बवासीर

उदय सी. घोषाल एम.डी.ए डी.एन.बी.ए डी.एम.
एसोशिएट प्रोफेसर गैस्ट्राइन्ट्रोलॉजी विभाग
एस.जी.पी.जी.आई., लखनऊ

बवासीर क्या है?

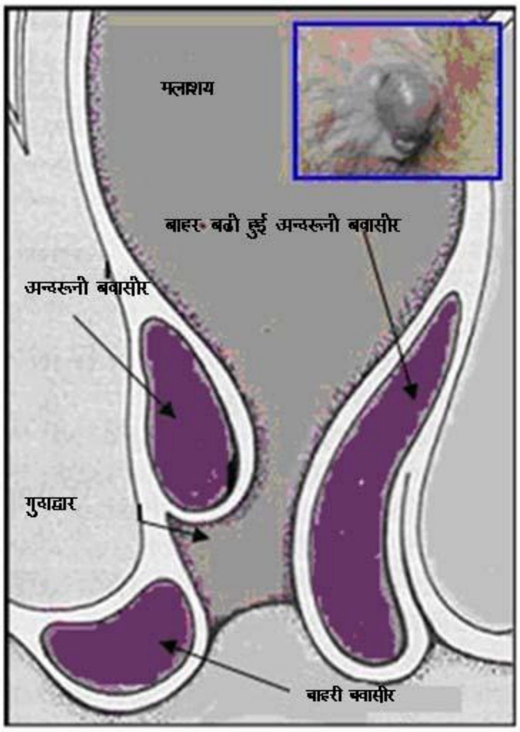
हीमोराइज्ड या पाइल्स (बवासीर) का मतलब होता है खून की नलियों का सूजना जो कि साधारणतः गुदा में मौजूद होता है और इसके साथ मल त्यागने के समय रक्त भी निकलता है। चित्र नं.-1 में मलाशय और गुदाद्वार को दर्शाया गया है और बवासीर के स्थान को दर्शाया गया है।

बवासीर के प्रकारः

बवासीर दो प्रकार का होता है, अन्दरूनी और बाहरी। अन्दरूनी (आन्तरिक) बवासीर खासतौर पर गुदाद्वार पर पाया जाता है, आप उसे महसूस नहीं कर सकते हैं या देख नहीं सकते जब तक कि मलत्याग के समय जोर लगाने पर वह बाहर न आ जाये। बाहरी बवासीर, गुदाद्वार खुलने के रास्ते पर एक छोटे से मुलायम पैड की तरह दिखते हैं जो कि त्वचा के रंग की ही तरह होते हैं। जब बाहरी बवासीर रक्त का थक्का बना देता है तो वह नीले रंग का दिखने लगता है और दर्द, खुजली व सूजन पैदा करता है।

कौन से ऐसे कारण हैं जिसकी वजह से बवासीर होता है -

कब्ज़, जिसमें मल त्यागने के समय ज्यादा देर तक व बहुत ज़ोर लगाना पड़ता है, यह बवासीर का प्रमुख कारण होता है। कब्ज़ के बारे में जानकारी पाने के लिए कब्ज़ का अध्याय पढ़िए -



चित्र नं.1-

मलाशय, गुदादार और अलग- अलग प्रकार के बवासीर चित्र में बाहरी बवासीर दर्शाया गया है। जिसमें खून का थक्का जम गया है

डाक्टर से कब परामर्श करेंः

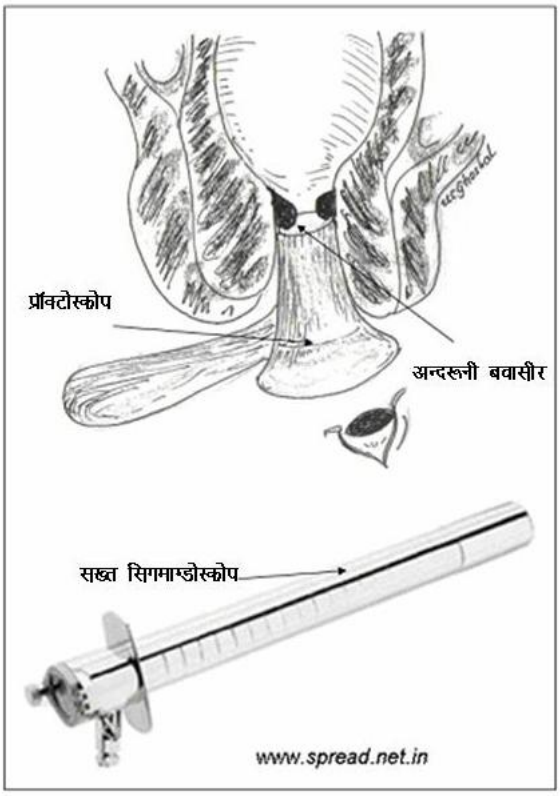
गुदाद्धार के रास्ते से रक्त का निकलना, बवासीर का एक सामान्य लक्षहै है, लेकिन यह किसी गंभीर रोग का लक्षण भी हो सकता है। अतः इसे नजरन्दाज नही करना चाहिए। निरन्तर दर्द का कारण संक्रमित बाहरी बवासवीर या “एनल फिशर” (गुदादार मं चरा लगा होना) हो सकता है। डाक्टर आपका एक परीक्षण करवाएँगे और यह निर्धारित करेंगे कि इस परिस्थिति में आपको कौन सा उपचार दिया जाए।

