

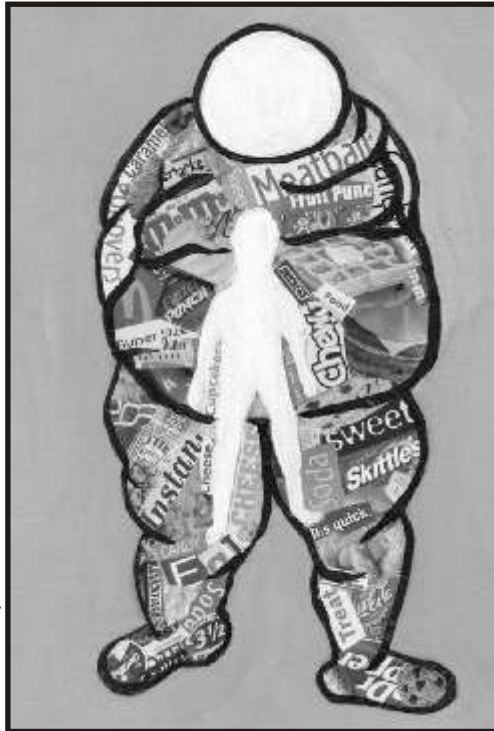
मधुमेही और उसके परिवारजन

– डॉ. एस.एस. येसीकर



मैं आपको डराना नहीं चाहता। मैं तो केवल अपने अनुभव आपके साथ बाँटना चाहता हूँ और उन पर से आपसे पूछना चाहता हूँ कि आपका कर्तव्य – मधुमेही के नाते या उसके परिवारजन के नाते क्या बनता है। यदि आपने इस प्रकार कभी सोचा नहीं है तो अब सोचिये। हम आपकी मदद करना चाहते हैं और अवश्य करेंगे।

आपको पहले कुछ अनुभव सुनाएँ। लगभग 20 वर्ष पूर्व एक महाशय जिनकी उम्र लगभग 41 वर्ष थी मेरे पास मेडिकल परामर्श के लिये आये। वे बहुत डरे हुये से लगे। मैंने उन्हें बिठाया और पूछा आप क्या सलाह चाहते हैं। आपको क्या तकलीफ है उन्होंने कहा फिलहाल मुझे कोई तकलीफ नहीं है। मैंने पूछा तो फिर आप इतना डर क्यों रहे हैं। आप डरिये नहीं जो भी बात हो मुझे बतायें, मैं जो भी मदद कर सकता हूँ जरूर करूँगा। मेरे आश्वस्त करने पर उसने मुझे अपने परिवार की कहानी सुनाई।



उसने कहा – सर, मेरे दो भाई और थे। एक जो बड़े थे उनकी 46 वर्ष की उम्र थी लेकिन उनकी हार्ट अटैक से मौत हो गई। मेरे दूसरे भाई की उम्र उस समय 44 वर्ष की थी और 2 वर्ष बाद उनकी भी हार्ट अटैक से मृत्यु हो गई। मेरी उम्र अभी 41 वर्ष है और आगे मेरे साथ भी ऐसा कुछ न हो जाये इसीलिये मैं अंदर ही अंदर बहुत डर रहा हूँ। मैंने उसे हिम्मत दिलाई और बाकी सदस्यों के स्वास्थ्य के बारे में पूछा और उसकी कुछ जाँचों के बारे में बताया। उसका परीक्षण किया। उसकी एक जाँच में कोलेस्ट्रॉल की मात्रा लगभग 400 मि.ग्रा. प्रतिशत निकली। मैंने उसे आश्वस्त किया कि तुम्हारी हृदय की जाँच—E.C.G., ब्लडशुगर, ब्लड प्रेशर आदि सभी ठीक हैं केवल तुम्हारा वजन थोड़ा ज्यादा है और तुम्हारे रक्त में कोलेस्ट्रॉल बढ़ा हुआ है। उन दिनों 'लिपिड प्रोफाईल' आसानी से नहीं होता था, अतः वह हम नहीं करवा पाये। हमने उसको भोजन के वसा

संबंधी परिवर्तन करने को कहा और कोलेस्ट्रॉल कम करने की दवाई दी और समय-समय पर मिलते रहने के लिये कहा। बाद में वह काफी आश्वस्त लगा और खुश दिखा। 3-4 वर्ष तक हमारा संपर्क बना रहा और वह ठीक हो गया।

