



உடல்நலன் பற்றிய கவலைகள்



காண்டிடயாஸிஸ் (த்ரஷ்)

காண்டிடயாஸிஸ் என்றால் என்ன?

- காண்டிடயாஸிஸ், அல்லது த்ரஷ் என்பது காண்டிடா அலிபிகன்ஸ் எனப்படும் ஒரு சாதாரண வகை காளான் (ஈஸ்ட்) அல்லது பங்கஸ்-சினால் ஏற்படும் நோய். இந்த பங்கஸ் பொதுவாக காணப்படும் இடங்கள்:
 - வாய்
 - வயிறு மற்றும் குடலில்
 - தோல்
 - பெண் பிறப்புறுப்பு

பொதுவாக இது உடலின் நோய் எதிர்ப்பு சக்தியினால் கட்டுப்படுத்தப்படுகிறது, இது அதிக வளர்ச்சி அடையும்போதுதான் பிரச்சினை ஏற்படுகிறது. இது எப்போது ஏற்படும் என்றால் :

- அழுத்தம் மற்றும் நோய் காரணமாக நோய் எதிர்ப்பு சக்தி பலவீனமடைந்திருந்தால், அல்லது
- உடலில் வேறு அபாயம் விளைவிக்காத பாக்டீரியாக்களை கொல்ல ஆண்டிபயாடிக்ஸ் எடுத்துக்கொள்ளும்போது, இது காண்டிடா மேலும் வளர இடம் கொடுக்கிறது.

ஹெச்ஐவி/எய்ட்ஸ் (பிஹெச்ஏ-ஸ்) உள்ளவர்களுக்கு மிக சாதாரணமாக ஏற்படும் நோய் த்ரஷ் ஆகும்.

காண்டிடயாஸிஸ்-ன் அறிகுறிகள் என்னென்ன?

- வாயில் ஏற்படும் காண்டிடாஸ் நோய் த்ரஷ் என்றும் கூறப்படுகிறது. இது பாலாடை கட்டி போல் வெள்ளை திட்டுக்களாக இருக்கும். இந்த வெள்ளை திட்டுக்களை சுரண்டினால், அடியில் உள்ள திசு சிவப்பாகவும், புண்ணாகவும் இருக்கும். த்ரஷ் காரணமாக தொண்டை வலி, முழுங்கும் போது வலி, ரூசியில் மாற்றம், குமட்டல் மற்றும் பசியின்மை ஆகியவை ஏற்படலாம். இது தொண்டையிலிருந்து வயிறு வரை மேலும் பரவலாம்
- பெண் பிறப்பு உறுப்பில் ஏற்படும் காண்டிடா நோயினால், சொறி, எரிச்சல், புறப் பால் உறுப்புக்களில் சிவந்து புண்ணாகலாம். இதிலிருந்து கனமாக வெள்ளைப்படுதல் இருக்கலாம்.

காண்டிடாஸை தடுக்க முடியுமா?

காண்டிடா பங்கஸ் நமது உடலிலேயே இயற்கையாக வளருவதால் இதை தவிர்ப்பது இயலாதது. நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை வலுப்படுத்த ஹெச்ஐவியை தடுக்கும் மருந்துகள்

எடுத்துக்கொள்வதே, காண்டிடாஸ் ஒரு பிரச்சினையாக ஏற்படுவதை தடுக்க சிறந்த வழி.

பொதுவாக காண்டிடாஸ் அடிக்கடி ஏற்பட்டாலோ அல்லது தொண்டையை பாதித்தாலோ மட்டுமே மருந்து எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். சாதாரணமாக காண்டிடாசை தடுக்க மருந்துகள் எடுத்துக்கொள்வதை டாக்டர்கள் பரிந்துரைப்பதில்லை.

காண்டிட்யாஸிஸை தடுக்க பொதுவாக மக்கள் பின்பற்றும் சாதாரண வழிகள்:

- சர்க்கரை மற்றும் இனிப்பு அல்லது கூடுதல் சர்க்கரை சேர்த்த பண்டங்கள், பானங்கள் ஆகியவற்றை தவிர்ப்பது. மிட்டாய், பதப்படுத்தப்பட்ட தானிய வகைகள் (சீரியல்ஸ்) மைதாவிலிருந்து தயாராகும் உணவு பண்டங்கள் (ரொட்டி, பிஸ்கட்டுகள், கேக்குகள்), திராட்சை, திராட்சை பழரசம் மற்றும் மாவுப் பண்டங்கள்.
- லாக்டோபாசிலஸ் அசிடோபிலஸ் போன்ற நன்மை தரும் பாக்டீரியா ஊக்கமருந்துகளை எடுத்துக் கொள்ளலாம். இவை காப்ச்யூலாகவும் பொடியாகவும் கிடைக்கும்.
- நன்மை தரும் பாக்டீரியா கொண்ட தயிர் உண்பது
- தேயிலை மர எண்ணை கொண்டு வாய் கொப்புளித்தல்

காண்டிட்யாஸிஸ்க்கு எவ்வாறு சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது?

காண்டிட்யாஸிற்கான சிகிச்சையை இரண்டு பிரிவுகளாக பிரிக்கலாம்:

- வெளிப்புற சிகிச்சை, பாதிக்கப்பட்ட இடத்தில் அளிக்கப்படுகிறது. இவை பல வடிவங்களில் வருகின்றன, க்ரீமாக (க்ளாட்ரிமேஸோல்), சப்போஸடீஸ் (மிகானேஸோல்), சுவைக்கும் மாத்திரைகள் அல்லது கொப்புளிக்கும் திரவங்கள் (நைஸ்டாடின்).
- சிஸ்டமிக் சிகிச்சை பொதுவாக மாத்திரை வடிவில் எடுத்துக் கொள்ளப்படுகிறது. மிக சாதாரணமாக பயன்படுத்தப்படும் பங்கசுக்கு எதிரான மருந்துகள் கீடோகோனேஸோல் (நிசோரல்), இட்ராகோனேஸோல் (ஸ்போரோநாக்ஸ்) மற்றும் ப்ளூகோனேஸோல் (டைப்ளூகான்) உட்பட்டவை. காண்டிடா இந்த மருந்துகளை எதிர்கலாம், இதனால் இவை இனி செயல்படாது. இதுபோல் ஏற்பட்டால், நரம்பு வழியாக பங்கசுக்கு எதிரான ஆம்போடெரிசின் பி மருந்து அளிக்கலாம்.
- வெளிப்புற சிகிச்சை முறைகள் பொதுவாக மலிவாக இருக்கும், பக்க விளைவுகளும் குறைவாக இருக்கும், ஆனால் இதன் ருசி நன்றாக இருக்காது, குணப்படுத்தவும் அதிக காலம் பிடிக்கும்.
- சிஸ்டமிக் சிகிச்சை முறை அதிக செலவு பிடிக்கும், அதிக பக்க விளைவுகள் இருக்கும், மற்ற மருந்துகளுடன் இணைந்து விளைவுகளை ஏற்படுத்தும், ஆனால் விரைவாக வேலை செய்யும்.
- குமட்டல், வாந்தி மற்றும் தடிப்புகள் ஏற்படுவது பங்கசுக்கு எதிரான மருந்துகளின் பொதுவான பக்க விளைவுகள்.
- பிஹெச்ஏ-க்கள் பொதுவாக பயன்படுத்தும் மற்ற பல மருந்துகளுடன் இட்ராகோனேஸோல் மற்றும் கேடோகோனேஸோல் இணைந்து விளைவுகள் ஏற்படும்.
- ஆம்போடெரிசின் பி ரத்த சோகை மற்றும் சிறுநீரக பிரச்சினைகளை ஏற்படுத்தலாம்.

மற்ற மருந்துகளுடன் ஏற்படக்கூடிய பக்க விளைவுகள் மற்றும் மருந்தின் பக்க விளைவுகள் பற்றி டாக்டரிடமோ அல்லது மருந்து கடைக்காரரிடமோ நிச்சயமாக கலந்து பேசுங்கள். டாக்டரின் சீட்டுப்படி மற்றும் சீட்டில்லாமல் (வைட்டமின்கள், மூலிகைகள் உட்பட) நீங்கள் எடுத்துக்கொள்ளும் மருந்துகள் பற்றி டாக்டரிடமும், மருந்து கடைக்காரரிடமும் தகவல் தெரிவிப்பது மிகவும் அவசியம்.



காண்டிட்யாஸிஸ்-னால் ஏற்படும் அறிகுறிகள் மற்றும் வலியை குறைக்க சில யோசனைகள்:

- உங்கள் சாப்பாட்டில் சூடு மற்றும் காரத்தின் அளவை குறைக்கவும்
- புளிப்பான பழங்கள் (ஆரஞ்சு, எலுமிச்சை, திராட்சை பழங்கள்) எடுத்துக் கொள்வதை குறைக்கவும்.
- ஒவ்வொரு உணவிற்குப் பின்பும், இரவு படுக்கும் முன்பும், பல் ஈறு மற்றும் நாக்கை மென்மையான டூத்பிரஷ் கொண்டு தேய்க்கவும்.
- முழுங்குவதற்கு கடினமாக இருந்தால் மென்மையான உணவை உண்ணவும்.
- வாயின் உட்புறத்தில் எரிச்சல் உண்டாக்கும் என்பதால் புகையிலை மற்றும் மதுபானங்களை தவிர்க்கவும்.

