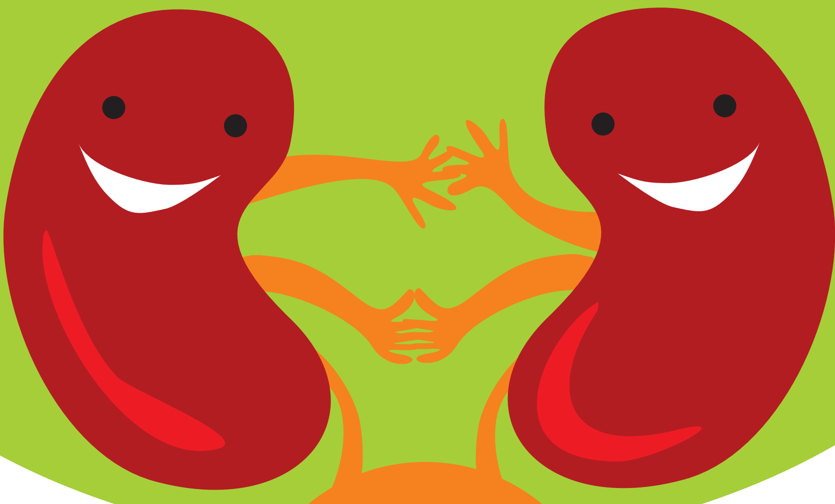
KEM Hospital PUNE

के.ई.एम अस्पताल, पुणे

नेफ्रोटिक सिंड्रोम

माहिति पुस्तिका



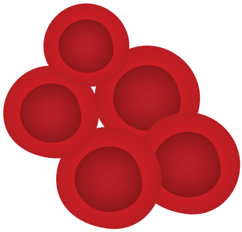
ओ.पी.डी

सोमवार: १-३

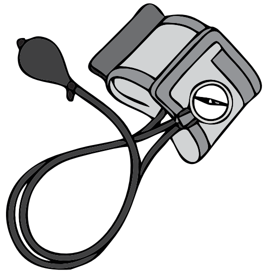
बुधवार : ११.३०-१.३०

शुक्रवार: १-३

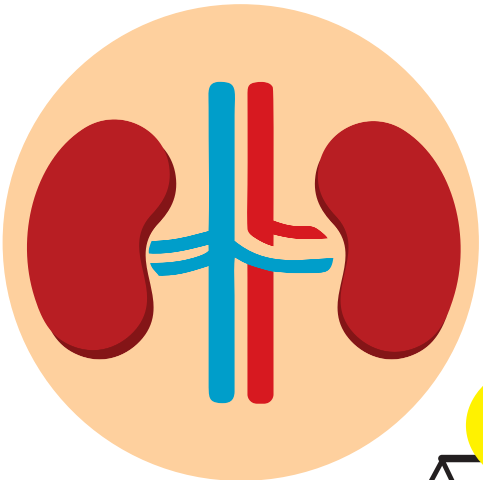
किडनीचे कार्य

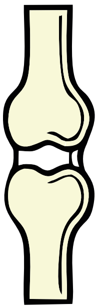


रक्तपेशी



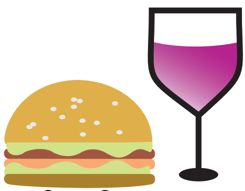
रक्तदाब नियंत्रण





हाडांची निर्मिती

आम्ल आल्कली



शरीरातील टाकाऊ
पदार्थ बाहेर टाकणे

आपल्या मुलाला/मुलीला नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम हा आजार असल्याचे नुकतेच तुम्हाला डॉक्टरांकडून समजले असेल. या आजाराबद्दल तुम्हाला व तुमच्या कुटुंबियांना पडलेल्या काही प्रश्नांची उत्तरे या पुस्तिकेतून मिळतील.

नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम हा आजार मूत्रपिंडाशी (किडनी) संबंधित असल्याने सर्वप्रथम त्यांचे काम समजावून घेवूया.

शरीरात पाठीच्या खालच्या भागात दोन किडनी असतात. शरीरातील टाकावू पदार्थ, जास्तीचे मीठ व पाणी लघवीवाटे बाहेर टाकून रक्त शुध्द करण्याचे काम किडनीद्वारे केले जाते.

नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम म्हणजे काय ?

नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम या आजारामध्ये किडनीच्या कामात अडथळा निर्माण होवून शरीरात आवश्यक असणारी प्रथिने (proteins) लघवीवाटे वाया जातात. रक्तातील प्रथिने प्रमाणापेक्षा जास्त लघवीवाटे शरीराबाहेर टाकले गेले की रक्तवाहिन्यातील पाणी बाहेर झिरपून सर्व शरीरावर सूज येवू लागते.

नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम हा आजार काही रूग्णांमध्ये एकदाच होतो तर बहुतांशी रूग्णांमध्ये हा आजार पुन्हा उद्‌भवतो (रिलॅप्स्).

नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम आजाराची काय लक्षणे दिसतात ?

नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम आजारात सुरवातीला सकाळी झोपेतून उठल्यावर डोळयांभोवती सूज दिसते. दिवसभराच्या हालचालीनंतर सूज संध्याकाळी फक्त पायावर रहाते. नंतरच्या काळात सर्व शरीरावर सूज येऊ शकते. नेहमीपेक्षा लघवीचे प्रमाण कमी होते.

नेफ्रोटीक सिन्ड्रोम हा आजार कशामुळे होतो ?

बहुतांशी मुलांमध्ये हया आजाराची कारणे माहीत नसतात. त्यामुळेच विशिष्ट पथ्ये पाळून हा आजार टाळता येत नाही.

हा आजार कोणाला होवू शकतो ?

कोणत्याही वयोगटातील मुलांना हा आजार होवू शकतो. तसेच कोणत्याही व्यक्तीस हा आजार होवू शकतो. क्वचित प्रसंगी एकाच कुटुंबातील एकापेक्षा जास्त मुलांना हा आजार होवू शकतो. सर्वांत महत्वाची गोष्ट म्हणजे हा आजार संसर्गजन्य नाही.

नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम या आजारासाठी कोणती उपचार पध्दती वापरली जाते ?

नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम असणा-या रूग्णांना स्टिरॉईडच्या औषधांचा डोस त्याच्या वजनाप्रमाणे दिला जातो. सुरवातीला २ एम्.जी./प्रति किलो या डोसने सुरूवात करतात. ५ मिली ग्रॅम, १० मिली ग्रॅम व २० मिली ग्रॅम या वजनाच्या गोळया व पातळ औषध मेडिकलमध्ये मिळते.डॉक्टरांनी सांगितलेल्या प्रमाणात औषधे घ्यावीत. सरासरी१०% मुले हया औषधांना चांगला प्रतिसाद देतात.

रोजची उपचार पध्दती

पहिल्या ४-६ आठवडयात दिवसाचा डोस ३ ते ४ वेळात विभागून किंवा एकाच वेळात सोबत देतात. औषधाचा कडवटपणाआणि त्याच्याने होणार पित्ताचा त्रास कमी करण्यासाठी दुधाबरोबर किंवा मधाबरोबर देता येते.

एक दिवसाआड उपचार पध्दती

पहिल्या ४ ते ६ आठवडयांच्या उपचारानंतर मुलांना तेच औषध एक दिवसाआड एकूण ८ ते १२ आठवडे घ्यायला लागते. या दरम्यान गोळयांचा डोस हळूहळू कमी केला जातो व पुढे त्या पूर्णतः बंद केल्या जातात. बहुतेक मुले या उपचारांना चांगला प्रतिसाद देतात. पंरतु काही रूग्ण या उपचारांना प्रतिसाद देत नाहीत, तेव्हा त्यांना पर्यायी उपचार पध्दती उपलब्ध असते. अशा काही मुलांमध्ये किडनीचा तुकडा तपासणीसाठी पाठवावा लागू शकतो.

इतर औषधे

या आजाराबरोबरच खोकला, सर्दी व ताप इत्यादी आजार असतील तर त्यावरील औषधे देणे जरूरीचे असते.

कधीही आपल्या मनाने औषधाचे प्रमाण कमी किंवा जास्त नाही करणे.

या औषधांचे काही दुष्परिणाम आहेत का ?

औषध घेणे रूग्णाच्या आरोग्याच्या दृष्टीने अत्यंत आवश्यक आहे. औषधांमुळे वारंवार येणारी सूज कमी होण्यास मदत होते. वेळेवर उपचार घेतल्यास बहुतांश मुलांमध्ये हा आजार बरा होतो. औषध घेतल्याने आजार कमी वेळा उद्‌भवतो. डॉक्टरांच्या सल्ल्यानुसार औषधे घेतल्याने मुलांची वाढ चांगली होण्यास मदत होते. औषधे डॉक्टरांच्या सल्ल्याशिवाय, अर्धवट किंवा कमी अथवा जास्त प्रमाणात घेणे यामुळे दुष्परिणाम संभवतात. भूक वाढणे, वजन वाढणे, हातापायांवर केसांची वाढ होणे, ब्लडप्रेशर वाढणे, जंतुसंसर्ग होणे, मोतीबिंदू, मानसिकतेत बदल (हळवे होणे, चिडचिड होणे, चंचल होणे, उदास होणे) अशा प्रकारचे दुष्परिणाम काही वेळा दिसून येतात तरी पालकांनी चिंता करू नये. औषधांमुळे मुलांना जास्त भूक लागते, तेव्हा दोन जेवणाच्या मधल्या वेळेत फळे व कोशिंबीर इत्यादी आरोग्यपूर्ण आहार दया.

