રકતપિત્ત રોગથી આપનું રક્ષણ કેવી રીતે કરશો?

લેખક : ડૉ. જોએલ અલમિડા, પીએચ.ડી., એમ.બી.બી.એસ.
અનુવાદ : શ્રી વિકટર દાસ

"રકતપિત્ત મટાડી શકાય તેવો રોગ છે, જે એક પ્રકારના જંતુથી થાય છે. ભારત દેશના કોઈપણ આર્થિક કે સામાજીક વર્ગને આ રોગ થઇ શકે છે. આથી રકતપિત્ત વિષે સમજવું તેમજ તેનાથી પોતાનુ રક્ષણ કેવી રીતે કરવું તે જરૂરનું છે."

ભારતના બાળકો તેમજ પુખ્તવયની વ્યકિતઓનો દર એક મીનીટે રકતપિત્તનો નવો કેસ હાલમા જાણવાનો મળે છે. આ એક રીતે સારૂ છે કારણકે વ્યકિત આ રોગનો સામનો કરવામાં નિષ્ફળ જાય તે પહેલા રોગની શરૂઆતમાંજ તેની સારવાર ચાલુ કરી શકાય, ભારતમાંથી આ રોગ જડમુળથી નાબુદ થયો છે તેવુ માનવુ ભૂલભરેલુ તેમજ આપણા સ્વાસ્થય માટે જોખમ ભરેલુ છે. સન ૨૦૧૩ના વર્ષમાં વર્લ્ડ હેલ્થ ઑર્ગેનાઇઝેશન (WHO)ના રીપોર્ટમાં સ્પષ્ટતા કરતા જણાવ્યુ છે કે રકતપિત્તના રોગનું સંપૂર્ણ નિરાકરણ કરવાનો અર્થ જે તે પ્રદેશમાં તદ્દન નવા કેસો થતા બંધ થયા હોય તેવો હોવો જોઈએ.

આવતા દસકામાં ૧૦ લાખથી પણ વધુ ભારતીયોમાં આ રોગ શરૂ થાય તેવી શકયતા છે જો તમે ભારતના કોઈપણ શહેરમાં રહેતા હો અને તમારા ઘરની આજુ બાજુ ૨૫ બહુમાળી મકાનો ઉભા થાય તો કલ્પના કરો કે દરેક બીલ્ડીંગમાં આશરે ૧૦૦૦ માણસો તો રહેતા હશે. આવનાર દસ વર્ષમાં રકતપિત્તના ચિન્હો વાળી એક વધુ વ્યકિતનો ઉમેરો થાય તેવું નિશ્ચિત છે. રકતપિત્તના ચિન્હો ધરાવનાર વ્યકિતઓ સમુદ્રમાં તરતા બરફના પહાડની દેખાતી ટોચ જેવા છે. આવતા દસ વર્ષમાં બે કરોડથી દસ કરોડ વધુ ભારતીયો હશે જેઓને રકતપિત્તનો ચેપ લાગ્યો હશે. આમ છતાં તેવા ચિન્હો દેખાતા નહીં હોય. રકતપિત્તના જે જંતુઓ છાંયડામા ભેજવગરના તદ્દન સુકા થઈજાય છે તે ભારતમાં ઓછામાં ઓછા પાંચ મહિના સુધી જીવંત રહે છે. જ્યારે તે તેના અગાઉના ઉદભવ સ્થળે ફરીથી પ્રવેશે છે ત્યારે તેનો વધારો અસંખ્ય થઈ જાય છે.

પચાસ વર્ષો અગાઉ ચીન દેશના શેનડોંગ (SHANDONG) પ્રાંતમાં તેમજ નોર્વે (NORWAY)માં ૧૦૦ વર્ષો અગાઉ ભયંકર ગરીબી પર અંકુશ લાવતા દર વર્ષે રકતપિત્તના નવા કેસો બનવામાં ૧૦ ટકાથી વધારે ઝડપી ઘટાડો થયો હતો. ભારતમાં પરિસ્થિતિ તદ્દન જુદી છે. રોગનું નિદાન થતા સ્પષ્ટ દેખાય તેવી વિકૃત્તિઓ/ખોડ સન ૨૦૦૮ અને ૨૦૧૩-૧૪ દરમ્યાન વધી હતી. તમે ધનવાન હોકે ના હો પણ ભારતના શહેરી ગંદા વિસ્તાર તથા ગામડામાંથી ભયંકર ગરીબીને નાબુદ કરવામાં આખરે તમને જ લાભ છે.

