



ડૉ. ડી. પી. ચિખલીયા

તંત્રી સ્થાનેથી....

આત્મીય સ્નેહી મિત્રો,

નમસ્કાર....

મૃત્યુ એ સૌથી મોટું રહસ્ય છે. આપણે બધાજ મૃત્યુનો ક્યારેક તો વિચાર કરીએ છીએ, ક્યારેક હળવાશથી, ક્યારેક ગંભીરતાથી. જેમણે મૃત્યુને નજરે નિહાળ્યું છે, તે કહે છે જીવન દુઃખ સભર છે. પરંતુ મૃત્યુ દુઃખ રહીત છે. આપણે પ્રયત્ન કરીએ છીએ પરંતુ તેનો સાચો મર્મ હજી સમજી શક્યા નથી.

માનવજાતના ઇતિહાસમાં મૃત્યુ વિષે ઘણી જાતની માન્યતાઓ પ્રવર્તે છે. જેમાં ઘણી કાલ્પનિક, ધાર્મિક કે વૈજ્ઞાનિક ભય સાથે સંકળાયેલ છે. મૃત્યુનો ભય સાર્વત્રિક પ્રક્રિયા છે. મૃત્યુના ભયનું મુખ્ય કારણ એ છે કે તેના વિષે આપણે કંઈ જાણતા નથી. અને તેથી આપણને તે ભયંકર લાગે છે.

મૃત્યુ ઘણી બધી અજાણી વિષમ પરિભાષાઓનું બનેલું છે. દાખલા તરીકે આપણને મૃત્યુ સમયે કેવું લાગશે ? આપણે પૃથ્વીલોક છોડીને જઈશું ત્યાર બાદ ત્યાં કેવું જીવન હશે ? આ પછીની જીવંતી આવી જ

ભયાનક હશે કે સુંદર હશે ?

પરંતુ આપણે છીએ તેના કરતા જે કંઈ આપણે જોયું નથી તેના માટે આપણે કલ્પના કરવી મુશ્કેલ છે. મૃત્યુના સંક્રાંતિમાંથી છુટવાનો કોઈજ રસ્તો નથી. આપણે પૈસાપાત્ર છીએ, શક્તિશાળી છીએ, પ્રભાવશાળી છીએ છતાં પણ મૃત્યુ તો આવે જ છે. મૃત્યુને કોઈ વ્યક્તિ પ્રત્યે વિશેષ આદર નથી.

બીજું મૃત્યુનો ભયાનક ડર આપણને એટલા માટે લાગે છે કે તેનો ફક્ત આપણે એકલા એજ સામનો કરવાનો છે.

આપણે અસંખ્ય લોકો વચ્ચે ઘેરાયેલા હોઈએ તો પણ મૃત્યુ માટે આપણે એકલાએજ નીકળવું પડે છે. આ બધું જ આપણને અકળાવી જાય છે.

કેટલાક લોકો મૃત્યુના ડરથી નશો કરેલી હાલતમાં તેનાથી દુર થવાનો પ્રયત્ન કરે છે. કેટલાક તો મૃત્યુના ડરથી મૃત્યુને જ અવગણે છે. આવા પ્રકારના લોકો મૃત્યુને ત્યારેજ વિચારે છે, જ્યારે પોતે ગંભીર માંદગીમાં પટકાય છે, અગર તેનું કોઈ સ્વજન મૃત્યુ પામે છે અથવા તો કોઈ ભયાનક કુદરતી આફત આવી પડે છે. પરંતુ આ સફેદ ડગલામાં ઉભેલ વ્યક્તિ(ડૉક્ટર) મૃત્યુનો કંઈ રીતે સામનો કરે છે. તે મૃત્યુને નકારી શકતો નથી. કારણ કે તે મૃત્યુ અને જીવન વચ્ચે ઉભો છે. ક્યારે તે મૃત્યુની સામે જીત મેળવે છે, તો ક્યારે તે હારે પણ છે.

