జిందగీ ఊపిరి

పైల్స్ అనేవి ప్రతి మనిషికి ఉంటాయి. అయితే సాధారణంగా అంతగా ఇబ్బందిపెట్టని పైల్స్, మనల్ని బాధకు గురిచేసినప్పుడు వాటిని పైల్స్ (మొలలు) వచ్చాయి అంటారు. అంతేతప్ప పైల్స్ అంటే సమస్య ఉన్నవారిలోనే ఉంటాయని అర్థంకాదు. మనిషి శరీరంలో ఉన్న ప్రతి భాగం ఏదో రకంగా మనిషికి ఉపయోగపడేదే అయ్యుంటుంది. మరి అలాంటిది పైల్స్ పీడిస్తున్నాయని వాటిని తీసేస్తే... వాటి పని ఏ అవయవం చేస్తుంది? అసలు పైల్స్ అంటే ఏమిటి, సమస్య ఎలా ఉత్పన్నమవుతుంది, చికిత్స ఏంటి అనేవి తెలుసుకుందాం.

నో పైల్స్.. ఓన్లీ స్మైల్స్

పైల్స్ మలద్వారం పట్టు నుంచి చుక్క నీరు కూడా బయటికి రాకుండా గేట్ కీపర్స్ లాగా అడ్డుపడుతాయి. మలద్వారం నుంచి నీరు బయటికి రాకుండా పైల్స్ 20 శాతం వరకు అడ్డుకుంటాయి. మిగతా 80 శాతం స్ప్రింగర్స్ అడ్డుకుంటాయి. ఇక ఎవరికైనా పైల్స్ సమస్య తలెత్తినప్పుడు కొన్ని ఇబ్బందులు వస్తాయి. అవి... మలద్వారం వద్ద నొప్పి, బయటికి మొలలలాగా రావడం, రక్తం కారడం, మలం బయటికి రాకుండా అడ్డుపడటం, ఫిస్టులా, ఫిషర్ కూడా రావచ్చు! ఎసిడిటీ కారణంగా కడుపులో మంట మొదలైనవి పీడిస్తాయి. స్త్రీలలో ప్రెగ్నెన్సీ సమయంలో కూడా పైల్స్ రావచ్చు. ఎందుకంటే మలద్వారం పైన బిడ్డ ఒత్తిడి పడటం దీనికి కారణమవుతుంది.

రెండు రకాల పైల్స్

పైల్స్‌ను ఇంగ్లిష్‌లో హెమరాయిడ్స్ అంటారు. ఇవి మలద్వారం లోపల కానీ, బయట కానీ వస్తాయి. పైల్స్ బాగా ఉబ్బితే లోపలినుంచి బయటికి వస్తాయి. దానిమీద ఒత్తిడి పడినప్పుడు పెద్ద పైల్స్ సాగిపోయి బయటికి వచ్చే అవకాశం ఉంది. మలద్వారం నుంచి రక్తం బయటికి రావడం ఒక్కటే పైల్స్‌కి కారణం కాదు. అది ఫిషర్ కూడా కావొచ్చు. పైల్స్... అంతర్గత హెమరాయిడ్స్, బాహ్య హెమరాయిడ్స్ అని రెండు రకాలు. అంతర్గత పైల్స్ నొప్పి లేకుండా ఉంటాయి. అలాగే మల విసర్జన సమయంలో రక్తం రావడం కూడా ఉంటుంది. కొన్నిసార్లు అవి మలద్వారం బయటికి వచ్చి ఉంటాయి, వాటిని పాలిప్స్ పైల్స్ అంటారు. ఇక బాహ్య హెమరాయిడ్స్ అంటే మలద్వారం బయట వాపులు ఉండటం. రక్తం కారణంగా అవి ఉబ్బి నీలిరంగు గడ్డలుగా అయి తీవ్రమవుతాయి. ఇలాంటి వాటిని త్రాంబోస్డ్ (Thrombosed) పైల్స్ అంటారు.

ఎలా వస్తాయి?

