ఆయుర్వేదం

పిల్లల్లో మెదడు లోపం పెను శాపం

మెదడు ఎదగని పిల్లల జీవితాలు దుర్భరంగా ఉంటాయి. అందరిలా ఆడుకోలేరు, సరిగ్గా మాట్లాడలేరు, ఒక్కచోట కుదురుగా కూర్చోలేరు. పిల్లల పాలిట పెను శాపంగా పరిణమిస్తున్న ఈ సమస్యకు కారణం తల్లిదండ్రులేనని వైద్యులంటున్నారు. ప్రెగ్నెన్సీ సమయంలో పోషకాహారం తీసుకోకపోవడం, అల్ట్రాసౌండ్ పరీక్షలు చేయించుకోకపోవడం వల్ల పిల్లలు మెదడు లోపాలతో జన్మిస్తున్నారు. అయితే ముందు జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం ద్వారా ఆరోగ్యవంతమైన శిశువులకు జన్మనివ్వవచ్చని అంటున్నారు డా. సంపత్‌కుమార్.

డా. ఎన్.ఎస్. సంపత్‌కుమార్
పీడియాట్రిక్ న్యూరో ఫిజీషియన్,
యశోద న్యూరో ఇన్‌స్టిట్యూట్,
యశోద హాస్పిటల్స్,
మలక్‌పేట్, హైదరాబాద్,
ఫోన్ : 9849959527

రోజులు గడిచే కొద్దీ శిశువు మెదడు ఎదుగుతుండాలి. మొదటి మూడు నెలల్లోనే మెదడు పూర్తిగా అభివృద్ధి చెందాలి. అప్పుడే శిశువులు అన్ని విషయాలను గ్రహించగలుగుతారు, ఆరోగ్యంగా పెరుగుతారు. ఒకవేళ ఈ సమయంలో ఏదైనా ఇన్‌ఫెక్షన్ సోకితే మెదడుకు జరిగే నష్టం శాశ్వతంగా ఉంటుంది. కొందరు శిశువుల్లో మెదడు సరిగ్గా అభివృద్ధి చెందక కొత్త విషయాలను నేర్చుకోవడంలో వెనకబడిపోతారు. బుద్ధి హీనత, లెర్నింగ్ డిసేబిలిటీ వల్ల కొత్త విషయాలు గ్రహించలేకపోతారు. ఈ సమస్యను మెంటల్ రిటార్డేషన్ అంటారు. కొందరిలో మెదడు ఆలస్యంగా ఎదిగితే, మరికొందరిలో గుర్తించవచ్చు.

చికిత్స

ప్రెగ్నెన్సీ సమయంలో చేసిన స్కానింగ్‌లో శిశువు మెదడు ఎదుగుదల సరిగ్గా లేదని తెలిస్తే తగిన చికిత్స అందించవచ్చు. కొందరిలో పిండ దశలోనే మెదడులో నీరు చేరుతుంటుంది. ఇటువంటప్పుడు గర్భిణులకు సర్జరీ చేసి పిండం మెదడులో ఉన్న నీటిని తొలగించడం జరుగుతుంది. దీనివల్ల మెదడు ఎదుగుదలకు ఉన్న అడ్డంకి తొలగిపోతుంది. ఒకవేళ ఫిట్స్ సమస్య ఉన్నట్లయితే మందులు వాడుకోవడం ద్వారా ప్రెగ్నెన్సీ సమయంలో ఫిట్స్ రాకుండా చూసుకోవాలి.

ఎదుగుదల శాశ్వతంగా నిలిచిపోతుంది. కొందరు పిల్లల్లో అవయవాలు సరిగ్గా పెరగవు. మెదడుతోపాటు ఫిజికల్ డెవలప్‌మెంట్ కూడా ఆలస్యమవుతుంది. పుట్టుకతో వచ్చే నరాలు, కండరాల జబ్బులు వల్ల ఈ సమస్య తలెత్తుతుంది. దీన్ని సెరెబ్రల్ పాల్సీ అంటారు. ఇది డెలివరీ సమయంలో తలెత్తే సమస్యల వల్ల వస్తుంది. పిల్లలు పూర్తిగా కదలరు. కండరాలు బిగుసుకుపోతాయి. ఆలస్యంగా నడుస్తారు.

గర్భిణులు సరియైన పోషకాహారం తీసుకోవడంతో పాటు, అవసరమైన సమయంలో అల్ట్రాసౌండ్ పరీక్షలు చేయించుకోవాలి. రైబోఫ్లేవిన్, ఫోలిక్ యాసిడ్ వంటి మాత్రలు తప్పకుండా తీసుకోవాలి. డెలివరీ సమయంలో సమస్యలు లేకుండా చూసుకోవాలి.

