சந்தோஷ் மருத்துவமனை

மூலம் மற்றும் மலக்குடல் நோய்களுக்கான

சிறப்பு மருத்துவமனை

மூல வியாதி-ஆராய்ச்சி மையம்

தலைச்சேரி - 670 101

கேரள மாநிலம்

SANTHOSH HOSPITAL

FOR PILES AND PROCTOLOGY

தொலைபேசி

தலைச்சேரி

- 0490-2342702
- 0490-2326162
- 0490-2329006
- 0490-2343469

Dr. சந்தோஷ் பரதன் M.B.B.S., M.S.,

(மருத்துவ அதிகாரி)

www.santhoshhospital.org

“மூலவியாதியின் பிரச்சனைகள்”

“மூலம்”-இது ஒரு நாடு தழுவிய தொந்தரவு

Dr. பரதன் V.

‘‘மூல வியாதி’’ என்கின்ற பிரச்சனையானது மனிதன் இரண்டு கால்களால் நடக்கத் துவங்கியதிலிருந்தே இருந்து வருகிறது. மனிதன் மட்டுமே பெற்ற சிறப்பு நிலையான, நான்குகால் விலங்குகளிடம் காணப்படாத, ‘‘நிமிர்ந்த நிலை’’யின் பொருட்டு அதற்கு அபராதமாக “மூலவியாதி”யைப் பெற்றுள்ளான்.

மூலவியாதி ஏற்படுவதற்கு காரணம் - மலம் கழித்தலின்போது தசைகள் இடைவிடாது வெளிப்புறமாக இழுத்தும், உள்புறம் அழுத்தியும் செயல்படுகின்ற தன்மையினால் ஆகும். மூலவியாதியை அறவே ஒழிப்பது என்பது மனிதன் சந்திர மண்டலத்தில் குடியேறினால் மட்டுமே சாத்தியமாகும்.

ஏனெனில் அங்கே ஈர்ப்பு விசை இல்லாத காரணத்தால், மலக்குடல் பகுதியானது இழுக்கப்படுவது இல்லை. இல்லையெனில் மனிதன் அங்கு நான்கு கால் நிலையில் அவனது மூதாதையர் போல் செயல்பட வேண்டும். இவைகள் நடைமுறையில் சாத்தியமில்லை.

மூலவியாதியற்ற சமுதாயத்தை அடுத்த நூற்றாண்டில் மனிதன் வேறு கிரகங்களில் குடியேறும்போதும் தான் நாம்

கற்பனை செய்து பார்க்க இயலும். அதுவரையில், நாம் இந்த வியாதியினால் துன்பப்படுவோரின் சொல்வண்ணா துயரங்களையும், மனவேதனைகளையும் எதிர்கொண்டுதான் ஆகவேண்டும்.

பொதுவாக, ''மூலவியாதி'' என்பது சாதாரணமாக சளிப்பிடிப்பது போன்றதே. அதிகாரப் பூர்வ மருத்துவக் கணக்கெடுப்பின்படி மக்கள் தொகையில் 50 சதவீத வயது வந்தோர்கள், முக்கியமாக வேலைக்கு செல்பவர்கள் இவ்வியாதியால் பாதிக்கப்பட்டுள்ளார்கள். இதன் காரணமாக, பண்ணை உற்பத்தி பொருட்களிலும் மற்றப் பிற துறைகளிலும் தேசிய அளவில் பொருளாதார இழப்பு கற்பனை செய்து பார்க்க இயலாத அளவிற்கு ஏற்படுகிறது. மேலும் இதே விகிதத்தில் சென்றால் அடுத்த சில வருடங்களில் மூலவியாதிஸ்தர்களின் எண்ணிக்கை லட்சக்கணக்கில் பெருகிவிடும்.

