TORONTO

விபர மடல்

2008 மார்ச்

மூட்டுப்பூச்சி

மூட்டுப்பூச்சி என்றால் என்ன?

இது ஒருவகைப் பூச்சி. முழுப் பூச்சியின் உடல் நீள்வட்ட வடிவமானது. அதற்குச் சிறகுகள் இல்லை. உண்பதற்கு முன்னர் அது ஒரு தாள் போல் சப்பையாய் தென்படும். அப்பொழுது அதன் நீளம் ஏறக்குறைய 1/4 அங்குலம். உண்ட பின்னர் அதன் உடல் கடும் செந்நிறத்தில் உப்பியிருக்கும். அதன் முட்டை வெண்ணிறமும், கூம்பிய உருவமும், குண்டூசித் தலையளவு பருமனும் கொண்டது. 10-50 முட்டைகள் கொண்ட கொத்துகளை வெடிப்புகளிலும் மூட்டுகளிலும் காணலாம். மூட்டுப்பூச்சியின் வாழ்நாள் ஓராண்டு. அந்த ஓராண்டுக்குள் ஒரு பெண்-மூட்டுப்பூச்சிக்குப் போதிய உணவும் வெப்பமும் கிடைத்தால், அது 200,400 முட்டைகளை இடவல்லது. முட்டைகள் 10 நாட்களுள் பொரிக்கும்.

மூட்டுப்பூச்சியின் உணவு என்ன?

மூட்டுப்பூச்சிக்கு அதிகம் பிடித்த உணவு மனிதரின் குருதி. அது பாலூட்டிகளையும் பறவைகளையும் கூடக் கடிக்கும். இரவு வேளையில் அது மனிதரின் உடல் எங்கும், குறிப்பாக முகத்தையும், கழுத்தையும், மார்பையும், கையையும் சுற்றிக் கடிக்கும். உண்ணாது ஆறு மாதங்கள் வரை அது உயிர்வாழ வல்லது. ஆண்-பெண் மூட்டைப்பூச்சி இரண்டும் கடிக்கும்.

மூட்டுப்பூச்சியால் என்னை நோய்வாய்ப்படுத்த முடியுமா?

மூட்டுப்பூச்சிக் கடியினால் பற்றுயிரி-நோய் தொற்றிய விபரங்கள் தெரியவந்துள்ளன. அதேவேளை தாம் மூட்டுப்பூச்சியானால் கடியுண்ட விடயம் பலருக்குத் தெரிவதில்லை. ஆனால் சிலரில் நுண்கடியின் தாக்கம் மிகும். அவர்களுக்கு, கடியுண்ட இடத்தில் மட்டும் தாக்கம் ஏற்படும். கடியுண்ட இடத்தைச் சொறிவதால் பற்றுயிரி-நோய் தொற்றக்கூடும்.

மூட்டுப்பூச்சி எப்படி என் வீட்டினுள் நுழைகிறது?

தளபாடம், உடுப்பு வகைகள் மூலமாகவே மூட்டுப்பூச்சிகள் பெரிதும் உங்கள் வீட்டினுள் கொண்டுவரப்படுகின்றன. அவ்வாறு உங்கள் வீட்டுக்கு மூட்டுப்பூச்சிகள் கொண்டு வரப்பட்டிருக்கலாம் என்று நீங்கள் ஐயுற்றால், பின்வரும் இடங்களில் அவை நடமாடுகின்றனவா அல்லது அவற்றின் முட்டைக்கோதுகள் உள்ளனவா என்று பார்க்கவும்:

- மெத்தைகளின், மெத்தைச் சுருள்வில் கூடுகளின் மூட்டுகள், இடுக்குகள், முடிச்சுகள், மடிப்புகள்
- கட்டில் சட்டத்திலும், தலைமாட்டுப் பலகையிலும் உள்ள வெடிப்புகள்
- கதிரைகள், இருக்கை மஞ்சங்கள், கட்டில்கள், தூசி உறைகள் என்பவற்றின் அடிப்புறங்கள்
- இருக்கை மஞ்சம், கதிரை என்பவற்றுக்கான மெத்தைத் திண்டுகளின் இடைகள்
- சமுக்காளத்தின் கீழ்ப்புறம், கம்பளத்தின் விளிம்புகள்
- திரை மடிப்புகளின் இடைகள்
- இலாச்சிகளின் உட்புறம்
- அடிச்சுவர்ச் சட்டங்களின் பின்புறம் மற்றும் யன்னல், கதவுச் சட்டங்களின் சுற்றுப்புறம்
- மின் தகடுகளின் பின்புறம் மற்றும் நெகிழ்ந்த சுவரொப்பனைத் தாள், வண்ணப்பூச்சுகள், சுவரொட்டிகள் என்பவற்றின் உட்புறம்
- சாந்துப்பூச்சு வெடிப்புகள்
- தொலைபேசிகள், வானொலிப் பெட்டிகள், மணிக்கூடுகள்