લગભગ ઘણા સમયે તેની સમક્ષ દુઃખ, દર્દ, મરણ શૈયાઓ તથા જીવનની અંતિમ ક્ષણો વચ્ચે પસાર થતી પ્રક્રિયાઓથી ઘેરાયેલો હોય છે. ઘણી વખત જીવન એકદમ અસંખ્ય કારણોસર માંદગીથી મૃત્યુશૈયા તરફ પણ જતું હોય છે. ડૉક્ટર મૃત્યુને નજીકના

ખુણાથી પસાર થતું જુએ છે.

ઘણી વખત આપણું જીવન આપણે મૃત્યુના વિચારને દુર રાખી જીવતા હોઈએ છીએ. પરંતુ ડૉક્ટર આમાથી દુર કંઈ રીતે જઈ શકે ? કે તે પણ મૃત્યુના ભયથી થરથરે છે ? કે પછી તેમની આસપાસ થયેલા ઘણા મૃત્યુઓથી તેનું મન કુંકિત થઈ ગયું છે ?

પરંતુ તે સફેદ ડગલાવાળો માણસ મૃત્યુ સામે બાથ ભીડી જીવનને તેના મુખમાંથી બચાવવાના પ્રયત્ન કરે છે. પરંતુ ક્યારેક તે જીવનને નહિં બચાવી શકાય તે બાબતથી એક પ્રકારની નિસહાયતા અનુભવે છે. અને પછી આ બાબત ઉપરવાળાના હાથીમાં સોંપી તેને સર્વશક્તિમાન ગણીને હારે સ્વીકારે છે. ડૉક્ટર મૃત્યુને પાછું ધકેલી શકે છે. પરંતુ રોકી શકતો નથી.

દુનિયા આપણને અતિ સુંદર લાગે છે. પરંતુ મૃત્યુ આ બધી ભ્રમણાઓને ભાંગીને ભુકો કરી દે છે.

આમ મૃત્યુને પાછું હડસેલી દર્દિવોને દુઃખમાંથી રાહત આપતા તબીબોને સલામ.





TRIMURTI HOSPITALS
THE ART OF MEDICAL CARE

ત્રિમૂર્તિ હોસ્પિટલ દ્વારા પ્રકાશિત

ત્રિમૂર્તિ હેલ્થ પ્લસ

ગુજરાતી માસિકપત્ર

વર્ષ : ૨ અંક : ૩ ઓક્ટોબર-૨૦૧૩

મુદ્રક • માલિક • પ્રકાશક

ડૉ. ડી. પી. ચિખલીયા
મો.૯૮૨૫૨ ૩૧૭૩૧

તંત્રી

ડૉ. ડી. પી. ચિખલીયા

સહતંત્રી

ડૉ. રમેશ ભાંજર

ડૉ. પરાગ પટેલ ડૉ. શેલેશ જાદવ

ડૉ. રૂપલ પટેલ ડૉ. નવીન કર્ણી

ડૉ. વિકાસ રાઠોડ

સંપાદક મંડળ

અમૃત પોંકીયા ડૉ. નિલેશ ચિખલીયા

ડૉ. અદિતિ દવે ઉમેદ ગામી

પ્રિન્ટર

પાયોનિયર ઓફસેટ-જુનાગઢ

મો.૯૮૯૮૦ ૮૪૬૦૮

‘ત્રિમૂર્તિ હેલ્થ પ્લસ’ માસિક પત્ર દ્વારા અમારો ઉદ્દેશ લોકોને રોગ તથા તેની સારવાર વિષે જાણકારી આપવાનો તથા સારવાર લેતી વખતે યોગ્ય નિર્ણય લેવા માટે મદદરૂપ થવાનો છે. અને લોકોને હેલ્થ વિષે જાગૃત કરવા માટે ઉપયોગી થવાનો છે.

સરનામું

ત્રિમૂર્તિ હેલ્થ પ્લસ કાર્યાલય

ત્રિમૂર્તિ હોસ્પિટલ

નવા બસ સ્ટેન્ડ પાસે, જુનાગઢ

ફોન : ૦૨૮૫-૨૬૩૧૭૩૧,

મો.૯૮૨૫૨ ૩૧૭૩૧

www.trimurthihospitals.in,

E-mail : trimurthihospitals@gmail.com

લિવર (લેખાંક-૨)

Dr. Parag Patel

M.S.
Endoscopist & Laproscopy
Surgeon



ક્રમશઃ ચાલુ.....

કામનો પ્રકાર અને કાર્યસ્થળ :-

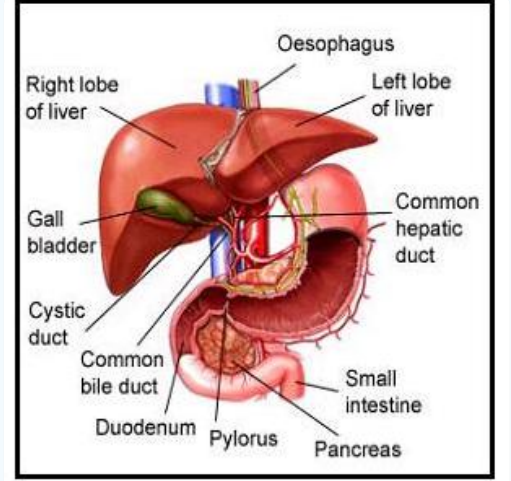
કેટલાક કામ એવા હોય છે કે એમાં રોકાયેલા કર્મચારીઓ સામે હેપેટાઇટિસનું જોખમ વધી જાય. કારણ કે એમને શરીરમાં ચેપી પ્રવાહીઓના સંપર્કમાં આવવું પડે. ડૉક્ટરો, ડેન્ટીસો, નસો અને દાયણો (Midwives) વગેરે આરોગ્ય વિષયક વ્યવસાયીઓ આ શ્રેણીમાં ગણાય. એજ રીતે શીખવાની ક્ષમતાની ભારે ખામીવાળા લોકોને નિવાસમાં રહેતા અને કામ કરતા હોય એમની સામે પણ આ જોખમ વધારે હોય છે.

માદક પદાર્થોનું સેવન કરનારા અને ઈજેક્શનના સાધનો સાથે મળીને વાપરનારને માટે આ ચેપનું જોખમ બહુ મોટું છે. છુંદણ કે કાન, નાક ભ્રમર વીંધાવવામાં અને એક્યૂપંક્ચરમાં પણ જો ઉપકરણો જંતુમુક્ત બનાવ્યા વિનાજ વાપર્યા હોય તો પણ ચેપ ફેલાવવાનું જોખમ વધી જાય છે. જે દેશોમાં ઉપકરણોને યોગ્ય રીતે જંતુમુક્ત ન બનવાના હોય ત્યાં મેડીકલ અને દાંતની સારવારને કારણે પણ ચેપ લાગી જતો હોય છે. હવે ભારતમાં સ્કતદાન દ્વારા મળેલા લોહીના બધા નમૂનામાં હેપેટાઇટિસ B છે કે નહિ તે જાણવા માટે ચકાસણી થાય છે. પરંતુ આવી ચકાસણીનો નિયમ શરૂ થયો તે પહેલા ચેપી વ્યક્તિમાંથી લોહી કે લોહીની પેદાશ મેળવવામાં ચેપ લાગવાનું જોખમ હતું. જે દેશમાં લોહીની ચકાસણી ન થતી હોય ત્યાં લોહી ચડાવવામાં ચેપનું જોખમ રહે જ છે.

આ વાયરસ માનવ શરીરની બહાર પણ ઓછામાં ઓછા એક અઠવાડિયા સુધી જીવંત રહી શકે છે. આને અર્થ એકે તમારે બીજાના રેઝર કે ટૂથ બ્રશ જેવી વસ્તુઓનો ઉપયોગ ન કરવાથી કાળજી રાખવી જોઈએ કારકે એના પર ચેપી લોહી સુકાઈને રહી ગયું હોય તેવી શક્યતા રહે છે. જેલના કર્મચારીઓ અને કેદીઓ સામે પણ હેપેટાઇટિસ B તેમજ બીજા લોહીમાં વસતા વાયરસ જેમ કે હેપેટાઇટિસ C અને HIV ના ચેપનું જોખમ હોય છે.

● પ્રવાસ :-

એવું માનવામાં આવે છે કે ભારતમાં 10% કેશો, જે દેશોમાં હેપેટાઇટિસ B ના ચેપનું જોખમ વધારે હોય ત્યાં પ્રવાસે જનારા અને કામ કરનારા લોકો લઈ આવે છે. તમને શંકા હોય કે તમને રાખે ને



હેપેટાઇટિસ B નો ચેપ લાગી ગયો હશે તો તરત તમારા ડૉક્ટરોને મળો.

● હેપેટાઇટિસ B ના લક્ષણો કયાં છે ?

વાયરસ શરીરમાં પ્રવેશે તે પછી ૧ થી ૬ મહીના સુધી એના લક્ષણો પ્રગટ થતા નથી. આને ઇન્ક્યુબેશન (Incubation) પિરિયડ એટલે કે ઈંડાના સેવનનો સમય કહે છે. ઘણા લોકોને કોઈ જાતના લક્ષણો વર્તાતા નથી. ક્યારેક લોકોને માત્ર હળવો તાવ આવે છે અને એટલા બીમાર નથી હોતા કે ડૉક્ટર પાસે જાય. ઘણા લોકો કદાચ 30% લોકો જાણી પણ શકતા નથી. કે એમને ચેપ લાગ્યો છે, અને તેઓ બીજાના આ ચેપ પહોંચાડી દે તે શક્ય છે. થોડાક લોકોને ગંભીર માંદગી આવે છે અને હોસ્પિટલમાં રહીને સારવાર લેવી પડે છે. તમને થાક, દુખાવો, પીડા, તાવ અને / અથવા ભૂખ મરી જવી વગેરે સામાન્ય લક્ષણો કદાચ વર્તાય તેનું નિદાન ફક્ત તરીકે થઈ શકે. કેટલાક લોકોને સિગારેટ કે દારૂ પીવામાં તકલીફ જણાતી હોય છે.

આ ઉપરાંત પણ તમને બીજા કેટલાંક સામાન્ય લક્ષણો વર્તાય, જેમાં નિમ્નલિખિતનો સમાવેશ થાય છે.

● મોળ ચડે (માંદગી લાગે) અને માંદા પડે ● પેટમાં દુઃખે ● અતિસાર ● કમળો

તમારા શરીરમાં બીલીરુબિન (Bilirubin) નામનો પીળો પદાર્થ અતિશય એકઠો થઈ જાય તેને કારણે કમળો થતો હોય છે. બાઈલિરુબિન નકામો પદાર્થ છે. અને સામાન્ય રીતે તમારું લિવર એને મળ સાથે શરીરની બહાર કાઢી નાખે છે. લિવર બરાબર કામ ન કરતું હોય ત્યારે બાઈલિરુબિન શરીરમાં જમા થાય છે. એ સહેલાઈથી પરખાઈ જાય છે. તમારી આંખનો સફેદ ભાગ પીળો થઈ જાય છે.

● વધારે ગંભીર પ્રકારના કેશોમાં :-

- તમારી ચામડી પીળી થઈ જાય છે.
- તમારો પેશાબનો રંગ ઘેરો થઈ જાય છે.
- તમારા મળનો રંગ ફિક્કો હોય.

પરંતુ યાદ રાખશો, ઘણાખરા લોકોમાં જ્યારે તેઓ ડૉક્ટર પાસે જાય ત્યારે સ્પષ્ટ લક્ષણો દેખાતા નથી. હેપેટાઈટિસ B “મૂંગી” બીમારી તરીકે ઓળખાય છે. કારણકે ધ્યાનમાં આવી જાય એવા લક્ષણો વિનાજ સતત તમારા લિવરને નુકશાન થયા કરતુ હોય છે.

● હેપેટાઈટિસ B નો ઉપચાર :-

અક્યુટ હેપેટાઈટિસ B વાળા મોટા ભાગના લોકોને સારવારની જરૂર પડતી નથી કારણકે એમને લાંબા ગાળે લિવરનુ નુકશાન સહન કરવુ નહિ પડે, એમને કદાચ સામાન્ય કરતા વધારે થાક લાગતો હોય અને બહુ ઘણો આરામ કરવો પડતો હોય પરંતુ અંતે તેઓ સાજા થઈ જાય છે. અને ફરી કદી ચેપ નહિ લાગી શકે (તેઓ “ઇમ્યૂન” એટલે કે રોગ સામે રક્ષિત બની જશે.) પરંતુ આવુ બધા સાથે નથી બનતુ. વાયરસ તમારા શરીરમાં દ

