स्वतःची परीक्षा घ्या – मग उत्तर वाचा

मेंदूबद्दल गैरसमज: खरे की खोटे?



डॉ. आनंद दिवाण

कन्सल्टंट न्यूरॉलॉजिस्ट · प्रौढ व लहान मुले

मेंदू, मणका, नस व स्नायू विकार तज्ज्ञ

MBBS, DNB (Neurology) · MMC Reg. No. 88279

नारायणी हॉस्पिटल **0253 2224411**

डॉ. आनंद दिवाण न्यूरॉलॉजी क्लिनिक **0253 2472111**

अपॉइंटमेंटसाठी स्कॅन करा

आपल्या क्लिनिकमध्ये खालील आजारांवर उपचार होतात

- फिट / आकडी / झटके (एपिलेप्सी)
- अर्धांगवायू (पॅरालिसिस, स्ट्रोक)
- वारंवार डोके दुखणे, मायग्रेन
- चक्कर येणे, तोल जाणे
- पार्किन्सन, हात-पाय थरथरणे, हालचाली मंदावणे
- स्मरणशक्ती कमी होणे (डिमेन्शिया)
- मान व पाठदुखी, सायटिका, मणक्याचे विकार
- हात-पायांना मुंग्या येणे, जळजळ (न्यूरोपॅथी)
- स्नायूंची ताकद कमी होणे
- अपघातात मेंदूला मार लागणे
- रात्री झोप न येणे
- लहान मुलांमध्ये फिट येणे, उशिरा चालणे-बोलणे, वाढीतील अडचणी

नारायणी हॉस्पिटलमध्ये एकाच छताखाली तपासण्या

EEG · व्हिडिओ EEG · EMG / NCS · VEP · BERA · VNG (चक्कर तपासणी) · CT ब्रेन · CSF तपासणी · सर्व रक्त तपासण्या

प्रत्येकाला तपासण्यांची गरज नसते. गरज असल्यास कोणती व का, हे डॉक्टर समजावून सांगतात.

स्वतःची परीक्षा घ्या!

प्रत्येक वाक्य वाचा. खरे की खोटे, ते ठरवा. मग खालील उत्तर वाचा.

“आपण मेंदूचा फक्त १०% वापर करतो.”

गैरसमज

मेंदूच्या स्कॅनमध्ये दिसते की दिवसभरात मेंदूचा जवळजवळ प्रत्येक भाग कार्यरत असतो. छोट्याशा भागाला इजा झाली तरी त्रास होतो.

“काही लोक 'डाव्या मेंदूचे' (तर्कशुद्ध) तर काही 'उजव्या मेंदूचे' (कल्पक) असतात.”

गैरसमज

जवळजवळ प्रत्येक कामासाठी दोन्ही भाग एकत्र काम करतात. स्वभाव एका बाजूवर अवलंबून नसतो.

“लहानपणानंतर मेंदूत नवीन जोडण्या तयार होत नाहीत.”

गैरसमज

मेंदू आयुष्यभर नवीन जोडण्या बनवत राहतो. यामुळेच आपण शिकतो आणि पक्षाघातानंतर रुग्ण बरे होतात.

डोकेदुखी आणि फिट्स

"डोकेदुखी म्हणजे मेंदूतील गाठ."

गैरसमज

बहुतेक डोकेदुखी मायग्रेन किंवा ताणामुळे असते. गाठ हे क्वचित कारण असते. स्कॅनची गरज आहे का, हे डॉक्टर सांगतील.

"एपिलेप्सी संसर्गजन्य आहे किंवा भूतबाधेमुळे होते."

गैरसमज

एपिलेप्सी हा मेंदूचा आजार आहे. तो एकाकडून दुसऱ्याला पसरत नाही आणि त्याचा भूताशी काहीही संबंध नाही.

"फिट आल्यावर तोंडात चमचा घालावा किंवा चप्पल/कांदा हुंगवावा."

गैरसमज

यामुळे दात तुटू शकतात व श्वास अडकू शकतो. व्यक्तीला एका कुशीवर वळवा, डोके सुरक्षित ठेवा आणि थांबा.



पक्षाघात (लकवा)

“पक्षाघातानंतरचा लुळेपणा कधीच सुधारत नाही.”

गैरसमज

लवकर उपचार व फिजिओथेरपीने अनेक जण पुन्हा चालू-बोलू लागतात. जास्तीत जास्त सुधारणा पहिल्या ३–६ महिन्यांत होते, पण नंतरही सुरू राहू शकते.

“पक्षाघात फक्त वृद्धांनाच होतो.”

गैरसमज

तो कोणत्याही वयात, अगदी तरुणांनाही होऊ शकतो. उच्च बीपी, मधुमेह व धूम्रपानाने धोका वाढतो.

“अशक्तपणा काही मिनिटांत गेला तर डॉक्टरांकडे जाण्याची गरज नाही.”

गैरसमज

हा 'मिनी-स्ट्रोक' (TIA) धोक्याची सूचना आहे – काही दिवसांत मोठा पक्षाघात होऊ शकतो. त्याच दिवशी डॉक्टरांना भेटा.



आहार, कोडी आणि दारू

“बदाम किंवा स्मरणशक्तीचे टॉनिक घेतल्याने हुशारी वाढते.”

गैरसमज

कोणताही एक पदार्थ किंवा टॉनिक हुशार बनवत नाही. संतुलित आहार, चांगली झोप व शिकणे मेंदूला मदत करतात.

“शब्दकोडी व कोडी सोडवल्याने डिमेन्शिया टळतो.”

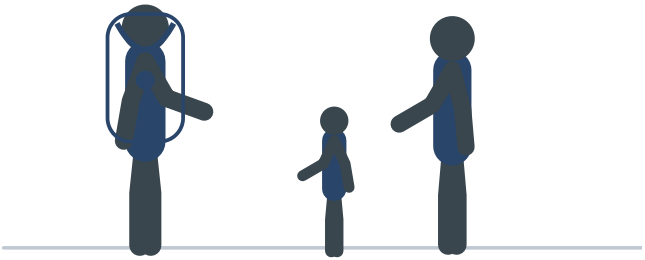
अंशतः खरे

सक्रिय मन मदत करते. पण व्यायाम, बीपी नियंत्रण, ऐकण्याचे यंत्र आणि लोकांना भेटणे तितकेच महत्त्वाचे.

“रोज थोडी दारू मेंदूसाठी चांगली असते.”

गैरसमज

नियमित मध्यम प्रमाणात दारू पिण्याचाही संबंध मेंदू आकुंचन पावण्याशी आहे. जास्त दारूने नसा व स्मरणशक्ती खराब होते.



आणखी काही समजुती

“शिकण्यात अडचण असलेली मुले आळशी असतात.”

गैरसमज

डिस्लेक्सिया, एडीएचडी यांसारखे आजार मेंदूशी संबंधित आहेत. अशा मुलांना मदतीची गरज असते, शिक्षेची नाही.

“मेंदूच्या आजारांवर उपचार नाहीत.”

गैरसमज

एपिलेप्सी, मायग्रेन, पार्किन्सन, न्यूरोपॅथी व पक्षाघात उपचारांनी बऱ्याचदा चांगले नियंत्रणात राहतात.

“मोबाईल वापरल्याने मेंदूचा कॅन्सर होतो.”

गैरसमज

आतापर्यंतच्या मोठ्या अभ्यासांत स्पष्ट संबंध आढळलेला नाही. पण गाडी चालवताना फोन वापरणे खरोखर धोकादायक आहे.

लक्षात ठेवा

- आरोग्याचे प्रश्न डॉक्टरांना विचारा – WhatsApp वरील फॉरवर्ड्सना नाही.

अपॉइंटमेंटसाठी

सोमवार ते शनिवार · रविवारी बंद

नारायणी हॉस्पिटल

तपासणी, सर्व टेस्ट व ॲडमिशन

श्री वल्लभ नगर, हॉटेल छानच्या मागे, मुंबई नाक्याजवळ, नाशिक ४२२००९

तपासणी: सकाळी ११ ते दुपारी ३ · टेस्ट: सकाळी १० ते सायं. ५

हॉस्पिटल इमर्जन्सीसाठी २४ तास सुरू

0253 2224411

डॉ. आनंद दिवाण न्यूरॉलॉजी क्लिनिक

संध्याकाळची तपासणी

११, यशिका प्लाझा, सत्यम स्वीटजवळ, गोविंद नगर, नाशिक ४२२००९

तपासणी: सायं. ६ ते रात्री ८

0253 2472111

अपॉइंटमेंटसाठी स्कॅन करा

किंवा WhatsApp वर बुक करा

83900 00385 · 93702 54026

WhatsApp फक्त अपॉइंटमेंटसाठी आहे.

narayanihospitalfrontdesk@gmail.com

www.diwanneurology.com

अधिक माहिती ऑनलाइन

डॉ. आनंद दिवाण · MBBS, DCH, DNB (Pediatrics), DNB (Neurology), PGDDN · MMC Reg. No. 88279

ही पुस्तिका सर्वसाधारण माहितीसाठी आहे; डॉक्टरांच्या सल्ल्याला पर्याय नाही. इमर्जन्सीमध्ये जवळच्या हॉस्पिटलमध्ये जा.