Indian Academy of Pediatrics (IAP)

महाराष्ट्र राज्य बालरोग तज्ज्ञ संघटना (MAHAIAP)

पालकांसाठी मार्गदर्शक तत्त्वे :

प्रकरण ३३ :

कावीळ

अध्यक्ष २०२२ : डॉ. हेमंत गंगोलिया
सचिव २०२२-२३ : डॉ. अमोल पवार
मार्गदर्शक : डॉ. जयंत उपाध्ये
समन्वयक : डॉ. नरेंद्र नानिवडेकर
अनुवादक : डॉ. नरेंद्र नानिवडेकर
पुनरावलोकन : डॉ. जयंत पांढरीकर
अविनाश शिरगावकर

Convener: Malathi Sathiyasekaran
Members: Amarjeet Chitkara,
D Narayanappa,
M Surendranath
Reviewer: Shrish Bhatnagar

कावीळ म्हटले की आपल्याकडे अनेक अशास्त्रीय आणि गैरसमजुतींवर आधारित तपासण्या आणि उपचारांवर भर दिला जातो. कावीळीचे वेगवेगळे प्रकार कोणते आणि ते त्यावर कसे उपचार करावेत याबद्दल आपण प्रश्नोत्तराद्वारे जाणून घेऊ या.

"कावीळ" या बद्दल विचारले जाणारे १० प्रश्न

प्र. १ कावीळ म्हणजे काय? वेगवेगळ्या कोणत्या प्रकारच्या कावीळी असतात?

प्र. २ यकृताच्या आजारामुळे होणारी कावीळ म्हणजे ॲक्युट वायरल हिपॅटायटिस ही कोण कोणत्या विषाणूमुळे होते?

प्र. ३ डोळ्यांमध्ये दिसणारे पिवळेपण सोडल्यास ॲक्युट व्हायरल हिपॅटायटिस मध्ये आणखी का लक्षणे दिसतात आणि ती किती दिवस टिकतात? अशा आजारानंतर माझ्या मुलाला शाळेमध्ये परत कधी पाठवता येईल? आणि ते इतर मुलांसारखे कधी खेळू लागेल?

प्र. ४ मी माझ्या मुलाचा उपचार घरी करु शकतो की त्याला रुग्णालया मध्ये किंवा भरती करावे लागेल?

प्र. ५ माझ्या मुलाला रक्ताच्या तपासण्या करुन घ्याला आवडत नाही, त्याची गरज केव्हा पडेल?

प्र. ६ मी असे ऐकले आहे की, अल्ट्रासाऊंड ही चाचणी मुलांच्या दृष्टीने करण्यात सोपी आहे तिने आपल्याला काही मदत होईल का?

प्र. ७ कोणत्या प्रकारचे अन्न खावे आणि कोणते पदार्थ अन्न टाळावे याबाबत मला थोडी शंका आहे तेव्हा कावीळ झाली असताना काय खाल्लेले चालते याबद्दल जरा स्पष्ट सूचना द्या.

प्र. ८ आमच्या घरातील काही मोठी माणसे काही गावठी औषधे द्यावीत असे म्हणत आहेत मी संभ्रमात आहे मी काय करावे?

प्र. ९ मी माझ्या मुलाला फेर तपासणीला आणू का?

प्र. १० काही कारणाने आपल्याला हे जंतू संसर्ग टाळता येतात का? त्याची लस आपल्या देशांमध्ये उपलब्ध आहे का?

Under the Auspices of the IAP Action Plan 2020–2021

Piyush Gupta IAP President 2021 | **Remesh Kumar R** IAP President-Elect 2021 | **Bakul Parekh** IAP President 2020 | **GV Basavaraja** IAP HSG 2020–2021 | **Deepak Ugra** National Co-ordinator

Ch-007 indd 1 07-04-2021 14:04:55

© Indian Academy of Pediatrics

IAP Parent Guideline Committee

Chairpersons: Piyush Gupta, Bakul Parekh
IAP Co-ordinators: GV Basavaraja, Harish Kumar Pemde, Purna Kurkure

Core Group

National Co-ordinator: ***Deepak Ugra***
Member Secretaries: ***Upendra Kinjawadekar, Samir Dalwai***
Members: ***Apurba Ghosh, CP Bansal, Santosh Soans, Somashekhar Nimbalkar, S Sitaraman***

33

कावीळ

"कावीळ" या बद्दल विचारले जाणारे १० प्रश्न

प्र.१

कावीळ म्हणजे काय? वेगवेगळ्या कोणत्या प्रकारच्या कावीळी असतात?

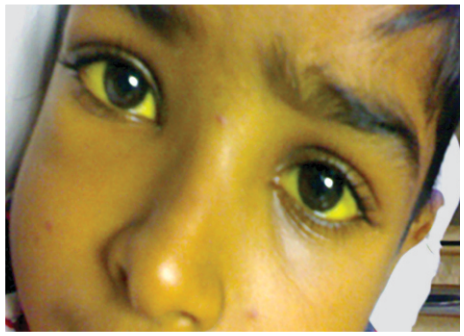
खोकल्या सारखाच कावीळ हा एक लक्षणाचा प्रकार आहे. आजार नव्हे. कावीळीचा अर्थ एवढाच की, डोळ्याचा पांढरा भाग म्हणजे स्क्लेरा हा पिवळसर दिसायला लागतो. कारण रक्तातील बिलिरुबीन चे प्रमाण वाढलेले असते. तांबड्या पेशीच्या विघटनानंतर सर्वात शेवटच्या टप्प्यावर बिलिरुबिन हाताळणारी महत्वाची यंत्रणा आहे.

कावीळी तीन प्रकारच्या असतात.

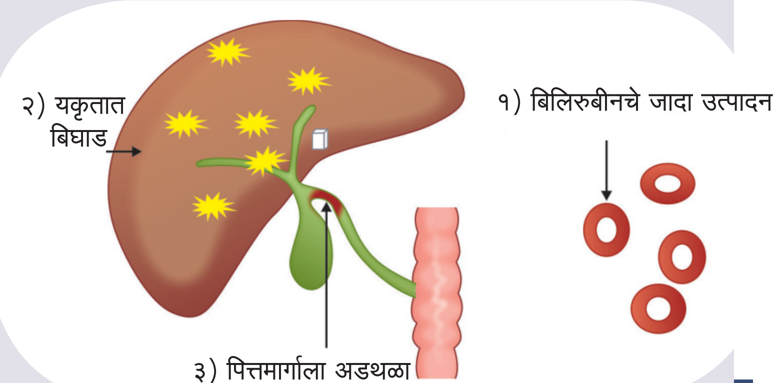
१) हिमोलायटीक कावीळ : यात तांबड्या पेशीचं जास्त प्रमाणात विघटन झाल्यामुळे बिलिरुबिनचे प्रमाण वाढलेले असते.

२) हिपॅटिक कावीळ : "आजारी यकृत" यात यकृताचे काम बिघडलेले असल्यामुळे कावीळ वाढते. सर्वात जास्त वेळा दिसणारे कारण "ॲक्युट व्हायरल हिपॅटासिटस" ॲक्युट म्हणजे अचानक उद्भवलेली आणि हेपाटायटीस म्हणजे ज्यामध्ये यकृताच्या (Hepa) पेशींना सूज (itis) आलेली असते.

३) अडथळ्यांची कावीळ यात पित्ताच्या मार्गाला अडथळा निर्माण झाल्यामुळे कावीळ होते. हा अडथळा यकृतापासून डीओडीनम ह्या लहान आतड्याच्या भागापर्यंत कुठेही असू शकतो.



आकृती क्र.१ पिवळे दिसणारे डोळे



आकृती क्र.२ कावीळीचे प्रकार

प्र.२

यकृताच्या आजारामुळे होणारी कावीळ म्हणजे ॲक्युट वायरल हिपॅटायटिस ही कोण कोणत्या विषाणूमुळे होते?

मुळक्षरे ए, बी, सी, ई लक्षात ठेवावीत ह्या ४ प्रकारच्या विषाणुमळे (ए,बी,सी, ई) कावीळीचे आजार होतात.

E

१) हिपॅटायसिस ए आणि हिपॅटायसिस ई ही सर्व साधारण आढळणारी कावीळ आहे.
२) या दोन्ही प्रकारात बऱ्यापैकी साम्य आहे.
३) दूषित पाण्यातून आणि अन्नातून पसरतात.
४) या दोन्ही कावीळी जास्त दिवस चालत नाहीत आणि त्या दुर्धर आजाराकडे सहसा जात नाहीत.
५) तसं म्हटलं तर हे बऱ्यापैकी कमी त्रास देणारे विषाणू आहेत.

C

१) हिपॅटायसिस बी आणि हिपॅटायसिस सी या बऱ्यापैकी कमी आढळणाऱ्या मात्र सारखी लक्षणे असणऱ्या कावीळी आहेत.
२) रक्त किंवा रक्ताच्या घटकातून त्यांचा प्रसार होतो. इंजेक्शन, ज्यात एकदा वापरलेल्या सुया पुन्हा वापरल्या आहेत.
३) टॅटूद्वारे, शिरेद्वारे नशेची औषधे घेणाऱ्यांमध्ये, स्वच्छता न बाळगता कान टोचले असता, रक्त चढवताना तपासण्या न करता दिलेले रक्त आणि मातेकडून बाळाला कावीळ होऊ शकते.
४) यामुळे अनेक दिवस चालणारा यकृताचा आजार, सिरॉसिस, यकृताचा अंतिम टोकाला पोहोचणारा आजार, यकृताचा कॅन्सर आणि मृत्यू हे होऊ शकते.
५) हे दोन विषाणू जास्त त्रासदायक आहेत.

प्र.३

डोळ्यांमध्ये दिसणारे पिवळेपण सोडल्यास ॲक्युट व्हायरल हिपॅटायटिस मध्ये आणखी काय लक्षणे दिसतात आणि ती किती दिवस टिकतात? अशा आजारानंतर माझ्या मुलाला शाळेमध्ये परत कधी पाठवता येईल? आणि ते इतर मुलांसारखे कधी खेळू लागेल?

टप्पा	कालावधी	लक्षणे
कावीळपूर्व	२ ते ७ दिवस	ताप, मळमळ, उलटी, थकवा पोटाच्या उजव्या बाजूला दुखणे आणि भूक मंदावणे, लघवीचा रंग गडद पिवळा होणे. त्यानंतर डोळे पिवळे दिसू लागतात.
कावीळीची अवस्था	७ ते १४ दिवस	ताप, मळमळ, उलटीचे प्रमाण कमी होते. लघवीचा रंग गडद राहतो. संडास अजूनही पांढुरके असते. मात्र कावीळीची तीव्रता वाढते.
रोग मुक्तता	३ ते ५ दिवस	कावीळ कमी होत जाते आणि पूर्णतः नाहीशी होते. भूक वाढते. लघवीचा रंग सुधारतो. शौचाचा रंग पुन्हा पिवळा होऊ लागतो.

सर्वसाधारण कावीळीची जी लक्षणे असतात ती कावीळ कुठल्या टप्प्यावर आहे यावर ठरतात. मुल एकदा कावीळ कमी झाली आणि भूक वाढली की शाळेत जाऊ शकते. एकदा मुलाने नेहमी प्रमाणे आहार घ्यायला सुरवात केली आणि त्याची उलटी थांबली की त्याची रोजची हालचाल आमि रोजच्या कामाला लागायला हरकत नाही आणि शाळेत देखील जायला हरकत नाही.

प्र.४

मी माझ्या मुलाचा उपचार घरी करु शकतो की त्याला रुग्णालया मध्ये किंवा भरती करावे लागेल?

कावीळ झालेली बहुतेक मुले ही घरच्या घरी उपचार करता येऊ शकतात. जर खालील दहा लक्षणे दिसली तर मुलाला भरती करावे लागेल.

सतत होणारी उलटी	कावीळीची तीव्रता वाढणे
सतत येणारा ताप	वारंवार कावीळ होणे
सुस्तपणा येणे.	पोटात खूप दुखणे
लघवीचे प्रमाण कमी होणे	लाल किंवा काळ्या रंगाची उलटी होणे किंवा
	संडासला काळे किंवा लाल होणे

कावीळ झालेली बहुतेक मुले ही घरच्याघरी उपचार करुन घेवू शकतात. धोका : जी मुले अनेक दिवस काही विशिष्ट औषधे घेत असतील उदा. झटका/अपस्मार येण्यासाठी किंवा क्षयरोगासाठी त्यांनी आपल्या डॉक्टरांचा सल्ला ताबडतोब करावा, कारण या सर्व औषधांमुळे यकृताला इजा पोहोचत असते.

प्र.५

माझ्या मुलाला रक्ताच्या तपासण्या करुन घ्याला आवडत नाही, त्याची गरज केव्हा पडेल?

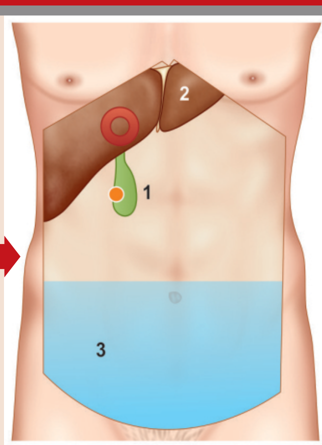
मला तुमच्या मुलाच्या इंजेक्शनबद्दलच्या भीती बद्दल माहित आहे आणि डॉक्टर म्हणून मी तुम्हाला खात्रीपूर्वक सांगतो की, जी तपासणी केली जाईल ती फक्त गरज असतानाच केली जाईल आणि मी एवढे आश्वासन देतो की, जेव्हा रक्त तपासले जाईल तेव्हा त्याला योग्य ती काळजी घेऊन कमीत कमी त्रास होईल हे पाहिले जाईल. नेहमीच्या कावीळीमध्ये रक्त तपासणीची गरज नाही फक्त जी गरजेची तपासणी आहे ती आहे हिपॅटायटिस बी सरफेस अँटिजेंन Hb sAg आणि तपासणी करावी लागते ते भरती असलेल्या मुलांमध्ये लिव्हरची किंवा यकृताची परिस्थिती काय आहे ? त्याच्यात कुठली गुंतागुंत आहे का ? आणि त्या कावीळीचे कारण काय आहे ? हे जाणून घेण्यासाठी.

प्र.६

मी असे ऐकले आहे की, अल्ट्रासाऊंड ही चाचणी मुलांच्या दृष्टीने करण्यात सोपी आहे तिने आपल्याला काही मदत होईल का?

होय अल्ट्रासाऊंड ही एक निर्धोक आणि कुठल्याही प्रकारची वेदना न देणारी तपासणी आहे. मात्र बऱ्याच मुलांमध्ये त्याचा कुठलाही उपयोग नाही. ते फक्त यकृताला आलेली सूज दाखवतं अल्ट्रासाऊंड करण्याची गरज मुलांमध्ये काही वेगळ्या लक्षणांमध्ये भासू शकते.

लक्षणे	आपण काय आजार नाहीत ते पाहण्यासाठी
बऱ्यापैकी पोटात जास्त दुखणे	पित्ताशयातील खडे तर नाहीत ना
ताप आणि पोटाच्या उजव्या बाजूला दुखणे	यकृतामध्ये झालेला पस शोधणयासाठी
पोट फुगणे	पोटामध्ये असलेले पाणी वाढले आहे का हे पाहण्यासाठी



प्र.७

कोणत्या प्रकारचे अन्न खावे आणि कोणते पदार्थ अन्न टाळावे याबाबत मला थोडी शंका आहे तेव्हा कावीळ झाली असताना काय खाल्लेले चालते याबद्दल जरा स्पष्ट सूचना द्या.

कावीळ हे यकृत आजारी असल्याची लक्षण आहे आणि असं समजलं जातं की अशावेळी आहारावर नियंत्रण ठेवणे गरजेचे आहे मात्र हे लक्षात ठेवा की यकृताला देखील काम करण्यासाठी आणखी नवीन पेशी तयार करण्यासाठी ऊर्जा लागते, अशा वेळी आपण जर पुरेशी ऊर्जा असलेले अन्न शरीराला दिले नाही तर शरीर ते आपल्या स्वत:च्याच स्नायू आणि चरबी कडून उसने मागून घेते.

टप्पा	भूक	आहार
कावीळीपूर्व	आहार किंवा भूक कदाचित कमी असेल.	मुलाने पुरेसे पातळ पदार्थ द्यावेत सूप फळांचे रस घ्यावेत फक्त पुरेसे पाणी जात आहे याची खात्री करा.
कावीळ	भूक थोडी सुधारली	मुलाला ३ वेळा संतुलित आहार द्यावेत ज्यात शिजवलेले अन्न, डाळी, भाज्या आणि फळे द्यावेत.
रोगमुक्ततेचा टप्पा	भूक पूर्ववत झाली	पूर्ववत नेहमीचा आहार द्यावा

कावीळीबद्दल काही गैरसमजूती आहेत

गैरसमजूत	मिथक	सत्य परिस्थिती
आहाराच मीठ देऊ नये.	होय	आहारात योग्य थोडे मीठ द्यावे.
हळदी सारखे पिवळे पदार्थ आहारात देवू नये.	होय	हळद देवू शकता.
आहारात तेल देता उपयोगी नाही	होय	तेल देवू शकतो
अंडी, मटण तसेच मासे हे रुग्ण बरा होत असताना देवू नये.	होय	हे सगळे देवू शकतो
पाणी अतिशय कमी प्रमाणात द्यावेत.	होय	नेहमीच पाण्याचा वापर करावा आणि पुरेसे पाणी द्यावे.

पूर्ववत लागू लागणारी भूक हे दर्शवते की आता रोगी बरा व्हायला सुरुवात झाली आहे.

प्र.८

आमच्या घरातील काही मोठी माणसे काही गावठी औषधे द्यावीत असे म्हणत आहेत मी संभ्रमात आहे मी काय करावे?

घरातील मोठ्या माणसांचा योग्य तो आदर करावा मात्र जेव्हा अशा पद्धतीची औषधे देण्याचा विचार येतो तेव्हा तुम्ही काळजी घेणे गरजेचे आहे आणि अत्यंत सजगपणे आपल्या मुलाची काळजी घ्यावी. जगभर गावठी औषधे किंवा कावीळीचा उपचार करण्यासाठी अनेक वर्षे वापरली गेलेली आहेत. पण याबाबत आपण तीन महत्वाच्या गोष्टी लक्षात ठेवाव्यात.

१) कावीळीची अनेक कारणे असतात आणि सर्व कावीळींसाठी सरसकट एकच उपचार चालत नाही.

२) आपण ऍलोपथीची प्रॅक्टिस करणारे डॉक्टर आहोत, आपण झाडपाल्यापासून तयार झालेली औषधे देऊ नयेत, कारण आपल्याला त्याचे ज्ञान नाही आणि त्याचा होणारा दुष्परिणाम आपल्याला माहित नाही.

३) सर्व झाडपाल्यापासून झालेली औषधे निर्धोक असतीलच असे नाही, आणि अनेकदा या औषधांमुळे यकृताचे काम बिघडण्याची शक्यता असते.

प्र.९

मी माझ्या मुलाला फेर तपासणीला आणू का?

ज्यांना अ आणि ई पद्धतीची कावीळ आहे त्यांनी फेरतपासणीला येण्याची गरज नाही.

ज्यांना हिपॅटायटिस बी झाला आहे त्यांनी फेरतपासणीला जरुर जावं, कारण डॉक्टरांना हे तपासून पाहावं लागतं की तुमच्या शरीरातून तो विषाणू पूर्णपणे बाहेर पडलाय की नाही. रक्ताच्या चाचण्या, उदाहरणार्थ SGPT आणि SGOT या यकृताचे काम दर्शवणाऱ्या तपासण्या आहेत. त्या केल्यावर त्यांचे प्रमाण नॉर्मल पातळीला आले आहे की नाही हे पाहता येते. ज्यांच्या SGOT/PT वाढलेल्या आहेत त्यांच्या या तपासण्या सहा महिन्यापर्यंत देखील कराव्या लागू शकतात. सहा महिन्यानंतर ज्यांना जंतुसंसर्ग झाला आहे अशांचा अजूनही रिपोर्ट पॉझिटिव्ह असेल तर त्या मुलाला क्रोनिक एचबीवी जंतुसंसर्ग झाला आहे असे समजावे आणि त्यासाठी योग्य त्या तपासण्या आणि योग्य ते उपचार तज्ञ डॉक्टरांच्या सल्ल्याने करावेत या जंतुसंसर्ग नंतर सहा महिन्यांनी HCV-RNA जर पॉझिटिव्ह असेल तर त्याला दीर्घकालीन हेपटायटीस जंतुसंसर्ग आहे आणि त्याला औषधोपचारांची गरज आहे.

प्र.१०

काही कारणाने आपल्याला हे जंतू संसर्ग टाळता येतात का? त्याची लस आपल्या देशांमध्ये उपलब्ध आहे का?

होय, हे सर्व विषाणूंचे जंतुसंसर्ग आपण टाळू शकतो.

○ **हिपॅटायटिस ए** आणि **ई** :-

- हे दूषित पाण्याद्वारे तोंडावाटे मलनिस्सारणामुळे पसरत असतात. हे टाळण्यासाठी आपण चांगल्या आणखी आरोग्यदायी सवयी लावून घेणे गरजेचे आहे आणि स्वच्छ मलनिस्सारण सवयी ठेवणे गरजेचे आहे.
- खाण्यापूर्वी हात धुणे, उकळून गार केलेले पाणी पिणे, घरचे अन्न खाणे किंवा जिथे स्वच्छपणे अन्न तयार केले जाते. अशा स्वच्छपणे अन्न तयार केले जाते अशा ठिकाणाचे अन्न घेणे, शौचाला जाऊन आल्यावर हात साबणाने आणि पाण्याने स्वच्छ धुणे.
- घरात एकाचा जंतुसंसर्ग दुसऱ्याला जाऊ नये यासाठी खाताना आणि पिताना ताटे, वाट्या एकमेकांमध्ये वापरु नयेत. शौचालयाचे आसन स्वच्छ असावे आणि निर्जंतुक केलेले असावे.

○ **हिपॅटायटिस बी आणि सी** :-

- हे दोन विषाणू रक्ताद्वारे व सुयांद्वारे पसरत असतात. यांचा प्रसार टाळण्यासाठी विनाकारण इंजेक्शन घेऊ नये, घेतल्यास पूर्णपणे नवी सुई वापरावी. अस्वच्छ ठिकाणी आणि धोकादायक ठिकाणी कान टोचून घेऊ नयेत किंवा टाटू करुन घेऊ नये आणि मादक द्रव्य इंट्रा वीनस घेणे टाळावे. रक्त तपासणी किंवा रक्तदान करत असताना त्या रक्ताचे योग्य ते स्क्रीनिंग हिपॅटायटिस बी पॉझिटिव्ह आहेत अशांच्या नवजात अर्भकांचे स्क्रिनिंग करावे.

○ **लसी**:-

- होय, अतिशय निर्धोक आणि गुणकारी लसी उपलब्ध आहेत त्या हिपॅटायटिस ए आणि बी टाळू शकतात, त्या देण्याच्या वेळा आणि त्यांचे डोस हे तुमच्या लसीकरण तक्त्यावर नोंदवलेले आहे.