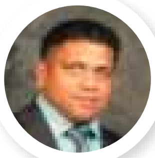
සිව සටහන්



වෛද්‍ය
හර්ෂ අලුත්ගේ
Dr Harsha Aluthge
MBBS, FRACGP, DFM RCGP(UK)
General Practitioner
Greenvale Medical Centre

අක්මාව ආශ්‍රිත රෝගාබාධ.
(Liver Diseases)

අක්මාව යනු අපගේ ශරීරයේ ක්‍රියාකාරීත්වය සඳහා අතිශය වැදගත් අවයවයකි. එමගින් ශරීරයේ ප්‍රෝටීන නිපදවීම, රුධිරය කැටි ගැසීමේ ප්‍රෝටීන නිපදවීම, ඖෂධ හා වෙනත් අහිතකර රසායන ද්‍රව්‍ය පෙරා ඉවත් කිරීම වැනි වැදගත් කාර්ය රැසක් ඉටු කරයි.

අක්මාවේ සෛලවලට හානි පැමිනවී මෙන් ක්‍රමානුකූලව අක්මාවේ ප්‍රදාහය හෙවත් සිරෝසිස් (Cirrhosis) නැමැති රෝග තත්වය ඇතිවීම හේතුවේ. මෙහිදී සිදුවන්නේ අක්මාවේ සෛල හා පටක (Fibrosis) නැමැති ක්‍රියාවලියකින් ඇතිවන සෛල හා පටක තැන්පත්වීමෙන් හානි පැමිනවීමයි.

බොහෝදෙනාගේ අදහසක් වන්නේ Cirrhosis ඇතිවීමට එකම හේතුව අධික මත්පැන් පානය කිරීම යන්නයි. නමුත් ඊට අමතරව තවත් බොහෝ හේතු මගින් Cirrhosis ඇතිවිය හැකිය. Cirrhosis ඇතිවිට එයට බලපාන හේතුව අනුව මාස කිහිපයකින් හෝ වසර කිහිපයකින් සිදුවිය හැකිය. එය නිට්ටාවටම සුව කිරීමට ප්‍රතිකාරයක් නොමැති අතර ප්‍රතිකාර මගින් සිදුකරනු ලබන්නේ තවදුරටත් අක්මාවේ සෛල වලට හානි පැමිනවීම නතර කිරීම, රෝග ලක්ෂණ පාලනය කිරීම හා එමගින් ඇතිවිය හකි සංකූලතා අවම කිරීමයි.

රෝග ලක්ෂණ මොනවාද?

රෝගයේ තීව්‍රතාවය අනුව පහත සඳහන් රෝග ලක්ෂණ අඩු වැඩි වශයෙන් පෙන්නුම් කල හැකිය.

- කෑම රුචිය අඩුවීම.
- ඔක්කාර ගතිය. (Nausea)
- බර අඩුවීම.
- අධික මහන්සි ගතිය.
- Spider veins body (ගැට ගැසුනු කුඩා රුධිර නාල ඇතිවීම)
- හම හා ඇස් කහ පාට වීම. (Jau - dice)
- ශරීරයේ කැසීම. (Itching of body)
- කෙස් හැලීම. (Hair Loss)
- තද පැහැ මුත්‍රා පිට වීම.
- උදරයේ හා පාදවල ඉදිමීම (Fluid Retention)
- හෝමෝන අසමතුලිතතාවයන් නිසා වෘෂණ කෝෂ කුඩා වීම. (Testicular Atrophy)
  ලිංගික අප්‍රාණිකත්වය පිරිමි අයගේද ඔසප් චක්‍රය අක්‍රමවත් වීම ගැහැනු අයගේද ඇතිවිය හකිය.
- මතකය හා අවධානය අඩුවීම වැනි රෝග ලක්ෂණ.

Cirrhosis ඇතිවීමට හේතු මොනවාද?

Cirrhosis ඇතිවීමට බලපාන හේතු දෙක වන්නේ අධික මත්පැන් පානය හා

හෙපටයිටිස් නැමැති අක්මාවේ ආසාදන තත්වයයි.

- අධික මත්පැන් පානය කාලයක් තිස්සේ සිදු කිරීම මගින් අක්මාවේ සෛල වලට හානි පැමිණීමෙන් මෙය ඇතිවේ. මෙය ඇතිවීමට ගතවන කාලය කොපමණ ප්‍රමාණයක් මත්පැන් පානය කල යුතුද යනාදිය පුද්ගලයාගෙන් පුද්ගලයාට වෙනස්වේ. සමහරු ස්වභාවයෙන්ම රෝගයට ගොදුරුවීමේ වැඩි ප්‍රවණතාව ක් දක්වති.

ගැහැනු උදවිය හා තරුණ ළමුන් වැඩිහිටි පිරිමි අයට වඩා අඩුවෙන් මත්පැන් පානය කළද අක්මාවේ සෛල වලට හානි පැමිණිය හැකිය.

එසේම සමහර ඖෂධ වර්ග කාලයක් තිස් සේ ගැනීම හා Hepatitis B, C වනි රෝග පවත්නා උදවිය මත්පැන් පානය කළහොත් ඔවුන් Cirrhosis තත්වයට ගොදුරුවීමේ වැඩි ඉඩක් පවතී.

