आजारांशी हातमिळवणी

Like 0
g+1 0

अनेक आजारांच्या आणि समस्यांच्या बाबतीत रुग्णाचे आणि त्याच्या कुटुंबीयांचे आयुष्य अवघड होऊन बसते. लहान-थोर साऱ्यांनाच त्याची झळ पोहोचते. अशा प्रसंगी स्वमदत गटांची मदत अनिवार्य ठरते. स्वमदत गटात सर्वसामान्यपणे समान समस्या असलेल्या व्यक्ती एकत्र येतात. शेअिरग आणि केअरिंग हे या बैठकीचे मुख्य तत्त्व असते. सामूहिक चर्चामधून आपोआपच बरेचसे समुपदेशन घडते. अशाच काही आजारांची व स्वमदत गटांची ओळख या सदरातून करून देण्याचा हा प्रयत्न! दर पंधरवडय़ाने.

कोणताही आजार म्हटलं की घाबरायला होतंच. हल्ली आयुष्यमान वाढल्यामुळे आणि रोगनिदानाच्या विविध तपासण्या उपलब्ध झाल्यामुळे अनेक आजार/विकारांची माहिती होऊ लागली आहे. कर्करोग किंवा एड्ससारख्या घातक आजारांवर नवनवीन औषधे व उपचारपद्धती विकसित झाल्या आहेत. उतारवयात होणाऱ्या अल्झायमर, पार्किन्सन्स (कंपपात) किंवा डिमेन्शियासारख्या आजारांमुळे त्यांची काळजीवाहू कुटुंबीय मंडळी रुग्णाला आपापल्या परीने उत्तम सेवा देण्याच्या समस्येने व्यग्र होतात. एपिलेप्सी, स्किझोफ्रेनिया, डिप्रेशन (नैराश्य), किडनी फेल्युअर, हृदयरोग यांसारखे तरुण आणि मध्यम वयात होणाऱ्या आजारांच्या संगतीने रुग्णाला संपूर्ण आयुष्य व्यतीत करावे लागते. कोड, सोरायसिस, कुष्ठरोग अशा त्वचाविकारांबद्दल तर बोलायलाच नको! या विकारांनी कुणालाही मरण येत नाही; परंतु त्याच्याशी निगडित असणाऱ्या सामाजिक कलंकामुळे त्या व्यक्तीचेच नव्हे तर कुटुंबाचे जीवन झाकोळून जाते.

वर नमूद केलेल्या बहुतांश आजारांमध्ये ठरावीक उपचार पद्धती (र३ंल्लिं१ ि्छ्ली ऋ ळ१ोि३ेील्ल३) असते. एकदा औषधे ठरावीक मात्रेत लागू पडली की एक-दोन महिन्यांनी नियमित तपासणी आणि गरजेनुसार औषधांचे डोस कमी-जास्त करणे एवढेच तज्ज्ञ डॉक्टरांच्या हातात असते, परंतु रुग्ण आणि त्याच्या कुटुंबीयांना रात्रंदिवस अनेक समस्यांना तोंड द्यावे लागते. वरकरणी क्षुल्लक दिसणाऱ्या समस्यादेखील या रुग्णांच्या बाबतीत उग्र स्वरूप धारण करू शकतात. ज्यांना या समस्यांना सामोरे जावे लागते त्यांनाच या गोष्टीचे महत्त्व कळू शकते.

