ಕಾಡುವ ಕಿಬ್ಬೊಟ್ಟೆ ನೋವು

ವಿವಿಧ ಕಾರಣಗಳಿಂದಾಗಿ ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಕೆಳ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ತೀವ್ರತರವಾಗಿ ನೋವು ಬರುತ್ತದೆ. ಈ ನೋವು ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಪದೇ ಪದೇ ಬಂದು ಹೋಗುವುದು, ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಹೊಟ್ಟೆ ಭಾರವಾದ ಅನುಭವ, ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಚುಚ್ಚಿದಂಥ ನೋವು ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡು ಯಾತನೆಪಡುವಂತಾಗುತ್ತದೆ.

■ ಡಾ. ವೀಣಾ ಭಟ್, ಭದ್ರಾವತಿ

ಜಲಜ ಐವತ್ತರ ಗೃಹಿಣಿ. ಎರಡು ಮಕ್ಕಳ ತಾಯಿ. ಕಳೆದೆರಡು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಪದೇ ಪದೇ ಕೆಳ ಹೊಟ್ಟೆನೋವಿನಿಂದ ನರಳುತ್ತಾ ನಾಲ್ಕೈದು ವೈದ್ಯರಿಗೆ ತೋರಿಸಿದರೂ ಅದು ಕಡಿಮೆ ಆಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ಅವಳಿಗಂತೂ ಜೀವನವೇ ಬೇಸರವೆನಿಸಿದೆ. ನೋವಿನಿಂದ ಯಾತನೆ ಪಡುವುದೂ ತಪ್ಪಿಲ್ಲ.

ಇದು ಕೇವಲ ಜಲಜಾಳ ಕಥೆಯಲ್ಲ. ಶೇಕಡಾ 10ರಷ್ಟು ಮಹಿಳೆಯರು ಸ್ತ್ರೀರೋಗ ತಜ್ಞರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡುವುದು ಇಂತಹ ಕೆಳಹೊಟ್ಟೆ ನೋವಿಗಾಗಿಯೇ.

ಮಹಿಳೆಗೆ ಕೆಳಹೊಟ್ಟೆ ನೋವು ಗರ್ಭಕೋಶದ ಫೈಬ್ರಾಯಿಡ್, ಎಂಡೋಮೆಟ್ರಿಯೋಸಿಸ್, ಕಿಬ್ಬೊಳಿಯ ಸೋಂಕು ಇತ್ಯಾದಿ ಯಾವುದೇ ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣಗಳಿಲ್ಲದೆ ಆದರೆ ಇದು ಕಿಬ್ಬೊಳಿ ನೋವು ಎಂದೇ ಭಾವಿಸಬೇಕು. ಹೊಕ್ಕಳ ಕೆಳಗಿನ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಆಗಾಗ್ಗೆ ನೋವಿನಿಂದ ಮತ್ತು 6 ತಿಂಗಳಿಗೂ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ನರಳುವ ಹಾಗಾದರೆ ಇದನ್ನು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಪರಿಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ದೀರ್ಘಾವಧಿ ಕಿಬ್ಬೊಳಿಯ ನೋವು (ಕ್ರಾನಿಕ್ ಪೆಲ್ವಿಕ್ ಪೈನ್) ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಇದು ಋತುಚಕ್ರ, ಲೈಗಿಂಕ ಸಂಪರ್ಕ ಹಾಗೂ ಗರ್ಭಧಾರಣೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ್ದಲ್ಲ.

ಈ ನೋವು ಒಂದೇ ಸಮನೆ ಕೆಳ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ತೀವ್ರತರವಾಗಿ ಪದೇ ಪದೇ ಬಂದು ಹೋಗುವುದು, ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಭಾರವಾದ ಅನುಭವ, ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಚುಚ್ಚಿದಂತಹ ನೋವು, ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಮಲಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜಿಸಿದ ನಂತರ ನೋವು, ಲೈಂಗಿಕ ಕ್ರಿಯೆಯ ನಂತರ ನೋವು, ಒಮ್ಮೊಮ್ಮೆ ದೀರ್ಘಾವಧಿ ನಿಂತುಕೊಂಡಿರುವಾಗ ನೋವು, ನಡೆದಾಡಿದಾಗ ನೋವು, ನಂತರ ಮಲಗಿದಾಗ ನೋವು ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು.. ಹೀಗೆ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ತರದಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡು ಒಟ್ಟಾರೆ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಕಾಣುವ ಹಾಗಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಸಾಮಾನ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಬಗ್ಗದೇ ಮಹಿಳೆಯರ ಮನೆ ಕೆಲಸ ಹಾಗೂ ಉದ್ಯೋಗ ಕಾರ್ಯಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲೂ ಧಕ್ಕೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಬೆಳಗಿನ ಜಾವ ಸರಿಯಾಗಿ ನಿದ್ರೆಯೂ ಬಾರದೆ, ಹಸಿವಾಗದೆ, ತೂಕ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು.. ಹೀಗೆ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಕೆಟ್ಟ ಪರಿಣಾಮವನ್ನೂ ಬೀರಬಲ್ಲದು.

