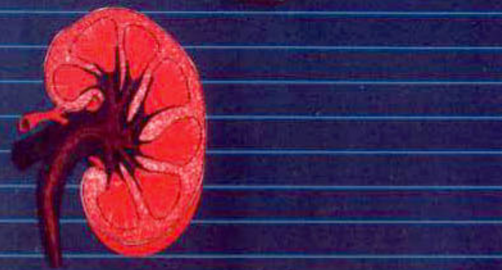
Pakistan Kidney Patients Association

Together We Endure

سوزشِ گردہ و مثانہ



کیا آپ کے گردوں کو انفیکشن کا مرض لاحق ہے؟

آپ کی رہنمائی کے لیے کوشاں

پاکستان کڈنی پیشنٹس ایسوسی ایشن

ٹاہلی موہری روڈ نزد بکرامنڈی چوک

پی او بکس نمبر **1074** جی پی او راولپنڈی فون: **051-579-0330,579-0331**

فیکس **051-579-0332** موبائل **0300-514-1691**

www.pkpa.org.pk, E-mail: info@pkpa.org.pk

اس کتابچے کا بنیادی مقصد جہاں سوزش گردہ اور اس سے متعلق دیگر امراض کے بارے میں بنیادی معلومات فراہم کرنا اور اس کی تکلیف میں مبتلا مریضوں کو ان چھوٹی چھوٹی مشکلات سے آگاہی دینا ہے۔ جو وقتاً فوقتاً دوران بیماری ان کو پیش آتی ہیں یا ان کے ذہن میں سوالات کی صورت میں پیدا ہوتی ہیں ان معلومات سے کوئی شخص طبیب تو نہیں بن سکتا لیکن ایک مریض اس سے استفادہ ضرور کر سکتا ہے۔

گردے مثانے کا انفیکشن جس کو اگر سوزش کہیں تو بے جا نہ ہوگا ہمارے ہاں عورتوں، مردوں اور بچوں میں عام ہے۔ ایک اندازے کے مطابق ایک فیصد آبادی کو یہ سوزش زندگی کے کسی مرحلے میں ضرور ہوتی ہے۔ عورتوں میں یہ مرض مردوں کے مقابلے میں تقریباً دوگنا ہے۔ لیکن بچوں اور ۲۰ تا ۲۵ سال سے زائد عمر کے مردوں میں تقریباً برابر ہے۔ زیادہ عمر کے مردوں میں اس سوزش کا سبب پیشاب کی رکاوٹ (غدود کا بڑھنا) ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ مردوں میں عورتوں کی نسبت پیشاب کی نالی بہت چھوٹی اور سیدھی ہوتی ہے اسی لیے جراثیم بہت آسانی سے مثانے میں میں پہنچ سکتے ہیں۔

بچوں میں سوزش کا آغاز عموماً پیشاب کی روانی میں خرابی سے ہوتا ہے اور اگر اس کو صحیح وقت پر آپریشن سے ٹھیک نہ کیا جائے تو گردے ہمیشہ کیلئے خراب ہو سکتے ہیں اور جب گردے ایک مرتبہ خراب ہو جائیں تو ان کا علاج گردوں کی صفائی اور تبدیلی عمل کے علاوہ کچھ نہیں ہوتا جب کہ ڈاکٹر کی ہدایت پر عمل اور بروقت علاج سے نہ صرف بیماری ٹھیک ہو سکتی ہے۔ بلکہ مکمل طور پر اس تکلیف سے بچا بھی جا سکتا ہے۔

ان باتوں کا مقصد آپ کو پریشان کرنا نہیں بلکہ پریشانی کم کرنا ہے اور یہ بھی گوش گزار کرنا ہے کہ صحیح وقت پر آپ معالج سے رجوع کریں۔

علامات:

۱۔ پیشاب میں تکلیف، پیشاب کرتے وقت زحمت، درد یا جلن۔ ۲۔ مثانے میں تکلیف جس کا تعلق پیشاب کی روانی سے نہ ہو

۳۔ پیشاب کی حاجت بار بار محسوس کرنا، اس میں قابل ذکر بات یہ ہے کہ پیشاب کی مقدار بہت کم ہوتی ہے۔

۴۔ رات میں بار بار پیشاب کا آنا ۵۔ کمر کا درد ۶۔ پیشاب کا گدلا ہونا

۷۔ پیشاب میں بدبو ۸۔ سردی سے بخار اور کبھی کبھار متلی یا قے کی شکایت ہونا۔

بچوں میں یہ مرض تشخیص کرنے میں مشکلات کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ لیکن ہوشیار ڈاکٹر بچوں کا پیشاب ٹیسٹ کروانے میں کامیاب ہو جاتے ہیں اگر بچے کا وزن نہ بڑھے یا بچے کو بخار وغیرہ ہو یا بچہ باوجود کوشش کے پیشاب کنٹرول کرنے میں ناکام ہو تو ان سب صورتوں میں پیشاب میں سوزش کی ابتدائی علامات سمجھا جائے۔

یہاں پر ان مریضوں کا تذکرہ کرنا بھی مناسب ہوگا جن کو پیشاب میں جلن کی شکایت ہوتی ہے اور ڈاکٹر اس کی تشخیص نہیں کر پاتے۔ کیونکہ انکے ایکسرے، الٹراساؤنڈ، پیشاب، خون کے ٹیسٹ صحیح ہوتے ہیں ایسی صورت میں جو کہ عورتوں میں زیادہ پائی جاتی ہے۔ اس لئے مریض کی تفصیلی ہسٹری لینا انتہائی ضروری ہے اور یہ ذکر بھی بے محل نہیں ہے کہ ہمارے جسمانی نظام میں آنتوں اور معدے وغیرہ کی طرح مثانہ بھی ہماری ذہنی پریشانیوں اور سوچ سے متاثر ہوتا ہے۔

آپ نے اکثر دیکھا اور سنا ہوگا کہ امتحانات کے زمانے میں بچوں میں پیٹ درد، قے کی شکایت بڑھ جاتی ہے۔ حالانکہ انہیں کوئی بیماری نہیں ہوتی واضح رہے مثانہ ان چیزوں سے متاثر ہوتا ہے اور یہ کہنا زیادہ مناسب بلکہ ضروری ہوگا کہ جب بھی کوئی مریض مذکورہ بالا حالت سے دوچار ہو تو نہ صرف پیشاب کا عام ٹیسٹ بلکہ پیشاب کا جراثیم کے لیے کلچر کرانا بہت ضروری ہے اکثر اوقات یہ دیکھا گیا ہے کہ لوگ بغیر ٹیسٹ کرائے دوائیں استعمال کر لیتے ہیں جس سے پیچیدگیاں رونما ہو سکتی ہیں۔

ہمارے ملک میں جہاں تعلیم اور صحت کے حالات انتہائی ناگفتہ بہ ہیں اور حکومتی بجٹ کا صرف 0.6 فیصد صحت پر خرچ ہوتا ہو اس مرض میں تشخیص کی سہولتیں گاؤں یا اضلاع میں تو کیا چند شہروں کے علاوہ کہیں ممکن نہیں۔ اس سبب مذکورہ بالا شکایات کی موجودگی میں ایسی دواؤں کا استعمال جو جراثیمی انفیکشن میں فائدہ مند ہوں زیادہ مناسب ہوگا۔

گردے مثانے کے انفیکشن میں سب سے زیادہ پائے جانے والے جراثیم کو C.Coli کہتے ہیں یہ جرثومہ سستی یا مہنگی دواؤں سے قابو میں آسکتا ہے۔ لیکن بدقسمتی سے ہمارے ملک میں سستی دواؤں کا ملنا ممکن نہیں ہے۔ (اس کی وجوہات اس کتابچہ کے دائرہ کار سے باہر ہیں) لہٰذا ان دواؤں کا استعمال علامات کی صورت میں کر لینا چاہیے۔ اور دوائیں پانچ سے سات دن تک کھانی چاہئیں۔ ہم معلومات عامہ کے پیش نظر کچھ مخصوص انفیکشن کا تذکرہ تفصیل سے کر رہے ہیں۔

سوزش گردہ، مثانہ:

مثانے کی سوزش میں عموماً جلن، پیشاب کی زیادتی، پیشاب میں خون اور بخار بھی ہو سکتا ہے۔ پیشاب کے بعد مطمئن نہ ہونا، پیٹ کے نچلے حصے میں تکلیف جیسی علامات بھی مثانے کی سوزش کی نشاندہی کرتی ہیں جب کہ گردوں کی سوزش میں کمر میں درد، سردی سے بخار، پیشاب میں خون اور کبھی کبھار متلی یا قے بھی شامل ہوتی ہے۔ یہاں پر یہ وضاحت بھی بے جا نہ ہوگی کہ بعض اوقات دونوں مقامات پر سوزش ایک ساتھ ہو سکتی ہے۔ گردوں کی سوزش کی صورت میں دوا کا استعمال ذرا زیادہ مقدار میں کرنا پڑتا ہے۔ اور بعض اوقات بذریعہ نس بھی دوا دینی پڑتی ہے۔ جب کہ مثانے کی سوزش میں کیپسول یا گولی کے استعمال سے تکلیف پر قابو پایا جا سکتا ہے۔

سوزش بلا علامات:

پاکستان میں یہ صورت حال تقریباً دو سے تین فیصد حاملہ عورتوں میں پائی جاتی ہے تقریباً ایک چوتھائی عورتیں پوچھنے پر جلن اور پیشاب کی زیادتی کی شکایت کرتی ہیں۔ یہی شکایت بعض اوقات معمر لوگ میں بھی پائی جاتی ہے۔ ایسی صورت میں علاج سے پیشاب پر کنٹرول کیا جا سکتا ہے۔ جس سے ذہنی کیفیت بھی بہتر ہو سکتی ہے۔

گردوں کی دیرپا سوزش

پیشاب کی سوزش بار بار ہونے کے نتیجے میں گردوں کی ساخت پر برے اثرات پڑتے ہیں ایسے مریض کے ایکسرے میں یہ علامات بخوبی دیکھی جا سکتی ہیں اس میں گردے کی شکل متاثر ہو جاتی ہے۔ اور آگے چل کر پیشاب میں نمک ضائع ہونے لگتا ہے۔ جسمانی نظام میں دو گردوں کی موجودگی کے باعث بظاہر جسمانی نظام بخیر و خوبی چلتا رہتا ہے۔ لیکن اگر سوزش کا صحیح علاج نہ ہو تو گردے ہمیشہ کے لیے خراب ہو جاتے ہیں اس صورت میں متاثرہ فرد کو باقی زندگی ڈائیلسز پر گزارنا پڑتی ہے۔ یا تبدیلیٔ گردہ کا آپریشن کرانا پڑتا ہے۔

پاکستان میں تقریباً 10 سے 15 فیصد لوگوں کے گردے سوزش سے ہمیشہ کے لئے خراب ہو جاتے ہیں جب کہ صحیح اور بروقت علاج سے مرض بالکل ٹھیک ہو سکتا ہے اس مرض میں مبتلا لوگوں کے لیے یہ جاننا ضروری ہے کہ وہ معالج کی رائے پر سختی سے عمل کریں دواؤں میں ردوبدل اور ان کا استعمال معالج کے مشورے سے کریں اور یہ ضروری نہیں کہ ایک ہی دوا انہیں ہمیشہ فائدہ پہنچائے کیونکہ جراثیم کی نوعیت بدلتی رہتی ہے۔

پیشاب ٹیسٹ

پیشاب کا جمع کرنا مریض کی ذمہ داری ہے۔ اس مقصد کے لئے لیبارٹری سے دی گئی چوڑے منہ کی خاص بوتل کا استعمال کرنا چاہیے۔ پیشاب کے مقام کو صرف کپڑے یا ٹشو سے صاف کر لینا چاہیے۔ پیشاب کرنے سے قبل کسی قسم کی انٹی سیپٹک دوا کا استعمال نہیں کرنا چاہیے۔ پیشاب کرتے وقت شروع کا پیشاب ضائع ہونے دیں اور صرف درمیان کا پیشاب بوتل میں جمع کریں پیشاب کا نمونہ جلد از جلد لیبارٹری بھیج دیں۔

شکایات سوزش:

بچے: بچوں میں بلا سبب بخار یا ان کا غذا نہ لینا پیشاب میں سوزش کی ایک وجہ ہو سکتی ہے بعض اوقات بچوں میں پیشاب کی روانی الٹی طرف ہونے لگتی ہے یعنی پیشاب بجائے باہر آنے کے واپس گردوں کی طرف بھی جانے لگتا ہے۔ یہ چیز کافی خطرناک ہو سکتی

ہے۔ایک تہائی بچوں میں بظاہر اس بیاری کی کوئی علامت نظر نہیں آتی لیکن کچھ بچوں میں پیشاب کی رکاوٹ یا گردوں کی ساخت یا ان کے سائز میں کمی ہوتی ہے اس کا علاج بذریعہ سرجری کیا جاسکتا ہے۔

بار بار انفیکشن ہونے کی صورت میں الٹراساؤنڈ "IVP" یا ڈاکٹر کی تجویز کردہ کسی بھی ٹیسٹ سے گھبرانا نہیں چاہیے اور فوراً ٹیسٹ کرا لینے چاہئیں آج کل ISOTOPE کے ٹیسٹ سے بھی گردوں کی ساخت دیکھی جاسکتی ہے۔

حاملہ خواتین:

