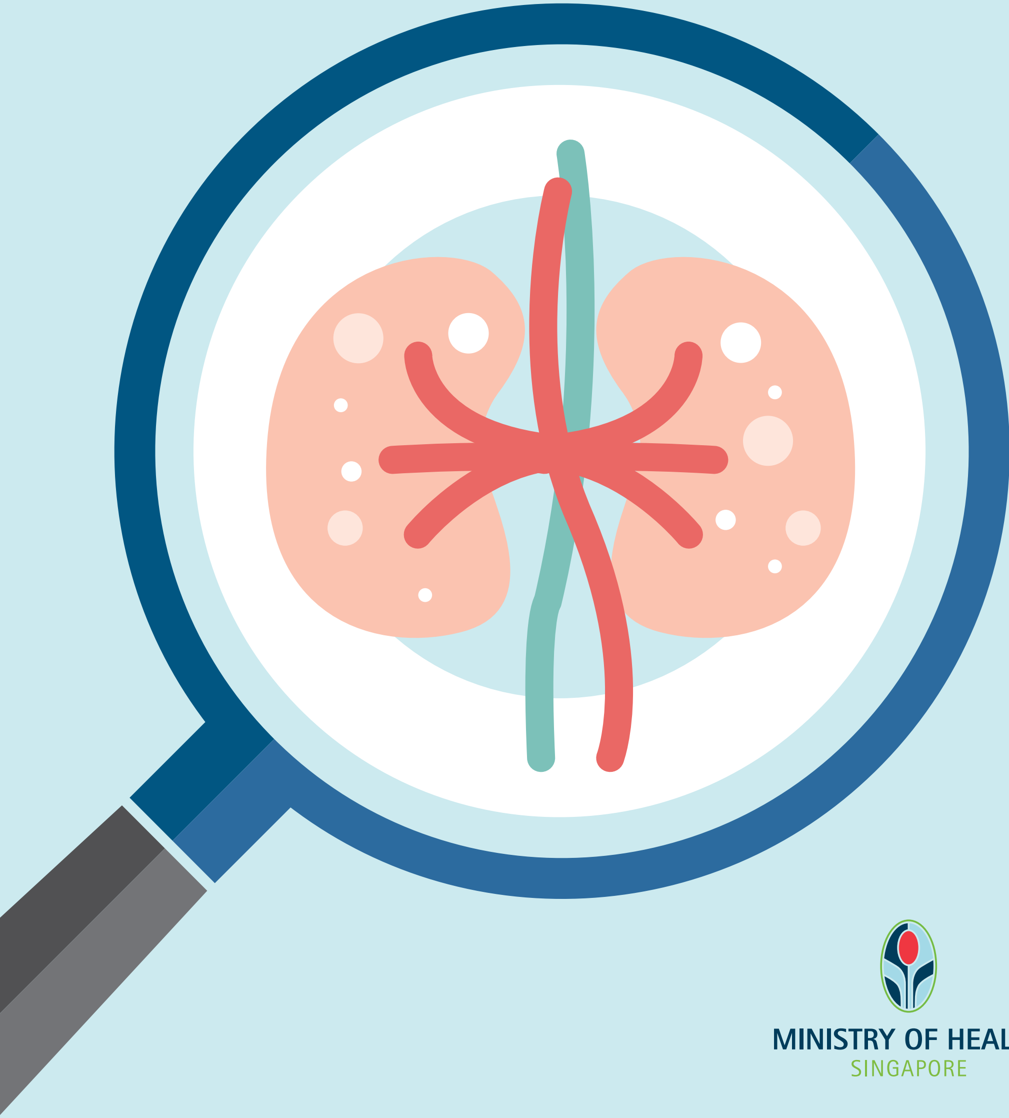
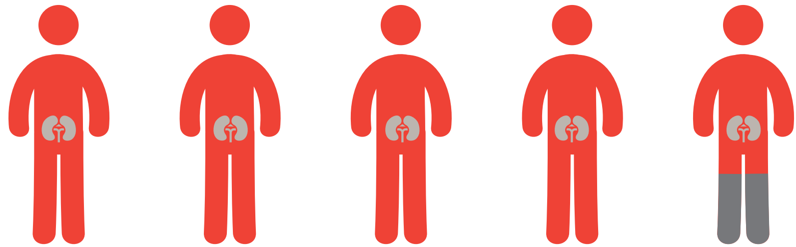
1

நாட்பட்ட சிறுநீரக நோயுடனான வாழ்க்கை



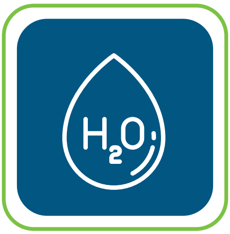
MINISTRY OF HEALTH
SINGAPORE

சிறுநீரகச் செயல்பாடு இழப்பு என்பது என்ன?



ஒரு நோயாளியின் சிறுநீரகங்கள், ஆகச்சிறந்த சிகிச்சையும் பராமரிப்பும் கிடைத்தாலும்கூட மோசமடையக்கூடும். சிங்கப்பூரில் ஒவ்வொரு நாளும் சிறுநீரகச் செயல்பாடு இழப்புள்ள **4.7 புதிய நோயாளிகள்** கண்டறியப்படுவதாகக் கணிக்கப்படுகிறது.

நமது சிறுநீரகங்களின் செயல்பாடு



உங்கள் உடலிலுள்ள திரவத்தைக் கட்டுப்படுத்துகிறது

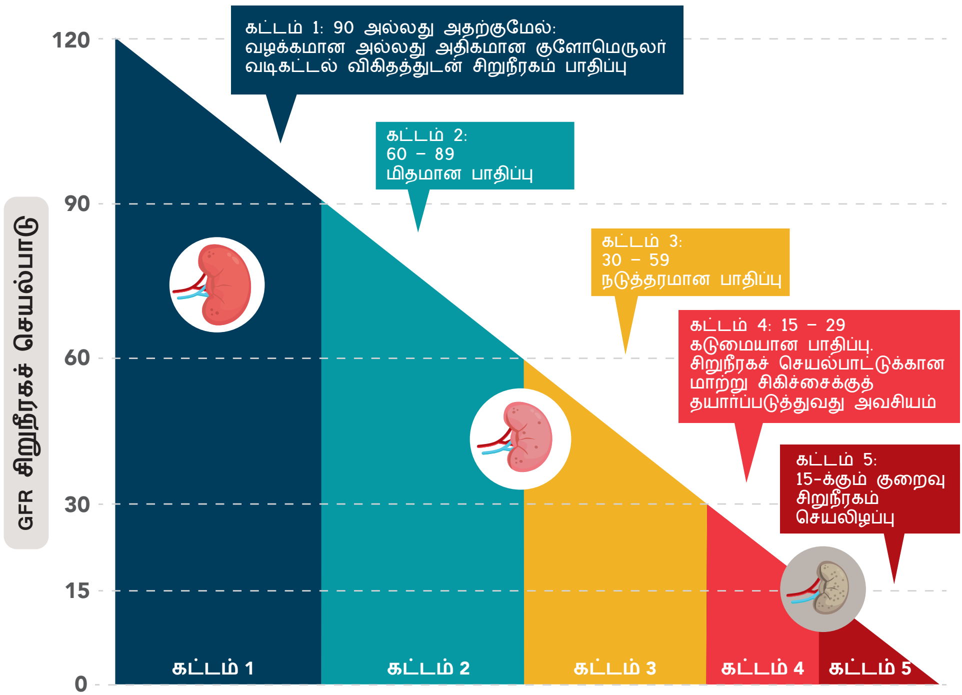
இரத்தத்திலுள்ள வேதிப்பொருட்களான பொட்டேசியம், பாஸ்பேட், அமிலம் போன்றவற்றை வழக்கமான அளவுகளில் நிலைநாட்டுகிறது

இரத்தத்திலுள்ள நச்சுப்பொருட்களை அகற்றுகிறது

இரத்த அணுக்களின் எண்ணிக்கையையும் எலும்புகளின் ஆரோக்கியத்தையும் நிலைநாட்ட ஹார்மோன்களை உற்பத்தி செய்கிறது.

> நமது சிறுநீரகங்கள் செயலிழக்கும்போது, அவற்றின் செயல்பாடுகளைச் செய்வதற்கு வேறு வழிகளை நாம் நாடவேண்டும்.

குளோமெருலர் வடிகட்டல் விகிதத்தை (GFR) இரத்தப் பரிசோதனையின் மூலம் கணிக்கலாம். இது சிறுநீரகத்தின் செயல்பாட்டை அளவிடுகிறது.



