

NISH ONLINE INTERACTIVE DISABILITY AWARENESS SEMINAR

Date: 20/2/2016

TITLE: സെറിബ്രൽ പാൾസി -ഫിസിയോതെറാപ്പിയുടെ പ്രാധാന്യം

Vocational Paper Series No: 04

Vol: 2016/02

എന്താണ് സെറിബ്രൽ പാൾസി?

ഒരു മനുഷ്യന്റെ തലച്ചോറാണ് അവന്റെ ശരീരത്തിലെ എല്ലാ അവയവങ്ങളെയും പ്രവൃത്തികളെയും നിയന്ത്രിക്കുന്നത്. അതിനാൽ, തലച്ചോറിന് എന്തെങ്കിലും തരത്തിൽ ഏൽക്കുന്ന ക്ഷതങ്ങൾ, ശരീരത്തിന്റെ പ്രവർത്തനങ്ങളെ പ്രതികൂലമായി ബാധിക്കുന്നു. തലച്ചോറിനുണ്ടാകുന്ന അപാകതകൾ ശരീര പേശികളുടെ നിയന്ത്രണത്തെ പ്രതികൂലമായി ബാധിക്കുന്ന അവസ്ഥയാണ് 'സെറിബ്രൽപാൾസി'.

പല കാരണങ്ങൾ കൊണ്ട് സെറിബ്രൽ പാൾസി ഉണ്ടാകുന്നതാണ്

ഇവയെ മൂന്നായി തരം തിരിക്കാം

- ഗർഭാവസ്ഥയിൽ ഉണ്ടാകുന്ന കാരണങ്ങൾ
- ജനിച്ച ഉടനെ ഉണ്ടാകുന്ന കാരണങ്ങൾ
- കുട്ടിയുടെ ഒരു വയസ്സ് വരെയുള്ള കാലയളവിൽ ഉണ്ടാകുന്ന കാരണങ്ങൾ

തലച്ചോറിന്റെ വിവിധ ഭാഗങ്ങളെ ബാധിക്കുന്നതനുസരിച്ച് കുട്ടി കാണിക്കുന്ന ലക്ഷണങ്ങളിൽ വ്യത്യാസം ഉണ്ടാവാം. ലക്ഷണങ്ങളെ ആസ്പദമാക്കി ഈ അവസ്ഥയെ വിവിധ തരമായി വേർതിരിച്ചിട്ടുണ്ട്.

- സ്പാസ്റ്റിക് സെറിബ്രൽപാൾസി
- ഹൈപ്പോടോണിക് സെറിബ്രൽ പാൾസി
- അറ്റാക്സിക് സെറിബ്രൽ പാൾസി
- കോറിയോ അതിറ്റോയ്ഡ് സെറിബ്രൽ പാൾസി

ചികിത്സാരീതികൾ

ഫിസിയോതെറാപ്പി: ഓരോ കുട്ടിയുടെയും ശാരീരിക നില അനുസരിച്ചാണ് ഫിസിയോതെറാപ്പിസ്റ്റ് പരിശീലന രീതികളും പരിശീലന ദൈർഘ്യവും തീരുമാനിക്കുന്നത്. പരിശീലന രീതികൾ വ്യത്യസ്തമായിരിക്കും.

ഫിസിയോതെറാപ്പി ചെയ്യുന്നതു കൊണ്ടുള്ള ഗുണങ്ങൾ

- താമസം നേരിടുന്ന വളർച്ചാഘട്ടങ്ങളെ ശരിയായ സമയത്ത് വ്യായാമം നൽകി ത്വരിതപ്പെടുത്തുക.

- ബലക്കുറവ് കാണുന്ന പേശികൾക്ക് ശക്തികൂട്ടാനുള്ള വ്യായാമം നൽകി അവയെ ശക്തിപ്പെടുത്തുക .
- ബാലൻസ് മെച്ചപ്പെടുത്തുക.
- ചലനശേഷി കൂട്ടുക.
- ശരിയായ രീതിയിൽ നിൽക്കുവാനും നടക്കുവാനുമുള്ള പരിശീലനം നൽകുക.
- ശരീര ചലനങ്ങൾ നിയന്ത്രണ വിധേയമാക്കുക.

ഒരു കുഞ്ഞ് ജനിച്ച് കുറച്ചു നാളുകൾക്കുള്ളിൽ ലക്ഷണങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കുക വഴി നമുക്ക് എത്രയും നേരത്തെ ഒരു ഡോക്ടറുടെ സഹായം തേടാനാകും. നേരത്തേയുള്ള ചികിത്സകൾ വഴി കുഞ്ഞിനുണ്ടാ യേക്കാവുന്ന ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ ഒരു പരിധിവരെ ലഘൂകരിക്കാൻ നമുക്ക് കഴിയും.

രോഗാവസ്ഥയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് ഉണ്ടാകുന്ന പ്രശ്നങ്ങളും പരിശീലനരീതികളും

വളർച്ചാഘട്ടങ്ങളെ ത്വരിതപ്പെടുത്തുവാൻ ഫിസിയോതെറാപ്പിസ്റ്റ് ഉപയോഗിക്കുന്ന ചികിത്സാരീതിയാണ് ന്യൂറോ ഡെവലപ്പ്മെന്റൽ തെറാപ്പി. ഓരോ വളർച്ചാഘട്ടങ്ങളും സ്വായത്തമാക്കുവാൻ നമുക്ക് കുട്ടിയെ എങ്ങനെ സഹായിക്കാം

കമിഴ്ന്നു വീഴാനുള്ള പരിശീലനം

മലർന്നു കിടക്കുന്ന ഒരു കുട്ടിയെ കളിപ്പാട്ടം കാണിച്ച് ആകർഷിക്കുക. അതിനുശേഷം കളിപ്പാട്ടം മെല്ലെ ഒരുവശത്തേയ്ക്ക് ചലിപ്പിച്ച് കുട്ടിയെ ആ വശത്തേയ്ക്ക് ചരിയാൻ പ്രേരിപ്പിക്കുക. പതിയെ ചരിച്ച് കുട്ടിയെ കമിഴ്ത്തിക്കിടത്തുക. ഈ പ്രക്രിയ കുറേ തവണ ആവർത്തിയ്ക്കുക.

പരസഹായമില്ലാതെ ഇരിക്കാൻ

ഇരിക്കാൻ ബുദ്ധിമുട്ടുള്ള കുഞ്ഞിനെ ആദ്യം ഭിത്തിയിലോ, കസേരയിലോ ചാരി വശങ്ങളിൽ നിന്നും നല്ല താങ്ങു കൊടുത്ത് നട്ടെല്ല് നിവർത്തിയിരിക്കാൻ സഹായിക്കുക. പുറകു വശത്തെയും വയറിന്റെ ഭാഗത്തേയും പേശികൾ ശക്തി പ്രാപിക്കുന്നതനുസരിച്ച്, കുട്ടി തനിയെ ഇരിക്കാൻ പ്രാപ്തനാകുന്നതു കാണാം. തനിയെ ഇരിക്കാൻ ശ്രമിക്കുന്നതനുസരിച്ച് കുട്ടിയ്ക്ക് കൊടുക്കുന്ന സഹായം കുറയ്ക്കുക.

നിൽക്കാനുള്ള പരിശീലനം

കുഞ്ഞിനെ ഭിത്തിയോട് ചാരിനിർത്തി, ഇടുപ്പിന്റെ ഭാഗത്ത് നല്ല താങ്ങു കൊടുക്കുക. ഇടുപ്പിന് ശക്തി കൂടുന്നതനുസരിച്ച് കുട്ടി നിൽക്കാനുള്ള കഴിവ് നേടുന്നതാണ്.

അമിതമായ ഉമിനീർസ്രാവം

ചില ലഘുവായ പ്രവൃത്തികളിലൂടെ ഈ പ്രശ്നം പരിഹരിക്കാം

- ബലൂൺ ഊതി വീർപ്പിക്കുക.
- മെഴുകുതിരി ഊതിക്കെടുത്തുക.
- ചെറിയ വസ്തുക്കൾ ഊതി പറപ്പിക്കുക.

- വിസിൽ ഊതാൻ പ്രേരിപ്പിക്കുക.

മേൽപ്പറഞ്ഞ പ്രവൃത്തികൾ ആവർത്തിക്കുന്നതു വഴി കുട്ടിയുടെ വായ്ക്കകത്തും പുറത്തുമുള്ള പേശികൾ ബലം പ്രാപിക്കുകയും ഊറി വരുന്ന ഉമിനീർ വായ്ക്കുള്ളിൽത്തന്നെ പിടിച്ചു നിർത്താൻ കുട്ടിയ്ക്ക് സാധിക്കുകയും ചെയ്യും.

സൂക്ഷ്മപ്രവൃത്തികൾ ചെയ്യാനുള്ള പ്രയാസം

- കുപ്പിയുടെ അടപ്പ് അടയ്ക്കുകയും തുറക്കുകയും ചെയ്യുക.
- ചെറിയ കല്ലുകൾ പെറുക്കി കുപ്പിയിലിടാൻ പ്രേരിപ്പിക്കുക.
- തള്ള വിരലും ചുണ്ടു വിരലും ഉപയോഗിച്ച് ചെറിയ വസ്തുക്കൾ എടുക്കാൻ പ്രേരിപ്പിയ്ക്കുക.
- ചപ്പാത്തി മാവ് കൈവിരലുകൾ ഉപയോഗിച്ച് പരത്താൻ പരിശീലനം കൊടുക്കുക.
- ഇത്രയും കാര്യങ്ങൾ ആവർത്തിച്ചു ചെയ്യുന്നതു വഴി കുട്ടിക്ക് സൂക്ഷ്മ പ്രവൃത്തികൾ ചെയ്യാനുള്ള കഴിവ് കൂടുന്നതായിരിക്കും.
- ഭക്ഷണ സമയത്തുണ്ടാകുന്ന ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ

കുഞ്ഞിനെ മൂലയുട്ടിത്തുടങ്ങുന്ന സമയത്തു തന്നെ ഈ പ്രശ്നങ്ങൾ പ്രകടമാകുന്നു. വായ്ക്കകത്തും പുറത്തുമുള്ള പേശികളുടെ ബലക്കുറവ് കാരണം കുഞ്ഞിന് ശരിയായ രീതിയിൽ പാൽ വലിച്ചു കുടിയ്ക്കാൻ കഴിയാതെ വരുന്നു.

ആഹാരം കഴിച്ചു തുടങ്ങുമ്പോൾ മേൽപ്പറഞ്ഞ പേശികളുടെ ബലക്കുറവ് കാരണം കുട്ടിയ്ക്ക് ചവച്ചു കഴിക്കുവാനും, നാക്കിന്റെ ചലനങ്ങളിലുള്ള കുറവ് കാരണം ഭക്ഷണം ശരിയായ രീതിയിൽ വിഴുങ്ങാനും സാധിക്കാതെ വരുന്നു. കൃത്യമായ വ്യായാമ മുറികൾ വഴി ഈ പ്രശ്നം ഒരു പരിധിവരെ പരിഹരിക്കാവുന്നതാണ്.