இன்னும் கணக்கெடுப்பில் வராத நிறைய மூல வியாதிஸ்தர்களை சரியாக அடையாளம் காணஇயலவில்லை. ஏனெனில், அவர்கள் சமுதாயத்திற்கு பயந்து அது ஒரு அருவருக்கத்தக்கதாக எண்ணிக்கொண்டு, அவரிகளின் நோயின் நிஜத்தன்மையை வெளியே சொல்லத் தயங்குவதுதான் காரணம். மூலவியாதியானது பாதிக்கப்பட்ட வியாதிஸ்ருக்கு பிரச்சனை கொடுப்பதோடல்லாமல், அவரது மாறுபட்ட பழக்க வழககங்களை சகிக்க முடியாமல் குடும்பத்தாருக்கும், அவரது அருகாமையிலிருப்போருக்கும் தொல்லை கொடுக்கிறது.

எனவே, மூலவியாதியை நாட்டின் பிரச்சனையாகக் கருதி, நமது தேசத்தலைவர்களின் கவனத்திற்கு கொண்டு செல்ல மூலவியாதிக்கென்றே இலவச மருத்துவ முகாம்களை நத்தினோம். முதன் முதலாக K.G.R. ல் கோலார் தங்க வயல் என்னுமிடத்தில் மருத்துவ சரித்திரத்திலேயே இவ்வுலகில் எவருமே செய்திராத வகையில் மிகப்பெரிய அளவில் டிசம்பர் 1985ம் ஆண்டு மூலவியாதிக் கென்றே இலவச மருத்துவ முகாம் நடத்தினோம். இரண்டு நாட்கள் நடைபெற்ற இம்முகாமில் ஐநூறுக்கும் மேற்பட்டோர் பரிசோதிக்கப்பட்டு இலவசமாக வைத்தியம் அளிக்கப்பட்டனர். அதன் தொடர்பு முகாமாக மீண்டும் டிசம்பர் 1986-ல் அதே இடத்தில் நடத்தினோம். முதன் முகாமில் வைத்தியம் பார்க்கப்பட்ட அனைவருமே முழுமையாக குணமடைந்து மகிழ்ச்சியோடு இருப்பதைக் கண்டு ஆனந்தமடைந்தோம்.

இகண்டாவது முகாம் 1987-ம் ஆண்டு பெங்களூரில் நடத்தினோம். அங்கும் ஆயிரத்திற்கும் மேற்பட்டோர் பரிசோதிக்கப்பட்டு இலவசமாக வைத்தியம் அளிக்கப்பட்டனர். அதன் தொடர்பு முகாம் 1989ம் ஆண்டு அங்கு நடத்தினோம். முன்பு வைத்தியம் செய்யப்பட்ட அனைவருமே முழுமையாக இவ்வியாதியிலிருந்து விடுவிக்கப்பட்டு மிகவும் மகிழ்ச்சியோடு இருப்பதைக் கண்டோம்.

மூன்றாவதாக 1990ம் ஆண்டு சென்னையில் நடத்தப்பட்ட முகாமில் ஆயிரத்து நாநூறுக்கும் மேற்பட்டோர் இலவசமாக பரிசோதிக்கப்பட்டு வைத்தியம் அளிக்கப்பட்டனர்.

வியாதிஸ்தர்கள் முழுமையாக குணமடைந்து மகிழ்ச்சியோடு இருப்பதை உறுதி செய்ய, இதன் தொடர் முகாமாக அடுத்த ஆண்டு சென்னையில் நடத்த உள்ளோம். இம்முகாமில் கலந்து கொண்ட மக்கள் பிரதிநிதிகள் மூலநோய் ஒழிப்பின் அவசியத்தை உணர்ந்து, மலேரியா, காசநோய் போன்று மூலநோய் தடுப்பிற்கும் அரசு முக்கியத்துவம் அளிக்கும் என உறுதி அளித்துள்ளனர்.

