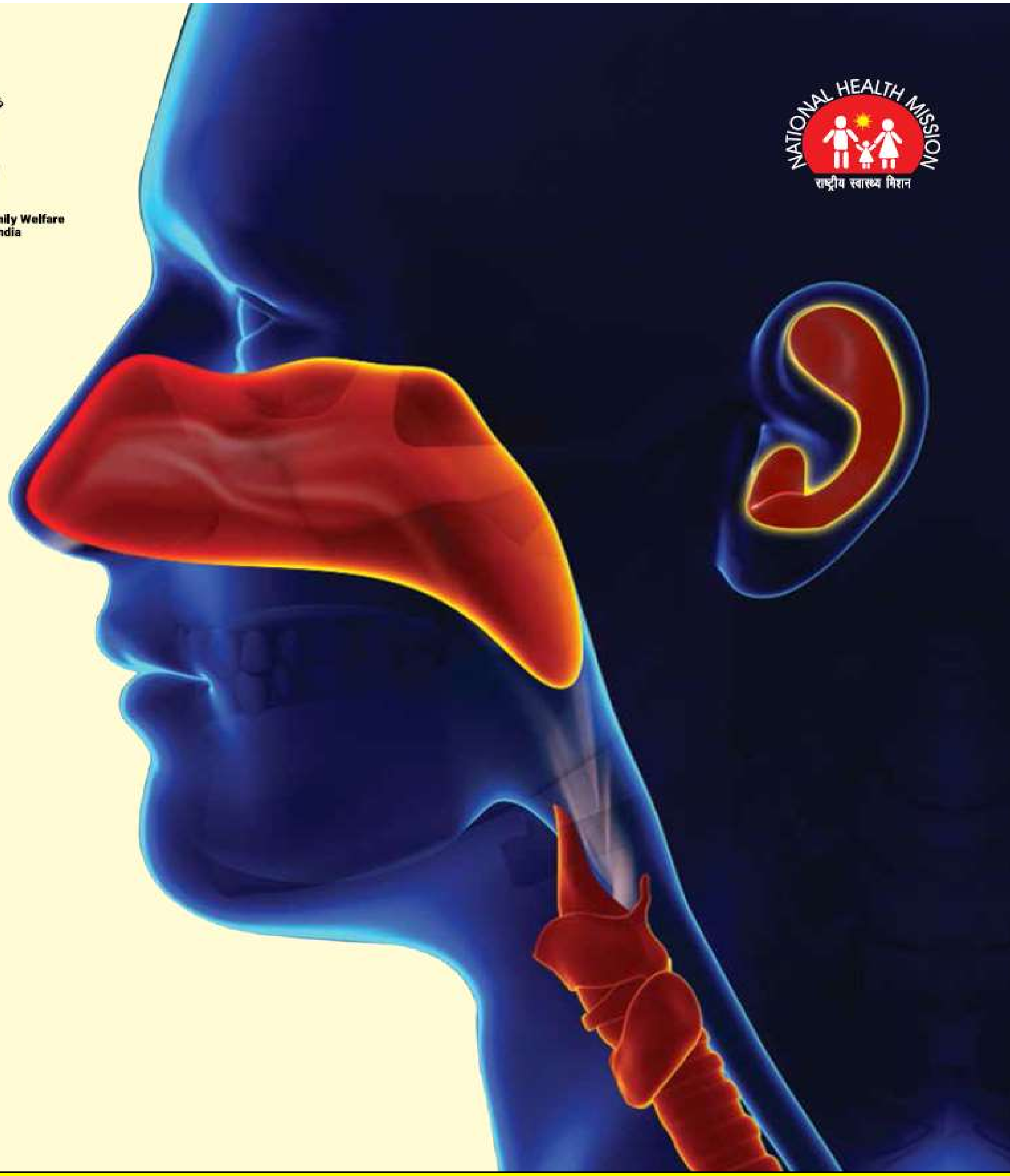
सत्यमेव जयते
Ministry of Health & Family Welfare
Government of India

NATIONAL HEALTH MISSION
राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन



कान नाक आणि घसा याची काळजी आरोग्य कर्मचाऱ्यासाठी प्रशिक्षण पुस्तिका
आयुष्यमान भारत – आरोग्यवर्धीनी केंद्रं

कान नाक आणि घसा यांची काळजी आरोग्य कर्मचाऱ्यासाठी प्रशिक्षण पुस्तिका

आयुष्यमान भारत - आरोग्यवर्धीनी केंद्रं

२०२१

घटक

प्रकरण १ : ओळख १

प्रकरण २ : कानाची माहीती समजुन घेणे ३

प्रकरण ३ : कान नाक व घसा यांची तपासणी ४

प्रकरण ४ : सामान्य कान नाक व घसा सामान्य तक्रारी व त्या कशा सोडवायच्या ५

प्रकरण ५ : आरोग्य संर्वधन नाक कान व घसा अडचणी प्रतिबंध २२

प्रकरण ६ : नाक कान घसा सेवा देणे कृतीआराखडा व आरोग्य सेवक/सेविका टीम साठी महत्वाचे कार्य २७

जोडपत्र

जोडपत्र १ : प्राथमिक कान नाक व घसा काळजी याविषयी कोणती कौशल्य ३१

जोडपत्र २ : कान नाक व घसा वापरण्यात येणारी सर्वसामान्य औषधीSHC-HWC ३३

जोडपत्र ३ : ज्या व्यक्तीना ऐकु येत नाही त्याच्याशी संर्पक कसा साधायचा ३५

जोडपत्र ४ : कान नाक व घसा यासंबधी सर्व सामान्य स्थितीचे तपासणी ३६

जोडपत्र ५ : समाजावर आधारीत मुल्याकंन चेकलिस्ट फॉर्म ३७

प्रकरण १ ओळख

राष्ट्रीय आरोग्य पॉलीसी मध्ये आयुष्यमान भारत कार्यक्रमाचा २०१७ मध्ये समावेश करण्यात आला आहे. यात सेगमेटंल व सैक्टरल ॲप्रोच आहे. तसेच आवश्यक असणाऱ्या सेवा संर्वागीण पणे एकत्रित देणे हे जागतिक आरोग्य संरक्षण. (UHC)

१५०००० लोकसंख्येसाठी एक आरोग्यवर्धीनी केंद्र असेल त्यात उपकेंद्र व प्राथमिक आरोग्य केंद्र यामध्ये संर्वागिण प्राथमिक सेवा उपलब्ध करुन देण्यात आल्या आहेत. यामध्ये माता व बाल आरोग्य सेवा सांर्सगिक व असांसर्गिक आजार मोफत सेवा व त्यासाठी लागणारी औषधी रोग निदान सेवा मोफत मिळतील.

कान नाक व घसा या सबंधी असणाऱ्या तकारी असणारे रुग्ण बाहय रुग्ण विभागात भेट देणाऱ्या रुग्णाची संख्या जास्त आहे. तसेच घरच्या घरी वापरात येणाऱ्या औषधी लोक विकत घेवुन उपचार करतात. रुग्ण सामान्य कान नाक घशा संबधी तक्रारी असल्यास कमी प्रमाणात वैद्यकिय सेवा (काळजी) घेतात. पुरेसा उपचार घेत नाही. व्यावसायिक अथवा प्रशिक्षीत डॉक्टराकडुन मदत घेतली पाहिजे उशीरा निदान व उपचार करण्यास सुरवात करतात.

सर्वसामान्य कानाच्या समस्या मध्ये कानातील मळ (१८%) कानातील जुने दुखणे संबधी आजार (५.४%) कानातील कोरडे पडदयात छिद्र (०.६%) जन्मतः बहिरेपणा (०.२%) आणि वयोमानानुसार ऐकण्याची क्षमता कमी (१०.५%)

राष्ट्रीय बहिरेपणा प्रतिबंध व नियंत्रण कार्यक्रम सुरु करण्यात आला. कार्यक्रमाचे उद्यिष्टे म्हणजे

- लवकर ओळखणे व निदान करणे
- बहिरेपणाचे कारण समजुन घेणे

या कार्यक्रमात आरोग्य कर्मचारी यांचे प्रशिक्षण, बहिरेपणा ओळखण्यासाठी शिबिर आयोजित करणे त्यात ऐकण्यासाठी कानाचे मशिन पुरविणे, शाळेत मुलांची तपासणी करणे इत्यादी.

त्यामुळे ऐकण्याचे कमी येणे याचा भार कमी करता येइल त्यामुळे प्रारभिंक कान नाक व घसा विषयी सेवा आरोग्य संस्था मध्ये उपलब्ध करुन देणे अगदी गाव पातळीवर देखील त्यामुळे भार कमी होईल.

आयुष्यमान भारत कार्यक्रमात कान नाक व घसाच्या समस्ये साठी प्रारभिक सेवा आरोग्यवर्धीनी केद्रात सर्व सामान्य लोकांना उपलब्ध करुन देणे तसेच संर्वागिण आरोग्य सेवा गावपातंळीवर उपलब्ध करणे.

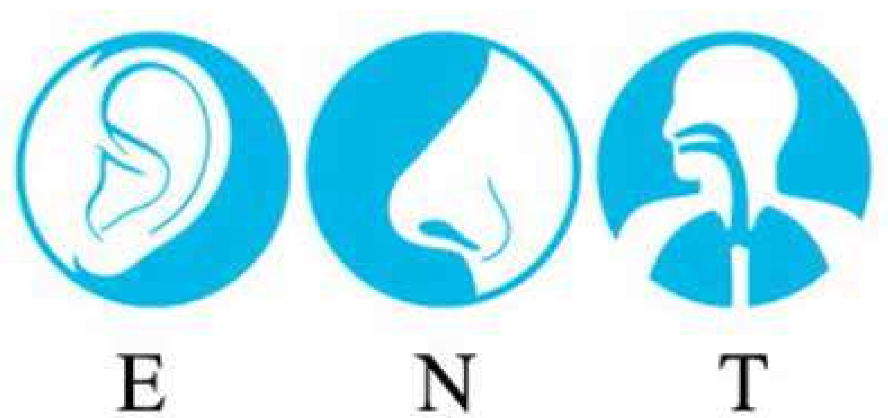
आरोग्य सेविका व समुदाय आरोग्य अधिकारी यांच्या प्रशिक्षण कार्यक्रमावर लक्ष केंद्रीत करणे. तसेच कान नाक घसा यासाठी सेवा SHC-HWCs मध्ये सेवा पुरवणे.

प्रशिक्षण पुस्तिकचे तीन भाग आहेत-

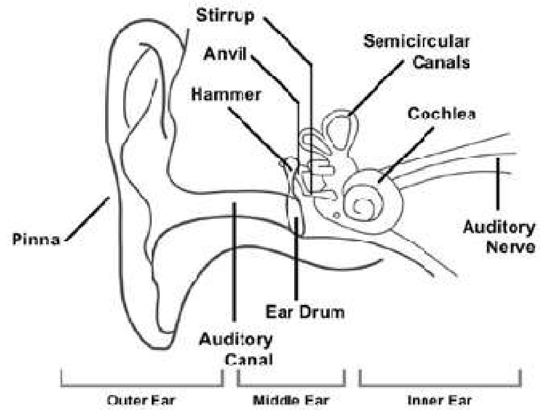
१) सामान्य कान नाक घसा यांच्या संबधी अडचणी याबाबत निदान व कृती यासाठी प्रोटोकॉल ठरवणे प्राथमिक पातळीवर काळजी.

२) कान नाक व घसा यांच्या आरोग्यासाठी आरोग्य शिक्षण व जागरुकता वाढविणे.

३) आरोग्य कर्मचाऱ्यांच्या कान नाक व घसा सेवामधील जबाबदारी व कर्तव्य.



प्रकरण २ कानाची माहिती जाणुन घेणे



संरचना :-

कानाची तीन भागात विभागणी होते.

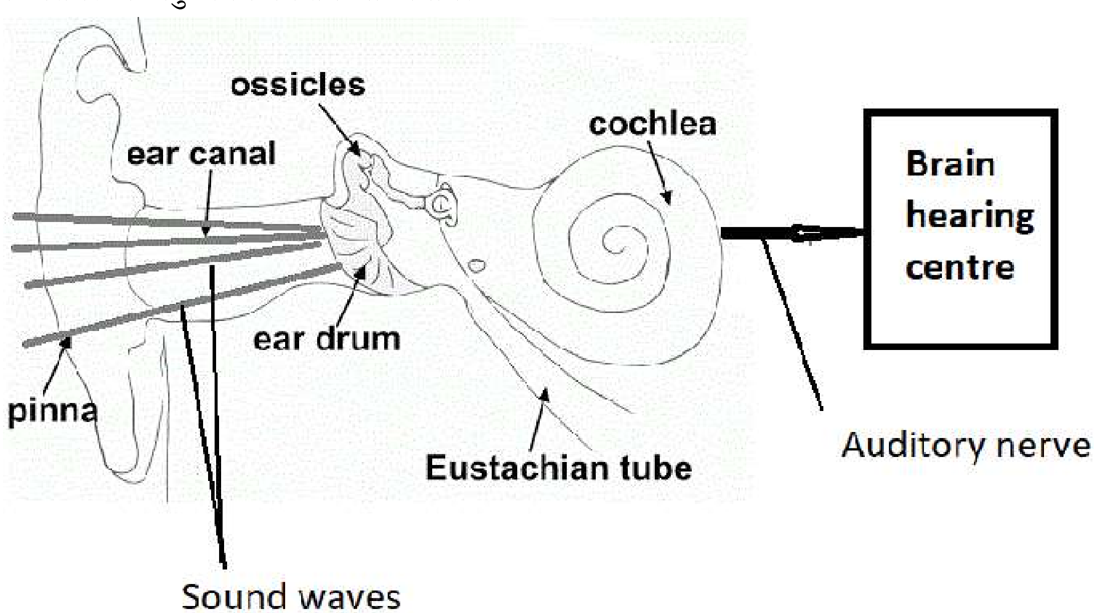
बाहेरील कान:- कानाची पाळी आणि कान नलिका-कान ड्रम नावाच्या आवरणाने समाप्त होते.

मध्य कान :- हा एक बंद खोख्यासारखा असतो कानाच्या ड्रम पासुन सुरवात होते यात ३ लहान हाड एकमेकांना चिकटलेले असतात.

आतील कान:- हा आतील भाग असतो यामध्ये ऐकण्याचे केद्रं असते याला कॉक्लीया म्हणतात आणि बॅलन्स कॅनॉल ला सेमी सरक्युलर कॅनॉल म्हणतात.

कानाचे कार्य कसे असते

आवाजाच्या लहरी कानाच्या पाळया मधुन मध्ये आल्यावर त्या कॅनाल लोब मधुन ड्रम वर आदळतात त्यामुळे कंपन पावते त्या कंपना लहान हाड आवाजाचा ध्वनी कॉक्लीया पर्यत वाहुन नेतात जे आतील कानात असते. ते मेदुं पर्यत निरोप पाठवतात.



प्रकरण ३ कान नाक व घसा तपासणी

कानाच्या तपासणी साठी तुम्हाला खालील गोष्टी लागतील

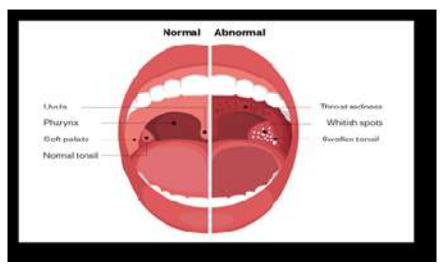
- बॅटरी
- पेन व रेकॉर्ड कार्ड

तयारी

- जिथे पुरेसा प्रकाश असावा. अशी जागा शोधावी
- व्यक्तीला आरामदायी बसवावे.
- व्यक्तीला सुपर्ण माहिती दयावी की आपण काय कृती करणार आहोत.
- नाव वय लिगं पत्ता दिनांक याची माहिती रेकॉर्ड करावी.

