

தலைப் பேன் பற்றிய உண்மைகள்

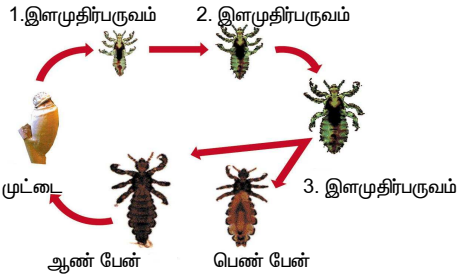


- நினைவுக்கொட்டாத காலத்திலிருந்தே மனிதர்களுக்கு பேன் ஒரு பிரச்சினையாக இருக்கின்றது
- தலைப் பேன் (Pediculus capitis) மண்டைத் தோலுக்கருகில் முடியில் வாழ்கிறது.
- சுழுத்தில் இருந்து மேலே தலை உச்சி வரையிலும் பக்கவாட்டில் மண்டைப் பொட்டுகள் வரையிலுமான பகுதிகளில் பேன்கள் மிக செளகரியமாக இருக்கின்றன
- பேன்களின் உணவுக்கான ஒரே வழி மனித இரத்தம் ஆகும்..
- இனப்பெருக்கம் செய்வதற்கு ஒரு வயது வந்த பேனுக்கு ஒரு நாளைக்கு இரு முறை இரத்தம் தேவைப்படும்.

- பறக்கவோ குதிக்கவோ முடியாத இறக்கையில்லாத சிறிய பூச்சியினம் தலைப் பேன் ஆகும்.
- வயது வந்த பேன் சிறியவை; 2-3 மிமி நீளமானவை. கிட்டத்தட்ட ஒளி ஊடுருவாத இரந்து கருப்பு வரையிலான எந்த நிறத்திலும் இருக்கின்றன.
- ஊர்ந்து செல்லவும் முடியும் பிடித்துக் கொள்ளவும் சிறப்பாக வடிவமைக்கப்பட்ட வளைநகங்கள் உள்ள 3 ஜோடி கால்கள் தலைப் பேன்களுக்கு இருக்கின்றன..
- உலர்ந்த முடியில் பேன் மிக அதிக வேகத்தில் நகர்கின்றன.
- பேன் சீப்பை பயன்படுத்தாவிட்டால் ஒருவரால் அவற்றைப் பார்ப்பது அநேகமாக சாத்தியம் இல்லை..

யாருக்கு வேண்டுமானாலும் தொற்றலாம்!

- தோல் நிறம், முடி நிறம் அல்லது மதத்தைப் பொறுத்தல்லாமல் எல்லா வகையான மனிதர்களிலும் பேன்கள் செழித்து வளர்கின்றன.
- இரத்த உணவு கொடுப்பதற்கு சாத்தியமுள்ள முடியும் மண்டைத்தோலும் உங்களிடத்தில் இருந்தால், பிறகு நீங்கள் தான் பேன்களின் மரபணுக்களை முன்னெடுத்துச் செல்வதற்கு சரியான நபர்.
- தலை/முடி தொடர்பால் தலைப் பேன் தொறுகிறது.
- 3 முதல் 12 வயதுக்கிடையிலான குழந்தைகளில் தான் பேன்கள் மிகவும் அடிக்கடி தொறுகின்றன.
- மனிதர்களிடத்தில் இருக்கும் பேன்கள் வீட்டில் இருக்கும் செல்லப் பிராணிகளிடம் உயிர் வாழ்வதில்லை.
- ஒரு வயது வந்த பெண் பேன் ஒரு நாளைக்கு 8 முட்டைகள் வரை இட முடியும்.
- இனச்சேர்க்கைக்கு பிறகு அது 56 முட்டைகளை இட முடியும்.
- முட்டைகளின் அளவு 0.3 x 0.8 மிமி.(சிறிய மண் துகள்கள் போல் அவை இருக்கும்).
- பெண் பேன்கள் அவற்றின் முட்டையை ஒரு சுரத்தலைப் பயன்படுத்தி மயிரிழைகளில் இணைக்கின்றன.
- மண்டைத்தோலில் இருந்து சுமாராக ஒரு சில சென்டிமீட்டர்களில் முட்டைகள் இடப்படுகின்றன. 6-8 நாட்களுக்கு பிறகு அவை பொரிக்கின்றன.
- முட்டையிடப்பட்டதில் இருந்து சுமார் 3 வாரங்களில் அந்தப் பேன்களே முட்டையிடும் பருவத்துக்கு வருகின்றன
- தலைப் பேனின் இயல்பான வாழ்வுக்காலம் சுமார் 6 வாரங்கள் ஆகும்.
- தாங்களாகவே முடியில் இருந்து வெளியே விழுகின்ற பேன்கள் பெரும்பாலும் இறக்கின்றன.



