కంటి గాయాలు – ఎలాగ వ్యవహరించాలి

డా సుశాంక్ భలేరాప్

కన్సల్టెంట్

కార్నియా ఇన్స్టిట్యూట్

కోడె వెంకటాద్రి చౌదరి ప్రాంగణం

ఎల్ వి ప్రసాద్ నేత్ర వైద్య విజ్ఞాన సంస్థ, విజయవాడ

ప్రపంచవ్యాప్తంగా వ్యాధి భారంలో 16% మరియు మరణాలలో 9% భాగస్వామ్యం గాయాలు. **కళ్ళకు గాయం** తరచుగా దృష్టి కోల్పోవడానికి దారితీయగల తీవ్రమైన గాయాలతో సంబంధం కలిగి ఉంటుంది. కంటి గాయాల తరువాత దాదాపు 1.6 మిలియన్ల ప్రజలు అంధులవుతున్నారని, మరియు 19 మిలియన్ల ప్రజలు ఒక కంటిలో చూపును కోల్పోతున్నారు లేదా దృష్టి మాంద్యంతో మిగిలిపోతున్నారని ప్రపంచ అంచనాలు సూచిస్తున్నాయి.

కంటి గాయాల ముఖ్య కారణాలు:

- కంటి గాయానికి అత్యంత సాధారణ కారణం రోడ్ ట్రాఫిక్ ప్రమాదాలు (ఆర్టీఏ)
- ఇతర కారణాలు – పారిశ్రామిక ప్రమాదాలు, పడటాలు, జంతువులు కొరకడం, వ్యక్తులమధ్య హింస, మరియు క్రీడల సంబంధిత కార్యకలాపాలు.

“కంటి గాయం తీవ్రతను తక్కువ అంచనా వేయడం తేలిక. ఇది పునరుద్ధరించలేని దృష్టి హానికి మరియు ముఖ వైకల్యానికి దారితీయవచ్చు. రోగికి సమయానుగత మరియు సముచిత సంరక్షణ మరియు చికిత్స ఇచ్చినట్లయితే కంటి గాయంవలన దృష్టి కోల్పోవడాన్ని నివారించవచ్చు. కంటి గాయాలకు సమయానుగతంగా వైద్య సంరక్షణ పొందడం ప్రాముఖ్యతగురించి ప్రజలకు అవగాహన కల్పించడం ముఖ్యం,” అన్నారు **డా సుషాంక్ భలేరాప్**, కన్సల్టెంట్, కార్నియా ఇన్స్టిట్యూట్, కోడె వెంకటాద్రి చౌదరి ప్రాంగణం, ఎల్ వి ప్రసాద్ నేత్ర వైద్య విజ్ఞాన సంస్థ, విజయవాడ.

క్రిందివి కంటికి గాయమయినప్పుడు గుర్తుంచుకోవలసిన కొన్ని ముఖ్యమైన అంశాలు:

చేయవలసినవి:

- శాశ్వత కంటి హాని అవకాశాలను తగ్గించడానికి, వీలయినంత త్వరగా కంటి వైద్యుడిని సంప్రదించండి.
- మీరు కంటి ఆసుపత్రి చేరేలోపల నెమ్మదిగా కంటిపై ఒక షీల్డ్ (రక్షణ మాసిక) పెట్టండి మరియు నొప్పి తగ్గించే నోటి మాత్రలను (పారాసెటమాల్ వంటివి) తీసుకోవచ్చు.
- కాలానుగుణ చికిత్స – ఒక వ్యక్తి చూపును కాపాడటంలో ఆదర్శంగా గాయమయిన మొదటి 6 గంటల కాలం మరియు ప్రధానంగా మొదటి 24 గంటల కాలం కీలకం.

