



ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ 20ರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರಿಗೆ ಕಿಡ್ನಿ ಕಲ್ಲುಗಳ ಸಮಸ್ಯೆ ಇದೆ. 20ರಿಂದ 50 ವರ್ಷದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಬಾಧಿಸುತ್ತದೆಂದು ಸಂಶೋಧನೆ ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಹೆಂಗಸರಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ಗಂಡಸರಲ್ಲಿ ಕಿಡ್ನಿ ಕಲ್ಲಿನ ಸಮಸ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚು.

■ ಡಾ. ಸುದರ್ಶನ ಆಚಾರ್

ಕಿಡ್ನಿ ಕಲ್ಲು; ಆಯುರ್ವೇದ ಪರಿಹಾರ

ಕಿಡ್ನಿಯಲ್ಲಿ ಕಲ್ಲು ಒಂದು ಸಾಮಾನ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆ. ಹೆಸರೇ ಸೂಚಿಸುವಂತೆ ಕಲ್ಲುಗಳ ರೂಪದ ವಸ್ತುಗಳು ಮೂತ್ರ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಬಾಧೆಯನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದು ಸಹಜವಾಗಿರದೆ ಶರೀರ ಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆಯಾಗಿ ಕಾಡುತ್ತದೆ.

ಕಿಡ್ನಿ ಕಲ್ಲುಗಳು ಖನಿಜಾಂಶದಿಂದ ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟಿರುವ ಹರಳುಗಳ ರೂಪದ ಕಲ್ಲುಗಳು. ಮೂತ್ರ ಮಾರ್ಗ ಹಾಗೂ ಕಿಡ್ನಿಯಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾಗಿ ಇದನ್ನು ಯುರೋಲಿಥಿಯಾಸಿಸ್ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗಿದೆ. ಮೂತ್ರಕೃತ್ರಿ ರೋಗದ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು ಆಯುರ್ವೇದದಲ್ಲಿ ವಿಂಗಡಿಸಲಾಗಿದೆ. ಮೂತ್ರಾಶ್ವರಿ, ಮೂತ್ರಶರ್ಕರ ಎಂದೂ ಇದನ್ನು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ.

ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ 20ರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರಲ್ಲಿ ಕಿಡ್ನಿ ಕಲ್ಲುಗಳ ಸಮಸ್ಯೆ ಇದೆ. 20ರಿಂದ 50 ವರ್ಷದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಬಾಧಿಸುತ್ತದೆಂದು ಸಂಶೋಧನೆಗಳು ಹೇಳುತ್ತವೆ. ಹೆಂಗಸರಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ಗಂಡಸರಲ್ಲಿ ಕಿಡ್ನಿ ಕಲ್ಲಿನ ಸಮಸ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚು.

ಕಿಡ್ನಿ ಕಲ್ಲು ಉಂಟಾಗಲು ಮೂತ್ರದ ಪ್ರಮಾಣ ಕಡಿಮೆಯಾಗಬೇಕು ಅಥವಾ ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಕಿಡ್ನಿ ಕಲ್ಲು ಉಂಟು ಮಾಡುವ ಖನಿಜಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗುವುದರಿಂದ ಸಮಸ್ಯೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ನೋವು ಹಾಗೂ ಮೂತ್ರದಲ್ಲಿ ರಕ್ತಕಣಗಳು ಕಾಣಿಸುವುದು ಜನರನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಆತಂಕಕ್ಕೆ ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ ಹಾಗೂ ಆನುವಂಶೀಯತೆ ಕಿಡ್ನಿ ಕಲ್ಲು ಉಂಟಾಗಲು ಪ್ರಮುಖ ಕಾರಣ. ಆಯುರ್ವೇದ ಸಂಶೋಧನೆಗಳ ಪ್ರಕಾರ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ತಿನ್ನುವುದು, ಒಣಗಿದ ಹಾಗೂ ಅತಿ ಕಡಿಮೆ ನೀರಿನ ಆಹಾರದ ಬಳಕೆ, ಅತಿಯಾದ ಹಿಟ್ಟಿನ ಆಹಾರದ ಬಳಕೆ, ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ವ್ಯಾಯಾಮ ದೇಹ ಶ್ರಮದಿಂದ ಕಿಡ್ನಿ ಕಲ್ಲು ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಾಣಿಜನ್ಯ ಕೊಬ್ಬಿನಿಂದ ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟ ಆಹಾರದಿಂದ, ಅತಿಯಾದ ಬೇಕರಿ ವಸ್ತುಗಳ ಉಪಯೋಗದಿಂದ, ಕಡಲೆಕಾಯಿ ಬಳಕೆಯಿಂದಲೂ ಕಲ್ಲು ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಬೊಟ್ಟಿಗಾಗಿ ಮಾಡಿದ ಶಸ್ತ್ರಕರ್ಮದಿಂದ ಬರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ ಎಂದು ಸಂಶೋಧನೆಗಳಿಂದ ತಿಳಿದು ಬಂದಿದೆ.

