Gesundheitsdepartement des Kantons Basel-Stadt

Medizinische Dienste

▶ **Schulärztlicher Dienst**

பேன்கள் – அவற்றை அகற்றுவோம்!

தலை பேன்களை அகற்றுவதை விட அதிகமான விரைவில் அவை உங்களுக்கு உண்டாகி விடுகின்றன. தலையில் பேன்களோடு குடும்பத்தோடு நீங்கள் அவதிப் படும் நேரத்தை முடிந்தவரை குறைக்கவும், அரிதாகவும் வைத்திருக்க, சில தகவல்களையும் உதவிக்குறிப்புகளையும் இங்கே உங்களுக்கு தருகிறோம்.

உதவிக்குறிப்புகள் மற்றும் தகவல்

- பேன்கள் சுற்றி இருந்தால் உங்கள் பிள்ளையை கூர்ந்தாராயுங்கள்.
- உங்கள் பிள்ளைக்கு பேன் இருந்தால், உங்கள் குழந்தையுடன் நெருங்கிய தொடர்பு கொண்டவர்களுக்கு தெரிவிக்கவும்.
- நீண்ட கூந்தலை ஒன்றாக சேர்த்துக் கட்டுங்கள்.
- பேன்கள் இருக்கும் எல்லா குழந்தைகளும் அடிக்கடி தலையை சொறிவதில்லை.

பேன்களை எவ்வாறு கண்டுபிடிப்பது?

பேன்களை வெறும் கண்களால் காண்பது கடினம். அவை 1 முதல் 2 மிமீ நீளமுள்ளவை, வயது வந்த பேன்கள் சுமார் 3 மிமீ நீளமாக இருக்கின்றன. அவை தலையில் உள்ள முடியிலும், பெரும்பாலும் நெற்றியிலும், காதுகளுக்குப் பின்னாலும், கழுத்திலும் மட்டுமே காணப்படுகின்றன. உலர்ந்த கூந்தலில் பேன்கள் மிகவும் விரைவாகவும் கண்டுபிடிக்க கடினமாகவும் இருக்கும். ஆகவே தலையில் பேன்களைக் காண, தலைமுடியை ஈரமாக்குவதும், கூந்தலில் தாராளமாக கண்டிஷனரை பரப்புவதும் நல்லது. முடியின் சிக்கலை எடுப்பதிற்கு, தலைமுடியை ஒரு சீப்பு அல்லது பிரஷ் மூலம் நன்கு சீவ வேண்டும். பின்னர் (மருந்தகத்தில் கிடைக்கும்) பேன் சீப்பைக் கொண்டு, உச்சந்தலையிலிருந்து ஒற்றை ஒற்றை மயிரிழையையும் தலைமுடியிலிருந்து தலைமுடியின் முனைகள் வரை தலைமுடியை வாறவும். ஒவ்வொரு முறையும் முழுவதாக வாறின பின்பு, பேன்களையும் முட்டைகளையும் கண்டுகொள்ள, ஒரு வெள்ளை காகிதத்தில் (உதாரணத்திற்கு சமையல் அறை காகிதம்) சீப்பை துடைக்கவும்.

உயிரோடிருக்கும் பேன்கள் இருந்தால், என்ன செய்வது?

உங்கள் பிள்ளையின் தலையில் பேன்களைக் கண்டால், உங்கள் பள்ளி, மழலையர் பள்ளி, பகல்நேர குழந்தை பராமரிப்பு மையம் மற்றும் உங்கள் குழந்தை மிக நெருங்கிப் பழகும் குழந்தைகளின் பெற்றோருக்கு உடனடியாகத் **தெரிவிக்கவும்.** இவ்வாறு மேலும் பரவுவதைத் தடுக்கலாம்.

