नॉलेज भास्कर

सेहत... हृदय रोग और नई तकनीक

29 सितंबर को वर्ल्ड हार्ट डे है। दिल की बीमारियों के लिए लगातार शोध का नतीजा है कि इसमें उपचार की नई और आसान तकनीक आती जा रही है। दिल की बीमारी खतरा तो है, लेकिन नई टेक्नोलॉजी के कारण उससे लड़ने के हथियार भी चिकित्सा क्षेत्र में भरपूर हैं। वॉल्व अब रिपेयर होते हैं। पढ़िए इनके संबंध में-

डॉ. अजय कौल
अध्यक्ष और विभागाध्यक्ष, कार्डियोथोरेसिक और वैस्कुलर सर्जरी, बी एल के हार्ट सेंटर, नई दिल्ली

कोरोनरी आर्टरी डिजीज (सीएडी) की समस्या तब होती है, जब हृदय तक रक्त, ऑक्सीजन और पोषक तत्व पहुंचाने वाली मुख्य रक्तवाहिकाएं क्षतिग्रस्त हो जाती हैं। इसके बावजूद उम्मीद की किरण अभी बाकी है। इसकी पहचान और उपचार के लिए आधुनिक सुविधाएं उपलब्ध हैं। साथ ही लाइफस्टाइल में बदलाव लाकर इसके गंभीर परिणामों से बचा जा सकता है।

आधुनिक उपचार- ऐसे मरीजों को जिन्हें हार्ट अटैक आने के बाद सर्जरी करना जरूरी होता है, उनके लिए कोरोनरी एंजियोप्लास्टी या कोरोनरी आर्टरी बायपास ग्राफ्ट सर्जरी की सुविधा उपलब्ध है। इस सर्जरी के जरिए हृदय तक रक्तसंचार को बेहतर बनाया जाता है। इसमें पारंपरिक प्रकार की सर्जरी और आधुनिक की-होल सर्जरी का विकल्प है। आधुनिक सर्जरी में कम से कम चीरा लगाने की जरूरत नहीं होती और न ही मरीज को हार्ट-लंग मशीन पर रखा जाता है। पसली के पास 3-5 इंच का चीरा लगाया जाता है और कई बार छोटे-छोटे छेद बनाकर भी सर्जरी की जा सकती है। की-होल सर्जरी में 1-2 इंच का ही चीरा लगाकर प्रक्रिया को पूरा किया जाता है। इस सर्जरी में पारंपरिक बायपास सर्जरी की तरह ही परिणाम मिलते हैं। लेकिन आधुनिक सर्जरी का लाभ यह होता है कि मरीज को अस्पताल से जल्दी छुट्टी मिल जाती है, वे जल्दी स्वस्थ हो जाते हैं, ब्लीडिंग कम होने से इंफेक्शन, आदि का खतरा भी कम रहता है।

वॉल्व सर्जरी का आधुनिक तरीका - वॉल्व रिप्लेसमेंट की पारंपरिक सर्जरी के स्थान पर अब आधुनिक प्रक्रिया अपनाई जाती है। इस प्रक्रिया में क्षतिग्रस्त वॉल्व को हटाने की बजाय उसको रिपेयर किया जाता है। रिप्लेसमेंट वॉल्व को एऑर्टिक या महाधमनी वॉल्व वाले स्थान पर लगाया जाता है। इस सर्जरी को ट्रांसकैथेटर एऑर्टिक वॉल्व रिप्लेसमेंट (टीएवीआर) या ट्रांसकैथेटर एऑर्टिक वॉल्व इम्प्लांटेशन (टीएवीआई) कहा जाता है। यदि वॉल्व को रिप्लेस करने की जरूरत पड़ती है तो केवल 1-2 इंच का ही चीरा लगाया जाता है। हर मरीज को ट्रांसकैथेटर सर्जरी करवाने की आवश्यकता नहीं होती है। जिन मरीजों पर ओपन हार्ट सर्जरी करवाना खतरनाक होता है, उनके लिए भविष्य में ट्रांसकैथेटर सर्जरी के विकल्प को बचाकर रखा जाता है। 70 या 80 वर्ष की उम्र वाले मरीजों को, जिन्हें अन्य स्वास्थ्य संबंधी परेशानियां होती हैं उनके लिए यह सर्जरी सबसे उचित मानी जाती है। इस सर्जरी में जनरल एनेस्थेसिया की जरूरत नहीं होती और मरीज को अस्पताल से दूसरे दिन ही छुट्टी दे दी जाती है। इस वजह से मरीज की रिकवरी जल्दी हो जाती है।

मेटाबॉलिक डिसऑर्डर- कोरोनरी आर्टरी डिजीज कुछ और नहीं बल्कि मेटाबॉलिक डिसऑर्डर है। यदि इसके मरीज को बायपास सर्जरी करवाने की आवश्यकता पड़ती है तो उसके बाद भी सही देखभाल की जरूरत होती है। बायपास के दौरान मरीज की एक या दो ब्लॉक आर्टरीज का उपचार किया जाता है तो सर्जरी के बाद सही रूप में ख्याल न रखने पर अन्य स्वस्थ या कम प्रभावित आर्टरीज के ब्लॉक होने का खतरा भी बढ़ जाता है। आमतौर पर बायपास की गई आर्टरीज 4-5 वर्ष तक के लिए ही स्वस्थ रह पाती हैं, इसलिए डॉक्टर द्वारा बताई गई दवाओं को सही रूप में लेते रहें।

दवाएं हैं कारगर-अब कई ऐसी उन्नत दवाएं उपलब्ध हैं, जो मरीज को हार्ट सर्जरी या कोरोनरी डिजीज से बचाव में काफी कारगर हैं। इसके लिए मरीज को सही रूप में निर्देश अनुसार दवाएं लेने की जरूरत होती है। इनमें से कई दवाएं ऐसी हैं, जो कोलेस्ट्रॉल को भी नियंत्रित कर सकती हैं, इससे कई बार मरीज को सर्जरी की जरूरत नहीं पड़ती। ये दवाएं कोलेस्ट्रॉल को जमा नहीं होने देतीं और हार्ट अटैक का खतरा कम हो जाता है।

अपने बीएमआई के बारे में पता करें। इससे सही मात्रा में वजन कम करने में मदद मिलेगी। बीएमआई की सामान्य रेंज 18.5 से 24.9 के बीच मानी जाती है। कमर वाले हिस्से को नापना सबसे जरूरी होता है, क्योंकि यह हृदय रोगों से जुड़े खतरों का संकेत देता है। यदि आपके हिप वाले हिस्से से अधिक चर्बी पेट और कमर के आस-पास है, तो आपको हृदय रोगों और टाइप 2 डायबिटीज का खतरा अधिक है। महिलाओं में 35 इंच से अधिक और पुरुषों में 40 इंच से अधिक कमर का आकार खतरे का संकेत देती है। यदि आप ओवरवेट हैं तो 3 से 5 प्रतिशत तक वजन कम करने से ही ट्राइग्लिसराइड, ब्लड ग्लूकोज का स्तर कम हो जाता है और टाइप 2 डायबिटीज का खतरा भी।

फैक्ट >>> वर्ल्ड हार्ट डे की शुरुआत 2000 में हुई थी, ताकि लोगों को दिल की बीमारियों के प्रति सजग किया जा सके। हृदय रोगों से हर वर्ष 1 करोड़ 73 लाख लोगों की जान जाती है।