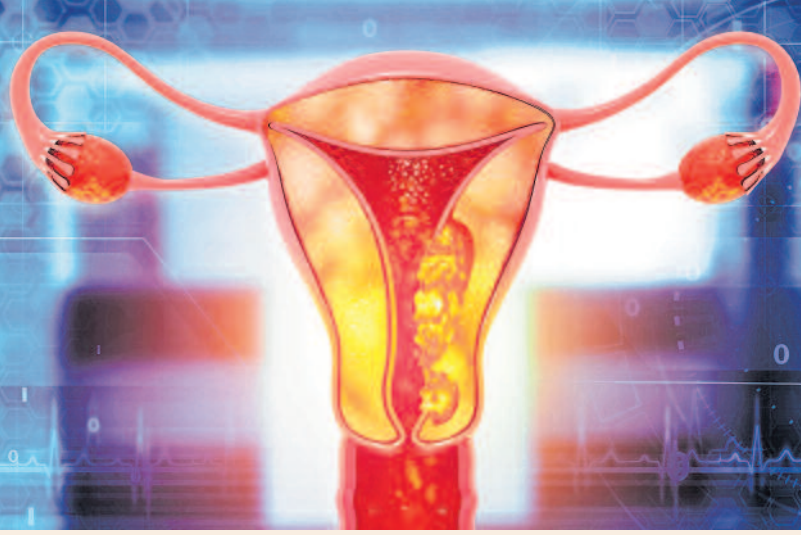


ಎಂಡೋಮೆಟ್ರಿಯೋಸಿಸ್: ಅರಿವು ಅಗತ್ಯ



ಎಂಡೋಮೆಟ್ರಿಯೋಸಿಸ್ ಮಹಿಳೆಯರ ಗರ್ಭಾಶಯದಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ಸಮಸ್ಯೆ. ಈ ತೊಂದರೆ ಬಗ್ಗೆ ಹದಿಹರೆಯದಲ್ಲೇ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುವ ಅಗತ್ಯವಿದೆ.

■ ಡಾ. ಅಶಿಶ್ ಗಾವ್ಡೆ

ಮಹಿಳೆಯರನ್ನು ಕಾಡುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಲ್ಲಿ ಎಂಡೋಮೆಟ್ರಿಯೋಸಿಸ್ ಕೂಡ ಒಂದು. ಇದು ಗರ್ಭಾಶಯದ ತೊಂದರೆಯಾಗಿದ್ದು, ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ 25ರಿಂದ 40 ವರ್ಷದವರೆಗೆ ಮಹಿಳೆಯರನ್ನು ಬಹುವಾಗಿ ಬಾಧಿಸುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಮುಟ್ಟಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ವಿಪರೀತ ನೋವು, ಸೆಳತೆ ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಈ ಸಮಸ್ಯೆ ಗರ್ಭಧಾರಣೆಗೆ ಅಡ್ಡಿಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಬಂಜೆತನವನ್ನೂ ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಎಂಡೋಮೆಟ್ರಿಯೋಸಿಸ್ ಸಮಸ್ಯೆಯಲ್ಲಿ, ಎಂಡೋಮೆಟ್ರಿಯಮ್, ಎಂದರೆ ಗರ್ಭಾಶಯದ ಒಳಭಾಗವನ್ನು ಆವರಿಸಬೇಕಾದ ಅಂಗಾಂಶವು ಗರ್ಭಾಶಯದ ಹೊರಗೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಮುಟ್ಟಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನೋವು ಅತಿಯಾಗಲು ಇದೇ ಪ್ರಮುಖ ಕಾರಣ.

ನಿರ್ಲಕ್ಷ್ಯ ಬೇಡ

ಋತುಚಕ್ರದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಬರುವ ನೋವು, ಅತಿಯಾದ ರಕ್ತಸ್ರಾವದಿಂದಾಗುವ ಹಿಂಸೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಮಹಿಳೆ ಮನೆಯ ಸದಸ್ಯರೊಂದಿಗೆ, ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಇದು ಸಮಸ್ಯೆ ತೀವ್ರವಾಗುವಂತಹ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಹದಿಹರೆಯದ ಹುಡುಗಿಯರು, ತಾಯಂದಿರಲ್ಲಿ ಎಂಡೋಮೆಟ್ರಿಯೋಸಿಸ್ ಮತ್ತು ಅದರ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಮೂಡಿಸುವುದರಿಂದ ಸೂಕ್ತವಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆದು ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಎಂಡೋಮೆಟ್ರಿಯೋಸಿಸ್‌ನಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವ ಬಗ್ಗೆ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯಾಗಾರಗಳನ್ನು ನಡೆಸುವುದು, ಮೆನಾರ್ಕ್ (ಮೊದಲ ಮುಟ್ಟು) ಆದಾಗ ಹೆಣ್ಣು ಮಗು ಯಾವ

ರೀತಿಯ ನಿರ್ವಹಣೆ ಮಾಡಬೇಕು, ತೀವ್ರವಾದ ನೋವು ಬಂದರೆ ಯಾವ ಕ್ರಮ ಕೈಗೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬ ಅರಿವು ಕೂಡ ಹುಡುಗಿಯರಿಗೆ ಅಗತ್ಯವಿದೆ.

