ಕೆಳಭಾಗದ ಹಲ್ಲುಗಳು ಸ್ವಲ್ಪ ಗದ್ದಲ ಮಾಡುವುದು ಕಡಿಮೆ. ಹಾಗಾಗಿ 12 ವರ್ಷಗಳಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆ, ಪಟ್ಟ ಕಟ್ಟುವಂತೆ, ದಂತವೈದ್ಯರ ಬಳಿ ಹೋಗಿ ದಿಕ್ಕಾಪಾಲಾಗಿ ಹೋಗಿರುವ ಹಲ್ಲುಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ಹಲ್ಬೇಲಿ ಮೂಲಕ ಬಂಧಿಸಿ ಸುಸ್ಥಿತಿಗೆ ತರುವ ತಂತ್ರಕ್ಕೆ ಮೊರೆ ಹೋಗುವುದುಂಟು.

ಹಲ್ಲುಗಳಿಗೂ ಕೆಲಸವೇನು ಕಡಿಮೆ ಇಲ್ಲ. ಸ್ಪಷ್ಟ ಉಚ್ಚಾರಣೆಗೆ ಇವುಗಳ ಸಹಾಯ ಬೇಕೇಬೇಕು. ಮಿಕ್ಸರ್, ಫುಡ್ ಪ್ರೊಸೆಸರ್ ಅಥವಾ ಗ್ರೈಂಡರ್‌ನಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ಬ್ಲೇಡುಗಳ ಮೂಲಕ ರುಬ್ಬುವುದು, ತರಿಯುವುದು, ಕತ್ತರಿಸುವುದು ಮಾಡುವಂತೆ ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿರುವ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಹಲ್ಲುಗಳೂ ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ಕೆಲಸವನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಂಡಿವೆಯಾದರೂ, ನಕ್ಕಾಗಲೂ ಅವು ನೀಟಾಗಿ ಆಕರ್ಷಕವಾಗಿ ಕಾಣಬೇಕೆಂಬುದು ಮನುಷ್ಯನ ಬಯಕೆ. ಕೆಲವು ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಸರಿ ಇರುವ ಹಲ್ಲುಗಳಿಗಿಂತ, ಸೊಟ್ಟಂಬಟ್ಟ ಇರುವ ಹಲ್ಲುಗಳೇ ಹೆಚ್ಚು ಆಕರ್ಷಕ ಹಾಗೂ ಆರೋಗ್ಯಶಾಲಿ ಎನ್ನುವ ನಂಬಿಕೆ ಇರುವುದರಿಂದ ಹಾಗೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದೂ ಇದೆಯಂತೆ.

ನಮ್ಮ ಜನ ಹಲ್ಲುಗಳ ಅಲಂಕಾರದಲ್ಲಿ ಹಿಂದೆ ಬಿದ್ದಿಲ್ಲ. ಬಂಗಾರದ ಹಲ್ಲು, ಬೆಳ್ಳಿಯ ಹಲ್ಲುಗಳು ಹಳೇ ವಿಷಯ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಮುಂದಿನ ಹಲ್ಲುಗಳಲ್ಲಿ ತೂತು ಕೊರೆಸಿ ಹರಳುಗಳನ್ನು ಫಿಕ್ಸ್ ಮಾಡಿಸುವುದು ಫ್ಯಾಷನ್. ಹಲ್ಲುಗಳಿಗೆ ಬಣ್ಣ ಹೊಡೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂದು ಸದ್ಯ ಸಮಾಧಾನ ಪಡಬೇಕು. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ನೇಲ್ ಪಾಲಿಶ್‌ನಂತೆ ದಿನಕ್ಕೊಂದು ಬಣ್ಣ ಅಥವಾ ಮಿಕ್ಸ್ ಅಂಡ್ ಮ್ಯಾಚ್‌ನಂತೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಹಲ್ಲಿಗೂ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಬಣ್ಣ ಅಥವಾ ಬಣ್ಣಗಳಲ್ಲೇ ವಿವಿಧ ವಿನ್ಯಾಸಗಳು ಹಲ್ಲುಗಳ ಅಲಂಕಾರವಾಗಿಬಿಡುತ್ತಿದ್ದವೋ ಏನೋ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ.

