नवा

अति स्थूलपणावर बेरियाट्रिक सर्जरी!

(सौ. जयश्री खाडिलकर-पांडे)

मुंबईच्या बॉम्बे हॉस्पिटलमध्ये अति स्थूलपणावर मात करण्यासाठी कोणती नवी शस्त्रक्रिया उपलब्ध आहे त्याची माहिती देण्यासाठी दीड तासांचा सेमिनार घेण्यात आला. अति स्थूलपणा कमी करण्यासाठी ज्या शस्त्रक्रिया केल्या जाऊ शकतात त्यांना बेरियाट्रिक सर्जरी असे सामान्यपणे म्हणतात. या शस्त्रक्रिया अर्थातच महागड्या आहेत. पण आरोग्य विमा योजनेअंतर्गत या शस्त्रक्रिया घेतल्या गेल्या असल्याने ज्यांचा असा विमा आहे ते ही शस्त्रक्रिया मोफत करून घेऊ शकतात. बेरियाट्रिक सर्जरीचे बॉम्बे हॉस्पिटलचे निष्णांत डॉक्टर रामेन गोयल यांनी या शस्त्रक्रियेची अगदी सविस्तर माहिती सेमिनारमध्ये दिली.

ही शस्त्रक्रिया कुणी करावी?

अति स्थूलपणामुळे मधुमेहापासून अनेक व्याधी होतात. या सर्वांवर उपाय म्हणून ही शस्त्रक्रिया होते. पण 'जराशा जाड व्यक्तीने अशा शस्त्रक्रियेकडे न वळता व्यायाम, योग्य आहार व औषधोपचार यावरच भर द्यावा.

अतिस्थूल म्हणजे किती जाड याचे साधे कोष्टक आहे. ज्याला बॉडी मास इंडेक्स अर्थात बीएमआय म्हणतात. आपले बीएमआय किती आहे हे कसे काढायचे.

बीएमआय= वजन (किलो)/(उंची (मीटर))२

या कोष्टकावरून तुमचे बीएमआय ३३ पेक्षा अधिक असेल तर या प्रकारच्या शस्त्रक्रियेचा तुमच्यावर उपयोग होऊ शकतो.

खालील तक्त्यानुसार तुमचे वजन असेल वा त्यापेक्षा अधिक वजन असेल तर ही शस्त्रक्रिया करण्याचा जरूर विचार करावा.

उंची	वजन
५''३''	८४
५''४''	८७
५''५''	९०
५''६''	९२
५''७''	९५
५''८''	९८

लॅप्रोस्कोपीची मदत

बेरियाट्रिक सर्जरी (स्थूलपणावर शस्त्रक्रिया) यामध्ये दोन प्रकारच्या शस्त्रक्रिया सध्या भारतात केल्या जातात. साधारण २००१ पासून या शस्त्रक्रिया सुरू झाल्या. सुरुवातीपासून पोट फाडून शस्त्रक्रिया केली जात होती. आता मात्र अगदी छोटी छिद्र पाडून लॅप्रोस्कोपीने शस्त्रक्रिया होते. यामुळे रुग्ण लवकर सामान्य होऊन घरी जाऊ शकतो.

गॅस्ट्रिक बलून

बेरियाट्रिक सर्जरीत सर्वात सोपा वाटणारा प्रकार 'गॅस्ट्रिक बलून' हा आहे. या प्रकारात तोंडातून नळी घालतात. नळीने पोटात द्रव भरलेला फुगा सोडतात. आपल्या पोटात साधारणपणे एक लिटर अन्न राहू शकते. या फुग्याचा आकार अर्धा लिटर असतो. फुग्याने पोटातील अर्धा भाग व्यापल्याने थोडे खाताच पोट भरते. यामुळे अन्नाचे सेवन कमी होऊन ६ महिन्यांत साधारणपणे २० ते २५ किलो वजन कमी होते. १५ ते २० मिनिटांत ही शस्त्रक्रिया होते.

मात्र हा फुगा ६ महिन्यांनी काढावा लागतो. त्यानंतर एक महिन्याने पुन्हा फुगा घालता येतो. असे केवळ तीनवेळा करता येते. त्यापुढे कमी झालेले वजन राखण्यासाठी आहार, व्यायाम याचे काटेकोर पालनच करावे लागते.

गॅस्ट्रिक बँडिंग

गॅस्ट्रिक बँडिंग या प्रकारात पोटाच्या वरच्या भागाभोवती पट्टी (बँड) गुंडाळून टाकतात. यामुळे पोटाचे दोन भाग तयार होतात. वरील बाजूस छोटी पिशवी आणि खालील बाजूस मोठे पोट असते. छोट्या पिशवीतील अन्न खाली झिरपण्यास वेळ लागतो. यामुळे छोटी पिशवी अन्नाने भरली की, आपली भूक संपते. अगदी थोडे खाल्ले तरी पोट भरते. या शस्त्रक्रियेला एक तास लागतो. १३ वर्षांच्या मुलांपासून ८० वर्षांच्या वृद्धापर्यंत ही शस्त्रक्रिया केली जाते. यातही प्रत्यक्ष पोट न फाडता लॅप्रोस्कोपीने शस्त्रक्रिया करतात. रुग्ण २४ तासांत घरी जाऊ शकतो.

गॅस्ट्रिक बायपास

गॅस्ट्रिक बायपास म्हणजे शरीरात जे छोटे आतडे असते ते थेट पोटाच्या वरील बाजूस जोडले जाते. परिणामी अन्न पोटात येताच त्याच्या पचनाची प्रक्रिया न होता ते छोट्या आतड्यातून थेट शरीराबाहेर फेकले जाते. म्हणजे एक प्रकारचे डायटिंगच होते.

स्लीव गॅस्ट्रेक्टोमी

ही शस्त्रक्रिया अति स्थूल माणसांवरच होते. ग्रेहलीन हॉर्मोनमुळे आपल्याला भूक लागते. हे हॉर्मोन पोटाच्या ज्या भागात असतात तो भाग सरळ कापूनच टाकतात. यामुळे पोटाचा आकार कमी होतो आणि भूकही लागत नाही. परिणामी वजन घटते. मात्र भारतात ही शस्त्रक्रिया फारशी होत नाही.

शस्त्रक्रियेनंतर खूप काळजी घ्यावी

गॅस्ट्रिक बँडिंग आणि गॅस्ट्रिक बायपास या मूळ शस्त्रक्रियेत अगदी म्हणजे कमी धोका आहे. या शस्त्रक्रियेवेळीस संसर्ग होण्याचा धोका फार असतो. यामुळे स्वच्छ व उत्तम व रुग्णालयांतच या शस्त्रक्रिया कराव्यात.

महत्त्वाचे म्हणजे या शस्त्रक्रियेनंतर आयुष्यभर अतिशय काळजी घ्यावी लागते.

१) पोटाचा आकार कमी झाल्याने हळूहळू खायचे. २) छोटे छोटे घासच घ्यायचे. ३) जेवणाच्या आधी वा जेवणानंतर कोणतेही जल (पाणीसुद्धा) प्यायचे नाही. ४) रोज आयुष्यभर न चुकता मल्टिव्हिटॅमिनची गोळी घ्यावीच लागते. कारण जेवण कमी झाल्याने मल्टीव्हिटॅमिन घेतले नाही तर व्हिटॅमिन नसल्याचे दुष्परिणाम होऊ शकतात. ५) मद्यपान चालत नाही. ६) शीतपेय अजिबात प्यायचे नाही.

यावरून हे स्पष्ट होते की, व्यायाम, आहार व औषधांनी ज्यांचे वजन कमी होत नाही. जे अति स्थूल आहेत त्यांनीच या शस्त्रक्रियेचा विचार करावा. केवळ सौंदर्य वाढविण्यासाठी या शस्त्रक्रियेच्या मागे लागू नये.

जून महिन्यात मोफत शस्त्रक्रिया

बॉम्बे हॉस्पिटलमध्ये येत्या १ ते ३ जून दरम्यान दोन वा तीन निवडक रुग्णांवर ही शस्त्रक्रिया मोफत केली जाणार आहे. यासाठी डॉ. रामेन गोयल यांच्याशी संपर्क साधावा.

डॉ. रामेन गोयल यांची भेट घेण्यासाठी पत्ते व फोन नंबर असे -

१) बॉम्बे हॉस्पिटल, १२५, एमआरसी बिल्डिंग, १२, न्यू मरिन लाइन्स, मुंबई, दुपारी १ ते ४, मंगळवार-बुधवार-शुक्रवार. फोन : २२०६७६७६ विस्तार ३८८.

२) शुश्रूत रुग्णालय, स्वस्तिक पार्क, चेंबूर, सायं. ५ ते ७, सोमवार, गुरुवार, फोन नं. २५२२५४२३.

३) वॉकहार्ट रुग्णालय, गोरेगाव-मुलुंड लिंक रोड, मुलुंड, मुंबई, दुपारी १ ते ४, सोमवार, गुरुवार फोन : ६७९९४४४४, ६७९९४१२१.