बवासीर का परीक्षणः

गुदाद्धार से खून के आने को कभी नजर अन्दाज नही करना चाहिए। जब कि इसका कारण साधारण परेशानियाँ जैसे बवासीर या “एनल फिशर” (मलत्याग करते समय बहुत जोर लगाने से गुदाद्धार में चीर लग जाना हो सकता है।

कभी-कभी यह किसी गम्भीर रोग जैसे बड़ी आंत का कैंसर का लक्षण हो सकता है जिसका परीक्षण यदि बहुत में हो जाए तो उपचार सम्भव है।

इस रोग की जाँच में गुदाद्धार या मलाशलय की जाँच “प्रोक्टोस्कोपी” या “ प्रोक्टोसिगमाइडोस्कोपी” द्वारा की जाती है। (चित्र नं.2) “क्लोनोस्कापी” जाँच के द्वारा बवासीर का पता लगाया जा सकता है। आपके डॉक्टर बाहरी बवासीर का पता केवल आपके गुदाद्धार को देखकर लगा सकते हैं। लेकिन अन्दरूनी बवासीर का पता इस प्रकार से नहीं लगाया जा सकता।



चित्र नं.2-

“प्रोकटोस्कोपी” जाँच करते हुए का चित्र। नीचे दिखाए गए यंत्र को सिगमाइडोस्कोपी कहते हैं।

बवासीर का उपचार कैसे किया जाता हैः

बवासीर उपचार निम्न दो तरीके से किया जाता है:

1. एनडोस्कोपिक उपचार 2. सर्जिकल उपचार 3. साधारण (अन्य) उपाय चित्र नं. 3 में बवासीर की एनडोस्कोपी जाँच के बारे में दर्शाया

गया है। साधारण तौर पर सबसे पहले एनडोस्कोपिक जाँच के द्वारा स रोग का उपचार शुरू किया जाता है और सर्जरी द्वारा उपचार केवल तब किया जाता है जब एनडोस्कोप द्वारा उपचार सम्भव ना हो। ऐसा बाहरी बवासरी या बड़ी बवासीर के मरीज में किया जाता है।

सुई द्वारा उपचारः

"प्रोक्टोस्कोप" द्वारा बवासीर को देखते हुए इस प्रकार का रसायन (सामान्यता 1प्रतिशत इथौक्सकली को सुई द्वारा डाला जाता है। यह बवासीर के अन्दासर रक्त को जमा देता है।

यह उन बवासीर के लिए किया जाता है। जो कि बहुत छोटे होते हैं वे जिनमें बैन्ड भी नहीं लगाया जा सकता। साधरणतः इस प्रकार के बवासीर को पूरी तरह से समाप्त करने के लिए 3-5 बार यह क्रिया 2-3 हफ्तों के अन्तराल पर दोहराई जाती है। इस प्रकार के उपचार के बाद मलत्याग करते समय थोड़ सा दर्द हो सकता है।

बैन्ड लगानाः

इन्जेक्शन द्वारा उपचार करने की ही तरह, रनर बैसन्ड द्वारा बवासीर का उपचार किया जाता है जो कि चित्र 3 में दिखाया गया ह। यह प्रक्रिया 2-3 हफ्तों के अन्तराल पर,3 से 5 बार दोहराई जाती है। बैन्ड जो कि बवासीर को बाँधने के काम आता है।वह अपने आप गिर जाता है। ऐसा करने से रक्त की नलियों के अन्दर रक्त जम जाता है। बैन्ड लगाने के बाद मलत्याग करने के समय थोड़ा दर्द हो सकता है।

