



ಮೆದುಳಿನ ಗ್ರಹಿಕಾ ಶಕ್ತಿ ಕುಗ್ಗುವಿಕೆ

‘ಸುಮಾರು ಮೂರ್ನಾಲ್ಕು ತಿಂಗಳುಗಳಿಂದ ಗಮನಿಸುತ್ತಾ ಇದ್ದೇನೆ.. ತಂದೆಯವರ ವರ್ತನೆ, ಮಾತು, ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ, ಯೋಚನಾ ಶಕ್ತಿ... ಎಲ್ಲದರಲ್ಲಿಯೂ ಏನೋ ವ್ಯತ್ಯಾಸವೆನಿಸುತ್ತಿದೆ. ಅವರು ಮೊದಲಿನ ಹಾಗೆ ಇಲ್ಲ..’ ಆಪ್ತ ಗೆಳತಿ ಆತಂಕದಿಂದ ಕರೆ ಮಾಡಿ ಹೇಳಿದ್ದಳು. ಕೆಲವೇ ತಾಸುಗಳ ಬಳಿಕ ಆಕೆ ತಂದೆಯೊಂದಿಗೆ ನಮ್ಮ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಬಂದಿದ್ದಾಳೆ ಆಯಿತು.

ನಾನು ಮೊದಲಿನಿಂದಲೂ ಅವರನ್ನು ಬಲ್ಲೆನಾದ್ದರಿಂದ ಅವರಲ್ಲಿನ ಬದಲಾವಣೆ ನನ್ನ ಗಮನಕ್ಕೂ ಬಂದಿತು. ಇದು ಮೆದುಳು ನರಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಸಮಸ್ಯೆ ಎಂಬುದು ನನಗೆ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ತಿಳಿಯಿತಾದ್ದರಿಂದ ಕೂಡಲೇ ನಮ್ಮೂರಿನ ಸುಪ್ರಸಿದ್ಧ ನರರೋಗ ತಜ್ಞರಲ್ಲಿ ಸಲಹೆಗೆ ಕರೆದು ಕೊಂಡು ಹೋದೆವು.

ಗೆಳತಿ ಹಾಗೂ ಆಕೆಯ ತಂದೆಯವರೊಡನೆ ಮಾತನಾಡಿದ ವೈದ್ಯರು, ಸುದೀರ್ಘ ತಪಾಸಣೆ ಮತ್ತು ಮೆದುಳಿನ ಸ್ಕ್ಯಾನಿಂಗ್ ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಬಳಿಕ ನಮ್ಮನ್ನು ಕರೆದು, ಅವರು ‘ಮೈಲ್ಡ್ ಕಾಗ್ನಿಟಿವ್ ಇಂಪೈರ್ ಮೆಂಟ್’ ಎಂಬ ಮೆದುಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದರು.

▶ ಏನಿದು ಮೆದುಳಿನ ಗ್ರಹಿಕಾ ಶಕ್ತಿ ಕುಗ್ಗುವಿಕೆ ? (ಮೈಲ್ಡ್ ಕಾಗ್ನಿಟಿವ್ ಇಂಪೈರ್ ಮೆಂಟ್)

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ವಯಸ್ಸಾದಂತೆ ಶರೀರದ ಎಲ್ಲ ಅಂಗಾಂಗಗಳಂತೆ ಮೆದುಳಿನ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯಲ್ಲಿಯೂ ಇಳಿಮುಖ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಸೌಮ್ಯ ಸ್ವರೂಪದ ಮೆದುಳಿನ ಗ್ರಹಿಕಾ ಶಕ್ತಿಯ ಕುಗ್ಗುವಿಕೆಯಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಗ್ರಹಿಕಾ ಶಕ್ತಿಯು ಸಾಮಾನ್ಯ ಗ್ರಹಿಕಾ ಶಕ್ತಿಗಿಂತ ಕಡಿಮೆಯಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ಅಲ್ಟಿಮರ್, ಮತ್ತಿತರ ಮರೆವಿನ ಕಾಯಿಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಬರುವ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು ಇವರಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಬರುವುದಿಲ್ಲ.

▶ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳೇನು?

ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು ಒಂದೇ ದಿನದಲ್ಲಿ ಉದ್ಭವಿಸುವಂತವಲ್ಲ. ನಿರ್ಧಾನವಾಗಿ ಹಲವು ತಿಂಗಳುಗಳ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಕಂಡುಬರುತ್ತವೆ. ಆ ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದ ಬಳಲುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ತಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನವನ್ನು ಯಾವ ತೊಡರಿಲ್ಲದೆ ನಡೆಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ, ಅವರಲ್ಲಾಗುವ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಕುಟುಂಬದವರು, ಅಕ್ಕಪಕ್ಕದವರು ಹಾಗೂ ಸ್ನೇಹಿತರು ಗಮನಿಸುತ್ತಾರೆ. ದಿನನಿತ್ಯ ಬಳಸುವ ವಸ್ತುಗಳ ಅಥವಾ ಸುತ್ತಲಿನ ಪರಿಚಯದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಹೆಸರನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಕಷ್ಟಪಡುವುದು.

▶ ಕ್ಷೀಣಿಸುತ್ತಾ ಹೋಗುವ ಆಲೋಚನಾ ನೈಪುಣ್ಯತೆ. ತರ್ಕಬದ್ಧ ಹಾಗೂ ಸಮರ್ಪಕವಾದ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಅಸಮರ್ಥರಾಗುವುದು

ಯೋಚಿಸಿದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಕಷ್ಟಪಡುವುದು. ಮಾತನಾಡುವಾಗ ಸರಿಯಾದ ಪದಗಳನ್ನು ಹೇಳಲು ಕಷ್ಟಪಡುವುದು. ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ವಿಚಾರಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಗೊಂದಲಗೊಳ್ಳುವುದು. ದಿನನಿತ್ಯದ ಪ್ರಮುಖ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮರೆಯುವುದು. ಸದಾ ಆತಂಕ ಅಥವಾ ಒಂದು ಬಗೆಯ ಉದ್ದೇಗದಲ್ಲಿರುವುದು. ಸದಾ ಅಂತರ್ಮುಖಿಯಾಗಿರುವುದು.

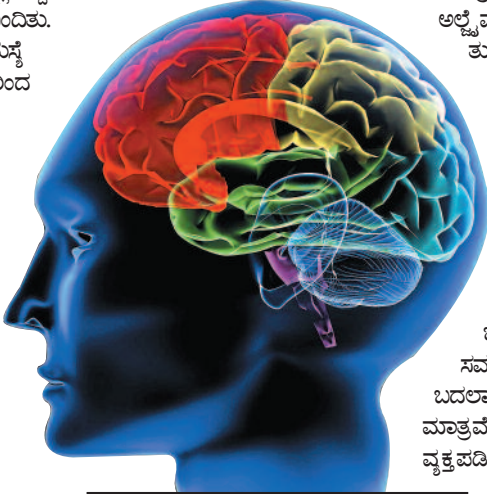
ಈ ಮೇಲಿನ ಎಲ್ಲಾ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದ ಬಳಲುವ ಎಲ್ಲರಲ್ಲಿಯೂ ಕಂಡು ಬರದೇ ಇರಬಹುದು. ಆದರೆ ಇಂತಹ ಯಾವುದೇ ಲಕ್ಷಣಗಳಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಕೂಡಲೇ ಹತ್ತಿರದ ನರರೋಗ ತಜ್ಞರ ಬಳಿ ಸಲಹೆಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯಬೇಕು. ಏಕೆಂದರೆ, ವೈದ್ಯ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ನಡೆಸಿರುವ ಅಧ್ಯಯನಗಳ ಪ್ರಕಾರ, ಈ ಬಗೆಯ ರೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ ಹಲವರು ಮೆದುಳಿನ ಗ್ರಹಿಕಾ ಶಕ್ತಿಯು ಕ್ರಮೇಣ ಕುಸಿಯುತ್ತಾ ಹೋಗಿ ಅಲ್ಟಿಮರ್ ಅಥವಾ ಇನ್ನಿತರ ಮರೆವಿನ ಕಾಯಿಲೆಗೆ ತುತ್ತಾಗಬಹುದು. ಇನ್ನು ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆಯು ಹಾಗೆಯೇ ಮುಂದುವರೆಯಬಹುದು. ಇನ್ನೂ ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಸುಧಾರಣೆ ಕಂಡು ಬಂದು ಅವರು ಮೊದಲಿನಂತಾಗಲೂ ಬಹುದು.

ತಜ್ಞರು, ಅಲ್ಟಿಮರ್ ಕಾಯಿಲೆಗೆ ತುತ್ತಾಗುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯೂ ಮೊದಲಿನ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಬಗೆಯ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಎದುರಿಸುವುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅಲ್ಲದೆ, ಮೆದುಳಿನ ರಚನೆಯಲ್ಲಾಗುವ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿದಾಗ ಎರಡೂ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ಮೆದುಳಿನ ಬದಲಾವಣೆಯು ಒಂದೇ ಬಗೆಯದಾಗಿದ್ದು ತೀವ್ರತೆಯಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವೇ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿರುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ.

▶ ಕಾರಣಗಳೇನು? ಈ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ನಿಖರವಾದ ಕಾರಣಗಳು ಇನ್ನೂ ತಿಳಿದು ಬಂದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಕೆಲವು ಅಪಾಯಕರ ಅಂಶಗಳನ್ನಷ್ಟೇ ಗುರುತಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅವೆಂದರೆ, ವಯಸ್ಸಾಗುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬದ ಹಿರಿಯ ಸದಸ್ಯರಲ್ಲಿ ಯಾರಿಗಾದರೂ ಅಲ್ಟಿಮರ್ ಅಥವಾ ಇತರ ಮರೆವಿನ ಕಾಯಿಲೆ ಕಂಡುಬಂದದ್ದು. ಅಲ್ಲದೆ ಹೃದಯ ಮತ್ತು ಮೆದುಳಿನ ರಕ್ತ ಪರಿಚಲನೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಕು ಉಂಟು ಮಾಡಬಹುದಾದ ಅಧಿಕ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ, ಮಧುಮೇಹ, ಹಾಗೂ ಧೂಮಪಾನ, ಮದ್ಯಪಾನದಂತಹ ದುರಭ್ಯಾಸಗಳೂ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು.

▶ ನೀವು ಮಾಡಬೇಕಾದುದೇನು..? ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಬೆಂಬಲಿಸಿ. ವ್ಯಕ್ತಿಯು ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಅಥವಾ ಮಧುಮೇಹದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದರೆ ನಿರ್ಮಿತವಾದ ತಪಾಸಣೆ ಹಾಗೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿಸಿ. ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಾಗಿ ಯಾವುದಾದರೊಂದು ವ್ಯಾಯಾಮ ಅಥವಾ ನಡಿಗೆಯನ್ನು ರೂಢಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಹೇಳಿ. ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶಯುಕ್ತ ಆಹಾರ, ಹಣ್ಣು, ತರಕಾರಿಗಳ ಸೇವನೆಗೆ ಒತ್ತು ಕೊಡಿ. ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ಬಳಸಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿ; ಒಳ್ಳೆಯ ಪುಸ್ತಕ ಓದಲು ತಿಳಿಸಿ. ಸುತ್ತಲಿನ ಜನರೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಯಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿ. ಎರಡರಿಂದ ಮೂರು ತಿಂಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ನರರೋಗ ತಜ್ಞರಲ್ಲಿ ತಪ್ಪದೇ ಸಲಹೆ ಪಡೆಯಿರಿ.

ಈ ಬಗೆಯ ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದ ಬಳಲುವವರೆಗೆ ಕುಟುಂಬದವರ ಸಹನೆ ಹಾಗೂ ಬೆಂಬಲ ಅತ್ಯಗತ್ಯ. ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬದಲಾದ ವರ್ತನೆಯು ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕವಾದದ್ದಲ್ಲ, ಅದು ಆತನ ಮೆದುಳಿನ ರಚನೆಯಲ್ಲಾದ ಬದಲಾವಣೆಯ ಪರಿಣಾಮ ಎಂಬುದನ್ನು ಕುಟುಂಬದವರು ಅರಿತು ಸಹಕಾರ ನೀಡಬೇಕು.



ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ವಯಸ್ಸಾದಂತೆ ಶರೀರದ ಎಲ್ಲ ಅಂಗಾಂಗಗಳಂತೆ ಮೆದುಳಿನ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯಲ್ಲಿಯೂ ಇಳಿಮುಖ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಸೌಮ್ಯ ಸ್ವರೂಪದ ಮೆದುಳಿನ ಗ್ರಹಿಕಾ ಶಕ್ತಿಯ ಕುಗ್ಗುವಿಕೆಯಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಗ್ರಹಿಕಾ ಶಕ್ತಿಯು ಸಾಮಾನ್ಯ ಗ್ರಹಿಕಾ ಶಕ್ತಿಗಿಂತ ಕಡಿಮೆಯಿರುತ್ತದೆ.

■ ಡಾ. ವಿನಯ ಶ್ರೀನಿವಾಸ್