

કિડની અને કિડની નિષ્ફળતા



કિડનીમાં પથરી અને કિડની નિષ્ફળતા

આ પરિચય-પુસ્તિકા તમને ટૂંકાણમાં કિડની અને તેનાં કાર્યો, કિડનીમાં પથરી, પથરીનાં કારણો તેમ જ લક્ષણો, પથરીને કારણે કિડની-નિષ્ફળતા કઈ રીતે થાય, એ સમજાવશે. પથરી કાઢવા માટેની ઉપલબ્ધ ચિકિત્સાઓ અને પથરી ન થાય તેની કાળજી કેવી રીતે લેવી એ પણ આ પુસ્તિકામાં વર્ણવામાં આવ્યું છે.

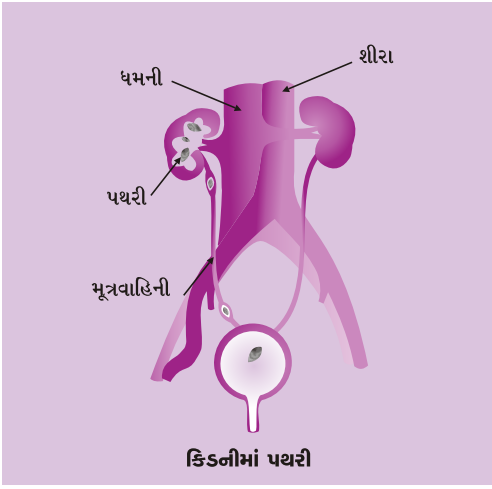
કિડની અથવા મૂત્રપિંડ જોડિયાં અંગો છે, જેનો આકાર કાજુ જેવો છે. □ પેટની પાછળના ભાગમાં કરોડરજ્જુની આજુબાજુ ગોઠવાયેલી છે. કિડની એ મૂત્રાંત્રના મુખ્ય આગ છે. યુરેટર્સ (મૂત્રવાહિનીઓ), મૂત્રાશય (બ્લેડર) અને યુરેથ્રા (અથવા મૂત્રમાર્ગ) એ આ તંત્રના અન્ય અંગો છે.

દરેક કિડની જીવનભર આધાર આપવાની ક્ષમતા રાખે છે. બીજા શબ્દોમાં સામાન્ય જીવન જીવવા માટે એક કિડની પણ પૂરતી થઈ શકે છે. શરીરના નકામા પદાર્થોને બહાર ફેંકવાનાં અંગોમાં કિડની મહત્વપૂર્ણ છે. લોહીને સાફ કરવા ઉપરાંત કિડની બીજા પણ મહત્વના કામ કરે છે, જેમ કે, બ્લડ પ્રેશર કાબુમાં રાખવું, લાલ રક્તકણ બનાવવામાં મદદ કરવી, શરીરમાં પાણીનું પ્રમાણ જાળવી રાખવું અને હાડકાઓ મજબૂત રાખવા.

પથરી એટલે શું ?

મૂત્રના પદાર્થોમાંથી બનેલો કોઈ ક્રિસ્ટલ અથવા ઘનપદાર્થના કણને પથરી કહેવાય છે. ડૉક્ટરી ભાષામાં આ પથરીને “નેફ્રોલિથીયાસીસ” “યુરોલિથીયાસીસ” અથવા “રીનલ કેલ્ક્યુલી” જેવા નામે ઓળખાય છે. તેનો અર્થ થાય છે કે કોઈ અસામાન્ય ઘન પદાર્થ, જે જડ છે, અને રાસાયણિક પદાર્થ છે, તે કિડનીમાં, મૂત્રવાહિનીમાં અથવા મૂત્રાશયમાં પડેલો છે. પથરી થવામાં અમુક પરિસ્થિતિઓ અને રાસાયણિક અસંતુલન જવાબદાર હોય છે. સ્ત્રીઓ કરતાં પુરૂષોમાં પથરીનો રોગ વધુ જોવામાં આવે છે. લગભગ ૭૫% જેટલી પથરી તો “કેલ્શિયમ ઓક્સેલેટ”થી બનેલ ઘટ્ટ પદાર્થની કણી હોય છે, જેમાં કોઈકવાર “કેલ્શિયમ ફોસ્ફેટ” પણ હાજર હોય છે.

૧૦% થી ૧૨% જેટલી પથરી “યુરિક એસિડ”થી બને છે, જેનું કારણ એસીડીક મૂત્રની હાજરી મનાય છે. “સ્ટ્રુવાઈટ” (Struvite or Magnesium Ammonium Phosphate)ની પથરીનું કારણ પેશાબમાં વારંવાર ચેપ કરતા અમુક બેક્ટેરિયા છે. “સીસ્ટાઈન” પથરી બહુ જૂજ જોવામાં આવે છે. આમ તો સીસ્ટાઈન સ્નાયુઓ, જ્ઞાનતંતુઓ અને શરીરના અન્ય અંગોની રચનામાં રહેલું તત્વ છે, પરંતુ મૂત્રમાં તે પથરીની રચના કરે તેમ બની શકે. જે રોગને



કારણે આ પથરી થાય છે તેને વારસાગત મનાય છે.

પથરીનાં લક્ષણો

૧. અચાનક સખત દુઃખાવો થવો.
૨. પીઠના પાછળના ભાગથી લઈને પેટ અને પેટુ સુધી દુઃખાવો થવો.
૩. ઊબકા અને ઊલટી થવી.
૪. પેશાબ ન થવું.
૫. બહુ વખત પેશાબ થવું.
૬. પેશાબમાં પરુ અથવા લોહી પડવું.
૭. બેસવામાં કે સૂવામાં મુશ્કેલી પડવી.
૮. ટાઢ લાગીને તાવ આવવો.

પથરી કયા કારણે થાય ?

૧. કેલ્શિયમ, કેલેસ્ટ્રોલ, યુરિક એસિડ અથવા લોહીમાં અન્ય ક્ષારોનું ઊંચું પ્રમાણ હોય અને જે શરીર બહાર ફેંકાઈ ન જતું હોય.
૨. વધુ ફેરવંળુ પાણી.
૩. કાયમી રીતે શરીરમાં પાણીનું પ્રમાણ ઓછું રહેવું.
૪. કેટલીક એવી સ્થિતિ જેને લીધે મૂત્રનું વહેવું ઘટી જાય.
૫. પેશાબમાં ચેપ લાગ્યો હોય.
૬. વારસાગત રોગ.

પથરીને લીધે કિડની કઈ રીતે નિષ્ફળ બને ?

મૂત્રતંત્રનાં મુખ્ય અંગો કિડની છે. યુરેટર્સ (મૂત્રવાહિનીઓ), મૂત્રાશય (બ્લેડર) અને યુરેથ્રા (અથવા મૂત્રમાર્ગ) એ આ તંત્રના અન્ય અંગો છે. સ્ત્રી અને પુરુષ બંનેમાં તંદુરસ્તી જાળવી રાખવામાં આ મૂત્રતંત્ર અગત્યનું કામ કરે છે.

આ મૂત્રપ્રવાહમાં પથરી હોય તો અવરોધ ઊભો થાય. આથી પ્રવાહ પાછો ફરે અને કિડનીમાં ભરાય. આમ થવાથી કિડનીની આંતરિક રચનાને હાનિ થાય. આ સ્થિતિને “Obstructive Nephropathy” “ઓબસ્ટ્રક્ટીવ નેફ્રોપથી” કહે છે. અઃવં □ કિડનીમાં જ પઃરી હેંવંઃ કિડનીનં કેંષ્ને નુકશંન કરીને કિડની નિષ્ફળ :ઈ શકે છે.

કિડનીમાંથી પથરી કાઢવા માટેની પ્રાપ્ય ચિકિત્સાઓ

(૧) લિથોટ્રીપ્સી (ESWL)

“લિથોટ્રીપર” નામનું યંત્ર શરીરની બહાર ‘શોકવેવ’ અથવા વિદ્યુત આઘાત આપતાં મોજાં ઉત્પન્ન કરવા માટે વપરાય છે. વપરાશ વખતે આ મોજાઓનાં કેન્દ્રમાં કિડનીમાંની પથરી રાખવામાં આવે છે. તેના વડે મોટી પથરી વિખેરાઈને નાની કણીઓમાં તૂટી જાય છે. આ કણીઓ પછી મૂત્રમાંથી જ સરળતાથી બહાર ફેંકાઈ શકે છે. આમ, આ પ્રકારની ચિકિત્સામાં ઓપરેશનની આવશ્યકતા હોતી નથી.

(૨) યુરેટરોસ્કોપી

યુરેટર્સમાં થયેલી પથરી માટેની આ ચિકિત્સા છે. એક સૂક્ષ્મ દૂરબીન (ટેલિસ્કોપ), યુરેથ્રા (મૂત્રમાર્ગ)માં નાખીને મૂત્રાશયમાં લઈ જઈને છેવટે જ્યાં પથરી હોય ત્યાં મૂત્રવાહિનીઓમાં મૂકાય છે. પથરીને નાની થેલીમાં ઊંચકાય છે અથવા તો તોડીને કણી બનાવી દેવાય છે. આ માટે બહુ નાનો સૂક્ષ્મ- “શોકવેવ પ્રોબ” વાપરવાનો હોય છે. આ પ્રક્રિયા પછી એક નાની સીલીકોનની ટ્યુબ અંદર મૂકી રાખવાની હોય છે, જેથી લગભગ પ થી ૭ દિવસમાં સોજો ઉતરી જાય છે.

(૩) પરક્યુટેનસ નેફ્રોલિથોટોમી

જો કિડનીના પથરીનું કદ ૩ સેન્ટીમીટર (એક ઈંચ) થી વધુ હોય તો ઘણી વાર આ “પરક્યુટેનસ નેફ્રોલિથોટોમી”ની ચિકિત્સા પણ કરવામાં આવે છે. આમાં દર્દીના પડખામાંથી કાણું પાડીને કિડની સુધી પહોંચીને તેમાંની પથરીને તોડવામાં આવે છે.

(૪) ઈલેક્ટ્રોહાઈડ્રોલિક લિથોટ્રીપટર

આ પ્રક્રિયામાં એક નાનો ‘પ્રોબ’ કિડનીમાંની પથરીને ‘શોકવેવ’ વડે તોડી નાખે છે. નાની પથરી હોય ત્યારે આ ચિકિત્સા અપાય છે.

(૫) ઓપન સ્ટોન સર્જરી

દર્દીની પીઠના ભાગમાં ઓપરેશન કરીને પથરી કાઢી લેવામાં આવે છે.

(૬) નિરીક્ષણ અને રાહ જોવાની ચિકિત્સા

કેટલીકવાર નાની પથરીઓ કોઈ જ જાતનું દર્દ કરતી હોતી નથી, અને સંભવ છે કે તે આપોઆપ મૂત્રમાં જ વહી જાય. કિડનીની નાની જગ્યાઓમાં મોટી પથરી અટકી જાય છે કે યુરેટરમાં અટકી જાય છે, ત્યારે ઘણો ભારે દુઃખાવો થતો હોય છે. પણ ખૂબ પાણી પીતા રહેવાથી, અને કોઈક વાર તો ક્રબતા વાહનમાં બેસવાથી પણ નાની પથરી ખસીને મૂત્રમાં નીકળી જાય છે. પથરીનું નિદાન થયા પછી એક-બે અઠવાડિયા બાદ એક્સ-રે લેવાથી તેનું સ્થાન બદલાયું કે નહિ તે જાણી શકાય છે.

પથરી થતી રોકવાનાં સૂચનો

૧. દિવસમાં ઓછામાં ઓછું બે લીટર પાણી પીવો, જે ફ્લોરાઈડ અને રાસાયણિક ઉમેરણોથી મુક્ત હોય.
૨. કેફિનતત્ત્વ અને ઠંડા પીણાં લેવાનું ટંખું.
૩. ખાંડ અને તેના પદાર્થોનું ઓછું સેવન કરો.
૪. ખોરાકમાં રેષાયુક્ત પદાર્થો વધારે લો.
૫. “ઓક્ઝલેટ” ધરાવતા પદાર્થો, જેવાં કે પાલક અને ભાજીઓ, ચા અને કોકોને ઓછા પ્રમાણમાં લો.

આટલું અવશ્ય યાદ રાખો

૧. ઘણીખરી પથરી આમનેઆમ મદદ વિના જ નીકળી જાય છે.
૨. જો પીઠમાં કે પડખામાં અતિશય અને સતત દર્દ જણાય તો ડૉક્ટરની સલાહ અવશ્ય લો.
૩. જો મૂત્રમાં લોહી જણાય તો તરત ડૉક્ટરની સલાહ લો.
૪. જો પથરી મૂત્રમાંથી નીકળેલી જણાય તો ડૉક્ટરને બતાવવા તે સાચવી રાખો.
૫. પથરી ન થાય તે માટે ડૉક્ટર પાસેથી અન્ય જરૂરી સૂચનો લો.

ચાવીરૂપ શબ્દો :

પથરી, લિથોટ્રીપ્સી (ESWL), યુરેટરોસ્કોપી, પરક્યુટેનસ નેફ્રોલિથોટોમી, ઈલેક્ટ્રોહાઈડ્રોલિક લિથોટ્રીપટર, ઓપન સ્ટોન સર્જરી

ઇન્ડિયા રીનલ ફાઉન્ડેશન દ્વારા પ્રકાશિત નિમ્નલિખિત પરિચય-પુસ્તિકાઓ પણ વધુ માહિતી માટે કૃપયા વાંચી જશો :

૧. તમારી ચિકિત્સાની પસંદગી
૨. હિમોડાયાલિસિસ
૩. પેરીટોનિયલ ડાયાલિસિસ
૪. ટ્રાન્સપ્લાન્ટેશન (પ્રત્યારોપણ)
૫. ડાયાબિટીસ અને કિડની-નિષ્ફળતા
૬. હાઈપરટેન્શન અને કિડની-નિષ્ફળતા
૭. એનેમિયા અને કિડની નિષ્ફળતા

આ પુસ્તિકાનું પ્રકાશન જે.ડી. પ્રિન્ટર્સ, અમદાવાદ અને ગજજર સ્કેના કલર પ્રા. લિ.અમદાવાદના સહયોગથી કરવામાં આવેલ છે.



ઇન્ડિયા રીનલ ફાઉન્ડેશન

૬૦-૬૧, એ વીંગ, નોબલ્સ, નહેરુ બ્રીજ સામે, આશ્રમ રોડ, અમદાવાદ -૩૮૦ ૦૦૮. ઈન્ડિયા.

ફોન : +૯૧-૭૯-૬૫૮૪૨૫૧, ફેક્સ : +૯૧-૭૯-૬૫૮૭૦૪૨

Email: irf@indiarenalfoundation.org
visit us at: www.indiarenalfoundation.org