

Written by

Tuesday, 05 August 2008 14:10 -

மற்ற உறுப்புகளைப் போலவே குழந்தையின் தோலும் பிறக்கும்போதே ஓரளவு பக்கவாப்பட்டு இருக்கும்.

ஆனால், உரிய காலத்துக்கு முன்பே பிறந்துவிடும் குழந்தைகளின் (அதாவது குறைபாடு பிரசவத்தில் பிறக்கும் குழந்தைகளின்) தோல் ஓரளவு 'டிரான்ஸ்பரன்ட் டாக்' இருக்கும். அதாவது மிகவும் மென்மையானதாக அமைந்து உள்ளேயிருக்கும் ரத்தநாளங்களைக் கட்டவெளியிலிருந்து ஓரளவு பார்க்கமுடியும் என்கிற அளவில் இருக்கும். அதன் தோல் சிவப்பாகவும் இருக்கும். காரணம் உரிய கொழுப்புச் சத்து அதன் தோலுக்குக் கீழே சேரத் தொடங்காததுதான்.

இதற்கு நேர்மாறாக, உரியகாலம் கடந்து பிறக்கும் குழந்தையின் தோல் கரடுமுரடாக இருப்பதுடன் அங்கங்கே லேசான வடிப்புக்களும் தோலில் காணப்படலாம்.

பொதுவாக வட்டமின் பி குறைவாக இருந்தால் தோல் பளபளப்பின்றி 'டல்'லாகக் காணப்படும்.

பிறந்த குழந்தையின் உள்ளங்கை மற்றும் உள்ளங்கால்கள் நீலமாக இருந்தால் சில உறவினர்கள் பதறிவிடுவார்கள். குழந்தையின் இதயத்தில் ஏதோ பாதிப்பு என்று அவர்களுக்கு பயம். கவலைப்பட வேண்டாம். குழந்தையின் உடலை நன்கு போர்த்திவிடுவதன் மூலமும், பயிற்சியுள்ள சுவிலியர் குழந்தையைத் தயேத்துவிடுவதன் மூலமும் இந்த நீலநிறத்தை மாற்றி நார்மலான நிறத்துக்குக் கொண்டுவரலாம். ஆனால் குழந்தையின் நாகு நீலமாக இருந்தால், அதற்கு இதயநோய் என்று அர்த்தம். மரத்துவரின் கவனத்துக்கு மறக்காமல் இதனைக் கொண்டு சுவிலுங்கள்.

பிறந்த குழந்தையின் கன்னம், நெற்றி, ஆகிய பகுதிகளில் திட்டுத் திட்டாக சிவந்திருக்கலாம். இதற்குக் காரணம் அம்மாவின் வயிற்றுக்குள் இருந்த கதகதப்பு சூழல் மாறி மாறுபட்ட வடிபுத்துக்கு குழந்தை உள்ளாவதுதான். குழந்தை பிறந்த சில மாதங்களில் இவை தானாகவே சரியாகிவிடும்.

சில குழந்தைகளின் தோல் அங்கங்கே உரியத்தொடங்கி இருக்கும். 'திரவத்தில்' சூமார் ஒன்பது மாதங்கள் மிதந்துவிட்டு, வெளி உலகத்துக்கு வந்திருப்பதால் இப்படி நடக்கிறது. பிறந்த சில நாட்களில் இதெல்லாம் சரியாகிவிடும்.

அக்காலப் பாட்டிகள், குழந்தை பிறந்த சில நாட்களிலேயே அதன் உச்சந்தலையில் விளக்கண்ணையைப் பரப்புவதற்குத் தயேப்பார்கள். சூடு தணியுமாம். மண்டையோட்டில் உள்ள தோல் பகுதி சதில சதிலாக நிற்பது இதனால் குறைகிறது என்பதுமட்டும் உண்மை. ஒருவயதுவரை குழந்தையின் தலையிலிருந்து தோல் உதிர்வது இயற்கைதான். ஆனால், மிக அதிகமாக உதிர்ந்தாலோ, ஒரு வயதில் தாண்டிய பிறகும் உதிர்ந்தாலோ மரத்துவரின் உதவியை நாடவேண்டும்.

சிறுநீரில் ஒருவித அமிலம் உண்டு. இது அருகிலுள்ள தோல் பகுதியை பாதிக்கக்கூடும். சின்னக் குழந்தையின் தோல் மிகவும் மென்மையானது. சிறுநீர் தொடர்ந்து படும் இடங்களில் மேல் தோல் வழன்றுப்போகக்கூடும். அல்லது மிகவும் சிவந்து போகும்.

Written by

Tuesday, 05 August 2008 14:10 -

இதனை 'டையபர் ராஷ்' (Diaper Rash) என்று குறிப்பிடுவோம். டையபர் பயன்படுத்தாத குழந்தைகளுக்கும் இந்த தோல் பாதிப்பு ஏற்படலாம்.

இந்தப் பகுதியில் பாக்டீரியா வளர்ந்து ஃபங்கஸ் உருவாகலாம். சிறுநீர் அதிகம் படக்கூடிய தோல் பகுதியில் வாஸலின் தடவிவைப்பது நல்லது.

பிளாஸ்டிக் மலேற்றை கொண்ட டையபரை பயன்படுத்தாதீர்கள். துணியினாலான டையபர்தான் நம் நாட்டு வபெப்பநிலைக்கு ஏற்றதாக இருக்கும். இதுபோன்ற டையபர்களையே ண்டும் உபயோகித்தால் சும்மா நனதத்து உலர்த்தினால் மட்டும் போதாது. வயிற் டும் இடத்திலும் சிறிது நேரம் வகைக்க வேண்டும். குழந்தைகளின் துணிகளை டெட்டால் கலந்த நீரில் அலசலாம். சக்தி மிகுந்த பிட்ர ஜெண்ட் பயன்படுத்தி குழந்தைகளின் துணிகளைத் துவகைக்க வேண்டாம். அதில் ஒரு பகுதி துணியிலே தங்கிவிட்டால் கூட குழந்தையின் தோலுக்கு ஆபத்து.

இரவில் கூட டையபரை ஒருமுறை மாற்றுவது நல்லது. இல்லையென்றால் குழந்தையின் தோல் பாதிக்கப்படலாம்.

முக்கியமாக கழுத்துப் பகுதியில் குழந்தைக்கு வியர்த்துப்போக வாய்ப்பு அதிகம். கொஞ்சம் வளர்ந்த குழந்தை என்றால், அதாவது இரண்டிலிருந்து புத்துவயது கொண்ட குழந்தை என்றால், சிரங்கு வரலாம். தோலில் தோன்றும் வியர்க்குருவனை சொரிந்துவிட்டுக் கொள்வதாலும் இந்த சிரங்கு உண்டாகலாம்.

வளையியில் விளையாடிவிட்டு வந்தவாடன் சோப்புப் போட்டு நன்கு அவர்கள் கைகால்களைக் கழுவச் சொல்லுங்கள். அல்லது கழுவிவிடுங்கள்.

இந்த வயதில்தான் குழந்தைகளின் தோலில் ஓவ்வாமனை அதிகமாகிறது. கொசுக்கடிகூட பெரிய அளவில் தோல் பாதிப்புகளை ஏற்படுத்துகிறது.

ஒரு குழந்தையின் கைமுட்டியின் கீழே அம்மைபோல் இருந்ததைக் கண்டு அதன் அம்மைவிடம் கடைக்க, பிறகுதான் அது கொசுக்கடியினால் வந்தது என்று தெரியவந்தது.

சொரியவண்டும் அல்லது வறோ ஏதாவது செய்ய வேண்டும் என்று டீன் ஏஜர்களின் மனததைத் துண்டிவிடுவதில் பருவாக்குப் பெரும் பங்கு உண்டு.

பன்னிரண்டிலிருந்து புதினெட்டு வயதுவரையில் உடலில் பலவித ஹார்மோன் மாறுதல்கள் நடபெறுகின்றன. இவற்றின் விளைவு முகம், மதுகு ஆகிய இடங்களில் தெரிகிறது.

“பருவகை கிள்ளக்கூடாது, தழும்புகள் உண்டாகும்” என்பதை சம்பந்தப்பட்ட அப்பாவும் அம்மாவும் கற்றுத்தனை விட, சமவயதுச் சிறுமிகள் கூறினால் பலன் அதிகமாக இருக்கும். சரியான உணவுப்பழக்கங்கள் இல்லையென்றால் பருக்கள் அதிகளவில் உண்டாகும் என்பது நினைப்புகப்படவில்லை. ஆனால் ஏற்கனவே முகத்தில் பரு இருக்கும்போது அதிக எண்ணெய் பசையுள்ள உணவு வகைகளைச் சாப்பிட்டால் பருக்கள் அதிகமாகிவிடும் என்பதில் சந்தேகம் இல்லை.

சிலருக்கு சூரிய ஒளி என்றாலே அலர்ஜியாக இருக்கும். இது அவர்களுக்கே

Written by

Tuesday, 05 August 2008 14:10 -

தெரியாமல்கூட இருக்கும். வெளியில் போய்விட்டு வந்தால் அவர்கள் முகத்திலும், நேரடியாகச் சரியிலுள்ள படக்கூடிய பிற இடங்களிலும் சிகப்பு சிகப்பு திட்டங்கள் தெரியலாம்.

தோலில் மெலனின் என்கிற நிறமிகள் குறைவாக இருந்தாலோ அவை சரியாக செயல்படவில்லை என்றாலோ இப்படி நேரிலாம். மெலனின் நிறமிகள் தோலின்மீது விழும் சரியிலுள்ள பிறிதும் பாதுகாப்பான வெப்பத்தை மட்டும் உள்ளே அனுப்பக்கூடியவை. அதனால்தான் அவை சரியாகச் செயல்படாதபோது தோல் அங்கங்கே சிவந்து போகிறது. விளக்கெண்ணெய் அல்லது திரவ பார்ஃபின் இதுபோன்ற இடங்களில் தடவிக் கொண்டோ முடிந்தவரை வெயிலில் அலையாமல் இருந்தால் இததைத் தவிரக்கலாம்.

பொதுவாக சிறுகுழந்தைகளின் தோல் உலர்ந்துதான் இருக்கும். மிருதுவாக இருக்கும் என்றாலும் தோலுக்குத் தேவையான எண்ணெய் குறைவாகவே சூரக்கும். இதன் காரணமாகத் தான் பெரியவர்கள் பயன்படுத்தும் சோப்பை குழந்தைகளுக்குப் பயன்படுத்தக்கூடாது என்கிறோம். குழந்தையின் தோலில் இருக்கிற ஓரளவு எண்ணெய் பசையையும் இது போக்கிவிடக் கூடாது இல்லையா? இதற்காக ஸ்பெஷல் சோப்புகள் கட்டாயம் என்பதில்லை. இப்போதெல்லாம் சோப்புகள் எண்ணெய் வடிவத்திலேயே கிடைக்கின்றன. குழந்தைகளுக்கு இதைப் பயன்படுத்தலாம்.

குழந்தைக்கு எண்ணெய்க் குளியல் தேவையா இல்லையா? எங்களகைக்கேட்டால் அவசியம் இல்லாது என்றுதான் சொல்வோம். எண்ணெய்க் குளியல் உடல் வெப்பத்தைத் தணிக்கவும் என்பது விஞ்ஞானப் பரிவர்த்தனாக நிரூபிக்கப்படவில்லை. கண்கள் பொங்குவதற்கு காரணம் பலர் நினைப்பதுபோல் உஷ்ணம் அல்ல. 'நாசோ_லாக்ரீ மல்டக்ட்' என்கிற கண்ணுக்கு அருகே அமைந்துள்ள பகுதியில் ஏதாவது சிறிய அடையு ஏற்பட்டிருந்தால் இப்படி கண் பொங்கும். "எண்ணெய்க் குளியல் சிறப்பே சிறப்பு" என்று வாதிடும்பவர்கள், அப்படியே இருந்தாலும் குழந்தை சோப்புகள் கூட எண்ணெயை அடிப்படையாகக் கொண்டவை (Oil Based) என்பதை எண்ணி ஆறுதல் அடையலாம்.

குழந்தை வளர்ந்து டீன் ஏஜ் பருவத்தை அடையும் போது அவர்கள் உடலில் ஒருவித துர்நாற்றம் ஏற்படவது தவிர்க்க முடியாதது. உடலின் பலபகுதிகளில் உரோமங்கள் மூளக்கூம் பருவம் இது. வியர்வை அங்கே தங்கி இந்த நாற்றத்தைக் கிளப்பும். டீன் ஏஜ். சிறுவர்களின் பனியனில் அவ்வப்போது மஞ்சள் கறகை கூட தெரியலாம். இதற்குக் காரணம், அந்தக் காலகட்டத்தில் வெளிப்படும் வியர்வையைக் கூட லசோன மஞ்சள் நிறத்தில் இருக்கும். சூத்தமாக இருப்பது, அடிக்கடி குளிப்பது, அல்லது முகம் கழுவிக் கொள்வது, கொழுப்புச் சத்து கொண்ட உணவுப் பொருள்களதைத் தவிர்ப்பது ஆகியவற்றின் மூலம் இந்த பிரச்சனையைத் தவிர்க்க முடியும்.

<http://kulanthaikal.blogspot.com/2005/03/blog-post.html>

Written by

Tuesday, 05 August 2008 14:10 -
