සර්ප දෂ්ඨන වලින් සිදුවන හානිය අවම කරගැනීමට නම්....

සර්පයන් ගෙන් ආරක්ෂා වීමට ගත හැකි ක්‍රියා මාර්ග

- නිවස තුළ සහ අවට අඳුරු ස්ථාන සහ ගොඩගසා ඇති බඩු බාහිරාදිය නිතර පිරිසිදු කරන්න.
- රාත්‍රී කාලයේදී ගමන් යෑමේ දී හොඳින් එළිය විහිදුවන විදුලි පන්දමක් රැගෙන යන්න.
- රාත්‍රී කාලයේදී ගමන් යෑමේ දී හැකිතාක් දුරට පාදයේ වළලු කර ප්‍රදේශයට වන තෙක් වැසෙන පරිදි පාවහන් පළඳින්න.
- බිම නිදා ගන්නේ නම් නිදා ගන්නා ප්‍රදේශය අවට හොඳින් පරීක්ෂා කරන්න.
- අවට ප්‍රදේශය නොපෙනෙන කැලෑබද ප්‍රදේශයක පයින් ගමන් කරන විට දිග ලීයකින් බිමට තට්ටු කරන්න. පැහැදිලිව නොපෙනෙන දෑ එම ලීය ආධාරයෙන් ඉවත් කරන්න.
- සර්පයකු හඳුනාගැනීමට අපහසු අවස්ථාවක එම සතුන් දිග ලියක ආධාරයෙන් පහසුවෙන් ඔසවා ඉවත් කළහැකි බැවින් එසේ ඉවත් කරන්න.
- සර්පයන් බොහෝ විට ගොඩගැසී ඇති දිරා යන කොළ රොඩු අතර ගුලිවී සිටින නිසා නිවස අවට ඇති කොල හා කුණු ගොඩවල් ලියක ආධාරයෙන් ඉවත් කරන්න.
- මීයන් හා අනෙකුත් සර්පයන්ට ගොදුරු විය හැකි සතුන් බෝවීම සහ ඔවුන් නිවෙස් තුලට ඒමට ඇති ඉඩකඩ අහුරන්න.
- විෂ සහිත සහ විෂ රහිත සර්පයන් ගැන පැහැදිලි අවබෝධයක් ලබා ගන්න.

රෝගියා සමඟ දෂ්ඨ කළ සර්පයා පණපිටින් රැගෙන යන්නේ නම් ඉතා ආරක්ෂාකාරීව රැගෙන යන්න. එසේ නොවුණුහොත් තවත් කිහිප දෙනෙකුම එම සර්පයා ගේ නැවත දෂ්ඨ කිරීමකට භාජනය විය හැක.

සර්ප දෂ්ඨන සඳහා ප්‍රථමාධාර

සර්ප දෂ්ඨනයක දී පහත සඳහන් ක්‍රියාවන් අනුගමනය කිරීමෙන් රෝගියා මාරාන්තික තත්ත්වයකට පත්වීම වලක්වා ගත හැක.

- රෝගියා සර්පයකු දෂ්ඨ කිරීම නිසා ක්ෂණික කම්පනයට සහ බියට පත්වේ. එමනිසා රෝගියා සන්සුන් කිරීම මඟින් විෂ ශරීරය තුළ පැතිරීමේ වේගය අඩුකර ගත හැක.
- රෝගියා නොසොල්වා තබාගැනීම ඉතා වැදගත්වේ. විෂ ශරීර ගත වූයේ කකුලකට හෝ අතකට නම් ඒවා නොසෙල්වා තබන්න.
- විෂ ශරීර ගත වීමේදී ඉදිමීම සාමාන්‍යයෙන් සිදුවන නිසා මුදු, වළලු, ඔරලෝසු වැනි ආභරණ ඉවත් කරන්න.

සර්ප දෂ්ඨනයකදී නොකලයුතු දෑ

- රුධිර සංසරණය අක්‍රිය කිරීමට රෙදි පටි හෝ වෙනත් යම් දෙයකික් ගැට ගැසීම නොකරන්න.
- ඇස්ප්‍රින් හෝ ඇස්ප්‍රින් අඩංගු වන ඖෂධ ලබා දීමෙන් රෝගියා ගේ රුධිරය කැටි ගැසීම ප්‍රමාද වන බැවින් ඒවා ලබා දීමෙන් වලකින්න.
- තැඹිලි වතුර, කුරුම්බා වතුර, අරිෂ්ඨ හා කසාය වර්ග වල පොටෑසියම් ඇති නිසා ඒවා දීමෙන් ද වලකින්න.
- කිසිවිටෙක මද්‍යසාර හා ඒවා අඩංගු කිසිවක් ලබා නොදෙන්න.
- දෂ්ඨනයට ලක්වූ ස්ථානය කපා විෂ ඉවත් නොකරන්න.
- දෂ්ඨනයට ලක්වූ ස්ථානයෙන් විෂ උරා ඉවත් නොකරන්න.
- ගෙදර දොර ඇති ඖෂධ තුවාලයට නොදමන්න.

ශ්‍රී ලංකාවේ උග්‍ර විෂ සහිත සර්ප දෂ්ඨනවලට අවශ්‍ය ප්‍රතිවිෂ එන්නත් රෝහල් වල පවතින බැවින් රෝගීන් හැකිතාක් ඉක්මනින් වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර සඳහා ළඟම ඇති රෝහලට රැගෙන යන්න.

Environmental Foundation
WWF
American Red Cross
Sri Lanka Red Cross Society

ප්‍රකාශනය : පාරිසරික පදනම සහ වන ජීවී සංරක්ෂණ සංගමය - ගාල්ල
පරිඝනක නිර්මාණ සහ සැකැසුම: කේ. අමිල තරංග