TORONTO

வினாவிடை

2009 ஏப்பிறில் 29 (மாலை)

பன்றிக் காய்ச்சல்

பெருவாரியாகப் பீடிக்கும் நோய் என்ற வகையில் பன்றிக் காய்ச்சலின் எச்சரிக்கை மட்டத்தை உலக சுகாதார அமைப்பு (WHO) 5-ம் கட்டத்துக்கு உயர்த்தியுள்ளது. இந்த நோயை உற்றுநோக்கி, ஆராய்வதில் சுகாதார–நெடுங்காலப் பராமரிப்பு அமைச்சு, கனடா பொது சுகாதார முகமையகம் என்பவற்றுடன் இணைந்து ரொறன்ரோ பொது சுகாதாரத் துறை ஈடுபட்டுள்ளது.

ஐக்கிய அமெரிக்காவிலும், கனடாவிலும் பன்றிக் காய்ச்சலால் பீடிக்கப்பட்டவர்களுள் அநேகர் மெலிதாகவே நோய்வாய்ப்பட்டுள்ளார்கள்.

நீங்கள் மெக்சிக்கோ சென்று வந்தவராகவும், சளிக்காய்ச்சலுக்குரியவை போன்ற அறிகுறிகள் கொண்டவராகவும் விளங்கினால்:
வீட்டிலேயே தங்கியிருக்கவும். உங்களைச் சூழ்ந்தவர்களிடமிருந்து விலகியிருக்கவும். மருத்துவம் தேவைப்படும் அளவுக்கு நீங்கள் நோய்வாய்ப்பட்டால், உங்கள் மருத்துவரை அழைக்கவும். நீங்கள் நோய்வாய்ப்பட்டிருப்பதாகவும், கடந்த 7 நாட்களினுள் மெக்சிக்கோ சென்று வந்ததாகவும் அவரிடம் தெரிவிக்கவும். கனடாவிலும், ஐக்கிய அமெரிக்காவிலும் மனித பன்றிக் காய்ச்சலால் பீடிக்கப்பட்டவர்களுள் அநேகர் மெலிதாகவே நோய்வாய்ப்பட்டுள்ளார்கள். அவர்கள் மருத்துவ பராமரிப்புக்கு உள்ளாகாது, வீட்டில் இருந்தபடியே, முற்றிலும் குணமடைந்து வருகிறார்கள்.

நீங்கள் மெக்சிக்கோ சென்று வந்து, நலமுடன் இருந்தால்:
உங்கள் அன்றாட வழமைகளைத் தொடரவும் - நீங்கள் வீட்டிலேயே தங்கியிருக்க வேண்டியதில்லை. பன்றிக் காய்ச்சல் அறிகுறிகள் தென்படுகின்றனவா என்று உற்றுநோக்கவும். நீங்கள் நலமுடன் இருந்தால், தயவுசெய்து மருத்துவ சிகிச்சை நாட வேண்டாம்.

நீங்கள் பன்றிக் காய்ச்சல் பற்றிப் பொதுப்படையாகக் கேட்டறிய விரும்பினால், TeleHealth Ontario **சேவையை அழைக்கவும்:** 1-866-797-0000. உங்கள் மொழியில் தகவல் பெறுவதற்கு, உங்கள் மொழியின் பெயரை ஆங்கிலத்தில் கூறவும்:

நீங்கள் சுகாதார பராமரிப்பு வழங்குபவர், பன்றிக் காய்ச்சல் பற்றியும், நோயாளரைப் பராமரிப்பது பற்றியும் கேட்டறிய விரும்புபவர் என்றால், அழைக்கவும்: 1-866-212-2272. அல்லது பின்வரும் இணையத்தளத்தை நாடவும்: http://www.health.gov.on.ca/english/providers/program/emu/ihn.html.

உங்களுக்குப் பயண மதியுரை தேவைப்பட்டால், நாடவும்: http://www.phac-aspc.gc.ca/tmp-pmv/pub-eng.php.

பன்றிக் காய்ச்சல் என்றால் என்ன?

பன்றிக் காய்ச்சல் என்பது, வழமையான பருவகால சளிக்காய்ச்சலின் ஒரு மாற்றுரு ஆகும். அது பறவைகள், பன்றிகள், மனிதர்களின் நுணங்கிகள் சிலவற்றைக் கொண்டுள்ளது. பன்றிக் காய்ச்சலால் பீடிக்கப்பட்டவர்களின் உடலில் வழமையான பருவகால சளிக்காய்ச்சலின் அறிகுறிகள் பலவும் தென்படும்:

- காய்ச்சல்
- தலைவலி
- இருமல்
- தசைநார் வலி
- தொண்டை அழற்சி
- பலவீனம்/களைப்பு
- குமட்டல்
- வாந்தி
- வயிற்றுப்போக்கு
- விறைப்பு

பன்றிக் காய்ச்சல் எப்படிப் பரவுகிறது?

பன்றிக் காய்ச்சல் பரவும் விதத்தை நாங்கள் இன்னமும் ஆராய்ந்து வருகிறோம். எனினும் பருவகால சளிக்காய்சலைப் போன்று, இது மூச்சு மூலமாகப் பரவக்கூடும். இருமலும், தும்மலும் கிருமிகளை வெளியினுள் செலுத்துபவை. அவற்றை மற்றவர்கள் சுவாசிக்கக் கூடும். அவை கருமபீடங்கள், கதவுப்பிடிகள் போன்ற வன்புறங்களில் படியவும், கைகளில் பற்றவும், எவராவது தனது வாயை அத்துடன்/அல்லது மூக்கைத் தொடும்பொழுது மூச்சுக்குழல் தொகுதியுள் தொற்றவும் கூடும்.

நோய் தொடங்குவதற்கு 24 மணித்தியாலங்கள் வரையான காலப்பகுதிக்கு முன்னதாகவே அது மற்றவர்களுக்குக் கடத்தப்படக்கூடியது. பன்றிக் காய்ச்சல் தொடங்கிய பின்னர் 7 நாட்கள்

வரையான காலப்பகுதிக்கு அது கடத்தப்படக்கூடும் என்று தெரிகிறது. சிறார் இந்த நுணங்கியை நீண்ட காலத்துக்குப் பரப்பக்கூடும். மனித பன்றிக் காய்ச்சல் நுணங்கியின் அடைகாப்புக் காலம் இரண்டு நாட்கள் முதல் ஏழு நாட்கள் வரை என்பது தொடக்க ஆய்வுகளின் மூலம் புலப்படுகிறது.

நான் பன்றிக் காய்ச்சலுக்கு உள்ளாவதை எப்படித் தவிர்க்கலாம்?
நீங்கள் கை கழுவி, மென்தாள் கொண்டு இருமி அல்லது தும்மி, நோய்வாய்ப்படும்பொழுது வீட்டிலேயே தங்கியிருந்து பன்றிக் காய்ச்சலுக்கு உள்ளாகும் வாய்ப்பைக் குறைக்கலாம். மென்தாள் இல்லாவிட்டால், உங்கள் சட்டைக் கை அல்லது புயம் கொண்டு தும்மவும் அல்லது இருமவும்.

மனித பன்றிக் காய்ச்சல் எத்துணை கடுமையானது?
கனடாவிலும், ஐக்கிய அமெரிக்காவிலும் மனித பன்றிக் காய்ச்சலால் பீடிக்கப்பட்டோர் என்று அறிவிக்கப்பட்டவர்களுள் பெரும்பாலானோர் மெலிதாகவே நோய்வாய்ப்பட்டுள்ளார்கள். மெக்சிக்கோவில் அறிவிக்கப்பட்டவர்களுள் சிலர் மிகவும் கடுமையாக நோய்வாய்ப்பட்டுள்ளார்கள். அவர்கள் பெரிதும் உடல்நலம் வாய்ந்த இளையோர். அவர்கள் மேலிதாக நோய்வாய்ப்பட்டு, விரைந்து கடுமையான மூச்சுக்குழல்-இடருக்கு உள்ளானார்கள். சிலர் நோயினால் இறந்துள்ளார்கள். மெக்சிக்கோவில் இந்நோய் மிகவும் கடுமையாகப் பீடிக்கும் காரணத்தை நிச்சயிக்க உலக சுகாதார அமைப்பையும், மெக்சிக்கோவையும், ஐக்கிய அமெரிக்காவையும் சேர்ந்த சுகாதார அதிகாரிகளுடன் இணைந்து கனடா பொது சுகாதார முகமையகம் செயற்பட்டு வருகிறது.

