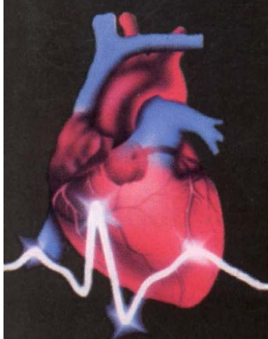
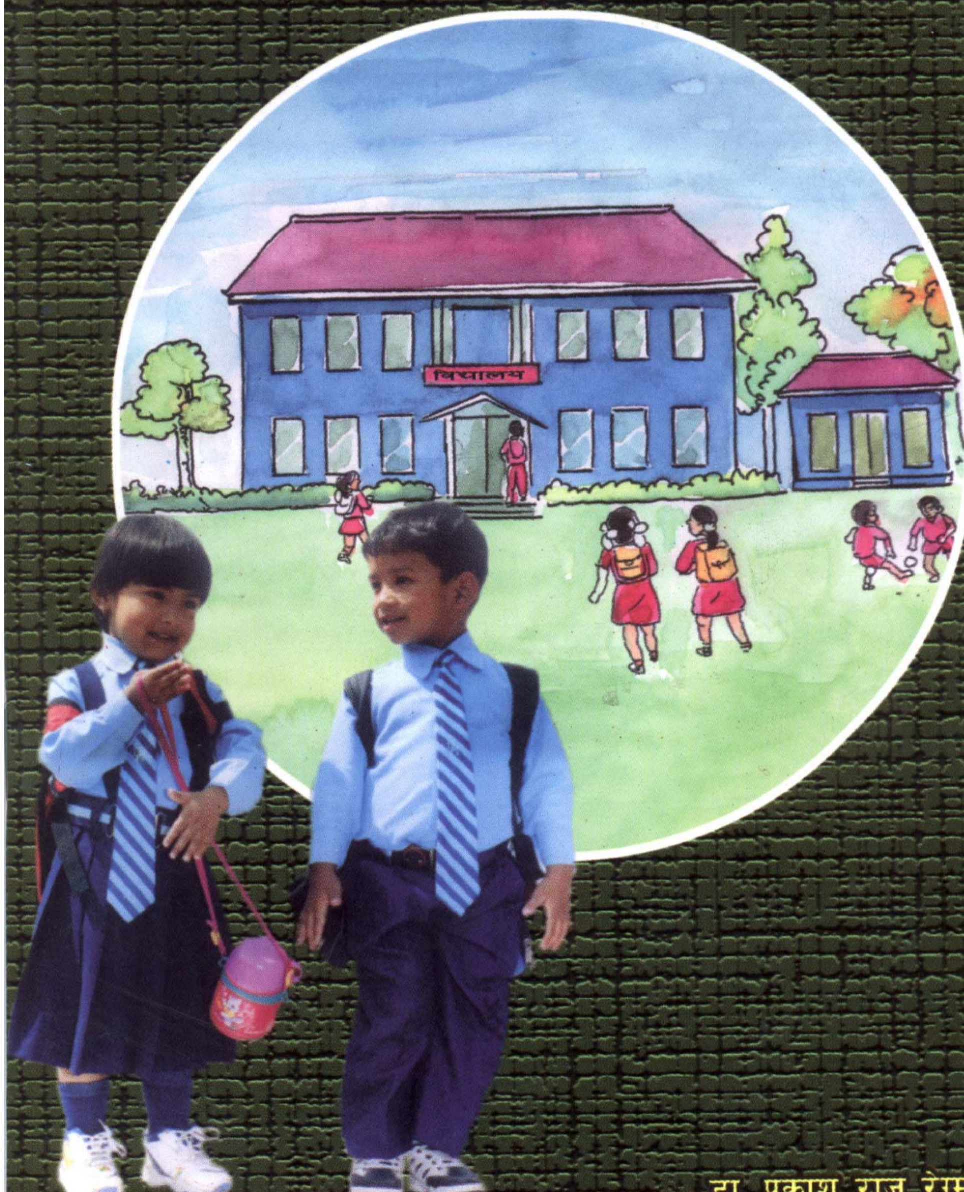
जोर्नीहरूलाई चाट्ने तर मुटुलाई टोक्ने रोग



बाथ-ज्वरो
बाथ मुटुको रोग



डा. प्रकाश राज रेग्मी

जोर्नीहरूलाई चाट्ने तर मुटुलाई टोक्ने रोग

बाथ-ज्वरो
बाथ मुटुको रोग

लेखक : डा. प्रकाश राज रेग्मी
प्रकाशक: नेपाल हृदयरोग निवारण प्रतिष्ठान
केन्द्रिय कार्यालय, पुल्चोक, ललितपुर

प्रकाशक : **नेपाल हृदयरोग निवारण प्रतिष्ठान**
केन्द्रिय कार्यालय, पूल्चोक, ललितपुर

मुद्रण : मोडर्न प्रिन्टिङ्ग प्रेस
जमल, काठमाडौं
फोन : ४२५३१९५

कम्प्यूटर सेटिङ्गः बाबुराजा महर्जन

प्रथम संस्करण : २०५७ साल, प्रति १०००
दोस्रो संस्करण : २०६१ साल, प्रति २०००
तेस्रो संस्करण : २०६२ साल प्रति १०००
चौथो संस्करण : २०६३ साल प्रति २०००
(संशोधन सहित)
पाँचौ संस्करण : २०७२ साल प्रति २०००
(संशोधन सहित)

लेखक : ***डा. प्रकाशराज रेग्मी***
मुटुरोग विशेषज्ञ

मूल्य : सहयोगार्थ रु. ५०।-

ISBN: 978-99946-929-2-7

- स्कुलजाने उमेरका बालबालिकाहरुको रोग

- घाँटी दुख्ने र हात खुट्टाका जोर्नीहरु दुख्ने रोग

- जोर्नीहरुलाई चाट्ने तर मुटुलाई टोक्ने रोग

डा. प्रकाशराज रेग्मी

सावधान !

यस रोगको सुरुमा

घाँटी र जोर्नीहरु दुख्छन्

तर पछि गएर

मुटु नराम्रोसँग बिग्रन्छ

मेरो भनाई

डाक्टरी पेशामा कार्यरत रहँदा धेरै प्रकारका मुटु रोगीहरुसँग उठबस हुन पुग्यो । यिनीहरु मध्ये बाथ मुटुका रोगीहरुसँगको संगत विशेष मार्मिक र संवेदनशील रहन गयो । अज्ञानता र गरिवीका कारण बाथ मुटुको रोगबाट पीडित भई अत्यन्त कष्टप्रद जीवन बिताई रहेका असंख्य रोगीहरुको उपचार कार्यमा मैले आफ्नो धेरै जसो समय बिताउनु पर्‍यो। औषधिबाट मात्र उपचार नलाग्ने, शल्यक्रिया तत्कालै गराउनु पर्ने अन्यथा ज्यानै जान सक्ने, गरिवीका कारण शल्य क्रियाका लागि आवश्यक खर्च जुटाउन नसक्ने, कलिला उमेरका रोगीहरुसँग पेशागत जीवन यात्रामा उहँदा उत्पन्न हुने पीडाको अनुभव मैले बारम्बार गरिरहनु पर्‍यो । यही पीडालाई शक्तिमा बदली कलिला बाल बालिकाहरुलाई बाथ ज्वरो र बाथ मुटुको रोगबाट बचाउन गरिएका विभिन्न प्रयाशहरु मध्येको एउटा सानो प्रयास हो यो पुस्तिका ।

यस अगाडि पनि मैले "नेपालमा बाथ-ज्वरो र बाथ-मुटुको रोग" नामक पुस्तक लेखेको थिएँ, जसलाई नेपाल हृदय रोग निवारण प्रतिष्ठान, ललितपुर शाखाले प्रकाशित गरिदिएको थियो । उक्त पुस्तक बुद्धिजीवीहरु र शिक्षित व्यक्तिहरुलाई बाथ ज्वरो र बाथ मुटुको रोगबारे जानकारी गराउने तर्फ लक्षित थियो । धेरै व्यक्तिहरुले सो पुस्तक अझै सरल भाषामा र गाउँले तथा साधारण व्यक्तिले पनि बुझ्ने गरी लेखिदिन अनुरोध गरे । यसै अनुरोधलाई ध्यानमा राखी "बाथ-ज्वरो र बाथ-मुटुको रोगबाट बचौं र अरुलाई पनि बचाऔं भन्ने सन्देश गाउँ-गाउँमा पुर्‍याउन सकियोस् भन्ने उद्देश्यलिई यो सानो पुस्तिका प्रकाशित गरिएको छ ।