பேனை எப்படிக் கண்டுபிடிப்பது?

ஒரு பேன் சீப்பினால் நீங்கள் சீவும் பொழுது ஒரு வெள்ளைத் துண்டின் மீது தலையை கவிழ்த்துக் கொண்டால் பேனைக் கண்டுபிடிப்பது எளிதாகும். உலர்ந்த முடியை சீவவும். ஒரு நீர்த்தொட்டி, குளியல் தொட்டி, மேசைத்துணி அல்லது அதைப் போன்றதின் மீது தலையைக் கவிழ்த்து கொண்டு நிற்கவும். கருமையாகவும் கதகதப்பாகவும் இருக்குமிடத்தில் தலைப் பேன்கள் செழித்து வளர்கின்றன. முடியை நீங்கள் சீவும் பொழுது உங்கள் தலையை குளிவதன் மூலமாக அந்த இடத்தை நீங்கள் அடையலாம். ஏதேனும் நகர்வது போலிருந்தால், அது பெரும்பாலும் பேனாகத்தான் இருக்கும்.

தலைப்பேன் பற்றிய எளிய ஆலோசனை மற்றும் சிறுகுறிப்புகள்.

பேனைத் தடுப்பதற்கு என்ன செய்யலாம்?

- ஒரு பேன் சீப்பால் தவறாமல் தலை சீவுவதற்கு போதுமான நேரம் எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். குடும்பத்தில் எல்லோருக்கும் தலை சீவ மறக்க வேண்டாம்! முன்னதாக பிரச்சினையைக் கண்டுபிடித்தால் விரைவிலேயே அதை நீக்க முடியும்.
- வாரங்கள் 10 மற்றும் 35-ல் வாரியுதி பேன் நீக்கும் நிகழ்ச்சிகளில் கலந்து கொள்ளுங்கள். உங்கள் பகுதியில் உள்ள அனைவரையும் கலந்து கொள்ளத் தூண்டுங்கள்.
- நீங்கள் சீவும் பொழுது கவனமாக இருக்கவும். பேன் மற்றும் முட்டைகள் மிகவும் சிறியவை. சரியாக பார்ப்பதற்கு சிரமமானவை.
- மற்றவர்களின் தொப்பிகள், சீப்புகள் அல்லது ப்ரஷ்களைப் பயன்படுத்த வேண்டாம்.
- மருந்துகளுக்கு எதிர்ப்பு சக்தியுள்ளவையாக பேன்கள் மாறுவதற்கு இட்டுச் செல்லக் கூடும் என்கிற காரணத்தால், தடுக்கும் முறையாக இரசாயன காரணிகளைப் பயன்படுத்த வேண்டாம்.
- நீண்ட முடி உள்ள குழந்தைகள் அவர்களுடைய முடியை தூக்கி அல்லது பின்னலாகக் கட்ட வேண்டும்.

எனக்கு பேன் தொற்றினால் நான் என்ன செய்ய வேண்டும்?

