

किडनीअ जे मरीज़नि लाइ मुकमल रहिबर

पंहिंजी किडनीअ खे बचायो

किडनीअ जे बीमारियुनि खां बचाव ऐं

इलाज बाबत व्यापक ज्ञाण

डॉ. संजय पंड्या

डॉ. अशोक क्रिपलाणी

छा तव्हां खे खबर आहे?

- किडनी फेल्यर जे मरीज़नि जे तइदाद में चिताव डुँदइ वाधि थी रही आहे ।
- एन्ड स्टेज किडनी डिसीज़ जे इलाज जो खर्च दिल जी बाय पास सर्जरीअ जे खर्च खां वधीक आहे ।
- किडनीअ जे बीमारीअ जी सादी ज्ञाण तव्हां खे किडनीअ जे बीमारियुनि खां बचाइण में मदद करे सघे थी ।

हिन किताब जूं सुखियूं

- पढ़िहण में सविलो-किडनीअ जे बीमारियुनि बाबत अजु डुँहं ताई तजुरबाती ज्ञाण ड्रियण जे मकिसद वारो ।
- सविलयुं मददगार सलाहूं जेके हरकंहिं खे किडनीअ खे तंदुरस्त रखण लाइ ज्ञाणण घुरिजनि ।
- किडनीअ जे बीमारियुनि जो चिताउ डुँदइ निशानियुनि खे सुजाणी ऐं तकिड़ो निदान कराइण लाइ सविला इशारा ।
- क्रोनिक किडनी डिसीज़ वारे माण्हूअ लाइ तजुरबाती ऐं तफ्रिसीलवार इलाज जी सलाह जेका डायालिसिज़ खे मुलितवी रखण ऐं गडोगड उन जी ज़रूरत खे टाड़े पिणु सघे थी ।
- खाधे जी पसंदगीअ जी तफ्रिसीलवार समझाणी ऐं किडनी फेल्यर जे मरीज़नि लाइ परहेज़ ।

पढ़िहो, संभालियो ऐं पंहिंजी किडनीअ खे बचायो ।

Rs. 150/-

पंहिंजी किडनीअ खे बचायो

पंहिंजी किडनीअ खे बचायो



किडनीअ जे बीमारियुनि खे रोकण ऐं

इलाज बाबत व्यापक ज्ञाण

डॉ. अशोक क्रिपलाणी

डॉ. संजय पंड्या

डॉ. संजय पंड्या

Free!! Kidney Guide in 25+ Languages at

www.KidneyEducation.com

Free access to read, download and print
200+ paged kidney guide in following languages



International Languages

English, Arabic, Bangla, Chinese,
French, German, Hindi, Italian,
Japanese, Nepali, Portuguese,
Russian, Spanish, Swahili, Urdu

Indian Languages

Assamese, Gujarati, Kannada,
Kutchi, Malayalam, Marathi, Oriya,
Punjabi, Sindhi, Tamil, Telugu

पंहिंजी

किडनीअ खे बचायो

किडनीअ जे बीमारियुनि खे रोकण ऐं
इलाज बाबत व्यापक ज्ञाण

डॉ. अशोक क्रिपलाणी

मुम्बई

डॉ. संजय पंड्या

राजकोट

पंहुंजी कुडनीअ खे बचायो

पब्लिशर :

समपर्ण कुडनी फाऊंडेशन

समपर्ण हास्पिटल, भूतखाना चोक, राजकोट-360002 (गुजरात इन्डिया)

E-mail : saveyourkidney@yahoo.co.in

© समपर्ण कुडनी फाऊंडेशन

सभु हकुर ऐं वासिता क्रायम हिन किताब जो को बि हिस्सो कंहिं बि रूप में या कंहिं बि इलेक्ट्रानिक या मिकेनीकल साधन जरीये, हिन में गडु कयल जाण ऐं सुधारियल सिस्टम खे पब्लिशर जी लिखियत में मंजूरीअ खां सवाइ शायइ करे नथो सघिजे । ही किताब इन्डिया जे पब्लिकेशन लाइ आहे ऐं पब्लिशर जी अगिवाट लिखियत में वरितल मंजूरीअ खां सवाइ एक्सपोर्ट करे नथो सघिजे । तकिरार जी हालत में समूरी कानूनी काररिवाई फकत राजकोट अखित्यारीअ (jurisdiction) में तय कई वेंदी ।

पहिरियों छापो : २०१५

क्रीमत : १५० रुपिया

लेखक :

डॉ. अशोक क्रिपलाणी

लेडी रतन टाटा मेडीकल एन्ड रीसर्च सेन्टर,

१० माडो, कोआपरेज फूट बाल ग्राउंड जे साम्हं,

महर्षि काखे रोड, मुम्बई-४०००२१.

ही किताब कुडनीअ जे सभिनी मरीजनि खे
अर्पण कजे थो ।

अचो त पाण खे किडनीअ जे बीमारियुनि खां बचायूं....

ही किताब “पंहिंजी किडनीअ खे बचायो” आम किडनीअ जे बीमारियुनि खां बचाइण लाइ शुरुआती समुझ ऐं मार्गदर्शन डियण जी हिक निमाणी कोशिश आहे।

गुजिरियल कुझ डहाकनि में किडनीअ जी बीमारियुनि जे वाक्रिअन में ड्रामाई ऐं चिताव डींदइ इजाफो (वाधि) डिसण में अचे थो। क्रोनिक किडनी डिसीज हिक आम ऐं न मिटिजंदइ बीमारी आहे। इन जे कारणनि, निशानियुनि ऐं खबरदारियुनि जे वसीलनि बाबत सुजागी हिन खलल पहुचाईदइ वाधि खे रोकण जो सुठे में सुठो रस्तो आहे। हिन किताब जरीये हिक गृहस्थीअ खे सविलनि लफ्रिजनि में सुठे में सुठी ज्ञाण पहुचाइण जी असांजी निमाणी कोशिश आहे।

हिन बीमारीअ जो तकडो निदान ऐं इलाजु फायदेमंद आहे छाकाणि त इहो थोडे खच में लंबे अरिसे ताई फाइदो पहुचाये थो। सुजागीअ जी कमीअ करे तमाम थोड़ा माण्हू किडनीअ जी बीमारियुनि जो इमिकान डेखारींदइ निशानियुनि खे सुजाणी सघंदा आहिनि, नतीजे तोर निदान में तमाम घणी देरि थी वेंदी आहे। क्रोनिक किडनीअ जे बीमारीअ जो एडिवान्सिड इलाज जहिडेक डायालिसिज ऐं किडनी ट्रान्सप्लान्टेशन तमाम खर्चाअ आहे ऐं भारत जहिडे देश में फ्रकत 10% खां घटि मरीज ई उहो खर्च करे सघंदा आहिनि, इन करे तकडो निदान ऐं इलाजु ई असां जे देश जो खास सविलो विकल्प आहे।

जडहिं निदान मां ज़ाहिर थिअे त को माण्हू किडनीअ जे बीमारीअ में मुबतला आहे त सुभावीक तोर उहो मरीज ऐं हुन जे कुटुंब जा भाती गंभीर नमूने चिंता में पइजी वेंदा आहिनि। किडनीअ जो मरीज ऐं हुन जे कुटुंब जा भाती बीमारीअ बारे में सभकुझ ज्ञाणण चाहींदा आहिनि, पर हुन जो इलाज कंदइ डॉक्टर लाइ लंबी ऐं तफिसीलवार ज्ञाण जी लिस्ट पेश करणु मुमकिन न हूंदो आहे। असां उम्मेद रखूं था त ही किताब डॉक्टर ऐं मरीज जे विच में खुटंदइ कड़ी पेशु करण में ज़रूर मदद कंदो। खैर हिकु ज्ञाण सां भरिपूर किताबु हुअणु ऐं उहो पंहिंजी सहोलियत वारे

वक्रत में ऐं जडहिं जडहिं ज़रूरत पवे तीअं पढ़िहणु करणु अलिबतु मददगार थींदो। इहो किडनीअ जे जुदा जुदा बीमारियुनि जे निशानियुनि, निदाननि, खबरदारियुनि ऐं इलाज बाबत समूरी बुनियादी ज्ञाण मयसर करे थो। किडनीअ जे जुदा-जुदा बीमारियुनि लाइ खाधे जी चूंड ऐं खबरदारियुनि जा तफिसील पिणु हिते डिनल आहिनि। असां ज़ोर शोर सां ऐं साफ़ माना में बुधाइणु ज़रूरी समिझूं था त हिन किताब में डिनल ज्ञाण डियणु आहे। डॉक्टर जी सलाह खां सवाइ किताब पढ़िही को खुद दवा करणु या खाधे जी मटि सटि करणु खतरनाक थी सघे थो ऐं पक ई पक सलाह डियणु जोगो न आहे।

ही किडनीअ जो रहिबर न फक्रति किडनीअ जे मरीजनि ऐं उन्हनि जे कुटुंब जे भातियुनि लाइ मददगार थींदो पर किडनीअ जी बीमारी वधाईदइ खतिरे खिलाफ पिणु मददगार थंदो ऐं सचु-पचु, इहो उन्हनि सभिनी शख्सिनि लाइ तालीमी अहिमियत वारो थींदो, जिनि खे सुजागीअ जी दरकार आहे। तबीबी शार्गिद, डॉक्टर ऐं गैर तबीबी माण्हुनि लाइ हथ जो निस्बती रहिबर थींदो, इहा पक आहे।

असां डॉक्टर मनोरमा मारू ऐं डॉक्टर मंजू जाडेजा जा शुक्रगुज़ार आहियूं संदनि डिनल क्रीमती रायनि ऐं मदद करण एवजि। हिन किताब खे सविली देवनागिरी सिन्धी भाषा में तरजुमो अन्हां अगियां पेश करण लाइ श्री कुन्दनलाल वी. लौंगाणीअ जा बेहद अहेसानमंद आहियूं ऐं अहेसानमंद आहियूं डॉक्टर वाधवाणीसाहिब जा जिनि हिन किताब जी मइयार ते नज़रसानी करे, उन खे वधीक खूबसुरत बणायो आहे। पिणु शुक्रगुज़ार आहियूं ३एम. प्रिन्टर्स जा जंहिं हिन किताब जी टाईप सेटिंग सुहिणे नमुने कई ऐं शुक्रगुज़ार आहियूं श्री दिलीप टेकचंदाणी (सिन्धी गुलाब डॉट कोम) जंहिं हिन किताब छपाइणमें वक्रत बि वक्रत मदद कई।

डॉ. अशोक क्रिपलाणी
डॉ. संजय पंड्या

पंहिंजी किडनीअ खे बचायो

फहिरसत

भाडो : १

किडनीअ बाबत शुरूआती (बुनियादी) ज्ञाण

१. वाक्क्रियत	१
२. किडनी ऐं उन जा कम	३
३. किडनीअ जे बीमारियुनि जूं निशानियूं	१०
४. किडनीअ जे बीमारियुनि जो निदान	१३
५. किडनीअ जूं बीमारियूं	२२
६. किडनीअ जे बीमारियुनि बाबत गलत मज्जिताअूं ऐं हक्कीकतूं	३०
७. किडनीअ जे बीमारियुनि खे रोकण जा उपाव	३५

भाडो : २

किडनीअ जूं वडियूं बीमारियूं ऐं उन्हनि जो इलाजु

८. किडनी फेल्यर छा खे थो चइजे?	४५
९. अक्यूट किडनी फेल्यर	४७
१०. अक्यूट किडनी फेल्यर ऐं अनु जा सबब	५३
११. क्रोनिक किडनी फेल्यर ऐं उन जा सबब	५६
१२. क्रोनिक किडनी फेल्यर जो इलाजु	६४
१३. डायालिसिस	७४
१४. किडनी ट्रान्सप्लान्टेशन	९९
१५. डायालिसिस ऐं किडनीअ जूं बीमारियूं	१२२

१६. किडनीअ जूं मौरोसी बीमारियूं	१३५
१७. हिक ई किडनीअ सां जीअंदइ	१४२
१८. मूत्र मार्ग जो इन्फेक्शन	१४६
१९. पथिरीअ जी बीमारी	१५७
२०. प्रोस्टेट जी तकिलीफ़	१७५
२१. दवा जे करे थींदइ किडनीअ जा मसइला	१९०
२२. नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम	१९६
२३. ब्रारनि में किडनी ऐं मूत्र मार्ग जो इन्फेक्शन	२१२
२४. ब्रारनि खे राति जो बिस्तरे में पेशाब थी वज्रणु	२२७
२५. किडनी फेल्यर जे मरीज़नि लाइ खाधो	२३३
२६. तबीबी लफ़िज़नि जी समिझाणी	२५३
• नंढनि लफ़िज़नि जे सजो रूप	२६४
• किडनीअ जे मरीज़नि में रतु जी सामान्य तपास	२६६

लेखकनि बाबत

डॉ. अशोक एल. क्रिपलाणी



भारत जो हिकु नामियारो नेफ्रोलाजिस्ट ऐं प्रोफेसर ऐं बाम्बे हास्पिटल, मुम्बईअ जे नेफ्रोलाजी डिपार्टमेन्ट जो सदर आहे।

ही साहिब इन्डिय सोसायी ऑफ नेफ्रोलाजीअ जो अग्रियो प्रमुख, महाराष्ट्र जे गर्वनर जो आनररी नेफ्रोलाजिस्ट सायंटीफिक कामेटीओ जो अग्रिये प्रमुख, डायामीडिक एसोसिएशन ऑफ इंडिया सिन्धी मेकीकोज़ क्लब जो सेक्रेटरी, गर्वमेन्ट ऑफ मौरेशियस डिपार्टमेन्ट ऑफ हेल्थ जो सलाहकार ऐं हिज़ एक्सेलेंसी (नामदार) शेख साहिब शारजाह ऐं दी रोयल हास्पिटल ऑफ शारजाह जो सलाहकार आहे।

ही हिक उमिदो उस्ताद, केतिराई शानदार इनाम हासिल कंदड़ ऐं केतिरियुनि ई राष्ट्रीय ऐं अंतराष्ट्रीय पब्लिकेशन जो वाली आहे।

अैड्रेस :

डॉ.अशोक एल. क्रिपलाणी,
लेडी रतन टाटा मेडीकल एन्ड रीसर्च सेन्टर, १० माडो,
कोआपरेज फूट बाल ग्राउंड जे साम्हं, महर्षि काखे रोड, मुम्बई-४०००२१.

डॉ. संजय पंड्या



राजकोट (गुजरात-इन्डिया) में प्रेक्टिस कंदड़ हिक सीनियर नेफ्रोलाजिस्ट आहे। किडनीअ जे बीमारियुनि जी खबरदारी ऐं बचाव लाइ ऐं किडनीअ बाबत माणहुनि में घणे तयदाद में सुजागी आणण लाइ हिन “किडनी अेज्युकेशन फाउंडेशन” जी स्थापना कई आडे। हिन किडनीअ ते अंग्रेजी, हिन्दी, गुजराती ऐं कच्छा भाषाउनि

में किताब लिखिया आहिनि। दुनिया जे जुदा जुदा हिस्सनि मां समर्पित नेफ्रोलाजिस्टस जी टीम जी मदद सां किडनीअ जे मरीज़नि लाइ अनेक बोलियुनि में तालीमी किताब तैयार कया विया आहिनि।

दुनिया जे जुदा जुदा भाडनि में वधि में वधि अंदाज़ में माणहुनि ऐं किडनीअ जे मरीज़नि खे मदद करण जे इरादे सां www.KidneyEducation.com वेबसाइट डॉ. पंड्या ऐं हुन जी टीम द्वारा जारी कई वेई आहे। हीअ वेबसाइट 18 खां वधीक भाषाउनि में किडनीअ जो 200 पेजनि (सुफ़िहनि) जो किताब मुफत में डाऊन लोड करण जी इजाज़त डिअे थी। हीअ किडनीअ जी वेबसाइट तमाम मशहूर (लोकप्रिय) आहे ऐं पहिरियनि 54 महिननि में 15 मिलियन खां वधीक चाहक हासिल करे चुकी आहे।

हिन किताब जो उपयोग कीअं कजे?

ही किताब बिनि भाङनि में विरिहायल आहे।

भाङो-१ :

किङनी (गुर्दे) बाबत बुनियादी तफिसीली ऐं किङनीअ जी बीमारियुनि लाइ खबरदारी वर्णन कयलि आहे। हरहिक ऐं हरहिक शख्स खे किताब जो ही भाङो पढिही वजण जी सलाह डिनि वजे थी। हिन किताब में डिनल ज्ञाण फर्कु आणे सघे थी, छाकाणि त उहा किङनीअ जे बीमारियुनि खे तकिङो ज़ाहिर करण ऐं बचाव लाइ हिक आदर्श गृहस्थी तैयार करे थी।

भाङो-२ :

ही भाङो पंहिंजी उत्सुकता ऐं ज़रूरत अनुसार पढिही सघिजे थो।

श्र किङनीअ जी वडियुनि बीमारियुनि बाबत ज्ञाण, उन जूं निशानियूं, निदान, बचाव ऐं इलाज बाबत वर्णन कयल आहे।

श्र किङनी खे नुक्लिसान कंदड़ बीमारियूं (जहिङोक डायबिटीज़, रत जो ऊचो दाबु, किङनीअ जूं मौरासी (वारिसे वारियूं बीमारियूं वगैरह) ऐं उन खां बचण लाइ खबरदारियूं ऐं बी उपयोगी ज्ञाण पिणु डिनल आहे।

श्र क्रोनिक किङनी डिसीज़ जे मरीज़नि लाइ खाधे बाबत तफिसीलवाल बहस मुबाहिसो।

भाङो-१

किङनीअ बाबत बुनियादी ज्ञाणी

- किङनी (गुर्दे) जी रचना (बनावत) ऐं कम।
- किङनीअ जे बीमारियुनि जूं निशानियूं ऐं निदान।
- किङनीअ जे बीमारियुनि बाबत ग़लत मज़िताऊं ऐं हक़ीक़तूं।
- किङनीअ जी बीमारियुनि खां बचाव लाइ वसीला।

हिन किताब में डिनल ज्ञाण डॉक्टरी सलाह न आहे। डॉक्टर जी सलाह खां सवाइ दवा वठणु खतरनाक थी सघे थो।

१. वाक्क्रिफ़ियत

किडनी (बुकी) शरीर जो हिकु अहिडो हैरित अंगेज़ अुज़िवो आहे, जेको असां जे शरीर मां गैर ज़रूरी इखिराज़ी ऐं ज़हिरी शयूं दूर करे शरीर खे साफ ऐं तंदुरस्त रखण में अहिमियत जो पार्ट अदा करे थो । जेतोणेक अुन जो बुनियादी कमु ज़हिरी शयूं शरीर मां दूर करण जो आहे, मगर संदसि फ़क़त अेतिरो ई कमु न आहे । किडनी रतु जो दाबु क्राइम रखणु ऐं रतु जे दौरे ते ज़ाबितो रखण जा तमामु अहिमियत जा कार्य पिणु करे थी । जेतोणेक असां मां घणा ब्रिनि किडनियुनि सां जनम वठन था, पर हिक किडनी पिणु मथियां सभु कम करण लाइ ज़ोरिदार नमूने असरदायक आहे ।

गुज़िरियल कुझु सालनि खां डायबिटीज़ ऐं रतु जो ऊचो दाबु ब्रारनि मरीज़नि में ध्यान छिकाईदड़ इज़ाफ़ो डिसण में अचे थो, जंहिकरे क्रोनिक किडनी फेल्यर जे अंदाज़ में पिणु गंभीर वाधि डिसण में अचे थी । इहा गाल्हि किडनीअ जे बीमारियुनि ड़ांहुं बहितर सुजागी ऐं समिझ, अुन ड़ांहुं खबरदारी ऐं तकिडे इलाज ड़ांहुं आमदह करे थी । हिन किताब में इहो ई ज़ाणाइण जी कोशिश कयल आहे । इन जो मक़िसद आहे मरीज़नि खे किडनीअ सां वासितो रखंदड़ बीमारियुनि खे समिझणु ऐं उन्हनि सां मुक्राबिलो करण लाइ खुद खे तैयार रखण में मदद करणु । अक्सर पुछिया वेंदड़ सुवालनि जा जवाब ड़ियण लाइ तैयार करण जी पिणु इहा कोशिश आहे ।

हिन किताब जो शुरूआती हिस्सो पढ़िहंदड़नि खे, किडनी इन्सानी शरीर जो हिक प्राण आधार अुज़िवो आहे ऐं किडनीअ सां वाबस्ता बीमारियुनि खे रोकण लाइ सलाह जी वाक्क्रिफ़ियत ड़िअे थो । जेतोणेक हिन किताब जो घणो हिस्सो किडनीअ जे मरीज़नि ऐं उन्हनि जे कुटुंबियुनि सां वासितो रखंदड़ गाल्हियुनि लाइ खास तौर अर्पण कयलि आहे । ही किताब डेज़ारींदड़ बीमारीअ जे कारणनि, निशानियुनि ऐं निदान सां वासितो रखंदड़ आहे ऐं इलाज लाइ मौजूदह अखितियारियुनि बाबत पिणु ज़ाण ड़िअे थो ।

पंहिंजी किडनीअ बाबत ज़ाणो ऐं किडनीअ जे बीमारियुनि खे रोकियो ।

२ * पंहिंजी किडनीअ खे बचायो

क्रोनिक किडनीअ जे बीमारियुनि जे शुरुआती स्टेज दरम्यान रखण में ईदड़ खबरदारियुनि ऐं उन बीमारीअ खे दूर करण जी कोशिश कीअं कजे या डायालिसिज़ ऐं ट्रान्सप्लान्टेशन खे महिमल कीअं कजे, इन ते हिकु खास बाबु मर्कज़नुमा आहे। डायालिसिज़, किडनी ट्रान्सप्लान्टेशन ऐं केडेवर ट्रान्सप्लान्टेशन जे बारे में काराइती ज्ञाण पिणु अलगु डिनल आहे।

हिन किताब खे किडनीअ जे मरीज़नि लाइ मुकमल रहिबर (सूंहो) बणाइण लाइ, इन में किडनीअ जा रवाजी मसइला (किडनी फेल्यर खां सवाइ), किडनीअ जे बीमारियुनि बाबति गलति मज्रिताअूं ऐं हक्रीकतूं, बीमारीअ खे दूर रखण ऐं बचाव जा सोनहिरी नियम, किडनीअ जे मरीज़नि द्वारां उपयोग में ईदड़ दवाउनि बाबति नुसिखा ऐं ब्रियो बि घणो कुझ डिनल आहे।

जीअं त क्रोनिक किडनीअ जी बीमारीअ (सी.के.डी.) जे मरीज़नि लाइ खाधो हिकु तमामु ज़रूरी वाबिस्ता ऐं मुंझाईदड़ इस्म आहे, इन करे इन विषय ते हिकु अलगु बाबु पिणु डिनल आहे। पछाड़ीअ में डिनल तबीबी लफ़िज़नि जी माना ऐं इखितसार हिन किताब खे समिझण में तमामु आसान बणाऐ थो।

हिन किडनी रहिबर में डिनल ज्ञाण फ़क़त तालीमी मक़िसद लाइ आहे। महिरबानी करे हिन किताब जे आधार ते हासिल कयल ज्ञाण जे आधार ते कोबि खूद निदान या इलाज न कंदा। इलाज लाइ तव्हां खे हमेशह पंहिंजे डाक्टर या ब्रिअे तंदुरस्तीअ जे प्रोफेशन सां संपर्क करण घुरिजे।

२. किडनीअ जी बनावत ऐं उन जा कम

किडनी इन्सानी शरीर में तमामु अहिमियत वारो अुज़िवो आहे। हिन जी बनावत ऐं कार्य तमामु पेचीदा आहिनि। इन जा खराब कम गंभीर बीमारीअ या मौत पिणु आणे सघनि था।

इन जा मुख्य ब्र कम आहिन : नुक़िसानकार ऐं ज़हिरी कचिरे खे ब्राहिर कढणु ऐं शरीर में पाणी, मइदिन शयूं ऐं कीमियाई शयुनि जो अंदाज़ बरिक्कार रखणु।

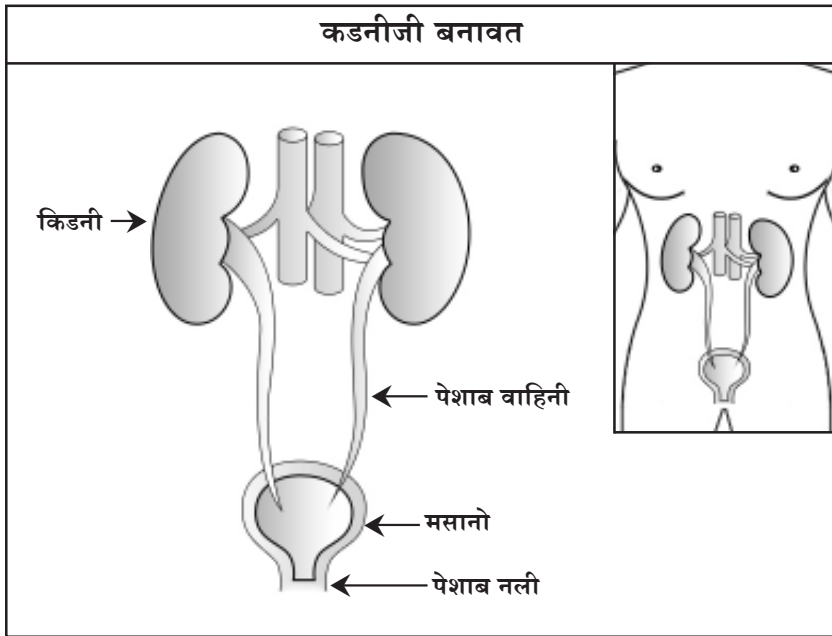
किडनीअ जी बनावत

किडनी शरीर जे ज़हिरी शयुनि खे दूर करे ऐं शरीर मां वधीक पाणी दूर करे ऐं रतु खे साफ़ करे पेशाब ठाहे थी। उन पेशाब खे नेकाल करण जो कम पेशाब वाहिनी (Ureter) मसानो (Urinary Bladder) ऐं मूत्र नली (Urethra) द्वारां थींदो आहे।

- औरत हुजे चाहे मर्द घणो करे सभिनी जे शरीर में ब्र कडिनियूं आयल हूंदियूं आहिन।
किडिनियूं पेट जे मथिअें ऐं पुठिअें हिस्से में करंघे जे ब्रिन्ही पासे (पुठीअ जे हिस्से में), छातीअ जे पासेरियुनि जे पुठियां सलामत नमूने हिक-हिक आयल हूंदी आहे।
- किडनीअ जी शिकिल खाजे जहिड़ी आहे। बालिग अवस्था में किडनी अटिकल 10 से.मी. डिघी, 6 से.मी. वेकिरी ऐं 4 से.मी. थुलिही हूंदी आहे ऐं उन जो वज़न 150 खां 170 ग्राम हूंदो आहे।
- किडनीअ में ठहंदड़ पेशाब मसाने ताई पहुचाईदड़ नलीअ खे पेशाब वाहिनी चइबो आहे जेका अटिकल 25 से.मी. डिघी हूंदी आहे ऐं उहा खास किसिम जे लिचकेदार मुशकिन जी ठहिरयल हूंदी आहे।

औरत या मर्द में किडनीअ जी जाइ, बनावत
ऐं कम हिक जहिड़ा हूंदी आहिनि।

- मसानो पेट जे हेठिअें हिस्से में अगिऐं तरफ आयल मुशकिन जी ठहियल हिक गोथिरी आहे जेका पेशाब गडु करे थी ।
- जडहिं मसाने में अटिकल 400 मि.लि. लिटर जेतिरो पेशाब गडु थींदो आहे तडहिं पेशाब करण जी इच्छा थींदी आहे ।
- मूत्र नलीअ महरफत पेशाब शरीर खां बाहिर नेकाल कयों वेंदो आहे । औरतुनि में पेशाब नली नंदी हूंदी आहे ऐं मर्दिन में उहा कुझ वधी डिघी हूंदी आहे ।

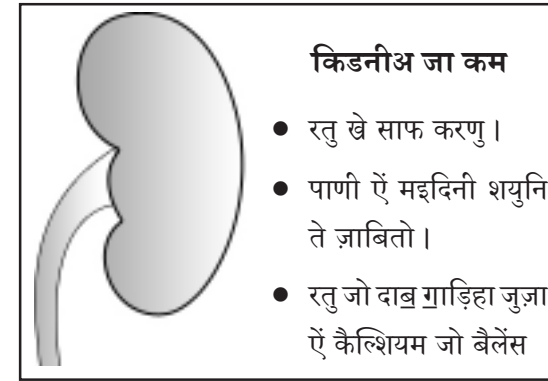


किडनी शरीर लाइ ज़रूरी छो आहे?

- हरहिक इन्सान द्वारां वरितल खोराक जे किसिम ऐं उन जे अंदाज़ में हमेशह फेरिफार थींदो रहंदो आहे ।
- खोराक जी विविधता जे करे शरीर में गडु थींदइ पाणी, मइदिनी शयूं ऐं जुदा जुदा ऐसेडिक अनासरनि जे अंदाज़ में पिणु फेरफार थींदो रहंदो आहे ।
- खाधे जे खौरिशी शयुनि जे हज़म थियण ऐं उपयोग दरम्यान केतिरियूं ग़ैर ज़रूरी शयूं शरीर में पैदा थियन थियूं ।

- शरीर में पाणी, मइदिनी ऐं कीमियाई शयूं ऐं इखिराजी शयुनि में थींदइ इजाफ़ो या फेरिफार माण्हूअ लाइ मौतिमार बि थी सघे थो ।
- किडनी पेशाब ज़रीय ग़ैर ज़रूरी पाणी ऐं शयुनि खे दूर करे रतु खे साफ़ करणु ऐं शरीर में पाणी, मइदिनी शयूं ऐं ऐसिड ऐं अल्कली ते ज़ाबते रखे थी । रतु में आयल इन्हनि शयुनि जो योग्य अंदाज़ रखी किडनी शरीर खे तंदुरस्त रखे थी ।

किडनीअ जा मुख्य कम कहिड़ा-कहिड़ा आहिनि?



किडनीअ जा कम

- रतु खे साफ़ करणु ।
- पाणी ऐं मइदिनी शयुनि ते ज़ाबितो ।
- रतु जो दाब गाड़िहा जुज़ा ऐं कैल्शियम जो बैलेंस

किडनीअ जो शुरुआती कम पेशाब ठाहिणु ऐं रतु खे साफ़ करणु आहे । किडनी निकमियूं शयूं दूर करे थी, वधीक लूण ऐं कीमियाई शयूं जेके शरीर लाइ घुरिबल (उपयोगी) न आहिनि, उहे दूर करे थी किडनीअ

जा मुख्य कम हेठीअं रीति आहिनि :

1. बेकार शयुनि जो नेकाल करणु :

बेकार शयुनि खे नेकाल करे रतु खे साफ़ करण, किडनीअ जो तमाम अहिमियत वारो कम आहे ।

जेको खाधो असां खाऊं था, उन में प्रोटीन हूंदी आहे । प्रोटीन शरीर जी वाधि ऐं गाठि खे दूर करण लाइ ज़रूरी आहे पर जीअं त प्रोटीन जो शरीर में उपयोग थिये थो, इन कर उन में निकमियूं शयूं पैदा थियनि थियूं, इन्हनि बेकार शयुनि जो गडु थियण शरीर लाइ ज़हिर समान आहे । किडनी रतु खे छाणे थी ऐं ज़हिरी बेकार शयुनि जो पेशाब ज़रीये नेकाल करे थी ।

क्रीअेटेनिन ऐं पेशाब (युरिया) इहे मुख्य ब्र बेकार पैदाइशूं आहिनि, उन्हनि जो इन्सानी शरीर में अंदाज़ सविलाईअ सां मापे सघिजे थो । रतु में उन्हनि जी

पेशाब ठहण जी प्रक्रिया

किडनीअ में हर मिनट में 1200 मि.लि. ऐं सजे डीहं में 1700 लिटर रतु पहुचे थो ।



ग्लोमेरुलस हर मिनट में 125 मि.लि. ऐं सजे डीहं में 180 लिटर पेशाब ठाहे थो ।



ट्यूब्यूलस द्वारां 90%(178 लिटर) पाणीअ जो शरीर में वरी जजुब थियणु ।



1 खां 2 लिटर पेशाब जरीये शरीर जे इखिराजी शयुनि ज़हिर जो नेकाल करणु ।

‘कीमत’ किडनीअ जे कम ते असर कंदी आहे । जडहिं ब्रई किडनियूं फेल थियनि थियूं, तडहिं रतु जी तपास में क्रेअटीनिन ऐं यूरिया वधी वेंदा आहिन ।

2. वधीक पाणीअ जो नेकालु करणु :

किडनीअ जो ब्रियों मुख्य कमु आहे शरीर में पाणीअ जो अंदाज़ क्राइम रखणु । वधीक पाणी पेशाब जरीये नेकाल करे ज़रूरी पाणीअ जो अंदाज़ शरीर में क्राइम रखणु । जडहिं किडनी फेल थींदी आहे त उहा वधीक पाणीअ जो अंदाज़ पेशाब जरीये ब्राहिर कढण जी शक्ति विजाअे विहंदी आहे ऐं शरीर में पाणीअ जो वधीक गडु थियण सोजु आणे थो ।

3. मइदिनी लूण ऐं कीमियाई शयुनि जो बैलेंस :

किडनी शरीर में सोडियम, पोटेशियम, क्लोराईड, मैग्नेशियम, फास्फोरस, बाय कार्बोनेट वगैरह जो अंदाज़ क्रायम रखण जो कमु कंदी आहे । सोडियम जी वधि घटि (घटि-वधाई) मगज़ ते ऐं पोटेशियम जी वधि घटि (घटि-वधाई) दिल ऐं मुशकिन जे कमनि ते गंभीर असर करे सघे थी ।

4. रतु जे दाबु ते ज़ाबितो :

किडनी केतिरनि हार्मोन्स रेनीन एन्जीयटेन्सीन, आल्डोस्ट्रोन, प्रोस्टाग्लेन्डन वगैरह ऐं शरीर में पाणी ऐं लूणनि जे मुनासिब ज़ाबते जरीये रतु जे दाबु खे ज़ाबिते में रखण में अहिमियत जो पार्ट अदा करे थी । हार्मोन्स जी खामी ऐं लूण

ऐं पाणीअ जी बे बंदोबस्तगी किडनी फेल्यर जे मरीज़नि में ऊचो रतु जो दाबु पैदा करे सघे थी ।

5. रतु जे गाड़िहनि जुज़नि जे उत्पादन में मदद :

रतु जा गाड़िहा जुज़ा हडनि जे पोरान में पैदा थियन था । उन लाइ ज़रूरी अनासर अेरीथ्रोपोअेटीन किडनीअ में ठहंदा आहिन । किडनी फेल्यर में इहा शै घटि या न ठहण सां, गाड़िहनि जुज़नि जो उत्पादन घटिजी वेंदो आहे ऐं रतु में एनिमिया यानी हिमोग्लोबिन घटि थी वेंदो आहे ।

6. हडनि खे तंदुरस्त रखणु :

किडनी सक्रिय विटामिन डी ठाहिण में मदद कंदी आहे । इहा विटामिन डी शरीर में कैल्शियम ऐं फास्फोरस जो मुकरर अंदाज़ क्राइम रखी हडनि ऐं डुंदनि जे विकास ऐं तंदुरस्तीअ में अहिमियत जो पार्ट अदा करे थी । सक्रिय विटामिन डी जे घटिजण करे, हडनि जी वाधि अटिकी वेंदी आहे ऐं उहे कमिज़ोर थी पवंदा आहिन । ब्रारनि में वाधि में पवंदड़ रंडक किडनी फेल्यर जी पहिरीं निशानी थी सघे थी ।

● किडनीअ में रतु साफ़ थी पेशाब कहिडे नमूने ठहंदो आहे?

किडनी जहिडे नमूने ज़रूरत वारियुनि शयुनि खे रखी, वधीक ऐं गैर ज़रूरी शयुनि जो पेशाब जरीये नेकाल कंदी आहे, इहा प्रक्रिया सचुपचु अजब में विझंदड़ अद्भुत ऐं मुंझियल आहे ।

● छा, तव्हां खे खबर आहे त बिन्ही किडनियुनि में हर मिनट में 1200 मि.लि. रतु साफ़ थियण लाइ ईदो आहे, जेको दिल मइरिफ़त पहुचंदड़ रतु जो 20 सेकिडे जेतिरो थींदो आहे?

किडनीअ जो मुख्य कमु रतु खे साफ़ करणु ऐं पाणी ऐं लूणनि ते ज़ाबितो रखी पेशाब ठाहिणु ।

- रतु खे साफ़ करे पेशाब ठाहिण जो कम कंदड़ किडनीअ जे नंढे में नंढे हिस्से (सूख्यम फिल्टर) खे नेफ्रोन चइबो आहे।
- हरहिक किडनीअ में डह लख जेतिरा नेफ्रोन आयल हूदा आहिनि। हरहिकु नेफ्रोन ग्लोमेरूलस ऐं ट्यूब्यूलस जो ठहियलु हूंदो आहे।
- तव्हां खे इहो ज़ाणी अजबु लगंदो त ग्लेमेरूलस तोर सुजाणप में ईदड़ छाणीअ ज़रीये हर मिनट में 125 मि.लि. (मिलि लिटर) पाणी (पाणियठु) छाणिजी, 24 कलाकनि में शुरूआती तबक्रे में 180 लिटर पेशाब ठहंदो आहे।
- इन 180 लिटर पेशाब में गैर ज़रूरी इखिराजी शयूं मइदिनी लूण ऐं ज़हिरी कीमियाई शयूं हूंदियूं आहिन पर गडोगडु बदन लाइ ज़रूरी अहिड़ा ग्लूकोज़ ऐं ब्रियूं शयूं पिणु हूंदियूं आहिन। शरीर लाइ ज़रूरी अहिड़ा गाड़िहा जुजा, अछा जुजा, चरबी ऐं प्रोटीन पेशाब ज़रीये न निकरंदा आहिनि।
- ग्लोमेरूलस में ठहंदड़ 180 लिटर पेशाब ट्यूब्यूलस में ईदो आहे, जिते उन मां 99 सेकिडो पाणी चतुराईअ सां वरी चूसिजी (Reabsorption) वेंदो आहे ऐं बाकी 1% पाणी पेशाब मारफ़त निकरी वेंदो आहे।
- बिन्ही किडनियुनि जे ट्यूब्यूलस जी कुल डेघि 10 किलो मीटर जेतिरी थिये थी।
- ट्यूब्यूलस में जुज़िब थियण खे चतुराईअ वारो छो चयो वियो आहे? छाकाणि त 180 लिटर जेतिरे घणे अंदाज़ में ठहंदड़ पेशाब मां सभु ज़रूरी शयूं ऐं पाणी वापसि छिकियो वेंदो आहे। फक्रति 1 खां 2 लिटर पेशाब में समूरो कचिरो ऐं वधीक लूण दूर कया वेंदा आहिनि।
- इन नमूने किडनीअ में तमाम खबरदारीअ सां साफ़ थियणु ऐं छणणु ऐं जुज़िब

पेशाब जे अंदाज़ में तमाम घटिजणु या वधणु
किडनीअ जी तकिलीफ डेखारे थो।

थियण खां पोइ ठहियलु पेशाब, पेशाब वाहिनीअ ज़रीये मसाने में वेंदो आहे ऐं मूत्र नलीअ ज़रीये शरीर खां ब्राहिर निकिरंदो आहे।

छा तंदुरस्त किडनीअ वारे माणहूअ में पेशाब जे अंदाज़ में वधि घटि थी सघंदी आहे?

- हा, पेशाब जो अंदाज़ असां केतिरो पाणी पीऊं था ऐं आबहवा जो गरिमी पद केतिरो आहे, उन ते मदार रखे थो।
- जेकडहिं को माणहू घटि पाणी पीअंदो त फक्रति अधि लीटर (500 मि.लि.) जेतिरो घटि पर घाटो पेशाब ठहंदो आहे। जेकडहिं को माणहू वधीक पाणी पीअंदो त वधीक पर छिडो पेशाब पिणु ठही सघे थो। ऊन्हारे में वधीक पघर थियण सां पेशाब जो अंदाज़ घटिबो आहे मगर सियारे में पघरि घटिजण सां पेशाब जो अंदाज़ वधंदो आहे।
- रवाजी अंदाज़ में पाणी पीअंदड़ माणहूअ में जेकडहिं पेशाब 500 मि.लि. (अधि लिटर) खां घटि या 3000 मि. लि. (टे लिटर) खां वधीक ठहे त ऊहा किडनीअ जी बामीरीअ जी मुख्य निशानी आहे।

किडनी रतु जे गाड़िहनि जुज़नि खे ठाहिण ऐं हडुनि जी
मज़बूतीअ में अहिमियत जो पार्ट अदा करे थी।

३. बुकीअ जे रोगनि जूं निशानियूं

बुकीअ जे जुदा जुदा रोगनि जूं अलग-अलग निशानियूं हूंदियूं आहिनि जेके रोग जे किसम ऐं उन जी सखिताईअ ते मदर रखनि थियूं। केतिराई दफ्रा निशानियूं किनडनीअ सां वासितो रखंदइ तकलीफ नथियूं डेखारीनि ऐं रवाजी तकलीफ हुजे अहिइनि मरीजनि में तकड़ो मरिज जी सुजाणप थी नथी सघे।

आम नजर ईदइ निशानियूं :

● मुंहं ऐं पेरनि ते सोज

रवाजी तरह किडनीअ जी तकलीफ वारनि मरीजनि में मुंहं, पेरनि ऐं पेट ते सोज नजर ईदी आहे। किडनअ जे मरीजनि में सोज थियण जी खासियत इहा आहे त उन जी शुरूआत अखि जे हेठियनि पलिकुनि खां शुरू थीदी आहे ऐं तमाम सुबूह जो सवेर वधीक डिसण में ईदी आहे।

किडनी फेल्यर इहो सोज थियण जो आम ऐं मुख्य सबबु आहे, पर हर वक्त सोज थियणु, इहा किडनीअ जी बीमारी आहे, ईअं न आहे। किडनीअ जे केतिरियुनि बीमारियुनि में किडनीअ जी कम करण जी शक्ति बराबर हूंदे पिणु सोज नजर ईदी आहे (नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम) ऐं कुझ मरीजनि में त सोज नजर ई न ईदी आहे।

● बुख घटि लगणु, उल्टी ओकार अचणु

बुख घटि लगणु, खाधो बेसवाद लगणु ऐं खाधो घटिजी वजणु, इहे किडनी फेल्यर जे मरीजनि में रवाजी तरह नजर ईदइ निशानियूं आहिनि। किडनीअ जी बीमारी वधी वजण सां रत में इखराजी ऐं जहिरी शयुनि जो अंदाज वधण सां मरीज खे उल्टी ओकारा ऐं हिडकी थी पवंदा आहिन।

सुबुह जो मुंहं ऐं अखियुनि ते सोज थियण इहा किडनीअ जी बीमारीअ जी तमाम रवाजी ऐं पहिरीं निशानी आहे।

● नंढी उमिर में रत जो ऊचो दाबु

किडनी फेल्यर जे मरीजनि में रत जो ऊचो दाबु हुअणु आम आहे, पर जेकडहिं नंढी उमिर में (३० सालनि खां घटि) या निदान वक्तु रत जो दाबु तमाम ऊचो (वधीक) हुजे त उहो किडनीअ जी बीमारीअ जो कारण थी सघे थो।

● रत में फिकाइप ऐं कमजोरी

आम रवाजी कमजोरी, जल्दी थकु लगणु, कमु करण में दिल न लगणु, एनिमिया इहे सभु आम निशानियूं आहिनि। केतिरा दफ्रा किडनी फेल्यर जो शुरूआती तबके में अतिरियूं ई शिकायतूं डिसण में ईदियूं आहिनि। एनिमिया जी संपूर्ण इलाज करण बइद पिणु किडनीअ जी तपास कराइणु लाजिमी बणिजी वजे थी।

● अण मुकरर शिकायतूं

कमर (चोल्हि) जो सूर, बदन टुटणु, खारिस अचणु, टंगुनि में सूर, इहे सभु निशानियूं किडनीअ जे मरीजनि में वक्तु-बि-वक्तु डिसण में ईदियूं आहिनि। शरीर जो विकास अटिकी पवणु, नंढो कदु ऐं डिघा हडा मुड़ी वजणु, इहो किडनी फेल्यर जे ब्रारनि में आम तोर डिसण में ईदो आहे।

● पेशाब में थीदइ आम शिकायतूं

1. रवाजी तोर पेशाब घटि अचणु ऐं सोज चढही वजणु इहो अलग-अलग किडनीअ जी बीमारियुनि में डिसण में ईदो आहे।
2. पेशाब में साड़ो थियणु, रतु या रोग निकिरण, हर घड़ीअ पेशाब लगणु, इहे सभु मूत्र-मार्ग जे रोग जूं निशानियूं आहिनि।
3. पेशाब करण में तकलीफ थियणु, जोर लगाइणो पवे, पेशाब फुड़ो-फुड़ो

जेकडहिं नंढीअ उम्र मं ऊचे रतु जो दाबु हुजे त ऊहो किडनीअ जूं तकलीफुं डेखारे थो।

थी अचे या पेशाब जो वहिकरो घटिजी वजणु इहे सभु मूत्र मार्गं जू रूकावटूं बुधार्इनि थियूं ऐं तमाम तेज्र हालितुनि में पेशाब बिल्कुल बंदथी वजणु, इहो गैर रवाजी न आहे ।

मरीजनि में मिथयुनि मां के निशानियूं हुजनि त इहो ज़रूरी कोन्हे त उन मरीज खे किडनीअ जी बीमारी आहे । तंहिं हूंदे बि जिन माणहुनि में मिथियूं निशानियूं नज़र अचनि अहिड़नि माणहुनि खे जेतरो थी सघे, जल्दी डॉक्टर जी सलाह वठणु घुरिजे, जीअं किडनीअ जी बीमारीअ जो तुर्त ई इलाज कराअे सघिजे

इहो याद रखणु खास अहिमियत वारो आहे त गंभीर किडनीअ जू बीमारियूं लंबे अरिसे ताई के बि निशानियूं न पिणु डेखारींदियूं आहिनि ऐं इन ई सबब करे निदान करण में देर थी वेंदी आहे ।

गंभीर किडनीअ जू बीमारियूं लंबे अरिसे ताई के बि निशानियूं न पिणु डेखारींदियूं आहिनि ।

४. किडनीअ जे बीमारियुनि जो निदान

किडनीअ जू केतरियूं बीमारियूं ठीक थी नथियूं सघनि ऐं उन लाइ घुरबलि इलाज तमाम खरचाइतो ऐं जोखाइतो हूंदो आहे । वरी, किडनीअ जे गंभीर बीमारियुनि में पिणु शुरूआती निशानियूं घटि हूंदियूं आहिनि । जेकडहिं किडनीअ जी बीमारीअ जो निदान तकिड़ो थी वजे, त उन जो इलाज सवलाईअ सां थी सघे थो । तंहिं करे किडनीअ जी बीमारीअ जी शंका पवे त यकिदम तपास कराए बीमारीअ जी सवेल् ई सुजाणप (निदान) कराइण सलाह भरियो आहे ।

किडनीअ जी तपास कंहिं खे कराइण घुरिजे? किडनीअ जी तकलीफ थियण जो इमकान कडहिं वधीक रहे थो?

किडनीअ जी तकलीफ कंहिं खे बि थी सघे थी, पर वधीक जोखम उन में हूंदो आहे जंहिं में :

- जंहिं माणहूअ में किडनीअ जी बीमारीअ जू निशानियूं नज़र अचनि ।
- डायबिटीज (मिठा पेशाब) जी बीमारी हुजे ।
- रत जो दाबु कंट्रोल में न हुजे ।
- कुटुंब में मौरोसी (वरिसे में) किडनीअ जी बीमारी हुजे, गडोगडु डायबिटीज ऐं ब्लड प्रेशर जी तकलीफ हुजे ।
- तमाक जी आदत, वधीक चरबीअ वारा ऐं 60 सालनि खां वडी उम्र वारा ।
- घणे वक्रत ताई सूर जी दवा वरिती हुजे ।
- मूत्र मार्ग (पेशाब जे रस्ते) में जन्म खां ई खामी हुजे ।

मथियनि जिनि माणहुनि में किडनीअ जी तकलीफ थियण जो वधीक इमकान हुजे, अहिड़नि माणहुनि जी नेमाइतो किडनीअ जी चेक-अप (तपास) कराइण सां मरिज जी सुजाणप (निदान) जल्दी थी सघंदी आहे ।

क्रोनिक किडनी डिसीज जे शुरूआती तबिके जी तपास में रवाजी तोर लेबारेटरी जी तपास बीमारीअ खे ज़ाहिर करण जो हिकु ई रस्तो आहे ।

किडनीअ जी बीमारीअ जी सुजाणप निदान कहिड़े नमूने कजे? रवाजी तरह कहिड़ी तपास कराइजे?

किडनीअ जी बीमारीअ जी सुजाणप लाइ डाक्टर बीमारीअ बाबतु तफिसील सां पुछा गाछा करे, समूरी तपास करे, ब्लड प्रेशर मापे ऐं पोइ ज़रूरी लगुंदइ तपास जहिड़ोक युरीन टेस्ट (पेशाब जी तपास), रत जी तपास, रोडियोलोजीकल तपास कराई वेंदी आहे।

1. पेशाब जी तपास

किडनीअ जे जुदा जुदा बीमारियुनि जी सुजाणप लाइ पेशाब जी जुदा जुदा तपास अहिमियत वारियूं सूचनाऊं ड़ींदी आहे:

A. रवाजी पेशाब जी तपास

- घटि खर्च ते सविले नमूने जी पर तमाम अहिमियत वारी तपास।
- पेशाब में प्रोटीन किडनीअ जे केतिरियुनि बीमारियुनि में ड़िसण में ईंदी आहे, पर पेशाब में प्रोटीन जो हुआणु किडनी फेल्यर जहिड़ी गंभीर बीमारीअ जी सभ खां पहिरीं निशानी थी सघे थी (ऐं दिल जी बीमारीअ जी पिणु)। मिसाल तोर ड़ायाबिटीज़ जे करे किडनी फेल्यर जी सभ खां पहिरीं निशानी पेशाब में प्रोटीन हुआणु, इहा आहे।
- पेशाब में रोग जी हाज़िरी मूत्र मार्ग में बीमारी (Urinary tract infection) बुधाए थी?
- पेशाब में प्रोटीन ऐं गाड़िहनि जुज़नि जी हाज़िरी किडनीअ जी सोज़ ग्लोमेरुलोन फ़ाईटिस जो इशारो ड़े थी।
- पेशाब जी रिपोर्ट द्वारां घणी ज़ाण मिली सघंदी आहे तंहिं हूंदे बि पेशाब जी रिपोर्ट तमाम सुठी अचे त बि किडनीअ जी बीमारी कान्हे, ईअं चई न सघिबो।

पेशाब जी तपास किडनीअ जी बीमारीअ जे त किड़े निदान लाइ तमाम ज़रूरी आहे।

B. माइक्रो आल्ब्युमिन्युरिया

जडुहिं पेशाब में तमाम थोड़े अंदाज़ में प्रोटीन हुजे त उन खे माइक्रो आल्ब्युमिन्युरिया चइबो आहे। पेशाब जी इहा तपास ड़ायाबिटीज़ जे किडनीअ ते असर जी तकिड़ी ऐं वक्रतसर जी सुजाणप (निदान) लाइ तमाम अहिमियत वारी आहे। इन तबक्रे ते योग्य इलाज ऐं संभाल सां बीमारी दूर थी सघे थी। पेशाब जी रवाजी तपास में प्रोटीन जी हाज़िरी इन तबक्रे में नज़र न ईंदी आहे।

C. पेशाब जूं ब्रियूं तपासूं हेठीअं रीति आहिनि

- 24 कलाकनि जे पेशाब में प्रोटीन जो अंदाज़ पेशाब में जडुहिं प्रोटीन वेंदी हुजे तडुहिं सजे ड़ींहं में केतिरी प्रोटीन वजे थी, इहो तइ करण लाइ 24 कलाकनि जे कुल पेशाब में प्रोटीन जो अंदाज़ चकासियो वेंदो आहे। इहा चकास तमाम उपयोगी आहे। रोग जी सख्ताई ज़ाणण लाइ, किडनीअ जे सोज़ जे अंदाज़ ऐं उन ते इलाज जो असर ज़ाणण लाइ।
- पेशाब जी कल्चर ऐं सेन्सिटिविटी जी तपास इहा तपास अटिकल 48 खां 72 कलाकनि जो वक्रतु वठंदी आहे ऐं पेशाब जे बीमारियुनि लाइ जवाबदार वैकटेरीया जी सुजाणप लाइ ऐं उन लाइ कारिगर दवा जे किस्म ज़ाणण जी तपास (मूत्र जी टी. बी. दवा)
- टी. बीअ जे जंतुनि जी तपास (मूत्र मार्ग जी टी. बीअ जी सुजाणप) (निदान) लाइ।

2. रत जी तपास

पकी सुजाणप (निदान) ऐं किडनीअ जूं जुदा जुदा तकिलीफूं ज़ाणण लाइ रत जी तपास तमाम ज़रूरी ऐं अहिमियत वारी आहे।

किडनीअ जे कमु करण जी शक्ति ज़ाणण लाइ ऐं रीनल फेल्यर तय करण लाइ रत जी क्रीअेटीनिन जी तपास कराइबी आहे।

● क्रीअेटेनिन ऐं यूरिया

हीअ तपास किडनीअ जी कमु करण जी शक्तिअ बाबतु ज्ञाण डिअे थी । यूरिया ऐं क्रीअेटेनिन इहो शरीर मां किडनीअ द्वारां साफ कयो वेंदइ कचरो (गैर ज़रूरी इखराजी शयूं) आहे । जइहिं किडनीअ जी कमु करण जी शक्ति घटिजंदी आहे, तइहिं रत में क्रीअेटेनिन ऐं यूरिया जो अंदाज़ वधंदो आहे. रत में क्रीअेटेनिन जो रवाजी अंदाज़ 0.9 खां 1.4 मि.ग्रा. 1% ऐं यूरिया जो रवाजी अंदाज़ 20 खां 40 मि. ग्रा. % हूंदो आहे । ब्रई किडनियूं जीअं वधीक खराब थियनि तीअं रत में यूरिया ऐं क्रीअेटेनिन जो अंदाज़ पिणु वधंदो वेंदो आहे ।

● हिमोग्लोबिन जो अंदाज़

रत जे गाड़िहनि जुज़नि में हिमोग्लोबिन हूंदी आहे ऐं तंदुरस्त किडनी रत जा गाड़िहा जुज़ा ठाहिण में अहिमियत जो पार्ट अदा करे थी । रत जी तपास में जेकइहिं हिमोग्लोबिन घटि हुजे, त उन खे एनिमिया चइजे थो । एनिमिया किडनी फेल्यर जी आम ऐं अहिमियत वारी निशानी आहे जेतोणीक ब्रियनि बीमारियुनि में पिणु ऐनिमिया अक्सर मालूम थींदी आहे, तंहिकरे एनिमिया हमेशह किडनीअ जी बीमारीअ जी ख़ास तपास न आहे, याने एनिमिया हुजण सां किडनीअ जी बीमारी आहे, इहो सही न आहे ।

● रत जूं ब्रियूं तपासूं

किडनीअ जे जुदा जुदा बीमारियुनि जे तपास लाइ रत जे ब्रियनि तपासुनि में प्रोटीन, कोलेस्ट्रोल, सोडियम, पोटेशियम, क्लोराइड, ग्लूकोज़, बायकार्बोनेट, केलिशियम, फास्फोरस ए. एस. ओ. टाईटर, काम्पलीमेन्ट वगैरह जो समावेश थिअे थो ।

किडनीअ जे बीमारियुनि जे तमाम अहिमियत वारियुनि तपासुनि में पेशाब जी तपास, क्रीअेटेनिन ऐं सोनोग्राफीअ जी तपास आहे ।

3. रेडियोलोजिकल तपास

● किडनीअ जी सोनोग्राफी

हीअ बिल्कुल सविली, तकिड़ी ऐं सलामत तपास आहे जेका किडनीअ जे क्रद, बनावत ऐं जाइ ऐं मूत्र मार्ग में रुकावट, पथिरी या गुंठ बाबत ज़रूरी ज्ञाण डिअे थी । घणे भाडे क्रोनिक किडनी फेल्यर जे मरीज़नि में सोनोग्राफीअ में ब्रई किडनियूं सुसियल नज़र ईदियूं आहिनि ।

● पेट जो अेक्स-रे

हीअ तपास ख़ास करे पथिरीअ जी तपास लाइ कराई वेंदी आहे ।

● इन्ट्रावेनस यूरोग्राफी (आइ.वी.यु.)

आइ.वी.यु. खे इन्ट्रावेनस पोइलोग्राफी (आइ.वी.पी.) पिणु चइबो आहे । हीअ हिक ख़ास क्रिस्म जी अेक्स-रे जी तपास आहे । हिन तपास में अेक्स-रे में डिसण में अचे, अहिड़ी ख़ास क्रिस्म जी आयोडिन वारी दवा जी इंजेक्शन हणी कुछ-कुछ वक्रत जी विथीअ ते पेट जा अेक्स-रे वरिता वेंदा आहिनि । इन पेट जे अेक्स-रे में दवा किडनीअ मां इखिराज थी मूत्र मार्ग ज़रीये मसाने में वेंदी नज़र ईदी आहे । आइ.वी.यु. किडनीअ जे कमु करण जी शक्ति ऐं मूत्र मार्ग जी रचना बाबत ज्ञाण डींदी आहे । इहा तपास ख़ास करे किडनीअ जी पथिरी, मूत्र मार्ग में रुकावट ऐं गुंठ जहिड़ियनि बीमारियुनि जी तपास लाइ कई वेंदी आहे । जइहिं किडनी घटि कमु कंदी आहे, तइहिं हीअ तपास कारिगर न थींदी आहे । आइ.वी.यु. जी दवा कमज़ोर किडनीअ खे नुकसान करे सघे थी, तंहिकरे हीअ तपास किडनी फेल्यर जे मरीज़नि लाइ नुकसानकार थी सघे थी । गर्भावस्था दरम्यान अेक्स-रे जी तपास नुकसानकार हुअण सबबु न कई वेंदी आहे । अल्ट्रा साउन्ड ऐं सीटी स्केन जी मौजूदगीअ करे हीअ तपास हाणे अक्सर घटि कई वेंदी आहे ।

किडनीअ जी सोनोग्राफीअ जी तपास किडनीअ जो क्रदु, शिकल ऐं जगुह जाचण जो सविलो ऐं सलामत रस्तो आहे ।

- **वोईडिंग सीस्टो यूरेथ्रोग्राम (वी.सी.यु.जी.)**

शरूआत में हिन तपास खे वोईडिंग सीस्टो यूरेथ्रोग्राम (वीसीयुजी) चयो वेंदो हो। हीअ तपास खास करे नंढनि ब्रारनि में पेशाब में रसी या विचिरंदड़ मरिज जी तपास लाइ काराइती आहे। हिन क्रिस्म जे खास अेक्स-रे टेस्ट में पेशाब जी गोथिरी (मसाने) में कोन्ट्रास्ट मीडियम सां केथेटर जरीये भरियो वेंदो आहे। जडहिं पेशाब जी गोथिरी भरिजी वेंदी आहे तंहिं खां पोइ मरीज खे पेशाब करण लाइ चयो वेंदो आहे ऐं उन दरिम्पान अेक्स-रे वरितो वेंदो आहे। कुझ वक्त जी विथीअ में पेशाब जी गोथिरी (मसानो) ऐं मूत्र मार्ग जी ब्राहिरिं लीक डिसण में ईदी आहे। हिन तपास में वेसीकोयूरेट्रल रीफिलक्स याने पेशाब वापस पेशाब वाहिनीअ खां मथे किडनियुनि ताई वेंदो डिसी सघिजे ऐं पेशाब मार्ग या मसाने में को बि जोड़िजकी (Structural) नुक्स हुजे ते उन जी ज्ञाण पइजी सघे।

- **ब्रियूं रेडियोलाजिकल तपासूं**

किडनीअ जे किन खास क्रिस्म जे बीमारियुनि जी तपास (निदान) लाइ कमु ईदड़ खास तपासुनि में रीनल डोपलर, रेडियो न्यूक्लीयर रिट्रोग्रेड पाइलोग्राफी वगैरह जो समावेश थिए थो।

- ४. **ब्रियूं खास तपासूं**

किडनी बायोप्सी, सिस्टोस्कोपी ऐं यूरोडाइनेमिक्स जहिडियूं खास क्रिस्म जूं तपासूं केतिरियुनि बीमारियुनि जी खास तपास (निदान) लाइ ज़रूरी आहिनि।

किडनी बायोप्सी

किडनीअ जे कुझ बीमारियुनि जे कारणनि जी पकी तपास लाइ किडनी बायोप्सी तपास लाइ किडनी बायोप्सी तमाम अहिमियत वारी तपास आहे।

किडनीअ जे केतिरियुनि बीमारियुनि जे सही निदान लाइ किडनी बायोप्सी कराइणु ज़रूरी आहे।

- **किडनी बायोप्सी छा आहे?**

किडनीअ जे कुझ बीमारियुनि जो खास कारण गोलहण लाइ सुईअ जी मदद सां किडनीअ मां धागे जेतिरो सन्हो टुकर कढी उन ते कंदड़ खास क्रिस्म जी हिस्टोपेथालाजीअ जी तपास खे किडनी बायोप्सी चइजे थो।

- **किडनी बायोप्सीअ जी ज़रूरत कडहिं पवंदी आहे?**

किडनीअ जे कुझ बीमारियुनि में जंहिं में पेशाब में प्रोटीन वेंदी हुजे या किडनी घटि कमु कंदी हुजे तडहिं केतिराई दफ़ा इन्हनि बीमारियुनि थियण जे कारणनि जो खास निदान ब्री तपास द्वारां मुमकिन न थींदो आहे अहिडनि क्रिस्मनि जे किडनीअ जे बीमारियुनि जे निदान (तपास) लाइ किडनी बायोप्सी कराई वेंदी आहे।

- **किडनी बायोप्सीअ जी तपास मां छा फाइदो थींदो आहे?**

हिन तपास जरीअे किडनीअ जी बीमारीअ जे कारण जी पकी तपास करे सघिबी आहे। इन तपास सां कहिडो कजे, इलाज जो केतिरो असर थींदो ऐं आईदह (मुस्तकबल) में किडनीअ जे खराब थियण जो केतिरो इमकान आहे, उन बाबत खास ज्ञाण मिले थी।

- **कहिडो कारीगरीअ सां किडनी बायोप्सी करे सघिजे थी?**

रवाजी तरह परक्युटेनियस नीडल बायोप्सी कई वेंदी आहे, जंहिं में खास सुई (Biopsy Needle) चमड़ीअ मां लघंदी किडनीअ ताई वेंदी आहे ऐं ब्री टेकनीक खे ओपन बायोप्सी चइबो आहे। जंहिं में सर्जरी करिणी पवे ऐं इन पद्धतिअ सां कडहिं ई बायोप्सी कई वेंदी आहे।

- **किडनी बायोप्सी कहिडे नमूने कई वेंदी आहे?**

किडनीअ जी बायोप्सी सन्ही सुईअ जरीये बेहोश करण खां सवाइ थींदड़ पीड़ा (सूर) खां सवाइ जी तपास आहे।

- किडनी बायोप्सी लाइ मरीज़ खे इस्पताल में दाखिल कयो वेंदो आहे ऐं हुन जी रज़ामंदी वरिती वेंदी आहे ।
- रत जो दाबु ऐं रत जो ज़मी वज़ण जी प्रक्रिया बाक्राइदे हुजे, इहो हिन तपास जी सलामतीअ लाइ ज़रूरी आहे ।
- रत खे छिडो करण जी दवा (अस्पिरिन) बायोप्सी कराइणी हुजे, उन खां ब्र हफता अगु में बंद करणु ज़रूरी आहे ।
- घणे भाडे हीअ तपास मरीज़ खे बेहोश करण खां सवाइ कई वेंदी आहे । जेतोणीक नंढनि ब्रारनि खे ऊंधो, पेट जे हेठां विहाणो रखी सुम्हारिबो आहे ।
- बायोप्सीअ जी मुकरर जगुह सोनोग्राफीअ जी मदद सां तइ कई वेंदी आहे, जेका पुठीअ में पासेरियुनि जे हेठां चेलिह (कमर) जे मुशिकुनि जे पासे में आयल हूंदी आहे ।
- इन जाइ खे दवा सां साफ करण बइद सूर न थिअे, इन लाइ इन्जेक्शन (बायोप्सी नीडल) जी मदद सां किडनीअ मां सन्हे धागे जहिड़ा 2-3 टुकरा कढी हिस्टो पेटोलोजी जी तपास लाइ पेटोलोजिस्ट खे मोकिलयो वेंदो आहे ।
- बायोप्सीअ खां पोइ मरीज़ खे बिस्तरे में आराम करण जी सलाह डिनी वेंदी आहे ऐं घणो करे ब्रिए ड्रीहं मोकल डिनी वेंदी आहे ।
जितां सुई विझी बायोप्सी कई हुजे, उन जगुह ते प्रेशर करण जी सलाह डिनी वेंदी आहे जीअं उतां रतु न वहे ।
- किडनी बायोप्सी खां पोइ 2-4 हफतनि ताई महिनत वारो कमु न करणु ऐं वज़नु न खणण जी सलाह डिनि वेंदी आहे ।
- छा किडनी बायोप्सी जोखाइती थी सघे थी?

किडनीअ जी तपास फक्रति कैसर जे निदान
लाइ ई कई वेंदी आहे, इहा मजिता गलत आहे ।

- ब्री कंहिं बि सर्जरीअ वांगुर किडनी बायोप्सीअ खां पोइ कुझ मरीज़नि में जोखम थी सघे थो । हल्को सूर, पेशाब में गाड़हाण हिकु ब्र दफ़ा ग़ैर रवाजी न आहे ऐं उहो पंहिंजो पाणेही ठीक थी वेंदो आहे पर जेकडहिं रतु जो वहणु बंद न थिए तडहिं रतु चढ़हाइणु ज़रूरी बणिजे थो ऐं विरले कंहिं मरीज़ में किडनी कढाइण ज़रूरी बणिजंदो आहे ।
- कंहिं कंहिं वक्रतु बायोप्सीअ में मिलियल टिश्यू काफी न हुअण सबबु (20 मां 1 में) वरी बायोप्सी जी ज़रूरत पवंदी आहे ।

५. किडनीअ जूं बीमारियूं

किडनीअ जे बीमारियुनि खे मुख्य बिन गुपनि में विरहाअे सघिजे थो ।

● मेडीकल बीमारियूं :

किडनी फेल्यर, पेशाब जी विचिरंदड़ बीमारी (Infection), नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम, एकयूट ग्लोमेरूलोन फ्राईटिस, इन किस्म जे किडनीअ जे बीमारियुनि जो इलाज नेफ्रोलोजिस्ट दवा जरीये कंदो आहे । किडनी फेल्यर जे गंभीर मरीजनि खे डायालिसिज्ज एं किडनी ट्रान्सप्लान्शन जी जरूरत पिणु पइजी सघे थी ।

● सर्जिकल बीमारियूं :

पथिरीअ जी बीमारी, प्रोस्टेट जी बीमारी, मूत्र मार्ग जी कैंसर इन किस्म जे बीमारियुनि जो इलाज युरोलोजिस्ट कंदो आहे एं आम तोर ऑपरेशन, एन्डोस्कोपी, लिथोट्रीप्सी वगैरह जे इलाज जी जरूरत पवंदी आहे ।

● नेफ्रोलोजिस्ट एं यूरोलोजिस्ट जे विच में कहिड़ो तफावत आहे?

किडनीअ जे माहिर फ़िज़ीशियन खे नेफ्रोलोजिस्ट चइजे थो एं किडनीअ जे माहिर सर्जन खे युरोलोजिस्ट चइजे थो ।

किडनीअ जूं मुख्य बीमारियूं :	
मेडीकल बीमारियूं	सर्जिकल बीमारियूं
अेक्यूट किडनी फेल्यर	पथिरीअ जी बीमारी
क्रोनिक किडनी डिसीज	प्रोस्टेट जी बीमारी
पेशाब जी विचिरंदड़ बीमारी	मूत्र मार्ग जी कैंसर
नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम	मूत्र मार्ग में जन्म खां वठी नुक्स (खामियूं)

अेक्यूट किडनी फेल्यर में बई किडनियूं ओचितो ई ओचितो खराब थियनि थियूं एं इलाज सां संपूर्ण नमूने ठही वेंदियूं आहिनि ।

किडनी फेल्यर

शरीर में ठहंदड़ गैर ज़रूरी शयूं एं लूण जे अंदाज़ जो बैलेन्स किडनी विजाए छडे एं किडनीअ जी कमु करण जी शक्ति घटिजी वजे त उन खे किडनी फेल्यर चइजी थो । रत में क्रीअेटीनीन एं यूरिया जो अंदाज़ वधीक हुजे ते उहो किडनी फेल्यर डेखारे थो ।

किडनी फेल्यर जा बू किस्म आहिनि:

(1) अेक्यूट किडनी फेल्यर (2) क्रोनिक किडनी फेल्यर

अेक्यूट किडनी फेल्यर

किडनीअ जो ओचितो ई कम करण जी शक्तिअ जो घटिजी वजणु यानी अेक्यूट किडनी फेल्यर । अेक्यूट किडनी फेल्यर खे अेक्यूट किडनी इन्जरी पिणु चइबो आहे । अेक्यूट किडनी फेल्यर वारनि घणनि मरीजनि में पेशाब जो अंदाज़ घटिजी वेंदो आहे । अेक्यूट किडनी फेल्यर थियण जा मुख्य कारण दस्त, उल्टियूं, ज़हिरी मलेरिया, रत में विचिरंदड़ बीमारी, रत जो दाबु ओचितो ई ओचितो घटिजी वजणु, कुझ दवाऊं (अे. सी.इ. इनहीबीटर, NSAIDS) वगैरह आहिनि । सही दवा एं जरूरत पवे त डायालिसिज्ज जे इलाज सां हिन नमूने बिगिड़यल बई किडनियूं वरी मुकमल कम कंदियूं थी वेंदियूं आहिनि ।

क्रोनिक किडनी फेल्यर

क्रोनिक किडनी फेल्यर में किडनीअ जी कमु करण जी शक्ति आहिस्ते आहिस्ते एं लंबे वक्त ताई, न सुधिरी सघनि इन नमूने बई किडनियूं खराब थियन थियूं लम्बे अरिसे बइद किडनी अहिड़ी हालत ते पहुची वजे थी जो पंहिंजी समूरी कमु करण जी शक्ति विजाए छडे थी । किडनी संपूर्ण नमूने बंद थी वजे त उन हालत में बीमारी जान वठंदड़ थी वेंदी आहे ।

क्रोनिक किडनी फेल्यर में बई किडनियूं आहिस्ते-आहिस्ते सुधिरी न सघनि अहिड़े नमूने खराब थोदियूं आहिनि ।

क्रोनिक किडनी डिजीज (सी.के.डी.) जे हिन आखिरी तबिके खे इ.एस.आर.डी. (End Stage Renal Disease) चइबो आहे। सी.के.डी. जे शुरुआत जे तबिके में केतिराई दफ़ा का बि निशानी न डिसण में ईदी आहे इन करे मरिज जो निदान थी न सघंदो आहे। हिन बीमारीअ जूं मुख्य निशानियूं सोज, बुख घटि लगणु, दिल कची थियणु (हींओ फिरणु) कमिजोरी लगणु, नंढीअ उग्र में रत जो दाबु तमाम ऊचो रहणु वगैरह आहिन। क्रोनिक किडनी फेल्यर थियण जा मुख्य सबब डायालिज, रत जो ऊचो दाबु, किडनीअ जूं जुदा जुदा बीमारियूं वगैरह आहिन।

क्रोनिक किडनी डिजीज जे निदान लाइ पेशाब में प्रोटीन जो हुअणु, रत में क्रीअेटीनिन ऐं यूरिया जो अंदाज वधणु ऐं सोनोग्राफीअ में नंढी ऐं सुसियल किडनी लगणु, इहे खास अहिमियत वारियूं निशानियूं आहिन। रत में क्रीअेटीनिन ऐं यूरिया जो अंदाज किडनी केतिरे अंदाज में खराब थी आहे, उन जो अंदाज बुधाअे थो। किडनी वधीक खराब थियण सां रत में क्रीअेटीनिन ऐं यूरिया जो अंदाज पिणु वधंदो वेंदो आहे।

हिन बीमारीअ जे शुरुआती तबिके में इलाज दवा ऐं खाधे में परहेज द्वारां कयो वेंदो आहे। अहिडो कोबि इलाज कोन्हे, जेको हिन बीमारीअ खे मिटाअे सघे। हिन इलाज जो मकसदु किडनीअ खे वधीक खराब थियण खां रोकणु ऐं दवा जी मदद सां मरीज जी तबियत थी सघे ओतिरे लम्बे वक्त ताई सुठी रखणु आहे। किडनी वधीक खराब थिअे (रवाजी तोर क्रीअेटीनिन 8-10 मि. ग्रा. % खां वधे तडहिं) त दवा ऐं परहेज हूंदे बि मरीज जी तबियत बिगिडंदी वेंदी आहे। 90% खां वधीक किडनी पंहुंजी कमु करण जी शक्ति विजाए छड्डीं दी आहे। इन हालत में इलाज जा बु विकल्प डायालिसिज (रत जो डायालिसिज या पेट जो डायालिसिज) ऐं किडनी ट्रान्सप्लान्टेशन आहिन।

किडनियूं वधीक खराब थियनि तडहिं रत मां खराब कचरो ऐं वधीक पाणी नेकाल करण जी हथिडाधू रीत याने इलाज माना डायालिसिज।

● डायालिसिज

बई किडनियूं वधीक खराब थियनि, तडहिं शरीर में गैर जरूरी इखराजी शयूं ऐं पाणियठु जो अंदाज वधी वजे थो इन्हनि शयुनि खे हथिराधू नमूने दूर करण जी पद्धतिअ खे डायालिसिज चइजे थो। डायालिसिज किडनी फेल्यर खे दूर करे नथो सघे। किडनी फेल्यर जे आखिरी तबिके में मरीज खे सजी जिनदगी डायालिसिज कराइणो पवंदो आहे। (जेस्ताई किडनी ट्रान्सप्लान्ट कामियाबीअ सां न कयो वजे, तेस्ताई)।

डायालिसिज बिन क्रिस्मनि सां करे सघिबो आहे।

● हिमोडायालिसिज

● पेरीटोनियल डायालिसिज

● हिमोडायालिसिज-रतु जो डायालिसिज

हिन क्रिस्म जे डायालिसिज में हिमोडायालिसिज मशीन जी मदद सां, हथिराधू किडनी (डायालाइजर) में रत खे साफ़ कयो वेंदो आहे। अे.बी. फिस्च्यूला (केडबलल्युमेन केथेटर) जी मदद सां शरीर मां साफ़ करण लाइ रतु दाखिल कई वेंदी आहे। तंदुरस्ती बराबर रखण लाइ मरीजनि खे नित नेम, हफते में बिन खां टे दफ़ा हिमोडायालिसिज कराइणु जरूरी आहे, जंहिं दरम्यानि मरीज बिस्तरे में रहंदे बि रवाजी कम (नास्तो करण, पढिहणु, टी.वी. डिसणु, वगैरह) करे सघे थो। बाकाइदे हिमोडायालिसिज कराईदड़ मरीज आम जीवन जी सघनि था ऐं फकतु डायालिसिज लाइ थोडो वक्तु इस्पताम में हिमोडायालिसिज युनिट में अचनि था।

अजु कलह हिमोडायालिसिज कराईदड़ मरीजनि जो अददु पेट जो डायालिसिज (सी.अे.पी.डी.) कराईदड़ मरीजनि खां घणो वधीक आहे।

भारनि में सभ खां वधीक नजर ईदड़ किडनीअ जी बीमारी अेक्यूट ग्लोमेरुलोनेफाइटस आहे।

● पेरीटोनिअल डायालिसिज : पेट जो डायालिसिज

हिन क्रिस्म जो डायालिसिज मरीज पंहिंजो पाण मशीन खां सवाइ घर में करे सघे थो । सी. अ. पी. डी. में खास क्रिस्म जो नरम, घणनि सोराखनि वारो केथेटर नंढे आपरेशन द्वारां पेट में रखियो वेंदो आहे । हिन केथेटर जरीये (पी. डी. फल्यूड) पेट में दाखिल कयो वेंदो आहे । इहा पाणीयठ केतिरनि कलाकनि खां पोइ ब्राहिर कढिबी आहे, तडहिं उन सां गडु शरीर जो गैर जरूरी कचरो ऐं पाणीयठ पिणु ब्राहिर निकिरी वेंदी आहे । हिमोडायालिसिज खां वधीक खर्च ऐं पेट जी बीमारीअ जो जोखम, इहे सी.अ.पी.डी. जा मुख्य ब्र नुक्रिसान आहिन ।

अक्यूट ग्लोमेरुलोनेफ्राईटस

कहिडी बि उम्र में नजर ईदड़ किडनीअ जी हीअ बीमारी ब्रानि में वधीक नजर ईदी आहे । हीअ बीमारी रवाजी तरह गले जी बीमारी (खंघि) या चमड़ीअ जी बीमारीअ (फ्रट-फुरिड्यू) खां पोइ थींदी आहे । मुंह ते सोजु थियणु ऐं पेशाब गाड़िहो अचणु, इहे हिन बीमारीअ जूं मुख्य फरियादूं आहिन ।

हिन बीमारीअ जी तपास दरम्यान रत जे दाबु में इजाफो (वधी वजणु), पेशाब में प्रोटीन ऐं गाड़िहनि जुजनि जी हाजिरी ऐं केतिरा दफा किडनी फेल्यर नजर ईदी आहे । घणे भाडे ब्रानि में सही दवा जरीये ऐं थोड़े वक्रत में ई हीअ बीमारी बिल्कुर ठीक थी वेंदी आहे ।

नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम

किडनीअ जी हीअ बीमारी पिणु बी उम्र खां ब्रानि में वधीक डिसण में ईदी आहे । हिन बीमारीअ जी मुख्य शिकायत वक्रतु-बि-वक्रतु सोजु अचणु (Edema), इहा आहे ।

हिन बीमारीअ जी खासियत पेशाब में प्रोटीन वजणु, रतु जी रिपोर्ट में प्रोटीन

ब्रानि में पेशाब जे इन्फेक्शन जी अधूरी तपास ऐं इलाज जे करे किडनीअ खे सुधिरी न सघे, अतिरो नुक्रिसान थी सघे थो ।

घटिजी वजणु ऐं कोलेस्ट्रोल वधी वजणु, इहा आहे । हिन बीमारीअ में रतु जो दाबु न वधंदो आहे ऐं किडनी खराब थियण जो इमिकान पिणु न जहिडो हूंदो आहे ।

दवा सां इलाज जरीये हीअ बीमारी दूर थी वेंदी आहे पर वक्रतु-बि-वक्रतु बीमारीअ जो उथिली पवणु ऐं गडुगडु वरी सोजु अचणु, इहा नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम जी खासियत आहे । इन नमूने हीअ बीमारी लंबे अरिसे (केतिरनि सालनि ताई) हलंदड़ हुअण सबबु ब्राह ऐं उन जे कुटुंब जे भातियुनि लाइ सबुर जी कसोटीअ समान थी पवंदी आहे । पर इहा गाल्हि बि खूब अहिमियत वारी आहे त लंबे अरिसे ताई हिन बीमारीअ जे इलाज करण सां सुठो नतीजो मिलंदो आहे । नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम जा मरीज हिक साधारण ऐं तंदुरस्त जिन्दगी जीअनि था ।

पेशाब जी बीमारी

पेशाब में साड़ो थियणु, हर घड़ी पेशाब करण लाइ वजमु, पेट में सूर थियणु, बुखार अचणु वगैरह पेशाब जे बीमारीअ जूं मुख्य निशानियूं आहिन । पेशाब जी तपास में रोग जी हाजिरी हिन बीमारीअ जो निदान बुधाअे थी ।

घणे भाडे मरीजनि में दवा सां हीअ बीमारी मिटजी वेंदी आहे । ब्रानि में हिन बीमारीअ जे इलाज में खास खबरदारी रखिणी पवंदी आहे । ब्रानि में पेशाब जी बीमारीअ जी देर सां ऐं गलत इलाज जे करे किडनीअ में सुधारे न सघिजे अहिडो गंभीर नुक्रिसान थियण जो खतिरो रहे थो । वक्रत-बि-वक्रत पेशाब जी बीमारी थींदी हुजे, अहिडनि मरीजनि में मूत्र मार्ग में रंडक, पथिरी, मूत्र मार्ग जी टी.बी. वगैरह जी तपास कराइण तमाम जरूरी आहे । ब्रानि में वक्रत-बि-वक्रत पेशाब जी बीमारी थियण जो मुख्य सबबु वसाइको युरेश्रल रीफ्लक्स (वी.यु.आर.) आहे । वी.यु.आर. में मसाने ऐं पेशाब वाहिनीअ जे विच में

पथिरीअ जी बीमारी सालनि ताई बिनि निशानियुनि जे बि थी सघंदी आहे ।

आयल वाल्व में जन्म खां वठी (जाए ज़म खां) खामी हूंदी आहे, जंहिं करे पेशाब मसाने (Bladder) मां उल्टो पेशाब वाहिनीअ में, किडनी डांहुं वेंदो आहे।

पथिरीअ जी बीमारी

पथिरी इहा घणनि मरीज़नि में नज़र ईदड़ हिक किडनीअ जी खास बीमारी आहे। पथिरी रवाजी तरह किडनी, पेशाब वाहिनी ऐं मसाने में थींदी डिसण में ईंदी आहे। पेट में बेहद सूर थियणु, उल्टियूं थियणु, दिल कची थियणु, पेशाब गाड़िहो अचणु वगैरह निशानियूं पथिरीअ जी बीमारी बुधाइनि थियूं। केतिरनि मरीज़नि में पथिरी हूंदे पिणु थोड़ो बि सूर न पवंदो आहे, उन खे Silent Stone चइबो आहे।

पेट जो अेक्स-रे ऐं सोनोग्राफी पथिरीअ जी तपास लाइ खास अहिमियत जूं तपासूं आहिनि। नंढी पथिरी वधीक पाणी पीअण सां कुदरती नमूने ई निकिरी वेंदी आहे।

जेकडहिं पथिरीअ जे करे हर घड़ी सही न सधिजे ऐतरो सूर पवंदो हुजे, पेशाब में वक्रत-बि-वक्रत रतु या रोगु (Pus) ईंदो हुजे, मूत्र मार्ग में रंडक थींदी हुजे या किडनीअ खे नुकसान थींदो हुजे त उहा पथिरी कढाइण तमामु ज़रूरी बणिजे थी।

पथिरी कढाइण लाइ रवाजी तोर कमु ईदड़ पद्धतियुनि में लिथोट्रीप्सी, एन्डोस्कोपी (दूरबीन) (पी.सी.अन.अेल., सिस्टोस्कोपी ऐं युरेट्रोस्कोपी) द्वारां इलाज ऐं आपरेशन ज़रीये पथिरी कढाइणु वगैरह आहिनि। 80% मरीज़नि में पथिरी वरी बि थी सघंदी आहे। तंहिंकरे हमेशह पाणीयठ ऐं पाणी वधीक वठणु ऐं खाधे में परहेज़ करणु ऐं सूचना अनुसार डाक्टर खां तपास कराइण ज़रूरी आहे।

मर्दनि में वड़ी उम्र में पेशाब करण में थींदड़
तकलीफ जो मुख्य कारण बी.पी.अेच. आहे।

प्रोस्टेट जी बीमारी बी.पी.एच. (बिनाइन प्रोस्टेटिक हाईपर प्लासिया)

प्रोस्टेट जो गदूद (Gland) फकत मर्दनि में ई हूंदो आहे। मसाने मां पेशाब ब्राहिर खणी वेंदड़ नली पेशाब वाहिनीअ जो शुरूआत जो हिस्सो प्रोस्टेट गदूद जे विचमां लंघंदो आहे।

