కనిపించని చేటు అవటు

డా॥ కె.డి.మోడి
ఎండోక్రినాలజిస్ట్
మెడ్విన్ హాస్పిటల్స్
హైదరాబాద్

మన మెడ కిందే.. గొంతు ముందు భాగంలో.. సీతాకోక చిలకలా కరుచుకుని ఉంటుంది అవటు (థైరాయిడ్) గ్రంథి! పరిమాణం రీత్యా కావటానికి ఇది చాలా చిన్నదేగానీ.. మన శరీరం మొత్తానికి చురుకుదనాన్నిస్తుండే కీలక హార్మోన్లను స్రవించే అమోఘమైన అవయవం ఇది. ఈ గ్రంథి స్రవించే 'టి3', 'టి4' హార్మోన్లు రెండూ నేరుగా మన రక్తంలో కలిసి.. శరీరంలోని ప్రతి అవయవాన్నీ చైతన్యవంతం చేస్తాయి. ప్రతి కణాన్నీ, ప్రతి కండరాన్నీ శక్తిమంతంగా తీర్చిదిద్దుతుంటాయి. మన శారీరక జీవక్రియలన్నీ చురుకుగా, క్రమబద్ధంగా సాగేలా చూడటంలో ఈ థైరాయిడ్ హార్మోన్లదే కీలక పాత్ర. గోళ్లు, వెంట్రుకల పెరుగుదల నుంచి గుండె కొట్టుకునే వేగం వరకూ.. జీర్ణప్రక్రియ నుంచి సంతాన సామర్థ్యం వరకూ శరీరంలోని ప్రతి జీవక్రియనూ ప్రభావితం చేసే హార్మోన్లు ఇవి! అందుకే శరీరంలో ఈ హార్మోన్లు ఎక్కువైనా సమస్యే... తక్కువైనా సమస్యే. ఈ రెండే దీనితో వచ్చే పెద్ద చిక్కులు.

తక్కువైతే 'హైపో'!

మన సమాజంలో చాలా ఎక్కువగా కనబడుతున్న సమస్య.. థైరాయిడ్ హార్మోన్ల ఉత్పత్తి తగ్గిపోవటం. దీన్నే 'హైపోథైరాయిడిజం' అంటారు. మన దేశంలో ఎంతోమంది స్త్రీలు ఎదుర్కొంటున్న సమస్య ఇది. ఒక రకంగా థైరాయిడ్ గ్రంథి పనితీరులోనే లోపం తలెత్తటం దీనికి ముఖ్య కారణం. రెండోది- మెదడు మధ్యలో ఉండే పీయూష (పిట్యూటరీ) గ్రంథి ప్రభావం కారణంగా కూడా థైరాయిడ్ గ్రంథి పనితీరు దెబ్బతింటుందిగానీ ఇది కొంత అరుదు. మొత్తం మీద థైరాయిడ్ హార్మోన్ల స్థాయులు తగ్గిపోయి, 'హైపోథైరాయిడిజం' సమస్య తలెత్తినప్పుడు.. శరీరమంతా విపరీతమైన మందకొడితనం ఆవరిస్తుంది. విపరీతంగా 'డల్'గా ఉండటం, అతి నిద్ర, బరువు పెరగటం, నిస్సత్తువ, బలహీనం, ఒళ్లంతా వాపు, అజీర్ణం, చర్మం గరుకుగా మందంగా తయారవటం, విపరీతమైన జడత్వం, ఆలోచనల వేగం కూడా తగ్గిపోవటం వంటి లక్షణాలెన్నో ఆరంభమవుతాయి.

చాలామంది ఈ సమస్యను సాధారణ బలహీనతగానో, 'జనరల్ వీక్‌నెస్'గానో భావిస్తూ చాలాకాలం గుర్తించలేకపోతున్నారు. ఫలితంగా తీవ్ర దుష్ప్రభావాలను ఎదుర్కోవాల్సి వస్తుంది. కాబట్టి కొద్దిరోజుల పాటు ఇలాంటి లక్షణాలు కనిపిస్తుంటే.. వైద్యులను సంప్రదించటం, థైరాయిడ్ పరీక్షలు (టీఎస్‌హెచ్, టి3, టి4) చేయించుకోవటం చాలా అవసరం.

