# खुजली

## इस सूचना-पत्र के उद्देश्य क्या हैं?

यह सूचना-पत्र आपको खुजली के बारे में और अधिक समझने में सहायता करने के लिए लिखा गया है। इसमें आपको बताया जाएगा कि यह क्या है, इसके क्या कारण होते हैं, इसके लिए क्या किया जा सकता है, और आप इसके बारे में अधिक जानकारी कहाँ से प्राप्त कर सकते हैं।

## खुजली क्या है?

खुजली  आम और तीव्र खुजली वाली त्वचा की स्थिति है, जो मानव खुजली कुटकी के कारण होती है। यह किसी भी आयु के लोगों को हो सकती है, पर यह छोटे बच्चों और वृद्ध लोगों में सबसे आम है।

## खुजली का कारण क्या है?

खुजली करने वाली कुटकियाँ छोटे से परजीवी होते हैं, जो पिन के ऊपरी हिस्से से भी छोटे होते हैं। ये सामान्यतः किसी ऐसे व्यक्ति की त्वचा से सीधे संपर्क से होती हैं, जिसे पहले से खाज हो, और बहुत ही विरले ये कपड़ों या बिस्तर जैसी चीजों से होती हैं। पालतू जानवर इसे नहीं फैलाते । खुजली पीड़ित लोगों की त्वचा पर औसतन करीब एक दर्जन पूरे आकार की कुटकियाँ होतीं है, कुछ लोगों में य बहुत अधिक भी होती हैं। गंदा रहने से खुजली नहीं होती। विरले, उन रोगियों में, जिनका प्रतिरक्षा तंत्र धीमा हो, या जो वृद्ध और बीमार हों खाज का एक और स्वरूप हो सकता है, जिसे पपड़ीदार खुजली (क्रस्टेड स्केबीज़) कहते हैं । इस स्वरूप में त्वचा पर खाज की हज़ारों कुटकियाँ होती हैं और यह अतीव संक्रामक है।

## क्या खुजली वंशानुगत है?

नहीं, पर इसका एक ही परिवार के कई सदस्यों को एक ही समय पर होना आम बात है।

4 Fitzroy Square, London W1T 5HQ
Tel: 020 7383 0266   Fax: 020 7388 5263   e-mail: admin@bad.org.uk
Registered Charity No. 258474

**खुजली के लक्षण क्या हैं?**

खुजलाहट खुजली का प्रमुख लक्षण है, और यह सामान्यतः कुटकियाँ लगने के लगभग एक महीने बाद शुरू होती है। खुजलाहट शरीर और अवयवों पर होती है, पर आम तौर पर सिर और गर्दन को छोड़ देती है, सिवाय शिशुओं के। कई बार रात को बिस्तर में खुजलाहट और भी तीव्र हो जाती है। एक ही परिवार के लोगों और उनके मित्रों को एक ही समय पर खुजलाहट होना काफी आम है।

**खुजली कैसी दिखती है?**

खुजली के ददोरों पर खुरचने के निशान और लाल पपड़ीदार क्षेत्र होते हैं; जो बाद में संक्रमित होकर छोटे पीप भरे दागों में बदल सकते हैं। खाज (डर्मेटाइटिस) जैसा फैला हुआ लाल ददोरा बहुत आम है। यह खुजलाहट भरा ददोरा ज्यादातर त्वचा को ढक लेता है, पर कुटकियाँ मुख्य रूप से उंगलियों के बीच के रिक्त स्थानों और हथेलियों, कलाई, टखने और तलवों के बीच होती हैं। खुजली की कुटकियाँ त्वचा के इन क्षेत्रों को खोदकर बिल बनाकर उनमें अण्डे देती हैं। ये बिल त्वचा पर छोटी भूरी रेखाओं के रूप में दिखते हैं। वयस्क कुटकियाँ बहुत छोटी होतीं हैं, केवल करीब 0.4 मि.मी. लंबी, जो किसी लैंस से बिल के छोर पर पड़े  छोटे, काले बिंदु की तरह दिखती हैं। पपड़ीदार खुजली का ददोरा सोरायसिस जैसा लग सकता है, और संभव है कि उससे तीव्र खुजलाहट न हो।

**खुजली का निदान कैसे किया जाता है?**

आपका डॉक्टर आम तौर पर आपकी बात सुनकर और ददोरे की जाँच से निदान कर पाएगा कि आपको खुजली है या कुछ और। किसी बिल से उखाड़ी गईं कोशिकाओं की कुटकियों और अण्डों के लिए माइक्रोस्कोप के नीचे जाँच की जा सकती है।

**क्या खुजली को ठीक किया जा सकता है?**

यदि इसका इलाज न किया जाए तो खुजली महीनों या सालों तक भी रह सकती है; पर सही इलाज के साथ यह तेजी से और पूरी तरह साफ हो जाती है। इलाज से कुटकियाँ मर जाने पर भी कुछ सप्ताहों तक खुजलाहट जारी रहती है।