वड़ी उम्र में मर्दनि में प्रोस्टेट जो क़दु वधी वज़ण करे पेशाब लाहिण में थींदड़ तकलीफ खे बी.पी.एच. चइजे थो। राति जो हर घड़ी पेशाब करण लाइ वज़णु, पेशाब जो वहिकिरो छिडो अचणु, ज़ोर लगाइण खां पोइ ई पेशाबु लहणु वगैरह शिकायतूं बी.पी.एच. जी तकलीफ बुधाइनि थियूं।

बी.पी.एच. जे शुरूआती तबक़े जो इलाज दवा द्वारां कबो आहे। दवा करण खां पोइ बि संतोषकारक सुधारो (फाइदो) न थिए त उन हालत में, किनि मरीज़नि में दूरबीन ज़रीये इलाज (टी.यु.आर.पी.) लाज़िमी बणिजंदो आहे।

६. किडनअ जे बीमारियुनि बाबत गलति मज्रिताऊं ऐं हक्रीकतूं

गलति मज्रिता (Myth) : किडनीअ जू सभु बीमारियूं गंभीर हूंदियूं आहिनि ।

हक्रीकत : न किडनीअ जूं सभु बीमारियूं गंभीर न हूंदियूं आहिनि । तकिडे निदान (तपास) ऐं इलाज बइद किडनीअ जूं केतिरियूं ई बीमारियूं मुकमल नमूने दूर थी सघनि थियूं ऐं केतिरनि ई मरजनि में किडनी वधीक खराब थियण खां अटिकी वजनि थियूं या खराब थियण जी रफितार घटिजी वजे थी ।

गलति मज्रिता : जेकडहिं हिक किडनी खराब थींदा आहे त किडनी फेल्यर थी पवंदी आहे ।

हक्रीकत : न बई किडनियूं खराब थींदियूं आहिनि त ई किडनी फेल्यर थींदा आहे । रवाजी तरह कंहिं मरीज जी हिक किडनी बिल्कुल खराब थी वेंदी आहे ऐं अहिडियुनि हालतुनि में रत में क्रिअेटोनिन ऐं युरिया जे अंदाज में को बि फरकु न पवंदो आहे । जडहिं बई किडनियूं खराब थी वेंदियूं आहिनि तडहिं ई रतु जूं गिलाजतूं शरीर मां ब्राहिर निकरी न सघंदियूं आहिनि, जंहिकरे रतु जी तपास में क्रिअेटोनिन ऐं यूरिया जो अंदाज वधी वेंदो आहे ऐं किडनी फेल्यर जो निदान थींदो आहे ।

गलति मज्रिता : किडनीअ जी कंहिं बि बीमारीअ में सोजु अचण किडनी फेल्यर जी निशानी आहे ।

हक्रीकत : न, किडनीअ जे केतिरियुनि बीमारियुनि में किडनीअ जे कमु करण जी शक्ति बाकाइदे हूंदे पिणु मरीजनि में सोजु डिसण में ईंदी आहे, जहिडोक नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम ।

गलति मज्रिता : किडनी फेल्यर जे सभिनी मरीजनि में सोजु डिसण में ईंदी आहे ।

हक्रीकत : न, केतिरनि मरीजनि जूं बई किडनियूं खराब थी वियल हूंदियूं आहिनि ऐं मरीज डायालिसिज कराईंदो हुजे, तंहिं हूंदे बि सोजु न हुजे, इहो मुमकिन न आहे । किडनी फेल्यर जे घणे भाडे मरजनि में सोजु डिसण में ईंदी आहे, पर सभिनी

मरीजनि में न । इन करे सोजु न हुअण जो मतलबु किडनी फेल्यर न आहे, इहो हरिगिज न समिझणो ।

गलति मज्रिता : किडनीअ जी बीमारीअ वारनि मरीजनि खे घणे अंदाज में पाणी पीअणु घुरिजे ।

हक्रीकत : न, पेशाब जो अंदाज घटि हुअण सबबु सोजु थियणु, इहा किडनीअ जे बीमारियुनि जी हिक मुख्य निशानी आहे । इन लाइ पाणीअ जो अंदाज घटि वठणु ऐं शरीर में पाणीअ जो अंदाज काइम रहे, इहो तमामु ज़रूरी आहे । पर पेशाब में रोग थियणु या पथिरीअ जी तकिलीफ वारनि मरीजनि, जंहिं में किडनी (गुर्दे) जा कम बाकाइदे थींदा हुजनि, उन हालत में वधीक अंदाज में पाणी पी सघिजे थो ।

गलति मज्रिता : मां तंदुरस्त आहियां, इन करे मूँखे किडनीअ जी बीमारी न आहे ।

हक्रीकत : क्रोनिक किडनीअ जी बीमारीअ जे शुरुआती हालत में रवाजी तरड घणे भाडे मरीजनि में का बि शिकायत न हूंदी आहे । उन हालत में रतु जी तपास में क्रिअेटोनिन जो अंदाज वधीक हुअण ई हिन बीमारीअ जी फकत हिक निशानी थी सघे थी ।

गलति मज्रिता : हाणे मुंहिंजी किडनी बराबर आहे, मूँखे दवा वठण जी ज़रूरत न आहे ।

हक्रीकत : किडनी फेल्यर जे केतिरनि मरीजनि में दवा करण सां तबीयत सुधरी वजण सबबु मरीज खुद-ब-खुद दवा वठणु बंद करे छड्डींदा आहिनि, जेका गाल्हे तमाम जोखाइती थी सघे थी । दवा ऐं परहेज जी कमीअ सबबु किडनी तकिडी खराब थिए ऐं जल्दु ई डायालिसिज जी ज़रूरत पैदा थिए, अहिडी हालत अचण जो खतरो रहे थो ।

गलति मज्रिता : रतु में क्रिअेटोनिन जो अंदाज थोडो वधीक हुजे पर तबीयत सुठी हुजे त चिंता करण या खास इलाज जी ज़रूरत न आहे ।

हक्रीकृत : रत में क्रिअेटीनिन जो अंदाज़ थोड़ो बि वधीक हुजे त उहो बुधाए थो त किडनीअ जी कमु करण जी शक्तिअ में असर थी रहियो आहे। इन करे उन तरफ ध्यान छिकाइणु तमामु ज़रूरी आहे। किडनीअ जूं केतिरियूं जुदा-जुदा बीमारियूं किडनीअ खे नुकसान पहुचाए सघनि थियूं। इन लाइ नेफ्रोलोजिस्ट खे वक्रतु-बि-वक्रतु डेखारणु ज़रूरी बणिजी वजे थो। त असां खे इहो ज्ञाणणु घुरिजे त क्रोनिक किडनी फेल्यर जे जुदा-जुदा हालतुनि में क्रीअेटिन में वाधि थियणु छा बुधाए थो ऐं उन जी अहिमियत केतिरी आहे।

क्रोनिक किडनी फेल्यर जे मरीज़नि में क्रीअेटिन जे अंदाज़ में थोड़ो इज़ाफो (वाध) तडहिं डिसण में ईदो आहे जडहिं किडनीअ जी कमु करण जी शक्ति 50% खां वधीक घटिजी वेंदी आहे। जडहिं रतु में क्रीअेटिन जो अंदाज़ 1.6 मि.ग्रा. खां वधीक हुजे त ब्रई किडनियूं (गुर्दा) 50% खां वधीक खराब थी विया आहिनि, ईअं चई सघिबो। इहा हालत मुनासिब संभाल दवा ऐं परहेज द्वारां कयल इलाज मां मिलंदइ फायदनि लाइ उत्तम गुणे सघिजे थी। इन हालत में नेफ्रोलोजिस्ट द्वारां थींदइ इलाजु किडनीअ जी कमु करण जी शक्ति लंबें अरिसे ताई क्राइम रखण में मददगार थी सघे थो।

रवाजी तरह जडहिं रतु में क्रीअेटिन जो अंदाज़ 5.0 मि.ग्रा. थिए, तडहिं ब्रई किडनियूं अटिकल 80% जेतिरियूं खराब (Fail) थी वेंदो आहिनि, ईअं चई सघिबो। हिन हालत में किडनीअ खे तमाम घणो नुकसान थी वियो हूंदो आहे। इन हालत में मुनासिब (सही) इलाज सां फाइदो ज़रूर थींदो आहे पर तमाम सुठे में सुठा फाइदा हासिल करण लाइ असां पुठिते रहिजी विया आहियूं, इहो ख्याल रखणु घुरिजे।

जडहिं रतु में क्रिअेटिन जो अंदाज़ 8 खां 10.0 मि.ग्रा. खां वधी वजे त बिन्ही किडनियुनि खे तमाम घणो नुकसान थी वियो हूंदो आहे। इन तबके (हालत) में दवा ऐं परहेज द्वारां इलाज सां फाइदो हासिल करण जो मोक्रो असां लगभगु विजाए चुका आहियूं, ईअं चई सघिबो। घणे भाडे मरीज़नि खे हिन हालत में डायालिसीज़ जी ज़रूरत पवंदी आहे।

गलति मज्रिता : हिकु दफ़ो डायालिसिज़ कराइण सां वक्रत-बि-वक्रत डायालिसिज़ कराइणो पवंदो आहे।

हक्रीकृत : न, केतिरा दफ़ा डायालिसिज़ कराइण जी ज़रूरत आहे, इहो किडनी फेल्यर जे किस्म ते मदर रखे थो।

मुकमल नमूने कमु कंदइ ब्रई किडनियूं कंहिं सबब करे ओचितो ई ओचितो नुकसान थियण सां थोड़े वक्रत लाइ कमु करणु बंद कनि त उन के अक्यूट किडनी फेल्यर चइबो आहे। अक्यूट किडनी फेल्यर जे मरीज़नि में थोड़े डायालिसिज़ खां पोइ किडनी वरी डायालिसिज़ कराइण जी ज़रूरत न पवंदी आडे। पर गलति मज्रिता जे करे डायालिसिज़ कराइण में देर पवे त अहिइनि मरीज़नि जो मौत पिणु थिए, अहिइनी हालत पिणु थी सघे थी।

क्रोनिक किडनी फेल्यर वधंदइ ऐं बदिलाअे न सघिजे, इन किस्म जी बीमारी आहे ऐं हा, क्रोनिक किडनी फेल्यर जे आखरीन तबके में तबियत खे सही (सुठी) रखण लाइ बाकाइदे डायालिसिज़ ज़रूरी आहे।

गलति मज्रिता : डायालिसिज़ सां किडनी फेल्यर मिटिजी वेंदो आहे।

हक्रीकृत : न, डायालिसिज़ सां किडनी फेल्यर मिटिजी न वेंदो आहे। डायालिसिज़ जी प्रक्रिया में रतु जूं गैर ज़रूरी इखिराजी शयूं दूर थियनि, वधीक पाणी कढी शरीर में पाणीअ जो घुरबलि अंदाज़ क्राइम रखणु, घटि वधि थियल मइदिनी शयुनि जो अंदाज़ क्राइम रखणु ऐं शरीर में गडु थियल ऐसिड जे वधीक अंदाज़ खे घटाए सही अंदाज़ क्राइम रखणु आहे। डायालिसिज़ किडनीअ जा सभु कम कंदो आहे पर किडनी करे सघे अहिइो कमु करण जी शक्ति पैदा नथो करे सघे। डायालिसिज़ सां मरीज़नि में बीमारीअ जूं निशानियूं डिसण में न ईदियूं आहिनि ऐं किडनी फेल्यर हूंदे बि उहो मरीज़ु तंदुरस्त लगंदो आहे।

गलति मज्रिता : किडनी ट्रान्सप्लान्टेशन में मर्द ऐं औरत हिक बिऐे खे किडनी डेई नथा सघनि।

हक्रीकृत : न, साग्री रचना (बनावत) ऐं कमनि जे करे मर्दु औरत खे ऐं औरत मर्द खे किडनी डेई सघनि था ।

गलति मत्रिता : किडनी ड्रियण सां तबियत ऐं शरीर ते असरु पइजी सघे थो ।

हक्रीकृत : न, किडनी ड्रियणु तमामु सलामति आहे उन जो तंदुरस्ती ऐं शरीर ते को बि असरु नथो थिए हिक किडनीअ सां आम जीवन, कमु कार मुमकिन आहे ।

गलति मत्रिता : किडनी ट्रान्सप्लान्टेशन लाइ किडनी विकिरे ते मिलंदी आहे ।

हक्रीकृत : न, किडनी खरीद करणु ऐं विकिणु बई कानूनी डोहु आहिनि । वरी, खरीद कयल किडनीअ सां कयल किडनी ट्रान्सप्लान्टेशन में नाकामियाबीअ जो खतिरो बि वधीक रहे थो ।

गलति मत्रिता : किडनी फकृति मर्दनि में ई हूंदी आहे जेका बिनि टंगुनि जे विचमें गोथिरीअ में आयल आहे ।

हक्रीकृत : न, मर्द ऐं औरत बिन्ही में साग्री रचना ऐं कृद वारी किडनी, पेट जे पुठिअें ऐं मथिअें हिस्से में करंघे जे बिन्ही पासे हिक-हिक आयल हूंदी आहे । मर्दनि में टंगुनि जे विचमें गोथिरीअ में आयल औलादु पैदा करण जो अहिमियत जो उज्जिवो खसिया (Testes) आहे ।

गलति मत्रिता : हाणे मुंहिंजो रत दाबु बाक्राइदे (बराबर) आहे, इन करे हाणे मूखे दवा जी ज़रूरत न आहे । मूखे तकिलीफ कान्हे त मूखे दवा छो वठणु घुरिजे?

हक्रीकृत : रतु जो दाबु वारनि मरीज़नि में रतु जो दाबु दवा सां काबूअ में अचण बइद संतोष करे केतिरा मरीज़ ब्लड प्रेशर जी दवा बंद करे छडींदा आहिनि । घणनि मरीज़नि में रतु जो ऊचो दाबु हूंदे बि का बि तकिलीफ नज़र न ईदी आहे, तंहिकरे उहे दवा वठण लाइ तैयार न थींदा आहिनि पर रतु जे दाबु सबबु लंबे अरिसे बइद किडनी, दिल, मगजु वगैरह ते गंभीर असरु थी सघे थो ऐं हार्ट अटैक, किडनी फेल्यर जहिड्युनि गंभीर बीमारियुनि जो इमिकान थी सघे थो । तंहिकरे का बि तकिलीफ न हुजे तंहिं हूंदे बि बाक्राइदे दवा वठणु तमामु ज़रूरी आहे ।

७. किडनीअ जे बीमारियुनि खे रोकण जा उपाव

किडनीअ जूं बीमारियूं तमामु गंभीर हुअण सबबु उहे किडनीअ जी कम करण जी शक्तिअ खे सिलसिलेवार घटाए सघंदियूं आहिनि ऐं पोइ किडनी फेल्यर थी पवंदी आहे । इन हालत में डायालिसिज़ या किडनी ट्रान्सप्लांट रवाजी ज़िन्दगी जीअण लाइ लाज़िमी थी पवंदो आहे । किडनीअ जूं केतिरियूं बीमारियूं तमामु गंभीर हूंदियूं आहिनि ऐं जेकडहिं उन्हनि जी तपास (निदान) देरि सां थिए थो त पोइ उन हालत में को बि इलाज असिराइतो नथो थिए । क्रोनिक किडनी फेल्यर पोअें (आखिरी) तबके जो इलाज तमामु खरिचाअूं ऐं सभिनी जायुनि ते सविलाईअ सां न थी सघण सां फकृति 5-10% मरीज़ इहो इलाजु हासिल करे सघनि था ऐं बाक्री मरीज़ केतिराई दफ़ा मुकमल या मुनासिब (बराबर) इलाज न मिलण करे मौत जो शिकार बणिजनि था । क्रोनिक किडनी फेल्यर तमामु रवाजी आहे ऐं उन जो को खास इलाजु न हुअण सबबु असां फकृतु उन खे अटिकाअे सघूं था । तकड़ी तपास (निदान) ऐं सही इलाज मिलण सां क्रोनिक किडनी फेल्यर खे वधी खराब थियण खां रोके सघिजे थो ऐं डायालिसिज़ या ट्रान्सप्लांट जी ज़रूरत पिणु घटाअे सघिजे थी । इन करे “Prevention is better than cure” पहाके ते अमलु करण तमामु ज़रूरी आहे ।

किडनीअ जे बीमारियुनि खे कहिडे नमूने रोकिजे?

कडहिं बि पंहिंजी किडनीअ खे नज़र अंदाज़ु न कजे । किडनीअ बाबतु हरहिकु माण्हूअ खे ज़ाण हुअणु ज़रूरी आहे, जंहिं ते मुख्य बिनि हिस्सनि में बहस मुबाहिसो (चर्चा) करे सघिजे थो ।

1. आम माण्हूअ लाइ सूचिनाऊं
2. बीमारीअ जी हाज़िरीअ में ज़रूरी संभाल

आम माण्हूनि लाइ सूचिनाऊं

किडनीअ खे तंदुरस्त रखण लाइ सत असिराइतियूं सूचिनाऊं हिन रीत आहिनि :

1. तंदुरस्त ऐं क्रियाशील रहणु

रोजानो नियम सां कसिरत करणु ऐं रवाजी कम करण सां रतु जो दाबु ऐं खंडि जो अंदाज क्राइम रखी सघिजे थो । नेमाइती कसिरत सां डायालिसिज ऐं ब्लड-प्रेसर जो जोखम घटिजे थो ऐं उहो क्रोनिक किडनी फेल्यर जो खतिरो घटाये थो ।

2. हम वजिनी खाधो (Balanced diet)

मुनासिब हम वजिनी खाधो, ताजियूं भाजियूं ऐं फल खाइणु । खाधे में खंडि वारो, चरिबीअ वारो खाधो ऐं मांस-मछी घटि खाइणु । 40 सालनि जी उम्र खां पोइ खाधे में लूण जो अंदाज घटि वठण सां वधीक ब्लड प्रेशर ऐं किडनीअ में पथिरीअ जी तकिलीफ खे रोके सघिजे थो ।

3. वज्जन ते ज्जाबितो रखणु

हम वजिनी खाधो ऐं नेमाइती कसिरत सां वज्जन ते ज्जाबितो रखी सघिजे थो ऐं ईअं करण सां डायालिसिज, दिल जी बीमारी ऐं किडनीअ जे बीमारियुनि के रोके सघिजे थो ।

4. तमाकु छिकणु, तमाकु, गुटिका, शराब जो त्यागु करण

तमाकु छिकणु जे करे शरियानियुनि में चरिबी जमा (गड्डु) थींदी आहे जंहिं करे किडनीअ में रतु जो वहिकिरो घटिजी वेदो आहे ऐं किडनीअ जी कमु करण जी शक्ति घटिजी वेदी आहे ।

5. गैर ज़रूरी सूर जूं दवाऊं न वठिणियूं

गैर ज़रूरी सूर जूं दवाऊं डाक्टर जी सलाह खां सवाइ न वठिणियूं । केतिरियूं सूर जूं दवाऊं (जीअं त आइबूप्रोफेन) किडनीअ खे नुकसान कनि थियूं ऐं घणे वक्त ताई बाकाइदे वठण सां किडनी फेल्यर पिणु कनि थियूं । इन करे पंहिंजी किडनीअ खे खतिरे में न विझी डाक्टर जी सलाह मूजिब सूर लाइ दवा वठणु ज़रूरी आहे ।

6. वधीक अंदाज में पाणी पीअणु

रोजानो 3 लिटरनि खां वधीक (10-12 गिलास) पाणी पीअणु (सोजु न हुजे अहिइनि माणहुनि खे), जंहिंकरे पेशाब घुरिबल अंदाज में अचे थो ऐं शरीर मां गैर ज़रूरी शयुनि जो नेकाल थिऐ थो ऐं पथिरीअ जो इमकान नथो रहे ।

7. रूटीन हेल्थ चेकअप

40 सालनि खां पोइ का बि तकिलीफ न हूंदे पिणु हर साल हेल्थ चेक-अप कराइण सां रतु जो ऊचो दाबु डायालिसिज, किडनीअ जी बीमारी वगैरह जी तपास (निदान) के बि निशानियूं न हुजनि, उन हालत में पिणु सवेल् ई थी सघे थी । डायालिसिज ऐं रतु जो ऊचो दाबु मौरोसी (वारिसे वारियूं) बीमारियूं हुअण सबबु, जंहिं माणहूअ जे कुटुंब में इहे बीमारियूं हुजनि, अहिइनि माणहुनि खे हिक या हर बीं सालें चेक-अप कराइण तमाम ज़रूरी आहे । हिन क्रिस्म जे बीमारीअ जो सवेल् ई मुनासिब इलाजु, भविष्य में किडनीअ खे थींदइ नुकसान जे इमकान खे घटाये या रोके सघे थो ।

किडनीअ जे मरीजनि लाइ खबरदारियूं

1. किडनीअ जी बीमारीअ बाबतु सुजागी ऐं तकिड़ी तपास (निदान)

मुंहं ऐं पेरनि ते सोजु, खाधो न वणणु, दिल कची थियणु, रतु में फिकाइप, घणे वक्त खां कमिजोरी, राति जो घणा दफ़ा पेशाब लाइ वज्जणु, पेशाब में तकिलीफ हुअण वगैरह निशानियूं किडनीअ जी बीमारीअ जे करे थी सघनि थियूं ।

अहिइनी तकलीफ वारनि माणहुनि खे यकिदम डाक्टर खां तपास कराइणु घुरिजे । किडनीअ जी बीमारीअ जी तकिड़ी तपास (निदान) बीमारीअ खे दूर करण लाइ, रोकण या क्राबूअ में आणण लाइ तमाम अहिमियत वारी आहे । कंहिं बि निशानीअ जी गैर हाजिरीअ में बि पेशाब में प्रोटीन जो

निकिरणु (हुअण) या रतु में क्रिअेटेनिन जो अंदाज वधणु किडनअ जी बीमारीअ जी हाजिरी बुधाए थो ।

2. डायबिटीज जे मरीजनि लाइ ज़रूरी संभाल

डायालिसिज लाइ ईदड़ हर टिनि मरीजनि मां हिक मरीज में किडनी फेल्यर लाइ डायबिटीज जवाबदार हूंदो आहे । इन गंभीर सवाल खे रोकण लाइ हरहिक डायबिटीज जे मरीज में हमेशह लाइ डायबिटीज मुनासिब नमूने क्राबूअ में हुजे, इहो लाजिमी आहे ।

किडनी फेल्यर जे आखिरीन तबके जे 45% मरीजनि में बीमारीअ जो सबबु डायबिटीज हूंदो आहे । डायबिटीज जे हरहिक मरीज खे किडनीअ ते असर जी तकिड़ी तपास (निदान) लाइ हर 3 महिने रतु जो दाबु ऐं पेशाब में प्रोटीन जी तपास कराइणु तमामु ज़रूरी हूंदी आहे । रतु जो दाबु वधणु, पेशाब में प्रोटीन जो वजणु, सोजु थियणु, वक्रतु-बि-वक्रतु रतु मं खंड घटिजी वजणु या डायबिटीज लाइ वठंदड़ इंजेकशन या दवा जे वज्रन खे घटाइणु वगैरह डायबिटीज जे करे किडनी खराब थियण जी निशानी डेखारीन था । जंहिं मरीज खे डायबिटीज जे करे अखि में तकलीफ लाइ लेसर जो इलाजु कराइणो पियो हुजे, अहिइनि मरीजनि में किडनी खराब थियण जो इमकानि तमामु वधीक हूंदो आहे, तंहिंकरे अहिइनि मरीजनि खे किडनीअ जी बाकाइदे तपास कराईदो रहणु तमामु ज़रूरी आहे ।

किडनी बिगड़ंदी रोकिजी वजे उन हालत जे तकिड़े निदान लाइ सुठे में सुठी ऐं फकति हिक ई खास तपास आहे पेशाब जी “माइक्रो आलब्यूमिन्युरीया” तपास । किडनीअ जे बीमारियुनि खे रोकण लाइ हरहिक मरीज खे डायबिटीज जी बाकाइदे तपास ऐं रतु जो दाबु 130/80 मि.मि. खां घटि ऐं खाधे में प्रोटीन ऐं चरबीअ वारनि खाधनि जो अंदाज घटि वठिणो, इन्हनि गाल्हियुनि जो ध्यान रखणु ज़रूरी आहे ।

3. रतु जे ऊचे दाबु वारनि मरीजनि में ज़रूरी संभाल

रतु जो ऊचो दाबु क्रोनिक किडनी फेल्यर जो खास सबबु आहे । रतु जे ऊचे दाबु जूं निशानियूं घणे भाडे मरीजनि में न जहिडियूं हुअण सबबु बी.पी. जी दवा बाकाइदे तथा वठनि यां बंद करे था छडीन । अहिइनि मरीजनि में लंबे अरिसे ताई ऊचो दाबु रहण सबबु किडनी खराब थियण जो खतिरो रहे थो । रतु जो ऊचो दाबु घणे वक्रत ताई रहण सां उन मां क्रोनिक किडनी फेल्यर, दिल जो हमुलो ऐं स्ट्रोक जी तकलीफ थी सघे थी, अहिइो डपु रहे थो ।

इन करे रतु जे ऊचे दाबु वारनि मरीजनि में रतु जे दाबु खे सही नमूने कंट्रोल में रखिजे ऐं उन जे किडनीअ ते असर जी जल्दी तपास (निदान) लाइ साल में हिकु दफो पेशाब जी ऐं रतु में क्रिअेटेनिन जी तपास कराइण सलाह भरियो आहे ।

किडनीअ जे बीमारियुनि खे रोकण लाइ रतु जे ऊचे दाबु वारनि सभिनी मरीजनि खे बाकाइदे बी.पी. मापाईदो रहिजे, खाधे में लूण जो इस्तेमाल घटि करिणो ऐं खाधो हम वजिनी वठणु ज़रूरी हूंदो आहे । इन खां सवाइ इलाज लाइ रतु जो दाबु 130/80 मि.मि. खां घटि काइम रखणु पिणु ज़रूरी आहे ।

4. क्रोनिक किडनी फेल्यर जे मरीजनि में ज़रूरी संभाल

क्रोनिक किडनी फेल्यर दूर थी न सघे, अहिइी बीमारी आहे । क्रोनिक किडनी फेल्यर जा मरीज खाधे में सख्त परहेज, नियम सां तपास, दवा वगैरह ज़रीये किडनी खराब थियण जी प्रक्रिया खे घणे कदुर ढिली करे सघनि था ऐं डायालिसिज या किडनी बदलाइण जी ज़रूरत पवे उन हालत ताई पहुचण खे सालनि ताई परे रखी सघनि था ।

क्रोनिक किडनी फेल्यर जे मरीजनि में किडनीअ खे नुकसान थियण खां रोकण लाइ सभ खां अहिमियत वारो इलाजु रतु जे दाबु ते मुनासिब नमूने क्राबू

रखणु आडे। घर में बी.पी. मापे नोटु करणु ऐं उन बी. पी.अ जे चार्ट खे ध्यान में रखी डाक्टर जरीये बी.पी.अ जी दवा में मुनासिब फेरफारु करणु, इहो आहो। रतु जो दाबु हमेशह 140/84 खां घटि हुअण ई फाइदेमन्द आहो। क्रोनिक किडनी फेल्यर जे मरीजनि में मूत्र मार्ग में रंडक, पथिरी, पेशाब जी या ब्री का बीमारी शरीर में पाणी घटिजी वजणु (Dehydration) वगैरह जो वक्त सिर ऐं मुनासिब इलाजु किडनीअ जी कमु करणु जी शक्तिअ खे लंबे अरिसे तार्ई क्राइम रखण में अहिमियत जो पार्ट अदा कनि था।

5. मौरोसी बीमारी (Hereditary) पी. के. डी. जो तकड़ो निदान ऐं इलाज

आटोसोमल डोमीनन्ट पोलिसिस्टीक किडनी डिजीज (पी.के.डी.) तमामु आम जाम ऐं गंभीर किडनीअ जी ऐं मौरोसी बीमारी आहो, जेका डायालिसिज करार्ईदड़ 6-8% मरीजनि में डिसण में ईदी आडे। इन करे कुटुंब में जेकड़हिं हिक् माणहूअ खे हीअ बीमारी (पी.के.डी.) हुजे त डाक्टर जी सलाह मूजिबु कुटुंब जे ब्रियनि भातियुनि में हिन बीमारीअ जी का तकिलीफ त न आहो, उन जो निदान कराइणु ज़रूरी आहो। सवेल ई निदान कराइण बइद खाधे में परहेज, रतु जे दाबु ते काबू ऐं पेशाब जी बीमारी ऐं ब्रिऐ इलाज जी मदद सां किडनी खराब थियण जी रफितार ढिली करे सघिजे थी।

6. ब्रारनि में मूत्र मार्ग जी बीमारीअ जो सही इलाज

जेकड़हिं ब्रार खे वक्त-बि-वक्त बुखार ईदो हुजे, बार बार पेशाबु ईदो हुजे, पेशाब में साड़ो या सूर थींदो हुजे, खाधे में रुचि न रखे या वजन वधंदो न हुजे त उन लाइ मूत्र मार्ग जी बीमारी जवाबदार थी सघे थी। इहो याद रखणु तमामु ज़रूरी आहो त मूत्र मार्ग जी बीमारी, खास करे बुखार सां, किडनीअ खे नुकसान पहुचाइण लाइ वडो जोखमु आहो। खास करे जेकड़हिं निदान न करायो वजे, देरि सां इलाजु करायो वजे या अणपूरो इलाजु करायो वजे इन क्रिस्म जे नुकसान जे करे सालनि खां पोइ आहिस्ते-आहिस्ते किडनी

बिगड़िजंदी वेंदी, उन जो डपु रहो थो। (बालिग अवस्था में मूत्र मार्ग में बीमारीअ जे करे किडनीअ में सुधिरी न सघे अहिड़ो नुकसान रवाजी तरह न थींदो आहो)। इन खां सवाइ पेशाब जी बीमारी थी हुजे अहिड़नि नंठी उग्र वारनि ब्रारनि मां अधि जेतारनि ब्रारनि में बीमारी थियण लाइ जनम खां वठी विड (खामी) या तकिलीफजवाबिदार हूंदी आहो। इन्हनि हालतुनि में वक्तसिर जो सही इलाज न मिलण सां किडनी खराब थियण जो खतिरो रहे थो। रवाजी तरह 50% ब्रारनि में बीमारीथियण जो कारण वसाईको यूट्रल रिफलक्स थी सघे थो।

थोड़े में ब्रारनि में किडनी खराब थियण खां रोकण लाइ मूत्र मार्ग जी बीमारीअ जो तकड़ो निदान ऐं इलाज ऐं बीमारी थियण लाइ कारणनि जो निदान ऐं इलाज तमामु ज़रूरी आहो।

7. बालगु अवस्था में हर घड़ी थींदड़ पेशाब जी बीमारीअ जो योग्य इलाज

कंहिं बि उग्र में पेशाब जी बीमारी हर घड़ी (वक्त-बि-वक्त) थींदी हुजे या दवा सां काबूअ में न ईदी हुजे त उन जो कारणु गोलहणु ज़रूरी आहो। इहे कारण (जहिड़ोकि मूत्र मार्ग में रुकावट, पथिरी वगैरह) जो वक्तसिर योग्य इलाजु किडनीअ खे थींदड़ नुकसान थियण खां रोकण में अहिमियत जो पार्ट अदा करे थो।

8. पथिरी ऐं बी.पी.एच. जो योग्य इलाज

केतिरा ई दफ़ा किडनी या मूत्र मार्ग में पेशाब जो निदान (तपास) थियण खां पोइ बि उन जे करे खास तकिलीफ थींदी न हुजे त मरीज उन जे इलाज ड्रांहुं लापरवाह थी वजनि था। अहिड़े ई नमूने वडी उग्र में थींदड़ प्रोस्टेट जी तकिलीफ बी. पी. एच. जे करे नजर ईदड़ निशानियुनि ड्रांहुं मरीज ध्यान ऐं संभाल नथा रखनि, अहिड़नि मरीजनि में लम्बे अरिसे बइद किडनीअ खे

नुकसान थियण जो खतिरो हुआण सबबु डाक्टर जी तकिड़ी सलाह वठी ऐं उन मूजिब इलाजु कराइणु ज़रूरी आहे ।

9. नंढीअ उम्र में रतु जे ऊचे दाबु जी तपास

रवाजी तरह 30 सालनि खां नंढी उम्र वारनि माणहुनि में रतु जो ऊचो दाबु डिसण में न ईदो आहे । नंढी उम्र में रतु जे वधीक उचे दाबु जो खास सबबु किडनीअ जी बीमारी आहे । तंहिं करे अहिङ्गनि सभिनी माणहुनि खे किडनीअ जी तपास कराइणु तमामु ज़रूरी आहे जंहिंकरे असां उन जो योग्य निदान ऐं इलाजु कराअे सधुं ऐं किडनीअ खे बचाए सधुं ।

10. अेक्यूट किडनी फेल्यर जे कारणनि जो सवेल इलाज

ओचितो ई ओचितो किडनी खराब थियण जे मुख्य कारणनि में दस्त-उल्टियूं, ज़हिरी मलेरिया, वधीक रतु जो वहणु, रतु में गंभीर बीमारी, मूत्र मार्ग में रुकवाट वगैरह अची वजनि था । इन्हनि सभिनी कारणनि जो सवेल, योग्य ऐं संपूर्ण इलाज किडनीअ खे खराब थियण खां बचाए थो ।

11. डाक्टर जी सलाह मूजिब ई दवा जो उपयोग

रवाजी तरह वठण में ईदड़ दवाउनि मां केतिरियूं दवाऊं (जहिङ्गोक सूर जूं दवाऊं) लम्बे अरिसे ताई वठण सां किडनीअ खे नुकासन थियण जो डपु रहे थो । अहिङ्गयुनि दवाउनि लाइ इश्तिहार वधीक डिसण में अचनि था, पर उन जे नतीजनि जी ज़ाण लिकाई वजे थी । तंहिं करे ग़ैर ज़रूरी दवाऊं वठणु टाड़णु घुरिजनि ऐं ज़रूरी दवाऊं डाक्टर जी सलाह मुजिबु जो डोज़ (अंदाज़) ऐं डाक्टर जे बुधायल वक्रत ताई वठणु सलाह भरियो आहे । ग़ैर ज़रूरी मथे ऐं शरीर जे सूर जूं दवाऊं न वठणु घुरिजनि । सभु आयुर्वेदिक दवाऊं सलामत आहिनि, इहा मजिता बि ग़लत आहे । केतिरियूं गोरियूं भस्म वारियूं दवाऊं किडनीअ खे गंभीर नुकासन करे सघनि थियूं ।

12. हिक ई किडनीअ वारनि माणहुनि लाइ खबरदारियूं

हिक ई किडनीअ वारा माणहु पिणु रवाजी ज़िन्दगी जी सघनि था, पर उन्हनि खे कुझ खबरदारी रखणु सलाह भरियो आहे ।

उन्हनि खे ब्लड प्रेशर ते क्राबू रखणु, वधीक अंदाज़ में पाणियठ वठणु, हम वज़िनी खाधो खाइणु, घटि खाइणु, प्रोटीन जो अंदाज़ पिणु घटि वठणु ऐं किडनीअ खे को बि ईजाउ न पहुचे, उन जी संभाल रखणु ज़रूरी हूंदो आहे । इन्हनि सभिनी ग़ाल्हियुनि जो ध्यान रखण खां सवाइ नियम सां (Regularly) मेडीकल चेक-अप कराइणु तमाम ज़रूरी आहे । अहिङ्गनि माणहुनि खे पाणी वधीक पीअणु, पेशाब या ब्रीअ बीमारीअ जी वक्रतसिर तपास कराइणु ऐं ज़रूरत महिसूस थिए त सोनोग्राफी कराए नेमाइतो डाक्टर खे डेखारणु तमामु ज़रूरी आहे ।

८. किडनी फेल्यर छा खे थो चइजे?

बदन में किडनीअ जो मुख्य कमु रतु खे साफ करणु ऐं गैर ज़रूरी इखिराजी शयूं दूर करणु ऐं शरीर में पाणियाठी लूण (मइदिनी शयूं) ऐं ऐसिड-अल्कली जो अंदाज़ बरकरार रखणु। जइहिं नुकसान थियण सबबु बई किडनियूं पंहिंजो कमु बराबर करे नथियूं सघनि तइहिं किडनीअ जी कमु करण जी शक्ति घटिजी वेंदी आहे त उन खे किडनी फेल्यर चइबो आहे।

भाडो-२

किडनीअ जूं वडियूं बीमारियूं ऐं उन्हनि जो इलाज

- किडनी फेल्यर खे रोकण जा उपाव, निदान ऐं इलाज।
- डायालिसिज़ बाबत बुनियादी ज्ञाण।
- किडनी ट्रांसप्लान्टेशन बाबत बुनियादी ज्ञाण।
- किडनी जे वडियुनि बीमारियुनि बाबत ज़रूरी ज्ञाण।
- क्रोनिक किडनी डिसीज़ जे मरीज़नि लाइ खाधे जी पसंदगी ऐं खबरदारी।

- किडनी फेल्यर जो निदान (तपास) कहिडे नमूने करे सघिबो आहे?

रतु में क्रिअेटेनिन ऐं यूरिया जे अंदाज़ जी तपास द्वारा किडनीअ जे कमु करण जी शक्तिअ जी ज्ञाण हासिल कई वेंदी आहे। किडनीअ जी कमु करण जी शक्ति जेकइहिं असां जे शरीर जी ज़रूरत खां वधीक हूंदी आहे ऐं उन जे करे जेकइहिं बिन्ही किडनियुनि खे थोडो नुकसान थियो हुजे त रतु जी रिपोर्ट में का खराबी डिसण में न ईदी आहे, पर बीमारीअ जे करे बई किडनियूं 50% खां वधीक खराब थियनि त ई रतु में क्रिअेटेनिन ऐं यूरिया जो अंदाज़ रवाजीअ खां वधी वेंदो आहे।

- हिक किडनी खराब थियण सां किडनी फेल्यर थी सघे थो?

न, जेकइहिं कंहिं माणहुअ जे बिनि मां हिक किडनीअ खे नुकसान थिए या कठी छडिणी पवे तइहिं बि बी किडनी पंहिंजी कमु करण जी शक्तिअ खे वधाअे शरीर जो कमु बाकाइदे पूरीअ तरह हलाअे सघंदी आहे।

- किडनी फेल्यर जा ब मुख्य क्रिस्म :

(1) अेक्यूट किडनी फेल्यर (2) क्रोनिक किडनी फेल्यर।

अेक्यूट किडनी फेल्यर

अेक्यूट किडनी फेल्यर में शरीर जे केतिरियुनि बीमारियुनि जे करे किडनीअ खे

बई किडनियूं खराब थियन ऐं कमु करणु बंद कनि
तइहिं ई किडनी फेल्यर थी सघंदो आहे।

नुकसान थियण करे थोडे वक़त लाइ कमु करणु बंद करे छडुंदी आहे । वक़तसिर जे इलाज सां थोरे वक़त में उहा कडनी वरी मुकमल नमूने कमु करे सघंदी आहे ।

क्रोनिक कडनी फेल्यर

क्रोनिक कडनी फेल्यर में केतिरियुनि बीमारियुनि जे करे आहिस्ते आहिस्ते महिननि ऐं सालनि में कडनीअ जी कमु करण जी शक्तिअ में लगातार कमी ईदी वजे ऐं ब्रुई कडनियूं कमु करणु बंद करे छडुंन थियूं । हिन वक़त इन क्रिस्म जी बीमारी मिटाऐे सघिजे, अहिडी का बि दवा मौजूद न आहे ऐं हीअ तमामु खतरनाक ऐं मौतिमार तबक्रे वारी बीमारीअ खे एन्ड स्टेज कडनी डिजीज़ (इ.अस.के.डी.) चइजे थो ।

ब्रुई कडनियूं 80% खां वधीक खराब थियनि पोइ ई कडनी फेल्यर जो निदान थी सघंदो आहे ।

९. अक्यूट कडनी फेल्यर

अक्यूट कडनी फेल्यर छा खे चइबो आहे?

मुकमल नमूने कमु कंदड़ ब्रुई कडनियूं कंहिं सबब करे ओचितो ई ओचितो थोडे वक़त में ई (कलाकनि, डुंंहनि या हफितनि में) थोडे वक़त लाइ कमु करणु बंद कनि या घटि कमु कनि त उन खे अक्यूट कडनी फेल्यर या अक्यूट इन्जरी या अक्यूट रीनाल फेल्यर (अ.आर.अफ.) चइजे थो ।

अक्यूट कडनी फेल्यर थियण जा कहिड़ा कारण आहिनि?

अक्यूट कडनी फेल्यर थियण जा मुख्य कारण हेठीअं रीत आहिनि:

1. कडनीअ खे रतु घटि मिलणु, वधीक दस्त-उल्टियुनि जे करे शरीर में पाणी घटिजी वियो हुजे, वधीक रतु वही वेई हुजे, सड़णि, रतु जो दाबु ओचितो ई ओचितो घटि थियणु जुदा जुदा सबबनि करे ।
2. रतु में सख्त बीमारी, के गंभीर बीमारियूं ऐं कंहिं वडे आपरेशन खां पोइ ।
3. पथिरीअ जे करे मूत्र मार्ग में रंडक पैदा थी हुजे ।
4. इन खां सवाइ ब्रियनि कारणनि में : शरीर में ज़हिरी मलेरिया (Falciparum Malaria) थियो हुजे, पेशाब जी गंभीर बीमारी खास क्रिस्म जी कडनीअ जी सोज़, औरतुनि में वियम वक़तु रतु जो ऊचो दाबु या रतु जो वधीक वही वजणु, केतिरियुनि दवाउनि जो आडो असरु, नांग जो डुंगु, मुशिकुनि खे वधीक नुकसान थियण सां ठहंदड़ ज़हिरी शयुनि जी कडनीअ ते थींदड़ आडो असर वगैरह जो समावेश थींदो आहे ।

अक्यूट कडनी फेल्यर जूं निशानियूं

1. अक्यूट कडनी फेल्यर में, कडनीअ जी कमु करण जी शक्ति थोडे ई वक़त में खराब थी वजण सां रतु में गैर ज़रूरी शयूं ऐं पाणीअ (पाणियठ) जो अंदाज़

अक्यूट कडनी फेल्यर में तंदुरस्त कडनीअ जी कमु करण जी शक्ति तकड़ी ऐं थोडे वक़त लाइ घटिजी वेंदी आहे ।

तमामु तकिड़ो वधी वज्रे थो ऐं मइदिनी शयुनि जो अंदाज़ ऐं बैलेन्स तमामु तकिड़ो ई बिगड़ी वेंदो आहे। इन क्रिस्म जे फेल्यर में सम्पूर्ण कमु कंदड़ किडनी थोड़े ई वक्रत में तकिड़ो बिगड़ी वज्रण सां बीमारीअ जूं निशानियूं जल्दी ई ऐं वधीक अंदाज़ में डिसण में ईदियूं आहिन। इहे निशानियूं जुदा-जुदा मरीज़नि में अलग-अलग क्रिस्म जूं ऐं घटि या वधीक अंदाज़ में थी सघनि थियूं।

2. जंहिं सबब करे किडनी खराब थी हुजे, उन जूं निशानियूं गड्डो-गड्डु डिसण में ईदियूं आहिन (दस्त, उल्टियूं, रतु जो वही वज्रण, ज़हिरी मलेरिया में बुखार, थधि लगणु वगैरह) पेशाबु घटिजी वज्रणु (जेतोणीक कुझ मरीज़नि में पेशाब जो अंदाज़ बराबर ई हूंदो आहे), शरीर में पाणियठु जो अंदाज़ वधी वज्रण सां मुंहं, पेरनि ऐं शरीर ते सोज् चढ़िही वज्रणु ऐं वज्रणु पिणु वधी वज्रणु।
3. बुख घटि लग्गे, उल्टी, दिल कची थियणु, हिडकी, थकु लगणु, कमिज़ोरी ऐं निंड जो नशो रहे, याद शक्ति घटिजी वज्रे।
4. तेज़ ऐं मौतिमार निशानियूं जीअं त सहिको थियणु, छातीअ में सूर, छिकताण, हेचकी या कोमा, रतु जी उल्टी ऐं पोटेशियम जो वधीक अंदाज़ जे करे दिल जी गैर रवाजी दक-दक ऐं ओचितो ई दिल जी दक-दक बंद थी वज्रणु।
5. अक्यूट किडनी फेल्यर जे शुरुआती तबक्रे में किन मरीज़नि में निशानियूं डिसण में न ईदियूं आहिन ऐं ब्रिऐं कंहिं सबब करे रतु जी तपास कराइण सां अचनाक बीमारीअ जो निदान थी वेंदो आहे।

अक्यूट किडनी फेल्यर जो निदान

अक्यूट किडनी फेल्यर जे घणनि मरीज़नि में निशानियूं डिसण में न ईदियूं आहिन या जडुहिं बीमारीअ जे करे मरीज़ जी किडनी खराब थियण जो इमकान हुजे ऐं बीमारीअ जूं निशानियूं पिणु किडनी फेल्यर हुअण जी शंका पैदा थिऐे त यकिदमु रतु जी तपास (जांच) कराऐे वठणु घुरिजे।

हिन बीमारीअ में खराब थी वियल ब्रई किडनियूं योग्य इलाज ज़रीये मुकमल नमूने कम करण लगुंदियूं आहिन।

किडनी फेल्यर जे पके निदान लाइ रतु जी तपास जंहिं में क्रिअेटीनिन ऐं युरिया जो वधीक अंदाज़ अक्यूट किडनी फेल्यर बुधाऐे थो। ब्रियो पेशाब जो अंदाज़ पेशाब जी तपास ऐं सोनोग्राफी वगैरह तपास ज़रीये किडनी फेल्यर जे कारण ऐं किडनी फेल्यर जी ब्रिअे कंहिं बि असर साइड इफेक्ट बाबत ज़ाण मिली सघे थी।

अक्यूट किडनी फेल्यर खे रोकण जा उपाव

दस्त-उल्टियूं, ज़हिरी मलेरिया जहिडियूं किडनी फेल्यर करे सघनि, अहिडियुनि बीमारियुनि जो तकिड़ो निदान ऐं इलाजु :

- हिन बीमारीअ जी तकिलीफ हुजे, अहिडिनि मरीज़नि खे।
- पाणी वधीक पीअणु घुरिजे।
- पेशाब घटि अचे त यकिदमु डाक्टर खे ज़ाण कजे।
- किडनीअ खे नुकसान कंदड़ दवाऊं न वठिजनि।

अक्यूट किडनी फेल्यर में किडनी केतिरे वक्रत में वरी कमु कंदड़ थी वेंदी आहे?

मुनासिब इलाज सां फक्रत 2 खां 4 हफतनि में ई घणे भाडे मरीज़नि जी किडनी वरी मुकमल तोर हमेशह मूजिबु कमु कंदड़ थी वेंदी आहे। अहिडिनि मरीज़नि खे इलाजु पूरे थियण खां पोइ कंहिं बि डायालिसिज़ या दवा जी ज़रूरत नथी रहे। पर अक्यूट किडनी फेल्यर जे मरीज़नि में गलति इलाजु या इलाज कराइण में थींदड़ देर मौतिमार थी सघे थी।

अक्यूट किडनी फेल्यर जो मुख्य इलाजु हेठीअं रीत आहे

1. जवाबदार बीमारीअ जो इलाजु।
2. दवा वसीले इलाजु।

हिन बीमारीअ में योग्य दवा ज़रीये तकिड़े इलाज सां डायालिसिज़ खां सवाइ पिणु किडनियूं सुधिरी सघनि थियूं।

3. खाधे में परहेज़ ।

4. डायालिसिज़ ।

1. जवाबदार बीमारीअ जो इलाजु

- अेक्यूट किडनी फेल्यर जे इलाज में सभ खां वधीक अहिमियत वारी गाल्हि इहा आहे त जवाबदार बीमारीअ खे सुजाणी, उन जो इलाजु कजे ।
- किडनी फेल्यर जे कारण मूजिबु दस्त-उल्टियूं यां ज़हिरी मलेरिया खे क्राबूअ में आणण लाइ सही दवा, रतु जा गाड़िहा जुज़ा टुटी पिया हुजनि त नओं रतु ऐं रतु जी बीमारीअ खे क्राबूअ में आणण लाइ ख़ास एन्टीबायोटिक्स डिनियूं वेंदियूं आहिनि ।

पथिरीअ जे करे मूत्र मार्ग में रंडक थींदी हुजे त ज़रूरी इलाजु करे इहा रंडक दूर कई वेंदी आहे ।

इन क्रिस्म जे योग्य इलाज द्वारां नुक़सान थियल किडनीअ खे वधीक नुक़सान थियण खां बचाए सघिजे थो ऐं किडनी वरी कमु करण लगंदी आहे ।

2. दवा ज़रीये इलाजु

दवा ज़रीये इलाज जो मक्रिसद किडनीअ खे मददगार बणिजी वधीक तकलीफ थियण खां रोकणु ऐं उन जो इलाजु करणु आहे । बीमारीअ जो इलाजु ऐं किडनीअ खे नुक़सान करे सघनि, अहिडियुनि दवाउनि खां परे रहणु (मि. तो. NSAIDS) ।

पेशाब वधाइण जी दवा

पेशाब घटि थियण करे थींदइ सोजु, दमु वग़ैरह मसइलनि खे रोकण लाइ ऐं उन जे इलाज लाइ हीअ दवा मददगार थींदी आहे ।

उल्टी-एसीडीटी जू दवाऊं

किडनी फेल्यर जे करे थींदइ उल्टी-ओकारा (दिल कची थियण) ऐं हिडकीअ खे

अेक्यूट किडनी फेल्यर में रवाजी तरह डायालिसिज़ जी ज़रूरत थोड़नि डींहुंनि लाइ ई पवंदी आहे ।

क्राबूअ में रखण लाइ इहे दवाऊं उपयोगी थींदियूं आहिनि । ब्रियूं दवाऊं जेके दम, रतु जे वधीक या घटि दाबु खे ऐं पोटोशियम जे अंदाज़ खे क्राबूअ में रखनि थियूं, हिचकी, रतु जी उल्टी जहिड़ी गंभीर तकलीफ में राहत डियनि थियूं ।

3. खाधे में परहेज़

किडनी कमु न करण जे करे जेका साइड इफेक्ट ऐं तकलीफ थिए थी, उन में राहत लाइ मुनासिब परहेज़ ज़रूरी आहे ।

- पेशाब जे अंदाज़ खे ध्यान में रखी पाणियठ (पाणी) घटि वठिजे जीअं सोजु ऐं दम जहिडियुनि तकलीफुनि खे थियण खां रोके सघिजे ।
- पोटेशियम जो अंदाज़ न वधे इन लाइ फलनि जी रसु नारियेल जो पाणी, फल, सुको मेवो वग़ैरह न वठिजनि । पोटेशियम वधी वजे त दिल ते मौतमार असर करे सघे थी ।
- लूण (सोल्ट) घटाइण सां सोजु, दमु, वधीक उन्न, रतु जे दाबु में इज़ाफो जहिडा मसइला क्राबूअ में आणे सघिजनि था ।

4. डायालिसिज़

अेक्यूट किडनी फेल्यर जे मरीज़नि में जेसिताई किडनी मुकमल नमूने बाक्राइदे कमु न कंदी थिए तेसिताई थोड़े वक्रत लाइ किडनीअ जो कमु डायालिसिज़ द्वारां कराइणु लाज़िमी बणिजी वजे थो ।

डायालिसिज़ याने छा?

किडनीअ जे कमु न करण करे शरीर में गडु थियल ग़ैर ज़रूरी इखिराजी शायूं ऐं वधीक पाणियठ, मइदिनी लूण ऐं ऐसिड जहिडियुनि कीमियाई शयुनि के हथिडाधू नमूने दूर करण ऐं साफ करण जी रीति खे डायालिसिज़ चइजे थो । डायालिसिज़ तमाम घणी किडनी फेल्यर जे मरीज़नि खे रवाजी ज़िन्दगी जीअण में मददगार थींदो आहे ।

अेक्यूट किडनी डिसीज़ में डायालिसिज़ में देर करण सां मौतमार बणिजी सघे थो ।

डायालिसिज जा ब्रु क्रिस्म आहिन : पेरीटोनीअल ऐं हिमोडायालिसिज । डायालिसिज बाबत तफिसीलवाल गाल्हि-ब्रोल्हि बाब 23 में कयल आहे ।

अेक्यूट किडनी फेल्यर में डायालिसिज जी जरूरत कडुहिं पवंदी आहे?

अेक्यूट किडनी फेल्यर जे सभिनी मरीजनि जो इलाज दवा ऐं परहेज द्वारां कयो वेंदो आहे । पर जडुहिं किडनीअ खे वधीक नुकसान थियो हूंदो आहे तडुहिं इहो सभु इलाजु करण खां पोइ बि बीमारीअ जूं निशानियुं वधंदियुं वजनि थियूं, जेके मौतिमार पिणु थी सघनि थियुं । अहिडुनि मरीजनि खे डायालिसिज जो वक्रतसिर इलाजु नई जिन्दगी बखिशे सघे थो । अेक्यूट किडनी फेल्यर जे मरीजनि में पाणियठ (पाणी), पोटेशियम ऐं ऐसिड जो अंदाज तमामु वधी वजण, इहे खास निशानियुं आहिन ।

डायालिसिज कराइण लाइ अेक्यूट किडनी फेल्यर में डायालिसिज केतिरा दफा कराणो पवंदो?

जेसिताई मरीज जी खुद जी किडनी वरी कमु कंदी न थिए, तेसिताई डायालिसिज-हथिडाधू किडनीअ तोर कमु करे मरीज जी तबियत सुठी रखण में मदद करे थो । किडनी सुधारण में 1 खां 4 हफतनि जो वक्रत लगुंदो आहे । उन दरिम्यान रवाजी तरह हफते में ब्रिन खां टे दफा डायालिसिज कराइणो पवंदो आहे । घणनि माणहुनि में इहा गलत मजिता हूंदी आहे त हिकु दफो डायालिसिज कराइण सां वक्रत-बि-वक्रत या हमेशह डायालिसिज कराइणो पवंदो आहे । इन डप जे करे घणा मरीज इलाजु कराइण में पुठिते रहिजी वेंदा आहिन ऐं केतिराई दफा ईअं बि थींदो आहे त बीमारअ जी गंभीरता तमाम वधी वेई हुजे त डाक्टर पिणु को बि इलाजु करे सघनि उन खां अगु में ई मरीज जो मौत थी वेंदो आहे ।

१०. क्रोनिक किडनी फेल्यर ऐं उन जा सबब

किडनीअ जे बीमारियुनि में क्रोनिक किडनी फेल्यर तमाम गंभीर बीमारी आहे छाकाणि त हिन वक्रत तबीबी विज्ञान वटि हिन बीमारी दूर करण जी काबि दवा न आहे । गुजिरियल केतिरनि सालनि खां हिन बीमारीअ जे मरीजनि जो अददु लगातार वधंदो वजे थो । डायबिटीज, रतु जो दाबु, तमाकु, कोलेस्ट्रोल जे अंदाज में इजाफो वगैरह बीमारियुनि जो वधंदइ अंदाज ऐं किडनीअ जे बीमारियुनि जे निदान लाइ सविलाई सां मैसर (न मिलंदइ) सहोलियतूं इन लाइ घणे भाडे जवाबदार आहिन ।

क्रोनिक किडनी फेल्यर छा आहे?

हिन क्रिस्म जे किडनी फेल्यर में किडनी खराब थियण जी प्रक्रिया तमाम आहिस्ते थींदी आहे जेका महिननि या सालनि ताई हलंदी आहे । घणे वक्रत बइद घणे भाडे मरीजनि में ब्रई किडनियूं सोढिहियूं थी तमाम नंढियूं थी हमेशह लाइ कमु करणु बंद करे छडींदियूं आहिन ऐं कंहीं बि दवा, आपरेशन, डायालिसिज द्वारां सुधारे न सघिबियूं आहिन ।

क्रोनिक किडनी फेल्यर जे शुरुआती तबके में इलाजु सही दवा ऐं परहेज द्वारां कयो वेंदो आहे । घणनि माणहुनि (मरीजनि) में जिन खे क्रोनिक किडनी फेल्यर हूंदो आहे, उन्हनि में हकीकत में किडनीअ जी कमु करण जी शक्ति घणे क्रदुर घटिजी वेंदी आहे, न ई किडनी फेल थींदी आहे ।

एन्ड स्टेज किडनी (रीनल) डिसीज (इ.अेस.के.डी./इ.अेस.आर.डी.) छा खे चइजे थो?

क्रोनिक किडनी फेल्यर में वक्रत सां गडुगडु ब्रई किडनियूं आहिस्ते-आहिस्ते वधीक ऐं वधीक खराब थींदियूं वजनि थियूं । जंहीं हालत में ब्रई किडनियूं घणे क्रदुर (90% खां वधीक) या समूरीअ रीत कमु करणु बंद कनि, उन हालत खे एन्ड स्टेज

क्रोनिक किडनी फेल्यर में किडनी आहिस्ते-आहिस्ते,
वरी सुधिरी न सघे, इन नमूने खराब थींदी आहे ।

रीनल डिस्ीज या सम्पूर्ण किडनी फेल्यर चइजे थो । इन हालत में सही दवा ऐं परहेज हूंदे बि मरीज जी तबियत आहिस्ते-आहिस्ते खराब थींदी वेंदी आहे ऐं मरीज खे बचाइण लाइ हमेशह नेमाइतो डायालिसिज कराइण या किडनी ट्रान्सप्लान्शन कराइण जी जरूरत पवंदी आहे ।

क्रोनिक किडनी फेल्यर जा मुख्य सबब कहिड़ा आहिनि ।

केतिरयूं ई अहिडियूं बीमारियूं हूंदियूं आहिनि जेके किडनी संपूर्ण नमूने कमु करणु बंद करे छडीन एतिरो नुकसान करे सघनि थियूं । पर डायालिसिज ऐं रतु जो वधीक दाबु क्रोनिक किडनी फेल्यर जा मुख्य ब्र कारण हूंदो आहिनि ।

कंहिं बि उपाव सां सुधरी न सघे, इन नमूने ब्रई किडनियूं खराब थियण जा मुख्य कारण हिन रीत आहिनि:

1. **डायालिसिज** : तव्हांखे इहो ज्ञाणी अजबु ऐं दुख थींदो त क्रोनिक किडनी फेल्यर जा 30 खां 40 सेकड़ो मरीज याने हर टिनि मरीजनि मां हिक मरीज जी किडनी डायालिसिज जे करे खराब थिये थी । डायालिसिज क्रोनिक किडनी फेल्यर जो सभ खां अहिमियत वारो ऐं गंभीर कारणु हुअणु सबबु डायालिसिज जे सभिनी मरीजनि खे मरिज ते काबू रखणु तमामु जरूरी आहे ।
2. **रतु जो ऊचो दाबु** : रतु जे उचे दाबु लाइसही इलाज न कराइण सां या अणपूरे इलाज करे 30% मरीजनि खे क्रोनिक किडनी फेल्यर थींदो आहे ऐं लम्बे अरिसे ताई रतु जो ऊचो दाबु क्रोनिक किडनी फेल्यर करे सघे थो ।
3. **क्रोनिक ग्लोमेरुलोने फाइटिस** : हिन क्रिस्म जी किडनीअ जी बीमारीअ में मुंहं ऐं पेरनि ते सोजु ऐं रतु जो ऊचो दाबु डिसण में ईंदो आहे ऐं ब्रई किडनियूं आहिस्ते आहिस्ते कमु करणु बंद कनि थियूं ।
4. **मौरोसी (वारिसे जू) बीमारियूं (पौलीसिस्टक किडनी-डिसीज ऐं आल्पोट सिन्ड्रोम)** । हीअ तमाम रवाजी वरिसे वारी सी.के.डी. जी बीमारी आहे, जंहिं

डायालिसिज ऐं रतु जो दाबु क्रोनिक किडनी फेल्यर
जा अहिमियत वारा कारण आहिनि ।

में बिन्ही किडनियुनि में केतिरियूं ई पाणयाठी गोड़िहियूं थी पवंदियूं आहिनि ।

5. **पथिरीअ जी बीमारी** : किडनी ऐं मूत्रमार्ग में बिन्ही पासे रंडक ऐं उन जो वक्रत सिर सही इलाज कराइण में डेखारियल लापरवाही ।
6. घणे वक्रत ताई वरितल केतिरियूं दवाऊं (जहिड़ोक सूर खे दबाईदड़ दवाऊं भस्म वगैरह) जी किडनीअ ते आडु असर ।
7. ब्रारनि में थींदड़ वक्रत-बि-वक्रत किडनी ऐं मूत्र मार्ग जी बीमारी ।
8. ब्रारनि में जन्म खां मूत्र मार्ग जूं खामियूं (वेसीको युरेट्रीक रीफ्लक्स, पोस्टीरीयर युरेथ्रल वाल्व) वगैरह ।

११. क्रोनिक किडनी फेल्यर जू निशानियूं ऐं निदान

क्रिनोक किडनी फेल्यर में बिन्ही किडनियुनि खे आहिस्ते आहिस्ते खराब थियण में लंबो अरिसो- महिननि खां साल लगी वजन था जंहिं करे शरीर उन जे खराब असरनि सां ठहिकी वजे थो । इन खां वधीक, किडनी पंहिजा कम पूरा करण लाइ अजीब शक्ति रखे थी । इन्हनि सबबनि जे करे जेसिताई किडनीअ जा कम ज़ोरदार नमूने बिगड़ी न वजन, तेसिताई केतिरनि मरीज़नि में के बि निशानियूं नज़र न ईदियूं आहिनि ।

किडनी शरीर लाइ जुदा जुदा कम करे थी (ग़ैर ज़रूरी शयूं ऐं वधीक पाणीअ जो नेकाल, रतु जे दाबु ते ज़ाबितो, इलेक्ट्रोलाइटस ते ज़ाबितो, गाढ़िहा जुजा वधाइणु वग़ैरह) तंहिकरे सी.के.डी. में किडनीअ जे कहिड़नि कमनि में केतिरो नुक़सान थियो आहे, उन तां जुदा जुदा निशानियूं अलग-अलग माणहुनि में नज़र ईदियूं आहिनि ।

क्रोनिक किडनी डिजीज़ जू निशानियूं कहिड़ियूं आहिनि?

क्रोनिक किडनी डिजीज़ जू निशानियूं बीमारीअ जी सख़्ताई ते मदार रखनि थियूं । किडनी फेल्यर ग्लोमेरयूलर फिल्टरेशन रेट (जी.एफ.आर.) तमाम उपयोगी आहे ऐं जी.एफ.आर. ज़रीये किडनी फेल्यर खे पंजन (5) तबिक्रनि में विरहायो वियो आहे । किडनी ग़ैर ज़रूरी शयूं केतिरे सुठे नमूने फिल्टर करे थी उहो जी.एफ.आर. मारफ़त ज़ाणी सघिबो आहे । रतु में क्रिअेटीनिन जे अंदाज़ तां जी.एफ.आर. ज़ाणी सघिबो आहे । जी.एफ.आर. किडनीअ जी कमु करण जी शक्ति तुज़ नमूने ज़ाणाए थो ऐं उन जी रवाजी क्रीमत 90ml/min खां वधीक हूंदी आहे ।

स्टेज	स्टेज-१	स्टेज-२	स्टेज-३	स्टेज-४	स्टेज-५
	रवाजी Normal GFR	हल्को Mild CKD	विचोलो Moderate CKD	सख़्त Severe CKD	आख़िरी स्टेज End Stage CKD
GFR	>90 ml/min	60-89 ml/min	30-59 ml/min	15-29 ml/min	>15 ml/min

सी.के.डी. जे शुरुआती स्टेज में घणनि माणहुनि खे के बि निशानियूं डिसण में न ईदियूं आहिनि ।

सी.के.डी. स्टेज -1 (90-100% क्रियाशील किडनी)

सी.के.डी. जो शुरुआती तबिक्रो जंहिं में किडनीअ खे को बि नुक़सान थियल न हुजे ऐं जंहिं में (सीरम क्रीअेटीनिन नार्मल) जू के बि निशानियूं नज़र न ईदियूं आहिनि या घणे भाडे बी बीमारीअ जी तपास दरम्यान मेडीकल चेकअप दरम्यान ओचितो ई हिन बीमारीअ जो निदान थींदो आहे । सी.के.डी. स्टेज-1 में पेशाब में प्रोटीन जो निकरण, किडनीअ खे थियलु नुक़सान एक्स-रे, सोनोग्राफी, एम.आर.आइ. या सीटी स्केन द्वारा पतो पइजी सघंदो आहे या कुटुंब में कंहिं खे पोलिसिस्टिक किडनी डिजीज़ (पी.के.डी.) हुजे ।

सी.के.डी. स्टेज -2 (60-89% किडनीअ जी क्रियाशीलता)

माइल्ड (हल्को) सी.के.डी. हिन तबिक्रे में पिणु केतिरनि मरीज़नि में के बि निशानियूं नज़र न ईदियूं आहिनि । जड्हिं केतिरनि मरीज़नि में थोड़ी कमिज़ोरी, सोजु, रतु जो वधीक दाबु, अेनिमा, रात जो वधीक पेशाब थियणु वग़ैरह डिसण में ईदा आहिनि । हिन स्टेज ते क्रिअेटीनिन में इज़ाफो (वाधि) नज़र ईदो आहे ।

सी.के.डी. स्टेज -3 (30-59% किडनीअ जी क्रियाशीलता)

विचोलो (Moderate) सी.के.डी. हिन तबिक्रे में पिणु घणनि मरीज़नि में के निशानियूं नज़र न ईदियूं आहिनि या त हलिकियूं (Mild) निशानियूं जहिड़ोकि क्रीअेटीनिन जे अंदाज़ में थोरो इज़ाफो ऐं पेशाब में थोरी तकलीफ ।

सी.के.डी. स्टेज -4 (15-29% किडनीअ जी क्रियाशीलता)

Severe सख़्त सी.के.डी. हिन तबिक्रे में नज़र ईदड़ निशानियुनि जो अंदाज़ बीमारीअ जे अंदाज़ ऐं उन जे कारणनि मूजिबु घटि खां वठी गंभीर थी सघे थो ।

सी.के.डी. स्टेज -5 (15% खां घटि क्रियाशील किडनी)

इन तबिक्रे में नज़र ईदड़ निशानियुनि जो अंदाज़ बीमारीअ जे अंदाज़ ऐं कारणनि

सख़्त, ज़ाबिते खां ब्राहिर रतु जो ऊचो दाबु, नंडी उम्र में थिए त उहा सी.के.डी. जी रवाजी पेशकश आहे ।

मूजिबु गंभीर खां वठी मोतिमार थी सघे थो । सुठे में सुठो ऐं तमाम गहिरो इलाज डियण जे बावजूद हिन स्टेज ते बीमारीअ जूं निशानियूं वधी सघनि थियूं ऐं मरीज के हिन स्टेज ते डायालिसिज या किडनी ट्रान्सप्लान्टेशन जी ज़रूरत पइजी सघे थी । हिन स्टेज खे एन्ड स्टेज किडनी डिस्ीज पिणु चइबो आहे जंहिं में किडनीअ जी कमु करण जी शक्ति संपूर्ण नमूने घटिजी वेई हूंदी आहे ।

किडनीअ जे बीमारियुनि जूं आमु निशानियूं

हर हिक मरीज में किडनी खराब थियण जूं निशानियूं ऐं उन जो अंदाज अलग-अलग नज़र ईदो आहे जीअं त :

- खाधो न वणणु, उल्टियूं-उब्रिका (दिल कची थियणु)।
- कमिजोरी महिसूस थियणु, वज़न घटिजी वज़णु।
- पेरनि ते, हथनि में, मुंहं ते अखियुनि जे चौधारी सोजु थियणु ।
- रतु जो ऊचो दाबु, खास करे नंठीअ उम्र में, दवा वठंदे पिणु रतु जो दाबु न घटिजणु ।
- अेनिमिया जे करे रतु में पीलाण, किडनीअ में ठहंदइ अेरीथ्रोपोअेटीन नाले वारो हार्मोन घटिजणि, तंहिंकरे रतु घटि ठहंदो आहे ।
- याद शक्ति घटिजणि, निंड में फेरिफार, अेकाग्रता जी खामी ऐं मथे में चक्कर अचणु ।
- खारिस थियणु, मुशकिन में सूर थियणु ।
- पासेरियुनि जे हेठां पासनि में सूर थियणु ।
- हर घड़ी पेशाब करण लाइ वजिणो पवे, खास करे रात जो ।
- किडनीअ में ठहंदइ क्रियाशील विटामिन-डी घटि ठहण सां ब्रारनि जी ऊचाई घटि वधंदी आहे ऐं बालग अवस्था में हडनि में सूर या फेरिफार थी सघे थो ।

इलाज (दवा) जे बावजूद बि रतु में घटि हिमोग्लोबिन जो हुआण सी.के.डी. जो हिकु मुख्य कारण आहे।

- औरतुनि में माहवारीअ जी अनियमितता ऐं मर्दनि में नामर्दानिगी अची सघे थी ।
- किडनीअ जी बीमारीअ जे करे दिल ते गंभीर असर थियण सां मौत जे अदद में इज़ाफो थींदो वेंदो आहे ।

रतु जे ऊचे दाबु वारनि मरीजनि में सी.के.डी. कडहिं वीचारे सघिजे थो?

रतु जे ऊचे दाबु वारनि मरीजनि में सी.के.डी. जो अनुमान तडहिं करे सघिजे थो जडहिं

- रतु जे ऊचे दाबु जे निदान वक्रत मरीज जी उम्र 30 सालनि खां घटि या 50 खां वधीक हुजे ।
- जडहिं निदान वक्रत रतु जो दाबु तमाम ऊचो (i.e. 200/120 mm hg) हुजे ।
- दवा वठण जे बावजूद रतु जो दाबु न घटिजे ।
- डिसण में तकलीफ महिसूस करे ।
- रतु जे ऊचे दाबु सां गडु सी.के.डी. जूं निशानियूं हुजनि, जीअं त सोजु, बुख घटि लगणु, कमिजोरी वगैरह ।

क्रोनिक किडनी डिस्ीज जे एडवांस स्टेज जूं मुमकिन गंभीर निशानियूं?

किडनी फेल्यर जे करे थींदइ तकिलीफूं वधण सां बि जेकडहिं मुनासिब इलाजु न कयो वजे त हेठीअं रीति जूं खतरनाक तकिलीफूं थी सघनि थियूं:

- तमम घणो साहु चढ़हे, छातीअ में सूर पवे ।
- तमाम उल्टियूं ऐं उब्रिथा थियनि ।
- तमाम घणी कमिजोरी लगे ।

बुख न लगणु, कमिजोरी ऐं उल्टी-उब्रिथा सी.के.डी. जूं शुरूआती आम निशानियूं आहिनि

- तंती सिरशिते जूं तकलीफूं : मरीज घणी निंड में रहे, डुकिणी थिए ऐं मरीज बेहोश थी वजे, में अची वजे ।
- रतु में पोटेशियम जो अंदाज वधी वजण सां दिल ते गंभीर असर थिए ऐं दिल ओचितो ई बंद थी वजे ।
- दिल जे चौधारी ढकींदड़ पड़िदे पेरीकार्डियम में सोजु अची वजे (Pericarditis) ।

सी.के.डी. जो निदान

रवाजी तरह सी.के.डी. जे शुरूआती तबिके में काबि निशानी डिसण में न ईदी आहे, जंहिंकरे लेबोरेटरीअ में जाच द्वारां ई वधंदड़ तकलीफ जी ज्ञाण थी सघंदी आहे । कंहिं बि मरीज जी शिकायत डिसी उन खे तपासण सां किडनी फेल्यर जी शंका महिसूस थिएत यकदम हेठीअं जाच जरीये मर्ज जो निदान थी सघंदो आहे । टे सविलियूं तपासूं सी.के.डी. जे मरीजनि खे अलग-अलग करण में मददगीर थींदियूं आहिनि । रतु जो ऊचो दाबु, पेशाब जी तपास ऐं रतु में क्रिअेटीनिन जी तपास ।

1. रतु में हेमोग्लोबिन जो अंदाज

क्रोनिक किडनी फेल्यर जे मरीजनि में हेमोग्लोबिन जो अंदाज घटि हूंदो आहे छाकाणि त किडनीअ में ठंढदड़ अेरीथ्रोपोअेटिन नाले वारा हार्मोन घटिजी वजनि था, तंहिंकरे रतु घटि ठहे थो ।

2. पेशाब जी तपास

पेशाब जरीये प्रोटीन वेंदो हुजे त उहा क्रोनिक किडनी फेल्यर जी सभ खां पहिरीं खतिरे वारी निशानी आहे । तमामु थोरे अंदाज में पेशाब में प्रोटीन वजणु (माइक्रोआल्बुमीनुरीया), उहा सी.के.डी. जी शुरूआत जी निशानी आहे, डायबिटीज वारनि मरीजनि लाइ । जेतोणीक पेशाब में प्रोटीन निकिरण जा किडनी फेल्यर खां सवाइ ब्रिया बि घणा कारण आहिनि । तंहिंकरे पेशाब में प्रोटीन निकिरे

टे सविलियूं तपासूं तव्हांजे किडनियुनि खे बचाअे सघनि थियूं ।
रतु जो दाबु, पेशाब में प्रोटीन ऐं eGFR जी जाच करायो ।

ते किडनी फेल्यर आहे, इहो न मजणु घुरिजे, इहो बुखार ऐं घणी कसिरत जे करे बि थी सघंदो आहे । तंहिंकरे बहतर आहे त सी.के.डी. जे निदान पके करण खां अगु प्रोटीन जी जाच खे दूर रखी पेशाब जी तपास जरीये पेशाब जे बीमारीअ जो निदान पिणु थी सघे थो ।

3. रतु में क्रोअेटीनिन ऐं यूरियो जो अंदाज ऐं जी.एफ.आर. ज्ञाणण जी तपास

किडनी फेल्यर जे निदान ऐं चिताव लाइ हीउ तमामु अहिमियत वारी तपास आहे । किडनीअ जे वधीक खराब थियण सां रतु में क्रीअेटीनिन ऐं यूरिया जो अंदाज पिणु वधंदो वेंदो आहे । किडनी फेल्यर जे मरीजनि में थोरे थोरे वजत ते इहा तपास कराइण सां किडनी केतिरी खराब थी आहे ऐं इलाज सां उन में केतिरो फेरिफार थियो आहे, उन जी ज्ञाण मिली सघे थी ।

किडनीअ जी कमु करण जी शक्ति ज्ञाणण लाइ रतु में क्रीअेटीनिन जो अंदाज तमाम उपयोगी आहे । पर कथ कयलु जी.एफ.आर. (eGFR) वधीक तुज माप आहे । eGFR टेस्ट किडनी डिसीज खे शुरूआती स्टेज में ई गोल्हे सघे थी ऐं उहा अकेली क्रिअेटीनिन टेस्ट खां वधीक विश्वास जोगी आहे । eGFR उम्र, ज्ञाति ऐं रतु में क्रीअेटीनिन जे अंदाज तां गुणी वेंदी आहे । किडनी फेल्यर जे निदान ऐं चिताव लाइ eGFR तमामु उपयोगी आहे । eGFR जरीये सी.के.डी. के 5 तबकनि में विरहायो वियो आहे ऐं उन्हनि तबकनि तां अगिते कहिड़ी जाच कराइजे ऐं सही इलाज लाइ मददगार साबित थींदी आहे ।

4. किडनीअ जी सोनोग्राफी

किडनीअ जे डाक्टरनि जी टीं अखि समान हीअ जाच किडनी कहिड़नि सबबनि करे खराब थी आहे उन जे निदान लाइ तमाम अहिमियत वारी आहे । घणे भाडे

सोनोग्राफीअ में बूई किडनियूं नंढियूं ऐं सुसियल लगनि त
उहा क्रोनिक किडनी फेल्यर ड्हांइ इशारो करे थी ।

क्रोनिक किडनी फेल्यर जे मरीज़नि में ब्रई किडनियूं क्रद में नंढियूं ऐं सुसियल नज़र ईदियूं आहिनि ।

अेक्यूट किडनी फेल्यर, डायबिटीज़ अेमाइलोइडोसिज़ जहिडियुनि तकिलीफुनि जे करे जडहिं किडनी खराब डिसण में ईदी आहे तडहिं किडनीअ जे क्रद में वाधि थियल डिसण में ईदी आहे । पथिरी, मूत्र मार्ग जी रंडक ऐं पोलिसिस्टीक किडनी डिसीज़ जहिडियुनि किडनी फेल्यर जे कारणनि जो तुज़ निदान सोनोग्राफीअ ज़रीअे थी सघंदो आहे ।

5. रतु जूं ब्रियूं तपासूं

सी.के.डी. किडनीअ जे ब्रियनि कमनि ते पिणु असर करे थी इन जी ज़ाण लाइ जुदा जुदा तपासूं कयूं वेंदियूं आहिनि जीअं त : इलेक्ट्रोलाइटस ऐं ऐसिड-बेज़ जे बैलेन्स जी टेस्ट (सोडियम, पोटेशियम, मेग्नोशियम, बायकार्बोनेट), एनिमिया लाइ (हिमेटोक्रिट, ट्रान्सफेरीन सेच्यूरेशन, फेरीटिन, पेरीफेरल स्मीअर) टेस्ट, हडनि जी बीमारीअ लाइ (केलिशियम, फास्फोरस, आल्कलाइन फोस्फेटेस, पेराथइराईड हार्मोन) टेस्टस, ब्रियूं जनरल तपासूं (सीरम आल्ब्यूमिन, कोलेस्ट्रॉल, ट्राइग्लिसराईडस, बलड ग्लूकोज़ ऐं हिमोग्लोबिन A1C) ऐं इ.सी.जी. ऐं अेको कार्डियोग्राफी ।

सी.के.डी. जे मरीज़नि खे डाक्टर जो संपर्क कडहिं करिणो?

सी.के.डी. जे मरीज़नि खे डाक्टर जो संपर्क यकिदम करणु घुरिजे जेकडहिं हेठियूं गाल्हियूं डिसण में अचनि :

- वज़नु तमामु वधी वजे, पेशाब घटि अचे, सोजु थी पवे, साहु चढिही वज़णु (दमु थियणु), बिस्तरे ते संओं सुम्हिण सां साहु खणण में तकिलीफ थिए ।
- छातीअ में सूर पवणु, दिल जी दक-दक तमामु वधी वज़णु या घटिजी वज़णु ।

बुखार, नयिनु निशानियुनि जो वधणु या किडनीअ जो खराब थियणु तमामु तकिडो ध्यान घुरे थो ।

- बुखार, तमाम दस्त-उल्टियूं, बुख न लगणु, उल्टीअ में रतु अचणु या वज़न तमाम घटिजी वज़णु ।
- मुशिकुनि में कमिज़ोरी महिसूस थियणु ।
- मरीज़ निंड जे नशे में रहे, डकिणी थियणु ऐं मरीज़ बेहोश थी वजे ।
- रतु जो दाबु ओचितो ई ओचितो घटिजी वज़णु ।
- पेशाब में तमामु घणो रतु वहणु ।

१२. क्रिनोक किडनी फेल्यर जो इलाजु

क्रोनिक किडनी फेल्यर जे इलाज जा मुख्य टे तरीका आहिन।

1. मेडीकल मैनेजमेन्ट 2. डायालिसिज 3. ट्रान्सप्लान्टेशन

- क्रोनिक किडनी फेल्यर में शुरुआत में सभिनी मरीजनि जो इलाजु मेडीकल मैनेजमेन्ट (दवाऊं, खाधे में परहेज) द्वारा कयो वेंदो आहे।
- जडहिं किडनी वधीक खराब थिए, किडनीअ जे कमु करण जी शक्ति तमाम घटिजी वजे तडहिं डायालिसिज जी जरूरत पवंदी आहे ऐं उन्हनि मां केतिरनि मरीजन खे किडनी ट्रान्सप्लान्टेशन जहिडो खास इलाजु कयो वेंदो आहे।

मेडीकल मैनेजमेन्ट

क्रोनिक किडनी फेल्यर जे मरीजनि लाइ मेडीकल मैनेजमेन्ट (दवा ऐं परहेज) छो जरूरी आहे

क्रोनिक किडनी फेल्यर दूर न थी सघे, अहिडी बीमारी आहे। किडनी वधीक खराब थिए तडहिं हयाती बचाइणि लाइ डायालिसिज ऐं किडनी ट्रान्सप्लान्टेशन लाजिमी बणिजे थो। पर इहे इलाज तमामु महांगा हुअण सबबु 5-10% मरीज मुश्किल सां इन जो लाभ वठी सघंदा आहिन, बाकी बिया मरीज इलाजु न मिलण सबबु मरी वेंदा आहिन, वरी इहो इलाज हर हंधि मैसर पिणु न आहे। त घटि खर्च ते ऐं पंहिजे ई शहिर में मैसर हुजे अहिडी दवा, परहेज द्वारा इलाज जो सखिताईअ सां अमलु करे किडनी खे वधीक खराब थियण खां रोकण लाइ छो न कोशिश कजे।

छा लाइ क्रोनिक किडनी फेल्यर जा घणा मरीज दवा ऐं परहेज द्वारा इलाज जो लाभ वठण में नाकामियाब रहनि था?

क्रोनिक किडनी फेल्यर जे शुरुआती तबके में सही इलाजु किडनीअ खे वधीक

सी.के.डी. में योग्य इलाज (मेडीकल मैनेजमेन्ट)
जरीये मरीज लंबो जीवन जी सघनिथा।

खराब थियण खां रोकण में असरदायक साबित थींदो आहे। बदक्रिस्मतीअ सां क्रोनिक किडनी फेल्यर जूं शुरुआती निशानियूं तमाम घटि डिसण में ईदियूं आहिन, इन करे मरीज पंहिजो रोज मडह जो कमु सविलाईअ सां करे सघंदा आहिन ऐं डाक्टर द्वारा डिनल सूचिनाइनि ऐं ताकीज जे बावजूद पिणु बीमारीअ जी गंभीरता लाइ वक्तसिर इलाज कराइण सां थींदइ लाभ जी गाल्हि मरीज ऐं संदसि कुटुंब जे मगज में न विहंदी आहे। इन करे अनियमित, गलत ऐं अधूरे इलाज जे करे किडनी तकिडी ऐं वधीक खराब थी सघे थी ऐं निदान बइद थोडे ई वक्त में तबीयत वधीक बिगिइण सां डायालिसिज ऐं किडन ट्रान्सप्लान्टेशन जहिडे महांगे इलाज जी जरूरत पवंदी आहे ऐं लापरवाहीअ जे करे केतिरा मरीज हयाती पिणु विजाऐ सघनि था।

मेडीकल मैनेजमेन्ट जो मक्रिसद छा आहे?

