منہ کا السر

یہ منہ کا السر حال ہی میں میرے منہ کے کھوکھلے پن میں ظاہر ہوا ہے۔ یہ کیا ہیں؟
یہ منہ کے السر کی ایسی قسم ہے جو دوبارہ ہو جاتی ہے۔ یہ منہ کے کھوکھلے پن کے نرم ریشوں پر ظاہر ہوتا ہے جس میں گالوں ، ہونٹوں اور گلے نیز زبان کی سطح پر لعابی جھلی بن جاتی ہے۔ یہ غیر متعدی ہوتا ہے۔

منہ کا السر مسوڑوں میں ہوتا ہے

منہ کا السر زبان پر ہو جاتا ہے

منہ کا السر ہونٹ پر ہو جاتا ہے

منہ کا السر ابتدائی طور پر گول یا بیضوی شکل کا ہوتا ہے۔ ایک دن میں یہ سرخ دانوں کے ساتھ سفید السر بن جاتا ہے۔ بعض اوقات یہ بہت تکلیف دیتا ہے!

مجھے اکثر منہ کا السر کیوں ہو جاتا ہے؟ کیا یہ تلے ہوئے کھانوں، سوزش یا غیر مناسب نیند کی وجہ سے ہوتا ہے؟
ہر گز نہیں۔ درحقیقت ابھی تک منہ کے السر کی وجہ کی تصدیق نہیں ہو پائی۔ لیکن اس کے ممکنہ عوامل درج ذیل ہوتے ہیں:

- منہ کے ریشوں کا مسئلہ
- ذہنی دباؤ
- ہارمون کی خرابی، یعنی خون کے سفید خلیوں کی خرابی یا کم مقدار
- مدافعتی نظام کی خرابی، یعنی خون کے سفید خلیوں کی خرابی یا کم مقدار
- معدے کے مسائل، یعنی بد ہضمی
- وٹامن یا معدنیات کی کمی جیسے وٹا من B12 ، فولک ایسڈ اور آئرن کی کمی
- نا موزوں ڈینچر لگانا

اس کا بار بار ہونا۔ مجھے کیا کرنا چاہیے؟
کسی ڈاکٹر کے پاس معائنے کے لیے جائیں یہ دیکھیں کہ کیا ایسے عوامل ہیں جن کا علاج کرانا ضروری ہے۔

یہ زیادہ تکلیف دیتا ہے......
نمکین، مصالحے والے یا کھٹے کھانے کھانے سے اجتناب کریں جس سے السر کی تکلیف میں اضافہ ہو۔

بعض اوقات یہ السر بہت ناگریز ہو جاتا ہے۔ نہ صرف کھانا کھانے بلکہ پانی پینے یا بات کرتے وقت بھی تکلیف ہوتی ہے۔

مجھے معلوم ہے۔ اس تکلیف کو کم کرنے کے لیے آپ ڈاکٹر یا ماہر دندان کی تجویز کردہ مرہم کو متاثرہ جگہ پر لگائیں تاکہ درد کم ہو سکے۔ دانت صاف کرتے وقت متاثرہ حصے کو تکلیف سے محفوظ بنائیں تاکہ آپ کو دوبارہ تکلیف نہ ہو۔

میرے منہ کا السر کب ختم ہو سکتا ہے؟ کیا ایسی ادویات ہیں جو منہ کے السر کے لیے مکمل علاج فراہم کر سکیں؟

نہیں، منہ کا السر عام طور پر دو ہفتوں کے دوران ٹھیک ہو جاتا ہے۔ اگر ایسا نہ ہو تو آپ کو دیگر بیماریاں لگ سکتی ہیں، اس لیے کسی ڈاکٹر سے معائنہ ضرور کرائیں۔

ماہر کا مشورہ ....

کھانا: گرم، مصالحے دار یا کھٹے کھانے کھانے سے اجتناب کریں۔

دانت صاف کرنا: متاثرہ حصے کو تکلیف دینے سے اجتناب کریں۔

صبر و تحمل: منہ کا السر دو ہفتوں کے دوران ٹھیک ہو جاتا ہے۔

نگرانی: اگر دوہفتوں تک تکلیف رہے تو پھر مکمل معائنہ کرانے کے لیے کسی ڈاکٹر سے مشورہ کریں۔