सही मार्गदर्शन नहीं मिलने से संधिवात के पेशंट भटकते रहते हैं

संधिवात विशेषज्ञ (ऱ्हयूमेटोलॉजिस्ट) डॉ. श्रीकान्त वाघ से बातचीत

जोड़ों का दर्द एक ऐसी समस्या है, जिससे तकरीबन हर कोई जिंदगी में कभी न कभी पीड़ित होता ही है. पहले यह केवल बढ़ती उम्र की निशानी माना जाता था, लेकिन अब सिटिंग जॉब, बदलती लाइफ स्टाइल और एन्वारन्मेंटल चेंजेस के चलते कम उम्र में भी लोगों को अपना शिकार बना रहा है. कमजोर रोग प्रतिरोधक क्षमता के चलते जोड़ों में सूजन आना आर्थराइटिस का गंभीर प्रकार है, जिसके बारे में अवेयरनेस काफी कम है. दूसरी तरफ संधिवात विशेषज्ञ यानि ऱ्हयूमेटोलॉजिस्ट की संख्या कम होने से भी संधिवात के पेशंट्स को कई बार सही ट्रीटमेंट नहीं मिल पाता है. आयुर्वेद और एलोपैथी दोनों में ही मेडिसिन ब्रांच में पोस्ट ग्रेजुएशन करने के बाद संधिवात में विशेषज्ञता हासिल करने वाले डॉ.श्रीकांत वाघ पुणे के आर्थराइटिस के मशहूर डॉक्टर्स में से एक हैं. आर्थराइटिस का बेहतर ट्रीटमेंट देने के लिए उन्होंने कई एडवांस्ड टेक्नीक्स का प्रयोग पुणे में शुरु किया. ऱ्हयूमेटोलॉजिस्ट डॉ. श्रीकांत वाघ से दै.आज का आनंद की विशेष संवाददाता श्रद्धा जैन की बातचीत –

डॉ. श्रीकान्त वाघ : एक नजर में

- जन्मदिन – 14 मई 1953
- प्रैक्टिस की शुरुआत – 1983 से
- 2006 से बतौर संधिवात विशेषज्ञ प्रैक्टिस शुरु की
- स्टॉफ – 7 (2 डॉक्टर + 1 फिजियोथैरेपिस्ट)
- डॉ. श्रीकान्त वाघ की अब तक 11 किताबें प्रकाशित हो चुकी हैं
- दुनिया के एकमात्र ऐसे डॉक्टर हैं, जिसने आयुर्वेद और एलोपैथी दोनों चिकित्सा पद्धतियों में मेडिसिन से पोस्ट ग्रेजुएशन की
- संपर्क – 020-24478993, मो. 9822032373/9763407229

?. आपके फैमिली बैकग्राउंड के बारे में बताएं? आपकी एजुकेशन कहां से हुई?

डॉ. श्रीकान्त वाघ : हमारा परिवार पुणे का ही रहने वाला है. पापा श्री यशवंतराव वाघ बतौर सेशन जज मुंबई से रिटायर हुए. रिटायरेंट के बाद उन्होंने काफी समय तक मुंबई में बतौर लॉयर प्रैक्टिस की. उनकी जॉब में ट्रांसफर के कारण मेरी स्कूलिंग कई शहरों से हुई. 1970 में मेरी स्कूलिंग कंप्लीट हुई. मैं शुरु से ही मेडिकल प्रोफेशन में जाना चाहता था, लेकिन मुझे एमबीबीएस में एडमिशन नहीं मिला. फिर मैंने पुणे के तिलक आयुर्वेद कॉलेज में बीएएमएस में एडमिशन लिया. यह एलोपैथी और आयुर्वेद का इंटीग्रेटेड कोर्स होता था, अब तो यह बंद हो चुका है. 1975 में बीएएमएस होने के बाद आर.ए.पोद्दार आयुर्वेद कॉलेज से मैंने इसकी पोस्ट ग्रेजुएशन एमएएससी की. फिर मैंने टोपावाला नेशनल मेडिकल कॉलेज से एमबीबीएस का कंडेन्स्ड कोर्स किया. इसके लिए मैंने ग्रेंट मेडिकल कॉलेज से एलसीपीएस का एग्जाम क्लियर किया. इस एग्जाम के जरिए बीएएमएस वालों को एमबीबीएस के कंडेंस्ड कोर्स में एडमिशन मिल जाता है. फिर लोकमान्य तिलक म्युनिसिपल मेडिकल कॉलेज, मुंबई से 1982 में एमडी पूरा किया.

सूजन वाले ऑर्थराइटिस में जोड़ के यहां हड्डी के पास की सॉफ्ट टिश्यू लेयर में फ्लूड बन जाता है, इससे मूमेंट करना मुश्किल होता है.

?. आपने इतनी सारी डिग्री लीं और दोनों चिकित्सा पद्धति में पोस्ट ग्रेजुएशन मेडिसिन में ही क्यों की?

डॉ. श्रीकान्त वाघ : इतनी डिग्रियां करना जरूरी था, क्योंकि मैं एलोपैथी में ही प्रैक्टिस करना चाहता था और वो भी मेडिसिन में ही. (हंसते हुए) हालांकि इसके कारण मैं दुनिया का एकमात्र ऐसा व्यक्ति बन गया हूं, जिसने आयुर्वेद और एलोपैथी दोनों में मेडिसिन में पोस्ट ग्रेजुएशन की है. मैंने आयुर्वेद की प्रैक्टिस कभी नहीं की. हालांकि मैं 2005 तक आयुर्वेद के लिए टीचिंग करता रहा. पहले मैंने ताराचंद आयुर्वेद कॉलेज में टीचिंग की. बाद में भारती विद्यापीठ के आयुर्वेद कॉलेज में एमडी के लिए गाइड बना. आयुर्वेद में मैंने केवल टीचिंग और राइटिंग का ही काम किया.

?. आपने करियर कब और कहां से शुरु किया?

डॉ. श्रीकान्त वाघ : 1983 में मैंने मुंबई में सेंट्रल गवर्नमेंट की एक डिस्पेंसरी में बतौर फिजीशियन एक साल जॉब की. उसके बाद 1984 में पुणे आया और जनरल फिजीशियन के तौर पर प्रैक्टिस शुरु की. 1984 से 2005 तक मैंने इसी तरह प्रैक्टिस की और साथ में आयुर्वेद कॉलेजों में टीचिंग भी करता रहा. इस दौरान 1998 से 2005 तक म्यूजिक की पढ़ाई की. इसमें पोस्ट ग्रेजुएशन की. साथ में योग में डिप्लोमा भी किया. इसके बाद मैं ऱ्हयूमेटोलॉजी की फील्ड में आया.

?. इतने साल जनरल प्रैक्टिसनर के तौर प्रैक्टिस करने के बाद ऱ्हयूमेटोलॉजी में जाने की क्या वजह रही?

डॉ. श्रीकान्त वाघ : दरअसल, मैं आयुर्वेद में आर्थराइटिस के बारे में कुछ रिसर्च कर रहा था. वो रिसर्च जल्दी हो और उसके लिए हमें ज्यादा से ज्यादा पेशंट मिलें, इसके लिए मैंने मॉर्डन एलोपैथिक ऱ्हयूमेटोलॉजी पढ़ने का सोचा. मैंने अपने एमडी के गाइड डॉ. वी.आर.जोशी सर को ये बात बताई, तो उन्होंने कहा कि ये सब्जेक्ट इतना आसान नहीं है. तुम्हें इसकी अच्छे से पढ़ाई करने के लिए एक साल का सर्टिफिकेशन करना पड़ेगा. तब मैं 52 साल की उम्र में इसका सर्टिफिकेशन करने केईएम हॉस्पिटल मुंबई गया. 1 साल में यह पूरा हो गया. इसके बाद कई देशों में जाकर आर्थराइटिस के ट्रीटमेंट के ट्रेनिंग प्रोग्राम भी किए.

