ಬೇರೆ ಸಮಸ್ಯೆ ಕಾಡಬಹುದು

—ಡಾ. ಸಿ.ಎನ್. ಮಂಜುನಾಥ್
ಜಯದೇವ ಹೃದ್ರೋಗ ಸಂಸ್ಥೆಯ ನಿರ್ದೇಶಕರು

ಕೊರೊನಾ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನಂತರ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಂಡುಬರುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳೆಂದರೆ ತೂಕ ಕಡಿಮೆ ಆಗುವುದು, ತಲೆನೋವು, ಸುಸ್ತು, ಮೈಕೈ ನೋವು, ಚರ್ಮದ ರೋಗ, ಕಾಲು–ಕೀಲುಗಳ ಊತ, ನೋವು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಮುಂದುವರಿಯಬಹುದು. ಇನ್ನೂ ಕೆಲವರಿಗೆ ಗುಣಮುಖರಾಗಿ ಒಂದು ವಾರ ಅಥವಾ ಹದಿನೈದು ದಿನಗಳ ನಂತರ ಈ ಎಲ್ಲ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಂಡುಬರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ.

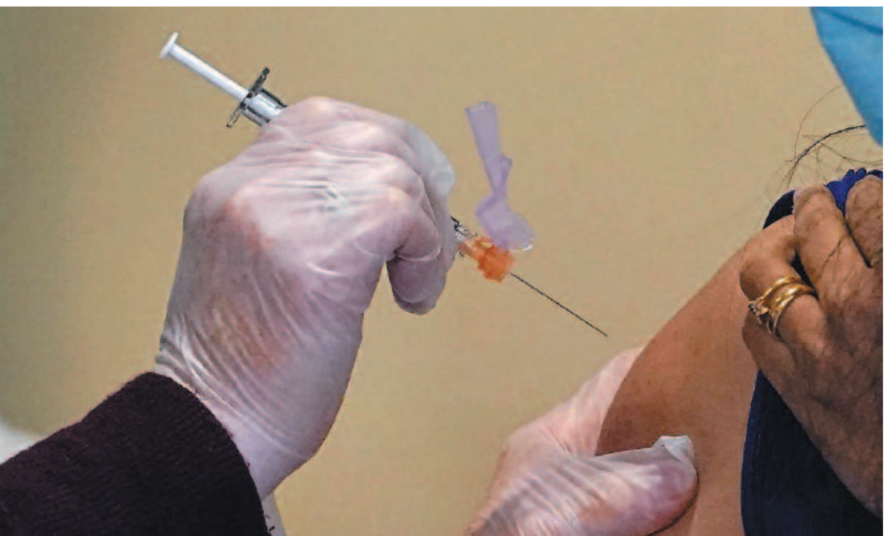
ಹೃದಯ ಸಮಸ್ಯೆ ಇದ್ದವರಿಗೆ ಕೊರೊನಾ ಬಂದು ಗುಣಮುಖವಾದರೂ ಬೇರೆಬೇರೆ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಕಾಡುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತವೆ. ಕೆಲವರಿಗೆ ಕೊರೊನಾ ಸಂಪೂರ್ಣ ವಾಸಿಯಾದರೂ ಮುಂದೆಯೂ ಉಸಿರಾಟದ ಸಮಸ್ಯೆ ಕಾಡಬಹುದು, ನಡೆದಾಡಲು ಕಷ್ಟವಾಗಬಹುದು. ಶ್ವಾಸಕೋಶದಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆ ಉಂಟಾಗಿ 'ಲಂಗ್ಸ್ ಫೈಬ್ರೋಸಿಸ್' ತೊಂದರೆ ಬರಬಹುದು. ಇಂಥ ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಮತ್ತೆ 'ಪಲ್ಮನರಿ ರಿಹ್ಯಾಬಿಟೇಷನ್' ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ದಾಖಲಿಸಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಜೊತೆಗೆ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮಾಡಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಕೆಲವರಿಗೆ ಅದರಲ್ಲೂ ಐಸಿಯು ನಲ್ಲಿ ಇದ್ದು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆದವರಿಗೆ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಸಂಚಾರ ಸುಗಮವಾಗದೇ ರಕ್ತ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟುವ ಅಪಾಯವೂ ಇದೆ. ತೀವ್ರ ಯಾತನೆ ಅನುಭವಿಸಿದ ಕೊರೊನಾ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಮೆದುಳು ಸ್ಟ್ರೋಕ್ ಆಗಬಹುದು. ಬೇರೆ ಬೇರೆ ರೋಗ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಗೋಚರಿಸಬಹುದು. ಪಿತ್ತಜನಕಾಂಗದಲ್ಲಿ ಜಾಂಡಿಸ್ ರೀತಿಯ ಲಕ್ಷಣಗಳೂ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆದರೆ ಇದು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕವಲ್ಲ. ಒಬ್ಬೊಬ್ಬರಲ್ಲಿ ಒಂದೊಂದು ರೀತಿಯ ಸಮಸ್ಯೆ ಕಾಣಬಹುದು. ಹೀಗಾಗಿ ಕೊರೊನಾ ಮುಗಿದ ನಂತರವೂ ಇಂತಹ ರೋಗಿಗಳು ಬಹಳ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಹೃದಯ ಸಮಸ್ಯೆ ಇದ್ದವರಿಗೆ ರಕ್ತಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟುವ ತೊಂದರೆ ಕಂಡುಬಂದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು ನಾಲ್ಕರಿಂದ ಆರು ವಾರಗಳ ಕಾಲ ರಕ್ತ ತೆಳು ಮಾಡುವ ಔಷಧಿ (ಬ್ಲಡ್ ಥಿನ್ ಮೆಡಿಸಿನ್) ಕೊಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಕೊರೊನಾ ಬಂದ ನಂತರ ಆಕ್ಸಿಜನ್ ಮಟ್ಟ ಕಡಿಮೆ ಇರುವ ಕಾರಣ, ವಾಸಿಯಾಗಿ ಮನೆಗೆ ಹೋಗಿ ಎರಡು ವಾರಗಳ ಬಳಿಕ ಇಸಿಜಿ, ಇಕೊ ಟೆಸ್ಟ್, ಎದೆಯ ಎಕ್ಸರೆ, ರಕ್ತಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಮೊದಲಿಗಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ನಿಗಾ ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅನಿವಾರ್ಯ.