మనుషులతోపాటు రెండు కాళ్లమీద నడిచే జీవులకు పైల్స్ సమస్య ఎప్పుడో ఒకప్పుడు తలెత్తక తప్పదు. ఇక పైల్స్ అంటే వంశపారంపర్యంగా వస్తాయని ఒకప్పుడు అనుకునేవాళ్లు. కానీ, దీనికి వేర్వేరు కారణాలు ఉన్నాయని అధ్యయనాల్లో తేలింది. అవేంటంటే...

- జీవనశైలి అపసవ్యంగా ఉండటం.
- సమతులాహారం తీసుకోకపోవడం.
- మసాలాలు, కారం ఎక్కువగా తినడం.
- వ్యాయామంలో భాగంగా అధిక బరువులు ఎత్తడం.
- ఆడవారిలో అయితే ఎక్కువ కాన్పులు లేదా అధిక కష్టంతో కాన్పులు, ఊబకాయం.
- ఎక్కువ గంటలపాటు కూర్చొని లేదా నిలబడి పనిచేయడం.

లక్షణాలు

- మలబద్ధకం.
- మలద్వారం దగ్గర దురద.
- మల విసర్జనకు ఎక్కువ సమయం పట్టడం.
- విసర్జన సమయంలో మలద్వారం దగ్గర నొప్పి.

మనిషికి జీవితంలో ఎప్పుడో ఒకప్పుడు పైల్స్ సమస్య తప్పదనడం ఎందుకంటే.. ఏ మనిషి కూడా ప్రతిరోజూ ఒకే విధంగా మల విసర్జనకు వెళ్లడమనేది సాధ్యం కానిపని. మనిషి తినే ఆహారంతోపాటు తాగే నీరు, ఆహార విధానంలో మార్పులు కూడా జీర్ణ వ్యవస్థలో చాలామార్పులు తెస్తాయి. ఆహారం, నీరు కాకుండా ఒత్తిడి, వేళాపాళా లేని నిద్ర అలవాట్లు, ఓ నిర్ణీత పద్ధతంటూ లేని రోజువారీ జీవితం కూడా పైల్స్ సమస్యలో తమవంతు పాత్ర పోషిస్తాయి. ఎప్పుడైనా ఒక గొట్టంలో నీరుపోసి మధ్యలో ఏదైనా అడ్డుగా ఉంచితే నీరు బయటికి రావడం కష్టమైపోతుంది. అదే మధ్యలో ఎలాంటి అడ్డు లేకుండా ఉంటే కష్టం ఉండదు. పైల్స్ సమస్య కూడా సరిగ్గా ఇలానే ఉంటుంది. మనం తినే ఆహారం జీర్ణమయ్యాక వ్యర్థాలు స్వేచ్ఛగా బయటికి వెళ్లిపోవాలంటే విసర్జన వ్యవస్థలో ఎలాంటి ఆటంకం ఉండకూడదు.

> ఇక పైల్స్ శాకాహారులకు రావని కొందరు అనుకుంటారు. మనం ఆహారంలో వాడే మసాలా పదార్థాలు జీర్ణక్రియకు బాగా ఉపయోగ పడుతాయి. అయితే, మసాలాలు కూడా మితం తప్పి వినియోగించ కూడదు. అంతేకాకుండా, కొవ్వు పదార్థాలు కూడా తగిన మోతాదులోనే తీసుకోవాలి.

డాక్టర్‌ను ఎప్పుడు కలవాలి?

మలబద్ధకం, మలద్వారం దగ్గర రక్తం రావడం, నొప్పి, రక్తహీనత, బయటికి మొలలు తగిలి ఇబ్బంది పడేవాళ్లు, కూర్చోవడానికి కూడా కష్టంగా అనిపించినప్పుడు డాక్టర్‌ను సంప్రదించాలి. అయితే డాక్టర్‌ను కలవడానికి ముందు ఇంటిచిట్కాలు పాటించవచ్చు. ఈ మధ్యకాలంలో చాలామంది కీటో డైట్, క్రాష్ డైట్, ప్రొలాంగ్ స్టార్వింగ్ లాంటి రకరకాల పద్ధతులు బరువు తగ్గడానికి వాడుతున్నారు. వీటివల్ల ఎన్నో సైడ్ ఎఫెక్ట్స్ ఉంటాయి. ఈ దుష్ప్రభావం ముందుగా పేగు మలద్వారం దగ్గర కనిపిస్తుంది.