நாட்பட்ட சிறுநீரக நோயின் கட்டங்கள்

சிறுநீரகத்தின் செயல்பாடு குறைவான அளவில் இருக்கும்போது பின்வரும் அறிகுறிகள் தென்படலாம்:

மூச்சுத்திணறல் | காலில் வீக்கம் | குமட்டல் மற்றும் வாந்தி | தலை கிறுகிறுப்பு | அரிப்பு

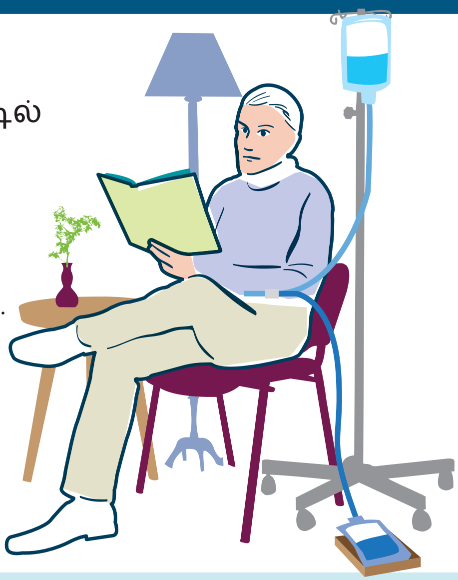
எனது சிறுநீரகங்கள் செயலிழக்கும்போது நான் என்ன செய்ய முடியும்?

சிறுநீரகச் செயல்பாடு இழப்பு

- சிறுநீரக உறுப்பு மாற்றும் சிகிச்சை
- சிறுநீரகச் செயல்பாட்டுக்கு மாற்று சிகிச்சை
  - பெரிடோனியல் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு
  - ஹீமோடயாலிசிஸ்
- சுய விருப்புரிமை

1 பெரிடோனியல் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு

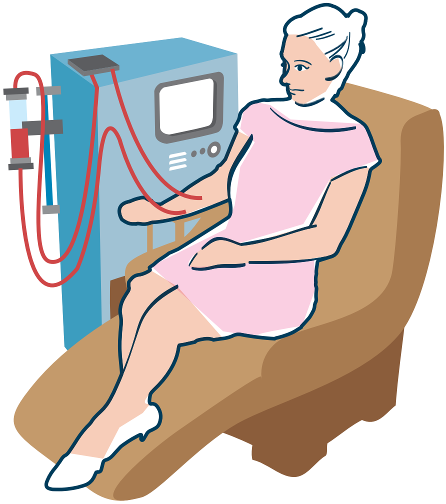
வயிற்றை வடிகட்டியாகப் பயன்படுத்தி அன்றாடம் வீட்டில் செய்யும் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு சிகிச்சை இது. நோயாளிகள் அல்லது பராமரிப்பாளர்கள், நோயாளியின் வயிற்றுக்குள் சுத்தமான சுத்திகரிப்பு திரவத்தைச் செலுத்துவார்கள்.



2 ஹீமோடயாலிசிஸ்

இரத்தச் சுத்திகரிப்பு நிலையத்தில் வாரந்தோறும் குறைந்தது 3 முறை செய்யப்படும் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு இது.

இயந்திரத்துடன் இணைக்கப்பட்ட வடிகட்டியில் நோயாளியின் இரத்தம் சுத்தம் செய்யப்பட்டு, மறுபடியும் நோயாளியின் உடலுக்குள் செலுத்தப்படும்.

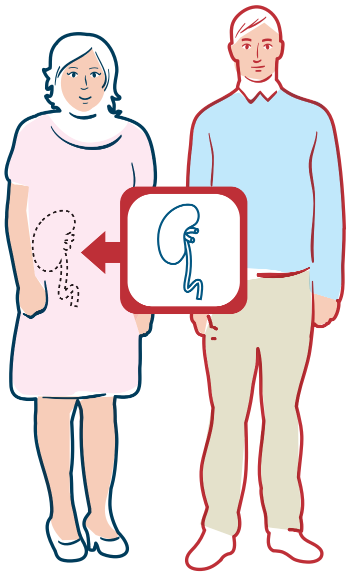


3 சிறுநீரக உறுப்பு மாற்றும் சிகிச்சை

சிறுநீரகம் செயலிழந்துவிட்ட நோயாளியின் உடலில், செயல்படும் நிலையிலுள்ள சிறுநீரகம் அறுவை சிகிச்சை மூலம் பொருத்தப்படும்.

