



ಜತೆಗೆ ಬದಲಾಗುವ ಮೈಮಾಟ, ಕೊಬ್ಬಿಲ್ಲದ ಜೋತುಬೀಳುವ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಚರ್ಮ, ಆ ಚರ್ಮವನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿಹಾಕಲು ಬೇಕಾಗುವ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಸರ್ಜರಿಗಳು, ಹೊಸದೇಹಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವ ಮನಸ್ಸಿತಿ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ನಿಭಾಯಿಸಲು ಬೇಕಾದ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಎಲ್ಲವೂ ಇರಬೇಕು.

ಯಾರಿಗೆ ಉಪಯುಕ್ತ?

BMI ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಬೊಜ್ಜಿನಂಶದ ಮಾಪಕ 40ಕ್ಕಿಂತ ಜಾಸ್ತಿ ಇದ್ದಾಗ, ಅರ್ಥವಾಗುವ ಹಾಗೆ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ - ನಿಮ್ಮ ಎತ್ತರ 5 ಅಡಿ 8 ಅಂಗುಲ ಇದ್ದು, ನಿಮ್ಮ ತೂಕ 122 ಕಿಲೋ ಇದ್ದರೆ ನಿಮಗೆ ಬೇರೇನೇ ಬೊಜ್ಜಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿತ ಕಾಯಿಲೆ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಇಂಥ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿಗೆ ಅರ್ಹರಾಗುತ್ತೀರಿ.

BMI 35ರಿಂದ 39.9 ಇದ್ದು ನಿಮಗೆ ಮಧುಮೇಹ, ತೀವ್ರ ನಿದ್ರಾಸ್ಥಸ್ಥ ಉಸಿರಾಟ (Sleep disordered breathing), ರಕ್ತದೊತ್ತಡ, ಹೃದಯರೋಗ ಇದ್ದಲ್ಲಿ ನಿವು ಇಂಥ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

30ರಿಂದ 34 ಇದ್ದಲ್ಲಿ ಕೆಲಬಗೆಯ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಅರ್ಹರಾಗುತ್ತೀರಿ.

ಬೊಜ್ಜು ಕರಗಿಸುವ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಅಲ್ಲ. ಈ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಮಾಡುವ ಪರಿಣತರು ನಿಮಗೆ ಅತಿಯಾದ ಬೊಜ್ಜಿದ್ದರೂ ನಿವು ಇಂಥ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಯೋಗ್ಯರೇ ಎಂದು ಕೆಲವೊಂದು ಪೂರ್ವಭಾವಿ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತಾರೆ. ನಿಮ್ಮ ಜೀವನಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಶಾಶ್ವತ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಿದ್ಧರಾಗಿರಬೇಕು. ಈ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿಂದ ಅಡ್ಡ ಮತ್ತು ದುಷ್ಟರಿಣಾಮ ಆಗುವ ಸಂಭವವಿರುವುದರಿಂದ ಆಹಾರ,

ವ್ಯಾಯಾಮ ಮತ್ತು ದೀರ್ಘಾವಧಿ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸುಪರ್ದಿನಲ್ಲಿರಬೇಕಾದುದು ಅವಶ್ಯ.

ಅಪಾಯಗಳೂ ಕಮ್ಮಿಯೇನಿಲ್ಲ

ಯಾವುದೇ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯಂತೆ ಈ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳೂ ಕೂಡ ತೊಂದರೆ, ಅಪಾಯ, ಅನನುಕೂಲಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತವಲ್ಲ.

ಉದಾಹರಣೆಗೆ ರಕ್ತಸ್ರಾವ, ನಂಜು, ಅರಿವಳಿಕೆ ಮಧ್ಯುಗಗಳ ದುಷ್ಟರಿಣಾಮಗಳು, ರಕ್ತ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟುವಿಕೆ, ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ, ಜೀರ್ಣಾಂಗನಾಳದಲ್ಲಿ ಸೋರಿಕೆ ಮುಂತಾದ ತೊಂದರೆಗಳು ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ನಂತರದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಈ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳ ದೀರ್ಘಾವಧಿ ಅಡ್ಡಪರಿಣಾಮಗಳಲ್ಲಿ ಬೇಧಿ, ತಲೆಸುತ್ತು, ಸಂಕಟ, ವಾಂತಿ ಇವು ಮುಖ್ಯವಾದವು. ಜೀರ್ಣಾಂಗವ್ಯೂಹದ ಕೆಲಭಾಗದ ರಚನೆಯೇ ಏರುಪೇರಾಗುವುದರಿಂದ ತಿಂದದ್ದು ಜಠರದಲ್ಲಿ ಇರಬೇಕಾದಷ್ಟು ಹೊತ್ತು ಇರದೇ ನೇರವಾಗಿ ಸಣ್ಣಕರುಳಿಗೇ ಹೋಗುವುದರಿಂದ ಕಿಣ್ಣುಗಳು, ಹಾರ್ಮೋನುಗಳ ಏರಿಳಿತದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚುಕಮ್ಮಿಯಾಗಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಹುಣ್ಣು, ಪಿತ್ತಕೋಶದಲ್ಲಿ ಹರಳುಗಳು, ಅಪೌಷ್ಟಿಕತೆ ಮುಂತಾದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಕೂಡ ಸಂಭವಿಸಬಹುದು.

ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ನಂತರ, ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಜಠರದ ಬಾಯಿಗೆ ಸಿಲಿಕಾನ್ ಬ್ಯಾಂಡುಗಳನ್ನು ಹಾಕುವುದರಿಂದ ತಿನ್ನುವ ಆಹಾರವನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಜಗಿದು ಜಗಿದು ಅಥವಾ ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ತುತ್ತು ಅಥವಾ ಉಂಡೆಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ ತಿನ್ನಬೇಕು (ಕೆಲ ಸಮಯವಾದರೂ). ಹೀಗೆ ತಿನ್ನದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಈ ಊಟದಿಂದ ಅಥವಾ ತುತ್ತುಗಳು ಅನ್ನನಾಳದಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಹಾಕಿಕೊಂಡು ಅದರ ಪರಿಹಾರಕ್ಕಾಗಿ

ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿ ಬರಬಹುದು. ಹಾಗಾಗಿ ತಿಂದಾದ ಮೇಲೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಅಡ್ಡಪರಿಣಾಮಗಳಿಗೆ ಹೆದರಿ ತಿನ್ನುವುದನ್ನೇ ಬಿಟ್ಟುಬಿಡುವುದು ಅಥವಾ ಆಹಾರದ ಜತೆಗೆ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಋಣಾತ್ಮಕ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಈ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳ ನಂತರ ಏನು ಬೇಕಾದರೂ ತಿನ್ನಬಹುದು ಎಂದು ಪರಿಣತರು ಹೇಳಿದರೂ ತಿಂದರೆ ಏನಾದರೂ ತೊಂದರೆ ಆಗುತ್ತದೆಯೋ ಎಂಬ ಹೆದರಿಕೆಯಿಂದ ಮನುಷ್ಯ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಖಿನ್ನತೆಯಿಂದ ಬಳಲಬಹುದು.

ತಯಾರಿ ಹೇಗೆ?

ಬೇರೆ ಬೇರೆ ರೀತಿಯ ಬೊಜ್ಜು ಕರಗಿಸುವ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿರುವುದರಿಂದ, ನಿಮಗೆಂತಹ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ ಆಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದರ ಮೇಲೆ ನಿಮಗೆ ಬೇಕಾಗುವ ಪೂರ್ವಭಾವಿ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ನಿರ್ಧರಿತವಾಗುತ್ತವೆ. ಉಣ್ಣುವ ಊಟ, ಕುಡಿಯುವ ಪಾನೀಯಗಳ ಮೇಲೆ ನಿಗಾ ಇರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಯಾವುದೇ ರೂಪದ ತಂಬಾಕು ವಜ್ರ ಮತ್ತು ನಿಯಮಿತವಾದ ವ್ಯಾಯಾಮ ಅಗತ್ಯ.

ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ವಿಧಗಳು

ಸ್ಥೂಲವಾಗಿ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ, ಬೊಜ್ಜು ಕರಗಿಸುವ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಲ್ಲಿ ಮೂರು ವಿಧಗಳಿವೆ. ಜಠರವನ್ನು ಬೈಪಾಸ್ ಮಾಡುವ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ (Gastric bypass surgery): ಇಲ್ಲಿ ಜಠರದ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಭಾಗವನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿ ಬೇರೆ ಮಾಡಿ, ಅದನ್ನು ಉಳಿದ ಜಠರದಿಂದ ಬೇರ್ಪಡಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಜಠರದ ಸಣ್ಣ ಭಾಗವನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಸಣ್ಣ ಕರುಳಿಗೆ ಜೋಡಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.