वानगीदाखल काही उदाहरणे देता येतील. खुर्चीवर पेपर वाचत बसलेल्या शरदरावांना लताबाईंनी चहाचा कप हातात दिला. नुकतेच पार्किन्सन्सचे निदान झालेल्या शरदरावांना अचानक कंप आला आणि गरम चहा अंगावर सांडला. कप जमिनीवर पडून फुटला आणि काचा गोळा करताना हाताला कापले ते वेगळेच. या प्रकरणातून लताबाईंनी चहा स्टीलच्या कपात द्यायचा असा दंडक घालून घेतला. सीमाला लग्नानंतर वारंवार लघवीतून जंतुसंसर्ग (व१्रल्लं१८ ्रल्लऋीू३्रल्ल) होत असे. कधी उष्णता, उन्हाळी समजून अनियमित औषधोपचार घेतले. तिशीत उच्च रक्तदाबाचे निदान झाले त्या वेळी झालेल्या तपासण्यांमध्ये इन्फेक्शनचा परिणाम किडनीवर झाल्याचे निदर्शनास आले. पाच वर्षांनंतर किडनी फेल्युअर होऊन डायलिसीसचे चक्र मागे लागले. बहिणीने किडनीदान केलं. किडनी रिजेक्ट होऊ नये म्हणून आयुष्यभर दर महिना सुमारे सहा-सात हजारांची औषधे घ्यावी लागतात. वेळेत माहिती घेतली असती तर त्यांच्यावर दुर्धर प्रसंग ओढवला नसता.

उर्वरित वाचण्यासाठी: 1 2 3

संपूर्ण वृत्त एका पानावर

आजारांशी हातमिळवणी

Like 0

0

फिट्स किंवा एपिलेप्सी हा आजार लहान मुलांपासून ते वृद्धांपर्यंत कोणालाही कुठल्याही वयात सुरू होऊ शकतो. मनोजला पाचवीत असताना शाळेत अचानक फीट आली आणि शिक्षिका व मुख्याध्यापकांची तारांबळ उडाली. त्याला शाळेत पाठवू नका, असं सांगण्याइतपत निर्णय घेतला गेला. तज्ज्ञ डॉक्टरांनी या आजाराची माहिती व योग्य काळजी कशी घ्यायची हे समजावून सांगितल्यावर शाळा व्यवस्थापन त्याला वर्गात बसू द्यायला तयार झाले. या मुलांनी रस्ता ओलांडताना जिना उतरताना सोबत कुणीतरी असण्याची दक्षता घ्यावी. शक्यतो वाहने चालवू नयेत. तसेच गॅसवर स्वयंपाक करताना घरात कुणीतरी असावे. शक्यतो मायक्रोवेव्ह वापरावा असे अनेक खबरदारीचे उपाय सांगता येतील.

राकेश एम.बी.ए. करायला मुंबईला एका नावाजलेल्या संस्थेत गेला. आपल्या हुशार मुलाला मुंबईच्या मान्यवर संस्थेत प्रवेश मिळाला म्हणून त्याचं लातूरमधील घरदार आनंदात न्हाऊन निघालं. हॉस्टेलवर राहणार म्हणून घरच्यांनी जोरदार तयारी केली. पहिल्या सुट्टीत घरी आला तेव्हा तो जरा मलूल दिसला. मुंबईच्या मायानगरीत घरापासून दूर राहण्याचा पहिलाच प्रसंग. खानावळीचे जेवण, अभ्यासाचा ताणतणाव अशी अनेक कारणं गृहीत धरली गेली. दिवाळीच्या सुट्टीत तो बरा वाटला. पण मित्रांमध्येही फारसा बोलत नव्हताच. जाताना आईच्या गळ्यात पडला. आठवड्यातच त्याने हॉस्टेलमध्ये पंख्याला गळफास लावून आत्महत्या केल्याचा पोलिसांचा फोन आला. अभ्यासाचा ताण, रॅगिंग, आर्थिक चणचण आणि वर्गातील मुलांशी जुळू न शकणारे मन अशी अनेक कारणं समोर आली. घरच्यापैकी कुणाला परिस्थितीचे आकलन झाले असते तर हा प्रसंग टळला असता. अत्यंत हुशार, अबोल मुलाचा असा दुर्दैवी अंत व्हावा? त्याचे मन जाणणारे, अडचणी ऐकून घेणारे घरात आणि मित्रांमध्येही कुणीच नव्हते? सर्वच वयाच्या मुलामुलींच्या पालकांनी मुलं तणावाखाली असताना असे धोक्याचे कंदील ओळखणे गरजेचे आहे. समुपदेशन आणि हेल्पलाइनद्वारे अनेक आत्महत्या टळू शकतात.

