# निवडक रुग्ण कथा

डॉ. श्रीकान्त वाघ, ऱ्हुमॅटॉलॉजिस्ट, पुणे

**Coping with Rheumatoid Arthritis**
(Marathi)

## संधिवात - एक अनुभव
## श्री. सुधाकर टिळेकर, (पुणे)

शरीर म्हटलं की आजार आणि मशीन म्हटलं की बिघाड हे आलंच. पण महत्त्वाचे म्हणजे आजार किंवा बिघाड जीवघेणा नसावा. मशीन जसं दुरूस्त करता येतं तसं शरीरासुद्धा. काही आजार असे असतात की विज्ञानानं अजून त्यावर १००% विजय मिळवलेला नाही. त्यावर आपण ९९% पर्यंत आवर घालू शकतो. मधुमेहाचं उदाहरण याबाबतीत देता येईल. फक्त अशा आजारात योग्य निदान व्हायला हवे आणि त्यावर उपचारही व्हायला हवेत. मगच आजारावर आपण मात करू शकतो.

असंच काहीसं माझ्या पत्नीच्या बाबतीत घडलं. तिच्या संधिवाताचं निदान झालं अन् मी मानसिकदृष्ट्या कोसळलो. संधिवात कशामुळे होतो याबाबतीत अंतिम निर्णयाप्रत विज्ञान पोचले नसले तरी स्त्रियांमध्ये या आजाराचे प्रमाण अधिक आहे हे अनुभवांती स्पष्ट झाले आहे. स्त्रीमध्ये असलेल्या पुनरुत्पादन यंत्रणेमुळे हा होत असावा असे मला राहून-राहून वाटते.

असो. याची मला प्रचिती कशी आली अन् परमेश्वराच्या कृपेने यातून बाहेर कसा पडलो हे आपणापुढे ठेवू इच्छितो.

सप्टेंबर २००८ मध्ये माझ्या पत्नीच्या मांडीवर निळ्या रेषा दिसू लागल्या व वेदना होऊ लागल्या. प्रथम फॅमिली डॉक्टरकडे घेतलेल्या उपचारात व रक्त तपासणीवरून RA+ (संधिवात) झाल्याचे निदान झाले. या रोगाबाबत माझे बरेच वाचन झाले होते. तेच दुखणं स्वत:च्या अंगावर आल्यावर रुग्णाच्या नातेवाईकांची जी धावपळ उडते ती माझीही झाली कारण आलेल्या वाचनाकडे मी 'परदु:ख शीतल' या उक्तीप्रमाणेच पाहिले होते. 'जावे त्याच्या वंशा तेव्हा कळे' या म्हणीची तेव्हा पुरेपूर प्रचिती आली. अनेक तज्ज्ञ डॉक्टरांचा सल्ला घेतल्यानंतर व उपचारानंतर माझी पुण्याच्या टिळक रस्त्यावरील लुपस क्लिनीकचे डॉ. श्रीकांत वाघ यांच्याशी भेट झाली आणि त्यांच्या ज्ञानाने केलेल्या उपचारानंतर पत्नीच्या संधिवाताच्या आजारातून सहीसलामत बाहेर पडलो. संधिवातावर फक्त आयुर्वेदातच चांगले उपचार होतात या माझ्या मनाच्या हट्टापायी त्याआधी चार महिने विविध आयुर्वेदतज्ज्ञांकडे पत्नीवर उपचार घेतले. त्यातून थोडादेखील फरक पडत नव्हता. उलट पत्नीची तब्येत दिवसागणिक ढासळू लागली. सांध्यात होणाऱ्या असह्य वेदना, कमी होत जाणारे वजन, कमी झालेली भूक आणि ढासळलेली मानसिकता यामुळे मीही अस्वस्थ होऊ लागलो. काय करावे ते सुचत नव्हते. एका मित्राने सुचविल्याप्रमाणे मी पत्नीसह लुपस क्लिनिकचा रस्ता धरला अन् तोच रस्ता ह्या आजारातून बाहेर पडण्याचा राजमार्ग निघाला. आज पत्नी ८०% बरी झाली. हा आनंद माझ्यासाठी व माझ्या मुलांसाठी अमृताहुनी गोड आहे.

