පොතු කබර රෝගය (Psoriasis)

පොතු කබර යනු සමෙහි ප්‍රදාහ තත්ත්වයක් නිසා ඇතිවන චර්ම රෝගයකි. මෙය ජනගහනයෙන් 2% ක පමණ ප්‍රතිශතයකට වැලදී ඇති බව සොයා ගෙන ඇත.

(1) මෙහි රෝග ලක්‍ෂණ කවරේද?

සම මතුපිට විවිධ ප්‍රමාණයේ රත් පැහැයට හුරු ලප හෝ පැල්ලම් ඇතිවීම රෝගයේ මුල් අවස්ථාවයි. එම ලප ගොරෝසු වීම සහ මතුපිටින් පොතු හෝ කුඩු වැනි කොටස් ගැලවී යාම මෙහි ඇති ලක්‍ෂණයකි. මෙම ලප සමේ ඕනෑම ස්ථානයක ඇතිවිය හැකිය. බහුලව හිස, වැලමිට, දණහිස් යන ස්ථානවල දැකිය හැක.

මීට අමතරව කලාතුරකින් දැකිය හැකි පොතු කබර ප්‍රභේද දෙකක් නම්,

- සම මතුපිට සැරව බිබිලි ඇතිවීම (Pustular Psoriasis)
- සම සම්පූර්ණයෙන්ම රත් පැහැ ගැන්වී ප්‍රදාහයට පත්වීම (Erythrodermic Psoriasis)

(2) රෝගය නිශ්චිතවම හඳුනාගන්නේ කෙසේද?

සුදුසුකම් ලත් වෛද්‍යවරයෙකුට රෝගියාගේ රෝග ලක්‍ෂණ පරීක්‍ෂා කිරීමෙන් මෙම රෝගය නිශ්චිතව හඳුනා ගත හැකිය. කලාතුරකින් රෝගය නිශ්චිතව තහවුරු කිරීම සඳහා සමෙන් ඉතා කුඩා කොටසක් (Skin biopsy) පරීක්‍ෂණ සඳහා ලබා ගැනීමට වෛද්‍යවරයා විසින් නිර්දේශ කරනු ඇත.

(3) රෝගය ඇති වන්නේ කෙසේද?

මෙම රෝගය ඇතිවීම සඳහා නිශ්චිත හේතුවක් තවම සොයාගෙන නොමැත.

පුද්ගලයෙකුගේ ලඟම ලේ ඥාතියෙකුට මෙම රෝගය වැළඳී ඇතිනම් ඔහුට හෝ ඇයට මෙම රෝගය වැළඳීමේ සුළු සම්භාවිතාවයක් පවතී.

නමුත් මුල් අවස්ථාවේ රෝගය ඇතිවීම සඳහා හෝ පවතින රෝගය උග්‍ර විම සඳහා පහත සඳහන් හේතු බලපාන බව සොයා ගෙන ඇත.

- මත්පැන් පානය
- දුම්පානය
- ආසාදන - විශේෂයෙන්ම උගුරේ ඇතිවන ආසාදන

- ඇතැම් ඖෂධ
- අධික මානසික ආතතිය
- සීරීම්, කැසීම් ඇතිවන ස්ථානවල

(4) මෙම රෝගයේ ඇතිවිය හැකි සංකූලතා කවරේද?

- සුළු ප්‍රතිශතයකට (5%) හන්දිපත් ආබාධ (psoriatic arthritis) වැළඳිය හැක.
- ප්‍රදාහ තත්ත්වය නියපොතු වලට බලපෑ විට නියපොතු දුර්වර්ණ වීම, සණවීම, කුඩා වලවල් සෑදීම සහ නියපොතු සමෙන් වෙන් වීම දැකිය හැක.
- මෙම රෝගීන්ට දිය වැඩියාව, අධික රුධිර පීඩනය, රුධිරයේ කොලෙස්ටරෝල් මට්ටම ඉහල යාම, හෘදයාබාධ හා ආඝාතය ඇතිවීමට අවදානමක් ඇත.

(5) මෙම රෝගයට ඇති ප්‍රතිකාර කවරේද?

මෙම රෝගය සාර්ථකව පාලනය කිරීම සඳහා ප්‍රතිකාර ක්‍රම රාශියක් ඇත. කලින් කලට රෝගයේ උග්‍රබව අඩු වැඩි වීම මෙම රෝගයේ ස්වභාවයයි. රෝගයේ උග්‍රබව සහ ව්‍යාප්තිය අනුව වෛද්‍යවරයා විසින් අවශ්‍ය ප්‍රතිකාර ක්‍රමය නිර්ණය කරනු ලබයි.

එම ප්‍රතිකාර නම්,

- සමෙහි ගල්වන ආලේපන වර්ග
- පාරජම්බුල කිරණ ප්‍රතිකාර (UVA / UVB)
- පෙති වර්ග
- නික්ෂේපන වර්ග (ඉන්ජෙක්ෂන්)

(6) මෙම රෝගය පිළිබඳව ඔබ මතක තබා ගත යුතු කරුණු මොනවාද?

- මෙය කිසිසේත්ම කෙනෙකුගෙන් තව කෙනෙකුට බෝවන රෝගයක් නොවේ.

- ඉතා කලාතුරකින් මෙම රෝගය ලිංගික අවයව ආශ්‍රිතව ඇති විය හැකිය. නමුත් මෙය කායික සම්බන්ධතා කෙරෙහි බලපෑමක් ඇති නොකරයි.

- රෝගය ඇති ස්ථාන කැසීම, පොතු ගැලවීම නොකරන්න.

- දිය නෑමේදී දිගු වේලාවක් ජලයේ නොසිටින්න. එසේම උණුසුම් වැඩි ජලය භාවිතා නොකරන්න.

- කොණ්ඩය කොටට කපා තැබීම ප්‍රතිකාර ලබා දීමේදී පහසුවක් වේ.

- වෙනත් රෝගයක් සඳහා ප්‍රතිකාර ලබා ගැනීමට ගිය විට මෙම රෝගය ඇතිබව වෛද්‍යවරයාට පවසන්න.

- සෑම විටම වෛද්‍ය උපදෙස් පිළිපදින්න.

- රෝගය නිට්ටාවට සුව වෙතැයි සිතා අනිසි ප්‍රතිකාර වලට යොමුවීම භයානක ප්‍රතිඵල අත්කර දිය හැකිය.

- සිරුරේ බර නිසි මට්ටමේ තබා ගැනීම, කායික සහ මානසික විවේකය, සමබර ආහාර ලබාගැනීම රෝගයෙන් සුවවීමට පසුබිම සකසයි.