

व्यथा एक पाँव की



डॉ. राजेश्वर सिंह
डॉ. मनीषा सिंह

अभी चंद माह पहले की ही तो बात है, श्रीमती शर्मा घर की साफ-सफाई करते समय कुर्सी से टकरा कर पाँव की छोटी उँगली चोटिल कर बैठीं। लगभग हर घर में उपलब्ध दर्द का अचूक नुस्खा 'मूव क्रीम', व बात आई गई हो गयी।

समय बीता और नन्ही उँगली की मामूली सी ठोकर ने एक नन्हे घाव का रूप ले लिया। दर्द तो लगभग न के बराबर था पर अब तब मवाद ज़रूर निकलने लगा था। मवाद देखकर श्रीमती शर्मा चिंतित हुई व घर में उपलब्ध 'ट्यूब' आदि लगाकर पट्टी बाँध ली।

समस्या का असली रूप तो तब उजागर हुआ जब पड़ोस की श्रीमती वर्मा घर आई। पैर की चोट का सारा

किस्सा सुनने के बाद उन्होंने देशी दवा 'बैंगन' गर्म कर लगाने की सलाह देकर सच्चे पड़ोसी धर्म का पालन किया।

श्रीमती शर्मा ने तुरन्त सलाह पर अमल किया व छोटे बैंगन आग पर सेंक कर उँगली पर पट्टी से बाँध लिया। दूसरे दिन सुबह उत्सुकतावश पट्टी खोली तो पाया कि बैंगन मुरझा चुका था और उँगली पर बैंगन के आकार के फफोले विराजमान थे। भय से उनकी चीख निकली तो शर्मा जी के भी कान खड़े हो गये। आखिर पिछले छः-सात वर्ष से श्रीमती शर्मा मधुमेह ग्रस्त थी तथा कभी देशी दवा व कभी अंग्रेजी दवा की गोली ले लिया करती थीं।

जब डॉक्टर के क्लीनिक पहुँचे तो उन्होंने घाव देखकर पट्टी करी, दवा लिखी व ब्लड शुगर चैक करी।

किन्तु यह क्या ब्लड शुगर तो 280 के आँकड़े को छू रही थी।

दूसरे दिन तो वज्रपात ही हो गया। पैर का एक्स-रे देखने के पश्चात् डॉक्टर ने बताया घाव ने उँगली में गहरे पहुँच कर हड्डी को गलाना शुरू कर दिया है। शायद उँगली न बच सके। अब तो शर्मा दम्पति स्तब्ध रह गये। न कोई विशेष दर्द, न बुखार। मात्र छोटा सा घाव परन्तु नौबत यहां तक पहुँच गई।

अनेक प्रश्न शर्मा जी के जहन में मंडराने लगे। विशेषज्ञ डॉक्टर से उनके वार्तालाप के अंश पाठकों की जानकारी के लिए बेहद फायदेमन्द साबित होंगे।

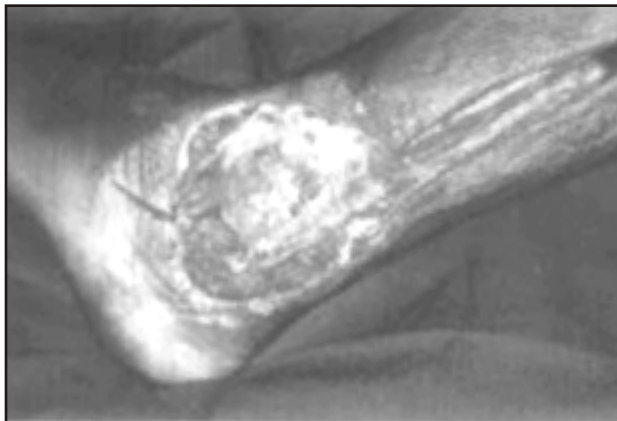
प्रश्न-1 क्या पैरों के रोग सभी मधुमेह रोगियों को प्रभावित करते हैं ?

उत्तर- मधुमेह रोगियों में से लगभग 15 प्रतिशत रोगी पैरों की विभिन्न समस्याओं से पीड़ित हो सकते हैं।

मधुमेह जनित न्यूरोपैथी अर्थात् पैरों का सुन्नपन इन समस्याओं का मुख्य कारण है। पैरों की संवेदनहीनता, अनियंत्रित मधुमेह व समय पर उचित उपचार के अभाव में छोटे-मोटे घाव विकराल रूप धारण कर सकते हैं। यहाँ तक कि घावों की वजह से कभी-कभी पैर काटना भी पड़ सकता है।

प्रश्न-2 इस समस्या का विश्व एवं भारत में वास्तविक आकार क्या है ?