डा. प्रकाशराज रेग्मी

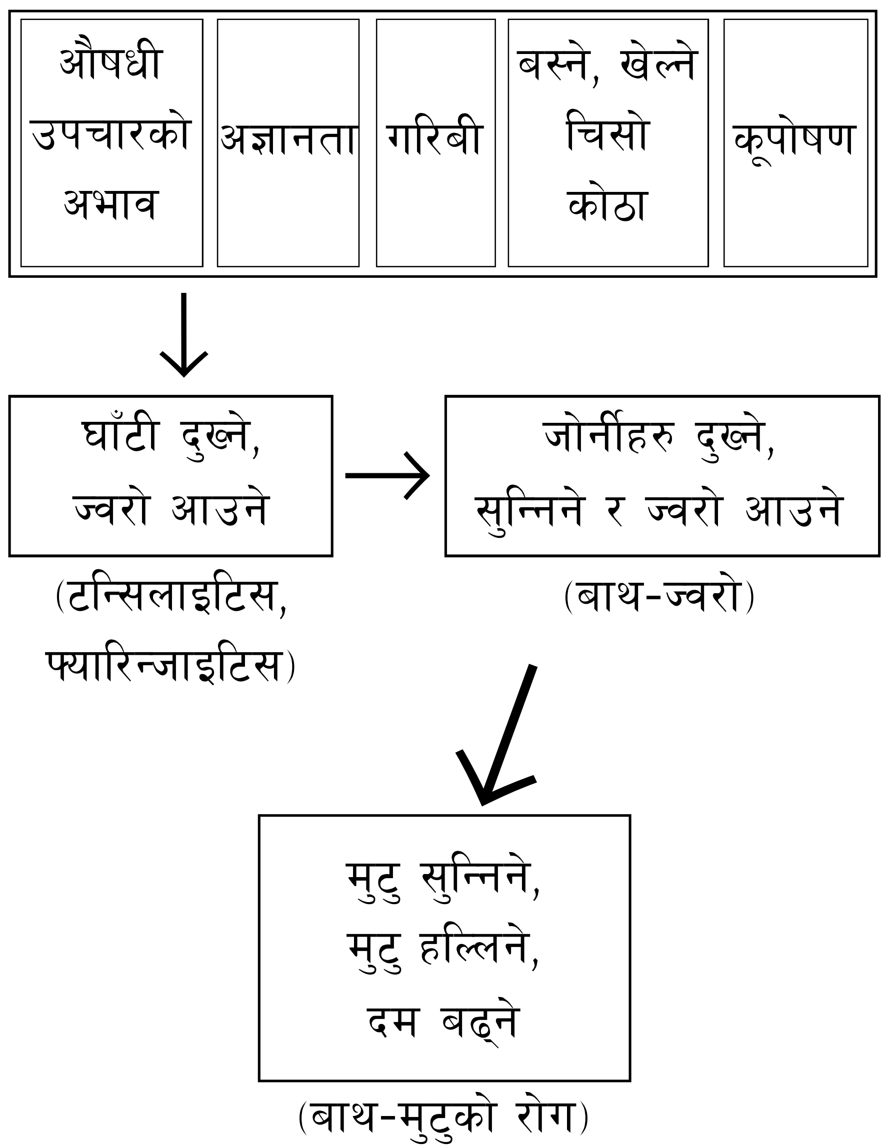
तपाई हामी सबैले जान्नु पर्ने कुरा

घाँटी कसको दुख्दैन ? सबैको दुख्छ। ठूला मानिसहरुको भन्दा केटाकेटीहरुको घाँटी झन् धेरै पल्ट दुख्छ। सबै जसो केटाकेटीहरुलाई १ वर्षमा २-३ पल्ट घाँटी दुख्ने र ज्वरो आउने हुन्छ। यसरी घाँटी दुख्दा कसैले पनि यो सोचेको हुँदैन की भोलि गएर यही घाँटी दुख्ने समस्याबाट मुटुको रोग लाग्न सक्दछ। हुन त घाँटी दुख्ने जति सबैलाई मुटुको रोग लाग्छ भन्ने कुरा विल्कुलै गलत हो। यदि यो सत्य भएको भए आज सबै मान्छेहरु मुटुका रोगी भैसकेका हुन्थे, किनकी एक पल्ट घाँटी नदुखेको मान्छे शायद यो संसारमा कोही पनि छैनन् होला। २० वर्ष उमेर काटी सकेका मान्छेहरुलाई भन्दा केटाकेटीहरु र अझै विशेषगरी स्कुल जाने उमेरका बाबू नानीहरु (५ देखि १६ वर्ष सम्मका) लाई घाँटी दुखेर ज्वरो आउदा अर्थात टन्सिल र फ्यारिञ्जाइटिस भएको अवस्थामा राम्रोसँग उपचार गरेन, हेलचेक्राई भयो भने, पछि फेरि मुटुको रोग लाग्न सक्छ। घाँटीलाई असर पार्ने किटाणुहरु शरीरमा बसिरह्यो भने यसले मुटुका भल्भहरुलाई खराव असर पुर्‍याउदछ। जति लामो समयसम्म कीटाणुहरु घाँटीमा बसिरहे त्यति नै बढी असर मुटुका भल्भहरुमा पर्दछ र मुटु झन् झन् बिग्रदै जान्छ। घाँटीलाई असर पार्ने कीटाणुहरु एकैपल्ट मुटुमा पुग्दैनन्। यिनीहरु केही हप्तासम्म शरीर भित्र रहन्छन् र मुटुलाई असर पार्नु अगाडि हात खुट्टाका जोर्नीहरुलाई आक्रमण गर्दछन्। यिनीहरुले छोईसकेपछि हात खुट्टाका जोर्नीहरु दुख्ने र सुन्निने हुन्छन्। हिड्न, डुल्न अप्ठेरो हुन्छ। जोर्नीहरु एक पछि अर्को गर्दै दुख्दै र सुन्निदै जान्छन्। साथमा ज्वरो पनि आउँछ। जार्नीहरु दुख्ने र साथमा ज्वरो पनि आउने भएको हुनाले यसलाई बाथ ज्वरो भनेको हो। कति केटाकेटीहरुलाई घाँटी दुखेको पत्तै हुदैन, किनकी घाँटी दुख्ने, थुक निल्न गाऱ्हो हुने समस्यालाई मामुली र साधारण समस्याको रुपमा लिने गरिन्छ र यसमा ध्यान पनि दिइदैन। ठूलो ज्वरो नआएसम्म हामी कसैले पनि घाँटी दुख्दा डाक्टर जचाएर औषधि गर्ने

गरेका छैनौं । यस कारण घाँटी दुख्ने गरेको हामीलाई सम्झना पनि हुँदैन । तर जोर्नीहरु दुख्ने र सुन्निने भयो भने हामीले पक्कै पनि के भएको होला भनेर एक पल्ट सोच्छौ । अब राम्ररी बुझौ यो बाथ ज्वरो हो । यो खतरनाक रोग हो । यदी यो अवस्था अब एक पाईला मात्र अगाडि बढ्यो भने सोझै मुटुलाई असर पार्दछ । यो रोगले मुटुलाई छोए पछि ज्यानलाई नै खतरा हुन्छ । मुटुका भल्भहरु बिग्रन्छन् । मुटु सुन्निन्छ । मुटु हल्लिने र दम बढ्ने हुन्छ । ज्यान खतरामा पर्छ । औषधि गरे पनि रोग पूरा निको हुँदैन ।

अब तपाई हामीले यो कुरा बुझ्यौ कि केटाकेटीहरुलाई घाँटी दुखेर ज्वरो आउने अनी थुक निल्न गाऱ्हो हुने भयो भने पछि गएर मुटुको रोग लागी ज्यान नै खतरामा पर्न सक्दो रहेछ । रोग मुटुमा पुग्नु अगाडि हात खुट्टाका जोर्नीहरु दुख्ने र सुन्निने हुँदा रहेछन् । यसो हुँदा खेरिनै, मुटुमा रोग नपुगोस् भनी औषधि उपचार गराउनु पर्छ । यो अत्यन्तै जरुरी छ । समयमै औषधि गऱ्यो भने रोग चट्टै निको हुन सक्छ र मुटुसम्म पुग्न पाउँदैन । केटाकेटीहरुलाई जोर्नीहरु दुख्ने भएको बेलामा बाबु-आमाले एकदमै होसियारी पूर्वक तुरुन्त औषधि गराउनु पर्छ । अलिकति मात्र ढिला भयो भने यो रोग सोझै मुटुमा पुग्छ । मुटुमा रोग पुगिसकेपछि निको पार्न करीव करीव सकिदैन । यस कारण तपाई हामी सबैले यो कुरा बुझ्नु पर्दछ कि **केटाकेटीलाई घाँटी दुख्ने, ज्वरो आउने, थुक निल्न गाऱ्हो हुने, जोर्नीहरु दुख्ने र सुन्निने भएको बेलामा उपचार गराई हाल्नु पर्दछ अन्यथा रोग मुटुमा पुग्दछ र बाथ मुटुको रोग उत्पन्न हुन्छ, जुन एकदम खतरनाक र उपचार गर्न एकदम कठिन हुन्छ । यो उपचार गरेपछि पनि पूरा सन्चो हुँदैन र ज्यानैका लागि खतरनाक हुन्छ ।**

घाँटी दुख्न समस्या मामुली जस्तो देखिए पनि यो खतरनाक छ । किनकी बाथ मुटु रोगको सुरवात घाँटी देख्नेबाट हुन्छ ।



समर्पण

म यो पुस्तिका ती व्यक्तिहरुलाई समर्पण गर्न चाहन्छु, जो हाम्रो देशमा बाथ–ज्वरो र बाथ–मुटुको रोगको नियन्त्रण कार्यमा दिन रात संघर्षरत छन्। जसको अथक परिश्रम र निःस्वार्थ सेवा नै मेरो लागि यस क्षेत्रमा काम गर्ने र कलम चलाउने प्रेरणा बनेको छ ।

विषय सूची

	विषय	*पृष्ठ*
१.	बाथ ज्वरो र बाथ मुटुको रोग	१
२.	बाथ ज्वरो के हो ?	३
३.	बाथ ज्वरोका लक्षणहरु	६
४.	घाँटी दुख्ने समस्या	९
५.	बाथ–ज्वरो हो भनेर कसरी पक्का गर्ने ?	११
६.	बाथ–ज्वरो नलागोस् भनि के गर्ने ?	१५
७.	बाथ ज्वरो लागी हाल्यो भने के गर्ने ?	१७
८.	बाथ मुटुको रोग	२२
९.	बाथ मुटुको रोग कसरी पत्ता लगाउने ?	२६
१०.	बाथ मुटुको रोगको उपचार	२८
११.	बाथ मुटुको रोगी गर्भवती हुने कि नहुने ?	३०
१२.	रामे दाई जस्तो पछुताउन नपरोस्	३१
१३.	चित्र कथाः रुपाको घाँटी र जोर्नीहरु दुख्ने रोग	३३

बाथ ज्वरो र बाथ मुटुको रोग

अज्ञानताको रोग

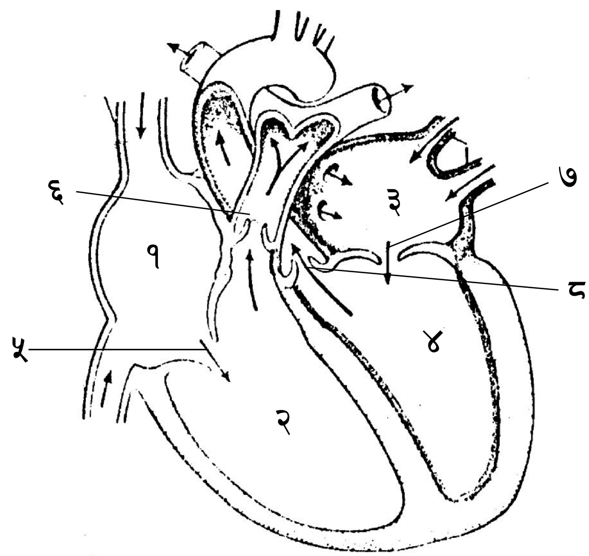
मुटुका धेरै रोगहरु मध्ये बाथ ज्वरो र बाथ मुटुको रोग एक खतरनाक रोग हो । यो रोगले बिशेषगरी बालबालिका र युवाहरुलाई प्रभाव पार्दछ। हाम्रो देश अविकसित देश हो। हाम्रो देश र हाम्रो जस्तै अविकसित देशहरुमा बाथ ज्वरो र बाथ मुटुको रोगका कारण बर्षेनी धेरै बाल बालिकाहरुले अकालमै ज्यान गुमाईरहेका छन् ।

हाम्रो देश सहरहरु भन्दा धेरै गाउँ नै गाउँले भरिएको छ । गाउँहरुमा यो रोग बढी भएको पाइन्छ । यस रोग लाग्दा शुरुमा घाँटी दुख्ने हुन्छ अनी केहि दिन भित्र जोर्नीहरु दुख्ने र साथमा ज्वरो आउने हुन्छ । पछि गएर मुटुको भल्भहरु खराब भएर जान्छन् । यो रोग लाग्ना साथ घाँटी दुखी ज्वरो आएको, शुरुको अवस्थामा तथा हात खुट्टाका जोर्नीहरु दुख्ने भएको अवस्थामा नै राम्रोसँग उपचार गर्न सकेमा मुटुका भल्भहरु खराब भई बाथ मुटुको रोग उत्पन्न हुनबाट जोगाउन सकिन्छ ।

यदि समयमै उपचार हुन सकेन भने मुटुका भल्भहरु खराब हुन जान्छन् । यदि भल्भहरु खराब भएमा भल्भहरु फेर्नु पर्ने हुन्छ । भल्भहरु फेर्नका निमित्त जटिल अप्रेशनहरु गर्नु पर्दछ । वास्तवमै अप्रेशन अत्यन्तै खर्चीलो हुन्छ । साधारण नेपालीहरुको निमित्त यो असंम्भव हुनसक्छ । त्यसैले समयमै मुटुका भल्भहरुलाई क्षतिग्रस्त हुनबाट बचाउन आवश्यक छ । यसका निमित्त समयमै रोगबारे जानकारी प्राप्त गरी, सबै नेपाली माझमा पुऱ्याउने र रोगको

नियन्त्रणका उपायहरुबारे व्यापक प्रचार/प्रसार गर्नु अत्यन्तै जरुरी देखिन्छ । यस रोगबारे वास्तविक कुराहरु थाहा नपाएर नै धेरै नेपालीहरु पीडित हुनपुगेका छन् । अज्ञानता र अशिक्षा नै यो रोग लाग्नुको मुख्य कारण बन्न पुगेको छ ।

तल प्रस्तुत गरिएको चित्र मुटुको हो । मुटुमा ४ वटा कोठाहरु र ४ वटा भल्भहरु हुन्छन् । बाथ मुटुको रोग लाग्दा भल्भमा असर परेपछि मुटु सुन्निएर ठूलो हुन्छ र राम्रोसँग काम गर्न सक्दैन ।



मुटुका कोठाहरु : १, २, ३, ४
मुटुका भल्भहरुः ५, ६, ७, ८

बाथ ज्वरो

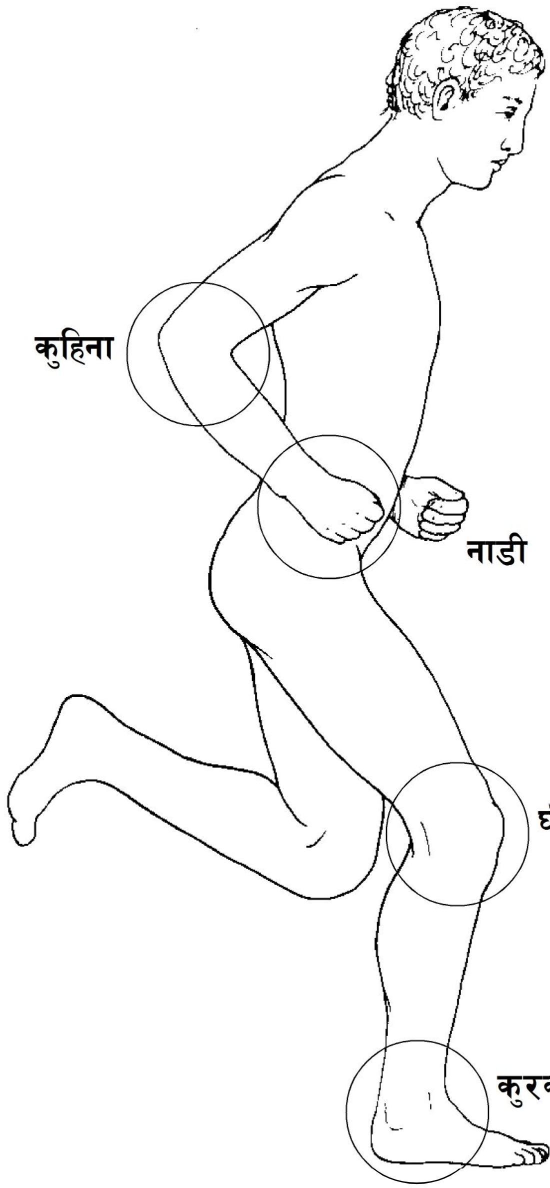
३ देखि १५ बर्षको कलिलो उमेरमा बराबर घाँटी दुख्ने हुनसक्छ । घाँटी दुख्ने गरेका केटाकेटीहरुलाई घाँटी दुखेको १ देखि ४ हप्ता पछि एक किसिमको ज्वरो आउन सक्छ । यो ज्वरो आउँदा एक पछि अर्को

गरि हात खुट्टाका ठूला जोर्नीहरु दुख्ने र सुन्निने हुन्छन् । यस ज्वरोलाई बाथ ज्वरो भनिन्छ । यसै ज्वरोको कारणले पछि गएर ५०% भन्दा बढी बालबालिकाहरुको मुटुको भल्भहरु खराब हुने रोग लाग्दछ । यसलाई बाथ मुटुको रोग भनिन्छ । बाथ ज्वरो र बाथ मुटुको रोग एकै रोगका दुई अवस्थाहरु हुन् । बाथ ज्वरो भन्नाले मुख्यतया- ज्वरो आएको र जोर्नीहरु दुखेको अवस्थालाई बुझिन्छ भने बाथ मुटुको रोग भन्नाले मुटुका भल्भहरु खराव भैसकेको अवस्थालाई बुझिन्छ ।

बाथ ज्वरो के हो ?

यो रोग सूक्ष्म किटाणुको कारणबाट हुने गर्दछ । यो किटाणुको नाम बिटा हेमोलाईटिक स्ट्रेप्टोकोकस ग्रूप 'ए'" हो । यो किटाणु हाम्रो शरीरमा प्रवेश गरिसके पछि घाँटी दुख्ने, ज्वरो आउने हुन्छ । तर ५-७ दिनमा घाँटी दुखेको ठीक पनि हुन्छ । यसको १ देखि ४ हप्तामा फेरी ज्वरो फर्कने तर यस पल्ट साथमा घुँडा, कुर्कुच्चा, कुहिना आदिका जोर्नीहरु दुख्ने संभावना रहन्छ । जोर्नीहरु दुख्ने हुनाले यस रोगलाई बाथ ज्वरो भनिएको हो । यो रोग ३ देखि १५ वर्ष सम्मका बालबालिकाहरुलाई लाग्ने संम्भावना धेरै हुन्छ । २ बर्ष भन्दा कम र २५ बर्ष भन्दा बढी उमेरका मानिसलाई यो ज्वरोले कमै मात्रामा आक्रमण गर्दछ ।

यो रोग आर्थिक रुपले पिछडिएका, स्वास्थ्य उपचार सेवाबाट टाढा रहेका मानिसहरुमा बढी मात्रामा देखिने गर्दछ । तर धनी मान्छेहरुलाई पनि यस रोगले आक्रमण गर्न छाडेको देखिदैन । अर्थात यो रोग धनी गरिब सबैलाई लाग्दछ ।

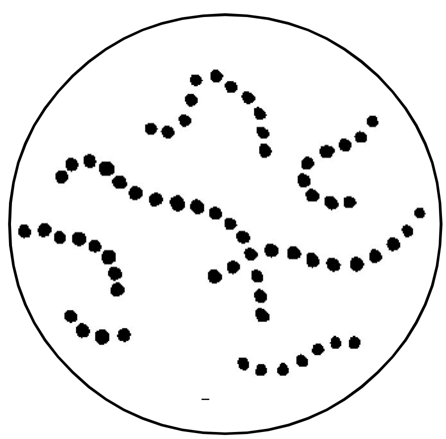


बाथ–ज्वरोले धेरै जसो असर पार्ने जोर्नीहरु

बाथ ज्वरो कुन किटाणुले गर्दा लाग्छ

यो रोग आँखाले देख्न नसकिने किटाणुहरुको कारणबाट हुने गर्दछ । कुनै माध्यमबाट यी किटाणुहरु हाम्रो शरीरमा प्रवेश गर्दछन् । त्यस पछि बिस्तारै किटाणुहरुले संख्या वृद्धि गर्दछ । यसका कारण शुरुमा घाँटी दुख्ने, ज्वरो आउने हुन्छ, फेरि ५-७ दिनमा घाँटी दुखेको ठीक हुन्छ । यसको १ देखि ४ हप्तामा जोर्नीहरु दुख्ने, फेरि ज्वरो फर्कने तर यस पटक साथमा घुडाँ, कुर्कुच्चा, कुहिना आदिका जोर्नीहरु दुख्ने हुन्छ । जोर्नीहरु दुख्ने भएकोले यसलाई बाथ ज्वरो भनिएको हो । विशेषगरी यो रोग गरीब, उपचारबाट टाढा रहेको समुदायका जनताहरुमा बढी मात्रामा देखिने गर्दछ । तर यसले धनी र उपचारबाट नजिकै रहेका जनताहरुलाई नछुने भने पक्कै होइन ।

तल प्रस्तुत गरिएको किटाणुले गर्दा यो रोग लाग्दछ जसलाई बिटा हेमोलाईटिक स्ट्रेप्टोकोकस ग्रूप 'ए' भनेर चिन्ने गरिन्छ ।



बाथ-ज्वरो उत्पन्न गराउने किटाणुहरु

ज्ञान भए बाथ ज्वरो चिन्न सजिलै सकिन्छ

यो रोगलाई समयमै पत्ता लगाउन सक्नु अत्यन्तै जरुरी हुन्छ । यदी समयमै पत्ता लगाउन सकिएन भने बिरामीको मुटु क्षतिग्रस्त हुन्छ । त्यसैले गर्दा यस बारेमा समयमै होशियार हुन आवश्यक देखिन्छ । हाम्रो गाउँ सहरमा कतिपय अभिभावकहरुले आफ्ना बालबालिकाहरुलाई बाथ ज्वरो भएको समयमा हेलचेक्रयाई गरेको पाइन्छ । कतिपय स्वास्थ्यकर्मीहरुले पनि बाथ ज्वरोको सही रुपले पहिचान गर्न नसकी ठीक उपचार सिफारिश नगरेका थुप्रै उदाहरणहरु छन् । अभिभावक र स्वास्थ्यकर्मीहरुले यस्तो गर्नुको पछाडि पक्कै पनि यस रोग बारे पूरा जानकारी नभएरै हुन सक्छ । यसरी रोग बारे पूरा ज्ञान र यस रोग बाट उत्पन्न हुने खतराहरु बारे ज्ञान भएन भने एउटा व्यक्तिको सानो गल्तीको कारणले अर्को व्यक्तिले ठूलो नोक्सानी व्यहोर्नु पर्ने हुन्छ । त्यसैले समयमै यसबारे जानकारी प्राप्त गर्नु आवश्यक देखिन्छ । यसका लागि बाथ ज्वरोका लक्षणहरु थाहा पाउन आवश्यक हुन्छ ।

बाथ ज्वरोका लक्षणहरु

१. शुरुमा घाँटी दुख्ने र ज्वरो आउने हुन्छ । ज्वरो आएको ५-६ दिन पछि औषधि खाएर वा नखाएरै घाँटी दुख्ने ठीक हुन्छ ।**(Pharyngitis)**

२. घाँटि दुख्ने र ज्वरो आउने ठीक भएको १ देखि ४ हप्ताको बिचमा फेरि ज्वरो बल्भिएर आउछ र यसपल्ट साथमा पालै पालो घुडाँ, कुर्कुच्चा, कुहिना, नाडी आदिका जोर्नीहरु दुख्ने र राक्किएर सुन्निने हुन्छ । यसमा एउटा जोर्नी दुख्न कम हुनासाथै

अर्को जोर्नीमा दुखाई सर्छ । एवम् प्रकारले एउटा जोर्नीको दुखाइ ठीक हुँदै जाँदा अर्को जोर्नी दुख्न थाल्दछ । एकदेखि अर्को जोर्नीमा सर्दै जाने भएको हुनाले यसलाई सर्ने बाथ भनेको हो । अरु रोगहरुमा हुने बाथमा जोर्नीहरु एकै पल्ट प्रभावित हुन्छन् भने बाथ ज्वरोमा भने एउटा जोर्नी ठीक भए पछी अर्कोमा दुखाई सर्ने अचम्मको लक्षण देखिन्छ । यो सर्ने बाथ यस रोगको अत्यन्त महत्वपूर्ण लक्षण हो । **(Arthritis)**

३. बाथ ज्वरोको सबै भन्दा नराम्रो पक्ष मुटुमा असर परी मुटु सुन्निनु र भल्भहरु बिग्रनु हो । यस रोगबाट मुटुका ४ भल्भहरु मध्ये कुनै एक वा सो भन्दा बढी भल्भहरु बिग्रेर, साँगुरिने वा खुकुलो हुने हुन्छ । यसको कारणले गर्दा मुटुमा हुने रक्त प्रवाहमा बाधा आउन सक्छ । मुटुका भल्भहरुबाट रगत आउन र जान अप्ठेरो पर्छ । त्यस पछि मुटु सुन्निन्छ । **(Carditis)**

यस रोगले जोर्नीलाई चाट्छ मात्र तर मुटुलाई टोक्छ । यस रोगका कारण दुखेको जोर्नी ठीक भएर जान्छ । यसमा कुनैपनि नराम्रो असर रहदैन । यो रोगले असर पारे पछि मुटु नराम्रोसँग बिग्रन्छ । औषधि गरे पनि यो पुरानै अवस्थामा आउन सक्दैन । यसैले भनिएको हो - **यो रोगले जोर्नीलाई चाट्छ मात्र तर मुटुलाई टोक्छ ।**

४. कसै कसैमा कुहिनामा, घुडाँ मुनी, नलिखुट्टाका छाला मुनी स-साना केराउका दाना जत्रा गिर्खाहरु देखापर्दछन् । यी गिर्खाहरु केही दिन देखि केही हप्ता सम्म र कहिलेकाँही केही बढी समयसम्म रही रहन्छन् । यस्ता गिर्खाहरु भएका धेरै जसो बिरामीहरुको मुटु सुन्निएको थाहा भएको छ । **(Subcutaneous Nodules)**

५. कसै कसैको पेट या पछाडि पिठिउमा नचिलाउने, बिचमा सेतो र वरिपरी रातो चक्काहरु भएको डाबरहरु पनि देखा पर्दछन् ।

(Erythema Marginatum)

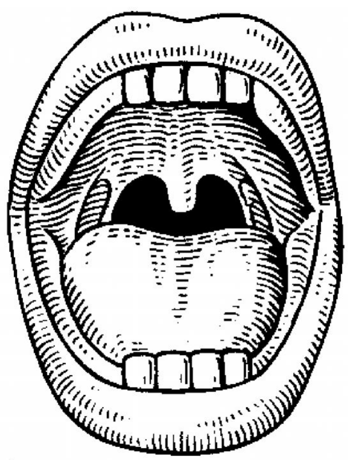
६. कसै कसैमा भने त्यत्तिकै हात गोडाहरु, मुख, ओठहरु मध्ये कुनै एक भागमा झड्का दिएर चल्ने अचम्म खालको लक्षण देखिन्छ । बाथ ज्वरोले दिमागमा असर पार्दा यस्तो हुन सक्दछ ।

(Chorea)