பேன்களுக்கு எதிராக செயல்படும் பேன்மருந்தை வாங்கி, தரப் பட்டிருக்கும் வழிமுறைகளின்படி சிகிச்சையளிக்கவும். குழந்தை சுகாதார சேவை மற்றும் இளைஞர் சுகாதார சேவை, குழந்தை மருத்துவர் அல்லது ஒரு மருந்தாளர் ஆகியோருடன் தேர்வு கலந்தாலோசிக்கப் படலாம். மருத்துவ ஆய்வுகளில், பின்வரும் (உடல் ரீதியாக பயனுள்ள) தயாரிப்புகள் குறிப்பாக பயனுள்ளவை மற்றும் பக்கவிளைவுகள் இல்லாதவை என நிரூபிக்கப்பட்டுள்ளன: ஹெட்ரின் (எக்ஸ்பிரஸ்), பரானிக்ஸ் ஸ்ப்ரே. நீண்ட மற்றும் அடர்த்தியான தலைமுடிக்கு கூடுதலான அளவிலான லவுஸ் பேன் ஷாம்பு அவசியம்: மிகக் குறைந்த பேன் ஷாம்பு பயன்படுத்துவதும் சிகிச்சை தோல்வியடைவதற்கு ஒரு பொதுவான காரணமாக இருக்கிறது.

பொதுவாக பயன்படுத்தப் படும் பேன் எதிர்க்கும் மருந்து உயிருள்ள பேன்களுக்கு எதிராக செயல்படுகிறது, ஆனால் முட்டைகளில் குஞ்சு பொரிக்காத பேன்களுக்கு எதிராக நம்பத்தகுந்த தீர்வாக இல்லை. எனவே, புதிதாக குஞ்சு பொரித்த பேன்களைக் கொல்ல 7-9 நாட்கள் இடைவெளியுடன் இரண்டு சிகிச்சைகள் பரிந்துரைக்கப்படுகின்றன.
புதிதாக குஞ்சு பொரித்த பேன் இன்னும் இனப்பெருக்கம் செய்ய முடியாததால், மற்றவர்களுக்கு தொற்று ஏற்படுவதை அஞ்ச வேண்டியதில்லை.

நீங்கள் ஒரு மாதத்தில் வாரத்திற்கு இரண்டு முறை பேன் சீப்பை வைத்து முடியை சீவினால், நீங்கள் சிகிச்சையின் வெற்றியை சரிபார்க்கலாம், மீண்டும் அது உங்களை தொற்றாதப் படி தடுக்கலாம்.

Tamil/2023

தயவுசெய்து பக்கத்தை திருப்புங்கள் ➜

உதவிக்குறிப்புகள் மற்றும் தகவல்

உயிருள்ள பேன்களைக் கண்டால் மட்டுமே உங்கள் பிள்ளைகளுக்கு பேன் ஷாம்பூவுடன் உங்கள் பிள்ளைக்கு சிகிச்சையளியுங்கள்.

உங்கள் பிள்ளையின் தலையில் உயிருள்ள பேன்களைக் கண்டால், குடும்ப உறுப்பினர்கள் அனைவரையும் பரிசோதனை செய்யவும்.

படுக்கை விரிப்புகள், உடைகள், பொம்மைகள் போன்றவற்றை சுத்தம் செய்ய எந்த முயற்சியும் செய்ய வேண்டாம்.
அத்தகைய பொருள்கள் வழியாக பரவுதல் சாத்தியமில்லை!

முடிக்கு உபயோகிக்கும் அழகு சாதனங்கள் போன்றவற்றை சூடான (60 °C) சோப்பு கரைசலில் 10 நிமிடங்களுக்கு வைக்கவும்.

ஈர்கள் அல்லது பேன் முட்டைகள் மட்டுமே காணப்படுகின்றன: என்ன செய்வது?

