ത്വക്ക് രോഗങ്ങൾക്ക് സ്വയം ചികിത്സ വേണ്ട...

ഡോ. എബിൻ എബ്രഹാം ഇട്ടി
സെപ്ഷ്യലിസ്റ്റ് ഇൻ
ഡെർമറ്റോളജി
വിപിഎസ് ലേക്ഷോർ
ഹോസ്പിറ്റൽ, കൊച്ചി

vps | lakeshore Global Lifecare

നമ്മുടെ നാട്ടിൽ സ്ത്രീകൾക്ക് മാത്രമല്ല പുരുഷൻമാർക്കും വെളുത്ത സുന്ദരികളും സുന്ദരൻമാരുമാകാനാണ് ഇഷ്ടം. പ്രായലിംഗഭേദമന്യേ ഭൂരിപക്ഷം പേരുടെയും ആഗ്രഹമാണിത്. നല്ല വെളുത്ത നിറം സ്വന്തമാക്കാൻ എത്ര കഷ്ടപ്പെടാനും ഒരുക്കമാണ് എല്ലാവരും. പല പേരുകളിൽ, വ്യത്യസ്ത നിറങ്ങളിലുള്ള ക്രീമുകളും നാടൻ സൗന്ദര്യവർധക വസ്തുക്കളും പരീക്ഷിക്കുമ്പോൾ വില കൂടുതലാണോ എന്നു പോലും പലരും ചിന്തിക്കാറില്ല. പരസ്യങ്ങളിലും മറ്റും കാണുന്ന ഇത്തരം സൗന്ദര്യവർധകവസ്തുക്കൾ ഉപയോഗിക്കുന്നതിന്റെ ഗുണദോഷഫലങ്ങളെക്കുറിച്ച് ആരും ചിന്തിക്കാറില്ലെന്നതാണ് യാഥാർഥ്യം.

വെളുത്ത നിറം ഉണ്ടാവുക എന്നതു മാത്രമാണ് ഇത്തരക്കാരുടെ ആഗ്രഹം. വിവിധ ക്രീമുകൾ ഉപയോഗിക്കുന്നതും നാടൻ ചികിത്സാരീതികൾ തേടുന്നതും ഗുണത്തെക്കാളേറെ ദോഷഫലമാണ് നൽകുക. സൂര്യപ്രകാശത്തിലെ അപകടകരമായ കിരണങ്ങളെ പ്രതിരോധിക്കുന്നതിന് സഹായിക്കുന്ന മെലാനിൻ കൂടുതൽ അടങ്ങിയ ഇരുണ്ട ചർമമാണ് ഇന്ത്യക്കാരുടേത്. മുഖത്തെ പാടുകൾക്ക് നിർദ്ദേശിക്കുന്ന ചില ക്രീമുകൾ സ്റ്റിറോയിഡുകൾ അടങ്ങിയതും പാർശ്വഫലങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കുന്നതുമാണ്. എന്നാൽ ദൗർഭാഗ്യകരമെന്ന് പറയട്ടെ പലരും ഇത്തരം ക്രീമുകൾ സൗന്ദര്യവർധക വസ്തുക്കളായി ഉപയോഗിക്കുന്നു. ശരീരം മുഴുവനും കൂടിയ അളവിൽ ദീർഘകാലം ക്രീമുകൾ ഉപയോഗിക്കുന്നവരുമുണ്ട്. സ്റ്റിറോയിഡുകളും രാസവസ്തുക്കളുമടങ്ങിയ ഇത്തരം ക്രീമുകൾ ചർമത്തിൽ ഗുരുതരമായ പ്രശ്നങ്ങളാണുണ്ടാക്കുന്നത്. ദീർഘകാലം മുഖത്ത് പുരട്ടുന്നത് ചർമം മെലിയുന്നതിനും രക്തധമനികൾ വലുതാകുന്നതിനും അമിത രോമ വളർച്ചയ്ക്കും, ക്ഷതങ്ങൾ, ചുവന്ന പാടുകൾ എന്നിവയ്ക്കും കാരണമാകും. ഫംഗസ് ബാധയ്ക്കും സൂര്യപ്രകാശമേൽക്കുന്നതുകൊണ്ടുള്ള ചർമരോഗങ്ങൾ പെട്ടെന്ന് ബാധിക്കുന്നതിനും ഇവയുടെ ഉപയോഗം കാരണമാകുന്നുണ്ട്. സൂര്യപ്രകാശത്തിൽ നിന്ന് ശരിയായ സംരക്ഷണം നൽകുന്ന ക്രീമുകളും സൗന്ദര്യവർധക വസ്തുക്കളും ഡോക്ടറുടെ നിർദേശപ്രകാരം മാത്രമേ ഉപയോഗിക്കാൻ പാടുള്ളൂ. വിദഗ്ധരുടെ നിർദേശപ്രകാരമല്ലാതെ ഇത്തരം മരുന്നുകൾ ഉപയോഗിക്കുന്നത് ഗുണത്തെക്കാൾ ദോഷമാണുണ്ടാക്കുക.

