

मुतखडा

मूतखडा म्हणजे काय?

मूत्रसंस्थेतील पाणी आणि त्याज्य घटकांच्या असमतोलांमुळे मूत्रसंस्थेत मूतखडा उद्भावतो . असे घडल्यास मूत्रातील काही त्याज्य घटकांचे स्फटीक तयार होतात व मूत्रापासून वेगळे राहतात. असे स्फटीक जमा होऊन मूतखडा तयार होतो. मूतखडा युरिक ॲसिड, कॅल्शियम फॉस्फेट किंवा ऑक्झलेटचे असतात.

कारणे-

- पाणी कमी पिणे
- काजू, चॉकलेट, कॉफी आणि हिरव्या पालेभाज्या ज्या ऑक्झलेटयुक्त असतात त्यांचे सेवन.
- मुत्र भावना प्रबळ करणारी, स्टिरॉईड आणि पित्तरोधक औषधे.
- कुटुंबाचा मूतखड्याचा पुर्वइतिहास
- मूत्रपिंड किंवा गुदद्वाराच्या समस्या किंवा गाडुट सारख्या समस्या

चिन्हे आणि लक्षणे-

- पाठीच्या मध्यात दुखण्यास सुरुवात होऊन ती दोन्ही बाजूस पसरणे
- मळमळ आणि वांत्या
- वारंवार लघवीस जावे लागणे, लघवी करतांना जळजळ/आग होणे किंवा गुलाबी वा लाल रंग असणे.
- पाठीच्या खालच्या भागास बाजूस व पोटास स्पर्श केल्यास वेदना होणे.

निदान-

- लघवीची तपासणी
- रक्ततपासणी करून मुत्रपिंडाचे कार्य सुरळित सुरु आहे किंवा नाही हे पाहणे, तसेच रक्तातील कॅल्शियम किंवा युरिक ॲसिडची पातळी तपासणे.
- नॉन कॉन्ट्रास्ट हेलिकल सी.टी स्कॅन , क्ष-किरण
- पोटाची अल्ट्रासाउंड टेस्ट

उपचार-

- नॉनस्टीरॉईड ॲन्टी इन्फ्लेमेटरी ड्रग्स म्हणजे सूज, वेदना, ताप आणि दाह कमी करणे-या औषधांचा एक गट उदा. आयबुप्राफेन परंतु या औषधांमुळे काही रुग्णांमध्ये पोटात रक्तस्राव होणे किंवा मूत्रपिंडाच्या समस्या उद्भावतात.
- डाययुरेटिक्स म्हणजे मूत्र निर्मितीस प्रवृत्त करणारी औषधे
- शरीरातील क्षार आणि मूलद्रव्यांचे प्रमाण प्रमाणित ठेवण्यासाठीची औषधे
- मूतखडा आपोआप निघून न गेल्यास तो काढण्यासाठी शस्त्रक्रिया करावी मूतखड्याचा आकार आणि तो कोठे आहे यावरून पुढील उपचाराची दिशा ठरते.

रुग्ण समुपदेशन-

- बरेच द्रव पदार्थांचे सेवन करणे.
- मूत्रविसर्जनाची भावना टाळू नये वेळोवेळी मूत्र विसर्जन करावे.
- नियमित व्यायाम करावा.
- मूतखडा तयार होण्यास मदत होईल असे अन्नपदार्थ खाणे पिणे टाळावे उदा. बीट, चॉकलेट , पालक, चहा आणि काजूवर्गीय दाणे , ज्यामध्ये ऑक्झालेट फॉस्फेट यांचे प्रमाण अधिक असते आणि त्यामुळे मूतखडा तयार होण्यास मदत होते.