සෞඛ්‍යය

පිරිමින් අතර සුලබ සෞඛ්‍ය ගැටලු

සොබාදහමේ අපූරුම නිමැවුමක් වන මිනිස් සිරුර සොබා දහමේ ම නියමය පරිදි හැදී වැඩී වියපත් වී ක්ෂය වී දිරාපත් වී අක්‍රිය වී යයි. මෙසේ මිනිස් සිරුරේ අංගෝපාංග ක්ෂය වීම, දිරාපත් වීම, අක්‍රිව වීම මිනිසාගේ පොදු සෞඛ්‍ය ගැටලු බවට පත් වේ. මේවා අතරින් පිරිමින්ට ආවේණික වූ සුලභ ප්‍රජනක සෞඛ්‍ය ගැටලු වන්නේ පුරුෂ ලිංගික බෙලහීනතාව හා පුරස්ථි ග්‍රන්ථි ආශ්‍රිත ගැටලු ය.

මෛත්‍ර හා ප්‍රජනක ශල්‍ය වෛද්‍ය විශේෂඥ

අනුර විජේවර්ධන විසිනි

පුරුෂ ලිංගික බෙලහීනත්වය සාමාන්‍යයෙන් ලෝක ජනගනයෙන් වයස අවුරුදු 40 පසු කළ පුරුෂයන්ගෙන් 50% ක ම අත් විඳින්නා වූ තත්ත්වයකි. එසේ ම දියවැඩියා රෝගීන් අතුරින් ද 50% කට ම මෙම තත්ත්වය ඇති වේ. නමුත් ඉතාම සරල හේතු මත මෙය තාවකාලිකව ද සිදුවිය හැකි ය. එය එම අවස්ථාවේ මානසික තත්ත්වය මත සිදුවන්නකි. පුරුෂ ලිංගික බෙලහීනත්වයට බලපාන කායික හේතු අතර රුධිර පද්ධතියේ රෝග, ස්නායු පද්ධතියේ රෝග, පිට කොන්දේ අබාධ, රුධිර හා ස්නායු පද්ධතිය අවහිර කරන රුධිර පීඩන ප්‍රතිකාර ලබාගනිමින් සිටීම, ප්‍රධාන වේ. මෙමම තත්ත්වය ප්‍රතිකාර මගින් සුව කළ හැකි ය. ක්ෂණික ප්‍රතිඵල ගෙන දෙන එන්නත් ක්‍රමයක් ඇත. මෙය රෝගියා ම එන්නත් කර ගත යුතු ය. දැනට ඇමරිකාවේ පර්යේෂණ මගින් සොයා ගත් නව බෙහෙත ව්‍යාග්‍රා නමින් නම් කර ඇත. මේ වන විට මිලියන 7ක පමණ ජනගහනයක් මෙමම ප්‍රතිකාරය භාවිත කර ඇත. නමුත් විශේෂයෙන් අවධානය යොමු කළ යුතු කාරණයක් නම් වෛද්‍යවරයකු සමග සාකච්ඡා කර උපදෙස් ගෙන ව්‍යාග්‍රා ප්‍රතිකාරය කළ යුතු වීම ය. හෘදයාබාධ ඇති රෝගියා ව්‍යාග්‍රා භාවිත නොකළ යුතු ය. කායික බෙලහීනත්වයෙන් පීඩා විඳින රෝගීන්ගෙන් 80% ක් පමණ දෙනා මෙමම ප්‍රතිකාර ක්‍රමයෙන් සාර්ථක ප්‍රතිඵල ලබාගෙන ඇත. මෙය කාලයක් භාවිතයට ගන්නා විට මානසිකව ආත්ම විශ්වාසය ඇති වී පෙර තත්ත්වයට පත් වේ. ප්‍රශ්නයකට ඇත්තේ එකම දෙයකි. ව්‍යාග්‍රා පෙත්තේ මිල අධික වීම ය.

පුරස්ථි ග්‍රන්ථියේ ආසාදන ඇති වීම පුරුෂයින්ට බලපාන තවත් ප්‍රධානතම ගැටලුවකි. මෙ මගින් මුත්‍රා පද්ධතියේ අවහිරතා ඇති වේ. පුරස්ථි ග්‍රන්ථිය උපතේ දී ඉතා කුඩාවට පිහිටයි. වයස අවුරුදු 30-40 පමණ වන විට ක්‍රමයෙන් වර්ධනය වේ. ජම්බු ගෙඩියක ප්‍රමාණයේ සිට පොල්ගෙඩියක ප්‍රමාණයට වැඩීමට ඉඩ ඇත.

මුත්‍රා පද්ධතියේ අවහිරතා ඇති කරමින් පුරස්ථි ග්‍රන්ථියේ ඉදිමීම සාමාන්‍යයෙන් පුරුෂයකුගේ වයස අවුරුදු 40 පසු වූ විට ස්වභාවයෙන් ම සිදුවන්නකි.

පුරස්ථි ග්‍රන්ථිය ඉදිමුණු විට ඇතිවන මූලික රෝග ලක්ෂණ අතර නිතර නිතර මූත්‍ර යාම, රාත්‍රී කාලයේ දී විටින් විට මුත්‍රා යාම, කැඩි කැඩී මුත්‍රා යාම සහ මුත්‍ර යාමට වැඩි වේලාවක් ගත වීම ප්‍රධාන වශයෙන් පෙන්නුම් කෙරේ. පුරස්ථි ග්‍රන්ථි ඉදිමීම වයස අවුරුදු 40 පසු වූ පුරුෂ ජනගහනයෙන් 80% කට පමණ මේ සිදුවන අතර කලාතුරකින් 20% පමණ මේ සමගම පිළිකා සෛල වැඩීමක් ද සිදු විය හැකි ය. ලෝක ජනගහනයෙන් වැඩිවිය පත් පිරිමින්ගෙන් විශාල ම ප්‍රශ්නය මෙමම පුරස්ථි ග්‍රන්ථි පිළිකාව ය. පුරස්ථි ග්‍රන්ථි පිළිකාව බොහෝවිට හසු වන්නේ බොහෝ වැඩි දියුණු වූ පසුව ය. කැටි කැටි ලේ යාම, වේදනාවෙන් තොරවීම දැකිය හැකි නම් ඒ වකුගඩු හෝ මුත්‍රාශයේ පිළිකාවක් විය හැකි ය.

මුත්‍රා සමඟ ලේ යාම, පිටකොන්දේ හෝ යටි බඩේ කැක්කුම සහ ලේ සමඟ මූත්‍රා යාම සිදුවේ නම් එය පුරස්ථි ග්‍රන්ථියේ ඉදිමීම හෝ මුත්‍රා ගල් නිසා සිදුවන්නක් විය හැකි ය. කුඩා ළමයින්ට මුත්‍රා සමඟ ලේ යාම නෙෆ්රයිටිස් රෝග ලක්ෂණයකි. එය වකුගඩු රෝගයකි.

මුත්‍රා ආසාදනය ද පිරිමින් අතර සුලබ රෝග තත්ත්වයකි. නිතර නිතර මූත්‍රා යාම, යටි බඩේ කැක්කුම, දැවිල්ල, රුධිරය පිටවීම, රෝග ලක්ෂණ ය. මෙයට හේතුව මූත්‍රාවලට බැක්ටීරියා පැතිරීමයි. මූත්‍රාවල බැක්ටීරියා ආසදනයක් ඇති වූ විට මුත්‍රාවල සැරව වැඩි වේ. බැක්ටීරියාව වර්ධනය සෑම් දී මෙමම සැරව ඇති වේ.

මෙමම ලක්ෂණ සමගම තුනටියේ කැක්කුමක් තිබේ නම් වකුගඩුවලත් ආබාධයක් ඇති බව පෙනේ. කල්චර් රිපෝට් එකකින් මූත්‍රාවල සැරව ඇති බව දැන ගත හැකි ය. මෙයට ප්‍රතිකාර ලෙස ප්‍රතිජීවක දෙනු ලැබේ.

මූත්‍රා ආසාදනය සිදු වන්නේ ශරීරයේ මතුපිට ඇති බැක්ටීරියා මූත්‍ර මාර්ග මගින් මූත්‍රාශයට යාමෙනි. මේ තත්ත්වය වළක්වා ගැනීමට නම් යහපත් ලෙස ජලය පානය කිරීම සහ පැය දෙකකට පමණ වරක් මුත්‍රා පිට කිරීම කළ යුතු ය.

පුරුෂ පක්ෂය මුහුණ පාන තවත් ගැටලුවකි, මූත්‍රා ගල්. මෙය ගැහැනු පිරිමි බේදයකින් තොරව ඇතිවන රෝග තත්ත්වයකි. මූත්‍රාගල් යනු ලවණ ය. කැල්සියම් පොස්පේට් කැල්සියම් ඔක්සයිඩ් දිය වී යාමට තරම් සුදුසු පරිදි ජලය පානය නොමැති වීමෙන් මේවා ඇති වේ. තවද මූත්‍රා පහකිරීමට ඇති අවහිරතා, උපතේ දී ඇති වූ අපහසුතා ආදිය නිසා ද මූත්‍රා ගල් ඇති වේ.

කැල්සියම් අඩු ආහාර ගැනීම, වැඩි වැඩියෙන් ජලය පානය, ප්‍රතිකාර වශයෙන් කළ යුතු අතර ලවන ජලය ඇතිවිට උණුකර පෙරා පානය කළ යුතු යි.

සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන කාර්යංශයේ අනුග්‍රහයෙන් පවත්වනු ලැබූ ජනගහනය, සංවර්ධනය, ප්‍රජනක සෞඛ්‍ය හා ලිංගිකත්ව වෙනස්කම් කිරීම් හා සම්බන්ධ වැඩ මුළුවේ දී, මෛත්‍ර හා ප්‍රජනක ශල්‍ය වෛද්‍ය අනුර විජේවර්ධන මහතා විසින් කරනු ලැබූ දේශනයක් ඇසුරිනි.

❑

මනෝරා ප්‍රේමතිලක