



ಆರೋಗ್ಯ



**ಮಾರ್ಚ್ 14
ವಿಶ್ವ ಕಿಡ್ನಿ
ದಿನಾಚರಣೆ**

ಮೂತ್ರಪಿಂಡ ಆರೋಗ್ಯ ಭಾಗ್ಯ ನಿರ್ಲಕ್ಷ್ಯ ಸಲ್ಲ, ಎಚ್ಚರಿಕೆ ಅಗತ್ಯ

ಮಧುಮೇಹ, ರಕ್ತದೊತ್ತಡದಂತಹ ಜೀವನಶೈಲಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಮೂತ್ರಪಿಂಡ ಸಮಸ್ಯೆ ಗಣನೀಯವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ. ಆರಂಭಿಕ ಹಂತದಲ್ಲೇ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ವಹಿಸಿದರೆ ಕಿಡ್ನಿ ತೊಂದರೆಯನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

■ ಉಮಾ ಅನಂತ್

ಐವತ್ತರ ಹರೆಯದ ಮಾಲತಿಗೆ ವಿಪರೀತ ಬೆನ್ನುನೋವು, ಮಂಡಿನೋವು, ಸೊಂಟನೋವು. ಇದು ಋತುಬಂಧದ ಸಮಯವಾದ್ದರಿಂದ ಇವೆಲ್ಲ ಮಾಮೂಲಿ ಎಂದು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಿದ ಮಾಲತಿ, ನೋವು ಸಹಿಸಲಾರದೇ ಇದ್ದಾಗ ವೈದ್ಯರ ಬಳಿ ಹೋದರು. ಮಾತ್ರ ಬರೆದುಕೊಟ್ಟ ವೈದ್ಯರು ಸೂಕ್ತ ವ್ಯಾಯಾಮ, ಫಿಸಿಯೋಥೆರಪಿಯನ್ನೂ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಸೂಚಿಸಿದರು. ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡಲೂ ಸಾಧ್ಯವಾಗದಷ್ಟು ನೋವು ಉಲ್ಟಣಿಸಿದಾಗ ಇದನ್ನು ಕೈಬಿಟ್ಟು ಪುನಃ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಹಾದಿ ತುಳಿದರು. ಐದಾರು ದಿನಗಳಿಗೆಂದು ವೈದ್ಯರು ನೋವು ನಿವಾರಕ ಮಾತ್ರ ಬರೆದುಕೊಟ್ಟರೆ, ಮುಂದೆ ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆಯಿಲ್ಲದೆ ತಿಂಗಳುಗಟ್ಟಲೆ ಇದನ್ನೇ ತೆಗೆದುಕೊಂಡರು. ಬೆನ್ನು, ಮಂಡಿ, ಸೊಂಟ ನೋವುಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಕಾಲುಗಳು ಊದಲಾರಂಭಿಸಿತು. ಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆಗೂ

ಅಡಚಣೆಯಾದಾಗ ವೈದ್ಯರ ಬಳಿಗೆ ಧಾವಿಸಿದ ಮಾಲತಿ ಅವರ ಕಿಡ್ನಿಗಳಿಗೆ ಹಾನಿಯಾಗಿರುವುದು ಕಂಡುಬಂತು. ಇದು ಮಾಲತಿಯ ಕಥೆಯಾಯಿತು. ಅರುವತ್ತರ ಆಜೂಬಾಜಿನ ಕೇಶವಕೃಷ್ಣ ಅವರದ್ದು ಬೇರೆಯೇ ಕಥೆ-ವೃಥೆ. ಸುಮಾರು ಹತ್ತು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಮಧುಮೇಹ ಇವರನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಬಿಡದೆ ಕಾಡುತ್ತಿತ್ತು. ಇದರ ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕಾಗಿ ಇನ್ನುಲಿನ್ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್‌ನ ಮೊರೆಹೋಗಿದ್ದರೂ ರಕ್ತ ತಪಾಸಣೆ ಮಾಡಿದಾಗಲೆಲ್ಲ ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಸಕ್ಕರೆ ಮಟ್ಟ ಏರುಗತಿಯಲ್ಲೇ ಇರುತ್ತಿತ್ತು. ಇದರ ಪರಿಣಾಮ ಮೂತ್ರಪಿಂಡವನ್ನು ಹಾನಿಗೊಳಿಸಲಾರಂಭಿಸಿತ್ತು. ಕಾಲುಗಳು ಊದಿಕೊಂಡು ನಡೆದಾಡಲೂ ಕಷ್ಟವಾಯಿತು. ವೈದ್ಯರ ಬಳಿ ತಪಾಸಣೆ ಮಾಡಿಸಿದಾಗ ಇವರ ಮೂತ್ರದಲ್ಲಿ ಪ್ರೋಟೀನ್ ಅಂಶ ಸೋರುತ್ತಿರುವುದು