- மற்றவர்களிடத்திலும் பேன் இருக்கிறதா என்று அறிய குடும்பத்தில் எல்லோருக்கும் தலை சீவ வேண்டும்.
- குடும்பத்தில் பேன் இருக்கும் எல்லோருக்கும் ஒரே சமயத்தில் சிகிச்சை அளிக்க வேண்டும்.
- மருந்துகளில் சொல்லப்பட்டிருக்கும் அறிவுறுத்தல்களை கவனமாகப் பின்பற்றவும் .
- முடிந்த அளவு விரைவாக பேனின் வாழ்க்கை சுழற்சியை முடிவுக்கு கொண்டு வருவது முக்கியம் ஆகும். ஆகையினால், உங்களுக்கு மிகப் பொருத்தமான, முற்றிலுமாக பேன்களை ஒழிக்கக் கூடிய சிகிச்சை முறையைத் தேர்ந்தெடுங்கள்.
- நிறைய முட்டைக் கூடுகளை நீங்கள் பார்த்தால், நீண்ட காலமாக பேன் தொற்று இருக்கிறது என்று அர்த்தம். எனினும், நிறைய புதிய முட்டைகளை நீங்கள் பார்த்தால், சமீபத்தில் தான் உங்களுக்கு தொற்றியிருக்கிறது.
- உங்களிடமிருந்து பேன் முற்றிலும் நீக்கப்பட்ட பிறகு 10-14 நாட்களுக்கு பேன் சீப்பை தொடர்ந்து பயன்படுத்துங்கள். தலைப் பேனை நீக்க ஒரு பயனுள்ள சிகிச்சையை நீங்கள் பயன்படுத்தியிருக்கிறீர்கள் என்பதை இதனால் உறுதி செய்து கொள்ளலாம்.
- ஒரு தடுப்பு முறையாக தவறாமல் தலை சீவுங்கள்.

- கொதிக்க வைப்பது அல்லது உறைய வைப்பதன் மூலமாக சீப்பு அல்லது ப்ரவில் நுண்ணுயிரை நீக்குங்கள். இதன் மூலம் குடும்பத்தில் மற்றவர்களுக்கு தொற்றாமல் தடுக்கலாம். .
- எங்கிருந்து தொற்றுகிறது என்று கண்டுபிடிக்க முயற்சியுங்கள். தொற்று ஏற்பட்டிருப்பதை மற்ற பெற்றோருக்கும் தெரிவிப்புகள். இதனால் அவர்களுடைய குடும்பத்தாரிடத்தில் தொற்றியிருக்கிறதா என்று அவர்களும் சோதிக்க முடியும். அப்படி இல்லையெனில் தொற்றும் அபாயம் அதிகரிக்கிறது. தலையில் பேன் இருப்பதற்காக வெட்கப்பட வேண்டியதில்லை. நல்ல சுகாதாரத்துடன் இல்லை என்பதால் ஒருவருக்கு தொற்றுவதில்லை: உண்மையில் சுத்தமான முடியில் தான் பேன் நன்றாக வளர்கிறது.
- படுக்கை விரிப்புகளை 60 oC-ல் துவைக்கவும். தொப்பிகள், டெடி பியர்கள், சோஃபா தலையணைகளை இரவு முழுக்க உறைபதனப் பகுதியில் வைத்திருக்கலாம் அல்லது உலர்த்தியில் 60 oC-ல் சுமார் 5 நிமிடங்களுக்கு வைத்திருக்கலாம்.
- தலையில் பேன் இருப்பது சங்கடமானது அல்ல, ஆனால் அது குறித்து எதுவும் செய்யாமல் இருப்பதுதான் சங்கடமானது!

வாரியறுதி பேன் நீக்கும் நிகழ்ச்சிகளில் கலந்து கொள்ளுங்கள்:

வாரங்கள் 10 மற்றும் 35.



ஒவ்வொருவருக்கும் உதவி செய்ய நாங்கள் விரும்புகிறோம்:

LUSFRI NORGE



தலை/முடி தொடர்பால் தலைப்பேன் தொற்றுகிறது.

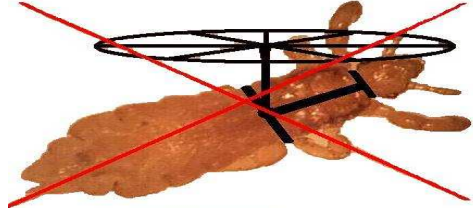


தொற்றுவதால் நீங்கள் சொறிய வேண்டியதில்லை.

தலைப் பேன்



குதிக்கவோ
பறக்கவோ
முடியாது!



தலைப் பேன் பற்றிய
பிரசாரம் வழங்குவது:
LUSFRI NORGE

- தன்னார்வ அமைப்பு
www.lusfrinorge.no