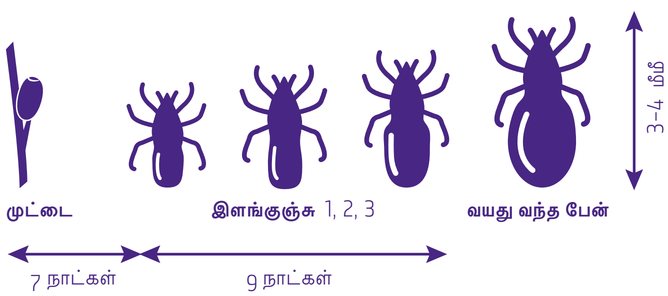
கவனமாக இருந்து, 2 வாரங்களுக்கு வாரத்திற்கு இரண்டு முறை மேலே விவரிக்கப்பட்டுள்ளபடி உங்கள் தலைமுடியை பேன் சீப்பால் சீவுங்கள். உயிருடனுள்ள பேன்களை நீங்கள் கண்டால், உடனடியாக சிகிச்சையளிக்கவும். சரிபார்க்கும் போது, உயிருடனுள்ள பேன் எதுவும் கண்டுபிடிக்கப்படவில்லை என்றால், மேலும் எதுவும் செய்ய வேண்டியதில்லை. ஈர்கள் (வெற்று முட்டை உறைகள்) பின்னர் முற்றிலும் ஒப்பனைக்குரிய "சிக்கலாகும்": பொடுகு போலல்லாமல், ஈர்கள் கூந்தலுடன் ஒட்டிக்கொள்கின்றன, அவற்றை அகற்றுவது அவ்வளவு எளிதானது அல்ல. உங்கள் பிள்ளைக்கு பேன் எதுவும் இல்லையென்றால், அடுத்த சில வாரங்களுக்கு அவை இருக்கின்றனவா என்று தொடர்ந்து சரிபார்க்க வேண்டும்.

எங்களுக்கு மீண்டும் பேன் வந்துவிட்டது, நான் என்ன தவறு செய்கிறேன்?

உங்கள் பிள்ளைக்கு மீண்டும் தொற்று ஏற்பட்டிருக்கலாம் அல்லது கடைசி சிகிச்சையின் போது அனைத்து பேன்களும் அகற்றப்படவில்லை. சிகிச்சையளித்த போதிலும், பேன் பிரச்சினையை கட்டுப்பாட்டுக்குள் கொண்டுவர முடியாது என்று நீங்கள் இன்னும் நினைத்தால், இலவச ஆலோசனைக்கு எங்களை தொடர்பு கொள்ளலாம்.

பேன் - இதை பற்றி தெரிந்து கொள்வது நல்லது!

பேன் ஒரு மனிதனின் தலையில் மட்டுமே உயிர்வாழும் மற்றும் மனித இரத்தத்தை உண்ணும். பெண் பேன்களின் ஆயுட்காலம் 4 முதல் 5 வாரங்கள் மற்றும் குஞ்சு பொரித்துப் பின் 9 ஆம். நாளில், ஒரு மணலின் அளவிலான முட்டைகளை இடுகின்றன, இவை உச்சந்தலையில் அருகில் பசை போன்ற பொருளைக் கொண்டு கூந்தலில் ஒட்டப்படுகின்றன. 10 நாட்களுக்குப் பிறகு, முட்டையிலிருந்து புதிய பேன் குஞ்சுகள் பொரிக்கின்றன.
துரதிர்ஷ்டவசமாக, பேன்களை ஒழிக்க முடியாது, மனிதர்கள் அவர்களுடன் வாழ கற்றுக்கொள்ள வேண்டும். பேன் தொற்று அதிக மக்கள் தொகை அதிகமாக உள்ள பகுதிகளில் ஏற்படுகிறது. முடிக்கு-முடி நேரடியான தொடர்பு மூலம் பரிமாற்றம் நிகழ்கிறது, உதாரணம், குழந்தைகள் விளையாடும்போது தலைகள் ஒன்றுக் ஒன்றாக தொடும் போது. பேன் தொற்றுக்கும் சுகாதாரத்துக்கும் எந்த தொடர்பும் இல்லை, ஆனால் இது நெருக்கமான மற்றவர்களுடன் அதிக நேரம் செலவிடுவதின் அறிகுறியாகும். பேன்களால் குதிக்கவோ, நீந்தவோ, பறக்கவோ முடியாது. அவை பொருள்கள் அல்லது விலங்குகள் வழியாகவும் பரவுவதில்லை.



மேலும் தகவல்

- இதை www.lausinfo.ch இல் காணலாம்