ಕೆಳಹೊಟ್ಟೆನೋವಿನ ಕಾರಣಗಳು

ಈ ಕಾರಣಗಳು ಸ್ತ್ರೀ ಜನನಾಂಗಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟಿದ್ದು ಅಥವಾ ಸಂಬಂಧಪಡದೇ ಆಗಿದ್ದಾಗಿರಬಹುದು.

ಸ್ತ್ರೀ ಜನನಾಂಗಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ಕಾರಣಗಳೆಂದರೆ:

ಗರ್ಭಕೋಶದ ನಾರುಗಡ್ಡೆಗಳು: ಇವು ಕೆಳಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ನೋವು ಹಾಗೂ ಮುಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಅಧಿಕ ಸ್ರಾವ ಉಂಟು ಮಾಡಬಹುದು. ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಋತುಚಕ್ರಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ್ದಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಎಂಡೋಮೆಟ್ರಿಯೋಸಿಸ್: ಸ್ತ್ರೀಯರ ಸಾಮಾನ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಯಾಗಿದ್ದು ಮೆನಾರ್ಕೆಯಿಂದ ಮೆನೋಪಾಸ್‌ವರೆಗೆ ಯಾವಾಗ ಬೇಕಾದರೂ ಆಗಬಹುದು. ಇಲ್ಲಿ ಗರ್ಭಕೋಶದ ಒಳಪದರವು ಒಳಾವರಣದ ಹೊರತಾಗಿ ಬೇರೆಡೆಗೆ (ಅಂಡಾಶಯ, ಗರ್ಭನಾಳ, ಕರುಳು, ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಜಾಗ, ಇತ್ಯಾದಿ) ಬೇರೆಡೆಗಿದ್ದು ದೀರ್ಘಾವಧಿ ಉರಿಯೂತ ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅತಿಯಾದ ಋತುರೋಧನ, ಸಂಭೋಗದಲ್ಲಿ ನೋವು, ಬಂಜೆತನ, ಅತಿರಕ್ತಸ್ರಾವ ಇತ್ಯಾದಿ ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಅಡಿನೋಮಯೋಸಿಸ್: (ಗರ್ಭಕೋಶದ ಒಳಪದರ ಗರ್ಭಕೋಶದ ಸ್ನಾಯುಗಳನ್ನು ಆಕ್ರಮಿಸುವಿಕೆ) ಶೇ.50ರಷ್ಟು ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಮುಟ್ಟಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅತಿಯಾದ ಹೊಟ್ಟೆನೋವು ಮತ್ತು ಅತಿರಕ್ತಸ್ರಾವ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಗರ್ಭಕೋಶದ ಕ್ಷಯರೋಗದಲ್ಲಿ ಒಳಾಂಗಗಳು ಅಂಟಿಕೊಂಡು ದೀರ್ಘಾವಧಿ ನೋವುಂಟಾಗಬಹುದು.

ದೀರ್ಘಾವಧಿ ಕಿಬ್ಬೊಳಿ ಸೋಂಕಿನಲ್ಲಿ: (ಪಿ.ಐ.ಡಿ ಪೆಲ್ವಿಕ್ ಇನ್‌ಫ್ಲಮೇಟ್ರಿ ಡಿಸೀಸ್), ಕೆಳಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಸಣ್ಣಗೆ ನೋವು, ಮುಟ್ಟಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನೋವು, ಅತಿ ರಕ್ತಸ್ರಾವ, ಲೈಂಗಿಕ ಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