కారణాలు

మెనింజైటిస్, ఎన్‌కెఫలైటిస్ వంటి వ్యాధుల వల్ల మెదడు ఎదుగుదల నిలిచిపోతుంది. చిన్న పిల్లలు మెదడు వాపు వ్యాధి బారినపడితే వెంటనే చికిత్స ఇప్పించకపోతే మెంటల్ రిటార్డేషన్‌కు దారితీసే అవకాశాలు చాలా ఉంటాయి. గర్భిణులు ఫిట్స్ మందులు వాడినప్పుడు కూడా ఈ సమస్య తలెత్తడానికి ఆస్కారం ఉంది. ఇతర ఇన్‌ఫెక్షన్లు ఉన్నా సమస్యలు ఏర్పడవచ్చు. డెలివరీ కష్టమయినపుడు శిశువు మెదడుకు సరిగ్గా ఆక్సీజన్ అందక మెదడులో సమస్య ఏర్పడుతుంది. నెలలు నిండకముందే పుట్టిన శిశువుల్లో కూడా మెదడు పూర్తిగా అభివృద్ధి చెందదు. ఈ వ్యాధి వంశపారపర్యంగా సంక్రమించే అవకాశం కూడా ఉంది. కొన్ని క్రోమోజోముల లోపాల వల్ల కూడా పిల్లల్లో ఈ సమస్య కనిపిస్తుంది.

నిర్ధారణ

ప్రెగ్నెన్సీ సమయంలోనే శిశువు ఎదుగుదలను అల్ట్రాసౌండ్ స్కానింగ్ ద్వారా గుర్తించవచ్చు. ఉమ్మనీటి పరీక్ష చేయించుకోవడం ద్వారా శిశువు ఎదుగుదలలో సమస్యను గుర్తించవచ్చు. క్రోమోజోముల పరీక్ష కూడా ఉపయోగపడుతుంది. కార్డ్‌బ్లడ్ పరీక్ష ద్వారా కూడా సమస్యను గుర్తించవచ్చు.

నివారణ

ఈ వ్యాధి విషయంలో ముందు జాగ్రత్తే మంచిది. గర్భిణులు సరియైన పోషకాహారం తీసుకోవడం, అవసరమైన సమయంలో అల్ట్రాసౌండ్ పరీక్షలు చేయించుకోవడం చాలా అవసరం. రైబోఫ్లేవిన్, ఫోలిక్ యాసిడ్ వంటి మాత్రలు తప్పకుండా తీసుకోవాలి. డెలివరీ సమయంలో సమస్యలు లేకుండా చూసుకోవాలి. నిపుణులైన వైద్యుల పర్యవేక్షణలో డెలివరీ అయ్యేలా ప్లాన్ చేసుకోవాలి. ఈ జాగ్రత్తలు తీసుకుంటే మెదడు లోపాలు లేని ఆరోగ్యవంతమైన బిడ్డకు జన్మనివ్వవచ్చు.

ఫిట్స్ మూలంగా మెదడులో నరాలు దెబ్బతినడానికి అవకాశం ఎక్కువ. కాబట్టి తగిన మందులు వాడుకోవడం ద్వారా ఫిట్స్ రాకుండా చూసుకుంటే శిశువు మెదడు సక్రమంగా ఎదుగుతుంది. శిశువుకు జన్మించిన వెంటనే కొన్ని సాధారణ పరీక్షలు చేయించుకోవాలి. కార్డ్‌బ్లడ్ పరీక్ష ఇందుకు బాగా ఉపయోగపడుతుంది. మొదటి శిశువు లోపంతో జన్మిస్తే రెండవ శిశువుకు తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం ద్వారా సమస్య రాకుండా చూసుకోవచ్చు. సెరెబ్రల్ పాల్సీ సమస్యను కొంతవరకు మందుల ద్వారా నయం చేసుకోవచ్చు. బిగుసుకుపోయిన కండరాలను సర్జరీ ద్వారా ఫ్రీ అయ్యేలా చేసే వీలుంది. పుట్టుకతోనే మెదడులో లోపం ఉండి చికిత్స అందించలేని పరిస్థితి ఉన్నట్లయితే ఆ పిల్లలను రీహాబిలిటేషన్ సెంటర్‌లో చేర్పించాలి. క్రమంగా తమ పనులు తామే చేసుకునే స్థితికి వచ్చేలా అక్కడ పిల్లలకు శిక్షణ ఇస్తారు. తోటి పిల్లలతో కలిసి ఇబ్బంది లేకుండా ఎదిగే వాతావరణం అక్కడ ఉంటుంది.

వెన్ననొప్పితో డిప్రెషన్!

