

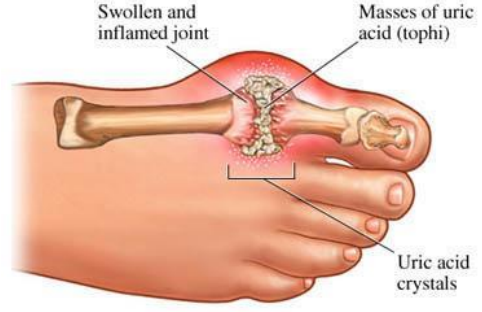
## गाठियावात

### गाठियावात के मायने

गाठियावात इस रोग के कारण सांधो एवं जोडों मे असहनीय वेदना होती है । कडकपन आता है ।इस रोग मे अचानक वेदना होती है ।तथापि आपने आप कम भी हो जाती है ।कुछ अंतराल के बाद पुन्हा : शुरु होती है ।कालांतर मे कायम रूप से यह बात का दर्द जोडो मे होता रहता है । जोडो मे युरिक अॅसिड संग्रहित होने से गाठियावात यह रोग होता है।

### खतरे के कारण

- परिवार के कीसी को गाठियावात होने पर
- मूत्र पिंड का रोग अथवा समस्या
- प्युरिन यानि नायट्रोजन युक्त पदार्थो का सेवन उदा. लाल मांस मद्यपान अथवा धुम्रपान, तंबाखू
- मूत्र का प्रमाण बढ़ानेवाली दवाएँ ( एस्प्रिन/वाटरपिल्स)
- चिकित्सकिय समस्याएँ जैसे मधुमेह, उच्च रक्तदाब उच्च वसा प्रमाण



### लक्षणः

- जोडो मे गरमपन लगना, एवं संवेदनशील होना, स्पर्श भी सहन नही होना, जोडो एवं सांधो मे सूजन दिखाई देती है।
- लाल चमकती त्वचा ग्रासित जोडों के पास दिखाई देती है।
- सुजन समाप्त होने के पश्चात त्वचा सिकुडती दिखाई देती है खुजली एवं दाग दिखाई पडते है।

### रोग निदानः

- युरिक अॅसिड जाँच हेतू रक्त जाँच की जाती है ।यह अनेक बार करनी होती है।
- दुखते जोडो के पास का द्रव्य जाँच की जाती है । जिसमे युरिक अॅसिड के गठटो की जाँच की जाती है।

### उपचारः

- स्टेरॉइडस् नही वेदना कम करनेवाली दवाएँ वापरी जाती है ।जैसे आयबुप्रोफेन से सूजन दर्द एवं बूखार कम करने मे मदद मिलती है।
- गाठियावात की दवाएँ सूजन एवं वेदना कम करनेके लिए ही जाती है ।वात दर्द की पुन्हा तकलीफ ना हो तदहेतू दवाएँ दी जाती है ।
- गाठियावात का दर्द शुरु रहते हुए स्टेरॉइडस् की दवाएँ देने पर जोडों का कडकपन एवं वेदना कम होने मे सहाय्यता मिलती है।
- युरिक अॅसिड का निर्माण कम हो इसलिए मूत्र के माध्यम से अधिक युरिक अॅसिड बाहर हो ऐसी दवाएँ दी जाती है ।
- जोडोंमे दर्द एवं ससर्गजन्य निर्माण करनेवाले युरिक अॅसिड के गठटू जमा होने पर हडडीयों की शल्यक्रिया की जाती है । शरीर के अन्य हिस्से से हडडीयाँ निकालकर गाठियारोग ग्रासित हिस्से मे लगाई जाती है ।

### रुग्ण समुपदेशन:

- दुखते हुए जोड़ों को आराम दे ताकी दर्द कम होने मे सहाय्यता मिले ।
- बर्फ से सूजन कम होती है प्लास्टिक थैली मे कुछ बर्फ के टुकडे डालकर सेंकने से सूजन कम होती है।
- लाल मांस ना खाएँ उसमे अस्पॅरगस, पालक फुलगोबी एवं कुछ प्रकार की फल्ली ना खाएँ
- पानी शरीर से युरिक अॅसिड निकालने मे सहाय्यक है।
- वजन कम करने से भी शरीर का युरिक अॅसिड कम हो सकता है।
- मर्यादित मद्यपान अथवा मद्यपान ना करे मद्यपान से गठियावात मे बढौतरी हो सकती है।

Reference: Micromedex<sup>®</sup>s Care Notes System Online 2.0