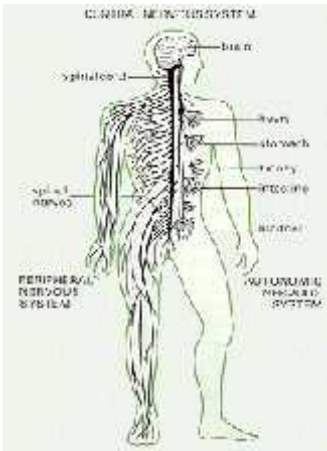


ਸ਼ੂਗਰ ਦੇ ਰੋਗ ਵਿੱਚ ਨਾੜੀ ਸੰਸਥਾਨ ਦੀਆਂ ਉਲਝਨਾਂ

ਸਾਡਾ ਦਿਮਾਗ ਨਾੜੀ ਸੰਸਥਾਨ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕੇਂਦਰ ਹੈ।



ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗਾਂ ਵਿਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਹਰ ਹਰਕਤ ਦਿਮਾਗ ਵਿਚੋਂ ਨਿਕਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਤਰੰਗਾਂ ਰਾਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਤਰੰਗਾਂ ਨਾੜੀ ਸੰਸਥਾਨ ਰਾਹੀਂ ਅੰਗਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਾਡੇ ਅੰਗਾਂ ਦੀ ਸੋਝੀ ਵੀ ਇਸੇ ਤਰਾਂ ਨਾੜੀ ਸੰਸਥਾਨ ਰਾਹੀਂ ਦਿਮਾਗ ਨੂੰ ਪਹੁੰਚਦੀ ਹੈ। ਅੱਖ, ਨੱਕ, ਕੰਨ, ਗਲੇ ਅਤੇ ਜੁਬਾਨ ਦਾ ਸਿੱਧਾ ਕੰਟਰੋਲ ਦਿਮਾਗ ਦੇ ਕੋਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।



ਰੀੜ ਦੀ ਹੱਡੀ ਵਿੱਚ ਟਿਕੀ ਹੋਈ ਮਹਾਨਾੜੀ (Spinal Cord) ਸਰੀਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਅੰਗਾਂ ਨੂੰ ਦਿਮਾਗ ਨਾਲ ਜੋੜਦੀ ਹੈ। ਗਰਦਨ ਦੇ ਥੱਲੇ ਵਾਲੇ ਅੰਗਾਂ ਨੂੰ ਨਾੜੀਆਂ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਰੀੜ ਦੀ ਹੱਡੀ ਵਿਚੋਂ ਨਿਕਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਨਾੜਾਂ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਸ਼ੂਗਰ ਦੇ ਰੋਗ ਵਿਚ ਨਾੜੀ ਸੰਸਥਾਨ ਦੀਆਂ ਉਲਝਨਾਂ ਬਹੁਤ ਆਮ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਰੋਗ ਨਾਲ ਨਾੜੀਆਂ ਦੀ ਕਾਰਜ ਸ਼ਕਤੀ ਉਪਰ ਬੁਰਾ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਨਾੜੀ ਸੰਸਥਾਨ ਦੀ ਉਲਝਣ ਦੇ ਕੀ ਚਿੰਨ੍ਹ ਹੁੰਦੇ ਹਨ?

ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਚਿੰਨ੍ਹ ਕਿਸੇ ਮਰੀਜ਼ ਵਿਚ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:



ਹੱਥਾਂ ਪੈਰਾਂ ਦਾ ਸੌਣਾ, ਅੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਕੀੜੀਆਂ ਵਾਂਗ ਚਾਲ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਣਾ, ਅੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਸਾੜ ਪੈਣਾ, ਤੇਜ਼ ਦਰਦ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਠੰਡੇ ਹੋ ਜਾਣਾ, ਕੜਵਲਾਂ ਪੈਣਾ, ਸੋਝੀ ਦਾ ਘੱਟ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣਾ।

ਕਬਜ਼ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਟੱਟੀਆਂ ਲੱਗਣਾ, ਖੋਹ ਪੈਣਾ, ਅਫਾਰਾ ਰਹਿਣਾ, ਪੇਟ ਭਰਿਆ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਣਾ, ਚੱਕਰ ਆਉਣੇ, ਪੇਸ਼ਾਬ ਦਾ ਕਾਹਲਾਪਣ ਹੋ ਜਾਣਾ ਅਤੇ ਪੇਸ਼ਾਬ ਵਿੱਚੋਂ ਹੀ ਨਿਕਲ ਜਾਣਾ।



ਸੈਕਸ ਦੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਹੋਣਾ ਅਤੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਣਾ।



ਨਾੜੀ ਸੰਸਥਾਨ ਦੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਅਗਰ ਨਾੜੀ ਸੰਸਥਾਨ ਬਹੁਤ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ (Monofilament) ਨਾਮਕ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਤੀਲੇ ਦੀ ਸੋਝੀ ਪੈਰ ਨੂੰ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ (Biothesiometer) ਨਾਮਕ ਮਸ਼ੀਨ ਨਾਲ ਨਾੜੀ ਸੰਸਥਾਨ ਦੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਪੈਣ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਅਵਸਥਾ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।



ਨਾੜੀ ਸੰਸਥਾਨ ਦੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਪੈਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉ ਕਿਵੇਂ ਕਰੀਏ?

ਅਗਰ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਹੀ ਸ਼ੂਗਰ, ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਅਤੇ ਚਰਬੀਆਂ ਦਾ ਚੰਗਾ ਕੰਟਰੋਲ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਨਾੜੀ ਸੰਸਥਾਨ ਦੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਜਾਣ ਨੂੰ ਕਾਫੀ ਅਰਸੇ ਤੱਕ ਟਾਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤਾਜ਼ੇ ਫਲ, ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਅਤੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਸੈਰ ਜਾਂ ਵਰਜਿਸ਼ ਵੀ ਇਸ ਵਾਸਤੇ ਮਦਦਗਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

