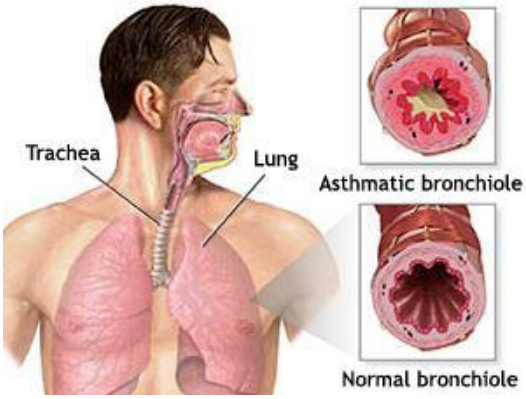
दमा रोग (ASTHMA)

विश्व दमारोग दिवस प्रतिवर्ष पाँचवे महीने के प्रथम मंगलवार को मनाया जाता है। इस वर्ष यह देखा गया है कि यह दिवस ०६ मई २०१४ को है।

दुर्भाग्य से दमा सर्वसाधारण पुराने रोगों मे से एक है, तथापि विश्व में वह ३० करोड व्यक्ति दमा रोग से ग्रस्त है।

सौभाग्य से दमा रोग प्रभावी रूप से उपचार करने पर अनेक रोगियों में परीपूर्ण नियंत्रित होता है। जब दमा रोग नियंत्रण मे हो तब रोगी –

- त्रासदायक लक्षणों से दिन रात दूर रहे।
- कम से कम प्रमाण में दवा ले।
- केवल आवश्यक एवं जरूरी शारिरिक कार्य करें।
- फेफडों के कार्य को साधारण रखें।
- गंभीर आक्रामक परिस्थितियों से बचें।



दमा रोग की गंभीरता

- भारत में औसतन देड़ से दो करोड दमा रोगी है।
- भारत में देखा जाये तो ५ वर्ष से ११ वर्ष की आयू के १०% से १५% बच्चे दमा से ग्रस्त है।

दमा रोग क्या है?

दमा यह फेफडों का वह रोग है जिसके चलते सांस लेने में कष्ट होता है। पुराने सूजन दर्द एवं दवा की प्रतिक्रियाऐं फेफडों के वायूमार्ग को संकरा करती है। अगर दमा को समय रहते नियंत्रित नहीं किया गया तो यह रोग जानलेवा साबित हो सकता है।

दमा रोग के सूक्ष्मचिन्ह एवं लक्षण

- खाँसी
- सांस लेते समय गंभीर किस्म की आवाजें
- कम अंतराल में लगातार सांस लेना
- छाती में भारीपन

दमा रोग पर कौनसे तत्व आक्रमक होती है

- सर्दी, खाँसी, बुखार, गले में खराश
- अत्यधिक व्यायाम
- मौसम परिवर्तन मुख्य रूप से ठंडी एवं सर्द हवायें
- धुम्रपान या दुय्यम रूपसे धुआँ का शरीर मे प्रवेश
- रासायनिक, कचरा, वायू प्रदुषण, हवा के सूक्ष्म कणों की भाप या धुआँ
- कुत्ता, सूक्ष्म जीवाणू, धूल के कण, कॉक्रोच

दमा का इलाज कैसे करें

- कुछ दवायें जो दर्द एवं सूजन को कम कर नियंत्रित करती है, खुला वायु मार्ग जिससे सांस लेने में तकलीफ न हो।
- दवायें जो गोलियों के रूप में, इंजेक्शन के रूप में, या वह दवायें जिसे मुखमार्ग से फेफडों में खींचकर लिया जा सके (Inhaled)
- शीघ्र कार्यशील दवायें दमा रोग पर तुरंत परिणाम देती है। जबकि दीर्घ क्रियाशील दवायें भविष्य के दमा घात को रोकने मे सहायता करती है। रोगी को एलर्जी नियंत्रित रखने की दवाईयों की भी सहायता लग सकती है।

रोग नियंत्रक क्या है?

- रोग नियंत्रक वह दवायें है जो दमा रोग से सुरूवात से छुटकारा दिलाती है। इसमें दो प्रकार की दवायें होती है एक तो दर्द निवारक दवायें दूसरी वायूमार्ग खुला करती है।
- दर्द निवारक दवायें वायूमार्ग पर सूजन को कम करती है, जो दमा रोग का प्रमुख लक्षण है। कुछ दवायें जो प्रमुखता से मुख मार्ग से अंदर खीची जाती है, उनमें ग्लायकोकार्डियोस्टेराइडस् जैसे कि बुडेसोनाईड, बेक्लोमॅथासोन तथा फ्लूटीकॉसोन
- वायूमार्ग को खुला करनेवाले ब्रोन्कोडायलेटर्स नामक वह दवायें है जो दमा घात से तुरंत सुरक्षित रक्षा करती है एवं संकरे वायूमार्ग को खोल देती है। वह वायूमार्ग से संलग्न मांसपेशियों को निजात देती है। दीर्घ क्रियाशील सांस मार्ग खोलने वालों की श्रृंखला में फार्मीटेरोल एवं सालमेटेरोल यह प्रभावशील नियंत्रक दवायें होती है तथापि यह नियमित रूप से ग्लायकोकार्डियोस्टेराइडस् के साथ मुखमार्ग से खीची (Inhaled) जाती है।

रोग प्रतिबंधक क्या है?

रोग प्रतिबंधक वह सांस मार्ग को मुक्त करनेवाली दवायें है जो रोगी को लगातार निजात देती है, जो संकरे वायू मार्ग को मुक्त करती है, मांसपेशियों को निजात देकर; सूजन कम कर वायूमार्ग मुक्त करती है। मुख्यतः जाने जाने वाली शीघ्र एवं तत्काल प्रभावी दवाओं में सालबुटॉमाल एवं टरबुटॉलिन का समावेश है।

रोगी को कब शीघ्र ध्यान देना आवश्यक होता है

- दम लगना, सांस लेने में तकलीफ होना।
- मुख, होंठ, नाखूनों का नीला काला पड़ना।
- गले एवं छाती के आस पास खीचें जैसा लगना।
- कम समय में अधिक बार श्वाशोसांस होना, जबकि शीघ्रक्रियाशील दवायें चिकित्सक की सूचना अनुसार ली भी है।

संदर्भ :

1. http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs206/en/
2. Micromedex's Healthcare Series Online 2.0