ത്വക്ക് രോഗങ്ങൾക്കും മറ്റും ഉപയോഗിക്കുന്ന ക്രീമുകളുടെ അപകടങ്ങളെക്കുറിച്ച് അറിയാതെയാണ് പലരും സ്വയം ചികിത്സ നടത്തുന്നത്. വിപണിയിലെത്തുന്ന ഇത്തരം ക്രീമുകളിൽ എൺപത്തഞ്ച് ശതമാനത്തിലും സ്റ്റിറോയ്ഡുകളാണെന്നു അടുത്തകാലത്ത് നടത്തിയ പഠനത്തിൽ തെളിഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. സ്റ്റിറോയ്ഡുകളും ആന്റിബയോട്ടിക്കും ആന്റിഫംഗൽസും യുക്തിയില്ലാത്ത രീതിയിൽ സംയോജിപ്പിച്ച ക്രീമുകൾ വളരെയധികം ഉപയോഗിക്കുന്നുണ്ട്. ഇത്തരത്തിലുള്ള വസ്തുക്കളുടെ ഉപഭോഗത്തിലും വർധനവുണ്ടായിട്ടുണ്ട്. മുൻവർഷങ്ങളുമായി താരതമ്യം ചെയ്യുമ്പോൾ കഴിഞ്ഞ വർഷം 26 ശതമാനം വർധനവാണുണ്ടായിരിക്കുന്നത്.

ഡോക്ടറുടെ കുറിപ്പടിയൊന്നുമില്ലാതെയാണ് ഇത്തരത്തിലുള്ള ക്രീമുകൾ ഉപയോക്താക്കൾ വാങ്ങുന്നത്. മെഡിക്കൽ ഷോപ്പിലെ ജീവനക്കാരനോടോ കടയിലെ സെയിൽസ് ഗേളിനോടു ചോദിച്ച് വാങ്ങുന്നവരാണ് ഭൂരിപക്ഷവും. ഈ ക്രീമുകളിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന വസ്തുക്കളെക്കുറിച്ച് പോലും വ്യക്തതയില്ലാത്തവരാകും മരുന്നുകടകളിൽ നിൽക്കുന്നത്.

സ്റ്റിറോയ്ഡുകൾ അടങ്ങിയ ക്രീമുകളുടെ നിരന്തര ഉപയോഗത്തിലൂടെ മാരകരോഗങ്ങളാണ് പിടിപ്പെടുക. ത്വക്കിലുണ്ടാകുന്ന കുരുക്കളും കലകളും പാടുകളുമൊക്കെ മാറുന്നതിനാണ് പലരും ക്രീമുകളെ ആശ്രയിക്കുന്നത്. എന്നാൽ ക്രീമുകളും ലോഷനുമൊക്കെ ഉപയോഗിക്കുന്നതിലൂടെ താത്ക്കാലിക പ്രയോജനം ലഭിച്ചേക്കാം. ഏതെങ്കിലും രോഗത്തിന്റെ ലക്ഷണമായി വരുന്ന പാടുകൾ ക്രീം പുരട്ടി മായ്ച്ചാൽ രോഗങ്ങൾ തിരിച്ചറിയാതെ പോകും. ത്വക്കിലുണ്ടാകുന്ന പാടുകൾക്കും കുരുക്കൾക്കും നിറവ്യത്യാസത്തിനുമൊക്കെ ക്രീമുകളും ലോഷനുകളും പുരട്ടിയാൽ മാത്രം ഭേദമാകുമെന്നു കരുതുന്നവരുണ്ട്.

മരുന്നുകളൊന്നും കഴിക്കാത്തതുകൊണ്ടു സൈഡ് എഫക്റ്റ് ഉണ്ടാകില്ലെന്നു ധരിച്ചുവച്ചിരിക്കുന്നവരും ഏറെയാണ്. ഈ അറിവില്ലായ്മയാണ് ഇത്തരം ക്രീമുകളുടെ ആവശ്യക്കാരുടെ എണ്ണം കൂട്ടുന്നതും. ചില ത്വക്ക് രോഗങ്ങൾക്ക് പുറമേ മരുന്നു പുരട്ടിയാൽ മാത്രം മതിയാകില്ല. മരുന്നു കഴിക്കേണ്ടതായും വരും. ഒരു ക്രീം ഉപയോഗിച്ച് ത്വക്ക് രോഗങ്ങൾക്ക് ശമനമുണ്ടായാൽ ആ വ്യക്തി പിന്നീട് അവരുടെ ബന്ധുക്കൾക്കും സുഹൃത്തുക്കൾക്കുമൊക്കെ ആ ക്രീമിന്റെ പേര് നിർദേശിക്കും. ത്വക്കിന്റെ സ്വഭാവം വ്യത്യസ്തമാണ്. ഇതുമനസിലാക്കാതെയാണ് പലരും മരുന്നുകൾ പരീക്ഷിക്കുന്നത്. ഇത്തരത്തിലുള്ള സ്വയം ചികിത്സയും ദോഷഫലമാണുണ്ടാക്കുക.

സ്റ്റിറോയ്ഡുകൾ അടങ്ങിയ ക്രീമുകൾ നിരന്തരമായി ത്വക്കിൽ പുരട്ടുന്നതു സ്റ്റിറോയ്ഡുകൾ കഴിക്കുന്നതിനു തുല്യമാണ്. രക്തസമ്മർദം, പ്രമേഹം, വന്ധ്യത എന്നിവയ്ക്ക് വരെ ഇതു കാരണമാകുന്നുണ്ട്.

ഒട്ടുമിക്ക രാജ്യങ്ങളിലും ഇത്തരം സൗന്ദര്യവർധകവസ്തുക്കളുടെ ഉപയോഗം നിയന്ത്രിച്ചിട്ടുണ്ട്. ത്വക്കിന്റെ പ്രശ്നങ്ങൾക്ക് ഡോക്ടറെ കണ്ട് ചികിത്സിക്കുകയാണ് ചെയ്യേണ്ടത്. ത്വക്ക് രോഗങ്ങളെക്കുറിച്ചും സൗന്ദര്യവർധക വസ്തുക്കളുടെ ഉപയോഗത്തെക്കുറിച്ചും പൊതുജനങ്ങൾക്കിടയിൽ ബോധവത്ക്കരണം നടത്തണം. ത്വക്കിലുണ്ടാകുന്ന കലകളും നിറവ്യത്യാസവും പരിശോധിച്ച് മറ്റേതെങ്കിലും രോഗത്തിന്റെ ലക്ഷണമാണോയെന്നും പരിശോധിക്കേണ്ടതുണ്ട്.