



ಸಾಂತ್ವನ ಜೊತೆಗೆ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಕಾಳಜಿಯೂ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಸಮಾಜದ ಮುಖ್ಯವಾಹಿನಿಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರಂತೆ ಜೀವಿಸಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಜಯನಗರದಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರಮೇಯ ಹೆಲ್ತ್‌ಕೇರ್‌ನ ವ್ಯವಸ್ಥಾಪಕ ನಿರ್ದೇಶಕಿ ಹಾಗೂ ಸ್ವನ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸಕಿ ಡಾ. ಸಂಧ್ಯಾ ರವಿ.

‘ಅನೇಕರಿಗೆ ತಮಗೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಇದೆ ಎಂದು ಗೊತ್ತಿರುವುದಿಲ್ಲ. ತಪಾಸಣೆಗಾಗಿ ಹೋದಾಗ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಪತ್ತೆಯಾದ ಕೂಡಲೇ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಜರ್ಜರಿತರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಜೀವನವೇ ಮುಗಿಯಿತು ಎಂದು ಹತಾಶೆಗೊಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ. ಮಹಿಳೆಯರಂತೂ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬಂದಾಗ, ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯುವಾಗ ಮತ್ತು ಗುಣಮುಖರಾದ ಮೇಲೂ ಖಿನ್ನತೆ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಸ್ವನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್, ಸರ್ವೆಕಲ್ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾದ ಮಹಿಳೆಯರು ಮುಜುಗರವನ್ನೂ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮುಂದೆನು ಎಂಬ ಆತಂಕ ಅವರಲ್ಲಿ ಮನೆ ಮಾಡಿರುತ್ತದೆ. ಅವರಿಗೆ ಸೌಹಾರ್ದಪೂರ್ಣ ಹಾಗೂ ವಾತ್ಸಲ್ಯಭರಿತ ವಾತಾವರಣ ಬೇಕು. ಆಗ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷತೆಯನ್ನೂ ಕಾಣಬಹುದು

ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಮತ್ತಿತರ ಭಯಾನಕ ಕಾಯಿಲೆಯಿಂದ ಬಳಲುವ ಹಾಗೂ ಗುಣಮುಖರಾದ ಜನರಿಗೆ ಆರೋಗ್ಯದ ಜೊತೆಗೆ ಮಾನಸಿಕ ನೆಮ್ಮದಿ ಬೇಕು. ರೋಗ ನಿವಾರಣೆಯಾದರೂ ಆತಂಕ ಮರೆಮಾಚದೇ ಇರುವವರಿಗಾಗಿ ಸಾಂತ್ವನ, ಸಮಾಧಾನ ನೀಡುವ ‘ಸಪೋರ್ಟಿವ್ ಕೇರ್’ ಇಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಅಗತ್ಯ.

■ ಉಮಾ ಅನಂತ

ಎಂಬ ನಂಬಿಕೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಇಂತಹವರಿಗಾಗಿ ಹಲವಾರು ರೀತಿಯ ಕೆಲಸವನ್ನು ‘ಸಹಾಯ’ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಎಂದು ವಿವರ ನೀಡುತ್ತಾರೆ ಡಾ. ಸಂಧ್ಯಾ.

ರೂಪುರೇಷೆ ಏನು?

- ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವ ರೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ರೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳಿಂದಲೂ ಚೇತರಿಸಿಕೊಂಡು ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಬೆಳೆಸುವಂತೆ ಸಲಹೆ ನೀಡುವುದು.
 - ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬಂದಾಗ ಉಂಟಾಗುವ ಚರ್ಮ ಹಾಗೂ ಕೂದಲಿನ ಹಾನಿಯ ಬಗ್ಗೆ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಬಹಳ ಕೀಳರಿಮೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ತಲೆಗೂದಲು ಉದುರಿದರೆ ವಿಗ್ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು, ಚರ್ಮದ ಹಾನಿಯನ್ನು ಸಂಭಾಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂದು ತಿಳಿವಳಿಕೆ ನೀಡುವುದು.
 - ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬಂದರೆ ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ಮುಟ್ಟಾಗುವಿಕೆ ನಿಂತು ಹೋಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ಆಗ ಜೀವನ ಮುಗಿಯಿತು ಎಂಬ ಭಾವನೆ ಬರುವುದು ಸಹಜ. ಮಧ್ಯ ಹಾಗೂ ಇಳಿ ವಯಸ್ಸಿನ ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ದೈಹಿಕ ಸ್ರಾವ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರ ನಿರ್ವಹಣೆ ಬಗ್ಗೆ ಸಮಗ್ರ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡುವುದು.
 - ಪೌಷ್ಟಿಕ ಹಾಗೂ ಸಮತೋಲಿತ ಸಾತ್ವಿಕ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಈ ಬಗ್ಗೆ ಸೂಕ್ತ ಸಲಹೆ ಸೂಚನೆ ನೀಡುವುದು.
 - ಶಾರೀರಿಕ ಸಮತೋಲನ ಹಾಗೂ ಪುನಶ್ಚೇತನಕ್ಕಾಗಿ ಯೋಗ ಮತ್ತು ವ್ಯಾಯಾಮ ಶಿಕ್ಷಕರಿಂದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ.
 - ಮಾನಸಿಕ ನೆಮ್ಮದಿಗೆ ಸಂಗೀತ, ಲಯ ಜ್ಞಾನ ಹೆಚ್ಚಳಕ್ಕೆ ಡ್ರಮ್, ತಬಲಾದಂತಹ ಲಯ ವಾದ್ಯಗಳ ಬಳಕೆ, ನೆಮ್ಮದಿಗೆ ಪಿಟೀಲು, ಕೊಳಲು, ಗಾಯನಗಳ ಮೂಲಕ ರಾಗಾಲಾಪ ಮಾಡುವುದು... ಇವೇ ಮುಂತಾದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಿಂದ ರೋಗಿಗೆ ಮಾನಸಿಕ ಸದೃಢತೆ ಸಾಧ್ಯ.
- ‘ಪ್ರಮೇಯ ಹೆಲ್ತ್‌ಕೇರ್ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಮನೆಯ ವಾತಾವರಣ ಒದಗಿಸಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಸಪೋರ್ಟಿವ್ ಕೇರ್ ಅನ್ನು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಕೊಠಡಿಗಳಲ್ಲಿ ನೀಡಲು ಅಸಾಧ್ಯ. ಹೀಗಾಗಿ ನಾಲ್ಕು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ‘ಪ್ರಮೇಯ ಹೆಲ್ತ್‌ಕೇರ್’ ಅನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿ



‘ಪ್ರಮೇಯ’ದಲ್ಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸಕರಾಗಿರುವ ಡಾ.ಪಿ.ಪಿ. ಬಾಪ್ಪಿ ಹಾಗೂ ಡಾ. ಸಂಧ್ಯಾ ರವಿ

ಪೂರಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಈಗಾಗಲೇ 500 ಕುಟುಂಬಗಳಿಗೆ ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನ ಸಿಕ್ಕಿದೆ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ ‘ಪ್ರಮೇಯ’ದಲ್ಲಿ ಸಲಹೆಗಾರರಾಗಿರುವ ದೇಶದ ಮೊದಲ ಮಹಿಳಾ ‘ಮೆಡಿಕಲ್ ಆಂಕಾಲಜಿಸ್ಟ್’ ಎಂದು ಹೆಸರಾಗಿರುವ ಡಾ.ಪಿ.ಪಿ. ಬಾಪ್ಪಿ.

‘ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬಂದವರಿಗೆ ಔಷಧ ಸೇವಿಸಿ ತುಕ ಹೆಚ್ಚುವ ಅಥವಾ ಕೆಲ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ತುಕ ಇಳಿಕೆಯಾಗುವ ಸಂಭವ ಇರುತ್ತದೆ. ಇಂಥವರಿಗೆ ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಸೇವಿಸುವ ಪ್ರಮಾಣದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಸ್ವನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್, ಕೋಲನ್ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್... ಮುಂತಾದವು ಮರುಕಳಿಸುವ ಅಪಾಯ ಇದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಇಂಥವರಿಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಿ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ’ ಎಂದು ವಿವರ ನೀಡುತ್ತಾರೆ ಡಾ. ಬಾಪ್ಪಿ.

‘ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ, ಧಾರ್ಮಿಕ ಹಾಗೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಂಶಗಳನ್ನೊಳಗೊಂಡ ಸಾಂತ್ವನ, ಬೆಂಬಲ ಅವಶ್ಯಕ. ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯುವಾಗ ಇದ್ದಾವುದೂ ಸಿಗಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಇದರಿಂದ ಖಿನ್ನತೆ, ಆತಂಕ, ಮಾನಸಿಕ ತುಮುಲ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಜೀವನ ಮಟ್ಟ ಸುಧಾರಣೆ ಗಗನಕುಸುಮವೇ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಇಂಥವರಿಗಾಗಿ ‘ಪ್ರಮೇಯ’ ಆರೋಗ್ಯಪೂರ್ಣ ಕಾಳಜಿ ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ’ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಈ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಮತ್ತೊಬ್ಬ ನಿರ್ದೇಶಕರಾದ ಸುದೀಪ್ ಪೈ.

‘ಇಲ್ಲಿ ಸಲಹೆ- ಸಾಂತ್ವನ ಪಡೆಯುವವರಿಂದ ಅತ್ಯಂತ ಕಡಿಮೆ ಹಣ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ಮೂರು ತಿಂಗಳ ಕೋರ್ಸ್, 15 ದಿನಗಳ ತರಬೇತಿ ಇರುತ್ತವೆ. ಸಂಗೀತ, ನೃತ್ಯ, ಯೋಗ, ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ, ಜೀವನ ಕೌಶಲದ ಬಗ್ಗೆ ಸಮಗ್ರ ತರಬೇತಿ, ಸಲಹೆ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ’ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಅವರು.

ಮಾಹಿತಿಗೆ: 080 4121 9145