

# पित्त - एक त्वचारोग

पित्त हा एक सर्वसामान्य त्वचाविकार आहे जो बऱ्याचजणांना आयुष्यात एकदा तरी अंगावर उठतोच. या आजारामध्ये अंगावर कुठेही गुलाबी किंवा लाल रंगाच्या गांधी उठतात व त्यांना बहुतेक वेळा भरपूर खाज येते. कधी कधी कोणाचा ओठ किंवा हात किंवा डोळ्याचा भाग सुजतो. त्याला अँजिओइडिमा ( Angioedema ) म्हणतात.

पित्ताचे एकूण दोन प्रकार आहेत. एक म्हणजे अचानक व कधीकाळी उठणारे पित्त. याला Acute Urticaria असे म्हणतात. या प्रकारात पित्त एखाद वेळेस उठते. ते एक दोन आठवडे राहतं व जास्तीत जास्त सहा आठवड्यांच्या आत निघून जाते. हा प्रकार बहुतेकांच्या आयुष्यात कधी ना कधी तरी झालेला असतो. दुसरा जो पित्त प्रकार आहे त्यामध्ये पित्त सहा आठवड्यांच्या वर उठत राहते. कधीकधी तर काही महिने किंवा काही वर्षेदेखील पित्त उठतच राहते. याला जुनाट पित्त ( Chronic Urticaria ) म्हणतात.

## पित्ताची कारणे:

### अचानक व कधीकाळी उठणाऱ्या पित्ताची कारणे:

**खाद्यपदार्थ:** मांसाहार- मटण, चिकन, अंडी, कवचाचे मासे, ( उदा. कोलंबी, खेकडे, कालव, शिंपल्या ), सुके मासे, काळजी-पेठा; **कृत्रिम रंग असलेले खाद्यपदार्थ-** शीतपेये, क्रीम बिस्कीट, केक, रंगीत आईस्क्रीम, कुल्फी; चायनिस खाद्यपदार्थ **आंबवलेले पदार्थ:** इडली, डोसा, आंबोळ्या; **काही फळे व भाज्या** तसेच **शेंगदाणे व सुकामेवा** कडधान्यांमध्ये चणा व चण्याचे पदार्थ; तसं बघितल्यास कुठल्याही खाण्याने पित्त उठू शकतं, पण वरील गोष्टींमुळे पित्त उठण्याची शक्यता जास्त असते.

**हवेतून नाकावाटे जाणारे सूक्ष्म कण:** विविध झाडांचे, झुडुपांचे, गवताचे पराग कण, धुलीकण, धूलिकणांवरचे सूक्ष्मजंतू ( dust mite ). अडगळीमध्ये जिकडे रोज झाडू मारली जात नाही तिथे हे डस्टमाईट मोठ्या संख्येने असतात व गणपती, दिवाळीला साफसफाई करताना किंवा रंगरंगोटी च्या वेळी किंवा माळ्यावरची काही वस्तू काढल्यास हे जंतू नाकातोंडावाटे आत जाऊन अचानक भरपूर पित्त उठू शकते.

**औषधे:** पेनिसिलिन, सल्फा, इतर अँटिबायोटिक्स, वेदनाशामक गोळ्या (Brufen, Diclofenac, Aceclofenac, Aspirin इ.)

**जंतू संसर्ग:** विशेषतः लहान मुलांना जिवाणू किंवा विषाणूमुळे जंतू संसर्ग झाल्यावर अचानक पित्त उठू शकते, पण त्यावेळी अंगात तापही असतो.

### जुनाट पित्ताची कारणे:

**भौतिक कारणांमुळे उठणारे पित्त:** ( Physical Urticaria ) ज्या गोष्टी आपल्यासाठी नेहमीच्या आहेत त्यामुळे देखील पित्त उठू शकतं. उदाहरणार्थ, अंगावर पडणारी सूर्यकिरणे ( Solar urticaria )

पाण्याशी संपर्क आल्यावर ( Aquagenic Urticaria ) , थंड पदार्थाशी संपर्क आल्यावर- बर्फ किंवा थंड पाण्याची बाटली ( Cold Urticaria ) , शरीरावर जास्त दाब आल्यावर- पट्टा बांधतो ती कमरेची जागा किंवा बसल्यावर पृष्ठभागावर दाब पडणे ( Pressure Urticaria ) व स्वतःच्या घामाची ऍलर्जी - धावल्यावर किंवा गरम पाण्याची अंघोळ केल्यावर ( Cholinergic Urticaria )

**स्वयम प्रतिरोधक पित्त** ( Autoimmune Urticaria ) या प्रकारामध्ये स्वतःची रोगप्रतिकारक शक्ती स्वतः विरुद्धच काम करते व त्यामुळे अशा प्रकारे जुनाट पित्त उठते. हे कारण जुनाट पित्त असणाऱ्या रुग्णांपैकी जवळजवळ निम्म्या रुग्णांमध्ये पहावयास मिळते.

**मानसिक ताण-तणाव:** हादेखील वारंवार उद्भवणाऱ्या पित्ताला कारण असा मोठा घटक आहे.

**एच पायलोरा जंतुसंसर्ग:** Helicobacter pylori (H. pylori) infection या जिवाणूंचा संसर्ग पोटात झाल्यास त्यामुळे ऍसिडिटी व जठर व्रणाची लक्षणे ( पोट दुखी, गॅस, अपचन, वजनात घट इ. ) दिसून येतात व त्यासोबत काही जणांना जुनाट पित्त देखील होऊ शकते.

