

ಮುಂತಾದ ಅನಿವಾರ್ಯ ಕಾರಣಗಳಿಗಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ, ತಮ್ಮ ಇಳಿ ವಯಸ್ಸಿನ ಆರ್ಥಿಕ ಭದ್ರತೆ ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ಮುಂದಿನ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನೂ ಗಮನದಲ್ಲಿರಿಸಿಕೊಂಡು ಶಕ್ತಿಮೀರಿ ದುಡಿಯಲು ಹಾತೊರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಕೆಲವು ವೈದ್ಯರು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿದೇಸೆಯಲ್ಲಿ ಕಲಿತದ್ದನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ತ್ಯಜಿಸಲಾಗದೆಯೇ, 'ಇಷ್ಟಲ್ಲ ದುಡಿಯುತ್ತೇವೆ; ಒಂದಷ್ಟು ಮೋಜುಮುಷ್ಠಿ ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿ ತಪ್ಪೇನು?' ಎನ್ನುವ ಧೋರಣೆಯಿಂದಲೇ ಧೂಮಪಾನ, ಮದ್ಯಪಾನಗಳಂಥ ದುಶ್ಚಟಗಳಿಗೆ ದಾಸರಾಗಿಬಿಡುತ್ತಾರೆ. ತಾತ್ಕಾಲಿಕವಾಗಿ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ನಿರಾಳಭಾವ ನೀಡುವ ಈ ದುಶ್ಚಟಗಳು ಇಡೀ ದೇಹವನ್ನೇ ಅಣು ಅಣುವಾಗಿ ನಾಶ ಮಾಡಿಬಿಡುತ್ತವೆ. ಅಂಥವರಲ್ಲಿ ಖಿನ್ನತೆ, ನಿರ್ದ್ರಾಹೀನತೆ, ಲೈಂಗಿಕ ಅಸಮರ್ಥತೆ ಮುಂತಾದ ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳೂ ಸರ್ವೇಸಾಮಾನ್ಯ.

ಅತಿ ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿಗೇ ದೇಹಕ್ಕೆ ಮುಪ್ಪುಡರುತ್ತಾ ಜೀವಿತಾವಧಿಯೂ ಕುಂಠಿತವಾಗಿಬಿಡುತ್ತದೆ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಕೌಟುಂಬಿಕ ಕಲಹ, ವಿವಾಹ ವಿಚ್ಛೇದನ, ದಾರಿ ತಪ್ಪಿದ ಮಕ್ಕಳು ಮುಂತಾದ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳೂ ತಲೆದೋರುತ್ತವೆ. ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಈ ಎಲ್ಲಾ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ದೈಹಿಕ, ಮಾನಸಿಕ ಮತ್ತು ಕೌಟುಂಬಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತಿರುವ ಸಂಗತಿಯನ್ನು ಅಲ್ಲಗಳೆಯಲಾಗದು.

ಧೂಮಪಾನ - ಮದ್ಯಪಾನಗಳು, ನಿಯಮಿತ ವ್ಯಾಯಾಮ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಆಹಾರಪದ್ಧತಿಗಳ ಕುರಿತು ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಗಂಟೆಗಟ್ಟಲೆ ಉಪದೇಶ ಮಾಡಬಲ್ಲ ಅನೇಕ ವೈದ್ಯರು ಅವುಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ತಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟರಮಟ್ಟಿಗೆ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆಂಬುದು ಸಂದೇಹಾರ್ಹ. ಹಾಗೆಯೇ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಒಂದಿಷ್ಟು ಉಲ್ಲಾಸ ನೀಡುವ ಸಾಹಿತ್ಯ, ಸಂಗೀತ ಮತ್ತು ಕಲೆಗಳಂತಹ ಅಭಿರುಚಿಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವ ವೈದ್ಯರು ಅತ್ಯಂತ ವಿರಳವೆಂದೇ ಹೇಳಬೇಕು.

ಅನಿರೀಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಘಟಿಸುವ ಅಪಘಾತ ಮತ್ತು ಬಯಸದೇ ಬಂದೆರಗುವ ವ್ಯಾಧಿಗಳನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ, ಮಿಕ್ಕಂತೆ ಅಜಾಗರೂಕತೆಯಿಂದಲೇ ಉದಾಸೀನತೆಯಿಂದಲೇ ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವು ಸಾವಿನ ಕುಣಿಕೆಗೊಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಮುನ್ನ - ತಮ್ಮ ಸಾಂಗತ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಹಾತೊರೆಯುವ, ತಮ್ಮ ಇರುವಿಕೆಯಿಂದಲೇ ನೆಮ್ಮದಿಯ ಭಾವ ಹೊಂದುವ ಮಡದಿ-ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯ ಮಹಾಪೂರವನ್ನೇ ಹರಿಸಿ, ಕಣ್ಣಲ್ಲಿ ಕಣ್ಣಿಟ್ಟು ಜತನ ಮಾಡಿರುವ ಹೆತ್ತಜೀವಿಗಳಿರುತ್ತವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಮಹತ್ವಾಕಾಂಕ್ಷಿ ವೈದ್ಯರು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು ಒಳಿತು.

