හිසෙහි උකුණන් (Head lice)

01. හිසෙහි උකුණන් යනු කුමක්ද?

හිසෙහි උකුණන් යනු කුඩා අළු - දුඹුරු පැහැති මිනිස් හිසෙහි සම මත පමණක් ජීවත් වන කෘමි සතුන් වර්ගයකි. මිනිස් හිසේ සමෙන් බැහැරව ඔවුනට ජීවත්විය හැක්කේ දිනක් හෝ දෙකක් පමණි. ගැහැණු උකුණන් දින 40 දක්වා ජීවත් වන අතර මේ කාලය තුල බිත්තර 1000 කට වඩා දමනු ලැබේ.

මෙම බිත්තර (ලේඩි) හිසේ සමට ආසන්න කෙස් මත රඳවනු ලැබේ. බිත්තර දින 7 - 10 ක් අතර කාලයකදී පුපුරා අලුත් උකුණන් පිටවේ. තවත් දින 7 කට පමණ පසු මෙම උකුණන්ට ද බිත්තර දැමීමට හැකිවේ. හිසේ සම මතුපිට සිට සෙන්ටිමීටර 1/2 පමණ දුරින් නොඉපදුණ උකුණන් සහිත බිත්තර ඇලී පවති.

02. හිසෙහි උකුණන් ඇතිවන්නේ කෙසේද?

හිසේ උකුණන් හටගන්නේ හිසට හිස ස්පර්ශයෙනි. එක් හිසකින් තවත් හිසකට තත්පර 30 කින් පමණ උකුණන්ට මාරුවිය හැකිය. කලාතුරකින් තොප්පි, පනා, කොට්ට හුවමාරු කර ගැනීම මගින්ද උකුණන් පැතිරීම සිදුවේ. ඕනෑම අයෙකුට මෙය ආසාදනය විය හැක.

03. උකුණන් ආසාදනයේ රෝග ලක්ෂණ මොනවාද?

උකුණන්ට ජීවත්වීම සඳහා දිනකට වාර කීපයක් මිනිස් රුධිරය උරාබීම අවශ්‍යය. ඔවුන්ගේ සැපීම, බේටය, මළපහ නිසා හිසෙහි සමේ කැසීමක් ඇති වේ. ඇතැම් අයට මෙම කැසීම නොදැනෙන නිසා ඔවුන්ගේ හිසේ උකුණන් සිටින බව දැන නොසිටිය හැක.

හිසෙහි මෙම තුවාල වු තැන් බැක්ටීරියා මගින් ආසාදනය වුවහොත් Impetigo (ඉම්පටයිගෝ, සමේ සැරව බිබිලි ඇතිකරන රෝගයකි) තත්ත්වය හා ගෙලෙහි වසා ගැටිති ඉදිමීම (Lymphadenopathy) ඇතිවිය හැක. හිසේ සම කසන ගතියකින් යුක්තව තුවාල වී සමහර ළමුන්ට උණ හා අසනීප ගති මතුවිය හැකිය.

04. උකුණන් ආසාදනය නිට්ටාවට සුව කළ හැකිද?

උකුණන් ආසාදනය නිට්ටාවට සුව කළ හැකි වුවත් සෑම විටම පහසු නොවන්නේ වර්තමානයේ උකුණන් උකුණු නාශක ඖෂධ වලට ප්‍රතිවිරෝධී වී සිටීම නිසාය. නැවත නැවත ආසාදනය ද ඉතා සුලභය.

05. මේ සඳහා ඇති ප්‍රතිකාර ක්‍රම මොනවාද?

1. Permethrin **දියර / ක්‍රීම් (පර්මෙත්‍රින් දියර / ක්‍රීම්)**

2. **මැලතියොන් දියර**

ඉහත ප්‍රතිකාර භාවිතා කරන විට පහත දෑ පිළිපදින්න.

- ප්‍රතිකාර ගැල්විය යුත්තේ වියලි කෙස්වලටය. හිසෙහි සමේ සෑම ප්‍රදේශයක්ම ආවරණය වනසේ සහ මුල සිට අග දක්වා සියළු කෙස්වල තැවරෙන පරිදි ගැල්විය යුතුය.

- සාමාන්‍යයෙන් දින 07 කට පසු දෙවෙනිවර ගැල්විය යුතුය. ඒ පළමු ගැල්වීමෙන් පසු බිත්තර පුපුරා ඇතිවන අලුත් උකුණන් විනාශ කිරීමටයි.

3. **හීනි දැති සහිත පනාවක් මගින් තෙත කොණ්ඩය පිරීම.**

කන්ඩිෂනර් හෝ ඩයිමෙතිකෝන් සහිත නිෂ්පාදනයක් භාවිතයෙන් කොණ්ඩය ලිහිසි කිරීම මගින් මෙම කාර්යය පහසු කෙරේ. (විශේෂයෙන් කැරලි කොණ්ඩය සඳහා) සෑම පිරීමක් අවසානයේ උකුණන් සහ බිත්තර ඉවත් කිරීමට පනාව පිරිසිදු කල යුතුය. මෙය පිරිසිදු සුදු කොළයක/රෙදිකඩක පනාව පිසදැමීම මගින් කළ හැක.

06. උකුණන් නැති කිරීම සඳහා තමාට කල හැකි දෑ මොනවාද?

- ප්‍රතිකාර සම්පූර්ණ වූ පසු මාසයක් දක්වා සෑම සතියකම උකුණන් නැති බවට පරීක්ෂා කර තහවුරු කරගත යුතුය.
- ආසාදිත පුද්ගලයෙක් සමඟ ගැටුණු සියළු දෙනාගේම හිස් පරීක්ෂා කොට ඔවුනට උකුණන් ආසාදිත වී නැති බව තහවුරු කර ගත යුතුය. එකම නිවසේ සාමාජිකයන් සහ සමීපතම පාසල් යහළුවන් මීට අයත්ය.
- නිවසේ ආසාදිත සියළුම සාමාජිකයන් එකවර ප්‍රතිකාර සිදුකල යුතුය.
- ආසාදිත පුද්ගලයාගේ පනා හා හිස පීරන බුරුසු දිනපතා උණුවතුරෙන් සේදිය යුතුය.

ඉහත උපදෙස් පිළිපදිනතාක් හිසෙහි උකුණන් ආසාදිත දරුවන් පාසැල් යැවීම ගැටළුවක් නොවේ.

07. හිසෙහි උකුණන් ආසාදනය වැළැක්විය හැකිද?

ප්‍රාථමික පාසැල් වයසේ දරුවන් නිරතුරුව නිවසේදී උකුණු පනාවක් භාවිතා කරමින් ආසාදනයක් වේ නම් මුල් අවස්ථාවේ දී හඳුනා ගැනීම සඳහා පරීක්ෂා කළ යුතුය. මන්ද කඩිනම් ප්‍රතිකාර තවදුරටත් උකුණන් පැතිරීම වළකන බැවිනි.