குழாய்கள், மின்தடங்கள், மற்றும் பிற துவாரங்கள் ஊடாக மூட்டுப்பூச்சிகள் ஓர் அடுக்குமனையிலிருந்து இன்னோர் அடுக்குமனைக்கும் நகர வல்லவை. உங்கள் மனையில் அவை பெருகிப் பீடித்திருந்தால், உங்கள் அறையில் ஓர் இன்மணத்தை முகரக் கூடியதாய் இருக்கலாம்.

எனது வீட்டில் மூட்டுப்பூச்சிகள் இருந்தால், நான் என்ன செய்யலாம்?

1. மூட்டுப்பூச்சிகளைத் தடுப்பதற்கு ஒருங்கிணைந்த பீடை கையாள்கையே (Integrated Pest Management) சிறந்த முறை. இது மனிதரின் உடல்நலத்துக்கும் சூழலுக்கும் ஆகக்குறைந்த கேடு விளைவிக்கக்கூடிய உத்திகள், ஆக்கங்கள் பலவற்றை ஒருங்கிணைத்துப் பயன்படுத்தும் முறையாகும்.
2. உங்கள் உள்ளூர் சுகாதாரத் திணைக்களத்துடன் அல்லது ஒரு பீடை கையாள்கைத் துறைஞருடன் உசாவி, உங்கள் அகத்தில் மூட்டுப்பூச்சிகள் உள்ளனவா என்பதை நிச்சயிக்கவும்.
3. உங்கள் மெத்தை, கட்டில் சட்டம், குறிப்பாக மடிப்புகள், வெடிப்புகள், உட்பக்கங்கள், மற்றும் மூட்டுப்பூச்சிகள் ஒளிக்க விரும்பும் இடங்களை உற்றுநோக்கவும்.
4. உங்கள் உறிஞ்சியில் (vacuum) ஒரு கூம்புக் குழாய்முனையைப் பொருத்தி மூட்டுப்பூச்சிகளையும் அவற்றின் முட்டைகளையும் உறிஞ்சி எடுக்கவும். உங்கள் மெத்தை, கட்டில் சட்டம், சுவரடிச் சட்டம், மற்றும் உங்கள் படுக்கையை அண்டிய பொருட்கள் அனைத்தின் மீதும் உறிஞ்சியைப் பயன்படுத்தவும். அன்றாடம் உறிஞ்சியைப் பயன்படுத்தி, உறிஞ்சியதை உடனடியாக அப்புறப்படுத்துவது அத்தியாவசியம்.
5. உங்கள் துணிமணிகளை இயன்றவரை மிகுந்த வெந்நீரில் சலவை செய்து, 20 நிமிடங்கள் வெப்ப உலர்த்தியில் இட்டு, உலர்த்தவும். உங்கள் தலையணை, மெத்தை என்பவற்றுக்கு பிளாஸ்திக் உறை இடும் வாய்ப்பைக் கருத்தில் கொள்ளவும்.
6. தேவைப்படாத பொருட்களை அகற்றவும். சுவரடிச் சட்டம், கட்டில் சட்டம், கீழ்ப்பரப்பு, சுவர் என்பவற்றில் காணப்படும் தெறிப்புகளையும், வெடிப்புகளையும் அடைக்கவும். உரியும் சுவரொப்பனைத் தாளைச் சரிப்படுத்தவும் அல்லது அகற்றவும். இளகிய மின்குமிழ் ஆளி-மூடிகளை இறுக்கவும். உங்கள் வீட்டினுள் வரும் குழாய், மின்கம்பி, மற்றும் இணைப்புகள் எவற்றிலும் காணப்படும் துவாரங்களை அடைக்கவும். (அடுக்குமனைகளுக்கு இடைப்பட்ட சுவர்களில் அதிக கவனம் செலுத்தவும்).
7. மூட்டுப்பூச்சிகளைப் பிடிப்பதற்கு ஒட்டும் அட்டை, நாடா வகைகளை அன்றாடம் இட்டுவைத்துக் கண்காணிக்கவும் (கம்பள நாடா நன்கு பயன்படும்). உங்கள் வீட்டினுள் நீங்கள் கொண்டுவரும் எந்தப் பொருளையும் கூர்ந்து நோக்கவும்.
8. பீடை கட்டுப்படுத்தும் துறைஞர்களுடன் உசாவவும். மனிதரின் உடல்நலத்துக்கும் சூழலுக்கும் ஆகக்குறைந்த கேடு விளைவிக்கக்கூடிய வழிவகைகள் பற்றி அவர்களுடன் கலந்துரையாடவும்.

உங்கள் வீட்டில் பீடித்த மூட்டைப்பூச்சிகள்மீது ஒரு பூச்சிகொல்லியை நீங்கள் பயன்படுத்த விரும்பினால், பீடை கட்டுப்படுத்தும் துறைஞர் சேவையகம் ஒன்றுடன் தொடர்புகொண்டு மேலதிக விபரம் நாடவும். கிடைக்கக்கூடிய ஆகக்குறைந்த நச்சுவகை கொண்ட பூச்சிகொல்லியை, உற்பத்தியாளரின் அறிவுறுத்துரைப்படி பயன்படுத்தவும்.

ஒருங்கிணைந்த பீடை கையாள்கை முறை (IPM), பூச்சிகொல்லி என்னும் இரண்டில் நீங்கள் எதனைப் பயன்படுத்தினாலும், சில மூட்டுப்பூச்சிகள் பத்து நாட்கள்வரை தொடர்ந்து நடமாடுவதை நீங்கள் காணக்கூடும். அது வழமை. இரண்டு கிழமைகள் கழிந்த பின்னரும் பெருந்தொகையான மூட்டுப்பூச்சிகள் தொடர்ந்து நடமாடுவதை நீங்கள் கண்ணுற்றால், பீடை கட்டுப்படுத்தும் துறைஞர் சேவையகம் ஒன்றுடன் தொடர்புகொள்ளவும்.

மூட்டுப்பூச்சிக் கடி எப்படி இருக்கும்?

மூட்டுப்பூச்சி ஒருவரைக் கடிக்கும்பொழுது தமது உமிழ்நீரைக் கடிவாயினுள் செலுத்தும். அதனால் கடியுண்டவரின் தோல் தடித்துச் சொறியும். மூட்டுப்பூச்சிக் கடியினால் ஒவ்வொருவரிலும் வெவ்வேறு தாக்கம் ஏற்படும். மூட்டுப்புச்சிக் கடியினால் தோலில் ஏற்படும் நைவு கவனிக்கப்படாது போவதுண்டு. அது தெள்ளுக்கடி அல்லது நுளம்புக்கடி அல்லது வேறு தோல்-நைவு என்று கொள்ளப்படும் தவறும் நிகழ்வதுண்டு.

நால்வகைத் தோல்-அவியல்கள் பற்றி நூல்களில் விபரிக்கப்பட்டுள்ளன:

1. கடியுண்ட இடம் நைந்து, சிவந்து, சொறிந்து, சப்பையாவது பெரிதும் வழமை. உறுதியான மூட்டுப்பூச்சிக் கடிகளை “காலை உண்டி, மதிய உண்டி, மாலை உண்டி” என்னும் வரிசையில் மூன்று உண்டிகள் கொண்ட தொகுதியாக எடுத்துரைக்கலாம்.
2. சிறிய, சிவந்த, தடித்த, வீங்கிய நைவுகள் ஏற்படுவதும் வழமை.
3. அரிதாகச் சிலருக்குப் பெரிய, தடித்த, பெரிதும் சொறியும் தழும்புகள் ஏற்படுவதுண்டு.
4. மூட்டுப்பூச்சியின் உமிழ்நீரினால் மிகுந்த தாக்கத்துக்கு உள்ளாகக்கூடியவர்களுக்கு குருதி அல்லது கசிவு நிரம்பிய கட்டி உண்டாகக்கூடும்.

முகம், கழுத்து, கை, கால், உட்பட வெளியெ தெரியும் பாகங்களில் அல்லது உடல் முழுவதும் மூட்டுப்பூச்சி கடிப்பது பெரிதும் வழக்கம்

மூட்டுப்பூச்சிக் கடிக்கு நான் சிகிச்சை பெறுவது எப்படி?

