Written by - 'டொக்டர்'.எம்.கே.முருகானந்தன் -
Sunday, 29 April 2012 23:03 - Last Updated Sunday, 29 April 2012 23:11

அந்தச் செய்தி என்னை கவலைப்பட வைத்தது. அவளின் நீரிழிவு இப்பொழுது எந்த நிலையில் இருக்கிறதோ, பிரஸர் சிறுநீரகச் செயற்பாடு எல்லாம் எப்படி இருக்குமோ எனச் சந்தேகித்தேன். இத்தனைக்கும் அவள் ஒழுங்காக வேளை தவறாது மருந்துகளைச் சாப்பிடுகிறாள். அதுவும் மருத்துவனான அவளது கணவன் நீரிழிவுக்கு என எழுதிக் கொடுத்த அதே மருந்துகளைத்தான். ஆனால் அவர் இறந்து ஐந்து வருடங்களுக்கு மேலாகிறது. அதன் பிறகு அவள் மருத்துவர்களிடம் போகவும் இல்லை. பரிசோதனைகளைச் செய்யவும் இல்லை. மருந்துகளில் எந்த மாற்றமும் செய்யவில்லை. இது எவ்வளவு தவறானது என்பதை இற்றைவரை அவள் புரிந்திருக்கவில்லை. நீரிழிவு என்பது கால ஓட்டத்துடன் தீவிரமாகும் ஒரு நோய். காலம் செல்லச் செல்ல நோய் அதிகரிக்கும். அத்துடன் நோய் கட்டுப்பாட்டில் இல்லையேல் பல்வேறுவிதமான பாதிப்புகளை ஏற்படுத்தும்.

இருதயம், சிறுநீரகம், நரம்புகள், என ஒவ்வொரு உறுப்புகளிலும் பாதிப்புகள் ஏற்படும்.
இவை வெளிப்படையாகத் தெரியாமல் உள்ளூற தீவிரமாகும். அதேபோல உயர் இரத்த அழுத்த நோய் உள்ளவர்களிலும் பாதிப்புகள் ஏற்படவே செய்யும். இதில் முக்கியமான பாதிப்புகளில் ஒன்று சிறுநீரகத்தில் ஏற்படுவதாகும். நீரிழிவு உள்ளவராயின் உங்கள் சிறுநீரகச் செயற்பாட்டை பரிசோதித்து அதன் நிலையைக் கண்டறிய வேண்டியது மிக முக்கியமாகும்.

□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□

சிறுநீரக நோய் பற்றிய சில அடிப்படைத் தகவல்களை அறிந்திருப்பது அவசியம்.

சிறுநீரக நோய் ஆரம்ப நிலையில் எந்தவித வெளிப்படையான அறிகுறிகளையும் காட்டாது.

காலம் செல்லச் செல்ல சிறுநீரக நோய் தீவிரமாகிக் கொண்டு போகும். இறுதியில் அது செயலிழக்கும் kidney failure நிலை ஏற்படும். சிறுநீரக செயலிழப்பு மிகத் தீவிரமான நிலை

என்பதை சொல்லித் தெரிய வேண்டியதில்லை. உடலில் சேரும் கழிவுப் பொருட்களை செயற்கையாகச் சுத்தம் (dialysis) செய்யும் சிகிச்சையை தொடர்ந்து செய்ய நேரிடும். அல்லது சிறுநீரக மாற்று சத்திரசிகிச்சை (Kidney Transplant) செய்ய நேரும். இவை மிகுந்த தொல்லையானதும் பாரிய பொருட் செலவு மிக்கனவுமாகும்.
ஆயினும் சிறுநீரகப் பாதிப்பு இருப்பதை ஆரம்பத்திலேயே கண்டறிந்தால் அதைக் சிகிச்சைகள் மூலம் குணமாக்க முடியும். அல்லது அது தீவிரமடைவதைத் தடுக்க முடியும் என்பது நம்பிக்கை தரும் செய்தியாகும். இச் சிகிச்சைகள் சிறுநீரகப் பாதிப்பை மட்டுமின்றி இருதயத்திற்கு ஏற்படக் கூடிய பாதிப்புகளிலிருந்தும் பாதுகாக்க உதவும். ஆயினும் எவ்வளவு விரைவில் பாதிப்பைக் கண்டறிகிறீர்கள் என்பதில்தான் சிகிச்சையின் வெற்றி தங்கியுள்ளது என்பதை மறக்க வேண்டாம்.

சிறுநீரக நோய்களுக்கான வேறு முக்கிய காரணிகளும் உள்ளன. அவை உள்ளவர்களும் சிறுநீரகத்திற்கான பரிசோதனைகளை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

இருதய நோயுள்ளவர்கள் தமது நெருங்கிய சொந்தங்களில் சிறுநீரக நோயுள்ளவர்கள்.

□□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□

1. இரத்தப் பரிசோதனை. சிறுநீரகத்தின் வடிகட்டும் ஆற்றலைக் கண்டறியும் (Glomerular filtration rate- GFR) பரிசோதனை செய்ய வேண்டும். சிறுநீரகத்தின தொழிற்பாடானது வடிகட்டுதல் ஆகும். மேலதிக நீரையும், குருதியில் சேர்ந்த கழிவுப் பொருட்களையும் அகற்றும். இச் செயற்பாடு எந்தளவு செயற்படுகிறது என்பதைக் காட்டும் பரிசோதனை இது.

2. சிறுநீரகப் பரிசோதனை. சிறுநீரில் அல்பியுமின் என்ற புரதம் வெளியேறுவது சிறுநீரக நோயில் ஏற்படும். சாதாரண சிறுநீர்ப் பரிசோதனையில் (Urine Full report- UFR) இதனைக் கண்டறிய முடியும்.

ஆயினும் ஆரம்ப நிலையில் மிகக் குறைந்தளவு புரதம் வெளியேறுவதை விசேட நுண்ணிய பரிசோதனைகள் மூலம் கண்டறியலாம். இதனை அறிய (Urine for Microalbumin) என்ற பரிசோதனை செய்ய வேண்டும்.

Written by - 'டொக்டர்'.எம்.கே.முருகானந்தன் -
Sunday, 29 April 2012 23:03 - Last Updated Sunday, 29 April 2012 23:11

[illegible]?

நீரிழிவயையும் இரத்த அழுத்தத்தயையும் அதிகரிக்க விடாது கட்டுப்பாட்டிற்கள் வதைத்திருக்க வணேட்டும்.

இரத்த சீனியின் அளவு Fasting blood Sugar எனில் 110 ற்குள் இருக்க வணேட்டும். மூன்று மாதங்களுக்கு ஒரு முறை சயெ்யப்படும் பரிசோதனை HbA1C எனில் 7ற்குள் கட்டுப்படுத்த வணேடும். இரத்த அழுத்தத்தை 130/80 ற்குள் வதைத்திருக்க வணேட்டும். உணவில் உப்பின அளவகைக் குறகைக்க வணேட்டும். தவேயைான இரத்த சிறுநீர்ப் பரிசோதனகைளை மருத்துவர் ஆலோசனயையும் காலந்தவறாது சயெ்ய வணேட்டும். சிபார்சு சயெ்யப்பட்ட மருந்துகளதைத் தவறாது குறிப்பிட்ட நரேங்களில் உட்கொள்ள வணேட்டும்.

மறேற் குறிய பணெ்ணின் நீரிழிவு கட்டுப்பாடின்றி மோசமாக இருந்தது. சிறுநீரில் நுணெ்ணிய அளவில் புரதம் (Microalbumin) வளெியறே ஆரம்பித்திருந்தது. ஆயினும் அவளது சிறுநீரகம் இன்னமும் மோசமான நிலயைான சயெலிழப்பு நிலயைை அடயைவில்லை. நம்பிக்கயைூட்டி சிகிச்சயைில் தவேயைான பல மாற்றங்களை உடனடியாகவே ஆரம்பிக்க வணேடியிருந்தது.

[illegible]?

http://hainallama.blogspot.ca/2012/04/blog-post_28.html?spref=fb