संधिवातामध्ये होणाऱ्या असह्य वेदना, कूर्चाची होणारी हानी, मंदावणारी भूक आणि कमी होत जाणारे वजन, ही काळजी लावणारी लक्षणे असतात. रुग्णाची होणारी तळमळ ही जीव आणि हृदय पिळवटून टाकणारी असते. कोपरे, खांदे, मनगटे, कंबर या सांध्यात प्रचंड वेदना होतात. पत्नीच्या वेदना कमी होत नव्हत्या आणि वजनदेखील ४५ किलोपर्यंत कमी झाले होते. इतर कामे सोडाच, परंतु तिला बेडवरून उठताही येत नव्हते की शौचासही बसता येत नव्हते. रात्री-बेरात्री वेदना झाल्याने त्यावर मसाज करण्यासाठी मला रात्रभर जागावे लागे. त्यावर मी काहीसा वैतागून जात असे; पण मला वैतागून चालणार नव्हते. मलाही पोलिस खात्यासारख्या संवेदनशील नोकरीमुळे सकाळी ५ वाजता पोलिसी शिस्तीप्रमाणे उठावेच लागायचे. कारण मी दौंड येथे पोलीस ट्रेनिंग स्कूलमध्ये इन्स्पेक्टर म्हणून नोकरी करत होतो.

आयुर्वेदाच्या चार महिन्यांच्या उपचारात आयुर्वेदिक डॉक्टरांनी रक्ताच्या तपासण्या केल्या नव्हत्या की एक्स-रेही घेतले नव्हते. अशा परिस्थितीत मी पत्नीसह 'लुपस क्लिनिक' मध्ये प्रवेश केला.

डॉक्टरांना मागील सर्व इतिहास सांगितला. उपचाराचे पेपर्स दाखवले. डॉक्टरांनी पेशंटला तपासून काही रक्ताच्या तपासण्या

सांगितल्या व शरीराच्या काही सांध्यांचे एक्स-रे काढण्यास सांगितले. तत्पूर्वी पत्नीच्या सर्व तक्रारी व इतिहास (वजन, दुखरे भाग वगैरे) यांची संगणकात नोंद केली. औषध-गोळ्या देऊन १५ दिवसांनी पुन्हा भेटण्यास बोलावले. दोन-तीन दिवस गोळ्या घेतल्यानंतर पत्नीच्या तब्येतीत फरक पडू लागला अन् आशेचा किरण दिसू लागला. रक्ततपासणी व एक्स-रेवरून डॉक्टरांनी कूर्च्यांची हानी झाली नसली तरी रोगाची तीव्रता जास्त असल्याचे सांगून 'घाबरू नका' असा वडीलकीचा सल्ला दिला. पत्नीच्या छातीत पाणी झाले होते. त्यांनी सांगितल्याप्रमाणे पुण्यातील एका प्रतिथयश हॉस्पिटलमध्ये छातीतील पाणी काढले व त्याचे नमुने प्रयोगशाळेत तपासणीसाठी पाठविले. ते पाणीदेखील संधिवातामुळेच निर्माण झालेले होते.

डॉक्टरांनी सांगितल्यानुसार गोळ्यांचा डोस नियमित सुरू होता. पत्नीची तब्येत दिवसेंदिवस सुधारू लागली. वेदना कमी झाल्या. नव्हे त्या संपल्या. जमिनीवर बसता न येणारी पत्नी आज सहा महिन्यांनंतर जमिनीवर बसते, उठते, स्वयंपाक करते (त्याचा आस्वाद आम्ही कुटुंबीय आनंदाने घेतो), दररोज २ किलोमीटर चालतेदेखील. आता तिची तब्येत ठणठणीत झाली आहे.

डॉक्टरांच्या योग्य उपचारांमुळे आज मी या आनंदी विश्वात पोहोचलो आहे, हे लिहिताना माझ्या डोळ्यातून आनंदाश्रू वाहात आहेत.

