Community Eye Health Journal
South Asia Edition
சமூக கண் சுகாதார இதழ், தெற்காசியா பதிப்பு

© ARAVIND EYE HOSPITAL CC BY-NC-SA 4.0

குழந்தைகளுக்கான கண் நலனை மேம்படுத்துதல்

குழந்தைக்கு கண் பிரச்சனை இருந்தால், அக்குழந்தையின் பெற்றோர் அல்லது காப்பாளர் தாங்கள் கவனித்ததைப் பற்றியும் குழந்தையின் கண்கள் அல்லது பார்வையில் ஏதோ தவறு இருப்பதாகக் கூறும்போதும் அவர்கள் சொல்வதைக் கவனமாகக் கேட்பதும் அவர்களை நம்புவதும் முக்கியம். ஏனெனில் அவர்கள் சொல்வது பெரும்பாலும் சரியாகவே இருக்கும்.

குழந்தைகளுக்கான கண் சிகிச்சை மையங்களை, பொதுவாக வளரும் நாடுகளில் காண்பது அரிது. குறிப்பாக, பெரிய நகரங்களிலிருந்து தொலைவில் உள்ள கிராமங்களில் கண் மருத்துவ சேவைகள் குறைவாகவோ அல்லது இல்லாமலோ உள்ளன. இதனால், குழந்தைகள் பெரும்பாலும் கண் மருத்துவ சேவைகளுக்கு தாமதமாக வருகிறார்கள் - சில நேரங்களில் அவர்களின் பெற்றோர் அல்லது காப்பாளர் பிரச்சினையை கவனித்து, பல மாதங்கள் அல்லது பல ஆண்டுகளுக்குப் பிறகு, தாமதமாக வருகிறார்கள்.

சரியான நேரத்தில் சிகிச்சை அளிப்பதே சிறந்தது. ஏனெனில் தாமதமான சிகிச்சை, குழந்தையின் பொதுவான வளர்ச்சியை பாதிக்கும். ரெட்டினோபிளாஸ்டோமா (ஒரு வகையான கண் புற்றுநோய்) விஷயத்தில், தாமதமான சிகிச்சையால் குழந்தையின் மரணத்திற்குக் கூட வழிவகுக்கும். போதிய கண் பராமரிப்பு இல்லாததால் குழந்தைகள் பாதிக்கப்படுகிறார்கள். பிறந்ததிலிருந்து 7 வயது வரை நல்ல கண் பார்வை இருக்க வேண்டும். ஏனெனில் இது அவர்களின் காட்சிப் பாதையின் வளர்ச்சியை உறுதி செய்கிறது, காட்சிப் பாதையின் வளர்ச்சி என்பது ஆரோக்கியமான கண் பார்வைக்கு அவசியம். கண்புரை அல்லது கருவிழியில் தழும்பு போன்றவை அவர்களின் பார்வைக்கு இடையூறு விளைவிக்கும். இவை வாழ்நாள் முழுவதும் பார்வைக் குறைபாடு அல்லது பார்வையிழப்புக்கு வழிவகுக்கும், அத்துடன் அவர்களின் ஒட்டுமொத்த உடல் மற்றும் மன வளர்ச்சியையும் பாதிக்கும். அவர்கள் வளர்ந்த பின், அவர்களுக்கு தாமதமாக சிகிச்சை அளிக்கப்பட்டாலும், அவர்கள் இழந்த வளர்ச்சி நீடிக்கக்கூடும்.

கண்ணில் குறைபாடு உள்ள குழந்தைகள் தாமதமாக வரும் பிரச்னைக்கு ஒரு தீர்வு, மக்கள் இருக்கும் இடத்திற்கு சென்று குழந்தைகளுக்கு கண் பரிசோதனை செய்து, ஆரம்ப நிலையிலேயே கண் பிரச்சனைகளைக் கண்டுபிடிப்பது. ஆனால், இதற்கான வழிகாட்டு நெறிமுறைகள் குறைவாகவே உள்ளன. தவிர, இவை அனைத்தும் மேலைநாடுகளுக்கு உகந்ததாக மட்டுமே உள்ளன. ஒரு குறிப்பிடத்தக்க விதிவிலக்காக, பிறந்த குழந்தைக்கான கண் பிரச்சனை தொடர்பான பரிசோதனைகளை இந்தியா வழிமுறைந்துள்ளது. இதில் குறைமாத குழந்தைகளுக்கு விழித்திரையில் ஏற்படும் பாதிப்பும் அடங்கும்.

ஐந்து வயதிற்குட்பட்ட குழந்தைகள், தடுப்பூசி போட்டுக் கொள்வதற்கும், வளர்ச்சி பற்றி அறிந்து கொள்வதற்கும் அல்லது அவர்கள் நோய்வாய்ப்பட்டிருக்கும்போதும் ஆரம்ப சுகாதார மையங்களுக்கு பல முறை செல்கிறார்கள். எனவே, ஆரம்ப சுகாதார மையத்தில் பணிபுரியும் பணியாளர்கள், கண் நோய்கள் உள்ள குழந்தைகளைக் கண்டறிந்து, அவர்களுக்கு ஆரம்ப நிலை பராமரிப்பை வழங்குவதற்கும், தேவைப்பட்டால் அந்தக் குழந்தைகளுக்கு மேல் சிகிச்சைக்கு பரிந்துரைக்கக் கூடிய நிலையில் உள்ளனர்.

