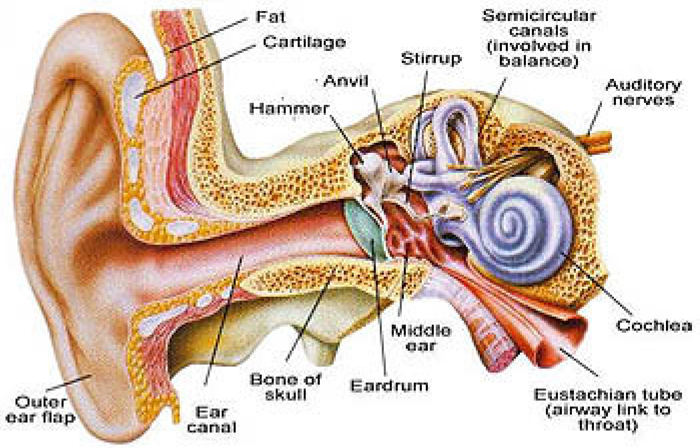
செவிப் பாதுகாப்பு

Dr.k.k.ராமலிங்கம், Dr.ரவி ராமலிங்கம், சென்னை

காது கொடுத்து கேளுங்கள்! உங்கள் காது கேட்கிறதா?
கேட்பதின் மூலம் அறிவு தெளிவு பெறுகிறது. நிலைத்த அறிவுச் செல்வமே எல்லாவற்றிலும் சிறந்தது. தீங்கு பயக்காத இன்பத்தைக் கொடுப்பது. செவிக்கு உணவாக விளங்குவது கற்றலின் ஆயினும் கேட்க வாய்ப்பளிப்பது. நூலறிவோடு உலக அனுபவத்தைப் பெற ஊன்று கோலாயிருப்பது. நல்லனவற்றைக் கேட்டு பெருமைபடச் செய்வது. தீயவழியில் தூண்டல்களையும் உணர்கிறது. எனவே, செவிகள் கேட்பதற்கும், சமநிலைக்குமான உறுப்புகளாகத் திகழ்கின்றன.

செவியில் புறச்செவி (வெளிச்செவி), இடைச்செவி(நடுச்செவி), உட்செவி என்ற மூன்று பகுதிகள் உள்ளன. வெளியில் தெரிவது புறச்செவி, இது புனல் மாதரி ஒலி அலைகளைச் சேர்த்து இடைச்செவி மற்றும் உட்செவிக்கு அனுப்புகிறது. புறச்செவியில் மடலும், வெளிக் கால்வாயும் அடங்கும், செவி வெளிக்கால்வாய் காற்றலைகள் அதிர்ச்சிகளை உண்டாக்கும் புனல் போன்ற செவிப்பறையுடன் முடிகிறது. செவிப்பறை காதினை நன்றாக அடைத்து கொண்டிருக்கிறது.



செவிப்பறைச் சவ்வில் உண்டாகும் காற்றலைகள் அதிர்ச்சிகளை மூளை, ஒலி என்று இனம் அறிந்து கொள்கிகறது. செவிப்பறையை அடுத்து நடுச்செவி தொடங்குகிறது. நடுச்செவி ஒரு கன சென்டிமீட்டர் பரிமாணம் கொண்ட குழியால் ஆனது. நடுச்செவிக் குழியில் ஆறு சுவர்கள் உள்ளன. செவிப்பறைக்குழி, மூக்கு முன்தொண்டையுடன் நடுச்செவி குழல் மூலம் தொடர்பு கொண்டுள்ளது. நடுச்செவி குழல் மூன்று முதல் நான்கு சென்டிமீட்டர் நீளமாகவும் இரண்டு மில்லி மீட்டர் துவராமும் கொண்டுள்ளது. நடுச்செவியில் சங்கிலி போன்ற அமைந்துள்ள மூன்று எலும்புகள் உள்ளன. இவை காற்றலை அதிர்ச்சிகளை உட்செவிக்கு எடுத்துச் செல்கின்றன.

உட்செவி ஒரு சிக்கலான அமைப்பைக் கொண்டுள்ளது. அதில் எலும்பு மற்றும் படலத்தாலான இரண்டு வளைந்து செல்லும் அமைப்புகள் (லேபரின்த்) உள்ளன. உட்செவி பாய்மத்தால்(அக நிணநீர் மற்றும் புற நிணநீர்) நிரப்பப்பட்டுள்ளது. பாய்மத்தின் குறுக்கே கேள்விப்புல நரம்பு உள்ளது. கேள்விப்புல நரம்பிற்கு எலும்பின் மூலம்காற்றலைகள் அதிர்ச்சிகள் (ஒலி) கடத்தப்பெறுகின்றது. மூளைக்குச் செல்லும் நரம்பின் வழி மிகவும்

குறுகலானது, ஒலித்தூண்டல்கள் பெருமூளைப் புரணியில் உணரப்பட்டு செவியுணர்வுகள் தோன்றுகின்றன.

