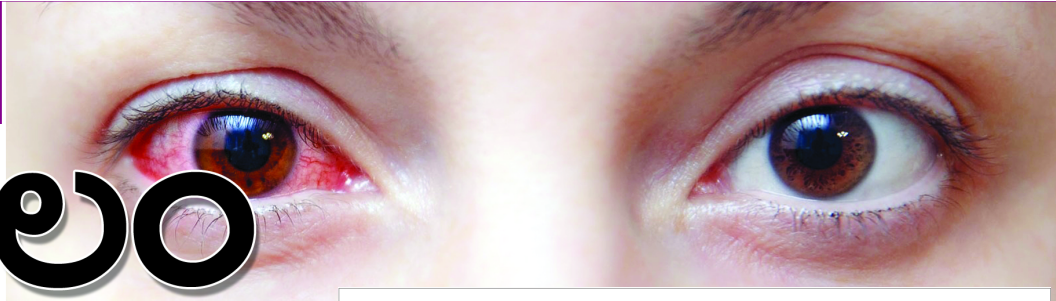


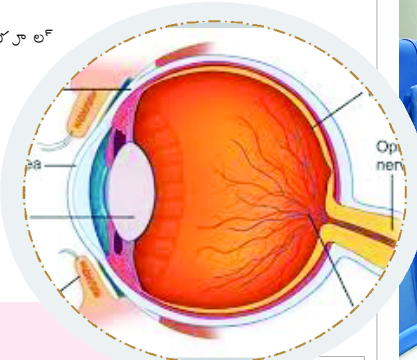
కంటిలో కలకలం



కండ్ల కలకలం తన్నాత జాగ్రత్త

ఇంట్లో ఒకరికి వస్తే అందరినీ చుట్టేస్తుంది..

వైద్యుల సలహాలు తప్పనిసరి..



ఖమ్మం డ్యూరో, కెరటం న్యూస్

వర్షాలు కుమ్మేస్తున్నాయి. మజ్జులు పట్టిన వాతావరణం చాలా మందికి అప్పణాన్ని పంచుతోంది. అదే సమయంలో వినుగును తెప్పిస్తుంది. మరో వైపు సీజనల్ వ్యాధులను వ్యాపింపజేస్తుంది. ఇటీవల కాలంలో చాలా మంది ఓ వ్యాధి బారిన అధికంగా పడుతున్నారు. ఎర్రగా మారిన కళ్లతో ఆస్పత్రులకు చేరుతున్నారు. దీనికి ప్రధాన కారణం వాతావరణమే. అధిక తేమతో కూడిన వాతావరణంతో కళ్లు ఇన్ ఫెక్షన్స్ బారిన పడుతున్నాయి. దీనిని వైద్య పరిభాషలో కండ్లకలక(కంజెక్టివైటిస్) అని పిలుస్తారు. లేదా పింక్ ఐస్ అంటారు. ఇది ప్రతి ఏడాది వర్షా కాలంలో మలేరియా, డెంగ్యూ, టిఫాయిడ్ వంటి వ్యాధుల తర్వాత అధికంగా వ్యాప్తి చెందే వ్యాధి. కొన్ని

రిపోర్టుల ఆధారంగా పూణే నగరంలో ఐదు రోజుల వ్యవధిలో దాదాపు 2,000 మందికి పైగా కండ్ల కలక సమస్యతో ఆస్పత్రుల్లో చేరినట్లు చెబుతున్నారు. అలాగే ధర్మిలో కూడా గతేడాది కంటే మూడు నుంచి నాలుగు రెట్లు అధికంగా ఈ కండ్ల కలక వ్యాప్తి చెందినట్లు తెలుస్తోంది. ఎడతెగని వర్షం, అధిక తేమతో కూడిన వాతావరణం ఇలాంటి అంటు వ్యాధులు వేగంగా వ్యాప్తి చెందుతాయని ఖమ్మం నగరానికి చెందిన కంటి వైద్య నిపుణులు డా.యలమంచిలి రామకోటేశ్వర రావు, డా.మాదిరాజు నందనందన్, డా.కె.శ్రీధర్ గౌడ్ హెచ్చరిస్తున్నారు. తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని వారు కెరటం న్యూస్ ద్వారా ప్రజలకు తెలిపారు.

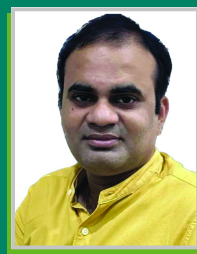
సరైన పరిశుభ్రత పాటించాలి: డా.వై.రామకోటేశ్వరరావు (కంటి వైద్య నిపుణులు, ఖమ్మం)

ఇన్ఫెక్షన్ వ్యాప్తి చెందకుండా సబ్బు, నీటితో మీ చేతులను శుభ్రంగా కడుగుకోవాలి. మురికి చేతులతో మీ కళ్లను తాకకూడదు. మీ కళ్లను రుద్దవద్దు.. మీకు ఇన్ఫెక్షన్ సోకితే, కళ్లలో ఇబ్బంది ఉన్నా వాటిని ఎక్కువగా తాకకూడదు. అలా రుద్దితే ఇన్ఫెక్షన్ మరింత అధికమయ్యే అవకాశం ఉంటుంది. తగినంత జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. వ్యక్తిగత వస్తువులను పంచుకోవద్దు.. మీ కళ్లకు తాకేటవల్ లేదా కళ్లపై వంటి వ్యక్తిగత వస్తువులను ఇతరులతో పంచుకోవద్దు.