મહિનાથી વધુ સમય સુધી સતત પ્રજનન કરતુ રહે (જેને ઍક્રિટિવ વાયરસ રેપ્લિકેશન કહે છે.) તો આવું થતુ અટકાવવા માટે ડૉક્ટર તમને દવાનો ઉપચાર આપવાનો નિર્ણય કરે એ શક્ય છે. તમારે આના માટે લિવરના રોગોના નિષ્ણાંત એટલેકે હેપેટોલોજિસ્ટ અથવા પાયનતંત્રની બીમારીઓના નિષ્ણાંત (ગેસ્ટ્રો એન્ટેરોલોજિસ્ટ) દ્વારા નિયમિત તપાસ કરાવવી પડશે કે તમારા લિવરને નુકશાન થયુ છે કે નહિ અને તમને અપાતી સારવાર કેટલી અસરકારક રહી છે.

સારવારની જરૂર જણાયતો બે પ્રકારના દવાના ઉપચારો કામમાં લેવાય છે. ● એક તો છે ઈંટરફેરોન, તમારા શરીરનુ રોગ પ્રતિકારક તંત્ર પણ ચેપ સામે લડવા માટે ઈંટરફેરોન ઉત્પન્ન કરે છે. આ દવા એના જેવી જ છે. વાયરસ ફાંવે નહિ અને તમારા લિવરને વધારે નુકશાન ન કરે તે માટે તમારા રોગ પ્રતિકારક તંત્રને વધારે મજબૂત બનાવે છે.

● હું હેપેટાઈટિસ B ને શી રીતે શકું ?

હેપેટાઈટિસ B ને રોકવા માટે એક રસી આવે છે અને કામચલાઉ રક્ષણ માટે

“ઇમ્યૂનોગ્લોબ્યૂલિન” નામનો પ્રોટીન જનિત પદાર્થ પણ મળે છે. સુરક્ષા માટેના સાદા ઉપાયો સમજવાથી પણ હેપેટાઈટિસ B નો ફેલાવો રોકી શકાય છે.

- ચેપ લાગવાનુ જોખમ ઘટાડવું
- તમને હેપેટાઈટિસ B લાગુ પડયુ હોય કે ખબર પડે તો તમારે બીજાને એનો ચેપ લાગે તેનુ જોખમ અવશ્ય ઘટાડવું જોઈએ.
- તમારા જખમો ઉઝરડા અને ખુદા ઘા સાફ કરીને વોટરપ્રૂફ પ્લાસ્ટરથી બંધ કરો.
- ફરસ અને કામની સપાટીના લોહીને ઘરમાં વપરાતા બ્લીચથી પાણી મેળવ્યા વિના સાફ કરી નાખો.
- બીજાના દૂધબ્રશ, રેઝર, કાતર કે બીજી અંગત વસ્તુ ન વાપરો
- દવાનુ ઈજેક્શન લેવાનુ સાધન જંતુમુક્ત હોય તેની કાળજીલો અને બીજાને વાપરવા ન આપો.
- બધા સંયોગોમાં કંડોમનો ઉપયોગ કરીને સુરક્ષિત સંભોગને પસંદગી આપો.
- રક્તદાન કે વીર્યદાન ન કરશો અથવા અંગદાતા તરીકે નોંધણી ન કરાવશો.

માતૃત્વની ઝંખના.... (છેલ્લા પાનાનું ચાલુ)

ક સ ર તો જેવીકે એરોબીક્સ/જોર્ગીંગ/સ્વસોછવાસની ક્રિયાઓનો સમાવેશ થાય છે. જો કે વધુ પડતી કસરત (જેમ કે જીમની ભારે કસરતો/પ્રતિદિન ૩ માઈલથી વધુ જોર્ગીંગ) તમારી સ્ત્રીબીજ ઉપન્ન કરવાની શક્તિ પર વિપરીત અસર કરે છે.

● ધુમ્રપાન નિષેધ : smoking ધુમ્રપાન પુરૂષોના શુક્રાઓની સંખ્યામાં ઘટાડો કરે છે. જો સ્ત્રીઓ ધુમ્રપાન કરે તો તેને સગર્ભા બનવા માટે ધવુ સમય લાગે અને જો સગર્ભા બને તો બાળકનો વિકાસ યોગ્ય થતો નથી.

● મદ્યપાન તથા કેફીપીણા નિષેધ : માદક પીણા (બીઅર, વાઈન) પુરૂષોના શુક્રાણુઓની સંખ્યા ઘટાડે છે તથા ગર્ભના વિકાસ પર વિપરીત અસર કરે છે.

● અન્ય દવાઓ : કેટલીક દવાઓ જેમ કે અલ્સર અને હાઈબ્લડપ્રેસરની સારવાર માટેની દવાઓ પુરૂષોના શુક્રાણુઓ પર અસર કરે છે. સગર્ભાવસ્થાની શરૂઆતમાં લેવાતી કેટલીક દવાઓની અસર ગર્ભ પર થાય છે, માટે ગર્ભધારણ માટે પ્રયત્ન કરતી સ્ત્રીઓએ કંઈપણ

દવા લેતા પહેલા ડૉક્ટરને જે જણાવવું અતિશય મહત્વનું છે.

● ચા, કોફી, ઠંડાપીણા : તેમાં રહેલું અમુક રસાયણ ગર્ભ રહે તોપણ કસુવાવડ કરે છે.

● સંભોગનો સમય : સ્ત્રીબીજના પરિપકવ થવાના સમયગાળા દરમ્યાન સંબંધ રાખવો ખુબ અગત્યનો છે. વર્તમાન સમયમાં દંપતિઓનો પ્રજોત્પાદનનો આંક નીચો ઉતાર્યો છે. જના કારણોમાં નિચે મુજબના ઘટકોનો પણ સમાવેશ થાય છે.

(૧) લગ્ન સમયે અને બાળકના ગર્ભધારણના સમયે સ્ત્રીની વધતી જતી ઉંમર.

(૧) સંબંધ દરમ્યાન સ્ત્રી-પુરૂષોમાં એકબીજાના પસાર કરાયેલા રોગોના (STD- sexually transmitted diseases) વધતા જતા પ્રમાણ સ્ત્રી અને પુરૂષ બન્નેના પ્રજનનતંત્રને નુકશાન પહોંચાડે છે.

(૩) કુદરતી ચમત્કાર/વાતાવરણની અસરને કારણે ઘટતા જતા પુરૂષોના શુક્રાણુઓની સંખ્યા ઘટતી જાય છે. જો કે આ ફેરફાર વાતાવરણના પ્રદુષણ, વર્તમાન સમયની ધાંધલિયા જીવનના

દબાણને લીધે તથા રહેણીકહેણીમાં થયેલા ફેરફારોને લીધે થયો છે એ સ્પષ્ટ છે.

મદદ ક્યાંથી મેળવશો ?

મોટા ભાગના દંપતીઓ પોતાના પરિવારના ડૉક્ટરની સલાહ લેશે. જો વંધ્યત્વની સમસ્યા હશે તો એ ડૉક્ટર gynecologist અથવા વંધ્યત્વના નિષ્ણાંત infertility specialist ને બતાવવાની સલાહ આપશે. ડૉક્ટરની પહેલી મુલાકાતે પતિ-પત્ની બન્નેએ સાથે જવું જોઈએ. સાધારણપણે ડૉક્ટર વંધ્યત્વના સંભવિત કારણોનું નિદાન કરી વંધ્યત્વ દુર કરવા માટે યોજના ઘડશે. એ મુજબ પહેલું પગથીયું એ હશે કે ગર્ભાધાન શા માટે નથી થતું ? એ માટેની ચોક્કસ માહિતી પાડી થઈ જાય પછી પતિ-પત્ની અને ડૉક્ટરે સાથે મળીને સારવારની યોજના ઘડી કાઢવાની રહેશે.





સ્વાભાવિક રીતે લગ્ન થયા બાદ તરત બાળક થવાની આશા મોટાભાગના દંપતીઓને હોય છે અને તે માટેના પ્રયત્ન શરૂ કરી દે છે. પહેલા મહિના બાદ ધાર્યું પરિણામ ના આવતા સ્ત્રી પોતાને જ દોષી ગણશે અને ચિન્તા શરૂ કરી દેશે. પરંતુ દરેક સ્ત્રીએ એ વાત યાદ રાખવી જોઈએ કે દરરોજ પ્રયત્ન કરવા છતાં પણ એક જ માસિક સ્ત્રાવના ઋતુચક્ર દરમિયાન સંપૂર્ણ તંદુરસ્તી દંપતી માટે પણ સફળ ગર્ભાધાનની શક્યતાનું પ્રમાણ માત્ર ૨૫ ટકા જ છે. આને ‘fecundity’ એટલે કે ‘ગર્ભ ધારણ કરવાની શક્તિ’. વસ્તી વધારો ખુબ થયો હોવા છતાં આ ટકાવારી સૂચવે છે કે મનુષ્ય પ્રજોત્પાદનમાં વધુ કુશળ નથી. એનું કારણ એ છે કે અમુક સ્ત્રી બીજ ગર્ભધારણ કરી શકતા નથી અને કેટલાક બીજનો પ્રાથમિક વિકાસ યોગ્ય રીતે થતો નથી. આમ ગર્ભધારણ થવું એ એક આકસ્મિક બનાવ છે. માટે ગર્ભધારણનો પ્રયત્ન ક્યારે સફળ થશે તે ચોક્કસ પણે ના કહી શકાય. એક વર્ષના સમયગાળા દરમિયાન સફળતા મેળવવાની તક ૮૦ ટકા થી ૯૦ ટકા જેટલી છે.

વૈદ્યકીય પુસ્તકમાં વંધ્યત્વની વ્યાખ્યા આવી છે, “એક વર્ષ સુધી પ્રયત્ન કરવા છતાં ગર્ભધારણ કરવામાં અશક્તિમાન”

જે દંપતિઓ બાળકને ક્યારેય જન્મ આપી શકતા નથી તેઓ પ્રાથમિક વંધ્યત્વ (primary infertility) ધરાવે છે એમ કહે છે.

જે સ્ત્રીઓ એકવાર ગર્ભધારણ કરે છે અને બીજીવાર ગર્ભધારણ કરવામાં નિષ્ફળ નીવડે છે

તેઓ વંધ્યત્વ (secondary infertility) ધરાવે છે એમ કહે છે.

ગર્ભધારણ કરવાની સંભાવના ઘણાબધા મુદ્દાઓ પર આધારિત છે.

(૧) સ્ત્રીની ઉંમર, વધતી જતી ઉંમરની સાથે સ્ત્રીબીજની સંખ્યા અને ગુણવત્તાનું પ્રમાણ ઘટવા માંડે છે.

(૨) સ્ત્રી બીજ પરિપક્વ થવાના સમય દરમિયાન અઠવાડિયામાં લગભગ ત્રણવાર પ્રયત્ન થવો જોઈએ.

(૩) પ્રયત્ન કરવાનો સમયગાળો. એટલે કે ક્યાં સુધી દંપતીએ ગર્ભધારણ કરવા માટે પ્રયત્નો કરવા ? કારણ કે જેમ જેમ દંપતી ગર્ભધારણ કરવામાં સમય વધુ કાઢતા જાય અને સફળતા ના મેળવે તેમ તેમ વૈદ્યકીય(ડૉક્ટરી) મદદવિના ગર્ભધારણ કરવાની શક્યતા ઓછી થતી જાય.

(૪) પ્રજોત્પત્તિ માટેની અન્ય મુશ્કેલીઓનું હોવું. તમે ડૉક્ટરી સલાહ મેળવવાનો પ્રયત્ન ક્યારે કરશો ?

