ఆరోగ్యం

స్కిన్ కేర్

విజయదశమి శుభాకాంక్షలు

డా॥ రమేష్, M.D., (DVL)

మొటిమలు PIMPLES

యుక్త వయస్సులో యువతీ-యువకులను వేధించే సమస్యలలో ముఖ్యమైనవి మొటిమలు (Pimples) వీటినే వైద్య పరిభాషలో ఆక్నే (Acne) అంటారు. ఇవి ముఖంమీద చిన్న చిన్న పొక్కులవలె ప్రారంభమై క్రమేపి చీముతో నిండిన కంతులవలే మారి చికాకును మనసికవ్యధకు గురిచేస్తాయి.

*** మొటిమలు ఎందుకు వస్తాయి ?**

వయసుతోపాటు వచ్చే హార్మోన్లలో (Hormons) మార్పులకు చర్మంలో నూనె గ్రంథులపై ( ) ప్రభావాన్ని చూపి మొటిమలు రావడానికి దోహదం చేస్తాయి. కొన్ని రకాల మందుల ప్రభావం వల్ల (స్టిరాయిడ్స్, నాడి మందులు, మూర్ఛవ్యాధికి సంబంధించిన మందలు మొ॥నవి) మానసిక ఒత్తిడి వల్ల, వాతావరణ కాలుష్యం వల్ల కూడా మొటిమలు రావచ్చు, శరీరంలో హార్మోన్ల అసమతుల్యాన్ని కల్గించే వ్యాధుల వల్ల (Polyclinic Ovarian Syndrine)

*** మొటిమలు ముఖంపై కాకుండా ఇంకా..**

సాధారణంగా మొటిమలు ఎక్కువగా ముఖానికే పరిమితమైపోయాయి కానీ, కొందరిలో వీపుపైన, భుజాలపైన కూడా రావచ్చు. మొటిమలు సరైన సమయంలో చికిత్స చేస్తే ఏదుష్టప్రభావలు ఉండవు లేని యెడల అవి ముఖంపై నల్లని మచ్చలుగా గాని, గుంటలుగా గాని ( ) మిగిలిపోతాయి. మొటిమలు సాధారణంగా 12 నుండి 20 సం॥ మధ్య వయసులో ఎక్కువగా వస్తాయి. కొందరిలో 30 సం॥ వరకు కూడా రావచ్చు. 35సం॥ దాటిన మహిళలలో మొటిమలు అధికంగా వచ్చినప్పుడు శరీరంలో హార్మోన్ల అసమతుర్యాన్ని కనుక్కొనేందుకు కొన్ని రకాల రక్తపరీక్షలు చేయించాలి. మొటిమలతో పాటు స్థూలకాయం (Obesity), అవాంచిన రోమాలు (Hirsute) ఉన్న యెడల వైద్యుల సలహామేరకు పరీక్షలు చేయించి వైద్యము చేయించుకోవాలి.

*** మొటిమలు వచ్చినప్పుడు ఏం చేయాలి?**

ఎక్కువసార్లు చల్లని నీటితో ముఖం కడగాలి. ఎక్కువగా వచ్చిన యెడల వైద్యులను సంప్రదించి తీవ్రతను బట్టి నిర్ణీతకాలము చికిత్స చేయించుకోవాలి. 35 సం॥ దాటిన వాళ్ళలో వచ్చినప్పుడు వెంటనే వైద్యులను సంప్రదించవలెను.

*** చేయకూడనివి.**

మొటిమలును గిల్లుట, ఎక్కువగా రుద్దుట వంటివి చేయరాదు, అలా చేసినచో ముఖంపై మచ్చలుగా మిగిలిపోతాయి. ఎండలో ఎక్కువగా తిరగరాదు. చిట్కావైద్యము, సలహా వైద్యము జోలికి పోకూడదు.

*** చికిత్సా విధానాలు**

మొటిమల నివారణకు చాలా మందులు అందుబాటులో ఉన్నాయి. కొన్ని రకాల ఆంటీబయాటిక్ క్రీములు, మాత్రలు, బెంజైల్ పెరాక్సైడ్ క్రీములు, ట్రెటినోయిన్ (Tretnoin) అజ్నిక్ఆసిడ్ (Azalic Acid) మొదలైనవి. ఇవి మొటిమల తీవ్రతను బట్టి, శరీర తత్వాన్ని బట్టి వైద్యులు నిర్ణయిస్తాయి. మొటిమల వల్ల ఏర్పడ్డ మచ్చలకు. మొటిమల వల్ల ఏర్పడ్డ నల్లని మచ్చలకు కొన్ని రకాల క్రీములు లేదా కెమికల్ పీలింగ్ వంటి విధానాల ద్వారా నయం చేయవచ్చును. మొటిమల వల్ల వచ్చిన గుంటలు, గాట్లు ( )కు ప్రస్తుతం శస్త్ర చికిత్సలు అందుబాటులో ఉన్నాయి.

డా॥ రమేష్, M.D., (DVL)
చర్మవ్యాధులు, సుఖ వ్యాధులు
ఎయిడ్స్ వ్యాధి నిపుణులు & కాస్మోటిక్ సర్జన్
Cell: 99123 55473 , 98856 01806