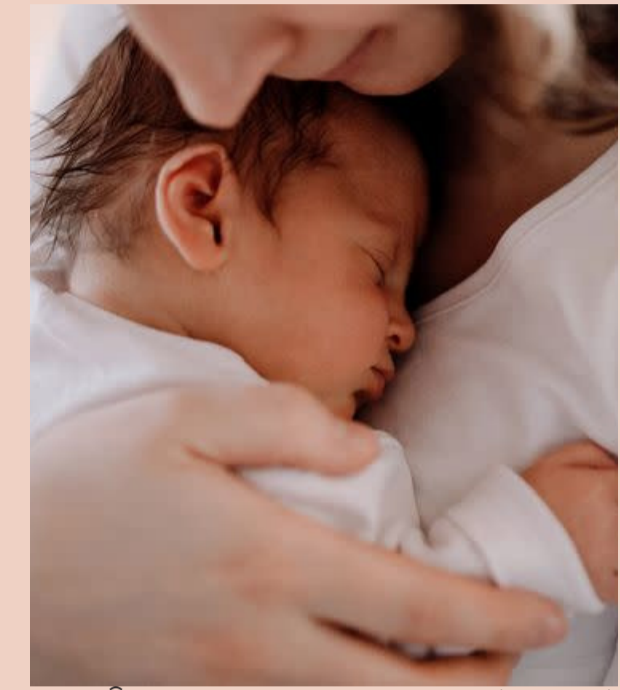


ଭାରତରେ ମାତୃ ମୃତ୍ୟୁ ହାର ୮୦% ହ୍ରାସ



ଗତ ଦଶନ୍ଧି ମଧ୍ୟରେ ଭାରତରେ ମାତୃ ମୃତ୍ୟୁ ଅନୁପାତ (ଏମଏମଆର) ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ହ୍ରାସ ପାଇଛି। କିନ୍ତୁ ୨୦୧୫ ପରଠାରୁ ଉନ୍ନତ ଗତି ଧାର ହୋଇଯାଇଛି। ୨୦୨୩ ରେ ବିଶ୍ୱ ସ୍ତରରେ ୨.୪ ଲକ୍ଷ ମାତୃ ମୃତ୍ୟୁ ମଧ୍ୟରୁ ପ୍ରାୟ ୨୪,୭୦୦ ଭାରତରେ ଘଟିଥିଲା ଯାହା ସର୍ବାଧିକ ମାତୃ ମୃତ୍ୟୁ ହାର ଥିବା ଦେଶମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିଏ କରିଦେଇଛି।

ଯଦିଓ ଏମଏମଆର ହ୍ରାସ ପାଇ ୧୧.୬ ହୋଇଛି ରାଜ୍ୟଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟରେ ଅସମାନତା, ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟସେବାର ଗୁଣବତ୍ତା ଏବଂ ସମୟୋଚିତ ଚିକିତ୍ସାର ଅଭାବ ପ୍ରମୁଖ ବ୍ୟାଧିକାରୀ ରହିଛି। ବିଶେଷକ୍ରମେ ବିଶ୍ୱାସ କରନ୍ତି ଯେ ଯଦି ଏହି ଅଭାବଗୁଡ଼ିକୁ ତୁରନ୍ତ ସମାଧାନ କରାଯାଏ, ତେବେ ୨୦୩୦ ସୁଦ୍ଧା ସୁରକ୍ଷିତ ମାତୃତ୍ୱର ଲକ୍ଷ୍ୟ ହାସଲ କରିବା କଷ୍ଟକର ହୋଇପାରେ।