क्रोनिक किडनी फेल्यर खे ठीक करे सघे, अहिडी का बि दवा मौजूद न आहे ऐं कहिडो बि इलाजु करण जे बावजूद पिणु हीअ बीमारी आहिस्ते-आहिस्ते वधंदी वेंदी आहे। दवा ऐं परहेज द्वारा इलाज जा मक्रिसद हेठीअं रीत आहिन :

1. बीमारी वधीक फहिलिजण जी रफितार घटाइणि।
2. बीमारीअ जे कारणनि जो इलाजु।
3. बीमारीअ जे करे मरीज खे थींदइ तकिलीफ में राहत डियणु।
4. किडनीअ जी बाकी बचियल कमु करण जी शक्तिअ खे महिदूद रखी किडनीअ खे वधीक खराब थियण जी रफितार घटाइणु ऐं बी काबि दिल जी बीमारी थियण जो इमिकान घटाइणु।
5. डायालिसिज या किडनी ट्रान्सप्लान्टेश जी जेकडहिं जरूरत पवे त मुमकिन हुजे ओतिर उन खे टाडण या देरि सां कराइणो पवे, अहिडी कोशिश करणु।

क्रोनिक किडनी डिसिज ठीक थी न सघंदी आहे पर
तकिडो इलाजु वधीक फायदेमंद रहंदो आहे।

क्रोनिक किडनी फेल्यर जे मरीजनि में मेडीकल मैनेजमेन्ट (दवा ऐं परहेज) द्वारां इलाज लाइ अहिमियत वारा नव सुझावः

1. किडनी फेल्यर जे कारणनि जो इलाजु

हेठीअं रीति बीमारीअ जे योग्य इलाज जरीये क्रोनिक किडनी फेल्यर में किडनीअ खे वधीक खराब थियण खां रोके सघिजे थो ऐं किडनीअ जे कमु करण जी शक्तिअ खे टिकाअे सघिजे थो।

- डायबिटीज ऐं रतु जो ऊचो दाबु।
- पेशाब में बीमारी या रंडक।
- ग्लोमेरूलोने, फाइटिस, पथिरीअ लाइ ज़रूरी आपरेशन या दूरबीन द्वारां इलाजु।

2. क्रोनिक किडनी फेल्यर जी रफितार घटाइण लाइ उपाव

- रतु जे दाबु खे दवा ऐं परहेज द्वारां काबूअ में रखणु (ACE inhibitor or angiotensin-II Receptor Blocker Therapy)।
- खाधे में प्रोटीन जो अंदाज घटि वठणु।
- चरबीअ वारा खाधा न खाइणु ऐं रतु में फिकाइप जो मुनासिब इलाजु कराइणु।

3. किडनी फेल्यर करे पैदा थींदइ मसइलनि जो इलाजु

- सोजु घटाइण लाइ पेशाब वधाइण जूं दवाऊं। (डाइयूरेटिक्स) ड्रियणु।
- उल्टियूं-दिल कची थियणु-अेसीडीटी लाइ खास दवाउनि द्वारां इलाज करणु।
- हडुनि जी तंदुरस्तीअ लाइ कैल्शियम ऐं विटामि डी द्वारां इलाजु करे क्रोनिक किडनी फेल्यर जे करे थींदइ हडुनिजी बीमारियुनि खे रोकणु।
- रतु जी फिकाइप (अेनिमिया) लाइ लोह अनासर, विटामिन जूं दवाऊं ऐं खास किसिम जे अेरिथ्रोपोअेटिन जे इन्जेक्शन जरीये इलाजु करणु।

सी.के.डी. जी बीमारी रोकण लाइ उनजे बुनियादी कारणनि जो योग्य इलाज ज़रूरी आहे।

- दिल जे ब्रियनि बीमारियुनि खे रोकणु ऐं नेमाइतो दवा वठणु।

4. सुधारे सघिजनि अहिइनि कारणनि जो इलाजु

जेके कारण सुधारे सघिजनि अहिइ हुजनि ऐं उन्हनि जी हाजिरीअ में किडनी फेल्यर वधीक थींदी हुजे, अहिइनि कारणनि जे सही इलाज सां किडनी फेल्यर सुधिरी सघे थो ऐं किडनीअ जी कमु करण जी शक्तिअ में वधीक सुधारे नज़र ईंदो आहे। रवाजी कारण हेठीअं रीत आहिनिः

- पाणियटु (पाणीअ) जो अंदाज घटि काइम रखणु।
- गौर ज़रूरी सूर जूं ऐं ब्रियनि दवाउनि जो इस्तैमाल न कजे।
- बीमारीअ ऐं दिल जे बीमारीअ जो इलाजु।

5. किडनी फेल्यर जे करे पैदा थींदइ मसइलनि जो इलाजु

किडनी फेल्यर जे करे पैदा थींदइ मसइलनि जो वक्रित सिर निदान ऐं सही इलाजु तमामु ज़रूरी हूंदो आहे। रवाजी तरह शरीर में पाणियटु (पाणीअ) जो अंदाज वधणु, रतु में पोटेशियम जो वधीक अंदाज (पोटेशियम 6.0 meq/l खां वधीक) ऐं क्रोनिक किडनी फेल्यर जे करे दिल, मगज ऐं फिफिइनि ते थींदइ असर जो निदान ऐं सही इलाजु तमामु ज़रूरी बणिजे थो।

6. जिन्दगी जीअण जे ढंग में ज़रूरी तबिदीली ऐं रवाजी उपाव

किडनीअ के वधीक नुक्रिसान थियण खां रोकण लाइ हेठीअं रीति खबरदारी रखणु ज़रूरी आहे।

- बीड़ी-सिगिरेट न छिकणु, तमाकु ऐं गुटिका न खाइणु।
- शरीर जो मुनासिब वजन काइम रखणु, नेमाइतो कसिरत करणु ऐं कम में रूधल (मशगूल) रहणु।

इन्जेक्शन जो तुरत ऐं संपूर्ण इलाजु ऐं कद खे घटाइण, किडनी खराब थियण खे रोकण लाइ तमाम असरदायक आहिनि।

- शराब न पीअणु ।
- तंदुरस्त खोराक (खाधो) नेमाइतो मुनासिब अंदाज में वठणु ऐं लूण घटि वठणु ।
- डाक्टर द्वारां डिनल दवाऊं नेमाइतो (बाकाइदे) वठणु ऐं किडनी फेल्यर जी गंभीरता अनुसार दवाउनि में फेरफार करणु ।
- डाक्टर खे नेमाइतो डेखारे चेक-अप कराईदो रहिजे ऐं दवा वठणु ।

7. खाधे में परहेज

किडनी फेल्यर जी हालत ऐं गंभीरता खे ध्यान में रखी खाधे में ज़रूरी परहेज करणु ।

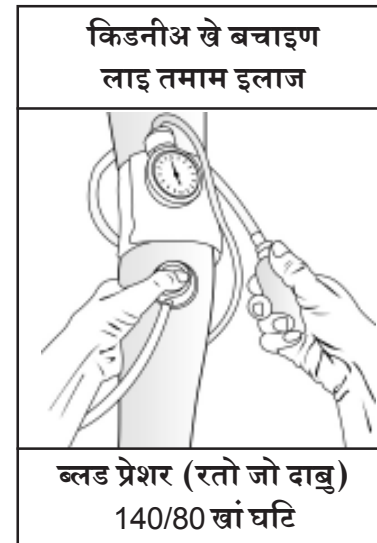
- **सोडियम (लूण)** : रतु जे दाबु खे काबूअ में रखण लाइ ऐं सोजु घटाइण लाइ लूण घटि (2 खां 3 ग्राम) वठणु घुरिजे । खाधे में मथां लूण न विझिजे ऐं वधीक लूण वारियू शयूं जहिङोक पापड़, आचार, संभारो, वेफर वगैरह न खाइणु घुरजनि ।
- **पाणियठ जो अंदाज** : पेशाब घटि थियण करे सोजु ऐं दम जी तकिलीफ़ थी सघे थी । 24 कलाकनि में थींदड़ पेशाब जे कुल अंदाज खां 500 ml वधीक पाणियठ वठण सां सोजु खे घटाअे सघिजे थो । मुखितसिर में चइजे त सोजु हुजे अहिडे हरहिक मरीज खे पाणियठ घटि वठणु तमामु ज़रूरी आहे ।
- **पोटेशियम** : किडनी फेल्यर जे मरीजनि खे पोटेशियम वारा खाधा जहिङोक फल, सुका मेवा ऐं नारेल जो पाणी वगैरह घटि वठण जी सलाह डिनी वजे थी । पोटेशियम जो वधीक अंदाज दिल ते गंभीर ऐं मौतिमार असरि करे सघे थो ।
- **प्रोटीन** : किडनी फेल्यर जे मरीजनि खे वधीक प्रोटीन वारो खाधो न वठण जी सलाह डिनी वेंदी आहे । जेतोणीक शाकाहारी मरीजनि जे खाधे में प्रोटीन जे

क्रोनिक किडनी डिसीज में खाधे जे मुनासिब परहेज किडनीअ खे खराब थियण खां बचाअे थी ।

अंदाज में को वडो फेरिफार करण जी ज़रूरत न पवंदी आहे । हलिके किसिम जे प्रोटीन वारियुनि दालियुनि वारा खाधा घटि खाइण जी सलाह डिनी वेंदी आहे ।

- **केलरी** : घुरिबल अंदाज में केलरी (35 Kcal/kg) शरीर जे ज़रूरी खौरिश ऐं प्रोटीन जो गैर ज़रूरी ज़ियान थियण खां रोकण लाइ ज़रूरी आहे ।
- **फास्फोरस** : फास्फोरस वारियूं शयूं किडनी फेल्यर जे मरीजनि खे घटि वठणु तमामु ज़रूरी आहिनि ।
किडनी फेल्यर जे मरीजनि लाइ खोराक (खाधे) बनिसबति तफिसीलवार ज़ाण बाब (चेप्टर) 27 में डिनल आहे ।

किडनी फेल्यर जो दवा ज़रीये इलाज में सभ खां अहिमियत वारो इलाजु कहिङो आहे?



किडनी फेल्यर जे इलाज में रतु जो दाबु काबू में रखणु सभ खां वधीक अहिमियत वारो आहे । किडनी फेल्यर में घणे भाडे मरीजनि में रतु जो दाबु ऊचो डिसण में ईदो आहे, जेको कमिजोर किडनीअ ते बोझ बणिजी उन खे तमामु तकिङो नुकिसान पहुचाअे सघे थो ।

रतु जो दाबु घटाइण लाइ कहिङी दवा वधीक सुठी?

रतु जे दाबु खे काबूअ में रखण लाइ कहिङी दवा मुवाफकि थींदी इहो किडनीअ जे माहिर

नेफ्रोलोजिस्ट या फिजिशियन द्वारां तइ कयो वेंदो आहे । रतु जो दाबु घटाइण लाइ रवाजी तोर कमु ईदड़ दवाउनि में केल्शियम चैनल ब्लोकर्स, बीटा ब्लोकर्स, डाय्युरेटिक्स किलोनिडिन वगैरह जो समावेश थिये थो ।

किडनी फेल्यर जे शुरुआती तबक्रे में अे.सी.ई. या अे. आर. बी. तोर मशहूर (जहिडोकि केप्टोप्रील, अनोलेप्रल, लीसीनोप्रील, रामोप्रील, लोसारटन वगैरह) दवाऊं वधीक फाइदेमंद थियन थियूं इहे दवाऊं रतु जो दाबु घटाइण सां गडोगडु किडनी खराब थियण जी प्रक्रिया खे पिणु ढिलो कनि थियूं।

क्रोनिक किडनी फेल्यर जे मरीजनि में रतु जो दाबु केतिरो क्राइण रखणु घुरिजे?

रतु में वधीक दाबु जे करे क्रोनिक किडनी फेल्यर वधीक गंभीर बणिजी सघे थो। किडनीअ खे वधीक खराब थियण खां रोकण लाइ रतु जो दाबु 130/80 mm of Hg खां घटि रखणु तमामु जरूरी आहे।

रतु जो दाबु क्राबूअ में आहे, इहो कहिडे नमूने तइ कजे? कहिडो तरीक्रो क्राबूअ में रखण लाइ सुठे में सुठो आहे?

थोडे थोडे मुदत बइद डॉक्टर खां बी.पी. मापाइणु घुरिजे, जीअं बी.पी. क्राबूअ में आहे या न, इहो ज्ञाणी सघिजे। किडनीअ खे बचाइण लाइ बी. पी. हमेशह क्राबूअ मं हुअणु जरूरी आहे। इन लाइ जीअं डायालिसिज जा मरीज घर में ग्लुकोमीटर जरूरीये रतु में खंडि जो अंदाज मापींदा आहिनि, सागिऐ नमूने बी.पी. मापण जे साधन वसीले बी.पी. मापणु मरीज जे कुटुंब जा भाती सिखी वजनि ऐं रोज घर में बी. पी. मापे नोटु कनि ऐं उन अनुसार डॉक्टर दवा में मुनासिब फेरिफार करे सघे थो।

किडनी फेल्यर में कमु ईदइ डाइयूरेटिकस दवाऊं छा आहिनि?

किडनी फेल्यर में पेशाब घटिजी वजण सां सोजु ऐं साह चदिही वजणु जी तकलीफ थी सघे थी। डाइयूरेटिकस दवाऊं पेशाब जो अंदाज वधाइण ऐं सोजु घटाइण ऐं

किडनीअ खे बचाइण लाइ सभ खां जरूरी इलाजु रत जे दाबु ते हमेशह लाइ योग्य ज्ञाबितो (140/80 खां घटि)।

साहु बंद थी वजण जी तकलीफ में मदद कनि थियूं। इहो यादु रखणु तमामु जरूरी आहे त इहे दवाऊं पेशाब जो अंदाज वधाइनि थियूं पर किडनीअ जी कमु करणु जी शक्ति नथियूं वधाइनि।

8. किडनी फेल्यर जी आईदह जे इलाज जी तैयारी

- किडनी फेल्यर जे निदान बइद खाब्रे हथ जे नसुनि जी खास संभाल करिणी।
 - निदान बइद खाब्रे हथ जे नसुनि खे नुक्रिसान थियण खां रोकण लाइ, उन मां रतु न वठिजे ऐं उनमें का बि इन्जेकशन या ब्राटिलो न चडिहाइणो।
 - किडनी वधीक खराब थिअे तइहिं खाब्रे हथ में शरियां ऐं नसु के मिलाइणु यानी अे.बी. फिसच्यूला कराइणी, जेका लंबे अरिसे ताई हिमो डायालिसिज करण लाइ जरूरी आहे।
 - हिपेटाईटिस-बी जे वेकसिन जो कोर्स तकिडो कराइजे ईअं करण सां जइहिं डायालिसिज या किडनी ट्रान्सप्लानटेशन कराइणो पवे तइहिं हिपेटाईटिस बी (जहिरी साई जोन्डीस) थियण जो खतिरो टाडे सघिजे थो। हिपेटाईटिस बी लाइ चार वेकसिन वठिणा पवंदा आहिनि जेके जनम खां पोइ यकिदम पहिरियों, हिक महिने खां पोइ ब्रियों ब्रिऐं महिने खां पोइ टियों ऐं चोथों 6 महिनन जी उग्र खां पोइ वठिणो पवंदो आहे, जेको कुलिहे जे भरिसां मुशिकिन में हणाइणो हूंदो आहे।
- मरीजनि खे डायालिसिज ऐं किडनी ट्रान्सप्लानटेशन बाबित पूरी ज्ञाण डियणु घुरिजे।

डायालिसिज खां अगुमें किडनी ट्रान्सप्लानटेशन लाइ

हिन किसिम जे डायालिसिज जा फाइदा समिझी ऐं मरीज खे उन जो लाभ थिअे,

क्रोनिक किडनी फेल्यर में सुठी तबियत लाइ रत में हिमोग्लोबिन जो योग्य अंदाज तमाम जरूरी आहे।

इन लाइ मुनासिब कोशिशनि जी ज़रूरत आहे। हिन क्रिसिम जे किडनी ट्रान्सप्लान्ट में जडहिं क्रोनिक किडनी फेल्यर जे मरीज़नि जी किडनी वधीक खराब थिअे तडहिं, पर डायालिसिज़ जी ज़रूरत पवे, उन खां अगिएं तबक्रे में कयो वेंदो आहे।

9. नेफ्रोलोजिस्ट खे डेखारणु

क्रोनिक किडन फेल्यर जे मरीज़नि खे नेफ्रोलोजिस्ट जी नज़र हेठि इलाज कराइणु तमामु ज़रूरी आहे। नेफ्रोलोजिस्ट खे सवेल ई डेखारे ज़रूरी इलाज बाबति ज़ाण हासिल करे, मरीज़ खे डायालिसिज़ जी केतिरी ज़रूरत आहे, इहो ज़ाणी सघिजे थो ऐं मरीज़ जी बीमारीअ खे वधण खां रोके सघिजे थो। ईअं करण सां किडनीअ खे वधीक नुक्रिसान थियण खां बचाए भविष्य में किडनी ट्रान्सप्लान्टेशन ऐं डायालिसिज़ जी ज़रूरत खे घटि करे सघिजे थो।

किडनी फेल्यर में अनेमिया जो इलाज छो ऐं कहिडे नमूने कयो वेंदो आहे?

जडहिं किडनी रवाजी नमूने कमु कंदी रहंदी आहे तडहिं अेरीथ्रोपोअेटिन नाले वारो हारमोन पिणु ठाहींदी आहे, जेको रतु जा गाढ़िहा जुज़ा ठाहिण में मददगार थींदो आहे। किडनी फेल्यर जे मरीज़नि में किडनीअ जी कमु करण जी शक्ति घटिजी वज़ण सबबु इहो हारमोन न ठहण करे अनेमिया थिअे थी।

इन लाइ ज़रूरी आयर्न ऐं विटामिन वारियूं दवाऊं डिनियूं वेदियूं आहिनि। किडनी वधीक खराब थियण करे इन्हनि दवाउनि हूंदे बि हिमोग्लोबिन घटिजंदी नज़र ईंदी आहे। इन स्टेज ते खास क्रिसिम जा अेरिथ्रोपोअेटिन जा इन्जेक्शन डिना वेंदा आहिनि। इहे इन्जेक्शन तमामु असरदाइक ऐं सविलाईअ सां डेई सघिजनि था, तंहिं हूंदे बि वधीक खर्चाऊ हुअण सबबु सभु मरीज़ उहे वठी नथा सघनि। अहिडनि मरीज़नि लाइ घटि खर्च वारी पर वधीक जोखाइती पद्धति रतु चढ़िहाइण जी आहे।

क्रोनिक किडनी फेल्यर जे मरीज़नि खे नेफ्रोलोजिस्ट
जी नज़र हेठि इलाज कराइणु ज़रूरी आहे।

रतु में एनेमिया जो इलाज छो ज़रूरी आहे?

रतु वारो हिमोग्लोबिन फिफिडनि मां आकसीजन खणी सजे शरीर में पहुचाइण जो अहिमियत वारो कमु करे थो, जंहिं करे शरीर खे रोज़ानी मशिगूलियुनि लाइ शक्ति मिले थी ऐं दिल खे तंदुरस्त रखे थो। अनेमिया (घटि हिमोग्लोबिन) जे करे कमिज़ोरी, थकु लगणु, थोडो कमु करण सां साहु चढ़िही वज़णु, छातीअ में सूर थियणु, शरीर जी बीमारियुनि सां मुक्काबिलो करण जी शक्ति घटिजी वज़णु, थधि सही न सघणु, कम ड़ांहुं बेरुखी, धकि धकि वधी वज़णु वगैरह तकिलीफूं थी सघनि थियूं तंहिकरे किडनी फेल्यर जे मरीज़ जी तंदुरस्तीअ लाइ अनेमिया जो इलाज ज़रूरी आहे।

१३. डायालिसिज़

किडनी कमु न कंदी हुजे, अहिडियुनि हालतुनि में किडनीअ जे कमु कराइण लाइ कमु ईदड़ हथिराधू तरीके खे डायालिसिज़ चइजे थो । डायालिसिज़ द्वारां शरीर जूं गैर ज़रूरी शयूं ऐं पाणी ब्राहिर कठी शरीर में पाणीअ जो घुरिबल अंदाज़ क्राइम रखी सघिजे थो ।

डायालिसिज़ जा मुख्य कम हेठीअं रीत आहिन

1. रतु जूं गैर ज़रूरी इखिराजी शयूं (जीअं त युरिया, क्रीअेटोनिन) दूर करे रतु शे साफ करणु ।
2. वधीक पाणी कठी शरीर में पाणीअ जो घुरिबल अंदाज़ क्राइम रखणु ।
3. घटि वधि मइदिनी लूणनि (जीअं त सोडियम, पोटेशियम, बाइकार्बोनेट वगैरह) जो मुनासिब अंदाज़ क्राइण रखणु ।
4. गडु थियल ऐसिड जे वधीक अंदाज़ खे घटाये घुरिबल अंदाज़ क्राइम रखणु ।

डायालिसिज़ हिक हथिराधू पद्धति हुअण सबबु किडनीअ जा कम त करे थी, पर किडनीअ द्वारां ठहंदड़ अेरिथ्रोपोअेटिन हार्मोन ठाहे नथी सघे, जंहिं करे हिमोग्लोबिन जो घुरिबल अंदाज़ क्राइम नथो रखे सघिजे ऐं हडुनि खे तंदुरस्त पिणु रखी नथो सघे ।

डायालिसिज़ जी ज़रूरत कडुहिं पवंदी आहे?

किडनीअ जी कमु करण जी शक्ति घणे क़दुर घटिजी वत्रे या किडनी बिल्कुल कमु करणु बंद करे छडे त किडनी शरीर जे गैर ज़रूरी अनासरनि जो नेकाल करे नती सघे ऐं तडुहिं दवा द्वारां थींदड़ इलाजु असरदाइक नथो रहे ऐं बीमारीअ जूं निशानियूं (अुलिटियूं, दिल कची थियणु, कमिज़ोरी, दमु वगैरह) वधंदियूं वत्रनि थियूं । इन हालत में डायालिसिज़ जी ज़रूरत पवंदी आहे । रवाजी नमूने रतु जी तपास में

डायालिसिज़ इहो किडनी फेल्यर जे मरीज़ लाइ तकिडो ऐं असरदायक इलाज आहे।

सीरम क्रीअेटोनिन जो अंदाज़ 8% मि.ग्रा. खां वधी वत्रे तडुहिं डायालिसिज़ शुरू कई वेंदी आहे ।

छा डायालिसिज़ कराइण सां किडनी वरी कमु करणु शुरू कंदी आहे?

न, क्रोनिक किडनी फेल्यर जे मरीज़नि में डायालिसिज़ कराइण सां किडनी वरी कमु न कंदी आहे । अहिडुनि मरीज़नि खे किडनीअ जे कम जे विकल्प तोर डायालिसिज़ हमेशह नेमाइतो कराइणो पवंदो आहे, जेसिताई मरीज़ किडनी ट्रान्सप्लान्ट न कराअे, तेसिताई । जेतोणेक अेक्यूट किडनी फेल्यर जे मरीज़नि में डायालिसिज़ जी ज़रूरत थोड़े वक्रत लाइ ई पवंदी आहे । अहिडुनि मरीज़नि में किडनी वरी मुकमल नमूने कम कंदी थी वत्रण सबबु वरी डायालिसिज़ जी ज़रूरत कडुहिं बि न पवंदी आहे ।

डायालिसिज़ जा कहिडा किसिम आहिन ?

डायालिसिज़ जा बू किसिम आहिन ।

1. हिमो डायालिसिज़
2. पेरिटोनियल डायालिसिज़

1. हिमो डायालिसिज़

हिमो डायालिसिज़ इहा किडनी फेल्यर जे आखिरी स्टेज जी पद्धति आहे । हिन किसिम जे डायालिसिज़ में डायालिसिज़ मशीन खास किसिम जे मइदिनी शयुनि वारी पाणियठु (डायलाइसेट) जे मदद सां हथिराधू किडनीअ (डायलाइझर) वसीले रतु खे साफ करे थी ।

2. पेरिटोनियल डायालिसिज़ (पी.डी.)

ही तरीको आखिरीन तबके जे किडनी फेल्यर में कमु ईदो आहे । हिन किसिम जे

डायालिसिज़ जा बू मुख्य तरीका हिमोडायालिसिज़ ऐं पेरिटोनियल डायालिसिज़ आहिनि।

डायालिसिज में पेट में खास किसिम जो केथेटर (पी.डी. केथेटर) रखी, खास किसिम जे मइदिनी शयुनि वारी पाणियठु (पी.डी. फ्लुइड) जी मदद सां शरीर मां कचिरो दूर करे सफाई कई वेंदी आहे। हिन किसिम जी डायालिसिज मशीन जी मदद खां सवाइ घर में पिणु करे सघिबी आहे।

डायालिसिज में रतु खे साफ करणु कहिडे सिद्धांत सां थींदो आहे?

- हिमो डायालिसिज में हथिराधू मेम्ब्रेन ऐं पेरिटोनियल डायालिसिज में पेरिटोनियम।
- हिन मेम्ब्रेन (पर्दे) में आयल बारीक सोराखनि में पाणी, मइदिनी शयूं ऐं गैर ज़रूरी यूरिया, क्रीअेटीनिन जहिडियूं इखिराजी शयूं पसार थी सघनि थियूं पर शरीर लाइ ज़रूरी रतु जा गाढ़िहा जुजा ऐं प्रोटीन पसार थी तथा सघनि।
- डायालिसिज जी प्रक्रिया में सेमीपरमीअेबल मेम्ब्रेन जे हिक पासे डायालिसिज जी पाणियठु ऐं ब्रिअे पासे शरीर जो रतु हूंदो आहे।
- ओस्मोसीस ऐं डिफ्युजन जे सिद्धांत अनुसार रतु जूं गैर ज़रूरी शयूं ऐं वधीक पाणी रतु मां डायालिसिज जी पाणियठु में वजी शरीर मां बाहिर निकिरी वेंदो आहे ऐं सोडियम, पोटेशियम ऐं एसिड जो अंदाज शरीर जी ज़रूरत मूजिबु काइम रहे थो।

कहिडे मरीज लाइ हिमोडायालिसिज ऐं कहिडे मरीज लाइ पेरिटोनियल डायालिसिज पसंद कयो वेंदो आहे?

क्रोनिक किडनी फेल्यर जे इलाज में बिन्ही किसिमनि जा डायालिसिज असरदायक आहिनि। मरीज खे बिन्ही किसिमन जे डायालिसिज जे फाइदिनि-नुकिसाननि बाबति ज्ञाण डियण बइद मरीज जी माली हालत, तबियत जा जुदा-जुदा पासा, मरीज जी रिहाइश खां हिमो डायालिसिज सेन्टर जो मुफासिलो वगैरह गाल्हियूं

डायालिसिज किडनी फेल्यर खे ठीक करे नथो सघे पर उन जी मदद सां मरीज लंबे अरिसे ताई आराम सां जीअी सघे थो।

ध्यान में रखी कहिडे किसिम जो डायालिसिज कजे, इहो तइ कयो वेंदो आहे। भारत में घणे भाडे जगहियुनि ते हिमो डायालिसिज घटि खर्च ते सविलाईअ सां मैसर आहे ऐं इन सबब करे हिमो डायालिसिज तरीके सां इलाज कराईदइ मरीजनि जो अददु वधीक आहे।

डायालिसिज शुरु थियण बइद छा मरीज खे खाधे में परहेज रखणु ज़रूरी आहे?

हा, डायालिसिज शुरु थियण बइद पिणु खाधे में माप सिर पाणियठु वठणु, लूणु घटि खाइणु ऐं पोटेशियम या फास्फोरस न वधे इन लाइ खबरदारी रखण जी सूचिना डिनी वेंदी आहे। पर दवा जो इलाजु हलंदो हुजे उन खां डायालिसिज शुरु थियण बइद मरीज खे खाधे में वधीक छूट मिलंदी आहे। मरीज खे खाधे में वधीक प्रोटीन ऐं विटामिन वारा खाधा खाइण जी सलाह डिनी वेंदी आहे।

“ड्राय वेट” याने छा?

“ड्राय वेट” लफ़िज डायालिसिज जे मरीजनि लाइ कमु आणिबो आहे। डायालिसिज जी प्रक्रिया में गैर ज़रूरी कचिरे जे नेकाल बइद मरीज जो वजनु केतिरो हूंदो आहे उन खे “ड्राय वेट” चइबो आहे। ड्राय वेट जो अंदाज हर हिक डायालिसिज वक़ित मुनासिब नमूने काइम रखियो वेंदो आहे।

हिमोडायालिसिज

समूरी दुनिया में डायालिसिज कराईदइ घणे भाडे मरीज हिन किसिम जो डायालिसिज कराईदा आहिनि। हिन किसिम जे डायालिसिज में खास किसिम जी मशीन वसीले रतु साफ कयो वेंदो आहे।

हिमो डायालिसिज कहिडे नमूने थींदो आहे?

घणे भाडे हिमो डायालिसिज डॉक्टर, नर्स ऐं डायालिसिज टेकिनीशियन जी हाजिरीअ में थींदो आहे।

डायालिसिज कराईदइ मरीजनि खे पिणु खाधे में परहेज करणु तमाम ज़रूरी आहे।

- हिमो डायालिसिज़ मशीन जे पम्प जी मदद सां शरीर में हर मिनिट में 300 मि.लि. रतु साफ थियण लाइ हथिराधू किडनीअ में मोकिलियो वेंदो आहे। रतु ज़मी न वजे, इन लाइ हीपेरीन जो उपयोग कयो वेंदो आडे।
- हथिराधू किडनी मरीज़ ऐं हिमो डायालिसिज़ मशीन जे विच में रही रतु खे साफु करण जो कमु करे थी। रतु साफु थियण लाइ मशीन जे अंदर न वेंदो आहे।
- हथिराधू किडनीअ में रतु जो साफु थियणु डायालिसिज़ मशीन द्वारां पहुचाईदड़ खास किसिम जी पाणियटु (डायालाइरेट) जी मदद सां थींदो आहे।
- साफु कयलु रतु वरी शरीर में वापस मोकिलियो वेंदो आडे।
- रवाजी तोर हिमोडायालिसिज़ 4 कलाक हलंदो आहे जंहिं दरम्यान शरीर जो सभु रतु अटिकल 12 दफ़ा साफु थींदो आहे ऐं हिमो डायालिसिज़ हफिते में टे दफ़ा कयो वेंदो आहे।
- हिमो डायालिसिज़ दरम्यान हमेशह रतु (Blood transfusion) जी ज़रूरत पवंदी आडे, इहा मजिता ग़लत आहे। रतु में हिमोग्लोबिन जो अंदाज़ घटिजी वियो हुजे अहिडियुनि हालतुनि में जेकडहिं डॉक्टर खे ज़रूरी लग्गे त ई रतु डिनो (चढ़िहायो) वेंदो आहे।

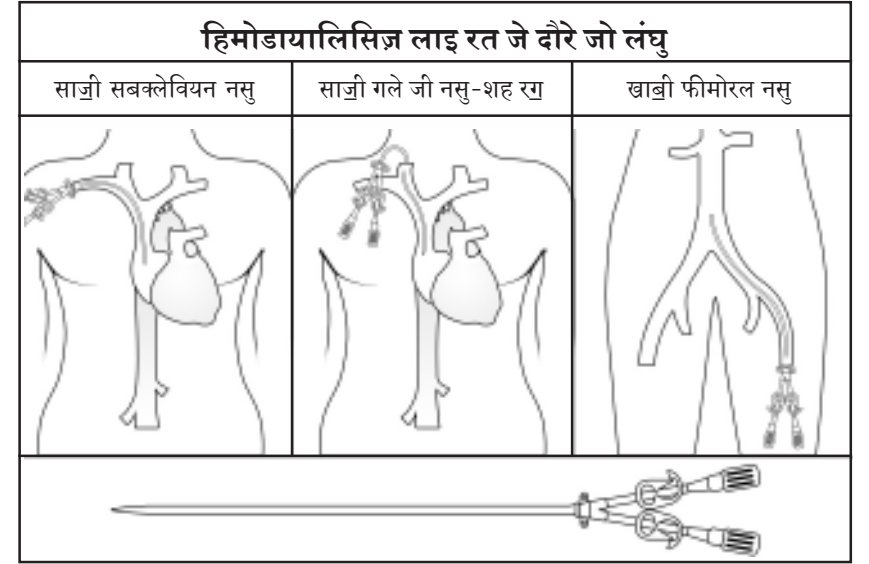
साफ करण लाइ रतु कहिडे नमूने शरीर खां बाहिर कढियो वेंदो आहे?

रतु हासिल करण लाइ Vascular Access जा टे तरीका हूदा आहिनि जिन में डबल ल्यूमेन केथेटर, अे.वी. फिस्च्यूला ऐं ग्राफ्ट जो समावेश थिअे थो।

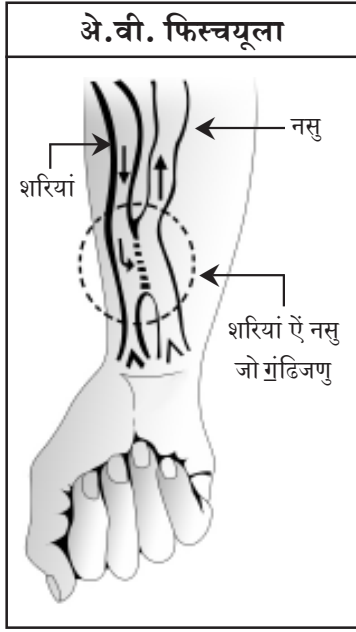
1. डबल ल्यूमेन केथेटर (Central Venous Catheter)

यकिदम पहिरियो दफ़ो हिमो डायालिसिज़ करण लाइ हीउ सभ खां वधीक कमु ईदड़ पद्धति आहे जंहिं में केथेटर रखण बइद यकिदम डायालिसिज़ करे सधिजे थो।

तकिडो डायालिसिज़ करण लाइ डबल ल्यूमेन केथेटर रखिबो आहे।



- हीअ पद्धति (तरीको) थोड़े वक्रत लाइ कमु ईदी आहे, जेसिताई ग्राफ्ट या फिस्च्यूला तैयार थिअे।
- हीअ केथेटर गले में, कुलिहे में या सथर में आयल वूडी नसि (Internal Jugular, Sub Clavian or Femoral Vein) में रखिबी आहे जंहिं जी मदद सां हर मिनिट में 300 खां 400 ml डायालिसिज़ लाइ रतु हासिल करे सधिबो आहे।
- हीअ केथेटर बाहिरिअें छेड़े ते बिन अलगु नलियुनि में विरिहायल हूदी आहे (रतु बाहिर कढण ऐं अंदर मोकिलण लाइ) शरीर में दाखिल थियण खां अगुमें ही ब्रई नलियूं गडिजी हिक नली ठही वेंदी आहे (जेका अंदिरां त ब्रिनि हिसनि में विरिहायल हूदी आहे)।
- केथेटर में बीमारी लगण जो डपु रहंदड़ हुअण सबबु थोड़े वक्रित जे डायालिसिज़ लाइ हीअ पद्धति पसंद कई वेंदी आहे।
- ही केथेटर ब्रिनि किसिमनि जा थींदा आहिनि (1) टनलिड जेको महिननि ताई हलंदो आहे ऐं (2) नान-टनलिड जेको हफितनि ताई हलंदो आहे।



2. अे. वी. फिस्च्यूला (Arterio Venous (AV) Fistula)

- लंबे अरिसे जे हिमो डायालिसिज लाइ सभ खां वधीक कमु ईदइ हीअ पद्धति सलामत ऐं सविली हुअण सबबु सुठे में सुठी आहे ऐं हिन में बीमारी थियण जो डपु पिणु घटि आहे ।
- हिन पद्धतिअ में रवाजी तरह हथ में कराईअ वटि आयल शरियाँ (Radial Artery) खे आपरेशन ज़रीये नसि (Cephalic, Vein) सां गुंढे छडिबो आहे ।
- शरियाँ मां वधीक दाबु सां ईदइ रतु नसि में वजण सां हथ जूं सभेई शरियानियूं फुंडी

वेंदियूं आहिन । इन नमूने नसि खे फुंडण लाइ आम तरह हिक खां चार हफिता लगुंदा आहिन । उन खां पोइ ई उन जो उपयोग हिमो डायालिसिज लाइ थी सघंदो आहे ।

- इन सबब करे यकिदम डायालिसिज करण लाइ फिस्च्यूला ठाहे इन जो उपयोग करे नथो सघिजे ।
- इन फुंडियल नसि में बिन अलगु जगुहियुनि ते खास क्रिसिम जी थुलिही सुई फिस्च्यूला नीडल रखी वेंदी आहे ।
- इन फिस्च्यूला नीडल जी मदद सां डायालिसिज लाइ रतु ब्राहिर कढियो वेंदो आहे ऐं साफ करण बइद वापस अंदर मोकिलियो वेंदो आहे ।
- फिस्च्यूला वसीले महिननि खां सालनि ताई डायालिसिज थी सघे थो ।
- फिस्च्यूला कयल हुजे उन हथ सां रोज़ानो हलिके क्रिसिम जो सभु कमु थी सघे थो ।

अे. वी. फिस्च्यूला जी संभाल रखणु छो ज़रूरी आहे?

- क्रोनिक किडनी फेल्यर जे आखिरीन तबिके जे इलाज में मरीज खे हिमोडायालिसिज कराइणो पवे थो । अहिडुनि मरीजनि जो जीवन नेमाइतो ऐं घुरिबल डायालिसिज ते मदार रखंदइ बणिजी पवे थो । अे. वी. फिस्च्यूला बराबर नमुने कमु करे त ई डायालिसिज लाइ घुरिबल अंदाज में रतु हासिल करे सघिजे थो । थोड़े में चइजे त हिमो डायालिसिज कराईदइ मरीजनि जो जीवन अे. वी. फिस्च्यूला जे योग्य कमु करण जी शक्तिअ ते आधार रखे थो ।
- अे. वी. फिस्च्यूला में फुंडियल नसि में वधीक दाबु सां, घणे अंदाज में रतु वहे थो । जेकडुहिं अे. वी. फिस्च्यूला खे इतिफाक सां ईजाऊ पहुचे त फुंडियल नसि मां थोड़े वक्रित में तमामु घणो रतु ब्राहिर निकरी वजण जो खतिरो रहे थो । इन नमुने घणे अंदाज में तेज़ीअ सां निकिरंदइ रतु खे जेकडुहिं यकिदम क्राबूअ में आंदो न वेंदो त थोडुनि ई मिनटनि में मौतिमार थी सघे थो ।

अे. वी. फिस्च्यूला जो लंबे अरिसे ताई संतोषकारक उपयोग करे सघिजे इन लाइ कहिडी संभाल वठणु घुरिजे ?

अे. वी. फिस्च्यूला जी मदद सां लंबे अरिसे (सालनि ताई) ताई डायालिसिज लाइ घुरिबल अंदाज में रतु हासिल करे सघिजे इन लाइ फिस्च्यूला में हेठीअं रीत संभाल करणु ज़रूरी आहे :

1. बीमारी न थियणु डियणी

- फिस्च्यूला वारे हथ खे साफि रखिणो रोज़ ऐं हिमो डायालिसिज खां पहिरीं हथ खे जीविडुनि मार साबुण सां साफि करणो ।
- हिमो डायालिसिज खां पोइ रतु न निकिरे इन लाइ ब्रधण में ईदइ पट्टो (Tornniquet) वधीक वक्रित ताई ब्रधो वजे त फिस्च्यूला बंद थी वजण जो डपु रहे थो ।

अे. वी. फिस्च्यूला सी.के.डी. जे मरीजनि लाइ “Life Line” आहे, इन खां सवाइ लंबे वक्रत लाइ हिमोडायालिसिज मुमकिन न आहे ।

2. अे.वी. फिस्च्यूला जी संभाल रखिणी

- अे. वी. फिस्च्यूला जो फक्रति डायालिसिज़ करण में ई इस्तेमाल करिणो । फिस्च्यूला कयल हथ में कडहिं बि इन्जेक्शन या ब्राटिला न लगाइणा या उन हथ मां जांच लाइ रतु न वठिणो ।
- फिस्च्यूला कयल हुजे उन हथ ते रतु जो दाबु न मापिणो ।
- फिस्च्यूला खे को बि ईजाऊ न पहुचे, उन जो ध्यान रखिणो उन हथ ते घड़ियाल, जेवर (कड़ो, चूड़ियूं वगैरह) या दाबु पैदा कनि अहिरा पट्टा न पाइणा । जेकडहिं फिस्च्यूला खे इतिफाक सां ईजाऊ थिअे ऐं रतु तकिड़ो वहण लगे त बिना घबिराइण जे सभ खां अवलि बिअे हथ सां ज़ोर सां दाबु डेई वहंदड़ रतु खे बंदि करिणो । उन खां पोइ जितां रतु निकिरंदो हुजे उन जगह ते हिमो डायालिसिज़ खां पोइ यकिदम डॉक्टर जो संपर्क करिणो । रतु बंदि करण जे बदिरां, वहंदड़ रतु सां डॉक्टर वटि यकिदम डोड़ी वज़ण में खतिरो आहे ।
- फिस्च्यूला कयल हुजे उन हथ सां वज़निदार शयूं न खणिणियूं ऐं फिस्च्यूला ते वधीक ज़ोर न अचे, उन जो ध्यान रखिणो । खासि करे राति जो सुम्हिन वक्रित उहो हथु दबिजी न वजे, उन जो ध्यान रखिणो ।

3. फिस्च्यूला जी कमु करण जी ताक़त सुजाणिणी

- फिस्च्यूला कयल हुजे, अहिडे हरहिक मरीज़ खे डींहं में टे दफ़ा (सुबुह, मंझंदि, राति) फिस्च्यूला बराबर हले थो या न उन जी ज़रूर खातिरी करे वठणु घुरिजे । जेकडहिं फिस्च्यूला ओचितो ई ओचितो बंदि थी वजे त इन नमुने जी सावधानीअ सां उन जो निदान थोड़नि कलाकनि में ई थी वेंदो आहे । बंदि थी वियल फिस्च्यूला तकिड़े निदान ऐं योग्य इलाज सां वरी कमु कंदी थी सघंदी आहे ।
- रतु जे दाबु में थींदड़ गौर करण जेतरी घटि जे करे सुठे नमुने कमु कंदड़ फिस्च्यूला

अे. वी. फिस्च्यूला मां घुरिबल अंदाज़ में रतु हमेशह मिले ते योग्य नमूने हिमोडायालिसिज़ थी सघंदो आहे ।

बिल्कुल कमु करण बंदि करे छडे, अहिड़ो डपु रहंदो आहे । तंहिकरे रतु जे दाबु में गौर करण जेतरी घटिताई न थिअे, उन जो ध्यान रखिणो ।

4. नेमाइती कसिरत

फिस्च्यूला ठाहिण खा पोइ नसि फुंडे ऐं घुरिबल अंदाज़ में रतु हासिल करे सघिजे, इन लाइ हथ जी कसिरत ज़रूरी आहे । फिस्च्यूला जी मदद सां हिमो डायालिसिज़ शुरू करण खां पो बि इन्हीअ सबब जे करे कसिरत चालू रखणु तमामु ज़रूरी आहे ।

ग्राफ्ट (पेबंद)

- जिन मरीज़नि में हथ जूं नसूं बराबर न हुअण सबबु फिस्च्यूला थी नथी सघे, उन्हनि लाइ हिन ग्राफ्ट जो उपियोग थींदो आहे ।
- हिन पद्धतिअ में खास किसिम जे प्लास्टिक जहिड़ी मटीरियल जी ठहियल हथिराधू नसि जी मदद सां आपरेशन करे, हथ या पेर में आयल शरियां या नसि खे गुंढे छडिबो आहे ।
- फिस्च्यूला नीडल खे ग्राफ्ट में रखी डायालिसिज़ लाइ रतु हासिल करण लाइ मोकिलियो वेंदो आहे ।
- तमाम महांगी ऐं बीमारी थियण जे वधीक इमिकान जे करे अजु कल्ह हिन पद्धतिअ जो उपयोग तमामु घटि मरीज़नि में थींदो आहे ।

हिमो डायालिसिज़ मशीन जा कहिड़ा कमु आहिनि?

हिमो डायालिसिज़ मशीन जा मुख्य कमु हेठीअं रीति आहिन ।

1. डायालिसिज़ मशीन जो पम्प रतु खे साफ करण लाइ रतु हासिल करे ऐं ज़रूरत मूबिजु उन में वधि घटि करण जो कमु करे थो ।
2. मशीन खास किसिम जी पाणियटु (डायालाइज़ेट) ठाहे हथिराधू किडनी

हिमोडायालिसिज़ इहा डायालिसिज़ मशीन जी मदद सां थींदड़रत खे साफ करण जी सविली पद्धति आहे ।

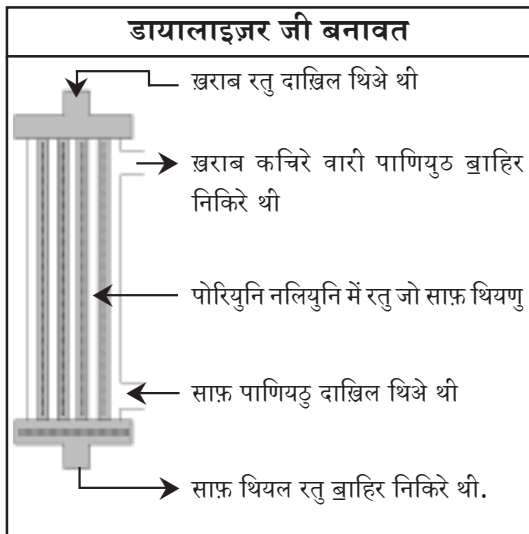
(डायालाईजर) में मोकिले थी । मशीन वसीले पाणियठु जो गर्मी पद ऐं उन में मइदिनी शयूं बाइकार्बोनेट वगैरह योग्य अंदाज क्राइम रखियो वेंदो आहे । मशीन हिन डायालाईजेट खे मुनासिब अंदाज में ऐं मुनासिब दाब सां हथिराधू किडनीअ में मोकिले थी ऐं गैर ज़रूरी कचिरो दूर करण खां पोइ इन पाणियठु जो नेकाल करे थी । किडनी पेल्वर में नज़र ईदड़ सोजु वधीक पाणीअ जे करे हूंदी आहे । डायालिसिज दरम्यान मशीन वधीक पाणी दूर कंदी आहे ।

3. डायालिसिज दरम्यान मरीज जी सलामती क्राइण रखणु जीअं त रतु जो लीक थियणु या सरकिट में हवा वगैरह जुदा जुदा बंदोबस्त डायालिसिज मशीन में रखियल आहिनि ।

● हाणे मिलंदड़ कोम्प्यूटराईजिड हिमो डायालिसिज मशीन जे मदद सां डायालिसिज जी प्रक्रिया तमामु सविली ऐं आरामदायक नमूने थी सघंदी आहे ।

डायालाईजर (हथिराधू किडनी) जी बनावत कहिड़ी हूंदी आहे? उन में रतु साफ कहिड़े नमूने थींदो आहे ?

डायालाईजर (हथिराधू किडनीअ) जी बनावत :



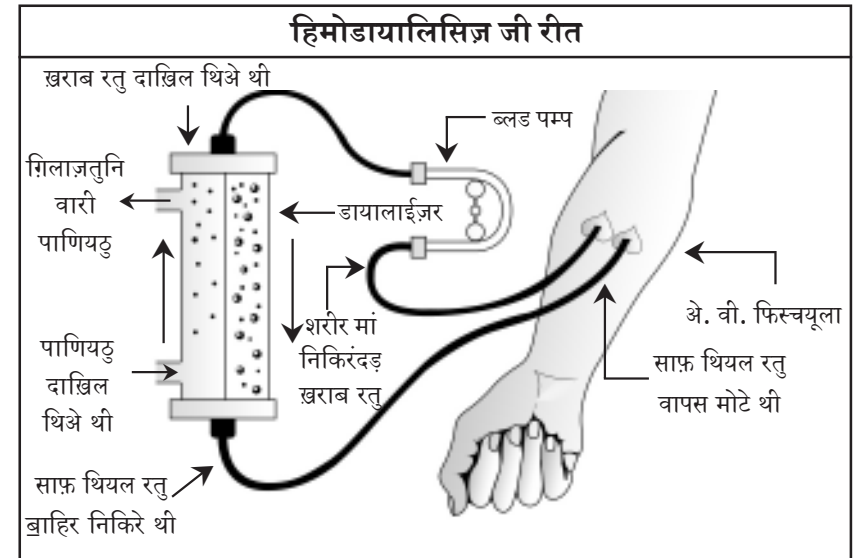
- हिमो डायालिसिज में डायालाईजर (हथिराधू किडनीअ) में रतु साफ थींदो आहे ।
- डायालाईजर लगु भगु 8 इंच डिघो ऐं 1.5 इंच क्रतुर वारे शिफाफ प्लास्टिक जे पाईप जो ठहियलु हूंदो आहे । जंहिं में 10000 जेतिरियूं वारनि जहिड़ियूं सन्हियूं नलियूं रखियल

हूंदियूं आहिनि । इहे सन्हियूं पर अंदरां पोरियूं नलियूं खास किसिम जे शिफाफ प्लास्टिक (Semi-Permeable membrane) जूं ठहिल हूंदियूं आहिनि । इन्हनि सन्हियुनि नलियुनि जे अंदिरां रतु लंघे करे साफ थींदो आहे ।

- डायालाईजर जे मथिअें ऐं हेठिअें छेड़े ते इहे सभु सन्हियूं नलियूं गडु थी हिक वडी नली ठही वेंदी आहे जंहिं सां शरीर मां रतु आणीदड़ ऐं खणी वेंदड़ नलियूं (Blood tubings) गुंढिजी सघनि थियूं ।
- डायालाईजर जे मथिअें ऐं हेठिअें छेड़े वटि पासे डांहुं मशीन मां ईदड़ खास किसिम जो साफ करण लाइ कमु ईदड़ पाणियठ (डायालाईजेट) दाखिल थी निकिरी सघे इन लाइ नली गुंढे सघिजे, अहिड़ी बनावत हूंदी आहे ।

डायालाईजर (हथिराधू किडनी) में रतु जो साफ थियणु

- शरीर मां साफ थियण लाइ हथिराधू किडनीअ में हिक छेड़े खां ईदड़ रतु हज़ारे सन्हियुनि नलियुनि में विरिहाइजी वेंदो आहे । हथिराधू किडनीअ जे ब्रिअें छेड़े खां दाब सां दाखिल थींदड़ सफाईअ जो कमु कंदड़ डायालाईजेट सन्हियुनि नलियुनि जे आसापस विरिहाइजी वेंदो आहे ।



- हर मिनट में अटिकल 300 मि.लि. रतु ऐं 600 मि.लि. डायालाइजेट हथिराधू कीडनीअ में मथां खां हेठि ऐं डायालाइजेट हेठां खां मथे ईअं लगातार हिक ब्रिअे जे उबतड़ि रूख में वहंदा रहंदा आहिनि ।
- इन दरम्यान सन्हियूं नलियूं सेमी परमीअेबल मेम्ब्रेन जे ठहियल हुअण सबबु रतु में आयल यूरिया-क्रीअेटेनिन जहिड़ियूं इखिकाजी शयूं, वधीक जो पाणी ऐं गैर ज़रूरी मइदिनी शयूं डायालाइजेट में गडिजी ब्राहिर निकरी वैदियूं आहिनि । इन तरह हथिराधू कीडनीअ में हिक छेड़े खां दाखिल थींदड़ खराब रतु ब्रिअे छेड़े खां निकिरे तडुहिं साफ थी वैंदो आहे ।
- डायलिसिज जी प्रक्रिया में शरीर जो समूरो रतु अटिकल ब्राहं दफ्रा साफ थींदो आहे । चइनि कलाकनि जी पछाड़ीअ में रतु में आयल यूरिया ऐं क्रिअेटेनिन जो अंदाज चडो घटिजी वजण सबबु रतु साफ थी वैंदो आहे ।

हिमो डायलिसिज में कमु ईदड़ खास किसिम जो डायालाइजेट छा आहे?

- डायालाइजेट हिक खास किसिम जी पाणियठु आहे, जेका हिमोडायलिसिज में गैर ज़रूरी ऐं इखिराजी शयुनि जो नेकाल करे थी ।
- हिमो डायलिसिज लाइ खास किसिम जो मइदिनी लूणनि वारो पाणी (हिमो कोन्सेन्ट्रेट) डुह लिटरनि जी प्लायस्टिक जी बरिणीअ में मिलंदो आहे ।
- डायलिसिज मशीन में खास किसिम जी पाणियठु जो हिकु हिस्सो चोटीह हिस्सा पाणी मिलाअे डायालाइजेट ठाहींदो आहे ।
- डायालाइजेट हिक खास किसिम जी पाणियठु हूंदी आहे, उन में मइदिनी लूण ऐं बाइकार्बोनेट जो अंदाज शरीर जे ज़रूरी अंदाज जेतरो रखियो वैंदो आहे ।
- डायालाइजेट ठाहिण लाइ कमु ईदड़ पाणी मइदिनी लूणनि खां सवाण नरम ऐं साफ बणाइण लाइ खास किसिम जे आर. ओ. (Reverse Osmosis) प्लान्ट जो उपियोग कयो वैंदो आहे ।

हिमोडायलिसिज मशीन हथिड़ादू कीडनीअ जी मदद सां रतु खे साफ करणु ऐं पाणियठ मइदिनी शयूं ऐं एसिड जो घुरिबल अंदाज काइम रखे थी ।

- हिन आर. ओ. प्लान्ट में पाणी सेन्ड (रेती) फिल्टर, चारकोल फिल्टर, माइक्रो फिल्टर, डिआयोनाईज़र, आर. ओ., मेम्ब्रेन ऐं. यु.वी. (Ultraviolet) फिल्टर मां लंघंदे नरम, शुद्ध (साफ) ऐं बिल्कुल जीविड़नि खां मुक्त बणिजे थो ।
- डायलिसिज में कमु ईदड़ पाणी बिल्कुल साफ हुअणु ज़रूरी आहे, छाकाणि त हरहिक डायलिसिज दरम्यान 150 लिटर जेतरो पाणी कमु ईदो आहे ।
- पाणीअ जो हिन नमुने साफ थियणु हिमोडायलिसिज असिराइते नमुने बिना साइड इफेक्ट जे थिअे, उन लाइ तमाम अहिमियत वारो आहे ।

हिमोडायलिसिज किथे कयो वैंदो आहे?

- रवाजी तोर हिमोडायलिसिज हॉस्पिटल (इस्पताल) में माहिर स्टाफ द्वारां नेफ्रोलॉजिस्ट जी हिदायत ऐं नज़रदारीअ हेठि कयो वैंदो आहे । तमामु घटि (थोड़ा) मरीज पंहेजे घर में ई मशीन खरीद करे ऐं उन जी ट्रेनिंग (तालीम) वठी कुटुंब जे भातियुनि जी मदद सां डायलिसिज कनि था । हिन किसिम जे डायलिसिज खे होम हिमो डायलिसिज चइबो आहे, जंहे लाइ तमाण घणे खर्च ऐं तालीम ऐं वक्रत जी ज़रूरत पवंदी आहे ।

छा हिमोडायलिसिज पीड़ा डींदड़ ऐं डुखियो इलाजु आहे?

- न, हिमोडायलिसिज सविली ऐं पीड़ा न पहुचाईदड़ प्रक्रिया आहे । उन में फक्रति सुई हणण वक्रत थोरो ईजाउ (सुर) थींदो आहे । रवाजी तोर लंबे अरिसे लाइ डायलिसिज जी ज़रूरत हुजे अहिड़ा मरीज डायलिसिज कराइण लाइ हॉस्पिटल ईदा आहिनि ऐं डायलिसिज पूरो थियण सां घर वापसि वैंदो आहिनि । घणे भाडे मरीज डायलिसिज दरम्यान जो चइनि कलाकनि जो वक्रतु निंड-आराम करण में, संगीत बुधण, टी.वी. डिअणु या मन पसंद साहित्य पढ़िहण में गुजारींदा आहिनि । डायलिसिज दरम्यान घणे भाडे मरीज हल्को नास्तो, चांहि यां कोल्ड ड्रिंक वठणु पसंद कंदा आहिनि ।

हिमोडायलिसिज जा मुख्य फायदा आहिनि: सलामती, असर ऐं आराम । मरीज बिस्तरे या कुर्सीअ ते रवाजी मशिगूली में करे सघनि था ।

रवाजी तरह हिमोडायलिसिज दरम्यान कहिड़ियूं कहिड़ियूं तकिलीफुं पेश ईदियूं आहिन?

- डायलिसिज दरम्यान केतिराई दफ़ा नज़र ईदड़ तकिलीफुनि में रतु जो दाबु घटिजी वज़णु, पेरनि में साड़ो-सूर थियणु, कमिज़ोरी महिसूस थियणु, उलिटी-उब्रिथा थियणु वगैरह जहिड़ियुनि तकिलीफुनि जो समावेश थिअे थो ।

हिमोडायलिसिज जा मुख्य फाइदा ऐं नुक़िसान कहिड़ि-कहिड़ि आहिन?

- हिमो डायलिसिज स्टाफ नर्स या डायलिसिज टेकनीशियन द्वारां कयो वेंदो आहे, तंहिकरे मरीज़ लाइ वधीक सहोलियत भरियो ऐं सलामति हूंदो आहे ।
- हिमो डायलिसिज ब्रियनि डायलिसिज जी मुशाहिबत में घटि वक्रत वठे थो ऐं वधीक तकिड़ो थिअे थो ऐं वधीक असिराइतो थिअे थो ।
- हिमो डायलिसिज सेन्टर में ईदड़ मरीज़ हिक ब्रिअे सां गुल्हाऐे सघंदा आहिन, इन करे उन्हनि खे मानसिक ताण घटि रहंदी आहे ।
- हिमो डायलिसिज रोज़ानो न पर हफिते में फक्रति टे दफ़ा ई कयो वेंदो आहे ।
- बीमारी थियण जो इमिकान घटि रहे थो ।
- ही पेरीटोनियल डायलिसिज खां घटि खर्च वारो हुअण सबबु हिमो डायलिसिज वधि में वधि मरीज़नि में कयो वेंदो आहे ।

हिमो डायलिसिज जा नुक़िसान

- हरहिक गोठ में मैसर न हुअण सबबु ब्रिअे शहर वज़िणो पवे थो, जंहिं करे तकिलीफ थिअे थी ।
- इलाजलाइ इस्पताल वज़िणो पवे थो ऐं मुकरिर वक्रत जो पालन करिणो पवे थो ।

हिमोडायलिसिज जो मुख्य ग़ैर फायदो इहो आहे त हफिते में टे दफ़ा इस्पताल जी मुलाक़ात वठिणी पवंदी आहे ।

- हर दफ़े फिस्च्यूला नीडल हणाइणी पवे थी, उन जो सूर सहिणो पवे थो ।
- खाधे जी वधीक परहेज़ रखिणी पवे थी, उन में मीरज़ खे पाणियठु जो अंदाज़ घटि वठिणो, पोटेथियम, लूणु ऐं फास्फोरस वारा खाधा घटि खाइणा पवनि था ।
- हिपेटाईटस जे बीमारीअ जो इमिकान रहे थो ।
- हिमो डायलिसिज युनिट शुरु करणु महांगो आहे ऐं उन खे हलाइण लाइ माहिर स्टाफ ऐं डॉक्टर जी ज़रूरत पवंदी आहे ।

हिमोडायलिसिज जे मरीज़नि लाइ अहिमियत वारियूं गुल्हियूं

- नेमाइतो हिमोडायलिसिज लंबे अरिसे जी तंदुरस्ती लाइ ज़रूरी आहे, उन में बेतरितीब (irregularity) या फेरिफार लंबे अरिसे लाइ नुक़िसानकार थी सघे थो ऐं कड़हिं मरीज़ जो मौत पिणु थी सघे थो ।
- ब्रिनि डायलिसिज जे वचि में खाधे में मुनासिब परहेज़ (पाणियठु ऐं लूणु घटि वठणु) द्वारां वज़न जो इज़ाफो (वाधि) क़ाबूअ में रखणु ज़रूरी आहे । इन खां सवाइ पोटेथियम ऐं फ़ासिफोरस वारो खाधो घटि खाइणु ऐं प्रोटीन वारा खाधा वधीक वठणु घुरिजनि ।
- रवाजी तरह डायलिसिज जे मरीज़नि में खौरश जी कमी (Malnutrition) वधीक डिंसण में ईदी आहे । खाधे में घुरिबल अंदाज़ में प्रोटीन न वठमु ऐं डायलिसिज दरम्यान प्रोटीन जो नेकाल थियण सां खौरिश जी कमी थी सघे थी, इन लाइ जेके मरीज़ नेमाइतो (Regular) डायलिसिज कराईदा रहंदा आहिन उन्हनि खे वधीक प्रोटीन वारा खाधा वठणु ज़रूरी आहिन ।
- नेमाइतो डायलिसिज कराईदड़ मरीज़नि खे डॉक्टर जी सलाह मूजिबु विटामिन बी ऐं विटामिन सी जूं दवाऊं वठणु ज़रूरी आहिन । डॉक्टर जी सलाह खां

हिमोडायलिसिज मे मरीज़नि खे पाणी ऐं लूण जो बंधन ज़रूरी ओहे, ब्रिनि डायलिसिज जे विच में वज़न ते कंट्रोल करण लाइ ।

सवाइ ब्रियूं विटामिन जूं दवाऊं न वठिजनि, छाकाणि त ईअं बि थी सघे थो त उन में घुरिबल अंदाज में विटामिन न पिणु हुजनि ऐं उहे डायलिसिज वारे मरीज लाइ नुक्रिसानकार पिणु थी सघनि थियूं ।

- केल्शियम, फासिफोरस ऐं पेराथाइराईड हार्मोन जो केतिरो अंदाज आहे, उहो डिसी करे डायलिसिज कराईदड़ मरीजनि खे केल्शियम ऐं विटामिन डी जूं दवाऊं वठिणियूं ।
- मरीज खे पंहुंजी रोजानी जिन्दगीअ में कुझ फेरिफार करणु लाजिमी बणिजी वजनि था जीअं त ब्रीडी या सिगिरेट न छिकणु, शराबु न वरिताइणु, वजनि कंट्रोल में रखणु ऐं नेमाइतो कसिरत करणु ।

हिमोडायलिसिज कराईदड़ मरीजनि खे डॉक्टर या नर्स जो संपर्क कडहिं करिणो?

हेठियुनि मां काबि तकिलीफ थिअे त मरीज खे यकिकदम डॉक्टर या नर्स जो कोन्टेक्ट करणु घुरिजे :

- अे.वी. फिस्च्यूला या केथेटर कयलु हुजे, उतां ओचितो ई ओचितो रतु जो वहणु ।
- अे.वी. फिस्च्यूला में थ्रिल (Thrill), लरिजशि (Vibration) वगैरह महिसूस न थियणु ।
- ओचितो ई ओचितो वजनु वधी वजणु, सोजु थियणु या साहु चढिही वजणु ।
- छातीअ में सूर, दिल जी दकि-दकि वधी वजणु या घटिजी वजणु ।
- रतु जो दाबु तमामु घटिजी वजणु या वधी वजणु ।
- मरीज मुंझिलयु, निंडाखिडो, बेहोश या डुकिणी वठी वजणु ।
- बुखार, थधि, वधीक उल्टियूं थियणु, कमिजोरी महिसूस करणु या उल्टियुनि में रतु अचणु ।

हिमोडायलिसिज जे मरीज खे कुझ विटामिन ऐं वधीक प्रोटीन वठणु लाजिमी आहिनि।

पेरिटोनियल डायलिसिज

किडनी फेल्यर जे मरीजनि खे जडुहिं डायलिसिज जी ज़रूरत पवंदी आहे तडुहिं हिमोडायलिसिज खां सवाइ ब्रियो विकल्प पेरिटोनियल डायलिसिज आहे । आम तरह होम डायलिसिज में हीअ पद्धति कमु ईदी आहे ।

पेरिटोनियल डायलिसिज (पी.डी.) याने छा?

- पेट में आंडा, मादो (गुजी Stomach) वगैरह उजिवनि खे ढके, उन्हनि खे योग्य जगुह ते जकिडे रखंदड़ मेम्ब्रेन खे पेरिटोनियम चइजे थो ।
- ही मेम्ब्रेन (पडिदो) सेमी-परमिअेबल मेम्ब्रेन यानि छाणीअ जहिडो आहे जेको गैर ज़रूरी मइदिनी शयुनि जो नेकाल करे सघे थो ।
- हिन मेम्ब्रेन जी मदद सां थींदड़ रतु साफ थियण जी प्रक्रिया खे पेरिटोनियल डायलिसिज चइजे थो । हिन खां पोइ पेरिटोनियल डायलिसिज खे मुख्तिसिर में (थोडे में) असां पी.डी. चवंदासीं ।

पेरिटोनियल डायलिसिज (पी.डी.) जा कहिडा कहिडा किसिम आहिनि?

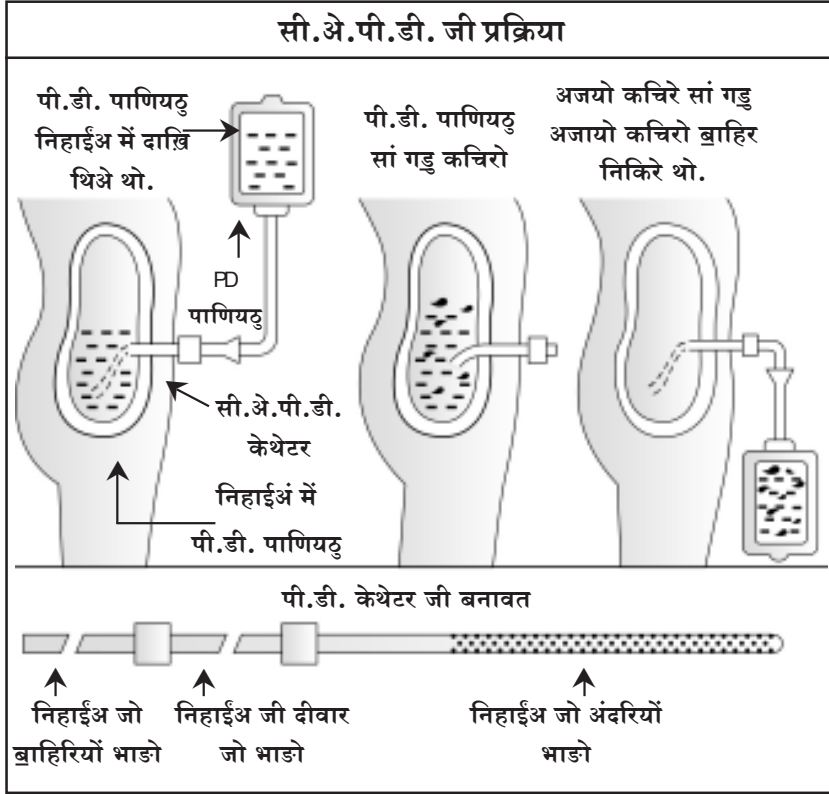
पी.डी. जा मुख्य टे किसिम आहिनि :

1. आइ.पी.डी. इन्टरमीटन्ट पेरिटोनियल डायलिसिज ।
2. सी. अे. पी. डी. कन्टीन्यूअस अेम्ब्यूलेटरी डायलिसिज ।
3. सी. सी. पी. डी. कन्टीन्यूअस साइक्लीक पेरिटोनियल डायलिसिज ।

इन्टरमीटन्ट पेरिटोनियल डायलिसिज (आइ.पी.डी.):

इस्पताल में थोडे वक्रत लाइ डायलिसिज जी ज़रूरत हुजे तडुहिं बि हिन किसिम जो डायलिसिज कयो वेंदो आहे । नंढनि ब्वारनि में ऐं इमरजन्सीअ में हीअ डायलिसिज कमु ईदो आहे ।

सी. अे. पी. डी. डायलिसिज जो अहिडो किसिम आहे जेको मरीज घर में ख़ास पाणियठु जी मदद सां करे सघनि था।



- आइ.पी.डी. में रतु जो कचिरो मरीज खे बेहोश करण खां सवाइ पेट में हिक खास किसिम जी घणनि सोराखनि वारी थुल्ही नली रखी खास किसिम जी पाणियठु जे मदद सां दूर कयो वेंदो आहे ।
- रवाजी तरह डायलिसिज जी प्रक्रिया 36 कलाक हलंदी आहे ऐं उन दरम्यान 30 खां 40 लिटर जेतिरी पाणियठु जो उपियोग थींदो आहे ।
- हिन किसिम जो डायलिसिज हर 7 डींहं कराइणो पवंदो आहे या हर 3 (टियें) डींहुं, जहिडी मरीज जी हालत हूंदी आहे उन मूजिबु तय थींदो आहे ।
- हिन किसिम जो डायलिसिज लंबे अरिसे लाइ सही न आहे ।

2. सी.अ.पी.डी. (Continuous Ambulatory Peritoneal Dialysis)

सी. अ. पी. डी. छा?

सी - कन्टीन्यूअस-जंहिं में डायलिसिज जी प्रक्रिया लगातार चालु रहंदी आहे ।

अ - अम्ब्यूलेटरी-जंहिं में मरीज घुमी फिरी ऐं रवाजी कम करे सघंदो आहे ।

पी- पेरिटोनियल मेम्ब्रेन फिल्टर तोर कमु कंदो आहे ।

डी- डायलिसिज- रतु साफ थियण जी प्रक्रिया ।

सी.अ.पी.डी. मरीज पंहिंजे लेखे घर में मशीन खां सवाइ करे सघे अहिडे किसिम जो डायलिसिज आहे ।

दुनिया जे तरकी कयल मुलिकनि में क्रोनिक किडनी फेल्टर जे वधीक ऐं वधीक मरीजनि में डायलिसिज लाइ हिन पद्धतिअ जो उपयोग थी रहियो आहे ।

सी.अ.पी.डी. जी प्रक्रिया

सी.अ.पी.डी. केथेटर : हीअ हिक खास किसिम जी घणनि सोराखनि वारी नली हूंदी आहे, जंहिं खे पेट में नाभि (धुनि) जे हेठां नंढो चीर करे रखियो वेंदो आहे । हीअ नली सिलिकोन तरीके सुजाणण में ईदड़ खास पदार्थिनि जी टहियल हूंदी आहे, जेका नरम पेट जे आंडनि या ब्रियनि ऊजिवनि खे ईजाऊ न पहुचाऐ ऐं कहिडी बि हालत में पेट में आराम सां ठहिकी सघे अहिडी हूंदी आहे । इहा नली डायलिसिज चालू करिणो हुजे उन खां 10-10 डींहं अगि रखाइणी पवंदी आहे ।

सी.अ.पी.डी. जी प्रक्रिया में मुख्य टे डाका आहिन

1. फील (Fill) : पी.डी. केथेटर द्वारां 2 लिटर जेतिरी पेरिटोनियम डायलिसिज (पी.डी.) पाणियठु हिक साफ कयल प्लास्टिक जी बेग (थेल्ही) ऐं ट्यूब महरिफत कशिश सकल (Gravity) जे काइदे अनुसार पेट में दाखिल कयो वेंदो आहे, जेका पेरिटोनियम जे लागापे में ईदी आहे । हिकु दफो पाणियठु

**सी. अ. पी. डी. हर रोज मुकरर वक्त ते बिना
विथी (मोकल) जे करणु घुरिजे ।**

मरीज जे पेट में वजे पोइ इन प्लास्टिक जी बेग खे वेड़िहे करे मरीज जी कमर (चेल्हि) सां बुधी छडिबो आहे, जेसिताई ब्रियो भेरो साग्री ट्रीटमेन्ट कराइणी पवे ।

2. ड्वेल : पी.डी. पाणियठु 4-6 कलाकनि ताई पेरिटोनियल केविटी में डूँहं जो ऐं 6-8 कलाकनि ताई रात जो रहंदी आहे । वक्रत जी हिन विथीअ खे ड्वेल पीरीयड चइबो आहे । इन दरम्यान साफ थियण जी प्रक्रिया थींदी आहे । इन वक्रत दरम्यान रतु जो कचिरो डायालिसिज जी पाणियठु सां मिली वेंदो आहे ऐं इन नमुने रतु साफ थींदो आहे । डायालिसिज लाइ प्लास्टिक जी नरम बेग में आयल ब्रु लिटर पाणियठु पेट में दाखिल करण खां पोइ खाली बेग कमर पट्टे सां बुधी सविलाईअ सां घुमी फिरी सघिबो आहे ऐं रोजानो कमि कार पिणु करे सघिबो आहे ऐं इन करे हिन प्रक्रिया जो नालो अम्ब्यूलेटरी चइबो आहे ।

3. ड्रेन : ड्वेल टाईम खां पोइ कचिरे वारी पी.डी. पाणियठु खे हिक कलेकशन बेग (जेका मरीज जे कमर जे पट्टे सां बुधल हुई) में खाली कयो वेंदो आहे । उन खां पोइ इन पाणियठु खे मापे ऐं फिटी कबो आहे । पी. डी. पाणियठु खे ब्राहिर कढण में ऐ साफ पाणियठु पेट में अंदर वज्रण में अटिकल 30-40 मिनिटनि जो वक्रत लगंदो आहे ऐं हिन प्रक्रिया खे एक्सचेंज (मटा-सटा Exchange) चइबो आहे । इहा अक्सचेंज जी प्रक्रिया डूँहं में 3-4 दफा ऐं रात जो हिकु दफो थींदी आहे । इहा समूरी प्रक्रिया बीमारी न थिअे इन नमुने कई वेंदी आहे ।

3. अे.पी.डी. या सी.सी.पी.डी आटोमेटेक पेरिटोनियल डायालिसिज या कन्टीन्यूअस सायकिलीक पेरीटोनियल डायालिसिज

● हीअ प्रक्रिया आटोमेटेक मशीन वसीले घर में कई वेंदी आहे । हिन प्रक्रिया में मशीन पी.डी. पाणियठु के पेट में दाखिल कंदी आहे ऐं आटोमेटेक मशीन जरीये ब्राहिर निकिरंदी आहे, जेको 1-2 कलाकनि ताई हलंदो आहे ऐं हिन अक्सचेंज

इन्फेक्शन न थिअे उन जी खबरदारी रखणु सी. अे. पी. डी. जी प्रक्रिया में तमाम अहिमियत वारी आहे ।

खे 4-5 दफा कयो वेंदो आहे । रात जे वक्रत जडहिं मरीज सुम्ही पवंदो आहे तडहिं हीअ प्रक्रिया 8-10 कलाक हलंदी आहे । सुबुह जो उथी करे जडहिं मरीज मशीन खे बंद कंदो आहे तडहिं 2-3 लिटर जेतिरी पी.डी. पाणियठु पेट में अंदर हूंदी आहे ऐं राति जो जडहिं वरी मशीन लगाइबी आहे, तडहिं इहा पाणियठु ब्राहिर निकरी वेंदी आडे । हिन प्रक्रिया दरम्यान मरीज पंहुंजो रोज मडह जा कम तमामु सविलाईअ सां करे सघंदो आहे ऐं 24 कलाकनि में हिकु ई दफो मशीन खे चालु करिणो हूंदो आहे, जेको ब्रियनि बीमारियुनि थियण जो अंदेशो (Possibilities) घटि करे छडे थो । हिन प्रक्रिया जो मुख्य गैर लाभ खर्चाऊ ।

सी.अे.पी.डी. में पी.डी. पाणियठु छा हूंदो आहे?

● पी.डी. में कमु ईदइ पाणियठु साफ, जीविडनि खां मुक्त हूंदी आहे, जंहिं में जुदा-जुदा किसिमनि जा मइदिनी लूण ऐं ग्लूकोज घुरिबल अंदाज में हूदा आहिनि । पी. डी. में ग्लूकोज जो अंदाज अलग-अलग हूंदो आहे ऐं हींअर इहो टिनि किसिमन में मिलंदो आहे (1.5%, 2.5%, 4.5%) । इहो ग्लूकोज वधीक पाणियठु जेका शरीर में हूंदी आहे, उन जो नेकाल करण में मददगार थींदो आहे । क्रोनिक किडनी फेल्यर जे सभिनी मरीजनि में केतिरी पाणियठु जो नेकाल कजे, इहो डॉक्टर जी सलाह खां पोइ पी. डी. पाणियठु कहिडे किसिम जो उपयोग कजे, इहो तय कयो वेंदो आहे । अजु कलह मिलंदइ पी. डी. पाणियठु में हिक ब्री पाणियठु पिणु मौजुद हूंदी आहे, जंहिं में आइको, डेकस्ट्रीन नाले वारो अनासर हूंदो आहे, जेको शरीर मां गैर जरूरी पाणियठु आहिस्ते-आहिस्ते नेकाल करण में मददगार थींदो आहे ऐं इन किसिम जी पाणियठु जो उपयोग डायालिडीज ऐं वधीक वज्रण वारनि मरीजनि में जडहिं डूँहं में हिक ई सायकल करिणी हुजे तडहिं उपयोग कयो वेंदो आहे । इहा पाणियठु 1000 मि.लि. खां 2500 मि.लि. जे अलग-अलग पेकिंग में मिली कघंदी आहे ।

सी. सी. पी. डी. घर में आटोमेटेक साईकिलर मशीन वसीले करे सघिबी आहे ।

सी.अ.पी.डी. जे मरीजनि लाइ मुमकिन जोखम कहिड़ा आहिनि ?

- सी.अ.पी.डी. कराईदड़ मरीजनि में मुख्य जोखम पेरीटोनाईटिस (पेरिटोनियल में सोज्ज) जो हूंदो आहे। पेट में सूर, बुखार, थधि लगणु, साफ पाणियठु जे बदिरां पाणियठु जो मेरो थियणु इहे पेरीटोनाईटिस जूं निशानियूं आहिनि। पेरीटोनाईटिस न थिअे, उन लाइ मरीज खे तमामु ध्यान रखिणो ऐं सभु सफाईअ सां करणु घुरिजे ऐं न थिअे उन लाइ मरीज खे ध्यान रखिणो त कबज्जी न थिअे। इन लाइ डॉक्टर जी सलाह मूजिबु सही इलाज कराऐ ऐं दवा वठे ऐं डॉक्टर जी सलाह मूजिबु ज़रूरी रिपोर्ट कराऐ डॉक्टर खे डेखारिणी ऐं ज़रूर पवे त डॉक्टरजी सलाह मूजिबु पी. डी. केथेटर कढाअे छडिणो।

इन खां सवाइ ब्रियनि जोखमनि में पेट फुंडी वजणु, मुशिकूं ढिलियूं थी वजणु ऐं हर्निया जी तकिलीफ थियणु, बदन में वधीक अंदाज में गैर ज़रूरी पाणियठु, सोज्ज, कबज्जी, चेल्हि जो सूर, प्रक्रिया दरम्यान पेट में पाणी घटि निकिरण, पाणियठु लीक थियणु वजण वधी वजणु थी सघे थो।

सी.अ.पी.डी. जा मुख्य फायदा ऐं नुक्रिसान कहिड़ा-कहिड़ा आहिन**फायदा**

1. खाधे ऐं पाणी (पाणियठु) में परहेज घटि रखिणी पवे थी।
2. मशीन खां सवाइ थींदो आहे। सुई हणाइण जी पीड़ा खां आज्जादी मिले थी ऐं इस्पताल जे स्टाफ या ब्रिअे माण्हूअ जी मदद खां सवाइ मरीज खुद करे सघे थो।
3. जगह, वक्रत जी आज्जादी मिले थी, जंहिं करे रोजानो कमु थी सघे थो। मरीज ब्रिअे शहर वजी सघे थो।
4. रतु जो दाबु, सोज्ज, रतु जी फिकाइप वगैरह तकिलीफुनि जो इलाजु वधीक सुठे नमुने थी सघे थो। हिन क्रिसिम जे डायलिसिज में कन्टीन्यूअस रतु जे साफ थियण जे करे मरीज खे तकिलीफ घटि थी सघे थी।

सी. अ. पी. डी. जो मुख्य फायदो वक्रत ऐं जगह जी आज्जादी आहे,
सी. अ. पी. डी. जी प्रक्रिया हर रोज नेमाइतो करणु ज़रूरी आहे।

मुख्य नुक्रिसान

1. पेरिटोनियम ऐं केथेटर जी ब्राहिर जी जाइ जी बीमारी Infection थियण जो खतिरो रहे थो।
2. हिन वक्रत ही इलाजु तमाणु खर्चाऊ आहे।
3. हर रोज 3-4 दफा साल में 365 ई डीं हं बिना मोकल जे संभाल सां, योग्य नमुने पाणियठु बदिलाइणी पवंदी आहे जंहिं जी जवाबदारी मरीज जे कुटुंब जे भातियुनि जी आहे इनलाइ हमेशह नियम पालण सां वक्रत कठी ऐं सूचिनाउनि जो सखितीअ सां पालन करणु मानसिक छिक जहिड़ो हूंदो आहे।
4. पेट में हमेशह लाइ केथेटर या पाणियठु रहे इहो अहिंज भरियो आहे ऐं केतरिन मरीजनि खे मुवाफकि न बि अचे।
5. पी. डी. लाइ पाणियठु जी वजणनदार बेग संभालणु ऐं फेराइणु मुवाफकि न हूंदी आहे।

सी. अ. पी. डी. जे मरीज खे खाधे में मुख्य छा फेरिफार करण जी सूचिना डिनी वेंदी आहे ?

सी.अ.पी.डी. जे मरीज खे खाधे में मुनासिब खबरदारी रखणु ज़रूरी हूंदी आहे ऐं इहा खबरदारी हिमोडायलिसिज कराईदड़ मरीजनि खां थोड़ी अलग हूंदी आहे।

- इन क्रिसिम जे डायलिसिज जी प्रक्रिया में पेट मां वापसि निकिरंदड़ पाणियठु सां गडोगडु शरीर मां प्रोटीन पिणु निकिरी वेंदो आहे। इन सबब करे नेमाइतो वधीक प्रोटीन वारो खाधो वठिजे, इहो योग्य तंदुरस्ती काइम रखण लाइ तमामु ज़रूरी आहे।
- वधीक चरिब्रिअ वारो खाधो घटि खाइणु घुरिजे छाकाणि त पी. डी. पाणियठु में योग्य अंदाज में ग्लुकोज हूंदो आहे।

सी. अ. पी. डी. कराईदड़ मरीजनि जे खाधे में वधीक प्रोटीन
वठणु घुरिजे, इन्फेक्शन जो खतिरा घटाइण लाइ।

- हिन क्रिसिम जी डायालिसिज कराईदड़ मरीजनि खे लूण घटि ऐं पाणियठु घटि वठण जी खबरदारी घटि रखिणी पवंदी आहे पर हिमो डायालिसिज कराईदड़ मरीजनि खे तमामु घणी खबरदारी रखिणी पवंदी आहे ।
- पोटेशियम ऐं फ्रास्फेट वारो खाधो घटि खाइणु घुरिजे ।
- क्रबजी न थिअे, इन लाइ वधीक फ्राइबर वारो खाधो खाइणु घुरिजे ।

सी.अे.पी.डी. जे मरीजनि खे डॉक्टर या डायालिसिज नर्स जो संपर्क कडहिं करणु घुरिजे?

सी.अे. पी.डी. जे मरीजनि खे डॉक्टर या डायालिसिज नर्स जो संपर्क तडहिं करिणो, जडहिं उन्हनि खे :

- पेट मं सूर, बुखार या थधि लगे ।
- रवाजी नमूने पी.डी. पाणियठु साफ ऐं शिफाफ हूंदी आहे पर जेकडहिं इहा पाणियठु मेरी (गंदी) अचे या उन में रतु हुजे ।
- जिते केथेटर कयलु हुजे उते सुर थिअे, गाढाहिण (लालाण) थियणु, सोजु थियणु या बीमारी (Infection) थिअे ।
- जडहिं पी.डी. पाणियठु खे अंदर या बाहिर निकिरण में रंडक थिअे या क्रबजी थिअे ।
- वजनु वधणु, सोजु चढिहणु, दम जी तकिलीफ थियणु ऐं बल्ड प्रेशर वधी वजणु (जेको शरीर में गैर जरूरी पाणियठु जो हुअणु बुधाअे थो) ।
- ब्लड प्रेशर घटिजी वजणु, वजनु घटिजी वजणु, कमिजोरी महिसूस थियणु ऐं थकु लगणु (जेको शरीर में पाणियठु जो घटिजी वजणु बुधाअे थो) ।

सी. अे. पी. डी. जे मरीजनि खे पेट में सूर पवे या पेट मां गंदो पाणी बाहिर निकिरे त यकिदम डाक्टर जो संपर्क करणु घुरिजे ।

१४. किडनी ट्रान्सप्लान्टेसन

किडनी ट्रान्सप्लान्टेसन, इहा तबीबी विज्ञान जी तरकी आहे । क्रोनिक किडनी फेल्यर जे आखिरी तब्वके जे इलाज जो ही सुठे में सुठो विकल्प आहे । किडनी ट्रान्सप्लान्टेसन बइद मरीज जी जिन्दगी ब्रियन आम माणहुनि जेतिरी तंदुरस्त ऐं बाकाइदे थी सघंदी आहे ।

किडनी ट्रान्सप्लान्टेसन बाबति गुफ्रितगू असां चइनि हिस्सन में कंदासीं

1. किडनी ट्रान्सप्लान्टेसन खां अगि में ज्ञाणण जहिडियूं गाल्हियूं ।
2. किडनी ट्रान्सप्लान्टेसन आपिरेसन जी ज्ञाण ।
3. किडनी ट्रान्सप्लान्टेसन खां पोइ ज्ञाणण जहिडियूं जरूरी गाल्हियूं ।
4. केडेवर किडनी ट्रान्सप्लान्टेसन ।

किडनी ट्रान्सप्लान्टेसन खां अगिमें ज्ञाणण जहिडियूं गाल्हियूं

किडनी ट्रान्सप्लान्टेसन छा आहे?