Health Concerns :: Candidiasis :: Tamil



ஹெச்ஐவி சம்பந்தப்பட்ட நோய்கள் மற்றும் சம்பந்தப்பட்ட சிகிச்சைகள் பற்றி முழு தகவல் தெரிந்த பயிற்சி பெற்ற மருத்துவரின் ஆலோசனையின் பேரில் மட்டுமே குறிப்பிட்ட மருத்துவ சிகிச்சைகள் பற்றி முடிவெடுக்க வேண்டும்.

தங்களை கவனித்து கொள்பவர்களுடன் சேர்ந்து, உடல் நிலையை தாமே பராமரிக்க விரும்பும் ஹெச்ஐவி/எய்ட்ஸ் நோய் உள்ளவர்களுக்கு தகவல் மற்றும் உதவியை கனடாவின் ஏய்ட்ஸ் சிகிச்சை தகவல் பரிமாற்றம் (CATIE) மற்றும் தெற்காசிய ஏய்ட்ஸ் தடுப்பு நிலையம் (ASAAP) நல்லெண்ணத்துடன் வழங்குகிறது. CATIE(கேட்டி) அல்லது ASAAP (ஏஸாப்) அளிக்கும் அல்லது பிரசுரிக்கும் தகவல்களை பெறுபவர்கள் இதை மருத்துவ ஆலோசனையாக கருதக்கூடாது. குறிப்பிட்ட சிகிச்சைகளை நாங்கள் பின்பற்றவோ, பரிந்துரைப்பதோ இல்லை, பல்வேறு விரிவான தகவல்களை கலந்தாலோசிக்கவே நாங்கள் வலியுறுத்துகிறோம். மருத்துவம் சம்பந்தப்பட்ட எந்த ஒரு முடிவையோ, நடவடிக்கையையோ எடுக்குமுன் பயிற்சி பெற்ற மருத்துவரை கலந்து ஆலோசிக்குமாறு வலுவாக வலியுறுத்துகிறோம்.

CATIE அல்லது ASAAP அளிக்கும் அல்லது பிரசுரிக்கும் தகவல்கள் முழுமையானவை அல்லது முற்றிலும் சரியானவை என்பதற்கு நாங்கள் எந்த உத்தரவாதமும் அளிப்பதில்லை. இந்த தகவல்களின் அடிப்படையில் செயல்படுபவர்கள் தங்கள் சொந்த பொறுப்பில் செயல்படலாம். இத்தகைய தகவல்களிலிருந்து பெறும் பயன் அல்லது அவயன்களால் ஏற்படக்கூடிய எந்த ஒரு சேதத்திற்கும் CATIE அல்லது ASAAP அல்லது கனடாவின் பொது சுகாதார ஏஜென்சியோ, அதன் ஊழியர்களோ, இயக்குநர்களோ, அதிகாரிகளோ, அல்லது தொண்டர்களோ, பொறுப்பாக மாட்டார்கள். CATIE அல்லது ASAAP மூலமாக கிடைக்கும் அல்லது பிரசுரிக்கப்படும் கட்டுரையின் கருத்துக்கள் முற்றிலும். ஏழுத்தாளரின் கருத்துக்கள் ஆகும், இது CATIE அல்லது ASAAP யின் கொள்ளைகையையோ கருத்துக்களையோ பிரதிபலிப்பதில்லை. கனடாவின் எந்த ஒரு பொது சுகாதார ஏஜென்சியின் கருத்துக்களையும் இது பிரதிபலிப்பதில்லை.

Copyright: This Fact Sheet is made available through a collaboration between Alliance for South Asian AIDS Prevention (ASAAP), Asian Community AIDS Services (ACAS) and the Canadian AIDS Treatment Information Exchange (CATIE). Original content developed by ACAS, 2001. Translation into Punjabi and Tamil by ASAAP, 2006.

This information is also available in Chinese, Tagalog and Vietnamese www.acas.org

Funding has been provided by the Public Health Agency of Canada

Supported by an unrestricted educational grant from GlaxoSmithKline in partnership with Shire BioChem