குடல்புண் நோய்

Ulcerative Colitis

டாக்டர்.ஆர்.கண்ணன்
இரைப்பை, குடல், கல்லீரல் மற்றும் உடல்பருமன் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர்

இம்மாத தொகுப்பில் Ulcerative Colitis எனப்படும் குடல்புண் நோயினை பற்றி காண்போம். இந்தியாவில் 10 லட்சம் நோயாளிகளுக்கு மேல் இந்நோயால் பாதிக்கப்பட்டுள்ளனர். இது பொதுவாக 20 முதல் 30 வயதினரையும், 50 முதல் 60 வயதினரையும் பாதிக்கும். முற்றிலும் குணப்படுத்த முடியாது எனினும் கட்டுப்பாட்டிற்குள் வைத்திருக்கலாம்.

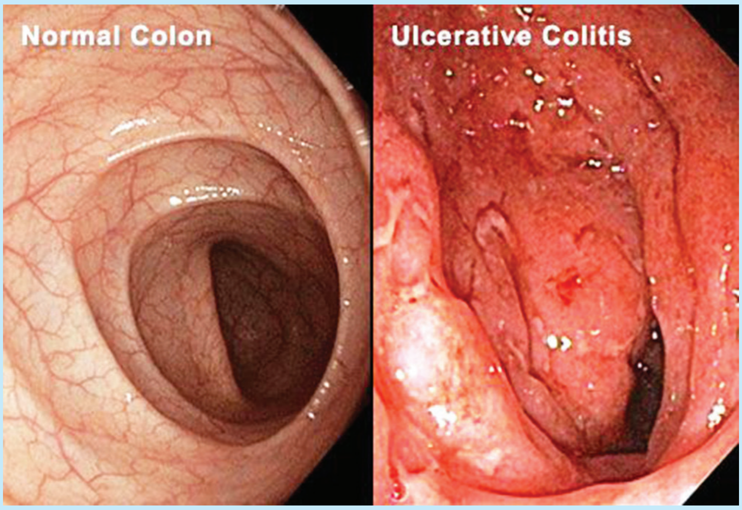
IBD என்று கூறப்படும் குடல்புண் நோயினை இரண்டு வகையாக கூறலாம்.

Ulcerative Colitis மற்றும் 2.Crotitie Diseae

இந்நோயானது மேலை நாடுகளான British மற்றும் ஐரோப்பா நாடுகளில் அதிகமாக காணப்பட்டு வந்தது.

Ulcerative Colitis என்றால் என்ன?

Ulcerative Colitis (அ) குடல்புண் நோய் (Ulcer - புண், Colon - குடல், litis - அழற்சி) என்பது நாட்பட்ட அல்லது தற்காலிகமாக குடலின் உள்ளே உள்ள சவ்வு படலத்தில் உண்டாகும் அழற்சி ஆகும். இது பெரும்பாலும் பெருங் குடலில் உண்டாகும் மிகவும் அரிதாக சிறுகுடல் பகுதியிலும் முக்கியமாக சிறுகுடலும், பெருங்குடலும் இணையும் பகுதியான Terminal ileum எனப்படும். பகுதியிலும் உண்டாகும். இந்த அழற்சி யானது இன்னும் குடலின் உற்புற படலத்தினை பாதித்து குடலில் புண் (Ulcer) உண்டாகும்.



UC-வருவதற்கான காரணங்கள் என்ன?

Ulcerative வருவதற்கான காரணங்களை வரையறுத்துக் கூற முடியவில்லை. ஆய்வுகள் நம்புவது என்ன வென்றால் வைரஸ் (அ) பாக்டீரியாக்களை எதிர்த்து நமது நோய் எதிர்ப்பாற்றல். (Immune System) செயல்படுவதன் காரணமாகவே குடலில் அழற்சி ஏற்பட்டு ரணம் உண்டாகும் என்று கூறப்படுகிறது. பரம்பரை காரணமாகவும் வருவதற்கான வாய்ப்புகள் அதிகம்.

மேலும்

மன உளைச்சல்

உணவு ஒவ்வாமை

இவைகள் இந்த பிரச்சனையை அதிகப்படுத்தும் காரணியாக அமைகிறது.

புகைப்பிடித்தல் காரணமாகவும் குடல்

புண் வரலாம்.

Ulcerative Colitis -ன் அறிகுறிகள் என்ன?