వెన్ననొప్పి కేవలం డిస్కులకే కాకుండా మొత్తం నాడీ వ్యవస్థతో ముడివడిన సమస్య. అందువల్ల దీర్ఘకాలికంగా ఉండే వెన్ననొప్పి సమస్య డిప్రెషన్‌కు దారి తీసే ప్రమాదం ఉంది. అయితే, ఆయుర్వేదంలో ఈ రెండూ వేరు వేరు సమస్యలేమీ కావు. మర్మ చికిత్స, మేరు చికిత్సలతో పాటు చేసే సత్వావ జయచికిత్సతో ఈ రెండు సమస్యలూ సమూలంగా తొలగిపోతాయంటున్నారు, ఆయుర్వేద నిపుణులు డాక్టర్ వర్ధన్, డాక్టర్ మాధురీ వర్ధన్.

డాక్టర్ వర్ధన్, డాక్టర్ మాధురీ వర్ధన్
ది కేరళ ఆయుర్వేదిక్ కేర్,
స్పెషాలిటీ పంచకర్మ సెంటర్
బషీర్‌బాగ్, స్కైలైన్ లేన్, హైదరాబాద్
ఫోన్స్: 9866666055, 8686848383
www.ayursages.com

వినయ్ కొంత కాలంగా దిగులుగానే ఉంటున్నాడు. ఎప్పుడూ ఏదో పోగొట్టుకున్న భావన. చాలా సార్లు క్లైంట నీళ్ళు వచ్చేస్తున్నాయి. దేని మీదా మనసు లగ్నం కాదు. ఒక్కోసారి విపరీతంగా కోపం వచ్చేస్తోంది. నిద్రా ఆకలి తగ్గిపోయాయి. ఇంటి సమస్యలు, ఆఫీసు పని ఒత్తిళ్లు అంత తీవ్రంగానే ఉన్నాయి మరి! వీటికి తోడు, కొంత కాలంగా వెన్ను నొప్పి, సయాటికా సమస్యలు కూడా వేధిస్తున్నాయి. కాలంతా ఒకటే నొప్పి. మంట. ఈ స్థితికి ఎంతసేపూ తన జీవిత సమస్యలే కారణం అనుకుంటున్నాడే కానీ, తనకున్న వెన్ననొప్పి, సయాటికా సమస్యలే తన దిగులూ ఆందోళనలకూ, డిప్రెషన్‌కూ కారణమని గ్రహించలేకపోయాడు.

* * *

వెన్ననొప్పి, సయాటికా సమస్యలు మానసికంగా కుంగదీసి డిప్రెషన్‌కు దారితీయడంలో ముందుంటాయి. వెన్ను నొప్పి, సయాటికా సమస్యలు మొత్తం నాడీ వ్యవస్థతో ముడివడి ఉండడమే ఇందుకు కారణం. శరీర వ్యవస్థలోని వెన్నెముక, కండరాలు, లిగమెంట్లు, టెండాన్లు వీటన్నిటిలో ఎక్కడ సమస్య ఉన్నా అది నిరంతరం ఒక ఒత్తిడికి గురిచేస్తూ ఉంటుంది. ఒత్తిడి బాగా పెరిగినప్పుడు కొన్ని అడ్రినలిన్, నార్ అడ్రినలిన్ అనే కొన్ని హార్మోన్లు విడుదలై రక్తంలోకి వెళతాయి. ఈ హార్మోన్లన్నీ విషతుల్యమైనవి కావడం వల్ల శరీరం ఎన్నో దుష్ప్రభావాలకు లోనవుతుంది. ప్రధానంగా నాడీ వ్యవస్థ బాగా దెబ్బ తింటుంది. మొత్తంగా చూస్తే జీవక్రియలన్నీ కుంటుపడతాయి.

మెదడులో ఏమవుతుంది?

శరీరంలో ఎక్కడైనా నొప్పి మొదలైనప్పుడు సహజంగానే దాని సంకేతాలు మెదడుకు వెళతాయి. అందుకు ప్రతిస్పందనగా మెదడులోంచి కొన్ని రసాయనాలు విడుదల అవుతాయి. అయితే వెంటనే వైద్య చికిత్సలు మొదలై ఉపశమనం లభిస్తే సరి. అలా కాకుండా, ఆ నొప్పి దీర్ఘకాలికంగా కొనసాగుతూ వెళితే మెదడులో నిరంతరంగా విడుదలయ్యే ఆ రసాయనాలు మెదడు కణాలనే దెబ్బతీస్తాయి. ఈ సమస్య ఇలాగే కొనసాగితే, సుమారు 11 శాతం మెదడు కుచించుకుపోతుందని ఇటీవలే బ్రిటన్ పరిశోధకులు కనుగొన్నారు. ఒకసారి మెదడు ఇలా కుచించుకుపోయిందీ అంటే నాడీ, హార్మోన్, మానసికమైన ఎన్నో సమస్యలు మొదలవుతాయి. శరీరం, బుద్ధి, మనసు (బాడీ-మైండ్-సోల్) ఈ మూడింటి మధ్య అవినాభావ సంబంధం ఉంది. అందుకే ఈ మూడింటిలో ఏ ఒక్కటి వ్యాధిగ్రస్తమయినా ఆ అనుబంధం బలహీనపడుతుంది. అంతటితో పలురకాల వ్యాధులకు బీజం పడుతుంది.

