બેસ્ટ સેલર ૮ ભાસામે ૬૦,૦૦૦ પ્રતજો વેચાણ . .

આંજી કીડની ભચાયો

કીડની જે ઘરઘજી સાવચેતી ને સારવાર

ડો. સંજય પંડયા

ડો. જીતેન્દ્ર ભાનુશાળી   ડો. જયંતી પિંડોરીયા

આંજી કીડની ભચાયો
ડો. સંજય પંડયા

Free!! Kidney Guide in 10+ Languages at

www.KidneyEducation.com

Free access to read, download and print

200 paged kidney guide in following languages

International Languages

English, Spanish & Chinese

Indian Languages

Hindi, Bengali, Gujarati, Marathi, Telugu,
Malayalam, Kutchi, Tamil, Kannada & Punjabi

કીડનીજે ધરધ તેં મિણીયાં પેલી ચોપડી

''આંજી કીડની ભચાયો''

કીડનીજે ધરધ લા જરૂરી

સારસંભાર જયું ગાલ્યું.

ડો. સંજય. એન. પંડયા

એમ.ડી., ડી.એન.બી. (નેફ્રોલોજી)

કન્સલ્ટિંગ નેફ્રોલોજિસ્ટ

ડો. જીતેન્દ્ર ભાનુશ■ળી

બી.એ.એમ.એસ

ડો. જયંતી પિંડોરીયા

બી.એચ.એમ.એસ

કચ્છી કીડની ગાઈડ

"આંજી કીડની ભચાયો"

©સમર્પણ કીડની ફાઉન્ડેશન

ISBN 978-81-924049-1-2

લેખક : ડો. સંજય એન. પંડયા એમ.ડી. (મેડિસિન), ડી.એન.બી.(નેફ્રોલોજી)

પબ્લીસર્સ

સમર્પણ કીડની ફાઉન્ડેશન

સમર્પણ હોસ્પિટલ, લોધાવાડ, ભૂતખાના ચોક,

રાજકોટ-૩૬૦૦૦૨ (ગુજરાત-ભારત).

E-mail : saveyourkidney@yahoo.co.in

All rights reserved. No part of this book may be copied, adapted, abridged or translated, stored in any retrieval system, any form or by any means without the prior written permission of the copyright holder. Any breach will entail legal action and prosecution without further notice.

પ્રથમ આવૃત્તિ : સપ્ટેમ્બર ૨૦૧૩

ભાવ : ૧૫૦

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

અર્પણ

કીડનીજે ધરધીએં કે જેં મૂંકે હી
ચોપડી લિખેજી પ્રેરણા ડિનો.

હિન ચોપડીજી મિડ઼ે કમાણી કીડનીજે
ધરધીએંજી મધધ જે કમમેં વપરાંધી.

visit: www.KidneyEducation.com

"હલો કીડનીજે ધરધ કે અટકાયું"

"આંજી કીડની ભ્યાચો" હિન ચોપડીસેં કીડનીજે ધરધકે સમજેલા ને ઈનકે અટકાયલાં સમજણ ડિનેજી મૂંજી પૂરી કોસિસ આય.

છેલ્લે થોડે વરેમેં કીડનીજે ધરધેજો બોંરોંજ ઝપાટેં વધારો થીંધો હુવે, ઈ નેરેલા મિલેતો. કીડની ફેલ્યરમેં ઘણે ધરધીએં મેં ધરધ મિટી વિને એડ઼ી કોઈ ધવા–ધાંરૂ ક સાર–સંભાર હેરજેં સમયમે કોય નાંય.

એડેં ધરધીએમેં, જ કીડની ફેલ્યર મે નિધાન ઝપાટે થિઈ વિને ત ઈન ટાંણે ઈનજી દવા–ધારૂજો ખરચો ઓછો ને ફાયદો ગચ ટેમ સુંધી અને જિજો મલે. પણ ઘણેંખરે માડૂએંમેં કીડનીજે ધરધજા લખણને ઈનજી સમજણ ન મિલે જે કારણે ઝપાટે ને નિધાન બોરેજ ઓછે ધરધીએંમેં થિયેતો, એડ઼ે ધરધીએંમે કીડની ઘણે મિડ઼ે ફિટી વિને તેર હરૂંભરૂં ડાયાલિસીસ ને કીડની ભધલાયે જેડ઼ી સારવાર જોકે બોરી જ મોંઘી હુંધે ઘાટેં–ઘાટેં ધરધીએંજી પુજણ બાર વે તી. જેંજે કારણે કીડનીજો ધરધ થીંધો અટકાયેલા ને ઈનજી વેલી ધવા–ધારૂ ને સંભાર ગિનેલા હી કીડની ભચાયજો હિકડ઼ો જ નેં મિણીયા ખાસો રસ્તો આય.

હેર જે સમય જી જરૂરત કે ધ્યાન મેં ગિની હરેક માડૂમેં કીડનીજે ધરધ જો ખ્યાલ કેડ઼વાજે, ઈજ હી ચોપડી તૈયાર કે પુઠીયાજો હેતુ આય.

કીડનીજે ધરધજો નાં સુણધેજ ધરધી ને ઈનજે કુટુંબ વારેંજે ધિલજાં ધબકારા વધી વિનેંતા તેર સ્વભાવિક રીતેં ઈ મિડ઼ે કીડનીજે ધરધજી જાણકારી મેડવેલા મંગધા હુવેંતા. પણ દાકતર મિણી ધરધીએજી ધવા–ધારૂ ને સાર–સંભાર મેં રોકાયેલા હુએં જેંજે કારણે ધરધજી પૂરી જાણકારી ડિનેલા ટેમ નતાં કઢી સગેં.

ધરધીએં ને દાકતર જે વિચમે ખુટંધી કડી ઈતરે હી ચોપડી. હિન ચોપડી મેં

હી ચોપડી ખાલી સમજણલા કરે આય. દાકતરજી સલાહ વિગર ધવા ગિનણી ક ઈનમેં ફેરફાર કચણો જોખમી આય.

કીડનીજે મિણી ધરધજા લખાણ ઈનજા ઉપાય ને ઈનકે અટકાયજા રસ્તા ધવા-ધારૂ ને સાર-સંભાડ઼ જું ગાલીયું લિખેમેં આવૈયું ઐં. ઈન સિવાય કીડની જે જુધે-જુધે ધરધમેં જરૂરી ખાધાં-ખોરાકી ને કિરીજી પણ પૂરી સમજણ ડિને મેં આવઈ આય.

ઈ છતાં વાંચીધલકે જાધ રખણું ક હિન ચોપડી જો લખાણ ઈ દાકતરજી સલાહ ને સાર-સંભાર, ધવા-ધારૂ જે ભદલે નાંય પણ હિનજી સાર-સંભારમેં ઉપયોગી આય. હી ચોપડી વાંચેને દાકતરજી સાર-સંભાર ને કિરીમેં ફેરફાર કેજો અખત્રો જોખમી ભની સગેતો.

"ફૂલછાબ" ને "કચ્છમિત્ર" છાપેમેં કીડની જો લખાણ થોડેં વરેં મોંધ લિખાણું વો, જે લિખાણ કે ભેરો કરે હી ચોપડી ભનાય મેં આવઈ આય. હિન ચોપડી કે બોરી જ કમસાર ભનાયેલા આંજી મિણીજી સલાહ અસી આવકારી બો.

"આંજી કીડની ભચાયો" ચોપડી કચ્છી ભાષામેં ભનાયમેં અસાં વેલગર ગુંસાઈ, મદનકુમાર અંજારીયા, દિનેશભાઈ બુચીયા ને જાગૃતિબેન ગણાત્રાજી મધધ ગનેલી આય. ઈનીજી મધધ વગર હી ચોપડી ભનઈ ના વઈ, અત્તરે અસાં ઈનીજા આભારી અયું.

આંકે હી ચોપડી કમસાર લગે ને ગમંધી વે ત ઐં આંજે સગેંકે ને ભાઈબંધેં કે હી ચોપડી વાંચેજો ચોજા. બિઈ હિકડી ગાલ ચોંધે બોરી ખુસી થીયેતી કે હિન ચોપડી જી મિડે આવક કીડનીજે ધરધીએજી મદદ લા વાપરે મેં અચીધી.

આજો આભાર.

ડો. સંજય પંડયા

ડો. જીતેન્દ્ર ભાનુશાળી

ડો. જયંતી પિંડોરીયા

હી ચોપડી ખાલી પ્રાથમિક જાણકારીલા આય.
કીડનીજે ધરધજી સારવાર દાકતરજી સલાહ પ્રમાણે જ ગિનણી.

અનુક્રમ

વિભાગ–૧ કીડનીજી સામાન્ય સમજ

૧.	જાણકારી	૧
૨.	કીડનીજી રચના ને ઈનજા કમ	૨
૩.	કીડનીજે ધરધજા લખણ	૮
૪.	કીડનીજે ધરધજો નિધાન	૯
૫.	કીડનીજા ધરધ	૧૪
૬.	કીડનીજે ધરધ વિસે ખોટીયું સમજણું ને હકીકતું	૨૦
૭.	કીડની ફિટધી અટકાયજા ઉપાય	૨૪

વિભાગ–૨ કીડનીજા ખાસ ધરધને સારવાર

૮.	કીડની ફેલ્યર ઈતરે કુરો?	૩૧
૯.	એકયુટ કીડની ફેલ્યર	૩૩
૧૦.	ક્રોનિક કીડની ફેલ્યર ને ઈનજા કારણ	૩૮
૧૧.	ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજા લખણ ને નિધાન	૪૦
૧૨.	ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજી સારવાર	૪૫
૧૩.	ડાયાલિસિસ	૫૨
૧૪.	કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન	૭૨

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

કીડનીજા બ્યા ખાસ ધરધ

૧૫.	મઠીપેસાપ ને કીડની	૮૭
૧૬.	વારસાગત રોગ પોલિસિસ્ટિક કીડની ડિસિઝ	૯૪
૧૭.	મૂંજી હિકડ઼ી જ કીડની આય	૯૯
૧૮.	કીડની ને લુઈજો ઉંચો ધબાણ	૧૦૨
૧૯.	મૂત્રમાર્ગજો ચેપ	૧૦૭
૨૦.	પથરીજી બિમારી	૧૧૪
૨૧.	પ્રોસ્ટેટજી તકલીફ –બી.પી.એચ.	૧૨૫
૨૨.	ધવાજે કારણે થીધલ કીડનીજા ધરધ	૧૩૩
૨૩.	એક્યુટ ગ્લોમેરૂલોનેફ્રાઈટિસ	૧૩૭

છોરોડ઼ મેં કીડનીજા ધરધ

૨૪.	નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમ	૧૪૧
૨૫.	છોરોડ઼જી કીડની ને મૂત્રમાર્ગજો ચેપ	૧૫૦
૨૬.	છોરોડ઼ કે રાતમે પથારીમે પેસાપ થઈ વેણું.	૧૬૦

ખાધાખોરાકજયું ખાસ કમજયુ ભલામણું

૨૭.	કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએજો ખોરાક	૧૬૪
૨૮.	તબીબી સબધ ને ટૂંકે સબધેંજી સમજણ.	૧૭૬

visit: www.KidneyEducation.com

લિખંધલજી ઓરખાણ

- ડો. સંજય પંડયા પિંઢજી એમ.ડી. મેડિસીનજી ડીગ્રી ૧૯૮૬ મે શ્રી એમ.પી.સાહ મેડીકલ કોલેજ, જામનગર મિંજા ગિડ઼ો.
- તે પોય ડો.પંડયા ઈનીજી કીડનીજી સુપરસ્પેસયાલિટી ડિગરી ૧૯૮૯ ડો.એચ.એલ.ત્રિવેદી સાહેબજી ડેખરેખ હેઠ ગિની સજે ગુજરાતમે એડ઼ી ડિગરી મેડવીધલ બ્યા ડોકટર ભન્યા.
- ડો.પંડયા બ્યે રપ વરેથી રાજકોટમેં કીડની નિષ્ણાંત નેફ્રોલોજીસ્ટ તરીકે સેવા ડીયેંતા.
- ડો. પંડયા ૨૦૦૨ મેં "પ્રેક્ટીકલ ગાઈડ લાઈન્સ ઓન ફ્લ્યુડ થેરેપી" નાલેજી ચોપડી ડાક્તરેંલા કરે લિખ્યો અયોં. ઈન બારેમેં ભારતજી ઈ મિણીયાં પેલી ચોપડી આય, જેજી ૪૦,૦૦૦ થી વધુ નકલજો વેચાણ છેલ્લા ૧૦ વરેમેં થયો આય. હિન બારેમેં ડો.પંડયા ડેશજે વડે ભાગજે શહેરેમેં ભાસણ પણ ડિનો આયો, ને તેમેં ઈનીજા બોરાજ વખાણ થ્યા એં.
- કીડની બારેમેં સજે ડેશ ને વિશ્વભરમેં જનજાગૃતિજે હેતુથી ડો. પંડયા ૨૦૦ પનેજી 'કીડની ગાઈડ' મણીયા પેલા ગુજરાતીમેં ને પોય બઈ ૬ ભારતીય ભાસાએમેં તૈયાર કર્યો અયો. ગુજરાતી, હિન્દી, અંગ્રેજી, મરાઠી, તેલુગુ, બંગાલી ને મલયાલમ ભાસામેં અચેલી હી કીડની ગાઈડ મડ઼ે ભારતીય ભાસાએંમે તૈયાર થયેલ મણીયા પેલી ચોપડી આય. જોકો કીડનીજા ધરધ અટકાયેલા ને ઈનજી સારવારલાં આમ માડુએંકે મધધરૂપ ભનધી.
- કીડની વિસે સજે ડેસ ને વિશ્વભરમેં જનજાગૃતિ જે હેતુથી ડો. પંડયા કીડની એજ્યુકેસનફાઉન્ડેસનજી થાપના કયો ને **www.KidneyEducation.com**

વેબીસાઈટ બનાયો. હી વેબસાઈટ ૭ ભાસામેં કીડની વિસે માહિતી ડીંધલ વિશ્વજી મણીયા પેલી ને હેકલી વેબસાઈટ આય. હી વેબસાઈટમેં ૭ ભાસામેં અચેલી કીડની ગાઈડ પેલેથી છેલ્લે પને સુધી મફત વાંચે ને પ્રિન્ટ કઢી સગાજેતી. ૩૫ મહિનેમેં ૭૦ લખ હિટ મલીને હી વેબસાઈટ દેશભરજી મણીયા વધુ લોકપ્રિય મેડીકલ વેબસાઈટ આય.

- ડો. જીતેન્દ્ર ભાનુશાળી ઈનીજી B.A.M.S. જી ડીગરી ૨૦૦૨ મેં ગુજરાત આયુર્વેદ યુનિવર્સિટી, જામનગરથી ગડો.

- ડો. જયંતી પિંડોરીયા ઈનીજી B.H.M.S. જી ડીગરી ૨૦૦૫ મેં એસ.પી. યુનિવર્સિટી, વલ્લભ વિદ્યાનગરથી ગડો.

- ડો. ભાનુશાલી છેલ્લા ૧૩ વરેથી ને ડો.પિંડોરીયા છેલ્લા ૧૦ વરેથી ભુજમેં લેવા પટેલ હોસ્પિટલમેં હિમોડાયાલીસીસ વિભાગમેં મેડીકલ ઓફિસર તરીકે ઈનીજી સેવા ડીયેંતા.
- બોય ડાક્તર ભેગા થઈને કચ્છજો મણીયા પેલો હિમોડાયાલીસીસ યુનીટ ડો.પંડ્યા જે સલાહ-સૂચન પરમાણે સંભારીયેંતા.

કીડનીજે ધરધજા ખાસ લખણ

- સવારજો અખ તેં ને પગ તેં સોજા અચણા.
- ભુખ ન લગે ને ઉલટી ને ઉબકા અચે.
- નિંઢી ઉમરે લુઈજો ધબાણ ઊંચું રોણું.
- કમજોરી લગે, ઝપાટે થકી રોવાજે, લુઈમેં ફિકાસ જણાજે.
- મુતરધે તકલીફ થીએ, પેટ ડુખે.
- પેસાપ ઓછો અચે, બરે, લુઈ કાં પિરુ અચે.
- જ કોય પણ માડૂકે હેડા લખણ ડિસાજેં, ત ઝપાટે દાકતર વટે વિની તપાસ કરાયણી જરૂરી આય.

કીડનીજે ધરધકે અટકાયજા ઉપાય.

- ભરાભર માડૂકે રોજ ૩ લીટર (૧૦–૧૨ ગ્લાસ) પાણી પીણું.
- ૪૦ વરે પોય સરીરજી ડાગધરી તપાસ કરાયણી.
- દાકતરજે ચે વિગર (ખાસ કરે દુખાવેજયું) ધવાઉં ન ખેણીયું.
- કુટમમેં વારસાગત (ડાયાબિટિસ, લોહીજો દબાણ, પોલિસિસ્ટિક કીડની રોગ) વેં ત બેકેં પણ ઝપાટે દાકતર વટે તપાસ કરાયણી.
- મિણીયે પેસાપ ને લુઈજે ધબાણ જે ધરધીએકે ટાણેસર તપાસ કરાઈને ધરધકે કાબુમે રખણું.
- કીડનીજે ધરધજા લખણ ડિસાજેં ને તેરઈ દાકતર વટે તપાસ કરાયણી. નિધાન થિઈ વિને પોય સમયસર ધવા ખેણી.
- પથરી, પેસાપજો ચેપ, વડપણમે માડૂએંકે બી.પી.એચ.જી. તકલીફ મિણીજી જરૂરી તપાસ ને સમયસર ધવા ગિનણી.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજી સારવાર લા ખાસ ભલામણું.

- હી રોગ એલોપેથિક, આયુર્વેદિક, હોમિયોપેથિક ક એડી કોય પ સારવારસેં મિટી સગે નતો.
- કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએંમેં કીડની વધારે ફિટેલી વે ત ઈનકે અટકાયેલા જિતરી વેલી, સમયસર ને સચ્ચી ધવા ઈતરો વધારે ફાયધો.
- તભિયત ભિલકુલ ભરાભર લગધી વે તે છતાં સમયસર ધવા, ખાધાખોરાકીમે કિરી, દાકતર વટે તપાસ ને લેબોરોટરીમે તપાસ કરાયણી જરૂરી આય.
- લુઈજો ધબાણ રોજ મપાય ને હંમેસા ૧૪૦/૮૪ થી ઓછો હુંણું ખપે, મિઠીપેસાપ જે ધરધતેં ધવાસેં સચ્ચો કાબુ રખણું.
- સોજા વે ત પ્રવાહી (પાણી, ચાય, છાય વગેરે) દાકતર જીં ચે ઈ ઓછો પીણું.
- લુઈજો ધબાણ વે (સોજા વે તડે) એડે ધર્ધીએંકે કાયમ મીઠો ઓછો ખેણું ને પાપડ—અથાણાં જેડા મીઠેવારા ખોરાક ન ખેણા.
- ગચ પોટેસિયમવારો ખોરાક જેડો ક નાઈયર પાણી, ફડ઼, ફડ઼ે જો રસ, સૂકા મેવા, ન ખેણાં—પિણાં.
- કમળો ન થીએ તેલા કમડેજી (Hepaitis-B) જી રસી ગિનણી.
- ડાબે હથજી નસમિંજા તપાસલા લુઈ ન ડિણું. ઈજેકસન કે બાટલા ન ચડાયણા.
- લુઈમેં ક્રિએટીનીનજો પ્રમાણ વધી વિને તેર દાકતરજી સલા પ્રમાણે એ.વી. ફિસ્ચ્યુલા કરાયણી. ફિસ્ચ્યુલા તૈયાર વે ત હિમોડાયાલિસિસ સલામત સહેલાઈસેં ને ઝપાટે ઓછે ખરચે થિઈ સગે.

હિન ચોપડીજો ઉપજોગ કિન રીતે કરીંધા?

હિન ચોપડીજા બ વિભાગ ઐં.

વિભાગ ૧ :

હિન વિભાગ કે વાંચણું ને જાણણું જરૂરી આય. કીડનીજે ધરધકે અટકાયલા કુરો કુરો ઉપાય કેંણાં તેંલા પ્રાથમિક માહિતી આય.

વિભાગ ૨ :

હિન વિભાગકે વાંચીધલજી ઈચ્છા ને જરૂર પ્રમાણે વાંચણું

હિન વિભાગમે

- કીડનીજે જુધે–જુધે ધરધમેં લખણ, નિધાન નેં તેંકે અટકાયજા ઉપાય ને ધવા–ધારૂજી સમજણ.
- કીડનીકે નુકસાન કરીએં એડા ધરધ (જેડા કે મિઠીપેસાપ, લુઈજો ધબાણ) ને ઈ અટકાયજી જરૂરી ગાલીયેંજો સમાવેસ આય.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

વિભાગ–૧

કીડનીજી સામાન્ય સમજ

- **કીડનીજી રચના ને ઈનજા કમ**
- **કીડનીજે** ધરધજા **લખણ ને નિધાન**
- **કીડની ફિટધી અટકાયજા ઉપાય**
- કીડનીજે ધરધે વિસે ગેર સમજ ડૂર કઈધી માહિતી

visit: www.KidneyEducation.com

૧. જાણકારી

ખાસા ચોખ્ખા ને બરૂકા રોણું કેકે ન ગમે? અંગજી બારજી ચોખાઈ પાંજે હથમે આય પણ અંદરજી ચોખાઈ આંજી કીડની કરેતી. કીડની અંગમિજા નિકામો કચરો ને ખરાબો હટાય કરે અંગ કે ચોખ્ખો રખેજો કમ કરેતી. કીડનીજે ધરધજી તકલીફ હુએ એડે ધ

રધીએંજી સંખ્યા થોડે વરેમે બોરી જ વધતી વઈ આય. મિઠીપેસાપ ને લુઈ જે બોરે ધબાણથી ધરધીએંજી સંખ્યામે ઝપાટે વધારો થીંધે કીડની ફેલ્યરજો પ્રમાણ પણ બોરોજ વધધો વિનેતો.

હિન ચોપડીસેં મિણી માડૂએંકે કીડનીજી ખભર ને સમજણ ડિનેજો પ્રયાસ કેઓ આય. કીડનીજે ધરધજા લખણ, નિધાન ને સાર–સંભારજી જાણકારી કીડનીજા ધરધ અટકાયજે કમમે પણ હી ચોપડી ઉપજોગી થીંધી.

હિન ચોપડીજે જુધે–જુધે પાઠેમે પાંજી પિંઢજી વાણીમેં કીડનીજે ધરધજી ખોટી સમજણજા ખ્યાલ, કીડનીજા ધરધ અટકાયજા ઉપાય, મિઠીપેસાપ, કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટ, કેડેવર કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન ને ખાધાખોરાકીજી પૂરી સમજ ડિનેમેં આવઈ આય. વાંચીધલ ચોપડી કે સેલાઈસે વાંચે સગેં તેંલા ચોપડી જે પુઠીયા તબીબી સબધ ને ટૂંકે સબધજી સમજણ પણ ડિનેલી આય. સામાન્ય માડુ ને જિનકે કીડનીજી તકલીફ વે ઈનીલા હી મિડે ગાલીયું જિજી ઉપજોગી એં.

કીડની વિસે જાણો ને
કીડનીજા ધરધ અટકાયો.

૨. કીડનીજી રચના ને કમ

કીડની પાંજે સરીરજો બોરોજ અગત્યજો અંગ આય. કીડનીકે સુપર કમ્પ્યૂટરસે સરખાઈ સગાજે, કારણ ઈનજી રચના બોરી અટપટી અને ઈનજો કમ બોરો ઓખો આય.

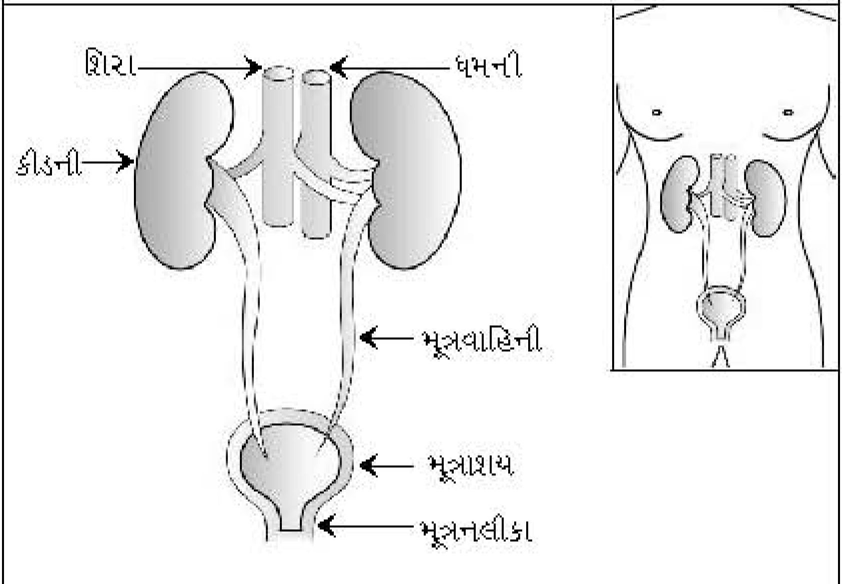
કીડનીજી રચના :

સરીરમે લુઈજો સુદ્ધિકરણ કરે ઈ પેસાપ ભનાયતી, તેંકે સરીરનું બાર કઢેજો કમ મૂત્રવાહિની (Ureter), મૂત્રાશય (Urinary Bladder) અને મૂત્રનલીકા (Urethra) સેં થીએતો.

- માડૂ કે બાઈમાડૂ મિણીજે સરીરમે સામાન્ય રીતે બો કીડનીયું હુવેંત્યું.
- કીડની પેટજે મથેજે ને પુઠલે ભાગમે કરોડરજ્જુ જી બોંઈ બાજુએ (પુઠજે ભાગમે) છાતીજી પાંસડીએં કે પુઠિયા સુરક્ષિત રીતેં અચેલીયું હુવેંત્યું.
- કીડનીજો આકાર કાજુ જેડો આય. જુવાણઈમેં કીડની આસરે ૧૦ સે.મી. લમી, ૫ સે.મી. પહોડી ને ૪ સે.મી. જાડી હુવેતી, અને ઈનજો વજન ૧૫૦ થી ૧૭૦ આમ હુવેતો.
- કીડનીમેં ભનધલ પેસાપ કે પેસાપજી કોથડી સુધી પુજાઈધલ નલી કે પેસાપજી નસ (મૂત્રવાહિની) ચોવાજેતી. જુકો આસરે ૨૫ સે.મી. લમી જે ખાસ જાતજે સ્થિતિસ્થાપક સ્નાયુઓજી ભનેલી હુવેતી.
- પેસાપજી થેલી (મૂત્રાશય) પેટજે નીચેજે ભાગમે આગડજી બાજુ ગોઠવાયેલી સ્નાયુજી ભનેલી કોથડી આય. જેમેં પેસાપ ભેગો થીએતો.
- જેર પેસાપજી થેલીમે ૪૦૦ મી.લી. જતરો પેસાપ ભેગો થીએ તેર પેસાપ કરેજો મન થીએતો.
- મૂત્રનલીકાસે પેસાપ સરીરનું બાર કઢે મેં અચે તો.

માડુ ને બાઈમાડુમે કીડનીજી જગ્યા,
ભનાવટ ને કમ હકડે સરખા વેંતા.

કીડનીજી જગ્યા ને બનાવટ



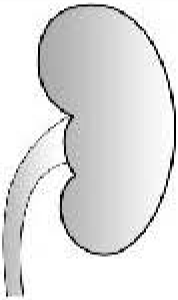
કીડનીજા કામ:

કીડનીજી અગત્યતા કુરો આય ?

- દરેક માડુમે ખાધાખોરાકીજો પ્રકાર ને જથ્થો કાયમ ફેરફાર થીધો રેતો.
- જુધે જુધે ખોરાક જે કારણે સરીરમે પ્રવાહી, ક્ષારને જુધે જુધે એસિડિક તત્વોજી માત્રામે ફેરફાર થીએતો.
- ખોરાકજે પોસક તત્વેજે પાચન ને ઉપજોગ જે કારણે નિકામા પદાર્થ સરીરમે પેધા થીએતા.
- સરીરમે પ્રવાહી, ક્ષાર, રસાયણ ને ખરાબ પદાર્થમે થીધલ વધારો ક ફેરફાર સરીરલા જાનલેવા ભની સગેતો.
- કીડની પેસાપમે નિકામો પ્રવાહી ને પદાર્થકે પરચા કરે લુઈજો સુદ્ધિકરણ ને સરીરમે પ્રવાહી, ક્ષાર ને એસિડ આલ્કલીજો પ્રમાણ જાડવે સરીરકે તંદુરસ્ત રખેતી.

કીડનીજા ખાસ કમ કયા કયા અઇં ?

કીડનીજા કામ



લુઈજો સુદ્ધિકરણ

પવાહીને ક્ષારજો નિયમન

લુઈજો ધબાણ, રકતકણને કેલ્શિયમજો સંતુલન

કીડનીજા મુખ્ય કમ હિન મુજબ અઇં :

૧. લુઈજો સુદ્ધિકરણ :

કીડની સતત ચાલુ રઇ સરીરમે ભનધા નકામા ઝેરી પદાર્થકે પેસાપસે દૂર કરેતી.

૨ પવાઈજો સંતુલન :

કીડની સરીરકે ખપે એતરો પ્રવાહી રખી વધારેજો પ્રવાહી પેસાપસે બાર કઢતી.

૩. ક્ષારજો નિયમન :

કીડની સરીરમે સોડિયમ, પોટેસિયમ, કલોરાઈડ, મેગ્નેસીયમ, ફોસ્ફરસ, બાય કોર્બોનેટ ઇની મીણીજો પ્રમાણ સરખો રખેજો કમ કરેતી. સોડિયમજી વધઘટ મગજતે ને પોટેસિયમજી વધઘટ હાડ ને સ્નાયુએજી કમગીરી તે ગંભીર અસર કરે સગેતી.

૪. લુઈજે ધબાણતે કાબું :

કીડની કતરાક હોર્મોન (એન્જીયોટેન્સીન, આલ્ડોસ્ટરોન, પ્રોસ્ટાગ્લેન્ડીન) ને પ્રવાહી ને ક્ષારજો યોગ્ય નિયમનસે લુઈજે ધબાણ કે સામાન્ય રખેમે અગત્યજો ભાગ ભજવેતી.

૫. રકતકણજે ભનાયમે મદદ :

લુઈજા રકતકણ હુવેતા ઇ હડેજે પોલાણમેં ભનેતા. ઇ ભનાયજે

કીડનીજો મુખ્ય કમ લુઈજો સુદ્ધીકરણ ને પ્રવાઈ-ક્ષારજો નિયમન કરે પેસાપ ભનાયજો આય.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

પેસાપ ભનાયજી કમગીરી

કીડનીમે દર મિનિટ ૧૨૦૦ મી.લી. ને આખે દિંમે ૧૭૦૦ લીટર લુઈ પુજેતો.

↓

ગ્લોમેરૂલ્સ દર મિનિટે ૧૨૫ મી.લી. ને સજે ડીમે ૧૮૦ લીટર પેસાપ ભનાયતો.

↓

ટયુબ્યુલ્સ ધ્વારા ૮૦% (૧૭૮ લીટર પ્રવાહીજો સરીરમે પાછો સોસણ)

↓

૧ થી ૨ લીટર પેસાપથી સરીરજે કચરેજો નિકાલ.

નિયમનલા જરૂરી પદાર્થ–એરીથ્રોપોએટીન કીડનીમે ભને તો. કીડની ફેલ્યરમે ઈ પદાર્થ ઓછો કાંત સમૂરગો ન ભને ત રકતકણ ભનીજ ન સકે ત લુઈમે ફિકાસ અચે વનેતી. ઈતરેક એનિમીયા થીએતો.

૯. હડકેજી તંદુરસ્તી :

કીડની સક્રિય વિટામીન ડી ભનાયમે મધધ કરેતી. ઈ વિટામીન–ડી સરીરમે કેલ્સિયમને ફોસ્ફરસજી જરૂરત જાડવી હડે ને દંધજો વિકાસ ને તંદુરસ્તીમે ખાસ ભાગ ભજવેતી.

કીડનીમે લોઈજે સુદ્ધિકરણ થઈ પેસાપ કી ભનેતો?

- કીડની જન રીતે જરૂરિયાતવારે પદાર્થ કે રખી વધારેજે પદાર્થ કે પેસાપ મિંજા બાર કઢેતી, ઈ કમ બોરો નવાઈ લગે એડો ને બોરોજ અઘરો આય.
- કુરો આંકે ખબર આય? બોંય કીડનીમે હરેક મિનિટમે ૧૨૦૦ મી.લી. લુઈ સુદ્ધિકરણલા અચેતો. જુકો હાડ મિંજા પુરો પાડેમે અચીંધલ લુઈજા ૨૦% જેતરો આય. ઈતરે ક ૨૪ કલાકમે લગભગ ૧૭૦૦ લીટર લુઈજો સુદ્ધિકરણ થીએતો.
- લુઈજો સુદ્ધિકરણ કરે પેસાપ ભનાયજો કમ કરીંધલ કીડનીજે મિણીયા નીચે ભાગ–જીણે ફિલ્ટર કે નેફ્રોન ચોવાજેતો.

- દરેક કીડનીમે એડા ડો લખ જેતરા નેફ્રોન હુએંતાં ને હરેક નેફ્રોન ગ્લોમેરૂલ્સ ને ટયુબ્યુલસજો ભનેલો હુવેંતો.
- આંકે જાણીને નવાઈ લગધી કે ગ્લોમેરૂલ્સ જે નાંસે ઓડખાધી ગેણી મિંજા ૬૨ મિનિટે ૧૨૫ મી.લી. પ્રવાહી ગારાઈ ૨૪ કલાકમે પેલે તબક્કે ૧૮૦ લીટર પેસાપ ભનેતો.
- ઈન ૧૮૦ લીટર પેસાપમે નકામા ઉત્સર્ગ પદાર્થ, ક્ષાર ને ઝેરી રસાયણ હુએંતા, તી સરીરજે કમજા એડા ગ્લુકોઝ જેડા બયા જરૂરી પદાર્થ પણ હુએંતા. સરીરજે કમજા રકતકણ, શ્વેતકણ, ચરબી ને પ્રોટીન પેસાપમે નિકરેં નતા.
- ગ્લોમરૂલ્સમે ભનધલ ૧૮૦ લીટર પેસાપ ટયુબ્યુલ્સમે અચેતો, જિતે ઈનમિંજા ૯૯ ટકા પ્રવાહી બુદ્ધિપૂર્વક સોસાઈ વિનેતો.
- બોંય કીડનીએજી ટયુબ્યુલ્સજી મિડે લમાઈ નેરીયુંત ૧૦ કિલોમીટર થીએતી.
- ટયુબ્યુલ્સમેં થીધલ સોસણ કે બુદ્ધિપૂર્વકજો કુલા ચેમે અચેતો ? ટયુબ્યુલ્સમે થીધલ સોસણ કે બુદ્ધિપૂર્વકજો ચેયો અયોં કૂલાકે ૧૮૦ લીટર જિતરે પેસાપ મિંજા મિડે જરૂરી પદાર્થ ને પાણી પાછા ગિની ગિનેમે અચેતો. નપટ ૧ કે ૨ લીટર પેસાપ મેં મિડે કચરો ને વધારેજો ક્ષાર દૂર કેમે અચેંતા.
- ઈન પ્રમાણે કીડનીમે બોરીજ ચોકસાઈસે કેલો સુદ્ધિકરણ ને ગાડ઼ણ ને સોસણ પોય ભનેલો પેસાપ મૂત્રવાહિની ધ્વારા મૂત્રાસયમે વિનેતો ને મૂત્રનલિકા ધ્વારા સરીરનું બાર નિકરેતો.

કુરો જેજી કીડની ભરાભર હોય તેજે પેસાપમેં વધઘટ થઈ સગેતી ?

- હા. પેસાપજો પ્રમાણ પાં કિતરો પાણી પીઓતા ને વાતાવરણમે ગરમી કતરી આય તેંતે આધાર વેતો.

પેસાપજે પ્રમાણમે ગચ ઘટાડો ક વધારો કીડનીજી તકલીફ વતાયતો.

- જ કોય ઓછો પાણી પીએ ત સમૂરગો અધ લીટર જેતરો ઓછો ને ઘાટો પેસાપ ભને તો. જ કોય વધુ પાણી પીએ ત પતલો ને બોરો પેસાપ ભની સગેતો. ઉનારેમે વધુ પરસેવો થીએ તેર પેસાપજો પ્રમાણ ઘટે ને સિયારેમે પરસેવો ઓછો થીએ તેર પેસાપજો પ્રમાણ વધે.
- સામાન્ય પ્રમાણમે પાણી પીધલ માડૂમેં જ અધ લીટર કરતાં ઓછો કે ૩ લીટર કરતા વધુ પેસાપ અચે, ત કીડનીજે ધરધઅ઼ નિસાની સમજણી.

કીડનીજો મુખ્ય કમ, લુઈજો સુદ્ધીકરણ ને પ્રવાઈ-ક્ષારજો નિયમન કરે પેસાપ ભનાયજો આય.

૩. કીડનીજે ધરધજા લખણ

કીડનીજે જુધે જુધે ધરધજા જુધા જુધા લખણ હુએંતા. જેમે ખાસ હિન પ્રમાણેજા લખણ હુએંતા.

- ઉગેજો અખતેં સોજો અચે.
- મો ને પગેંતે સોજો અચે.
- ભુખ ઓછી લગે, ઉલટી ઉબકા અચે.
- નિંઢી ઉંમરમે લુઈજો ધબાણ વધુ હુવે.
- નબડાઈ અચે, લુઈમેં ફિકાસ હુવે.
- થોડો પણ હલે ત સા ચડે, ઝપાટે થકી રે.
- છ વરે પોયપણ રાતજો વિછાણમે પેસાપ કરે વિજે.
- પેસાપ ઓછો અચે.
- પેસાપમેં બરતરા થીએ, લુઈ ક પરૂ અચે.
- પેસાપ ઉતરેમે તકલીફ થીએ, ટીપો ટીપો પેસાપ ઉતરે.
- પેટમે ગંઠ જણાજે, પેટ ક કમરમે ડુખાવો થીએ.

જ કેંકે પણ હિન પ્રમાણેજા લખણ ડિસજે ત ઝપાટે ડાક્તર વટે વિની તપાસ કરાયણી જરૂરી આય.

સિભુમેં મોં ને અખતેં સોજા અચણા ઈ
કીડનીજે ધરધજી પેલી નિસાની હુઈ સગેતી.

૪. કીડનીજે ધરધજો નિધાન

કીડનીજા ઘણે ધરધ મટે જ નતા ને ઈનજી સારવાર બોરી મોંઘી ને જોખમી હુવેતી. વરી કીડનીજે ગંભીર ધરધમેં પણ પેલવેલા લખણ ઓછા ડિસાજેંતા જેંજે કારણે કીડનીજે ધરધજી સંકા પે ત તેરઈ તપાસ કરાયણી ને ધરધજો તેરઈ નિદાન કરાયણું જરૂરી આય.

કીડનીજી તપાસ કેંકે કરાયણી ખપે ? કીડનીજી તકલીફ થેજી વકી કડે વધુ હુવેતી ?

૧. જે માડુંમેંકીડનીજે ધરધજા લખણ ડિસેમેં અચેં.

૨. મિઠીપેસાપ જો ધરધ હુવે.

૩. લોઈજો ધબાણ બોરો હુવે.

૪. ઘણે સમય સુધી ડુખાવેજી ધવા ખાધે હુવે.

૫. મૂત્રમાર્ગમે જન્મધેજ ખોટ હુવે.

૬. કુટમમેં વારસાગત કીડનીજા ધરધ હુવે.

કીડનીજે ધરધજો **નિદાન કરાયેલા નીચે જણાયેલી તપાસ કરાયણી ખપે.**

૧. પેસાપજી તપાસ :

કીડનીજે ધરધજે નિદાનલા હી તપાસ બોરી જ અગત્યજી આય :

- પેસાપમે પરૂજી હાજરી મૂત્રમાર્ગજો ચેપ વતાયતો.
- પેસાપમે પ્રોટીનને રકતકણેજી હાજરી, કીડનીજો સોજો, ગ્લોમેરૂલો–નેફ્રાઈટિસ વતાયતો.
- પેસાપમે પ્રોટીન ઘણેકીડનીજે ધરધીમે ડિસાજે પણ પેસાપમે પ્રોટીન ઈ કીડની ફેલ્યર જેડે ગંભીર ધરધજી પેલી નિસાની હોઈ સગે. દા.ત.

પેસાપજી તપાસ કીડનીજે ધરધજે ટાણેસર નિધાનલા કરે ગય જરૂરી આય.

મિઠીપેસાપજે કારણે કીડની ફેલ્યરજી પેલી નિસાની પેસાપમે પ્રોટીન નિકરણું ઈ આય.

- **માઈક્રોઆલ્બ્યુમિન્યુરીયા :**
પેસાપજી હી તપાસ કીડનીતે મિઠીપેસાપજી અસરજો વહેલો ને ટાણેતે નિદાનલા ખાસ જરૂરી આય.

- **પેસાપજીયુ બઈયું તપાસુ હિન પ્રમાણે અઈ.**
  (૧) ટી.બી.જે જંતુએજી તપાસ.
  (મૂત્રમાર્ગજે ટી.બી.જે નિદાનલા કરે)
  (૨) સજે ડિજે પેસાપમે પ્રોટીનજો પ્રમાણ (કીડનીતે સોજા કિતરી આય ને તેજી સારવારજી અસર જાણેલા)
  (૩) પેસાપજી કલ્ચરને સેન્સીટીવીટીજી તપાસ (પેસાપમે ચેપ જે કારણભૂત (બેકટેરિયા) જંતુએજે નિદાન ને તેજી અસરકારક ધવાલા કરે)
  (૪) પેસાપજી તપાસસે ઘણે મિડે ખબર પે. તે છતાં પેસાપજો રિપોર્ટ ભરાભર હુવે તોય પણ કીડનીજો ધરધ નાય ઈ ન ચોવાજે.

૨. લુઈજી તપાસ :

- **લુઈમેં હિમોગ્લોબીનજો પ્રમાણ :** એનિમીયા ઈતરે લુઈમેં હિમોગ્લોબીન ઓછો થઈ વિને ઈ કીડની ફેલ્યરજો ખાસ લખણ આય. પણ એનીમીયાજા બ્યા પણ કારણ હુવેતા, ઈતરે ઈ તપાસ હરૂભરૂ કીડનીજી બિમારી જ નતી વતાય.
- **ક્રિએટીનીનને યુરીયા :** ઈ તપાસ કીડનીજી કમગીરીજો ખ્યાલ ડેતી. યુરિયા ને ક્રિએટીનીન ઈ સરીર મિંજા કીડની જુકો કચરો સાફ કરેતી એડા

કીડનીજી કાર્યક્ષમતા જાણેલા લુઈજી ક્રિએટીનીનજી તપાસ કરેમેં અચેતી.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

નિકામા પદાર્થ એં, ઈ લુઈમેં ક્રિએટીનનજો સામાન્ય ૦.૯ થી ૧.૪ મી.ગ્રા.% ને યુરિયાજો સામાન્ય પ્રમાણ ૨૦ થી ૪૦ મી. ગ્રા.% હુવેતો. બોય કીડનીયું જું વધુ ફિટેતી યુરિયા ને ક્રિએટીનીનનો પ્રમાણ વધધો વિનેતો.

- **લુઈજીયું બઈયું તપાસું :** કીડનીજે જુધે જુધે ધરધજે નિદાનલા લુઈજીયું બઈયું તપાસું જેમેં પ્રોટીન, કોલેસ્ટ્રોલ, સોડિયમ, પોટેસિયમ, કલોરાઈડ, કેલ્સિયમ, ફોસફરસ, એએસઓ ટાઈટર, કોમ્પલીમેન્ટ જો સમાવેસ થીએતો.

૩. રેડિયોલોજીકલ તપાસ :

- **કીડનીજી સોનોગ્રાફી :** ઈ સેલી, ઝપાટેવારી ને સલામત તપાસ સે કીડનીજો કદ, રચના ને ઠેકાણું, મૂત્રમાર્ગ મે અડચણ, પથરી ક ગંઠજી ખાસ માહિતી ડેતી. ઘણેખરે ક્રોનિક કીડની ફેલ્યર જે ધરધીએજી સોનોગ્રાફીમે બોય કીડનીયું સંકોચાયેલીયું નેરેલા મિલેતીયું.
- **પેટજો એકસરે :** હી તપાસ ખાસ કરે પથરીજો નિદાન કેલા કરે મેં અચેતી.
- **ઈન્ટ્રાવીનસ પાઈલોગ્રાફી :** (આઈ.વી.પી.) હિન તપાસમે એકસરેમે ડિસાજે એડી ખાસ ઓયોડિન ધરાઈધલ ધવાજા ઈંજીસન ડઈ પોય પેટજો એકસરે કઢેમે અચેતો, ઈન એકસરેમે ધવા કીડની મિજા મૂત્રમાર્ગ ને મૂત્રમાર્ગ મિજા મૂત્રાસયમે વેધી ડિસાજેતી. આઈ.વી.પી. કીડનીજી કમગીરી ને મૂત્રમાર્ગજી રચનાજો ખ્યાલ ડેતી. હી તપાસ ખાસ કરેને કીડનીમેં પથરી, મૂત્રમાર્ગમે અડચણ ક ગંઠ જેડે ધરધજો નિદાનલા કેમે અચેતી. જડે કીડની ઓછો કમ કઈધી હુવેતી, તડે હી તપાસ કમ નતી અચે. આઈ.વી.પી. જી ધવા નબલી કીડનીકે નુકસાન કરે સગેતી. જેંજે કારણે હી તપાસ કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએંલા નકામી આય. વરી સગર્ભાવસ્થામેં પણ એકસ–રે જી તપાસ પણ નુકસાન કરીધલ આય. ઈતરે તેર હી તપાસ કેંમે નતી અચે.

કીડનીજી સોનોગ્રાફીજી તપાસ
નેફ્રોલોજિસ્ટજી ત્રઈ અખ જેડી આય.

- **બઈ રેડિયોલોજીકલ તપાસ :** અમૂક ધરધજે નિદાનલા કરે ખાસ કરેમે અચીધલ તપાસ જેડી કે કીડની ડોપ્લર, મિચ્યુરેટિંગ સિસ્ટોયુરેથ્રો ગ્રામ, રેડિયો ન્યુકલીઅરસ્ટડી, રીનલ એન્જીયોગ્રાફી, સીટી સ્કેન, એન્ટીગ્રેડ ને રિટ્રોગ્રેડ પાઈલોગ્રાફી વગેરેજો સમાવેસ થીએતો.

૪. બઈયું ખાસ તપાસું :

કીડની બોયોપ્સી, સિસ્ટોસ્કોપી ને યુરોડાઈનેમિકસ જેડી ખાસ જાતજી તપાસ કતરેક ધરધેજે નિદાનલા કરે જરૂરી આય.

કીડની બાયોપ્સી

કીડનીજે કિતરેંક ધરધેજે કારણજો ચોકકસ નિદાન કરેલા કીડની બાયોપ્સી ખાસ જરૂરી તપાસ આય.

કીડની બાયોપ્સી ઈતરે કુરો ?

કીડનીજે કિતરેંક ધરધેજો ચોકકસ કારણજી ખબર પે તેલા સુઈજી મધધસે કીડની મિંજા ડોરે જેડી સની કટકી કઢી ઈનજી ખાસ પ્રકારજી હિસ્ટોપેથોલોજી જી તપાસ કે કીડની બાયોપ્સી ચોવાજેતી.

કીડની બાયોપ્સીજી જરૂરત કડેં પેતી ?

કીડનીજે કિતરેંક ધરધેમે જેમે પેસાપમે પ્રોટીન વિનધો હુવે ક કીડની ઓછો કમ કઈધી હુવે તેર ઘણેવાર ઈ ધરધ થેજા કારણ જાણેલા બઈ કોય તપાસ કમ નતી અચે. ઈનટાણે કીડની બાયોપ્સી કીડનીજે ધરધજે નિદાનલા કરેમે અચેતી.

કીડની બાયોપ્સીજી તપાસ સે કુરો ફાયદો થીએતો ?

હિન તપાસ સે કીડનીજે ધરધજે કારણજો ચોકકસ નિદાન કરી સગાજેતો. હિ

કીડનીજે અમુક ધરધજે સચોટ નિધાનલા કરે કીડની બાયોપ્સી કરણી જરૂરી આય.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

નિધાનથી કઈ સારવાર ડિણી, સારવારજી કિતરી અસર થીધી ને વરી અગીયા કીડની ફિટેજી કિતરી સગયતા આય તેજી પણ ખબર પેતી.

કીડની બાયોપ્સી કિન રીતે કરેમે અચેતી ?

- કીડની બાયોપ્સીલા ધરધીકે ધવાખાનેમે દાખલ કેણું પેતો.
- લુઈજો ધબાણ ને લુઈ ગંઠાયજી કમગીરી ભરાભર હુવે ઈ હિન તપાસલા જરૂરી આય.
- લુઈ પાતડો કેજી ધવા (એસ્પીરીન) બાયોપ્સી કેજી હુવે તેનું બ અઠવાડિયા પેલા ભંધ કેણી જરૂરી આય.
- ઘણેવાર હી તપાસ ધરધીકે કે બેભાન કે વગર પણ કરેમે અચેતી. પણ નિંઢે છોકરે કે બેભાન કેણા પેતા.
- બાયોપ્સીલા કરે ધરધીકે ઉંધો પેટ નીચે તકિયો રખી સુમારેમે અચેતો.
- બાયોપ્સીજી જગ્યા સોનોગ્રાફીજી મધધસે નકકી કેમે અચેતી, જુકો પુઠમે પાંસડી કે નીચે કમર જે સ્નાયુએ વટે અચેલી હુવેતી.
- ઈન જગ્યાકે ધવાસેં સાફ કરે પોય ડુઃખાવો ન થીએ એડા ઈંજીસન ડઈને ઈનકે સુન કરે વિજેમેં અચેતો.
- ખાસ સુઈ (બાયોપ્સી નીડલ) જી મધધસે કીડની મિંજા સની ડોરે જેડી ૨–૩ ટુકરીયું ગીની હિસ્ટોપેથોલોજી જી તપાસલા પેથોલોજીસ્ટકે હલાયમેં અચેતો.
- બાયોપ્સી પોય ધરધીકે પથારીતેજ આરામ કરેજી સલા ડિનેમેં અચેતી, ને લગભગ બે ડિ રજા ડિનેમે અચેતી.
- કીડની બાયોપ્સી પોય ૨–૪ અઠવાડિયા મેનતવારો કમ નકેજી ને વજન ન ઉપાડેજી ખાસ સલાહ ડિનેમેં અચેતી.

કીડની બાયોપ્સી પતલી સુઈસે બેભાન કરે વગરકરેમેં અચીંધલ પીડારહિત તપાસ આય.

૫. કીડનીજા ધરધ

કીડનીજે ધરધેજા ખાસ કરેને બ ભાગ પાડેમે અચેતા :

- મેડિકલ ધરધ : ઈન પ્રકારજે કીડનીજે ધરધેજી સારવાર નેફ્રોલોજીસ્ટ ધવાસે કરીએંતા. ગંભીર એડા કીડની ફેલ્યરજેંવરધીએંકે ડાયાલીસીસ નેકીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસનજી જરૂરિયાત પણ પેતી.
- સર્જીકલ ધરધ : હીન પ્રકારજે કીડનીજે ધરધેજી સારવાર યુરોલોજીસ્ટ કરીએતા. સામાન્ય રીતે ઓપરેસન, એન્ડોસ્કોપી, લીથોટ્રીપ્સી વગેરે પ્રકારજી સારવારજી જરૂરત પેતી.
- નેફ્રોલોજિસ્ટ ને યુરોલોજિસ્ટ મે કુરો ફેર હુવે તો ?
  કીડની નિષ્ણાત ફિજીસિયનકે નેફ્રોલોજિસ્ટ ચોવાજે. કીડની નિષ્ણાત સર્જન હુવે ત યુરોલોજિસ્ટ ચોવાજેતો.

કીડનીજા ખાસ ધરધ	
મેડિકલ ધરધ	સર્જીકલ ધરધ
કીડની ફેલ્યર એક્યુટ ગ્લોમેરૂલોનેફ્રાઈટિસ નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમ પેસાપજો ચેપ	પથરીજી બીમારી પ્રોસ્ટેટજી બીમારી મૂત્રમાર્ગમે જન્મજાત ખોડ મૂત્રમાર્ગજો કેન્સર

કીડની ફેલ્યર

કીડની ફેલ્યર ઈતરે કીડનીજી કમગીરીમે ઘટાડો થીણું. લુઈમેં ક્રીએટીનીન ને યુરિયાજે પ્રમાણમેં વધારો થીણું ઈતરે કીડની ફેલ્યર. કીડની ફેલ્યરજા બ પ્રકાર અઈ : એક્યુટ કીડની ફેલ્યર ને ક્રોનિક કીડની ફેલ્યર.

એક્યુટ કીડની ફેલ્યરમેં બોય કીડની એકાએક બગડેતી ને સારવારસે પુરેપુરી સુધરી વિનેતી.

એકયુટ કીડની ફેલ્યર

ભરાભર કમ કરીધલ કીડની થોડેજ સમયમે ફિટી વિને ઈતરે એકયુટ કીડની ફેલ્યર ઝાડા – ઊલ્ટી, ઝેરી મેલેરિયા, લુઈજો ધબાણ ઓચંતો ઘટણું જેડે કારણેસે એકયુટ કીડની ફેલ્યર થઈ સગેતો. યોગ્ય ધવા ને જરૂર પેત ડાયાલીસીસજી સારવાર સે હિન પ્રકારજી ફિટેલી કીડનીયું ફરી ભરાભર કમ કરીધે થઈ વિનેતીયું.

ક્રોનિક કીડની ફેલ્યર

ઈતરે હરેં હરેં લમે સમયમે ન સુધરી સગે ઈન રીતે બોય કીડનીયું ફિટણીયું. હિન ધરધજા ખાસ લખણમેં સોજા, ભુખ ઓછી લગણી, ઊલટી ઉબકા અચણાં, નબલાઈ લગણી, નિંઢી ઉમરમે લુઈજો ધબાણ વધુ હુણું ઈ મિડે અંઈ. ક્રોનિક કીડની ફેલ્યર થેજે કારણે મેં મિઠીપેસાપ, લુઈજો ધબાણ ને કીડનીજા જુધા જુધા ધરધ અઈ.

લુઈમેં ક્રીએટીનીન ને યુરિયાજો પ્રમાણ કીડની કિતરી ફિટઈ આય તેંજી ખબર ડેતી. કીડની જીં વધુ ફિટે તી ક્રિએટીનીન ને યુરિયાજો પ્રમાણ વધધો વિનેતો.

હિન ધરધજી સિરૂઆતમે ધવા ને ખોરાકજી કરીસે સારવાર કેમે અચેતી. હિનસે ધરધીજી કીડની વધુ ન ફિટે ને ધવાજી મધધસે તબિયત ભરાભર ભને ને લમું સમય સારો રે એડો ઈનજો હેતુ આય.

કીડની વધુ ફિટે (સામાન્ય રીતે ક્રીએટીનીન ૮–૧૦ મી.ગ્રા % કરતાં પણ વધી વિને તડેં) ધવા ને કરી હુધે પણ તબીયત ફિટધી વિનેતી. તિનટાણે હેર હાજરમે આય એડીયું બ પ્રકારજી સારવાર ડાયાલિસીસ (લુઈજો ડાયાલિસિસ ક પેટજો ડાયાલિસિસ) ને કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન અઈ.

ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરમેં બોય કીડની હરેં હરેં ન સુધરે ઈ બગડેતી.

ડાયાલિસિસ :

બોય કીડનીયું બોરીયું ફિટે તેર કાયામેં નકામો બિનજરૂરી કચરો ને પ્રવાહીજે પ્રમાણમે વધારો થીએતો. ઈન પદાર્થકે પરેયાં કરેજી રીત કે ડાયાલિસિસ ચોવાજેતો.

