1.16 మధుమేహం యొక్క చికిత్స గురించి వైద్యుడైన లూకా ఏమి చెప్పాల్సి ఉంది

మనము గడచిన సంభాషణలో ప్రస్తుతం ప్రపంచ మొత్తంలో చాలా సంక్లిష్టమైన మధుమేహ వ్యాధి గురించి చూశాము. ఒకవేళ ఎవరైనా మధుమేహమును కలిగియుంటే వారు దాని నుండి విడుదల పొందలేరు. నయం చేయడం ఉద్దేశం కాదు కాని మధుమేహము యొక్క దుష్ప్రభావాలను నియంత్రించడం. ముఖ్యమైన ప్రశ్న ఏమిటంటే మధుమేహము యొక్క దుష్ప్రభావాలను నియంత్రించడం ఎలా? మిగిలిన ముఖ్య ప్రశ్నలు మధుమేహము యొక్క ప్రధాన దుష్ప్రభావాలకు చెందినది, అవయవాల పేరులు కన్ను, మూత్రపిండము, గుండె, రక్తనాళాలు, మరియు శరీరం యొక్క నరాలు, ముఖ్యంగా కాళ్ళు.

చైనాలో ఎక్కువమంది మధుమేహమును కలిగియున్నారు. ముందుకు చైనీయులు సమృద్ధిగల వ్యవస్థ, వారు చూడడానికి మిగిలిన ప్రపంచము చేస్తున్నది చేస్తున్నట్లుగా ఉంటారు. అది తక్కువ వ్యాయామం చేయడం మరియు అధికంగా తినడం, ఈ రెండు మధుమేహమును దారుణం చేస్తాయి. అయినప్పటికీ, చైనాలో మధుమేహము అధికంగా వృద్ధి చెందడానికి వేగవంతంగా జనాభా పెరగడమే ప్రధాన కారణం. ఈ జనాభా చైనా దేశానికి మధుమేహము ఒక ప్రాధాన సవాలుగా మారుతుంది.

మాహాయ్ లాంగ్ 42సంవత్సరాలు కలిగిన స్త్రీ మరియు ఇప్పుడే మధుమేహమును గూర్చి పరీక్షించుకొనెను. సహజంగా ఆమె ఎంతమాత్రము బాధపడలేదు. ఆమె ఛాతిలో ఉన్న నొప్పి నిమిత్తమై ఆమె పరీక్షకు వైద్యుని దగ్గరకు వెళ్ళెను. ఛాతి నొప్పి ఏమి లేనిదిగా ఉండెను. అయినప్పటికీ, ఆమె వైద్యుడు కొన్ని రక్త పరీక్షలు చేయగా, దానిలో అధిక రక్త చక్కర చూపించెను మరియు ఉపవాసముతో మరలా పరీక్షలు నిర్వహించగా అది పెరిగెను. రక్త చక్కెర పెరగకూడదు కానీ ఆమె స్పష్టంగా అధిక రక్త చక్కెరను కలిగి ఉంది. వైద్యుడు మధుమేహ నిపుణులయొద్దకు వెళ్ళమని సిఫారసు చేసెను.

మా హాయ్ లాంగ్ చాలా జాగ్రత కలిగి తన ఇరుగు పొరుగువారిలో చాలామందితో మాట్లాడెను. వాళ్ళలో ఎక్కువమంది లేదా వారి స్నేహితులు మరియు బంధువులలో కానీ మధుమేహమును కలిగియున్నారని కనుగొనెను. వారు ఆమెను మధుమేహ ప్రత్యేక నిపుణుని వద్దకు వెళ్ళమని బలపరచారు. ఆమె ప్రత్యేక నిపుణుని వద్దకు వెళ్ళగా ఆయన ఆమెకు కొన్ని ముఖ్యమైన విషయాలు చెప్పెను. మొదటిది, మధుమేహము నయం కానిది. రెండవది, 1992 మరియు 1994 లో జరిగిన ఇటీవల అధ్యయనాలు మధుమేహము నయం కానప్పటికినీ నియంత్రించబడుట చూపాయని చెప్పాడు. ముందుకు రక్త చక్కర స్థాయి సాధారణ స్థితికి

నియంత్రించబడితే, ఆమె మూత్రపిండ శ్రమ, కన్ను, ధమని, గుండె మరియు నరాల నష్టము 60 % తగ్గించవచ్చు. మా హాయ్ లాంగ్ చాలా ప్రోత్సాహపరచబడెను.

