ଇରିଟେବଲ୍ ବାଓ୍ୱେଲ୍ ସିଣ୍ଡ୍ରୋମ୍ (ଆଇ.ବି.ଏସ୍)
IRRITABLE BOWEL SYNDROME (I.B.S.)
ଉତ୍ୟକ୍ତ ଆନ୍ତ୍ରିକ ଲକ୍ଷଣ-ସମୂହ

ପ୍ରଶ୍ନ : ଆଇ.ବି.ଏସ୍. କ'ଣ?

ଉ: **ଆଇ.ବି.ଏସ୍.** ଏକ ପେଟରୋଗ ଅଟେ। କେତେକ ରୋଗ ଲକ୍ଷଣ-ସମୂହକୁ ଇଂରାଜୀରେ ସିଣ୍ଡ୍ରୋମ କୁହନ୍ତି। **ଆଇ.ବି.ଏସ୍.** ହେଲେ ସାଧାରଣତଃ ପେଟ ବଥା ହୁଏ ଏବଂ ଏହା ସାଥିରେ ପେଟ ଦରଜ, କାମୁଡ଼ିବା, ଫୁଲିବା, ପତଳା ଝାଡ଼ା ହୁଏ, କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ମଧ୍ୟ ହୋଇପାରେ। **ଆଇ.ବି.ଏସ୍.** ରେ ବୃହଦାନ୍ତ୍ର ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୁଏ। ଏହା କେବଳ ଏକ Functional ରୋଗ ଅର୍ଥାତ ଏଥିରେ ବୃହଦାନ୍ତ୍ର ଠିକ ଭାବରେ କାମ କରେ ନାହିଁ।

ପ୍ରଶ୍ନ : ଆଇ.ବି.ଏସ୍. କାହିଁକି ହୁଏ?

ଉ: ବର୍ତ୍ତମାନ ସୁଦ୍ଧା ସଠିକ ଭାବେ ଏହି ରୋଗର କାରଣ ଜଣା ନାହିଁ।

ଏହି ରୋଗରେ ଅଧିକ ସଂବେଦନଶୀଳତା ଦେଖାଯାଏ। ବୃହଦନ୍ତ୍ର ଅଧିକ ଜୋରରେ ସଂକୁଚିତ ହେଲେ ପେଟମାରେ ଓ ବାରମ୍ବାର ଝାଡ଼ା ହୋଇପାରେ। ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ସ୍ନାୟୁ ଯୋଗୁ ମଧ୍ୟ ରୋଗୀଙ୍କ ପେଟ ବଥା ହୋଇପାରେ। **ଆଇ.ବି.ଏସ.** ବହୁତ କଷ୍ଟକର ହୋଇପାରେ କିନ୍ତୁ ଏହା ଯୋଗୁ ବୃହଦନ୍ତ୍ରର କୌଣସି କ୍ଷତି ହୁଏନାହିଁ କିମ୍ବା ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଶାରୀରିକ ରୋଗ ହୁଏନାହିଁ। ଏହା ଦୀର୍ଘକାଳ ଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଏହା ଯୋଗୁ କ୍ୟାନସର ଭଳି ରୋଗ ସୃଷ୍ଟି ହେବାର ଆଶଙ୍କା ନଥାଏ।

ପ୍ରଶ୍ନ : ଆଇ.ବି.ଏସ୍.ର ଲକ୍ଷଣ କ'ଣ?

ଉ: ମୁଖ୍ୟ ଲକ୍ଷଣ ହେଲା -

- ପେଟ ବଥା ବା କାମୁଡ଼ିବା (କଷ୍ଟ ଯାହା କି ମଳତ୍ୟାଗ ସମୟରେ ହୋଇପାରେ କିମ୍ବା ମଳ ନିଷ୍କାସନ ପରେ କମିଯାଏ)।
- ଦୀର୍ଘକାଳୀନ (chronic) ଝାଡା, କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ଅଥବା ଏହି ଦୁଇଟି ଲକ୍ଷଣର ମିଶ୍ରଣ ହୋଇପାରିବ - ବେଳେବେଳେ ପତଳା ଓ ବେଳେବେଳେ କଠିନ ଝାଡ଼ା ହେବା।

ଅନ୍ୟ ଲକ୍ଷଣ ହେଲା :

- ଝାଡାରେ ନାଳ ପଡିବା।
- ପେଟ ଫୁଲିବା ଅଥବା ଫାମ୍ପିବା।
- ଝାଡ଼ା ସମୟରେ ଝାଡ଼ା ସଫା ନହେବାର ଅନୁଭୂତି।
- ସ୍ତ୍ରୀ ଲୋକ ମାନଙ୍କର ଋତୁସ୍ରାବ ହେବା ସମୟରେ ଏହି ଲକ୍ଷଣ ସାଧାରଣତଃ ବଢ଼ିଯାଏ।

ପ୍ରଶ୍ନ : ଆଇ.ବି.ଏସ୍.ର ଡାଇଗ୍ନୋସିସ୍ (ରୋଗ ନିର୍ଣ୍ଣୟ) କେମିତି କରାଯାଏ?

ଉ: ଦୀର୍ଘକାଳୀନ ଲକ୍ଷଣ ଯୋଗୁ ଡାକ୍ତର ପ୍ରଥମେ ସନ୍ଦେହ କରନ୍ତି କି **ଆଇ.ବି.ଏସ୍.** ହୋଇଥାଇ ପାରେ। ରୋଗ ନିର୍ଣ୍ଣୟ ପାଇଁ ଥିବା ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ 'ରୋମ୍ ପ୍ରଣାଳୀ' (Rome Criteria) ମଧ୍ୟ ଡାକ୍ତର ବ୍ୟବହାର କରିପାରନ୍ତି। 'ରୋମ୍' ପ୍ରଣାଳୀରେ ରୋଗୀଙ୍କ ଲକ୍ଷଣ ଓ ଏହାର ଅବଧି ଭିତ୍ତିରେ ରୋଗ ନିର୍ଣ୍ଣୟ କରାଯାଏ। । ଏହି ରୋଗ ପାଇଁ କିଛି ପରୀକ୍ଷା ମଧ୍ୟ କରାଯାଏ। ଏହି ପରୀକ୍ଷଣ ଅନ୍ୟ ରୋଗମାନଙ୍କୁ ଚିହ୍ନଟ କରିବା ପାଇଁ କରାଯାଏ। ଶାରୀରିକ ପରୀକ୍ଷା ବ୍ୟତୀତ ସାଧାରଣତଃ ରକ୍ତ ଓ ମଳ ପରୀକ୍ଷା କରାଯାଏ ଏବଂ ସନ୍ଦେହ ନିବାରଣ ପାଇଁ ବେଳେବେଳେ 'କୋଲୋନୋସ୍କୋପି' କରାଯାଏ। ଏହି 'ଏଣ୍ଡୋସ୍କୋପି' ବା 'କୋଲୋନୋସ୍କୋପି' ପରୀକ୍ଷାରେ ପ୍ରଥମେ ରୋଗୀକୁ ଔଷଧ ଦେଇ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବେ ପେଟରୁ ଝାଡ଼ା ସଫା କରାଯାଏ। ପେଟରୁ ମଳ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିଷ୍କାସିତ ହେବା ପରେ, ମଳ ଦ୍ୱାର ବାଟେ ଏକ ସରୁ ନଳୀ ପ୍ରବେଶ କରାଇ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ବୃହଦାନ୍ତ୍ରକୁ ପରିଷ୍କାର ଭାବରେ ଦେଖାଯାଏ। କୋଲୋନୋସ୍କୋପି ସମୟରେ ଆବଶ୍ୟକ ପଡିଲେ ସଂଦିଗ୍ଧ ସ୍ଥାନର କିଛି ମିନିଟ୍ ଭିତରେ ମାଂସ ପରୀକ୍ଷା ମଧ୍ୟ କରାଯାଇପାରେ।

ପ୍ରଶ୍ନ : ଆଇ.ବି.ଏସ୍.ର ଚିକିତ୍ସା କିପରି କରାଯାଏ?

ଉ: **ଆଇ.ବି.ଏସ୍.ର** ଚିକିତ୍ସା ସବୁ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଏକା ନୁହେଁ - ଲକ୍ଷଣ ଅନୁଯାୟୀ ଚିକିତ୍ସା ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଯାଇଥାଏ। ଝାଡା କଠିନ ହେଲେ ସଫା ହେବା ପାଇଁ ଇସବଗୋଲ ଭଳି ଔଷଧ ବ୍ୟବହାର କରିବାକୁ ପଡେ ଏବଂ ଝାଡ଼ା ପତଳା ହେଲେ ଝାଡ଼ା କଠିନ ହେବା ପାଇଁ ଅଲଗା ଔଷଧ ଦିଆଯାଇଥାଏ। ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଯେହେତୁ ଏହି ରୋଗୀମାନେ ପ୍ରାୟ ମାନସିକ କଷ୍ଟରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ଥାନ୍ତି, ସେଥିପାଇଁ ମାନସିକ ଯନ୍ତ୍ରଣା ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ଚିକିତ୍ସା ଦରକାର ହୋଇଥାଏ। ଏହା ଏକ ଦୀର୍ଘକାଳୀନ ସମସ୍ୟା ଥିବାରୁ - ଏହି ରୋଗୀର ରୋଗ ବିଷୟରେ ବୁଝିବା ଦରକାର। ଅନେକ ରୋଗୀଙ୍କୁ ରୋଗ ବିଷୟରେ ବୁଝାଇବା ପରେ ତାଙ୍କ କଷ୍ଟ ବିନା ଔଷଧରେ ମଧ୍ୟ ବହୁ ପରିମାଣରେ କମିଯାଏ। ତା'ଛଡା ଏହି ରୋଗୀମାନେ ନିତ୍ୟ ବ୍ୟାୟାମ ଓ ଯୋଗ କଲେ ମଧ୍ୟ ତାଙ୍କ କଷ୍ଟ କିଛି କମିଯାଏ। ଶେଷରେ ଯେଉଁ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇଲେ ତାଙ୍କର କଷ୍ଟ ବଢ଼ିଯାଏ, ତାଙ୍କୁ ସେ ଖାଦ୍ୟରୁ ନିବୃତ ରହିବା ଉଚିତ୍।

ବିଶ୍ୱ ପାକ-ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଦିବସ ଉପଲକ୍ଷେ ଆଇ.ବି.ଏସ୍. ରୋଗୀଙ୍କର ପାଇଁ କଳିଙ୍ଗ ଗ୍ୟାଷ୍ଟ୍ରୋଏଣ୍ଟରଲଜି ପ୍ରତିଷ୍ଠାନ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରକାଶିତ।