கைத்தோல் அழற்சி (Hand dermatitis)

இது தொடுகை மூலம் தொற்று ஏற்படாத தோல் அழற்சி நோயாகும்.

1) இது ஏற்படுவதற்கான காரணங்கள் யாவை?

- தோலுக்கு பாதிப்பு ஏற்படுத்தும் இரசாயனப்பதார்த்தங்களுடன் தொடுகை ஏற்படும்போது (உ-ம்) சவர்க்காரம், சுத்தப்படுத்த பாவிக்கப்படும் பதார்த்தங்கள் (Irritant contact dermatitis)
- அழற்சி ஏற்படுத்தும் பொருட்களை தொடர்ந்து பாவிப்பதால் ஏற்படலாம். (Allergic contact dermatitis)
- சிறுவயது முதல் ஏற்படும் எக்சீமா (Atopic dermatitis)
- அடிக்கடி தண்ணீரில் கழுவுதல் அல்லது நீண்ட நேரம் தண்ணீரில் தொடுகை ஏற்படுத்துதல்.

2) எந்த துறையில் வேலை செய்பவர்கள் இந்த நோயினால் பாதிக்கப்படுகின்றார்கள்?

- தாதிமார், பல் வைத்தியர், சத்திரசிகிச்சை நிபுணர்
- அழகுக்கலை நிபுணர், பூக்கடை வைத்திருப்போர்.
- சமையல் தொழில் செய்வோர், துப்பரவுத் தொழிலாளிகள்
- வயதானவர்கள் மற்றும் குழந்தைகளை பராமரிப்போர்
- மரவேலை செய்வோர், கொத்தனார்

3) இதற்குரிய அறிகுறிகள் யாவை?

- தோல் சிவந்து வரட்சியாக இருக்கும். மேலும் அதிகரிக்கும் போது கொப்புளங்கள், வீக்கம், சீழ் அல்லது இரத்தம் வடிதல் ஏற்படலாம்.
- இவை கைகளின் வெவ்வேறு பகுதிகளில் ஏற்படலாம். (உ-ம்) உள்ளங்கை, விரல்நுனி, கையின் மேல் பக்கம், கை இடுக்கு.

4) இதற்குரிய சிகிச்சை முறைகள் யாவை?

- ஈரப்பதனை பாதுகாக்க ஈரப்பதனூட்டிகள் (moisturisers)
- சொறியிலிருந்து விடுபட (anti histamines) குளிசைகள் பாவிக்க வேண்டும்.
- Condys – கொண்டிஸ் திரவம்
  இது கொப்புளம், சீழ் வடிதல் போன்ற குணம் குறிகளிலிருந்தும், பக்றீரியா தொற்றிலிருந்தும் பாதுகாக்க உதவும்.

- Steroid creams and ointment

  இவை வேறுபட்ட செறிவுகளில் தயாரிக்கப்படுகிறது. இதனால் இவை பாவிக்கப்படும் அளவு, கால அளவு, பாவிக்க வேண்டிய உடலின் பகுதி என்பன வைத்தியரால் அறிவுறுத்தப்பட வேண்டும். குறைந்த அளவு பாவிக்கும் போது பலனளிக்காமல் போகலாம். கூடிய அளவு பாவிக்கும் போது பக்கவிளைவுகள் ஏற்படலாம்.
- Calcineurin inhibitors
  - Tacrolimus ointment
  - Pimecrolimus cream
- ஒளிக்கதிர் சிகிச்சை – Phototherapy
- சிலவேளைகளில் மேற்குறிப்பிட்ட முறைகளில் குணப்படுத்த முடியாவிடில் குளிசைகள் பாவிக்க நேரிடும்.
  - Oral steroids - Prednisolone
  - Azathioprine
  - Cyclosporin
  - Methotrexate

  இந்த மருந்துகள் வைத்திய ஆலோசனையுடன் மட்டுமே பெற்றுக் கொள்ள முடியும். அதற்கு தேவையான இரத்தப்பரிசோதனைகளையும் செய்ய வேண்டும்.

5) எந்த முறைகளை கையாள்வதன் மூலம் இதனை தவிர்த்துக் கொள்ளலாம்?

- கைகளை நன்கு சுத்தமாக வைத்திருத்தல்.
- நகங்களை கூரின்றி வெட்டி பேணுதல்.
- அழற்சி ஏற்படுத்தும் காரணிகளை தொடுவதை தவிர்த்தல்.
- குழந்தைகளுக்கான சவர்க்காரம் அல்லது சவர்க்கார மாற்றீடுகளைப் பயன்படுத்தல்.
- வளவுகளை சுத்தப்படுத்தும் போது மண், புல், உரவகைகளைக் கையாளுவதைத் தவிர்த்தல்.
- சமைக்கும் போது மிளகாய்தூள் எடுப்பதற்காக கரண்டியை உபயோகித்தல்.
- பாதுகாப்பற்ற முறையில் பழவகைகள், தேசிக்காய்ச்சாறு, கலர்ப்பூச்சு என்பவற்றை தொடுவதைத் தவிர்த்தல்.
- பாதுகாப்பு உறைகளை (gloves) பாவிப்பதை மட்டுப்படுத்தல்.

  இதனால் வியர்வை சேர்க்கையடைந்து மேலும் அழற்சியை ஏற்படுத்தலாம்.

  கையுறைகள் பாவிக்க வேண்டிய தேவை ஏற்படின் சுத்தமான, ஈரலிப்பற்ற, துளை இல்லாத கையுறைகளை பாவிக்கவும்.