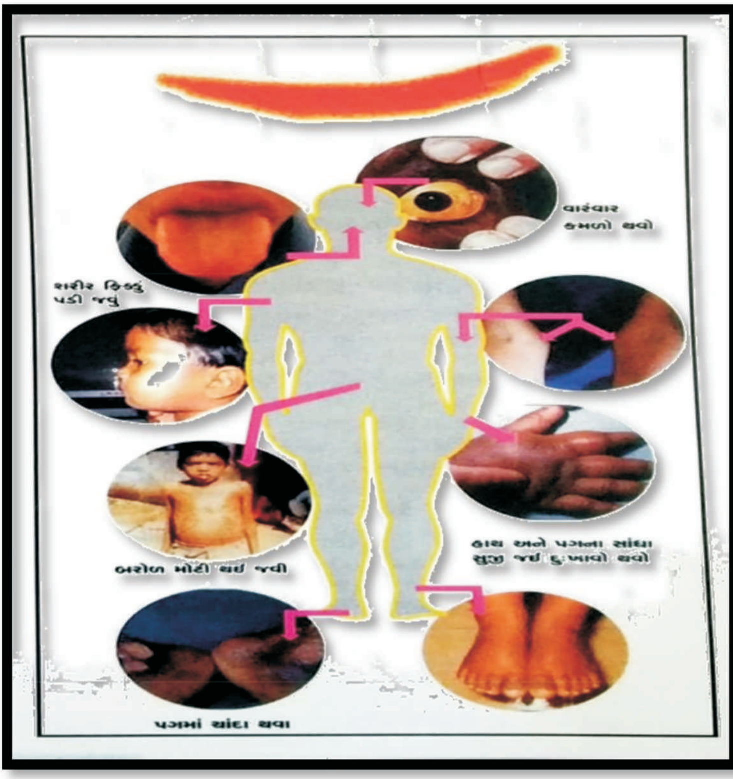
NAVSARI AGRICULTURAL UNIVERSITY

અભિગમ બદલીએ સીકલ સેલ એનિમિયાને રોકીએ



:: લેખક ::

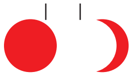
કૃષિ વિજ્ઞાન કેન્દ્ર
નવસારી કૃષિ યુનિવર્સિટી
દેડીયાપાડા - ૩૯૩ ૦૪૦, જિ. નર્મદા

સિકલ સેલ એનિમિયા વિશે જાણો

- સિકલ સેલ એનિમિયા રક્તકણમાં રહેલા ખામીયુક્ત હિમોગ્લોબિન-એસ (hb-s) ના કારણે થતો જનીનજન્ય રોગ છે. જેમાં રક્તકણોનો આકાર ગોળમાંથી દાતરડા જેવો બની જાય છે.
- સિકલ સેલ એ વારસાગત રોગ છે જેને સંપુર્ણપણે મટાડી ન શકાય પણ આ સમસ્યાનો વ્યાપ વધતો અટકાવી શકાય છે.
- જો સ્ત્રી પુરુષ બંને સિકલ સેલ વાહક/રોગ ધરાવતા હોય તો એમના લગ્ન એકબીજા સાથે ન થવા જોઈએ.
- લગ્ન પહેલા આ રોગની તપાસ દ્વારા આ રોગને વધતો અટકાવી શકાય છે.
- આ રોગોને અટકાવવા લગ્નગ્રંથીથી જોડાતા પહેલા સિકલ સેલની તપાસ કરાવી કાઉન્સેલીંગ ફરજીયાત કરાવવું
- ગુજરાતમાં મુખ્યત્વે દાહોદ, પંચમહાલ, નર્મદા, ભરુચ, સુરત, નવસારી, વાપી, વલસાડ અને ડાંગ જીલ્લાના આદિવાસીઓમાં સિકલ સેલ એનિમિયાંનું પ્રમાણ વધુ જોવા મળે છે.

સિકલ સેલ એનિમિયાના પ્રકાર

માતા પિતા બંને માંથી કોઇ એકનું રંગસૂત્ર ખામીયુક્ત હોવાથી ભાવિ બાળક સિકલ સેલ એનિમિયા વાહકવાળુ આવી શકે છે.	માતા અથવા પિતા બંનેના રંગસૂત્રમાં ખામી હોવાથી ભાવિ બાળક સિકલ સેલ એનિમિયા(રોગ)નો ભોગ બની શકે છે.
સિકલ સેલ એનિમિયા વાહક (Sickel Cell Trait)	સિકલ સેલ એનિમિયા રોગ (Sickel Cell Disease)

તંદુરસ્ત રક્તકણ  સિકલ સેલ રક્તકણ

સિકલ સેલ એનિમિયાના લક્ષણો

- વારંવાર તાવ આવવો
- શરીર ફીક્કું પડી જવું.
- શરીરમાં કળતર થવી.
- વારંવાર પેટમાં દુખાવો થવો.
- સાંધાઓ તેમજ હાડકાંમાં સોજો આવવો તેમજ દુખાવો રહેવો.
- બરોળ મોટી થવી.
- વારંવાર કમળો થવો.
- સગર્ભા માતાને ગર્ભપાત થવાની શક્યતા.
- સિકલ સેલ રોગ વાળી વ્યક્તિ વારંવાર શરીરમાં થતી કટોકટીને(Crisis) લીધે ટુંકા આયુષ્યમાં જ મૃત્યુ પામી શકે છે.
- સહેલાઈથી સંક્રામક રોગના ભોગ બનવું ખાસ કરીને ફેફસાંનાં રોગો.

સિકલ સેલ વાહકના લક્ષણો

સિકલ સેલ વાહકમાં કોઇ ખાસ લક્ષણો જોવા મળતા નથી. છતાં કેટલાક લક્ષણો સિકલ સેલ વાહકમાં રહેલા હિમોગ્લોબિનના પ્રમાણ તથા કેટલાક અસામાન્ય સંજોગો ઉપર આધાર રાખે છે.જેવા કે...

- ચેપ લાગવાથી
- ઝાડા ઉલટી થવાથી
- ખુબ કસરત કરવાથી
- ખુબ શ્રમ કરવાથી
- તડકામાં જવાથી
- ન્યુમોનિયા જેવા રોગોથી ઉપરોક્ત સંજોગોમાં વહેલી તબીબી સારવાર મેળવવી જરૂરી છે.

સિકલ સેલ એનિમિયાની સારવાર

- વધુમાત્રામાં પ્રવાહી પીવું. રોજના ૧૦ થી ૧૫ ગ્લાસ પાણી પીવું.
- રોજ ફોલિક એસિડની ૫ મિ.ગ્રા.ની ગોળી લેવી.
- દુ:ખાવા માટે દર્દશામક ગોળી દુ:ખાવો મટે ત્યાં સુધી લેવી.
- સિકલ સેલના ઘણાં દર્દીઓમાં હાઈડ્રોક્ષીયુરીયા નામની દવા ખુબ જ ઉપયોગી નિવડે છે.
- સમતોલ આહાર લેવો.
- નિયમિત ડોક્ટરી તપાસ કરાવવી.
- વધુ ઉંચાઈ વાળી જગ્યાએ ન જવું.
- વરસાદમાં કે ઠંડા પાણીમાં પલળવું નહી.
- વધુ ઠંડીમાં મફલર કે સ્વેટર પહેરવા.
- વધુ શારિરીક શ્રમવાળું કામ ન કરવું.
- વધુ ગરમીમાં બહાર ન ફરવું.
- સિકલ સેલ એનિમિયાના દર્દીને હિપેટાઈટીસ-બી તેમજ ન્યુમોનિયાનું રસીકરણ કરાવવું જરૂરી છે.
- સિકલ સેલના દર્દીને વારંવાર લોહી ચડાવવાની જરૂર પડે છે.
- સિકલ સેલ એનિમિયામાં શરીરના સાંધા બગડે તો તેની સારવાર સીવીલ હોસ્પિટલ ખાતે મફતમાં કરવામાં આવે છે.

