ಸ್ತನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗೆ ಆ್ಯಸ್ಪರಿನ್

ಸ್ತನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆದ ರೋಗಿಗಳು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಆ್ಯಸ್ಪರಿನ್ ಸೇವಿಸಿದರೆ ಬದುಕುಳಿಯುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಅಧಿಕ ಎಂದು ಅಮೆರಿಕದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಅಧ್ಯಯನವೊಂದು ತಿಳಿಸಿದೆ.

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹೃದ್ರೋಗ ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಆ್ಯಸ್ಪರಿನ್ ಮಾತ್ರೆ ಸೇವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಇದು ಪ್ರಥಮ ಹಂತದ ಸ್ತನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆದ ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಪುನಃ ಈ ಕಾಯಿಲೆ ಬರದಂತೆ ತಡೆಯುತ್ತದೆ. ಸುಮಾರು 4000 ರೋಗಿಗಳ ಮೇಲೆ ನಡೆಸಿದ ಪ್ರಯೋಗದಿಂದ ಇದು ಸಾಬೀತಾಗಿದೆ ಎಂದು ಜರ್ನಲ್ ಆಫ್ ಕ್ಲಿನಿಕಲ್ ಅಂಕೊಲಜಿ ತಿಳಿಸಿದೆ.

ಆ್ಯಸ್ಪರಿನ್ ಮಾತ್ರೆಯ ಬೆಲೆ ಬಹಳ ಕಡಿಮೆ. ಜೊತೆಗೆ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳೂ ಅಷ್ಟೊಂದಿಲ್ಲ. ಇದು ದೊಡ್ಡ ಕರುಳಿನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್, ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯು ಮೊದಲಾದವುಗಳಿಗೂ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ. ಆದರೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಿಗಳು ವಿಕಿರಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಅಥವಾ ಕೀಮೊಥೆರಪಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಾಗ ಆ್ಯಸ್ಪರಿನ್ ಸೇವಿಸಬಾರದು. ಇದಲ್ಲದೇ ಈ ಮಾತ್ರೆ ಜಠರದಲ್ಲಿ ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಉಂಟು ಮಾಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇರುವುದರಿಂದ ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆಯಿಲ್ಲದೇ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಾರದು.

ಐಬಿಡಿ: ರಕ್ತ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಅಧಿಕ

ಉರಿಯೂತದ ಮಲವಿಸರ್ಜನೆ (ಐಬಿಡಿ) ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದ ನರಳುವವರಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಅಧಿಕ ಎಂದು ಲಂಡನ್ನಿನ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಸಮಸ್ಯೆ ಇರುವವರಲ್ಲಿ ಉಳಿದವರಿಗಿಂತ ರಕ್ತನಾಳದಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟುವ ತೊಂದರೆ 16 ಪಟ್ಟು ಅಧಿಕ.

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಾಲಿನ ರಕ್ತನಾಳದಲ್ಲಿ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟುವ ರಕ್ತ ಶ್ವಾಸಕೋಶಕ್ಕೂ ಸಾಗಿ ಜೀವಕ್ಕೆ ಅಪಾಯ ಒಡ್ಡಬಹುದು. ಐಬಿಡಿಯ ಲಕ್ಷಣಗಳೆಂದರೆ ಹೊಟ್ಟೆನೋವು, ಅತಿಭೇದಿ, ಸಣ್ಣ ಕರುಳಿನಲ್ಲಿ ಉರಿಯೂತ. ಇಂಥವರು ರಕ್ತವನ್ನು ತೆಳುವಾಗಿಡುವ ಔಷಧಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದು ಉತ್ತಮ.

ಬೇಸರ ಸಾವಿಗೆ ದಾರಿ

ಬೇಸರವಾಗುತ್ತಿದೆಯಾ, ಉದಾಸೀನವಾ? ಹಾಗಾದರೆ ಸಾವು ಕದ ತಟ್ಟುವುದು ಶೀಘ್ರ ಎನ್ನುತ್ತದೆ ಜರ್ನಲ್ ಆಫ್ ಎಪಿಡೆಮಿಯೊಲೊಜಿ.

ಬೇಸರವೇ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕೊಲ್ಲುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅದು ಇತರ ಅಪಾಯಕಾರಿ ನಡವಳಿಕೆಗಳಾದ ಮದ್ಯಪಾನ, ಧೂಮಪಾನ, ಮಾದಕ ವಸ್ತು ಸೇವನೆಯ ಲಕ್ಷಣಗಳು. ಇಂಥವರು ಸರಿಯಾಗಿ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸುವುದಿಲ್ಲ, ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡಲೂ ಉದಾಸೀನ. ಜೀವನಶೈಲಿಯೂ ಸರಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಇದು ಖಿನ್ನತೆಗೂ ಎಡೆ ಮಾಡಿಕೊಡಬಹುದು. ಜೊತೆಗೆ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಹಾರ್ಮೋನ್‌ಗಳು ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗಿ ಹೃದಯದ ಮೇಲೆ ಒತ್ತಡ ಜಾಸ್ತಿಯಾಗಬಹುದು.

ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ತಡೆಗೆ ಉತ್ತಮ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸಿ

ಕೆಂಪು ದ್ರಾಕ್ಷಾರಸ ಹಾಗೂ ಕಪ್ಪು ಚಾಕೊಲೇಟ್ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಹರಡದಂತೆ ತಡೆಗಟ್ಟುವಲ್ಲಿ ಸಹಕಾರಿ ಎಂದು ಕ್ಯಾಲಿಫೋರ್ನಿಯಾದ ಆ್ಯಂಜಿಯೊಜೆನೆಸಿಸ್ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನ ತಿಳಿಸಿದೆ.

ಬ್ಲ್ಯೂಬೆರ್ರೀಸ್, ಸೋಯಾ, ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ, ಚಹದಲ್ಲಿರುವ ಆ್ಯಂಟಿಆಕ್ಸಿಡೆಂಟ್‌ಗಳು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಕೋಶಗಳು ಬೆಳೆಯದಂತೆ ತಡೆ ಒಡ್ಡುತ್ತವೆ. ಇವುಗಳಂತೆ ಕೆಂಪು ದ್ರಾಕ್ಷಾರಸ ಹಾಗೂ ಕಪ್ಪು ಚಾಕೊಲೇಟ್ ಕೂಡಾ ಕೀಮೊಥೆರಪಿಯಂತೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಅಂದರೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಗೆಡ್ಡೆಯಾದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ರಕ್ತಪೂರೈಕೆ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಗೆಡ್ಡೆ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲವಾಗದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ.

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಔಷಧಗಳು ದುಬಾರಿ. ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಇವುಗಳನ್ನು ಖರೀದಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಹೀಗಾಗಿ ಆಹಾರವನ್ನೇ ಅವಲಂಬಿಸುವುದು ಸೂಕ್ತ ಎಂದು ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನ ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟಿದ್ದು ಈ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಸಂಶೋಧನೆ ಕೈಗೊಂಡಿದೆ. ಇವುಗಳನ್ನು ಈಗಾಗಲೇ ಇಲಿಯ ಮೇಲೆ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಪ್ರಯೋಗಿಸಲಾಗಿದೆ.

■ ಸುಧಿ