ಗರ್ಭಾಶಯದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಅಂಗಾಂಶವು ಮೊದಲ ಮುಟ್ಟಿನ ಬಳಿಕ ಅಥವಾ ಮುಟ್ಟಿನ ಹಲವಾರು ವರ್ಷಗಳ ನಂತರ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಾಗಬಹುದು ಮತ್ತು ಋತುಬಂಧದವರೆಗೆ ಮುಂದುವರಿಯಬಹುದು. ಅಪರೂಪದ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಇದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಮಸ್ಯೆಗಳೂ ಉದ್ಭವಿಸಬಹುದು. ಹಾಗಾಗಿ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಈ ಕುರಿತು ಮಾಹಿತಿ ನೀಡುವುದು ಮುಖ್ಯ. ಮುಟ್ಟಿನ ನೋವಿನ ತೀವ್ರತೆಯ ಹಠಾತ್ ಹೆಚ್ಚಳ ಅಥವಾ ರಕ್ತಸ್ರಾವದ ಬದಲಾವಣೆ ಕುರಿತು ತಪಾಸಣೆ ನಡೆಸಬೇಕು.

ಕ್ರಾನಿಕ್ ಪೆಲ್ವಿಕ್ ಪೇನ್ (ದೀರ್ಘಕಾಲದ ಶ್ರೋಣಿ ಕುಹರದ ನೋವು), ಮುಟ್ಟಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ತೀವ್ರವಾಗುವ ನೋವು, ಸಂಭೋಗದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬರುವ ನೋವು ಮತ್ತು ಬಂಜೆತನದಂತಹ ಸಮಸ್ಯೆ ಹಾಗೂ ಎಂಡೋಮೆಟ್ರಿಯೋಸಿಸ್‌ನ ಇತರ ಲಕ್ಷಣಗಳ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ತಿಳಿದಿರಬೇಕು. ಎಂಡೋಮೆಟ್ರಿಯೋಸಿಸ್ ಅನ್ನು 'ತಪ್ಪಿದ ಕಾಯಿಲೆ' (ಮಿಸ್ಟ್ರ್ ಡಿಸೀಸ್) ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಮಹಿಳೆಯರು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸುವುದೇ ಹೆಚ್ಚು.

ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಇದನ್ನು ತಪ್ಪಾಗಿ ರೋಗನಿರ್ಣಯ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಭಾರತದಲ್ಲಿ, ಅಂದಾಜು 42 ದಶಲಕ್ಷ ಮಹಿಳೆಯರು ಈ ತೊಂದರೆಯಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಸಂಖ್ಯೆ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಮಧುಮೇಹದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವ ಮಹಿಳೆಯರ ಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಸಮನಾಗಿದೆ.

ಎಂಡೋಮೆಟ್ರಿಯೋಸಿಸ್ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು

ಪರಿಹರಿಸಲು ಮಹಿಳೆಯರು ಹೆಚ್ಚಿನ ಗಮನ ನೀಡದಿರುವುದು ದೈಹಿಕ ಸಮಸ್ಯೆ ಜೊತೆಗೆ ಮಾನಸಿಕ ತೊಂದರೆಗಳಿಗೂ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಎಂಡೋಮೆಟ್ರಿಯೋಸಿಸ್ ಮಹಿಳೆಯರ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಹಲವಾರು ಅಧ್ಯಯನಗಳು ಸಾಬೀತುಪಡಿಸಿವೆ.

ಇತ್ತೀಚಿನ ಅಧ್ಯಯನಗಳ ಪ್ರಕಾರ ಎಂಡೋಮೆಟ್ರಿಯೋಸಿಸ್ ಹೃದ್ರೋಗ ಮತ್ತು ಸ್ಪೃಶ್ಯಾಂತಹ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನೂ ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಮಹಿಳೆಯರು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸಬೇಕು. ಇದನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಯುವತಿಯರು, ತಾಯಂದಿರು, ಶಿಕ್ಷಕರು ಮತ್ತು ವೈದ್ಯರು ಸಮಾನ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಆರಂಭದಲ್ಲೇ ತಜ್ಞರಿಂದ ಸಲಹೆ

ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಮಹಿಳೆಯರು ಸರಿಯಾದ ಅವಧಿಗೆ ಮುಟ್ಟಾಗದಾಗ ಕುಟುಂಬ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೈಕೆ ವೇಳೆ ವೈದ್ಯರು ಎಂಡೋಮೆಟ್ರಿಯೋಸಿಸ್ ರೋಗ ನಿರ್ಣಯಕ್ಕಾಗಿ ಸ್ತ್ರೀರೋಗ ತಜ್ಞರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗಲು ಸೂಚಿಸುವುದು ಅಗತ್ಯ. ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಲು ತಜ್ಞರ ಆರಂಭಿಕ ಪ್ರಯತ್ನ ಅಗತ್ಯ. ಸ್ತ್ರೀರೋಗ ತಜ್ಞರೂ ಎಂಡೋಮೆಟ್ರಿಯೋಸಿಸ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಕುರಿತಾದ ಮಾಹಿತಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಅಪ್‌ಡೇಟ್ ಆಗಿರಬೇಕು.

(ಲೇಖಕಿ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಬೇಯರ್ ಫಾರ್ಮಾದ ಕಂಪ್ರಿ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಂಸ್ಥೆಯ ನಿರ್ದೇಶಕಿ)