

मधुमेहामुळे आढळून येणारे त्वचेचे आजार

“डॉक्टर मला डायाबेटीस नाही. माझी जखम लगेच सुकते. कधीच चिघळत नाही.” पस्तीस वर्षाचा रमेश मला सांगत होता. मी तरीपण त्याची रक्तातली साखर तपासली. ती २८० मिलिग्रॅम होती. म्हणजे त्याला मधुमेह होता. कित्येकांचा असा समज असतो की आपली जखम लगेच भरते याचा अर्थ आपल्याला मधुमेह नाही. रमेशला हल्ली शरीरावर केसपुळ्या येण्यास सुरुवात झाली होती. आठवड्या - दोन आठवड्यांनी एखाद दुसरी केसपुळी त्याला येत होती. हे देखील मधुमेहाचे लक्षण होते. मधुमेही व्यक्तींपैकी जवळजवळ निम्म्या व्यक्तींना त्वचेवर त्या आजाराची काही ना काही तरी लक्षणे दिसून येतात. आपण आज त्याबद्दल माहिती घेऊया.

तसं पाहिलं गेल्यास लघवी जास्त होणे, तहान जास्त लागणे व भ्रूक जास्त लागणे ही मधुमेहाची सर्वसामान्य लक्षणे आहेत. त्याचबरोबर एखाद्या व्यक्तीचं वजन काही दिवसात किंवा काही महिन्यापासून कमी होत असेल तर तेही एक मधुमेहाचे लक्षण असू शकतं. कधी कधी मात्र त्वचारोगामुळेदेखील एखाद्या व्यक्तीस असलेल्या मधुमेहाचे प्रथमच निदान केले जाते. मधुमेही व्यक्तीमध्ये खालील त्वचाविकार दिसून येतात.

1. जंतू संसर्ग - मधुमेहामुळे एखाद्या व्यक्तीस जंतू संसर्ग होण्याची शक्यता वाढते. वारंवार केस पुळ्या किंवा गळवे येणे, जखम चिघळणे, हाताला किंवा पायाला जीवाणू संसर्ग होऊन हात किंवा पाय लाल होणे व तिथे सूज येणे व फार दुखणे (Cellulitis), अंगावर खटे येणे, पाठीवर किंवा अंगावर कुठेही काळपुळी येणे, कान वहाणे, नखाची शिवण वारंवार जंतू संसर्गामुळे सुजणे व दुखणे या प्रकारचे जीवाणू संसर्ग मधुमेहामध्ये दिसून येतात .

काळपुळी - ज्यांचा मधुमेह नियंत्रणामध्ये नाही अशा व्यक्तीमध्ये काळपुळी दिसून येते. केसपुळी मध्ये फक्त एक केस व त्याच्या आसपासच्या भागाला जीवाणूसंसर्ग झालेला असतो, तर काळपुळीमध्ये आसपासच्या अनेक केसांना एकाच वेळी जीवाणूसंसर्ग होतो. तेथील त्वचा वड्या सारखी फुगते, लाल होते व फार दुखते व आग आग होते. प्रतिजैविकांच्या आधीच्या काळामध्ये अशा काळपुळीच्या गुंतागुंतीमुळे मधुमेही व्यक्ती मृत्यू पावत असत. त्यामुळे या आजाराला काळ (ज्याचा एक अर्थ यम असा आहे) पुळी हे नाव दिले गेले आहे.

