

## പൈൽസ് രോഗം (The Problem of Piles)

(Late) Dr. V. Bharathan M.B.B.S., F.C.G.P.

പൈൽസ് മൂലക്കുരു, അരിശസ്സ് എന്ന പേരുകളിൽ അറിയപ്പെടുന്ന രോഗം മനുഷ്യരിൽ സർവ്വസാധാരണയായി കാണപ്പെടുന്നു. വൈദ്യശാസ്ത്ര വിദഗ്ദ്ധന്മാരുടെ സ്ഥിതിവിവര കണക്കുകളനുസരിച്ച് പ്രായപൂർത്തിയായവരിൽ 50% തോളും പേർക്ക് ഈ രോഗബാധയുണ്ടെന്നാണ് തെളിഞ്ഞിരിക്കുന്നത്. അങ്ങിനെന്നോക്കുമ്പോൾ നമ്മുടെ രാജ്യത്ത് പൈൽസ് രോഗികളുടെ സംഖ്യ കോടിക്കണക്കിന് വരും. ഇതുകൊണ്ട് രാജ്യത്തിനുണ്ടാകുന്ന സാമ്പത്തികനഷ്ടം അതിഭീമമാണ്. ഇതുവരെ പൈൽസ് രോഗം കൊണ്ട് രോഗിക്കും അയാളുടെ വീട്ടുകാർക്കും മറ്റുമുള്ള കഷ്ടനഷ്ടത്തെക്കുറിച്ച് മാത്രമേ നാം ചിന്തിച്ചിരുന്നുള്ളൂ. പക്ഷേ പൈൽസ് രോഗം കൊണ്ടുള്ള ദേശീയനഷ്ടം - രാഷ്ട്രത്തിന്റെ ഉൽപ്പാദനശേഷിയിലുണ്ടാകുന്ന കുറവ് ഇതൊന്നും ആരും കണക്കിലെടുത്തിരുന്നില്ല. ഈ ഗൗരവതരമായ ദേശീയ പ്രശ്നത്തിൽ രാഷ്ട്ര നേതാക്കളുടെ കണ്ണുതുറപ്പിക്കാനും കൂടിയാണ് കർണ്ണാടക സംസ്ഥാനത്തിലെ കോലാർ ഗോൾഡ് ഫീൽഡ്സിൽ (Kolar Gold Fields) സന്തോഷ് ആശുപത്രിയുടെ ആഭിമുഖ്യത്തിൽ ഒരു വിപുലമായ സൗജന്യ പൈൽസ് രോഗ ചികിത്സാക്യാമ്പ് സംഘടിപ്പിച്ചത്. മലമ്പനി, ക്ഷയരോഗം മുതലായ രോഗങ്ങളെപ്പോലെ ദേശീയതലത്തിൽ നിർമ്മാർജ്ജനം ചെയ്യുന്നതിന് പൈൽസ് രോഗത്തിന്റെ കാര്യവുംകൂടി പരിഗണിക്കേണ്ടതാണ്.