पध्दती

- रुग्णाचे स्वागत करावे रुग्णाची महत्वाची तक्रार शोधुन काढावी कधीपासुन आणि काही संबधित तक्रार आहे का.
- त्यांनी सांगीतलेले लक्षणे कान नाक आणि घसा यांचे रेकॉर्ड करायचे जसे वेदना, ऐकु कमी येणे, जखम गिळण्यास अडचण श्वास घेण्यास अडचण नाकातुन रक्त येणे किवा ज्यातुन आजाराची माहिती मिळेल.
- व्यक्तीच्या कानाची तपासणी करावी पिनां चा आकार आणि योग्य मापात सामान्य आहे का तसेच त्यातुन कोणत्याही प्रकारचा स्त्राव कानातुन वहाताना दिसतो का कानाच्या पाळीला वर खाली पकडुन बॅटरीच्या प्रकाशात कानाच्या पोकळीचे निरीक्षण करा. त्यातुन स्त्राव पु रक्त तर येत नाही ना तसेच कानाच्या पोकळीत फोड सुज आहे का.
- व्यक्तीच्या नाकाची तपासणी करा. नाकपुडीला धरुन नाकाच्या आतील भागाचे निरीक्षण करा नाकाच्या आत सुज रक्त पु स्त्राव तर येत नाही.
- व्यक्तीच्या घशाची तपासणी करा. व्यक्तीस तोडं उघडायला सागंणे मोठा आ करण्यास सांगणे.अणि घसा तपासावा त्यामध्ये टॉन्सील मऊ टाळु स्वर यंत्र दिसतात का तिथे सुज लाली किवां पु दिसतो का पहावे.
- या तीनही तपासण्यात खालील गोष्टी दिसतात का.
    - कोणत्याही प्रकारचा स्त्राव आहे का – पु ,स्वच्छ स्त्राव रक्त इ.
    - कोणत्याही प्रकारचे वस्तु – बॅटरीच्या उजेडाच्या साहयाने दिसत का.
    - कोणत्याही प्रकारचे सुज –लालसरपणा गरम लागणे सुज वेदना.



- तुम्ही कान नाक आणि घसा यांच्या तपासणी मध्ये काय पाहीले यांची स्वतंत्र नोदंणी करावी.

प्रकरण ४ सामान्य कान, नाक घसा यामधील सामान्य तक्रारी व त्यास कसे बघावे (उपचार कसे करावे)

१) नाकातुन रक्तस्त्राव :-

इपीसटॅक्सीस म्हणजे नाकतुन रक्तस्त्राव होणे. ही सामान्य तक्रार आढळते विशेषत उन्हाळया मध्ये जास्तीत जास्त रुग्ण सापडतात. नाकातुन रक्त कधी कधी आपोआप थाबंते. परंतु हे बालकामध्ये सतत हे आढळते त्यामुळे काळजी करण्या सारखे आहे.

रक्तस्त्राव हा होणाऱ्या जागेवरुन ठरवले जाते

अ) नाकाच्या समोरील भागातुन हे जास्त सर्व सामान्य आहे आणि ते थाबंवणे पण सोपे आहे हा रक्तस्त्राव नाकातुन होताना दिसतो.

ब) मागील भागातुन होणारा रक्तस्त्राव हे कमी प्रमाणात आढळतो हा रक्तस्त्राव प्रोप्यूज (profuse) कारणाने होतो. हा थाबंवणे अवघड आहे हा रक्तस्त्राव नेहमी तोडांतुन होताना दिसतो.

कारणे

अ) **स्थानिक कारणे** -बोटाच्या नखाने होणारी जखम छोटी गाठ, दाह.

ब) ठराविक आजारात उच्च रक्तदाब लिव्हरचे आजार मुत्रपीडांचे आजार रक्त पातळ होणारी औषधे.

क) काही माहीत नसलेली कारणे किवां आयडोपॅथीक.

तुमच्या पातळीवर व्यवस्थापन :-

१) रुग्णाला पुढील प्रश्न विचारावे की आताच्या रक्तस्त्रावाचा किती वेळा पुरता होता मागील इतिहास अशा घटनेचा. मार लागल्याने रक्तस्त्राव झाला का शरीराला इतर ठिकाणी मार लागला आहे का? जुना लिव्हरचा आजार, कुटुबांत कोणाला असे होते का? औषधाचा घेतल्याचे इतिहास जुने मदयपान घेत आहे का इतर संयुक्तीक कारणे नोदंवा.

२) तपासणी

- नाकाच्या आतील भागाचे बॅटरीच्या साहयाने रक्तस्त्राव होणारी जागा तपासावी.
- रक्तदाब मोजावा जर रक्तदाब तात्काळ वाढलेला असेल तर ते ही कारण असु शकते.

३) नाकातुन होणा-या रक्तस्त्राव थांबण्याचे व्यवस्थापन :-

जर नाकाच्या पुढच्या भागातुन मध्यम रक्तस्त्राव नेहमी आढळतो प्राथमिक काळजी घेतली की तो थांबतो. मागील भागातुन रक्तस्त्राव होत असेल तर त्या व्यक्तीस तज्ञाकडे संदर्भसेवा दयावी.

➢ कमी रक्तस्त्राव :- तात्काळ रक्तस्त्राव थाबंण्यासाठी व आराम वाटण्यासाठी रुग्णाचे डोके मागच्या बाजुने करावे नाकपुडी १० मिनिट दाबुन ठेवावी जर अजुनही नाकातुन रक्त वहात असेल तर पुन्हा नाकपुडी १० मिनिट दाबुन ठेवावी.

➢ मध्यम रक्तस्त्राव :- व्यक्तीस SHC/HWC संदर्भसेवा दयावी. CHO च्या मदतीने खालील प्रकारे व्यवस्थापन करावे.

- व्यक्तीस आरामदायक स्थितीत बसवावे रक्तस्त्राव कोठून होतो ते तपासावे पुढच्या बाजुने (नाकातुन) की मागील बाजुने (तोडांतुन).
- तो/तिला बसवुन डोके थोडे मागच्या बाजुला करावे.

- रुगणास नाकाने जोरात ओढु देवु नये.
- जर पुढील बाजुने रक्तस्त्राव होत असेल तर जेथुन रक्तस्त्राव होतो तिथे दाब दयावा नाकपुडी १० मिनिट दाबुन ठेवावे.
- जर रक्तस्त्राव थाबंला नाही २ टक्के लिग्नाकेन व व्हासोकन्सट्रक्टर एकत्र करुन १० मिनिट ठेवावे. कोरडे कापसाचे बोळे एकत्र द्रावणात बुडवुन दोन्ही नाकपुडीत ठेवावे नतंर कारडे कापसाचे बोळे १० मिनिट नाकपुडीत ठेवावे त्यामुळे लिकेज पहावे.
- नाकावर थंड पटटी आइसपॅक नाकावर ठेवावे.
- जर रक्तस्त्राव थांबला नाही किवा मागील बाजुने रक्तस्त्राव होत असेल नाकावर पॅक ठेवुन संदर्भ सेवा जिथे सर्व सोयी उपलब्ध आहेत.
- जर २४ तासा पेक्षा जास्त वेळ पॅक ठेवला असेल तर जंतुसंर्सग होवु नये म्हणुन प्रतीजैविक दयावीत.
- जर रक्तस्त्राव जास्त होत असेल रुग्ण बेशुध्द असेल तर रुग्णवाहीकेला बोलवावे आणि संर्दभ सेवा जिल्हा रुग्णालय जिथ कान नाक घसा तज्ञ उपलब्ध असतील तेथे दयावी.

संर्दभ करण्यासाठी सुचक लक्षणे

- उच्च रक्तदाब असेल.
- नाकातुन होणारा रक्तस्त्राव २० मिनीट दाब देवुन थांबला नाही.
- मोठया प्रमाणात रक्त कमी होणे.
- चेह-यावर झालेल्या आघातानंतर रक्तस्त्राव, संशयास्पद चेहऱ्याच्या फ्रॅक्चरसह होत असल्यास.
- इतर गुतांगुंती ज्यांना योगय क्रॉस सल्ला मसलत आवश्यक आहे.
- नाकाच्या मागील भागातून रक्तस्त्राव नाकात पॅकिंगसाठी.

नाकातुन होणाऱ्या रक्तस्त्रावास समोरच्या बाजुने पॅकीग

संकेत : दाब किंवा लिग्नोकेनद्वारे नियंत्रित नसलेल्या नाकातून रक्तस्त्राव नियंत्रित करणे.

आवश्यक साधने: हातमोजे, २%लिग्नोकेन जेली, वंगण जसे की पेट्रोलियम जेली, गॉझ रिबन, चिंमटा (Forceps) इ.

प्रक्रिया :

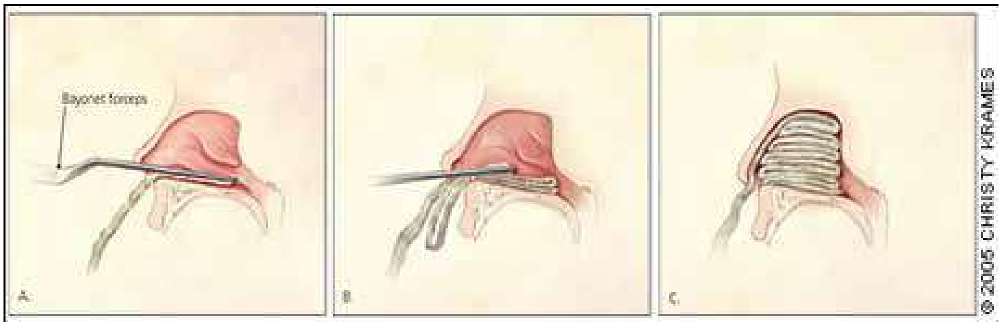
रुग्णाला पाठीमागे आराम देऊन उठून बसवा.

अनुनासिक श्लेष्मल त्वचेवर लिग्नोकेन २% सारखी स्थानिक भूल दया.

एक लांब रिबन कापसाचे किंवा रेशमाचे तलम पारदर्शक कापड तुकडा तयार करा आणि पेट्रोलियम जेली सारख्या मुबलक लिब्रिकंटसह स्मीअर करा.

स्केलपेलच्या सहाय्याने, कापसाचे तुकडे एकमेकांवर एक थर लावावे लागतात, ते पुढील आकृतीत दर्शविल्याप्रमाणे ते पुढील भागापर्यत पॅक करावे लागतात.

कापसाचे किंवा रेश्माचे तलम पारदर्शक कापड शक्य तितक्या मागे ढकलेले पाहिजे. आधिची अनुनासिक पोकळी भरेपर्यत पॅकिंग चालू ठेवली जाते.



नाकातुन होणा-या रक्तस्त्राव व्यवस्थापणात आरोग्य सेवक/सेविका यांच्या जबाबदा-या

जर नाकातुन रक्स्त्राव होणारा रुग्ण जर केंद्रात आला तर प्रथमोपचार करावा रक्तदाब वाढला आहे का पहावा किवां जखम आहे का

जर नाकातुन येणारे रक्त १५ मिनिटा पर्यत थाबंले तर CHO च्या मदतीने उच्च स्तरावर संदर्भ सेवा दयावी

सर्व संर्दभ सेवा दिलेल्या व उपचार सुरु असलेल्या रुग्णांचा इतर पाठपुरावा करावा

आरोग्य शिक्षण देताना नाकातुन होणारा रक्तस्त्राव प्रतिबंध कसा करावा नाकपुडी पिचं करु नये यावर फोकस करावे उन्हाळा व कोरडे ऋतु मध्ये व्हॅसलीन चा वापर करावा

२) श्वसनसंस्थेच्या वरील भागाचे जंतुसंर्सग

जास्तीत जास्त लोकांना प्रत्येक वर्षी श्वसनसंस्थेचे आजार होतात. श्वसन संस्थेच्या वरील भागाचे जंतुसंर्सग हे सामान्य कारण आहे बाहयरुग्ण वैदयकिय काळजी विशेषत बालकात जास्तीत जास्त बालकात व्हायरल जंतुसंर्सग आढळतो प्रतिजैवीके चा उपयोग करतात संस्थच्या वरील भागाचे आजाराचे उपचार लक्षणा वर आधारीत करतात

- जर रुग्णाला गंभीर आजाराचे लक्षणे व चिन्ह असतील आणि गुतांगंत (न्युमोनिया टॉन्सील अबसेस इ)
- सर्व रुग्ण हे बॅक्टेरीयल जंतुसंर्सग जसे ॲक्युट टॉन्सीलायटीस सायनोसायटीस
- जर रुग्णाला जोखमीचे व गंभीर गुतांगुतीचे कारण अशा ह्रदय फुप्फुस मुत्रपिडं लिव्हर यांचे आजार होण्याचे पहिले लक्षण दिसतात.
- बालक जे कमी दिवसात जन्माला आली असतील किवां ६५ वर्षा पेक्षा जास्त वयस्कर जे गंभीर आजारी असतील.

श्वसनसंस्थेच्या वरील भागाच्या आजाराचे प्रकार :-

१. सायनोसायटीस

२. रायनायटीस व्हायरल (सर्दी) ॲलर्जी किवां ॲटरोफीक रायनायटीस

३. घशाचा दाह

४. टॉन्सीलायटीस

सायनसायटीस (SINUSTIS) चेहऱ्यात वेदना किवा सायनस दुखतात, नाकातुन पिवळसर स्त्राव वहाणे, ताप, नाक चोदंणे किवा बंद	घशाचा दाह (PHARYNGITIS) घसा खवखवणे अचानक घसा दुखणे घशात वेदना ताप, अस्वस्थता.
रायनायटीस (RHINITIS):- व्हायरलरायनायटीस साधा असतो. नाकातुन पाण्या सारखा स्त्राव वहातो डोळयातुन पाणी वहाते नाक चोदंणे ताप व डोके दुखते **ॲलर्जीक रायनायटीस** :- सतत शिकां येतात १० ते २० शिकं सारख्या येतात नाकास खाज सुटते डोळे कान टाळु, नाकातुन पाण्या सारखा स्त्राव वहातो नाक बंद होणे डोळयातुन पाणी येते लाल दिसते खाज येते **ॲटरोफीक रायनायटीस** :- हिरव्या रंगाचा स्त्राव नाकात दिसतो. नाकातुन येणा-या स्त्रावास वास येतो. रुग्णाला याची जाणीव नसते. नाक बंद असते नाक स्त्रावाने भरलेले असते नाकातुन किडे (Maggots) येत असल्याचा इतिहास असतो नाकात वाकडे पणा येतो	

तुमच्या पातळीवर व्यवस्थापन

रायनायटीस च्या जास्ती रुग्ण आणि घशाच्या दाह हे व्हायरल आणि त्यांच्या लक्षणावर आधारीत उपचार करतात जर तुम्ही रुग्णाचे खालील समुपदेशन उपचार व आजाराच्या प्रतिबंधासाठी महत्वाचे आहे

१. भरपुर प्रमाणात पाणी प्यावे व पुरेशी विश्रांती घ्यावी.
२. नाकात मिठाच्या पाण्याचे थेबं टाकावे आणि गरम पाण्याची वाफ घ्यावी व नाक स्वच्छ करावे
३. विशेष कोणत्याही आहाराची गरज नाही संत्री टोमॅटो आणि फळे ज्यामध्ये जीवनसत्व सी मिळण्यास मदत होईल
४. जर डॉक्टरांनी प्रति जैविके लिहुन दिले नसेल तर घेवु नये
५. जास्त थंड पदार्थ घेवु नये शिकंण्याने वातावरणात जंतु पसरतात
६. जंतुसर्सग होवु नये म्हणुन आजारी व्यक्तीने वेगळे रहावे खावे झोपावे आणि लहान मुलांच्या संर्पकात येवु नये जेव्हा खोकला किवां शिकं येईल तेव्हा नाक व तोडांवर झाकण (रुमाल) ठेवावे आणि शक्य असेल तर प्रत्येकी वेळी हात धुवावे
७. साधारण पणे पॅरासिटमॉल सारख औषध घ्यावे. त्यामुळे ताप कमी होईल व आराम वाटेल अंग दुखणे कमी होइल जास्तीच्या कोल्ड गोळया (Cold Tablets) घेवु नये ते चांगले नाही
८. नाक वहाण थांबले नाही तर दुर्लक्ष करु नये कारण त्याचे दुखणे कानापर्यत जाईल व कानात जंतुसंर्सग होईल का पहावे

टीप – जर दुखणे चेहऱ्याचे सायनसचे दुखणे जर १ महिन्या पासुन असेल तर त्यास क्रॉनीक सायनसायटीस म्हणतात असे असल्यास रुग्णास संर्दभ सेवा उच्च स्तरावर दयावी पुढील व्यवस्थापण व उपचारासाठी पाठवावे

श्वसन संस्थेच्या वरील भागाच्या आजारांचे आरोग्य सेवक/सेविका यांचे व्यवस्थापन :-

जेव्हा रुण तुमच्या कडे क्लीनीक मध्ये येइल तेव्हा त्यास श्वसन संस्थेचा कोणत्या प्रकारचा आजार आहे ते ओळखणें किवां ती कार्यक्षेत्रातुन पाठवली आहे का त्यांनी सामान्य तक्रारी साठी ताप सर्दी डोकेदुखी साठी उपचार घेतले आहे का.