રકતપિત્તની સારવાર કરવામાં ન આવે તો શરીરના જે તે ભાગના જ્ઞાતતંતુ ને નુકશાન પહોંચે છે. અને ત્યાં વેદના થઇ હોય તેવી લાગણી થી વંચિત રાખે છે. વારંવાર થતી

ઈજાઓને લીધે ધીરે ધીરે આંગળીઓ, અંગુઠા, પગ અને આંખો પર ઘસારો થતાં સ્પષ્ટપણે થએલ વિકૃતિઓ/ખોડ નજરે પડે છે. જ્ઞાનતંતુને થએલ ઈજાને લીધે હાથ, પગ, આંખો અને ચહેરાના સ્નાયુઓ બુઠ્ઠા પડી જાય છે. આથી તમારી આંગળીઓને સીધી કરવામાં, ચાલતી વખતે અંગુઠાને જમીન પરથી ઉંચકવામાં અથવા આંખોના પોપચા બંધ કરવામાં ખુબ મુશ્કેલી પડે છે. આથી તમારા જ્ઞાનતંતુઓને નુકશાન થાય તે પહેલા તેનું સ્પષ્ટ નિદાન થતા તાત્કાલિક સારવાર કરવામાં આવે તે હિતાવહ છે.

જો તમારી ચામડીના અમુક ભાગો પર બૉલ-પોઇન્ટ પેનની અણીની કોઈપણ અસર જોવામાં ન આવે, જો તમારા કાનની બુટ્ટીઓ જાડી થઇ ગઇ હોય, જો તમારા હાથ અને પગ પર થયેલ ઈજાઓની કોઈપણ અસર માલુમ ન પડે અથવા તમારી આંગળીઓ સીધી કરવામાં મુશ્કેલી પડે તો તમારે નજીકના ગર્વન્મેન્ટ હેલ્થ સેન્ટરનો સંપર્ક સાધવો. આ સંસ્થા તમારા રોગનુ મફત નિદાન કરવાની વ્યવસ્થામાં સહાયક બનશે અને જો જરૂર જણાશે તો મલ્ટી ડ્રગ થેરાપી (MDT) કરવામાં પણ મદદ કરશે. જો આ નિદાનથી એવું સ્પષ્ટ જણાય કે તમને રકતપિત્તનો રોગ છે તો તમારા ઘરના તમામ સભ્યોના રકતપિત્ત માટે તપાસ થવી જોઈએ. કદાચ ઘરના તમામ સભ્યોને પણ આ રોગની અસર થઇ હોય.

એમડીટી (MDT) ઝડપથી રકતપિત્તના જંતુઓનો નાશ કરે છે. એમડીટીની સારવાર ચાલુ કર્યા બાદ થોડાજ દિવસોમાં રકતપિત્તનો એપ દુર થઈજાય છે. આમ છતાં એમડીટીની દવા જ્ઞાનતંતુઓને થયેલ નુકશાનનું સંપુર્ણ નિરાકરણ કરવા માટે પુરતી નથી.

એમડીટી શરૂ કર્યાબાદ પ્રથમ બે વર્ષમાં જ્ઞાનતંતુઓને ગંભીર નુકશાન થઇ શકે છે. આનું કારણ તમારૂ શરીર નાશ પામેલા જંતુઓ સામે લડાઈમાં ઉતરે છે. આ યુધ્ધને "સોજો" (Inflammation) કહેવામાં આવે છે. તમારા જ્ઞાનતંતુઓ યુધ્ધનું મેદાન બની જાય છે. જ્ઞાનતંતુઓને થયેલ નુકશાનને અંગ્રેજીમાં "ન્યુરાઈટીસ" (Neuritis) કહેવામાં આવે છે. આ આંતરિક યુધ્ધ જ્ઞાનતંતુઓને કાયમી નુકશાન કરી શકે છે. પરિણામઃ દેખાઈ તેવું નુકશાન. કમનસીબે આ ન્યુરાઈટીસ ઘણીવાર "શાંત" હોય છે આ અંગે જ્ઞાનતંતુઓને ગંભીર નુકશાન ન થાય ત્યાં સુધી તમે કદાચ અજ્ઞાત રહેશો.

એમડીટી શરૂઆત કર્યાબાદ પ્રથમ બે વર્ષમાં દર મહિને તમારા જ્ઞાનતંતુઓની દેખરેખ રાખવા કુશળ અને અનુભવી રકતપિત્ત અંગેના કાર્યકર્તાઓની જરૂર છે. અગાઉ આવા કુશળ કાર્યકર્તાઓ મળી શકતા હતા પણ રકતપિત્ત રોગની નાબુદીના અપરિપક્વ અને ભૂલભરેલા દાવાઓને કારણે રકતપિત્તિઓને મળતી સેવાઓ બંધ થઇ ગઇ હતી. રકતપિત્ત અંગેના કુશળ કાર્યકર્તાઓ "શાંત" "ન્યુરાઈટીસ" રોગને શોધવામાં કાબેલ હોય છે. ત્યારબાદ જ્યારે પણ જરૂર પડે ત્યારે સોજાને (Inflammation) નાબુદ કરવા માટેની સારવાર તાત્કાલિક મળી શકે છે. આવી સેવાઓ તમારા જ્ઞાનતંતુઓની સંભાળ રાખવા તેમજ આજીવન અશક્તિઓથી બચવા તમારી મદદ કરશે. આજીવન અશકિત

સહન કરવાને બદલે ભારતીય રકતપિત્ત અંગેના કાર્યક્રમો આવા જ્ઞાનતંતુઓની આંપતી દેખરેખ માટે સસ્તા અને વધુ સારા હોય છે.

સ્પષ્ટપણે જોઇ શકાય તેવી વિકૃતી/ખોડવાળા દર્દીઓ જેમની સારવાર થઇ હોય તેઓ સામાન્યપણે ચેપી હોતા નથી. દરેક રીતે તેઓ તમારા જેવાજ તંદુરસ્ત હોય છે. ફકત એ કે તેઓ રકતપિત્તના જંતુઓના શિકારથી પીડાતા હતા. તેમના રકતપિત્તના જંતુઓનો નાશ કેટલાએ સમય પહેલા કરવામાં આવેલ, હવે અન્ય પ્રત્યે જેમ માન-સન્માન અને સ્નેહ દર્શાવો છો તેજ રીતે તેમની સાથે વ્યવહાર કરી શકો છો. તમે પણ સહેલાઇથી આવા રોગની ઝડપમાં આવી શકો છો. જો તમારામાં સ્પષ્ટ દેખાઇ તેવી વિકૃતી/ખોડ હોય તો રીકન્સ્ટ્રકટીવ સર્જરી (Reconstructive Surgery), રીહેબીલીટેશન (Rehabilitation), અને સપોર્ટ (Support) ભારતીય રકતપિત્તના કાર્યકરો અને તેના ભાગીદારો મારફતે મળી શકે. તમે આવી મદદના હકદાર છો અને તેવી મદદ માંગી શકો છો.

