

ಡಯಾಬಿಟಿಸ್ ಕುರಿತ ಹಲವು ನಂಬಿಕೆಗಳು ರೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೇ ವೈದ್ಯರಲ್ಲೂ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿವೆ. ರಾಶಿಗಟ್ಟಲೇ ಸಂಶೋಧನೆಗಳು ಬಂದು ಬಿದ್ದಿದ್ದರೂ ಅದನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವ ಗೋಜಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನವರು ಹೋಗಿಲ್ಲ. ಇಂಗ್ಲೆಂಡ್ ಹಾಗೂ ಸ್ಕಾಟ್ಲೆಂಡ್‌ನ ಅಧ್ಯಯನ ಒಂದಷ್ಟು ಬದಲಾವಣೆ ತಂದಿದೆಯಾದರೂ, ಅದೂ ಸಹ ಇನ್ನೂ ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿ ಪ್ರಚಾರವಾಗಿಲ್ಲ.



ದೇಹಕ್ಕೆ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ನೀಡುವ, ಆದರೆ ಅಗತ್ಯವಿರದ ಕಾರ್ಬೋಹೈಡ್ರೇಟ್ ಅನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ತಿನ್ನುವ, ಅದೇ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ರುಚಿಕರವಾಗಿಯೂ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ತಿನ್ನಬಹುದಾದ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಕೆಲವರು ಬಳಸಲು ಆರಂಭಿಸಿದರು. ಆಹಾರದಲ್ಲಿನ ಕೊಬ್ಬು ಮತ್ತು ದೇಹದಲ್ಲಿನ ಕೊಬ್ಬಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ತಿಳಿಯದೇ, ಕೊಬ್ಬಿನ ಕುರಿತ ವಿಪರೀತ ಆತಂಕ ಸೃಷ್ಟಿಸಿ ಕಾರ್ಬೋಹೈಡ್ರೇಟ್‌ನ ಅಪಾಯವನ್ನು ಸೂಕ್ತವಾಗಿ ಅರಿಯದ ವಿಧಾನದಿಂದ ಸಹಜ, ಪ್ರಕೃತಿದತ್ತ ಹಾಗೂ ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶವಿರುವ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಕೆಲವರು ಸೂಚಿಸಲಾರಂಭಿಸಿದರು. ಆ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಬಂದ ಫಲಿತಾಂಶಗಳು ವೈದ್ಯರಿಗೂ, ರೋಗಿಗೂ ಪ್ರೇರಣೆ ನೀಡಿ ಮಾತ್ರಗಳನ್ನು ಪೂರ್ಣ ನಿಲ್ಲಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದ್ದು, ಈ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾನ್ಯತೆ ಲಭಿಸುತ್ತಾ ಬಂತು. ಇದೇ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಇನ್ನುಲಿನ್ ಪ್ರತಿರೋಧದ ಕುರಿತು ನಡೆದಿರುವ ಅಪಾರ ಪ್ರಮಾಣದ ಸಂಶೋಧನೆಗಳು ಇದಕ್ಕಿರುವ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ತಳಹದಿಯನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸುತ್ತಾ ಹೋದವು.

ಆದರೆ ಇದಕ್ಕೆ ದೊಡ್ಡ ಬೆಂಬಲ ಬಂದಿದ್ದು ಇಂಗ್ಲೆಂಡ್ ಹಾಗೂ ಸ್ಕಾಟ್ಲೆಂಡ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲಿನ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆ 'ಎನ್‌ಎಚ್‌ಎಸ್' ಬೆಂಬಲದಿಂದ ನಡೆದ ಸಂಶೋಧನೆಯ ಫಲಿತಾಂಶದಿಂದ. ಈಗಲೂ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತಿರುವ ಡೈರೆಕ್ಟ್ (Diabetes Remission Clinical Trial – DIRECT) ಅಧ್ಯಯನವು ಡಯಾಬಿಟಿಸ್ ಅನ್ನು ಸೂಕ್ತ ಪಥದ ಮುಖಾಂತರ ಮಾತ್ರಗಳಲ್ಲದೇ ನಿಭಾಯಿಸಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಸಾಬೀತುಪಡಿಸಿತು. ಇಲ್ಲಿ ರಿವರ್ಸ್‌ಲ್ ಎಂಬ ಪದದ ಬದಲಿಗೆ ರೆಮಿಶನ್ ಎಂಬ ಪದವನ್ನು ಬಳಸಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನಿಸಬೇಕು. ಅಂದರೆ ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಡಯಾಬಿಟಿಸ್ ಇಲ್ಲದಂತೆ ಮಾಡಬಹುದಾದ ಎಂಬುದರ ಕುರಿತು ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತಿರುವ ಅಧ್ಯಯನವು ತಿಳಿಸಲಿದ್ದು, ಈ ಸದ್ಯವಂತೂ ಮಾತ್ರಗಳಲ್ಲದೆ ಪಥದಿಂದ ನಿಭಾಯಿಸಿದ್ದೇವೆ ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಗಮನಿಸಬೇಕಾದ ಅಂಶವೆಂದರೆ, ಈ ಡೈರೆಕ್ಟ್ ಅಧ್ಯಯನದ ಜೊತೆಗೆ ಯಾವ ಸಂಬಂಧವೂ ಇಲ್ಲದೆ ಜಗತ್ತಿನ ವಿವಿಧ ಭಾಗಗಳ ವೈದ್ಯರು ತಮ್ಮದೇ ರೀತಿಯ ವಿಧಿವಿಧಾನಗಳ (protocols) ಮೂಲಕ ಹಲವು ಸತ್ಯಗಳನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಈ ವಿಧಾನಗಳಲ್ಲಿ ವಿಪರೀತ ಭಿನ್ನತೆ ಇದ್ದು ಅದಕ್ಕೆ ಹಲವು ಸಾಮಾಜಿಕ, ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಹಾಗೂ ರಾಜಕೀಯ ಕಾರಣಗಳು ಸೇರಿಕೊಂಡಿವೆ. ಸಂಪೂರ್ಣ ಸಸ್ಯಾಹಾರವನ್ನು ಮಾತ್ರ ಸೇವಿಸಬೇಕೆನ್ನುವುದರಿಂದ ಹಿಡಿದು, ಮಾಂಸಾಹಾರವೇ ಪ್ರಧಾನ ಸಂಗತಿಯಾಗಿ ಇರುವ ವಿಧಾನದವರೆಗೆ ಭಿನ್ನತೆಗಳು ಇವೆ. ಅವೇನೇ ಇದ್ದರೂ, ಅತ್ಯಂತ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಜನರಲ್ಲಿ (ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರೇ ವೈದ್ಯರು ಹತ್ತು