त्याला वाफ घेणे, आराम करणे, गरम पाणी पेय घेण्याचा सल्ला व समतोल आहार घ्यावा.

जर बॅक्टेरीयल जंतुसंर्सग असेल सीएचओ ना सागांवे जे वैदयकिय अधिकारी यांच्या कडे संर्दभीत करतील.

जर रुग्णाला औषध लिहुन दिली असतील तर तो ती व्यवस्थित घेतो की नाही व त्याचा कोर्स पुर्ण करतो की नाही याकडे लक्ष ठेवावे.

सर्व जुन्या केसेस औषध घेतात उपचार घेतात का याचा पाठपुरावा करावा .

आरोग्य शिक्षणाचे सत्र आयोजित करावे व त्यात रोगप्रतिकारक शक्ती कशी वाढवावी सर्दीचा प्रतिबंध कसा करावा चांगला आहार कोणता घ्यावा नियमित आरोग्य तपासणी करावी.

रेकॉर्ड अदयावत ठेवावे.

३) ॲक्युट टॉन्सीलायटीस (ACUTE TONSILLITIS)

टॉन्सील याविशेष पेशीच्या बनलेल्या असतात दोन असतात घशाच्या मागील बाजुस असतात. विशेषत बालका मध्ये यांचा जंतुसंर्सग व दाह जास्त प्रमाणात होतो त्याला टॉन्सीलायटीस असे म्हणतात

क्लीनीकल चिन्ह :-

लक्षण

- घसा दुखणे
- गिळतांना त्रास किवा वेदना होणे
- ताप
- कानात दुखणे
- आवाजात बदल होणे
- सामान्य लक्षणे जसे डोकेदुखी अंग दुखणे इ.

चिन्ह

- टॉन्सील लाल आणि सुजलेल्या त्यावर क्डक आवरण येणे (टॉन्सील वर पाढंरे किवा पिवळे आवरण किंवा चट्टे)
- मानेतल्या ग्रंथी मौठया व कडक (लिफं नोड)

तुमच्या स्तरावर व्यवस्थापन :-

टॉन्सीलायटीसच्या जास्तीत जास्त रुग्ण औषधांनी बरे होतात नेहमीच्या उपचारांना प्रतिसाद देतात गुतागुंत होत नाही.

१. पॅरासिटमॉल गोळया
२. अमॉक्सीसीन (Amoxiciln) (प्रतिजैविक (डॉक्टराच्या सल्लयाने)

३. सलाईनच्या किवां गरम पाण्याच्या गुळण्या /पोटॅशियम परमॅगनेट गुळण्या(तोडं स्वच्छ करणे)

काही रुग्णांना बरे होण्यासाठी शस्त्रक्रिया करण्याची गरज भासते. घशाचा सारखा सारखा जंतुसंर्सग (७ किवां त्यापेक्षा जास्त वेळा दुखणे १ वर्षात ५ वेळा दुखणे २ वर्षात किवा ३ वेळा दुखणे ३ वर्षापर्यत) किवां जर टॉन्सील दुखण्यामुळे आहे अशी तक्रार घेवुन आले असतील त्यांच्या घशाची तपासणी करणे गिळण्यास श्वासास अडचण अडथळा काही रुग्णात बोलण्यास अडचण किवा जे प्रतिजैविकास प्रतिसाद देत नाही.

आरोग्य सेवक/सेविका यांची ॲक्युट टॉन्सीलायटीस मध्ये व्यवस्थापनेत जबाबदारी :-

अश्या रुग्णात घसा दुखण्याची तक्रारी किवा गिळण्यास अडचण येते.
सलाइन पाण्याच्या किवां गरम पाण्याच्या गुळण्या करण्याचा सल्ला देणे थंड व तेलकट अन्न घेवु नये.
जर टॉन्सील वाढल्या असतील असतील दाह असेल तर प्रतिजैविक दयावी लागतील व समुदाय आरोग्य अधिकारी यांना कळवावे जे रुग्णास प्रा आ केद्रांत वैदयकिय अधिकारी यांच्या कडे संदर्भित करतील प्रतिजैविक व इतर औषध लिहुन देतील रुग्ण पुर्ण दिवसाचा कोर्स करतो की नाही याकडे लक्ष दयावे रुग्णाचा पाठपुरावा करावा जर त्याच्या मध्ये एका आठवडयात सुधारणा झाली नाही तर समुदाय आरोग्य अधिकारी यांना कळवावे आणि रुग्णास उच्चस्तरावर संदर्भित करावे जिथे कान, नाक, घसा विशेषज्ञ असतील.
आरोग्य शिक्षण सत्रात धुळीपासुन रक्षण घसा ओलसर ठेवण्यासठी घोट घोट पाणी पिणे आणि व्यक्तीगत स्वच्छता चांगली राखणे या मुद्दांचा समावेश करावा.
तसेच रेकॉर्ड अदयाावत ठेवणे.

४) ॲक्युट इपीग्लोटासयटीस (ACUTE EPIGLOTTITIS):-

ही अत्यंत गंभीर/धोकेदायक अवस्था आहे ही साधारण २ ते ७ वर्ष बालकात जास्त दिसुन येते ही अवस्था बॅक्टेरीअल जुसंर्सगामुळे होते. स्वरयंत्राच्या खाली श्वास नलीके जवळ होते त्यामुळे तिथे सुज येते आणि अडथळा निर्माण होतो व श्वासास अडचण येते

क्लीनिकल लक्षण

- अचानक लक्षणे दिसायला लागतात
- श्वासास अडचण
- श्वास घेताना आवाज
- ताप
- घसा दुखणे खाण्यास अडचण (मोठया मध्ये)

तुमच्या स्तरावर व्यवस्थापन :-

अशा रुग्णास बालकास दवाखान्यात दाखल करण्याची गरज असते कारण बालकांमध्ये श्वसनसंस्थेसाठी धोकादायक असते त्यामध्ये अडथळा येतो त्यामुळे मृत्यु ही होवु शकतो. बालकांस खाता पण येत नाही. त्यामुळे ॲण्टीबायोटीक ची सलाईन ताबडतोब सुरु करतात समुदाय आरोग्य अधिकारी याना सांगावे जे उच्च पातळीवर संदर्भ सेवा देतील.जिथे विशेषज्ञ किवा बालरोग तज्ञ असतील

आरोग्य सेवक/सेविका यांची ॲक्युट इपीग्लोटायटीस मध्ये व्यवस्थापन जबाबदारी :-

जर बालकामध्ये श्वासाचा त्रास आढळल्या श्वसनाला आवाज येत असेल आणि ताप असल्यास समुदाय अधिकारी यांना सांगावे जेणेकरुन ते बालकास कान नाक घसा तज्ञा कडे पुढील उपचारासाठी संदर्भित करतील.

बालक बरा झाल्यावर जेव्हा परत घरी येईल. तेव्हा पाठपुरावा करावा आठवडयावत काही प्रगती झाली नाही तर समुदाय आरोग्य अधिकारी यांना सांगावे आणि पुन्हा जे उच्च पातळीवर संदर्भ सेवा देतील. जिथे विशेषज्ञ किवा बालरोग तज्ञ असतील आरोग्य शिक्षण सत्रा मध्ये वैयक्तीक स्वच्छता कशी ठेवावी यावर भर दयावा.

पेन्टाव्हायंलट च्या लसीचे तीनही डोस (६,१०,१४ आठवडे) दिल्यास आजारा पासुन संरक्षण मिळते बालकास संपुर्ण लसीकरण घेण्यासाठी प्रवृत्त करावे

सर्व रुग्णाचे रेकॉर्ड ठेवावे.

५) कान दुखणे (OTALGIA)

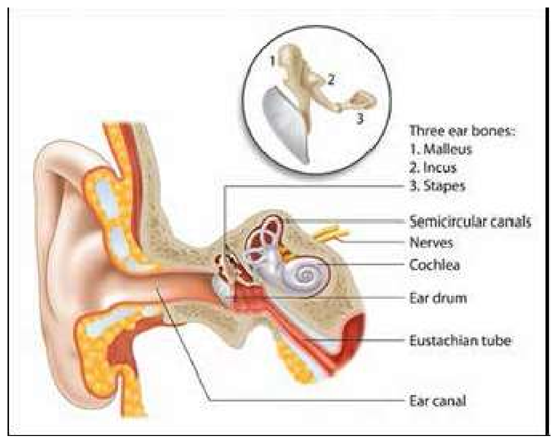
कानामध्ये दुखणे यालाच ओटालजीया म्हणतात हे लक्षण आहे उपचाराला सुरवात करण्या पुर्वी ते कोणत्या कारणाने आहे हे शोधुन मग सुरु करावे हे सर्व सामान्यपणे बालकात आढळते. तसेच मोठया मध्ये पण आढळते.

कान दुखणे कारणे :

अ) प्राथमिक स्वरुपाचा हा सामान्य आहे दुखण्याचे कारण कानातच असते उदा बाहेरील कान दुखणे ओटायटीस मिडीया मॅसटोडीस कानात मळ असणे.

ब) सेकंडरी ओटालजीया

कानातील बऱ्याच नसात त्रास होता क्रॅनिअल नस विशेष करुन नंबर ५ ७ ९ आणि १० यामध्ये असामान्य स्थिती होते. यामुळे कानात दुखते उदा. दातामध्ये अडचण जबडा ट्रायगनियल न्युरानलजीया इंटराक्रॅनिअल लिजन.



तूमच्या स्तरावर व्यवस्थापन

कानात दुखत असलेल्या रुग्णास संदर्भ सेवा दयायची असेल तर समुदाय आरोग्य अधिकारी याना सांगावे

- रुगणाची सर्व सामान्य लक्षणावर आधारीत तपासणी करावी त्यात कान, तोडं व घसा यांचा समावेश करावा.
- कान कोणत्या कारणाने दुखतो हे शोधुन त्यानुसार तसे उपचार करावे.
- जंतुसंर्सगाचे काही चिन्ह किवां काना सभोवती जखम आहे का.
- जर कानाच्या आतुन काही स्त्राव येतो का येत असल्यास स्वच्छ निर्जंतुक गॉजच्या सहयाने पुसुन स्वच्छ करावा.

- प्रतीजैविक व कानात औषध ear drop (Ciprofloxacin) चे दोन थेबं दिवसातुन २ ते ३ वेळा टाकावे **जर कानातुन स्त्राव येत नसेल तर :-** जर कानातुन स्त्राव वाहत असेल तर कानाचा पडदा फाटल्यामुळे असु शकतो म्हणुन कान कोरडा ठेवावा.
- दुखणे कमी होण्यासाठी पॅराशिटमॉल ची गोळी २५ ते ३० मि ग्रॅम/कि ग्रॅम तीन डोस विभागुन दयावे.
- ५ दिवसात पाठपुरावा करावा व बरे वाटत असल्यास उपचार चालु ठेवावा.

कान, नाक व घसा विशेषज्ञ यांच्या कडे केव्हा पाठवावे.

- ॲक्युट दुखणे असेल तर वेदनाशामक औषध दयावी.
- जुने दुखणे (दुखणे २ आठवडयापेक्षा जास्त असेल) विशेष ते दुखणे डोके/मान या संबधी असेल.
- कानाच्या पोकळी मध्ये दाह सुज असे चिन्ह दिसले.
- जर रुग्णाला जास्तीचा ताप अस्वस्था वाटत असेल.
- जखमेमुळे कान दुखत असेल.
- जेव्हा काही कारण नसते आणि कान दुखत असेल तर त्याचा इतिहास बघावा व तपासणी करावी.

६) ओटायटीस इक्सट्रीना (बाहेरील कानाचे जुतुसंर्सग)

ओटायटीस इक्सट्रीना म्हणजे बाहेरील काना मध्ये दाह होतो हे सामान्य जास्तीत जास्त आढळणारे जंतुसंर्सगाचे कारण आहे (हे बॅक्टेरीअल किवा बुरशीजन्य) असु शकते. परंतु काही जंतु विरहीत असतात त्यावर स्थानीक पातळीवर कृती करतात.

जोखमीचे घटक

१. कानाचा आतील भाग गरम लागतो गडद आणि प्रोन मुळे ओलसर वातावरण जंतु व बुरशी यामध्ये वाढ जास्त होते.
२. कानाची पोकळी मध्ये सहजच जखम होते.
३. पोकळीचा आकार गोलाकार झाल्याने आत गेलेले बाहेर निघायला अवघड पडते.
४. जंतुसंर्सग झालेल्या वयस्कर लोकामधील फोडावरील केस हे जाड असतात.

क्लीनीकल चित्र

- कानाच्या पाळीची हालचाल केल्यास दुखते व कानात अतिशय दुखते
- जबडयाची हालचाल करताना अतिशय दुखते
- गळयातील लिफंनोड (ग्रंथी) वर सुज येते व दिसते
- कानामध्ये दाह व कानाच्या पोकळीत क्रस्ट व कानातुन स्त्राव वहातो

तुमच्या स्तरावर व्यवस्थापन

- कापसाच्या कोरडया बोळयाने कान कोरडा करावा.

- १० टक्के इथमॉल ग्लिसरीन चा पॅक कानात ठेवावा त्यामुळे आराम आणि दुखणे कमी होइल (हायपोस्कोपीक कृती मुळे ग्लिसरीन ने सुज कमी होते पांढरे इथमॉल हे ॲण्टीसेप्टीक आहे.
- ॲम्पीसीलीन गोळया ५ दिवस वयानुसार डोस दयावा (डॉ च्या सल्ल्याने घ्यावी) समूदाय आरोग्य अधिकारी हे वैदयकिय अधिकारी यांच्याशी संपर्क करतील.
- पॅराशिटमॉल ५००मि. ग्रम ५ दिवस दिवसातुन तीनदा दयावी.

आरोग्य सेवक/सेविका यांची बाहेरील कानाच्या जंतुसंर्सगां मध्ये व्यवस्थापन जबाबदारी :-

कानाच्या दुखण्याच्या सर्व रुग्णांचे निदान करावे आणि बाहेरील कानाच्या जुतुसंर्सगाचे निदान करावे
कापसाच्या कोरडया बोळयाने कान कोरडा करावा.
दुखण्याच्या लक्षणा वरुन उपचार करावे.
समूदाय आरोग्य अधिकारी हे वैदयकिय अधिकारी यांच्याशी संपर्क किवां कान नाक घसा तज्ञ यांच्या कडे निश्चिीत निदानासाठी व उपचारासाठी पाठवतील
सर्व रुग्ण ॲण्टबायोटीक चा पुर्ण कोर्स उपचार करावा यासाठी पाठपुरावा करावा जर काही रुग्णाच्या आजार बरा होण्यात १ आठवडयात प्रगती होत नसेल तर समूदाय आरोग्य अधिकारी यांना कळवावे समूदाय आरोग्य अधिकारी हे पुन्हा कान नाक घसा विशेष तज्ञ कडे पाठवतील.
रेकॉर्ड अदयावत ठेवावे.
समाजाला वैयक्तीक स्वच्छता आणि कान कसा स्वच्छ ठेवणाचे आरोग्य शिक्षण दयावे.

