ပိုင်းရှိ လင်ဖဲအရည် (Lymph fluid) တွေ သွားလာစီးဆင်းရာ လမ်းကြောင်းတွေ ပိတ်တာ၊ လင်ဖဲအကျိတ်တွေ (Lymph node) ရောင်ရမ်းတာတို့ကြောင့် အောက်ခြေထောက်ပိုင်းဟာ ဆင်ခြေထောက်လို ဖောရောင်ကင်းနေတာမျိုး တွေ့နိုင်ပြန်ပါတယ်။
- ရောဂါအနေနဲ့ကတော့ လူကနေ လူကိုပဲဖြစ်ဖြစ်၊ တိရစ္ဆာန်က တိရစ္ဆာန်ကိုပဲ ဖြစ်ဖြစ် ကူးစက်မှု မရှိနိုင်ပါဘူး။

ဘယ်နိုင်ငံတွေမှာ အဖြစ်များပါသလဲ

ဘရာဇီး (Brazil)၊ ကျူးဘား (Cuba)၊ အနောက်အိန္ဒိယ (West Indies)၊ မာဒါဂတ်စ်ကာ (Madagascar)၊ ရုရှား (Russia)၊ အမေရိက (United State of America) စတဲ့ နိုင်ငံတွေမှာ အဖြစ်များတာကို မှတ်တမ်းမှတ်ရာတွေအရ သိရှိရပါတယ်။ ဖြစ်တဲ့သူတွေကလည်း ဖိနပ်မပါ၊ ခြေစွပ်မပါဘဲ ခြေထောက်သက်သက်နဲ့ အလုပ်လုပ်ရတဲ့ လယ်သမားတွေမှာ အတွေ့များ၊ အဖြစ်များတတ်ကြောင်း သိရပါတယ်။ မြန်မာနိုင်ငံမှာလည်း ဒီရောဂါမျိုးရှိနေလို့ ဆေးကုသမှုပေးနေရတာတွေ ရှိနေပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အရေအတွက်တော့ နည်းပါးသေးတယ်။

ကာကွယ်မှု၊ ကုသမှု

- (၁) တောကြီးတောကြား၊ ချုံကြီးချုံကြားထဲသွားရင် ထိခိုက်မှုကို ကာကွယ်နိုင်မတဲ့ ဖိနပ်စီးသွားပါ။
- (၂) ခြေထောက်ကို သစ်စ၊ ဝါးစတို့နဲ့ ထိခိုက်စိရင် အလျင်အမြန် ဆေးကြောပစ်ပါ။ လောလောဆယ် အနီးအနားမှာ ဘာမှမရှိရင် ရေနဲ့ ဆပ်ပြာနဲ့ ခပ်ကြာကြာလေး ဆေးပါ။
- (၃) ဆေးကြောဖို့ဖြစ်နိုင်ရင်တော့ အရက်ပြန်၊ တင်ချာရည် (Betadine) ဆေးရည် တွေနဲ့ ဆေးကြောလိုက်ပါ။
- (၄) ဒါနဲ့မှ မသက်သာသေးဘဲ အနာလို ဖြစ်လာမယ်၊ ကြွက်နွမ်းလေ့ရှိ ဖြစ်လာမယ် ဆိုရင်တော့ အရေပြားဆရာဝန်နဲ့ ပြသပါ။ ကုသမှု ခံယူပါ။
- (၅) အနာကြွက်နွမ်းတွေဟာ တဖြည်းဖြည်းကြီးလာမယ်ဆိုရင် ဓာတ်မီး ကော်ထရီ (Cautery) ဖြင့် ရှို့ပါ။
- (၆) ခွဲစိတ်ထုတ်ပယ်မှုလည်း ပြုလုပ်နိုင်ပါတယ်။
- (၇) Amphotericin B ထိုးဆေးကို အနာထဲကို တိုက်ရိုက်ထိုးပေးရင်လည်း ပျောက်ကင်းစေနိုင်ပါတယ်။ အဲဒီထိုးဆေးကို အကြောဆေးအဖြစ် ထိုးပေးရင် တော့ ထိရောက်မှု မရှိနိုင်ပါဘူး။ အနာထဲကိုသာ တိုက်ရိုက်ထိုးပေးတာကို တစ်ပတ်မှာ တစ်ကြိမ်နှုန်းနဲ့ သုံးလလောက် ထိုးပေးရမှာဖြစ်ပါတယ်။ (Amphotericin B ဆေးကို 5% Dextrose water ထဲမှာ ထည့်ဖျော်ပြီး သုံးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်)
- (၈) ပိုတက်ဆီယမ်အိုင်အိုဒိုက် (Potassium Iodide) သောက်ဆေး၊ အကြောဆေး တွေ သုံးပြီးတော့လည်း ကုသနိုင်ပါတယ်။ (ဆေးရုံမှာပဲ ပြုလုပ်သင့်ပါတယ်။ ဆေးရုံက ဆင်းပြီးမှ ဆက်လက်ညွှန်ကြားတဲ့အတိုင်း ဆောင်ရွက်ပေးသင့်ပါတယ်။)
- (၉) သောက်ဆေးအဖြစ် 5 Fluorocytosine (An-cofil) 37.5 mg/ kg body weight ကို ၆ နာရီခြား တစ်ကြိမ် သောက်စေပြီးတော့လည်း ထိရောက်စွာ ပျောက်ကင်းနိုင်ကြောင်း တင်ပြလိုက်ရပါတယ်။



www.burmeseclassic.com

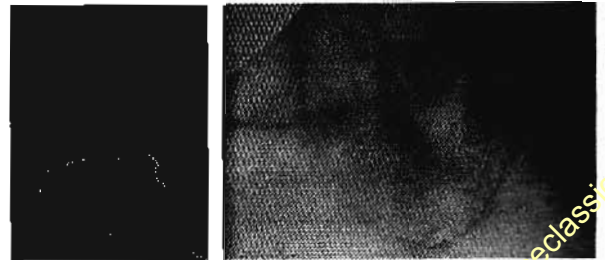
ဒေါက်တာဦးဆွေမြင့် (အရေပြား-ပါရီ)



အစာအာဟာရထဲမှာ
လှမ်းစာတ် များများပါရင်
ဗီတာမင် ဘီသီရီး
ဖြစ်ပေါ်လာမှု
လျော့သွားတာကြောင့်
မကောင်းပါဘူး။



ဗီတာမင် B3 အာဟာရချို့တဲ့ရောဂါ (Pellagra)



ဗီတာမင် B₃ အာဟာရချို့တဲ့ရောဂါ ပလဲဂရား (PELLAGRA)

ဗီတာမင်ဘီသရီး (Vitamin B₃) ကို နိုင်ယာဆင် (Niacin) လို့လည်း ခေါ်ပါတယ်။ ခရစ်နှစ် ၁၇၇၁ ခုနှစ်လောက်တုန်းက အီတလီဝေါဟာရအနေနဲ့ နေလောင်ထားပြီး ကြမ်းတမ်းနေတဲ့ အရေပြားသွင်ပြင်လက္ခဏာလို့ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆို ခေါ်ဝေါ်ခဲ့တယ်။ နိုင်ယာဆင် ဗီတာမင်ချို့တဲ့မှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အရေပြားရောဂါကိုတော့ ပလဲဂရား (Pellagra) လို့ ခေါ်တာဖြစ်ပါတယ်။ ဒီရောဂါကို ခရစ်နှစ် ၁၇၃၅ ခုနှစ်တုန်းက စပိန် (Spain) နိုင်ငံ၊ အက်စ်ကျူရီးယားစ် (Asturias Province)



ပြည်နယ်စီရင်စုရှိ တောင်သူလယ်သမားတွေမှာ ဖြစ်တတ်ကြတာကို တွေ့ရှိမှတ်တမ်းတင်ခဲ့ပါတယ်။ ဒါ့အပြင် ဥရောပတောင်ပိုင်းမှာရှိတဲ့ ပြောင်း သီးနှံစား (Maize-eating) တောင်သူလယ်သမားတွေမှာလည်း နှစ်ပေါင်းနှစ်ရာလောက်က ဒီရောဂါကို ခံစားခဲ့ကြရတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ပလဲဂရားရောဂါကို အမေရိကန်နိုင်ငံမှာတော့ ခရစ်နှစ် ၁၉၀၂ ခုနှစ်လောက်မှာမှ တွေ့ရှိမှတ်တမ်းတင်ခဲ့တာ တွေ့ရပါတယ်။ နောက်

သိပ်မကြာခင်မှာပဲ တောင်အမေရိကတိုက်မှာလည်း ပလဲဂရားရောဂါတွေဖြစ်လာတာ တွေ့ရပြန်ပါတယ်။ ရောဂါတွေ့ရှိချက်တွေကို သုံးသပ်လေ့လာတဲ့အခါ ဆင်းရဲနွမ်းပါးမှုနဲ့ ပြောင်းသီးနှံကို တော်တော်များများ စားသုံးမှုကြောင့်ဖြစ်နိုင်တယ်လို့ ထင်မြင် သုံးသပ်ခဲ့ကြပါတယ်။ ခရစ်နှစ် ၁၉၃၇ ခုနှစ်မှာတော့ ဝစ်ကွန်စင်တက္ကသိုလ်က စိုက်ပျိုးရေးသိပ္ပံပညာရှင်ဖြစ်တဲ့ Conrad A Elvehjem ရဲ့ ရှာဖွေတွေ့ရှိမှုမှာ နိုင်ယာဆင် ဗီတာမင်ဘီသရီးဟာ ပလဲဂရားရောဂါဖြစ်ပွားမှုကို

ကာကွယ်ပေးနိုင်တယ်ဆိုတာ တွေ့ရှိခဲ့တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီရှာဖွေတွေ့ရှိချက်ကြောင့်လည်း ဒုတိယကမ္ဘာစစ်နောက်ပိုင်းမှာတော့ အမေရိကန်နိုင်ငံဟာ ပလဲဂရားရောဂါကို ကာကွယ်ကုသမှုပေးနိုင်တာကြောင့် ရောဂါပပျောက်သွားတဲ့အထိ ကုသနိုင်တာကို တွေ့ရှိခဲ့ရပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဗီတာမင် ဘီသရီးအာဟာရချို့တဲ့လာရင် ပလဲဂရား အရေပြားရောဂါဖြစ်လာနိုင်တယ်ဆိုတာကို တင်ပြလိုက်ရပါတယ်။



ရောဂါဖြစ်စေတဲ့ အကြောင်းတရားတွေက ဘာတွေလဲ။

၁။ နေ့စဉ်စားသောက်နေတဲ့ အစားအစာထဲမှာ နိုင်ယာဆင်လို့ခေါ်တဲ့ ဗီတာမင်ဘီသရီးချို့တဲ့မှုကြောင့်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ နိုင်ယာဆင်ဖြစ်ပေါ်လာအောင် ဖန်တီးပေးတဲ့ အမိုင်နိုအက်ဆစ်တစ်မျိုးဖြစ်တဲ့ ထရစ်တိုဖန်း (Tryptophan) လျော့နည်းတာကြောင့်ပဲဖြစ်ဖြစ် ပလဲဂရားအရေပြား ရောဂါဖြစ်လာနိုင်ပါတယ်။

၂။ အမိုင်နိုအက်ဆစ်တစ်မျိုးဖြစ်တဲ့ လူစင်း (Leucine) ဟာ အစားအသောက်ထဲမှာ သိပ်များနေပြန်ရင်လည်း နိုင်ယာဆင်ဖြစ်ပေါ်လာမှု ကျဆင်းပျက်စီးနိုင်ပြီး ပလဲဂရားရောဂါ ဖြစ်လာနိုင်ပြန်ပါတယ်။

အိန္ဒိယပြည် ဒက်ကန်ကုန်းမြေမြင့်မှာ နေထိုင်ကြတဲ့သူတွေဟာ လူး၊ ဆပ်၊ နံစားပြောင်းတွေကို အဓိကစားလေ့ရှိတယ်။ အဲဒီနံစားပြောင်း၊ လူး၊ ဆပ်တွေမှာ လူစင်းလို့ခေါ်တဲ့ အမိုင်နိုအက်ဆစ်ဓာတ် တော်တော်များများပါတယ်။ အဲဒီလူစင်းဓာတ်တွေက ဗီတာမင်ဘီသရီးလို့ခေါ်တဲ့ နိုင်ယာဆင်ဖြစ်ပေါ်မှုကို အနှောင့်အယှက်ပြုပြီး ဖျက်ဆီးပစ်တာကြောင့် ဗီတာမင်ဘီသရီး ချို့တဲ့မှုဖြစ်လာပြီး ပလဲဂရား အရေပြားရောဂါဖြစ်တာ တွေ့ရပါတယ်။ ဒါကြောင့် အစားအာဟာရထဲမှာ လူစင်းဓာတ် များများပါရင် ဗီတာမင် ဘီသရီးဖြစ်ပေါ်လာမှု လျော့သွားတာကြောင့် မကောင်းပါဘူး။

ဒါပေမဲ့ ပြောင်းသီးနှံကို အဓိကစားသောက်နေထိုင်ရတဲ့ မက္ကဆီကိုနဲ့ အလယ်ပိုင်း အမေရိကမှာရှိကြတဲ့သူတွေကတော့ အထူးသဖြင့် ပလဲဂရားရောဂါ မဖြစ်ကြပါ။

ဆိုလိုတာက ဂုံ့၊ ပြောင်းသီးနှံ စားသုံးသူတွေမှာ ပလဲဂရားရောဂါ မဖြစ်ကြဘဲ လူး၊ ဆပ်၊ နံစားပြောင်း (Millet) စားသုံးသူတွေမှာပဲ ပလဲဂရားရောဂါအဖြစ်များတာ တွေ့ရှိရတာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

၃။ ဗီတာမင်ဘီသရီး အာဟာရရှိဖွဲ့တဲ့ရောဂါ(ပလဲဂရား)ဖြစ်စေတဲ့ တခြား အခြေခံ အကြောင်းရင်းခံအန္တရာယ်တွေကတော့...

(က) ငတ်မွတ်ခေါင်းပါးမှု၊ ဆင်းရဲမွဲတေတာကြောင့် အာဟာရပြည့်ဝတဲ့ အစားအသောက် ဝလင်အောင် မစားနိုင်ကြတာ၊

(ခ) အစားအသောက်ထဲမှာ အာဟာရဓာတ်တွေ ချို့ယွင်းတာ၊ နည်းပါးတာ၊ အထူးသဖြင့် နိုင်ယာစင်ဓာတ် ပါရှိမှုနည်းတာ၊

(ဂ) အစားအသောက် ဇီဝကြောင့်တာ၊ (ဟိုဟာ မစားချင်၊ ဒီဟာမစားချင် စသဖြင့် ဇီဝ ကြောင့်တာ)

(ဃ) နှစ်ရှည်လများ အရက်သေစာ ဖွဲ့ဖွဲ့မြဲမြဲ သောက်သုံးတာ၊ (အရက်သောက်တော့ အသည်းပျက်တယ်၊ အသည်းပျက်တော့ အသည်းခြောက်၊ အသည်းကင်ဆာ ဖြစ်ပြီး ဗီတာမင်ဘီသရီး ထုတ်လုပ်မှုတွေ ကျဆင်းသွားတယ်။ အဲဒီတော့ ပလဲဂရားရောဂါ ဖြစ်လာတယ်။)

အရက်အကြောင်းပြောလို့ စာရေးဆရာကြီး သော်တာဆွေ ကိုယ်တွေ့ရေးသား ခဲ့တဲ့ သူ့ရဲ့ဝတ္ထုထဲက စာတမ်းတိုလေးကို သတိရလိုက်မိပါတယ်။ သူ့ရဲ့ကိုယ်တွေ့ အရက်သင်ခန်းစာလေးကတော့ 'ပထမတော့ ကျွန်တော်က သူ့ကို နိုင်သည်။ နောက်တော့ သူနှင့် ကျွန်တော် တစ်ပြန်စီဖြစ်လာသည်။ နောက်ဆုံးကျတော့ သူက ကျွန်တော့်ကို နိုင်သွားပြီ' တဲ့။ ကဲ... စာဖတ် ပရိသတ်တို့ရေ...။ စာရေး ဆရာကြီးသော်တာဆွေက သူနဲ့ အရက်နှစ်ပါးသွားခန်းလေးကို ရေးပြသွားလေရဲ့။ သူ့ဆိုလိုရင်းကတော့ အရက်စ သောက်သုံးခါစတုန်းကတော့ သောက်ချင်ရင် သောက်လိုက်၊ မသောက်ချင်ရင် မသောက်ဘဲ နေလိုက်ပေါ့။ နောက်ကြာလာတော့ အရက်ကို ရှောင်ကြည့်တယ်။ မရတူး။ သောက်ချင်လာတယ်။ မတွေ့ရင် တွေ့အောင် ရှာပြီး သောက်လာရင်းက သောက်မယ့်အချိန်တွေ များလာပြီ။ နောက်ဆုံးကျတော့ လုံးဝဖြတ်လို့မရအောင်ဖြစ်ပြီး ဘဝဆုံးခဲ့တာပါပဲလို့ နောက်လူငယ်တွေကို သင်ခန်းစာ ပေးပြီး ရေးသွားတာဖြစ်ပါတယ်။ မှတ်သားလောက်ပါပေတယ်။

(င) အစားအသောက်ကောင်းကောင်းစားနိုင်ပေမဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာအတွင်းပိုင်းမှာရှိတဲ့ ကလီစာတွေက အလုပ်မလုပ်နိုင်တော့လို့ အစာအာဟာရတွေကို ကလီစာ တွေက မစုပ်ယူနိုင်တော့တာ၊

(စ) အသည်းကင်ဆာ၊ အသည်းခြောက်၊ အသည်းအဆီဖုံး စတဲ့ရောဂါရှိနေသူတွေ၊

(ဆ) ဆီးချိုရောဂါရှိသူတွေ၊

(ဇ) နှစ်ရှည်လများ နာမကျန်းဖြစ်နေသူတွေ၊

(ဈ) နှစ်ရှည်လများ ဝမ်းလျှော၊ ဝမ်းသွားရောဂါရှိနေသူတွေ။

(ည) မစားချင်၊ မသောက်ချင်ဖြစ်တာ၊

(ဋ) ငတ်မွတ်ဘေးတွေတာ၊

(ဌ) တီဘီရောဂါမှာ အိုင်ဆိုနိုနိုင်ယာစစ်(Isoniazid) ဆေးပေးကုသတာကြောင့် ပိုက်နိုဒေါက်ဆင်း(Pyridoxine)လို့ခေါ်တဲ့ ဗီတာမင် B₆ လျော့နည်းသွားတာ ကြောင့် နိုင်ယာစင်ထုတ်လုပ်မှု ကျဆင်းသွားတာ၊ (ထရစ်တိုဖင် (Tryptophan) ဓာတ်ပစ္စည်းတွေနေ နိုင်ယာစင်ပြောင်းလဲသွားနိုင်ဖို့ ပိုက်နို ဒေါက်ဆင်းခေါ် ဗီတာမင် B₆ လိုအပ်ပါတယ်။)

(ဍ) တခြားဆေးတွေဖြစ်တဲ့ Flurouracil, Pyrazlhamide, 6-Mercaptopurina, Hydatoins, Azathioprine, Phenobarbital, Ethionamide, Chloramphenicol.

(ဎ) Hartnup Disease - ဖွေးရာပါထရစ်တိုဖင် (Tryptophan)၊ ဇီဝဓာတ်ဖြစ်စဉ် အစုစု(Metabolism) ချို့ယွင်းသွားတာကြောင့် ကလေးအရွယ် ပလဲဂရား ရောဂါဖြစ်တာ၊

(ဏ) HIV/AIDS ရောဂါ စတဲ့အချက်တွေပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

ပလဲဂရားရောဂါမှာ တွေ့ရှိနိုင်တဲ့တခြားရောဂါ လက္ခဏာတွေက ဘာတွေလဲ။

ပလဲဂရားရောဂါမှာ အဓိကတွေ့ရှိနိုင်တဲ့ လက္ခဏာသုံးရပ် ရှိပါတယ်။ ၎င်းတို့မှာ အရေးပြားရောင်ရမ်းခြင်း(Dermatitis)၊ ဝမ်းလျှောဝမ်းသွားခြင်း (Diarrhoea)၊ ရောဂါကြောင့် စိတ်ဖောက်ပြန်ခြင်း(Dementia)တို့ ဖြစ်ပါတယ်။

အထက်ဖော်ပြပါ အဓိကလက္ခဏာကြီး သုံးရပ်မပေါ်မီမှာ လူနာဟာ အားအင် ရျဉ်းနဲ့တာ၊ မစားချင် မသောက်ချင်ဖြစ်တာနဲ့ စိတ်ပန်းကိုယ်နွမ်း အားအင်ကုန်ခန်းခြင်း (Lassitude)တွေ ဖြစ်လာတတ်ပါတယ်။



အရေးပြားအနေနဲ့ ..

- နေရောင်ခြည်ထိတွေ့တဲ့ အရေးပြားတွေဟာ နီရဲနေမယ်။ နောက်တော့ အရေးပြားတွေဟာ အရည်ကြည်ဖဲ့တွေ တွေ့ရမယ်။ အရေးပြားဟာ ရှိနေလျှင် ဖိပြီးခြစ်လိုက်ရင် အလွယ်တကူနဲ့ စုတ်ပြဲသွားမယ်။ နောက်တပြည့်ပြည့်နဲ့ အရေးပြား ထူလာမယ်။ အရောင်အသွေးရင့်လာမယ်။ နီညိုရောင်လို့ ဖြစ်သွားမယ်။

- အရေပြားရောင်ရမ်းနေရုံတတ်တဲ့ နေရာတွေကတော့ လက်ဖခံးပိုင်း၊ လက်ဖျံ၊ လက်မောင်းနဲ့ ခြေထောက်တွေ၊ မျက်နှာ၊ ပါးပြင်နှစ်ဖက်နဲ့ နှာခေါင်းရိုးအပေါ်၊ နဖူး၊ နှာခေါင်း ထိပ်၊ ရင်ဘတ်ရှေ့ပိုင်း။
- ဆီးခုံပိုင်း၊ ကပ်ယယ်အိတ်နဲ့ ဓမ္မာကိုယ်ကို ဖိတဲ့နေရာတွေမှာလည်း တွေ့တတ်၊ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။

အူလမ်းကြောင်းအနေနဲ့

- အစားအသောက် အရသာပျက်တာ၊ အန်ချင်သလို ဖြစ်တာ၊ ရင်ခေါင်းဝမှာ မအီမသာဖြစ်တာ၊ ဝမ်းဗိုက်နာတာ၊ ပါးစပ်ကနေ သွားရည်အထွက်များတာ၊
- လျှာနီရဲတာ၊ ရောင်တာနဲ့ အစာမျိုချလို မရတာ၊
- ဝမ်းလျှောဝမ်းပျက်တာ၊ တစ်ခါတစ်ရံ ဝမ်းသွားတဲ့အခါမှာ သွေး ပါတာ၊ အကျိအချွဲတွေပါတာ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။

အာရုံကြောများအနေနဲ့

- စိတ်ဓာတ်ကျတာ၊ လိုချင်တပ်မက်စိတ်ရှိတာ၊ စိတ်လှုပ်ရှားတာ၊ စိတ်တိုတာ၊ စိတ်အာရုံစူးစိုက်မှု လျော့နည်းတာ၊
- ရောဂါအခြေအနေရင်လာတာနဲ့အမျှ စိတ်ရှုပ်ထွေးလာတာ၊ တစ်ခုနဲ့ တစ်ခု ဆက်စပ်စဉ်းစားတွေးခေါ်မှု အာရုံနည်းပါးလာတာ၊ စိတ်တိုတာ၊
- ကြွက်သားတွေ အားနည်းသွားတာကြောင့် ရပ်တည်ရာ မရနိုင်တာ၊ ရောဂါ ပို၍ ပို၍ကြီးထွားလာရင်တော့ စိတ်မနှံ့တာ၊ သတိမေ့လျော့တာတွေ ဖြစ်လာ တတ်ပါတယ်။ နောက်ဆုံးမှာတော့ လူနာအနေနဲ့ သတိလစ်မေ့မြောပြီး အသက် ဆုံးရှုံးတဲ့အထိဖြစ်နိုင်ကြောင်း တင်ပြလိုက်ရပါတယ်။

ကုသမှု/စောင့်ရှောက်မှု

- ၁။ Nicotinamide or Niacin ဆေးတိုက်ကျွေးတာ၊
- ၂။ B- Compex တိုက်တာ၊
- ၃။ ပရိုတိန်းဓာတ် များများပါတဲ့ အစားအစာတွေ ကျွေးတာ၊
- ၄။ အသားတွေအပြင် နို့၊ မြေပဲ၊ လတ်ဆတ်တဲ့ ဟင်းသီးဟင်းရွက်တွေ စားတာ၊
- ၅။ ကြက်ဥတွေ ကျွေးတာ၊
- ၆။ လျှာရောင်ရမ်းနေတာကြောင့် အစားအစာတွေကို မစားနိုင်ရင် အရည် ဒါမှ မဟုတ် အစားအစာတွေကို ပျောပျောင်းအောင် ပြင်ဆင်ပြီးကျွေးတာ၊

၇။ လူနာရောဂါပြင်းထန်နေရင် အိပ်စက်အနားစေတာမျိုးတွေကို ပြုလုပ်ပေး ရပါတယ်။

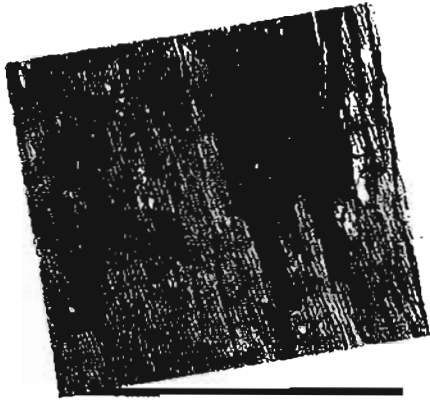
သတိထားရန်အချက်များ

- ၁။ သောက်ဆေးအရေအတွက် (Large Doses) များသွားရင် ဆီးချို သွေးချို ရောဂါတက်လာနိုင်တာ၊ အဆစ်အမျက်ရောင်ရောဂါ(Gout) အန္တရာယ်ဆိုး လာနိုင်တာ၊ အနာတွေ ပိုဆိုးလာနိုင်တာတွေ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။
- ၂။ နိုင်ယာစင်သောက်ဆေးကို လိုအပ်တာထက် ပိုသောက်တာကို ရှောင်ဖို့၊ အထူးသဖြင့် အစာအိမ်ရောဂါရှိနေသူတွေ၊ အူရောင်ရောဂါ ရှိနေသူတွေ၊ ပန်းနာရင်ကျပ်ရှိနေသူတွေ၊ အသည်းရောင်ရောဂါရှိနေသူတွေနဲ့ အဆစ်အမျက်ရောင် ရောဂါရှိနေသူတွေ ရှောင်ရပါမယ်။
- ၃။ နိုင်ယာစင်ဆေးကို လိုတာထက်ပိုသုံးစွဲခဲ့ရင် နှလုံးခုန်နှုန်း မမှန်တာ၊ ကြွက်တက်တာ၊ ခေါင်းကိုက်တာ၊ အသည်းရောင်တာတွေ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။
- ၄။ တစ်နေ့ကို နိုင်ယာစင်ဆေး 1000 mg သာ ပေးသင့်ပါတယ်။ (၁၀၀၀ မီလီ ဂရမ်ထက် ပိုပေးချင်တယ်ဆိုရင် တတ်သိနားလည်တဲ့ ဆရာဝန်အနေနဲ့ ဂရုတစိုက်ကုသမှု ပြုလုပ်ပေးရမှာဖြစ်ပါတယ်)
- ၅။ ဆေးကုသတဲ့နေရာမှာ လူကြီးဖြစ်ရင် ဘီတာမင် ဘီသရီး (Vitamin B₂- Niacin) ကို ၁၀၀ မီလီဂရမ်၊ တစ်နေ့ လေးကြိမ်နဲ့ ပြင်းထန်တဲ့လက္ခဏာတွေ ရှင်းသွားတဲ့အချိန်အထိ ရက်ပေါင်းများစွာ ပေးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ရောဂါ သက်သာသွားပြီဆိုရင်တော့ တစ်နေ့ကို ၅၀ မီလီဂရမ် တစ်ကြိမ်-နှစ်ကြိမ် ပေးနိုင်ပါတယ်။
- ၆။ ကလေးတွေအတွက်တော့ 10-50 mg G/H ပေးနိုင်ပါတယ်။

