மீராவும் ராதாவும் கைகளைக் கழுவுவது பற்றி கற்றுக் கொள்கிறார்கள்

IndSciCovid
by Indian Scientists Response to Covid
https://indscicov.in/

“அம்மா! அம்மா! எனக்கு போர் அடிக்குது! அடுத்து என்ன பண்ணலாம் மா?” என்று மீரா கேட்டாள். மீராவும் அவளுடைய தங்கை ராதாவும் பள்ளிக்குச் சென்று மூன்று வாரங்கள் ஆகிவிட்டன. தங்களுடைய தோழிகளைப் பார்க்காமல், பூங்காக்களில் விளையாடாமல், கடைகளுக்கும் திரையரங்குகளுக்கும் போகாமால் இருப்பதால் அவர்களுக்கு தினம் தினம் புதுப்புது விளையாட்டு தேவைப்பட்டது.

"சரி குழந்தைகளா, நான் இப்போது லட்டு செய்கிறேன். நீங்க அதற்கு உதவி செய்யலாம் !" என்றார் மாலா. அவருடைய நண்பர்கள் அனைவரும் வீட்டில் குழந்தைகளை நிர்வகிப்பது குறித்து புகார் கூறினர். ஆனால் மாலாவோ வேலைக்குப் போகாமல், தன் மகள்களுடன் நேரம் செலவழிப்பத்தில் மகிழ்ச்சி அடைந்தார் .

“அம்மா! நான் உதவி செய்யுறேன்!” என்று ராதா ஆர்வத்துடன் கூறினாள். “ஆனால், அம்மாவிற்கு சமையலறையில் உதவி செய்வதற்கு முன்பு உன் கைகளைக் கழுவ வேண்டும்” என்று மீரா ஞாபகப்படுத்தினாள்.

“ஆனால் என் கைகள் சுத்தமாகத்தானே இருக்கின்றன! நான் ஒன்றும் மண்ணில் விளையாடவில்லையே!” என்றாள் ராதா. “படம் வரைந்தபோது கைகளில் ஒட்டிய வண்ணங்களும், மினுமினுப்பு துகள்களும் அப்படியே கைகளில் ஒட்டியிருக்கிறது. வண்ணம் பூசப்பட்ட லட்டுகளை யாரும் சாப்பிட விரும்பவில்லை! போய் கைகளைக் கழுவிக்கொண்டு வாங்க” என்று மாலா அவர்களை அனுப்பிவைத்தார்.

இருவரும் வேக வேகமாகக் குளியலரைக்குப் போய்விட்டு அதே வேகத்தில் திரும்ப வந்தார்கள். என்னது இவ்வளவு சீக்கிரத்தில் வந்துவிட்டார்கள்? தலைக்கு இருபது நொடிகள் ஆகியிருக்குமா என்று யோசித்தார்.

“அம்மா! மீரா சோப்பு பயன்படுத்தவே இல்லை!” என்று ராதா அம்மாவிடம் முறையிட்டாள்.
“ஆனால் நான் என் கைகளை சுத்தமாகக் கழுவிவிட்டேன், பாரும்மா என் கைகளில் வண்ணமும் இல்லை, மினுமினுப்பு துகள்களும் இல்லை!”, என்று மீரா சொன்னாள்.

இந்த சந்தர்ப்பத்தைப் பயன்படுத்தி சோப்பு போட்டு கைகளைக் கழுவுவதால் ஏற்படும் நன்மைகளை குழந்தைகளுக்கு எடுத்துச் சொல்லலாம் என்று கருதினார் மாலா. “உன் கைகளில் இருந்த மினுமினுப்பு துகள்கள் இப்போது இல்லை. ஆனால், கொரோனாவைரஸ் நம் கண்களுக்குத் தெரியாத நுண்ணுயிரி. தரையிலோ இல்லை ஏதாவது பரப்பிலோ வைரஸ் கிருமிகள் ஒட்டியிருந்து அதை நீ தொட்டால், உன் கைகளிலும் வைரஸ் ஒட்டிக் கொள்ளும். பின்பு, மூக்கில் வாயில் கை வைக்கும்போது, நம் உடலுக்குள் அந்த கிருமிகள் சென்று நமக்கும் நோய் வந்துவிடும். வைரஸில் உள்ள வெளிப்புற அடுக்கை சோப்பு அழித்துவிடும். அதனால், அப்பா சொல்லிக்கொடுத்தது போல 20 நொடிகள் தேய்த்துக் கைகளைக் கழுவ வேண்டும்”, என்று மாலா விளக்கிக் கூறினார்.

ராதா சமையலறை பலகை எட்ட வேண்டும் என்பதற்காக ஒரு சின்ன முக்காலியின் மீதேறி நின்றுகொண்டு அம்மாவிற்கு லட்டு செய்ய உதவினாள். மீரா கைகளை சோப்பு போட்டு கழுவுவதற்காக சென்றாள். பின்பு, கைகழுவுவது, சோப்பு பயன்படுத்துவது, வைரஸ் கிருமி குறித்து அப்பாவிடம் உரையாடச் சென்றாள்.