ఎక్కువైతే.. హైపర్!

థైరాయిడ్ హార్మోన్లు అవసరానికి మించి ఎక్కువగా ఉత్పత్తి అవుతుండటం దీనికి పూర్తి భిన్నమైన సమస్య. దీన్ని 'హైపర్ థైరాయిడిజం' అంటారు. దీనివల్ల విపరీతమైన గుండె దడ, అతి చురుకుదనం, తరచూ చెమటలు పడుతుండటం, జుట్టు రాలిపోవటం, బరువు తగ్గిపోవటం, అతి విరేచనాల వంటి లక్షణాలెన్నో బయల్దేరతాయి. థైరాయిడ్ హార్మోన్లు లోపించటంతో పోలిస్తే.. ఇలా అధికం కావటమన్నది కొంత తక్కువేగానీ.. మొత్తమ్మీద ఈ సమస్య కూడా ఎంతోమంది తరచూ ఎదుర్కొంటున్నదే.

గుర్తించటం మరీ కీలకం!

థైరాయిడ్ హార్మోన్లు తక్కువైనా, ఎక్కువైనా.. ఈ సమస్యలను సత్వరమే గుర్తించకుండా నిర్లక్ష్యం చేస్తే.. దీర్ఘకాలంలో తీవ్రమైన దుష్ప్రభావాలు తలెత్తుతాయి. ముఖ్యంగా గుండె జబ్బులు, డిప్రెషన్, ఊబకాయం, సంతాన రాహిత్యం, ఎముకలు బోలుగా మారిపోవటం, ఎదుగుదల లోపాల వంటి సమస్యలు అనేకానేకం. ఈ దుష్ప్రభావాలు ఒక్కో వయసులో ఒక్కో రకంగా ఉంటాయి. కాబట్టి ఈ లక్షణాలపై అవగాహన పెంచుకోవటం, ఏమాత్రం అనుమానంగా ఉన్నా థైరాయిడ్ హార్మోన్ పరీక్షలు (టి3, టి4, టీఎస్‌హెచ్) చేయించుకోవటం ముఖ్యం. ఒక్కసారి సమస్యను గుర్తిస్తే దీనికి చికిత్స చాలా తేలిక. చికిత్స ఆరంభించగానే దుష్ప్రభావాలన్నీ క్రమేపీ వాటంతటవే సర్దుకుంటాయి. కాబట్టి- అనూహ్యంగా, అకారణంగా బరువు పెరుగుతున్నా; కుటుంబంలో థైరాయిడ్ సమస్యల చరిత్ర ఉన్నా, పిల్లలు సరిగా ఎదగకపోతున్నా, స్త్రీలకు రుతుస్రావం చాలా ఎక్కువగా అవుతున్నా, సంతానం కలగకపోతున్నా.. తప్పనిసరిగా థైరాయిడ్ సమస్యలను అనుమానించటం, పరీక్షలు చేయించుకోవటం అవసరం.

Piles, Fistula
Fissure, Sciatica
ఆయుర్వేదం లో అత్యుత్తమ చికిత్స
సన్నిధి
ఆయుర్వేదిక్ స్పెషాలిటి హాస్పిటల్ & రీసెర్చ్ సెంటర్
మలక్‌పేట, హైదరాబాదు.
Call 040 6453 5967
Mobile 9246 889911
ఆపరేషన్ లేకుండా చికిత్స

గ్రాఫిక్: సముద్రాల

ముందువెనకలయ్యే గుండె

థైరాయిడ్ హార్మోన్లు శరీరంలోని అవయవాలన్నింటినీ ప్రభావితం చేసినట్టే గుండెనూ ప్రభావితం చేస్తాయి. ఒంట్లో థైరాయిడ్ హార్మోన్లు తగ్గితే.. గుండె కూడా మందకొడిగా తయారై, గుండె కొట్టుకునే వేగం (హార్ట్‌బీట్) తగ్గిపోతుంది. సాధారణ ఆరోగ్యవంతుల్లో నిమిషానికి గుండె 80–90 సార్లు కొట్టుకుంటే.. హైపోథైరాయిడిజం బాధితుల్లో 50, 60 వరకూ పడిపోవచ్చు. కాబట్టి రోగి 'నాడి' చూస్తూనే హైపోథైరాయిడిజాన్ని అనుమానించవచ్చు.