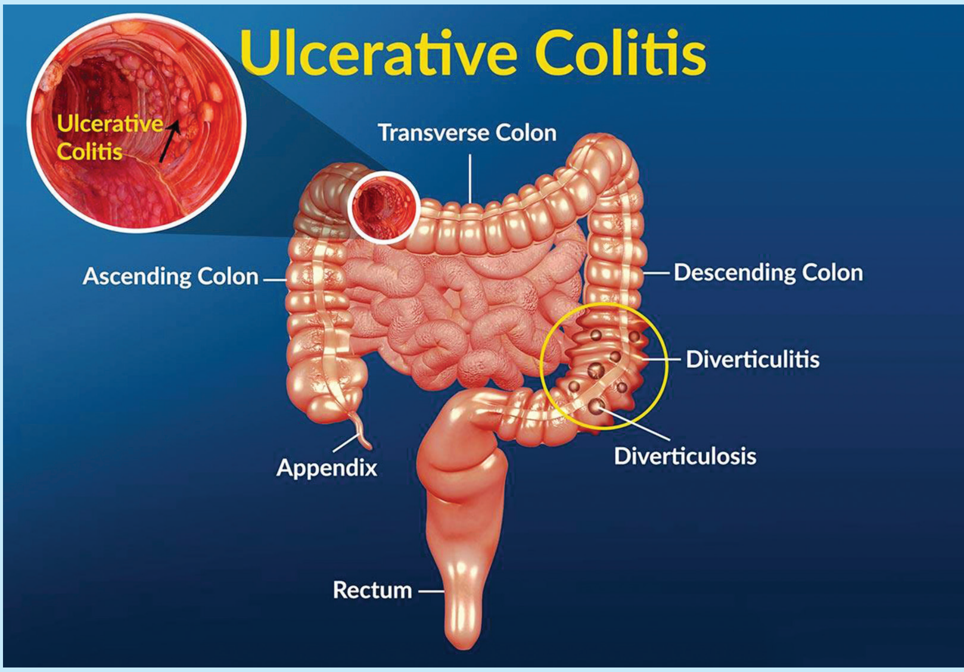
- அடிக்கடி பேதியாதல் - மற்றும் இரத்தம் (அ) சளியுடன் கலந்து பேதியாதல்.
- எப்பொழுதுப் மலம் கழிக்க வேண்டும் போன்ற உணர்ச்சி அல்லது கட்டுப்பாடின்றி அறியாமலேயே மலம் கழித்து விடுதல்.
- அடிவயிற்றில் வலி (அ) இழுத்து பிடித்தல் குடல் முறுக்கி வலித்தல் (Cramps)
- சுரம், சோம்பல், பசியின்மை
- எடை குறைவு
- இரத்த சோகை - மலத்துடன் இரத்தம் கழிவதால் உண்டாகும்.

எப்பொழுது மருத்துவரை நாட வேண்டும்?

- 4 நாட்களுக்கு மேல் பேதி நீடித்தாலும்
- பேதியுடன் இரத்தமும், சளியும் கலந்து வந்தாலும்
- வயிற்றுவலி (அ) ஆசனவாயில் அதிகமாக வலி இருந்தாலும்
- நாவில் வறட்சி, அதிக தாகம், சிறுநீர் மிகவும் குறைவாக வந்தாலோ
- காய்ச்சல் வந்தாலோ உடனடியாக மருத்துவரை நாட வேண்டும்.

Ulcerative Colitis-னை எவ்வாறு பரிசோதித்து தெரிந்து கொள்வது?

- மலப் பரிசோதனை - நோய் தொற்று உள்ளதா என்று அறிந்து கொள்ளலாம்.
- இரத்தப் பரிசோதனை - Complete Blood Count இதன்மூலம் இரத்த சோகை (அ) நோய் தொற்று உள்ளதா என்று அறியலாம்.
- ESR, CRP இவையிரண்டும் அதிகரித்திருக்கும்
- Colonoscopy எனப்படும் குடல் பரிசோதனையால் ஆசனவாய் வழியாக Endoscopy உள்செலுத்தி அதன் மூலம் பெருங்குடல் மற்றும் சிறுகுடல் இணையும் பகுதி (Terminal ileum) வரை பார்ப்பதனால் குடலில் ரணம், கட்டி உள்ளதா என்று பார்த்து அதில் சதையை எடுத்து (Biopsy) பரிசோதனைக்கு அனுப்பி Ulcerative Colitis தானா அல்லது சாதாரண ரணம் (Colitis) தானா என்று உறுதிபடுத்தி கொள்ளலாம்.



- CT - Scan பரிசோதனை மூலம் குடலில் வேறு ஏதேனும் கட்டி அல்லது பிரச்சனை உள்ளதா என்றும் கண்டு அறியலாம்.

Ulcerative Colitis- க்கு என்ன சிகிச்சை வழங்கப்படுகிறது?