కొలనోస్కోపీ అవసరమా?

పూర్వం పేగు క్యాన్సర్ అంటే 50 ఏండ్ల తర్వాతే వస్తుంది అనుకునేవారు. కానీ, ఇప్పుడు 20, 30 ఏండ్ల వాళ్లు కూడా పేగు క్యాన్సర్ బారినపడటం చూస్తున్నాం. ఎవరికైతే మలద్వారం దగ్గర రక్తం, జిగురు పడుతుందో, మల విసర్జన ఎక్కువ అవడం, లేదంటే అసలే రాకపోవడం, జీర్ణవ్యవస్థలో తీవ్రమైన మార్పులు, బరువు తగ్గిపోవడం, ఆకలి లేకపోవడం, వంశంలో ఎవరికైనా క్యాన్సర్ ఉంటే గనుక కొలనోస్కోపీ అవసరమవుతుంది.

చికిత్స విధానాలు

ప్రాచీన కాలంలో పైల్స్ ఉన్న వ్యక్తిని అంటే ఉబ్బి బయటికి వచ్చిన వ్యక్తిని తలకిందులుగా చెట్టుకు కట్టేసి చికిత్స చేసేవారు. అలా మొదలైన మొలల చికిత్స ఎంతో పరిణతి సాధించింది. వైద్య విజ్ఞానం అభివృద్ధి చెందకముందు మలద్వారం వివరాలు అంతగా తెలిసేవి కావు. మలద్వారం పొడవు ఎంత, పైల్స్ ఎక్కడ ఉంటాయి, జబ్బులతో కూడిన పైల్స్ ఏవి, మామూలు పైల్స్ ఏవి అనే తేడాలు కూడా గుర్తించలేకపోయేవారు. కానీ, ఇప్పుడలా కాదు. కొలనోస్కోపీ, సీటీ స్కాన్, ఎంఆర్‌ఐలు ఇలా ఎన్నో అందుబాటులో ఉన్నాయి. పైల్స్ సమస్య పూర్వాపరాలు, దాని చికిత్స అన్నీ అవగాహనకు వచ్చాయి. ఇకపోతే పైల్స్ సమస్యను మనం ఓ చెట్టుతో పోల్చవచ్చు. చెట్టుకు నీరు తగినంతగా అందిస్తే బాగా పెరుగుతుంది. లేదంటే అది ఎండిపోతుంది. అలాగే పైల్స్ ఉబ్బడానికి గల కారణం అధిక రక్తం పైల్స్‌లోకి వెళ్లడం. కాబట్టి, రక్తం వెళ్లే దారిని మూసివేస్తే పైల్స్ కూడా సాధారణ స్థానంలోకి వస్తాయి.

ఏ డాక్టర్‌ను కలవాలి?

పైల్స్ ఉన్నవాళ్లు చాలావరకు గ్యాస్ట్రో డాక్టర్‌ను కలవాలని అనుకుంటారు. స్త్రీలైతే గైనకాలజిస్ట్ దగ్గరికి వెళ్తారు. కానీ, పైల్స్ రోగులు ప్రాక్టాలజిస్ట్, జనరల్ ఫిజీషియన్‌ను సంప్రదించాలి.

చికిత్స విధానాలు

పైల్స్ వేధిస్తుంటే ప్రతి ఒక్కరూ లేజర్ చికిత్స అడుగుతారు. అయితే, ఈ సమస్యకు లేజర్ సర్జరీ ఒక్కటే మంత్రదండం ఏమీకాదు అని గుర్తుంచుకోవాలి. ఫోర్త్ గ్రేడ్ పైల్స్‌కు లేజర్ చికిత్స పనిచేయదు. ఎక్కువ కరెంట్ వాడితే మలద్వారం దెబ్బతింటుంది. దాని పటుత్వం పోతుంది. ఫిస్టులాలు కూడా ఏర్పడే అవకాశం ఉంది. అంతేకాకుండా మలద్వారం నుంచి గాలి బయటికి వస్తున్నదా, నీరు వస్తున్నదా అనే గమనింపు సామర్థ్యం కోల్పోతారు. కాబట్టి పైల్స్‌కు వివిధ రకాల చికిత్సలను మేళవించి హైబ్రిడ్ పద్ధతిలో ఆపరేషన్ చేసినట్లయితే మంచి ఫలితాలు ఉంటాయి. ఆ పద్ధతులు..