डॉ. श्रीकान्त वाघ यांनी आयुर्वेद आणि ॲलोपॅथीमध्ये एम. डी. केलेले असून ते संधिवात तज्ज्ञ आहेत. जगातील विविध देशांत संधिवात या विषयावर होणाऱ्या परिषदांना ते हजर असतात आणि या विषयात सतत नवीन शोधत असतात. नुकतेच ते ऑस्ट्रेलियात जाऊन आले आहेत. त्यांनी विविध परीक्षाही दिलेल्या आहेत. टारगेटवर योग्य ठिकाणी सही निशाना ह्या त्यांच्या सूत्राने रोगसुद्धा त्यांना घाबरत असावा. ते अत्यंत शांत व मृदु स्वभावाचे आहेत. त्यांनी अभ्यासूपणे रोगावा उपचार केल्याने मी आज इथपर्यंत पोचलो. वैद्य देवासमान याची पुरेपूर अनुभूती मला व माझ्या मुलांना त्यांच्या रूपाने आली आहे. त्यासाठी डॉ. वाघांचे आभार मानणे हा नतद्रष्टपणा होईल असे मला वाटते. फक्त मी त्यांचे ऋण व्यक्त करू इच्छितो. या ऋणातून मुक्त न होता अशा रोगाने बाधित झालेल्या रुग्णांना अनुभव सांगण्याची प्रेरणा मला यातून मिळाली आहे व मी ते करणार आहे. जेव्हा जेव्हा मी टिळक रस्त्याने जातो तेव्हा आपसुकच माझे पाय लुपस क्लिनिककडे वळतात- डॉक्टरांना नमस्कार करण्यासाठी.

या घटनेत मी एक गोष्ट प्रकर्षाने नमूद करू इच्छितो. कोणत्याही रोग्याला आजारात वैद्यकीय उपचार जेवढे महत्त्वाचे असतात तेवढेच त्याला मानसिक उभारी देणे आवश्यक आहे (समुपदेशन). तसेच नातेवाईकांनीही त्याला प्रेमाचा ओलावा देणे महत्त्वाचे आहे. यावा अनुभव मी घेतला आहे आणि दिलाही आहे. मी पोलीस अधिकारी असलो तरी बऱ्यापैकी समुपदेशक आहे आणि त्याचा फायदा पत्नीची तब्येत सुधारण्यात झाला आहे. आपण या आजारातून बाहेर पडू शकतो हे मी तिच्या मनावर बिंबवले, तिचा आत्मविश्वास वाढवला. मी व माझ्या मुलांनी दिलेल्या प्रेमाने आजाराविषयी तिचे संभ्रम दूर करण्यात आम्ही यशस्वी झालो. हे सर्व पत्नीच्या बोलण्यातून व्यक्त झाल्याने मुद्दाम नम्रपणे पण ठामपणे नोंद करीत आहे. आजारी व्यक्तीला उपचार, समुपदेशन तसेच योग (आसने-प्राणायाम) यामुळे आपण बरे करू शकतो. डॉक्टरांमुळे हे सर्व घडून आले हे सांगताना मला आनंद होत आहे. आजारीपणाच्या काळात माझ्यावर प्रेमाने शुश्रुषा करणारे कोणीतरी आहे ही गोष्ट रुग्णाला दिलासा देणारी असते. स्त्री आजारी पडली की कुटुंब कोसळते याचा अनुभव मी घेतला आहे.

हे सर्व लिहिताना क्लिनिकच्या स्टाफचा विसर मला पडणार नाही. त्यांचेही आभार. रुग्णांना व त्याचे नातेवाईकांना एक गोष्ट नक्की सांगेन की संधिवात किंवा दुसरा आजार झाल्यास गडबडून जाऊ नका. तज्ज्ञ डॉक्टरांचा सल्ला घ्या, उपचार घ्या, आजारी व्यक्तीचे समुपदेशन करा आणि प्रेमाचा ओलावा द्या. मग आजार बरा होतोच. तो स्वर्गीय आनंद आज माझे कुटुंब घेत आहे. तो तुम्हा सर्वांना मिळावा ही परमेश्वराला विनंती करतो.

आणि शेवटी माझ्या परीने कोणालाही काही माहिती हवी असल्यास ती देण्यास मी सदैव तयार आहे. सर्वांना शुभेच्छा. नमस्कार.