

ဆီးလမ်းကြောင်းတွင် ကျောက်တည်ခြင်း

ဆီးလမ်းကြောင်းတွင် ကျောက်တည်ခြင်း

ဆီးကျောက် (Renal Calculi) ဆိုတာ မာကျောတဲ့ အရာဝတ္ထုတစ်မျိုးဖြစ်ပြီး ဆီးလမ်းကြောင်းတစ်လျှောက် ဘယ်နေရာမှာမဆို ဖြစ်ပွားနိုင်ကာ နာကျင်ခြင်း၊ ဆီးထဲသွေးပါခြင်း၊ ဆီးလမ်းကြောင်း ပိတ်ခြင်းနှင့် ရောဂါပိုးဝင်ခြင်း စတဲ့ ပြဿနာတွေ ဖြစ်ပွားနိုင်ပါတယ်...

Stones in the Urinary Tract

- သေးငယ်လှတဲ့ ကျောက်တွေဟာ ရောဂါလက္ခဏာ မပြဘဲ ရှိနေတတ်ပါတယ်... ကြီးမားတဲ့ အရွယ်အစားရှိတဲ့ ဆီးကျောက်တွေကတော့ ကျောပြင်နံရိုးနဲ့ တင်ပဆုံရိုးတို့ နှစ်ခုကြားမှာ နာကျင်တဲ့ဝေဒနာကို ဖြစ်ပေါ်စေတတ်ပါတယ်...
- ပုံမှန်အားဖြင့် ရောဂါကို အတိအကျ နာမည်တပ်နိုင်ဖို့ ဓါတ်မှန်ရိုက်ခြင်း၊ Ultra Sound ရိုက်ခြင်း၊ ဆီးစစ်ကြည့်ခြင်းစတဲ့ စမ်းသပ်မှုတွေ ပြုလုပ်ဖို့ လိုအပ်ပါတယ်..
- အစားအစာကို ဆင်ခြင်ခြင်းဟာ ဆီးကျောက်တည်ခြင်းကို တစ်စိတ်တစ်ဒေသအထိ ကာကွယ်နိုင်ပါတယ်..
- ဆီးကျောက် အရွယ်အစားကြီးလို့ သူ့ဘာသာသူ ပြင်ပကိုမရောက်ရှိနိုင်တဲ့ ကျောက်တွေကို ပြင်ပကနေ ဓါတ်ရောင်ခြည်နဲ့ ချေဖျက်ခြင်း၊ မှန်ပြောင်းဖြင့် ကြည့်၍ သေးငယ်သော ခွဲစိတ်မှု ဖြင့် ထုတ်ယူခြင်း၊ ပုံမှန် ခွဲစိတ်မှုဖြင့် ထုတ်ယူခြင်း စတဲ့ ကုသမှုတွေ လိုအပ်ပါတယ်...

ဆီးကျောက်ဟာ ကျောက်ကပ်၊ ဆီးပြွန်နဲ့ ဆီးအိမ်စတဲ့ နေရာတွေမှာ ဖြစ်ပေါ်တတ်ပါတယ်.. ဒီလိုဖြစ်ပွားတဲ့ နေရာပေါ်မှာ မူတည်ပြီး Kidney stone, Ureteral stone နဲ့ Bladder stone စသဖြင့် သတ်မှတ်ခေါ်ဝေါ်ကြပါတယ်... အမေရိကားနိုင်ငံမှာ ဆိုရင် တစ်နှစ်မှာ အရွယ်ရောက်ပြီး အမျိုးသားအမျိုးသမီး ၁၀၀၀ မှာ ၁ ယောက်နှုန်းဟာ ဆီးလမ်းကြောင်း ကျောက်တည်မှုကြောင့် ဆေးရုံတက်ပြီး ကုသမှုခံယူရတယ်လို့ စစ်တမ်းများအရ သိရပါတယ်... အဓိကအားဖြင့် ဆီးကျောက်တည်ခြင်း ရောဂါဟာ လူလတ်ပိုင်း အသက်အရွယ်တွေမှာ ပိုအဖြစ်များပြီး အသက်ကြီးပိုင်းမှာတော့ အမျိုးသားများက ပိုမိုဖြစ်တတ်ပါတယ်...

ဒီလိုဆီးကျောက်တည်တဲ့ လူနာတွေမှာ တကယ်လို့ ဆီးလမ်းကြောင်းကို အနည်းငယ်ပိတ်စေပြီး

ဆီးကျန်မှု ဖြစ်စေခဲ့ရင် ရောဂါပိုးမွှားများ ပေါက်ဖွားပြီး ဆီးလမ်းကြောင်း ပိုးဝင်နိုင်ပါတယ်.. ဒါ့အပြင် ဒီလိုဆီးလမ်းကြောင်း တစ်ဘက်ဘက်ကို ပိတ်ထားမှု ကာလရှည်ကြာခဲ့ရင် ဆီးတွေများလာပြီး Hydronephrosis လို့ခေါ်တဲ့ ကျောက်ကပ်ဝေဒနာကိုပါ ခံစားရနိုင်ပြီး ကျောက်ကပ်ပျက်ဆီးတတ်ပါတယ်...