அன்று மாலை, எல்லாரும் உணவருந்த உட்காரும்போது தான் புதிதாக கற்றுக்கொண்டதைப் பற்றி எல்லோருக்கும் சொல்ல வேண்டும் என்று மீரா நினைத்தாள். “எப்படி கைகழுவ வேண்டும் என்று நான் சொல்லப் போகிறேன். நன்றாக நுரை வரும்படி 20 நொடிகள் கைகளைத் தேய்த்துக் கழுவ வேண்டும், “ஹேப்பி பர்த்டே” பாடலை இரண்டு முறை பாடினால் எவ்வளவு நேரமாகுமோ அதுதான் 20 நொடிகள். அப்படிக் கழுவினால், கைகளில் உள்ள தூசும், வைரஸும் அழிந்துவிடும். பின்பு ஒரு துண்டினால் கைகளைத் துடைக்க வேண்டும்” என்று மீரா விளக்கினாள்.

நினைத்ததுபோலவே, பல கேள்விகள் வந்து விழுந்தன.

“அப்பா, கடந்த கோடைகாலம் ஞாபகமிருக்கிறதா? பல வாரங்களாக தண்ணீர் வரவில்லை. அதனால், பெரிய பெரிய உருளைகளில் வீட்டில் தண்ணீரைத் தேக்கி வைத்தோமே! அதுமாதிரி நிலை வந்தால் என்ன செய்வது?” என்று ராதா கேட்டாள்.

அப்பா பொறுமையாக இவ்வாறு பதில் கூறினார்: “தண்ணீரை சேமிக்க வேண்டுமென்றால், இரண்டு கிண்ணங்களில் தண்ணீரை எடுத்துக் கொள்ளலாம். முதல் கிண்ணத்தில் கைகளை நனைத்து, பின்பு சோப்பு போட்டு இருபது நொடிகள் தேய்க்க பயன்படுத்தலாம். இரண்டாவது கிண்ணத்தை, கைகளில் உள்ள சோப்பை நீக்குவதற்காகப் பயன்படுத்தலாம். அதன்பின்பு, ஒரு துண்டினால் கைகளைத் துடைத்துக் கொள்ளலாம்”.

“அம்மா, டிப்பி டாப் (tippy tap) என்று சொல்லப்படும் ஒருவகை குழாய்களைப் பற்றி பள்ளியில் நான் கற்றுக் கொண்டேன். இம்மாதிரி குழாய்களை அமைப்பதும் எளிது. அதேபோல, நான்கு லிட்டர் தண்ணீரில் நாற்பது பேர் வரை கைகழுவ முடியும். தன்னார்வலர் ஒருவர் தன் வீட்டுக்கு வந்து இந்த குழாய்களை அமைத்துக் கொடுத்ததாக அஜய் சொன்னான். இதுதான், தன் கட்டிடத்தில் வசிக்கும் எல்லோரும் கை கழுவுவதற்கேற்ற மிகவும் விலை குறைவான அமைப்பு என்றும் அவன் சொன்னான். நம் வீட்டில் கூட இப்படி ஒன்றை அமைக்கலாம்” என்று மீரா பரிந்துரைத்தாள்.

எப்போதெல்லாம் கை கழுவ வேண்டும் என்று குடும்பமாக அவர்கள் ஆலோசித்தார்கள். குழந்தைகளுக்கு அடுத்த செயல்பாடு ஒன்று கிடைத்துவிட்டது என்று மாலா சந்தோஷப்பட்டாள். “எப்போதெல்லாம் கை கழுவ வேண்டும் என்னும் பட்டியலைத் தயாரிக்கலாம் வாருங்கள்” என்று குழந்தைகளைக் கூட்டிச் சென்றார் மாலா.

குழந்தைகள் தயாரித்த பட்டியல் இதோ:

எப்போது கைக்களைக் கழுவ வேண்டும்?
சமைப்பதற்கு முன்பும், பின்பும்
சாப்பிடுவதற்கு முன்பு
கழிப்பறை பயன்படுத்தும் முன்பும், பின்பும்
தும்மிய பிறகு, மூக்கு சீந்திய பிறகு மற்றும் இருமிய பிறகு
வீட்டு விலங்கை தொட்டபின்பு, அதன் உணவையும், கழிவையும் தொட்டபின்பு
குப்பையைத் தொட்டபின்பு
பிறர் பயன்படுத்திய இடங்களைத் தொட்டபின்பு (உதாரணமாக, கைப்பிடிச் சட்டங்கள், கதவில் உள்ள கைப்பிடி குமிழ்கள் , கதவில் உள்ள மணிகள், விநியோகிக்கப்பட்ட பொருட்கள், பணம்)
கைகள் அழுக்காக இருக்கும்போது
வெளியே சென்று வந்தால்

“இது பிறருக்கும் பயன்படும் பட்டியல், இதை ஒரு புகைப்படம் எடுத்து நண்பர்களுக்கும், சொந்தங்களுக்கும் அனுப்பி வைக்கலாம்”, என்றார் மாலா.

இக்கதைகள் வழக்கமான காட்சிகளை சித்திரிக்கின்றன , இங்குள்ள தகவல்களை சூழலில் பொருந்துகின்றன. இவ்வாறு செய்யும் போது எளிமைப்படுதலை தவிர்க்க இயலாது. எங்கள் இணையத்தளத்திலுள்ள பிற அறிவியல் தகவல்களோடு சேர்த்து கருதவும்.