હિમોડાયાલિસિસ – લુઈજો ડાયાલિસિસ :

હિન પ્રકારજે ડાયાલિસિસમે હિમોડાયાલિસિસ મિસિનસે કૃત્રિમ કીડની (ડાયાલાઈઝર) મે લુઈજો સુદ્ધિકરણ કેમે અચેતો. એ.વી.ફિસ્ચ્યુલા ક ડબલ લ્યુમેન કેથેટર જી મધધસે સરીર મિંજા સુદ્ધિકરણ કરેલા લુઈ ગિનેમે અચેતો. ખાસી તભિયત ભનાય રખેલા ધરધીએંકે નિયમિત અઠવાડિયેમે બ થી ત્રે વેરા હિમોડાયાલિસિસ કરાયણું જરૂરી આય. ઈન સમય ધરધી પથારીમે રૈ સામાન્ય કમ (નાસ્તો કેણું, વાચણું, ટી.વી. નેરણું) કરે સગેતો. નિયમિત હિમોડાયાલિસિસ કરાઈધલ ધરધી સામાન્ય જિંધગી જીવી સગેતા. ખાલી ડાયાલિસિસલા થોડીવાર ધવાખાનેમે હિમોડાયાલિસિસ યુનિટમે અચેંતો.

હેરજે સમયમે હિમોડાયાલિસિસ કરાઈધલ ધરધીએંજી સંખ્યા પેટજે ડાયાલિસિસ (સી.એ.પી.ડી.) કરાઈધલ ધરધીએં કના ઘણે વધારે આય.

પેરીટોનીઅલ ડાયાલિસિસ – પેટજો ડાયાલિસિસ (સી.એ.પી.ડી.) :

હિન પ્રકારજો ડાયાલિસિસ ધરધી પિઢંઈ મિસિન વગર ઘરે કરે સગેતો. સી.એ.પી.ડી. મે ખાસ જાતજો સુંવાલો, ઘણે મિડે કાંણેવારો કેથેટર ઓપરેસનસે પેટમે રખેમે અચેતો. ઈ કેથેટરસે પી.ડી. ફ્લ્યુડ પેટમેં વિજાજેતો. ઈ પ્રવાઈ કિતરાક કલાક પોય બાર કઢેમે અચે. તેર ઈનભેગા સરીરજો નિકામો કચરો ને પ્રવાઈ પણ બાર નીકરી વિનેતા. હિમોડાયાલિસિસ કરતાં ખરચો બોરો ને પેટમે ચેપ થીએ તેંજો જોખમ ઈ બો સી.એ.પી.ડી. જા ખાસ જોખમ ઐઈ.

કીડની ગચ બગડે તડેં કીડનીજા કમ
કરેએડી કૃત્રિમ સારવાર ઈતરે ડાયાલિસિસ.

એકયુટ ગ્લોમેરૂલોનેફ્રાઈટિસ

કોઈ પણ ઉમરમે થીંધલ હી ધરધજો પ્રમાણ છોકરેમે બોરો નેરેલા મેલેતો. હી ધરધ ખાસ કરે ગલેજે ચેપ ક ચમડીજે ચેપ (ગુમડાં) પોય થીએ તો. મોંતે સોજા ને પેસાપ રતો અચણું ઈ હિન ધરધજી ખાસ ફરિયાદ આય.

હિન ધરધજી તપાસમે લુઈજે ધબાણમે વધારો, પેસાપમે પ્રોટીન ને રકતકણજી હાજરી ને કતરીક વાર કીડની ફેલ્યર નેરેલા મિલેતો. ઘણે મિડે છોકરેકે ધવાસે થોડે જ સમયમે હિન ધરધમે ફાયધો થૈ વિનેતો.

નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમ

કીડનીજો હી ધરધ પણ મિણી કરતાં છોકરેમેં વધુ નેરેલા મેલેતો. હિન ધરધજો ખાસ લખણ વારે ઘડીએ સોજા અચે ઈ આય. હિન ધરધમે પેસાપમે પ્રોટીન નિકરી વિને, લુઈમે પ્રોટીન ઘટી વિને ને કોલેસ્ટરોલ વધી વિને. હિન ધરધમે લુઈજો ધબાણ વધે નતો ને કીડની ફિટેજી સકયતા બોરીજ ઓછી હુવેતી.

ધવાસે ધરધ મિટે પણ વારેઘડીએ ઊથલો મારે ને પાછી સોજા ચડે ઈ ઈનજી ખાસીયત આય. ઈન પ્રમાણે હી રોગ બોરો સમય (ઘણે મિડે વરે) હલે જેસે છોકરે ને તેંજે ઘરવારેજી ધીરજજી કસોટી જેડો આય.

પેસાપજો ચેપ

પેસાપમે બરતરા થીણી, વારેઘડીએ પેસાપ કેલા વિનણું, પેડુમે ડુખાવો થીએ, તાવ અચે ઈ મિડે પેસાપજે ચેપજા લખણ એઈ. પેસાપજી તપાસમે પરૂજી હાજરી ઈ હિન ધરધજો નિધાન આય.

ઘણેખરે ધરધીએંમે ધવાસે હી ચેપ મિટી વિનેતો. છોકરેમે હિન ધરધજી સારવાર ખાસ તકેદારી મંગી ગિનેતી. છોકરેમે પેસાપજે ચેપજી વેલી ને ભરાભર સારવાર ન થીએ ત કીડનીકે ન સુધરી સગે એડો ગંભીર નુકસાન થેજો ધ્રા રેતો.

છોકરેંમેં મિણીયા વધુ નેરેલા મિલધો કીડનીજો ધરધ એકયુટ ગ્લોમેરૂલોનેફ્રાઈટિસ આય.

વારેઘડીએં પેસાપજે ચેપજો ધરધ થીંધો હુવે ત મૂત્રમાર્ગમે અડચણ, પથરી, મૂત્રમાર્ગજો ટી.બી. જેડે કારણેલા ને ઈનજે નિદાનલા તપાસ કરાયણી જરૂરી આય. છોકરેમે પેસાપજો ચેપ વારેઘડીએ થેજો કારણ વી.યુ.આર. આય. વી.યુ.આર. (વસાયકો યુરેટરિક રિફલક્સ) મે મૂત્રાસય ને મૂત્રવાહીની વચ્ચે અચેલ વાલજે કમમે જન્મજાત ખોડ હુવે તી. જેંસે પેસાપ મૂત્રાસય મિંજા પાછો મૂત્રવાહિનીમે, કીડની ડિંયા વિનેતો.

પથરીજી બીમારી

પથરી ઈ ઘણે ધરધીએંમે નેરેલા મિલે એડો કીડનીજો ખાસ ધરધ આય. પથરી ખાસ કરીને કીડની, મૂત્રવાહીની ને મૂત્રાસયમે થીંધી હુવેતી. પેટમે બોરોજ ડુખાવો, ઊલટી ઉબકા થીણા, પેસાપ રતો અચણું ઈ મિડે પથરીજો ધરધ હુવે ત થીએતો. કિતરેક ધરધીએંમે પથરી હુવે ત જરા પણ ડુખાવો નતો થીએ, ઈનકે Silent Stone ચેતા.

પેટજો એક્સરે ને સોનોગ્રાફી પથરીજે નિધાનલા ખાસ તપાસ આય. નિઢી પથરી બોરો પાણી પીધેસે પંઢઈ નિકરી વિનેતી જ. પથરીજે કારણે વારેઘડીએ ડુઃખાવો થીંધો હુવે, પેસાપમે વારેઘડીએ લુઈ ક રસી અચીંધી હુવે, મૂત્રમાર્ગમે અડચણ થીએ ક કીડની કે નુકસાન થીંધો હુવે ત પથરી કઢાયણી જરૂરી આય.

પથરી કઢેલા સામાન્ય રીતે વપરાધી પદ્ધતિમે લીથોટ્રીપ્સી, ધુરબીન (પી.સી.એન.એલ, સિસ્ટોસ્કોપી ને યુરેટ્રોસ્કોપી) સે સારવાર ને ઓપરેસન કરેમે અચેતો. ૮૦% ધરધીએંમે પથરી ફરીથી થઈ સગેતી. ઈતરે હમેસા પ્રવાઈ વધારે પીણું, ખોરાકમે કરી રખણી ને દાકતરજી સલા પ્રમાણે તપાસ કરાયણી જરૂરી આય.

છોકરેંમેં પેસાપજે ચેપજી અધુરી તપાસ ને સારવારસે કીડનીકે સુધરી ન સગે એડો નુકસાન થઈ સગેતો.

પ્રોસ્ટેટની બીમારી – બી.પી.એચ. (બિનાઈન પ્રોસ્ટેટિક હાઈપરટ્રોફી)

પ્રોસ્ટેટગ્રંથી ખાલી માડુએમે જ હુવેતી. મૂત્રાસય મિંજા પેસાપ બાર ગિની વેંધલ નલી મૂત્રનલિકાજો સિરૂઆતજો ભાગ પ્રોસ્ટેટગ્રંથી મિંજા પસાર થીએતો.

વડી ઉંમરમે પ્રોસ્ટેટજો કદ વધેજે કારણે પેસાપ ઉતરેમે થીંધલ તકલીફકે બી.પી.એચ. ચેતા. રાતજો વારેઘડીએ પેસાપ કેલા વિનણું, પેસાપજી ધાર સની થિણીં, બર કરે સેંજ પેસાપ અચે ઈ મિડે ફરિયાદુ બી.પી.એચ. જે કારણે થીએતીયું.

બી.પી.એચ. જી સરૂઆતમે ધવાસે સારવાર થીએતી. ધવા ગિનધે પણ ફાયધો ન થીએ તેર થોડે ધરધીએમે ધુરબીનસે (ટી.યુ.આર.પી.) સારવાર કેણી પેતી.

માડુંએંકે વડી ઉંમરે પેસાપ કરેમેં થીંધી તકલીફજો મુખ્ય કારણ બી.પી.એચ. આય.

૬. કીડનીજે ધરધ વિસે ખોટીયું માન્યતાઉ ને હકીકતું

ખોટી માન્યતા : કીડનીજા મિડે ધરધ ગંભીર હુવેતા.

હકીકત : ના, કીડનીજા મિડે ધરધ ગંભીર નતા હુવે. ઝપાટેં નિદાન ને સારવાર પોય કીડનીજા ઘણે ધરધ નિપટ મટી વિનેતા.

ખોટી માન્યતા : કીડની ફેલ્યરમે હિકડી કીડની ફિટે ક બોંય ?

હકીકત : બોંય. સામાન્ય રીતે ધરધીજી હિકડી કીડની નિપટ ફિટી વિને તોય પણ ધરધીકે કોય પણ તકલીફ નતી થીએ ને લુઈમેં ક્રિએટીનીન ને યુરિયાજો પ્રમાણમે ફેરફાર નતો થીએ. જેર બોંય કીડનીયું ફિટે તેર સરીરજો કચરો બાર નિકરી નતો સગે ને તેર લુઈજી તપાસમે ક્રિએટીનીન ને યુરિયાજો પ્રમાણ વધે તેર કીડની ફેલ્યરજો નિદાન થીએતો.

ખોટી માન્યતા : કીડનીજે કોયપણ ધરધમે સોજો અચણું ઈ કીડની ફેલ્યર સુચવેતો.

હકીકત : ના. કીડનીજે કિતરેંક ધરધેમે કીડનીજો કમ ભરાભર હુવે તોય ધરધીએંક સોજો અચેતો જેડોક નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમ.

ખોટી માન્યતા : કીડનીજે મિણી ધરધેમે સોજો અચેતો.

હકીકત : ના. કિતરેક ધરધેએંજીયું બોય કીડનીયું ફિટેલીયું હુવે ને ધરધી ડાયાલિસિસ કરાઈધો હુવે તોય સોજો ન હુવે એડોપણ થીએ. મતલબ કીડની ફેલ્યરજે ઘણે મિડે ધરધીએંમે સોજો હુવે પણ મિણીજે ધરધીએંમે ન હુવે.

ખોટી માન્યતા : હાલે મુંજી કીડની ભરાભર આય, અત્રે મુકે ધવા ગિનેજી જરૂર નાય.

હકીકત : ના. કીડની ફેલ્યરજે કિતરેક ધરધીએંકે ધવાસે ભરાભર થઈ વિને,

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

પોય પંઢઈ ધવા ભંધ કરે ડીએંતા ઈ બોરોજ જોખમી ભની સગેતો. ધવા ને કરી વગર કીડની ઝપાટે ફિટે ને તેરઈ જ ડાયાલિસિસજી જરૂર ઊભી થીએ એડો ધ્રા રેતો.

ખોટી માન્યતા : લુઈમેં ક્રિએટીનીનજો પ્રમાણ થોડો વધારે હુવે પણ તબિયત ભરાભર હુવે ત કોય ચિંધા ક ધવાધારૂજી જરૂર નાય.

હકીકત : ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએંમે ક્રિએટીનીનજો પ્રમાણ થોડો વધુ નેરેલા મિલેતો. જેર બોય કીડનીએંજી કમગીરીમે ૫૦% કના બોરો ઘટાડો થીએ જેર લુઈમે ક્રિએટીનીનજો પ્રમાણ ૧.૬ મી.ગ્રા. % કના વધુ હુવે તેર બોય કીડની ૫૦% કના વધુ ફિટઈયું અંઈ ઈ ચોવાજે. ઈન સમયમે જરૂરી કાડજી, ધવા ને કરી ખાસ સારવાર ગણાજેતી, તેર નેફ્રોલોજીસ્ટ જુકો ધવા કરે ઈ કીડનીજી કમગીરી ટકાય રખેમે કમ અચેતી.

જેર લુઈમેં ક્રીએટીનીનજો પ્રમાણ ૫.૦ મી.ગ્રા. % થીએ તેર ૮૦% બોય કીડનીયું ફિટી વઈયું અઈ ઈ સમજણું. ઈનટાણે ધવાધારૂસે ફાયદો જરૂર થીએતો પણ નિપટ ફાયદો ગિનેલા પાં મોડા પ્યા અઈયું ઈ ખ્યાલ રખણું ખપે.

જેર લુઈમેં ક્રીએટીનીનજો પ્રમાણ ૮.૦ થી ૧૦.૦ મી.ગ્રા.% કના પણ વધી વિને તેર બોય કીડનીયું નિપટ ફિટી વઈયું અઈ ને ઈનજી ધવા ક કરીસે ભરાભર થેજી તક પાં વિનાય છડઈ આય ઈ ચઈ સગાજે, પોય ધરધીકે ડાયાલિસિસજી જરૂર ઊભી થીએતી.

ખોટી માન્યતા : હિકડીવાર ડાયાલિસિસ કરાયસે હરહમેસ ડાયાલિસિસ કરાયણું પેતો.

હકીકત : ના. એક્યુટ કીડની ફેલ્યર જે ધરધીએંમે થોડે ડાયાલિસિસે પોય કીડનીયું ભરાભર કમ કઈંધે થઈ વિનેતીયું ને પોય ડાયાલિસિસ કરાયજી જરૂર રે નતી. એડા ધરધી ખોટી માન્યતા જે કારણે ડાયાલિસિસ કરાયમે મોડો કરીએ ત માડુજી મરી રેજી સગયતા ઊભી થીએતી.

હા, ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજે છેલે સમયમે નિયમિત ડાયાલિસિસ કરાયણું પે ને ઈનસે તબિયત સારી રે. હકીકતમે કિતરીવાર ડાયાલિસિસ કરાયણું પોંધો ઈ કીડની ફેલ્યરજે પ્રકાર પ્રમાણે નકી થીએ.

ખોટી માન્યતા : કીડની ટ્રાન્સફરપ્લાન્ટેસનમે માડુ બાઈમાડુકે કે બાઈમાડુ માડુકે કીડની ન ડઈ સગે.

હકીકત : ના. સરખી રચનાજે કારણે માડુ બાઈમાડુકે ને બાઈમાડુ માડુકે કીડની ડઈ સગે.

ખોટી માન્યતા : કીડની ડિનેસે તબિયત ને જાતિય સબંધ તે ખરાબ અસર થીએતી.

હકીકત : ના. હિકડી કીડનીસે પૂરો સામાન્ય જીયણ કમ ને જાતીય સબંધ પણ માણે સગાજેતો.

ખોટી માન્યતા : કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન લા કીડની વિકાંધી મિલેતી.

હકીકત : ના. કીડની વિકાંધી ગિનણી ને વકણી બોય કાયધેમે ગુનો આય. બ્યો ગિનેલી કીડનીમે કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસનમે પણ ભરાભર ન થેજો જોખમ બોરો રેતો.

ખોટી માન્યતા : કીડની રૂગે માડુએમે જ હુવેતી ને ઈ બોય પગેંજી વિચમેં કોથરીમે હુવેતી.

હકીકત : ખુટીગાલ. માડુ ને બાઈમાડુ બોઈમે સરખી રચના ને કદ વેરી કીડની પેટજે પુઠિયા ને મથેજે ભાગમે કરોડરજ્જુ જે બોય બાજુએ બો કીડનીયું હુવેતીયું. માડુએજે બો પગે વચમે કોથરીમે ગોડી જેડો અંગ હુવે તો ઈ પ્રજનન લા કરે જરૂરી અંગ ટેસ્ટીઝ (વૃસણ) હુવેતો.

ખોટી માન્યતા : હાલે મુંજો લુઈજો ધબાણ ભરાભર આય ત હણે મુંકે ધવાજી જરૂર નાય, મુકે કોય તકલીફ નાય ત ધવા કુલા ગિના?

હકીકત : ના. લુઈજો વધુ ધબાણ વારે ધરધીએ કે ધવાસે લુઈજા ધબાણ ભરાભર થીએ પોય ઘણે ધરધી પિઢકે ભરાભર સમજી ઈનજી ધવા બંધ કરે છડીએતા. ઘણે ધરધીએંમે લુઈજો ધબાણ બોરો હુવે પણ કોય પણ તકલીફ ન ડિસાજે ઈતરે ધવા ગિનાલે તૈયાર ન થીએ, પણ લુઈજે વધુ ધબાણજે કારણ મોડેમોડે પણ કીડની, હાડ ને મગજ તે બોરીજ ખરાબ અસર થીએતી. ઈતરે કોયપણ તકલીફ ન હુવે તોય ઓચિત્યું આડઅસરૂં અટકાયેલા ઈનજી ધવા ચાલુ રખણી ખપે ને ઈ બોરો જ જરૂરી આય.

૭. કીડની ફિટંધી અટકાયજે ઉપાય.

કીડનીજા ઘણે ધરધ બોરાજ ગંભીર હુવેતા. ઈનજો નિધાન મોડો થીએ ત પોય કોય પણ ધવા અસર નતી કરે. ક્રોનિક કીડની ફેલ્યર જેડા ન મિટી સગે એડે ધરધજે છેલ્લે સમયમે ઈનજી સારવાર (ડાયાલિસિસ ક કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન) બોરીજ ખર્ચાળ ને મિણી જગ્યાએં ન મીલી સગે. ઈતરેલા "Prevention is better than cure" કેવત પ્રમાણે હલણું જરૂરી આય. કીડની ફિટંધી અટકાયલા મિણીકે સમજણ હુણી ખપે. જેજી ચર્ચાજા બ ખાસ ભાગ ઐઈ.

- સામાન્ય માડુએલા સમજણ.
- ધરધજી હાજરીમે જરૂરી કાડજી.

સામાન્ય માડુલા ખાસ સમજણ

૧. કીડની ભરાભર રખેલા જરૂરી સમજણ (સલા) :

- રોજ ૩ લીટર (૧૦ થી ૧૨ ગ્લાસ) પાણી પીણું. (સોજા ન થીધો હુવે, એડેં કે)
- રોજ કસરત કેણી, વજનજી જાડવણી કેણી.
- ૪૦ વરે પોય ખાધાખોરાકીમે મીઠો ઓછો ખેણું.
- બીડી સીગારેટ, તમાકુ, ગુટકા, ધારૂ જેડા વ્યસન ન રખણા.
- દાકતરજી સલા વગર ધવા ન ખેણી.

૨. કુટુંબમે મિઠી પેસાપ કે લુઈજો ધબાણ વધુ **હુવે** તેર સમજે જેડી સલા:

મિઠી પેસાપ ને લુઈજો ધબાણ ઈ વારસાઈમે અચીધલ ધરધ ઐઈ. જે કુટુંબમે હેડા ધરધ હુવે ત ૨૦ વરે પોય હર વરેં ક બવરે ચેકપ કરાય ને એડો હોય ધરધ નાય ને ઈનજી ખાતરી કરે ગિનણી.

૩. રૂટિન હેલ્થ ચેકપ :

૪૦ વરે પોય કોયપણ તકલીફ ન હુવે તોય હર વરે હેલ્થ ચેકપ કરાયસે લુઈજો ધબાણ, મિઠી પેસાપ ક કીડનીજે ધરધજો નિધાન, કોયપણ લખણ ન હુવે ઈન સમયમે ઝપાટે થઈ સગે. ઈનજે કારણે હીનજી સમયસરજી ધવા ને સારસંભાડસે કીડનીકે ભવિષ્યમે નુકસાન થેજી સગયતાકે અટકાય ક ઘટાય સગાજે.

ધરધેજી હાજરીમે સારસંભાડ

૧. કીડનીજે ધરધજી જાણકારી ને ઝપાટે નિધાન :

મોં ક પગતેં સોજો, ખાધો ન આડ઼ણું, ઊલટી ઉબકા, લુઈમેં ફિકાસ, લંમે સમયજી નબલાઈ, રાતજો વારેઘડીએ પેસાપ કેલા ઉથણું, પેસાપમે તકલીફ થીણી હી મિડે લખણ કીડનીજે ધરધજા હુઈ સગે.

હેડઈયું તકલીફું હુવે તેંકે તેરઈ દાકતર વટે તપાસ કરાયણી ખપેં ને કીડનીજી તકલીફ હુવે ત, ઈનજો નિધાન કરાય ગિનણું ખપે. કીડનીજે ધરધજો ઝપાટે નિધાન ધરધકે મિટાયેલા, અટકાયેલા ક કાબુમે ગિનેલા બોરોજ કમ અચેતો કોય પણ લખણ વગર પણ પેસાપમે પ્રોટીન ક લુઈમેં ક્રીએટીનીન વધણું ઈ કીડનીજો ધરધ સમજણું.

૨. મિઠી પેસાપજે ધરધીએંલા સલા, સમજણ :

ડાયાલિસિસલા અચીધલ ધરધીએંજા ત્રેયા ભાગજા ધરધી મીઠી પેસાપજે કારણેજે અચેતા. ઈન ગંભીર ધરધકે અટકાયલા મિણી મિઠી પેસાપજે ધરધીએમેં કાયમ મિઠી પેસાપ કાબુમે રે ઈ જરૂરી આય.

મિઠી પેસાપજે મિણી ધરધીએંકે કીડનીતે અસર થીએ ત ઝપાટે ખબર પે ઈતરેલા કરે દર ત્રે મેંણે લુઈજો ધબાણ ને પેસાપમે પ્રોટીન કિતરો આય ઈનજી તપાસ કરાયણી બોરી જ જરૂરી આય. લુઈજો ધબાણ વધણું, પેસાપમે પ્રોટીન નીકરણું, સોજો ચડણું, વારેઘડીએ લુઈમે ખન ઘટણી કે

મિઠી પેસાપલા ગિનેજા ઈન્જેકસન ક ધવાજે પ્રમાણમે ઘટાડો થીણું ઈ મિઠી પેસાપસે કીડની ફિટેજી નિસાની આય. જ ધરધીકે મિઠી

પેસાપજે કારણે અખમે તકલીફ થીંધે લેસરજી સારવાર ગિનણી પેઈહુવે ત ઈન ધરધીજી કીડની ફિટેજી સગયતા વધી વિનેતી. ઈતરેલા એડેંધરધીએંકે કીડનીલા કરે વારેઘડીએ તપાસ કરાયણી બોરી જ જરૂરી આય.

કીડની ફિટધી અટકી સગે તેલા મિણીયાં વેલો નિધાન કરેલા મિણીયા ખાસો ને હિકડોજ ખાસ ઉપાય ઈ પેસાપજી "માઈક્રો આલ્બ્યુમિનયુરિયા" જી તપાસ આય.

૩. લુઈજે ઉંચે ધબાણવારે ધરધીએંજી કાડજી :

લુઈજો ઉચો ધબાણ ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજો ખાસ કારણ આય. લુઈજે ઉચે ધબાણજા લખણ ઘણે મિડે ધરધીએંમે નાં જેડા હુવે જેંસે ધરધી હિનજી નિયમિત ધવાધારૂ ન કરીએં કે ધવા બંધ કરે છડિયે લમે ગાડ઼ે હેડેં ધરધીએંમે લુઈજે ઉચે ધબાણજે કારણે કીડની ફિટેજો ધ્રા રેતો. લુઈજો ઉચો ધબાણ ક્રોનિક કીડની ફેલ્યેરજો ખાસ કારણ આયે. ઈતરે લુઈજે ઉચે ધબાણવારે ધરધીએંક ઈનતે કાબુ રખણું ને ઈનજી કીડનીતે કોઈ અસર ન થીએ તેજો ખ્યાલ રખેલા દર વરે હિકડી વાર પેસાપજી ને ક્રિએટીનીનજી તપાસ કરાયેજી સલા આય.

૪. ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએંજી કાડજી :

ક્રોનિક કીડની ફેલ્યેરજે ધરધીએંકે ખાધાખોરાકીમે પૂરેપૂરી કરી, વારેઘડીએ તપાસ ને ધવાસે કીડની ફિટેજી ક્રિયા ધીમી પાડે સગાજેતી. ને ડાયાલિસિસ ક કીડની ભધલાયજી જરૂરત કે પરેયા કરે સગાજે.

ક્રોનિક કીડની ફેલ્યેરજે ધરધીએંમ કીડનીકે નુકસાન થીંધો અટકાયેલા ખાસ જરૂરી સારવારજો ને લુઈજે ધબાણ તે કાબુ હુણું ખપે. ઈતરેલા રોજ ડીં મેં બો ત્રે વાર બી.પી. માપે લખીને રખણું ને ઈ બી.પી. જે ચાર્ટ નેરે દાકતરજી

સલા પ્રમાણે બી.પી. જી ધવામે ફેરફાર કેણું ખપે. લુઈજો ધબાણ કાયમ ૧૪૦/૮૦ હુણું ભરાભર ચોવાજે.

ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએંમે મૂત્રમાર્ગમે અડચણ, પથરી, પેસાપજો બ્યો ચેપ, સરીરમે પાણીજો ઘટણું (ડિહાઈડ્રેસન) મિણીજી સમયસરજી સારવાર કીડનીજી કમગીરી લમુ સમય ચાલુ રખેલા ખાસ જરૂરી ભાગ ભજવેતી.

૫. વારસાગત ધરધ પી.કે.ડી. જો વેલો નિધાન મે સારવાર :

પોલિસિસ્ટિક કીડની ડિસિઝ (પી.કે.ડી.) ઈ વંસવારસજો ધરધ આય. ઈતરે કુટુંબમે કેંકે પણ હી ધરધ હુવે ત દાકતરજી સલા પ્રમાણે કુટુંબજે બે કેંકે હીન ધરધજી તકલીફ ત નાયને ઈ નિધાન કરાયણું જરૂરી આય. ઝપાટે નિધાન ને ખાધાખોરાકી મે કરી, લુઈજે ધબાણ તેં કાબુ ને પેસાપજો ચેપ ને બઈ સારવાર સે કીડની ફિટેજી ઝડપ કે ઘટાય સગાજેતી.

૬. છોકરેંજે મૂત્રમાર્ગજે ચેપજી સારવાર :

છોકરેકે વારેઘડીએ તાવ અચીધોહુવે ને વજન વધધો ન હુવે ત મૂત્રમાર્ગજો ચેપ જવાબદાર આય. છોકરેમેં મૂત્રમાર્ગજે ચેપજો વેલા નિધાન ને જરૂરી સારસંભાડ મહત્વજી એઈ. જ મૂત્રમાર્ગજે ચેપજો નિધાન ને સારસંભાડ મોડી ગિનાજે ત છોકરેજી વિકાસ પામધી કીડનીકે સુધારી ન સગાજે એડો નુકસાન થૈ વિને.

ઈન નુકસાનજે કારણે ઘણે વરે પોય ધીમે ધીમે કીડની ફિટી વિને જો ધ્રા રેતો. (વડી ઉમરમે મૂત્રમાર્ગજે ચેપસે કીડનીકે ન સુધારે સગાજે ઈતરો નુકસાન નતો થીએ) વધારેમે પેસાપજો ચેપ થેઓ હુવે એડા નિઢી ઉમરજે છોકરેમેં અધોઅધ છોકરેકે ચેપ થેજા કારણ જન્મજાત ખોડ ક અડચણ જવાબદાર હુવેતી. હિનટાણે સમયસરજી સારસંભાડ ન મિલે ત કીડની ફિટેજો ધ્રા રેતો.

ઈતરે છોકરેજી કીડની ફિટધી અટકાયેલા કરે મૂત્રમાર્ગજે ચેપજો ટાંણે

નિધાન ઈનજી સારવાર ને ચેપ થેજો કારણજો પણ નિધાન ને સારસંભાડ બોરી જરૂરી આય.

૭. વડી ઉમરમે વારેઘડીએ પેસાપજે ચેપજી સારવાર :

કોયપણ ઉમરમે પેસાપજો ચેપ વારેઘડીએ થીંધો હુવે ને ધવાસે કાબુમે ન હુવે ત ઈનજો કારણ જાણણું જરૂરી આય. ઈન કારણે (જેડોક મૂત્રમાર્ગમે અડચણ, પથરી) જી સમયસરજી સારવાર કીડનીકે નુકસાન પુજધો અટકાયેતી.

૮. પથરી ને બી.પી.એચ. જી જરૂરી સારવાર :

ઘણેવાર કીડની ક મૂત્રમાર્ગમે પથરીજો નિધાન થીયે, તેં પુઠિયા પણ ઈનજે કારણે કોય તકલીફ કે ડુખાવો થીંધો ન હુવે તેર ધરધી સારવાર ગિનેજો આડસ કરે ને ગેંટેતો. ઈનજ રીતેં વડી ઉમરમે થીંધલ પ્રોસ્ટેટજી તકલીફ બી.પી.એચ. જે કારણે થીંધે ધરધી ઈનજી કાડજી રખે નતા. એડે ધરધીએંકે લમેગાડે કીડનીજો નુકસાન થેજો ધ્રા રેતો. ઈતરે ઝપાટેસેં દાકતરજી સલા ને સારવાર ગિનણી જરૂરી આય.

૯. નિંઢી ઉંમરમે લુઈજે ધબાણજી તપાસ :

સામાન્ય રીતે ૩૦ વરેથી નિંઢી ઉમંરમે લુઈજો ઉચો ધબાણ નેરેલા નતો મિલે. નિંઢી ઉમરમે લુઈજો ઉચો ધબાણ કીડનીજે ધરધજે કારણે હુવેતો. ઈતરે એડે મિણીકે કીડનીજી તપાસ કરાયણી બોરીજ જરૂરી આય.

૧૦. એકયુટ કીડની ફેલ્યરજે કારણેજી ટાંણે તે સારવાર :

ઓચંધી કીડની ફિટેજે કારણેમે ઝાડા, ઉલટી, ઝેરી મેલેરિયા, બોરો રકતસ્ત્રાવ, લુઈમેં ગંભીર ચેપ, મૂત્રમાર્ગમે અડચણ જેડો સમાવેસ થીએતો. ઈની મિણી ગાલીયેંજી ટાંણે તે તપાસ ને ઝપાટે પૂરી સારવાર કેસે કીડની ફિટધી અટકાય સગાજેતી.

૧૧. દાકતરજી સલા પ્રમાણેજ ધવાજો ઉપયોગ :

સામાન્ય રીતે ગિનેમે અચીધલ ધવાઈમેં કિતરીયુંક ધવાઈયું (જેડીયું ક ડુખાવેજીયું ધવાઈયું) લમુ સમય ગિનેસે કીડનીકે નુકસાન થેજો ધ્રા રેતો. ઈતરે ભને ઈતરો બીનજરૂરી ધવાઈયું ગિનેજો ટાડણું ને જરૂર હુવે ત દાકતરજી સલા પ્રમાણે ધવા ગિનણી ખપે. આયુર્વેદિક પણ મિડે ધવાઈયું ભરાભર એઈ ઈ માન્યતા પણ ખોટી આય. કિતરીયુંક ભારે ધાતુ ધરાઈધલ ભસ્મું કીડનીકે ગંભીર નુકસાન પુજાય સગેતીયું.

૧૨. હિકડી જ કીડની **હુવે** ઈનીલા કાડજી :

એડે માડુએંકે પાણી બોરો પીણું, પેસાપ ક બ્યો કોય ચેપજો ઝપાટે નિધાન ને સારવાર કરાયણું ને કાયમ દાકતરકે વતાયણું બોરોજ જરૂરી આય.

વિભાગ–૨

કીડનીજી ખાસ ધરધ ને ઈનજી સારવાર

- કીડની ફેલ્યેરજો નિધાન, અટકાયજા ઉપાય ને ઈનજી સારવાર
- ડાયાલિસિસજી સેલી સમજણ
- કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન ને કેડેવર ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસનજી જાણે જેડી સમજણ
- કીડનીજે ખાસ ધરધેજી ખાસ સમજણ
- કીડની ફેલ્યેરજે ધરધીએંલા ખાધાખોરાકી ને કરીજી સમજણ

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

૮. કીડની ફેલ્યર ઈતરે કુરો ?

સરીરમે કીડનીજો ખાસ કમ લુઈજો સુદ્ધિકરણ કેજો આય. જડે કીડની ફિટે જે કારણે ઈનજો સામાન્ય કમ ન કરે સગે તડેં કીડનીજી કમજી સગતી ઘટઈ આય ને કીડની ફેલ્યર આય ઈ ચોવાજે.

કીડની ફેલ્યરજો નિધાન કિન રીતે થીએતો ?

લુઈમે ક્રિએટીનીન ને યુરિયા જે પ્રમાણજી તપાસસે કીડનીજી કમગીરીજો ખ્યાલ ગિનાજેતો. કીડનીજી કમગીરીજી ક્ષમતા પાંજે સરીરજી જરૂરત કરતા પણ બોરી આય જેંજે કારણે બોય કીડનીકે થોડો નુકસાન થીએ ત લુઈજી તપાસમે ખાસ ખરાબો નેરેલા નતો મિલે. પણ ધરધજે કારણે જેર કીડનીયું ૫૦% કરતાં વધુ ફિટી વિને તેર લુઈમે ક્રિએટીનીન ને યુરિયાજો પ્રમાણ સામાન્ય કરતાં વધેતો.

હિકડી કીડની ફિટેસે કીડની ફેલ્યર થૈ સગે ?

ના. કેજી પણ બોઈ કીડનીએ મિંજા હિકડી કીડનીકે નુકસાન થીએ ક હિકડી કીડની કઢી ગિનેમે અચે તપણ બઈ કીડની ઈનજી કમગીરીમે વધારો કરે સરીરજો મિડે કમ રાબેતા મુજબ હલાય સગેતી.

કીડની ફેલ્યરજા ખાસ બ પ્રકાર ઐઈ :

એક્યુટ કીડની ફેલ્યર ને ક્રોનિક કીડની ફેલ્યર.

૧. એક્યુટ કીડની ફેલ્યર :

એક્યુટ કીડની ફેલ્યરમે બોય કીડનીયું કિતરેંક ધરધજે કારણે ફિટીને થોડો

બોય કીડની ફિટે તડે જ **કીડની ફેલ્યર થઈ સગેતો.**

સમયલા કમ કરેજો ભંધ કરે ડિયેંતિયું. ઈનજી ઝપાટે સારવાર કરે, થોડે સમયમે કીડનીએ કે ફિરીસિરી કમ કરીધે કરે સગાજેતી.

૨. ક્રોનિક કીડની ફેલ્યર :

ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરમે કિતરેક ધરધજે કારણે હરે હરે મેંણે ક વરેમેં બોઈ કીડનીએજી કમગીરીજી સગતીમે ઘટાડો થીધે બોય કીડનીયું કમ કરેજો ભંધ કરે છડિયેતીયું. હેરજે ટાંણે ઈ ધરધ મિટી સગે એડી કોય પણ ધવા જ નાય.

બોય કીડની ૫૦% કનાં વધુ ફટે તડે જ કીડની ફેલ્યરજો નિધાન થઈ સગેતો.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

૯. એકયુટ કીડની ફેલ્યર

એકયુટ કીડની ફેલ્યર ઈતરે કુરો ?

ભરાભર કમ કરીધલ બોય કીડનીયું કોક કારણસર ઓચંધિયું થોડે સમયમેં કમ કરીધે ભંધ થઈ વિને ઈનકે એક્યુટ કીડની ફેલ્યર ચોવાજેતો.

એકયુટ કીડની ફેલ્યર થેજો કારણ કુરો ?

એકયુટ કીડની ફેલ્યર થેજા કારણ હીન પ્રમાણે ઐઈ.

૧. બોરાજ ઝાડાઉલટી થેસે સરીરમે પ્રવાહીજો પ્રમાણ ઘટી વિયો હુવે.

૨. સરીરમે ઝેરી (ફેલ્સીફેરમ) મેલેરિયા થેઓ હુવે.

૩. ધવાજે કારણે કિતરાક ખામીવારા રકતકણ (G6PD Deficiency) ટુટી વેયા હુવે એડી ખામી પારસી, ભણસાડી ને લુહાણેમે વધુ જણાજેતી.

૪. પથરીજે કારણે મૂત્રમાર્ગમે અડચણ ઉભી થૈઈ હુવે.

૫. તેં સિવાય બે કારણેમે લુઈજો ચેપ (Septicemia), પેસાપજો જોખમી ચેપ, ખાસ પ્રકારજો કીડનીજો સોજો (Glomerulonephritis), બાઈમાડુએમે સુવાવડ ટાંણે લુઈજો ઉચો ધબાણ ક વધુ લોઈજો પોણું, કિતરીક ધવાઈએજી આડઅસર, સપજો ડંખ, સ્નાયુએકે વધુ થીંધલ નુકસાન સે ઝેરી પદાર્થ ભનધે કીડનીતેં ઈનજી આડઅસર ઊભી થીએતી.

એકયુટ કીડની ફેલ્યરજા લખણ :

હીન પ્રકારજે કીડની ફેલ્યરમે ભરાભર કમ કરીધલ કીડની થોડે સમયલા ફિટધે ધરધજા લખણ તેરઈને વધુ પ્રમાણમે ડિસાજેતા. હી લખણ જુધે જુધે ધરધીએંમે જુધે જુધે પ્રમાણે બોરા ક ઓછા હુઈ સગે.

હિન ધરધમેં હિકડ઼ેધમ ભરોભર કીડનીજી સગતિમેં જલ્દીથી, ટૂંકે ટેમલા ઘટાડો થીએતો.

૧. ભુખ ઓછી લગણી, ઉલટી ઉબકા કે હડકી અચણી.

૨. પેસાપ ઓછો થીએ કે ભંધ થઈ વિને.

૩. મો, પગ ને સરીરતેં સોજો ચડે, સા ચડે, બી.પી. વધે.

૪. નબલાઈ અચે, ઘેન ચડે, જાધસગતી ઘટી વિને, તાણ ક આંચકી અચે.

૫. લુઈજી ઉલટી અચે ને પોટેસિયમજે વધારે જે કારણે હાડ ઓચંધો ભંધ થિઈ વિને !

તે સિવાય જિન કારણસે કીડની ફિટધી હુવે તેજા લખણ પણ ડિસાજે, જિંકે ઝેરી મેલેરિયામે બોરો સી પે ને તાવ અચે.

એકયુટ કીડની ફેલ્યરજો નિધાન :

જેર ધરધીકે ધરધજે કારણે કીડની ફિટેજી સગયતા ઊભી થીએતી ને લખણ પણ કીડની ફેલ્યરજા ડિસજે તેર ઝપાટે લુઈજી તપાસ કરાયણી ખપે. લુઈમે ક્રિએટીનીન ને યુરિયાજો પ્રમાણ વધારે હુવે ત એકયુટ કીડની ફેલ્યર સમજણું. તે સિવાય પેસાપજી, લુઈજી બઈ તપાસ ને સોનોગ્રાફી કરાય કીડની ફેલ્યરજો કારણ ને ઈનજી આડઅસરજો ખ્યાલ અચેતો.

એકયુટ કીડની ફેલ્યર અટકાયજા ઉપાય :

ઝાડા-ઊલટી, ઝેરી મેલેરિયા જેડા કીડની ફેલ્યર કરે સગે એડે ધરધેજો ટાણે નિધાન ને સારવાર કેણી.

હિન ધરધજી તકલીફ વારે ધરધીએંકે

- બોરો પાણી પીણું.
- પેસાપ ઓછો અચે ત દાકતર કે જાણ કેણી.
- કીડનીકે નુકસાન થીએ એડી ધવા ન ખેણી.

હિન ધરધમેં ફિટેલી બોય કીડની ભરાભર સારવારથી હિકડ઼ેધમ કમ કરીંધી થઈ સગેતી.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

એકયુટ કીડની ફેલ્યરમે કિતરે સમયમે ફરી કીડની કમ કરીંધી થીએ? ભરાભરજી સારવારસે ૧ સે ૪ અઠવાડિયેમે ઘણેખરે ધરધીએંજી કીડની ફરીથી કમ કરીંધી થીંધી હુવેતી. હેડે ધરધીએંકે સારવાર પૂરી થે પુઠિયા ધવા ક ડાયાલિસિસ જી જરૂર ઊભી થીએ નતી.

એકયુટ કીડની ફેલ્યરજી સારવાર :

હિન ધરધમેં ટાંણે ત જ સારવાર કેમે અચે ત નઉ જીયણ મિલી વિનેતો. ને જ સારવાર ન મિલે ત માડુ થોડે ડિંયેંમેં મરી વિનેતો.

એકયુટ કીડની ફેલ્યરજી સારવાર હિન પ્રમાણે આય :

૧. જવાબધાર ધરધજી સારવાર

૨. ખાધાખોરાકીમે કરી

૩. ધવા સે સારવાર

૪. ડાયાલિસિસ

૧. જવાબધાર ધરધજી સારવાર :

કીડની ફેલ્યરજો જુકો કારણ હુવે એડા ઝાડા-ઊલટી ક ઝેરી મેલેરિયા કે કાબુમે ગિનેલા ઈનજી ધવા, રકતકણ તૂટી વેયા હુવે ત નઉ લુઈ ને લુઈજે ચેપ કે કાબુમે ગિનેજી ધવા એન્ટીબાયોટિક્સ ડિનેમે અચેતી.

પથરીજે કારણે પેસાપમે અડચણ ઊભી થૈઈ હુવે તેર ધુરબીનસે ઓપરેસન કરે અડચણ દૂર કેમે અચેતી.

હિન પ્રમાણેજી સારવારસે નુકસાન થેલી કીડનીકે વધુ નુકસાન ન થીએ ને કીડની ફરીથી ભરાભર કમ કેંધી થઈ સગેતી.

હિન ધરધમેં ભરોભર ધવાસે વેલી સારવારથી ડાયાલિસિસ વગર પણ કીડની સુધરી સગેતી.

૨. ખાધાખોરાકીમે કરી :

કીડની ભરાભર કમ ન કઈંધી હુવે ત ઈનજી આડઅસર ને તકલીફ થીએતી. ઈ ઓછી થીએ ઈતરેલા ખાધાખોરાકીમે કરી રખણી જરૂરી આય.પેસાપજે પ્રમાણજો ખ્યાલ રખી પ્રવાહી થોડો પીણું. જેંસે સોજા, સા જેડી તકલીફ ન થીએ.

પોટેસિયમ વધી ન વિને ઈતરેલા ફડેજા રસ, નાડિયેરજો પાણી, સુકોમેવો ન ખેણું. પોટેસિયમ વધે ત હાડ ઓચિંધો ભંધ થઈ સગે.

ખાધેમે મીઠો ઘટાયસે સોજો, સા, ઉન, લુઈજો ધબાણ જેડીયું ગાલિયું કાબુમે અચી સગેતીયું.

૩. ધવાસે સારવાર :

પેસાપ વધારેજી ધવા : પેસાપ ઓછો થેજે કારણે સોજો થીણું, સા ચડણું જેડી તકલીફકે અટકાયેલા ને ઈનજી સારવારલા ધવા કમ અચેતી.

ઊલટી–એસીડીટીજી ધવા : કીડની ફેલ્યરજે કારણે ઊલટી–ઉબકા અચેં હેડકી થીએ ઈનકે કાબુમે ગિનેલા પણ ધવા કમ અચેતી.

બઈયું ધવાઈયું જુકો સા ચડણું, લુઈજી ઊલટી થીણી જેડી ગંભીર તકલીફેમે કમ અચેતીયું.

૪. ડાયાલિસિસ :

ડાયાલિસિસ ઈતરે કુરો ?

કીડની કમ ન કરે તેર સરીરમે નકામો કચરો ને વધારેજો પ્રવાઈ ક્ષાર, એસિડ જેડા રસાયણ ભેગા થીએ તેંકે મિસીનસેં બાર કઢેજી કમગીરી કે ડાયાલિસિસ ચોવાજેતો.

હિન ધરધમેં ડાયાલિસિસ કરેજો મોડો જીયલેણ ને ટેમસરજો ડાયાલિસિસ જીવનદાન ડઈ સગેતો.

ડાયાલિસિસજા બ પ્રકાર એઈ, પેરીટોનીઅલ ને હિમોડાયાલિસિસ.

ડાયાલિસિસજે બારેમે વિગતવારજી સમજણ પાઠ–૧૩ મે કેમે આવઈ આય.

ડાયાલિસિસજી જરૂર કડે ઊભી થીએ ?

એક્યુટ કીડની ફેલ્યર જે મિણી ધરધીએંજી સારવાર ધવા ને કરીસે કેમે અચેતી. પણ જડે કીડની બોરી ફિટી વિને ને મિડે સારવાર કઈંધે છતાં ધરધજા લખણ વધધા વિને, જુકો જીયલેણ ભની સગે. હિન ધરધીએમે ટાંણે તે જ ડાયાલિસિસ કેમે અચે ત ભચાય સગાજેતો.

ડાયાલિસિસ કિતરી વાર કારયણું પે ?

- જે સુધે ધરધીજી પિંઢજી કીડની ભરાભર કમ કઈંધી ન થીએ તે સુધે ડાયાલિસિસ–કૃત્રિમ કીડની વારો કમ કરે, ધરધીજી તબિયત ખાસી રખેમે મધધ કરેતો.
- કીડની સુધારેમે ૧ થી ૪ અઠવાડિયાજો સમય લગેતો. ઈન સમયમે સામાન્ય રીતે અઠવાડિયેમે બ થી ત્રે વાર ડાયાલિસિસ કરાયણું પે.
- હિકડીવાર ડાયાલિસિસ કરાય પોય વારેઘડીએ કાયમ ડાયાલિસિસ કરાયણુ જ પે એડી ઘણે માડુએમે ખુટી માન્યતા આય. હિન ધ્રા જે કારણે ઘણે ધરધી સારવારમે મોડા પેંતા ને કિતરીક વાર ધરધજી ગંભીરતા બોરી જ વધી વિને એડો ભનેતો. ને તેર દાકતર હી પણ સારવાર કરે તે પેલા માડુ મઈ રેતો.

હિન ધરધમેં ડાયાલિસિસજી
જરૂર થોડા ડીં લાજ પેતી.

૧૦. ક્રોનિક કીડની ફેલ્યર ને ઈનજા કારણ

કીડનીજે ધરધેમેં ક્રોનિક કીડની ફેલ્યર બોરો જ ગંભીર ધરધ આય. કુલાકે હેરજે ટાંણે તબીબી વિજ્ઞાન વટે હિન ધરધકે મિટાયજી કોયપણ ધવા નાય. છેલે ઘેણે વરેંથી હિન ધરધજે ધરધીએંજો આંકડો ડીંયાડી વધધો રેતો. મિઠી પેસાપ, લુઈજો ધબાણ, પથરી જેડે ધરધેજો વધધો પ્રમાણ ને કીડનીજે ધરધજે નિધાનજી ખાસી સગવડ ઈનલા જરૂરી આય.

ક્રોનિક કીડની ફેલ્યર ઈતરે કુરો ?

હિન પ્રકારજે કીડની ફેલ્યેરમે કીડની હરેં હરેં ફિટેતી ને કઈક મેણા ને વરેં સુધી હલેતી. લમે સમય પોય ઘણેખરે ધરધીએંમે બોય કીડનીયું સકોચાજીને સાવ નિઢઈયું થિઈ ને હમેસલા કરે કમ કરીધે ભંધ થઈ વિનેતીયું. જુકો કોયપણ ધવા, ઓપરેસન ક ડાયાલિસિસસે સુધરી જ સગે નતીયું.
ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજી સિરૂઆતમેં ઈનજી સારવાર ધવાને કરીસે કરેમે અચેતી.

એન્ડ સ્ટેજ કીડની (રીનલ) ડિસીઝ (**ESKD or ESRD**) ઈતરે કુરો?

ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરમે સમય થીંધે બોય કીડનીયું હરેં હરેં ફિટધીયું વિનેતીયું. ઈન સમયે બોય કીડનીયું લગભગ (૯૦% ટકે કના વધુ) કે નિપટ કમ કરેજો ભંધ કરે છડીયે તડે એન્ડ સ્ટેજ રીનલ ડિસીઝ કે નિપટ કીડની ફેલ્યર ચોવાજેતો.

તીનટાંણે ધવા ને કરી છતાં પણ ધરધીજી તબિયત હરેં હરેં ફિટધી રેતી ને ધરધીકે ભચાયેલા કાયમ ડાયાલિસિસ કરાયેજી ક કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન કરાયજી જરૂર પેતી.

ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરમેં કીડની
હરેં હરેં, ફિરી સુધરે ન ઈ ફિટેતી.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજા ખાસ કારણ કયા ઐઈ ?

કોય પણ ઉપાયસે ન સુધરી સગે ઈન રીતે બોય કીડનીયું ફિટેજા ખાસ કારણ હિન પ્રમાણે ઐઈ :

૧. મિઠી પેસાપ : આંકે ખબર પોંધે નવાઈ લગધીક ડુખ થીધો જે ક્રોનિક કીડની ફેલ્યર જા ૩૦ ક ૪૦% ધરધી ઈતરે ત્રીધરધીએમેં હિકડે ધરધીજી કીડની મિઠી પેસાપસે ફિટેતી, મિઠી પેસાપ ઈ ક્રોનિક કીડની ફેલ્યર જો ખાસ ને ગંભીર કારણ આય. મિઠી પેસાપજે મિણી ધરધીએંકે ઈન ધરધતે કાબુ રખણું બોરોજ જરૂરી આય.

૨. લુઈજો ધબાણ : લમે સમય સુધી લુઈજો ધબાણ વધધો રે ત ક્રોનિક કીડની ફેલ્યર થઈ સગે.

૩. ક્રોનિક ગ્લોમેરૂલોનેફ્રાઈટિસ : હિન પ્રકારજે કીડની ધરધમે મોં ને પગતેં સોજા ચડે ને લુઈજો ધબાણ વધધો રે જેંસે બોય કીડનીયું હરેં હરેં કમ કરીધે ભંધ થૈઈ વિનેતીયું.

૪. વારસાગત ધરધ : (પોલિસિસ્ટિક કીડની ડિસિઝ ને આર્લ્પોટ સિન્ડ્રોમ).

૫. પથરી જો ધરધ : કીડની ક મૂત્રમાર્ગજે બોય બાજુએ અડચણ ને ઈનજી ટાંણેતે ધવા ગિનેજો આડસ.

૬. લમે સમય સુધી ખાધેલીયું કિતરીક ધવાઉ (જેડીયું કે ડુખાવો ઓછો કરેજીયું ગુરીયું, ભસ્મ) ને તેજીયું આડઅસરૂ.

૭. છોકરેમે વારેઘડીએં થીંધલ કીડની કે મૂત્રમાર્ગજો ચેપ.

૮. છોકરેમે જન્મધેજ મૂત્રમાર્ગજી ખામીયું (Vesico ureteric reflux, Posterior urethral valve) વગેરે.

મિઠી પેસાપ ને લુઈજો ધબાણ ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજા મણીયા મહત્વજા કારણ અઈ.

૧૧. ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજા લખણ ને નિધાન

ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરમે બોય કીડનીયું હરેં હરેં ફિટધે મેણાં ને વરે લગેતા. ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજી સિરૂઆતમે બોય કીડનીએજી કમગીરીમેં બોરો ઘટાડો થીએ નતો તેં સેં ઓય લખણ જણાજે નતા. જીં કીડની વધુ ને વધુ ફિટે તીં ધરધીજી તકલીફ વધે. હિન ધરધજે લખણેજી સમજણ જુધી જુધી રીતે ત્રે રીતે કરી સગાજે. (સિરૂઆત, વચ્ચમે ને છેલે ટાંણેતેં.)

● સિરૂઆતજા લખણ :

ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજી સિરૂઆતમે કીડનીજી કમગીરી ૩૫% નું ૫૦% જેતરી ઓછી થંઈ વિનેતી તે સુંધી ઘણેખરે ધરધીએકેં હી ખબર નતી પે.

(આકસ્મિક) ઓચિંધો નિધાન :

ઘણખરા બઈ કોય માંધાઈજી તપાસ કરાયલા વિને ક મેડિકલ ચેકપ કરાઈયેં તેર ઓચંધોજ હિન ધરધજી ખબર પે. લુઈમે ક્રિએટીનીન ને યુરિયા બોરો જણાજે. ઉગેજો મોંતે સોજો ચડે ઈ હિન ધરધજી પેલી ઓડ઼ખાણ આય.

લુઈજો વધુ ધબાણ :

જ કોયપણ ૩૦ વરેનું નિઢી વયજે માડુકે બી.પી. ઐઈ એડો નિધાન થીએ ત બી.પી. જે પેલે નિધાન ટાંણે ઈ બોરોજ હુવે, (૨૦૦/૧૨૦) ને ધવાસે બી.પી. કાબુમે ન અચે ત કીડની ફેલ્યરજો કારણ હુઈ સગે.

● વિચલે ટાંણેજા લખણ :

કીડનીજી કમગીરીમે બોરોજ ઘટાડો ઈતરે ૬૫ નું ૮૦% જિતરો ઓછો થીએ તેર લુઈમે યુરિયા ને ક્રિએટીનીન ડીંયાડી વધધો વિનેતો. હિન ટાંણે પણ કિતરેંક

બોય કીડની ફિટે જે લીધે લુઈજો ધબાણવધી સગેતો.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

ધરધીએકેં ખબર નતી પે. કોય લખણ નતા ડિસજે. જડે કિતરેંક ધરધીએમેં અસગતી, સોજા, લુઈજો બોરો ધબાણ, લુઈમેં ફિકાસ ને રાતજો પેસાપજે પ્રમાણ વધારો થીએતો.

● છેલે ટાંણેજા લખણ :

કીડનીજી કમગીરી ૮૦% કના વધુ ઓછી થીએ, ઈતરે ૨૦% જ કમ કરીધી હુવે તિનટાંણે કીડની ફેલ્યરજા લખણ વધધા લંગે તોય ઘણે ધરધીએમે ધવાજી સારવાર ખાસી રેતી. જેર કીડનીજી કમગીરી ૮૫ નું ૯૦% ઓછી થીએતી તેર ખાલી ૧૦% નું ૧૫% જ કમ કરે ઈનકે ઍન્ડ સ્ટેજ કીડની (રીનલ) ફેલ્યર ચોવાજે. ઈનટાંણે ધવાધારૂ કઈધે પણ ધરધીજીયું તકલીફ ઘટે નતીયું તેર ડાયાલિસિસ કાં કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસનજી જરૂર ઊભી થીએતી.

કીડની બોરી ફિટેજે કારણે લુઈજી સુદ્ધિકરણ પ્રવાઈ, ક્ષાર ને એસિડજો પ્રમાણ સાચવેજો કમમે ઘટાડો થીંધે ધરધીજી તકલીફું વધેતીયું.

