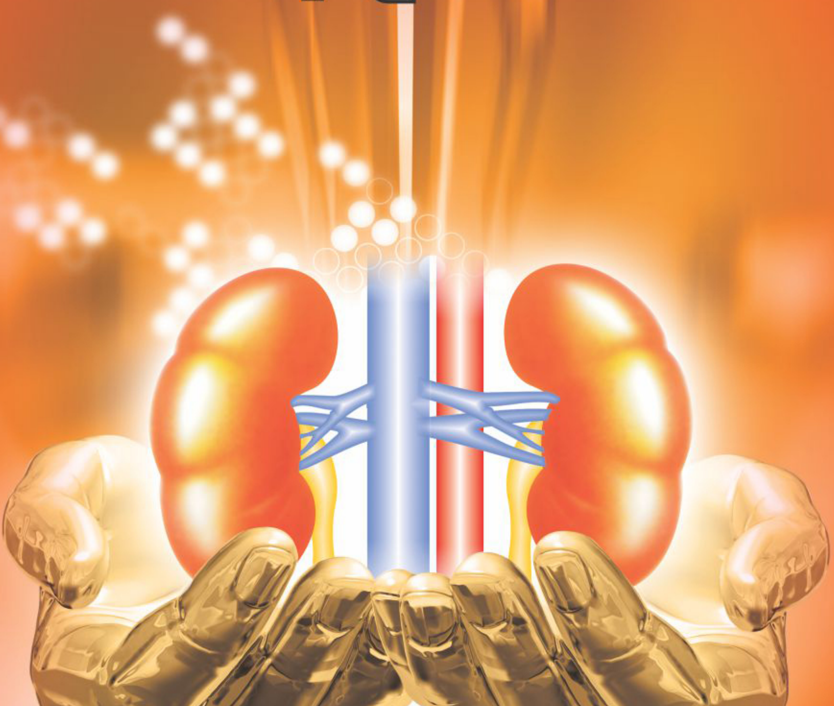
మూత్ర పిండాల భద్రత



మూత్ర పిండ రోగులకు సంపూర్ణ మార్గదర్శిని

డాక్టర్ సంజయ్ పాండ్యా

డాక్టర్ ఎస్. క్రిష్ణన్

Free!! Kidney Guide in 10+ Languages at

www.KidneyEducation.com

Free access to read, download and print
200 paged kidney guide in following languages

International Languages
English, Spanish & Chinese

Indian Languages
Gujarati, Marathi, Telugu, Bengali, Malayalam,
Kutchi, Tamil, Kannad, Punjabi

కిడ్నీ రోగులకు సంబంధించిన సర్వప్రథమైన సంపూర్ణ పుస్తకం.

మూత్ర పిండాల రక్షణ

కిడ్నీ రోగులకు సంపూర్ణ చికిత్సకు సంబంధించిన పూర్తి అవగాహన.

డా. ఎస్. క్రిష్టణ్ణ
ఎమ్.డి, డి ఎన్‌బి,
సీనియర్ కన్సల్‌టెంట్
నెఫ్రోలజిస్ట్

డా॥ సంజయ్ పాండ్య
యం.డి (మెడిసిన్)
డి.ఎన్.బి (నెఫ్రోలజి)
కన్సల్‌టంట్ నెఫ్రోలజిస్ట్

Kidney guide in 10+ Languages
www.KidneyEducation.com

SURAKSHA KIDNEY KI

Publisher:
Samarpan Kidney foundation
Samarpan Hospital Near Lodhawad Police Station,
Bhutkhana Chowk, Rojkot – 360002 (Gujarat, INDIA)
E-mail : saveyourkidney@yahoo.co.in

(C) **సమర్పణ్ కిడ్నీ ఫౌండేషన్**

All rights are reserved. No part of this book may be reproduced in any form or by any electronic or mechanical means, including information storage and retrieval system without written permission of publisher. This book is for sale in India and can not be exported without the prior permission in writing from the publisher. In case of dispute all legal matter to be settled under Rajkot jurisdiction only.

మొదటి ముద్రణ

ధర 150

పంపిణిదారు

హింద్ పాకెట్ బుక్స్ ప్రయివేట్ లిమిటెడ్

జె-40, జోరబాగ్ లేన్, న్యూఢిల్లీ - 110003.

రచయిత :

డా॥ సంజయ్ పాండ్య యం.డి (మెడిసిన్), డి.ఎన్.బి (నెఫ్రోలజి)

కన్సల్‌టంట్ నెఫ్రోలజిస్ట్,

సమర్పణ్ హాస్పిటల్ భూతఖానా చౌక్,

రాజ్‌కోట్, 360 002 (గుజరాత్)

FOR MOOTRAPINDALA RAKSHANA

Publisher:
Samarpan Kidney foundation
Samarpan Hospital Near Lodhawad Police Station,
Bhutkhana Chowk, Rojkot – 360002 (Gujarat, INDIA)
E-mail : saveyourkidney@yahoo.co.in

(C) **సమర్పణ్ కిడ్నీ ఫౌండేషన్**

All rights are reserved. No part of this book may be reproduced in any form or by any electronic or mechanical means, including information storage and retrieval system without written permission of publisher. This book is for sale in India and can not be exported without the prior permission in writing from the publisher. In case of dispute all legal matter to be settled under Rajkot jurisdiction only.

మొదటి ముద్రణ

ధర 150

పంపిణిదారు

హింద్ పాకెట్ బుక్స్ ప్రయివేట్ లిమిటెడ్

జె-40, జోరబాగ్ లేన్, న్యూఢిల్లీ - 110003.

రచయిత :

డా॥ సంజయ్ పాండ్య యం.డి (మెడిసిన్), డి.ఎన్.బి (నెఫ్రోలజి)

కన్సల్టంట్ నెఫ్రోలజిస్ట్,

సమర్పణ్ హాస్పిటల్ భూతఖానా చౌక్,

రాజ్‌కోట్, 360 002 (గుజరాత్)

సమర్పణ

మూత్రపిండాల రక్షణ అనే ఈ పుస్తకం ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఉన్న మూత్రపిండ రోగులకు అంకితం

ముందుమాట

ఇది నాకొక గొప్ప, ఆనంద దాయకమైన మరియు మంచి అవకాశం నాకు అత్యంత సన్నిహితుడు, సహద్యోగి అయిన డా. సంజయ్ పాండ్య గారు ఈ పుస్తకంను ముందుగా హిందీ భాషలో వ్రాసినారు. తర్వాత దీనిని గుజరాతీ మరియు ఇంగీష భాషలోకి, అనువదించబడినది. దీని వలన మూత్ర పిండాల వ్యాదిపై అవగాహన, ప్రాముఖ్యత పెంపొందించచడం ద్వారా ఆరోగ్యంగా ఉండవచ్చును. డా॥ సంజయ్ పాండ్య గారు వృత్తి రిత్యా ఒక మహోన్నతమైన, అనుభవగ్నులైన వ్యక్తి.

డా. సంజయ్ పాండ్య గారు ఒక ప్రత్యేక పద్ధతిలో అందరికి అర్ధమయ్యే రీతిలో అనుభవ పూర్వకంగా సమాదానాలు, సలహాలు అందిస్తున్నారు.

మూత్ర పిండాల రక్షణ అనే ఈ పుస్తకం ఒక సామన్య వ్యక్తిని దృష్టిలో వుంచుకొని వ్రాయబడినది. ఈ ఇరవై ఐదు అధ్యాయాలు, సామాన్యంగా ఎదురయ్యే మరియు అడగ దలచిన ప్రశ్నలకు సమాదానం అందిస్తూ చాలా విషయ సూచికలు ఇవ్వ బడినవి. ఇందులో ఇవ్వబడిన భాషపదాలు సులువుగా అర్ధమయ్యేలా వుంచబడినది. ఇంతకు ముందు గుజరాతీ, హిందీ మరయు ఇంగ్లీష భాషలో అందిచిన పిమ్మట ఏ విధంగా అయితే ప్రాముఖ్యత సంతరించుకున్నదో అదే విధంగా తెలుగులోకి అనువదించ బడుతున్న ఈ పుస్తకం అంతకన్నాఎక్కువగా తెలుగు ప్రజలచే స్వాగతించబడునని నేను ఖచ్చితంగా చెబుతున్నాను.

ఈ పుస్తకం మూత్రపిండాల (కిడ్నీల) రోగులకు పూర్తి అవగాహనను కల్పిస్తుంది.

ప్రజల ఆరోగ్యం కొరకు పాటుపడుతున్న డా. సంజయ్ పాండ్య గారికి విజయాలు కలిగి ఆరోగ్యంగా ఉండాలని మరిన్ని ఇలువంటి పుస్తకాలు అందిస్తారని కోరుకుంటున్నాను.

