

## निवडक रुग्ण कथा

डॉ. श्रीकान्त वाघ, ऱ्हुमॅटॉलॉजिस्ट, पुणे

## Coping with Rheumatoid Arthritis (Marathi)



### जगण्याची नवी उमेद

### संजय डी. जोशी (जालना)

मी संजय डी. जोशी. जालना शहरातील माध्यमिक शाळेत शिक्षक आहे. वय वर्ष ३६. वयाच्या २६व्या वर्षापासून मला पायाचा त्रास होता. ३०व्या वर्षापासून मानही दुखू लागली. जवळपास ७-८ वर्षे मी वेगवेगळ्या ऑर्थोपेडिक तज्ज्ञ (?) डॉक्टरांकडे उपचार घेतले. या आठ वर्षांत प्रचंड त्रास झाला. मानेचे व पाठीचे जवळपास ३० ते ४० एक्स-रे या दरम्यान वेगवेगळ्या डॉक्टरांच्या सल्ल्यांमुळे काढावे लागले. रोज २-३ वेदनाशामक गोळ्या घेऊनही आजार आणि त्रास तसाच होता. आर्थिक झळ आणि शरीराचा ऱ्हास हे वेगळेच. अखेरीस आपण कधीच बरे होऊ शकणार नाही अशी निराशेची भावना तयार झाली. यामुळे आजार बळावतच गेला. शेवटी तर वैद्यकीय क्षेत्रातील लोकांवरचा विश्वासच उडू लागला. आयुर्वेदिक, होमिओपॅथिक आणि इतर खासगी उपचारही व्यर्थ ठरले. सकाळी झोपेतून उठताना फार त्रास

जाणवायचा. नंतर दिवसभर थोडा कमी आणि पुन्हा रात्री जास्त अशी अवस्था होती. मानेची हालचालच होत नव्हती. आजच्या धावपळीच्या जीवनात आहार आणि व्यायामाकडे कितीही म्हटले तरी दुर्लक्ष होते. त्यातच असा कायमचा आजार असणाऱ्या माणसात तर प्रत्येक वेळी नकारात्मक विचारसरणीच निर्माण होते. थोडक्यात काय तर प्रदीर्घ काळ आजारपण, शरीराची अन् पैशाची प्रचंड झळ सोसत मी आलेला दिवस कसातरी काढत होतो. वर्तमानपत्रातील वेगवेगळ्या जाहिराती पाहून तथाकथित तज्ज्ञ(?) डॉक्टरांचे मार्गदर्शन घेत होतोच.

मार्च २००८च्या सुमारास माझ्या एका डॉक्टर मित्राकडून कळले की ऱ्हुमॅटॉलॉजी नावाची विशेष उपचार पद्धती आहे. डॉ. श्रीकान्त वाघ नावाचे त्याचे तज्ज्ञ आहेत. त्यांना भेटून ये, दाखवून ये. खरे तर पुण्याला जायची, पुन्हा नवीन डॉक्टर, पुन्हा तेच ते करण्याची इच्छाच नव्हती. परंतु दुखणे विकोपाला गेल्यामुळे मी सपत्नीक(कारण एकटे फिरणेही शक्य नव्हते म्हणून) डॉ. वाघ यांच्याकडे गेलो. जवळपास २५-३० मिनिटे डॉक्टर तपासत होते. असंख्य प्रश्न विचारत होते. आजपर्यंत कोणत्याही डॉक्टरने एवढा वेळ तपासले नव्हते वा इतके प्रश्नही विचारले नव्हते. परंतु का कोणास ठाऊक आपणही बरे होऊ शकतो आणि ह्या आजारपाणातूनही सुटका मिळू शकेल अशी अंधुकशी आशा निर्माण झाली. सांध्याची झालेली प्रचंड झीज, खऱ्या तज्ज्ञ डॉक्टरांकडे झालेला उशीर आणि यामुळे आजाराने बळावत गेलेले स्वरूप ह्या सगळ्या गोष्टींची कल्पना डॉक्टरांनी दिली अन् आपण निश्चितच बरे होऊ शकू हा त्यांनी पेरलेला आत्मविश्वास बरोबर घेऊन मी घरी परतलो. आपला रोग, त्याची व्यापकता, उपचारास लागणारा वेळ, औषध अन् व्यायाम याहीपेक्षा जीवनाकडे पाहण्याची सकारात्मक दृष्टी या सगळ्या गोष्टी मला तेथे उमजल्या. आता दीड वर्ष झाले मी नियमित २-३ महिन्यांनी डॉक्टरांकडे जातो. औषध आणि व्यायाम या गोष्टींमुळे आज मी सर्वसाधारण माणसांसारखे व्यवस्थित जीवन जगतो आहे. आपण काही दिवसांपूर्वी खूप-खूप आजारी होतो हे देखील मी आता विसरून गेलो.