સામાન્ય લખણ : મિણી ધરધીએમે કીડની ફિટેજા કારણ ને લખણ જુધા જુધા હુવેતા. તેર ધરધજા ખાસ લખણ હિન પ્રમાણે હુધા.

● ખાધો ન આડે, ઊલટી–ઊબકા થીયેં.

● નબલાઈ અચે, વજન ઘટે.

● થોડો કમ કરીયું તોય થકી રોવાજે, સા ચડે.

● લુઈમે ફિકાસ (એનિમિયા) કીડનીમે ભનધલ એરીથ્રોપોએટીન નાંજે હોર્મોનમે ઘટાડો થીએતો ને તેંસે લુઈ ઓછો ભનેતો.

● ઢેડ઼ અચે.

● જાધસગતીમે ઘટાડો થીએ, નિધરમે ફેરફાર જણાજે.

અરુચિ, નબલાઈ ને ઉલટી–ઉબકા ઈ ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજે વધુ પોંધે ધરધીએંજી પેલી ફરિયાધ વેતી.

- ધવા ગિનધે પણ લુઈજો ધબાણ વધુ રે.
- બાઈએમેં માસિકજો ઠેકાણું ન રે, માડુએમેં મરધાઈ ઘટે.
- કીડનીમે ભનધલ વિટામીન ડી ઓછો થીધે છોકરેજી લમાઈ ન વધે ને વડે માડુએમેં હડેમેં પીડા ને ફેરફાર થઈ સગેતો.

ગંભીર લખણ : કીડની ફેલ્યરજે કારણે થીંધલ તકલીફ વધધે છતાં જ જરૂરી સારવાર કેમે ન અચેત હિન પ્રમાણે જીયલેણ તકલીફ થઈ સગેતીયું.

- બોરોજ સા ચડે.
- લુઈજી ઊલટી થીએ.
- ધરધી ઘેનમે રે, આંચકી અચે ને બેભાન થૈ વિને.
- લુઈમે પોટેસિયમજો પ્રમાણ વધધે હાડતે ગંભીર અસર થીએ ને હાડ ભંધ થૈ વિને.

નિધાન :

કોય પણ ધરધીજી ફરિયાધ સુણી ઈનકે તપાસધે કીડની ફેલ્યરજો વેમ પે ત તેરઈ હિન પ્રમાણેજીયું તપાસું કરાય ધરધજો નિધાન થઈ સગેતો.

૧. લુઈમે હીમોગ્લોબીન જો પ્રમાણ :

ઈ પ્રમાણે ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએમે ઓછો હુવેતો.

૨. પેસાપજી તપાસ :

પેસાપમે પ્રોટીન વેંધો હુવે ત ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજી પેલી ખરાબ નિસાની સમજણી. જુકો પેસાપમે પ્રોટીન વિનેજી કીડની ફેલ્યર વગરજા પણ ઘણે કારણ હુવેતા. પેસાપમે પ્રોટીન હુવે ઈતરે કીડની ફેલ્યર આયજ ઈ ન સમજણું. હિન તપાસસે પેસાપજે ચેપજો નિધાન પણ થૈ સગેતો.

ધવા છતાં લુઈમેં ફિક્કાસ ન સુધરે તેંજો કારણ ક્રોનિક કીડની ફેલ્યર પણ હુઈ સગેતો.

૩. લુઈમેં ક્રિએટીનીન ને યુરિયાજો પ્રમાણ જાણેજી તપાસ :

કીડની ફેલ્યરજે નિધાન ને ઈનજી સંભાડ઼લા હી ખાસ તપાસ આય. કીડની વધુ ફિટે ન લુઈમે ક્રિએટીનીન ને યુરિયા વધધો વિનેતો. કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએકે વારેઘડીએ ઈ તપાસ કરાયણી ખપે જેંસે ખબર પે ક કીડની કિતરી ફિટી આય ને સારવારસે ઈનમે કિતરો ફાયદો થીએતો ઈનજી ખબર પઈ સગે.

૪. કીડનીજી સોનોગ્રાફી :

કીડનીજે દાકતરજી ત્રઈ અખ જેડી હી તપાસ કીડની કુલા ફિટઈ આય તેજે નિધાનલા ખાસ કરે જરૂરી આય.

ઘણેખરે ધરધીએમે ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજે કારણે બોય કીડનીયું નિઢઈયું થીધીયું હુવે એડો ડિસાજેતો ને સંકોચાંનિયું હુવે એડો લગેતો.

એક્યુટ કીડની ફેલ્યર, મિઠીપેસાપ, એમાઈલોડોસિસ જેડીયું તકલીફે જે કારણે કીડની ફિટી હુવે ત કીડનીજે કદમે વધારો થીધો ડિસાજેતો. પથરી, મૂત્રમાર્ગજી અડચણ ને પોલિસિસ્ટિક કીડની ડિસીઝ જેડે કીડની ફેલ્યરજે કારણે જો સચો નિધાન સોનોગ્રાફી સેં થીએતો.

૫. લુઈજી બૈ તપાસ :

કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએમે કરેજીયું લુઈજીયું બૈય તપાસેમે સીરમ ઈલેક્ટ્રોલાઈટ્સ, કેલ્સિયમ, ફોસ્ફરસ, પ્રોટીન, બાયકાર્બોનેટ જો સમાવેસ થીએતો, જેંસે કીડની ભરાભર કમ કૈધી ન હુવે ત ઊભા થીધલ બેં સવાલેજી સમજણ મિલેતી.

લુઈજો ધબાણ વધે ને પેસાપમેં પ્રોટીન વને ત હિન ધરધજી પેલી નિસાની હુઈ સગેતી.

ક્રોનિક રીનલ ફેલ્યરજે ધરધીકે ડોકટરકે કિનટાંણે ઝપાટે વતાયણું ?

- કોઈપણ ચોક્સ કારણ વિગર વજનમેં ઝપાટે વધારો થીંધો હુવે, નિપટ ખબર પે એડો પેસાપમેં ઘટાડો થીએ, સોજામેં વધારો થીએ, સા ચડે ક સા ગિનેમેં સુતે ટાંણે તકલીફ થીંધી હુવે, તેર ઝપાટે ડોકટરકે વતાયણું.
- છાતીમેં પીડા થીએ ક હાડજે ધબકારેંમે વધારો ક ઘટાડો થીએ તેર.
- બરો અચે, ગચ ઝાડા થીએ, ભૂખ ન લગે, ઘણે મિડે ઉલટીયું થીએ.
- સ્નાયુએંજી સખ્ત નબલાઈ ચાલુ થીએ તેર.
- આંચકી અચે, ઘેન ચડે ક મનમેં ગભરામણ થીએ.
- લુઈજે ધબાણમેં (બ્લડ પ્રેસરમે) વધઘટ થીએ તેર.
- પેસાપ રતો અચે ક પેસાપમેં લુઈ અચેલા લગે તેર.

સોનોગ્રાફીમેં બોય કીડની સંકોચાયેલી ડસાય ત ક્રોનિક કીડની ફેલ્યર આય.

૧૨. ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજી સારવાર

ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજી સારવાર ત્રે રીતે થેએતી :

- ધવા ને કરી
- ડાયાલિસિસ
- કીડની ભધલાયસે

- ક્રોનિક કીડની ફેલ્યેરમે જેર કીડની બોરી ફિટી ન હુવે તેર નિધાન કરે ધવા ને કરી સે સારવાર કેમે અચેતી.
- જેર કીડની બોરી ફિટી હુવે તેર કીડનીજી કમગીરીમે ઘટાડો થીંધે ડાયાલિસિસ કરાયને ક કીડની ભધલાયને ઈનજી સારવાર કેમે અચેતી.

ધવા ને કરી સે સારવાર

ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએમે ધવાને કરી કુલા જરૂરી આય ?

કીડની બોરી ફિટે તેર જરૂરી ડાયાલિસિસ કાં કીડની ભધલાયજી સારવાર બોરી મોંઘી આય ને મિણી ઠેકાણે મિલે પણ ન વરી ભરાભર થૈ રેજી નિપટ ખાતરી ન હુંધે ઓછે ખર્ચે-ઘરમેડે સકય ઈતરી ધવાઈયું ને કરીસેં સારવાર જો ભરાભર ખ્યાલ રખી કીડની વધુ ન ફિટે ઈ કરી સગાજે.

ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજા ઘણે મિડે ધરધી ધવાને કરીજી સારવારજો ફાયધો કુલા નતા ગિની સગે ?

ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજે સિરૂઆતમે જરૂરી સારવારસેં કીડની વધુ ફિટધી અટકાય સગાજેતી. પણ કમનસીભે ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજી સિરૂઆતમે ખબરજ નતી પે ને ધરધી પિઢજા રોજજા કમ આસાનીસે કરે વિને ઈતરે દાકતરજી સલા ને ચેતવણી મિલધે પણ ધરધજી ગંભીરતા ને સારવારસે થીંધલ ફાયધેજી ગાલ ધરધીકે નેં ઈનજે કુટુમવારેંકે મગજમે નતી ઉતરે. ઈતરેજીં તી અધુરી સારવારજે

કીડની ફિટે છતાં ભરાભર સારવારસે ધરધી લમે સમય સુધી ભરાભર રઈ સગેતો.

કારણે કીડની ઝપાટેસેં ફિટી સગેતી ને નિધાન થીએ પોય થોડે સમયમે તબિયત લથડધે ડાયાલિસિસ કાં કીડની ભધલાયજી મોંઘી સારવાર કેણી ખપેતી એડી બેદરકારીજે કારણે માડુજી જીંધગી હલઈ વિનેતી.

ધવા ને કરી સેં સારવારજો હેતુ કુરો આય ?

ક્રોનિક કીડની ફેલ્યર મટી સગે એડી કોય પણ ધવા નાય. સારવાર કઈધે છતાં હી રોગ હરેં હરેં વધધો વિનેતો. ઈનજી ધવા ને કરી સેં સારવારજો હેતુ હિન પ્રમાણે આય:

૧. ધરધસે ધરધીકે થીંધલ તકલીફેમે આરામ મિલે.

૨. કીડનીજી કમગીરીજી તાકતકે સાચવી સગાજે ને કીડની ફિટેજી ઝડપ ઘટાડી સગાજે.

૩. ડાયાલિસિસ ને કીડની ભધલાયજો જિતરો ટારી સગાજે ઈતરો ટારણું.

ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજી ધવા ને કરી સે સારવાર કિન રીતે કેમેં અચેતી?

૧. કીડની ફેલ્યરજે કારણેજી સારવાર :

- મિઠીપેસાપ ક બી.પી. જી સારવાર.
- પેસાપજે ચેપજી જરૂરી સારવાર.
- પથરી હુવે ત ઓપરેસન ક ધુરબીનસે સારવાર.

૨. કીડનીજી કમજી **સગતી** સભારે રખેલા સારવાર :

- લુઈજો ધબાણ કાબુમે રખણું.
- સરીરમે પ્રવાઈજી માત્રા સાચવણી.
- એસિડોસિસજી સારવારલા સોડિયમ બાયકાર્બોનેટ (સોડામિન્ટ) જો ઉપયોગ કેણું.

ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજી વધુ વેલી સારવાર વધુ ફાયધો ડેતી.

૩. કીડની ફેલ્યરજે કારણે ઊભી થીંધલ ગાલિયેજી સારવાર :

- લુઈજે ધબાણકે કાબુમે રખણું.
- સોજો ઘટાયણું ને પેસાપ વધાયણું.
- ઊલટી–ઊબકા–એસીડીટીજી ખાસ ધવાસે સારવાર.
- હડેલા જરૂરી કેલ્સિયમ (Shelcal, Sandocal) ને સક્રિય વિટામિન ડી (AlfaD3 અને Rocaltrol) સે સારવાર કેણી.
- લુઈજી ફિકાસ (એનિમિયા) લા લોહતત્વ, વિટામીનજી ધવાઈયું ને ખાસ જાતજા એરિથ્રોપોએટિનજા ઈન્જેકસન સે સારવાર કેણી.

૪. કીડનીકે વધુ નુકસાન થીંધે અટકાયણું :

- કીડનીકે નુકસાન કરીએ એડીયું ધવાઈયું (ડુખાવેજીયું, એન્ટીબાયોટીક ધવાઉ) કે આયુર્વેદિક ભસ્મું ન ગિનણીયું.
- કીડનીકે નુકસાન કરે સગે એડેં બેં ધરધે (ઝાલા–ઊલટી, ઝેરી મેલેરિયા, સેપ્ટીસેમિયા) જી ઝપાટે સારવાર કરાયણી.
- કીડનીકે નુકસાન કરે સગે એડે કીડનીજે ધરધે (પેસાપજો ચેપ, પથરી, મૂત્રમાર્ગમે અડચણ) જી ઝપાટે સારવાર કરાયણી.
- બીડી–સીગરેટ ન પીણા, તમાકુ, ગુટકા કે દારૂ ન પીણું.

૫. કીડની ફેલ્યરજી અગોતરી સારવારજી તૈયારી :

- નિધાન પોય ડાબે હથજી નસેં (Veins) કે નુકસાન થીંધે અટકાયણું, ઈનમિંજા લુઈ ન ડિણું નત ઈન્જેકસન ક બાટલા ચડાયણા.

હિ રોગ અટકાયેલા કીડની ફિટેજે મૂડ કારણેજી યોગ્ય સારવાર જરૂરી આય.

- કીડની બોરી ફિટે તેર ડાબે હથજી ધમની–સિરાજો જોડાણ ઈતરે કે એ.વી.ફિસ્ચ્યુલા (Arterio-Venous Fistula) કરાયણી, જુકો ઘણે ટાઈમ હિમોડાયાલિસિસ કરાયલા જરૂરી આય.
- ઝેરી કમડે (હીપેટાઈટિસ–બી) જી રસીજો કોર્સ સમયસર કેણું જેંસે ડાયાલિસિસ ક કીડની ભધલાયજો થીએ તેર હીપેટાઈટિસ–બી (ઝેરી કમડો) થેજો જોખમ ન રે.

૬. ખાધાખોરાકીમે કરી :

- સોડિયમ (નીમક) : લુઈજે ધબાણકે કાબુમે રખેલા ને સોજા કે ઘટાયેલા નીમક થોડો (રોજ ૨ થી ૩ ગ્રામ) ખેણું. વધુ નીમક હુવે એડો ખોરાક જેડો કે પાપડ, અથાણું, સંભારો, વેફર સમૂરગા ન ખેણા.
- પ્રવાહીજી માત્રા : પેસાપ ઓછો થીએ ત સોજા ને સાજી તકલીફ થઈ સગેતી. ૨૪ કલાકમે જિતરો પેસાપ થીએ ઈન કરતા અધ લીટર પ્રવાઈ વધુ ગિનેસે સોજો અટકાઈ સગાજે. ટૂંકમે સોજો હુવે તેર પ્રવાઈ ઓછો ગિનણું જરૂરી આય.
- પોટેસિયમ : કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએંકે પોટેસિયમ હુવે એડો ખોરાક જેડો કે ફડ, સુકો મેવો, નાઈયરજો પાણી એડો ઓછો ગિનજી સલા ડિનેમે અચેતી. પોટેસિયમ જ વધી વિને ત હાડતે અસર થીએતી. હાડ ભંધ પણ થઈ સગે.
- પ્રોટીન : કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએકે વધારે પ્રોટીનવારો ખોરાક ન ખાધેજી સલા ડિનેમે અચેતી. પણ સાકાહારી ધરધીએજે ખોરાકમે પ્રોટીનજે પ્રમાણમે વડો ફેરફાર કેજી જરૂર નતી રે. ઓછે પ્રોટીનવારો કઠોડ થોડે પ્રમાણમે ગિનેજી સલા ડિનેમે અચેતી.

ચેપજો તેરઈ ને પુરો કાબુ કીડની ફિટધી અટકાયેલા મહત્વજો ભાગ ગને તો.

- કેલરી : પૂરે પ્રમાણમે કેલરી (35 Kca/Kg) સરીરલા જરૂરી પોસણ ને પ્રોટીનજે બિનજરૂરી નુકસાન અટકાયલા જરૂરી આય.
- ફોસ્ફરસ : ફોસ્ફરસવેરા પદાર્થ કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએંકે ઓછા ગિનણાં ખપે.

કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએજે ખાધાખોરાકીજી પૂરી સમજણ પાઠ-૨૭ મે ડિનેમે આવઈ આય.

કીડની ફેલ્યરજી ધવાસે સારવારમે ખાસ અગત્યજી સારવાર કેઈ ?

કીડની ફેલ્યરજી સારવારમે લુઈજે ધબાણકે કાબુમે રખણું ઈ મિણીયા અગત્યજો આય. કીડની ફેલ્યરજે મિણી ધરધીએમે લુઈજો ધબાણ બોરો ઊચો રેતો. જુકો નબલી કીડનીતે બોજો ભની ઝપાટેસે કીડનીકે નુકસાન કરેતો.

લુઈજો ધબાણ ઘટાયેલા કઈ ધવા બોરી ખાસી ?

લુઈજો ધબાણ કાબુમે ગિનેલા કઈ ધવા કમ અચીધી ઈ જાણકાર નેફ્રોલોજિસ્ટ કાં ફિઝિસિયન નકકી કરે સગે. લુઈજો ધબાણ ઘટાયેલા વધુ પોધી કેલ્સિયમ ચેનલ બ્લોકર્સ, બીટાબ્લોકર્સ, ડાઈયુરેટિકસ, કલોનિડિન જો સમાવેસ થીએતો.

કીડની ફેલ્યરજે સરૂઆતજે સમયમે એ.સી.ઈ. ક એ.આર.બી. તરીકે જાણીતી (જેડી કે કેપ્ટોપ્રીલ, એનાલેપ્રીલ, લીસીનોપ્રીલ, રામીપ્રીલ, લોસારટન) ધવા વધુ ફાયધારૂપ ભનેતી. હી ધવા લુઈજે ધબાણકે ઘટાય ને કીડની ફિટાયજી ક્રિયા કે ધીમી પાડેતી.

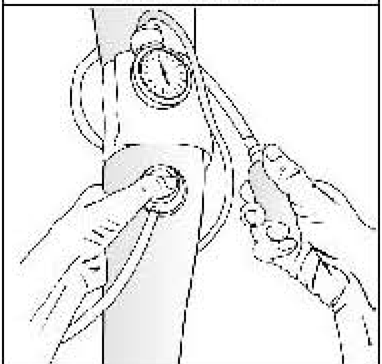
ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએમે લુઈજો ધબાણ કિતરો હુણું ખપે ?

કીડની વધુ ફિટધી અટકાયેલા કરે લુઈજો ધબાણ ૧૪૦/૮૪ mm of Hgથી ઓછો રખણું બોરો જરૂરી આય.

ક્રોનિક કીડની ફેલ્યેરમેં ખોરાકજી યોગ્ય કિરીસેં કીડની ફિટંધી અટકેતી.

લુઈજો ધબાણ ભરાભર આય ઈ કીં પકો થીએ ? કઈ પદ્ધતિ ભરાભર આય ?

કીડની ભચાયલા કરે મિણીયા જરૂરી સારવાર



લુઈજો ધબાણ ૧૪૦/૮૪ થી ઓછું હુણું ખપે.

થોડે થોડે ડિંએં ડાક્તર વટે બી.પી. માપીને બી.પી. ભરાભર એ ઈ જાણી સગાજે. પણ કીડની ભચાયલા હમેસા બી.પી. ભરાભર હુણો જરૂરી આય. ઈતરે જીં મિઠીપેસાપ(ડાયાબિટીસ) જા ધરથી ઘરે ગ્લુકોમીટર રખી સુગરજો પ્રમાણ માપીએતા તી ધરધીજા કુટુંમવારા બી.પી. માપેજો સીખી ગિને ઈ મિણીયા ખાસો ઉપાય આય. રોજ બી.પી. માપે ઈનજી નોંધ રખીને ડાતકરકે વતાયસે ડાક્તર ધવામેં ફેરફાર કરે સગે.

કીડની ફેલ્યરમેં વપરાથી ડાઈયુરેટિક્સ ધવાઉ ઈતરે કુરો ?

કીડની ફેલ્યરમેં પેસાપ ઘટેસે સોજા ને સાજી તકલીફ થઈ સગેતી. ડાઈયુરેટિક્સ તરીકે ઓરખાંધી ધવાઉ પેસાપજો પ્રમાણ વધારે સોજો ને સા ઘટાડી સગેતીયું પણ ઈ જાધ રખણું ક ધવાઉ પેસાપ વધારે સગેતીયું કીડનીજી કમજી તાકાત વધારે નતીયું સગે.

કીડની ફેલ્યરમે લુઈજી ફિક્કાસ થીએ તેંજી સારવાર કુરો આય ?

ઈનલા જરૂરી લોહ ને વિટામીન હુવે એડીયું ધવાઈયું ડિનેમે અચેતીયું. કીડની વધુ ફિટે તેર હી ધવાઉ ખેંધે પણ હીમોગ્લોબિનમે ઘટાડો જણાજેતો. તેર ખાસ જાતજા એરીથ્રોપોએટીનજા ઈંજીસન ડેવાજેતા. ઈ ઈંજીસન બોરીજ અસરકારક રીતે હીમોગ્લોબિન વધારે સગેતા. જુકો હી ઈંજીસન સલામત, ને સેલાઈથી ડિઈ

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

સગાજેતા છતાં બોરા મોંઘા હુવે મિડે ધરધી વાપરે સગે નતા. એડે ધરધીએલા સોંઘી પણ જોખમી સારવાર લુઈ ચડાયજી આય.

લુઈજી ફિક્કાસજી સારવાર કુલા જરૂરી આય ?

લુઈજો હીમોગ્લોબિન ફેફસે મિજા ઓક્સિજન ગિની આખે સરીરમે પુજાયજો કમ કરેતો. લુઈમે ફિક્કાસ ઈતરે હીમોગ્લોબિનજો ઘટણું જેંસે નબલાઈ અચે, થાકેડો લગે, થોડો પણ કમ કરીધે સા ચડે, છાતીમે દુખાવો થીએ, સરીરજી રોગ પ્રતિકારક તાકાત ઘટી વિને જેડીયું તકલીફું થીએ. ઈતરે કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએંકે લુઈજી ફિક્કાસજી સારવાર કરાયણી બોરીજ જરૂરી આય.

૭. નેફ્રોલોજિસ્ટજી સમયસરજી ડેખરેખ ને તપાસણી :

- કીડનીકે થીધલ નુકસાન અટકાયેલા ધરધીકે નેફ્રોલોજીસ્ટજી સલાહ ગિની નિયમિત તપાસ કરાયણી બોરીજ જરૂરી આય.
- નેફ્રોલોજિસ્ટ ધરધીજી તપાસ કરે ઈનકે કઈ ધવા કમ અચીધી કેડી સારવાર કેણી ઈ નક્કી કરે સગે.

કીડનીકે ભચાયલા કરે મિણીયા મહત્વજી સારવાર લુઈજે ધબાણજો કાયમ માટે યોગ્ય કાબુ (૧૪૦/૮૪ થી ઓછો) આય.

૧૩. ડાયાલિસિસ

કીડની કમ ન જ કરે તેર ઈનજે ભધલે કીડનીજો કમ કરેજી રીતકે ડાયાલિસિસ ચોવાજે.

ડાયાલિસિસજા ખાસ કમ હીન પ્રમાણે એ :

૧. લુઈજા નકામે કચરે ને પદાર્થેકે (યુરિયા, ક્રિએટીનીન) પરેયા કરે લુઈજો સુદ્ધિકરણ કરણું.

૨. વધારેજો પાણી બાર કઢી પ્રવાહીજો સરીરમે પ્રમાણ જાડવે રખણું.

૩. ક્ષારેજો વધઘટ પ્રમાણ (જેડા ક સોડિયમ, પોટેસિયમ) જાડવે રખણું.

૪. ભેગો થેલ એસિડજો પ્રમાણકે ઘટાડેને જાડવે રખણું.

ડાયાલિસિસજી જરૂર કડે પેતી ?

કીડનીજી કમગીરીમે બોરોજ ઘટાડો થીએ ક કીડની સમુરી કમ કઈધી ભંધ થૈઈ વિને તેર કોય ધવાધારૂ કમ નથી અચે તેરપોય ડાયાલિસિસજી જરૂર પેતી. સામાન્ય રીતે લુઈજી તપાસમે સીરમ ક્રીએટીનીનજો પ્રમાણ ૮ મી.ગ્રા.% કના વધે તેર ડાયાલિસિસજી જરૂર ઊભી થીએતી.

કુરો ડાયાલિસિસ કેસે કીડની ફરી કમ કરીધે થઈ વિનેતી ?

ના. ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએમેં ડાયાલિસિસ કેસે કીડની ફરી કમ કઈધી નતી થીએ. એડે ધરધીએમે કીડનીજા કમજે ભધલે ડાયાલિસિસ નિયમિત રીતે કરાયણું પેતો. પણ એકયુટ કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએમે ડાયાલિસિસજી જરૂર થોડો વખત જ પેતી. એડે ધરધીએજી કીડની ફરીથી ભરાભર કમ કઈધે થઈ સગેતી. ઈતરે પોય ડાયાલિસિસજી જરૂર નતી પે.

ડાયાલિસિસ ઈ કીડનીજે કમજો કૃત્રિમ વિકલ્પ આય.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

ડાયાલિસિસજા કયા પ્રકાર એ ?

ડાયાલિસિસજા બો પ્રકાર એ :

૧. હિમોડાયાલિસિસ :

હિન ડાયાલિસિસમે મસીનસે ખાસ ક્ષારવારો પ્રવાઈ (Dialysate) જી મધધસે કૃત્રિમ કીડની (Dialyser) મેં લુઈજો સુદ્ધિકરણ થીએંતો.

૨. પેરીટોનિયલ ડાયાલિસિસ :

હિન ડાયાલિસિસમે પેટમે ખાસ કેથેટર (P.D. Catheter) વિજી ખાસ જાતજે ક્ષારવારે પ્રવાહી (P.D. Fluid) જી મધધસે સરીરજો કચરો પરેયા કરે લુઈજો સુદ્ધિકરણ કરેમે અચેતો. ઈ ડાયાલિસિસ મસીનજી મધધ વગર થેઈ સગેતો.

ડાયાલિસિસમે લુઈજો સુદ્ધિકરણ કિન સિદ્ધાંતસે થીએતો ?

- હિમોડાયાલિસિસમેં કૃત્રિમ મેમ્બ્રેન ને પેરીટોનિયલ ડાયાલિસિસમે પેરીટોનિયમ, ગેણી ઈતરે કે સેમીપરમીએબલ મેમ્બ્રેન જેડો કમ કરેતી.
- ઈન મેમ્બ્રેનમે અચેલ જીણે કાંણેમીંજા પાણી, ક્ષાર ને નકામું યુરિયા ક્રીએટીનીન જેડા પદાર્થ પસાર થૈ સગેતા પણ સરીરલા જરૂરી એડા લુઈજા કણ ને પ્રોટીન પસાર ન થઈ સગે.
- ડાયાલિસિસજી કમગીરીમે સેમીપરમીએબલ મેમ્બ્રેનજી હિકડી બાજુ ડાયાલિસિસજો પ્રવાહી ને બૈં બાજુ સરીરજો લુઈ વેતો.
- ઓસ્મોસીસ ને ડિફ્યુજનજે સિદ્ધાંત પ્રમાણે લુઈ મિંજા નકામો પદાર્થ ને વધારેજો પાણી લુઈમિંજાનુ ડાયાલિસિસજે પ્રવાહીમે વિની સરીર મિંજા બારા

બોય કીડની ફિટે પોય પણ ધરધી ડાયાલિસિસજી મધધસે લમો ટેમ સુધી સેલાઈથી જીવી સગે તો.

નિકરેતો ને સોડિયમ, પોટેસિયમ ને એસિડજે પ્રમાણકે સરીરજી જરૂરત પ્રમાણે સાચવી રખેતો.

કિન ધરધીલા હિમોડાયાલિસિસ ને કેલા કરે પેરીટોનિયલ ડાયાલિસિસ પસંધ કેમે અચેતો ?

ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજી સારવારમે બોઈ પ્રકારજો ડાયાલિસિસ અસરકારક ઐઈ. ધરધીકે બોઈ પ્રકારજે ડાયાલિસિસજા ફાયધા ને ગેરફાયધેજી સમજણ ડિઈંધરધીજી આર્થિક સ્થિતિ, તબિયતજો ખ્યાલ, ધરધીજે રેજે ઠેકાણેનું હિમોડાયાલિસિસ સેન્ટરજો અંતર ઈ મિડે ગાલીયું ધ્યાનમે ગિની કિન પ્રકારજો ડાયાલિસિસ કેણું ઈ નકકી કેમે અચેતો. ભારતમે લગભગ મિણી ઠેકાણે હિમોડાયાલિસિસ ઓછે ખરચે સેલાઈથી થઈ સગેતો ઈતરે હિમોડાયાલિસિસ કરાયવેરા ધરધીએજો આંકડો ગચ વેતો.

ડાયાલિસિસ ચાલુ થીએ પોય કુરો ધરધીકે કરી રખણી જરૂરી આય ?

હા, ડાયાલિસિસ ચાલુ થીએ પોય પણ ખાધાખોરાકી મેં કિરી, માપસર પ્રવાઈ ગિનણું, ઓછો મીઠો ખેણું ને પોટેસિયમ ફોસ્ફરસ ન વધે ઈનજો ખ્યાલ રખેજો હુવે તો. પણ ધવા ચાલુ હુવે તે કરતાં ડાયાલિસિસ ચાલુ થીએ પોય ખાધાખોરાકી થોડી છુટ મિલેતી. ધરધીકે ખોરાકમે ઘણે પ્રોટીન ને વિટામીન વારો ખોરાક ગિનેજી સલા ડિનેમે અચેતી.

હિમોડાયાલિસિસ (લુઈજો ડાયાલિસિસ)

ધુનિયાભરમે ડાયાલિસિસ કરાઈંધલ ઘણે મિડ઼ે ધરધી હેડો ડાયાલિસિસ કરાઈંયેતા. હિન ડાયાલિસિસમે ખાસ પ્રકારજે મસીનસે લુઈ સુદ્ધ કેમે અચેતો.

ડાયાલિસિસ કરાઈંધલ ધરધીએંકે પણ ખાધેમેં કરી રખણી જરૂરી આય.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

હિમોડાયાલિસિસ કિન રીતેં કેમે અચેતો ?

- હિમોડાયાલિસિસ મસીનજે પમ્પજી મધધસે સરીર મિંજા દર મિલિટેં ૩૦૦ મી.લી. લુઈ સુદ્ધિકરણલા કરે કૃત્રિમ કીડનીમેં હલાયમે અચેતો. લુઈ જામી ન રે તેલાં કરે હીપેરીનજો ઉપયોગ કેમે અચેતો.
- કૃત્રિમ કીડની ધરધી ને હિમોડાયાલિસિસ મિસિનજે વચમે રઈ લુઈ સુદ્ધિકરણજો કમ કરેતી. લુઈ સુદ્ધ થેલા મિસિનમેં નતો વિને.
- કૃત્રિમ કીડનીમે લુઈજો સુદ્ધિકરણ ડાયાલિસિસ મસીનસે પુજાયજે ખાસ જાતજે પ્રવાઈ (ડાયાલાઈઝેટ) જી મધધસે થીએતો.
- સુદ્ધ કેલો લુઈ પાછો સરીરમે હલાયમે અચેતો.
- હિમોડાયાલિસિસ લગભગ ૪ કલાક હલેતો. જેમેં સરીરજો મિડે લુઈ લગભગ ૧૨ વખત સુદ્ધ થીએતો.
- હિમોડાયાલિસિસ ટાંણે હમેસા લુઈજી જરૂર (Blood Transfusion) પેતી, ઈ માન્યતા ખોટી આય. લુઈમેં હીમોગ્લોબિનજો પ્રમાણ ઘટી વેયો હુવે ત એડે ટાંણે દાકતર કે જરૂરી લગે તજ લુઈ ચડાયમે અચેતો.

સુદ્ધિકરણલા લુઈ કિન રીતે સરીરનું બાર કઢેમેં અચેતો ?

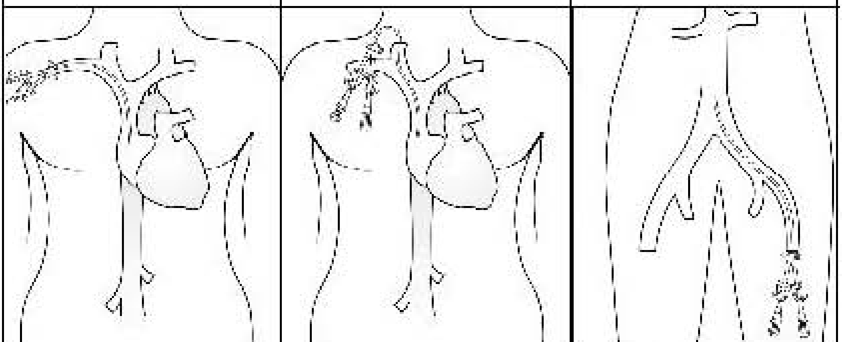
લુઈ ગિનેલા (Vascular Access) જી પદ્ધતિ હિન પ્રમાણે આય :

૧. ડબલ લ્યુમેન કેથેટર (DLC) :

- પેલીવાર ઝપાટે હિમોડાયાલિસિસ કેલા કરે ઈ પદ્ધતિ વધુ વપરાજેતી ઈનમે કેથેટર રખીને તેંરઈ ડાયાલિસિસ કરી સગાજેતો.

હિમોડાયાલિસિસ ઈ ડાયાલિસિસ મિસીનજે મધધસે કરેમેં અચિંધલ લુઈજે સુધ્ધિકરણજી સેલી પ્રક્રિયા આય.

હિમોડાયાલિસિસલા કેથેટર વજેજી જુદી જુદી જગ્યા		
જમણી સબકલેવિયન સિરા	જમણી જુગ્યુલર સિરા	ડાબી ફીમોરલ સિરા



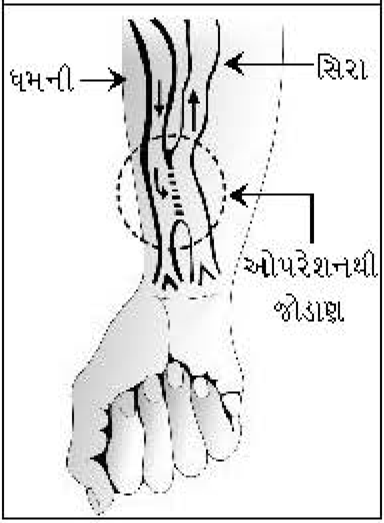
- હી કેથેટર નિડ઼ીમેં, ખભેમેં કે સથરમેં અચેલી શિરા (Intemal Jagular, Subclavian or Femoral Vein) મેં રખેમે અચેતી. જેજી મધધસે હર મિલિટમેં ૩૦૦ થી ૪૦૦ એમ.એલ. લુઈ ગિની સગાજેતો.
- હી કેથેટર બારજે છેડે બ અલગ નલીયું (લુઈ બાર કઢેલા ને મિંજ વિનેલા) હુવેતીયું. જુકો સરીરમે વેંધેજ બોય નલિયું ભેગીયું થઈ હિકડી નલી થઈ વિનેતી (જુકો મિંજ ત બ ભાગમે અલગ અલગજ હુવેતી).
- કેથેટરમે ચેપ લગેજો ધ્રા રેતો ઈતરે થોડે સમયજે ડાયાલિસિસલા જ ઈ પદ્ધતિ કેમે અચેતી.

૨. એ.વી. ફિસ્ચ્યુલા (**Arterio Venous (AV) Fistula**) :

- લમે સમયજે ડાયાલિસિસલા મિણીયા ખાસી ને સેલી ને બોરી વપરાથી ઈ પદ્ધતિ આય.
- હિન પદ્ધતિમે હથમે કાંડેવટે અચેલી ધમનીજી ને સિરા કે ઓપરેસનસે ભેગી કેમે અચેતી.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

એ.વી. ફિસ્ચુલા



- ધમની મિંજા બોરે ધબાણસે અચીધલ લુઈ સીરામે વેંધે હથજ્યું મિંડે સિરાઉ ફુલી વિનેતીયું.
- ઈન પ્રમાણે સિરા ફુલધે સામાન્ય રીતેં ૩ થી ૪ અઠવાડિયા લગેતા. તેં પોય ઈનજો ઉપયોગ હિમોડાયાલિસિસલા કમે અચેતો.
- ઈતરેજ તાત્કાલીક ડાયાલિસિસ કેલા કરે ફિસ્ચુલા ભનાય ઈનજો ઉપયોગ કરી સગાજે નતો.
- હિન ફુલેલી સિરામેં બો અલગ અલગ જગ્યાતે ખાસ જાતજી જાડી સુઈ ફિસ્ચુલા નીડલ (Fistula Needle) રખેમે અચેતી.
- ઈન ફિસ્ચુલા નીડલજી મધધસે ડાયાલિસિસલા લુઈ બાર કઢી સુદ્ધ થે પોય સરીરમેં પાછો હલાયમે અચેતો.
- ફિસ્ચુલાજી મધધસે મેંણા ને વરે સુધી ડાયાલિસિસ થઈ સગેતો.
- ફિસ્ચુલા કરાય પોય હથસે રોજજો સામાન્ય મિડે જ કમ કરી સગાજેતો.

એ.વી. ફિસ્ચુલાજી કાડજી રખણી કુલા જરૂરી આય ?

- ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએં કે છેલીઘડી સારવારમે હિમોડાયાલિસિસ કરાયણું પેતો. એઅરધીએંજો જીયણ કાયમ ને પૂરતે ડાયાલિસિસ જ આધારિત ભની રેતો. એ.વી. ફિસ્ચુલા ભરાભર કમ કઈધી હુવે ત જ ડાયાલિસિસલા પુરે પ્રમાણમે લુઈ મિલી સગે. ટૂકી ગાલ ત ઈ આય ક હિમોડાયાલિસિસ કરાઈધલ ધરધીએંજો જીયણ પણ એ.વી. ફિસ્ચુલાજી જ કમગીરીતે આધાર રખેતો.

- એ.વી. ફિસ્ચ્યુલામે ફુલેલી સિરામેં બોરે ધબાણસે બોરેજ પ્રમાણમે લુઈ વયેતો જ. એ.વી. ફિસ્ચ્યુલાકે ઓચંધીજ ઈજા થીએ ત ફુલેલી સિરા મિંજા થોડેજ સમયમે બોરોજ લુઈ બાર નીકરી વિનેજો ધ્રા રેતો. ઈનટાંણે બોરોજ લુઈ બાર નિકરી વિને ત માડુ થોડીવારમેં જ મરી સગે.

એ.વી. ફિસ્ચ્યુલાજો લમે સમય સુધી સંતોસકારક ઉપયોગ કરી સગાજે તેલા કુરો કરી સકાજે ?

એ.વી. ફિસ્ચ્યુલાજી મધધસે લમે સમયલા પુરી માત્રામે ડાયાલિસિસલા લુઈ મેડવી સગાજે તેલાં ફિસ્ચ્યુલાજી પુરી કાડજી રખણી જરૂરી આય,જેડી કઃ

૧. રોજ કસરત : ફિસ્ચ્યુલા ભનાય પોય સિરા ફુલે ને પુરે પ્રમાણમે લુઈ ગિની સગાજે ઈતરેલા હથજી કસરત કેણી ખપે.

૨. લુઈજે ધબાણમે થીંધલ ઘટાડે જે કારણે કમ કઈધલ ફિસ્ચ્યુલા સમુરગો કમ કઈધે ભંધ થઈ વિને એડો ધ્રા રેતો. ઈતરે લુઈજે ધબાણમે બોરો ઘટાડો નથીએ ઈનજો ખ્યાલ રખણું.

૩. ફિસ્ચ્યુલા કેલી હુવે એડે ધરધીએંકે ડીંમેં બો થી ત્રે વાર ફિસ્ચ્યુલા ભરાભર હલેતી સે નેરે ગિડ઼ો ખપે. જ ફિસ્ચ્યુલા ઓચંધી ભંધ થઈ વિને ત તેરઈ ઈનજો નિધાન થોડે કલાકે મેં થઈ સગેતો. ભંધ થઈ વેલી ફિસ્ચ્યુલાજો ઝપાટે નિધાન ને ઝપાટેજી સારવારસે ફિરી ચાલુ થઈ સગેતી.

૪. ફિસ્ચ્યુલા કેલે હથમેં કડે પણ ઈન્જેકસન ન ડિણું, બાટલા ન ચડાયણા કે ઈનમિજા કડેં પણ તપાસલા કરે લુઈ ન ડિણું.

એ.વી. ફિસ્ચ્યુલામેંથી પુરે પ્રમાણમેં લુઈ કાયમ મલે ત જ હિમોડાયાલિસિસ ભરાભર થઈ સગેતો.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

૫. ફિસ્ચ્યુલા કેલી હુવે ઈન હથતે લુઈજો ધબાણ ન માપણું.

૬. ફિસ્ચ્યુલા વારે હથસે વજનવારી ચીજવસ્તુ ન ખયણી, ફિસ્ચ્યુલાતે બોરો ભાર ન અચે ઈનજો ખ્યાલ રખણું. ખાસ કરે રાતજો સુતેમેં હથ ધબાજી ન વિને, ઈ ધ્યાન રખણું.

૭. ફિસ્ચ્યુલાકે કોય ઈજા ન થીએ ઈ ખ્યાલ રખણું. ઈન હથમેં ઘડિયાલ, ધાગીના (કડો ક બંગડી) ક ધબાણ કરે એડો કોય પટ્ટો ન પેરણું.

જ ફિસ્ચ્યુલાકે ઓચિતી કોય ઈજા થીએ ને ઝપાટેસેં લુઈ નિકરે ત તેર ધ્રાજે વગર બે હથસે જોરથી ધબાય લુઈ નિકરધો અટકાયણું તે પોય જડાથી લુઈ નિકરધો હુવે ઈન ઠેકાણે હિમોડાયાલિસિસ પોય પેરેજો પટ્ટો જોરથી બધીને લુઈ નિકરધો અટકાયણું. ને તેરઈ દાકતરકે મલણું. લુઈ અટકાયજે ભધલે તેરઈ દાકતર વટે વિનેમેં જોખમ આય. ઈતરે પેલા લુઈ કે અટકાયણું.

૮. ફિસ્ચ્યુલા વારે હથકે ચોખો રખણું. રોજ ને હિમોડાયાલિસિસ પેલા હથકે જંતુનાસક સાબુસે ધુણું.

૯. હિમોડાયાલિસિસ પોય લુઈ ન નિકરે ઈતરેલા બંધેમે અચીધલ પટ્ટો (Tourniquet) બોરો સમય બધેલો રે ત ફિસ્ચ્યુલા ભંધ થેજા ધ્રા રેતો.

૩. ગ્રાફટ (**Graft**) :

- જ કોય ધરધીજીયું હથજીયું સિરાઉં ભરાભર ન હુધે ફિસ્ચ્યુલા ન થઈ સગે તેલા ગ્રાફટજો ઉપયોગ કેમે અચેતો.
- ઈન પદ્ધતિમેં ખાસ જાતજે પ્લાસ્ટિક જેડી ચીજ મિજા ભનેલી સિરા

હિમોડાયાલિસિસ કરાઈધલ ધરધીએંમેં એ.વી.ફિસ્ચ્યુલા જીવનદોરી હુઈ હનજી કાડ઼જી ગચ જરૂરી આય.

જી મધધસે ઓપરેસન કરે હથ ક પગમેં અચેલી ધમની ને સિરા કે ભેગી કરે ડિનેમેં અચેતી.

- ફિસ્ચુલા નીડલ કે આફટમે રખી ડાયાલિસિસલા લુઈ ગિને ને હલાયમેં અચેતો.
- બોરી મોંઘી હુંધેજે કારણે હેરજે સમયમે હિન રીતજો બોરોજ ઓછો ઉપયોગ ધરધીએમેં થીએતો.

હિમોડાયાલિસિસ મસીનજા કુરો કમ એઈ ?

હિમોડાયાલિસિસ મસીનજા કમ હિન પ્રમાણે એઈ :

૧. ડાયાલિસિસ મિસિનજો પમ્પ સુદ્ધિકરણલા કરે લુઈ ગિને ને જરૂર પ્રમાણે ઈનમેં વધઘટ કરેતો.

૨. મિસિન ખાસ પ્રકારજો પ્રવાઈ (ડાયાલાઈઝેટ) ભનાય કૃત્રિમ કીડની (ડાયાલાઈઝર) મેં હલાયતો. મસીનસે પ્રવાઈજી ગરમી ઈનમે ક્ષાર બાયકાર્બોનેટજો પ્રમાણ જાડવેમે અચેતો. મિસિન ખાસ પ્રકારજે પ્રવાઈકે પ્રમાણસર ધબાણસે કૃત્રિમ કીડનીમે હલાય ને નકામો કચરો બાર કઢી ઈન પ્રવાઈજો નિકાલ કરેતો.

૩. કીડની ફેલ્યરમે થીધલ સોજો વધારેજે પાણીજે કારણે થીએતો. ડાયાલિસિસમે વધારેજો પાણી પરેયાં થીએતો.

૪. ડાયાલિસિસ ટાંણે ધરધીજી સલામતી જાડવેલા જુધી જુધી ઘણે મિડે રીતું ડાયાલિસિસ મિસિનમેં હુવેતીયું.

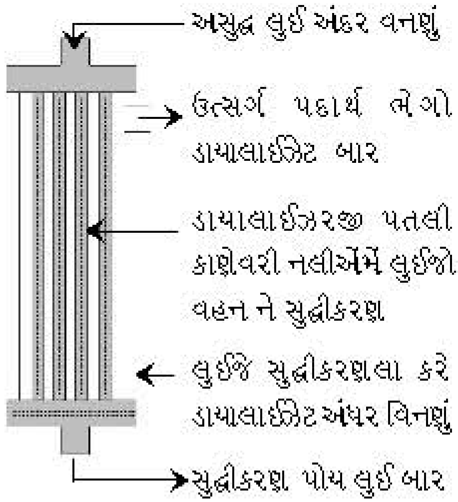
હિમોડાયાલિસિસ મિસીન કૃત્રિમ કીડનીજી મધધસે લુઈજો સુદ્ધિકરણ ને પ્રવાઈ-ક્ષાર એસિડજો પ્રમાણ જાડવેતો.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

ડાયાલાઈઝર (કૃત્રિમ કીડની) જી રચના કેડી હુવેતી ? ઈનમે લુઈજો સુદ્ધિકરણ કી થીએતો ?

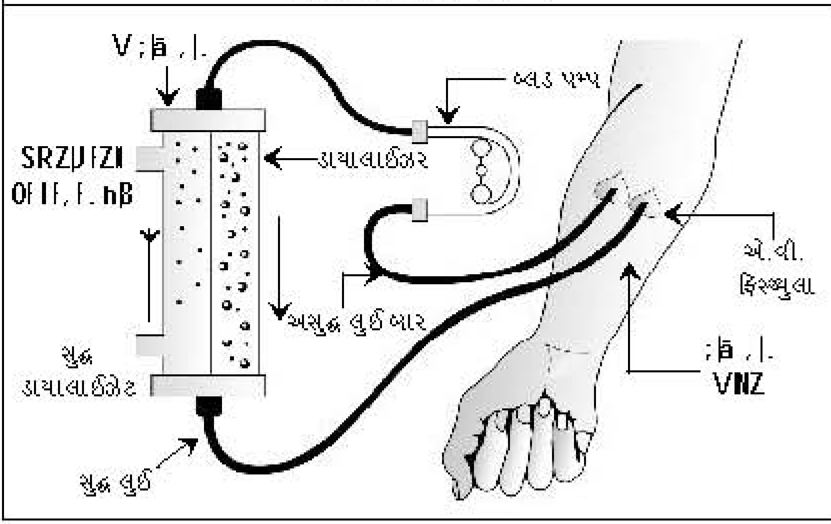
ડાયાલાઈઝર (કૃત્રિમ કીડની) જી રચના :

ડાયાલાઈઝરજી બનાવટ



- ડાયાલાઈઝર લગભગ ૮ ઈંચ લમુ ને ૧.૫ ઈંચ ગોલાઈ ધરાઈંધલ ડિસાજે એડે પ્લાસ્ટીક જે પાઈપજો બનેલો હુવેતો. ઈનમે ૧૦,૦૦૦ જિતરીયું વાર જેડ઼ીયું સનીયું નલીયું ગોઠવાયેલીયું હુવેતીયુ. ઈ સનીયું પણ મિંજાનું પોલીયું એડીયું નલીયું ખાસ ડિસાજે એડે પ્લાસ્ટીક (સેમી પરમીએબલ મેમ્બ્રેન) જીયું બનેલીયું હુવેતીયુ. ઈન સની નલીયેં મિંજા લુઈ નિકરીને સુદ્ધ થિએતો.
- ડાયાલાઈઝરજે મથે ને નીચેજે છેડે ઈ મિડે સનીઉ નલીયું ભેગીયું થઈ હિકડી વડી નલી બનેતી. જેંસે સરીર મિંજા લુઈ ગિનીને ખણી વેંધલ નલી જોડી સગાજેતી. (Blood Tubings)
- ડાયાલાઈઝરજે મથે ને નીચેજે છેડે, બાજુમિંજા મસીન મિંજા અચીંધલ ખાસ જાતજે સુદ્ધિકરણલા વપરાંધો પ્રવાહી(Dialysate) પૈ ને નિકરી સગે તેલા નલી જોડાજી સગે એડી ઈનજી રચના હુવેતી.

ડાયાલિસિસજી પ્રક્રિયા



ડાયાલાઈઝરમે (કૃત્રિમ કીડની) લુઈજો સુદ્ધિકરણ :

- સરીરમિંજા સુદ્ધિકરણલા કૃત્રિમ કીડનીમે હિકડે છેડેનું અચીધલ લુઈ હજારે સની નલીએંમે વેરાઈ વિનેતો.
- કૃત્રિમ કીડનીજે બે છેડેનું ધબાણસે વેંધલ સુદ્ધિકરણ જો ક્રમ કરીંધલ ડાયાલાઈઝેટ સની નલીએંજી આજુબાજુ વરાઈ વિનેતી.
- ડાયાલાઈઝરમે લુઈ મથાનું નીચે ને ડાયાલઈઝેટ નીચેનું મથે ઈ હિકડેબેંજી ઉંધી ડિસામેં વહીંધો જ રેતો.
- ઈનટાંણે સનીયું નલીયું સેમીપરમીએબલ મેમ્બ્રાનજીયું ભનેલીયું હુંધે લુઈમિંજા યુરિયા ને ક્રિએટીનીન જેડે નકામે પદાર્થકે ડાયાલાઈઝેટ મેં ભરી બાર નિકરી વિનેતો. ઈ કૃત્રિમ કીડનીજે હિકડે છેડેનું વેંધલ અસુદ્ધ લુઈ બે છેડે નિકરે તેર સુદ્ધ થઈ વિનેતો.
- ડાયાલિસિસમેં સરીરજો મિડે લુઈ લગભગ બારો વખત સુદ્ધ થીએતો. ચાર કલાક પોય લુઈ મિંજા યુરિયા ને ક્રિએટીનીનજો ખાસો એડો ઘટાડો થીંધે લુઈજો સુદ્ધિકરણ થેઈ વિનેતો.

હિમોડાયાલિસિસમે વપરાંધલ ખાસ જાતજો ડાયાલાઈઝેટ કુરો આય ?

- હિમોડાયાલિસિસલા ખાસ જાતજો ક્ષાર ધરાઈધલ પ્રવાઈ (હિમોકોન્સેનટ્રેટ) ડો લીટરજે પ્લાસ્ટીકજે બેણીમેં મિલેતો.
- ડાયાલિસિસ મસીન હિન ખાસ જાતજે પ્રવાઈજો હિકડો ભાગ ને તેંમે ચોત્રી ભાગ પાણી મિલાય ડાયાલાઈઝેટ ભનાયતો.
- મિસિન ડાયાલાઈઝેટજે ક્ષાર ને બાયકાર્બોનેટજો પ્રમાણ સરીરકે જરૂર હુવે ઈતરોજ જાડવી રખેતો.
- ડાયાલાઈઝેટ ભનાયલા ખપધલ પાણીકે ક્ષાર વગરજો નરમ ને સુદ્ધ ભનાયલા ખાસ રીતજો આર.ઓ. (Reverse Osmosis) પ્લાંટજો ઉપયોગ કેમેં અચેતો.
- હિન આર.ઓ. પ્લાંટમે પાણી સેન્ડ ફિલ્ટર, ચારકોલ ફિલ્ટર, માઈક્રો ફિલ્ટર, ડિઆયોનાઈઝર, આર.ઓ. મેમ્બ્રેન અને યુ.વી. (Ultra Violet) ફિલ્ટર મિંજા નિકરી નરમ, સુદ્ધ ને નિપટ જંતુ વગરજો ભનેતો.
- પાણીજો ઈન પ્રમાણેજો સુદ્ધિકરણ હિમોડાયાલિસિસ ભરાભર ને બૈઈ કોય આડઅસર વિગરજો થીએ તેંલા જરૂરી આય.

હિમોડાયાલિસિસ કિતે કેમેં અચેતો :

સામાન્ય રીતે હિમોડાયાલિસિસ હોસ્પિટલજે હોસિયાર સ્ટાફ વટા નેફ્રોલોજિસ્ટજી સલા ને ડેખરેખ હેઠડ કેમેં અચેતો. બોરોજ ઓછા ધરધી પિંઢજે ઘરમે મિસિન ગિની સગેંતા ને ઈનજો કમ સિખી કુટુમવારેજી મધધસે ઘરમેં જ ડાયાલિસિસ કરીએંતા. ઈન પ્રમાણેજે ડાયાલિસિસકે હોમ હિમોડાયાલિસિસ ચેંતા. જેલા બોરોજ ખરચો, સમજણ ને સમયજી જરૂર પેતી.

લુઈજો સુદ્ધિકરણ ને વધારેજો પ્રવાઈ પરયા કરેજોકમ ડાયાલાઈઝરમેં થીએતો.

કુરો હિમોડાયાલિસિસ પીડાવારી ને ઓખી સારવાર આય ?

ના, હિમોડાયાલિસિસ ઈ સાવ સેલી ને પીડા વગરજી રીત આય. સામાન્ય રીતે લમે સમયલા ડાયાલિસિસજી જરૂર હુવે એડા ધરધી ડાયાલિસિસ કરાયલા હોસ્પિટલ તેં અચેતા ને કમ પૂરો થીંધે ઘરે પાછા હલ્યા વિનેતા. ઘણેખરા ધરધી ડાયાલિસિસ જે ટાંણે ઈ ચાર કલાકજો સમય નીંધર ને આરામ કેમે, સંગીત સોણેમે, ટી.વી. નેરેમે ક ચોપડીયું વાંચેમે પસાર કરીએંતા. ડાયાલિસિસ ટાંણે લગભગ ધરધી હડવો નાસ્તો, ચાય કે થધો પીણું પીધેજો પસંધ કરીએંતા.

સામાન્ય રીતે હિમોડાયાલિસિસ ટાંણે કઈ કઈ તકલીફ થીએંતીયું ?

ડાયાલિસિસ ટાંણે કિતરીક વખત લુઈજો ધબાણ ઘટે, પગમે કડ઼તર ક ડુખાવો થીએ, નબડાઈ લગે, ઊલટી–ઊબકા થેજી તકલીફ ઉભીયું થીએતીયું.

હિમોડાયાલિસિસજા ખાસ ફાયદા ને નુકસાન કુરો કુરો ઐઈ ?

હિમોડાયાલિસિસજા ફાયદા :

૧. સોંઘી ડાયાલિસિસજી સારવાર.

૨. હોસ્પિટલજો હોસિયાર સ્ટાફ ને દાકતર વટે કરાયમેં અચેતી ઈતરે પૂરી સગવડ ને સલામતી રેતી.

૩. થોડો જ સમયમે બોરી અસર કરીંધલ સારવાર.

૪. ચેપજી સકયતા ઓછી રે.

૫. બેં ધરધીએસે મિલેસે માનસિક તાણ ઓછી રે.

હિમોડાયાલિસિસજા ગેરફાયદા :

૧. મિણી ગામે મે સગવડ ન હુંધે બારગામ વિનણું પે.

૨. સારવારલા હોસ્પિટલતે વિનણું પે ને ચોકકસ ટાંણેજો પાલન કેણું પે.

હિમોડાયાલિસિસજી પ્રક્રિયામેં કોય જ પીડા થીએ નતી ને ધરધી પથારી ક ખુરસીમેં સકય એડા સામાન્ય કમ–કાજ કરી સગેતો.

૩. હરેક ટાંણે ફિસ્ચ્યુલા નીડલ વિજેં તેંજો ડુખાવો સેન કેણું પે.

૪. હિપેટાઈટિસ (ઝેરી કમડ઼ેજે) જે ચેપજો ધ્રા રે.

૫. ખોરાકમે કરી રખણી પે.

૬. હિમોડાયાલિસિસ યુનિટ ચાલુ કેણું બોરોજ મોંઘો આય ને ઈનકે હલાયલા હોસિયાર સ્ટાફ ને દાક્તરેજી જરૂર પેતી.

હિમોડાયાલિસિસ જે ધરધી એલા ખાસ ગાલીયું :

૧. સમયસરજો ડાયાલિસિસ લમું સમય તબિયત સાચવેલા બોરો જ જરૂરી આય. ઈનમે ફેરફાર લમે ગાડે નુકસાન કરેતો.

૨. બો ડાયાલિસિસ વિચમે ખાધેપીધેજી કરી (પ્રવાઈ ને નીમક ઓછો ગિનણું) રખી વજન ન વધે તેજો ખ્યાલ રખણું જરૂરી આય.

૩. હિમોડાયાલિસિસ ચાલુ થીએ પોય પણ સમયસરજી ધવા ગિનેજી ને લુઈજો ધબાણ ને મિઠીપેસાપ કાબુ રખણું જરૂરી આય.

હિમોડાલિસીસ કરાઈધલ ધરધીકે ડાયાલિસીસ નર્સ ક ડોકટરજો કેર ઝપાટે સંપર્ક કેણું ?

- એ.વી. ફિસ્ચ્યુલા મિંજા ક કેથેટર વિધેલી હુવે, ત્યાંનું લુઈ નિકરે તેર.
- ફિસ્ચ્યુલાતે હથ રખંધે જ ઈનમિંજા કરંટ ક ધ્રુજારી ન જણાજે તેર
- ઓચિંધો જ વજન વધે, સોજા વધે ક સા (સા) ચડે તેર.
- છાતીમે ડુઃખાવો થીએ, હાડજે ધબકારેંમે વધારો ક ઘટાડો થીએ તેર.
- બ્લડપ્રેસરમેં ગચ જ વધારો ક ઘટાડો થીએ તેર.
- ધરધીકે ઘેન ચડે, આંચકી અચે ક બેભાન થિઈ વિને તેર.
- બરો અચે, ધુબ થીએ, ગચ મિડે ઉલટીયું થીએં ક બોરીજ નબડ઼ાઈ અચી વિને.

હિમોડાયાલિસિસજા મુખ્ય ફાયધા સલામતી ગચ અસરકારક ને ઓછો ખરચ આય.

પેરીટોનિયલ ડાયાલિસિસ (પેટજો ડાયાલિસિસ)

કીડની ફેલ્યરજે ધરધી એંકે જેર ડાયાલિસિસજી જરૂર પે તેર હિમોડાયાલિસિસ સિવાય બેયો કોય રસ્તો હુવે ત પેરીટોનિયલ ડાયાલિસિસ આય.

પેરીટોનિયલ ડાયાલિસિસ ઈતરે કુરો ?

- પેટજે આતરડે, હોજરી જેડે અંગેકે ઢકે તેંકે પિંઢજી જગ્યાતે ભરાભર જકડે રખધલ મેમ્બ્રેન કે પેરીટોનિયલમ ચે મેં અચેતો.
- ઈ મેમ્બ્રેન સેમીપરમીએબલ ઈતરે ગેણી જેડો હુવેતો.
- ઈન મેમ્બ્રેનજી મધધસે લુઈજો સુદ્ધિકરણ થીએતો તેંકે પેરીટોનિયલ ડાયાલિસિસ ચે મેં અચેતો.

આગડજી ગાલીયેમેં પાં પેરીટોનિયલ ડાયાલિસિસ કે હાણે ટૂકેમે પી.ડી. ચોંધાસી.

પેરીટોનિયલ ડાયાલિસિસ (પી.ડી.)જીયું કઈયું કઈયું જાતું અઈ ?

પી.ડી.જીયું ત્રે જાતું અઈ :

૧. આઈ.પી.ડી.–ઈન્ટરમીટન્ટ પેરીટોનિયલ ડાયાલિસિસ

(Intermitent Peritoneal Dialysis)

૨. સી.એ.પી.ડી.–કન્ટીન્યુઅસ એમ્બ્યુલેટરી પેરીટોનિયલ ડાયાલિસિસ

(Continuous Ambulatory Peritoneal Dialysis)

૩. સી.સી.પી.ડી.–કન્ટીન્યુઅસ સાયકલીક પી.ડી.

(Continuous Cyclic Peritoneal Dialysis)

સી.એ.પી.ડી. ઈ ધરધી પંઢ ઘરમેં મિસીન વગર,ખાસ પ્રવાઈજી મધધસે કરેમેં અચિંધલ ડાયાલિસિસ આય.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

૧. ઈન્ટરમીટન્ટ પેરીટોનિયલ ડાયાલિસિસ (આઈ.પી.ડી.)

- હોસ્પિટલમે થોડે સમયલા ડાયાલિસિસજી જરૂર હુવે, તેર હી ડાયાલિસિસ કેમેં અચેતો.
- આઈ.પી.ડી. મે લુઈજો કચરો ધરધીકે બેભાન કે વગર પેટમે ખાસ જાતજી ઘણે કાણેવારી નલી વિજી ખાસ જાતજે પ્રવાઈસે પરેયાં કેમેં અચેતો
- સામાન્ય રીતેં ડાયાલિસિસજી હી કમગીરી ૩૬ કલાક હલેતી. તિનટાંણે ૩૦ થી ૪૦ લીટર પ્રવાઈ વાપરેમેં અચેતો.
- હી ડાયાલિસિસ ૫ થી ૭ ડિએ કરાયણું પેતો.
- હી ડાયાલિસિસ લમે સમયલા ભરાભર નાંય.

૨. સી.એ.પી.ડી. – કન્ટીન્યુઅસ એમ્બ્યુલેટરી પેરોટોનિયલ ડાયાલિસિસ ઈતરે કુરો ?

સી.એ.પી.ડી. ઈતરે

સી – કન્ટીન્યુઅસ – જેમેં ડાયાલિસિસજી કમગીરી ચાલુ જ રેયા કરે.

એ. – એમ્બ્યુલેટરી – જેંસે ધરધી હરી ફરીને કમ કરે સગે.

પી.ડી. – પેરીટોનિયલ ડાયાલિસિસજી કમગીરી આય.

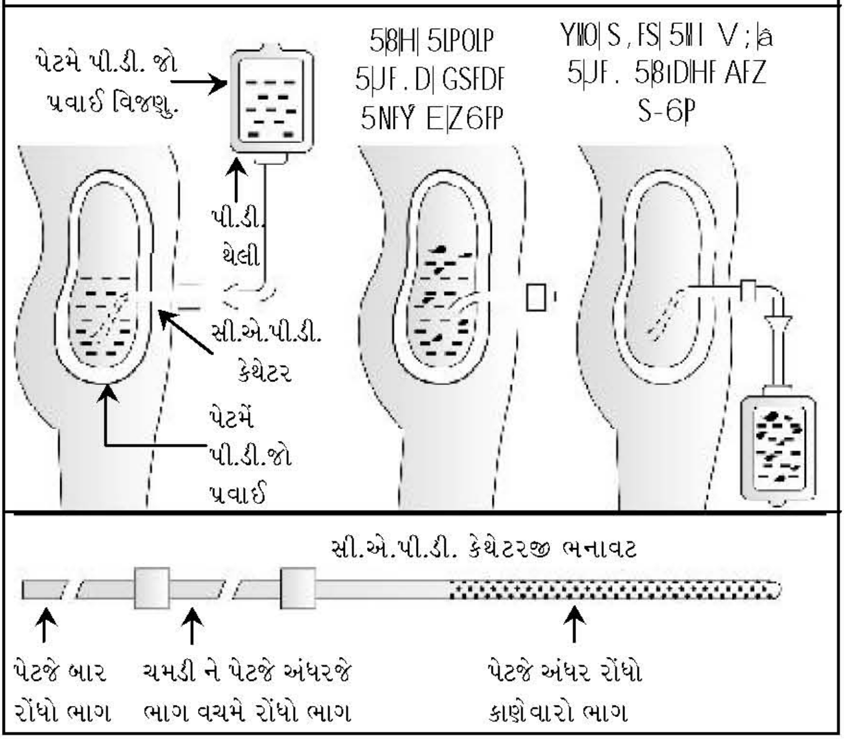
સી.એ.પી.ડી. ધરધી પિંઢજી મેડે પિંઢજે ઘરે મિસિન વગર કરે સગે એડી ડાયાલિસિસજી રીત આય. દુનિયાજે વિકસેલે ડેસમેં ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજે ઘણેં મિડે ધરધીએમેં ડાયાલિસિસ લા હિન રીતજો ઉપયોગ કરેમેં અચેતો.

સી.એ.પી.ડી. જી રીત :

- હિન રીતજે ડાયાલિસિસમે ઘણે કાણેવારી ખાસ જાતજી નલી (CAPD Catheter) પેટમે ડુટી કે નીચે નિંઢો ચીરો કરે ને રખેમે અચેતી.

ચેપ ન લગે ઈનજી કાડ઼જી સી.એ.પી.ડી. જી પ્રક્રિયામેં મિણીયા મહત્વજો વિસય આય.

સી.એ.પી.ડી. જી રીત



- ઈ નલી સિલીકોન જે નાંસે ઓડખાધેં ખાસ પદાર્થ મિંજા ભનાયેલી હુવેતી. જેંસે પેટમે આંતરડે ક બે અંગે કે ઈજા ન પુજે ને કોયપણ સ્થિતિમે પેટમે સરખી રીતે ગોઠવાજી વિને, એડી હુવેતી.
- ઈન નલીસેં ડીમેં ૩ થી ૪ વાર બો લીટર જિતરો ડાયાલિસિસજો પ્રવાઈ પેટમે હલાયમે અચેતો ને કિતરેંક કલાકે પોય પાછો કઢેમે અચેતો.
- પી.ડી. જો પ્રવાઈ જિતરો સમય પેટમે રેતો તેંકે ડવેલ ટાઈમ (Dwell Time) ચેમે અચેતો. ઈન સમયમે કચરો ડાયાલિસિસજે પ્રવાઈમે ભિરી વિને ને લુઈજો સુદ્ધિકરણ થીએતો.
- ડાયાલિસિસલા પ્લાસ્ટીકજી સુંવાલી થેલીમેં રખેલો બો લીટર પ્રવાઈ પેટમે વિજી ખાલી થિલી કમરતેં પેટસે બધી સેલાઈસેં હિરીફિરી સગાજેતો.

- હી ડાયાલિસિસજી કમગીરી સજો ડી હલેતી, ને ડી મેં ૩ થી ૪ વાર પ્રવાઈ ભધલાયણું પેતો.
- પી.ડી. જો પ્રવાઈ ભધલાયજે સમયકે બાદ કઈધે ધરધી હિરીફિરી સગે, પિંઢ જા કમ કરી સગેતો.

સી.એ.પી.ડી. જે ધરધીએંકે ખાધેપીધેમેં કુરો ફેરફાર કેજી સલા ડિનેમે અચેતી ?

સી.એ.પી.ડી. જી રીતમે પેટમિંજા બાર નિકરધલ પ્રવાઈમે સરીરજો પ્રોટીન પણ બાર નિકરેતો. ઈતરે વધારે પ્રોટીનવાડો ખોરાક ખાધેજી ને જરૂરી તંદુરસ્તી જાડવેજી બોરીજ જરૂર હુવેતી.

સી.એ.પી.ડી. કરાઈધલ ધરધીએમે જોખમ કયા હુવેતા ?

- સી.એ.પી.ડી. કરાઈધલ ધરધીએંકે પેટમે રસી થેજો, કેથેટર બાર નીકરે તેર ચેપ (Exit Site Infection)ક ઝાડા થેજો ધ્રા રેતો.
- સી.એ.પી.ડી. જે ધરધીએમેં મિણીયા વધુ ને ચિંધા થીએ એડો જોખમ (પેરીટોનિયમજો ચેપ) ઈતરે કે પેરીટોનાઈટિસ આય.
- પેટજો ડુખાવો, તાવ, પેટ મિંજા બાર નિકરધલ પ્રવાઈ ઘાટો હુણું ઈ પેરીટોનાઈટિસજી નિસાની આય.

સી.એ.પી.ડી. જા ફાયધા ને નુકસાન કયા એઈ ?

ખાસ ફાયધા :

૧. ખાધાખોરાકીજી કરી ને પ્રવાઈજી કાડ઼જી ઓછી રખણી પે.

૨. મસીન વગર થઈ સગેતો. સુઈ લગાયજી પીડા નતી ભોગવણી પે.

સી.એ.પી.ડી. કરાઈધલ ધરધીએંકે ખાધેમેંગચ પ્રોટીન ગિનણું ખપે.

૩. ઠેકાણે ને સમયજી છુટ મિલેતી, જેંસે રોજજો કમ થિઈ સગે. ઘરઘી બારગામ પણ વિની સગે.

૪. લુઈજો ધબાણ, સોજા, લુઈજી ફિકકાસ જેડી તકલીફેજી સારવાર બોરી ખાસી રીતે થૈઈ સગેતી.

ખાસ નુકસાન :

૧. હેર ઈ સારવાર બોરી મોંઘી આય.

૨. પેરીટોનાઈટિસજો જોખમ બોરો રેતો.

૩. રોજ (રજા વગર) ૩ સે ૪ વખત કાડ઼જી રખી સારી રીતે પ્રવાઈ ભધલાયણું પેતો, જેજી જવાભધારી ઘરધીજે કુટુમીએજી રેતી. ઈતરેલા કાયમ નિયમિતતા રખણી, સમય ફાડવણું ને સલા-સૂચનેજો ચોક્કસ પાલન કેણું ઈ મનતેં તાણ ઊભી કરેતો.

૪. પેટમે કાયમ કેથેટર ને પ્રવાઈ રે ઈ અગવડ ઊભી કરેતો.

૫. પી.ડી. લા જુકો પ્રવાઈજી વજનવારી થેલી સાચવણી ને ફેરવણી હેરાનગતિ વારી આય.

સી.એ.પી.ડી. કરાઈધલ ઘરધીકે કિનટાંણે ડાયાલિસીસ નર્સ ક ડોકટરજો ઝપાટે સંપર્ક કેણું (મિલણું) ?

- પેટમે ડુખાવો થીએ, બરો અચે ક ધુબ થીએ.
- સી.એ.પી.ડી. મિંજા બાર નિકરધલ પ્રવાઈમેં લુઈ અચે ક પાણી ડહોળો થિઈ વિને તેર.
- સી.એ.પી.ડી. કેથેટરજી સરીરનું બાર નિકરેજી જગ્યા વટે ડુઃખાવો થીણું, સોજા ચડણું, રતાસ ડિસજે ક ગરમી ક પરૂ ડિસાજે.

સી.એ.પી.ડી. જો મુખ્ય ફાયધો ટેમ ને જગ્યાજી સ્વતંત્રતા આય.સી.એ.પી.ડી. જી પ્રક્રિયા રોજ નિયમિત કેણી જરૂરી આય.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

- સી.એ.પી.ડી. જે પ્રવાઈજી ધાર ધીમી થિઈ વિને ક પ્રવાઈ બાર અચીંધો ભંધ થિઈ વિને.
- ઓચિંધો જ વજનમેં વધારો થિઈ વિને, સોજામે પણ વધારો થીએ, સા ચડે ને બ્લડપ્રેસરમેં ઘણેં જ વધારો (જુકો સરીરમેં પ્રવાઈજો ભરાવો વતાયતો).
- બ્લડપ્રેસરમેં ઘટાડો, વજનમેં ઘટાડો, પગેંમે ડુઃખાવો થીણું, ચક્કર અચણા (ઈ સરીરમેં પ્રવાઈજો ઘટાડો વતાયતો).

સી.એ.પી.ડી. કરાઈધલ ધરધીકે પેટ ડુખે, બરો અચે, સોજા અચે, સા ચડે, ચક્કર અચે, ત ડોકટરકે ઝપાટે સંપર્ક કેણું

૧૪. કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન

કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન ઈ તબિબી વિજ્ઞાનજી પ્રગતિ આય. ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજે છેલે સમયમે સારવારજો મિણીયા ખાસો રસ્તો આય. કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન પોય ધરધી જીયણ પણ સામાન્ય માડુ જેડો ઠીક ને હમેસ પ્રમાણેજ થઈ સગેતો.

કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસનજી ગાલ પાં ચાર વિભાગેમે કરીબો :

૧. કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન પેલા જાણે જેડીયું ગાલીયું.

૨. કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન ઓપરેસનજી ગાલ.

૩. કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન પોયજીયું ગાલીયું.

૪. કેડેવર ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન.

કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન પેલા જાણે જેડીયું ગાલીયું

કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન ઈતરે કુરો ?

ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરહુવે એડે ધરધીકે બે માડુ (જીવતો ક મરેલો) મિંજા ગિનેલી, હિકડી ખાસી કીડની ગિનેજો ઓપરેસન ઈતરે કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસ.

કીડની વેરાયજી જરૂર કેર નટી પે ?

કોય પણ માડુજી બ મિંજા હિકડી કીડની ફિટી વઈ હુવે ત સરીરજો મિડે જરૂરી કમ બઈ કીડનીજી મધધસે હલી સગેતો. એક્યુટ કીડની ફેલ્યરમે ધવા (કતરીક વખત ડાયાલિસિસ) ગિનેસે કીડની ફરીનું ભરાભર કમ કંઈધે થિઈ વિનેતી. એડેં ધરધીએંકે કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસનજી જરૂર નતી પે.

કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસનજી જરૂર કડે પેતી ?

ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજા ધરધી જેર કીડની બોરીજ ફિટીને એન્ડ સ્ટેજ કીડની

કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસનજી સોધ કીડની ફેલયરજે ધરધીએંલા કરે આસિર્વાદ રૂપ આય.

ફેલ્યર થઈ વિને (કીડની ૮૫% કરતા વધુ ફિટી વિને) તેર નઈ કીડની વેરાયજી કાંત કાયમ ડાયાલિસિસ કેજી જરૂર ઊભી થીએતી.

કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન કુલા જરૂરી આય ?

જેર કીડની નિપટ ક વડે ભાગે કમ કઈધી ભંધ થઈ વિને તેર ડાયાલિસિસ ને ધવાસે રાહત મિલે પણ કાયમી સુધારો નતો થીએ ઈનટાંણે કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન જ ભરાભર રીતે કેમે અચે ત ઈ જીયણલા મિણીયા સારો ને અસરકારક ઉપાય આય.

કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસનજા ફાયદા કયા કયા ઐં ?

ભરાભર કેલે કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસનજા ફાયદા હિન પ્રમાણે ઐં :

૧. ધરધી સામાન્ય માડુ રીતે જીયણ જીવી સગે ને રોજજા પિંઢજા કમ કરી સગે, જીયણ ઓસિયારો ન લગે.

૨. ડાયાલિસિસજી જરૂર મિટી પે.

૩. ખાધેખોરાકીમે કરી પણ ઓછી રખણી પે.

૪. ધરધી સામાન્ય રીતે નિપટ ભરાભર ને માનસિક રીતે ઠીકઠાક રેતો.

૫. માડુએંકે જાતીય સમાગમજી કોય તકલીફ નતી રે ત બાઈમાડુ છોકરેકે જનમ પણ ડઈ સગેતી.

૬. પેલે વરે પોય સારવારજો ખરચો પણ ઓછો થીંધો અચે.

કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસનજા ગેરફાયધા કુરો ?

કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસનજા મુખ્ય ગેરફાયધા હિન પ્રમાણે ઐઈ :

૧. વડો ઓપરેસન થીએતો, પણ સલામત હુવેતો.

સફડ઼ કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન ઈ ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજી છેલ્લી ઘડીજી સારવારજો શ્રેષ્ઠ વિકલ્પ આય.

૨. લગભગ સફડ઼તા મિલેતી, છતાં થોડેં ધરધીએજી કીડની ફિરી ફિટેજી સગયતા રેતી.

૩. કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન પોય રોજ ચોકસાઈસે ધવા ગિનેજી જરૂર પેતી. વરી ઈ ધવા મોંઘી પણ હુવેતી ને ધવા થોડો સમય ભંધ થઈ વિને, ત નઈ કીડની પણ ફિટી સગેતી.

૪. કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન પોય પણ ચેપ ને ધવાજી આડ અસરજો જોખમ રેતો.

૫. ઈ સારવાર બોરી મોંઘી આય. ઓપરેસન ને હોસ્પિટલજી સારવાર, ઘરે વિને પુઠિયાં પણ નિયમિત ધવા ને વારેઘડીએ લેબ્રોરેટેરીજી તપાસ મિડે ખરચો લગભગ ૩ થી ૫ લખ રૂપિયા થીએતો.

કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન કડેં ન કેણું ?

ધરધીજી ઉંમર વડી હુવે, ધરધીકે એઈડ્સ, કેન્સર ક હાડજો ધરધ હુવે એડે સંજોગેમે કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન જરૂરીહુવે તોયપણ કેમે નતો અચે. પાંજે ડેસમેં છોકરેંમે પણ બોરોજ ઓછો કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન કરેમેં અચેતો.

કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસનલા કેજી કીડની પસંદ કેમે અચેતી ?

કીડની ફેલ્યરજે ધરધીકે કેજી પણ કીડની કમ અચે એડો નાય. પેલા ત કીડની જે ધરધીજે બ્લડગ્રુપ કે ધ્યાનમેં ગિની બ્લડગ્રુપજો માડુ કીડનીદાતા થઈ સગે ઈ નિકી કરેમેં અચેતો.

કીડની ડીધલ ને કીડની જે ધરધીજો બ્લડગ્રુપ હિકડો હુણું ખપે. ઈન સિવાય પણ બોઈજે લુઈજે શ્વેતકણેમે અચેલે પદાર્થ એચ.એલ.એ. (Human Leucocytes Antigen – HLA) પણ હિકડી જ જાતજા હુણાં ખપે. HLA હિકડી જ જાતજા એ ઈનજી તપાસ ટીસ્યુ ટાઈપીંગજી તપાસસેં જાણી સગાજે.

એઈડ્સ, કેન્સર જેડે ગંભીર ધરધજી હાજરીમેં કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન કરેમેં નતો અચે.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

કેર કીડની ડઈ સગે ?

સામાન્ય રીતે ૧૮ થી ૫૫ વરેજે દાતા વટાનૂં કીડની ગિનેમે અચેતી. માડુ બાઈમાડુકે ક બાઈમાડુ માડુકે કીડની ડઈ સગેતો. જોડિયા ભાભેણ કીડની ડિનેલા બોરા જ ખાસા ચોવાજે જોકે એડા દાતા મલેલા લગભગ સકય નતો હુવે. ઈતરે ધરધીજા મા–પે ક ભાભેણ સામાન્ય રીતે કીડની ડિનેલા પસંધ કેમે અચેતો. એડે દાતાએં વટે કીડની મલી સગે તીં ન હુવે ત જે સાથે લુઈજો સબંધ હુવે તેંડે કાકા, માસી ક ફુઈજી કીડની ગિની સગાજે. ઈ પણ સકય ન હુવે, ત ધણી ક બાયડીજી કીડની માફક અચીંધીઉ ક ન ઈ તપાસેમે અચેતો. વિકાસ પામેલે ડેસમેં કુટુમ મિંજા કીડની મિલી સગે તી ન હુધે એડેં સંજોગેમેં "બ્રેઈન ડેથ" થેલહુવે એડી વ્યકિતજી કીડની (કેડેવર) ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન કેમે અચેતો.

કીડની ડિધલ કે કીડની ડિને પોય કોય તકલીફ થીએ ખરી ?

કીડની કઢે પેલાં ડિધલજે સરીરજી તપાસ કરે ખાતરી કેમે અચેતી ક ઈનજીયું બોય કીડનીયું નિપટ ભરાભર એ જેસેં હિકડી કીડની ડિનેસે કોય પણ તકલીફ નઈ થીયે. હિકડી કીડની ડિને પોય ડિધલકે સામાન્ય રીતે કોય પણ તકલીફ પે નતી. ઈ પિંઢજી મિડે જીવનચર્યા ભરાભર કરે સગેતો. ઓપરેસન પૂઠિયા પૂરો આરામ કે પોય ભારી કમ પણ કરી સગેતો. ઈનજે પેણેલ જીવનમે પણ કોય વાંધો નતો અચે. ઈનજી બઈ કીડની બોઈ કીડનીએંજો મિડે કમ સંભારે ગિનેતી.

કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન (ઓપરેસન) પેલા ધરધીજી તપાસ :

ઓપરેસન પેલા કીડની ફેલ્યરજે ધરધીજી ઘણે જાતજી તપાસ કરેમેં અચેતી. ઈન તપાસમે ધરધીકે ઓપરેસન મેં હેરાનગતિ થીએ એડો કોય બેયો ધરધ નાયન ને ઈનજો સરીર ઓપરેસન કે જેડો આય ક ન ઈ ખાતરી કેજો હુવેતો.

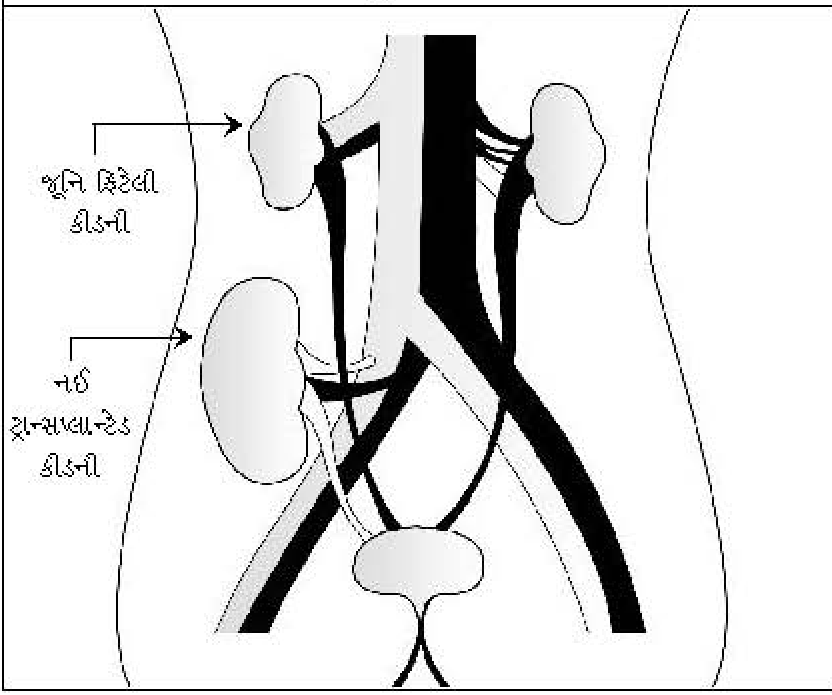
સફડ઼ કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસનલા કરે કુટુંબીજને મેંથી મલેલી કીડની શ્રેષ્ઠ પુરવાર થઈ સગેતી.

કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન ઓપરેસન જી સમજ

કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન ઓપરેસનમે કુરો કરેમેં અચેતો ?

- અગિયા ચેમે આયો તી બ્લડગ્રુપ મિલાપ (HLA) બોઈજા બરાબર હિકડી જ જાતજા એઈ ઈ ખાતરી કરે પોય ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન ઓપરેસન કેમે અચેતો.

કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન



- ઓપરેસન પેલા પરધીજે સગેંજી ને કીડની ડીપલજી રજા ગિનેમે અચેતી. કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસનજો ઓપરેસન ઈ હિકડો ટીમવર્કઆય. યુરોલોજિસ્ટ (કીડનીજો સર્જન), નેફ્રોલોજીસ્ટ (કીડનીજો ફિઝિસિયન) પેથોલોજિસ્ટ ને બેયા અનુભવી મયપ કઈપલ મિણીજે સાથસહકાર સેં ઈ ઓપરેસન થીએતો. ઈ ઓપરેસનજો કમ યુરોલોજીસ્ટ કરેતો.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

- ધરધી ને કીડની ડિંધલ બોઈજો ઓપરેસન ભેગો ભેગોજ થીએતો.
- કીડની ડિંધલજે સરીર મિંજા હિકડી કીડની કઢી તેંકે ખાસ જાતજે થધે પ્રવાઈમેં ભરાભર સાફ કરે ધરધીજે પેટમેં અગિયા બાજુએ નીચેંજે ભાગમે (પેડુમે) વેરાયમે અચેતી.
- સામાન્ય રીતે ધરધીજી ફિટી વિનેલી કીડની કઢી વિજેમે નતી અચે, સિવાય કે ઈનસે ધરધીકે નુકસાન થીએ ઈ હુવે ત કઢણી પે.
- ઓપરેસન સામાન્ય રીતે ૩ થી ૪ કલાક હલેતો.
- ઓપરેસન પોય ઈનજી કાળજી ને સારવાર નેફ્રોલોજીસ્ટ સભારીયેતા.

કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન પોય જાણે જેડ્યું ગાલીયું

- થઈ સગે એડા જોખમ :

કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન પોય કદાચ રિજેક્સન, ચેપ, ધવાજી આડઅસર કે ઓપરેસન જે લગતો જોખમ ઊભો થઈ સગેતો.

ધવાસે સારવાર ને કીડની રીજેક્સન :

કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન બ્યા ઓપરેસન કરતા કિન રીતે અલગ આય ?

સામાન્ય રીતે બ્યા ઓપરેસનમે ધરધી ખાલી ૭ થી ૧૦ ડી જ ધવા ગિનણી પેતી પણ કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન પોય કીડની રીજેક્સન અટકાયેલા કાયમ આખી જીંધગી ધવા ગિનણી પેતી.

કીડની રીજેક્સન ઈતરે કુરો ?

બ્યેં ઓપરેસનેં વારેંજી કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટજો ઓપરેસન સફડ઼ થઈ વિને, ઈતરે કમ પૂરો નતો થઈ વિને. ધરધીજે લુઈમેં જુકો શ્વેતકણેજા પ્રતિકારક તત્વ હુવેંતા, ઈ હિન નઈ વિરાયેલી કીડની સામે લડીને ઈનકે નિકામી બનાય ડીયેં તેડી વકી પણ ઉભી થીયેતી. હિન સ્થિતિ કે 'કીડની રીજેક્સન' ચેમેં અચેતો.

કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસનમેં જૂની કીડની ઈજ રખીને નઈ કીડની પેટમેં આગડ઼જી તરફ નીચેજી ભાગમેં વજેમેં અચેંતી.

કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન પોય રીજેક્સનજી **સગયતા** ઘટાયલા કેડી ધવા વપરાજેતી ?

- સરીરજી પ્રતિકારક સગતિજે કારણે નઈ વિજેલી કીડની રીજેક્સનજો ધ્રા રેતો.
- જ ધવાસે પ્રતિકારક સગતિ નિપટ ધબાય છડેમે અચે ત રીજેક્સનજો ધ્રા નતો રે પણ ધરધીકે બેયા જીયલેણ ચેપ લગેજો ધ્રા ઊભો થીએતો.
- કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન પોય એડી ખાસ જાતજી ધવા ડિનેમેં અચેતી જુકો ચેપ કે સામે લડેજી પ્રતિકારક સગતિકે જાડવે રખે પણ રીજેક્સન કેજી તાકાત ઘટાય ડે. (Selective Imuno Suppression).
- હિન જાતજી ધવા ઈમ્યુનોસપ્રેસન્ટ તરીકે (Immuno-suppresant) ઓડખાય તી. પ્રેડનીસોલોન, એઝાથાયોપ્રીમ, સાયકલોસ્પોરીન ને એમ.એમ.એફ. (MMF) ઈ ઈન જાતજીયું ધવાઉ એઈ.

કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન પોય ઈમ્યુનોસપ્રેસન્ટ ધવા કેસુંધે ગિનણી જરૂરી આય ?

બોરીજ મોંઘી હી ધવા ધરધીકે કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન પોય કાયમજે માટે સજી જીંધગી ગિનેજી હુવેતી. પેલવેલો ધવાજો ખરચો બોરો હુવેતો. જેમેં ડી વેંધે હરેં હરેં ઘટાડો થીએતો.

કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન પોય બૈઈ કોય ધવા ગિનેજી જરૂર રેતી ?

હા, જરૂરત પ્રમાણે કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન પોય ધરધીકે બૈઈ ધવાઈએં બ્લડપ્રેસરજી ધવા, કેલ્સિયમ, વિટામીનજી ધવા, એન્ટિબાયોટિક્સ જેડીયું ધવાઈયું ગિનણીયું પે. તેં સિવાય પણ કોય પણ ધરધજી ધવા ગિનેજી જરૂર પે ત દાક્તરકે કીડની ભધલાઈ આય ઈ ગાલ કરેને હેર કુરો કુરો ધવાઈયું ચાલુ એ ઈ ચૌણું જરૂરી આય.

કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન પોયજા જોખમ કીડની રિજેક્સન, ચેપ ને ધવાજી આડઅસર અઈ.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

• કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન કે પુઠિયાજી જાણકારી :

કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન પોય ધરધીકે હિન પ્રમાણે ખાસ ખ્યાલ રખણું : નઈ કીડનીજી સભારલા કરે ખાસ ગાલીયું :

- દાકતરજે ચે પ્રમાણે નિમિત ધવા ગિનણી બોરી જરૂરી આય. ધવાધારૂમે નિમિત નરોં ત નઈ કીડની પણ ફિટી સગેતી.
- કીડની ભધલાયે પુઠિયા સરૂઆતમેં ધરધીકે બી.પી., પેસાપજો પ્રમાણ ને વજનજો ખ્યાલ ગિનીને ઈનકે લખી રખણું.
- સલા પ્રમાણે કાયમ લેબોરેટરીજી તપાસ કરાયણી ને નેફ્રેલોજીસ્ટ વટે ચેક કરાયણી.
- લુઈ–પેસાપજો રિપોર્ટ ખાસી લેબોરેટરીમેં જ તપાસ કરાયણી. રિપોર્ટ ખરાભ અચે ત લેબોરેટરી બધલાયજે ભધલે ઝપાટે નેફ્રોલોજીસ્ટકે વતાયમેં ભલાઈ આય.
- તાવ, પેટજો ડુખણું, પેસાપ ઓછો અચણું, ઓચંધો વજન વધણું ક કોય પણ તકલીફ થીએ ત નેફ્રોલોજીસ્ટકે જ મિલણું.

ચેપ ન લગે ઈતરેલા જરૂરી સલા :

- સિરૂઆતજે સમયમે ચેપ ન લગે ઈતરેલા ચોખો જંતુરહિત માસ્ક પેરેજી સુચના ડિનેમેં અચેતી. માસ્ક રોજ ભધલાયણું જરૂરી આય.
- રોજ ચોખે પાણીસે નાયને તડકેમેં સુકાયેલ ક ઈસ્ત્રી કરેલા ચોખા કપડા પેરણાં.
- ઘરમે ચોખાઈ રખણી.
- બિમાર માડુએંને પરેયા રોણું. ગંદકી ગચ ભીડવારી જગ્યા ક મેડેંમે ન વિનણું.
- પાણીકે ઉકારે–પોય ઠારેને ગારેને પીણું.

રિજેક્સન અટકાયેલા ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન પોય ધવા જીંધગીભર ગિનણી ખપેતી.

- બાર કી પણ ન ખેણું.
- કાયમ ઘરે રધેલો ખોરાક જ ચોખે થાંમેં ગિનીને ખેણું.
- ખોરાકજી બાબતમે જિકી સલા મિલઈ હુવે ઈનજો ભરાભર અમલ કેણું.

ટ્રાન્સપ્લાન્ટજે ધરધીકે ડોકટરજો ઝપાટે સંપર્ક કે કેણું ?

- (૧૦૦° ફેરનહીટ) ૧૦૦ ડિગરીથી પણ ગચ તાવ હુવે, ફલુ જેડા લખણ–ધુબ થીંધી હુવે, કુડ઼તર થીએ, મથો ડુઃખે.
- કીડની ભધલાયલ હુવે, ઈન ઓપરેસનજી જગ્યાજી આજુબાજુ સોજા ચડે ક રતાસ થીએ.
- પેસાપમેં બોરોજ ઘટાડો, સોજામેં વધારો ક ઝપાટેસેં વજન વધણું (રોજ હિકડો કિલો).
- પેસાપમેં લુઈ અચે ક બડ઼તરા થીએ તેર.
- ખંગ અચે, સા ચડે, ઉલટીયું થીએ ક ઝાડા થીએ.
- કોય નવા અજાણ્યા લખણ ડિસાજે તેર.

કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસનજો થોડો ઉપયોગ :

કીડની ફેલ્યરજા મિડે ધરધી ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન કુલા નતા કરાય સગે ?

કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન બોરી જ ખાસી ને અસરકારક સારવાર હુંધે પણ મિડે ધરધી ઈ કરાય નતા સગે તેંજા બ કારણ ઐઈ :

૧. કીડની મિઈલે નતી :

કીડની ભધલાયલા મિણી ધરધીએંકે ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસનલા કુટુમ મિંજા ભરે એડી કીડની ક કેડેવર કીડની મિલી નતી સગે.

કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન પોચજી સફ઼ડ઼તા કરેલા સાવચેતી ને નિયમિતતા ગચ જરૂરી આય.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

૨. મોંઘી સારવાર :

હેરજે ટાંણે કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસનજો મિડે ખરચો (ઓપરેસન, તપાસણી, ધવાઈયું ને ધવાખાનેજો ખરચો) લગભગ ૩ થી ૫ લખ રૂપિયા થીએતો. વરી ધવાખાને મિંજા રજા મિલે પોય પણ ધવાઉ ને તપાસણીજો ખરચો ચાલુ રેતો. જુકો બારે મેણેં ૧૦ થી ૧૫ હજાર રૂપિયા થીએતો.

હિન ખરચેમે પોય થોડો થોડો ઘટાડો થીંધો અચેતો. પણ ઈ ધવા કાયમ ગિનણી જ પેતી, ઈ ઓપરેસન ને તેં પુઠિયાજી સારસંભાર, હૃદયરોગ લા કેજી બાયપાસ સર્જરીજે ખરચે કરતાં પણ મોંઘી આય.

કેડેવર કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન

કેડેવર કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન ઈતરે કુરો ?

"બ્રેઈન ડેથ – મગજ મૃત્યુ" મગજ મરી વિને તેર એડ઼ે માડુજે સરીર મિંજા તંદુરસ્ત ભરાભર હુવે એડી કીડની ગિની, કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએંમે વેરાયમે અચેતી. ઈન ઓપરેસન કે કેડેવર ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન ચે મેં અચેતો.

કેડેવર કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન કુલા જરૂરી આય ?

જેર કોય પણ માડુજીયું બોય કીડનીયું ફેલ થિઈ વિને તેર ઈનજી સારવાર બ રીતે થીએ, જેમે ડાયાલિસિસ ને બઈ કીડની ભધલાયણી. સારી રીતે કીડની ભધલાય પોય થોડોક કરી, ચિંધા વગરજો જિયણ, સામાન્ય માડુ જેડીજ જીવનસૈલી ઈ મિડે ફાયધા હુંધે કીડની ફેલ્યરજેંધરધીએંકે બોરોજ ફાયધો ઈનસે થીએતો. ઈતરેલા કીડની ભધલાયણી ઈ ડાયાલિસિસ કના ખાસો ઉપાય આય. હણે એડે ટાંણે કીડની બધલાયજી મરજી હુવે તોય પણ જ કીડની ન મિલે ત ઈનકે ડાયાલિસિસજ કરાયણું પેતો ને એડા ધરધી બોરા જ હુવેતા. એડે ધરધીએલા કેડેવર કીડની ઈજ

કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસનલા કરે કીડની મલી સગે ઈ ન વે તછેલી આસ કેડેવર કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન આય.

હિકડી આસા હુવેતી. માડુ મરી વિને પોય કીડની ખલાસ થીએ તેંજે ભધલે ઈ કીડની બે કેંક ધરધીકે ડિઈને ઉનકે નયું જીયણ ડિઈ સગાજે. ઈનનું વધુ ખાસો બેયો કુરો ચોવાજે.

"બ્રેઈન ડેથ – મગજ મૃત્યુ" ઈતરે કુરો ?

સામાન્ય સમજણ પ્રમાણે મરણ ઈતરે હાડ ભંધ થઈ વિનણું. બ્રેઈન ડેથ – મગજ મૃત્યુ ઈ દાકતરે વિટા ઈનજો નિધાન થીએતો. બોરોજ નુકસાન થે પુઠિયા ઈનજો મગજ સુધરી ન સગે ને મગજ નિપટ કમ કઈધે ભંધ થિઈ વેયો હુવે એડેં ધરધીએંમે કોય પણ સારવારનું ધરધીજી બેભાન અવસ્થામે સુધારો નતો થીએ પણ વેન્ટીલેટર ને બોરીજ સારસંભાર વારી સારવારજી મધધસેસાને હાડ ચાલુ રેતો. ને સરીરમે મિણી ઠેકાણે પૂરે પ્રમાણમે લુઈ પુજેતો એડે મોતકે બ્રઈન ડેથ – મગજ મૃત્યુ ચેંતા.

"બ્રેઈન ડેથ" ને "બેભાન" હુણું ઈનમે કુરો ફેર આય ?

બેભાન ધરધીએંજે મગજકે થેલો નુકસાન ફરી સુધારે સગાજેતો. એડેં ધરધીએંમે વેન્ટીલેટર વિગર હાડ ને સા ચાલુ હુવેતા ને મગજજા કમ પણ ચાલુ હુએંતા. ઈ ધરધી ખાસી સારવાર થીંધી ભરાભર થઈ રેંતા.

જડેં બ્રેઈન ડેથ મેં મગજકે કડેં પણ ન સુધરી સગે એડો ગંભીર નુકસાન થીએતો. એડે ધરધીએંજો વેન્ટીલેટર ભંધ કઈધેજ હાડ ને સા ભંધ થિઈ વિનેતો, ને માડુ મરી વિનેતો.

કુરો કોય પણ માડુ મોત પુઠિયાં કીડનીજો દાન કરે સગેતો ?

ના, મોત પુઠિયા અંખીયેજે દાન વારેજી કીડનીજો દાન થઈ ન સગે. હાડ ભંધ થીંધેજ કીડનીકે લુઈ ન પુજધે કીડની કમ કેજો ભંધ કરે છડેતી, ઈતરે ઈનજો ઉપયોગ પોય થિઈ નતો સગે.

બ્રેઈન ડેથ થે પોય કોઈપણ ધરધીમેં સુધારોથેજી સગયતા નિપટ રે નતી.

બ્રેઈન ડેથ થેજા ખાસ કારણ કયા ઐઈ ?

સામાન્ય રીતે હેડીયેં ગાલીએંસે બ્રેઈન ડેથ થીએતો :

- ઓચંધો લગેસે મથે મે ઈજા થીએ.
- લુઈજે ઊંચે ધબાણજે કારણે ધમની ફાટધે બ્રેઈન હેમરેજ થઈ સગેતો.
- મગજકે લુઈ પુજાયધલ નલીમેં લુઈ જમી રે, તેં સેં મગજકે લુઈ ન પુજે (Brain infarct).
- મગજમેં કેન્સરજી ગંઠ (Brain tumor) જે કારણે મગજકે બોરોજ નુકસાન થીએતો.

બ્રેઈન ડેથજો નિધાન કેર, કિન રીતેં ને કંટાણે કરાજેતો ?

જેર નિષ્ણાંત દાકતરજી પૂરી સારવાર મિલે પોય પણ ધરધીજો મગજ કમ ન કરે ને નિપટ બેભાન ધરધીજી વેન્ટીલેટરસેં સારવાર ચાલુ હુવે તેર ધરધીજો મગજ મરી રેયો આય ક ન (બ્રેઈન ડેથ) તેંજી તપાસ કેમેં અચેતી.

કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન સે સબંધ ન હુવે એડે દાકતરજી ટુકડી 'બ્રેઈન ડેથ' જો નિધાન કરેતી. ઈન દાકતરેજી ટુકડીમેં ધરધીજી સારવાર કરીધલ ફિઝિસિયન, ન્યુરો ફિઝિસિયન કે ન્યુરોસર્જન જો સમાવેસ થીએતો.

જરૂરી તબિબી તપાસ, લેબોરેટરીએંજા રિપોટ, મગજજી ખાસ તપાસ ઈ.ઈ.જી. ને બઈયું ઘણે મિડે તપાસુ કરેનેં ધરધીજે મગજ સુધારેજી મિડે જિતરીયું થઈ સગે એતરીયું તપાસું કેમે અચેંતીયું.

મિડે જરૂરી તપાસેં પુઠિયા ટુકડીજે મિણી દાકતરેંકેધરધીજો મગજ બઈઆર કમ કેજી કોય પણ નિસાની ક સગયતા ન લગે તેરજ 'બ્રેઈન ડેથ' થયો આય એડો નિધાન કેમેં અચેતો.

સાદી ભાસામેં બ્રેઈન ડેથ એતરે વેન્ટીલેટરજી મધધસે મરલ માડૂમેં સા, હ્રદય ને સરીરમેં લુઈ ફિરંધો ચાલુ રખણો.

કીડની દીંધલકે કિન પ્રમાણેજી તકલીફ હુવે ત કિડની ગિની નતી સગાજે?

- કીડની ડીંધલજે લુઈમે કોય ચેપ હુવે ત,
- કેન્સરજી ભીમારી હુવે ત,
- કીડની કમ ન કઈધી હુવે ક ઈનકે લમે સમય સુધી કીડનીજી કોય તકલીય હુવે ત,
- લુઈજે રિપોટ મે એઈડ્સ ક કમડ઼ેજો નિધાન થેઓ હુવે, ધરધીકે મિઠીપેસાપ ક બી.પી. જી તકલીફ હુવે ત,
- ૧૦ વરેનું નિઢો ક ૭૦ વરેનું વડો હુવે ત,

એડેં સંજોગેમેં કીડની ગીની ન સગાજે.

કેડેવર કીડની ડીંધલજા બેયા કયા અંગ બેં ધર્ધીએંકે નઉ **જીયણ** ડિઈ સગેંતા ?

કેડેવર ડીધલજીયું બોય કીડનીઉ દાનમેં ગિની સગાજે, જેંસે કીડની ફેલ્યરજે બ ધરધીએંકે નઉજીયણ મિલી સગે.

કીડની સિવાય હૃદય, હોજરી (લીવર), પેન્ક્રીઆઝ, અખ જેડા અંગ પણ દાનમે ડિઈ સગાજે.

કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસનજે આયોજનમેં કેંજો કેંજો સમાવેસ થીએતો ?
કેડેવર કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસનમે ટીમવર્કજી જરૂર પેતી જેમેં,

- કેડેવર કીડનીજે દાનજી મંજુરી ડિંધલ ઈનજા કુટુમવારા,
- ધરધીજી સારવાર કઈધલ ફિઝિસિયન,
- કેડેવર ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસનજી સમજણ ડિંધલ ને ઈનલા તૈયાર કરીંધલ ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન કોર્ડિનેટર,
- બ્રેઈન ડેથજો નિધાન કઈધલ ન્યુરોલોજીસ્ટ ને

હકડે કેડેવરમેંથી બો કીડની, બો નવા જીયણ મલી સગેતા.

- કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન કઈધલ નેફ્રોલોજીસ્ટ ને યુરોલોજીસ્ટ ઈની મિણીંજો સમાવેસ થઈંતો.

કેડેવર ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન કિન રીતે કેમેં અચેતો ?

કેડેવર ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસનલા ખાસ કમજીયું ગાલીયું હિન પ્રમાણે ઐઈ :

- બ્રેઈન ડેથજો સચો નિધાન થેલો ખપે.
- કીડની ડીધલજી ને ઈનજી કીડનીજી પૂરી તપાસ કરે કીડની ભરાભર આય ઈનજી નિપટ પૂરી ખાતર કેણી ખપે.
- કીડનીજે દાનલા ડીધલજે કુટુમજી મંજુરી ખપે.
- ડીધલજે સરીર મિંજા કીડની બાર કઢેજો ઓપરેસન પૂરો ન થીએ તે સુંધી વેન્ટીલેટર ને બઈ સારવારસે હાડ ને સા ચાલુ રખેમે અચેતો ને લુઈજો ધબાણ પણ જાડવણું પેતો.
- કીડની બાર કઢે પોય ઈનકે તેરઈ ખાસ જાતજે થધે પ્રવાઈસેં મિંજાનું ભરાભર સાફ કરેમે અચેતી પોય ઈનકે બરફમે સાચવેમે અચેતી.
- ડીધલજો લુઈજો ગ્રુપ ને ટીસ્યુટાઈપીંગજી માહિતી કે ધ્યાનમે ગિની કેડેવર કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન કરાયજી ઈચ્છાવારે ધરધીએમેં કિન ધરધીકે નિપટ કમ અચે ઈ આય ઈ નકકી કેમે અચેતો.
- મિડે તૈયારીયું કે પોય કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસનજો ઓપરેસન જિતરો વેલોં થીએ ઈતરો સારો.
- ઓપરેસનસેં કેડેવર ક કુટુમમિંજા મિલેલી કીડની વેરાયજી રીત મિણી ધરધીએમે સરખીજ હુવેતી.

કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન પોય ધરધી સામાન્ય માડુ રીતે જીયણ જીવી સગેતો, મડે કમ કરી સગેતો.

- હિકડે દાતાજે સરીર મિંજા બ કેડેવર કીડનીયું મિલી સગેતીયું ઈતરે હિકડીજ વારમેં બ ધરધીએંમેં કેડેવર કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન કેમેં અચેતો.
- હિન ટાંણે કીડનીકે બરફજી થધક લગેતી ને લુઈ પણ ન મિલેજે કારણે પોસણ ને પ્રાણવાયુ પુજેં નતા.
- ઈતરે હિન નુકસાનજે કારણે કેડેવર કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન પોય ઘણે ધરધીએંજી કેડેવર કીડની કે ચાલુ કેમેં થોડો સમય લગેતો થોડા ડીં લગેતા તેર ધરધીકે ડાયાલિસિસ કરાયજી પણ જરૂર પેતી.

કેડેવર કીડની દાન ડીંધલકે કુરો ફાયધો થીએ ?

કેડેવર કીડની ડીંધલજે કુટુમવારેંકે કોય પૈસા નતા મિલે ને કીડની ગિનધલ ધરધીકે પણ કીડનીલા કરે કોય પૈસા નતા ડિણાં પે. પણ મરી વે પુઠિયા માડુજી કીડનીજો પણ નાસ થિએતો ત મરી વે પુઠિયા ઈન કીડનીસે કેંકે પણ જીવન મિલે ઈનમથે બ્યો કુરો ખપે ? ઈજ ઈનજી કિમત આય. હિન દાનસે કોય પણ ડુખી ધરધીકે મધધ કેજો સંતોસ ને આનંદ મિલેતો, જેજી કિમત મિણીયા વધુ આય.

ઈન રીતે કોય પણ માડુ મરે પોય કિં પણ વિનાય વિગર બે કેંકે નઉ જિયણ ડિઈ સગે ઈનથી વડો ફાયધો બેયો કુરો ખપે ?

કેડેવર કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસનજી સગવડ કિન કિન ઠેકાણે આય ?

રાજય ને કેન્દ્ર સરકારજી મંજુરી મિલઈ હુવે એડી હોસ્પિટલેમેં જ કેડેવર કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન થઈ સગેતો.

પાંજે ડેસમે ઘણેં વડેં સેરે (જીં કે મુભઈ, ચેન્નઈ, ધીલ્લી, અમદાવાદ, બેંગ્લોર, હૈદરાબાદ) મેં હી સારવાર થીએતી.

મરે પોય અંગેજો દાન કરે બે માડુકે નઉં જીયણ ડે જેડો પુણ્યજો કમ હકડોય નાય.

૧૫. મિઠી પેસાપ ને કીડની

ધુનિયામેં ને પાંજે ડેસમે સેરીકરણ જી વધેતો તી મિઠીપેસાપ (ડાયાબિટીસ) જો પ્રમાણ પણ ડીંયા ડીં વધેતો. મિઠીપેસાપજે ધરધીએં ક્રોનિક કીડની ફેલ્યર (ડાયાબિટિક નેફ્રોપથી) ને પેસાપજો ચેપ થેજી સકયતા વધુ રેતી.

મિઠી પેસાપસેં થીંધલ ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજો મિણી ધરધી એંકે કુલા જાણણું ખપે?

૧. કીડની ફિટેજે મિણી કારણેમેં મિણીયા વધુ ખાસ કારણ હુવે ત મિઠીપેસાપ આય.

૨. ડાયાલિસિસજી જરૂર પે એડે ક્રોનિક કીડની ફેલ્યર જે ૧૦૦ધરધીએ મેનુ ૩૫ થી ૪૦ ધરધીજી કીડની ફિટેજો કારણ મિઠીપેસાપ આય.

૩. મિઠીપેસાપજે ધરધીએંમે કીડનીતે ઈનજી અસર થીએ તેંજો વેલો નિધાન, હી ભયંકર ધરધ થીંધો અટકાય સગાજે.

૪. મિઠીપેસાપજે કારણે કીડની ફિટેજી સિરૂઆત થઈ વિને, પોય હી ધરધ મિટી સગે નતો, પણ ઈનજી ભરાભર ધવાધારૂ ને કરી રખેસેં ડાયાલિસિસ ને કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન જેડી મોંઘી ને ઓખી સારવારજી જરૂરત કે પાછી ઠેલી સગાજેતી.

મિઠીપેસાપજે ધરધીએમેં કીડની ફિટેજી **સગયતા** કેતરી રેતી ?

મિઠીપેસાપજે ધરધી ખાસ કરે બ જાતજા હુવેંતા :

૧. ટાઈપ-૧ ઈતરે ઈન્સ્યુલીન ડિપેન્ડન્ટ ડાયાબિટીસ (IDDM- Insulin Dependent Diabetes Mellitus) :

> **ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજો મિણીયા**
> **મહત્વજો કારણ ડાયાબિટીસ આય.**

સામાન્ય રીતે નિઢી ઉમરમેં બોરો થીધલ હિન જાતજે મિઠી પેસાપજી સારવારમે ઈન્સ્યુલીન (ઈન્જેકસન) જી જરૂર હુવેતી. હિન રીતજે મિઠીપેસાપમે બોરોજ વધારે ઈતરે ૩૦ થી ૩૫% ધરધીએંમે કીડની ફિટેજી સકયતા રેતી.

૨. ટાઈપ–૨ ઈતરે નોન ઈન્સ્યુલીન ડિપેન્ડન્ટ ડાયાબિટીસ (NIDDM- Non Insulin Dependent Diabetes Mellitus) મિઠીપેસાપજી એડા ધરધી બોરાજ હુવેતા. ખાસ કરેને પીઢ વયમેં હિન રીતજો મિઠીપેસાપજો ધરધ ધવાસે કાબુમે ગિની સગાજેતો. ઈનમેં ૧૦ થી ૪૫% ધરધીએંમે કીડની ફિટેજી સગયતા રેતી.

મિઠી પેસાપ કીડની કિન રીતે નુકસાન કરેતો ?