आमा बुबा हो ! याद गर्नोस । तपाईंको बच्चालाई बाथ-ज्वरो लागेको हुन सक्छ ।

घाँटी दुख्ने समस्या

बाथ ज्वरोको वर्णन गर्दा हरेक पटक घाँटी दुख्ने समस्याबारे उल्लेख गर्नु पर्ने हुन्छ । घाँटी दुख्ने समस्या विभिन्न जातका साना किटाणुहरुद्वारा हुन्छ जसमध्ये ब्याक्टेरिया र भाइरस प्रमुख हुन् । विभिन्न जातका ब्याक्टेरियाहरु मध्ये "स्ट्रेप्टोकोकस ग्रुप ए" जातका ब्याक्टेरियाहरुले घाँटी दुख्ने गराएमा त्यस्ता रोगीहरुलाई बाथ ज्वरो उत्पन्न हुने संम्भावना रहन्छ । घाँटीमा किटाणुहरु पस्दा घाँटी दुख्ने, थुक निल्न गाह्रो हुने, ज्वरो आउने, स्वर घोक्रो हुने अथवा सुक्ने आदि लक्षणहरु देखिन्छन् । यसमा घाँटीको परीक्षण गर्दा टन्सिल बढेको, भित्री पछिल्लो भाग रातो भएको, मसिना दानाहरु र पहेलो पीप जस्तो जम्मा भएको देख्न सकिन्छ । यसै प्रकारको घाँटी दुख्ने समस्याबाटै बाथ मुटुको रोग उत्पन्न हुन्छ । यसकारण घाँटी दुख्ने समस्यालाई मामुली समस्याको रुपमा लिनु हुँदैन ।



मुख आँ गर्दा पछाडि र भित्र पट्टी देखिने ठाँउमा बाथ ज्वरोका किटाणुहरु बस्दछन् ।

ब्याक्टेरिया वा भाइरस मध्ये कुन किटाणुले घाँटीको संक्रमण भएको हो कसरी छुट्याउने ?

लक्षणहरु ⁄ चिन्हहरु		
	Bacterial	**Viral**
	घाँटीमा अप्ठेरो हुने र निल्दा दुख्ने	घाँटीमा अप्ठेरो हुने ।
	ठूलो ज्वरो (१०१ डिग्री भन्दा बढी)	सानो वा मध्यम ज्वरो ।
घाँटीको परीक्षण	१. घाँटी भित्र, पछाडिको भित्ता (Pharynx) मा रातो भएको सुन्निएको र पहेंला रेसाहरु टाँसिएको देखिने । २. टन्सिलहरु सुन्निने र रसिलो, रातो देखिने । ३. टन्सिलहरुमा पहेंला पिप जमेको साना-साना टाटाहरु देखिने । ४. घाँटीको माथिल्लो भित्तामा रातो सुन्निएको र रक्तकणहरु टाँसिएको देखिने । ५. घाँटीको बाहिरी भागमा गिर्खाहरु (Lymphnodes) बढ्ने र दुख्ने ।	१. Pharynx रातो हुने । २. टन्सिलहरु सुन्निने, रातो देखिने ।
अन्य	१. नाकको प्वालको वरपर घाउ निस्कने । २. रातो दानादार जिब्रो, घाँटी, छाती, काखी, कुहिना, काँध र तिघ्राको भित्री भागहरुमा मसिना विमिरा-फोकाहरु निस्कने ।	१. खोकी लाग्ने । २. स्वर घोक्रो हुने (सुक्ने) ३. नाक चुहिने (नाकबाट पानी जस्तो पदार्थ बग्ने । ४. आँखाहरु रातो, रसिलो हुने ।

बाथ ज्वरो हो भनेर कसरी पक्का गर्ने ?

बाथ ज्वरो पहिचान गर्ने काम त्यति कठिन नभए पनि डाक्टर तथा स्वास्थ्यकर्मीहरुबाट यसको पहिचान कार्यमा कहिलेकाहीँ त्रुटीहरु हुने गरेका छन् । यसकारण विश्व स्वास्थ्य सघंद्वारा बाथ ज्वरो सजिलो तरिकाबाट पहिचान गर्न सकियोस् भनि केही निर्देशिकाहरु तयार पारिएको छ ।

मुटु रोग विशेषज्ञहरु तथा यस रोगमा अनुभव प्राप्त अन्य चिकित्सकहरुले यो रोग सजिलै पहिचान गर्न सक्छन् । यस कारण घाँटी दुख्ने, ज्वरो आउने, जोर्नीहरु दुख्ने आदि भएमा तुरुन्त मुटु रोग विशेषज्ञ, फिजिसियन डाक्टर अथवा उहाँहरु उपलब्ध नभएमा कुनै पनि उपलब्ध डाक्टर कहाँ उपचारका लागि गईहाल्नु पर्दछ । बाथ ज्वरो पत्तालगाई दिने जिम्मा डाक्टरलाई नै दिनु पर्दछ । कसैको लहलहैमा लागेर उपचार कार्यमा ढिलाई गर्नु हुँदैन ।

विश्व स्वास्थ्य संगठनले बाथ-ज्वरोको सही पहिचान होस् भन्नाका लागि केहि निर्देशिकाहरु तयार पारेको छ । जसलाई Jones Criteria for the Diagnosis of Rheumatic Fever भन्ने गरिन्छ । जोन्स्ले तयार पारेका बुँदाहरुमा विश्व स्वास्थ्य संगठनले समय सापेक्ष केही परिवर्तन गरिदिएको छ । यिनै बुँदाहरुमा आधारित रही बाथ-ज्वरोको पहिचान गर्न सजिलो पर्दछ । जोन्स्को निर्देशिका अनुसार बाथ-ज्वरोका लक्षणहरुलाई ३ समूहमा विभाजन गरिएका छन् :

१. **प्रमुख लक्षणहरु (Major Manifestations)**

क. मुटु हल्लिने, दम बढ्ने (Carditis)

ख. जोर्नीहरु दुख्ने, सुन्निने र तातो हुने (Polyarthritis)

ग. हात खुट्टा झड्का दिएर चल्ने (Chorea)

घ. डाबर (Erythema Marginatum)

ङ. छालामुनिका गिर्खाहरु (Subcutaneous Nodules)

२. **साधारण लक्षणहरु (Minor Manifestations)**

क. ज्वरो आउने

ख. जोर्नी दुख्ने

ग. रगतमा ESR बढ्ने

घ. रगतमा C Reactive Protein बढ्ने

ङ. ई.सि.जी. मा PR Interval लामो हुने

२. **अनिवार्य लक्षणहरु**

क. रगतमा ASOT बढ्ने

ख. Throat Swab Culture मा Group A Streptococcus देखिने

ग. Rapid Streptococcal Test- पोजिटिभ हुने

बाथ-ज्वरो हो वा होइन पक्का गर्न कुनै दुई प्रमुख लक्षणहरु अथवा कुनै एक प्रमुख लक्षण र कुनै दुई साधारण लक्षणहरु हुनु पर्दछ

अनि साथमा कुनै न कुनै एक अनिवार्य लक्षण हुनु जरुरी मानिन्छ ।

'कोरिया' र 'ढिलो उत्पन्न कार्डाइटिस' (Late onset carditis) भएकाहरुका लागि बाथ-ज्वरो पक्का गर्न कुनै पनि अनिवार्य लक्षणहरु नभए पनि हुन्छ ।

१. बाथ-ज्वरो = दुई प्रमुख लक्षणहरु + एक अनिवार्य लक्षण

अथवा

२. बाथ-ज्वरो = एक प्रमुख लक्षणहरु + दुई अनिवार्य लक्षण
+ एक अनिवार्य लक्षण

३. शंकास्पद बाथ-ज्वरो=ठूला जोर्नी दुख्ने सहित दुई साधारण लक्षणहरु
+ एक अनिवार्य लक्षण

नोटः नेपालमा जोन्स क्राइटेरियाबाट बाथ ज्वरो हो भन्न नमिल्ने तर बाथ ज्वरोको शंका गर्न सकिने ३ नम्बरमा भने जस्तै लक्षणहरु भएका बालबालिका धेरै भेटिने भएको हुनाले यसलाई बाथ ज्वरो सरह नै उपचार गर्ने गरि शंकास्पद बाथ ज्वरो अन्तर्गत राखिएको छ ।

समयमै उपचार गरे यो रोग ठीक हुन्छ

यो रोग लाग्ना साथ उपचार गराउनु पर्दछ । यदी बाथ ज्वरोको उपचार सुरुमै हुन सक्यो भने ठीक हुन्छ । मुटुको भल्भ क्षतिग्रस्त हुनबाट बचाउँन सकिन्छ । मुटु क्षतिग्रस्त भईसके पछिको उपचार अति नै खर्चिलो हुन्छ । यसकारण समयमै उपचार गराउन ध्यान पुऱ्याउनु पर्दछ । यस ज्वरोको उपचारका लागि निम्न लिखित औषधीहरु प्रयोग गर्नुपर्दछ ।

१. **पेनिसिलिनः** यो सूई र चक्कीमा पाइन्छ । यसले रोगका किटाणुहरुलाई नष्ट पार्दछ ।

२. **एन्टिवायोटिक – ईरिथ्रोमाईसीन** : यो चक्कीका रुपमा पाइन्छ । यसले पनि किटाणुलाई नष्ट पार्दछ । यदि पेनिसीलिनले एलर्जी भएमा यो प्रयोग गरिन्छ ।

३. **एस्प्रिन** : यो चक्की हो । यसले जोर्नी दुखेको र सुन्निएको ठीक गर्दछ ।

४. **डिगोक्सीन** : यो औषधीले मुटुको काम सघाउछ । जस्तै मुटुको धडकन घटाउने, मुटु खुम्चिने शक्तिलाई बढाउने र मुटुद्वारा हुने रक्त प्रवाह कार्यमा सुधार ल्याउने गर्दछ । यसका नराम्रा असर हरु पनि छन् । जस्तै मुटुको धडकन खराव हुने, उल्टी, पखाला लाग्ने, आँखाले कालो धव्वाहरु देख्ने हुन सक्छ । त्यसैले यो औषधी सेवन गर्दा हप्ताको १ वा २ दिन बन्द गर्नु पर्छ र डाक्टर को सिफारिश बिना औषधी सेवन गर्न हुँदैन ।

५. **लासिक्स** (**पिशाव गराउँने औषधी**): यो औषधी मुटु सुन्निएको र दम बढेकालाई प्रयोग गरिन्छ । यसले गोडाहरु सुन्निएको र दम बढेकोलाई घटाउँछ । यो औषधि पनि स्वास्थ्यकर्मीको सिफारिशमा मात्र प्रयोग गर्नु पर्छ ।

बाथ-ज्वरो नलागोस् भनी के गर्ने ?

