

ಈ ಶೇ.16ರಷ್ಟು ಎಂಬುದು ಸಣ್ಣ ಪ್ರಮಾಣ ಎನಿಸಿದರೂ, ಭಾಗಶಃ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಲಸಿಕೆಗಳನ್ನು ಹಾಕಿಸಿಕೊಂಡ ಕೆಲವು ಮಕ್ಕಳು ಗಂಭೀರ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅಧ್ಯಯನವೊಂದು ಸಾಬೀತುಪಡಿಸಿದೆ.

ಅಪಾಯ ತರುವ ಸೋಂಕು

ರೋಗ ನಿರೋಧಕದ ಎರಡನೇ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ನಿಗದಿಯಂತೆ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮನಿಂಜೆಟಿಸ್, ದಡಾರ, ರುಬೆಲ್ಲಾ ಮತ್ತು ಮಂಪ್ಸಿನ ಎರಡನೇ ಡೋಸ್ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅದೇ ರೀತಿ, ನ್ಯೂಮೋನಿಯಾ, ಡಿಪ್ಟೀರಿಯಾ, ಪೆರ್ಟುಸಿಸ್, ಟೆಟನಿಸ್, ಹಿಬ್ ಮತ್ತು ಫ್ಲೂಗಳ ನಿವಾರಣೆಗೆ ಬೂಸ್ಟರ್ ಡೋಸ್‌ಗಳನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಒಂದು ವೇಳೆ ಈ ಎರಡನೇ ಡೋಸ್ ಮತ್ತು ಬೂಸ್ಟರ್ ಡೋಸ್ ಅನ್ನು ಹಾಕಿಸಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಕುಂದುತ್ತದೆ. ರೋಗಗಳಿಂದ ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಕಡಿಮೆ ಇರುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಅಪಾಯ ಎದುರಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಎರಡನೇ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಚಿಕನ್‌ಪಾಕ್ಸ್ ಮತ್ತು ಹೆಪಟೈಟಿಸ್ ಎ ಲಸಿಕೆಗಳ ಮೊದಲ ಡೋಸ್ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಬಾಲ್ಯಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಮಗುವಿನಲ್ಲಿ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಕಡಿಮೆ ಇರುವುದರಿಂದ ಈ ಸೋಂಕುಗಳು ಅತ್ಯಂತ ಅಪಾಯಕಾರಿಯಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಈ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯಕರವಾದ ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆಗಾಗಿ 1 ರಿಂದ 2 ವರ್ಷದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಬಾಲ್ಯಾವಸ್ಥೆಯ ಲಸಿಕೆಗಳನ್ನು ಹಾಕಿಸುವುದು ಸೂಕ್ತ.

ಏಕಾಏಕಿ ಹರಡುವ ಸೋಂಕು

ಮಕ್ಕಳು ಭಾಗಶಃ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಲಸಿಕೆಗಳನ್ನು ಹಾಕಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಲ್ಲಿ ಸಾಮೂಹಿಕ ಸೋಂಕು ಹರಡಿದಾಗ ಬರುವ ಅಪಾಯ ಹೆಚ್ಚು. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 2023ರಿಂದ ಫೆಬ್ರುವರಿ 2024ರ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ 13,000ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ದಡಾರ ಪ್ರಕರಣಗಳು ಕಂಡುಬಂದಿವೆ ಮತ್ತು ಈ ದಡಾರ ಹರಡಿದ ಪ್ರಮಾಣ ಜಾಗತಿಕವಾಗಿ 4ನೇ ಸ್ಥಾನ ಹೊಂದಿದೆ. ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣ ರೋಗ ನಿರೋಧಕಗಳನ್ನು ಹಾಕಿಸಿದಲ್ಲಿ ಸೋಂಕುಗಳು ಒಂದು ಮಗುವಿನಿಂದ ಇನ್ನೊಂದು ಮಗುವಿಗೆ ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳಿಂದ ವಯಸ್ಕರಿಗೆ ಹರಡುವುದು ತಪ್ಪುತ್ತದೆ. ಇದು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸೋಂಕು ಅಥವಾ ರೋಗ ಹರಡುವುದನ್ನು ತಡೆಯಲು ನೆರವಾಗುತ್ತದೆ.

ಮಗುವಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಅಡ್ಡಿ

2.5ರಿಂದ 3 ವರ್ಷದವರಿದ್ದಾಗ ಶಾಲೆಗೆ ಹೋಗಲು ಆರಂಭಿಸಿದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸೋಂಕುಗಳು ಬಹುಬೇಗನೆ ಹರಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. 2ನೇ ವರ್ಷದವರಿದ್ದಾಗ ನಿರ್ಣಾಯಕವೆನಿಸುವ ಲಸಿಕೆಗಳನ್ನು ಹಾಕಿಸಿಕೊಳ್ಳದೇ ಇದ್ದರೆ ಅಂತಹ ಸೋಂಕುಗಳಿಂದ ಅಪಾಯ ಹೆಚ್ಚಿರುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೆ ಲಸಿಕೆಗಳಿಂದ ಗುಣಪಡಿಸಬಹುದಾದ ರೋಗಗಳಿಂದ ಮಕ್ಕಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಮೇಲೆ ಗಂಭೀರ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಅನಾರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ತುತ್ತಾದರೆ ಅದರಿಂದ ಗುಣಮುಖವಾಗಲು 15 ದಿನ ಅಥವಾ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ದಿನಗಳು ಬೇಕಾಗುತ್ತವೆ. ಇದರಿಂದ ಮಕ್ಕಳ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಕುಂದುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ದೀರ್ಘಾವಧಿಯ ಅಪಾಯಗಳನ್ನು ಲಸಿಕೆಯಿಂದ ನಿಯಂತ್ರಣ ಮಾಡಬಹುದು.

ಈ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಪೋಷಕತು ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ರೋಗನಿರೋಧಕ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿಯ ಬಗ್ಗೆ ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳ ತಜ್ಞ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ ಅವರಿಂದ ಸೂಕ್ತ ಸಲಹೆ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ತಮ್ಮ ಮಗುವಿಗೆ 1 ರಿಂದ 2 ವರ್ಷದ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ನಿರ್ಣಾಯಕವೆನಿಸಿರುವ ಏಳು ಲಸಿಕೆಗಳಾದ ಚಿಕನ್‌ಪಾಕ್ಸ್ ಮತ್ತು ಹೆಪಟೈಟಿಸ್ ನ ಮೊದಲ ಡೋಸ್, ಮೆನಿಂಜೈಟಿಸ್ ಮತ್ತು ಎಂಎಂಆರ್‌ನ ಎರಡನೇ ಡೋಸ್, ಪಿಪಿವಿ, ಡಿಟಿಪಿ ಹಿಬ್, ಐಪಿವಿ ಮತ್ತು ಫ್ಲೂ ಕಾಯಿಲೆಗೆ ವಾರ್ಷಿಕ ಡೋಸ್ ಹಾಕಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.



ವೈರಲ್ ಸೋಂಕು; ಕಾಳಜಿ ಬೇಕು

ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಮೂರು ವರ್ಷದ ಪುಟಾಣಿ ಶಿವಾಲಿಗೆ ಪದೇ ಪದೇ ಜ್ವರದ ಬಾಧೆ. ವೈರಲ್ ಸೋಂಕಿನಿಂದ ಬರುವ ಈ ಜ್ವರದಿಂದ ಶಿವಾಲಿಗೆ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯು ಕೊರತೆ. ಈಕೆಯನ್ನು ವೈದ್ಯರು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿದಾಗ ಈ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯು ಕೊರತೆಗೆ ಅನುವಂಶೀಯತೆಯೇ ಕಾರಣ ಎಂಬುದು ಪತ್ತೆಯಾಯಿತು.

ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಸಾವಿರಾರು ಮಕ್ಕಳು ಈಗ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯು ಕೊರತೆಯಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವುದು ಗೊತ್ತಾಗಿದೆ. ಪೌಷ್ಟಿಕ ಹಾಗೂ ಸಮತೋಲಿತ ಆಹಾರದ ಸೇವನೆಯಿಂದ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಅನುವಂಶೀಯ ಕಾರಣದಿಂದ ಮಕ್ಕಳು ಈ ಸಮಸ್ಯೆ ಎದುರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರತಿ 2000 ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಮಗು ತೀವ್ರತರದ ಅನುವಂಶೀಯ ತೊಂದರೆಯಿಂದ ಬಳಲುತ್ತದೆ. ಪ್ರತೀವರ್ಷ ಇಂತಹ ಸೋಂಕಿನಿಂದ ಬಳಲುವ ಮಕ್ಕಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಲೇ ಇದೆ. ಕಳೆದ ಎರಡು ವರ್ಷಗಳಿಂದೀಚೆಗೆ ಚಂಡೀಗಢದಲ್ಲಿ 600, ಮುಂಬಯಿಯಲ್ಲಿ 500, ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು 100 ಮಕ್ಕಳು ಅನುವಂಶಿಕ ತೊಂದರೆಯಿಂದ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಕೊರತೆಯಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವುದು ಈಚೆಗೆ ಭಾರತೀಯ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಂಸ್ಥೆ (ಇಂಡಿಯನ್ ಮೆಡಿಕಲ್ ಅಸೋಸಿಯೇಷನ್) ನಡೆಸಿದ ಸಮೀಕ್ಷೆಯ ಅಂಕಿ ಅಂಶಗಳಿಂದ ಗೊತ್ತಾಗಿದೆ. ಇಂಥ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸತತವಾಗಿ ಲ್ಯೂಟಿ ಬಯೋಟೆಕ್‌ಗಳನ್ನು ನೀಡುವಂಥ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಬೇಕಾಗಿದೆ.

‘ಇದೊಂದು ವಿರಳ ರೀತಿಯ ಕಾಯಿಲೆ. ವಂಶವಾಹಿಗಳ ಮೂಲಕ ಮಗುವಿಗೆ ಇದು ವರ್ಗಾವಣೆಯಾಗುತ್ತವೆ. ಇಂತಹ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಮಗುವಿನ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಲೋಪವಿದ್ದು ಇದರಿಂದ ಅತ್ಯಂತ ಸಣ್ಣ ಸೋಂಕು ಉಂಟಾದರೂ ಮಗುವಿನ ಮೇಲೆ ತೀವ್ರ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಶ್ವಾಸಕೋಶ, ಪಚನಾಂಗ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮುಂತಾದವು ಮೊದಲು ಸೋಂಕಿಗೆ ಗುರಿಯಾಗುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಇದನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯ ಸೋಂಕು ಎಂದು ತಪ್ಪಾಗಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇರುತ್ತದೆ’ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿರುವ ಮಕ್ಕಳ ತಜ್ಞ ಡಾ. ಶರತ್ ಕಾಮತ್.

‘ಪ್ರಾಥಮಿಕ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ’ಯಿಂದ (ಪಿಐಡಿ) ಬಳಲುವ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣ ತಪಾಸಣೆ ನಡೆಸಿ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ದಾಖಲಿಸಿಯೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಲ್ಯೂಟಿ ಬಯೋಟೆಕ್‌ಗಳನ್ನು ಸಹ ನೀಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ ಈ ವೈದ್ಯರು.

ಹಣ್ಣುಹಂಪಲು ಹೆಚ್ಚು ಸೇವಿಸಿ...

ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಲು ಹಣ್ಣು ತರಕಾರಿ, ಸೊಪ್ಪು, ಹಾಲು, ಮೊಳಕೆ ಕಾಳುಗಳ ಸೇವನೆ, ಬೇಳೆ, ವಿಟಮಿನ್ ಎ, ಸಿ ಹಣ್ಣುಗಳು ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತವೆ. ಆಯಾಯ ಕಾಲಕ್ಕೆ ಸಿಗುವ ಹಣ್ಣುಗಳಲ್ಲಿ ಲ್ಯೂಟಿ ಆಕ್ಸಿಡೆಂಟ್‌ಗಳು ಇರುವುದರಿಂದ ಇವುಗಳನ್ನು ಮಕ್ಕಳು ಬಳಸಲೇಬೇಕು. ಆಹಾರದ ಭಾಗವಾಗಿ ಹಣ್ಣುಗಳು, ನಿಂಬೆಹಣ್ಣು, ಈರುಳ್ಳಿ, ತುಂಡಿ, ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ, ಅರಿಶಿನ, ಸೊಪ್ಪು, ತರಕಾರಿ ಬಳಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸಿಗುತ್ತಿರಬೇಕು. ಇವನ್ನೆಲ್ಲ ಬಳಸಿದರೆ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯೂ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ.

■ ಯು.ಎ.