PILES-SIGNS & SYMPTOMS

மூல வியாதிக்கான அறிகுறிகள்

மூல வியாதி பற்றிய விழிப்புணர்வே அதற்கான ஆரம்ப அறிகுறி ஆகும். ஒரு இயல்பான நபர் தனது ஆசனவாய், மலக்குடல் பற்றிய பிரச்சனை இல்லாத போது அது குறித்து நினைக்க வேண்டிய அவசியமில்லை. எப்போது ஒரு தன் கீழ்நிலை வாயிலான மலக்குடல் பற்றி கவலைப்படும்போது முதன் முதலில் கேடு ஆரம்பமாகிறது. மலம் கழிக்கும்போது இரத்தக்கசிவு ஏற்படுவது தெளிவாக காணப்படும் அறிகுறி ஆகும். இரத்த சேதம் மிகுதியாக ஏற்படும்போது இரத்த சோகோயினால் உடலும் உள்ளமும் வலிமை இழந்து போவார்கள். ஆரம்ப நிலையில் மூலக்கட்டிகள் (Pile-masses) மலக் குடலின் உட்பகுதியில் இருக்கும்போது இரத்தக்கசிவு எரிச்சல், அரிப்பு, மலச்சிக்கல் மற்றும் சில தெளிவற்ற அறிகுறிகள் காணப்படும். மூல வியாதியின் இரண்டாம் நிலையில் மூலக்கட்டிகள் மலம் கழிக்கும் சமயம் வெளிவந்து

பின்தானே உள்சென்று விடும். மூன்றாம் நிலையில் மூலக்கட்டிகள் வெளிவரும். ஆனால் தானாக உள்ளே செல்ல இயலாது. நாம் விரலால் உள்ளே செலுத்த வேண்டும். வியாதி மேலும் வளரும் போது மூலக்கட்டிகள் இருமல், தும்பல், பளுதூக்குதல் போன்ற சமயங்களில் வெறிவந்து மிகுந்த அசௌகரியங்களை ஏற்படுத்தும்.

நான்காவது நிலையில் கட்டிகள் இரத்த நாளங்களின் வீக்கம் காரணமாக வெளிவந்து உள்ளே செல்ல இயலாது போதும். அதனால் தாங்க இயலாத வலி ஏற்படும். "ஒரு சமயம் காபினட் அமைச்சர் ஒருவர் அமைச்சர் கூட்டத்தின்போது ஒரு சங்கடமான சூழலில் ஏதோ ஒரு சாக்கு சொல்லி இடையில் செல்ல வேண்டிய செய்தி எனக்கு நினைவு வருகிறது. மூலத்தினிற்று வெளிவரும் சீதம் சமாளிக்க இயலாத அரிப்பு, எரிச்சலை ஏற்படுத்தி வியாதிஸ்தருக்கு மிகுந்த அசௌகரியத்தை தரும். இது போன்ற தொந்தரவுகளினால் இரவு தூக்கமின்மை ஏற்பட்டு மனத்தின் சமநிலை பாதிக்கப்பட்டு மனநல மருத்துவரை நாடவேண்டி வருகிறது. எப்போதும் மூலத்தினின்று வெளிவரும் திரவக்கசிலின் காரணமாக உள் ஆடைகள் நனைந்து தொந்திரவு ஏற்படுவதால் வெளியூர் பயணங்கள் தவிர்க வேண்டி வருகிறது. முடிலில் மூல வியாதியஸ்தரின் மன அழுத்தம் காரணமாக தனிமை வாழ்க்கையை மேற்கொள்ள வேண்டியதாகிறது. இவ்வாறு நோய் பீடித்த நபரை அரசியல், சமூக நிலையில் அமர்த்தினாலும், அவரால் செயல்பட முடிவதில்லை. இதுதான் மூலவியாதிர்களுக்கான வெளிப்பாடு ஆகும்.

மூலவியாதிக்கான மற்றொரு அறிகுறி மலச்சிக்கல் ஆகும். நல்ல முறையில் மலம் கழித்தவே அந்த நாளின் இனியே துவக்கம் ஆகும். நல்ல முறையில் மலம் கழிக்காவிடில் அன்று முழுவதுமே எரிச்சல், மன உளைச்சல் இருந்து கொண்டே இருக்கும். சிலர் காலைக்கடன் கழிக்க செல்லும்போது ஒரு பாக்கெட் சிகரெட்டுடன் சென்று முழுதும் புகைத்தே வெளிவருவர். மலச்சிக்கல் மூலநோய் ஏற்படமட்டும் காரணமில்லை. அதனை தீவிரப்படுத்தவும் காரணமாகிறது. எவரொருவர் அரை மணிக்கும் மேலாக கழிப்பறையில் செலவிடுகிறாரோ அவரும் அடிக்கடி மலம் கழிப்பவரும் மூலநோய்க்கு ஆளாகிறார்கள். சிலர் தினமும் மலமிளக்கி சாப்பிட்டும் எனிமா எடுத்துக்கொண்டும் காலைக் கடன்களை முடிக்கின்றனர்.

வாயுத்தொந்திரவு மூல வியாதியஸ்தருக்கு பொதுவான தொந்திரவு ஆகும். நவீன மருத்துவம் வாயுவிற்கு பொதுவான முக்கியத்துவம் தருவதில்லை. வாயுத்தொல்லையால் வியாதியஸ்தர்கள் சொல்லாண்ணா வயிற்று தொல்லைகளால் அவதிப்படுகின்றனர். மார்பு, தலை, பெப்டிக் அல்ஸர், இதயநோய், நரம்புப்பிணி, போன்றவைகளுக்கும் ஆளாகின்றனர். எனக்குத் தெரிந்து வளைகுடா நாட்டில் பணி ஆற்றிவரும் ஒரு மூல வியாதியஸ்தருக்கு இதயம், இரைப்பை, குடல் போன்ற உறுப்புகளில் பிணி காரணமாக உரிய வல்லுநர்கள் மருத்துவம் செய்தனர். ஆனால் இறுதியில் அவர் மனநோய் மருத்துவமனையில் அனுமதிக்கப்பட்டார். பின்னர்

மூலவியாதிக்கான மருத்துவம் மேற்கொண்டதில் அனைத்து பிணிகளுக்கான அறிகுறிகள் நீங்கி விட்டதாக எனக்கு எழுதிய கடிதத்தில் தெரிவித்துள்ளார். அவர்களுக்கு மூட்டு சம்பந்தமான (முதுகு, கால்களில்) வலி ஏற்படுகிறது. வயது வந்த ஆண்களுக்கு புரோஸ்டேட் சுரப்பி வீக்கம் காரணமாக அறுவை சிகிச்சை செய்து கொள்கின்றனர். ஆனாலும் அவர்களுக்குரிய மூலவியாதி சிகிச்சைக்குப் பின்னரே சிறுநீர் கழிப்பதில் உள்ள தொந்திரவு நீங்குகிறது.

மூல நோயாளிகள், கோழி, முட்டை, மாமிசம் போன்ற சத்துள்ள உணவுகளை, சர்க்கரை நோயாளிகள் காபிக்கு சர்க்கரை வேண்டாம் என்பது போல தவிர்த்து விடுகின்றனர். வாழ்க்கையில் அனைத்து வசதிகள் இருந்தும் கூட மூலவியாதி காரணமாக எதையும் அனுபவிக்க இயலுவதில்லை. இறுதியில் மூல நோயாளிகள் மக்கள் மத்தியில் சிரிப்பிற்கும், கேலிக்கும் ஆளாகின்றனர். சர்க்கரை வியாதியஸ்தர்களோ இரத்த அழுத்தம், இதய வியாதி உள்ளவர்களோ பெருமையாக மக்கள் மத்தியில் வெளிப்படுத்தும்போது மூலநோயாளிகள் அதனை மறைத்து விடுகின்றனர்.

மூலவியாதியுடன் தொடர்புடைய ஆசனவாய் வெடிப்பு (Fissure-in-Ano), புரைபுண் (Fistula) குதம் பிதுக்கல் (Prolapse Rectum) வேர்விட்டு வளர்ச்சி, குதத்தைச் சுற்றி தொற்று மற்றும் கீழ்கட்டி ஏற்படுதல் போன்றவைகளுக்குமான அறிகுறிகள்

பற்றி விளக்கினால்தாந் முழுமை பெறும். பெரும்பாலான மேற்சொன்ன நிலைகள் மூலவியாதியுடன் சேர்ந்தே காணப்படுகின்றன. ஆசனவாய் பாதையில் எந்த தொல்லை ஏற்பட்டாலும் அது மூலநோய் என்றே கருதுகின்றனர். (Fissure-in-Ano) ஆசனவாய் வெடிப்பு மிகவும் வலிதரக்கூடிய கோளாறு ஆகும். இது ஆசன வாயில் ஏற்படும் சிறிய வெடிப்புதான் ஆனால் மலம் கழிக்கும்போது அது விரிவடைந்து சொல்லண்ணா துயரத்தை ஏற்படுத்துகிறது. மேலும் அந்த பாதிப்பு சிலமணி நேரம் வரை நிடித்து வியாதியஸ்தரை படுக்கையில் இருக்கும்படி செய்து விடுகிறது இறுதியில் வியாதியஸ்தர் மலம் கழிக்க செல்வதென்றாவே பயப்படும் அளவிற்கு வளர்ந்து பயனற்ற மலமிளக்கி, மேற்பூச்சு களிம்பு ஆகியவைகளை பயன்படுத்துகின்றனர்.

(Fissure-in-Ano) பிஸ்டுலா என்பது ஆசனவாய் பகுதியில் உட்புற வெளிப்புற சுவருக்கிடையில் ஏற்படும் புரையோடிய புண் ஆகும். இது திரும்ப, திரும்ப வரக்கூடிய வியாதி ஆகும். இதிலிருந்து சீழ், மலம் சம்பந்தப்பட்ட கழிவு ஆகியன வெளிவருகின்றது.

குதத்தைச் சுற்றி (Peri Anal Abscess) குதத்தைச் சுற்றி ஏற்படும் சீழ்கட்டி சாதாரணதொன்றால் ஏற்பட்டு மிகவும் வலியை ஏற்படுத்துகிறது. அதற்கு சரியான முறையில் அறுவை சிகிச்சை அளிக்காவிடில் அது பிஸ்டுலா போன்ற தொந்திரவிற்கு பின்னர் வழிவகுத்து விடுகிறது.

'குதம்' பிதுக்கம் என்பது மலம் கழிக்கும் சமயம் ஆசனவாய் புடைத்து போகும் நிலை ஆகும். அங்கே மூலம் என்பது கட்டியாக உருவாகிறது. கடிகாரத்தில் 3 மணி, 7 மணி, 11 மணி ஆகிய சாய்மான நிலையில் ஏற்படுகிறது. வீக்கம் என்பது பலூன் போன்று ஆசனவாய்ப் பகுதியில் காணலாம். வேர் (Polyp) என்பது குழந்தைகளிடம் தோன்றக்கூடிய ஒன்று. அது செர்ரி சிவப்பில் இரத்தக் கசிவு கழலை கட்டியிலிருந்து மலம் கழிக்கும் சமயத்தில் வெளியாகும்.

CAUSES OF PILES

மூல வியாதிக்கான காரணங்கள்

ஏற்கனவே நான் கூறியபடி மூலவியாதிக்குக் காரணம் மலம் கழிக்கும் சமயம் தவிக்க இயலாத நிலையில் கீழ் நோக்க இழக்கும் ஈர்ப்பு விசையையும் விட்டுவிட்டு உள்ளே தள்ளும் அமைப்புமே ஆகும். மேலும் பரம்பரையும் முக்கியமான காரணம் ஆகும். தாய், தந்தை, குழந்தைகள் என ரத்த சம்பந்தமாக மூலவியாதி வருவதை நான் ஆய்வு செய்து கம்ப்யூட்டரில் பதிவு செய்துள்ளேன். சர்க்கரை வியாதி, இரத்த அழுத்தம், இதயநோய் போன்று மூலவியாதி அடிப்படை காரணம் நவநாகரீக உணவு பழக்கமே ஆகும். மலக்குடல் பாதையானது சரிவர மலம் கழிக்கும் வகையில் தளர்ச்சி அடையும் வண்ணம் வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது. அதற்கு நீங்கள் நிறைய தண்ணீரும், நார்பொருள் அடங்கிய உணவு

வகைகளை சரிவர உணவில் சேர்த்துக்கொள்ள வேண்டும். அவ்வாறின்றி தவறான உணவு பழக்கம், சரிவர பயிற்சியும் இன்மை ஆகியவை நாம் ஆரோக்கியத்தை பணம் செலவழித்து மருத்துவர்களிடமும் மருந்து கடைகளிலும்தான் வாங்க வேண்டும்.