ရောဂါအလားအလာဟောက်နီး

ဒီတာမင် ဘီသရီး အာဟာရချို့တဲ့မှုကြောင့်ဖြစ်လာတဲ့ ပလဲဂရားရောဂါ သတ်မှတ်ချက်ကို တိတိကျကျဖော်ထုတ်နိုင်မယ်ဆိုရင် ရောဂါပျောက်နှုန်းဟာ သိပ်ပြီးကောင်းလာမှာပါလို့ ပြောပါရစေ...။





သုံးပုံသုံးနည်းက စည်းကမ်း
 နည်းလမ်းတကျမဟုတ်ဘဲ
 ရမ်းသုံးနေကြတော့ သစ်ရွက်စေးနဲ့
 နေရောင်ခြည်ထိသွားပြီး
 အရေးပြား လောင်ကျွမ်းသွားကြတာပဲ
 များပြီး ပိုဆိုးသွားတာပဲ
 တွေ့ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။



သစ်စေးလောင် အရေးပြားနာ (Phyto-Photo Dermatitis)



သစ်စေးလောင်အရေပြားနာ (PHYTO-PHOTO DERMATITIS)

သစ်ပင်၊ သစ်ရွက်၊ ပန်း၊ မြက်ပင်စတဲ့ အသီး၊ အရွက်၊ အကိုင်း၊ အခက်တွေကို ခြေမှုကြိတ်နယ်လိုက်မယ်ဆိုရင် အရည်ကြည်ပျစ်ချဲ့တွေ ထွက်လာတာကို တွေ့နိုင်ပါတယ်။ အဲဒီအရည်တွေထဲမှာ ဓာတ်ပစ္စည်း(Chemical) အမျိုးမျိုး ပါတတ်ပါတယ်။ ဒီအရည်တွေဟာ လူ့ခန္ဓာကိုယ်မှာရှိတဲ့ အရေပြားနဲ့ ပွတ်ထည့်သုတ်လိမ်းမိမယ်ဆိုရင် အရေပြားကို ထိခိုက်လောင်ကျွမ်းစေတတ်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူချည်းသက်သက်တော့ ဖြစ်တောင့်ဖြစ်ခဲ ဖြစ်ပေမဲ့လို့ ဒီသစ်စေးရည်ထိထား၊ လိမ်းကျံထားတဲ့ အရေပြားနဲ့ နေရောင်ခြည်အလင်းရောင်မိသွား၊ ထိသွားတဲ့အချိန်မှာ အရေပြားလောင်ကျွမ်းစေတာဖြစ်ပါတယ်။ ဆိုလိုရင်းကတော့ သစ်စေးရည်(SAP)ဟာ သူ့ဟာသူတော့ အရေပြားကို လောင်ကျွမ်းစေတာ နည်းပေမဲ့ ဒီသစ်စေးရည်ဟာ နေရောင်ခြည်နဲ့ တွေ့လိုက်တဲ့အခါမှာတော့ ဓာတ်ပစ္စည်းတစ်ခုအသွင် ပြောင်းသွားစေပြီး အရေပြားကို လောင်ကျွမ်းစေတာ၊ ကွာကျတာ၊ မည်းနက်သွားတာ၊ ညှို့သွားတာ၊ နီသွားတာ စတာတွေ ဖြစ်ပေါ်စေတာဖြစ်ပါတယ်။ တာချို့သစ်စေးရည်တွေ အနေနဲ့ ဓာတုဓာတ်ပစ္စည်းအသွင်ကို နေရောင်ခြည်နည်းနည်းနဲ့ ပြောင်းလဲသွားနိုင်သလို တာချို့သစ်စေးရည်တွေကတော့ နေရောင်ခြည်ပြင်းပြင်းနဲ့ ထိတွေ့မှ အရေပြားလောင်ကျွမ်းစေတဲ့ဓာတ်ပစ္စည်း အသွင်ပြောင်းသွားတာ ဖြစ်ပါတယ်။

သစ်ပင်ပန်းမန်၊ သစ်ရွက်သစ်ခက်ကထွက်တဲ့ အရည်တွေကိုတော့ မြန်မာနိုင်ငံမှာ ဆေး၊တစ်ခုအနေနဲ့ သုံးတတ်ကြတာ တွေ့ရှိရပါတယ်။ များသောအားဖြင့် မြီးမတွေ့အနေနဲ့ မျက်နှာ၊ ပါးပြင်တွေပေါ်မှာ တင်းတိပ်(Melasma)တွေဖြစ်နေတဲ့ အခါ ကွမ်းရွက်ကပ်ရင် ကောင်းတယ်ဆိုပြီး ကပ်ကြပါတယ်။ ကွမ်းရွက်ထဲမှာပါတဲ့ အစေးက အရေပြားထဲ စုပ်ဝင်သွားတဲ့အခါ အမည်းရောင်၊ အညိုရောင်တွေကို စာသွားပြီး အရေပြားမှာ အဖြူကွက်တွေ ဖြစ်ပေါ်ကုန်ရစ်နေခဲ့တဲ့ လူနာတော်တော်များများလေး တွေ့ဖူးပါတယ်။ အဲဒါဘာဖြစ်လို့ ဖြစ်တာလဲဆိုတော့ ကွမ်းရွက်ထဲမှာ ပါရှိတဲ့ အရွက်စေးရည်က ပထမတော့ အရေပြားကို လောင်ကျွမ်း စားသွားပြီး

နီရဲလာမယ်၊ နောက်တော့ အရေပြားအကွက်လိုက်၊ အကွက်လိုက်ကွာကျသွားတာကြောင့် အရေပြားပေါ်မှာ သမင်ဖြူကွက်တွေလို ကျန်ခဲ့တာဖြစ်ပါတယ်။

