ধূমপান ও কিডনি

ডাঃ আসাদুর রহমান

দৈনিক জনকণ্ঠ তাং ১৯মার্চ ২০০১

শরীরের এমন কোন অঙ্গ নেই ধূমপানের সর্বগ্রাসী থাবা যেখানে আঘাত না হানে। ধূমপানের পক্ষে একটি মাত্র যুক্তিও খুঁজে পাওয়া যাবেনা। প্রধান যে অসুবিধাগুলো এ বিষপনে হয় তা হলো- (১) ব্রেন এ্যাটাক বা স্ট্রোকজনিত প্যারালাইসিস, (২) রেটিনার রক্ত সরবরাহ কমে যাওয়ায় অন্ধত্ব, (৩) বিভিন্ন ধরণের ক্যান্সার যেমন- মুখ গহ্বর, গলা, ফুসফুস ইত্যাদির ক্যান্সার (৪) হার্ট এ্যাটাক, (৫) গ্যাস্ট্রিক আলসার, (৬) উচ্চ রক্তচাপ ইত্যাদি। সম্প্রতি নেদারল্যানন্ডে সাত হাজার ব্যক্তির কিডনির ওপর ধূমপানের প্রভাব বিষয়ে গবেষণা হয়। এতে প্রতিয়মান হয় যে, ধূমপায়ীদের শরীরে ক্রিয়েটিনিনের পরিমাণ অনেক বেশি। ধূমপায়ীদের প্রস্রাবে এ্যালবুমিনও গুরুত্বপূর্ণ মাত্রায় পাওয়া গেছে। এ দু'টিই কিডনি ধ্বংসের প্রথমিক লক্ষণ। ঐ গবেষণায় এও প্রমাণিত হয়েছে যে, ডায়াবেটিস রোগীরা ধূমপান করলে দ্রুত মাইক্রো এ্যালবুমিনো ইউরিয়া দেখা দেয়। আর এর পরিণতি কিডনি ফেইলিউর। তখন একমাত্র চিকিৎসা ডায়ালাইসিস অথবা কিডনি প্রতিস্থাপন। অবশ্য ধূমপন বন্ধ করলে ২-৫ বছরের মধ্যে কিডনির অবস্থা সম্পূর্ণ স্বাভাবিক হয়ে যাওয়ার সম্ভাবনা রয়েছে। তাই আজই ধূমপন বন্ধ করুন। প্রয়োজনে চিকিৎসকের পরামর্শ গ্রহণ করুন।