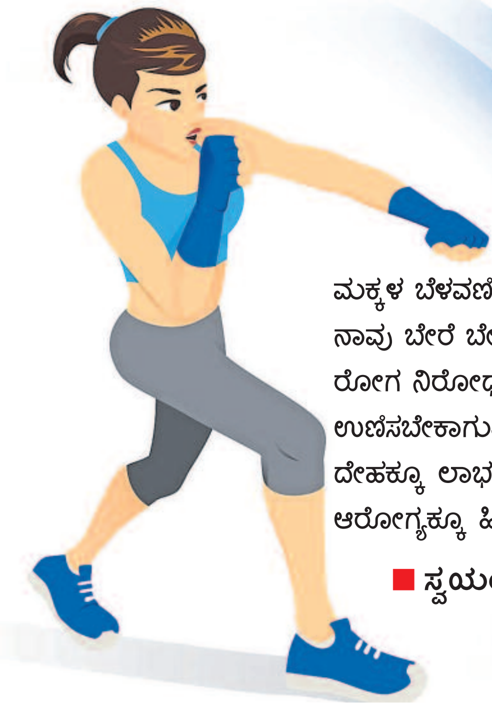

ಇಮ್ಯುನಿಟಿ ಔಷಧಿಯಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವಿದೆಯೇ

ಮಕ್ಕಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಬಗೆಯ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಉಣಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗ ದೇಹಕ್ಕೂ ಲಾಭ, ಸಮಾಜದ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ ಹಿತ.

■ ಸ್ವಯಂಪ್ರಭಾ

ಮಗುವಿಗೆ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿಸುವುದೆಂದರೆ ಎಷ್ಟೊಂದು ಸಂಭ್ರಮ. ತಾಮ್ರದ ಹಂಡೆ ತುಂಬ ಬಿಸಿ ನೀರು. ಪೇಟೆಯಲ್ಲಾದರೆ ಗೀಸರಿನಿಂದ ಬಕೆಟ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ತುಂಬಿಸಿಟ್ಟ ಬಿಸಿ ನೀರು. ವಿವಿಧ ಹದದಲ್ಲಿ ಅದು ಹಬೆಯಾಡುವುದು. ಮಗು ಮೀಯಿಸುವವರು ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಲು ಎರಡು ಮಣೆಗಳು. ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಲೊಂದು, ಅಂಗಾಲು ಚಾಚಿ ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲೊಂದು. ಕೈಗೆ ಸಿಕ್ಕುವಂತೆ ಸೀಗೆ ಪುಡಿ ಅಥವಾ ಬೇಬಿ ಸೋಪು. ಬಳಸಿ ಬಳಸಿ ಹಳೆಯದಾದ ತೆಳು ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿ ಮಾಡಿದ ಎರಡು ಟವಲುಗಳು. ಮಗುವಿಗೆ ಧರಿಸಲೂ ಬೇರೆ ಮಗುವಿನ ಹಳೆಯ ಬಟ್ಟೆಯೇ. ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಅಜ್ಜಮ್ಮ ಇದ್ದರೆ, ಮಗುವಿನ ಸ್ನಾನ ಎಂಬುದು ಅರ್ಧ ದಿನದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ. ಪ್ರತಿ ಹಂತವನ್ನೂ ಮನಸ್ಸಿಟ್ಟು ಅನುಭವಿಸುವುದಾರೆ ಯಾವುದೇ ಪಾರ್ಟಿ ಗಮ್ಮತ್ತಿಗಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಅಲ್ಲ. ಅಷ್ಟು ಸಂಭ್ರಮ. ಸ್ನಾನಕ್ಕೆ ಮುನ್ನಿನ ತಯಾರಿಯೇ ರಾಗಕ್ಕೆ ಮುನ್ನಿನ ಆಲಾಪನೆಯಾದರೆ, ಸ್ನಾನದ ಬಳಿಕವಂತೂ ರಾಗ ವಿಸ್ತಾರ ಸುದೀರ್ಘವಾದುದು.

ಪೇಟೆಯ ಹುಡುಗು ದಂಪತಿಗೆ ಅಜ್ಜಮ್ಮ ಮಾಡಿಸುವ ಸ್ನಾನದ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚು ನಂಬಿಕೆಯಿಲ್ಲ. ಕಾಲು ಚಾಚಿಕೊಂಡು ಅದರ ಮೇಲೆ ಮಗುವನ್ನು ಮಲಗಿಸಿ, ನೆತ್ತಿಯಿಂದ ಅಂಗಾಲುವರೆಗೆ ಎಣ್ಣೆ ತಿಕ್ಕಿ, ಎರಡೂ ಕೈಗಳನ್ನು ಮುಂದಕ್ಕೆ ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಮಾಡಿ, ಪಾದಗಳನ್ನು ನೆತ್ತಿಗೆ ತಾಗಿಸಿಬಿಡುತ್ತಾಳೆ. 'ಇನ್ನೂ ಬೋನ್ಸ್ ಗಟ್ಟಿಯಾಗದ ಮಗುವಿನ ಜೊತೆ ಅಷ್ಟು ಹಾರ್ಷ್ ಬಿಹೇವ್ ಮಾಡಬೇಡ ಅಮ್ಮಾ' ಅಂತ ಬಾಣಂತಿ ಮಗಳು ಕಿರುಚುತ್ತಾಳೆ. 'ಆಯ್ತು ಬಿಡೇ..' ಎನ್ನುತ್ತ ಅಜ್ಜಮ್ಮ ಮಗುವಿನ ಎರಡೂ ಪಾದಗಳನ್ನು ಚಕ್ಕಂತ ಎತ್ತಿ ಹಿಡಿದು ಮೀನು ಕೌಚಿ ಹಾಕಿದಂತೆ ಮಗುವನ್ನೇ ಕೌಚಿ ಹಾಕುತ್ತಾಳೆ. ಬೆನ್ನು ಪುಕುಳಿಗೆ ಎಣ್ಣೆ ತಿಕ್ಕಿದ ಬಳಿಕ ಮಗುವಿನ ಗಲ್ಲಕ್ಕೆ ಬಲಗೈ, ತಲೆಯ ಹಿಂಭಾಗಕ್ಕೆ ಎಡಗೈ ಕೊಟ್ಟು ಒಳ್ಳೆ ಬೆಕ್ಕಿನ ಮರಿ ನೇತಾಡಿಸಿದಂತೆ ಮಗುವನ್ನುಲೋಲಕದಂತೆ ತೂಗಿಸುತ್ತಾಳೆ. ಮಗುವಿನ ಕಂಗಳೋ ಪಿಳಿಪಿಳಿ. ಮಗಳ ಕಣ್ಣಲ್ಲಿ ನೀರು. ಅಡಕೆ ಹಾಳೆ ಮೇಲೆ ಮಗುವನ್ನು ಹಾಕಿ ಅದನ್ನು ಹೊಂಬಿಸಿಲಲ್ಲಿ ಮಗುವನ್ನು ಹಪ್ಪಳದಂತೆ ಒಣಗಲು ಬಿಡುತ್ತಾಳೆ. ಮಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಅಳಿಯನೂ, 'ಇದೆಲ್ಲ ಹಳೇ ಆಚರಣೆ, ಬೇಕಾ ಅತ್ತೆ' ಎಂದು ಕೇಳುತ್ತಾನೆ.

ಸ್ನಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವಾಗಲೂ ಅಷ್ಟೇ, ಮಗುವಿನ ಹಿಂದಲೆ ಮೇಲೆ ಕೈಒತ್ತಿಟ್ಟು, ಮಗುವನ್ನು ಕುಳ್ಳಿರಿಸಿಕೊಂಡು 'ಚೆನ್ನದಾ ಹಂಡೇಲಿ ನೀರು ಕಾಸಿ, ಬೆಳ್ಳೀ ಚೊಂಬಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿ...' ಎಂದೇನೋ ಗುನುಗುತ್ತ, ಬಿಸಿ ನೀರು ಹದ ಇದೆಯೇ ಎಂದು ಬೆರಳಿನಲ್ಲಿ ಮುಟ್ಟಿ ಮುಟ್ಟಿ ನೋಡುತ್ತಾಳೆ ಅಜ್ಜಿ. ಮಧ್ಯೆ ಬೆರಳಿನಲ್ಲಿ ಅದೇ ಬಿಸಿ ನೀರನ್ನು ಹನಿಹನಿಯಾಗಿ ಮಗುವಿನ ತುಟಿಗಿಡುತ್ತಾ... ಕುಡಿಸುತ್ತ, 'ಆಚೀ.. ಕಳ್ಳಾ' ಎನ್ನುತ್ತಾ ಹಣೆಗೆ ಮುತ್ತಿಡುತ್ತಾಳೆ. 'ಅಯ್ಯೋ ಅದು ಸ್ನಾನದ ನೀರು. ಇನ್‌ಫೆಕ್ಷನ್ ಆಗುತ್ತೆ' ಅಂತ ಬೊಬ್ಬಿಡುವ ಮಗಳು, ಅಳಿಯ. ಅಜ್ಜಿಯೋ ದಿನಾ ಚೆಷ್ಣೆ ಮಾತ್ರೆ, ಬಜೆ, ಕೊನೆಗೆ ದೂರದ ಮನೆಗೆ ಹೋಗಿ ಚೂರೇ ಚೂರು ಕ್ವಾಟರನ್ನು ಬೆರಳಿಗೆ ತಾಗಿಸಿ ಮಗುವಿನ ನಾಲಿಗೆಗೆ ಹೌದೋ ಅಲ್ಲವೋ ಎಂಬಂತೆ ನೆಕ್ಕಿಸಿಬಿಡುತ್ತಾಳೆ.

