



ఎయిడ్స్ వాస్టింగ్ (బరువు కోల్పోవుట)

AIDS WASTING

Fact Sheet No. - 519

ఎయిడ్స్ వాస్టింగు (బరువు కోల్పోవుట) అనగా ఏమి?

వాస్టింగ్ అనగా అనుకోకుండా శరీర బరువు 10% కన్నా ఎక్కువ బరువు తగ్గిపోవుట. మరియు 30 రోజులకన్నా ఎక్కువ విరోచనాలతో లేదా నీరసం మరియు జ్వరంతో బాధపడుట. జబ్బు తొందరగా తీవ్రదశకు చేరుకొని మరణంకు దారితీసే సమయంలో వాస్టింగ్ (అనగా అనవసరంగా, ఏ కారణం లేకుండా శరీర బరువు తగ్గిపోవుట) జరుగుతుంది. హెచ్.ఐ.విని మందులతో తగ్గించిన తరువాత కూడా ఆ రోగులలో వాస్టింగు కనిపిస్తుంది మరియు అది ఒక పెద్ద సమస్యగా మారుతుంది.

వాస్టింగ్ సమయంలో తగ్గే బరువులో చాలా వరకు క్రొవ్వు కరిగిపోతుంది. కానీ కండరాలు కరుగుట మొదలు అయినప్పుడు అసలు సమస్య మొదలౌతుంది. పూర్తి శరీర బరువులో కండరాల బరువు చాలా ముఖ్యమైనది.

కండరాలు కరుగుట మొదలు అయితే శరీరం చాలా బలహీనం అయిపోతుంది. ఈ కండరాల సముదాయ బరువును అసలు శరీర బరువు అంటారు. దీనిని కొలచుటకు రెండు పద్ధతులు ఉన్నవి. ఈ పద్ధతులలో శరీరంకు ఎటువంటి నొప్పి కలగకుండా బరువును కొలుస్తారు.

ఎయిడ్స్ వాస్టింగ్ మరియు క్రొవ్వు కరిగిపోవుట

వలన శరీర ఆకృతిలో మార్పులు వస్తాయి. క్రొవ్వు కరుగుటను 'లిపిడ్స్టోపీ' అంటారు. (533 పత్రం చూడండి) వాస్టింగ్లో కండరాలు కరిగి బరువు తగ్గిపోతాయి. 'లిపిడ్స్టోపీ' లో చర్మం క్రింద పేరుకున్న క్రొవ్వు కరిగిపోతుంది. అపిడ్స్టోపీ మరియు వాస్టింగ్ ఒకటి కాదు. కానీ స్త్రీలలో వాస్టింగ్ క్రొవ్వు కరుగుటంతో మొదలు అవుతుంది.

ఎయిడ్స్ వాస్టింగ్ కారణాలు:

ఎయిడ్స్ వలన కలుగు వాస్టింగ్కు అనేక కారణాలు ఉన్నాయి.

1. ఆహారంలో క్రొవ్వు పదార్థాలు తక్కువగా తీసుకొనుట.

ఎయిడ్స్ రోగులలో ఆకలి మరియు అరుగుదల తక్కువగా ఉంటుంది. కొన్ని రకాల ఎయిడ్స్ మందులు కాళ్ళీ పొట్టతో తీసుకోవాలి లేదా భోజనం తరువాత తీసుకోవాలి. కొంత మంది ఎయిడ్స్ రోగులు ఆకలిగా ఉన్నప్పుడు ఆహారం తినకూడదు. వారికి మందుల ప్రభావం వలన వికారంగా ఉండుట, నోటికి రుచి తెలియక పోవుట వంటి సమస్యల వలన ఆకలి తగ్గి పోతుంది. నోటిలోను మరియు గొంతులోను ఇతర అవకాశ వ్యాధులు వలన పుండ్లు ఏర్పడి తినుట చాలా కష్టం అవుతుంది మరియు నొప్పిగా ఉంటుంది. ప్రేగులలో పుండ్లు మరియు ఇన్ఫెక్షనుల వలన

కొంచెం ఆహారం తినగానే కడుపు నిండిపోయినట్లు ఉంటుంది. డబ్బు లేక కూడా సరైన ఆహారం తీసుకోలేరు. ఒపిక లేక నినత్తువ వలన కూడా వంట చేసుకోలేక తినరు.

