अमर उजाला | गुरुग्राम | amarujala.com

शराब पीने वालों को हेपेटाइटिस होने का अधिक खतरा

सतर्कता से ही संभव है बचाव, उचित समय पर इलाज से जान का कम रहता है जोखिम

मान्यता कुशवाहा

गुरुग्राम। अगर आपको हमेशा थकान सी महसूस होती है, भूख कम लग रही है, उल्टी या जी मिचलाने की शिकायत रहती है, आंखों के सफेद हिस्से का रंग पीला पड़ गया है, पेट दर्द और सूजन होना जैसे लक्षण हैं, तो तुरंत डॉक्टर से संपर्क करें, क्योंकि यह सब लक्षण हेपेटाइटिस की ओर संकेत कर रहे हैं।

शराब पीने वालों को हेपेटाइटिस होने का अधिक खतरा होता है। इस रोग के प्रति लोगों को आगाह करने के लिए 28 जुलाई को हर वर्ष वर्ल्ड हेपेटाइटिस डे मनाया जाता है। इस दिन लोगों को इस रोग से बचाव करने और स्वस्थ रहने की अपील की जाती है। एचपीबी सर्जरी एंड लिवर ट्रांसप्लांट के

वरिष्ठ डॉ. अंकुर गर्ग ने बताया कि हेपेटाइटिस मूलरूप से एक प्रकार के संक्रमण के कारण लिवर में आई सूजन और उस सूजन के परिणामस्वरूप लिवर में होने वाली क्षति है। यदि उचित समय पर बेहतर इलाज न करवाया जाए तो यह क्षति गंभीर स्थिति में लिवर सिरोसिस और लिवर फेलियर में बदलने लगती है।

मानसून के दौरान हेपेटाइटिस का खतरा अधिक बढ़ जाता है, क्योंकि इस समय दूषित जल स्त्रोतों के अलावा हेपेटाइटिस वायरस से भोजन के संक्रमित होने का डर ज्यादा होता है। इसके अलावा भारी बारिश से पीने के पानी में सीवर का पानी मिल जाता है, जिससे खराब पानी पीने से इस वायरस की चपेट में आ सकते हैं, इसलिए इस संक्रामक बीमारी से बचने के लिए स्वच्छता पर ध्यान देना, सुरक्षा के लिए टीकाकरण और जागरूकता बेहद जरूरी है।

दस साल से अधिक समय तक शराब पीने वालों को पांच गुना ज्यादा खतरा : डॉ. गर्ग ने बताया कि जो लोग दस साल तक रोजाना 80 एमएल से अधिक अल्कोहल लेते हैं उनमें लिवर कैंसर होने का खतरा 5 गुना ज्यादा होता है। नियमित सेवन करने वाले मरीजों में अल्कोहल हिपेटोसैल्युलर कार्सिनोमा लिवर कैंसर का खतरा बढ़ाता है। देश में हिपेटोसैल्युलर कार्सिनोमा के मामले बढ़ रहे हैं। हर 1 लाख पुरुष पर 7 और एक लाख महिलाओं पर 4 मामले सामने आ रहे हैं। 40 से 70 साल की उम्र वाले लोग इसके रिस्क जोन में हैं, इसलिए हेपेटाइटिस सी को जांच की मदद से समय से पहचानना और इलाज कराना जरूरी है।

पांच प्रकार का होता है हेपेटाइटिस

हेपेटाइटिस के संक्रमण पांच प्रकार के होते हैं। हेपेटाइटिस- ए, बी, सी, डी और ई। इनमें से बी और सी व्यक्ति के लिवर में अत्यधिक क्षति पहुंचाने के कारक बन सकते हैं और गंभीर स्थिति में इनका परिणाम लिवर कैंसर में भी देखने को मिल सकता है। हेपेटाइटिस के प्रारंभिक लक्षण दिखाई नहीं देते, इसलिए बचाव के उपाय बेहद जरूरी हैं।

ये हैं लक्षण

पेशाब का रंग बदलना, पीलिया, शरीर में जगह-जगह खुजली होना, रोगी का अचानक वजन कम होते जाना, पेट में गड़बड़ियां, अपच्क, भूख में कमी या लगातार उल्टियां।

ऐसे करें बचाव

ऐसे में नियमित लिवर जांच करवाते रहें और वैक्सीन लगवाएं, जो बच्चों और वयस्कों दोनों को लगाई जाती है। साथ ही इंजेक्शन लगवाते वक्त और टैट् गुदवाते वक्त सुनिश्चित करें कि फ्रेश सुई का इस्तेमाल किया जाए, इससे हेपेटाइटिस–बी का जोखिम होता है। साफ सफाई बनाई रखें, दूषित पानी व भोजन का सेवन न करें।