- કીડનીમેં સામાન્ય રીતે હરેક મિટીટે ૧૨૦૦ મી.લી. જિતરો લુઈ પસાર થઈ સુદ્ધ થીએતો
- મિઠીપેસાપ કાબુમે ન હુવે ત ઈનજે કારણે કીડની મિજા પસાર થીધલ લુઈજો પ્રમાણ ૪૦% જિતરો વધી વિનેતો. ઈતરેલા કીડનીકે ઈનલા બોરો કમ કેણું પેતો ને તેંસે ઘસારો લગેતો, ઈતરે લમે ગાડે કીડનીકે નુકસાન થીએતો ને લુઈમે ધબાણ વધેતો.
- લુઈજો વધુ ધબાણ નુકસાન પામધલ કીડનીતેં બોજો ભની કીડનીકે ઝપાટેસેં નબલી ભનાય ડેતો.
- કીડનીકે થીધલ હિન નુકસાનસે પેલા પેસાપમે પ્રોટીન નિકરે ઈ ભવિષ્યમે થેવારે કીડનીજે ગંભીર ધરધી જી નિસાની આય.
- પોય સરીરમિંજા પાણીને મીઠેજી નિકાલ જરૂર કના ઓછો થીધે સોજો

ડાયાલિસિસ કરાઈધા હર ત્રે ધરધીએંમેં હિકડે ધરધીજી કીડની ફિટેજો કારણ મિઠી પેસાપ વેતો.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

ચડેતો ને વજન વધેતો. કીડનીકે બોરોજ નુકસાન થીએ તેર લુઈમે યુરિયા ને ક્રિએટીનીનજો પ્રમાણ વધેતો.

- મિઠીપેસાપજે કારણે જ્ઞાનતંતુએંકે નુકસાન થીંધે મૂત્રાસય ખાલી કેમે તકલીફ થીએતી, જેંસે પેસાપ મૂત્રાસયમેં ભેગો થીએતો.
- મૂત્રાસયમેં બોરો પેસાપ ભેગો થેસેં ધબાણ વધધે કીડની ફૂલી વિને ને કીડનીકે નુકસાન થીએ.
- વધુ ખનવારો પેસાપ મૂત્રાસયમે ઘણેવાર રેત પેસાપજો ચેપ લગેજી સગયતા પણ વધી સગેતી.

મિઠીપેસાપમેં કીડનીતેં અસર કેર ને કેડેં ધરધીએમેં થીએતી ?

સામાન્ય રીતે મિઠીપેસાપ થે પોય ૭ થી ૧૦ વરે પોય હરેં હરેં કીડનીકે નુકસાન થઈ સગે. મિઠીપેસાપ જે કેડેંધરધીએંકે કીડનીજો નુકસાન થીધો ઈ પેલેથી ચોણું સેલો નાય. સકય પણ નાય પણ હિન પ્રમાણે હુવે ત કીડની ફેલ્યરજી સકયતા બોરીજ રેતી.

- મિઠીપેસાપજી સરૂઆત નિઢી ઉંમરે થઈ હુવે.
- લમે સમયસે મિઠીપેસાપ હુવે.
- સારવારમે પેલેથી જ ઈન્સ્યુલીનજી જરૂર હુવે.
- મિઠીપેસાપ ને લુઈજો ધબાણ કાબુમે ન હુવે.
- પેસાપમે પ્રોટીન વેંધો હુવે.
- મિઠીપેસાપસેં અખમે નુકસાન થેયો હુવે.
- કુટુમમે મિઠીપેસાપસેં કીડની ફેલ્યર થઈ હુવે.

પેસાપમેં પ્રોટીન, લુઈજો ઉચો ધબાણ ને સોજા મિઠી પેસાપજી કીડનીતે અસરજી નિસાની આય.

મિઠી પેસાપસેં કીડનીકે થીંધલ નુકસાનજા લખણ :

- પહેલવેલો કીડની જે ધરધજો કોય પણ લખણ જણાંજે નતા. પણ દાકતર વટા કરાયેલ પેસાપજી તપાસમે આલ્બ્યુમીન (પ્રોટીન) નિકરેધો હુવે ત કીડનીનીજા ધરધજી પેલી નિસાની સમજણી. તેં પોય ડીઆંડી લુઈજે ધબાણમે વધારો ને પગ ને મોં તે સોજા અચેતો.
- મિઠીપેસાપલા જરૂરી ધવા કં ઈન્સ્યુલીન જે પ્રમાણમેં થોડા થોડા ડીયા ડી ધટાડો થીણું.
- પેલા જિતરે પ્રમાણસે મિઠીપેસાપતે કાબુ નતે આયો ઈતરે જ પ્રમાણસે ઈનતે કાબુ અચણું.
- વારેઘડીએ લુઈમેં ખન ઘટી વિનણી.
- કીડની બોરી ફિટી વિનેસે ઘણેં ધરધીએંમે મિઠીપેસાપ ધવા વગર પણ કાબુમે રેતો. એડેં કિતરેંક ધરધીએંકે મિઠીપેસાપ મિટી વેયો એડો અભિમાન ને આનંદ અચેતો. પણ હકીકતમે ઈ કીડની ફેલ્યરજી વધેજી ગંભીર નિસાની આય.
- અખતે મિઠીપેસાપજી અસર થઈ હુવે ને તેંલા લેઝરજી સારવાર ગિનેમે આવઈ હુવે ત એડેં ત્રી ધરધીએ મિંજા હિકડેજી કીડની ભવિસ્યમે ફિટેલી નેરેલા મિલેતી.
- કીડની ફિટધે જ લુઈમેં યુરિયા-ક્રીએટીનીન જો પ્રમાણ વધેતો ને ઈનસેં ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજા લખણ ડિસાજેંતા ને ડીયા ડી ઈનમે વધારો થીંધો રેતો.

મિઠીપેસાપજી કીડનીતેં અસર કિન રીતે અટકાય સગાજે ?

૧. દાકતર વટે નિયમીત ચેકીંગ.

લુઈમેં સકર (ખાંડ)જો પ્રમાણ ઘટે ક મિઠી પેસાપ મટી વને ત કીડની ફેલ્યરજી નિસાની હુઈ સગેતી.

૨. મિઠીપેસાપ ને લુઈજે ધબાણમેં કાબુ.

૩. ટાંણેતે નિધાન ને જરૂરી તપાસણી.

૪. તેં સિવાયજી સલા : નિયમિત કસરત કેણી. તમાકુ, ગુટકા, પનબીડી, સિગરેટ ને ધારૂ ન ગિનણું.

કીડનીતેં મિઠીપેસાપજી અસરજો વેલો નિધાન કિન રીતે થીએ ?
બોરી ખાસી રીત :

પેસાપમેં માઈક્રોઆલ્બ્યુમિન્યુરિયા (Microalbuminuria) જી તપાસ.

સેલી રીત :

હર ત્રે મેંણે લુઈજો ધબાણ મપાયણું ને પેસાપમે અલ્બ્યુમીનજી તપાસ કરાયણી. ઈ ઓછી ખરચજી સેલી ને મિણી ઠેકાણે હુવે એડી રીતજી તપાસમે કોય પણ લખાણ ન હુવેં તેર કીડનીતેં મિઠીપેસાપજી અસરજો નિધાન થઈ સગે.

પેસાપમેં માઈક્રોઆલ્બ્યુમિન્યુરિયાજી તપાસ કુલાય બોરી ખાસી આય ? ઈ કેંકે ને કેર કરાયણીં પે ?
કીડનીતે મિઠીપેસાપજી અસરજો મિણીયા પેલો નિધાન પેસાપજી માઈક્રોબ્લ્યુમિન્યુરિયાજી તપાસસેં થઈ સગેતો. તપાસજી ઈ મિણીયા ખાસી રીત આય. કુલાક ઈન ટાંણેજ નિધાન થઈ વિનેત બોરીજ ખાસી સારવારસે મિઠીપેસાપજી કીડનીતેં થીધલ અસર મિટાય સગાજેતી.
હી તપાસ ટાઈપ-૧ પ્રકારજી મિઠીપેસાપ (IDDM) જે ધરધીએંકે ધરધજે નિધાન પોય પંજવરે પોય દરવરે કરાયજી સલા ડિનેમેં અચેતી. જડેં ટાઈપ-૨ પ્રકારજે મિઠીપેસાપ (NIDDM) મે નિધાન થીએ તેર વટાજ દરવરે હી તપાસ કરાયજી સલા ડિનેમેં અચેતી.

પેસાપજી માઈક્રો આલ્બ્યુમિન્યુરિયાજી તપાસ મિઠી પેસાપજી કીડની તે અસરજી વેલે નિધાનજી મિણીયા ખાસી રીત આય.

માઈક્રોઆલ્બ્યુમિન્યુરિયાજો પ્રોઝિટીવ ટેસ્ટ ઈ ધ્રાજી પેલી નિસાની આય ઈ કીડની ભચાયલા ખાસી સારવારજી જરૂરત જણાયતી.

મિઠીપેસાપજી કીડનીતે થીંધલ અસરજી સારવાર :

- મિઠીપેસાપતે કાબુ.
- ચોકસાઈસેં હમેસજ માટે લુઈજે ધબાણ કે કાબુમે રખણું. રોજ બી.પી. માપે ઈનજી નોંધ રખણી. લુઈજો ધબાણ ૧૩૦/૮૦ નું વધે ન ઈ કીડનીજી સંભારલા બોરોજ જરૂરી આય.
- એ.સી.ઈ. ને એ.આર.બી. જે નાંસે ઓડખાધીયું ધવાઈયું પેલવેલીયું વાપરેમેં અચેંત લુઈજે ધબાણકે ઘટાયમેં ને કીડનીકે થીંધલ નુકસાન ઘટાયમેં પણ વધારેજો કમ કરીએંતીયું.
- સોજો ઘટાયલા ડાઈયુરેટિકસ ધવા ને ખોરાકીમે મિઠો ને પ્રવાઈ ઓછો ગિનેજી સલા ડિનેમેં અચેતી.
- જેર લુઈમેં યુરિયા ને ક્રિએટીનીનજો પ્રમાણ વધે તેર ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજી સારવારમેં સમજાયેલી મિણી સારવારજી ધરધીકે જરૂરત પેતી.
- મિઠીપેસાપજી ધવામે ફેરફાર લુઈજે રિપોટજે આધારેં કેણું.
- પેસાપજો રિપોટ ને લુઈજો રિપોટ મિલધા ન હુવેં ઈન કારણે ખાલી પેસાપજે રિપોટસેં ધવામે ફેરફાર ન કેજી સલા આય.
- કીડની ફેલ્યર પોય મિઠીપેસાપજી ધવામે ઈનજે પ્રમાણજો ફેરફાર કેજી જરૂર પેતી.
- સામાન્ય રીતે ધવાજે જરૂરી પ્રમાણમે ઘટાડો થીએતો. લમે સમયજે ભધલે ટૂંકે સમયલા અસર કંઈધી ધવા પસંધ કેમે અચેતી. બોરો ખાસો કાબુ ગિનેલા

ખાસ પ્રકારજી ધવાએંથી લુઈજે ધબાણજો ભરોભર કાબુ સફ઼ડ઼ સારવારજી ચાવી આય.

ઘણેં ધરધીએંમે ઈન્સ્યુલીન ચાલુ કેણું પેતો. બાયગુએનાઈડસ (મેટફોમીન) જે નાંસે ઓડખાંધી ધવા કીડની ફેલ્યરજેધરધીએંમે જોખમી હુંધે ભંધ કેમેં અચેતી.

- કીડની નિપટ ભંધ થઈ વિને તેર ધવા ગિને છતાં તકલીફ વધધી રેતી. ઈન ટાંણે ડાયાલિસિસ કાં કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસનજી જરૂર પેતી.

ડાયાબિટીક કીડનીજે ધરધજે ધરધીકે ડોકટરજો સંપર્ક કેર કેણું ?

- કોયપણ કારણ વિગર વજન વધે, પેસાપજો પરમાણ વધી વિને, સોજામેં વધારો થીએ ક સા ચડે, સા જી તકલીફ થીએ તેર.
- છાતીમેં ડુઃખાવો થીએ, બ્લડપ્રેસરજી તકલીફમેં વધારો થીએ, હાડજે ધબકારેંમે ઘટાડો ક બોરો જ વધારો થીએ તેર.
- બોરી જ નબલાઈ અચી વિને, ભૂખ ન લગે, અંગ ફિકો થિઈ વિને ક (વોમીટું) ઉલટીયું થીએ.
- સતત બરો રોણું, ધુબ થીણી, પેસાપ કે ટાંણે બડ઼તરા થીએ ક પીડા થીએ, પેસાપમેં લુઈ અચે ક પેસાપમેં છટારી વાસ અચે.
- વારેઘડીયે લુઈમે સુગર ઘટી વિને, ઈન્સ્યુલીનજો ડોઝ ઘટી વિને ક (એન્ટી ડાયાબિટીક) ડાયાબિટીક વિરોધી ધવાઈએંજો ડોઝ ઘટી વિને.
- ધરધીકે ઘેન ચડે, આંચકી અચે ક બેભાન થિઈ વિને.

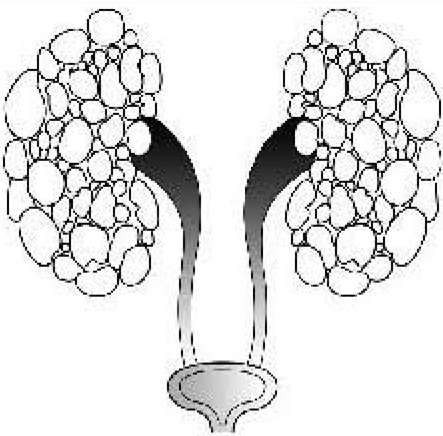
ડાયાબીટીક કીડનીજે ધરધીકે સોજા વધે, સા ચડે, છાતી ડુખે, ઉલટીયું થીયે ત ડોકટરજો સંપર્ક કેણું.

૧૬. વારસાગત ધરધ પોલિસિસ્ટિક કીડની ડિસિઝ

વારસાગત કીડનીજે ધરધેંમે પોલિસિસ્ટિક કીડની ડિસિઝ (પી.કે.ડી.) બોરોજ નેરેલા મિલેતો. હિન ધરધજ્ઞ ખાસ અસર કીડનીતેં થીએ તી નેં બોઈ કીડનીએંમે સિસ્ટ (પ્રવાઈજા ભરેલા પરપોટા) ડિસાજેંતા. ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજે ખાસ કારણેમે હી પી.કે.ડી. પણ હિકડો કારણ આય. કીડની સિવાય કિતરેંક ધરધીએંમે સિસ્ટ લીવર, બરોડ, આતરડા ને મગજજ્ઞ નલી તેં પણ નેરેલા મિલેતી.

પી.કે.ડી. ધરધજો પ્રમાણ :

પોલિસિસ્ટિક કીડની ડિસિઝ



પી.કે.ડી. જો પ્રમાણ માડુ –બાઈમાડુ ને ધાર ધાર જાતિ ને ડેસજે માડુએંમે લગભગ હિકડે સરખો નેરેલા મિલેતો. લગભગ ૧૦૦૦ માડુએંમે હેકડે માડૂ કે હી ધરધ થીએતો.

પી.કે.ડી. ધરધ કેંકે થેઈ સગે ?

પકી ઉમરમેં ડિઠેમે અચીધલ હી પી.કે.ડી. ધરધ ઓટોઝોમલ ડોમીનન્ટ પ્રકારજો વારસાગત ધરધ આય. જેમેં ધરધીજે ૫૦% ઈતરે ક મિણી સંતાને મિંજા અરધે કે હી ધરધ થેજ્ઞ સક્યતા રેતી.

પી.કે.ડી. ધરધજો પ્રમાણ કુલા ઘટાડે નતો સગાજે ?

સામાન્ય રીતે પી.કે.ડી. ધરધજો નિધાન થીએ તેર ધરધીજ્ઞ ઉમર ૩૫ થી ૫૫

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

વરેંજી આસપાસ હુવેતી. ઘણેખરે પી.કે.ડી. ધરધીએંમે ઈન પેલાંજ છોકરા થૈઈ વેયા હુવેં. ઈતરે ઈ વારસાગત ધરધ છોકરેંમે ઉતરે ઈતરે કમનસીભે ભવિસ્યજી પેઢીકે હિન ધરધનું ભચાય નતો સગાજે.

પી.કે.ડી. મે કીડનીતેં કુરો અસર થીએતી ?

- પી.કે.ડી.જે ધરધમેં બોંઈ કીડનીએમેં ફુગા ક પરપોટે જેડા ઘણેં મિડે સિસ્ટ હુવેંતા.
- એડા જુધે જુધે કદજે સિસ્ટમે નિંઢા સિસ્ટ જીણી નજરે પણ ન ડિસજેં ઈતરા નિંઢા હુવેંતા ને વડે સિસ્ટજો કદ ૧૦ સે.મી. બ્યાસનું પણ વધુ હુવેતો.
- સમય વેંધે ઈનીમિણી નિંઢેવડે સિસ્ટજો કદ વધધો વિનેતો જેંજે કારણ કીડનીજા કદમેં પણ વધારો થીએતો.
- હી વધધા વિંધલ સિસ્ટ જે કદજે કારણે કીડની જેં કમ કઈંધલ ભાગેંતેં ધબાણ અચે તો. કીડનીજી કમગીરીમેં ડીંયાડી ઘટાડો નેરેલા મિલેતો.
- અમુક વરેં પોય ઘણે ધરધીએંજીયું બોય કીડનીયું ફિટી વિનેતીયું.

પી.કે.ડી. જા લખણ કયા એંઈ ?

સામાન્ય રીતે ૩૦ થી ૪૦ વરેંજી વય સુધી વડે ભાગજે ઘણેંખરેં ધરધીએંમે કોય લખણ હુવેં નતા. પોય મોડેથી હિન પરમાણેંજા લખણ નેરેલા મિલેંતા :

- લુઈજો ધબાણ વધે.
- પેટમેં ડુખાવો થીએ, પેટમે ગંઢ હુવે, પેટ વડો થીએ.

કીડનીજે વારસાગત ધરધમેં હી રોગજો પ્રમાણ મિણીયા વધુ નેરેલા મલેતો.

- પેસાપમે લુઈ અચે.
- પેસાપમે વારેઘડીએ ચેપ થીએ, પથરી થીએ.
- રોગ વધધે ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજા લખણ ડિસજે.
- કીડનીજો કેન્સર થેજી થોડી-જજી સગયતા રે.

કુરો પી.કે.ડી. જો નિધાન થીએ ઈની મિણી ધરધીએંમે કીડની ફેલ્ફર થીએ ?

ના, પી.કે.ડી. જો નિધાન થીએ ઈની મિણી ધરધીએંજી કીડની ફિટે નતી. પી.કે.ડી. જે ધરધીએંમે કીડની ફેલ્યરજો પ્રમાણ ૬૦ વરેજી ઉમરેં ૫૦% ને ૭૦ વરેંજી ઉમરેં ૬૦% ધરધીએંમે નિરેલા મિલેતો.

પી.કે.ડી. જો નિધાન કિન રીતે થીએતો ?

૧. કીડનીજી સોનોગ્રાફી :

સોનોગ્રાફીજી મધધસે પી.કે.ડી. જો નિધાન સેલી રીતેં ઓછેં ખરચે ને ચોકકસ રીતેં કરી સગાજેતો.

૨. સીટી સ્કેન :

પી.કે.ડી. જે રોગમેં જ સિસ્ટજો કદ બોરોજ નિંઢો હુવે, ત સોનોગ્રાફીજી તપાસમેં કોય તકલીફ જણાજે નતી, ઈન સમય પી.કે.ડી. જો વેલો નિધાન કેલા સીટી સ્કેન કેણું ખપે.

૩. કુટુમજી માહિતી-ખ્યાલ :

જ કુટુમમેં કેંકે પણ હિકડે પણ જેણેંકે પી.કે.ડી. જો નિધાન થીએ ત કુટુમજે બેં માડુએમેં પણ પી.કે.ડી. જી સગયતા રેતી.

૪૦ વરેજી ઉંમરમેં નેરેલા મિલધા હી ધરધમેં ધરધી પેસાપ લુઈ અચેજી ફરિયાધલા કરે દાકતરકે મિલેંતા.

૪. કીડની તેં અસર જાણેજી તપાસ :

પેસાપજી તપાસ : પેસાપજો ચેપ ને લુઈજી હાજરી જાણેલા કરે.

લુઈજી તપાસ : લુઈમે યુરિયા, ક્રિએટીનીનજો પ્રમાણ કીડનીજી કમગીરીજો ખ્યાલ ડિએંતા.

૫. જિનેટિક્સ તપાસ :

સરીરજો બંધારણ, જિન ઈતરે કે રંગસૂત્ર નિક્કી થીએંતા. અમુક રંગસૂત્રજી ખામીસે પી.કે.ડી. ધરધ થીએતો. ભવિસ્યમે ઈની રંગસૂત્રેજી હાજરીનું નિધાન ખાસ તપાસસેં થઈ સગેતો. ઈતરે નિંઢી ઉમરમેં પણ ભવિસ્યમેં પી.કે.ડી. ધરધ ડિસાંધો ક ન તેંજો ચોક્કસ નિધાન થઈ સગેતો.

પી.કે.ડી. જે કારણે થીંધલ કીડની ફેલ્યરજા કારણ કીં ઘટાય સગાજે ?

- પી.કે.ડી. ઈ વારસાગત ધરધ આય ઈનકે મિટાયજી ને અટકાયજી કોય સારવાર હેર નાય.
- જ કુટુમમેં કોય પણ હિકડે જેણેં કે પી.કે.ડી.જો નિધાન થીએ ત ઈ ધરધ વારસાગત હુંધે દાકતરજી સલા પ્રમાણે બેં મિણીજી સોનોગ્રાફી કરાય હી ધરધ આય ક ન તેંજી ખાતરી કરે ગિનણી ખપે.

પી.કે.ડી. જી સારવાર :

પી.કે.ડી. ધરધ મિટી સગે ઈ નાય તોય પણ ઈન ધરધજી સારવાર જરૂરી આય કુલા ?

હા, સારવારસે ધરધ મિટે નતો તોય પણ સારવાર જરૂરી આય. સમયસરજી યોગ્ય સારવારસે કીડનીકે થીંધલ નુકસાનકે અટકાયમેં ને કીડની ફિટેજી ઝડપ ઘટાયમે ઈ મધધરૂપ થીએતી.

પી.કે.ડી. વારસાગત ધરધ હુઈ કુટુંબજે બેં સભ્યેજી કીડનીજી તપાસ કરાયણી જરૂરી આય.

ખાસ સારવાર :

- લુઈજે ધબાણ તેં કાબુ.
- મૂત્રમાર્ગજો ચેપ ક પથરીજી તેરઈ ને ભરાભર સારવાર.
- સોજો ન હુવે, ત ધરધીએંકે વધારે પાણી પીણું, જેંસે પેસાપજે ચેપ, પથરી ને લાલ પેસાપજી તકલીફ ઘટાયમેં મધધરૂપ થીએતો.
- પેટમે ડુખાવો થીએ તેર કીડનીકે નુકસાન ન કરે ઈન જાતજી ધવાસે સારવાર.
- કીડની ફિટે તેર કીડની ફેલ્યરજી સારવાર ઈન પાઠમે ડિનેલી સમજણ પ્રમાણે કિરી પારણી ને સારવાર ગિનણી ઈ બોરીજ જરૂરી આય.

પોલીસીસ્ટીક રોગજે ધરધીકે ડોકટરકે ઝપાટે કેર મિલણું ?

- બરો અચે, ઓચિંધો પેટમેં બોરી જ પીડા થીએ ક પેસાપ રતો અચે તેર.
- વારેઘડીએ મથો ડુઃખે ક મથેજો ડુઃખાવો બોરો જ સતત થેઆ કરે.
- કીડનીજો કધ વધી વેઓ હુવે, ઈનકે ઓચિંધો ઈજા થીએ.
- છાતીમેં ડુઃખાવો થીએ, ભૂખ ન લગે, બોરીયું જ ઉલટીયું થીએં, સ્નાયુએંજી બોરી જ નબલાઈ જણાજે, મુંજારો થીએ, ઘેન ચડે, આંચકી અચે ક ધરધી બેભાન થિઈ વિને તેર.

પી.કે.ડી. જો જટલો વેલો નિધાન એતરો સારવારસે ગચ ફાયધો.

૧૭. મુંજી હિકડી જ કીડની આય

કોય પણ માડુજી હિકડી જ કીડની હુવે, ઈ સ્વાભાવિક જ ઈનલા કરે ચિંધાજો વિસય ભની રેતો. હિન પાઠમે ઈન બાબતજી ગેરસમજ ઘણેં મિડે માડુએંમે હુવેતી ઈ પરેયાં કે ને જરૂરી સમજણ ડિનેજી કોસિસ કેમે આવઈ આય.

હિકડી કીડની હુવે, ઈનકે રોજજી જીંધગીમે કુરો તકલીફું થીએંતીયું ને કુલા થીએંતીયું ?

હિકડી જ કીડની હુવે, તેંકે રોજજી જીંધગીમે થકાણી લગે એડે કમમે ક જાતીય જીવનમે કોય જ જાતજી તકલીફ નતી પે. સામાન્ય રીતે મિણીં માડુએંકે બ કીડનીયું હુવેંતીયું, પણ મિણી કીડનીજી કમજી સગતિ ઈતરી વધારે હુવેતી, જેંસે હિકડી કીડની પણ સરીરજો મિડે જરૂરી કમ સારી રીતે કરે સગેતી.

ખાસ કરે હિકડી કીડની હુવે, એડા માડુ પિંઢજો જીવન સામાન્ય રીતે જીવધા હુવેંતા, ને પિંઢજી હિકડી જ કીડની આય ઈનજી ખબર પણ ઓચંધી તપાસમે જ પેતી.

હિકડી જ કીડનીજા કુરો કુરો કારણ એં ?

હિકડી જ કીડનીજા કારણ હિન પ્રમાણે હુવેંતા :

૧. જન્મધેજ હિકડી કીડની હુવે.

૨. ઓપરેસન કરે હિકડી કીડની કઢી વિજેજી જરૂર પૈઈ હુવે. હિકડી કીડની કઢેજી જરૂર ઉભી થીએ ઈનજે કારણેમે પથરી, રસી ક લમે સમયજી અડચણ હુવે, ત હિકડી કીડની કમ કઈધે ભંધ થઈ વિને, કાં હિકડી કીડનીમે કેન્સરજી ગંઢ હુવે.

હકડી જ કીડની હુંધે માડુકે રોંજીધે કમ ને જીવનમેં કીંજ તકલીફ પે નતી.

૩. કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન કેમેં આયો હુવે, એડેં ઘરધીમે નઈ વિજેલી હિકડી જ કીડની કમ કઈંધી હુવે.

જન્મધેજ હિકડી કીડની હુવે, ઈનજી **સગયતા** કિતરી રેતી ?

જન્મધેજ હિકડી કીડની હુવે, ઈનજી સગયતા બાઈમાડુ કરતાં માડુએંમે વધુ ડિસાજેતી. એડો કિસો લગભગ ૭૫૦ જેર્ણેમે હેકાંધો હુવેતો.

હિકડીજ કીડની હુવે, એડી વ્યકિતએંકે કુલા કાડ઼જી રખણી જરૂરી આય?

સામાન્ય સંજોગેમે હિકડી કીડની વારેંકે કોય પણ તકલીફ નતી પે પણ એડે માડુકે સ્પેરવીલ વગરજી ગાડી સે સરખાય સગાજે.

ઘરધીજી હિકડી જ કમ કંઈંધી કીડનીકે જ નુકસાન થીએ ત બઈ કીડની ન હુંધે કીડનીસેં થીધલ મિડે કમ અટકી રેંતા. જ હિકડીજ કીડની હુવે, ને ઈ ઝપાટે ફરીથી કમ કઈંધી ન થીએ ત ઘર્ણે મિડે ખરાભ અસરું થીએંતીયું ને સમય વેંધે ઈનમે વધારો થીંધે ઈ જીયલેણ ભની સગેતો. એડે ઘરધીએંકે તેરઈ ડાયાલિસિસજી જરૂર પેતી.

માડુજી હિકડી જ કીડની હુવે, ઈનકે નુકસાન થેજી કેર **સગયતા** રેતી ?

૧. હિકડી કીડની જે મૂત્રમાર્ગમે પથરીજે કારણે અડચણ.

૨. પેટજે ઓપરેસનમેં કીડની મિંજા પેસાપ ખણી વેંધલ નલી મૂત્રવાહિની (Ureter) ભૂલસે બંધાઈ વિનણી.

૩. કુસ્તી, બોકસીંગ, કરાટે, ફૂટબોલ, હોકી જેડી રાંધેમેં ઓચંધી કીડનીકે ઈજા થઈ સગે.

ગણે મડેકે જનમથીજ હિકડી કીડની વેતી.

હિકડી કીડની વારે કે કુરો કાડ઼જી ગિનણી ખપે ?

૧. પાણી વધારે પીણું.

૨. કીડનીકે ઈજા થઈ સગે એડી રાંધેમે ભાગ ન ગિનણું.

૩. પેસાપજો ચેપ ને પથરીજી ટાંણે તે સારવાર કરાયણી ને બિનજરૂરી ધવાઉ ન ગિનણીયું.

૪. હર વરે હિકડો વખત દાકતરકે વતાય ને બી.પી. માપાયણું, દાકતરજે ચે પરમાણે લુઈ ને પેસાપજી ને કીડનીજી સોનોગ્રાફીજી તપાસ કરાયણી.

૫. કોય પણ સારવાર ક ઓપરેસન પેલા હિકડી જ કીડની આય ઈ દાકતરકે ચોણું ખપે.

ખાલી હિકડી જ કીડની હુવે, એડે ધરધીકે ડોકટરજો સંપર્ક કેર કેણું ?

- ઓચિંધો જ નિપટ પેસાપ ભંધ થિઈ વિને.
- હિકડી જ કધમે વધેલી કીડનીમેં ઓચિંધી ઈજા થીએ તેર.
- પીડા મિટાયલા કોય ધવા ગિનણી પે તેર ક કોય પણ ડાયગ્નોસ્ટીક ટેસ્ટજા એકસ-રે લા ડાઈ વાપરેજી જરૂરત ઉભી થીએ તેર.
- બરો અચે, પેસાપ જે ટાંણે બડ઼તરા થીએ ક પેસાપ રતો અચે.

હિકડી જ કીડની વેરે માડુએંકે ચિંધા કરેજી જરૂર નાય, પણ તકેદારી ને કાડ઼જી રખેજી જરૂર આય.

૧૮. કીડની ને લુઈજો ઊચો ધબાણ

સામાન્ય રીતે લુઈજો ધબાણ પક્કી ઉમરમેં ૧૩૦/૮૦ જિતરો હુવેતો, જેર લુઈજો ધબાણ ૧૪૦/૯૦ નું વધુ રોંધો હુવે, ત લુઈજો ધબાણ વધુ આય ક હાઈ બ્લડપ્રેસર આય ઈ ચોવાજે.

કિન કારણસર લુઈજો ધબાણ વધેતો ? ઈનજી સારવાર કુલા જરૂરી આય?

- ઘણોખરો લુઈજો ઊચો ધબાણ ૩૫ વરેથી વડી ઉમરજે માડુએંમે નેરેલા મિલેતો. ઈન પરમાણે ઘણેખરે ધરધીએંમે વધુ લુઈજો ધબાણ વારસાગત કે અનવાંસિક કારણસર હુવેતો sH|S| Primary VYJF Essential Hypertension ચેંતા).
- ઊંચે લુઈજે ધબાણજી સમયસરજી સારવારસેં મગજ, હાડ, કીડની જેડેં ખાસ અવયવેંકે ગંભીર નુકસાન થીંધો અટકાય સગાજેતો.

કિતરેંક ધરધે જે કારણે લુઈજો ધબાણ વધેતો **(Secondary Hypertension)** ઈનજા કારણ કયા એ ?

લુઈજો ઊંચો ધબાણ ધરાઈધલ ધરધીએંમે ખાલી ૧૦% ધરધીએંમે જ કોય ધરધ ઈનલા કારણભૂત હુવેતો, જેંજી યાદી હિનમે વતાયલી આય. ઈન કારણેંમે મિણીયા વધુ ૯૦% ધરધીએંમે નેરેલા મિલધલ કારણ કીડનીજા ધરધ એ.

૧. કીડનીજા ધરધ

૨. કીડનીકે લુઈ પુજાઈધલ મૂડ નલી સંકોચાજી વૈઈ હુવે (Renal Artery Stenosis)

નિંઢી ઉમરેં લુઈજો વધુ ધબાણ રોણું ઈ કીડનીજે તકલીફજી ભયસૂચક નિસાની હુઈ સગેતી.

૩. કીડની તેં અચેલ એડ્રીનલ નાંજી ગ્રંથીમે ગંઢ થિઈ હુવે (Pheochromocytoma)

૪. સરીરજે નીચેંજે ભાગકે લુઈ પુંજાઈધેલ મહાધમની જો સંકોચાઈ વિનણું જેડી (Coractation of Aorta)

૫. સ્ટીરોઈડ કિતરીક ધવાએંજી આડઅસર.

કીડનીજે કિન ધરધે જે કારણે લુઈજો ધબાણ બોરો નેરેલા મિલેતો ?

નિંઢે છોકરેંમે લુઈજો ઊંચો ધબાણ લા એકયુટ ગ્લોમેરૂલોનેફ્રાઈટિસ, ક્રોનિક ગ્લોમેરૂલોનેફ્રાઈટિસ ને પેસાપ મૂત્રાસયમે ઊંધો વિની, મૂત્રવાહિની મિંજા કીડનીમેં વિનેજે કારણે થીધલ નુકસાન જવાબધાર આય.

પક્કી ઉમરમેં ઊંચે લુઈજો ધબાણલા જવાબધાર કીડનીજે ધરધેમેં ક્રોનિક ગ્લોમેરૂલોનેફ્રાઈટિસ, પોલિસિસ્ટીક કીડની ડિસીઝ, મિઠીપેસાપજે કારણે કીડનીકે થીધલ નુકસાન (ડાયાબિટિક, નેફ્રોપથી) કીડનીકે લુઈ પુજાઈધલ ધમનીજો સંકોચાયણું એડેં કારણેજો સમાવેસ થીએતો.

કિન સંજોગેમે લુઈજો ધબાણ કીડનીજે કારણે હુવે એડી **સગયતા** રેતી?

લુઈજો ધબાણ કીડનીજે કારણે આય એડી સગયતા ઈન પરમાણેજે લખણેજી હાજરીમેં વધારે રેતી.

૧. ૩૦ વરેનું પણ નિંઢી ઉમરમેં લુઈજો ધબાણ વધુ હુણું.

૨. હાઈ બ્લડપ્રેસરજો નિધાન થીએ તેર લુઈજો ધબાણ બોરોજ વધારે ઈતરેક ૨૦૦/૧૨૦ હુવે.

૩. લુઈજો ધબાણ બોરોજ વધુ રોંધો હુવે, ને ધવાસે પણ કાબુમે ન અચે.

૪. બી.પી. જે કારણે અખજે પડધે તેં અસર થિઈ હુવે, ને નેરેમેં તકલીફ પોંધી હુવે.

પેલે નિધાન ટાંણે લુઈજો ધબાણ ગચ વધુ હુવે જો મૂર કારણ કીડની રોગ આય.

૫. લુઈજે ઊંચે ધબાણ ભેગો મોંતે ઉગેજો સોજો રોંધો હુવે,નબલાઈ અચે, ખાધો ન આડે એડીયું તકલીફું કીડનીજે ધરધજીસગયતા વતાઈયેંતીયું.

ઊંચે લુઈજે ધબાણવારે ધરધીએંમેં કીડનીજે ધરધજો નિધાન કિન રીતેં થીએ ?

સામાન્ય રીતે પેસાપજી તપાસ, લુઈમે ક્રિએટીનીનજી તપાસ, પેટજો ફોટો (એકસ–રે) ને કીડનીજી સોનોગ્રાફીસે ઘણેખરે કીડનીજે ધરધીએંજો નિધાન થઈ સગેતો. ઈન પુઠિયાં ઈન્ટ્રાવીનસ પાઈલોગ્રાફી, કલર ડોપલર સ્ટડી ને રીનલ એન્જીયોગ્રાફી જેડી તપાસે મિંજા જરૂરી જણાજે એડી તપાસ કેમેં અચેતી. ઈ મિડે પૂરી તપાસ કરે, લુઈજો ધબાણ કુલા વધુ રેતો ઈ નિક્કી કરે, સારવાર કરેમેં અચેતી.

ઊંચે લુઈજે ધબાણ લા જવાભધાર કીડનીજે ધરધજો નિધાન કેણું કુલા જરૂરી આય ?

ઊંચે લુઈજે ધબાણજો કારણ કીડનીજો ધરધ આય, ઈ નિધાન ટાંણે કરાયજી બોરીજ જરૂરી આય, જેંસે હિન પરમાણે ફાયધા થીએતા.

૧. કિતરાક કીડનીજા ધરધ ટાંણે થેલી સારવારસે મિટી સગેતા.

૨. કીડનીજે ધરધજો પ્રકાર જાણી ઈનજી જરૂરી સારવારજો આયોજન ભરાભર ને અસરકારક સાબિત થિઈ સગેતો.

૩. છોકરેંમે થીંધલ કીડનીજો સોજો (Acute Glomerulonephritis) મે ટૂંકે સમયલા ઝપાટેસેં લુઈજો ધબાણ વધેતો. ઈનજી મગજતે ખરાબ અસર થીએતી, ઈનકે આચંકી અચે કાં છોકરો બેભાન થિઈ વિને. ટાંણે ઈનજો નિધાન ને ખાસી સારવાર છોકરે કે ગંભીર તકલીફ મિંજા ભચાય સગેતી.

કીડનીજે ધરધજે પ્રાથમિક નિધાનલા કરે પેસાપ, લુઈમેં ક્રિએટીનીન ને સોનોગ્રાફીજી તપાસ કરેમેં અચેતી.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

૪. લુઈજો ઊંચો ધબાણ ઈ ક્રોનિક કીડની ફેલ્યર જેડે ગંભીર ધરધજી મિણીયાં પેલી ને હિકડી માત્ર નિસાની આય. ઈન ટાંણે લુઈજે ધબાણતે કાબુ ને ઈનજી સારવારસે કીડનીકે થીંધલ નુકસાન કે અટકાય ડાયાલિસિસજી જરૂર પે એડે કીડની ફેલ્યરજે ગંભીર સમય કે પુઠિયા ઠેલે સગાજે.

સારવાર :

કીડનીજે કારણે લુઈજે ઊંચે ધબાણજી સારવાર ધરધજે પ્રકાર પરમાણે થીએ.

૧. ટૂંકે ગાડ઼ેલા વધધલ લુઈજે ધબાણજી સારવાર :

ખાસ કરેને છોકરેંમે નેરેલા મિલધલ કીડનીજે ધરધ એકયુટ ગ્લોમેરૂલોનેફ્રાઈટિસમેં ખાધે-પીધેમેં પ્રવાઈ ને મીઠે (નમક) જો પરમાણ ઘટાયસેં પેસાપ વધે એડી ધવા ને લુઈજો ધબાણ ઘટે એડી ધવા ગિનેસેં ઈ કાબુમેં અચી સગે. હિકડેનું ચાર અઠવાડિયેમેં ઘણેખરે છોકરેંમે લુઈજો ધબાણ હરેં હરેં મિટી, સામાન્ય થઈ વિનેતો. પોય સારવારજી જરૂર રે નતી.

૨. કાયમી રોંધલ લુઈજે ઊંચે ધબાણજી સારવાર :

- ક્રોનિક કીડની ફેલ્યર : ઈન કારણસર રોંધલ લુઈજે ઊંચે ધબાણ તેં કાબુ રખેલા ખાધે-પીધેમેં મીઠો (નમક) ઓછો ખેણું, સરીરમેં સોજા જો ખ્યાલ રખી, ડાકતરજી સલા પરમાણે પ્રવાઈ ઓછો ગિનણું ને લુઈજો ધબાણ ઘટાયજી જરૂરી ધવા ગિનણી.

ઈન પરમાણેજે ધરધીએંમે લુઈજે ધબાણજો જરૂરી પરમાણમેં કાબુ ઈ કીડની કે બોરો નુકસાન થીંધે અટકાયતો.

ધવા છતાં લુઈજો ધબાણ વધુ રે ત
કીડનીજે ધરધલા તપાસ કરાયણી.

- રીનલ આર્ટરી સ્ટીનોસીસ **(Renal arterystenosis)** : કીડની કે લુઈ પુજાઈધલ ધમની જો સંકોચાઈ વિનેસે લુઈજો ધબાણ ઊંચો રોંધો હુવે, ત તેંજી ટાંણે સારવાર કરે કાયમ લુઈજો ધબાણ સામાન્ય થઈ સગે. ઈન સારવારજા હિન પરમાણેજા રસ્તા ઐઈ :

૧. રીનલ એન્જીયોપ્લાસ્ટી :

હિન સારવારમેં ઓપરેસન વગર, કેથેટરસેં ધમનીજે સંકોચાયેલ ભાગકે, કેથેટરજે ફોટે (ફુગે) જી મધધસેં પોડો કે પોય પાછો સંકોચાઈ ન વિને તેલા સ્ટેન્ટ (Stent) રખેમેં અચેતો.

૨. ઓપરેસનસેં સારવાર :

હિન સારવારમે ઓપરેસન કરે ધમનીજો સંકોચાયેલો ભાગ બધલાયમેં અચેતો કાંત ધરધીજી પિંઢજી કીડની કે બઈ જગ્યાતેં લુઈજી નલીસેં મિલાય ડિનેમેં અચેતો (કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન વારેજી).

કીડનીજે લીધે નેરેલા મલધો લુઈજો ઉંચો ધબાણ ભરાભર સારવારથી અમુક ધરધીએંમેં સાવ મટી વનેતો.

૧૯. મૂત્રમાર્ગજો ચેપ

કીડની, મૂત્રવાહિની, મૂત્રાસય ને મૂત્રનલી સેં મૂત્રમાર્ગભનેતો. જેંમે બેકેટેરિયા (જંતુ) ક વિસાણું સેં લગંધલ ચેપ કે મૂત્રમાર્ગજે ચેપ (ઈતરે Urinary Tract Infection અથવા UTI) ચેંતા.

મૂત્રમાર્ગજે ચેપ જા લખણ કયા અઈં ?

મૂત્રમાર્ગમેં જુધે જુધે ભાગમે ચેપજી અસરજા લખણ જુધા જુધા હુવેંતા.

ઈ લખણ ચેપ જે પરમાણમેં બોરા ક ઓછા નેરેલા મિલેંતા.

ઘણેંખરેં ધરધીએંમે ડિઠેમે અચીંધલ લખણ :

- પેસાપમે બરતરા ક ડુઃખાવો થીએ.
- વારેઘડીએ પેસાપ વિનણું પે. ટીપો ટીપો પેસાપ અચે.
- બરો અચે.

મૂત્રાસયમે ચેપ :

- પેટજે નીચે જે ભાગમે પેડુમે ડુખાવો થીએ.
- રતો પેસાપ અચે.

કીડનીજો ચેપ :

- સી પે ને બરો અચે.
- કમરમે ડુખાવો થીએ, નબલાઈ લગે.
- ભરાભર સારવાર કેમેં ન અચે ત ચેપ જીયલેણ ભની સગેતો.

પેસાપમેં બરતરા થીએ ને ઘડીઘડી વનણું ખપે ત મૂત્રમાર્ગજે ચેપજી નિસાની આય.

વારેઘડીએ મૂત્રમાર્ગ જો ચેપ થેજા કારણ કયા અંઈ ?

વારેઘડીએ પેસાપજો ચેપ થેજા ને ઈનજી સારવાર કઈધે ચેપ કાબુમે ન અચેજા કારણ ઈન પરમાણે અંઈ :

૧. બાઈમાડુએંમે મૂત્રનલી નિંઢી હુવેસે, મૂત્રાસયમે ચેપ ઝપાટેસેં લગી સગેતો.

૨. મિઠીપેસાપમે લુઈ ને પેસાપમે ખનજો પરમાણ બોરો થીંધે.

૩. વડી ઉમરજે માડુએંમે પ્રોસ્ટેટજી ગંઠજે કારણે ને બાઈએંમે મૂત્રનલી સંકોચાજે જે કારણે પેસાપ ઉતરેમેં તકલીફ થીંધે પેસાપ મૂત્રાસય મિંજા નિપટ નિકરી ન સગે.

૪. મૂત્રમાર્ગમે પથરીજી તકલીફ.

૫. મૂત્રમાર્ગમેં અડચણ : મૂત્રનલી સંકોચાઈ વૈઈ હુવે, (Stricture Urethra) ક કીડની ને મૂત્રવાહિની વચ્ચજો ભાગ સંકોચાઈ વેઓ હુવે, (Pelvi-Ureteric-Junction Obstruction)

૬. સિવાયજીયું ગાલીયું : મૂત્રાસયજી ખામી (Neurogenic Bladder), જનમધેજ મૂત્રમાર્ગમે ખોડ ક જેમેં પેસાપ મૂત્રાસય મિંજા મૂત્રવાહિનીમેં ઊંધો ચડધે (Vesicoureteric Reflu), મૂત્રમાર્ગ મે ટી.બી. (ક્ષય) જી અસર.

કુરો મૂત્રમાર્ગ જો વારે ઘડીએજો ચેપ કીડનીકે નુકસાન કરે સગેતો ?

સામાન્ય રીતે પક્કી ઉમરમેં વારેઘડીએ મૂત્રમાર્ગજો ચેપ થે છતાં કીડનીકે નુકસાન થીએ નતો, પણ વારેઘડીએ મૂત્રમાર્ગજો ચેપ થેજો કારણ જેડો કે પથરી, મૂત્રમાર્ગમે અડચણ, ક ટી.બી. જો ધરધ જુકો કીડનીકે નુકસાન કરે સગેંતો.

પણ છોકરેંમે મૂત્રમાર્ગજે ચેપજી ટાંણે ને ભરાભર જેડી સારવાર કેમે ન અચે ત

મૂત્રમાર્ગમેં અડચણ ઈ ઘડીઘડી પેસાપમેં ચેપ થે જો મૂર કારણ આય.

કીડનીકે કાયમજો નુકસાન થઈ સગેતો. ઈતરે મૂત્રમાર્ગજે ચેપજો સવાલ છોકરે કના વડેંમે ઓછો ગંભીર ગણાજે.

મૂત્રમાર્ગજે ચેપજો નિધાન :

પેસાપજી સામાન્ય તપાસ :

પેસાપજી માઈક્રોસ્કોપસે થીંધલ તપાસ મેં રસી (Pus Cells) જી હાજરી મૂત્રમાર્ગજો ચેપ વતાયતી.

બઈ તપાસ :

પેસાપજે કલ્ચરજી તપાસસેં ચેપલા કારણભૂત બેકટેરિયાજે પ્રકારજી ને તેંજી સારવારલા અસર કરે એડી ધવાજી ચોક્કસ જાણકારી મિલેતી. લુઈમેં શ્વેતકણ બોરા હુવે, ત ચેપજી ગંભીરતા સમજણી.

મૂત્રમાર્ગજો ચેપ વારેઘડીએ થેજે કારણજો નિધાન કિન રીતેં થીએ ?

જે કારણસેં પેસાપમે વારેઘડીએ રસી થીએ ક ઈનજી કોય સારવાર કમ ન અચે તેર ઈનજો નિધાન કેલા હિન પરમાણે તપાસું કેમેં અચેંત્યું :

૧. પેટજો એકસ-રે ને સોનોગ્રાફી

૨. ઈન્ટ્રાવીનસ પાઈલોગ્રાફી (IVP)

૩. મિચ્યુરેટિંગ સિસ્ટોયુરેથ્રોગ્રામ (MCU)

૪. પેસાપમે ટી.બી. જે જંતુએંજી તપાસ (Urinary AFB)

૫. યુરોલોજીસ્ટ વટે ખાસ જાતજે ધુરબીન (Cystoscope) સેં મૂત્રાસયજે અંધરજે ભાગજી તપાસ (Cystoscopy)

મૂત્રમાર્ગજે ચેપજી સફડ઼ સારવારલાં કરે ઘડીઘડી ચેપ થેજો કારણ ગોતણું જરૂરી આય.

૬. બાઈએંજે ધરધજે જાણકાર (નિષ્ણાત) (Gynecologist) વટા તપાસ ને નિધાન

મૂત્રમાર્ગજે ચેપજી સારવાર :

૧. બોરો પ્રવાઈ :

પેસાપજે ચેપજે ધરધીએંકે બોરો પ્રવાઈ ગિનેજી ખાસ ભલામણ કરેમેં અચેતી. કીડની જે ચેપજે કારણે બોરીજ ઊલટી થીંધી હુવે, એડેં થોડેંક ધરધીએંકે બાટલો ચડાય ઈન્ટ્રાવીનસ પ્રવાઈ ડિનેજી જરૂર પેતી.

૨. ધવાસેં સારવાર :

મૂત્રાસયજે ચેપજી તકલીફ વારેં ધરધીએંકે સામાન્ય રીતે કોટ્રાઈમેકસેઝોલ, સિફેલોસ્પોરીન ક કવીનોલોન્સ ગ્રુપજી ધવાસેં સારવાર કેમેં અચેતી, ઈ ગોરીયું સામાન્ય રીતે અઠવાડિયેલા ડિનેમેં અચેંત્યું.

જિન ધરધીએંમે બોરો ગંભીર એડો કીડનીજો ચેપ (એક્યુટ પાયલોનેફ્રાઈટિસ) હુવે, એડેં ધરધીએંમે પેલવેલા ઈન્જેકસનસે એન્ટિબાયોટીકસ ડિનેમેં અચેતી. સામાન્ય રીતે સિફેલોસ્પોરીન્સ, કવીનોલોન્સ, એમીનોગ્લાઈકોસાઈડ્સ ગ્રુપજા ઈન્જેકસન હિન સારવારમે વપરાજેતા. પેસાપજે કલ્ચર રિપોટજી મધધસેં બોરી અસરકારક એડીયું ધવાઉ, ઈન્જેકસન પસન્દ કેમે અચેંતા. જેર ધરધીકે બરો ને ઊલટી ભંધ થેઈ વિને ને તબિયતમે સુધારો થીએ તેં પોય ગોરી ક કેપ્સ્યુલ સે ૧૪ ડી સારવાર ડિનેમેં અચેતી.

સારવાર ચાલુ થીએ પોય કેમે અચીંધલ પેસાપજી તપાસસેં સારવારજી અસરકારતા જો ખ્યાલ અચેતો. ધવા પૂરી થીએ પોય પેસાપમેં રસી ન ડિસાજે ત ઈ ચેપ તેં કાબુ જણાજેતો.

મૂત્રમાર્ગજે ચેપમેં ગચ પ્રવાઈ પીણું ગચ જ જરૂરી આય.

૩. કારણેજી સારવાર :

જરૂરી તપાસજી મધધસે કિન કીડનીજે ધરધજે કારણે વારેઘડીએ ચેપ થીએંતા ને ઈનજી સારવાર કુલા કમ નતી અચે, તેંજો નિધાન કેમે અચેતો. હિન નિધાનકે ધ્યાનમે ગિની ધવામે જરૂરી ફેરફાર ક ઓપરેસનજો આયોજન કેમેં અચેતો.

મૂત્રમાર્ગજો ક્ષય (ટી.બી.) :

ક્ષય સરીરજે જુધેં જુધેં અગેંતે અસર કરેતો. જેમેં કીડનીતેં ૪% નું ૮% ધરધીએંમે થીએતો. મૂત્રમાર્ગમેં વારેઘડીએ ચેપ થેજો હિકડો અગત્યજો કારણ મૂત્રમાર્ગજો ક્ષય પણ આય.

મૂત્રમાર્ગજે ક્ષયજા લખણ :

- હી ધરધ સામાન્ય રીતેં ૨૫ નું ૪૦ વરેંજી ઉમર વિચ, બાઈમાડુએ કનાં માડુએમેં બોરો નેરેલા મિલેતો.
- ૨૦% નું ૩૦% ધરધીએંમે કોય લખણ હુવેં નતા, પણ બૈઈ તકલીફજી તપાસમેં ઓચંધોજ નિધાન થીએતો.
- પેસાપમેં બરતરા થીંધી હુવે, વારેઘડીએ પેસાપ કેલા વિનણું પોંધો હુવે.
- પેસાપ રતો અચે.
- ખાલી ૧૦% નું ૨૦% ધરધીએંકે સાંજીજો બરો અચે, થાકેડો લગે, વજન ઘટે, ભૂખ ન લગે ઈ મિડે ટી.બી. જા લખણ ડિઠેમેં અચેંતા.
- મૂત્રમાર્ગજે ક્ષયજી ગચ ગંભીર અસરજે કારણે બોરો ચેપ થીએ, પથરી થીએ, લુઈજો ધબાણ વધે ને મૂત્રમાર્ગજે અડચણજે કારણે કીડની ફૂલી ને ફિટી વિને જેડીયું તકલીફું થઈ સગેંતીયું.

મૂત્રમાર્ગજો ક્ષય ઈ પેસાપજો ચેપ ઘડીઘડી થેજો હિકડો અગત્યજો કારણ આય.

મૂત્રમાર્ગજે ક્ષયજો નિધાન :

૧. પેસાપજી તપાસ :

- ઈ મિણીયાં ગચ અગત્યજી તપાસ આય. પેસાપમેં રસી, રકતકણ ક બોય ડિઠેમેં અચેંતા ને પેસાપ એસિડિક હુવેતો.
- ખાસ જાતજી ઝીણી તપાસમેં પેસાપમેં ટી.બી. જા જંતુ (Urinary AFB) ડિઠેમેં અચેતો.
- પેસાપજી કલ્ચરજી તપાસમેં કોય બેકટેરિયા ડિઠેમેં નતા અચે (Negative Urine Culture).

૨. સોનોગ્રાફી :

પેલવેલે સમયમેં હિન તપાસમેં કોય જાણકારી મિલે નતી. કિતરીક વાર ગચ અસર થીએ તેર કીડની ફૂલેલી ક સંકોચાયેલી નેરેલા મિલેતી.

૩. આઈ.વી.પી. :

ગચ જ કમજી એડી હિન તપાસમેં ટી.બી. જે કારણેં મૂત્રવાહિની (Ureter) સંકોચાઈ વિનણી, કીડનીજે આકારમેં ફેરફાર થીણું (ફૂલી ક સંકોચાઈ વિનણું) ક મૂત્રાસય સંકોચાઈ વિનણું જેડીયું તકલીફું ડિઠેમેં અચેંતીયું.

૪. બૈઈયું તપાસું :

કિતરેંક ઘરધીએલા મૂત્રાસયજી ધુરબીનસેં તપાસ (સિસ્ટોસ્કોપી) ને બાયોપ્સી ગચજ મધધરૂપ ભનેતી.

પેસાપમેં ટી.બી.જા જંતુજી તપાસ નિધાનલા કરે મિણીયા વધુ મહત્વજી આય.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

મૂત્રમાર્ગજે ક્ષયજી સારવાર :

૧. ધવાઉ :

મૂત્રમાર્ગજે ક્ષયમેં, છાતીજે ક્ષય જે ધરધમેં વપરાંધલ ધવાઉજ વપરાજેતીયું. સામાન્ય રીતેં પેલા બ-ચાર મેંણા, ચાર જાતજી ધવાઉ ને પોય ત્રે જાતજી ધવાઉ ડિનેમેં અચેંતીયું.

૨. બૈઈ સારવાર :

ક્ષયજે કારણે મૂત્રમાર્ગમેં અડચણ હુવે, ત ઈનજી સારવાર ધુરબીનસેં ક ઓપરેસનસેં કેમેં અચેતી. કિતરેંક ધરધીએમેં કીડની નિપટ ફિટી વેઈ હુવે, રસી થિઈ વેઈ હુવે, ત ઈન કીડનીકે ઓપરેસનસેં કઢી વિજેમેં અચેતી.

યુરીનરી ટ્રેક ઈન્ફેકસન (પેસાપમેં પરૂ અચે) એડેં ધરધીકે ડોકટરજો સંપર્ક કેર કેણું ?

- ગચ જ પેસાપ ઓછો થિઈ વિને ક સમુરો પેસાપ ભંધ થિઈ વિને તેર.
- બોરો જ તાવ અચે ને તાવ સમુરગો ઉતરેજ ન, ધુબ ચડે, પુઠા ડુઃખે, પેસાપ ડોલો થિઈ વિને ક રતો થિઈ વિને તેર.
- બોરીયું જ ઉલટીયું થીએ ક સ્નાયુએંમે બોરી જનબલાઈ જણાંજે.
- બ્લડપ્રેસર ઘટી વિને તેર.

