

# फिंगर क्लबिंग (Finger Clubbing) को समझना

## फिंगर क्लबिंग क्या है?

फिंगर क्लबिंग उंगलियों के सिरों और नाखूनों के आकार में होने वाला शारीरिक बदलाव है। यह कभी-कभी जन्म से (जन्मजात) भी हो सकता है, लेकिन अधिकतर यह शरीर में किसी अंदरूनी समस्या का संकेत होता है—अक्सर हृदय या फेफड़ों से जुड़ी।

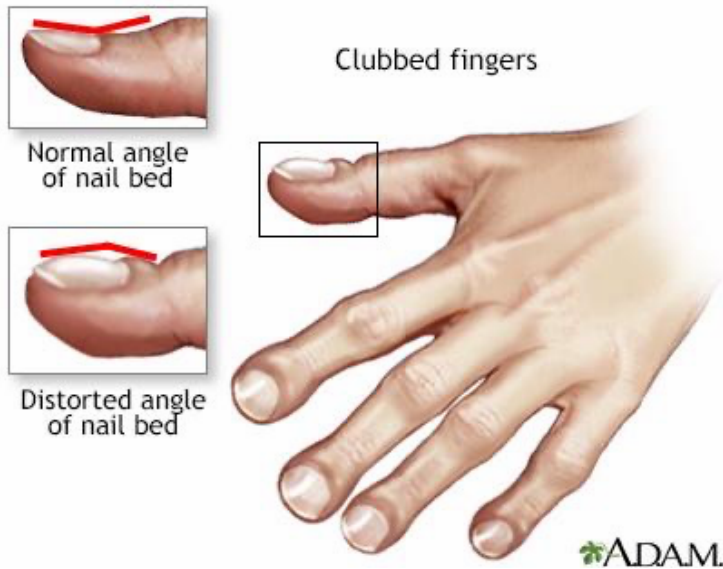
## यह कैसे और क्यों होता है?

हालाँकि वैज्ञानिक अभी इसके सटीक कारणों पर शोध कर रहे हैं, आपके नोट्स के अनुसार शरीर में यह प्रक्रिया होती है:

- **कम ऑक्सीजन:** जब शरीर के ऊतकों को पर्याप्त ऑक्सीजन नहीं मिलती।

**रासायनिक संकेत:** इसकी भरपाई के लिए शरीर **VEGF (Vascular Endothelial Growth Factor)** नामक प्रोटीन अधिक बनाता है।

**अतिरिक्त वृद्धि:** यह प्रोटीन उंगलियों के सिरों में नई रक्त-नलिकाओं की वृद्धि करता है, जिससे सूजन आती है और नाखून का बैठना बदल जाता है।



## बदलाव के पाँच चरण

क्लबिंग आमतौर पर वर्षों में धीरे-धीरे होती है, लेकिन कुछ मामलों में तेजी से भी दिख सकती है। डॉक्टर इन पाँच चरणों को देखते हैं:

1. **नरमी:** नाखून के आसपास की त्वचा लाल हो जाती है और दबाने पर स्पंजी लगती है।
2. **कोण में बदलाव:** नाखून और त्वचा के मिलने का सामान्य “डिप” खत्म हो जाता है; कोण 160° से अधिक हो जाता है।
3. **वक्रता:** नाखून नीचे की ओर मुड़ने लगता है, चम्मच की पीठ जैसा दिखता है।
4. **उभार:** उंगलियों के सिरे बड़े या उभरे हुए दिखने लगते हैं।
5. **चमक और धारियाँ:** नाखून व त्वचा बहुत चमकदार लगती है और नाखूनों पर रेखाएँ (रिजेज़) दिख सकती हैं।

## सामान्य कारण: फेफड़ों की समस्याएँ

लगभग 80% मामलों में क्लबिंग का कारण फेफड़ों से जुड़ा होता है।

### फेफड़ों का कैंसर

यह एक प्रमुख कारण है। यदि क्लबिंग का कारण कैंसर हो, तो हड्डियों/जोड़ों में दर्द, लगातार खाँसी, सीने में दर्द या खून की खाँसी भी हो सकती है।