ଦି ଲାନସେଟରେ ପ୍ରକାଶିତ ଏକ ସାମ୍ପ୍ରତିକ ରିପୋର୍ଟ ଅନୁଯାୟୀ ଭାରତ ସର୍ବାଧିକ ମାତୃ ମୃତ୍ୟୁହାର ଥିବା ଦେଶମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ରହିଛି। ୨୦୨୩ ମସିହାରେ, ଗର୍ଭଧାରଣ ଏବଂ ପ୍ରସବ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ କାରଣ ଯୋଗୁଁ ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ପ୍ରାୟ ୨୪୦,୦୦୦ ମହିଳାଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଥିଲା। ଯାହା ମଧ୍ୟରୁ ପ୍ରାୟ ୨୪୭୦୦ ମୃତ୍ୟୁ ଭାରତରେ ରେକର୍ଡ କରାଯାଇଥିଲା। ନାଇଜେରିଆ, ପାକିସ୍ତାନ ଏବଂ ଇଥିଓପିଆ ଭଳି ଦେଶ ମଧ୍ୟ ଏହି ତାଲିକାରେ ସାମିଲ ହୋଇଛନ୍ତି। ତଥାପି, ଚାର୍ଟକାଳୀନ ତଥ୍ୟ ଦର୍ଶାଉଛି ଯେ ଭାରତ ମାତୃ ମୃତ୍ୟୁହାର ହ୍ରାସ କରିବା ପାଇଁ ଭଲ ପ୍ରୟାସ କରିଛି। ୧୯୯୦ ମସିହାରେ ଏହି ସଂଖ୍ୟା ପ୍ରାୟ ୧.୧୯ ଲକ୍ଷ ଥିବା ବେଳେ, ୨୦୧୫ ମସିହାରେ ଏହା ୩୬,୯୦୦ ଏବଂ ୨୦୨୩ ମସିହାରେ ୨୪,୭୦୦ କୁ ହ୍ରାସ ପାଇଲା। ସେହିପରି, ମାତୃ ମୃତ୍ୟୁ ଅନୁପାତ ମଧ୍ୟ ୧୯୯୦ ମସିହାରେ ୫୦୮ ରୁ ୨୦୨୩ ମସିହାରେ ପ୍ରତି ୧ ଲକ୍ଷ ଜୀବିତ ଜନ୍ମରେ ୧୧.୬ କୁ ହ୍ରାସ ପାଇଛି, ଯାହା ଉନ୍ନତ ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ସଙ୍କେତ।

ବିଶେଷକ୍ରମେ ମତରେ, ଏହି ଉନ୍ନତ ମୁଖ୍ୟତଃ ବନ୍ଧିତ ନିରାପଦ ପ୍ରସବ, ଉନ୍ନତ ପ୍ରସବ ପୂର୍ବ ଯତ୍ନ ଏବଂ ସରକାରୀ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଦ୍ୱାରା ପରିଚାଳିତ ହୋଇଛି। ତଥାପି, ରାଜ୍ୟଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟରେ ଅସମାନତା ରହିଛି। କେବଳ ଏବଂ ଚାମିଲନାଡୁ ଭଳି ରାଜ୍ୟଗୁଡ଼ିକ ଭଲ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରୁଛନ୍ତି, ଯେତେବେଳେ ଉତ୍ତର ପ୍ରଦେଶ, ବିହାର ଏବଂ ମଧ୍ୟପ୍ରଦେଶରେ ପରିସ୍ଥିତି ଚିନ୍ତାଜନକ ରହିଛି। ରିପୋର୍ଟରେ ଏହା ମଧ୍ୟ କୁହାଯାଇଛି ଯେ ଅଧିକାଂଶ ମାତୃ ମୃତ୍ୟୁ ଅତ୍ୟଧିକ ରକ୍ତସ୍ରାବ, ରକ୍ତ ରକ୍ତବାଦ, ସଂକ୍ରମଣ ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଜଟିଳତା ଭଳି ପ୍ରତିରୋଧଯୋଗ୍ୟ କାରଣ ଯୋଗୁଁ ହୁଏ। ବିଶେଷକ୍ରମେ ବିଶ୍ୱାସ କରନ୍ତି ଯେ ଯଦି ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବ୍ୟବସ୍ଥାକୁ ଆହୁରି ସୁଦୃଢ଼ କରାଯାଏ, ତେବେ ୨୦୩୦ ସୁଦ୍ଧା ସୁରକ୍ଷିତ ମାତୃତ୍ୱ ଲକ୍ଷ୍ୟ ହାସଲ କରିବା କଷ୍ଟକର ହୋଇପାରେ।

ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକୁ ଦୁର୍ବଳ କରେ ନିଦର ଅଭାବ

ଆଜିକାଲି ବ୍ୟସ୍ତକାଳୀନ ଜୀବନରେ ନିଦର ଅଭାବ ପ୍ରାୟ ଲୋକଙ୍କ ପାଇଁ ସାଧାରଣ ସମସ୍ୟା। ପ୍ରାୟ ଲୋକ କାମ କିମ୍ବା ମନୋରଞ୍ଜନ ଚକ୍ରରେ ନିଦକୁ ଅଣଦେଖା କରି ଦେଇଥାନ୍ତି। କିନ୍ତୁ ଜାଣନ୍ତି କି ଏହାର ସିଧାସଳଖ ପ୍ରଭାବ ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପରେ ପଡ଼ିଥାଏ। ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ନିଦର ନ ଶୋଇବା ଦ୍ୱାରା ମସ୍ତିଷ୍କ ଦୁର୍ବଳ ହେବା ସହ ଅବସାଦ ପରି ସମସ୍ୟା ବଢ଼ିଥାଏ। ନିଦରେ ଶୋଇବା ସମୟରେ ମସ୍ତିଷ୍କ, ହାନିକାରକ ଚକ୍ଷୁକୁ ବାହାରକୁ ବାହାର କରିଥାଏ। ଯଦି ବ୍ୟକ୍ତି ଆବଶ୍ୟକ ନିଦରେ ଶୋଇ ନପାରିବ, ତେବେ ସମସ୍ୟା ଉତ୍ପତ୍ତିବା ସ୍ୱାଭାବିକ। ତେଣୁ ଯଥାସମ୍ଭବ ନିଦରେ ଶୋଇବା ଜରୁରି। ବ୍ୟସ୍ତକାଳୀନ ଜୀବନ ସାଙ୍ଗକୁ ରାତିରେ ଚେରିରେ ଶୋଇବା ଓ ଅଧିକ ସମୟ ସ୍ୱିଚ୍ଚରେ ବିତାଇବା ଦ୍ୱାରା ନିଦର ଅଭାବ ଅସମ୍ଭବ ହୋଇପାରେ। ଏହି ଅଭାବ ଦ୍ୱାରା ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପରେ ନକାରାତ୍ମକ ପ୍ରଭାବ ପଡ଼ିଥାଏ। ନିଦର ଅଭାବ ଓ ଅସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର ଜୀବନଶୈଳୀ କେବଳ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମତା କମ୍ କରି ନଥାଏ, ବରଂ ବିକ୍ରା ଓ ଅବସାଦ ପରି ସମସ୍ୟାକୁ ବଢ଼ାଇଥାଏ। ନିଦ ଓ ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ସଂଯୋଗ ନିଦ ମସ୍ତିଷ୍କ ପାଇଁ ଉନ୍ନତ ପରି କାମ କରିଥାଏ। ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ଓ ଗଭୀର ନିଦ ବିକ୍ରାକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ କରିବା ସହ ଭିତର ଅନୁଭବକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରିଥାଏ। କିନ୍ତୁ ଯଦି ବ୍ୟକ୍ତି ନିଦ ଭଲରେ ହୋଇ ନଥାଏ, ତେବେ ସେ ବିଚ୍ଛିନ୍ନ ହେବା ସହ ଅସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଅନୁଭବ କରିଥାଏ। ଚାର୍ଯ୍ୟିକ ଧରି ନିଦର ଅଭାବ ରହିବା ଦ୍ୱାରା ଅବସାଦ ଓ ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟବ୍ୟୟରେ ବ୍ୟତିକ୍ରମ କାରଣ ସାଜିପାରେ।



ନିଦର ଅଭାବ ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକୁ ଦୁର୍ବଳ କରେ।

ନିଦ୍ରା କାହିଁକି ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅକାପଣ ଦୂର କରେ ନାହିଁ?

