குடும்பக் கைநூல்

# புதிதாக நோய் கண்டறிந்த நிலை வழிகாட்டி

# அங்கீகரிப்புக்கள்


**பதிப்பாசிரியர்கள்**

Jeneane Sullivan MSN, RN Kathryn
Tomlinson BSN, RN

**மீளாய்வாளர்கள்**

COG Group Chair, Peter Adamson MD
COG Nursing Steering Committee, Wendy Landier PhD, RN - Chair COG
Hematology/Oncology Committee, Naomi Winick MD - Chair COG Patient
Advocacy Committee, Kristy Sharif - Chair
COG Behavioral Science Committee, Leanne Embry PhD - Chair

**வரைகலை வடிவமைப்பு**

Anne Moertel ஆன் மோவெற்றல்

**மருத்துவ விளக்கப்படங்கள்**

Terese Winslow ரெறீஸ் வின்ஸ்லோ

விசேட நன்றி: St. Baldrick's Foundation (செென்ற் போல்ட்றிக்ஸ் அறநிறுவனம்) - அச்சிடல் மற்றும் தயாரிப்பு தொடர்பிலான செலவுகளுக்கான தாராள ஆதார உதவியை இவர்கள் வழங்கினர்.


**பொறுப்புத் துறப்பு:**


இவ்வெளியீட்டின் மொழிபெயர்ப்பு வடிவங்களைத் தயாரித்த மொழிபெயர்ப்பு நிறுவனம், Canadian Standards for Translation Services CAN CGSB 131.10-2017 மற்றும் International Organization for Standardization ISO 17100 Translation Services Standard ஆகியவற்றின் கீழ் அங்கீகாரம் பெற்று உள்ளது. இம்மொழிபெயர்ப்பு வடிவங்கள் தகவலை வழங்கும் காரணத்துக்காக மட்டுமே தயாரிக்கப்பட்டு உள்ளன. இவை Children's Oncology Group Family Handbook மற்றும் New Diagnosis Guide Translation Policy என்பவற்றுக்கு அமைவாக வெளியிடப்படுகின்றன. இம்மொழிபெயர்ப்பு வடிவங்களின் உருவமைப்பு, விளக்கப் படங்கள் மற்றும் வரைகலை வடிவமைப்பு ஆகியன COG Family Handbook, Second Edition (©2011), வெளியீட்டில் இருந்து வேறுபடக் கூடும் என்றாலும், உள்ளடக்கம் யாவற்றுக்கும் ஒன்றானதாகவே உள்ளது. மொழிபெயர்க்கப்பட்டு உள்ள உரை தொடர்பில் Children's Oncology Group அமைப்பு எவ்வித உத்தரவாதமும்

வெளிப்படையாகவோஅல்லது உட்கிடையாகவோ வழங்கவில்லை என்பதுடன், தவறாக மொழிபெயர்க்கப்பட்டு உள்ள தகவல் எதற்கும் இந்த அமைப்பு பொறுப்பு ஏற்க மாட்டாது. இவ்வெளியீடுகளின் உள்ளடக்கம் மற்றும் மொழிபெயர்ப்பு ஆகியவற்றுக்கு அனுசரணை வழங்கும் நிறுவனங்களே முழுப் பொறுப்பையும் ஏற்றுக் கொள்வனவாக உள்ளன.

# குடும்பக் கைநூல்

*புதிதாக நோய் கண்டறிந்த நிலை வழிகாட்டி*

# முன்னுரை

*இந்த வழிகாட்டி நூல் புதிதாக நோய் கண்டறிந்த நிலையில் புற்றுநோய் பற்றி அறிய முற்படும் பெற்றோர் மற்றும் குடும்பத்தினருக்காக எழுதப்பட்டு உள்ளது. இந்த வழிகாட்டியை வாசிக்கும் நீங்கள் புற்றுநோய் வந்துள்ள விடலைப் பருவத்தினர் அல்லது இளைஞர் பருவத்தினர் என்றால், உங்களையும் நாம் வரவேற்கிறோம். இவ்வழிகாட்டியில் "உங்கள் பிள்ளை" என்று குறிப்பிட்டுக் கூறப்படுவது எல்லாம் உங்களுடைய பராமரிப்புக்கான தகவல் என்று கருதிக் கொள்ளுங்கள்.*

புற்றுநோய் என்று நோய் கண்டறியப்படும் பொழுது அது உங்கள் வாழ்விலும் உங்கள் முழுக் குடும்பத்தினர் வாழ்விலும் மாற்றங்களைக் கொண்டு வருகிறது. மனவழுத்தத்தை தருகின்ற அனுபவங்களை எதிர்கொண்டுசமாளிப்பதற்கு ஒவ்வொரு குடும்பமும் தனக்குரிய வழிகளை பின்பற்றுவது வழக்கம். பல குடும்பங்கள் எம்மிடம் கூறியதன்படி அவர்களுடைய பிள்ளையில் இந்த நோய் கண்டறியப்படும் பொழுது, பயம், கோபம், சோகம், மனக்குற்ற உணர்வு போன்ற மன உணர்வுகள் அவர்களிடம் வந்து சேருகின்றன. மனவழுத்தம் தருகின்ற இதுபோன்ற நேரங்களில் இவ்வாறான மன உணர்வுகள் மக்களில் உண்டாவது இயற்கையாக நிகழும் ஒன்றாகும். நீங்கள் மட்டும் தனித்து இவற்றை அனுபவிப்பதாகக் கருத வேண்டாம்.

இப்பொழுது உங்களுக்கு நிறையத் தகவல் வழங்கப்படுகின்ற ஒரு நிலை ஏற்பட்டு உள்ளது. பெரும்பாலும் நீங்கள் பலவித குழப்பமான எண்ணங்களால் சூழப்பட்டு இருக்கக் கூடிய இந்த நிலையில், மருத்துவம் தொடர்பிலான விடயங்கள் மற்றும் பராமரிப்பு பற்றி அறிந்து கொள்ளுங்கள் என்று உங்களிடம் கூறுகின்ற நிலை உண்டாகி உள்ளது. *புதிதாக நோய் கண்டறிந்த நிலை வழிகாட்டி(New Diagnosis Guide)* என்ற இக்கைநூல் உங்களுக்கு உதவ என்று உருவாக்கப்பட்டு உள்ளது. உங்கள் பிள்ளைக்கு புற்றுநோய் இருப்பதாக கண்டறிந்தமைக்கு உடன் பின்னராக உள்ள இந்த நிலையில் உங்களுக்கு மிகத் தேவையாக உள்ள தகவலில் நீங்கள் கவனம் செலுத்துவதற்கு உதவியாக இக்கைநூல் இருக்கிறது. உங்கள் ஆரோக்கிய பராமரிப்புக் குழுவினருடன் சேர்ந்து ஒவ்வொரு சமயம் ஒவ்வொரு படிநிலையாக நீங்கள் செயற்பட்டு, உங்கள் பிள்ளையின் பராமரிப்புக்கு வேண்டியவற்றை கற்றுக் கொள்ளுவீர்கள். நீங்கள் கற்றுக் கொள்ள இருப்பதற்கு இது ஒரு அறிமுக விளக்கமாக அமையும். உங்கள் பிள்ளையின் சிகிச்சைக் காலம் முழுவதும் உங்களுடைய ஆரோக்கிய பராமரிப்புக் குழுவினர் உங்களுடன் கலந்துரையாடி தொடர்ந்து முக்கிய தகவல்களை மீளாய்வு செய்து வருவர். உங்கள் ஆரோக்கிய குழுவினரில் எவரிடம் என்றாலும் கேள்விகள் கேட்பதற்கு நீங்கள் எப்பொழுதும் தயங்க வேண்டியது இல்லை.

புற்றுநோய் மற்றும் அதற்கான சிகிச்சை ஆகியவற்றை வெவ்வேறு வயதுகளில் உள்ள பிள்ளைகள் வெவ்வேறு அளவுக்குப் புரிந்து கொண்டு வெவ்வேறு விதமாகத் தமது உணர்வுகளை வெளியிடுகின்றனர். உங்கள் பிள்ளையின் தனித்துவ ஆளுமை, சமாளிக்கும் செயல்முறைத் திறன், ஆதார உதவித் தொகுதி, சிகிச்சைத் திட்டம் மற்றும் அவருடைய வயது, விருத்தி மட்டம் ஆகியன புற்றுநோயினை உங்கள் பிள்ளை எப்படி எதிர்கொண்டு சமாளிக்கிறார் என்ற விடயத்தை பாதிக்கும். புற்றுநோயைப் பற்றி தமது பிள்ளையிடம் சொல்லுவது பெற்றோருக்கு பெரும்பாலும் கஷ்டமான ஒரு விடயமாகவே இருக்கிறது. இது பற்றிய பல வருட அனுபவத்தின் பின்னணியில் நாம் அறிந்து கொண்டது என்னவெனில் உண்மையை உங்கள் பிள்ளையிடம் சொல்லாமல் விடுவது பாதகமான ஒரு நிலைமையை உண்டாக்கும். அப்படியான சமயத்தில் ஏதோ ஒன்று பிழையாக நடைபெறுகிறது என்று பிள்ளைகளால் விரைவாக உணர்ந்து கொள்ள முடிகிறது. பெற்றோரிடம் பிள்ளைகள் எப்பொழுதும் உண்மை பேச வேண்டும் என்றால் தமது பெற்றோரை நம்பலாம் என்று முதலில் அவர்கள் உணர்ந்து கொள்ள வேண்டும். உங்களுடைய பிள்ளையுடன் நீங்கள் மருத்துவ முறையில் கண்டறியப்பட்டஅவரின் நோய் பற்றிப் பொருத்தமாகக் கதைப்பதற்குஉதவக் கூடிய அங்கத்தவர்கள் உங்கள் ஆரோக்கிய பராமரிப்புக் குழுவில் இருக்கிறார்கள். மருத்துவ ஆலோசனை, நிதியுதவி மற்றும் ஆதாரமூல உதவிகளை அணுகிப் பெறுதல் ஆகிய விடயங்களை நீங்களும் உங்கள் பிள்ளையும் சமாளித்துக் கொண்டு முன்செல்லுவதற்கு இவர்கள் உதவ முடியும். உங்கள் ஆரோக்கிய பராமரிப்புக் குழுவினருடன் உங்களுடைய தேவைகள் பற்றி உரையாடுங்கள். இதனால் உங்களுக்குப் பொருத்தமான ஆதார உதவியினை நீங்கள் பெற முடியும்.

# சிகிச்சைக்குரிய மேல்அளாவிய விபரம்

இப்படிவத்தை நிரப்பிக் கொடுக்கும்படி உங்கள் வைத்தியர் அல்லது மருத்துவ தாதியிடம் கேட்கவும்

நோயாளர் பெயர் ______________________________

கண்டறியப்பட்ட மருத்துவ நோய் ______________________________

## சிகிச்சையில் பெரும்பாலும் அடங்கக் கூடியவை

- ☐ வேதிமுறைச் சிகிச்சை /Chemotherapy (புற்றுநோய் பீடித்த கலம்களை கொல்லுவதற்கு உரிய மருந்துகள்)
- ☐ நோயெதிர்ப்பியல் சிகிச்சை/Immunotherapy (புற்றுநோயை எதிர்க்கும் உள்ளார்ந்த உடல் திறனுக்கு வீரியம் ஊட்டும் மருந்துகள் கொடுக்கப்படும்)
- ☐ கதிர்வீச்சு சிகிச்சை/Radiation therapy (உயர்ந்த சக்திவாய்ந்த x-கதிர்கள் புற்றுநோய் பீடித்த கலம்களைக் கொல்லப் பயன்படுத்தப்படும்)
- ☐ அறுவைச் சிகிச்சை/Surgery (கட்டிகளை அகற்றுவதற்கு உபகரண உபயோகம் நடாத்தப்படும்)
- ☐ வேறு

## சிகிச்சை ஒழுங்குத் திட்ட அட்டவணை

சிகிச்சை இவ்வாறு ஆரம்பிக்கும் ______________________________

சிகிச்சை நீடிக்கும் காலம் ______________________________

## சிகிச்சை நடைபெறும் இடம்

- ☐ வைத்தியசாலையில் சிகிச்சை நடைபெறும் (இரவு தங்கும் ஏற்பாடு)
- ☐ சிகிச்சை-நிலையத்தில் (கிளினிக்) சிகிச்சை நடைபெறும் (பகலில் வந்து அதே நாளில் வீட்டுக்குப் போகும் ஏற்பாடு)

## எனது ஆரோக்கிய பராமரிப்பு குழுவினர்

மருத்துவர்(கள்) ______________________________

மருத்துவ தாதி(கள்) ______________________________

மற்றவர்(கள்) ______________________________

## எப்படி எனது ஆரோக்கிய பராமரிப்புக்குழுவினருடன் தொடர்பு கொள்வது

பகல் நேரம் ______________________________

பணிநேரங்களுக்குப் பிறகு (After Hours) ______________________________

புற்றுநோயியல் சிகிச்சை நிலையம் (Oncology Clinic) ______________________________

உள்தங்கி நிற்கும் நோயாளர் பிரிவு (Inpatient Unit) ______________________________

வீட்டில் பராமரிக்கும் நிறுவனம் (Home Care Company) ______________________________

வேறு ______________________________

# புற்றுநோய் மற்றும் அதற்கான சிகிச்சை பற்றியது

## புற்றுநோய் என்பது என்ன?

புற்றுநோய் என்பது ஒரு குழு போன்று தொகுதியாகக் கருதப்படும் நோய்களுக்கு வழங்கப்பட்டு உள்ள ஒரு பெயர் ஆகும். இத்தொகுதியில் ஒவ்வொரு வகையான புற்றுநோயுக்கும் அதற்குரிய தனிப் பெயர், சிகிச்சை முறை, நோய்ப்பாதை முன்கணிப்பு (சிகிச்சை பலனளிக்கும் சாத்திய நிலை) ஆகியன உள்ளன. பிள்ளைகளில் வருகின்ற புற்றுநோய் பொதுவாக மூன்று குழுக்களாகப் பிரிவிடப்படுகின்றன:

- Leukemias – இரத்தப் புற்றுநோய்கள் (இரத்தம் உருவாகும் கலம்களில் ஏற்படும் புற்றுநோய்கள்)
- Lymphomas – நிணநீர் சுரப்பிப் புற்றுநோய்கள் (நோய் எதிர்ப்புத் தொகுதியில் ஏற்படும் புற்றுநோய்கள்)
- Solid tumors – திண்மநிலை கட்டிகள் (மூளை, எலும்புகள், தசைநார்கள், உறுப்புகள்அல்லது உடலின் வேறு இழையங்களில் ஏற்படும் புற்றுநோய்கள்)

## புற்றுநோயுக்கு எவ்வாறு சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது?

பிள்ளைப் பிராயத்தில் உண்டாகும் ஒவ்வொரு வகைப் புற்றுநோயுக்கும் வெவ்வேறு முறைகளில் சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது. சம்பந்தப்பட்ட ஒரு புற்றுநோய் வகைக்கு எது சிறந்தது என்று மருத்துவர்கள் கண்டறிந்த சிகிச்சை முறை எப்பொழுதும் பயன்படுத்தப்படும். உங்கள் பிள்ளைக்கான புற்றுநோய் சிகிச்சைக் காலத்தில், வெவ்வேறு கட்டங்களில் பின்வரும் சிகிச்சை முறைகளில் ஒன்று அல்லது அதனிலும் கூடிய முறைகளின் கூட்டு உபயோகமாகவும் மருத்துவர்கள் இவற்றைப் பயன்படுத்தலாம்.

### வேதிமுறைச் சிகிச்சை (CHEMOTHERAPY)

வேதிமுறைச் சிகிச்சை என்பது உடலில் தோன்றியுள்ள புற்றுநோய் பீடித்த கலம்கள் (cells) வளருவதை நிறுத்துதல் அல்லது அவற்றை அழித்தல் என்ற நோக்கத்துடன் மருந்துகளை பயன்படுத்தி செய்யப்படும் மருத்துவம் ஆகும். வேதிமுறைச் சிகிச்சை மருந்துகள் பல்வேறு வழிகளில் உடம்பினுள் சேர்க்கப்படலாம். இவற்றில் அடங்குவன:

- வாய் வழியாக கொடுத்தல்
- நாளம் ஒன்றின் உள்ளாக ஏற்றப்படுதல்
- ஊசிமருந்து வடிவத்தில் ஏற்றும் முறை (shot)
- முதுகுத் தண்டு வடத் திரவத்தின் உள்ளே செலுத்தப்படுதல்

உங்கள் பிள்ளைக்கான வேதிமுறைச் சிகிச்சை மருந்து அவருக்குக் கொடுக்கப்படும் முறைகள் பற்றி உங்கள் ஆரோக்கிய பராமரிப்புக் குழுவினருடன் உரையாடுங்கள்.

### நோயெதிர்ப்பியல் சிகிச்சை (IMMUNOTHERAPY)

நோயெதிர்ப்பியல் சிகிச்சை முறையில் உடலில் உள்ள நோயெதிர்ப்புக்கான தொகுதியை (நோய்த் தொற்றுடன் போராடும் கலம்களை) அல்லது நோயெதிர்க்கும் கலம்களில் இருந்து பரிசோதனைச் சாலைகளில் தயாரிக்கப்படும் மருந்துகளை பயன்படுத்தி, புற்றுநோய்க்கு எதிரான மருத்துவம் செய்யப்படும். நோயெதிர்ப்பியல் சிகிச்சை மருந்துகள் உடம்பினுள் சேர்க்கப்படும் வழிகள் :

- வாய்வழியாகக் கொடுத்தல்
- நாளம் ஒன்றின் உள்ளாக ஏற்றப்படுதல்

உங்கள் பிள்ளைக்கான நோயெதிர்ப்பியல் சிகிச்சைமருந்து அவருக்குக் கொடுக்கப்படும் முறைகள் பற்றி உங்கள்ஆரோக்கிய பராமரிப்புக் குழுவினருடன் உரையாடுங்கள்.

### கதிர்வீச்சு சிகிச்சை (RADIATION THERAPY)

கதிர்வீச்சு சிகிச்சை முறையில் உயர்ந்த சக்தி வலுவைத் தாங்கிய x-rays (x-கதிர்கள்) பாதிக்கப்பட்ட உறுப்பில் பாய்ச்சப்படுகின்றன. இக் கதிர்வீச்சினால் புற்றுநோய் பீடித்த கலம்கள் போன்று படுவேகமாக வளரும் கலம்கள் சேதமாக்கப்பட்டு அழிக்கப்படுகின்றன.

### அறுவைச் சிகிச்சை (SURGERY)

புற்றுநோயுக்கு சிகிச்சை செய்யும் பொழுது பல்வேறு வகையான அறுவை சிகிச்சை முறைகள் பயன்படுத்தப்படுகின்றன. சில வேளைகளில் புற்றுநோய்க் கட்டியை உடலில் இருந்து பிரித்து வெளியே எடுப்பது மட்டுமே போதுமான சிகிச்சையாக இருக்கலாம். வழக்கமாக இத்துடன் வேதிமுறைச் சிகிச்சை, அல்லது நோயெதிர்ப்பியல் சிகிச்சை அல்லது கதிர்வீச்சு சிகிச்சை போன்ற ஒன்றும் சேர்த்துப் பயன்படுத்தப்படும். அறுவைச் சிகிச்சையின் பின்பும் உடலில் தங்கிவிடும் புற்றுநோய் கலம்களை கொல்லுவதற்கு இந்த மேலதிக முறை உதவி செய்யும்.

