

वेदनामय आयुष्य... नको रे बाप्पा...!



डॉ. अर्चना देशपांडे

वेदना हा आपल्या आयुष्याचा एक भाग आहे. परंतु वेदनामय आयुष्य... नकीच नाही! 'वेदना' म्हणजे 'पेन' या शब्दाचा उगम 'पोएक्स' या लॅटिन शब्दापासून झाला आहे. पोएक्स म्हणजे शिक्षा! वेदनामय आयुष्य ही एक प्रकारची शिक्षाच ठरू शकते. थोड्या दिवसांकरिता आपण वेदना सहन करू शकतो. परंतु, या वेदनांवर वेळीच उपचार न केल्यास ते 'क्रॉनिक' (जुनाट) दुखणे होऊन बसते. तज्ज्ञांच्या मते हे अधिक घातक असते. आपल्या शारीरिक व मानसिक कार्यक्षमतेवर त्यांचा परिणाम होऊ शकतो. डॉक्टरांकडे येणाऱ्या रुणांमध्ये 'वेदना' ही सर्वसामान्यपणे तक्रार असतेच, पण नेमक्या या तक्रारीवर अपुरी उपाययोजना केली जाते. एखादे आजारपण, जखम, इन्फेकशन किंवा वयाप्रमाणे होणारे डीजनरेशन ही वेदनेची नेहमीची कारणे. डोकेदुखी, पाठदुखी,

अंगदुखी, गुडघेदुखी, हातापायांची जळजळ, सूज, त्वचेवरील रंग बदलणे, बधीरपणा येणे, कॅन्सर पेन ही क्रॉनिक दुखण्याची काही उदाहरणे होत. 'पेन क्लिनिक' अर्थात वेदनाचिकित्सा केंद्र या ठिकाणी याचे आधुनिक उपचार केले जातात.

पेन क्लिनिकमध्ये रुणाकडे एक व्यक्ती म्हणून बघितले जाते व त्याच्या वेदनेचे मूळ कारण शोधून त्यावर उपचार (बिना शस्त्रक्रिया) केले जातात. या पद्धतीत अनेक स्तर असतात. नेहमीच्या वेदनाशामक गोळ्यांपेक्षा (पेनकिलर्स) वेगवेगळ्या अशा खास औषधांचा सहभाग तर असतोच शिवाय काही विशिष्ट औषधे, योग्य त्या प्रमाणात इंजेकशन्स लावून दिली जातात. ही इंजेकशन्स कधी दुखन्या जागांत, कधी सांध्यात, कधी पाठीच्या मणक्यांमध्ये वेगवेगळ्या भागात दिली जातात. अचूकतेसाठी फ्लुरोस्कोटी मशिनचा वापर

केला जातो. याखेरीज फिजिओथेरेपी, व्यायाम आहार व समुपदेशन याचीही योग्य त्या ठिकाणी जोड दिली जाते. रुणांच्या आवश्यतेनुसार उपचारांची रूपेषा ठरविली जाते.

खालील आजारांवर क्लिनिकमध्ये उपचार केले जातात.

- १) पाठदुखी, २) सायटिका, ३) स्लीप डिस्क, ४) डोकेदुखी, ५) मान-खांदे दुखी, ६) मायग्रेन/अर्थशिशी, ७) अंगदुखी, ८) ऑपरेशननंतर होणारी ब्रण दुखी, स्कारपेन, ९) कॅन्सरच्या वेदना, १०) सांधेदुखी, ११) मधुमेही रुणांना होणारे पेन, १२) हर्पीज पेन/नागीण झाल्यामुळे होणांच्या वेदना, १३) स्ट्रोक पेन, १४) हातापायांवरील सूज इ.

काही आजारांमध्ये वेदना हा भाग प्रामुख्याने असला तरी इतरही अनेक लक्षणे दिसून येतात. जसे की, रोजच्याच कायांनी थकवा येणे, छोट्या-छोट्या गोट्या विसरणे, सकाळी उठताना शरीर ताठरलेले असणे, उदासीनता अथवा अतिसंवेदनशील असणे, नीट झोप न लागणे, पोटाच्या व लघवीच्या तक्रारी अधूनमधून असणे. ही लक्षणे फायद्योमायाजियाचीही असू शकतात. या आजारावर पेनक्लिनिकमध्ये अचूक निदान व उपचार केले जातात.

