

2

இரத்தச் சுத்திகரிப்பு ஆலோசனை



MINISTRY OF HEALTH
SINGAPORE

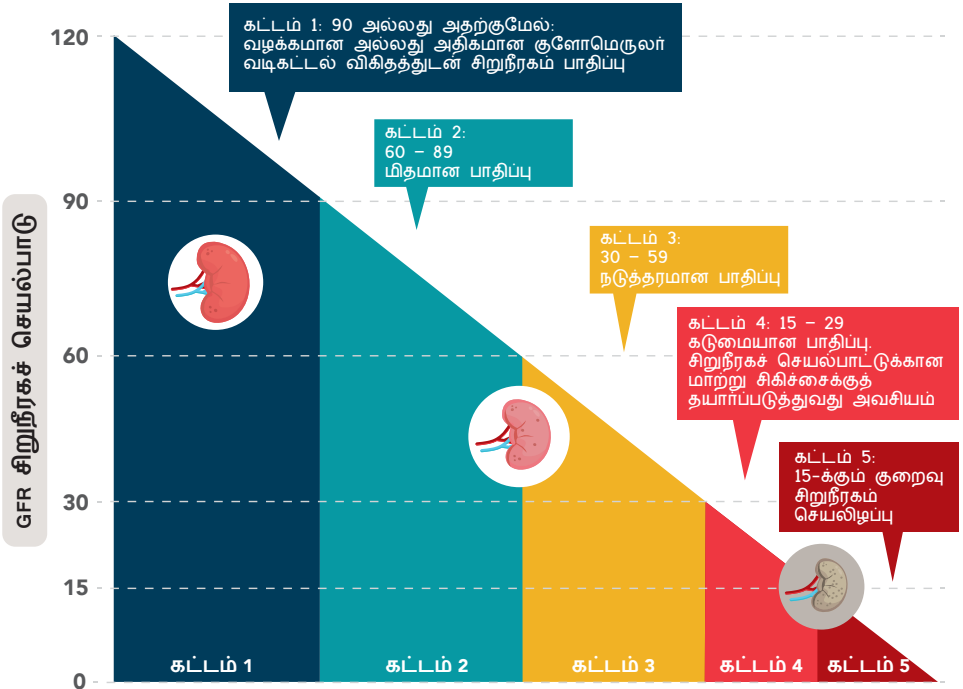
உள்ளடக்கம்

நாட்பட்ட சிறுநீரக நோயின் மேலோட்டமான விவரம்	1
சிறுநீரக நோயின் இறுதிக் கட்டத் தெரிவுகள்	3
பெரிடோனியல் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு	4
ஹீமோடயாலிசிஸ்	9
சிறுநீரக உறுப்பு மாற்றும் சிகிச்சை	13
சுய விருப்புரிமை	17
சுருக்கம்	18
அடிக்கடி கேட்கப்படும் கேள்விகள்	22

நாட்பட்ட சிறுநீரக நோயின் மேலோட்டமான விவரம்

சிறுநீரக நோயின் இறுதிக் கட்டம்

சிறுநீரக நோய் படிப்படியாக மோசமடையும். உங்கள் சிறுநீரகத்தின் செயல்பாடு, குளோமெரூலர் வடிகட்டல் விகித (GFR) அளவீட்டின்மூலம் கணிக்கப்படுகிறது.



நாட்பட்ட சிறுநீரக நோயின் கட்டங்கள்

உங்கள் சிறுநீரகங்களின் செயல்பாடுகள்

1. நச்சுப்பொருள்களை நீக்குகிறது
2. மிகையான திரவத்தை நீக்குகிறது
3. உடலிலுள்ள பொட்டேசியம், கால்சியம், பாஸ்பேட், அமிலம் போன்ற இரசாயனங்களைச் சமநிலைப்படுத்துகிறது
4. எலும்பின் ஆரோக்கியத்தைக் கட்டிக்காக்கவும் சிவப்பு இரத்த அணுக்களை உருவாக்கவும் ஹார்மோன் சுரப்புநீரை உற்பத்தி செய்கிறது

சிறுநீரக நோயின் இறுதிக் கட்டத்தில்
காணப்படும் அறிகுறிகள்
சிறுநீரகத்தின் செயல்பாடு மோசமடையும்போது,
பின்வரும் அறிகுறிகள் தென்படலாம்:

மூச்சுத்திணறல்



காலில் வீக்கம்
அதிகரிப்பு



பசியின்மை



தெம்பு
இழப்பு



அரிப்பு



வழக்கத்திற்கு
மாறான
இதயத்துடிப்பு



எலும்பு
முறிவு



வலிப்பு



குமட்டல்
மற்றும் வாந்தி



“எல்லாருக்கும் ஒரே மாதிரியான
அறிகுறிகள் தென்படாது. ஆனால்,
சிறுநீரகச் செயல்பாட்டுக்கான மாற்று
சிகிச்சையைத் தாமதப்படுத்தினால்
விளைவுகள் மோசமடையும். சிறுநீரகச்
செயல்பாட்டுக்கான மாற்று சிகிச்சை
செய்யாவிட்டால், மரணம் நேரும்.”



சிறுநீரக நோயின் இறுதிக் கட்டத் தெரிவுகள்

மருத்துவருடன் கலந்து பேசிய பிறகு, நோயாளியின் உடலநிலை மற்றும் விருப்பத்தின் அடிப்படையில் தீர்மானம் எடுக்கப்படவேண்டும்.

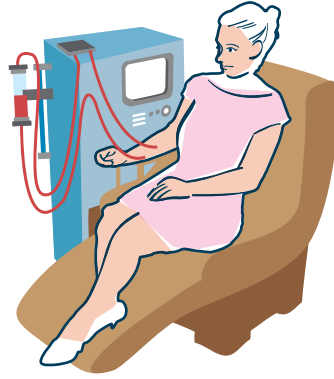
1

பெரிடோனியல்
இரத்தச் சுத்திகரிப்பு



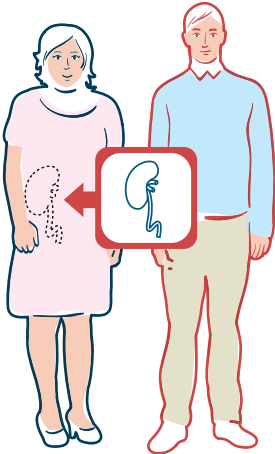
2

ஹீமோடயாலிசிஸ்



3

சிறுநீரக உறுப்பு
மாற்றும் சிகிச்சை

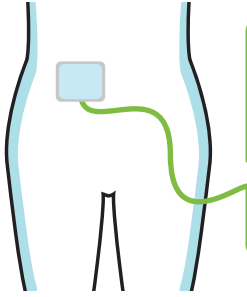


4

சுய விருப்புரிமை



பெரிடோனியல் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு



வீட்டில் அன்றாடம் செய்யப்படும் இந்த இரத்தச் சுத்திகரிப்பு முறையில், நச்சுப் பொருள்களையும் மிகையான நீரையும் வெளியேற்ற உங்கள் வயிற்றுத் துளை வடிகட்டியாகப் பயன்படுகிறது. மென்மையான சிறிய குழாய் வயிற்றுத் துளையில் வைக்கப்படும். இந்தக் குழாயில் நிரம்பும் நீர், வழக்கமான இடைவெளியில் இரத்தச் சுத்திகரிப்புக்காக வயிற்றிலிருந்து நீக்கப்படும்.