क्रोनिक किडनी फेल्यर हुजे अहिडे माणहूअ में, ब्रिअे माणहूअ (जिन्दह या मुअल) मां हासिल कयल, हिक तंदुरस्त किडनी विज्ञण जे आपरेशन खे किडनी ट्रान्सप्लान्टेसन चइबो आहे ।

किडनी ट्रान्सप्लान्टेसन जी जरूरत कडहिं पवंदी आहे?

क्रोनिक किडनी फेल्यर जो मरीज जडहिं वधीक किडनी खराब थियण जे आखिरी स्टेज ते पहुचे (85% खां वधीक किडनी खराब थिअे) तडहिं नई किडनी विज्ञाण जी या नेमाइतो डायालिसिज कराइण जी जरूरत पवंदी आहे ।

किडनी विज्ञाण जी जरूरत कडहिं पवंदी आहे?

कंहिं माणहूअ जी ब्रिनि मां हिक किडनी खराब थी वेई हुजे त शरीर लाइ जरूरी सभु कमु ब्री किडनीअ जी मदद सां हली सघंदो आहे । अेक्यूट किडनी फेल्यर दवा (ऐं

किडनी ट्रान्सप्लान्टेसन जी खोजिना किडनी फेल्यर जे मरीजनि लाइ आशीर्वाद रूप आहे ।

केतिरा दफ़ा डायालिसिज़) जे इलाज सां किडनी वरी हमेशह लाइ कमु कंदड़ थी वेंदी आहे। अहिडनि मरीज़नि में किडनी ट्रान्सप्लान्‍टेशन जी ज़रूरत न पवंदी आहे।

किडनी ट्रान्सप्लान्‍टेशन छा लाइ ज़रूरी आहे?

जडहिं किडनी मुकमल नमूने या थोड़ो घणो कमु करणु बंद कंदी आहे, तडहिं डायालिसिज़ ऐं दवा सां मरीज़ खे थोड़ी राहत मिलंदी आहे पर दाइमी सुधारो थी न सघंदो आहे। कामियाबीअ सां कयलु किडनी ट्रान्सप्लान्‍टेशन उत्तम ज़िन्दगीअ लाइ फ़क़ति हिकु ई मुकमल ऐं असिराइतो उपाउ आहे।

किडनी ट्रान्सप्लान्‍टेशन जा फाइदा कहिड़ा-कहिड़ा आहिन ?

कामियाबीअ सां कयल किडनी ट्रान्सप्लान्‍टेशन जा फायदा हेठीअं रीति आहिन।

1. बहितर क्रिसिम जी ज़िन्दगी। मरीज़ ब्रियनि आम माणहुनि वांगुर ज़िन्दगी जीअी सघे थो, रोज़ाना कम कारियूं करे सघे थो।
2. डायालिसिज़ जा बंधन, पीड़ा ऐं साइड इफ़ेक्ट खां निजात (मुक्ति) मिले थी।
3. खाधे में परहेज़ घटि रखिणी पवे थी।
4. डायालिसिज़ खां किडनी ट्रान्सप्लान्‍टेशन वारा मरीज़ लंबी ज़िन्दगी जीअनि था।
5. पहिरिअें साल खां पोइ इलाज जो खर्च काफी घटिजी वजे थो।
6. मरीज़ शारीरिक नमूने ताक़तवर ऐं मानसिक तोर तंदुरस्त रहे थो।
7. मर्दनि में संभोग (Sexual Life) में का बि तकिलीफ़ नथी रहे ऐं औरतूं ब्रार खे जन्म डेई सघनि थियूं।
8. मुशिकलातूं घट, डायालिसिज़ में ट्रान्सप्लान्‍टेशन खां वधीक तकिलीफ़ुनि जो खतिरो रहे थो।

कामियाब किडनी ट्रान्सप्लान्‍टेशन इहो क्रोनिक किडनी फेल्यर जे आखरीन स्टेज जे इलाज जो सुठे में सुठो विकल्प आहे।

किडनी ट्रान्सप्लान्‍टेशन जा कहिड़ा नुक्रिसान आहिन?

किडनी ट्रान्सप्लान्‍टेशन जा मुख्य नुक्रिसान हेठीअं रीत आहिन

1. वडे आपरेशन जी ज़रूरत पवंदी आहे, पर उहो बिल्कुल सलामत हूंदो आहे। किडनी ट्रान्सप्लान्‍टेशन हिकु वडो आपरेशन आहे, जंहिं में मरीज़ खे जनरल अनेसस्थेसिया ड्रियणी पवंदी आहे जेका केतिरा दफ़ा आपरेशन दरम्यान या आपरेशन खां पोइ जोखाइती थी सघे थी।
2. रीअेक्शन जो खतिरो : ट्रान्सप्लान्‍टेशन कयल किडनी घणे भाडे जे मरीज़नि में बराबर नमूने कमु कंदी आहे, पर सभिनी मरीज़नि में किडनी सही नमूने कामियाबीअ सां कमु कंदी इहो खातिरीअ सां चई नथो सघिजे। तबीबी विज्ञान जे विकास सां गडोगडु रिजेकशन ऐं बीमारियुनि जे इलाज लाइ तमामु सुठियुनि दवाउनि जी मौजूदगीअ जे करे किडनी ट्रान्सप्लान्‍टेशन जा नतीजा अगि खां घणा सुधिरियल आहिन।
3. किडनी ट्रान्सप्लान्‍टेशन खां पोइ रोज़ खबरदारीअ सां दवा वठण जी ज़रूरत पवंदी आहे। इहे दवाऊं तमाम महांगियूं हूंदियूं आहिन ऐं थोड़े अरिसे लाइ बि बंद थियनि तडहिं बि नई विधल किडनी फेल थी सघे थी।
4. किडनी ट्रान्सप्लान्‍टेशन खां पोइ बीमारी, दवाउनि जी साइड इफ़ेक्ट वगैरह तकिलीफ़नि जो खतिरो वधि में वधि रहे थो।
5. मानसिक छिक : किडनी मिले इन लाइ इन्तज़ार करिणो, किडनी बदलाइण खां पोइ उनजी कामियाबीअ बाबति (ट्रान्सप्लान्‍टेशन कयल किडनी खराब बि थी सघे थी) ऐं संपूर्ण कमु कंदड़ ट्रान्सप्लान्‍टेशन किडनी खराब थियण जो खतिरो, इन्हनि सभिनी गाल्हियुनि जे करे ट्रान्सप्लान्‍टेशन खां अगि में ऐं पोइ ट्रान्सप्लान्‍टेशन कराइण चाहींदड़ ऐं करायल मरीज़नि में मानसिक छिक (Stress) रहे थी।

अेइडस (अेच.आइ.वी.) कैंसर ऐं ब्रियनि गंभीर बीमारियुनि में किडनी ट्रान्सप्लान्‍टेशन न कयो वेंदो आहे।

6. ही इलाजु तमामु खर्चाऊ आहे। आपरेशन ऐं इस्पताल जो खर्च, घर वजण खां पोइ ज़रूरी नेमाइतियूं दवाऊं ऐं वक्रत-बि-वक्रत लेबारेटरी जी तपास वगैरह जो वडो खर्च (अटिकल टिनि खां पंज लख रुपिया) थींदो आहे।

किडनी ट्रान्सप्लान्शन कडहिं सलाह भरियो न आहे?

मरीज़ जी उम्र वडीहुजे, एड्स, कैंसर, गंभीर हालत जी बीमारी (Serious active infection), इलाजु थी न सघे अहिङ्गी बीमारी, मानसिक बीमारी, दिल जे नलियुनि जी बीमारी, शरीर जे जुदा-जुदा उजिवनि ताई रतु पहुचाईदइ नलियूं वधीक अंदाज़ में सुसियल हुजनि यां गंभीर दिल जी बीमारी हुजे, अहिङ्गियुनि हालतुनि में किडनी ट्रान्सप्लान्शन ज़रूरी हूंदे बि न कयो वेंदो आहे। असांजे मुलिक में ब्रारनि में पिणु तमामु घटि अंदाज़ में किडनी ट्रान्सप्लान्शन कयो वेंदो आहे।

किडनी ट्रान्सप्लान्शन कराईदइ मरीज़नि जी उम्र केतिरी हुअण खपे?

किडनी ट्रान्सप्लान्शन कराईदइ मरीज़नि लाइ का खास उम्र हुअणु ज़रूरी न आहे, पर मरीज़ दी उम्र 5 खां 65 सालनि ताई हुजे, इहो सलाह भरियो आहे।

किडनी ट्रान्सप्लान्शन कराइण लाइ किडनी किथां मिली सघंदी ?

रवाजी तरह 18 खां 55 सालनि जे दाता (Donor) खां किडनी वरिती वेंदी आहे। मर्द ओरत खे या औरत मर्द के किडनी डेई सघे थी। जाड़ा (Twin) भाउ-भेण किडनी दाता तोर आदर्श गुणिबा आहिन पर अहिङ्गा दाता मिलण घणो करे मुमकिन न हूंद आहिन। अहिङ्गे दाता खां किडनी मिली न सघे त जंहिं सां रतु जो रिश्तो हुजे (ज़िन्दह रिश्तेदार) अहिङ्गे काको, मासी या पुफीअ जी किडनी वठी सघिबी आहे। इहो मुमकिन न हुजे त पति या पत्नीअ जी किडनी ठहकी ईदी या न, उहो तपासेसघिजे थो। तरक्री कयल देशनि में कुटुंब मां किडनी मिली सघे, इहो मुमकिन न हुजे त अहिङ्गियुनि हालतुनि में “ब्रेइन डेथ” थियल माण्हूअ जी किडनी (Cadaver) ट्रान्सप्लान्ट कई वेंदी आहे।

कामियाब किडनी ट्रान्सप्लान्शन लाइ कुटुंब जे भातियुनि मां हासिल कयल किडनी तमामु सुठी साबित थिये थी।

आदर्श किडनी दाता केरु हूंदो आहे?

आदर्श किडनी दाता तोर जाड़ा भाउ-भेण खे लेखियो वेंदो आहे पर अहिङ्गा दाता हासिल करणु जो इमिकान घटि हूंदो आहे।

ब्लड ग्रुप ज़रीये कहिङ्गे नमूने किडनी दाता तय करे सघिजे थो ?

किडनी फेल्यर जे मरीज़ खे कंहिं बि माण्हूअ जी किडनी ठहकी वजे, इहो ज़रूरी न आहे। पहिरियाई किडनी वठंदइ (मरीज़) जे ब्लड ग्रुप खे ध्यान में रखी कहिङ्गे ग्रुप वारा माण्हू हुन लाइ किडनी दाता बणिजी सघनि था, इहो तय कयो वेंदो आहे। किडनी दाता (डींदइ) ऐं किडनी वठंदइ (मरीज़) जो ब्लड ग्रुप या त सागियो हुअण घुरिजे या समानता हुअण घुरिजे। इन खां सवाइ बिन्ही जे रतु जे अछनि जुजनि में आयल शयूं अेच.अेल.अे. (H.L.A. Human Leucocyte Antigen) में वधीक समानता हुअणु घुरिजे। अेच.अेल.अे. जी समानता टिस्यू टाइपिंग नाले वारे तपास तां ज़ाणी सघिबो आहे।

किडनी वठंदइ जो ब्लड-ग्रुप	किडनी दाता जो ब्लड ग्रुप
O	O
A	A या O
B	B या O
AB	AB, A, B या O

केरु किडनी डेई सघे थो?

तंदुरस्त माण्हू जंहिंखे ब किडनियूं हुजनि, उहो हिक किडनी डेई सघे थो, जेकडहिं हुन जो ब्लड ग्रुप ऐं टिस्यू टाइप्स किडनी वठंदइ सां समानता रखंदा हुजन। आम दाता 18 खां 65 सालनि जी उम्र जे विच वारी हुजे।

किडनी ट्रान्सप्लान्शन में झूनी किडनी जीअं जो तीअं रखी वेंदी आहे नई किडनी पेट में अगिअें पासे हेठिअें हिस्से में विझिबी आहे।

केरु किडनी डेई नथो सघे?

किडनीदाता खे किडनी ड्रियण खां अग्रि में रतु जी समूरी तपास ऐं मानसिक तपास (जांच) कराअे वठणु घुरिजे, जीअं हुन जो शरीर किडनी ड्रियण लाइ समर्थ आहे या न। जंहिं माणहूअ खे डायबिटीस, वधीक बी. पी., किडनीअ जूं बीमारियूं, कैंसर अेइडस (अेच.आइ.वी.) या ब्री का बीमारी या मानसिक बीमारी हुजे त ऊहो माणहू किडनी डेई नथो सघे।

किडनी दाता लाइ कहिड़ा मुमकिन जोखम थी सघनि था?

किडनी कढण खां अग्रि में दाता जी शारीरिक तपास करे खातिरी कई वेंदी आहे त हुन जूं ब्रई किडनियूं तंदुरस्त आहिनि ऐं हिक किडनी कढण सां हुन खे का बि तकलीफ त न थींदी न? हिक किडनी ड्रियण खां पोइ दाता खे रवाजी नमूने काबि तकिलीफ न थींदी आहे। हू पंहिंजी ज़िन्दगी बाक्राइदे नमूने हलाअे सघे थो। किडनी ड्रियण खां पोइ हिक औरत तंदुरस्त ब्रार खे जनम डेई सघे थी ऐं मर्द पिणु पिता बणिजी सघे थो ऐं हुनजे शादी शुदा जीवन में को बि फर्कु नथो पवे। हुन जी ब्री किडनी बिन्ही किडनियुनि जो समूरो कमु संभाले वठे थी। इन आपरेशन जा जोखम पिणु आम तरह वडे आपरेशन जे जोखम जहिड़ा ई हूदा आहिनि।

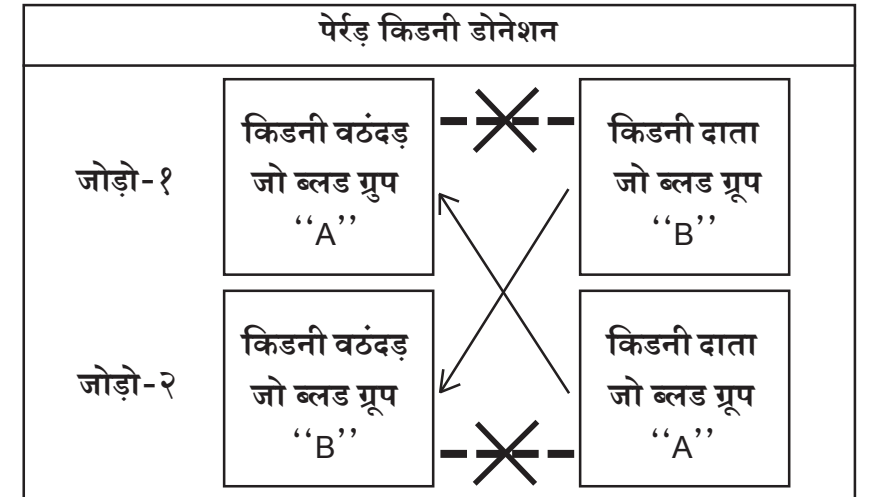
हिक बिअे जी किडनी ट्रान्सप्लान्शन (Paired Kidney Donation) छा आहे?

केडेवर ट्रान्सप्लान्शन या डायालिसिज़ खां ज़िन्दह (जीअरो) किडनी दाता ट्रान्सप्लान्शन जा वधीक फायदा ड्रिसण में अचनि था। एन्ड स्टेज किडनी फेल्यर जा मरीज़ जेके ट्रान्सप्लान्शन कराइण चाहींदा हुजनि ऐं उन्हनि खे दाता बि मिली वेंदो आहे पर ब्लड ग्रुप ऐं क्रोस मेचींग न थियण करे ट्रान्सप्लान्शन मुमकिन न थींदो आहे।

हिक बिअे में मटा-सटा (तबिदील) करे किडनी ट्रान्सप्लान्शन ("Live donor

किडनी ट्रान्सप्लान्शन खां पोइ मुख्य जोखम किडनी रिजेक्शन, इन्फेक्शन ऐं दवा जी साइड इफेक्ट आहिनि।

kidney exchange" or "Living donor swap") तडहिं कई वेंदो आहे जडहिं कुटुंब मां दाता सां किडनी ईदइ योग्य ब्लड ग्रुप मौजूद न हुजे। इन किसिम जे किडनी ट्रान्सप्लान्शन में ब्र या वधीक दाता पंहिंजे कुटुंब जे भातीअ खां सवाइ वारे मरीज़ खे किडनी दान करे बिअे कुटुंब मां पंहिंजे भातीअ लाइ योग्य किडनी हासिल कंदा आहिनि। इन रीति में कुटुंब में किडनी लागू न पवंदी हुजे त बिअे कुटुंब सां किडनी मटा-सटा करण सां बिन्ही कुटुंबनि खे योग्य किडनी मिली सघे थी ऐं कामियाबीअ सां किडनी ट्रान्सप्लान्शन थी सघंदी आहे।



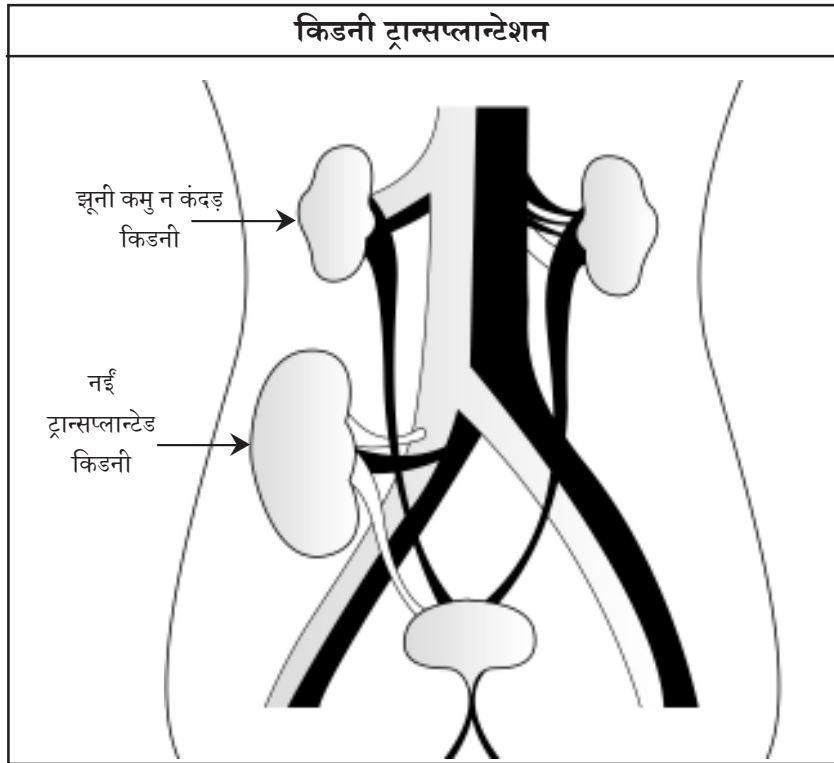
पहिरिअें कुटुंब जे मरीज़ खे बिअे कुटुंब जे दाता जी किडनी लागू पवंदी हुजे ऐं बिअे कुटुंब जे मरीज़ लाइ पहिरिअें कुटुंब जे दाता जी किडनी योग्य हुजे, तडहिं हिक बिअे जी किडनी डेई ट्रान्सप्लान्शन कयो वेंदो आहे।

वक्रतसिर (Pre emptive) किडनी ट्रान्सप्लान्शन छा आहे?

रवाजी डायालिसिज़ ज़रीये इलाज जे कुझ अरिसे बइद किडनी ट्रान्सप्लान्शन कराअे सघिजे थो, पर जेकडहिं किडनी ट्रान्सप्लान्शन डायालिसिज़ शुरु कराइण खां अग्रिमें कराये वजे त उन खे वक्रतसिर किडनी ट्रान्सप्लान्शन चइबो आहे।

जिनि मरीज़नि में इहो मुमकिन हुजे त हिन किसिम जो किडनी ट्रान्सप्लान्टेशन सुठे में सुठो उपाय लेखियो वेंदो आहे, छाकाणि त ही न सिर्फ जोखम, खर्च या डायालिसिज़ जे अहिंज खे घटाये थो, पर ही डायालिसिज़ खां पोइ ट्रान्सप्लान्टेशन खां हिक वधीक सुठी ग्राफ्ट सरवाईवस सां जकिडियल आहे। इन जे फायदनि जे करे अेन्ड स्टेज सही दाता मिले त (इ.एस.के.डी.) वारनि मरीज़नि खे जेकडहिं सही दाता मिले त इहो सलाह भरियो आहे।

किडनी ट्रान्सप्लान्टेशन जे आपरेशन जी ज्ञाण



किडनी ट्रान्सप्लान्टेशन जे आपरेशन में छा कयो वेंदो आहे?

- आपरेशन खां अगिमें किडनी फेल्यर जे मरीज़ जी अनेक नमूने शारीरिक जांच (तपास) कई वेंदी आहे। इन तपास जो मकिसद मरीज़ खे आपरेशन में रंडक

विज्ञंदड का बीमारी त न आहे ऐं हुन जो शरीर आपरेशन लाइ तैयार आहे, उन जी खातिरी करण जो आहे।

किडनी ट्रान्सप्लान्टेशन

- अगि में ज्ञाणाये चुका आहियूं तीअं ब्लड ग्रूप हासिल करे (अेच.अेल.अे.) समानता जो अंदाज़ संतोषकारक आहे, उन जी खातिरी करे ट्रान्सप्लान्टेशन आपरेशन कयो वेंदो आहे।
- किडनी ट्रान्सप्लान्टेशन जो आपरेशन हिकु टीम वर्क आहे। यूरोलाजिस्ट (किडनी सर्जन), नेफ्रोलोजिस्ट (किडनी जो फिज़ीशीयन) पेथोलोजिस्ट (अेनेस्थेटिस्ट) ऐं ब्रियनि तालीम हासिल कयल मददगारिन जे गडियल कोशिश सां ही आपरेशन र्थोदो आहे। आपरेशन करण जो कमु यूरोलोजिस्ट जो आहे।
- आपरेशन जी ज़रूरी ज्ञाण ड्रियण खां पोइ आपरेशन खां अगिमें मरीज़ जे माइटनि जी ऐं दाता जी क़बूलियत वरिती वेंदी आहे।
- आपरेशन रवाजी नमूने टिनि खां चार कलाक हलंदो आहे। जेको जनरल अेनेसस्थोसिया ड़ेई करे कयो वेंदो आहे।
- दाता जे शरीर मां आपरेशन ज़रीये हिक किडनी कढी उन खे खास किसिम जी थधी पाणियठ सां बराबर नमूने साफ करे मरीज़ जे पेट में अगिअें हिस्से खां हेठियें हिस्से (Pelvic) में विज्ञबी आहे। आम तोर दाता जी खाबी किडनी कढी मरीज़ जे साजे पासे पेट में विज्ञबी आहे।
- रवाजी तोर मरीज़ जी खराब थियल किडनी कढी न छडिबी आहे, जेकडहिं उहा शरीर के नुक़िसान न पहुंचाईदी हुजे।
- जडहिं किडनी जिन्दह दाता खां वरिती वेंदी आहे तडहिं उहा ट्रान्सप्लान्टेड किडनी यकिदम कमु करणु शुरु कंदी आहे, पर जडहिं दाता मुअलु माण्हू हुजे त

रिजेक्शन खे रोकण लइ ट्रान्सप्लान्टेशन खां
पोइ दवा उम्र भर वठणु ज़रूरी आहे।

अहिङ्गनि मरीजनि में ट्रान्सप्लान्टेसन किडनीअ खे कमु करण में कुझ ड्रिंहंनि खां कुझ हफितनि जो वक्रतु लगी सघे थो । किडनी हासिल कंदड़ मरीज खे जेसिताई ट्रान्सप्लान्टेड किडनी कमु करणु शुरू करे तेसिताई नेमाइतो डायालिसिज कराइणु लाजिमी आहे ।

- आपरेशन खां पोइ जी संभाल ऐं इलाज जी जवाबदारी नेफ्रोलोजिस्ट संभालींदो आहे ।

किडनी ट्रान्सप्लान्टेसन खां पोइ जाणण जहिङ्गी ज़रूरी जाण

किडनी ट्रान्सप्लान्टेसन खां पोइ मुमकिन जोखमः

किडनी ट्रान्सप्लान्टेसन खां पोइ जे मुमकिन जोखमनि में रिजेक्शन, इन्फेक्शन, दवा जी साईड इफेक्ट ऐं आपरेशन सां वासितो रखंदड़ जोखमनि जो समावेश थिअे थो ।

ट्रान्सप्लान्टेसन खां पोइ मुख्य ब सूचिनाऊं ध्यान में रखणु ज़रूरी आहिन :

- दवा ज़रीये इलाजु ऐं किडनी रिजेक्शन ।
- किडनी ट्रान्सप्लान्टेसन खां पोइ ट्रान्सप्लान्टेड किडनी कमु कंदी रहे ऐं इन्फेक्शन न थिअे, उन जी खबरदारी रखिणी ।

दवा ज़रीये इलाजु ऐं किडनी रिजेक्शन

किडनी ट्रान्सप्लान्टेसन ब्रियनि आपरेशननि खां कहिङ्गे नमूने अलहिदो आहे?

रवाजी नमूने ब्रियनि आपरेशननि खां पोइ मरीज के फकति 7 खां 10 ड्रिंहं ई दवा वठिणी पवंदी आहे पर किडनी ट्रान्सप्लान्टेसन खां पोइ किडनी रिजेक्शन खे रोकण लाइ जीवन भर याने हमेशह लाइ दवा वठिणी ऐं तमाम घणी खबरदारी रखिणी ज़रूरी आहे ।

रिजेक्शन रोकण लाइ ट्रान्सप्लान्टेड खां पोइ दवा
उम्र भर वठणु ज़रूरी आहे ।

किडनी रिजेक्शन छा आहे?

असां जे शरीर जी बीमारियुनि सां मुक्काबिलो करण जी शक्ति अहिङ्गे क्रिसिम जी हूंदी आहे जो शरीर जे बाहिर जा जंतू जहिङ्गेकि बेकटेरीया या वायरस जेके शरीर खे नुक्रिसान पहुचाअे सघनि था, उन्हनि जो नास करे थी । ब्रियनि आपरेशननि वांगुर किडनी ट्रान्सप्लान्टेसन जो आपरेशन कामियाब वजे याने कमु पूरो नथो थिअे । मरीज जे रतु में आयल अछनि जुजनि में बीमारियुनि सां मुक्काबिलो कंदड़ शायूं, इन नई किडनीअ खे बाहिर जी-पराई गुणे उन जे साम्हूं लड़ी उन खे बेकार बणाअे छडीन अहिङ्गे इमकान रहे थो, जंहिं खे तबीबी भाषा में किडनी रिजेक्शन चइबो आहे ।

किडनी रिजेक्शन कडहिं थी सघे थो ऐं उन जो असर छा थी सघे थो?

- किडनी रिजेक्शन, ट्रान्सप्लान्टेसन जे आपरेशन खां पोइ कडहिं बि थी सघे थो पर पहिरियनि छहनि ई महीननि में थियण जो इमकान वधीक हूंदो आहे । रिजेक्शन जी सखिताई हरहिक मरीज में अलग-अलग हूंदी आहे । घणा रिजेक्शन हलिका हूंदो आहिन ऐं उहे इम्युनोसप्रेसन्ट दवाउनि (Immunosuppressant therapy) जी मदद सां इलाज करे सघिबो आहे । पर किनि मरीजनि में रिजेक्शन तमाम गंभीर हूंदो आहे ऐं इलाज सां को बि फायदो न थींदो हुजे त उन हालत में रिजेक्शन जे करे ट्रान्सप्लान्टेड किडनी बेकार बणिजी सघे थी ।

किडनी ट्रान्सप्लान्टेसन खां पोइ रिजेक्शन जो इमकान घटाइण लाइ कहिङ्गे क्रिसिम जे दवाउनि जो उपयोग थींदो आहे?

- शरीर जी बीमारियुनि खां बचाव जी शक्तिअे जे करे नई विधल किडनीअ खे रिजेक्शन जो खतिरो रहे थो ।
- जेकडहिं दवा जे ज़रीये बीमारियुनि खां बचाव जी शक्ति (Immune system)

किडनी दान करणु सलामत आहे ऐं सी.के.डी.
मरीज जी जानि बचाअे थो ।

खे मुकमल नमूने दबायो वजे त रिजेक्शन जो खतिरो न रहंदो आहे पर मरीज खे मौतमार बीमारी थियण जो खतिरो रहे थो ।

- किडनी ट्रान्सप्लान्शेन खां पोइ अहिडी खास किसिम जी दवा डिनी वेंदी आहे जेका इन्फेक्शन जे साम्हूं लडण जी बचाव जी शक्तिअ खे कायम रखनि थियूं पर रिजेक्शन करण जी शक्ति घटाअे छडुीन थियूं (Selective immunosuppression) ऐं इन किसिम जी दवा खे इम्यूनोसप्रेसन्ट चडबो आहे ।
- इन किसिम जी दवाउनि में प्रेडनीसोलोन, सायक्लोस्पोरीन ओझा थीयोप्रीम, मायकोफेनोलेट मोफेटिल (MMF), टेकरोलीमस ऐं सीरोलीमस मुख्य दवाऊं आहिनि ।

किडनी ट्रान्सप्लान्शेन खां पोइ इम्यूनोसप्रेसन्ट दवाऊं केसिताई वठणु जरूरी आहिनि?

तमाम महांगियूं इहे दवाऊं मरीज खे किडनी ट्रान्सप्लान्शेन खां पोइ हमेशह लाइ जिन्दगीअ भर वठिणियूं पवंदियूं आहिनि । शुरूआत में दवाजो डोज (ऐं खर्च पिणु) वधीक हूंदो आहे जंहिं में वक्त गुजिरंदे आहिस्ते आहिस्ते घटिजंदो वेंदो आहे ।

किडनी ट्रान्सप्लान्शेन खां पोइ बी का दवा वठण जी जरूरत पवंदी आहे?

हा किडनी ट्रान्सप्लान्शेन खां पोइ मरीजनि खे जरूरत अनुसार ब्रियनि दवाउनि में ब्लड प्रेशर जूं दवाऊं, केलिशियम, विटामिन्स, एन्टी बायोटिकस वगैरह दवाऊं वठिणियूं पवंदियूं आहिनि । बी बीमारीअ लाइ नअें डॉक्टर खे किडनी ट्रान्सप्लान्शेन करायल आहे ऐं चालू दवाउनि बाबत वाक़िफ करणु जरूरी आहे ।

इम्यूनोसप्रेसन्ट दवाउनि जी रवाजी साइड इफेक्ट कहिडियूं थी सघनि थियूं?
रवाजी साइड इफेक्ट जेके इम्यूनोसप्रेसन्ट दवाउनि जरीये थियनि थियूं, उहे हेठीअं रीति थी सघनि थियूं :

किडनी ट्रान्सप्लान्शेन खां पोइ जी कामियाबीअ लाई खबरदारी,
परहेज ऐं नियमितता तमाम जरूरी आहे ।

दवाऊं	रवाजी साइड इफेक्ट
1. प्रेडनीसोलोन	वजन वधणु, रतु जो ऊचो दाबु, बुख लगणु, अेसीडीटी, डायबिटिज थियण जो खतिरो, हडा कमिजोर थियणु ऐं मोतियो अचणु ।
2. साइक्लोस्पोरीन	रतु जो ऊचो दाबु, डुकिणी, वारनि जो वधीक विकास, मुहाडिन में सोजु, डायबिटिज थियण जो खतिरो, किडनीअ खे नुकिसान ।
3. अेजाथायोप्रिम	इन्फेक्शन थियण जो इमिकान, हडनि में अछनि जुजनि जे उत्पादन में घटिताई ।
4. अेम.अेम.अेफ	पेट में सूर, उल्टी-उब्रिथा, दस्त ।
5. टेकरोलीमस	रतु जो ऊचो दाबु, डायबिटिज, डुकिणी, मथे में सूर पवणु, किडनीअ खे नुकिसान ।
6. सीरोलीमस	रतु जो ऊचो दाबु, रतु जे जुजनि जो घटिजणु, दस्त, मोहीडा, संधनि जो सूर, वधीक कोलेस्ट्रोल जो अंदाज ।

जेकडुहिं ट्रान्सप्लान्शेड किडनी फेल थिअे त छा करे सघिबो?

जडुहिं ट्रान्सप्लान्शेड किडनी फेल थिअे तडुहिं इलाज जा ब विकल्प आहिनि जंहिं में वरी ट्रान्सप्लान्शेन कराइण या डायालिसिज कराइणु जो समावेश थिअे थो ।

किडनी ट्रान्सप्लान्शेन खां पोइ जूं सूचिनाऊं:

कामियाब किडनी ट्रान्सप्लान्शेन खां पोइ मरीज आम माणहूअ वांगुर तंदुरस्त ऐं आज्ञाद जिन्दगी जीअी सघे थो पर किडनी ट्रान्सप्लान्शेन खां पोइ दवाऊं, खाधे ऐं जीवन जीअण जे तरीके में हमेशह लाइ नियमितता रखणु जरूरी आहे ।

किडनी दान करणु सलामत आहे ऐं सी.के.डी.
मरीज जी जानि बचाअे थो ।

नई किडनीअ खे तंदुरस्त रखण लाइ आम सूचिनाऊं :

- सूचिना अनुसार नेमाइतो दवा वठणु तमाम ज़रूरी आहे। याद रखो त कइहिं बि दवा में अनियमितता, दवा जे डोज़ में घटि-वधाई या दवा न वठणु इहो ट्रान्सप्लान्शेड किडनी फेल्यर जो मुख्य कारण बणिजी सघे थो।
- जेके दवाऊं चालू हुजनि, उन्हनि जी हमेशह लिस्ट रखिणी ऐं घुरिबल दवाऊं मौजूद रखिणियूं ऐं इन खां सवाइ डॉक्टर जी सलाह खां सवाइ बियूं दवाऊं न वठिणियूं।
- शुरुआत जे तबिके में मरीज़ खे ब्लड प्रेशर, पेशाब जो अंदाज़, वज़न ऐं रतु में खंडि जो अंदाज़ जी (डॉक्टर जी सलाह मुजि) डायरीअ में यादाशत (Note) रखिणी।
- डॉक्टर जी सलाह मुजिब नेमाइतो लेबारेटरीअ में जाच कराइणी ऐं नेफ्रोलोजिस्ट खे तबियत डेखारिणी।
- रतु-पेशाब जी तपास विश्वास जोगी लेबारेटरीअ में ई कराइणी। रिपोर्ट खराब अचे त लेबारेटरी बदिलाइण जे बदिरां नेफ्रोलोजिस्ट खे तकिड़े में तकिड़े डेखारण में ई सियाणप आहे।
- इमरजन्सीअ में जइहिं कंहिं बिअे डॉक्टर खे डेखारिणो पवे त हुन खे ज़ाणाइणो त तव्हांजी ट्रान्सप्लान्शेड किडनी आहे ऐं चालू दवाऊं पिणु डेखारिणयूं।
- किडनी ट्रान्सप्लान्शेन खां पोइ खाधे में वधीक परहेज़ रखिणी नथी पवे पर हमेशह हम वज़नी खाधो, जेको पूरी केलरी ऐं प्रोटीन वारो हुजे, उहो नेमाइतो वक्रत ते वठणु घुरिजे। इन खां सवाइ खाधे में लूण, खंडि ऐं चरिबिअ जो अंदाज़ घटि हुअणु घुरिजे ऐं वधीक रेशे वारो हुअणु घुरिजे, जंहिं करे वज़न वधण जो डपु न रहे।
- रोज़ 3 लिटरनि खां वधीक पाणी पीअणु घुरिजे।
- रोज़ानो कसिरत करणु ऐं वज़न ते ज़ाबितो रखणु।

किडनी ट्रान्सप्लान्शेन लाइ किडनी न मिलंदी हुजे ते हिक ई उम्मेद केडेवर किडनी ट्रान्सप्लान्शेन आहे।

- सख्त शारीरिक मशिगूलियूं (कम-कार) ऐं रांदियूं (जहिडोक बोक्सिंग, फुटबोल) न करिणियूं।
- संभोग वगैरह आपरेशन खां बिनि महिननि बइद डॉक्टर जी सलाह मुजिब करणु घुरिजे।
- सिगरेट, ब्रीडी ऐं शराब न वरिताइणु घुरिजे।
बुखार, पेट में सूर, पेशाब घटिजी वज़णु, ओचितो ई ओचितो वज़नु वधी वज़णु या ब्री का वडी तकलीफ थिअे त यकिदम नेफ्रोलोजिस्ट खे डेखारिणो।

इन्फेक्शन न थिअे, इन लाइ ज़रूरी सूचिनाऊं :

- भीड़ वारियुनि (गुतियल) जायुनि जहिडोक सिनेमा, शार्पिंग मोल, प्रदुषण वारी जगह, मेले वगैरह में न वज़िजे ऐं बीमार माणहूअ खां परे रहिजे।
- शुरुआत में इन्फेक्शन न थिअे इन लाइ साफ जीवइनि खां मुक्त मास्क पाइणु घुरिजे, जेको रोज़ बदिलाइण ज़रूरी आहे।
- हमेशह रोटी खाइण खां अगु, दवा वठणु खां अगु ऐं बाथरूम मां थी अचणु खां पोइ चडीअ तरह साबुण सां हथ धोअणु ज़रूरी आहिनि।
- पाणी हमेशह टहिकाअे ठारे ऐं छाणे करे पीअणु घुरिजे।
- हमेशह घर में रधलु खाधो साफ बर्तननि में खाइजे। ब्राहिर जो खाधो न खाइजे।
- खाधे बाबत मिलियल सूचिनाइन जो सखिताईअ सां अमलु कजे ऐं आपरेशन खां पोइ पहिरियनि 3 महिननि ताई कचियूं भाजियूं ऐं फ्रूट न खाइजनि।
- पंहुंजे घर में ऐं आसपास सफाई रखिजे।
- डीहं में ब्र दफा ब्रश करे डुंद साफ कजनि।
- शरीर में किथे बि धकु लगो हुजे या चीर थियो हुजे त लापरवाह न रहिणो ऐं यकिदम ड्रेसिंग (मलम पट्टी) करे साफ करे छडिजे।

जेकइहिं ट्रान्सप्लान्शेड किडनी फेल थिअे थी त इलाज जा ब्र विकल्प बचनि था : डायालिसिज़ ऐं बियो ट्रान्सप्लान्शेन।

ट्रान्सप्लान्शन बइद डॉक्टर खे कडहिं डेखारिजे?

- जडहिं बुखार 100°F खां वधीक हुजे ऐं थधि लगे, शरीर में सूर थिअे या सख्त मथे मं सूर पवे त यकिदम डॉक्टर खे डेखारणु घुरिजे ।
- ट्रान्सप्लान्टेड किडनीअ जी जाइ जी चमिरीअ वटि गाड़हाणु थियणु या सूर थियणु ।
- पेशाब जो अंदाज घटिजी वजणु या सोजु थी पवणु या वजनु वधी वजणु (रोज 1 किलोग्राम या उन खां वधीक वधणु) ।
- पेशाब में रतु अचणु या साड़ो थियणु ।
- खंधि, साह (दम) जी तकिलीफ, दस्त या उल्टियूं थियणु ।
- ब्रियूं के नयूं निशानियूं डिसण में अचनि त यकिदम डॉक्टर जी सलाह वठिजे ।

किडनी फेल्यर जा सभु मरीज ट्रान्सप्लान्शन छा लाइ कराअे नथा सघनि?

किडनी ट्रान्सप्लान्शन क्रोनिक किडनी डिजीज (सी.के.डी.) एन्ट स्टेज किडनी फेल्यर जे मरीजनि लाइ असिराइतो ऐं उत्तम किसिम जो इलाजु आहे । घणे भाडे जा मरीज किडनी ट्रान्सप्लान्शन कराइण चाहींदा आहिनि ऐं उन्हिन खे ज़रूरत पिणु हूंदी आहे पर सभु मरीज कराअे नथा सघनि इन जा मुख्य टे सबब हेठीअं रीति आहिनि:

1. किडनी न मिलणु

किडनी बिदलाइणु चाहींदड़ सभिनी मरीजनि खे ट्रान्सप्लान्शन लाइ कुटुंब मां ठहिकी अचे अहिड़ी किडनी या केडेवर किडनी मिली नथी सघे । किडनी मिली वजणु वडो मसइलो आहे ऐं केडेवर (मुअल माणहूअ जी) किडनी हासिल करण लाइ लंबे अरिसे ताई इन्तज़ार करिणो पवंदो आहे ।

ब्रेइन डेथ थियण खां पोइ कंहिं बि मरीज में सुधारो थियण जो इमकान ज़रो बि न हूंदो आहे ।

2. खर्चाऊ इलाज

हाणोके वक्रत में किडनी ट्रान्सप्लान्शन जो कुल खर्च (आपरेशन, तपास, दवाउनि समेत हास्पिटल जो खर्च) अटिकल 2 खां 5 लख जेतियो थिअे थो । वरी इस्पताल मां मोकल मिलण खां पोइ थींदड़ दवाउनि ऐं तपास जो खर्च पिणु हूंदो आहे जेको पहिरिअें साल में माहवार 10 खां 15 हजार रुपिया हूंदो आहे । इहो खर्च सिलसिलेवार घटिजंदो वेंदो आहे । पर दवा हमेशह लाइ वठणु ज़रूरी आहे । इन करे, आपरेशन ऐं उन खां पोइ जो इलाजु दिल जी बीमारीअ लाइ थींदड़ बाइ पास सर्जरीअ खां बि महांगो आहे ।

3. घुरिबल सहोलियतूं न मिलणु

केतिरनि विकासशील देशनि में किडनी ट्रान्सप्लान्शन लाइ घुरिबल सहोलियतूं नथियू मिलन ।

केडेवर किडनी ट्रान्सप्लान्शन**डिसीज़िड या केडेवर किडनी ट्रान्सप्लान्शन छा आहे?**

ब्रेइन डेथ मगज़ जो मौत या कार्डियाक (दिल) डेथ थियो हुजे, अहिडे माणहूअ जे शरीर मां तंदुरस्त किडनी हासिल करे किडनी फेल्यर जे मरीज में विधी वजे, त उन जे आपरेशन खे केडेवर किडनी ट्रान्सप्लान्शन चइबो आहे । डिसीज़िड (केडेवर) किडनी हासिल करण लाइ ताज़ो मरी वियल माणहूअ खां या कंहिं माणहू या कुटुंब जे भातीअ जंहिं इछा ज़ाहिर कई हुजे त मौत खां पोइ हू किडनी दान करणु चाहे थो ।

केडेवर किडनी ट्रान्सप्लान्शन छा लाइ ज़रूरी आहे?

जडहिं कंहिं माणहूअ जूं ब्रई किडनियूं फेलथी वेंदियूं आहिनि तडहिं इलाज जा फकति ब्र विकल्प आहिनि: डायालिसिज़ ऐं किडनी ट्रान्सप्लान्शन । कामियाब किडनी ट्रान्सप्लान्शन खां पोइ घटि परहेज़ वधीक आज़ादी, आम माणहूअ जहिड़ी

सादी बोलीअ में चइजे त ब्रेइन डेथ याने वेन्टीलेटर जी मदद सां मुअल शरीर में साहु दिल ऐं शरीर में रतु जो दौरौ चालू रखणु ।

जीवन जी रीति वगैरह फायदनि जे करे किडनी फेल्यर जे मरीज़नि खे ज़िन्दगीअ जी सुठी क्वालिटी मिलंदी आहे। इन्हनि कारणनि जे करे कामियाब किडनी ट्रान्सप्लान्शन इहो डायालिसिज़ खां वधीक सुठो इलाज जो विकल्प आहे।

किडनी ट्रान्सप्लान्शन कराइणु चार्हीदा हुजनि, पर किडनी न मिलण जे करे डायालिसिज़ कराइणो पवे अहिइनि मरीज़नि जो अददु घणो वडो आहे। अहिइनि मरीज़नि लाइ केडेवर किडनी ई फक्रति हिक उम्मेद आहे। मौत खां पोइ किडनी नास थिअे, उन जे बदिरां उहा किडनी बिअे माण्हूअ खे डेई, हुन खे नई ज़िन्दगी बख्शे सघिजे, इन खां वधीक सुठो बियो छा थी सघे थो।

ब्रेइन डेथ मग़ज़ जो मौत छा आहे?

रवाजी समिज़ मूजिब मौत याने दिल बंद थी वज़णु। ब्रेइन-डेथ मग़ज़ जो मौत इहो तबीबनि द्वारां थीदड़ हिकु निदान आहे। गंभीर नुक्रिसान जे करे मग़ज़ सुधिरी न सघे एतिरे क्रदुर मग़ज़ मुकमल नमूने कमु करणु बंद करे छडे, अहिइनि मरीज़नि में कहिडे बि इलाज सां मरीज़ जी बेहोशीअ जी हालत में सुधारो न थींदो आहे पर वेन्टीलेटर ऐं तमाम घणे इलाज जी मदद सां साह खणणु ऐं दिल चालु हुजनि ऐं शरीर में सभिनी हंधि घुरिबल अंदाज़ में रतु पहुचंदो हुजे इन किसिम जे मौत खे ब्रेइन डेथ (मग़ज़ जो मौत) चइबो आहे।

ब्रेइन डेथ जे निदान लाइ हेठियुनि गाल्हियुनि जी खातिरी कजे

1. मरीज़ कोमा जी हालत में हुजे ऐं उन जो कारण (मि. तो. मथे में ईज़ाउ, ब्रेइन हेमरेज) पुछा गाछा, चकास, लेबारेटरीअ जा रिपोर्टस ऐं न्यरोइमेजींगस ज़रीये बराबर मालूम कयो वजे। किन दवाउनि (मि. तो. सेडेटीव्स, एन्टी कन्वल्ज़ंटस, मसल रीलेक्सन्टस, एन्टी डिप्रेसन्टस, हिप्नोटीक्स ऐं नशेदार शयूं) मेटाबोलिक ऐं एन्डोक्राईन सां वाबस्ता कारण, जंहिं जे करे मरीज़ बेहोशीअ जी हालत में रहे थो ऐं ब्रेइन डेथ जहिइो अहिसास कराअे थो। तंहिं करे ब्रेइन डेथ

ब्रेइन डेथ थियण खां पोइ कंहिं बि मरीज़ में सुधारो थियण जो इमकान ज़रो बि न हूंदो आहे।

जो निदान करण खां अवलि मथियां कारण त न आहिनि न उन जी खातिरी करे वठणु तमाम ज़रूरी आहे। ब्रेइन डेथ जे निदान खां अग्रिमें डॉक्टर रतु जो दाबु, शरीर में आकीसजन ऐं थधे थी वियल शरीर जो इलाजु कंदो आहे।

2. लंबे अरिसे खां मरीज़ बेहोश हुजे तडहिं मग़ज़ में सुधारो थियण जो इमकान चकासण लाइ माहिर डॉक्टर जी नज़रदारीअ हेठि ज़रूरी वक्रत लाइ मुनासिब तपास ऐं इलाज तमामु ज़रूरी आहे।
3. कुदरती साह न खजुंदो हुजे ऐं मरीज़ वेन्टीलेटर जी मदद सां साह खणंदो हुजे।
4. साहू खणण जी प्रक्रिया, रतु जो दाबु ऐं रतु जो दौरो वेन्टीलेटन ऐं ज़िन्दगीअ खे टेको डींदड़ बियनि साधननि ज़रीये कायम रखिया वेंदा आहिनि।

“ब्रेइन डेथ” ऐं “बेहोश” जे विच में छा तफावत आहे?

बेहोश मरीज़ जे मग़ज़ खे थियलु नुक्रिसान वरी सुधिरी सघे, अहिइे किसिम जो हूंदो आहे। अहिइे मरीज़ में रवाजी नमूने वेन्टीलेटर खां सवाइ दिल ऐं साहू खणणु चालू हूंदो आहिनि ऐं मग़ज़ जा बिया कम जीअं जो तीअं हूंदो आहिनि। अहिइो मरीज़ सही इलाज सां वरी होश में अची वेंदो आहे। जडहिं “ब्रेइन डेथ” में मग़ज़ खे सुधिरी न सघे, अहिइे किसिम जो गंभीर नुक्रिसान थियल हूंदो आहे। अहिइे मरीज़ जो वेन्टीलेटर बंद करण सां ई साहू खणणु ऐं दिल बंद थी वेंदा आहिनि ऐं मरीज़ मरी वजे थो।

छा को बि माण्हू मौत खां पोइ किडनी दान करे सघे थो?

न। मौत खां पोइ अखियूं दान करण वांगुर किडनी दान करणु मुमकिन न आहे छाकाणि त दिल बंद थियण सां ई किडनीअ खे रतु न पहुचण करे किडनी कमु करणु बंद करे छडे थी, तंहिकरे उन जो उपयोग थी नथो सघे ऐं किडनीअ खे सुधारो न सघिजे अहिइो नुक्रिसान थींदो आहे।

सादी बोलीअ में चइजे त ब्रेइन डेथ यान वेन्टीलेटर जी मदद सां मुअल शरीर में साहू दिल ऐं शरीर में रतु जो दौरो चालु रखणु।

ब्रेइन डेथ थियण जा मुख्य कारण कहिड़ा आहिन?

रवाजी तरही हेठियनि कारणनि जे करे ब्रेइन डेथ थींदो आहे:

- हादिसे जे करे मथे में ईजाऊ थियणु ।
- रतु में ऊचो दाबु या शरियां जे फाटी पवण करे ब्रेइन-हेमरेज थियणु ।
- मग़ज़ खे रतनु पहुचाईदड़ नलअ में रतु ज़मी वज़ण सां मग़ज़ खे रतु न पहुचण (Brain infarct) ।
- मग़ज़ में कैसर जी गुंठि (Brain Tumor) जे करे मग़ज़ खे गंभीर नुक़िसान थियणु ।

ब्रेइन डेथ जो निदान कडहिं, केरु ऐं कहिड़े नमूने कंदो आहे ।

जडहिं काफी वक़त ताई माहिर डॉक्टर जे योग्य इलाज जे बावजूद मरीज़ जो मग़ज़ कमु न करे ऐं बिल्कुल बेहोश मरीज़ जो वेन्टीलेटर ज़रीये इलाजु चालू रहे तडहिं मरीज़ जो ब्रेइन-डेथ थियो आहे या न उन जी जाच कई वेंदी आहे ।

कडनी ट्रान्सप्लान्शन सां जकिड़ियल न हुजे, अहिड़े डॉक्टर जी टीम द्वारां ब्रेइन डेथ जो निदान कयो वेंदो आहे । डॉक्टर जी इन टीम में मरीज़ जो इलाजु कंदड़ फिज़िशियन, न्यूरो फिज़िशियन या न्यूरो सर्जन वग़ैरह जो समावेश थींदो आहे ।

ज़रूरी तबीबी तपास, घणा लेबारेटरी रिपोर्टस मग़ज़ जी ख़ास तपास इ.इ.जी. ऐं ब्रियनि ज़रूरी तपासुनि जी मदद सां मरीज़ जे मग़ज़ जे सुधारे जो हरहिक इमिकान तपासियो वेंदो आहे ।

सभई ज़रूरी तपासुनि खां पोइ टीम जे सभिनी डॉक्टरनि खे मरीज़ जो मग़ज़ वरी कमु करे सघंदो, उन जी का बि निशानी या इमिकान न लग्गे, तडहिं ब्रेइन डेथ थियल आहे- अहिड़ो निदान कयो वेंदो आहे ।

कहिं नई या ग़ैर ज़रूरी शिकायत लाइ डॉक्टर जो तकड़ो संपर्क ऐं योग्य दवाऊं कडनीअ खे बचाइण में मदद कनि थियूं ।

दाता के कहिड़े किसिम जी तकलीफ हुजे त केडेवर कडनी क़बूले नथी सघिजे?

- जेकडहिं दाता खे रतु में इन्फेक्शन जो असर हुजे ।
- कैसर जी बीमारी हुजे (मग़ज़ जी कैसर खां सवाइ) ।
- कडनी कमु न कंदी हुजे या घणे वक़त खां कडनीअ जी तकलीफ हुजे ।
- रतु जे रिपोट में अेइडस (अेच.आइ.वी.) या साई (Hepatitis B) जो निदान थियो हुजे ।
- मरीज़ के घणे वक़त सां डायबिटीज़ या रतु जो ऊचो दाबु (Hypertension) हुजे ।
- उम्र 10 साल खां घटि या 70 सालनि खां वधीक हुजे अहिड़ियुनि हालतुनि में केडेवर कडनी क़बूले नथी सघिजे ।

केडेवर दाता कहिड़नि ऊज़िवनि जो दान ज़रीये ब्रियनि मरीज़नि खे नओं जीवन बरख़ो सघे थो?

केडेवर दाता जूं बई कडनियूं दान में वठी सघिजनि थियूं, जंहिं जे वसीले कडनी फेल्यर जे ब्रिनि मरीज़नि खे नओं जीवन मिली सघे थो ।

कडनीअ खां सवाइ केडेवर दाता ब्रिया ऊज़िवा जहिड़ोक, दिल, लिवर, पेन्क्रीआज़, अखि वग़ैरह दान करे सघे थो ।

केडेवर कडनी ट्रान्सप्लान्शन टीम मेम्बरनि में कहिड़नि माणहुनि जो समावेश थींदो आहे ?

केडेवर कडनी ट्रान्सप्लान्शन जे कामियाब आयोजन में ख़ास टीम वर्क ज़रूरी आहे, जंहिं में

- केडेवर कडनीअ जे दान लाइ क़बूलियत ड़िंदड़ केडेवर दाता जे कुटुंब जा भाती ।
- मरीज़ जो इलाजु कंदड़ फिज़िशियन ।

कडनी दाताउनि जी खोटी हिकु वडो मसइलो आहे जेको मरीज़नि खां ट्रान्सप्लान्ट जो फायदो खसे थो ।

- केडेवर ट्रान्सप्लान्शन बाबति प्रेरणा ऐं समिझाणी ड्रिंढड ट्रान्सप्लान्शन कोर्डिनेटर (रहिबर) ।
- ब्रेइन डेथ जो निदान कंदड न्यूरोलोजिस्ट ऐं
- किडनी ट्रान्सप्लान्ट कंदड नेफ्रोलोजिस्ट ऐं यूरोलोजिस्ट वगैरह ।

केडेवर ट्रान्सप्लान्शन कहिडे नमूने कयो वेंदो आहे ?

केडेवर किडनी ट्रान्सप्लान्शन लाइ मुख्य हेठियूं गाल्हियूं आहिनि:

- ब्रेइन डेथ जो योग्य निदान थियल हुअणु घुरिजे ।
- दाता जूं ब्रई किडनियूं बिल्कुल तंदुरस्त आहिनि ऐं काबि खराबी न आहे, उन जी चकास करे पूरी खातिरी करणु घुरिजे ।
- किडनीअ जे दान लाइ दाता जे कुटुंब जे भातियुनि जी मंजूरी वठणु घुरिजे ।
- दाता जे शरीर मां किडनी ब्राहिर कढण जो आपरेशन पूरो न थिअे तेसिताई वेन्टीलेटर ऐं ब्रिअे इलाज जी मदद सां दिल, साहु खणण चालू रखियो वेंदो आहे ऐं रतु जो दाबु योग्य अंदाज में क्राइम रखियो वेंदो आहे ।
- किडनी ब्राहिर कढण खां पोइ उन खे यकिदम खास किसिम जी थधी पाणियठ सां अंदिरां साफ करे बिल्कुल साफ कयो वेंदो आहे ऐं बर्फ में योग्य नमूने संभाले रखियो वेंदो आहे ।
- दाता जे ब्लड ग्रूप, अच.अेल.अे. मेचींग ऐं टिस्यू क्रास मेचींग जे आधार ते केडेवर किडनी ट्रान्सप्लान्शन लाइ मरीजनि जी वेटींग लिस्ट मां कहिडे मरीज खे ऊहा वधीक ठहिकी ईदी, ऊहो तय कयो वेंदो आहे ।
- मुनासिब तैयारीअ खां पोइ किडनी ट्रान्सप्लान्शन जो आपरेशन तमामु जल्द करणु फायदेमंद आहे ।
- आपरेशन जरीये केडेवर या कुटुंब मां मिलयल किडनी विज्ञण जी प्रक्रिया सभिनी मरीजनि में हिक जहिडी आहे ।

हिक केडेवर मां ब्रु किडनियूं, ब्रिनि खे नओं जीवन बरख्शे सघनि थियूं ।

- हिक दाता जे शरीर मां ब्रु केडेवर किडनियूं मिली सघनि थियूं, तंहिकरे हिक ई वक्रत ब्रिनि मरीजनि में केडेवर किडनी ट्रान्सप्लान्शन कयो वेंदो आहे ।
- इन वक्रत दरम्यान किडनीअ खे बर्फ जी थधि लगी वेंदी आहे ऐं रतु न मिलण करे खौरश ऐं आक्सीजन मिली तथा सघनि ।
- इन नमूने थियल नुखिसान जे करे केडेवर किडनी ट्रान्सप्लान्शन खां पोइ केतिरनि मरीजनि में केडेवर किडनीअ खे कमु करण में कुझ ड्रिंहं लगी सघनि था ऐं उन दरम्यान मरीज खे डायालिसिज जी जरूरत पइजी सघे थी ।

केडेवर किडनीअ जो दान ड्रिंढड जे परिवार के कुझ रकम मिलंदी आहे?

केडेवर किडनी दाता जे कुटुंब जे भातियुनि खे कुझ बि पैसा न मिलंदा आहिनि ऐं किडनी वठंदड मरीज खे किडनीअ लाइ कुझ बि पैसा चुकाइणा न पवंदा आहिनि । पर मौत खां पोइ किडनी नास थी वजे उन जे बदिरां कंहिं माणहूअ खे नओं जीवन मिले थो उन जी क्रीमत बेबहा (अमुल्ह) आहे । हिन दान सां पीडिजंदड ऐं दुःखी मरीज खे मदद करण जो संतोषऐं आनंद मिलंदो आहे, जंहिं जो मुल्ह कंहिं बि माली फायदे खां वधीक आहे ।

इन नमूने को माणहू मौत कां पोइ बि कुझ विजाइण खां सवाइ ब्रिअे माणहूअ खे नओं जीवन डेई सघे त इन सां वधीक फायदो ब्रियो छा थी सघे थो?

केडेवर किडनी ट्रान्सप्लान्शन जी सहोलियत भारत में कहिडनि सेन्टरनि ते मौजूद आहे?

राज्य ऐं केन्द्र सरकार द्वारां मंजूरी मिलयल हुजे त होस्पिटल में ई केडेवर किडनी ट्रान्सप्लान्शन थी सघंदो आहे ।

भारत जा घणा वडा शहर जहिडोक : अहमदाबाद, बैंगलोर, चेन्नई, दिल्ली, मुम्बई, कोलकता, हैद्राबाद वगैरह शहरनि में ही इलाज (सहोलियत) मौजूद आहे ।

मौत खां पोइ ऊजिवनि जो दान करे कंहिं माणहूअ खे नओं जीवन बरख्शण जहिडो पुत्र जो कमु ब्रियो को बि न आहे ।

१५. डायबिटीज ऐं किडनीअ जूं बीमारियूं

दुनिया ऐं भारत में वधंदइ शहेरीकरण सां गडु डायबिटीज जो अंदाज वधीक डिसण मे अचे थो । डायबिटीज जे मरीजनि में क्रोनिक किडनी फेल्यर (डायबिटिक नेफ्रोपथी) ऐं पेशाब जो इन्फेक्शन थियण जो इमकान वधीक रहे तो ऐं मौत जो अंदाज ऊचो थींदो वजे थो ।

डायबिटीज किडनी डिसीज छा आहे?

लंबे अरिसे खां डायबिटीज जे मरीजनि में लगातार रतु में वधीक सुगर जो अंदाज नंडियुनि रतु जे नलियुनि खे नुकिसान पहुचाअे थो, जंहीं करे सभ खां पहिरियाई पेशाब में प्रोटीन निकिरे थी, उन खां पोइ रतु जो ऊचो दाबु, सोजु ऐं किडनीअ जे खराब थियण जूं वधीक निशानियूं डिसण में ईदियूं आहिनि । आखिर में, वधंदइ नुकिसान सिव्यर किडनी फेल्यर (End Stage Kidney disease) करे थो । डायबिटीज जे करे थींदइ अहिडे मसइले खे डायबिटीज किडनी डिजीज चइबो आहे । डायबिटीक किडनी डिसीज खे मेडीकल भाषा में डायबिटिक नेफ्रोपथी चइबो आहे ।

डायबिटीज जे करे थींदइ किडनी फेल्यर बाबत हरहिक मरीज खे छा करणु घुरिजे ?

- डायबिटीज भारत ऐं सज्जी दुनिया में तमामु तकिडो वधी रहियो आहे । थोडे ई वक्त में भारत दुनिया में डायबिटीज लाइ सभ खां पहिरियें नम्बर ते पहुची वेंदो, अहिडो इमिकान आहे ।
- किडनी खराब थियण जे जुदा-जुदा कारणनि में सभ खां वधीक ऐं अहिमियत वारो कारण डायबिटीज आहे ।
- डायबिटीज जी ज़रूरत पवे अहिडनि क्रोनिक किडनी फेल्यर जे 100 मरीजनि

क्रोनिक किडनी डिसीज जो सम खां अहिमियत वारो कारण डायबिटीज आहे ।

मां 35 खां 40 मरीजनि में किडनी खराब थियण जो कारण डायबिटीज हूंदो आहे ।

- इ.अस.के.डी. जो इलाजु तमामु खर्चाउ (महांगो) हुअण सबबु भारत जहिडे विकास कंदइ देश में मरीज इहे खर्च करण लाइ समर्थ न हूंदो आहिनि ।
- डायबिटीज जे मरीजनि में किडनीअ ते थींदइ असर जो तकिडो निदान, हिन भयंकर बीमारी थियण खे रोके सघे थो ।
- डायबिटीज जे करे किडनी खराब थियण जी शुरुआत थियण बइद हीअ बीमारी मिटजी न सघंदी आहे, पर योग्य इलाजु ऐं परहेज जरीये डायालिसिज ऐं किडनी प्लान्टेशन जहिडियुनि खर्चाऊ ऐं मुशिकल इलाज जी ज़रूरत पवे, उन स्टेज खे चडे वक्त ताई (सालनि ताई) पुठियां करे सघिजे थो ।
- डायबिटीज वारनि मरीजनि खे दिल जी तकिलीफ जे करे ज़िन्दगीअ जो खतिरो, डायबिटीक किडनी डिसीज वारनि मरीजनि में, वधी वेंदो आहे ।
- इन करे डायबिटीक किडनी डिसीज जो तकिडो निदान तमाम ज़रूरी बणिजे थो ।

डायबिटीज जे मरीजनि में किडनी खराब थियण जो इमिकान केतिरो हूंदो आहे?

डायबिटीज जे मरीजनि खे डायबिटीक किडनी डिसीज करे सघनि अहिडनि जोखमनि खे ध्यान में रखी मुख्य बिनि हिस्सनि में विराहयो वियो आहे :

टाईप-1 या इन्स्युलिन डिपेन्डंट डायबिटीज (IDDM-Insulin dependent Diabetes Mellitus) : रवाजी नमूने नंडीअ उम्र में वधीक नज़र ईदइ हिन किसिम जे डायबिटीज जे इलाज में इन्स्युलिन जी ज़रूरत पवंदी आहे । हिन किसिम जे डायबिटीज में तमाम वधीक याने 30% खां 35% मरीजनि में किडनी खराब थियण जो इमिकान वधीक रहंदो आहे ।

डायालिसिज कराईदइ हर टिनि मरीजनि मां हिक मरीज में किडनी खराब थियण जो कारण डायबिटीज हूंदो आहे ।

टाईप-2 या नान इन्स्युलिन डिपेन्डन्ट डायबिटीज (NIDDM-Non Insulin dependant diabetes) : डायबिटीज जा वधीक मरीज हिन किसिम जा हूदा आहिन। रवाजी तरह बालग अवस्था में नज़र ईदड़ हिन किसिम जी डायबिटीज खे दवा जी मदद सां क्राबूअ में आणे सघिजे थो। हिन किसिम जी डायबिटीज में 10% खां 40% मरीजनि में किडनी खराब थियण जो इमिकान रहे थो। क्रोनिक किडनी डिसीज लाइ टाईप-2 डायबिटीज सभ खां पहिरियों कारण आहे ऐं हर टिन नवनि मरीजनि में हिक खां वधीक मरीजनि में क्रोनिक किडनी डिसीज लाइ जवाबदार आहे।

डायबिटीज में किडनीअ ते असर कडुहिं ऐं कहिडे मरीज ते थिअे थो?

रवाजी नमूने डायबिटीज थियण खां पोइ 7 खां 10 सालनि बइद आहिस्ते आहिस्ते किडनीअ खे नुकिसान थी सघे थो। डायबिटीज जे कहिडे मरीज में किडनी खे नुकिसान थींदो, उहो अगिवाट पकीअ तरह तय करणु नामुमकिन आहे पर हेठियुनि हालतुनि में किडनी फेल्यर जो इमिकान वधीक रहे थो:

- डायबिटीज जी शुरुआत नंढी उम्र में (20 सालनि खां अगि) थी हुजे।
- लंबे अरिसे खां डायबिटीज हुजे या सुघर क्राबूअ में न ईदी हुजे, अहिडी डायबिटीज (HbA1C) जी लेवल वधीक हुजे।
- रतु जो दाबु क्राबूअ में न हुजे।
- कुटुंब में डायबिटीज जे करे किडनी फेल्यर थियल हुजे।
- डायबिटीज जे करे अखि खे नुकिसान थियो हुजे (Diabetic Retinopathy) या तंतुनि खे नुकिसान थियो हुजे (Diabetic Neuropathy)।
- पेशाब में प्रोटीन वेंदी हुजे, वधीक चरिबी, तमाकु, ब्रीडी-सिगरेट छिकण जी आदत या रतु में वधीक चरिबी हुअण।
- इलाज में शुरुआत खां ई इन्स्यूलिन जी ज़रूरत पवंदी हुजे।

पेशाब में प्रोटीन, रतु जो दाबु ऐं सोजु, डायबिटीज जूं किडनीअ ते नुकिसान कंदड़ असर जूं निशानियूं आहिन।

डायबिटीज में किडनीअ ते असर कडुहिं थींदो आहे?

डायबिटीज किडनी डिसीज थियण में घणा साल निकरी वेंदा आहिन, इन करे पहिरियनि 10 सालनि में किडनी डिसीज कडुहिं ई थींदी आहे। टाईप-1 डायबिटीज जे 15 खां 20 सालनि बइद ई डायबिटीक किडनी डिसीज जूं निशानियूं डिसण में ईदियूं आहिन। जेकडुहिं डायबिटीज जे मरीजनि में 25 सालनि ताई किडनी डिसीज न थिअे त अहिडनि मरीजनि में किडनी डिसीज थियण जो खतिरो तमाम घटिजी वेंदो आहे।

डायबिटीज किडनीअ खे कहिडे नमूने नुकिसान कंदी आहे?

- किडनीअ में रवाजी नमूने हर मिनिट में 1200 मि.लि. जेतरो रतु पसार थी साफ थींदो आहे।
- डायबिटीज क्राबूअ में न हुअण करे किडनीअ मां लंधंदड़ रतु जो अंदाज 40% जेतरो वधी वेंदो आहे। इन सबब करे किडनीअ खे वधीक महिनत करिणी पवंदी आडे ऐं गाठि बि थींदी आहे। इन करे लंबे अरिसे बइद किडनीअ खे नुकिसान थींदो आहे ऐं रतु जो दाबु वधंदो आहे।
- रतु जो वधीक दाबु नुकिसान थींदड़ किडनीअ ते वधीक बोजो बणिजी किडनीअ खे वधीक रफितार सां कमिजोर बणाअे थो।
- किडनीअ खे थींदड़ इन नुकिसान जी शुरुआत जी प्रक्रिया में पेशाब में प्रोटीन निकरे थो, जेको भविष्य में थींदड़ किडनीअ जी गंभीर बीमारीअ जी पहिरीं निशानी आहे।
- उन खां पोइ शरीर मां पाणी ऐं लूण जो नेकाल ज़रूरत खां घटि थींदो आहे, नतीजे तोर सोजु थींदी आहे ऐं वजनु वधंदो आहे। किडनीअ खे वधीक नुकिसान थींदो आहे तडुहिं रतु में युरिया ऐं क्रिअेटीनिन जो अंदाज वधंदो आहे।

डायबिटीक किडनी डिसीज घणो करे लंबे अरिसे खां कंट्रोल में न रहियल डायबिटीज जे करे थींदी आहे।

- डायलडिटीज जे करे तंतुनि खे नुकिसान थियणसां मसानो खाली करण में तकिलीफ पइजी सघे थी, जंहिकरे पेशाब मसाने में गडु थींदो आहे।
- मसाने में वधीक पेशाब गडु थियण सां दाबु वधण करे किडनी फुंडी पवंदी आहे ऐं किडनीअ खे नुकिसान थी सघंदो आहे।
- वधीक सुगर (खंडि) वारो पेशाब मसाने में घणे वक्रत ताई रहे त पेशाब में इन्फेक्शन थियण जो इमिकान पिणु वधी वेंदो आहे।

डायलडिटीज जे करे किडनीअ खे थींदइ नुकिसान जूं निशानियूं

- शुरुआती तबिके में किडनीअ जी बीमारीअ जूं के बि निशानियूं डिसण में न ईदियूं आहिनि। पर डाक्टर द्वारां करायल पेशाब जी तपास में आल्युमिन (प्रोटीन) निकिरंदो मालूम थिअे त ऊहा किडनीअ जी गंभीर बीमारीअ जी पहिरीं निशानी आहे। उन खां पोइ नंबरवार रतु जे दाबु में इजाफो ऐं पेरनि ऐं मुंहं ते सोजु थींदी आहे।
- डायलडिटीज लाइ जरूरी दवा या इन्स्युलिन जे डोज में नंबरवार घटिताई थियणु।
- पहिरियाई जंहिं डोज जे बावजूद डायलडिटीज क्राबूअ में न ईदो हुजे, उन्हीअ डोज सां डायलडिटीज ते तमाम सुठो क्राबू अचे।
- वक्रत बि वक्रत रतु में खंडि जो घिटजी वजणु।
- किडनीअ जे वधीक खराब थियण सां घणनि मरीजनि में डायलडिटीज बिना दवा जे क्राबूअ में रहंदी आहे। अहिडा केतिरा मरीज डायलडिटीज मिटजी वजण जो फ़खुरु ऐं आनंद महिसुस कंदा आहिनि, पर हकीकत इहा आहे त इहा गाल्हि किडनी फेल्यर वधण जी गंभीर निशानी आहे।
- अखि ते डायलडिटीज जो असर थियो हुजे ऐं उन लाइ लेसर जो इलाजु करायलु हुजे अहिडनि हर टिनि मरीजनि में हिक मरीज जी किडनी भविष्य में बिगडी वेंदइ डिसण में ईदो आहे।

चित्ताउ : रतु में खंडि जो अंदाज यकिदम घटिजे या बिना दवा जे डायलडिटीज मिटजी वजे त उहा किडी फेल्यर जी निशान थी सघे थी।

- किडनी बिगिडण सां रतु में यूरिया-क्रिअेटीनिन जो अंदाज वधंदो आहे। इन सां गडोगडु क्रोनिक किडनी फेल्यर जूं निशानियूं डिसण में ईदियूं आहिनि ऐं वक्रत गुजिरंदे उहे आहिस्ते-आहिस्ते वधंदियूं वेंदियूं आहिनि।

किडनीअ ते डायलडिटीज जे असर जो तकिडो निदान कहिडे नमूने थी सघंदो आहे?

डायलडिटीक किडनी डिसीज जे निदान लाइ ब्र तमाम जरूरी तपासूं करायूं वेंदियूं आहिनि। पेशाब में प्रोटीन ऐं रतु में क्रिअेटीनि (eGFR)। डायलडिटीक किडनी डिसीज जे तकिडे निदान लाइ पेशाब जी माइक्रो आल्युमिन्युरा जी तपास सुठे में सुठी पद्धति आहे। बी सुठे में सुठी तपास स्टान्डर्ड युरिन डीपस्टीक टेस्ट आहे जंहिं में पेशाब में आल्युमिन डिसिबो आहे, जंहिं खे मेक्रो आल्युमिन्यूरिया चइबो आहे। रतु में क्रीअेटीनिन जी तपास किडनीअ जी कमु करण जी शक्ति बुधाअे थी ऐं डायलडिटीक किडनी डिसीज वधण सां रतु में क्रिअेटीनिन जो अंदाज पिणु गडोगडु वधंदो वेंदो आहे (रवाजी नमूने मेक्रोआल्युमिन्यूरिया थियण खां पोइ)।

मेक्रो आल्युमिन्यूरिया (Macro albuminuria) ऐं माइक्रो आल्युमिन्यूरिया (Micro albuminuria) छ आहे?

आल्युमिन्यूरिया याने पेशाब में आल्युमिन (हिक क्रिसिम जो प्रोटीन) जी हाजिरी। माइक्रो आल्युमिन्यूरिया याने पेशाब में तमाम घटि अंदाज में प्रोटीन जो वजणु (युरीन आल्युमिन 30 खां 300 mg/day), जेको रवाजी पेशाब जी तपास में डिसण में न ईदो आहे पर फक्रति जरूरी तपास जरीये जाणी सघिजे थो। मेक्रो आल्युमिन्युरा मतिलब घणे अंदाज में पेशाब में प्रोटीन वेंदो हुजे। (युरीन आल्युमिन >300 mg/day) जेको पेशाब जी दस्तूरी युरीन डीपस्टीक टेस्ट वसीले पिणु जाणी सघिजे थो।

पेशाब में प्रोटीन जी तपास ऐं सीरम क्रीअेटीनिन जी तपास इहे ब्रई निदान जूं मुख्य तपासूं आहिनि।

पेशाब में माइक्रो आलब्युमिन्युरिया तपास छा लाइ सुठे में सुठी पद्धति आहे?

किडनीअ ते डायबिटीज जे असर जो सभ खां तकिडे निदान पेशाब जी माइक्रो आलब्युमिन्युरिया जी तपास जरीये थी सघे थो । तपास जी इहा सुठे में सुठी पद्धति आहे, छाकाणि त इन स्टेज ते जेकडहिं निदान थी सघे त घाटे इलाज जरीये डायबिटीज जो किडनीअ ते असर मिटाअे सघिजे थो ।

माइक्रो आलब्युमिन्युरिया तपास डायबिटीज जे मरीजनि में पेशाब जी रवाजी तपास किडनीअ खे थोंदड़ नुक्रिसान बुधाअे, तंहिं खां पंज साल अगिमें बुधाअे थी । माइक्रो आलब्युमिन्युरिया किडनी वधीक खराब थिअे ऊन जूं निशानियूं नजर अचनि या क्रीअेटीनिन में तमामु घणो इजाफो अचे, उन खां घणा साल अगि में डायबिटीज जो किडनीअ ते असर बुधाअे थो ।

पेशाब में माइक्रो आलब्युमिन्युरिया जी तपास कंहिं खे ऐं कडहिं कराइणु घुरिजे?

इहा तपास टाईप-1 क्रिसिम जी डायबिटीज (आइ.डी.डी.अेम.) जे मरीजनि खे बीमरीअ जे निदान जे 5 सालनि खां पोइ हर साल कराइण जी सलाह डिनी वजे थी । जडहिं टाईप-2 क्रिसिम जी डायबिटीज (अेन.आइ.डी.डी.अेम.) मं निदान थिअे तडहिं खां शुरु करे हर साल इहा तपास कराइणजी सलाह डिन वजे थी ।

माइक्रो आलब्युमिन्युरिया जी पाजिटिव (Positive) टेस्ट इहा खतिरे जी पहिरीं निशानी आहे ऐं उहा किडनी बचाइण लाइ ऊचे में ऊचे इलाज जी जरूरत बुधाअे थी ।

डायबिटीज जे मरीजनि में माइक्रो आलब्युमिन्युरिया तपास कहिडे नमूने थोंदी आहे?

पेशाब जी रवाजी तपास में मालूम न पवे, अतिरे घटि अंदाज में पेशाब में प्रोटीन वेंदो हुजे, अहिडनि मरीजनि में पेशाब जी माइक्रो आलब्युमिन्युरिया तपास कराई

पेशाब जी माइक्रो आलब्युमिन्युरिया जी तपास डायबिटीज जी किडनीअ ते असर जे तकिडे निदान जी उत्तम पद्धति आहे।

वेंदी आडे । डायबिटीज किडनी डिसीज जे मरीजनि खे अलग करण लाइ, पहिरियाई पेशाब जी स्टान्डर्ड युरिन डिपस्टीक टेस्ट कराइबी आहे । जेकडहिं इन टेस्ट में प्रोटन नजर न अचे त पेशाब जी वधीक खातिरीअ वारी तपास याने माइक्रो आलब्युमिन्युरिया कराइबी आहे ऐं जेकडहिं इन तपास में आलब्युमिन्युरिया डिसण में अचे त पोइ ब्री का बि तपास कराइण जी जरूरत नथी रहे । डायबिटीक नेफ्रोपथी जे सही निदान लाइ माइक्रो आलब्युमिन्युरिया जे टिनि तपासुनि मां ब्र टेस्ट 3 खां 6 महिननि जी विछोटीअ में पोजिटिव अचणु जरूरी आहिनि ऐं उन तपास दरम्यान कंहिं बि क्रिसिम जो मूत्र मार्ग जो इन्फेक्शन न लगलु हुजे ।

टे तमाम रवाजी पद्धतियूं जेके माइक्रो आलब्युमिन्युरिया तपासण लाइ खुलियल आहिनि, उहे आहिनि:

1. स्पोट युरिन टेस्ट

हिन तपास में रीअेजन्ट स्ट्रीप या टेबलेट जो उपयोग थोंदो आहे । हीअ तपास तमाम सविली, घटि खर्च वारी ऐं किये बि करे सघिजे, अहिडी आहे । पर हिन तपास जरीये सही निदान नथो थिअे, इनकरे जडहिं माइक्रो आलब्युमिन्युरिया तपास रीअेजन्ट स्ट्रीप या टेबलेट जरीये पोजिटिव अचे तडहिं वरी युरीन आलब्युमिन ऐं क्रीअेटीनिन जी सरासरी डिसणी पवंदी आहे ।

2. आलब्युमिन-खां-क्रीअेटीनिन जी सरासरी

पेशाब जो आलब्युमिन-खां-क्रीअेटीनिन जी सरासरी (अे.सी.आर.) वधीक तुज, विश्वास जोगी ऐं खास पद्धति आहे । माइक्रो आलब्युमिन्युरिया तपास लाइ अे.सी.आर. जरीये 24 कलाकनि जे पेशाब में अटिकल केतिरो प्रोटीन (आलब्युमिन) वजे थो, उहो बुधाअे थो । सुबुह जो सवेल पहिरियें पेशाब में अे.सी.आर. आलब्युमिन खां क्रीअेटीनिन जो रेशियो (सरासरी) 30-300mg/dl जे विचमें अचे त उहो माइक्रो आलब्युमिन्युरिया जो निदान करे थो । (अे.सी.आर. जो रवाजी मुल्हि<30mg/dl) । हीअ तपास तमाम खर्च वारी

पेशाब जी माइक्रो आलब्युमिन्युरिया जी हर साल तपास डायबिटीक किडनीअ जे तकिडे निदान लाइ तमाम जरूरी आहे।

हुअण सबबु हिन तपास जरीये निदान विकासशील देशनि में तमामु मेहदूद आहे।

3. 24 कलाकनि जे गडु कयल पेशाब जी माइक्रो आल्ब्युमिन्युरिया तपास :

24 कलाकनि जे गडु कयल पेशाब में जेकडहिं युरीन आल्ब्युमिन 30 खां 300mg हुजे त इहो माइक्रो आल्ब्युमिन्युरिया जो निदान नथो करे। इहा बेज़ार कंदड़ ऐं थोड़ी अगिकथी कंदड़ या तुज़िपणो बुधाअे थी।

5. डायाबिटीक किडनी डिसीज़ जे निदान लाइ स्टान्डर्ड युरीन डीपस्टीक टेस्ट कहिड़े नमूने मददगार आहे?

पेशाब में प्रोटीन जो निकिरण ज़ाणण लाइ, सभ खां वधीक कमु ईदड़ ऐं वक्रत-बि-वक्रत कराई वेंदड़ तपास याने स्टान्डर्ड डीपस्टीक टेस्ट (अकिसर “ट्रेस” to 4 + तरीके ज़ाणायल) डायाबिटीज जे मरीज़नि में माइक्रो आल्ब्युमिन्युरिया ज़ाणण लाइ (युरीन आल्ब्युमिन 300 mg/day) स्टान्डर्ड युरीन डीपस्टीक टेस्ट तमाम सविली ऐं तकिड़ी थींदड़, तपास आहे। मेक्रो आल्ब्युमिन्युरिया जी हाज़िरी डायाबिटीक किडनी डिसीज़ जो चोथों तबिक्रो बुधाअे थी।

डायाबिटीक किडनी डिसीज़ जे शुरुआती तबिक्रे में माइक्रो आल्ब्युमिन्युरिया खां पोइ मेक्रो आल्ब्युमिन्युरिया डिसण में ईदो आहे। (Stage-3 incipient diabetic kidney disease), पर वधीक सख्त किडनीअ खे नुकिसान i.e. नेफ्रोटीक सीन्ड्रोम खां अगि में पिणु मेक्रो आल्ब्युमिन्युरिया डिसण में ईदो आहे। क्रीअेटीनिन जो अंदाज़ क्रोनिक किडनी डिसीज़ जे करे वधीक डिसण में ईदो आहे।

डायाबिटीक किडनी डिसीज़ जे निदान लाइ माइक्रो आल्ब्युमिन्युरिया जी तपास

पेशाब जी रवाजी तपास में प्रोटीन जी हाज़िरी विकास कंदड़ देशनि में सविलाईअ सां थी सघे, अहिड़ी तपास आहे।

तमाम उत्तम ऐं तकिड़ी कराइण जहिड़ी तपास आहे। मेक्रो आल्ब्युमिन्युरिया जी युरिन डीपस्टीक टेस्ट में हाज़िरी, डायाबिटीक किडनी डिसीज़ जो ब्रियो तबिक्रो (स्टेज) डेखारे थो।

पर खर्च ऐं सहोलियत न हुअण सबबु विकासशील देशनि में, डायाबिटीज जे मरीज़नि में तमाम घटि मरीज़नि में माइक्रो आल्ब्युमिन्युरिया जी तपास कराई वेंदी आहे। अहिड़ी हालत में, डायाबिटीक किडनी डिसीज़ जे निदान लाइ मेक्रो आल्ब्युमिन्युरिया युरीन डीपस्टीक तपास इहो ब्रियो उत्तल विकल्प आहे। युरीन डीपस्टीक टेस्ट तमाम सविली, सस्ती ऐं हर हंधि मैसर हुजे, अहिड़ी तपास आहे ऐं इन ई कारणनि जे करे डायाबिटीज जे मरीज़नि में किडनीअ ते असर ज़ाणण लाइ हीअ पद्धति तमाम उत्तम आहे ऐं जेकडहिं हिन स्टेज ते तमामु सुठे नमूने इलाज कयो वजे त किडनी ट्रान्सप्लान्टेसन ऐं डायालिसिज़ खे सालनि ताई पुठियां धिके सघिजे थो।

डायाबिटीक किडनी डिसीज़ जो निदान कहिड़े नमूने थींदो आहे?