विविध बुरशीजन्य आजार - पुरुषांच्या जननेंद्रियांवर विशेषत: शिस्नमुंडावर दह्यासारखी सफेद रंगाची बुरशी येते. तसेच शिश्नमुंडाच्या भोवतालच्या त्वचेला सूज येऊन तिथे चिरा पडतात व ती त्वचा मागे घेताना त्रास होतो. तसेच स्त्रियांच्या योनीमार्गामध्ये अशाच प्रकारची बुरशी तयार होते व त्यामुळे तिथे खूप खाज येते व अंगावरून सफेद जाते. रजोनिवृत्ती झालेल्या वयस्क स्त्रियांनादेखील जर हा त्रास अचानक सुरु झाला असेल तर तेही एक मधुमेहाचे लक्षण आहे. प्रौढ व्यक्तीच्या अंगावर भरपूर गोल गोल खाजरे नायटे येणे किंवा पायाच्या बेचक्यात तसेच त्याच्या वर व खाली नायटा होणे हे देखील कधीकधी मधुमेहाचे लक्षण असू शकते. तसेच छाती - पाठीवर व हातांवर जास्त प्रमाणात व वारंवार सुरमा किंवा शिबे होणं हे देखील कधीकधी मधुमेहाचे लक्षण असू शकतं.

0. त्वचेवर येणारी काही विशिष्ट लक्षणे - मानेची (पाठची व दोन्ही बाजूची), तसेच काखेची त्वचा ही जाड व काळपट बनणे (acanthosis nigrican), चेहरा व तळहात, तळपाय लालट होणे, हातापायांची त्वचा कोरडी बनणे, काखेत व मानेवर छोटी - मोठी त्वचेच्या

रंगाची किंवा काळपट चामखीले येणे (skin tags), नखांचा रंग पिवळट होणे, पायांवर पुढच्या बाजूला काळपट किंवा तपकिरी रंगाचे डाग येणे (shin spots), अंगाला काहीही पुरळ न येता नुसती खाज येणे ही देखील मधुमेहाची लक्षणे आहेत.

0. **मधुमेह मध्ये आढळून येणारे काही त्वचारोग** - मधुमेहामध्ये संसर्गजन्य आजार होण्याची शक्यता वाढते हे आपण वर पाहिलेच. पण मधुमेही व्यक्तींना कोड, सोरियासिस, काखमांजऱ्या इत्यादी त्वचारोग होण्याची शक्यतादेखील जास्त असते.
0. **मधुमेही नसा दाहाचा (diabetic neuropathy) त्वचेवर होणारा परिणाम** - मधुमेह जर बरेच वर्षापासून असेल व तो तितकासा नियंत्रणामध्ये नसेल तर हातापायांच्या नसांवर त्याचा प्रभाव पडून नसांचा दाह होतो व त्यामुळे हातापायांना मुँग्या येणे, काटे टोचल्यासारखे वाटणे, हातापायांना कमकुवतपणा येणे, हात पाय सुन्न पडणे अशी लक्षणे पाहावयास मिळतात. तळपाय सुन्न झाल्यामुळे चपलेतला एखादा बाहेर आलेला खिळा , तसेच अनवाणी चालल्यास टोकदार दगड , काटा किंवा गरम निखारा तळपायास लागल्यास ते समजत नाही व तिथे जखम होते. जखम झाली तरी तो भाग सुन्न असल्यामुळे ती व्यक्ती जखमेवर जोर देऊन नेहमीसारखी चालते. त्यामुळे अशी जखम बरी न होता ती वाढत जाते. याला trophic ulcer असे म्हणतात.

जसा मधुमेहाचा प्रभाव हातापायांच्या नसांवर होतो, तसाच शरीरातील अनुकंपी चेतासंस्थेवर (sympathetic nervous system) देखील होतो. त्यामुळे ज्या मधुमेही व्यक्तींचा मधुमेह बरेच वर्ष आहे व नियंत्रणात नाही अशांपैकी काहींना लैंगिक संबंधाच्या वेळी जननेन्द्रियाचा ताठरपणा कमी येतो किंवा येतच नाही.

