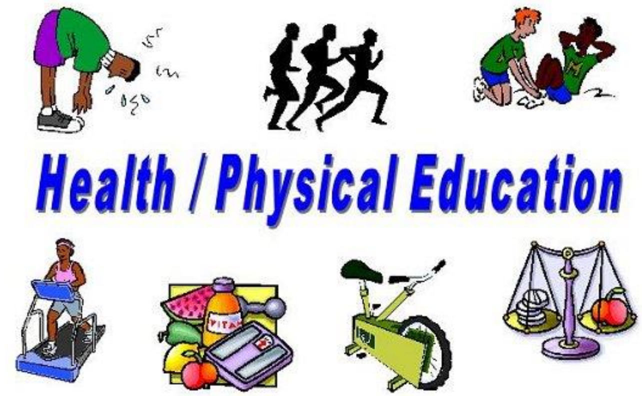
ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣ

ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗಗಳು

- ಅರ್ಥ
- ಹರಡುವ ಮೂಲಗಳು
- ವಿವಿಧ ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗಗಳು
- ಕಾಲರ
- ಕಾಲರ ರೋಗದ ಲಕ್ಷಣಗಳು
- ಕಾಲರ ರೋಗ ಹರಡುವ ವಿಧಾನ
- ಚಿಕಿತ್ಸೆ
- ಸಜಲೀಕರಣ
- ಮುಂಜಾಗ್ರತ ಕ್ರಮಗಳು
- ಕಾಲರ ರೋಗದ ಚಿತ್ರಣ



ಇಂದ
ರವಿಕುಮಾರ್ ಎನ್.ಜಿ
ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ ನಿರ್ದೇಶಕರು
ಕುಮುದ್ವತಿ ಶಿಕ್ಷಣ ಮಹಾವಿದ್ಯಾಲಯ
ಶಿಕಾರಿಪುರ

ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗಗಳು

ಮನುಷ್ಯರಿಂದ ಮನುಷ್ಯರಿಗೆ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಇಲ್ಲವೆ ಪರೋಕ್ಷವಾಗಿ ಹಾಗೂ ಬೇರೆ ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಮುಖಾಂತರ ಹರಡುವ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗಗಳೆನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಉದಾ :

1. ಒಬ್ಬ ಕ್ಷಯ ರೋಗಿ ಕೆಮ್ಮುವಾಗ ಆತನ ಕಫದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ರೋಗ ಜಂತುಗಳು ಹೋರಬರುತ್ತವೆ. ಅವನನ್ನು ಆರೈಕೆ ಮಾಡುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಮುಂಜಾಗ್ರತೆ ವಹಿಸದಿದ್ದರೆ, ಆ ರೋಗದ ಜಂತುಗಳು ಉಸಿರಾಡುವಾಗ ಅವನ ಪುಪ್ಪಸದಲ್ಲಿ ಸೇರಿ ರೋಗವನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತವೆ

2. ಮಲೇರಿಯ ರೋಗ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ಮತ್ತೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ **ಸೊಳ್ಳೆಗಳಿಂದ** ಹರಡುತ್ತದೆ.

ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗಗಳು ಹರಡುವ ಮೂಲಗಳು:

ಆರೋಗ್ಯವಂತ ವ್ಯಕ್ತಿ

- ಸಂಪರ್ಕದ ಮೂಲಕ
- ಸೇವನೆಯ ಮೂಲಕ
- ವಾಹಾಕಗಳ ಮೂಲಕ
- ಗಾಳಿಯ ಮೂಲಕ
- ಮಾಸು ಮೂಲಕ

- ಸಂಪರ್ಕದ ಮೂಲಕ :

ರೋಗವು ಸೋಂಕಿನ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ನೇರವಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿದ ರೋಗಗ್ರಾಹಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಹರಡುವುದು.

ಉದಾ : ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗಗಳು, ಚರ್ಮ ರೋಗಗಳು

- **ಸೇವನೆ ಮೂಲಕ :**

ಕಲುಷಿತ ನೀರು, ಹಾಲು, ಹಾಗೂ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯಿಂದ, ಐಸ್ ಕ್ರೀಮ್ ತಿನ್ನುವುದರಿಂದ ರೋಗ ಹರಡುವಿಕೆಗೆ ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಉದಾ : ಟೈಪಾಯ್ಡ್, ಕಾಲರ, ಪೋಲಿಯೋ, ಕಾಮಾಲೇ ಇತ್ಯಾದಿ.

- ಗಾಳಿ ಮೂಲಕ :

ರೋಗಿಯ ಗಂಟಲು, ಮೂಗು, ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿನ ರೋಗಾಣುಗಳು ಮಾತನಾಡುವಾಗ, ಕೆಮ್ಮುವಾಗ, ಸೀನುವಾಗ ಹೋರಬೀಳುವ ತುಂತುರು ಹನಿಗಳ ಮೂಲಕ ಹೊರಗಿನ ಪರಿಸರಕ್ಕೆ ಸೇರುತ್ತವೆ. ಹೀಗೆ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಸೇರಿದ ರೋಗಾಣುಗಳು ಶ್ವಾಸೋಚ್ವಾಸ ಮಾಡುವಾಗ ನಿರೋಗಿಯ ದೇಹವನ್ನು ಸೇರಿ ಸೋಂಕನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತವೆ.

ಉದಾ : ಕೆಮ್ಮು, ಕ್ಷಯ, ಡಿಫ್ತೀರಿಯ ಇತ್ಯಾದಿ.

- ವಾಹಕಗಳ ಮೂಲಕ :

ಸಂಧಿಪದಿಗಳು ಅಥವಾ ಅಕಶೇರುಕಗಳು ರೋಗಾಣುಗಳಿಗೆ ಆಶ್ರಯದಾರರಾಗಿ ಸೋಂಕನ್ನು ಸಾಗಿಸಿ, ನಿರೋಗಿಗಳ ಚರ್ಮವನ್ನು ಚುಚ್ಚುವ ಮೂಲಕ ಸೋಂಕುಕಾರಕಗಳ ಮೂಲಕ ಬಳುವಳಿಯಾಗಿ ನೀಡುತ್ತವೆ. ಇಲ್ಲವೆ ತಿಂಡಿ ಪದಾರ್ಥಗಳ ಮೂಲಕ ರೋಗವನ್ನು ಹರಡುತ್ತವೆ.

ಉದಾ: ನೊಣದ ಮೂಲಕ– ಅತಿಸಾರ, ವಿಷಮಜ್ವರ, ಕಾಲರ ಇತ್ಯಾದಿ. ಸೊಳ್ಳೆ ಮೂಲಕ– ಮಲೇರಿಯಾ, ಕಾಲರ ಇತ್ಯಾದಿ.

- **ಮಾಸು ಮೂಲಕ :**

  ಕೆಲು ರೋಗಗಳು ಮಾಸು ಮೂಲಕ ಸೋಂಕನ್ನು ತಾಯಿಯಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ ಹರಡುತ್ತವೆ.

ಉದಾ: ದಡಾರ, ಸಿಫಿಲಿಸ್, ರುಬೆಲ್ಲಾ ಇತ್ಯಾದಿ.

ವಿವಿಧ ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗಗಳು
• ಕಾಲರ
• ಮಲೇರಿಯ
• ಡಿಫ್ತೀರಿಯ
• ವಿಷಮ ಜ್ವರ
• ಏಡ್ಸ್
• ಆಮ ಶಂಕೆ
• ಪೋಲಿಯೋ
• ನಾಯಿ ಕೆಮ್ಮು
• ದಡಾರ
• ಧನುರ್ವಾಯು
• ಕ್ಷಯ
• ಮೆದಳು ಜ್ವರ
• ಕುಷ್ಠ ರೋಗ

ಕಾಲರ

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ವಾಂತಿ ಭೇದಿಯ ಲಕ್ಷಣ ಹೊಂದಿದ ಈ ರೋಗ ಪ್ರಪಂಚದ ಯಾವುದೇ ದುರ್ಘಟನೆಗಿಂತಲೂ ಅತ್ಯಂತ ಭೀಕರವಾದ ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗವಾಗಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆ 'ಮಾರಿಕಾಬೇನೆ' ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಮಹಾಪಿಡುಗಿನ ರೋಗವಾಗಿದೆ. ಮೊದಲು ಪಶ್ಚಿಮ ಬಂಗಾಲದ ಗಂಗಾನದಿಯ ಬಯಲಿನಲ್ಲಿರುವ ಊರುಗಳಲ್ಲಿ ಈ ರೋಗ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತಿದ್ದು, ಈ ಊರುಗಳನ್ನು ಕಾಲರ ರೋಗದ ತವರು ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಿದ್ದರು.

ರೋಗಕಾರಕ

: ‘ವಿಬ್ರಿಯೋ ಕಾಲರಾ’ (vibrio cholera) ಎಂಬ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ.

ರೋಗದ ಲಕ್ಷಣಗಳು

1. ನೀರಿಂತೆ / ಅಕ್ಕಿ ಗಂಜಿಯಂತೆ ಭೇದಿಯಾಗುವುದು.
2. ವಾಂತಿ ಆರಂಭವಾಗುವುದು.
3. ಭೇದಿಯು ಪ್ರತಿ ಗಂಟೆಗೆ 10–15 ಬಾರಿ ಯಾಗುವುದು.
4. ಸ್ನಾಯು ಸೆಳತ ಉಂಟಾಗಿ ತುಂಬಾ ಸುಸ್ತಾಗುವುದು.
5. ನಿರ್ಜಲೀಕರಣ / ದೇಹದಲ್ಲಿ ನೀರಿನಾಂಶ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು.
6. ಚರ್ಮ ಒಣಗಿದಂತಾಗಿ, ದೇಹದ ಉಷ್ಣತೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು.
7. ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ, ನಾಡಿಬಡಿತ ಮಂದವಾಗುವುದು.
8. ಬಾಯಾರಿಕೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಧ್ವನಿ ಮಂದವಾಗುತ್ತದೆ.
9. ಪ್ರಜ್ಞಾಹೀನ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ತಲಪುವನು.