सुठे में सुठी पद्धति (Ideal Method)

डायाबिटीज जे मरीज़नि में हर साल पेशाब जी माइक्रो आल्ब्युमिन्युरिया तपास रतु जी क्रीअेटीनिन जी तपास (ऐं eGFR)।

सविली पद्धति (Practical Method)

हर टिनि महिननि में रतु जो दाबु मापाइणु ऐं युरीन डीपस्टीक टेस्ट ऐं रतु जी क्रीअेटीनिन (ऐं eGFR) जी तपास डायाबिटीज जे मरीज़नि जी कराइणी। हीअ सस्ती, सविली ऐं हर हंधि मैसर अहिड़ी पद्धति सां के बि निशानियूं न हुजनि उन स्टेज ते बि किडनीअ ते डायाबिटीज जे असर जो निदान थी सघंदो आहे।

हर टीं महिने रतु जो दाबु मापाइणु ऐं पेशाब जी सादी तपास कराइणु इहा निदान लाइ तजुरबाती रीत आहे।

डायबिटीज जो किडनीअ ते थींदड़ असर कहिड़े नमूने रोके सघिजे थो?

डायबिटीज जो किडनीअ ते थींदड़ असर रोकण लाइ :

1. डॉक्टर खां नेमाइतो चेकअप कराइणु ।
2. डायबिटीज ते सुठो कन्ट्रोल (क्लाबू) रखण लाइ HbA1C जो अंदाज 7 खां घटि क्राइम रखणु ।
3. रतु जे दाबु ते योग्य क्राबू रखी रतु जो दाबु 130/80mmHg खां घटि रखिणो । रतु जे दाबु लाइ तकिड़ो ई अन्जयोटेन्सीन कन्वर्टिंग एन्झाइम इन्हीबीटर्स (अ.सी.इ.) ऐं अन्जीयोटेन्सीन रीसेप्टर ब्लोकर्स (अ.आर.बी.) जहिड़ियूं दवाऊं शुरु करिणियूं ।
4. खंडि ऐं लूण जो अंदाज घटाइणो या बंद करिणो ऐं खाधे में प्रोटीन, कोलेस्ट्रॉल ऐं चरिब्रीअ वारो खाधो घटि खाइणो.
5. साल में घटि में घटि हिक दफो किडनीअ जी तपास कराइणी जीअंत पेशाब में आल्ब्युमिन ऐं रतु में क्रीअेटीनिन (ऐं eGFR) ।
ब्रियूं सूचिनाऊं : नेमाइतो कसिरत करे हिक जेतिरो वजनु टिकाअे रखणु । तमाकु, गुटिका, पान-ब्रीड़ी, सिगरेट, अल्कोहल (शराब) ऐं सूर जूं वधीक दवाऊं न वठिणियूं ।

डायबिटीज जो किडनीअ ते थींदड़ असर जो इलाज

- डायबिटीज ते योग्य क्राबू रखणु ।
- चडीअ तरह, हमेशह लाइ रतु जे दाबु खे क्राबूअ में रखिणो ।
- रोज बी.पी. मापे उन खे नोट करिणो । किडनीअ जी कमु करण जी शक्ति

रतु जो दाबु 130/80 खां घटि ताई रखो ऐं अ.सी.इ.आइ. ऐं अ.आर.बी.अेस. अेन्टी हायपरटेन्सिव दवाउनि जो सवेल ई उपयोग करियो।

क्राइम रखण लाइ रतु जो दाबु 130/80mmHg खां वधे न, इहो तमाम जरूरी आहे ।

- अे.सी.इ. (अेन्जीनोटेन्सीन-कन्वर्टिंग एन्साईम इनहवीटर्स) ऐं अे.आर.बी.अेस. (अेन्जीनोटेन्सीन रीसेप्टर ब्लोकर्स) तोर मशहूर दवाऊं जेकडहिं शुरुआत जे तबिके में कमि आणिजनि त उहे रतु जे दाबु खे घटाइणु ऐं गडोगडु किडनीअ खे थींदड़ वधीक नुकिसान खे घटाइण जो पिणु कमु कनि थियूं ।
- सोजु घटाइण लाइ जेके दवाऊं युरिन जो मकिदार (डायुरेटिक्स) वधाईनि थियूं उहे लूण जी बंदिश ऐं घटि प्रवाही वठण जी सलाह सां डिनियूं वेदियूं आहिनि ।
- जडहिं रतु में युरिया ऐं क्रीअेटीनिन जो अंदाज वधे तडहिं क्रोनिक किडनी फेल्यर जे इलाज में जाणायल सजे इलाज जी मरीज खे जरूरत पवंदी आहे ।
- डायबिटीज जी दवा में जरूरी तबिदील रतु जी रिपोर्टनि जे आधार ते करणु घुरिजे । पेशाब जी रिपोर्ट रतु जी रिपोर्ट सां मेल न खाइण सबबु फकति पेशाब जी रिपोर्ट जे आधार ते दवा में को बि फेरिफार न करणु घुरिजे ।
- किडनी फेल्यर खां पोइ डायबिटीज जी दवा जे डोज में फेरिफार करण जी जरूरत पवंदी आडे ।
- रवाजी तरह दवा जे जरूरी डोज में घटिताई थींदी आहे । लंबे वक्त जे बदिरां थोड़े वक्त लाइ असर कंदड़ दवा पसंद कई वेदी आहे । वधीक सुठे नमूने क्राबूअ में आणण लाइ घणनि मरीजनि में इन्स्यूलिन चालू करिणी पवंदी आहे । बायगुअेनाइडस (मेटफोर्मीन) तोर सुजातल दवा किडनी फेल्यर जे मरीजनि में जोखाइती हुअण सब बंद कई वेदी आहे ।
- किडनी मुकमल नमूने बंद थी वजे त दवा वठंदे पिणु तकिलीफ वधंदी वेदी

ख़ास किसिम जी दवा सां रतु जे दाबु ते योग्य .
काबू सफल इलाज जी कुंजी आहे।

आहे ऐं इन स्टेज ते डायालिसिज या किडनी ट्रान्सप्लान्टेशन जी ज़रूरत पवंदी आहे।

डायालिटीक किडनी डिसीज़ जे मरीज़नि खे डॉक्टर जो संपर्क कइहें करणु घुरिजे?

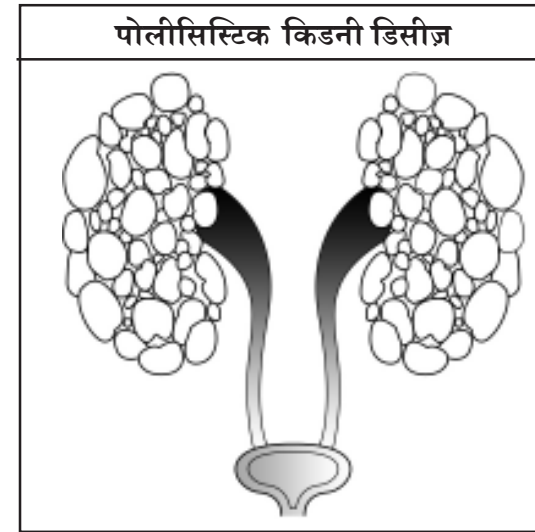
हेठियुनि मां कंहिं बि हालत में डायालिटीक किडनी डिसीज़ जे मरीज़नि खे यक़िदम डॉक्टर जो संपर्क करणु घुरिजे :

- तमामु तक़िड़ो वज़नु वधे, पेशाब घटि लहे (अचे), सोजु वधी वजे या साहु खणण में तक़िलीफ़ थिअे।
- छातीअ में सूर, रतु जो दाबु तमामु वधी वजे या दिल जी दक दक तमाम घटिजी या तमाम वधी वजे।
- तमाम घणी कमिज़ोरी, बुख़ घटि लगे, उब्रिथा या अेनीमिया में तमाम फिकास अची वजे।
- लगातार बुख़ार, थधि लगणु, पेशाब में साड़ो या सूर, पेशाब में बांस अचणु या पेशाब में रतु जो अचणु।
- वक्रत-बि-वक्रत सुगर घटिजी वज़णु (सुगर जो अंदाज़ रतु में घटि रहणु) या इन्स्युलिन या डायालिटीज़ जी दवा जी ज़रूरत घटि थियण लगे।
- बे-ख्याली, नीम सुजागी या बुख़ार, ड़किणी थिअे त यक़िदम डॉक्टर जो संपर्क कजे।

१६. पोलीसिस्टिक किडनी डिसीज़ (Polycystic Kidney Disease)

किडनीअ जे मौरोसी (वरिसे में मिलंदड़) बीमारियुनि में पोलीसिस्टिक किडनी डिसीज़ (पी.के.डी.) सभिनी खां वधीक नज़र ईदड़ बीमारी आहे। हिन बीमारीअ में मुख्य असरि किडनीअ ते पवे थो ऐं बिन्ही किडनियुनि में सिस्ट (Cyst) (पाणियठु भरियल बुदुबदा) नज़र ईदा आहिनि। क्रोनिक किडनी फेल्यर जे मुख्य कारणनि में हिकु कारण पी.के.डी. पिणु आहे। केतिरनि मरीज़नि में सिस्ट किडनीअ खां सवाइ जेरो (Liver), आंडा, शीरदान, बीजदानी (Ovaries), तिली (Spleen) ऐं मग़ज़ जी नलीअ ते पिणु असरि डिसण में ईदा आहिनि।

पी.के.डी. बीमारीअ जो अंदाज़



ओटोज़ोमल डोमीनन्ट पी.के.डी. जो अंदाज़ औरत-मर्द ऐं अलग-अलग जातियुनि ऐं देश जे माणहुनि में हिक जहिड़ो नज़र ईदो आहे। अटिलक 1000 माणहुनि मां हिक माणहुअ में हीअ बीमारी नज़र ईदी आहे। अटिकल 5% क्रोनिक किडनी फेल्यर जा मरीज़, जिन खे डायालिसिजया

किडनी ट्रान्सप्लान्टेशन जी ज़रूरत पवंदी आहे, उन्हनि खे पी.के.डी. हूंदी आहे।

पी.के.डी. में किडनीअ ते छा असर थौदो आहे?

- पी.के.डी. बीमारीअ में बिन्ही किडनियुनि में फूकिणा, बुदुबदनि सां भेते सघिजनि अहिड़ा बेशुमार सिस्ट हूंदी आहिनि।

- अहिङ्गि जुदा-जुदा मक्किदार वारनि सिस्ट में, नंढा सिस्ट रवाजी अखियुनि सां डिसी न सघिजनि, अेतिरा नंढा हूँदा आहिनि ऐं वडुनि सिस्ट जो ऋदु 10 से.मी. खां बि वधीक ऋतुर वारो पिणु थी सघे थो । वक्त सां गडुगडु अहिङ्गि नंढनि वडुनि सिस्ट जो ऋदु (मक्किदार) वधंदो वेंदो आहे, जंहिंजे करे किडनीअ जो ऋदु वधंदो वेंदो आहे ।
- इन वधंदडु सिस्ट जे ऋदु जे करे किडनीअ जो कमु कंदडु हिस्सनि ते दाबु पवंदो आहे, जंहिं करे रतु जे दाबु में इजाफो ऐं किडनीअ जी कमु करण जी शक्ति आहिस्ते-आहिस्ते घटिजंदी वेंदी आडे ।
- सालनि खां पोइ केतिरनि मरीज़नि जूं ब्रई किडनियूं बिल्कुल खराब थी वेंदियूं आहिनि ऐं आखिर में डायालिसिज़ या किडनी ट्रान्सप्लान्टेशन जी ज़रूरत पवंदी आहे ।

पी.के.डी. जूं निशानियूं कहिङ्गियूं आहिनि?

रवाजी तरह 30-40 सालनि जी उम्र ताई घणे भाडे मरीज़नि में के बि निशानियूं न हूँदियूं आहिनि, उन खां पोइ नज़र ईदडु निशानियूं हेठीअं रीति आहिनि ।

- रतु जो दाबु वधी वजे ।
- बिन्ही पासे पासनि में सूर पवणु, पेट में सूर, पेट में गुंढि थियणु, पेट सुज़ी वडो थियणु ।
- पेशाब में रतु या प्रोटीन जो निकिरणु ।
- पथिरी ऐं पेशाब में वक्त-बि-वक्त बीमारी (Infection) थियणु ।
- बीमारीअ जे वधण सां क्रोनिक किडनी फेल्यर जूं निशानियूं डिस्ण में अचनि थियूं ।
- शरीर जे ब्रियनि भाडनि जहिङ्गेक लिवर, आंडा या दिमाग में सिस्ट हुअण जूं निशानियूं नज़र अचणु ।

पी.के.डी. किडनीअ जे मौरोसी (इनहेरीटेड) बीमारियुनि में सभ खां वधीक नज़र ईदडु ऐं सी.के.डी. जो चोथों मुख्य कारण आहे ।

- पी.के.डी. जे मरीज़नि में ब्रेन अैन्युरीज़म , हर्निया, लिवर में सिस्ट इन्फेक्शन, आंडे में डायवर्टीक्युलाइ (Pouches) ऐं दिल में वाल्व जी तकलीफ जहिङ्गियूं निशानियूं डिस्ण में अचन थियूं ।
- अटिकल 10% जेतरिन पी.के.डी. जे मरीज़नि में ब्रेडन अैन्युरीज़म थींदो आहे, जंहिं में रतु जूं नलियूं कमिज़ोर थी वेंदियूं आहिनि । ब्रेडन अैन्युरीज़म में मथे में सूर रहेथो ऐं उन में रतु जूं कमिज़ोर थी विथल नलियुनि जे फाटी पवण जो खतिरो रहे थो जंहिं में लकुवो (Stroke) ऐं मोत पिणु थी सघे थो ।

छा पी.के.डी. जो निदान थिअे, उन्हिन सभिनी माणहुनि में किडनी फेल्यर थींदो आहे?

न, पी.के.डी. जो निदान थिए, उन्हिन सभिनी मरीज़नि में किडनी खराब न थींदी आहे । पी. के. डी. जे मरीज़नि में किडनी फेल्यर जो अंदाज़ 60 सालनि जी उम्र में 50% ऐं 70 सालनि जी उम्र में 60% मरीज़नि में डिस्ण में ईंदो आहे । जिन मरीज़नि खे पी. के. डी. हूँदो आहे अहिङ्गि मरीज़नि खे क्रोनिक किडनी डिसीज़ थियण जो खतिरो वधीक हूँदो आहे । खास करे नंढी उम्र जा मर्द-जिन खे रतु जो ऊचो दाबु, पेशाब में प्रोटीन या रतु वेंदो हुजे या किडनी वडी हुजे, अहिङ्गि मरीज़नि में पिणु किडनी फेल्यर थियण जो इमिकान वधी वेंदो आहे ।

पी.के.डी. जो निदान कहिङ्गे नमूने थींदो आहे?

ओटोज़ोमल डोमीनन्ट पी.के.डी. जे निदान लाइ

- **किडनीअ जी सोनोग्राफी** : सोनोग्राफीअ जी मदद सां पी.के.डी. जो निदान सविले नमूने घटि खर्च में पर तुज़ि नमूने करे सघिजे थो ।
- **सीटी या एम.आर.आई. स्केन** : पी.के.डी. बीमारीअ में जेकडहिं सिस्ट जो ऋदु तमामु नंढो हुजे त सोनोग्राफीअ जी तपास में काबि तकलीफ नज़र न

पी.के.डी. जी बीमारीअ में 40 सालनि जी उम्र में नज़र ईदडु मरीज़नि खे पेट में गुंढि ऐं पेशाब में रतु अचण जी शिकायत रहंदी आहे ।

ईदी आहे, इन स्टेज ते पी.के.डी. जो तकिडो निदान सिटी स्केन वसीले थी सघंदो आहे। पर इहा टेस्ट महांगी हूंदी आहे।

- **कुटुंबजी ज्ञाण (Family Screening) :** पी.के.डी. वरिसे वारी बीमारी (Inherited) आहे। जेकडहिं कुटुंब जे कंहिं हिक माणहुअ में पी.के.डी. जो निदान थिअे त कुटुंब जे ब्रियनि भातियुनि में पिणु पी.के.डी. थियण जो इमिकान रहे थो।

किडनीअ ते पी.के.डी. जो असर ज्ञाणण लाइ तपास

- **पेशाब जी तपास :** पेशाब जो Infection ऐं रतु जी हाजिरी ज्ञाणण लाइ।
- **रतु जी तपास :** रतु में युरिया, क्रीअेटीनिन जो अंदाज ऐं किडनीअ जी कमु करण जी शक्तिअ जी ज्ञाण लाइ जरूरी आहे।
- **ओचितो निदान (Accidental diagnosis) :** पी.के.डी. जो रवाजी हेल्थ चेक-अप दरम्यान या ब्रिअे कंहिं सबब करे सोनोग्राफी कंदे ओचितो ई निदान थोंदो आहे।
- **जिनेटिक्स जी तपास :** शरीर जी बनावत, जीन याने क्रोमोजोम्स तय कंदा आहिनि। कुझ क्रोमोजोम्स जी खामीअ जे करे पी.के.डी. बीमारी थोंदी आहे। भविष्य में इन्हनि क्रोमोजोम्स जी हाजिरीअ जो निदान खास तपास जरूरीये थी सघंदो आहे, तंहिकरे नंठी उम्र जे माणहुअ में पिणु भविष्य (मुस्तकबिल) में पी.के.डी. जी बीमारी थी सघंदी या न, इन जो तुज निदान थी सघंदो। हीअ तपास किनि खास जगिहयुनि ते ई थोंदी आहे ऐं तमाम खर्चाइती (महांगी) हुअण सबबु निदान लाइ कडहिं ई कराइबी आडे।

पी.के.डी. मरीज जे कुटुंब जे कहिडनि भातियुनि जी तपास कराइणु जरूरी आहे ?

पी.के.डी. मरीज जे भाउ, भेण ऐं ब्रारनि जी तकिडो तपास (जांच) कराइणु

पी.के.डी. मौरोसी बीमारी हुअण सबबु कुटुंबजे ब्रियनि भातियुनि के किडनीअ जी तपास कराइणु जरूरी आहे।

तमामु जरूरी आहे। वधीक माउ-पीउ ऐं भाउरनि ऐं भेनरुनि जी पिणु तपास कराइणु लाजिमी बणिजी वेंदी आहे।

छा पी.के.डी. मरीज जे हरहिक ब्रार खे हिन बीमारी थियण जो खतिरो रहंदो आहे?

बालिग अवस्था में नजर ईदइ पी.के.डी. जी बीमारी आटोजोमल डोमोनन्ट किसिम जी वरिसे में मिलंदइ (मौरोसी) बीमारी आहे, जंहिं में मरीज जे 40% यानी कुल औलादनि मां अधु औलादनि खे हीअ बीमारी थियण जो अंदोशो रहे थो।

पी.के.डी. जे करे थोंदइ किडनी फेल्यर जा मसइला कहिडे नमूने घटाअे सघिजनि था?

पी.के.डी. इहा मौरोसी (Inherited) बीमारी आहे, जंहिं खे मिटाइण (दूर करण) या रोकण जो को बि इलाज हीअंर मैसर न आहे।

जेकडहिं कुटुंब जे कंहिं हिक माणहुअ (शख्सि) में पी.के.डी. जो निदान थिअे त हीअ बीमारी मौरोसी हुअण सबबु डाक्टर जी सलाह अनुसार ब्रियनि भातियुनि में सोनोग्राफी कराअे, इहा बीमारी आहे या न, उन जी खातिरी करे छडणु जरूरी आहे। सवेल ई निदान थियण सां पी.के.डी. जो सुठे नमुने इलाज कराइणु जो मौको मिले थो। तकिडो निदान ऐंरतु जे वधीक दाबु खे जेकडहिं वक्तसिर क्राबूअ में आंदो वजे त रीनाल फेल्यर थियण जो इमिकान घटिजी वजे थो। जीअण जो सही ढंग ऐं खाधे में परहेज पी.के.डी. जे मरीजनि जी किडनी ऐं गडोगडु दिल खे पिणु सलामत रखे थो। तकिडे निदान लाइ हिक वडो नुकिसान इहो आहे त के बि निशानियूं न हुजनि या इलाज जी जरूरत न हुजे, उन हालत में बि मरीज हिन बीमारीअ बाबतु सोचे करे तमाम चिंता में पइजी वेंदो आहे।

पी.के.डी. बीमारीअ जो प्रोपोरशन घटाअे छो नथो सघिजे ?

रवाजी नमूने पी.के.डी. बीमारीअ जो निदान थोंदो आहे तडहिं मरीज जी उम्र 35

पी.के.डी. जे निदान ऐं इलाज में देर करण सां सी.के.डी. में इजाफो थिअे थो ऐं किडनी इन्फेक्शन, पथिरी ऐं पेट में सूर जो तकिडो निदान कराइजे।

खां 55 सालनि जे आसपास हूंदी आहे। घणे भाडे जे पी.के.डी. जे मरीजनि में इन उम्र खां अगु में ई ब्रार (औलाद) थी विया हुजनि त बदक्रिसिमतीअ सां पोइ जी आईदह जी पीढ़हीअ में इन बीमारीअ खे थियण खां रोके नथो सघिजे।

पी.के.डी. जो इलाजु

पी.के.डी. जी बीमारी मिटाअे (दूर करे) नथी सघिजे तंहिं हूंदे बि छा हिन बीमारीअ जो इलाजु ज़रूरी आहे? छो?

हा, इलाज सां बीमारी दूर न थींदी आहे तंहिं हूंदे बि योग्य इलाजु ज़रूरी आहे। तकिडे ऐं योग्य इलाज सां किडनीअ खे थींदइ नुक्रिसान रोकण में ऐं किडनी खराब थियण जी रफितार घटाइण में ज़रूर मदद मिलंदी आहे।

मुख्य इलाजु

1. निदान खां पोइ शुरूआत जे सालनि में पी.के.डी. जे मरीजनि में के बि निशानियूं नज़र न ईदियूं आहिनि, जंहिकरे इलाज जी पिणु ज़रूरत न हूंदी आहे। पर अहिडनि मरीजनि में थोड़े-थोड़े वक्रत जी विछोटीअ ते ज़रूरी तपास ऐं नेमाइतो चेक-अप कराइणु तमामु ज़रूरी हूंदो आहे।
2. रतु जे दाब खे योग्य क्राबूअ में रखणु किडनीअ खे थींदइ नुक्रिसान रोकण में ऐं किडनी खराब थियण जी रफितार घटाइण में मदद करे थो।
3. पेट में सूर थिअे तडुहिं किडनीअ खे नुक्रिसान न करे, उन क्रिसिम जी दवा द्वारां इलाजु (जीअं त अेस्पीरिन, अेसीटो मीनोफेन वगैरह) पी.के.डी. जे मरीजनि में वक्रत-बि-वक्रत पवदइ पेट में सूर सिस्ट वधण जे करे थींदो आहे।
4. मूत्र मार्ग जी बीमारी (Infection) ऐं पथिरीअ जो तकिडे ऐं योग्य इलाजु।
5. सोजु न हुजे, अहिडनि मिरीजनि खे वधीक पाणी पीअणु घुरिजे जेको पेशाब जी इन्फेक्शन, पथिरी ऐं ग्राइहो पेशाब वगैरह तकिलीफू घटाइण में मददगार थींदो आहे।

पी.के.डी. जे निशानियुनि वारे माणहूअ खे शुरूआत में घणनि सालनि ताई कंहिं बि इलाज जी ज़रूरत नथी रहे।

6. किडनी खराब थिअे तडुहिं “किडनी फेल्यर जो इलाज” इन विभाग में कयल ग्राहि-ब्रोहि अनुसार परहेज पालिणी ऐं इलाज कराइणु तमामु ज़रूरी आहे।
7. पेट में सूर, इन्फेक्शन थियणु या पेशाब में रंडक पवण सां तमामु घटि मरीजनि में सिस्ट जी सर्जरी (आपरेशन) या रेडीयोलोजीकल ड्रेनेज करण जी सलाह डिनी वेंदी आहे।

पी.के.डी. जे मरीज खे डॉक्टर जो संपर्क कडुहिं करणु घुरिजे?

पी.के.डी. जे मरीज खे यकिदम डॉक्टर जो संपर्क करणु घुरिजे, जेकडुहिं:

1. बुखार, ओचितो ई पेट में सूर या ग्राइहो पेशाब अचे।
2. तमाम तेज (घणो) ऐं हर घड़ीअ में मथे में सूर पवे।
3. हादिसे जे करे वधी वियल किडनीअ खे ईजाउ पहुचे।
4. छातीअ में सूर, बुख न लगणु, तमाम घणियूं उल्टियूं थियणु, तमाम घणी कमिजोरी महिसुर थियणु, समिझ-शक्तिअ में फेरिफार थियणु, बेहोश थियण यां डकिणी (Convulsion) थिअे त यकिदम डॉक्टर जो लागुापो करणु घुरिजे।

१७. हिक ई किडनीअ सां जीअंदड

कंहिं बि माण्हूअ में हिक ई किडनी हुजे त सुभावीक तोर हुन लाइ इहो चिंता जो विषय बणिबो आहे। पर थोड़ी परहेज ऐं तंदुरस्त जीअण जे ढंग सां हिक किडनीअ वारा माण्हू पिणु हिक रवाजी जिन्दगी गुजारे सघनि था। हिन विभाग में घणनि माण्हुनि जी इन बाबत गलतफहिमी दूर करण ऐं योग्य रहनुमाई करण जी कोशिश कई वेई आहे।

हिक ई किडनीअ वारे माण्हूअ खे रोज मडह जी जिन्दगीअ में कहिड़ी तकिलीफ थींदी आहे? छा लाइ?

रवाजी तोर हरहिकु माण्हू बिनि किडनियुनि सां जन्म वठे थो। पर हरहिक किडनीअ जी कमु करण जी शक्ति अतिरी त वधीक हूंदी आहे जो फकति हिक किडनी पिणु शरीर जो समूरो ज़रूरी कमु मुकमल नमुने करे सघंदी आहे। हिक ई किडनीअ करे माण्हूअ खे रोज़ानी जिन्दगीअ में महिनत करिणी पवे अहिडे कम में या गृहस्थी जीवन (Sexual Life) में कंहिं बि किसिम जी तकिलीफ न थींदी आहे।

रवाजी ऐं चुस्तीअ वारो जीवन उम्र भर जीअण लाइ फकति हिक किडनी काफी हूंदी आहे। घणे भाडे हिक किडनीअ वारा माण्हू पंहिंजो जीवन रवाजी नमुने जीअंदा हूंदी आहिनि ऐं खेनि हिक किडनी आहे, उन जी ज़ाण ओचितो तपास खां पोइ खेनि थींदी आहे।

हिक किडनीअ वारनि माण्हुनि में लंबे अरिसे बइद (सालनि खां पोइ) पेशाब में प्रोटीन जो निकरणु ऐं रतु जो वधीक दाबु जहिड़ा असर थी सघनि था पर किडनीअ जी कमु करण जी शक्तिअ में कमी तमामु घटि डिसण में ईंदी आहे।

हिक ई किडनी हुअण जा कहिड़ा सबब आहिनि?

रवाजी तरह टे हालतू हिक ई किडनी हुअण जा कारण बणिजी सघनि थियूं :

हिक ई किडनीअ वारे माण्हूअ खे रोज़ाने कम कार ऐं जीवन में का बि तकिलीफ नथी थिये।

1. जन्म खां ई हिक किडनी हुजे।

2. आपरेशन करे हिक किडनी कढी छडुण जी ज़रूरत पेई हुजे। हिक किडनी कढण जी ज़रूरत इन करे पवंदी आहे सबबु त पथिरी, रोग या घणे अरिसे जी तकिलीफ जे करे हिक किडनीअ कमु करण बंद करे छडियो हुजे या हिक किडनीअ में कैसर जी गुंढि थी पेई हुजे या तमामु घणे अंदाज में किडनीअ खे ईजाउ पहुतो हुजे।

3. किडनी ट्रान्सप्लान्टेशन कयो वियो हुजे, अहिड़नि मरीज़नि में नई विधल हिक ई किडनी कमु कंदी हूंदी आहे।

जन्म खां ई हिक किडनी हुअण जो इमिकान केतिरो हूंदो आहे?

केतिरा माण्हू हि ई किडनीअ सां जन्म वठंदा आहिनि। जन्म खां ई हिक किडनी हुअण जो इमिकान औरतुनि खां मर्दनि में वधीक हूंदो आहे ऐं उन जो अंदाज अटिकल 750 माण्हुनि मां हिक माण्हूअ में आहे ऐं घणे भाडे खाब्री (Left) किडनी न हूंदी आहे।

हिक ई किडनी हुजे, अहिड़नि माण्हुनि खे छा लाइ संभाल रखणु ज़रूरी आहे?

रवाजी हालतुनि में हिक किडनीअ वारे माण्हूअ खे का बि तकिलीफ न थींदी आहे, पर अहिडे माण्हूअ जी स्पेर व्हील खां सवाइ वारी गाडीअ सां मुशाहिबत करे सघिजे थी। मरीज़ जी कमु कंदड फकति हिक ई किडनीअ खे जेकडहिं नुक्रिसान पहुचे त ब्री किडनी न हुअण सबबु किडनीअ द्वारां थींदड सभु कम मुकमल नमुने अटिकी पवंदा आहिनि ऐं किडनीअ जा सभु कमु तमाम तकिड़ा बिगड़ी वेंदा आहिनि ऐं अक्यूट फेल्यर थी पवंदो आहे।

अक्यूट किडनी फेल्यर घणा उलिटा असर ऐं मसइला (Complications) पैदा करे सघे थो, इन करे यकिदम ध्यान छिकाइणु ज़रूरी बणिजी वजे थो। जेकडहिं इहा

घणनि माण्हुनि खे जन्म खां ई हिक किडनी हूंदी आहे।

हिक ई किडनी थोड़े वक्रत में ई वरी कमु करण छडे डिअे त घणा ई उबिता असर थी सघनि था ऐं वक्रत गुजिरंदे उन्हनि में इजाफो थियण सां उहे मौतिमार पिणु बणिजी सघनि था । अहिडे माणहुअ खे यकिदम डायालिसिज जी ज़रूरत पइजी सघे थी त इहे सभु तकिलीफू थियनि उन खां अगि उहे न थियनि, उन जी खबरदारी रखणु तमामु ज़रूरी बणिजी वजे थी । हिक किडनीअ वारनि माणहुनि में ।

उन माणहुअ जी हिक ई किडनीअ खे नुक्रिसान थियण जो इमिकान कडुहिं रहे थो?

हिक ई किडनीअ खे अचानक ऐं घणे अंदाज में नुक्रिसान कंदड हालतू

1. पेशाब वाहिनीअ में पथिरी या रतु जी गुंढनि जी रंडक जे करे पेशाब जो वहिकरो ओचितो ई अटिकी वजे, जंहिकरे पेशाब जो नेकाल अटिकी पवे थो ।
2. पेट जे आपरेशन दरम्यान किडनीअ मां पेशाब खणी वेंदड नली मूत्र वाहिनी (Ureter) भुल मां ब्रुधिजी वजण i.e. पेशाब वाहिनीअ वसीले किडनीअ में ठहंदड पेशाब हेठि मसाने ताई न वेंदो आहे ।
3. कुशती, बोक्सिंग, कराटे, हाकीअ जहिडियुनि रांदियुनि दरम्यान इतिफाक सां किडनीअ खे ईजाऊ थियणु । हिक किडनीअ वारनि मरीजनि में शरीर जूं ज़रूरतू पूरियूं करण लाइ हिक ई किडनी रवाजी किडनीअ खां वधीक थुल्ही ऐं वजनदार थी वेंदी आहे ऐं अहिडी किडनीअ खे सविलाईअ सां ईजाऊ पहुची सघे थो ।

हिक किडनीअ वारे माणहुअ खे कहिडी संभाल रखणु घुरिजे?

हिक किडनीअ वारनि माणहुनि खे कंहिं इलाज जी ज़रूरत न आहे । पर हिक ई किडनीअ खे संभाले रखण लाइ परहेज तमामु ज़रूरी थिये थी । खास संभाल हेठीअ रीत रखिणी आहे:

हिक ई किडनीअ वारे माणहुअ खे चिंता करण जी ज़रूरत न आहे,
पर खास संभाल ऐं नेमाइतो मेडीकल चेक अप कराइणु घुरिजे ।

1. पाणी वधीक पीअणु घुरिजे (रोज अटिकल टे लिटर) ।
2. किडनीअ खे ईजाउ थी सघे, अहिडियुनि रांदियुनि में बहिरो न वठिजे, जीअं ते बोक्सिंग, हाकी, फुटबाल, कराटे, कुशती वगैरह ।
3. पेशाब में इन्फेक्शन ऐं पथिरीअ जो सवेल ई योग्य इलाजु कजे ।
4. कोबि नओं इलाजु चालू करण खां अगु ऐं पेट जे कंहिं बि आपरेशन कराइणु खां अगि डॉक्टर खे वक्रतसिर जाण कजे त मरीज खे हिक ई किडनी आहे ।
5. रतु जो दाबु क्राबूअ में रखिजे । नेमाइती कसिरत, तंदुरस्त ऐं हम वजन खाधो वठिजे, गैर ज़रूरी दवाऊं न वठिजनि । डॉक्टर जी सलाह मुजिबु वधीक प्रोटीन वारा खाधा ऐं वधीक अंदाज में लूणु बंद कजे ।
6. हर साल हिकु दफो डॉक्टर खे डेखारे ब्लड प्रेशर मापाइणो ऐं डॉक्टर जी सूचिना मूजिबु रतु ऐं पेशाब जी तपास ऐं किडनीअ जी सोनोग्राफी कराइणी । नेमाइतो डॉक्टर खे डेखारे रिपोर्टस कराइणु सां किडनी फेल्यर ऐं किडनी प्राल्ब्लमस जूं शुरूआति जूं निशानियूं जल्दी पकिडजी वेंदियूं आहिनि ऐं वक्रत रहंदे मुनासिब इलाजु कराइणु जो मौक्रो मिली सघे थो ।

हिक किडनीअ वारे मरीज खे डॉक्टर खे कडुहिं डेखारिजे?

हिक किडनीअ वारे मरीज खे यकिदम डॉक्टर खे डेखारिजे जेकडुहिं :

1. ओचितो ई ऐं बिल्कुल पेशाब बंद थी वजे ।
2. फक्रति हिक ई ऐं वडी थियल किडनीअ खे इतिफाक सां ईजाऊ थिये ।
3. जडुहिं सूर जी दवा वठण जी ज़रूरत पवे, या कंहिं बि तपास दरम्यान अेक्स-रे डाई वापिराइणी पवे ।
4. बुखार, पेशाब में साडो या गाडिहो पेशाबु अचे त ।

पेशाब ओचितो ई ऐं संपूर्ण बंद थियणु पथिरीअ
जे रंडक पैदा थियण करे थिये थो ।

१८. मूत्र मार्ग जो इन्फेक्शन

किडनी पेशाब वाहिनी, मसानो ऐं पेशाब नली गडिजी मूत्र मार्ग (Urinary Tract) ठाहीनि था। जंहिं में बेक्टेरिया या वाइरस वसीले थीं दड़ इन्फेक्शन खे मूत्र मार्ग जो इन्फेक्शन (UTI) चइजे थो। रवाजी नमुने शरीर में थीं दड़ इन्फेक्शन में यु.टी.आइ. ब्रिअें नंबर ते आहे।

मूत्र मार्ग जे इन्फेक्शन जूं कहिड़ियूं निशानियूं आहिनि?

मूत्र मार्ग जे जुदा जुदा हिस्सनि में इन्फेक्शन जे असर जूं निशायिं अलग-अलग हूंदियूं आहिनि। इहे निशानियूं इन्फेक्शन जे अंदाज मूजिबु वधीक या घटि अंदाज में डिसण में ईदियूं आहिन।

यु.टी.आइ. जूं तमामु आम निशानियूं

- पेशाब में साड़ो या सूर थियणु।
- हर घड़ी पेशाब करण वजिणो पवे, पेशाब फुड़ो फुड़ो थी अचे।
- बुखार ऐं कमिजोरी लगणु।
- पेशाब में बांस (बदिबू) अचे ऐं पेशाब मेरो (गंदो) अचे।

मसाने में इन्फेक्शन (Cytitis) :

- पेट जे हेठिअें हिस्से (निहाईअ) में सूर थिये।
- पेशाब करण लाइ हर घड़ी वजिणो पवे पर पेशाब थोड़ो-थोड़ो अचे ऐं पेशाब करण वक्रत सूर थिये।
- पेशाब गाड़िहो अचे।
- रवाजी तोर हडनि में बुखार रहे ऐं पासनि में सूर पवे।

पेशाब में साड़ो थियें ऐं हर घड़ी वजिणो पवे त उहा मूत्र मार्ग जे इन्फेक्शन जी निशानी आहे।

किडनीअ जो इन्फेक्शन (Pyelonephritis)

- कमर (चेल्हि) में सूर थिये, कमिजोरी महिसूस थिये।
- थधि सां वधीक बुखार अचे।
- उलिटी, उब्रिथा, थकु लगणु ऐं चुस्ती न रहणु।
- वड़ी उम्र जे माणहुनि में सुभाव में तबिदीली थिये ऐं समिझ में फर्क पवे।

इहे पेशाब में इन्फेक्शन जूं गंभीर निशानियूं आहिनि। सही इलाजु न कयो वियो त ही इन्फेक्शन मौतिमार बणिजी सघे थो।

वक्रत बि वक्रत मूत्र मार्ग जे इन्फेक्शन थियण जा कारण कहिड़ा आहिनि ?

वक्रत-बि-वक्रत मूत्र मार्ग में इन्फेक्शन थियण ऐं योग्य इलाज जे बावजूद इन्फेक्शन काबूअ में न अचण जा कारण हेठीअं रीति आहिनि :

1. **मूत्र मार्ग में रंडक (Urinary Tract obstruction) :** जुदा जुदा सबबनि जे करे मूत्र मार्ग में रंडक थींदी आहे ऐं पेशाब में वक्रत-बि-वक्रत इन्फेक्शन थींदो आहे। पेशाब नली सुसी वेई हुजे (Structure Urethra) या किडनी ऐं पेशाब वाहिनी जे विच वारो हिस्सो सुसी वियो हुजे (Pelvic-Ureteric Junction Obstruction)।
2. **औरतुनि में (Female Gender) :** औरतुनि में पेशाब जी नली नंढी हुअण सबबु मसाने में इन्फेक्शन तकिड़ो लग्गी सघे थो।
3. **मूत्र मार्ग में पथिरी :** किडनी, पेशाब वाहिनी या मसाने में पथिरी पेशाब जे वहिकरे खे बंद करे छडे थी ऐं इन्फेक्शन थियण जो खतिरो वधी वजे थो।
4. **संभोग :** जेके औरतू संभोग लाइ वधीक तैयार हूंदियूं आहिनि उन्हिन में

मूत्र मार्ग में रुकावट इहो वरी वरी पेशाब में इन्फेक्शन थियण जो मुख्य कारण आहे।

संभोग लाइ घटि माइलि औरतुनि खां वधीक इन्फेक्शन थियण जो इमिकान रहंदो आहे ।

5. जिनि मरीज़नि में घणे वक्रत खां पेशाब जी नली विझायल हूंदी आहे, अहिड़नि मरीज़नि में यु.टी.आइ. थियण जो खतिरो वधीक हूंदो आहे ।
6. जन्म खां ई मूत्र मार्ग में खामी, जंहुं में पेशाब मसाने खां पेशाब वाहिनीअ में उबितो वजे (Vesicoureteral Reflux) ऐं पोस्टीरीअ युरेथ्रल वाल्व में यु.टी.आइ. जो जोखम वधी वेंदो आहे ।
7. वड़ी उर्म जे मर्दनि में प्रोस्टेट जी गुंढि जे करे ऐं औरतुनि में पेशाब नलीअ जे सुसण जे करे पेशाब लाहिण में तकिलीफ पवंदी आहे ऐं पेशाब मसाने मां मुकमल तोर खाली नथो थी वजे ।
8. डायबिटीज़ में रतु ऐं पेशाब में खंडि जो अंदाज़ वधीक हुअण करे ।
9. डायबिटीज़, अेच.आइ.वी. ऐं कैसर जे मरीज़नि में कमिज़ोर थी वियल बीमारियुनि खां बचाव जी शक्तिअ जे करे यु.टी.आइ. थियण जो इमिकान वधी वजनि था ।
10. ब्रिया सबब : मूत्र मार्ग मं टी.बी. जो असर, मसाने जे सुसण जी प्रक्रिया में खामी (Neurogenic bladder or bladder diverticulum) वगैरह ।

छा मूत्र मार्ग जो वक्रत-बि-वक्रत इन्फेक्शन किडनीअ खे नुक्रिसान करे सघे थो?

रवाजी तोरि बालग अवस्था में मूत्र मार्ग जो इन्फेक्शन वक्रत-बि-वक्रत थियण जे बावजूद किडनीअ खे नुक्रिसान न थींदो आहे । जेतोणेक वक्रत-बि-वक्रत मूत्र मार्ग जो इन्फेक्शन थियण लाइ जवाबदार कारण जहिड़ोक : पथिरी, मूत्र मार्ग में रंडक या टी. बी. जी बीमारी वगैरह किडनीअ खे नुक्रिसान करे सघनि था । जीअं त,

**मूत्र मार्ग जे इन्फेक्शन जे कामियाब इलाज लाइ वरी-वरी
इन्फेक्शन थियण जो कारणु लहणु ज़रूरी आहे ।**

ब्रानि में मूत्र मार्ग जे इन्फेक्शन जो जेकडहिं वक्रतसिर, सही इलाजु न कयो वियो त विकास थींदड़ किडनीअ खे हमेशह लाइ नुक्रिसान थी सघे थो ऐं इन नुक्रिसान जे करे भविष्य में किडनीअ जी कमु करण जी शक्तिअ में घटिताई ऐं वधीक रतु जे ऊचे दाबु जी तकिलीफ थी सघे थी । इन करे मूत्र मार्ग जे इन्फेक्शन जो मसइलो ब्रानि खां बालग अवस्था में घटि गंभर लेखिबो ।

मूत्र मार्ग जे इन्फेक्शन जो निदान

मूत्र मार्ग जे इन्फेक्शन जो निदान ऐं उन जी सखिताई (Severity) ज्ञाणण लाइ पेशाब जी तपास कराई वेंदी आहे । जिनि मरीज़नि में सुसियल ऐं वरी वरी मूत्र मार्ग जो इन्फेक्शन थींदो हुजे, अहिड़नि मरीज़नि में वरी वरी थींदड़ बीमारीअ जो कारण ज्ञाणण लाइ अलग-अलग तपासूं कयूं वेंदियूं आहिनि ।

यु.टी.आइ. लाइ आम तपासूं

1. पेशाब जी तपास

यु.टी.आइ. जे मरीज़नि खे अलग करण लाइ पेशाब जी तपास तमाम अहिमियत वारी आहे । इन तपास लाइ सवेल सुबुह जो पहिरियों पेशाब वरितो वेंदो आहे । माइक्रोस्कोप (खूरिदबीनी) ज़रीये थींदड़ हिन तपास में (Pus cells) रोग जी हाज़िरी मूत्र मार्ग जो इन्फेक्शन बुधाये थी । पेशाब में अछनि जुज़नि जी हाज़िरी मूत्र मार्ग में सोजु डेखारे थी । पर उन्हनि जी ग़ैर हाज़िरी याने यु.टी.आइ. न आहे इहो बि नथी बुधाये । स्पेशियल युरीन डीपस्टीक टेस्ट (Leucocyte esterase and nitrite) जहिड़ो तपास ज़रीये यु.टी.आइ. जो निदान घर वेठे या कमु कंदे आफिस में पिणु थी सघंदो आहे । युरीन डीपस्टीक तपास में जेतरो घाटो रंग अेतरो पेशाब में वधीक बेक्टेरीया बुधाये थो । हिन

**युरीन कल्चर ऐं सेन्सीटीवी टेस्ट यु.टी.आइ. जे निदान ऐं
इलाज लाइ तमाम क्रीमती टेस्ट आहे ।**

तपास में जंहिं खे घाटो रंग अचे, उन्हीअ लाइ वधीक तपास कराइणु जरूरी बणिजे थी। भारत में इहा तपास वधीक डिसण में न ईदी आहे।

2. युरीन कल्चर ऐं सेन्सीटीविटी टेस्ट

युरीन कल्चर टेस्ट, यु.टी.आइ. जे निदान लाइ ऐं अन्टीबायोटिक इलाज शुरू करण खां अगि में कराइबी आहे। कुझ मुंझियल ऐं वरी वरी थींदइ मूत्र मार्ग जे इन्फेक्शन में ऐं खास निदाल लाइ पिणु युरीन कल्चर टेस्ट कराइबीआहे। युरीन कल्चर अटिकल 48 खां 72 कलाक वठंदी आहे। पेशाब जो नमुनो डियण खां पोइ अतिरे लंबे वक्त कां पोइ रिपोर्ट मिलंदी आहे, जेको हिन तपास जरूरीये केतिरी सखिताईअ सां इन्फेक्शन थियल आहे ऐं जंतू किथे लगल आहिनि, इहो सभु Culture and Sensitivity Test जरूरीये ज्ञाणी सघिजे थो।

इन्फेक्शन लाइ जवाबदार बेक्टेरिया जे किसिम जी ऐं उन जे इलाज लाइ असरदायक दवा बाबतु तुज ज्ञाण डिअे थी। रतु में अछनि जुजनि जो वधीक अंदाज इन्फेक्शन जी गंभीरता बुधाअे थो।

इन तपास लाइ पेशाबु करण वक्त विच वारे हिस्से जो पेशाब हिक जंतु मुक्त शीशीअ में खणिजे जीअं उन में ब्रिया के बि जंतु मिली (गडिजी) न वजनि। इन तपास लाइ पेशाब वठण जा ब्रिया तरीका (Supra-pubic aspiration, catheter-specimen) ऐं वेग स्पेसीमेन युरिन आहिनि।

3. रतु जी तपास

यु.टी.आइ. में रवाजी तरह हिमोग्लोबिन, टोटल ऐं डिफरनशीयल अछा जुजा, युरिया, सीरम (लिम्फ) क्रीअेटीनिन ब्लड सुगर ऐं सी रीअेक्टीव प्रोटीन जहिडिंयूं तपासूं कयूं वेंदियूं आहिनि।

मूत्र मार्ग जे इन्फेक्शन में वधीक पाणी पीअणु तमाम जरूरी आहे।

मूत्र मार्ग जो इन्फेक्शन वरी वरी थियण जे कारणनि जो निदान कहिडे नमूने थींदो आहे?

जंहिं सबब करे पेशाब में वक्त-बि-वक्त (वरी-वरी) रोग (Infection) थिअे या उन जो इलाजु कारिगर साबित न थिअे, त उन्हिन गाल्हियुनि जो निदान करण लाइ हेठीअं रीति तपास कई वेंदी आहे :

1. पेट जो अेक्स-रे ऐं सोनोग्राफी।
2. पेट जो सीटी स्केन ऐं एम.आर.आइ.।
3. वोइडिंग सीस्टो यूरेथ्रोग्राम (वी.सी.यु.जी.)
4. इन्ट्रा वीनस युरोग्राफी (आइ.वी.यु.)।
5. पेशाब में टी.बी. जे जंतु लाइ तपास (युरीनरी AFB)।
6. युरोलोजिस्ट द्वारां खास किसिम जी दूरबीन (Cystoscopy) जरूरीये मसाने जे अंदिरियें भाडे जी तपास (सिस्टोस्कोपी)।
7. स्त्री रोगनि जी माहिर गायनेकोलोजिस्ट द्वारां तपास ऐं निदान।
8. यूरो डाइनामिक्स (Urodynamics)।
9. ब्लड कल्चर।

मूत्र मार्ग में थींदइ इन्फेक्शन खे कहिडे नमूने रोकिये?

1. पाणी (पाणियठु) वधीक पीइजे, रोज 3-4 लिटर, जीअं पेशाब छूट मां अचे ऐं मसाने ऐं मूत्र मार्ग मां बेक्टेरिया खे कढी छडे।
2. हर बिन-टिन कलाकनि में पेशाबकजे। पेशाब खे न रोकिये। घणी देरि ताई पेशाब मसाने में भरे रखण सां बेक्टेरिया खे वधण जो मौक्रो मिली वेंदो आहे।

मूत्र मार्ग जी टी. बी. पेशाब जो इन्फेक्शन वरी वरी थियण जो हिकु मुख्य कारण आहे।

3. विटामिन सी वारा खाधा वधीक खाइजनि, अस्कोरबिक एसिड या केनबरी ज्यूस, जीअं पेशाब ऐसेडीक (तेज़ाबी) बणिजे ऐं बेक्टेरिया खे नास करे ।
4. कब्ज़ी थियण न डियो या उन जो इलाज करियो ।
5. औरतुनि खे पेशाब जी जगह ऐं गुदिया अगियां खां पुठिअें तरफ साफ करणु घुरिजे (पुठियां खां अगिअें तरफ न) इन आदत जे करे काकूस करण खां पोइ बेक्टेरिया योनी या पेशाब नलीअ ताई न फ़हिलजंदा ।
6. संभोगु खां पहिरियाई ऐं पोइ मूत्र मार्ग ऐं मल-मार्ग (गुदिया) साफ कजे ऐं पेशाब करे छडिजे । संभोगु खां पोइ सज़ो ग्लास पाणी पी छडिजे ।
7. औरतुनि खे अंदरियां कपड़ा कोटन जा पाइणा- तमामु टाईट या नायलोन जा कपिड़ा न पाइणु घुरिजनि ।
8. फ़क़ति हिकु अनेटीबायोटिक जो डोज़ वठण सां संभोगु खां पोइ औरतुनि में वरी वरी थींदइ मूत्र मार्ग जो इन्फेक्शन सुठे नमुने अटिकाअे सघिजे थो ।

मूत्र मार्ग जे इन्फेक्शन जो इलाजु

1. वधीक पाणियठु

पेशाब जे इन्फेक्शन जे मरीजनि खे वधीक पाणियठु (पाणी) पीअण जी खास सूचिना डिनी वेंदी आहे । किडनीअ जे इन्फेक्शन जे करे खूब उल्टियूं थींदियूं हुजनि, अहिडनि थोडनि मरीजनि के ब्राटिलनि ज़रीये इन्ट्रवीनस पाणियठु (IV fluids) डियण जी ज़रूरत पवंदी आहे ।

बुखार ऐं सूर लाइ दवा वठिजे । गरम थेल्हीअ जो सेक करण सां सूर में राहत थींदी आहे । काफी, शराब, सिगरेट ऐं तिखा खाधा बंद कजनि, जीअं मसाने में तकिलीफ न थिअे ।

पेशाब में टी.बी. जे जंतु जी तपास निदान लाइ तमाम अहिमियत वारी आहे ।

लोइर युरिनरी ट्रेक्ट इन्फेक्शन जो इलाजु (Cystitis, mild infections) :

नंढी उम्र जी तंदुरस्त औरतुनि में थोड़े वक्रत जूं अनेटीबायोटिक्स 3 डींहनि लाइ काफी आहिनि । के डॉक्टर सतन डींहनि जो कोर्स डींदा आहिनि । कडहिं कडहिं अनेटीबायोटिक्स जो फ़क़ति हिकु डोज़ डिनो वेंदो आहे । बालग़ा मर्द खे 7 खां 14 डींहनि जो अनेटीबायोटिक्स जो कोर्स करिणो पवंदो आहे । रवाजी तरह ट्राइमीथोप्रीम, सीफेलो स्पोरिन, नाइट्रो फ्युरेन्टोइन या फ्लोरो क्वीनोलोन्स डिनो वेंदो आहे ।

वधीक गंभीर किडनीअ जो इन्फेक्शन (Pyelonephritis) जो इलाज :

जिनि मरीजनि में वधीक गंभीर किडनीअ जो इन्फेक्शन (अक्यूट पायलोन नेफ्राइटिस Acute Pyelonephritis) हुजे, अहिडनि मरीजनि खे शुरूआत में इन्फेक्शन ज़रीये अनेटीबायोटिक्स डिनी वेंदी आहे । रवाजी तरह सीफेलो स्पोरिन्स, क्वीनोलोन्स, अमिनो ग्लाइको साईडस ग्रूप जा इन्फेक्शन हिन इलाज में कमु ईदा आहिनि । पेशाब जे कल्चर रिपोर्ट जी मदद सां वधीक असिराइटियूं दवाऊं, इन्फेक्शन पसंद कया वेंदा आहिनि । जडहिं मरीज जो बुखार ऐं उल्टियूं बंद थी वेंदियूं आहिनि ऐं तबियत में सुधारो थिअे त पोइ गोरियुनि या कैप्सुलनि ज़रीये कुल 14 डींहनि ताई इलाज कयो वेंदो आहे ।

इलाज शुरू करण खां पोइ थींदइ पेशाब जी तपास इलाज जे असर बाबत ज़ाण डींदी आहे । दवा पूरी थियण खां पोइ पेशाब में रोगु (Infection) नास थी वजे त इहो इन्फेक्शन ते काबू डेखारे थो ।

वरी-वरी थींदइ पेशाब जे इन्फेक्शन जो इलाजु

ज़रूरी तपास जी मदद सां किडनीअ जी कहिडी बीमारीअ जे करे वरी-वरी इन्फेक्शन थींदो आहे या इलाज कामियाब नथो वजे, उन जो निदान कयो वेंदो आहे । उन निदान खे ध्यान में रखंदे दवा में घुरिबल फेरिफार, आपरेशन वगैरह जो आयोजन कयो वेंदो आहे ।

मूत्र मार्ग में वरी-वरी इन्फेक्शन थियण जो हिकु मुख्य कारण मूत्र मार्ग जी टी.पी. पिणु आहे ।

मूत्र मार्ग जी टी.बी.

टी.बी. शरीर जे जुदा-जुदा उज्जिवनि ते असर कंदी आडे। जंहिं में किडनीअ ते असर 4%-8% मरीजनि में थींदो आहे। मूत्र मार्ग में वरी-वरी इन्फेक्शन थियण जो हिकु मुख्य कारण मूत्र मार्ग जी टी.बी. पिणु आहे।

मूत्र मार्ग जे टी.बी. जूं निशानियूं

- हीअ बीमारी रवाजी तरह 25 खां 40 सालनि जी उम्र दौरान औरतुनि खां मर्दनि में वधीक डिसण में ईदी आहे।
- 20%-30% मरीजनि में के बि निशानियूं डिसण में न ईदियूं आहिनि, पर बी तकिलीफ जी तपास दरम्यान ओचितो ई ओचितो हिन बीमारीअ जो निदान थींदो आहे।
- पेशाब में साडो थींदो हुजे, हर घडीअ पेशाब करण लाइ वजिणो पवंदो आहे।
- पेशाब गाडिहो ईंदो आहे।
- फकति 10%-20% मरीजनि खे शाम जो बुखार ईंदो आहे, थकि लगंदो आहे, वजनु घटिजणु, बुख न लगणु वगैरह टी. बी. जूं निशानियूं डिसण में ईदियूं आहिनि।
- मूत्र मार्ग जी टी.बी. जे वधीक गंभीर असर जे करे वधीक इन्फेक्शन थियणु, पथिरी थियणु, रतु जो दाबु वधणु या मूत्र मार्ग जी रंडक जे करे किडनी फुंडी करे खराब थी वजे वगैरह जहिडा मसइला पिणु थी सघनि था।

मूत्र मार्ग जी टी. बी. जो निदान**1. पेशाब जी तपास**

- हीअ सभिनी खां वधीक अहिमियत वारी तपास आहे। पेशाब में रसी, गाडिहा जुजा या ब्रई नजर ईदा आहिनि ऐं पेशाब ऐसेडिक हूंदो आहे।

टी.बी. जे करे मूत्र मार्ग में रंडक हुजे त उन जो इलाज दूरबीन या आपरेशन जरीये कयो वेंदो आहे।

- खास किसिम जी बारीकबीनीअ वारी तपास में पेशाब में टी. बी. जा जंतु (Urinary AFB) नजर ईदा आहिनि।
- पेशाब जी कल्चर जी तपास में के बि बेक्टेरिया नजर न ईदा आहिनि (Negative urine culture)

2. सोनोग्राफी

शुरुआती तबिके में हिन तपास में का बि ज्राण नथी मिले, केतिरा दफ़ा वधीक असर थिअे तडिहिं किडनी फुंडियल या सुसियल नजर ईदी आहे।

3. आइ. वी. पी.

तमाम काराइती हिन तपास में टी.बी. जे करे पेशाब वाहिनी (Ureter) जो सुसी वजणु, किडनीअ जी शिकिल में फेरिफार थियणु (फुंडी यो सुसी वजणु) या मसानो सुसी वजणु वगैरह तकिलीफूं नजर ईदियूं आहिनि।

4. बी तपास

कुझ मरीजनि लाइ मसाने जी दूरबीन जरीये तपास (सिस्टोस्कोपी) ऐं बायोप्सी घणो मददगार थींदा आहिनि।

मूत्र मार्ग जी टी.बी. जो इलाज**1. दवाऊं**

मूत्र मार्ग जी टी.बी. में, छातीअ में टी.बी. जी बीमारीअ में कमु ईदइ दवाऊं ई कमु ईदियूं आहिनि। रवाजी तोर शुरुआत जा ब्र महिना चइनि किसिमनि जूं दवाऊं ऐं उन खां पोइ टिनि किसिमनि जूं दवाऊं डिनियूं वेंदियूं आहिनि।

2. ब्रियो इलाज

टी.बी. जे करे जेकडिहिं मूत्र मार्ग में रंडक हुजे त उन जो इलाजु दूरबीन या

लगातार थधि सां बुखार, पुठीअ में सूर, मेरो या गाडिहो पेशाब अचे त यकिदम डॉक्टर जो संपर्क कजे।

आपरेशन जरीये कयो वेंदो आहे। कंहिं मरीज में किडनी सफा खराब थी वेई हुजे त उन किडनीअ खे आपरेशन जरीये दूर कयो वेंदो आहे।

यु.टी.आइ. जे मरीजनि खे डॉक्टर जो संपर्क कडहिं करणु घुरिजे ?

- यु.टी.आइ. जे मरीजनि खे डॉक्टर जो यकिदम संपर्क करणु घुरिजे: जेकडहिं पेशाब तामम घटि अंदाज में लहे या बिल्कुल बंद थी वजे।
- लगातार थधि सां बुखार, पुठीअ में सूर, पेशाब मेरो या गाड़िहो अचे।
- यु.टी.आइ. वारा सभेई ब्रार।
- तमाम उल्टियूं, कमिजोरी या रतु जो दाबु (बी.पी.) तमाम घटि थी वजे।
- जिनि मरीजनि में हिक ई किडनी हुजे या जंहिं खे माजीअ (गुजिरियल वक्रत) में पथिरी हुजे।
- 2 खां 3 डोंहनि जे अन्टीबायोटिक इलाज में कुझ बि फर्क न थियो हुजे, अहिडा मरीज।

१९. पथिरीअ जी बीमारी

पथिरी घणनि मरीजनि में नजर ईदड़ हिक अहिमियत वारी किडनीअ जी बीमारी आहे। पथिरीअ में सही न सघिजे एतिरो सूर थींदो आहे ऐं घणाई दफ़ा बिना कंहिं निशानीअ जे पिणु थींदी आहे। किनि मरीजनि में पथिरीअ जो वक्रत सिर इलाज न कयो वजे त पथिरी पेशाब में इन्फेक्शन ऐं किडनीअ खे नुक्रिसान पिणु करे सघे थी। हिकु दफ़ो पथिरी खिअे त, वरी वरी बि थिअे, इहा आम रवाजी गाल्हि आहे, तंहिंकरे पथिरीअ बाबत ऐं उन खे रोकण जे उपावनि बाबत जाणणु तमाम जरूरी आहे।

पथिरी छा आहे?

पेशाब में आयल केलिशियम ओक्ज़ेलेट या ब्रियनि मइदिनी लूणनि जा जुज़ा (Crystals) हिक ब्रिअे सां गडिजी लंबे अरिसे बइद मूत्र मार्ग में सख्त पदार्थ ठाहीनि था, जिन खे पथिरीअ तोर सुजातो वेंदो आहे।

पथिरी केतरी हूंदी आहे? उहा कहिडी डिसण में ईदी आहे? उहा मूत्र मार्ग में किथे डिसण में ईदी आहे?

मूत्र मार्ग में थींदड़ पथिरी जुदा-जुदा क़द (मक्रिदार) जी हूंदी आहे, जेका रेतीअ जे कणे जेतिरी नंठी या बाल जेतिरी वडी पिणु थी सघे थी। का पथिरी गोल या बेज़वे आकार (Oval) ऐं ब्राहिरां लसी हूंदी आहे। इन किसिम जी पथिरी घटि सूर कंदी आहे ऐं सिवलाईअ सां कुदरती नमूने पेशाब जरीये ब्राहिर निकरी वेंदी आहे।

का पथिरी खहुरी हूंदी आहे, बेहद सूर करे सघंदी आहे ऐं सविलाईअ सां पेशाब जरीये निकरंदी न आहे।

पथिरी मुख्य नमूने किडनी, पेशाब वाहिनी या मसाने में ऐं कडहिं कडहिं पेशाब जी नलीअ में पिणु नजर ईदी आहे।

मूत्र मार्ग जी पथिरी पेट जे न सही सघिजे अहिडे सूर जो मुख्य कारण आहे।

किडनीअ जी पथिरी केतिरिन किसिमनि जी हूंदी आहे?

किडनीअ जी पथिरी चइनि किसिमनि जी हूंदी आहे

- 1. केलिशुयम स्टोन्स (Calcium Stones) :** रवाजी तोर हिन किसिम जी पथिरी अटिकल 70%-80% मरीजनि में डिसण में ईदी आहे । केलिशुयम स्टोन्स घणो करे केलिशुय ओकजेलेट जे रूप में वधीक ऐं केलिशुय फास्फेट जे रूप में थोड़ा घटि हूंदी आहिन । केलिशुय ओकजेलेट जी पथिरी असेडिक पेशाब में ई ठहंदी आहे ।
- 2. स्ट्रुवीट स्टोन्स (Struvite Stones) :** स्ट्रुवीट स्टोन्स (मेग्नेशियम अमोनियम फास्फेट) पेशाब में ऐं किडनीअ में इन्फेक्शन जे करे ठहंदइ हिन किसिम जी पथिरी तमाम घटि अटिकल 10-15% मरीजनि में ई डिसण मं ईदी आहे । हिन किसिम जी पथिरी औरतुनि में वधीक डिसण में ईदी आहे ऐं आल्केलाइन युरीन में ई ठहंदी आडे ।
- 3. युरिक एसिड स्टोन्स (Uric Acid Stones) :** युरिक एसिड स्टोन्स तमाम घटि अटिकल 5-10% मरीजनि में, जिनि जे पेशाब में युरिक एसिड जो अंदाज वधीक हुजे ऐं पेशाब लगातार एसिडिक रहंदो हुजे, अहिइनि मरीजनि में थींदो आहे । जंहुं खे गाअुट (Gout), जेके मांस (गोशत) खाईदा हुजनि (जंहुं में प्रोटीन वधीक हूंदो आहे), डीहाइड्रेशन या केमोथ्रापी थियल हुजे, अहिइनि मरीजनि में पिणु वधीक नजर ईंदो आहे । युरिक एसिड स्टोन्स रेडीयोलुसेन्ट हूंदो आहे, जंहुं करे अेक्स-रे में नजर न ईंदो आहे ।
- 4. सीस्टीन स्टोन्स (Cystine Stones) :** Cystine Stones तमाम घटि अंदाज में ऐं किनि Cystinuria वारनि मौरोसी (वरिसे में) मरीजनि में ई नजर ईंदी आहे । पेशाब में वधीक अंदाज में Cystine खे सिस्टीन्युरीया चइजे थो ।

पेट जे सूर सां गडु गाडिहो पेशाब अचण जो मुख्य कारण पथिरी आहे ।

स्टेगहोर्न स्टोन छा (Staghorn Stone) आहे?

Staghorn पथिरी तमाम वडी Struvite किसिम जी हूंदी आहे जेका सजी किडनीअ में पखिडियल हूंदी आहे । हीअ पथिरी हरण जे सिडनि जहिइी डिसण में ईदी हुअण सबबु हिन पथिरीअ जो नालो Stag (deer हरण) horn (सिड) = Staghorn Stone रखियल आहे । घणे भाडे मरीजनि में हिन जो निदान देर सां थींदो आहे छाकाण त हीअ पथिरी तमाम घटि सूर करे थी या लंबे अरिसे ताई सूर खां सवाइ रहे थी ऐं किडनीअ खे तमाम घणो नुकिसान करे सघे थी ।

पथिरी थियण जा मुख्य कारण कहिइआहिन?

हरहिक माणहुअ में पथिरी ठहण जो गुमान आणे सघिजे थो । घणे भाडे माणहुनि मे पेशाब जूं खास किसिम जूं कीमियाई शयूं मइदिनी लूण जे जुजनि खे गडु थियण खां रोकीनि थियूं, जंहुं करे पथिरी नथी ठहे । कुइ माणहुनि में हेठियनि सबबनि जे करे पथिरी थियण जो इमिकान रहे थो ।

1. घटि पाणियठु खास करे घटि पाणी पीअण जी आदत ।
2. मौरोसी (वरिसे में) पथिरी थियण जी तासीर ।
3. खाधो: मांस (जंहुं में प्रोटीन वधीक हूंदो आहे), सोडियम ऐं ओकजेलेट जो अंदाज वधीक हुजे ऐं घटि फायबर ऐं वधीक पोटेशियम वारा खट्टा फल ।
4. रवाजी नमुने 75% किडनीअ जी पथिरी ऐं 95% मसाने जी पथिरी मर्दनि में वधीक थींदी आहे । 20 खां 70 सालनि जी उम्र दरम्यान ऐं वधीक चरिखीअ वारनि मर्दनि में पथिरी थियण जो इमिकान वधीक रहे थो ।
5. घणो वक्रत बिस्तरे दाखिल हुजे ।
6. जेके माणहु तमामु गरम या घिमियल वातावरण में रहंदी हुजनि ।
7. हर घडी मूत्र मार्ग में इन्फेक्शन ऐं रंडक जे करे पेशाब अटिकी पवंदो हुजे ।

मूत्र मार्ग जी पथिरी तमाम अकिसर किडनी ऐं मसाने में थींदी आहे ।

8. मेटाबोलिक डिसीज़: हाइपर पेरा थाइराइडीज़म, सिस्टीन्युरिया गाभूट वगैरह ।

9. विटामिन सी या केल्शियम वारियूँ दवाऊँ तमाम वधीक अंदाज़ में वठण सां ।

पथिरीअ जूँ ख़ासियतूँ (निशानियूँ)

पथिरीअ जो सूर पथिरी किये आहे, केतिरी आहे ऐं कहिड़े किसिम जी आहे उन ते आधार रखे थो । पथिरीअ जूँ आम ख़ासियतूँ (निशानियूँ) हिन रीति आहिनि :

- पेट में सूर ।
- घणाई दफ़ा पथिरीअ जो निदान ओचितो ई थींदो आहे । कडहिं वरी ब्री कंहिं तकिलीफ जी तपास करण सां या नेमाइतो हेल्थ चेक-अप कराइण वक्रत निदान थी वेंदो आहे । जंहिं पथिरीअ जूँ के बि निशानियूँ न हूँदियूँ आहिनि, उन खे Silent Stone चइबो आहे ।
- हर घड़ी पेशाब करण लाइ वज़िणो पवे ऐं लगातार पेशाब लगुण जो ख्याल रहे ।
- उलिटी-उब्रिथा थियनि ।
- पेशाब में रतु निकरे (Haematuria) ।
- पेशाब करण वक्रत सूर या साड़ो (जलनि) थियणु ।
- जेकडहिं पथिरी पेशाब जी नलीअ में अटिकी पवे ते पेशाब जो वहिकरो ओचितो ई बंद थी वजे ।
- पेशाब में पथिरीअ जो निकिरणु ।
- कुझ मरीज़नि में पथिरीअ जे करे वक्रत-बि-वक्रत मूत्र मार्ग में इन्फेक्शन ऐं पेशाब में रंडक जे करे किडनीअ खे रवाजी खां वठी गंभीर नुक़िसान पिणु थी सघे थो ।

सूर न कंदड़ पथिरीअ जे करे किडनी ख़राब थियण
जो ख़तिरो वधीक रहंदो आहे ।

पथिरीअ जे सूर जूँ ख़ासियतूँ

पथिरीअ जे सूर जी सख़्ताई ऐं सूर माणहू-माणहूअ में अलग-अलग हूंदो आहे । पथिरी किये आहे, केतिरी आहे ऐं कहिड़े किसिम जी आहे, उन ते मदार रखे थो । वड़ी पथिरी वधीक सूर कंदी आहे, इहा मज़िता ग़लत आहे । नंढी पर खहुरी पथिरी तमाम तिखो सूर कंदी आहे, वड़ी ऐं लसी पथिरीअ खां ।

- पथिरीअ जो सूर ओचितो ई ओचितो शुरू थींदो आहे । इहो सूर ड़िंहं जा तारा डेखारे छडे, अहिड़ो सख़्त ऐं सही न सघिजे, अहिड़ो हूंदो आहे ।
- किडनीअ जी पथिरीअ जो सूर कमर (चेल्हि) खां शुरू थी अगिते हेठि निहाई तरफ ईंदो आहे ।
- मसाने जी पथिरीअ जो सूर निहाईअ में ऐं पेशाब जी जगुह ते थींदो आहे ।
- ही सूर हलण-चलण ऐं ख़ास करे खडूँ खोबनि (Rough) वारे रस्ते ते मुसाफिरीअ में लोड्डा अचण सां वधंदो आहे ।
- ही सूर रवाजी तरह कलाकनि ताई हलंदो आहे ऐं पोइ आहिस्ते-आहिस्ते घटिजी वेंदो आहे ।
- घणे क्रदुर ही सूर तमाम वधीक हुअण सबबु मरीज़ डॉक्टर वटि डोड़ी वेंदो आहे ऐं सूर घटाइण लाइ दवा या इन्जेक्शन जी मदद वठंदो आहे ।

छा पथिरीअ जे करे किडनी ख़राब थी सघे थी?

हा, केतिरनि मरीज़नि खे मूत्र मार्ग में (किडनी या पेशाब वाहिनीअ में) वड़ी पथिरीअ जे करे रंडक थींदी आहे, जंहिकरे किडनीअ में ठहंदड़ पेशाब सवलआईअ सां मसाने में वज़ी न सघंदो आहे ऐं किडनी फुंडी पवंदी आहे । जेकडहिं इन पथिरीअ जो वक्रत सिर सही इलाज कयो न वजे त लंबे अरिसे बइद फुंडी वियल किडनी आहिस्ते आहिस्ते कमज़ोर थींदी आहे ऐं आखिर में बिल्कुल कमु करण बंद कंदी

घटि पाणी पीअणु ऐं किडनीअ जी पथिरीअ जो कुटुंब जो
वरिसो पथिरी ठहण जा मुख्य ब जोखमी कारण आहिनि ।

आहे। इन नमुने किडनी खराब थी वज्रण खां पोइ पथिरी कठी वजे तडुहिं बि किडनी वरी कमु करे सघे, इहो इमकान न जहिङो आहे।

मूत्र मार्ग में थोदड़ पथिरीअ जो निदान

पथिरीअ लाइ कुझ तपासूं खाली निदान लाइ ई न, पर पथिरीअ जे करे थोदड़ जोखम ऐं अहिङा कारण ज्ञाणण लाइ बि जरूरी आहिनि, जेके पथिरी थियण में जोर वठाईन था।

रेडीयोलाजीकल तपासूं

हीअ पद्धति तमाम सविली, घटि खर्च वारी ऐं सविलाई सां मिली सघे, अहिङी तपास आहे। सोनोग्राफी जी मदद सां मूत्र मार्ग में पथिरी ऐं उन जे करे रंडक जो पिणु निदान थी सघंदो आहे।

अेक्स-रे के.यू.बी.

हिन तपास जरूरीये पथिरीअ जे क्रद, शिकिल ऐं हंध (Place) जी पकी ज्ञाण X-ray of kidney-ureter-bladder (KUB) जरूरीये मिली सघंदी आहे। तंहिकरे पथिरीअ जो इलाज करण खां अगि में ऐं पोइ अेक्स-रे के.यू.बी. तमाम मददगार थींदी आहे।

सी.टी. स्केन:

पथिरीअ जो क्रदु, मूत्र मार्ग में रंडक जी तमाम पकी ज्ञाण लाइ सभ खां वधीक कमु ईदड़ ज्ञाण याने मूत्र मार्ग जो सीटी स्केन।

इन्ट्राविनस यूरोग्राफी

आइ.वी.पी. जी तपास रवाजी तरह पके निदान लाइ ऐं आपरेशन या दूरबीन जरूरीये थोदड़ इलाज खां अगि में कई वेंदी आहे। हिन तपास जरूरीये पथिरीअ जे क्रद, शिकिल ऐं जगुह जी पकी ज्ञाण खां सवाइ किडनीअ जी बनावत, उन जी

पेट में सूर ऐं पेशाब में रतु अचणु इहे मूत्र मार्ग में पथिरीअ जी हाजिरी मजिबूतीअ सां डेखारिन थियूं।

कमु करण जी शक्ति केतिरी आहे ऐं केतिरी फुंडियल आहे, उन जी ज्ञाण मिलंदी आहे।

लेबारेटरी जी तपास :

- **युरिन टेस्ट** : पेशाब जी तपास जरूरीये पेशाब में इन्फेक्शन ऐं पेशाब जो PH मापिबो आहे। 24 कलाकनि जे गडु कयल पेशाब मां पेशाब जो अंदाज, केलिशयम, फास्फोरस, युरिक एसिड, मेग्नेशियम, ओक्जलेट, साइट्रेट, सोडियम ऐं क्रीअेटीनिन मापी वेंदी आहे।
- **रतु जी तपास** : बुनियादी तपासूं जहिङोक कम्प्लीट ब्लड काअूट, क्रीअेटीनिन, इलेक्ट्रोलाइटस ऐं ब्लड सुगर ऐं खास तपास जंहिकरे के शयूं जेके पथिरी ठाहिण लाइ जवाबदार हूंदियूं आहिनि जीअं त कैलिश्यम, फास्फोरस, युरिक एसिड ऐं पेराथाइराईड हार्मोन जो अंदाज ज्ञाणण लाइ कई वेंदी आहे।
- **स्टोन अेनालीसीज** : जडुहिं पथिरी पंहिंजो पाण कुदरती नमुने निकरी वजे या कंहिं इलाज जी पद्धतिअ सां कठी वजे त उहा संभाले रखिजे। उन खां पोइ इन जो केमीकल अेनालीसीज (कीमियाई तफिरक) कयो वेंदो आहे त जीअं पथिरीअ जी बनावत ज्ञाणी सघिजे ऐं उन जी मदद सां अगिते पथिरी थियण खे कीअं रोकिजे ऐं कहिङो इलाज ऐं परहेज कजे, उन जी पिणु खबर पइजी सघंदी आहे।

मूत्र मार्ग में पथिरीअ जो इलाजु :

अटिकल 50-70% मरीजनि में वरी पथिरी थींदी आहे, छाकाणि त जंहिं मरीज खे हिक दफो पथिरी थी त उन खे वरी-वरी पथिरी थियण जो इमकान वधीक रहे थो जडुहिं जरूरी परहेज ऐं योग्य इलाज जरूरीये वरी पथिरी थियण जो इमकान 10% ताई घटि करे सघिजे थो। तंहिकरे पथिरीअ वारनि हरहिक मरीज खे संभाल सां परहेज रखणु तमामु जरूरी आडे।

शांत पथिरी “Silent Stones” खां खबरदार रहो, जंहिं में सूर न हूंदो आहे पर किडनीअ खे नुक्रिसान थियण जो वडो खतिरो हूंदो आहे।

वरी पथिरी न थिअे, इहो चार्हींदड़ पथिरीअ जे मरीज़नि खे हमेशह लाइ हेठियुनि सूचनाउनि जो सखिताईअ सां पालन करण ज़रूरी आहे।

1. वधीक पाणी पीअणु

- तमाम सविली ऐं अहिमियत वारी सूचना, जेका पथिरी थियण खे रोके थी, उहा आहे: “हमेशह पाणी वधीक पियण (3 लिटर या 12 खां 14 गिलास खां वधीक) ही उपाव पथिरी ठहण खे रोकण में तमाम अहिमियत जो पार्ट अदा करे थो। ड़ीहं दरम्यान केतिरो पाणी पीअजे थो उन जो माप रखण लाइ हिक बोतल पाणीअ जी हमेशह गडु रखो। पथिरी थियण खां रोकण लाइ पीअण जे पाणीअ जे क्रिसिम खां उन जो अंदाज़ वधीक अहिमियत वारो आहे।
- पथिरी थियण खे अटिकाइण लाइ केतिरो पाण पीअजे थो उन खां बि केतिरो पेशाब अचे थो, उहो वधीक अहिमियत वारो आहे। रोज़ ब्रिनि लिटरनि खां वधीक पेशाब अचे अतिरो पाणी पीअणु ज़रूरी आहे।
- पेशाब सज़ो ड़ीहं पाणीअ जहिडो साफ अचे त उन जो मतिलबु इहो आहे त पाणी पूरे (घुरिबल) अंदाज़ में पीतो वियो आहे। पीलो (घाटो) पेशाब अचे त पाणी घटि पीतो वियो आहे, इहो बुधाअे थो।
- पथिरी ठहंदी अटिकाइण लाइ रोटी खाइण खां पोइ जे 3 कलाकनि दरम्यान, वधीक महिनत वारे कमु करण खां पोइ यकिदम, राति जो सुमहण खां अगि में ऐं अधि राति जो विच में उथी करे 2 गिलास (वधीक) पाणी पीअणु तमाम ज़रूरी आहे। राति जो खास आलारम (Alarm) रखी उथी करे पाणी पीअणु सलाह भरियो आहे। ड़ीहं जो कंहिं खास वक्रत दरम्यान पेशाब घटि ऐं पीलो (घाटो) ठहंदो आहे। इन पेशाब में मइदिनी लूणनि जो अंदाज़ वधीक हुअण सबबु पथिरी ठहण जी प्रक्रिया तमाम तकिड़ी हूंदी आहे, जेका अटिकाइणु ज़रूरी आहे। इन नमूने ड़ीहं जो कंहिं वक्रत पथिरी ठहण जो जोखम वधीक हुजे

तड़हिं वधीक पाणी पीअण सां पेशाब छिडो, साफ ऐं वधीक अंदाज़ में ठहंदो आहे, जंहिं करे पथिरी ठहंदी रोके सघिजे थी।

- ऊन्हारे दरम्यान वधीक पाणी पीअणु सलाह भरियो आहे छाकाणि त गरमीअ दरम्यान वधीक अंदाज़ में पाणी पघर ज़रीये ब्राहिर निकरी वेंदो आहे।
- पाणियठु में पाणीअ खां सवाइ नारेल जो पाणी, जव जो पाणी, शरिबत, छिडी लसी या सादी थधी पाणियाठु (जीअं त लूण बिना सोडा लेमन) वगैरह वधीक अंदाज़ में वठणु घुरिजनि।

पथिरी ठहंदी अटिकाइण लाइ कहिडे क्रिसिम जी पाणियाठु वठणु घुरिजे?

पाणियाठु में नारेल जो पाणी, जव जो पाणी, शरिबत, छिडी लसी, सादी थधी पाणियाठु (जीअं त बिना लूण जे सोडा लेमन) वगैरह वधीक अंदाज़ में वठण सां पथिरी ठहण जो इमकान घटिजी वेंदो आहे पर पाणियठु में 50% जेतिरो पाणी वठणु तमाम ज़रूरी आहे।

किडनीअ जी पथिरीअ वारनि मरीज़नि खे कहिडे क्रिसिम जी पाणियठु न वठणु घुरिजे?