பெரிடோனியல் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு முறையில் இரண்டு முக்கிய வகைகள் உள்ளன:

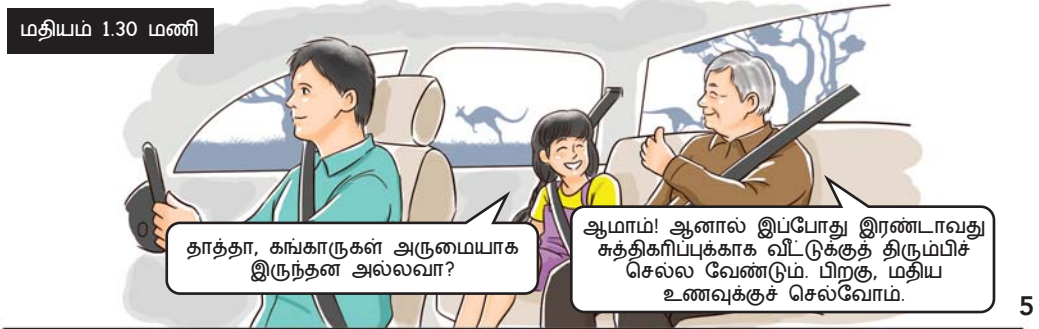
1 தொடர் அசைவியக்க பெரிடோனியல் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு (CAPD)

தொடர் அசைவியக்க பெரிடோனியல் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு முறை சொந்தமாகச் செய்யப்படுகிறது. ஒவ்வொரு சுத்திகரிப்பும் 30 நிமிடங்களுக்குச் செய்யப்படும். அதன்பிறகு, அடுத்த சுத்திகரிப்பு வரை நோயாளி அன்றாட நடவடிக்கைகளில் தொடர்ந்து ஈடுபடலாம். ஒவ்வொரு சுத்திகரிப்பிலும் நிரப்புதல் (பெரிடோனியல் துளையில் சுத்திகரிப்பு திரவத்தை நிரப்புதல்), விட்டுவைத்தல் (திரவத்தை பெரிடோனியல் துளையில் விட்டுவைத்தல்), வடித்தல் (பெரிடோனியல் துளையிலிருந்து திரவத்தை அகற்றுதல்) உள்ளடங்கும். கீழ்க்காணும் படவிளக்கத்தைப் பார்க்கவும்.



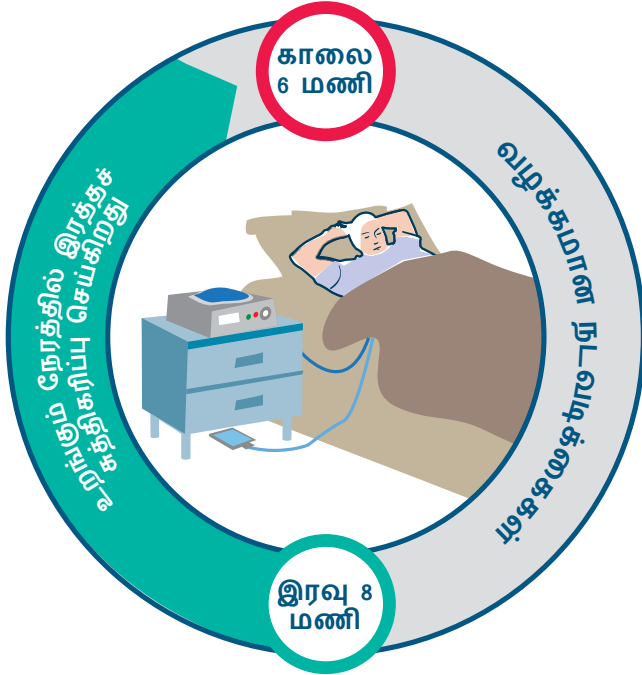
CAPD நோயாளியின் கதை

உங்கள் மனம் விரும்பும் இடத்திற்கெல்லாம் உங்களால் செல்லமுடியும்.



2 தானியக்க பெரிடோனியல் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு (APD)

இந்த வகையான பெரிடோனியல் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு, இரவில் நீங்கள் உறங்கும்போது பெரிடோனியல் சுத்திகரிப்பு இயந்திரத்தைப் பயன்படுத்தி செய்யப்படுகிறது. ஒவ்வொரு காலச்சுழலிலும் நிரப்புதல், விட்டுவைத்தல், வடித்தல் ஆகிய பணிகளை இயந்திரம் செய்வதால், நீங்கள் தொடர்ந்து நிம்மதியாக உறங்கலாம். நீங்கள் உறங்கச் செல்வதற்குமுன் இயந்திரத்துடன் உங்களை இணைத்து, ஒவ்வொரு இரவும் 8 முதல் 10 மணிநேரம் தொடர்ந்து இணைக்கப்பட்டிருப்பீர்கள். காலையில் இணைப்பை அகற்றிவிட்டு, வழக்கமான அன்றாட நடவடிக்கைகளை நீங்கள் தொடரலாம்.



பெரிடோனியல் இரத்தச் சுத்திகரிப்பை நீங்கள் சொந்தமாக அல்லது குடும்ப உறுப்பினர்களின் உதவியுடன் செய்யலாம்.

நீங்கள் தன்னம்பிக்கையுடன் வீட்டில் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு செய்வதை உறுதிப்படுத்த பயிற்சி அளிக்கப்படும்.



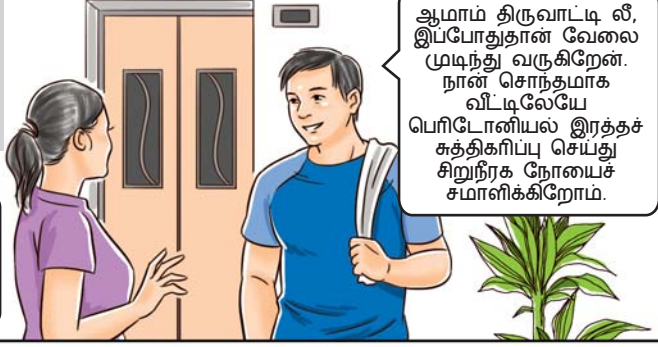
APD நோயாளியின் கதை

உங்கள் ஆர்வங்களையும் லட்சியங்களையும் நாடிச்செல்வது சாத்தியப்படும்.

சிறுநீரக நோய், முழுநேர அலுவலக வேலை ஆகியவற்றுடனும், 32 வயது திரு சாய் துடிப்பான வாழ்க்கைமுறையை அனுபவிக்கிறார்.