अब हम आपको दूसरे मरीज जिसको हमने 2004 को देखा था उसकी पारिवारिक कहानी बताते हैं। इस रोगी की उम्र भी 46 वर्ष थी। वह हमसे मधुमेह के लिये परामर्श लेने आया था। वह पहले से ही मधुमेह के लिये शुगर की जाँच करवा कर आया था। उससे जब हमने उसके परिवार का रोग संबंधी इतिहास पूछा तो उसने

निम्नानुसार बताया –

	माताजी हृदय रोग, मोटापा ऐन्जियोप्लास्टी की गई		पिताजी डायबिटीज हाई बी.पी.		
	बड़ा भाई 56 वर्ष	दूसरा भाई 54 वर्ष	तीसरा भाई 48 वर्ष	चौथा भाई 46 वर्ष	छोटा भाई 42 वर्ष
डायबिटीज	+	+	+	+	-
हृदय रोग	+	+	-	-	-
कोलेस्ट्रॉल	+	+	+	+	+
हाई बी.पी.	+	+	+	+	+
मोटापा	+	+	-	+	+

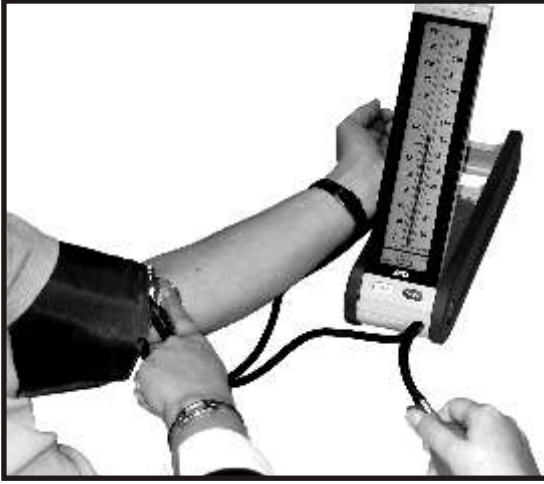
मैंने उसे उचित उपचार मधुमेह एवं बी.पी. के लिए बतलाया। वह ले रहा है और स्वस्थ है। उपरोक्त 2 प्रकार के रोगियों के पारिवारिक इतिहास से हमें कई प्रकार की शिक्षा मिलती है। जो हम निम्नानुसार विश्लेषण कर सकते हैं :-

1. हर रोगी के लिये, खासकर के मधुमेही के लिये अपने परिवार का रोग संबंधी इतिहास उसकी बीमारी को समझने में मदद करता है। अतः पारिवारिक रोग संबंधी इतिहास जानना जरूरी है। मधुमेह के रोग का निदान करने में मदद मिलती है।

2. दोनों मरीजों के पारिवारिक इतिहास से यह भी स्पष्ट होता है कि – कुछ बीमारियाँ जैसे – मधुमेह, उच्च रक्तचाप (Hypertension) मोटापा और हृदय रोग एक-दूसरे से संबंधित हैं और परिस्थिति अनुसार परिवार के सदस्यों के प्रकट होते हैं। प्रकट होने का अंश एवं अनुपात हर एक में अलग-अलग होता है। इनके आपसी संबंध को समझने से किसी रोगी के रोग की गम्भीरता का अंदाजा लगाकर उचित जाँच एक उपचार में मदद मिलती है।

3. प्रथम रोगी के इतिहास में दो भाईयों को





हृदय रोग हुआ तो तीसरे को अति वसा (Disturbed Cholesterol) की बीमारी निकली इन दोनों परिस्थितियों को भी एक दूसरे से संबंधित माना जाता है और अतिवसा की स्थिति को हृदय रोग का उत्तेजक गुणक (Risk Factor) माना जाता है।

4. दूसरे रोगी के परिवार में जो उनके पाँचवें भाई हैं, उन्हें भी मधुमेह नहीं हुआ है। यदि वह अपने मोटापे और हाई बी.पी. को नियंत्रित कर लें तो वह निश्चित ही मधुमेह एवं हृदय रोग से बच सकता है।

5. दोनों रोगियों के परिवार के इतिहास बताते हैं कि मधुमेह, हृदय रोग एवं अतिस्य (हाई बी.पी.) दाब न केवल एक दूसरे से संबंधित हैं किन्तु काफी हद तक वंश परम्परा से भी संबंधित हैं।