மூட்டுப்பூச்சிக் கடிகளுள் அநேகமானவை தாமாகவே மாறிவிடும். அவற்றுக்குச் சிகிச்சை தேவையில்லை. உங்கள் தோலைத் துப்புரவாக வைத்திருக்கவும். சொறியாதிருக்க முயலவும். கடியுண்ட இடத்தில் சொறி மிகுந்தால், சொறியைத் தணிப்பதற்கு உங்கள் மருத்துவர் ஒரு களிமத்தை அல்லது antihistamine வகைகளைக் குறித்துத் தரலாம். நீங்கள் மட்டுமீறிச் சொறிந்து, உங்கள் தோல் பற்றுயிரித் தொற்றுக்கு உள்ளானால், அதற்கு வாய்வழி உட்கொள்ளும் பற்றுயிரித் தடுப்பு மருந்து வகைகளை உங்கள் மருத்துவர் குறித்துத் தரலாம்.

மூட்டுப்பூச்சி எனது வீட்டினுள் நுழையாவாறு தடுப்பது எவ்வாறு?

- மிகவும் சுத்தமான வீடுகளிலும், விடுதிகளிலும் கூட மூட்டுப்பூச்சிகள் நடமாடக்கூடும். எனினும் ஓர் உறிஞ்சியைப் பயன்படுத்தி உங்கள் மெத்தையைத் துப்புரவுசெய்து உங்கள் வீட்டை ஒழுங்கான முறையில் சுத்தமாக வைத்திருந்தால், அவை உங்கள் வீட்டைப் பீடியாவாறு தடுக்கலாம். உங்கள் பொருட்களைச் சுத்தமாய் வைத்திருந்தால், மூட்டுப்பூச்சிகள் ஒளிக்கும் சந்துபொந்துகள் குறையும்.
- பாவித்த தளபாடம், உடுப்பு வகைகளை வாங்கும்பொழுது கவனமாய் இருக்கவும். அவற்றை உற்று நோக்கவும். அவற்றில் மூட்டுப்பூச்சிகள் இல்லை என்பது உறுதிப்படுத்தப்பட்டுள்ளதா என்று விற்பனையாளரிடம் கேட்கத் தயங்க வேண்டாம்.
- தெருவோரத்திலிருந்து பாவித்த தளபாடம், ஆடை வகைகளை வீட்டுக்குள் கொண்டுவருவதில் முன்னெச்சரிக்கை தேவை. அவற்றை மூட்டுப்பூச்சிகள் பீடித்திருக்கக் கூடும்.
- பயணம் செய்யும்பொழுது மேற்கொள்ளவேண்டிய முன்னெச்சரிக்கை நடவடிக்கைகள் பின்வருமாறு:

    - **அறையையும் தளபாடங்களையும் உற்றுநோக்கவும்:** மெத்தை, சுருள்வில் கூடு என்பவற்றில் இருக்கக்கூடிய தெறிப்புகள், வெடிப்புகளை உற்றுநோக்கவும். அவற்றில் குருதிக் கறைகள் உள்ளனவா அல்லது பூச்சிகள் நடமாடுகின்றனவா என்று பார்க்கவும். மூட்டுப்பூச்சிகள் நடமாடிய தடயத்தைக் கண்ணுற்றால், வேறோர் அறையை நாடி வேண்டுகோள் விடுக்கவும்.
    - **உங்கள் பயணப் பெட்டிகளைப் பாதுகாக்கவும்:** உங்கள் பொருட்கள் அனைத்தையும் பயணப் பெட்டிகளுக்குள் வைக்கவும். பயணப் பெட்டிகளுக்குள் மூட்டுப்பூச்சிகள் நுழையாவாறு பிளாஸ்திக் உறையிடவும். பயணப் பெட்டிகளைக் கீழ்ப்பரப்பில் வைக்காது, மேல்தட்டுகளில் வைக்கவும்.
    - **கட்டிலைப் பாதுகாக்கவும்:** சுவரைவிட்டுக் கட்டிலை நகர்த்தி வைக்கவும். படுக்கை விரிப்பு விளிம்புகளை உள்ளே செருகவும். போர்வைகள் நிலத்தில் படக்கூடாது.
    - **வீடு திரும்புகையில்:** உங்கள் வீட்டு ஊர்திக்கூடம் போன்ற ஒரு தனி இடத்தில் உங்கள் பயணப் பெட்டிகளை வைக்கவும். பயணப் பெட்டிகளை உற்று நோக்கவும். உங்கள் ஆடைகள் முழுவதையும் இயன்றளவு வெந்நிரில் சலவை செய்யவும். அவற்றை 20 நிமிடங்கள் வெப்ப உலர்த்தியில் இட்டு உலர்த்தவும்.

மேலதிக விபரங்களுக்கு நாடவும்:
• Toronto Public Health – www.toronto.ca/health or 416-338-7600
• Effective Control of Bed Bugs, Health Canada, Pest Management Regulatory Agency - http://www.pmra-arla.gc.ca/english/consum/bed_bugs-e.html#2