మొటిమలు

“ఆహారానికి మొటిమలకి సంబంధం చాలా తక్కువ. చాక్‌లెట్లకి, స్వీట్స్‌కి మొటిమలు రావు. మొటిమలు గురించి అవగాహనారాహిత్యం వల్లే మొటిమలు బాధ ఎక్కువ అవుతుంది” అని ప్రముఖ చర్మవ్యాధుల నిపుణులు డా॥ పి. దీక్ష పేర్కొన్నారు. శనివారం వాసవ్య నర్సింగ్ హోమ్‌లో డా॥సమరం అధ్యక్షతన జరిగిన ఆరోగ్య సదస్సులో ఆమె ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొని “మొటిమలు” అంశంపై సోదాహరణ ప్రసంగం చేసారు. డా॥ దీక్ష మాట్లాడుతూ యుక్త వయస్సులో మొటిమలు ఎక్కువగా వస్తాయన్నారు. అయితే కొందరిలోనే మొటిమలు ఎక్కువగానూ, పెద్దవిగానూ వచ్చి బాధ పెడతాయన్నారు. ఆడపిల్లల్లో 16నుంచి 18సం॥ల మధ్య వయస్సులో మొటిమలు మొదలైతే మగపిల్లల్లో 18-19 సం॥ల వయస్సులో మొటిమలు వస్తాయన్నారు. మొటిమలు రావడానికి చర్మంలో ఉండే గ్రంథుల నుండి సీబమ్ ఎక్కువగా తయారవడం, ఆ గ్రంథుల్లో క్రిములు చేరడం, సీబమ్ గ్రంధి కూరుకుపోవడం, గ్రంధి వాపు ప్రధాన కారణాలన్నారు. తల్లితండ్రులలో మొటిమలు ఎక్కువగా ఉంటే పిల్లల్లో కూడా ఎక్కువగా వస్తాయన్నారు. స్థూలకాయం ఉన్నవాళ్ళల్లో మొటిమలు ఎక్కువ అయ్యే అవకాశం ఉందన్నారు. గర్భ నిరోధక మాత్రలు వాడేవారిలోనూ, చెమట ఎక్కువ పట్టే వారిలోనూ మొటిమలు ఎక్కువగా రావచ్చున్నారు. అల్ట్రా వైలెట్ కిరణాలు ఎక్కువగా సోకేవారిలో మొటిమలు ఎక్కువ అన్నారు. మానసిక వత్తిడి వల్ల మొటిమలు రావన్నారు. చక్కటిగాలి, వెలుతురు ఉంటే మొటిమలు ఎక్కువ అవ్వవన్నారు. కొందరిలో మొటిమలు చిన్న గుంటలుగా తయారైతే మరికొందరిలో చీముపోసి కురుపులుగా మారతాయన్నారు. మొటిమలు ముఖం, ఛాతి, వీపు, చేతుల మీద కూడా వస్తాయన్నారు. స్టిరాయిడ్స్, మూర్ఛ వ్యాధి మందులు, హార్మోన్లు, క్షయ వ్యాధి మందులు, కాస్మోటిక్ క్రీమ్స్ వాడటం వల్ల మొటిమలు ఎక్కువ అవుతాయన్నారు. మొటిమలు బాధ ఉన్నవాళ్ళు ఎరిథ్రోమైసిన్, క్లారిథ్రోమైసిన్‌కి చెందిన క్రీములు వాడాలన్నారు. రెటినాయిడ్స్, ఎడాపలేన్ క్రీములు పగలు కాకుండా రాత్రిపూట వాడాలన్నారు. మొటిమలు చీము పట్టినప్పుడు యాంటిబయోటిక్ మందులు వాడాలన్నారు. మొటిమలు నల్లగా, పొక్కులుగా మారినప్పుడు వాటిని ప్రత్యేక పద్ధతిలో తీసివేయచ్చున్నారు. సిస్టిక్ యాక్నేలో స్టిరాయిడ్ ఇంజక్షను కూడా ఇవ్వవచ్చున్నారు. మొటిమలు వల్ల గుంటలు పడినప్పుడు డెర్మాబ్రసియన్ చికిత్స చేస్తారన్నారు. కొల్లాజన్ ఇంజక్షన్ గుంటలు పడ్డచోట ఇవ్వవచ్చున్నారు. మొటిమలని గిల్లకూడదన్నారు. మొటిమలకి ప్రారంభ దశలోనే చికిత్స పొందితే మచ్చలు, గుంటలు, చీము పట్టడాలు ఉండవన్నారు. మొటిమలు గురించి శాస్త్రీయ అవగాహన అవసరమన్నారు. అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్న ఈ సదస్సులో అనేకమంది తమ సందేహాలు అడిగి నివృత్తి చేసుకున్నారు. డా॥మారు కూడా ఈ సదస్సులో పాల్గొన్నారు.