બિનચેપી રોગો (Non Communicable Disease)

છેલ્લા દસ વર્ષમાં માતાઓના સ્વાસ્થ્ય તેમજ હોસ્પીટલમાં જ પ્રસુતિ, રોગપ્રતિકારક ક્ષમતા, માતૃત્વ અને બાળકોના સ્વાસ્થ્યમાં સુધારો થયો છે. તેમજ માતા અને બાળ મૃત્યુદરમાં ઘટાડો થયો છે. સમગ્ર દેશમાં માતૃત્વ, બાળ આરોગ્ય તેમજ ચેપી રોગો જેવા કે મલેરિયા, ટીબી, રક્તપિત જેવા રોગોમાં સુધારણા આવેલ છે. પરંતુ હવે આપણે બીજા પડકારોનો સામનો કરી રહ્યા છીએ અને એ પડકાર વધતા જતા બિન ચેપી રોગોનો છે.

➢ બિન ચેપીરોગો શું છે?

બિન ચેપી રોગો વ્યક્તિના સંપર્ક દ્વારા ફેલાતો નથી. આ રોગનાં લક્ષણો શરૂઆતના તબ્બકામાં જોવા મળતા નથી. રોગ ખુબ વધી ગયા બાદ તેના લક્ષણો જણાય છે. તેમની સારવાર ઘણો લાંબો સમય લેવી પડે છે. કેટલાક રોગોમાં આજીવન સારવાર લેવી પડે છે.

એવા ઘણા રોગો છે જેવા કે ડાયાબીટીસ, હૃદયરોગ, કેન્સર અને શ્વસન તંત્રને લગતા રોગો(લાંબા સમયના શ્વાસના રોગો અને અસ્થમા). આ રોગો દરેક વર્ગના પુરુષ, સ્ત્રી અને બાળકોને થાય છે. આમાંના કેટલાક રોગો લાંબા ગાળાના હોય છે. અને લાંબી સારવાર અને નિયંત્રણની જરૂર પડે છે. જયારે કેટલાક રોગો અચાનક જ થાય છે. આવા રોગો ધરાવતા વ્યક્તિ દેખીતી રીતે તંદુરસ્ત દેખાય છે. આ રોગો માટે તમાકુ અને આલ્કોહોલનું સેવન મુખ્ય ભાગ ભજવે છે. આ સિવાય પણ બીજા ઘણા પરીબળો છે. બિન ચેપી રોગોની મુખ્ય ગંભીર બાબત એ છે કે તે લોકોના જીવનના લાંબા વર્ષો સુધી અસર કરે છે અને અકાળ મૃત્યુ માટેનું કારણ બને છે.

ભારતમાં ૬૦ ટકા લોકો બિન ચેપીરોગોને કારણે મૃત્યુ પામે છે. બિન ચેપી રોગોથી થતાં મૃત્યુનાં ચાર મુખ્ય કારણો છે.

(૧) હૃદય રોગ, સ્ટ્રોક, હાઈ બ્લડપ્રેશર

(૨) ફેફસાં અને શ્વસનતંત્રના રોગ

(૩) કેન્સર

(૪) ડાયાબીટીસ

મોટા ભાગના બિનચેપી રોગો નાદુરસ્ત જીવનશૈલી, પ્રતિકુળ સામાજિક અને ભૌતિક વાતાવરણમાંથી ઉદ્ભવે છે. મુખ્યત્વે ગરીબી, અસમતોલ આહાર તેમજ વધુ પડતા મીઠું,ખાંડ અને ચરબી વાળો ખોરાક ખાવાથી ઉદ્ભવે છે. આ ઉપરાંત શારીરિક શ્રમનો અભાવ,વધુ પડતું દારૂ-તમાકુનું સેવન અને તણાવનાં કારણે પણ આ રોગો થાય છે. આપણા દેશ અને અન્ય દેશોમાંથી થયેલ સંશોધનોના અભ્યાસ પરથી આપણે જાણીએ છીએ કે ચોક્કસ પગલા દ્વારા બિન ચેપી રોગોના બોજને ઘટાડી શકાય છે. નીચે દર્શાવેલ માહિતી દર્શાવે છે કે આપણા લોકોમાં જોખમી પરિબળો વધી રહ્યા છે.

