ሔሊኮ ባክተር ፓይሎሪ በምህፃረ ቃል ኤች ፓይሎሪ

(Helicobacter Pylori, H. Pylori)

የጨጓራ በሽታ ስለሚያስተለው ስለዚህ ባክቴሪያ ማስገንዘብ አስፈላጊ ነው፡፡ ምክንያቱም በዚህ ባክተሪያ የመለከፍ መጠኑ በሀገር ቤት ለሚኖሩ ወገኖችም ሆነ ከሀገር ቤት ወደ ሰሜን አሜሪካ ወደ ተጓዙ ወገኖች ላይ በከፍተኛ ደረጃ ስለሚገኝ ነው፡፡

ስለዚህ በሽታ ስርጭት መጠን መረጃዎችን ለመጥቀስ እንደሚታወቀው የጨጓራ ወይም በአንጀት ቁስለት (አልሰር) የሚሰቃዩ ሰዎች በጣም ብዛት እንዳላቸው ይታወቃል፡፡ ለዚህ ህመም ደግሞ ጨጓራና አንጀትን በቀጥታ ማየትና አስፈላጊውን ምርመራና ህክምና ማድረግ የሚቻልበት በአፍ በኩል ወደ ጨጓራና አንጀት የሚገባ ካሜራ የተጠመደበት ቱቦ (Endoscopy) ኢንዶሰኮፒ የሚባል ምርመራ ይደረጋል፡፡

ይህን በሚመለከት በኢትዮጵያ በጥቁር አንበሳ ሆስፒታል ይህ ምርመራ ከተደረገላቸው 300 ሰዎች ውስጥ ምን ያህሉ በኤች ፓይሎሪ ባክቴሪያ የተለከፉ መሆናቸውን ለማወቅ የተለያዩ ምርመራዎች ተደርገው ውጤቱ የሚያሳየው በተለያዩት ምርመራዎች ከ71% በመቶ እስከ 91% በመቶ የሚሆኑት ህሙማን በዚህ ባክቴሪያ ለመለከፋቸው መረጃው ያሳያል፡፡ ይህ አንግዲህ የሰዎች ቁጠር መጠነኛ ቢሆንም በአንጀትና በጨጓራ መቁሰል ለሚሰቃዩ ህሙማን ዋናው ምክንያት በዚህ ባክቴሪያ መለከፍ መሆኑን ይጠቁማል፡፡

ይህ ደግሞ ኢትዮጵያ ታዳጊ አገር እንደመሆንዋ መጠን ይህ በሽታም በታዳጊ አገሮች በብዛት የመገኘቱን ያህል አያስገርምም፡፡

በሌላ ጥናት ደግሞ ከተወለዱ በሁዋላ በባክቴሪያው ያልተለከፉ ህፃናት ላይ በተደረገው ክትትል በመቶ የሚሆኑት ሕፃናት እድሜያቸው ስድስት አመት ከማለፉ በፊት በዚህ ባክቴሪያ ለመለከፋቸው ምልክት ታይቶባቸዋል፡፡ እንደ ጥናቱ ዘገባ በባክተሪያው ለመለከፍ ምክንያቱ የመጠጥ ውሃ እንደሆነ ይጠቁማል፡፡

አንግዲህ በኢትዮጵያ ተወልደው ላደጉ ሰዎች በዚህ ባክቴሪያ የመከለፍ አደጋው መጠን ከፍ ያለ ነው፡፡ ለዚህም ነው ይህ ድረ ገፅ ስለዚህ በሽታ ግንዛቤ ለመጨመር የተፈለገው፡፡ ተላላፊ በሽታ እንደመሆኑ የቤተሰብና የህብረተሰብ ችግር መሆኑ ግልፅ ነው፡፡ ከፅሁፉ ወደፊት እንደምንረዳው በዚህ ባክቴሪያ ምክንያተ ከጨጓራ ወይም አንጀት ቁስለት አልፎ ለካንሰር ጠንቅ ስለሆነ ግንዛቤን ማዳበርና አስፈላጊውን ምርመራና ህክምና ማድረግ ተገቢ ነው፡፡

አንግዲህ ወደ በሽታው ስንመለስ

ይህ ባክቴሪያ ጨጓራን በመልከፍ ይታወቃል፡፡ ይህ ደግሞ በአብዛኛው በልጅነት ጊዜ ነው የሚሆነው፡፡ ግምቶች የሚጠቁሙት ከአለም ህዝብ ግማሹ በዚህ ባክቴሪያ የተለከፈ አንደሚሆን ነው፡፡ ችግሩ አብዛኛዎች ሰዎች ባክቴሪያ ያለባቸው መሆኑን አያውቁም ምክንያቱም ህመም ስሜት ላይኖራቸው ስለሚችል ነው፡፡ ለዚህ ደግሞ ምክንያቱ ግልፅ አይደለም፡፡ እንደሌሎች በሽታዎች ሁሉ አንዳንድ ሰዎች በተፈጥሯቸው ባክቴሪያው ቢኖርባቸውም በሽታ እንዳይፈጠር ሰውነታቸው መቋቋም ስለሚችል ነው፡፡

በሄሊኮ ባክተር ባክቴሪያ ከተለከፉ ስሜትና ምልክቶች መሰማት ወይመ መታየት ከጀመሩ የሚከተሉትን ያካትታል፡፡

- የሆድ ህመም ወይም የሚያቃጥል የሆድ ህመም መሰማት በተለይም ከእምብርተ በላይ
- ባዶ ሆድ በሚሆኑበት ጊዜ ወይም ምግብ ሳይበሉ ከቀሩ የሆድ ህመም ስሜት መባባስ
- ማቅለሽለሽ

- የምግብ ፍላጎት መቀነስ
- ቶሎ ቶሎ ማስገሳት
- የሆደ መወጠር ወይም ሆድ መነፋት ስሜት
- የሰውነት ክብደት መቀነስ

ብዙ ሰዎች እነዚህን ስሜቶች ችላ የማለት ወይም በደፈናው ጨጓራ በሽታ አለብኝ በማለት ብዙም ክትትል ያለማድረግ ወይም ደግሞ ማስታገሻዎችን በዘፈቀደ የመውሰድ ባሕሪ ያሳያሉ፡፡

ነገር ግን እነዚህ ከላይ የተጠቀሱ ስሜቶች ያለማቋረጥ የሚከሰቱ ከሆነ ሐኪም ማማከር ተገቢ ነው፡፡

ከዚህ የሚከተሉት ስሜቶችና ምልክቶች ከታዩ ደግሞ በአስቸኳይ ህክምና መፈለግ ተገቢ ነው፡፡

- የሆድ ህመሙ የከፋ ከሆነና ያለመቋረጥ የሚከሰት ከሆነ
- ምግብ የመዋጥ ችግር ከተከሰተ
- በሰገራ ደም ወይመ ጥቁር ሠገራ መታየት ከጀመረ
- ደም ያለበት ወይመ የቡና ዝቃጭ የመሰለ ትውኪያ ከጀመረ

የሄሊኮ ባክተር ባክቴሪያ መተላለፊያ መንገዶች

ይህ ባክቴሪያ በትክክል እንዴት እንደሚተላለፍ ባይታወቅም ባክቴሪያው ከሰው ወደሰው እንደሚተላለፍ ይታወቃል፡፡ ይህም በሰውነት ንኪኪ፣ ምራቅ፤ ትውኪያ ወይም ከአይነምድር ጋር ንኪኪ አማካኝነት ነው፡፡ ከላይ እንደተጠቀሰው በባክቴሪያ መለከፍ የሚጀምረው በልጅነት ጊዜ ነው፡፡ በልጅነት ለመለከፍ ደግሞ የተለያዩ ሰበቦች መኖራቸው ይታወቃል፡፡ እነዚህም

- በአንድ ቤት ውስጥ ብዛት ያላቸው ወይም የተጣበበ ኑሮ ካለ
- በቂ ንፁሕ የመጠጥ ውሃ አለመኖር
- በታዳጊ አገሮች መኖር (በቂና ንፁሕ የመጠጥ ውሃ አለመኖርና የተጣበበ ኑሮ ከመኖር ጋር የተያያዘ)
- በባክቴሪያ ከተከለፈ ሰው ወይም ሰዎች ጋራ አብሮ መኖርን ይጨምራል፡፡ ስለዚህ በተወለዱበት ወይም ባደጉበት ወይም በሚኖሩበት ቤት ውስጥ በዚህ ባክቴሪያ የተለከፈ ሰው ካለ እርስዎም የመያዝ ዕድሉ ከፍ ያለ መሆኑ መታወቅ አለበት፡፡