## പൈൽസ് രോഗ ലക്ഷണങ്ങൾ

പൈൽസ് രോഗത്തിന്റെ പ്രധാനപ്പെട്ട ഒരു ലക്ഷണം മലശോധനസമയത്തുള്ള രക്തം പോകാൻ. രക്തം കൂടുതൽ പോകുമ്പോൾ ശരീരത്തിലെ രക്തത്തിന്റെ അളവ് കുറഞ്ഞ് വിളർച്ചയും ക്ഷീണവും അനുഭവപ്പെടുന്നു. രോഗിയുടെ അധ്വാനിക്കാനുള്ള കായികശേഷിയും ചിന്തിക്കാനുള്ള മനസ്സിന്റെ ശക്തിയും കുറയുന്നു. ആരംഭദശയിൽ മൂലക്കുരുക്കൾ മലദാർത്തികതയുകൊണ്ട് പുറമെ രോഗിക്ക് അനുഭവപ്പെടുകയില്ല. കാലം ചെല്ലുന്തോറും മലവിസർജ്ജനസമയത്ത് കുരുക്കൾ പുറത്തേക്ക് തള്ളിവരുന്നു. തുടക്കത്തിൽ അവ തനിയെതന്നെ അകത്തേക്ക് വലിഞ്ഞുപോകുകയും ചെയ്യും. പക്ഷേ രോഗം വർദ്ധിക്കുന്തോറും അകത്തേക്ക് പോകാൻ വിഷമം നേരിടും. പിന്നെ അടുത്ത പരിപാടി വിരൽകൊണ്ട് അകത്തേക്ക് തള്ളിവിടുകയാണ്. പിന്നെ കാലക്രമത്തിൽ കുരുക്കൾ മലവിസർജ്ജനസമയത്തല്ലാതെ തന്നെ ഭാരമെടുക്കുകയോ തുമ്മുകയോ ചുമക്കുകയോ ചെയ്യുമ്പോഴും മറ്റുമെല്ലാം പുറത്തേക്ക് വന്നു തുടങ്ങും. മൂലക്കുരു പുറത്തേക്ക് തള്ളിവരുമ്പോൾ അതിൽനിന്നും ഉത്ഭവിക്കുന്ന കൊഴുപ്പുള്ള ദ്രാവകം തട്ടി മലദാർത്തിന് ചുറ്റും അസഹ്യമായ ചൊരിച്ചിൽ അനുഭവപ്പെടും. അസഹനീയമായ ചൊരിച്ചിൽകൊണ്ട് ഉറക്കം നഷ്ടപ്പെടുന്ന രോഗി മലദാർത്തിന് ചുറ്റും നിരന്തരം ചൊരിയുകയും അവിടമെല്ലാം പൊട്ടി പഴുക്കുകയും ചെയ്യും. പല രാത്രികളിലെ ഉറക്കം നഷ്ടപ്പെടുന്ന രോഗിയുടെ മാനസികാവസ്ഥതന്നെ തകരാറിലാകുന്നു. ഈ കൊഴുപ്പുള്ള ദ്രാവകം തട്ടി അടിവസ്ത്രങ്ങൾ നനഞ്ഞ് കൂടെകൂടെ മാറ്റേണ്ടിവരും. അതുകൊണ്ട് പൈൽസ് രോഗിക്ക് കാലക്രമത്തിൽ വിദൂരയാത്രയും സാമൂഹ്യ പരിപാടികളും ഒഴിവാക്കേണ്ടി വരും. അങ്ങിനെന്നസമൂഹത്തിൽ നിന്നും ഒഴിഞ്ഞുമാറി സ്വന്തം ദുഃഖഭാരം ഉള്ളിലൊതുക്കി വിഷാദമൂലമായ ഒരു ജീവിത സായാഹ്നത്തിലേക്കാണ് ഏകാന്തനായ പൈൽസ് രോഗി നീങ്ങുന്നത്. പൈൽസ് രോഗത്തിന്റെ അതിപ്രധാനമായ മറ്റൊരു ലക്ഷണമാണ് മലശോധനക്കുള്ള തടസവും പിന്നെ മലം പോയിക്കഴിഞ്ഞാലും തൃപ്തിവരാതെ വീണ്ടും വീണ്ടും പോകണമെന്നുള്ള വിചാരവും.

