

ஒரு வயது வரை உள்ள குழந்தைகளுக்கு அடிக்கடி வரக்கூடிய சாதாரண நோய்கள்



அடிக்கடி அழுதல்

காரணம்:

உணவு பற்றாக்குறையால் வயிறு நிரம்பாமல் அழுதல். குழந்தையின் முதல் 3 மாதங்களில் நரம்புமண்டலம், செரிமானமண்டலம் முழுமையாக வளர்ச்சி அடையாத காரணத்தாலும், மாறுபட்ட சூழ்நிலை காரணத்தாலும் அழலாம்.

தீர்வு:

- குழந்தைக்கு தேவை இருக்கும்போது பாலூட்ட தொடங்க வேண்டும்.
- சீறுநீர், மலம் கழிந்திருந்தால் ஈரமில்லாமல் தூய்மை செய்ய வேண்டும்.
- கண்டுபாரங்கி, திப்பிலி இரண்டையும் சமஅளவு எடுத்து உலர்த்தி

பொடியாக்கி பசுநெய்யில் கூட்டி, அதை தாயின் மார்பில் பூசி குழந்தைக்கு பாலூட்டினால் சீறிஅழுதல் நிற்கும்.

வயிறு பொருமல்:

இளம் குழந்தைகளுக்கு உணவு கொடுத்தவுடன் வயிறு பெரிதாக காணப்படும். குழந்தை பசியின் காரணமாக பாலுண்ணும்போது காற்றும் உட்செல்வதால் வயிறு பெருத்து காணும். இதனுடன் ஆசனவாய் வழியாக காற்று பிரிதலும் ஏற்படும். இதனால் இயல்புக்கு மாறாக குழந்தை உடலை முறுக்கி கொண்டு அழும்.

தீர்வு:

1. வெதுவெதுப்பான நீரில் ஒற்றடம் தரலாம்.

2. புன்னை, கண்டுபாரங்கி, சாதிகொட்டம் சமஅளவு எடுத்து பொடித்து தண்ணீர் விட்டரைத்து லேசாக காய்ச்சி அதை வயிற்றில் பூச வேண்டும்.

பால் உண்ணாதிருத்தல்

தாயின் மார்பில் பால் கட்டிப்போய் புளிப்பு தன்மையுடன் இருந்தால் குழந்தை பால் குடிக்காது.

தீர்வு:

இதற்கு பாலை மார்பகத்திலிருந்து பீய்ச்சி அகற்றிவிட்டு, புதிய பாலை குடிக்க செய்ய வேண்டும்.

மருத்துவம்:

அதிமதுரத்தை பொடித்து முலைப்பால் விட்டரைத்து தாயின் மார்பில் பூசி குழந்தைக்கு பாலூட்ட வேண்டும்.

பால் எதிரெடுத்தல்:

முதல் 3 மாதங்களில் குழந்தை பாலுண்ணும்போது வேகமாக அருந்துவதால் காற்றும் உள்ளே செல்கிறது இதனால் வயிற்றில் காற்றும், பாலும் சேர்ந்து நிறைவதால் குடித்தப்பால் வாய்வழியே சிறிதளவு வெளித்தள்ளப்படுகிறது.

தீர்வு:

பால் குடித்தவுடன் குழந்தையை தோலில் போட்டு தட்டி ஏப்பம் வந்தவுடன் தூங்க வைக்கவும்.

மருத்துவம்

வெள்ளைபூண்டு திரி 5 எடுத்து, தோலைநீக்கி சட்டியிலிட்டு 3கி ஓமம் அதனுடன் சேர்த்து வெடிக்கும் சமயம் 100 மிலி நீர்விட்டு பாதியாக காய்ச்சி குடிக்க செய்யவும்.

மலக்கட்டு:

குறைந்த அளவு பால் குடித்தால், உடலுக்கு வேண்டியளவு உணவு எடுத்து கொள்ளாதிருத்தல், மேலும் சில நோய்நிலைகளில் மலக்கட்டு ஏற்படும்.

தீர்வு:

அதிமதுரம் 1கிராம், வேப்பந்துளிர் 1கிராம், நாட்டு சர்க்கரை 1கிராம் மூன்றையும் நெய்விட்டு அரைத்து தரவும்.

5-6 உலர் திராட்சைகளை நீரில் 2-3 மணிநேரம் ஊறவைத்து அதனை நீருடன் பிசைந்து வடிகட்டி ஒரு சங்களவு தரலாம்.

6 மாத குழந்தைகளுக்கு 10 நாட்களுக்கு 1 முறை 1 வெற்றிலை, 1 பல் பூண்டு, 1 சீட்டிகை ஓமம் சேர்த்து அரைத்து வெந்நீரில் கலந்து ஒரு பாலாடை அளவு தரவும். இது குழந்தையின் வயற்றில் வாயு சேராமல் இருக்க உதவும்.

ஒரு வயதுவரை உள்ள குழந்தைகளின் நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை அதிகமாக்கும் மருந்துகள்.

1.உரை மாத்திரை:

குழந்தையின் ஒரு மாதத்திற்கு மேல் உரை மாத்திரையை ஒரு முறை வெந்நீர் அல்லது தாய்ப்பால்விட்டு அரைத்து தாயின் மார்பில் பூசி, பின் குழந்தையை பாலுண்ணும்படி செய்யலாம்.

மாதங்கள் கூட கூட 2 அல்லது 3 தடவை உரசி தரலாம்.

ஒரு வருடம் வரை குழந்தைகளுக்கு தரலாம்.

பயன்:

நோய் எதிர்ப்புசக்தி அதிகமாகும்

வயற்றில் வாயு சேராமல் வாயுவை அகற்றும்.

மாந்தம், கணம், வயிற்றுபோக்கு தீரும்.

2.சிறுதேக்கு, கண்டங்கத்திரி,வாய்விடங்கம் ஆகியவற்றை தாய்ப்பாலில் அரைத்து, உருண்டை செய்து குழந்தைகளுக்கு வழங்கலாம். இது குழந்தையின் நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை அதிகரிக்கும்.

3.கோழிமூட்டையை வேகவைத்து மஞ்சட்கரு மட்டும் எடுத்து குழந்தையின் எட்டாம் மாதத்திலிரிந்து தரலாம். இதனால் குழந்தைகளுக்கு தேகபுஷ்டி, நோய்எதிர்ப்பு சக்தி ஏற்படும்.

தாய்ப்பால்

1.6 மாதங்கள் வரை குழந்தைகளுக்கு தாய்ப்பாலே சிறந்த உணவு.

2.குறிப்பாக முதல் 3 மாதங்கள் வரை வேறு எந்த உணவும் தரத்- தேவை இல்லை.

3.குழந்தை பிறந்த முதல் 5 நாட்களுக்கு கட்டாயம் சீம்பால் தர வேண்டும், இதில் நோய் எதிர்ப்புசக்தியை உருவாக காரணமான காரணிகள்(Ig A,Ig G,Ig M) அதிகம் உள்ளன.

4.குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும் சுரம், வாந்திபேதி போன்றவற்றை வராமல் தடுக்கும்.

5.தாய்ப்பாலில் இருக்கும் PABA(Para amino benzoic acid) மலேரியா, வயிற்றுவலி, கரப்பான் நோய்கள் வராமல் தடுக்கும்.

6.சீம்பாலில்(colostrum) ப்ரோடீன், வைட்டமின் A,C,D,E அதிகம் உள்ளது.

7.பிறந்த குழந்தைகளுக்கு தாய்ப்பால் கொடுப்பதால் பிறந்த சில நாட்களில் வரும் காமாலை நோய் தடுக்கப்படும்.