खाली दर्शविलेल्या तक्त्याप्रमाणे आहारात सर्वांत वरील पदार्थांचा वापर कमी प्रमाणात व सर्वांत खालील पदार्थांचा वापर जास्त प्रमाणात करावा.

नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम आजारात कशा पध्दतीचा आहार दयावा ?

जेव्हा मुलाच्या अंगावर सूज असते तेव्हा आहारातील वरच्या मीठाचे प्रमाण कमी ठेवावे. उदा. पापड, लोणची, खारी बिस्कीटे इ. सारखे पदार्थ शक्यतो टाळावे. दिवसात जास्त प्रोटीन्स देणगरजेच नाही.

नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम आजार पुन्हा उद्भवल्यास (रिलॅप्स्) लवकर कसे ओळखाल?

- लघवीतील प्रथिनांच्या प्रमाणातून रिलॅप्स झाल्याचे सर्वप्रथम आपल्या लक्षात येईल. यासाठीच डॉक्टर आपल्या मुलाची लघवी नियमितपणे तपासण्यास सांगतात. डिपस्टिकद्वारे आपण घरीदेखील नियमितपणे लघवीतील प्रथिनांचे प्रमाण तपासू शकता.
- शरीरावर सूज दिसू लागते.
- मुलाला फेसाळ लघवी होत असेल.

डॉक्टरकडे त्वरित कधी यायच?

१. खूप प्रमाणात उलटी/जुलाब
२. जास्त थक्वा/झोप येणे
३. आजूबाजूच्या लोकांमध्ये जर कुणाला काजंण्याचा आजार झाला असेल तर
४. श्‍वास घ्यायला त्रास होत असेल तर
- तुमच्या मुलांचे लसीकरण कधी आणि कोण कोणते देणे गरजेच आहे, त्या बद्दल डॉक्टर तुम्हाला माहिती देणार.

या व्यतिरिक्त पालक म्हणून आपण आपल्या मुलाला कशी मदत करू शकता?

नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम हा आजार दीर्घ काळ चालणारा आहे. या काळात मुलांना समजून घेणे व डॉक्टरांना सहकार्य करणे हे पालकांच्या व कुटुंबातील इतर सदस्यांच्या हिताचे आहे. वेळीच व नियमितपणे डॉक्टरांकडून तपासून घ्यावे. तुमच्या मुलाला उलटया-जुलाब, ताप, सर्दी-खोकला इत्यादी आजाराची लक्षणे दिसत असतील किंवा मूल नेहमीपेक्षा जास्त थकलेले दिसत असेल तेव्हा त्वरीत आपल्या डॉक्टरांशी संपर्क साधा.

जेव्हा तुमच्या मुलाला सूज असेल तेव्हा त्याचे कपडे खूप घट्ट नाहीत ना याकडे लक्ष दया. यामुळे त्वचेला घासले जावून इजा होवू शकते.

तुमच्या मुलाला शक्यतो इतर मुलांसारखीच वागणूक दया. शाळा, खेळ यासारखे उपक्रम नियमितपणे चालू ठेवा. मुलांना रोजच्या दैनंदिन कार्यक्रमात अवास्तव सूट देवू नका.

नेफ्रोटिक सिन्ड्रोम हा आजार बरा व्हायला किती काळ लागेल ?

बहुतेक मुलांना वारंवार हा त्रास होवू शकतो. नेफ्रोटीक सिन्ड्रोम आजाराची सुरूवात झाल्यापासूनच्या काळातील पहिल्या १ ते २ वर्षांत वारंवार सूज येते. बहुतेक मुले किशोरावस्थेच्याकाळापर्यंत या आजारातून पूर्णतः बरे होतात. जरी एखादया मुलाला रिलॅप्स जास्त वेळा होत असेल तरी त्यामुळे बहुतांशी मुलांच्या किडनीमध्ये कोणताही दोष राहत नाही.

KEM Hospital PUNE

के.ई.एम अस्पताल, पुणे

अधिक माहितीसाठी संपर्क

डॉ. ज्योती शर्मा

किडनीरोगतज्ञ, बालरूग्णविभाग, के ई एम हॉस्पिटल, पुणे

ओपीडी प्रत्येक बुधवारी सकाळी ११.३० ते दुपारी २.३०

फोन : **०२०–६६०३७३१५**