### மத்திய நாளம் வழியான இணைப்புக் குழாய்கள் (CENTRAL VENOUS LINES /CVLS)

ஒரு மத்திய நாளம் வழியான இணைப்புக் குழாய், வேதிமுறை சிகிச்சை அடங்கலாக, மருந்துகளை உடலில் சேர்ப்பதற்குப் பாதுகாப்பான ஒரு பாதையைக் கொடுக்கிறது. ஒரு நாளத்தின் வழியாக இப்பாதை அமைகிறது. மத்திய நாளம் வழியான இணைப்புக் குழாய்களின் பல்வேறு வகைகள் அடுத்த பக்கத்தில் உள்ள படங்களில் காட்டப்பட்டு உள்ளன.

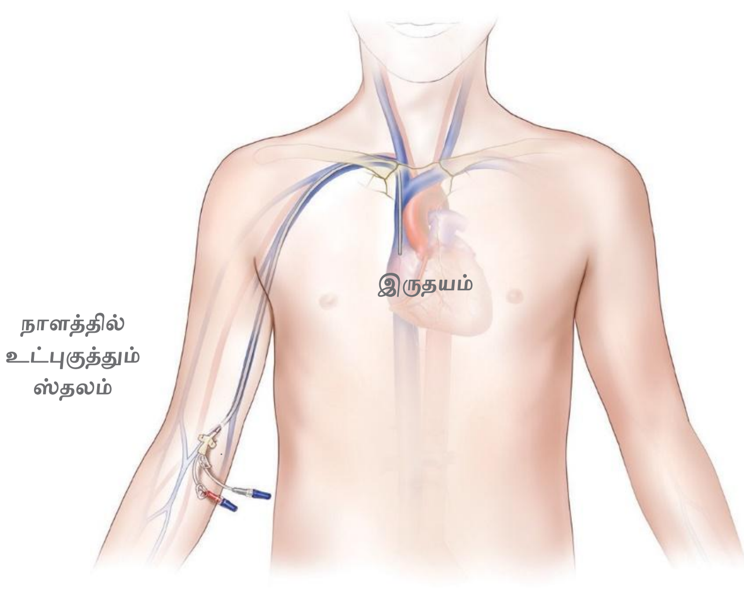
உங்கள் பிள்ளைக்குப் பொருத்தப்படும் மத்திய இணைப்புக் குழாய், இருதயத்திலிருந்து தூரப் பொருத்தப்படும் PICC (peripherally inserted central catheter) வகை, அல்லது இருதயத்துக்குச் வெளிப்புறமாகப் பொருத்தப்படும் external CVL வகையான ஒன்றாக இருக்குமாயின், இந்த இணைப்புக் குழாயினை வீட்டில் எப்படிப் பராமரிப்பது என்பதை உங்கள் மருத்துவ தாதி உங்களுக்குச் சொல்லிக் கொடுப்பார். இவற்றுக்குப் பதிலாக உங்கள் பிள்ளைக்கு இரத்தவோட்ட தொடர்புச் சாதனம் (port) ஒன்று பொருத்தப்படும் என்றால், உங்கள் பிள்ளை வைத்தியசாலையின் சிகிச்சை நிலையத்துக்கு அல்லது அவசரகால சிகிச்சை அறைக்கு வருவதற்கு முன்பாக நீங்கள் port என்ற இரத்தவோட்ட தொடர்புச் சாதனத்தை மூடியவாறு இருக்கும் தோல் பகுதிக்கு மேலாக விறைப்பு உணர்வு கொடுக்கும் களிப்பொருள் ஒன்றைத் தடவி விடவேண்டும் என்று உங்களிடம் கூறப்படலாம். இக்களிப்பொருள் விறைப்புணர்வை கொடுக்கும் என்பதால், வைத்தியசாலையில் port சாதனத்தில் ஊசி புகுத்தப்படும் பொழுது உங்கள் பிள்ளைக்கு இலகுவாக இருக்கும். உங்கள் பிள்ளைக்கு இப்படியான ஓர் ஏற்பாடு அவசியமா என்று உங்கள் பிள்ளையின் மருத்துவ தாதியிடம் விசாரித்து வைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

## *சிகிச்சை அடிப்படையிலான பரீட்சார்த்தம் என்றால் என்ன?*

நோய்கள் பற்றியும் (உ-ம்: புற்றுநோய்) அவற்றுக்கு சிகிச்சை செய்வதற்கான மிகச் சிறந்த முறைகள் எப்படியானவை என்பது பற்றியும் ஆரோக்கிய பராமரிப்புக் குழுவினர் மேலும் சிறப்பாக விளங்கிக் கொள்வதற்கு உதவியாக அமையும்படி செய்கின்ற ஆராய்ச்சி ஆய்வுகள், சிகிச்சை அடிப்படையிலான பரீட்சார்த்தங்கள் (Clinical trials) என்று கூறப்படும். பிள்ளைப் பிராயத்தில் உண்டாகும் புற்றுநோயுக்கு சிகிச்சை அளிப்பதில் இதுவரை அடைந்துள்ள முன்னேற்றத்திற்குக் காரணம், இவ்வாறான சிகிச்சை அடிப்படையிலான பரீட்சார்த்தங்களும் அவற்றில் பங்குபற்ற வருகின்ற பிள்ளைகள், விடலைப் பருவத்தினர் மற்றும் இளைஞர்களும் ஆகும்.

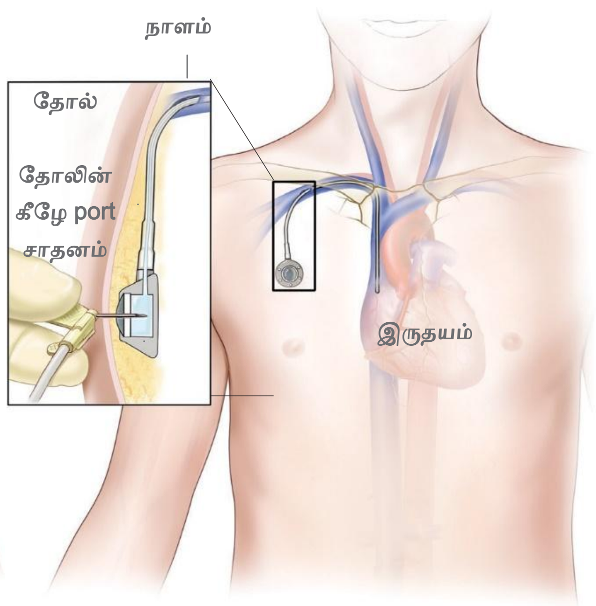
பிள்ளைகளுக்கு என்று சிகிச்சை அடிப்படையிலான பரீட்சார்த்தங்களை முன்னெடுப்பதில் உலகின் மிகப்பெரிய அமைப்பாக Children's Oncology Group/COG) (பிள்ளைகளுக்கான புற்றுநோயியல் குழு அமைப்பு) இருந்து வருகிறது. உலகில் வேறு எந்த நிறுவனத்தையும் விட அதிகமான அளவில் புற்றுநோயுள்ள பிள்ளைகளுக்கு சிகிச்சை செய்துள்ள அமைப்பாக இந்த COG அமைப்பு உள்ளது. உலகளாவிய அளவில், பல நாடுகளில் மருத்துவர்கள், மருத்துவ

தாதிகள் மற்றும் வேறு மருத்துவத் துறை நிபுணர்கள் புற்றுநோயுள்ள பிள்ளைகளுக்கு உரிய சிகிச்சை முறைகளை முன்னேற்றவென்று இடைவிடாது உழைத்து வருகின்றனர். உங்கள் பிள்ளைக்கும் இவ்வாறான சிகிச்சை முறையிலான பரிசோதனைகளில் பங்குபற்றும் வாய்ப்பு கிடைக்குமா என்று உங்கள் வைத்தியரும் மற்றைய ஆரோக்கிய பராமரிப்புக் குழுவினரும் உங்களுக்குத் தெரிவிப்பார்கள். சிகிச்சை முறையிலான பரீட்சார்த்தங்களில் சில, சிகிச்சை முறைகள் தொடர்பானவை ஆகவும் வேறு சில, புற்றுநோயுள்ள பிள்ளைகளுக்கு ஆதார உதவிகள் வழங்கும் வழிகள் பற்றியனவாகவும் இருக்கும். உங்கள் பிள்ளை சிகிச்சை முறையிலான பரீட்சார்த்தம் ஒன்றில் பங்குபற்றுவாரா இல்லையா என்று எந்தச் சமயத்திலும் நீங்கள் முடிவு எடுக்கலாம். இப்படியான சிகிச்சை முறைப் பரீட்சார்த்தம் ஒன்றில் பங்குபற்ற நீங்கள் விரும்பினால், முதலில் அதற்கான இணக்க அனுமதியை  நீங்கள் வழங்க வேண்டும். இது தகவல் கிடைத்த அறிவின் அடிப்படையில் வழங்கப்படும் இணக்கம் (informed consent) என்று கூறப்படும். உங்கள் ஆரோக்கிய பராமரிப்புக் குழுவினரில் ஒருவர் இதுபற்றி உங்களுக்கு விளக்கம் தருவார். உங்கள் அனுமதி வழங்கப்பட்ட பின்பாக, உங்களிடம் கையொப்பம் இடப்பட்ட இணக்கப்படிவத்தின் பிரதி ஒன்று கொடுக்கப்படும். அப்பிரதியில் சிகிச்சை அடிப்படையிலான பரீட்சார்த்தம் பற்றிய விளக்கமான தகவல் அடங்கி இருக்கும். இதுபற்றி மேலும் அறிந்து கொள்வதற்கு உங்களுடைய ஆரோக்கிய பராமரிப்பு குழுவினருடன் உரையாடுங்கள்.



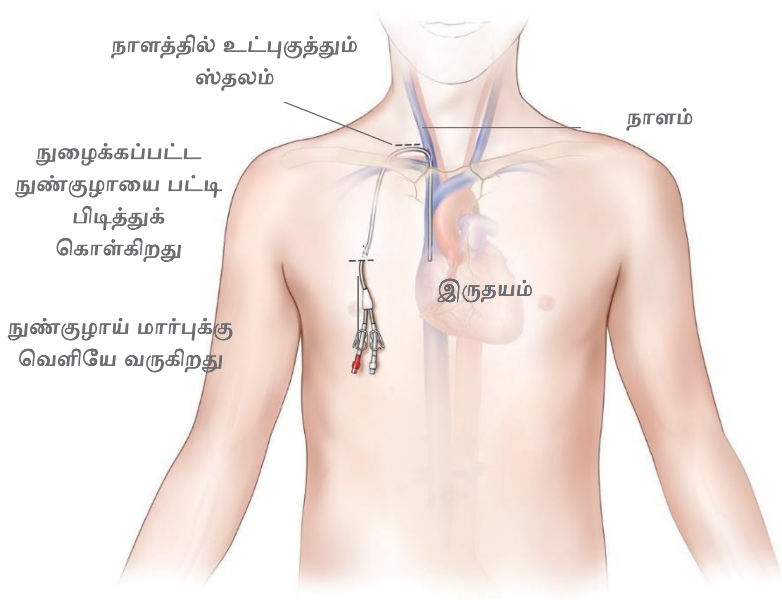

PICC

© 2011 TERESE WINSLOW LLC




PORTசாதனம்

© 2011 TERESE WINSLOW LLC




வெளிப்புற CVL- மார்பு

© 2011 TERESE WINSLOW LLC

# *எந்த சந்தர்ப்பத்தில் உதவி கோரி அழைக்க வேண்டும்*

சில வேளைகளில், புற்றுநோயுள்ள பிள்ளைகளில்தீவிர நிலைமை ஒன்றைக் காட்டும் எச்சரிக்கை அடையாளங்களாக அறிகுறிகள் (symptoms) தோன்ற நேரிடும். இவ்வாறான அறிகுறிகளை உங்களுடைய ஆரோக்கிய பராமரிப்புக் குழுவினர் அவசரகால நிலைமை ஒன்றின் அடையாளமாகக் கருதுகின்றனர். அவசரகால நிலைமை ஒன்றின் பொழுது நீங்கள் உடனடியாகவே செயலில் இறங்க வேண்டும் என்பதை கவனத்தில் கொள்ளுங்கள்.

உங்கள் பிள்ளைக்கு பின்வரும் அறிகுறிகளில் எது இருந்தாலும் உடனடியாக அவசரகால நிலைமைச் சேவையினரை(Emergency Services) தொலைபேசியில் அழையுங்கள் (அமெரிக்காவிலும் கனடாவிலும் இப்படி அழைப்பதற்கான தொலைபேசி எண்“911”):

- உங்கள் பிள்ளை மூச்செடுத்து விடவில்லை அல்லது அவர் மூச்செடுப்பதற்கு மிகவும் கஷ்டப்படுகிறார்.
- பிள்ளையின் தோல் அத்துடன்/அல்லது உதடுகள் நீல நிறம் பாய்ந்தனவாக தெரிகின்றன.
- பிள்ளைக்கு வலிப்பு நிலை வந்துள்ளது (வலிப்பினை வீட்டில் நீங்கள் பார்த்துச் சமாளிக்க முடியும் என்று உங்களிடம் ஆலோசனை கூறப்பட்டது *இல்லை*)
- பிள்ளையை அசைத்து எழுப்ப நீங்கள் முயன்ற போதிலும் அவர் கண் திறந்து பார்க்கவில்லை (சுயஅறிவு இழந்த மயக்க நிலை)

உங்கள் பிள்ளைக்குப் பின்வரும் அறிகுறிகளில் எது இருந்தாலும் உடனடியாக உங்கள் ஆரோக்கிய பராமரிப்புக் குழுவினரை தொலைபேசியில் அழையுங்கள். (பிள்ளைக்குரிய சிகிச்சை நிலையம் (கிளினிக்)அல்லது காரியாலயம் திறக்கும் வரையில் காத்திருக்க வேண்டாம்):

- காய்ச்சல் (வெப்ப நிலைஅளவு __________ அல்லது அதனிலும் கூடியது)
- குளிர் நடுக்கம் (உடல் நடுக்கம்)
- மூச்சு விடுவதில் கஷ்டம்
- இரத்தம் கசிதல் (5 முதல் 10 நிமிடங்களின் உள்ளாக அது நிற்கவில்லை)
- நடத்தையில் அல்லது விழிப்புணர்வு அளவில் மாற்றம் (உதாரணம்: மிகுந்த தூக்க நிலை, மிகவும் சினந்து கொள்ளும் நிலை, அல்லது கதைக்கும் பொழுது அர்த்தமில்லாது பிதற்றுதல்)
- கண்பார்வையில் திடீர் மாற்றம்
- கடுமையான அல்லது திரும்பத் திரும்ப வரும் தலையிடி
- முகம், கை அல்லது காலில் புதிதாக வந்துள்ள பலவீனம்
- கட்டுப்படுத்த முடியாத வலி
- மத்திய நாளவழி இணைப்புக் குழாயில் (CVL) உடைவு அல்லது கசிவு
- திரும்பத் திரும்ப வரும் வாந்தி அல்லது வயிற்றோட்டம்
- திரவ உணவுகளைக் குடிக்க முடியாத நிலை
- கொப்புளிப்பான் அல்லது அக்கியம்மை நோயின் தொடர்புக்கு உட்பட்டமை

*பிள்ளை தொடர்பில் ஏதாவது ஒரு விடயம் பற்றி உங்களுக்கு நிச்சயமாகத் தெரியவில்லை அல்லது யோசனையாக உள்ளது என்றால், தொலைபேசியில் அழைப்பது அழைக்காமல் இருப்பதைவிட எப்பொழுதும் மேலான செயலாக இருக்கும்!*

# அவசரகால நிலைமை அனுமதி அறைக்கு(ER) வருதல்

உங்கள் பிள்ளைக்கு ஒரு காய்ச்சல் அல்லது வேறொரு அவசரகால நிலைமை இருக்கிறது என்றால், வைத்தியசாலையின் அவசரகால நிலைமை அனுமதி அறைக்கு(Emergency Room) விரையும்படி உங்களுடைய ஆரோக்கிய பராமரிப்புக் குழுவினர் உங்களிடம் சொல்லக் கூடும்.

அவசரகால அனுமதி அறைக்கு நீங்கள் வந்து சேர்ந்த உடனே அங்குள்ள மருத்துவ சேவையினரிடம் பின்வருவனவற்றை கூறிவிடுங்கள் :

- உங்கள் பிள்ளைக்கு இருக்கின்ற புற்றுநோயின் வகை
- உங்கள் பிள்ளைக்கு புற்றுநோய் சிகிச்சை நடாத்தப்பட்ட மிகச் சமீபத்திய திகதி
- சமீபத்தில் நடாத்தப்பட்ட இரத்தப் பரிசோதனை முடிவுகள்
- உங்கள் பிள்ளையின் காய்ச்சல் உடனடியாகக் கவனிக்கப்பட்டு antibiotics வகையான மருந்து தாமதமில்லாமல் அவருக்குக் கொடுக்கப்படுதல் வேண்டும்.
- உங்கள் பிள்ளை நோய்வாய்ப்பட்டு இருக்கக் கூடிய மற்றைய மனிதர்கள் கூடியிருக்கும் இடத்தில் தொடர்ந்து காத்து நிற்க முடியாது.
- உங்கள் பிள்ளைக்கு குடல் கழுவும் எனிமா செயல்முறை மற்றும் குதவழிச் சொருகல் மருந்து பயன்படுத்தக் கூடாது என்பதுடன், குதவழியாக அவரின் வெப்பநிலையை அளவிடக் கூடாது.

இந்த நிலைக்கு முன்பாக, உங்கள் பிள்ளையில் கண்டறியப்பட்ட மருத்துவ நிலை அல்லது நோய்பற்றிக் குறிப்பிட்டு, விளக்கம் தரப்பட்டு, அவசரகால நிலை அனுமதி அறையில் அவரது தேவைகள் பற்றிக் கூறும் கடிதம் ஒன்றைத் தரும்படி உங்கள் ஆரோக்கிய பராமரிப்பு குழுவினரிடம் நீங்கள் கேட்டுப் பெறுங்கள். எந்த ஓர் அவசரகால நிலைமை அனுமதி அறைக்கும் உங்கள் பிள்ளையை எடுத்துச் செல்லும் சமயத்தில், எப்பொழுதும் இக்கடிதத்தை உங்களுடன் எடுத்துச் செல்லுங்கள்.

இந்த வழிகாட்டி கைநூலின் ஆரம்பப் பகுதியில் சிகிச்சைக்குரியமுக்கிய மேல் அளாவியவிபரம் (Treatment Overview) பற்றிய பக்கம் ஒன்று அடங்கி உள்ளது. உங்கள் பிள்ளையில் கண்டறியப்பட்ட மருத்துவ நிலை அல்லது நோய் மற்றும் முக்கியமான சிகிச்சைத் தகவல் ஆகியவற்றுடன், உதவிக்கு அழைக்கப்பட வேண்டியவர்களின் தகவல் என்பவற்றை குறிப்பிட்ட இந்த பக்கத்தில் நீங்கள் பதிவு செய்து கொள்ளலாம். அவசரகால நிலைமை அனுமதி அறைக்கு நீங்கள் செல்லும் பொழுது, குறிப்பிட்ட இந்த மேல் அளாவிய விபரப் பக்கத்தையும் உங்களுடன் எடுத்துச் செல்லுங்கள்.

# *காய்ச்சல்*

ஒருவரின் காய்ச்சல் என்பது அவருக்கு உள்ள பாரதூரமான நோய்த்தொற்று ஒன்றின் ஓர் அடையாளமாக இருக்கலாம். புற்றுநோயுக்கான சிகிச்சை பெற்றுவருகின்ற பிள்ளைகளுக்கு பாரதூரமான நோய்த் தொற்றுகள் ஏற்படும் ஆபத்து அதிகமாக உள்ளது. உங்கள் பிள்ளைக்கு ஒரு காய்ச்சல் நிலை இருக்கும் பொழுது, அதற்கு உடனடியாக மருத்துவ உதவி பெறப்படவில்லை என்றால், உங்கள் பிள்ளையின் சுகவீனம் மிகவும் மோசமடையலாம் என்பதுடன் அது அவரது உயிருக்கே ஆபத்தாகவும் முடியலாம்.

- உங்கள் பிள்ளைக்கு காய்ச்சல் இருக்கிறது என்றால் உடனடியாக உங்களுடைய ஆரோக்கிய பராமரிப்பு குழுவினரை தொலைபேசியில் அழையுங்கள். சிகிச்சை நிலையம் திறக்கும் வரையில் காத்திருக்க வேண்டாம்.
- உங்கள் பிள்ளைக்கு aspirin (salicylate), acetaminophen (Tylenol®), அல்லது ibuprofen (Motrin®, Advil®, and Pediaprofen™) போன்ற மருந்துகளை பிள்ளைக்குக் கொடுக்கலாம் என்று உங்கள் ஆரோக்கிய பராமரிப்பு குழுவினர் உங்களுக்குச் சொல்லி இருந்தால் மட்டுமே இவற்றைக் கொடுங்கள். அப்படிச் சொல்லாத நிலையில் இவற்றைக் *கொடுக்க வேண்டாம்*.

சிலவேளைகளில் காய்ச்சல் உண்டாகாமலே ஒரு நோய்த் தொற்று நிகழக்கூடும். உங்கள் பிள்ளைக்கு உடல் குளிர்ந்து நடுக்க நிலை ஏற்பட்டால் அல்லது அவரில் சுகவீனமான தோற்றம் இருப்பதாக உங்களுக்குத் தோன்றினால் காய்ச்சல் அவருக்கு இல்லை என்றாலும் உங்கள் ஆரோக்கிய பராமரிப்புக் குழுவினரை உடனடியாகத் தொலைபேசியில் அழையுங்கள். சிகிச்சை நிலையம் திறக்கும் வரையில் காத்திருக்க வேண்டாம்.

உங்கள் பிள்ளைக்கு சுகவீனம் ஏற்பட்டால் அல்லது காய்ச்சல் தோன்றினால் உங்கள் பிள்ளையை வைத்தியசாலையில் அனுமதித்து antibiotics வகை மருந்து கொடுத்துப் பராமரிப்பு வழங்க வேண்டி இருக்கும்.

## உங்கள் பிள்ளையின் வெப்பநிலையை அளத்தல்

- உங்கள் வீட்டில் ஒரு வெப்பமானி (thermometer) இருப்பதையும் அது வேலை செய்யும் நிலையில் இருப்பதையும் அதனை நீங்கள் பயன்படுத்தத் தெரிந்து இருப்பதையும் உறுதி செய்யுங்கள்.
- உங்கள் பிள்ளையின் உடல் தொடும் பொழுது சூடாக இருக்கிறது என்றால் அல்லது பார்ப்பதற்கு பிள்ளை சுகவீனமாகத் தோன்றினால் அல்லது அது போன்று நடந்து கொண்டால் அவரின் வெப்பநிலையை அளந்து கொள்ளுங்கள்.
- உங்கள் ஆரோக்கிய பராமரிப்புக் குழுவினர் உங்களுக்குக் கற்றுத் தந்தது போல உங்கள் பிள்ளையின் வெப்பநிலையை அளந்து கொள்ளுங்கள். பிள்ளையின் பின்புறக் குதவாசல் வழியாக வெப்ப நிலையை அளக்க வேண்டாம். ஏனெனில் இப்படிச் செய்வதனால் இரத்தக் கசிவு அல்லது நோய்த் தொற்று உண்டாகலாம்.

# நோய் அறிகுறிகளை மேலாண்மை செய்தல்

சிகிச்சைக் காலத்தின் பொழுது உங்கள் பிள்ளையை பாதுகாப்பாக வைத்திருப்பதும் அவர் முடிந்த அளவு சுகமான ஓர் உணர்வைக் கொண்டிருக்க வைப்பதுமே எமது இலக்காக உள்ளது. சிகிச்சையின் காரணமாகத் தோன்றும் பக்க விளைவுகளை நீங்கள் புரிந்து கொள்வதன் மூலம் உங்கள் பிள்ளைக்கு வேண்டிய ஆதார உதவியினை எப்படி வழங்குவது என்று உங்களுக்குத் தெரிய வரும். அத்துடன் ஆரோக்கிய பராமரிப்புக் குழுவினரை உதவி வேண்டி எப்பொழுது அழைப்பது என்பதையும் நீங்கள் அறிந்து கொள்வீர்கள். வைத்தியசாலையிலோ அல்லது வீட்டிலோ உங்கள் பிள்ளைக்கு நல்ல உடல் நலம் இல்லாத பொழுது அல்லது அவர் அசௌகரியமாக இருக்கிறார் என்றால் நீங்கள் மற்றவர்களிடம் உதவி கோருவது எச்சமயத்திலும் பொருத்தமானது.

## இரத்தக் கசிவுடன் மிகவும் களைத்த உணர்வு

வேதிய சிகிச்சை முறையின் விளைவாக உங்கள் பிள்ளையின் குருதிக் கூறுகளின் எண்ணிக்கைகள் (blood counts) கீழ் இறங்க நேரிடலாம். இதன் விளைவாக இரத்தக் கசிவு உங்கள் பிள்ளைக்கு உண்டாகலாம் அல்லது அவர் மிகவும் களைத்தவரான ஒரு நிலைமைக்கு மாறலாம். உங்கள் பிள்ளையில் பின்வரும் அறிகுறிகள் தோன்றுமென்றால் உங்கள் ஆரோக்கிய பராமரிப்புக் குழுவினரைத் தொலைபேசியில் அழையுங்கள்:

- பிள்ளை மிகவும் களைத்தவராக, முகம் வெளிறியவராக இருக்கின்றார் அல்லது தலையிடி அல்லது தலைச்சுற்று இருப்பதாக முறைப்பாடு செய்கிறார்.
- பிள்ளையின் உடல்தோலில் உராய்வுக் காயங்கள் வழக்கத்தை விட இலகுவாகத் தோன்றுகின்றன.
- பிள்ளையின் உடல் தோலில் சிறிய சிவப்பு நிறப் புள்ளிகள் உள்ளன.
- பிள்ளையின் மூக்கு, முரசுகள் பகுதிகளில் அல்லது மத்திய நாளம்வழி இணைப்புக் குழாயினைச் சுற்றிய பகுதியில் இருந்து இரத்தம் கசிகிறது.

உங்கள் பிள்ளையில் இரத்தக் கசிவு உண்டாகி 5 தொடக்கம் 10 நிமிடங்களுக்கு உள்ளாக அது நிற்கவில்லை என்றால் உங்களுடைய ஆரோக்கிய பராமரிப்புக் குழுவினரை உடனே தொலைபேசியில் அழையுங்கள்.

இரத்தக் கசிவு வராமல் தடுப்பதற்கு உங்கள் பிள்ளை பின்பற்ற வேண்டிய சில பாதுகாப்பு முறைகள் :

- முட்டிமோதி ஆடும் விளையாட்டுகளையும் தொட்டு ஆடும் விளையாட்டு பந்தயங்களையும் தவிர்த்தல்
- பல்துலக்கியில் மென்மையான தூரிகை உடையவற்றை பயன்படுத்துங்கள்
- குருதிக் கூறுகளின் எண்ணிக்கைகள் தாழ்வாக இருக்கும் நேரங்களில் aspirin அல்லது ibuprofen மருந்துகள் கொடுப்பதைத் தவிருங்கள்.

## வலி

புற்றுநோயுள்ள பிள்ளைகளில் தோன்றும் வலி/நோவுக்கு பல மூலகாரணங்கள் இருக்கலாம். பிள்ளையின் உடலில் உள்ள புற்றுநோய்க் கலம்கள் எலும்பில் அல்லது இழையங்களில் வலியை உண்டாக்கலாம். புற்றுநோய்ச் சிகிச்சையின் சில பக்க விளைவுகள் (உ-ம்: வாயின் உட்புறம் அல்லது தோலில்தோன்றும் புண்கள்) வலியுடன் கூடியனவாக இருக்கலாம். சில வகையான அறுவைச் சிகிச்சைகளில் இருந்து குணமடையும் பொழுதும் நோவுணர்வு ஏற்படலாம். உங்கள் பிள்ளையில் பின்வரும் அறிகுறிகள் இருக்குமென்றால் உங்கள் ஆரோக்கிய பராமரிப்புக் குழுவினரை தொலைபேசியில் அழையுங்கள்.

- புதிதாகத் தோன்றியுள்ள அல்லது முன்பு இருந்ததை விட அதிகரித்து வருகின்ற ஒரு வலி
- வீட்டில் உபயோகிக்கவென்று உங்களுக்குத் தரப்பட்டு உள்ள வலிநிவாரண மருந்துகளால் முன்னேற்றம் அடையாத வலி

## குமட்டல், வாந்தி எடுத்தல் மற்றும் வயிற்றோட்டம்

புற்றுநோய்ச் சிகிச்சை, குமட்டல் மற்றும் வாந்தியை விளைவிக்கக் கூடும். இவ்வாறான குமட்டல் மற்றும் வாந்திநிலைக்கு உதவியாக வீட்டில் உங்கள் பிள்ளை எடுப்பதற்கு என்று வீட்டுக்குத் திரும்பும் பொழுது உங்களிடம் மருந்துகள் கொடுக்கப்பட்டு இருக்கலாம். இவற்றுக்கான அறிவுறுத்தல்களை கவனமாகப் பின்பற்றுங்கள். உங்கள் பிள்ளைக்கு குமட்டல் அல்லது வாந்தி உண்டாகும் என்றால், நீங்கள் குளிரான தெளிந்த திரவப் பதார்த்தங்களையும் சொட்டு சொட்டாகப் பருகுவதற்கு கொடுக்கலாம் அல்லது இலகுவாக சமிபாடு அடையக் கூடிய கிராக்கர்கள் அல்லது சோறு போன்ற உணவுகளை சிறிய வாய் அளவுகளாக உண்ணவும் கொடுக்கலாம்.