<u>હકારાત્મક ફેરફાર લાવવા તમે શું કરી શકો છો ?</u>

રકતપિત્તના રોગથી બચવા તમે જાતે અને તમારા સ્નેહીજનો સક્રિય બની શકો છો. વિના સંકોચે તમે તમારા સ્થાનિક પાર્લામેન્ટના સભ્ય, લેજીસ્લેટર, પંચાયતના સભ્ય કે પછી કોર્પોરેટર એમ તમામને ભારતીય રકતપિત્તના કાર્યક્રમને મજબુત ટેકો આપે તે માટે જરૂરથી લખી શકો છો. પણ ખાસ કરીએ રકતપિત્તના લીધે જેઓને રકતકણપર ગંભીર નુકશાન થયુ હોય તેમને વધુ સારી (એન્ટી-ઇન્ફલેમેટરી ટ્રીટમેન્ટ) સોજો નષ્ટ થાય તેવી સારવાર મળે તે અંગે ભારપૂર્વક જણાવવું.

<u>તમે હકારાત્મક ફેરફાર કેવી રીતે કરી શકો</u>

(૧) વર્લ્ડ હેલ્થ ઑર્ગેનાઇઝેશન (WHO) ૨૦૧૩માં દર્શાવેલ પ્રમાણભૂત વ્યાખ્યા પ્રમાણે રકતપિત્તનો રોગ નાબુદ થયો નથી. ઉલ્ટાનુ આવતા ૧૦ વર્ષોમાં ૧૦ લાખથી વધુ ભારતીયોમાં આ રોગના નવા કેસો ઉપસ્થિત થયા હશે. રાજકારણીઓના કુટુંબો અને મિત્રો પણ આ રોગના શિકાર બની શકે છે. આથી રકતપિત્ત અંગેનો મજબૂત કાર્યક્રમ સૌ કોઇને લાભદાયક નીવડશે.

(૨) એમડીટી (MDT) સારવાર શરૂ કર્યાબાદ પ્રથમ બે વર્ષમાં ભારતમાં રકતપિત્તના કાર્યક્રમો દ્વારા જ્ઞાનતંતુની દર મહિને ચાંપતી દેખરેખ માટે તાલિમ પામેલ રકતપિત્તના કર્મચારીઓ પુરા પાડવા જોઇએ. તો આમ નહીં થાય તો એમડીટીની એન્ટી-ઇન્ફલેમેટરી સારવાર વખતસર નહીં મળવાથી હજારો ભારતીઓ જ્ઞાનતંતુને થયેલ નુકશાનથી પીડાશે અને એમડીટીની સારવાર થઇ હોવા છતાં તેમના અંગો સ્પષ્ટપણ દેખાય તેવા વિકૃત અને ખોડખાપણવાળા જણાશે.

તમે અને તમારુ કુટંબીજનો તથા મિત્રોએ લેખીત જાણ કરી હોવાથી સુરક્ષિત રહેશો.

ખાસ નોંધ:-

ભારતીય મેડીકલ કૉલેજના સ્નાતકો વચ્ચે થયેલ ઓનલાઈન ચર્ચાના આધારે આ લેખ અસ્તિત્વમાં આવ્યો. અગાઉ આ લેખને આખરી સ્વરૂપ આપવા માટે નિમ્નલિખિત સંસ્થાઓને આ લેખનો ડ્રાફ્ટ (Draft) મોકલી આપવામાં આવ્યો હતો.

- વર્લ્ડ હેલ્થ ઑર્ગેનાઈઝેશન (WHO)
- ઈન્ટરનેશનલ ફેડરેશન ઑફ એન્ટી લેપ્રસી ઑર્ગેનાઈઝેશન્સ (ILEP)
- ધ નિપ્પોન ફાઉન્ડેશન
- ધ નોવાર્ટીસ ફાઉન્ડેશન ફોર સસ્ટેઇનેબલ ડેવલવમેન્ટ
- ધ લેપ્રસી મેઈલિંગ લીસ્ટ ઑફ લેપ્રસી એકસપર્ટસ ફ્રોમ અરાઉન્ડ ધ વર્લ્ડ અને
- ગ્રુપ ઑફ પબ્લીક - માઈન્ડેડ ઈન્ડીયન ડૉકટર્સ વર્કિંગ ઈન વેરિયસ ઈન્ડીયન સ્ટેટસ

આ લેખમાં દર્શાવેલ દ્રષ્ટીબિંદુની સંપૂર્ણ જવાબદારી લેખકની રહેશે.