

- ❶ दूरी बनाए रखें। कुत्ते को घूंसे नहीं, लाड़ न करें या चुंबन न दें। सबसे अच्छा तो यह है कि कुत्ते वाले घरों में जाने से बचें।
- ❷ अपनी दवाइयां लें। यदि आपको पता चलता है कि आप जल्द ही कुत्ते के संपर्क में आने वाले हैं तो कुछ हफ्ते पहले से ही अपनी दवाइयां लेना शुरू कर दें।
- ❸ उन आंगतुकों से सावधान रहें जिनके पास कुत्ते हैं। डॉग डैज कपड़े या असबाब (बैग) से चिपक सकता है। तो मले ही आपके मेहमान अपना कुत्ता घर छोड़कर आते हैं, वे अपने साथ उनका डैज लेकर आ सकते हैं और हस्तक्षेप वजह से आपको अनेक मुश्किलें आ सकती हैं।

यकीनन, उपरोक्त कुछ सलाहों से आपको बहुत अधिक मदद नहीं मिलेगी यदि आपके घर में पहले से कुत्ता है। तब भी कुछ ऐसी चीजें जिनका पालन आप कर सकते हैं:

- ❶ पूरी तरह से साफ-सफाई करें। डॉग डैज हर जगह हो सकता है।
- ❷ अपने घर की साफ-सफाई आसान बनाएं। कस्बे हट दें। कलिन और पर्दे हट दें। गंदे, अधिक गद्दीदार फर्निचर हट दें।

- ❸ हवा को फिल्टर करें। सेंट्रल एयर कंडिशनिंग से आपके घर के हर कमरे में डॉग डैज को घुसपैठ हो सकती है, यहाँ तक कि उस जगह भी जहाँ कुत्ते का प्रवेश वर्जित है।
- ❹ अपने बेडरूम से कुत्ते को बाहर रखें। चूंकि आप पूरे दिन का अपना एक तिहाई वक्यहीं गुजारते हैं, तो इसे यथासंभव डॉग डैज से मुक्त रखना अत्यंत महत्वपूर्ण है।
- ❺ कुत्ते को यहाँ-वहाँ जाने की आजादी न दें। घर के अन्य क्षेत्रों को बुरा मुक बनाने के द्वारा अपने को सुरक्षित करें। जलवायु और परिवेश के आधार पर, आप कुत्ते को यथासंभव बाहर रखने पर भी विचार कर सकते हैं।



डॉग डैज (कुत्ते के बालों की रूसी से) एलर्जी



एलर्जी एन्ड इम्यूनो थेरेपी क्लिनिक
एडवांन्स लंग्स केअर सेंटर
(ए.एल.सी.सी.)

18, विजयानंद सोसायटी, गेटवेल हॉस्पिटल के पास,
धंतोली, नागपुर मो : 9022602632

एलर्जी एन्ड इम्यूनो थेरेपी क्लिनिक

एडवांन्स लंग्स केअर सेंटर
(ए.एल.सी.सी.)

एलर्जी संबंधी तथ्य

- ❶ एलर्जी में प्रतिरक्षा प्रणाली द्वारा प्रायः सामान्य पदार्थों जैसे- भोजन, घरों में धूल के कण या पराग इत्यादि के प्रति एक अतिरंजित प्रतिक्रिया देखी जाती है।
- ❷ प्रतिरक्षा प्रणाली एक जटिल प्रणाली है जो बाहरी हमलावरों जैसे- बैक्टीरिया या विषाणु से शरीर की रक्षा करती है।
- ❸ एलर्जेंस वे पदार्थ हैं जो शरीर के लिए बाहरी होते हैं और सामान्यतः नुकसानदेह नहीं होते, किन्तु एलर्जी वाले रोगियों में अत्यधिक/अनावश्यक प्रतिक्रिया दिखला सकते हैं।
- ❹ इम्यूनोग्लोबुलिन ए (खसरा) एक एंटीबॉडी है जो एलर्जिक प्रतिक्रिया को प्रेरित करता है।
- ❺ एलर्जी केवल किसी भी उम्र में विकसित हो सकती है, बल्कि बहुत से व्यक्तियों में समय के साथ एलर्जी बढ़ती भी जाती है।
- ❻ हालांकि एलर्जी के विकास में पर्यावरण/वातावरण की भूमिका होती है, तथापि एलर्जिक स्थितियां विकसित होने का जोखिम तब अधिक होता है यदि एक व्यक्ति के परिवार में, विशेषकर माता-पिता या चचेरे भाई-बहनों में एलर्जी का कोई इतिहास मौजूद हो।

एलर्जी क्या है (१)?

कुछ बाहरी पदार्थों के संपर्क में आने की प्रतिक्रिया के रूप में हमारी प्रतिरक्षा प्रणाली द्वारा प्रदर्शित अतिरंजित प्रतिक्रिया को एलर्जी कहते हैं। यह अतिरंजित इसलिए है क्योंकि ये बाहरी पदार्थ प्रायः शरीर के लिए गैर-नुकसानदेह होते हैं और गैर-एलर्जी वाले लोगों में इनके विरुद्ध कोई प्रतिक्रिया नहीं होती। एलर्जी वाले व्यक्तियों में, शरीर बाहरी पदार्थ को नुकसानदेह मानता है, जिसके फलस्वरूप प्रतिरक्षा प्रणाली का एक भाग प्रतिक्रिया करता है।

एलर्जी का क्या कारण है (१)?

एलर्जी उत्पन्न करने वाले पदार्थों को एलर्जेंस कहा जाता है। एलर्जेंस के उदाहरणों में शामिल हैं- घरों में धूल के कण, पराग, फफूंदी, पशु-प्रोटीन, भोजन और यहां तक कि दवाइयां भी।

एलर्जी की भाषा को समझने के लिए, यह याद रखना महत्वपूर्ण है कि एलर्जेंस वे पदार्थ हैं जो शरीर के लिए बाहरी हैं तथा कुछ लोगों में एलर्जी उत्पन्न कर सकते हैं। जब कोई एलर्जी वाला व्यक्ति एक एलर्जेंस के संपर्क में आता है तो इम्यूनोग्लोबुलिन (खसरा) एंटीबॉडी के माध्यम से प्रतिरक्षा प्रणाली प्रतिक्रिया करती है। इसलिए, कैसे लोग जो एलर्जी के प्रति संभावित होते हैं, उन्हें एलर्जिक या एंटीबॉडी कहा जाता है।

कुत्ते को मनुष्य का सबसे अच्छा दोस्त माना जाता है - जब तक कि वह व्यक्ति अपने कुत्ते के प्रति एलर्जिक न हो।

कुत्तों से एलर्जी वाले व्यक्ति के लिए, कुत्ता प्रेमी देश में जिल्दी गुज़ारना आसान नहीं है। डॉग डैज हर जगह पाया जाता है, यहां तक कि उन जगहों पर भी जहाँ कुत्ते ने अपने पंजे न मारे हों। तो आप मनुष्य के सबसे अच्छे दोस्त के प्रति एलर्जी के साथ जीवन कैसे बिता सकते हैं?

वास्तविक समस्या की वजह कुत्ते के बाल या रोमां नहीं हैं। इसके बजाय लोग डॉग डैज यानी मृत त्वचा के गुच्छों के प्रति सामान्यतः एलर्जिक होते हैं। डॉग डैज एक विशेष समस्या है क्योंकि यह बहुत छेटी होती है और यह धोड़े से वायु संचरण द्वारा लंबे समय तक एयरबॉन रह सकती है। इसे गद्दीदार फर्निचर में आसानी से देखा जा सकता है और यह आपके कमरों में फंसा हो सकता है।

आप इस बात से आश्चर्यचकित हो सकते हैं कि आप पर डॉग डैज का ऐसा प्रभाव कैसे है। एलर्जी वाले लोगों की प्रतिरक्षा प्रणाली अति संवेदनशील होती है। उनका शरीर हानिरहित तत्वों - जैसे कि डॉग डैज पर तगड़ी प्रतिक्रिया करता है और उन्हें बैक्टीरिया या वायरस समझते

हुए हमला करता है। छींक आना और आंखों से पानी बहना ऐसे दुस्प्रभाव हैं जिन्हें शरीर द्वारा एलर्जेंस को नष्ट करने या बाहर निकालने के लिए आजमाया जाता है।

डॉग डैज एलर्जी के लक्षण क्या हैं (१)?