နောက်တစ်ခုက ကြိတ်မှုန့်ရွက်၊ အဖြူကွက်၊ သမင်ဖြူ၊ သမင်ကွက်၊ မီးလောင်ပြီး အရေပြားအဖြူကွက်ဖြစ်ကျန်နေတဲ့ အကွက်တွေကို ကြိတ်မှုန့်ရွက်နဲ့ ပွတ်ကြပါတယ်။ မိဂိုးဖလာလိုဖြစ်နေတော့ အဖြူကွက်ဆိုရင် ကြိတ်မှုန့်ရွက်နဲ့ပဲ ပွတ်လေ့ရှိပါတယ်။ ကြိတ်မှုန့်ရွက်အရည်(SAP)တွေထဲမှာ အဖြူကွက် ဖြစ်ကောင်းလာနိုင်တဲ့ ဓာတ်ပစ္စည်း ပါကောင်းပါလိမ့်မယ်။ ဒါပေမဲ့ ဘယ်လိုအမျိုးအစားလဲ၊ ဘယ်လောက် ရာခိုင်နှုန်းပါသလဲဆိုတာကို သုတေသန မလုပ်ထားသေးတော့ သေသေချာချာ လေ့လာ မပြောနိုင်ပါဘူး။ ဒီအကြောင်းကို ကျွန်တော် ဘာကြောင့်ပြောရလဲဆိုရင် ကျွန်တော် ပြင်သစ်နိုင်ငံ၊ ပါရီ အရေပြားတက္ကသိုလ်မှာ သင်ကြားခဲ့တုန်းက သမင်ဖြူရောဂါနဲ့ပတ်သက်ပြီး နှစ်ရှည်လများ သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေးတွေ ပေးရတယ်ဆိုတာကြောင့် လူနာအနေနဲ့ ဆေးကြောင့် ဆိုးကျိုးတွေဖြစ်မလာနိုင်ဘူးလားလို့ ကျွန်တော့်ရဲ့ ပရော်ဖက်ဆာကြီး ဂျေဆီဗတ်(Professor J.Civalte)တို့ မေးကြည့်ခဲ့ပါတယ်။ သူပြန်ဖြေလိုက်တာက "ဒီခရုသင်းကုတ်ဆေးတွေဟာ သစ်ပင်၊ သစ်ရွက်တွေက ထုတ်လုပ်ထားတာဖြစ်လို့ နှစ်ရှည်လများ သောက်လို့၊ လိမ်းလို့ ဘာအန္တရာယ်မှ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ တို့တစ်တွေ ဟင်းသီးဟင်းရွက်တွေကို နေတိုင်း ချက်စားနေသလိုပေါ့ကွ"လို့ အဖြေပေးခဲ့ပါတယ်။ နောက်သူက ဆက်ပြောသေးတယ်။ "မင်းတို့နိုင်ငံမှာလည်း သစ်ပင်မျိုးစုံ ပေါလေတော့ ဒီသစ်ရွက်၊ သစ်ပင်တွေက ခရုသင်း ပျောက်နိုင်တဲ့ဆေးရနိုင်တာပဲ။ သုတေသန လုပ်ကြည့်ရင်တော့ အကောင်းဆုံးပေါ့ကွာ"တဲ့။ ပရော်ဖက်ဆာ ဂျေဆီဗတ်ရဲ့အဖြေကို သုံးသပ်ကြည့်ရင် ကြိတ်မှုန့်ရွက်ထဲမှာ ခရုသင်း ပျောက်နိုင်တဲ့ဆေး ပါရှိနေတဲ့ ဆေးဘက်က အပင်တစ်မျိုးလို့ ထင်မှတ်နိုင်စရာ ရှိပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ မြန်မာတွေ သုံးပုံသုံးနည်းက စည်းကမ်း နည်းလမ်းတကျမဟုတ်ဘဲ ရမ်းသုံးနေကြတော့ သစ်ရွက်စေးနဲ့ နေရောင်ခြည်ထိသွားပြီး အရေပြား လောင်ကျွမ်းသွားကြတာပဲများပြီး ပိုဆိုးသွားတာပဲ တွေ့ရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော့်ပရော်ဖက်ဆာကြီးပြောတဲ့ စမ်းသပ်ထုတ်လုပ်ထားတဲ့ဆေးတွေကိုပဲ အရေပြားအထူးကုဆရာဝန်ကြီးတွေနဲ့တိုင်ပင်ပြီး ကုသမှု ခံယူသင့်ပါတယ်။

(မြန်မာနိုင်ငံရှိ သစ်ပင်သစ်ရွက်တွေကနေ ခရုသင်း ပျောက်နိုင်တဲ့ဆေးတွေကို သုတေသနပြုပြီး ထုတ်လုပ်နိုင်ပါစေလို့ ဆုတောင်းလိုက်ပါတယ်။)



နောက်တစ်ခုက ကင်းပုံရွက်။ မြန်မာလူမျိုးတွေအနေနဲ့ ရေယုန်ဖြစ်တဲ့အခါ ဘာရေယုန်ပုံဖြစ်ဖြစ် ကင်းပုံရွက်နဲ့ ပွတ်ကြပါတယ်။ အပြောလေးကလည်း နှိသေးတယ်။ 'နင် လားဟဲ့ ရေယုန်၊ ငါလားဟဲ့ ကင်းပုံ' ဆိုပြီး ရေယုန်ဖြစ်တဲ့နေရာကို ပြောပြောဆိုဆို ပွတ်ရတယ်ဆိုပဲ။ ကင်းပုံရွက်နဲ့ပွတ်လိုက်တော့ ကင်းပုံရွက်ထဲက ထွက်လာတဲ့အစေးရည် (SAP)က အရေပြားထဲကို ဝင်၊ ပွတ်ပါများတော့ အရေပြား ပြိုလန့်၊ ပြိုလန့်ကုန်တဲ့ အတွက် အရေပြားထဲကို သစ်စေးရည်တွေ များများဝင်၊ နောက်... နေရောင်ခြည်နဲ့ ထိတွေ့တဲ့အခါကျတော့ ရေယုန်ကြီးက ပြိုသွားပြီး နီရဲရောင်ရမ်းလာ၊ ပြိုသွားတဲ့နေရာက ပြင်ပပိုးတွေ ဝင်လာပြီး အနာဟာ ပိုလို့ပိုလို့ ဆိုးသွားတာပဲ အမတ်တင်သွားရတာပါပဲ။ ရေယုန်ဆိုတာက ဗိုင်းရပ်စ်ကြောင့်ဖြစ်တာပါ။ ဗိုင်းရပ်စ်ပျောက်တဲ့ သောက်ဆေးတွေ၊ လိမ်းဆေးတွေ ပေးပြီး ကုသပျောက်ကင်းနိုင်ပါတယ်။

ဂုန်လျှော်လုပ်သားတွေအတွက် ကျန်းမာရေးအသိပညာ တစ်ခုပေးရဦးမယ်။ ဂုန်လျှော်ပင်တွေကို ရေစိမ်း၊ အပုပ်ခံပြီးမှ ဂုန်လျှော်ပင်တွေက အခွံတွေ(Berk)ကို ခွာပြီး ရေနဲ့ ဆေးကြာရပါတယ်။ ဂုန်လျှော်အခေါက်က သစ်စေးရည်တွေက များပါတယ်။ ရွဲကျိုနေပါတယ်။ ဒီရွဲကျိုနေတဲ့အရည်တွေကို ဂုန်လျှော်လုပ်သားတွေက ရေထဲမှာ ဆေးကြာရတယ်။ ဆေးရင်နဲ့ ဂုန်လျှော်သစ်စေးရည်တွေက တစ်ကိုယ်လုံး လိုလို လူးကွဲပေကုန်ပါတယ်။ ဒီသစ်စေးရည်တွေ ပေနေတဲ့အရေပြားနဲ့ နေရောင်ခြည်နဲ့ ထိတွေ့တဲ့အခါ အရေပြားလောင်ကျွမ်းပြီး အနာတွေ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဂုန်လျှော်တွေ လျှော်ဖွပ်ပြီးရင် အစေးရည် တွေ ကိုယ်ခန္ဓာမှာ ပေကျံမနေအောင် ရေနံကြာကြာလေး ဆေးပစ်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီလိုမှ မဟုတ်ရင်တော့ သစ်စေးလောင်အရေပြားမှာ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။

နောက်တစ်ခုက စစ်စေးရည်။ စစ်စေးထုတ်လုပ်သူတွေအနေနဲ့ စစ်စေးလောင်တာ ခံစားပူးကြမှာပါ။ စစ်စေးက ယွန်းထည်ပစ္စည်း၊ ကျောက်ကာပစ္စည်း၊ ဘုရားပုထိုးရွှေချရာမှာ အသုံးဝင်တာဖြစ်ပါတယ်။ စစ်စေးရည်ထဲမှာပါတဲ့ဓာတ်ပစ္စည်းကတော့ ပြင်းထန်ပုံရပါတယ်။ စစ်စေးအစေးဟာ အရေပြားနဲ့ ထိတာနဲ့တင် အရေပြား လောင်ကျွမ်းမှုဖြစ်ပြီး အနာဖြစ်တတ်ပါတယ်။ နေရောင်နဲ့ထိတွေ့မယ်ဆိုရင် ပိုပြီးပြင်းထန်တာ တွေ့မြင်နိုင်ပါတယ်။



မြစ်ချောင်းနံ့သားက မြက်ပင်ရှည်တွေနဲ့ ထိတွေ့မိတာကြောင့်လည်း အရေပြားယားယံပြီး အရေပြားမှာ ဖြစ်တတ်ပါသေးတယ်။ မြစ်ချောင်းနံ့သားက တောသူတောင်သားတွေမှာ တွေ့ရတတ်သလိုပဲ ခေတ်ဆန်တဲ့မြို့သူ၊ မြို့သားတွေအနေနဲ့လည်း ရေကူးကန်မှာ ရေကူးပြီး ရေကူးကန်သားက မြက်ခင်းပြင်ပေါ် လဲလျောင်းရာက မြက်ပင်ကနေထွက်လာတဲ့ အစေးရည်နဲ့ထိတွေ့ပြီး နေရောင်ခြည်နဲ့ အကူအညီနဲ့ အရေပြားနီရဲရောင်ရမ်းလာတာတွေ ဖြစ်နိုင်ပြန်ပါတယ်။ မြက်ပင်တွေကလည်းဖြစ်နိုင်သလို တရုတ်နံနံပင်(Celery)နဲ့ မုန်လာဥဝါ(Carrot)စိမ်း ထုတ်လုပ်ရောင်းချသူတွေဟာလည်း အဲဒီအပင်တွေက ထွက်တဲ့အစေးရည်နဲ့ ကြိမ်ဖန်များစွာ ထိတွေ့မှုကနေ အရေပြား အစေးလောင်ခြင်း ဖြစ်ပေါ်တွေ့ရှိနိုင်ပြန်ပါတယ်။