યુરીનરી ટ્રેક ઈન્ફેક્સનમેં ધરધીકે પેસાપ ભંધ થઈ વિને, ગચ બરો ચડે, ઉલટીયું થીયે ત ડોક્ટરજો સંપર્ક કેણું.

૨૦. પથરીજો ધરધ

પથરી ઈ ઘણેં મિડે ધરધીએંમે નેરેલા મિલધલ કીડનીજો હિકડો ખાસ ધરધ આય. પથરી બોરોજ ડુઃખાવો, પેસાપમેં ચેપ ને કીડનીકે નુકસાન કરે સગેતી. ઈતરે પથરી ને તેંકે અટકાયજા ઉપાય જાણણાં જરૂરી અઈ.

પથરી ઈતરે કુરો ?

પેસાપમેં કેલ્સિયમ ઓક્ષલેટ ક અન્ય ક્ષારેજા કણ હિકડે-બેંમે ભેગા થઈ, લમે ગાડ઼े મૂત્રમાર્ગમેં કઠણ પદાર્થ ભનાઈએંતા, જુકો પથરી જે નાંસે ઓળ઼ખાજેતી.

પથરી કેડી હુવે ? ઈ કેડી ડિસાજે ? ઈ મૂત્રમાર્ગમેં કિતે નેરેલા મિલેતી?

મૂત્રમાર્ગમેં થીંધલ પથરી જુધે જુધે કદજી હુવેતી, જુકો રેતીજે કણ જિતરી નિંઢી ક ડડ઼ે જિતરી વડી પણ થીઈ સગેતી. કોયક પથરી ગોલ ક લંબગોડ ને બારાનું લીસી હુવેતી. હિન પ્રકારજી પથરી ડુઃખાવો ઓછો કરેતી ને સરડ઼તાસે કુધરતી રીતેં પેસાપમેં બાર નિકરી વિનેતી.

કોયક પથરી ખરબચડી હુવેતી, બોરોજ ડુઃખાવો કરે ને સેલાઈસે પેસાપમેં નિકરે નતી.

પથરી ખાસ કરેને કીડની, મૂત્રવાહિની ક મૂત્રાસયમેં ને કેરક મૂત્રનલીમેં પણ હુવેતી.

કેંક માડુએંમે પથરી બોરી જ કુલાય થીએતી ? પથરી થેજા ખાસ કારણ કુરો એઈ ?

ઘણેંખરેંજે પેસાપમેં ખાસ જાતજા રસાયણ ક્ષારજે કણેંકે ભેગા થીંધે અટકાયઈયેંતા, જેંસે પથરી ભને નતી. પણ ઘણેં કે હિન કારણેસેં પથરી થેજી સગયતા રેતી :

મૂત્રમાર્ગજી પથરી, પેટજે અસહ્ય ડુઃખાવેજો મહત્વજો કારણ આય.

૧. પાણી ઓછો પીધેજી ટેવ

૨. પથરી થેજી વારસાગત તાસીર

૩. વારેઘડીએં મૂત્રમાર્ગજો ચેપ

૪. મૂત્રમાર્ગમેં અડચણ

૫. ખાધેપીધેમેં વિટામીન ક કેલ્સિયમ ધરાઈધલ ધવાઈએંજો બોરોજ વધારે પરમાણ

૬. લમું સમય પથારીવસ રેસેં

૭. હાઈપર પેરાથારોઈડિઝમજી તકલીફ

પથરીજા લખણ :

- સામાન્ય રીતે પથરીજી ભીમારી ૩૦ થી ૪૦ વરેજી ઉમરમેં ને સે પણ બાઈએં કિના માડુએંમે બોરી થીએતી.
- ઘણેવાર પથરીજો નિધાન ઓચંધો થીએતો, જેમે પથરીજા કોય લખણ ડિસજેં નતા, ઈનકે Silent Stone ચેમેં અચેતો.
- પુઠમે ને પેટમેં બોરોજ ડુખાવો થીએ.
- ઊલટી–ઊબકા થીંએ.
- પેસાપમેં લુઈ અચે.
- પેસાપમેં બરતરા થીએ.
- પેસાપમેં વારેઘડીએ ચેપ થીએ.
- વારેઘડીએ પેસાપ કેલા વિનાણું પે.
- ઓચંધો પેસાપ ભંધ થઈ વિને

પેટજે ડુઃખાવે ભેગો રતો પેસાપ અચેજો મુખ્ય કારણ પથરી આય.

પથરીજે ડુખાવેજા લખણ :

- પથરીજો ડુખાવો, પથરી કિતે આય, કેડી આય ને કિન જાતજી આયે તેંતેં આધાર રખેતો.
- પથરીજો ડુખાવો ઓચંધો ચાલુ થીએ, તેર ઈ ધોરે ડીએં તારા વતાય ડે એડો બોરો જ સેન ન થઈ સગે એડો હુવેતો.
- કીડનીજી પથરીજો ડુખાવો કમર મિંજા ઉપડે ને અગિયા નીચે પેડુ વટે અચેતો.
- મૂત્રાસયજી પથરીજો ડુખાવો પેડુમેં ને પેસાપજી જગ્યાતેં થીએતો.
- ઈ ડુખાવો હલેચલેમેં ને ખાસ કરે ને ખરબચડી વાટ તેં મુસાફરી જે આંચકેમેં વધેતો.
- ઈ ડુ:ખાવો કલાકેં સુધી હલેતો, ને પોય પિંઢઈ હરેં હરેં ઓછો થીએતો.
- લગભગ ઈ ડુ:ખાવો બોરોજ હુવે, ઈતરે ધરધી દાકતર વટે ધોડી પુજેતો ને ડુ:ખાવો ઘટાયજી ધવાને ઈન્જીકસનજી જરૂર પેતી.

કુરો પથરીજે કારણે કીડની ફિટી સગે ?

- હા. કિતરેંક ધરધીએંજે મૂત્રમાર્ગ મે (કીડની ક મૂત્રમાહિની) વડી પથરીજે કારણે અડચણ ઊભી થીએતી, જેંજે કારણે કીડનીમેં ભનધલ પેસાપ સેલાઈસે મૂત્રાસયમેં વિની સગે નતો, ને તેંમે કીડની ફૂલી વિનેતી.
- જ ઈન પથરીજી સમયસર જરૂરી સારવાર કેમેં ન અચે ત લમેંગાડે ફૂલી વિનેલી કીડની હરેં હરેં નબલી થીએતી, ને છેવટે કમ કઈધે નિપટ ભંધ થઈ વિનેતી. ઈન રીતે કીડની ફિટી વિને પોય પથરી કઢેમેં અચે તોય કીડની પાછી ભરાભર કમ કરે એડી સગયતા ઓછી રેતી.

ડુ:ખાવો ન કરીંધી પથરીજે કારણે કીડની ફિટેજો ધ્રા વધુ રેતો.

મૂત્રમાર્ગમેં થીંધલ પથરીજો નિધાન :

- પથરીજો નિધાન ખાસ કરેનેં મૂત્રમાર્ગજી સોનોગ્રાફી ને પેટજે એકસ-રે જી મધધસેં થીએતો.
- આઈ.વી.પી. (Intravenous Pyelography) જી તપાસ : સામાન્ય રીતે ઈ તપાસ પકે નિધાનલા ઓપરેસન ક ધુરબીનસેં કેમે અચીંધલ સારવાર પેલા કરેમેં અચેતી.
- હિન તપાસસેં પથરી કેડી આય, ઈનજો આકાર ને ઠેકાણેજી સચી જાણકારી સિવાય કીડની કેડી આય, ઈનજી કમગીરી કેડી આય ને કીડની કિતરી ફૂલેલી આય તેંજી ખબર પેતી.
- પેસાપ ને લુઈજી તપાસમેં પેસાપજો ચેપ ને ઈનજો ખરાબો ને કીડનીજી કમ કેજી સગતિજો ખ્યાલ ગિનેમેં અચેતો.

મૂત્રમાર્ગમેં થીંધલ પથરીજી સારવાર :

પથરીજો નિધાન ખાસ કરેને મૂત્રમાર્ગજી સોનોગ્રાફી ને પેટજે એકસ-રે જી મધધસેં થીએતો.

પથરીલા કઈ સારવાર કમજી આય, તેંલા પથરી કેડી આય, કિતે આય ને ઈનસેં કુરો તકલીફ થીએતી, ઈનજો જોખમ કુરો આય, ઈ મિડે નેરેનેં નક્કી કેમેં અચેતી. સારવાર બ રીતેં થીએતી :

(એ) ધવાસેં સારવાર (Conservative Medical Treatment)

(બી) મૂત્રમાર્ગ મિંજા પથરી કઢેજી ખાસ જાતજી સારવાર (ઓપરેસન, ધુરબીન, લીથોટ્રીપ્સી)

પથરીજે નિધાનલા કરે મુખ્ય તપાસ સોનોગ્રાફી ક એકસ-રે આય.

(એ) ધવાસેં સારવાર :

૫૦% કરતાં વધારે ધરધીએંજી પથરી નિંઢી હુવેતી, ને ઈ કુધરતી રીતે જ ત્રે થી છ અઠવાડિયેમેં પેસાપમેં નીકરી વિનેતી. ઈનટાંણે ધરધીકે પીડા ન થીએ તેંલા, ને પથરી ઝપાટે નિકરે ઈતરેલા ઈ ધવાસેં સારવાર કેમેં અચેતી.

૧. ધવા ને ઈંજીસનો :

પથરીજે બોરે જ ડુઃખાવે કે મિટાયલા ક ઓછો કેલા ટાંણેતે આખો ડી અસર કરે એડી ડુઃખાવો મિટાય એડી (analgesic) ગોરી ક ઈંજીસન ડિણાં પેંતા.

૨. બોરો પ્રવાઈ :

ડુઃખાવો મિટી વિને, પોય પથરીજે ધરધીએંકે બોરો પ્રવાઈ–પાણી પીયેજી સૂચના ડિનેમેં અચેતી. બોરો પ્રવાઈ પીયેસેં પેસાપજો પ્રમાણ વધેતો ને તેંસેં પેસાપમેં પથરી નિકરી સગેતી. જ ઊલટી થીંધી હુવે, ને પ્રવાઈ પી ન સગાજે ત ધરધીએંકે બાટલા ચડાય પ્રવાઈ ડિનેમેં અચેતો.

૩. પેસાપજે ચેપજી અસર :

પથરીજે ઘણે ધરધીએંમે પેસાપજે ચેપજી અસર નેરેલા મિલેતી, જેંજી એન્ટીબાયોટિકસ ધવાસેં જરૂરી સારવાર કેમેં અચેતી.

(બી) મૂત્રમાર્ગમિંજા પથરી કઢેજી ખાસ જાતજી સારવાર :

કુધરતી રીતેં નીકરી ન સગે એડી પથરીયું કઢેલા જુધીઉ ઘણે રીતું ઐઈ. પથરી કેડી આય, કિતે આય ને કિન જાતજી આય, ઈ નેરે પોય કિન રીતસેં પથરી કઢણી ઈ યુરોલોજિસ્ટ ક સર્જન નકકી કરીયેંતા.

નિંઢી પથરી ગચ પ્રવાઈ ગિનેસે, કુધરતી રીતે નિકરી વિનેતી.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

કુરો મિડે પથરીયું તેરઈ કઢણીયું જરૂરી ઐઈ ?

ના, જ પથરીસેં મૂત્રમાર્ગમેં કોય અડચણ ન થીંધી હુવે, કીડની ફિટધી ન હુવે, ડુઃખાવો ન થીંધો હુવે, પેસાપમેં ચેપ ક લુઈ ન અચીંધો હુવે, ત એડી પથરીકે તેરઈ કઢેજી જરૂર રે નતી. દાકતર ઈન પથરીજો સરખો ખ્યાલ રખી કેર ને કિન રીતસે તેંકે કઢણી જરૂરી આય, ઈ સલા ડિએંતા. જ પથરીસેં મૂત્રમાર્ગમેં અડચણ થીએ, પેસાપમેં વારેઘડીએ લુઈ ક રસી અચે ક કીડનીકે નુકસાન થીંધો હુવે, ત ઈનકે ઝપાટે કઢણી જરૂરી આય.

૧. લીથોટ્રીપ્સી (**ESWL – Extracorporeal Shock Wave Lithotripsy**)

   કીડની ને મૂત્રવાહિનીજે મથેજે ભાગમે અચેલી પથરી કે પરેંયા કેજી હી ખાસ નઈ જાતજી ને અસર કરે એડી રીત આય.

   હિન રીતમેં ખાસ જાતજા લીથોટ્રીપ્સી મિસીન મિંજા ભનધલ બોરાજ સગતિવારા મોજજાં (Shock Waves) જી મધધસેં પથરીજો રેતી જેડો ભૂકો કેમેં અચેતો, જુકો હરેં હરેં થોડેં ડીંએંમે પેસાપમેં બાર નિકરી વિનેતો.

લાભ :

- સામાન્ય રીતે ધરધીકે હોસ્પિટલમેં દાખલ કેજી જરૂર નતી પે.
- ઓપરેસન કે વગર, ધુરબીન વગર ને બેભાન કે વગર પથરી નિકરી સગેતી.

ગેરલાભ :

- મિણી જાતમેં ને વડી પથરીમેં હી રીત કમ નતી અચે.
- ઘણે પથરી કઢેલા હિકડે કરતાં વધુ વખત ઈ સારવાર કેંણી પેતી.
- પથરી નિકરધે ડુઃખાવો ક કેરક પેસાપજો ચેપ થઈસગેતો.

લીથોટ્રીપ્સી ઓપરેસન વગર પથરી કઢેજી આધુનિક ને અસરકારક પધ્ધતિ આય.

- વડી પથરીજી સારવારલા ધુરબીનજી મધધસે કીડની ને મૂત્રાસયજે વચમે ખાસ જાતજી નલી (DJ Stent) વિજેજી જરૂર પેતી.

૨. કીડનીજી પથરીજી ધુરબીનસેં સારવાર (**PCNL – Per Cutaneous Nephro Lithotripsy**) :

- કીડનીજી પથરી જેર હિકડે સે.મી. કનાં વડી હુવે, તેર ઈનકે કઢેજી ઈ નઈ જાતજી ખાસ રીત આય.
- હિન રીતમે પડખેમેં કીડનીજી જગ્યાતેં નિંઢો કાપો કરે, કીડની સુધી કાણું ભનાય, કીડનીમેં પથરી હુવે, ઉતરે સુધી નલી વિજેમેં અચેતી.
- ઈન નલી મિંજા પથરી નેરે સગાજેતી. નિંઢી પથરી કે ફોરસેપ્સ (ચીપીયો) જી મધધસેં ને વડી પથરીકે 'સોક' વેવસેં ભૂકો કરે, બારા કઢેમેં અચેતી.

લાભ :

- સામાન્ય રીતે ઓપરેસન પેટ ચીરીને કરેમેં અચેતો, ઈન પથરીજે ઓપરેસનમેં પુઠ ને પેટ તે લગભગ ૧૨ થી ૧૫ સે.મી. જો ચીરો કેણું પેતો, પણ હિન હેરજી રીતમેં ખાલી ૧ સે.મી. જિતરો નિંઢો ચીરો કમર તેં કેમેં અચેતો, ઈનસે ઓપરેસન પોય તેંરઈ ઘરધી પિંઢજા રોજજા કમ કરી સગેતો.

૩. મૂત્રાસય ને મૂત્રવાહિનીમેં અચેલી પથરીજી ધુરબીનસેં સારવાર :

- મૂત્રાસય ને મૂત્રવાહિનીમેં અચેલી પથરીજી સારવારલા ઈ બોરી ખાસી રીત આય.
- હિન રીતમેં ઓપરેસન ક કાંણું કે વગર પેસાપ કરેજે માર્ગમિંજા ખાસ જાતજી ધુરબીન (Cystoscope કે Ureteroscope) જી મધધસેં પથરી

પથરીજો ધૂરબીનજી સારવારથી ઓપરેસનજી જરૂરિયાત ટાડ઼ી સગાજેતી.

વટે પુજાયમેં અચેતો. ને પથરી કે "સોક વેવ પ્રોબ" સેં ભૂકો કરેનેં કઢેમેં અચેતી.

૪. ઓપરેસન (**Open Surgery**) :

પથરી જેર વડી હુવે, ને બઈ કોય રીતેં કઢી સગાજે તીં ન હુવે, તેર ઓપરેસન (સસ્ત્રક્રિયા) કરે પથરી કઢેમેં અચેતી.

હિકડી વાર પથરી નિકરી વિને ક સારવારસેં કઢેમેં અચે ત પથરીજો ધરધ નિપટ મિટી વિને ખરો ?

ના, હિકડી વાર જિન ધરધીકે પથરી થઈ હુવે, તેંકે બૈયાર પથરી થેજી ૮૦% સકયતા રેતી. ઈતરે હરેક ધરધીકે સજાગ રોણું જરૂરી આય.

ફરી પથરી ન થીએ તેંલા ધરધીએંકે કુરો ખ્યાલ રખ્યો ખપે ?

ફરી પથરી ન થીએ એડો ઈચ્છીંધલ પથરીજે ધરધીએંકે હમેસજ માટે હિન પ્રમાણે ખાસ ખ્યાલ રખ્યો ખપે.

૧. વધારે પાણી પીણું

- હંમેસજે માટે પ્રવાઈ બોરો પીણું (૩ લીટર ક ૧૨ થી ૧૪ ગ્લાસેનું વધારે)
- હી ઉપાય પથરી ન ભને તેંલા ખાસ કમ અચેતો.
- પથરી ભનધી અટકાયલા પીધેજે પાણીજી જાત કરતાં ઈનજો પરમાણ બોરો અગત્યજો આય.
- પથરી ભનધી અટકાયલા કેટલો પાણી પીવાજેતો, તેં કરતાં કિતરો પેસાપ થીએતો, ઈ બોરો અગત્યજો આય. રોજ બ લીટર કરતાં વધુ પેસાપ થીએ ઈતરો પાણી પીણું જરૂરી આય.

પાણી ગચ પીણું ઈ પથરીજી સારવાર ને પાછી થીંધી અટકાયેલા કરે ગચ જ જરૂરી આય.

- પેસાપ આખો ડી પાણી જેડો ચોખો ઉતરે ઈનજો મતલબ ઈ કે પ્રવાઈ પુરે પ્રમાણમે પીવાણું આય. પીડ઼ો (ઘાટો) પેસાપ પ્રવાઈ ઓછો પીવાણું આય ઈ વતાયતો.
- પ્રવાઈમેં પાણી સિવાય નાઈયરજો પાણી, જવજો પાણી, સરબત, પતલી છાય ક સાધા થધા પીણાં (જાણેકે મીઠે વગરજી સોઢા, લેમન) ઈ મિડે વધારે પરમાણમેં ગિનણાં.
- પથરી થીંધી અટકાયલા ચોક્કસપણે જમે પોય ૩ કલાકમેં, બોરો કમ કેણું પે ત કમ કે પોય તેરઈ, રાતજો સુતે પેલા ને અધરાતજો વિચમે ઉથીને ૨ ગ્લાસ પાણી પીણું બોરો જરૂરી આય. ડીંજો હિન ચોક્કસ સમયમેં પેસાપ ઓછો ક પીડ઼ો (ઘાટો) ભનેતો. ઈન પેસાપમેં ક્ષારજો પરમાણ બોરો હુવે, ઈતરે પથરી ઝપાટે ભનેતી, ઈતરે ઈ અટકાયણું જરૂરી આય. ઈન રીતે ડીંજો જિનટાંણે પથરી ભનેજો જોખમ બોરો હુવે, તિનટાંણે વધુ પ્રવાઈ પીધેસે પેસાપ પતડ઼ો, ચોખો ને બોરો થીએતો, જેંસે પથરી ભનધી અટકાય સગાજે.

૨. ખાધાખોરાકીજી કરી

પથરી કિન જાતજી આય, ઈ નક્કી કરે ખાધેપીધેમેં કાડ઼જી રખેસેં પથરી ભનધી અટકાય સગાજેતી.

ઓક્ષલેટ ધરાઈધલ પથરીલા કરી :

હિન પરમાણેજો વધુ ઓક્ષલેટ હુવે એડો ખોરાક ઓછો ખેંણું.

- સાગભાજી : ટમેટા, ભીંડા, રીંગણા, પાલખજી ભાજી, સરગુઓ, કાકડી.
- ફડ઼ : સ્ટ્રોબેરી, રાસબેરી, ચીકુ, આમડા, સીતાફડ, કાજુ.

પુરો પ્રવાઈ ગનાયજી ખાત્રી ઈતરે ક
સજોડીં પાણી જેડો ચોખ્ખો પેસાપ.

- પીણાં : કડક ઉકારેલી ચાય, દ્રાક્ષજો રસ, કેડબરી, કોકો, ચોકલેટ, થમ્સઅપ, પેપ્સી, કોકાકોલા.

યુરીક એસીડમેં ઘટાડો કરેજા ઉપાય

- પાણી વધારે પીણું ને આલ્કોહોલ વારા પીણા ન ગિનણા.
- માંસાહારી ચીજું ન ખેણી, પાઉ, બ્રેડ, કઠોડ઼, ચરબી વારા ખોરાક, આઈસ્ક્રીમ ને એડયું ચીજું ન ખેણી.
- ભાજી, ભીંઢા, ફુલાવર, રતાડુ, મસરૂમ, સતાવરી જેડો સાગ–ભકાલો, સીતાફડ઼, ચીકુ ને એડ઼ા ફડ઼ ન ખેણા.
- નિયમિત કસરત કેણી ને ખાધેમેં જરૂરી ફેરફાર કરે ને વજન ઘટાયણું.

ખોરાકજી બઈ જાણકારી :

- ખોરાકમેં મીઠો ઓછો ખેણું, મીઠેવારા પાપડ, અથાણું ન ખેણાં.
- લીમુજો રસ, મોસંબીજો રસ, ગજર, બિજ વગરજા ટમેટા, નાઈયરજો પાણી પથરી ભનધી અટકાયમેં મધધ કરીએંતા, ઈતરે વધુ ગિનેજી સલા આય.
- પથરીજે ધરધીએંકે કેલ્સિયમ વારો ખોરાક ઓછો ખેણું ઈ ખોટી માન્યતા આય. ખોરાકમે પૂરે પરમાણમેં ગિનેલા કેલ્સિયમ ખોરાકજે ઓક્ષલેટસે મિલેતો. ઈતરે પેટમેં ઓક્ષલેટજો પરમાણ ઘટેતો, જેંસે પથરી ભનધી અટકાયમેં મધધ મિલેતી.
- માસાહારી ખોરાક ઓછો ખેણું.
- વિટામીન સી. વધુ પરમાણમે (૪ ગ્રામ ક ઈન કરતાં વધુ) ન ગિનણું.

૮૦% ધરધીએંમે પથરી પાછી થઈ સગેતી, એટલે કાયમ કરી ને સૂચના પરમાણે તપાસ જરૂરી આય.

૩. ધવાસે સારવાર :

- જિન ધરધીજે પેસાપમેં કેલ્સિયમજો પરમાણ બોરો હુવે, તેમેં "થાયેઝાઈડ્ઝ ને સાઈટ્રેડ" વારીઉ ધવાઉ ડિનેમેં અચેંતીયું.
- લુઈમેં યુરીક એસીડ ઘટાડે, તેડયું ધવાઉ ને પેસાપ ધ્વારાં સરીર મિંજારાનું નિકાલ થીંધલ યુરીક એસીડ મૂત્ર–મારગમેં જમા થઈને પથરી ન ભનાય, તેંલા ખાસ ધવાઉ ગિનણીયું.

કીડનીમેં પથરી વારે ધરધી કે ઝપાટે ડોકટરકે કિનટાંણે મિલણું ?

- પેટમેં બોરી જ પીડા થીએ, જુકો ધવાસે પણ ન મિટે તેર.
- બોરી જ મોડ઼ ચડે કાં ઉલટીયું થીએં, જેંસે પ્રવાઈ ક ધવા મોંસે ન ગિની સગાજે.
- બરો અચણું, ધુબ થીણી, પેસાપમેં બરતરા ભેગો પેટમે ડુઃખાવો થીએ તેર.
- પેસાપમેં લુઈ ડિસજે.
- પેસાપ સમુરગો ભંધ થિઈ વિને.

કીડની સ્ટોન વેરે ધરધીકે પેટમેં ગચ ડુખે, ઉલટીયું થીયે, બરો ચડે, પેસાપમેં લુઈ અચે ત ડોકટર કે ઝપાટે મિલણું.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

૨૧. પ્રોસ્ટેટજી તકલીફ – બી.પી.એચ.

પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથિ ખાલી માડુએંમે જ હુવેતી. પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથિ વડી થેસે પેસાપમેં તકલીફ સામાન્ય રીતેં માડુએંમે ૬૦ વરે પોય ઈતરેક વડી ઉમરમેં નેરેલા મિલેતી.

ભારત ને ધુનિયાજી આયુસ્યરેખામેં થેલ વધારે ભેગી બી.પી.એચ. જી તકલીફ પણ વધુ ડિસેલા મિલેતી.

પ્રોસ્ટેટ કિતે હુવેતી ? ઈનજો કમ કુરો આય ?

માડુએંમે સોપારી જેડી પ્રોસ્ટેટ મૂત્રાસયજે નીચેજે(Bladder Neck) ભાગમેં હુવેતી. ઈ મૂત્રનલિકા (યુરેથ્રા) જે સિરૂઆતજે ભાગજે આસપાસ વીંટાયેલી હુવેતી. ઈતરે મૂત્રાસય મિંજા નીકરધલ મૂત્રનલીકાજો સિરૂઆતજો ભાગ પ્રોસ્ટેટજી વિચાનું પસાર થિએતો.

વીર્ય ખણી વેંધલ નલીયું પ્રોસ્ટેટ મિંજાનું પસાર થઈ મૂત્રનલિકામેં બોઈ બાજુએ ખુલેતીઉ, ઈતરે પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથિ માડુએંજે પ્રજનન તંત્રજો હિકડો (અગત્યજો) ખાસ કમજો અંગ આય.

બી.પી.એચ. બીનાઈન પ્રોસ્ટેટિક હાઈપરટ્રોફી **(Benign Prostatic Hypertrophy)** ઈતરે કુરો ?

- બીનાઈન પ્રોસ્ટેટિક ઈતરે ઉમર વધધે સામાન્ય રીતે થઈ ઈન પ્રકારજી પ્રોસ્ટેટજી તકલીફ.
- હાઈપરટ્રોફી ઈતરે પ્રોસ્ટેટજો કધ વધણું, ટૂંકમે ઉમર વધધે માડુએંમે પોસ્ટેટ ગ્રંથિજે કધમેં વધારો થીએ, સામાન્ય રીતે થીંધલ તકલીફકે બી.પી.એચ. ચેમે અચેતો.

બી.પી.એચ. જે કારણે માડુએંમેં વડી ઉમરેં પેસાપજી ધાર ધીમી એચતી ને રાતજો ઘડીઘડી પેસાપ કરેલા વિનણું ખપેતો.

હિન બી.પી.એચ. જી તકલીફમેં ચેપ, કેન્સર ક બે કોય કારણસેં થીંધલ પ્રોસ્ટેટજી તકલીફજો સમાવેસ થીએ નતો.

બી.પી.એચ. જા લખણ :

બી.પી.એચ. જે કારણે માડુએંકે ખાસ કરેને હિન પરમાણે તકલીફું થીએંતીયું:

- રાતજો વારેઘડીએ પેસાપ કેલા વિનણું પે.
- પેસાપજી ધાર ધીમી ને પાતડ઼ી થીએ.
- પેસાપ ઉતરધે સિરૂઆતમેં વાર લગે.
- અટકી અટકી ને પેસાપ અચે.
- પેસાપ અચે તેર તેરઈ વિનણુંપે, ઈનતેં કાબુ ન રે, કેરક કપડ઼ેમેંજ પેસાપ થઈ વિને.
- પેસાપ કે પોય ટીપો ટીપો પેસાપ ઉતરે.
- પેસાપ પુરો ન ઉતરે, પેસાપ કેજો સંતોસ ન થીએ.

બી.પી.એચ. જે કારણે થીંધલ તકલીફું :

૧. પેસાપ ઓચિંધો અટકી વિને, કેથેટર (નલી) વિજાયણી પે.

૨. પેસાપ પૂરો ન ઉતરેજે કારણે પેસાપ મૂત્રાસય મિંજા કેર પણ નિપટ ખાલી થીએ નતો. ઈનજે કારણે પેસાપમેં વારેઘડીએ ચેપ થઈ સગેતો ને ચેપ કાબુમેં ગિનેમેં તકલીફ પેતી.

૩. મૂત્રમાર્ગમેં અડચણ વધે તેર મૂત્રાસયમેં પેસાપ વધુ ભેગો થીએતો. ઈતરે કીડનીમિંજા મૂત્રાસયમેં અચીંધલ પેસાપજે માર્ગમેં અવરોધ ઊભો થીએતો,

વડી ઉમરેં પેસાપ સાવ અટકી વનેજો મુખ્ય કારણ બી.પી.એચ. આય.

જેંસે મૂત્રવાહિની ને કીડની ફૂલી વિનેતીયું. ઈ તકલીફ વધે ત કીડની ફેલ્યર પણ થઈ સગેતી.

૪. મૂત્રાસયમેં કાયમ પેસાપ રઈ વિનેજે કારણે પથરી થેજી પણ સભાવના રેતી.

કુરો ૫૦-૬૦ વરે પોય મિણી માડુએંકે પ્રોસ્ટેટ વધેજે કારણે તકલીફ થીએતી ?

ના. પોસ્ટેટજી ગ્રંથિજો કધ વધધે છતાં મિણી માડુએંકે વડી ઉમરમેં બી.પી.એચ. જા લખણ ડિસજે નતા. જેંકે બી.પી.એચ. જે લીધે મામૂલી તકલીફ હુવે, તેંકે ખાસ કોય સારવારજી જરૂર રે નતી. સામાન્ય રીતે ૬૦ વરે પોય વડી ઉમરજે માડુએંમે ૫% પરમાણમે બી.પી.એચ. જી સારવાર ગિનેજી જરૂર રેતી.

બી.પી.એચ. જો નિધાન :

૧. ધરધજા લખણ :

ધરધીજી ફરિયાધમેં બી.પી.એચ. જેડો લગે ત પ્રોસ્ટેટજી તપાસ કરાયણી પે.

૨. પ્રોસ્ટેટજી તપાસ :

સર્જન કે યુરોલોજીસ્ટ મડમાર્ગમેં આંગરી વિજી તપાસ કરે (DRE – Digit Rectal Examination) પ્રોસ્ટેટ કેડી આય જો ખ્યાલ ગિનેતો. બી.પી.એચ. મેં પ્રોસ્ટેટજો કધ વધેતો ને ગ્રંથિ આંગરીજી તપાસમેં લસી, રબડ જેડી સ્થિતિસ્થાપક જણાજેતી.

માડુએંમેં બી.પી.એચ. જે નિધાનજી મુખ્ય તપાસ પ્રોસ્ટેટજી આંગરીથી તપાસ ને સોનોગ્રાફી આય.

૩. સોનોગ્રાફીજી તપાસ :

બી.પી.એચ. જે નિધાનમેં હી તપાસ ઘણે જ ઉપયોગી આય. હિન તપાસમેં બી.પી.એચ. જે કારણે પ્રોસ્ટેટજે કધમે વધારો થીણું, પેસાપ કરે પોય મૂત્રાસયમેં પેસાપ રઈ વિનણું ને કિતરીક વાર મૂત્રાસયમેં પથરી થીણી ક મૂત્રવાહિની ને કીડની ફૂલી વિનેજા ફેરફાર થીંધા હુવેંતા.

૪. લેબોરેટરી તપાસ :

હિન તપાસસે બી.પી.એચ. જો નિધાન થીએ નતો, પણ બી.પી.એચ. મેં થીંધલ તકલીફેજો નિધાન કેલા કમ અચેતી. પેસાપજી તપાસ, પેસાપમેં ચેપજી તકલીફ ને લુઈજે ક્રિએટીનીનજી તપાસસે કીડનીજી કમગીરીજો ખ્યાલ મિલેતો. પ્રોસ્ટેટજી તકલીફ કેન્સરજે કારણે ત નાયન ઈ નક્કી કેલા ખાસે જાતજી લુઈજી પી.એસ.એ. (P.S.A. – Prostate Specific Antigen) જી તપાસ કેમેં અચેતી.

૫. બઈયું તપાસું :

બી.પી.એચ. જેડા લખણ ધરાઈંધલ મિડે ધરધીએંકે બી.પી.એચ. જી તકલીફ હુવે નતી. ધરધીજે ધરધજે ચોક્કસ નિધાનલા કિતરીક વાર યુરોફલોમેટ્રી (Uroflowmetry) આઈ.વી.પી. જેડી તપાસજી મધધ ગીનેમેં અચેતી.

બી.પી.એચ. જેડી તકલીફ વારેં ધરધીએંકે પ્રોસ્ટેટજે કેન્સરજી તકલીફ હુવે ખરી ? ઈનજો નિધાન કિન રીતેં થીએ ?

હા, પણ પાંજે ડેસમેં બી.પી.એચ. જેડી તકલીફ વારેં ધરધીએં મિંજા બોરેં જ ઓછે ધરધીએંકે કેન્સરજી તકલીફ હુવેતી.

લુઈજી પી.એસ.એ. જી તપાસસે પ્રોસ્ટેટજે કેન્સરજો નિધાન થઈ સગેતો.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

પ્રોસ્ટેટજે કેન્સરજો નિધાન :

૧. આંગરીસે તપાસ :

મડ઼માર્ગમેં આંગરી વિજી કેમેં અચીંધલ તપાસ (Digital Rectal Examination) મેં પ્રોસ્ટેટ કઠણ પાયણે જેડી લગે ક ગઢ જેડી અનિયમિત લગે ત કેન્સરજી નિસાની હુઈ સગે.

૨. લુઈજી પી.એસ.એ. જી તપાસ :

હી લુઈજી ખાસ જાતજી તપાસમેં પી.એસ.એ. જો પરમાણ વધુ નેરેલા મિલે.

૩. પ્રોસ્ટેટજી બાયોપ્સી :

ખાસ જાતજી સોનોગ્રાફી પ્રોબજી મધધસેં, મડ઼માર્ગ મિંજા સુઈ વિજી પ્રોસ્ટેટજી બાયોપ્સી કેમેં અચેતી. જેંજી હિસ્ટોપેથોલોજી જી તપાસ કેન્સરજે નિધાનમેં મધધરૂપ થઈ સગેતી.

બી.પી.એચ. જી સારવાર :

બી.પી.એચ. જી સારવાર ખાસ કરે બ રીતે થીએતી :

૧. ધવાસેં સારવાર

૨. ધવા સિવાય બઈ સારવાર

- ધવાસે સારવાર :
- જેર બી.પી.એચ. જે કારણે પેસાપમેં બોરે પરમાણમેં તકલીફ ન હુવે, ક ઈનજે કારણે ગંભીર ફરિયાદ ઊભી થીંધી ન હુવે, એડે ઘણેંખરેં ધરધીએંમે ધવાસે સારવાર કેમે અચેતી.

વડે ભાગજે બી.પી.એચ. જે ધરધીએંજી સારવાર હેર ધવાસેં સકય આય.

- હિન પ્રકારજી ધવાઈમેં આલ્ફા બ્લોકર્સ (પ્રેઝોસિન, ટેરાઝોસિન, ડોકસાઝોસિન, ટેમ્સુલોસિન) ને ફિનાસ્ટેરાઈડ ને ડ્યરેસ્ટેરાઈડજો સમાવેસ થીએતો.
- ધવાજી સારવાર મૂત્રમાર્ગમે અડચણ ઓછી કરે, જેંસે પેસાપ ઉતરેમેં તકલીફ ઘટેતી.

બી.પી.એચ. જે કિની ધરધીએંમે ધવા સિવાયજી સારવારજી બઈ રીતેંજી જરૂર પેતી ?

હિન પરમાણેજી તકલીફેમેં ધવા ગિનધે છતાં કિતરેંક ધરધીએંમે ધવા છતાં સંતોસકારક ફાયધો થીએ નતો, તેર હિન પરમાણે ધુરબીન, ઓપરેસન ક બઈ રીતજી સારવારજી જરૂર પેતી.

- પ્રયાસ કે છતાં પેસાપ ન ઉતરણું ક કેથેટરજી મધધસેજ ઉતરધો હુવે.
- પેસાપમેં વારેઘડીએ ચેપ થીએ ક લુઈ અચે.
- પેસાપ અટકેજે કારણે પથરી થૈઈ હુવે.
- પેસાપ કે પોય પણ મૂત્રાસયમેં પેસાપ રઈ વેંધો હુવે.
- મૂત્રાસયમેં બોરો પેસાપ ભેગો થેસે કીડની ને મૂત્રવાહિની ફૂલી વેયા હુવે.
- ધવા સિવાયજી બૈઈ સારવાર :
  ધવાસે ડિનેમે અચીંધલ સારવાર કમ ન કરે તેર હિન પરમાણેજી સારવાર કરણી પે :

૧. ધુરબીનસે વારવાર – ટી.યુ.આર.પી. (**TURP – Trans Urethral Resection of Prostate**) :

- બી.પી.એચ. જી સારવારલા હી સરડ઼, અસરકારક ને બોરી વપરાંધી

બી.પી.એચ. જી ધવા સિવાયજી સફડ઼ ને ગચ વધુ પ્રખ્યાત એડી ખાસ સારવારજી પધ્ધતિ ટી.યુ.આર.પી. આય.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

રીત આય. હેરજે સમયમેં ધવાજી સારવારસે જ ફાયધો ન થીએ તેર ઘણે મિડે ૯૫% બી.પી.એચ. જે ધરધીએંજી પ્રોસ્ટેટજી ગંઢ હિન રીતસેં પરેયા કેમે અચેતી.

- હિન રીતમેં ઓપરેસન કેજી (ચીરો કેજી ક ટાંકા ગિનેજી) જરૂર નતી પે.
- હી સારવાર સામાન્ય રીતે ધરધીકે બેભાન કે વગર કમરમે ઈંજીસન (Spinal Anesthesia) ડિઈ, કમરમેં નીચેજો સરીરજો ભાગ ખોટો કરે સારવાર કેમેં અચેતી.
- હિન રીતમેં પેસાપજે રસ્તેમેં(Urethra) ધુરબીન (Endoscope) વિજી પ્રોસ્ટેટજી ગંઢજો અડચણ કઈંધલ ભાગ પરેયા કેમે અચેતો.
- ઈ કમગીરી ધુરબીન ક વિડિયો એન્ડોસ્કોપી સે સતત નેરેનેં કરેમેં અચેતી, જેંસે પ્રોસ્ટેટ જરૂર પરમાણે કઢી સગાજેતી ને ઈનટાંણે નીકરધલ લુઈકે પણ કાબુમેં ગિની સગાજેતો.
- ઈન ઓપરેસન પોય સામાન્ય રીતે ધરધીકે ખાલી ૩ થી ૪ ડીં જ હોસ્પિટલમેં રેજી જરૂર પેતી.

૨. ઓપરેસનસેં સારવાર :

જેર પ્રોસ્ટેટજી ગંઢ બોરી જ વડી થઈ વઈ હુવે, ક ભેગો મૂત્રાસયજી પથરીજો ઓપરેસન પણ જરૂરી હુવે, ને યુરોલોજીસ્ટ જે અનુભવ પરમાણે ધુરબીનસે કેજી સકયતા ન હુવે, એડે થોડેજ ધરધીએંમે ઓપરેસનજી રીતજો ઉપયોગ થીએતો. ઈન ઓપરેસનમેં સામાન્ય રીતે પેડુજે ભાગમેં કાપો કરે પ્રોસ્ટેટજી ગંઢ કઢેમેં અચેતી.

ટી.યુ.આર.પી. બેભાન કરે વગર ધૂરબીનથી કરેમેં અચેતો ને હોસ્પિટલમેં ત્રે થી ચાર ડીં જ રોણું ખપેતો.

૩. સારવારજીયું બૈઈયું રીતું :

બી.પી.એચ. જે ધરધીએંજી સારવારમેં કિતરીકવાર હિન પરમાણેજીયું રીતું પણ વપરાજેતીયું :

- ધુરબીનજી મધધસે પ્રોસ્ટેટ તેં કાપો કરે મૂત્રમાર્ગજી અડચણ ઘટાયમેં અચાયતી (TUIP – Transurethral Incision of Prostate).
- લેઝર સેં સારવાર (Transurethral Laser Prostatectomy).
- ખાસ જાતજી ગરમી (Thermal Ablation) સેં સારવાર.
- મૂત્રમાર્ગમેં ખાસ નલી (Urethral Stenting) સેં સારવાર.

પ્રોસ્ટેટજે ધરધીકે ડોકટરસે કડે મિલણું ?

- પેસાપ સમુરગો ભંધ થિઈ વિને.
- પેસાપ કે ટાંણે બડ઼તરા ક પીડા થીએ તેર, પેસાપમેં છટાણી ગંધ અચે ક ધુબચડીને તાવ અચે તેર.
- પેસાપતેં કંટ્રોલ ન રે, કપડા ભિંજી પેં, એડો થીએ તેર (પેસાપ નિકરી વિને તેર).

પ્રોસ્ટેટજે ધરધીકે પેસાપ ભંધ થઈ વિને, પેસાપ બરે, બરો અચે તેર ડોકટરકે ઝપાટે મિલણું.

૨૨. ધવાઈજે કારણે થીંધલ કીડનીજીયું તકલીફું

ધવાએંજે કારણે સરીરજે બે અંગે કરતાં કીડનીકે નુકસાન થેજા ધ્રા બોરો કુલા રેતો ?

ધવાજે કારણે કીડનીકે નુકસાન થેજી સગયતા બોરી જ રેતી, ઈનજા બ કારણ ઐઈ :

૧. ઘણેંખરી ધવાઈએંજો સરીરમિંજા નિકાલ કીડનીસેં થીએતો. ઈનમે ઘણેં મિડે ધવાઈયું ક ઈનજો રૂપાંતર પોય ભનેલા પદાર્થસેં કીડનીકે નુકસાન થઈ સગેતો.

૨. હાડમિંજા દરેક મિલીટમેં નીકરધલ લુઈજો પાંચમો ભાગ કીડનીમેં વિનેતો. કદ ને વજન જે પરમાણે આખે સરીરમેં મિણીયા બોરો લુઈ કીડનીમેં પુજેતો. ઈતરે ધવાઉ ને કીડનીકે નુકસાન કઈધલ પદાર્થ પણ થોડે સમયમેં બોરે પરમાણમેં કીડનીમેં પુજધે કીડનીકે નુકસાન થેજી સગયતા વધી વિનેતી.

- કીડનીકે નુકસાન કઈધલ ખાસ ધવાઉ :

૧. ડુઃખાવેજીયું ધવાઉ :

સરીર નેં સંધેજે નિંઢે–વડે ડુઃખાવેલા એડીયું ધવાઉ દાકતરજી સલા વગર ઘણેં મિડે ખેંતા. ઈતરે ધવાજે કારણે કીડની ફિટાયલા ડુઃખાવેજીયું ધવાઉ મિણીયાજ બોરીયું જવાબધાર ઐઈ.

ડુઃખાવેજીયું ધવાઉ ઈતરે કુરો ? કઈયું કઈયું ધવાઉ એડીયું ઐઈ ?

ડુઃખાવો ને બરો ઘટાયેલા વપરાઈધલ ધવાઈએકે ડુઃખાવેજીયું (Nonsteroidal anti inflamatory drugs – NSAIDs) ધવાઉ ચેંતા. એડીયું સામાન્ય રીતે

ધરધસામક ધવાઉ કીડની ફિટાયજો ખાસ કારણ આય.

વપરાઈધલ ધવાઈએમેં પેરાસીટેમોલ, એસ્પીરીન, આઈબુપ્રુફેન, કીટોપ્રુફેન ડાઈકલોફેનાક સોડિયમ, નીમેસુલાઈડ જો સમાવેસ થીએતો.

કુરો ડુઃખાવેંજી ધવાઈએંસે હમેસાં મિણીકે કીડની ફિટેજો ધ્રા રેતો ?

ના, દાકતરજી સલા પરમાણે સામાન્ય માડુમેં જરૂરી પરમાણમેં ડુઃખાવેજી ધવાઈએંજો વપરાસ નિપટ સલામત હુવેતો.

ડુઃખાવેજી ધવાઈએંસે કેર કીડની ફિટેજો ધ્રા રેતો ?

હિની સંજોગેમેં ડુઃખાવેજીયું ધવાઉ કીડની ફિટેજો જોખમ વધારીએંતીયું :

- દાકતરજી સલા વગર ઘણે મિડે સમય સુધી ને બોરેજ પરમાણમેં ધવાજો વપરાસ.
- હિકડીજ ગોરીમેં હિકડેભેગો ઘણેં મિડે ડુઃખાવેજી ધવાઈએંજી ભેર હુવે, એડી ધવાઈએંજો ઘણેં મિડે સમય સુધી વપરાસ (જાણે એ.સી.પી. એસ્પીરીન, ફિનાસેટિન ને કેફીનજો ભેર વારીયું ધવાઉ).
- વડપણમેં કીડની ફેલ્યર હુવે તેર, ડાયાબીટીસમેં ને સરીરમેં પ્રવાઈજો પરમાણ ઓછો હુવે, તેર ડુઃખાવેજી ધવાઈએંજો વપરાસ.

કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએંમે કઈ ડુઃખાવેજી ધવા મણીયાં ખાસી આય ?

પેરાસીટેમોલ (એસિટામિનોફેન) બઈએં ધવાઈએં કના ખાસી આય.

ઘણે ધરધીએંકે હાડજી તકલીફલા કાયમ એસ્પીરીન ગિનેજી સલા ડિનેમે અચેતી, ત કુરો ઈ કીડનીકે નુકસાન કરે સગેતી ?

હાડજી તકલીફમેં એસ્પીરીન કાયમ પણ ઓછે પરમાણમેં ગિનેજી સલા ડિનેમેં અચેતી, જુકો કીડનીલા કરે જોખમ કારક નાંય.

આડેધડ ગનેમેં અચિંધી ધરધસામક ધવાઉં કીડનીલાં કરે જોખમી ભની વિનેતી.

કુરો ડુઃખાવેજી ધવાઈએંસે ફિટેલી કીડની વરી સુધરી સગેતી ?

હા. જેર ડુઃખાવેજી ધવા થોડે સમયલા કરે ગિનેજે કારણે કીડની ઓચંધી ફિટી વિઈ હુવે, તેર ધવા ભંધ કરે, ઈનજી સારવાર કેસેં ફિટેલી કીડની વરી સુધરી સગેતી.

ના, વડી ઉમરમેં કિતરેંક ધરધીએંજે સંધે જે ડુઃખાવેલા ઘણેં સમય સુધી ડુઃખાવેજી ધવા ગિનણી પેતી. ડેઢ બ વરે ક ઈનથી પણ જિજે સમયલા ડુઃખાવેજી સડંગ ધવા ગિનેમેં અચેતી તેર કિતરેંક ધરધીએંમે કીડની હરેં હરેં વરી ન સુધરી સગે ઈતરી ફિટી વિનેતી. એડેં ધરધીએંકે હેડીયું ધવાઉ દાકતરજી સલા પરમાણે ને ઈનજી હાજરીમેં ગિનણીયું ખપે.

લમેં સમય સુધી ડુઃખાવેજી ધવાઈએંજી કીડનીતેં અસર થીએ તેંજો નિધાન કિન રીતે કેમેં અચેતો ?

પેસાપજી તપાસમેં પ્રોટીન વેંધો હુવે, ત કીડનીતે આડઅસરજી ઈ મિણીયા પેલી નિસાની સમજણી. કીડની બોરી ફિટે તેર લુઈજી તપાસમેં ક્રિએટીનીનજો પરમાણ બોરો જ નિરેલા મિલેતો.

૨. એમાઈનોગ્લાઈકોસાઈડ્સ :

જેન્ટામાઈસિન નાંજી ધવાજે કારણે કીડનીકે નુકસાન થેજી સગયતા રેતી. જેર ઈનજા ઈંજીસન લમે સમય સુધી બોરે જ (ડોઝમે) પરમાણમેં ગિનણાં પેં ક વડી ઉમર, નબડી કીડની, સરીરમેં પ્રવાઈ ઓછો હુણું એડે ટાંણે ધવા ક ઈંજીસન વાપરણા જરૂરી હુવે, તેર કીડની ફિટેજી સગયતા બોરી રેતી.

હી ધવા જ સમયસર ભંધ કરે ડિનેમેં અચે ત ઘણેખરે ધરધીએંજી કીડની થોડે સમયમેં ભરાભર કમ કઈંધી થઈ વિનેતી.

વડી ઉંમર, મિઠી પેસાપ ને સરીરમેં પ્રવાઈ ઓછો વે તડે ધવાજી કીડનીતે આડઅસર થેજો ધ્રા વધુ રેતો.

૩. રેડિયો કોન્ટ્રાસ્ટ ઈંજીસન :

જિન ધરધીજી કીડની ઓછી કમ કઈંધી હુવે, જેંકે ડાયાબીટીસ હુવે, સરીરમેં પ્રવાઈ બોરો ઘટી વેયો હુવે, ઉમર બોરી હુવે, ને ભેગીયું કીડનીકે નુકસાન કરીએં એડીયું ધવાઈયું ચાલુ હુવેં, તેર હી આયોડીન વારે પદાર્થજે ઈંજીસનેસેં એકસ-રે પાડે પોય કીડની ફિટેજી સકયતા રેતી. ઘણેંખરેં ધરધીએંમે કીડનીકે થેલ નુકસાન હરેં હરેં સુધરી સગેતો.

૪. બઈયું ધવાઉ :

કિતરીકવાર કીડનીકે નુકસાન કરે સગે એડીયું ધવાઈયેમેં કિતરીક એન્ટીબાયોટિકસ કેન્સરજી સારવારમેં વપરાંધીયું ધવાઉ ને ટી.બી. જી સારવારમેં વપરાંધી ધવાઈએંજો પણ સમાવેસ થીએતો.

૫. આયુર્વેદિક ધવાઈયું :

- આયુર્વેદિક ધવાઈએંજી કોય જ આડઅસર હુવે નતી ઈ ખોટી માન્યતા આય.
- આયુર્વેદિક ધવાઈએંમેં વપરાંધલ ભારે ધાતુએંસે (સીસો, પારો) કીડનીકે નુકસાન થઈ સગેતો.
- તેં ઉપરાંત કીડની ફેલ્ફરજે ધરધીએંમેં અમુક જાતજી આયુર્વેદિક ધવાઉ કિતરીકવાર જોખમી ભની સગેતીયું.
- કિતરીક ધવાઈએંમેં પોટેસિયમજો બોરો પરમાણ કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએંલા જીયલેણ ભની સગેતો.

આયુર્વેડિક ધવાઉ કીડનીલાં કરે કાયમ હકડે ધમ સલામત અઈ ઈ ખોટી માન્યતા આય.

૨૩. એક્યુટ ગ્લોમેરૂલોનેફ્રાઈટીસ

એક્યુટ ગ્લોમેરૂલોનેફ્રાઈટીસ ઈ હિકડ઼ો કીડનીજો ધરધ આય, જેંસે સરીરતેં સોજો, લુઈજે ધબાણમેં વધારો ને પેસાપમેં રકતકણ નેરેલા મિલેંતા. હી ધરધ કોય પણ ઉમરમેં થઈ સગેતો, પણ છોકરેમેં હી ધરધજો પરમાણ વધુ રેતો. છોકરેંજે મોં ને સરીરતેં સોજા ને ઈનીકે પેસાપ ઓછો અચેજા બ ખાસ કારણ એક્યુટ ગ્લોમેરૂલોનેફ્રાઈટીસ ને નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમ એઈ.

છોકરેંમેં કીડનીજે ધરધમે મિણીયા બોરો એક્યુટ ગ્લોમેરૂલોનેફ્રાઈટીસ ધરધ હુવેતો. છોકરેંકે કીડનીજો ધરધ થીએ ત ઈનજે મા-પે ને કુટુમવારેંલાં ચિંધાજો વિસય હુવેતો. પણ સદનસીભે કીડનજે હિન ધરધમે કીડની વરી ન સુધરી સગે એડી ફિટેજી સગયતા બોરીજ ઓછી હુવેતી.

એક્યુટ ગ્લોમેરૂલોનેફ્રાઈટીસઈ કેર થઈ સગે ?

સામાન્ય રીતે બીટા-હિમોલાઈટિક સ્ટ્રેપ્ટોકોકાય નાંજા જીવાણુંએંસે ગલેજો ચેપ (ખંગ) ક ચમડીજો ચેપ (ગુંભડા-રસી) પોય કિતરેંક છોકરેકે હી ધરધ થઈ સગેતો. હિન જાતજો ચેપ લગે પોય ૧ થી ૩ અઠવાડિયે પોય હિન ધરધજા લખણ ડિસાજેંતા. હી ધરધ કિતરીકવાર બેં જીવાણુંએંજે ચેપ, ઝેરી મેલેરિયા, ટાઈફોઈડ ને બેં વાયરસેજે ચેપસેં પણ થઈ સગેતો.

એક્યુટ ગ્લોમેરૂલોનેફ્રાઈટીસજા લખણ :

- હી ધરધ સામાન્ય રીતે ૩ થી ૧૨ વરેંજે છોકરેમે બોરો થીએતો, પણ કોયપણ ઉમરમેં હી ધરધ થઈ સગેતો.
- પેલવેલો ઉગેજો અખકે નીચે નેં મો તેં સોજા અચેતી. ધરધ વધધે સજે અંગમે સોજા અચે.

એક્યુટ ગ્લોમેરૂલોનફ્રાઈટિસ છોકરેંમેં મિણીયા વધુ નેરેલા મલધો કીડનીજો ધરધ આય.

- પેસાપ કોકાકોલા જેડો રતે રંગજો ને ઓછો અચે.
- ૬૦ થી ७०% ધરધીએંમે લુઈજો ધબાણ વધુ હુવે.

ઓછેં ધરધીએંમે ડિસાંધલ ગંભીર લખણ :

૧. ધરધ બોરો ગંભીર હુવે, એડેં થોડેં ધરધીએંમે કીડની ઓછો કમ કરેતી. એડે ધરધીએંકે સોજા બોરીજ થીએ જેંસે સા ચડેજી તકલીફ પણ થીએતી.

૨. કીડની ફિટે પોય પેટ ડુ:ખણું, ઊલટી થીણી, ઊબકા અચણાં, અસગતિ લગણી એડીયું મિડે તકલીફુ થઈ સગેંતીયું.

૩. લુઈજો ધબાણ બોરોજ વધે ત આંચકી પણ અચી સગે ને ધરધી બેભાન પણ થઈ સગેતો.

એકયુટ ગ્લોમેરૂલોનફ્રાઈટીસજો નિધાન :

૧. હિન ધરધજે નિધાનલા ધરધજા લખણ ને ધરધીજી તપાસ ઉપરાંત પેસાપ ને લુઈજી તપાસ જરૂરી આય. કીડનીતેં સોજાજે કારણે પેસાપમેં પ્રોટીન, રકતકણ ને શ્વેતકણ વિનેતા.

૨. ૫૦% જીતરે ધરધીએંમે લુઈમે યુરિયા ને ક્રિએટીનીનજો પરમાણ સામાન્ય કના વધુ નેરેલા મિલેતો.

૩. બેકટેરિયાજે ચેપજે કારણે લુઈમેં એ.એસ.ઓ. ટાઈટર (A.S.O. Titer) જો પરમાણ બોરો હુવે, ત હિન ધરધજે નિધાનમેં ઉપયોગી ભનેતો.

૪. ઈન સિવાય ખપ પરમાણે કિતરેંક ધરધીએંમે લુઈજી કિતરીક વધારેજી તપાસ (C3, ANA, ANCA) પણ જરૂરી ભનેતી.

૫. કીડનીજી સોનોગ્રાફીજી તપાસમેં હિન ધરધમેં કીડનીતેં સોજા ને કધમે વધારો

સોજા, લાલ પેસાપ ને લુઈજો ઉંચો ધબાણ,ચેપ પુઠિયા થીંધા હિ ધરધેંજો નિધાન સૂચવે તો.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

નેરેલા મિલેતો. કીડનીજી સોનોગ્રાફીસેં કીડનીજો કધ, સોજાજી અસર ને પેસાપ રતો ને ઓછો અચેજા કારણજી પણ જાણકારી મિલી સગેતી.

૬. ધરધ બોરો ગંભીર હુવે, એડેં થોડે ધરધીએંમેં કીડનીજે સોજે જે પ્રકારજો બોરો સચો નિધાન કરાયલા કીડની બાયોપ્સીજી તપાસ કરાયણી બોરીજ જરૂરી ભની રેતી.

એકયુટ ગ્લોમેરૂલોનફ્રાઈટીસ કિતરો ગંભીર ધરધ આય ?

ઘણખરે ધરધીએંમે ૮ નું ૧૦ ડીએંમેં પેસાપ વધી સોજો ઉતરી વિનેતો ને કીડની થોડેજ ટેમમે ભરાભર સુધરી વિનેતી. પેસાપમે રકતકણ ને પ્રોટીન બ–ત્રે મેણેં સુધી નેરેલાં મિલે એડો ભને પણ ઈનમેં હરેં હરેં સુધારો નેરેલા મિલેતો.

ઈન ધરધજે કારણે કીડની કાયમ કમ ન કરે એડી સગયતા ઓછી રેતી. ઈન ધરધમેં મિડે સુધારો થેજી સગયતા બેં કના છોકરેંમે બોરી નેં તેરંઈ નેરેલા મિલેતી.

એકયુટ ગ્લોમેરૂલોનેફ્રાઈટીસ જી સારવાર :

- હી ધરધ બેકટેરિયાજે ચેપ પોય થિએતો, ઈતરે ખપજા એન્ટિબાયોટિક્સ ડિનેમેં અચેતા.
- સોજામેં ઘટાડો કેલા મીઠો ને પ્રવાઈ ઓછો ગિનેજી સલા ડિનેમેં અચેતી.
- ઘણેંખરેં ધરધીએંકે ફડ઼ ક નાઈયરજો પાણી ન ગિનેજી સલા ડિનેમેં અચેતી.
- ઘણે ધરધીએંમે પેસાપ વધાયલા ખાસ જાતજી ધવાજી જરૂર પેતી.
- ૫૦% નું ૬૦% ધરધીએંકે લુઈજે ધબાણકે કાબુમેં રખેજી ધવાજી જરૂરીયાત રેતી.

વડે ભાગજે ધરધીએંમેં થોડે ડિં મેં
એકયુટગ્લોમેરૂલોનેફ્રાઈટિસ મિટી વિનેતો.

- ૫% કના ઓછેં ધરધીએમેં ઓછો પેસાપ, બોરો સા, લુઈમેં યુરિયા ને ક્રિએટીનીનજે બોરે પરમાણજે કારણે ડાયાલિસિસજી જરૂરત ઊભી થિએતી.
- હિન ધરધજી સિરૂઆતમેં હિકડે ક બ અઠવાડિયેંમેં બોરી તકલીફ થેજી સગયતા હુંધે, દાકતરજી સલા પરમાણે સંભાર ગિનેજી ને લુઈજે ધબાણ ને તબિયતજી ડેખરેખ રખણી જરૂરી આય.

તકેદારી :

કીડનીજો હી ધરધ ખાસ કરે ને ખાસ જાતજે સ્ટ્રેપ્ટોકોકલ બેકટેરિયા ને ચમડીજે ચેપ પોય જ થીએતો. પણ ચેપ લગો હુવે, તેં મિંજા કિન ધરધીકે હી ધરધ થીંધો ઈ ચોણું સકય નાય. ઈતરે હેડો ચેપ લગો હુવે, એડેં મિણી ધરધીએંકે જરૂરી સારવાર ગિનણી જરૂરી આય. જ કોયપણ ધરધીકેં મોંતે ક અખજે નીચે સોજા નેરેલા મિલે ત ઈનજો ટાંણે નિધાન કરાયસેં, સારવાર ટાંણે ચાલુ કરે સગાજેતી, ને હી ધરધ બોરી ગંભીર સ્થિતિમે અચે તેં પેલા કાબુમેં ગિની સગાજેતો.

હી ધરધ થે પોય ભવિસ્યમેં કીડનીજી તકલીફ રેતી ?

હી ધરધ થેઓ હુવે, તેડેં ઘણેખરે છોકરેંમેં ને બેં ધરધીએંમેં થોડે સમયમે કીડની ભરાભર સુધરી વિનેતી ને ભવિસ્યમેં હિન જેડી તકલીફ થેજી સગયતા નતી રે. પણ કિતરેંક ધરધીએંમેં કીડનીજો સુધારો સંતોસજનક ન થેસેં બોરોજ લુઈજો ધબાણ રે ને કીડની ઓછો કમ કઈધી હુવે, એડો ભને. ઈતરે હી ધરધ થે પોય મિણીજ ધરધીએંકે દાકતરજી સલા પરમાણે નિયમિત રીતે તબિયત વતાઈધો રોણું જરૂરી આય.

હિ ધરધ મિટી વે પુઠિયા પણ લમેં ટેમ સુધી તકેદારી ને તબીબી ડેખરેખ જરૂરી આય.

૨૪. નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમ

કીડનીજો હી ધરધ કોયપણ ઉમરમેં થેઈ સગેતો, પણ હી ખાસ કરેને છોકરેંમેં બોરો ડિઠેમે અચેતો. ખપજી સારવાર પોય ધરધ કાબુમેં અચી વિને પોય પણ વારેઘડીયેં કઈક વરેં સુધી હી ધરધ ઉથલો મારીંધો રે તો ઈતરે ધરધી ને ઈનજે કુટુંમવારેલા ચિંધાવારો ધરધ આય.

નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમમેં કીડનીતે કુરો અસર થીએતી ?

સાદી ભાસામેં ઈ ચઈ સગાજે ક કીડની સરીરમેં ગેંણી જેડો કમ કરેતી, જેંસે સરીર મિંજા ખપવગરજા નિકામા પદાર્થ ને વધારેજો પાણી પેસાપમેં નિકરી વિનેતો. નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમમેં કીડનીજા ગેંણી જેડા કાંણા વડા થઈ વેંધે વધારેજો પાણી ને નિકામા પદાર્થ ભેગાં સરીરલા ખપજો પ્રોટીન પણ પેસાપમેં વિનેતો, જેંસે સરીરમેં પ્રોટીનજો પરમાણ ઘટી વિનેતો ને સોજા ચડેતી. પેસાપમેં વિનધલ પ્રોટીનજો પરમાણ પરમાણે ધરધીજી સોજામેં વધઘટ થીએતી. નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમમેં ઘણખરાં કીડનીજા નકામા પદાર્થ ડૂર કેજી કમગીરી ભરાભર રેતી ઈતરે કીડની ફિટેજી સગયતા બોરીજ ઓછી રેતી.

નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમ કિન કારણેસે થીએતો ?

નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમ થેજો કોય ચોક્કસ કારણ મિલી સગેયો નાય. શ્વેતકણેંજે લિમ્ફોસાઈટજે કમજી કિતરીક ખામી (ઓટોઈમ્યુન ડિસિઝ) જે કારણે હી ધરધ થીધો હુવે, એડો મનેમેં અચેતો. ખાધાખોરાકીમેં વારે–ફેરી ક ધવા કે જવાબધાર ગણેમેં અચેતો પણ ઈ માન્યતા ખોટી આય.

નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમજા ખાસ લખણ :

- હી લખણ બ થી છ વરેંજેં છોકરેંમે ખાસ ડિઠેમેં અચેંતા. તેં સિવાયજી

છોકરેંમેં ઘડીઘડી સોજા થીએ તેમેં
મુખ્ય કારણ નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમ આય.

વયમેં હિન ધરધજો પરમાણ છોકરેંમે ડિઠેમે અચધલ પરમાણ કના ઓછો નેરેલા મિલેતો.

- ઘણખરો હિન ધરધજી સિરૂઆત બરો ને સરધી પોય ડિઠેમેં અચેતી.
- ધરધજી સિરૂઆતજે ખાસ લખણમે અખજે પોપચેંકે નીચે મોંતે સોજા નેરેલા મિલેતી. અખતેં સોજાજે કારણે કિતરાક ધરધી પેલાં તાં અખજે દાકતરકે વતાયલા વિને એડો પણ ભનેતો.
- ઈ સોજા ધરધી સવારજો ઊથીએ તેર બોરી હુવેતી, ઈ ઈનજી ખાસ ઓડ઼ખાણ આય. ઈ સોજા ડી ચડધે હરેં હરેં ઘટધી વિને ને સાંજીજો નિપટ ઓછી ડિસાજેતી.
- કિતરીકવાર પેસાપમેં ફીણ થેજી ને પેસાપ કેઓ હુવે, ઉન જગ્યાતે ધોરા ધાગા થેજી ફરિયાધ પણ નેરેલા મિલેતી.
- હિન ધરધમેં રતો પેસાપ અચણું, સા ચડ઼ણું ને લુઈજો ધબાણ વધેજા લખણ ડિઠેલા નતા મિલે.

નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમમેં કઈયું ગંભીર ફરિયાધુ ઊભીયું થીએંતીયું ?

સોજા વગર કેરક ઊભીયું થીંધલ ગંભીર ફરિયાધેમેં પેટમેં ચેપ લગણું (Peritonitis) ને વડી સિરામેં (ખાસ કરેને પગજી) લુઈ જમી રોણું (Venous Thrombosis) જો સમાવેસ થીએતો.

નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમજો નિધાન :

૧. પેસાપજી તપાસ :

- પેસાપમેં બોરોજ પ્રોટીન નીકરે ઈ નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમ જે નિધાનજી ખાસ ઓડ઼ખાણ આય.

પેસાપમેં પ્રોટીન વિનણું, લુઈમેં પ્રોટીન ઘટી વિનણું, પણ કીડનીજી સગતિ ભરોભર રોણી હિ ઈન ધરધજી લાક્ષણિકતા આય.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

- ઈન સિવાય પેસાપમે શ્વેતકણ, રકતકણ ને લુઈ ન હુવે, ત નિધાન ભરાભર આય ઈ સમજણું.
- ૨૪ કલાકમે પેસાપમે ૩ ગ્રામ કના ગચ પ્રોટીનજો પરમાણ વેંધો હુવેતો.
- પેસાપજી તપાસ ખાલી ધરધજે નિધાનલાજ નાંય, પણ સારવારજે નિયમનલા પણ ખાસ જરૂરી આય. પેસાપમેં વેંધલ પ્રોટીન ભંધ થઈ વિને ત ઈ સારવારજી સફ઼ડ઼તા સમજણી.

૨. લુઈજી તપાસ :

- સામાન્ય તપાસ :

  ઘણેખરે ધરધીએંમેં હિમોગ્લોબીન, શ્વેતકણ જે પરમાણજી તપાસ જરૂર પરમાણે કેમેં અચેતી.
- નિધાનલા કરે જરૂરી તપાસ :

  લુઈજી તપાસમે પ્રોટીન (આલ્બ્યુમિન) ઘટી વિનણું, કોલેસ્ટરોલજો વધણું ને ક્રિએટીનીન સામાન્ય હુણું ઈ નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમજો નિધાન સમજણું.
- ખાસ તપાસ :

  દાકતરજે ચેસેં ખપ પરમાણે કિતરીકવાર કરાયમે અચીંધલ લુઈજી ખાસ તપાસમેં કોમ્પ્લીમેન્ટ્સ, એ.એસ.ઓ. ટાઈટર, એ.એન.એ. ટેસ્ટ, હિપેટાઈટિસ-બી જી તપાસજો સમાવેસ થીએતો.

૩. રેડિયોલોજીકલ તપાસ :

હિન તપાસમેં પેટ ને કીડનીજી સોનોગ્રાફી, છાતીજો એકસ-રે જો સમાવેસ થીએતો.

પેસાપજી તપાસ ધરધજે નિધાન ને ઈનજી સારવારલા ખાસ જરૂરી આય.

નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમજી સારવાર :

નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમજી સારવારમે ખાધેખોરાકીજી કિરી, બઈ કાડ઼જી ને ખપજી ધવા ખાસ કમજી આય.

૧. ખાધેખોરાકીજી કિરી :

- સોજો હુવે, ને પેસાપ ઓછો અચિંધો હુવે, તેર ધરધીકે ઓછો પ્રવાઈ ગિનેજી ને મીઠો પણ ઓછો ખાધેજી સલા ડિનેમેં અચેતી.
- ઘણેખરે છોકરેંકે પ્રોટીન સામાન્ય પરમાણમે ગિનેજી સલા ડિનેમેં અચેતી.

૨. બઈ કાડ઼જી (સંભાર) :

- હિન ધરધજી ખાસ સારવાર ચાલુ કે પેલા છોકરેંકે કોય ચેપજી તકલીફ હુવે, ત ઈનકે કાબુમે ગિનણું જરૂરી આય.
- નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમજી તકલીફવારે છોકરેંકે સરધી, બરો ક બેયો ચેપ લગેજી સગયતા બોરી રેતી, જેંજી સંભાર ગિનણી.
- ચાલુ સારવાર ટાંણે કોય ચેપ લગેજે કારણે ધરધ ઊથલો મારે સગેતો, ઈતરે ચેપ ન લગે તેંલા પૂરી સંભાર ગિનેજી ને જ ચેપ લગે ત તેંરઈ જ ઈનજી ખાસ સારવાર કેણી બોરી જરૂરી આય.

૩. ધવાજી સારવાર :

- સોજાજો ઝપાટે ઈલાજ કેલા પેસાપ વધે એડી ધવાઈયું (ડાયયુરેટિક્સ) ડિનેમેં અચેતીયું.
- નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમજે કાબુલા ખાસ કરે વપરાંધલ ખાસ જાતજી ધવા પ્રેડનીસોલોન જે નાંસે ઓડ઼ખાજેતી. પ્રેડનીસોલોન સ્ટીરોઈડ ગ્રુપજી ધવા આય.

હિ ધરધ ઘડીઘડી ઉથલો મારેજો કારણ ચેપ હુંધે છોકરેંકે ચેપ ન લગે તેંજી કાડ઼જી મહત્વજી આય.

પ્રેડનીસોલોન કુરો કમ કરે ને ઈ કિન રીતેં ડિનેમેં અચેતી ?

- પ્રેડનીસોલોન પેસાપમેં નિકરધલ પ્રોટીનકે અટકાયલા ખાસ અકસીર ધવા આય.
- ઈ ધવા કિતરી ડિણી ઈ છોકરેંજે વજન ને ધરધજે પરમાણકે ધ્યાનમેં રખી નક્કી કેમેં અચેતો.
- ઈ ધવા કિતરે સમયલા ને કિન રીતેં ગિનણી ઈ નિષ્ણાત દાકતર વટા નક્કી કરેમેં અચેતો. હિન ધવાસે ઘણેખરે ધરધીએંમે ૧ નું ૪ અઠવાડિયેમે પેસાપમે પ્રોટીન નિકરણું ભંધ થિઈ વિનેતો.

પ્રેડનીસોલોનજી આડઅસર કુરો આય ?

પ્રેડનીસોલોન નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમમે બોરીજ અસરકારક ધવા આય. પણ હીન ધવાજી આડઅસર થીએ એડી હુંધે હી ધવા દાકતરજી સલા પરમાણે ને ડેખરેખ નીચેજ ગિનણી ખાસ જરૂરી આય.

થોડે સમયમેં ડિઠેમે અચીંધલ આડઅસરૂ :

બોરીજ ભૂખ લગે, વજન વધે, પીત વધે (એસીડીટી), સ્વભાવ ખારો (ચિડિયો) થીએ, ચેપ લગેજો ધ્રા વધે, લુઈજો ધબાણ વધે ક સરીરતેં રૂઆટી થીએ.

ઘણે સમય પોય ડિઠેમેં અચીંધલ આડઅસરૂ :

છોકરેંજો વિકાસ ઓછો થીએ (ઊંચાઈ ન વધે), હડા નબલા થીએ, ચમડી ખેંચાજે જેં કારણે સથર ને પેટકે નીચેજે ભાગમે ગુલાબી લીટા પોણાં, મોતીયો (Cataract) થેજો ધ્રા રે.

નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમજી સારવારમેં સ્ટીરોઈડ (પ્રેડનીસોલોન) મિણીયા વધુ ઉપયોગી ને અસરકારક ધવા આય.

હેડી મિડે આડઅસર ધરાઈધલ પ્રેડનીસોલન ધવા ગિનણી કુરો છોકરેંલા કરે ભરાભર આય ?

હા, ઘણખરો જેર હી ધવા બોરે પરમાણમે લમું સમય ગિનેમે અચે તેર ગંભીર આડઅસરૂ થેજો ધ્રા બોરો રેતો,પણ થોડે પરમાણમે, પદ્ધતિસર ને થોડો સમય ડિનેમેં અચેલ ધવાજી આડઅસર પૂરતી હુવેતી. જેર હી ધવા દાકતરજી ન્યાર ને સલા પરમાણે ગિનેમે અચે તેર ગંભીર (ખરાબ) આડઅસરેજો નિધાન પેલાથી જ થેઈ વિનેસે ને ટાંણે ખપ પરમાણે ફેરફારસે અટકાય સગાજેતીયું.

વરી ધરધજે કારણે થીધલ કિતરીયુક તકલીફે ને જોખમેજી સરખામણીમેં ધવાજી આડઅસર બોરી જ ઓછી જોખમી હુવેતી, ઈતરે ગચ ફાયધો ગિનેલા કરે, થોડીક આડઅસર સ્વીકારે વિગર બેયો કોય રસ્તો જ નાય.

ઘણેખરે છોકરેંજી સારવાર જે ત્રે–ચોથે અઠવાડિયે પેસાપમે પ્રોટીન નિકરધો ભંધ થીએ તોય સોજા જેડી તકલીફ રેતી કુલાય ?

પ્રેડનીસોલોન ગિનેસેં ભૂખ ગચ લગેતી, ગચ ખાધેસેં સરીરમેં ચરબી જમા થીએતી, જેંજે કારણે વરી સોજા થેઓ હુવે એડો લગેતો.

ધરધજી સોજા ને ચરબી જમા થીંધે સોજા જેડો લગે, ઈન વિચમે ફેર કુરો આય ઈ કીં ખબર પે ?

નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમ ધરધજે કારણે ડિઠેમેં અચીધલ સોજા ખાસ કરે અખ નીચે મોંતે ડિસાજેતી, જુકો ઊગેજો બોરી નેં સાંજીજો ઓછી હુવેતી. ઈન ભેગી પગેતે પણ સોજા ડિઠેમે અચેતી.

ધવાજે કારણે ચરબી ખાસ કરે મોંતે, ખભેતેં ને પેટતેં જમા થીએ ઈ સોજા જેડો લગેતો. ઈ સોજા જેડો સજો ડી હિકડે સરખો નેરેલા મિલેતો, ઈનમે અગાડ઼–પછાડ઼

પ્રેડનીસોલોન (સ્ટીરોઈડ)જી આડઅસર દાકતરજી ડેખરેખમેં ને ભરોભર સારવાર ગિનેથી ઘટાડે સગાજેતી.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

કિં વધઘટ નતી થીએ. અખતેં ને પગતેં સોજા ન હુવે, ને અગાડ઼જો બોરી ને પછાડ઼જો ઓછી ન થીંધી હુવે, ઈ સોજા નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમ ધરધજે કારણે નાય ઈ સમજણું.

નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમજે કારણે થેલી સોજા ને ધવાજી અસર જે કારણે જમા થેલી ચરબી જે કારણે લગધી સોજાજો ફેર જાણણું કુલાય જરૂરી આય?

- છોકરેંકે કિન જાતજી સારવાર ભરાભર રોંધી ઈ નક્કી કેલા સચઈ સોજા આય ક ચરબીજે કારણે સોજા જેડો લગેતો ઈ નક્કી કેણું બોરો જરૂરી આય.
- નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમજે કારણે સોજા હુવે, ત ધવાજે પરમાણે વધારો-ઘટાડો ને ભેગો પેસાપ વધારેજી ધવાજી જરૂર પેતી.
- ચરબી જમા થેજે કારણે સોજા જેડો લગધે ઈ પ્રેડનીસોલોન ધવાસેં નિયમિત સારવારજી અસર સમજણી. ઈતરે ધરધ કાબુમે નાય, ધરધ ઊથલો મારેં અયે એડી ચિંધા કેજી જરૂર નાય. આગડ઼ પ્રેડનીસોલોન ધવાજો પરમાણ ઘટધે ઈ સોજા જેડી અસર પણ હરેં હરેં નિપટ ઓછી થઈ વિનેતી, ઈન સોજા જેડી અસરકે તેરઈ ઘટાયલા કોય પણ ધવા ગિનણી ઈ છોકરેંલા કરે ભરાભર નાય, નુકસાન કઈધલ આય.

પ્રેડનીસોલોનજી સારવાર કમ ન અચે તેર કમ અચે એડીયું કઈયું કઈયું ધવાઈયું એઈ ?

નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમમે કમ અચે એડીયું ધવાઈયેમેં લીવામિઝોલ મિથાઈલ પ્રેડનીસોલન, સાઈક્લોફોસ્ફેમાઈડ, સાઈકલોસ્પોરીન, એમ.એમ.એફ. જેડીયેં ધવાઈયેંજો સમાવેસ થીએતો.

નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમમે છોકરેંમેં કડે કીડની બાયોપ્સી કરાયમે અચેતી ?

નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમમેં કીડની બાયોપ્સીજી જરૂરત હિની સંજોગેમે ઊભી થીએતી :

છોકરેંમેં થીંધો હિ ધરધમેં કીડની ફિટેજી સગયતા ઓછી આય.

૧. ધરધજે કાબુલા પ્રેડનીસોલોન ગચ સમય ને ગચ પરમાણમે ગિનણી પઈ હુવે તેર.

૨. પ્રેડનીસોલોન ગિને છતાં ધરધ કાબુમેં ન અચીંધો હુવે તેર.

૩. ઘણેખરે છોકરેંમેં નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમ થેલા જવાબધાર ધરધ 'મીનીમલ ચેન્જ ડિસિઝ' હુવેતો. જિન છોકરેંમેં ઈ ધરધ મીનીમલ ચેન્જ ડિસિઝ જે કારણે ન હુવે, એડી સંકા પે (જીકે લુઈજો ધબાણ બોરો હુવે, પેસાપમે રકતકણ હુવે, લુઈમે ક્રિએટીનીનજો પરમાણ બોરો હુવે, ને કેમ્પ્લીમેન્ટ (C3) જો પરમાણ ઓછો હુવે, તેર કીડની બાયોપ્સી જરૂરી ભનેતી.

નેફ્રોલોજીસ્ટ નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમજી સારવાર જો નિયમન કિન રીતે કરીએંતા?

ધરધજી સારવાર જે જરૂરી નિયમનલા સલા પરમાણે દાકતર વટા નિયમિત તપાસ કરાયણી બોરી જ જરૂરી આય. ઈન તપાસમેં પ્રોટીનજો પરમાણ ને જરૂર પરમાણે લુઈ તપાસ કરાયમે અચેતી. હિન તપાસકે ધ્યાનમેં ગિની ધવામેં જરૂરી ફેરફાર કરેમેં અચેતો.

નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમ કેર મિટે ?

જરૂરી સારવારસે ઘણેખરે છોકરેંજે પેસાપમેં આલ્બ્યુમિન નિકરધો ભંધ થઈ વિનેતો ને ઈ ધરધ થોડે સમયમે કાબુમેં અચી વિનેતો. પણ થોડે ક લમે સમય પોય ઘણખરેં છોકરેંમે ઈ ધરધ ફરી ઊથલો મારેતો ને ઈનલા બઈયાર સારવારજી જરૂર પેતી. જીં ઉમર વધે તીં ઊથલો મારેજી રીતજો સમય હરેં હરેં વધધો વિનેતો. ૧૧ નું ૧૪ વરેંજી ઉમર પોય ઘણખરેં છોકરેંમેં ઈ ધરધ નિપટ મિટી વિનેતો.

લમો ટેમ (વરે) સુધી હલધો હી ધરધ
ઉંમર વધધે સમૂરગો મિટી વિનેતો.

નેફ્રોટીક સિન્ડ્રોમજે ધરધીએંકે ડોકટરસે કડે મિલણું ?

- પેટમેં ડુઃખાવો થીએ, બરો અચે, ઉલટીયું થીએ ક ઝાડા થીએ.
- સોજા ચડે, કારણ વિગર વજનમે વધારો થીએ, પેસાપ પણ બોરો અચે.
- માંધાઈજા લખણ જેડા ક છોકરા રમેજો ભંધ કરે છડિયે ને નિપટ સુસ્ત થિઈ વિને.
- બોરી જ ખંગ ભેગો બરો રેઆ કરે ક મથેજો ડુઃખાવો ન છડે.
- ઓરી ક અછબલા થીએ તેર.

નેફ્રોટીક સિન્ડ્રોમજે ધરધીકે પેટ ડુખે, સોજા ચડે, બરો અચે, ઉલટીયું ક ઝાડા થીયે ત ડોકટરકે ઝપાટે મિલણું.

૨૫. છોકરેંમેં કીડની ને મૂત્રમાર્ગજો ચેપ

વડી ઉમર વારેં કના છોકરેંમેં હી તકલીફ કુલા બોરી ચિંધાજો વિસય આય ?

- છોકરેંકે વારેઘડીએ બરો અચે ત ઈનજે કારણમેં કીડની ને મૂત્રમાર્ગજો ચેપ ખાસ અગત્યજો કારણ આય.
- નિંઢી ઉમરજે છોકરેંમે કીડની ને મૂત્રમાર્ગજે ચેપજી મોડી ને પૂરી સારવાર ન થેજે કારણે કીડનીકે ન સુધારી સગે એડો નુકસાન થઈ સગેતો ને કિતરીક વાર કીડની નિપટ ફિટી વિને એડો ધ્રા પણ રેતો.
- ઈતરે છોકરેંમેં પેસાપજે ચેપજો ટાંણે નિધાન ઈનજે કારણેજી તપાસ ને તેંજી સરખી સારવાર કીડનીકે થીંધલ નુકસાન અટકાયેલા કરે બોરોજ જરૂરી આય.

છોકરેંકે કિનટાંણે પેસાપજો ચેપ થેજી **સગયતા** બોરી રેતી ?

છોકરેંકે ચેપ લગેજા કારણ હિન પરમાણે ઐઈ :

૧. છોકરીએંજી મૂત્રનલિકાજી લમાઈ ઓછી હુંધે ચેપ લગેજી સગયતા બોરી રેતી. ઈન સિવાય મૂત્રનલિકા ને સનાસ કેજી જગ્યા બાજુબાજુમેં હુંધે બેકટેરિયા (જીવાણું) મૂત્રનલિકામે સેલાઈસે વિની સગેતા ને ઈનસે ચેપ લગી સગેતો.

૨. સનાસ કે પુઠિયા સફાઈ કરે ટાંણે પુઠિયાનું અગીયા હથસે ધુતેજી ટેવજે કારણે ઈ ચેપ લગેજીસગયતા બોરી રેતી.

૩. જન્મધેજ ખોડ હુવે, તેંસે પેસાપ ઊંધો મૂત્રાસય મિંજા મૂત્રવાહિની ને કીડની ડિયાં વેંધો હુવે (Vesico ureteric reflux).

છોકરેંકે વારેઘડ઼ીયેં બરો અચેજો કારણ મૂત્રમાર્ગજો ચેપ હુઈ સગે.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

૪. કીડનીજી મિંજજી બાજુ અચેલ, નીચે વિનધલ ભાગ પેલ્વીસ ને મૂત્રવાહિનીકે જોડીધલ ભાગ સંકોચાધે પેસાપમે અડચણ થીંધી હુવે (Pelvi ureteric Junction – PUJ Obstruction).

૫. મૂત્રનલિકામેં વાલ (Posterior Urethral Valve)જે કારણે નિંઢે છોકરેંકે પેસાપ ઉતરેમેં તકલીફ થીંધી હુવે.

૬. મૂત્રમાર્ગમેં પથરી હુવે.

પેસાપજે ચેપજા લખણ :

- સામાન્ય રીતે ચાર થી પંજ વરે કના વડી ઉમરજા છોકરા પેસાપમેં તકલીફજી ફરિયાધ પિંઢઈ કરે સગેતા. પેસાપજે ચેપજે લખણજીયું ગાલિયું પાઠ નાં.૧૯ મે કઈયું ઐઈ.
- નિંઢી ઉમરજા છોકરા પેસાપજી તકલીફજી ફરિયાધ કરે સગે નતા, પેસાપ કે ટાંણે છોકરો રૂએ, પેસાપ અચેમે તકલીફ પે ક વારેઘડીએ બરો અચધે પેસાપજી તપાસમે ઓચિંધો જ ચેપજી ખબર પોંધે, મૂત્રમાર્ગજે ચેપજી સમજાણ પેતી.
- ભૂખ ન લગણી, વજન ન વધણુ ક ગંભીર ચેપ હુવે, બરો અચે ને પેટ ફૂલી વિને, ઊલટી-ઝાડા, કમડ઼ો થે જેડા બેયા લખણ પણ મૂત્રમાર્ગજે ચેપજે કારણે નિંઢે છોકરેંમે નેરેલા મિલેંતા.

મૂત્રમાર્ગજે ચેપજો નિધાન :

કીડની ને મૂત્રમાર્ગજે ચેપજે નિધાનલા ખપજી તપાસ ખાસ કરે બ ભાગમે થૈઈ સગે.

૧. મૂત્રમાર્ગજે ચેપજો નિધાન :

પેસાપજી સાધી ને કલ્ચરજી તપાસ જેંમે રસીજી હાજરી મૂત્રમાર્ગજો ચેપ

છોકરેંમેં મૂત્રમાર્ગજે ચેપજો મુખ્ય લખણ વારે ઘડ઼ીયેં બરો, વજન ન વધણું ને પેસાપજી તકલીફ આય.

સમજાજેતો. ઈ તપાસ ચેપજો નિધાન ને સારવારલા ખાસ ખપજી આય.

૨. મૂત્રમાર્ગજો ચેપ થેજે કારણેજો નિધાન :
બઈયું કમજીયું તપાસે સે કીડની ને મૂત્રમાર્ગજી રચનામે કિં ખામી, પેસાપજે રસ્તેમેં અડચણ ને પેસાપ કેમેં તકલીફ જેડી ફરિયાધેમેં નિધાન થઈ સગેતો. ઈ મિડે વારેઘડીએ મૂત્રમાર્ગજે ચેપલા જવાબધાર ખાસ કારણ ઐઈ. હિન તપાસજી જાણકારી પાં અગિયા પાઠ નાં.૧૯ મેં ડિની આય.

ઘણખરે છોકરેંકે પેસાપજે ચેપજે કારણેજો નિધાન કેલા કરેમે અચીંધલ એમ.સી.યુ. તપાસ કિન રીતે કેમેં અચેતી ? ઈ કુલા બોરી જરૂરી આય?

મિકચ્યુરેટિંગ સિસ્ટોયુરેથ્રોગ્રામ (Micturating Cysto Urethrogram M.C.U.) એમ.સી.યુ.જે નાંસે ઓડ઼ખાંધી હિન તપાસમે ખાસ જાતજી આયોડિનવારે પ્રવાઈકે કેથેટરસે મૂત્રાસયમે ભરેમેં અચેતો. તેં પોય છોકરેંકે પેસાપ કરાયમે અચેતો. છોકરો પેસાપ કરીધો હુવે તેર મૂત્રાસય ને મૂત્રનલિકાજો એકસ-રે (ફોટો) પાડેમેં અચેતો. હિન તપાસમેં પેસાપ મૂત્રાસય મિંજા ઊંધી બાજુએ મૂત્રવાહિની ને કીડની ડિંયા વેંધો હુવે, મૂત્રાસયમેં કિં તકલીફ હુવે ક મૂત્રાસય મિંજા મૂત્રનલિકાસે પેસાપ બાર નિકરેજે રસ્તેમે કિં અડચણ હુવે, ત ઈનજી ખાસ જાણકારી મિલેતી.

ઈન્ટ્રોવીનસ પાયલોગ્રાફી (**IVP**) કેર ને કુલા કરે મે અચેતી ?

૩ વરેનું વડી ઉમરજે છોકરેંમે જેર વારેઘડીએ પેસાપજો ચેપ નેરેલા મિલે તેર પેટજા એકસ-રે ને સોનોગ્રાફીજી તપાસ પોય જરૂર લગે તેર હી તપાસ કેમેં અચેતી. હિન તપાસસે પેસાપજો ચેપ થેજો કારણ કોય જન્મધેજ ખોડ ક પેસાપજે રસ્તેમે કિં અડચણ હુવે, ત તેંજી જાણકારી મિલેતી.

મૂત્રમાર્ગમે ચેપ થેજે કારણેજે નિધાનલા સોનોગ્રાફી, એક્સ-રે, એમ.સી.યુ. ને આઈ.વી.પી. કરાયમે અચેતી.

મૂત્રમાર્ગજે ચેપજી જાણકારી ને સારવાર :

સામાન્ય સારસંભાડ઼ :

- છોકરેંકે ડીંમેં ભને ઈતરો ગચ ને રાતજો ૨ નું ૩ વખત પાણી-પ્રવાઈ ડિણું.
- કબજીયાત થેલા ન ડિણી ને રોજ સનાસપાણી કરે ને થોડી થોડી વારમેં પેસાપ કેજી ટેવ રખાણી જરૂરી આય.
- સનાસ કે પુઠિયા બોરેજ પાણીસે આગડ઼નું પાછડ઼ જે ભાગ ડિંયા સફાઈ કેમે અચેત પેસાપજો ચેપ લગેજી સકયતા ઘટી સગેતી.
- છોકરેંકે સામાન્ય ખોરાક ખાધેપીધેજી છુટ ડિનેમે અચેતી.
- છોકરેંકે બરો આયો હુવે ત ખપ પરમાણે બરેજી ધવા ડિનેમેં અચેતી.
- પેસાપજે ચેપજી સારવાર પૂરી થે પોય તેરંઈ ચેપ નિપટ હલઈ વેયો આય ક ન ઈ નક્કી કેલા પેસાપજી તપાસ કરાયણી જરૂરી આય.
- ચેપ વરી લગો નાંયન ઈ નક્કી કેલા સારવાર પૂરી થે પોય સત ડીંયેં પોય ને તેં પુઠિયા પણ ખપ પરમાણેજી પેસાપજી તપાસ કરાયણી બોરી જરૂરી આય.

ધવાસે સારવાર :

- પેસાપજે ચેપજો નિધાન થે પોય ઈનકે કાબુમે ગિનેલા છોકરેં જે ચેપજા લખણ, ઈનજી ગંભીરતા, છોકરેંજી ઉમર ધ્યાનમે રખી એન્ટીબાયોટિકસ સેં સારવાર કેમેં અચેતી. ઈ સારવાર ચાલુ કે પેલા પેસાપજે કલ્ચરજી તપાસ કરાયણી બોરી જરૂરી આય.
- કલ્ચરજો રિપોર્ટ અચે તેર ઈનજે આધારે ચાલુ કેલી ધવાજી અસર ભરાભર ન લગેત ધવામે વારીફેરી કેમેં અચેતી.

છોકરેંમે મૂત્રમાર્ગજે ચેપજી સારવાર ભરોભર ન થીએ ત કીડનીકે સુધરી ન સગે ઈતરો નુકસાન થઈ સગેતો.

- નિંઢે છોકરેંમેં જ ચેપ બોરો ખરાબ હુવે તેર એન્ટીબાયોટિકસજા ઈજીસન ડિણાં પેંતા.
- લગભગ વપરાંધલ એન્ટિબાયોટિકસમેં એમોક્ષીસીલીન, એમાઈનોગ્લાઈકોસાઈડ્સ, સીફેલોસ્પોરીન, કોટ્રાઈમેક્ષેઝોલ, નાઈટ્રોફયુરેનટોઈન જો સમાવેસ થીએતો.
- ઈ મિડે સારવાર લગભગ ૭ નું ૧૦ ડીં સુધી કેમેં અચેતી. ચેપજી સારવાર ને ઈનજા કારણ જાણેલા કરાયેલી તપાસમે મિલેલ જાણકારી પરમાણે આગડ઼ કઈ સારવાર કેણી ઈ નક્કી કરે સગાજેતો.

મૂત્રમાર્ગમેં વારેઘડીએ ચેપ થેજી સારવાર :

ધવાસે સારવાર :

જિન ધરધીકે વરેમેં ત્રેથી ગચ વાર પેસાપજો ચેપ થેઓ હુવે એડેં ધરધીએંજી કિતરીક ખાસ જાતજીયું ધવાઈયું ઓછે પરમાણેમેં પણ રાતજો હિકડી વાર ઈ લમું સમય (૩ મેણે નું વિટા બ વરે ક ઈન કના પણ ગચ સમય) લા ગિનેજી સલા ડિનેમેં અચેતી. કિતરો લમુ સમય ઈ ધવા ગિનણી ઈ ધરધીજી તકલીફ, ચેપજો પરમાણ મિડે ધ્યાનમે રખી નક્કી કેમેં અચેતો.

ઓછે પરમાણમે લમુ સમય ગિનેમે અચીંધલ ધવાસે વારેઘડીએ થીંધલ પેસાપજો ચેપ અટકાય સગાજેતો, પણ ધવાજી કોય ખાસ આડઅસર નેરેલા મિલે નતી.

મૂત્રમાર્ગજો ચેપ થેજે કારણેજી ખાસ સારવાર :

ચેપ થેજે ધરધીજી સારવાર કીડની ફિઝિસિયન – નેફ્રોલોજીસ્ટ, કીડની સર્જન – યુરોલોજીસ્ટ ક છોકરેંજા સર્જન વટા નક્કી કેમેં અચેતી.

પેસાપજે કલ્ચરજી તપાસ સે એન્ટીબાયોટીકસજી ભરોભર પસંદગી થઈ સગેતી.

૧. પેલ્વી યુરેટરિક જંકસન ઓબસ્ટ્રકસન (**P.U.J. Obstruction**) કુરો આય ? ઈ જન્મજી ખોડ જી તકલીફમેં કુરો થીએતો ?

ઈ જન્મજી ખોડ કીડનીજે ભાગ પેલ્વીસ (જુકો કીડનીજે અંધરજે ભાગમે અચેલ આય ને કીડનીમેં ભનેલે પેસાપકે નીચે મૂત્રવાહિનીમેં હલાયતો) ને મૂત્રવાહિની કે જોડીધલ જગ્યા સની થિઈ વેંધે પેસાપજે રસ્તેમે અડચણ થીએતી. ઈન અડચણજે કારણે કીડની ફૂલી વિને, વારેઘડીએ પેસાપમેં ચેપ થીએ ક ચેપકે કાબુમેં ગિનેમેં તકલીફ પે એડી ફરિયાધું ઊભીયું થીએંતીયું. તિન ટાંણે ઈનજી સારવાર કેમે ન અચે ત લમુ સમય–કઈક વરેં પોય ફૂલેલી કીડની હરેં હરેં નબલી થઈ નિપટ ખરાબ થિઈ વિનેતી.

સારવાર :

ઈન તકલીફલા "પાયલોપ્લાસ્ટી" જે નાંસે ઓડ઼ખાંધે ઓપરેસન સેં પેસાપજે રસ્તેજી અડચણ ડૂર કેમે અચેતી.

૨. મૂત્રનલિકામે વાલ **(Posterior Urethral Valve)** ઈન જન્મજી ખોડ મેં કુરો થીએતો ?

છોકરેંકે થીંધલ હિન તકલીફમેં મૂત્રનલિકામેં અચેલ વાલ જે કારણે અડચણ ઊભી થીંધે પેસાપ કેમેં તકલીફ થીયેતી, ને પેસાપ કેલા જોર કેણું પેતો. પેસાપજી ધાર સની અચેતી ને પેસાપ ટીપો ટીપો અચે એડી તકલીફ જણાજેતી. કેરક જન્મધે પેલેજ મેણેંમે ને કેરક સગર્ભા મા જે છેલે મેણેંમેં સોનોગ્રાફીજી તપાસ કઈંધે હિન ધરધજી સગયતાજી લખણ ડિઠેમેં અચેતા. પેસાપજે રસ્તેમેં ખાસી એડી અડચણ થીંધે મૂત્રાસયજી ડિવાલ જાડી થીએતી ને કધ વધી વિનેતો, મૂત્રાસય મિંજા પેસાપ ભરાભર બાર નિકરી ન સગધે પેસાપ ભરાજી

છોકરેંમે જન્મજી ખોડજે કારણે મૂત્રમાર્ગજો ચેપ થેજી સગયતા રેતી.

રેતો. ગચ પેસાપ ભેગો થેસેં મૂત્રાસયતે ધબાણ વધેતો, જેજી ખરાબ અસર થીંધે મૂત્રવાહિની ને કીડની પણ ફૂલી સગેતી. જ ઈન ટાંણે સરખી સારવાર કેમે ન અચે ત લમે ગાડ઼ે કીડનીકે નુકસાન થઈ સગેતો.

સારવાર :

ઈન તકલીફજી સારવારમેં ઓપરેસનજી જરૂર પેતી. ઈન સારવારમેં ખપ પરમાણે વાલ ઓપરેસનસે પરેયાં કેણું, મૂત્રાસય મિંજા પેડુજે ભાગમે કાંણું કરે પેસાપ સીધો બાર અચે એડી ગોઠવણ કેણી, એડો મિડે સમાવેસ થીએતો.

૩. પથરી :

નિંઢે છોકરેંકે થીધલ પથરીજી તકલીફજી સારવાર ઈ કિતે આય, કેડી આય ઈ જાણી ને ખપ પરમાણે ધુરબીનસે ઓપરેસન ક લીથોટ્રીપ્સી સે પથરીજો ભુકો કરે બાર કઢેમેં અચેતી. ઈન પરમાણે કઢેલ પથરીજી લેબોરેટરી તપાસ કરાય પોય ઈ બેમાર ન થીએ તેંજી ધવા ને સારવાર ડિનેમેં અચેતી.

૪. વી.યુ.આર. :

છોકરેંમે પેસાપજે ચેપલા ઈની મિણી કારણે કના બોરો જ અગત્યજો કારણ પેસાપ મૂત્રાસય મિંજા ઊંધી બાજુ મૂત્રવાહિનીમેં વિનેતો. ઈ ધરધ વસાઈકો યુરેટેરિક રિફ્લક્સ – V.U.R. (Vesicoureteric Reflux) જે નાંસે ઓળ઼ખાજેતો.

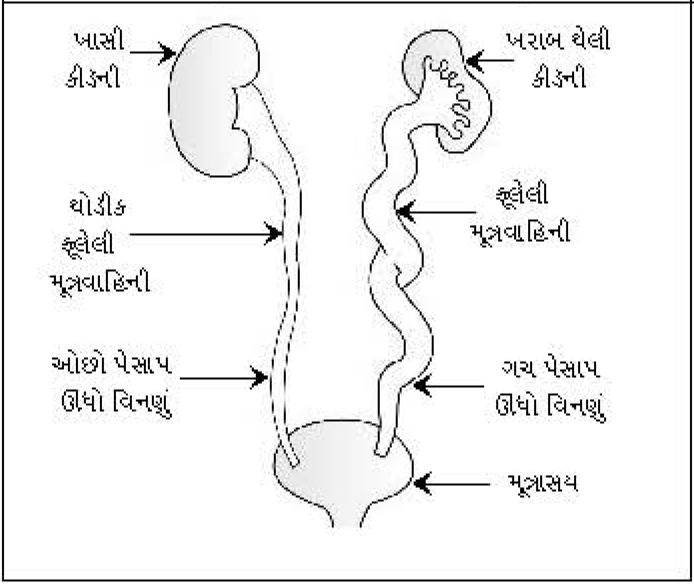
વસાઈકો યુરેટેરિક રિફ્લક્સ – વી.યુ.આર. જી ગાલબોલ કુલા બોરી જરૂરી આય ?

હી ધરધ છોકરેંમેં પેસાપજો ચેપ, લુઈજે ઊંચે ધબાણ ને ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરલા બોરો જ જરૂરી કારણ આય.

પેસાપજી તપાસ ધરધજે નિધાન ને સારવારજે નિયમનલા કરે જરૂરી આય.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

વસાઈકો યુરેટેરિક રિફ્લક્સ (વી.યુ.આર.)



વસાઈકો યુરેટેરિક રિફ્લક્સ (વી.યુ.આર.)

વી.યુ.આર. મે કુરો થીએતો ?

સામાન્ય રીતે મૂત્રાસયમેં બોરો ધબાણ હુવે, તોય મૂત્રવાહિની ને મૂત્રાસય કે વિચમેં વેંધે અટકાયતો ને પેસાપ કે ટાંણે પેસાપ મૂત્રાસય મિંજા હિકડી જ બાજુ મૂત્રનલિકાસે બાર નિકરેતો. જન્મથે જ ઈ ધરધ વી.યુ.આર. મે ઈન વાલજી રચનામે ખામી હુંધે બોરો પેસાપ મૂત્રાસયમેં ભેગો થીએ કાં ત પેસાપ કે ટાંણે પેસાપ ઊંધી બાજુ મૂત્રાસય મિંજા હિકડી ક બોઈ મૂત્રવાહિની બાજુ વિનેતો.

વી.યુ.આર. મેં કિન જાતજી તકલીફ થઈ સગે ?

હિન ધરધજે કારણે થીંધલ તકલીફ, હી ધરધ કિતરો ગંભીર આય તેં તે આધાર રખેતો. ઓછો ગંભીર હુવે એડે ધરધમેં ઊંધી બાજુ વેંધલ પેસાપ ઓછે પરમાણમેં ને ખાલી મૂત્રવાહિની ને કીડનીજે પેલ્વીસજે ભાગ સુધી જ વિનેતો. એડે છોકરેંમેં વારેઘડીએ પેસાપજે ચેપ સિવાય બઈયું કોય ફરિયાધુ મિલેં નતીયું.

ધરધ જેર બોરોજ ગંભીર હુવે, તેર પેસાપ ગચ ઊંધો ચડેજે કારણે કીડની બોરીજ ફૂલી વિનેતી ને પેસાપજે ધબાણજે કારણે હરેં હરેં લમે સમય કીડનીકે નુકસાન થીંધો વિનેતો. ઈન તકલીફજી ટાંણેતે ને ભરાભર સારવાર કેમેં ન અચે ત કીડની નિપટ ફિટી વિને એડો પણ ભની સગે.

વી.યુ.આર. જી સારવાર :

- હિન ધરધજી સારવાર ધરધજા લખણ, ઈનજો પરમાણ ને છોકરેંજી ઉમરકે ન્યારે નક્કી કેમેં અચેતી.
- ઓછી ગંભીર તકલીફમે પેસાપ ઊંધો વેંધો હુએ ત ઈ તકલીફ હરેં હરેં ઘટીને કોય પણ ઓપરેસન વિગર નિપટ મટી વિનેતી. ઈન ટાંણે પેસાપમેં ચેપ ન લગે તેલા ખપજી ધવા ડિનેમેં અચેતી.
- જેર ગચ જેડો પેસાપ ઊંધી બાજુ વેંધો હુવે તેર ઈનજે કારણે મૂત્રવાહિની ને કીડની પોડી થિઈ ફૂલી વેયા હુવેં તેડેં સંજોગેમેં ઓપરેસન વિગર હી તકલીફ મિટી સગે નતી.
- પેસાપજે ચેપજો કાબુ ધરધીજી સારવારજો ખાસ જરૂરી આય. ચેપકે કાબુમેં રખેલા એન્ટીબાયોટિક્સ ડિણી જરૂરી આય. કઈ એન્ટીબાયોટિક્સ બોરી અસર કઈંધી ઈ નક્કી કેલા પેસાપજે કલ્ચરજી તપાસ મધધરૂપ ભનેતી. ઈ ધવા ૭ નું ૧૦ ડી લા ડિનેમેં અચેતી.
- ધવાસે ચેપ નિપટ કાબુમેં અચી વિને તેં પોય છોકરેંકે બૈઈયાર ચેપ ન લગે તેલાં થોડી થોડી ઓછે પરમાણમેં રાતજો સુતે ટાંણે હિકડી વાર એન્ટીબાયોટિક્સ લમુ સમય (૨ નું ૩ વરે) સુધી ડિનેમેં અચેતી. તેર ઈન સમયમેં હરેક મેણેંમે ને જરૂર પે ત તેં પેલા પણ પેસાપજી તપાસ કરાય ચેપ પૂરે પરમાણમે કાબુમે આય ક ન તેંજી તપાસ કેમેં અચેતી ને ઈન પરમાણે ખપતી હુવે, તી ધવામે વારીફેરી કેમેં અચેતી.

છોકરેંમેં મૂત્રમાર્ગજો ચેપ ને ફ્રોનિક કીડની ફેલ્યરજો ખાસ કારણ જન્મજી ખોડ વી.યુ.આર. આય.

- ઘરઘ ઓછો ગંભીર પ્રકારજો હુવે, તેર લગભગ ૧ નું ૩ વરે હિન રીતે સારવાર કેસે હી ઘરઘ નિપટ મિટી વિનેતો. સારવાર ટાંણે ૧ નું ૨ વરેં ઊંધી બાજુ મૂત્રવાહિનીમેં વેંધલ પેસાપજે પરમાણમેં કિતરો ફેરફાર થેયો આય ઈ જાણેલા બૈઈયાર એમ.સી.યુ. તપાસ કેમેં અચેતી.

ઓપરેસન :

જેર વી.યુ.આર. જી તકલીફ બોરી ગંભીર જાતજી હુવે, તેર ઓપરેસનજી જરૂર પેતી. જ છોકરેંમેં પેસાપ ગચ જ ઊંધી બાજુ વેંધો હુવે, તેર જ ટાંણે ઓપરેસન કેમેં ન અચે ત કાયમલા કીડનીકે નુકસાન થઈ સગેતો. હિન ઓપરેસનજો હેતુ મૂત્રવાહિની ને મૂત્રાસય જે વચમેં વાલ જેડી સગવડ બૈઈયાર થઈ સગે ને પેસાપ ઊંધી બાજુ મૂત્રવાહિનીમેં વેંધે અટકે ઈ આય. ઈ બોરોજ નાજુક એડો ઓપરેસન પીડિયાટ્રિક સર્જન કાં યુરોલોજીસ્ટ વટા કરાયમેં અચેતો.

પેસાપમેં રસી વારે છોકરેંલા ડોકટરજો સંપર્ક કડે કેણું ?

- બોરો જ બરો અચે, ધુબ ચડે, પેસાપ કે ટાંણે પીડા થીએ ક બડ઼તરા થીંધી હુવે, છટાણી વાસવારો પેસાપ અચિંધો હુવે ક પેસાપમેં લુઈ અચે તેર.
- મોડ઼ ચડે ક ઉલટીયું થીએ, જેંસે ઘરઘી પ્રવાઈ ક ઘવા ન ખાઈ સગે.
- ઓછો પ્રવાઈ ગિનાંધે ક ઉલટીયું થીંએ તેંસે સરીરમેં પ્રવાઈ ઘટી વિને તેર.
- પેટમે ક પુઠેંજે નીચેજે ભાગમે પીડા થીએ.
- છોકરો ફિસ ફિસ કર્યા કરે, ભૂખ ઓછી લગે (વિકાસ) તબિયત ન ભને ક છોકરો માંધો જ માંધો રેયા કરે તેર.

વી.યુ.આર. જી સારવારમેં નિઢી ફરિયાધમે એન્ટીબાયોટિક્સને વડી ફરિયાધમે ઓપરેસનજી જરૂર પેતી.

૨૬. છોકરેંકે રાતજો વિછાણમેં પેસાપ થિઈ વિનણું

છોકરો નિંઢો હુવે, તેર રાતજો વિછાણમે પેસાપ કરે વિજે, ઈ સ્વભાવિક આય. પણ છોકરો વડો થીંધે પણ વિછાણમેં પેસાપ થિઈ વેંધો હુવે, ત છોકરે ને ઈનજે મા-પે કે સરમ થીએ ને ચિંધા કરાય એડી તકલીફ આય. ખાસે નસીભે ઘણખરે છોકરેંમેં ઈ તકલીફ કીડનીજે કોય ધરધ જે કારણે નતી હુવે.

ઈ ફરિયાધ કેર છોકરેંમે વધુ નેરેલા મિલેતી ?

- જિન છોકરેંજે મા-પે કે ઈનજે નિંઢપણમેં ઈ તકલીફ થિઈ હુવે.
- છોકરીએં કના છોકરેંમે હી તકલીફ ત્રે ગણી ગચ નેરેલા મિલેતી.
- બોરીજ નીધર અચીંધી હુવે, એડે છોકરેંમેં હી ફરિયાધ ગચ નેરેલા મિલેતી.
- મનજી તાણજે કારણે ઘણેવાર હી તકલીફ ચાલુ થિઈ હુવે ક વધેલી નેરેલા મિલે.

હી તકલીફ કિતરે છોકરેંકે થીએતી ને કેર મિટેતી ?

- પંજ વરે કના વડી ઉમરજે ૧૦-૧૫% છોકરેંમે હી તકલીફ જાણાજેતી.
- લગભગ જીં છોકરો વડો થીએ તી હી તકલીફ પિંઢઈ ઘટધી વિનેતી ને મિટી વિનેતી. ૧૦ વરે જે છોકરેંમેં ૩% ને ૧૫ વરે પોય ૧% કના ઓછેં છોકરેંમે હી તકલીફ રેતી.

વિછાણમેં પેસાપ થિઈ વિનણું ઈ કેર ગંભીર ગણાજે ?

- ડીં જો પણ પેસાપ થિઈ વેંધો હુવે.
- ઝાડે તે પણ કાબુ ન રોંધો હુવે.
- ડીં જો વારેઘડીએ પેસાપ કેલા વિનણું પોંધો હુવે.

છોકરો રાતજો વિછાણમે મૂતરી પે ઈ ધરધ નાય.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

- પેસાપમે વારેઘડીએ ચેપ થીંધો હુવે.
- પેસાપજી સેડ સની હુવે ક પેસાપ ટીપો ટીપો અચે.

સારવાર :

હી તકલીફ કોય ધરધ નાંય ને છોકરો જાણી કરેને વિછાણમે પેસાપ પણ કરે નતો. ઈતરે છોકરેંકે વડ઼ીને ક છોકરેં તેં ખારો થેજે ભધલે હિન તકલીફજી સારવાર મીઠાસસે સમજાય ને સારસંભાર સેં કેમે અચેતી.

૧. સમજણ ને છાભાસી :

છોકરે કે હિન તકલીફજી પુરી સમજણ ડિણી બોરી જરૂરી આય. રાતજો વિછાણમે પેસાપ થીએ ઈ કોય ચિંધા જેડી ગાલ નાય ને ભરાભર થિઈ વેંધો એડી સમજણ ડિનેસે મનમે તાણુ ઘટાયમેં મધધરૂપ ભનેતી. હિન તકલીફજી ગાલ કરે, છોકરેકે કડેં પણ ઉતારે ન વિજણું, ઈનકે ખાર મારણા ક સજા ન કેણી ખપે. જિન રાતજો છોકરો વિછાણમે પેસાપ ન કરે તેની ઈનજા વખાણ કેણાં ને ઈનલા ઈનકે નિંઢીસંઢી ભેટ ડિણી. ઈ કે સેં છોકરેજી તકલીફ મિટાયમેં મધધ મિલેતી.

૨. પ્રવાઈ ગિનેજી ને પેસાપ કેલા વિનેજી ટેવમે ફેરફાર :

- સાઞીજો ૬ વગે પોય પ્રવાઈ ઓછો પીણું ને કેફીન વારીયું (ચાય, કોફી) ચીજુ ન ગિનણીયું.
- રાતજો સુતે પેલા કાયમ પેસાપ કરેનેજ સુમારેજી ટેવ વિજણી.
- તે સિવાય રાતજો છોકરેકે ઉથીઆરેનેં ૨–૩ વાર પેસાપ કરાય ગિનેસેં વિછાણમે પેસાપ થીએ નતો.