నొప్పి దీర్ఘకాలికంగా కొనసాగుతూ వెళితే మెదడులో నిరంతరంగా విడుదలయ్యే రసాయనాలు మెదడు కణాలనే దెబ్బ తీస్తాయి. ఈ సమస్య ఇలాగే కొనసాగితే, సుమారు 11 శాతం మెదడు కుంచించుకుపోతుందని ఇటీవలే బ్రిటన్ పరిశోధకులు కనుగొన్నారు.

మూలాలు తొలగాలి

ఏ వ్యాధి అయినా మొత్తం ప్రతికూల పరిస్థితిని తెలిపే ఒక లక్షణం మాత్రమే. ఆ ఒక్క లక్షణంతోనే ఏదీ ఆగిపోదు. అందుకే ఒక వ్యాధి వచ్చింది అంటే మరెన్నో వ్యాధులు రావడానికి అనువైన వాతావరణం శరీరంలో ఉందని అర్థం. వెన్ననొప్పి ఉందని కేవలం వెన్ననొప్పికి మాత్రమే చికిత్స తీసుకుని ఆగిపోతే ఏమవుతుంది? వెన్ననొప్పి తగ్గినట్లనిపిస్తుంది. ఆ వెనువెంటనే కొత్తగా మరేదో వ్యాధి మొదలవుతుంది. అందుకే, వెన్ననొప్పి కారణమైన ఆ మూల సమస్య మరెన్నో వ్యాధులకు దారి తీస్తుంది. అల్లోపతిలో అయితే, ఒక్కో వ్యాధికి ఒక్కో చికిత్స వేరు వేరుగా తీసుకోవలసి వస్తుంది.

ఆయుర్వేదంలో ఆ అవసరం లేదు. అన్ని వ్యాధులకూ మూలంగా ఉండే వాత, పిత్త, కఫాల గుణదోషాలను చక్కదిద్దడం ద్వారా ఆయుర్వేదం ఆ తరువాత రాబోయే వ్యాధులన్నిటికీ అడ్డుకట్ట వేస్తుంది. అయితే ఈ వాత పిత్త కఫాలు వాటిలో వచ్చే తేడాలేవీ ఎక్స్‌రే, ఎంఆర్ఐ లేదా మరే స్కానింగ్‌లోనూ కనిపించవు. కనిపించని ఆ సమస్యలను వదిలేయడం వల్లే అల్లోపతిలో వ్యాధిని సమూలంగా తొలగించడం సాధ్య కావడం లేదు. ఆయుర్వేదంలోనే అది సాధ్యమవుతోంది. మరికొంత మందికి ఎంఆర్ఐలో ఏ తేడాలూ కనిపించవు. కానీ, ఆ వ్యక్తి విపరీతమైన బాధకు గురవుతుంటాడు. అందువల్ల ఎంఆర్ఐలో పెద్ద తేడాలు ఏమీ లేవని చికిత్స చేయకపోతే అది ఏదో ఒకదశలో తీవ్రమైన సమస్యగా బయటపడవచ్చు. అందువల్ల ఎంఆర్ఐ పరీక్షను సర్వసమగ్రంగా భావించకుండా రోగి లక్షణాల ఆధారంగా చికిత్స చేసి, వ్యాధి మూలాలను తొలగించే చికిత్సలు కూడా చేస్తే సమస్య శాశ్వతంగా తొలగిపోతుంది. ఈ సమస్యలన్నిటికీ వాతమే ప్రధాన కారణం. ఆ వాయు రూపంలో ఉండే వాతం స్కానింగ్‌లలో కనిపించదు. అలాంటప్పుడు, వాటినే నమ్ముకున్న వారు చికిత్సలే చేయరు. అయితే అది ఏదో ఒక దశలో బాగా తీవ్రమై కదలలేని పరిస్థితి ఏర్పడుతుంది.