பெண்களுக்கான குழந்தைப்பேறு காலத்தில் மூலவியாதி ஏற்படுகிறது. மலச்சிக்கல், வயிற்றின் அழுத்தம் காரணமாக மூலவியாதி பெருக வாய்ப்பு உள்ளது. பெரும்பாலோர் குழந்தைப்பேற்றுக்குப் பின் மூலவியாதியின்று குணம் பெறுகின்றனர். ஆனால் அடுத்த குழந்தைப்பேற்றின் போது மீண்டும் ஏற்படுகிறது. எனவே குடும்பக்கட்டுப்பாடு செய்வதன் காரணமாக மூல வியாதியை அகற்றியும் குடும்ப சுமையை நீக்கியும் இரண்டு வழிகளிலும் நன்மை ஏற்படுகிறது. எனவே இனி குடும்பக் கட்டுப்பாட்டுக்கான கோஷம் “மூல வியாதியை தடுக்க குடும்பக்கட்டுப்பாட்டை ஆதரிப்பீர்” எனக்கூட வரலாம். ஆனால் இது ஆண்களுக்குப் பொருந்தாது.

மருத்தவ ஆய்லில் கண்டறிந்தது யாதெனில் வளைகுடா நாடுகளுக்கு செல்வோரில் பெரும்பாலோர்க்கு மூலவியாதி ஏற்படுகிறது என்பதே ஆகும். இது மருத்துவக்குறிப்பில் இல்லை. வளைகுடா நாடுகளுக்கு செல்வோரில் பெரும்பாலோர்க்கு மூலவியாதிக்கான அறிகுறி தீவிரமடைந்தும் ஏற்கனவே உள்ளவர்களுக்கு அதிகமாயும் காணப்படுகின்றன. இது அந்நாட்டு வெப்பநிலை மற்றும் உணவுப் பழக்கத்தினால் ஏற்படுகறது.

(PILES TREATMENT)

மூல வியாதிக்கான சிகிச்சை

மூல வியாதிக்கான சிகிச்சை பற்றி சிலர் தவறாக புரிந்து கொள்ளுதலும் தவறான கருத்துக்களை கொண்டிருப்பதையும் நீக்க வேண்டிய இக்கட்டுரை வழங்கப்பட்டுள்ளது. எந்த மருத்துவ முறையிலும் எவரும் மூல வியாதியை அறவே குணப்படுத்த எந்த மருந்தும் இதுவரை கண்டுபிடித்ததில்லை. டைபாய்டு ஜுரம், T.B. போன்ற வியாதிகளுக்கு உள்ளது போல உள்ளுக்கு மருந்தும், ஊசியும் போட்டு மூலவியாதியை குணப்படுத்த இயலாது. எனவே உங்களது விலை மதிப்பு உள்ள நேரத்தையும், பணத்தையும் நீண்ட கால சிகிச்சை முறை வாயிலாக செலவழிக்க வேண்டாம். மருந்துகளால் தற்காலிகமாக மூலநோய் அறிகுறிகளை நீக்கலாமே தவிர, அவைகள் 1 முதல் 4 டிகிரி வரை வளர்ச்சியடையும் அபாயத்தை நீக்க இயலாது. எனவே மூலநோய்க்கான முறையான சிகிச்சையை உடனே மேற்கொள்ளுங்கள். அது தேவையற்ற சில சிக்கல்களையும், தொற்றுகளையும் ஏற்படுத்துவதைத் தவிர்க்கும். மேலும் சீழ்கட்டி, ஃபிஸ்டுலா, ஆசனவாய் வெடிப்பு, இரத்த (உறைவு) கட்டி, பிதுக்கம், இரத்தப்போக்கு, இரத்தசோகை ஆகிய சிக்கல்களும் ஏற்படா வண்ணம் தடுக்கலாம்.