డా. ఎస్. క్రిష్టణ్ణ
ఎమ్.డి, డి ఎన్‌బి, సీనియర్ కన్సల్‌టెంట్
నెఫ్రోలజిస్ట్ అపోలో హాస్పిటల్
సికింద్రాబాద్

రండి, మూత్రపిండాల వ్యాధులను అరికట్టండి

'మూత్రపిండాల రక్షణ' అనే ఈ పుస్తకం ద్వారా మూత్రపిండాల సంబంధిత రోగాల గురించి మరియు వాటి నివారణ గురించి అవగాహన కలిగించి మరియు మార్గదర్శనం చేయడమే మా ప్రయత్న ముఖ్య ఉద్దేశం.

గత కొన్ని సంవత్సరాలలో మూత్రపిండాలకు సంబంధించిన వ్యాధులు చాలా వరకు పెరగడం జరిగింది. కేవలం భారతదేశంలోనే సుమారు 10 కోట్ల మంది మూత్రపిండాల వ్యాధితో బాధపడుతున్నారు. ప్రస్తుతం మూత్రపిండాల వైఫల్యం పరిస్థితిలో కేవలం చికిత్సవల్ల రోగులను సయము చేసే పద్ధతి లేదు.

అలాంటి రోగులలో వైఫల్యానికి పరిష్కారం వ్యాధి యొక్క ప్రారంభ దశలోనే పొందగలిగితే రోగి యొక్క చికిత్స ఖర్చు తక్కువ ఉంటుంది మరియు చికిత్స మరింత ఎక్కువ మరియు దీర్ఘకాలం వరకు తీసుకు వెళ్లవచ్చు. కానీ సాధారణ మనిషిలో మూత్రపిండాల వ్యాధి యొక్క లక్షణాల గురించి అవగాహన మరియు జ్ఞానం ఎక్కువగా ఉండదు. ఫలితంగా రోగము యొక్క ప్రారంభ దశలోనే గుర్తించే అవకాశాలు చాలా తక్కువ రోగులలో ఉంటుంది. అలాంటి రోగులలో మూత్రపిండాల వైఫల్యం ఎక్కువైనప్పుడు మూత్రపిండాలమార్పిడి మరియు డయాలసిస్ అత్యవసరం అవుతుంది. కాని, రోగి మరియు వారి కుంటుంబ సభ్యులు దానికి కావలసిన భారీ ఖర్చు భరించలేరు. అందుకే మూత్రపిండాలకు సంబంధజంచిన వ్యాదులలో ఆరంభ దశలోనే చికిత్స మొదలు పెట్టడం ఒకేఒక్క ఉపాయం. ఇదే మూత్రపిండాలను రక్షించేందుకు ఒకే ఒక్క ప్రత్యాన్మాయం.

ప్రస్తుతం ఈ కాలంలో సంభవించగలిగే రోగాలను దృష్టిలో పెట్టుకొని ప్రతి మనిషి మూత్రపిండాల కిడ్నీ వ్యాధులు నుండి దూరంగా ఉండడమే మేలు. ఈ పుస్తకం వ్రాయడం వెనుక ఉన్న ప్రధాన ఉద్ధేశం కూడా ఈ విషయం గురించి అవగాహన కలిగించడమే.

రోగులు మరియు వారి బంధువులు మూత్రపిండాల వ్యాధి పేరు వినంగానే బయభ్రాంతులలో పడుతారు. సామాన్యంగా వారు ఆ సమయంలో మూత్రపిండాల వ్యాధి గురించి వివరాలన్ని తెలుసుకోవాలనుకుంటారు. కానీ, ఇలాంటి పరిస్థితులలో సాధారణంగా వైద్యులు కూడా మూత్రపిండాల వ్యాధి గురించి వివరణాత్మక సమాచారాన్ని ఇవ్వడానికి తగినంత సమయం కేటాయించలేరు. వారు అంత కంటే రోగి చికిత్స పట్ల ఎక్కువ సమయం

కేటాయిస్తారు.

ఈ పుస్తకం డాక్టర్ మరియు రోగుల మధ్య లింక్ లాగా ఏర్పడుతుందని మేము ఆశిస్తున్నాము. ఈ పుస్తకంలో మూత్రపిండాల ప్రధాన వ్యాధులకు సంభందించిన లక్షణాలు, నిర్ధారణ, నివారణ మరియు చికిత్స చేర్చబడింది. అంతే కాకుండా మూత్రపిండాల రోగులు మరియు వారి ఇష్టాలు, అవసరమైన ఆహార పరిమితులు గురించి కూడా పూర్తిగా వివరించబడ్డాయి. కానీ పాఠకులందరికి సలహా ఏమిటంటే ఈ పుస్తకంలో ఇచ్చిన సమాచారం వైద్యులు సలహాలేదా చికిత్సకు ప్రత్యాన్మాయం కాదు. అవి కేవలం ఒక సప్లిమెంట్ మాత్రమే.

మొదటి పుస్తకం గుజరాతీ భాషలో “తమారీ కిడ్నీ బచావో” అనే శీర్షికతో అందుబాటులోఉంది. కానీ ఈ పుస్తకం దేశం నలుమూలల్లో ఉన్న కోట్లాది తెలుగు ప్రజల అందుబాటు కొరకు అనువదింపబడింది. ఈ తెలుగు ఎడిషన్ బయటికి తీసుకురావడానికి డా.యస్. క్రిష్ణణ్ విలువైన సహకారం మాకు అందింది. నేను ఈ మిత్రులందరికి హృదయపూర్వక కృతజ్ఞతలు తెలుపుతున్నాను. వీరే కాకుండా పుస్తకం ప్రచురణలో దోహదం చేసిన అనేక ఇతర వ్యక్తులు సహాకరించారు, వారి కేవలం కృతజ్ఞతలు తెలుపడం ఒక సాంప్రదాయం మాత్రమే.

ఈ పుస్తకం మరింత ఉపయోగకరంగా చేసినందుకు మీ విలువైన సలహాలను ఆహ్వానిస్తున్నాము. మీకు ఈ పుస్తకం ఉపయోగపడుతుందని భావిస్తే మీ స్నేహితులు మరియు బంధువులను కూడా ఈ పుస్తకం గురించి సూచించండి.

డా. సంజయ్ పాండ్య
రాజ్‌కోట్

ఈ పుస్తకం కేవలం ఒక గైడ్ మాత్రమే. వైద్యుల సలహా లేకుండా మందులు వాడడం లేదా మార్పులు తేవడం ప్రాణాంతకం కావొచ్చు.

రచయిత పరిచయం

డా. సంజయ్ పాండ్యా ఎ.పి షాహ్ మెడికల్ కాలేజ్, జామ్నగర్ నుండి 1986లో తన యమ్‌డి మెడిసిన్ డిగ్రీ అందుకున్నారు. ఆ తరువాత 1986 లో డా. పాండ్యా కిడ్నీ ఇన్స్‌టిట్యూట్, అహ్మదాబాద్ నుండి డా. ఎచ్.ఎల్. త్రివేది ఆధీనంలో మూత్రపిండ సంబంధిత సుపర్ – స్పెషాలిటీ పట్టా పుచ్చుకున్నారు.

డా. పాండ్యా గత 18 సంవత్సరాలుగా రాజ్‌కోట్, గుజరాత్‌లో కీర్తి గాంచిన కిడ్నీ స్పెషలిస్ట్ గా తమ సేవలు అందిస్తున్నారు. కిడ్నీ స్పెషలిస్ట్ మాత్రమే కాకుండా ఆయన ఒక మంచి ఉపాధ్యాయుడు మరియు రచయిత కూడా.

ఆయన డాక్టర్ల సహాయంకోసం 'ప్రాక్టికల్ గైడెన్స్ ఆన్ ఫ్లూయిడ్ థెరఫీ,' అని ఒక పుస్తకం వ్రాసినారు. భారత దేశంలో ఈ విషయం పైన రాసిన మొదటి పుస్తకం అయినందుకు ప్రత్యేక గుర్తింపు పొందింది. ఫ్లూయిడ్ థెరఫీ విషయానికి సంబంధించి ఆయన భారతదేశంలోని ప్రసిద్ధి గాంచినమెడికల్ కాలేజిలో ఇచ్చిన ఉపన్యాసాలకు చాలా ఆదరణ మరియు గురింపు అందుకున్నారు.

మూత్రపిండాల వ్యాధుల చికిత్స మరియు నివారణ గురించి జ్ఞానం అందించే మంచి ఉద్దేశంతో ఆయన తన ప్రాంతీయ భాష గుజరాతీలో "తమారు కిడ్నీ బచావో" అనే పుస్తకం వ్రాసినారు. ఈ పుస్తకం కిడ్నీ రోగులు మరియు సామాన్య జనాల నుండి చాలా ప్రశంసలు అందుకుంది మరియు ప్రతిభావం కూడా అందినది.

గుజరాతీ భాషలో అందిన ప్రశంసలు మరియు ఉపయోగాన్ని గుర్తు పెట్టుకొని ఆయన హిందీలో, ఆ తరువాత తెలుగులో "మీ మూత్రపిండము యొక్క రక్షణ" శీర్షికతో ఈ పుస్తకాన్ని ప్రచురించి ఒక ఉదాహరణ స్థాపించారు.