घाँटी दुख्दा औषधी गर्ने

कुनै पनि अवस्थामा घाँटी दुख्ने, ज्वरो आउने भएको बेलामा नै यसको उपचार गर्नु, वाथ ज्वरो उत्पन्न हुने सम्भावनालाई रोक्ने सबैभन्दा राम्रो उपाय हो । यसलाई प्राथमिक रोकथाम भनिन्छ । विभिन्न जातका किटाणुहरु मध्ये 'स्ट्रेप्टोकोकस ग्रुप ए' जातका किटाणुहरुको संक्रमणबाट घाँटी दुख्ने भएकाहरु मध्ये ३% लाई वाथ ज्वरो उत्पन्न हुने धेरै सम्भावना हुन्छ । यदी बालबालिकाहरुलाई बारम्वार घाँटी दुख्ने गरेको छ भने किन दुखेको हो तुरुन्त पत्ता लगाई औषधी प्रयोग गर्नु पर्छ । घाँटी दुखेको अवस्थामै उपचार गरेमा वाथ ज्वरो उत्पन्न हुने सम्भावनालाई १० गुणाले घटाउन सकिन्छ । घाँटी दुख्दा बाथ ज्वरो नलागोस भनी प्रयोग हुने औषधीहरु र तिनका मात्राहरु तलको तालिकामा प्रस्तुत् गरिएका छन् ।

बाथ ज्वरोको प्राथमिक रोकथाम

औषधी	लिने तरिका	औषधीको मात्रा	कति दिने
१) पेनिसिलिन सूई (Benzathine Penicillin)	मांशपेशीमा	१२ लाख यूनिट (तौल ३० के.जी. भन्दा बढीका लागि) ६ लाख यूनिट (तौल ३० के.जी. भन्दा कमका लागि)	१ पल्ट
२) पेनिसिलिनको चक्की	मुख बाट	२५० मि.ग्रा. ४ पल्ट दैनिक (तौल २० के.जी. भन्दा बढीका लागि) १२५ मि.ग्रा. ४ पल्ट दैनिक (तौल २० के.जी. भन्दा कमका लागि)	१० दिन
३) Azithromycin	मुख बाट	५०० मि.ग्रा. १ पल्ट दैनिक (तौल ३० के.जी. भन्दा बढीका लागि) २५० मि.ग्रा. १ पल्ट दैनिक (तौल ३० के.जी. भन्दा कमका लागि)	५ दिन

नोटः १) पेनिसिलिन चक्कीहरु मध्ये Phenoxymethyl Penicillin (Penicillin V) बढी प्रभावकारी छ किनकि यो पाचन प्रणालीबाट राम्रोसँग शोषिन्छ र रगतमा प्रवाहित हुन्छ । Penicillin V उपलब्ध नभएमा Benzyl Penicillin (Penicillin G) प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

२) पेनिसिलिनमा एलर्जी भएका व्यक्तिहरुले ईरिथ्रोमाईसिन वा एजिथ्रोमाईसिन चक्की विकल्पको रुपमा लिन सक्नेछन् । ईरिथ्रोमाईसिन चक्की २५० मि.ग्रा. दैनिक ४ पल्ट १० दिनसम्म लिनु पर्ने हुन्छ । ३० किलो भन्दा कम तौल भएका बच्चाहरुले प्रति- किलो तौलको ४० मि.ग्रा. दैनिक लिनु पर्ने हुन्छ । एजिथ्रोमाईसिन चक्की दिनको एक पल्ट ५ दिनसम्म लिए पुग्छ । ३० किलो तौल भन्दा माथिकालाई 500mg दैनिक एक पल्ट र ३० किलो भन्दा कम तौल भएकालाई 250mg दैनिक एक पल्ट लिनु पर्छ ।

३) Ampicillin, Amoxycillin, Cephalosprin आदि एण्टिवायोटिक पनि घाँटीको स्ट्रेप्टोकोकल इन्फेक्सन नियन्त्रणमा प्रभावकारी छन्, तर यिनीहरुको प्रयोग भन्दा पेनिसिलिन कै प्रयोगमा जोड दिनु पर्दछ ।

४) Sulfonomides, Tetracyclines, Chloramphenicol, Trimethoprim आदि औषधीहरुको प्रयोग यस रोगमा प्रभावकारी छैनन् साथै यी औषधीहरु हानिकारक समेत हुन सक्छन् । त्यसकारण यो रोगमा यिनीहरुको प्रयोग गर्नु हुँदैन ।

बाथ–ज्वरो लागि हाल्यो भने के गर्ने ?

मुटु नबिग्रियोस् र बाथ–ज्वरो नफर्कियोस् भनि औषधि गर्ने

बाथ ज्वरो एक पल्ट लागे पछि फेरि फेरि पनि फर्कन सक्छ । जसरी सुरुमा यो रोग लाग्दा मुटुलाई नोक्सानी पुऱ्याउँछ त्यसरी नै फेरि फर्कदा प्रत्येक पल्ट मुटुलाई झन् झन् नोक्सानी पुग्दछ । त्यसैले पटक पटक यसले आक्रमण नगरोस् भन्नाका निमित्त गरिने उपचार महत्वपूर्ण छ । यसलाई द्वितीय रोकथाम पनि भनिन्छ । यसमा विशेषगरि लामो समयसम्म (करीब १ महिना) शरीरमा रहिरहने पेनिसिलिनको सूई प्रयोग गरिन्छ । पेनिसिलिनको सूई प्रत्येक ३/३ हप्तामा लिइरहेमा हाम्रो शरीरमा बाथ-ज्वरोका कीटाणुहरु बढ्न पाउँदैनन् । अनि बाथ-ज्वरो फर्कने संभावना कम हुन्छ ।

बाथ ज्वरोको द्वितीय रोकथाम

औषधी	**लिने तरिका**	**औषधीको मात्रा**
१) पेनिसिलिन सूई (Benzathine Penicillin)	मांशपेशीमा	१२ लाख यूनिट प्रत्येक ३-३ हप्तामा (तौल ३० के.जी. भन्दा बढीका लागि) ६ लाख यूनिट प्रत्येक ३-३ हप्तामा (तौल ३० के.जी. भन्दा कमका लागि)
२) पेनिसिलिन चक्की	मुख बाट	२५० मि.ग्रा. दैनिक दुई पटक
३) इरिथ्रोमाइसिन	मुख बाट	२५० मि.ग्रा. दैनिक दुई पटक

नोटः १) पेनिसिलिनको सुई १-१ महिनाको सट्टा ३-३ हप्तामा लिनु बढी प्रभावकारी हुन्छ ।

२) पेनिसिलिनमा एलर्जी भएका व्यक्तिहरुले ईरिथ्रोमाईसिन २५० मि. ग्रा. २ पल्ट दैनिक लिनुपर्ने हुन्छ ।

३) खाने चक्कीहरु भन्दा ३-३ हप्ते पेनिसिलिनको सुई नै यस रोगको रोकथामका लागि बढी प्रभावकारी हुन्छ त्यसकारण सुई लगाउने तर्फ नै प्रोत्साहित हुनु पर्दछ ।

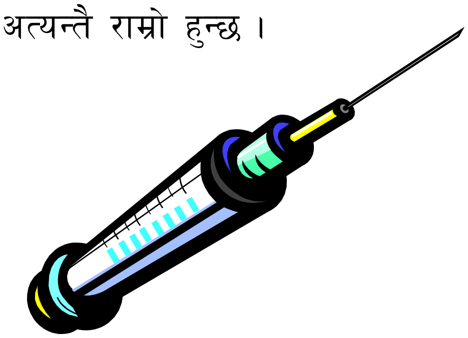
पेनिसिलिनको सूई कति बर्ष सम्म लगाउने ?

यो रोग विशेषगरी बालबालिका र युवाहरुलाई लाग्ने गर्दछ । त्यसैले कहिलेसम्म उपचार गर्ने, सूई कति समयसम्म लगाउने बुझ्नु जरुरी हुन्छ । यसको जानकारी चिकित्सकले दिनेछन् । बाथ ज्वरो र बाथ मुटुको रोगमा सूई लगाउने अवधिबारे तल प्रस्तुत गरिएको छ ।

रोगको अवस्था	कति समयसम्म लगाउने ?
१. बाथ ज्वरो लागेको तर मुटुमा असर नपरेको अवस्था	बाथ ज्वरोको आक्रमण अन्तिम पल्ट भएको मितिले ५ वर्ष सम्म लगाउने अथवा १८ वर्ष नपुग्दा सम्म जुन अवधि बढी हुन्छ त्यत्ति समय सम्म लगाउने ।
२. मुटुमा असर परी बाथ मुटुको रोग भैसकेको अवस्थामा	१. कम्तिमा ४० वर्ष को उमेर नपुग्दा सम्म । चिकित्सकले आवश्यक देखेमा साथै मुटुको अप्रेशन भएको परिस्थितिमा जिन्दगीभर पेनिसिलिनको सूई लिनु पर्ने हुन सक्छ । २. यदि बाथ ज्वरोको पून आक्रमण भएमा ४० वर्षको उमेर काटे पनि पून आक्रमणको मिति पछि कम्तिमा १० वर्ष सूई लगाउनु पर्छ ।

पेनिसिलिनको सूई लगाउँदा दुख्छ के गर्ने ?

वास्तबमा सूई लगाउँदा दुख्छ । केही मिनेटसम्म वा कहिलेकाहीँ केही लामो समय सम्म पनि दुख्न सक्छ । सूई लगाउँदा नदुखाउन त सकिंदैन, कम दुख्ने गरी, होशियारी र अनुभवी हातहरुबाट सूई लगाउन सकिन्छ । दुख्यो भनेर सूई लगाउन छाड्नु वा सूईको बदलामा चक्कीको प्रयोग गर्छु भन्नेबारे सोच्नु राम्रो होइन । सूई त, लगाउनु नै पर्छ । सूई लगाउँदा सधै एउटै स्वास्थ्य संस्था, जस्तै स्वास्थ्य चौकी, क्लिनिकमा लगाउनु पर्छ । साथै एउटै व्यक्तिबाट सधै लगाउनु राम्रो हुन्छ । यदि सूई लगाउँदा सधै एउटै व्यक्तिबाट लगायौं भने उक्त व्यक्तिलाई रोगको बारेमा ज्ञान र अनुभव बढ्छ भने बिरामी प्रति माया र स्नेह बढ्ने गर्दछ । यो सूई लगाउँदा कहिलेकाहीँ एलर्जी हुन सक्दछ । यदि एलर्जी भएमा कहिलेकाहीँ तुरुन्तै बिरामीको अवस्था बिग्रन सक्छ, त्यसैले सुबिधा सम्पन्न स्वास्थ्य संस्थामा सूई लगाउनसके अत्यन्तै राम्रो हुन्छ ।



सूई लगाउन डराउनु पर्दैन ।

सूईले खरावी पनि गर्न सक्छ

अरु औषधिहरुमा जस्तै पेनिसिलिनको सूईले पनि एलर्जी भई खरावी गर्न सक्छ । एलर्जीका लक्षणहरु चक्कीमा भन्दा सूईमा

कडा हुन सक्छन् जुन यसप्रकार छन्:

१. एलर्जी भएको अवस्थामा सुरुमा छाला चिलाउने
२. राता राता डाबरहरु छालामा आउने
३. ओठहरु फुल्ने
४. स्वासनली खुम्चिन गई सास फेर्न कठिन
५. रक्तचाप घट्न गई चक्कर लागेर बेहोस हुने
६. खल्खल्ली पसिना आउने

पेनिसिलिन एलर्जी साधारण र गंभिर प्रकृतिका हुन सक्छन् । साधारण प्रकृतिको एलर्जी भन्नाले छाला चिलाउने, डाबरहरु आउने, ओठहरु सुन्निने आदी बुझिन्छ भने गंभिर प्रकृतिको एलर्जी भन्नाले सास फेर्न कठिन हुने, खल्खल्ती पसिना आउने, मुटु छिटो छिटो चल्ने, रक्तचाप एकदम घट्ने र बेहोस भई ढल्ने हुन्छ । गंभिर प्रकृतिको एलर्जी हुँदा कहिले काहीँ मृत्यु समेत हुन सक्छ ।

यो सूई लगाउँदा प्राय: धेरै कमलाई मात्र एलर्जी भएको पाइन्छ । जस्तै १० हजारजना पेनिसिलिनको सूई प्रयोग गर्ने बिरामीहरु मध्ये १ जनालाई मात्र एलर्जी भएको पाइएको छ । १ लाख मा १ जनाको एलर्जीको कारण मृत्यु भएको पाइन्छ । यो सूईको एलर्जी छ की छैन भनी चिन्नका निमित्त छालामा सूई लगाएर टेष्ट गर्ने गरिन्छ । प्रत्येक पल्ट सुई लगाउँदा टेष्ट गरेर मात्र लगाउने चलन छ । गंभिर प्रकृतिको एलर्जी छालामा टेष्ट गर्दा समेत उत्पन्न हुन सक्छ । यस कारण सूई लगाउने स्वास्थ्य संस्थामा गंभिर अवस्था उत्पन्न हुँदा उपचार गर्ने सबै सुविधा उपलब्ध हुनु पर्दछ । सुविधा सम्पन्न अस्पतालमा सूई लगाउने गरेकाहरुले प्रत्येक पल्ट छालामा टेष्ट नगरे पनि हुन्छ । तर पहिलो पल्ट सूई लगाउँदा, नयाँ ब्याचको

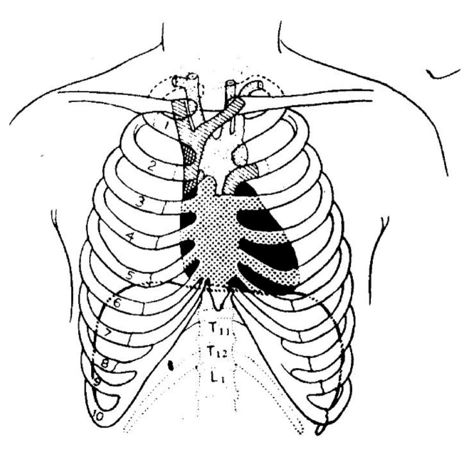
पेनिसिलिन प्रयोग गर्दा र नयाँ ब्राण्ड (कम्पनी) को पेनिसिलिन सूई प्रयोग गर्दा यि तिन अवस्थामा सबैले छालाको टेष्ट गराउनु पर्छ । सूई लगाउँदा कडा खालको एलर्जी भएमा तुरुन्त Adrenalin सूई लगाउनु पर्ने हुन्छ यसकारण पेनिसिलिन सूई लगाउनु अगाडी नै Adrenalin सूई खोलेर, सिरिञ्जमा तानेर तयारी अवस्थामा राखेको हुनु पर्छ । आवश्यक परे पछि यो सूई खोज्ने होइन किनकी खोज्दा खोज्दै ढिला हुन सक्छ त्यसैले पहिले नै सिरिञ्जमा तानेर राख्नुपर्छ । यदि यो सूई आवश्यक परेन भने पछि फ्याकी दिए हुन्छ ।

बाथ मुटुको रोग

हामीहरुले बुझी सक्यौं कि बाथ ज्वरो लाग्दा नै उपचार नगराएमा बाथ ज्वरो बिग्रिन गई बाथ मुटुको रोग लाग्ने रहेछ । अब हामी बाथ-मुटुको रोग के हो त ? यस बिषयमा अध्ययन गरौं । बाथ ज्वरोका कारण मुटुका भल्भहरु बिग्रिएर मुटुको रक्तप्रवाह कार्यमा गडबडी उत्पन्न हुने रोगलाई बाथ मुटुको रोग अथवा मुटुको भल्भ बिग्रने रोग भनिन्छ ।

मुटुका भल्भहरुले के के काम गर्छन् ?