6. प्रथम रोगी एवं द्वितीय रोगी की बीमारियों का ठीक से निदान एवं उपचार से यह भी जाहिर होता है कि इन बीमारियों को आगे बढ़ने से एवं उनके दुष्परिणामों से बचा भी जा सकता है। अतः बीमारी मालूम होने पर लगन एवं मेहनत से इलाज करना चाहिए।

आजकल जब किसी रोगी के मोटापा, अतिस्य दाब (हाई बी.पी.) मधुमेह एवं अतिवसा (खून में ज्यादा कोलेस्ट्रॉल) की स्थिति पाई जाती है तो इस परिस्थिति को, यानि इस समूह की बीमारियों को सिंड्रोम-एक्स (Syndrome-X) का नाम दिया गया है। ऐसा माना गया है कि इनका कारण भी एक हो सकता है जिसे (इंसुलिन रेसिस्टेंस) कहते हैं। उपरोक्त बीमारियाँ अलग-अलग नाम से आगे पीछे प्रगट होती हैं। अतः हमें यह समझना चाहिये कि यदि एक रूप जैसे - मधुमेह सामने आये तो हमें अन्य रूपों के बारे में भी निदान करके मरीज का व्यापक रूप से

इलाज करना चाहिये। यह मरीज का भी कर्त्तव्य बनता है कि वह डॉक्टर की बात समझे एवं माने। ज्यादातर मरीज ऐसा नहीं करते हैं। उन्हें डॉक्टर से सहयोग करना चाहिये।

अब हम अपने प्रथम एवं अंतिम प्रश्न पर आते हैं। हमने पूछा था कि इन परिस्थितियों में मधुमेह रोगी की और परिवारजनों की क्या भूमिका बनती है।

हमारे अनुसार मधुमेह के रोगी ने, बीमारी मालूम होने पर घर के अन्य सदस्यों को इसके बारे में आगाह करना चाहिये जिससे अन्य सदस्य इससे बचने का प्रयास करें। हम आपको भरोसा दिलाते हैं कि अन्य सदस्य थोड़ी जीवन शैली में बदलाव लाकर मधुमेह से बच सकते हैं। फिर मधुमेही ने घर के सदस्यों का सहारा लेकर अपनी बीमारी को सही ढंग से नियंत्रित करना चाहिए। आमतौर पर होता यह है कि मधुमेही अकेले ही, बेमन से अपनी बीमारी से लड़ता है, और ज्यादातर हारता है। मधुमेही चाहे तो घर के अन्य सदस्यों को मधुमेह से बचा सकता है।

मधुमेही को चाहिये कि वह मधुमेह से डरे नहीं, मधुमेह को छुपाये नहीं, और अपने परिवार का इतिहास ठीक से डॉक्टर को बताये, शर्म या हीनता की भावना न रखे।

जहाँ तक परिवार के सदस्यों की बात है वे भी इसी प्रकार व्यवहार करें। मधुमेही को सहयोग करें। समय-समय पर मधुमेही के साथ डॉक्टर के पास जायें और उसकी जरूरतों को जैसे - उचित जाँच एवं इलाज को समझें। वर्तमान में घर का कोई सदस्य मधुमेही की देख-रेख में विशेष रुचि नहीं लेता है।

इस प्रकार सजग होकर मधुमेही और उसका परिवार दुविधा के अंधकार से बचकर स्वस्थ परिवार के रूप में रह सकते हैं।

अब जबकि विश्व में यह लगभग माने जाने लगा है कि भारत में मधुमेह एक महामारी के रूप में पनप रही है और कुछ लोग भारत को मधुमेह की राजधानी कहने लगे हैं, तो हमें इस विषय पर जागरूकता से सोचने की जरूरत है। संयोग से सन 2006 का 14 नवम्बर विश्व मधुमेह दिवस का विश्व स्वास्थ्य संघ का नारा "मधुमेह की देखभाल सबके लिये" भी यही दर्शाते हैं। अतः मधुमेही उसका परिवार एवं प्रत्येक व्यक्ति इस चुनौती को स्वीकारें और इस दिशा में काम करे तभी हमारा भला होगा। और हम मधुमेह को नियंत्रित कर पायेंगे।

— डॉ. एस.एस. येसीकर
पूर्व प्रोफेसर ऑफ मेडिसिन
एवं मधुमेह विशेषज्ञ—भोपाल.