गेल्या काही दिवसांपासून व्यायामामुळे माझा मानेचा त्रास अगदीच कमी झाला आहे. यामुळे माझं छंद आणि आवड मी पुन्हा जोपासत आहे. मला झालेला त्रास, वेदना मी अगोदरच कमी करू शकलो असतो का? असा विचार मनात बऱ्याच वेळा येतो. यावर विचार केला तर उत्तर स्पष्ट दिसते. सुरुवातीस ऱ्हुमॅटॉलॉजिस्टकडे गेलो असतो तर आयुष्याची ऐन उमेदीची वर्षे चांगली गेली असती. शरीराची हानी टळलीअसती. परंतु वास्तविकता ही आहे की या शाखेचे ज्ञान मराठवाड्यातील नामवंत (?) समजल्या जाणाऱ्या डॉक्टरांनाही नाही. (स्वतःचे प्रचंड हॉस्पिटल, औरंगाबादसारख्या ठिकाणी असणाऱ्या डॉक्टरांनी मी त्यांना दाखवलेल्या डॉ. वाघ यांच्या लेखांच्या पाच-पाच झेरॉक्स करून घेतल्या. खासगीत या महाशयांनी माझ्याजवळ या शाखेचे फारसे ज्ञान नाही, हेही कबूल केले.) जर डॉक्टरांनाच याचे ज्ञान नसेल तर रुग्णाच्या बाबतीत विचार न केलेलाच बरा! अथवा त्यांना माहीत असूनही रुग्णाच्या त्रासाचा त्या डॉक्टरांनी विचार केलेला नसावा. एवढे मात्र खरे की मराठवाड्यात एकही ऱ्हुमॅटॉलॉजिस्ट नसावा, याबद्दल खेद वाटतो.

या शाखेचा फारसा प्रसार झालेल्या नसल्यामुळेच माझ्यासारख्या असंख्य रुग्णांचे हाल झाले असावेत. माझ्यासारखे हजारो-लाखो रुग्ण योग्य उपचार न मिळाल्यामुळे कितीतरी ऑर्थोपेडिक सर्जनकडे वर्षानुवर्षे चकरा मारीत असावेत.

या ठिकाणी मला एका विशेष बाबीचा मुद्दाम उल्लेख करावा वाटतो तो असा की डॉक्टरांच्या एकंदरीत वर्तनाचा फार मोठा परिणाम रुग्णांच्या मानसिकतेवर होत असतो. माझा स्वतःचा अनुभव सांगतो. मध्यंतरी मला मानेचा पुन्हा त्रास होऊ लागला म्हणून मी डॉ. वाघ यांच्याकडे गेलो. डॉक्टरांशी बोलता-बोलताच मला असे जाणवू लागले की आपली मान सैल होते आहे आणि त्रासही बराच कमी झाला आहे. मी त्यांना तसे सांगितलेही! काही का असेना. डॉ. श्रीकांत वाघ यांच्यासारखे सखोल अभ्यास करणारे नामवंत डॉक्टर आज रुग्णसेवेचा वारसा चालवत आहेत आणि माझ्यासारख्या असंख्य रुग्णांना जगण्याची नवीन उमेद बहाल करत आहेत. भर वाळवंटात पाण्यासाठी तडफडणाऱ्या व्यक्तीला अचानक निर्मळ पाण्याचा झरा मिळावा, तद्वतच डॉ. श्रीकांत वाघ यांचे उपचार मिळाले याचा मला फार आनंद वाटतो. सर, परमेश्वरावर माझी निस्सीम श्रद्धा आहे. तुमच्या रूपाने परमेश्वरच भेटला. ही तुम्हाला कदाचित अतिशयोक्ती वाटेल, पण माझ्यासाठी ही सत्य परिस्थिती आहे.