திரு சாய், வேலை முடிந்து வருகிறீர்களா? எப்படி இருக்கிறீர்கள்? உங்களுக்கு சிறுநீரக நோய் இருப்பதாக உங்கள் அம்மா சொன்னாரே?

ஆமாம் திருவாட்டி லீ, இப்போதுதான் வேலை முடிந்து வருகிறேன். நான் சொந்தமாக விட்டலேயே பெரிடோனியல் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு செய்து சிறுநீரக நோயைச் சமாளிக்கிறோம்.



இரவு 11 மணி



காலை 7 மணி



பெரிடோனியல் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு



பெரிடோனியல் இரத்தச் சுத்திகரிப்பின் உத்தேச நன்மைகள்:

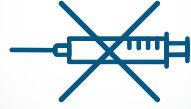
வீட்டில்
செய்யப்படும்
சிகிச்சை



அன்றாடம்
செய்வதாக
இருந்தாலும்
நீக்குப்போக்குள்ளது



ஊசி
இல்லாதது



சிறுநீரகத்தின்
எஞ்சியுள்ள
செயல்பாடு
நல்லபடியாகப்
பாதுகாக்கப்படுகிறது



இரத்த
அழுத்தத்தில்
குறைவான
மாற்றங்கள்



விலை சற்று
குறைவானது

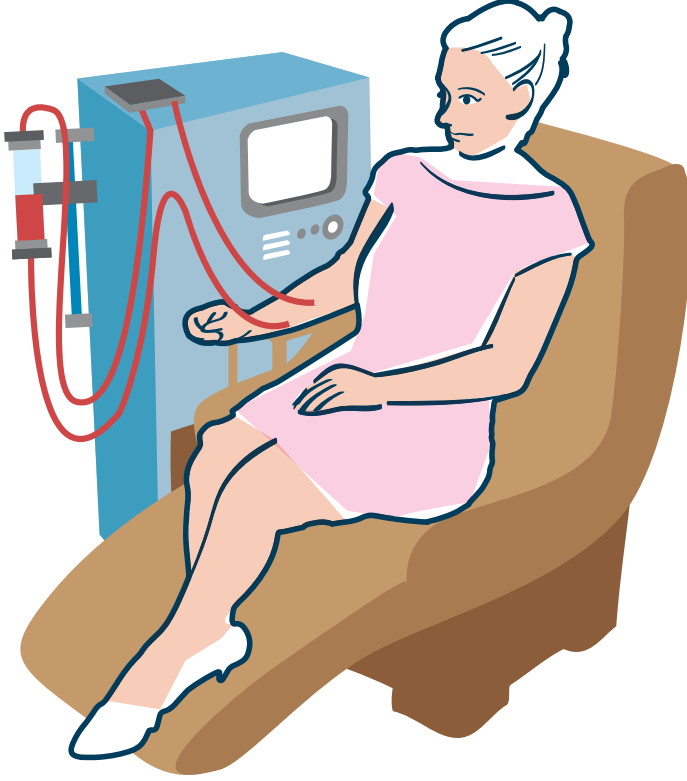


பெரிடோனியல் இரத்தச் சுத்திகரிப்பின் உத்தேச பாதகங்கள்:

- வயிற்றுக்குள் சிறிய குழாய் செருகப்படவேண்டும்
- அன்றாட இரத்தச் சுத்திகரிப்பு வழக்கமாகத் தேவைப்படும்
- இரத்தச் சுத்திகரிப்பு சாதனங்களை வீட்டில் பத்திரப்படுத்தி வைத்திருக்க வேண்டும்

ஹீமோடயாலிசிஸ்

நிலையத்தில் செய்யப்படும் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு. இயந்திரத்துடன் இணைக்கப்பட்ட செயற்கை வடிகட்டி, இரத்தத்தைச் சுத்தப்படுத்தும்.



ஹீமோடயாலிசிஸ் வழக்கமாகச் செய்யப்படுவது:

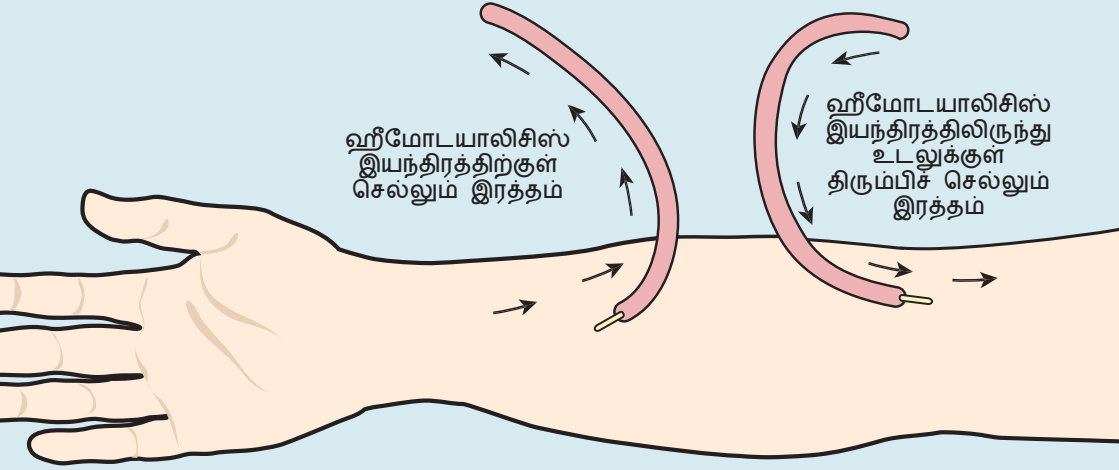


வாரத்தில்
3 முறை



ஒவ்வொரு
முறையும்
4 மணிநேரம்

இரத்தத்தை உறிஞ்சி சுத்தப்படுத்தி, மீண்டும் உடலுக்குள் செலுத்த அறுவை சிகிச்சை மூலம் இரத்த நாளத்தில் துளையிடப்படும். இந்த இரத்த நாளத் துளை வழக்கமாக உங்கள் கையின் மேல்பகுதியில் உருவாக்கப்படும். இதற்கு இயற்கையான நுண்ணாளம் (Arteriovenous Fistula) அல்லது செயற்கை முறையில் பொருத்தி இணைக்கப்பட்ட நாளம் (Arteriovenous Graft) பயன்படுத்தப்படும்.



“உடலிலிருந்து இரத்தத்தை உறிஞ்சியெடுக்க துளையில் ஓர் ஊசி செருகப்படுகிறது. மற்றோர் ஊசி சுத்திகரிக்கப்பட்ட இரத்தத்தை நோயாளியின் உடலுக்குள் செலுத்துகிறது.”



ஹீமோடயாலிசிஸ் நோயாளியின் கதை

துடிப்பாகவும் சுதந்திரமாகவும் வாழ்வது சாத்தியமே.

சிறுநீரக நோயால் திரு
தூ-வின் கால்
வீக்கமும்
மூச்சுத்திணறலும்
அதிகரித்துள்ளன.

ஐயோ து! உனக்கு
ஒன்றுமில்லையே?

ஹீமோடயாலிசிஸ்
சிகிச்சைக்கு முன்



எனது சிறுநீரகங்கள் செயலிழப்பதால்
மூச்சுத்திணறலும் கால்வீக்கமும் ஏற்பட்டிருப்பதாக
என்னிடம் சொல்லப்பட்டது...

ஹீமோடயாலிசிஸ்
சிகிச்சையைத் தொடங்கிய பிறகு

திரு து, இரத்தச்
சுத்திகரிப்புக்குச் சென்ற
பிறகு இப்போது எப்படி
இருக்கிறீர்கள்?

ஹீமோடயாலிசிஸ் செய்தபிறகு,
என் கால் வீக்கம்
குறைந்திருக்கிறது. முன்புபோல
அதிக மூச்சுத்திணறலும் இப்போது
இல்லை! இப்போது என்னால்
சொந்தமாக இரத்தச் சுத்திகரிப்பு
நிலையத்திற்கு நடந்து செல்ல
முடிகிறது!



ஹீமோடயாலிசிஸ் சிகிச்சையின் உத்தேச பாதகங்கள்:

அன்றாடம் செய்ய வேண்டியதில்லை



பயிற்சிபெற்ற தாதிகள் நிலையத்தில் உங்களுக்கு இரத்தச் சுத்திகரிப்பு செய்வார்கள்



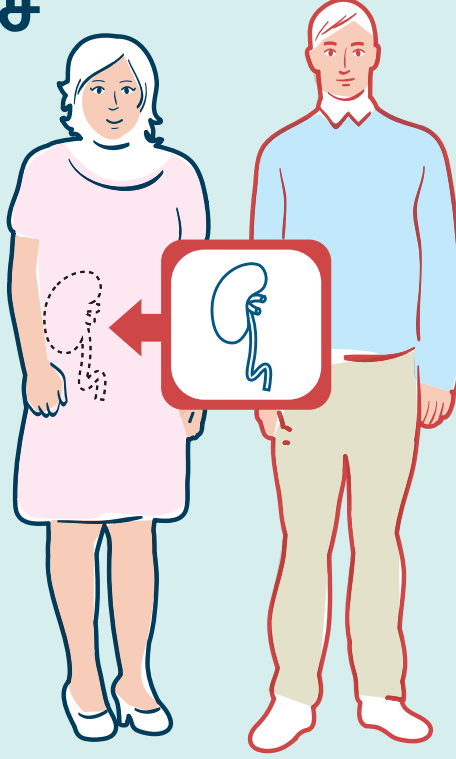
இரத்தச் சுத்திகரிப்பு சாதனங்களை வீட்டில் வைத்திருக்க வேண்டியதில்லை



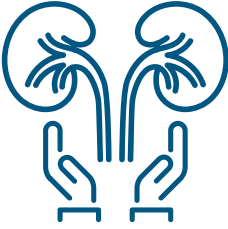
ஹீமோடயாலிசிஸ் சிகிச்சையின் உத்தேச பாதகங்கள்:

- இரத்தச் சுத்திகரிப்பு நிலையத்திற்குச் சென்று வரவேண்டும்
- கையில் இரத்த நாளத் துளை உருவாக்கப்படவேண்டும்
- வாரத்தில் 3 முறை துளையில் ஊசி செருகவேண்டும்
- இரத்தத்தில் கிருமித்தொற்று ஏற்படக்கூடிய அபாயம் உண்டு

சிறுநீரக உறுப்பு மாற்றும் சிகிச்சை



சிறுநீரக உறுப்பு மாற்றும் சிகிச்சை



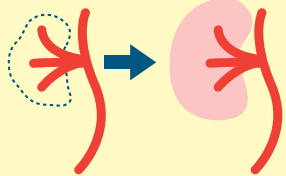
உயிருள்ளவரின் அல்லது உயிரிழந்த நன்கொடையாளரின் சிறுநீரகம், நோயாளிக்குத் தானமாகக் கொடுக்கப்படுகிறது.



ஆரோக்கியமான சிறுநீரகத்தை நோயாளியின் உடலில் பொருத்த அறுவை சிகிச்சை செய்யப்படவேண்டும்.



அதன்பிறகு, மாற்றுச் சிறுநீரகம் நிராகரிக்கப்படுவதைத் தடுக்க, ஆயுள் முழுவதும் நோயாளிகள் மருந்து உட்கொள்ள வேண்டும்.



இரத்தச் சுத்திகரிப்பைவிட மேம்பட்ட வாழ்க்கையை வழங்குகிறது. ஆனால், நோயாளி உறுப்பு மாற்றும் சிகிச்சைக்குப் பொருத்தமானவரா என்பது முதலில் கவனமாக ஆராயப்படவேண்டும்.

சிறுநீரகத் தானத்தின் உத்தேச மூலங்கள்:



உயிருள்ள உறவினர்கள்: பெற்றோர், உடன்பிறப்பு அல்லது பிள்ளை போன்ற ஆரோக்கியமான இரத்தப் பந்தங்கள் (21 வயதுக்கு மேற்பட்டவர்கள்)

உயிருள்ள உறவினர் அல்லாதவர்கள்: வாழ்க்கைத்துணை போன்ற இரத்தப் பந்தம் இல்லாத ஆரோக்கியமானவர்கள்.



உயிரிழந்த நன்கொடையாளர்: உயிரிழந்த பிறகு உறுப்புகளை தானம் செய்பவர்கள்

“உயிரிழந்தவரின் உறுப்பு தானத்தோடு ஒப்பிடுகையில் உயிருள்ளவரின் உறுப்பு தானம் அதிக நன்மையளிக்கும். உயிருள்ள நன்கொடையாளர்கள் உறுப்பு தானத்திற்குப் பொருத்தமானவர்களா என்பது கவனமாக ஆராயப்படும்.”



மாற்றுச் சிறுநீரகம் பெற்ற நோயாளியின் கதை

உங்கள் அன்புக்குரியவர்களுடன் நிறைவான வாழ்க்கை வாழ்வது சாத்தியமே.

37 வயதாகும் திருமதி லீ, 4 மாதங்களுக்குமுன் தனது கணவரிடமிருந்து மாற்றுச் சிறுநீரகம் பெற்றார். இந்த நற்செய்தியை அவர் தனது தோழியிடம் நேரில் பகிர்ந்துகொள்ள விரும்புகிறார்.



திருமதி லீ

சனிக்கிழமை மதிய உணவா? இரு...நீ ஹீமோடயாலிசிஸ் சிகிச்சைக்குச் செல்ல வேண்டாமா?

இனிமேல் செல்ல வேண்டியதில்லை! எல்லா விவரங்களையும் சனிக்கிழமை சொல்கிறேன்!



சனிக்கிழமை நண்பகல் 12 மணி

எனது அன்புக் கணவரால், இப்போது எனக்குப் புதிய சிறுநீரகம் கிடைத்துவிட்டது. இனிமேல் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு தேவையில்லை! ஆனால், சில மருந்துகளைத் தொடர்ந்து உட்கொண்டு, எனது ஆரோக்கியத்தைக் கவனித்துக் கொள்ளவேண்டும்.



ஐயன், உங்களைப் பார்த்தால் சிறுநீரகம் தானமளித்தவராகவே தெரியவில்லை. நீங்கள் நல்ல ஆரோக்கியத்துடனும் உற்சாகத்துடனும் காணப்படுகிறீர்கள்.

ஆமாம், முன்பைவிட இப்போது நாங்கள் நலமாக இருக்கிறோம்!





சிறுநீரக உறுப்பு மாற்றும் சிகிச்சையின் உத்தேச நன்மைகள்:

இரத்தச்
சுத்திகரிப்பைத்
தொடர்வதைவிட
மாற்று உறுப்புடன்
கூடுதல் காலம்
உயிர்வாழலாம்



வாழ்க்கைத்
தரம்
மேம்படும்



இரத்தச்
சுத்திகரிப்பு
தேவைப்படாது



சிறுநீரக உறுப்பு மாற்றும் சிகிச்சையின் உத்தேச பாதகங்கள்:

- அறுவை சிகிச்சையால் உத்தேச அபாயங்கள் நேரலாம்
- சிறுநீரகம் நிராகரிக்கப்படலாம் என்பதால், ஆயுள் முழுவதும் நிராகரிப்பைத் தடுக்கும் மருந்துகள் தேவைப்படும்

சுய விருப்புரிமை



எல்லா நோயாளிகளும் இரத்தச் சுத்திகரிப்பை வாழ்க்கை முறையாக்கிக்கொள்ள விருமபுவதில்லை.

சுய விருப்புரிமையின்கீழ், சிறுநீரகச் செயலிழப்பின் அறிகுறிகளைத் தணிக்க மருந்துகள் தரப்படுவதோடு, நோயாளி காலமாகும்வரை தொடர்ந்து ஆதரவளிக்கப்படும்.




இரத்தச் சுத்திகரிப்பு அல்லது சிறுநீரக உறுப்பு மாற்றும் சிகிச்சை செய்தாலும், வயது ஏற ஏற நமது உடல் நலிவடைந்து, முடிவில் சுய விருப்புரிமை தேவைப்படக்கூடும்.






தனிநபர், அவரது குடும்பத்தினர், சுகாதாரப் பராமரிப்பு வழங்குநர்கள் ஆகியோர் எதிர்காலப் பராமரிப்பு விருப்பங்களைக் கலந்துபேசி, முன் பராமரிப்புத் திட்டமும் வகுக்கலாம்.



சுருக்கம்

சிறுநீரகச் செயல்பாட்டுக்கான மாற்று சிகிச்சைகளின் ஒப்பீடு







எனது சிறுநீரகம், எனது திட்டம்	சிறுநீரக உறுப்பு மாற்றும் சிகிச்சை	இரத்தச் சுத்திகரிப்பு	சுய விருப்புரிமை
<p>சுருக்கம்</p> 	<p>நீங்கள் வேறொருவரிடமிருந்து சிறுநீரகம் பெறுகிறீர்கள்</p>	<p>சிறப்பு இயந்திரங்களைப் பயன்படுத்தி நச்சுப்பொருள்கள் நீக்கப்படுகின்றன</p>	<p>உணவுக் கட்டுப்பாடு, மருந்து ஆகியவற்றின் நோய் சமாளிக்கப்படும். அறிஞர்களைத் தணிய்பதற்கும் பரந்திமக் காலத்திற்கும் சிறப்பு பராமரிப்பு அளிக்கப்படும்</p>
<p>எனது சிகிச்சை</p> 	<p>அறுவை சிகிச்சை மூலம் ஆரோக்கியமான சிறுநீரகம் அகற்றப்பட்டு, உங்கள் உடலில் பொருத்தப்படும்</p>	<p>பெரிடோனியல் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு முறையைப் பயன்படுத்தி விட்டில் அல்லது வறிமோடயாபாலிசில் இயந்திரத்தைப் பயன்படுத்தி இரத்தச் சுத்திகரிப்பு நலையாததில் இதைச் செய்திடலாம்</p>	<p>அறிஞர்கள் தென்படும்வரை, உங்களது சிறுநீரக மருத்திவரிடம் மருந்துகளைப் பெற்று, உணவுக் கட்டுப்பாட்டுடன் தொடர்ந்து சமாளித்தீடுங்கள்</p>
<p>எனது பொருத்தநிலை</p> 	<p>நீங்கள் இதய நோய், புற்றுநோய் அல்லது கிருமித்தொற்று இல்லாமல் ஆரோக்கியமாக இருப்பது அவசியம்</p>	<p>உங்கள் உடலின் மற்ற இயக்கங்களைப் பாதிக்கும் கடுமையான நோய் எதுவும் இல்லாதவரை, பெருமபாலானவர்கள் இதற்குப் பொருத்தமாக இருப்பார்கள்</p>	<p>இது எல்லா நோயாளிகளுக்கும் பொருத்தமானது. குறிப்பாக, குறுகிய ஆயுட்காலம் கொண்ட அல்லது மோசமான வாழ்க்கைத்தரமுள்ள நோயாளிகளுக்குப் பொருத்தமானது</p>
<p>எனது வாழ்வும் வேலையும்</p> 	<p>உறுப்பு மாற்றும் சிகிச்சைக்குப் பிறகு, 3 முதல் 6 மாதங்களில் நீங்கள் மீண்டும் வேலை செய்யத் தொடங்கலாம்</p>	<p>வெவ்வேறு இரத்தச் சுத்திகரிப்பு ஏற்பாடுகளால் வாழ்க்கை முறையில் வெவ்வேறு விளைவுகள் நேரும்</p>	<p>உங்கள் ஆரோக்கியம் காலப்போக்கில் கோஸமடைவதோடு, ஆயுட்காலமும் குறுகிவிடும் என எதிர்பார்க்கப்படுகிறது.</p>