हाम्रो मुटुमा जम्मा ४ वटा कोठाहरु र ४ वटा भल्भहरु हुन्छन् । मुटु भित्र एक कोठाबाट अर्को कोठामा रगत बग्दा भल्भहरु खुल्ने र बन्द हुने गर्दछन् । यिनीहरुले कोठाका झ्याल र ढोकाहरुले झैं काम गर्दछन् । रगत सधैं सुल्टो बाटोबाट बगिरहोस्, उल्टो बाटो तर्फ नफर्कोस् भन्नाका लागि भल्भहरु ठीक ठीक सयममा खुल्ने र बन्द हुने गर्दछन् । यदि यी भल्भहरु बिग्रिएर खुकुलो अथवा साँगुरो हुन पुग्यो भने पुरा रगत एक कोठाबाट अर्को कोठा र धमनी तर्फ जान नसकी त्यहीं नै जमेर बस्दछ जसको कारणले मुटु सुन्निने हुन्छ र हार्ट फेल हुन जान्छ ।



छाती भित्र स्वस्थ्य मुटु

मुटु सुन्निएको छैन
(राम्रो भल्भहरु भएको मुटु)

मुटु सुन्निएको छ
(बिग्रिएको भल्भहरु भएको मुटु)

मुटुका भल्भहरु के कारणले गर्दा बिग्रिन्छन् ?

जब कीटाणुहरु हाम्रो शरीरमा पस्दछन् शरीरले यी किटाणुहरुसंग लड्नको लागि रक्षक तत्वहरु उत्पादन गर्छ । जति-जति पटक किटाणुहरु हाम्रो शरीरमा प्रवेश गर्छन् त्यति-त्यति पटक रक्षक तत्वहरुको उत्पादन पनि बढ्दै जान्छ । हाम्रो शरीरमा उत्पादन भएको रक्षक तत्वहरुले प्रायः किटाणुहरुसंग लडेर किटाणुहरुलाई नष्ट पार्दछन् । कहिलेकाहीँ यी उत्पादन भएका रक्षक तत्वहरुले किटाणुको सट्टा मुटुका भल्भहरुमा आक्रमण गरी मुटुका भल्भहरुलाई नष्ट पार्दछन् । यसकारण मुटुका भल्भहरु खराब हुन जान्छन् । जस्तो कि दुई देश बीच लडाई भयो भने, त्यो ठाउँमा गोलाबारी हुन्छ । त्यो ठाउँको जमिन, घरहरु र अन्य भू-भागलाई पक्कै पनि नोक्सानी पुग्न सक्छ । यसरी नै हाम्रो शरीरमा उत्पादन भएको रक्षक तत्वहरु र किटाणुहरु बीच लडाई हुँदा मुटुका भल्भहरुलाई नोक्सानी पुग्दछ ।

केही बाथ मुटुका रोगहरु

१. माइट्रल स्टेनोसिस (मुटुको माइट्रल भल्भ साँगुरिने)

हाम्रो मुटुमा भएका ४ वटा भल्भहरु मध्यको माइट्रल नाम भएको भल्भ रोगग्रस्त भएर साँगुरो हुने अवस्थालाई माइट्रल स्टेनोसिस भनिन्छ। जति पटक रोगीलाई बाथ ज्वरो हुने गर्छ त्यत्ति नै पटक यो भल्भ साँगुरो-साँगुरो हुँदै जाने गर्दछ । यो रोग लाग्दा बायाँतर्फको सानो कोठाबाट पूरा रगत ठूलो कोठामा जान सक्दैन, जसले गर्दा सानो कोठामा रगत बढी मात्रामा जम्मा हुनपुगी त्यहाँको रक्तचाप बढ्दछ । अनि मुटु सुन्निने हुन्छ ।

माइट्रल स्टेनोसिस हुँदा कसरी थाहा पाउने ?

क) मुटु हल्लने हुन्छ ।
ख) हिंड्दा दम बढ्ने हुन्छ ।
ग) सुत्दा खोकी लाग्ने हुन्छ ।
घ) खकारमा रगत देखिन सक्छ ।
ङ) खुट्टाहरु सुन्निने हुन्छन्

२. माइट्रल भल्भ खुकुलो हुने

माइट्रल भल्भ रोगग्रस्त हुँदा धेरै जसो अवस्थामा यसका पत्रहरुको रुप र आकार बिग्रिन पुग्छ। यी पत्रहरु कडा र बाङ्गिएर जाने गर्दछन्। जसरी घरका झ्यालहरु चिसोले गर्दा पसाङ्गिएर बाङ्गो टिङ्गो हुने गर्दछन् त्यसरी नै रोगले गर्दा यी भल्भहरुको आकार पनि बिग्रिन जान्छ । हामीले माथि भने अनुसार माइट्रल स्टेनोसिस हुँदा भल्भ

साँगुरो हुन्छ भने यसमा भल्भ खुकुलो हुने गर्दछ । यसमा पनि जति जति रोगले आक्रमण गर्दै जान्छ उति उति भल्भ खुकुलो हुँदै जाने क्रम बढ्छ । वास्तवमा खुकुलोको अर्थ प्वाल ठूलो हुने होइन । पसाङ्गिएको झ्याल र ढोकाहरु राम्ररोसंग बन्द नभए जस्तै भल्भहरु र म्ररी बन्द नभई सानो प्वाल रहन जान्छ ।

३. महाधमनी भल्भ साँगुरिने

महाधमनीको जरामा भएको भल्भ साँगुरो हुने अवस्था धेरै जसो व्यक्तिहरुमा बाथ ज्वरोका कारण उत्पन्न हुन्छ । महाधमनी भल्भका ३ वटा पत्रहरु हुन्छन् जसको मद्दतद्वारा भल्भ खुल्ने र बन्द हुने गर्दछ । बाथ ज्वरोका कारण भल्भका पत्रहरु सुन्निने, बाङ्गिने कडा हुने आदि भई भल्भ पूरा खुल्न नसक्ने भई साँगुरो हुँदा बायाँ तर्फको ठूलो कोठामा भएको रगत, रक्तसंचारको क्रममा महाधमनी तर्फ जान सक्दैन, फलतः बायाँ ठूलो कोठामा रगत जम्मा हुन गई त्यहाँको चाप बढ्दछ र पछि गएर कोठा नै सुन्निएर जाने हुन्छ । यो कोठा धेरै सुन्निएर राम्रोसँग खुम्चन नसक्ने अवस्था आएमा हार्ट फेल भई रोगीको मृत्यु हुन सक्छ ।

४. महाधमनी भल्भ खुकुलो हुने

यसमा महाधमनी भल्भका ३ वटा पत्रहरु मध्ये कुनै एउटा मात्र पनि रोगग्रस्त भई भल्भ बन्द हुने समयमा पूरा टम्म हुनेगरी बन्द हुन सकेन भने बायाँ ठूलो कोठामा असरपरी यो सुन्निन्छ । मुटु कमजोर हुन्छ । पछि गएर हार्ट फेल हुन्छ ।

बाथ मुटुको रोग भएको छ छैन कसरी पत्ता लगाउने ?

नियमित स्वास्थ्य परीक्षण गर्ने

हामीले कुनै रोग लाग्दा साधारण होला भनि त्यति वास्ता गर्दैनौं । जब रोग बिग्रिदै जान्छ र रोगका नराम्रा लक्षणहरु देखिन्छन् तब मात्र स्वास्थ्य संस्था वा डाक्टर कहाँ जाने गर्दछौं । कहिलेकाहीँ कतिपय रोगीहरुले बाथ ज्वरो भएको थाहा नै पाउदैनन् अथवा यस्तो हल्का किसिमका लक्षणहरु देखा परेका हुन्छन् कि रोगीले त्यहाँ ध्यान पुऱ्याएको हुँदैन । जब मुटुका भल्भहरुमा आक्रमण हुन्छ तब मुटु सुन्निन थाल्दछ । त्यसपछि रोगीलाई बिभिन्न सिकायतहरु उत्पन्न हुन्छन् । केही रोगीहरुमा भल्भ बढी नै बिग्रिएता पनि सिकायत धेरै नदेखिन पनि सक्छ । यसकारण सिकायत छैन भन्दैमा रोग नै छैन भनी हात बाँधेर बस्नु हुँदैन । कतिपय रोगीहरु अन्य रोगका कारण स्वास्थ्य परीक्षण गराउँदा चिकित्सकबाट बाथ-मुटुको रोग भई मुटुको एउटा अथवा दुइवटा भल्भ बिग्रिएको थाहा पाउँछन् । त्यसपछि आश्चर्य चकित हुनाका साथै चिन्तित पनि हुन पुग्छन् । बाथ-ज्वरो नै नदेखिकन मुटुका भल्भहरु बिग्रिन पुगेका थुप्रै उदाहरणहरु प्रस्तुत् गर्न सकिन्छ । यदि भल्भ सामान्य रुपमा बिग्रिएको अवस्थामा रोग पत्ता लगाइ उपचार गर्न सकियो भने भल्भहरु अझ बढी बिग्रिनबाट जोगाउन सकिन्छ । यसकारण सबैलाई यो जानकारी हुन आवश्यक छ की वर्षमा एक पटक केही नभए पनि स्वास्थ्य परीक्षण गराउनु राम्रो हुन्छ ।

मुटुको भिडियो एक्सरे (इकोकार्डियोग्राफी) परीक्षण

डाक्टरहरुले धेरैजसो अवस्थामा आला (स्टेथेस्कोप) को मद्दतले मुटुको धड्कनको आवाज सुनेर मुटुका भल्भहरु साँगुरो वा खुकुलो भएको पत्ता लगाउन सक्दछन् तर कतिपय अवस्थाहरुमा अनुभवी चिकित्सकहरुलाई पनि मुटुका भल्भहरुको स्थितिबारे छुट्टयाउन गाह्रो पर्ने हुन्छ ।

बाथ-मुटुको रोग छ छैन भनी पक्का गर्ने प्रमुख उपाय मुटुको भिडियो एक्सरे गराउनु नै हो। यस परीक्षणबाट भल्भहरुको वास्तविक स्थिति, बाथ मुटुको रोगको गंभिरता, मुटुको कार्यस्थिति, रक्तसंचारको स्थिति, मुटु भित्र रगत जमेको वा नजमेको आदि धेरै कुराहरु थाहा लाग्दछ। मुटुको प्वाल नाप्ने देखि लिएर भल्भ खुकुलो छ छैन, छ भने कति खुकुलो छ, यसले मुटुको कार्यमा कति वाधा उत्पन्न गराएको छ, हार्ट फेल हुने अवस्था आएको छ छैन, आदि कुराहरु यस परीक्षणबाट थाहा हुन्छ । उपचारको क्रममा अप्रेशन गर्नु पर्ने वा नपर्ने भन्ने निणर्य लिन पनि यो परीक्षणको निर्णायक भूमिका रहन्छ ।

