Diabetes UK

10 Parkway
London NW1 7AA
टेलिफ़ोन 020 7424 1000
फ़ैक्स 020 7424 1001
ई–मेल info@diabetes.org.uk
वेबसाइट www.diabetes.org.uk

जानकारी

मधुमेह से जुड़ी समस्याएँ

आँखें

दृष्टि धुँधली (अस्पष्ट) होना

यह तब हो सकती है, जब आप मधुमेह का पहली बार इलाज शुरू करते हैं । ऐसा होने का कारण यह है कि इलाज शुरू होने से पहले आपका शरीर निर्जलीकृत (शुष्क) हो गया था, क्योंकि शरीर ने ख़ून में गुलूकोज़ की ऊँची मात्रा से निबटने की कोशिश की थी । जब ख़ून में गुलूकोज की मात्रा फिर से सामान्य होने लगती है, तो आँखों में तरलता बढ़ जाती है । इससे कुछ समय के लिए दृष्टि धुँधली हो जाती है ।

मोतियाबिंद (Cataracts)

यह तब हो सकता है, जब आपको कुछ समय (वर्षों) से मधुमेह रोग हो और ख़ून में गुलूकोज़ की मात्रा बहुत अधिक रही हो । गुलूकोज़ आँखों के लेंज़ में जमा होकर उसे धुँधला बना देता है, जिससे प्रकाश उससे होकर आँख के पिछले भाग यानि रेटिना (retina) तक नहीं पहुँच पाता । इसका इलाज ऑपरेशन से किया जाता है और संभव है आपसे कहा जाये कि क्षतिग्रस्त लेंज़ को हटवाकर इसके स्थान पर प्लास्टिक का लेंज़ लगवा लीजिए ।

रेटिनोपैथी (Retinopathy) यानि रेटिना की क्षति

आँख के पीछे वाली परत को हुई हानि को यह नाम दिया जाता है । यदि आपके ख़ून में गुलूकोज़ की मात्रा हमेशा ऊँची रहती हो, तो इस परत की ख़ून की महीन शिराएँ क्षतिग्रस्त हो जाती हैं । इससे इन शिराओं में छोटे-छोटे छाले बन जाते हैं और उनके फटने से आँख में ख़ून बहने लगता है ।

कभी-कभी ये शिराएँ रिसने लगती हैं और इनसे निकलने वाला तरल पदार्थ सतह पर जमने और नि:स्रवण (सफ़ेद पपड़ियाँ) बनने लगता है ।

जब रेटिना (retina) की क्षति यानि रेटिनोपैथी (retinopathy) बहुत गंभीर हो जाती है, तो शरीर ख़ून की आपूर्ति को बेहतर बनाने के लिए नई रक्त शिराएँ बनाने की कोशिश करता है । ये नई शिराएँ बहुत कमज़ोर होती हैं और इनसे आसानी से ख़ून बह सकता है और उससे दृष्टि की बहुत क्षति हो सकती है ।

आँखों को हुई क्षति का लेज़र द्वारा इलाज किया जा सकता है । यह इलाज आँखों को होने वाली सब प्रकार की क्षति में कारगर नहीं होता । इसलिए यह आवश्यक है कि आप अपनी आँखों की नियमित रूप से जाँच कराते रहें, ताकि उनको होने वाली किसी भी प्रकार की क्षति का यथाशीघ्र इलाज हो सके ।

गुर्दे (Kidneys)

ये छलनी का काम करते हैं, ताकि शरीर की गंदगी (कचरा) छनकर निकलती रहे । मधुमेह के कारण ख़ून में गुलूकोज़ की मात्रा अधिक होने (यानि नेफ्रोपैथी – nephropathy) से छानने की यह व्यवस्था क्षतिग्रस्त हो सकती है । इस क्षति का मतलब होता है

मधुमेह के रोगियों के लिए चैरिटी
British Diabetic Association का संचालकीय नाम है Diabetes UK
यह कम्पनी गारंटी द्वारा लिमिटेड है, जिसका रजिस्टर्ड कार्यालय है 10 Parkway, London NW1 7AA
इंग्लैंड में रजिस्टर्ड नम्बर 339181 रजिस्टर्ड चैरिटी नम्बर 215199

कि 'अच्छी' प्रोटीन भी कचरे के साथ-साथ शरीर से निकल जाती है । आपके पेशाब (जल) की परीक्षा इसे रोक सकती है, इसलिए जब आप क्लिनिक जाएँगे, तो आपसे पेशाब का नमूना माँगा जायेगा । कभी-कभी प्रोटीन निकलने का कारण पेशाब में संक्रमण होता है, इसलिए डॉक्टर इसकी जाँच करेगा । यदि प्रोटीन निकलने का कारण गुर्दों (kidneys) की ख़राबी हो, तो आपको यादा बार क्लिनिक जाना चाहिए, ताकि आगे होने वाले नये परिवर्तनों पर नज़र रखी जा सके ।