புற்றுநோய்ச் சிகிச்சையின் விளைவாகச் சில வேளைகளில் வயிற்றோட்டம் (அடிக்கடி வெளிவரும் நீர்போன்ற தன்மையுடைய மலம்) உண்டாகலாம்.

வாந்தி எடுத்தல் மற்றும் வயிற்றோட்டம் ஆகியவற்றின் விளைவாக உங்கள் பிள்ளைக்கு நீரிழந்த நிலை (dehydration) அதாவது உடலில் போதிய அளவு திரவம் இல்லாத நிலை உண்டாகும் ஆபத்து உண்டாகலாம். உங்கள் பிள்ளையில் நீரிழந்த நிலைக்கான அடையாளங்கள் தென்படுமாயின் உங்கள்ஆரோக்கிய பராமரிப்புக் குழுவினரை உடனடியாகத் தொலைபேசியில்அழையுங்கள். நீரிழந்த நிலைக்கான அடையாளங்களில் அடங்குவன:

- உலர்ந்த வாய் அல்லது உதடுகள்
- பிள்ளை அழும்பொழுது கண்ணீர் வராத நிலை
- வழக்கத்தை விடக் குறைந்த அளவில் சிறுநீர் கழிதல்
- கருமை நிறமான சிறுநீர்
- திரும்பத் திரும்ப நிகழும் வாந்தி அல்லது வயிற்றோட்டம்
- திரவங்களை குடிக்க முடியாமல் இருத்தல்

## மலச்சிக்கல்

மலச்சிக்கல் (Constipation) என்பது பிள்ளைக்கு வழக்கத்தை விடக் குறைவான தடவைகளில் இறுக்கமான கட்டிகளாக வெளியேறும் குடல் மலம் உள்ள நிலைமை ஆகும். வேதிய சிகிச்சை முறை மருந்து (உ-ம்: vincristine) மற்றும் வேறு சில மருந்துகள் (உ-ம்: வலி நிவாரண மருந்துகள்) மலச்சிக்கலை உண்டாக்கலாம். வீட்டில் உண்டாகும் மலச்சிக்கலுக்கு உதவியாக வழங்கப்படும் மருந்துகளுக்கான அறிவுறுத்தல்களைப் பின்பற்றுங்கள். உங்கள் பிள்ளைக்கு பின்வரும் அறிகுறிகள் உண்டு என்றால் உங்கள் ஆரோக்கிய பராமரிப்புக் குழுவினரை தொலைபேசியில் அழையுங்கள்:

- உங்கள் பிள்ளைக்கு இருக்கின்ற கிரமமுறையில் மலம் கழியும் ஒழுங்கில் உண்டாகும் ஒரு மாற்றம் (வழக்கத்தை விடக் குறைவான தடவைகள், குறைந்த அளவில் மலம் கழிதல்)
- மலம் கழியும் பொழுது உண்டாகும் வலி
- மலச்சிக்கலுக்கு என்று மருந்து கொடுத்த பின்பும் இறுக்கமாக மலம் கழிதல்

## தலை மயிர் கொட்டுதல்

புற்றுநோயுக்கான சில சிகிச்சை முறைகளின் விளைவாக தலைமயிரை முற்றாகவே இழக்கலாம் அல்லது அதன் அடர்த்தி குறைய நேரிடலாம். நோயக்கான சிகிச்சை ஆரம்பித்து 7 முதல் 10 நாட்களின் உள்ளாக தலை மயிர் கொட்டத் தொடங்கலாம். உடலின் வேறு பகுதிகளில் உள்ள மயிர்களும் இவ்வாறு பாதிக்கப்படலாம். தலைமயிர் கொட்ட ஆரம்பிக்கும் பொழுது, சில பிள்ளைகளும் அவர்களுடைய பெற்றோரும் தலைமயிரை முடிந்த அளவு கட்டையாகக் கத்தரித்துவிட விரும்புகின்றனர். புற்றுநோயுக்கான சிகிச்சைகளின் தீவிரம் குறையும் பொழுது அல்லது சிகிச்சை முடிவடையும் பொழுது பிள்ளையின் தலைமயிர் வழக்கமாகத் திரும்பவும் வளர்ந்து விடும்.

# நோய்த் தொற்றினை தடுத்தல்

பாடசாலை, வீடு அல்லது உங்கள் குடியிருப்புச் சமூகம் என்று எங்கிருந்தாலும் உங்கள் பிள்ளை கிருமிகளுக்கு முகம் கொடுத்தவாறுதான் இருப்பார். எங்கள் எல்லோரின் உடல்களிலும், எமது தோல், வாய் மற்றும் சிறுகுடல் (உணவுப் பாதை) என்று பல இடங்களில் கிருமிகள் இருக்கின்றன. கிருமிகள் எமது சுற்றாடல்களிலும் நோய்த்தொற்று உள்ள மனிதர்களிலும் காணப்படுகின்றன. புற்றுநோயுக்கென்று சிகிச்சை பெற்றுவரும் பிள்ளைகள் ஆரோக்கியமான பிள்ளைகள் போன்ற அளவுக்கு சிறப்பாகக் கிருமிகளை எதிர்த்துப் போராட முடிவதில்லை. எனவே நோய்த் தொற்றினைத் தடுப்பதற்கான வழிமுறைகளை பிள்ளைகள் எடுக்கவேண்டியது மிகவும் முக்கியமாக உள்ளது.

## சுகாதாரம் (HYGIENE)

நோய்த்தொற்றினைத் தடுப்பதற்கு மிகவும் முக்கியமான வழி உங்கள் கைகளைச் சுத்தமாக வைத்திருப்பதுடன் உங்கள் பிள்ளையும் அவ்வாறு செய்ய உதவுவது ஆகும். ஒரு நபரில் இருந்து இன்னுமொருவருக்கு கிருமிகள் பரவுவதைத் தடைசெய்யும் ஒரு முயற்சியாக உங்கள் பிள்ளை, குடும்ப அங்கத்தினர், மற்றும் உங்கள் விருந்தாளிகள் ஆகியோரிடம் பின்வரும் பாதுகாப்பு முறைகளைப் பின்பற்றும் படி ஊக்குவியுங்கள்:

- கைகளை அடிக்கடி சவர்க்காரம் மற்றும் தண்ணீர் கொண்டு கழுவியபின்பு அத்துடன் /அல்லது கையில் கிருமி கொல்லும் மருந்தினையும் (hand sanitizer) தடவிக் கொள்ளுங்கள்.

மலசல கூடத்தினை உபயோகித்த பின்பாக கைகளைக் கழுவுதல் விசேட முக்கியத்துவம் உடைய ஒன்றாக உள்ளது. மேலும் பின்வரும் செயல்முறைகளுக்கு முன்பாக உங்கள் கைகளைக் கழுவுதலும் மிக முக்கியம் ஆகும்:

- உங்கள் பிள்ளைக்குப் பராமரிப்பு வழங்குதல்
- உங்கள் பிள்ளைக்கான மருந்துகளை கொடுக்க ஆயத்தம் செய்தல்
- உங்கள் பிள்ளைக்கான உணவினைத் தயார் செய்தல்

உங்கள் பிள்ளைக்கும் பின்வரும் விடயங்களை ஞாபகப்படுத்துவது அவசியம் ஆகும்:

- பருகும் கோப்பைகள், தண்ணீர் போத்தல்கள் அல்லது உணவு உண்ணும் உபகரணங்கள் ஆகியவற்றைப் பிறருடன் பகிர்ந்து கொள்ளக் கூடாது.
- பல் துலக்கும் தூரிகையினை யாருடனும் பகிர்ந்து கொள்ள வேண்டாம்.
- உங்கள் ஆரோக்கிய பராமரிப்புக் குழுவினர் அறிவுறுத்தியபடி கிரமமான முறையில் தண்ணீரில் குளிப்பது அல்லது தலை கழுவுதல்

## விருந்தாளிகளுக்கும் நண்பர்களுக்கும்நோய்த்தொற்று இருக்கிறதா என்று பரிசீலனை செய்து பார்த்துக் கொள்ளுதல்

வேறு பிள்ளைகள் உட்பட உங்கள் பிள்ளையை வந்து பார்க்கும் விருந்தாளிகள் தொடர்ந்து வருவதற்கு அனுமதியுங்கள். ஆனாலும்அவர்கள் வருவதற்கு முன்பாக நேரத்துடன் குறித்த விருந்தாளி அல்லது நண்பர் நோய்த்தொற்று ஏற்படக் கூடிய நிலைமைக்கு உள்ளாகினாரா என்று விசாரித்துக் கொள்ளுங்கள். காய்ச்சல், வழிந்தோடும் மூக்கு, இருமல், வயிற்றோட்டம் அல்லது தோலில் படையுள்ள எவரும் பிள்ளையினைப் பார்ப்பதற்கு வரக்கூடாது.