### अन्य फेफड़ों की स्थितियाँ

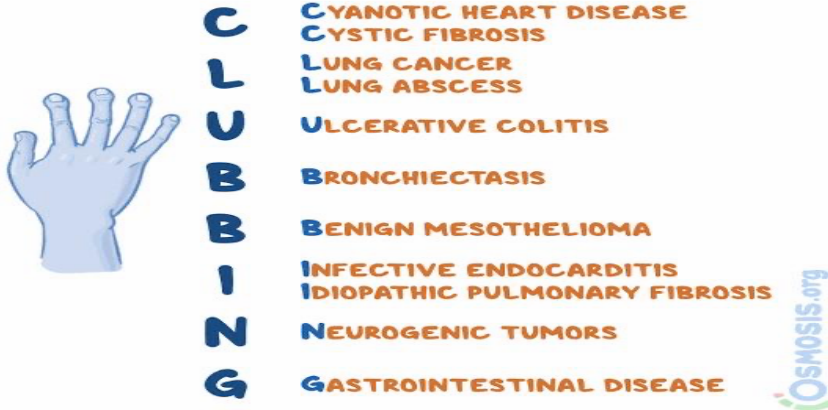
- **इंटरस्टिशियल लंग डिज़ीज़ व फाइब्रोसिस:** फेफड़ों का ऊतक मोटा, कठोर और दागदार हो जाता है, जिससे साँस लेना मुश्किल होता है।
  - **सिस्टिक फाइब्रोसिस:** एक आनुवंशिक बीमारी, जिसमें गाढ़ा चिपचिपा म्यूकस फेफड़ों में जमा हो जाता है।
  - **ब्रॉंकिएक्टिसिस:** फेफड़ों की नलिकाओं को नुकसान, जिससे म्यूकस साफ़ करना कठिन होता है; इलाज में एंटीबायोटिक्स और छाती की विशेष फिज़ियोथेरेपी शामिल हो सकती है।
- लंग एब्ससेस:** बैक्टीरिया से बना फेफड़े में पस का थैला।

## सामान्य कारण: हृदय की समस्याएँ

यदि फेफड़े स्वस्थ हों, तो डॉक्टर हृदय की जाँच करते हैं।

- **जन्मजात हृदय रोग (CCHD):** जन्म से मौजूद हृदय दोष; लक्षणों में त्वचा का नीला पड़ना, अत्यधिक थकान और तेज़ साँसें शामिल हैं।
- **हृदय संक्रमण (एंडोकार्डाइटिस):** हृदय की परत और वाल्व का गंभीर संक्रमण।
- **हृदय ट्यूमर:** एक गैर-कैंसरयुक्त गाँठ (एट्रियल मिक्सोमा) जो रक्त प्रवाह रोक सकती है, जिससे चक्कर या बेहोशी हो सकती है।

## CAUSES of CLUBBING



## अन्य स्वास्थ्य संबंध

कभी-कभी क्लबिंग शरीर के अन्य हिस्सों की बीमारियों से भी जुड़ी होती है:

- **लिवर रोग (सिरोसिस):** लंबे समय का लिवर नुकसान रक्त में ऑक्सीजन को प्रभावित कर सकता है।
- **पाचन तंत्र की समस्याएँ (IBD):** क्रोहन रोग या अल्सरेटिव कोलाइटिस जैसी स्थितियाँ।

- **प्राइमरी HOA:** एक दुर्लभ स्थिति, जो किशोरावस्था के आसपास शुरू हो सकती है; उंगलियों में बदलाव और हथेलियों-पैरों में अत्यधिक पसीना आता है।

## आपको क्या करना चाहिए?

यदि आपको अपनी उंगलियों के आकार में बदलाव दिखे, तो डॉक्टर से ज़रूर मिलें। वे आपकी मेडिकल हिस्ट्री, शारीरिक जाँच और एक्स-रे, CT स्कैन या रक्त जाँच जैसे टेस्ट से कारण ढूँढेंगे।

उंगलियों का अलग से इलाज नहीं किया जाता; मूल हृदय या फेफड़ों की बीमारी का इलाज किया जाता है। यदि कारण का सही इलाज हो जाए, तो समय के साथ उंगलियाँ और नाखून सामान्य हो सकते हैं।

## डॉ. निशठा जैन, MD

सहायक प्राध्यापक

ओपीडी नंबर 3; आंतरिक चिकित्सा

आर.डी. गार्डी मेडिकल कॉलेज एवं अस्पताल