वात रोग (Rheumatoid Arthritics)

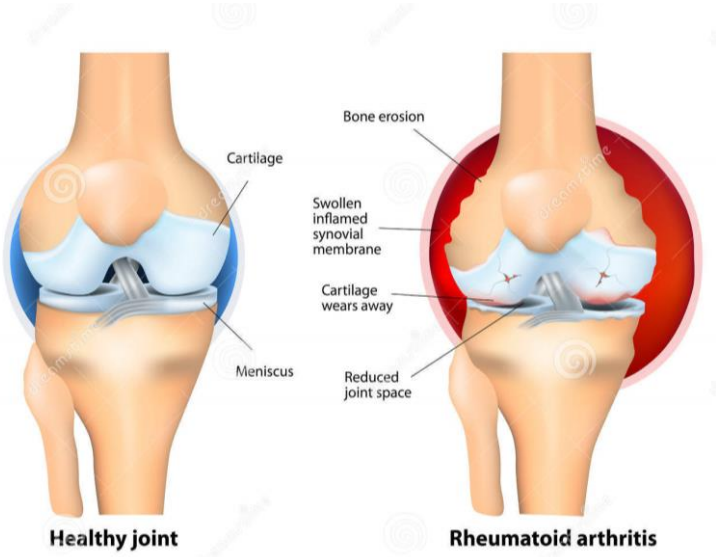
आपको पता है ...

वात रोग यानि क्या?

वात रोग यह दिर्घकालिन स्वयंप्रतिकार रोग है। इस रोग पर जोडोंपर सूजन दर्द होकर उनकी हानी होती है इस रोग मे मुख्य रुप से शरीर की प्रतिकारात्क शक्ती का -हास होता है, जिसके कारण जोडोंके जोडनेवाले आवरण को नुकसान होता है। वातरोग के कारण शरीर के अन्य अंगोंपर दुष्परिणाम होते है, जैसे, नेत्र हृदय एवं फेफडे के कारण हडिड्याँ सिकुडकर कमजोर होनेका खतरा रहता है।

वात रोग किस कारण से बढता है?

- स्त्री होना
- वातरोग का पारंपारिक इतिहास
- उम्र ३० से ६०
- धुम्रपान की आदत



वात रोग के लक्षण-

- जोडों मे दर्द एवं एक घंटेसे अधिक अकडन बने रहना।
- शरीर के दोनेा बाजू एकसमान सूजन आना।
- जोडो की हलचल रुकना।
- जोडोंपर गाँठ बंध जाना।
- थकावट एवं नसोंमे दर्द एवं कमजोरी।
- भूख न लगना एवं वजन कम होना।

वात रोग का इलाज-

- रक्त की जाँच कर सूजन के कारण समझना।
- एक्स रे या एम आर आयः हडिडयाँ अथवा जोडों के आवरण का एक्स रे या एमआर आय किया जा सकता है।
- जोडो मे अलग रंग का द्रव्य डाला जाता हृै जिससे जोडों की वर्तमान स्थिती का अच्छा चित्रण हो सकता है, एमआरआय करते समय शरीर पर कोई धातू नही पहनना चाहिए धोखा बढ सकता है।
- अर्थेसिटेसिस पध्दती से जोडो का द्रव्य निकालकर उसकी जाँच की जाती है। कुछ रोग अथवा अन्य किसी भी समस्या से वातरोग हो सकता है उसकी जाँच की जाती है. ।
- सायनेावीयल बायोप्सी याने जोंडों के आवरण का हिस्सा लेकर परिक्षण करना जोडोंका द्रव्य परिक्षण जाँच के लिए बाहर न निकाला जा सका था , इसमे कोई रोग पाए जाने पर सायनोविल बायोप्सी की जाती है .वातरोग का कारण आवरण की जाँच मे देखा जाता है।

वातरोग पर ईलाज किसप्रकार किया जाता है?

दवाईयाँ- ॲन्टी-हुमॅटिक्स- जिसके कारण वातरोग की गति कम होती है दर्द कत होता है ,अकडन एवं सूजन कम होती है।

NSAIDS- नॉन स्टेरॉयडल अँटी इम्लेफ्लेटरी दवाईयाँ जैसे आयबुफोफेन सूजन दर्द बुखार होनेपर रोकने मे मदद करती है. NSAIDS के कारण कुछ व्यक्तीयों के जठर से रक्तस्त्राव होता है या मूत्र पिंड की समस्या होती है रोगी रक्त पतला होने की दवाइयाँ लेते रहने से ये समस्या विकराल होती है।

- स्टेरॉईड-सूजन कम करने के लिए स्टेरॉइड दिए जाते है।

- बायोलॉजिकल थेरपी से जोडों की सूजन कम होती है दर्द एवं अकडन कम होती है ऐसी दवाओंसे गंभीर इनफेक्शन होने की संभावना रहती है। ऐसे समय चिकित्सकोंकी तीक्ष्ण नजर रहना आवश्यक है।
- शस्त्रक्रिया- शस्त्रक्रिया बिगडने से जोडो अथवा कुछ हिस्सा निकालकर कृत्रिम जोडा बिठाया जाता है जिसके कारण दर्द कम होकर जोडे दुखना बंद होता है। रोगी के जोडों मे इन्फेक्शन होगा या पीठ की हडिड्येांका वजन मज्जातंतूपर पड रहा होगा तो शस्त्रक्रिया करना आवश्यक है।

लक्षणोंपर नियंत्रण के लिए क्या किया जा सकता है ?

- फिजीकल एवं ॲक्यूपेशनल थेरपी सूचनानुसार करनी चाहिए फिजिओ थेरपिस्ट उचित व्यायाम एवं जोडों के वर्तमान हलचल एवं क्षमतानुरुप सुधारने का प्रशिक्षण देते है, जिसके चलते दर्द कम होता है. ॲक्युप्रेशर थेरपिस्ट दैनंदिन कार्य सुलभता से पूर्ण हो ऐसा प्रशिक्षण दिया जाता है.।
- आधार हेतू साधनोकां प्रयोग करें हाथो के जोडों का आराम मिल सके एवं सूजन कम हो तद्हेतू कृत्रिम अवयम लगाने की सलाह दी जा सकती है.
- आवश्यकता पडने पर आराम करना चाहिए जोडो मे दर्द हो तो आराम की अत्यंत आवश्यकता होती है।. सभी लक्षण कम होने तक कम से कम कार्य करे, जिस कार्य मे नसों मे तनाव हो हलचल हो एसे कार्यो को टाले भारी व्यायाम अथवा वजन न उठाऐं।
- बर्फ अथवा उष्णंता का उपयोग करे , बर्फ अथवा गर्म पानी से सेकना चाहिए, इससे सूजन एवं दर्द कम होता है। बर्फ से आवरण का नुकसान टल जाता है. प्लॅस्टिक थैली मे बर्फ ले टॉवेल मे लिपटाकर सूजे जगह पर प्रत्येक घंटे मे पंधरा/बीस मिनट तक सेंके, गर्मं शेकाई मे हॉट पॅक का उपयोग करें.
- शारीरिक हलचल - के कारण क्षमता एवं नरमपन बढनेपर सहाय्यता मिलती है , जिससे दर्द नही होता ऐसे हलचल जारी रखनी चाहिए

त्वरीत सहाय्यता आवश्यकता कब होती है?

- जोडों मे सूजन, दर्द या लाली बढने पर
- अचानक श्वासोच्छवास मे तकलीफ होने पर
- मलमूत्र विसर्जन हेतू दौड दौड होने पर

संदर्भः मायक्रोमेडेक्स केर नोट्स सिस्टम ऑनलाईन २.०