७) ओटायटीस मिडीया (कानाच्या मधील भागाचा जुतंसंर्सग) :-

कानाच्या मधील जागेचा दाह म्हणजे ओटायटीस मिडीया ही सर्व सामान्य अर्भक व बालकात ही स्थिती आढळते. तसेच मोठयान मध्ये पण आढळते ही अस्वच्छतेमुळे होणारा आजार आहे.

ओटायटीस मिडीया चे दोन प्रकार असतात

१) जो लगेच उध्दभवतो बॅक्टेरीया मुळे जंतुसंर्सग मधल्या कानात होतो.
२) जो आधीचा ओटायटीस मिडीयाते खुप आधी पासुन मध्यल्या कानाचा जंतुसंर्सग झालेला असतो

जोखमीचे घटक	लक्षणे	चिन्ह
सतत सर्दी होत रहाते व श्वसनसंस्थेच्या वरील भागाचा जंतुसंर्सग होतो गोवर घटसर्प डांग्या खोकला मुळे होवु शकतो टॉन्सील ने जंतुसंर्सग क्रानीक रायनायटीस सायनसायटीस नाकास ॲलर्जी दुभंगलेली टाळु (जन्मत असणारी)	कानात दुखत असल्यामुळे झोप लागत नाही कमी ऐकु येते. खुप ताप कानाचा पडदा फाटलेला व त्यातुन रक्त व पु वहातो टीनटस (कानात आवाज येतो) काही वेळेला लहान बालकात जास्तीचे लक्षणे आढळतात ताप /उलटी/ अतिसार/ झोपाळु/ सारखी रडते /अस्वस्थ	श्वसनसंस्थेच्या वरील भागाचा जंतुसंर्सगाची चिन्ह दिसतात मॅसटॉइड भागात जाडपणा दिसता (कानाच्या हाडाच्या भागात) बाहेरील पोकळी मध्ये रक्त मिश्रीत स्त्राव अथवा पु वाहतांना दिसतो.

टीपः- या स्थितीला सिरीयस ओटॉयटीस मिडीया म्हणतात मधल्या कानातुन पाण्यासारखा स्त्राव वाहतो शाळेत जाणाऱ्या मुलात ही स्थिती सामान्यपणे दिसते. हे सामान्य जास्तीत जास्त व्हायरल जंतुसंर्सग आणि ऋतुमानानुसार आढळते हे कमी धोकेदायक असते. सपोरटीव्ह ओटॉयटीस मिडीया पेक्षा हया स्थितीत नाकातील बंद, ॲलर्जीक उपचाराने बरे करतात याला प्रती जैविक देत नाही.

तुमच्या स्तरावर व्यवस्थापन

जर तुम्हाला ओटॉयटीस मिडीया असल्याची शंका येत असेल तर रुग्णास त्वरीत समुदाय आरोग्य अधिकारी यांच्या कडे संदर्भ सेवा दयावी व खालील गोष्टीचे व्यवस्थापन करावे.

- रुग्णाचे समुपदेशन करावे.
  - कान कोरडा ठेवावा (कानात पाणी घुसणार नाही याची काळजी घ्यावी).
  - जर स्त्राव वहात असेल कोरडया कापसाच्या बोळयाने कोरडे करावे.
  - कोणताही कानाचे औषधाचे थेबं टाकु नये.
- निर्जंतुक कापसाच्या काडीने कानातील आतील भाग कोरडा करावा.
- ५०० मि पॅरासिटमॉल ग्रॅमची गोळी दिवसातुन तीन वेळा किवा सिरप पॅरासिटमॉल १० ते १५ मि ग्रॅम/कि गॅम्र शरीराच्या वजनानुसार दयावी व प्रतीजैविक देण्यासाठी समुदाय आरोग्य अधिकारी वैदयकीय अधिकारी यांच्याशी संपर्क साधुन ठरवावे.
- प्रतीजैविक ॲमॉक्सीसीलीन किवा इझिथ्रोरामायसीन ५ ते ७ दिवस (डॉ च्या सल्लयाने देवु शकतात) समुदाय आरोग्य अधिकारी वैदयकीय अधिकारी यांच्याशी संपर्क साधुन ठरवू शकतात.
- नाकात डॉप (१% मोठयात व ५% बालकात) किवा झायलोकिठाझोन किवा ऑक्सीमिठाझोलीनचे २ ते ३ थेंब दिवसातुन तीनदा वापरु शकतात त्यामळे नाकातील कोरडा स्त्राव कमी होइल त्यामुळे लक्षणात फरक पडेल.
- कानाची स्वच्छता – जर स्त्राव असेल तर निर्जंतुक कापसाच्या बोळयाने मॉप ठेवावे. पण ठेवताना कानाच्या आत बोळा राहणार नाही याची काळजी घ्यावी फक्त पु वाहत असेल तर.
- आजुबाजुला गरम करावे शेक दयावा त्यामुळे दुखणे कमी होइल लहान टॉवेल चा शेक देण्यासाठी वापर करावा ते तव्यावर गरम करावे नतर कानाच्या जवळ शेक दयावा.

तज्ञाकडे केव्हा संदर्भित करावे :-

- जर वैद्यकिय उपचार सुरु करुन लक्षणात ४८ तासापर्यत सुधारणा झाली नाही .
- जर लक्षणात वाढ झाली जसे उलटी सोबत डोके दुखणे / फेशियल पालसी/मॅसटॉइड वर कडक.
- जर इतर कोणतीही स्थिती टॉन्सीलायटीस रायनायटीस आढळल्यास.
- जर दुर्गधीयुक्त स्त्राव येत असल्यास.

आरोग्य सेवक/सेविका यांची आतील कानाच्या जंतुसंर्सगां मध्ये व्यवस्थापन जबाबदारी:-

कानाच्या दुखण्याच्या सर्व रुग्णांचे निदान करावे ताप असणे हे मधल्या कानाचे जंतुसंर्सगाचे पक्के निदान होते

कान स्व्च्छ करण्यासाठी कॉटन स्टीक चा वापर करावा

जसे लक्षणे असतील तसे उपचार करावे.

समुदाय आरोग्य अधिकारी वैद्यकीय अधिकारी किवां कान नाक घसा तज्ञ याच्यांशी सपंर्क साधुन निदान करतील आणि उपचार सुरु करावा

सर्व रुग्णांना पाठपुरावा करुन प्रतीजैवीक चा पुर्ण कोर्स घेतात नाही हे पहावे जर रुग्णामध्ये एक आठवडयात सुधारणा नाही झाली तर समुदाय आरोग्य अधिकारी यांना कळवावे आणि ते कान नाक घसा तज्ञ यांच्याकडे पुन्हा संदर्भित करावे

रेकॉर्ड अद्यावत ठेवावे

समाजातील लोकांना व्यक्तीगत स्वच्छता राखण्याचा सल्ला दयावा

८) चक्कर येणे/गरगरणे (व्हर्टीगो)

व्हर्टीगो ही एक हालचाली बाबत संवेदना कळते स्वतःला समजते किवां वातावरणात गेल्यास कळते याशिवाय यासाठी रुग्ण हे वेगवेगळे शब्द वापरुन सवेदना सागतात उदा तरंगणे (बाऊनसिंग) गोल गोल फिरणे गरगरते थोडेसे डोके दुखते शरीराचा तोल रहात नाही अंधुक दिसते दोन दोन दिसतात इ.
कमी रक्तदाब झाल्याने अस्वस्थ वाटते ते व्हर्टीगो पेक्षा वेगळे असते किवा ‌अशक्तपणा वाटतो आतील कान हा आवाज व शरीराचा भार सांभाळण्याचा काम करते आतील कानाचा कोणता आजार असेल तर चालताना तोल जाणे जास्तीत जास्त रुग्णाना खास औषध दयावा लागतो काही वेळेस टयुमरमुळे ही हे होवु शकते (कदाचित कॅन्सर चे लक्षण असु शकते) टयुमर आतील कानात किवा मेदुंत असु शकते.

क्लीनिकल चित्र

रुग्णाला खालील तक्रारी असतात

- गोलाकार फिरल्या सारखे वाटते.
- थोडे डोके दुखते अशक्तपणा फिकटपणा.
- डीजीनेस / अस्वस्थ.
- दिसण्यास त्रास दोन दोन दिसतात/शरीराचा तोल गेल्या सारखा वाटतो.

तुमच्या स्तरावर व्यवस्थापन

- समुदाय आरोग्य अधिकारी यांना ताबडतोब कळवावे रुग्णाला कान नाक घसा तज्ञाकडे संदर्भित करायची गरज असते.
- रोगाच्या स्वरुपाविषयी आश्वस्त करा, लक्षणांना चालना देणारी मुद्रा टाळा.
- रुग्णाचे या बाबतीत समुपदेशन करावे.
    - कॉफी अल्कोहोल चे घेणे कमी करावे.
    - जे कठीण काम अथवा ड्रायव्हीगं करत असतील त्यांना न करण्याचा सल्ला दयावा.
    - खिश्यात औषधाची पावती संपर्क मोबाईल नं. इत्यांदीची माहिती एकटे जात असतील तर सोबत ठेवावी म्हणजे ताबडतोब औषध घेता येईल.
- संदर्भ सेवा सुविधेतून परत आल्यावर रुग्णाचा पाठपुरावा करा जेणेकरुन कोणत्याही औषधाचे आणि ईएनटी तज्ञांनी दिलेल्या इतर सूचनांचे पालन केले जाईल हे पाहता येईल.

रुग्णाला संतुलन आणि आत्मविश्वास परत मिळवण्यासाठी व्यायाम उपयुक्त ठरतात. तज्ञांच्या सल्ल्यानुसारच हे केले पाहिजे.

आरोग्य सेवक/सेविका यांची व्हर्टीगो मध्ये व्यवस्थापन जबाबदारी :-

समुदाय आरोग्य अधिकारी यांना कळवावे ते वैदयकिय अधिकारी यांच्याशी संवाद करुन कान नाक घसा विशेषज्ञ यांच्या कडे पाठवतील ते रोगनिदान करुन उपचारास सुरवात करतील

सर्व रुग्णाना औषधाचा कोर्स पुर्ण करण्यासाठी प्रयत्न करावे व पाठपुरावा करावा जर रुग्णामध्ये १ आठवडया पर्यंत काही सुधारणा झाली नाही तर समुदाय आरोग्य अधिकारी कान नाक घसा विशेषज्ञ यांच्या कडे पुन्हा संदर्भित करतील

रेकॉर्ड अदयावत ठेवावे

विशेषज्ञांनी जर काही जीवनशैली मध्ये बदल करण्यास सागितला असेल तर तो बदल करण्यासाठी त्यांना मदत करावी. व्यायामात बदल करायचे असतील तर ते करण्यास मदत करावी

९) ऐकु कमी येणे (HEARING LOSS/REDUCED HEARING):- ऐकण्याला कमी येते किवा बहिरेपणा स्थिती निर्माण होते कधी कधी व्यक्ती ऐकु शकत नाही किवा व्यक्तीस फक्त मोठा आवाजच ऐकु येतो कोणत्याही वयात ऐकु कमी येणे ही समस्या उदभवु शकते.

काहीवेळेस बाळ जन्माला येताना त्याला ऐकु येत नाही (बहिरेपणा) त्यालाच जन्मतः बहिरेपणा म्हणतात मातेला कधी कधी ताबडतोब जंतुसंर्सग होतो औषध किवा गरोदरपणात रेडीयेशन ला सामोरे गेल्यास असे होवु शकते.

जसे जसे लोक वयाने मोठे होत जातात तसे त्यांच्या ऐकण्याची क्षमता कमी होत जाते सहसा वयाची ६५ वर्ष पुर्ण झाली की ही नैसर्गिक कृती आहे यालाच प्रीसबायक्युसीस(presbycusis) म्हणतात.

काही वेळेस बालक व प्रौढ व्यक्ती त्यांची ऐकण्याची क्षमता कमी पुर्ण किवा अर्धवट होते कारण त्यात कानातील पडदा फाटलतला असतो कानातील गंभीर जंतुसंर्सग कानात गाठ अचानकपणे मोठया आवाजाचा आघात झाल्यास किवा बराच काळ मोठया आवाजाच्या संर्पकात राहिल्यास (काही लोक कारखान्यात काम करतात जिथे मशीनचा मोठा आवाजा असतो)

ऐकु कमी येण्याचे तीन प्रकार आहेत.

१. मधल्या कानाची तक्रार Conductive hearing loss (CHL)
२. कानाच्या नसेची तक्रार (Sensorineural hearing loss (SNHL)
३. मिश्र प्रकार

ऐकण्याच्या कमी याच्यावर उपचार न केल्याने समाजावर त्याचा परीणाम होतो आणि त्यामुळे सामाजिक वेगळेपणा होतो त्यामुळे Autonomy होते व्यवस्थित ऐकु येत नाही बालकामध्ये ऐकु न आल्यास वाढ होताना शिक्षणात आपसात संवाद साधताना व्यक्तीमत्व विकास होताना परीणाम होतो. पौढ व्यक्ती मध्ये ऐकणे कमी हे त्यांच्या जीवन शैलीवर परीणाम करते.

तुमच्या स्तरावर व्यवस्थापन:- सर्वात म्हत्वाचे म्हणजे समाजातील लोका मधुन ऐकु न येणारे लोक शोधुन काढणे व त्यांना समुदाय आरोग्य अधिकारी व आरोग्यवर्धीनी केंद्र व SHC संदर्भित करतील.

उपकेंद्र पातळी वर आरोग्यवर्धीनी केंद्र आहे, हे महत्वाचे आहे ऐकायला कमी असणे चांगला इतिहास असतो. खालील काही महत्वाचे प्रश्न विचारुन त्याचे उत्तर शोधावे.

- ऐकण्याचे कमी आताच झाले - जन्मापासुन किवा नंतर.
- ऐकण्याचे कमी अचानक झाले की नियमित.
- ऐकण्याचे कमी stationary किवा प्रगतीसह.
- ऐकण्याचे कमी असा कुटुबांचा इतिहास आहे का.
- इतर कोणते लक्षण आहे का.
- आता येवढयात काही तपासणी किवां उपचार घेतले आहे का.

समुदाय आरोग्य अधिकारी आणि त्यांची टीम फक्त रुग्ण ओळखण्याचे काम करतील परंतु बऱ्याच जणांना निदान व उपचारासाठी विशेषज्ञाची गरज असते त्यांना फक्त वेळेवर संदर्भीत केले पाहीजे.

रुग्णांना संदर्भ करण्याआधी खालील गोष्टी कराव्या

१.कानाच्या पोकळीमध्ये काही अडथळा आहे का :- मळ वस्तु इ
२.कानातुन काही स्त्राव आहे का आता काही कानाला जखम झाल्याचा इतिहास आहे का.
३.बोलण्यात काही बदल झाला आहे का नाही.
४.ऐकु कमी येते आहे का हळु आवाज की जोरात आवाज.
५.सध्या कोणते औषध घेतल्याचा इतिहास आहे का.
६.जोरात कोणत्या आवाजाशी संपर्क आला का उदा. बंदुकीची फायरीगं.

आरोग्य सेवक/सेविका यांची ऐकु कमी येणे मध्ये व्यवस्थापन जबाबदारी

कार्यक्षेत्रामध्ये प्रत्येक व्यक्तीची ऐकु न येण याविषयी तपासणी झाली पाहीजे.
आशाना प्रत्येकाची स्वतंत्र CBAC चेकलिस्ट भरण्यासाठी मदत करणे व त्यातुन ३० वर्ष वयावरील सर्व लोकाचीं कमी ऐकु येणे यासाठी ओळखावे.
RBSK टीमला ० ते १८ वयोगटातील शाळा व केदांत स्किन्रींग करण्यासाठी मदत करणे.
समुदाय आरोग्य अधिकारी कुठल्याही ऐकु कमी येणे अशी संशयित केस आढळली ती ताबडतोब कान नाक घसा तज्ञाकडे संदर्भित करावे ज्यामुळे निदान व उपचार करायला सुरवात होईल.
कार्यक्षेत्रातील ऐकु येत नसेल अशा रुग्णास डॉक्टांच्या सल्ल्याने उपचार व श्रवण यंत्र घेण्यास मदत व पाठपुरावा करावा.
रेकॉर्ड अदयावत ठेवावे.
लोकांना बहिरेपणा याविषयी माहीती दयावी व शासकीय कोणकोणत्या आर्थिक योजना व फायदे या विषयी जागरुक करावे.

ऐकण्याच्या नुकसानीमध्ये डच्ँधछड जबाबदार्या

समाजातील श्रवणशक्ती कमी होण्यासाठी व्यक्तींची तपासणी.

सर्व व्यक्तींसाठी समुदाय.आधारित मूल्यांकन चेकलिस्ट भरण्यासाठी आशाला समर्थन द्या

30 वर्षांपेक्षा जास्त वयाच्या सर्व व्यक्तींमध्ये ऐकण्याचे नुकसान ओळखा.

अंगणवाडीद्वारे 0-18 वर्षे वयोगटातील मुलांची श्रवणशक्ती कमी करण्यासाठी त्वैज्ञ संघांना सहाय्य करा.
केंद्रे, शाळा इ.
श्रवणशक्ती कमी झाल्याच्या कोणत्याही संशयित प्रकरणाची ब्र्ण्ट ला माहिती द्या आणि म्छज तज्ञांना पाठवण्यात मदत करा.
निदानाची पुष्टी करण्यासाठी आणि उपचार सुरु करण्यासाठी.
ज्यांना श्रवण यंत्र आणि पोस्टऑपरेटिव्ह लिहून देण्यात आले आहेत अशा व्यक्तींचा पाठपुरावा करा आणि त्यांना पाठिबा द्या
समाजातील व्यक्ती.
अद्ययावत नोंदी ठेवा.
बहिरेपणा असलेल्या लोकांना र्आथिक योजनांबद्‌दल आणि त्यांच्या फायद्यांबद्‌दल माहिती द्या, आढळल्यास.
पात्र होण्यासाठी.

९) कानामध्ये वस्तु (FOREIGN BODY) जाणे

कानात काहीतरी जाणे हे नेहमी आढळणारे कारण आहे.साधारण लहान मुल लहानशी वस्तु म्हणजे लहानसे खेळणे, बीया, खडे(दगडाचे), घडी केलेला पेपर आणि किडे शेगदाणे इ कानात घालतात. पंरतु मोठे माणसे ते पण कानात एखादी वस्तु ठेवु शकतात.

वर्गीकरण (FOREIGN BODY)

a) जिवंत उदा. किटक, माशी, अळी
b) जिवंत नाही अशे पदार्थ
१) हायग्रोस्कोपिक (ओलावा वाढू शकतो) उदा.भाजीपाला, बीन्स आणि बिया
२) नॉन-हायग्रोस्कोपिकः उदा.मणी, दगड, खडे, रबर, धातूची वस्तू

क्लिनिकल चित्र :-

- कानात काही तरी वस्तु गेल्याचा इतिहास.
- कान दुखणे.
- मार (कानात आवाज येणे)
- मळमळ उलटी होते अशी तक्रार करणे व अस्वस्थ वाटणे.
- ऐकु कमी येणे.

तुमच्या स्तरावर व्यवस्थापनः-

जर कानात काही आहे डोळयानी दिसत असेल व ती धारदार वस्तु नसेल तर तुम्ही ती काढु शकता. नाही तर अशा व्यक्तीस समुदाय आरोग्य अधिकारी SHC/HWC येथे त्यांच्याकडे ती वस्तु काढण्यासाठी

FOREIGN BODY प्रकारावर काढण्याची पध्दती अवलंबुन आहे

FOREIGN BODY pk izdkj	काढण्यासाठी काय वापरावे
कागदाच्या तुकडयासारखे मऊ आणि अनियमित स्पंजचा तुकडा	टोकदार फॉरसेप
गुळगुळीत वस्तू सारख्या मणी, स्टोल्स, खडे, रबर, बियाणे, धातूच्या वस्तू	सिरिंजिंग
कीटक	पहिली पायरी म्हणजे खनिज तेल किंवा लिडोकेनने कीटक मारणे. नंतर फॉरसेपने मृत कीटक काढून टाका
तीक्ष्ण वस्तू	कान नाक व घसा तज्ञाचा संदर्भीत करावे.

कान नाक घसा तज्ञाकडे केव्हा संदर्भित करावे

- लहान मुल वस्तु काढण्यासाठी एकाच स्थिती मध्ये राहु शकत नाही.
- धारदार वस्तु.
- कानाच्या जास्त आतमध्ये वस्तु गेलेली असल्यास.
- वस्तु आतमध्ये जाम पॅक बसलेली असल्यास.
- कानातुन काही स्त्राव वहात असल्यास.
- पहिल्यांदा प्रयत्न करुनही वस्तु काढता आली नसेल.

१०) नाकामध्ये (FOREIGN BODY) जाणे

काही वेळेला काही वस्तु नाकात अचानकपणे किवा लहान मुल नाकात काही वस्तु घालतात. जर पदार्थ वाढणारा हायग्रोस्कापीक उदा. भाजीपाला किवा बीया हे ओलावा शोषुन घेतात व त्यांच्या आकारात वाढ होते त्यामुळे श्वासाला अडचण येते काही वेळेस वस्तु श्वास मार्गात शोषली जाते.

क्लीनीकल चित्रः-

- नाकामध्ये वस्तु असल्याचा इतिहास
- नाकात दुखते
- श्वास घ्यायला अडचण
- अस्वस्थ वाटते नाक व डोळयातुन पाणी वहाते

तुमच्या स्तरावर व्यवस्थापनः-

- जर वस्तु वरच्यावर दिसत असेल आणि धारदार नसेल तर तुम्ही काढण्याचा प्रयत्न करु शकता नाहि तर समुदाय आरोग्य अणिकारी याच्यांकडे पाठवावे व पुढील कार्यवाही SHC/HWC येथे त्यांच्याकडे ती वस्तु काढण्यासाठी संदर्भित करावे.
- SHC/HWC येथे चिमटयाने काढण्याचा प्रयत्न करावा.
- जर रुग्णाचा जीव घाबरत असेल (breathless gasping) ताबडतोब ॲम्बुलन्सला बोलवुन कान नाक घसा तज्ञाकडे संदर्भित करावे.

कान नाक घसा तज्ञाकडे केव्हा संदर्भित करावे

- लहान मुल वस्तु काढण्यासाठी एकाच स्थिती मध्ये राहु शकत नाही.
- धारदार वस्तु.
- नाकाच्या जास्त आतमध्ये वस्तु गेलेली असल्यास.
- वस्तु आतमध्ये जाम पॅक बसलेली असल्यास.
- नाकातुन काही स्त्राव वहात असल्यास.
- पहिल्यांदा प्रयत्न करुनही वस्तु काढता आली नसेल.

११) श्वास घेण्याच्या मार्गात (FOREIGN BODY) जाणे

FOREIGN BODY श्वसन मार्गात ही एक अत्यंत इमरजन्सी आहे हे कार्यक्षेत्रामध्ये आढळते. तसेच आरोग्य वर्धीनी केंद्रात असते ही वस्तु घशाच्या मागे आवाजाच्या बॉक्स किवा बरील फुप्फुसाच्या लोब मध्ये ब्रॉकाय मध्ये असते ही FOREIGN BODY च्या आकारावर अवंलबुन आहे. ही स्थिती बालकामध्ये सर्वसामान्य आहे (५० टक्के ४ वर्षाच्या आतील बालकात) परंतु मोठया मध्येही असी स्थिती आढळु शकते.

क्लीनीकल चित्रः-

- FOREIGN BODY ही मानेत घशाच्या मागे अडकु शकते चोकींग गॅगीन तसा शिट्टीसारखा आवाज येतो स्वरयंत्राचा आवाजावर परीणाम होतो.
- FOREIGN BODY जर स्वर यंत्रात अडकल्यास अस्वस्थ वाटते घसा दुखतो आवाजात बदल होतो खोकला ,श्वास घ्यायला अडचण होते, श्वासाला आवाज ,खोकल्यात रक्त पडते.
- FOREIGN BODY जर ट्रक्कीया मध्ये अडकली असेल किंवा धारदार वस्तु अडकली तर खोकल्यात रक्त पडते.

तुमच्या स्तरावर व्यवस्थापनः-

ज्या व्यक्तीच्या FOREIGN BODYअडकली अशी शंका आली तर अन्न खाल्यानंतर गुदमरणे किंवा ठसका लागला अस्वस्थ वाटत असेल श्वास घ्यायला अडचण येत असेल.
चोकींगचा रुगात उपाययोजनेच्या पायऱ्या

- जर व्यक्तीला जोरात खोकला येत असेल तर येवू दयावा.
- अमेरीकन रेड क्रॉस ने सुचविलेल्याा FIVE AND FIVE ॲप्रोच देवुन प्रथमोपचार करावा

FIVE AND FIVE ॲप्रोच गुदमरणे या रुग्णात

- पाठीत धपके मारायचे (वर चित्रात दाखवले त्याप्रमाणे) गुदमरलेला रुग्ण आला तर त्याच्या बाजुला उभे रहावे. लहान बालक असेल तर त्यास गुडघ्यात वाकुन उभे रहावे एक आधारासाठी हात रुग्णाच्या छातीजवळ ठेवावा रुग्णाला खाली वाकायला सागांवे जमीनीच्या समांतर असावे मागुन पाठीत ५ धपाटे (बुंक्के) मारावे
- ५ ओटीपोटात जोर दया. पाच ओटीपोटात थ्रस्ट्स करा (याला हेमलिच मॅन्युव्हर असेही म्हणतात-तपशीलांसाठी पृष्ठ ३६ पहा).
- अडथळा दूर होईपर्यत ५ वार आणि ५ थ्रस्ट्स दरम्यान पर्यायी.

कान नाक घसा तज्ञाकडे केव्हा संदर्भित करावे

- जर वरील सर्व प्रयत्न असफल झाले तर
- जर रुग्ण निळसर दिसायला लागला (चेह-याची कातडी चा रंग बदलला cyanosis)
- रुग्ण बेशुध्द झाल्यास
- FOREIGN BODY जर विषारी पदार्थ असेल तर
- जर रुग्णाजा गरज असेल पदार्थ कुठे अडकला हे पहाण्यासाठी फोटो

प्रकरण ५ आरोग्य संर्वधन व कान नाक घसा यांच्या अडचणी कशा प्रतिबंध करणे

कान नाक व घसा यामधील ब-याचशा घटना या प्रतिबंध करु शकतो यासाठी समाजात जागरुकता निर्माण करणे गरजेचे आहे समाजातील प्रत्येक घटकानी धोकादायक वागणुक ज्यामुळे कान नाक व घसा यांच्या आजार होतील काही सर्व सामान्य जोखमीचे घटक आहेत

जोखमीचे घटक ज्यामुळे कानाचे आजार होतील :-

१. कानाची पोकळी स्वच्छ करण्यासाठी धारदार वस्तु चा वापर उदा हेअरपीन टुथपीक इ
२. तेल किवा कोणताही द्रव पदार्थ कानात टाकणे
३. कोणत्याही सल्या शिवाय कानात औषध टाकणे
४. कान स्वच्छ करण्यासाठी अस्वच्छ कपडे व टॉवेल वापरणे
५. घाणेरडया पाण्यात पोहणे
६. कानात कापुस किंवा इतर पदार्थ कानात बराच काळ ठेवणे
७. नियमित पणे जोरात आवाजाच्या सानिध्यात रहाणे
८. कानातील जंतुसंर्सगासाठी उपचार न घेणे
९. कानाचा पडदा फटणे किवां कानात जखम

जोखमीचे घटक ज्यामुळे नाकाचे आजार होतील :-

१. धारदार वस्तु चा वापर नाक स्वच्छ करण्यासठी वापरणे
२. नाक स्वच्छ करण्यासाठी अस्वच्छ कपडे व टॉवेल वापरणे
३. नाक दाबुन ठेवले
४. नाकाला दुखापत झाल्यास एखाद्याला संसर्ग होण्याची शक्यता असते.

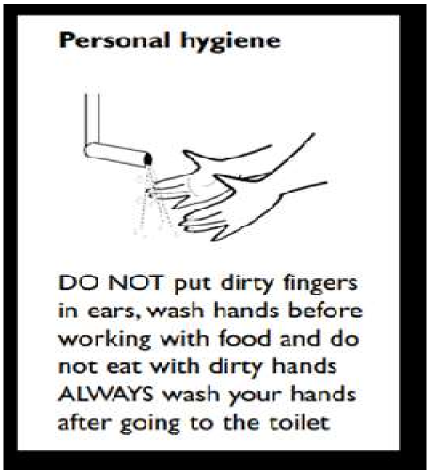
जोखमीचे घटक ज्यामुळे घशाचे आजार होतील :-

१. थडं वातावरणाच्या संर्पकात येणे
२. ॲलर्जी होइल जसे कापसाचे कण लाकडाचा भुसा यांच्या संर्पकात येणे
३. तंबाखु पान गुटखा चघळणे सिगारेट ओढणे

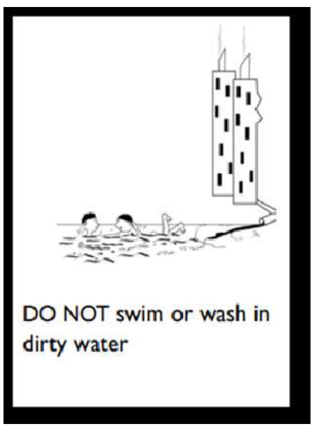
समाजातील अशा लोकांना सल्ला दयायला पाहीजे की कान नाक व घसा यांचे आरोय चांगले ठेवावे खाली काही सदेश दिलेले आहेत

कानाचे आरोग्य कसे स्वच्छ ठेवावे

व्यक्तीगत स्वच्छता :-कानामध्ये खराब झालेले बोट घालु नये अन्न हाताळण्या पुर्वी हात स्वच्छ धुवावे खराब अन्न खावु नये नेहमी शौचासजावुन आल्यावर हात स्वच्छ धुवावे



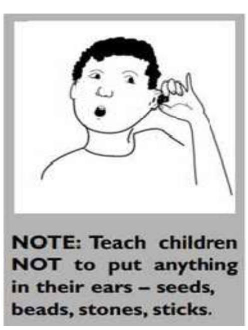
अस्वच्छ (खराब) पाण्यामध्ये पोहु नये किवा आंघोळ करु नये



कानामध्ये कोणतीही वस्तु घालु नये

- गरम किवां थंड तेल
- पातळ पदार्थ उदा केरोसिन
- आर्युवेदीक औषध

टीप मुलांना कानामध्ये काहीही घालु देवु नये हया विषयी शिक्षण दयावे बीया खडे काडी



टीप :-

- क्लीनीक/हॉस्पीटल मध्ये डॉक्टर किवां सिस्टर यांनी सागिंतलेले औषध दिलेल्या डोसमध्ये व्यवस्थित वापरावे
- जर कान दुखत असेल किवां पु येत असेल तर त्या व्यक्तीस क्लीनीक किवां हॉस्पीटल मध्ये पाठवावे यांचा अर्थ कानात जंतुसंर्सग झाला आहे आणि त्याला डॉक्टर सिस्टर आरोग्य कर्मचारी यांच्याकडुन उपचार करुन घेणे गरजेचे आहे.

नाकाचे आरोग्य कसे स्वच्छ ठेवावे

गावपातळीवर गृहभेट करताना खालील मुदयाचा सल्ला दयावा

१. नेहमी नाकातील स्त्राव स्वच्छ करताना स्वच्छ रुमालाचा वापर करावा
२. खाकतांना किवा शिकंताना तोडावर नाकावर रुमाल धरावा लक्षात ठेवा खोकला किवां शिकल्यां नंतर हात साबण पाण्याने स्वच्छ धुवावे.
३. सार्वजनिक ठिकाणी लोकामण्ये खोकताना किवा शिकतांना एकमेका मध्ये थोडे अंतर ठेवावे
४. नाकात बोटे कधीही घालु नये त्यामुळे नख लागुन नाकातुन थोडे रक्त येवु शकते नाक हा संवेदनशील अवयव आहे
५. नेहमी आजारी पडल्यास डॉक्टरांकडे जावे कारण हा जंतुसंर्सग झपाटयाने घरातील इतर लोकांना होतो लहान मुलामध्ये गंभीर होवु शकतो

वाफ घेणे

वाफ घेणे हा आपल्या देशातील एक उत्तम घरगुती सामान्य उपचार आहे परंतु त्यामध्ये काही काळजी घेणे महत्वाचे आहे

- लहान मुलांना एकटयाने हा उपचार करु नये त्यामुळे तो भाजु शकतो
- कधीही गरम पाण्याच्या जास्त जवळ जावु नये
- नाक व तोडं दोन्ही भागाने वाफ घ्यावी

घशाचे आरोग्य कसे स्वच्छ ठेवावे

काही लोकांची अशी तक्रार असते की घशामध्ये जळजळ होते जर असे खरखर जाणवले खोकला हा कोरडा व तुरळक येतो त्यांना दुखण्याचा त्रास नाही परतु त्यांच्या आवाजात बदल झाला.

घशात जळजळ होण्याची अनेक कारणे आहेत ते जीवाणु विषाणु मुळे होतात तसेच धुळीच्या ॲलर्जी मुळे ब-याचदा गॅस्ट्रीक ॲसिडीटी मुळे घशाला दाह होवु शकतो.

खोकलाच्या आवाज व घशाचा दाह कसा कमी करता येईल

१. **पातळ पेय जास्त घ्यावे** :- सगळयात महत्वाचे म्हणजे पाणी भरपुर प्रमाणात घ्यावे त्यामुळे घशाला कोरडेपणा येणार नाही कमीत कमी दिवसातुन १ ते दीड लीटर पाणी प्यावे म्हणजे ६ ते ८ ग्लास पाणी दयावे चहा कॉफी इतर पेय ज्यामध्ये कॅफीन असतात ते पदाथ घेवु नये.

२. **श्वास** :-

- बसताना किवा उभे रहाताना योग्य स्थिती वापरा म्हणजे मान व पाठ हळुवार वळवा त्यामळे श्वसनमार्ग मोकळा राहील श्वास घेणे सोपे जाईल त्यामुळे घश्याला आराम पडेल
- बसताना किवां उभे रहाताना आळसावलेल्या स्थितीत राहु नये तुमचे खांदे थोडे पुढे व डोके मागच्या बाजुला व हनुवटी थोडीशी वळलेली असावी त्यामुळे घशावर दाब पडणार नाही स्वर आणि ते दाह वाढवतात त्यामुळे तुमचा आवाज ताणला जाईल
- नाकाने श्वास घेण्यास सांगावे तोडांने श्वास घेतल्यास घसा कोरडा होतो नाकाने श्वास घेतल्यास तो स्वच्छ व गरम व ओलसर रहातो हवा घसा व स्वर यंत्र पर्यत पोहचते

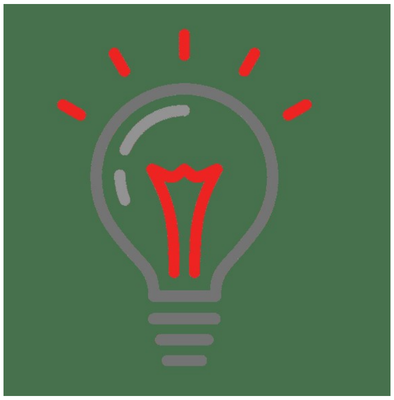
३. **बोलणे** :-

- ज्याने आवाजाला त्रास होईल जसे ओरडणे किचांळणे बोलणे हसणे किवा मोठयाने गाणे यामुळे तुमच्या स्वर यंत्रावर परीणाम होतो
- बोलताना दुसरा इतर कसला आवाज येत असेल टीव्ही संगीत मशीनजवळ आवाज येतो याची काळजी घ्यावी
- घसा व स्वर यंत्रावर दाब पडेल अशी शिटी सारखे आवाज कु नये
- तुमचा नैसर्गीक आवाज काढावा जोरात नाही किवा हळु नाही
- खोकलताना वि घसा स्वच्छ करताना व्यवस्थित करावा काही वेळेस खोकला जोरात करणे घसा साफ करताना जोरात खाकरणे अशी सवय असतें तुम्ही खोकला किवा घ्सा साफ करताना तोर करु नये

४. **प्रत्येक दिवशी**

- तंबाखु चघळणे/पान/गुटखा सिगारेट ओढणे बिडी ओढणे टाळावे
- कॅफेन असेलेले पदार्थ पेय मर्यादीत घ्यावे कारण ते घशाचा कोरडापणा आणि दाह वाढवतात

- सिगारेट ओढणे टाळावे तसेच धुराचे वातावरण व दारु पिवु नये कारण ते घश्याचा कोरडापणा आणि दाह वाढवतात
- तोडं स्वच्छ करण्यासाठी अल्कोहोल असलेल्या पेयाचा वापर करु नये त्यामुळे घसा कोरडा होतो
- लक्षात ठेवा की दररोज भरपुर पाणी प्यावे



समाजामध्ये बहिरेपणा विषयी जागृती वाढविणे

लोकामध्ये ऐकु कमी येते यांना समाजात बाजुला राहिले जाते यासाठी आवश्यक आहे की समाजातील ऐकु कमी येते यांना मदत करणे विषयी जागृती करणे तुम्ही अशा लोकांना ज्यांना ऐकु कमी येते यांना कानाची तपासणी करण्यासाठी प्रवृत्त करावे

समाजात जागृती करण्यासाठी शिबिरांचे आयोजन करुन लोकात ऐकु कमी येणारे लोकाच्यां तपासणी शोधुन अपंगत्व ओळखावे व त्यांची कारणे शोधणे.

- सार्वजनिक ठिकाणी जे क्लीनीक आहेत तेथे पोस्टर्स/चित्र दर्शनी भागात लावावे ऐकु कमी येणे व कानाची काळजी कशी घ्यावी पोस्टर्स/चित्र दर्शनी भागात पालकासाठी लावावे
- समाजात कानासाठी आरोग्य दिवस ठरवुन जागृती करण्यासाठी प्रवृत्त करावे
- शाळामध्ये शिक्षकाशी ऐकु कमी येते त्याची कारणे व त्यामुळे होणारे परीणाम या विषयी बोलावे त्यांना कृती करण्यासाठी पोर्स्टस यांचा वापर करुन जागृती करावी तसेच खेळाच्या माध्यमातुन तुम्ही ऐकण्यासाठी काय करता मुलामध्ये किती प्रमाणात ऐकु येते ते पहावे
- शिक्षकांना त्याच्या शैक्षणिक कार्यक्रमात याचा समावेश करावा
- शिक्षंकाशी सविस्तर चर्चा करुन अशा बालकांना शोधुन संर्दभ सेवा दयावी व तपासणी व उपचार करुन घ्यावा
- लोकांना कानाची तपासणी करण्यासाठी प्रवृत्त करावे व ज्यांना ऐकु कमी येते
- श्रवणशक्ती कमी झाल्याबद्दल सामाजिक, धार्मिक आणि इतर गटांशी बोलून समुदायामध्ये जागरुकता वाढवा.
- पालक आणि शिक्षकांना बधिर आणि ऐकू न शकणाऱ्या मुलांसाठी सांकेतिक भाषा वापरण्यास प्रोत्साहित करा.
- कामाच्या ठिकाणी,शिक्षणात आणि समाजात श्रवण यंत्र वापरण्यासाठी लोकांना प्रोत्साहित करा.
- श्रवणशक्ती अशक्त लोकांना स्वतःसाठी आणि त्यांच्या कुटुंबासाठी समर्थन गट तयार करण्यासाठी प्रोत्साहित करा आणि त्यांचे समर्थन करा.

प्रकरण ६ कान नाक व घसा काळजी आरोग्य सेंवक सेविका टीम कोणत्या सेवा पुरवाव्या कृती योजना

तुम्ही मागील पाठात शिकला तुम्ही खास भुमिका कान नाक व घसा यांच्या संबधित आजार व स्थिती काय आहे या प्राथमिक कान नाक व घसा याविषयी तुमच्या कडुन काय अपेक्षा आहेत तसेच तुम्ही हे शिकाल कोणत्या सेवा उपलब्ध आहेत संदर्भ सेवा कोठे आहेत निरनिराळया सेवा पुरवताना तुमची भुमिका काय आहे तुम्ही इथे पुन्हा काही मुद्ये अधोरेखीत केले आहेत परंतु तुम्हाला दर दिवशी काय कृती करायची हे समजेल

कान नाक व घसा यासंबधी सेवा देताना फ्रेमवर्क करायला मदत होईल.

तुम्हाला कळेल आरोग्याची काळजी घेताना सेवा पुरवताना कार्यक्षेत्रात टीमने कसे काम करायचे तुम्हाला समजेल तुमची भुमिका टीम सदस्य आशा, समुदाय आरोग्य अधिकारी प्रा आ केद्र इतर सदस्य दुस-या स्तरावर संस्थेत काय काळजी घेतात याविषयी बिनचुक माहिती समाजात देतील

प्राथमिक आरोग्य काळजी घेताना इतर सदस्य यांच्या भुमिका काय आहेत :-

१. **आशा :-** ती कार्यक्षेत्रातील कान नाक व घसा याविषयी काही तक्रारी असतील ते शोधुन काढेल व त्यांची स्वतंत्र यादी बनवेल ती ऐकायला कमी येते अशाना शोधुन CBAC फॉर्म मध्ये भरेल ती स्क्रिनींग करण्यासाठी शिबीरात जायला तयार करेल मातांना किवा जे काळजी घेतात त्या बालकांना RBSK टीमकडुन स्क्रिनींग करुन घेइल ती कार्यक्षेत्रात कान नाक व घसा यांच्या आरोग्यदायी सवयी व आजारांचा प्रतिबंध कसा करायचा याविषयी जागृती करेल ती त्यांना मार्गदर्शन करेल. ती समाजात पुर्नवसनाच्या सोयी उपलब्ध करुन घ्यायच्या पालकांना ऐकण्यासाठी मशीन कसे वापरायचे यासाठी सुटटी मध्ये प्रशिक्षण आयोजित करावे

२. **समुदाय आरोग्य अधिकारी :-** प्राथमिक आरोग्य काळजी घेणारी जी टीम आहे तीने समुदाय आरोग्य अधिकारी HWC/SHC यांच्या सोबत पुढाकार घेतील समुदाय आरोग्य अधिकारी हे ऐकण्याचे इमपेयरड रजिष्टर आशाच्या मासिक मिटीगं मध्ये आशा आशा गटप्रर्वतक/आरोग्य सेवीका सेवक यांच्याकडुन पुर्ण झाल्याचा अहवाल घेणे तसेच निर्धारीत लोकसंख्येचा स्क्रिनीग मध्ये सर्वसामान्य कान नाक व घसा मधील आजार बहिरेपणा सह यांची चर्चा करायची तसेच आरोग्य संर्वधन माहीत देताना कान नाक व घसा विषयी विशेष भर दयावा संदर्भ सेवा श्रवण यंत्र घेण्यासाठी पाठवावे कान नाक व घसा विशेषज्ञ यांनी प्रा आ केद्र वैदयकिय अधिकारी यांच्याशी समन्वय साधतील व समुपदेशन करतील तसेच ते यंत्र वापरतात का याचा पाठपुरावा करावा

३. **प्रा आ केद्रं:-** समुदाय आरोग्य अधिकारी हे HWC/SHC स्वतत्रंपणे संदर्भ सेवा देतील ज्यांना ऐकु कमी येत असतील याचे चिन्ह व लक्षणे व इतर कान नाक घसा याच्या विषयी काही आजार रोगनिदान करण्यासाठी पाठवतील नतंर ते पक्के निदान करतील व उपचार करतील सर्वसामान्य निदान व उपचार करतील व प्राथमिक उपचार सुरु करतील व ज्यांना पुढील उपचार व श्रवण यंत्रासाठी कान नाक व घसा विशेषज्ञ कडे पाठवावे सर्टीफिकेट मिळतील तसेच बाहय कृती कराव्यात (कृती आराखडा नियोजन वेलनेस क्लीनीक क्षेत्रिय कर्मचारी आणि जिल्हा रुग्णालय समन्वयक)

वरील आरोग्य संस्थेत विशेषज्ञ यांच्याकडे उपचारासाठी SHC पाठवावे जशा पुढील सुचना असतील तसा पाठपुरावा करावा

४. **आरोग्य सेवक/सेविका यांच्या जबाबदारी चे विशेष मुददे:-**
गुणवत्तापुर्वक आरोग्य सेवा काळजी यासाठी आरोग्यवर्धीनी केद्रांत मिळवण्यासाठी प्रयत्न करावे तसेच कान नाक व घसा यांच्या मुलभुत सेवा HWC/SHC पुरवाव्या काळजी व सिक्रनींग आणि प्रचार कृती आराखडा यासाठी आशांना आधार दयावा तुम्ही नियमित गृहभेटी ग्राम आरोग्य स्वच्छता व पोषण समिती व दिवस नागरी आरोग्य स्वच्छता व पोषण दिन मिटींग मध्ये माहिती दयावी महिला आरोग्य समिती आणि शिबिरात प्रचार करावा हया सर्व समितीचा वापर करावा यामध्ये निरनिराळया कृती कराव्यात त्यात कान नाक व घसा यांची काळजी कशी घ्यावी लवकर निदान व संदर्भसेवा उपचार याविषयी माहिती दयावी

तुम्ही समुदाय आरोग्य अधिकारी यांना HWC/SHC यांच्या सोबत खालील कृती करावी

- कान नाक व घसा यांच्या सर्व सामान्य आजाराचे रुग्ण HWC/SHC येथे स्क्रिनीग करणार
- HWC/SHC मध्ये लवकरात लवकर रुग्ण ओळखणे
- कान नाक व घसा आजाराचे HWC/SHC येथे औषध पुरवणे
- प्राथमिक स्तरावर ज्यांचा उपचार होणार नाही यांना संर्दभ सेवा देणे
- जे रुग्ण बरे होवुन आले त्या रुग्णाचा पाठपुरावा करणे त्यांचा उपचार पुर्ण करणे व ज्यांना पुन्हा गरज असल्यास संर्दभ सेवा देणे
- कान नाक व घसा निदान उपचार किवा संर्दभ सेवा दिलेले रुगण यांना गृहभेटी भेट दयावी

समाजात आणि SHC /HWC पातळीवर कोणत्या सेवा मिळतील यासंबधी यादी

समाजपातळीवर		
सेवा	**प्रतिबंध व उपचारात्मक कृती**	**जबाबदारी**
गाव पातळीवर कान नाक व घसा संबधी काळजी सेवा आणि समुपदेशन आणि काळजी घेणा-यांना मदत करणे कान नाक घसा Disorder ऐकण्याचे अपंगत्वासाठी स्क्रिनींग	• कान नाक व घसा याच्यां सर्वसामान्य आजाराबाबत जागृती करणे VHSNC/MAS/VHND/UHSND आणि अतर होणा-या सभेत लंवकर काळजी घेण्या विषयी सांगणे • कान नाक व घसा यासंबधी कोणत्या सेवा उपलब्ध आहेत त्या पुरविणे विषयी माहिती व निरनिराळया ठिकाणी उपलब्ध आहेत माहिती देणे • कान नाक व घसा रुग्ण ओळखुन त्यांना HWC/SHC येथे पाठवणे • रुग्णाला उपचार पुर्ण करण्यासाठी पाठपुरावा करणे • ऐकण्याचे अपंगत्वासाठी स्क्रिनींग आशा	आशा व गटप्रर्वतक यांना मार्गदर्शन व व आधार देणे