- நோயின் தீவிரத்தை முன்வைத்தே சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது.
- ஆரம்பநிலையில் பேதி, வயிற்றுவலி, சளி வெளியாதல் போன்றவை குறைந்து காணப்பட்டால் Mesalamine Sulphasalazine, Aminosalicylic acid போன்ற மருந்துகள் கொடுக்கப்படுகிறது.
- பேதி அதிகமாகவும், இரத்தம் செல்லுதல் அதிகமாகவும் இருந்தால் Steroids -கள் சில நாட்களுக்கு கொடுக்கப்படும்.
- மருந்தினால் சரியான பலன் இல்லாத நோயாளிகளுக்கு நோயின் தீவிரம் அதிகமாக காணப்பட்டால் Proctopolectomy எனப்படும். அறுவை சிகிச்சை செய்ய வேண்டிய நிலை உண்டாகும்.
- அறுவை சிகிச்சைக்கு பின்னும் நோய் திரும்பவருதலை (Remission) தடுக்க சில மருந்துகளை தொடர்ந்து எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும்.
- இந்நோய் வாழ்நாள் நோயாக கருதப்படுகிறது. எனவே தொடர்ந்து மருத்துவ பரிசோதனைகளும் அவ்வப்போது இரத்த பரிசோதனை Colonoscopy போன்றவைகள் செய்து நோயின் பரவுதலை கண்காணிக்க வேண்டும்.

இந்நோயினால் உண்டாகும் பக்கவிளைவுகள் என்ன?

- நாட்பட்டு சரியாக சிகிச்சை செய்யாது போனால் தீவிரமடைந்து குடலில் ஒட்டை விழுந்து (Perforation) அறுவை சிகிச்சை செய்ய நேரிடும்.

● கண், சதை, மூட்டுகள், தோல், கல்லீரல் ஆகியவற்றையும் பாதிக்கும். Ankylosing Spondylitis, Initis, Cataract, Erythyma nodosam போன்றவைகள் உண்டாகும்.

● Primary cholangitis எனப்படும். பித்தநாளத்தில் உண்டாகும் நோயும் உண்டாகும்.

Ulcerative Colitis உள்ளவர்கள் என்ன உணவு உட்கொள்ள வேண்டும்?

பொதுவாக இவர்கள் தவிர்க்க வேண்டிய உணவுகள் :

● மதுபானங்கள்

● குளிர்பானங்கள்

● பசும் பால்

● உலர்ந்த பழங்கள் (Dry fruits)

● நார்சத்துள்ள உணவுகள் (கீரை வகைகள், ஓட்ஸ், கோதுமை)

● காபி, டீ

● இறைச்சி

● வெண்ணெய், நெய், டால்டா, சீஸ் (Cheese)

● பாப்கார்ன்

● முட்டைகோஸ்

● மசாலாப் பொருட்கள்

● வெள்ளை சர்க்கரை (ரீபைண்டு சுகர்)

● துரித உணவகங்களில் உண்பதை தவிர்க்கவும்.

சேர்க்க வேண்டிய உணவு வகைகள் :

● தாராளமாக தண்ணீர்

● இளநீர்

● நீர்மோர்

● கீரின் டீ

● யோகர்ட்

● வேகவைத்த பழவகைகள்

● ஊற வைத்த பாதாம்

● ஆவியில் வேகவைத்த உணவு வகைகள்

(இட்லி, இடியாப்ப மாவில் சோடா மாவு தவிர்க்கவும்)

நாட்பட்ட Ulcerative Colitis நோய் புற்றுநோயாக மாறுமா?

நாட்பட்டு (8லிருந்து 10 வருடங்கள்) இந்நோய் உள்ளவர்களுக்கு 1% to 2% புற்றுநோயாக மாற வாய்ப்புகள் உண்டு. எனவே 2 வருடங்களுக்கு ஒருமுறை Colonoscopy பரிசோதனை செய்து நோய் தீவிரத்தை கண்காணித்தல் அவசியம்.

Prime
Indian Hospitals
Changing Lives...
1051, Poonamallee High Road,
Arumbakkam, Chennai-600 106
Ph : 91-44-2363 9999, 91 98844 93140
Email: *chairman@primeindianhospitals.com*
primeindianhospitals@gmail.com

Life Care
DKJ Hospital
CARE... with love
177/3, M.T.H. Road, Villivakkam, Chennai - 49.
Ph : 044-26180099, 044-43577755,
8754590905
email: *chennaigastro@gmail.com*
Web: www.chennaigastro.com
www.chennaigastroenterlogist.com