## மிருகங்களைப் பராமரித்தல்

உங்கள் குடும்பத்தினரிடம் ஒரு செல்லப் பிராணி (pet) இருக்கிறது என்றால் உங்கள் பிள்ளை மிருகக் கூடுகளை (பறவைக் கூடு அல்லது ஆமைத் தண்ணீர் தொட்டி)சுத்தம் செய்தல், பூனைக் கழிவுப் பெட்டிகளை வெறுமையாக்குதல் அல்லது மிருக எச்சங்களைக் கையாளுதல் போன்ற எதையும் செய்யக் கூடாது. மிருகங்களின் எச்சப் பொருட்களில் இருக்கக் கூடிய கிருமிகள் உங்கள் பிள்ளைக்கும் தொற்றலாம். நீங்கள் ஒரு மிருகப் பண்ணை வீட்டில் வாழுவதாக இருந்தால் அங்குள்ள மிருகங்களுடன் வேலையில் ஈடுபடும் பொழுது மேலதிகமான நீங்கள் கையாள வேண்டிய பாதுகாப்பு முறைகள் பற்றி உங்கள் ஆரோக்கிய பராமரிப்புக் குழுவினருடன் உரையாடுங்கள்.

# சிகிச்சையின் பொழுது கையாளும் முன்னெச்சரிக்கை முறைகள்

### பல் பாதுகாப்பு

உங்களுடைய பிள்ளையின் பல், வாய், மற்றும் முரசுகளை சுத்தமாக வைத்திருங்கள். உங்கள் பிள்ளை தனது பற்களை ஒவ்வொரு உணவின் பின்பும் படுக்கைக்குப் போக முன்பாகவும், மென்மையான பல்தூரிகை மற்றும் பற்பசை கொண்டு சுத்தம் செய்ய வேண்டும். உங்கள் பிள்ளையை ஒரு பல்வைத்தியரிடம் கூட்டிச் செல்ல முன்பாக உங்கள் ஆரோக்கிய பராமரிப்புக் குழுவினருடன் கலந்துரையாடுங்கள்.

### தடுப்பூசி மருந்துகள்

உங்கள் பிள்ளை புற்றுநோயுக்கான சிகிச்சையை பெற்று வரும் காலத்தில் சில வகையான தடுப்பூசி மருந்துகளை அவர் பெறக்கூடாது. சுரக் காய்ச்சல் (Flu) ஊசி ஏற்றுதல் வழக்கமாக உங்கள் பிள்ளைக்கும் குடும்பத்தினர் யாவருக்கும் செய்யலாம் என்று பரிந்துரைக்கப்படும். தடுப்பூசி மருந்து எதனையும் உங்கள் பிள்ளைக்குக் கொடுப்பதற்கு முன்பாக உங்களுடைய ஆரோக்கிய பராமரிப்புக் குழுவினருடன் உரையாடுங்கள்.

### VARICELLA (கொப்புளிப்பான் அல்லது அக்கியம்மை) நோயின் தொடர்புக்கு உள்ளாகுதல்

கொப்புளிப்பான் (chickenpox) அல்லது அக்கியம்மை (shingles) நோயுக்கு உள்ளான யாரும் ஒருவருடன் உங்கள் பிள்ளை தொடர்பு கொண்டவராக இருக்கிறார் என்றால், நீங்கள் உங்களுடைய ஆரோக்கிய பராமரிப்புக் குழுவினரை உடனடியாக அழைக்க வேண்டும். கொப்புளிப்பான் நோயில் இருந்து பாதுகாப்பினை பெறுவதற்காக உங்கள் பிள்ளை மருந்து ஒன்றினை எடுக்க வேண்டும். இந்த மருந்து பலன் தருவதற்கு, சம்பந்தப்பட்ட நோயுற்றவருடன் பிள்ளை தொடர்பு கொண்ட பின்பு முடிந்த அளவு விரைவாக இந்த மருந்தினை உள்ளெடுக்க வேண்டும்.

### வேதிமுறைசிகிச்சை பாதுகாப்பு

புற்றுநோயக்கான வேதிமுறை சிகிச்சை மருந்து பிள்ளையின் உடலில் இருந்து சிறுநீர், மலம் மற்றும் வாந்தி ஆகியவற்றின் வழியாக வெளியேற்றப்படுகிறது. இதன் காரணமாக உங்கள் பிள்ளை வேதிமுறை சிகிச்சை மருந்தினைப் பெற்று வரும் காலத்தில், கடைசியாக அவர் தனது மருந்துப் பங்களவினை உள்ளெடுத்த பின்பு, அடுத்து வரும் 48 மணித்தியால நேரத்தின் பொழுது, நீங்கள் பின்தரப்பட்டுள்ள பாதுகாப்பு விடயங்களை முன்னெச்சரிக்கையாக பின்பற்றுதல் முக்கியம் ஆகும் :

- உங்கள் பிள்ளையின் உடலில் இருந்து வெளிவரும் கழிவுப் பொருட்களை (சிறுநீர், மலம், வாந்தி) அல்லது அப்பொருட்கள் ஒட்டியிருக்கும் வேறு பொருட்களை கையாளும் பொழுது, உபயோகத்தின் பின்பு வீசக்கூடிய நைற்றைல் பதார்த்தக் கையுறைகளை (nitrile gloves) அணிந்து கொள்ளுங்கள். கையுறைகளை அகற்றிய பிறகு எப்பொழுதும் கைகளைக் கழுவிக் கொள்ளுங்கள். நைற்றைல் கையுறைகள் பெரும்பாலான மருந்துக் கடைகள் மற்றும் மருந்தகங்களில் கிடைக்கின்றன.
- உங்கள் பிள்ளை மலசலக் கூடத்தின் கழிவு இருக்கையை உபயோகித்து முடிந்த பின்பாக, ஒவ்வொரு தடவையும் அதன் மூடியை கீழ் இறக்கி இரண்டு தடவைகள் நீர்த்தாரை கொண்டு கழுவி விடவும்.
- பிள்ளையின் உடல் கழிவுப் பொருட்கள் ஒட்டியிருக்கும் ஆடைகள் அல்லது படுக்கை விரிப்புகளை மற்றைய சலவைத் துணிமணிகளில் இருந்து வேறாகப் பிரித்து சூடான சவர்க்காரத் தண்ணீரில் கழுவுங்கள். அதன்பின்பு அவற்றை மீண்டும் ஒருமுறை உங்கள் வழக்கமான துணிமணிகளுடன் சேர்த்துச் சலவை செய்யுங்கள்.

- பிள்ளையின் கழிவுப் பொருள் படிந்த ஆடைகள் அல்லது படுக்கை விரிப்புகளை உடனடியாக சலவை செய்ய முடியவில்லை என்றால், அவற்றை இறுக்கமாக மூடக்கூடிய பிளாஸ்திக்கு பை ஒன்றில் இட்டு வேறாக வைக்கவும்.
- கழிவுப் பொருட்கள் ஒட்டியிராத பிள்ளையின் அழுக்குத் துணிமணிகளை நீங்கள் கையால் தொட்டு வழக்கம் போல் சலவை செய்ய முடியும்.
- உங்கள் பிள்ளை பாலருக்கான அரைக்கச்சை (diapers) அணிபவராக இருந்தால், அதனை மாற்றும் பொழுது உபயோகத்தின் பின் வீசக்சுடிய நைற்றைல் கையுறைகளை நீங்கள் கையில் அணிந்து கொள்ளுங்கள். அத்துடன் பிள்ளையின் கழிவுப்பொருள் ஒட்டியிருக்கும் அரைக்கச்சை அணிகளை பிளாஸ்திக் பை ஒன்றில் இட்டு இறுக்கமாக மூடி வெளி அனுப்புங்கள்.
- கர்ப்பமாக உள்ள அல்லது குழந்தைக்குப் பாலூட்டும் பெண்கள், புற்றுநோய் உள்ள பிள்ளைக்கு வேதிய முறை சிகிச்சை மருந்து கொடுக்கப்படும் பொழுதும் மருந்து கொடுக்கப்பட்ட பின்பு அடுத்து வரும் 48 மணி நேரத்துக்கும், நோயுற்ற பிள்ளையின் கழிவுப் பொருளைத் தொடுவதை முடியும் பொழுது தவிர்க்க வேண்டும். கர்ப்பமான ஒரு பெண், நோயுற்ற பிள்ளையின் கழிவுப் பொருள் படிந்த பொருட்களை இந்த நேரம் கையாள வேண்டிய தேவை உண்டென்றால், அப்பெண் உபயோகத்தின் பின் வீசக்கூடிய நைற்றைல் கையுறைகளை அணிய வேண்டும்.

## *வேறு முன்னெச்சரிக்கையான செயல்முறைகள்*

### மத்திய நாளம் வழியானஇணைப்புக் குழாய் அவசரகால பராமரிப்பு

உங்கள் பிள்ளைக்கு PICC வகையான இணைப்புக் குழாய் அல்லது இருதயத்துக்கு வெளிப்புறமாக அமைந்த மத்திய நாள வழிக் குழாய் பொருத்தப்பட்டு இருக்குமென்றால், இணைப்புக் குழாயுக்கு அல்லது பாதுகாப்புப் பட்டியிட்ட இடத்துக்குச் சமீபமாக ஒருபோதும் கத்தரிக்கோல் பயன்படுத்த வேண்டாம். இணைப்புக் குழாயில் ஓர் உடைவு அல்லது கசிவு இருப்பதை நீங்கள் கண்டால் உடனடியாக உடைவுக்கு மேலே ஓரிடத்தில் இறுக்கி (clamp) ஒன்றினை இட்டுப் பூட்டி விடுங்கள். உங்கள் ஆரோக்கிய பராமரிப்புக் குழுவினரைஅழைப்பதுடன், உங்கள் பிள்ளையை வைத்தியசாலை அல்லது சிகிச்சை நிலையத்துக்கு கூட்டிச் சென்று உடைந்த குழாயினை புதுப்பியுங்கள்.