डाख (अंगूर) जो रसु, अपल ज्युस, कड़क चांहिं, काफ़ी, चाकलेट या तमाम खंडि वारियूं थधियूं पाणियठूं जीअं त कोका कोला ऐं सभिनी क्रिसिमनि जो शराब, बीयर वगैरह न वठिजनि।

2. लूण घटि वठणु

खाधे में वधीक लूण न खाइजे, इन करे अथाणो, पापड़, खारो नास्तो वगैरह न खाइजनि। खाधे में वधीक लूण या सोडियम वठण सां पेशाब में केलिशियम वधीक निकिरंदी आडे, जंहिं करे केलिशिय स्टोन्स थियण जा इमिकान पिणु खूब वधी वेंदा आहिनि। तंहिं करे पथिरी न थियण लाइ खाधे में सोडियम जो अंदाज़ 100mEq खां घटि ऐं लूण जो अंदाज़ 6 gram जेतिरो रखणु घुरिजे।

पथिरीअ जे निदान जी मुख्य तपास सोनोग्राफी ऐं अेक्स-रे आहिनि।

मूत्र मार्ग में पथिरीअ जे निदान लाइ सीटी स्केन, सोनोग्राफी ऐं अेक्स-रे मुख्य अहिमियत वारा ज़रीया आहिनि।

3. मास-मछी जो अंदाज घटाइणु :

मांसाहारी भोजन जीअं त गोशत, मुरिघी, मछी, बेदा(Eggs) न वठिजनि । इन मांसाहारी खाधे में वधीक अंदाज में युरिक एसिड/प्युरीन्स आहिनि, जंहुिं करे युरिक एसिड स्टोन ऐं केलिश्यम स्टोन ठहण जो इमिकान वदी वेंदो आहे ।

4. हम वजिनी खाधो

हम वजिनी खाधो वठिजे, जंहुिं में वधीक भाजियू ऐं मेवा (फल) हुजनि, जंहुिं में एसिड जो अंदाज घटि हूंदो आहे ऐं पेशाब खे पिणु घटि एसेडिक रखे थो । फल जहिडोक केला, मौसमी, चेरीस, कारी डाख, आनानस वधीक वठिजनि । भाजियुनि में गजर, करेला, सिमला मिर्च, स्कवेश वगैरह वधीक वठिजनि । फाइबर (तंदुनि) वारो खाधो वधीक वठिजे, जीअं त जव, दालियू, ओटस ऐं सायलम जा ब्रिज । रिफाईन्ड खाधा, व्हाईट ब्रेड, पास्ता ऐं सुगर (खंडि) जहिडा खाधा न वरिताइजनि, छाकाणि त वधीक सुगर वारो खाधो किडनीअ में पथिरी थियण लाइ भाईवार बणिजे थो ।

5. ब्रियूं सूचिनाऊं

विटामिन सी वधीक अंदाज में (4 ग्राम या वधीक) न वठिजे । देरि राति जो वधीक गुरो खाधो न खाइजे, छाकाणि त अकेली थोल्हि किडनीअ में पथिरीअ खे दावत डींदी आहे इन करे हम वजिनी खाधे जरीये वजन काबू रखणु तमाम सलाह भरियो आहे ।

खास खबरदारियूं**1. केलिश्यम वारी पथिरीअ लाइ परहेज**

- **खाधो** : पथिरीअ जे मरीजनि खे केलिश्यम वारो खाधो घटि खाइणु घुरिजे, अहिडी गलत मजिता आहे । जेकडहिं तंदुरस्त खाधो खाधो वजे, जंहुिं में

मूत्र मार्ग जी पथिरीअ जे इलाज ऐं खबरदारीअ लाइ तमाम घणो पाणी पीअणु सविले में सविलो तमाम जरूरी वसीलो आहे ।

केलिश्यम वधीक अंदाज में हुजे मिसाल तोर खीर जूं शयूं, त पथिरी ठहंदी रोके सघिजे थी पर जेकडहिं घटि केलिश्यम वारो खाधो वरितो वजे त, ओक्जलेट पेट मां जुजुब थी वेंदो आहे ऐं ओक्जलेट पथिरी ठहण जो इमिकान वधी वेंदो आहे ।

- वधीक या घटि केलिश्यम वारो खाधो न वठिजे छाकाणि त ब्रई गाल्हियूं पथिरी थियण जो जोखम वधाईन थियूं । जेकडहिं केलिश्यम ड्रियणु लाजिमी ई हुजे त उहो रोटीअ सां डिजे, जंहुिं करे पथिरी थियण जो जोखम घटिजंदो आहे ।
- **दवाऊं** : केलिश्यम स्टोन थियण खे रोकण लाइ थाइझाइड डाययुरेटीक्स मददगार थियन थियूं ।

2. ओक्जलेट पथिरीअ (Oxalate Stone) लाइ परहेज

हेठीअं रीति जा वधीक ओक्जलेट वारा खाधा घटि वठिजन ।

- **भाजियूं** : पालक जी भाजी, वाडण, सिडियूं, भींडियूं, बीट, काकडी, टमाटा ऐं लाहोरी गजर ।
- फल** : स्ट्रोबेरी, रासबेरी, चकू, आमला (आंवड़ा), सीताफल, अंगूर, खज्रा, (काजू) बोहीमुड (मांडवी), बादाम, अंजीर ।
- ब्रिया खाधा** : सिमला मिर्च, फ्रूट केक, संगतिडन जो मुरबो (Marmalade), चाकलेट, पीनट बटर, सोयाबीन ऐं कोको ।
- **डींक्स** : अंगूर जो ज्युस, थम्सअप, पेप्सी, कोका कोला, केडबरी, कडक कडिहयल चांहुिं ।

3. युरीक एसिड वारी पथिरीअ लाइ परहेज

- शराब, बीयर जहिडियूं सभु आल्कोहाल वारियूं नशेदार शयूं बंद कजनि ।
- मांसाहारी खाधो न खाइणो जहिडोक गोशत (मि.तो. मगज) जेरांडी (कलेजी),

साफ, शफाफ, पाणीअ जहिडो पेशा बुधाअे थो त पाणी मुकलम अंदाज में पीतो वियो आहे ।

बुकियूं (Kidney) मछी (मि. तो. अेनकोवीस, सारडीन्स, हेरींग, ट्राअूट साल्मोन, सूअर जो गोशत (Pork), चिकन, बेदा, वडो गोशत (Beef) वगैरह ।

- दालियूं घटि खाइजनि, जीअं त फरियूं, मटर, तूहर जी दाल, भाजियूं जहिडोक मशिरूम, पालक जी भाज्जी, अेसपेरेगस ऐं गुल गोभी ।
- वधीक तिखो, तरियल, क्रीम वारो खाधो घटि खाइजे या न खाइजे जीअं त आइस्क्रीम, वेफर वगैरह ।
- **दवाऊं** : अेलोप्युरीनोल जेका युरिक अेसिड घटि ठहणु ड्डीदी आहे ऐं पेशाब में पिणु उन जो नेकाल घटि करे थी । पोटेशियम साइट्रेट, जेको पेशाब खे आल्कलाइन रखंदी आहे छाकाणि त युरिक अेसिड जा कणा ठही करे अेसिडिक पेशाब में पथिरी ठहंदी आहे ।
- **ब्रियूं सूचिनाऊं** : वज्जन घटाइजे ।

मूत्र मार्ग में पथिरीअ जो इलाजु :

पथिरीअ लाइ कहिडो इलाज ज़रूरी आहे उहो पथिरीअ जो क्रदु, पथिरीअ जी जगह, उन जे करे थोदड़ तकिलीफ ऐं जोखमनि खे ध्यान में रखी तय कयो वेंदो आहे । इन इलाज जा मुख्य ब्र किसिम आहिनि :

1. दवा ज़रीये इलाज
2. मूत्र मार्ग मां पथिरी कढण जो ख़ास किसिम जो इलाजु (आपरेशन, दूरबीन, लिथो ट्रीस्पी वगैरह)

1. दवा ज़रीये इलाजु

50% खां वधीक मरीज़नि में पथिरी नंढी हूंदी आहे ऐं कुदरती नमूने ई टिनि खां छहिन हफ़ितनि में पेशाब द्वारां निकरी वेंदी आहे । इन दरम्यान मरीज़ खे पीड़ा

खाधे में लूण ते बंदिश, केलिशियम पथिरीअ खां
बचण लाण तमाम ज़रूरी आहे।

(सूर) में राहत ड्रियण लाइ ऐं पथिरी तकिड़ी निकिरे इन लाण मदद करण लाइ ही इलाज कयो वेंदो आहे ।

- **दवा ऐं इन्जेक्शन** : पथिरीअ जे न सहण जहिडे सूर खें घटाइण या दूर करण लाइ वक्रत सिर, सज्जो ड्डीहं असर करे, अहिडे दर्द मिटाईदड़ (Analgesic) गोरी या इन्जेक्शन जो उपयोग कयो वेंदो आहे ।
- **वधीक पाणियठु** : जड्डीहं पथिरीअ जो सूर हुजे तड्डीहं पाणियठु माप में वठणु घुरिजे छाकाणि त वधीक पाणियठु सूर वधाअे बि सघे थी । जड्डीहं सूर मिटी वजे उन खां पोइ पथिरीअ जे मरीज़नि खे वधीक पाणियठु-पाणी पीअण जी सूचिना ड्रिनी वेंदी आहे । अटिकल 2 खां 3 लिटर जेतिरी पाणियठु-पाणी रोज़ पीअजे, जंहिं करे पेशाब जो अंदाज़ वधंदो आहे ऐं तंहिं करे पेशाब में पथिरी निकिरी वज्जन में मदद मिलंदी आहे । बीयर इहो पथिरी कढण जो इलाजु आहे, इहा मज्जिता ग़लत आहे । जड्डीहं पेट जे न सहण जेतिरे सूर ऐं उल्टी उब्रिथनि जे करे पाणियठु पीअणु मुमकिन न हुजे, अहिडनि मरीज़नि खे ब्राटिलनि ज़रीये पाणियठु ड्रिनी वेंदी आडे । जड्डीहं पेशाब में पथिरी निकिरे, तड्डीहं मरीज़ खे ऊन जी अग़िते तपास लाइ संभाले रखणु घुरिजे । पथिरी संभाले रखण लाइ पेशाब परिण (अटे छाणी Sieve) में कजे, जीअं पथिरी सविलाईअ सां खणी सधिजे ।

ब्रियूं सूचिनाऊं

पेशाब जो PH क़ाइम रखणु तमामु ज़रूरी आहे । केलिशियम चैनल ब्लोकर्स ऐं आल्फा-ब्लोकर्स जहिडियूं दवाऊं पेशाब वाहिनीअ में सुसण (मरोड़) खे घटाईनि थियूं जंहिकरे पथिरी सविलाईअ सां कुदरती नमने निकिरी वेंदी आहे । पथिरीअ जे केतिरनि मरीज़नि में पेशाब जे इन्फेक्शन जो मसइलो ड्रिसण में ईदो आहे । खाधे में, दवाउनि में ऐं ब्रियनि सभिनी परहेजुनि जो सखिताईअ सां पालन करणु ज़रूरी आहे ।

ख़बरदार! केलिशियम वारनि खाधनि जी
घटिताई पथिरी ठहण में मदद कंदी आहे।

सर्जिकल इलाजु

(मूत्र मार्ग मां पथिरी कठण जो ख़ास किसिम जो इलाज)

कुदिरती नमूने निकिरी न सघनि, अहिड़ियूं पथिरियूं कठण लाइ जुदा-जुदा घणा विकल्प आहिनि । सभ खां वधीक कमु ईदड़ पद्धति अेकस्ट्रा कोरपोरीयल शॉक वेव लिथोट्रीप्सी (इ.अेस.डबल्यु.अेल.), परफ्यूटेनियस नेफ्रोलिथो ट्रीप्सी (पी.सी.अेन.अेल.), यूरेटरोस्कोपी ऐं तमाम घटि किसिम में थींदड़ ओपन सर्जरी (वढ कुट) । पथिरीअ जे क्रद, जगुह ऐं किसिम खे ध्यान में रखी कहिड़ी पद्धति मरीज़ लाइ उत्तम आहे, उहो युरोलोजिस्ट या सर्जन तय कंदो आहे ।

छा, हरहिक पथिरी यकिदम कढाइणु ज़रूरी आहे?

न, जेकडहिं पथिरी तमाम नंढी हुजे ऐं दवा जे इलाज ज़रीये निकिरी सघंदी हुजे त यकिदम कढाइणु जी ज़रूरत न आहे । पर जेकडहिं हेठियूं निशानियूं डिसण में अचनि त यकिदम इलाज कराइणु ज़रूरी बणिजे थो ।

- लंबे अरिसे ताई पथिरी हुजे ऐं हर घड़ी सहन करे न सघिजे अहिड़ो सूर करे ऐं पंहुंजो पाण न निकिरे ।
- तमाम वड़ी पथिरी हुजे, जेका मूत्र मार्ग मां निकिरी न सघे ।
- मूत्र मार्ग में रुकावट करे ऐं किडनीअ जी कमु करण जी शक्तिअ ते असर करे ।
- पेशाब में वक्रत-बि-वक्रत इन्फेक्शन करे ऐं पेशाब में रतु ईदो हुजे ।

डॉक्टर इन पथिरीअ जी तमाम ध्यान सां जाच करे कडहिं ऐं कहिड़ी पद्धतिअ सां दूर करण सलाह भरियो आहे उन जी सलाह डींदो आहे । जेकडहिं पथिरीअ जे करे मूत्र मार्ग में रुकावट थिअे, पेशाब में वक्रत-बि-वक्रत रतु या रोग अचे या किडनीअ खे नुकिसान थींदो हुजे त उन खे यकिदम कठणु ज़रूरी आहे ।

1. इ.अेस.डबल्यु.अेल.-Extra corporeal shock wave Lithotripsy

- इ.अेस.डबल्यु.अेल. - अेकस्ट्रा कोर्पोरल शोकवेव लिथोट्रीप्सी किडनी ऐं पेशाब

नंढी पथिरी वधीक पाणी (पाणियठु) वठण सां,
कुदिरती नमूने निकिरी सघंदी आहे ।

वाहिनीअ जे मथिअें हिस्से में आयल 1.5 cm खां नंढी पथिरी दूर करण जी तमाम आधुनिक ऐं असरदायक पद्धति आहे ।

हिन पद्धतिअ में ख़ास किसिम जी लिथोट्रोपटर मशीन मां पैदा कयल शक्तिशाली लहिरुनि (Shock wave) जी मदद सां पथिरीअ जा रेतीअ जेतिरा टुकिड़ा कया वेंदा आहिनि जेके आहिस्ते-आहिस्ते थोड़नि डींहुंनि में पेशाब मइरफ़त ब्राहिर निकिरी वेंदा आहिनि । लेथोट्रीप्सी करण खां पोइ मरीज़ के ख़ूब पाणियठु (पाणी) पीअण लाइ चयो वेंदो आहे, जंहुं करे टुकिड़ा थी वियल पथिरी सविलाईअ सां पेशाब में निकिरी वजे । वड़ी पथिरीअ में लिथोट्रीप्सी करण खां पोइ पेशाब वाहिनीमें घणा दफ़ा रंडक थींदड़ रोकण लाइ हिक कोमल प्लास्टिक जी ट्यूब विझिबी आहे, जंहुं खे “Stent” चइबो आहे ।

हीअ पद्धति तमाम सलामत लेखिबी आहे । केतिराई दफ़ा लिथोट्रीप्सी करण खां पोइ पेशाब में रतु, मूत्र मार्ग में इन्फेक्शन, केतिराई दफ़ा पथिरी दूर करण लाइ हिक खां वधीक दफ़ा इहो इलाजु करिणो पवंदो आहे, कडहिं कडहिं पथिरीअ जा टुकिड़ा मूत्र मार्ग में रंडक कंदा आहिनि, कडहिं किडनीअ खे नुकिसान थियण सां रतु जो दाबु वधी वेंदो आहे ।

फायदनि में ड़िठो वजे त हीअ पद्धति तमाम सलामत आहे जंहुं में रवाजी तोर मरीज़ खे इस्पताल में दाखिल करण जी ज़रूरत न पवंदी आहे । आपरेशन करण खां सवाइ, दूरबीन खां सवाइ, बेहोश करण खां सवाइ पथिरी निकिरी सघंदी आहे । सूर तमाम घटि या न जहिड़ो थींदो आहे ऐं सभिनी उम्र जे मरीज़नि लाइ सुठे में सुठी आहे ।

तमाम वड़ी पथिरी ऐं थुल्हनि मरीज़नि में हीअ पद्धति असिराइती न आहे । गर्भावस्था मे हीअ पद्धति बराबर न आहे ऐं जिनि मरीज़नि में रतु जो तमाम ऊचो दाबु पेशाब में तमाम घणो इन्फेक्शन, मूत्र मार्ग में रंडक या रतु जे ज़ुमी

पथिरी 50% खां वधीक मरीज़नि में वरी थी सघंदी आडे इन
खां बचण लाइ सूचिनाउनि जो सखिताईअ सां अमल कजे ।

वज्रण जी प्रक्रिया में कुझ तकिलीफ हुजे, अहिङनि मरीज़नि लाइ पिणु हिन पद्धतिअ जी सलाह न डिनी वेंदी आहे।

लितोटीप्सी करण खां पोइ डॉक्टर खे नेमाइतो डेखारिजे, कुझ वक्रत जी विछोटीअ बइद रिपोर्टस कराइजनि ऐं वरी पथिरी न थिअे उन लाइ हर क्रिसम जी संभाल ऐं परहेज तमाम ज़रूरी आहे।

2. पी.सी.अन.अेल. (Percutaneous Nephrolithotomy (PCNL))

किडनीअ जी पथिरीअ जो दूरबीन ज़रीये इलाजु (पी.सी.अन.अेल.) किडनीअ जी पथिरी जडुहिं विचोली साईज या वडी (1.5 से.मी. खां वडी) हुजे, तडुहिं उन खे दूर करण जी हीअ आधुनिक ऐं उत्तम पद्धति आहे। जडुहिं यूरेटोस्कोपी या लितोटीप्सी द्वारां पथिरी न निकिरे तडुहिं पी.सी.अन.अेल. पद्धति सुठे में सुठी लेखिबी आहे।

हिन पद्धतिअ में पासे में, किडनीअ जी जगुह ते सोनोग्राफी जे मदद सां नंडो चीर (Cut) डेई, किडनीअ ताई सोराख जो रस्तो ठाहे ऐं खास किसिम जे ओज़ार सां चीर वेकिरो कयो वेंदो आहे ऐं किडनीअमें पथिरी हुजे ओसिताई नली विझिबी आहे। खास ओज़ार जंहिंखे नेफ्रोस्कोप चइबो आहे, उन जी मदद सां पथिरी डिसी सघिबी आहे। नंडी पथिरीअ खे Forceps (चिमिटी-अंबूरी) जी मदद सां ऐं वडी पथिरीअ खे Shock Wave ज़रीये टुकिड़ा करे दूर कयो वेंदो आहे (Nephrolithotripsy)।

पी.सी.अन.अेल. तमाम सलामत पद्धति हुअण जे बावजूद हरहिक आपरेशन द्वारां इलाज में तकिलीफू थी सघनि थियूं जीअं त रतु जो वहणु, इन्फेक्शन थियणु, ब्रियनि ऊज़िवनि खे ईज़ाउ थियणु मिसाल तोर आंडा, मसानो ऐं हाइड्रोथोरेक्स थियणु।

पाणी वधीक पीअणु इहो पथिरीअ जे इलाज ऐं वरी थियणु खां रोकण लाइ तमाम ज़रूरी आहे।

रवाजी नमूने पेट खोले करे थींदइ पथिरीअ जे आपरेशन में पुठी ऐं पेट ते लगु-भगु 12cm खां 15cm, जेतरो डिघो चीर डिणो पवंदो आहे पर हिन आधुनिक पद्धतिअ में फकति 1 से.मी. जेतरो नंडो चीर कमर ते डिनो वेंदो आडे, जंहिं करे आपरेशन खां पोइ थोरे वक्रेत में मरीज़ रोज़ाना कम शुरू करे सघंदो आडे।

3. यु.आर.अेस. (Ureteroscopy (URS))

मसाने ऐं पेशाब वाहिनीअ में आयल पथिरीअ जो दूरबीन ज़रीये इलाजु : मसाने ऐं पेशाब वाहिनीअ में आयल पथिरीअ जे इलाज लाइ हीअ पद्धति उत्तम आहे। हिन पद्धतिअ में आपरेशन या सोराख करण खां सवाइ पेशाब करण जे मार्ग में खास किसिम जी दूरबीन (Cystoscope या Ureteroscope जेका हल्की, सन्ही (पतिली) ऐं सविलाईअ सां मुड़ी सघे अहिड़ी नली हूंदी आहे, जंहिंजे अगिं हिस्से में केमेरा हूंदी आहे) जी मदद सां पथिरीअ ताई पहुचिबो आहे। पथिरीअ जे क़द ऐं पेशाब वाहिनीअ जी वेकरि खे ध्यान में रखी वडी पथिरीअ खे 'Shock wave Probe' ज़रीये टुकिड़ा करे दूर कबो आहे (Pneumatic Lithotripsy पद्धतिअ सां) ऐं ऊहा पेशाब ज़रीये निकिरी वेंदी आहे ऐं नंडी पथिरीअ खे खास चिमिटे सां पकिड़े ब्राहिर कडिबो आहे। हिन पद्धतिअ जो वडो फायदो इहो आहे त मरीज़ यकिदम घर वजी सघे थो ऐं ब्रिनि या टिनि डींहनि में ई आम जीवन जीअी सघे थो ऐं चीर डिणु खां सवाइ पिणु तमाम सख्त ऐं वडी पथिरीअ खे भजी करे सन्हा टुकिड़ा करे सघिबो आहे। गर्भावस्था में थुल्हिनि मरीज़नि में ऐं रतु ज़मी वज्रण जी तकिलीफ वारनि मरीज़नि में पिणु हीअ पद्धति सलामत आहे।

यु.आर.अेस. तमाम सलामत आहे पर सर्जरीअ वारे इलाज में थोड़ो जोखम (खतिरो) त हूंदो ई आहे, जीअं त पेशाब में रतु जो निकिरण, मूत्र मार्ग जो

पी.सी.अन.अेल. विचोली या वडी साईज जी पथिरी कडण जी तमाम असिराइती पद्धति आहे।

इन्फेक्शन, पेशाब वाहिनीअ में सोराख थियणु ऐं मूत्र मार्ग खे ईजाऊ थियण सां (Ureteral Structure) पेशाब जी नली सुसी सघे थी ।

4. आपरेशन

आपरेशन में वढ-कुट (शस्त्र-क्रिया) जो उपयोग वधीक हुअण सबबु उहा पीड़ादायक हूंदी आहे ऐं मरीज़ खे 5 खां 7 डींहं होस्पिटल में रहिणो पवंदो आहे. नई आधुनिक पद्धतियुनि जी हासिलात जे करे चीर ड्रेई आपरेशन करण जी ज़रूरत तमाम घटिजी वेई आहे ऐं इहो आपरेशन तमाम घटि मरीज़नि में, जिनि खे ब्रिया गंभीर मसइला हुजनि या पथिरी वधीक हुजे, तडहिं ई कयो वेंदो आहे ।

हिन आपरेशन जो मुख्य फायदो इहो आहे त हिक ई आपरेशन ज़रीये वधीक अंदाज़ में ऐं वड्डी पथिरी हुजे त उन खे बि कठी सघिबो आहे । विकास शील देशनि में जिते साधन सामग्रीअ जी हासिलात घटि हूंदी आहे उते ही आपरेशन वधीक कमु डींदइ ऐं असिराइतो हूंदो आहे ।

किडनीअ जी पथिरीअ वारनि मरीज़नि खे डॉक्टर जो यकिदम संपर्क कडहिं करणु घुरिजे

किडनीअ जी पथिरीअ वारनि मीरज़नि खे डॉक्टर जो यकिदम संपर्क तडहिं करणो, जडहिं

- पेट में सही न सघिजे अतिरो सूर पवे ऐं दवा सां न मिटंदो हुजे ।
- तमाम घणी उल्टी ऐं उब्रिथा अचनि, जंहिकरे दवा या पाणियठु वठी न सघिजे ।
- थधि सां बुखार अचे ऐं पेशाब में साड़े सां पेट में सूर थिअे ।
- पेशाब में रतु अचे ।
- पेशाब बिल्कुल बंद थी वजे ।

२०. प्रोस्टेट जी तकिलीफ

प्रोस्टेट ग़दूद फ़क़ति मर्दनि में ई हूंदो आहे । प्रोस्टेट ग़दूद जे वधी वज़ण (वड्डी थियण) करे पेशाब में तकिलीफ रवाजी तरह 60 सालनि खां पोइ याने वड्डी उम्र में डिसण में ईदी आहे । भारत ऐं दुनिया में सरासरी उम्र में इज़ाफो थियण सां गडोगडु BPH जे मसइलनि जे अंदाज़ में पिणु इज़ाफो नज़र अचे थो ।

प्रोस्टेट किये आयल हूंदी आहे ऐं उन जो कमु छा आहे?

मर्दनि में सोपारीअ जे क्रद जेतिरी प्रोस्टेट ग़दूद मसाने जे हेठिअें हिस्से (Bladder neck) में आयल हूंदी आहे ऐं उहा पेशाबजी नली (युरेथ्रा) जे शुरूआती भाडे जे आस पास वकोड़ियल हूंदी आहे याने मसाने मां निकिरंदइ पेशाब जी नलीअ जो शुरूआत वारो हिस्सो प्रोस्टेट जे विच मां लंघंदो आहे ।

वीर्य खणी वेंदइ नलियूं प्रोस्टेट मां लंघे पेशाब जी नलीअ में पासे में खुलंदियूं आहिनि । इन सबब जे करे प्रोस्टेट ग़दूद मर्दनि जो औलाद पैदा करण जो हिक मुख्य ऊज़िवो आहे ।

बिनाईन प्रोस्टेटिक हाइपर प्लासिया (Benign Prostatic Hyperplasia-BPH) छा आहे?

- बिनाईन प्रोस्टेटिक याने उम्र जे 'वधण सां रवाजी तरह डिसण में न अचे, अहिडे किसिम जी प्रोस्टेट जी तकिलीफ, जेका नुक्रिसानकार न हूंदी आहे (जेका कैसर जे करे न आहे) ।
- हाइपर प्लासिया याने प्रोस्टेट जो क्रदु वधी वज़णु । मुखितसर (थोड़े में), उम्र वधण सां मर्दनि में प्रोस्टेट जे ग़दूद जे क्रद में इज़ाफो थियण सां रवाजी नमूने नज़र ईदइ तकिलीफ खे बी.पी.अेच. चइजे थो । प्रोस्टेट जे क्रद जे वधण जे करे उहो मूत्र मार्ग में रंडक करे थो ऐं पेशाब करण में तकिलीफ पवंदी आडे । पेशाब जी नली सोड़िही थियण जे करे पेशाब जो वहिकरो (धार) आहिस्ते ऐं सनिहो थी वेंदो आहे ।

बी.पी.अेच. वड्डी उम्र जे मर्दनि जी बीमारी आहे ।

बी.पी. अेच. जूं निशानियूं

बी.पी. अेच. जूं निशानियूं रवाजी तरह 50 सालनि जी उम्र खां पोइ डिसण में ईदियूं आहिनि । इन खां सवाइ अध खां वधीक मर्दनि में 70 सालनि में ऐं 90% मर्दनि में 70 खां 80 सालनि में नजर ईदियूं आहिनि ।

बी. पी. अेच. जे करे मर्दनि में थींदड़ मुख्य तकिलीफूं हेठीअं रीत आहिनि:

- रात जो हर घड़ी पेशाब करण लाइ वजिणो पवे, जेका रवाजी नमूने पहिरीं निशानी आहे ।
- पेशाब जो वहिकरो आहिस्ते ऐं छिडो (सनिही धार) हूंदो आहे ।
- पेशाब लाहिण में शुरुआत में वक्रत लगे या ज़ोर लगाइणो पवे ।
- पेशाब लगे तडहिं यकिदम वजिणो पवे ऐं क्राबू न रहे ।
- पेशाब अटिकी-अटिकी अचे ।
- पेशाब करण खां पोइ फुडो-फुडो थी पेशाब लहे, कडहिं-कडहिं त कपडिनि में बि पेशाब वही वजे ।

बी. पी. अेच. जे करे पैदा थींदड़ गंभीर मसइला

जेकडहिं वक्रतसिर योग्य इलाज न कयो वजे त बी. पी. अेच. जे करे तमाम थोडे वक्रत में किनि मरीज़नि में घणा गंभीर मसइला थी सघनि था ।

रवाजी नमूने नजर ईदड़ गंभीर मसइला हेठीअं रीत आहिनि

- **ओचितो ई ओचितो पेशाब बिल्कुल अटिकी पवणु** : बी.पी.अेच. जो वक्रतसिर इलाज न करण जे करे पेशाब में ओचितो ई ओचितो, मुकमल ऐं पेशाब जे वहिकरे में अक्सर दर्दनाक रंडक थींदी आहे (Acute urinary retention) अहिडिनि मरीज़नि में केथेटर विझाइणो पवंदो आहे ऐं पेशाब खे मसाने मां लाहिणो पवंदो आहे ।

बी.पी.अेच. जे करे मर्दनि में वडी उम्र में पेशाब जो वहिकरो दिलो थींदो आहे ऐं राति जो हर घड़ी पेशाब लाइ वजिणो पवंदो आहे ।

- **घणे वक्रत ताई ओचितो ई ओचितो पेशाब अटिकी पवणु** : पेशाब जे वहिकरे में रंडक जे करे लंबे अरिसे ताई पेशाब अटिकी पवे त उन खे क्रोनिक युरिनरी रिटेन्शन चइबो आहे । इन सबब जे करे पेशाब करण खां पोइ मसाने मसाने में जेको पेशाब रहिजी वेंदो आहे । उन खे रेसीड्यूअल युरीन चइबो आहे । इन मसइले जे करे मरीज़ खे अटिकी करे पेशाब ईदो आहे या हर घड़ी थोडो-थोडो पेशाब करण लाइ वजिणो पवंदो आहे ।

- **मसाने ऐं किडनीअ खे नुक्रिसान** : मूत्र मार्ग में रंडक वधण सां मसाने में घणो वधीक पेशाब गड्डु थींदो आहे । इन सबब जे करे किडनीअ मां मसाने में ईदड़ पेशाब जे रस्ते में रंडक पैदा थींदी आहे, जंहिंकरे पेशाब वाहिनी ऐं किडनी फुंडी वेंदियूं आहिनि । इहो मसइलो (तकिलीफ) वधी वजे त किडनी फेल्यर पिण थी सघे थो ।

लंबे अरिसे ताई पेशाब अटिकी वज्रण जे करे मसाने जूं मुशिकूं कमिज़ोर पइजी वेंदियूं आहिनि ऐं उन जी कमु करण जी शक्ति पिणु घटिजी वेंदी आहे ।

- **मूत्र मार्ग में इन्फेकशन ऐं पथिरी** : पेशाब मुकमल नमूने न लहण जे करे पेशाब मसाने मां कडहिं बि संपूर्ण नमूने खाली न थींदो आहे । इन सबब करे पेशाब में हर घड़ी (वक्रित बि वक्रित) इन्फेकशन ऐं पथिरी थी सघे थी ऐं इन्फेकशन खे क्राबूअ में आणण लाइ तकिलीफ पवंदी आहे ।

- असां खे इहो याद रखणु घुरिजे त बी.पी.अेच. जे करे प्रोस्टेट कैसर जो खतिरो न रहंदो आहे ।

बी. पी. अेच. जो निदान**1. प्रोस्टेट जी तपास**

सर्जन या युरोलाजिस्ट मल-मार्ग (गुदिया) में आडिर विझी तपास करे (DRE-Digital Rectal Examination) प्रोस्टेट कद बाबत ऐं बी ज्ञाण हासिल कंदा

रतु जी पी.अेस.अे. जी तपास ज़रीये प्रोस्टेट जो कैसर जो निदान थी सघंदो आहे ।

आहिन । बी. पी. अेच. में प्रोस्टेट जो क़द वधंदो आहे ऐं गदूद ते आडिर रखी थीं दड़ तपास में ऊहो लसो ऐं रबुर जहिड़ो लिचिकेदार लगंदो आहे । प्रोस्टेट जी आडिर ज़रीये कयल तपास में जेकडहिं प्रोस्टेट सख्त गुंठि जहिड़ो, खहुरो लग्गे त उहो प्रोस्टेट जी कैंसर थी सघे थी, इहो बुधाअे थो ।

2. सोनोग्राफीअ जी तपास ऐं पेशाब बइद मसाने में रहियल पेशाब जे अंदाज़ जी तपास

बी. पी. अेच. जे निदान में हीअ तपास तमाम घणी काराइती आहे । हिन तपास में बी. पी. अेच. जे करे प्रोस्टेट जो क़दु वधणु, पेशाब करण खां पोइ मसाने में पेशाब जो रहिजी वजणु ऐं केतिराई दफ़ा मसाने में पथिरी थियणु या पेशाब वाहिनी ऐं किडनीअ जो फुंढणु वगैरह फेरिफार नज़र ईदा आहिन ।

हिन तपास ज़रीये पेशाब करण खां पोइ मसाने में रहियल पेशाब जो अंदाज़ ज़ाणी सघिजे थो । इहो अंदाज़ 50ml खां घटि हुजे त उहो रवाजी नमूने बराबर हूंदो आहे । पर जेकडहिं इहो अंदाज़ 100-200ml या उन खां वधीक हुजे त अगिते योग्य तपास ऐं इलाज कराइणु ज़रूरी बणिजे थो ।

3. प्रोस्टेट सीमप्टम स्कोर या इन्डेक्स

इन्टर नेशल प्रोस्टेट सीमप्टम स्कोर (IPSS) या (American urological Association-AUA) जी मदद सां बी. पी. अेच. जे निदान में मदद मिली सघंदी आहे । मरीज़ जी प्रोस्टेट जी बीमारीअ सां वाबस्ता शिकायतुनि जी हाज़री ऐं सक्ताई (Severity) खे ध्यान में रखी चार्ट ठाहियो वेंदो आहे । इन चार्ट में शिकायत जे अंदाज़ मूजिब स्कोर तय कयो वेंदो आहे, जेको बीमारीअ जे निदान ऐं उन जे अंदाज़ जी ज़ाण ड़ींदो आहे ।

4. लेबारेटरी तपास

लेबारेटरी जी तपास ज़रीये बी. पी. अेच. जो निदान थी सघंदो आहे पर बी.

प्रोस्टेट कैंसर ऐं बी.पी.अेच. जूं केतिरियूं ई निशानियूं सागियूं आहिन सही निदान लाइ पूरी पूरी तपास ज़रूरी आहे ।

पी. अेच. जे करे पैदा थीं दड़ गंभीर मसइलनि बाबत सही ज़ाण मिली सघंदी आहे । हिन तपास में पेशाब में इन्फेक्शन ऐं रतु ऐं किडनीअ जी कमु करण जी शक्तिअ जी तपास कई वेंदी आहे ।

पी.अेस.अे. (Prostate Specific Antigen-P.S.A.)

प्रोस्टेट में कैन्सर आहे या न, उन जो निदान करण लाइ स्क्रीनींग ब्लड टेस्ट आहे ।

5. ब्रियूं तपासूं

बी. पी. अेच. जूं निशानियूं वारे हरहिक मरीज़ खे बी. पी. अेच. जी तकिलीफ न हूंदी आहे । मरीज़ जी बीमारीअ जे पके निदान लाइ केतिराई दफ़ा यूरोफ्लोमेट्री, आई.वी.यू. युरोडायनामिक स्टडीज़, सिस्टोस्कोपी, प्रोस्टेट बायोप्सी, सी. टी. युरोग्राम ऐं रिट्रोग्रेड पायलोग्राफी जी मदद वरिती वेंदी आहे ।

बी. पी. अेच. जी तकिलीफ वारे मरीज़ खे छा प्रोस्टेट कैंसर जी तकिलीफ थी सघे थी? उन जो निदान कहिड़े नमूने थी सघंदो आहे?

हा, पर असां जे देश में बी. पी. अेच. जहिड़ो तकिलीफ वारिन मरीज़नि मां तमाम थोड़नि मरीज़नि में प्रोस्टेट जे कैंसर जी तकिलीफ हूंदी आहे । पर बी. पी. अेच. इहो कैंसर जो कारण न हूंदो आहे । प्रोस्टेट कैंसर जे निदान लाइ टे मुख्य तपासूं हूंदियूं आहिन, जँहिं में :

1. आडिर ज़रीये तपास (DRE)
2. रतु में पी.अेस.अे. जी तपास ।
3. प्रोस्टेट बायोप्सी : ख़ासि किसिम जे सोनोग्राफी प्रोब जी मदद सां, मल मार्ग में सुई विझी प्रोस्टेट जी बायोप्सी कई वेंदी आहे । जँहिं जी हिस्टोपेथोलोजीअ जी तपास कैंसर जे निदान लाइ मददगार थी सघे थी ।

हल्की निशानियुनि सां बी.पी.अेच. खे जीअण जे तरीके जी तबिदील ऐं संभाल ऐं दवा जे इलाज बिना ठीक करे सघिजे थो ।

बी. पी. अेच. जो इलाज

बी.पी.अेच. जे मरज़ में बीमारीअ जे निशानियुनि जी हाज़िरी, उन जी सख्ताई ऐं उन सां शामिल ब्रियूं तकलीफूं मरीज़ जे रोज़ाने कमनि में केतिरे क्रदुर असर कनि थियूं, उन जे आधार ते योग्य इलाज तय कयो वेंदो आहे। इलाज जो मक्रिसद बीमारीअ जे निशानियुनि जी सख्ताईअ खे घटि करणु, जीवन जो तरीके (Life Style) सुधारण (बी.पी.अेच. खे ध्यान में रखी), पेशाब करण खां पोइ मसाने में रहियल पेशाब जो अंदाज़ घटि करणु ऐं बी. पी. अेच. जे करे ब्रियूं तकलीफूं पैदा न थियनि, इन लाइ हूंदो आहे।

बी. पी. अेच. इलाज लाइ मुख्य टे विकल्प हूंदो आहिन

1. जीअण जे तरीके में तबिदील ऐं बी संभाल।
2. दवा ज़रीये इलाज।
3. सर्जिकल इलाज।

1. जीअण जी तरीके में तबिदील ऐं बी संभाल

बी.पी.अेच. जे मरीज़नि में जेकड़हिं तकलीफ हल्की हुजे त का बि दवा डिनी न वेंदी आहे। पर इन जो मतिलब इहो कोन्हे त, असां खे का बि खबरदारी रखिणी न आहे। सही संभाल, सालियानो चेक-अप, जीअण जे तरीके में तबिदील आणे बीमारीअ जी निशानियुनि खे घटाअे सघिजे थो या वधीक खराब थियण खां रोके सघिजे थो।

- पेशाब लाइ वज़ण ऐं पाणियठु वठण में ध्यान रखिजे।
- योग्य वक्रत जी विथीअ ते पेशाब करे वठणु घुरिजे। वधीक घणे वक्रत ताई पेशाब खे रोके न रखजे।
- हिक ब्रिअे मथां ब्र दफ़ा पेशाब लाइ वज़िणो। पहिरियाई रवाजी नमूने पेशाब

घणे भाडे बी.पी.अेच. जे मरीज़नि जो इलाज हाणे
दवा ज़रीये मुमकिन आहे।

लाइ वज़िणो ऐं थोड़ी देर खां पोइ वरी पेशाब लाहिन जी कोशिश करिणी, पर वधीक ज़ोर न लगाइणो।

- रवाजी नमूने शाम जे वक्रत दरम्यान केफीन या अल्कोहल जो इस्तेमाल न कजे, छाकाणि त उहे मसाने जे मुशकिन जी कमु करण जी शक्ति वधाअे ऐं किडनी द्वारां वधीक अंदाज़ में पेशाब ठाहीनि था।
- वधीक अंदाज़ में पाणियठ 24 कलाकनि में न वठिजे (रोज़ 3 लिटरन खां घटि पाणियठ वठिजे) इन खां सवाइ हिक ई वक्रत वधीक पाणियठ न वठी थोड़े-थोड़े वक्रत खां पोइ पाणियठ वठिजे।
- राति जो सुम्हण खां अगि या ब्राहिर वज़ण खां अगि पाणियठ घटि वठिजे।
- जिन दवाउनि जे करे वधीक पेशाब ईदो हुजे, उन जो वक्रत बदिलाअे छडिजे।
- योग्य ऐं नेमाइती कसिरत कजे।
- सर्दी, खंधि जूं दवाऊं डॉक्टर जी सलाह खां सवाइ न वठिजनि छाकाणि त इन्हन दवाउनि जे करे ओचितो ई पेशाब बंद थियणु या बी. पी. अेच. जूं निशानियूं वधी सघनि थियूं।
- क़ब्ज़ीअ जो योग्य इलाज कजे।
- मानसिक छिक न रखिणी, योग्य कसरत करिणी।

2. दवा ज़रीये इलाज

जडहिं बी. पी. अेच. जे करे पेशाब में थींदड़ तकलीफूं वधीक अंदाज़ में न हुजनि या उन जे करे गंभीर मसइला थिया न हुजनि, अहिडनि घणे क्रदुर मरीज़नि में दवा ज़रीये इलाज कयो वेंदो आहे। दवा ज़रीये इलाज में ब्रिनि किसिमन जूं दवाऊं हूंदियूं आहिन : आल्फा ब्लोकर्स ऐं अेन्टी अेंड्रोजन।

बी.पी.अेच. जे निशानियुनि खे ठीक करण लाइ सादो दवाउनि .
जरीये इलाज कबो आहे, सर्जरीअ खे टाडियो वेंदो आहे।

● **आल्फा ब्लोकर्स (Tamsulosin, alfuzosin, terazosin and doxazosin)** इन क्रिसिम जूं दवाऊं प्रोस्टेट ऐं आसपास जे मुशकिन खे ढिलो कनि थियूं, जंहिं करे पेशाब में रंडक न थिअे ऐं पेशाब छूट सां लहे । हिन दवा जे करे घणाई दफ़ा मथो गौरो लगे, थकु लगे ऐं Side effect तोर कमिज़ोरी अची सघे थी ।

● **अेन्टी अेंड्रोजन (5-आल्फा रिडक्टेज़ इनहिबिटर) (5-alpha reductase inhibitor) :** हिन दवा जे करे प्रोस्टेट जो क़दु घटिजी वेंदो आहे, पेशाब जो वहिकरो वधी वेंदो आहे ऐं बी.पी.अेच. जूं निशानियूं घटिजनि थियूं । आल्फा ब्लोकर्स वांगुर हिननि दवाउनि जो असर (रवाजी तोर 6 महिननि खां पोइ फर्कु नज़र ईदो आहे) यकिदम नज़र न ईदो आहे पर प्रोस्टेट एनलार्जमेन्ट वधीक हुजे त उन लाइ ही दवाऊं बराबर हूंदियूं आहिनि । हिननि दवाउनि जे मुख्य Side effect में संभोग में तकिलीफ, नामर्दी थी सघे थी ।

● **मेलापी इलाजु (Combination treatment)**

आल्फा ब्लोकर्स ऐं आल्फा रिडक्टेज़ इन्हीबीटर (α blocker and α reductase inhibitors) अलग-अलग नमूने कमि कंदियूं आहिनि पर ही ब्रई दवाऊं गडु डियण सां वधीक असरदायक थींदियूं आहिनि ।

बी.पी.अेच. जूं निशानियूं वधीक हुजनि, प्रोस्टेट जो क़द वधीक हुजे ऐं आल्फा ब्लोकर्स जे इलाज हूंदे बि कुझ बराबर फायदो थींदो न हुजे तडहिं हिन क्रिसिम जो इलाजु करणु सलाह भरियो आहे ।

3. सर्जीकल (दवा खां सवाइ ब्रियो ख़ास) इलाजु

हेठियुनि तकिलीफुनि में बराबर दवा जे बावजूद संतोषकारक फायदो थींदो न आहे ऐं हेठियुनि तकिलीफुनि में दूरबीन आपरेशन या ब्री पद्धतिअ जे इलाज जी ज़रूरत पवंदी आहे ।

बी.पी.अेच. जूं सख्त निशानियूं, पेशाब में रंडक, यु.टी.आइ. जो वरी वरी थियणु ऐं किडनी फेल्यर, सर्जरी (आपरेशन) जी ज़रूरत बुधाईनि थियूं ।

- दवा ज़रीये इलाज जे बावजूद बी.पी.अेच. जे निशानियुनि में राहत न थियणु ।
- ओचितो ई पेशाब अटिकी वज़णु ।
- पेशाब में हर-घड़ी इन्फेक्शन थियणु ।
- बी. पी. अेच. जे करे किडनी फेल्यर थियणु ।
- बी. पी. अेच. सां गडुगडु मसाने में पथिरी थियणु ।
- पेशाब करण खां पोइ मसाने में वधीक पेशाब गडु थियण करे किडनी ऐं पेशाब वाहिनीअ जो फुंडी पवणु ।

दवा खां सवाइ (सर्जीकल) ब्रिअे इलाज में पिणु मुख्य ब्र विकल्प आहिनि ।

1. आपरेशन कराइणु ।

2. घटि सर्जरी वारी आधुनिक पद्धति ।

घणे भाडे ऐं रवाजी तरह वधीक मरीज़नि में दूरबीन ज़रीये इलाज कयो वेंदो आहे, जंहिं खे टी. यु. आर. पी. (Trans urethral resection of Prostrate) चइबो आहे । इन खां सवाइ ब्रियो इलाजु पिणु मैसर आहे ।

आपरेशन ज़रीये इलाजु

हिन इलाज में टिनि क्रिसिमन जे आपरेशन ज़रीये इलाजु कयो वेंदो आहे ।

1. टी. यु. आर. पी.

2. टी. यु. आइ. पी. (TUIP)

3. चीर डेई आपरेशन करणु (Open Prostatectomy)

1. टी. यु. आर. पी. :

हिन क्रिसिम जो इलाजु रवाजी तरह तमाम आरामदायक ऐं दवा ज़रीये इलाज खां बि सुठो हूंदो आहे । 85-90% मरीज़नि में पेशाब में थींदइ रंडक खे दूर करे थो ऐं उहो लंबे अरिसे ताई असरदायक हूंदो आहे, ही आपरेशन युरोलाजिस्ट

बी.पी.अेच. जी दवा खां सवाइ कामियाब ऐं सभ खां वधीक मशहूर इलाज जी पद्धति TURP आहे ।

द्वारां कयो वेंदो आहे , जंहिं में प्रोस्टेट जे जंहिं हिस्से जे करे पेशाब में रंडक थींदी हुजे, उन हिस्से खे दूर कयो वेंदो आहे । हिन आपरेशन में इस्पताल में 2-3 डींहं रहणो पवंदो आहे पर चीर (चुटिको incision) या टांका ड्रियणा न पवंदा आहिनि ।

आपरेशन खां अगि में छा करणु घुरिजे

- आपरेशन खां अगि में मरीज खां योग्य ज्ञाण वठिजे ऐं फिजीशियन द्वारां तपास कराइजे त मरीज आपरेशन लाइ फिट आहे या न ।
- जेकडहिं मरीज खे बीडी, तमाकु जी आदत हुजे त उहा बंद कराइणी पवंदी, छाकाणि त उन जे करे फिफिडनि में इन्फेक्शन ऐं मरीज खे रिकवरी (ठीक थियण) में देरि थी सघे थी ।
- आपरेशन खां अगि में मरीज खे रतु खे छिडो (पतिलो) करण जूं दवाऊं (Warfarin, aspirin, Clopidogrel) न डिजनि ।

आपरेशन दरम्यान

- हिन आपरेशन में रवाजी तरह हिक खां डेढ कलाक जो वक्रतु लग्गी वेंदो आहे ।
- हिन इलाज में रवाजी तरह मरीज खे बेहोश करण खां सवाई चेल्हि (कमर) में इन्जेक्शन (Spinal Anaesthesia) हणी, कमर खां हेठि वारो शरीर जो हिस्सो निसतो (खोटो) कयो वेंदो आहे ।
- हिन पद्धतिअ में मूत्र मार्ग (युरेथ्रा) में दूरबीन (Endoscope) विझी प्रोस्टेट जी गुंढि जो रंडक कंदड़ हिस्सो दूर कयो वेंदो आहे ।
- हीअ प्रक्रिया दूरबीन या विडियो अन्डोस्कोपी द्वारां लगातार डिसी करे कई वेंदी आहे, जंहिं करे प्रोस्टेट घुरिबल ज़रूरी अंदाज में दूर करे सघिबो आहे ऐं इन दरम्यान निकिरंदड़ रतु खे पक ई क्राबूअमें आणे सघिजे थो ।

आपरेशन खां अगि में रत खे छिडो (पतिलो)
करण जूं दवाऊं न ड्रियण घुरिजनि ।

- आपरेशन दरम्यान प्रोस्टेट जे टुकर खे लेबोरेटरीअ में तपास लाइ मोकिलियो वेंदो आहे ऐं उन खां पोइ तय करे सघिबो आहे त कैसर आहे या न?
- हिन आपरेशन खां पोइ रवाजी नमूने मरीज खे फक्रति टिनि खां चार डींहं ई इस्पताल में रहणो पवंदो आहे ।

आपरेशन खां पोइ

- हास्पिटल में 3 खां 4 डींहंनि ताई रहणो ।
- आपरेशन खां पोइ मूत्र मार्ग (युरेथ्रा) में डिघो टिनि नलियुनि वारो केथेटर विधो वेंदो आहे ।
- उन खां पोइ 12-24 कलाकनि ताई उन केथेटर मां ब्लेडर इरीगेशन कयो वेंदो आहे ।
- ब्लेडर इरीगेशन करण सां आपरेशन दरम्यान रहियल रतु या रतु जूं गुंढियूं कठी सघिबियूं आहिनि ।
- मुनासिब वक्रत ते जडहिं पेशाब बिल्कुल साफ ईदो आहे त पोइ केथेटर कठी छडिबो आहे ।

आपरेशन खां पोइ जी सलाह

टी. यु. आर. पी. खां पोइ हेठियूं गाल्हियूं जल्द शफायाब (सिहतयाब) थियण में मदद कनि थियूं:

- मसाने खे साफ करण लाइ वधीक अंदाज में पाणियठु वठिजे ।
- कब्जी थियणु न डिजे ऐं ज़ोर न लगाइजे । लेट्रिन में ज़ोर करण सां रतु वही सघे थी । इन लाइ कब्जियत जो बराबर इलाजु कजे ।
- डॉक्टर जी सलाह खां सवाई रतु छिडो (पतिलो) करण जी दवा चालू न कजे ।

वीर्य जो ऊबतडि दिशा में वहणु इहो टी. यु. आर. पी. जे
आपरेशन खां पोइ रवाजी तरह नज़र ईदो आहे ।

- 4-6 हफितनि ताई गुरो या वजन वारो कमु न कजे ।
- 4-6 हफिता संभोगु न कजे ।
- बीड़ी, सिगरेट, शराब, केफिन, वधीक मसालनि वारो खाधो न वठिजे ।

आपरेशन खां पोइ पैदा थींदड़ गंभीर मसइला

- आपरेशन खां पोइ यकिदम थींदड़ गंभीर मसइलनि में रतु जो वहणु या पेशाब में इन्फेक्शन थियणु या के ब्रिया रवाजी मसइला थी सघनि था ।
- मूत्र मार्ग (युरेथ्रा) सोड़िहो (Structure) थी वजणु, वीर्य जो वहिकरो उबिती दिशा में थियणु ।
- वीर्य जो उबितड़ि दिशा में वहणु (Retrograde ejaculation) इहो TURP जे आपरेशन खां पोइ रवाजी नमूने 70% मरीजनि में डिसण में ईदो आहे ।
- वधीक वजणु (थोल्हि), बीड़ी, सिगरेट, शराब वापिराइणु, डायबिटिज एं ब्रियनु आदतुनि जे करे आपरेशन खां पोइ जा मसइला वधी सघनि था ।

आपरेशन खां पोइ इस्पताल मां मोकल मिलण खां पोइ डॉक्टर जो संपर्क यकिदम कडिंहिं कजे

- पेशाब न लहे या पेशाब लहण में तकिलीफ थिअे ।
- दवा वठण खां पोइ बि लगातार सूर रहे ।
- पेशाब में वधीक रतु या रतु जा गुंढा अचनि ।
- इन्फेक्शन थियण जूं निशानियूं जीअं त बुखार, थधि लगे ।

टी.यु.आइ.पी.

जिनि मरीजनि में प्रोस्टेट नंढो हुजे, तंदुरस्ती सुठी न हुजे एं टी. यु. आर. पी. लाइ

अम.आइ.टी.जा फ़ायदा घटि जोखम, इस्पताल में घटि रहणु, लंबे अरिसे लाइ सलामती ।

लायक (ताक़तिवर) न हुजनि, अहिड़नि मरीजनि में टी. यु. आर. पी. जे बदिरां टी. यु. आइ. पी. कयो वेंदो आहे ।

टी.यु.आइ.पी. जो आपरेशन पिणु टी.यु.आर.पी. वांगुर ई थींदो आहे पर हिन में प्रोस्टेट कढण जे बदिरां उन में ज़रूरत मुजिब ब्र या टे ऊन्हा चीर (Cuts) प्रोस्टेट में कया वेंदा आहिनि, जंहिं जे करे मूत्र मार्ग में थींदड़ दाबु घटिजी वेंदो आहे । आपरेशन खां पोइ मूत्र मार्ग वेकिरो थी वेंदो आहे, दाबु घटिजी वजण करे पेशाब जो वहिकरो सुधिरे वेंदो आहे ।

टी.यु.आइ.पी. जे मुख्य फायदनि में रतु जो वहणु घटिजी वजणु, आपरेशन खां पोइ जूं तकिलीफू घटि नज़र अचनि थियूं, इस्पताल में घटि रहिणो पवे थो एं वीर्य जो ऊबतड़ि दिशा में वहिकरो घटिजी वजे थो, जेको टी. यु. आर. पी. में डिसण में ईदो आहे ।

पर टी.यु.आइ.पी. जे नुक़िसाननि में : बी.पी.अेच. जे निशानियुनि जे इलाज में योग्य लाभ मिली नथो सघे एं ज़रूरत मुजिब हिन आपरेशन खां पोइ टी.यु.आर.पी. (टी. यु. आर. पी.) पिणु कराइणो पवंदो आहे । वडे क़द वारी प्रोस्टेट लाइ ही आपरेशन सलाह भरियो न आहे ।

आपरेशन (चीर डेई) ज़रीये इलाज

हिन आपरेशन में पेट ते चीर डेई प्रोस्टेट कढियो वेंदो आहे । जडिंहिं प्रोस्टेट जी गुंढि तमाम वडी हुजे या उन सां गडु मसाने जी पथिरीअ जो आपरेशन पिणु ज़रूरी हुजे एं युरोलोजिस्ट जे राये अनुसार उहो दूरबीन ज़रीये मुमकिन न हुजे, अहिड़नि तमाम घटि मरीजनि में आपरेशन जी पद्धतिअ जो उपयोग थींदो आहे ।

मीनीमली इनवेसिव ट्रीटमेन्ट

(Minimally invasive treatment: MITS)

घटि आपरेशन वारी आधुनिक पद्धतियुनि (Minimally invasive treatments)

जिनि मरीजनि में प्रोस्टेट नंढो हुजे, टी. यु. आर. पी. लाइ लायक न हुजे, अहिड़नि मरीजनि में टी. यु. आर. पी. जे बदिरां टी.यु.आइ.पी. कयो वेंदो आहे ।

में वधीक लाभ थींदो आहे। हिननि आधुनिक पद्धतियुनि जरीये बी.पी.अेच. जे इलाज में तमाम सहोलियत ऐं लाभ मिले सघे थो। हिन इलाज जे पद्धतियुनि में गरमी, लेसर (Laser) या Electrovaourization जो उपयोग थींदो आहे जेको प्रोस्टेट वधीक टिसूज खे (जेके रंडक कनि था) कढंदा आहिन।

इन्हनि आधुनिक पद्धतियुनि जे फायदनि में :

- इस्पताल में घटि रहणु, अेनेस्थेसिया जो अंदाज घटि वापिराइणु, इलाज खां पोइ गंभीर मसइला तमाम घटि नजर अचनि ऐं तंदुरस्त थियण (Recovery) में पिणु वक्रत घटि लग्ने थो।

इन खां सवाइ इन्हनि पद्धतियुनि जा नुक्सान हिन रीति आहिन :

- टी. यु. आर. पी. खां घटि असरदायक, 5 खां 10 सालनि खां पोइ वरी सर्जरी कराइणी पवे, लेबोरेटरी तपास लाइ प्रोस्टेट टिस्यु मिली नथो सघे (लिकल प्रोस्टेट कैसर खे ब्राहिर कढण लाइ) (ऐं उन जी सलामती ऐं तासीर जे कुछ लंबे वक्रत जे अभ्यास लाइ)। हीअंर इन्हनि आधुनिक पद्धतियुनि जो वाहिपो नजर नथो अचे ऐं तमाम खरिचाऊ पद्धतियूं हूंदियूं आहिन।

बी.पी.अेच. जे इलाज लाइ इहे आधुनिक ऐं घटि आपरेशन वारियूं पद्धतियूं हेठीअं रीति आहिन :

1. ट्रान्सयूरेथ्रल माइक्रोवेव थरमो थेरापी (TUMT)

हिन पद्धतिअ में माइक्रोवेव जी गरमीअ जो उपयोग थींदो आहे, जेको वधीक प्रोस्टेट खे कढण में मददगार थींदो आहे।

2. ट्रान्स यूरेथ्रल नीडल अेबलेशन आफ प्रोस्टेट (TUNA)

हिन इलाज में रेडियो फ्रीक्वेंसी ऊर्जा जो उपयोग थींदो आहे, जेको रंडक कंदड़ प्रोस्टेट जे हिस्से खे कढण में मददगार थींदो आहे।

मीनीमली इनवेसिव ट्रीटमेन्ट जा फायदा घटि जोखम, इस्पताल में घटि रहणु, लंबे अरिसे लाइ सलामती।

3. वाटर इन्ड्युसिड थरमो थेरापी (WIT)

हिन टेकनिक में गरम पाणीअ जो उपयोग थींदो आहे, जेको प्रोस्टेट जे वधियल ऐं सड़ियल हडे खे दूर करे थो।

4. प्रोस्टेटिक स्टेन्ट

हिन पद्धतिअमें हिकु स्टेन्ट प्रोस्टेटिक युरेथ्रा जे सोड़िही जगह में रखियो वेंदो आहे, जेको प्रोस्टेट जे दाबु जरीये मूत्र मार्ग खे वेकिरो कंदो आहे ऐं इन खां सवाइ पेशाब में तकिलीफ न थींदी आहे। ही स्टेन्ट वायर (Titanium) जो ठहियल हूंदो आहे।

5. ट्रान्स यूरेथ्रल लेसर थेरापी (TLT)

इलाज जी हिन पद्धतिअ में प्रोस्टेट जो जेको हिस्सो रंडक जे रूप में हूंदो आहे, उन खे लेसर जरीये दूर कयो वेंदो आहे।

बी. पी. अेच. जे मरीजनि खे डॉक्टर जो संपर्क कडहिं करणु घुरिजे?

बी.पी.अेच. जे मरीजनि खे हेठियुनि हालतुनि में डॉक्टर जो संपर्क करणु घुरिजे।

- पेशाब करण में तकिलीफ थिअे या पेशाब न लहे।
- पेशाब में साड़ो थिअे, सूर थिअे या बांस अचे या बुखार थिअे ऐं थधि लग्ने।
- पेशाब में रतु अचे।
- पेशाब ते क्राबू न रहे ऐं अंदिरयां कपड़ा आला थी वजनि।

प्रोस्टेट स्टेन्ट सलामत ऐं असरदायक इलाज आहे, जडहिं दवाऊं असर न कनि।

२१. दवा जे करे थींदड़ किडनीअ जा मसइला

दवा जे करे किडनीअ खे नुक्रिसान थियण रवाजी गाल्हि आहे ।

दवा जे करे शरीर जे ब्रियनि ऊजिवनि खां सवाइ किडनीअ खे नुक्रिसान थियण जो डपु वधीक छो रहे थो?

दवा जे करे किडनीअ खे नुक्रिसान थियण जो इमिकान वधीक हुअण जा मुख्य ब्र कारण आहिनि :

1. किडनीअ जरीये दवा जो नेकाल: घणे भाडे दवाउनि जो शरीर मां किडनीअ जरीये नेकाल थींदो आहे । इन प्रक्रिया दरम्यान केतिरियूं दवाऊं या उन्हनि जे फेरिफार खां पोइ ठहियल शयुनि जे करे किडनीअ खे नुक्रिसान थी सघंदो आहे ।

2. किडनी खे वधीक रतु पहुचण

दिल मां हर मिनिट में निकिरंदड़ कुल रतु जो पंजो हिस्सो किडनीअ में वेंदो आहे । मक्रिदार ऐं वज्रन जे अंदाज्र में सजे शरीर में वधीक में वधीक रतु किडनीअ में पहुचंदो आहे । इन सबब करे दवाऊं ऐं किडनीअ खे नुक्रिसान पहुचाईदड़ ब्रियूं शयूं पिणु थोडे वक्रत में, वधीक अंदाज्र में किडनीअ में पहुचण सां किडनीअ खे नुक्रिसान थियण जो इमिकान वधी वजे थो ।

किडनीअ खे नुक्रिसान कंदड़ मुख्य दवाऊं

1. सूर मिटाईदड़ दवाऊं

शरीर, मथे में, संधनि जे नंढे-वडे सूर ऐं बुखार लाइ इन क्रिसि जूं दवाऊं डॉक्टर जी सलाह खां सवाइ घणे अंदाज्र में वरितियूं वेंदियूं आहिनि । इन सबब जे करे दवा जे करे किडनी खराब थियण लाइ सूर मिटाईदड़ दवाऊं सभ खां वधीक जवाबदार हूंदियूं आहिनि ।

दर्द मिटाईदड़ दवाऊं किडनीअ जे खराबर थियण जो मुख्य सबबु आहिनि ।

सूर मिटाईदड़ (Pain Killers) दवाऊं याने छा? कहिड़ियूं-कहिड़ियूं दवाऊं इन क्रिसिम जूं आहिनि?

सूर ऐं बुखार घटाइण लाइ कमु ईदड़ दवाउनि खे सूर मिटाईदड़ (Non steroidal Anti-Inflammatory Drugs (NSAIDs)) दवाऊं चइबो आहे । रवाजी तरह इन क्रिसिम जे कमि ईदड़ दावउनि में एस्प्रीन, आइबुप्रफेन, कीटोप्रुफेन, डाइक्लो फेनाक सोडियम, नीमेसुलाइड, नेप्रोसेन ऐं कैफेन वगैरह जो समावेश थिअे थो ।

छा दर्द मिटाईदड़ दवाउनि सां हमेशह हरहिक माणहूअ में किडनी खराब थियण जो जोखम रहे थो ?

न, डॉक्टर जी सलाह मुजिब आम माणहू मुनासिब अंदाज्र ऐं वक्रत ताई दर्द मिटाईदड़ दवाऊनि जो उपयोग करण संपूर्ण सलामत हूंदो आहे । पर असां खे इहो याद रखणु घुरिजे त अमाइनो ग्लायकोसाईड ग्रुप जूं दवाऊं पोइ किडनीअ खे नुक्रिसान पहुचाईदड़ दर्द मिटाईदड़ दवाऊं आहिनि ।

कडहिं दर्द मिटाईदड़ दवाउनि सां किडनी खराब थियण जो जोखम रहे थो ?
हेठियुनि हालतुनि में दर्द मिटाईदड़ दवाउनि सां किडनी खराब थियण जो जोखम वधीक रहे थो ।

- डॉक्टर जी संभाल (ध्यान डियण) खां सवाइ, घणे वक्रत ताई दवा जे वधीक डोज जो उपयोग ।
- हिक ई गोरीअ में हिक ई वक्रत घणियुनि दर्द मिटाईदड़ दवाउनि जी मिलावत वारियुनि दवाउनि जो घणे वक्रत ताई उपयोग (जीअं त : अे.पी.सी., एस्प्रीन, केफिन ऐं फिनासेटीन जी मिलावत वारी दवा आहे)।
- वडी उम्र में, किडनी फेल्यर हुजे तडहिं, डायबिटिज्र में ऐं शरीर में पाणीअ जो अंदाज्र घटि हुजे तडहिं दर्द मिटाईदड़ दवाउनि जो उपयोग ।

गलत नमूने वरितल दर्द मिटाईदड़ दवाऊं किडनीअ लाइ जोखिमी थी सघनि थियूं।

किडनी फेल्यर जे मरीजनि में कहिड़ी दर्द मिटाईदड़ दवा सभ खां वधीक सलामत आहे?

पेरासीटेमोल (असिटामिनोफेन) ब्रियनि NSAIDs दवाउनि खां वधीक सलामत दवा आहे ।

घणनि मरीजनि खे दिल जी तकिलीफ लाइ हमेशह लाइ अस्पैरिन वठण जी सूचिना डिनी वेंदी आहे, त छा उहा किडनीअ खे नुकिसान करे सघे थी?

दिल जी तकिलीफ लाइ हमेशह (नेमाइतो) अस्पैरिन घटि डोज में वठण जी सलाह डिनी वेंदी आहे, जेका किडनीअ लाइ जोखाइती न आहे ।

छा दर्द मिटाईदड़ दवाउनि सां खराब थियल किडनी वरी सुधिरा सघंदी आहे?
हा ऐं न ।

हा : जडहिं दर्द मिटाईदड़ दवा थोड़े वक्रत लाइ वठण जे करे किडनी ओचितो ई खराब थी वेई हुजे तडहिं उहा दवा बंद करे योग्य इलाज करण सां खराब थियल किडनी वरी सुधिरा सघंदी आहे ।

न : वडी उम्र जे केतिरनि मरीजनि खे संधनि जे सूर लाइ लंबे अरिसे ताई दर्द मिटाईदड़ दवाऊं वठिणियूं पवंदियूं आहिनि । डेढ-ब्र साल या उन खां वधीक लंबो अरिसो लगातार साग्री दवा वठिणी पवे त केतिरनि मरीजनि में किडनी आहिस्ते आहिस्ते वरी सुधिरा न सघे, अहिडे नमूने खराब थी सघंदी आहे । अहिडनि मरीजनि खे अहिडे किसिम जूं दवाऊं डॉक्टर जी सलाह ऐं नजरदारी हेठि ई वठणु सलाह भरियो आहे ।

लंबे अरिसे ताई दर्द मिटाईदड़ दवाउनि जो किडनीअ ते असर जो तकिडो निदान कहिडे नमूने कयो वेंदो आहे?

पेशाब जी तपास में प्रोटीन वेंदी हुजे उहा किडनीअ ते साइड इफेक्ट जी सभ खां

गलत नमूने वरितल दर्द मिटाईदड़ दवाऊं
किडनीअ लाइ जोखिमी थी सघनि थियूं।

पहिरीं ऐं हिक ई निशानी थी सघे थी । किडनी वधीक खराब थिअे तडहिं रतु जी तपास में क्रीअेटेनिन जो अंदाज वधीक डिसन में ईदो आहे ।

दर्द मिटाईदड़ दवाउनि जे करे किडनीअ खे थौंदड़ नुकिसान कहिडे नमूने रोके सघिजे थो?

दर्द मिटाईदड़ दवाउनि जे करे किडनीअ खे थौंदड़ नुकिसान खे रोके सघिजे, उन लाइ आम सूचिनाऊं हेठीअं रीति आहिनि:

- गुर ज़रूरी दर्द मिटाईदड़ दवाउनि जो उपयोग न कजे ।
- लंबे अरिसे लाइ ज़रूरी दर्द मिटाईदड़ दवाऊं डॉक्टर जी सलाह मूजिबु ई वठणु घुजिनि ।
- दर्द मिटाईदड़ कोर्स डॉक्टर जी नज़रदारीअ हेठि मुनासिब वक्रत ताई करिणो ।
- मिलावत वारियुनि दर्द मिटाईदड़ दवाउनि जो उपयोग लंबे अरिसे ताई न कजे ।
- हर रोज़ खूब पाणी पीइजे । शरीर में योग्य पाणीअ जे करे किडनीअ खे घुरिबल रतु पहुचंदो ऐं किडनीअ खे थौंदड़ नुकिसान खे रोके सघिजे थो ।

2. अमाइनो ग्लाइकोसाइड्स

हिन किसिम जे दवाउनि सां रवाजी तरह किडनीअ खे नुकिसान पहुचंदो आहे । इन किसिम जी दवा चालू करण सां 7-10 ड्रिंहनि खां पोइ किडनीअ खे नुकिसान थी सघे थो ऐं पेशाब घुरिबल अंदाज में अचण सबब केतिराई दफ़ा निदान खां महिरूम रहिजी वजिजे थो ।

जेन्टामाइसिन नाले वारी दवा जे करे किडनीअ खे नुकिसान थियण जो इमिकान रहे थो । जडहिं उन जा इन्जेक्शन लंबे अरिसे ताई वधीक डोज में वठिणा पवनि या वडी उम्र, कमिज़ोर किडनी, शरीर में पाणियठ जो घटि हुजणु, पोटेशिम ऐं

वडी उम्र, डायबिटीज़ ऐं शरीर में पाणी घटि हुजे तडहिं दवा
जी किडनीअ ते साइड इफेक्ट थियण जो डपु वधीक रहे थो ।

फासफोरस जी खामी हुजे, इहे दवाऊं ब्रियनि दवाउनि सां गडु लंबे अरिसे तार्ई चालू हुजनि, त उहे लिवर, किडनी ऐं दिल खे नुक्रिसान पहुचाअे सघनि थियूं ऐं शरीर में घणे अंदाज़ में इन्फेक्शन, छूत जी बीमारी पिणु लगी सघे थी ।

अमाइनो ग्लाकोसाइड्स दवाउनि जे करे किडनीअ खे थींदड़ नुक्रिसान कहिडे नमूने रोके सघिजे थो?

किडनीअ खे इन क्रिसिम जे दवाउनि जे करे थींदड़ नुक्रिसान खे रोकण लाइ रवाजी सूचिनाऊं हेठीअं रीत आहिनि :

- अमाइनो ग्लाकोसाइड्स दवाउनि जे करे किडनीअ खे जोखम थियण जो इमकान वधीक मरीज़नि में रहे थो, इन करे इन्हनि दवाउनि जो उपयोग खबरदारीअ सां करिणो ऐं किडनी खराब थियण जे कारणनि जो योग्य इलाज कजे ।
- डींहं में ब्रिनि जे बदिरां हिकु दफ़ो ई अमाइनो ग्लाकोसाइड इन्जेक्शन ड्रियण सां किडनीअ ते थींदड़ साइड इफेक्ट घटाअे सघिजे थो ।
- मुनासिब अंदाज़ में ऐं वक्रतसिर हिन दवा जे इस्तेमाल सां किडनीअ ते थींदड़ - साइड इफेक्ट घटाअे या रोके सघिजे थो ।
- जिन माणहुनि में किडनी घटि कमु कंदी हुजे, उन्हनि में अमाइनो ग्लाकोसाइडस जे डोज़ में योग्य फेरिफार करे किडनीअ ते थींदड़ साइड इफेक्ट घटाअे सघिजे थो ।
- अमाइनो ग्लाकोसाइडस जे इलाज दरम्यान हिक न ब्रिअे डींहं रतु जी क्रीअेटीनिन जी तपास ज़रीये किडनीअ ते थींदड़ साइड इफेक्ट जो वक्रतसिर निदान थी सघंदो आहे ।

रेडियो कोन्ट्रास्ट इन्जेक्शन :

रेडियो कोन्ट्रास्ट इन्जेक्शन जे करे किडनीअ खे थींदड़ नुक्रिसान वरी आहिस्ते आहिस्ते सुधिरी सघे थो । जिनि मरीज़नि जी किडनी घटि कमु कंदी हुजे, जिनि खे डायबिटीज़

ग़ैर ज़रूरी दर्द मटाईदड़ दवाउनि जो उपयोग न कजे ।

हुजे, शरीर में पाणी (पाणियठ) घणो घटिजी वियो हुजे, उम्र वधीक हुजे या गडु गडु किडनीअ खे नुक्रिसान कंदड़ ब्री का दवा हलंदी हुजे तडुहिं आयोडिन वारियूं शयुनि वारी हिन इन्जेक्शन ज़रीये अेक्स-रे कराइण खां पोइ किडनी खराब थियण जो इमिकान रहे थो । घणे क्रदुर मरीज़नि में किडनीअ खे थियलु नुक्रिसान आहिस्ते-आहिस्ते सुधिरे वेंदो आहे । रेडियो कोन्ट्रास्ट जे इन्जेक्शन जो डोज़ घटि कजे, नान आयोनिक कोन्ट्रास्ट जो उपयोग कजे, पाणी (पाणियठ) जो अंदाज़ पूरो क्रायम रखिजे, सोडा-बायकार्ब ऐं अेसिटाइल सिसटीन जा इन्जेक्शन ज़रूर हुजनि त डेई करे इन क्रिसिम जे दवाउनि जो उपयोग करण सां किडनीअ खे थींदड़ नुक्रिसान खे घटाअे सघिजे थो ।

ब्रियूं दवाऊं

केतिराई दफ़ा किडनीअ खे नुक्रिसान पहुचाअे सघनि अहिडियुनि ब्रियनि दवाउनि में कुझ अेन्टीबायोटिक्स, कैसर जे इलाज में कमु ईदड़ दवाऊं ऐं टी.बी. जे इलाज में कमु ईदड़ दवाऊं पिणु अची वजनि थियूं ।

ब्रियू दवाऊं / आयुर्वेदिक दवाऊं

- आयुर्वेदिक या ब्रियुं चाईनिज़ हर्ब (जड़ी-बूटीअ) जे दवाउनि जी का बि साइड इफेक्ट कान्हे, इहा मजिता ग़लत आहे ।
- घणियुनि दवाउनि में ग़ौरियूं धातू (शीहो, पारो वग़ैरह) वसीले किडनीअ खे नुक्रिसान थी सघे थो ।
- इन खां सवाइ किडनी फेल्यर जे मरीज़नि में कुझ क्रिसिम जूं आयुर्वेदिक दवाऊं केतिरा दफ़ा जोखमी थी सघनि थियूं ।
- केतिरियुनि दवाउनि में पोटेशियम जो वधीक अंदाज़ किडनी फेल्यर जे मरीज़नि लाइ मौतमार बणिजी सघे थो ।

जिन माणहुनि में किडनी घटि कमु कंदी हुजे त अमाइनो ग्लाकोसाइडस जे डोज़ में योग्य फेरिफार सां ऐं क्रीअेटीनिनि जी तपास सां किडनीअ जे नुक्रिसान खे घटाअे सघिजे थो ।

२२. नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम

नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम रवाजी तरह किडनीअ जी बीमारी आहे जंहीं में पेशाब में घणे अंदाज़ में प्रोटीन निकिरी वेंदी आहे, रतु में प्रोटीन जो अंदाज़ घटिजी वेंदो आहे, कोलेस्ट्रॉल जो अंदाज़ वधी वेंदो आहे ऐं सोजु चढ़िहंदी नज़र ईदी आहे। किडनीअ जी हीअ बीमारी कंहीं बि उम्र में थी सघंदी आहे पर इहा ब्रारनि में ख़ास डिसण में ईदी आहे। नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम जे मरीज़नि में सोजु अचणु, दवा ज़रीये उन खे क्राबूअ में आणणु, दवा घटाऐ ऐं बंद करण सां कुझ वक्रत बइद वरी वरी बीमारीअ जो उथिली पवणु ऐं इन नमूने बीमारीअ खे क्राबूअ में आणणु, इहा हिन बीमारीअ जी ख़ासियत आहे।

ज़रूरी इलाज बइद बीमारी क्राबूअ में अची वज़ण खां पोइ बि वरी-वरी सालनि ताई हीअ बीमारी उथिलंदी हुजे इहा ग़ाल्हि मरीज़ ऐं हुन जे कुटुंब जे भातियुनि लाइ चिंता पैदा कंदड़ बीमारी आहे।

नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम में किडनीअ ते कहिड़ो असर थींदो आहे?

सादी बोलीअ में ईअं चई सघिबो आहे त किडनी शरीर में छाणी (Sieve) जहिड़ो कमु कंदी आहे, जंहीं जे ज़रीये शरीर जूं गैर ज़रूरी इखिराजी शयूं ऐं वधीक पाणी पेशाब ज़रीये निकिरी वेंदो आहे। इन छाणीअ जा सोराख तमाम बारीक हूँदा आहिनि ऐं रवाजी तोर प्रोटीन इन्हनि सोराखनि मां निकिरी न सघंदो आहे।

पर नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम में इहे सोराख वडा थी वेंदा आहिनि ऐं वधीक पाणी ऐं इखिराजी शयुनि सां गडु शरीर लाइ ज़रूरी प्रोटीन पिणु पेशाब में वेंदी आहे ऐं इन करे रतु में प्रोटीन जो अंदाज़ घटिजी वेंदो आहे ऐं सोजु चढ़िही वेंदी आहे। पेशाब में वेंदड़ प्रोटीन जे अंदाज़ अनुसार मरीज़ जी सोजु में वधि घटि थींदी आहे। नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम में घणे भाडे किडनीअ जी इखिराजी शयूं दूर करण जी शक्ति साग़ी रहंदी आहे याने किडनी ख़राब थियण जो इमिकान तमाम घटि रहंदो आहे।

ब्रारनि में वरी-वरी सोजु थियण जो मुख्या कारण नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम आहे।

नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम कहिड़नि सबबनि जे करे थींदो आहे?

नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम जो को ख़ास कारण मिली न सघियो आहे। हिन सिन्ड्रोम लाइ जवाबदार किडनीअ रोग चइनि किसिमनि जा थी सघनि था : मिनीमल चेन्ज डिसीज़ (Minimal Change Disease), फोकल सेगमेंटल ग्लोमेरु लोस्क्लेरोसिस (Focal segmental glomerulosclerosis), मेमब्रेनस नेफ्रोपथी (Membranous nephropathy) ऐं मेम्ब्रोनस प्रालिफरेटिव ग्लोमेरुलो नेफ्राइटीस (Membranoproliferative glomerulonephritis)।

रवाजी तरह 10% खां घटि मरीज़नि में ब्रियूं तकिलीफूं जीअं त शरीर में इन्फेक्शन थियणु, डाय़ाबिटीज़, ऐस.ऐल.ई. (SLE- Systemic lupus erythromatosis) ऐं अमाइलोइडोसिस (Amyloidosis) जे करे नेफ्रोटिक सिन्ड्रोमथी सघे थो। इन खां सवाइ कुझ ख़ामी (ओटोइम्युन डिसीज़) जे करे हीअ बीमारी थींदी हुअण जो मज़ियो वजे थो। प्रायमरी नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम जो निदान जइहिं नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम थियण लाइ ब्रियो कोबि कारण नज़र न अचे तइहिं कयो वेंदो आहे।

मिनिमल चेन्ज डिसीज़ (MCD)

आम तोर ब्रारनि में नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम थियण जो कारण मिनिमल चेन्ज डिसीज़ हूंदो आहे। हीअ बीमारी 6 सालनि खां नंढी उम्र वारनि ब्रारनि में 90% डिसण में ईदी आहे ऐं 65% उन खां वडी उम्र जे ब्रारनि में डिसण में ईदी आहे।

नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम में जेकइहिं ब्लड प्रेशर नार्मल हुजे पेशाब में ग़ाड़िहा जुज़ा (Red blood cells) न हुजनि, रतु में क्रीअेटीनिन ऐं C3 (Complement 3) जो अंदाज़ नार्मल हुजे तइहिं मिनिमल चेन्ज डिसीज़ बीमारीअ जो कारण हूंदो, अहिड़ो इमिकान हूंदो आहे। नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम जे कारणनि में मिनिमल चेन्ज डिसीज़ ब्रारनि में घणे क़दुर मुख्य कारण हुजे ऐं ब्रियनि सबबनि खां मिनीमल चेन्ज डिसीज़ में इलाज जो असर तकिड़ो ऐं वधीक सुठे नमूने डिसण में ईदी आहे।

नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम रवाजी तरह 2 खां 8 सालनि जी उम्र जे विच में ब्रारनि खे थींदो आहे।

नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम जूं मुख्य निशानियूं

- नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम कहिड़ी बि उम्र में डिसण में ईदी आहे पर 2-8 सालनि जे ब्रारनि में वधीक नज़र ईदी आहे। रवाजी तरह हीअ बीमारी छोकरियनि खां छोकिरनि में वधीक डिसण में ईदी आहे।
- नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम में सभ खां पहिरियाई ब्रारनि जे मुंह ते ऐं अखियुनि जे आस पास सोजु डिसण में ईदी आहे। घणाई दफ़ा अखियुनि ते सोजु हुअण सबबु केतिराई दफ़ा मरीज़ अखियुनि जे डॉक्टर खे तबियत डेखारे, ईअं पिणु थी सघंदो आहे।
- इहा सोजु मरीज़ सुबूह जो उथे, उन वक्रत वधीक हूंदी आहे, इहा हिक बीमारीअ जी ख्रासियत आहे। इहा सोजु डीहं चढ़िहण सां आहिस्ते आहिस्ते घटिजंदी वेंदी आहे ऐं शाम जो त तमाम घटि डिसण में ईदी आहे।
- बीमारी वदीक हूंदी आहे तडिहं पेट फुंडी वेंदो अहे, पेशाब घटिजी वेंदो आहे, सजे शरीर ते सोजु चढ़िहंदी आहे, वज़न वधी वेंदो आहे वगैरह शिकायतूं डिसण में ईदियूं आहिनि।
- साहु खणण जी नलीअ में इन्फेक्शन ऐं बुखार अचण खां पोइ घणा दफ़ा सोजु चढ़िहंदी आहे।
- मरीज़ खे सोजु खां सवाइ ब्री काई तकिलीफ न हूंदी आहे।
- रवाजी तरह नेफ्रोटिक वारनि मरीज़नि में पेशाब घटि अचणु, इहो आम थी सघे थो।
- पेशाब में आलब्युमिन हुअण सबबु केतिरा दफ़ा पेशाब में गज (फीण) हुअण ऐं जिते टाईल्स ते पेशाब कयो हुजे उते अच्छा दाग थी पवण जी पिणु शिकायत डिसण में ईदी आहे।
- हिन बीमारीअ में गाड़िहो पेशाब अचणु, साहु चढ़िहणु या रतु जो दाबु वधी वज़न जहिड़ियूं निशानियूं नज़र न ईदियूं आहिनि।

ब्रारनि में नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम जी पहिरीं निशानी अखियुनि जे चौधारी सोजु ऐं मुंह ते सोजु थियणु।

नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम में कहिड़ा गंभीर मसइला थी सघनि था :

सोजु चढ़िहण खां सवाइ कडिहं नज़र ईदइ गंभीर मसइलनि में पेट में इन्फेक्शन थियणु (Peritonitis) वड़ी शरियां (Artery) में (खास करे पेरनि जी) रतु जो ज़मी वज़णु (Venous thrombosis), रत जी किकास (अनिमया) वधीक कोलेस्ट्रोल जे करे दिल जी तकिलीफ, किडनी फेल्यर वगैरह थी सघनि था।

नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम जो निदान**(A) लेबोरेटरी तपासूं**

आम तरह कंहिं बि मरीज़ में सोजु नज़र अचे तडिहं नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम जो निदान कराइणु ज़रूरी हूंदो आहे। लेबारेटरी तपासुनि में।

1. पेशाब में घणे अंदाज़ में प्रोटीन जो निकिरणु।
2. रतु में प्रोटीन जो घटि अंदाज़ ऐं।
3. रतु में कोलेस्ट्रोल जो अंदाज़ वधीक पको करणु घुरिजे।

1. पेशाब जी तपास

नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम जे निदान लाइ सभ खां पहिरियाई पेशाब जी तपास कराइबी आहे। रवाजी तरह पेशाब में प्रोटीन नज़र न ईदो आहे या उन जो अंदाज़ तमाम घटि हूंदो आहे पर नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम में पेशाब में प्रोटीन जो अंदाज़ वधीक हूंदो आहे।

- पेशाब में प्रोटीन जी हाज़िरीअ करे नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम जो निदान पको थी नथो सघे ऐं हिन तपास ज़रीये असां खे पेशाब में केतिरो प्रोटीन वजे थो, उन जी ज़ाण मिले थी। नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम जे निदान लाइ बियूं तपासूं कराइणु पिणु ज़रूरी आहिनि।
- नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम जो इलाजु चालू करण खां पोइ मुनासिब वक्रत जी विछोटीअ

नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम जे निदान लाइ ऐं उन जे इलाज ते सही ज़ाबितो रखण लाइ पेशाब जी तपास तमाम ज़रूरी आहे।

ते पेशाब जी तपास कराइण सां इलाज जी कामियाबीअ जो अंदाज मिली सघंदो आहे। पेशाब जरीये निकिरंदड़ प्रोटीन बंद थी वजे त इहा इलाज जी कामियाबी बुधाअे थो।

- इन खां सवाइ पेशाब में अच्छा जुजा, गाड़िहा जुजा ऐं रतु न हुजे, इहो निदान बराबर आहे, इहो बुधाअे थो।
- 24 कलाकनि दरम्यान पेशान में निकिरंदड़ प्रोटीन जो कुल अंदाज 3 ग्रामनि खां वधीक हूंदो आहे।

24 कलाकनि जो गडु कयल पेशाब जी तपास या स्पोट युरिन प्रोटीन क्रीअेटीनिन रेशियो (Protein-creatinine ratio) जी तपास जरीये खबर पवंदी आहे त 24 कलाकनि में केतिरो प्रोटीन वेंदो आहे। हिन तपास जरीये पेशाब में वेंदड़ प्रोटीन जो अंदाज घटि, विचोलो या वधीक आहे, उन जी पकी जाण मिलंदी आहे। हीअ तपास बीमारीअ जे निदान खां सवाइ बीमारीअ जे योग्य (सही) इलाज ते जाबितो रखण में पिणु मददगार थींदी आहे।

2. रतु जी तपास

रतु जी तपास में प्रोटीन (आलब्युमिन) घटिजी वजणु, कोलेस्ट्रोल जो वधी वजणु ऐं क्रीअेटीनिन जो नार्मल हुजण, इहो नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम जो निदान बुधाअे थो। घणे भाडे जे मरीजनि में हिमोग्लोबिन, अछनि जुजनि जो अंदाज वगैरह जी तपास जरूरत मूजिब कई वेंदी आहे।

- **ब्रियूं तपासूं**
- **रतु जी तपास**
- रतु में खंड जो अंदाज, मइदिनी लूणनि जो अंदाज केलिशियम ऐं फासफोरस (सीरम इलेक्ट्रोलाइटीस)।

पेशाब में प्रोटीन जो निकिरणु, रतु में प्रोटीन जो घटिजी वजणु, ऊचो कोलेस्ट्रोल, पर किडनीअ जी कमु करण जी शक्ति साग्री रहणु, इहे हिन बीमारीअ जूं खासियतूं आहिनि।

- अेच. आइ.वी., हिपेटाइटि बी ऐं सी., वी. डी. आर. अेल. जी तपास।
- कम्पलीमेन्ट स्टडीज (C3, C4) ऐं अे.अेस.ओ टाइटर।
- अे.अने.अे., अेन्टी डबल स्ट्रेनडेड डी. अेन. अे. अेन्टी बोडी (Anti Double Stranded DNA antibody), रूमेटोइड फेक्टर (Rheumatoid Factor) ऐं क्रायोग्लोब्युलिन (Cryoglobulins)।

2. रेडियोलाजीकल तपास

पेट जी सोनोग्राफीअ जरीये किडनीअ जी साइज, उन जी शिकिल, बीअ कंहिं बीमारीअ जी मौजूदिगी, पथिरी या गुंढु या बी का खामी हुजे उहा डिसण में ईदी आहे। छातीअ जो अेक्स-रे, छातीअ में इन्फेक्शन थियो आहे या न उहो डिसण लाइ।

3. किडनी बायोप्सी

नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम जो मुख्य कारण जाणण लाइ किडनी बायोप्सी तमाम जरूरी आहे। इन तपास लाइ किडनी टिस्यु जो नंढो टुकिडो खणी तपास लाइ मोकलियो वेंदो आहे।

नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम जो इलाज

नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम जो इलाज जे मक्सिद बीमारीअ जे निशानियुनि में राहत, पेशाब में वेंदड़ प्रोटीन जो अंदाज घटाइणु, बीमारीअ जे करे थींदड़ गंभीर मसइला घटाइणु ऐं उन्हनि जो योग्य इलाजु करणु ऐं किडनी बचाइणजो हूंदो आहे। ही इलाजु रवाजी तरह लंबे अरिसे ताई (सालनि ताई) करिणो पवंदो आहे। नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम जे इलाज में खाधे जी परहेज, बी संभाल ऐं जरूरी दवा तमाम जरूरी आहिनि।

1. खाधे में परहेज

खाधे जी सलाह/परहेज, जिनि मरीजनि खे सोजु हुजे ऐं इलाज बइद सोजु लही वजे, उन्हनि में अलग-अलग हूंदी आहे।

मरीजनि में सोजु हुजे त लूण ते बंदिश जरूरी आहे पर निशानियुनि खां सवाइ वारे अरिसे में खाधे में गैर जरूरी बंदिश टाडणि घुरिजे।

● सोजु हुजे, अहिङनि मरीजनि लाइ खाधे जी परहेजे

खाधे में लूण जो इस्तेमाल तमाम घटि कजे या न कजे छाकाणि त उन में सोडियम हुअण सबबु उहो शरीर में पाणी भरिजी वज्रणु या सोजु जो कारण बणिजी सधे थो । जिनि मरीजनि में स्टीरोइड जरीये इलाजु चालु हुजे, उन्हनि खे सोजु न हुजे तडहिं बि लूण जो इस्तेमाल न करणु घुरिजे, जंहिं करे अगिते हली रतु जो दाबु वधण जो इमिकान न रहे ।

जिनि मरीजनि खे सोजु न हुजे, उन्हनि खे ज़रूरी अंदाज में खाधे में प्रोटीन वठणु घुरिजे, जीअं पेशाब में वेंदड़ प्रोटीन जे करे शरीर में प्रोटीन जी खामीअ खे रोके सधिजे । इन खां सवाइ ब्रियो हम वज़न खाधो ऐं विटामिन वठणु पिणु तमाम ज़रूरी आहिनि ।

● जिनि खे सोजु न हुजे, अहिङनि मरीजनि लाइ परहेजे

जडहिं सोजु न हुजे या ब्रियनि निशानियुनि जी ग़ैर हाज़िरीअ में आम खाधो वठी सधिजे थो । उन में पाणियठु (पाणी) या लूण जी परहेजे करणु ज़रूरी न आहे योग्य ऐं ज़रूरी अंदाज में प्रोटीन वठणु घुरिजे ।

नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम जे मरीज में रवाजी अंदाज में प्रोटीन डिनी वेंदी आहे पर किडनी फेल्यर हुजे, अहिङनि मरीजनि में वधीक प्रोटीन वठण जी सलाह डिनी न वेंदी आहे । छाकाणि त उहा कमिज़ोर ऐं घटि कमु कंदड़ किडनीअ ते बोजो बणिजंदी आहे । फल ऐं सायूं भाजियूं वधीक वठिजनि ऐं चरिब्रिअ वारो खाधो घटि खाइजे ।

2. दवा जरीये इलाज

● स्टीरोइड थेरापी

नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम खे क्राबूअ में आणण लाइ घणे क्रदुर कमु ईदड़ खास किसिम जी दवा खे प्रेडनी सोलोन तरीके सुजातो वेंदो आहे । प्रेडनी सोलोन स्टीरोइड ग्रूप जी दवा आहे । घणे क्रदुर ब्रारनि में इहा दवा असरदायक हूंदी आहे । हीअ दवा पेशाब

प्रेडनीसोनोल (स्टीरोइड) इहा नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम जे इलाज जी पहिरीं कतार जी असिराइती दवा आहे ।

में निकिरंदड़ प्रोटीन खे अटिकाइण लाइ अकसीर दवा आहे । हिन दवा जे करे घणनि मरीजनि में 1 खां 4 हफितनि में सोजु ऐं पेशाब में निकिरंदड़ प्रोटीन वज्रणु बंद थी वेंदा आहिनि ।

● ब्रियनि खास दवाउनि जरीये इलाज

कुझ मरीजनि में स्टीरोइड दवाउनि जरीये इलाज में को लाभ न थियण जे करे ब्रियनि खासि किसिम जे दवाउनि जो उपयोग थींदो आहे । उन्हनि खे किडनी बायोप्सी जहिङी तपास जी ज़रूरत पवंदी आहे । ब्रियूं दवाऊं जीअं त लेवामीसोल (Levamisole) साइक्लो फोस्फेमाइड (Cyclophosphamide), साइक्लो स्पिरिन (Cyclosporin), ट्रेकोलीमस (Tacrolimus) ऐं माइक्रोफेनाइलेट मोफेटिल (Mycophenylate Mofetil, MMF) जो उपयोग थींदो आहे । इन किसिम जी दवाउनि जो उपयोग स्टीरोइड सां गडु पिणु थींदो आहे छाकाणि त जडहिं पिण स्टीरोइड जो डोज घटाअे छडियूं तडहिं बीमारी वरी उथिली न पवे ।

● ब्रियूं मददगार दवाऊं (Supportive Drug Treatment)

पेशाब वधाइण लाइ ऐं सोजु खे घटाइण लाइ डायुरेटिक (Diuretic) दवाऊं डिनियूं वेंदियूं आहिनि :

- रतु जे दाबु खे क्राबू में रखण लाइ ऐं पेशाब में वेंदड़ प्रोटीन खे घटाइण लाइ अे.अेस.इ. इन्हीबीटर्स (ACE inhibitor) ऐं अेन्जीयोटेनसीन रिसेप्टर ब्लोकर (Angiotensin Receptor blockers) तोर ज़ातल दवाऊं डिनियूं वेंदियूं आहिनि ।
- पेट में, फिफिङनि में ब्रि जगुह में थियल इन्फेक्शन (छूत जी बीमारी) खे क्राबूअ में रखण लाइ योग्य अेन्टीबायोटीक डिनियूं वेंदियूं आहिनि ।
- डॉक्टर जी सलाह मूजिबु रतु में कोलेस्ट्रॉल जो अंदाज घटाइण लाइ कमु ईदड़

जीअं त नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम सालनि ताई हलंदी आहे इनकरे नेमाइतो पेशाब जी तपास ऐं डॉक्टर जी सलाह बीमारीअ खे दूर कनि था ।

दवाऊं (जिनि खे स्टेटीन Statins चइबो आहे) उपयोग करण सां दिल ऐं रतु जे नलियुनि में थोंदड़ गंभीर बीमारियूं रोके सघिजनि थियूं।

- योग्य अंदाज़ में कैलिश्यम, विटामिन डी. ऐं जिन्क डिना वेंदा आहिनि।
- राबेप्रोजोल (Rabeprazole) पेन्टाप्रोजोल (Pantaprozole), ओमे प्रोजोल (Omeprazole) या रेनीटीडीन (Ranitidine) नाले वारियूं दवाऊं स्टीरीओड ज़रीये इलाज दरम्यान अेस.टी.डी. अटकाइण लाइ कमु ईदियूं आहिनि।
- प्रोटीन (Albumin) ब्राटिला घणो कमु न ईदा आहिनि छाकाणि त उन जो असर थोरे वक्रत ताई महिदूद हूंदो आहे।
- रतु ज़मी वज़ण जी प्रक्रिया खे अटिकाइण लाइ रतु खे छिडो करण जूं दवाऊं जहिडोक वारफेरिन (Warfarin) या हिपेरिन (Heparin) जो उपयोग कयो वेंदो आहे।

3. मरिज़ जे कारणनि जो इलाज

नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम जा कारण जहिडोक डिआबिटीक किडनी डिसीज़, ल्यूपस किडनी डिसीज़, अमाइलोइडोसिज़ वगैरह जो खास ऐं योग्य इलाज बीमारीअ खे क्राबूअ में रखण लाइ तमाम ज़रूरी हूंदो आहे।

4. आम सूचिनाऊं

- नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम हिक अहिडो बीमारी आहे, जेका लंबे अरिसे ताई रहंदी आहे।
- नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम जे मरीज़नि जे कुटुंब जे भातियुनि खे बीमारीअ बाबत मुनासिब ज़ाण, उन जा फायदा, नुक्रिसान, उन लाइ कमु ईदड़ दवाऊं ऐं उन जा साइड इफेक्ट ऐं इन्फेक्शन खे क्राबूअ में रखण लाइ इलाज जी योग्य ज़ाण डियणु ज़रूरी हूंदी आहे। बीमारी उथिली पवे तडहिं खास खबरदारी रखणु ज़रूरी हूंदी आहे

हीअ बीमारी वरी वरी उथिली पवण जो कारण इन्फेक्शन हुआण करे ब्रारनि खे इन्फेक्शन न थिअे, उन जी खबरदारी ज़रूरी आहे।

पर बीमारी क्राबूअ में हूंदी आहे तडहिं इन्हनि ब्रारनि जे जीअण जो ढंगु ब्रियनि ब्रारनि वांगुर ई आम रवाजी हूंदो आहे।

- नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम वारनि मरीज़नि में स्टीरोइड ज़रीये इलाज करण खां अगि में इन्फेक्शन खे क्राबूअ में रखणु तमाम ज़रूरी हूंदो आहे।
- ब्रारनि में (नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम वारनि) हवा जी नलीअ में इन्फेक्शन लगण जो इमिकान वधीक हूंदो आहे। इन्फेक्शन जो निदान, योग्य इलाजु ऐं उन खे रोकणु तमाम ज़रूरी हूंदो आहे, छाकाणि त इन्फेक्शन जी हाज़िरीअ में इलाज चालू हूंदे पिणु बीमारी वरी उथिली पवे, उन जो वधीक इमिकान हूंदो आहे।
- इन्फेक्शन खे रोकण लाइ कुटुंब जे भातियुनि खे ब्रार खे साफु पाणी पीअणु, सुठे नमूने हथ धोअणु, भीड़ वारे इलाके में थी सघे न वज़णु ऐं ब्रियनि इन्फेक्शन वारनि मरीज़नि खां परे रहणु सेखारणु तमाम ज़रूरी आहे।
- स्टीरोइड ज़रीये इलाज पूरो थियण खां पोइ नेमाइतो इंजेक्शन (Immunization) वठणु सलाह जोगो आहे।

ज़ाबीतो ऐं नेमाइती तपास

- नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम लंबे अरिसे ताई रहण सबबु डॉक्टर जी सलाह मुजिब नेमाइतो डेखारणु तमाम ज़रूरी आहे। इन दरम्यान डॉक्टर ज़रीये पेशाब में निकिरंदड़ प्रोटीन जो अंदाज़, वज़न, ब्लड प्रेशर, ऊचाई, दवा जी साइड इफेक्ट (जेकडहिं थियूं हुजनि त) या ब्रिया के गंभीर मसइला हुजनि त उहे नोट करे, ज़रूरत अनुसार अलाज में मुनासिब फेरिफार कयो वेंदो आहे।
- मरीज़ खे खुद हर रोज पंहुंजो वज़नु मापे नोटु करणु घुरिजे, जीअं शरीर में पाणियठु जो अंदाज़ वधियो या घटियो, उन जी ज़ाण पइजी सघे।

स्टीरोइड दवाऊं बीमारीअ ते ज़ाबितो रखण लाइ ऐं वरी-वरी थियण खां रोकण लाइ ऐं स्टीरोइडजी Side effect घटाणइ लाइ ज़रूरी आहिनि।

- मरीज जे कुटुंब जे भातियुनि खे पिणु पेशाब में निकिरंदइ प्रोटीन घर में कहिड़े नमूने मापिजे, इहो सेखारे छडिबो आहे ऐं उन खे नोट करे डॉक्टर जी सलाह मूजिबु इलाज में फेरिफार करे सघिबो आहे । इन खां सवाइ नेफ्रोडिक सिन्ड्रोम उथिली पवे उन खां अगि ज्ञाण थी सघे ऐं उन जो इलाज कहिड़े नमूने कजे, उन में पिणु मददगार थी सघे थो ।

प्रेडनीसोलोन कहिड़ो कमु कंदी आहे ऐं उहा कहिड़े नमूने डिनी वेंदी आहे?

- पोडनीसोलोन पेशाब में निकिरंदइ प्रोटीन खे अटिकाइण लाइ अक्सीर दवा आहे ।
- इहा दवा केतिरे वक्रत लाइ कहिड़े नमूने वठिजे, इहो माहिर डॉक्टर द्वारां तय कयो वेंदो आहे । हिन दवा जी साइड इफेक्ट तोर असीडीसी थियण करे उहा रोटीअ सां वठण जी सलाह डिनी वेंदी आहे ।
- रवाजी तरह पहिरियाई 4 महिननि लाइ दवा 3 हिस्सनि में डिबी आहे । पहिरियाई 4 खां 6 हफिता रोज डिबी आहे उन खां पोइ हिक न बिअे डींहुं ऐं पोइ आहिस्ते-आहिस्ते बंद करे छडिबी आहे । नेफ्रोडिक सिन्ड्रोम इलाज खां पोइ जेकडहिं वरी उथिली पवे त उन जो इलाज अलगु हूंदो आहे ।
- इन दवा जे करे घणे भाडे मरीजनि में 1 खां 4 हफतनि में पेशाब में प्रोटीन जो निकिरणु बंद थी वेंदो आहे पर मरीज खे साइड इफेक्ट जे डप खां दवा बंद न करणु घुरिजे । डॉक्टर जी सलाह मूजिबु योग्य कोर्स पूरो कजे जीअं इहा बीमारी वरी-वरी न थिअे ।

प्रेडनीसोलोन जी साइड इफेक्ट छा आहिनि?

प्रेडनीसोलोन इहा नेफ्रोडिक सिन्ड्रोम जी अक्सीर दवा आहे, पर उन दवा जी साइड इफेक्ट जे करे दवा डॉक्टर जी नज़रदारीअ हेठि वठणु सलाह भरियो आहे ।

प्रेडनीसोलोन (स्टीरोइड) जी साइड इफेक्ट डॉक्टर जी नज़रदारीअ हेठि योग्य इलाज करण सां घटाअे सघिजे थी ।

थोड़े वक्रत लाइ नज़र ईदइ असर (Short term effects)

वधीक बुख लगणु, वज़न वधी वज़णु, असीडीटी थियणु, चिड़चिड़ो सुभाउ थियणु, मुंहं ते सोजु थियणु, मोहीड़ा निकिरणु, इन्फेक्शन थियण जो इमिकान वधी वज़णु, रतु जो दाबु ऐं डायबिटीज वधण जो इमिकान, शरीर ते वार अचणु वगैरह ।

लंबे अरिसे लाइ नज़र ईदइ असर (Long-term effects)

वज़नु वधणु, ब्रारनि में विकास घटि थियणु, (ऊचाई घटि वधणु), मोतियो (Cataract), चमिड़ी छिकजी वज़ण जे करे सथर ऐं पेट जे हेठिअें हिस्से में गुलाबी लींकू थियणु ऐं चरिबीअ जो अंदाज़ वधी वज़णु, हडा कमिज़ोर थियणु ऐं मुशिकुनि जी कमु करण जी शक्ति घटिजी वज़णु ।

अेतिरियुनि साइड इफेक्ट जे बावजूद प्रेडनीसोलोन नेफ्रोडिक सिन्ड्रोम जे इलाज लाइ छो वापिराइबी आहे?

- बीमारीअ जे करे थींदइ मुमकिन तकिलीफ ऐं खतिरनि जे निस्बति (भेट में) में दवा जी साइड इफेक्ट तमाम घटि जोखाइती आहे ।
- नेफ्रोडिक सिन्ड्रोम जे करे शरीर में सोजु वधी वेंदी आहे ऐं रतु में प्रोटीन जो अंदाज़ घटिजंदो वधंदो वेंदो आहे । इलाजु न करण जे करे घणियूं गंभीर तकिलीफूं जीअं त इन्फेक्शन थियण जो इमिकान, रतु जो दाबु घटिजी वज़णु, रतु जो ज़मी वज़णु, रत में फिकाण (अेनिमा) वगैरह थी सघनि थियूं ।
- ब्रारनि में हिन दवा जे उपयोग खां पोइ बीमारीअ जे करे थींदइ मौत तमाम घटिजी विया आहिन ।
- योग्य अंदाज़, पद्धति ऐं वक्रत लाइ डिनल दवा जी साइड इफेक्ट घणो करे घटि अंदाज़ में ऐं थोड़े (नंठे) वक्रत ताई ई हूंदी आहे । जडहिं इहा दवा डॉक्टर जी नज़रदारीअ हेठि वठिबी आहे तडहिं गंभीर साइड इफेक्ट जो निदान शुरुआती

लंबे अरिसे (सालनि) ताई हलंदइ हीअ बीमारी उम्र वधण सां बिल्कुल मिटजी वेंदी आहे ।

तबिके में ई थी वज्रण करे, वक्रत सिर योग्य फेरिफार जरीये उन खे अटिकाअे सघिबो आहे। वरी बीमारीअ जे करे थींदड़ मुमकिन तकिलीफुनि ऐं खतिरनि जी निस्वत में दवा जी साइड इफेक्ट तमाम घटि जोखाइती आहे। तंहिकरे वधीक फायदो हासिल करण लाइ थोड़ी साइड इफेक्ट कबूल करण खां सवाइ ब्रियो को रस्तो कोन्हे।

घणे क्रदुर ब्रारनि में इलाज जे टिअें-चोथें हफिते में पेशाब में प्रोटीन निकिरंदो न हूंदे पिणु, सोजु जहिड़ी तकिलीफ छो थींदी आहे?

- प्रेडनीसोलोन वठण सां बुख वधंदी आहे। वधीक खाधो खाइण सां शरीर में चरिब्री जमा थींदी आहे, जंहिं करे सोजु वरी थी हुजे, ईअं लगंदो आहे। स्टीरोइड जरीये इलाज दरम्यान उन जी साइड इफेक्ट तोर मुंहं चंड जी शिकिल जहिड़ो थियण करे उन बीमारीअ जे करे मुंहं ते सोजु जहिड़ो लगंदो आहे।

बीमारीअ जी सोजु ऐं चरिब्री जमा थियण ते सोजु वांगुर लगे, त उन्हनि जे विचमें कहिड़े नमूने तफावत ज्ञाणी सघिबो?

नेफ्रोटीक सिन्ड्रोम जी बीमारीअ करे नजर ईदड़ सोजु खास करे अखि जे हेठां मुंहं ते नजर ईदी आहे जेका सुबह जो वधीक, पर शाम जी घटि हूंदी आहे। इन सां गडोगडु पेरनि ते ऐं हथनि ते पिणु नजर ईदी आहे। दवा जे करे चरिब्री खास करे मुंहं ते, कुल्हिन ते ऐं पेट ते जमा थींदी हुजे त उते सोजु वांगुर लगंदो आहे। इन सोजु जो असर सजे डीहं दरम्यान हिक जहिड़ो डिसण में ईदो आहे, उन में का बि वधि घटि न थींदी आहे। अखि ते या पेरनि ते सोजु न हुअणु ऐं सुबह जो वधीक, शाम जो घटि हुअणु, अहिड़ी वधि घटि न थियणु, इहा सोजु बीमारीअ जे करे न आहे, इहो बुधाअे थो।

कुझ मरीजनि में रतु जी तपास कराअे वठणु घुरिजे। लेबारेटरीअ जी तपास में रतु

स्टीराइडस डॉक्टर जी नजरदारीअ हेठि साइड इफेक्ट जे इमिकान खे घटाइण लाइ सखिताईअ खां वठणु घुरिजनि।

जी तपास ऐं पेशाब जी तपास नार्मल हुजे, त इहा सोजु दवा जे करे हूंदी, इहो बुधाअे थो।

नेफ्रोटीक सिन्ड्रोम जे करे थींदड़ सोजु ऐं दवा जे असर जे करे चरिब्री जमा थियण जे करे सोजु थियणु, उन जे विच में तफावत ज्ञाणणु छो जरूरी आहे?

- मरीज लाइ कहिड़ो इलाजु सही रहंदो, इहो तय करण लाइ सचपच सोजु आहे या सोजु जहिड़ो लगे थो, इन विचमें तफावत ज्ञाणणु जरूरी आहे।
- नेफ्रोटीक सिन्ड्रोम जे करे सोजु हुजे त दवा जे वज्रण में इजाफो या फेरिफार ऐं गडोगडु पेशाब वधाइण जी दवा जी जरूरत पइजी सघे थी।
- चरिब्री जमा थियण करे सोजु जहिड़ो लगणु इहो प्रेडनीसोनोल दवा जरीये नेमाइते इलाज जो असर बुधाअे थो, तंहिं करे मरिज काबूअ में न आहे, मरिज उथिली पियो आहे, अहिड़ी का बि चिंता करण जी जरूरत न आहे। वक्रत सां गडु प्रेडनीसोलोन दवा जो डोज घटिजण सां इन सोजु जो असर पिणु आहिस्ते आहिस्ते घटिजी, बिल्कुर दूर थी वेंदो आहे। सोजु जे असर खे यकिदम घटाइण लाइ का बि दवा वठणु मरीज लाइ नुकिसानकार आहे।

नेफ्रोटीक सिन्ड्रोम वरी उथिली पवे, उन जो केतिरो इमिकान हूंदो आहे ऐं इहा बीमारी केतिरा दफा थींदी आहे ?

ब्रारनि में हीअ बीमारी 50-75% वरी उथिली पवे, अहिड़ो इमिकान हूंदो आहे ऐं उहा केतिरा दफा ऐं केतिरे वक्रत खां पोइ वरी थींदी आहे, उहो हरहिक मरीज में अलग-अलग हूंदो आहे।

प्रेडनीसोलोन जो इलाज कारिगर न थिअे त उन वक्रत कमु ईदड़ दवाअं कहिड़ियूं-कहिड़ियूं आहिनि?

नेफ्रोटीक सिन्ड्रोम में कमु ईदड़ ब्रियनि दवाउनि में लिवामिजोल मिथाइल

स्टीरोइड दवाअं बुख, वज्रनु वधाईनि थियूं ऐं मुंहं ऐं पेट ते सोजु जो कारणु बणिजनि थियूं।

प्रेडनीसोनोल, सायक्लो फोस्फेमाइड, सायक्लो स्पोरीन, टेक्रोलिमस, माइकोफेनोलेट मोफेटिल (अम.अम.अफ.) वगैरह दवाऊं आहिन।

नेफ्रोडिक सिन्ड्रोम जे ब्रारनि में कडहिं किडनी बायोप्सी कई वेंदी आहे?

- नेफ्रोडिक सिन्ड्रोम जो स्टीरोइड जरीये इलाजु चालू करण खां अगि में किडनी बायोप्सी करण जी ज़रूरत न पवंदी आहे, पर हेठियुनि हालतुनि में किडनी बायोप्सी जी ज़रूरत पइजी सघंदी आहे।
- बीमारीअ खे क्राबूअ में रखण लाइ प्रेडनीसोलोन वधीक अंदाज़ में ऐं लंबे अरिसे लाइ वठिणी पवे, ईअं हुजे।
- प्रेडनीसोलोन वठण जे बावजूद बीमारी क्राबूअ में न ईदी हुजे।
- घणे भाडे ब्रारनि में नेफ्रोडिक सिन्ड्रोम थियण लाइ जवाबदार बीमारी 'मिनीमल डिसेज़' हूंदी आहे। जिनि ब्रारनि मे इहा बीमारी मिनीमल चेन्ज डिसेज़ जे करे न हुजे अहिड़ी शंका वजे (जीअं त रतु जो दाबु वधीक हुजे, पेशाब में रतु जा गाडिहा जुज़ा (Red cells) वधीक हुजनि, रतु में क्रीअेटीनिन जो अंदाज़ वधीक हुजे ऐं कोम्प्लीमेंट (C₃) जो अंदाज़ घटि हुजे), तडहिं किडनी बायोप्सी ज़रूरी थींदी आहे।
- वडी उम्र जे मरीज़नि में जडहिं नेफ्रोडिक सिन्ड्रोम जो कारण मिली न सघंदो हुजे तडहिं किडनी बायोप्सी कई वेंदी आहे।

नेफ्रोलाजिस्ट नेफ्रोडिक सिन्ड्रोम जे इलाज ते ज़ाबितो कहिडे नमूने कंदो आहे ऐं इहा बीमारी कडहिं दूर थींदी आहे?

- नेफ्रोडिक सिन्ड्रोम बीमारीअ जे रूख जो अगिवाट अनुमान बीमारीअ जे कारण ते मदर रखे थो। घणे भाडे ब्रारनि में बीमारीअ जो कारण मिनिमल चेन्ज डिसेज़ हूंदो आहे ऐं उन जे इलाज बइद घणो फायदो डिसेज़ में ईदो आहे।

ब्रारनि में थींदइ हिन बीमारीअ में किडनी खराब थियण जो इमिकान न जहिडो हूंदो आहे।

बीमारीअ जे इलाज ते योग्य ज़ाबिते लाइ सूचिना अनुसार माहिर डॉक्टर जरीये नेमाइती तपास कराइणु तमाम ज़रूरी आहे।

- किनि ब्रारनि में स्टीरोइड जरीये इलाज खां पोइ बि कुझ फायदो नथो थिअे ऐं इन खां सवाइ रतु जूं ब्रियूं तपासूं ऐं किडनी बायोप्सी जी ज़रूरत पवंदी आहे ऐं इन्हनि ब्रारनि में ब्रियनि दवाउनि जरीये इलाजु करण ज़रूरी हूंदो आहे, जीअं अगिते हली किडनी फेल्यर जो इमिकान घटि रहंदो आहे पर इन किसिम जे दवाउनि जे करे किडनी फेल्यर जो इमिकान घटि रहंदो आहे पर इन किसिम जे दवाउनि जे करे किडनी फेल्यर जो खतिरो पिणु रहंदो आहे।
- योग्य इलाज जरीये घणे भाडे ब्रारनि में पेशाब में आल्ब्युमिन निकिरणु बंद थी वेंदो आहे ऐं इहा बीमारी घणे अरिसे खां पोइ घणे भाडे ब्रारनि में इहा बीमारी वरी उथिली पवंदी आहे ऐं उन लाइ वरी इलाज जी ज़रूरत पवंदी आहे। जीअं उम्र वधंदी आहे तीअं बीमारी उथिली पवण जी प्रक्रिया जे विच वारो वक्रत आहिस्ते-आहिस्ते वधंदो वेंदो आहे। 11 खां 14 सालनि जी उम्र खां पोइ घणे भाडे ब्रारनि में हीअ बीमारी बिल्कुल मिटजी वेंदी आहे।

नेफ्रोडिक सिन्ड्रोम वारनि मरीज़नि खे डॉक्टर जी सलाह कडहिं वठणु घुरिजे ?

नेफ्रोडिक सिन्ड्रोम वारनि मरीज़नि या मरीज़ ब्रारनि जे कुटुंब जे भातियुनि खे हेठियुनि हालतुनि में डॉक्टर जी सलाह वठणु ज़रूरी हूंदी आहे:

- पेट में सूर, बुखार, दस्त, उल्टियूं।
- सोजु थियणु, ओचितो ई वज़न वधी वज़णु, पेशाब घटि अचणु।
- ब्रारनि जी हलति चलति में फेरिफार थियणु जीअं त चिड़चिड़ो थियणु, रांद करण न वज़णु, या सुस्त रहणु।
- घणे अरिसे लाइ खंधि ऐं बुखार सां मथे में सूर पवणु।
- लाखिड़ो या ओरी (Chicken Pox or Measles) थियणु।

२३. ब्रारनि में किडनी ऐं मूत्र मार्ग जो इन्फेक्शन

ब्रारनि में नंढी मुदत ऐं लंबी मुदत जे तंदुरस्तीअ जे मसइलनि में मूत्र मार्ग जो इन्फेक्शन तमाम आम आहे।

बालग (जवान) माणहुनि खां ब्रारनि में ही मसइलो वधीक अहिमियत वारो छो आहे?

- ब्रारनि खे वरी-वरी बुखार अचे, उन जे कारणनि में किडनी ऐं मूत्र मार्ग जो इन्फेक्शन हिक्कु मुख्य कारण आहे। ब्रारनि में साह जी तकिलीफ ऐं दस्त (Diarrhea) खां पोइ रवाजी नमूने थींदइ इन्फेक्शन में मूत्र मार्ग जो इन्फेक्शन टिअें नंबर ते आहे।
- नंढी उम्र जे ब्रारनि में किडनी ऐं मूत्र मार्ग जे इन्फेक्शन जो देर सां या अणपूरो इलाज थियण जे करे किडनीअ खे सुधिरी न सघे, अतिरो नुक्रिसान थी सघे थो ऐं केतिरा दफ़ा त किडनी बिल्कुल बिगड़ी वजे, उन जो बि डपु रहंदो आहे। इन खां सवाइ घणे अरिसे खां पोइ रतु जो ऊचो दाबु ऐं बराबर विकास न थियल किडनी पिणु डिसण में ईदी आहे।
- जुदा जुदा निशानियुनि जे करे मूत्र मार्ग जे इन्फेक्शन जो निदान घणे वक्रत ताई थी न सघंदो आहे। मूत्र मार्ग जे इन्फेक्शन जे निदान लाइ सुजागी ऐं योग्य तपास ज़रूरी आहे।
- हिन सबब करे ब्रारनि में पेशाब जे इन्फेक्शन जो तकिडो निदान, उन जे कारणनि जी तपास ऐं उन खे अटिकाइण लाइ तमाम ज़रूरी आहे।
- वरी वरी थियण जो वधीक खतिरो रहे थो।

ब्रारनि में पेशाब जो इन्फेक्शन थियण जो इमिकान कडहिं वधीक रहंदो आहे?

ब्रारनि में इन्फेक्शन वधीक थियण जा कारण हेठीअं रीति आहिनि :

ब्रारनि में वरी-वरी ईदइ बुखार जो कारण
मूत्र मार्ग जो इन्फेक्शन थी सघे थो।

- छोकिरियुनि जी पेशाब जी नलीअ जी ढेघि नंढी हुअण सबबु इन्फेक्शन थियण जो इमिकान वधीक हूंदो आहे। इन खां सवाइ पेशाब जी नली ऐं क्रिफिती (काकूस) लाहिण जी जगुह पासे पासे में हुअण सबबु बेक्टेरीया पेशाब जी नलीअ में सविलाईअ सां वजी सघिन था ऐं इन्फेक्शन थी सघे थो।
- काकूस करण खां पोइ साफ करण जी क्रिया में पुठियां खां अगिया तरफ धोअण जी आदत जे करे बि ही इन्फेक्शन लगुण जो इमिकान वधीक रहे थो।
- जन्म जी खामीअ करे पेशाब ऊंधे पासे मसाने खां पेशाब वाहिनी ऐं किडनीअ डांहुं वंदो हुजे (Vesico ureteral reflux)।
- किडनीअ जे अंदरिअें पासे आयलि, हेठि वेंदइ भाडो पेल्वीस ऐं पेशाब वाहिनीअ खे गुंढीदइ हिस्सो सुसण करे पेशाब में रंडक थींदी हुजे (Pelvi ureteric junction-PUJ obstruction)।
- पेशाब जी नलीअ मां वाल्व (Posterior urethral valve) जे करे नंढनि ब्रारनि खे पेशाब लाहिण में तकिलीफ थींदी हुजे।
- मूत्र मार्ग में पथिरी हुजे।

ब्रिया सबब

क्रब्ज़ी, सफाई न रखियल हुजे, लंबे अरिसे खां पेशाब जी नली विझायल हुजे या वरिसे में मूत्र मार्ग में इन्फेक्शन थींदो हुजे।

पेशाब जे इन्फेक्शन जूं निशानियूं

- रवाजी तरह चार खां पंजनि सालनि खां वडा ब्रार पेशाब जे तकिलीफ जी शिकायत खुद करे सघिन था। पेशाब में इन्फेक्शन जे निशानियुनि जी तफिसीलवार चर्चा बाब 18 में कई वेई आहे।
- नंढी उम्र जा ब्रार पेशाब जी शिकायत करे तथा सघनि पेशाब करण वक्रत ब्रार

ब्रारनि में मूत्र मार्ग जे इन्फेक्शन जूं मुख्य निशानियूं वरी वरी
ईदइ बुखार, वजन न वधणु ऐं पेशाब जी तकिलीफ आहे।

रोअे, पेशाब लाहिण में तकिलीफ थिअे या वरी बुखार लाइ पेशाब जी तपास में ओचितो ई इन्फेक्शन जी हाज़िरी मूत्र मार्ग जो इन्फेक्शन बुधाअे थी।

- बुख न लगणु, वज़नु न वधणु या गंभीर इन्फेक्शन हुजे त वधीक बुखार सां पेट फुंढी पवणु, उल्टियूं, दस्त, साई (Jaundice) थियणु जहिडियूं ब्रियूं निशानियूं पिणु मूत्र मार्ग जे इन्फेक्शन जे करे नंढनि ब्रारनि में डिसण में ईदियूं आहिनि।

मूत्र मार्ग जे इन्फेक्शन जो निदान

किडनी ऐं मूत्र मार्ग जे इन्फेक्शन जे निदान लाइ ज़रूरी तपास खे मुख्य ब्रिनि हिस्सनि में विरिहाअे सघिजे थो :

1. मूत्र मार्ग जे इन्फेक्शन लाइ आम निदान

युरीन जी माइक्रोस्कोप ज़रीये तपास या डीपस्टीक टेस्ट जी वधीक तफिसीलवार चर्चा बाब 18 में कयल आहे।

मूत्र मार्ग जे इन्फेक्शन जे निदान लाइ

मूत्र मार्ग जे इन्फेक्शन जे सही निदान लाइ युरीन कल्चर करायो वेंदो आहे। युरीन कल्चर ज़रीये मूत्र मार्ग में किथे बैक्टेरीया जो इन्फेक्शन थियल आहे ऐं कहिड़ी दवा ज़रीये इलाज कजे, इहा पिणु खबर पवंदी आहे।

रतु जी तपास

हिमोग्लोबिन, अछा जुज़ा, सीरम क्रीअेटेनिन, ब्लड सुगर ऐं सी.आर.पी.।

2. मूत्र मार्ग में इन्फेक्शन थियण जे कारण जो निदान

● रेडीओ लाजीकल तपासूं

किडनी ऐं मसाने जी सोनोग्राफी, पेट जो अेक्स रे, वोईडींग सिस्टोयुरेथ्रोग्राम-वी.सी.यु.जी., पेट जो सी.टी. स्केन या अेम.आर.आइ. ऐं इन्ट्राबिनस यूरोग्रोफी-आइ.वी.यू.।

मूत्र मार्ग जे इन्फेक्शन थियण जे कारणनि जे निदान लाइ सोनोग्राफी, अेक्स रे, वी.सी.यु.जी. ऐं आइ.वी.यू. कया वेंदा आहिनि।

● किडनीअ जो नुक्रिसान डिसण लाइ तपास

किडनीअ में नुक्रिसान डिसण लाइ सुठे में सुठी पद्धति डी.अेम.अेस.अे. स्केन। किडनीअ जो स्केन आहे। डी.अेम.अेस.अे. (Dimercapto succinic acid) Scan मूत्र मार्ग जे इन्फेक्शन (यु.टी.आइ.) थियण खां 3 खां 6 महिना पोइ कराइणु सलाह भरियो आहे।

- मसाने जी कमु करणी जी शक्ति ज़ाणण लाइ युरोडाइना-मिक्स स्टडी (Urodynamic studies) कई वेंदी आहे।

घणे भाडे ब्रारनि में पेशाब जे इन्फेक्शन जे कारणनि जे निदान लाइ थोंदड़ वी.सी.यु.जी. तपास कहिड़े नमूने कई वेंदी आहे? उहा छो ज़रूरी आहे?

- वोईडींग सीस्टो युरेथ्रोग्राम वी.सी.यु.जी. (तोर ज़ातल तपास) जेका ब्रारनि में मूत्र मार्ग जो इन्फेक्शन ऐं वेसीको युरेट्रल रीफ्लक्स (वी.यु.आर.) जे निदान लाइ थोंदड़ तमाम अहिमियत वारी अेक्स-रे द्वारां थोंदड़ तपास आहे।
- वी.यु.आर. जे निदान ऐं उन जी तिखाण (Severity) ड़ेखारींदड़ स्टेज जे निदान लाइ (वी.सी.यु.जी.) सुठे में सुठी तपास आहे। मसाने जी तकिलीफ जी ज़ाण पिण वी.सी.यु.जी. जी तपास ज़रीये मिलंदी आहे।
- इहा तपास 2 सालनि जी नंढी उम्र जे ब्रारनि में मसाने में इन्फेक्शन लग्गे त उन खां पोइ कराइणु ज़रूरी हूंदी आहे।
- मूत्र मार्ग जे इन्फेक्शन जे इलाज जे हिक हफिते खां पोइ इहा तपास कई वेंदी आहे।
- वी.सी.यु.जी. तोर मशहूर हिन तपास में खास किसिम जी आयोडिन वारी पाणियठु खे केथेटर ज़रीये मसाने में भरियो वेंदो आहे। उन खां पोइ ब्रार खे

यु.टी.आइ. ब्रारनि में वसाइको यूरेट्रल रिफिलक्स ऐं पोस्टीरियर यूरेथ्रल वाल्व खे गोल्हे कढण लाइ वी.सी.यु.जी., अेक्स-रे जी तपास विश्वास जोगी आहे।

पेशाब करण लाइ चयो वेंदो आहे। पेशाब करण जी प्रक्रिया दरम्यान मसाने ऐं पेशाब जी नलीअ जा अेक्स रे वरिता वेंदा आहिन। इन तपास जरीये पेशाब मसाने मां उबिते तरफ पेशाब वाहिनी ऐं कडनीअ ड्रांहुं वेंदो हुजे, मसाने में का बि खामी हुजे या मसाने मां पेशाब जी नलीअ जरीये पेशाब बाहिर निकिरण जे रस्ते में रंडक हूंदी त उन बाबत जरूरी ज्ञाण मिलंदी आहे।

- नंढनि ब्रारनि में इन तपास जरीये युरेश्रल वाल्व जी बनावत (रचना) जी खबर पइजी सघंदी आहे।

पेशाब में इन्फेक्शन खे अटिकाइण लाइ आम सूचिनाऊं

- ब्रार खे ड्रींहं दरम्यान जेतिरो थी सघे वधीक पाणी (पाणियठु) डिजे जीअं वधीक पेशाबअचे ऐं बेक्टेरीया ऐं ब्रियनि जंतुनि जो पेशाब जरीये नेकाल थी वजे।
- ब्रारनि खे हर 2-3 कलाकनि में पेशाब करे वठणु घुरिजे वधीक वक्रत लाइ मसाने में पेशाब गडु थिअे त इन करे इन्फेक्शन थियण जो इमिकान रहंदो आहे।
- काकूस ऐं पेशाब वारी जगह जी ऐं आस पास जी जगह जी पूरी सफाई रखणु जरूरी आहे। काकूस करण खां पोइ वधीक पाणीअ सां ऐं अगियां खां पुठिअें तरफ इन नमूने साफ करण सां पेशाब जो इन्फेक्शन थियण जो इमिकान घटाअे सघिजे थो।
- नंढनि ब्रारनि में डायपर वक्रत-बि-वक्रत बदिलाईदो रहिजे जीअं वरी इन्फेक्शन थियण जो इमिकान घटि रहे।
- ब्रारनि खे अंदरियां कपिड़ा काटन (सोटी) पहिराइणु घुरिजनि जीअं पूरी हवा मिली सघे ऐं वधीक टाईट (चुस्त) कपिड़ा न पहिराइणु सलाह भरियो आहे।
- जिनि ब्रारनि में सुन्नत करायल हुजे उन्हनि खे पेशाब जी जगह हर घड़ी पाणीअ सां साफु रखणु घुरिजे।

ब्रारनि में मूत्र मार्ग जे इन्फेक्शन जे गलत इलाज जे करे कडनीअ खे सुधिरी न सघे अेतिरो नुक्रिसान थी सघे थो।

- जिनि ब्रारनि खे वसाइको युरेटेरिक रिफिलक्स (वी.यु.आर.) हुजे उन्हनि खे लगातार ब्रिनि खां टे दफा पेशाब करणु घुरिजे जीअं पेशाब करण खां पोइ जो बच्चियलु पेशाब मसाने में गडु न थिअे।
- जिनि ब्रारनि में वरी वरी मूत्र मार्ग जो इन्फेक्शन थींदो हुजे उन्हनि खे डॉक्टर जी सलाह मूजिबु योग्य अंदाज ऐं वक्रत लाइ अेन्टीबायोटीक वठणु जरूरी हूंदियूं आहिन।

मूत्र मार्ग जे इन्फेक्शन जो इलाजु

आम खबरदारी

- मथियूं सभु खबरदारियूं रखणु जरूरी हूंदियूं आहिन।
- मूत्र मार्ग में इन्फेक्शन थियो हुजे त वधीक अंदाज में पाणी पाणियठु वठण जी सलाह डिनी वेंदी आहे ऐं जेकडहिं मरीज इस्पताल में दाखिल हुजे त डॉक्टर जी सलाह मुजिबु बाटिला चादिहबा आहिन।
- ब्रार खे बुखार हुजे त उन लाइ जरूरत मूजिबु बुखार लाहिण जी दवा डिनी वेंदी आहे।
- पेशाब जे इन्फेक्शन जो इलाजु पूरो थियण खां पोइ यकिदम इन्फेक्शन मुकमल नमूने नास थी वियो आहे उहो तय करण लाइ पेशाब जी तपास जरूरी आहे।
- जिनि ब्रारनि जे मूत्र मार्ग में इन्फेक्शन थियो हुजे उन्हनि खे सोनोग्राफी या डॉक्टर जी सलाह मूजिबु ब्रियूं तपासूं कराइणु जरूरी हूंदियूं आहिन।
- इन्फेक्शन वरी त न थियो आहे, उहो तय करण लाइ इलाज पूरो थियण खां पोइ सतनि ड्रींहनि खां पोइ ऐं उन खां पोइ जरूरत अनुसार पेशाब जी तपास कराइणु जरूरी आहे।

पेशाब जे कल्चर जी तपास जरीये अेन्टीबायोटिक्स जी योग्य पसंदगी थी सघे थी।

- ब्रार खे रवाजी खाधे खाइण जी छूट डिनी वेंदी आहे ।

दवा ज़रीये इलाज

- पेशाब जे इन्फेक्शन जे इलाज खां पोइ उन खे क्राबूअ में रखण लाइ ब्रार में इन्फेक्शन जूं निशानियूं उन जी गंभीरता ऐं ब्रार जी उम्र खे ध्यान में रखी अेन्टीबायोटिक ज़रीये इलाज कयो वेंदो आहे । इहो इलाजु शुरू करण खां अगि में पेशाब जे कल्चर जी तपास कराइणु सलाह भरियो आहे ।
- कल्चर जो रिपोर्ट अचे त उन जे आधार ते शुरु कयल दवा जो तबितय ते असर संतोषकारकन हुजे त दवा में फेरिफार कयो वेंदो आहे ।
- जेकडहिं ब्रार वधीक बीमार हुजे उल्टी, उब्रिथा हुजनि, बुखार सां थधि लगे, निहाअीअ में सूर पवे, वात सां दवा वठी न सघंदो हुजे त उन्हनि खे इस्पताल में दाखिल करे अेन्टीबायोटिक्स ऐं ब्रियनि दवाउनि जा इन्जेक्शन ड्रियणु ज़रूरी बणिजंदो आहे ।
- वात ज़रीये वठिजंदइ अेन्टीबायोटिक्स 3-6 महिननि खां वड्डी उम्र जे ब्रारनि खे डिनिंयूं वेंदियूं आहिनि, जेके सविलाईअ सां दवा वठी सघंदा हुजनि ।
- इन क्रिसिम जो इलाजु रवाजी तरह 7 खां 10 डींहनि ताई कयो वेंदो आहे । इन्फेक्शन जे इलाज सां गडुगडु उन जो कारणु ज़ाणण लाइ कयल तपास में मिलियल ज़ाण मूजिबु अगिते जे इलाज लाइ फैसिलो कयो वेंदो आहे ।
- बीमारीअ जूं निशानियूं इलाज दरम्यान घटिजी वजनि या नाबूद थियनि तडुहिं बि डॉक्टर जी सलाह मूजिबु योग्य वक्रत ताई इलाजु चालू रखणु ज़रूरी हूंदो आहे ।

मूत्र मार्ग में वरी-वरी इन्फेक्शन थियणु

जँहिं मरीज़ खे साल में टिनि खां वधीक दफ़ा पेशाब जो इन्फेक्शन थियो हुजे, अहिडे मरीज़ खे कुझ खास क्रिसिम जूं दवाअूं घटि डोज़ सां रात जो हिकु दफ़ो घणे

ब्रारनि में जन्म खां वठी ख़ामीअ जे करे मूत्र मार्ग जो इन्फेक्शन थियण जो इमिकान वधीक रहे थो ।

अरिसे ताई (टिनि महिननि खां वठी ब्र साल उन खां बि वधीक वक्रत ताई) वठण जी सूचिना डिनी वेंदी आहे । केतिरो लंबो अरिसो इहा दवा वठिणी, इहो मरीज़ जी तकिलीफ, इन्फेक्शन जो अंदाज़ वगैरह खे ध्यान में रखी तय कयो वेंदो आहे ।

- ब्रारनि में वरी-वरी पेशाब में इन्फेक्शन थींदो हुजे तडुहिं सोनोग्राफी, वी. सी.यु. जी. ऐं ज़रूरत अनुसार डी.अे.अे.अे. जी तपास कई वेंदी आहे ।
- टे मुख्य कारण, जिन जो इलाज थी सघंदो आहे, उहे आहिनि वी. यु. आर. पोस्टीरियर यूरेथ्रल वाल्व ऐं पथिरी । ब्रारनि में पेशाब जे इन्फेक्शन लाइ जवाबदार कारण मूजिबु खास क्रिसिम जी दवा ऐं इन्फेक्शन वरी न थिअे उन लाइ खबरदारी रखण जो योग्य आयोजन कयो वेंदो आहे ।
- जवाबदार बीमारियुनि जो इलाज किडनी फिज़ीशियन-नेफ़ोलोजिस्ट, किडनी सर्जन-युरोलोजिस्ट या ब्रारनि जे सर्जन द्वारां तय कयो वेंदो आहे ।

पेशाब जी नलीअ में वाल्व (Posterior urethral valve)

हीअ तकिलीफ जन्म खां वठी हूंदी आहे । छोकिरनि में नज़र ईदइ हिन तकिलीफ में पेशाब जी नलीअ में आयल वाल्व जे करे रंडक थियण सां पेशाब करण में तकिलीफ थींदी आहे ऐं ज़ोर लगाइणो पवंदो आहे ।

हिन वाल्व जे हुअण करे पूरो पेशाब लहंदो न आहे ऐं इन सबब जे करे मसाने में वधीक पेशाब गडु थींदो आहे ऐं इन करे लंबे अरिसे खां पोइ मसाने जी दीवाल बिल्कुल थुल्ही थी वेंदी आहे ।

कडुहिं जन्म खां पोइ पहिरिऐं ई महिने में ऐं कंहिं वक्रत गभविस्था में पोअें महिने में करायल सोनोग्राफीअ जे तपास में हिन बीमारीअ जे हुअण जूं निशानियूं नज़र अची सघनि थियूं ।

पेशाब जे मार्ग में काफी रंडक हुअण करे मसाने जी दीवाल (भिति) थुल्ही थी वेंदी

पेशाब जी तपास बीमारीअ जे निदान ऐं इलाज ते ज़ाबिते लाइ ज़रूरी आहे ।

आहे ऐं उन जो मक्रिदार (क्रदु) वधी वेंदो आहे, मसाने में पेशाब जो योग्य नेकाल थी न सघंदो आहे ऐं पेशाब भरिजी वेंदो आहे, जंहिं करे मसाने में दाबु वधी वेंदो आहे, जंहिं जो उलिटो असर पवण सां मूत्र वाहिनी ऐं किडनी पिणु फुंडी सघनि थियूं। इन तबक्रे (स्टेज) में योग्य इलाज कयो न वजे त लंबे अरिसे बइद किडनीअ खे नुक्रिसान थी सघे थो।

अटिकल 25-30% ब्रारनि में, जिनि खे पेशाब जी नलीअ में वाल्व हूंदो आहे, उन्हनि खे क्रोनिक किडनी फेल्यर थियण जो इमिकान रहंदो आहे।

बीमारीअ जू निशानियूं

रवाजी तरह नज़र ईदड़ निशानियुनि में पेशाब जी सनिही धार (वहिकरो) अचणु, पेशाब जो फुडो फुडो थी लहणु, पेशाब करण लाइ ज़ोर लगाइणो पवे, बिस्तेरे में ई पेशाब थी वजे, मसाने में पेशाब वधीक गडु थियण सां निहाईअ में सूर थियणु ऐं पेशाब में इन्फेक्शन थियणु वगैरह।

बीमारीअ जो निदान

कडहिं जन्म खां पोइ पहिरिअें महिने में ऐं कडहिं गर्भावस्था जे आखिरी महिने में सोनोग्राफी कराइण सां बीमारीअ जो निदान थी सघंदो आहे पर सही निदान लाइ वी.सी.यु.जी. जी तपास जन्म खां पोइ कराई वजे त उन में मिली सघे थो।

बीमारीअ जो इलाजु

किडनीअ जो फिज़ीशियन-नेफ्रोलोजिस्ट ऐं सर्जन-युरोलोजिस्ट गडिजी हिन बीमारीअ जो इलाजु कंदा आहिनि।

सभ खां अवलि पेशाब जी नली विझी ऐं जेको पेशाब गडु थियलु आहे, उन जो नेकाल कयो वेंदो आहे। हिन तकिलीफ जे इलाज में आपरेशन जी ज़रूरत पवंदी आहे। हिन इलाज में ज़रूरत मूजिबु वाल्व खे आपरेशन ज़रीये दूर करणु, मसाने मां निहाईअं जे भाडे में सोराख करे पेशाब सिधो ब्राहिर अचे, अहिडो बंदोबस्त करणु

ब्रारनि में मूत्र मार्ग जो इन्फेक्शन ऐं क्रोनिक किडनी फेल्यर जो मुख्य कारण जन्म खां खामी वी.यु.आर. आहे।

वगैरह जो समावेश थींदो आहे। इन खां सवाइ ब्रियनि बमारियुनि जीअं त इन्फेक्शन, अनीमिया, किडनी फेल्यर, शरीर में मइदिनी लूण ऐं पाणीअ जो अंदाज़ ज्ञाणण लाइ योग्य ऐं वक्रत सिर इलाज कराइणु ज़रूरी हूंदो आहे छाकाणि त आपरेशन खां पोइ इन्हनि बीमारियुनि थियण जो इमिकान हूंदो आहे, इन लाइ नेफ्रोलोजिस्ट खे योग्य वक्रत जी विथीअ ते डेखारणु ऐं उन जी सलाह मूजिबु इलाजु करणु घुरिजे।

वी. यु. आर.

वी.यु.आर. याने वसाइको यूरेटेरिक रिफिलक्स थींदो आहे। वी. यु.आर. में पेशाब मसाने खां उबिते तरफ पेशाब वाहिनीअ में वेंदो आहे।

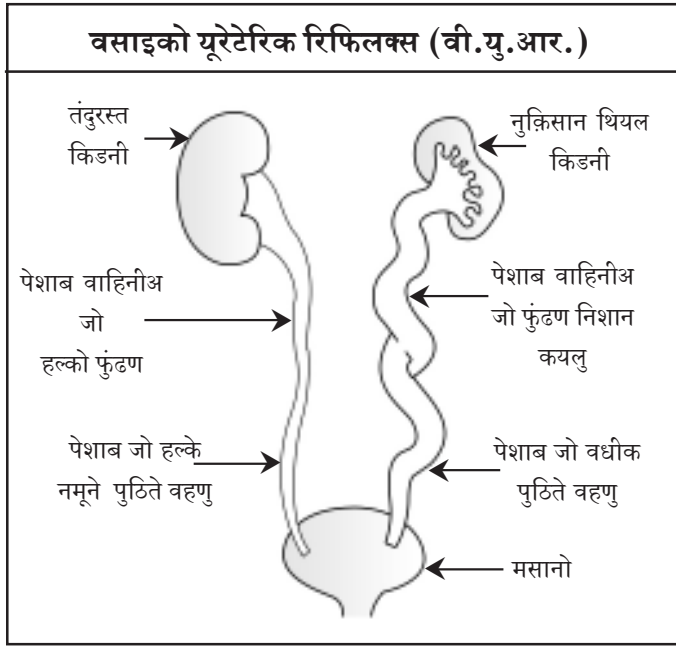
वी.यु.आर. ते बहस (चर्चा) करण छो ज़रूरी आहे?

ब्रारनि में पेशाब में इन्फेक्शन लाइ इन्हनि सभिनी कारणनि खां वधीक अहिमियत वारो कारण वी.यु.आर. आहे। लंबे अरिसे बइद हिन बीमारीअ जे करे किडनीअ खे नुक्रिसान थी सघे थो। लंबे अरिसे लाइ किडनीअ में सुधिरी न सघे, इन किसिम जे नुक्रिसान (Scarring) जे करे रतु जो ऊचो दाबु, गर्भावस्था में रतु जो ऊचो दाबु ऐं सोजु, क्रोनिक किडनी डिसेज़ ऐं किडनी फेल्यर थियण जो इमिकान हूंदो आहे। कुटुंब जे भातियुनि मां जेकडहिं कंहिं खे हीअ बीमारी हुजे त वरिसे में बिअे भातीअ खे पिणु थियण जो इमिकान रहे थो ऐं इहो मसइलो छोकरीयुनि में वधी नज़र ईदो आहे।

वी.यु.आर. छा आहे ऐं कहिडे नमूने थींदो आहे?

- वी.यु.आर. (वी.यु.आर.) याने मसाने खां पेशाब जी नलीअ में पेशाब उबिते तरफ वहणु ऐं इहो पेशाब, पेशाब जी नलीअ मां हिक ई या बिन्ही किडनियुनि में वेंदो आहे। रवाजी तरह पेशाब किडनीअ में ठहंदो आहे ऐं हिक ई तरफ (किडनीअ खां पेशाब जी नलीअ में) वेंदो आहे ऐं पेशाब जी नलीअ में मसाने में

यु.टी.आइ. जे ब्रारनि में वी.यु.आर. तमाम आम खामी आहे ऐं ऊचे दाबु ऐं क्रोनिक किडनी फेल्यर जो खतिरो रहे थो।



ऐं मूत्र मार्ग द्वारां उन जो नेकाल थींदो आहे। रवाजी तरह मसाने में वधीक दाबु हूंदे पिणु पेशाब वाहिनी ऐं मसाने जे विच में आयलु वाल्व पेशाब खे पेशाब जी नलीअ में वज्रण खां रोकींदो आहे ऐं पेशाब करण जी प्रक्रिया दरम्यान पेशाब मसाने खां हिक तरफ, पेशाब जी नलीअ मइरिफत निकिरंदो आहे।

जन्म खां ई थईदइ हीअ बीमारी वी.यु.आर. में हिन वाल्व जी बनावत में खामी हुअण सबबु वधीक पेशाब मसाने में गडु थींदो आहे या पेशाब करण जी प्रक्रिया दरम्यान पेशाब उबिते तरफ याने मसाने खां हिक या बिन्ही पेशाब वाहनियुनि डांहुं पिणु वेंदो आहे। पेशाब जो केतिरो अंदाज उबिते तरफ वजे थो, उन जे आधार ते हिन बीमारीअ जी सखताई हल्की खां तमाम गंभीर थी सघंदी आहे (ग्रेड 1 खां 5 ताई)।

वी.यु.आर. कहिइनि कारणनि जे करे थींदो आहे

रवाजी तरह बिनि क्रिसिमन जा वी. यु. आर. हूदा आहिनि। हिकु प्रायमरी ऐं ब्वियों सेकंडरी वी.यु.आर.

- प्रामयरी वी.यु.आर. जन्म खां वठी (जाअे जम खां) वाल्व जी रचिना में खामी हूंदी आहे।
- सेकंडरी वी.यु.आर. कंहिं बि उम्र में थी सघंदो आहे ऐं उहो पेशाब जे रस्ते में ऐं मसाने में रंडक, मसाने में वधीक पेशाब गडु थियणु या इन्फेक्शन लगण सां थी सघंदो आहे।

वी.यु.आर. जूं निशानियूं

वी.यु.आर. में के खास निशानियूं डिसण में न ईदियूं आहिनि पर घणे भाडे जे ब्वारनि में पेशाब में इन्फेक्शन जूं निशानियूं गडोगडु हूंदियूं आहिनि। जंहिं मरीज में बीमारी वधीक तेज (ग्रेड 4-5) हुजे ऐं योग्य इलाज न कयो हुजे त रवाजी तरह रतु जो दाबु वधी वज्रणु, पेशाब में प्रोटीन जो निकिरणु ऐं किडनी खराब थियणु जूं तकिलीफू डिसण में ईदियूं आहिनि।

वी.यु.आर. जो निदान कहिडे नमूने थींदो आहे?

वी.यु.आर. जे निदान लाइ थींदइ तपासूं हेठीअं रीति आहिनि

1. निदान लाइ मुख्य तपासूं

- वी.सी.यु.जी., वी.यु.आर. जे निदान ऐं उन जी सखिताई जाणण लाइ हीअ तपास खास कई वेंदी आहे।
- वी.यु.आर. जी सखिताईअ जे आधार ते उन खे ग्रेड डिनो वेंदो आहे। उन ग्रेड तां पेशाब केतिरे अंदाज में मसाने मां उबिते तरफ पेशाब जी नलीअ में वजे थो, उन जी जाण मिलंदी आडे। ग्रेड डियण सां बीमारीअ जी सखिताई ऐं योग्य इलाज मरीज लाइ तय कयो वेंदो आहे।
- हलिके वी.यु.आर. में पेशाब (ग्रेड 1 ऐं 2) फकति पेशाब जी नलीअ ताई ई वेंदो आहे ऐं वधीक गंभीर (ग्रेड 4 ऐं 5) में पेशाब वधीक अंदाज में उबिते तरफ वेंदो आहे ऐं पेशाब जी नली फुंडी वेंदी आहे ऐं किडनी पिणु फुंडी वेंदी आहे।

**वी.यु.आर. जे इलाज में हल्की तकिलीफ लाइ अेन्टीबायोटिक्स
ऐं गंभीर तकिलीफ लाइ आपरेशन जी जरूरत पवंदी आहे।**

2. ब्रियूं ज़रूरी तपासू :

- पेशाब जी कल्चर जी तपास, जंहिं करे पेशाब जो इन्फेक्शन जी ज़ाण मिली सघंदी आहे ऐं उन जो योग्य इलाज करण लाइ ज़रूरी हूंदो आहे ।
- रतु में हिमोग्लोबिन जी तपास, अछा जुज़ा ऐं क्रीअेटीनिन जी तपास कई वेंदी आहे ।
- किडनीअ जी सोनोग्राफी जंहिं मां किडनीअ जी साइज़, उन जी शिकिल, कोबि Scar (फट जो निशान) गुोलिहे कढणु, पथिरीअ जी रंडक ऐं रचिना में खामी हुजे त उहा ज़ाणी सघिजे थी । सोनोग्राफीअ मां बीमारीअ जी ज़ाण नथी मिले ।
- डी.अेम.अेस.अे. किडनीअ जी तपास (DMSA Scan) किडनी स्कारिंग ज़ाणण लाइ हीअ तपास कई वेंदी आहे ।

वी.यु.आर. जो इलाजु

पेशाब में इन्फेक्शन ऐं किडनीअ खे थींदड़ नुक्रिसान खे रोकण लाइ वी.यु.आर. जो इलाज तमाम ज़रूरी हूंदो आहे । हिन बीमारीअ जो इलाजु-बीमारीअ जूं निशानियूं, उन जे अंदाज़ ऐं ब्रारनि जी उम्र खे ध्यान में रखी तय कयो वेंदो आहे ।

वी.यु.आर. जे इलाज जा मुख्य टे विकल्प आहिनि, जंहिं में दवा ज़रीये इलाजु, आपरेश ऐं अेन्डोस्कोपी ज़रीये इलाज जो समावेश थिअे थो । पेशाब जे इन्फेक्शन ते ज़ाबितो मरीज़ जे इलाज जो अहिमियत वारो हिस्सो आहे । घणे भाडे दवा ज़रीये इलाजु कयो वेंदो आहे । किनि मरीज़नि में जिनि ते दवा असर नथी करे या बीमारी वधीक गंभीर हुजे तड़हिं आपरेशन या अेन्डोस्कोपीअ ज़रीये इलाज कयो वेंदो आहे ।

हल्के वी.यु.आर. (Mild VUR) जो इलाजु

घटि गंभीर किसिम जी तकिलीफ में पेशाब उबिते तरफ वेंदो हुजे त उहा तकिलीफ

वी.यु.आर. जे इलाज में अेन्टीबायोटिक्स नेमाइतो रात जो लंबे अरिसे-सालनि ताई वठणु ज़रूरी आहे ।

आहिस्ते आहिस्ते घटिजी कंहिं बि आपरेशन खां सवाइ मुकमल नमूने मिटिजी वेंदी आहे । इन दरम्यान पेशाब में इन्फेक्शन खे क्राबूअ में रखण लाइ योग्य अेन्टीबायोटिक्स ड्रियणु ज़रूरी आहिनि ।

दवा ज़रीये इन्फेक्शन क्राबूअ में अची वजे, उन खां पोइ ब्रार खे इन्फेक्शन न थिअे, उन लाइ राति जो सुम्हण वव्रत लंबे अरिसे ताई अेन्टीबायोटिक्स ड्रिनियूं वेंदियूं आहिनि । नाइट्रोफ्यूरेन्टोइन ऐं कोट्रीमोक्सेज़ोल नाले वारियुनि दवाउनि जो उपयोग कयो वेंदो आहे । इलाज दरम्यान हर 1 खां 2 सालनि में उबिते तरफ पेशाब वाहिनीअ में वेंदड़ पेशाब जे अंदाज़ में केतिरो फेरिफार थियो आहे, उहो ज़ाणण लाइ वरी वी.सी.यु.जी. तपास कई वेंदी आहे ।

वधीक गंभीर वी.यु.आर. जो इलाजु

जड़हिं वधीक अंदाज़ में पेशाब उबिते तरफ वेंदो हुजे ऐं उन जे करे पेशाब वाहिनी ऐं किडनी वेकिरियूं थी फुंडी पवनि, अहिड्रियुनि हालतुनि में आपरेशन खां सवाइ इहा तकिलीफ दूर थी न सघंदी आहे । इन आपरेशन (Ureteral reimplantation or ureteroneocystostomy) जो मक्रिसद पेशाब वाहिनी ऐं मसाने जे विच में वाल्व जहिडो बन्दोबस्त वरी ठहिकी वजे ऐं पेशाब उबिते तरफ पेशाब वाहिनीअ में वेंदड़ अटिकी वजे, इहो हूंदो आहे ।

अेन्डोस्कोपीअ ज़रीये इलाजु

अेन्डोस्कोपीअ ज़रीये इलाजु इहो मुख्य ऐं असरदायक तमाम गंभीर वी.यु.आर. लाइ कमु आणिबो आहे । इन इलाज जा फायदा आहिनि: इस्पताल में घटि रहणु, चीर खां सवाइ आपरेशन ऐं ब्रियूं गंभीर तकिलीफू घटिजी वजनि । ही इलाजु अेनेस्थेसिया डेई करे कयो वेंदो आहे ।

हिन इलाज में अेन्डोस्कोप (Lighted tube) जी मदद सां जिते पेशाब वाहिनी मसाने सां गुंढियल हूंदी आहे, उते थोल्हि वधाईदड़ चीज़ (Dextranomer

जड़हिं अेन्टीबायोटिक्स ज़रीये कामियाबी न मिले तड़हिं सख्त वी.यु.आर. में आपरेशन या अेन्डोस्कोपीअ ज़रीये इलाज कयो वेंदो आहे ।

hyaluronic acid copolymer-Deflux) रखिबी आहे इहा चीज (पदार्थ) इन्जेक्शन जरीये रखी मसाने ऐं पेशाब वाहिनीअ जे पासे जी थोल्हि वधाअे, मसाने खां पेशाब वाहिनीअ में उबिते तरफ वेदइ पेशाब जे अंदाज खे घटाईदो आहे।

इहो इलाजु 85% खां 90% मरीजनि में असरदायक ऐं कामियाबु वेदो आहे।

अन्डोस्कोपीअ जरीये इलाजु इहो शुरुआती तबिके जे वी.यु.आर. लाइ तमाम असरदायक हूंदो आहे। इन खां सवाइ इलाज खां पोइ जिनि खे सालनि खां वी.यु.आर. जी तकिलीफ हूंदी आहे, उन्हनि खे दवाउनि जो घटि वाहिपो ऐं मानसिक छिक पिणु घटिजी वेदी आहे।

नेमाइती तपास : वी.यु.आर. जे सभिनी ब्रारनि खे डॉक्टर जी सलाह मूजिबु वजनु, ऊचाई, ब्लड-प्रेशर, पेशाब जो रिपोर्ट ऐं ब्रियू ज़रूरी तपासूं योग्य वक्रत ते कराअे वठणु ज़रूरी आहिनि।

वी.यु.आर. जे मरीजनि खे डॉक्टर वटि कडहिं वजणु घुरिजे?

जिनि ब्रारनि खे पेशाब में इन्फेक्शन हुजे उन्हनि खे डॉक्टर खे डेखारणु ज़रूरी आहे ऐं हेठि ज़ाणायल हालतुनि में पिणु डॉक्टर जी सलाह वठणु घुरिजे :

- बुखार सां थधि लगणु, पेशाब में साडो या ज़ोर लगाइणो पवे, पेशाब में बांस अचे या पेशाब में रतु निकरे।
- उल्टियूं-उबिथा, जंहिं करे दवा बि वठी न सधिजे।
- शरीर में पाणीअ जो घटिजी वजणु-घटि पाणी (पाणियठु) वठण करे या उल्टियुनि जे करे।
- निहाईअं जे हिस्से में सूर पवणु।
- सुभाव में चिड़चिड़ाहट, खाधो घटि खाइणु ऐं ब्रार सदाई बीमार रहे।

वी.यु.आर. जे सभिनी ब्रारनि खे डॉक्टर जी सलाह मूजिबु वजनु, ऊचाई, ब्लड प्रेशर, पेशाब जो रिपोर्ट योग्य वक्रत ते कराइण ज़रूरी आहिनि।

२४. ब्रारनि खे राति जो बिस्तरे में पेशाब थी वजणु

ब्रारि नंढो हूंदो आहे तडहिं राति जो बिस्तरे (हंध) ते पेशाब करे छडे, इहो स्वभाविक आहे। पर ब्रार जी उम्र वधण खां पोइ बि राति जो बिस्तरे में पेशाब करे त उहो उन ब्रार ऐं संदसि माता-पिता लाइ शर्म ऐं चिंता जो विषय आहे। घणे भाडे ब्रारनि में उम्र सां गडोगडु इहो मसइलो बिना कंहिं इलाज जे मिटी वेदो आहे। खुश किस्मतीअ सां घणे भाडे ब्रारनि में इहो मसइलो किडनीअ जी कंहिं बीमारीअ करे न थींदो आहे।

इहो मसइलो केतिरनि ब्रारनि में नज़र ईदो आहे ऐं इहो कडहिं मिटिजंदो आहे?

- रवाजी तरह 6 सालनि खां नंढी उम्र जे ब्रारनि में इहो मसइलो नज़र ईदो आहे।
- 5 सालनि खां वड्डी उम्र जे 10-15% ब्रारनि में हीअ तकिलीफ नज़र ईदी आहे।
- रवाजी तरह उम्र वधण सां इहो मसइलो पंहेजो पाणेही घटिजंदो वेदो आहे ऐं मिटिजी वेदो आहे।
- 10 सालनि जी उम्र में इहो मसइलो 3% ऐं 15 सालनि खां वड्डी उम्र में 1% खां घटि ब्रारनि में इहा तकिलीफ नज़र ईदी आहे।

ही मसइलो ब्रारनि में कडहिं वधीक नज़र ईदो आहे?

- जिन ब्रारनि जे माउ-पीउ में उन्हनि खे बचपन (नंढपिण) में इहा तकिलीफ नज़र आई हुजे।
- जिनि ब्रारनि जे मग़ज जो विकास देरि सां थींदो हुजे त उन्हनि ब्रारनि खे मसाने में पेशाब भरिजी वियो आहे, उन जी समझि न रहंदी आहे।
- गहिरी निंड ईदी हुजे, अहिड़नि ब्रारनि में हीअ तकिलीफ वधीक नज़र ईदी आहे।
- छोकरियुनि खां छोकिरनि में ही मसइलो टीणो वधीक नज़र ईदो आहे।

नंढनि ब्रारनि खे राति जो बिस्तरे में पेशाब थी वजणु मामूली ग़ाल्हि आहे, का बीमारी न आहे।

- मानसिक छिक जे करे घणाई दफ़ा ही मसइलो शुरु थींदो या वधंदो नजर ईंदो आहे।
- तमाम थोड़नि (2-3%) ब्रारनि में कंहिं बीमारीअ जीअं त मूत्र मार्ग जो इन्फेक्शन, डायबिटीज़, किडनी फेल्यर, कब्ज़ी, मसानो नंडो हुआणु, करंघे (Spinal Cord) में का खामी हुजे, बलाऊं (Pin Worms) थियणु या छोकिरनि में यूरेथ्रल वाल्व में नुक्स (खामी) करे ही मसइलो थी सघे थो।

बिस्तरे में पेशाब थींदो हुजे ते ब्रार जी कडहिं ऐं कहिड़ी तपास कराइणु ज़रूरी आहे?

किनि ब्रारनि में ई तपास कराइण जी ज़रूरत पवंदी आहे, जिनि में बिस्तरे में पेशाब थी वज़ण जो कारणु का बीमारी हूंदी आहे। रवाजी तरह रतु में खंडि जी तपास, पेशाब जी तपास, करंघे जो अक्स-रे, सोनोग्राफी या किडनी ऐं मसाने सां वास्तो रखंदड़ बी का बि तपास कराई वेंदी आहे।

इलाज :

हीअ तकिलीफ का बीमारी न आहे या ब्रार जाणी वाणी बिस्तरे में पेशाब न कंदो आहे। तंहिं करे ब्रार खे धमिकाइण या गुस्से थियण जे बदिरां, हिन तकिलीफ जे इलाज जी शुरुआत हमिददी ऐं खबरदारीअ सां कई वेंदी आहे। इलाज जी शुरुआत में पहिरियाई ब्रार खे समिझाणी ऐं प्रोत्साहन डिजे, पाणी वठण ऐं पेशाब लाइ वज़ण जी आदत में फेरिफार कजे ऐं तंहिं हूंदे बि इहा तकिलीफ रहे त डॉक्टर जी सलाह मूजिबु दवा वठिजे।

1. समिझाणी ऐं प्रोत्साहन

- ब्रार खे हिन तकिलीफ बाबात सही समिझ डिणु ज़रूरी आहे।
- पेशाब बिस्तरे में थी वजे थो, उन में ब्रार जो डोहु न आहे। उन लाइ हुन ते गुस्से

उम्र वधण सां ब्रारनि सां फक्रति हमिददी ऐं प्रोत्साहन सां हीअ तकिलीफ दूर थी वेंदी आहे।

थियण या धमिकाइणु न खपे, छाकाणि त ईअं करण सां ब्रारि वधीक डिज्जी सघे थो।

- इन तकिलीफ में असां खे इहो ध्यान रखणु घुरिजे त ब्रिया ब्रार हुन खे चेढ़ाईन न या मज़ाक़ (मस्ती) न कनि।
- ब्रार ते मानसिक दाबु घटि कजे ऐं समझाइजे त सज़ो परिवार हुन सां गडु ई आहे ऐं इहा तकिलीफ थोड़े वज़त में मिटिजी वेंदी।
- राति जो रूम (कमरे) में योग्य लाईट चालू रखिजे जीअं ब्रार खे बाथरूम ताई वज़ण में सहूलियत रहे।
- सुम्हण खां अगि में पासे में कपड़नि जी हिक वधीक जोड़ी, चादर ऐं नेष्कीन रखिजे जीअं रात जो खराब थियल कपिड़ा मटाइण में सहूलियत रहे।
- चादर जे हेठां प्लास्टिक विछाइजे जीअं चादर खराब न थिजे।
- चादर जे हेठां हिकु वडो ऐं थुल्हो रूमाल (टुवाल) रखिजे जीअं पेशाब चूसिजी वजे।
- ब्रार खे हर रोज़ सुबूह जो स्नान करण लाइ चइजे जीअं पेशाब जी बांस न अचे।
- जंहिं राति जो ब्रार बिस्तरे में पेशाब न करे तडहिं हुन जी साराह कजे ऐं उन लाइ का नंडी सूखिड़ी डिजे, जेका ब्रार जी तकिलीफ दूर करण में प्रोत्साहन ड़िंदी।
- जेकडहिं ब्रार खे कब्ज़ रहंदो हुजे त उन ड़ांहुं लापरवाह न थिजे पर सही इलाज करणु घुरिजे।

2. पाणियठु वठण में फेरिफार

- राति जो सुम्हण खां 2-3 कलाक अगि में ब्रार खे घटि पाणियठु डिजे। पर ड़िंहं जो वधीक पाणियठु डिजे।
- कोफिन (चांहिं, काफी), गैस वारा कोल्ड ड़िंक्स ऐं चाकिलेट राति जे वज़त

बिस्तरे में वज़ण खां अगि घटि पाणी पीअणु ऐं पेशाब करण जी आदतुनि में फेरिफार करणु तमाम अहिमियत वारा वसीला आहिनि।

ड्रियण खां टाडिजनि । इन्हनि शयुनि जे करे पेशाब वधीक थियणु ऐं उहो पेशाब राति जो बिस्तरे में थी वज्रणु जो इमिकान पिणु रहंदो आहे ।

3. पेशाब वज्रणु जी आदत में तबिदील

- राति जो सुम्हणु खां अगि में हमेशह पेशाब करे सुम्हणु जी आदत विझिजे ।
- डींहं दरम्यान कुझ कुझ वक्रत खां पोइ पेशाब करे अचणु जी आदत विझिजे ।
- इन खां सवाइ राति जो ब्रार खे उथारे २-३ दफ़ा पेशाब कराखे छड्डणु सां बिस्तरे में पेशाब न थींदो ।
- ब्रार खे डाइपर पहिराइणु सां राति जो बिस्तरे खे आलो थियणु खां अटिकाअे सघिजे थो ।
- ब्रारि अटिकल जंहिं वक्रत ते बिस्तरे ते पेशाब करे, ब्रियो दफ़ो उन वक्रत ते ब्रार खे उथारे ऐं पेशाब कराइ छड्डणु घुरिजे ।
- हर रोज़ राति जो सुम्हणु खां पोइ हर टीं कलाकें ब्रार खे उथारे पेशाब कराइजे ऐं मुमकिन हुजे त अलार्म पिणु रखिजे ।

4. अलार्म सिस्टम

- पेशाब थियणु सां निकर (Under wear) आली थिअे त यकिदम उन सां गुंडियल बेल वजे, इन किसि जी अलार्म सिस्टम विकासशील देशनि में मयसर आहे । पेशाब थियणु जो चिताव ब्रारि ज़ाणी करे यकिदम पेशाब खे रोके वठंदो आहे ।
- इन किसिम जा साधन घणो करे 7 सालनि खां वड्डी उम्र जे ब्रारनि लाइ कमु आणिबा आहिनि ।
- इन किसिम जी तालीम (सिस्टम) सां इहो मसइलो जल्द हलु थी सघंदो आहे ऐं बिस्तरे आले थियणु खां अगि ब्रारि जागी पवंदो आहे.

अलार्म सिस्टम ऐं दवा ज़रीये इलाजु रवाजी तरह सतनि सालनि जी उम्र खां वडुनि ब्रारनि में कमु ईदा आहिनि ।

5. मसाने जी तालीम

- घणनि ब्रारनि में मसाने में घटि पेशाब मापी सघंदो आहे । हिन तालीम जो मक़िसद मसाने जी गुंजाइश वधाइणु जो आहे ।
- अहिडनि ब्रारनि खे डींहं दरम्यान पेशाब लगे त रोके रखणु, पेशाब थोडो करे विच में रोके रखणु वगैरह जहिडियुं पेशाब जू कसिरतूं करणु जी सलाह ड़िनी वेंदी आहे । इन किसिम जे कसिरतुनि जे करे मसानो मज़बूत बणिजे थो । उन जी पेशाब खे समाइणु जी गुंजाइश वधंदी आहे ऐं पेशाब ते ज़ाबितो वधे थो ।

6. दवा ज़रीये इलाजु

मथियुनि कोशिशुनि जी नाकाम्याबीअ बइद दवा जो उपयो कबो आहे ऐं 7 सालनि खां वड्डी उम्र जे ब्रारनि में कबो आहे । दवाऊं असरदायक हूंदियुं आहिनि, पर उहे मसइले खे मिटाअे नथियुं सघनि । दवाऊं बंद करणु सां पोइ इहो मसइलो वरी थी सघे थो । इन करे दवा खां अलार्म सिस्टम वधीक सलाह भरियो आहे । इन लाइ कमु ईदइ मुख्य दवाउनि में इमेप्रेमिन ऐं डेस्मो प्रेसिन जो समावेश थिअे थो । इन खां सवाइ ओज़ीब्युटीन पिणु कमु ईदी आहे ।

1. डेस्मोप्रोसिन असेटेट

जडुहिं बिअे इलाजु सां कामियाबी न मिलंदी आहे तडुहिं हीअ दवा ड़िनी वेंदी आहे । इन दवा वठणु करे राति जो पेशाब घटि ठहंदो आहे । जिनि ब्रारनि में राति जो पेशाब वधीक ठहंदो आहे उन्हनि लाइ हीअ दवा तमाम काराइती आहे । इहा दवा चालू हुजे तडुहिं ब्रारनि खे समिझाइजे त शाम जे वक्रत पाणी घटि पीअनि ऐं हीअ दवा सुम्हणु खां अगि में ड़िनी वेंदी आहे । कंहिं सबब जे करे जेकडुहिं ब्रार ड़ींहं दरम्यान वधीक अंदाज़ में पाणी पीतो हुजे तडुहिं इहा दवा न डिजे । हीअ दवा राति जो बिस्तरे में थींदइ पेशाब खे रोकणु लाइ अक्सिर हूंदे पिणु, तमाम महांगी हुअणु सबबु सभु ब्रार इहा कमु आणे नथा सघनि ।

बिस्तरे में पेशाब लाइ दवा ज़रीये इलाजु असिराइतो वसीलो आहे थोडे वक्रत जे फायदे लाइ पर उन सां मिटिजी नथो सघे ।

2. इमी प्रेमिन

हिन दवा जो उपयोग सतन सालनि खां वधीक उम्र जे ब्रारनि में ई कयो वेंदो आहे। हीअ दवा मसाने जे मुशिकिन खे मज़बूत करे थी, जंहिकरे मसाने में वधीक पेशाब मापी सघे थो। इन खां सवाइ इहा दवा पेशाब न लहे इन लाइ जवाबदार मुशिकिन खे वधीक सुसण में मदद करे पेशाब थियण खे रोके थी। इहा दवा डॉक्टरनि जी नज़रदारीअ हेठि अटिकल 3-6 महिननि लाइ डिनी वेंदी आहे। इहा दवा तमाम असरदायक आहे पर उन जे साइड इफेक्ट जे करे उन जो उपयोग कडहिं-कडहिं ई कयो वेंदो आहे।

3. ओझिब्युटीन

हीअ दवा ड्रींहं जो बिस्तरे में पेशाब थी वेंदो हुजे अहिडिनि ब्रारनि में कम ईदी आहे। हिन दवा जे करे मसाने जी गुंजाइश वधंदी आहे ऐं उन जो सुसण घटिजंदो आहे। हिन दवा जे साइड इफेक्ट में वात सुकी वजणु, पघरु निकिरणु ऐं कब्ज़ी थी सघे थी।

बिस्तरे में पेशाह थी वेंदो हुजे, उन लाइ डॉक्टर जी सलाह कडहिं वठणु घुरिजे :

हेठियुनि हालतुनि में उन परिवार खे डॉक्टर जी सलाह वठणु ज़रूरी आहे:

- ड्रींहं दरम्यान बिस्तरे में पेशाब थी वेंदो हुजे।
- 7 या 8 सालनि जी उम्र खां पोइ बिस्तरे में पेशाब थिअे।
- हिन तकिलीफ दूर थियण खां 6 महिननि खां पोइ वरी थिअे।
- लेट्रीन (काकूस) करण ते पिणु कंट्रोल न रहे।
- बुखार, सूर, पेशाब में साइो तमाम घणी उज लगणु या मुंहं ते ऐं पेरनि ते सोजु चढ़िही वजणु।
- पेशाब अटिकी करे अचे या उन वक्रत ज़ोर लगाइणो पवे।

ड्रींहं दरम्यान बिस्तरे में पेशाब जी हालत, बुखार, पेशाब में साइो या आंडनि जी तकिलीफ में डॉक्टर जी सलाह वठणु ज़रूरी आहे।

२५. किडनी फेल्यर जे मरीज़नि में खाधो

किडनीअ जो मुख्य कमु रतु खे साफ करे ऐं ग़ैर ज़रूरी शयुनि जो नेकाल करणु आहे। किडनी पेशाब ज़रीये ग़ैर ज़रूरी पाणियठु ऐं शयुनि खे दूर करे रतु खे साफ करे ऐं पाणी, मइदिनी लूण ऐं ऐसिड, अल्कली ते ज़ाबितो रखे थी। रतु में इन्हनि शयुनि जो अंदाज़ योग्य हिस्से रसीअ में रखी किडनी शरीर खे तंदुरस्त रखे थी। मइदिनी शयूं (Minerals) जहिडोक सोडियम, पोटेशियम, कैलियम, फास्फेट ऐं बायकार्बोनेटस खे बाकाइदे रखे थी।

किडनी फेल्यर जे मरीज़नि में पाणी ऐं मइदिनी लूणनि ते योग्य ज़ाबितो रही न सघंदो आहे, इन करे डॉक्टर जी सलाह खां सवाइ रवाजी अंदाज़ में पाणी, लूण या पोटेशियम वठण सां शरीर में उन जे अंदाज़ में मौतिमार फेरिफार थी सघे थो। कमिज़ोर ऐं घटि कमु कंदइ किडनीअ जे बोझ खे घटाइण लाइ डॉक्टर जी सलाह मूजिबु मरीज़ खे ज़रूरी खबरदारी ऐं खाधे में डॉक्टर जी सलाह अनुसार तबिदील (फेरिफार) करणु तमाम ज़रूरी हूंदो आहे। पर सभिनी मरीज़नि लाइ खाधे में संभाल रखणु हिक जहिडो न हूंदी आहे। खाधे में कहिडे नमूने संभाल (खबरदारी) रखिजे, उहो मरीज़ जी तपास खां पोइ किडनी फेल्यर कहिडे तबक्रके में आहे ऐं ब्री का बीमारी आहे या न इहो ज़ाणण खां पोइ खबरदारी रखिबी आहे। हिक ई मरीज़ में अलग-अलग स्टेज ते खाधे में सलाह मूजिबु फेरिफार करणु ज़रूरी हूंदो आहे।

किडनी फेल्यर (सी.के.डी.) जे मरीज़नि खे खाधे में खबरदारी रखण पुठियां कहिडो मक्कसद आहे?

किडनी फेल्यर जे मरीज़नि खे खाधे में खबरदारी रखण जो मक्कसद हेठीअं रीत आहे:

1. किडनीअ खे वधीक खराब थियण खां रोकण लाइ ऐं डायालिसिज़ जी ज़रूरत खे मुहिमल करण या लंबाइण लाइ।
2. रतु में युरिया जे वधीक अंदाज़ जे करे गंभीर मसइलनि (Toxic effects) खे रोकण लाइ।

3. शरीर में घुरिबल अंदाज में विटामिन, मइदिनी शयूं ऐं ब्रिया ज़रूरी अनासर क्राइण रखण लाइ ।
4. शरीर में पाणियठु (पाणी) ऐं मइदिनी लूण जे फेरिफार जे करे थोंदड़ गंभीर मसइलनि खे रोकण लाइ ।
5. दिल जी बीमारी (Cardio vascular disease) जे खतिरे खे टाड़ण लाइ ।

किडनी फेल्यर जे घणे भाडे मरीजनि खे खाधे में हेठीअं रीत सलाह डिनी वेंदी आहे :

- प्रोटीन जो अंदाज वधीक न हुअणु घुरिजे । रवाजी तरह 0.8 खां 1.0 ग्राम / किलोग्राम शरीर जे वज़न जेतिरो प्रोटीन वठण जी सलाह डिनी वेंदी आहे ।
- कार्बोहाइड्रेट घुरिबल अंदाज में (35-40 केलरी / किलोग्राम शरीर जे वज़न जेतिरो) वठण जी सलाह डिनी वेंदी आहे ।
- घी, मखणु, तेल वगैरह चरिबीअ वारा खाधा घटि खाइण जी सलाह डिनी वेंदी आहे ।
- पाणी (पाणियठु) सूचिना अनुसार घटि अंदाज में वठिजे ।
- खाधे में सोडियम, पोटेशियम ऐं फासफोरस जो अंदाज घटि हुअणु घुरिजे ।
- घुरिबल अंदाज में विटामिन ऐं शरीर लाइ ज़रूरी ब्रिया अनासर वठण जी सलाह डिनी वेंदी आहे ।

किडनी फेल्यर जे मरीजनि में खाधे जी पसंदगी ऐं फेरिफार :

1. प्रोटीन जी खबरदारी

प्रोटीन मुशकिन के ठाहिण में, उन खे तंदुरस्त रखण में, ज़ख्म खे भरण में ऐं बीमारियुनि खां बचाव जी शक्तिअ लाइ तमाम ज़रूरी हूंदो आहे ।

डायालिसिज़ खां अगि में वधीक प्रोटीन वारो खाधो न खाइजे । प्रोटीन जो अंदाज - 0.8 खां 1.0 ग्राम / किलोग्राम शरीर जे वज़न जेतिरो वठिजे ।

प्रोटीन वारो खाधो न वठण करे कमिज़ोर किडनीअ जे खराब थियण जी रफितार

घटिजी वेंदी आहे ऐं डायालिसिज़ ऐं किडनी ट्रान्सप्लान्टेशन जी ज़रूरत खे लंबाअे सघिबो आहे, छाकाणि त प्रोटीन घटि वठण करे शरीर में युरिया जो अंदाज घटि ठहंदो आहे ऐं उन जे करे थोंदड़ तकिलीफूं जीअं त उलिटी-उब्रिथा, बुख न लगणु वगैरह डिसण में न ईदियूं आहिनि । इन खां सवाइ प्रोटीन घटि वठण करे रतु में फासफोरस जो घुरिबल अंदाज पिणु क्राइम रहंदो आहे ।

डायालिसिज़ ज़रीये इलाज खां अगि वारे तबबके में प्रोटीन घटि वठण करे तमाम फायदो थोंदो आहे पर गैर ज़रूरी प्रोटीन घटि न वठिजे । बुख न लगणु इहो रवाजी तरह किडनी फेल्यर जे मरीजनि में डिसण में ईदो आहे । बुख न लगणु ऐं खाधे में प्रोटीन न वठणु हिक ई वक्रत (गडु) हुजे त उन जे करे गंभीर मसइला जीअं त वज़नु घटिजणु, बराबर खाधो न वणे, सुस्ती, बीमारियुनि खां बचाव जी शक्ति घटिजी वज़णु ऐं अगिते हली मौत जो खतिरो पिणु रहेथो । पर डायालिसिज़ चालू करण खां पोइ घुरिबल अंदाज में प्रोटीन वारो खाधो वठण जी सलाह डिनी वेंदी आहे, खास करे सी. अ. पी. डी. ते रहंदड़ मरीजनि खे प्रोटीन वठण जी सलाह डिनी वेंदी आहे छाकाणि त सी. अ. पी. डी. जी पाणियठु जडुहिं पेट खां बाहिर निकिरंदी आहे त गडोगडु प्रोटीन निकिरी वज़ण सबबु जेकडुहिं वधीक प्रोटीन न डिनी वजे त शरीर में प्रोटीन घटिजी वेंदी आहे, जेको नुक्रिसानकार आहे ।

2. वधीक कैलरी वारो खाधो

शरीर खे रोज़ मड़ह जा कम करण लाइ, शरीर जो गरिमी पद क्रायम रखण लाइ ऐं योग्य वज़न क्रायम रखण लाइ घुरिबल अंदाज में कैलरी वठणु ज़रूरी हूंदो आहे । खास करे कार्बोहाइड्रेट ऐं चरिबीअ वारनि खाधनि मां कैलरी मिलंदी आहे । किडनी फेल्यर वारनि मरीजनि खे रोज़ानो 35-40 कि. कैलरी / वज़न मूजिबु वठणु ज़रूरी हूंदो आहे । जेकडुहिं रोज़ानो खाधे में घुरिबल अंदाज में कैलरी न मिले त शरीर जी प्रोटीन मां कैलरी हासिल कंदो आहे ऐं वधीक अंदाज में जेकडुहिं इन नमूने कैलरी मिलंदी रहे त शरीर में प्रोटीन जो अंदाज तमाम घटि ऐं तमाम नुक्रिसानकार थी वेंदो आहे । इन खां सवाइ प्रोटीन मां कैलरी मिले त प्रक्रिया खां पोइ उन मां गैर ज़रूरी शयुनि जी उत्पति थी शरीर खे वधीक नुक्रिसान थी सघे थो । इन करे

किडनी फेल्यर जे मरीजनि खे घुरिबल अंदाज में केलरी वठण जी सलाह डिनी वेंदी आहे।

कार्बोहाइड्रेट

कार्बोहाइड्रेट शरीर लाइ केलरी हासिल करण जो बुनियादी जरीयो आहे। कार्बोहाइड्रेट वारनि खाधनि में ब्रेड, दालियूं, चांवर, पटाटा, फ्रूट, सायूं भाजियूं, खंडि, माखी, केक ऐं मिठाई ऐं कोल्ड ड्रिंक्स जो समावेश थिअे थो। जिनि माणहुनि खे डायबिटीज हुजे या वधीक वजनु हुजे, उन्हनि खे कार्बोहाइड्रेटस वारो खाधो घटि खाइणु घुरिजे।

चरिब्रीअ वारियूं शयूं (Fats)

कार्बोहाइड्रेटस ऐं प्रोटीन खां बि वधीक अंदाज में केलरी चरिब्रीअ वारनि खाधनि (शयुनि) मां मिलंदी आहे। घी, मखणु, नान-वेज वगैरह जहिडा खाधा घटि खाइणु घुरिजनि, पर बिल्कुल बंद करणु नुक्रिसानकार आहिनि। तेल जी पसंदगीअ में रवाजी तरह मुंगफली या सोयाबीन जो तेल फायदेमंद आहे, जेको घटि अंदाज में वठण जी सलाह डिनी वेंदी आहे। वधीक अंदाज में चरिब्रीअ वारो खाधो ऐं कोलेस्ट्रोल वारो खाधो वठण सां किडनी ऐं दिल खे नुक्रिसान थी सघे थो।

3. पाणियठु में खबरदारी

किडनी फेल्यर जे मरीजनि खे पाणियठु वठण में छा लाइ खबरदारी रखणु जरूरी आहे?

किडनी शरीर में योग्य अंदाज में पाणियठु (पाणी) कायम रखी ऐं गैर जरूरी पाणियठु जो पेशाब जरीये नेकाल कंदी आहे। किडनी फेल्यर जे मरीजनि में किडनीअ जी कमु करण जी शक्ति घटिजण सां मरीज खे थींदड़ पेशाब जो अंदाज पिणु घटिजंदो नजर ईंदो आहे। इन हालत में जेकडहिं छूट सां पाणी वरितो वजे ऐं पेशाब घटि अचे त शरीर में पाणियठु (पाणी) वधी वजण सां सोजु चढिही वजे ऐं साहु खणण में

तकिलीफ थी सघे थी। इन खां सवाइ फिफिडनि में पाणी गडु थी वजण करे साह जी तकिलीफ थी सघे थी, जेका वधीक वधी वजे त मौतिमार पिणु बणिजी सघे थी।

शरीर में पाणियठु जो अंदाज वधी वियो आहे, इहो कहिडे नमूने ज्ञाणी सघिबो आहे?

सोजु थियणु, पेट फुंडी पवणु, साहु चढिही वजणु, रतु जो दाबु वधी वजणु, थोडे अरिसे में वजण में तकिडे इजाफो थियणु वगैरह निशानियुनि जी मदद सां शरीर में पाणीअ जो अंदाज वधी वियो आहे, इहो ज्ञाणी सघिजे थो।

किडनी फेल्यर जे मरीजनि खे पाणियठु जो अंदाज केतिरो वठणु घुरिजे, इन लाइ कहिडी खबरदारी रखिजे?

डॉक्टर जी सलाह मूजिबु ई पाणियठु (Fluid) वठणु घुरिजे। किडनी फेल्यर जे सभिनी मरीजनि खे केतिरी पाणियठु वठणु घुरिजे, इहो अलग-अलग हूंदो आहे ऐं इहो अंदाज मरीज खे केतिरो पेशाब अचे थो शरीर में केतिरी पाणियठु आहे, उन ते आधार रखे थो।

किडनी फेल्यर जे मरीजनि खे केतिरी पाणियठु वठणु घुरिजे?

- जिनि मरीजनि खे पूरे अंदाज में पेशाब ईंदो हुजे ऐं सोजु न थिअे, अहिडनि मरीजनि खे मरिजीअ मूजिबु पाणियठु वठण जी छूट डिनी वेंदी आहे। किडनी फेल्यर जे मरीजनि खे केतिरी पाणियठु वठणु घुरिजे, उहो मरीज खे थींदड़ पेशाब ऐं शरीर जी सोजु खे ध्यान में रखी तय कयो वेंदो आहे।
- जंहिं मरीज खे पेशाब घटि ईंदो हुजे ऐं सोजु हुजे, उन खे पाणियठु घटि वठण जी सलाह डिनी वेंदी आहे ऐं सोजु घटाइण लाइ 24 कलाकनि में थींदड़ पेशाब खां घटि पाणियठु वठण जी सलाह डिनी वेंदी आहे।
- रवाजी तरह 24 कलाकनि में थींदड़ कुल पेशाब + 500 ml जेतिरी पाणियठु वठण जी छूट डियण सां सोजु थियण या वधण खे रोके सघिबो आहे।

कडनी फेल्यर जे मरीजनि खे हर रोज वजनु करे नोट करण छो जरूरी हूंदो आहे?

शरीर में पाणियठु जो अंदाज केतिरो आहे ऐं उन में वधि-घटि ज्ञाणण लाइ कडनी फेल्यर जे मरीजनि खे वजनु करे नोट करण जरूरी हूंदो आहे। पाणियठु जो अंदाज डॉक्टर जी सलाह मूजिबु योग्य नमूने वरितो वजे त वजनु पिणु सागियो कायम रहंदो आहे। ओचितो ई ओचितो थोड़े वक्रत में वजनु वधण सां ईअं मालमू थींदो आहे त शरीर में पाणियठु वधी वेई आहे ऐं उन खां पोइ मरीज खे घटि पाणियठु वठणु घुरिजे ऐं उन खां सवाइ डॉक्टर जी सलाह मूजिबु पेशाब वधाइण जूं दवाऊं ऐं घटि पाणियठु वठण सां वजन घटिजंदो आहे।

पाणियठु घटि अंदाज में वठण लाइ मददगार सूचिनाऊं :

1. हर रोज मुकरर वक्रत ते वजन करे उन मूजिब पाणियठु जो अंदाज तय कजे।
2. डॉक्टर जी सलाह मूजिबु पाणियठु वठणु घुरिजे। उन मूजिबु माप रखी ऐं 24 कलाकनि में ओतिरी पाणियठु वठणु सालह भरियो आहे। उन पाणियठु में फकति पाणी न पर चांहिं, खीर, काफी, डही, लस्सी, ज्युस, आईस्क्रीम, कोल्ड ड्रीक्स, सूप, दाल वगैरह जो पिणु समावेश थिअे थो। पीअण लाइ पाणियठु जी माप में इन्हनि सभिनी पाणियठुनि खे मिलाअे करे कुल पाणियठु जो माप गुणिणो आहे। वधीक पाणीअ वारा खाधा घटि वठिजनि जीअं त हिंदाणो, अंगूर, गोभी, टमाटा, सेलरी (भाजी), जीलेटिन वगैरह।
3. वधीक लूण वारो, तिखो ऐं तरियलु खाधो घटि खाइजे छाकाणि त उन जे करे उअ वधीक लगंदी ऐं पाणी वधीक पीइबो।
4. जडहिं उअ लग्ने तडहिं ई पाणी पीअजे। ब्रियनि माणहुनि खे वधीक पाणी पीअण जी आदत आहे इन करे पाण खे बि इहा आदत विझिणी न आहे।
5. जडहिं वधीक उअ लग्ने तडहिं ई घटि अंदाज में पाणी पीअजे या वात में बरिफ जो नंदो टुकिडो विझी चूसिजे। जेतिरो पाणी रोज पीअण जी छूट हुजे, ओतिरे पाणीअ जा ठाहियल बरिफ जे नंढनि-नंढनि टुकिडनि सां उअ वधीक संतोषकारक नमूने मिटंदी आहे।

6. खाधे में लूण जो अंदाज घटाइण सां उअ घटाअे सघिबी आहे। जडहिं वात सुकी वजे त पाणीअ जूं गुरिडियूं करे वाति आलो कजे पर पाणी पीइजे न। च्युइंगम, लीमे जो टुकिडो, फूदिनो या खटमिठिडो चूसण सां पिण वात खे सुकण खां रोके सघिबो आहे।
7. चांहिं लाइ कोप ऐं पाणी पीअण जा गिलास नंदी माप जा कमि आणिजनि।
8. रोटी खाइण खां पोइ पाणी पीअणो पवे त उन वक्रत ई गडोगडु दवा वठी छडिजे, जीअं दवा वठण लाइ वरी अलगु पाणीअ जी जरूरत न पवे।
9. मरीज खे कंहिं बि कम में मशगूल रखणु खपे, वांदो विहण सां उअ लगण जी इच्छा तकिडी थींदी आहे।
10. डयाबिटीज जे मरीजनि जी रतु में खंडि जो अंदाज वधीक हुजे त उअ वधीक लगंदी आहे, तंहिकरे डयाबिटीज जे मरीजनि में रतु में खंडि जो योग्य अंदाज उअ खे घटाअे घटि पाणी पीअण में मददगार थींदो आहे।
11. ऊन्हारे में उअ वधीक लगंदी आहे, इन करे कडनी फेल्यर जे मरीजनि खे थधे वातावरण में रहणु सलाह भरियो आहे।

मरीज गुणिप करे योग्य अंदाज में ई पाणियठु वठी सघे इन लाइ कहिडी पद्धतिअ जी सलाह डिनी वेदी आहे?

- मरीज खे जेतिरो पाणी (पाणियठु) वठण जी सूचिना डिनल हुजे, ओतिरो पाणी हिक जग में भरे रखणु घुरिजे।
- सजे डीहं में जग जो पाणी खलास थिअे, ओतिरी पाणियठु वठण जी छूट डिनी वेदी आहे।
- जेतिरी पाणियठु मरीज कोप, गिलास या कटोरीअ में पीअे, ओतिरो पाणी जग में उन ई बासण में भरे फिटो कबो आहे।
- जग जो पाणी खत्म थियण सां मरीज खे अहिसास थींदो त ओतिरो ई पाणी पीअण फायदेमंद आहे ऐं हाणे वधीक अंदाज में पाणियठु वठणु नुक्रिसानकार थी सघे थो।

- बिअे ड्रींहं वरी जगु में पाणी भरे माप मूजिबु पाणियठु पीअण जी सूचिना डिनी वेंदी आहे ।
- इन पद्धतिअ ज़रीये मरीज़ पाणियठु वठण जी गुणिप सविलाईअ सां करे, माप अनुसार पाणियठु पक ई पक वठी सघे थो ।

4. खाधे में लूण (सोडियम) घटि वठिजे :

किडनी फेल्यर जे मरीज़नि खे लूण घटि वठण जी सलाह छो डिनी वेंदी आहे?

शरीर में सोडियम (लूण) पाणियठु जो ऐं रतु जे दाबु जो योग्य अंदाज़ कायण रक्षण में मदद कंदो आहे । शरीर में सोडियम जो योग्य अंदाज़ कायम रक्षण जो कमु किडनी कंदी आहे । जडहिं किडनीअ जी कमु करण जी शक्ति घटिजी वेंदी आहे तडहिं शरीर मां किडनीअ ज़रीये वधीक सोडियम जो नेकाल थी न सघंदो आहे ऐं इन करे शरीर में सोडियम जो अंदाज़ वधी वेंदो आहे ।

शरीर में सोडियम जे वधीक अंदाज़ हुअण करे थींदड तकिलीफुनि में वधीक उज लगणु, सोजु चढिहणु, साहु चढिहणु, रतु जो दाबु वधी वजण वगैरह जो समावेश थिअे थो । इन्हनि तकिलीफुनि खे रोकण या घटाइण लाइ किडनी फेल्यर जे मरीज़नि खे लूण घटि खाइण जी सलाह डिनी वेंदी आहे ।

सोडियम ऐं लूण में कहिडो तफावतु आहे?

रवाजी तरह लूण में सोडियम क्लोराइ हूंदी आहे, जंहिं में 40% सोडियम हूंदी आहे । लूण मां सोडियम प्रायमरी नमूने मिलंदी आहे पर खाली लूण मां ई सोडियम मिले, इहो ज़रूरी न आहे । ब्रियनि केतिरियुनि खाधे जे शयुनि में सोडियम हूंदी आहे जीअं त :

- सोडियम आलजीनेट : आईस्क्रीम ऐं चाकिलेट मिल्क ठाहिण में कमु ईदी आहे ।

- सोडियम बायकार्बोनेट : बेकिंग पावडर ऐं सोडा में कमु ईदी आहे ।
- सोडियम बेन्ज़ोअेट (Sodium Benzoate) : सोस में प्रिज़रवेटीव तरीके कमु ईदी आहे ।
- सोडियम साइट्रेट : जीलेटीन, ब्रियनि मिठायुनि ऐं ड्रींक्स में स्वाद वधाइण लाइ कमु ईदी आहे ।
- सोडियम नाइट्रेट : मांस खे कलर ड्रियण लाइ कमु ईदी आहे ।
- सोडियम सेकेराइड : खाधे में मिठास वधाइण लाइ कमु ईदी आहे ।
- सोडियम सल्फाइट : सुके मेवे में कमु ईदी आहे ।

इहे शयूं खारियूं हूंदियूं आहिनि ईअं न आहे पर उन्हनि जे अंदर सोडियम जो अंदाज़ हूंदो आहे ।

खाधे में लूण (Salt) केतिरो वठणु घुरिजे:

असांजे देश में आम माण्हूअ जे खाधे में सजे ड्रींहं में वठिजंदड लूण जो अंदाज़ 6 खां 8 ग्राम जेतितरो हूंदो आहे । किडनी फेल्यर जे मरीज़नि खे खाधे में डॉक्टर जी सलाह मूजिबु लूण वठणु घुरिजे । घणे भाडे रतु जे दाबु वारनि किडनी फेल्यर जे मरीज़नि खे रोज़ 3 ग्राम जेतितरो लूण वठण जी सलाह डिनी वेंदी आहे ।

कहिडे खाधे में लूण (सोडियम) वधीक अंदाज़ में हूंदो आहे?

वधीक लूण (सोडियम) वारनि खाधनि जी लिस्ट हिन रीत आहे :

- लूण, बेकिंग पावडर ।
- पापड़, आचार, (खटाइणु), संभारो, चटिणी, चाट मसाला, सोस ।
- पेक कयल शयूं जीअं त बिस्कूट, ब्रेड, केक, पिज़ा वगैरह ।
- खाइण जी (मिठी) सोडा या बेकिंग पावडर कमु ईदी हुजे अहिडियूं शयूं जीअ त गांठिया, पकोड़ा, ढोकड़ा, समोसा, रगिडो, पेटीश, दहीवड़ा, हांडवो वगैरह ।

- तैयार नास्तो जीअं त नमकीन-वेफर्स, पोपकोर्न (मकाई), लूण वारी खारी सिंग (मुडफली), चणा, खाज्रा (काजू), पिस्ता, सेव (सिडर), चेविडो, चकिरी, फरिसी पूरी, मठरी वगैरह ।
- तैयार मिलंदड़ लूण वारो मखणु ऐं चीज़ (पनीर) ।
- सोस, कोर्न फ्लेक्स, सपेगेटी (Spagheti), मेक्रोनी, नुडल्स वगैरह ।
- **भाज़ियूं** : मेथी, पालक, पन गोभी, सावा धाणा, फ्लावर (गुल गोभी), मूरियूं, बीट वगैरह ।
- खारी लस्सी, मसाला सोडा, लीमे जो शरबत, नारियल जो पाणी ।
- **दवाऊं** : सोडियम बाय कोर्बोनेट जूं गोरियूं एन्टासीड, लक्ज़ेटिवस वगैरह ।
- **नान-वेज** : जीअं त गोशत, चिकन (मुरघी), जानिवरनि जा उज़िवा जीअं त किडनी (बुकी-गुर्दो), लिवर ऐं ब्रेइन (मग़ज़) ।
- सामूंडी (दरियाही) खाधो : तेली मच्छी, सुकी मच्छी, खेखिड़ा, केकड़ा, वडो झींगो (Lobster), ओइस्टर, कुरंग, बंगड़ा वगैरह ।

खाधे में सोडियम घटाइण लाइ सूचिनाऊं :

1. हररोज़ जी रसोईअ में लूण घटि कमु आणिजे ऐं मथां खां लूण न विझिजे । जेतोणीक सुठे में सुठी पद्धति त रसोई बिना लूण जे ठाहिजे पोइ जेतिरो लूण वठण जी सूचिना मिलियल हुजे, ओतिरो लूण मापे मिलाइण सां खातिरीअ सां मुकरर अंदाज़ में ई सोडियम वारो खाधो वठिबो ।
2. मथे डिनल (अर्गुं) लिस्ट में ज़ाणायल खाधे में सोडियम जो अंदाज़ वधीक हुजे त उहो खाधो न खाइजे या घटि खाइजे ।
3. लूण या खारी शै रोटी खाइण वक्रत न वापिराइणी या टेबल तां ई लूण खणी छडिजे । सलाद, लसी, रोटी, चांवर, भाखिरी, पराठो वगैरह में लूण न विझिजे ।
4. तैयार मिलंदड़ शयुनि जे पैकट ते लेबल हूंदो आहे, उहो ध्यान सां पढ़िहजे जीअं

उन में केतिरो सोडियम आहे, उहो ज़ाणी सधिजे ऐं उन खां पोइ घटि सोडियम वारा या सोडियमन हुजे अहिरा खाधा खाइणु घुरिजनि ।

5. दवाउनि में केतिरो सोडियम आहे उहो चकासे वठिजे ।
6. वधीक सोडियम वारियूं भाज़ियूं वधीक पाणीअ में धोई वधीक पाणीअ में ब्राफे, उहो पाणी फ़िटो करण सां भाज़ियुनि में सोडियम जो अंदाज़ घटाअे सधिजे थो ।
7. घटि लूण वारे खाधे खे स्वादी बणाइण लाइ ज़रूरत मूजिबु बसर, थूम, लीमो, कमालपट, अलाची, कोकम, जीरो, लौंग, दालचीनी, कारियूं मिरियूं, सावा मिर्च, केसर, जायफल, खस-खस वगैरह जो उपयोग करे सधिबो आहे ।
8. लूण जे बदिरां घटि सोडियम वारो लूण न वठिजे छाकाणि त उन में पोटेशियम जो अंदाज़ वधीक हूंदो आहे जेको रतु में पोटेशियम जी लेवल खे मथे खणी वजे थो ऐं किडनी फेल्यर जे मरीज़नि लाइ खतरनाक बणिजी सघे थो ।
9. वाटर सोफ्टनर ज़रीये तैयार कयलु पाणी न पीइजे, छाकाणि त उन पाणीअ में आयल कैल्शियम, सोडियम वसीले दूर कई वेंदी आहे, नतीजे तोर उन में सोडियम जो अंदाज़ वधीक हूंदो आहे जेको किडनी फेल्यर जे मरीज़नि खे न वठणु घुरिजे ।

5. पोटेशियम घटि वठिजे

किडनी फेल्यर जे मरीज़नि खे खाधे में घटि पोटेशियम वठण जी सलाह छो डिनी वेंदी आहे?

शरीर में दिल ऐं मुशिकन जे योग्य कमु करण लाइ पोटेशियम जो रवाजी अंदाज़ ज़रूरी आहे । किडनी फेल्यर जे मरीज़नि में रतु में पोटेशियम वधी वज़ण जो डपु रहंदो आहे छाकाणि त रवाजी तरह ज़रूरत मूजिबु खाधे मां पोटेशियम मिली वेंदो आहे ऐं उन खां सवाइ जेकडहिं अंदाज़ वधीक हूंदो आहे त उहो पेशाब ज़रीये निकिरी पिणु वेंदो आहे, जेको किडनी फेल्यर जे मरीज़नि में न थींदो आहे । रतु में वधीक अंदाज़ में पोटेशियम हुजे त उन खे हाइपर केलेमिया चइबो आहे । बिनि

क्रिसिमनि जे डायालिसिज में पेरीटोनियल डायालिसिज में हाइपर केलेमिया जो खतिरो हिमोडायालिसिज खां घटि हूंदो आहे। बिन्ही क्रिसिमनि जी डायालिसिज झा जोखम अलग अलग हूँदा आहिनि छाकाणि त पेरीटोनियल डायालिसिज कन्टीन्यूअस हूँदो आहे ऐं हिमो डायालिसिज डॉक्टर जी सलाह मूजिबु हिकु, ब्र या टे दफ़ा हफिते में थींदो आहे।

रतु में पोटेशियम जो अंदाज़ दिल ऐं शरीर जे मुशिकन जी कमु करण जी शक्तिअ ते गंभीर साइड इफेक्ट करे सघे थो। पोटेशियम वधीक वधण सां पैदा थींदइ मुख्य मौतिमार खतिरनि में दिल जी दक-दक घटिजी वजणु ऐं दिल जो ओचितो ई कमु करणु बंद करणु ऐं फिफिइनि जूं मुशिकूं कमु न करे सघण करे साहु खणण जी प्रक्रिया घटिजी वजणु या बंद थी सघे थी। शरीर में पोटेशियम जो अंदाज़ वधण जी तकिलीफ मौतिमार बणिजी सघे, इहो हूँदे पिणु उन जूं के खास निशानियूं नजर न अचण सबबु इन खे “साइलन्ट किलर” चइजे थो। इन गंभीर मसइले खे रोकण लाइ किडनी फेल्यर जे मरीजनि खे खाधे में पोटेशियम वारो खाधो न वठण जी सलाह डिनी वेंदी आहे।

रतु में रवाजी तरह केतिरो पोटेशियम हूँदो आहे? उहो केतिरो वधे ते जोखमी लेखिबो?

- रवाजी तरह शरीर में पोटेशियम जो अंदाज़ 3.5 खां 5.0mEq/L जेतिरो हूँदो आहे।
- जइहिं पोटेशियम जो अंदाज़ 5.0 खां 6.0mEq/L जेतिरो हुजे तइहिं खाधे में खबरदारी रखणु जरूरी आहे।
- पोटेशियम 6.5mEq/L खां वधे त उहो जोखमी हूँदो आहे।
- पोटेशियम जो अंदाज़ 7.0mEq/L खां वधीक हुजे त उहो कइहिं बि मौतिमार बणिजी सघे थो।

किडनी फेल्यर जे मरीजनि खे वधीक पोटेशियम वारो कहिडो खाधो न वठणु

घुजिरे? घटि पोटेशियम हुअण जे करे कहिडो खाधो वठण जी मरीज खे छूट डिनी वेंदी आहे?

- किडनी फेल्यर जे मरीजनि खे रतु में पोटेशियम न वधे इन लाइ डॉक्टरनि जी सलाह मूजिबु खाधो वठणु घुरिजे। वधीक, विचोलो ऐं घटि पोटेशियम वारनि खाधनि जी लिस्ट हेठि डिनल आहे।

100 ग्राम खाधे में ईदइ पोटेशियम जे अंदाज़ खे ध्यान में रखी हीअ दरिजे बंदी (Classification) कईवेई आहे।

1. वधीक पोटेशियम = 200 मि.ग्राम खां वधीक पोटेशियम
2. विचोलो पोटेशियम = 100-200 मि.ग्राम पोटेशियम
3. घटि पोटेशियम = 0-100 मि.ग्रा. पोटेशियम

वधीक पोटेशियम वारा खाधा :

1. फल : आविड़ा (Amla), केला, अखिरोट, चेरी, चकूं, ताज़ो नारियल, अंगूर, कीवी, लीमा, पकल अंब, गिदिरो, मौसमी, ज़रिदालू, पीच, आलू बदाम, अनानस (Pineapple)।
2. भाजियूं : अइवीअ जा पन (Amaranth), क्रोकोली, वाडण, सावा धाणा (कोथमीर), सिडियूं, मशरूम (खुहिंबियूं), कचो पपैयो, पटाटा, पालक, लाहोरी गजर, सूरण, गुवार, राजीगरो।
3. सुका मेवा : खजूर, किशमिश, खाज़ा (काजू), बादामियूं, सुका अंजीर, अखिरोट।
4. अनाज : ब्राझिरी, कणिक, रागी।
5. दालियूं : उड़िद जी दाल, चणनि जी दाल, मुडनि जी दाल, तूहर जी दाल, मसूर जी दाल, चणा, मुड, चौंहरा वगैरह।
6. मसाला : सुकल मिर्च, धाणा, जीरो, मेथी (हुरिबो)।
7. नान-वेज खाधो : मछी जीअं त अेनकोबी (Anchovy), मैक्रेल

(Mackerel), रोहू (Rohu), पोमफ्रेट (White Pomfret) वगैरह झींगा, लोबस्टर, खेखड़ो ऐं गाइं जो वड्डो गोशत (Beef) वगैरह ।

8. ड्रिंक्स : बोर्नवीटा, नारियल जो पाणी, काफी, कड़िहियल (गर्म) खीर (Condensed Milk), ड्रिंकींग चाकिलेट, ताज़नि फ़लनि जी रसु, सूप, बीयर, शराब ऐं ब्रिया कोल्डीक्स ।

9. ब्रियूं शयूं : चाकिलेट, केडबरी, चाकिलेट केक, चाकिलेट आईस्क्रीम, लोना साल्ट, पटाटनि जूं चिप्स ऐं टमाटनि जो सोस ।

विचोले अंदाज़ में पोटेशियम वारा खाधा :

1. फल : लीची, हिंदाणो, ड्राइडहूं, नारंगियूं ।
2. भाज़ी : बीह, कचा केला, करेला, पन गोभी, गजिरूं, सीलेरी, फ्लावर, भोंडियूं, बसर, मूरियूं, टमाटा, मकाई ।
3. अनाज : मइदो, जूअर, पौआ, मकाई, कणिक जूं सयूं (Wheat Vermicelli) कणिक मां ठाहियल नूडल्स ।
4. नान-वेज खाधो : जुदा-जुदा किसिमनि जूं मछियूं, गोशत, लिवर वगैरह ।
5. ड्रिंक्स : गाइं जो खीर ऐं डूही ।
6. ब्रिया खाधा : कारियूं मिरियूं, लौंग, अेलाचियूं, धाणा ।

घटि पोटेशियम वारा खाधा :

1. फल : सूफ, पपैयो, ज़मूं, ज़ेतून, नारंगियूं, पीअर, कारा अंगूर, स्ट्राबेरी ।
2. भाज़ियूं : कदू (Bottlegourd), वंगी (काकड़ी), अंबिडियूं, तूरियूं, परवड, बीट, सावा मटर, मेथीअ जी भाज़ी, थूम, पापड़ी, टींडा, घोलर मिर्च ।
3. अनाज : चांवर, रवो, जव ।
4. दालियूं : सावा मटर (Green Peas) ।
5. नान-वेज खाधा : चिकन (मुरघी), बेदा (Eggs), गोशत वगैरह ।

6. ड्रिंक्स : मेंहिं जो खीर, कोका कोला, फेन्टा, लिम्का, रिमझिम, सोडा, लीमे जो पाणी ।

7. ब्रिया खाधा : माखी, जायफल, और (राई), सुंदि, फूदिने जा पन, विनेगर (सुरिको) ।

खाधे में पोटेशियम घटि वठण लाइ सूचिनाऊं:

- हर रोज़ घटि पोटेशियम वारो को बि हिकु फलु खाइजे ।
- हर रोज़ हिकु ई कोपि चांहिं या काफी पीअजे ।
- भाज़ियुनि में आयल पोटेशियम खे घटाअे (हेठि डिनल मूजिबु) पोइ ई कमु आणिजे ।
- ताज़नि फ़लनि जी रसु, नारियल जो पाणी ऐं वधीक पोटेशियम वारा खाधा न वठिजनि ।
- रवाजी तरह सभिनी खाधनि में पोटेशियम हूंदो ई आहे पर असां खे (किडनी फेल्यर जे मरीज़नि खे) घटि पोटेशियम वारो खाधो ई खाइणु घुरिजे ।
- घटि पोटेशियम वारो खाधो डायालिसिज़ खां फक्रति अगि में ई न पर उन खां पोइ बि तमाम ज़रूरी हुजे त उन जो अंदाज़ घटि रखिजे ।

भाज़ियुनि में आयल पोटेशियम कहिड़ी पद्धतिअ सां घटाअे सघिबो?

- भाज़ियुनि खे साफ करे तमाम सनिहा (पतिला) (वेफर जहिड़ा) ऐं नंदा टुकिरा कजनि, खलुनि वारियूं भाज़ियूं (जीअं त पटाटा, सूरण वगैरह) जूं खलूं कठी छडिजनि ।
- गरम पाणीअ में धोई करे, इन्हनि भाज़ियुनि खे थोड़े गरम पाणीअ में कलाक ताई पिसाअे रखिजे । पाणीअ जो अंदाज़ भाज़ीअ खां - 10-15 ओणों (Times) वधीक खणिजे ।
- बिनि कलाकनि खां पोइ वरी गरम पाणीअ में 2-3 दफा धोअण खां पोइ भाज़ीअ खे वधीक पाणी में ब्राफ़िजे ।

- जंहे पाणीअ में भाजी ब्राफी हेज, उहो पाणी फ्रिटो कजे ऐं छाणियल भाजी खे स्वाद अनुसार रधिजे ऐं भाजी ठाहिजे ।
- इन नमूने भाजीअ में आयल पोटेशियम जो अंदाज घटाअे सधिजे थो पर मुकमल नमूने दूर करे नथो सधिजे । इन सबब जे करे वधीक पोटेशियम वारियूं भाजियूं घटि वठण या न वठण जी सलाह डिनी वेंदी आहे ।
- इन नमूना ठाहियल खाधे में पोटेशिम सां गडु विटामिन पिणु दूर थी वेंदा आहिनि, तंहेकरे अहिडे खाधे सां गडु डॉक्टर जी सलाह मूजिबु विटामिन जी गोरी वठणु जरूरी आहे ।

पटाटनि मां पोटेशियम जो अंदाज घटि करण लाइ सूचिनाऊं :

- सभ खां पहिरियाई पटाटनि खे नंढनि नंढनि टुकिडनि में कपिणो या छिलणो ।
- इन नमूने पटाटनि जो मथाछरो (Surface) वधीक अंदाज में पाणीअ जे लागापे में रहे थो ।
- पटाटनि खे पुसाइण ऐं धोइण लाइ कमु ईदइ पाणीअ जो गरिमी पद केतिरो आहे इहो चकासणु तमाम जरूरी आहे ।
- पटाटनि खे पिसाइण या ब्राफण में वधीक ऐं वधीक अंदाज में पाणीअ जो इस्तेमाल कजे ।

6. फास्फोरस घटि वठिजे (Phosphorus restriction in diet) :

कडनी फेल्यर जे मरीजनि खे फास्फोरस वारो खाधो छा लाइ घटि वठणु घुरिजे?

- शरीर में केलशियम ऐं फास्फोरस जो रवाजी अंदाज हडुनि जे विकास, तंदुरस्ती ऐं मजिबूतीअ लाइ जरूरी आहे । रवाजी तरह खाधे में आयल वधीक फास्फोरस खे कडनी पेशाब जरूरीये नेकाल करे रतु में उन जो योग्य अंदाज कायम रखे थी ।
- रवाजी तरह रतु में फास्फोरस जो अंदाज 4.5-5.5mg/dl हूंदो आहे ।
- कडनी फेल्यर जे मरीजनि में वधीक फास्फोरस जो नेकाल थी सधिण सबबु

रतु में उन जो अंदाज वधी वजे थो । रतु में आयल वधीक फास्फोरस खे हडुनि मां केलशियम छिके वठंदी आहे जंहे करे हडुना कमिजोर थी वजनि था ।

- शरीर में फास्फोरस वधण जे करे थींदइ मुख्य मसइलनि में खारिस थियणु, मुशिकूं कमिजोर थी वजणु, हडुनि में सूर थियणु ऐं हडुना कमिजोर ऐं सख्त थी वजण करे फ्रेक्चर जो इमिकान वधी वजण वगैरह आहिनि ।

कहिडा खाधा वधीक फास्फोरस हुअण करे घटि या न वठणु घुरिजनि?

वधीक फास्फोरस वारनि खाधनि जी लिस्ट हेठीअं रीति आहे:

- खीर, खीर मां ठाहियल शयूं, पनीर, आईस्क्रीम, मिल्क शेक, चाकिलेट, बटर (मखणु) चीज ।
- सुको मेवो: खान्ना (काजू), बादामियूं, पिस्ता, अखिरोट, डूंगी (सुकल नारियल) ।
- कोल्ड-ड्रीक्स : कोका कोला, फेन्टा, माझा, फ्रूटी, बीयर ।
- गजिरूं, अडिवीअ जा पन (Colacasia Leaves), सावा मटर, मकाई, मुडफलीअ जी लाई (चीकी), लाहोरी गजर ।
- गोशत (मांस) मच्छी, चिकन ऐं बेदा ।

वधीक विटामिन ऐं फायबर वारो खाधो :

कडनी फेल्यर जे मरीजनि में डायालिसिज चालू करण खां अगि में खाधो न वठण करे, खास तरीके सां खाधे मां पोटेशियम घटि करे छडुण करे ऐं बुख न लगण करे विटामिन जी खामी नजर ईदी आहे । कुझ विटामिन जीअं त विटामिन बी. ऐं विटामिन सी, फोलिक एसिड वगैरह जो डायालिसिज जरूरीये नेकाल थी वेंदो आहे । इन विटामिन जी खामी (घटिताई) खे पूरो करण लाइ डॉक्टर जी सलाह मूजिबु घुरिबल अंदाज में विटामिन ऐं फायबर वठण जरूरी हूंदो आहे ।

कडनी फेल्यर जे मरीजनि खे वधीक फायबर वारो खाधो वठणु तमाम जरूरी हूंदो

आहे, इन लाइ इन्हनि मरीज़नि खे वधीक विटामिन ऐं फायबर वारा फ़ल ऐं भाज़ियूं वठणु सलाह भरियो आहे ।

रोज़ाने खाधे जी रिथा (Designing the daily food) :

किडनी फेल्यर जे मरीज़नि खे कहिड़े किसिम जो ऐं केतिरो खाधो वठणु घुरिजे उन जो चार्ट नेफ़्रोलाजिस्ट जी सूचिना मूजिबु डायेटिशियन ज़रीये तैयार कयो वेंदो आहे पर खाधे लाइ आम सूचनाऊं हेठीअं रीति आहिनि :

1. पाणियठु

डॉक्टर जी सूचिना मूजिबु ई पाणीअ जो अंदाज़ रोज़ानो वठिजे । रोज़ वज़नु करे चार्ट ठाहिणो, वज़नु जेकडहिं ओचितो ई वधी वजे त इहो बुधाये थो त पाणी वधीक वरितो वियो आहे ।

2. कार्बोहाइड्रेटस

शरीर खे घुरिबल अंदाज़ में केलरी मिले इन लाइ अनाज-दालियुनि सां गडु (जेकडहिं डायबिटीज़ न हुजे) खंडि या ग्लूकोज़ वारे खाधे जो उपयोग करे सघिजे थो ।

3. प्रोटीन

खास करे खीर, दालियूं, अनाज, बेदा, मुरिघीअ मां वधीक प्रोटीन मिलंदा आहिनि । डायालिसिज़ जी ज़रूरत न हुजे उन स्टेज ते किडनी फेल्यर जे मरीज़नि खे थोरो घटि प्रोटीन (0.8 ग्राम/किलोग्राम शरीर जे वज़न बराबर) वठणु जी सलाह डिनी वेंदी आहे । जेतोणीक नेमाइतो डायालिसिज़ शुरु करण खां पोइ, खास करे सी. अ. पी. डी. कराईदड़ मरीज़नि लाइ वधीक प्रोटीन वठणु तमाम ज़रूरी आहे ।

जानवरनि जी प्रोटीन जीअं त गोश्त (Meat), चिकन ऐं मच्छी, जंहिं में वधीक अंदाज़ में प्रोटीन, पोटेशियम ऐं फास्फोरस हूंदो आहे, वारा खाधा न खाइणु घुरिजनि । जानवरनि जी प्रोटीन वारा खाधा किडनी फेल्यर जे मरीज़नि लाइ नुक़िसानकार हूंदो आहिनि ।

4. चरिब्वीअ वारा खाधा

खाधे में चरिब्वीअ जो अंदाज़ घटि वठणु घुरिजे । खाधे में घी, मखणु वग़ैरह घटि वठणु घुरिजनि पर उहे बिल्कुल बंद करे छडुणु बि नुक़िसानकार आहे । तेल जी पसंदीअ में मुडफलीअ जो तेल या सोयाबीन जो तेल फायदेमंद आहे, जेको घटि अंदाज़ में वठणु जी सलाह डिनी वेंदी आहे ।

5. लूणु

घणे भाडे मरीज़नि खे लूणु घटि वठणु जी सलाह डिनी वेंदी आहे । खाधे में सोडियम जे अंदाज़ खे ध्यान में रखी खाधे जो आयोजन कजे । मथां लूणु न खाइणो, खाधे जी सोडा (मिठी सोडा) - बेकिंग पावडर वारियूं शयूं घटि खाइजनि या न खाइजनि । लूणु जे बदिरां सेंधो लूणु (घटि सोडियम वारो लूणु-Low Sodium Salt) न वठिजे । छाकाणि त उन में पोटेशियम जो अंदाज़ वधीक हूंदो आहे ।

6. अनाज

अनाज में चांवर या उन मां ठहियल पौआ-ममरा वग़ैरह शयूं वधीक कमु आणिजनि । हर रोज़ हिकु ई अनाज इस्तेमाल करण जे बदिरां कणिक, चांवर, पौवा, साबु धाणा, रवो, मइदो, ताज़ी मकाई, कोर्न फ्लेक्स वग़ैरह वठी सघिजनि था । जूअर, मकाई ऐं ब्राझिरी घटि कमु आणिजनि ।

7. दालियूं

सभिनी किसिमनि जूं दालियूं हिक जेतिरे अंदाज़ में वठी सघिजनि थियूं । जुदा-जुदा दाल खाइणु सां खाधे में वेराइटी (नवाण) अची सघे थी । दाल सां पाणी ईदो हुअणु सबबु, जेकडहिं पाणीअ जो अंदाज़ घटि वठिणो हुजे त दाल घाटी कमु आणिजे । दालयुनि जो अंदाज़ डॉक्टर जी सलाह मूजिबु वठिजे । दालयुनि में आयल पोटेशियम खे घटाइणु लाइ उन खे वधीक पाणीअ में धोअणु खां पोइ, गरम पाणीअ में पिसाअे, उहो पाणी फ़िटो कजे । दालयुनि खे वधीक पाणीअ में ब्राफ़णु खां पोइ उहो पाणी फ़िटी (हारे) छडुणु खां पोइ

स्वाद अनुसार ठाहिजे । दाल ऐं चांवरनि जे बदिरां उन मां ठाहियल, खिचणी, इडली, ढोसा, वगैरह वठी सघिजनि था ।

8. भाजियूं

अगि में ज्ञाणायल मूजिबु घटि पोटेशियम वारियूं भाजियूं छूट सां कमु आणिजनि । वधीक पोटेशियम वारियुनि भाजियुनि मां अगि में ज्ञाणायल मूजिबु पोटेशियम जो अंदाज घटाइण खां पोइ भाज्जी ठाहिजे । स्वाद लाइ लीमे जी रसु मिलाए सघिजे थी ।

9. फ़ल

घटि पोटेशियम वारा फल (सूफ, पपैयो, जेतून, पेरु वगैरह) पिणु ड्ठीं में हिक खां वधीक दफ़ा न वठिजनि । डायालिसिज़ जे ड्ठीं डायालिसिज़ खां अगि में को बि हिकु फ़लु खाई सघिजे थो । नारियल जो पाणी या फ़लनि जी रसु (Juice) न वठिजे ।

10. खीर ऐं खीर मां ठाहियल शयूं

रोज़ 300 खां 350 ml जेतरो खीर या खीर मां ठाहियल वेराइटियूं (खीरणी, ड्ही, लसी, आईस्क्रीम, मठो वगैरह) वठी सघिजनि थियूं । पाणी घटि वठण जी सूचिना हुजे त लस्सी घटि अंदाज में वठिजे ।

11. कोल्ड्रीक्स

पेप्सी, फेन्टा, फ़ूटी वगैरह कोल्ड्रीक्स न वठिजनि । फ़ूट ज्यूस, नारियल जो पाणी न वठिजे ।

12. सुको मेवो

सुको मेवो, मुडफलीअ जा दाणा, तिर, ताजो या सुकल नारियल न वठिजे ।

२६. तबीबी लफिज़नि जी समिझाणी (Glossary)

अक्यूट किडनी फेलयर (Acute Kidney Failure) : हिक उहा हालत जंहिं में ओचितो ई या तकिड़ो किडनी जी कमु करण जी शक्ति घटिजी वजे । किडनीअ जे हिन किसिम जो नुक़िसान आरिज़ी (थोरे वक्त लाइ) ऐं घणो करे वापिस ठीक थी वेंदो आहे ।

अनेमिया (Anemia) : रतु में हिमोग्लोबिन जो अंदाज घटिजी वजणु । इन करे कमिज़ोरी ऐं थकु लगे, थोड़ो कमु करण सां साहु चढ़िही वजे वगैरह जहिड़ियूं तकिलीफूं थियणु । अनेमिया सी.के.डी. में आम-जाम थींदी आहे ऐं किडनीअ द्वारां अेरीथ्रोपायटीन जे उत्पादन में कमीअ करे थींदी आहे ।

अेरिथ्रोपायेटिन (Erythropoietin) : अेरिथ्रोपायेटिन रतु जे गाड़िहनि जुज़नि लाइ जवाबदार पदार्थ आहे, जेको किडनीअ में पैदा थींदो आहे । किडनी फेलयर जे मरीज़नि में अेरिथ्रोपायेटिन जो उत्पादन घटिजण करे हड़नि जे पोराणि में गाड़िहनि जुज़नि जो उत्पादन पिणु घटिजंदो आहे, जंहिं करे अनेमिया थींदो आहे ।

अे.वी. फिस्च्यूला (Arterio Venous Fistula) : आपरेशन जरीये हथिड़ाधू नमूने शरियां (Artery) ऐं नसु (Vein) खे गुंढणु । शरियां में दाबु सां वधीक रतु अचण सां थोड़नि हफितनि खां पोइ शरियां फुंडी वेंदी आहे ऐं उन में वहंदड़ रत जो अंदाज वधी वेंदो आहे । इन फुंढियल नसु में ख़ास किसिम जी थुलिही सुई विझी हिमो डायालिसिज़ लाइ रतु हासिल कयो वेंदो आहे । अे. वी. फिस्च्यूला लंबे अरिसे जे डायालिसिज़ लाइ सलमात ऐं सविली हुअण सबबु तमामु सुठे में सुठी पद्धति आहे ।

बी. पी. अेच. (Benign Prostatic Hypertrophy (BPH)) : वडी उम्र जे मर्दनि में प्रोस्टेट जो क़दु वधण करे पेशाब लाहिण में थींदड़ तकिलीफ खे बी.पी.अेच. चइबो आहे ।

ब्लड-प्रेशर (रतु जो दाबु) (Blood Pressure) : दिल रतु खे रतु वाहिण नलियुनि में धिकींदी आहे त रतु जे दौरे करे रतु वाहिणु निलियुनि जे भितियुनि ते

लगुंगड ज़ोर खे रतु जो दाबु चइबो आहे। ब्लड प्रेशर मुख्य प्राण आधार निशानियुनि मां हिकु आहे ऐं उहो ब्रिनि अददनि में मापियो वेंदो आहे, पहिरियो अददु सिस्टोलिक ब्लड प्रेशर डेखारे थो जेको दिल जे सुसण सां वधि में वधि लगुंगड दाबु मापिजे थो ऐं ब्रियो अददु डायस्टोलिक दाबु आहे जेको जडहिं दिल आराम करे थी, तडहिं दक-दक जे विच में मापियो वेंदो आहे।

ब्रेइन-डेथ (Brain Death) : “ब्रेइन डेथ” हिकु ज़ोरदार ऐं काइमी मगज खे थींदइ नुकिसान आहे, जेको कंहिं बि दवा या सर्जरीअ वसीले ठीक न थींदो आडे। “ब्रेइन डेथ” में मुअल शरीर जो साहु खणणु ऐं रतु जो दौरो हथिड़ाधू नमूने चालू रखियो वेंदो आहे।

केडेवर किडनी ट्रान्सप्लान्टेशन (Cadaver Kidney Transplantation) : ब्रेइन डेथ थियो हुजे, अहिडे माण्हूअ जी हिक तंदुरस्त किडनी हासिल करे किडनी ट्रान्सप्लान्टेशन जे आपरेशन खे केडेवर किडनी ट्रान्सप्लान्टेशन चइबो आहे।

केलिश्यम (Calcium) : शरीर में हडा, मुशिकू ऐं तंती तंतुनि जी तंदुरस्ती ऐं सही नमूने कमु थिअे, उन लाइ अहिमियत वारो हिस्सो वठंदइ मइदिनी अनासर, जेको खास तोर खीर ऐं खीर जी बनावतुनि मां हासिल थींदो आहे।

हिमो डायलिसिज लाइ केथेटर (पेशाब कठंदइ नली) (Catheter for Hemodialysis) : हीअ हिक ठिघी, लिचकेदार पोरी नली ब्रिनि छेड़नि वारी आहे हिक छेड़े मां रतु कठी वठिबो आहे, जेको डायलिसिज सर्कीट में साफि थियण लाइ दाखिल थींदो आहे ऐं ब्रिअे छेड़े महरिफत शरीर ड़ांहुं वापसि मोटंदो आहे। ब्रिनि छेड़नि वारी पेशाब कठंदइ (केथेटर) इमरजन्सी ऐं आरिज़ी (थोरे वक्रत लाइ) हेमो डायलिसिज लाइ तमाम आम ऐं असरदायक पद्धति आहे।

कन्टीन्यूअस अेमब्यूलेटरी पेरीटोनियल डायलिसिज (CAPD) : सी. अे. पी. डी. डायलिसिज जो हिकु किसिम आहे, जेको घर में मशीन जे उपयोग खां सवाइ बि करे सघिजे थो। हिन किसिम जे डायलिसिज में मुकरर विथीअ ते पाणी बदिलायो वेंदो आहे। जीअं त हिक ड़ींहं में 24 कलाक, हिक हफिते में सत ड़ींहं।

कन्टीन्यूअस सायकलिंग पेरीटोनियल डायलिसिज (CCPD) : सी. सी. पी. डी. या आटोमेटेड पेरीटोनियल डायलिसिज (APD) कन्टीन्यूअस पेरीटोनियल डायलिसिज जो हिकु किसिम आहे, जेको आटोमेटेड साइकिलर मशीन जी मददा सां घर में कबो आहे। सी. सी. पी. डी. में राति जो जडहिं मरीज़ सुम्हियो पियो हूंदो आहे, तडहिं हिक मशीन ज़रीये पाणी बदिलायो वेंदो आहे। हिन तरितीब में मशीन पंहिंजो पाण पेट मां डायलिसिज पाणियठु भरींदी ऐं कठंदी आहे।

क्रीअेटीनिन ऐं यूरिया : क्रीअेटीनिन ऐं यूरिया शरीर में नाइट्रोजन मेटाबालिज़म मां ठहंदइ ग़ैर ज़रूरी इखिराजी शयू (कचिरो) आहिनि, जिन जो नेकाल किडनीअ ज़रीये थींदो आहे।

रवाजी तरह रतु में क्रीअेटीनिन जो अंदाज़ 0.8 खां 1.4 मि.ग्रा% ऐं यूरिया जो अंदाज़ 20 खां 40 मि.ग्रा% हूंदो आहे। किडनी फेल्यर में उन में इज़ाफो थींदो आहे।

क्रोनिक किडनी डिसीज़ (CKD) : किडनीअ जी कमु करण जी शक्तिअ में आहिस्ते आहिस्ते केतिरनि महिननि या सालनि ताई सुधिरी न सघे अेतिरी घटिताई (नुकिसान) थींदो वजे, त उन खे क्रोनिक किडनी डिसीज़ चइबो आहे। हिन न मिटिजंदइ बीमारीअ में, किडनीअ जी कमु करण जी शक्ति आहिस्ते-आहिस्ते ऐं लगातार घटिजंदी वेंदी आहे घणे वक्रत खां पोइ उहा अेतिरी स्टेज ताई घटिजी वेंदी आहे जो लगु-भगु कमु करणु बंद करे छडींदी आहे। हिन मौतिमार हालत खे आखिरी स्टेज जी किडनी डिसीज़ इ.अेस.के.डी. जी बीमारी चइबो आहे।

सीस्टोस्कोपी (Cystoscopy) : हीअ निदान जी उहा रीति आहे जंहिं में डॉक्टर खास किसिम जी सन्ही, हल्की दूरिबीन (Cystoscope) जे मदद सां मसाने ऐं पेशाब वाहिनीअ जे अंदरियें भाडे जी तपास करे सघे थो।

डिसीज़ड (केडेवरिक) किडनी ट्रान्सप्लान्टेशन : ब्रेइन डेथ थियलु हुजे अहिडे माण्हू जी हिक तंदुरस्त किडनी कठी आपरेशन ज़रीये मरीज़ में विज्ञण खे डिसीज़ड (केथेवरिक) किडनी ट्रान्सप्लान्टेशन चइजे थो।

डायबेटीक किडनी डिसीज (नेफ्रोपथी) : लंबे अरिसे जी डायबिटीज जे करे किडनीअ जे नंढियुनि रतु वाहिण नलियुनि खे नुक्रिसान पहुचंदो आहे। इन नुक्रिसान जे करे शुरुआत में पेशाब में प्रोटीन घटिजे थी। आहिस्ते-आहिस्ते रतु जो उचो दाबु (Hyper tension), सोजु ऐं पोइ आहिस्ते-आहिस्ते किडनीअ खे नुक्रान वधंदो वेंदो आहे। आखिर में वधंदइ बिगाड़ो सख्त किडनी फेल्यर (End stage kidney disease) ते पहुची वेंदो आहे। डायबिटीज जो पैदा कयलु किडनीअ जे हिन मसइले खे डायबिटीक किडनी डिसीज चइबो आहे। डायबिटीक किडनी डिसीज, क्रोनिक किडनी डिसीज जो तमाम आम सबबु आहे, सी.के.डी. जे नवनि (New) केसनि मां 40-45 सेकिड़ो लाइ।

डायालिसिज (Dialysis) : किडनी कमु न कंदी हुजे अहिड़ियुनि हालतुनि में किडनीअ जे कम जे विकल्प तोर, शरीर मां गैर ज़रूरी इखिराजी शयूं ऐं पाणी दूर करण जे हथिड़ाधू तरीके खे डायालिसिज चइजे थो।

डायालाइजर (Dialyzer) : हिमो डायालिसिज जी प्रक्रिया में रतु खे साफु करणु ऐं कचिरो ऐं वधीक पाणी शरीर मां दूर करण जो कमु कंदइ हथिड़ाधु किडनी।

डायुरेटिक्स (Diuretics) : जेका दवा पेशाब जे पैदाश खे वधाऐ ऐं गंदे पाणीअ खे पेशाब जी सूरत में वधाऐ, जीअं शरीर में “Water Lose” में मदद करे। डायुरेटिक्स खे “Water Pills” पिणु चइबो आहे।

ड्राइवेट (Dry weight) : ही माण्हूअ जो उहो वज़नु आहे जेको डायालिसिज ज़रीये समूरो वधीक पाणी नेकाल करण खां पोइ जो हूंदो आहे।

डवैल टाइम (Dwell Time) : पेरीटोनियल डायालिसिज दरम्यान जेतिरे वक्रत तार्ई PD पाणियठु पेट में रहंदी आहे, तंहिं खे डवैल टाइम चइबो आहे। डवैल टाइम दरम्यान रतु जो साफु थियण जी प्रक्रिया थींदी आहे।

eGFR : eGFR (अेस्टीमेटेड ग्लोमेरयूलर फिल्टरेशन रेट) हिंकु उहो अददु आहे, जेको रतु जी क्रीअेटीनिन लेवल ऐं बी ज़ाण तां गुणियो वेंदो आहे। eGFR मापे थो त किडनियूं बराबर कमु कनि थियूं या न ऐं केतिरो ऐं उन जो रवाजी मुल्ह 90 आहे

या वधीक। eGFR टेस्ट निदान लाइ, स्टेज जो दरिजो तय करण ऐं सी.के.डी. जे वधण जो चिताउ डियण लाइ काराइती आहे।

इलेक्ट्रोलाइट्स (Electrolytes) : रतु में केतिराई मइदिनी लूण जहिड़ोक सोडियम, पोटेशियम, केल्शियम वगैरह हूंदो आहिनि, जेके शरीर जे अहिमियत वारनि कमनि खे बाक्रायदे हलाइण में मदद कंदो आहिनि, अहिड़ियुनि कीमियाई शयुनि खे इलेक्ट्रोलाइट्स चइबो आहे। रतु में इन्हनि अनासरिन जो आम अंदाज़ रतु जो दाबु, मुशिकूं ऐं तंती तंदुनि जे कम खे क्रायम रखण में मदद कंदो आहे। किडनी डिसीज जे मरीज़नि में इलेक्ट्रोलाइट लेवल तपासण लाइ रतु जी तपास कई वेंदी आहे।

एन्ड स्टेज किडनी डिसीज (E.S.K.D.) : क्रोनिक किडनी डिसीज जी वधियल स्टेज (सी.के.डी. स्टेज 5) खे एन्ड स्टेज किडनी डिसीज (इ.अेस.के.डी.) या एन्ड रीनल डिसीज (इ.अेस.आर.डी.) चइजे थो। सी.के.डी. जी हिन स्टेज ते लग-भग समूरियूं किडनियूं फेल्यर थी वेंदियूं आहिनि। इ.अेस.के.डी. जे मरीज़नि खे रवाजी ज़िन्दगी जीअण लाइ वठी वज़ण लाइ डायालिसिज या ट्रान्सप्लान्टेशन जहिड़े इलाज जी ज़रूरत आहे।

अेरीथ्रोपायेटीन (EPO) : ही हिंकु हार्मोन (Hormone) आहे जेको किडनी ठाहे थी जेको हइनि जे नरम् माल मां रतु जा ग्राड़िहा जुज़ा ठाहिण में मदद करे थो। जेकइहिं किडनीअ खे नुक्रिसान पहुचे थो त उहे अेरीथ्रोपायेटीन ठाहे नथियूं सघनि, नतीजे तोर ग्राड़िहा जुज़ा ठहण घटिजी वज़नि था, जंहिं करे अेनीमा थिअे थी। किडनी फेल्यर जे करे अेनीमा जे इलाज लाइ अेरीथ्रोपायेटीन इन्जेक्शन जी सूरत में मयसर आहिनि।

अेक्सचेंज (Exchange) : अेक्सचेंज याने पेरीटोनियल डायालिसिज जी हिंक साइकल जंहिं में टे तबक़ा हूंदो आहिनि। पहिरियें तबक़े में डायालिसिज जी पाणियठु पेट में वज़णु ड़िबी आहे। बिअें तबक़े में कुझ कलाकनि लाइ पाणियठु पेट में रहे, जीअं रतु जूं गैर ज़रूरी शयूं इन पाणियठु ज़रीये निकिरी वज़नि। आखिरी स्टेज में

इन डायालिसिज जी पाणियठु जंहे में गैर ज़रूरी शयूं हूंदियूं आहिनि, उन जो नेकाल कयो वेदो आहे।

डबल ल्युमेन केथेटर (D.L.C.) : जडुहिं ओचितो ई हिमोडायालिसिज करण जी ज़रूरत हुजे तडुहिं शरीर मां रतु ब्राहिर कठण लाइ कमु ईदड़ केथेटर। अंदिरां केथेटर जा ब्र भाडा हूदा आहिनि, हिकु भाडो रतु खे ब्राहिर आणण में ऐं ब्रियो भाडो साफु थियण खां पोइ रतु खे अंदर वापस मोकिलण लाइ कमु ईदो आहे।

फिमोरल वेइन (Femoral Vein) : पेरनि खां रतु खणी सथरि में ईदड़ वडुी नसि। इन नसि में डबल ल्युमेन केथेटर विझी हिमो डायालिसिज लाइ रतु हासिल कयो वेदो आहे।

फिस्च्यूला निडल (Fistula Needle) : हिमो डायालिसिज लाइ रतु हासिल करण लाइ फुंडियल नसि (अ.वी. फिस्च्यूला) में विझण में ईदड़ खास किसिम जी थुलिही सुई।

ग्लोमेरुलो नेफ्राइटिस : हिन किसिम जी किडनीअ जी बीमारीअ में रवाजी तरह सोजु, रतु जो दाबु वधी वजणु, पेशाब में प्रोटीन ऐं गाड़िहनि जुजनि जी हाजिरी ऐं केतिराई दफा किडनी फेल्यर नज़र ईदो आहे।

ग्राफ्ट (Graft) : हिन पद्धतिअ में खास किसिम जे प्लास्टि जहिडे मटीरियल जी ठाहियल हथिराधू नसि जी मदद सां, आपरेशन करे, हथ या पेर में आयल शरियां ऐं नसि खे गुंढियो वेदो आहे। फिस्च्यूला नीडल खे ग्राफ्ट में विझी हिमो डायालिसिज लाइ रतु हासिल करणु लाइ मोकिलियो वेदो आहे।

हिमो डायालिसिज (Hemodialysis) : किडनी फेल्यर जे इलाज करण जी तमाम ज्ञातल पद्धति आहे। हिमो डायालिसिज मशीन जी मदद सां, हथिडाधू किडनीअ (डायालाइजर) में रतु साफु करण जी पद्धति।

हिमोग्लोबिन (Hemoglobin) : हिमोग्लोबिन गाड़िहनि जुजनि में आयल पदार्थ आहे। उन जो कमु शरीर में आक्सीजन पहुचाइण जो आहे। रतु जी तपास

ज़रीये हिमोग्लोबिन जो अंदाज़ ज्ञाणी सघिजे थो। रतु में हिमोग्लोबिन घटिजण करे थींदड़ बीमारीअ खे अनेयिमा (Anemia) चइजे थो।

हाइपरटेन्शन (Hypertension) : रतु जो ऊचो दाबु।

हाइपरकेलेमिया (Hyperkalemia) : रवाजी तरह रतु में पोटेथियम जो अंदाज़ 3.5-5.0 mEq/L हूंदो आहे। इन अंदाज़ खां रतु में पोटेथियम जो अंदाज़ वधीक हुजे त उन खे हाइपर केलेमिया चइजे थो। हाइपर केलेमिया रवाजी तरह किडनी फेल्यर जे मरीजनि में डिसण में ईदी आहे ऐं वक्रतसिर योग्य इलाज ज़रूरी आहे छाकाणि त उहो कंहें बि वक्रत मौतिमार बणिजी सघे थो।

इम्युनो सप्रेसन्ट ड्रग्स (Immuno Suppressant Drugs)

किडनी ट्रान्सप्लान्टेसन खां पोइ हमेशह वठणु ज़रूरी हुजनि, अहिडियूं खास किसिम जूं दवाऊं। इहे दवाऊं शरीर जी बीमारियुनि खां बचाव (लड़ण) जी शक्ति (Immune system) ते खास असर करे किडनी रिजेक्शन जो इमकान घटाईनि थियूं, पर बीमारियुनि जे साम्हूं लड़ण जी शक्ति कायम रखनि थियूं।

इन्ट्रावीनस यूरोग्रोफी (I.V.P.)

किडनीअ जी खास किसिम जी अेक्स-रे जी तपास। इहा तपास आयोडिन वारी दवा (डाई) जी इन्जेक्शन डेई कई वेदी आहे। इन किसिम जी पेट जे अेक्स-रे जी तपास में डाई किडनीअ मां पेशाब वाहिनीअ मां थी मसाने में वेदी नज़र ईदी आहे। हीअ तपास किडनीअ जी कमु करण जी शक्ति ऐं मूत्र मार्ग जी बनावत (रचिना) बाबत ज्ञाण डिअे थी।

लीथोट्रीप्सी (E.S.W.L.- Extra corporeal shock wave Lithotripsy)

: आपरेशन खां सवाइ पथिरीअ जे इलाज जी आधुनिक पद्धति। हिन पद्धतिअ जे इलाज में मशीन ज़रीये उत्पन्न थियल शक्तिशाली लहिहूं पथिरीअ खे भजी टुकिडा कनि थियूं। इहे टुकिडा पेशाब ज़रीये ब्राहिर निकिरी वेदा आहिनि।

किडनी बायोप्सी (Kidney biopsy) : हिक पद्धति जेका हिक सुईअ जी मदद सां किडनी टिसूज (Tissues) जो हिकु नंदो टुकरि हासिल करे, जीअं माइक्रोस्कोप जरीये किडनीअ जी बीमारीअ जे निदान लाइ तपास करे सघिजे ।

किडनी फेल्यर (Kidney Failure) : किडनीअ जी कमु करण जी शक्ति घटिजी वजणु । रतु में क्रीअेटोनिन ऐं युरिया जे अंदाज में थींदइ इजाफो (वाधि) किडनी फेल्यर बुधाअे थी ।

माइक्रो आल्ब्युमिन्युरीया (Micro albuminuria) : पेशाब में तमाम घटि अंदाज में निकिरंदइ आल्ब्युमिन जे निदान जी तपास । हीअ तपास डायबिटीज जे करे किडनीअ खे थींदइ नुकिसान जे तकिडे निदान लाइ कमु ईदी आहे ।

वी.सी.यु.जी. (Voiding cystourethrogram) : खास किसिम जी आयोडिन वारी डाईअ खे केथेटर जरीये मसाने में विज्ञण खां पोइ, पेशाब करण जी प्रक्रिया दरम्यान मूत्र मार्ग जे अेक्स-रे जी तपास । इन तपास जरीये मसाने ऐं पेशाब वाहिनीअ जी बनावत (रचिना) बाबत ज्ञाण मिलंदी आहे ।

नेफ्रोन (Nephron) : किडनीअ में आयलु बारीक (सूख्यम) फिल्टर जहिडो हिस्सो, जेको रतु खे साफ करे पेशाब ठाहे थो । हरहिक किडनीअ में अहिडो अटिकल 10 लख नेफ्रोन हूदा आहिनि ।

नेफ्रोलॉजिस्ट (Nephrologist) : किडनीअ जो माहिर फिज्जीशियीन ।

नेफ्रोटीक सिन्ड्रोम (Nephrotic Syndrome) : मुख्य तोर बरानि में नजर ईदइ किडनीअ जी बीमारी, जंहिं में पेशाब में प्रोटीन वजण करे शरीर में प्रोटीन वेंदी आहे ऐं सोजु डिसण में ईदी आहे । हिन बीमारीअ में रवाजी तरह पेशाब में 3.5 मि. ग्रा. खां वधीक प्रोटीन वेंदइ नजर ईदी आहे ।

पी.यु.जे. ओबस्ट्रक्शन (P.U.J. Obstruction) : किडनी ऐं पेशाब वाहिनीअ खे गुंठीदइ भाडो सुसी वजे, उन किसिम जी जन्म खां वठी खामी । इन नमूने पेशाबजो रस्तो रुकिजी वजण करे किडनी फुंडी पवंदी आहे ।

हिक बिअे जी किडनी ट्रान्सप्लान्टेश (Paired Kidney Transplantation) : हिक बिअे जी किडनी ट्रान्सप्लान्टेशन (किडनी दाता (Donor) जी किडनी हिक बिअे में बदिलाअे करे किडनी ट्रान्सप्लान्टेशन करणु) इहा कुटुंब मां-दाता खे मेच थिअे अहिडो योग्य ब्लड ग्रुप मौजूद न हुजे, तडहिं कई वेंदी आहे । हिन किसिम जे किडनी ट्रान्सप्लान्टेशन में ब्र या उन खां वधीक दाता पंहिंजे कुटुंब जे भातीअ खां सवाइ वारे मरीज खे दान करे बिअे कुटुंब मां योग्य किडनी पंहिंजे रिशतेदार (मिट माइट) लाइ हासिल कनि था ।

पेरीटोनियल डायलिसिज (Peritoneal dialysis) : किडनी फेल्यर जे मरीज लाइ असिराइते इलाज जी हिक पद्धति आहे । पेट में घणनि सोराखनि वारो खास केथेटर विझी, खास किसिम जी पाणियठु (P.D. Fluid) जी मदद सां, शरीर मां कचिरो दूर करे साफ करण जी प्रक्रिया ।

पेरीटोनाईटीस (Peritonitis) : पेट में आंडा, मादो वगैरह उज्जिवनि खे ढके, उन्हनि खे योग्य जगह ते क्राबू रखंदइ पडिदो (Membrane मेम्ब्रेन) पेरीटोनियम जे इन्फेक्शन खे पेरीटोनाईटीस चइवो आहे । इन इन्फेक्शन जो वज्रत सिर योग्य इलाजु न करण सां मौतिमार बणिजी सघे थो ऐं इहो पेरीटोनियल डायलिसिज कराईदइ मरीजनि में नजर ईदी आहे ।

पोलिसिस्टीक किडनी डिजीज (Polycystic kidney disease-PKD) : सभ खां वधीक नजर ईदइ मौरोसी (वरिसे में ईदइ) किडनीअ जी बीमारी । हिन बीमारीअ में बिन्ही किडनियुनि में घणा सिस्ट (Cyst -पाणियाठी गोडिहियूं) नजर अचनि थियूं ऐं किडनीअ जो कदु (मक्रिदार) वधंदो आहे । पी.के.डी. जे करे उम्र वधण सां गडोगडु रत जो दाबु वधणु ऐं किडनी फेल्यर थी सघे थो ।

पोटेशियम (Potassium) : हिन मइदिनी शै (अनासर) जो रतु में सामान्य अंदाजु मुशिकुनि जी कमु करण जी शक्ति ऐं दिल जे योग्य धक-धक (सुसण ऐं फुंडण) लाइ जरूरी आहे । फल, फलनि जी रसि (Juice), नारियल जो पाणी, सुको मेवो (Dry Fruit) वगैरह में पोटेशियम जो अंदाज वधीक हूंदो आहे ।

प्रोटीन (Protein) : खाधे में मुख्य खौरशी जुजनि में प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट ऐं चरबी (Fat) जो समावेश थिये थो । प्रोटीन शरीर जी बनावत, विकास ऐं मुशकुनि जी बनावत (अडावत) में अहिमियत जो पार्ट अदा करे थी । दालियूं, बेदा (Eggs), खीर ऐं मांस-मच्छी में प्रोटीन जो अंदाज वधीक हूंदो आहे ।

प्रोटीनयुरिया (Proteinuria) : पेशाब में प्रोटीन जी वधीक अंदाज में (3.5 मि.ग्रा खां वधीक) हाजिरी ।

फास्फोरस (Phosphorus) : शरीर में आयलु अहिमियत वारो मइदिनी अनासर जेको हडनि जी अडावत में हिस्सो वठे थो । इहो अनासर मुख्य खीर, अनाज, दालियूं, बेदा, मांस (गोशत) वगैरह खाधनि मां मिलंदो आहे ।

रिजेक्शन (Rejection) : इन प्रक्रिया में नओं विधल उजिवो (जीअं त किडनी) खे शरीर जे ब्राहिर जो धारियो गुणे, उन जे साम्हूं लड़ी उन खे बेकार बणाईनि था । इहा प्रक्रिया किडनी ट्रान्सप्लान्टेशन बइद थियण सां उनखे किडनी रिजेक्शन चइबो आहे ।

रिनल आर्टरी (Renal Artery) : किडनीअ खे रतु पहुचाईदइ शरियां ।

सेमी परमीअेबल मेम्ब्रेन (Semi Permeable Membrane) : छाणीअ जहिड़ो कमु कंदइ मेम्ब्रेन (पड़िदो), जेको फकति नंढनि जुजनि (Dissolved Substances) खे लंघण डिअे थो पर उन मां वडा जुजा पसार थी तथा सघनि । इहो हिक सनिहे नेचरल टिशूज (Tissue) या हथिड़ाधू मटीरियल जो ठहियलु हूंदो आहे ।

सेप्टीसेमिया (Septicemia) : रतु में इन्फेक्शन जो गंभीर असर ।

सोडियम (Sodium) : सोडियम शरीर में पाणियठु ऐं रतु जे दाब ते जाबितो रखंदइ अहिमियत वारो अनासर आहे । लूण उहो सोडियम समाईदइ सभ खां वधीक कमु ईदइ पदार्थ सोडियम क्लोराइड आहे ।

सोनोग्राफी (Ultrasound) : आवाज जे लहिरनि जी मदद सां थींदइ तपास ।

हीअ तपास किडनीअ जी क्रद, बनावत (रचना), जाइ ऐं किडनीअ जे रस्ते में रंडक, पथिरी या गुंढि बाबत जरूरी जाण डींदी आहे ।

सबक्लेविन वेइन (Subclavian vein) : हथ ऐं छातीअ जे मथियनि भाडनि मां रतु खणी ईदइ वडी नसि । इहा नसि कुल्हे जे भाडे में हसिलीअ वारे हडे जे पुठियां आयल हूंदी आहे । इन नसि में डबल ल्युमेन केथेटर रखी हिमो डायालिसिज कई वेदी आहे ।

टी.यु.आर.पी (TURP) : वडीअ उम्र में प्रोस्टेट जो क्रदु वधण करे थींदइ तकिलीफ (BPH) जी घटि सर्जरी जरीये दूरबीन वसीले थींदइ इलाज जी पद्धति । सिस्टो स्कोप नाले वारो ओजार युरेथ्रा मां लंघाअे करे प्रोस्टेट गदूद जे ब्लोकिंग दूर करे पेशाब जे वहिकरे खे दूर कंदो आहे ।

यूरालाजिस्ट (Urologist) : किडनीअ जो माहिर सर्जन ।

वी.यु.आर. (Vesico Ureteral Reflux) : मसाने ऐं पेशाब वाहिनअ जे विच में आयल वाल्व जे कम में जन्म खां वठी खामी । वी.यु.आर. जे करे पेशाब मसाने खां उबिते तरफ पेशाब वाहिनीअ में वेदो आहे । वी.यु.आर. ब्रारनि में मूत्र मार्ग जे इन्फेक्शन, रतु जे ऊचे दाब ऐं किडनी फेल्यर जो अहिमियत जो कारण आहे ।

नंदनि लफिजनि जो सजो रूप Abbreviations

अ.सी.ई. ACE : अन्जीयोटेन्सीन कन्वर्टींग-अन्झाइम ।
 अ.सी.ई.आइ. ACEI : अन्जीयो टेन्सीन कन्वर्टींग अनेझाइम इन्हीबीटर्स ।
 अ.डी.पी.के.डी. ADPKD : ओटोजोमल डोमीनन्ट पोलिसिस्टीक किडनी डिजीज ।
 अ.जी.एन. AGN : अक्यूट ग्लोमेरूलो नेफ्राइटिस ।
 अ.के.आइ. AKI : अक्यूट किडन इन्जरी ।
 अ.पी.डी. APD : आटोमेटेड पेरीटोनियल डायालिसिज ।
 अ.आर.बी. ARB : अन्जीओटेन्सीन रिसिप्टर ब्लोकर्स ।
 अ.आर.अेफ. ARF : अक्यूट रीनल (किडनी) फेल्यर ।
 अ.वी. फिस्च्यूला AV Fistula : आरटीरीयो विनस फिस्च्यूला ।
 बी.पी. BP : ब्लड प्रेशर ।
 बी.पी.अेच. BPH : बिनाइन प्रोस्टेटीक हाइपरट्रोफी ।
 सी.अे.पी.डी. CAPD : कन्टीन्यूअस अेमब्यूलेटरी पेरीटोनियल डायालिसिज ।
 बी.यु.अेन. BUN : ब्लड यूरिया नाइट्रोजन ।
 सी.सी.पी.डी. CCPD : कन्टीन्यूअस सायकलिंग पेरीटोनियल डायालिसिज ।
 सी.के.डी. CKD : क्रोनिक किडनी डिजीज ।
 सी.आर.अेफ. CRF : क्रोनिक रीनल (किडनी) फेल्यर ।
 डी.के.डी. DKD : डायालिसिस्टिक किडनी डिजीज ।
 डी.अेम. DM : डायालिसिस्टिक मेलाईटिस ।
 डी.अेम.अेस.अे. DMSA : डायमर केप्टोसक्सीनिक अेसिड ।
 जी.अेफ.आर. eGFR : ग्लोमेरूलो फिल्टरेशन रेट अेसटीमेटेड ।
 ई.पी.ओ. EPO : अेरीथ्रोपोयेटिन ।
 ई.अेस.के.डी. ESKD : अेन्ड स्टेज किडनी डिजीज ।
 ई.अेस.आर.डी. ESRD : अेन्ड स्टेज रीनल डिजीज ।
 ई.अेस.डब्ल्यू.अेल. ESWL : अेक्सट्रा कोर्पोरीयल शोक वेव लिथोट्रिप्सी ।

जी.अेफ.आर. GFR : ग्लोमेच्यूलर फिल्ट्रेशन रेट ।
 अेच.डी. HD : हिमो डायालिसिज ।
 आइ.डी.डी.अेम. IDDM : इन्स्यूलिन डिपेन्डन्ड डायालिसिजमेलाईटिस ।
 आई.जे.वी. IJV : इन्टरनल जुगूलर वेन ।
 आइ.पी.डी. IPD : इन्टरमीटन्ट पेरीटोनियल डायालिसिज ।
 आइ.वी.यु./आइ.वी.पी. IVU/IVP : इन्ट्रविनस यूरोग्राफी/पायलोग्राफी ।
 अेम.अे. MA : माइक्रो आल्ब्यूमिनूरीया ।
 अेम.आर.आइ. MRI : मेग्नेटीक रीसोनेन्स इमेजींग ।
 अेन.आइ.डी.डी.अेम. NIDDM : नान-इन्स्यूलिन डिपेन्डन्ड डायालिसिज ।
 अेन.अेस.अे.आइ.डी. NSAID : नान स्टीरोइडल अेन्टी इन्फ्लामेटरी ड्रग्स ।
 पी.सी.अेन.अेल. PCNL : परक्यूटेनस नेफ्रोलिटोमी ।
 पी.डी. PD : पेरीटोनियल डायालिसिज ।
 पी.के.डी. PKD : प्रोलिसिस्टिक किडनी डिजीज ।
 पी.अेस.अे. PSA : प्रोस्टेट स्पेसिफिक अेन्टीजन ।
 पी.यु.वी. PUV : प्रोस्टीरियर युरेथ्रल वाल्वज ।
 आर.बी.सी. RBC : रेड ब्लड सेल्स ।
 आर.आर.टी. RRT : रिनल रिप्लेसमेन्ट थेरापी ।
 टी. बी. TB : ट्यूबर क्युलोसिस ।
 टी.आइ.बी.सी. TIBC : टोटल आयर्न बाईंडिंग केपेसिटी ।
 टी.यु.आर.पी. TURP : ट्रान्स युरेथ्रल रिसेक्शन आफ प्रोस्टेट ।
 यु.टी.आइ. UTI : युरिनरी ट्रेक इन्फेक्शन ।
 वी.सी.यु.जी. VCUG : वोइडिंग स्सिटो युरेथ्रोग्राम ।
 वी.यु.आर. VUR : वसाइको युरेट्रल रिफ्लक्स ।
 डब्ल्यू. बी. सी. WBC : व्हाईट ब्लड सेल्स ।
 टी.बी. TB : ट्यूबर क्युलोसिस ।

किडनीअ जे मरीज़नि में रतु जी सामान्य (आम) तपास

किडनीअ जी कमु करण जी शक्तिअ लाइ रतु जी तपास	कन्वेनशिनल युनिट Conventional Units	कन्वरज़न फेक्टर Conversion Factor	अस.आइ. युनिट SI Units
ब्लड युरिया नाइट्रोजन	8-20mg/dl	0.36	2.9-7.1mmo/l
क्रीअेटिनिन पुरुष (मर्द)	0.7-1.3mg/dl	88.4	68-118mcmd/l
स्त्री (औरत)	0.6-1.2mg/dl	88.4	50-100mcmd/l
eGFR	90-120ml/min/	-	-
अनेमीया लाइ रतु जी तपास			
हिमोग्लोबिन मर्द	13.5-17.0g/dl	10	136-175g/L
औरत	12.0-15.5g/dl	10	120-125g/L
हिमोटोक्रिट मर्द	41-53%	0.01	0.41-0.53
औरत	36-48%	0.01	0.36-0.48
आर्यन टोटल	50-175mcg/dl	0.18	9-31mcmol/l
आर्यन बाइंडींग केपेसिटी टोटल	240-450mcg/dl	0.18	45-82mcmol/l
ट्रान्सफेरिन	190-375mcg/dl	0.01	1.9-3.75g/l
ट्रान्सफेरिन सेच्युरेशन		20-50%	--- ----
फेरिटिन मर्द	16-300mg/ml	2.25	36-675pmol/L
औरत	10-200mg/ml	2.25	22.5-450pmol/L

इलेक्ट्रोलाइटस ऐं हड्डनि सां वास्तो रखंदइ रतु जूं तपासूं

किडनीअ जी कमु करण जी शक्तिअ लाइ रतु जी तपास	कन्वेनशिनल युनिट Conventional Units	कन्वरज़न फेक्टर Conversion Factor	अस.आइ. युनिट SI Units
सोडियम (Na)	135-145mEq/L	1.0	135-145mmol/L
पोटेशियम (K)	3.5-5.0mEq/L	1.0	3.5-5.0mmol/L
क्लोराइड (Cl)	101-112mEq/L	1	101-112mmol/L
केलशियम (ओयनआईज़िड) (Ca)	4.4-5.2mg/dl	0.25	1.10-1.30mmol/L
केलशियम (Ca) टोटल	8.5-10.5mg/dl	0.25	2.2-2.8mmol/L
फास्फोरस (इन आर्गोनिक)	2.5-4.5md/dl	0.32	0.8-1.45mmol/L
मेग्नेशियम	1.8-3mg/l	0.41	0.75-1.25mmol/L
बायकार्बोनेट	22-28mEq/L	1	22-28mmol/L
युरिक एसिड मर्द	2.4-7.4mg/dl	59.48	140-440mmol/L
औरत	1.4-5.8mg/dl	59.48	80-350mmol/L
पी.टी.अेच. (PTH) पेराथाइराईड हार्मोन	11-54Pg/ml	0.11	1.2-5.7Pmo/L
ब्रियूं तपासूं (Blood Tests for General Health) :			
प्रोटीन टोटल आल्बुमिन	6.0-8.0g/dl 3.4-4.7g/dl	10 10	60-80g/L 34-47g/L
कोलेस्ट्रॉल टोटल	100-220mg/dl	0.03	3.0-6.5mmd/L
ब्लड सुगर (बुखिये पेट)	60-110mg/dl	0.055	3.3-6.1mmol/L
लिवर (Liver) (जेरे) जे कमु करण जी शक्तिअ लाइ तपासूं :			
बिलिरूबीन टोटल	0.1-1.2mg/dl	17.1	2-21mcmol/L
डायरेक्ट	0.1-0.5mg/dl	17.1	<8mcmol/L
इनडायरेक्ट	0.1-0.7mg/dl	17.1	<12mmol/L
अलेनाइन ट्रान्स-अेमाईनेस (SGPT)	7-56units/L	0.02	0.14-1.12mckat/L
असपरटेर ट्रान्स अेमाईनेस (SGOT)	0-35units/L	0.02	0.58mckat/L
आल्कलाइन फास्फेट	41-133units/L	0.02	0.7-2.2mckat/L