ಬುದ್ಧಿ ಹಲ್ಲು ಬರುವಾಗ..

ಉಳಿದೆಲ್ಲ ಹಲ್ಲುಗಳು ನೋವು, ತೊಂದರೆ ಕೊಡದೇ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಅರಿವಿಗೂ ಬಾರದಂತೆ ಮೂಡಿದರೆ ಬುದ್ಧಿಹಲ್ಲು ಬರುವಾಗ ಶೇ.70–80 ರಷ್ಟು ಜನರಿಗೆ ನೋವು ಕೊಡುತ್ತದೆ.

■ ಡಾ. ಸಂತೋಷ್ ಹೊಳಲ್ಕೆರೆ

ದಿನವೆಲ್ಲ ಜ್ವರ, ಹಲ್ಲಿನ ಒಸಡಿನಲ್ಲಿ ನೋವು. ಕಾರಣವಿಷ್ಟೇ ಆಕೆಗೆ ಬುದ್ಧಿ ಹಲ್ಲು ಮೂಡುತ್ತಿದೆ. ವಿಸ್‌ಡಮ್ ಟೀತ್ ಮೂಡುವ ರೀತಿಯೇ ಹೀಗೆ. ಎಲ್ಲ ಹಲ್ಲುಗಳಂತೆ ಬರುವುದಿಲ್ಲ ಇದು. ಉಳಿದೆಲ್ಲ ಹಲ್ಲುಗಳು ನೋವು, ತೊಂದರೆ ಕೊಡದೇ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಅರಿವಿಗೂ ಬಾರದಂತೆ ಮೂಡಿದರೆ ಈ ಬುದ್ಧಿ ಹಲ್ಲು ಬರುವಾಗ ಶೇ. 70–80 ರಷ್ಟು ಜನರಿಗೆ ನೋವು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಈ ಹಲ್ಲು ಮೂಡಿದ ಬಳಿಕವೂ ಸಮಸ್ಯೆ ಆಗುವುದಿದೆ.

ಉಳಿದ 28 ಹಲ್ಲುಗಳು 13–14ರ ವಯೋಮಾನದ ಒಳಗಾಗಿ ಹುಟ್ಟಿಬಿಡುತ್ತವೆ. ಆಗ ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಮೂಳೆ, ದವಡೆಗಳೆಲ್ಲ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಹಂತದಲ್ಲಿರುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಬುದ್ಧಿ ಹಲ್ಲು ಅಥವಾ ಮೂರನೇ ದವಡೆ ಹಲ್ಲು ಮೂಡುವುದೇ 18–25ನೇ ವಯೋಮಾನದಲ್ಲಿ. ಉಳಿದೆಲ್ಲಾ ಹಲ್ಲುಗಳೂ ಬಂದಾದ ಬಳಿಕ ಕೊನೆಯದಾಗಿ ಈ ಹಲ್ಲು ಮೂಡುತ್ತದೆ. 18–25ನೇ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮೂಡುವ ಕಾರಣಕ್ಕೋ ಏನೋ ಈ ಹಲ್ಲನ್ನು ಬುದ್ಧಿಹಲ್ಲು ಎನ್ನಲಾಗುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ 18–25ರ ನಡುವೆಯೇ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಪ್ರಬುದ್ಧನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಪ್ರೌಢಿಮೆ ಹೊಂದುತ್ತಾನೆ.

ಎಲ್ಲಾ ಹಲ್ಲುಗಳಿಗಿಂತ ಈ ಹಲ್ಲು ಬಹಳಷ್ಟು ಭಿನ್ನವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಈ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ದೈಹಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆ ನಿಂತು ಪ್ರಮುಖ ಅಂಗಾಂಗ, ಎಲುಬು, ಮೂಳೆಗಳೆಲ್ಲವೂ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ರೂಪ ಪಡೆದಿರುತ್ತವೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮೂಡಿಬರುವ ಬುದ್ಧಿಹಲ್ಲು ಸಹಜವಾಗಿ ಬಾಯಿ ಒಳಗೆ ಮೂಡಲು ಜಾಗಕ್ಕಾಗಿ ಪರದಾಡುತ್ತದೆ. ಇರುವ ಅಲ್ಪ ಜಾಗ ಮತ್ತು ಬೆಳವಣಿಗೆ ನಿಂತ ಮೂಳೆಯನ್ನು ಸೀಳಿಕೊಂಡು ಬರಲು ಹಲ್ಲಿಗೆ ಬಹಳ ತೊಂದರೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಗಮನಕ್ಕೂ ಬಂದು ನೋವು ತರುತ್ತದೆ. ಈ ಮೂರನೇ ದವಡೆಹಲ್ಲು ಆರೋಗ್ಯಕರ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮೂಡಿ ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ, ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಮೂಡಿದರೆ ತೊಂದರೆಯಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರಿಗೆ ಇದು ಸರಿಯಾದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಮೂಡದೆ ತೊಂದರೆ ಕೊಡುತ್ತದೆ.

