

पंजाब केसरी

YOUTH INDIA YOUTH PAPER

गुरुवार, 14 मार्च, 2013

♦ दिल्ली ♦ तदनुसार 1 पैत्र 2069

-LD

भारत में तेजी से पैर पसार रहा गुर्दा रोग

गुर्दे हमारे शरीर में खून से विषैले पदार्थ एवं अनावश्यक पानी निकालकर उसे साफ-सुथरा रखते हैं। यह हमारे शरीर में रक्तचाप नियंत्रण, सोडियम व पोटेशियम की मात्रा में नियंत्रण एवं रक्त की अम्लीयता में नियंत्रण का महत्वपूर्ण कार्य करते हैं।

देश के प्रसिद्ध गुर्दा रोग विशेषज्ञ डा. संजीव बगई का कहना है कि एक्युट किडनी इंज्युरी (एकेआई) के कई कारण हो सकते हैं। चेहरे पर सूजन आना, आंखों के चारों तरफ सूजन आना, पैरों में सूजन, भूख कम लगना, मितली आना, जल्दी थकान एवं शरीर में रक्त की कमी, कम उम्र में उच्च रक्तचाप, कमर में पसलियों के नीचे के हिस्से में दर्द होना जैसी समस्याएं हो रही हों या फिर निरंतर मूत्र निकास में से कोई समस्या हो तो चिकित्सक से सलाह लें कि कहीं यह समस्या एक्युट किडनी इंज्युरी की वजह से तो नहीं हो रही है। कई

बार इस बीमारी के लक्षण साफ नहीं होते, वैसी स्थिति में मूत्र की जांच और रेडियो इमेजिंग तकनीक के जरिए बीमारी का पता लगाया जाता है। दिल्ली के रेडिएंट लाइफ केयर के निदेशक, डीन और सीईओ डा. बगई के अनुसार चिकित्सक उपचार के दौरान रोगी की क्लिनिकल जांच करने के दौरान उसकी पूरी हिस्ट्री के बारे में जानने के उपरांत ही उनका उपचार करते हैं। एकेआई में मृत्यु दर 10-19 प्रतिशत तक होती है, लगभग 80 प्रतिशत लोग 5 वर्षों तक इस बीमारी से बच सकते हैं। इसका एकमात्र एवं सर्वोत्तम रास्ता किडनी की बीमारियों की रोकथाम ही है। कई मरीजों के लिए बीमारी का जल्द पता लग जाना, जीवन एवं मृत्यु के बीच के अंतर के बराबर है।

पूरे विश्व में 75-350 मिलियन लोग किडनी की समस्या से जूझ रहे हैं। भारत में लगभग 3 लाख बच्चे इस रोग से ग्रस्त हैं जिनमें से केवल 5

14 मार्च वर्ल्ड किडनी डे पर विशेष

नियमित तौर पर करवाना चाहिये। किडनी की बीमारी होने का खतरा निम्नलिखित व्यक्तियों में ज्यादा रहता है।

उनके अनुसार मधुमेह एवं उच्च रक्तचाप क्रानिक किडनी रोग के लिए कई कारक महत्वपूर्ण होते हैं। धूम्रपान, मोटापा, 50 वर्ष से अधिक उम्र एवं दर्द निवारक दवाओं का अत्यधिक सेवन लंबे समय तक करने से इस बीमारी होने

प्रत्यारोपण से ही संभव है। प्रतिवर्ष करीब 1,50,000 व्यक्ति किडनी फेल्योर को अंतिम अवस्था के साथ नये मरीज बनकर आ रहे हैं, जिन्हें या तो डायलीसिस या किडनी प्रत्यारोपण की आवश्यकता होगी। चूंकि डायलीसिस या किडनी प्रत्यारोपण महंगा उपचार है इसलिए सिर्फ 5 से 10 प्रतिशत मरीज ही किसी प्रकार से उपचार करवा पाते हैं एवं बाकी मरीजों की इलाज के अभाव में मृत्यु हो जाती है।

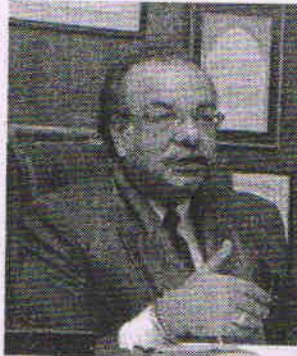
किडनी रोगों से बचाव

प्रतिदिन नियमित व्यायाम एवं शारीरिक गतिविधियां व्यक्ति के रक्तचाप व रक्त में शर्करा की मात्रा को नियंत्रित रखते हैं जिससे मधुमेह होने का खतरा एवं उससे क्रानिक किडनी की बीमारी होने का खतरा कम हो जाता है। डायबिटीज किडनी का सबसे प्रमुख शत्रु है, इसलिये रक्त शर्करा की मात्रा को नियंत्रित रखना आवश्यक है। उच्च रक्तचाप हमेशा नियंत्रित रखें

क्योंकि इससे क्रानिक किडनी की समस्या हो सकती है। संतुलित आहार एवं नियमित व्यायाम से अपने वजन को नियंत्रित रखने से मधुमेह, हृदय रोग और दूसरी बीमारियों को रोकने में मदद मिलती है। धूम्रपान और तंबाकू के सेवन से एथेरोस्क्लेरोसिस की समस्या उत्पन्न होने लगती है जिससे खून की नलिकाओं में खून का बहाव धीमा पड़ जाता है। किडनी में रक्त कम जाने से उसकी कार्यक्षमता घट जाती है।

बिना डाक्टरों की सलाह के दवाइयों के सेवन से भी गुर्दा रोग होने की संभावना बढ़ जाती है। स्टेराइड, एंटी-इंफ्लेमेटरी मेडिसीन (इब्यूप्रोफेन) आदि के नियमित सेवन से भी किडनी को नुकसान पहुंचता है।

क्रानिक किडनी की समस्या का मुख्य कारण मूत्र मार्ग, में संक्रमण का होना है। विश्व में लगभग 150 मिलियन लोग मूत्र मार्ग संक्रमण



डा. संजीव बगई
(पद्मश्री)
डा. वी.सी. राय राष्ट्रीय
पुरस्कार से सम्मानित,
सीनियर
नियोनेटोलॉजिस्ट,
नेफ्रालॉजिस्ट सीईओ
डीन, निदेशक-रेडिएंट
लाइफ केयर प्रा. लि.,
नई दिल्ली

की समस्या बढ़ जाती है।

क्रानिक किडनी फेल्योर का जल्द उपचार प्रारंभ किया जाए तो पूरी किडनी फेल होने की प्रक्रिया को धीमा किया जा सकता है।

लक्षण

भारत में प्रत्येक 10 में से एक व्यक्ति

