# ગાઉટ

**ગાઉટ નો દુઃખાવો મટાડવા માટે કઇ દવાઓ વપરાય છે?**

- NSAIDS પ્રકાર ની દવાઓ જેવી કે ડાઇક્લોફેનાક, નેપ્રોક્સેન, ઇન્ડોમેથાસિન, ઇટોરીકોક્સીબ – ગાઉટ ના અસહ્ય દુઃખાવા વખતે વાપરવામાં આવે છે.
- જે દદીઁઓની કીડની ખરાબ હોય છે તેમને સાંધામાં સ્ટીરોઇડ ઇન્જેક્સન અથવા ૫-૧૦ દિવસ નો સ્ટીરોઇડ ગોળીનો કોર્સ આપી શકાય છે.
- ગાઉટ ના દુઃખાવાનો "એટેક" આવતો રોક્વા માટે કોલચીસીન નામની દવા આપવામાં આવે છે

**ગાઉટ કોને થઇ શકે છે?**

- ગાઉટ સામાન્ય રીતે પુરૂષોમાં જ 30 વર્ષની ઉમર પછી થાય છે. સ્ત્રીઓમાં ગાઉટ ભાગ્યે જ થાય છે. સ્ત્રીઓમાં ગાઉટ મેનોપોઝ પછીજ થાય છે.

**ગાઉટ શું કામ થાય છે?**

- દદીઁ ના શરીરમાં યુરીક એસીડની માત્રા સામાન્ય રીતે 6.5 mg/ dl થી વધે છે ત્યારે આ યુરીક એસીડના કણ સાંધામાં જમા થાય છે. સાંધામાં યુરીક એસીડ જમા થવાથી ગાઉટ નો "એટેક" આવે છે.

**શરીરમા યુરીક એસીડની માત્રા શું કામ વધે છે?**

- દરેક નોર્મલ માણસના શરીરમાં યુરીક એસીડ બને છે. દદીઁ ના શરીરના બંધારણમાં ખામી હોવાના કારણે યુરીક એસીડ વધારે બને છે અથવા કીડનીમાંથી તેની નિકાસ ઘટે છે. મોટા ભાગના દદીઁ મા કીડનીમાંથી યુરીક એસીડની નિકાસ ઓછી થવાના કારણે યુરીક એસીડ વધે છે.

**ગાઉટ નુ નિદાન કઇ રીતે થાય છે?**

- ગાઉટનું સચોટ નિદાન સાંધાના પ્રવાહીમાં યુરીક એસીડ દેખાય ત્યારે જ થાય છે. જ્યારે સાંધામાંથી પ્રવાહી ખેંચવુ શક્ય નથી ત્યારે લાક્ષણીક ચિન્હો પર થી ગાઉટનું નિદાન કરી શકાય છે.
- લોહીની તપાસમાં યુરીક એસીડની માત્રા વધારે હોવા છતાં લાક્ષણીક ચિન્હો ન ધરાવતા દદીઁમાં ગાઉટનુ નિદાન કરી શકાતું નથી.

**ગાઉટનું નિદાન થયા પછી કઇ તપાસ કરવામાં આવે છે?**

- ગાઉટનું નિદાન થયા લોહીમાં યુરીક એસીડની માત્રા, 24 કલાકમાં પેશાબમાં જતી યુરીક એસીડની માત્રા તપાસવામાં આવે છે. લોહીના કણો, કીડની, લિવરની તપાસ દવા શરૂ કરતા પહેલા કરવામાં આવે છે. ડાયાબીટીસ / કોલેસ્ટેરોલ/ બીપી ની તપાસ દરેક દદીઁ માં કરવી જરૂરી છે.

**ગાઉટ ની સારવાર કઇ રીતે કરવામાં આવે છે?**

ગાઉટ ની સારવાર બે તબક્કે થાય છે.

- સાંધામાં થતો અસહ્ય દુઃખાવો મટાડવો.
- સાંધાનો દુઃખાવો ફરીથી ન થાય તે રીતે બિમારી કાબુમાં રાખવી.

**ગાઉટનો દુઃખાવો ફરી ન થાય અને બિમારી કાબૂમાં રહે તે માટે કઇ દવાઓ વાપરવામાં આવે છે?**

- બિમારીને કાબૂમાં રાખવા માટે યુરીક એસીડ ૬.૫ mg/dl થી નીચે રાખવું જરૂરી છે.
- Urate lowering drugs – એલોપ્યુરીનોલ, ફેબ્યુક્સોસ્ટેટ આ પ્રકાર ની દવાઓ છે. આ દવાઓ

RHEUMATOLOGY ASSOCIATION GUJARAT

ગાઉટનો દુખાવો કાબૂમાં આવ્યા પછી ચાલુ કરવામાં આવે છે.સામાન્ય રીતેએલોપ્યુરીનોલ પહેલા વાપરવામાં આવે છે. જે દદીઁઓની કીડની ખરાબ હોય છે તેમાં ફેબ્યુક્સોસ્ટેટ પહેલા વાપરી શકાય છે. બન્ને દવા એકસરખી અસરકારક છે.

**શું દરેક દદીઁઓને Urate lowering drugs – એલોપ્યુરીનોલ, ફેબ્યુક્સોસ્ટેટ પ્રકાર ની દવાઓ જરૂરી છે?**

- ના. ગાઉટના ઘણા દદીઁઓ પરેજી રાખી કોલચીસીન દવાથી વર્ષોં સુધી દુઃખાવા વિના રહી શકે છે.

**ગાઉટ ની દવા ક્યા સુધી લેવી જોઇએ?**

- ગાઉટની દવા આજીવન ચાલુ રાખવી પડે છે.

**ગાઉટના દદીઓએ ખોરાકમા શુ પરેજી પાળવી જરૂરી છે?**

- શાકાહારી દદીઁઓએ ખોરાકમાં કોઇ પરેજી પાળવી જરૂરી નથી. શાકાહારી દદીઁઓએ નિયત માત્રામાં કઠોળ પણ ખાઇ શકે છે. નોન વેજીટેરીયન દદીઁઓ નાની માત્રામાં ફીશ, ચીકન ખાઇ શકે છે.
- દરેક દદીઁએ તળેલો, ફેટ ધરાવતો ખોરાક ટાળવો જોઇએ.
- દારૂ નુ સેવન ગાઉટ માટે હાનિકારક છે.

RHEUMATOLOGY ASSOCIATION GUJARAT