

हाई ब्लड क्याल्सियम

High Blood Calcium

High blood calcium, also called hypercalcemia, means that there is too much calcium in the blood. Most of the calcium in a person's body is in the bones and teeth. Some calcium in blood helps the body to work right. Too much calcium in the blood affects the nerves, digestive tract, heart and kidneys.

Signs

Some people with high blood calcium have signs, while others do not.

Signs of high blood calcium include:

- Muscle weakness
- Poor appetite, weight loss
- Nausea or vomiting
- Stomach pain
- Constipation
- Feeling tired
- Increased urine output
- Confusion, behavior changes or loss of memory
- Loss of interest in work or decreased attention span
- Pain in lower back or sides, often caused by kidney stones
- Bones become fragile and can break

हाइपरक्याल्सेमिआ पनि भनिने हाई ब्लड क्याल्सियमको अर्थ रगतमा अत्यधिक क्याल्सियम हुनु हो। व्यक्तिको शरीरमा प्रायःजस्तो क्याल्सियम हड्डी र दाँतमा हुन्छ। रगतमा केही क्याल्सियमले शरीरलाई सुचारू ढंगले काम गर्नमा मद्दत गर्दछ। रगतमा अत्यधिक क्याल्सियमले नसाहरू, पाचन मार्ग, मुटु र मिर्गौलोमाथि असर गर्दछ।

लक्षणहरू

केही व्यक्तिहरूमा हाई ब्लड क्याल्सियमका लक्षण देखिन्छन् भने अन्यमा देखिँदैन।

हाई ब्लड क्याल्सियमका लक्षणहरूमा सामेल छन्:

- मासपेशीमा कमजोरी
- भोक नलाग्नु, वजन घट्नु
- वाकवाकी लाग्ने वा वान्ता हुने
- पेट दुख्नु
- कब्जियत हुनु
- थकित महसुस हुनु
- बढ्ता मात्रामा पिसाब निस्कनु
- भ्रम, व्यवहारमा परिवर्तन वा स्मरण शक्ति हराउनु
- काममा मन नलाग्नु वा ध्यान केन्द्रित गर्न सक्ने अवधिमा कमी हुनु
- पिठ्युँको तल्लो भाग वा कोखोतिर दुख्नु, प्रायः मिर्गौलोमा पत्थरीका कारण यस्तो हुन्छ
- हड्डी नाजुक बन्दछ र भाँचिन सक्दछ

Causes

The most common causes of high blood calcium are:

- Lack of activity or exercise
- Over active gland that controls how much calcium your body needs
- Cancer in the bone or blood
- Renal failure
- Taking large amounts of Vitamins A, D and calcium
- Some medicines

Your Care

To treat high blood calcium and prevent more loss of calcium from your bones, your doctor may ask you to do one or more of these:

- Drink 3 to 4 quarts or 3 to 4 liters of liquids each day.
- Take your medicine as ordered.
- Exercise if you are able.
- Get out of bed, sit in a chair and walk as much as possible. Ask for help if you need it.
- If you are in bed all of the time, move from side to side at least every 2 hours.

If your calcium is high because you have an overactive gland, surgery may be needed.

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns or if your signs get worse.

कारण

हाई ब्लड क्याल्सियमका सबैभन्दा सामान्य कारणहरू हुन्:

- गतिविधि वा व्यायामको कमी
- तपाईंको शरीरलाई कति क्याल्सियम चाहिन्छ भनी नियन्त्रण गर्ने ग्ल्यान्डको अति सक्रियता
- हड्डी वा रगतको क्यान्सर
- मिर्गौलाले काम गर्न बन्द गर्नु
- धेरै मात्रामा भिटामिन ए, डि र क्याल्सियम सेवन गर्नु
- केही औषधि

तपाईंको हेरचाह

हाई ब्लड क्याल्सियमको उपचार गर्न र तपाईंका हड्डीबाट क्याल्सियमको थप हानी रोकथामकालागि तपाईंका डक्टरले निम्न मध्ये एक वा अधिक गर्ने सल्लाह दिन सक्दछन्:

- हरेक दिन 3 देखि 4 क्वार्ट वा 3 देखि 4 लिटर झोल पदार्थ पिउनु पर्दछ।
- बताइएअनुसार औषधि सेवन गर्नु पर्दछ।
- सक्षम हुनुहुन्छ भने व्यायाम गर्नुहोस्।
- ओछ्यानबाट उठ्नुहोस्, कुर्सीमा बस्नुहोस् र जतिसक्दो हिँड्नुहोस्। आवश्यक भए मद्दत माग्नुहोस्।
- तपाईं हरसमय ओछ्यानमा रहनुहुन्छ भने कम्तीमा हरेक 2 घण्टामा कोल्टे फेर्नुहोस्।

यदि तपाईंमा अति सक्रिय ग्ल्यान्डका कारण उच्च क्याल्सियम छ भने शल्यक्रियाको आवश्यकता पर्न सक्दछ।

यदि तपाईंका कुनै प्रश्न वा चिन्ता छन् अथवा तपाईंमा लक्षणहरू बिग्रन्छ भने आफ्नो डक्टर वा नर्ससँग सल्लाह गर्नुहोस्।