ബുദ്ധിമാന്ദ്യവും സെറിബ്രൽ പാൽസിയയും

സെറിബ്രൽ പാൽസിയുള്ള എല്ലാ കുട്ടികൾക്കും ബുദ്ധിമാന്ദ്യം ഉണ്ടാകാനിടയില്ല. എന്നാൽ ചുരുക്കം ചിലരിൽ, പ്രത്യേകിച്ച് സ്പാസ്റ്റിക് ക്വാഡ്രിപ്ലീജിയ ബാധിച്ച കുട്ടികളിൽ, ബുദ്ധിമാന്ദ്യം കണ്ടുവരാറുണ്ട്. ഒരു സൈക്കോളജിസ്റ്റിന്റെ സഹായത്തോടെ, ഈ പ്രശ്നം ഒരു പരിധിവരെ പരിഹരിക്കാൻ കഴിയും. നിരന്തരമായ പരിശീലനം നൽകി അവർ ഈ കുട്ടികളെ ദൈനം ദിന പ്രവൃത്തികൾക്ക് പ്രാപ്തരാക്കാൻ സഹായം നൽകും.

ആശയവിനിമയത്തിനുള്ള ബുദ്ധിമുട്ട്

പേശികൾക്കുണ്ടായേക്കാവുന്ന ബലക്കുറവ് കാരണം സംസാരത്തിലൂടെയോ, അംഗ വിക്ഷേപങ്ങളിൽ കൂടിയോ ആശയം പ്രകടമാക്കാൻ ഇവർക്ക് ബുദ്ധിമുട്ടനുഭവപ്പെട്ടേക്കാം.

കേൾവിക്കുറവ്

കുട്ടിയ്ക്ക് കേൾവിക്കുറവുണ്ടെന്ന് സംശയം തോന്നിയാൽ എത്രയും പെട്ടെന്ന് പരിശോധന നടത്തി, നിർദ്ദേശ പ്രകാരം പരിഹാര മാർഗ്ഗങ്ങൾ ചെയ്യേണ്ടതാണ്.

അപസ്മാരം

ചിലർക്ക് ഇടയ്ക്കിടയ്ക്ക് അപസ്മാരമുണ്ടാകാൻ സാധ്യതയുണ്ട്. ഈ സമയത്ത് കുട്ടിയ്ക്കുണ്ടാകുന്ന ചലനങ്ങൾ പിടിച്ചു നിർത്താൻ ശ്രമിക്കരുത്. കുട്ടിയ്ക്ക് മുറിവേൽക്കാനിടയാകുന്ന സാഹചര്യങ്ങൾ ഒഴിവാക്കുക. കുട്ടിയെ നിരീക്ഷിച്ച് അപസ്മാരത്തിന്റെ ദൈർഘ്യം രേഖപ്പെടുത്തുക. ഒരു ഡോക്ടറിന്റെ സേവനം തേടുക.

പെരുമാറ്റ വൈകല്യം

ഇത്തരം കുട്ടികൾ പലതരം പെരുമാറ്റ വൈകല്യം കാണിച്ചേക്കാം. ഉദാ: അമിതമായി ദേഷ്യപ്പെടുക, ഉച്ചത്തിൽ ശബ്ദമുണ്ടാക്കുക. സ്വയം വേദനിപ്പിക്കുക. ഒരു സൈക്കോളജിസ്റ്റിന്റെ സഹായത്തോടെ പെരുമാറ്റ ക്രമീകരണം ചെയ്യാവുന്നതാണ്.

കാഴ്ചക്കുറവ് ഒരു നേത്രരോഗ വിദഗ്ദ്ധനെ കാണിക്കാവുന്നതാണ്.

സംവേദനശേഷിക്കുറവ്

കാര്യങ്ങൾ ശരിയായ രീതിയിൽ ഗ്രഹിക്കാൻ ഈ കുട്ടികൾക്ക് ബുദ്ധിമുട്ടനുഭവപ്പെടുന്നു. ഒരു ഒക്കുപ്പേഷണൽ തെറാപ്പിസ്റ്റിന്റെ സഹായം തേടാവുന്നതാണ്.