

कोरोनाला पराभूत करण्यासाठी कोरोनाला जाणून घ्या

Dr. Jyotsna Zope, M.D., D.N.B. (Nephrology)
Mukta Kidney & Dialysis Clinic, Mumbai

Dr. Sanjeev Gulati, MBBS, MD, DNB, DM (Pediatrics, Nephrology)
Director, Nephrology and Kidney Transplant, Fortis Group of Hospitals, Delhi

परिचय: कोरोना व्हायरस म्हणजे काय?

कोरोना व्हायरस (CoV), हा नव्याने उदयोन्मुख विषाणूपैकी एक आहे. व्हायरस हा एक बायो पार्टिकल म्हणजे जैविक कण आहे. व्हायरस हे सहसा प्राण्यांतून माणसांत येतात. व्हायरस हे मुख्यत्वे होस्ट स्पेसिफिक असतात. हे व्हायरस पूर्वी सामान्य सर्दीपासून ते गंभीर अश्या मिडल ईस्ट रेस्पायरेटरी सिंड्रोम (MERS - CoV) व सिव्हीयर एक्यूट रेस्पायरेटरी सिंड्रोम (SARS - CoV) सारख्या गंभीर आजारांपणास कारणीभूत होते. SARS हा रोग खवल्या मांजरातील व्हायरस मध्ये जेनेटिक बदल होवून तो माणसांत आला तसेच MERS हा ड्रोमेटरी उंटांमधून माणसामधे संक्रमित झाला.

कोविड-19 ही एक कोरोना व्हायरस ची प्रजाती आहे, जी पहिल्यांदा 2019 मध्ये सापडली, ज्यांची पूर्वी मानवांमध्ये संक्रमित झाल्याची नोंद नव्हती, या CoV व्हायरस चे शोधानंतर अनेक वेळा नाव बदलले गेले. सर्वप्रथम 2019 च्या उत्तरार्धात वुहान चीन मध्ये ह्या B-कोरोना व्हायरस ची सर्वप्रथम नव्याने ओळख झाली. 12 जानेवारी 2020 रोजी, जागतिक आरोग्य संघटनेने (WHO) त्याचे नाव बदलून 2019 नोव्हेल कोरोना व्हायरस (2019-nCoV) आणि 11 फेब्रुवारी 2020 रोजी पुन्हा अधिकृतपणे कोरोना व्हायरस रोग 2019 (COVID-19) म्हणून प्रस्तुत केले. त्याच दिवशी, डब्ल्यू.एच.ओ. च्या विषाणूंच्या वर्गीकरण

विषयक आंतरराष्ट्रीय समितीच्या कोरोनाव्हायरस स्टडी ग्रुपने या विषाणूसाठी सार्स-कोव्ह-2 हे नाव प्रस्तावित केले.

WHO ने ह्या होण्याचे आजाराला सर्वत्र साथीचा रोग म्हणजे महामारी असल्याचे जाहीर केले आहे. आणि ह्यापासून होणाऱ्या संक्रमित रूग्णांची संख्या रोज वर चे वर वाढत आहे.

कोविड-19 हा एसएआरएस (SARS) व एमईआरएस (MERS) पेक्षा अधिक संसर्गजन्य असल्याचे दिसून येते. हा रोग हवेतून परसत नाही. छिंक कीवा खोकल्याच्या तुषारांतून पसरतो. किंवा हे संक्रमण एका माणसाकडून दुसऱ्या व्यक्तीपर्यंत एकमेकाशी थेट संपर्काद्वारे पसरते. एकदा जर हे संक्रमण झाले तर ह्याचा उष्मायन कालावधी 2 दिवस ते 2 आठवडे (सामान्यतः 3 ते 7 दिवस) पर्यंत असतो.

विषाणूबदलचे थोडेसे ज्ञात तथ्ये:

- विषाणू हा सजीन जीव नाही, तर चरबीच्या संरक्षक थराने झाकलेला एक प्रोटीन युक्त (RNA) कण असतो, जो, डोळे, नाक किंवा तोंडामधील पेशींद्वारे शोषला जातो, पेशीमध्ये प्रवेश केल्यानंतर ह्याच्या अनुवांशिक कोड मध्ये उत्परिवर्तन होते आणि त्याचे आक्रमक आणि गुणक पेशीमध्ये रूपांतर होते.
- विषाणू हा जीवंत प्राणी नसून प्रोटीन रेणू असल्याने तो मारला जात नाही, तर तो कातांतराने स्वतःच कमजोर होतो. तो कीती कालावधी मध्ये आपल्या आप कमजोर होइल हे तापमान, आद्रता आणि ज्या सामग्री वर तो कण पडून आहे त्यावर अवलंबून असते.

- हा व्हायरस खूप नाजूक आहे, तो फक्त एका पातळश्या चरबीच्या बाह्य थरामध्ये लपेटलेला असतो. तेच त्याचे सुरक्षा कवच असते. म्हणूनच कोणत्याही साबण किंवा डिटर्जंट ने भरपूर फेस येई पर्यन्त हात चोळून धुतल्यास हा चरबीचा थर विरघळून, ह्या व्हायरस मधील प्रोटीन रेणू स्वतःहून विखुरतो आणि तुटून क्षतीग्रस्त होतो.
- उष्णतेमुळे चरबी वितळते, म्हणूनच हात, कपडे व इतर सर्व काही धुण्यासाठी 25 डिग्री सेल्सिअसपेक्षा अधिक तापमानाच्या पाण्याचा वापर करणे अधिक उत्तम बनते. याव्यतिरिक्त, गरम पाणीमध्ये अधिक फोम बनतो व तो यावेळेस अधिक उपयुक्त ठरतो.
- अल्कोहोल किंवा 60% पेक्षा जास्त अल्कोहोल असलेले कोणतेही मिश्रण हे चरबी कमी करते, विशेषतः विषाणूचा बाह्य चरबी थर.
- कोणतेही 1 भाग ब्लीच आणि 5 भाग पाण्याचे मिश्रण हे ह्या व्हायरस मधील प्रार्थने विरघळवण्यास व त्या कणाला तोडण्यास मदत करते.
- ऑक्सिजनयुक्त पाणी हे साबण, अल्कोहोल आणि क्लोरीन पेक्षा अधिक काळ मदत करते कारण पेरॉक्सिड हे व्हायरस मधील प्रोटीन विरघळवते. परंतु आपल्याला ते शुद्ध वापरावे लागते आणि त्यामुळे आपल्या त्वचेला दुखापत होवू शकते.
- कूठलेही बेक्टेरिआ हे ह्या कामाचे नाही, कारण हा विषाणू हा जीवाणुसारखा सजीव जीव नाही, ते जिवंत नाही म्हणून त्यांना मारू शकत नाही, परंतु वरील सांगितलेल्या गोष्टी चा प्रयोग करून त्याच्या संरचनेचे द्रुतगतीने विभाजन करणे हाच एक उपाय आहे.

- बाह्य सर्दी किंवा घरे व कारमधील वातानुकूलन किंवा ओलावा आणि विशेषतः अंधारात हा व्हायरस व्यवस्थित रहातो. म्हणून, डीह्यूमीडिफायर, कोरडे, उबदार आणि चमकदार वातावरण ह्या व्हायरसला लवकर निकृष्ट करण्यात मदत करेल.
- अतिनील प्रकाश (UV Light) हा व्हायरस चे प्रोटीन तोडण्यास मदतगार सिद्ध झाले आहे. म्हणून मास्क UV light मध्ये निर्जंतुक करून पुन्हा वापरणे योग्य आहे. पण जर ह्याच UV Light चा वापर त्वचेवर केला तर ते त्वचेतील प्रथिने देखील खंडित करते. त्यामुळे UV Light च्या अतिवापरने त्वचेला सुरकुत्या व त्वचेचा कर्करोग होवू शकतो.
- व्हायरसचा निरोगी त्वचेत शीरकाव होवू शकत नाही.
- व्हिनेगर (Vinegar) हे व्हायरस चे चरबीयुक्त संरक्षक थर तोडण्यास मदत करत नाही.
- स्पिरिट किंवा वोडका सुध्दा व्हायरसचे चरबीयुक्त संरक्षक थर तोडण्यात मदतगार होवू शकत नाही. वोडका मध्ये फक्त 40% अल्कोहोल चे प्रमाण असते परन्तु आपल्याला व्हायरसचे संरक्षक थर तोडण्यासाठी 60% अल्कोहोल ची आवश्यकता असते.
- कमीतकमी 60% अल्कोहोल असलेले हँड सॅनिटायझर्स वापरावे.
- जितकी जास्त जागा मर्यादित असेल तितक्या जास्त प्रमाणात तेथे विषाणूचे प्रमाण असू शकते.
- जितकी मुक्त व नैसर्गिक हवेशीर जागा असेल तितके विषाणूचे प्रमाण कमी असण्याची शक्यता असते.

कोरोना व्हायरस आणि मूत्रपिंडाचे नुकसान:

SARS आणि MERS महामारीच्या वेळे मूत्रपिंडाला इजा पोहोचून अनेक जीवितहानी झाल्याची उदाहरणे आहेत. ज्या रोग्यांचा मूत्रपिंडाला इजा झाली त्याच्यात मृत्यूसंख्येचे प्रमाण अधिक असल्याचे निर्दर्शनास आले. त्यामुळे तसेच काही COVID-19 रोगामधे सुद्धा होण्याची संभावना लक्षात घेवून, जास्त सतर्क राहण्याची गरज भासत आहे.

चीन व दक्षिण कोरियाच्या अनुभवातून असे दिसून आले आहे की, COVID-19 ह्या संसर्गामधे 30-60% रुग्णांच्या मुच्यामधे प्रथिनांचे प्रमाण वाढते आणि 15-20% रुग्णां मधे एक्युट किडनी इन्जुरी (Acute Kidney Injury - AKI) चे प्रमाण आठळून आले आहे. निर्जलीकरण (Dehydration) सेप्सिस (Sepsis) आणि वेदना कींवा ताप कमी करणाऱ्या औषधांचा अंदाधुंद वापर हे या AKI होण्यासाठी कारणी भूत होवू शकतात. जेव्हा COVID-19 रोगाची तीव्रता अति वाढते त्यावेळी शरीराचे वेगवेगळे अवयव एकानंतर दुसरा असे नकामी होत जातात, त्यांमधे मूत्रपिंडाचा सुध्दा समावेश होतो अशावेळीस ह्या रुग्णांना डायलिसिसच्या स्वरूपात उपचार सहसा सहाय्यक असतात आणि जर रुग्णाची सामान्य स्थिती सुधारली तर या रुग्णांच्या मूत्रपिंडाची कार्ये पूर्ववत होवू शकतात. ह्या रुग्णांपैकी किती जणांची मूत्रपिंड पूर्ववत कार्य करण्यास असंभ राहतील व किती रुग्ण सीकेडी (CKD) नावाच्या तीव्र अपरिवर्तनीय मूत्रपिंडाच्या नुकसानीचा सामना करतील हे पाहणे बाकी आहे.

मूत्रपिंडचे रोगी आणि कोरोनाव्हायरस संसर्ग होण्याची संभावना:

मूत्रपिंडाचा रोग हा एक गैर संसर्गजन्य रोग आहे आणि सध्या यामुळे जगभरात सुमारे 850 दहालक्ष लोक प्रभावित आहेत. दहापैकी एका प्रोढ व्यक्ती क्रोनिक किडणी रोग (CKD) होतो. तथापि सर्वात मोठी चिंता ही आहे की सीकेडी आजार

असलेल्या रुग्णांना कोरोनाव्हायरसने संक्रमित होण्याची आणि मूत्रपिंडाच्या नुकसानाची तीव्रता वाढण्याची शक्यता जास्त असते. ह्याला कारणीभूत त्यांच्यातील कमजोर प्रतिकारशक्ती असते. हे मूत्रपिंड प्रत्यारोपणाच्या रुग्णांना देखील लागू होते. कारण मूत्रपिंड प्रत्यारोपण झालेल्या रुग्णांमध्ये इम्युनोसप्रेसन गटाच्या औषधीचा उपयोग केला जातो. ज्याने त्यांची प्रतिकारशक्ती थोड्याफार प्रमाणात कमी होते. इम्युनोसप्रेसन औषधी हे इतर काही मूत्रपिंडाच्या रोगांमध्ये उदा. नेफ्रोटिक सिंड्रोम (Nephrotic Syndrome) कींवा एस.एल.ई (SLE) ने बाधित रोगांमध्ये देखील वापरली जातात. जरी काही अनुमान काढणे धाईचे ठरेल व काही ठोकताळे अजून उपलब्ध नसले तरी इन्फ्लूएन्झा साथीच्या आजाराच्या अनुभवावरून असे दिसून येते की वरील नमूद केलेल्या रुग्णांना कोरोना संक्रमणाचा अधिक गंभीर आजार होण्याची शक्यता आहे.

खालील प्रमाणे मूत्रपिंडाचे रुग्णांनी स्वतःचे रक्षण करण्यासाठी आणि कोविड संसर्ग होण्याचा धोका कमी करण्यासाठी खालील 10 आज्ञा पाळल्या पाहिजेत.

1. आपले हात वारंवार धुवा किंवा अल्कोहोल आधारित सॅनिटायझरचा वापर करा. स्वतःचे संरक्षण करण्यासाठी ही सर्वात महत्त्वाची पायरी आहे कारण कोविड बहुतेक वेळा मोठ्या थेंबाद्वारे पसरते.
2. धूम्रपान करणे थांबवा आणि अल्कोहोलचे सेवन टाळा, कारण यामुळे तुमची रोगप्रतिकारक शक्ती कमकुवत होते आणि त्यामुळे संसर्ग होण्याची शक्यता वाढते.
3. रक्त शर्करा (Diabetes) नियंत्रणामध्ये ठेवा. जर हे नियंत्रणाबाहेर असेल तर त्याने रुग्णांची प्रतिकार शक्ती कमी होते व त्यामुळे कोविड सारखा संसर्गजन्य रोग सहजपणे लागू शकतो.

4. सामाजिक स्तरावर लोकांना भेटणे टाळा आणि आवश्यक असल्यास त्यांना भेटा पण त्याचा कालावधी अल्पसा ठेवा व दोन व्यक्तींमधील किमान 3 फूटाचे अंतर ठेवा.
5. स्वतःला शारीरिकरित्या सक्रिय ठेवा. घरी किंवा खुल्या मैदानात गर्दी पासून दूर नियमित व्यायाम करा. व्यायाम केल्याने आपल्या रोगप्रतिकारक शक्तीला चालना मिळते. श्वासोस्वाशाचे व्यायाम किंवा योगाभ्यास नियमितपणे करा त्यामुळे फुफ्फुसातील प्रतिकार शक्ती वाढते.
6. आपल्या नेफरोलॉजिस्ट आणि आहार तज्ज्ञाशी सल्लामसलत करून अँटीऑक्सिडंट्स समृद्ध असलेले स्वस्थ आहार घ्या. दही, आले, हळद, पताकोबी यासारख्या प्रोबियोटिक्स आणि अँटीऑक्सिडंट्ससह समृद्ध असलेले नैसर्गिक पदार्थांचे सेवन करावे.
7. भरपूर पाणी प्या, शक्य असल्यास कोमट पाण्याचा वापर करा. आपण जर पाणी पीत राहिलोत तर हा विषाणू गीळून आपल्या पोटात जाईल आणि आपल्या फुफ्फुसात जाण्यापासून रोख लावू शकतो. मानवी पोटात एसिडिक पीएच (pH) असल्याने ते बॅक्टेरिया आणि व्हायरस याचा नायनाट करण्यास मदत होते.
8. आपल्याला न्यूमोकोकल संसर्गावर लस देण्यात आल्याची खात्री करा. कारण यामुळे दुय्यम संसर्गाची शक्यता कमी होते.
9. कोरोनाव्हायरसच्या भीतीने डायलिसिसला जाणे टाळू नका. रुग्णालयात सल्लामसलत करण्यासाठी किंवा डायलिसिस युनिटमध्ये जाणे आगोदर कृपया डोळ्याच्या सुरक्षात्मक चष्मासह मुखवटे (Mask) घाला. प्रत्येकवेळा प्रत्येकास मास्क घालण्याची गरज नसते हॉस्पिटलला जागा

टाळण्यासाठी आपण आपल्या डॉक्टरांना दुरध्वनीवरून सल्लामसलत करण्याच्या सुविधांबद्दल विचारपूस करा.

10. या साथीच्या रोगा दरम्यान आपल्या औषधांचा अतिरिक्त राखीव पुरवठा ठेवा. जर समान ब्रँड ची औषध उपलब्ध नसतील तरी पूर्णपणे औषधोपचार थांबविण्याऐवजी कुठल्याही सर्वसामान्य ब्रँडचा वापर करणे. आशा आहे की आपण सर्वजण या सावधागिरीचे अनुसरण करित आहात आणि सुरक्षित आणि निरोगी आहात.