ನಾಲ್ಕು ವಿಧದ ಕಿಡ್ನಿ ಕಲ್ಲುಗಳನ್ನು ನಾವು ಕಾಣಬಹುದು.

ಕ್ಯಾಲ್ಸಿಯಂ ಹೊಂದಿರುವ ಕಲ್ಲುಗಳು

ಯುರಿಕ್ ಆಸಿಡ್ ಸ್ಟೋನ್

ಸಿಸ್ಟಿನ್ ಸ್ಟೋನ್,

ಸ್ಟ್ರಾವೆಟ್ (ಮ್ಯಾಗ್ನೀಶಿಯಂ ಮತ್ತು ಅಮೋನಿಯಂ ಕ್ಯಾಲ್ಸಿಯಂ ಫಾಸ್ಫೇಟ್ (ಮಿಶ್ರಿತ) ಕಲ್ಲುಗಳು ಸಹ ಕಿಡ್ನಿ ಕಲ್ಲುಗಳನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತವೆ.

ಕ್ಯಾಲ್ಸಿಯಂ ಕಲ್ಲುಗಳು

ಇವು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಾಣಿಸುತ್ತವೆ ಅಂದರೆ 75 ಪ್ರತಿಶತದಷ್ಟು ಕಲ್ಲುಗಳು ಇವಾಗಿವೆ. ಕ್ಯಾಲ್ಸಿಯಂ ಜೊತೆಗೆ ಫಾಸ್ಫೇಟ್, (ಶೇ 5), ಆಗ್ನೇಟ್ (ಶೇ 50), ಅಥವಾ ಇವೆರಡರಿಂದ ಮಿಶ್ರಿತವಾದ (ಫಾಸ್ಫೇಟ್ ಹಾಗೂ ಆಗ್ನೇಟ್) ಕ್ಯಾಲ್ಸಿಯಂ ಕಲ್ಲುಗಳು ಕಾಣಿಸುತ್ತವೆ.

ಕ್ಯಾಲ್ಸಿಯಂಯುಕ್ತ ಆಹಾರೋಷಧಿಗಳ ಸೇವನೆಯಿಂದ, ಕರುಳಿನಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಕ್ಯಾಲ್ಸಿಯಂ ಒಳಸೆಳೆತದಿಂದ ಅಥವಾ ಕಿಡ್ನಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದ ಮತ್ತು ವೈದ್ಯರ ಔಷಧ ದೋಷದಿಂದ ಕ್ಯಾಲ್ಸಿಯಂ ಕಲ್ಲುಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ಯುರಿಕ್ ಆಸಿಡ್ ಸ್ಟೋನ್: ಕೇವಲ 6 ಪ್ರತಿಶತದಷ್ಟು ಕಲ್ಲುಗಳು ಇದರಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಯುರಿಕ್ ಆಸಿಡ್‌ನ ವೃದ್ಧಿಯಿಂದ, ಹೆಚ್ಚಾದ ಕರಿದ, ಫಾಸ್ಫೋಫ್ಫೇಟ್‌ಗಳ ಸೇವನೆಯಿಂದ, ವೈದ್ಯರ ಔಷಧ ದೋಷದಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಿಸ್ಟಿನ್ ಸ್ಟೋನ್: ಕೇವಲ 2 ಪ್ರತಿಶತದಷ್ಟು ಕಲ್ಲುಗಳು ಇದರಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಸಿಸ್ಟಿನ್ ಎಂಬ ಅಮೈನೋ ಆಸಿಡ್‌ಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ಸ್ಟ್ರಾವೆಟ್ ಕಲ್ಲುಗಳು: 15 ಪ್ರತಿಶತದಷ್ಟು ಕಲ್ಲುಗಳು ಇದರಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಮೂತ್ರದಲ್ಲಿನ ರೋಗಾಣುಗಳ

ಕಾರಣದಿಂದ ಆಗುವ ಸೋಂಕುಗಳಿಂದ ಇದು ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಹಲವು ರಾಸಾಯನಿಕಗಳು ಕೂಡಿ ಕಲ್ಲುಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ.

ಸಣ್ಣ ಕಲ್ಲುಗಳು ಯಾವುದೇ ತೊಂದರೆಯನ್ನು ನೀಡದೆ ಹೊರಗೂ ಬರಬಹುದು. ನೀರನ್ನು ಯಥೇಚ್ಛವಾಗಿ ಕುಡಿಯುವುದರಿಂದ ಕಲ್ಲು ಉಂಟಾಗುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು.

ದಪ್ಪುಗಾದ ಕಲ್ಲುಗಳು ಮೂತ್ರನಾಳವನ್ನು ತಡೆ ಒಡ್ಡಿದಾಗ ಬಾಕ್ಟೀರಿಯಾ ಸೋಂಕು ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಹರಿಯುವ ಮೂತ್ರಕ್ಕೆ ತಡೆ ಒಡ್ಡುವುದರಿಂದ ಮೂತ್ರವು ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಹರಿದು ಒತ್ತಡವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿ ಕಿಡ್ನಿಯಲ್ಲಿ ನೀರು ತುಂಬಿಸಿ ದಪ್ಪುಗಾಗಿಸುತ್ತದೆ.

ಕಿಡ್ನಿಯಿಂದ ಹಿಡಿದು ಮೂತ್ರನಾಳದ ಎಲ್ಲಾದರೂ ಈ ಸಮಸ್ಯೆ ಉಂಟಾಗಬಹುದು.

2 ಪ್ರತಿಶತ ಜನರಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. 2:1 ರ ಅಂಕಿ ಅಂಶದಂತೆ ಗಂಡು ಹೆಂಗಸರಲ್ಲಿ ಇದು ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಮೂತ್ರಕಲ್ಲಿನಲ್ಲಿ ಸಣ್ಣ ನೋವಿನಿಂದ ಹಿಡಿದು ಅತಿಯಾದ ನೋವು ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ಮೂತ್ರಕಲ್ಲಿನಲ್ಲಿ ನೋವು ಬಿಟ್ಟು ಬಿಟ್ಟು ಬರುತ್ತದೆ (ಅಂದರೆ ನೀರನ್ನು ಪೈಸಿನಲ್ಲಿ ತಡೆ ಒಡ್ಡಿ ಬಿಟ್ಟಂತೆ). ಅತಿಯಾದ ನೋವು ಹೊಟ್ಟೆಯ ಪಕ್ಕ, ಹೊಕ್ಕಳು, ಮಧ್ಯ ಕೆಳಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ಮೂತ್ರದ ಬಣ್ಣದಲ್ಲಿ ವ್ಯತ್ಯಾಸ, ಮೂತ್ರ ಮಾಡುವಾಗ ಕಷ್ಟ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಮೂತ್ರದಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಬರುತ್ತದೆ. ಮೂತ್ರ ಕಟ್ಟಿದಂತಾಗುತ್ತದೆ, ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಮೂತ್ರ ಹೋಗುವುದು ಸಹಾ ಇದರ ಲಕ್ಷಣವಾಗಿದೆ.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಏನು?

ಸಣ್ಣ ಕಿಡ್ನಿ ಕಲ್ಲುಗಳು ಅಂದರೆ 10 ರಿಂದ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ 12 ರ ತನಕದ ಕಲ್ಲುಗಳು ಔಷಧಿಯಿಂದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಬಹುದು. ಅದಕ್ಕೂ ಮೇಲ್ಪಟ್ಟ ಕಲ್ಲುಗಳನ್ನು ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಗುಣಮುಖಗೊಳಿಸಬಹುದು.

ಆಯುರ್ವೇದ ಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ಗೋಕ್ಷುರ, ಪಾಶಾನ ಭೇದ, ಕಂಚಿಕಾರಿ, ಬೃಹತಿ, ವಚಾ, ವರುಣ, ಮುಂತಾದ ಔಷಧ ದ್ರವ್ಯಗಳ ಸಹಾಯದಿಂದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕೊಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ವಮನ, ವಿರೇಚನ ಮುಂತಾದ ಪಂಚಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಸಹ ಉಪಯೋಗಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಕಲ್ಲು ಸಕ್ಕರೆ, ಬೂದಿಗುಂಬಳಕಾಯಿ, ಹಾಗಲಕಾಯಿ, ಬಾಳೆ ಹಣ್ಣು, ಬಾಳೆಕಾಯಿ, ಹುರುಳಿ, ಹೆಸರು ಕಾಳು, ಬಾರ್ಲಿ ಹೀಗೆ ಹತ್ತು ಹಲವು ಕ್ಷಾರೀಯ ದ್ರವ್ಯಗಳನ್ನು ಸಹ ಕಿಡ್ನಿ ಕಲ್ಲಿನಲ್ಲಿ ಪಥ್ಯವಾಗಿ ಬಳಸಬಹುದು.

ನೀರಿಗೆ, ಕರ್ಪೂರ, ಏಲಕ್ಕಿ, ಗಂಧ, ಲಾವಂಜಗಳನ್ನು ಬೆರೆಸಿ ಕುಡಿಯುವುದು ಪಂಡಿತರಾದ ರೋಗಿಗಳು ಕಿಡ್ನಿ ಕಲ್ಲು ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದ ಪಾರಾಗಬಹುದು.