વડો થીંધે ખાલી સમજણ ને પ્રોત્સાહન સેહી તકલીફ મિટી વિનેતી.

- છોકરેંકે ડાઈપર પેરાય સે રાતજો વિછાણ ભીજધો અટકાય સગાજેતો.

૩. મૂત્રાસયજી તાલીમ :

- ઘણે છોકરેંજે મૂત્રાસયમેં થોડો પેસાપ સમાજેતો.

  એડેં છોકરેંકે થુડી થુડી વારમે પેસાપ કેલા વિનણું પેતો ને રાતજો વિછાણમે પેસાપ થઈ વિનેતો.

- એડે છોકરેંકે ડીંજો પેસાપ લગે તેર રોંકે રખણું, પેસાપ ઓડો કરેને રોકણું એડીયું મૂત્રાસયજીયું કસરતું કરેજી સલા ડિનેમેં અચેતી. હિન જાતજી કસરતેંસે મૂત્રાસય મજભુત ભનેતો. ઈનમેં પેસાપ સમાજેજી સગતિ વધેતી ને પેસાપ તેં કાબુ પણ વધેતો.

૪. એલાર્મ સિસ્ટમ :

પેસાપ થેસેં ચડી ભિજાજે ને તેરઈ ઈનસે મિલાયલી ઘંટણી વજે ઈન જાતજી એલાર્મ સિસ્ટમ વિકસીત ડેસેમેં આય. પેસાપ થીએતો તેજી ચેતવણી છોકરેકે મિલધે ઈનકે તેરઈ રોકી ગિનેતો. ઈન જાતજી તાલીમસેં ઈ ફરિયાધ ઝપાટે મિટાય સગાજેતી. ઈન જાતજા સાધન લગભગ ૭ વરે કના વડી ઉમરજે છોકરેલાં વપરાજે નતા.

૫. ધવાસે સારવાર :

હિનલા કરે ખાસ વપરાંધી ધવામે ઈમિપ્રેમિન ને ડેસ્મોપ્રેસિન જો સમાવેસ થીએતો. હિન ધવાજો વપરાસ આગડ કેલી ચર્ચા પરમાણેજી સલાયે ભેગી કેમે અચેતી.

ઈમિપ્રેમિન જે નાંસે ઓડ઼ખાંધી ધવાજો વપરાસ ૭ વરે કના વડી ઉમરજે છોકરેમેજ કેમે અચેતી. ઈ ધવા મૂત્રાસયજે સ્નાયુએંકે જકડેતી, જેંસે મૂત્રાસયમે

સાંજ પોય પ્રવાઈ ઓછો ગિનણું, ટેમસર પેસાપ કરાય ગિનણું ઈ જરૂરી સારવાર આય.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

ગચ પેસાપ રઈ સગેતો, તેં સિવાય હી ધવા પેસાપ ન ઉતરે તેલા જવાબધાર સ્નાયુએંકે ગચ સકોચાયમે મધધ કરે પેસાપ થીંધો અટકાયતી. હી ધવા દાકતરજી ડેખરેખમેં લગભગ ૩ નું ૬ મેંણા સુધીજ ડિનેમેં અચેતી.

ડેસ્મોપ્રેસિન (DDAVP) જે નાંસે ઓડ઼ખાંધી ધવા સ્પ્રે ને ગોરી એમે મિલેતી. જુકો ગિનેસેં રાતજો ઓછો પેસાપ ભનેતો, જે છોકરેમેં રાતજો ગચ પેસાપ ભનધો હુવે તેંલા હી ધવા બોરીજ કમજી આય. હી ધવા રાતજો વિછાણમેં થીંધલ પેસાપ અટકાયલા બોરીજ અકસીર હુંધે છતાં બોરીજ મોંઘી હુંધે મિડે છોકરા ઈ વાપરે સગે નતા.

વિછાણમે પેસાપ થિઈ વિનધો હુવે એડે છોકરેંજે મા-પે કે ડોકટરસે કડે મિલણું ?

- છોકરા ડી જો પણ વિછાણમે મૂતરી પોંધા હુવે.
- છ મેંણે સુધી વિછાણમેં મૂતરેજો ભંધ થિઈ વેઓ હુવે, પોય ઓચિંધો વિછાણમેં મૂતરેજો ચાલુ થેઓ હુવે.
- ઝાડા કેમેં કાબુ ન રોંધો હુવે.
- બરો અચે, ડુઃખાવો થીએ, પેસાપમેં બડ઼તરા થીએ, વારેઘડીએ પેસાપ કેલા વિનણું પે, બોરી ઉન લગે, મોંતે ને પગેંતે સોજો ચડે.
- પેસાપજી ધાર સની ક ધીમી થિઈ વિને, પેસાપ કે ટાંણે બોરી મેનત કેણી પે ને તકલીફ થીએ.

હિન ધરધમેં ધવાજી જરૂર બોરીજ ઓછેં છોકરેંમે પેતી.

૨૭. કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએંમે ખાધાખોરાકી

કીડની ફેલ્યરજે લગભગ ધરધીએંકે ખાધાખોરાકી જી હિન પરમાણે સલા ડિનેમેં અચેતી.

૧. પ્રવાઈ સલા પ્રમાણે ઓછે પરમાણમેં ગિનણું.

૨. ખાધેમેં સોડિયમ, પોટેસિયમ ને ફોસ્ફરસજો પરમાણ ઓછો હુણું ખપે.

૩. પ્રોટીનજો પરમાણ ગચ ન હુણું ખપે. સામાન્ય પરમાણમેં ૦.૮ નું ૧.૦ ગ્રામ/કિલોગ્રામ સરીરજે વજન જિતરો પ્રોટીન ગિનેજી સલા ડિનેમેં અચેતી.

૪. કાર્બોહાઈડ્રેટ પૂરે પરમાણમે (૩૫-૪૦ કેલરી/કિલોગ્રામ સરીર જે વજન જિતરો) ગિનેજી સલા ડિનેમેં અચેતી. ઘી-તેલ-મખણ જેડા ચરબી વારા ખોરાક ઓછો ગિનેજી સલા ડિનેમેં અચેતી.

૧. પ્રવાઈમેં (કાડજી) સંભાર :

કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએંકે પ્રવાઈ ગિનેમેં સંભાર ગિનણી કુલા જરૂરી આય ?

કીડનીજી કમ કેજી સગતિ ઘટે તીં ધરધી કે પેસાપજે પરમાણમેં પણ સામાન્ય રીતે ઘટાડો થીંધો નેરેલા મિલેતો. ઈન ટાંણે જ પ્રવાઈ છુટસેં ગિનેમે અચે ત સરીરમે પ્રવાઈ વધી વેંધે સોજા ને સાજી તકલીફ થઈ સગેતી, જુકો ગચ થીએ ત જીયલેણ ભની સગેતી.

સરીરમે પ્રવાઈજો પરમાણ વધી વેયો આય, ઈ કિન રીતે ખબર પે ?

સોજા ચડણું, પેટ ફૂલી વિનણું, સા ચડણું, લુઈજે ધબાણમેં વધારો થીણું, વજનમે થોડે સમયમેં ઝપાટે વધારો થીણું, ઈની મિણી લખણેજી મધધસે સરીરમેં પ્રવાઈજો પરમાણ વધી વેયો આય ઈ જાણી સગાજે.

કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએંકે કિતરો પ્રવાઈ ગિનણું ખપે ?

કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએંકે કિતરો પ્રવાઈ ગિનણું ખપે, ઈ ધરધીકે પેસાપ કિતરો થીએતો ને સરીરમે સોજો કિતરો આય ઈ નેરે નેં નકકી કેમેં અચેતો. જીન ધરધીકે પેસાપ પૂરે પરમાણમેં થીંધો હુવે, ને સોજા ન હુવે એડે ધરધીએંજી મરજી પરમાણે પ્રવાઈ ગિનેજી છુટ ડિનેમેં અચેતી.

જિન ધરધીએંમે પેસાપજો પરમાણ ઓછો થિઈ વેયો હુવેં, ને સોજા હુવે, તેડેં ધરધીએંમે પ્રવાઈ ઓછો ગિનેજી સલા ડિનેમેં અચેતી. સામાન્ય રીતે ૨૪ કલાકમેં થીંધલ પેસાપ +૫૦૦ એમ.એલ. જિતરો પ્રવાઈ ગિનેજી છુટ ડિનેસેં સોજા થીંધો ને વધધો અટકાય સગાજેતો.

- પ્રવાઈ ઓછે પરમાણમે ગિનેલા કમજી સલા :

૧. રોજ વજન કેણું

સલા પરમાણે ઓછો પ્રવાઈ ગિનેસે વજન ઈતરોજ રેતો. વજનમેં ઓચંધો વધારો થીએ, ત પ્રવાઈ ગચ ગિનેમેં આયો આય તેડો લગેતો. એડેં ધરધીએંકે પ્રવાઈજે પરમાણમેં ગચ ઘટાડો કેજી સલા ડિનેમેં અચેતી.

૨. જેર બોરી ઉન લગે તેર જ થોડો પાણી પીણું કાં મોંમે બરફજો નિંઢો ટુકરો રખી ચુસણું. જિતરો પાણી રોજ પીધેજી છુટ હુવે ઈતરે પાણીજા ભનાયલા બરફજા નિંઢા-નિંઢા ટુકરેસેં ઉનહલઈ વિનેતી.

૩. ખાધેમેં મીઠેજો પરમાણ ઘટાયસેં ઉન ઘટાય સગાજેતી. જેર મોં સુકાજે તેર પાણીજા કોગરા કરે, મોં ભીજાયણું પણ પાણી પીણું ન. ચ્યુઈગમ ખાધે સેં પણ મોં સુકાંધો અટકાય સગાજેતો.

૪. ચાયજા કોપ ને પાણી પીધેજા ગ્લાસ નિંઢા રખણા.

૫. જમે પોય પાણી પીયાજે તેર જ ભેગી ધવા ખાઈ ગિનણી, જેંસે ધવા ખાધેલા બઈયાર પાણી ન પીણું ખપે.

૬. દાકતર વટા સજે ડીમેં કિતરો પ્રવાઈ પીણું તેજી સલા ડીનેમે અચેથી. ઈપરમાણ ખાલી પાણીજો જ નાંય પણ પ્રવાઈમે પાણી બેયો ચાય, દૂધ, કોફી, ડઈ, છાય,

ફડેજો રસ, બરફ, આઈસ્ક્રીમ, સુપ, સરબત, ડારજો પાણી જેડો પીધેમેં વપરાંધલ મિડેજ પ્રવાઈજો સમાવેસ થીએતો. પીધેજે પ્રવાઈજે માપમેં ઈ મિડે પ્રવાઈ મિલી, ગિનેજો મિડે પ્રવાઈ ગણેજો હુવેતો.

૭. ધરધીકે કોય પણ કમમે ચાલુ રોણું, નવરો રેસેં ઉન લગેતી, એડી મરજી થેયા કરેતી.

૮. ડાયાબીટીસજે ધરધીએંમે લુઈમેં ખનજો પરમાણ ગચ હુવે, ત ઉન ગચ લગેતી. ઈતરે ડાયાબીટીસજે ધરધીએંમે લુઈમે ખનજો ખપ પુરતો પરમાણ ઉન ઘટાય, પ્રવાઈ ઓછો ગિનેમેં મધધરૂપ થીએતો.

ધરધી ગણતરી કરે, ખપ પુરતોજ પ્રવાઈ ગિની સગે તેલાં કેડી સલા ડિનેમેં અચેતી ?

- ધરધીકે જિતરો પ્રવાઈ ગિનેજી સલા ડિનેમેં આવઈ હુવે, ઈતરો પ્રવાઈ હિકડે જગમેં રોજ ભરે રખણું.
- જિતરો પ્રવાઈ ધરધી કોપ, ગ્લાસ ક વટકેમેં પીએ ઈતરોજ પાણી જગ મિંજા ઈનજ વાસણમે ભરે બાર હારે વિજણું.
- સજે ડીમેં જગ મિંજા પાણી ખલાસ થીએ ઈતરોજ પ્રવાઈ ગિનેજી છુટ ડિનેમેં અચેતી.
- બે ડી બઈયાર જગમેં પાણી ભરે માપ પરમાણે પ્રવાઈ પીધેજી સલા ડિનેમેં અચેતી.
- હિન રીતસેં ધરધી પ્રવાઈ ગિનેજી ગણતરી સેલાઈસે કરે સગેતો ને માપસર જ ગિની સગેતો.

૨. ખાધેમે મીઠો (સોડિયમ) ઓછો ગિનણું.

કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએંકે મીઠો ઓછો ખાધેજી સલા કુલાય ડિનેમેં અચેતી ?

સરીરમેં સોડ્યિમ (મીઠો) પ્રવાઈજો ને લુઈજે ધબાણજો ખપ પુરતો પ્રમાણ

રખેમેં મધધ કરેતો. સરીરમે સોડિયમ જે ખપ પૂરતે પરમાણજો નિયમન કીડની કરેતી. જેર કીડનીજી કમ કરેજી સગતિમેં ઘટાડો થીએ તેર સરીર મિંજા કીડનીસેં વધારેજે સોડિયમજો નિકાલ થઈ સગે નતો, ઈતરે સરીરમે સોડિયમજો પરમાણ વધેતો.

સરીરમે સોડિયમજે ગચ પરમાણ જે કારણે ઉન ગચ લગે, સોજા ચડે, સા ચડે, લુઈજો ધબાણ વધે ઈ મિડે થીએતો. ઈનકે અટકાયેલા ક ઘટાયલા કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએંકે ઓછો મીઠો ગિનેજી સલા ડિનેમેં અચેતી.

ખાધેમેં મીઠો કિતરો ગિનણું ખપે ?

પાંજે ડેસમે સામાન્ય માડુજે ખાધેમેં સજે ડીંમેં ખાવાંધો મીઠો ૬ નું ૮ ગ્રામ જિતરો હુવેતો. કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએંકે ખાધેમેં દાકતરજી સલા પરમાણે મીઠો ગિનણું ખપે. ઘણખરા લુઈજો ઊચો ધબાણ ધરાઈધલ કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએંકે રોજ ૩ ગ્રામ જિતરો મીઠો ખાધેજી સલા ડિનેમેં અચેતી.

ખાધેજી કિની ચીજેમેં મીઠો ગચ હુવેતો ?

ગચ મીઠે વારીયું ખાધેજીયું ચીજુ :

૧. મીઠો, ખાધેજો સોડા, ચાટ મસાલા

૨. પાપડ, અથાણાં, સંભારા, ચટણી

૩. ખાધેજો સોડા ક બેકિંગ પાવડર અચીધો હુવે, એડીયું ચીજું (ભીસ્કીટ, બ્રેડ, કેક, પિજા, ગાંઠિયા, ભુજિયાં, ઢોકરા, હાંડવો મિડે)

૪. તૈયાર નાસ્તો જેડો ક નમકીન (સેવ, ચેવડા, ચકરી, ફરસીપુરી) વેફર, પોપકોન, ફુલા, મીઠેવારા સીંગદાણા (ખારીસીંગ), ચણા, કાજુ, પિસ્તા

૫. તૈયાર મિલધલ મીઠેવારો મખણ ને ચીઝ

૬. સોસ, કોર્નફ્લેક્સ, સ્પેગેટી, મેક્રોની

૭. સાગભાજી : મેથી, પાલખ, કોથમરી, કોબી, ફ઼ડાવર, મુરી, બીટ

૮. ખારી લછી, મસાલેવારી સોડા, લીમુસરબત, નાઈયરપાણી

૯. ધવાઉ : સોડિયમ બાયકાર્બોનેટજયું ગોરીયું, એન્ટાસીડ, લેકસેટિવ.

● ખાધેમેં સોડિયમજો પરમાણ ઘટાયલા સલા :

૧. રોજ રસુઈમે મીઠો ઓછો વાપરણું ને મથાનુ કડેં પણ કચો મીટો ન ગિનણું. હુંત મિણીયા ખાસો ત મીઠે વગરજીજ રસુઈ કેણી ઈ આય, જેમેં રોજ જિતરો મીઠો ખાધેજી સલા ડિનેમેં આવઈ હુવે, ઈતરો મીઠો માપે ને ચોક્કસાઈસે ઉમેરેસે પૂરે પરમાણમેંજ સોડિયમ ખાધેમેં ગિનાજેતો.

૨. ભાખરી, માની, ભાત જેડીયે ચીજેમેં મીઠો ન વિજણું.

૩. અગિયા ડિનેલી જાધીમેં લિખલ ચીજેમેં સોડિયમજો પરમાણ ગચ હુધે ઈ ચીજું ન ખેણીયું ક ઓછીયું ખેણીયું.

૪. ગચ સોડિયમ વારી સાગભાજીકે ગચ પાણીમેં ધુઈ, ગચ પાણીમે બાફી, ઈ પાણી કઢી વિજેસેં સાગભાજી મિંજા સોડિયમજો પરમાણ ઘટાય સગાજેતો.

૫. ઓછે મીઠે વારે ખોરાકકે સ્વાદવારો ભનાયલા ખપતી પરમાણે ડુંગરી, લસણ, લીમું, તમાલપત્ર, એલચી, જીરો, કોકમ, લવીંગ, તજ, મરી, કેસર જો વપરાસ કરે સગાજે.

૬. મીઠે જે ભધલે ઓછે સોડિયમ વારો મીઠો-લોના ન ગિનણું. લોનામેં પોટેસિયમજો પરમાણ ગચ આઈ, ઈ કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએંકે જોખમી ભની સગેતો.

૩. પોટેસિયમ ઓછો ગિનણું :

કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએંકે ખાધાખોરાકીમે ઓછો પોટેસિયમ ગિનેજી સલા કુલાય ડિનેમેં અચેતી ?

સરીરમે હાડ ને સ્નાયુજી જરૂર કમગીરીલા પોટેસિયમજો સામાન્ય પરમાણ ખપજો આય. કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએંમેં લુઈમે પોટેસિયમ વધેજો ધ્રા રેતો. લુઈમે પોટેસિયમ ગચ થીએ ત હાડ ને સરીરજે સ્નાયુએજી કમ કેજી સગતિ તે

બોરીજ ખરાબ અસર થીએતી. પોટેસિયમ ગચ થીંધે ખાસ ઉભો થીંધલ જોખમ મેં હાડજા ધબકારા ઘટી વિનણા ને ઓચંધો હડ કમ કઈંધે ભંધ થઈ વિનેજો ક ફેફસેંજો સ્નાયુ કમ કરે સગેંસે સાસોસાસ ઘટી કે ભંધ થઈ વિનણું ઈ આય. સરીરમેં પોટેસિયમજો પ્રમાણ વધેજી તકલીફું જીયલેણ ભની સગે એડી ગંભીર આય, તોય ઈનજા કોય ખાસ લખણ ન ડિસાંધે ઈ 'સાઈલેન્ટ કિલર' ચોવાજેતો.

લુઈમેં સામાન્ય રીતે કિતરો પોટેસિયમ હુવેતો ? ઈ કિતરો વધે ત જોખમી ગણાજે ?

સામાન્ય રીતે સરીરમેં પોટેસિયમજો પરમાણ ૩.૫ નું ૫ meq/L જિતરો હુવેતો. જેર ઈ ૫ થી ૬ meq/L જિતરો હુવે, તેર ખાધેમેં બોરીજ સાવચેતી રખણી, જેર ઈ ૬.૫ meq/L કનાં વધે તેર ઈ જોખમી ભનેતો, ને જેર ઈ ૭ meq/L કનાં પણ ગચ હુવે, તેર ઈ ગમે ઈન ટાંણે જોખમી ભની સગેતો.

કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએંકે ગચ પોટેસિયમ વારો કયો ખોરાક ન ગિનણું ખપે ? ઓછે પોટેસિયમ વારો કયો ખોરાક ધરધીકે ખાધેજી છુટ ડિનેમે અચેતી ?

કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએંમે લુઈમેં પોટેસિયમ ન વધે તેલાં દાકતરજી સલા પરમાણે ખોરાક ગિનણું ખપે. ગચ વેચરાસ ને ઓછે પોટેસિયમ વારો ખોરાક જેજી જાધી હિન પરમાણે આય.

૧૦૦ ગ્રામ ખોરાકમેં અચેલ પોટેસિયમ જે પરમાણકે ધ્યાનમેં ગિની હિનમેં ગચ વેચરાસ ને ઓછે પોટેસિયમજો વિભાગ પાડેમેં આયો આય.

૧. ગચ પોટેસિયમ	=	૨૦૦ મી.ગ્રા. કના ગચ પોટેસિયમ
૨. વેચરાસ પોટેસિયમ	=	૧૦૦–૨૦૦ મી.ગ્રા. પોટેસિયમ
૩. ઓછે પોટેસિયમ	=	૦–૧૦૦ મી.ગ્રા. પોટેસિયમ

ગચ પોટેસિયમ વારો ખોરાક :

૧. ફડ઼ :

કેડા, ચીકુ, પકી કેરી (આમું), મોસંબી, દ્રાખ, સીતાફડ઼, તરિયો ચીભડ, તાજો પાઈનાપલ, આંમડ઼ા, ચેરી, જરદાડુ, પીચ, આલુ, બદામ

૨. સાગભાજી :

અડવીજા પન, લાવરિયા ગજર, સરગવેજી સીંગુ, કોથમરી, સુરણ, ભટાટા, પાલખા, ગુવાર, મસરૂમ

૩. સૂકામેવા :

ખજુર, કિસમીસ, કાજુ, બદામ, અંજીર, અખરોટ

૪. કઠોડ :

તુવરડાર, મુગેજી ડાર, ચણા, ચણેજી ડાર, અડધજી ડાર

૫. મસાલા :

સૂકા મિરચા, ધાણાજીરો, મેંથી

૬. પીણાં :

નાઈયર પાણી, તાજે ફડેજો રસ, બોરો ઉકારેલો ડૂધ, સૂપ, કોફી, બોર્નવીટા, ડ્રિન્કીગ ચોકલેટ, બીયર, વાઈન

૭. સિવાયમે :

લોના મીઠો, ચોકલેટ, કેડબરી, આઈસ્કીમ

વેચરાસ પોટેસિયમ વારો ખોરાક :

૧. ફડ઼ :

કારીંગો, ડ઼ાડમ, લીચી

૨. સાગભાજી :

રીંગણા, કુબી, ગજર, ડુંગરી, મૂરી, કારેલા, ભીંડા, ફુલાવર, ટમેટા

૩. અનાજ :

મેંધો, જુવાર, પૌંઆ, મકાઈ, ઘઉજી સેવ

૪. પીણા :

ગાયજો ડૂધ, ડંઈ.

૫. સિવાયમે :

મરી, લવીંગ, એલચી, ધાણા, ગરમ મસાલો

ઓછે પોટેસિયમ વારો ખોરાક :

૧. ફડ઼ :

સફરજન, પપૈયો, જાંભુ, જમરૂખ, સંતરા, પેર

૨. સાગભાજી :

ડૂધી, કાકડી, કચી કેરી, ગિલાકેયું, પરવડ, બીટ, લીલા વટાણાં, મેથીજી ભાજી, લસણ

૩. અનાજ :

સોજી, ચોખા

૪. પીણાં :

મેજો ડૂધ, લીમુંપાણી, કોકાકોલા, ફેન્ટા, લિમ્કા, રીમઝીમ, સોડા

૫. સિવાયમે :

મધ, જાયફડ઼, રાઈ સુંઠ, ફુદીનેજા પન, વિનેગર

સાગભાજીમે અચેલ પોટેસિયમ કિન રીતે ઘટાય સગાજે ?

- સાગભાજી મોરે, નિપટ સના (વેફર જેડા) ને નિંઢા ટુકરા કેણાં, છિલટેવારા સાગભાજી (જીકે ભટાટા, સુરણ) જી છાલ કઢી વિજણી.

- ગરમ પાણીમે ધુઈને, ઈન સાગભાજીકે થોડો ગરમ હુવે, એડે પાણીમેં કલાક ખન પલારે રખણાં, પાણીજો પરમાણ સાગભાજી કના ૫-૧૦ ગણું ગચ ગિનણું.
- બ કલાક પોય બઈયાર ગરમ પાણીમેં ૨-૩ વાર ધુઈ પોય સાગભાજીકે ગચ પાણીમેં બાફણા.
- જિન પાણીમેં સાક બાફેલો હુવે, ઈ પાણી ફિગાય ડિણું ને પોય સાગભાજીજો સ્વાદ પરમાણે સાગ ભનાયણું.
- ઈન રીતે સાગભાજીમે અચેલે પોટેસિયમજો પરમાણ ઘટાય સગાજેતો પણ નિપટ કઢિ નતો સગાજે, ઈતરે ગચ પોટેસિયમ વારા સાગભાજી ઓછા ગિનણાં ને ન ગિનેજી સલા પણ ડિનેમેં અચેતી.
- ઈન રીતે ભનાયેલ ખોરાકમેં પોટેસિયમ ભેગો વિટામીન પણ નિકરી વિનેતા, ઈતરે એડે ખોરાક ભેગો દાકતરજી સલા પરમાણે વિટામીનજી ગોરી પણ ખેણી જરૂરી આય.

૪. ફોસ્ફરસ ઓછો ગિનણું

કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએંમે ફોસ્ફરસ વારો ખોરાક કુલા ઓછો ગિનણું ખપે ?

- સરીરમે ફોસ્ફરસ ને કેલ્સિયમજો સામાન્ય પ્રમાણ હડે જે વિકાસલા ને ઈનજી મજબુતાઈલા જરૂરી આય. સામાન્ય રીતેં ખોરાકમેં વધારેજો ફોસ્ફરસકે કીડની પેસાપમેં કઢી વિજે, ને ઈનજી જરૂરત પ્રમાણે લુઈમેં રખે.
- સામાન્ય રીતેં લુઈમેં ફોસ્ફરસજો પ્રમાણ ૪.૫ – ૫.૫ જિતરો હુવે.
- કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએંમે વધારેજે ફોસ્ફરસજો નિકાલ ન થીધે લુઈમેં ઈનજો પરમાણ વધેતો. લુઈમેં ફોસ્ફરસ વધધે હડે મિંજા કેલ્સિયમ ખેચાઈ વિનેતો, જેંજે કારણે હડા નબલા પેતા.

- સરીરમેં ફોસ્ફરસ વધેજે કારણે ખાસ તકલીફેમેં ઢેડ઼ અચણી, સ્નાયુ નબડા થિણાં, હડા ડુઃખણા, હડા નબલા ને કડક થિઈ વેંધે હડા ટુટેજા (ફ્રેકચર) સકયતા વધી વિનેતી.

કયો ખોરાક ફોસ્ફરસ ગચ હુંધે ઓછો ક સમૂરો ન ગિનણું ખપે ?

ગચ ફોસ્ફરસ વારે ખોરાકજી જાધી હિન પરમાણે આય :

- ડૂધ, ડૂધજી ભનાવટ, ચીઝ, આઈસ્ક્રીમ, મિલ્કસેઈક, ચોકલેટ
- કાજુ, બદામ, પીસ્તા, અખરોટ, સૂકો નાઈયર
- થધા પીણા : કોકાકોલા, ફેન્ટા, માઝા, ફ્રુટી
- સીંગદાણા, સીંગેજી ચીકી, ગજર, અડ઼વીજા પન, લાવરીયા ગજર, મકાઈજા ડાણા, નીરા વટાણા.

૫. ખોરાક બાબતજી સલા

કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએંકે કિન જાતજો ને કિતરો ખોરાક ગિનણું ઈ નેફ્રોલોજીસ્ટજી સલા પરમાણે ડાયટેસિયન વટા નક્કી કેમેં અચેતો. પણ ખાધાખોરાકીજી બાબતમે સામાન્ય સલા ઈન પ્રમાણે આય :

૧. પ્રવાઈ :

દાકતરજી સલા પરમાણે દાકતર ચે ઈતરોજ પ્રવાઈ ગિનણું. રોજ વજન કેણું ને લખી રખણું, જ વજનમેં ઓચંધો વધારો થીએ ત ગચ પ્રવાઈ ગિનાણું આય ઈ સમજણું.

૨. કાર્બોહાઈડ્રેટ્સ :

સરીરકે પૂરે પરમાણમેં કેલરી મિલે તેલાં ધાંઈ–કઠોડ઼ ભેંગો (જ ડાયાબિટીસ ન હુવે ત) ખન ક ગ્લુકોઝ વારે ખોરાકજો ગચ વપરાસ કરી સગાજે.

૩. પ્રોટીન :

ખાસ કરેને ડૂધ, કઠોડ઼, ધાંઈ, ઈનાં ને કુકડીમે ગચ પ્રોટીન મિલેતો. ડાયલીસીસજી જરૂર ન હુવે, ત ઈન સમયમેં એડેં કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએંકે

થોડો ઓછો પ્રોટીન (૦.૮ ગ્રામ/ કિલોગ્રામ સરીરજે વજન જિતરો) ગિનેજી સલા ડિનેમેં અચેતી. બેયો નિયમિત ડાયાલીસીસ પોય ખાસ કરેને સી.એ.પી.ડી. કરાઈધલ ધરધીએંમે ગચ પ્રોટીન ગિનણું ખાસ જરૂરી આય. સી.એ.પી.ડી. જો પ્રવાઈ પેટનું બાર નિકરે તેર પ્રોટીન પણ નિકરી વેંધે જ વધારેજો પ્રોટીન ડિનેમેં ન અચે ત સરીરમે પ્રોટીન ઘટી વિનેતો, જુકો નુકસાનકારક આય.

૪. ચરબીવારો ખોરાક :

ચરબીજો પ્રમાણ ખોરાકમે ઓછો હુણું ખપે. ઘે, મખણ ખોરાકમેં ઓછો ગિનણું ખપે, પણ નિપટ ન ખેણું ઈ ભરાભર નાય. તેલ મે પણ સામાન્ય રીતે સીગતેલ ક સોયાબીન તેલ ફાયધાકારક આય, તેલ ઓછે પરમાણમે ગિનેજી સલા આય.

૫. મીઠો :

લગભગ ધરધીએંકે મીઠો ઓછો ખાધેજી સલા ડિનેમે અચેતી. ખોરાકમે સોડિયમજે પરમાણકે ધ્યાનમેં રખી ખોરાકજો આયોજન કેણું, મથાનું કચો મીઠો ન ગિનણું,ખાધેજી સોડા, બેકિંગ પાવડર વારી ચીજું પણ ઓછીયું ગિનણીયું કાં સમુરગીયું ન ગિનણીયું. મીઠેજે ભધલે સીંધાલુણ ક લોના (ઓછે સોડિયમ વારો મીઠો) (Low Sodium Salt) ગિનણું.

૬. ધાંઈ (અનાજ) :

ધાઈમેં ચોખા ક તે મિંજા ભનાયલા પૌવા, કુમરા જેડીયું ચીજું વધારે વાપરણીયું. રોજ હિકડોજ ધાંઈ ખાધેજે ભધલે ઘેવ, ચોખા, પૌવા, સાબુદાણા, રવો, મેંધો, તાજી મકાઈ, કોર્નફ્રેક્સ ગિની સગાજે. જુવાર, મકાઈ ને બાજર ઓછી ખેણી.

૭. કઠોડ઼ :

મિંણી જાતેજી ડાર સરખે પરમાણમે ગિની સગાજે. જુધે જુધી જાતજી ડાર ગિનેસે ખોરાકમે ફેરફાર થિઈ સગેતો.

ડાર ભેગો પ્રવાઈ અચે ઈતરે પ્રવાઈજો પરમાણ ઓછો ગિનણું હુવે તેર જાડી ડાર ગિનણી. કઠોડ જો પરમાણ દાકતરજી સલા પરમાણે ગિનણું. કઠોડમે પોટેસિયમકે ઘટાયલા ઈનકે ગચ પાણીમે ધુઈ, કાંસે પાણીમે પલારે ને પાણી કઢી વિજણું. ગચ પાણીમે કઠોડ઼કે બાફણી ને ઈ પણ પાણી કઢી વિજણું પોય સ્વાદ પરમાણે ભનાયલા ડાર ને ચોખેજે ભધલે ઈનમિંજા ભનેલી ખીચડી, ઈટલી, ઢોસા ખાઈ સગાજે.

૮. સાગ–ભકાલો :

અગિયા ચે પરમાણે ઓછે પોટેસિયમ વારા સાગભાજી છુટથી ગિનણાં, ગચ પોટેસિયમ વારે સાગભાજી મિંજા આગડ ચે પરમાણે પોટેસિયમજો પરમાણ ઘટાયને સાગ ભનાયણું. સ્વાદલા કરે ડાર–સાગમેં લીમુ વિજી સગાજે.

૯. ફડ઼ :

ઓછે પોટેસિયમ વારા ફડ઼ (સફરજન, કાચચિભડ઼, જાયફર, પેર) પણ ડીમેં હિકડી જ વખત ખેણાં. ડાયાલીસીસજે ડી ડાયાલીસીસ પેલા ખપે ઈ હિકડો ફડ઼ ખાઈ સગાજે, નાઈયરજો પાણી ક ફડેંજા રસ ન પીણા.

૧૦. ડૂધ ને ઈનજી ભનાવટ :

રોજ ૩૦૦–૩૫૦ એમ.એલ. જિતરો ડૂધ કે ઈનમિંજા ભનેલીયું બઈયું ચીજું (ખીર, આઈસ્ક્રીમ, ડંઈ, છાય) ગિની સગાજે. પ્રવાઈ ઓછો ગિનેજી સલાકે ધ્યાનમેં ગિની, છાય ઓછી પીણી.

૧૧. થધા પીણાં :

પેપ્સી, ફેન્ટા, ફ્રૂટી જેડા થધા પીણાં ન ગિનણાં. ફ્રૂટ, જયુસ, ફડેંજો રસ, નાઈયર પાણી ન ગિનણાં.

૧૨. સૂકો મેવો :

સૂકો મેવો, સીગડાણા, તર, નીરો ક સૂકો નાઈયર ન ખેણું.

૨૮. તબીબી સબદ ને ટૂંકે સબદેજી સમજ

- એનિમિયા (**Anemia**) :

લુઈમે હિમોગ્લોબીનજો પરમાણ ઘટી વિનણું, ઈન કારણે નબલાઈ લગે, થાક લગે, થોડો કમ કેસેં સા ચડે જેડીયું તકલીફું થીએંતીયું.

- એરિથ્રોપોયેટિન :

એરિથ્રોપોયેટિન ઈ રકતકણેજે ભનેલા જવાભધાર ચીજ આય. ઈ પદાર્થ કીડનીમેં બનેતો. કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએંમે એરિથ્રોપોયેટિનજો ભનેજો ઓછો થીધે હડેજે પોલાણમેં રકતકણેજો બનેજો ઓછો થીએતો, જેંસે એનિમિયા થીએતો.

- એ.વી. ફિસ્ચ્યુલા (**Arterio Venous Fistula**) :

ઓપરેસન કરે કૃત્રિમ રીતે ધમની ને સિરા કે ભેગો કેણું. ધમની મિંજા ધબાણસેં ગચ લુઈ અચીધે થોડે અઠવાડિયે પોય સિરા ફુલી વિનેતી, ને તેમેં વઈધલ લુઈજો પરમાણ વધી વિનેતો. ઈન ફુલેલી સિરામેં ખાસ જાતજી જાડી સુઈ વિજી, હિમોડાયાલીસીસલા લુઈ ગિનેમેં અચેતો.

- બ્લડપ્રેસર (બી.પી. **Blood Pressure**) :

લુઈજો ધબાણ

- બી.પી.એચ. (**Benign Prostatic Hypertrophy**) :

વડી ઉમરજે માડુંએમેં પ્રોસ્ટેટનો કદ વધેજે કારણે પેસાપ ઉતરેમેં થીધલ તકલીફ

- કેડેવર કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન :

મગજ મરી વેયો હુવે, એડી વ્યકિતજી હિકડી ખાસી કીડની ગિની કેમે અચીંધલ કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન જો ઓપરેસન

- કેલ્સિયમ :

સરીરમે હડા, સ્નાયુ ને જ્ઞાનતંતુજી તંદુરસ્તી ને ઈનજી ખાસી કમગીરીલા ખાસ કમ કઈધલ ખનીજ તત્વ, જુકો ખાસ કરે ડૂધ ને ડૂધજી ભનાવટ મિંજા મિલેંતા.

- ક્રિએટીનીન ને યુરિયા :

ક્રિએટીનીન ને યેરિયા સરીરમેં નાઈટ્રોજન મેટાબોલિઝમ મિંજા ભનધલ નિકામું બાર કઢેજો કચરો (પદાર્થ) આય, જેંકે કીડનીસે બાર કઢેમેં અચેતો.

સામાન્ય રીતેં લુઈમેં ક્રિએટીનીનજો પરમાણ ૦.૮ નું ૧.૪ મી.ગ્રા % ને યુરિયાજો પ્રમાણ ૨૦ નું ૪૦ મી.ગ્રા. % હુવેતો. કીડની ફેલ્યરમે ઈનમેં વધારો થીએતો.

- સિસ્ટોસ્કોપી (**Cystoscopy**) :

ખાસ જાતજી ધુરબીન(Cystoscope) જી મધધસે મૂત્રાસયજે મિંજ જે ભાગજી તપાસ.

- ડાયાલાઈઝર :

હિમોડાયાલીસિસજી કમગીરીમેં લુઈકે ચોખ્ખો કેજો કમ કઈધલ કૃત્રિમ કીડની.

- ડાયાલિસિસ :

કીડની કમ ન કઈધી હુવે, તેર એડેં સંજોગેમેં કીડનીજે કમ જે ભધલે સરીર મિંજા નિકામું કચરો ને પ્રવાઈ બાર કઢેજી કૃત્રિમ રીત કે ડાયલિસિસિ ચોવાજેતો.

- ડબલ લ્યુમેન કેથેટર (ડી.એલ.સી.) :

જેર ઓચિંધો ડાયાલિસિસ કેજી જરૂર હુવે, તેર સરીર મિંજા લુઈ બાર કઢેલા વપરાધલ કેથેટર. મિંજાનું કેથેટરજા બ ભાગ હુવેંતા. હિકડો ભાગ લુઈબાર કઢેલા ને બેયો ભાગ સુદ્ધ થેલે લુઈકે પાછો સરીરમેં હલાયલા વપરાજેતો.

- **ઈલેકટ્રોલાઈટ્સ :**

  લુઈમેં અચેલ ક્ષાર તત્વ જેડા કે સોડિયમ, પોટેસિયમ, કલોરાઈડ ઈન તત્વેજો લુઈમેં સામાન્ય પ્રમાણ લુઈજો ધબાણ, સ્નાયુ, જ્ઞાનતંતુજી જરૂરી કમગીરી ચાલુ રખેમે મધધ કરેતી.

- **ફિમોરલ વેઈન (Femoral Vein) :**

  પગ મિંજા લુઈ ગિની વેંધલ સથરમેં અચેલી વડી સિરા. ઈન સિરામેં ડબલ લ્યુમેન કેથેટર વિજી હિમોડાયાલિસિસ લુઈ ગિનેમેં અચેતો.

- **ફિસ્ચ્યુલા નિડલ :**

  હિમોડાયાલિસિસલા લુઈ ગિનેલા ફુલેલી સિરા (એ.વી. ફિસ્ચ્યુલા) મેં વિજેમેં અચીધલ ખાસ જાતજી જાડી સુઈ.

- **ગ્લોમેરૂલોનેફ્રાઈટિસ :**

  ઈન જાતજે કીડનીજે ધરધમેં સામાન્ય રીતે સોજા અચણી, લુઈજે ધબાણ મેં વધારો થીણું, પેસાપમેં પ્રોટીન ને રકતકણ નિકરણાં ને કિતરીક વાર કીડની ફેલ્યર ડિઠેમેં અચેતો.

- **હિમોડાયાલિસિસ (એચ.ડી.) – લુઈજો ડાયાલિસિસ :**

  હિમોડાયાલિસિસ મિસીનજી મધધસેં કૃત્રિમ કીડની (ડાયાલિસિસ) સે લુઈ કે સુદ્ધ કેજી કમગીરી.

- **હિમોગ્લોબિન :**

  હિમોગ્લોબીન ઈ રકતકણમેં અચેલ પદાર્થ આય. ઈનજો કમ સરીરમેં ઓકસીજન પુજાયેજો આય. લુઈજી તપાસસે હિમોગ્લોબીનજો પરમાણજી ખબર પે. લુઈમે હિમોગ્લોબીન ઘટે ત ઈનસેં થીધલ બિમારીકે અનિમિયા ચેંતા.

- **હાઈપરટેન્સન :**

  લુઈજો ઊંચો ધબાણ.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

- ઈમ્યુનો સપ્રેસન્ટ ધવાઉ (**Immuno Suppresant Drugs**) :

  કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન પોય હમેસજે માટે ગિનણી જરૂરી એડી ખાસ જાતજી ધવાઈયું. ઈ ધવાઉ સરીરજી પ્રતિકારક સગતિ તેં પસંદગી પરમાણે અસર કરે કીડની રિજેકસનજી સગયતા ઘટાયતી, પણ ધરધકે સામે વિડેજી સગતિ જાડવે રખેતી. ઈન જાતજી ધવાઈયેમેં પ્રેડનીસોલોન, સાયકલોસ્પોરીન, એઝાથાયોપ્રીમ એમ.એમ.એફ. જો સમાવેસ થીએતો.

- ઈન્ટ્રાવીનસ પાયલોગ્રાફી (આઈ.વી.પી.) :

  કીડનીજી ખાસ જાતજી એકસ-રેજી તપાસ. ઈ તપાસ અયોડિન વારી ધવાજે ઈન્જીકસન ડિઈ કરેમેં અચેતી. ઈન જાતજે પેટજે એકસ-રેજી તપાસમે ધવા કીડની મિંજા મૂત્રવાહિની મેં થિઈ મૂત્રાસયમેં વેંધી ડિઠેમે અચેતી. ઈ તપાસ કીડનીજી કમજી સગતિ ને મૂત્રમાર્ગજી રચનાજી સમજણ ડેતી.

- જુગ્યુલર વેઈન (**I.J.V.-Internal Jugular Vein**) :

  મથે નેં નિડ઼ીજે ભાગ મિંજા લુઈ કે ખણી વેંધલ વડી સિરા જુકો નિડ઼ીમેં ખભેજે ભાગમેં અચેલી આય. ઈન સિરામેં ડબલ લ્યુમેન કેથેટર વિજી હિમોડાયાલિસિસલા લુઈ ગિનેમેં અચેતો.

- કીડની બાયોપ્સી :

  નિધાનલા કરે કીડની મિંજા સુઈસે સને ડોરે જેડો ભાગ ગિની ઈનજો માઈક્રોસ્કોપ સે કેમેં અચીધલ તપાસ.

- કીડની ફેલ્યર :

  કીડનીજી કમગીરીજી સગતિમેં ઘટાડો થીણું. લુઈમે ક્રિએટીનીન ને યુરિયાજે પરમાણમે વધારો થીએ ત કીડની ફેલ્યર સમજણું.

- એકયુટ કીડની ફેલ્યર :

  સામાન્ય રીતે કમ કઈધલ કીડનીજો થોડે સમયમેં ભંધ થિઈ વિનણું. ઈન રીતેં ફિટેલી કીડની વરી ભરાભર કમ કઈધી થિઈ સગેતી.

- ક્રોનિક કીડની ફેલ્યર :

  હરેં હરેં લમે ગાડે બઈયાર ન સુધરી સગે ઈન રીતેં કીડનીજી કમ કેજી સગતિમેં થીંધલ ઘટાડો.

- કીડની રિજેકસન :

  કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન પોય સરીરજી પ્રતિકારક સગતિ જે કારણે થીંધલ નુકસાનસે નઈ વિજેલી કીડનીજો ફિટણું.

- કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસન :

  ક્રોનિક કીડની ફેલ્યરજે ધરધીએંમે બે માડુજી મિલેલી ખાસી કીડની વિજેજો ઓપરેસન.

- લીથોટ્રીપ્સી (**E.S.W.L.**) :

  ઓપરેસન વિગર પથરીજી સારવારજી નઈ રીત. ઈન સારવારમેં મિસીનસેં ઈનમિંજા નિકરધલ જભરી સગતિવારા મોજા પથરીજો ભૂકો કરીયેંતા. ઈ ભૂકો પેસાપમેં બાર નિકરી વિનેતો.

- માઈક્રોઆલ્બ્યુમિન્યુરિયા :

  પેસાપમે ગચજ ઓછે પરમાણમેં નિકરધલ આલ્બ્યુમિનજે નિધાનજી તપાસ. ઈ તપાસ ડાયાબીટીસ જે કારણે કીડનીકે થીંધલ નુકસાનજો વેલો નિધાન કેલા વપરાજેતી.

- એમ.સી.યુ. (**Micturating Cysto Urethrogram**) :

  ખાસ જાતજી આયોડિન વારી ડાઈકે કેથેટરસેં મૂત્રાસયમેં ભરે, પેસાપ કે ટાંણે મૂત્રમાર્ગજી એકસ-રે સેં તપાસ.

- નેફ્રોલોજીસ્ટ :

  કીડનીજા નિષ્ણાંત ફિઝીસિયન -દાકતર.

Free!!! 200 Paged Kidney Book in 10 + Languages

- નેફ્રોન :

કીડનીમેં અચેલ સનું ફિલ્ટર (ગેણી) જેડો ભાગ જુકો લુઈકે સુદ્ધ કરે પેસાપ ભનાયતો. મિંણી કીડનીએંમે એડા લગભગ ૧૦ લખ નેફ્રોન હુવેંતા.

- નેફ્રોટિક સિન્ડ્રોમ :

ખાસ કરે છોકરેમેં થીંધલ કીડનીજો ધરધ જેમેં પેસાપમેં પ્રોટીન નિકરધે સરીરમેં પ્રોટીન ઘટી વિનેતો, ને સોજા થીએતી.

- પી.યુ.જે. ઓબ્સ્ટ્રકસન :

કીડની ને મૂત્રવાહિનીકે જુડીધલ ભાગ સંકોચાઈ વિને, એડી જન્મધેજ ખોડ. ઈનસે પેસાપજે રસ્તેમેં અડચણ થીંધે કીડની ફુલી વિનેતી.

- પેરીટોનીઅલ ડાયાલિસિસ (પી.ડી.) – પેટનું ડાયાલિસિસ :

પેટમેં ગચ કાંણે વારો ખાસ જાતજો કેથેટર વિજી ખાસ જાતજે પ્રવાઈ (પી.ડી. ફલ્યુડ) જી મધધસે સરીર મિંજા કચરો બાર કઢેજી ને લુઈ સુદ્ધ કેજી રીત.

- ફોસ્ફરસ :

સરીરમેં અચેલ ખાસ તત્વ, જુકો હડા ને ડંધજે બંધારણમેં ભાગ ભજવેતો. ઈ તત્વ ખાસ કરેને ડૂધ, ધાંઈ, કઠોડ઼, ઈનાં, માંસ મિંજા મિલેતો.

- પોલિસિસ્ટિક કીડની ડિસિઝ (પી.કે.ડી.) :

મિણીયા ગચ થીંધલ વંસવારસમેં થીંધલ કીડનીજો ધરધ. ઈન ધરધમેં બોઈ કીડનીએમેં ઘણેં મિડે સિસ્ટ (ફુગે જેડા) ડિઠેમે અચેંતા. ઈનસેં કીડનીજો કદ વધેતો. પી.કે.ડી. જે કારણે ઉમર વધધે લુઈજે ધબાણમેં વધારો થીંધે કીડની ફેલ્યર થિઈ સગેતી.

- પોટેસિયમ :

ઈન ખનીજ તત્વજો લુઈમેં સામાન્ય પરમાણ સ્નાયુજી જરૂરી કમગીરી ને હડ

કે ભરાભર રીતેં કમ કરેલા કમજો આય. ફડ઼, ફડ઼ેંજાં રસ, નાઈયર પાણી, સૂકો મેવેમેં પોટેસિયમજો પરમાણ ગચ હુવેતો.

- પ્રોટીન :

ખોરાક જે ખાસ પોસક તત્વેમેં પ્રોટીન કાર્બોહાઈડ્રેટ ને ફેટ (ચરબી) જો સમાવેસ થીએતો. પ્રોટીન સરીરજે બંધારણ, ઈનજે વિકાસ ને સ્નાયુજે બંધારણમેં ખાસ ભાગ ભજવેતો.

- રિનલ આર્ટરી (**Renal Artery**) :

કીડની કે લુઈ પુજાઈધલ ધમની.

- સેમીપરમીએબલ :

ગેણેં જેડો કમ જુકો ખાલી નિઢે કણેં કેજ વિનેલા ડેતો પણ ઈન મિંજા વડા કણ બાર નિકરી નતા સગે.

- સેપ્ટીસેમિયા (**Septicemia**) :

લુઈમેં ચેપજી ગંભીર અસર.

- સોડિયમ :

સોડિયમ સરીરમે પ્રવાઈ ને લુઈજે ધબાણમે ખાસ ભાગ ભજવીધલ ખનીજ તત્વ આય. મીઠો–સોડિયમ ધરાઈધલ મિણીયાં ગચ વપરાંધલ ચીજ આય.

- સોનોગ્રાફી :

અવાજજે મોજાંજી મધધસે કેમે અચીધલ તપાસ. ઈ તપાસ કીડનીજો કદ, રચના, ઈનજી જગ્યા ને કીડનીજે રસ્તેમે અડચણ પથરી ક ગંઢ જી ખાસ ખબર ડીંધલ તપાસ.

- સબકલેવિયન વેઈન (**Subclavian Vein**) :

હથ ને છાતીજે મથે જે ભાગ મિંજા લુઈ ગિની વેંધલ વડી સિરા. ઈ સિરા

ખભેજે ભાગમેં હાંસડીકે પુઠિયા અચેલી આય. ઈન સિરામેં ડબલ લ્યુમેન કેથેટર વિજી હિમોડાયાલિસિસ કેમે અચેતો.

- ટી.યુ.આર.પી. :

વડી ઉમરમેં પ્રોસ્ટેટજો કદ વધધે થીંધલ તકલીફ (બી.પી.એચ.) જો ઓપરેસન વિગર ધુરબીનજી મધધસે કેમે અચીધલ સારવારજી રીત.

- યુરોલોજિસ્ટ :

કીડની નિષ્ણાંત સર્જન-દાકતર.

- વી.યુ.આર. (**Vesico Ureteric Reflux**) :

મૂત્રાસય ને મૂત્રવાહિની જે વિચમે અચેલ વાલજે કમમેં જન્મધેજ ખોડ. વી.યુ.આર. જે કારણે પેસાપ મૂત્રાસય મિંજા ઊંધી બાજુ મૂત્રવાહિનીમેં વિનેતો. વી.યુ.આર. છોકરેંમે મૂત્રમાર્ગજો ચેપ, લુઈજો ઊચો ધબાણ ને કીડની ફેલ્યરજો ખાસ કારણ આય.

ટૂંકે સબદેંજો પુરો રૂપ

- એ.સી.ઈ.આઈ. : એન્જિયોટેન્સીન કન્વર્ટિંગ એન્ઝાઈમ ઈનહીબીટર્સ
- એ.જી.એન. : એકયુટ ગ્લોમેરૂલોનેફ્રાઈટિસ
- એ.આર.બી. : એન્જિઓટેન્સીન રિસેપ્ટર બ્લોકર
- એ.આર.એફ. : એકયુટ રિનલ (કીડની) ફેલ્યર
- એ.વી.ફિસ્ચ્યુલા : આરટેરિયો વીનસ ફિસ્ચ્યુલા
- બી.પી.એચ. : બિનાઈન પ્રોસ્ટેટિક હાઈપરટ્રોફી
- સી.એ.પી.ડી. કન્ટીન્યુઅસ એમ્બ્યુલેટરી પેરીટોનિયલ ડાયાલિસિસ
- સી.સી.પી.ડી. : કન્ટીન્યુઅસ સાયકલીક પેરીટોનિયલ ડાયાલિસિસ
- સી.આર.એફ. : ક્રોનિક રિનલ (કીડની) ફેલ્યર
- એચ.ડી. : હિમોડાયાલિસિસ
- આઈ.ડી.ડી.એમ. : ઈન્સ્યુલીન ડિપેન્ડન્ટ ડાયાબિટીસ મલાઈટ્સ
- આઈ.જે.વી. : ઈન્ટર્નલ જુગુલર વેઈન
- આઈ.પી.ડી. : ઈન્ટરમીટન્ટ પેરીટોનિયલ ડાયાલિસિસ
- આઈ.વી.પી. : ઈન્ટ્રાવીનસ પાઈલોગ્રાફી
- એમ.સી.યુ. : મિકચ્યુરેટિંગ સિસ્ટો યુરેથ્રોગ્રામ
- એન.આઈ.ડી.ડી.એમ. : નોન ઈન્સ્યુલીન ડિપેન્ડન્ટ ડાયાબિટીસ મલાઈટ્સ
- પી.સી.એન.એલ. : પરકયુટેનસ નેફ્રોલીથોટોમી
- પી.ડી. : પેરીટોનિયલ ડાયાલિસિસ
- પી.કે.ડી. પોલિસિસ્ટિક કીડની ડિસિઝ
- પી.એસ.એ. : પ્રોસ્ટેટ સ્પેસિફિક એન્ટીજન
- પી.યુ.જે. ઓબ્સ્ટ્રેક્સન : પેલ્વી યુરેટરિક જન્કસન ઓબ્સ્ટ્રકસન
- ટી.બી. : ટયુબરકયુલોસિસ
- ટી.યુ.આર.પી. : ટ્રાન્સયુરેથ્રલ રિસેકસન ઓફ પ્રોસ્ટેટ
- યુ.ટી.આઈ. : યુરિનરી ટ્રેક ઈન્ફેકસન
- વી.યુ.આર. : વસાઈકો યુરેટરિક રિફલકસ.

કીડની જે ધરધ તેં પેલવેલી ચોપડી.

આંજી કીડની ભચાયો

કીડની જે ધરધલા જરૂરી સાર-સંભાર જીયું ગાલીયું

કુરો આંકે ખભર આય ?

- કીડની ફેલ્યર ઈતરે કીડની કમ કરીંધી બંધ થિઈ વિને રો.
- કીડની ફેલ્યર જો પ્રમાણ ભોરો વધી રેયો આય.
- કીડની ફેલ્યર ગોં છેલી ઘડીગોં ઈનજી સારવાર જો ખરચો પાંજે હાડજી ભાચપાસ સજેરી કનાં પણ વધુ આય.
- કીડની જે ધરધજી સચ્ચી સમજણસેં કીડનીજે ધરધકે અટકાઈ સગાજે.
- ઝપાટે નિધાન ને સચ્ચી ધવા-ધારૂસેં કીડની ફેલ્યર જો કોયડો વધતો અટકાઈ સગાજે.

કીડનીજી તકલીફ વે ઈનીં મિણીં લા વાંચે જેડી ચોપડી.
હિન ચોપડીજી વિસેસતા

- કીડની ભરાભર રખેલા માડૂકે કુરો કેણું ખપે ઈનજી સચ્ચી સલાહ.
- કીડની જે ધરધમેં ઝપાટે નિધાન ને જરૂરી ધવા-ધારૂજી પાંજી સોખી ભાસામેં ગાલીયું.
- કીડની ડિંઘી અટકાયલા જરૂરી સાર-સંભારજી વિગતેં ચર્ચા.
- કીડની જે રોગ જે બારે મેં ગેરસમજણ મિટાયજી જાણકારી.
- ડાયાલિસિસ ને કીડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટેસનજી સાર-સંભારજી સચિત્તર માહિતી ને માર્ગદર્સન.
- કીડની જે ધરધીએલા ખોરાકજી સમજણ-કિરીજયું પૂરેપૂરી ગાલયું.

હિન ચોપડીજી વધારેજી રકમ કીડનીજે ધરધીએંજી મધધમેં વપરાંધી.

હી ચોપડી વાંચ્યો, સમજો ને સમજાયો,
સમજણજો પૂરો અમલ કરી, કીડની ભચાયો.

કિંમત : ૧૫૦/-

આંજી કીડની ભચાયો

ડો. સંજય પંડયા