डॉग एलर्जी के लक्षण सामान्यतः किसी भी अन्य ने जल (नासिक संबंधी) एलर्जी के बैसे ही होते हैं। इनमें शामिल हैं:

- ❶ खांसना और घरघराहट
- ❷ आंखों में लाली और खुजली
- ❸ नाक बहना, खुजली होना या बंद होना नाक बहना, खुजली होना या बंद होना
- ❹ छींकना



छींक आना



खांसी

डॉग एलर्जी वाले कुछ लोगों में स्किन रिएक्शंस देखे जाते हैं। उदाहरण के लिए, उनकी त्वचा में यहां दसरा पड़ सकती है जहां कुत्ते ने उन्हें चाटा है। अन्य गंभीर एलर्जी हैं- उनके घेहेरे या सीने पर पित्ती का विकसित होना। अस्थमा के साथ पालतू पशुओं से एलर्जी वाले लोगों में विशेष रूप से गंभीर लक्षण दिखाई दे सकते हैं।

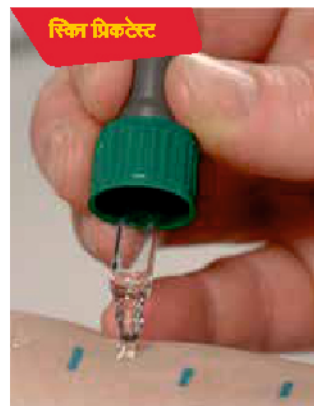
डॉग डैज एलर्जी का निदान आप कैसे कर सकते हैं (१)?

आपके डॉक्टर एलर्जन विशिष्ट खसरा (इम्यूनोग्लोबुलिन ए) का पता लगाने के लिए या तो एक त्वचा परीक्षण (स्किन टेस्ट) या रक्त परीक्षण कर सकते हैं ताकि यह जान सकें कि कौन आप डॉग एलर्जी से ग्रस्त तो नहीं हैं।

स्किन प्रिक टेस्ट

स्किन प्रिक टेस्ट में शामिल है:

- ❶ उन पदार्थों की थोड़ी मात्रा त्वचा पर विशेषतः हाथ की कुहनी पर रखना जिनसे आपके लक्षण दिख सकते हैं, केवल कुछ विशेष मामलों में विकल्प के रूप में प्रोस्टेक्ट बैंक की त्वचा का इस्तेमाल किया जा सकता है।
- ❷ फिर त्वचा को छिद्रित किया जाता है ताकि एलर्जेंस त्वचा की सतह के नीचे चले जाएं।
- ❸ स्वास्थ्य सेवा प्रदाता द्वारा सूजन तथा लालिमा या प्रतिक्रिया के अन्य चिह्नों/संकेतों पर गहन दृष्टि रखा जाता है। सामान्यतः १५ से २० मिनट में परिणाम देखे जा सकते हैं।



स्किन प्रिक टेस्ट

आप डॉग डैज एलर्जी का उपचार कैसे करते हैं (१)?

डॉग एलर्जी को मानक एलर्जी औषधियों से उपचारित किया जा सकता है। आपके डॉक्टर एंटीहिस्टामिन, कॉर्टिकोस्टेरॉयड ने जल स्त्र के अनुशंसक कर सकते हैं। डॉग एलर्जी वाले लोगों के लिए एलर्जी इम्यूनोथेरेपी एक अन्य विकल्प है।

एलर्जन इम्यूनोथेरेपी से दीर्घकालिक लाभ मिल सकता है। आप एक एलर्जन के प्रति और अधिक अतिरंजित प्रतिक्रिया न करने के लिए अपनी प्रतिरक्षा प्रणाली को प्रशिक्षित कर सकते हैं। यह एलर्जी शॉट्स की एक शृंखला के माध्यम से किया जाता है जिसे इम्यूनोथेरेपी कहा जाता है। सप्ताह में एक या दो शॉट्स से आप एक एलर्जिक प्रतिक्रिया का कारण बन सकने वाले एलर्जन की बहुत थोड़ी खुराक के संपर्क में आ सकते हैं।

इस खुराक को प्रायः तीन से छ माह की अवधि के दौरान धीरे धीरे बढ़ाया जाता है। तीन से पांच वर्षों तक हर चार सप्ताह में मैल्टेस शॉट्स की आवश्यकता होती है। इम्यूनोथेरेपी का प्रयोग प्रायः तब किया जाता है जब एंटीहिस्टे टिक (लक्षणरोधी) दवा जैसे अन्य उपचार संतोषजनक नहीं होते हैं।



आप कौन से निवारक उपाय कर सकते हैं (१)?

डॉग डैज एलर्जी को नियंत्रित करने का सर्वोत्तम तरीका है- कुत्तों के संपर्क से बचना। यहां कुछ सुझाव दिए जा रहे हैं: