

निवडक रुग्ण कथा

डॉ. श्रीकान्त वाघ, ऱ्हुमॅटॉलॉजिस्ट, पुणे

Coping with Rheumatoid Arthritis (Marathi)



संधिवात-माझा सोबती-

सौ.विमल झानपुरे (पुणे) फोन : ०२० २४४५०६३७

आजाराची सुरुवात झाली १९९९ मध्ये. वय होते ५२वर्षे. सांध्यांवर आणि सगळ्याच अंगावर सूज होती. असह्य वेदना होत. वेदनासुद्धा साध्या नव्हेत तर शरीरभर फिरणारे. शरीरभर एक प्रकारचा ताण होता. कडकपणा वाटायचा. रक्तातल्या संधिवाताचे, म्हणजेच ऱ्हुमॅटॉईड आर्थायटिस- आमवाताचे निदान झाले. यामुळे दैनंदिन व्यवहारात बऱ्याच अडचणी येऊ लागल्या. नेहमीसारखे हिंडणे-फिरणे बंद झाले. छोट्या-मोठ्या कार्यक्रमांना जाता यायचे नाही. त्यामुळे हळहळ वाटायची. पण घरातली बाकीची मंडळी जाऊन आल्यावर ज्याप्रकारे वर्णने करायची- ती ऐकल्यावर वाटायचेच नाही की आपण कार्यक्रमांला नव्हतो. अर्थात मनात कार्यक्रमांला न गेल्याची टोचणी असायचीच.

पावसाळा-हिवाळ्यात जास्त त्रास व्हायचा. हात (पाठी)मागे जात नसत. त्यामुळे

केस विचरता येत नसत. याशिवाय बोटे वाकडी होणे. अशांसारख्या समस्याही उद्भवल्या.

रोगाच्या इलाजासाठी सर्वप्रकारच्या पॅथींचा आधार घ्यायचा प्रयत्न केला.

१) **ऑलोपॅथी**- यातील वेदनाशामक औषधांचा थोडासा उपयोग झाला पण त्यांचा अतिरेक झाल्यामुळे विपरीत दुष्परिणामांना (साइड-इफेक्ट्स) सामोरे जावे लागले. उदाहरणार्थ पोट्यात जळजळ, दूधभात याशिवाय काही खावचे नाही. दातांवर परिणाम झाला. नेतर तोंडात फोड येणे, ओठ फुटणे, सुजणे, रक्त येणे असे प्रकार झाले.

२) **होमिओपॅथी**- वेदना वाढल्यावर (अॅटॅक आल्यावर) फारसे प्रभावी नव्हते.

३) **आयुर्वेद**- ३-४ वर्षे उपचार चालू होते. काही काळ परिणाम होता, परंतु वेदनांपासून पूर्ण मुक्ती मिळाली नाही.

या सर्वांमुळे इच्छा नसूनही अंथरुणाला खिळून रहायला लागायचे. सदैव 'आजारी' असल्याची भावना होती. त्यामुळे प्रचंड शारीरिक व मानसिक खच्चीकरण झाले. पोट बिघडले होते, पचनशक्ती कमी झाली. त्यामुळे तेच तेच हलके पदार्थ खाऊन वजन कमी झाले. अशक्तपणा आला. मी तर बरे व्हायची आशाच सोडली.

मात्र २००७ साली डॉ.श्रीकांत वाघ यांची ट्रीटमेंट सुरू केली. त्यांनी सर्व तपासण्या नव्याने केल्या आणि औषधोपचार सांगितले. नियमित तपासण्या व त्यानुसार उपाययोजनांनी प्रकृतीत सुधारणा होत गेली व होते आहे. हाच होता आशेचा नवा किरण! डॉ. वाघ यांनी व्यायामावर विशेषतः -चालण्यावर भर दिला. आज काही अपवाद वगळता सर्व दैनंदिन व्यवहार सुरळीत चालू आहेत. मी पुन्हा स्वावलंबी झाले आहे. त्यामुळे मानसिक उभारी आली आहे. पूर्वीसारखी आनंदी झाली आहे. तरीसुद्धा आंबट आणि गार पदार्थ न खाणे, रोज रात्री गरम पाण्याची पिशवी घेऊन हात-पाय शेकणे, थंडीपासून स्वतःला जपणे अशी पथ्ये मी पाळते.

आता १० वर्षे झाली, मी आणि संधिवात एकमेकांचे सोबती आहेत. जरी आता त्याचा आणि माझा बऱ्याच प्रमाणात संबंध तुटला असला तरीही!

या भयानक कसोटीला माझ्यासह माझे कुटुंबही सामोरे गेले. छोट्या नातवापासून माझ्या पतीपर्यंत सर्वच खंबीरपणे माझा आधार बनले. डॉक्टरांनी दिलेला विश्वासही मोलाचा होता. या सर्व प्रयत्नांमुळेच आज मी या आजारातून सावतेय....