చేయకూడనివి:

- కంటి గాయం చికిత్స మీ అంతట మీరు చేసుకోవడానికి ప్రయత్నించకండి.
- మీకు గాయమయితే, కళ్ళను నులమకండి లేదా ఏవిధమైన ఒత్తిడి పెట్టకండి.
- మీ కంట్లో నలక పడటంవంటి స్వల్పమైన గాయం అయినాగాని, కంటిని నులమకండి. కంటిని నులమడం కార్నియా గీరుకుపోవడానికి దారితీయవచ్చు. కంటినుంచి దుమ్ము లేదా ఇసుకను తొలగించడానికి శుభ్రమైన నీటితో కళ్ళను కడగండి. అయినాగానీ, దానిని తొలగించలేకపోతే, వృత్తిపరమైన సంరక్షణ పొందండి.
- గాయపడిన కంటిని ఏదైనా బట్ట లేదా తువ్వాలుతో శుభ్రం చేయడానికి ప్రయత్నించకండి. మీరు అలాగ చేసినట్లయితే, మీ కంటికి మీరు మరింత హాని చేసుకునే అవకాశాలు ఉంటాయి.
- వైద్య పర్యవేక్షణ లేకుండా కంటికి ఏ ఆయింట్మెంట్ లేదా ఔషధాన్ని పెట్టకండి.
- గాయానికి చికిత్సకై ఓవర్-ది-కౌంటర్ కంటి మందుచుక్కలను ఉపయోగించకండి – అది మంచికన్నా ఎక్కువ చెడు చేయవచ్చు. అవి నొప్పి ఎక్కువ అవడానికి దారితీయవచ్చు మరియు గాయాన్ని తీవ్రం చేయవచ్చు.
- గాయం పూర్తిగా మానేవారకూ మీ కాంటాక్ట్ లెన్సులు పెట్టుకోకండి. అది మానడాన్ని నెమ్మదించవచ్చు మరియు సమస్యలకు దారితీయవచ్చుకూడా.

చికిత్స:

- శాశ్వత కంటి హాని అవకాశాలను తగ్గించడానికి, వీలయినంత త్వరగా కంటి వైద్యుడిని సంప్రదించాలి.
- గాయం తీవ్రమైనది కాకపోతే, దానిని సలైన్ నీటితో కంటిని కడగడం, స్థానికంగా యాంటీబయాటిక్, లూబ్రికెంట్ కంటి మందుచుక్కలు, మరియు నొప్పి తగ్గించే ఓరల్ టాబ్లెట్లతో చికిత్స చేయవచ్చు.
- అతి తీవ్రమైన కేసులలో, శస్త్రచికిత్స అవసరం కావచ్చు.

ఎల్ వి ప్రసాద్ నేత్ర వైద్య విజ్ఞాన సంస్థ, విజయవాడలో కంటి గాయాల సేవలు:

- కంటి సంబంధిత మరియు ఆర్బిటోఫేషియల్ గాయాల అత్యుత్తమ నిర్వహణకు ఒక సమన్వయపరచిన బహుళ విభాగాల జట్టు కృషి అవసరం.
- ఎల్ వి ప్రసాద్ నేత్ర వైద్య విజ్ఞాన సంస్థ కంటి గాయాల విజయవంతమైన నిర్వహణకు ప్రత్యేక సంరక్షణను అందిస్తున్నది – కార్నియా మరియు యాంటీరియర్ సెగ్మెంట్, విట్రియో-రెటీనా, కంటి సంబంధిత ప్లాస్టిక్ సర్జరీ, న్యూరో-ఆప్థల్మాలజీ, అనెస్థీసియా, మరియు క్రిటికల్ కేర్.
- గత 10 సంవత్సరాలుగా అనేక కంటి గాయాలున్న దాదాపు 1300 రోగులకు విజయవంతంగా చికిత్స చేశారు. అందులో ఆర్థికంగా వెనుకబడ్డ 40% మందికి ఉచిత చికిత్స ఇవ్వబడింది.
- కంటి గాయంవలన మరణాలను తగ్గించడానికి త్వరితంగా రెఫరల్స్ కొరకు వైద్యులకు శిక్షణా కార్యక్రమాలను నిర్వహిస్తున్నారు.
- కంటి గాయాలకు చికిత్సా విధానాలను మరియు ఫలితాలను మెరుగుపరచడానికి పరిశోధన కొనసాగుతున్నది.