కంటి సంరక్షణ

"బిడ్డ పుట్టిన దగ్గర నుంచి జీవితాంతం వరకు కంటి రక్షణ విషయంలో శ్రద్ధ అవసరం" అని ప్రముఖ కంటి వైద్యులు డా॥ రామ్‌కుమార్ పేర్కొన్నారు. వాసవ్య నర్సింగ్ హోమ్‌లో డా॥సమరం అధ్యక్షతన శనివారం జరిగిన ఆరోగ్య సదస్సులో ఆయన "కంటి సంరక్షణ" విషయంపై ప్రసంగించారు. ఆయన మాట్లాడుతూ కొందరు పిల్లలకి పుట్టిన వెంటనే కొద్ది గంటల్లో కంటి ఇన్‌ఫెక్షన్ కనబడుతుందని, కళ్ళు పుసులు కట్టి ఎర్రగా మారతాయని, ఇటువంటప్పుడు వేడి వల్లో, మరొకటో అనుకుని చిట్కా వైద్యాలు చేస్తే కంటి చూపు పోయే ప్రమాదం ఉందని అన్నారు. కంటి వ్యాధుల విషయంలో ప్రతి ఒక్కరికీ అవగాహన అవసరం అన్నారు. కంటి గాయాల విషయంలో వెంటనే కంటి డాక్టరుని సంప్రదించి పూర్తి చికిత్స పొందాలన్నారు. కార్మాగారాలలో, గనులలో, క్వారీలలో పనిచేసేటప్పుడు కంటికి గాయాలవడం సహజమని, అటువంటి గాయాలు అవకుండా కంటి సంరక్షణకి సంబంధించిన కళ్ళజోళ్ళు వాడాలని అన్నారు. కళ్ళల్లో యాసిడ్ పడ్డప్పుడు వెంటనే నీళ్ళు పోసి కళ్ళు కడగాలన్నారు. చిన్నపిల్లల్లో విటమిన్ 'ఎ' లోపం వల్ల అంధత్వం వచ్చే అవకాశం ఉందని, ఆహారం విషయంలో తగు జాగ్రత్తలు తీసుకుని ఆకుకూరలు, పాలు, చేపలు, గుడ్లు పెట్టినట్లైతే కంటి సంరక్షణ చక్కగా ఉంటుందన్నారు. చిన్నపిల్లల్లో పౌష్టికాహారం లోపం ఉన్నప్పుడు రేచీకటి వస్తుందన్నారు. బడికి వెళ్ళే వయస్సులో పిల్లల్లో దృష్టిలోపాలు ఎక్కువగా ఉంటాయని, వాటిని ముందుగానే కనుగొని చికిత్స చేయాలన్నారు. స్కూలు విద్యార్థులకి రెగ్యులర్‌గా కంటి పరీక్షలు అవసరం అన్నారు. దీపావళి సందర్భంలో టపాసులు, బాంబులు వల్ల కంటి గాయాలు అధికంగా ఉంటాయని, వాటి విషయంలో జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలన్నారు. నడి వయస్సులో శుక్లాలు, నీటికాసులు ఎక్కువ అన్నారు. శుక్లాలు ముదిరిన తర్వాత ఆపరేషను అనేది పూర్వం మాటని, ఇప్పుడు శుక్లాలు ఉంటే వాటి వల్ల దృష్టికి ఇబ్బందిగా ఉంటే శుక్లాలు ముదరకుండా మొదటి దశలోనే ఆపరేషను చేయించుకోవచ్చన్నారు. గ్లోకోమాని నిర్లక్ష్యం చేస్తే శాశ్వత అంధత్వం వస్తుందని, గ్లోకోమా లక్షణాలు ప్రారంభ దశలోనే గుర్తించి చికిత్స పొందితే అంధత్వం రాకుండా చేసుకోవచ్చన్నారు. గ్లోకోమా చికిత్సలో దెబ్బతిన్న నరాలని నార్మల్ చేయడం కుదరదు కాని మరింత కంటి చూపు దెబ్బతినకుండా నివారించవచ్చన్నారు. గ్లోకోమా ఉన్నవాళ్ళు కంటిచూపు విషయంలో నిర్లక్ష్యం చేయకూడదన్నారు. సుగరు వ్యాధి ఉన్నవాళ్ళు తరచుగా కళ్ళు పరీక్ష చేయించుకుంటూ డయాబెటిక్ రెటినోపతి పెంపొందితే వెంటనే చికిత్స పొందాలన్నారు. సుగరు వ్యాధిని జాగ్రత్తగా అదుపులో ఉంచుకుంటే కంటి చూపు దెబ్బతినే ప్రమాదం ఉండదన్నారు. లేదంటే రెటినోపతి వల్ల కంటి చూపు పోయే ప్రమాదం ఉందన్నారు. అంధత్వం వచ్చిన తర్వాత నివారించడం కుదిరేది కాదు కనుక ముందుచూపుతో కంటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం అవసరం అన్నారు. డా॥రామ్‌కుమార్ ప్రసంగం అనంతరం ప్రముఖ కంటి వైద్యులు డా॥కాసు బ్రహ్మానందరెడ్డి "కంటి జాగ్రత్తలు, వ్యాధులు"పై రూపొందించిన డాక్యుమెంటరి చిత్రాన్ని ప్రదర్శించారు.