ಹಲ್ಲು ನೋವಿನಂತಹ ನೋವಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದು ಜನಜನಿತ ಮಾತು. ಆದರೆ ಹಿಂದಿನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಹಲ್ಲಿನ ಬಗ್ಗೆ ತಲೆಕೆಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವವರೇ ಇರಲಿಲ್ಲ. ತಿಕ್ಕಿದರೂ ಆಯ್ತು, ತಿಕ್ಕದಿದ್ದರೂ ನಡೆಯುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವ ಅಸಡ್ಡೆ. ಮುಂದೆ ಬರುವ ಹಲ್ಲುಗಳು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬರಲಿ ಎನ್ನುವ ನಂಬಿಕೆಯಲ್ಲಿ, ಹಾಲುಹಲ್ಲುಗಳು ಉದುರಿದ ನಂತರ ಅವುಗಳನ್ನು ಸೆಗಣಿಯಲ್ಲಿ ಉಂಡೆಯಲ್ಲಿಟ್ಟು ಮಾಳಿಗೆ ಮೇಲೆ ಎಸೆಯುತ್ತಿದ್ದರು. ಇದ್ದಿಲೋ, ಬೇವಿನ ಕಡ್ಡಿಯೋ, ಹಲ್ಲು ಪುಡಿಯೋ ಯಾವುದಾದರೂ ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಅಗೆದು, ಉಜ್ಜಿದರೆ ದಂತಮಜ್ಜನದ ಕಾರ್ಯ ಮುಗಿದಂತೆ. ಟೂಥ್‌ಪೇಸ್ಟು ಬ್ರಷ್ಷುಗಳು ಬಂದರೂ ತಮಗಿಷ್ಟ ಬಂದ ರೀತಿಯಲ್ಲೇ ಉಜ್ಜುತ್ತಿದ್ದುದು.

ಉಬ್ಬು ಹಲ್ಲೇ ಇರಲಿ, ವಕ್ರದಂತವೇ ಇರಲಿ ಅವೆಲ್ಲ ಲೆಕ್ಕಕ್ಕೇ ಇಲ್ಲ. ಕೋರೆಹಲ್ಲುಗಳು ಹೊರಚಾಚಿದರೆ ಮುಂದೆ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಎಮ್ಮೆ ಕಟ್ಟುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದುದುಂಟು. ಉದುರಿದರೂ ಬೇಸರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಅದೆಂತಹ ಪ್ರಾಣ ಹಿಂಡುವಂತಹ ಹಲ್ಲು ನೋವಿದ್ದರೂ ದಂತವೈದ್ಯರ ಬಳಿ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದವರು ಕಡಿಮೆ. ಅಲುಗಾಡುತ್ತಿರುವ ಹಲ್ಲುಗಳನ್ನು ಇದ್ದರೆಷ್ಟು ಹೋದರೆಷ್ಟು ಎನ್ನುವ ಉದಾಸೀನತೆಯಿಂದ ಇನ್ನಷ್ಟು ಅಲುಗಾಡಿಸಿ, ತಿರುವಿ, ಸಲೀಸಾಗಿ ಬೇರುಸಮೇತ ಕಿತ್ತೊಗೆಯುತ್ತಿದ್ದರು.

ಹಲ್ಲಿನ ಸೆಟ್ಟು ಅಥವಾ ಹಲ್ಲು ಕಟ್ಟಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮಾತೇ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಒಸಡುಗಳ ಸಹಾಯದಿಂದಲೇ ಗಟ್ಟಿ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸರಾಗವಾಗಿ ಅಗೆದು ನುಂಗುವ ಗಟ್ಟಿಗರೂ ಇದ್ದರು. ಆದರೂ ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಹಲ್ಲು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದವರು ಕಡಿಮೆ ಎಂದೇ ಹೇಳಬೇಕು. ಈಗ ಬಹುತೇಕರು ಹಲ್ಪ್ರಿಯರೇ, ಹಲ್ಲಿನ ಬಗ್ಗೆ ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಳಜಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಬ್ರಶ್ಶಿಂಗು, ಕ್ಲೀನಿಂಗು, ಫ್ಲಾಸಿಂಗು ಎಂದೆಲ್ಲಾ ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಆದರೂ ಮಧ್ಯವಯಸ್ಸಿಗೇ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಸಂಭವ ಹೆಚ್ಚು. ಹೀಗಾಗಿಯೇ ದಂತಭಾಗ್ಯ ಯೋಜನೆಯೂ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ ಸ್ಥಾಪಿತವಾಗಿದೆ. ಚಿಕ್ಕಪುಟ್ಟ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೂ ದಂತವೈದ್ಯರ ಬಳಿ ಓಡುವುದು ಕಾಯಂ ಆಗಿದೆ.

ಬಾಯಿ ತೆಗೆದರೆ, ನಮ್ಮ ರಸ್ತೆಗಳ ಕಾಯಂ ರಿಪೇರಿಯಂತೆ ಒಂದಲ್ಲಾ ಒಂದು ಹಲ್ಲಿನ ರಿಪೇರಿಯಾಗಿರುವುದು ಕಾಣುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ದಂತಕ್ಷಯ, ದಂತಕುಳಿಯಿಂದ ಭಗ್ನಗೊಂಡು ಗಾರೆ, ಸಿಮೆಂಟು ತುಂಬಿಸಿಕೊಂಡ ಹಲ್ಲುಗಳು, ಬೇರು ನಿಷ್ಕ್ರಿಯವಾಗಿ ಟೋಪಿ ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಪೋಸ್ ಕೊಡುವ ಹಲ್ಲುಗಳು, ದಂತ ಸೇತುವೆಯಿಂದ ಬಿಟ್ಟ ಸ್ಥಳ ತುಂಬಿದ ಹಲ್ಲುಗಳು, ಕಸಿಯಾದ ಹಲ್ಲುಗಳು, ಹಳದಿಗಟ್ಟಿರುವ ಹಲ್ಲುಗಳು, ಕರೆಗಟ್ಟಿರುವ ಹಲ್ಲುಗಳು, ಇಡೀ ಹಲ್ಲಿನ ಸೈನ್ಯವೇ ನಿರ್ನಾಮವಾಗಿ, ಕೃತಕ ಹಲ್ಲಿನ ಸೆಟ್ಟೇ ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪಿತವಾದವು, ಹೀಗೆ ಬಗೆಬಗೆಯ ದಂತದರ್ಶನವಾಗುವುದು ಖಚಿತ.

ಇನ್ನು ಈಗ ಬರುವ ಟೂಥ್‌ಪೇಸ್ಟುಗಳಲ್ಲಿ ಉಪ್ಪು, ಹುಳಿ, ಖಾರ, ಸಿಹಿ, ಶುಗರ್‌ಲೆಸ್ ಎಂದು ಹತ್ತಾರು ಬಗೆಯಲ್ಲಿ ಮಾರುಕಟ್ಟೆಗೆ ಲಗ್ಗೆಯಿಟ್ಟಿವೆ. ಟೂಥ್‌ಬ್ರಶ್‌ಗಳ ಕಥೆಯಂತೂ ಹೇಳುವುದೇ ಬೇಡ, ಆ ಬ್ರಿಸಲ್‌ಗಳು ತಲೆಕೂದಲಿಗೆ ಮಾಡುವ ನಾನಾ ನಮೂನೆಯ ಹೇರ್‌ಕಟ್‌ಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ವಿನ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ಸಿಗುತ್ತವೆ. ವಯಸ್ಕರಲ್ಲಿ 32 ಹಲ್ಲುಗಳಿರುತ್ತವೆಯಂತೆ. ಹೆಚ್ಚಿನವರಿಗೆ ಲೆಕ್ಕಕ್ಕೆ ಸಿಗುವುದು 28 ಮಾತ್ರ.

ಇನ್ನು ವಿಸ್ಡಮ್ ಟೀಥ್ ಎನ್ನುವ ಹಲ್ಲುಗಳು ಬುದ್ಧಿವಂತರಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಬರುತ್ತವೆಯೆಂಬ ನಂಬಿಕೆ ಇದೆ. ಅವು ಬರುವಾಗ, ಬಂದಮೇಲೆ ಕೊಡುವ ಕಾಟ ನೋಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ದಡ್ಡರಾಗಿಯೇ ಇರುವುದು ಸುಖವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚು ಜನರ ಕನಸಿನಲ್ಲಿ ಹಲ್ಲುಗಳು ಬಿದ್ದುಹೋಗಿ ಗಾಬರಿಪಡಿಸುವುದು ನಿಜ.