साधारण (अन्य) उपचारः

हर बार बैन्ड या सुई देने के बाद, आपके डॉक्टर आपको "सिट्ज बाथ" लेने को कहेंगे (इसमें एक बड़े टब में गर्म पानी रख कर उसमें 5-10 मिनट तक बैठना पड़ता है जो कि दिन में एक से दो बार, 7 से 10 दिनों तक करना होगा)

डाक्टर ईसब गोल की भूसी भी लेने को कहेंगे जो कि मल को थोड़ा ढ़ीला कर देगा और यदि जरूर हो तो दर्द कम करने की दवा को लेने को कहेंगे। मलत्यागते समय जोर ना लगाए और कब्ज को दूर करे (कब्ज अध्याय को देखे) देर तक शौचालय में बैठने और अधिक जोर लगाने से सूजन और बढ़ जाती सकती है।

जब मल त्यागने की भावना हो , तो तुरन्त शौचालय जाए, क्यों कि देर करने का मतलब है कि बाद में जोर लगाना। खूब पानी पीजिए और अपने भोजन में रेशेदार भोजन की मात्रा बढ़ाएँ।

शल्य चिकित्साः

यह उपचार खासतौर पर तब किया जाता है जब अशल्य चिकित्सा (Non-Surgical) असफल हो जाए। याद रखिए शल्य क्रिया कराने के कुछ परेशानियों बढ़ जाती है। जिसे फीकल इनकॉनटीनेन्स कहते हैं, जिसमें आप मल को अपने आप निकलने से रोक नही सकते। इसमें कपड़े खराब हो जाते हैं। क्यों ि कवह वाल्व जो कि मल को रोकर कर रखता है वह खराब हो जाता है। (फीकल इनकॉनटीनेन्स अध्याय पढ़िए)

रेशेदार भोजन के बारे में आपको क्या जानना चाहिएः

फाइबर/रेशाा एक प्रकार से पौधे का एक हिस्सा है जिसे पचाया नहीं जा सकता। यह दूसरे भोजन की मात्रा बढ़ता है। यह पानी को अपने अन्दर रोक कर रखता है। जो कि मल को ढीला बनाता है। और इससे मल त्यागने में आसानी होती है। रेशे (फाइबर) तरह का मिलता है, और दोनों ही पेट की गतिविधि के लिए जरूरी है।

1. घुनलशीलः

घुलनशील रेशा पानी में घुलकर जेल की तरह का तत्व बनाता है। यह मल त्यागने की नियमितता को बनाए रखता है और मल को ढीला बानता है।

2. अघुलनशीलः

कुछ रेशे पानी में अघुलनशील होते हैं और बहुत जल्द ही व ज्यादा मात्रा में पाचन तंत्र से निकल जाते हैं। यह मल की मात्रा को बढ़ा देते हैं जिससे प्रतिदिन मलत्याग में मदद मिलती है। इस प्रकार के रेशे के प्रमुख स्रोत हैं भूसी या चोकर, खड़ा अनाज व दाल, रोटी और कई प्रकार की सब्जियाँ।

खाने में रेशे बढ़ाने के आसान तरीकेः

अपने खाने में रेशे की मात्रा बढ़ाना बहुत आसान है नीचे कुछ सलाह दी जा रही है जिसे आप शुरू कर सकते हैं।

- हल्के रेशे दार वाले भोजन जैसे सफेद ब्रेड, सफेद चालव, कैनडी और चिप्स की जगह अधिक रेशेदार भोजन (खड़े अनाज की ब्रेड, फल, सब्जियाँ लें।

- अधिक से अधिक सब्जियाँ, ताजे फल (छिलके के साथ) खाने की कोशिश करें।

सब्जियों को ज्यादा पकाने से रेशों की मात्रा कम हो जाती है। छिलके, रेशे का बहुत अच्छा उदाहरण हैं।

- ज्यादा मात्रा में रेशेदार भोजर लें। भूसी या चोकर से बने नाश्ते से एक अच्छी शुरूआत हो सकती है, लेकिन साथ ही फल सब्जियाँ, खड़े अनाज एवं बीन्स को भी अपने भोजन में शामिल करें।

चित्र नं. 3 एनडोस्कोप द्वारा बवासीर का उपचार

Uploaded on 7th October 2009

हिन्दी अनुवाद

डॉ. उज्जला घोषाल, स्वाति पान्डेय।