සුපිරි බැක්ටීරියා වලින් ආරක්ෂා වෙමු

ආච්චි අම්මාගේ විද්‍යා පාඩම

අනිල් සහ අමායා සති අන්තයක් උදා වෙනකම් බොහොම ආසාවෙන් බලාගෙන ඉන්නේ එයාලගේ ආච්චිගේ ගෙදර යන්න. ආච්චි බොහොම කරුණා වන්ත කෙනෙක්. ඒ වගේම තමයි ඒ දෙන්න කන්න ආස කරන රස රස කෑම ජාති ගොඩක් ආච්චි ඒ දෙන්නට හදලා දෙනවා. ඒ විතරක් නෙවෙයි මේ ආච්චි ඉතාමත් දක්ෂ ක්ෂුද්‍රජීවී විද්‍යාඥයවරියක්. අපේ පියවි ඇසට නොපෙනෙන ඉතාමත් කුඩාම ජීවීන් ගැන ඉගෙන ගන්න අයට තමයි ක්ෂුද්‍රජීවී විද්‍යාඥයන් කියන්නේ.

“මගේ පුංචි විද්‍යාඥයින් දෙන්නා නේද මේ ඉන්නේ? කොහොමද ඉතිං?” ආච්චි අනිල් සහ අමායා ආදරයෙන් තුරුලු කරගනිමින් පැවසුවා.

“ආච්චි, අද අපි මොකද කරන්නේ?” අමායා ඇසුවා .

“එන්න යමු. මම පෙන්නනම්” ආච්චි පාඩම් කාමරය වෙත ගමන් ගත්තා.

අනිල් සහ අමායා ආච්චිගේ පසුපසින් ගමන් කළා.

ආච්චිගේ පාඩම් කාමරය කියලා කියන්නේ අනිල් සහ අමායා මේ මුළු ලෝකයේම ගොඩක්ම යන්න ආස කරන තැනක්. ඒ කාමරය පිරිලා තිබුණේ සිත් ඇදගන්නා සුළු අත්හදා බැලීම් සහ ලෝකේ පුරා තිබුණ අමුතු ශාක වලින්. ඒ වගේම ඒ කාමරේ හරිම ලස්සන පින්තූර සහ පුදුම හිතෙන තොරතුරු පොත්පත් ගොඩක් තිබුණා .

අද ආච්චි එයාගේ මේසේ උඩ අන්වීක්ෂයක් තියලා තිබුණා.