ఆహారం లోని పోషకాలను శరీరం గ్రహించుకోలేదు: ఆరోగ్యంగా ఉండే వ్యక్తులలో చిన్న ప్రేగు ద్వారా ఆహారంలోని పోషకాలను శరీరం తీసుకుంటుంది. హెచ్.ఐ.వి. రోగులలో అనేక వ్యాధులు ఉండటం వలన శరీరం మరియు ప్రేగులు పోషకాలను గ్రహించుకోలేవు. ఏయిడ్స్ వలన ప్రేగులలోని పై పొర దెబ్బతిని ఆహారంలోని పోషకాలని తీసుకోలేదు. విరోచనాలు వలన శరీరంలో ఉండే కొద్ది పాటి పోషకాలు బయటకు వెళ్ళిపోతాయి.

అరుగుదల దెబ్బతినుట వలన : హెచ్.ఐ.వి వలన ఆహారం అరుగుదల సరిగ్గా జరగదు అందువలన శరీరానికి అవసరమైన పోషకాలు కావలసినంతగా అందవు. హెచ్.ఐ.వి రోగ లక్షణాలు బయట పడక ముందు నుంచే శరీరంకు చాలా శక్తి అవసరం అవుతుంది. రోగ నిరోధక శక్తి యొక్క పని పెరిగి పోవుట వలన శరీరానికి ఎక్కువ శక్తి కావల్సివస్తుంది. హెచ్.ఐ.వి రోగులకు పోషకాలు కావల్సి ఉంటుంది. శరీరంలోని హార్మోన్లు సమతుల్యంగా లేకపోవుట వలన అరుగుదల దెబ్బతింటుంది. హెచ్.ఐ.వి వ్యాధి వలన హార్మోన్లలో హెచ్చు తగ్గులు వస్తాయి. 'సైటోక్సీన్' అనేవి ఒక రకమైన ప్రోటీన్లు. ఇవి శరీరం రోగాలలో పోరాడుటకు ఉపయోగపడతాయి. హెచ్.ఐ.వి రోగులలో సైటోక్సీన్ ఎక్కువగా ఉంటాయి. సైటోక్సీన్ వలన శరీరం చెక్కర మరియు క్రొవ్వు పదార్థాలను

అధిక సంఖ్యలో ఉత్పత్తి చేస్తుంది. కాని ప్రోటీన్లను తక్కువ ఉత్పత్తి చేస్తుంది.

ఈ పైన విశ్లేషించిన లక్షణాలు అన్నీ కలిసి శరీరం మీద ప్రభావం చూపుట వలన బరువు కోల్పోవుటకు తోడ్పడతాయి. ఉదాహరణకు వ్యాధి సంక్రమణ వలన శరీరం యొక్క శక్తి వినియోగం పెరుగుతుంది. అదే సమయంలో వ్యాధి ప్రభావం వలన శరీరం, ఆహారంలోని పోషకాలను పూర్తిగా వినియోగించుకోలేదు. మరియు ఆకలి, అరుగుదల తగ్గిపోయిన కారణంగా సరైన ఆహారం తీసుకోలేరు, అందువలన బలహీనంగా అవుతారు ఒపిక ఉండని కారణంగా వంట ఒండుకోవటం, కావల్సిన పదార్థాలు కొనుక్కోవటం కష్టం అవుతుంది కనుక తక్కువగా తింటారు మరియు బరువుతగ్గిపోతూ ఉంటారు.

వాస్టింగ్ కు వైద్యం: ఏయిడ్స్ వలన కలుగు వాస్టింగ్ (బరువు కోల్పోవుట) ప్రత్యేకించి వైద్యం ఏమీ లేదు. కాని శక్తివంతమైన యాంటీ రిట్రోవైరల్ వైద్యం తీసుకొనుట వలన ఆరోగ్యం కుదుటపడి బరువు పెరుగుతారు. బరువు తగ్గిపోవుటకు వైద్యం చేయాలి అంటే పైన చెప్పిన బరువు తగ్గుటకు కారణమైన అనేక లక్షణాలకు విడి విడిగా వైద్యం చెయ్యాలి. ఎలాగ అనగా.

వికారము మరియు వాంతులను తగ్గించుట వలన ఎక్కువ ఆహారం తీసుకొనుటకు వీలుపడుతుంది. మెగాస్ లేదా మారినాల్ (Megace & Marinol) వంటి ఆకలిని పెంచే మందు ఉపయోగించవచ్చు. దురదృష్టవశాత్తు మెగాస్ శరీరంలోని కొవ్వును పెంచుతుంది వికారమును

తగ్గించుటకు మందులు వాడవచ్చు.

