

ජලභීතිකා

රෝගය වළක්වා ගන්නේ කෙසේද ?

“ ජලභීතිකා රෝගය ලයිසා වෛරස් කාණ්ඩයට අයත් වෛයිරසයක් වශින් ඇති කරනු ලබන අතර එම වෛරසයට සියලුම ක්ෂීරපායී සතුන්ගේ ශරීර තුළ වර්ධනය වී රෝගය ඇති කිරීමේ හැකියාවක් පවතී. ”



ලුවී පාස්චර්

ලෝකය පුරා පැතිර පවතින වඩාත්ම මාරාන්තික රෝගය ජලභීතිකාව ලෙස හැඳින්විය හැක. ලෝකය පුරා 60,000 කට අධික මනුෂ්‍ය ජීවිත සංඛ්‍යාවක් ජලභීතිකාව නිසා වාර්ෂිකව අහිමි වන අතර එයින් 40% ක් පමණ වයස අවුරුදු 15 ට අඩු ළමුන්ය. මේ අනුව ලෝකයේ මොනගම් හෝ ස්ථානයක සෑම විනාඩි දහයකටම වරක් එක් මිනිස් ජීවිතයක් ජලභීතිකා රෝගය නිසා අහිමි වන බව දැන ගත යුතුය. මෙලෙස අහිමි වන මිනිස් ජීවිත සංඛ්‍යාවෙන් 99% ක්ම ආසියා හා අප්‍රිකා මහද්වීප වලට අයත් වන අතර ජලභීතිකාව නිසා මිය යන මිනිසුන්ගෙන් 95% කටම මෙම රෝගය, ජලභීතිකාවට ලක් වූ සුනඛයන් මාර්ගයෙන් බෝවී ඇත.

ජලභීතිකා රෝගය ලයිසා වෛරස් කාණ්ඩයට අයත් වෛයිරසයක් මඟින් ඇති කරනු ලබන අතර එම වෛරසයට සියලුම ක්ෂීරපායී සතුන්ගේ ශරීර තුළ වර්ධනය වී රෝගය ඇති කිරීමේ හැකියාවක් පවතී.

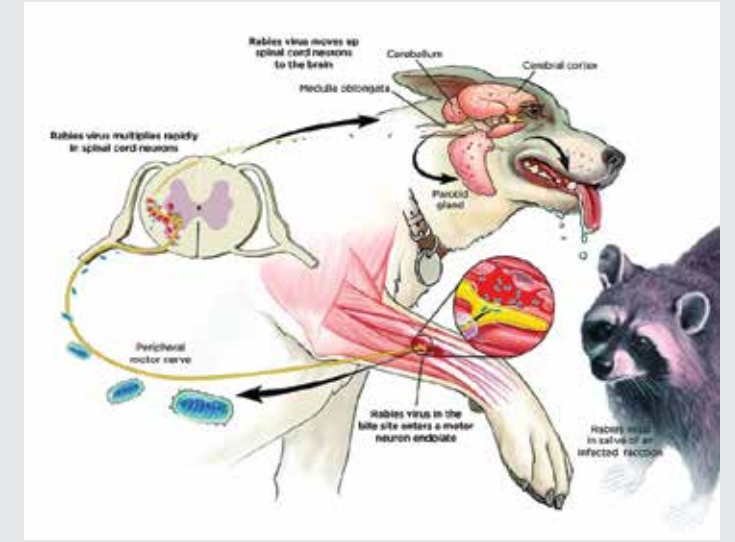
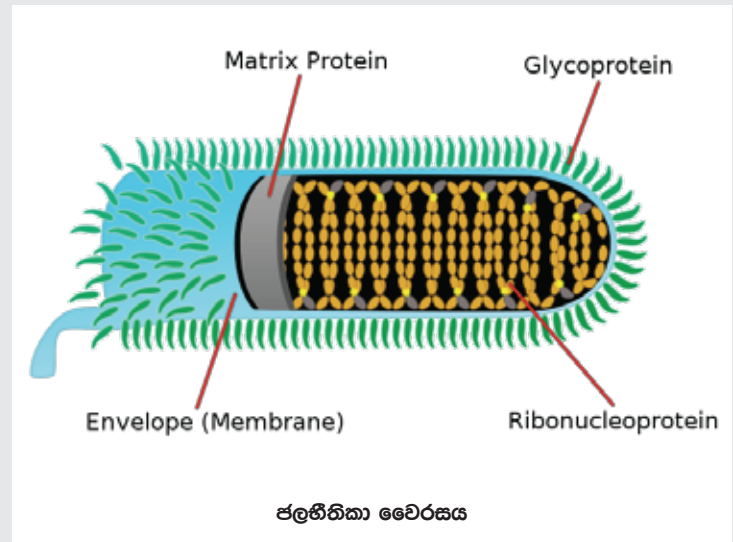
ජලභීතිකා රෝගයට ලක් වූ සුනඛයකුගේ හෝ වෙනත් ක්ෂීරපායී සතුකුගේ සපා කෑමක්, සීරීමක් හෝ මිනිස් ශරීරයේ පවතින තුවාලයක් හෝ සීරීමක් ලෙව කෑම මඟින් ජලභීතිකා වෛරසය ශරීර ගත විය හැකිය. ජලභීතිකාව සතෙකුගෙන් සතෙකුට පැතිරිය හැකිය. එමෙන්ම ඇස්, මුඛය වැනි ස්ථාන වල

ස්ලේශ්මල පටල හරහාද වෛරසය ශරීර ගත විය හැකිය. එසේ ශරීරයට ඇතැල් විමෙන් අනතුරුව ස්නායු තන්තු හරහා සුක්‍රමිනාව කරා ගමන් ගන්නා වෛරසය එමගින් මොළය තුළට ඇතුල් වේ.

මොළය තුළට ඇතුල් විමෙන් අනතුරුව මස්තිෂ්ක ප්‍රදාහය ඇති කරනු ලබන අතර පසුව මොළය ආසාදනය කර ඉදිමීමකට ලක් කරයි. මෙම අවස්ථාවේදී වෛරසය ධූම ලුන්ති කරා ගමන් ගනී. එසේ ගමන් ගන්නා වෛරසය ධූම මගින් බාහිර පරිසරයට මුදා හරිනු ලබන අතර සපා කෑම හෝ ටොය තැවරීම මඟින් තවත් සතෙකුගේ ශරීරයට වෛරසය ඇතුල් වේ. ජලභීතිකාවට ලක්වුණු පුද්ගලයෙකු සිහිය නැති වී ඉන් අනතුරුව මරණයට ලක් වෙයි.

ජලභීතිකා රෝගය සතෙකුගෙන් සතෙකුට පැතිරෙන ආකාරය

ජලභීතිකාව යනු ඕනෑම ක්ෂීරපායී සතෙකුට බෝවිය හැකි රෝගයක් වන අතර මිනිසුන්ටද එය සතුන් මාර්ගයෙන් බෝවීම සිදු වෙයි. ජලභීතිකා රෝගය නාගරික හා වනගත වශයෙන් වතු දෙකක් දැකිය හැකි වුවද අප වැනි රටවල ප්‍රධාන වශයෙන් දැකිය හැක්කේ නාගරික වතුයකි. ජලභීතිකා රෝගය ප්‍රධාන සායනික ආකාර දෙකකින් දැකිය හැකිය.



ඉතා ආක්‍රමණශීලී රළු ස්වභාවයක් පෙන්වන සතුන් මෙන්ම ගොළු හෝ අංශාගා ස්වභාවයක් පෙන්වන ජලභීතිකා රෝගී තත්වයක්ද ඇත. එබැවින් රෝග ලක්ෂණ මත පමණක් පදනම් කරගෙන ජලභීතිකා රෝගය නිශ්චය කිරීම ඉතා අපහසු හෝ සුදුසු නොවන අතර ඒ සඳහා රසායනාගාර සහාය ලබාගත යුතුය. සායනික ලක්ෂණ මත පමණක් පදනම් වී ජලභීතිකා රෝගය හදුනාගත නොහැක්කේ වුවද අනපේක්ෂිත හීලෑ බව, අඳුරු ස්ථානවල සැඟ වී සිටීම, වහා කිපෙන සැඟු බව, කලබලකාරී ස්වභාවය, ශබ්ද සහ දැකින දේවල් සම්බන්ධව අධි සංවේදී බව, අවසානයේ ආහාර සහ ජලය නොගෙන සිටීම හෝ ජලය පානයට අපහසු තත්වයක් ඇතිවීම වැනි රෝග ස්වභාවයක් ගැනීම ජලභීතිකා රෝගයට අයත් ඇතැම් ලක්ෂණ විය හැකිය. එසේ වුවත් ගොළු ජලභීතිකා රෝග ස්වභාවයේදී මෙවැනි කිසිදු ලක්ෂණයක් පෙන්නුම් නොකරන අතර රෝග ලක්ෂණ පහළ විමට පළමුවෙන්ද ජලභීතිකා වෛරසය බෙටිය සමඟ බැහැර වීම සිදුවීම හැකිය.

රෝග ලක්ෂණ පහළ විමෙන් අනතුරුව සතුන්ගේ හෝ මිනිසුන්ගේ ජලභීතිකා රෝගය සුව කිරීමේ කිසිදු හැකියාවක් නොමැත. එමෙන්ම ඒ සදහා කිසිදු ප්‍රතිකාරයක්ද නොමැත.

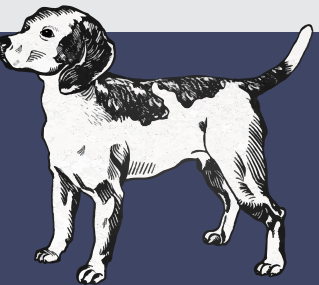
එබැවින් ජලභීතිකාව වලක්වා ගැනීම මේ සඳහා ප්‍රධානතම විසඳුම් ලෙස හදුන්වා දිය හැකිය. සුනඛ සපා කෑම් වළක්වා ගැනීම සහ ජලභීතිකාව සඳහා තමන්ගේ නිවසේ හෝ අවට පරිසරයේ සිටින සියළු සුනඛයන් එන්නත් කරවා ගැනීම වේ. මෙයට අමතරව සැක කටයුතු සුනඛ සපා කෑමකදී / සීරීමකදී හෝ තුවාල වූ ස්ථානයක් ලෙව කෑමකදී වහාම ගලා යන පිරිසිදු ජලයෙන් සබන්

යොදා දිගු කාලයක් සෝදා ගෙන හැකි ඉක්මණින් රෝහලක් වෙත ගොස් එන්නත් සහ අනෙකුත් වෛද්‍ය උපදෙස් සහ ප්‍රතිකාර ලබා ගැනීම මඟින් ජලභීතිකාව ඇති වීම වලක්වා ගත හැකිය.

සුනඛයකු

ආසන්නයට පැමිණෙන්නේ නම්

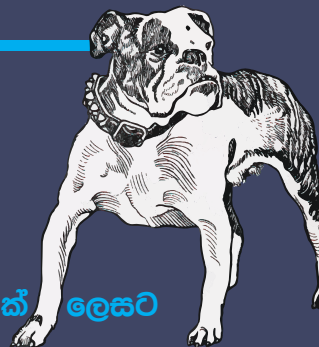
- ▲ කෙළින් සිට ගන්න.
- ▲ ශබ්ද නොකරන්න.
- ▲ ඔබගේ දෙඅත් පහලට දමා අත්ල නමා ගන්න ඔබ ගසක් යැයි සිතා ගන්න,
- ▲ ඔබගේ දෙපය දෙස බලා සිටින්න.
- ▲ සුනඛයා ඉවතට යන තුරුම එසේ කරන්න.



සුනඛයකු

ඔබට පහර දෙන්නේ නම්

- ▲ හිස පහතට නවා බෝලයක් ලෙසට ගුලි වී සිටින්න.
- ▲ නිසලව නිශ්ශබ්දව සිටින්න.
- ▲ ඔබගේ අත්ල ගෙල පිටිපසින් තබා ගන්න.
- ▲ ඔබ ගලක් යැයි සිතන්න.



ආසියානු සහ අප්‍රිකානු රටවල 95% කට වැඩි ප්‍රමාණයක් මිනිසුන්ට ජලභීතිකාව බෝකරනු ලබන්නේ සුනඛයන් විසින් බැවින් මිනිසුන් සහ අනෙකුත් සතුන් ජලභීතිකාවෙන් ආරක්ෂා කර ගැනීමට නම් අනිවාර්යෙන්ම සුනඛයන් කළින් ජලභීතිකා රෝගය තුරන් කළ යුතුය. ඒ සඳහා කළ හැකි ප්‍රධානතම සහ ඉතාමත් අවශ්‍ය ක්‍රමවේදය නම් අප පරිසරයේ ජීවත්වන සුනඛයන්ගෙන් 70% කට අධික ප්‍රමාණයක් එන්නත් කරනු ලැබීමයි. එමෙන්ම අප වැනි රටවල ඉතා අධික ප්‍රමාණයක් අයාලේ යන සුනඛයන් දක්නට හැකි බැවින් එම අයාලේ යන සුනඛ ගහණය පාලනයද ඉතා අවශ්‍යම කාරණයක් වෙයි.

ලෝක සත්ත්ව සෞඛ්‍ය සංවිධානයේ (OIE) නිර්දේශ අනුව සුනඛ ගහණය පාලනය සඳහා පහත දැක්වෙන ක්‍රමවේදයන් අනුගමනය කළ යුතුව ඇත.

1. වගකිව යුතු සුනඛ හිමිකාරීත්වය පිළිබඳ අවබෝධය ඇති කිරීම.
මේ අනුව සෑම සුනඛයකුටම අයිතිකරුවකු සිටින අතර එය එම සත්ත්වයාගේ සුභසාධනයට මෙන්ම එන්නත් කිරීම, උපත් පාලනය වැනි අවශ්‍යතාවයන්ටද කදිම ක්‍රමයක් සැලසෙයි.

2. සුනඛයන් ලියාපදිංචි කිරීම.
මෙම ක්‍රමවේදයට අනුව හිමිකරුවන් හැති සුනඛ ගහණයක් ඇතිවීම අවම කරගත හැකිය.

3. සුනඛ උපත් පාලනය.
ලෝක සෞඛ්‍ය සංවිධානය :උපධි* මඟින් කරන ලද අධ්‍යයනයක් අප රට, තුල අයාලේ යන සුනඛයන්ගේ ප්‍රධානතම ප්‍රභවය නිවෙස්වල ඇති කරන සුනඛයන් බව හඳුනාගෙන ඇත. එබැවින් පැවැත් බිහිකිරීමේ කාරනයට හැර සුනඛයන් ඇති කරන්නේනම් එම සතුන් හට උපත් පාලනය සඳහා සැත්කමක් කරවා ගත හැකිය.

4. අයාලේ යන සුනඛයන් අල්වා ඔවුන්ට වඳ සැත්කම් කොට එන්නත් කර නැවත සිටි ස්ථානවලට අත හැරීම ජලභීතිකාව වැලැක්වීමට මහත් සේ උපකාර වේ.

5. පරිසර කළමනාකරණය
අයාලේ යන සුනඛයන් බෝ වීමට ප්‍රධානතම හේතුවක් වන්නේ ඔවුන්ට අවශ්‍ය ආහාර සුලභතාවයයි. එබැවින් අහාරයට ගත හැකි අපද්‍රව්‍ය නිසි පරිදි බැහැර කිරීම සහ කළමනාකරණය අත්‍යවශ්‍ය කාරණයක් වේ.

එබැවින් ජලභීතිකා රෝගය වළක්වා ගැනීම සඳහා සතුන් එන්නත් කරවා ගැනීම, අනවශ්‍ය ගැබ් ගැනීම් වළැක්වීම සඳහා සැත්කම් කරවා ගැනීම, සුරතල් සතුන් අයාලේ යාමට ඉඩ ලබා නොදීම, කසළ බඳුන් සෑම විටම පියන් වලින් වසා තැබීම සහ ඔබ අවට අයාලේ යන සතුන් සිටිනම් එම සතන් එන්නත් කිරීම, සැත්කම් කිරීම සඳහා අවශ්‍ය උපකාර ලබා ගැනීම ප්‍රධාන වෙයි.

ඔබ ජලභීතිකා රෝගයෙන් ආරක්ෂා වන්නේ කෙසේද?
යම් සතෙකුට ජලභීතිකා රෝගය වැළදී ඇතැයි ඔබ සැක සිතන්නේනම් එම සතා ඇල්ලීමෙන් හෝ ආහාර සැපයීමට යාමෙන් වැලකී සිටිය යුතුය. කිසිඳු අවස්තාවක කුඩා පැටවුන්ට කිරි දෙන සුනඛයන්, නිදා සිටින සතුන් හෝ ආහාර ගන්නා සතුන්ට නිරිතැර නොකිරීමට වග බලා ගත යුතුය.



කුඩා සතුන්ට කිරි දෙන සතුන්



නිදා සිටින සතුන්



ආහාර ගන්නා සතුන්

මෙවැනි අවස්ථාවක සිටින සතෙකුට කිසිවිට නිරිතැර නොකළ යුතුය.

ඇතැම් විට වන සතුන් ඔබ වෙතට ඉතා හිලූ ස්වභාවයකින් පැමිණිය හැකිය. එහෙත් එය ඉතා අස්වාභාවික හැසිරීමක් බැවින් එවැනි සතුන්ගෙන් ඈත් වී සිටිය යුතුය. ඔබ සෑම විටම ඔබ නොදන්නා හෝ නොහඳුනන සුනඛයන්ගෙන් ඈත් වී සිටිය යුතුය. එයට හේතුව වන්නේ එම සතුන් සෑම විටම එන්නත් කර නොමැති වීමට ඇති හැකියාවයි.

හදිසියේ ඔබ සුනඛයකුගේ හෝ ජලභීතිකාව ඇතැයි සැක සහිත සතෙකුගේ සපා කෑමකට ලක් වුවහොත් කළ යුත්තේ කුමක්ද? මෙයට පෙරද සඳහන් කල පරිදි වහාම එම ස්ථානයේ සබන් යොදා පිරිසිදු ගලා යන ජලයෙන් මිනිත්තු 15 කට අධික කාලයක් සෝදා හැර හැකි ඉක්මණින් වෛද්‍යවරයකුගේ උපදෙස් සඳහා යොමු විය යුතු අතර වෛද්‍යවරයා පවසන ක්‍රියාමාර්ග එලෙසින්ම පිළිපැදිය යුතුය.

අප දන්නා පරිදි ශ්‍රී ලංකාව තවමත් ජලභීතිකා රෝගයෙන් පීඩා විඳින රටකි. වාර්ෂිකව සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය ජලභීතිකා ප්‍රතිකාර සඳහා රුපියල් මිලියන 600 ක් පමණ වියදම් කරන අතර සුනඛ ජලභීතිකා මර්ධනය සඳහා රුපියල් මිලියන 200 කට වැඩි ප්‍රමාණයක් වියදම් කරනු ලබයි. එබැවින් ශ්‍රී ලාංකිකයන් ලෙස ජලභීතිකා මර්ධනය සඳහා අප හට ඉතා විශාල වගකීමක් ඇති බව සිහි තබා ගත යුතුය. අප නිවසේ ඇති කරන සතුන් හා අප අවට පරිසරයේ සිටින සුනඛයන්ට එන්නත් ලබා දීම, උපත් පාලන සැත්කම් කරවීම, සතුන්ට ආහාරයට ගත හැකි ආහාර ද්‍රව්‍යය විධිමත්ව බැහැර කිරීම, අනවශ්‍ය ලෙස ඇති කරන පැටවුන් නිසි පරිදි ඇති දැඩි කර ගැනීම හෝ සුදුසු පුද්ගලයන්ට ලබා දීම මේ අතරින් ඉහළ වැදගත් කමක් දරයි.

ජලභීතිකාව මාරාන්තිකයි. ඔබගේ සුරතල් සුනඛයන් සහ පුසන් එන්නත් කිරීමෙන් ඔවුන් මෙන්ම ඔබද ජලභීතිකාවෙන් ආරක්ෂා වේ. ප්‍රාදේශීය පශු වෛද්‍ය කාර්‍යාලයෙන් නොමිලේ දෙන ජලභීතිකා එන්නත ඔබගේ සුනඛයාට සහ පුසාට අදම ලබා දෙන්න.

A photograph showing a person wearing white gloves administering a vaccine to a small brown dog. The dog is being held by another person. The background is slightly blurred, showing other people and a red shirt.

ගොවිසව්ශ්
magazine

සැකසුම
වෛද්‍ය විකිරි විජයතිලක
BVSc"MTAP"MVM"MSc
පශු වෛද්‍ය නිලධාරී
සත්ත්ව සෞඛ්‍ය අංශය,
සත්ත්ව නිෂ්පාදන හා සෞඛ්‍ය දෙපාර්තමේන්තුව, ජේරාදෙනිය.
විද්‍යුත් තැපෑල tikiripw@gmail.com

“ ඔබට ජලභීතිකාව හැවැත්විය හැකිය.
ජලභීතිකාව ඉතිහාසයට එක්කරමු.”

ජලභීතිකා එන්නත පහත පරිදි ලබා දිය හැකිය	පළමු එන්නත	දෙවන එන්නත	තෙවන එන්නත	සිව්වන එන්නත
මව එන්නත් කර ඇත්නම්	සති 12	සති 14 - 16	වසර 1 කින්	
මවගේ එන්නත් විස්තරය නොදන්නම්	පළමු පැමිණීමේදී හෝ ඇස් ඇරිය වහාම	සති 12	සති 14 - 16	වසර 1 කින්
අයාලේ යන සුනඛයෙක් නම්	පළමු පැමිණීමේදී හෝ ඇස් ඇරිය වහාම	සති 2 - 4 ට පසුව	සති 14 - 16	වසර 1 කින්