எனது சிறுநீரகம், எனது திட்டம்	சிறுநீரக உறுப்பு மாற்றும் சிகிச்சை	இரத்தச் சத்திகரிப்பு	சுய விருப்பரிமை
 <p>எனது உணவுக் கட்டுப்பாடு</p>	<p>நிங்கள் ஆரோக்கியமாக உண்ணவேண்டும். நிங்கள் உட்கொள்ளும் மருந்துகள் உங்கள் எதிர்ப்புச் சக்தியைக் குறைக்கும் என்பதால், நிங்கள் அதிக கவனமாக இருக்கவேண்டும்</p>	<p>சிலவகை உணவுகளை நிங்கள் கட்டுப்படுத்த வேண்டும்</p>	
 <p>எனது பயணத் திட்டம்</p>	<p>உங்கள் மருத்துவருடன் கலந்து பேசிய பிறகு, நிங்கள் பாதுகாப்பாகப் பயணம் செய்யலாம்</p>	<p>நிங்கள் வெளியூரில் இருக்கும்போது இரத்தச் சத்திகரிப்பைத் தொடர்வதற்கு முன்கூட்டியே திட்டமிடுவது அவசியம். ஆனால், சில தந்திரநிலைகளில் இது சாத்தியப்படாது.</p>	<p>நிங்கள் மருத்துவருடன் கலந்து பேசியபிறகு பாதுகாப்பாகப் பயணம் செல்ல இயலலாம்</p>
 <p>எனது ஆரோக்கியம்</p>	<p>அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு சிக்கல்கள் ஏற்படலாம். அதோடு, அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு உங்களது எதிர்ப்புச்சக்தியைக் குறைக்க மருந்துகளும் உட்கொள்ளவேண்டும். ஆனால், உங்கள் உடல்நலன் மேம்பட்டு, இரத்தச் சத்திகரிப்பு பெறும் நோயாளியைவிட நல்லபடியாக இருப்பீர்கள் என எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. ஆயினும், அறுவை சிகிச்சையுடன் தொடர்புடைய சிக்கல்கள் நேரலாம்</p>	<p>இரத்தச் சத்திகரிப்புக்குப் பிறகு உங்கள் உடல்நிலை மேம்படும் என எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. ஆனால், சாதாரண மக்களையும், மாற்றுச் சிறுநீரகம் பெற்றவர்களையும் விட மோசமாகவே இருக்கும்</p>	<p>உங்கள் ஆரோக்கியம் படிப்படியாக மோசமடையும்</p>
 <p>எனது உடல்</p>	<p>அறுவை சிகிச்சை செய்வதற்கு நிங்கள் மருத்திவமனையில் சேர்க்கப்படவேண்டும்</p>	<p>உங்கள் கையில் AVF நுண்ணாளத்தை உருவாக்குவதற்கு அல்லது உங்கள் வயிற்றில் இரத்தச் சத்திகரிப்பு வடிஞ்சூலல் பொருத்துவதற்குப் பகலநேர அறுவை சிகிச்சை செய்யப்பட வேண்டும்</p>	<p>அறுவை சிகிச்சை எதுவும் எதிர்பார்க்கப்படவில்லை</p>
 <p>எனது வீடு</p>	<p>பாதிப்பில்லை</p>	<p>நிங்கள் இரத்தச் சத்திகரிப்பு திரவத்தை அல்லது இயந்திரத்தை உங்கள் வீட்டில் வைத்திருக்க வேண்டும்</p>	<p>பாதிப்பில்லை</p>

சுருக்கம்

இரத்தச் சுத்திகரிப்பு சிகிச்சை முறைகள்

எனது சிறுநீரகம், எனது திட்டம்	தொடர் அசைவியக்க பெரிடோனியல் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு	பெரிடோனியல் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு	ஹீமோடயாலிசிஸ்
<p>சுருக்கம்</p> 	<p>நச்சுப் பொருள்களையும் திரவங்களையும் அகற்ற, சுத்தமான இரத்தச் சுத்திகரிப்பு திரவம் வயிற்றுக்குள் செலுத்தப்படுகிறது</p>	<p>தானியக்க பெரிடோனியல் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு</p>	<p>இரத்தச் சுத்திகரிப்பு இயந்திரம் இரத்தத்தை உறிஞ்சி சுத்தப்படுத்துகிறது</p>
<p>எனது சிகிச்சை</p> 	<p>ஒவ்வொரு நாளும் 4 முறை, 30 நிமிடங்களுக்கு இரத்தச் சுத்திகரிப்பு செய்யப்படுகிறது</p>	<p>வீட்டில் வைக்கப்பட்டிருக்கும் இயந்திரம், நீங்கள் உறங்கும்போது 8 முதல் 10 மணிநேரத்திற்கு இரத்தச் சுத்திகரிப்பு செய்கிறது</p>	<p>இயற்கையான நுண்ணாளத்தில் அல்லது செயற்கை முறையில் பொருத்தி இணைக்கப்பட்ட நாளத்தில் ஊசி செருகி, இரத்தச் சுத்திகரிப்பு இயந்திரத்தினால் இரத்தம் சுத்தம் செய்யப்படுகிறது. வாரத்தில் 3 முறை, 4 முதல் 5 மணிநேரத்திற்கு இரத்தம் சுத்திகரிக்கப்படும்</p>
<p>எனது பொருத்தநிலை</p> 	<p>உங்களுக்கு இதற்குமுன் வயிற்றில் அறுவை சிகிச்சை எதுவும் செய்யப்பட்டிருக்கக் கூடாது</p>	<p>உங்களுக்கு இரத்தம் அறுவை சிகிச்சை எதுவும்</p>	<p>இதயச் செயல்பாடு குறைவாக இருக்கும் நோயாளிகளுக்கு ஹீமோடயாலிசிஸ் திகிச்சையின்போது இரத்த அழுத்தத்தில் அதிக மாற்றங்கள் ஏற்படலாம்</p>
<p>எனது பயிற்சி மற்றும் ஆதரவு</p> 	<p>3 முதல் 5 நாட்களுக்குப் பயிற்சி அளிக்கப்படும். அவசர ஆலோசனை பெற, 24 மணிநேரமும் தாதிகளுடன் தொடர்பு கொள்ளலாம்</p>		<p>சுகாதாரப் பராமரிப்பு வழங்குநர்கள் இரத்தச் சுத்திகரிப்பைச் செய்வார்கள்</p>