ရောဂါဖြစ်ပွားခြင်း၏ အကြောင်းများ

ကျောက်တည်ခြင်းရဲ့ အကြောင်းရင်းများကတော့ ခန္ဓာကိုယ်တွင်း ကျောက်ဖြစ်ပွားမှုကို ဟန့်တားပေးတတ်သော ဓါတ်များချို့ယွင်းခြင်း (ဥပမာ- Citrate သည် ခန္ဓာကိုယ်တွင်းသို့ ရောက်ရှိလာသော calcium (ကယ်လဆီယမ်) ဖြင့် ပေါင်းခြင်းဖြင့် ကျောက်ဖြစ်တည်မှုကို တားဆီးပေးသည်..)၊ ဆီးအတွင်း ဓါတ်ဆားဓါတ် များပြားစွာ ပါဝင်နေတတ်ခြင်း စသည်တို့ ဖြစ်ပါတယ်.. ဆီးကျောက်တွေရဲ့ ၈၀% ခန့်ဟာ ကယ်လဆီယမ်နဲ့သာ ဖြစ်တည်လာကြတာ ဖြစ်ပါတယ်.. နေ့စဉ်စားသုံးတဲ့ အစာ အာဟာရထဲမှာ ဗီတာမင် စီဓါတ်၊ ပရိုတင်းဓါတ်၊ ကယ်လဆီယမ်ဓါတ် များပြားစွာ ပါဝင်နေသူများနဲ့ ရေကို လုံလောက်အောင် မသောက်သုံးတတ်သူများ၊ မိမိရဲ့ မိသားစုထဲမှာ ရောဂါဖြစ်ပွားတဲ့သူရှိတဲ့ သူများမှာ ဒီလို ကျောက်တည်တဲ့ ရောဂါ ပိုမိုဖြစ်ပွားတတ်ပါတယ်...

Struvite stones လို့ခေါ်တဲ့ ကျောက်အမျိုးအစားကတော့ ရောဂါပိုးဝင်ထားတဲ့ အခြေအနေမျိုးမှာသာ ဖြစ်ပွားတတ်ပါတယ်...ဒါ့ကြောင့် ဒီကျောက်အမျိုးအစားကို Infection stones လို့လည်း ခေါ်ဝေါ်ကြပါတယ်...

ရောဂါ လက္ခဏာများ

သေးငယ်တဲ့ အရွယ်အစားရှိတဲ့ ကျောက်ဆိုရင် ရောဂါလက္ခဏာ လုံးဝ မပြသတာမျိုး ဖြစ်နိုင်ပါတယ်... ဆီးအိမ်ထဲမှာ တည်တဲ့ ကျောက်အမျိုးအစားကတော့ ဝမ်းဗိုက်ရဲ့ အောက်ပိုင်း (ဆီးခုံနားမှာ) နာကျင်တဲ့ ဝေဒနာ ခံစားရတတ်ပါတယ်.... ဒါမှမဟုတ် ဒီထက်ဆိုးတဲ့ ဆီးလမ်းကြောင်း ပိတ်စေတဲ့အထိ ဖြစ်လာပြီဆိုရင်တော့ ခါးနာခြင်းနဲ့ ကျောပြင် တစ်လျှောက်(နံရိုးနှင့် တင်ပဆုံရိုးတို့ကြား) ပြင်းထန်စွာ နာကျင်ခြင်းတို့ ခံစားရတတ်ပါတယ်...

အခြားသော ရောဂါလက္ခဏာများအနေနဲ့ မူးဝေ အော့အန်ခြင်း၊ ချွေးစေးပြန်ခြင်း၊ ဂဏှာမငြိမ်ဖြစ်ခြင်းနှင့် ဆီးထဲတွင် သွေးပါခြင်းစသည့် လက္ခဏာများအပြင် နောက်ဆက်တွဲ

ဆိုးကျိုးအဖြစ် ဆီးလမ်းကြောင်းပိုးဝင်လာရင်တော့ ဆီးမကြာခဏ သွားရခြင်း၊ ချမ်းတုန်၍ ဖျားခြင်း၊ ဆီးသွားစဉ် အနည်ပါခြင်း စသည်တို့ကိုလည်း တွေ့ရနိုင်ပါတယ်..

ကာကွယ်ခြင်း

ဆီးကျောက်တည်ခြင်းကို တစ်စိတ်တစ်ဒေသ ထိ ကာကွယ်ပေးနိုင်တဲ့ နည်းလမ်းအချို့ကို ဖော်ပြပေးလိုက်ပါတယ်...