ప్రత్యేకంగా మధుమేహము చాలా పెద్ద వ్యాధి. అయినప్పటికీ, మధుమేహము అనారోగ్యము లేక వ్యాధి కారణము కాదు. ప్రపంచములో అనారోగ్యానికి ముఖ్య కారణం పాపము. 'అందరును పాపము చేసి దేవుడనుగ్రహించు మహిమను పొందలేకపోవుచున్నారు (రోమా 3:23) అని బైబిలు చెప్తుంది. బైబిల్ లో మొదటి పుస్తకమైన ఆదికాండంలో బైబిల్ ప్రపంచ ప్రారంభము, మానవుడు పాపము చేయుట మరియు వ్యాధి మరియు అనారోగ్యము ప్రపంచములోకి ప్రవేశించుటను చెప్తుంది. ప్రపంచంలోని వ్యాధులు మరియు అనారోగ్యాలకు ప్రధాన కారణం పాపమని మధుమేహము కాదని చెప్తుంది కాబట్టి ఇది ముఖ్యమైనది. ఇది సందర్భమైతే మధుమేహముతో సహాయం చేయగల ప్రజలున్నపటికి, పాపముతో పరిష్కరించడం మధుమేహంతో కంటే ముఖ్యమైనది. అయినప్పటికీ, ప్రపంచంలో ఈ పాపము యొక్క ఫలితాలు ఏమిటి?

'ఏలయనగా పాపము వలన వచ్చు జీతము మరణము అయితే దేవుని కృపావరము మన ప్రభువైన క్రీస్తుయేసునందు నిత్యజీవము (రోమా 6: 23) అని బైబిల్ చెప్తుంది. దీని అర్ధమేమిటి? పనిచేసినప్పుడు మనమందరమూ జీతము లేక రాబడిని పొందుతాము. పాపము యొక్క జీతము లేక రాబడి మరణము. అది అంత చెడు కాదని ఎవరో చెప్పవచ్చు. అయినప్పటికీ, పాపము యొక్క ఫలితం జీవిత అంతం కాదని బైబిల్ చెప్తుంది. బైబిల్ మరణం తరువాత జీవము, నిత్యజీవము లేక నిత్య మరణము లేక నరకం గూర్చి మాట్లాడుతుంది. ఈ క్రింది కథను బైబిల్ చెప్తుంది:

"పరలోకరాజ్యము ఒక మనుష్యుడు దేశాంతరమునకు ప్రయాణమై తన దాసులను పిలిచి తన ఆస్తిని వారి కప్పగించినట్లుండును. అతడు ఒకనికి అయిదు తలాంతులను, ఒకనికి రెండు, ఒకనికి ఒకటియు, ఎవని సామర్థ్యము చొప్పున వానికిచ్చి, వెంటనే దేశాంతరము పోయెను. అయిదు తలాంతులు తీసికొనినవాడు వెళ్లి వాటితో వ్యాపారము చేసి, మరి అయిదు తలాంతులు సంపాదించెను. ఆలాగుననే రెండు తీసికొనినవాడు మరి రెండు సంపాదించెను. అయితే ఒక తలాంతు తీసికొనినవాడు వెళ్లి, భూమి త్రవ్వి తన యజమానుని సొమ్ము దాచిపెట్టెను.

