



ಅಯ್ಯೋ ಮರೆವು

■ ಉಮಾ ಅನಂತ್

‘ಯಾಕೋ ನಿಶಾಂತ್ ಹೋಮ್‌ವರ್ಕ್ ಮಾಡಿಲ್ಲ? ಬಿಳನೇ ತರಗತಿ ಶಿಕ್ಷಕಿ ನಿಶಾಂತ್ ಎಂಬ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯನ್ನು ವಿಚಾರಿಸುತ್ತಾರೆ. ‘ನೆನಪಿರಲಿಲ್ಲ; ಮರೆತೇ ಹೋಗಿತ್ತು ಮ್ಯಾಮ್’ ಹುಡುಗನ ಉತ್ತರ. ‘ವೈದ್ಯರ ಬಳಿ ಹೋಗಿದ್ದ 50ರ ಹರೆಯದ ಸರೋಜಮ್ಮ, ‘ನನಗೆ ನಿನ್ನೆಯಿಂದ ಹೊಟ್ಟೆ ಉರಿ ಉರಿ.. ಏನನ್ನೂ ತಿನ್ನಲಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ..’ ‘ನಿನ್ನೆ ಬೇರೇನಾದ್ರೂ ಗುಳಿಗೆ ನುಂಗಿದ್ದಾ..’ ವೈದ್ಯರು ಕೇಳಿದಾಗ ‘ನಿನ್ನೆ ಏನು ತಿಂದೆ ಎಂಬುದೇ ನನಗೆ ನೆನಪಿಲ್ಲ.. ಎಷ್ಟು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದರೂ ಜ್ಞಾಪಕಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತಿಲ್ಲ..’ ಸರೋಜಮ್ಮನ ಅಳಲು.

ಹೌದು, ಇದು ಮರೆಗುಳಿತನ. ಸಣ್ಣ ವಯಸ್ಸಿನವರಿಂದ ಹಿಡಿದು ವಯೋವೃದ್ಧರವರೆಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನವರಲ್ಲಿ ಈಗೀಗ ಮರೆಗುಳಿತನ ಸಮಸ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದೆ. ವೈದ್ಯಕೀಯ ಪರಿಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ‘ಅಲ್ಟಿಮರ್’ ಎನಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಇದು ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಯಾದರೂ ಇದಕ್ಕೆ ಯಾವುದೇ ಔಷಧಿ ಇಲ್ಲ. ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸ್ಥಿಮಿತದಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡರೆ ಈ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಸ್ವಲ್ಪಮಟ್ಟಿನ ಪರಿಹಾರ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಮೇಲ್ನೋಟಕ್ಕೆ ಅಲ್ಟಿಮರ್‌ಗೆ ಯಾವುದೇ ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾದ ಔಷಧಿ ಇಲ್ಲದಿರುವ ಕಾರಣ ಇದನ್ನು ಕಾಯಿಲೆಗೆ ಸಾಲಿಗೆ ಸೇರಿಸದೇ ಮಾನಸಿಕ