- ရေများများသောက်ခြင်း- လေ့လာမှုများအရ တစ်နေ့ကို အနည်းဆုံး ရေ ၃၀၀ မီလီလီတာပါဝင်တဲ့ ရေခွက်ပေါင်း ၈ခွက်ကနေ ၁၀ ခွက် (၂၄၀၀ ကနေ ၃၀၀၀ မီလီလီတာ/ ၁ လီတာပါဝင်သော ရေသန့်ဘူးကြီး ၃ ဘူးခန့်) သောက်သုံးရင် ဆီးကျောက်ဖြစ်ပွားမှုကို(မည်သည့် ကျောက်အမျိုးအစားမဆို) အထိုက်အလျှောက် ကာကွယ်ပေးနိုင်တယ်လို့ ဆိုပါတယ်...
- ကယ်လ်ဆီယမ် ဓါတ်ကြောင့် ဖြစ်တဲ့ ကျောက်တည်တဲ့ ဝေဒနာရှင်တွေအတွက်တော့ အစားအစာထဲမှာ ကယ်လ်ဆီယမ်ဓါတ် များစွာ ပါဝင်တဲ့ အစားအစာများ(ဥပမာ- နွားနို့၊ ကွေကာ စသဖြင့်) ကို လိုအပ်သည်ထက် ပိုမိုစားသုံးခြင်းကို ရှောင်ရှားရပါမယ်...(လိုအပ်သော ပမာဏ တစ်နေ့လျှင် ၁၀၀၀- ၁၅၀၀ မီလီဂရမ်)...
- Uric acid ဓါတ် ပါဝင်တဲ့ကျောက် အမျိုးအစားကြောင့် ဖြစ်တဲ့ ဝေဒနာရှင်တွေ အတွက် အနီရောင်ရင့်တဲ့ အသားများကို လျော့ချစားသုံးဖို့ လိုပါတယ်... ဘာလို့လဲဆိုတော့ ဒီလို အနီရောင်ရောင် အသားတွေဟာ ဆီးထဲမှာ uric acid ဓါတ်ပါဝင်မှုနှုန်းကို များစေလို့ဖြစ်ပါတယ်..

ကုသခြင်း

သေးငယ်တဲ့ အရွယ်အစားသာရှိတဲ့ ဆီးကျောက်အမျိုးအစားဖြစ်ပြီး ရောဂါလက္ခဏာလည်း မပြခွဲဘူး၊ ဆီးလမ်းကြောင်း ပိုးဝင်ခြင်း၊ ဆီးလမ်းကြောင်း ပိတ်ခြင်း စတဲ့ ပြဿနာတွေလည်း မရှိခွဲတဲ့ ကျောက်တွေကို မကုသဘဲ ထားလို့ရပါတယ်.. ဒီလို ဝေဒနာရှင်များအနေနဲ့ ရေများများသောက်ခြင်း၊ သွေးပြန်ကြောထဲမှ တဆင့် ဆေးရည်များစွာ သွင်းခြင်း (receiving large amounts of fluids intravenously) စတဲ့နည်းတွေနဲ့ ဆီးနဲ့အတူ ကျောက်ကျသွားအောင် ပြုလုပ်နိုင်တယ် လို့ ဆိုပါတယ် (ဒါပေမယ့် ဒီနည်းလမ်းဟာ ကျောက်ကျအောင်လုပ်ဖို့ အထောက်အကူဖြစ်တယ်ဆိုတာ သက်သေတော့ မပြနိုင်ကြသေးပါဘူး)... ဒါ့အပြင် ရောဂါ ပေါ်မူတည်ပြီး သင့်တော်တဲ့ ဆေးဝါးများနဲ့လည်း သက်သာပျောက်ကင်းအောင် ကုသနိုင်ပါတယ်...

ကျောက်ကပ်ရဲ့ ဗဟိုနေရာ (renal pelvis) ဒါမှမဟုတ် ဆီးပြွန်ရဲ့ အပေါ်ဆုံး 1/2 လက်မ အပိုင်းမှာ တည်နေတဲ့ ကျောက်တွေကို အပြင်ကနေ sound wave generator ကနေထုတ်လွှတ်တဲ့ shock waves တွေနဲ့ ကျေပျက်အောင် ချေဖျက်နိုင်ပါတယ်... ဒီလိုချေဖျက်လိုက်ခြင်းဖြင့် ကျောက်ဟာ အပိုင်းစလေးတွေဖြစ်ပြီး ဆီးနဲ့အတူ ပါဝင်သွားနိုင်ပါတယ်...

သေးငယ်တဲ့ အပေါက်ငယ်လေးကနေ မှန်ပြောင်းနဲ့ကြည့်ပြီး ကျောက်ကို ထုတ်တဲ့ကုသမှု (grasping forceps using an endoscope) ကိုလည်း အသုံးပြုကုသနိုင်ပါတယ်...

ဆီးပြွန်ရဲ့ အောက်ပိုင်းကိုရောက်နေတဲ့ သေးငယ်တဲ့ ကျောက်ဆိုရင်တော့ ureteroscope လို့ခေါ်တဲ့ ပိုက်ပျော့ scope ကိုအသုံးပြုပြီး ဆီးကျောက်ကို ချေဖျက်၍ဖြစ်စေ၊ ဖယ်ထုတ်၍ဖြစ်စေ ကုသနိုင်ပါတယ်..

အရွယ်အစား ကြီးတဲ့ ကျောက်အမျိုးအစားတွေကိုတော့ ခွဲစိတ်ကုသခြင်းဖြင့်သာ ထုတ်ယူ နိုင်ပါတယ်...