स्वास्थ्य शिक्षा पुस्तकालय - लोगों के लिए

दुनिया का सबसे बड़ा **मुफ्त** स्वास्थ्य पुस्तकालय है.

यह एक आधुनिक पुस्तकालय है जो सभी बीमारियों के बारे में विश्वसनीय जानकारी प्रदान करता है.

अब हमारा लक्ष्य इन क्षेत्रों में है :

1. स्वास्थ्य बीमा कंपनियों को रोग शिक्षा में निवेश करने के लिए प्रोत्साहित करना
2. रोग जानकारी थेरेपी की वकालत करना
3. रोगियों के लिए राष्ट्रीय शिक्षा केन्द्रों की स्थापना करना
4. वेबसाइट के लिए ,भारतीय भाषाओं में , रोगी के लिए शैक्षिक सामग्री तैयार करना

For more information on this subject:
Ask the Librarian : Free Answers to any Health Questions !!
http://www.healthlibrary.com/information.htm

For More Info: ASK A LIBRARIAN

Health Education Library For People
206,Dr. D.N.Road,
National Insurance Bldg.,
Ground Floor,
Near New Excelsior Cinema,
Mumbai – 400 001.
Tel: 22061101, 22031103, 65952393, 65952394

HEALTH EDUCATION LIBRARY FOR PEOPLE

स्वास्थ्य शिक्षा पुस्तकालय - लोगों के लिए

ऊरुमूल की खुजली जॉक्स इच

ऊरुमूल की खुजली (जॉक्स इच) क्या है ?

जॉक्स इच, जिसे टिनिया क्रूरिस भी कहा जाता है, ऊरुमूल और ऊपरी जाँघों में होनेवाला एक फंगल इन्फेक्शन है । यह ट्रायकोफयटॉन नामक एक फंगस से होता है । यह अंगुलियों की और शरीर में भी इन्फेक्शन उत्पन्न कर सकता है । यह इन्फेक्शन जांघों के भीतरी ऊपरी हिस्सों में से ऊरुमूल और आसपास गुदा के भागों में फैल जाता है । अक्सर शिश्न और वृषण इससे बचे रहते हैं । हालांकि यह स्त्री और पुरुष दोनों को प्रभावित करता है, फिर भी स्त्रियों की अपेक्षा पुरुषों में अधिक होता है ।

ऊरुमूल खाज के लक्षण क्या हैं ?

· सामान्य लक्षणों में

· खाज आना

· जलन होना

· स्पष्ट दिखने वाले चकत्ते

· ललाई

ऊरुमूल खाज क्यों होती है

· गर्मी के मौसम के साथ पसीना और ऊरुमूल और जांघों के कालिख होने के कारण फंगस को बढ़ने का अवसर मिलता है ।

· पैरों का इन्फेक्शन फैल कर ऊरुमूल और शरीर के अन्य भागों में फैलता है।

· यह संक्रामक है और एक से दूसरे को टॉवेल, बिस्तर या वस्त्र के उपयोग से भी हो सकता है।

इसका निदान कैसे होता है ?

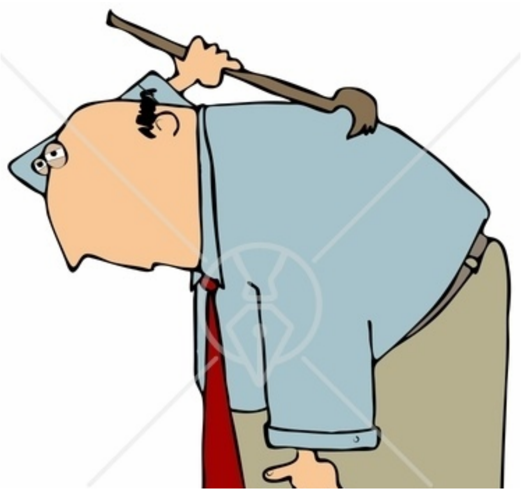
· आपका डॉक्टर आपकी चमड़ी के छोटे छोटे टुकड़े माइक्रोस्कोप के द्वारा देख फंगस का निश्चय कर विशिष्ट प्रति-फंगस दवा का निदेश देता है ।

ऊरुमूल खाज का उपचार

· यह चमड़ी का सतही इन्फेक्शन है, इसलिए इसके लिए लगाने की क्रीम की जरूरत होती है।

· आपका डॉक्टर कोई मृदु प्रति-फंगल क्रीम या मलहम लिखेगा

· आपको इसे सूखे और साफ भाग में लगाना चाहिए । उस भाग को हवादार रखे ताकि पुनरावृत्ति न सके ।



इससे बचने की सावधानियाँ क्या है ?

· विशेषतया गर्मी के मौसम में साफ सूती अंडर वियर या ढीली फिटिंग की पैंट पहनें, ।

· अपने ऊरुमूल को सूखा और स्वेद रहित रखने के लिए दिन में दो बार स्नान करें या अधिक गर्मी के दिनों में अधिक बार स्नान करें ।

· यदि आपको एथलीट्स फूट (पैरों का फंगल इन्फेक्शन) हो तो प्रभावित क्षेत्र में संपर्क में आने उस टॉवेल का उपयोग न करें ।

· अन्य लोगों के टॉवेल या वस्त्रों का उपयोग न करें ।

· स्नान के बाद पूरी तरह से ऊरुमूल सूखने के बाद वसन धारण करें ।

· इन्फेक्शन से बचने के लिए दिन में एक बार प्रति फंगल पाउडर का उपयोग किया जा सकता है ।

कुछ शंका समाधान

प्रश्न-मेरा काम बाहर घूमने का है । मुझे सारा दिन फार्मल कपड़ों में रहना पड़ता है, इससे मुझे तेज खाज आती है । मैं क्या करूँ ?

उत्तर-जॉक्स इच का सबसे साधारण कारण गर्म और आदर्र वातावरण होता है । इस कारण ही आपको समस्या हो रही है ऐसा समझ में आता है । ऐसे वातावरण में लक्षणों की कमी के लिए ये उपाय किये जा सकते हैं -

· जहाँ तक हो सकें सूती फार्मल पहनें

· स्नान के बाद प्रति-फंगल पाउडर का उपयोग करें

· कसे हुए अंडरवियर न पहनें

· समस्या बनी रहने पर डॉक्टर को बतायें । वह आपको प्रति-फंगल दवा देगा ताकि आपका इन्फेक्शन पूरी तरह से समाप्त हो जाए ।