பன்றிக் காய்ச்சலுக்கு ஏதாவது சிகிச்சை உண்டா?
Tamiflu (oseltamivir), Relenza (zanamavir) என்னும் மருந்துகள் இரண்டும் பன்றிக் காய்ச்சலை எதிர்கொண்டு செயற்படுவதாகத் தெரிகிறது. ஆதலால், கடுமையான பன்றிக் காய்ச்சலின் அறிகுறி தென்பட்டு இரண்டு நாட்களுக்குள் அதற்குச் சிகிச்சையளிப்பதற்கு இம்மருந்துகளைப் பயன்படுத்தலாம். மெலிதான நோய் தானாகவே தணிவதாகத் தெரிகிறது. அதற்குச் சிகிச்சையளிக்கத் தேவையில்லை. பன்றிக் காய்ச்சல் amantadine மருந்துக்குத் தணியாது.

பன்றிக் காய்ச்சலுக்கு ஏதாவது தடுப்புமருந்து உண்டா?
தற்பொழுது பன்றிக் காய்ச்சலுக்கு தடுப்புமருந்து எதுவும் கிடையாது. பன்றிக் காய்ச்சல் பெருவாரியாகப் பீடித்தால், தடுப்புமருந்து தயாரிப்பது குறித்து தடுப்புமருந்து தயாரிக்கும் நிறுவனம் ஒன்றுடன் கனடா ஒப்பந்தம் செய்துள்ளது. பெருவாரியாகப் பீடிக்கும் பன்றிக் காய்யச்சல் வகை உறுதிப்படுத்தப்பட்டதும், அதற்குரிய திட்பமான தடுப்புமருந்தை உருவாக்கி, பரிசோதிப்பதற்கு ஆறு மாதங்கள் வரை செல்லலாம். பன்றிக் காய்ச்சல் பெருவாரியாகப் பீடித்தால், கனடியர்கள் அனைவருக்கும் போதிய தடுப்புமருந்து தயாரிப்பதற்கு இந்த ஒப்பந்தம் வகை செய்கிறது.

நான் பன்றி இறைச்சி உண்டால், எனக்கு பன்றிக் காய்ச்சல் ஏற்படுமா?
இல்லை. சமைக்கும்பொழுது நோய்-நுணங்கி மடிந்துவிடுகிறது.

நான் மெக்சிக்கோ சென்று வந்து, என்னில் மூச்சுக்குழல் நோயின் அறிகுறிகள் தென்பட்டால், என்ன செய்ய வேண்டும்?
நீங்கள் அண்மையில் மெக்சிக்கோ சென்று வந்து, மருத்துவ சிகிச்சை நாடவேண்டிய தேவை ஏற்படும் அளவுக்கு நோய்வாய்ப்பட்டால், முன்கூட்டியே அழைத்து உங்கள் அறிகுறிகளையும், பயண வரலாற்றையும் பற்றிக் கலந்துரையாடத் தவற வேண்டாம். அத்தகைய அறிகுறிகளினால் நீங்கள் வைத்தியசாலை அல்லது அவசர பராமரிப்புக் களம் செல்ல நேர்ந்தால், கடந்த 7 நாட்களினுள் நீங்கள் மெக்சிக்கோ சென்று வந்ததை உடனடியாக வைத்தியசாலையில் அல்லது அவசர பராமரிப்புக் களத்தில் தெரிவிக்கவும். மருத்துவ சிகிச்சை தேவைப்படும் அளவுக்கு நீங்கள் நோய்வாய்ப்படாவிட்டால், உங்கள் பயண வரலாற்றை மட்டும் கொண்டு நீங்கள் மருத்துவ சிகிச்சை நாட வேண்டியதில்லை.

மெக்சிக்கோவுக்கு அல்லது பாதிக்கப்பட்ட இடங்களுள் ஒன்றுக்கு நான் பயணம் செய்யலாமா?
கனடா பொது சுகாதார முகமையகம், வெளிநாட்டு அலுவல்கள் அமைச்சு என்பவற்றின் ஊடாக, கனடியர்களுக்குப் பயண மதியுரை வழங்குவது மத்திய அரசின் பொறுப்பு. பயண எச்சரிக்கைகள் பின்வரும் இணையத்தளங்களில் காணப்படுகின்றன:

http://www.phac-aspc.gc.ca/tmp-pmv/pub-eng.php
http://www.voyage.gc.ca/countries_pays/menu-eng.asp#M

எனக்குத் தெரிந்து ஒருவர் மெக்சிக்கோவிலிருந்து கனடாவுக்கு வருவதை அறிந்தால் நான் என்ன செய்ய வேண்டும்?

எவரும் மெக்சிக்கோவிலிருந்து பயணப்பட்டு வருவதில் கட்டுப்பாடுகள் இல்லை. மெக்சிக்கோவிலிருந்து கனடா வரும் எவரும் பன்றிக் காய்ச்சலின் அறிகுறிகளுடன் நோய்வாய்ப்பட்டு, அவருக்கு மருத்துவ சிகிச்சை தேவைப்பட்டால், முன்கூட்டியே அழைத்து அவர்களுடைய அறிகுறிகளையும், பயண வரலாற்றையும் பற்றிக் கலந்துரையாடத் தவற வேண்டாம். அத்தகைய அறிகுறிகளினால் அவர்கள் வைத்தியசாலை அல்லது அவசர பராமரிப்புக் களம் செல்ல நேர்ந்தால், கடந்த 7 நாட்களினுள் அவர்கள் மெக்சிக்கோவிலிருந்து வந்ததை உடனடியாக வைத்தியசாலையில் அல்லது அவசர பராமரிப்புக் களத்தில் தெரிவிக்கவும்.

பன்றிக் காய்ச்சல் இனிப் பெருவாரியாகப் பீடிக்கும் சளிக்காய்ச்சல் ஆகுமா?

பெருவாரியாகப் பீடிக்கும் நோய் என்ற வகையில் பன்றிக் காய்ச்சலின் எச்சரிக்கை மட்டத்தை உலக சுகாதார அமைப்பு (WHO) 5-ம் கட்டத்துக்கு உயர்த்தியுள்ளது. “உலக சுகாதார அமைப்புக்கு உட்பட்ட பிராந்தியத்துள் ஆகக் குறைந்தது இரண்டு நாடுகளில் இந்த நோய்-நுண்ணங்கி ஒருவரிடமிருந்து ஒருவருக்குத் தொற்றும் தன்மையையே 5-ம் கட்டம் குறிக்கும்” என்று உலக சுகாதார அமைப்பு கூறுகிறது. இந்தக் கட்டத்தில் அநேகமான நாடுகள் பாதிக்கப்படமாட்டா. எனினும், 5-ம் கட்டம் அறிவிக்கப்பட்டமை, மேற்படி நோய் பெருவாரியாகப் பரவப்போகிறது என்பதையும், அதனைத் தணிப்பதற்கான நடவடிக்கைகளைத் திட்டமிட்டு, ஒழுங்குபடுத்தி, தெரிவித்து, செயற்படுத்தும் பணிகளை நிறைவேற்றுவதற்கு அவகாசம் குறைவு என்பதையும் வலியுறுத்துகிறது.

மேலதிக விபரங்களை நான் எங்கே பெறலாம்?

- **ரொறன்ரோ பொது சுகாதாரத் துறை அதன் இணையத்தளத்தில் புதிய விபரங்களைத் தொடர்ந்து வழங்கி வருகிறது:** www.toronto.ca/health.
- **சுகாதார-நெடுங்கால பராமரிப்பு அமைச்சு:** http://www.health.gov.on.ca
- **கனடா பொது சுகாதார முகமையகம்:** http://www.phac-aspc.gc.ca/index-eng.php
  கனடா பொது சுகாதார முகமையக இலவச தொலைபேசி இலக்கம்: 1-800-454-8302
- **உலக சுகாதார அமைப்பு:** http://www.who.int