A Good morning begins with a good motion, നല്ല ശോധന രാവിലെ കിട്ടിയില്ലെങ്കിൽ ദിവസം മുഴുവൻ നഷ്ടപ്പെട്ട പ്രതീതിയാണ് ദിവസം മുഴുവൻ നീണ്ടുനിൽക്കുക. രാവിലെ തന്നെ ഒരു കെട്ട് ബീഡിയുമായി കക്കൂസിൽ പോയാൽ അത് മുഴുവൻ വലിച്ചുതീർന്ന ശേഷം മാത്രം ഉദ്ദേശിച്ച കാര്യം സാധിച്ചെടുക്കുന്നവരും ഈ കൂട്ടത്തിലുണ്ട്. ഇത് കൂടാതെ ചില വിദഗ്ദ്ധർ കക്കൂസിൽ കയറുന്നത് രാവിലെ തന്നെ ദിനപത്രവുമായിട്ടാണ്. പത്രത്തിന്റെ തലക്കെട്ട് തുടങ്ങി അച്ചടിച്ച ആളുടെയും പ്രസ്സിന്റെ പേരും വരെ പലപ്രാവശ്യം വായിച്ച് ഒരു സമരം ജയിച്ച മുഖഭാവവുമായിട്ടാണ് ഈ ചെറിയ കൃത്യം സാധിച്ച് അവർ മടങ്ങുക. മലശോധനയ്ക്ക് വേണ്ടി ദിവസവും പല തരത്തിലുള്ള ശോധനമരുന്നുകൾ കഴിക്കുന്നവരും പതിവായി എനീമ എടുക്കുന്നവരും ഈ കൂട്ടത്തിലുണ്ട്. വയറ്റിൽ എപ്പോഴും വായു (അർശോ വായു) സംബന്ധമായ പല വൈഷമ്യങ്ങൾ കൊണ്ടും പൈൽസ് രോഗി കഷ്ടപ്പെടുന്നു. ചിലരുടെ കംബ്ലിന്റ് ഗ്യാസ് ട്രബിൾകൊണ്ട് നാലാളുടെ മുൻപിൽ പോകാൻ പറ്റാത്ത അവസ്ഥയാണ്. പിന്നെയുള്ള വിഷമം നല്ല ഭക്ഷണം കിട്ടിയാലും കഴിക്കാൻ പറ്റാത്ത സ്ഥിതി വിശേഷമാണ്. സാധാരണ പ്രമേഹരോഗിയുടെ കള്ളി വെളിച്ചത്താകുന്നത് കാപ്പിയിൽ Without എന്ന് പറയുമ്പോളാണ്. അതുപോലെ പൈൽസ് രോഗിയെ കണ്ടുപിടിക്കാനുള്ള എളുപ്പവഴി 4, 5 പേർ ഇരുന്ന് കോഴി ഇറച്ചി കഴിക്കുമ്പോൾ പൈൽസ് രോഗി തനിയെ ഒഴിഞ്ഞുമാറുന്നത് കാണാം. തിന്നാനുള്ള ആഗ്രഹമില്ലാഞ്ഞിട്ടല്ല. അതിന്റെ ഭവിഷ്യത്തുകൾ ഓർത്താണ് അദ്ദേഹം തന്ത്രപൂർവ്വം പിന്മാറുന്നത്. ഇങ്ങനെയുള്ള ചില കാരണങ്ങൾകൊണ്ട് പൈൽസ് രോഗി സമൂഹമദ്ധ്യത്തിൽ പരിഹാസപാത്രമായി മാറുന്നു. പ്രമേഹം, ഹൃദ്രോഹം, രക്തസമ്മർദ്ദം മുതലായ രോഗങ്ങൾ ബാധിച്ചവർ സ്വല്പം അഭിമാനത്തോടുകൂടിയെന്ന എനിക്ക് സ്വല്പം ഷുഗർ (Sugar) ഉം പ്രഷറും (Pressure) ഉണ്ടെന്നും മറ്റും Audience ന്റെ മുൻപിൽ പ്രസംഗിക്കുമ്പോൾ പൈൽസ് രോഗി അപമാനഭയത്താൽ സ്വന്തം രോഗം മൂടിവെക്കുകയാണ് പതിവ്.

