Doctor Vikatan: உடையை நனைக்கும் சிறுநீர்க்கசிவு, வெளியே செல்ல தர்மசங்கடம்... தீர்வே கிடையாதா?

ஆர்.வைதேகி

2 Min Read

> சிறுநீர்க் கசிவு பிரச்னையை சரி செய்ய இன்றைய நவீன மருத்துவத்தில் எத்தனையோ சிகிச்சைகள் இருக்கின்றன...

Published: 05 Jan 2024 9 AM

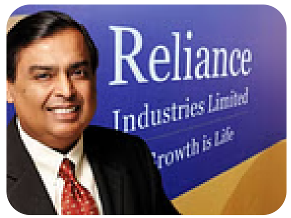
Updated: 05 Jan 2024 9 AM

லேட்டஸ்ட் செய்திகள்

1 23% டிவிடெண்ட்... அதிக வருமானம் கொடுத்த பங்குகள்!

2 புதுச்சேரி: 'ரூ.10 கோடியில் திருமண மண்டபம் கட்டுகிறார் முதல்வர் ரங்கசாமி!' - நாராயணசாமி

3 ரிலையன்ஸ் பங்கு மீண்டும் வரலாற்று உச்சம் தொடுமா? பங்குவிலை 3,000 ரூபாயைத் தாண்டுமா..?



உடையை நனைக்கும் சிறுநீர்க்கசிவு...

Join Our Channel | 2 Comments | Share

`Doctor Vikatan: என் வயது 36. எனக்கு இரண்டு குழந்தைகள். இரண்டுமே சுகப்பிரசவங்கள். பெண் குழந்தை பிறந்து 6 வருடங்களும் ஆண் குழந்தை பிறந்து 3 வருடங்களும் ஆகின்றன. பிரசவித்த நாள் முதலே, நான் அவதிப்படும் பெரும் பிரச்னை, சிறுநீர்க்கசிவு. காலநிலை மாற்றம், தூசு அலர்ஜி போன்ற பிரச்னைகளால் தும்மல் வரும்போதெல்லாம் சிறுநீர்க் கசிவு ஏற்பட்டு, ஆடையெல்லாம் நனைந்து தர்ம சங்கடமாகிவிடுகிறது. சைனஸ் பிரச்னையும் இப்போது

4 "நான் இதுவரைக்கும் வித்தியாசமா எதுவும் பண்ணல!" - Vijay Sethupathi | Katrina

5 மகாஸ்கந்த ஹோமம்: நம் குலத்தைக் காக்கும் ஒப்பற்ற வழிபாடு; தோரணமலை தைப்பூச

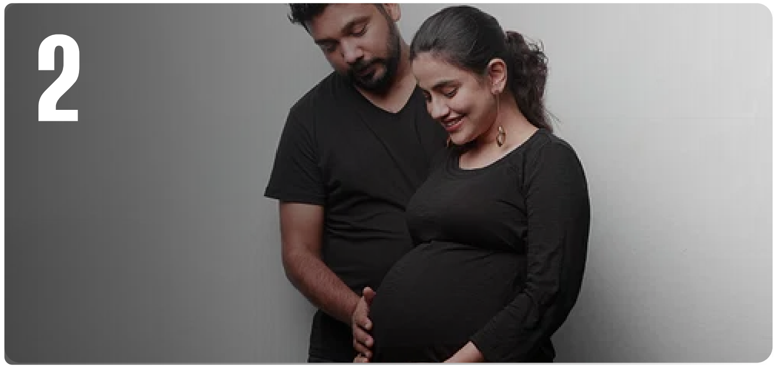
பரிந்துரைக்கும் கட்டுரைகள்

சிறுநீரகக் கல் அறுவை சிகிச்சைக்குப் பின் கை, கால்களை இழந்த பெண்... என்ன நடந்தது?

தலைதூக்கி இருக்கிறது. நான் எந்த இடத்துக்குச் சென்றாலும் இந்த பயத்தோடே செல்ல வேண்டி இருக்கிறது. எங்கள் பகுதியில் எனக்கு பிரசவம் பார்த்த அனுபவம் வாய்ந்த பெண் மருத்துவரையும் அணுகி ஆலோசனை பெற்றேன். அந்த மருத்துவர் இந்தப் பிரச்னையெல்லாம் சுகப்பிரசவத்துக்குப் பிறகு, எல்லா பெண்களுக்கும் இருக்கும் வழக்கமான ஒன்று தான் என்று சமாதானப்படுத்தி அனுப்பி வைத்தார். இந்தப் பிரச்னையால் அதிக மன உளைச்சலுக்கு ஆளாகி யாரிடமும் சகஜமாக இருக்க முடிவதில்லை. என் மன உளைச்சல் தீர நல்லதொரு தீர்வைச் சொல்லுங்கள்.

- V.selvi, விகடன் இணையத்திலிருந்து

பதில் சொல்கிறார் சென்னையைச் சேர்ந்த பெண்களுக்கான சிறுநீரகவியல் சிகிச்சை மருத்துவர் நிவேதிதா.



கருத்தரிப்பு முதல் பிரசவம் வரை... பரிசோதனைகளும் பாதுகாப்பும்! - முழுமையான வழிகாட்டி

Doctor Vikatan: தலைக்குக் குளிக்கும் நாள்களில் சாம்பிராணி புகை போடுவது சரியானதா?