?. उस समय पुणे में कितने ऱ्हयूमेटोलॉजिस्ट थे?

डॉ. श्रीकान्त वाघ : पुणे में मुश्किल से 3 या 4 ऱ्हयूमेटोलॉजिस्ट थे. देश में ही इनकी संख्या बहुत कम है. दरअसल, पूरे देश में ऱ्हयूमेटोलॉजी के लिए कुल 10 सीट हैं. मैंने जब इसका सर्टिफिकेशन किया था, उस समय इस सुपर स्पेशिलिटी वाली ब्रांच की देश में मात्र 4 सीट थीं. ऱ्हयूमेटोलॉजिस्ट बनने के लिए एमडी के बाद तीन साल का डीएम करना पड़ता है. आज भी देश में जो लगभग 500 ऱ्हयूमेटोलॉजिस्ट हैं, उनमें से 95 फीसदी सर्टिफिकेशन वाले ही हैं. 2006 में मेरा सर्टिफिकेशन होने के बाद मैंने लुपस क्लीनिक शुरु किया और जनरल प्रैक्टिस पूरी तरह बंद करके केवल संधिवात का ट्रीटमेंट करना शुरु किया. सर्टिफिकेशन पूरे होने से पहले ही संचेती हॉस्पिटल में मेरा अपॉइंटमेन्ट हो गया था, जिससे मैं आज भी जुड़ा हूं. इसके अलावा पूना हॉस्पिटल, भारती हॉस्पिटल, जहांगीर, दीनानाथ मंगेशकर आदि में भी मैंने ऱ्हयूमेटोलॉजी डिपार्टमेंट शुरु किए.

?. अर्थराइटिस क्या है?

डॉ. श्रीकान्त वाघ : यह जोड़ों में दर्द की बीमारी है, जिससे देश की 14 फीसदी आबादी पीड़ित है. इसमें इसमें नेकपेन, बैकपेन सभी कुछ आता है. आर्थराइटिस पेशंट्स में महिलाओं की संख्या ज्यादा है. 40-45 की उम्र के बाद उनमें एस्ट्रोजन हारमोन कम होने से जोड़ों की समस्या ज्यादा होती है. जोड़ों में दर्द को आम भाषा में आमवात या गठियावाद कहते हैं. ऑर्थोपेडिक सर्जरी में इसका केवल एक छोटा सा चैप्टर पढ़ाया जाता है. जबकि यह कम से कम 100 प्रकार का होता है और इसे मोटे तौर पर दो भागों में बांटा जाता है. पहला, जोड़ों में केवल दर्द होना यानि कि नॉन-इंफ्लेमेटरी (बिना सूजन वाला दर्द) आर्थराइटिस और इंफ्लेमेटरी यानि कि जोड़ों में सूजन आना, जोड़ों का मूमेंट न होना, एर्ग्जशन के बाद दर्द होना, सुबह जागने के बाद जोड़ों में पेन होना आदि शामिल है. बिना सूजन वाला आर्थराइटिस आमतौर एक्सरसाइज न करने और ऑक्यूपेशनल कारणों से होता है. यानि कि एक ही स्थिति में ज्यादा समय तक काम करने से जैसे सिटिंग जॉब, झुककर काम करना आदि. वहीं सूजन वाला आर्थराइटिस शरीर का इम्यून सिस्टम कमजोर होने से होता है. सूजन वाले ऑर्थराइटिस में जोड़ के यहां हड्डी के पास की सॉफ्ट टिश्यू लेयर में फ्लूड बन जाता है, इससे मूमेंट करना मुश्किल होता है. जॉइंट के अंदर की लेयर में सूजन आ जाती है, इसे जल्दी डायग्नोस न करने पर अंदर परमानेंट डेमेज हो सकता है.

?. यह ब्रांच ऑर्थोपेडिक सर्जरी से कितनी अलग है?

डॉ. श्रीकान्त वाघ : जिस तरह से कार्डियक सर्जन और कॉर्डियोलॉजिस्ट यानि कि हार्ट सर्जन और हार्ट फिजीशियन अलग-अलग होते हैं. उसी तरह का अंतर ऱ्हयूमेटोलॉजिस्ट यानि कि फिजीशियन और ऑर्थोपेडिक सर्जन में होता है. इसे आप ऑर्थो फिजीशियन कह सकते हैं, जो स्पेशिफिक जोड़ों का ट्रीटमेंट करता है. इसका काम इसलिए और भी अहम हो जाता है कि आर्थराइटिस का सही डायग्नोसिस होना बहुत इम्पोर्टेन्ट है, कि जोड़ों के अंदर दर्द है या बाहर या उनमें सूजन है. यह डायग्नोसिस ऱ्हयूमेटोलॉजिस्ट ही बेहतर कर सकता है. इतने अलग-अलग तरह के आर्थराइटिस का जब सही डायग्नोसिस होगा, तभी सही ट्रीटमेंट हो पाएगा.

?. किस तरह का आर्थराइटिस डेंजरस होता है और सीवियर होने पर इसके घातक प्रभाव क्या हैं?

डॉ. श्रीकान्त वाघ : सूजन वाला संधिवात बहुत खतरनाक होता है, इसके डायग्नोसिस में देरी होने से ये कई बार जोड़ को परमानेंट डेमेज भी कर देता है. ऐसी स्थिति में कुछ जॉइंट्स तो रिप्लेस किए जा सकते हैं, जैसे कंधे, कोहनी, घुटने आदि के जोड़. लेकिन शरीर में कुल 200 जोड़ होते हैं, जिसमें से 100 स्पाइन में होते हैं. जाहिर है हर तरह के जोड़ को तो रिप्लेस नहीं किया जा सकता है. ऐसे में इनका जल्द से जल्द सही डायग्नोसिस करके सही ट्रीटमेंट शुरु करना जरूरी है. यह आर्थराइटिस सीवियर होने पर कई और डिसीज साथ में लाता है. जैसे आंखों का सूखना, आंखें लाल होना, फेफड़े सूखना, अंधापन आना, स्किन में रेशेज आना आदि. ब्लड वेसल्स यानि कि रक्तवाहिनियों में सूजन आने से उनमें ब्लॉकेज आ सकते हैं, जिससे हार्टअटैक तक आ सकता है. यह स्थिति पेशंट की कम से कम 7 साल की जिंदगी कम कर देती है. लोगों में यह अवेयरनेस होनी चाहिए कि जिस तरह सीने में दर्द होने पर वे पहले कॉर्डियोलॉजिस्ट के पास जाते हैं और सर्जरी की जरूरत होने पर बाद में कॉर्डियक सर्जन के पास जाते हैं. उसी तरह जोड़ों में दर्द होने पर पहले उन्हें ऱ्हयूमेटोलॉजिस्ट के पास जाना चाहिए न कि सीधे ऑर्थोपेडिक सर्जन के पास ताकि वे बिना सर्जरी के बेहतर ट्रीटमेंट ले सकें.

?. आर्थराइटिस का ट्रीटमेंट क्या है? क्या इसे क्योर किया जा सकता है?