இந்த இதழில் உள்ள கட்டுரைகள் முடிந்தவரை அனைவருக்கும் புரியும்படிவடிவமைக்கப்பட்டுள்ளன. இதனால் அவை மற்றவர்களுக்கு புரிய வைக்க எளிதாகப் பயன்படுத்தப்படலாம் மற்றும்/அல்லது மாற்றியமைக்கப்படலாம். இதன் மூலமாக எந்த குழந்தையும் பார்வையிழப்பிற்கு உள்ளாவதிலிருந்துத் தவிர்க்கலாம்.

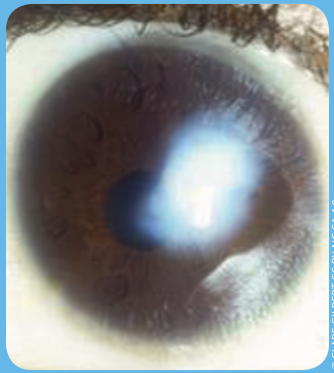
இந்த இதழுக்கான குழுவில் சேர, உங்கள் மொபைல் போனிலிருந்து இந்த QR குறியீட்டை ஸ்கேன் செய்யவும்

இந்த போஸ்டரில் உள்ள தகவல்களை பெற்றோர்கள் மற்றும் காப்பாளர்களுடன் பகிர்வதன் மூலம் குழந்தைகள் மற்றும் சிறுவர் சிறுமியர்களுக்கு பார்வைக் குறைபாடு மற்றும் பார்வையிழப்பை வாழ்நாள் முழுவதும் தடுக்க முடியும். இந்த போஸ்டரை கலர் பிரிண்ட் எடுக்கலாம் அல்லது எங்கள் இணைய தளத்திலிருந்து பதிவிறக்கலாம்.

உங்கள் குழந்தையின் கண் அல்லது கண்களில் வெள்ளை நிறத்தை நீங்கள் கவனித்தீர்களா? அப்படியானால், அருகில் உள்ள மருத்துவமனைப் பணியாளரிடம் தெரிவிக்கவும்.

© PAK SANG LEE CC BY-NC-SA 4.0

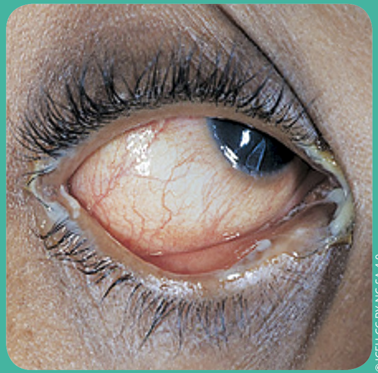
© RICHARD BOWMAN CC BY-NC-SA 4.0


© CLARE GILBERT CC BY-NC-SA 4.0

உங்கள் குழந்தைக்கு மாறுகண் இருக்கிறதா?

© ICEH CC BY-NC-SA 4.0

உங்கள் குழந்தைக்கு கண் சிவப்பு, கண்ணில் பிசுபிசுப்பு அல்லது கண்ணில் நீர் வடிகிறதா?


© ICEH CC BY-NC-SA 4.0

உங்கள் குழந்தைக்கு கண்ணில் வலி இருப்பதை கவனித்துள்ளீர்களா? அல்லது அவர்கள் சாதாரணமாகப் பார்க்க முடியாது என்று நீங்கள் கவலைப்படுகிறீர்களா? உங்கள் குழந்தையின் கண்களில் ஏதாவது பிரச்சினை இருப்பதை நீங்கள் கவனித்தால், மருத்துவ மையத்தில் உள்ள சுகாதாரப் பணியாளரிடம் தெரிவிக்கவும்

கண் நோயைத் தடுப்பது மற்றும் உங்கள் குழந்தையின் கண்ணை ஆரோக்கியமாக வைத்திருப்பது எப்படி?

© FLICKR/HDPTCAR CC BY-NC-SA 4.0

பிறந்த குழந்தைக்கு 9 மாதத்தில் தட்டம்மை நோய்த் தடுப்பு ஊசி செலுத்த வேண்டும்.

© FLICKR/RIC FRANCIS CC BY-NC-SA 4.0

பிறந்த குழந்தைக்கு 6 மாதத்தில் இருந்து ஒவ்வொரு 6 மாதங்களுக்கும் வைட்டமின் ஏ (A) செலுத்த வேண்டும்.

© ICEH CC BY-NC-SA 4.0

உங்கள் குழந்தைக்கு ஒரு நாளுக்கு ஒரு முறையாவது பழங்கள் மற்றும் காய்கறிகளைக் கொடுக்க வேண்டும்.

© NEIL JAMES SPICER CC BY-NC-SA 4.0

உங்கள் குழந்தைக்கு கண் பிரச்சினை இருந்தால், சுய/ நாட்டு மருத்துவ முறைகளைப் பயன்படுத்த வேண்டாம்.

சமூக கண் சுகாதார இதழ், தெற்காசியா பதிப்பு, பின்வரும் அமைப்புகளால் ஆதரிக்கப்படுகிறது
TIJSSEN FOUNDATION
Mission for Vision