విషయసూచిక

భాగం - 1
కిడ్నీలు (మూత్రపిండములు) గురించి ప్రాథమిక విషయాలు

1.	పరిచయము	1
2.	కిడ్నీ యొక్క నిర్మాణము, అది పని చేసే విదానము	2
3.	కిడ్నీ రోగముల లక్షణములు	8
4.	కిడ్నీ రోగముల ఉపచారము	9
5.	కిడ్నీ రోగములు	15
6.	కిడ్నీ రోగముల గురించి అపోహలు, వాటి యొక్క నిజాలు	22
7.	కిడ్నీని రక్షించుకునే ఉపాయము	27

భాగం - 2
కిడ్నీ యొక్క ముఖ్య రోగములు, వాటి చికిత్స
కిడ్నీ ఫెయిల్యూర్

8.	కిడ్నీ ఫెయిల్యూర్ అంటే ఏమిటి?	35
9.	ఎక్యూట్ కిడ్నీ ఫెయిల్యూర్	37
10.	క్రానిక్ కిడ్నీ ఫెయిల్యూర్, అది రావడానికి కారణాలు	44
11.	క్రానిక్ కిడ్నీ ఫెయిల్యూర్ యొక్క లక్షణాలు, రోగ నిర్ధారణ	47
12.	క్రానిక్ కిడ్నీ యొక్క చికిత్స	52
13.	డయాలసిస్	61
14.	కిడ్నీ మార్పిడి	80

Kidney guide in 10+ Languages
www.KidneyEducation.com

కిడ్నీ యొక్క అన్ని ముఖ్యరోగములు

15. డయాబెటిస్ మరియు కిడ్నీ 96

16. వంశపారంపరముగా సోకే వ్యాధి: పోలిసిస్టిక్ కిడ్నీ వ్యాధి 102

17. ఒకే ఒక కిడ్నీ ఉంటే 107

18. కిడ్నీ మరియు అధిక రక్తపోటు 109

19. మూత్రమార్గం యొక అంటు వ్యాధి 114

20 స్టోన్స్ వ్యాధి 122

21. ప్రోస్టేట్ సమస్య- బి. పి. ఎచ్. 134

22. మందుల కారణంగా కిడ్నీకి ఎదురయ్యే సమస్యలు 142

23 ఎక్యుట్ గ్లోమేరులో నెఫ్రైటిస్ 146

పిల్లలలో కిడ్నీ యొక్క రోగములు

24. నెఫ్రోటిక్ సిండ్రోమ్ 150

25. పిల్లలలో కిడ్నీ మరియు మూత్రమార్గము యొక్క సంక్రమణ 160

26. పిల్లలలో రాత్రి పడక తడపడము 172

మూత్రపిండములు మరియు ఆహారం

27. కిడ్నీ వైఫల్యం రోగి యొక్క 176

28 . వైద్య పదాల వివరణాత్మక వివరణ :ఆహారము 191

ఈ పుస్తకాన్ని ఎలా ఉపయోగించాలి?

పుస్తకంలో రెండు భాగాలున్నాయి.

మొదటి భాగం

ఈ భాగంలో మూత్రపిండాలు మరియు వాటి రోగాల నివారణ గురించి ప్రతి వ్యక్తి చదివి తెలుసుకోవలసిన అవసరమైన వివరాలున్నాయి.

రెండవ భాగం

పాఠకులు చాలా ఉత్సాహం మరియు అవసరం అనుకొని ఈ బాగం చదవాలి.

- మూత్రపిండాలకు సంబంధించిన వివిధ రోగాలు, వాటి లక్షణాలు, వాటిని గుర్తించడం, నివారణ మరియు చికిత్స గురించి వివరాలు.
- మూత్రపిండాలకు హాని కలిగించే రోగాలు (ఉదా. మధుమేహం, అధిక రక్తపోటు, పోలిసిస్టిక్ కిడ్నీ డిసీజ్ లాంటివి) మరియు వాటి నివారణ, అవసరమైన జాగ్రత్తలు మరియు వివరాలు ఇందులో ఉన్నాయి.

Kidney guide in 10+ Languages
www.KidneyEducation.com

మొదటి భాగము

కిడ్నీలు (మూత్రపిండములు) గురించి ప్రాథమిక విషయాలు

- కిడ్నీల నిర్మాణము అవి పనిచేసే విధానం
- కిడ్నీ వ్యాధులు, వాటి లక్షణములు, రోగ నిర్ధారణ
- కిడ్నీ వ్యాధుల గురించి అపోహాలు, వాటి గురించి తెలుసుకోవలసిన నిజాలు
- కిడ్నీలు పరిస్థితి దిగజారకుండా వాటిని సంరక్షించుకునే ఉపాయం