پھیپھڑے۔

پھیپھڑے ایک ایسی چیز ہیں جو کہ چھاتی میں ہوتے ہیں اور یہ دِل کے دونوں طرف ایک ایک ہوتے ہیں اور یہ انتڑیوں میں جکڑے ہوتے ہیں۔ سید ہے ہاتھ والا پھیپھڑا اُلٹے ہاتھ والے سے زیادہ کام کرتا ہے۔ دونوں ایک قسم کے باریک کور میں ہوتے ہیں جسے پلورا کہتے ہیں اور انتڑیاں بھی ہوتی ہیں۔ دونوں ممبرانا س ایک دوسرے پر سلپ ہوتی ہیں جب ہم سانس لیتے ہیں جو کہ پھیپھڑوں کو اِس دوران کُھلنے اور سُکڑنے میں مدد دیتی ہیں۔ اِن کے اندر پھیپھڑوں میں ایک ایسا فوم ہوتا ہے جو کہ بلکُل باریک ٹیوب جیسا ہوتا ہے اِس میں جو سب سے زیادہ چھوٹا ہے وہ ہوا کے لفافے جسے البیلوس کہتے ہیں۔ جِس کی دیواریں بہت ہی باریک ہوتی ہیں

پھیپھڑے اور سانس۔

پھیپھڑوں والا پیپر ہوا سے آکسیجن لیتا ہے اور خون میں داخل کرتا ہے تا کہ خون جسم میں گردِش کر سکے۔ ہر دفعہ جب ہم سانس لیتے ہیں ہوا ناک یا پھر گلے سے نیچے تک جاتی ہے اور دو چھوٹی ٹیوبز جن کو برونکیوز کہتے ہے ایک اُلٹے ہاتھ والے پھیپھڑے میں جاتی ہے اور دوسری سید ہے ہاتھ والے میں جاتی ہے۔ ہوا جسم میں تقسیم ہوتی ہے، بہت چھوٹی چیز جسے برونکیولوس کہتے ہیں آبیولوس تک پہنچنے کے لیئے۔ آبیولوس کے اندر آکسیجن جاتی ہے باسوس سانگینیوس جو کہ ایک دیوار کی شکل کی ہوتی ہے اور وہاں سُرخ گلوبولوس اِس کو لیکر پورے جسم میں لے جاتی ہے۔ اور اُسی وقت کاربن نکل کر اُلٹی سمت باہر آ جاتا ہے یعنی خون کے راسطے اور پھر پھیپھڑوں سے ہوتا ہوا سانس کو مکمل کرنے کے لیئے۔

پھیپھڑوں کی بیماری۔

اِن نشانیوں میں کھانسی، سانس لینے میں مُشکل، کھانسی کرتے خون کا آنا یا بلغم کا آنا، یا پھر پھیپھڑوں میں درد، اِس بات کی نشاندہی کرتی ہیں کہ پھیپھڑوں میں کوئی مسئلہ ہے۔ جیسا کہ ساری دُنیا میں ہے کہ وہ لوگ جو کہ ایڈز جیسی مہلک بیماری میں مُبتلہ ہیں اُن کو سردی بھی جلد لگ جاتی ہے یا پھر اُن کو نذلہ زُکام بھی ہو جاتا ہے جو کہ چھاتی کو مُتاثر کرتا ہے جو کہ بعد میں کھانسی یا پھر بلغم کا باعث بنتا ہے۔ یہ نشانیاں کُچھ دنوں کے بعد ختم ہو سکتی ہیں اور کوئی بھی نُقصان نہیں پہنچا سکتیں۔ جبکہ پھیپھڑوں کی کُچھ بیماریاں جو کہ ایڈز کے مریضوں میں زیادہ اثر کرتی ہیں وہ اُن کے لیئے خطرناک ہو سکتی

ہیں۔

حالانکہ کوئی بھی شخص نمونیا کا شکار ہو سکتا ہے مگر پلوریٹس یعنی ممبرانا کو پھول جانا جو کہ پھیپھڑوں ڈھانپ کر رکھتی ہیں یا برونکیٹیز یہ وہ بیماریاں ہیں جو کہ ایڈز کے مریضوں میں زیادہ اثر انداز ہوتی ہیں اور خطرناک ثابت ہو سکتی ہیں خاص طور پر جب آپ کا نروس سِسٹم خراب ہو۔

نمونیا جسے نیوموسِسٹِس کارینی (PCP) یہ ایک ایڈز کی یقینی بیماری ہے جو کہ پھیپھڑوں پر اثر انداز ہوتی ہے اور عام طور پر صرف اُن لوگوں میں نظر آتی ہے جِن میں سی ڈی 4 جو کہ 200 سے کم ہو۔ اُن مُما لک یہ بہت کم ہے جِن میں صحت کا نظام بہت جدید ہے۔ جبکہ آخری کُچھ سالوں میں ٹی بی کے مریضوں کی حالت میں تبدیلی آ گئی ہے۔ اور تعداد شمار کے حصاب سے سپین میں آدھے سے زیادہ لوگ جو کہ ایڈز کا شکار ہیں وہ غیر مُلکی ہیں اور اس کے ساتھ ساتھ ایڈز کے مُقابلے میں لوگ زیادہ تر ٹی بی کا شکار ہو رہے ہیں، اور اِس کے علاوہ وی آئی ایچ کی انفیکشن کے دوران بھی ٹی بی ہو سکتی ہے۔ اور دُنیا میں یہ ایک بیماری کی بہت بڑی وجہ یا پھر اُن کی موت کا سبب ہے جِن کو وی آئی ایچ ہے۔ ایڈز کا مکمل ثابت ہو جانا یعنی سارکو مادے کاپوسی اور لِنفو مانو دے ہودکِن بھی پھیپھڑون کو متاثر کر سکتے ہیں۔ جیسا کہ کُچھ جراثیم یا پاتو خینوس، اور سِگرٹ ایک ایسی عام وجہ ہے جو کہ پھیپھڑوں کی بیماریوں سے مُطعلق ہے۔