यह बहुत आवश्यक है, क्योंकि आपको हाइ ब्लड प्रेशर हो सकता है, जिसका गुर्दों (kidneys) को हुई किसी हानि के साथ-साथ इलाज किया जा सकता है । संभव है आपके गुर्दों (kidneys) की हानि इतनी गंभीर हो जाये कि वे काम करना बंद कर द । तब आपको डायलिसिस (गुर्दे की मशीन – kidney machine)से इलाज कराना पड़ेगा या नया गुर्दा (kidney) लगवाना पड़ेगा ।

नसें (Nerves)

नसों की क्षति (यानि न्यूरोपैथी - neuropathy) दो प्रकार से नसों पर असर डाल सकती है । या तो नसों को होने वाली रक्त की आपूर्ति बिगड़ सकती है या ख़ून में गुलूकोज़ की मात्रा अधिक होने से नसों की ही क्षति हो सकती है ।

जिन नसों पर असर पड़ सकता है, उनके तीन वर्ग हैं

- वे जो हाथों और पैरों में माँसपेशियाँ बनाती हैं, वे उन्हें कड़ी बना देती हैं और कमज़ोर करती हैं । जब आपको मधुमेह हो जाये, तो पैरों का ध्यान रखना बहुत ज़रूरी होता है । पौडियाट्रिस्ट (पैर रोग विशेषज्ञ) आपको अपने पैरों का उचित ध्यान रखने के बारे में सलाह दे सकता है ।
- वे जो आपको ताप और पीड़ा का अनुभव कराती हैं । आरम्भ में इससे बहुत पीड़ा होना सम्भव है, लेकिन बाद में शरीर के दुष्प्रभावित भाग की सारी संवेदनशीलता समाप्त हो सकती है । डॉक्टर आपको पीड़ा को दूर करने वाली दवाइयों का नुस्ख़ा दे सकता है ।
- वे जो आपके शरीर की भोजन को पचाने (यानि गैस्ट्रोपेरेसिस - gastroparesis) की क्षमता का नियंत्रण करती हैं या, पुरुषों में, इससे लिंग का खड़ा होना समाप्त हो सकता है । यदि आपको इनमें से कोई भी कष्ट हो, तो डॉक्टर इनके इलाज के लिए दवाइयों का नुस्ख़ा दे सकता है ।

यह भी संभव है कि आपकी कुछ रक्त शिराएँ (यानि धमनियाँ - arteries) सख़्त हो जाएँ, जिससे आपको दिल का दौरा पड़ने या स्ट्रोक (रक्ताघात) होने का ख़तरा हो सकता है ।

अपने ख़ून में गुलूकोज़ की मात्रा पर अच्छा नियंत्रण रखने से मधुमेह से जुड़ी समस्याएँ पैदा होने का ख़तरा काफ़ी घटाया जा सकता है । आपके लिए नियमित रूप से अपनी मधुमेह क्लिनिक जाते रहना आवश्यक है, ताकि किसी भी समस्या के लक्षण दिखाई देने पर उसका यथाशीघ्र उपचार किया जा सके ।

अधिक जानकारी

हमने पाँच मुख्य एशियाई भाषाओं और कैंटोनीज़ में विविध जानकारी देने वाले पर्चे तैयार किये हैं, जिनमें *हाइपोग्लाइसीमिया, स्वस्थ जीवन शैली, उपवास और मधुमेह* तथा *डायबिटीज़ यू.के. आपकी कैसे सहायता कर सकते हैं* शामिल हैं और ये Diabetes UK Careline से मिल सकते हैं । जानकारी देने वाले पर्चे मँगाने या मधुमेह के किसी भी पक्ष के बारे में अधिक जानकारी प्राप्त करने के लिए कृपया इस नम्बर पर टेलिफ़ोन करें

टेलिफ़ोन 0845 120 2960 (स्थानीय कॉल के रेट लगते हैं)

अनुवाद सेवा उपलब्ध है

सोमवार से शुक्रवार प्रात: 9 बजे से सायं 5 बजे तक खुला है

के सौजन्य से

Lilly

Western Union Money Transfer के यू.के. प्रतिनिधि FEXCO MT, के सौजन्य से

WESTERN UNION MONEY TRANSFER

© Diabetes UK 2004