எனது சிறுநீரகம், எனது திட்டம்	தொடர் அசைவியக்க பெரிடோனியல் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு	தானியக்க பெரிடோனியல் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு	ஹீமோடயாலிசிஸ்
 <p>எனது வாழ்க்கை நடவடிக்கைகள்</p>	<p>கையடக்கமானது பல்வேறு இடங்களுக்கும் கையேபாடு எடுத்துச் செல்லக்கூடியது</p>	<p>ஒப்பநிலையில் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு செய்யப்படுவதால், அன்றாட நடவடிக்கைகள் மீதான பாதிப்பு குறைவு</p>	<p>வாரத்தில் 3 முறை நிலையத்தில் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு செய்யப்படும். இது உங்களது அன்றாட நடவடிக்கைகளுக்கே இடையூறாக இருக்கலாம்</p>
 <p>எனது உணவுக் கட்டுப்பாடு</p>	<p>சிலவகை உணவு மற்றும் திரவக் கட்டுப்பாடுகள் அவசியம்</p>	<p>மின்சாரக் கட்டணம் சோக்கரிமல் மாதத்திற்கு \$1600 முதல் \$1800 வரை</p>	<p>சிலவகை உணவு மற்றும் திரவக் கட்டுப்பாடுகள் அவசியம்</p>
 <p>எனது சிகிச்சையின் செலவு*</p>	<p>மாதத்திற்கு \$1100 முதல் \$1500 வரை</p>	<p>நீங்கள் வெளிநாட்டில் இருக்கும்போது CAPD சுத்திகரிப்பு முறைக்கு மாற வேண்டியிருக்கலாம்</p>	<p>போக்குவரத்து செலவு சேர்க்காமல் மாதத்திற்கு \$2500 முதல் \$3000 வரை</p>
 <p>எனது பயணத் திட்டம்</p>	<p>வெளிநாட்டில் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு செய்துகொண்டு நீங்கள் சலப்பமாகப் பயணம் செய்யலாம்</p>	<p>உங்கள் கையில் இயற்கையான நுண்ணாளம் அல்லது செயற்கை முறையில் பொருத்தி இணைக்கப்படும் நாளம் உருவாக்கப்படும். கழுத்தில் தற்காலிக இரத்த வடிக்குழல் தவிரக்கப்பட வேண்டும்</p>	<p>முன்கூட்டியே திட்டமிடுவதன்மூலம் வெளிநாட்டுக்குப் பயணம் செல்ல இயலும். ஆனால், வெளிநாட்டில் ஏற்பாடு செய்யப்படும் ஹீமோடயாலிசிஸ் சிகிச்சைக்கு மாணியம் கிடைக்காது. அதோடு, அதற்கான செலவும் அதிகமாக இருக்கக்கூடும்</p>
 <p>எனது உடல்</p>	<p>உங்கள் வயிற்றில் வடிக்குழலைப் பொருத்த செய்ப்பாடு</p>	<p>இரத்தச் சுத்திகரிப்பு திரவத்தை உங்கள் வீட்டில் வைத்திருக்க வேண்டும்</p>	<p>உங்கள் கையில் இயற்கையான நுண்ணாளம் அல்லது செயற்கை முறையில் பொருத்தி இணைக்கப்படும் நாளம் உருவாக்கப்படும். கழுத்தில் தற்காலிக இரத்த வடிக்குழல் தவிரக்கப்பட வேண்டும்</p>
 <p>எனது வீடு</p>	<p>இரத்தச் சுத்திகரிப்பு திரவத்தை உங்கள் வீட்டில் வைத்திருக்க வேண்டும்</p>	<p>இரத்தச் சுத்திகரிப்பு திரவத்தைப் சிறிய சுத்திகரிப்பு இயந்திரத்தையும் உங்கள் வீட்டில் வைத்திருக்க வேண்டும்</p>	<p>பாதியபில்லை</p>

அடிக்கடி கேட்கப்படும் கேள்விகள்

Q1

இரத்தச் சுத்திகரிப்பு செய்வதால் எனது சிறுநீரகங்கள் குணமடையுமா?

சிறுநீரகத்தின் செயல்பாட்டைக் குணப்படுத்த இரத்தச் சுத்திகரிப்பு உதவாது. சிறுநீரகங்கள் செயல்பாட்டை இழக்கும்போது, அந்தச் செயல்பாட்டைச் செய்வதற்கு மட்டுமே இரத்தச் சுத்திகரிப்பு உதவுகிறது.

Q2

நான் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு வேண்டாமெனத் தீர்மானித்தால் என்ன நடக்கும்?

இரத்தச் சுத்திகரிப்பு செய்யாவிட்டால், நோயாளிகளுக்கு மூச்சுத்திணறல் மோசமடைந்து, குமட்டல், பசியின்மை, அரிப்பு, வலி, குழப்பநிலை ஆகியன அதிகமாகக்கூடும். முடிவில், மரணம் நேரும். ஒவ்வொரு நோயாளியின் அறிகுறிகளும் உடல்நிலை மோசமடையும் வேகமும் பெரிதும் மாறுபட்டிருக்கும். சுய விருப்புரிமையே ஆகச்சிறந்த சிகிச்சை திட்டம் என்பதில் உறுதியாக இருக்கும் நோயாளிகளுக்கு, அறிகுறிகளைத் தணிக்க சிறப்பு பராமரிப்பும் மருந்துகளும் வழங்கப்படும்.

Q3

எனக்கு அறிகுறிகள் எதுவும் இல்லாவிட்டால், நான் எதற்காக இரத்தச் சுத்திகரிப்பு சிகிச்சை பெறவேண்டும்?

சிறுநீரக நோயின் இறுதிக் கட்ட அறிகுறிகள் சில சமயங்களில் வெளிப்படையாகத் தெரியாது.

அவசரநிலையில் இரத்தச் சுத்திகரிப்புக்காக ஊசிகள் செருகப்படும்போது மரணம் ஏற்படக்கூடிய அபாயம் அதிகமாகும். இரத்தச் சுத்திகரிப்பு சிகிச்சையைத் தோந்தெடுத்து முன்கூட்டியே ஆயத்தப்படுத்தும்போது, மனதளவிலும், உணர்ச்சிபூர்வமாகவும், உடல்நிலையிலும், நிதிநிலையிலும் நோயாளிகள் தயார்ப்படுத்திக் கொள்ள கால அவகாசம் கிடைக்கும்.

Q4

இரத்தச் சுத்திகரிப்பு சிகிச்சை பெறும்போது மருந்துகளும் உட்கொள்ள வேண்டுமா?

ஆமாம். சிறுநீரகச் செயலிழப்பால் நேரும் மற்ற உடல்நலப் பிரச்சனைகளைக் கட்டுப்படுத்த நீங்கள் மருந்துகள் உட்கொள்ள வேண்டும்.

Q5

இரத்தச் சுத்திகரிப்பு சிகிச்சையைத் தொடங்கிய பிறகு உடலநிலை தேறுமா?

ஆமாம். உடலில் திரவம் அதிக அளவில் திரள்வதால் ஏற்படும் மூச்சுத்திணறல் போன்ற சில அறிகுறிகளைத் தணிக்க இரத்தச் சுத்திகரிப்பு உதவும். சூமட்டலும் உடல்நலக் குறைவும் உண்டாக்கும் நச்சுப் பொருள்களையும் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு அகற்றுகிறது.

Q6

இரத்தச் சுத்திகரிப்பு செய்யும்போது பக்கவிளைவுகள் அல்லது அசௌகரியம் ஏற்படுமா?

ஆமாம், ஏற்படலாம். ஆனால் இது ஒவ்வொருவருக்கும் மாறுபட்டிருக்கும்.

Q7

இரத்தச் சுத்திகரிப்பு பெறும்போது எனது உணவுப் பழக்கத்தை மாற்ற வேண்டுமா?

நீங்கள் எந்த வகையான இரத்தச் சுத்திகரிப்பைத் தேர்ந்தெடுத்தாலும், நீங்கள் உட்கொள்ளும் உபபையும் திரவத்தையும் கட்டுப்படுத்துவது முக்கியம். ஆனால், பெரிடோனியல் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு பெறும் நோயாளிகளுக்குச் சற்றே தாராளமான உணவுப் பழக்கம் அனுமதிக்கப்படலாம்.

Q8

இரத்தச் சுத்திகரிப்பு சிகிச்சை பெறும்போது வழக்கமான நடவடிக்கைகளை என்னால் தொடர இயலுமா?