బహుకాలమైన తరువాత ఆ దాసుల యజమానుడు వచ్చి వారి యొద్ద లెక్క చూచుకొనెను. అప్పుడు అయిదు తలాంతులు తీసికొనినవాడు మరి అయిదు తలాంతులు తెచ్చి-అయ్యా, నీవు నాకు అయిదు తలాంతులనప్పగించితివే; అవియుగాక మరి అయిదు తలాంతులు సంపాదించితినని చెప్పెను.

అతని యజమానుడు-భళా, నమ్మకమైన మంచి దాసుడా, నీవు ఈ కొంచెములో నమ్మకముగా ఉంటివి, నిన్ను అనేకమైన వాటిమీద నియమించెదను, నీ యజమానుని సంతోషములో పాలుపొందుమని అతనితో చెప్పెను.

ఆలాగే రెండు తలాంతులు తీసికొనినవాడు వచ్చి-అయ్యా, నీవు నాకు రెండు తలాంతులనప్పగించితివే అవియుగాక మరి రెండు తలాంతులు సంపాదించితినని చెప్పెను.

అతని యజమానుడు-భళా, నమ్మకమైన మంచి దాసుడా, నీవు ఈ కొంచెములో నమ్మకముగా ఉంటివి, నిన్ను అనేకమైన వాటిమీద నియమించెదను, నీ యజమానుని సంతోషములో పాలుపొందుమని అతనితో చెప్పెను. తరువాత ఒక తలాంతు తీసికొనినవాడును వచ్చి-అయ్యా, నీవు విత్తనిచోట కోయువాడవును, చల్లని చోట పంట కూర్చుకోనువాడవునైన కఠినుడవని నేనెరుగుదును. గనుక నేను భయపడి, వెళ్లి నీ తలాంతును భూమిలో దాచిపెట్టితిని; ఇదిగో నీవు తీసికొనమని చెప్పెను.

అందుకు అతని యజమానుడు వానిని చూచి-సోమరివైన చెడ్డ దాసుడా, నేను విత్తని చోట కోయువాడను, చల్లని చోట పంట కూర్చుకొనువాడనని నీవు ఎరుగుదువా? అట్లయితే నీవు నా సొమ్ము సాహుకారులయొద్ద ఉంచవలసి యుండెను; నేను వచ్చి వడ్డితోకూడ నా సొమ్ము తీసుకొనియుందునే అని చెప్పి.

ఆ తలాంతును వానియొద్దనుండి తీసివేసి, పది తలాంతులు గలవానికియ్యుడి. కలిగిన ప్రతివానికి ఇయ్యబడును అతనికి సమృద్ధి కలుగును; లేనివానియొద్దనుండి వానికి కలిగినదియు తీసివేయబడును. మరియు పనికిమాలిన ఆ దాసుని వెలుపటి చీకటిలోనికి త్రోసివేయుడి; అక్కడ ఏడ్పును పండ్లు కొరుకుటయు ఉండుననెను (మత్తయి 25:14-30)."

ఈ కథ అర్థమేమిటి, ఇది మధుమేహమునకు సంబంధించినదా? మొదటిగా, కథ యొక్క ముఖ్యమైన అంశము యాజమాన్యము మరియు దేవుని నుండి మనము పొందుకున్న వాటిపట్ల బాధ్యత. మనలో కొంతమంది దేవునిచేత అధిక ధనముతో ఆశీర్వదించబడెను. మనలో కొంతమంది పియానో లేక వయోలిన్ లేక ఆటలు ఆడడం వంటి గొప్ప తలాంతులు ఇవ్వబడి ఉండవచ్చు. మనలో కొంతమందికి జీవితంలో ఒక సంస్థ యొక్క అధ్యక్షుడు లేక పట్టణ ప్రధాని వంటి గొప్ప చోటులను ఇవ్వబడి ఉండవచ్చు.

మనలో కొంతమందికి వ్యాధులు మరియు అనారోగ్యమును ఇవ్వబడి ఉండవచ్చు. అయినప్పటికీ, దేవుడు మనకిచ్చిన దానికంటే జీవిత బహుమానము కొరకు మనము బాధ్యులమై యున్నాము. ఇది కథ యొక్క

ముఖ్య అంశము. అయినప్పటికీ, కథ యొక్క ఇంకొక ముఖ్య అంశము ఏమిటంటే దేవుడు వారికిచ్చిన బహుమానాలను ఎవ్వరైతే పట్టించుకోరో, వారు చనిపోయిన తరువాత ఎల్లపుడూ దాహంతో ఉండే ప్రమాదం ఉంది, ' చీకటిలోనికి త్రోసివేయుడి; అక్కడ ఏడ్పును పండ్లు కొరుకుటయు ఉండును.' ఇది నిత్య చీకటి. ఇది పాపము యొక్క ఫలితము. పాపమనగా కేవలం దేవుడు మనలను ఏమి చేయమంటున్నాడో పట్టించుకోక పోవడం. కథలోని సందర్భాముచలె, దేవుడు మనకు బాధ్యత మరియు సూచనలు స్పష్టంగా ఇస్తాడు. ఈ బాధ్యతలు మరియు సూచనలను పట్టించుకోకపోవడం తీవ్రమైన నీతి పరిణామాలకు దారి తీస్తుంది.

అయినప్పటికి, మన మధుమేహమును మంచిగా చికిత్స చేయడం నేర్చుకోగలం. దీనిని మనం ఎలా చేస్తాం? దీనిని చేయడానికి కొన్ని ప్రాధమిక మార్గాలున్నాయి. మొదటిది ఆహార ఉపయోగము మరియు వ్యాయామం. మధుమేహమును నియంత్రించడానికి ఇది అతి ముఖ్యమైన మార్గము. ఇది ఎలా చేయబడును? మొదటిగా, ఒక వ్యక్తి రోజుకు తీసుకొనే ఆహారము 1500-2000 క్యాలరీల మధ్యలో ఉండేలా తగ్గించుకోవాలి. బహుశా ఇది ఇతర ప్రజలు తినేదానికంటే తక్కువ కావచ్చు కానీ బ్రతకడానికి అది చాలు. తక్కువ మొత్తాదులలో ఆహారం తినడం, తక్కువ కొవ్వు తినడం, తక్కువ మద్యం సేవించడం మరియు ఎక్కువ పండ్లు మరియు కూరగాయలు తినడం ప్రాధమికంగా దీనిని చేయగలదు. రెండవది, ఎక్కువ వ్యాయామం చేయడం. లాభాన్ని కలిగియుండడానికి ఒక్కరు వారంలో కనీసం మూడు సార్లు 20 నుండి 30 నిమిషాల పాటు నడవడం లేక పరుగెత్తడం లేక బైక్ నడపడం కానీ చేయాలి. బరువును కోల్పోవడానికి ఒకరు కష్టించి పనిచేయాలి. అధిక బరువు ఒకరిని సులభంగా మధుమేహము కలిగియుండడానికి కారణమవుతుంది.

ఆహారాన్ని అధీనంలో ఉంచుకున్న తరువాత, వ్యాయామం చేయడం మరియు బరువును కోల్పోయిన తరువాత చికిత్సను వాడుకోవచ్చు. గడచిన 100 సంవత్సరాలలో 1990 లో మధుమేహమును వైద్యపరంగా చికిత్సకు అనేక పురోగమనలు వచ్చాయి. కావున మధుమేహమును కలిగియున్నవారు జీవించడానికి ఇది మంచి సమయం. అందించడానికి రెండు ప్రధాన వైద్య చికిత్సలు ఉన్నాయి. మొదటిది, రక్త చక్కెరను తగ్గించడానికి మధుమేహము కలిగినవారు తీసుకొనే మాత్రలు. మీకు ఈ మాత్ర శ్రేష్టమైనదో మీ వైద్యునికి తెలిసియుండవచ్చు. రెండవది ఇన్సులిన్. ఇన్సులిన్ అతి సాధారణంగా మధుమేహమును కలిగిన పిల్లల కొరకు వాడతారు. అయినప్పటికీ, మధుమేహము కలిగిన పెద్దలు ఇన్సులిన్ ను తక్కువగా వాడునప్పటికి, వారు కూడా మధుమేహమును నియంత్రించడానికి ఇన్సులిన్ ను వాడవచ్చు. రోగి మధుమేహమును

నియంత్రించడానికి తరచుగా ఒకటి లేక ఎక్కువ మందులు వాడవచ్చు. రోగులు మధుమేహమును నియంత్రించడానికి మాత్రలు మరియు ఇన్సులిన్ రెండింటిని కూడా తీసుకోవచ్చు.

సాధారణ స్థాయి కంటే ఎక్కువగా ఉండి పరీక్షించే సమయంలో క్షుణ్ణంగా పరిశీలించడానికి కొన్ని ప్రయోగశాల పరిణామాలు ఉన్నాయి. మధుమేహముతో ఉన్న రోగులు ఎక్కువగా గుండెవ్యాధులు మరియు స్ట్రోక్ లకు గురి కావచ్చు. కావున పరీక్షించే సమయంలో రోగియొక్క కొలస్ట్రాల్ ను పరిశీలించాలి. కొలస్ట్రాల్ పెరిగినట్లయితే రక్త చక్కర వలె చికిత్స పొందాలి.

కొలస్ట్రాల్ ను తగ్గించడం మధుమేహము గుండెపోటులు మరియు స్ట్రోక్ లకు తక్కువగా కారణమవుతుంది.

రెండవ ప్రయోగశాల విలువ మూత్రంలో ఉన్న ప్రోటీన్. అందరు వారి మూత్రంలో ఎంతోకొంత ప్రోటీన్ మొత్తాదులను కలిగియున్నారు. వారు ఈ ప్రోటీన్ చూడలేరు కాని అది అక్కడ ఉంది. కాలక్రమేణా, రక్త చక్కర నియంత్రించబడకపోతే మధుమేహము మూత్రపిండముపై ప్రత్యేకమైన ప్రభావమును కలిగియుంటుంది. ఈ ప్రభావ ఫలితంగా కొంత కాలం తరువాత మూత్రపిండము పోటీను లను ఎక్కువ మొత్తాదులలో కారడం లేక కోల్పోవడం జరుగుతుంది. ఈ ప్రోటీన్ కారడం లేదా కోల్పోవడమే ఆ సమస్య. ప్రపంచంలో సరాసరి మనిషి వారి మూత్రంలో ఈ ప్రోటీన్ కోల్పోతూ 9 సంవత్సరాల తరువాత ఈ మూత్రపిండ విఫలానికి గురి అవుతారు. ఈ మూత్రంగుండా ప్రోటీన్ కారడం/కోల్పోవడం నియంత్రించబడగలదా లేక చికిత్స చేయగలమా? అవును అది చేయబడగలదు? మధుమేహ ప్రత్యేక తగ్గుదల ద్వారా ఈ మూత్రపిండ నష్టము నయం చేయబడుతుంది. రెండవదిగా, రోగికి మధుమేహము నుండి మరియు ప్రోటీన్ కోల్పోవడం ద్వారా మూత్రపిండ నష్టం కలిగినప్పటికీ, మధుమేహమును సాధారణ స్థాయికి తగ్గించడం ద్వారా ఈ మూత్రపిండ నష్టం కొనసాగదు.

మధుమేహము ఉన్న రోగులలో ఈ మూత్రపిండ నష్టము యొక్క అభివృద్ధిని నియంత్రించడానికి ఇంకా కొన్ని ఇతర మందులు కూడా ఉన్నాయి. ఈ మందుల గురించి నీవు నీ వైద్యుని అడగగలవు. ఈ మందులు ప్రస్తుతం చైనాలో అందుబాటులో ఉన్నాయి.

చివరిగా, మధుమేహము కాళ్ళలోని నరములపై కూడా ప్రాభావం చూపుతాయి, తద్వారా రోగికి కాలినప్పుడు దాని అనుభూతిని పొందలేడు. చైనాతో కలిపి ప్రపంచంలోని మధుమేహ రోగులు కలిగియున్న చాలా తీవ్రమైన సమస్య మరియు కొంతకాలములో ఇది అంగచేధనమునకు దారి తీస్తుంది. ఏమి చేయబడగలదు? మరలా,

ఆహార ఆధీనం, వ్యాయామం లేక మందుల ద్వారా కానీ రక్త చక్కెరను సాధారణ స్థాయిలో ఉంచుకోవడం అతి ప్రాముఖ్యమైన విషయం.

ఈ ప్రసారం ముందు భాగంలోని కథకు తిరిగి వెళ్దాము. నిత్య చీకటిలోనికి ఒకరు ఎలా నెట్టబడకుండా ఉంటారు? అది చాలా మంచి ప్రశ్న. మొదటిగా, 'మీరు విశ్వాసముద్వారా కృపచేతనే రక్షింపబడియున్నారు; ఇది మీ వలన కలిగినది కాదు, దేవుని వరమే. అది క్రియలవలన కలిగినదికాదు గనుక ఎవడును అతిశయపడ వీలులేదు (ఎఫెసి 2:8,9) అని బైబిల్ చెప్తుంది. పౌలు అనే పేరుగల వ్యక్తి దీనిని దాదాపుగా 2000 సంవత్సరాల క్రితం వ్రాశాడు. దీని అర్ధమేమిటి? మనము ఈ నిత్య చీకటి లేక నరకం నుండి దేవుని బహుమానమైన విశ్వాసం ద్వారా రక్షింపబడ్డాము. ఇది దేవుని కృప వలననే. కృప అనగా దేవుని యొక్క లెక్కించలేని దయ. వేరొక భాగంలో బైబిల్ 'అయితే దేవుడు మనయెడల తన ప్రేమను వెల్లడిపరచుచున్నాడు; ఎట్లనగా మనమింకను పాపులమైయుండగానే క్రీస్తు మనకొరకు చనిపోయెను (రోమా 5:8) అని చెప్తుంది. మనము తప్పు చేసి దేవునికి వ్యతిరేకంగా వెళ్ళినప్పటికీ ఆయన మనలను ఇంకా ప్రేమించాడు మరియు మన పాపములనుండి రక్షించాలనుకున్నాడు. ఎంత అద్భుతమైన కథ. మన కొరకు ఎంత గొప్ప ప్రేమ!

దీని కొరకు మనం ఏమి చేయగలం? మనము నిత్యజీవం కలిగియుండదానికి ఆయన మన పాపములను భరించడానికి చనిపోయాడు. మన కొరకు యేసు సిలువపై చేసిన దానికి విశ్వాసంతో స్పందించగలము. మనము నిత్య చీకటిలోనికి త్రోసివేయబడకుండా ఆయన మన పాపములను తనపై తీసుకొనెను. ఇప్పుడు నీవు ఏమి చేయగలవు? నీవు క్రింది ప్రార్ధనను ప్రార్ధించగలవు:

ప్రియ ప్రభువా, నేను తప్పు చేసిన పాపినని నాకు తెలుసు. నేను నా ఇష్టపూర్వకంగా నా సొంత మార్గమున వెళ్లానని నాకు తెలుసు. నా పాపములు మరియు లోక పాపముల కొరకు యేసుక్రీస్తు సిలువపై మరణించాడని మరియు మరణం, పాపముపై విజయాన్ని చూపించడానికి తిరిగి లేచాడని నేను నమ్ముతున్నాను. నేను ఆ పాపములకొరకు పశ్చాత్తాపపడుతూ, నా జీవితంలోకి వచ్చి నివసించమని అడుగుతున్నాను. నీవు ఈ ప్రార్ధనను చేసినట్లయితే నీవు దేవుని బిడ్డవు మరియు నిరంతరము జీవించగలవు. అభినందనలు....