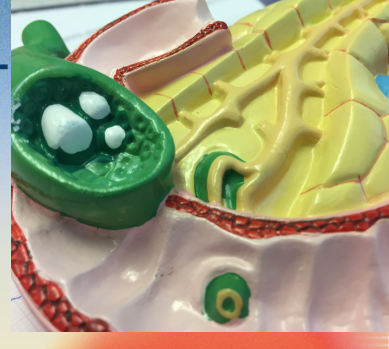




பித்தக்கல் பற்றிய முழுமையான விளக்கம்

Symptoms, management, and when to seek help.



பித்தக்கல் (Gallstones), மருத்துவ முறையில் **கோலிலிதியாசிஸ்** (Cholelithiasis) எனப்படும், என்பது பித்தப்பையில் உருவாகும் கடினமான கற்கள் ஆகும். **பித்தப்பை** என்பது லிவரின் கீழ் இருக்கும் சிறிய உறுப்பு. இது பித்தம் எனப்படும் திரவத்தை சேமிக்கும், அந்த திரவம் கொழுப்புகளை ஜீரணிக்க உதவுகிறது.

பித்தக்கற்கள் சிறிய மணற்பொடியின் அளவிலிருந்தும் ஒரு கூடைபந்தின் அளவுக்கே வரையிலும் இருக்கலாம். பலரும் பித்தக்கற்கள் இருந்தும் அறிகுறிகள் இல்லாமல் வாழ்ந்து வருகிறார்கள். ஆனால், சில நேரங்களில் இது வலியையும், சிக்கல்களையும் உருவாக்கக்கூடும்.

பித்தக்கற்களின் அறிகுறிகள்

பலருக்கு பித்தக்கற்கள் இருந்தும், அவர்களுக்குத் தெரியவே இருக்காது! இது பெரும்பாலும் வேறு பரிசோதனைகள் செய்யும்போது தான் தெரிய வரும்.

ஆனால், பித்தக்கற்கள் பைத்தழலை (bile duct) தடுக்கும் போது, **திடீரான, கடுமையான வலி** ஏற்படலாம் – இதையே **பித்தப்பை வலி** (Gallbladder attack) எனக் குறிப்பிடுவர்.

அறிகுறிகள்:

- மேல் வலது வயிற்றுப்பகுதியில் அல்லது முலைக்கூட்டிற்கு கீழே வலிப்பு.
- பின்பக்கத்தில் தோள்மீது வலி.
- வலது தோளில் வலி.
- வாந்தி அல்லது மனவெறுப்பு.
- மஞ்சள் காமாலை (தோல் மற்றும் கண்கள் மஞ்சளாக மாறுதல்).

இந்த அறிகுறிகள் சில நிமிடங்களிலிருந்து சில மணிநேரம் வரை நீடிக்கலாம்.

ஏற்படக்கூடிய சிக்கல்கள்

சில நேரங்களில் பித்தக்கற்கள் பலவாரம் மட்டும் வலியூட்டலாம். ஆனால் சிலருக்கு **பின்னடைவை ஏற்படுத்தக்கூடிய சிக்கல்கள்** உருவாகலாம்:

- **Cholecystitis** – பித்தப்பை அழற்சி; பொதுவாக பித்தக்கல் cystic duct-ஐத் தடுத்து இதுவாகும்.
- **Choledocholithiasis** – பித்தக்கற்கள் பொதுப்பைத்தழலில் (common bile duct) தங்கி நெகிழ்ச்சி ஏற்படுத்தும்.
- **Pancreatitis** – அழற்சி ஆன அங்கம்; பித்தக்கல் pancreatic duct-ஐத் தடுத்தால் ஏற்படும்.

- **Gallbladder Cancer** – மிகவும் அரிதானது; ஆனால் நீடித்த அழற்சி பித்தப்பைப் புற்றுநோய்க்கு காரணமாகலாம்.

வீட்டுநிலையிலேயே பித்தப்பை வலி வந்தால் என்ன செய்யலாம்?

நீங்கள் பித்தப்பை வலி என சந்தேகிக்கிறீர்கள் என்றால், இங்கு சில **தற்காலிக வீட்டுவசதி முறைகள்** உள்ளன:

- **வலி நிவாரண மாத்திரைகள்:** அசிட்டமினோஃபென் (Paracetamol) அல்லது ஐபுரோஃபென் போன்றவை எலிதாக வலியை குறைக்கலாம். வழிகாட்டுதலுக்கு ஏற்ப மட்டுமே எடுத்துக் கொள்ளவும்.
- **வெப்பச்சுடா தூள் வைத்தல்:** வயிற்றில் சூடான துணி வைக்கலாம் – இது தசைகள் தளர்ந்து வலி குறைய உதவும்.
- **கொழுப்பு உணவுகளை தவிர்க்கவும்:** கொழுப்பான உணவுகள் பித்தப்பையை இறுக்க வைக்கக்கூடும். சாதாரண சதை இல்லா சூப், வெந்தயக்கஞ்சி, வெந்த சாதம் போன்ற எளிதில் ஜீரணமாகும் உணவுகளை சாப்பிடவும்.
- **நீரிழிவு தவிர்க்க நன்கு தண்ணீர் குடிக்கவும்:** உடலின் இயல்பான செயல்பாடுகளுக்கு நீர் அவசியம்.

✦ **முக்கிய குறிப்பு:** இவை தற்காலிக நிவாரணத்திற்கு மட்டுமே. நிரந்தர தீர்வுக்கு மருத்துவர் ஆலோசனை அவசியம்.

மருத்துவரை எப்போது பார்ப்பது அவசியம்?

பின்வரும் அறிகுறிகள் உள்ளவர்களுக்கு உடனடியாக மருத்துவரை சந்திக்கவும்:

- வலி அதிகமாகவும், வலி குறையாமல் தொடர்ந்தால்.
- காய்ச்சல், பதட்டம், சளி.
- மஞ்சள் காமாலை.
- தொடர்ந்து வாந்தி அல்லது மனவெறுப்பு.
- இருண்ட சிறுநீர் அல்லது வெண்மை நிற மலம்.

இவை **தீவிர சிக்கல்களுக்கு** அறிகுறிகள் ஆகும். மருத்துவர் சில சோதனைகள் (ultrasound, CT scan, இரத்த பரிசோதனை) மூலம் பித்தக்கற்கள் உள்ளதா என்பதை உறுதி செய்வார். தொடர்ந்து, மருந்து மூலம் கரைத்தல் அல்லது பித்தப்பையை அகற்றும் அறுவைசிகிச்சை (Cholecystectomy) பரிந்துரைக்கலாம்.

முடிவுரை

பித்தக்கற்கள் என்பது பொதுவான நிலை. இது சிறு வலியிலிருந்தும், கடுமையான வலிக்கும், ஆபத்தான முடிவுகளுக்கும் காரணமாகலாம். வீட்டுவசதிகள் தற்காலிக நிவாரணம் தரலாம். ஆனால், நீடித்த வலி, மஞ்சள் காமாலை, அல்லது சிக்கல் ஏற்பட்டால் மருத்துவ பரிசோதனை அவசியம்.

தொடக்கத்தில் கண்டறிந்து, சிகிச்சை மேற்கொண்டால், சிக்கல்களை தவிர்க்கலாம். உங்கள் உடல் நலத்தை மேம்படுத்திக்கொள்ளலாம். ஏதேனும் சந்தேகம் இருந்தால் உங்கள் மருத்துவரை அணுகவும்.