बाथ-मुटुको रोग बढ्दै जाने रोग हो । यो रोगमा भल्भ बिग्रने क्रम ३५-४० वर्षको उमेरमा नपुग्दासम्म र कतिपय अवस्थामा अझ बढी उमेरसम्म पनि जारी नै रहन्छ । त्यसैले बाथ मुटुको रोगीले संभव भएसम्म प्रत्येक ६-६ महिनामा अन्यथा प्रत्येक बर्ष मुटुको भिडियो एक्सरे परीक्षण गराउनु आवश्यक देखिन्छ ।

बाथ मुटुको रोगका खतरनाक अवस्थाहरु

बाथ मुटुको रोग उपचार गरेपछि पनि पूर्ण रुपमा ठीक नहुन सक्छ । यो रोग लागि सकेपछि जीवनभर नै रोगीले कुनै न कुनै औषधी सेवन गर्नु पर्ने हुन्छ । यसका साथसाथै कुनै पनि बेला गंभीर खतराहरु उत्पन्न हुने संभावना रहन्छ । यी संभावित खतराहरु यति गंभीर खालका हुन्छन् कि, रोगीको तत्काल मृत्यु पनि हुन सक्छ । यसलाई ध्यानमा राखेर बाथ-मुटुको रोगको समयमै उपचार गराउने र संभावित खतराहरुबाट जोगिन आवश्यक सावधानी अपनाउनु आवश्यक देखिन्छ । बाथ-मुटुका रोगीहरुले भोग्नु पर्ने संभावित खतराहरु मुख्यतया ३ वटा छन् ।

क) **हार्ट फेल** - दम बढ्ने

ख) **पक्षाघात** - हात खुट्टा लुलो हुने

ग) **भल्भको इन्फेक्सन** - नराम्रो ज्वरो आउने, दम बढ्ने

बाथ मुटुको रोगको उपचार

मानिसलाई रोग लाग्दछ । आफ्नो रोगको बारेमा उपचार संभव छ या छैन जान्ने उत्सुकता रहन्छ । बिरामीको इच्छा रहन्छ की उपचार पछि रोग निर्मूल होस् । यदि बिरामीलाई न्यूमोनिया वा क्षयरोग लाग्यो भने केही समय औषधि सेवन गर्नाले रोग ठीक हुन्छ तर बाथ मुटुको रोग एक पल्ट लागिसके पछि उपचारले पूर्ण ठीक पार्न सकिंदैन, किनकी यसले मुटुको भल्भलाई स्थायी रुपमा बिगार्दछ । यस रोगमा, उपचार, रोग निर्मूल पार्ने तर्फ नभई, रोगका लक्षणहरुलाई कम गर्ने तथा रोगलाई बढ्न नदिने तर्फ केन्द्रित रहन्छ । बाथज्वरो

उपचार पछि पनि पटक पटक फर्कन सक्दछ । जति जति पटक यसले आक्रमण गर्दछ उति उति मुटुका भल्भहरु बिग्रने क्रम जारी रहन्छ । यसकारण बाथ ज्वरो पटक पटक नफर्कोस् भन्नाका लागि लामो समय सम्म पेनिसिलिनको सूई लिई राख्नु पर्दछ ।

बाथ मुटुका रोगीहरुमा देखिने लक्षणहरु जस्तै दम बढ्ने, मुटु हल्लिने, खुट्टाहरु सुन्निने, छाती दुख्ने, कफमा रगत देखिने आदि कम गर्न बिभिन्न औषधीहरु प्रयोग गरिन्छ । औषधीहरुको सेवनबाट रोगीको पीडालाई कम गर्ने, जीवनयापन गर्न सजिलो पार्ने तथा बाथ मुटुको रोगबाट उत्पन्न हुन सक्ने गंभीर खतराहरु (हार्ट फेल, पक्षाघात, भल्भको इन्फेक्सन आदि) बाट रोगीलाई सुरक्षित राख्ने प्रयास गरिन्छ । औषधि सेवन जीवन भर नै गर्नु पर्ने हुन्छ । यदि औषधि सेवन नगरेमा जीवन नै खतरामा पर्दछ । कतिपय बिरामीहरु अप्रेशन गराए पछी ठीक हुन्छ भन्ने धारणा राख्दछन्, तर अप्रेशन नै गराए पनि जीवनभर कुनै न कुनै औषधी सेवन गरिरहनै पर्ने हुन सक्छ ।

बाथ–मुटुको रोगको शल्य चिकित्सा (अप्रेशन)

कतिपय रोगीहरुलाई अप्रेशन पछि रोग धेरै नै ठीक हुन्छ भने कतिपयलाई कम मात्र यद्यपि अप्रेशन पछि रोगीलाई हलुको अनुभव भने हुन्छ । ज्यान सुरक्षित रहन्छ ।

साधारणतया वाथ मुटुका रोगीहरुको ३ प्रकारको अप्रेशन गरिन्छ ।

क) साँगुरो भएको भल्भलाई खुकुलो पार्ने अप्रेशन ।

ख) खुकुलो भल्भलाई सिलाएर ठीक पार्ने अप्रेशन ।

ग) मुटुको भल्भ नै फेर्ने अप्रेशन ।

हाल यी सबै प्रकारका अप्रेशनहरु नेपालमै गर्न सकिन्छ ।

बाथ मुटुको रोगी महिला गर्भवती हुने कि नहुने ?

महिलाहरुले गर्भधारण गर्ने प्रक्रिया स्वभाविक हो, तर बाथ मुटुको रोग हुँदा महिलाले चिकित्सकको सल्लाह बिना गर्भधारण गर्नु अत्यन्तै खतरानाक हो । त्यसैले बाथ मुटुको रोग लागेका महिलाहरुले गर्भधारण गर्नु अगाडि चिकित्सकको सल्लाह लिनु आवश्यक हुन्छ । बाथ मुटुको रोग भएकी महिलाको मुटु सुन्निएको हुन्छ । यस्तो अवस्थामा गर्भको शिशु जब ठूलो हुँदै जान्छ तब विभिन्न समस्याहरु उत्पन्न हुन जान्छन् । मुटुका भल्भहरु धेरै बिग्रिएका र मुटु कमजोर भैसकेको रहेछ भने पेट भित्रको बढ्दो बोझलाई मुटुले धान्न सक्दैन, जसकाकारण हार्ट फेल हुन सक्छ । आमा र शिशु दुवैलाई खतरा उत्पन्न हुन्छ । पेटको शिशुलाई जन्म दिने बेलामा प्रश्रव पीडा शुरु भईसकेको अवस्थामा मुटुमा पर्न जाने बोझ अत्याधिक हुन्छ । यस समयमा सबै भन्दा बढी खतरा रहन्छ । यो होइन कि गर्भधारण गर्न नै हुँदैन । हुन्छ, तर चिकित्सकको सल्लाह अनुसार । पेट भित्र हुर्कदै जाने शिशुको बोझ र बच्चालाई जन्म दिने बेलामा पर्ने बोझ धान्न मुटुले सक्दछ भने गर्भधारण गर्न सकिन्छ । मुटुको अवस्था गर्भधारण गर्न मिल्ने खालको छ कि छैन भनि कसरी थाहा पाउने ? यो प्रश्न चिकित्सकलाई सोध्नु पर्छ । यसका लागि जाँच पडताल गरेर चिकित्सकले मुटुको अवस्थाबारे सल्लाह दिनेछन् । अवस्था ठीक छ भने पनि गर्भवती भैसकेपछि पुनः पटक पटक आमाको मुटुको जाँच गराउनु पर्दछ । बाथ मुटु रोगी महिला बच्चा जन्माउने बेलामा अस्पताल जानु अनिवार्य हुन्छ ।

लघुकथाः

रामे दाई जस्तै पछुताउन नपरोस्

आज रामेको घरमा रुवाबासी छ । मानिसहरुको भीडभाड देखिन्छ । यो रुवाइ र भीडभाड बिहानै देखि सुरु भएको थियो । मैले आफूले लगाएको घडी हेरेँ । झण्डै बिहानको ८:३० बज्न लागेको छ । रुवाबासी नहोस् पनि किन उसको एक्लो छोरो गोपालको आज राति मृत्यु भएछ । मलाई साह्रै नै दुःख लाग्यो । मेरा आँखाहरुबाट आँसुका धारा बगे । खै कस्तो संयोग परेछ ! केही समय अगाडिका घटनाहरु मेरा आँखामा नाँच्न थाले । एकदिन रामेले आफ्नो एक्लो छोरो गोपाललाई- “स्वाँ स्वाँ र मुटु हल्लिने भयो” भनेर म कहाँ ल्याएको थियो । मैले गोपाललाई जाचेँ निक्कै गंभीर भएर । अवस्था एकदमै चिन्ताजनक थियो । उसलाई बाथ-मुटुको रोग लागेको ठम्याएँ । मैले रामे दाईलाई सोधे-“कतै गोपाललाई पहिले पहिले ज्वरो आउने र हात खुट्टाका जोर्नीहरु दुख्ने भएको थियो कि” ? उनले सिधै उत्तर दिए- “हो डाक्टर साहेब, गोपाल ९ वर्षको छँदा उसको घाँटी दुख्ने र ज्वरो आउने गर्दथ्यो, त्यसबेला गोपालकी आमाले नुन पानी खुवाएर ठीक पार्ने गर्थी । एकपटक उसलाई घाँटी दुख्दा ठूलो ज्वरो पनि आएको थियो, त्यति बेला मैले तल्लाघरे झाँक्री कहाँ लगेर ठीक पारेको थिएँ । त्यसपछि शायद तपाईले भने जस्तै उसका खुट्टा र हातका जोर्नीहरु पालै पालो दुख्ने गरेका थिए” । उसको कुरा सुनेर मैले गोपालको अवस्थाबारे बुझेँ, तर रामेलाई भन्न अप्ठेरो लाग्यो । गोपाल, उसको एउटा मात्र छोरो थियो । रामेका थुप्रै सपनाहरु थिए होलान् । रोगका कारण गोपाल मर्ने अवस्थामा थियो । रोग धेरै

छिप्पिसकेको थियो । मैले बुझें- गोपालको यस्तो अवस्था हुनुमा उसको अशिक्षित र अज्ञानी बाबुआमाको दोष रहेछ । म बितेको घटनाको बारेमा सोच्न फेरि बाध्य भए । यदि रामेसँग पर्याप्त पैसा हुँदो हो, पढे लेखेको र रोगबारे बुझेको हुँदो हो त आजको यो स्थिति आउने थिएन होला । आफ्नै छोराको मृत्यु, आफ्नै आँखाले यसरी देख्न पर्ने थिएन होला । बिचरा रामे अहिले अत्यन्त दुःखी अवस्थामा छ । छोराको उपचारको लागि खेतबारी सबै साहु कहाँ राख्यो तर के गर्नु ढिलो भैसक्यो । घाँटी दुख्ने, हात खुट्टाका जोर्नीहरु दुख्ने जस्ता रोगका लक्षणहरु देखिएका बेला, समयमै डाक्टर वा स्वास्थ्य संस्थामा छोरालाई लगेर जाँच गराएको भए, आवश्यक औषधीमूलो गराएको भए, शायद यस्तो अवस्था आउने थिएन होला !

आज अज्ञानता र अशिक्षाको कारण आफ्नो छोरालाई संसारबाट बिदा दिन बाध्य भयो ऊ । समयमै उपचार गराएको भए यस्तो अवस्था देख्न त के सोच्न पनि पर्दैन थियो होला ! अन्ततः सानो गल्तिले आज रामे पश्चातापको पीडाले तड्पिरहेको छ । छोराको बाँच्ने अधिकार र एउटा बाबुका दायित्व उसले पूरा गर्न सकेन । “पश्चाताप गर्नु शिवाय अब के बाकी छ र” । यही दोहर्‍याई रहन्छ अचेल ।

कसैले पनि रामेले जस्तै पछुताउन नपरोस् ! बाथ–ज्वरो र बाथ–मुटुको रोगबारे ज्ञान सबैलाई होस् !