ಸಮಸ್ಯೆಗಳು

ಬುದ್ಧಿ ಹಲ್ಲು ಮೂಡಿ ಬರುವಾಗ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಚರ್ಮ–ಒಸಡು ಊದಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ನೋವು ರಹಿತ ಬಾವು/ ನೋವು ಸಹಿತ ಬಾವು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಊಟ ಮಾಡಲು, ನುಂಗಲು ಕಷ್ಟವಾಗಬಹುದು. ಆಹಾರದ ಕಣ ಹಲ್ಲು ಮೂಡುತ್ತಿರುವ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿ ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಸತತ ನೋವು ಅಥವಾ ಬಿಟ್ಟು ಬಿಟ್ಟು ಬರುವ ನೋವು ಇರಬಹುದು. ಕಚ್ಚುವಾಗ ಚರ್ಮ ಅಡ್ಡ ಬರುವುದು. ಬಾಯಿಯಿಂದ ದುರ್ವಾಸನೆ ಬರುವುದು. ಹಲ್ಲು ಮೂಡುವ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಆ ಭಾಗದ ಕತ್ತು, ಗಂಟಲು, ಕಿವಿ, ತಲೆ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ನೋವು ಬರುವುದೂ ಇದೆ. ಬಾಯಿ ಬಿಗಿತವಾಗಿ ಬಾಯಿ ತೆರೆಯಲು ಆಗದೇ ಇರಲೂಬಹುದು.

80 ದಶಕದಿಂದೀಚೆಗೆ ಸಮಸ್ಯೆ

ಬುದ್ಧಿಹಲ್ಲು ಮೂಡುವಾಗಿನ ಈ ಸಮಸ್ಯೆ 80–90ರ ದಶಕದಿಂದೀಚೆಗೆ ಹೆಚ್ಚು. ಏಕೆಂದರೆ, ಬಹಳಷ್ಟು ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ ಇಂದು ಬದಲಾಗಿದೆ. ಗಟ್ಟಿ ಆಹಾರ, ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶಯುಕ್ತ ಆಹಾರ ಇಂದು ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದ್ದು ದೋಸೆ, ಇಡ್ಲಿ, ಪಾನಿಪೂರಿ, ಪೂರಿ, ಬೇಕರಿ ತಿನಿಸುಗಳ ಬಳಕೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ದವಡೆಗಳ ಮೇಲೆ ಬೀಳುವ ಒತ್ತಡ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ ನೈಸರ್ಗಿಕವಾಗಿ ಹಲ್ಲು ಬೆಳೆಯದೆ ಮೂಳೆಯೊಳಗೆ ಸೇರಿಬಿಡುತ್ತಿದೆ. ದವಡೆಯ ಹಲ್ಲಿನ ಜಾಗ ಸಾಲದಿದ್ದಾಗ, ಅಕ್ಕಪಕ್ಕದ ಹಲ್ಲು, ಒಸಡು, ಮೂಳೆ ತಡೆ ಹಾಕಿದಾಗ ಬುದ್ಧಿ ಹಲ್ಲಿನಿಂದಾಗಿ ಸಮಸ್ಯೆ ತಲೆದೋರಬಹುದು. ಕೆಲವರಿಗೆ ದವಡೆಯೊಳಗೆ ಅರ್ಧ ಭಾಗ, ಬಾಯಿಯೊಳಗೆ ಅರ್ಧ ಭಾಗ ಹಲ್ಲು ಬರುವುದೂ ಇದೆ. ಈ ರೀತಿ ಆದಾಗ ಆಹಾರ ಕಣಗಳು ಹಲ್ಲು ಬರುವ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಬಿದ್ದು ನೋವು–ಸೋಂಕು ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಅಕ್ಕಪಕ್ಕದ ಹಲ್ಲಿಗೆ, ಬೇರುಗಳಿಗೆ ಹಾನಿಯಾಗಿ ಸಮಸ್ಯೆ ಉಲ್ಬಣಿಸುತ್ತದೆ.

