विशेष

डॉ. श्रीकांत वाघ
ह्रुमॅटॉलॉजिस्ट (संधिवात तज्ज्ञ), पुणे

तोंडचे पाणी पळवणारा - शोग्रेन्स सिन्ड्रोम

डोळ्याचे पाणी आटवणारा, तोंडचे पाणी पळविणारा आजार असे ज्याचे वर्णन केले जाते त्या 'शोग्रेन्स सिन्ड्रोम'ची माहितीच फारशी कोणाला नसते. त्यामुळे रुग्ण सांधेदुखीसाठी उपचार घेत राहतात आणि आजार बळावण्याचा धोका वाढतो.

अलीकडेच नगर रस्त्यावरच्या एका गावातल्या शेतकऱ्याचा काकुळतीने फोन आला. म्हणाला, "डॉक्टरसाहेब, मला लाळ सुटत नाही, त्यामुळे अन्न गिळता येत नाही. दात घासायला पेस्ट लावली तर तिच्याही गुठळ्या होतात. सतत पाण्याची बाटली घेऊन फिरावे लागते. डोळे सारखे चुरचुरतात. त्यालाही पाणी येत नाही. सारखा थकवा वाटतो. गेली दीड वर्ष हा त्रास होतो आहे. काय करावे कळत नाही. जगण्याचाही कंटाळा आला आहे. तुमचे नाव फार ऐकले. तुमच्याकडे आहे का हो याचा इलाज?'' योगायोगाने पुढच्याच आठवड्यात साताऱ्याचा एक शेतकरी आला. संधिवातासाठी त्याचे उपचार वेगवेगळ्या डॉक्टरांकडे चारेक वर्षे सुरू होते. अखेरचा उपाय म्हणून तुमच्याकडे आलो असे म्हणाला. पाहतो तर त्याचेही डोळे आणि तोंड कोरडे. त्या दोघांना मग एकत्र बोलावून त्यांचे समुपदेशन करून उपचार सुरू केले.

डोळ्यांचे पाणी आटवणाऱ्या आणि तोंडाचे पाणी पळवणाऱ्या या आजाराचे वर्णन हेन्रिक शोग्रेन या स्वीडिश डॉक्टरने १९३३ साली सर्वप्रथम प्रसिद्ध केले. शरीरात ओलावा निर्माण करणाऱ्या वेगवेगळ्या ठिकाणच्या ग्रंथींना सूज येऊन त्यांची कार्यक्षमता कमी किंवा नष्ट होणे हे या आजाराचे वैशिष्ट्य. हा विनाश स्वतःच्याच शरीरातल्या पांढऱ्या पेशी करतात. आपलाच कुत्रा आपल्याला चावतो तशी ही परिस्थिती असते. आपल्या शरीरातले वेगवेगळे अवयव आणि त्यांच्या पेशी सामान्यतः आपले-परके ओळखून गुण्यागोविंदाने एकत्र नांदत असतात. ही आपल्या माणसाला ओळखण्याची प्रक्रिया बिनसली की गृहकलहाप्रमाणे शोग्रेन्स सिन्ड्रोमसारखे प्रतिकारशक्तीचे ऑटोइम्यून आजार होतात.

वयाच्या चाळिशीत सुरू होणारा हा शोग्रेन्स सिन्ड्रोम स्त्रियांमध्ये जास्त प्रमाणात आढळतो. काही प्रमाणात त्यात आनुवांशिकताही असते; पण तो नेमका कसा सुरू होतो हे मात्र अद्याप उमजलेले नाही.

■ लक्षणे

तोंड आणि डोळे कोरडे पडणे हे शोग्रेन्स सिन्ड्रोमचे मुख्य लक्षण. तोंडात लाळ निर्माण करणाऱ्या ग्रंथी नष्ट झाल्यामुळे लाळ सुटत नाही. त्यामुळे बोलायला, अन्न चावायला जमत नाही. पदार्थांची चवही नीट समजत नाही. घास नीट गिळता येत नाही. अन्ननलिकेला घास चिकटून राहिल्यासारखा वाटतो. त्यामुळे गिळण्यासाठी पाणी प्यावे लागते. जिभेला चरे पडतात. लाळ कमी असल्याने पचन नीट होत नाही. अन्न नीट शोषले जात नाही आणि शरीराचे पोषणही अपुरे पडते. कधी घशात, छातीत जळजळ होते, तोंडात ओलावा नसल्याने दातही स्वच्छ राहत नाहीत आणि लवकर किडतात.

डोळे कोरडे राहतात. त्यामुळे डोळ्यात माती गेल्यासारखे चुरचुरणे, खाजणे, आग होणे, लाल होणे अशा तक्रारी असतात. डोळ्यांत घट्ट स्राव जमतो. उन्हाकडे बघवत नाही. उन्हाने अश्रूंची वाफ होऊन कोरडेपणा आणखीनच वाढतो. डोळ्यात जखमा होऊन दृष्टी जाण्याचीही शक्यता असते. नाकातल्या कोरडेपणामुळे वास न समजणे, त्वचेला कोरडेपणा, योनीमार्गाचा कोरडेपणा असेही त्रास होतात. या विचित्र कोरडेपणामुळे रोगी सतत अस्वस्थ राहतो.

तोंड आणि डोळे कोरडे पडणे हे शोग्रेन्स सिन्ड्रोमचे मुख्य लक्षण.

शोग्रेन्स सिन्ड्रोमच्या ६०-७०% रोग्यांमध्ये सांधेदुखी हे लक्षण आढळते. म्हणूनच हे रोगी संधिवातासाठी वेगवेगळ्या वैद्य- डॉक्टरांची औषधे घेत राहतात. त्यामुळे आजाराचे निदान लवकर होत नाही. अमेरिकेतही या आजाराच्या निदानास सहा वर्षे उशीर होतो, असे लक्षात आले आहे. युरोपातल्या सुमारे पाच लाख रोग्यांचीही परिस्थिती वेगळी नाही. अंग दुखणे, अतिशय थकवा येणे, दम लागणे, रक्त कमी होणे अशी इतरही लक्षणे होतात. डोकेदुखी, स्मरणशक्ती कमी होणे, मन विचलित राहणे आणि नैराश्य असेही उपद्रव यात संभवतात. क्वचित यकृत, मूत्रपिंड, रक्तवाहिन्या व मस्तिष्काचे कार्यही बिघडू शकते. लिम्फोमा या कॅन्सरचे प्रमाण शोग्रेन्स सिन्ड्रोमच्या रोग्यांमध्ये ४४ पटीने जास्त आहे.

■ निदान

डोळ्यांचा कोरडेपणा मोजणे अगदी सोपे आहे. फिल्टर पेपरचा एक तुकडा डोळ्यात ठेवतात. तो ५ मिनिटांत ५ मिलिमीटरपेक्षा कमी भिजला तर डोळा कोरडा म्हणून समजावे. कोरडेपणाच्या इतरही तपासण्या आहेत. तसाच तोंडाचा कोरडेपणाही ओळखता येतो. लाळेच्या ग्रंथींचे एक्सरे काढतात आणि खालच्या ओठाचा तुकडा काढून लाळग्रंथी सूक्ष्मदर्शक यंत्राखाली तपासतात. रक्ताची एएनए नावाची महागडी तपासणी एकदा तरी करावी. लघवीतून ॲसिड जाण्याचे प्रमाण कधीकधी बिघडते. त्यामुळे त्याही तपासण्या जरुरीनुसार कराव्या लागतात.

शोग्रेन्स सिन्ड्रोमचा कोरडेपणा आमवातासारख्या (ऱ्हुमॅटॉइड आर्थ्रायटीस) संधिवातातही आढळू शकतो. माझ्याकडच्या आमवाताच्या ५० टक्क्यांपेक्षा जास्त रोग्यांमध्ये डोळ्यांचा कोरडेपणा सापडला. काही औषधांमुळेही (नैराश्य, पोटदुखी यात वापरली जाणारी) कोरडेपणा येतो. कॅन्सरच्या उपचारातल्या 'लाइट'मुळेही असेच होते. वयोमानाने साठीनंतर स्वाभाविक कोरडेपणा येतो. एचआयव्ही बाधित काही रोग्यांमध्येही असाच कोरडेपणा असतो.

■ उपचार

शोग्रेन्स सिन्ड्रोमचे निदान जितक्या लवकर होईल तितके उपचार यशस्वी होण्याची शक्यता जास्त. ऱ्हुमॅटॉलॉजिस्ट या आजारावर उपचार करतात. नेत्रतज्ज्ञ, दंतरोगतज्ज्ञ तसेच इतर विशेषज्ञांची मदत वेळोवेळी लागते. आर्द्र हवेत त्रास कमी होतो. डोळ्यांना चष्मा लावला म्हणजे त्यात धूळ जात नाही. डोळे ओले ठेवण्यासाठी मलम मिळते. वारंवार पाणी पिऊन किंवा खडीसाखर चघळून तोंडाला ओलावा येतो. दातांचे आरोग्य राखणे फारच महत्त्वाचे आहे. त्यासाठी ॲन्टिसेप्टिक औषधाने चुळा भराव्यात. वेदनाशामक औषधांचा उपयोग आवश्यकतेप्रमाणे करतात. स्टिरॉइडस, क्लोरोक्विन, मेथोट्रेक्सेट अशी औषधे डॉक्टर वापरतात. अर्थात त्यांच्या दुष्परिणामांवर लक्ष ठेवणे ओघाने आलेच. या आजारावर बरेच संशोधन सुरू आहे. त्यातून नवनवी औषधे यथावकाश येतील. आयुर्वेदात कोरडेपणा हे वातदोषाचे लक्षण आहे. त्यामुळे तिळाचे तेल आणि गाईचे तूप यांचा इतर काही वनस्पतींसोबत वापर केला, तर अधिक फायदा होणे शक्य आहे.

या आजाराने कोणी मरत नाही. शोग्रेन्स सिन्ड्रोमच्या कोरड्या लक्षणांबरोबर जगत राहण्यासाठी मनोबल वाढवणे अत्यंत आवश्यक आहे. लंगडा मनुष्य जसा लाकडी पाय घेऊन उमेदीने जगतो तसेच कोरड्या तोंडासाठी पाण्याची बाटली सोबत ठेवण्याची मनाची तयारी केली पाहिजे. इच्छा तेथे मार्ग. मनोबल वाढवण्यासाठी योग, प्राणायाम, संगीत इत्यादींचा उपयोग होतो.

१९८५ साली अमेरिकेत शोग्रेन्स सिन्ड्रोम फाउंडेशनची स्थापना झाली. ब्रिटिश शोग्रेन्स सिन्ड्रोम असोसिएशनही आता २१ वर्षांची झाली. भारतातही असा एक आधारगट अहमदाबादहून एक रुग्णालय चालवते. (kirtidaoza@gmail.com) भारतातले या आजाराचे नेमके प्रमाण माहीत नाही; परंतु ते वाटते तितके कमी नाही याविषयी एकमत आहे. आजाराची फारशी माहिती नसल्याने रोगी ओळखण्याचे प्रमाणही कमी असावे.