ಇನ್‌ಫೆಕ್ಷನ್ ಎಂಬ ಪದ ಎಷ್ಟೊಂದು ವ್ಯಾಪಿಸಿದೆ ನಮ್ಮ ಜೀವನ ಶೈಲಿಯಲ್ಲಿ, ಮೌಲ್ಯಗಳಲ್ಲಿ. ಹಿಂದಿನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಬೆಳೆಸುವುದೆಂದರೆ ಅವರ ಸುತ್ತ ಕಷ್ಟದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ಬಿಗಿಯಾಗಿ ಇಟ್ಟು, ಅವರದನ್ನು ದಾಟಿ ಬರುವಂತೆ ಮಾಡುವುದಾಗಿತ್ತು. ದುಡ್ಡಿದೆ ಅಂತ ಖರ್ಚು ಮಾಡುವುದಲ್ಲ. ಪ್ರಕೃತಿ, ಸಮಾಜ ಎಲ್ಲಿಯೇ ಆಗಲಿ, ಪ್ರತಿಕೂಲ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಬಂದಾಗ ಎದುರಿಸಲು ಶಕ್ತಿ ಬೇಕು. ಅಂತಹ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ದೇಹಕ್ಕೆ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ತುಂಬುವುದೇ ಶಿಕ್ಷಣ. ತೀರಾ ಸೋಲು ಬಂದಾಗ 'ದೇವರು ಕಾಪಾಡ್ತಾನೆ' ಎನ್ನುವ ನಂಬಿಕೆಯ ಊರುಗೋಲು.

ಕಳೆದ ವರ್ಷ ಪ್ರೇಮಳಿಗೆ ಮಗುವನ್ನು ನೋಡಿಕೊಂಡು ಸುಸ್ತಾಗಿಹೋಗಿತ್ತು. ಕೆಮ್ಮಿನ ಆಂಟಿ ಬಯೋಟಿಕ್ ಕೋರ್ಸ್ ಮುಗಿದು ನಾಲ್ಕೇ ದಿನಕ್ಕೆ ಮತ್ತೆ ಕೆಮ್ಮು. ಮತ್ತೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಆಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್. ವೈದ್ಯರೊಬ್ಬರ ಮುಂದೆ ಪ್ರೇಮಾ ಅಳತೊಡಗಿದಳು. ಕುದಿಸಿ ಆರಿಸಿದ ನೀರು, ಸದಾ ಸ್ವೆಟರು, ಮನೆಯಿಂದ ಆಚೆ ಹೋಗದಂತೆ ಜೋಪಾನ ಮಾಡಿ ಬೆಳೆಸಿದರೂ ಮಗುವಿಗೆ ಯಾಕೆ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಕೆಮ್ಮು? ವೈದ್ಯರೆಂದರು, ಮಗುವನ್ನು ಅಷ್ಟೊಂದು ಜೋಪಾನ ಮಾಡಿದ್ದರಿಂದ ಇಮ್ಯುನಿಟಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದೆ. ಪರಿಸರ ಹೇಗಿದೆಯೋ, ಅದನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ದೇಹವನ್ನು ತಯಾರು ಮಾಡಿ. ಕುದಿಸಿ ಆರಿಸಿದ ನೀರಿನ ಬದಲಾಗಿ ತುಸು ತುಸುವೇ ಫಿಲ್ಟರ್ ನೀರು ಕುಡಿಸಿ.

ಈಗಂತೂ ಜಗತ್ತೇ ಇಮ್ಯುನಿಟಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದೆ. ಸಿರಿಂಜಿನಿಂದ ಹರಿದು ಬರುವ ದ್ರವದಲ್ಲಷ್ಟೇ ಇಮ್ಯುನಿಟಿ ಇರುವುದಲ್ಲ. ಪ್ರತಿದಿನದ ಹೆಜ್ಜೆಯಲ್ಲಿ, ಈ ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲಿ, ಟೈಲ್ಸ್, ಕಾಂಕ್ರೀಟಿನ ಆಚೆಗೆ ಹೀಗೆ ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೂ ಇಮ್ಯುನಿಟಿಯನ್ನು ದೇವರು ಬೇಕಾದಷ್ಟು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿದ್ದಾನೆ. ಅದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಕಣ್ಣು ನಮಗೆ ಬೇಕಷ್ಟೇ.

ನೀರುಗಾಳಿ ಕೊಳಕಾಗುವ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ತಮ್ಮದೇ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮಣ್ಣು, ನೀರು, ಗಾಳಿಯ ಅಗತ್ಯವಿದೆ ಎಂಬ ಪರಿಜ್ಞಾನ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಇರಬೇಕಲ್ಲವೇ? ಎಂದು ಬರುವುದು ಆ ತಿಳಿವಳಿಕೆ? ಅಂತಹ ಅರಿವು ಕೂಡ ಪೇರೆಂಟಿಂಗ್‌ನ ಒಂದು ಭಾಗ ತಾನೇ? ■