उत्तर- मधुमेह रोग अत्यंत प्राचीन है परन्तु इक्कीसवीं शताब्दी में इसने महामारी का रूप धारण कर लिया है। सारे विश्व में लगभग 15 करोड़ लोग इस रोग से ग्रस्त हैं एवं सन 2025 तक इनकी संख्या दुगनी होने की



संभावना है।

भारत में विश्व के सर्वाधिक मधुमेह रोगी रहते हैं। सन 2000 में यह संख्या लगभग 3 करोड़ 30 लाख थी एवं सन 2005 तक अनुमानित संख्या 5 करोड़ 70 लाख है। सर्वाधिक चिन्ता का विषय तो यह है कि इनमें अधिकतर 35 से 45 वर्ष आयु समूह के हैं। पैरों के मामूली से गंभीर बने घावों के चलते 40,000-50,000 रोगी प्रतिवर्ष अपने पैरों को खो देते हैं। अर्थात् कम उम्र में ही विकलांग मधुमेही की संख्या बढ़ेगी जो कि हमारी आर्थिक प्रगति को बाधित करेगी।

सबसे महत्वपूर्ण तथ्य यह है कि उचित देखभाल, पैरों की जाँच, शुगर नियंत्रण द्वारा ही इन रोगों की रोकथाम संभव है।

प्रश्न-3 मधुमेह जनित पैर के रोग कितने प्रकार के होते हैं ?

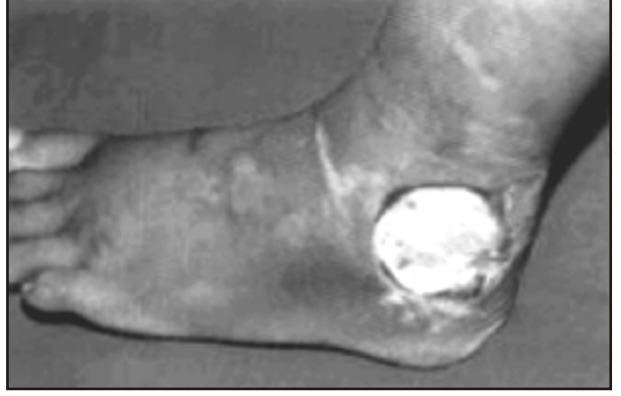
उत्तर - ये रोग विभिन्न प्रकार के होते हैं व इनका मुख्य कारण न्यूरोपैथी अथवा रक्त प्रवाह में रुकावट है।

1. नाखूनों का मोटा कड़ा होना, टूटना या गहरे रंग का हो जाना, आड़ा तिरछा बढ़ना।
2. चमड़ी का रंग गहरा होना या बार-बार चर्मरोग होना।
3. पैरों की उँगलियों में विकृति की वजह से चलने में तकलीफ होना व आसानी से ठोकर आदि लगना।
4. उँगलियों के बीच में व नाखूनों में फफूंद का संक्रमण होना।
5. चारकोट- फुट पैरों की छोटी हड्डियों में फ्रेक्चर या दरारे पड़ना व पैर का सूजना।
6. छोटे फोड़े फुंसी की सूजन पैर के बड़े हिस्से में तेजी से फैलना।
7. घावों का लम्बे समय तक नहीं भरना। हड्डी में संक्रमण की वजह से गलाव, ऑस्टियो मायलाइटिस हो जाना।
8. गेंग्रीन - खून का दौरा खत्म होने के वजह से किसी हिस्से का काला पड़कर सड़ने लगना।

प्रश्न-4 आखिर मधुमेह रोगी जनित पैरों की समस्याएं क्यों होती हैं ?

उत्तर - मधुमेह रोगी के रक्त में शक्कर का स्तर सामान्य से अधिक होता है। रक्त में बढ़ी हुई

शक्कर शरीर की सभी नसों द्धखून की नलियाँ व तंत्रिकाओं द्धदिमाग तक संवेदना ले जाने वाली व को प्रभावित करती है। पैरों की नसों व तंत्रिकाओं पर सर्वाधिक लम्बाई की वजह अधिक दुष्प्रभाव पड़ता है। इसकी वजह से पैरों में दर्द का एहसास कम हो जाता है और वे सुन्न पड़ जाते हैं। पैरों में लगने वाली ठोकर व साथ ही चोटों का एहसास तक नहीं होता है और घाव नहीं भरते।



कुछ मरीज पैरों में जलन व 'पिंडलियों' में दर्द की शिकायत करते हैं। इसे न्यूरोपैथी पेन कहते हैं एवं यह भी तंत्रिकाएँ प्रभावित होने के वजह से होता है।

