

MEDICAL ARTICLE

IN HEALTH SECTION OF

MALAYALA MANORAMA NEWS PAPER

SUNDAY SUPPLEMENT – PAGE 2

ON 20 – 03 – 11

TOPIC – ROAD ACCIDENTS

PUBLISHED WITH THE HELP OF

INFORMATION PROVIDED

BY DR. JIMMY M. L.



2011 മാർച്ച് 20
ഞായർ KTM

|| ഞായറാഴ്ച

ആരോഗ്യം

www.manoramaonline.com/health

പുഴക്കരകൾ

മെറിൻ ജോർജ്ജ്

ട്രാണിലേക്കു നടക്കാനുള്ള ദുരമേയുള്ളു. എങ്കിലും വാഹനത്തിൽ പോയാലേ ശരാശരി മലയാളികൾക്കു തൃപ്തിയാകൂ. ഇനി ട്രാണിൽ പാർക്കിങ് സൗകര്യം തരപ്പെടുത്തുമോ? റോഡിനു നടുവിൽ പാർക്ക് ചെയ്യാനും മടിക്കില്ല. ഇന്നു വാഹനപ്പെരുപ്പത്തിനൊപ്പം വാഹനാപകടങ്ങളും ഏറുമ്പോൾ പ്രിയപ്പെട്ടവർക്കുവേണ്ടി വഴിക്കണ്ണുമായി കാത്തിരിക്കുന്നവരുടെ എണ്ണം കൂടുകയാണ്. വളയം പിടിക്കുന്നവരുടെ (ഇരുപകവാഹനക്കാരുടെയും) ഒരുനിമിഷത്തെ സാഹസമോ അശ്രദ്ധയോമൂലം വീണുടയുന്നതു വിലപ്പെട്ട ജീവനുകളും ഒട്ടേറെപ്പേരുടെ കുറെ സ്വപ്നങ്ങളും.

പണ്ടു റോഡുകളെ കീഴടക്കിയിരുന്നത് ഇരുപക വാഹനങ്ങളായിരുന്നു. എന്നാൽ, കാലചക്രം തിരിഞ്ഞതോടെ ഇതു നാലു ചക്രങ്ങളിലേക്കു വഴിമാറി. ഒന്നോ രണ്ടോപേർക്കു മാത്രം സഞ്ചരിക്കേണ്ട അവസരങ്ങളിൽപോലും വലിയ കാറുകളിൽ സഞ്ചരിച്ചാലേറ്റിപക്ഷത്തിനും തൃപ്തിയാകൂ. ഒറ്റയ്ക്കു യാത്രചെയ്യുന്ന അവസരങ്ങളിൽ വലിയ വാഹനം ഉപയോഗിക്കുന്നത് റോഡിൽ തിരക്കു കൂട്ടുമെന്ന് അറിയാത്തതില്ല. എന്നാലും അതൊരു ഗമനഗരങ്ങളെ നിശ്ചലമാക്കുന്ന ഇത്തരക്കാർ എല്ലായിടത്തും ഗതാഗതക്കുരുക്കം നേടാൻ അലമുറയിട്ടിട്ട് എന്തു കാര്യം? ട്രാഫിക് നിയമ ലംഘനങ്ങളിൽ കടുത്ത ശിക്ഷാനടപടികൾ ഉണ്ടാകില്ലെന്നു ജനത്തിന് അറിയാം. ട്രാഫിക് നിയമ ലംഘിക്കുന്നവരോടുള്ള അധികൃതരുടെ മുദ്രസമീപനവും തുച്ഛമായ പിഴയും കൂടിയ കുമ്പസാരം റോഡുദുരന്തങ്ങൾ തുടർക്കഥയാകുന്നു.

റോഡുദുരന്തങ്ങൾക്കു കാരണം

സംസ്ഥാനത്ത് ഒരു ദിവസം വാഹനാപകടത്തിൽ എട്ടുപേരെങ്കിലും കൊല്ലപ്പെടുന്നുണ്ടെന്നാണു കണക്ക്. മദ്യപിച്ചു വാഹനമോടിക്കുന്നവരാണ് കൂടുതൽ ദുരന്തമുണ്ടാക്കുന്നത്. ഡ്രൈവിങ്ങിനു തൊട്ടുമുൻപു ചെറിയ അളവിൽ മദ്യം കഴിച്ചാലും കാഴ്ച, കേൾവി, ഉടൻ തീരുമാനമെടുക്കാനുള്ള കഴിവും, മസിലുകളുടെ പ്രവർത്തനം എന്നിവയെ ബാധിക്കും.

ദീർഘദൂര യാത്രകളിൽ വാഹനമോടിക്കുന്നവർ ഉറക്കം തുങ്ങുന്നതും അപകടങ്ങൾക്കു കാരണമാകുന്നുണ്ട്. ഒരു നിമിഷത്തെ മയക്കം സന്തം ജീവൻ മാത്രമല്ല, മറ്റു വാഹനങ്ങളിലുള്ളവരെക്കൂടി അപകടത്തിലാക്കും. വാഹനങ്ങളുടെ അമിതവേഗമാണു മറ്റൊരു കാരണം. വാഹനം ഏതായാലും അമിതവേഗം വാഹനത്തിന്മേൽ ഡ്രൈവർക്കുള്ള നിയന്ത്രണം നഷ്ടപ്പെടുത്തും. സിറ്റു ബ്രേക്, ഹെൽമറ്റ് എന്നിവ ഒഴിവാക്കുന്നതും പ്രശ്നമാകും. വാ



ഹനമോടിക്കുന്നതിനിടെ ഹെൽമറ്റിനുള്ളിൽ ഫോൺ തിരുകി സംസാരിക്കുന്ന വിരുതന്മാരുമുണ്ട്. ഇത്തരക്കാർക്കെതിരെ കടുത്ത നടപടി സ്വീകരിക്കാത്തത് ജനങ്ങൾക്കിടയിൽ തെറ്റായ ധാരണയുണ്ടാക്കാം. ഇതുപോലെതന്നെ ട്രാഫിക് നിയമം ലംഘിക്കുന്നതും നിലവാരമില്ലാത്ത റോഡുകളും അപകടത്തിനു കാരണമാകുന്നു. നിയമം ലംഘിച്ചാലും ഒന്നും അധികൃതർ കടുത്ത നടപടി സ്വീകരിക്കില്ലെന്ന അറിവാണു കേരളത്തിന്റെ ശാപം. റോഡ് സുരക്ഷയെക്കുറിച്ചു കൃത്യമായ ബോധവൽക്കരണം നൽകാത്തതും ഒരു പരിധിവരെ ദുരന്തങ്ങൾക്കു കാരണമാകുന്നുണ്ട്.

അപകടങ്ങൾ ഒഴിവാക്കാം

വാഹനമോടിക്കുന്നവർ മനസ്സുവെച്ചാൽ അപകടങ്ങൾ ഒഴിവാക്കാവുന്നതേയുള്ളൂ. മദ്യപിച്ചു വാഹനമോടിക്കുന്നതു പൂർണ്ണമായും ഒഴിവാക്കിയാൽ റോഡുദുരന്തങ്ങളെ നിയന്ത്രിക്കാനാകും. രണ്ടാമതായി, അമിതവേഗത്തിൽ വാഹനമോടിക്കുന്ന ശീലം ഒഴിവാക്കുന്നതു നല്ലതാണ്. ചെറുപ്പക്കാരാണ് ഇക്കാര്യത്തിൽ കൂടു

സംസ്ഥാനത്ത് ഒരു ദിവസം വാഹനാപകടത്തിൽ എട്ടു പേരെങ്കിലും കൊല്ലപ്പെടുന്നുണ്ടെന്നാണു കണക്ക്. മദ്യപിച്ചു വാഹനമോടിക്കുന്നവരാണ് കൂടുതൽ ദുരന്തമുണ്ടാക്കുന്നത്. അശ്രദ്ധമായ ഡ്രൈവിങ്ങും അപകടകാരണമാകുന്നു. ഒന്നു മനസ്സുവെച്ചാൽ റോഡിൽ പൊലിയുന്ന ഒട്ടേറെ ജീവനുകളെ നമുക്കു രക്ഷിച്ചെടുക്കാനാകും.

കണ്ണടയ്ക്കല്ലെ, മുന്നിൽ റോഡാണ്

കണ്ണടയ്ക്കല്ലെ, മുന്നിൽ റോഡാണ്



തൽ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടത്. സ്കൂൾ പരിസരങ്ങളിലും തിരക്കേറിയ നിരത്തുകളിലും നിർദ്ദേശിച്ച വേഗത്തിൽ മാത്രം വാഹനമോടിക്കുന്നതിലൂടെയും ദുരന്തം ഒഴിവാക്കാം. എന്നാൽ, ഇവ രണ്ടും ശ്രദ്ധിച്ചതുകൊണ്ടു മാത്രമായില്ല. ചില സാഹചര്യങ്ങളിൽ ഹെൽമറ്റ്, സീറ്റ് ബെൽറ്റ് എന്നിവ സ്ഥിരമായി ഉപയോഗിക്കുന്നത് ഗുരുതരമായി പരുക്കേൽക്കുന്നതു തടയും. ഇവയുടെ ഉപയോഗം അധികൃതർ കർശനമാക്കിയാൽ മാത്രമേ അപകടനിരക്കു കുറയ്ക്കാനാകൂ.

പനി, അപസ്മാരം, ഹൃദയാഘാതം, തലചുറ്റൽ തുടങ്ങിയ രോഗങ്ങളുള്ളവർ ഡ്രൈവിങ് ഒഴിവാക്കുന്നതാണു നല്ലത്. മയക്കുമുണ്ടാക്കുന്ന (സെഡേറ്റീവ്) മരുന്നുകൾ കഴിക്കുന്നവർ ഡ്രൈവിങ്ങിനിടെ മയങ്ങാനുള്ള സാധ്യത കൂടുതലാണ്. ഇത്തരക്കാരും റോഡുസുരക്ഷയുടെ ഭാഗമായി ഡ്രൈവിങ് ഒഴിവാക്കണം. സ്ഥിരമായി വാഹനമോടിക്കുന്നവർ കൃത്യമായി ആരോഗ്യ പരിശോധന നടത്തേണ്ടതാണ്. വാഹനയാത്രയ്ക്കു മുൻപു ബ്രേക്ക്, ടയർ തുടങ്ങിയവ പ്രവർത്തനക്ഷമമാണെന്ന് ഉറപ്പുവരുത്തണം. ഒപ്പം, വേണ്ടസമയത്തു സർവീസ് നടത്തുന്നതും അപകടം ഒരൂപരിധി

വരെ ഒഴിവാക്കാം. പഴുതുകളടിച്ചു ട്രാഫിക് നിയമം കർശനമാക്കുന്നത് നിയമലംഘകർക്കുള്ള മുന്നറിയിപ്പാണ്. ഇത്തരക്കാർക്കു കടുത്ത ശിക്ഷ ലഭിക്കുന്നുണ്ടെന്ന് അധികൃതർ ഉറപ്പാക്കണം. അധികൃതർക്കു കോഴ നൽകി ശിക്ഷയിൽനിന്നു രക്ഷപ്പെടുന്നവരും ചുമതലമല്ല. വാഹനമോടിക്കുന്നവർ മാത്രമല്ല, അധികാരികൾക്കുടി മനസ്സുവെച്ചാലേ റോഡപകടങ്ങൾ കുറയ്ക്കാൻ സാധിക്കൂ. പൊതുജനത്തിനു റോഡുസുരക്ഷയെക്കുറിച്ചും ട്രാഫിക് നിയമങ്ങളെക്കുറിച്ചും ബോധവൽക്കരണം നൽകുന്നതും അപകടം ഒഴിവാക്കും. കൃഷികൾ നിറഞ്ഞ റോഡുകളാണു കേരളത്തിന്റെ ശാപം. ഇത്തരം റോഡുകളുടെ നിലവാരം മെച്ചപ്പെടുത്താൻ സർക്കാരും ബന്ധപ്പെട്ട ഉദ്യോഗസ്ഥരും നടപടി സ്വീകരിച്ചാൽ മാത്രമേ കേരളം ദുരന്തപരമ്പരകളിൽനിന്നു മോചിതയാകൂ.

അപകട സ്മലത്തു ശ്രദ്ധിക്കാൻ

- ദുരന്തത്തിൽപ്പെട്ട വാഹനത്തിന്റെ ഇഗ്നീഷ്യൻ ഉടൻതന്നെ ഓഫാക്കണം.
- വാഹനത്തിനു സമീപം സിഗരറ്റ് കുറ്റി തുടങ്ങി തീപിടിത്തത്തിനു കാരണമാകുന്ന വസ്തുക്കൾ ഇല്ലെന്ന് ഉറപ്പാക്കുക.
- അപകടത്തിൽപ്പെട്ടവരെ വാഹനത്തിൽനിന്നു വലിച്ചെടുക്കാതെ സാവധാനം പുറത്തെത്തിച്ച് സുരക്ഷിത സ്മലത്തു കിടത്തുക.
- രക്ഷാപ്രവർത്തനത്തിന് ഒന്നിലധികം പേരുണ്ടെങ്കിൽ പ്രഥമശുശ്രൂഷയ്ക്ക് ഇവരുടെ സഹായം തേടാം.
- ഇവർ വിവിധ സ്ഥലങ്ങളായി തിരിച്ച് ബന്ധുജനങ്ങൾ, പൊലീസ്, ആംബുലൻസ് തുടങ്ങിയവരെ അറിയിക്കുന്നതിനു ചുമതലപ്പെടുത്തുക.
- ഒന്നിലേറെ പേർ അപകടത്തിൽപ്പെട്ടിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ വിദഗ്ധന്റെ സഹായത്തോടെ മുൻഗണനാ അടിസ്ഥാനത്തിൽ വിവിധ നിറ 'കോഡുകൾ' നൽകണം. പരുക്കിന്റെ ഗൗരവമനുസരിച്ചാണ് കോഡുകൾ നൽകേണ്ടത്. ഇതിനായി ചുവപ്പ്, മഞ്ഞ, പച്ച, വെള്ള എന്നീ നിറങ്ങളിലുള്ള ബാഡ്ജ് ഉപയോഗിക്കണം. ഇതിനെ ട്രയേജ് എന്നു പറയും. അടിയന്തര വൈദ്യസഹായം വേണ്ടവർക്ക് ചുവന്ന ബാഡ്ജും പിന്നീടുള്ളവർക്ക് മഞ്ഞയും നിസാര പരുക്കുള്ളവർക്ക് പച്ച ബാഡ്ജുമാണ് നൽകേണ്ടത്.
- ദുരന്തസ്മലത്തു വെച്ചുതന്നെ കോഡുകൾ നൽകിയാൽ ഗുരുതരമായി പരുക്കേറ്റവരെ അത്യന്താധിക്യ വിഭാഗത്തിലേക്ക് ഉടൻ പരിഗണിക്കാൻ സാധിക്കും.

> വിവരങ്ങൾക്കു കടപ്പാട്: ഡോ: എം.എൽ. ജിമ്മി, ഓർത്തോപീഡിക് സർജൻ, കോട്ടയം.