■ సాధారణంగా థైరాయిడ్ బాధితులు నేరుగా గుండె జబ్బు ఉందని గుర్తించలేరు. కానీ వైద్యులు దాని కోసం చూసినప్పుడు కొన్ని లక్షణాలు కచ్చితంగా, ప్రస్ఫుటంగా కనబడతాయి. నాడి తక్కువగా కొట్టుకుంటుంది, ఈసీజీ పరీక్షలో వోల్టేజ్ కూడా తక్కువ కనబడుతుంది. దీన్ని 'లోవోల్టేజ్ కాంప్లెక్సెస్' అంటారు.

■ కొంతమంది హైపోథైరాయిడిజం బాధితుల్లో గుండె చుట్టూ ఉండే పెరీకార్డియం పొరలో నీరు కూడా చేరచ్చు. దీన్ని 'పెరీకార్డియల్ ఎఫ్యూజన్' అంటారు. వీరికి ఎక్స్‌-రే తీస్తే గుండె చాలా పెద్దగా ఉన్నట్టు కనిపిస్తుందిగానీ నిజానికి గుండె పెరగదు, దాని చుట్టూ నీరు చేరటం వల్లే అలా కనిపిస్తుంది. హైపోథైరాయిడిజాన్ని మరీ దీర్ఘకాలం నిర్లక్ష్యం చేస్తే మాత్రం.. గుండె పెరుగుతుంది.

సోరియాసిస్ ఇన్‌ఫెర్టిలిటీ థైరాయిడ్
అడ్వాన్స్‌డ్ హోమియో చికిత్సతో అద్భుత ఫలితాలు అందిస్తున్న ఆంధ్రరాష్ట్రంలో ఏకైక మల్టీ స్పెషాలిటీ హాస్పిటల్
Dr. మహేష్ గ్రూప్
పాజిటివ్ హోమియోపతి
•హైదరాబాద్: అమీర్‌పేట, బంజారాహిల్స్, కుకట్‌పల్లి •వైజాగ్ •విజయవాడ
92474 00004

■ మొత్తానికి హైపోథైరాయిడిజాన్ని నిర్లక్ష్యం చేస్తే.. కొలెస్ట్రాల్ పెరగటం, గుండెనొప్పి, ఇస్కిమిక్ హార్ట్ డిసీజ్ వంటివన్నీ ముదురుతాయి.

■ ఒక్కసారి హైపోథైరాయిడిజానికి చికిత్స ఆరంభిస్తే.. క్రమేపీ ఈ సమస్యలన్నీ వాటంతటవే సర్దుకుంటాయి.

■ ఇక థైరాయిడ్ హార్మోన్ల స్థాయులు ఎక్కువై... హైపర్‌థైరాయిడిజం సమస్య తలెత్తితే.. వీరికి 'ధక్‌ధక్‌ధక్' అని అతి వేగంగా కొట్టుకోవటం ఆరంభిస్తుంది. దీంతో చాలా సార్లు గుండె వేగం, దడ పెరిగిపోయాయి కాబట్టి ఇది 'గుండె జబ్బని' భావిస్తూ బాధితులు కార్డియాలజిస్ట్‌లను సంప్రదిస్తుంటారు. థైరాయిడ్ హార్మోన్ల పరీక్ష చేస్తే వెంటనే విషయం బయటపడుతుంది.

■ ఈ హైపర్ థైరాయిడిజంను దీర్ఘకాలం నిర్లక్ష్యం చేస్తే.. గుండె పంపింగ్ సామర్థ్యం బాగా తగ్గిపోతుంది. ముఖ్యంగా గుండె పనితీరుకు కీలకమైన ఎడమ జఠరిక వైఫల్యానికి దారి తీస్తుంది. వీరికి గుండె చికిత్స కంటే కూడా ముఖ్యంగా.. థైరాయిడ్ చికిత్స చెయ్యాలి, దీంతో గుండె, దాని పంపింగ్ సామర్థ్యం కూడా సరి అవుతాయి.