ٹیسٹ۔

اگر آپ کو کسی بھی قسم کی سانس کی تکلیف ہے تو آپ کا ڈاکٹر ایک خاص قسم کے عالے سے آپ کی چھاتی کو چیک کرے گا کہ آپ کے پھیپھڑے تو ٹھیک کام کر رہے ہیں۔ دوسرے ٹیسٹ جو کہ عام طور پر یہ دیکھنے کے لیئے کیئے جاتے ہیں کہ کہیں کوئی انفیکشن تو نہیں ہوگئی جس میں چھاتی کا ایکسرا بھی شامل ہے اور بعض اوقات بلغم کا بھی ٹیسٹ کیا جاتا ہے جو کہ مریض کو خاص طور پر کہا جاتا ہے کہ بلغم کو پھیپھڑوں سے نکالنا ہے۔ اِس کے علاوہ برونکوسکوپیا بھی کیا جاسکتا ہے جس میں ایک نالی کے ذریعے ایک کیمرہ ناک کے راستے اندر داخل کیا جاتا ہے۔ اور بِاوپسیا میں پھیپھڑوں سے کُچھ معادلیا جاتا ہے ٹیسٹ کے لیئے۔ اِس کے علاوہ چھاتی میں سے بھی کُچھ معادلیا جاسکتا ہے جسے بی اوپسیا دے پلورا کہتے ہیں۔ اِس کے علاوہ پھیپھڑوں کے فنکشن کے لیئے بھی ٹیسٹ کیا جاتا ہے جس میں یہ معلوم کیا جاتا ہے کہ پھیپھڑے ٹھیک طرح سے آکسیجن لے رہے ہیں اور دورانے آکسیجن ٹھیک طریقے سے پھولتے ہیں۔ اور ٹھیک فنکشن یا کینسر کے بارے میں جاننے کے لیئے پورے جسم کا سکینر بھی کیا جاسکتا ہے۔

علاج۔

اینٹی باؤ ٹِک کا اِستعمال پھیپھڑوں کی انفیکشن کے علاج یا پھر اِس سے بچاؤ کے لیئے کیا جاتا ہے جیسا کہ نمونیا اور اِس کے علاوہ پی سی پی کے خلاف بھی اِس کا اِستعمال ہوسکتا ہے اور ٹی بی کے خلاف بھی اگر آپ کا ڈاکٹر سوچے کے اِن میں سے کوئی بھی بیماری آپ کو ہوسکتی ہے تو وہ آپ کو اینٹی باؤ ٹِک دے سکتا ہے تا کہ آپ اِن بیماریوں سے محفوظ رہ سکیں۔ دوسرا طریقہ اِن بیماریوں سے محفوظ رہنے کا ہے کہ آپ اینٹی وی آئی ایچ کا اِستعمال کریں۔

کیموتراپیا، راڈیوتراپیا اور سرجری کا اِستعمال پھیپھڑوں کے کینسر کے علاج کے لیئے کیا جاتا ہے۔

پھیپھڑوں کو صحت مندر کھنا۔

سگرٹ نوشی پھیپھڑوں کی بہت سی بیماریوں کی وجہ بنتی ہیاسی لیئے سگرٹ چھوڑ دینا یا نہ پینا آپ کے پھیپھڑوں کو صحت مندر کھ سکتا ہے۔ ہر روز باقاعدگی سے ورزش کرنا جب تک آپ کے پھیپھڑے ٹھیک طرح سے کام نہ شُروع کردیں۔ اور یہ بہت ضروری ہے کہ آپ اپنا چیک اپ کرواتے رہیں اپنے قریبی وی آئی ایچ سنٹر سے جس کا مطلب یہ ہوگا کہ آپ کا پورا کنٹرول ہورہا ہے اور کسی بھی پھیپھڑوں کی بیماری کا علاج بروقت ہوسکتا ہے خاص طور پر اگر وہ بیماری وی آئی ایچ سے تعلق رکھتی ہے۔ اور اِس کے علاوہ ایک اچھی خوراک یعنی پھلوں اور سبزیوں کا اِستعمال بھی آپ کی صحت مندی کا راز ہیں۔

grupo de trabajo sobre tratamientos del VIH
e-mail: contact@gtt-vih.org
website: www.gtt-vih.org

Generalitat de Catalunya Departament de Salut
ACSAR associació catalana de solidaritat i ajuda als refugiats
Institut Català de la Salut Direcció d'Atenció Primària Ciutat -Vella Unitat de Medicina Tropical, Importada i Vacunació Internacional
Adaptación de nam www.aidsmap.com
MINISTERIO DE SANIDAD Y CONSUMO
SECRETARÍA GENERAL DEL PLAN NACIONAL SOBRE EL SIDA