(5)

EYES

आंखें

1616

आंखें

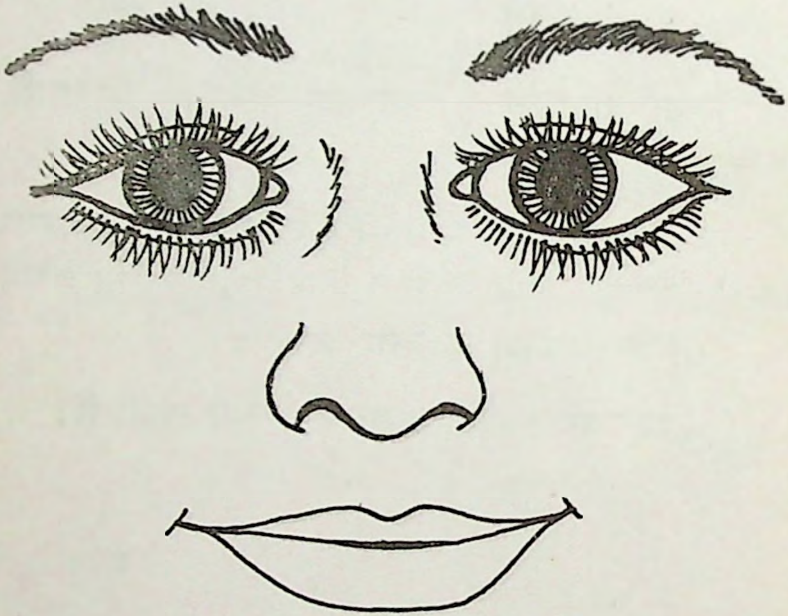
आंखें हमें देखने, पढ़ने, काम करने, चलने और खतरों से बचने में सहायता देती है।

बिना दृष्टि के (अंधेपन) व्यक्ति दूसरों पर आश्रित हो जाता है।

बिना दृष्टि के लाभदायक रोजगार भी नहीं मिलता।

अंधों द्वारा भीख मांगते हुए देखना एक साधारण बात है। अच्छी सरकार की यह जिम्मेदारी होती है कि वह अंधों के कल्याण के लिए ध्यान दे।

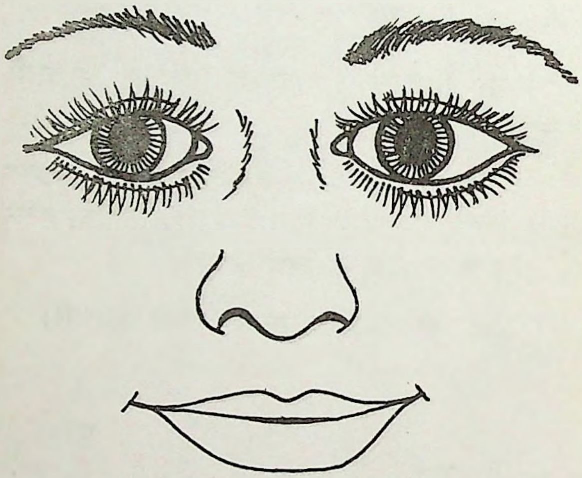
आंखें व्यक्ति की बहुमूल्य धरोहर होती हैं।



01616

COMH 321

COMMUNITY HEALTH CELL
326, V Main, I Block
Koramangala
Bangalore-560034
India



01616

COMH 321

COMMUNITY HEALTH CELL
326, V Main, I Block
Koramangala
Bangalore-560034
India

आंखों का रंग

सामान्यतः श्वेत-पटल सफेद होता है। शिशुओं में यह कुछ नीलिमा लिये सफेद हो सकता है।

एशियाई लोगों में आंख की पुतली काली या गहरी भूरी होती है। अफ्रीकी लोगों में भी ऐसी ही होती है।

काकेशियन (गोरी जाति) जाति के लोगों की आंख की पुतली हल्की भूरी, स्लेटी, हरी, नीले रंग की हो सकती है।

जिगर के रोग (पीलिया) में आंखों के सफेद रंग के साथ-साथ त्वचा का रंग भी पीला हो जाता है।

सामान्य दृष्टि

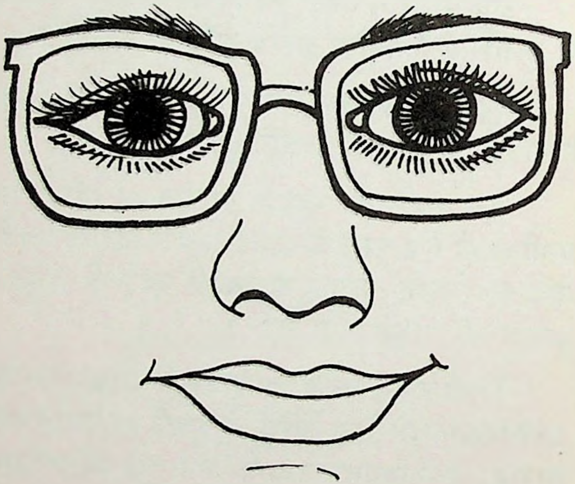
जब व्यक्ति दूर और नजदीक की वस्तुएं अच्छी तरह से देख सकता है तब उसकी दृष्टि सामान्य मानी जाती है। जो ऐसा नहीं देख पाते उनके लिए ऐनक (चश्मा) की जरुरत होती है।

ठीक प्रकार से देखने के लिए पलकों को सिकोड़ना या कनखियों से देखना खराब दृष्टि का सूचक है।

वस्तुओं के आकार (बिम्ब) सामान्यत: साफ तथा बिना धुंधली आकृति के होने चाहिए।

जब थकान हो, भूखे हों या नींद आ रही हो तब कभी-कभी एक वस्तु के दो-दो आकार दिखाई देते हैं। यदि यह स्थिति अधिक खराब हो जाए तो आंख के डाक्टर की सलाह लेनी चाहिए।

किसी चमकदार सतह को देखते समय छोटे-छोटे धब्बे दिखाई देते हैं जो आंखों को घुमाने पर हिलते नज़र आते हैं। ऐसी शिकायत कभी-कभी बूढ़े व्यक्ति करते हैं। कभी-कभी मक्खियों को लेकर भी इन धब्बों का भ्रम होता है। यदि यह शिकायत नौजवानों में हो और धब्बों की संख्या में वृद्धि हो तो इसका अर्थ रेटिना का अलगाव (retinal detachment) होता है जिस पर शीघ्र ही ध्यान देना चाहिए।



आंखों का तनाव

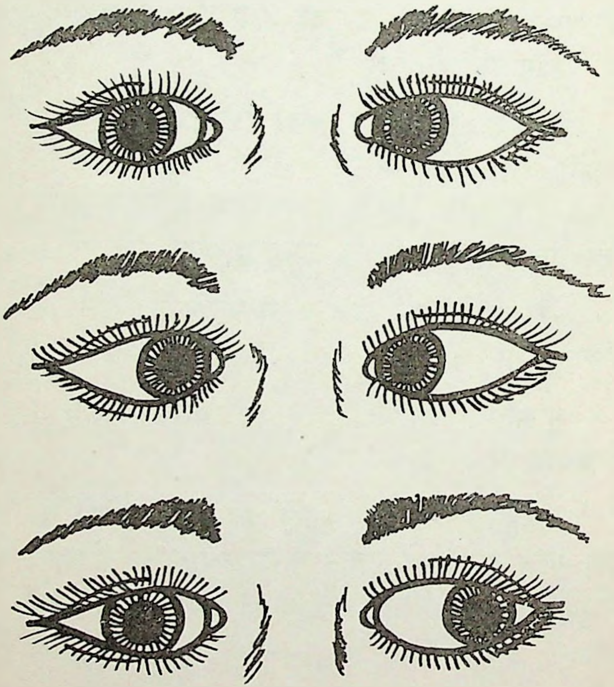
पढ़ने, टाइपिंग (टंकण) करने के काम में जिसमें आंखों का लगातार इस्तेमाल होता है, उससे आंखों में पानी आना, आंख दर्द, सिर दर्द तथा दृष्टि में खराबी जैसी परेशानियां होती हैं।

आंखों का तनाव अधिकतर इलेक्ट्रॉनिक उद्योग में काम करने वाली स्त्रियों में होता है क्योंकि उन्हें उपकरणों के छोटे-छोटे सूत्र या चैनल जोडने के लिए उच्चशक्ति की दुरबीनों का उपयोग करना पडता है।

खराब दृष्टि को ठीक करने के लिए ऐनक की जरूरत होती है।

आंखों के तनाव का इलाज करने के लिए सतर्कता या बचाव ही अच्छा उपाय है।

15-30 मिनट तक आंखें बंद रखें। आंखों को गोल-गोल घुमाने और क्रम से दूर की व नजदीक की वस्तुओं को देखने की कसरत अगले 15-30 मिनट तक करें।



भैंगी आंखें

शिशु जब देखना शुरू करता है तब वह नजदीक की वस्तुओं को देखने के लिए अपनी आंखें टेढ़ी करता है।

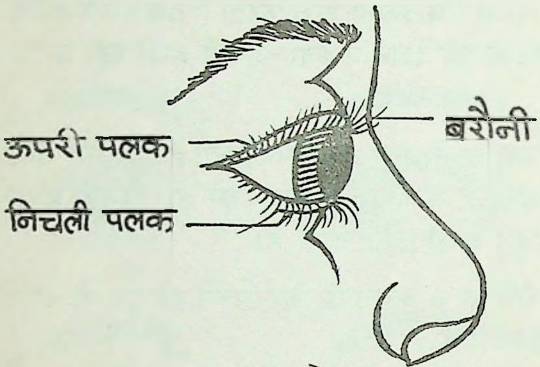
जब आंखें अंदर की ओर झुकती हैं तब उन्हें भैंगी कहा जाता है और जब वे बाहर की ओर घूमती हैं तो उन्हें चिट्टे वाली कहा जाता है।

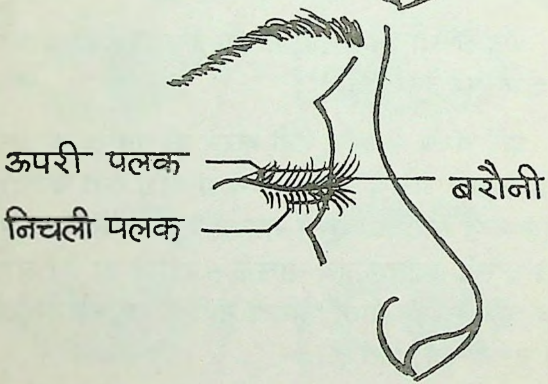
भैंगेपन से बचने के लिए बच्चे को दूर की चीजें बतानी चाहिए।

यदि बच्चा आंखें टेढ़ी करता है तो उसकी आंखों पर हाथ रख देना चाहिए।

यदि बच्चे में आंख टेढ़ी करने की प्रवृत्ति अधिक हो तो उसकी अच्छी आंख पर गत्ता बांध देना चाहिए जिससे कुछ सहायता मिल सकती है। यह विधि उस समय करनी चाहिए जब बालक 6 महिने का है। बड़े बच्चों को इससे ज्यादा फायदा नहीं होता जितना कि छोटे बच्चों को होता है।

जिनमें भैंगापन बहुत ज्यादा हो उनके लिए विशेष प्रकार के चश्मे सहायक हो सकते हैं। आपरेशन से स्थायी परिणाम प्राप्त होते हैं।





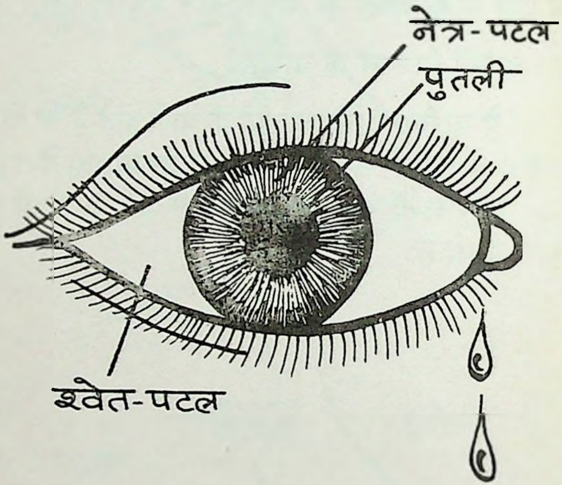
आंखों को सुरक्षा देने वाले अंग

1. पलक (ऊपरी तथा निचली)

ये आंख के प्राकृतिक ढक्कन होते हैं। केवल धीरे से छूने से ही आंख की पलकें तुरंत बंद हो जाती हैं।

2. बरौनी (पलकों के बाल)

ये बारीक, छोटे आकार के बाल होते हैं जो दोनों पलकों के किनारे पर उगते हैं और धूल या हवा में उड़ने वाले अन्य कणों से आंखों को बचाने के लिए जाली का काम करते हैं।



3. आंसू

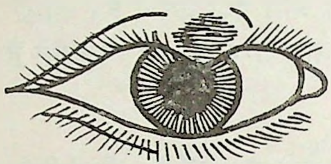
जब भी आंखों में कुछ कचरा आदि चला जाता हैं तब अश्रुग्रंथियां आंसू पैदा करती हैं। आंखों को साफ करने के लिए आंसू तुरंत ही बह निकलते हैं।

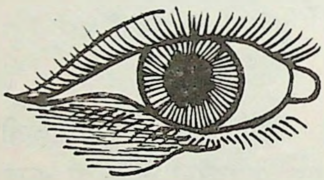
4. श्वेत पटल

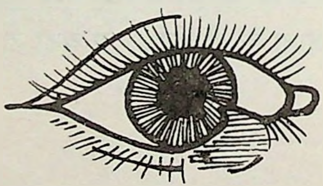
यह एक पतली पारदर्शी झिल्ली होती है जो आंखों पर थैली के रूप में चढ़ी होती है तथा संक्रमक रोगों से उसकी रक्षा करती है।

5. पुतली

आंख के बीचों-बीच पुतली होती है जो आवश्यकतानुसार ही प्रकाश की मात्रा आंख के भीतर पहुंचाने का काम करती है। तेज रोशनी में पुतली का छेद छोटा हो जाता है और अंधेरे में बड़ा हो जाता है।







पलकों के संक्रमक
(अंजनहारी)

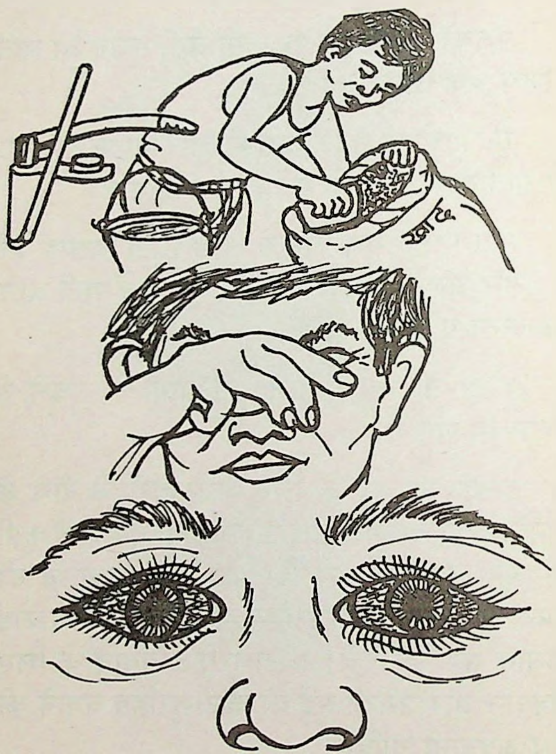
पलकों के किनारों पर फुंसी जैसी सूजन आ जाती है जिसे अंजनहारी कहते हैं।

गंदे हाथों या गंदे रूमाल से आंखें पोंछने और धूल भरे वातावरण में रहने से यह रोग होता है।

पूरी पलक सूज जाने से आंख छोटी दिखाई देती है। इससे अंजनहारी के पास दर्द, आंखों में पानी आना तथा अन्य परेशानी होती है।

थोड़ा-सा नमक मिले गर्म पानी से सेंकने से आराम मिलता है।

इसके उपचार के लिए अंजनहारी के नीचे के पलकों के एक दो बाल उखाड़ देना चाहिए जिससे फुंसी का दबाव कम हो जाता है। यदि बाल उखाड़ने की चिमटी साफ और कीटाणुरहित हो तो इस विधि से कोई नुकसान नहीं होता है। कीटाणुरहित बनाने के लिए इंजेक्शन और उसकी सुई को कीटाणुरहित बनाने की विधि अपनानी चाहिए।



श्वेत पटल के प्रमुख रोग

1. श्वेत पटल प्रदाह एलर्जी :

जो लोग खाद, कीटनाशक दवा जैसे रासायनिकों के साथ काम करते हैं वे अन्जाने में ही अपनी आंख रगड़ सकते हैं जिससे उनकी आंखों में जलन होती है। इससे आंसू आना, आंखें लाल होना, खुजली आदि हो सकती है। धुएं से भी आंखों को तकलीफ होती है।

बचाव

गंदे हाथों से अपनी आंखें न रगड़ें। यह एक गलत आदत है जिसके परिणाम भी गलत होते हैं।

गंदे कपड़े या तौलिये से अपना मुंह न पोछें क्योंकि इसमें ऐसा कुछ भी लगा हो सकता है जो आंखों को तकलीफ दे सकता है।

यदि आंखों में खुजली होती हो तो आंखों को साफ, ठंडे पानी से धोएं। ऐसा करने के लिए एक बड़े बर्तन में पानी भरकर उसमें चेहरा डुबाकर आंखों को खुल-बंद करें।

2. आंख आना (लाल होना)

यह सामान्यतः जुक़ाम के साथ ही होता है जो विभिन्न प्रकार के विषाणु/वायरस द्वारा होता है।

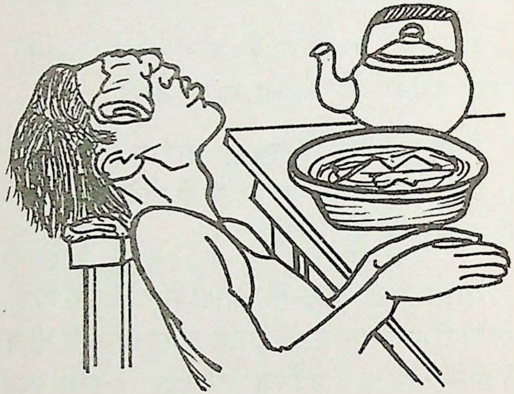
यह छूत का रोग है और "आंख आने" का महारोग हमेशा ही फैलता रहता है।

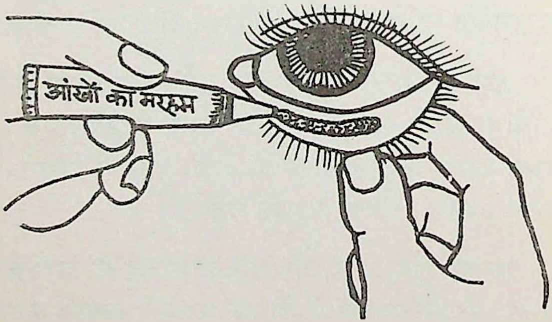
सिर्फ कीटाणु ही इसका कारण नहीं होते। यह हवा, धूल, धुएं तथा तेज रोशनी से होने वाली तकलीफ से भी फैलता है।

साधारणतः दोनों ही आंखों में यह रोग होता है। इसके प्रारंभिक लक्षण साधारण आंसू आना है जो पहले पानी जैसे और बाद में पीब जैसे होते हैं। इसमें खुजली का अनुभव होता है। बाद में जलन और दर्द होता है।

इस रोग में रोशनी से और अधिक परेशानी होती है। कभी-कभी एक या अधिक भागों में रक्तस्राव के कारण आंखों में तीव्र जलन होती है। पानी के रिसने के कारण वस्तुएं धुंधली दिखाई देती हैं।

पलकें सूज जाती हैं जिससे आंखें बंद हो जाती हैं। चीपड़ सूखकर पलकों में चिपक जाता है जिससे सुबह उठने पर आंख खोलने में कष्ट होता है।





'आंख आने' के रोग से बचाव

यह संक्रमण एक व्यक्ति से दूसरे में तेजी से फैलता है। रोगी आदमी से हमेशा दूर रहना चाहिए। उसके पास सोना भी नहीं चाहिए।

रोगी को यह बात समझा देनी चाहिए कि वह केवल अपने ही तौलिये का प्रयोग करे। हाथ भी हमेशा धोते रहे।

आंखों पर पट्टी नहीं बांधना चाहिए।

उबालकर ठंडा किये गये पानी से आंख धोएं। पहले सूखे चीपड़ को धीरे-धीरे साफ करें। इसके लिए भीगे हुए कपड़े को आंख पर कुछ देर तक रखने की जरुरत पड़ सकती है। इसके लिए रुई या साफ कपड़े का प्रयोग करें।

5-7 दिन तक दिन में तीन बार टेट्रासाइक्लिन मरहम (1%) लगाएं। मरहम लगाने के लिए निचली पलक को थोड़ा नीचे खींचकर उसमें मरहम रखें। उसके बाद पलकें बन्द करके आंख को धीरे-धीरे रगड़ कर मरहम को पूरी आंख में फैलाएं।

COMH 321
01616

COMMUNITY HEALTH CELL
326, V Main, I Block
Koramangala
Bangalore-560034
India

नवजात शिशु में 'आंख आना'

यदि नवजात शिशु की जन्म से 2-3 दिन में ही आंखें लाल हो जाती हैं, सूज जाती हैं और उनमें बहुत अधिक चीपड़ आ जाता है तो वह सुजाक (गनोरिया) रोग हो सकता है।

सुजाक एक रतिज (वेनिरल) रोग है जो बच्चे को जन्म के समय मां के द्वारा होता है।

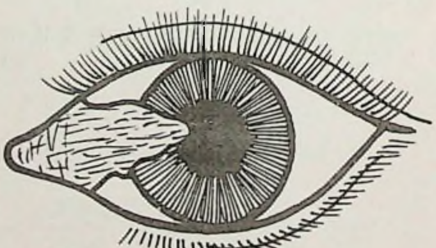
इसका इलाज निम्न तरह ये किया जा सकता है :

अ) ध्यानपूर्वक, नियमित रूप से आंख साफ करना।

ब) स्थानीय और सर्वांगीण कीटाणुनाशक दवा देना।

स) मां और बच्चे को दवाखाने ले जाना।

शीघ्र उपचार करके अंधेपन से बचा जा सकता है।



श्वेत पटल की मांसपेशी वृद्धि

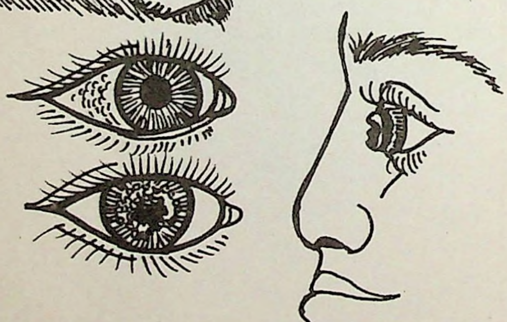
कुछ व्यक्तियों में श्वेत पटल आंख के कोने से नेत्रपटल (कार्निया) की ओर मोटा होते हुए बढ़ता है।

यदि यह वृद्धि पुतली के बीच तक हो जाती है तब दिखई देना बंद हो जाता है। ऐसी स्थिति आने से पहले ही इसे आपरेशन द्वारा निकाल देना चाहिए।

श्वेत पटल की मांसपेशी वृद्धि उन लोगों में होती है जिनकी आंखें तेज हवा, धूल और धूप के सीधे संपर्क में रहती हैं, जैसे मछुआरे, नाविक, किसान आदि।

इस रोग की शुरुआत के समय काले चश्मे पहनने से इससे होने वाली परेशानी को रोका जा सकता है और मांसपेशी वृद्धि को रोका जा सकता हैं।

उबाले गये साफ पानी से समय-समय पर आंखें धोने से खुजली तथा जलन से आराम मिल सकता है।



विटामिन ए की कमी से अंधापन (शुष्क अभिष्यन्द)

सामान्यतः थोड़ी देर अंधेरे में रहने पर व्यक्ति अंधेरे में देख भी सकता है।

रात्रि का अंधापन खासकर 2 से 5 वर्ष के बच्चों में विटामिन ए की कमी के कारण होता है।

तेज रोशनी बच्चे की आंखों को कष्ट देती है इसीलिए बच्चा आंखें आधी बंद रखता है। इस स्थिति में बच्चा सोता हुआ दीखता है।

पहले तो आंखें गीली रहती हैं लेकिन बाद में सूखकर सूज जाती हैं और नासूर जैसी हो जाती हैं।

अच्छा पोषक भोजन न करने वाले या जिन्हें अतिसार का पुराना रोग है, उन बच्चों को 'शुष्क अभिष्यन्द' रोग अधिक होता है। यह गरीब तथा पिछड़े समुदाय के बच्चों में अंधेपन का एक सामान्य कारण है।

शुष्क अभिष्यन्द से बचाव तथा उपचार

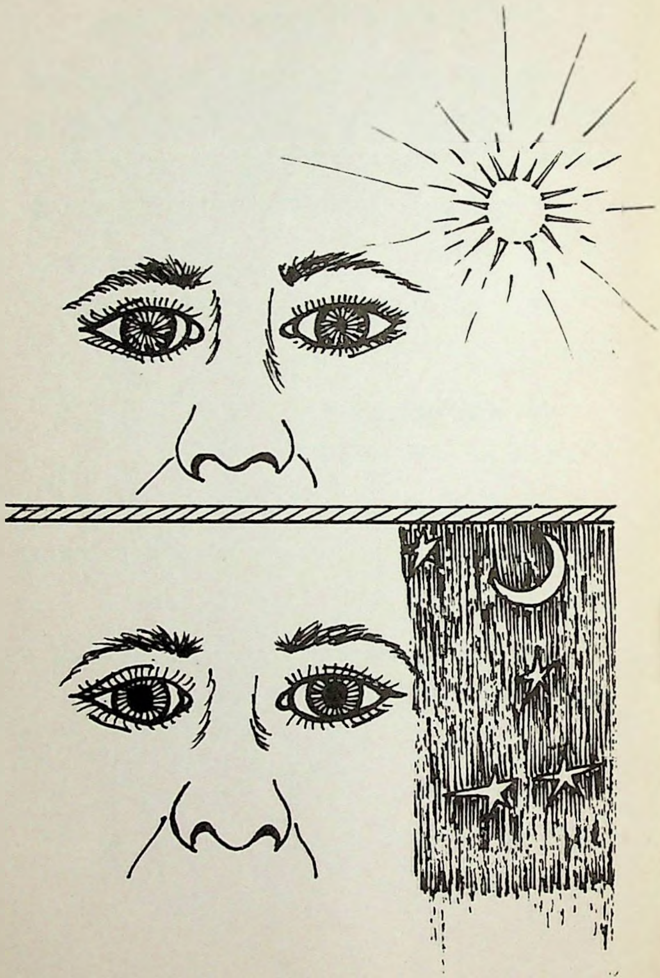
विटामिन ए से भरपूर भोजन - जैसे गहरे हरे रंग वाली भाजियां जैसे पालक, मेंथी और पीले/लाल रंग वाली सागभाजियां व फल जैसे आम, गाजर, पपीता के अलावा गाढ़ा दूध, अंडे, जिगर (मांस) आदि खाने के लिए कहे जाते हैं।

एक वर्ष तक के बच्चे को मां का दूध पिलाने से उसका अच्छा पोषण होता है।

छः महीने की उम्र से ही बच्चे को विटामिन ए से भरपूर भोजन देना चाहिए।

दो वर्ष से अधिक उम्र के बच्चों को विटामिन ए के कैपस्यूल एक सप्ताह, दो सप्ताह या एक महीने में एक बार दिये जा सकते हैं।

विटामिन ए बहुत अधिक खाने से भी नुकसान होता है।



आंख की पुतलियां

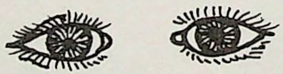
पुतलियां आंख में जाने वाली रोशली को नियंत्रित करती हैं।

सामान्यतः जब रोशनी तेज होती है तब पुतलियों का छिद्र छोटा हो जाता हैं और जब अंधेरा होता है तब यह छिद्र बड़ा हो जाता है।

दोनों आंखों की पुतलियां सामान्यतः एक ही आकार की होती हैं तथा एक ही प्रकार से प्रकाश के प्रति प्रतिक्रिया देती हैं।

इस प्रतिक्रिया की जांच करने के लिए पहले एक पुतली पर रोशनी डालना चाहिए फिर दूसरी पर। दोनों एक ही प्रकार की प्रतिक्रिया देंगी।

पुतलियों का रोशनी के प्रति प्रतिक्रिया देना रोग-निदान का उपयोगी सहायक माध्यम है।



असमान पुतलियां

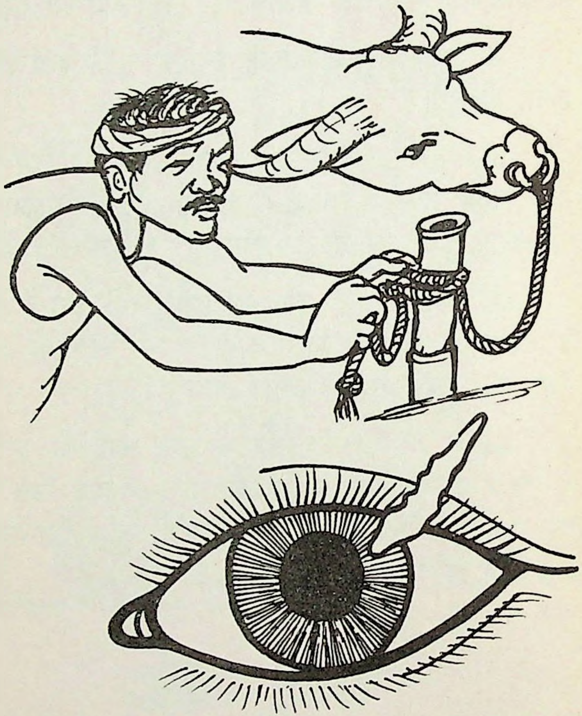
सदमे या दुर्घटना के कारण पुतलियों के छिद्र बड़े हो जाते हैं और रोशनी के प्रति कोई प्रतिकिया नहीं देते।

नशीली दवाओं के सेवन करने वालों की पुतलियां छोटी होती हैं।

यदि एक पुतली बड़ी हो और उसमें दर्द होने के साथ-साथ उल्टी (कै) होती हो तो धुंध (ग्लूकोमा) नामक आंख का घातक रोग होने की संभावना होती है।

यदि पुतली छोटी हो और उसमें दर्द होता है तो उस रोग को परितारिकाशोथ (इरिटिस) कहते हैं जो आंख का एक घातक संक्रमण होता है।

बेहोश या जिसके सिर में चोट लगी हो, ऐसे व्यक्तियों की पुतलियों के आकार असमान होना उनके दिमाग में खराबी का सूचक हैं। पुतलियों की असमानता घात या मार लगने से भी हो सकती है।

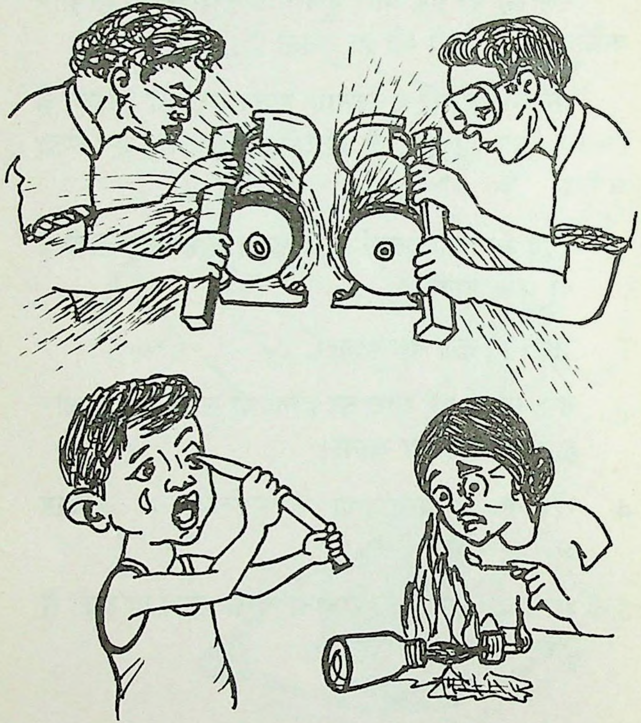


आंखों का घाव

आंखों का हर घाव मूलतः खतरनाक ही होता है क्योंकि इससे अंधे भी हो सकते हैं।

निम्नलिखित दुर्घटनाएं खतरनाक हो सकती हैं जिसके लिए डाक्टर की शीघ्र सलाह व सहयोग लेना चाहिए :