## പൈൽസ് രോഗകാരണങ്ങൾ (മൂലരോഗ നിദാനം)

മനുഷ്യൻ രണ്ടുകാലിൽ ഈ ഭൂമുഖത്ത് നടക്കാൻ തുടങ്ങിയതോടെയാണ് പൈൽസ് രോഗത്തിന്റെ ആവിർഭാവം. ഭൂമിയുടെ ഗ്രാവിറ്റി (ഗുരുത്വാകർഷണശക്തി)യുടെ താഴോട്ടുള്ള വലിവും മലവിസർജ്ജനസമയത്ത് താഴോട്ട് പ്രയോഗിക്കുന്ന സമ്മർദ്ദവും പൈൽസ് രോഗത്തിന് കാരണമാകുന്നു. എന്നെ സമീപിച്ച ഒരു വെറ്റിനറി ഡോക്ടറുടെ ഭാഷയിൽ പറഞ്ഞാൽ മൃഗങ്ങൾ ഈ കാര്യത്തിൽ ഭാഗ്യവാന്മാരാണ്. കാരണം അവർക്ക് പൈൽസ് രോഗബാധയെ പേടിക്കാനില്ലല്ലോ. പൈൽസ് രോഗത്തിന്റെ മറ്റൊരു പ്രധാനകാരണം പാരമ്പര്യമാണ്. ഒരു കുടുംബത്തിൽ തന്നെയുള്ള രക്തബന്ധമുള്ള പല രോഗികളും എന്റെ പൈൽസ് രോഗികളുടെ പട്ടികയിൽ പെട്ടിട്ടുണ്ട്. ഹൃദ്രോഗം, രക്തസമ്മർദ്ദം, പ്രമേഹം മുതലായ പ്രധാനപ്പെട്ട പല രോഗങ്ങളെയും പോലെ പൈൽസിന്റെയും മൂലകാരണം ഭക്ഷണത്തിന്റെയും വ്യായാമത്തിന്റെയും പാകപ്പിഴകളാണ്. അമിതവും പരിഷ്കരിച്ചതുമായ ആഹാരശീലവും വ്യായാമത്തിന്റെയും അഭാവവും കൊണ്ടാണ് മേൽപ്പറഞ്ഞ എല്ലാ രോഗങ്ങളും ഉണ്ടാകുന്നത്. അതിന് പകരം ജനങ്ങൾ ഡോക്ടർമാരുടെ അടുത്തും മരുന്നുഷാപ്പുകളിലും പോയി പൈസ കൊടുത്ത് ആരോഗ്യം വിലക്കുവാങ്ങുവാനാണ് ശ്രമിക്കുന്നത്. വയലും വീട്ടിലേയും ശ്രോതാക്കളോട് എനിക്കുള്ള അഭ്യർത്ഥന നിങ്ങളുടെ വീട്ടുവളപ്പിൽ നിങ്ങൾതന്നെ അധ്വാനിച്ചു കൂടുതൽ പച്ചക്കറികളും പഴവർഗ്ഗങ്ങളും ഉൽപ്പാദിപ്പിക്കുക അവ നിങ്ങളുടെ ആഹാരത്തിന്റെ മുഖ്യഭാഗമായി തീരട്ടെ. നിങ്ങൾക്ക് പൈൽസ് രോഗവും മറ്റു രോഗങ്ങളും വരാതിരിക്കാൻ അത് തീർച്ചയായും സഹായിക്കും. സ്ത്രീകൾക്ക് മിക്കവാറും ഗർഭധാരണത്തോടും പ്രസവത്തോടും കൂടിയാണ് പൈൽസ് രോഗത്തിന്റെ ഉൽഭവം.

ഗർഭസമയത്ത് വയറ്റിലുണ്ടാകുന്ന അധികസമ്മർദ്ദവും മലബന്ധവും മറ്റുമാണ് അതിന് കാരണം. പ്രസവശേഷം ഏതാണ്ട് 75% പേർക്കും രോഗലക്ഷണങ്ങൾ തനിയെ തന്നെ ശമിക്കുന്നു. വീണ്ടും പ്രസവിക്കുമ്പോൾ രോഗലക്ഷണങ്ങൾ വീണ്ടും തലപ്പൊക്കുന്നു. അതുകൊണ്ട് ഗവൺമെന്റ് തലത്തിൽ ഏർപ്പെടുത്തിയിട്ടുള്ള കുടുംബാസൂത്രണ പരിപാടികൾ ഉപയോഗപ്പെടുത്തുന്നത് രണ്ട് തരത്തിൽ കുടുംബക്ഷേമത്തിന് സഹായകരമാണ്. കുടുംബക്ഷേമാസൂത്രണ പ്രവർത്തകർ ഈ കാര്യംകൂടി സ്ത്രീകളുടെ ശ്രദ്ധയിൽപ്പെടുത്തിയാൽ നന്നായിരിക്കും. പൈൽസ് രോഗം വരാതിരിക്കാൻ കുടുംബാസൂത്രണ മാർഗ്ഗങ്ങൾ സ്വീകരിക്കുക. ഇതായിരിക്കട്ടെ നിങ്ങളുടെ അടുത്ത മുദ്രാവാക്യം. പക്ഷെ ഇത് പുരുഷന്മാർക്ക് ബാധകമല്ല.

ഗൾഫ് രാജ്യങ്ങളിൽ പോയി ജോലി നോക്കുന്നവർക്ക് ഈ രോഗം കൂടുതലായി കാണപ്പെടുന്നു. അനേകായിരം രോഗികളുടെ രോഗചരിത്രം പരിശോധിച്ചു നോക്കുമ്പോൾ കാണാവുന്ന ഒരു വസ്തുതയാണ് ഇത്. വൈദ്യശാസ്ത്ര പുസ്തകങ്ങളിലൊന്നും ഇതിനെപ്പറ്റി പരാമർശിച്ചു കാണുന്നില്ല. രോഗമില്ലാത്തവർക്ക് പുതിയതായിട്ടും ചെറിയതോതിൽ രോഗം ഉള്ളവർക്ക് ഗൾഫിൽ പോയശേഷം കൂടുതലായിട്ടും പൈൽസ് രോഗം കാണുന്നുണ്ട്. അവിടത്തെ ഭക്ഷണത്തിന്റെയും കാലാവസ്ഥയുടെയും പ്രത്യേകതയായിരിക്കണം ഇതിന് കാരണം.

## പൈൽസ് - രോഗ ചികിത്സ

പൈൽസ് രോഗചികിത്സയെപ്പറ്റിയുള്ള ചില തെറ്റിദ്ധാരണകൾ തിരുത്താൻ കൂടിയാണ് ഈ പ്രഭാഷണം അവതരിപ്പിച്ചിരിക്കുന്നത്. മറ്റുള്ള രോഗങ്ങൾ ചികിത്സിച്ചു മാറ്റുന്നത് പോലെ അതായത് ടി.ബി. ടൈഫോയിഡ് മുതലായ രോഗങ്ങൾപോലെ ഉള്ളിൽ മരുന്ന് കഴിച്ചോ മരുന്ന് കുത്തിവെച്ചോ പൈൽസ് രോഗം മാറ്റാനുള്ള ഒരു മരുന്ന് ലോകത്തിൽ ഒരു ചികിത്സാസമ്പ്രദായത്തിലും ഇതുവരെ കണ്ടുപിടിച്ചിട്ടില്ല. സാധാരണ ഡോക്ടർമാരെ സമീപിച്ചാൽ പൈൽസ് രോഗികൾക്ക് പുറട്ടാനുള്ള ഓയിൻമെന്റും അകത്തുകഴിക്കാനുള്ള പലതരം ഗുളികകളും ആണ് കുറിച്ചു കൊടുക്കാറുള്ളത്. അതുകൊണ്ട് രോഗം മാറുന്നില്ലെന്ന് മാത്രമല്ല പൈൽസ് രോഗം ഒരിക്കൽ വന്നുപോയാൽ 1-2-3-4 എന്നീ ഡിഗ്രികളായിട്ട് മുന്നോട്ട് പോവുകയും പലേതരത്തിലുള്ള Complications (വൈഷമ്യങ്ങൾ) ക്ഷണിച്ചുവരുത്തുകയും ചെയ്യും. പൈൽസിന്റെ ഓപ്പറേഷൻ ഒരു ഹാർട്ട് ഓപ്പറേഷനേക്കാളും ജനങ്ങൾക്ക് ഭയമാണ്. ഓപ്പറേഷനാണെങ്കിൽ ബോധം കെടുത്തി ഓപ്പറേഷൻ കഴിഞ്ഞ് കുറച്ച് ദിവസം വേദന അനുഭവിച്ച് ആശുപത്രിയിൽ കിടന്നശേഷം സ്വന്തം ജോലിക്ക് പോകാൻ വീണ്ടും ഏതാനും ആഴ്ചകൾ തന്നെ വേണ്ടിവരും. ഇപ്പോൾ പൈൽസ് രോഗത്തിന് ലളിതവും ഫലപ്രദവുമായ പല ചികിത്സാരീതികളും ഉണ്ട്. ബോധം കെടുത്തി ആശുപത്രിയിൽ കിടത്തി ചികിത്സിക്കാതെതന്നെ പൈൽസ് രോഗം വേദനകുറഞ്ഞ രീതിയിൽ മാറ്റാൻ കഴിയുന്ന പല ചികിത്സാരീതികളും ശാസ്ത്രീയമായി കണ്ടുപിടിച്ചിട്ടുണ്ട്. പൈൽസ് രോഗം തുടക്കത്തിൽ തന്നെ ചികിത്സിക്കുന്നതാണ് രോഗിക്കും ഡോക്ടർക്കും എളുപ്പം. പൈൽസ് രോഗ ചികിത്സ നീട്ടിക്കൊണ്ടുപോകുന്നതോടും നിങ്ങളുടെ ആരോഗ്യവും ധനവും മനസമാധാനവും നഷ്ടപ്പെടുകയാണ്.

## പൈൽസ് രോഗികൾക്കുള്ള സന്ദേശം

ഈ ചെറിയ പ്രഭാഷണം അവസാനിപ്പിക്കുന്നതിന് മുൻപ് പൈൽസ് രോഗികൾക്കും രോഗമില്ലാത്തവർക്കും ഒരു സന്ദേശം. പൈൽസ് രോഗികൾ യാതൊരു കാരണവശാലും നിരാശപ്പെടേണ്ട ആവശ്യമില്ല. Diabetes Association, Heart Foundation, Cancer Society എന്നീ രോഗ സംഘടനകളെപ്പോലെ പൈൽസ് രോഗികൾക്കും ഒരു സംഘടനയിലവിൽ വന്നിട്ടുണ്ട്.

കർണ്ണാടക സംസ്ഥാനത്തിലെ കോലാർ ഗോൾഡ് ഫീൽഡിൽ (Kolar Gold Fields) ഒരു പ്രമുഖ സേവനസംഘടനയായ ശ്രീ ജയിൻ യുവക്മൺഡൽ ആണ് അതിന്റെ സംഘടകർ (Piles Treatment Promotion Council) എന്ന പേരിൽ അറിയപ്പെടുന്ന ഈ സംഘടനയാണ് ആദ്യമായി പൈൽസിന് വേണ്ടി ഒരു സൗജന്യ ചികിത്സാ ക്യാമ്പ് സംഘടിപ്പിച്ചത്.

പൈൽസ് രോഗം വരാതിരിക്കാനായി ഭക്ഷണത്തിലും വ്യായാമത്തിലും കൃത്യമായ നിഷ്കൾ സ്വീകരിക്കണം. മാംസാഹാരം കൂടുതൽ കഴിച്ചാൽ അതായത് മത്സ്യം, മാംസം, മുട്ട, പാല്, വെണ്ണ മുതലായവ കഴിച്ചാൽ ദഹനം കഴിഞ്ഞ് കൂടലിൽ നിന്നും പുറത്തുപോകാനുള്ള അവശിഷ്ടം കുറവായിരിക്കും. അതുകൊണ്ട് ഫൈബർ (നാരുകൾ) കൂടുതലുള്ള പച്ചക്കറികളും പഴങ്ങളും കൂടി ആഹാരത്തിന്റെ ഭാഗമാക്കണം. ശുദ്ധജലം ധാരാളം കുടിക്കുന്നത് പൈൽസ് രോഗവും മുത്രാശയത്തിൽ ഉണ്ടാകുന്ന കല്ലു രോഗവും വരാതിരിക്കാൻ സഹായിക്കും. കക്കൂസിൽ പോയി കൂടുതൽ സമയം ഇരിക്കുന്നതും കൂടെ കൂടെ പോകുന്നതും ഒഴിവാക്കണം. പക്ഷെ മലശോധനയ്ക്ക് പതിവായി വിരേചനഔഷധങ്ങൾ കഴിച്ച് വയറിളക്കുന്നതും ശരിയല്ല. സ്ത്രീകൾ കുടുംബാസൂത്രണ മാർഗ്ഗങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച് പ്രസവത്തിന്റെ എണ്ണം കുറയ്ക്കുന്നത് നല്ലതാണ്. രോഗബാധ ഉണ്ടെങ്കിലും ഇല്ലെങ്കിലും ഇടക്കിടെ പതിവായി 1-2 വർഷത്തിനിടക്ക് ആശുപത്രിയിൽ പോയി Medical Checkup (സംപൂർണ്ണമായ വൈദ്യപരിശോധന) നടത്തുന്നത് രോഗം വരാതിരിക്കാനും രോഗങ്ങൾ ആരംഭത്തിൽ തന്നെ കണ്ടുപിടിക്കാനും സഹായിക്കും. എന്റെ ഏതാണ്ട് കാൽനൂറ്റാണ്ട് കാലത്തെ അനുഭവത്തിൽ ലക്ഷക്കണക്കിന് രോഗികൾ എന്നെ കാണാൻ വന്നിട്ടുണ്ട്. പക്ഷെ രോഗമില്ലാത്ത ഒരു മനുഷ്യനും എന്നെ വന്നു കണ്ടു. ഡോക്ടർ. എനിക്ക് പ്രത്യേകിച്ച് രോഗമൊന്നുമില്ല. എനിക്ക് ഒരു വൈദ്യപരിശോധനക്കുള്ള സമയമായി എന്നു പറഞ്ഞിട്ടില്ല. പൈൽസ് രോഗമാണെന്നുള്ള ദുഃഖവിശ്വാസത്തോടെ എന്റെയടുത്ത് വന്നിട്ടുള്ള പല രോഗികൾക്കും മലദ്വാരസംബന്ധമായ കാൻസർ രോഗം വരെ കണ്ടിട്ടുണ്ട്. മലദ്വാരസംബന്ധമായ എല്ലാ രോഗങ്ങളുടെയും പ്രധാനലക്ഷണങ്ങൾ മിക്കവാറും ഒരുപോലെയാണ്. അതുകൊണ്ട് രോഗലക്ഷണങ്ങൾ കാണുന്നത് മുൻപേതന്നെ മെഡിക്കൽ ചെക്ക്പ്പ് യഥാസമയം നടത്തുന്നത് നല്ലതാണ്. എന്തെങ്കിലും ചെറിയ രോഗലക്ഷണങ്ങൾ കാണുന്നുണ്ടെങ്കിൽ സമയം നഷ്ടപ്പെടുത്താതെ തീർച്ചയായും ഡോക്ടറെ കൺസൾട്ട് (Consult) ചെയ്യേണ്ടതാണ്. ഇപ്പോൾ ഡയബറ്റിസ്, ഹൃദ്രോഗം, രക്തസമ്മർദ്ദം മുതലായ രോഗങ്ങളെല്ലാം തന്നെ രോഗി അറിയുന്നതിന് മുൻപ് തന്നെ കണ്ടുപിടിക്കാനുള്ള പരിശോധനകളും ടെസ്റ്റുകളും ഉണ്ട്. മുൻകൂട്ടി കണ്ടുപിടിച്ചാൽ ഭക്ഷണത്തിലും വ്യായാമത്തിലുമുള്ള ക്രമീകരണം കൊണ്ടും പുകവലി, മദ്യപാനം മുതലായ ദുശ്ശീലങ്ങൾ നിയന്ത്രിച്ചും അവയെ തടയാവുന്നതാണ്. നിങ്ങൾക്ക് രോഗം വന്നാൽ അത് നിങ്ങളെയും കുടുംബത്തെയും സമൂഹത്തെയും രാഷ്ട്രത്തെയും എല്ലാം ബാധിക്കുന്നു. രോഗമില്ലാതെയുള്ള ഒരു ജീവിതം മാത്രമല്ല പരിപൂർണ്ണമായ ശരീരത്തിന്റെയും മനസ്സിന്റെയും ആരോഗ്യമായിരിക്കട്ടെ നിങ്ങളുടെ ജീവിതലക്ഷ്യം.

**(Late) Dr. V. Bharathan**  
M.B.B.S., F.C.G.P.

**Dr. Santosh Bharathan**  
M.B.B.S., M.S. F.A.G.E.  
Consultant Surgeon, Proctologist  
Specialist - Laser Surgery.  
Licensee Govt. of DUBAI  
Dept. of Health & Medical Services Head Quarters  
Member of The American Society of Colon & Rectal Surgeons

**Dr. Rajesh Bharathan**  
M.B.B.S., M.S.  
Consultant Surgeon