ලංකාදීප සුව+ සෙවණ

පියයුරු පිළිකා අවදානම වැඩි කාටද?

ඔක්තෝබර් මාසය පියයුරු පිළිකා සම්බන්ධව ප්‍රජාව දැනුම්වත් කරන ඒ පිළිබඳව උපදේශන සේවා ක්‍රියාත්මක වන කාල වකවානුවයි. පියයුරු පිළිකා රෝගීන් ගතහොත් මේ වනවිට ඒ සඳහා කාන්තාවන් ගොදුරු වීමේ ප්‍රවණතාව ඉහළ ගොස් ඇති බව කිව යුතුය. වසරකට අපේ රටින් පිළිකා රෝගීන් 30,000ක් පමණ වාර්තා වන අතර ඉන් රෝගීන් 8දෙනකුගෙන් එක් අයකුට පියයුරු පිළිකා රෝගියෙකි.

■ මහරගම අපේක්ෂා රෝහලේ වෛද්‍ය
දීපිකා විජේසිංහ

අවදානම් සාධක

කාන්තාවක් වීමම පියයුරු පිළිකාවට නතු වීමට හේතුවක් වන අතර අවදනම් කණ්ඩායම් මෙසේ හඳුනා ගනිමු.

ජානමය සම්බන්ධතාවක් පැවතීම.

එනම් තම පවුලේ සාමාජිකයකු තම මව හෝ මිත්තනිය රෝගයට ගොදුරු වී සිටීමෙන් පසු පරපුරේ සාමාජිකයන්ට ද පියයුරු පිළිකා අවදානම ඇත. එසේම අවුරුදු 40ට අඩු කාන්තාවන්ගෙන් ඇතැම්හු පියයුරු පිළිකා රෝගයෙන් පෙළෙති. එය ද ජානමය සම්බන්ධතාව නිසා ඇති වූවකි.

වයස් ගත වීම.

අවුරුදු 50ට 60ට වැඩි මැදිවියේ පසුවන කාන්තාවන් සඳහා ද අවදානම පවතී.

අධික තරබාරුවෙන් පෙළෙන මෙන්ම ශරීර ස්කන්ධ දර්ශකය නියමිත පරිදි පවත්වා ගත නොහැකි කාන්තාවන් ද විශේෂයෙන් රෝගය ගැන සැලකිලිමත් විය යුතුය. කාර්ය බහුල ජීවන රටාවකට හුරුවීම නිසා සිරුරට නිසි ව්‍යායාමයක් නැති වීම, වැරදි ආහාර පුරුදු මේ සඳහා ඉවහල් වේ.

මද්‍යසාර, දුම්කොළ සහ දුම්පානය කිරීම

මාසික ශුද්ධිය නැවතීමෙන් පසු හෝමෝන ලබා ගන්නා කාන්තාවන්ට ද පියයුරු පිළිකා අවදානම පවතී.

අවුරුදු 10ට වඩා අඩු වයසේදී මල්වර වීම ද අවදනම් සාධකයකි.

දරුවන් නොමැති විවාහක කතුන්ට මෙන්ම වයස් ගත වී දරුවන් ලැබීම ද පියයුරු පිළිකාවට අවදානමකි.

අයනීකරණ විකිරණ ද ඉතා අහිතකරයි.

ඒ වගේම මවුකිරි දීම වේලාසනින් (කල්තියා) නැවැත් වූ කාන්තාවන්ට ද අවදානමක් පවතී. මවුකිරි දෙන කාන්තාවක් නම් පියයුරු පිළිකා අවදානම සියයට 4.3 කින් අඩු කරගත හැකිය. එබැවින් මාරුවෙන් මාරුවට පියයුරු දෙකෙන්ම තම බිළිඳුට අවශ්‍ය පරිදි මවු කිරි ලබා දිය යුතුය.

උපත් පාලන පෙති භාවිතය ද යම් තරමකට අවදානමක් ඇති කරයි. පියයුරු පිළිකාවලට අවදානමක් ඇති කාන්තාවන් උපත් පාලන පෙති ගැනීම අවදානම තවත් ඉහළ යාමට හේතුවකි. ඒ අනුව ජානමය අවදානමක් ඇති කාන්තාවන් උපත් පාලන පෙති භාවිතය සුදුසු නොවේ.

රෝග ලක්ෂණ

මෙය ගැටිත්තක් ලෙස වර්ධනය ඇරැඹේ. අතට අසු වෙන පරිදි වර්ධනය අරඹන ගැටිත්ත වේදනා සහිත හෝ රහිත හෝ විය හැකිය.

පියයුරේ සමෙහි පැහැය වෙනස් වේ.

පියයුරෙහි ඉබේටම ඇති වූ තුවාලයක් ඇත්නම්,

පියයුරේ සම දොඩම් ලෙල්ලක් මෙන් වීම.

තන පුඩු මිරිකූ විට ලේ හෝ වතුර වැනි ද්‍රාවණයක් පිට වීම.

අසාමාන්‍ය ආකාරයට තන පුඩුව ඇතුළට නෙරා තිබීම.

> මෙම රෝගී තත්ත්වය කාන්තාවන්ටම පමණක් වෙන් වූ රෝගයක්ද නොවේ. එසේ කීමට හේතුව පියයුරු පිළිකා රෝගී තත්ත්වය පිරිමි පාර්ශ්වය අතර ද ඉතා සුළු වශයෙන් දක්නට ලැබීමයි. එහෙත් කාන්තාවකට මෙහි අවදානම පිරිමියකුට වඩා සිය ගුණයකින් වැඩි බව ද සොයා ගෙන ඇත.