■ నడివయసు హైపర్‌థైరాయిడిజం బాధితుల్లో 30% మందికి గుండె అస్తవ్యస్తంగా కొట్టుకుంటోందని (కార్డియాక్ అరిత్మియా) గుర్తించారు. అంటే గుండె కొట్టుకోవటం చాలా వేగవంతంగా, అస్తవ్యస్తంగా ఉంటుంది. దీనికి సరైన చికిత్స తీసుకోకపోతే రకరకాల తీవ్రమైన గుండె సమస్యలు తలెత్తుతాయి. హైపర్ థైరాయిడిజానికి చికిత్స ఆరంభిస్తే 70-80% మందిలో ఇవన్నీ చక్కగా తగ్గిపోతాయి.

■ **చికిత్సలో జాగ్రత్తలు:** గుండెలోని కరోనరీ ధమనులు ఎంతోకొంత మూసుకుపోయిన వారికి.. హైపోథైరాయిడిజం చికిత్సలో భాగంగా ఒక్కసారిగా అధిక మోతాదుల్లో థైరాక్సిన్ మందు ఆరంభిస్తే గుండెనొప్పి ఇంకా ముదిరిపోయే ప్రమాదం ఉంది. కాబట్టి పెద్ద వయసు వారికి హైపోథైరాయిడిజం చికిత్స చెయ్యాల్సి వచ్చినప్పుడు.. థైరాక్సిన్ మందును చాలా తక్కువ డోసు నుంచీ ఆరంభించి క్రమేపీ పెంచుకుంటూ వెళ్లాల్సి ఉంటుంది.

■ **హైపోథైరాయిడిజానికి చికిత్స చేస్తున్నప్పుడు..** మందు మోతాదు ఎక్కువైతే పరిస్థితి హైపర్‌థైరాయిడిజానికి వెళ్లి.. గుండె మీద ఒత్తిడి పెరుగుతుంది. గుండె మరింత వేగంగా పని చెయ్యాల్సి వస్తుంది. దీనివల్ల కూడా గుండెనొప్పి, గుండె ధమనులు మూసుకుపోవటం వంటి సమస్యలు పెరుగుతాయి. మందు డోసు ఎక్కువైతే రక్తపోటులో పైసంఖ్య (సిస్టాలిక్) బాగా పెరుగుతుంది. కాబట్టి థైరాయిడ్ చికిత్సలో భాగంగా మందు మోతాదు మాత్రం కచ్చితంగా ఉండేలా చూడటం చాలా చాలా అవసరం.

■ **ఇవాళ్టి రోజున హైపర్ థైరాయిడిజం ఉండి...** పైకి ఎటువంటి బాధలూ లేకపోయినా కూడా.. అంటే టి3, టి4 సహజ స్థాయుల్లోనే ఉండి కేవలం 'టీఎస్‌హెచ్' ఒక్కటే ఎక్కువగా ఉన్నా కూడా.. వీరికి యాంటీథైరాక్సిన్ హార్మోన్‌తో చికిత్స చెయ్యటం మంచిదని గుర్తించారు.

■ **పసిబిడ్డల్లో:** అప్పుడే పుట్టిన బిడ్డలకు కూడా థైరాయిడ్ సమస్యలు ఉండొచ్చు. దీన్ని 'నియోనేటల్ (గ్రేవ్స్) డిసీజ్' అంటారు. వీరిలో గుండె జబ్బులు మరింత తీవ్రంగా కనబడుతుంటాయి. ఇలా పుట్టిన బిడ్డలకు తక్షణం చికిత్స చెయ్యకపోతే జీవనఅవకాశాలు కూడా తగ్గిపోతాయి. థైరాయిడ్ సమస్య ఉన్న స్త్రీలు.. గర్భం ధరించిన సమయంలో మందుల డోసులను కచ్చితంగా పాటించటం చాలా అవసరం. లేకపోతే దాని ప్రభావం ఇలా బిడ్డ మీద కూడా పడే అవకాశం ఉంటుంది.