రెండు అంచులు

దీర్ఘకాలికమైన వెన్ను నొప్పి డిప్రెషన్‌కు దారి తీసే విధంగానే, దీర్ఘకాలికంగా ఉండే డిప్రెషన్ కూడా వెన్ను నొప్పికి దారి తీసే ప్రమాదం ఉంది. డిప్రెషన్‌లో ప్రధానంగా హార్మోన్ల సమతుల్యత దెబ్బ తింటుంది కాబట్టి, ఇది కండరాలను, లిగమెంట్లను, టెండన్లను, డిస్కులను, నాడీవ్యవస్థను దెబ్బ తీస్తూ వెళుతుంది. ఏదో ఒక దశలో అది వెన్ననొప్పికి కూడా దారి తీయవచ్చు. అయితే, ముందే గుర్తించి ఆయుర్వేద చికిత్సలు తీసుకుంటే, ఒకేసారి డిప్రెషన్, వెన్ననొప్పి రెండూ తగ్గుతాయి. దీర్ఘకాలికంగా డిప్రెషన్‌లో ఉన్న వారు ఒకసారి వెన్ననొప్పి పరీక్షలు చేయించుకోవడం చాలా అవసరం. ఎందువల్ల అంటే కొందరికి వెన్నులో తేడాలు వచ్చినా వారిలో దానికి సంబంధించిన నొప్పిగానీ, ఇతర లక్షణాలు కానీ, కనిపించకపోవచ్చు.అలాగే వెన్ననొప్పి మొదలైన వారు కూడా వెంటనే చికిత్సలు తీసుకోవడం చాలా అవసరం. వెన్ననొప్పి నాడీ వ్యవస్థకు సంబంధించింది కావడం వల్ల ఎప్పుడో ఒకప్పుడు డిప్రెషన్‌కు దారి తీయవచ్చు.

సత్వావజయ చికిత్స

మొత్తంగా శరీరంలో 107 మర్మ కేంద్రాలు ఉంటాయి. కేవలం వెన్నెముకలోనే 14 నుంచి 16 దాకా ఉంటాయి. మర్మ చికిత్సలో ఈ మర్మ కేంద్రాలన్నీ ఉత్తేజితం అవుతాయి. దీనివల్ల శరీరంలో పేరుకుపోయిన విషపదార్థాలన్నీ బయటికి వెళతాయి. దీనికి తోడు వెన్నెముక సమస్యలను తొలగించే మేరు చికిత్స కూడా ఉంటుంది. వీటితో హార్మోన్ వ్యవస్థ కూడా చైతన్యవంతం కావడంతో వల్ల రక్త ప్రసరణ పెరుగుతుంది. హార్మోన్ వ్యవస్థ కూడా బలోపేతం అవుతుంది. ఫలితంగా శరీరం, బుద్ధి, మనసు తమ సహజశక్తిని పుంజుకుంటాయి. ఫలితంగా శారీరక మానసిక ఒత్తిళ్లన్నీ తొలగిపోతాయి. ఆలోచనా పరిధి పెరుగుతుంది. మానసిక శక్తి బలోపేతం అవుతుంది. వెన్ననొప్పి, సయాటికాల కారణంగా డిప్రెషన్‌కు గురైన వారికి మర్మ చికిత్స, మేరు చికిత్సలతో పాటు, సత్వావజయ చికిత్స కూడా ఉంటుంది. శరీరంలోని జవజీవాలను పెంచడంలో ఇది అద్భుతంగా పనిచేస్తుంది. అందుకే ఈ చికిత్సలు వెన్ననొప్పి, సయాటిక్ సమస్యలతో పాటు డిప్రెషన్‌ను కూడా తగ్గించగలుగుతున్నాయి. శరీరానికీ, మెదడుకూ ఉన్న అనుబంధాన్ని సరియైన రీతిలో నిలబెట్టడమే ఆయుర్వేద చికిత్సల ప్రత్యేకత. అందుకే శారీరక మానసిక సమస్యలను సంయుక్తంగా నయం చేయడంలో ఆయుర్వేదం అత్యున్నత స్థాయిలో ఉంది.

కీలు మార్పిడితో నొప్పి తగ్గేనా?

నా వయసు 55 సంవత్సరాలు. బాగా దృఢంగా ఉంటాను. ఒక సంవత్సరం నుంచి మోకాలి నొప్పితో బాధపడుతున్నాను. మా ఊళ్లో ఉన్న డాక్టరుకు చూపించాను. మందులిచ్చారు. నొప్పి తగ్గినట్లే ఉంటుంది. మళ్లీ వస్తోంది. వైద్యులు సర్జరీ చేయించుకోవాల్సిందే అని చెప్పారు. నేను మోకాలికి సర్జరీ చేయించుకుంటే సాధారణ జీవితాన్ని గడపగలనా?

-ఐలయ్య, మహబూబ్‌నగర్

మోకాలులోని కీలు భాగంలో ఉన్న కార్టిలేజ్ అరిగి పోవడం వల్ల మోకాలు నొప్పి వస్తుంది. నొప్పి తొలి దశలో ఉన్నపుడు వెంటనే సర్జరీ లేకుండా కొంత కాలం పాటు మందులు వాడాలని చెపుతాము. ఈ మందుల వల్ల, జీవనశైలిలో మార్పుల వల్ల మోకాలులోని కార్టిలేజ్ అరుగుదల వేగాన్ని కొంతవరకు నియంత్రించవచ్చు. కాని పూర్తి స్థాయిలో నొప్పి తగ్గాలంటే సర్జరీ తప్ప వేరే మార్గం లేదు. కానీ మోకాలి నొప్పి ఏ స్థాయిలో ఉన్నపుడు సర్జరీ చేయాలనేది ముఖ్యం. రోగి నొప్పి తగ్గే మందులు రోజూ వేసుకుంటే గానీ నడవలేని పరిస్థితుల్లో సర్జరీ చేయడం అవసరం. సర్జరీతో 98 శాతం సత్ఫలితాలు వస్తున్నాయి.