ଆଜିକାଲି ଲୋକମାନେ ପ୍ରବଳ ଅଳ୍ପ ଅନୁଭବ କରୁଛନ୍ତି, ଯାହା ଶୋଇବା କିମ୍ବା ବିଶ୍ରାମ ନେବା ପରେ ମଧ୍ୟ କମିଯାଏ ନାହିଁ। ଲୌହସାର ଅଭାବ ପ୍ରାୟତଃ ଏହାର କାରଣ। ଆଜିର ବ୍ୟସ୍ତକାଳୀନ ଜୀବନଶୈଳୀ ଏବଂ ଖରାପ ପୁଷ୍ଟିସାର ହେତୁ ଆଇରନ୍‌ର ଅଭାବର ଲକ୍ଷଣ ରହିଛି। ଏହି ଖଣିଜ ଅଭାବ ରକ୍ତହୀନତାର ଆଶଙ୍କା ବଢ଼ାଇଥାଏ ଓ ଶରୀରକୁ ଅମ୍ଳଜାନ ଯୋଗାଣ ହ୍ରାସ କରିଥାଏ। ଲୁହା ଅଭାବର ଏହି ଲକ୍ଷଣକୁ ଶୀଘ୍ର ଚିହ୍ନି ପାରିଲେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟରେ ତୁରନ୍ତ ଉନ୍ନତି ଆସିପାରେ। ରକ୍ତରେ ହିମୋଗ୍ଲୋବିନ୍ ଉପାଦାନ ପାଇଁ ଲୌହସାର ଅତ୍ୟାବଶ୍ୟକ। ହିମୋଗ୍ଲୋବିନ୍ କାର୍ଯ୍ୟ ହେଉଛି ରକ୍ତ ମାଧ୍ୟମରେ ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ ଅଂଶକୁ ଅମ୍ଳଜାନ ପରିବହନ କରିବା। ଅଭାବ ହେଲେ ଅକ୍ସିଜନ, ଫିକାପଣ ଓ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ଭଳି ଦଶଟି ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଯାଇପାରେ। ଏଗୁଡ଼ିକୁ ଅଣଦେଖା କଲେ ଗମ୍ଭୀର ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି ହୋଇପାରେ।

ବର୍ମ ଫିକା ପଡ଼ିବାକୁ ଲାଗେ ଏବଂ ଲୋକମାନେ ହଳଦିଆ ରଙ୍ଗ ଦେଖିଛନ୍ତି ତେବେ ଏହା ଲୌହ ଅଭାବ ଯୋଗୁଁ ହୋଇପାରେ। ହିମୋଗ୍ଲୋବିନ୍‌ର ଅଭାବ ଆପଣଙ୍କ ଶରୀରରେ ରକ୍ତର ପରିମାଣକୁ ହ୍ରାସ କରିପାରେ, ଯାହା ଫଳରେ ଆପଣଙ୍କ ଶରୀର ଫିକା ଦେଖାଯିବ। ନିଶ୍ୱାସ ନେବା: କଠିନ ଶାରୀରିକ ପରିଶ୍ରମ ପରେ ନିଶ୍ୱାସ ନେବା କଷ୍ଟକର ହୁଏ। ତଥାପି, ଯଦି ଆପଣ ଅଳ୍ପ ବାଲିବା କିମ୍ବା ସିଡି ଚକ୍ରିବା ପରେ ମଧ୍ୟ ଏହି ସମସ୍ୟା ଅନୁଭବ କରନ୍ତି, ତେବେ ସତର୍କ ରୁହନ୍ତୁ। ଏହାର ଅର୍ଥ ହେଉଛି ଆପଣଙ୍କ ଶରୀର ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣରେ ଅମ୍ଳଜାନ ପାଇନାହିଁ। ହୃଦସ୍ପନ୍ଦନ: ଲୁହା ଅଭାବରୁ ମଧ୍ୟ ହୃଦସ୍ପନ୍ଦନ ବୃଦ୍ଧି ହୋଇପାରେ। କାରଣ ହୃଦୟକୁ ଅଧିକ କାମ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ, ଯାହା ହୃଦସ୍ପନ୍ଦନ ବୃଦ୍ଧି କରେ। ଯଦି ଆପଣ ଏହି ଲକ୍ଷଣ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରନ୍ତି, ତେବେ ଆପଣଙ୍କ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ସହିତ ପରାମର୍ଶ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ଆବଶ୍ୟକୀୟ ପରୀକ୍ଷା କରାନ୍ତୁ। ମୁଣ୍ଡ ବୁଲାଇବା ଏବଂ ମୁଣ୍ଡ ବିନ୍ଧା: ଯେତେବେଳେ ମସ୍ତିଷ୍କ ଅମ୍ଳଜାନର ଅଭାବରେ ପ୍ରଭାବିତ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ଏହାର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମତା ମଧ୍ୟ ଖରାପ ହୋଇଯାଏ। ଏହା ମୁଣ୍ଡ ବୁଲାଇବା କିମ୍ବା ମୁଣ୍ଡ ବିନ୍ଧା ସୃଷ୍ଟି କରିପାରେ। କେଶ ପଡ଼ିବା: ଲୌହ ଅଭାବ କେଶ ମୂଳର ପୁଷ୍ଟିସାର ହ୍ରାସ କରେ, ଯାହା ଫଳରେ ହଠାତ୍ ପୁଷ୍ଟିସାର ହ୍ରାସ କରେ, ଯାହା ଫଳରେ ହଠାତ୍ କେଶ ଝଡ଼ିଯାଏ। ଏହି ଲକ୍ଷଣ ବିଶେଷକରି ମହିଳାମାନଙ୍କଠାରେ ଦେଖାଯାଏ। ଦୁର୍ବଳ ନଖ: ନଖ ଦେଖି ମଧ୍ୟ ଲୁହା ଅଭାବ ଚିହ୍ନିତ କରାଯାଇପାରିବ। ଲୁହା ଅଭାବ ଯୋଗୁଁ ନଖ ପତଳା ଓ ଭାଙ୍ଗିଯାଏ। ଶରୀର ଅଣ୍ଡା ହୋଇଯାଏ: କମ ଲୌହ ପ୍ରତ୍ୟେକ ସମୟରେ ବିପଦରେ ଆସନ୍ତି, ତେଣୁ ଏହି ସମୟରେ ସେମାନେ ସେମାନଙ୍କ ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରତି ବହୁତ ସତର୍କ ରହିବା ଉଚିତ। ପାଳକ ପରି ସବୁଜ ପତ୍ରଯୁକ୍ତ ପନିପରିବା, ଗୁଡ଼, ବିନ୍ଦୁ ଏବଂ ଚାଲି, ଆପଲ୍, ଖଜୁର ଏବଂ ଚାଲିମୂ ଭିତାମିନ୍ ସି ଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ସହିତ ଲୌହ ଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତୁ।



କିଡନୀ ଷ୍ଟୋନ୍ କେବଳ ଯନ୍ତ୍ରଣାଦାୟକ ନୁହେଁ ବରଂ ଘାତକ ମଧ୍ୟ ହୋଇପାରେ

ଆଜିକାଲି କିଡନୀ ଷ୍ଟୋନ୍ ଏକ ସାଧାରଣ ସମସ୍ୟା ହୋଇଗଲାଣି। ନ୍ୟାସନାଲ କିଡନୀ ଫାଉଣ୍ଡେସନ ଅନୁଯାୟୀ, ୧୦ ଜଣଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ୧ ଜଣଙ୍କ ଜୀବନର କୌଣସି ନା କୌଣସି ସମୟରେ କିଡନୀ ପଥୁରୀ ହେବ। ଅଧିକାଂଶ କ୍ଷେତ୍ରରେ, କିଡନୀ ପଥୁରୀ ଯନ୍ତ୍ରଣାଦାୟକ, କିନ୍ତୁ ଜୀବନ ପାଇଁ ବିପଦପୂର୍ଣ୍ଣ ନୁହେଁ। ପ୍ରକୃତ ବିପଦ ସେତେବେଳେ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ ଯେତେବେଳେ ଏହା ମୂତ୍ରନଳୀକୁ ଅବରୋଧ କରେ କିମ୍ବା କିଡନୀ ସଂକ୍ରମଣର କାରଣ ହୁଏ।

ସମସ୍ୟା କ'ଣ ?

୨୦୨୪ ମସିହାର ଏକ ତାଲୁକା ସମୀକ୍ଷା ଅନୁଯାୟୀ ଯଦି ତୁରନ୍ତ ଚିକିତ୍ସା ନ କରାଯାଏ, ତେବେ ଅବରୋଧିତ ଏବଂ ସଂକ୍ରମିତ ପଥୁରୀଗୁଡ଼ିକ ସେପ୍ଟିସିମ୍ ଭଳି ଗମ୍ଭୀର ଅବସ୍ଥାକୁ ଶୀଘ୍ର ନେଇପାରେ। ବିଶେଷକ୍ରମେ କୁହନ୍ତି ଯେ ବୃକ୍କ ପଥୁରୀ ଯୋଗୁଁ ମୃତ୍ୟୁ ବହୁତ କମ୍, କିନ୍ତୁ ଏହା ସମ୍ଭବ ବିଶେଷକରି ଯଦି କଟିକତା ଆହୁରି ଖରାପ ହୁଏ। ସର୍ବୋଚ୍ଚ ବିପଦପୂର୍ଣ୍ଣ ଅବସ୍ଥା ହେଉଛି ଯେତେବେଳେ ବୃକ୍କରେ ଅବରୋଧ ସଂକ୍ରମଣ ସହିତ ଥାଏ ଏହାକୁ ଅବଶ୍ୟକୀୟ ପାଇଲୋନେଫ୍ରାଇଟିସ୍ କିମ୍ବା ପାଇଲୋନେଫ୍ରାଇଟିସ୍ କୁହାଯାଏ। ବିଶେଷକ୍ରମେ ମତରେ, ଯେତେବେଳେ ପଥୁରୀ ମୂତ୍ରନଳୀରେ ପଶିଯାଏ, ପରିସ୍ରା ପ୍ରବାହ ବନ୍ଦ ହୋଇଯାଏ। ଏହା ବୃକ୍କରେ ବାପ ବୃଦ୍ଧି କରେ, ପ୍ରତ୍ୟେକ ସୃଷ୍ଟି କରେ ଏବଂ ଜୀବାଣୁକୁ ବୃଦ୍ଧି ଗରିରେ ବୃଦ୍ଧି କରିବାକୁ ଅନୁମତି ଦିଏ। ଯଦି ସଂକ୍ରମଣ ହୁଏ, ତେବେ ଆଣ୍ଟିବାୟୋଟିକ୍ ପ୍ରଦାନଶୀଳ ଭାବରେ କାମ କରିପାରେ, ଯାହା ସେପ୍ଟିସିମ୍ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ବୃଦ୍ଧି କରେ।



ଚିକିତ୍ସାରେ ବିଳମ୍ବ ପରିସ୍ଥିତିକୁ ଗମ୍ଭୀର କରିଥାଏ

ରିପୋର୍ଟଗୁଡ଼ିକ ସୂଚିତ କରୁଛି ଯେ ଏପରି ପରିସ୍ଥିତିରେ ଚିକିତ୍ସା ବିଳମ୍ବ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଗମ୍ଭୀର ଜଟିଳତା ସୃଷ୍ଟି ହୋଇପାରେ। ନେପାଳ ମେଡିସିନ୍ ଆସୋସିଏସନ୍ ଜର୍ଣ୍ଣାଲ୍ ଅନୁଯାୟୀ, ଏପରି ପରିସ୍ଥିତିରେ ତୁରନ୍ତ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ସହିତ ସମ୍ପର୍କ କରିବା କାରଣ କେବଳ ଔଷଧ ଦ୍ୱାରା ଚିକିତ୍ସା ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ। ବୃକ୍କ ପଥୁରୀ କେବେ ବିପଦକର ହୋଇପାରେ ତାହା ଚିହ୍ନିବା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ। ମାତ୍ରୋ କ୍ରିକ୍ ଅନୁଯାୟୀ, ଯଦି ଗମ୍ଭୀର ଯନ୍ତ୍ରଣା ସହିତ ବୃକ୍କ, ଅଣ୍ଡା, ଜଳପୋଡ଼ା କିମ୍ବା ଦୁର୍ଗନ୍ଧଯୁକ୍ତ ପରିସ୍ରା, ବାନ୍ତି କିମ୍ବା ପରିସ୍ରା କମିଯାଏ, ତେବେ ତୁରନ୍ତ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ସହିତ ପରାମର୍ଶ କରିବା ଉଚିତ।

ଏହାକୁ ରୋକିବା କିପରି ?

ଏହା ସହିତ ୭ ମିମି କିମ୍ବା ତା'ଠାରୁ ବଡ଼ ପଥୁରୀ, ମୂତ୍ରନଳୀକୁ ସହଜରେ ଅବରୋଧ କରିପାରେ। ଯୁବପାଠ୍ୟ ବେଡିଓଲୋଡି ଅନୁସାରେ, ଛୋଟ ପଥୁରୀଗୁଡ଼ିକ ଆପେ ଆପେ ବାଲିଯାଇପାରେ, କିନ୍ତୁ ବଡ଼ ପଥୁରୀଗୁଡ଼ିକ ପାର୍ବି ଚିକିତ୍ସା ଆବଶ୍ୟକ ହୋଇପାରେ। ତାଙ୍କୁ ବିଶାଳ କୁହନ୍ତି ଯେ ସମୟୋଚିତ ଚିକିତ୍ସା ବୃକ୍କ ପଥୁରୀ କଟିକତାକୁ ପ୍ରାୟ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବରେ ରୋକିପାରିବ। ପ୍ରଚୁର ପାଣି ପିଇବା, ଲକ୍ଷଣଗୁଡ଼ିକୁ ଅଣଦେଖା ନକରିବା ଏବଂ ସମୟୋଚିତ ଯାତ୍ରା କରିବା ହେଉଛି ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପଦକ୍ଷେପ। ବୃକ୍କ ପଥୁରୀଗୁଡ଼ିକ ସାଧାରଣତଃ ଜୀବନ ପ୍ରତି ବିପଦପୂର୍ଣ୍ଣ ନୁହେଁ, କିନ୍ତୁ ଯଦି ସେମାନେ ମୂତ୍ରନଳୀକୁ ଅବରୋଧ କରନ୍ତି ଏବଂ ସଂକ୍ରମଣ ସୃଷ୍ଟି କରନ୍ତି, ତେବେ ପରିସ୍ଥିତି ଶୀଘ୍ର ଗମ୍ଭୀର ହୋଇପାରେ।