चित्र कथा

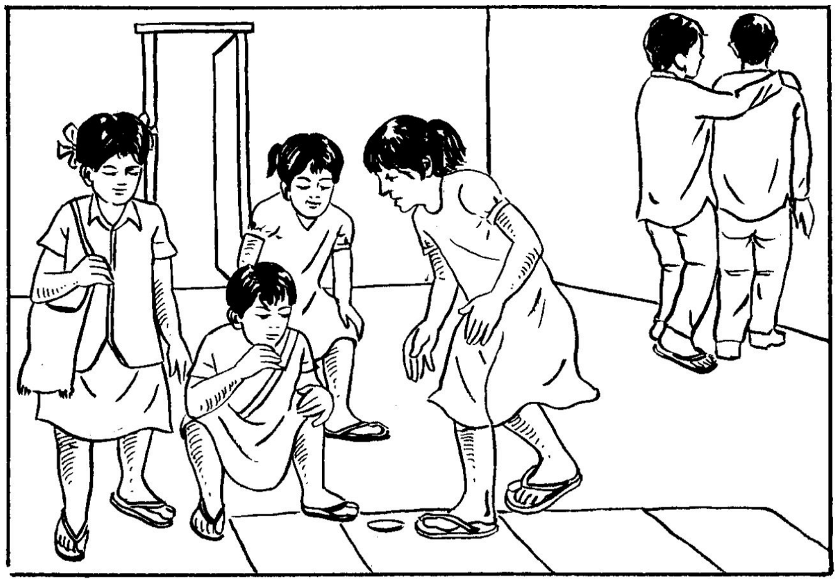
रुपाको घाँटी र जोर्नीहरु दुख्ने रोग

कस्तो कर्म, श्रीमान् भनाउँदा अझै बिस्तरामा घुर्दै छन्, घरको काम कहिले सक्ने हो ! रुपाले बिहानै देखि घाँटी दुख्यो, ज्वरो आयो भनेर रोइरहेकी छ । खै के गँरु ?

ए विर्खे, जा बाबु जा, औषधि पसलबाट घाँटी दुखेको ठीक पार्ने औषधि किनेर ल्या ।

MEDICAL HALL
डाक्टरसाहेव, घाँटी दुखेको ठीक हुने औषधि दिनुस् त ?

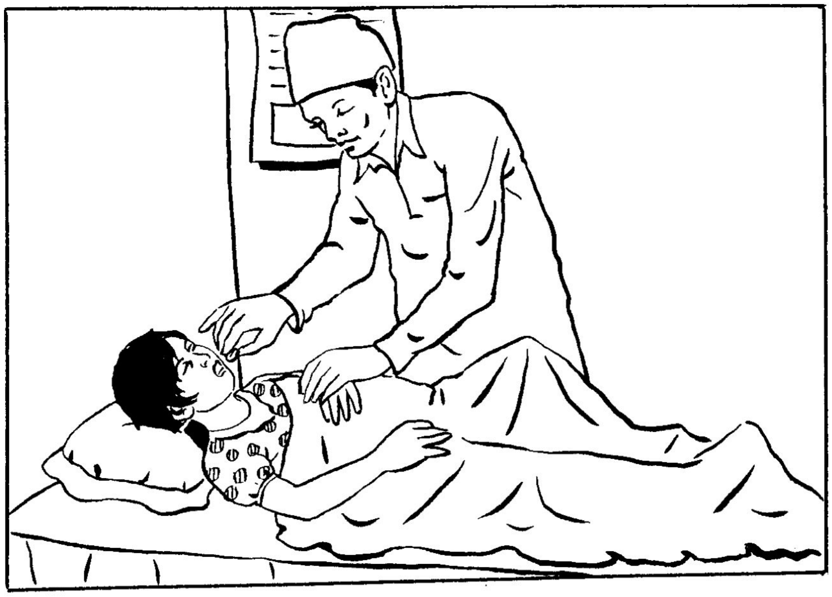
लौ रुपा औषधि खाउँ । विर्खेले किनेर ल्याएको ।



पसलबाट किनेर ल्याएको २०/२५ रुपैंयाको औषधिले छोरीको ज्वरो र घाँटी दुखाइ ठीक भयो । अब छोरी रुपा पहिले जस्तै स्कुल जाने, खेल्ने गर्न थालिन् ।

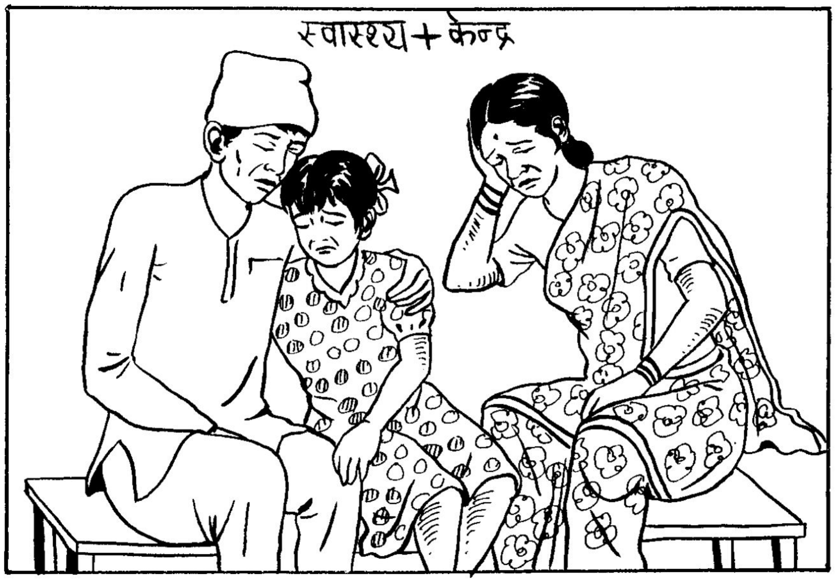
फेरि १४/१५ दिन पछि रुपालाई ज्वरो आयो । आज त रुपाले जोर्नीहरु दुखेको कुरा पनि आमा बुबालाई बताइन् ।

पसले बाबुले आफूले जाने अनुसार औषधि दिए- ब्रूफेन र सिटामोल



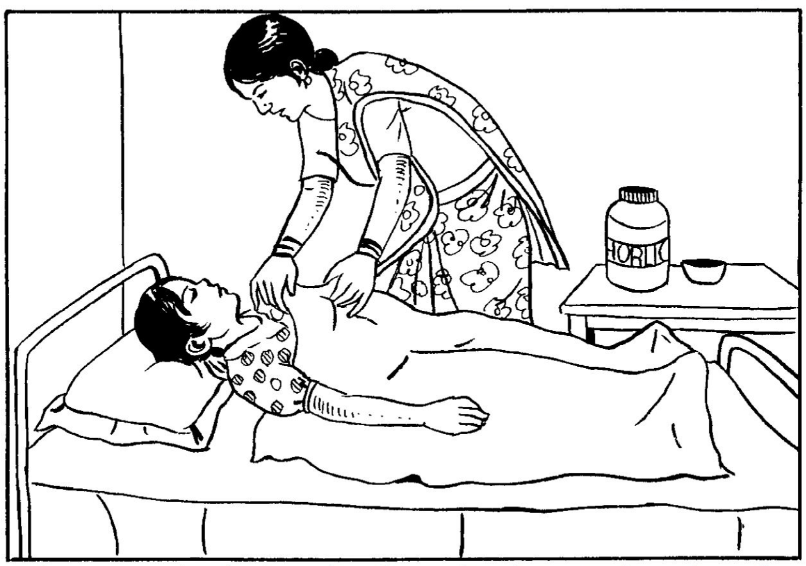
रुपाका बाबुले छोरीलाई ब्रूफेन र सिटामोल खान दिएँ । रोग २/४ दिनमै ठीक भयो ।

छोरीको रोग ठीक भएको देखेर रुपाका बाबु दङ्ग परे ।



रुपालाई १०/१५ दिनपछि फेरि ज्वरो आयो र जोर्नीहरु दुख्ने भयो। साथै दम बढ्ने, मुटु हल्लिने पनि भयो। रुपाका बाबु फेरि पसले कहाँबाट औषधी ल्याएर खुवाउने सोचाईमा थिए तर आमाले जिल्ला अस्पताल लिएर गइन्।

बुबाले रुपालाई काठमाडौं लिएर गए । ठूलो अस्पतालमा डाक्टरले जाँच गरिसकेपछि मुटुको भल्भ खराब भएको कुरा बताए । अप्रेशन गर्नु पर्ने र धेरै नै खर्च लाग्ने थाहा दिए । ढिलो भईसकेको हुँदा अप्रेशन पछि पनि रुपालाई बचाउन गाह्रो पर्ने कुरा बताए ।



बिचरा रुपा स्वाँ-स्वाँ गर्दै, खाउँ खाउँ र लाउँ लाउँको उमेर मै मृत्युसँग लड्दै छिन् । रुपालाई समयमै अस्पताल लगेको भए यस्तो अवस्था हुँदैन थियो होला ?

रुपाका बुबा पुर्पुरामा हात राखेर रुदै–विगतलाई सम्झिरहेका छन् । मनमनै कसम पनि खाइरहेका छन् –"मेरो छोरीको त यो हालत भयो अब अरु बालबालिकालाई सही सल्लाह दिएर बचाउने छु" । घाँटी दुख्ने, ज्वरो आउने, हात खुट्टाका जोर्नीहरु दुख्ने हुने बित्तिकै डाक्टर कहाँ लगि औषधि गराउनु पर्छ भन्ने कुरा सबैलाई बताउने छु ।"

लेखक परिचय

नाम : **डा. प्रकाश राज रेग्मी**

जन्म : २०१७ साल, असार

माता : श्रीमती विमला रेग्मी **पिताः** श्री कमल राज रेग्मी

अध्ययन :
- एम.डी. (जनरल मेडिसिन) - खार्कोभ, तत्कालिन सोभियत संघ
- एम. डी. (मुटुरोग) - खार्कोभ, तत्कालिन सोभियत संघ
- मुटु बिशेषज्ञ तालिम - चेक गणतन्त्र र बेलायत

पेशा : चिकित्सा सेवा (मुटु रोग विशेषज्ञ), २०४४ साल देखि कार्यरत

समाज सेवामा संलग्न :
- नेपाल हृदयरोग निवारण प्रतिष्ठान
- रोटरी क्लब अफ पाटन
- नेपाल एन.सि.डी. एलायन्स (Nepal NCD Alliance)

रुची : लेखन, अध्ययन, भ्रमण

भ्रमण : भारत, बंगलादेश, थाइल्याण्ड, सिंगापुर, चीन, हंगकङ्ग, जापान, रुस, जर्मनी, पोल्याण्ड, बुल्गारिया, अष्ट्रिया, चेक गणतन्त्र, बेलायत, बेल्जियम, लक्जेम्बर्ग, नेदरल्याण्ड, स्विजरल्याण्ड, नर्वे, फिनल्याण्ड, डेनमार्क, स्विडेन, अमेरिका, अस्ट्रेलिया, दक्षिण अफ्रिका, भियतनाम, लावस, इथियोपिया, इण्डोनेशिया, मलेसिया, मकाउ, सर्भिया, स्लोभेनिया, इजिप्ट, क्यानाडा, इटाली, युगोस्लाभिया, हंगेरी, फिलिपिन्स, फ्रान्स, स्पेन संयुक्त अरब इमिरेट।

प्रकाशित कृतिहरु :
- उच्च रक्तचाप (पुस्तक), २०५४
- नेपालमा बाथज्वरो र बाथ-मुटुको रोग (पुस्तक), २०५५
- मेरो मुटु दुख्छ (पुस्तक), २०५६
- बाथज्वरो र बाथ-मुटुको रोग (पुस्तिका), २०५७
- समर्पणको जीवन (पुस्तक), २०५९
- योग र मुटुरोग (पुस्तक), २०६२
  (स्वामी रामदेवलाई खुलापत्रहरु)
- Program Manual of RHD Prevention & Control
- मुटुका रोगहरुको रोकथाम र नियन्त्रण, २०६३
- जीवनशैली परिवर्तन (पुस्तक), २०६५
- hand Book-Lifestyle and Non-Communicable Diseases

सम्पर्क ठेगाना : ३/११५ धोबिघाट, ललितपुर, फोन ५५२५५३६
मोबाइल : ९८५१०५११७०, ईमेल : prregmi@wlink.com.np