කල්තියා හඳුනා ගැනීම

පිළිකා සෛල නිරතුරුව සහ ඉක්මනින් පැතිරීම අරඹන නිසා කල්තියා හඳුනා ගැනීමෙන් රෝගියාගේ ජීවිතයට ඇති අවදානම අවම කරගත හැකි වනු ඇත.

පියයුරු පිළිකාවට අවදනම් ඇති හෝ නැති සියලුම කාන්තාවන්ට ස්වයං පියයුරු පරීක්ෂාව සිදු කර ගත හැකිය. එයින් පියයුරු පිළිකාව කල්තියා හඳුනා ගැනීමට පුළුවන.

ඒ අනුව අපේ රටේ අවුරුදු 20ට වැඩි සෑම කාන්තාවක්ම ඔසප් චක්‍රය සිදු වී සතියකට පසු තමන් විසින්ම පියයුරු පරීක්ෂාව කර ගැනීම සිදු කළ යුතුය.

පියයුරු ස්වයං පරීක්ෂාව

කණ්ණාඩියක් ඉදිරියට ගොස් පියයුරු දෙකෙහි අසාමාන්‍ය වෙනස් වීමක් ඇද්ද යන්න බාහිරව නිරීක්ෂණය කළ හැකිය. එනම් පියයුරුවල හැඩයේ වෙනසක්, පියයුරේ හමෙහි වෙනස් වීමක්, පියයුර රතු වී හෝ තුවාල වී ඇත්ද යන්න මෙහිදී විමසිලිමත් වීම වටී. අනතුරුව පහසු ඉරියව්වක සිටිමින් මෙය තමාටම පරීක්ෂා කර ගත හැකිය. ඔරලෝසුවේ කටු කැරකෙන දිශාවට අනුව තම අතින් තන පුඩුව දක්වාම පියයුර හොඳින් ස්පර්ශ කර බැලිය හැකිය.

'සුවනාරී' සායන ගැන ඔබ දන්නවාද?

තමන් පදිංචි ප්‍රදේශයට අයත් සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කාර්යාලය මෙහෙයවන සුවනාරී සායනයට යොමු වීම මඟින් ද ඔබට පියයුරු පරීක්ෂා කර ගත හැකියි. එහිදී ඔබට පළපුරුදු වෛද්‍යවරයකුගේ හෝ පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනියකගේ සහාය ලැබෙනු ඇත. ඒ අනුව අවදානම් රහිත කාන්තාවන්ට වසර දෙකකට වතාවක් සුවනාරී සායනය හා සම්බන්ධ වී පියයුරු පරීක්ෂා කර ගත හැකියි.

රෝග විනිශ්චය කිරීමේ ක්‍රම

මැමෝග්‍රෑම් පරීක්ෂණය

සැකසහිත ගැටිත්ත පියයුරු පිළිකාවක්ද නැද්ද? යන්න සැක හැර දැන ගැනීම සඳහා මැමෝග්‍රෑම් පරීක්ෂණය ඉවහල් වේ. මෙය අවුරුදු 45ට වැඩි කාන්තාවන් අරඹයා සිදු කෙරෙන අතර අවදානමක් නැත්නම් අවුරුදු දෙකකට වතාවක් මෙම පරීක්ෂාව සිදු කර ගත හැකිය.

පටක පරීක්ෂාව (බයොප්සිය)

ගැටිත්තෙන් පටකයක් ලබාගෙන සිදු කරන පරීක්ෂණයකි. මෙමඟින් ද පියයුරු පිළිකාවක්ද? නැද්ද? යන්න තහවුරු කර ගත හැකි ය.

ස්කෑන් පරීක්ෂාව

පියයුරු පිළිකාව කෙතරම් දුර පැතිරී ඇත්ද යන්න බලා ගැනීමට ස්කෑන් පරීක්ෂණය සිදු කරයි.

ප්‍රතිකාර ඇරැඹීම

ඉහත පරීක්ෂණ මඟින් පියයුරු පිළිකාව වර්ධනය සහ පැතිරීම ගැන තහවුරු කර ගැනීමෙන් අනතුරු සැත්කම සිදු කෙරේ. මෙය ප්‍රධාන ප්‍රතිකාරයයි. මෙමඟින් සම්පූර්ණ පියයුර සේම වසාගැටිති ඇති ප්‍රදේශය සැත්කමෙන් ඉවත් කරනු ඇති. ඉන් පසුව විකිරණ ප්‍රතිකාරයත් කීමෝ තෙරපි ප්‍රතිකාරයත් හෝමෝන ප්‍රතිකාරයත් ලබා දේ.

මෙම රෝගී තත්ත්වය කාන්තාවන්ටම පමණක් වෙන් වූ රෝගයක්ද නොවේ. එසේ කීමට හේතුව පියයුරු පිළිකා රෝගී තත්ත්වය පිරිමි පාර්ශ්වය අතර ද ඉතා සුළු වශයෙන් දක්නට ලැබීමයි. එහෙත් කාන්තාවකට මෙහි අවදානම පිරිමියකුට වඩා සිය ගුණයකින් වැඩි බව ද සොයා ගෙන ඇත.

එබැවින් පියයුරු පිළිකා රෝගය කල්තියා හඳුනා ගෙන අදාල ප්‍රතිකාරවලට නොපමාව යොමු වීමෙන් පිළිකා සෛල පැතිරීම වළක්වා ගෙන තම ජීවිතය සුරක්ෂිත කර ගත හැකිය.

සටහන- මාධවී ධර්මරත්න