జీర్ణ సమస్యలు

థైరాయిడ్ హార్మోన్ల ప్రభావం జీర్ణవ్యవస్థ మీద కూడా చాలా ఎక్కువగా ఉంటుంది. అందుకే ఈ హార్మోన్ లోపిస్తే.. బాధితులు విపరీతమైన మలబద్ధకంతో, అజీర్ణంతో, ఉబ్బరంతో బాధ పడతారు. అలాగే ఈ హార్మోన్లు ఎక్కువైతే.. జీర్ణాశయం, పేగుల కదలికలు పెరిగిపోయి అతి చురుకుగా వ్యవహరిస్తుండటం వల్ల అతి విరేచనాలు ఆరంభమవుతాయి. అందుకే చాలామంది థైరాయిడ్ బాధితులు దీన్ని జీర్ణసమస్యగా భావిస్తూ 'గ్యాస్ట్రోఎంటరాలజిస్ట్'లను సంప్రదిస్తుంటారు. థైరాయిడ్ పరీక్షలతో అసలు విషయం బయటపడుతుంది, థైరాయిడ్ చికిత్సలో సమస్యలన్నీ చక్కబడతాయి.

ఎముకలు భద్రం

హైపర్‌థైరాయిడిజం బాధితుల్లో ఎముకలు బాగా బలహీనపడి.. బోలుగా (ఆస్టియోపొరోసిస్) తయారైపోతుంటాయి. బాగా పెళుసుగా, చిన్నచిన్న దెబ్బలకు కూడా విరిగిపోయేంతగా బలహీనపడతాయి. సాధారణంగా నెలసరి నిలిచిపోయిన మహిళలకు సహజంగానే ఎముకలు బోలుగా తయారయ్యే అవకాశాలు ఎక్కువ, దానికి ఈ థైరాయిడ్ సమస్య కూడా తోడైతే ఎముకల పరిస్థితి ప్రమాదకరంగా మారుతుంది.

■ హైపోథైరాయిడిజం బాధితులు చికిత్సలో భాగంగా థైరాక్సిన్ మందును అవసరానికి మించి ఎక్కువ తీసుకున్నా కూడా పరిస్థితి ఆస్టియోపొరోసిస్‌కు దారి తీస్తుంది. కాబట్టి డోసు ఎట్టిపరిస్థితుల్లోనూ ఎక్కువా-తక్కువా కాకుండా చూసుకోవటం, ఇందుకు తరచూ 'టీఎస్‌హెచ్' పరీక్ష చేయించుకోవటం అవసరం.

■ ఇక ఎదిగే పిల్లల్లో థైరాయిడ్ సమస్యలు తలెత్తితే.. వారి ఎముకల పెరుగుదల కూడా తీవ్రంగా ప్రభావితమవుతుంది. హైపోథైరాయిడిజం వల్ల ఎముకల వయసు వారి అసలు వయసు కంటే తక్కువ ఉంటుంది. అలాగే హైపర్‌థైరాయిడిజం వస్తే.. వారి అసలు వయసు కంటే ఎముక వయసు వేగంగా పెరిగిపోతుంటుంది. థైరాయిడ్ చికిత్సతో ఈ రెండూ కూడా చక్కగా సరి అవుతాయి.

ఉబ్బిపోయే కళ్లు

హైపర్ థైరాయిడిజం బాధితుల్లో కనుగుడ్లు బాగా పెద్దగా ఉబ్బిపోవటం, కళ్లు బాగా ఎర్రబారటం, కళ్ల ముందరి దృశ్యాలు రెండుమూడుగా కనబడటం, టీవీ చూస్తుంటే రెండుగా కనబడుతుండటం, మొత్తం మీద చూపు మందగించటం వంటి సమస్యలు తలెత్తే అవకాశం ఉంటుంది. దీన్ని 'ఆప్థాల్మోపతి' అంటారు. థైరాయిడ్ చికిత్సతో ఇది చాలా వరకూ తగ్గిపోతుంది. అరుదుగా సమస్య తీవ్రంగా ఉంటే స్టిరాయిడ్ మందులు కూడా ఇవ్వాల్సి ఉంటుంది. దానికీ తగ్గక సమస్య మరీ తీవ్రంగా ఉంటే సర్జరీ కూడా అవసరమవ్వచ్చు.