१०-१२ वर्षांपूर्वीची धुळे जिल्ह्यातील तहसिलीच्या गावची गोष्ट. आई-वडील नसलेल्या लाडक्या बहिणीचे चुलत आते-मामे भावंडांनी एकत्र येऊन थाटाने लग्न लावून दिले. मांडव परतणीनंतर चौथ्या दिवशीच सासऱ्यांचा फोन. तुम्ही आमची घोर फसवणूक केली. मुलीला तुम्ही परत घेऊन जा. तातडीने दोघे-तिघे सासरी रवाना झाले. गाईच्या गोठ्याशेजारच्या खोपटात बसलेल्या बहिणीने भावांना बघून हंबरडाच फोडला. सांत्वन करून शांत झाल्यावर तिने सांगितले, नवऱ्याला तिच्या पाश्र्वभागावर एक छोटा पांढरा डाग दिसला (जो तिला कधी दिसलाच नव्हता) त्याने ही गोष्ट लगेच सासूला सांगितली. सासूबाईंनी डाग बघून लगेच ते कोड आहे, असे जाहीर केले व तिला घरातून हाकलण्याचा निर्णय घेतला. भावांनी सर्वतोपरी समजावून सांगितले. तो पाठीमागे असल्यामुळे तिला डाग कधीच दिसला नाही. पण सासरची मंडळी काही ऐकण्याच्या मनःस्थितीतच नव्हती. बहिणीला घेऊन ते माहेरी परत आले. ताबडतोब त्वचारोग तज्ज्ञांचा सल्ला घेण्यात आला. हा कोडाचा डाग असून औषधोपचाराने बरा होऊ शकतो असे सांगितले. त्वचारोग तज्ज्ञांनी मुलीच्या सासरच्या मंडळींना व नवऱ्याला या आजाराची पूर्ण शास्त्रीय माहिती सांगितली व हा संसर्गजन्य नाही हे समजावले. जावईबापूंना पटले व संसार परत सुरू झाला.

उर्वरित वाचण्यासाठीः 1 2 3

संपूर्ण वृत्त एका पानावर

आजारांशी हातमिळवणी

Like 0
0 g+1 0

अशा अनेक आजारांच्या आणि समस्यांच्या बाबतीत रुग्णाचे आणि त्याच्या कुटुंबीयांचे आयुष्य अवघड असते. संपूर्ण घरदार शारीरिक, आर्थिक आणि मानसिक ताण-तणावातून जात असते. थोरा-मोठ्यांबरोबर लहानांनादेखील चांगलीच झळ लागते. अशा प्रसंगी स्वमदत गटांची मदत अनिवार्य ठरते. आपल्यासारख्या प्रसंगातून जाणारे अनेकजण आहेत आणि सर्वाच्या बरोबरीने यातून मार्ग निघू शकेल ही भावनाच मनाला दिलासा देणारी असते. स्वमदत गटात सर्वसामान्यपणे समान समस्या असलेल्या व्यक्ती एकत्र येतात. शेअिरग आणि केअरिंग हे या बैठकीचे मुख्य तत्त्व असते. सामूहिक चर्चामधून आपोआपच बरेचसे समुपदेशन घडते. प्रसंगी तज्ज्ञ समुपदेशकांची मदत घेतली जाते. व्यक्तिगत समस्यांचा बाऊ न करता आयुष्य आनंदाने कसे जगावे याचे प्राथमिक धडेच इथे मिळतात. अशाच काही आजारांची व स्वमदत गटांची ओळख या सदरातून करून देण्याचा हा प्रयत्न! स्वमदत गटांच्या कार्याचे यथार्थ आणि समर्पक वर्णन कुसुमाग्रजांच्या या काव्यपंक्तीतून व्यक्त होते.

अमुचा पेला दुःखाचा, डोळे मिटुनी प्यायाचा
पिता बुडाशी गाळ दिसे, अनुभव हे त्या नाव असे
फेकूनी द्या तो जगावरी,अमृत होई तो कुणातरी.

उर्वरित वाचण्यासाठीः 1 2 3

संपूर्ण वृत्त एका पानावर