ஆம், வேலை, கல்வி, வீட்டு வேலை, விளையாட்டுகள் ஆகியவற்றை உங்களால் தொடர இயலும். ஆனால், இரத்தச் சுத்திகரிப்பு வகையைப் பொறுத்து, பாதிப்பு மாறுபடலாம். எடுத்துக்காட்டாக, ஹீமோடயாலிசிஸ் பெறும் நோயாளிகள் வாரத்தில் 3 முறை தலா 4 மணிநேரம் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு செய்வதால், அவர்களது அன்றாட நடவடிக்கைகளில் இடையூறு ஏற்படலாம். பெரிடோனியல் இரத்தச் சுத்திகரிப்பை இரவு நேரத்தில் செய்யலாம் என்பதால், அன்றாட நடவடிக்கைகள் மீதான பாதிப்பு குறைவாக இருக்கும்.

Q9

இரத்தச் சுத்திகரிப்பு சிகிச்சையால் பாலுறவு பாதிப்படையுமா?

இரத்தச் சுத்திகரிப்பு சிகிச்சை பெறும் நோயாளிகளால் நிறைவான பாலுறவு கொள்ள முடியும். ஆனால், ஒருசிலர் தங்களது தோற்றத்தால் தன்னம்பிக்கை இழக்கக்கூடும். இந்நிலையில், உங்களது சமூக சேவை அதிகாரியிடமும் மருத்துவரிடமும் பேசுவது உதவியளிக்கலாம்.

Q10

இரத்தச் சுத்திகரிப்பு சிகிச்சை பெறும்போது வெளிநாட்டுக்குப் பயணம் செல்ல முடியுமா?

முடியும். பெரிடோனியல் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு சிகிச்சை பெறும் நோயாளிகள், பெரிடோனியல் திரவத்தைக் கையோடு எடுத்துச்சென்று, வெளிநாட்டில் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு செய்து கொள்ளலாம். ஹீமோடயாலிசிஸ் சிகிச்சை பெறும் நோயாளிகள், வெளிநாட்டிலுள்ள ஹீமோடயாலிசிஸ் நிலையத்தில் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு பெற ஏற்பாடு செய்ய வேண்டும். இது அதிக விலையாக இருக்கக்கூடும். உங்களது பயணத் திட்டங்களை மருத்துவரிடம் தெரியப்படுத்துவது முக்கியம். அப்போதுதான் தேவையான ஏற்பாடுகளைச் செய்ய முடியும்.

Q11

இரத்தச் சுத்திகரிப்பு சிகிச்சை தெரிவுகள் பற்றி யாரிடம் பேசுவது?

உங்களது சிறுநீரக மருத்துவரிடம், தாதியிடம் அல்லது சிறுநீரக ஒருங்கிணைப்பாளரிடம் நீங்கள் பேசலாம்.

Q12

நான் பெரிடோனியல் இரத்தச் சுத்திகரிப்பைத் தேர்ந்தெடுத்தால், எனக்குப் பயிற்சி அளிக்கப்படுமா?

ஆமாம், தகுதிபெற்ற பெரிடோனியல் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு தாதியுடன் 3 முதல் 5 நாட்களுக்கு நீங்கள் பயிற்சி பெறுவீர்கள்.

Q13

பெரிடோனியல் இரத்தச் சுத்திகரிப்பின்போது எனக்குப் பிரச்சனைகள் ஏற்பட்டால், நான் தொடர்பு கொள்வதற்கு யாரேனும் இருக்கிறார்களா?

இருக்கிறார்கள். தொலைபேசிவழி 24 மணிநேரமும் ஆலோசனை வழங்கக்கூடிய தாதிகளுடன் நீங்கள் தொடர்பு கொள்ளலாம்.

Q14

பெரிடோனியல் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு சிகிச்சை செய்வோருக்குக் கிருமித்தொற்று அடிக்கடி ஏற்படுவதாகக் கேள்விப்பட்டிருக்கிறேன். இது உண்மையா?

கிருமித்தொற்று முக்கிய பிரச்சனையாக இருந்தாலும், முறையான கை சுகாதார உத்திகளைக் கடைப்பிடிக்கும் பெருமபாலான பெரிடோனியல் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு நோயாளிகளுக்குக் கிருமித்தொற்று ஏற்படுவதில்லை. கிருமித்தொற்று ஏற்பட்டால், சிகிச்சைக்காகப் பொதுவாக மருத்துவமனையில் சேர்க்கப்பட வேண்டியதில்லை.

Q15 எந்த வகையான இரத்தச் சுத்திகரிப்பு ஆகப் பொருத்தமானது?

உங்களது தனிப்பட்ட விருப்பத்தையும் உடல்நிலையையும் பொறுத்தே உங்களுக்கு ஆகப் பொருத்தமான இரத்தச் சுத்திகரிப்பு வகை நிர்ணயிக்கப்படும். உங்களுக்கு ஆகப் பொருத்தமான தீர்மானத்தை எடுப்பதற்கு, உங்களது சிறுநீரக மருத்துவரும் சிறுநீரக ஆலோசகரும் உங்களுக்கு உதவி புரிவார்கள்.

Q16 நான் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு சிகிச்சைக்கு செல்லத் தவறினால் என்ன நடக்கும்?

நீங்கள் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு சிகிச்சைக்கு செல்லத் தவறினால், நச்சுப் பொருள்களும் திரவமும் வெகுவாக அதிகரித்து, மிகுந்த உடல்நலக்குறைவு ஏற்படும். இதனால் மரணமும் நேரக்கூடும்.

Q17 இரத்தச் சுத்திகரிப்பு சிகிச்சையுடன் நான் எவ்வளவு காலம் வாழ முடியும்?

உங்களுக்குள்ள மற்ற உடல்நலப் பிரச்சனைகளையும், நீங்கள் சிகிச்சை திட்டத்தை எந்த அளவுக்குக் கடைப்பிடிக்கிறீர்கள் என்பதையும் பொறுத்து, ஆயுட்காலம் மாறுபடும்.



சிறுநீரகச் செயலிழப்புக்கான மாற்று சிகிச்சைகள் பற்றிய அனைத்து விவரங்களும் இக்கையேட்டில் உள்ளடங்கிவிடவில்லை. நீங்கள் தீர்மானம் எடுப்பதற்கு முன்பாக, உங்களது சிறுநீரக மருத்துவர், ஆலோசகர், தாதிகள், குடும்பத்தினர் ஆகியோருடன் கலந்து பேசுங்கள்.

மேற்கோள்கள்:

1. Menon MK et al, Nephrol Dial Transplant 2001; 16: 2207-2213
2. Yeates K et al, Nephrol Dial Transplant 2012; 27: 3568-3575
3. Tam P et al, Perit Dial Int 2009; 29(S2):S108-110
4. Jansen MA et al, Kidney Int 2002; 62:1046-53
5. Caylan R et al, Turk J Med Sci 2010; 40: 835-41
6. Robert AW et al, NEJM 1999; 341: 1725-30

இத்தகவலை உங்களுக்காக வழங்குவோர்



MINISTRY OF HEALTH
SINGAPORE



மார்ச் 2019