ಇದರ ಯಾತನೆ ಇನ್ನೂ ಅಸಹನೀಯವೇ. ಅದರಲ್ಲೂ ಆರೋಗ್ಯದ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಕೊರೊನಾ ನಂತರದ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆ ಮತ್ತಷ್ಟು ಜಟಿಲ. ಕೊರೊನಾ ಸೋಂಕು ತಗುಲಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆದು ಸಂಪೂರ್ಣ ಗುಣಮುಖರಾಗಿ ಮನೆಗೆ ಮರಳಿದ ನಂತರದ ಕೆಲ ದಿನಗಳಲ್ಲೇ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆ ಬೇರೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕಾಡುತ್ತದೆ. ಅದೂ ತೀವ್ರ ಸ್ವರೂಪ ಪಡೆದು ಐಸಿಯು ನಲ್ಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆದು ಮರಳಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ರೀತಿಯ ಆರೋಗ್ಯ ತೊಂದರೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ಹೃದ್ರೋಗ, ಶ್ವಾಸಕೋಶ ಸಂಬಂಧಿ ತೊಂದರೆ, ಮಧುಮೇಹ, ಏರು ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಇರುವವರು, ಗರ್ಭಿಣಿಯರು, ಇಮ್ಯುನಿಟಿ ಕಡಿಮೆ ಇರುವ ಮಕ್ಕಳು... ಮುಂತಾದವರಲ್ಲಿ ಸೋಂಕಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆದು ಮರಳಿದ ಬಳಿಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನಂತರದ ಅಡ್ಡಪರಿಣಾಮ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳತೊಡಗಿದೆ. ಆದರೆ ಇದಕ್ಕೆಲ್ಲ ಆತಂಕಪಡುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ತಜ್ಞ ವೈದ್ಯರಿಂದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆದು ಆರೋಗ್ಯ ಪಾಲನೆ ಮಾಡಿದರೆ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಸಹಜ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಮರಳಬಹುದು.