ዘላቂ ችግሮች

ዋናውና አሳሳቢ ችግር ደግሞ በዚህ ባክቴሪያ መለከፍ ምክንያት ከቀላል የጨጓራ ህምም ስሜት አልፎ ዘላቂና የከፋ ችግር ማስከተሉ ነው፡፡ አነዚህም

1. በእንግሊዝኛ አልሰር (ulcer) የጨጓራ ወየም የአንጀት ግድግዳ መላጥ ነው፡፡
2. እንደገናም የጨጓራና የአንጀት ግድግዳዎችን በማወክ ጋስትራይቲስ (Gastritis) የሚባል ሁኔታ መፈጠር
3. የጨጓራ ካንሰር ለመከሰት ዋና ምክንያት መሆን፡፡ የጨጓራ ካንሰር ደግሞ የተለያዩ አይነት ሊሆኑ እንደሚችሉ ይታወቃል፡፡

ስለዚህ ዋናው ምክር በህመም የሚሰቃዩ ከሆነ ወይም በባክቴሪያው የመከለፍ አደጋ ሊኖረዎት የሚችል ከሆነ ሀኪም ማማከር ተገቢ ነው፡፡

ምርመራዎች

በዚህ ባክቴሪያ የተለከፉ መሆንዎን ለማወቅ የተለያዩ የምርመራ መንገዶች አሉ፡፡

ምርመራ በደም፣ በሠገራና በትንፋሽ ሊሆን ይችላል፡፡ የሠገራና የትንፋሽ ምርመራዎች በባክቴሪያ መለከፍን ለማወቅ ከደም ምርመራው በላይ ብላጫ አላቸው ወይም የተሸሉ መንገዶች ናቸው፡፡

ስለምርመራዎች በመጠኑ ለመጥቀስ

የደም ምርመራው ከዚህ በፊት ተለክፈው ከሆነ ወይም በሽታው ካለብዎት ለማወቅ ይረዳል

የትንፋሽ ምርመራ፡፡ ትንፋሽ ከመሰጠትዎ በፊት ክኒን፣ የሚጠጣ ነገር ወይም እንደገንፎ አይነት ነገር እንዲወስዱ ይደረጋል፡፡ እነዚህን ከወሰዱ ባክቴሪያው ካለብዎት የወሰዱት ነገሮች ውጤታቸው አንዱ ካርቦን የተባለ ሞሎኪል ነው፡፡ እንግዲህ በሚተነፍሱበት ጊዜ ካርቦን በትንፋሽዎ ስለሚወጣ ትንፈሽዎን በከረጢት ውስጥ እንዲተነፍሱ በማድረግ በትንፋሽዎ የወጣውን የካረቦን መጠን መለካት ነው፡፡ ይህ ምርመራ ግን የራሱ ችግር አለበት ምክንያቱም አንዳንድ መድሀኒቶች በተለምዶ የጨጓራ መድሀኒቶች፤ ፀረ ህዋስ መድሃኒቶች(Antibiotics) መውሰድ ውጤቱን ሊቀይረው ስለሚችል ሐኪምዎ እነዚህን መድሃኒቶች ከምርመራው በፊት ለሳምንት ወይም ሳምንቶች እንዳይወስዱ ይነግርዎታል፡፡

የሠገራ ምርመራ የባክቴሪያውን ከፍሎች በሠገራ ምርመራ በማግኘት በባክቴሪያወ መለከፍዎን ማወቅ ይቻላል፡፡ በዚህ ምርመራም ከላይ እንደተጠቀሰው አንዳንድ መድሀኒቶችን መውሰድ ውጤቱን ሊያዛባው ሰለሚችል ከምርመራው በፊት መወሰድ የማይገባቸውን መድሃኒቶች ማወቅና አለመውሰድ ተገቢ ነው፡፡

ኢንዶስኮፒ (Endoscopy) ቀጥታ ምርመራ በአፍዎ በኩል በሚላክ ካሜሪ በተጠመደበት ቱቦ አማካኝነት ሀኪሞች የጨጓራ ወይም የአንጀት ግድግዳ ላይ የተከሰቱ ሁኔታዎችን ማየት ያስችላቸዋል፡፡ ከዚህ በተጨማሪ አጠራጣሪ ቁስሎች ከታዩ ቅንጣቢ (biopsy) በመውሰድ ለባክቴሪያው ምርመራ ከማድረግ በተጨማሪ ካንስር መፈጠሩንና አለመፈጠሩን ማወቅ ያስችላቸዋል፡፡

ህክምና

በሄሊኮ ባክተር ፓይሎሪ ወይም ኤች ፓይሎሪ መለከፍዎ ከታወቀ ባክቴሪያውን ለማሰወገድ ሀኪምዎ የተለያዩ መድሃኒቶችን በአንድ ጊዜ እንዲወስዱ ያዝልዎታል፡፡ መድሀኒቶችም ሁለት የፀረ ህዋስ መድሃኒቶችን በተጨማሪ ደግሞ የአሲድ መጠን የሚቀንስ መድሃኒት በመጨመር ባክቴሪያውን ማሰወገድና የቆሰለ የጨጓራ ግድግዳ እንዲያገግም በማድረግ ነው፡፡የታዘዘልዎትን መድሀኒቶች በአግባቡ መወሰድና መጨረስ በጣም ተገቢ ነው፡፡ መድሐኒቱ በአግባብ ካልተወሰደ ባክቴሪያው መድሃኒቶችን የመቋቋም ሁኔታ (Resistance) ሊፈጥር እንደሚችል ማወቅ ተገቢ ነው፡፡

መከላከል

- ከተፀዳዱ በሁዋላና ምግብ ከመመገብዎ በፊት እጅዎን መታጠብ

- በንፅህና የተዘጋጀ ምግብን መመገብ
- ንፁህ ወይም ጤናማ ውሃን መጠቀም
- የምንጨምው ነገር ቢኖር ድንገት በዚህ ባክቴሪያ ተለከፍው ከሆነ በህክምና ባክቴሪያውን በማስወገድ ከእርስዎ ወደ ሌላ ሰው እንዳይሸጋገር በማድረግ በሽታው እንዳይዛመት ይረዳሉ፡፡

አገር ቤት ተወልደው አድገው ከሆነም በባክቴሪያው የመለከፍ አደጋው ከፍ ያለ እንደመሆኑ መጠን ባክቴሪያውን ይዘው ስለሚኖሩ ወደበለፀጉ ሀገሮች ቢጉዋዙ ወይም ቢኖሩ ለልጆችዎ ወይም ለቤተሰብዎ መለከፍ ሁኔታ ስለሚፈጥር መመርመር ተገቢ ነው፡፡ ውዝግቡ ያለው ባባክቴሪያው የተለከፉ ግን የህመም ስሜት የሌለባቸውን ሰዎች ማከም ወይም አለማከም ነው፡፡

ሌላው ተጨማሪ ጉዳይ ከታከሙ በሁዋላ ባክቴሪያው መወገዱንና አለመወገዱን ለማወቅ እንደገና ምርመራ ሊያደርጉ ይችላሉ፡፡ እንግዲህ በመጀመሪያው ህክምና ካልተወገደ ድጋሚ ህክምና ሊደረግልዎት እንደሚችል ማወቅ ተገቢ ነው፡፡

ከዚህ በተጨማሪ የራሰዎን ግንዛቤ በማዳበር ሌሎችም እንዲያውቁ ይህንን ትምህርት ማከፈል ጠቃሚ መሆኑን ለሁላችንም ግልፅ ነው፡፡

በጎሽ ገፆች እንደምንገልፀው ተላላፊ በሽታዎች የግለሰብ ችግር ብቻ አለመሆናቸውን ነው፡፡

የጎሽ ምክር

ይህ በሽታ በሀገር ቤት በብዛት የመገኘቱን ያህል ከቲቢ(TB) ሄፓታይትስ ቢ(Hepatitis B) ሄፓታይትስ ሲ(Hepatitis C) ጋራ ማድረግ ከሚገባዎት ምርመራዎች አንዱ መሆኑን እንጠቁማለን፡፡