1. कोई भी ऐसा घाव जिसके द्वारा आंख कट जाती है या फट जाती है।
2. आंख में तेज दर्द होना।
3. नेत्र-पटल पर घाव का होना या उसके चारों ओर लालिमा का आ जाना।
4. रोशनी की प्रतिक्रिया में पुतलियों का आकार अलग-अलग होना।
5. शीघ्र ही आंखों की रोशनी चली जाना या तेजी से दृष्टि खत्म होती जाना।



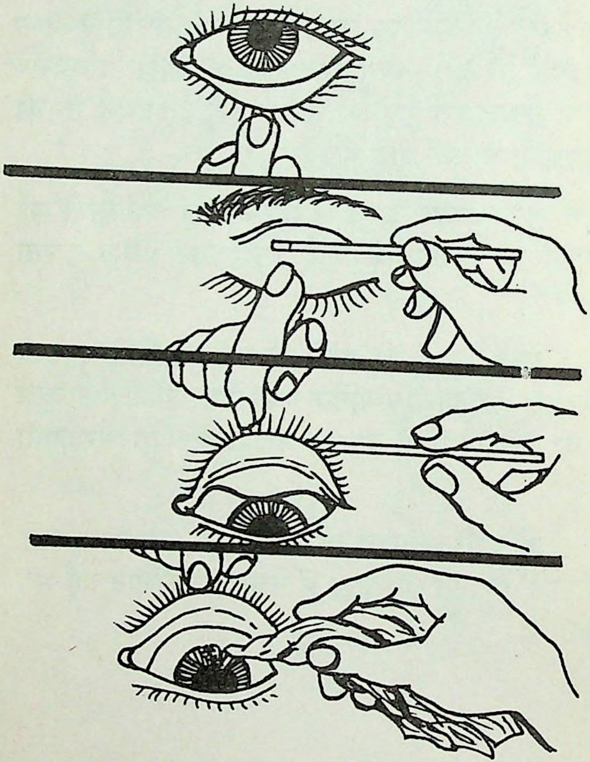
आंख में बाहरी कचरा

पत्थर/संगमरमर काटने वाले, वेल्डिंग करने वाले या लोहे का काम करने वाले, तेजी से घिसने वाली मशीनों पर काम करने वाले लोगों की आंखों में अक्सर काम का कचरा उड़कर जाता रहता है जिससे उनकी आंखों में घातक घाव हो जाते हैं।

इस प्रकार के काम करने वाले व्यक्तियों को आंखों की सुरक्षा के लिए चश्मे का प्रबंध करना चाहिए।

छोटे बच्चों की आंखें आसानी से छड़ी, नुकीली वस्तुएं, आग या रासायनिक पदार्थों से घायल हो सकती हैं जो अन्जाने में ही आंख में लग जाती हैं या गिर जाती हैं।

जो व्यक्ति तेज़ाब को उठाने-रखने का काम करते हैं उन्हें अन्जाने ही आंख में तेजाब गिर जाने का भय रहता है।



आंख में कचरा गिरने पर प्राथमिक उपचार

1. निचली पलक को नीचे की ओर खींचकर आंख का निरीक्षण करें। यदि कोई कचरा दिखाई दे तो एक साफ, नर्म कपड़े या नम रुई के सिरे से उसे निकाल देना चाहिए।

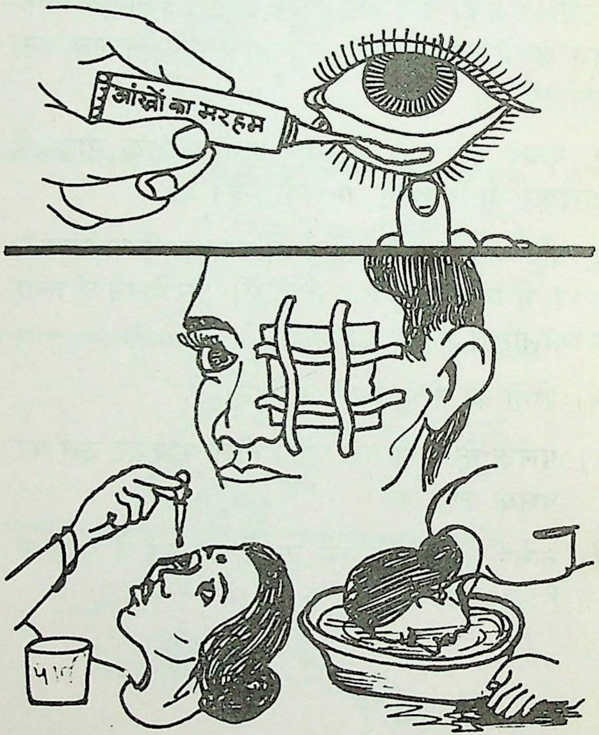
2. कचरे को आंख में साफ पानी अधिक मात्रा में डालकर भी निकाला जा सकता है।

3. यदि कचरा न दिखाई दे तो वह ऊपरी या निचली पलक में कहीं छिप गया होता है। उसे देखने के लिए निम्नलिखित विधि अपनाएं :