0. **मधुमेही व्यक्तींचा पाय (diabetic foot)** - ज्यांना मधुमेह बरेच वर्ष असतो त्यांच्या हाता- पायांच्या नसांना दाह होऊन हातापायांना सुन्नपणा येतो व थोडा कमकुवतपणा देखील येतो. तसेच पायांच्या रक्तवाहिन्यांना लवकर काठीण्य येऊन पायांच्या बोटांचा रक्तप्रवाह कमी होतो. तसेच मधुमेहामध्ये जिवाणू संसर्ग होण्याची शक्यता जास्त असते. मधुमेही व्यक्तीमध्ये जखम लवकर न बरी होण्याची प्रवृत्ती असते. या सर्व गोष्टीच्या प्रभावामुळे मधुमेही व्यक्तीच्या पायाला ओला किंवा सुका गँगरीन होण्याची शक्यता जास्त असते. सुक्या गँगरीनमध्ये पायाचे एखादे बोट काळे पडते व प्रचंड दुखते तर ओल्या गँगरीन मध्ये पाय सुजतो, लाल होतो, पिकतो, लस व पू वाहतो व नंतर काळा पडतो. कधी कधी अशावेळी गुडघ्याखाली पाय कापण्याची देखील पाळी येते. त्यामुळे मधुमेही व्यक्तींनी आपल्या रक्तातील साखर नियंत्रणात ठेवणे आवश्यक आहे. तसेच जशी एखादी तरुण मुलगी आपल्या चेहऱ्याची काळजी घेते तशी मधुमेही व्यक्तीने आपल्या पायाची काळजी घेणे आवश्यक आहे. असं म्हणतात की रोज सकाळी उठल्यावर कर दर्शन करावे. तसेच मधुमेही व्यक्तींनी रोज रात्री झोपताना पद दर्शन करावे. यामध्ये पायाचा वरचा भाग, पायाच्या बेचक्या व तळपायाचं नीट अवलोकन करावं. पायाच्या रंगामध्ये बदल वाटल्यास, पायाला कुठे सूज किंवा जखम वाटल्यास, तळपायाला कुठे घट्टा वाटल्यास तजांचा सल्ला घ्यावा. घरी असतानाही पायात नरम स्लीपर वापरावी. पायातून स्लीपर सटकत असेल तर नरम सँडल वापरावी. नवीन बूट घेण्यासाठी दुकानात संध्याकाळी जावे कारण दिवसभराच्या उभे राहणे तसेच चालल्यामुळे संध्याकाळी पायाला थोडी सूज येऊ शकते. नवीन बूट सुरुवातीस थोड्या वेळासाठी वापरून

पहावा. पायाला नवीन बूट किंवा चप्पल लागत तर नाही यासाठी पाय नीट निरखून पहावा. पाय दुखल्यास गरम पाण्याने किंवा गरम वस्तूने शेकू नये. सुन्नपणामुळे त्वचा कधी भाजली जाते ते कळत नाही व दुसरे दिवशी तिथे फोड येतो किंवा त्वचा आतपर्यंत भाजून पूर्ण काळी पडते.

0. **मधुमेहाच्या औषधामुळे होणारे त्वचा विकार** - इन्सुलिनचे इंजेक्शन चामडीखाली जिथे मारले जाते तेथील चरबी नष्ट होऊन तिथे त्वचेला खडके पडल्यासारखे वाटते. त्यामुळे इन्सुलिन मारण्याची जागा अधेमधे बदलत जावी. मधुमेहाच्या तोंडावाटे घेण्याच्या गोळ्यांपैकी sulfonylurea प्रकारच्या गोळ्यांनी क्वचित प्रसंगी अंगावर जिथे ऊन लागते अशा ठिकाणी काळपट लाल खाजरे पुरळ येते. तसे पुरळ आल्यास त्वरित डॉक्टरांचा सल्ला घ्यावा.

त्वचा हा आपल्या शरीराचा आरसा आहे. शरीरामध्ये घडणाऱ्या उलथा-पालर्थीचा आणि घडामोर्डींचा प्रभाव त्वचेवर पडतो व हा प्रभाव लक्षात घेऊन शरीराच्या आतमध्ये काय घडामोडी चालू आहेत याचा अंदाज लावता येतो. मधुमेह व त्वचारोगांचा हा संबंध आहे.