புதிய சிறுநீரகம் பழைய சிறுநீரகங்களுக்குப் பதிலாகச் செயல்படும். உறுப்பு மாற்றும் சிகிச்சை வெற்றியடைந்தால், இரத்தச் சுத்திகரிப்பு தேவைப்படாது.

அன்புக்குரியவரின் அல்லது மனித உறுப்பு மாற்றுச் சட்டத்தின்கீழ் உயிரிழந்த நன்கொடையாளரின் செயல்படும் சிறுநீரகத்தை நோயாளி பெறுவார்.



4 சுய விருப்புரிமை

சில சமயங்களில், மேற்காணும் சிகிச்சைகள் எதுவும் வேண்டாமென நோயாளிகள் முடிவெடுக்கக்கூடும்.

மோசமடையும் சிறுநீரகச் செயல்பாட்டால் எழக்கூடிய அறிகுறிகளுக்கு நிவாரணமாக மருந்துகள் தரப்படலாம்.

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

நோயாளி காலமாகும்வரை சௌகரியமான பராமரிப்பு வழங்குவதே இதன் நோக்கம்.

? உங்களுக்கு ஆகப் பொருத்தமானதில் கவனம் செலுத்துங்கள்...

சிறுநீரகச் செயலிழப்பு பற்றி தெரிய வரும்போது பெரும்பாலான நோயாளிகள் தடுமாற்றம் அடைகின்றனர். ஆனால், தகுந்த முன்னேற்பாடுடன், ஆக்ககரமான விளைவுகளை உண்டாக்க இயலும்.

உங்கள் குடும்பத்தினர், சிறுநீரக ஆலோசகர்கள், மருத்துவர் ஆகியோருடன் ஆரம்பத்திலேயே கலந்து பேசுவதன்மூலம், நீங்கள் நன்கு விவரமறிந்து புரிதலுடன் தீர்மானம் எடுக்க முடியும்.

“உறுப்பு மாற்று சிகிச்சை வெறும் அறுவை சிகிச்சை மட்டுமல்ல; எங்களிடையில் நெருக்கமான பந்தத்தை வளர்த்த அன்பின் அடையாளச் செயல் அது.”

திருவாட்டி நொரிஸா,
கணவருக்கு சிறுநீரகம் தானம் செய்தவர்

“சிறுநீரகம் செயலிழந்தால் வாழ்க்கை பாதிப்படையும் என இளவயதில் நான் நினைத்ததுண்டு. ஆனால், இது ஒரு வகையான உடல்நலப் பிரச்சனையே. பெரிடோனியல் இரத்தச் சுத்திகரிப்புடன், நான் செய்ய விரும்பும் காரியங்களை என்னால் இன்னமும் செய்ய முடிகிறது.”

வான் டிங்,
பெரிடோனியல் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு நோயாளி

“உறுப்பு மாற்று சிகிச்சையால் என் வாழ்க்கை பாதிப்படையவில்லை. என் அப்பாவின் வாழ்க்கைத் தரம் பெருமளவு முன்னேற்றம் அடைந்திருக்கிறது.”

டேரல்,
அப்பாவுக்கு சிறுநீரகம் தானம் செய்தவர்

“ஹீமோடயாலிசிஸ் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு பெறுவதால், நான் ஆக்ககரமான, நிறைவான வாழ்க்கை வாழ்கிறேன். என் குடும்பத்தோடு, குறிப்பாக எனது 4 பேரப்பிள்ளைகளோடு செலவிடும் நேரத்தை பொக்கிஷமாகக் கருதுகிறேன்.”

திருவாட்டி சீ,
ஹீமோடயாலிசிஸ் இரத்தச் சுத்திகரிப்பு நோயாளி

சிங்கப்பூர் தேசிய சிறுநீரக அறநிறுவனத்திற்கு நன்றி

இத்தகவலை உங்களுக்காக வழங்குவோர்

MINISTRY OF HEALTH
SINGAPORE

National Healthcare Group
Adding years of healthy life

NUHS
National University Health System

SingHealth
Defining Tomorrow's Medicine

மார்ச் 2019