

डायबिटीज और हाई बीपी है किडनी की समस्याओं का मुख्य कारण

पायनियर समाचार सेवा | नई दिल्ली

किडनी की समस्याएं हाल के दिनों में तेजी से बढ़ी हैं। इसके कारणों की बात करें तो डायबिटीज और हाई बीपी इसके मुख्य कारणों में शुमार हैं। इसके अलावा किसी बीमारी, जीवनशैली में की जाने वाली लापरवाही या जेनेटिक कारणों के चलते किसी भी उम्र में किडनी की समस्या हो सकती है। आमतौर पर 40 से 60 वर्ष तक की आयु के लोग इससे ज्यादा प्रभावित देखे जाते हैं। सनर इंटरनेशनल हॉस्पिटल के डायरेक्टर एंड एचओडी, यूरोलॉजी, यूरो-ऑन्कोलॉजी, एंड्रोलॉजी, यूरो-रोबोटिक्स डॉ. सुमित शर्मा ने यह बात कही। डॉ. शर्मा किडनी की बढ़ती समस्याओं और इनसे बचाव के उपायों पर चर्चा कर रहे थे।

बच्चों में किडनी की समस्याओं को लेकर उन्होंने कहा कि बच्चे के



जन्म से होने वाली समस्या में पोस्टीरियर यूरेथ्रल वाल्व (पीयूवी) विकार, पेल्वी-युरेट्रिक जंक्शन (पीयूजे) ऑब्स्ट्रक्शन यानी पेशाब के बहाव में रुकावट जैसे रोग शामिल हैं और ये किडनी के लिए बड़ा खतरा बनते हैं। इसके अलावा 20 से 40 वर्ष की आयु में ग्लोमेरुलोनेफ्राइटिस नामक बीमारी भी देखी जाती है जिसके तहत किडनी के फिल्टर्स में सूजन आ जाती है। इसके साथ ही पथरी की समस्या भी किडनी को गंभीर रूप से

प्रभावित करती है। इससे बचाव के उपायों को लेकर डॉ. सुमित शर्मा ने कहा कि शुगर का स्तर नियंत्रित रखने का प्रयास करें, क्योंकि इससे किडनी का स्वास्थ्य सीधे प्रभावित होता है। इसी तरह बीपी को नियंत्रित रखना भी जरूरी है। उचित मात्रा में पानी पीना चाहिए, डिहाइड्रेशन से किडनी का संचालन प्रभावित होता है। मौसमी फलों का सेवन करना और नमक का सेवन सीमित मात्रा में करना भी किडनी के लिए अच्छा है।

डॉ. शर्मा ने कहा कि यदि किडनी से संबंधित समस्या लगे, तो डॉक्टर से सलाह लेना ही उचित है। गंभीर मामलों में डायलिसिस व अन्य दवाओं से इलाज होता है। किडनी पूरी तरह खराब हो जाए तो ट्रांसप्लांट का विकल्प भी रहता है। उन्होंने कहा कि किडनी के ज्यादातर रोगों की रोकथाम संभव है, बस आवश्यक है कि समय पर जांच एवं इलाज मिल जाए।