சொடுகு / செபோரிக் டேமற்றைறிஸ் (Seborrhoeic dermatitis)

சொடுகு ஒரு பொதுவான நோயாகும். இதனால் ஆண், பெண் இருபாலாரும் சமனான வீதம் பாதிக்கப்படுகின்றனர்.

பொதுவாக இந்நோயின் போது நெஞ்சு, முகம், கமக்கட்டு, அரைப்பகுதி, முதுகின் பின்புறம் ஆகியனவும் பாதிப்பிற்கு உள்ளாக்கப்படும்.

1.இந்நோயின் அறிகுறிகள் என்ன?

- இந்நோயின் போது தலைப்பகுதி அதிக எண்ணெய்த் தன்மையுடன் காணப்படும்.
- கடியுடன் கூடிய சிறிய மற்றும் பெரிய பொடுகுகள், தலை மற்றும் ஏனைய பகுதிகளில் தோல் உரிதல் போன்றவை பொதுவான அறிகுறிகளாகும்.
- சில வேளைகளில் சொறிந்த பின் தோலில் இருந்து நீர்த்தன்மையான கசிவு ஏற்படலாம்.
- சில வேளைகளில் சிறிய பருக்கள் போன்று முகம், கண்ணிமை, மூக்கின் இருபக்கங்கள், காதிற்குப்பின்னால் ஏற்படலாம்.
- கடுமையான கடி நெஞ்சு, பின்பக்கம், கமக்கட்டு, அரைகளில் ஏற்படலாம்.

2.இந்நோய் ஏற்படுவதற்கான காரணம் என்ன?

- இந்நோயானது எமது மயிர்கணுக்களில் வளரும் சில பங்கசுகளினால் உண்டாகின்றது.
- எண்ணெய் சுரப்புகள் அதிகமாக உள்ளவர்கள் மற்றும் உடற்சுகாதாரம் குறைந்தவர்கள் அல்லது வசிக்கும், தொழில்புரியும் இடங்களில் காற்றோட்டம் குறைவாக இருத்தல் மற்றும் உயர் சூழல் வெப்பநிலை போன்றவை இந்நோய் அதிகரிக்க காரணமாகும்.
- மனஅழுத்தம், போதியளவு தூக்கமின்மை இந்நோயை கூட்டும்.

3.இந்நோய்க்கான சிகிச்சை முறைகள் என்ன?

- தினந்தோறும் குளித்து உடற்சுகாதாரத்தை பேணவேண்டும்.
- மருந்து கலக்கப்பட்ட சம்போக்களினை பாவித்து (Ketoconazole / Selenium sulfide) தலையினை கிழமைக்கு 2 அல்லது 3 தரம் கழுவுதல் வேண்டும்.
- சில வேளைகளில் உங்கள் வைத்தியரினால் ஸ்ரிரொயிட் (steroid) கலக்கப்பட்ட மருந்துகள், திரவவகை, கிறீம் என்பன தரப்படும்.
- எப்போதும் ஒழுங்கான மருத்துவ ஆலோசனையைப் பெறவேண்டும்.

4.சொடுகு நோயின் நீண்டகால விளைவு என்ன?

ஒழுங்கான சிகிச்சை முறையினால் இந்நோயினை கட்டுப்பாட்டிற்குள் வைத்திருக்க முடியும். பல்வேறு சூழல் காரணிகளால் இந்நோய் மீண்டும் மீண்டும் ஏற்படலாம்.