ಏನು ಮಾಡಬೇಕು?

ಸಮಯಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆದಾಗ ತೀವ್ರ ಸೋಂಕು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ದುರ್ಮಾಂಸವೇ ಸಮಸ್ಯೆ ಮೂಲವಾಗಿದ್ದರೆ ಅದನ್ನು ವೈದ್ಯರಿಂದ ತೆಗೆಸಿಬಿಡಬೇಕು. ಅಗತ್ಯ ಬಿದ್ದಲ್ಲಿ ದಂತ ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆ ಮೇರೆಗೆ ಹಲ್ಲು ತೆಗೆಸಬೇಕು.

* ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಹಂತದಲ್ಲೇ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯಬೇಕು.
* ಲಕ್ಷಣ ಗುರುತಿಸಿ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಕಾಣಿರಿ.
* ಎಕ್ಸ್–ರೇ ತೆಗೆದು ಹಲ್ಲು ಮೂಡಲು ಜಾಗವಿದೆಯೇ ಗಮನಿಸಿ.
* ಹಲ್ಲು ಅಡ್ಡ ಹುಟ್ಟಿದ್ದರೆ ತೆಗೆಸಬೇಕು.
* ಸ್ವಯಂ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಅಪಾಯಕಾರಿ.
* ಹಲ್ಲು ಬರುವುದನ್ನು ಕನ್ನಡಿ ಮೂಲಕ ತಿಳಿದು ವೈದ್ಯರನ್ನು ಆಗಾಗ (6–8 ತಿಂಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ) ಭೇಟಿ ಮಾಡಿ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
* 30ರ ನಂತರ ಕೂಡ ಒಮ್ಮೊಮ್ಮೆ ತಡವಾಗಿ ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಬುದ್ಧಿಹಲ್ಲು ಮೂಡಬಹುದು.

ಬುದ್ಧಿಹಲ್ಲು ಸತ್ಯ-ಮಿಥ್ಯಗಳು

ಹಲ್ಲು ಬೆಳೆಯಲು ಜಾಗವಿಲ್ಲದೆ ಇದ್ದಾಗ ಅದರಿಂದಾಗಿ ಸತತ ನೋವು ಉಂಟಾದಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಇತರೆ ಅನಿವಾರ್ಯ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಬುದ್ಧಿಹಲ್ಲನ್ನು ತೆಗೆಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಬುದ್ಧಿಹಲ್ಲು ತೆಗೆಸುವುದರಿಂದ ಹಲವಾರು ತೊಂದರೆಗಳಾಗುತ್ತವೆ ಎಂಬ ತಪ್ಪು ತಿಳಿವಳಿಕೆಗಳಿವೆ.

ಬುದ್ಧಿ ಹಲ್ಲು ತೆಗೆಸುವುದರಿಂದ ಕಣ್ಣು ಮಂಜಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ತಪ್ಪು, ಹಲ್ಲಿಗೆ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಕಳುಹಿಸುವುದು ಐದನೇ ಕಪಾಲ ನರವಾದರೆ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಹಾನಿಯಿಲ್ಲ.

ಬುದ್ಧಿ ಹಲ್ಲು ಕಿತ್ತರೆ ಕೆನ್ನೆ ಒಳಗೆ ಹೋಗುತ್ತದೆ, ಬುದ್ಧಿ ಹಲ್ಲು ಕೆನ್ನೆಯ ಮೂಳೆಗಳ ಒಳಗೆ ಇರುವುದರಿಂದ ಅದನ್ನು ಕಿತ್ತರೆ ಕೆನ್ನೆ ಚಪ್ಪಟೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ■