

सँजय गॉधी स्नातकोत्तर आयुर्विज्ञान संस्थान, लखनउ

इण्डोक्राइनोलॉजी विभाग Endocrinology

कोरोना महामारी का टाईप—। डायबिटीज पर प्रभाव

वर्तमान में पूरा विश्व कोरोना महामारी से जूझ रहा है। इस महामारी से बचाव के लिए बरती जाने वाली सावधानियाँ वैसी ही हैं टाईप—। डायबिटीज के बच्चों एवं युवाओं के लिए है जैसी अन्य सभी लोगों के लिए है। इनमें से कुछ महत्वपूर्ण सावधानियाँ निम्नलिखित हैं:—

१. दिन में बार—बार अपने हाथ साफ करें (साबुन—पानी या एल्कोहल सेनिटिजर से कम से कम २० सेकेंड तक)
२. सामाजिक दूरी (Social Distancing) का पालन करें।
३. खंस्तै/छीकते समय शर्ट की आस्तीन या टीशू पेपर (Tissue Paper) का इस्तेमान करें।
४. चेहरे को छूने से बचें।
५. सर्दी, खाँसी, बुखार जैसे लक्षण आने से स्वास्थ्यकर्मी से सम्पर्क करें एवं खुद को औरों से अलग रखें।

International Society for Pediatric and Adolescent Diabetes (ISPAD, बचपन एवं किशोरावस्था में मधुमेह की अन्तर्राष्ट्रीय समिति) तथा अन्य वैज्ञानिकों का मानना है कि Type 1 डायबिटीज के बच्चों को अतिरिक्त सावधानियाँ वैसी ही रखनी हैं, जैसे उन्हें अन्य बीमारियों में रखने के लिए बोला जाता है, इनमें से कुछ मुख्य सावधानियाँ निम्नलिखित हैं (विस्तार से जानने के लिए डायबिटीज किताब में “बीमारी के दिनों के लिए निर्देश” अध्याय को पढ़ें) (यह बिन्दु ISPAD के कोविड दिशा निर्देश (Covid-19 Guidelines) पर आधारित है ।

- बीमार होने की स्थिति में सुगर की जाँच नियमित अंतराल पर करें।
- सुगर की मात्रा २५०—३०० से उपर आने से कीटोन की जाँच करें (पेशाब या खून में)
- इंसुलिन नियमित रूप से निर्देशानुसार लेते रहें।
- खाना—पीना नियमित रूप से खायें एवं आराम करें।
- कीटोन की मात्रा Trace (पेशाब में) या 0.6 mmol (रक्त में) से अधिक होने पर इंसुलिन को बढ़ाकर लेना चाहिए (डायबिटीज किताब के निर्देशानुसार )

ऐसी परिस्थितियाँ जिनमें आपको अस्पताल जाकर इलाज कराने की आवश्यकता पड़ेगी, निम्नलिखित है:—

— बुखार या उल्टी के कारण आप भोजन करने में असमर्थ है एवं आपमें पानी की कमी (dehydration) के लक्षण आने लगें हो जैसे कि अधिक प्यास लगना, कमजोरी लगना, आँखों का धसना, मुँह का सूखना, पेट दर्द होना, साँस तेज चलना, सुस्ती आना।

— उचित मात्रा में इंसुलिन एवं पेय पदार्थ लेने के बावजूद कीटोन की मात्रा अधिक बनी रहना (पेशाब में large , रक्त में 1-5 mmol/L से अधिक)

— रक्त में शुगर की मात्रा कम होने की स्थिति में आपको किताब में बताये गये उपायों को अमल में लायें। जिनमें से मुख्य उपाय निम्नलिखित है ( विस्तार से जानने के लिए डायबिटीज किताब का “हायपोग्लाइसीमिया” अध्याय पढ़ें)

— ग्लूकोज पिलाकर बच्चों को आराम करने बोलें एवं दुबारा जाँचा गया शुगर ७० से अधिक आने पर कुछ ठोस पदार्थ खाने के लिए दें।

— अगर मरीज शुगर कम होने की वजह से बेहोश हो जायें या दौरा आने लगे तो इंजुक्शन ग्लूकागोन का इस्तेमाल करें, ग्लूकागान यदि उपलब्ध न हो, तो विकल्प के तौर पर ग्लूकोज का पेस्ट भी (मुँह में मलने के लिए) इस्तेमाल कर सकते हैं। इन सब उपायों से भी शुगर की मात्रा सामान्य नहीं होने से आपको नजदीकी अस्पताल में मरीज को भर्ती कराना चाहिए एवं नस में ग्लूकोज चढवाना चाहिए। इन सब सावधानियों के अलावा आपको अपनी आधार मूल बीमारी (underlying illness) का इलाज सामान्य रूप से जारी रखना चाहिए।

— इसके अलावा कई मरीजों को इंसुलिन मिलने में समस्या का सामना करना पड रहा है। अतः आपके इंसुलिन के विकल्प के रूप में इस्तेमाल होने वाली इंसुलिन के बारे में आपको अलग सूची संलग्न है।

RSSDI (रिसर्च सोसाइटी फार स्टडी आफ डायबिटीज इन इण्डिया) ने इंसुलिन निर्माताओं के हेल्पलाईन नम्बर की सूची संलग्न है।

आपको आने वाली समस्याओं के समाधान हेतु हेल्पलाईन नम्बर— ८००५३८१२२८ पर चौबीस घण्टे सम्पर्क (WhatsApp/Call) किया जा सकता है।

— अभी तक कुछ साधारण (anecdotal) रिपोर्ट्स के आधार पर यह पाया गया है कि इस बीमारी का प्रभाव टाईप—1 डायबिटीज से ग्रसित बच्चों एवं युवाओं पर भी अन्य बच्चों के समान ही है। अतः घबरायें नहीं सावधान रहें एवं सुरक्षित रहें।

.....X.....X.....