Läusecrew der Stadt Thun
Regula Heubach-Traxler, Läuseverantwortliche

regula.heubach@bluewin.ch,
www.thun.ch/gesundheitsdienste

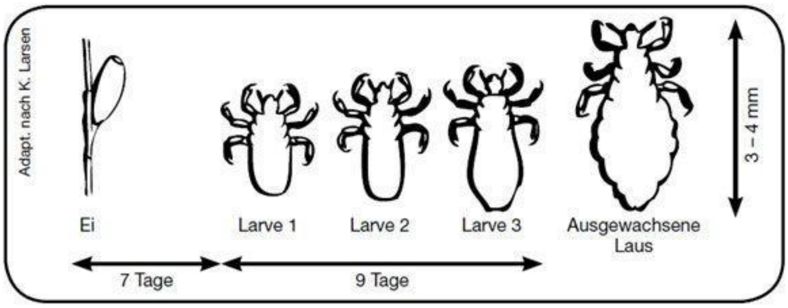
தலைபேன (Tamil)

பேன் ஒரு சிறகுகளற்ற பூச்சி இனமாகும். இது 3 சோடி கால்களையும் ஒரு குத்திஉறுஞ்சும் உறுப்பையும் கொண்டது. கால்களின் நுனிபகுதியானது பற்றி பிடிக்கும் தன்மை கொண்டது. அதனால் பேன் ஆனது தலைமயிரில் தன்னை நன்றாக பற்றி வைத்துகொள்ள முடிகிறது. அத்துடன் அசையவும் முடிகிறது. இது தலைமயிரை பிடித்து ஏறகூடிய தன்மை கொண்டது. ஆனால் பாயவோ பறக்கவோ அல்லது நீந்தவோ முடியாது. ஒரு வளர்ந்த பேன் கிட்டதட்ட 25 - 30 மிமிற்றர் நீளமானது. இதன் தோல் கவசமானது ஒளியை ஊடுருவகூடியது. இது வெள்ளை, சாம்பல், மண்ணிறம் போன்ற நிறங்களை கொண்டது. இந் நிறம் தலைமயிர் தலைதோல் நிறத்திற்கு ஏற்ப மாறுபடும். குருதியை உறுஞ்சியபின் அதன் நிறம் சிவப்புதன்மையாக தோற்றமளிக்கும்.

பேன் மனிதர்களின் தலைமயிரினூடாக மற்றவர்களுக்கு தொற்றுகிறது. அது மிகவும் வசதியாக விரும்பி இருக்கும் பகுதிகளாவன தலையின் பின்பாகம் அதாவது பிடரி கழுத்து காதின் பின்புறம் போன்றனவாகும். இது 2 – 4 மணித்தியாலங்களுக்கு ஒரு முறை குருதியை உணவாக உறுஞ்சுகிறது. தோலின் மேற்பகுதியை குத்தி குருதியை உறுஞ்சுவதோடு ஒரு வித திரவத்தை தோலுக்குள் செலுத்துகிறது. இதனால் தோலில் ஒரு வித அரிப்பு தன்மை உண்டாகிறது. ஒரு ஆண்பேன் கிட்டதட்ட 15 நாட்களும் ஒரு பெண்பேன் 30-40 நாட்களும் உயிர் வாழகூடியது. இது 28-32 பாகை வெப்பநிலையில் நன்றாக வாழகூடியது. குருதிஉணவு இல்லாமல் ஆக கூடியது 3 நாட்கள் வாழும்.

பேன் என்பது ஒரு உலகளாவிய பிரச்சனை ஆகும் இது சகல இடங்களிலும் உள்ளது. இதன் தாக்கமானது சென்ற வருடம் மிகவுமஇ கூடியுள்ளது. எங்கள் வாழ்க்கை முறையினை பொறுத்து அமைந்துள்ளது. அதாவது பாதுகாப்புபடைகளின் பெருக்கம் மேலதிகபோக்குவரத்து இடம்பெயர்தல். கூடுதலாக இங்கு 60 வீதத்திற்குமேற்பட்டோர் சிறார்கள் ஆகும். பாடசாலை விடுமுறையின் பின்னர் 5 – 11 வயது வரையான பிள்ளைகளில் இப் பேன்தொற்றுதலானது காணப்படுகிறது. இதற்கு சுகாதார பின்னடைவோ அல்லது நாளாந்த குளிப்பு முறையோ காரணமாக இருக்கமுடியாது.