మారినాల్ వికారంను తగ్గించి ఆకలిని పెంచుతుంది.

1. విరోచనాలు మరియు రోగులలో సంక్రమించే ఇతర అవకాశ వ్యాధులకు వైద్యం చేయించుకొనుట వలన ఆహారంలోని పోషకాలను సంపూర్ణంగా శరీరంలోనికి పీల్చుకుంటాయి. ఇందుకు ఉపయోగించే వైద్యం ఈ మధ్య కాలంలో బాగా మెరుగుపడింది. కానీ ప్రేగులలో సంక్రమించే రెండు పరాన్న జీవులు క్రిప్టోస్పోరిడియాస్ మరియు మైక్రోస్పోరిడియాసిస్ ఇంకా ప్రమాదకరమైన వ్యాధులను కలుగ చేస్తున్నవి. వాటికి సరైన వైద్యం కూడా లేదు.

శరీరానికి అవసరమైన పోషకాలను మందు లేదా మాత్ర రూపంలో అందించుట మరో పద్ధతి. శరీరానికి కావలసిన పోషకాలను మాత్రల రూపంలో అందించుటకు ఎన్సూర్ (Ensure) మరియు అడ్వెరా అను మాత్రలను రూపొందించారు. ఇవి శరీరానికి అవసరమైన పోషకాలను చాలా సులువుగా శరీరం పీల్చుకునే రూపంలో అందిస్తాయి. మందుల మీద ఎక్కువ పరిశోధన లేదు మరియు వాటిలో చెక్కెర శాతం ఎక్కువ ఉంది. మాత్ర రూపంలో పోషకాలను తీసుకునే ముందు వైద్యుని సలహా అవసరం పోషకాల మాత్రలు సమతుల్య ఆహారంతోపాటుగా కలిపి తీసుకోవాలి.

అరుగుదలలో వచ్చే మార్పులకు వైద్యం చేయాలి. శరీరంలోని హార్మోన్సులో ఏర్పడే హెచ్చు తగ్గుల వలన అరుగుదలలో మార్పులు వస్తాయి. శరీర పెరుగుదలకు కారకం అయిన సెరోస్టెం అను హార్మోన్

బరువు పెంచుటకు దోహద పడుతుంది మరియు కొవ్వును తగ్గిస్తుంది. ఇది కృత్రిమంగా శరీరానికి అందించవచ్చును. కాని అది చాలా ఖర్చుతో కూడిన మరియు అందువలన ఇతర ప్రమాకరమైన ప్రభావాలు వుంటాయి.

బాగా బరువు తగ్గుతున్న సమయంలో కొద్దిపాటి వ్యాయామం బరువును పెంచుటకు ఉపయోగపడుతుంది. కనుక కొంచెం కొంచెంగా వ్యాయామ చేస్తూ బరువులను ఎత్తుతు శరీరానికి వ్యాయామం అలవాటు చెయ్యాలి. వ్యాయామం వలన శరీర కదలిక పెరిగి బరువు పెరిగే అవకాశాలు ఉంటాయి. ఈ విషయం పరిశోధనలలో తెలిసింది. ఇతర స్టెరాయిడ్స్ వాడే కంటే వ్యాయామం చాలా మంచిది. (802 పత్రం చూడండి)

ముగింపు సమాచారం : ఎయిడ్స్ వలన బరువు ఎందుకు తగ్గుతారు అన్న విషయం పూర్తిగా విశదీకరించలేదు. కానీ ఎయిడ్స్ రోగులు బరువు కోల్పోవుట చాలా ప్రమాదకరం. ఈ విషయం మీద చాలా పరిశోధనలు జరుగుతున్నాయి.

ఎయిడ్స్ రోగులు వారి బరువును ఎప్పటికి అప్పుడు గమనించుకుంటూ ఉండాలి. వారికి ఆకలి తక్కువగా ఉన్నప్పటికి మంచి బలమైన ఆహారం ఎక్కువగా తీసుకోవాలి. విరోచనాలకు లేదా ఇతర ప్రేగులకు సంక్రమించే వ్యాధులకు వెంటనే వైద్యం చేయించుకోవాలి. లేదా ఆ వ్యాధుల వలన ఆకలి తగ్గిపోతుంది. ఆహారంలోని పోషకాలను గ్రహించుట తగ్గిపోతుంది.