- **૩૦ થી ૭૦ વર્ષની વચ્ચેના મૃત્યુ પામતા લોકોમાં ચોથા ભાગના લોકો બિન ચેપી રોગોથી મૃત્યુ પામે છે.**
- **તમાકુનું સેવન ભારતમાં પુરુષોમાં (૪૪.૫ ટકા) અને સ્ત્રીઓમાં (૬.૮ ટકા) છે. વિશ્વમાં તમાકુનો વપરાશ ૨૨ ટકા છે.**
- **મેદસ્વીતાનું પ્રમાણ (સ્થૂળતા) પુરુષોમાં ૯.૩ ટકાથી વધીને ૧૮.૬ ટકા અને સ્ત્રીઓમાં ૧૨.૬ ટકા થી ૨૦.૬ ટકા થયું છે.**
- **પુખ્તવયના ભારતીય લોકોમાં શારીરિક નિષ્ક્રિયતામાં ૧૩ ટકાનો વધારો થયો છે.**

સરકાર દ્વારા કેન્સર, ડાયાબીટીસ, હૃદયરોગ અને સ્ટ્રોક જેવા રોગોના નિયંત્રણ માટે નેશનલ હેલ્થ મિશન અંતર્ગત રાષ્ટ્રીય કાર્યક્રમનું અમલીકરણ કરવામાં આવેલ છે. **આ કાર્યક્રમ અંતર્ગત દરેક વ્યક્તિ કે જે આરોગ્ય કેન્દ્ર પર આવે છે, તેમની બ્લડપ્રેશર, ડાયાબીટીસ તથા અમુક કેન્સર માટેની તપાસ કરવામાં આવે છે. જેને "ઓપર્ચ્યુનીસ્ટીક સ્ક્રીનીંગ" કહેવામાં આવે છે. સરકાર હવે ૩૦ વર્ષ કે તેથી વધુ ઉમરના સ્ત્રી અને પુરુષોનું સમુદાયમાં તથા નજીકના આરોગ્ય કેન્દ્રમાં સ્ક્રીનીંગ થાય તે માટે NP-NCD (National Programme for Non Communicable Disease પ્રોગ્રામનો વ્યાપ વધારી રહી છે. જેને પોપ્યુલેશન બેઝડ સ્ક્રીનીંગ** કહેવાય છે.

સ્ક્રીનીંગ દ્વારા ડાયાબીટીસ, હાઈ બ્લડપ્રેશર તથા કેન્સરના શંકાસ્પદ દર્દીઓ મળી આવે છે. આવા દર્દીઓને ચોક્કસ નિદાન માટે શહેરી પ્રાથમિક આરોગ્ય કેન્દ્ર / સામુહિક આરોગ્ય કેન્દ્ર /હોસ્પિટલ કે જ્યાં જરૂરી લેબોરેટરી સેવાઓ અને તબીબી અધિકારી તથા તજજ્ઞો દ્વારા સારવાર આપવામાં આવે છે.

એન.સી.ડી.સિટીઝન ચાર્ટર - સામૂહિક આરોગ્ય કેન્દ્ર.........

સામૂહિક આરોગ્ય કેન્દ્ર....... ખાતે નીચે મુજબની બિન-ચેપી રોગો(NCD) સંલગ્ન સુવિધાઓ વિના મૂલ્યે ઉપલબ્ધ છે.

- નીચે મુજબના રોગો સંબંધિત તપાસ, નિદાન , સારવાર અને દવાઓ :

    ૧. હાઈ બી.પી.(ઉચ્ચ રક્તચાપ)
    ૨. ડાયાબિટીસ(મધુપ્રમેહ)
    ૩. હૃદય રોગ
    ૪. કિડની
    ૫. લકવા (સ્ટ્રોક)
    ૬. ફેફસાના રોગો

- વિવિધ પ્રકારના કેન્સર માટે નીચે મુજબની સેવાઓ:

    ૧. મોંઢાના શંકાસ્પદ કેન્સરની પ્રાથમિક અવસ્થાની તપાસ સુવિધા

    ૨. ગર્ભાશયના મુખના શંકાસ્પદ કેન્સરની તપાસ (વિ.આઈ.એ. ટેસ્ટ) ની સુવિધા

    ૩. સ્તનના કેન્સરની પ્રાથમિક અવસ્થાની તપાસ સુવિધા

- ફિઝીયોથેરાપી (કસરત વિભાગ) ની સુવિધા
- વરિષ્ઠ નાગરિકો માટે કેસબારી, ઓ.પી.ડી., દવાબારી, લેબૉરેટરી તથા વોર્ડ ખાતે સેવામાં પ્રાથમિક્તા અને અલાયદી સુવિધા
- બિન-ચેપી રોગો માટે નીચે મુજબના પરિક્ષણોની સુવિધા :

    ૧. બ્લડ પ્રેશર
    ૨.બ્લડ સુગર
    ૩. લિપિડ પ્રોફાઈલ
    ૪. કોલેસ્ટ્રેરોલ
    ૫. કિડની ફંકશન ટેસ્ટ
    ૬ લીવર ફંકશન ટેસ્ટ
    ૭.ઈલેક્ટ્રોકાર્ડિયોગ્રામ (ઈ.સી.જી.)
    ૮.એક્સ-રે

- જીવનશૈલી આધારિત થતાં બિન-ચેપી રોગો માટે કાઉન્સેલિંગની સેવાઓ :

➢ તમાકુ, દારુ જેવા નશીલાં પદાર્થોના સેવન તેમજ અન્ય માદક વ્યસનો છોડવા માટે પરામર્શ

➢ પોષક આહાર અંગે પરામર્શ

➢ હાયપરટેન્શન-ડાયાબિટીસ રોગો માટે જીવનશૈલી બદલાવ /યોગ / વ્યાયમ અંગે પરામર્શ

➢ જીવનશૈલી આધારિત થતાં બિન-ચેપી રોગો અંગે માહિતી સભર વાંચન સામગ્રી

➢ તબીબી સારવાર માટે સલાહ

અમદાવાદ મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશન - આરોગ્ય વિભાગ

એન.સી.ડી.સિટીઝન ચાર્ટર - શહેરી/ગ્રામીણ પ્રાથમિક આરોગ્ય કેન્દ્ર (આરોગ્ય અને સુખાકારી કેન્દ્ર)

પ્રાથમિક આરોગ્ય કેન્દ્ર....... ખાતે નીચે મુજબની બિન–ચેપી રોગો(NCD) સંલગ્ન સુવિધાઓ વિના મૂલ્યે ઉપલબ્ધ છે.

- નીચે મુજબના રોગો સંબંધિત તપાસ, નિદાન , સારવાર અને દવાઓ :

  ૧. હાઈ બી.પી.(ઉચ્ચ રક્તચાપ)
  ૨. ડાયાબિટીસ(મધુપ્રમેહ)
  ૩. હૃદય રોગ
  ૪. કિડની
  ૫. લકવા (સ્ટ્રોક)
  ૬. ફેફસાના રોગો

- વિવિધ પ્રકારના કેન્સર માટે નીચે મુજબની સેવાઓ:

  ૧. મોંઢાના શંકાસ્પદ કેન્સરની પ્રાથમિક અવસ્થાની તપાસ સુવિધા

  ૨. ગર્ભાશયના મુખના શંકાસ્પદ કેન્સરની તપાસ (વિ.આઈ.એ. ટેસ્ટ) ની સુવિધા

  ૩. સ્તનના કેન્સરની પ્રાથમિક અવસ્થાની તપાસ સુવિધા

- વરિષ્ઠ નાગરિકો માટે કેસબારી, ઓ.પી.ડી., દવાબારી, લેબૉરેટરી તથા વોર્ડ ખાતે સેવામાં પ્રાથમિકતા અને અલાયદી સુવિધા
- બિન–ચેપી રોગો માટે નીચે મુજબના પરિક્ષણોની સુવિધા :

