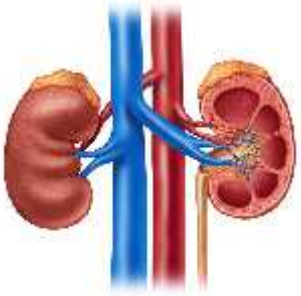
Nagpal Nursing Home
Near Sri Darbar Sahib, Amritsar.
Phone:0183-2556001, 2556343

Sukh Sagar Hospital
Near Anand Avenue,
Phone: 0183-5095881, 2501081

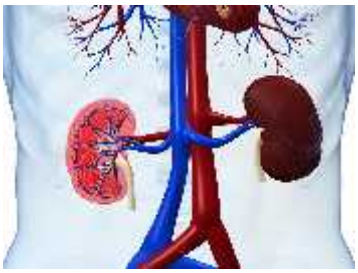
शूगर के रोग में गुरदों की खराबी



भोजन हमारे शरीर को शक्ति प्रदान करता है। हमारे भोजन के पचने के बाद जो भी अतिरिक्त या ज़हरीले पदार्थ बच जाते हैं, वे यदि शरीर से बाहर न निकाले जायें तो हानिकारक होते हैं। इन ज़हरीले पदार्थों में से जो भी पदार्थ घुलनशील होते हैं वह पेशाब के रास्ते हमारे शरीर से बाहर निकाले जाते हैं। हमारे गुरदे इसी तरह सारा दिन हमारे खून को फिलटर करते रहते हैं। गुरदे शरीर में से अधिक नमक और पानी को भी बाहर निकालते हैं और इस तरह ब्लड प्रैशर को कंट्रोल करने मे भी मदद करते हैं।

इस के अतिरिक्त गुरदे हमारे शरीर में रक्त पैदा करते हैं। अगर गुरदे ठीक तरह काम न करें तो रक्त पैदा करने वाला हारमोन कम हो जाता है और खून की पैदावार रुक जाती है।

क्या शूगर के रोग का असर गुरदों पर भी पड़ता है ?



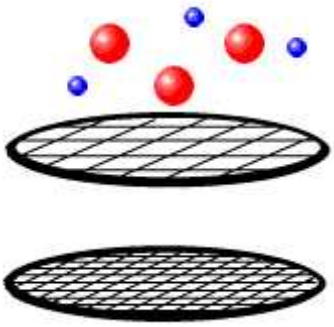
दूसरे कीमती अंगो की तरह शूगर के रोग का असर गुरदों के ऊपर भी पड़ता है और जैसे जैसे समय बीतता है गुरदों पर पड़ने वाला यह असर बढ़ता जाता है। कमज़ोर गुरदे अपना कार्य अच्छी तरह नहीं करते और शरीर में से विषैले पदार्थो को बाहर निकालने में असमर्थ हो जाते हैं।

गुरदों को कमज़ोरी की पहचान कैसे की जाती है ?

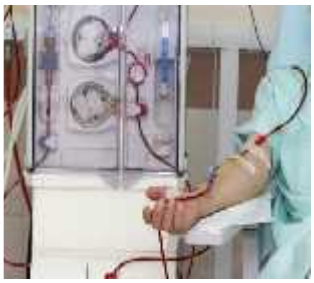
गुरदों के रोग की पहचान करना बहुत मुश्किल है, खास तौर पर अगर गुरदों का रोग धीरे धीरे बना हो। इसी कारण बहुत सारे रोगीयों को काफी देर तक इस कमी का पता नहीं चलता। आमतौर

पर मरीज़ थकावट, सुस्ती और भूख की कमी महसूस करता है। उसका दिल कच्चा होता है या उल्टीयाँ आती है। उसको ज्यादा कमज़ोरी महसूस होती है और काम करने से साँस फूलती है। खून की कमी से रंग पीला पड़ जाता है और पैरों या बदन पर सूजन पड़ जाती है।

गूरदों की बीमारी का पता कैसे लगाया जा सकता है ?



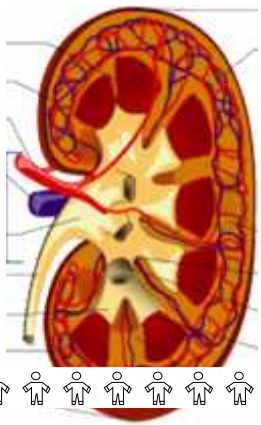
प्रारम्भिक अवस्था में पेशाब में अलबुमिन नाम के प्रोटीन का ज़्यादा निकास शुरू हो जाता है। यह प्रोटीन पेशाब के खास टैसट (Micral Test) से चैक की जा सकती है जो कि बिल्कुल थोड़ी सी प्रोटीन की भी जाँच कर लेता है। इस अवस्था में अगर कार्यवाई कर ली जाये तो प्रोटीन के निकास को और बढ़ने से या गुरदे फेल होने से बचाया जा सकता है।



समय बीतने के साथ प्रोटीन के निकास की मात्रा बढ़ती जाती है और अब यह आसानी से पेशाब के साधारण टैसट से भी चैक की जा सकती है। परन्तु ध्यान योग्य बात यह है कि इस अवस्था पर आ कर प्रोटीन के निकास को रोकना बहुत मुश्किल हो जाता है और गुरदों की कार्यशक्ति धीरे धीरे कमज़ोर होती जाती है।

अगर इस अवस्था में मरीज़ के रक्त की जाँच की जाये तो खून में मौजूद ज़हर (Urea, Creatinine) की मात्रा आम से ज़्यादा होती है। गुरदे फेल होने का नुकसान इन ज़हरों के अनुपात में ही होता हैं।

गूरदे फेल होने की अगली अवस्था क्या होती है ?



यदि गुरदों की कार्यशक्ति बहुत कम हो जाये तो कई किस्म के ज़हर और पानी शरीर में जमा हो जाने के कारण जान को खतरा हो जाता है।

शूगर के रोगी को अपने गुरदे खराब होने से बचाने के लिये क्या करना चाहिऐ?

अगर दो बातों का ध्यान रखा जाऐ तो आमतौर पर गुरदे खराब ही नही होते।

खून में शूगर का अच्छा कंट्रोल।

ब्लॅड प्रैशर का कंट्रोल।

तकरीबन सब मरीज़ों को जरा सी बढ़ी हुई शूगर का कोई अहसास नहीं होता,परंतु यह शूगर अंगों पर बुरा प्रभाव तो करती ही है। इसलिऐ बहुत ज़रूरी है कि शूगर पर कंट्रोल रखा जाऐ।

यही हाल ब्लॅड प्रैशर का भी है, जिस के बढने का कोई चिन्ह नहीं होता। और हमें इस का आभास नहीं होता। शूगर के रोगी का ब्लॅड प्रैशर कभी भी 140/90 से ज्यादा नहीं होना चाहिऐ । बढ़े हुऐ ब्लड़ प्रशैर का नुकसान बढ़ी हुई शूगर से भी ज्यादा होता है ।

इन दो बातों के अतिरिक्त हर साल मे एक बार नीचे लिखे टैस्ट ज़रूर करवायें ।

(1) Urine C/E
(2) Urine for Micro Albuminuria
(3) S. Creatinine

इन्ही टैस्टों की मदद से गुरदा रोग होने की प्रारम्भिक अवस्था का पता लग सकता है और उसको बढ़ने से रोका जा सकता है ।