- Hepatitis යනු සාමාන්‍යයෙන් වෛරස් ආසාදනයක් නිසා අක්මාවේ ඇතිවන ප්‍රදාහයයි. මෙයින් ප්‍රධාන වශයෙන් Hepatitis C හා ඊට අඩු ප්‍රමාණයකින් Hepatitis B පවතින උදවිය රෝගයට Cirrhosis ගොදුරුවිය හැක.
- Non Alcoholic and Fatty Liver Cirrhosis මේදය අක්මාවේ තැන්පත් වීමෙන් ඇතිවන තත්වයකි. මෙම තත්වය කල් ගතවීමේදී Non Alcoholic steato hepatosis හා තවත් කල් ගතවීමේදී Cirrhosis තත්වය දක්වා වර්ධනය විය හැක. අධික තරබාරු බව, රුධිරයේ අධික කොලෙස්ටරෝල් හා Triglyceride මට්ටමටත් පැවතීම හා දියවැඩියා රෝගය ඇති උදවිය මෙම තත්වයට ගොදුරුවීමේ වැඩි ප්‍රවණතාවක් දක්වයි.
- ආවේණික හේතු නිසා ඇතිවන Cirrhosis
- Heamochromatosis ශරීරයේ අධික යකඩ (Iron) තැන්පතු නිසා අක්මාවට හානි පැමිණීම මෙහිදී සිදුවේ.
- උසකිදපි Disease අධික තඹ (Copper) තැන්පත් වීම.
- Cystic සඉරදිසි නැමැති පෙනහලු වල ඇතිවන රෝග තත්වය.
- Galactosaemia නැමැති galactose නම් සීනි වර්ගය තැන්පත් වීමෙන්.

අනෙකුත් හේතු

- Some Auto immune Disease
- විෂ වර්ග වලට නිරාවරණය වීම.
- සමහර ඖෂධ වර්ග පාවිච්චිය.
- Schistosomiasis නැමැති පරපෝෂිත ආසාධන තත්වය.

Cirrhosis රෝගය නිර්ණය කරගන්නේ කෙසේද ?

- රෝග ඉතිහාසය රෝග ලක්ෂණ අනුව
- ශාරීරික පරීක්ෂාව - Physical Examination
- රුධිර පරීක්ෂණ - Liver Function Tests
- මුත්‍රා පරීක්ෂණ
- විකිරණ පරීක්ෂණ - Ultra Sound, CT, MRI
- Fibro Scan නැමැති විශේෂිත ස්කෑන් පරීක්ෂණය
- Liver Biopsy නැමැති අක්මාවේ පටක ස්වල්පයක් ලබාගෙන කරණ පරීක්ෂණය.

රෝගය නිසා අතිවන සංකූලතා මොනවාද

නිසි ප්‍රතිකාර නොලද හොත් පහත සදහ න් තත්ව එකක් හෝ කිහිපයක් ඇතිවිය හැකිය.

1. දියවැඩියා රෝගය (Insulin Resistance and Type 2 Diabetes)
   Osteoporosis නැමැති අස්ථි දුර්වලවීමේ රෝගය කැල්සියම් හා විටමින් D උරා ගැනීම දුර්වල වීමෙන්
2. අක්මාවේ පිළිකා
3. Liver Failure හෙවත් අක්මාව අක්‍රිය වීම
4. Portal Hypertension නැමැති අක්මාවට රුධිරය ගෙනයන පද්ධතියේ අධික පීඩන තත්වය
5. උදරයේ දියර තැන්පත් වීමෙන් උදරය විශාල වීම හෙවත් Ascites නැමැති තත්වය.
6. මොළයේ සෛල වලට හානි පැමිණවීම අක්මාවේ එකතුවන විස රසායන ද්‍රව්‍ය මගින්

අක්මාවේ රෝග වලක්වා ගැනීම හා ප්‍රතිකාර ක්‍රම මොනවාද ?

රෝගය නිට්ටාවටම සුවකල නොහැකි නමුදු ප්‍රතිකාර කිරීමෙන් රෝගය උත්සන්න වීම වලක්වා ගැනීම හා එහි සංකූලතා අවම කරගෙන රෝග ලක්ෂණ අවම කරගත හැකිය.

- හෙපටයිටිස් හා Haemochromatosis වැනි රෝග වලට නිසි ප්‍රතිකාර ගැනීම.
- මත්පැන් පානය අවම කිරීම හෝ නැවැත්වීම.
- ආහාර පුරුදු වෙනස් කිරීම විශේෂයෙන් අධික මේද සහිත ආහාර අවම කිරීම.
- ව්‍යායාම කිරීම ශරීරයේ බර නිසි පරිදි පවත්වා ගැනීම
- ඖෂධ වර්ග උදාහරණයක් ලෙස ශරීරයේ අධික දියර එකතු වූ විට Divretics නැමැති ඖෂධ පාවිච්චිය
- Cirrhosis ඇතිවීමට ඉඩකඩ ඇති ඖෂධ වර්ග භාවිතයේදී පරීක්ෂාකාරී වීම හා වෛද්‍ය උපදෙස් ලබා ගැනීම.
- Regular medical checkups රෝග ලක්ෂණ හා අක්මාවේ රුධිර පරීක්ෂණ ආදිය මගින් රෝගය කල් ඇතුව හඳුනා ගැනීම හා පාළනය මැන ගැනීම.