ಮೂತ್ರಪಿಂಡ ಆರೋಗ್ಯ; ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಯೇ ಮದ್ದು

ಜೀವನಶೈಲಿ ಬದಲಾವಣೆಯಿಂದ ಇಂದು ದೀರ್ಘಕಾಲದ ಮೂತ್ರಪಿಂಡ ಕಾಯಿಲೆ ಇರುವ ರೋಗಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಗಣನೀಯವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಹಲವಾರು ಕಾರಣಗಳಿದ್ದು, ಅದರಲ್ಲಿ ಮಧುಮೇಹ ಮತ್ತು ಅಧಿಕ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಕಿಡ್ನಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಪ್ರಮುಖ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತಿದೆ ಎನ್ನುವುದು ಅಧ್ಯಯನಗಳಿಂದ ಸಾಬೀತಾಗಿರುವ ಸಂಗತಿ. ಸಮಸ್ಯೆ ಅರಿವಿಗೆ ಬಂದ ಕೂಡಲೇ ತಜ್ಞವೈದ್ಯರಿಂದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆದರೆ, ಮೂತ್ರಪಿಂಡದ ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುವುದು ಸಾಧ್ಯ.

ನಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಅವಿಶ್ರಾಂತವಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುವ ವಿಸ್ಮಯಕಾರಿ ಅಂಗ ಎಂದರೆ ಅದು ಮೂತ್ರಪಿಂಡ. ರಕ್ತವನ್ನು ಶುದ್ಧೀಕರಿಸುವ, ವಿಷಕಾರಿ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಹೊರಹಾಕುವ ಮತ್ತು ದೇಹದಲ್ಲಿನ ದ್ರವದ ಸಮತೋಲನ ಕಾಪಾಡುವಲ್ಲಿ ಈ ಕಿಡ್ನಿಗಳು ಮುಖ್ಯ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತವೆ. ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಹೃದಯದಷ್ಟೇ ಮೂತ್ರಪಿಂಡವೂ ಪ್ರಮುಖ ಅಂಗ.

ಹೃದಯ ವೈಫಲ್ಯ, ಹೃದಯಾಘಾತದಂತೆ ಅಷ್ಟೇ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕೇಳಿಬರುವ ಮತ್ತೊಂದು ಕಾಯಿಲೆ ಎಂದರೆ ಕಿಡ್ನಿ ವೈಫಲ್ಯ. ಒಂದು ವ್ಯತ್ಯಾಸವೆಂದರೆ ಹೃದಯಾಘಾತದಿಂದ ಅಲ್ಪ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಸಾವು ಸಂಭವಿಸಿದರೆ ಕಿಡ್ನಿ ವೈಫಲ್ಯದಿಂದಾಗುವ ಸಾವು ನಿಧಾನ ಗತಿಯಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಮೂತ್ರಪಿಂಡಗಳ ವೈಫಲ್ಯಕ್ಕೆ ತುತ್ತಾಗುತ್ತಿರುವವರ ಸಂಖ್ಯೆ ಮಾತ್ರ ದಿನೇ ದಿನೇ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಬದಲಾದ ಜೀವನಶೈಲಿ, ಮಧುಮೇಹ ಮತ್ತು ಅಧಿಕ ರಕ್ತದೊತ್ತಡಗಳೇ ಪ್ರಮುಖ ಕಾರಣಗಳು ಎಂಬುದು ಆತಂಕಕಾರಿ ವಿಚಾರ ಹಾಗೂ ಧೂಮಪಾನ, ಮದ್ಯಪಾನದಂತಹ ದುಶ್ಚಟಗಳು, ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಇತರೆ ತೊಂದರೆಗಳು, ಹೃದಯ ತೊಂದರೆಗಳು ಕಾರಣ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅನುವಂಶಿಕವಾಗಿಯೂ ಬರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ.

ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರಿಗೆ ಕಿಡ್ನಿ ತೊಂದರೆ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಮೂತ್ರಪಿಂಡವನ್ನು ಹಾನಿಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ಕಿಡ್ನಿ ಸಮಸ್ಯೆ ಉಲ್ಬಣಗೊಳ್ಳುವವರೆಗೆ ಅದು ಯಾವುದೇ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ. ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸಿ ಏನಾದರೂ ತೊಂದರೆ ಕಂಡು ಬಂದರೆ ಆದಷ್ಟು ಬೇಗ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯುವುದು ಸೂಕ್ತ. ಏಕೆಂದರೆ ಅತಿಯಾಗಿ ಉಲ್ಬಣವಾದರೆ ಕಿಡ್ನಿ ಹಾನಿಗೊಳಗಾಗುವುದು ಖಚಿತ.