ခေတ်ဆန်သူတွေအနေနဲ့ ရေမွှေး (Per-fume)ကို လည်ပင်းမှာ စွတ်တာတို့၊ လက်မှာ စွတ်တာတို့ကနေ အရေပြားလောင်ပြီး အရေပြားမည်းသွားတာမျိုး တွေ့ရှိခံစားဖူးသူတွေ ရှိကြပါလိမ့်မယ်။ ဒါဟာ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ရေမွှေးဖော်စပ်ရာမှာ ရေမွှေးတိုင်းလိုလို သစ်ပင်သစ်ရွက်တွေက ထုတ်နုတ်ဖော်စပ်ထားတဲ့ ဆိုရာလင်အရည်(Psoralen Solution) ထည့်ပြီး ဖော်စပ်ရတာကြောင့်ပါ။ အဲဒီဆိုရာလင် ဆေးရည်ဟာ အရေပြားပေါ်စွတ်စိုရာက နေရောင်နဲ့ထိတွေ့တဲ့အခါ အရေပြားအနည်းငယ်လောင်ကျွမ်းရာက အမည်းရောင်၊ အညိုရောင် ပြောင်းသွားပြီး အရေပြားပေါ်မှာ အကွက်ဖြစ်ကျန်ခဲ့ပါတယ်။ ရေမွှေးစွတ်တဲ့သူကိုယ်တိုင် ဘယ်လိုဘယ်လိုဖြစ်ပြီး အညိုကွက်၊ အမည်းကွက်ဖြစ်သွားတယ်ဆိုတာ မသိလိုက်ရတဲ့ ဘေးလူကမြင်လို့ ပြောမှသိကြရတာ များပါတယ်။ အရေပြားစွတ်တဲ့ ရေမွှေးကို များများမစွတ်မိဖို့ သတိထားရမှာဖြစ်ပါတယ်။



မြစ်စေ့နိုင်တဲ့ အကြောင်းရင်းတွေက ဘာတွေလဲ

- ၁။ ဓာတုပစ္စည်း(Chemicals)တွေ ပါရှိတဲ့ သစ်စေးရည်တွေကို အရေပြားက စုပ်ယူမယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ နေရောင်နဲ့ထိတွေ့ပြီး အရေပြားပေါ်မှာ အဆိပ်ပိုဖြစ်မယ်။ ပထမတော့ ထိတွေ့တဲ့နေရာမှာနီနေပြီး နောက်တော့ မည်းသွားနိုင်တယ်။
- ၂။ အလှအပသုံးပစ္စည်း(Cosmetic products)တွေမှာ သစ်ပင်၊ သစ်ရွက်အတွက် ရတဲ့ ဆိုရာလင်အရည်ပါတာကြောင့်လည်း ဖြစ်နိုင်တယ်။

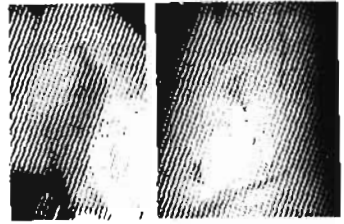
၃။ မုတ်ဆိတ်ရိတ်ပြီး လိမ်းတဲ့ဆေးရည် (After Shave Lotion)တွေမှာလည်း ဖူရိုကိုမာရင် (Furocoumarin) ဆေးနဲ့ နီးနွယ်တဲ့ပစ္စည်းတွေပါတာနို့ ဖြစ်တတ်တယ်။

အဓိကကတော့ သစ်ရွက်၊ မြက်ပင်တွေကထွက်တဲ့ အရည်(SAP)နဲ့ နေရောင်ထိတွေ့မိရာက အရေးပြားပေါ်မှာ အဆိပ်ဖြစ်တဲ့သဘော(Phototoxicity)ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

သစ်ပင်ပန်းမန်အစားရည်နဲ့ထိတွေ့ပြီးဖြစ်လာပုံ အဆင့်ဆင့်က ဘယ်လိုလဲ

- သစ်ပင်ပန်းမန်တွေရဲ့ အစားနဲ့ထိတွေ့ထားတဲ့ အရေးပြားနေရာတွေကို နေရောင်ခြည်နဲ့ တစ်ဖန်ဆက်လက်ပြီး ထိလိုက်မယ်ဆိုရင်...

- (က) အရေးပြားနီရဲလာမယ်။
- (ခ) အရေးပြားရောင်လာမယ်။
- (ဂ) အရေးပြားပေါ်မှာ အရည်ကြည်မှလေးတွေ ပေါ်လာမယ်။
- (ဃ) အရည်ကြည်ဖုကြီးတွေ ဖြစ်သွားနိုင်တယ်။



(င) နောက်တော့ အရေးပြားနီရဲရောင်ရမ်းမှုတွေ သက်သာသွားပြီး အရေးပြားပေါ်မှာ ညှိမည်းရောင် အကွက်အစင်းတွေဖြစ်ပြီး တဖြည်းဖြည်းနဲ့ အရောင်အဆင်းပျော့သွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

- ရေမွှေးကြောင့်ဖြစ်တာကတော့ ...

- (က) အရေးပြားနီရဲတာ သိပ်မသိသာပါဘူး။ သတိ မထားမိသလောက်ပါပဲ။
- (ခ) အရေးပြားအရောင် ညှိဝါရောင် ဖြစ်နေတတ်တယ်။
- (ဂ) အကွက်တွေဟာ အစက်လိုက် ဒါမှမဟုတ် အကြောင်းလိုက် ဒါမှမဟုတ် ပုံစံအမျိုးမျိုး တွေနိုင် ပါတယ်။ ရေမွှေးစွတ်တဲ့အတိုင်း တွေ့ရှိရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

- သစ်ပင်သစ်ရွက်တွေကြောင့်ဖြစ်တာက ပူလောင်ပြီးပြင်း ထန်တတ်ပါတယ်။ ရေမွှေးကြောင့်ဖြစ်တာကတော့ ပူလောင်ခြင်းမရှိပါဘူး။ အညှို့ကွက်တွေပဲ ဖြစ်သွားတာ များပါတယ်။

- ပူလောင်တာ၊ ယားယံတာတွေကတော့ ဖြစ်စေတဲ့အရာဝတ္ထုအမျိုးအစားပေါ်မူတည်ပြီး ပြင်းထန်တာ၊ ပျော့တာ၊ မရှိတာတွေ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။

ကာကွယ်မှု၊ ကုသမှု

၁။ သစ်ပင်၊ သစ်ရွက်တွေကထွက်တဲ့အစားတွေကို ကိုင်တွယ်မိရင် ရေနဲ့ ဆေးကြောပစ်ပါ။

၂။ မလွဲမရှောင်သာလို့ သစ်ပင်ထွက်ပစ္စည်းတွေနဲ့ပတ်သက်ပြီး အလုပ်လုပ်နေသူတွေအနေနဲ့ သစ်စားတွေနဲ့ထိတွေ့ နေတဲ့အချိန်မှာ နေပူထမသွားဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။

၃။ သစ်စက်မှာ အလုပ်လုပ်နေသူတွေအနေနဲ့ လွှစာမှုနဲ့ အစိုတွေနဲ့ ထိတွေ့ပြီးရင် ရေချိုးပစ်ပါ။ သစ်စားတချို့က နေရောင်နဲ့ထိရင် အရေးပြားကို ရောင်ရမ်းစေပါတယ်။

၄။ စားသောက်တဲ့သစ်သီး (အထူးသဖြင့် သရက်သီး)တွေ ကထွက်တဲ့ အစားမလောင်အောင် ဂရုစိုက်ပါ။ အစားထွက်သွားအောင် သရက်သီးဖင်ပိုင်းတို့ ဓားနဲ့လှီးပြီး၊ ရေစိမ်ပြီးမှ စားပါ။ နှုတ်ခမ်းတွေကို သရက်စား လောင်တတ်ပါတယ်။

၅။ သစ်ရွက်၊ ပန်းရွက်၊ ပန်းပွင့်တွေကို မွှေးတယ်ဆိုပြီး ခြေမှုပြီး မရှူပါနဲ့။ သစ်စားငွေ့ကြောင့် နှာခေါင်း အတွင်းပိုင်းအမြှေးပါး ရောင်တတ်ပါတယ်။

၆။ အရေးပြားအစားလောင်ပြီဆိုရင် အလူမီနီယမ်အစိတ် (Aluminium Actate Solution) ဒါမှမဟုတ် ပိုတက် စီယမ်ပါမင်ဂနိတ် (Potassium Permanganate) ဆေးရည်နဲ့ ဆေးကြောပစ်ပါ။

၇။ အစားလောင်တဲ့နေရာကို စတီးရွိုက်အရည် ဒါမှမဟုတ် cream တစ်ခုခု လိမ်းပေးပါ။

၈။ စတီးရွိုက်သောက်ဆေးကို ရက်တို(Short Course) ပေးနိုင်ပါတယ်။

၉။ နေရောင်ခြည်နဲ့ ထိတွေ့မှုကို ရှောင်ပါ။

၁၀။ ဖူရိုကိုမာရင် (Furocoumarin)ပါတဲ့ဆေးတွေကို ဆက်မသုံးသင့်ပါ။

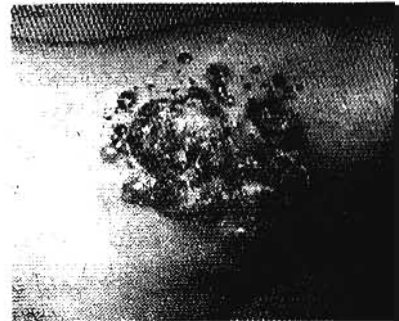


ဒေါက်တာဦးဆွေမြင့် (အရေပြား-ပီအို)