మోకాలు కీలుమార్పిడి అనంతరం వీరు సాధారణ జీవితాన్ని గడపవచ్చు. మెట్లు ఎక్కడం, నడవడం వంటివి చేయవచ్చు. కింద కూర్చోవడం వంటివి మాత్రం చేయకూడదు. ప్రస్తుతం ఉన్న కొన్ని రకాల కీలు మార్పిడి పద్ధతుల్లో కింద కూర్చోవడం కూడా చేయవచ్చు. కాని ఆ విధానంలో కొన్నిరకాల సమస్యలు కూడా వస్తాయి. అందువల్ల ఆ విధానంలో కొంత మందికి మాత్రమే చేస్తాము.

పాతికేళ్ల వరకు భరోసా

మోకాలు కీలు మార్పిడికి వాడే ఇంప్లాంట్ విషయంలో చాలా మందికి కొన్ని రకాల అపోహలున్నాయి. ప్రస్తుతం వాడేవన్ని కూడా విదేశాల నుంచి దిగుమతి చేసుకున్న ఇంప్లాంట్స్ వాడుతున్నాము. కారణం మన దేశంలో తయారయ్యే వాటి విషయంలో ఇంకా పూర్తి స్థాయిలో క్లినికల్స్ ఫలితాల వివరాలు అందుబాటులో లేవు. అందువల్ల విదేశాల నుంచి దిగుమతి చేసుకున్న ఇంప్లాంట్స్‌నే వాడుతున్నాము. మోకాలి కీలు మార్పిడి సర్జరీ ఒకసారి చేయించుకుంటే 15 నుంచి 25 సంవత్సరాల వరకు ఎటువంటి సమస్యలు ఉండవు. ఇప్పటివరకు సర్జరీ చేయించుకున్న వారిలో 20 సంవత్సరాలు అయిన వారిలో కూడా ఎలాంటి సమస్య లేకుండా సాధారణ జీవితాన్ని కొనసాగిస్తున్నారు. సర్జరీ చేయించుకున్న వారు హాస్పిటల్‌లో వారం రోజుల పాటు ఉండాలి. సర్జరీ చేసిన అనంతరం మూడు లేదా నాలుగు రోజులు నడిపించడం, వివిధ ఎక్స్‌సైజులు చేయించడం చేస్తాము. అనంతరం

మోకాలి కీలు మార్పిడి సర్జరీ ఒకసారి చేయించుకుంటే 15 నుంచి 25 సంవత్సరాల వరకు ఎటువంటి సమస్యలు ఉండవు. ఇప్పటివరకు సర్జరీ చేయించుకున్న వారిలో 20 సంవత్సరాలు అయిన వారిలో కూడా ఎలాంటి సమస్య లేకుండా సాధారణ జీవితాన్ని కొనసాగిస్తున్నారు.

15 రోజుల తర్వాత కుట్లు తీసివేయడం జరుగుతుంది. సర్జరీలో ఇప్పటి వరకు ఓపెన్ సర్జరీ చేశాము. స్టెమ్‌సెల్స్ విధానంలో జరిపే సర్జరీ ఇంకా

డాక్టర్ రఘు
ఆర్థోపెడిక్ సర్జన్, డిపార్ట్‌మెంట్ ఆఫ్
ఆర్థోస్కోపి అండ్ ఆర్థోపెడిక్స్
బీమ్స్ హాస్పిటల్, జూబ్లీహిల్స్, రోడ్‌నెం.1,
హైదరాబాద్, ఫోన్: 99662 22225,
99595 42777

మన దేశంలో పూర్తిస్థాయిలో అమలులోకి రాలేదు. ఇంకా క్లినికల్ ట్రయల్స్‌లో ఉంది. అది కూడా మోకాలు లోపలి కీలు పూర్తిగా చెడిపోతే స్టెమ్ సెల్స్ ద్వారా చికిత్స ఎలా చేయాలో స్పష్టం కాలేదు. కార్టిలేజ్ కొంత పాడయి పోయినట్లయితే కార్టిలేజ్ సెల్స్ ఇంజెక్ట్ చేయడం ద్వారా కార్టిలేజ్‌ను సాధారణ స్థాయిలోకి పెంచేందుకు కార్టిలేజ్ సెల్స్ ద్వారా చికిత్స చేస్తాము. ఈ చికిత్సలో కార్టిలేజ్ సెల్స్ ఆర్థోస్కోప్ ద్వారా చేస్తాము.

ఇన్‌ఫెక్షన్లకు దూరం

ముఖ్యంగా సర్జరీ తర్వాత నేలమీద పద్మాసనం వేసుకొని కూర్చోకుండా ఉండాలి. శస్త్రచికిత్స తర్వాత ఏ మాత్రం ఇన్‌ఫెక్షన్ రాకుండా జాగ్రత్త పడడం అవసరం. ఏ మాత్రం ఇన్‌ఫెక్షన్ వచ్చినట్లు అనుమానమున్నా వెంటనే డాక్టర్‌ను సంప్రదించి తగు చికిత్స పొందడం అవసరం. అదేవిధంగా మోకాలు కీలు మార్పిడి సమస్య రాకుండా కొన్నిరకాల జాగ్రత్తలు తీసుకుంటే చాలావరకు నివారించవచ్చు. అవి ముఖ్యంగా మెట్లు ఎక్కడం వీలున్నంత వరకు తగ్గించుకోవడం, ఎక్కాల్సి వచ్చినపుడు మెల్లగా మెట్లు ఎక్కడం. నడిచే సమయంలో కూడా కొండలు, గుట్టలు ఎక్కకుండా సాధారణంగా ఉండే నేలపై నడవడం. ఇంట్లో కూడా వెస్ట్రన్ టాయిలెట్ వంటివి వాడడం, మెత్తటి చెప్పులు వాడడం మంచిది. ఇటువంటి జాగ్రత్తలు తీసుకున్నట్లయితే మోకాలులోని కార్టిలేజ్ అరుగుదల చాలా వరకు తగ్గించుకోవచ్చు. మోకాలు కీలు మార్పిడి సమస్య తొందరగా రాకుండా జాగ్రత్త పడవచ్చు.

తుంటికీలు మార్పిడి ఎంతో ఆధునికం

నా వయసు 35. ఎనిమిదేళ్ల క్రితం జరిగిన ఒక రోడ్డు ప్రమాదంలో తుంటి ఎముక పక్కకు జరిగింది. దాన్ని తిరిగి పూర్వ స్థితిలోకి తేవడానికి శస్త్ర చికిత్స చేశారు. గాయమైతే మానిపోయింది. కాని ఆ భాగంలో అరుగుదల ఆర్థరైటిస్ మొదలయ్యింది. దీనివల్ల నడవడం కష్టంగా మారింది. ఈ సమస్య ఉద్యోగ విధులకు సరిగా వెళ్లలేని స్థితి ఏర్పడింది. ఆర్థోపెడిక్ డాక్టర్‌ను సంప్రదిస్తే తుంటి కీలు మార్పిడి చికిత్స ఒక్కటే ఈ సమస్యకు పరిష్కారం అని చెప్పారు. వైద్య చికిత్సల గురించి వివరాలను సేకరిస్తే ఈ తుంటి మార్పిడి చికిత్స 15 ఏళ్ల వరకు బాగానే ఉంటుందని తెలిసింది. అయితే, 50 ఏళ్లున్న మా బంధువు ఒకరు గతంలో ఈ తరహా తుంటి మార్పిడి చికిత్స చేయించుకున్నారు. కానీ, అది 10 ఏళ్లకే వదులైపోయింది. అందుకే ఈ విషయంలో నాకు భయంగా ఉంది. పాత విధానాలకు భిన్నంగా ఇటీవలి కాలంలో తుంటి మార్పిడి చేసే ఆధునిక చికిత్సలేమైనా వచ్చాయా? వాటి గురించి వివరించండి.