மருத்துவர் நிவேதிதா

எத்தனை பிரச்னைகளுக்குப் பிறகும் ஒரு பூ பூக்கும்! - இன்டீரியர் டிசைனர் நீத்தா

ரத்தச் சரித்திரம் - 6 - பீரியட்ஸ் 'ஆன் தி வே...' - அலெர்ட் செய்யும் அறிகுறிகள்!

Also Read

Doctor Vikatan: நீரிழிவு பாதித்தவர்களுக்கு எடை குறைவதும் அரிப்பு ஏற்படுவதும் ஏன்?

சுகப்பிரசவத்துக்குப் பிறகு ஏற்படும் சிறுநீர்க் கசிவு பிரச்னைக்கு `ஸ்ட்ரெஸ் யூரினரி இன்கான்டினென்ஸ்' (Stress urinary incontinence) என்று பெயர்.

அதாவது தும்மினாலோ, இருமினாலோ, பலமாகச் சிரித்தாலோ, மாடிப்படிகளில் ஏறி இறங்கினாலோ, வேகமாக நடந்தாலோ சிறுநீர்க் கசிவதை உணர்வதுதான் `ஸ்ட்ரெஸ் யூரினரி இன்கான்டினென்ஸ்.' பெரும்பாலான பெண்களுக்கு இந்தப் பிரச்னை இருப்பது உண்மைதான். ஆனால், அதே சமயம் உங்கள் மருத்துவர் சொன்னது போல இதை சகித்துக்கொண்டு தான் வாழ வேண்டும் என்ற அவசியம் இன்று இல்லை.

சிறுநீர்க் கசிவு பிரச்னையை சரி செய்ய இன்றைய நவீன மருத்துவத்தில் எத்தனையோ சிகிச்சைகள் இருக்கின்றன. முதலில் நீங்கள் மகப்பேறு மருத்துவரை சந்தித்து இது `ஸ்ட்ரெஸ் யூரினரி இன்கான்டினென்ஸ்' பிரச்னைதானா அல்லது `அர்ஜ் இன்கான்டினென்ஸ்' (Urge incontinence) எனப்படும் இன்னொரு வகை பிரச்னையா என்பதை உறுதி செய்துகொள்ளுங்கள்.

ஸ்ட்ரெஸ் யூரினரி இன்கான்டினென்ஸா? Urge incontinence?

Also Read

Doctor Vikatan: பல பிரச்னைகளுக்கும் சிறுநீர்ப் பரிசோதனையைப் பரிந்துரைப்பது ஏன்?

அதற்கு நீங்கள் உங்களுக்கு யூரினரி இன்ஃபெக்‌ஷன் எனப்படும் சிறுநீர்ப்பாதை தொற்று இருக்கிறதா என்று பார்க்க வேண்டியது அவசியம். அதற்கு சிகிச்சை கொடுத்தாலே சிறுநீர்க் கசிவு பிரச்னை

சரியாவதை உணரலாம். ஒருவேளை உங்கள் மருத்துவர் உங்களுக்கு இருப்பது `ஸ்ட்ரெஸ் யூரினரி இன்கான்டினென்ஸ்' என்று உறுதி செய்தால் அதற்கென சில பயிற்சிகளைக் கற்றுத்தருவார்.

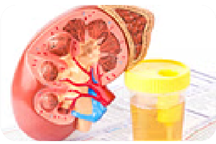
அந்தப் பயிற்சிகளை முறையாகக் கற்றுக்கொண்டு நீங்கள் வீட்டிலேயே செய்துவரலாம். மருத்துவமனைக்கு வர வேண்டிய தேவை இருக்காது. அந்தப் பயிற்சிகளிலேயே ஓரளவு முன்னேற்றம் தெரியும். கூடவே மருந்து, மாத்திரைகளும் பரிந்துரைக்கப்படும்.

இப்படி எந்தச் சிகிச்சைக்கும் குணமாகாத பட்சத்தில் சிறு அறுவைசிகிச்சையின் மூலம் இதைச் சரிசெய்யலாம். பிறப்புறுப்புப் பாதை வழியே மிக எளிமையாகச் செய்யக்கூடிய அறுவைசிகிச்சை இது என்பதால் பயப்பட வேண்டாம். உள்ளே டேப் போன்று பொருத்தி, வலை வைத்துத் தைப்பார்கள்.

மருத்துவரிடம் பேசுங்கள்!

NanoStockk

Also Read



என்ன நோய்... எந்த டாக்டர்? 10 - சிறுநீரக ஆரோக்கியம்... சிறிய பிரச்னையிலும் அலட்சியம் வேண்டாம்!

எனவே, முதலில் உங்களுக்குள்ள பிரச்னையை சரியான மருத்துவரோடு பேசி, உங்களுக்கான சிகிச்சை எது என்பதையும்

தெரிந்துகொண்டு பின்பற்றுங்கள். எளிய சிகிச்சைகள் இருக்கும்போது டயாப்பர் உபயோகிப்பது, உடை நனைந்து தர்மசங்கடப்படுவது போன்றவை தேவையே இல்லை.

உங்கள் கேள்விகளை கமென்ட் பகுதியில் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்; அதற்கான பதில்கள் தினமும் விகடன் இணையதளத்தில் #DoctorVikatan என்ற பெயரில் வெளியாகும்.

View Comments (2)

இந்தக் கட்டுரைகளையும் படிக்கலாமே!

‘வாவ்..!’ கோவை விழாவில் ’ஓவிய சந்தை’ - நூற்றுக்கும் மேற்பட்ட கலைஞர்களின் தத்ரூப ஓவியங்கள்!

இன்றைய ராசிபலன்