સિકલ સેલ એનિમિયાં વારસામાં કઇ રીતે મળે છે ?

સિકલ સેલ એનીમિયા રોગના લક્ષણો :

- શરીર ફિક્કું પડી જવું.
- હાથ-પગનાં સાંધામાં સોજો આવવો.
- વારંવાર તાવ આવવો.
- વારંવાર કમળો થવો.
- પેટમાં દુ:ખાવો થવો.
- મૂત્રપિંડમાં બગાડ થવો.
- પિત્તાશયમાં પથરી થવી.
- શરીરમાં કળતર થવી.
- કમ્મરમાં દુ:ખાવો થવો.
- પાંડુરોગ થવો.
- બરોળ મોટી થવી
- યકૃત (લીવર)પર સોજો આવવો.

જ્યારે કોઇપણ વ્યક્તિને આ પ્રકારની શારીરિક તકલીફ થતી હોય તો તેણે લાહીની સિકલસેલ એનીમિયાની તપાસ કરાવવી ખૂબ જરૂરી છે.

સિકલ સેલ એનીમિયાના પ્રકાર:

(૧) સિકલ સેલ ટ્રેઇટ (૨) સિકલ સેલ ડીસીઝ

(૧) સિકલ સેલ ટ્રેઇટ:

સિકલ સેલ ટ્રેઇટ એટલે કે સિકલ સેલના ગુણવાળી વ્યક્તિ રોગના વાહક તરીકે કામ કરે છે. જેમાં અસામાન્ય હિમોગ્લોબીનનું પ્રમાણ ૫૦% થી ઓછું હોય છે અને સામાન્ય હિમોગ્લોબીનનું પ્રમાણ ૫૦%થી વધુ હોય છે. આથી વ્યક્તિમાં સિકલસેલ રોગના ચિહ્નો કાયમ ન રહેતાં કોઇકવાર દેખાતા હોય છે. છતાં તેઓ પોતાના બાળકોમાં આ રોગ વારસામાં આપી શકે છે.

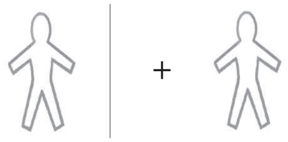
(૨) સિકલસેલ ડીસીઝ :

આ રોગમાં અસામાન્ય હિમોગ્લોબીનનું પ્રમાણ ૫૦% થી વધુ જે લગભગ ૮૦% જેટલું હોય છે તથા સામાન્ય હિમોગ્લોબીન ગેરહાજર જ હોય છે. આવી વ્યક્તિમાં સિકલસેલ રોગનાં લક્ષણો કાયમ રહે છે. જેથી તેના શરીરનો વિકાસ રૂંધાય છે. આવી વ્યક્તિ પોતાના બાળકને આ રોગ ચોક્કસપણે આપે છે.

સિકલસેલ એનીમિયા રોગ વારસામાં કઇ રીતે મળે છે?

(૧) જો માતા અને પિતામાં સિકલસેલના ગુણ અથવા સિકલસેલનો રોગ ન હોય તો તેમના બાળકોમાં આ રોગ થતો નથી. એટલે કે સામાન્ય હિમોગ્લોબીન ધરાવતા માતા-પિતાના બાળકોને આ રોગ થતો નથી અને બાળકોમાં સામાન્ય હિમોગ્લોબીન જ વારસામાં મળે છે.