عورتوں میں دوران حمل پیشابی سوزش کے امکانات زیادہ ہوتے ہیں اس کی وجہ وہ کیمیائی اجزاء ہیں جو دوران حمل پیدا ہوتے ہیں اور پیشاب کی نالیوں کو چوڑا اور رفتار کو سست کر دیتے ہیں ایسی صورت میں اگر سوزش کا ثبوت مل جائے تو ایسی دوا کا استعمال جو ماں اور بچے کو نقصان نہ دے فوراً شروع کر دینا چاہیے وہ خواتین جو حمل کی ابتدائی مرحلے میں ہوں ان کو ضرور پیشابی سوزش ہونے کی صورت میں وہ ڈاکٹر کو بلا جھجک بتادیں کہ وہ حاملہ ہیں کیونکہ اکثر اوقات نادانستگی میں ڈاکٹر انہیں ایکسرے کا مشورہ دے دیتا ہے جب کہ ابتدائی چار ماہ میں حاملہ عورت کا ایکسرے نہیں ہونا چاہیے۔

عمر رسیدہ افراد

عمر رسیدہ افراد میں سوزش مثانہ اور گردوں کی شکایت بہت زیادہ پائی جاتی ہے اور یہ تناسب عورتوں اور مردوں میں برابر ہے۔اس کی وجہ مردوں میں غدود کا بڑھنا ہوتا ہے۔سوزش کی بظاہر کوئی علامت نہیں ہوتی ہے لیکن بچوں کی طرح اگر عمر رسیدہ افراد کی طبیعت مستقل بوجھل رہے تو پیشاب بھی سوزش کے بارے میں ضرور سوچنا چاہیے اس بات کی وضاحت یوں بھی کی جاسکتی ہے کہ ایسے حضرات جن میں بچے مرد اور خواتین شامل ہیں جن کو بظاہر کوئی شکایت نہیں ہے وہ ایک دم بہت بیمار ہوسکتے ہیں اس کی وجہ خون میں جراثیم کا پہنچنا ہوسکتا ہے۔ایسی صورت حال میں پیشاب میں سوزش کے بارے میں ضرور سوچنا چاہیے۔اور اس کا صحیح اور بروقت علاج کرالینا چاہیے۔

احتیاطی تدابیر اور طریقہ علاج

اس کتابچے کی رو سے یہ مناسب ہوگا کہ آپ فیملی ڈاکٹر سے رجوع کریں اور ساتھ ہی مندرجہ ذیل ہدایات کا خاص خیال رکھیں۔

۱۔ پانی کا استعمال زیادہ سے زیادہ کریں اسکے زیادہ استعمال سے پیشاب کی بہت سی بیاریوں سے بچا جاسکتا ہے خاص طور پر جراثیم جو پیشاب کی سوزش میں عام ہیں یہ جراثیم ایسے پیشاب میں جس کی کثافت کم ہو نشو ونما نہیں پاتے کیونکہ ان کی غذا صحیح مقدار میں نہیں ہوتی اب یہ بات آپ کی سمجھ میں آگئی ہوگی کہ ڈاکٹر پانی کے زیادہ سے زیادہ استعمال کے لئے کیوں کہتے ہیں۔

۲۔ ڈاکٹر کی تجویز کردہ دوا باقاعدگی سے استعمال کریں اور اس بات کا خاص خیال رکھیں کہ دوا کی آخری خوراک رات کو پیشاب کے بعد لیں تاکہ دوا اچھی مقدار میں مثانے میں موجود رہے اور جراثیم نشو ونما نہ پاسکیں۔

۳۔ پیشاب میں سوزش مردوں میں پہلی بار اور عورتوں میں دوسری مرتبہ ہو تو ایکسرے اور الٹراساؤنڈ ضرور کروانا چاہیے۔

۴۔ پیشاب میں سوزش کے علاج کے دوران کچھ دوائیں ایسی ہیں جن کے ساتھ کھٹا شربت نہیں پینا چاہیے۔یہ آپ معالج سے معلوم کرسکتے ہیں۔

۵۔ عورتوں کو اپنے معالج کو بتانا چاہیے کہ وہ حاملہ ہیں۔ ۶۔عورتوں کو ماہواری کے زمانے میں خاص طور پر صفائی کا خاص خیال رکھنا چاہیے زیر استعمال پیڈ سامنے کی طرف نہیں ہٹانے چاہیے۔اجماع کے بعد میں پیشاب ضرور کرنا چاہیے۔یہ وہ تدابیر ہیں جو حفظ ماتقدم کے لیے بہت ضروری ہیں۔

اپیل

گردے کا مرض انتہائی مہنگا، صبر آزما، ذہنی طور پر تکلیف دہ اور خاندانوں کی مالی تباہی کا ذریعہ بنتا ہے۔گردے کے مریض آپ کی خاص توجہ اور ہمدردی کے محتاج ہوتے ہیں آپ ان کی مدد کر کے انہیں بہتر زندگی گزارنے کا موقع فراہم کرسکتے ہیں۔ اور ایک خاندان کو مالی تباہی سے بچاسکتے ہیں۔خدا سب کو گردے کی بیماری سے بچائے