अ) रोगी को नीचे देखने के लिए कहें

ब) पलक के पीछे एक छोटी तीली रखकर उस पर पलक को पलटें

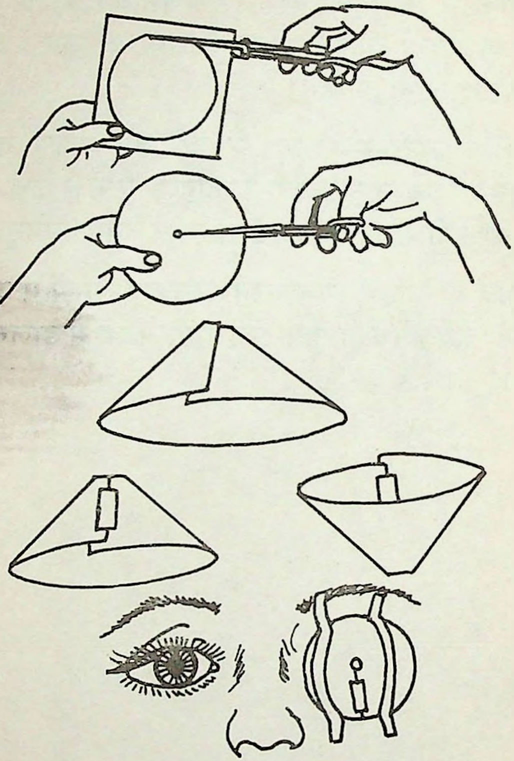
स) कचरे को साफ, नर्म कपड़े या रुई के फाहे से निकाल दें।



4. यदि कचरा नहीं निकाला जा सकता है तो टेट्रसाइक्लिन 1% आंख का मरहम लगाकर आंख पर कपड़ा बांध देना चाहिए। बाद में रोगी को आंखों के दवाखाने ले जाना चाहिए।

5. बारीक कांटा या आंख में घुसे हुए पदार्थ को निकालने का प्रयत्न नहीं करना चाहिए। ऐसी स्थिति में आंखों को पट्टी या साफ कपड़े से बांध देना चाहिए।

6. तेज़ाब या कोई अन्य ज्वलनशील द्रव आंखों में जा सकता है। तब शीघ्र ही साफ ठंडा पानी आंखों में डालना चाहिए।



आंखों का सुरक्षा-कवच कैसे बनाएं

यदि पट्टी बांधने से रोगी को कुछ असुविधा होती है तो उसके लिए नीचे लिखे अनुसार सुरक्षा-कवच बनाने का प्रयत्न करें।

एक गत्ते का टुकड़ा ढूंढ़ें। 3 इंच व्यास का एक वृत्त (गोल घेरा) खींचें।

2. उस वृत्त को काट लें।

3. वृत्त के बीच आधे भाग से एक लकी[illegible]

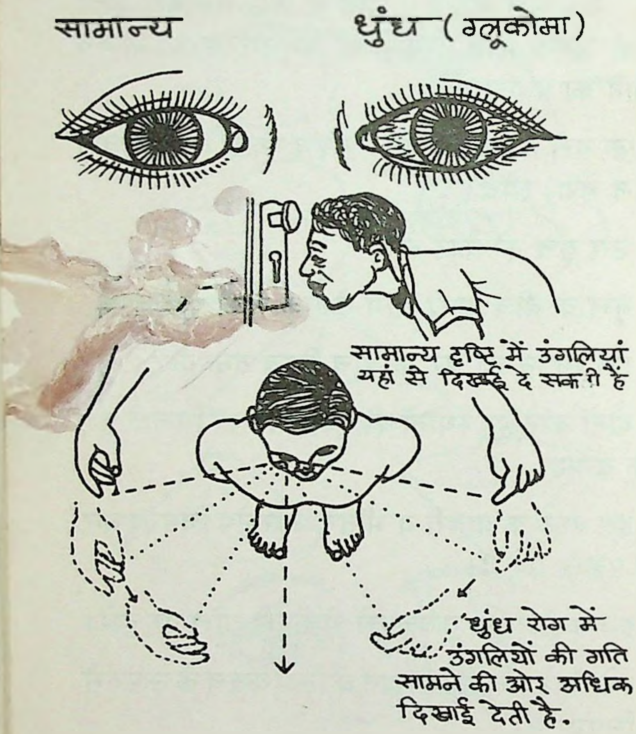
4. इस लाइन को घेरे के बीच बिन्दु तक काटें।

5. दोनों काटे हुए स्थानों को एक दूसरे पर मिलाते हुए शंकु बनाएं।

6. इस शंकु के बाहरी व भीतरी ओर टेप चिपका कर उसे पक्का कर दें।

7. इस कटोरीनुमा कवच को रोगी की आंख पर रखें।

8. इसे चेहरे पर स्थिर रखने के लिए कवच के ऊपर से टेप चिपका दें।



धुंध (ग्लूकोमा)

यह आंखों का एक घातक रोग है जिससे आदमी हमेशा के लिए अंधा हो जाता है।

आंखों पर अत्यधिक दबाव पड़ने के कारण धुंध रोग होता है जिसका सम्बन्ध उच्च रक्तचाप से है। यह एक पारिवारिक रोग है।

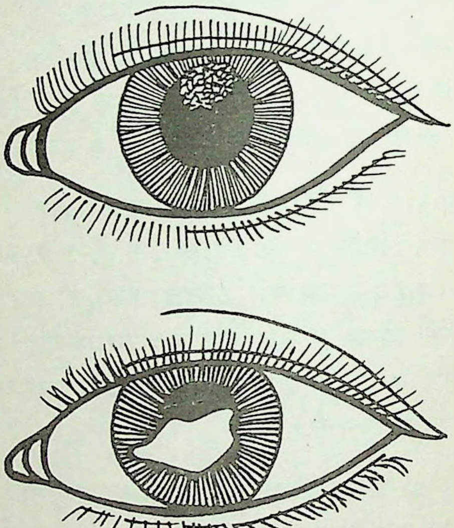
इसके लक्षण सिरदर्द, आंखा में तेज दर्द, जलन, धुंधला दीखना और उल्टी (कै) आना है। रोगग्रस्त आंख की पुतली अच्छी आंख की पुतली से बड़ी होती है।

इस रोग में दृष्टि कोनों से बीच की ओर लगातार कम होती जाती है और यह तब तक होता है जब तक रोगी को ऐसा न लगने लगे कि वह किसी चीज को चाबी के छेद (की होल) से देख रहा है। सामान्यतः व्यक्ति अपना सिर बिना घुमाए ही सामने की और आसपास की वस्तुएं देख सकता है।

यदि इसका शुरु में ही पता चल जाए तो अंधेपन से बचा जा सकता है। यदि ध्यान न दिया जाए तो कुछ ही दिनों में अंधापन आ जाता है।

ऐसी स्थिति में बिना देर किये आंखों के डाक्टर से मिल लेना जरुरी होता है।

नेत्र-पटल नासूर

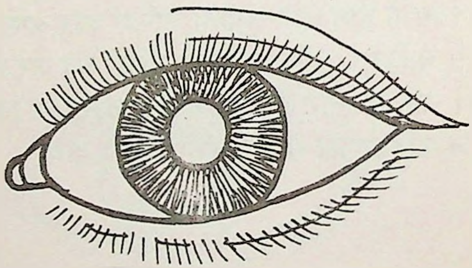


नेत्र-पटल नासूर

संक्रमण रोग के प्रभाव के कारण नेत्र-पटल की कोमल सतह छिल जाने या नष्ट हो जाने के कारण नेत्र-पटल का नासूर होता है।

नेत्र-पटल नासूर से दर्द होता है। जब नासूर पक जाता है तब घाव हो जाता है और जब वह पुतली पर फैल जाता है तब नज़र खराब हो जाती है। ऐसी परिस्थितियों में नेत्र-पटल को आपरेशन द्वारा बदला जा सकता है लेकिन इसके परिणाम हमेशा अच्छे नहीं रहते और यह खर्चीला भी होता है।

प्राथमिक उपचार के रूप में कीटाणुनाशक मरहम दिन में तीन बार लगाना चाहिए और आंख को ढंक देना चाहिए। रोगी को लेटकर आंखें बंद कर लेनी चाहिए। यदि दो-तीन दिनों बाद भी दर्द रहे तो किसी आंखों के डाक्टर की सलाह लेना जरूरी होगा।



मोतियाबिंद

मोतियाबिंद

बड़े-बूढ़े लोगों में यह रोग सामान्यत: होता है। यह वृद्धावस्था का एक बदलाव है।

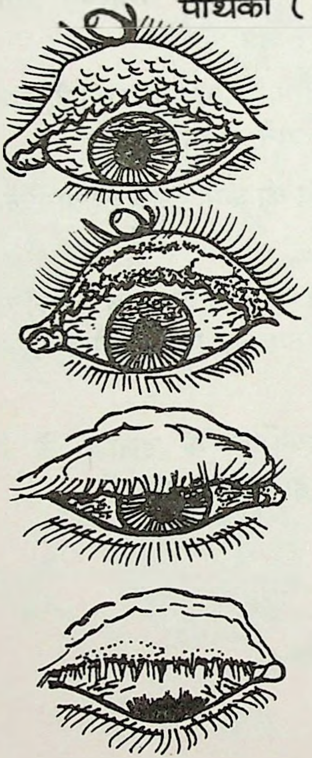
बड़े बच्चों में भी यह रोग पाया गया है, हालांकि ऐसा कभी-कभी ही देखने में आता है।

विटामिन ए व डी की कमी इसके सहयोगी कारक हो सकते हैं।

आंख की पुतली के पीछे का ताल (लेंस) सफेद दिखाई देता है। यहां तक कि पुतली भी भूरी/सफेद दिखाई देने लगती है।

आजकल मोतियाबिंद के इलाज के लिए सामान्यत: ऑपरेशन ही कराया जाता है।

पोथकी (ट्रैकोमा)



पोथकी (ट्रैकोमा)

श्वेत-पटल का यह दीर्घस्थायी रोग है जो धीरे-धीरे बिगड़ता है। शुरु में ही इसका इलाज न किया जाय तो अंधे हो सकते हैं।

पोथकी छूत-रोग है जो छूने से, मक्खियों द्वारा और तौलिये जैसे व्यक्तिगत वस्तुओं के इस्तेमाल से फैलता है। यह भीड़-भाड़ वाले क्षेत्र में रोगग्रस्त परिस्थितियों में रहने वाले गरीब लोगों में अधिक होता है।

इसके लक्षण निम्न हैं: लाल, गीली आंखें, ऊपरी पलक के भीतर छोटे-छोटे लाल दाने होना, आंख के सफेद हिस्से में हल्की जलन होना और नेत्र-पटल के चारों ओर किनारे का भाग भूरा हो जाना।

ये दाने घाव में बदल जाते हैं।

बरौनियों को नीचे खींचकर घावों द्वारा नेत्र-पटल को रगड़ने या खुरचने से अंधापन हो सकता है।

इलाज के लिए साधारण रूप से एक महीने तक दिन में तीन बार टेट्रासाइक्लिन मरहम लगाना और दो-तीन सप्ताह तक टेट्रासाइक्लिन दवा खाना चाहिए।

01616
COMH 321

परितारिकाशोथ (इरिटिस)

आंख का रंगीन हिस्सा तारा कहलाता है जिसके बीच में पुतली होती है।

परितारिकाशोथ रोग में पुतली छोटी तथा बेडौल हो जाती है। तारा के चारों ओर लालिमा आ जाती है। तेज रोशनी को देखने पर दर्द अधिक होता है और आंख से पानी भी बहुत निकलता है। श्वेत-पटल रोग के समान इसमें चीपड़ (पीब) नहीं आता। नज़र धुंधली हो जाती है।

आंखों के लिए यह आपात् स्थिति होती है। इसके लिए शीघ्र ही डाक्टर की सलाह लेनी चाहिए।

आंखों की घरेलू चिकित्सा/प्राकृतिक औषधि

आंखों के कई रोग जैसे आंख से पानी बहना, श्वेत-पटल प्रदाह, आंखों की दुर्बलता आदि के लिए –

1. कुछ बादामों को रात भर पानी में भिगोएं; उन्हें पीसकर पानी मिलाकर पियें। इसके बाद एक कप दूध पियें।
2. गन्ने का रस पीने से आंखें स्वस्थ्य रहती हैं।
3. आंखों की किसी भी सामान्य शिकायत के लिए 8 दिन तक प्रतिदिन 60 ग्राम सूखा नारियल और शक्कर खाना चाहिए।

प्रश्न

1. आंखों का महत्व कितना है?
2. नवजात शिशु में श्वेत-पटल प्रदाह कितना गंभीर होता है?
3. शुष्क अभिष्यंद रोग क्या है? क्या इससे बचा जा सकता है? कैसे?
4. वे कौन-सी घातक परिस्थितियां हैं जिनके लिए शीघ्र ही आंखों के डाक्टर की जरूरत होती है?
5. यदि आंख में कोई कचरा चला जाए तो आप उसका निदान कैसे करेंगे?

आंखें व्यक्ति की अमूल्य धरोहर होती हैं।

इस श्रृंखला के शीर्षक

1. श्वासनली निमोनिया तथा निमोनिया
2. सामान्य आंत्र परजीवी
   (गोल-कृमि और सूचि-कृमि)
3. पोलियो, बाल पक्षाघात, पोलियोमैलिटिस
4. कान
5. आंखें
6. क्षयरोग तथा क्षयरोग की रोकथाम
7. दांत तथा मसूड़े
   दांतों की सामान्य देखभाल
8. कुष्ठरोग
9. त्वचा के सामान्य रोग
10. खुजली

Published by the Catholic Hospital Association of India,
157/6, Staff Road, Secunderabad-500 003.