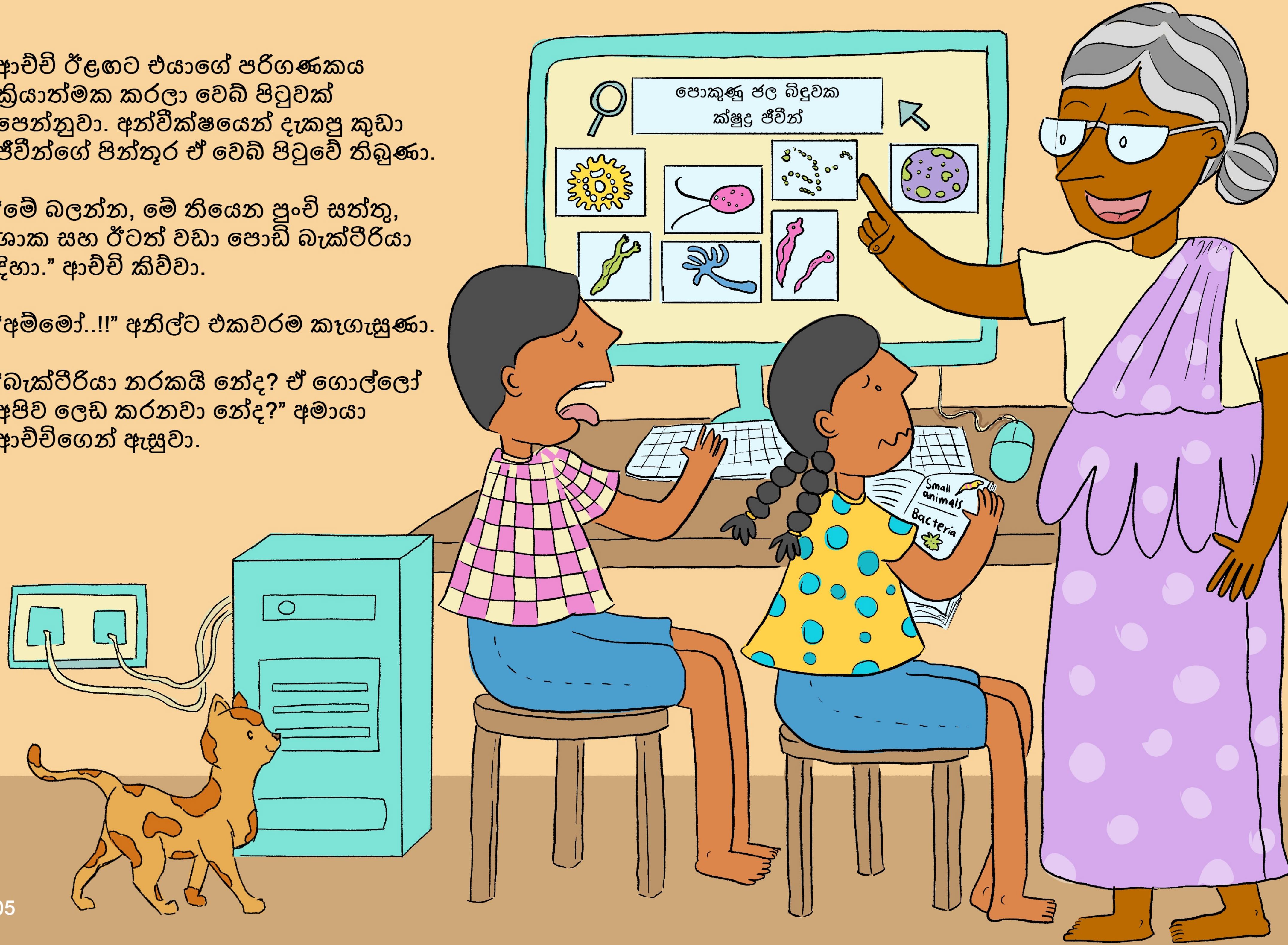
“මේ පර්යේෂණ තැටියේ තියෙන්නේ පොකුණකින් ගත්ත වතුර ටිකක්. මේකේ තියෙන හැම ජල බිංදුවක් ඇතුළෙම සැඟවුණු ලස්සන ලෝකයක් තියෙනවා.” ආච්චි කිව්වා. අමායා සහ අනිල් මාරුවෙන් මාරුවට අන්වීක්ෂයට ඇස තියලා බැලුවා. පියවි ඇසට නොපෙනෙන විවිධ පාට වලින් හැඩ වුණ පුංචි පැලෑටි වර්ග, එහේ මෙහේ පීන පීනා යන පුංචි සත්තු දැකලා ඒ දෙන්නා පුදුම වුණා.

ආච්චි ඊළඟට එයාගේ පරිගණකය ක්‍රියාත්මක කරලා වෙබ් පිටුවක් පෙන්නුවා. අන්වීක්ෂයෙන් දැකපු කුඩා ජීවීන්ගේ පින්තූර ඒ වෙබ් පිටුවේ තිබුණා.

“මේ බලන්න, මේ තියෙන පුංචි සත්තු, ශාක සහ ඊටත් වඩා පොඩි බැක්ටීරියා දිහා.” ආච්චි කිව්වා.

“අම්මෝ..!!” අනිල්ට එකවරම කෑගැසුණා.

“බැක්ටීරියා නරකයි නේද? ඒ ගොල්ලෝ අපිව ලෙඩ කරනවා නේද?” අමායා ආච්චිගෙන් ඇසුවා.

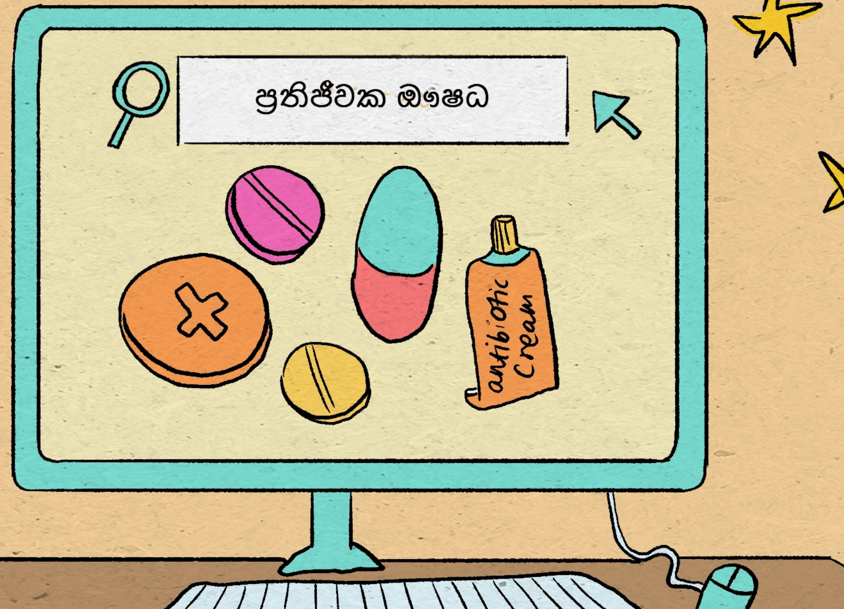


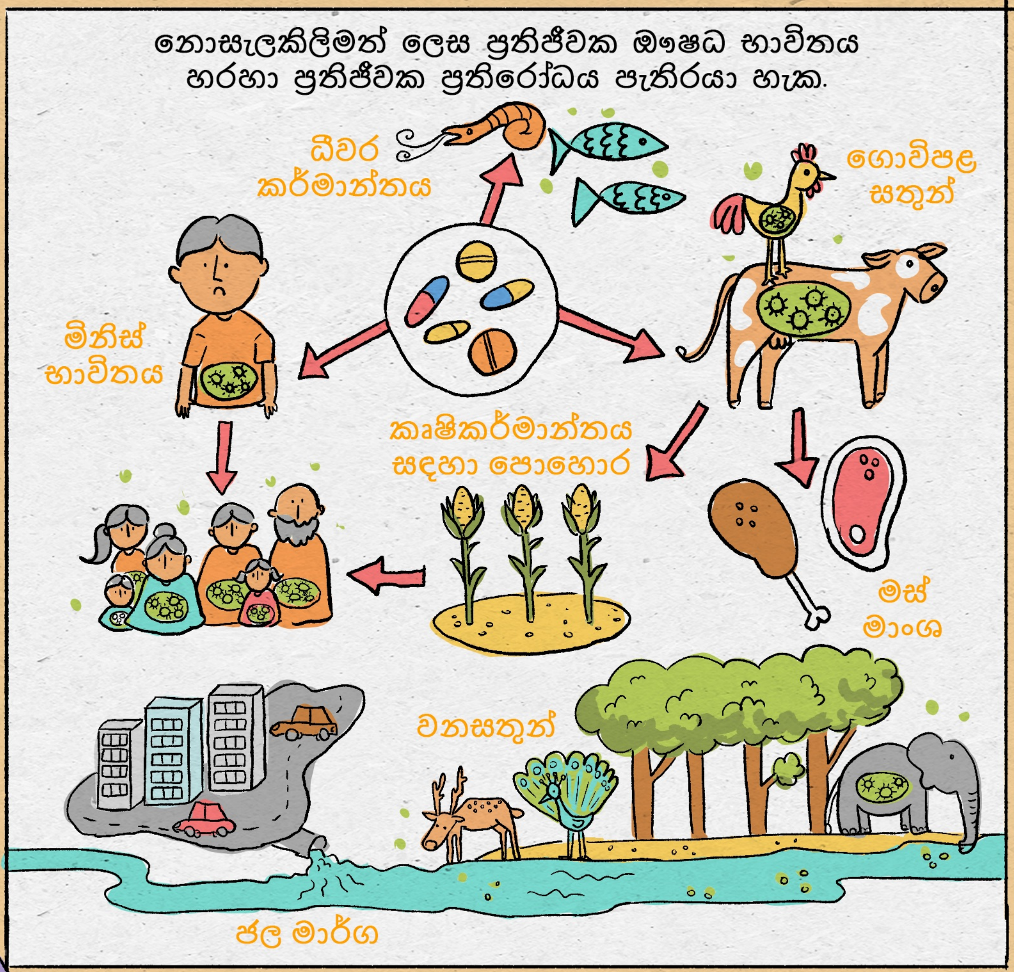
“අපි වටේම බැක්ටීරියා වර්ග ගොඩාක් ඉන්නවා. ඒ අතරින් ගොඩක් බැක්ටිරීයා අපිට හානි කරන්නේ නෑ. අපිව නිරෝගීව තියන්න උදව් වෙන බැක්ටීරියා වර්ගත් ගොඩක් ඉන්නවා. යෝගට් හදන්න උදව් වෙන්නෙත් බැක්ටීරියා වර්ගයක්නේ ඉතිං” ආච්චි සිනාසෙමින් කිව්වා.

“රසම රස යෝගට් ...!!” අනිල් කිව්වා. අද අතුරුපසට ආච්චි යෝගට් දෙයි කියලා අනිල් බලාපොරොත්තු වුණා.

“බැක්ටීරියා වර්ග කීපයක් විතරයි අපිව ලෙඩ කරන්නේ. එහෙම ලෙඩ කරන මේ නරක බැක්ටීරියා වලට එරෙහිව සටන් කරන්න තමයි අපි ප්‍රතිජීවක ඖෂධ, ඒ කියන්නේ ඇන්ටිබයෝටික් කියන ඖෂධ භාවිතයට ගන්නේ” ආච්චි සිනාසෙමින් කිව්වා.

අපේ ඇඟේ ඉන්න මේ අහිතකර බැක්ටීරියා සමඟ ප්‍රතිජීවක ඖෂධ වීරයන් වගේ මහත් දිරියෙන් සටන් කරන ජවනිකා අනිල් සහ අමායා සිතින් මවා ගත්තා.





ආච්චි රසම රස බිස්කට් පිඟානක් සහ තේ අරගෙන අමායා සහ අනිල් ළඟට ආවා. ඒ නිසා මේ දෙන්නගේ කතාවට බාධා වුණා. ප්‍රතිජීවක ඖෂධ වලට නිතරම වීරයන්ට වගේ සටන් කරන්න බැරිබව ආච්චි පැහැදිලි කළා.

“ප්‍රතිජීවක ඖෂධ වලට මැරෙන්නේ නැති, ඒ කියන්නේ ප්‍රතිජීවක ඖෂධ වලට ප්‍රතිරෝධී බැක්ටීරියා ඉන්න පුළුවන්. ඉතිං අපි ප්‍රතිජීවක ඖෂධ පාවිච්චි කරනකොට අපිව ලෙඩ කරන ගොඩක් බැක්ටීරියා මැ රෙනවා. ඒ වුණාට මේ ප්‍රතිජීවක ඖෂධ වලට ප්‍රතිරෝධී බැක්ටීරියා වලට මැරෙන්නේ නැතුව ඉන්න පුළුවන්.

ඒ වගේම තමයි මේ රෝගකාරක බැක්ටිරියා වලට පුළුවන් ප්‍රතිජීවක ඖෂධ වලට විරුද්ධව සටන් කරලා දිනන්න පුළුවන් අලුත් උපක්‍රම ගොඩනගා ගන්නත්. ඒක නිසා අපි නිතර නිතර අනවශ්‍ය විදියට ප්‍රතිජීවක ඖෂධ බොන්න ගියොත් මේ ප්‍රතිරෝධී බැක්ටීරියා ගණන ප්‍රමාණයෙන් වැඩි වෙනවා.

ඒ විතරක් නෙවෙයි මේ ප්‍රතිරෝධි බැක්ටිරියාවන් අපේ වටපිටාවට පැතිරිලා යන්නත් පුළුවන්. අද ලෝ කයේ තියෙන ලොකුම ප්‍රශ්නයක් තමයි, මේ ප්‍රතිජීවක ඖෂධ ප්‍රතිරෝ ධී බැක්ටීරියා.” ආච්චි කිව්වා.

අනිල් පුටුවක් උඩ සිටගෙන ආච්චිගේ පොතක තිබුණ වැදගත් කරුණු කිහිපයක් හඬ නඟා පවසන්නට වුණේ ගුවන්විදුලි නිවේදකයකු වගේයි.

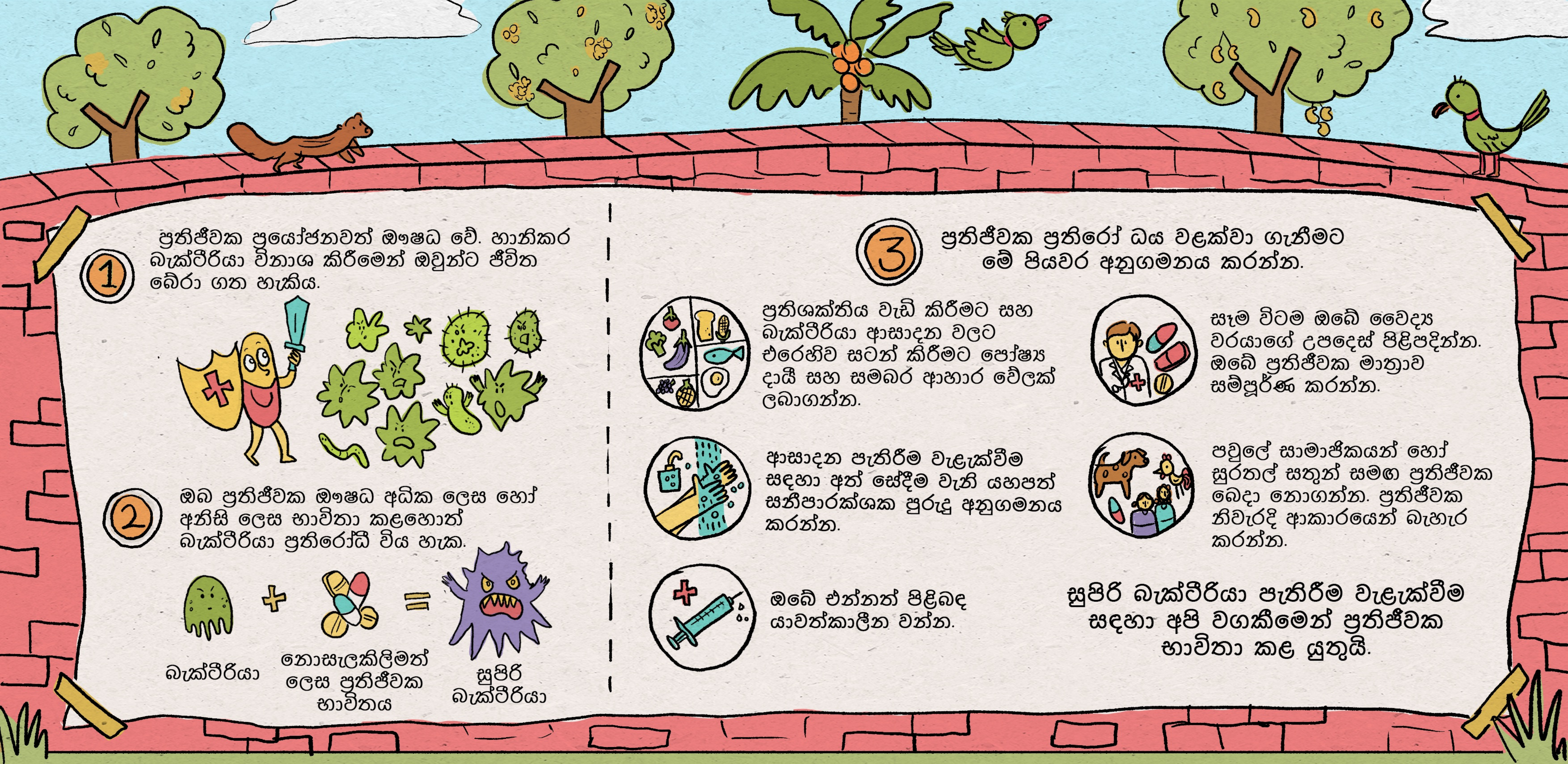
* “රෝගකාරක බැක්ටීරියා වලට විරුද්ධව සටන් කරන්න අපේ ප්‍රතිශක්තිකරණ පද්ධතිය ශක්තිමත් කරන්න අපි පෝෂ්‍යදායි සමබල ආහාර වේලක් ගතයුතුයි.
* අපි සබන් යොදා අත් පිරිසිදු කිරීම වැනි හොඳ සෞඛ්‍ය පුරුදු පිළිපැදිය යුතුයි.
* වෛද්‍යවරයා නිර්දේශ කළ ඖෂධ මාත්‍රාව අවසන් වනතෙක් ගතයුතුයි.
* භාවිතයෙන් පසු ඉතුරු වූ ඖෂධ අන් අය සමඟ බෙදා හදා ගැනීම සහ සුරතල් සතුන්ගේ රෝග සඳහා එම ඉතුරු වූ ඖෂධ ලබා දීම නොකළ යුතුයි.
* ඉතිරි වූ ඖෂධ නිසිලෙස බැහැර කළ යුතුයි.”

ආච්චි කියා දුන් කරුණු අනිත් අයට කියලා දෙන්නේ කොහොමද කියලා අනිල් සහ අමායා කල්පනා කළා.

“මට අදහසක් ආවා! අපි දෙන්නම චිත්‍ර අඳින්න කැමතියි. ඇයි ඉතිං අපි ප්‍රතිජීවක ඖෂධ ප්‍රතිරෝධය ගැන ලොකු පෝස්ටර් එකක් අඳින්නේ නැත්තේ ?“ අමායා ඇසුවා.

ඒ අදහස ඉතාමත් වටිනා අදහසක් බව ආච්චි පැවසුවා. ඊට පස්සේ අනිල් සහ අමායා කාමරයකට ගිහින් ගොඩක් ලොකු කොළයක් අරගෙන පෝස්ටරය නිර්මාණය කරන්න පටන් ගත්තා. ඒ දෙන්නා චිත්‍ර අඳින්න, ඒවා ලස්සනට පාට කරන්න පටන් ගත්තා.

පෝස්ටරය අඳින්න අමල් සහ අමායා පැය කිහිපයක් වෙහෙසුනා. ආච්චි පෝස්ටරය දැකලා ගොඩක් සතුටු වුණා. ප්‍රතිජීවක ඖෂධ කොහොමද රෝගකාරක බැක්ටීරියා විනාශ කරන්නේ? ඒ වගේම ප්‍රතිජීවක ඖෂධ ප්‍රතිරෝධී බැක්ටීරියා ඇතිවෙන්නේ කොහොමද? ඒ වගේම අපි ඒවගෙන් බේරෙන්න කරන්න ඕන මො නවද? ඒ වගේ දේවල් ඒ පෝස්ටරයට එකතු වෙන්න ඕන කියලා ආච්චි කිව්වා.



පසුදින අමල් සහ අමායා ඒ දෙන්නා ඇඳපු යෝධ පෝස්ටරය පාසල් ක්‍රීඩාංගණය අසල පුවරුවක ඇලෙව්වා.

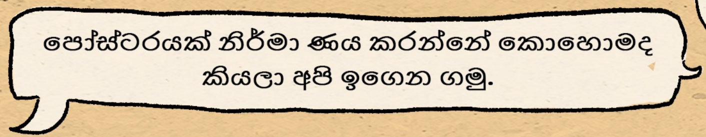
විවේක කාලය ආරම්භ කරන්න සීනුව නාද වුණා. ඒ සමඟම ගුරුවරුන් සහ පන්තියේ මිතුරු මිතුරියන් පෝස්ටරය වටා එක්රැස් වුණා.

ප්‍රතිජීවක ඖෂධ නිසිලෙස භාවිතයට ගත්තෙ නැත්නම් වෙන විනාශය ගැන ඒ අය කතා කළා.

එවිට අනිල්ට සහ අමායාට තමන් ගැන ලොකු ආඩම්බරයක් ඇති වුණා. තමන්ගේ සිතේ ඇතිවුණ පුංචි සිතුවිල්ලෙන් වුණ ලොකු වෙනස ගැන අමායා සහ අනිල් බොහොම සතුටු වුණා.

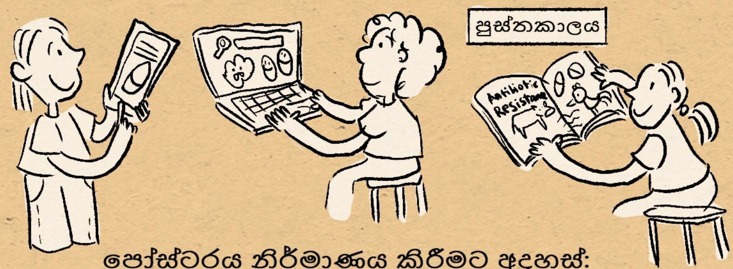
එන්න..! අපිත් ප්‍රතිජීවක ඖෂධ ප්‍රතිරෝධීතාවය ගැන පෝස්ටරයක් නිර්මාණය කරමු!

පෝස්ටරයක් මගින් වැදගත් තොරතුරු සහ අදහස් අපිට බෙදා ගන්න පුළුවන්.



පෝස්ටරය නිර්මාණය කිරීම ආරම්භ කරන්න කලින්:

- ප්‍රතිජීවක ඖෂධ ප්‍රතිරෝධීතාවය ගැන තවත් කරුණු ඔබේ ගුරුතුමියගෙන් අසා දැනගන්න
- ඔබේ සිතේ ඇති අදහස කොළයක සටහන් කරගන්න
- සාර්ථක පෝස්ටරයක් මගින් කරුණු ඉතාමත් පැහැදිලිව ඉදිරිපත් කරනු ලැබේ



පෝස්ටරය නිර්මාණය කිරීමට අදහස්:

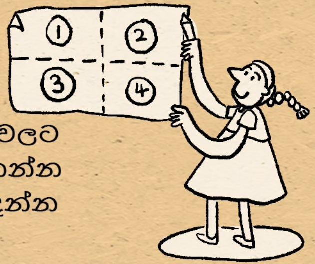
- හිතකර බැක්ටීරියා වලින් ඇති ප්‍රයෝජන මොනවා ද?
- ප්‍රතිජීවක ඖෂධ යනු මොනවාද සහ අපි ඒවා නිවැරදිව භාවිතයට ගන්නේ කෙසේද?
- ප්‍රතිජීවක ඖෂධ ප්‍රතිරෝධීතාවය යනු කුමක්ද සහ එය ඇති වන්නේ කෙසේද ?
- ප්‍රතිජීවක ඖෂධ ප්‍රතිරෝධී බැක්ටීරියා පැතිරීම වළක්වා ගන්නේ කෙසේද ?

ඔබට පෝස්ටරය නිර්මාණය කිරීමට අවශ්‍ය වන්නේ මොනවාද?

පෝස්ටරය ඇඳීමට විශාල කොළයක් සහ එය රැඳවීමට පුවරුවක්

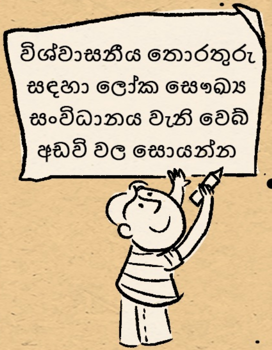
පාට පැන්සල් හෝ දියසායම්

කතුරක්, අඩිරූලක් සහ ගම්



ඔබගේ පෝස්ටරය ඇඳීමට සූදානම් වන්න:

- ඔබට ඉදිරිපත් කිරීමට ඇති එක් එක් කරුණු වලට පෝස්ටරය වෙන වෙනම කොටස් වලට බෙදා ගන්න
- ඒවාට මාතෘකා සහ උප මාතෘකා යොදන්න

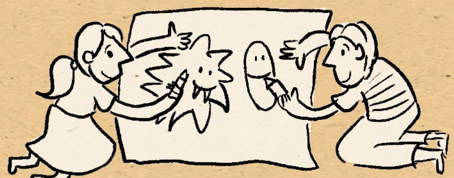


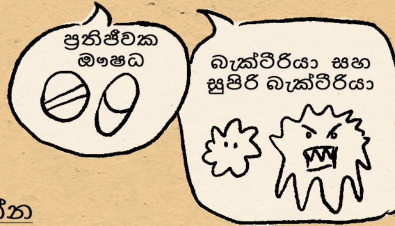
වචන එකතු කරන්න

- ඔබට පැහැදිලි කෙටි වාක්‍ය ලියන්න
- මාතෘකා සහ උප මාතෘකා සඳහා ලොකු අකුරු භාවිතා කරන්න

චිත්‍රයක් එකතු කරන්න

- ඔබගේ චිත්‍රය පෝස්ටරයේ අඳින්න
- චිත්‍රයේ ඇති වැදගත් කරුණු ඉස්මතු කරන්න ඒවාට දීප්තිමත් පාට භාවිතා කරන්න පුළුවන්





ඔබේ පෝස්ටරය ප්‍රදර්ශනය කරන්න

- ඔබේ මිතුරු මිතුරියන්ට, ගුරුවරුන්ට සහ ඔබේ පවුලේ අයට පෝස්ටරය පෙන්වන්න
- ප්‍රතිජීවක ඖෂධ ප්‍රතිරෝ ධය ගැන ඔබෙන් ඇසිය හැකි ප්‍රශ්න වලට ඔබ සූදානම් වෙන්න