வாழ்க்கைவட்டம்



முட்டை அல்லது ஈர்

பேன்கள் முட்டைகளை இடுகின்றன. இதை ஈர் அழைக்கபடும். ஒரு பேன் ஒருநாளைக்கு 3 – 8 முட்டைகளை இடுகிறது. இது 100 – 300 வரையான முட்டைகளை தனது வாழ்க்கை காலங்களில் இடுகிறது. அது வாழும் தலைமயிரின் தன்மையை பொறுத்தது. பேன்முட்டையானது நீள்வட்டவடிவமானது. 0.4 – 1 மிமிற்றர் நீளமுடையது. இவை வெளிறல் நிறமானவை. இவை சொடுகு போன்ற தோற்றமுடையவை ஆனால் தலைமயிரில் ஒட்டி இருக்கும்.

தொற்றுதல்

நேரடியாக ஒருவரின் தலையிலிருந்து மற்றவருக்கு தொற்றுகிறது. அல்லது மறைமுகமாக சீப்பு தொப்பி தலைபாதுகாப்புகவசம் போன்றவற்றினூடாகவும் தொற்றகிறது.

அறிகுறி

- அடிக்கடி தலையில் அரிப்புதன்மை ஏற்படும். விசேடமாக கழுத்து பிடரி காதின்பின்பகுதி
- இவ் இடங்கள் விறாண்டுவதால் சிவந்து காணப்படும்.
- இவ் இடங்கள் வீங்கி காணப்படும்.

Läusecrew der Stadt Thun
Regula Heubach-Traxler, Läuseverantwortliche
regula.heubach@bluewin.ch,
www.thun.ch/gesundheitsdienste

பேன் , ஈர் போன்றவற்றை அடையாளம் காணுதல்

1. மிகவும் பிரகாசமான வெளிச்சத்தில் உங்கள் பிள்ளைகளின் தலையை பார்வையிடுங்கள்
2. தலைமயிரை பார்பதற்கு முன்பு அவரின் தலையுடன் முட்டவேண்டாம். அத்துடன் பேன் அல்லது ஈர் இருக்கிறதா என்று நன்றாக அவதானியுங்கள். பேன்கள் ஒளிந்திருக்க கூடியவை. விரைவில் தொற்றபட்டுவிடும்.
3. தலைமயிரை கழுவியபின்பு தேவையான அளவு தலைமயிர்பராமரிப்பு சம்போவை பூசுங்கள். தலைமயிரை ஒரு ஒழுங்குமுறையில் பேன்சீப்பினால் சீவுங்கள். சீப்பினுள் பேன் நுழையும்வரை சீவுங்கள்.
4. ஒவ்வொரு முறையும் வெள்ளைநிற பேப்பர் ஒன்றில் வாரிவிடுங்கள்.
5. ஈர்கள் கைவிரல்களால் அகற்றபடவேண்டும்.
6. முடிவில் சம்போ போகும்வரை தலைமயிரை கழுவுங்கள்.
7. எப்பொழுதும் தலை முழுவதும் பார்வையிடவேண்டும்.

பேன் பார்த்தலும் அதன் சிகிச்சைமுறையும்	
எப்பொழுது	**எப்படி**
1ம் நாள	**யு:** நு பேன் அல்லது ஈர் அகற்றும்போது பேன்மருந்தை உபயோகிக்கவும் முழு பேன், ஈர்களை நீக்கிவிடவும். **டீ:** வை இல்லாவிடில் சிகிச்சைமுறை தேவையில்லை (எனினும் 7 நாட்களின் பின்னர் ஒரு தடவை சீப்பினால் வாரி பார்க்கவும்.)
3ம் நாள	**யு:** பேன் இருப்பின் பேன்சீப்பினால் வாரி அகற்றவும். ஈர்களை கைவிரல்களால் இழுக்கவும்.
7ம் நாள	**யு:** ரண்டாவத பேன்மருந்தை உபயோகிக்கவும். 1ம் நாளை போல சேய்யவும். **டீ:** பேன்சீப்பினால் வாரி பார்க்கவும்.
10ம் நாள	**யூடீ:** 1ம் 2ம் செய்யவும்.
14ம் நாள	• ப்பொழுதும் பேன் காணப்பட்டால் 1ம் நாள் போல புதிதாக தோடங்குங்கள். • பேன் இல்லையெனின் சிகிச்சை தேவையில்லை.
21ம் நாள	புதிதாக தொற்றலை தடுக்கும் பொருட்டு கிழமைக்கு ஒருதடவை பேன்சீப்பினால் வாரி பார்க்கவும்.
28ம் நாள	பேன்சீப்பினால் வாரி பார்க்கவும்.
உங்கள் பிள்ளைக்கு பேன் இருப்பது கண்டுபிடிக்கபட்டு மறுபடியும் ஒரு பரிசோதிப்பில் பேன் இருந்தால் அவர் பாடசாலைக்கு சமூகமளிப்பதை நிறுத்தி சிகிச்சைகாக பாடசாலை மருத்துவரிடம் அனுப்பபடுவார். தலையில் முற்றாக பேன், ஈர் அழியும்வரை இச்சிகிச்சை நடைபெறும். அதுவரை பாடசாலை செல்ல அனுமதிக்கபடமாட்டார்கள்.	

முக்கியகுறிப்பு

- யாருக்காவது பேன் இருப்பது பற்றிய தகவலை நீங்கள் அறிந்தால் விரைவாக அருகிலுள்ளவரிடம் அறியதரவும். பாடசாலை, நண்பர்கள் போன்றவை.
- மருந்துகடைகளில் பேன்மருந்தை பெற்றுகொள்ளுங்கள் (உதாரணமாக சுயரளஉாஇ டுயரள-எவழிஇ டுநைள-நஒஇ ர்ரனசயைஇீநனஉைரடஇாநசஅயட)இதன் பெட்டிக்குள் உள்ள அறிவுறுத்தல் தாளில் இம்மருந்து பற்றிய சகல குறிப்புகளையும் வாசித்து அறிந்து கொள்ளலாம்.
- கிழமைக்கு ஒரு தடவை குடும்பஅங்கத்தவர் அனைவரும் பேன்பார்த்தல் வேண்டும்.
- சீப்பு போன்ற தலைமயிருக்குரிய உபகரணங்கள் 15 நிமிடம் கொதிசோப்புநீரில் ஊறவிட்டு கழுவுதல் வேண்டும்.
- பேன் உள்ளவர்கள் பாவித்த கழுவகூடிய பொருட்களை 40 – 60 பாகை வெப்பநிலையில் கழுவுதல் வேண்டும். அப்படி கழுவமுடியாதவை ஒரு பையினுள் போட்டு வைத்து 7 நாட்களின் பின்னர் உபயோகிக்கவும்.
- உடுப்புகள், இருக்கைகள், படுக்கைதுணிவகைகள் 1ம் நாளும் 7ம் நாளும் களுவுதல் வேண்டும். சிலவேளை 14ம் நாளும்
- நீளதலைமயிரை உடையவர்கள் அதை சேர்த்து கட்டுதல் வேண்டும்.
- தலைகவசம், தலைதுணிகள், போன்றன மாற்றி பாவித்தல் கூடாது.

மேலதிக தகவல்களுக்கு நீங்கள் அணுகவேண்டியவர்
Frau Regula Heubach, Läusecrew Stadt Thun