  ૧. બ્લડ પ્રેશર
  ૨. બ્લડ સુગર
  ૫. યુરીન આલ્બ્યુમિન અને સુગર
  ૬ સ્થૂળતાની તપાસ

- જીવનશૈલી આધારિત થતાં બિન–ચેપી રોગો માટે કાઉન્સેલિંગની સેવાઓ :

➢ તમાકુ, દારુ જેવા નશીલાં પદાર્થોના સેવન તેમજ અન્ય માદક વ્યસનો છોડવા માટે પરામર્શ

➢ પોષક આહાર અંગે પરામર્શ

➢ હાયપરટેન્શન–ડાયાબિટીસ રોગો માટે જીવનશૈલી બદલાવ /યોગ / વ્યાયમ અંગે પરામર્શ

➢ જીવનશૈલી આધારિત થતાં બિન–ચેપી રોગો અંગે માહિતી સભર વાંચન સામગ્રી

➢ તબીબી સારવાર માટે સલાહ

અમદાવાદ મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશન - આરોગ્ય વિભાગ

એનસીડી સિટીઝન ચાર્ટર – પેટા આરોગ્ય કેન્દ્ર ......(આરોગ્ય અને સુખાકારી કેન્દ્ર)

પેટા આરોગ્ય કેન્દ્ર ....ખાતે બિન–ચેપી રોગો(NCD) સંલગ્ન નીચે મુજબની સુવિધા વિના મૂલ્યે ઉપલબ્ધ છે.

- નિમ્ન લીખીત રોગો સંબંધિત તપાસ, નિદાન ,સારવાર અને રોગને લગતી દવાઓ :

  ૧. હાઈ બી.પી.(ઉચ્ચ રક્તચાપ)

  ૩. ડાયાબિટીસ(મધુપ્રમેહ)

- વિવિધ પ્રકારના કેન્સર માટેની નિમ્ન લીખીત સેવાઓ ઉપલબ્ધ છે :

  ૧. મોંઢાના શંકાસ્પદ કેન્સરની પ્રાથમિક અવસ્થાની તપાસ સુવિધા

  ૨. ગર્ભાશયના મુખના શંકાસ્પદ કેન્સરની તપાસ (વિ.આઈ.એ. ટેસ્ટ) ની સુવિધા

  ૩. સ્તનના કેન્સરની પ્રાથમિક અવસ્થાની તપાસ સુવિધા

- વરિષ્ઠ નાગરિકોને તપાસ માટે અગ્રિમતા :

- બિન–ચેપી રોગોને લગતી નિમ્ન લીખીત પરિક્ષણોની સુવિધા :

  ૧. બ્લડ પ્રેશર

  ૨.બ્લડ સુગર

  ૩. યુરીન આલ્બ્યુમિન અને સુગર

  ૪. સ્થૂળતાની તપાસ

- જીવનશૈલી આધારિત થતાં બિન–ચેપી રોગો માટે કાઉન્સેલિંગની સુવિધા :

➢ તમાકુ, દારુ જેવા નશીલાં પદાર્થોના સેવન તેમજ અન્ય માદક વ્યસનો છોડવા માટે પરામર્શ

➢ પોષક આહાર અંગે પરામર્શ

➢ હાયપરટેન્શન–ડાયાબિટીસ રોગો માટે જીવનશૈલી બદલાવ /યોગ / વ્યાયમ અંગે પરામર્શ

➢ જીવનશૈલી આધારિત થતાં બિન–ચેપી રોગો અંગે માહિતી સભર વાંચન સામગ્રી

અમદાવાદ મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશન - આરોગ્ય વિભાગ