आमतौर पर सभी लोगों के पैरों के पंजों व हाथों में सर्वाधिक स्वेद ग्रंथियाँ द्धपसीना बनाने वाली ग्रंथि व होती हैं। जिनकी वजह से पैर का तला मुलायम रहता है। मधुमेह रोगी में यह ग्रंथि सुस्त हो जाती है और पैर बेहद फटते हैं। यह स्थिति पैरों में घाव बनने में सहायक है इसलिए मधुमेह रोगी को पैरों की अतिरिक्त देखभाल करनी चाहिए।

तंत्रिकाएँ कमजोर होने की वजह से पैर की छोटी माँसपेशियाँ कमजोर हो जाती हैं और पैरों व उँगलियों की विकृति को जन्म देती हैं। इन विकारों की वजह से पैरों में अतिरिक्त एवं अनियंत्रित दबाव पड़ता है और न्यूरोपैथी के चलते घाव हो जाते हैं।

लगभग 15 प्रतिशत मधुमेह रोगियों में पैर की शिरायें द्धखून की नलियाँ व के प्रभावित होने की वजह से मरीज पैरों में दर्द की शिकायत करते हैं। नसों के अवरुद्ध होने या कड़क होने की वजह से छोटे-मोटे घाव ठीक नहीं हो पाते हैं व पैर में गैंग्रीन भी हो सकता है। गैंग्रीन की वजह से पैरों की उँगलियों या पैर को काटना पड़ सकता है।

भारतीय मधुमेह रोगी में अधिकांशतः 85 प्रतिशत मरीजों में केवल तंत्रिकाएँ प्रभावित होती हैं व खून की शिरायें अच्छी रह जाती हैं। धूम्रपान अधिक करने वाले व तम्बाकू का सेवन करने वाले मधुमेह रोगी में खून की शिरायें जल्दी प्रभावित होती हैं।

प्रश्न- 5 मधुमेह रोगी में पैरों की चोट की संभावना अधिक क्यों है ?

उत्तर - मधुमेह में तंत्रिकाओं के प्रभावित होने से पैर संवेदन हीन हो जाते हैं व पैर में चोट अधिक लगने की संभावना होती है। नंगे पैर चलने, तंग जूते-चप्पल, पैर में पड़ी दरारों व छोटे घाव की वजह से पैर की चमड़ी कट सकती व घाव बन सकते हैं।

प्रश्न- 6 मधुमेह रोगी को पैरों की देखभाल कैसे करनी चाहिए ?

- (1) न्यूरोपैथी द्धसंवेदनहीनता व ग्रस्त पैरों पर कभी नंगे पैर नहीं चलना चाहिए। घर के अन्दर भी चप्पल जूतों का प्रयोग करना चाहिए।
- (2) पैरों की देखभाल चेहरों की भांति करें। दिन में कम से कम दो बार पैरों को साबुन से धोकर नर्म तौलिया से सुखाएं।
- (3) पैरों की उँगलियों के बीच में टेल्कम पावडर व पैरों पर वेसलीन लगाएँ।
- (4) पैरों पर हाथ फिसलाकर देखें कि कहीं गोखरू या छाले तो नहीं हो रहे। घाव आदि होने पर तुरन्त परामर्श लें।
- (5) घाव होने पर पैरों पर वजन न डालें।
- (6) मोनोफिलामेन्ट से मरीज स्वयं न्यूरोपैथी की जाँच कर सकते हैं।

प्रश्न- 7 मधुमेह रोगी को पैरों के घाव क्यों होते हैं ?

उत्तर - मधुमेह रोगी तंत्रिकाओं (नसों) को प्रभावित करता है जिससे इनके कार्य करने की क्षमता प्रभावित होती है। नसों बिजली के तारों की भांति होती हैं और वे जोड़ों हड्डियों माँसपेशियों की गतिविधियों का संचालन करती हैं।

मधुमेह रोगी में चूँकि पैर की नसों प्रभावित होती हैं इसलिए हड्डी एवं जोड़ों के आकार में भी परिवर्तन हो जाता है। न्यूरोपैथी की वजह से पैरों में सुन्नपन या छूने चुभने का एहसास कम या खत्म हो जाता है।

पैरों के सुन्नपन की वजह से ठोंकरों या छोटी-मोटी चोटों का एहसास नहीं होता है। यहां तक कि आश्चर्य जनक रूप से मरीज पैरों के घाव होते हुए भी आसानी से चलता रहता है।

डॉ. मनीषा सिंह, एम.एस. (सर्जरी)
डॉ. राजेश्वर सिंह, एम.डी. (मेडिसिन)
 ग्वालियर डायबिटीज़ सेंटर
 एवं फुट क्लीनिक, ग्वालियर