အရေပြား အမည်းရောင်အကွက်
ထူလာတယ်၊ ပိုပြီး မည်းလာတယ်။
ကြီးလာတယ်ဆိုရင် အမည်းကွက်ကို
လှန်ထုတ်ပြီး အသားဖျင်တို့ကို
ဓာတ်ခွဲ စစ်ဆေးကြည့်သင့်ပါတယ်...။

အရေပြားကင်ဆာ ဖြစ်နိုင်သော
အမည်းကွက်များ
(MELANOMA)



အရေးပြားကင်ဆာဖြစ်နိုင်သော အမည်းကွက်များ (MELANOMA)

လူ့ခန္ဓာကိုယ်အရေပြား အပေါ်လွှာမှာ မယ်လင်နိုဆိုက် (Melanocytes) လို့ခေါ်တဲ့ ကလာပ်စည်းတွေ ရှိပါတယ်။ အဲဒီကလာပ်စည်းတွေက ဆံပင်နဲ့ အရေပြားတွေကို အမည်းရောင်ခြည် (Melanin) ထုတ်လုပ်ပေးခြင်းကြောင့် ဆံပင်တွေမည်းနေခြင်းနဲ့



အရေပြား တချို့နေရာတွေမှာ အမည်းကွက်တွေရယ်လို့ ဖြစ်ပေါ်လာစေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ သာမန်ရိုးရိုး ထုတ်လုပ် ပေးခြင်းအရတော့ အရေးပြားပေါ်မှာ တွေ့ရှိလာနိုင်တဲ့ အမည်းကွက်တွေက ဒုက္ခပေးနိုင်ပေမဲ့ အန္တရာယ်ပေးနိုင် လောက်အောင် အရေးပြားထဲကို ထိုးဖောက်ပြန့်ပွား သွားပြီး အိုင်အဲစ် အကျိတ်သဏ္ဍာန် ပြောင်းလဲသွားရင် တော့ အဲဒီအမည်းကွက်တွေဟာ အရေးပြားကင်ဆာ ဖြစ်သွားနိုင်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဆေးပညာအရတော့ မယ်လင်နိုမာ (Melanoma) လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဒီလို အန္တရာယ်ပေးနိုင်တဲ့ ထိုးဖောက်ဝင်ရောက်မှုကြောင့် မယ်လင်နိုဆိုက် ကလာပ်စည်း (Melanocytes Cells) တွေ ကြီးထွားလာပြီး အကျိတ်အဖုံဖြစ်သွား ခြင်းကြောင့် အရေးပြားတွေကို မည်းလာစေမယ့် အမည်းရောင်ခြည် (Melanin) တွေကလည်း ပိုပြီး များပြားလာတာ ဖြစ်ပါတယ်။ များသောအားဖြင့်

တော့ လူဖြူလူမျိုး အသက် ၃၀ ကျော်တွေမှာ ဖြစ်တတ်လေ့ရှိပြီး မိန်းမတွေက ပိုပြီး သိသာထင်ရှား ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ဥရောပ (Europe) မှာဆိုရင် လူတစ်သိန်းမှာ မိန်းမတွေအနေနဲ့ ၁၂ ယောက်လောက်ဖြစ်တာ တွေ့ရှိရပြီး ယောက်ျားတွေအနေနဲ့တော့ တစ်သိန်းမှာ ခြောက်ယောက်လောက်ပဲ တွေ့ရတယ်လို့ စာရင်းယေး ဖော်ပြထားတာ တွေ့ရှိရပါတယ်။ မိန်းမတွေက ယောက်ျားတွေထက်

ထက်ဝက်များတယ်ပေါ့။ သြစတြေးလျ (Australia) မှာတော့ လွန်ခဲ့တဲ့ ၁၅ နှစ်လောက်က လူတစ်သိန်းမှာ ၄၀ လောက် ဖြစ်ခဲ့တယ်လို့ ဖော်ပြခဲ့ပါတယ်။

ကင်ဆာရောဂါဖြစ်နိုင်တဲ့ အရေးပြား အမည်းကွက် အပြောက်၊ အမှတော့ကတော့ တစ်နှစ်ပတ်လုံး နေပူနေတတ်တဲ့နိုင်ငံတွေမှာ ပိုပြီးတွေ့ရတတ်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အရေးပြားအမျိုးအစားနဲ့ နေထိုင်ထိတွေ့တာ ရှည်ကြာမှုပေါ်မှာလည်း မူတည်ပါ သေးတယ်။ နေရောင်ထိတွေ့မှုများခြင်းနဲ့ အရေးပြား ဖြူဆွတ်နုနယ်သူတွေ (Fair Skin) အနေနဲ့ ပိုဖြစ်ပြီး အသားအရေမည်းသူတွေအနေနဲ့တော့ ဖြစ်ပွားမှုနှုန်း နည်းပါတယ်။

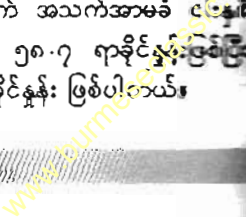
ပျိုးရိုးဗီဇ

မျိုးရိုးဗီဇအနေနဲ့လည်း မဲ့များများ ပေါက်တတ်ခြင်း၊ ပေါ်ပေါက်လာမယ့် မဲ့တွေကလည်း ရုတ်တရက်ကြီးလာခြင်း၊ ပွားလာခြင်း ရှိသူအနေနဲ့လည်း မဲ့ကနေ ကင်ဆာ ဖြစ်သွားတတ်ပြန်ပါတယ်။ မဲ့တွေအနေနဲ့ အရောင်တွေ ပြောင်းသွားမယ် ပိုပြီး မည်းလာမယ်ဆိုရင် ကင်ဆာအဖြစ် ပြောင်းသွားတတ်ပြန်ပါတယ်။ ရိုးရိုးမဲ့ (Mole) အနေနဲ့တော့ အန္တရာယ်ပေးနိုင်တာ သိပ်မရှိပါဘူး။



ရောဂါအလားအလာ ရှေ့ပြေးဟောကိန်း

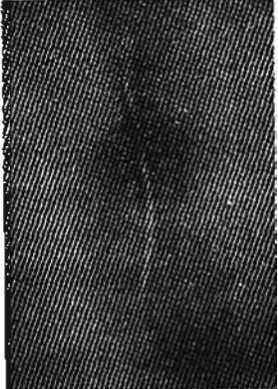
အရေးပြား အမည်းရောင်အကွက် ထူလာတယ်၊ ပိုပြီး မည်းလာတယ်။ ကြီးလာတယ်ဆိုရင် အမည်းကွက်ကို လှန်ထုတ်ပြီး အသားမျှင်တို့ကို ဓာတ်ခွဲ စစ်ဆေးကြည့်သင့်ပါတယ်။ (Biopsy)၊ ရောဂါအခြေအနေအလားအလာကတော့ အကွက်၊ အဖု၊ အလုံးရဲ့ အထူအပါးနဲ့ သက်ဆိုင်ပါတယ်။ ဓာတ်ခွဲစမ်းသပ်တဲ့ အသားမျှင် အထူအနေနဲ့ (0.76 mm) ရှိရင် ရာနှုန်းပြည့် ၁၀၀% ကောင်းခြင်း၊ 0.76-1.55mm ဆိုရင် ၈၀% ကောင်းခြင်း၊ 3.5 mm ထက်ထူရင် ၄၀% ကောင်းခြင်းများဖြစ်ပြီး ဒီကောင်းခြင်းတွေဟာလည်း ခွဲစိတ်ထုတ်ယူတဲ့ အနာ အဆာ ပြည့်စုံလုံလောက်မှုပေါ်မှာ မူတည်ပြီး ငါးနှစ်အတွက်သာ စိတ်ချရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ခွဲစိတ်ထုတ်ယူတဲ့ အသားစက္ကန့်နေခဲ့ရင် ပြန်ဖြစ်တတ်ပါသေးတယ်။ ကင်ဆာ အထူးကုဆရာဝန်ကြီးတွေနဲ့ ဆက်လက်ပြသ ကုသမှု ခံယူသင့်ပါတယ်။ အကြမ်းအားဖြင့် ပြောရရင်တော့ ကင်ဆာအတွက် အသက်အာမခံ ငါးနှစ် (5 years survival) က ယောက်ျားတွေအတွက် ၅၈.၇ ရာခိုင်နှုန်းဖြစ်ပြီး မိန်းမတွေအတွက်တော့ ၇၁.၆ ကနေ ၇၇.၆ ရာခိုင်နှုန်း ဖြစ်ပါတယ်။



အမည်းကွက်အရေပြားကင်ဆာ (Melanoma) အမျိုးအစားများ
အဓိကအားဖြင့် လေးမျိုးရှိပါတယ်။

၁။ အရေပြားအပေါ်ယံမှာဖြစ်တဲ့ အမည်းကွက်ကင်ဆာ
(Superficial Spreading Melanoma)