तसेच काही वेळा हातापायांना तळव्यांना जळजळ किंवा सुया टोचल्याप्रमाणे वेदना होतात. काही वेळा ऑपरेशननंतर त्या जागी अचानक खूप वेदना सुरु होतात ज्या कुठल्याही पेनकिलर्स, गोळ्या घेऊन थांबत नाहीत. अशा प्रसंगी पेन क्लिनिक विशेषत: आपल्याला जरूर मदत करू शकते.

पाठीचे दुखणे तसेच आयुष्यात सर्वांना केव्हा ना केव्हा तरी त्रास देतेच. बहुतेकदा स्लीप डिस्क असेल म्हणून ट्रॅक्शन वा पेनकिलर्स अथवा या उपायांनी आराम न पडल्यास शस्त्रक्रियेचा उपाय केला जातो. परंतु कदाचित तुमचे दुखणे हे न करताही बरे होऊ शकते, किंवा तुमच्या पाठदुखीचे मूळ कारण डिस्क नसून काही वेगळेच असू शकते. त्यासाठी योग्य त्या पेन तज्ज्ञाचा सल्ला तुम्हाला शस्त्रक्रियेपासून वाचवू शकतो. आजकाल वयाच्या ४० व्या वर्षांच बन्याच लोकांना गुडधेदुखीचा त्रास सुरु झालेला आढळतो. त्याची अनेक कारणेही आहेत. परंतु पेनकिलर्स आणि शस्त्रक्रिया याशिवाय विशेष उपाय केले जात नाहीत. सांध्यामध्ये इंजेक्शन देऊनही हे दुखणे बरे होऊ शकते. किमान शस्त्रक्रिया ६० व्या वर्षांपर्यंत टाळता येऊ शकते. तसेच व्यायाम व फिजिओथेरेपीचाही फायदा होऊ शकतो. पेन क्लिनिकमध्ये गुडधेदुखीवर विविध



प्रकारचे उपचार केले जातात.

कॅन्सरच्या विळब्यात सापडलेले व शस्त्रक्रिया, रेडिएशनमुळे मरणप्राय वेदना सोसणारे रुणांनी काही कमी नाहीत. पेन विशेषज्ञांचा सल्ला त्यांना या मरणातांतून नव्हकीच बाहेर काढू शकतो. विशिष्ट प्रकारची औषधे, नव्ह ब्लॉक प्लेक्सस ब्लॉक अशा इंजेक्शन्सने या वेदना कमी करता येऊ शकतात.

नागीण या व्यायरसमुळे झालेल्या आजारात असंख्य सुया टोचल्याप्रमाणे दुखते. हे दुखणे आजार बरा झाल्यानंतरही सुरुच राहते. पेनतज्ज्ञ विशिष्ट औषधांनी तुम्हाला यातून बरे करू शकतो.

मधुमेहाच्या रुणांनांनी बन्याच वर्षांनंतर हात/पाय, छांतीचा एक भाग असा शरीराचा भाग प्रचंड दुखू लागतो. कोणत्याही वेदनाशामक गोळ्यांनी हे दुखणे जात नाही. अशा वेळी पेनक्लिनिकमध्ये योग्य ती दिशा (उपचारांची) मिळू शकते हे नव्हकी.

एवढेच नव्हे, तर अनेक प्रकारच्या डोकेदुखीवरही अचूक निदान करून उपचार करू शकतो आपण पेन क्लिनिकमध्ये. काही वेळा रक्तप्रवाहातील दोषांमुळे हातापायांना सूज येणे, दुखणे, त्वचेचा रंग बदलत जाऊन गँगरिन होणे अशी लक्षणे आढळतात. योग्य ती औषधे व ब्लॉक देऊन या दुखण्यापासून तुम्ही स्वतःची सुटका करून घेऊ शकतो. परंतु यासाठी पेनविशेषज्ञाची मदत मात्र घ्यावी लागते. नेहमी लक्षात असू द्या जीवन हे जगण्याचा आस्वाद घेण्यासाठी आहे. वेदना सहन करत राहण्यासाठी नाही!

पेनतज्ज्ञांच्या मदतीने वेदना वेळीच काढून आणा अन्यथा आपले आयुष्य वेदनामय होऊन जाईल!