ರೋಗದ ಹರಡುವ ವಿಧಾನ
1. ಮಲಿನಗೊಂಡ ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯುವುದರಿಂದ.
2. ಸೋಂಕು ಮಿಶ್ರಿತ ಆಹಾರ ಪಾನಿಯಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ.
3. ಚರಂಡಿ ನೀರನ್ನು ಬಳಸಿ ಬೆಳೆಸಿದ ತರಕಾರಿ, ಹಣ್ಣು-ಹಂಪಲುಗಳನ್ನು ತೊಳೆಯದೇ ಉಪಯೋಗಿಸುವುದರಿಂದ .
4. ನೊಣಗಳಿಂದ.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ

- ರೋಗದ ಸಂಶಯ ಬಂದ ತಕ್ಷಣ ಅರೋಗ್ಯಾಧಿಕಾರಿಗಳ ಗಮನಕ್ಕೆ ತರುವುದು.
- ರೋಗಿಯನ್ನು ಬೇರ್ಪಡಿಸಿ ತುರ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಬೇಕು.
- ವಾಂತಿ ಭೇದಿಗಳನ್ನು ಕ್ರೀಮಿನಾಶಕಗಳಿಂದ ನಾಶಗೊಳಿಸಬೇಕು.
- ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಸಜಲೀಕರಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುಬೇಕು.

ಸಜಲೀಕರಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

- ಅಡಿಗೆ ಉಪ್ಪು (ಸೋಡಿಯಂ ಕ್ಲೋರೈಡ್) – 3.5 ಗ್ರಾಂ (1/3 ಚಮಚ).
- ಅಡಿಗೆ ಸೋಡಾ (ಸೋಡಿಯಂಬೈಕಾರ್ಬೊನೇಟ್)–2.5 ಗ್ರಾಂ (1/2 ಚಮಚ)
- ಗ್ಲೂಕೋಸ್ ಸಕ್ಕರೆ – 20 – 40 ಗ್ರಾಂ (4–8 ಚಮಚ).

ಇವುಗಳನ್ನು, ಕಾಯಿಸಿ, ಆರಿಸಿದ, ಸೋಸಿದ ಒಂದು ಲೀಟರ್ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಕರಗಿಸಿ ಅದಕ್ಕೆ ಅರ್ಧ ನಿಂಬೆ ಹಣ್ಣಿನ ರಸ ಬೆರೆಸಿ ಸೇವಿಸುವುದು. ಇದರಿಂದ ದೇಹಕ್ಕೆ ಪೊಟ್ಯಾಸಿಯಂ ಕ್ಲೋರೈಡ್ 1. 5 ಗ್ರಾಂ ಪೂರೈಕೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಈ ದ್ರಾವಣವನ್ನು 24 ಗಂಟೆ ಯೊಳಗೆ ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಕು. ಒಮ್ಮೆ ತಯಾರಿಸಿದ ದ್ರಾವಣವನ್ನು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಕಾಯಿಸಬಾರದು.

ಮುಂಜಾಗ್ರತ ಕ್ರಮಗಳು

1. ಕಾಯಿಸಿದ, ಆರಿಸಿದ ನೀರನ್ನು ಸೋಸಿ ಕುಡಿಯಬೇಕು.
2. ಕುಡಿಯುವ ಪಾನಿಯ, ಹಾಲು ಮತ್ತು ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ನೊಣಗಳಿಂದ ರಕ್ಷಿಸಬೇಕು.
3. ರಸ್ತೆಬದಿಯ ಆಹಾರ, ಕೊಳೆತ ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಐಸ್ಕ್ರೀಂ ನ್ನು ಸೇವಿಸಬಾರದು.
4. ಆಹಾರ ಸೇವಿಸುವುದಕ್ಕಿಂತ ಮುಂಚೆ ಕೈ ಗಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿ ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.
5. ತಂಗಳ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಬಾರದು.
6. ಸಿಕ್ಕ ಸಿಕ್ಕಲ್ಲಿ ವಾಂತಿ ಭೇದಿ ಮಾಡಬಾರದು.
7. ಉತ್ಸವ, ಜಾತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ಮುಂಜಾಗ್ರತೆ ವಹಿಸುವುದು.
8. ಕಾಲರಾ ನಿರೋಧಕ ಲಸಿಕೆಯನ್ನು ಹಾಕಿಸುವುದು.

ಕಾಲರ ರೋಗದ ಚಿತ್ರಣ

ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ

ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಸರಿ ಉತ್ತರ ಗುರುತಿಸಿ:–

1. ಒಬ್ಬರಿಂದ ಮತ್ತೊಬ್ಬರಿಗೆ ಹರಡುವ ರೋಗ ಯಾವುದು ?	
	ಹೃದಯಾಘಾತ
	ಮಲೇರಿಯ
	ಕ್ಯಾನ್ಸರ್
	ಮಧುಮೇಹ