रुग्ण आणि त्याच्या कुटुंबीयांनी कोणती विशेष खबरदारी घ्यावी?

आमच्या सल्यानुसार कोरोनाव्हायरसचा प्रसार रोखण्यासाठी किंवा त्यांची लागण लागण्यात उशीर करण्यासाठी रुग्णांनी आणि त्याच्या जवळच्या कुटुंबातील सदस्यांनी पुढील खबरदारी घ्यावी आणि त्याचा संपर्क होण्याचा वैयक्तिक धोका मर्यादित करावा.

- **आपले हात वारंवार धुवा**

- ✓ विशेषतः वॉशरूमचा वापर केल्यानंतर, नाक शिंकल्यानंतर, खोकला किंवा शिंका आल्यानंतर किंवा सार्वजनिक ठिकाणी गेल्यानंतर आपले हात नियमितपणे साबण व पाण्याने कमीत कमी २० सेकंद धुवा.
- ✓ जर साबण आणि पाणी उपलब्ध नसेल तर ६०% अल्कोहोल असलेल्या हँड सॅनिटायझरचा वापर करा.
- ✓ व्हायरस हा लाळ आणि मलसह शारीरिक द्रव्यां द्वारा स्थानांतरित केला जाऊ शकतो. आपले हात साबणाने आणि पाण्याने धुण्यामुळे किंवा

अल्कोहोलयुक्त हॅंड सॅनिटायझरचा वापर केल्याने आपण आपल्या हातावर असलेले विषाणू नष्ट करू शकतो.

• **डोळे, नाक आणि तोंडाला स्पर्श करणे टाळा**

- ✓ कारण, आपले हात बऱ्याच पृष्ठभागास स्पर्श करतात. त्या मार्फत आपण व्हायरस उचलू शकतो. एकदा विषाणूनी दुशीत झालेल्या हातांनी जर डोळे, नाक किंवा तोंडाला हात लावला तर तिथे विषाणूंचे संक्रमण होवू शकते व तिथून व्हायरस आपल्या शरीरात प्रवेश करू शकतो आणि आपल्याला आजारी बनवू शकतो. जर शक्य असेल तर अशा सर्व क्रियाकलापांसाठी उजवा हात वापरणाऱ्या लोकांनी नाक, डोळे किंवा चेहेऱ्याला हात लावण्यासाठी डाव्या हाताचा वापर केला पाहिजे.

• **नेहमी दुसऱ्याच्या बरोबर अंतर ठेवून राहणे**

- ✓ जी पण व्यक्ती खोकत किंवा शिंकत असेल त्या व्यक्ती पासून कमीतकमी 3 फूट अंतर ठेवा.
- ✓ कारण, जी व्यक्ती खोलत किंवा छींकत असते त्याच्या नाकातून किंवा तोंडातून द्रव्याचे थेंब फवासले जातात ज्यामध्ये व्हायरस असू शकतात. व आपण जर त्या व्यक्तीच्या खूप जवळ असलो तर ते विषाणूयुक्त द्रव्याचे थेंब आपल्या श्वासाबरोबर आत घेऊन, त्यामुळे जर अश्या व्यक्तीला COVID-19 चा आजार असेल तर त्याचे संक्रमण आपल्याला होवू शकते.
- ✓ कधीही वापरलेले किंवा न वापरलेले कपडे, चादरी किंवा कापड झटकून नका. व्हायरस हा कपड्यांच्या सच्छिद्र पृष्ठभागावर चिकटलेले असतात, ते एक जडकणासारखे असतात जे कालांतराने विघटीत होतात. ते केवळ

3 तास कापडावर, ४ तास तांब्यावर आणि लाकडावर (तांबे हे नैसर्गिकरित्या पूतिनाशक असते आणि लाकूड हे त्या विषाणूमधील सर्व बाष्प शोशून धेवून त्याला विघटीत करतो) तर 24 तास पुढ्यावर, 42 तास धातूवर आणि 72 तास प्लास्टिक वर राहू शकतात. पण जर तुम्ही ह्या वस्तू झटकल्या तर हे विषाणू जवळ जवळ 3 तासांपर्यंत हवेत तरंगू शकतात आणि आपल्या नाकात शिरकाव करू शकतात.

• **श्वसन प्रक्रियेच्या स्वच्छतेचा सराव करा**

- ✓ नेहमी खात्री करा की तुम्ही आणि तुमच्या सभोवतालचे लोक श्वसनाच्या स्वच्छतेचे अनुसरण करतात. याचा अर्थ असा की जेव्हा आपण खोकलतो किंवा शिंकतो तेव्हा आपले तोंड आणि नाक आपल्या वाकलेल्या कोपरात किंवा हातरुमालाने झाकून टाका आणी मग वापरलेला हालरुमालाचीत्वरित विल्हेवाट लावा.
- ✓ कारण, खोकल्याने किंवा शिंकल्याने जे थेंब फवारले जातात त्या मधुन विषाणूंचा प्रसार होवू शकतो. श्वसनाच्या चांगल्या स्वच्छतेचे पालन करून आपण आपल्या आसपासच्या लोकांना सर्दी, फ्लू आणि कोविड-19 सारख्या विषाणूंपासून वाचवतो.

• **आपले घर स्वच्छ व निर्जंतुक ठेवा**

- ✓ वारंवार स्पर्श केले जाणाऱ्या पृष्ठभागाची नियमितपणे स्प्रे किंवा कापडाने पुसण्याद्वारे साफसफाई करण्याचा सराव करा. (उदाहरणार्थ: टेबल, डोअरनोब, लाइट स्विचेस, हँडल्स, डेस्क, टॉयलेट्स, सिंक आणि सेल फोन) कारण, वर्तमान पुरावा सूचित करतो कि नोव्हेल कोरोना व्हायरस विविध प्रकारच्या पृष्ठभागावर तासनतास किंवा काही दिवस व्यवहार्य राहू शकतो. घरात व समुदाया मध्ये COVID-19 व इतर श्वसनाच्या

आजारापासून बचाव करण्यासाठी स्वच्छता आणि निर्जंतुकीकरण हाच एक सर्वोत्तम उपाय आहे.

- शक्य तितकी गर्दी, जल पर्यटन आणि कोणत्याही आवश्यक नसलेला हवाई प्रवास टाळा.
 - ✓ गर्दीच्या ठिकाणी कींवा कमी वातानुकूलन असणाऱ्या जागी कींवा स्वच्छ हवेचा प्रादुर्भाव असणाऱ्या ठिकाणी जर कोणी आजारी लोक असतील तर अशा परिस्थितीत कोविड-19 सारख्या विषाणूचा संसर्ग होणाऱ्या धोका संभवतो.
- कोविड-19 सारख्या उद्रेक दरम्यान, संक्रमणाचा धोका कमीत कमी करण्यासाठी शक्य तितके घरी रहा. आपली औषधे थांबवू नका. आपल्या कडे असलेल्या काही औषधाचा व्हायरस संसर्गावर कायदेशीर परिणाम होऊ शकतो.
- औषधाचा अतिरिक्त पुरवठा करा, जेणेकरून कमतरतेमुळे औषधोपचार खंडित करण्याची वेळ येवू नये.

आपण आपल्या नियमित वैद्यकीय सल्ला घेणे चालू ठेवला पाहिजे काय?

होय, कारण आपल्या औषधांमध्ये मुख्यतः रोग प्रतिकारक शक्तीचे आणि इम्युनोसप्रेसिव्ह औषधाचे डोस वाराफरती तपासून जरूरी प्रमाणे कमी जास्त करण्याची गरज असते. त्यामुळे आपण आपल्या उपचार करणाऱ्या टीमशी संपर्कात राहाणे आवश्यक आहे. तथापि, आम्ही सुचवितो की, रुग्णाऱ्याची भेट घेणे टाळा. त्या एवजी आपल्या नेफ्रॉलॉजिस्ट बरोबर दूरध्वनीवर सल्लामसवरा

करता येईलका ते बघा. रुग्णालयात जायची वेळ आल्यास आपण रुग्णालयाच्या प्रतीक्षाल्या मध्ये कमीत कमी वेळ बसा व रुग्णालयात कमीतकमी वेळ घालवा.

कोणती औषध टाळण गरजेच आहे?

होय, काही प्राथमिक माहितीनुसार, जी रुग्ण एन एस ए आय डी (NSAIDS) प्रकारच्या औषधाचा वापर करतात त्यांच्यामध्ये कोविड रोगाचा संसर्ग झाल्यास तीव्र प्रकारचा रोग होऊ शकतो. म्हणून फ्लूसारखी लक्षणे आढळल्यास त्यांना पेरासीटामोल घेण्याचा सल्ला दिला जातो.

ACEI कींवा ARBS गटातील औषधी जी लघवीतील प्रोटीन कमी करणे व उच्च रक्तदाबाला नियमित करण्या साठी वापरली जातात. काही तज्ज्ञानुसार ह्या गटातील औषधे बंद केली पाहिजेत पण याला पुर्ती देण्यासाठी पुरेसे पुरावे अजून उपलब्ध नाहीये. म्हणून आम्ही ACEI कींवा ARBS प्रकारची औषध चालूच ठेवण्याचा सल्ला देतो याला युरोपियन सोसायटी ऑफ कारडीओलॉजी ने सुद्धा पुष्टी देवून असे म्हणले आहे की ACEI/ARBS औषधी व COVID-19 संबंधित मृत्यूचा कोणताही पुरावा अदाप निदर्शनास आलेला नाही. कारण ह्या औषधीच्या अँटी प्रोटीनुरोक प्रभाव आणि रक्तदाब नियंत्रणाचा फायदा दिसून येणाऱ्या जोखमीपेक्षा जास्त आहे.

डायलिसिसवरील रुग्णाच्या कुटुंबाच्या सदस्यासाठी आणि काळजी वाहकासाठीची रणनीती:

- 1) डायलिसिसच्या रुग्णासमवेत राहणाऱ्या सर्व कुटुंबातील सदस्यांनी कौटुंबिक संक्रमणास प्रतिबंध करण्यासाठी देण्यात आलेल्या सर्व खबरदारी आणि नियमाचे पालन केले पाहिजे. ज्यात शरीराचे तापमानचे मोजमाप करणे, चांगली वैयक्तिक स्वच्छता राखणे, वारंवार हात साबणाने धुणे आणि संभाव्य आजारी लोकांचा त्वरित अहवाल देणे. ह्याचा समावेश आहे .

- 2) डायलिसिसवरील रुग्ण ज्याच्या कुटुंबातील सदस्य किंवा काळजी वाहू व्यक्ती अलग ठेवण्याच्या (Basic quarantine) आधीन असतील तरी असा रुग्णांना १४ दिवसांच्या quarantine च्या कालावधीत नेहमीप्रमाणे डायलिसिस घेऊ शकतो.
- 3) जर एखाद्या डायलिसिस वरील रुग्णाच्या कुटुंबातील सदस्य किंवा काळजीवाहक ह्यांना COVID- 19 ने संक्रमण झाले तर अश्या रुग्णांची ओळख केली जावी व त्यावर उपरोक्त परिस्थितीनुसार उपचार केले जावे.

सारांश:

कोरोना संसर्गामधे मूत्रपिंडाच्या लागणीचे प्रमाण मोठ्या प्रमाणात आढळते. या संसर्गात जर Acute Kidney Injury (AKI) चा प्रादुर्भाव झाला तर हा संसर्ग गंभीर स्वरूप धेवू शकतो. Chronic Kidney Disease (CKD) च्या मुत्रपिंडाच्या रोग्यांवर ह्या संसर्गाचा काय परिणाम होवू शकतो हे अजून समजणे बाकी आहे. परंतु चा रुग्णांना गंभीर संक्रमण होण्याचा धोका जास्त असतो. हा धोका ते घेत असलेल्या इम्युनोस्प्रेसिव्ह औषधाच्या मात्रावर अवलंबून असते. डायलिसिस घेत असलेल्या रुग्णांच्या संपर्कात जर COVID-19 ने संक्रमित असलेली व्यक्ती आली तर अश्या रुग्णांची काटेकोरपणे काळजीपूर्वक उपचार करावे जेणेवरून इतर रुग्ण व आरोग्यसेवेतील कर्मचाऱ्यांना त्यापासून धोका निर्माण होणार नाही.

कोरोना व्हायरस संक्रमणापासून आपले मूत्रपिंड वाचवण्याचा सर्वात महत्वाचा आणि एकमेव मार्ग म्हणजे संक्रमणापासून स्वतःचा बचाव करणे हाच आहे.