செவிப் பாதுகாப்பு

- காதின் வெளிப்பக்கத்தை சோப்பு மற்றும் தண்ணீர் விட்டு சுத்தம் செய்து கொள்ள வேண்டும்.

- காதில் இருக்கும் மெழுகு போன்ற பொருளை (குரும்பியை) எடுக்கக்கூடாது. அது செவிக்பாதுகாப்பிற்கு மிக முக்கியமானது. கசப்பாக இருக்கும் அதில் எந்த பூச்சியும் நுழையாது.

- ஒரு வேளை பூச்சி ஏதாவது காதிற்குள் நுழைந்து விட்டால் சில சொட்டுகள் தேங்காய் எண்ணெய் அல்லது கடலை அல்லது நல்லெண்ணெய் அல்லது ஏதாவது ஒரு சுத்தமான எண்ணெய் காதில் விட்டால் அந்தப் பூச்சியைக் கொன்றுவிடும். பிறகு பீச்சான குழலைப் பயன்படுத்தி எடுத்துவிடலாம். பூச்சி கண்ணுக்கு தெரிந்தால் சாமணத்தால் அதை எடுத்து விடலாம். எல்லாவற்றிற்கும் மேலாக மருத்துவரிடம் சென்று சிகிச்சை பெற்றுக் கொள்வதே சிறந்ததாகும்.

- காதில் குச்சிபோட்டுக் குடையக்கூடாது. குச்சியைப் பயன்படுத்தினால் செவிப்பறை கிழிந்துபோக வாய்பப்புண்டு. நலிவுக்கும் உள்ளாக்கும், காதில் சீழ் வழியக்கூடிய அபாயமும் ஏற்படக்கூடும்.

- காதிலுள்ள உரோமங்கள் மிகவும் முக்கியமானவை, தூசியும், பூச்சியும் காதுக்குள் நுழையாமல் அவை தடுக்கின்றன. எனவே, இவற்றை வெட்டி எடுக்கக்கூடாது.

- சொத்தைப்பல், கடைவாய்ப்பல் சரியான வெளிவராதிருந்தால், நாக்கு மற்றும் வாய்ப்புண்கள், டான்சில் சதை வளர்ச்சி , கழுத்து எலும்பு தேய்வு, புற்றுநோய் போன்ற நலிவுகள் மற்ற உறுப்புக்களை பாதிப்பதினால் காதில் வலி ஏற்படக்கூடும்.

- காதில் வலி ஏற்பட்டால் கெட்டியான குறும்பியோ அல்லது புறச்செவியில் நலிவோ ஏற்பட்டிருக்கலாம். இதற்காக மருத்துவரின் பரிந்துரை இல்லாமல் காதில் சொட்டு மருந்தைப் போட்டுக் கொள்ளக்கூடாது. தவறான சொட்டு மருந்து காதை அதிகமாக, எதிர்பாராத வகையில் பாதிக்கக்கூடும்.

- காது வலி தொண்டையில் அழற்சி காரணமாக இருக்கலாம். நோய்க்கிருமிகள் தாக்கத்தின் விளைவாகவும் இருக்கலாம். காது, மூக்கு, தொண்டை மருத்துவ நிபுணரை அணுகி சிகிச்சைப் பெறுவது நல்லது.

- காது திடீரெனக் கேட்கவில்லையென்றால் உடன் 48 மணி நேரத்திற்குள் மருத்துவரை அணுகி சிகிச்சை பெற

வேண்டும். காலம் தாழ்த்துவது அல்லது உதாசீனமாக விட்டுவிடுவது விபரித விளைவுகளை ஏற்படுத்துக்கூடும்.

- குடும்பத்தில் பிறவிச் செவிடர்கள் இருந்தால் இரத்த உறவில் திருமணம் செய்து கொள்வதைத் தவிர்க்க வேண்டும். ஏனெனில் அவர்களுக்குப் பிறக்கும் குழந்தைகளுக்கும் காது கேளாமலிக்க வாய்ப்புண்டு.

- சிறு குழந்தைப் பருவத்தில் காது கேட்கவில்லை என்றால் அந்தக் குழந்தையின் பேச்சும் பாதிக்கக்கூடும். காலங் கடத்தாது மருத்துவரை அணுகி சிகிச்சை பெறுவதே சிறந்ததாகும்.

- சில மருந்துகள் செவிட்டுத் தன்மையை ஏற்படுத்தும். ஆகையால் மருத்துவரின் பரிந்துரையின்றி மருந்துகளை உட்கொள்ள்க்கூடாது.

- அதிக இரைச்சலான இடங்களில் வேலை செய்வோர் செவிப்பாதுகாப்பு அடைப்பான்களைப் போட்டுக் கொள்ள வேண்டும்.

- சுவாசிப்பதில் தவறான முறையில் மூச்சு வெளியேற்றுவதும் காது வலிக்கு ஒரு காரணமாக இருக்கலாம். மூச்சு உறுப்புகளில் தொற்றுநோய் ஏற்பட்டிருந்தாலும் காதுவலி ஏற்படலாம்.

- காது கேட்கவில்லையெனில் நீங்களாகவே கடைகளில் உள்ள பல ரகங்களிலான கேட்க உதவும் பொறியமைவுகளில் ஏதேனும் ஒன்றை வாங்கிப் பயன்படுத்துவது கூடாது. செவித்திறன் குறைவின் அளவைப் பொறுத்து அதற்கேற்ற அமைவினையே பயன்படுத்த வேண்டும்.

- உணர்வு நரம்பின் செவிட்டுத் தன்மைக்கேற்ற பொறியை மருத்துவரின் பரிந்துரைப்படி பொருத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

- கேட்கும் தன்மைக்கேற்ப பேச்சுத்தன்மையும் அமைகிறது. எனவே செவிட்டுத்தன்மையை புறக்கணிக்கக்கூடாது.

- அடிக்கடி சளி பிடித்தாலும் தொண்டை வலி ஏற்பட்டாலும் காதின் கேட்புத்திறன் பாதிக்கக்கூடும்.

- மூக்கை, வேகமாகச் சிந்தக்கூடாது. சிந்தினால் மூக்கிலும் தொண்டையிலும் உள்ள கிருமிகள் நடுச் செவிக்குள் புகுந்து காதைச் செவிடாக்கிவிடக்கூடும்.

- குழந்தைகளின் காதில் ஒருபோதும் அறையக்கூடாது. அறைந்தால் காதுக்கு ஊறு ஏற்பட்டு கேளாமல்

போனாலும் போய்விடும்.

- தண்ணீரில் குதித்துக் குளிப்பதாலும், கடல் நீரல் குளிப்பதாலும் நோய்தொற்று நடுச்செவிக்குழல் மூலம் காதுக்குள் சென்று கடுமையான காது வலியை ஏற்படுத்தக்கூடும்.

செவிப்பற்றி சில செய்திகள்...

- செவி உடலில் மிகச்சிறிய இடத்தில் அடைபட்டிருந்தாலும் அதனுடைய பணிகள் ஏராளம்.

- ஒரு ஒலி உண்டானால், அமைதியான நீரில் கல்லை வெட்டெறியும்போது எப்படி அலைகள் உண்டாகின்றனவோ அப்படியே காற்றிலும் ஒலி அலைகள் உண்டாகிப் பரவுகின்றன.

- புறச்செவி கேட்பதற்கு மிகவும் முக்கியமானது. அது இல்லாமலேயே கேட்க முடியும்.

- செவி வெளிக்கால்வாய் தோலிலிருந்து எண்ணெய் போன்ற திரவம் சுரக்கிறது. அத்திரவம் உறையும்போது மெழுகுபோன்ற கெட்டிப்பொருளாகி, குறும்பியாகி விடுகின்றது. குறும்பி மிக அதிகமாகத் திரண்டால் கேட்பதற்குத் தடையாகவும் இருக்கும்.

- செவிப்பறை சவ்வு தடித்தப்போனாலும் அல்லது நலிவடைந்து போனாலும் கேள்வி அதாவது கேட்கும் திறன் பாதிக்கப்படுகிறது.

- நடுச்செவியில் உள்ள எலும்புகளை இணைக்கும் சிலேட்டுமப் படலம் (பந்தங்கள்) இறுகிப்போனால் காற்றலைகள் அதிர்ச்சி பாதிக்கப்படுகிறது. இதனால்அரை செவிட்டுதன்மை ஏற்படுகிறது.

- இடைச்செவியில் ஒரு பகுதியில் உள்ள வெஸ்டிபுலர் அமைப்பும், மூன்று அரைவட்ட கால்வாய்களும் உள்ளன. இந்த உறுப்புக்கள் கண், தசை, மூட்டுப்பகுதி மற்றும் மூளையுடன் சேர்ந்து உடல் நிலை மற்றும்அசைவுகளை உணர்வதில் பெரும் பங்காற்றுகிறது. வெஸ்டிவுலர் அமைப்புச் சேதமடைந்தால் உடல் சமச்சீர் நிலை இயக்கத்தில் கோளாறுகள், மயக்கம் போன்ற சிக்கல்கள் தோன்றும் வெஸ்டிபுலர் அமைப்பின் மிகையான கிளர்த்தலால் கார், படகுஇ விமானம் ஆகியவற்றில் பயணம் செய்யும்போது மயக்கம், வாந்தி முதலான பிரயாண நோயால் அவதியுற நேரிடுகிறது.