శుభ్రమైన గుడ్లతో చెప్పదనాన్ని అందించండి: డా.మాదిరాజు నందనందన్ (శ్రీ గురుదత్తా నేత్రాలయ వైద్య నిపుణులు)

మీ కంటి ఇన్ఫెక్షన్ ను తగ్గించడానికి కంటికి అవరి చేయవచ్చు. శుభ్రమైన పద్ధతులతో చెప్పదనాన్ని కంటికి తగిలేలా చూడాలి. మేకప్ మానుకోవాలి.. కండ్ల కలక పచ్చినప్పుడు నేత్రాలకు ఎటువంటి మేకప్ చేయవద్దు. వాటిలో ఉండే రసాయనాలు మీ కళ్ల పరిస్థితిని మరింత దిగజార్చే ప్రమాదం ఉంది. అలాగే చికిత్స చేసినా పరిస్థితి అదుపులోకి రావడానికి సమయం పడుతుంది. ఈ కారణాలతో ఈ కాలముకు దూరంగా ఉండటం మేలు.



కంటి వైద్య నిపుణులను సంప్రదించాలి..డా.కె.శ్రీధర్ గౌడ్ (మీనాక్షి కంటి హాస్పిటల్)

కండ్లకలక అనేది కనురెచ్చను మరియు కనుబొమ్మను లెస్సే చేసే కంజం క్రివా అని పిలువబడే సారదర్శక పార యొక్క వాపు లేదా ఎరుపు. వర్షాకాలంలో కండ్లకలక లేదా పింక్ ఐ కేసులు ఎక్కువగా కనిపిస్తాయి. కండ్లకలక యొక్క తేలికపాటి కేసులు కొన్ని రోజుల నుండి కొన్ని వారాలలో పాటంతుల అనే పరిష్కారమును తాయి, అయితే ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ స్వీయ వైద్యం చేయకూడదు. మీ కండ్లకలక అక్షణాలలో కళ్లలో నొప్పి, పిల్లలలో తీవ్రమైన వాపు, తీవ్రమైన ఎరుపు (రక్తపు ముప్పులు), కాంతికి సున్నితత్వం మరియు మెరుగుపడని లక్షణాలు ఉంటే, వైద్యుడిని సంప్రదించడం తప్పనిసరి.



వర్షాకాలంలో కళ్ల కలక ఎందుకు వస్తుంది..

సాధారణంగా వ్యక్తుల ముక్కు నైసన్ లలో నివసించే బ్యాక్టీరియా కారణంగా ఈ కండ్ల కలక వ్యాప్తి చెందుతుంది. వర్షాకాలంలో గాలిలో తేమ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది బ్యాక్టీరియా, వైరస్ లకు వాహకంలా పనిచేస్తుంది. ఒకరి నుంచి మరొకరికి వేగంగా ప్రయాణించడానికి ఉపకరిస్తుంది. ఈ బ్యాక్టీరియా, వైరస్ లా కారణంగా వ్యాపించే కండ్ల కలక అంటు వ్యాధి. ఇది సోకినప్పుడు కళ్ల చుట్టూ ఎరుపు, నీరు, దురద, గుచ్చుకోవడం, నొప్పి, వాపు వంటివి సాధారణంగా కనిపిస్తాయి. కండ్లకలక ఉన్న చాలా మంది రోగులు కొంత వైరల్ జలుబు, దగ్గు, జ్వరంతో కూడా బాధపడుతూ ఉంటారు. అయితే మరొకరైన కండ్ల కలక కూడా ఉంది. ఇది పుప్పొడి, సిగరెట్ పొగ,

క్లోరిన్, కారు పొగలు, వాతావరణంలో మరదై నా ప్రతి చర్మ కారణంగా అలెర్జి వచ్చి కండ్ల కలక రావచ్చు. ఇది అంటు వ్యాధి కాదు. ఈ తరహా కండ్ల కలక కూడా పై చెప్పిన లక్షణాలు ను చూపిస్తుంది. మీ కళ్ల దురదగా, ఎర్రగా, నీరు ఎక్కువ కారుతూ కనిపిస్తుంది. అయితే ఇది ఒకరి నుంచి మరొకరి వ్యాపించదు. మీరు ఒకవేళ బ్యాక్టీరియా, వైరస్ వల్ల కండ్ల కలక వస్తే మీరు జాగ్రత్త పడాలి. మీ నుంచి మరొకరికి వ్యాపించే అవకాశం ఉంది కాబట్టి వేరే వ్యక్తులకు దూరంగా ఉండాలి. ఇది మరింత వ్యాప్తి చెందకుండా, నివారించేందుకు పలు సూచనలు నిపుణులు అందిస్తున్నారు. అవేంటో చూద్దాం.