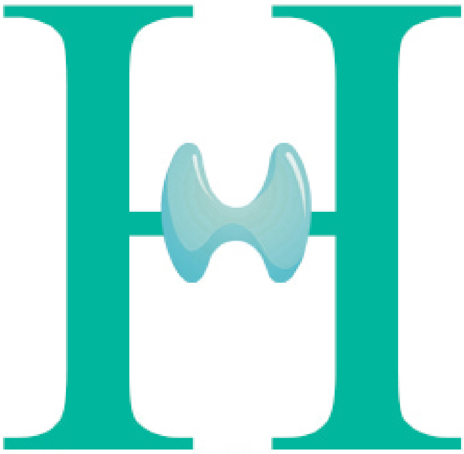

Hashimoto Disease

ہاشی موٹو بیماری

ہاشی موٹو کی بیماری کیا ہے؟

ہاشی موٹو تھائرائڈ غدود کی سوجن (Hashimotos Thyroiditis) کے نام سے بھی جانا جاتا ہے۔آپ کا مدافعاتی نظام (Immune system) جو کہ عام طور پر آپ کے جسم کو بیماری سے لڑنے کی طاقت دیتا ہے، کثیر مقدار میں اینٹی باڈیز پیدا کرنا شروع کردیتا ہے اور تھائی رائڈ گلینڈز پر حملہ کرتا ہے۔متاثر شدہ تھائی رائیڈ غدود میں تھائی رائڈہارمونز بنانے کی صلاحیت کم ہوجاتی ہے جس کو ہائپو تھائیروڈزم کہا جاتا ہے۔

ہائپو تھائرائڈزم سے مراد ہے کہ تھائرائڈ غدود انسانی جسم کی ضرورت کے مطابق ہارمونز پیدا نہیں کرپارہا۔ ہاشی موٹو کی بیماری کسی کو بھی ہوسکتی ہے مگر خاص طور پر خواتین اور وہ لوگ جن کے خانداں میں یہ بیماری پائی جاتی ہو ان میں ہونے کے خدشات زیادہ ہیں۔ ان کے علاوہ ضعیف العمر لوگ جنہیں دوسری وجوہات کی بنا پر مدافعاتی نظام کی کمزوری یا خرابی کا سامنا ہو وہ بھی ہاشموٹو کا شکار ہو سکتے ہیں۔ ہاشی موٹو کی بیماری تھائی رائڈز کے ہارمونز کی پیدا کرنے کی صلاحیت کو کم کردیتی ہے یہ بیماری آہستہ آہستہ بڑھتی ہے اور ہر مریض میں اس کی بڑھنے کی رفتار ایک دوسرے سے مختلف ہوتی ہے۔

ہاشی موٹو بیماری کی علامات کیا ہیں؟

ممکنہ علامات میں مندرجہ ذیل علامات شامل ہیں۔

تھائرائڈ غدود کا بڑھ جانا، ٹھنڈ کی عدم برداشت، وزن کا بڑھنا، تھکاوٹ ہونا، قبض کی شکایت، جلد کا خشک ہونا، بال گرنا، ماہواری کے امراض، بانجھ پن، ذہنی توجہ اور سوچنے میں دشواری اور جنسی خواہش میں کمی ہونا شامل ہیں۔

ہاشی موٹو کی بیماری کی پیچیدگیاں کیا ہیں؟

- گلھڑ جو کہ سانس لینے اور کھانا نگلنے میں دشواری پیدا کرسکتا ہے۔

- امراض قلب جیسے دل کا بڑھ جانا یا قلب کا سست ہو جانا
- نفسیاتی امراض کے مسائل جیسے ذہنی دباؤ، جنسی خواہشات میں کمی اور دماغی کارگردگی میں سستی یا کمی
- Myxedema coma ایک خطرناک بیماری ہے جو گلے کے غدود کی کارگردگی کی صلاحیت میں کمی کی وجہ سے ہوتی ہے اس کا فوری طور پر علاج نہایت ضروری ہے۔
- Hypothyroidism کی شکار حاملہ خواتین کے بچے وقت سے پہلے پیدا ہوسکتے ہیں جس کی وجہ سے بچوں کی ذہنی نشونما میں کمی کے مسائل ہوتے ہیں کیونکہ حمل کے دوران ان بچوں کا دماغ پوری طرح سے نشونما نہیں پاسکتے۔

ہاشی موٹو کی بیماری کی تشخیص کیسے ہوتی ہے؟

اس بیماری کی تشخیص اپنے معالج کو بیان کردہ کسی علامت سے شروع ہوتی ہے۔ طبی معائنے کے دوران اگر گلھڑ ہوں تو خون کی جانچ سے اس کی تشخیص ممکن ہے۔

TSH ٹیسٹ: بلند TSH کی سطح سے مراد ہے کہ آپ کے تھائرائڈ غدود کی کارکردگی کی صلاحیت کم ہوگئی ہے۔

فری T4 اور T3 کا ٹیسٹ: T4 اور T3 ٹیسٹ کی سطح ضرورت سے کم ہونا Hypothyrodism کی نشانی ہے۔

Thyroid peroxidase (anti-TPO)
یعنی اینٹی باڈیز (Antibodies) خون کا ٹیسٹ:

اس جانچ سے اینٹی باڈیز کی موجودگی کا پتہ چلتا ہے جو کہ تھائرائڈ غدود کے خلاف کام کرتی ہیں۔ زیادہ تر لوگ جن کو ہاشموٹو کی بیماری ہو ان میں یہ اینٹی باڈیز پائی جاتی ہیں۔

Hashimoto Disease

ہاشی موٹو بیماری

ہاشی موٹو کا علاج کیسے ممکن ہے؟

ضروری نہیں ہے کہ Hashimoto disease کی وجہ سے ہی Hypothyroid کی بیماری ہو۔ اگر آپ کا تھائرائڈ غدود ہارمونز پیدا کرنے کی صلاحیت رکھتا ہے تو آپ کا معالج آپ کو کوئی دوا یا علاج کرنے کے بجائے آپ کو محتاط رہنے کا مشورہ دے گا۔ اگر آپ کو گلے کے غدود میں ہارمونز کی کمی کا سامنا ہے تو علاج کے طور پر تھائی رائڈ ہارمونز کی گولیاں دی جاتی ہیں جو کہ سب سے موثر علاج ہے یہ ایک تیار کردہ تھائرائڈ ہارمون ہوتا ہے جس کو Levothyroxine کہا جاتا ہے۔ Levothyroxine آپ کے جسم کے پیدا کردہ T4 سے مشابہ ہے۔ ایک گولی روزانہ تھائی رائڈز ہارمونز کی کارکردگی کو بہتر کرتی ہے اور یہ خون میں TSH کی سطح کو ٹھیک کرتی ہے جس سے غدود کی کارکردگی ٹھیک رہتی ہے۔ آپ کو یہ گولی روزانہ تا عمر استعمال کرنی پڑے گی۔ اس کی خوراک کو باقاعدگی سے وقفے وقفے سے ترتیب دینا ہوتا ہے۔ اپنے تھائی رائڈ ہارمونز کی سطح کو مستقل موثر رکھنے کیلئے آپ کو ہمیشہ ایک ہی برانڈ کی دوا استعمال کرنی چاہیے کیونکہ ایک ہی قسم کی ہر دوا ایک جیسی نہیں ہوتی۔ اس دوا کے ساتھ کیلشیم بڑھانے والی اور تیزابیت کم کرنے والی ادویات کا استعمال نہیں کرنا چاہیئے۔ لوگ عام طور پر hypothyroidism کا معائنہ باقاعدگی سے نہیں کرواتے۔ خواتین کو چاہیے کہ اگر ان کو گلے کے غدود کی بیماری کا خطرہ ہے اور وہ بچے کی خواہش رکھتی ہیں تو پہلے تھائی رائڈ کا ٹیسٹ کروالیں۔ hypothyroidism کا علاج اسان ہے، آپ اپنے بچے کو اس بیماری سے ہونے والے ممکنہ خطرات سے بچا سکتی ہیں۔

معالج سے پوچھے جانے والے ممکنہ سوالات:

کیا میری علامات سے مراد مجھے hypothyroidism ہے؟

یہ کیسے بیان کیا جاسکتا ہے کہ مجھ میں hypothyroidism ہاشی موٹو کی وجہ سے ہوا ہے؟

کیا hypothyroidism اور ہاشی موٹو کے علاج کے طریقوں میں فرق ہے؟

مجھے کس دوا کی ضرورت ہے؟ مجھے دوا کب لینی چاہیے؟ مجھے علاج کے دوران کن چیزوں اور دواؤں سے اجتناب کرنا ہے۔

کیا مجھے ماہر در افرازیات Endocrinologist سے رجوع کرنا چاہئیے؟

Urdu Editor: Dr. Nanik Ram