மூலநோய் உள்ளவர்கள் சாதாரணமாக இரண்டு மனம் கொண்டவர்கள் ஆவர். அவர்கள் சாதாரணமாக

மருத்துவரிடம் செல்லும்போது அவர் நல்ல பலன்களைத் தராத வழக்கமான களிம்பு, மாத்திரைகளை எழுதிக் கொடுப்பார். ஆனால் அறுவை சிகிச்சை நிபுணரிடம் செல்லும்போது பயங்கரமான வலியை ஏற்படுத்தும் அறுவை சிகிச்சை முறையை மேற்கொள்வார். இது இதய அறுவை சிகிச்சையை காட்டிலும் வலியைத் தரக்கூடியது. எனவே வியாதியஸ்தர் மனமில்லாமல் நீண்டகால சிகிச்சை முறையை வியாதி சிக்கலாகிப் போகும்வரை மேற்கொள்கிறார்.

தற்போது எளிதான நல்ல பலன் தரக்கூடிய மூலவியாதி சிகிச்சை உள்ளது. அதிக நாட்கள் மருத்துவ மனையில் தங்க வேண்டியதில்லை. மயக்கம் சிகிச்சையின்போது தேவையில்லை. ஆரம்ப கால சிகிச்சை நோயாளிக்கும் மருத்துவருக்கும் எளிதானது.

(A Message for Piles Patients)

மூல வியாதியஸ்தர்களுக்கான ஓர் நற்செய்தி

சர்க்கரை வியாதிக்கான மருத்துவ நிலையம், இதய சிகிச்சை, புற்றுநோய் போன்றவற்றிற்கான ஆராய்ச்சி மையம் போன்றே தற்போது “மூல வியாதிக்கான சிகிச்சை மற்றும் மேம்பாட்டு சொலைட்டி” என்கின்ற பெயரில் கர்நாடகா கோலார் தங்கவயல் (Kolar Gold Field) பகுதியில் ஓர் மூல நோய்க்கான சிகிச்சை மையம் அமைக்கப்பட்டுள்ளது.

மூலவியாதியை தடுப்பதற்கும் இதர வியாதிகளை வராமல் பாதுகாத்துக் கொள்ளுவதற்கும் நாம் முறையான உணவு

பழக்கங்களையும், உடற்பயிற்சிகளையும் மேற்கொள்ள வேண்டும். நீங்கள் பிரதானமாக மாமிசம், மீன், கோழி, முட்டை, பால், வெண்ணெய் என உங்கள் உணவில் சேர்த்து வரும்போது, அது ஜீரணிக்கப்பட்டு மிகவும் குறைவாகவே சக்கை வெளியேறும். ஆகையால் நீங்கள் உங்கள் உணவில் நார் பொருள் மிகுதியாக கொண்ட பழங்கள், காய்கறிகளை போதுமான அளவில் சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். முடிந்தவரை பழங்களை தோலோடு சாப்பிடுவது நல்லது. நவீன நாகரீகமாக பழ ஜூஸ் மிக்ஸியை கொண்டு தயாரிப்பது நார் பொருட்களை நீக்கி விடுவதாகும். நிறைய தண்ணீர் அருந்துவது மூல வியாதியை தடுப்பதற்கும், சிறுநீர் பாதையில் கற்கள் தோன்றுவதை தடுப்பதற்கும் நல்லது. மேலும் ஒரே இடத்தில் நீண்ட நேரம் அமர்ந்திருப்பதை தவிர்த்தல் நல்லது. மேலும் கழிப்பறையில் நீண்டநேரம் அமர்ந்திருந்தாலும் அடிக்கடி மலம் கழித்தலும் தவிர்ககப்படல் வேண்டும். மலச்சிக்கலுக்காக மலமிளக்கு, பேதி மருந்து சாப்பிடுதல் போன்றவை கெட்ட பழக்கம். நார்ச்சத்து மிகுந்த உணவுப் பொருட்களை போதுமான அளவில் சேர்த்துக் கொள்வதன் வாயிலாக குடல் இயக்கம் சரிவர நடைபெற்று மலம் கழித்தல் எளிதாகும்.

சரியான குடும்பக்கட்டுப்பாடு முறை மேற்கொண்டு அதிக குழந்தைப்பேறுகளை தவிர்ப்பதன் மூலமாக பெரும் அளவில் மூலவியாதி ஏற்படுவதை குறைக்கலாம்.

நீங்கள் நல்ல ஆரோக்கியத்துடன் இருந்தாலும் இல்லையென்றாலும் மருத்துவமனை சென்று முழுமையான

பரிசோதனைகள் செய்து கொள்வதன் மூலம் ஆரம்ப கால நோய் அறிகுறிகளை கண்டறிந்து கொள்வதற்கும், தவிர்ப்பதற்கும் நல்லது. என்னுடைய மருத்துவ சேவையின்போது நான் பார்த்தவரை எந்த நோயாளியும் தனக்கு இன்ன வியாதி உள்ளது என்று கூறாமல் தான் மருத்துவ பரிசோதனை செய்து கொள்ள வேண்டும் என்றே கூறியுள்ளார்கள். எனவே “மின்னுவதெல்லாம் பொன்னல்ல” என்பது போல “கீழ் பகுதியில் ஏற்படும் இரத்தக் கசிவெல்லாம் மூலவியாதியும் அல்ல.'' ஆகையால் என்னிடம் வரும் நோயாளிகள் பலர் தங்களின் சுயநோய் அறிதல் மூலம் தங்களுக்கு மூலநோய் உள்ளது எனக் கூறிக் கொண்டு வருகின்றனர். ஆனால் அதுவே ''குதம் புற்று'' ஆக மாறிவிடுகிறது. பெரும்பாலும், கீழ்நிலை பாதைகளில் ஏற்படும் வியாதிகளில் மூலவியாதியும் புற்றும் பொதுவானதாகும். ஆகையால் மிகச் சாதாரண அறிகுறியைக்கூட புறக்காணித்தல் கூடாது. தற்போது நாங்கள் மிகவும் நல்ல பயனுள்ள விளைவுகளைத் தரக்கூடிய சோதனை மற்றும் தடுப்பு முறைகளை சர்க்கரை வியாதி, இரத்த அழுத்தம், இதய நோய் போன்ற வியாதிகளுக்கும் அமைத்துள்ளோம்.

ஆகையால் நீங்கள் நல்ல சரியாக வழிவகைகளை உணவு பழக்கங்களிலும், உடற்பயிற்சி செய்வதிலும் மேற்கொண்டும், புகைத்தல், அதிக அளவில் மதுபானம் அருந்துதல் போன்றவற்றை தவிர்த்தும் இந்த சமுதாயத்தில் ஒரு பயனுள்ள அங்கத்தினர் ஆகலாம். ஒரு தடவை நீங்கள்

நோய்வாய்ப்பட்டால் அது உங்கள் ஆரோக்கியத்தை மட்டும் பாதிப்பதில்லை. உங்கள் குடும்பத்தையே இந்த சமுதாயத்தையே, ஏன் இந்த தேசத்தையே கூட பெரிய அளவில் பாதிக்கிறது.

நன்றி

மூலவியாதி சிகிச்சை
அபிவிருத்தி கவுன்சில்
ராபர்ட்சன் பேட்டை
கோலார் தங்க வயல்
கர்நாடகா

அகில இந்திய
வானொலி நிலையம்
கோழிக்கோடு

Dr. வி. பரதன்

சந்தோஷ் மருத்துவமனை
(மூல வியாதி மற்றும் மலக்குடல் நோய்களுக்கானவை)
தலைச்சேரி-1
கேரளா, தென்னிந்தியா
போன் : **232702.**

"..Where the doors are open
to all irrespective of cash,
caste, creed or community "

SANTHOSH HOSPITAL
FOR PILES AND PROCTOLOGY

SANTHOSH HOSPITAL