- లేజర్ + హెచ్‌ఏఎల్
- ఎంఐపీహెచ్, స్టెప్లర్
- డీజీహెచ్‌ఏఎల్+ ఆర్‌ఏఆర్
- ఇంజెక్షన్ మాత్రమే (సెలెరో థెరపీ)
- అన్నిటికంటే ఉత్తమ ఫలితాలు ఫోర్త్ గ్రేడ్ పైల్స్ చికిత్స చివేట్స్‌లో కనిపిస్తాయి.

చివేట్స్‌లో హెమరాయిడోపిక్సీ ప్లస్ లేదా మైనస్ ఉపయోగించి లేజర్ కిరణాలతో గాటు పెట్టకుండా పైల్స్‌కు వెళ్లే రక్త ప్రసారాన్ని నిలిపివేస్తారు. దీంతో బయటికి సాగిపోయిన పైల్స్‌ను మళ్లీ పూర్వపు స్థితికి తీసుకువస్తారు. దీనివల్ల మంచి ఫలితాలు ఉంటాయి. మలద్వారం దగ్గర వచ్చే ప్రతీ సమస్య పైల్స్ కూడా కాకపోవచ్చు. ఫిషర్, ఫిస్టులా, పాలిప్, ఆనల్ వార్ట్స్... ఇలా వివిధ రకాల సమస్యలు ఉండొచ్చు. డాక్టర్‌తో పరీక్ష చేయించుకుంటేనే అసలు విషయం బయటపడుతుంది.

ఎన్ని రోజుల్లో కోలుకుంటారు?

రోగులు దవాఖానలో ఒకటిరెండు రోజులు ఉంటే సరిపోతుంది. మూడు నుంచి ఐదు రోజుల్లో తమ పనులు తాము చేసుకోవచ్చు. ఆపరేషన్ అయిన మొదటిరోజే పైల్స్ సాధారణ స్థితికి వచ్చేస్తాయి. రెండు వారాల్లో రోగి మామూలుగా అయిపోతాడు. ఇక చివేట్స్ చికిత్సలో ఎలాంటి కృత్రిమమైన పరికరాలు వాడకం అనేది జరగదు. దీంతో రోగికి అసౌకర్యం కలగదు.

ఇక రోగులు కూడా పైల్స్ అనగానే భయపడిపోతారు. ఏమీ తినకుండా కుంగుబాటుకు లోనవుతారు. పైల్స్ భయంకరమైన రోగం కాదని గుర్తుంచుకోవాలి. సమస్య తలెత్తగానే డాక్టర్‌ను సంప్రదించాలి. ఏ విధమైన చికిత్స అవసరమో నిర్ధారణ చేసుకోవాలే తప్ప.. 'ఆపరేషన్ లేకుండానే పైల్స్ తగ్గిస్తాం' అనే నాటు వైద్యుల దగ్గరికి వెళ్లకూడదు. దగ్గర్లో ఉన్న ప్రాక్టాలజిస్ట్‌ను కలవాలి. మరో మాట కొంతమందిలో పైల్స్ క్యాన్సర్ కూడా అయ్యుండొచ్చు. అందుకని డాక్టర్‌ను కలవడం తప్పనిసరి. డాక్టర్ సలహాలు, చికిత్సతోపాటు సమతులాహారం, వ్యాయామం, తగినన్ని నీళ్లు, నాణ్యమైన నిద్ర ఉండేలా ప్రణాళిక వేసుకోవాలి. పండ్లు, తాజా కూరగాయలు, కీరదోస, క్యారెట్, బీట్‌రూట్, మజ్జిగ ఎక్కువగా తీసుకోవాలి.

డా॥ శాంతివర్ధని
సీనియర్ జనరల్ అండ్ లాపరోస్కోపిక్ సర్జన్
యశోద హాస్పిటల్స్, సికింద్రాబాద్

ఇన్ని రోజులుగా జ్వరమా?

పిల్లల పెంపకం

మా పాప వయసు 8 ఏండ్లు. 10 రోజులుగా జ్వరం ఉంది. శరీర ఉష్ణోగ్రత 102 నుంచి 103 డిగ్రీల మధ్య ఉంటున్నది. పారాసిటమాల్ మందు ఇస్తే తగ్గుతుంది. జ్వరం లేనప్పుడు హుషారుగానే ఉంటున్నది. ఇప్పటివరకు మలేరియా, డెంగ్యూ, టైఫాయిడ్ టెస్టులు కూడా చేయించాం. అన్నీ బాగానే ఉన్నాయన్నారు. జ్వరమే కాకుండా మెడ భాగంలో గ్రంథులు ఉబ్బిన ట్టుగా ఉన్నాయి. కొంతమేరకు ఎర్రటి ర్యాషెస్ కూడా వచ్చాయి. ఇది ఏమైనా ప్రమాదమా? జ్వరం వస్తే ఇన్ని రోజులు ఉండటమేంటి? ఆందోళనగా ఉంది. సలహా ఇవ్వండి.

• ఓ పాఠకురాలు

డాక్టర్ విజయానంద్
నియోనేటాలజిస్ట్ అండ్ పీడియాట్రీషియన్
రెయిన్‌బో చిల్డ్రన్స్ హాస్పిటల్స్

మీ పాపకు పది రోజులుగా జ్వరం వస్తున్నదని చెప్పారు. మెడ భాగంలో కొంచెం కణితిలాగా, గ్రంథులు ఉబ్బినట్టు ఉందని తెలిపారు. ర్యాషెస్ ఉన్నాయం టున్నారు. పీడియాట్రీషియన్‌కు చూపించి, పరీక్షలు చేశామని చెప్తున్నారు. అయితే పది రోజులు జ్వరం ఉండటమనేది కొన్ని ప్రత్యేక సందర్భాల్లో ఉండొచ్చు. టైఫాయిడ్ లాంటి కొన్ని ఇన్ఫెక్షన్లు ఉన్నప్పుడు జ్వరం రోజులపాటు అలాగే కంటిన్యూ అవుతుంది. ఇదివరకే టైఫాయిడ్ టెస్ట్ చేయించామని చెప్తున్నారు. అయితే ఈ టైఫాయిడ్ టెస్టులు కూడా కొన్ని రకాలు ఉంటాయి. అందులో మీరు ఏ టెస్టులు చేయించారో వివరించలేదు. కొన్నిసార్లు తొందరగా చేసే ర్యాపిడ్ టెస్టుల్లో టైఫాయిడ్ ఉన్నా లేనట్టుగా, లేకున్నా ఉన్నట్టుగా వచ్చే ఆస్కారం ఉంది. మీరు పీడియాట్రీషియన్‌ను మరోసారి కలిసి

అవసరమైతే అడ్మిట్ అవ్వాల్సి ఉంటుంది. మెడభాగంలో గ్రంథులు ఉబ్బినట్టు అనిపిస్తుందని, ర్యాషెస్ ఉన్నాయని కూడా చెప్పారు. 'ఇన్ఫెక్షన్స్ మోనో న్యూక్రియోసిస్' వంటి కొన్ని వైరల్ ఇన్ఫెక్షన్ల వల్ల కూడా ఇలాంటి పరిస్థితి ఎదురయ్యే అవకాశం ఉంది. ఇంకా కొన్నిసార్లు మన శరీరం ఇన్ఫెక్షన్లకు రియాక్ట్ అయ్యి జ్వరం కంటిన్యూ అవుతుంటుంది. ఉదాహరణకు 'కవాసాకి' అనే కండిషన్ ఇలాంటిదే. ఈ కండిషన్‌లో ఉన్నప్పుడు బిడ్డకు ఎక్కువ టెస్టులు చేస్తారు. ప్రధానంగా గుండెకు సంబంధించి ఎకో టెస్ట్ చేయించాలి. రక్తంలో ఇన్ఫెక్షన్ ఎలాగైతే వస్తుందో అలాగే గుండెలోనూ ఇన్ఫెక్షన్లు వచ్చే అవకాశం ఉంది. కొన్నిసార్లు యూరిన్ ఇన్ఫెక్షన్లూ మొండిగా ఉంటాయి. వెంటనే పీడియాట్రీషియన్‌ను కలిసి మొండి ఇన్ఫెక్షనా? ఇన్ఫెక్షన్‌ను పోలిన ఇన్‌ఫ్లమేటరీ కండిషనా తెలుసుకోవాల్సి ఉంది. ఇంకో విషయమేమిటంటే.. కీళ్లలో నొప్పులు కానీ, కీళ్లు ఉబ్బడం వంటిదేమైనా సమస్య ఉందో లేదో కూడా మీరు చెప్పలేదు. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లోనూ జ్వరం ఎక్కువ రోజులు ఉంటుంది. ఆలస్యం చేయకుండా పీడియాట్రీషియన్‌ను సంప్రదించండి.

హెవీ పీరియడ్స్ సమస్యలకు హెచ్చరిక!

స్త్రీలకు పీరియడ్స్ అధికంగా ఉండి, రెండు మూడు గంటలకోసారి ప్యాడ్లు మార్చాల్సి వస్తుంటే అది అసాధారణమైన పరిస్థితి. దాని గురించి ఆలోచించాల్సిందే. శృంగారంలో పాల్గొన్న తర్వాత, మెనోపాజ్ తర్వాత, మెన్‌స్ట్రువల్ పీరియడ్స్ మధ్యలో, మెనోపాజల్ హార్మోన్ రీప్లేస్‌మెంట్ థెరపీ తర్వాత కూడా స్పాటింగ్ ఏర్పడుతున్నా వైద్యులను సంప్రదించాల్సిందే. స్పాటింగ్, హెవీ పీరియడ్స్ వివిధ సమస్యలకు సంకేతాలు. ఫైబ్రాయిడ్స్, గడ్డలు, ఎండోమెట్రోసిస్, ఎండోమెట్రియల్ అట్రఫీ, హైపర్‌ప్లేసియా, క్యాన్సర్ లాంటి వాటికి సంకేతాలని వైద్యులు పేర్కొంటున్నారు. కాగా, యోని కండరాల్లో అభివృద్ధి చెందే హానికరం కాని కురుపులే ఫైబ్రాయిడ్స్. ఇవి సుదీర్ఘమైన, హెవీ పీరియడ్స్‌కు కారణమవుతాయి. లేదంటే నాన్ మెన్‌స్ట్రువల్ బ్లీడింగ్‌కు దారితీస్తాయి. వంధ్యత్వం కూడా సంభవించవచ్చు.

యోని గోడ (ఎండోమెట్రియం)లపై అభివృద్ధి చెందే కణుతులు పాలిప్స్. వీటి కారణంగా క్రమరహితంగా, లేదా ఎక్కువగా, ఇంకా శృంగారం తర్వాత విపరీతమైన రక్తస్రావం జరుగుతుంది. సాధారణంగా పాలిప్స్ కూడా హానికరం కాని గడ్డలే. అయితే పాథాలజీ ప్రయోగశాలలో పరీక్ష చేయించుకుంటే మంచిది. యోనికి బాహ్యంగా యోని లైనింగ్ లాంటి కండరం పుట్టుకొస్తే దానిని ఎండోమెట్రియోసిస్ అంటారు. దీనివల్ల కూడా పీరియడ్స్ అతిగా అవుతాయి. స్పాటింగ్ ఏర్పడుతుంది. ఇక ఈస్ట్రోజెన్ స్థాయులు తక్కువగా ఉంటే ఎండోమెట్రియల్ అట్రఫీ వస్తుంది. ఈస్ట్రోజెన్ స్థాయులు అధికంగా ఉండటం వల్ల యోని మందంగా మారడాన్ని హైపర్‌ప్లేసియా అంటారు. ఇది కొంతకాలానికి ఎండోమెట్రియల్ క్యాన్సర్‌గా పరిణమిస్తుంది. క్రమరహితంగా రక్తస్రావం జరగడం, మెనోపాజ్ తర్వాత రక్తస్రావం జరగడం ఎండోమెట్రియల్ క్యాన్సర్‌కు సంకేతాలు. తొలిదశలోనే వీటిని గుర్తిస్తే చికిత్స సాధ్యమవుతుంది.