ఊబకాయం

హైపోథైరాయిడిజం బాధితులు సరిగా చికిత్స తీసుకోకపోతే శరీరంలోని జీవక్రియలన్నీ మందకొడిగా తయారై.. బాగా బరువు పెరుగుతారు. చికిత్స తీసుకుంటే క్రమేపీ ఈ అదనపు బరువు తగ్గుతుంది. అయితే బరువు తగ్గటం లేదని ఇష్టం వచ్చినట్టుగా థైరాయిడ్ మందుల మోతాదు పెంచుకోవటానికి మాత్రం వీల్లేదు. రెండోది- ఊబకాయుల్లో సహజంగానే కొంత థైరాయిడ్ లోపం ఉంటున్నట్టు చాలా అధ్యయనాల్లో తేలింది. కాబట్టి ఊబకాయం రాకుండా చూసుకోవటం ద్వారా థైరాయిడ్ లోపాలను కొంత వరకూ నివారించుకోవచ్చు.

యవ్వనం.. సంతానం

ఎంతోమంది స్త్రీలలో సంతాన రాహిత్యానికి కారణమవుతున్న అతి ముఖ్య సమస్య హైపోథైరాయిడిజం. నెలసరి క్రమం తప్పటం, అధిక రుతుస్రావం, అండాల విడుదల సరిగా కాకపోవటం, సంతాన రాహిత్యం అండాశయాల్లో తిత్తులు (పాలిసిస్టిక్ ఓవరీ) వంటి సమస్యలెన్నో ఆరంభమవుతాయి. నవయవ్వన దశలోనే థైరాయిడ్ సమస్యలు తెలెత్తితే అసలు రజస్వల కాకపోవటం లేదా మరీ చిన్నవయసులోనే రజస్వల కావటం, యవ్వన మార్పులన్నీ మరీ లేటుగా లేదా మరీ ముందుగా మొదలవటం, హైపర్‌థైరాయిడిజం వల్ల పురుషులకు రొమ్ములు పెరగటం వంటి సమస్యలెన్నో ఆరంభమవుతాయి. చికిత్సతో థైరాయిడ్ సమస్యలను సరిచేస్తే.. ఇవన్నీ వాటంతటవే సరి అవుతాయి.

చర్మం-గోళ్లు

థైరాయిడ్ హార్మోన్ లోపిస్తే చర్మం పొడిగా, గరుకుగా, మొద్దుగా తయారవుతుంది. చెమట తక్కువ, చలి ఎక్కువగా అనిపిస్తుంటుంది. మనుషులు తెల్లబడుతుంటారు. అదే థైరాయిడ్ హార్మోన్ ఎక్కువైతే- గోళ్లు పెళుసుగా, చూడటానికి వికృతంగా తయారవుతాయి. చెమటలు ఎక్కువ, చర్మం నల్లబారుతుంటుంది. రెండు సమస్యల్లోనూ కూడా జుట్టు రాలటం చాలా ఎక్కువ. థైరాయిడ్ సమస్యలను సరిదిద్దితే ఇవి కూడా సర్దుకుంటాయి. జుట్టు రాలటం మాత్రం చికిత్స ఆరంభించిన ఆర్నెల్ల వరకూ కూడా కొనసాగొచ్చు.

సర్జరీలు

హైపోథైరాయిడిజం బాధితులు దాన్ని సరిగా నియంత్రణలో ఉంచుకోకుండా ఏవైనా ఆపరేషన్లు చేయించుకోవటానికి వెళితే తీవ్ర సమస్యలు తలెత్తే అవకాశం ఉంటుంది. వీరు మత్తు నుంచి బయటకు రావటం కష్టమై 'థైరోటాక్సికోసిస్ క్రైసిస్' లోకి వెళ్లే అవకాశాలుంటాయి. ఇది అత్యంత ప్రమాదకరమైన పరిస్థితి. అందుకే సర్జరీలకు వెళ్లే ముందు.. కొద్దివారాలు వేచి చూసి అయినా సరే, చికిత్సతో థైరాయిడ్ సమస్యను కచ్చితంగా, పూర్తిగా నియంత్రణలో ఉంచుకోవటం అవసరం.