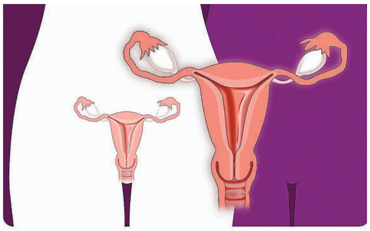
ಗರ್ಭಕೊರಳಿನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗೆ ಸರಳ ಪರೀಕ್ಷೆ



ಬಡ ರಾಷ್ಟ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಸರಳ ಪರೀಕ್ಷೆಯಿಂದ ವಾರ್ಷಿಕ ಸುಮಾರು ಒಂದು ಲಕ್ಷ ಮಹಿಳೆಯರು ಗರ್ಭಕೊರಳಿನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನಿಂದ ಮೃತಪಡುವುದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು ಎಂದು ಬ್ರಿಟನ್ನಿನ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಅಭಿವೃದ್ಧಿಶೀಲ ರಾಷ್ಟ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಸಾವಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ಪ್ರಮುಖ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಎಂದರೆ ಗರ್ಭಕೊರಳಿನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್. ಕೇವಲ 2 ಡಾಲರ್ ವೆಚ್ಚವಾಗುವ ಅಸಿಟಿಕ್ ಆ್ಯಸಿಡ್ ಪರೀಕ್ಷೆ ಅಥವಾ ಗರ್ಭಕೊರಳಿನ ಕೋಶವನ್ನು ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದಲ್ಲಿ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ ಈ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಅನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಬಹುದು.

ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ ವಿಶ್ವಾದ್ಯಂತ 3 ಲಕ್ಷ ಮಹಿಳೆಯರು ಈ ಭೀಕರ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನಿಂದ ಸಾವಿಗೀಡಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅವರಲ್ಲಿ ಶೇ 85ರಷ್ಟು ಮಂದಿ ಬಡ ರಾಷ್ಟ್ರಗಳಿಗೆ ಸೇರಿದವರು.

ಅಸಿಟಿಕ್ ಆಮ್ಲದ ದ್ರಾವಣವನ್ನು ಸಣ್ಣ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಗರ್ಭಕೊರಳಿಗೆ ಹಚ್ಚಿದರೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಪೂರ್ವದ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಗೋಚರಿಸುತ್ತವೆ. ಪರೀಕ್ಷೆಯ ನಂತರ ತಕ್ಷಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಿದರೆ ರೋಗಿ ಬದುಕುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚು. ಯಾವುದೇ ಆಧುನಿಕ ಉಪಕರಣ ಅಥವಾ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದ ನೆರವಿಲ್ಲದೇ ತಜ್ಞ ವೈದ್ಯರು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಗಮನಿಸುವುದರಿಂದ ಇದನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಬಹುದು.

ಈಜುಕೊಳದಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ: ಎಚ್ಚರಿಕೆ

ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಕೊಳದಲ್ಲಿ ಈಜುವಾಗ ಎಚ್ಚರವಿರಲಿ. ಗ್ಯಾಸ್ಟ್ರೊಎಂಟರೈಟಿಸ್ ತಗಲುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಅಧಿಕ.

ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಕೊಳ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಗಲೀಜು ನೀರಿರುವ ಕೆರೆಯಲ್ಲಿ ನಿರಂತರ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವವರಿಗೂ ಇದರ ಸೋಂಕು ಉಂಟಾಗುವ ಸಂಭವ ಹೆಚ್ಚು. ಜೀರ್ಣಾಂಗ ವ್ಯೂಹದಲ್ಲಿ ವೈರಸ್ ಅಥವಾ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯ ಅಥವಾ ಇತರ ಪರತಂತ್ರ ರೋಗಾಣುಗಳ ಸೋಂಕಿನಿಂದ ಊರಿಯೂತ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್‌ನಲ್ಲಿ ನಡೆಸಿದ ಅಧ್ಯಯನ ಇದನ್ನು ದೃಢಪಡಿಸಿದೆ. ಒಟ್ಟು 2700 ಪ್ರಕರಣಗಳು ಅಧ್ಯಯನದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಪತ್ತೆಯಾದವು. ಆದರೆ ನದಿ, ಸಮುದ್ರದಲ್ಲಿ ಈಜುವ ಅಭ್ಯಾಸವಿರುವವರಲ್ಲಿ ಈ ಸೋಂಕಿನ ಪ್ರಮಾಣ ಕಡಿಮೆ.

ಬರಿಗಾಲು ಓಟವೇ ಒಳಿತು

ಓಡುವಾಗ ಶೂ ಧರಿಸಬೇಕೆ ಅಥವಾ ಬೇಡವೇ ಎಂಬ ಚರ್ಚೆ ಮತ್ತೆ ಆರಂಭವಾಗಿದೆ. ಓಡುವಾಗ ಶೂ ಧರಿಸುವವರು ಬಿದ್ದರೆ ಗಾಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಅಧಿಕವಂತೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಅವರು ಮುಗ್ಗರಿಸಿ ಬೀಳುವಾಗ ಮೊದಲು ಶೂ ಹಿಮ್ಮಡವನ್ನು ಊರುತ್ತಾರೆ. ಇದರಿಂದ ದೇಹದ ಮೇಲೆ, ಅದರಲ್ಲೂ ಕಾಲುಗಳಿಗೆ ಗಾಯವಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚು.

ಆದರೆ ಬರಿಗಾಲಿನಲ್ಲಿ ಓಡುವವರು ಬೀಳುವಾಗ ಪಾದದ ಮಧ್ಯ ಭಾಗ ಅಥವಾ ಮುಂಭಾಗವನ್ನು ಊರುತ್ತಾರೆ. ಇದರಿಂದ ಬಿದ್ದರೆ ಅಷ್ಟೊಂದು ಘಾಸಿಗೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಜಗತ್ತಿನ ಅತ್ಯಂತ ಗಟ್ಟಿ ನೆಲ, ಅಪಾಯಕಾರಿ ಜಾಗದಲ್ಲೂ ಬರಿಗಾಲಲ್ಲಿ ಓಡಬಹುದು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ತಜ್ಞರು. ಪಾದಗಳ ಮೇಲೆ ಅಣಿ ಏಳದಂತೆ ಎಚ್ಚರವಹಿಸಿದರೆ ಸಾಕು.

■ ಸುಧಿ