	मार्फत करणे ३० वर्षावरील लोकांचा स्वतत्र CBAC चेकलिस्ट भरणे • ऐकण्याचे अपंग असलेल्या रुग्णास श्रवण यंत्र मिळवुन देण्यासाठी पाठपुरावा करणे • RBSK टीम मार्फत मुलांची अंगणवाडी व शाळेमध्ये स्क्रिनींग करुन घेणे • लोकांना बहिरेपणा असलेल्या आर्थिक योजना फायदे याविषयी माहिती देणे व कोणत्या योग्य व्यक्ती आहे ते शोधणे • रेकॉर्ड ठेवणे गावपातळी वर वैयक्तीक ऐकण्याचे अपंगत्वा साठी माहिती ठेवणे	प्राथमिक आरोग्य काळजी घेणारी टीम (RBSK टीमशी गरजनुसा समन्वय ठेवणे
गवावपातळीवर जन्मतः व्यंग असणा-यांचे स्क्रिनींग व संदर्भ सेवा	सर्व मुलांना जन्मानंतर ३० दिवसापर्यत ऐकण्याची तपासणी RBSK टीम कडुन करण्यासाठी प्रोत्साहन देणे	आशा व गटप्रर्वतक यांना मार्गदर्शन करणे
SHC HWC पातळी		
सेवा	**प्रतिबंध व उपचारात्मक कृती**	**जबाबदारी**
सर्वसामान्य कान नाक व घसा यांच्या अडचणी	• कान नाक व घसा यांच्या सर्वसामान्य स्थिती वर प्राथमिक व्यवस्थापन करणे – सर्दी ॲक्युट सपोर्टीव्ह ओटायटीस मिडीया (ASOM) टॉन्सीलायटीस नाकातुन रक्त येणे फारीनजायटीस इ • गुतांगुतीचे रुग्ण वैद्यकिय अधिकारी प्रा आ केंद्र अथवा विशेषज्ञाकडे गरज असल्यास पाठवायचे • बहिरेपणा किवा ज्यांना श्रवण यंत्राची गरज असल्यास लवकरात लवकर विशेषज्ञाकडे असल्यास पाठवायचे • जखम असल्यास प्रथमोपचार करुन स्थिर करुन वैद्यकिय अधिकारी प्रा आ केंद्र अथवा विशेषज्ञाकडे गरज असल्यास पाठवायचे	समुदाय आरोग्य अधिकारी/ आरोग्य सेविका

संदर्भ सेवा कोठे देणे गरजचे आहे

संदर्भसेवा तात्काळ कान नाक व घसा तज्ञाकडे जिल्हा रुग्णालय/वैद्यकिय महाविदयालय येथे पाठवावे खालील रुग्णांना संदर्भसेवा दयावी

- काही तरी वस्तु अडकल्याचा इतिहास/ त्यामुळे श्वसन संस्थेमध्ये अडथळा आल्याने गुदमरते/ त्यामुळे उलटी झाल्यास
- कान किवा नाकात काही तरी वस्तु अडकल्याचा इतिहास

- कानातुन स्त्राव वहातो ताप असतो अस्वस्थता/डोके दुखणे/उलटी होणे/अधुंक दिसणे/बेशुध्द पडणे
- पाण्यासारखा स्त्राव नाकातुन वहाणे अथवा जखम झाली त्यामुळे खोकला किवा वाकल्यास त्रास जाणवने
- तोडं उघडण्यास त्रास
- कानात सिरीअस मार किवां नाकातुन रक्त वहाते दाब देवुन पाहिला तरी

जोडपत्र १

कान नाक व घसा यामध्ये प्राथमिक काळजी घेण्यासाठी काही कौशल्य

कान नाक व घसा यामध्ये प्राथमिक काळजी घेताना कशी तपासणी करायंची

तपासणी सुरु करण्या आधी तुमचे हात साबण पाण्याने स्वच्छ धुवावे कान नाक व घसा यांची तपासणी करताना बॅटरीचा वापर करावा

- कानाची तपासणी :- कानाच्या पाळीचा बाहेरील भाग अंगठा व बोट यांच्या साहयाने पकडावा खाली वर बाहेरील बाजुने ओढावा व कानाची पोकळी (आतील भाग) बघावा.तपासताना कोठे लालसर/सुज/रक्त इतर स्त्राव,मळ,कोणतीही वस्तु अडकली आहे का
- नाकाची तपासणी करताना :- रुग्णाच्या नाकाच्या शेडयावर हाताचा अंगठाचा वरचे टोक ठेवावे हाताचे मधले बोट च इंडेस बोटाच्या मदतीने मान मागच्या बाजुना झुकवावे त्यामुळे नाकाचा भाग स्पष्ट दिसेल तपासणी करताना काही लालसर पणा /सुज/रक्त किवा स्त्राव किवा काही जरी वस्तु अडकलेली दिसते का
- घसा तपासणी :- रुग्णाला त्याचे तोडं उघडण्यास सागणे मोठा आ करण्यास सागणे जीभ बाहेर काढण्यास सागांवी लालसरपणा/सुज घशाला आली आहे का काही रक्त किवां स्त्राव दिसतो का किवा काही वस्तु अडकलकली दिसते का

नाकात ड्राप कसा टाकायचा

- रुग्णाला हळुवार नाकाला वर करायला सागांवे
- साबण पाण्याने हात स्वच्छ धुवावे
- ड्रापरचे वरील टाके चेपलेले किवा बंद तर नाही ना ते तपासावे
- नाकातील स्त्रावाचा ड्रापरशी लागु नये ही काळजी घ्यावी
- शक्य असेल तर रुग्णास मान मागच्या बाजुला वळवावी किवा झोपवुन डोके मागच्या बाजुला करावे
- डोके गुडघ्याच्या बाुजुने मागे करावे
- काही वेळ असेच राहु दयावे
- ड्रॉपरचे वरचे टोक गरम पाण्याने स्वच्छ करावे आणि ड्रॉपरची कॅप काढावी व नाकात टाकावे
- कोणतीही कृती केल्यानंतर हात साबण पाएयाने स्वच्छ धुवावे

कानात ड्राप कसा टाकायचा

- रुग्णास खाली झोपावयास सागणे किवा ज्या कानात त्रास असेल तो वरच्या बाजुने करावा
- कानाची पोकळी उघडावी हळुवार वरच्या बाजुने करावा मागच्या बाजुला करावा ज्यामुळे कानाचा आतील भाग स्पष्ट दिसेल
- वरच्यावर काही स्त्राव दिसतो का असेल तर तो स्वच्छ करावा
- औषधाचा ड्रॉपर हातात पकडावा डॉक्टराच्या सल्याने जेवढे थेबं टाकायला सागितले तेवढे थेंब कानात टाकावे
- ड्रॉपरचा कानाला स्पर्श होवु देवु नये कारण त्यामुळे संर्सगित होइल
- वापर झाल्यानंतर ड्रॉपरचे वरचे टोक पुसुन टाकावे साबण पाणी धुण्यासाठी वापरु नये

➢ रुग्णास तशाच स्थितीत १५ मिनिट तसेच राहु दयावे लहानसा कापसाचा बोळा कानात ठेवावा

कानात कोरडा मॉप ठेवणे

- जर कानातुन काही स्त्राव वहात असेल तर कान कोरडया मॉपने स्वच्छ करा
- जर कान कोरडा असेल तर कान स्वच्छ करायची गरज नाही
- कोरडा मॉप हा कापसाच्या बड सारखा नसतो
- कापसाचा बड कानातील पोकळी स्वच्छ करण्यासाठी वापरु नये ते एक तर खुप मोठे असतात किवा छोटे असतात ते जाम बसु शकतात

कोरडा मॉप कसा तयार करतात

➢ साबण पाण्याने हात स्वच्छ धुवावे
➢ कापसाचा छोटा तुकडा घ्यावा
➢ हळुवार ओवल आकराचा आकार दया
➢ काडीच्या वरच्या टोकाच्या मध्यमागी तो कापासाचा बोळा ठेवावा
➢ अंगठा व बोटाच्या सहाय्याने अर्धा भाग काडीच्या भोवती गोलाकार फिरवुन जाम बसवा
➢ काडीच्या अर्धा भाग ावर कापुस व्यवस्थित बसवावा
➢ कानाच्या पोकळी पासुन कानाच्या पडदया पर्यत हळुवार गोल बड फिरवावी
➢ थोडा वेळ पर्यत बड तसाच राहु दयावा मग तो मॉप काढुन घ्यावा
➢ कोरडया मॉपचे उपचार पुर्ण झाल्यावर पुन्हा साबण पाण्याने हात स्वच्छ धुवावे

पुगंळी कशी तयार करतात

✓ कापडाची गोल गुडांळी किवां टिशु पेपरचे बारीक पॉइटची गुडांळी करावी
✓ हळुवार कान बाहेरच्या बाजुने वरती ओढावा त्यामुळे कानाची पोकळी सरळ रेषेत येइल
✓ गुडांळी कानाच्या पोकळीत ठेवावी त्यामुळे कानातील स्त्राव अथवा रक्त शोषला जाईल
✓ गुडांळी ओलसर होइ पर्यत मध्ये ठेवावी
✓ ओली गुडांळी बाहेर काढावी आणि ती तपासावी कि पु आहे का
✓ पुन्हा दुसरी गुडांळी ठेवावी
✓ पुन्हा कोरडी ठेवावी

जोडपत्र २

HWC/SHC मध्ये सर्वसामान्य कान नाक व घसा यावर वापरण्यात येणारी औषध

१. नाकातील सलाइन ड्रापः- सोडीयम क्लोराइड (०.५ %)
उपयोग :-रायनायटीस च्या रुगात याचा वापर ॲलरजन म्युकस अणि क्रस्ट काढण्यासाठी वापरतात
डोस २ ड्राप प्रत्येक नाकपुडीत दिवसातुन २ ते ३ वेळा टाकावे

२. नाकातील झायलो मेटयाझोलीन (०.१ %) ड्राप Xylometazoline 0.1% nasal drops
उपयोग :-नाक बंद किवा चोदंले गेले असेल तर याचा वापर करतात सर्दी सायनोसायटीस आणि ॲलर्जी
डोस २ ते ३ ड्राप प्रत्येक नाकपुडीत दिवसातुन २ वेळा टाकावे
दुष्परीणामः- तात्पुरते जळजळ नाकात कोरडेपणा आणि शिंका

३. कानातील मळ विरघळण्यासाठी ड्राप Wax-solvent ear drops :-
उपयोग :-सोडीयम बाय कार्बोनेट चा ड्राप असतो याचा वापर कानातील मळ विरघळण्यासाठी उपचार म्हणुन वापरतात त्यामुळे मळ मऊ सैल होतो मग मळ काढवा
डोसः- ४ ते ५ ड्राप प्रत्येक कानात दिवसातुन १ वेळा टाकावे रुग्णाला कमीतकमी १५ ते ३० मिनिटझोपुन राहायला सागांवे जर आराम नाही वाटला तर पुन्हा एक आठवडयात करावे
दुष्परीणामः- कानात ड्राप टाकल्यानंतर कानात चिरकल्यासारखा आवाज येतो तात्पुरते ऐकायला कमी येते असे वाटते कान पुर्ण भरल्यासारखे वाटते थेडे कानात खाजवल्या सारखे वाटते

४. सीटरांझीन गोळी औषध Cetirizine syrup/tablets :-
उपयोग :-ॲलर्जीक रायनायटीस ची लक्षण कमी करण्यासाठी
डोसः- ५ ते १०mg
दुष्परीणामः- सर्वसामान्य थकवा जाणवतो अस्वस्थ डीझीनेस तोडं कोरड पडते

५. बोरो स्पिरीट कानाचे ड्राप Boro spirit ear drops :-
उपयोग :-कानातील जंतुसंर्सगासाठी जसे रुग्ण दिवसातुन एकदा मोठयासाठी दयावे त्यानां ओटायटीस एक्स्ट्रीमा अथवा कानात जखम मार /फोड असल्यास त्यामुळे वेदना होत असल्यास वापरावे जंतु व बुरशी ची वाढ रोखण्याचे काम करतात
डोसः- ३ ते ४ ड्राप संर्सग झालेल्या कानात दिवसातुन ३ ते ४ वेळा टाकावे

६. ॲमॉक्ससीलीन Amoxicillin – Syrup/tablets :-
उपयोग :- ॲण्टी बॅक्टरीअल म्हणुन ॲक्युट ओटायटीस मिडीया सायनसायटीस टॉन्सीलायटीस इ मध्ये वापरतात
डोसः- मोठयासाटी ५०० मि ग्रॅम दिवसातुन तीनदा दयावे
दुष्परीणामः- मळमळ उलटी अतिसार किवा पुरळ

७. कानातील एकत्र औषधाचा ड्राप :- (chloramphenicol + clotramazol + lignocaine hydrochloride)
उपयोग :- हे प्रतीजैवीकांचे मिश्रण असुन ते बुरशी विरुध्द स्थानिक बधीरता येण्यासठी वापरतात तसेच कानातील विविध जंतुसंर्सगासाठी पण वापरतात जसे कानाचे आजार ओटायटीस मिडीया,/एक्सट्रीमा, बुरशीजन्य आजार इ
डोसः-४ ते ५ ड्राप संर्सग झालेल्या कानात दिवसातुन ३ ते ४ वेळा टाकावे
दुष्परीणामः- कानात खाज सुटते थोडेसी जळजळ/दाबल्या झाल्यासारखे वाटते

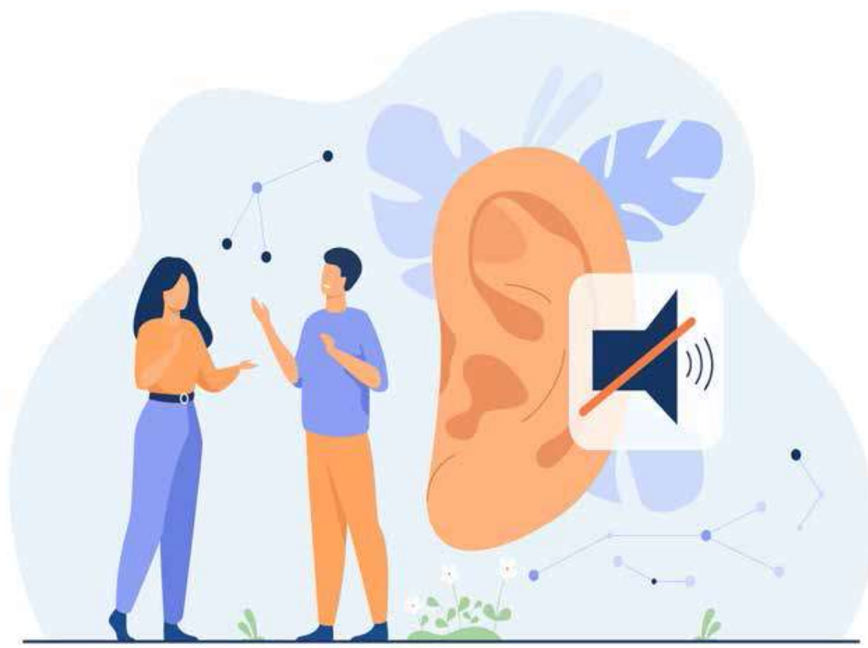
८. पॅराफिनचा (Liquid paraffin – menthol drops) मेथॉल ड्राप
उपयोग :- याचा वापर बंद नाक /कडक झालेले स्त्राव काढण्यासाठी उपचार म्हणुन वापरतात

जोडपत्र ३

ऐकु न येणे/कमी ऐकु येत असलेल्या लोकांशी कसा संवाद साधायचा

बालक किवा मोठे व्यक्ती ज्यांना व्यवस्थित एकु येत नाही यांच्याशी संवाद साधण्याचे काही मार्ग आहेत

१. तुम्ही त्या व्यक्तीशी बोलता तेव्हा ते तुमच्या चेह-याकडे पाहतील
२. जेव्हा तुम्ही बोलता तेव्हा तुमचा चेहरा स्पष्ट दिसेल असा प्रकाश असावा
३. जेव्हा तुम्ही त्याच्यांशी बोलता तेव्हा त्या व्यक्तीचे लक्ष तुमच्या कडेच असले पाहिजे
४. तुम्ही बोलता तेव्हा तुमच्या मध्ये काही अडथळे नको विशेषतः मोठा आवाज
५. बोलताना स्पष्ट पण सावकाश बोलावे
६. बोलताना इतर कोणतीही कृती करु नका हालचाली पण नको
७. जी गोष्ट सांगता ते पुन्हा पुन्हा हळुवार पध्दतीने परत सांगा
८. प्रत्येक गोष्ट सांगताना चित्र पेटींग याचा वापर करावा
९. अशा व्यक्तीला उगीचच संरक्षण देवु नका त्यांना इतर लोकामध्ये जाऊ दया मिसळु देण्यासाठी प्रोत्साहन दया
१०. तुमच्या ओठांच्या हालचाली समजतील असे हळुवार बोला लिप रीडींग साठी प्रोत्साहन दया
११. तुम्ही जेव्हा बोलता तेव्हा अशा व्यक्तीच्या समोर उभे रहा
१२. जर व्यक्तीस ऐकु येत असेल तर तो/ती शिकण्यासाठी त्याचा उपयोग करतील



जोडपत्र ४

कान नाक व घसा यासंबधी सर्वसामान्य स्थितीचे स्क्रीनींग

नाक कान व घसा संबधी महत्वाची स्थिती म्हणजे स्क्रिनींग करताना ज्यांना ऐकायला कमी येते किवां त्याच्यात बहिरेपणा आहे याकडे विशेष लक्ष दयावे. ऐकायला न येणे ही स्थिती सर्व वयोगटात आढळु शकते. ऐकायला न येणे ही स्थिती जन्मतः ही असु शकते दोन्ही स्थिती प्रतिबंध करु शकतो

- जन्मतः ऐकु येत नसेल तर हे गर्भावस्थेच्या पहिल्या आठवडया मध्ये जर मातेस जंतुसंर्सग झाला असेल तर किवां गरोदर मातेने भ्रुणास इजा होइल असे औषधांचा वापर केला असेल(ototoxic drug) तर असे होवु शकते
- नंतर चे ऐकु न येणे हे टीमपॅनीक आवरणास जखम झाली असेल, कानाचा किवां नाकाचा जंतुसंर्सग झाला असेल,ototoxic drug औषधांचा वापर केला असेल किवां खुप दिवसापासुन आजार झाला असेल उदा मधुमेह आणि खुप जोराच्या आवाजाच्या सान्नीध्यात आले असेल तर ही स्थिती होते
- जस जसे वय वाढत जाते तसे वयानुसार श्रवण शक्ती कमी होते

निरनिराळया राष्ट्रीय कार्यक्रमात लोकांची नियमित स्क्रिनींग करुन ऐकु न येणे असे लाभार्थी शोध लवकरात लवकर घ्यायचा त्यामुळे लवकर निदान कारण शोधायला मदत होइल तसेच त्यावर लवकर उपचार करता येइल.

- राष्ट्रीय बहिरेपणा प्रतिबंध व निवारण कार्यक्रम (NPPCD) बहिरेपणा ओळखण्यासाठी दवाखान्यात तपासणी व शिबीरांचे आयोजन करणे
- वयस्कर लोकांची आरोग्याची काळजी राष्ट्रीय कार्यक्रम (NPHCE) वयस्कर लोकांची बहिरेपणा तपासणी करुन प्राथमिक आरोग्य काळजी संस्थेमध्ये दयावी किवा संदर्भित विशेष जेनेरीक क्लीनीक मध्ये पाठवावे
- राष्ट्रीय बाल स्वास्थ कार्यक्रम (RBSK) बालकांची व किशोरवयीन मुलांची ऐकु न येणे तपासणी साठी या टीमचा उपयोग अंगणवाडी केद्रं व शाळामध्ये करावा

जोडपत्र ५

समाजावर आधारीत भरावयाची मुल्याकंन चेकलीस्ट फॉर्म (CBAC)

	दिनांक / महिना / वर्ष
सामान्य माहिती	
आशाचे नाव :-	गाव /वार्ड
आरोग्य सेवक/आरोग्य सेविकेचे नाव	उपकेद्रं
	प्रा आ केद्रं/नागरी केद्र
वैयक्तीक माहिती	
नाव :-	ओळख पत्र आधारकार्ड/अन्य काही युआयडी निवडणुक ओळखपत्र इत्यादी
वय :-	राज्स आरोग्य वीमा योजना हो /नाही
लिंग :-	टेलीफोन नंबर(स्वतः चा परीवारातील सदस्य /अन्य नमुद करा
पत्ता	
या व्यक्तीजवळ खालील पकी काही आहे दृष्टीदोष/ विकलांगता	जर हो तर कृपया उल्लख करा

भाग १ जोखीम मुल्याकंन				
प्रश्न	वयोगट		गोल किवा खुण करणे	गुण लिहा
१.आपले वय किती आहे (पुर्ण वर्षात)	० ते २९ वर्ष		०	
	३० ते ३९ वर्ष		१	
	४० ते ४९ वर्ष		२	
	५० ते ५९ वर्ष		३	
	६० र्षा पेक्षा जास्त		४	
२ काय आपण गुटखा किवा खैनी सारखे धुर रहीत उत्पादनाचे सेवन अथवा धुम्रपान करता का	कधीच नाही		०	
	आधी करत होतो/ आता कधी कधी		१	
	रोज		२	
	नाही		०	
३ आपण रोज दारु पिता का	होय		१	
४ कमरेचे माप (सेमी मध्ये)	महीला	पुरुष		
	८० सेमी पेक्षा कमी	**९० सेमी पेक्षा कमी**	०	
	८१- ९० से मी	९१- १०० से मी	१	
	९० से मी जास्त	१०० से मी जास्त	२	
५ आपण आठवडयात कमीत कमी १५० मिनिट शारीरीक व्यायाम करता का	एक आठवडयात कमीत कमी १५० मिनिट		०	
	एक आठवडयात १५० मिनिटा पेक्षा कम		१	
६ आपल्या कडे उच्च रक्तदाब	नाही		०	

मधुमेह व हृदयरोग चा अनुवंशिक आजाराचा इतिहास आहे का	हो	२	
एकुण गुण			

प्रत्येक व्यक्तीची तपासणी झाली पाहिजे तरी त्याला कितीही गुण मिळाले जर ४ पेक्षा जास्त गुण मिळाले तर त्या व्यक्तीला असांसर्गिक आजाराच्या उच्च जोखमी असु शकते साप्ताहीक स्क्रिनींग दिवस त्याची तपासणी प्राथमिकता दिली पाहिजे

भाग बी प्रारभिक तपासणी विचारा की रुग्णाला या पैकी काही लक्षण आहेत का			
बी १ महिला व पुरुष	**हो/नाही**		**हो/नाही**
श्वासाला त्रास (श्वास घेताना त्रास)		मिरगीचा इतिहास	
२ आठवडयापासुन अधिक खोकला "		तोडं उघडण्यास अडचण	
थुकीतुन रक्त पडणे "		तोडांत कोणताही अल्सर जो दोन आठवडयापासुन बरा झाला नाही	
२ आठवडयापासुन अधिक दिवासापासुन ताप		तोडांत कुठेही वाढ जी दोन आठवडयापासुन बरी झाला नाही	
रात्री घम येतो का"		तोडांत पाढरा अथवा लाल चटटे जे दोन आठवडयापासुन बरे झाला नाही	
आपण सध्या टी बी चा उपचार चालु आहे का		चावताना त्रास	
वजन घटले आहे का"		आवाजातील टोन मध्ये बदल	
परीवारात कोणाला सध्या टी बी ने पिडीत का""		कोणताही रंगीत चटटा फीका पडला व त्यावर संवेदना नसणे	
परीवारात कोणाला सध्या टी बी चा इतिहास आहे का""		कोणत्याही प्रकारच्या त्वचेमध्ये वाढ	
हातावर किवा तळव्यावर वारवार छाले पडतात का		त्वचेवर कुही गाठ	
हातावर किवा तळव्यावर वारवार मुग्या येतात का		हात व पाया चे तळवे वारवार सुन्न होणे	
अंधुक दिसणे/ कमी दिसते का		हात व पाया चे बोटाच्या पंजाच्या आखडणे	
वाचण्यात त्रास		हात व पाय मुग्या येणे सुन्न पडणे	
एक आठवडया पासुन अधिक वेळ डोळयात वेदना		पापण्या उघड झाप करण्यास त्रास	
एक आठवडया पासुन अधिक वेळ डोळयात लाली		हाताच्या बोटाने वस्तु उचलण्यास अडचण	
ऐकण्यात त्रास		पायात कमजोरी त्यामुळे चालताना त्रास	
बी २ केवळ महिलांसाठी	**हो/नाही**		**हो/नाही**
स्तनात गाठ		पाळी बंद झाल्यावर हि रक्तस्त्राव	
स्तनाग्रातुन रक्त जाणे		संभोग नंतर रक्तस्त्राव	
स्तनाच्या आकारात बदल		योनी मधुन दुर्गंधी युक्त स्त्राव जाणे	
नियमित मासिकपाळी नंतर मध्ये मध्ये रक्त जाणे			
बी ३ केवळ बुजुर्ग (६० पेक्षा जास्त)	**हो/नाही**		**हो/नाही**

<table>
<tr><td>उभे राहील्यावर अथवा चालताना अस्थिरता लडखडणे असे वाटणे</td><td></td><td>रोजच्या दिनक्रम खाणे कपडे घालणे तयारी करणे आंघोळ करणे फिरणे शौचालयाचा उपयोग करण्यासाठी इतरांची मदत घेणे</td><td></td></tr>
<tr><td>कोणत्याही शारीरीक विकलांगता जे चालणे फिरण्यामध्ये बाधा</td><td></td><td>आपल्या जवळच्या लोकांचे नाव अथवा आपल्या घराचा पत्ता विसरणे</td><td></td></tr>
<tr><td colspan="4">व्यक्तीगत उत्तरा च्या मामल्यात उपयुक्त लक्षण मध्ये कोणतेही एकउत्तर जर हो आले तर रुग्णस ताबडतोब जवळच्या सुविधा केद्रांत संदर्भ सेवा देणे जिथे एक तपासणी अधिकारी म्हणुन MO उपलब्ध आहे</td></tr>
<tr><td colspan="4">जर प्रतिक्रिया " हो आहे तर कार्यवाही करावी थुंकी नमुने गोळा करुन जवळच्या टी बी प्रशिक्षण केद्रांत पाठवावे</td></tr>
<tr><td colspan="4">जर प्रतिक्रिया ""हो असेल तर परीवारातील सर्व सदस्यावर आरोग्य सेवक/सेविका मार्फत लक्ष ठेवले जाईल</td></tr>
<tr><td colspan="4">भाग सी सीओपीडी साठी जोखीम</td></tr>
<tr><td colspan="4">जे बरोबर असेल तर त्या गोल वर खुण करावी</td></tr>
<tr><td colspan="4">स्वयंपाक करण्यासाठी इंधनाचा वापर लाकड/पीक चारा/गाईच्या शेणाच्या गव-या/कोळसा/रॉकेल/एलपीजी गॅस</td></tr>
<tr><td colspan="4">व्यवसाय प्रदुषण जोखीम पिकाचा चारा जाळणे/कचराजाळणे/धुर गॅस/धुळीचा संपर्कात आलेल उदयोग जशा विट भटटी व काच कारखाना यामध्ये काम करणे</td></tr>
</table>

<table>
<tr><td colspan="5">भाग डी पीएचक्यु २</td></tr>
<tr><td>मागील २ आठवडयात आपणस खालील समस्या नी किती वेळा परेशान झालात</td><td>बिल्कुल नाही</td><td>काहि दिवस</td><td>आर्ध्या पेक्षा जास्त दिवस</td><td>प्रत्येक दिवशी</td></tr>
<tr><td>१ .काम करण्यात कमी आवड अथवा आनंद</td><td>०</td><td>+ १</td><td>+ २</td><td>+ ३</td></tr>
<tr><td>२ उदास अथवा निराशाजनक वाटते</td><td>०</td><td>+ १</td><td>+ २</td><td>+ ३</td></tr>
<tr><td>एकुण गुण</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td colspan="5"></td></tr>
<tr><td colspan="5">३ पेक्षा जास्त गुण असणा-यांना सीएचओ/एमओ (पीएचसी)/युपीएचसी) मध्ये संदर्भित केले पाहीजे</td></tr>
</table>

योगदान कर्त्यांची यादी

Dr Kanwar Sen	Addl DG Dte GHS,MoHFW
Dr Sudhir Gupta	Sr CMO Dte GHS,MoHFW
Dr Sunny Swarnkar	DADG Dte GHS,MoHFW
Maj Gen (prof) Atul Kotwal	Executive Director National Health System Resource Center (NHSRC) New Delhi
Dr (Flt Lt) M A Balasubramanya	Advisor Community Processes and Comprehensive Primary Health Care National Health System Resource Center (NHSRC) New Delhi
Dr Maya Mascarenhas	External Consultant National Health System Resource Center (NHSRC) New Delhi
Dr Vineet Kumar Pathak	Senior Resident Department of Community and Family Medicine All India Institute of Medical Sciences Raipur
Dr Neha Dumka	Lead Consultant Knowledge Management Division National Health System Resource Center (NHSRC) New Delhi
Dr Suman Bhardwaj	Senior Consultant Community Processes and Comprehensive Primary Health Care National Health System Resource Center (NHSRC) New Delhi
Dr Anantha Kumar SR	Senior Consultant Community Processes and Comprehensive Primary Health Care National Health System Resource Center (NHSRC) New Delhi
Dr Neha Singhal	Senior Consultant Community Processes and Comprehensive Primary Health Care National Health System Resource Center (NHSRC) New Delhi
Dr Shalini Singh	Former Senior Consultant Community Processes and Comprehensive Primary Health Care National Health System Resource Center (NHSRC) New Delhi
Dr Har Ashish Jindal	Former Senior Consultant Community Processes and Comprehensive Primary Health Care National Health System Resource Center (NHSRC) New Delhi
Dr Rupsa Banerjee	Former Senior Consultant Community Processes and Comprehensive Primary Health Care National Health System Resource Center (NHSRC) New Delhi
Dr Anusha Sharma	Consultant Consultant Community Processes and Comprehensive Primary Health Care National Health System Resource Center
Dr Amit Dhage	External Consultant Community Processes and Comprehensive Primary Health Care National Health System Resource Center
Dr Vijaya Shekhar Salkar	Junior Consultant Community Processes and Comprehensive Primary Health Care National Health System Resource Center

Namaste!

You are a valuable member of the Ayushman Bharat – Health and Wellness Centre (AB-HWC) team committed to delivering quality comprehensive primary healthcare services to the people of the country.

To reach out to community members about the services at AB-HWCs, do connect to the following social media handles:

- https://instagram.com/ayushmanhwcs
- https://twitter.com/AyushmanHWCs
- https://www.facebook.com/AyushmanHWCs
- https://www.youtube.com/c/NHSRC_MoHFW

NHSRC

National Health Systems Resource Centre