નોર્મલ હિમોગ્લોબીનવાળી માતા

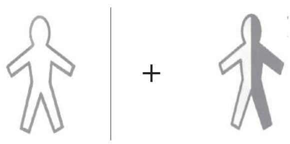


નોર્મલ હિમોગ્લોબીનવાળા પિતા

= બાળકની સંભાવના : ૧૦૦% તંદુરસ્ત

(૨) જ્યારે માતા અથવા પિતા બેમાંથી કોઇપણ એક વ્યક્તિ સિકલસેલ ટ્રેઇટવાળી હોય તો ૫૦% બાળકોને સિકલસેલ ટ્રેઇટ હોવાનો અને ૫૦% બાળકો સામાન્ય હોવાની શક્યતા રહે છે. પરંતુ આમાં કોઇપણ બાળકને સિકલસેલ ડીસીઝ થતો નથી.

નોર્મલ હિમોગ્લોબીનવાળી વ્યકિત

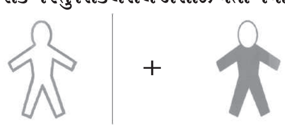


સિકલસેલ ટ્રેઈટ(વાહક)વાળી વ્યકિત

= બાળકની સંભાવના : ૫૦% તંદુરસ્ત, ૫૦% સિકલસેલ ટ્રેઈટ (વાહક)

(૩) જો માતા અને પિતામાંથી કોઇપણ એક વ્યક્તિ સિકલસેલ ડીસીઝવાળી અને બીજી વ્યક્તિ સામાન્ય હોય તો ૧૦૦% એટલે કે બધા જ બાળકોને સિકલ સેલ ટ્રેઇટ થઇ શકે પરંતુ સિકલસેલ ડીસીઝ થતો નથી.

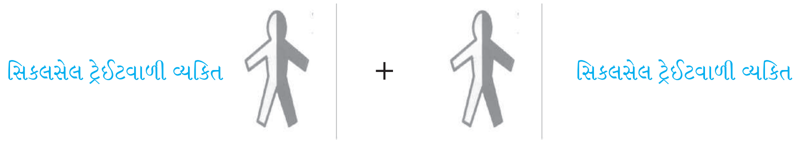
નોર્મલ હિમોગ્લોબીનવાળી વ્યકિત



સિકલસેલ ડીસીઝવાળી વ્યકિત

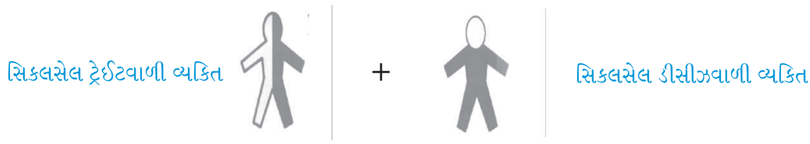
= બાળકની સંભાવના : ૧૦૦% સિકલસેલ ટ્રેઈટ (વાહક)

(૪) જો માતા અને પિતા બંને સિકલસેલ ટ્રેઈટવાળા હોય તો તેમના ૫૦% બાળકોને સિકલ સેલ ટ્રેઈટ, ૨૫% બાળકોને સિકલસેલ ડીસીઝ અને ફક્ત ૨૫% સામાન્ય બાળકો થવાની શક્યતા રહે છે.



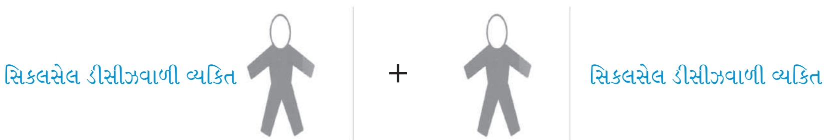
= બાળકની સંભાવના : ૫૦% સિકલસેલ ટ્રેઈટ, ૨૫% સિકલસેલ ડીસીઝ, ૨૫% તંદુરસ્ત

(૫) જો માતા અને પિતા બંનેમાંથી એક ડીસીઝવાળી અને એક વ્યક્તિ ટ્રેઈટવાળી હશે તો તેમના ૫૦ બાળકો ટ્રેઈટવાળા હશે.



= બાળકની સંભાવના : ૫૦% સિકલસેલ ટ્રેઈટ, ૫૦% સિકલસેલ ડીસીઝ (રોગ)

(૬) જો માતા અને પિતા સિકલસેલ ડીસીઝવાળા હોય તો ૧૦૦% અટલે કે બધા જ બાળકો સિકલસેલ ડીસીઝવાળા જ હોય છે.



= બાળકની સંભાવના : ૧૦૦% સિકલસેલ ડીસીઝ

સિકલસેલ એનીમિયાવાળી વ્યક્તિએ શું ન કરવું જોઇએ ?

- વધારે ગરમીમાં કે તડકામાં બહાર ન નીકળવું.
- વધારે ઠંડીમાં બહાર ન નીકળવું.
- વધુ શારીરિક શ્રમવાળી કસરતો ન કરવી.
- વધારે ઊંચાઈવાળા પહાડો કે હીલ સ્ટેશન પર ન જવું.
- વરસાદમાં કે ઠંડાપાણીમાં પલળવું નહીં.
- શરાબ તથા કેફી દ્રવ્યોનું સેવન કે ધુમ્રપાન ન કરવું.
- વધારે તકલીફ થાય તો ઘરગથ્થુ ઉપચાર ન કરતાં નિષ્ણાંત ડૉક્ટરનો અથવા સિકલસેલ કોમ્પ્રિહેન્સીવ ક્લીનીકનો સંપર્ક સાધવો.

આટલું ધ્યાન રાખો :

- શરાબ તથા કેફી દ્રવ્યોનું સેવન કે ધુમ્રપાન ન કરવું. સિકલ સેલ એનીમિયાથી ડરવાની જરૂર નથી, જરૂર છે માત્ર આ રોગને સમજવાની.
- સિકલ સેલ એનીમિયા એ વારસાગત રોગ હોવાથી જ્યાં સુધી લોહીની તપાસ કરવામાં ન આવે ત્યાં સુધી આ રોગની જાણ થતી નથી.
- સિકલ સેલ દર્દીના કુટુંબના દરેક સભ્યનો સિકલ સેલ રિપોર્ટ થવો જરૂરી છે.
- સિકલ સેલ રોગનું નિદાન અને સારવાર આપના નજીકના સરકારી દવાખાનામાં મફતમાં કરવામાં આવે છે.

સિકલ સેલના નિદાન માટે બે પ્રકારના ટેસ્ટ કરવામાં આવે છે :

(૧) સ્ક્રિનીંગ ટેસ્ટ (૨) ઈલેક્ટ્રોફોરેસીસ

(૧) સ્ક્રિનીંગ ટેસ્ટ : દરેક સરકારી દવાખાનામાં મફતમાં કરવામાં આવે છે.

(૨) ઈલેક્ટ્રોફોરેસીસ : જેનાથી સિકલ સેલ ટ્રેઈટ (Trait) કે ડિસીઝ (રોગ-Disease) છે તે નક્કી કરવામાં આવે છે.

- સિકલ સેલના દર્દીઓએ ડૉક્ટરની સલાહ વગર આયર્નની (Iron) ગોળી ન લેવી
- કોઈપણ ડૉક્ટર પાસે કે હોસ્પિટલમાં જતા પહેલા તમને (૨) સિકલ સેલ હોય તો તેની જાણ કરવી.
- સિકલ સેલ એનિમિયા હોવું શરમ કે પરેશાની નથી પરંતુ આ રોગને છુપાવવો પરેશાનીનું કારણ બની શકે છે.
- આવો સાથે મળીને સિકલ સેલ એનિમીયા મુક્ત સમાજનું નિર્માણ કરીએ.
- પહેલા સિકલ સેલ તપાસ પછી જ શાળા/મહાશાળા પ્રવેશ.
- સિકલ સેલ એનિમિયા અંગે કોઈ મુંઝવણ હોય તો તાત્કાલીક પ્રાથમિક આરોગ્ય કેન્દ્ર અથવા સરકારી દવાખાનામાં ઉપસ્થિત કાઉન્સીલર કે ડૉક્ટર અથવા સાયનેપ્સ એસોસીએશન નો સંપર્ક કરવો.