

পাইলস বা অর্শ

উদয় চাঁদ ঘোষাল

এম. ডি, ডি. এন. বি, ডি. এম.

এ্যাসোসিয়েট প্রফেসর, গ্যাসটোএনটেরোলজি, এস জি পি জি আই, লর্নে ।

অর্শ কি?

পায়ুপ্রণালীতে রক্তবাহী নালীর স্ফীতিই হচ্ছে অর্শ । পায়ের ভেরিকোজ ভেইন (শিরার স্ফীতি)-এর সঙ্গে এর সাদৃশ্য রয়েছে । মল নির্গমনের সময় এই স্ফীত অংশ থেকে রক্তস্রাব হয় ।

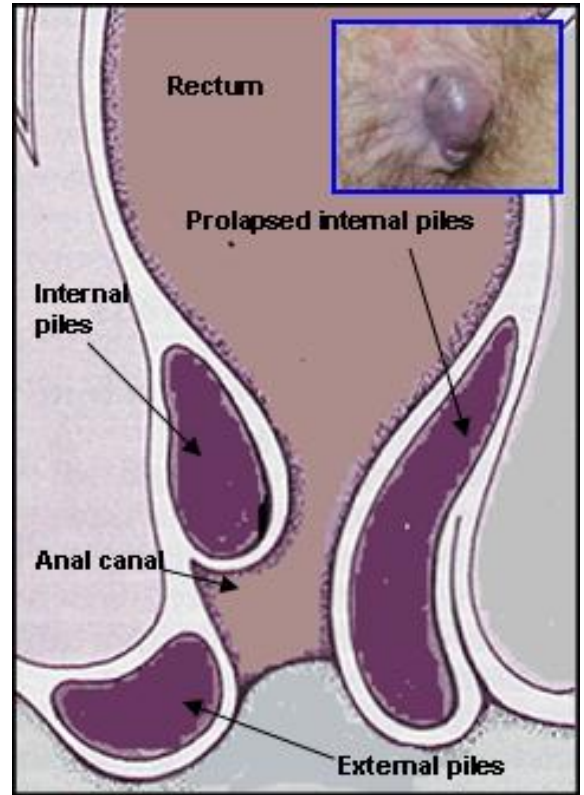
প্রকারভেদ

অর্শ দু রকমের : অভ্যন্তরীণ ও বাহ্য ।

অভ্যন্তরীণ অর্শ সচরাচর থাকে পায়ুপ্রাচীর বরাবর লম্বালম্বি, সাধারণত তা দেখা বা অনুভব করা যায় না । মলত্যাগের সময় চাপ দিলে (কোঁতানো) পায়ুর অংশবিশেষ বাইরে এলে তবে তা দেখা বা অনুভব করা যেতে পারে ।

বাহ্য বা বহিস্থ অর্শ হচ্ছে মলদ্বারের চারপাশে ছোট ছোট নরম প্যাড (চিত্র :- ১),

যার রঙ দেহত্বকের রঙের মতই । এতে রক্ত জমাট বেঁধে গেলে এর রঙ নীল দেখায় । তখন প্রচন্ড ব্যাথা, রত ও প্রদাহ জ্বালা হয় ।



চিত্র ১: মলাশয়, পায়ুপ্রণালী ও অর্শের অবস্থিতি

কি কি কারণে অর্শ হয়?

যারা কোষ্ঠকাঠিন্যে ভোগে তারা মলত্যাগের সময় দীর্ঘায়িত ও অত্যাধিক চাপ প্রয়োগ করলে

(কোঁতালে) অর্শ হতে পারে। [কোষ্ঠকাঠিন্য সম্পর্কে বিশদ জানতে সে বিষয়ে প্রবন্ধটি পড়ুন।]

কখন ডাক্তারের কাছে যাবেন?

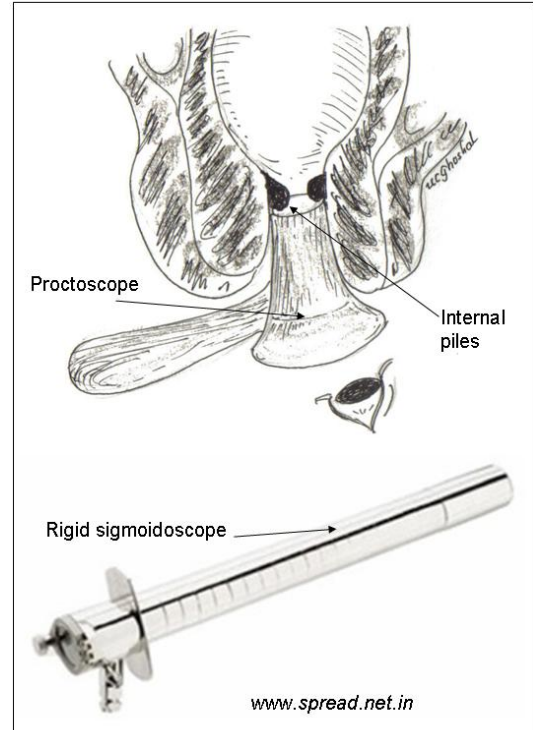
পায়ুপথে রক্তস্রাব অর্শেও একটি সাধারণ উপসর্গ, কিন্তু তা আরও গুরুতর রোগেরও লক্ষণ হতে পারে।

পায়ুর মধ্যে চিড় (ফাটল) থেকে একটানা ব্যাথা হতে পারে। চিকিৎসক তা পরীক্ষা করে (পরিস্থিতি অনুযায়ী) যথোপযুক্ত চিকিৎসাপদ্ধতি বেছে নেবেন।

কি ভাবে অর্শ নির্ণয় করা যায়?

মলদ্বারে রক্তস্রাব কখনোই উপেক্ষা করা উচিত নয়। যদিও অর্শ বা মলনালীতে চিড়ের মত সাধারণ ব্যাপার থেকে এটা হতে পাও, তবুও কখনও বা এর কারণ হতে পারে কোলন ক্যান্সার, যা তাড়াতাড়ি ধরা পড়লে এবং ঠিকঠাক চিকিৎসা হলে নিরাময় হতেও পারে।

অর্শ নির্ণয় করা হয় মলনালী ও মলাশয়ের প্রক্টোস্কোপি বা প্রক্টোসিগময়েডোস্কোপিক পরীক্ষার মাধ্যমে। কোলনোস্কোপের সাহায্যে পরীক্ষার দ্বারাও অর্শ নির্ণয় করা যেতে পারে, যদিও সচরাচর শুধুমাত্র অর্শ নির্ণয়ের জন্য তা করা হয় না। চিকিৎসক যদিও মলদ্বার দেখেই বহিঃস্থ অর্শ দেখতে পান, কিন্তু অভ্যন্তরীণ অর্শ এভাবে দেখা যায় না।



চিত্র-২: প্রক্টোস্কোপ বা প্রক্টোসিগময়েডোস্কোপ যন্ত্রেও সাহায্যে পরীক্ষা।

কি ভাবে অর্শের চিকিৎসা হয়?

নিম্নলিখিত উপায়ে :-

ক) এন্ডোস্কোপির মাধ্যমে

খ) শল্যচিকিৎসার মাধ্যমে (surgery)

গ) সাধারণ পদ্ধতিতে

[চিত্র ৩ এ দেখুন অর্শের এন্ডোস্কোপিক চিকিৎসা

পদ্ধতির রূপরেখা]

সাধারণত এন্ডোস্কোপি হচ্ছে অর্শের First-line

চিকিৎসা। যেখানে এই পদ্ধতি ব্যর্থ হয়েছে,

অথবা যেখানে এই পদ্ধতির প্রয়োগ সম্ভব নয়,

সেখানে শল্যচিকিৎসার আশ্রয় নেওয়া হয়।

যেমন বহিঃস্থ অর্শের রক্তে বা অস্বাভাবিক বড়

আকারের অর্শের বেলায়।

ইনজেকশন প্রয়োগ: প্রক্টোস্কোপের মাধ্যমে

অর্শের অবস্থান চিহ্নিত করে একটি রাসায়নিক

পদার্থ (সাধারণত ১% ইথকসিসক্লোরোল) যা

অর্শের মধ্যকার রক্তকে জমাট বাঁধিয়ে দেয়,

ইনজেকশনের দ্বারা প্রয়োগ করা হয়।

যেসব অর্শ এত ছোট যে ব্যান্ড প্রয়োগ

করা যায় না, তাদের রেক্টেই ইনজেকশনের

আশ্রয় নেওয়া হয়। সাধারণত ২-৩ সপ্তাহের

ব্যবধানে ৩ থেকে ৫ টি সেশন দরকার হয়, এই

পদ্ধতিতে অর্শকে সম্পূর্ণ নির্মূল করতে। প্রত্যেক

সেশনের (ইনজেকশন প্রয়োগ) পর মলত্যাগের

সময় ব্যাথা অনুভূত হয়।

ব্যান্ড প্রয়োগ :- ইনজেকশনের মত অর্শ

রবারের ব্যান্ড দেওয়া হয় ২-৩ সপ্তাহ অর্শের

৩ থেকে ৫ বার (চিত্র ৩)। ব্যান্ড দিয়ে অর্শ

বেঁধে রাখা হয়, তবে সেগুলি আপনা থেকেই

খসে পড়ে যায়। ব্যান্ড দেওয়ার ফলে এই

শিরাগুলির মধ্যে রক্ত জমাট বেঁধে যায়। ব্যান্ড

দেওয়ার পর মলত্যাগের সময় ব্যাথা অনুভূত

হয়।

সাধারণ পদ্ধতি :- প্রতিবার ব্যান্ড বা

ইনজেকশন দেওয়ার পর চিকিৎসক পরামর্শ

দেন অর্শ রোগীকে সিংজ বাথ নেবার জন্য।

ব্যাপারটা এই রকম - উষ্ণ জলভর্তি একটি

চওড়া পাত্রের ওপর ৫ থেকে ১০ মিনিট বসতে হবে, দিনে ১ থেকে ২ বার, ৭ থেকে ১০ দিন ধরে। জোলাপ (Laxative) খেতে হবে যাতে মল কিছুটা তরল হয়। প্রয়োজনে ব্যাথা নিরোধক ওষুধও খেতে হবে।

শৌচাগারে বেশি বসে থাকলে ও মলত্যাগের জন্য চাপ দিলে Harmful হবে। যখন প্রয়োজন অনুভব করবেন তখনই শৌচাগারে যান, দেরি করলে পরে চাপ দিতে হতে পারে। অতিরিক্ত জল পান করুন এবং পথ্যে (খাদ্য) তন্তুর মাত্রা বাড়ান। নিয়মিত ব্যায়াম করুন, বিশেষত সকালে শৌচাগারে যাওয়ার আগে, কেননা তাতে মলত্যাগের সুবিধা হবে।

শল্য চিকিৎসা -

অন্য পদ্ধতি ব্যর্থ হলে তখন শল্যচিকিৎসার শরণাপন্ন হতে হয়। মনে রাখতে হবে যে এই পদ্ধতি প্রয়োগের ফলে কখনো কখনো খুব কষ্টকর জটিলতার সৃষ্টি হতে পারে।

যেমন, হয়তো আপনি মলের বেগ ধরে রাখতে পারবেন না, কাপড়ে চোপড়ে হয়ে যাবে। মল ধারনের ভালভ্ নষ্ট হয়ে যাওয়ার দরুনই ওমনটা ঘটে।

তন্তু (Fiber) সম্পর্কে যা জানা

উচিত - তন্তু হোল উদ্ভিদের অপাচ্য অংশ,

অর্থাৎ যা হজম হয় না। পরিপাক যন্ত্রের ভিতর অন্য খাদ্যেও সঙ্গে যুক্ত হয়ে পরিমানে বাড়িয়ে গতি আনে এবং এটা জল ধরে রাখে, ফলে মল নরম কণ্ডে দিয়ে নিঃসরনে সহায়তা করে। তন্তু দু রকমের হয় এবং দু ভাবে মল নির্গমনের সহায়ক হয়।

১. দ্রাব্য তন্তু এরা জলের সঙ্গে মিশে

জেলি জাতীয় (পিচ্ছিল) পদার্থ তৈরী করে। এতে মল নিঃসরন নিয়মিত ও সহজ হয়। ওট, বিন, গুঁটি জাতীয় খাদ্য, বিভিন্ন ধরনের ফল ও সিলিয়াম সম্বলিত দ্রব্যে তন্তু ভাল পরিমানে থাকে।

২. অদ্রাব্য তন্তু এরা জলে দ্রবনীয় নয় এবং পরিপাক যন্ত্রেও মধ্য দিয়ে অপরিবর্তিত অবস্থায় নিঃসৃত হয়। এতে মলের পরিমাণ বেড়ে গিয়ে মল নির্গমন নিয়মিত হয়। গমের ভূষি, গোটা দানা শষ্যের সিরিয়াল ও রুটি এবং বিভিন্ন শাকসবজি এ জাতীয় তন্তুও ভাল উৎস।

দিয়ে শুরু করা মন্দ নয়, কিন্তু ফল, সবজি, গোটা দানাশস্য ও বিনও খাদ্যতালিকায় রাখতে চেষ্টা করুন।

পথ্যে খাদ্যে তন্তু বাড়াবার সহজ

পস্থা - ব্যপারটা কঠিন নয়। কম তন্তুযুক্ত খাদ্যের [সাদা রুটি, সাদা চাল, ইত্যাদি] বদলে বেশী তন্তু-সমৃদ্ধ খাদ্য [ভূষিযুক্ত শষ্যের রুটি, বাদামি চাল, ফল ও শাকসবজি] খান। চেষ্টা করুন বেশী পরিমাণে কাঁচা সবজি ও টাটকা ফল খেতে, পারলে খোসাসহ। রান্না করা সবজিতে তন্তুর পরিমাণ কমে যায়, আর খোসা হচ্ছে তন্তুর ভাল উৎস।

প্রত্যেকবার খাবার সময় বেশী তন্তুসমৃদ্ধ খাবার খান। প্রাতরাশে ব্র্যান সিরিয়াল

Fig. 3.