डॉ. श्रीकान्त वाघ : सामान्य जोड़ों के दर्द का एक्सरसाइज, पेनकिलर से ट्रीटमेंट हो जाता है. लेकिन किस तरह की समस्या है यह डायग्नोस करना बहुत जरूरी है, तभी सही ट्रीटमेंट दिया जा सकेगा. यदि स्थिति गंभीर है तो जॉइंट रिप्लेसमेंट या सर्जरी ही ऑप्शन होता है. वहीं सूजन वाले आर्थराइटिस में कॉम्प्लीमेंटरी मेडिसिन यानि कि होम्योपैथी, आयुर्वेद, एक्यूप्रेशर आदि बिल्कुल काम के नहीं हैं, ये बात लोगों को अच्छी तरह समझ लेनी चाहिए. सही मार्गदर्शन न मिलने पर पेशंट भटकते रहते हैं और ऐसे में गलत ट्रीटमेंट और ट्रीटमेंट में देरी से समस्या बढ़ जाती है. लोगों में भ्रम है कि लंबे समय तक एलोपैथी ट्रीटमेंट लेने से साइड इफेक्ट हो सकते हैं, जो कि आर्थराइटिस के मामले में बिल्कुल गलत है. सही ट्रीटमेंट से ये 3 से 6 महीने में कंट्रोल हो जाता है. इसके बाद पेशंट को जिंदगी भर कुछ मेडिसिन लेनी होती हैं और ऐरोबिक्स जैसे साइकलिंग, स्वीमिंग, वॉकिंग आदि अनिवार्य रूप से करनी होती है. ताकि वह समस्या आगे न बढ़े. लिहाजा कभी भी जोड़ों में दर्द हो तो तीन महीने के अंदर इसे ऱ्हयूमेटोलॉजिस्ट को जरूर दिखाना चाहिए.

?. आयुर्वेद और होम्योपैथी डॉक्टर्स का कहना होता है कि इन पद्धतियों में आर्थराइटिस का बहुत अच्छा ट्रीटमेंट है. इस पर आपकी क्या राय है?

डॉ. श्रीकान्त वाघ : चरक संहिता में आर्थराइटिस के बारे में केवल 2 लाइन दी गई हैं और माधवनिदान में गठियावाद पर 26 लाइनें हैं. जाहिर है आर्थराइटिस के बारे में काफी कम दिया गया है. ये सही है कि आयुर्वेद के बेसिक प्रिंसीपल अच्छे हैं लेकिन आयुर्वेद और होम्योपैथ में आर्थराइटिस का डायग्नोसिस करने और उनकी दवा से होने वाले फायदे का मेजरमेंट करने की सुविधा नहीं है. बिना मेजरमेंट के कैसे तय कर सकते हैं कि बीमारी ठीक हो रही है या नहीं. दवा काम कर रही है या नहीं, इसका साइंटिफिक प्रूफ होना बहुत जरूरी है. यहां ऱ्हयूमेटोलॉजी में आर्थराइटिस मेजरमेंट का खास सॉफ्टवेयर होता है, जिससे पेशंट की समस्या का लगातार मेजरमेंट होता रहता है. इन दवाओं का कोई सर्टिफिकेशन नहीं होता है, जिससे ये विदेशों में डायट सप्लीमेंट के नाम पर सेल होती हैं. यदि दवाएं वाकई इतनी अच्छी और सर्टिफाइड होतीं तो अब तक कोई भी इंटरनेशनल कंपनी उन्हें उठा लेती और बड़े पैमाने पर मैन्यूफेक्चरिंग भी करने लगती. खैर, बात केवल चिकित्सा पद्धति की नहीं है बल्कि डॉक्टरों के ट्रीटमेंट को लेकर भी है. पेशंट को खुद समझना चाहिए कि यदि उसे 2-3 महीने में भी कोई फायदा नहीं हो रहा है तो उसे डॉक्टर बदल लेना चाहिए. यदि दूसरी पद्धतियों के डॉक्टर आर्थराइटिस का ट्रीटमेंट कर रहे हैं तो उन्हें आर्थराइटिस का सही डायग्नोसिस करने और मेडिसिन के असर का मेजरमेंट करने की ट्रेनिंग लेनी चाहिए. आयुर्वेद एक लाइफस्टाइल है, केवल इसकी दवाएं बेचना और पंचकर्म सेंटर खोलना आयुर्वेद नहीं है.

हम इस पर ऑनलाइन क्वेरीज भी सॉल्व करते हैं. कोई भी व्यक्ति वेबसाइट पर जाकर हमसे आर्थराइटिस के बारे में पूछ सकता है.

