

Chanzo, dalili na matibabu ya chunusi

By SW - Melkisedeck Shine · September 6, 2022

Dondoo za Urembo na Mitindo · #Karibu AckySHINE · #SMS, Vichekesho, Mahusiano, Biashara na Ujasiriamali, Afya, Chemsha Bongo, Dini pamoja na Vitabu kwenye PDF

Chunusi ni ugonjwa wa ngozi ambao hujitokeza kama viuvimbe/vipele vidogo vidogo hasa sehemu za uso, kifua na hata mgongoni. Vipele hivi hutokea wakati vishimo vya kupitisha jasho katika ngozi vinapozibwa kwa mafuta au seli za ngozi zilizokufa au wadudu yaani Bacteria.

Kwa lugha ya kidaktari chunusi huitwa Acne Vulgaris. Chunusi ndio ugonjwa wa ngozi ambao humwathiri binadamu kwa kiasi kikubwa kwa mfano nchini Marekani pekee huathiri watu zaidi ya milioni kumi na sa-ba. Chunusi huweza kujitokeza katika umri wowote lakini huathiri sana vijana hasa wa-kati wa balehe (adolescents).

Karibu asilimia 85 ya vijana kati ya umri wa miaka 12 hadi 25 hupata chunusi na zaidi ya asilimia 20 ya wanawake wenye umri wa zaidi ya miaka ishirini hupata chunusi wakati mwingine hata watoto wadogo pia huweza kupata chunusi hii ni tofauti na watu wengi wanavyofikiria kuwa chunusi ni dalili ya balehe.

Chunusi ni ugonjwa unaoathiri vifuko au glandi za ngozi. Katika ngozi ya binadamu kuna glandi zitwazo Sebaceous ambazo zipo chini ya ngozi na kazi yake kubwa ni kutoa mafutamafuta yaitwayo Sebum ambayo hu-saidia kuiweka ngozi kuwa nyevu na yenye mvuto.

Wakati wa balehe mwili wa binadamu hutoa Sebum kwa wingi na kwa sababu wakati huu vikemikali vya mwili yaani sex hormones hutolewa kwa wingi hasa hormone ya kiume iitwayo androgen husababisha utoaji wa sebum kuwa mwingi zaidi kuliko kawaida. Sebum inapotolewa kwa wingi huungana na seli za ngozi zilizo-kufa na kutengeneza mchanganyiko mzito kama nta uitwao comedo ambao huziba vishimo vya kutolea joto.

Maambukizi zaidi hutokea pale ambapo vijidudu yaani baktaria vinaposhambulia vishimo vilivyoziba hapo kivimbe ambacho watu wengine huita Pimple hujitokeza pale ambapo Sebum, bacteria, seli za ngozi na seli nyeupe za damu zinapo-changanyika na kujikusanya katika vishimo vya jasho vilivyoziba na eneo husika hupata vivimbe au vipele ambavyo tunaviita chunusi.

Ukubwa wa kipele hutegemea ngozi ya mtu au kiasi cha mchanganyiko nilioeleza hapo juu katika eneo husika. Vipele vinaweza kuwa vidogo au vikubwa. Chunusi wakati mwingine husababisha mabaka katika ngozi hali hii hutokea pale ambapo seli za ngozi zilizoharibika huondolewa na seli mpya kutengenezwa.

Ngozi mpya hutengenezwa kirahisi tu mahali palipokuwa na chunusi hali hii husababisha mlingano usiosahihi wa ngozi na hutoa kidonda ambacho baadaye hubaki kama baka. Chunusi hutokea zaidi katika uso, kifua, mabega na mgongoni kwa sababu maeneo hayo yana vifuko au glandi za Sebaceous nyingi.

CHANZO CHA CHUNUSI

Chanzo halisi cha chunusi hakijulikani. hata hivyo baadhi ya vitu vinavyoongeza uwezekanifu wa kupata chunusi ni;

DALILI ZA CHUNUSI

Vipele au vivimbe vidogo vidogo ambavyo pengine husababisha mwasho au vinavyouma ni dalili ya chunusi. Wakati mwingine huweza kujitokeza kama baka dogo na wakati mwingine mtu anaweza utambuzi wa chunusi unaweza kuwa mgumu kutokana na watu walivyomakini au wanavyojenga wasiwasi kubwa katika mwonekano wao hasa usoni. Ikumbukwe kuwa kutokana mwonekano wa chunusi ni rahisi sana.

Daktari kuzigundua, japokuwa katika familia zetu ni mara chache sana mtu akaenda kumwona daktari au mtaalamu wa magonjwa ya ngozi kwa sababu ya chunusi. Pale inavyotokea hivyo basi hali inakuwa ni mbaya zaidi. Hata hivyo si vibaya kumwona daktari ambaye atakuuliza kuhusu chakula, ngozi, dawa unazotumia na vitu vingine vinavyoweza kuchangia mtu kupata chunusi.

MATIBABU

Matibabu ya chunusi yanajumuisha kupunguza utoaji wa anta (sebum), kuondoa seli za ngozi zilizokufa na kuua wadudu yaani bacteria.

Matibabu huweza kutofautiana kutokana na wingia au ukubwa wa tatizo. Suala la kuzingatia ni kuepuka mambo yanayoweza kusababisha chunusi kama nilivyoieleza hapo juu.

DAWA ZA KUPAKA

Kuna dawa za kupaka ambazo hupaka katika eneo la ngozi lililoathirika kwa chunusi. Dawa hizi hupatikana kama cream, lotion, gel au pad.

Dawa hizi hutumika kutibu chunusi ambazo haziko katika hali mbaya hasa kama kuna vijipele vidogo vidogo tu. Mojawapo ya dawa hizi ni antibi-otic kama zenye mchanganyiko wa gentamycin na betamethasone au dexamethasone kama vile Gentrison au Gentriderm cream, Erythromycin, B-Tex na kadhalika. Pia Persol forte Gel husaidia hasa ukianza na asilimia ndogo (2.5%) na kuen-delea kadri ngozi yako inavyohimili dawa. Gentamycin huua wadudu wanaosababisha chunusi wakati dawa nyingine huondoa mwasho.

Dawa nyingine ni zile zinzoainisha nta au Comedolytics na kufanya vishimo vya jasho kufunguka na dawa nyingine huongeza kasi ya utengenezwaji wa seli mpya za ngozi.

Dawa hizi za kupaka hushauriwa kupakwa angalau mara mbili au tatu kila siku hasa baada ya kusafisha kwa maji safi na sabuni ya kawaida na kukausha kwa taulo eneo lenye chunusi na matibabu yanaweza kuchukua wiki kadhaa.

DAWAZA KUMEZA

Wakati mwingine daktari anaweza kumshauri mgonjwa kutumia dawa za kumeza kulingana na wingi au ukubwa wa tatizo.

Wanawake wenye chunusi zisizotibika wanaweza kupewa Anti-androgens kama vile baadhi ya vidonge wa uzazi wa mpango. Chunusi sugu hutibiwa kwa corticosteroids na anti-inflammatory drugs ambazo hutibu chunusi sugu ambazo huitwa Acne fulminans na hupatikana zaidi kwa vijana.

MATIBABU MENGINE

Kwa nchi zilizoendelea matibabu yanaweza kuwa hata upasuaji mdogo (skin grafting) au

plastic surgery kama chunusi imesaba-bisha baka kubwa na kuna njia kama vile Chemical peel ambapo kemikali hupakwa kwenye ngozi na inapokauka kipande au gamba la juu la ngozi huondolewa na kuondoa baka.

MATIBABU MBADALA

Haya hujumuisha lishe bora na usafi wa mwili.Ni vema kuoga mara kwa mara na kujifuta maji kwa taulo safi na kuiweka ngozi katika hali ya ukavu nakuepuka upakaji wa mafuta mengi ya mgando hasa wakati wa joto.

Watu wenye chunusi wanashauriwa kulAa mlo kamili wenye vyakula vyenye madini ya zinki,nyuzinyuzi, matunda, mboga za ma-jani,vitamin B complex na Chromium. Ni vema kuepuka au kupunguza matumizi ya pombe,vyakula vya maziwa, tumbaku, sukari, vyakula vilivyoandaliwa viwandani na vyakula vyenye Iodine nyingi kama vile chumvi

MUHIMU

Chunusi haziwezi kutibika kabisa japokuwa iwapo matibabu Yatakuwa sahihi watu 60 kati ya 100 hupona na unapokuwa unatumia dawa usitarajie kupona haraka kwani inaweza kuchukua hata miezi miwili kupata nafuu na zinaweza kujitokeza unapoacha kutumia dawa.Chunusi pia huweza kupona kwa kuacha mabaka ambayo kwa hapa nchini hakuna utaalamu sahihi wa kuyaondoa bali huweza kuondoka kadri muda unavyoenda au kwa kemikali kali ambazo zinaweza kuwa na madhara katika ngozi.

MAMBO YA KUFANYA ILI USIPATE CHUNUSI