જો તમે સ્ત્રીબીજ પરિપક્વ થવાના સમયગાળા દરમિયાન અઠવાડિયામાં બે કે ત્રણ વાર બાળક રાખવા માટે પ્રયત્ન કરતા હો, તમે એક વર્ષ અથવા એથી વધુ સમય દરમિયાન ક્યારે સંતતિ નિયમનના સાધનો ન વાપર્યા હોય, અને છતાં તમે સગર્ભા ન બની શક્યા હોય તો તમે વ્યાખ્યા મુજબ વંધ્યત્વની શ્રેણીમાં મુકાઈ ગયા છો. છતાં પણ સભાગવસ્થા કદાચ આપમેળે આવી શકે છે પણ શક્યતા ઓછી છે. માટે તમારે ડૉક્ટરી સલાહ મેળવવાનો

વિચાર કરવો જોઈએ. જો કે તમે મુંઝાતા હો અને તમને એમ લાગતું હોય કે દુનિયામાં માત્ર તમારા નશીબે જ વંધ્યત્વની સમસ્યા લાખી છે. તો એ ભુલશો નહિ કે તમે એકલા નથી. ઘણાબધા દંપતીઓ વંધ્યત્વની સમસ્યાથી પીડાય છે. કેટલીક ખાસ પરિસ્થિતિઓ છે જે તુરંત ડૉક્ટર પાસે જવાની ચેતવણી આપે છે.

● ત્રણ અઠવાડિયા અથવા એનાથી ઓછા સમયના અંતરે માસિક સ્ત્રાવ થવો.

● ત્રણ મહિના અથવા એથી વધુ સમય સધી માસિક સ્ત્રાવ ના થવો.

● અનિયમિત માસિક સ્ત્રાવ.

● (pelvic) બસ્તી પ્રદેશ-કટીબંધને ચેપ લાગ્યાનો પુર્વ અનુભવ.

● સ્ત્રીની ૩૫ વર્ષની ઉપરની વય.

● જો પુરુષને પ્રોસ્ટેટના ચેપનો પુર્વાનુભવ થયા હોય.

● જે પુરુષોના શુક્રાણુઓની ખામી જણાતી હોય.

ડૉક્ટરી સલાહ લેતા પેહલા ગર્ભધારણ માટે ધ્યાનમાં રાખવા જેવી બાબતો.

● શરીરનું વજન, આહાર અને કસરત-યોગ્ય અને સમતોલ આહાર માટે તમારા ડૉક્ટરની સલાહ લેવી. જે સ્ત્રીઓ ચોક્કસપણે વધુ વજન અથવા ઓછું વજન ધરાવતી હોય તે તેઓને ગર્ભધારણ કરવામાં મુશ્કેલીઓ ભોગવવી પડે છે. સામાન્ય

પાના નંબર - ૩ ઉપર

Postal Reg. No. G-JND/313, Valid Upto Dt.31.12.2015

RNI Regi.No. : GUJGUJ/2012/46125

ત્રિમૂર્તિ હોસ્પિટલ દ્વારા પ્રકાશિત **ત્રિમૂર્તિ હેલ્થ પ્લસ**

If Undelivered, Please Return to,

Trimurti Hospitals, Near New Bus Station, Junagadh

Ph : (0285) 2631731, M. 98252 31731

www.trimurthihospitals.in, E-mail : trimurthihospitals@gmail.com

Book-Post

To, _____



જુનાગઢમાં સૌ પ્રથમ (ANM) નર્સિંગ સ્કુલ

મહાત્મા ગાંધી સ્કુલ ઓફ નર્સિંગ

ઓકઝીલરી નર્સ મીડવાઈફ (ANM)

(ગુજરાત નર્સિંગ કાઉન્સિલ-અમદાવાદ તથા ઈન્ડિયન નર્સિંગ કાઉન્સિલ-દિલ્લી માન્ય)

● અદ્યતન નર્સિંગ સ્કુલ ●

● અદ્યતન હોસ્ટેલ સુવિધા ●

● અદ્યતન હોસ્પિટલ ●

● બી.એસ.સી. નર્સિંગ સ્ટાફ દ્વારા શિક્ષણ ●

સદર કોર્ષમાં પ્રવેશ સંબંધિત જરૂરી માહિતી માગદર્શન માટે સંપર્ક કરો

ત્રિમૂર્તિ હોસ્પિટલ્સ બિલ્ડિંગ

એસ.ટી. રોડ, જૂનાગઢ-૩૬૨૦૦૧, મો.૯૮૨૫૫ ૨૯૩૪૫

મો.૯૯૭૪૬ ૫૪૦૧૭