အပြင်းဖျားတဲ့အမျိုးအစား ဖြစ်ပါတယ်။ ဖြစ်တတ်တဲ့နေရာကတော့
ယောက်ျားတွေရဲ့ကျောပြင်နဲ့ မိန်းမတွေရဲ့ ခြေထောက်တွေမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
အရေပြားရောဂါအနေနဲ့ ဖြစ်လေ့ဖြစ်ထရှိတဲ့နေရာတွေကနေ အဓိက ရောဂါ
သတ်မှတ်ချက် (Diagnosis)ကို ရရှိနိုင်ဖို့ အများကြီး အထောက်အကူပြုပါတယ်။
အရေပြားအပေါ်ယံမှာ ဖြစ်တတ်တယ်လို့ဆိုတဲ့အတိုင်းပဲ အရေပြား အပေါ်လွှာ
(Epidermis)ပေါ်မှာပဲ ဖြစ်ပြီး နှစ်၊ လကြာရှည်လာတဲ့အခါကျမှ အတွင်းဘက်ကို
ထိုးဖောက်ပြန့်ပွားသွားတာ ဖြစ်ပါတယ်။ အကွက်မျက်နှာပြင်ရဲ့ နှုတ်ခမ်းသား
တွေဟာ ညီညာမှုမရှိပါဘူး။ အကွက်ရဲ့ အရောင်
အသွေးကလည်း အညီရောင်ကနေ အမည်းရောင်ကို
ပြောင်းသွားတတ်ပြန်ပါတယ်။ အနာကွက်ရဲ့
ဘေးပတ်ပတ်လည်ဟာ နီရဲနေမယ်၊ ရောင်နေမယ်၊
အကွက်ရဲ့ အလယ်ဗဟိုမှာတော့ ရှင်းနေပါလိမ့်မယ်။
အရေပြားအတွင်းကို ထိုးဖောက် ပြန့်ပွားသွားတာနဲ့
တစ်ပြိုင်နက် အပေါ်ယံမှာ အမှအလုံးတွေ တွေ့လာ
နိုင်ပြီး အရောင်အသွေးကလည်း ပိုပြီးမည်းလာမှာ
ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီအခြေအနေမျိုး ရောက်သွားပြီဆိုရင်
တော့ ရောဂါအလားအလာ သိပ်မကောင်းတော့
ပါဘူး။



၃။ အမည်းအနုလုံးကင်ဆာ (Nodular Melanoma)

အရေပြားပေါ်မှာ ထွက်လာမယ့် အမည်းရောင်ရှိတဲ့အလုံး ဖြစ်ပါတယ်။
ယောက်ျားတွေမှာ အဖြစ်များပါတယ်။ အသက်အရွယ်အားဖြင့်တော့ ၅၀၊ ၆၀
အရွယ် ဝန်းကျင်တွေမှာ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ကင်ဆာကလာပ်စည်းရဲ့ ထိုးဖောက်
ပြန့်ပွားမှုက စဖြစ်တည်းက အရေပြားရဲ့ ဒေါင်လိုက်ဖြစ်လို့မို့ လူနာအတွက်
အလားအလာ သိပ်မကောင်းပါ။

၄။ လက်ဖျား၊ ခြေဖျားတွင်ဖြစ်တော့ အမည်းကွက်ကင်ဆာ
(Aeral Melanoma)

လက်ဖျား၊ ခြေဖျား၊ လက်သည်း၊ ခြေသည်းနား ဒါမှမဟုတ် လက်သည်း
ခြေသည်းအောက်မှာ ဖြစ်တာတွေ့ ရတတ်ပါတယ်။ လက်သည်း၊ ခြေသည်းနဲ့
လက်သည်း၊ ခြေသည်းပန်းကုံး (Nail Fold) အရောင်ပြောင်းသွားတာ တွေ့ရင်
ဒီအချက်ဟာ အမည်းကွက်ကင်ဆာဖြစ်တော့မယ်ဆိုတာ ပြနေတာ ဖြစ်ပါတယ်။



၂။ ညိုမည်းကွက်ကင်ဆာ (Lentigo Maligna Melanoma)

သက်ကြီးရွယ်အိုဖြစ်ပြီး နေရောင်နဲ့ အမြဲလုံထိတွေ့နေတဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာ အစိတ်
အပိုင်းတွေမှာ ဖြစ်တာ တွေ့ရတတ်ပါတယ်။ အကွက်ရဲ့ အရွယ်အစားက
၂ စင်တီမီတာ (2 cm)ထက် ကြီးတတ်ပါတယ်။ အရောင်အသွေးက အမျိုးမျိုး
ဖြစ်တတ်ပြီး အကွက်အနေနဲ့က ပြားချပ်နေပြီး ညိုမည်းရောင် ဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။



အရောင်အသွေးရှိတဲ့ မဲ့တွေအနေနဲ့
 လှပျို အပျိုဖြစ်စေ အရွယ်တွေနဲ့
 လူငယ်၊ လူလတ်ပိုင်းတွေမှာ ပေါ်တတ်ပါတယ်။
 ဒါပေမဲ့ အသက် ၃၀ ကျော်အရွယ်မှာ
 မဲ့အနေနဲ့ ရုတ်တရက်ကြီးထွားလာတာ
 တွေ့တယ်ဆိုရင်တော့ အမည်းရောင်ကင်ဆာ
 (Melanoma) မယ်လင်နီးမား
 ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။



မဲ့(Mole)နှင့်
အရေပြားအမည်းကွက် (Melanoma)များမှ
ကင်ဆာ(Cancer)
 ဖြစ်သွားနိုင်သည့် အချက်အလက် "၆" နဂူနာများ

မဲ့(Mole)နှင့် အရေပြားအမည်းကွက် (Melanoma)များမှ ကင်ဆာ(Cancer) ဖြစ်ပွားနိုင်သည့် အချက်အလက် "စ" နမူနာများ

၁။ ကြီးထွားမှု (Growth)

အရောင်အသွေးရှိတဲ့ မဲ့တွေအနေနဲ့ လူပျို၊ အပျိုဖြစ်စေ အရွယ်တွေနဲ့ လူငယ်၊ လူလတ်ပိုင်းတွေမှာ ပေါ်တတ်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အသက် ၃၀ ကျော်အရွယ်မှာ မဲ့အနေနဲ့ ရုတ်တရက်ကြီးထွားလာတာ တွေ့တယ်ဆိုရင်တော့ အမည်းရောင် ကင်ဆာ(Melanoma) မယ်လင်နီးမား ဖြစ်နိုင် ပါတယ်။

၂။ ပုံသဏ္ဍန် (Shape)

မဲ့(Mole)အနေနဲ့က များသောအားဖြင့် ညီညာမှု ရှိခြင်း၊ ကောက်ကြောင်းညီခြင်း၊ အထစ်၊ အချိုင့် ညီညာမှန်ကန်ခြင်းတွေရှိနေပြီး အမည်းရောင်ကင်ဆာ အကွက်အလုံး (Melanoma) စသည်တို့မှာတော့ နှုတ်ခမ်းအစွန်းတွေဟာ ညီညာမှုမရှိခြင်းနဲ့ တချို့နေရာ တွေက တခြားနေရာတွေထက် ပိုထွက်နေခြင်းတွေကို တွေ့နိုင်ပါတယ်။



၃။ ရောင် (Colour)

မဲ့ရဲ့ အရောင်အသွေးက ညီညာမှုရှိပြီး အမည်းရောင်ကင်ဆာကွက်တွေက မည်းနက်နေတာ ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်။ ဒါမှမဟုတ် အရောင်အသွေးမညီဘဲ အဖြူရောင် ကနေ ကျောက်သင်ပုန်းအရောင်(Slate Blue)ထိ အမျိုးမျိုး ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ဒါ့ပြင် အကွက်အဖုနဲ့ ဘေးပတ်ဝန်းကျင်ဟာ ရောင်နေတတ်ပြီး နီနေပါမယ်။

၄။ အရွယ်အစား (Size)

မဲ့ရဲ့အရွယ်အစားဟာ တစ်စင်တီမီတာထက် သေးပါမယ်။ ဒီထက်ကြီးတယ် ဆိုရင် အသားစကို ခွဲစိတ်ပြီး ဓာတ်ခွဲစစ်ဆေးကြည့်သင့်ပါတယ်။

၅။ ယာဇံခြင်း (Location)

မဲ့အနေနဲ့က ယားယံမှု မရှိတတ်ပါ။ ဒါပေမဲ့ အမည်းရောင်ကင်ဆာ (Melanoma) အနေနဲ့တော့ ယားနိုင်ပါတယ်။

၆။ သွေးထွက်ခြင်း

အမည်းရောင်ကင်ဆာအနေနဲ့ ယားလို့ ကုတ်ပွဲမိခြင်းကြောင့် သွေးထွက်တာ တွေ့မြင်နိုင်ပါတယ်။ နောက် အနာဖေးတက်ခြင်းလည်း တွေ့နိုင်ပါတယ်။ အထက်ဖော်ပြပါ အချက်အလက်တွေထဲမှာ နှစ်ချက်ထက်ပိုပြီး တွေ့ရှိ မှတ်သားရတယ် ဆိုရင်တော့ သက်ဆိုင်ရာအထူးကုဆရာဝန်ကြီးတွေနဲ့ တွေ့ဆုံပြီး အကြံဉာဏ်များ ယူသင့်ပါကြောင်း တင်ပြလိုက်ရပါတယ်။

ဓာတ်ပုံပရိသတ်များအား အစဉ်လေးစားလှက်

ဒေါက်တာဆွေမြင့် (အရေပြား-ပါရီ)