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಜ್ವರ, ಒಣ ಕೆಮ್ಮು, ಸುಸ್ತು ಮುಂತಾದ ಆರಂಭಿಕ ಲಕ್ಷಣಗಳಿಂದ ಕೋವಿಡ್ ಸೋಂಕು ಬಾಧಿಸಿ, ಮೈಕೈ ನೋವು, ಶ್ವಾಸನಾಳದಲ್ಲಿ ಕಿರಿಕಿರಿ, ಗಂಟಲು ನೋವಿನಂತಹ ಲಕ್ಷಣಗಳು ನಿಧಾನಗತಿಯಿಂದ ಗಂಭೀರ ಸ್ವರೂಪ ಪಡೆದುಕೊಂಡು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಆರೋಗ್ಯದಲ್ಲಿ ವಿಪರೀತ ಏರುಪೇರು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಕಡಿಮೆ ಇರುವವರಿಗೆ ಉಸಿರಾಟದ ಸಮಸ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ರಕ್ತದೊತ್ತಡ, ಹೃದ್ರೋಗ, ಮಧುಮೇಹ ಇತ್ಯಾದಿ ಸಮಸ್ಯೆ ಹೊಂದಿರುವವರು, ಹಾಗೂ ವಯಸ್ಸಾದವರು ಕೊರೊನಾ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ನಂತರವೂ ಆಗಾಗ ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆ, ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಪಡೆಯಲೇಬೇಕು.



ಅಡ್ಡಪರಿಣಾಮ; ಅಧ್ಯಯನ ಸಾಬೀತು

ಕೊರೊನಾ ಆಪತ್ತಿನ ನಂತರದ ಆರೋಗ್ಯ ಬೆಳವಣಿಗೆ, ಸಮಸ್ಯೆ, ಪರಿಹಾರಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವಿಶ್ವದ ಹಲವು ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು, ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯಗಳ ಅಧ್ಯಯನ ಕೇಂದ್ರಗಳ ಸಂಶೋಧಕರು ಅಧ್ಯಯನ ನಡೆಸಿದ್ದು, ಕೋವಿಡ್–19 ಸೋಂಕಿತರು ಎದುರಿಸಬಹುದಾದ ಅಡ್ಡಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಕೊರೊನಾ ಸೋಂಕು ಬಂದವರು ನಾಲಿಗೆ ರುಚಿ ಕಳೆದುಕೊಂಡು ಗುಣವಾದರೂ ರುಚಿ, ವಾಸನೆ ಮರಳಿಪಡೆಯದಂತಹಪರಿಸ್ಥಿತಿಎದುರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ, ಅಲ್ಲದೆ ಸೋಂಕು, ಮೆದುಳಿನ ಜೀವತಂತು ಮತ್ತು ನರಕೋಶಗಳನ್ನು ನಾಶಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಸೋಂಕಿತರು ಗುಣಮುಖರಾದರೂ ದೀರ್ಘಕಾಲದ ನರ ಸಂಬಂಧಿ ಸಮಸ್ಯೆ ಎದುರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಪಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಬಗ್ಗೆ ಲಂಡನ್ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದ ಸಂಶೋಧಕರು ಅಧ್ಯಯನ ನಡೆಸಿದ್ದು, ಕೊರೊನಾ ಗುಣಮುಖರಾದವರಲ್ಲಿ ನರಕೋಶಗಳ ಉರಿಯೂತ, ಮಾನಸಿಕ ವಿಕಾರ (ಸೈಕೊಸಿಸ್) ಭಾವೋದ್ರೇಕ (ಡೆಲಿರಿಯ) ಸಮಸ್ಯೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಮೆದುಳು, ನರಮಂಡಲಗಳ ಮೇಲೆ ಕೊರೊನಾ ಪರಿಣಾಮ ಬಗ್ಗೆ ಅಧ್ಯಯನ ನಡೆಸಿದ ತಂಡ, ಈಗಾಗಲೇ ಸಮಸ್ಯೆ ಕಂಡುಬಂದಿರುವುದನ್ನು ದೃಢಪಡಿಸಿದ್ದು, ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ನಿಗಾ ಅಗತ್ಯ ಎಂಬುದನ್ನೂ ಸಾಬೀತುಪಡಿಸಿದೆ.

ಮಧುಮೇಹ, ಹೃದ್ರೋಗ, ಶ್ವಾಸಕೋಶ