

Malayala Manorma

18 June 2018

Aluva : River Over Flow



വേണം, അതീവ ജാഗ്രത

മുക്കാലത്തിനു പനിക്കാലമെന്നോരു ചോരു കുഴിയുണ്ട് എണ്ണിയാൽ തിരാത്ത ചോരകളിൽ അപകടകാരികളായ പനികൾ, ഡെങ്കിപ്പനി ലില്ലിൽ വ്യാപകമാകുന്നുമുണ്ട്. കാമ്പകൾ നിറഞ്ഞ് റോഡിലേക്കൊഴുകുന്നതിനാൽ വെള്ളക്കെട്ടുകളിലൂടെയുള്ള നടത്തത്തിൽ രോഗം വരാനുള്ള സാധ്യത വളരെ കൂടുതലാണ്. മഴയാത്രകളിൽ പനിവരാതിരിക്കാൻ ഈ മുൻകരുതലുകളെടുക്കാം.

- പുറത്തിറങ്ങുമ്പോൾ കാലുകൾ നന്നായി മുടുന്ന ചെറുപ്പ ധരി കൂക.
- ചെളിയിലും വെള്ളത്തിലും, മോലി ചെമ്പുന്നവർ ശുശ്രൂഷകളും കാൽമുടുന്ന ശബ്ദമേറ്റും നിർബന്ധമാക്കുക.
- കാലിൽ മുറിവുണ്ടെങ്കിൽ അഴുക്കുവെത്തിലും ചെളിയിലും കഴി വതും ഇറങ്ങാതിരിക്കുക. മുറിവുകൾ വൃത്തിയാക്കി സിസ്റ്റം ചെയ്യുക.
- റോഡിലേ വെള്ളക്കെട്ടിലൂടെ നടക്കേണ്ടിവന്നാൽ വിട്ടിലെത്തി യാലുണ്ട് ഇടപാടുവെള്ളമോ അണുനാശിനിയോ ഉപയോഗിച്ചു കൈകാലുകൾ കഴുകിത്തുടച്ചു ഇറുപ്പിച്ചു മാറ്റണം.
- എണ്ണയോ പെട്രോളിയം ബ്ലേഡിയോ കൈകാലുകളിൽ പുരട്ടാം.
- വെള്ളക്കെട്ടിലുള്ള അസുഖങ്ങൾക്ക് ഡോക്ടറെ കണ്ടുതന്നെ മരുന്നുവാങ്ങി ഉപയോഗിക്കണം.
- നഖങ്ങൾ കൃത്യമായി വെട്ടണം. കുഴിനഖമുള്ളവർ നഖം വൃത്തിയാക്കി മരുന്നുപയുക്തി നന്നായെ സ്വീകരിക്കണം.

ദാഹം കുറഞ്ഞാലും, വെള്ളം കുടിക്കണം

മുക്കാലത്തുദാഹം നന്നെ കുറവായിരിക്കും. എങ്കിലും തിളപ്പിച്ചാ ദുരിയ വെള്ളം കൃത്യമായ ഇടവേളകളിൽ കുടിക്കണം. പനിയോ മറ്റു അസുഖമേകുന്നതോ മരണത്തിൽ കൂടുതൽ വെള്ളം കുടിക്കണം. ചുട്ടുവെള്ളം ചുട്ടുവെള്ളം കൈണസുധനങ്ങളും മാത്രം കുടിക്കുക. 20 മിനിറ്റ് തിളപ്പിച്ച വെള്ളം മാത്രം കുടിക്കാൻ ഉപയോഗിക്കുക. ഡെങ്കിപ്പനി ഭീഷണി തുടരുന്ന സാഹചര്യത്തിൽ കൈകൾക്കിനരികെ കരു ത്ത് വേണം. പനി വന്നാൽ സൗചികീരസയും വേണം. നന്നായെ തുണിപൾ മുറിക്കുള്ളിൽ ഇടരുത്.

വിട്ടിലും പനിസമയം വെള്ളക്കെട്ട് തുറന്നുവെച്ച ചിരട്ട പാത്രം, ടയർ തുടങ്ങി കൊതുക് ചെറുകാണുള്ള സാഹചര്യങ്ങൾ പൂർണ്ണമായും ഒഴിവാക്കണം.