ರಕ್ತಪರೀಕ್ಷೆ, ಮೂತ್ರ ಪರೀಕ್ಷೆ, ಕ್ರಿಯಾಟಿನಿನ್

ಟೆಸ್ಟ್, ಹೊಟ್ಟೆಯ ಅಥವಾ ಮೂತ್ರಪಿಂಡಗಳ ಎಕ್ಸರೇ, ಹೊಟ್ಟೆಯ ಸಿಟಿ ಸ್ಕ್ಯಾನ್, ಎಂಆರ್‌ಐ ಸ್ಕ್ಯಾನ್, ಹೊಟ್ಟೆಯ ಅಲ್ಟ್ರಾಸೌಂಡ್ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಮೂತ್ರಪಿಂಡಗಳ ಸ್ಕ್ಯಾನ್, ಸೀರಂ ಮ್ಯಾಗ್ನೀಷಿಯಂ ಟೆಸ್ಟ್ ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಈ ಎಲ್ಲ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಯಾವುದೇ ಸರ್ಕಾರಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಉಚಿತವಾಗಿ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಜಿಲ್ಲಾಸ್ಪತ್ರೆ, ತಾಲ್ಲೂಕು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲದೆ ಗ್ರಾಮೀಣ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲೂ ನುರಿತ ವೈದ್ಯರು ರೋಗಿಗಳ ಸೇವೆಗೆ ಸದಾ ಸಿದ್ಧರಿರುವಂತೆ ಸರ್ಕಾರ ನೋಡಿಕೊಂಡಿದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಮೂತ್ರಪಿಂಡದ ಸಮಸ್ಯೆ ಕಂಡುಬಂದರೆ ಕೂಡಲೇ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಕಾಣಿರಿ. ಎರಡು ವಾರಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ತಲೆ ಸುತ್ತುವಿಕೆ ಅಥವಾ ವಾಂತಿ ಮುಂದುವರಿದರೆ, ತಕ್ಷಣ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ. ಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆಯ ಪ್ರಮಾಣ ಕಡಿಮೆಯಾದರೆ ಹಾಗೂ ಮೂತ್ರಪಿಂಡ ವೈಫಲ್ಯದ ಇತರೆ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಂಡು ಬಂದಾಕ್ಷಣ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯಿರಿ.

ಉಚಿತ ಡಯಾಲಿಸಿಸ್ ಸೌಲಭ್ಯ

ಬಡಜನರು ಬಳಲುತ್ತಿರುವ ಸಾಮಾನ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೂ ಸರ್ಕಾರ ಸೌಲಭ್ಯ ಕಲ್ಪಿಸಿದೆ. ಮೂತ್ರಪಿಂಡ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಸರ್ಕಾರ ಉಚಿತ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆ ಒದಗಿಸಿದ್ದು, ಕಿಡ್ನಿ ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದ ನಿತ್ಯವೂ ಪಾಡುಪಡುವವರಿಗಾಗಿ ಡಯಾಲಿಸಿಸ್ ಸೌಲಭ್ಯ ಒದಗಿಸಿದೆ.

ಕೊಪ್ಪಳದ ಲಿಂಗಪ್ಪನಿಗೆ ವಯಸ್ಸು 51. ನಾಲ್ಕೈದು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಕಿಡ್ನಿ ಸಮಸ್ಯೆ ಎದುರಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಲಿಂಗಪ್ಪ ಗುಳಿಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದ. ಖಾಸಗಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣ ತಪಾಸಣೆಗೆ ಒಳಪಟ್ಟ ಈತನಿಗೆ ಡಯಾಲಿಸಿಸ್ ಅನಿವಾರ್ಯ ಎಂಬ ತೀರ್ಮಾನಕ್ಕೆ ವೈದ್ಯರು ಬಂದರು. ಇರುವ ಎರಡು ಗುಂಟೆ ಜಮೀನಿನಲ್ಲಿ ಬರುವ ಬೆಳೆಯಿಂದ ಜೀವನ ನಿರ್ವಹಣೆಯೇ ಕಷ್ಟವಾಗಿರುವಾಗ ಡಯಾಲಿಸಿಸ್‌ಗೆ ಹಣ ಎಲ್ಲಿಂದ ಬರಬೇಕು? ಊರಿನ ಜನರ ಸಹಕಾರದಿಂದ ಲಿಂಗಪ್ಪ ಜಿಲ್ಲಾಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ತೆರಳಿ ಡಯಾಲಿಸಿಸ್‌ಗೆ ಉಚಿತ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯುವಂತಾಯಿತು. ಜೊತೆಗೆ ಬಿಪಿಎಲ್ ಕಾರ್ಡ್ ಹೊಂದಿರುವುದರಿಂದ ಇತರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳೂ ಸಂಪೂರ್ಣ ಉಚಿತವಾಗಿ ಸಿಗುವಂತಾಯಿತು.

ಬಡವರ ಸಂಜೀವಿನಿ...

ಸರ್ಕಾರ ಬಡಜನರಿಗೆ ನೀಡುವ ಆರೋಗ್ಯ ಸವಲತ್ತು ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ‘ಬಡವರ ಸಂಜೀವಿನಿ’ ಎಂದೇ ಹೇಳಬಹುದು. ಒಮ್ಮೆ ಡಯಾಲಿಸಿಸ್ ಮಾಡಿಸಲು ಬಡವರು ಸುಮಾರು ಒಂದೂವರೆಯಿಂದ ಎರಡು ಸಾವಿರ ರೂಪಾಯಿ ಖರ್ಚು ಮಾಡಬೇಕಿತ್ತು. ಆದರೆ ಈಗ ರಾಜ್ಯ ಸರ್ಕಾರ ಎಲ್ಲ ಜಿಲ್ಲಾ ಹಾಗೂ ತಾಲ್ಲೂಕು ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಡಯಾಲಿಸಿಸ್ ಘಟಕ ಆರಂಭಿಸಿ ಉಚಿತ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುತ್ತಿದೆ.