### மூளையில் கட்டிகள் அத்துடன்/அல்லது பாதைமாற்றும் குழாய்கள் உள்ள நோயாளர்களுக்கான முன்னெச்சரிக்கை செயல்முறைகள்

உங்கள் பிள்ளைக்கு மூளையில் கட்டி(tumor) அல்லது பாதைமாற்றும் குழாய்(shunt) ஒன்று பொருத்தப்பட்டு இருக்கும்பொழுது, பின்வரும் அறிகுறிகளில் எதனையும் நீங்கள் அவரில் கண்டால், உங்கள் ஆரோக்கிய பராமரிப்புக் குழுவினரை உடனடியாகத் தொலைபேசியில் அழையுங்கள் :

- தீவிரமான அல்லது திரும்பத் திரும்ப வருகின்ற தலையிடிகள்
- திரும்பத் திரும்ப நிகழும் வாந்தி
- மிகவும் கடுமையான தூக்க இயல்பு
- சினக்கும் இயல்பு
- குழப்பமான மனநிலை
- பாதைமாற்றும் குழாயின் வழி நெடுகிலும் வீக்கம் அல்லது சிவந்த நிலை

உங்கள் பிள்ளைக்குப் பின்வரும் நிலை உண்டு என்றால் அவசரகால நிலைமைச் சேவைகளை (Emergency Services) உடனடியாக அழையுங்கள். (இதற்கான தொலைபேசி எண் அமெரிக்கா மற்றும் கனடா நாடுகளில் "911"):

- வலிப்பு (வீட்டில் நிகழும் ஒரு வலிப்பு நிலைமையை உங்களால் சமாளிக்க முடியும் என்று உங்களிடம் கூறப்படவில்லை.)

### அறுவைச் சிகிச்சைக்குப் பின்பான/அறுவைக் காயப் பராமரிப்பு

உங்கள் பிள்ளைக்கு அறுவைச் சிகிச்சை நடாத்தப்பட்டு இருந்தால், அறுவைக் காயத்தை எப்படிப்பராமரிப்பது என்பது பற்றியும் தேவைப்பட்டால் அதனை மூடி ஒட்டப்படும் மருத்துவ கவசத்தை (bandage) மாற்றுவது எப்படி என்றும் மருத்துவ தாதி உங்களுக்குக் காட்டித் தருவார். பொதுவாக, அறுவை சிகிச்சை நடாத்தப்பட்ட உடற்பிரதேசத்தை சுத்தமாகவும் உலர்வாகவும் வைத்திருப்பது முக்கியம் ஆகும். அத்துடன் அறுவைக் காயம் பூரணமாகக் குணமாகும் வரையில், அதற்கு மேல் அழுத்தம் (உ-ம்: முரடான செயற்பாடுகள்) எதுவும் பிரயோகிக்காமல் காயத்தை பாதுகாப்பதும் அவசியமாகும்.

# மருந்துகளைக் கொடுத்தல்

உங்கள் பிள்ளைக்குக் கொடுக்கப்படும் மருந்துகளில் ஒவ்வொன்றும் கொடுக்கப் படுவதற்கான காரணத்தை நீங்கள் விளங்கிக் கொள்வது முக்கியம் ஆகும். அத்துடன் அவற்றில் ஒவ்வொன்றையும் சரியான முறையில் கொடுப்பது எப்படி என்றும் அறிந்து வைத்திருப்பது அவசியம் ஆகும். இம்மருந்துகளில் முக்கிய வகைகள் கொடுக்கப் படுவதற்கான காரணங்கள் :

- புற்றுநோயுக்கு என்றவாறான சிகிச்சை (சில பிள்ளைகள் இம்மருந்துகளை வீட்டில் இருந்து கொண்டு உள்ளெடுப்பர்).
- மருத்துவ முறையிலான சிக்கல்கள் உண்டாவதைத் தடுத்தல் (உ-ம்: நோய்த்தொற்று)
- பிள்ளையில் காணும் அறிகுறிகளை மேலாண்மை செய்தல் (உ-ம்: வலி மற்றும் குமட்டல்)

வைத்திய சாலையில் இருந்து நீங்கள் வீட்டுக்குப் போவதற்கு முன்பாக, பிள்ளைக்கான மருந்துகளின் பட்டியல் ஒன்று உங்களிடம் கொடுக்கப்படும். மருந்துகள் பற்றி நீங்கள் இவ்விடயங்களை அறிந்து கொண்டீர்கள் என்பதை உறுதி செய்து கொள்ளுங்கள் :

- ஒவ்வொரு மருந்தின் பெயர்
- ஒவ்வொரு மருந்தும் எதற்காக கொடுக்கப்படுகிறது
- எவ்வளவு மருந்து கொடுக்க வேண்டும்
- குறித்த மருந்தினை எப்பொழுது கொடுப்பது
- குறித்த மருந்தினை எப்படிக் கொடுப்பது

பிள்ளையின் மருந்துகளில் ஒவ்வொன்றையும் எப்படிக் கொடுப்பது என்பதனை பிள்ளையின் மருத்துவ தாதி செய்து காட்டுவார். நீங்கள் வீட்டுக்குப் போவதற்கு முன்பாக, மருந்துகளைக் கொடுப்பதற்கான முறைகளைச் செய்து பழகுவதற்கு உரிய ஒரு நேரத்தைத் திட்டமிட்டு ஒதுக்கவென்று உங்கள் மருத்துவதாதியுடன் கலந்துரையாடுங்கள். நீங்கள் வீட்டுக்குப் போவதற்கு முன்பாக மருந்தகத்தில் (pharmacy) இருந்து உங்கள் மருந்துகளைக் கையில் பெற்றுக் கொள்ளுவது மிகச் சிறப்பாக இருக்கும். ஆரோக்கிய பராமரிப்புக் குழுவினருடன் சேர்ந்து மருந்துகளை மீளாய்வு செய்வதற்கு இது உதவியாக இருக்கும். நீங்கள் வீட்டுக்குப் போவதற்கு முன்பாக மருந்துகளை கையில் பெற்றுக் கொள்ள முடியவில்லை என்றால், பின்பு எங்கே அம்மருந்துகளைப் பெறமுடியும் என்றும் பிள்ளையின் மருந்துகளில் எதையாவது உங்களுக்கு மருந்தகம் பெற்றுத் தரமுடியாது போனால் என்ன செய்வது என்றும் நீங்கள் உறுதியாக அறிந்து கொள்ளுங்கள்.

உங்கள் பிள்ளை மருந்துகளை உள்ளெடுப்பதில் அவருக்கு பிரச்சினை இருந்தால் அல்லது மருந்துக் குளிகைகளை விழுங்க முடியாமல் போனால் அதுபற்றி உங்கள் பிள்ளையின் மருத்துவ தாதி அல்லது வைத்தியரிடம் சொல்லுங்கள். உங்கள் பிள்ளைக்கு அந்த மருந்தினை கொடுப்பதற்கான மிகச் சிறந்த வழியை கண்டறிவதற்கு அவர்கள் உங்களுக்கு உதவ முடியும். உங்களுடைய மருத்துவ தாதி அல்லது பிள்ளை வாழ்வாதார நிபுணர் குளிகைகளை விழுங்கும் முறையினை உங்கள் பிள்ளை பழகிப் பயிலுவதற்கும் உதவி செய்யலாம். உங்கள் பிள்ளை வீட்டில் மருந்தின் ஒரு பங்களவினை வாந்தி எடுத்து விட்டால் என்ன செய்வது என்பது பற்றி உங்கள் மருத்துவ தாதி அல்லது வைத்தியருடன் உரையாடுங்கள்.

வீட்டுக்கு நீங்கள் போய்ச் சேர்ந்த பின்பு இவற்றைச் செய்யுங்கள்:

- நீங்கள் சிகிச்சை நிலையம் (கிளினிக்), வைத்தியசாலை அல்லது அவசரகால நிலைமை அனுமதி அறைக்கு என்று வருகின்ற ஒவ்வொரு சந்தர்ப்பத்திலும் உங்கள் பிள்ளையின் மருந்துகள் மற்றும் அம்மருந்துகளின் பட்டியல் ஆகியவற்றை உங்களுடன் எடுத்து வாருங்கள்.

- உங்கள் பிள்ளையின் மருந்துகளில் எதற்காயினும் வீட்டில் உள்ள கையிருப்பு குறைந்து வருகிறது என்றால், உடனடியாக உங்கள் வைத்தியர் அல்லது மருத்துவ தாதியிடம் அதுபற்றித் தெரிவியுங்கள்.
- உங்கள் பிள்ளையின் மருந்துகளை பாதுகாப்பான ஓர் இடத்தில், பிள்ளைகள் மற்றும் வீட்டின் செல்லப் பிராணிகள் அணுக முடியாமல் பூட்டி வையுங்கள்.

# உங்கள் ஆரோக்கிய பராமரிப்பு குழுவினருக்கான குறிப்புகள் & கேள்விகள்

இந்த *'புதிதாக நோய் கண்டறிந்த நிலை வழிகாட்டி'* *(New Diagnosis Guide)* கைநூல் உங்களுக்கு உதவிகரமாக உள்ளது என்று நாம் நம்புகிறோம். உங்கள் பிள்ளையில் நோய் கண்டறியப்பட்டு உடன் பின்னராக உள்ள இத்தருணத்தில் உங்களுக்கு மிக முக்கியமாக உள்ள தகவல்களை உங்களிடம் வழங்குவதற்கு என்று இதனை நாம் உருவாக்கி இருக்கிறோம். இதில் அடங்கி உள்ள விடயத் தலைப்புகளில் எது பற்றியாயினும் அல்லது இதில் அடங்கி இருக்காத வேறு விடயத் தலைப்புகள் பற்றி என்றாலும், மேலதிக தகவல் பெறுவதற்கு தயவு செய்து Children's Oncology Group அமைப்பின் *குடும்பக் கைநூல் (Family Handbook)* வெளியீட்டின் முழுமையான தயாரிப்பு வடிவத்தைப் பாருங்கள் அல்லது உங்கள் ஆரோக்கிய பராமரிப்பு குழுவினருடன் உரையாடுங்கள்.