- இடைச்செவியில் உள்ள காற்று சதா உறிஞ்சப்பட்டுக் கொண்டே இருக்கிறது. இடைச் செவிக்கும், முன்தொண்டைக்கும் இணைப்பு உள்ளது. இந்த இணைப்பை ஏற்படுத்துவது இடைச் செவி குழலாகும்.

இருமும்பொழுது அல்லது கொட்டாவி விடும்பொழுது அல்லது விழுங்கும்பொழுது இந்தக் குழலுக்குள் காற்று பலமாகச் செலுத்தப்படுகிறது. இதனால் காற்று நிறைவிக்கப்படுகிறது. நிறைவிக்கப்பட்ட காற்றுச் செவிப்பறையின் இருபுறங்களிலும் அழுத்தம் பெற்று சமப்படுகிறது. கேள்வியும் இதனால் பாதிக்கப்படுகிறது.

- தொண்டையில் ஏற்படும் தொற்றினையட்டி இடைச்செவியிலும் தொற்று ஏற்படக்கூடும். இதன் விளைவாக இடைச்செவியில் காற்றுக்குப் பதிலாகச் சீழ் நிரம்பிவிடும். செவிப்பறையில் உள்ள சந்து வழியாகச் சீழ் வெளியேறி செவிப்பறையை நலமடையச் செய்யும். ஆனால், அடிக்கடி நேரிடும் தொற்றினால் செவிப்பறையில் அதிர்ச்சியும், எலும்புகளில் அதிர்ச்சியும் குறைந்த போகும்.

- ஜலதோஷம் பிடித்து மூக்கிலும் தொண்டையிலும் சளிக்கட்டிக் கொண்டிருக்கும்போது நடுச்செவியையும், தொண்டையையும் இணைக்கும் சிறிய குழாயும் வீங்கிப் போகிறது. இந்த வீக்கத்தினால் நடுச்செவிக்கும் அடைபடுகிறது. இதன் தொடர் விளைவாக தற்காலிகமாக காது கேட்காமல் போகக்கூடும்.

- காது கோளாதவர்களுக்குப் பயன்படும் மொழி சைகை மொழியாகும். அச்சைகை மொழிக்கென பிரத்தியேக சொற்களஞ்சியம், இலக்கணம், சொற்றொடரியம், விரல் அசைவுக் கூட்டல் ஆகியவை உண்டு. அந்த மொழி, கைகளினால் உருவமைத்தல், அவற்றின் அசைவு உள்ளங்கை தொடர்பிணைவு, உடலில் கையை இருக்கச் செய்யும் நிலை ஆகியவை ஒருங்கிணைந்ததாகும். ஒருங்கிணைவில் மாற்றம் இருந்தால் பொருள்மாறும். முகபாவம், சைகை மொழியினைத் தெளிவுபடுத்தும், புருவத்தை உயர்த்துதல் என்பதைக் குறிக்கும். சைகை மொழியை பிரத்தியேக பள்ளிகள், கல்லரிகளில் கற்கலாம். ஒளி, ஒலி நாடாக்கள் மற்றும் நூல்கள் வாயிலாகவும் கற்கலாம்.

- காது கேட்கும் திறன் மற்றும் காது நலிவுகளின் தீவிரத்தைக் கண்டறிய உதவுவது ஆடியோகிராம், இம்பீனிஸ் ஆடியோகிராம், எலக்ட்ரோ நிஷ் டாக்மோகிராபி, மாஸ்பாய்டு எக்ஸ்ரே, சி.டி. ஸ்கேன், எம்.ஆர்.ஸ்கேன் ஆகிய சோதனைகள் உள்ளன. இச்சோதனைகளால் காதின் கேட்கும் திறன், காது, நரம்புகள், செவிப்பறை, நடுக்காது, உட்காது, தலைச்சுற்றல், காதில் உள்ள கட்டிகள் முதலியவற்றைக் கண்டறியலாம்.

- காது கேட்பதால் வார்த்தைகள் அறியப்படகின்றன. மூளையில் பதியும் வார்த்தைகளை வாய் உச்சரிக்கிறது. வாய் உச்சரிப்பதினால் பேச்சு வளர்ச்சி அடைகிறது.

- காது குத்தி கொள்ளுவதால் கீலாய்டு என்ற கட்டிகள் சிலருக்கு ஏற்பட வாய்ப்பு உண்டு. இத்தகைய பாதிப்புகள் ஏற்படக்கூடியவர்கள் காதுகுத்திக் கொள்வதைத் தவிர்க்க வேண்டும்.