**हा आजार कोणाला होतो:** तान्ह्या बाळापासून ते वयोवृद्धांपर्यंत कोणालाही पित्त उठू शकते. पण जुनाट पित्त हे साधारण २० ते ४० वर्षांपर्यंत वयाच्या व्यक्तींमध्ये सुरू होते.

**या आजाराची लक्षणे:** हा आजार ओळखणे फार सोपे आहे व बहुतेक वेळा रुग्णच डॉक्टरांना सांगत येतो की मला अंगावर पित्त उठत आहे. अंगावर लाल, गुलाबी रंगाचे किंवा त्वचेच्या रंगाचे चट्टे किंवा गांधी उठतात. प्रत्येक चट्टा साधारण ६ सहा ते २४ तास राहतो. बहुतेक वेळा पित्ताला खाज येते व कधी कधी जळजळ होणे किंवा टोचल्यासारखे वाटणे असेही होते. काही जणांना ओठ किंवा डोळ्याभोवतीची त्वचा किंवा हात किंवा पाय अचानक सुजतात. हाही पित्ताचा एक प्रकार असतो. याला अँजिओडिमा असे म्हणतात.

**पित्तावर घरगुती उपाय:** ज्यांना अडगळीतल्या धुळीमुळे पित्त उठण्याची शक्यता वाटते त्यांनी अडगळीत झाडलोट करताना चेहऱ्यावर मास्क लावावा व जे शक्य आहे ते ओल्या फडक्यांनी पुसावे, जेणेकरून धूळ हवेत उडणार नाही. ज्यांचे पित्त संध्याकाळी वाढतं व मुख्यतः बाहेर जाऊन आल्यानंतर वाढतं त्यांना पराग कणांची ऍलर्जी असण्याची शक्यता असते. त्यामुळे त्यांनी बाहेर जाताना नाका तोंडावर मास्क लावावा. ज्यांना भौतिक कारणामुळे पित्त उठत असेल त्यांनी शक्य असल्यास ते कारण टाळावे. पोटात एच पायलोरा जिवाणूंचा संसर्ग होऊ नये यासाठी व्यक्तिगत स्वच्छता, खाण्यापूर्वी हात स्वच्छ धुणे, उघड्यावरील खाद्यपदार्थांचे सेवन टाळणे या गोष्टी आवश्यक आहेत. अचानक पित्त उठल्यास थंड पाण्याने अंघोळ करावी किंवा थंड पाण्याने अंग टिपून घ्यावं. पित्तावर कॅलॅमाइन लोशन लावावे. डॉक्टरकडे लगेच जाणे शक्य नसेल तर तात्पुरता उपाय म्हणून मोठ्या रुग्णांनी एखादी Avil 25 mg ची गोळी घ्यावी.

**डॉक्टरांचे उपचार:** डॉक्टर अचानक आलेल्या पित्तासाठी जो उपचार देतात तो काही दिवस किंवा काही आठवड्यांचा असतो. त्यामध्ये Cetirizine, Levocetirizine वगैरे अँटीहिस्टॅमिनिक व जरूर पडल्यास स्टिरॉईड दिले जाते. अर्थात ही औषधे डॉक्टरांच्या सल्ल्यानेच घ्यावीत. जुनाट पित्त ही

रुग्णासाठी विशेष चिंतेची बाब असते व रुग्ण पुष्कळदा त्यासाठी वेगवेगळ्या खाद्यपदार्थांना दोष देत बसतो. जर पित्त सहा आठवड्यापेक्षा जास्त दिवस चालू राहत असेल तर कृपया त्वचारोगतज्ञांचा सल्ला घ्या, कारण अशावेळी विशिष्ट रक्त तपासणी व इतर काही तपासण्या कराव्या लागतात. अशा प्रकारच्या जुनाट पित्तामध्ये ऍलर्जी तपासणीचा फारसा काही उपयोग होत नाही. यासाठी डॉक्टर सुरुवातीला अँटीहिस्टॅमिनिक देऊन बघतात. त्यांनी जर आजार नियंत्रणात आला तर ही औषधे बरेच महिने किंवा काही वर्षे देखील चालू ठेवावी लागतात. पण यांनी एखाद महिन्यात आजार कमी झाला नाही तर आणखी काही विशिष्ट औषधे जी आपल्या रोगप्रतिकारशक्तीवर प्रभाव पाडतात ती चालू करावी लागतात. अशा प्रकारची औषधे चालू असताना त्याचे दुष्परिणाम तर होत नाहीत ना हे पाहण्यासाठी अधून मधून रक्त तपासणी करावी लागते. एखाद्या पेशंटला थायरॉइडचा आजार झाला असेल तर त्या आजाराची गोळी दोन-तीन वर्षे चालू असते व तशी पेशंटची मानसिकतादेखील झालेली असते. फक्त लोकांना पित्ताचा जुनाट पित्त हा प्रकार माहीत नसल्यामुळे फार काळ औषध घेण्याची पेशंटची मानसिकता तयार झालेली नसते. त्यामुळे पेशंट वारंवार डॉक्टर बदलत बसतो. पित्तासाठी ऍलोपथी मध्ये गुणकारी अशी बरीच औषधे सध्या उपलब्ध आहेत याची रुग्णांनी नोंद घ्यावी.