?. आपका एक फाउंडेशन भी है, उसके जरिए आप क्या-क्या काम करते हैं?

डॉ. श्रीकान्त वाघ : आर्थराइटिस के बारे में अवेयरनेस लाने के लिए हम कई काम करते हैं, इसमें से एक है हमारा KYA फाउंडेशन (Know Your Arthritis). इसका मतलब है कि अपने आर्थराइटिस को जानें या समझें. इसके जरिए हम आर्थराइटिस के बारे में लोगों में एजुकेशन और अवेयरनेस फैलाते हैं. इसके लिए लेक्चर प्रोग्राम करते हैं. डॉक्टर्स को अवेयर करने के लिए कांफ्रेंस करते हैं. हम किताबें भी पब्लिश करते हैं. आर्थराइटिस के पेशंट के लिए सही डाइट, एक्सरसाइज और ट्रीटमेंट क्या होना चाहिए? इस पर किताबें लिखी हैं. साथ ही डॉक्टर्स को आर्थराइटिस के बारे में डिटेल इंफॉर्मेशन देने के लिए किताब लिखी है, ताकि डॉक्टर आर्थराइटिस पहचान सकें और पेशंट को सही विशेषज्ञ के पास भेज सकें. आर्थराइटिस पर 'आर्थराइटिस इंडिया' नाम से देश की पहली वेबसाइट बनाई. इस पर पिछले 5 साल में कई देशों के 40 हजार लोग अपने व्यू दे चुके हैं. हम इस पर ऑनलाइन क्वेरीज भी सॉल्व करते हैं. कोई भी व्यक्ति वेबसाइट पर जाकर हमसे आर्थराइटिस के बारे में पूछ सकता है, जिसका जवाब उसे 48 घंटों के अंदर मैं खुद देता हूं. आर्थराइटिस मेजरमेंट करने का सॉफ्टवेयर भी पुणे में हमने पहली बार इंट्रोड्यूज किया.

?. आगे के लिए क्या प्लानिंग है? आपकी हॉबी क्या हैं?

डॉ. श्रीकान्त वाघ : मैं संस्कृत से बीए कर रहा हूं. इसके बाद आयुर्वेद में पीएचडी करने की योजना है. मुझे म्युजिक में बहुत इंट्रेस्ट है. मैंने डॉक्टरों के देव भगवान धन्वंतरी की आरती लिखी है, उसके लिए खुद म्यूजिक दिया है और गाया भी है. मैं हर दिन म्यूजिक और योग की प्रैक्टिस करता हूं.

?. आपकी फैमिली में कौन-कौन हैं?

डॉ. श्रीकान्त वाघ : मेरी वाइफ वीणा हुजूरपागा जूनियर कॉलेज में कॉमर्स टीचर है. बेटा मिहिर और बहू अक्षता दोनों ने यूएस से एमएस की है और वहीं जॉब कर रहे हैं. बेटी मुक्ता का फार्मेसी में ग्रेजुएशन हुआ है और एमएस करने न्यूयॉर्क जाने वाली है.

बात पते की – देश में मुश्किल से 500 संधिवात विशेषज्ञ हैं. इनमें से ज्यादातर डॉक्टर्स ने ऱ्हयूमेटोलॉजी की ट्रेनिंग की है. देश के सभी मेडिकल कॉलेज में कुल मिलाकर ऱ्हयूमेटोलॉजी की 10 सीट हैं. पुणे में 400 से ज्यादा ऑर्थोपेडिक सर्जन हैं और उनके पीछे महज 8 ऱ्हयूमेटोलॉजिस्ट हैं.

Popular among lacs of readers across Maharashtra

3 Daily Newspapers in 3 Languages

For last 44 years, Aaj Ka Anand group has been involved in giving quality reading material to the readers through its dailies... The thirst for knowledge, education and information of readers is identified by the group and the same is shared in the dailies... These are the dailies which have something to read for everyone in the family...

Newspapers filled with Education & Entertainment content