ಚಳಿ ಅತಿಯಾದಾಗ ಹಲ್ಲುಗಳು ಕಟಕಟಗುಟ್ಟುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ. ಹಾಗಂತ ಉತ್ತರ ಕರ್ನಾಟಕದ ಕಡೆ ‘ಹಲ್ಕಟ್’ ಎಂದು ಬೈಯ್ಯುವ ಪದಕ್ಕೂ ಇದಕ್ಕೂ ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲ ಬಿಡಿ. ಎದುರಾಳಿಗೆ ಕೋಪ ಬಂದಾಗ ‘ಹಲ್ಲುದುರಿಸುತ್ತೇನೆ’ ಎಂದು ರೋಫ್ ಹಾಕುವುದು ಉಂಟು. ಈ ದ್ವೇಷದ ಪರಿಣಾಮದಿಂದ ಕೆಲವರು ರಾತ್ರಿಯ ಗಾಢನಿದ್ರೆಯಲ್ಲೂ ಹಲ್ಲುಗಳನ್ನು ಕರಕರ ಎಂದು ಮಸೆಯುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಹಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಕಡಲೆ ಇಲ್ಲ, ಕಡಲೆ ಇದ್ದಾಗ ಹಲ್ಲಿಲ್ಲ ಎಂಬಂತೆ, ಹಲ್ಲುಗಟ್ಟಿ ಇರುವಾಗ ತಿನ್ನದೆ, ಹಲ್ಲುಗಳು ಉದುರುವ ಅಥವಾ ಅಲ್ಲಾಡುವ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ತಿನ್ನುವುದಕ್ಕಾಗದೆ ಒದ್ದಾಡುವವರೇ ಹೆಚ್ಚು.

ಹಾಲ್ಬಿಳುಪಿನ ಮೈಬಣ್ಣದ ಹೆಣ್ಣನ್ನು ‘ದಂತದ ಗೊಂಬೆ’ ಎಂದು ವರ್ಣಿಸುವುದಿದೆ. ಅದು ಮನುಷ್ಯನದಲ್ಲ, ಆನೆಯ ದಂತ ಎಂದು ಬಿಡಿಸಿ ಹೇಳಬೇಕಿಲ್ಲ. ತಮಿಳುನಾಡಿನ ಮಹಿಳೆಯೊಬ್ಬಳಿಗೆ 38 ಹಲ್ಲುಗಳಿದ್ದು ದಾಖಲೆಯಾಗಿದೆಯಂತೆ. 28 ಹಲ್ಲುಗಳನ್ನಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಬಾಯಿ ಮುಚ್ಚುವುದೇ ಕಷ್ಟ ಇರುವಾಗ, ಆಕೆಯ ಸ್ಥಿತಿ ಹೇಗಿರಬಹುದು!. ಆದರೂ ಐದಾರು ಹಲ್ಲುಗಳ ಬೋನಸ್ ಸಿಕ್ಕಿರುವುದು ಗ್ರೇಟ್. ಇನ್ನು ಎಮ್ಮೆಗಳ ಹಲ್ಲನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ ಅದರ ವಯಸ್ಸು ಅಂದಾಜಿಸುತ್ತಾರಂತೆ. ‘ಧರ್ಮಕ್ಕೆ ಎಮ್ಮೆ ಕೊಟ್ಟರೆ ಹಲ್ಲು ಹಿಡಿದು ನೋಡಿದರಂತೆ’ ಎನ್ನುವ ನಾಣ್ಣುಡಿ ಸುಮ್ಮನೆ ಬಂದಿದ್ದಲ್ಲ. ಹಾಗೆಯೇ ಹಲ್ಲಿನ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಮನುಷ್ಯನ ಇತರ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಮುನ್ನುಡಿಯಂತೆ. ಹಾಗಾಗಿ ವೈದ್ಯರು ಬಾಯಿಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಸಬೇಡಿ ಎಂದು ನಾನಾ ಮಾಧ್ಯಮದ ಮೂಲಕ ಬಾಯಿ ಬಾಯಿ ಬಡಿದುಕೊಂಡರೂ ಅದು ಕೆಲವರಿಗೆ ಯಾವಾಗ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆಯೋ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ. ಗೊತ್ತಾಗುವ ಹೊತ್ತಿಗೆ ದಂತಗಳೆಲ್ಲ ಒಸಡುಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಹೋರಾಟಕ್ಕಿಳಿದಿರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚು. ಹಾಗಾಗಿ ಧಾವಂತದ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ, ದಂತಗಳಿಗೂ ಮಾನ್ಯತೆ ನೀಡುತ್ತ, ಸಹಜ ದಂತಪಂಕ್ತಿಯ ನಗು ಎಲ್ಲರದಾಗಿರಲಿ ಎಂದು ಹಾರೈಸೋಣವೇ? ■