ఎవరిని కలవాలి? అబ్‌స్ట్రెట్రీషియన్– గైనకాలజిస్ట్

పరీక్షలు: ట్రాన్స్‌వెజినల్ అల్ట్రాసౌండ్, ఎండోమెట్రియల్ బయాప్సీ, హిస్టరోస్కోపీ.

ఇంటర్నెట్ వైద్యం
ఇడియట్ సిండ్రోమ్ వైద్యం

అనారోగ్యం, చదువు, టూర్.. ఇలా దేనికోసమైనా ఇంటర్నెట్‌పై ఆధారపడటం సాధారణం అయిపోయింది. ఇలా ప్రతి విషయాన్నీ ఇంటర్నెట్‌లో సెర్చ్ చేయడం అనేది ఒక వ్యాధి అని చెబుతున్నారు నిపుణులు. దానినే ఇడియట్ సిండ్రోమ్ అని పిలుస్తారట (ఇంటర్నెట్ డిరైవ్డ్ ఇన్ఫర్మేషన్ అబ్‌స్ట్రక్టివ్ ట్రీట్‌మెంట్). ఇది వ్యక్తి మానసిక స్థితికి సంబంధించింది. ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో ఒక వ్యక్తి డాక్టర్ కంటే ఇంటర్నెట్‌ని ఎక్కువగా నమ్ముతున్నాడు. ఇంటర్నెట్‌లో పలువురు ఇచ్చే సలహాలు, సూచనల సాయంతో తనకు వచ్చిన వ్యాధికి చికిత్స చేసుకుంటున్నాడు.

లక్షణాలు: ఇడియట్ సిండ్రోమ్‌తో బాధపడే వ్యక్తి డాక్టర్ల మాటలు, చికిత్సపై విశ్వాసం కోల్పోతాడు. ఇంటర్నెట్ అన్నిటికీ సాయపడుతుందని గుడ్డిగా నమ్ముతాడు. దానిని మానసిక సమస్యగా గుర్తించలేక అనేక అనుమానాలు, ఆలోచనలతో ఇబ్బంది పడతాడు. కాలక్రమంలో కుంగిపోతుంటాడు.

కారణాలు: ఇడియట్ సిండ్రోమ్‌కు అనేక కారణాలు ఉన్నాయి. మెదడులో రసాయన మార్పులు, జన్యుపరమైన కారణాల వల్ల ఈ సిండ్రోమ్ వస్తుంది. మానసిక స్థితి కూడా దీనికి ఒక కారణం. ఈ సిండ్రోమ్‌తో బాధపడేవారు వారిపై వారు ప్రతికూల ఆలోచనలు పెంచుకుంటారు. సమస్యల నుంచి పారిపోయేందుకు ప్రయత్నిస్తారు.

బయటపడటం ఎలా: ఇడియట్ సిండ్రోమ్‌ను సీరియస్‌గా తీసుకుని చికిత్స తీసుకోవాలి. దానికోసం మొబైల్ వాడకం తగ్గించాలి. ఏదైనా వ్యాధితో బాధపడుతుంటే దాని గురించి ఇంటర్నెట్‌లో వెతక్కుండా డాక్టరును సంప్రదించి చికిత్స తీసుకోవాలి. చికిత్స, అనారోగ్య సమస్యల గురించి నిపుణులతో చర్చించకుండా నిర్ధారణకు రాకూడదు.