– ఎస్. రవికుమార్, కాకినాడ

వాస్తవానికి తుంటి కీలు మార్పిడి చికిత్సలో ఓ ఐదేళ్ల క్రితం నాటి పరిస్థితికి, ఈ రోజు ఉన్న పరిస్థితికి ఎంతో తేడా ఉంది. అత్యంత ఆధునిక రీతులు ఇప్పుడు అందుబాటులోకి వచ్చాయి. ఈ విధానాలన్నీ ఎన్నో ఏళ్ల పరిశోధనల ఫలితంగా వచ్చినవి. ఈ విధానాలను కొన్ని విభాగాలుగా చూడవచ్చు. వాటిలో ముఖ్యంగా కృత్రిమ కీలు కోసం వాడే పదార్థంలో వచ్చిన మార్పులు. ఒకప్పుడు ఇవన్నీ స్టెయిన్ స్టీల్ లాంటి పదార్థంతో తయారు చేసినవి. వీటితో తయారు చేసినవి ఎముకలో సరిగా ఇమడక క్రమంగా వదులు అయిపోయేవి. ఈ రోజుల్లో కోబాల్ట్ క్రోమ్‌లాంటి తయారు చేసినవి వస్తున్నాయి. వీటికి ఎముకలో ఒదిగిపోయే గుణం ఉండడం వల్ల ఇవి మన్నే కాలం పెరిగింది. ఎముకల అరుగుదల విషయానికి వస్తే ఎగ్జిటర్- హిప్ అనేది ఇప్పుడు ప్రపంచస్థాయిలో ఒక ప్రామాణికంగా గుర్తించడం జరిగింది. తుంటికీలు మార్పిడిలో ఎన్ని కొత్త విధానాలు వచ్చినా ఇప్పటికీ ఎగ్జిటర్-హిప్‌తోనే పోల్చిచూస్తారు. ఈ ప్రమాణంలో ఉన్న తుంటికీలు ఏడాదికి 200 మైక్రాన్స్ మాత్రమే అరుగుదల ఉంటుంది. అయితే ఆ స్థితిని కూడా అధిగమించి ఇప్పుడు డెల్టాసెరిమిక్ తుంటి కీలును అమరుస్తున్నాం. దీనితో అరుగుదల ఏడాదికి 200 మైక్రాన్స్ నుంచి ఆశ్చర్యంగా 1 మైక్రాన్‌కు తగ్గింది. ఇది ఊహించని పరిణామం. ఇదే కాకుండా ఇటీవల ఆక్జీనియం ఆన్ హైలీ క్రాస్‌లింక్ ఫాలితో చేసినవి వచ్చాయి. వీటితో కూడా అరుగుదల ఏడాదికి 2 మైక్రాన్స్‌కు తగ్గింది. వాడే వస్తువుల్లో వచ్చిన పెనుమార్పులు ఇవి. తుంటి కీలు మార్పిడి విఫలం కావడానికి గల కారణాల్లోకి వెళితే, వాటిలో ఇన్‌ఫెక్షన్లు రావడం ప్రధాన సమస్య. ఇక మిగతావి సర్జరీ చేయడంలో కావచ్చు. కీలును బిగించడం వల్ల కావచ్చు. లేదా ఎముక అరుగుదల వల్ల కావచ్చు. కీలును బిగించేందుకు ఒకప్పుడు సిమెంట్‌గానీ, సిమెంట్ లేకుండాగానీ చేసేవారు. దాని వల్ల కొన్ని సమస్యలు వచ్చేవి. అయితే ఇప్పుడు కొత్తగా వచ్చిన హైడ్రాక్సి అపటైట్ కోటింగ్ వల్ల ఎముక పెరిగి అందులో చక్కగా ఒదిగిపోతుంది. కోటింగ్‌లో కలిసిపోతుంది. ఇది మొత్తం జీవితకాలమంతా ఉండిపోతుంది. అంటే 30 నుంచి 50 ఏళ్ల దాకా చెక్కు చెదరదని పరిశోధనల్లో తేలిపోయింది. ఇకపోతే శస్త్ర చికిత్స చేసి కీలును బిగించే సమయంలోని జాగ్రత్తలు కూడా ముఖ్యమవుతాయి. అందరికీ ఒకే రీతిలో కాకుండా వ్యక్తికీ వ్యక్తికీ మధ్య ఉండే తేడాలను కూడా దృష్టిలో ఉంచుకుని జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం వల్ల ప్రస్తుతం ఆ సమస్యలు చాలా వరకు తగ్గాయి. ఇకపోతే కంప్యూటర్‌ను కూడా వినియోగించడం వల్ల ఇతరమైన సమస్యలు కూడా తగ్గాయి. మొత్తానికి కీలు తయారీలో వాడే పదార్థంలోని మార్పులు, కీలును బిగించడంలోని జాగ్రత్తలు ఇప్పుడు తుంటికీలు మార్పిడి చికిత్సలు 99 శాతానికి పైగా విజయవంతం అవుతున్నాయి. ఇవి కాకుండా శస్త్ర చికిత్స తరువాత రోగి చాలా వేగంగా కోలుకునే అవకాశాలు పెరిగాయి. అతి చిన్న గాటుతో అక్కడ ఉన్న కండరాలు గానీ, క్యాప్సూల్ గానీ, ఏ మాత్రం దెబ్బ తినకుండా చేసే మినిమల్ ఇన్‌వేజివ్ సర్జరీ వల్ల నొప్పి చాలా తక్కువగా ఉంటోంది. పైగా బిగించిన కీలు మళ్లీ పక్కకు జరిగే అవకాశం ఏమాత్రం లేకుండా పోయింది. కండరాలు పెద్దగా ఏమీ దెబ్బతినక పోవడంతో పాటు అతి తక్కువగా రక్తస్రావం అవుతుంది. అందుకే ఎప్పుడో అరుదుగా తప్ప శస్త్ర చికిత్స సమయంలో రక్తం ఎక్కించ వలసిన అవసరమే రాదు. ఉండడం వల్ల రోగి చాలా వేగంగా కోలుకుంటాడు.అందుకే ఈ రోజుల్లో ఒకసారి తుంటి ఎముక శస్త్ర చికిత్స చేయించుకుంటే జీవిత కాలమంతా