**खुजली का इलाज कैसे किया जाना चाहिए?**

खुजली के इलाज में ये शामिल हैं:

1. आपकी अपनी खुजली को निकालना।
2. यह सुनिश्चित करना कि यह आपको और आपके संपर्क में आने वाले अन्य व्यक्तियों को फिर से न हो। इसका अर्थ है कि परिवार के सभी सदस्यों और यौन संपर्कों का भी उसी समय इलाज होना चाहिए, चाहे उन्हें खुजलाहट हो, या नहीं।

कई दवाइयाँ खुजली के उपचार में प्रभावकारी हैं। इनमें से पर्मेथ्रिन और मालाथिओन यू.के. में सबसे आम तौर पर उपयोग की जाती हैं। यह जाँच करना लाभकारी होगा कि आपको जो दवा दी गई है वह खास खुजली में उपयोग के लिए बनाई गई है, क्योंकि ये दोनों एजेंट अनेक अन्य फॉर्मुलेशन में उपलब्ध होते हैं, जिनमें से कुछ केवल जूँओं के लिए उपयोगी हैं। आपका डॉक्टर गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं या शिशुओं के लिए अलग दवा का सुझाव दे सकता है।

अपने उपचार के साथ दिए गए निर्देशों का विस्तार से पालन करें; ये निम्नलिखित नियमों पर आधारित होंगे:

- कुटकियाँ त्वचा पर कहीं भी हो सकती हैं, इसलिए उपचार को वयस्कों में गर्दन के नीचे सभी स्थानों पर (और बच्चों में सिर पर भी) लगाया जाना चाहिए, न कि केवल खुजलाहट वाले क्षेत्रों में।
- उपचार को धोने से पहले कम से कम 12 घंटों तक शरीर पर लगाए रखा जाना चाहिए।
- आप अपने हाथ धोएँ, तो उसके बाद फिर से अपने हाथों पर उपचार लगा लें।
- पहली बार लगाए जाने के बाद अण्डों में से निकली कुटकियों को मारने के लिए एक सप्ताह के अंतराल पर दो उपचार आवश्यक हैं।
- चद्दर वगैरह और कपड़ों को एक बार सामान्य तरीके से धोने से सारी कुटकियाँ नष्ट हो जाएंगी।
- उपचार से पहले स्नान करना आवश्यक नहीं है।

यदि खुजली रोधक है, या पपड़ीदार है, तो आइवरमेक्टिन नामक मुँह से लिया जाने वाला उपचार लेने के लिए कहा जा सकता है, जो आम तौर पर एक सप्ताह के अंतराल पर ली जाने वाली गोलियों की दो खुराकों के रूप में होता है।

अंत में, यदि आपको खुजली अपने यौन साथी से लगी है, तो आपका डॉक्टर आपको उसी समय ऐसे रोगों की उपस्थिति की भी जाँच करना चाहेगा जिनका संक्रमण हुआ हो सकता है।

**मैं क्या कर सकता / सकती हूँ?**

यदि आप आपको दिए गए निर्देशों का पालन करें, तो आप सफलतापूर्वक खुजली को मिटा सकते हैं। आपको यह भी सुनिश्चित करना चाहिए कि आपसे करीब से संपर्क में आने वाले अन्य व्यक्ति भी इस समय उपचार लगाएं जब आप  इसे लगाते हैं। दुर्भाग्यवश खुजली दोबारा लग जाना बहुत आम है।

**मुझे खुजली के बारे में और जानकारी कहाँ से मिल सकती है?**

*इंटरनेट पर:*

www.emedicine.com/emerg/topic517.htm
www.aad.org/pamphlets/Scabies.html
www.medinfo.co.uk/conditions/scabies.html

**इस सूचना-पत्र का उद्देश्य इस विषय में सटीक जानकारी प्रदान करना है और यह ब्रिटिश असोसिएशन ऑफ डर्मेटोलॉजिस्ट्स के प्रतिनिधियों की राय का सांमजस्य है: हालाँकि, इसकी सामग्री, कभी-कभी, आपके डॉक्टर द्वारा दी गई सलाह से भिन्न हो सकती है।**

इस सूचना-पत्र का **(अंग्रेजी में)** ब्रिटिश असोसिएशन ऑफ डर्मेटोलॉजिस्ट्स के पेशन्ट इन्फर्मेशन ले रिव्यु पेनल (रोगी जानकारी ले समीक्षा पैनल) द्वारा पठन-क्षमता के लिए आकलन किया गया है।

**ब्रिटिश असोसिएशन ऑफ डर्मेटोलॉजिस्ट्स**
**रोगी जानकारी सूचना-पत्र**
**निर्माण अगस्त 2004**
**सुधार मई 2010**

4 Fitzroy Square, London W1T 5HQ
Tel: 020 7383 0266   Fax: 020 7388 5263   e-mail: admin@bad.org.uk
Registered Charity No. 258474