



# ಬದುಕು ಕಹಿ ಆಗಿಸುವ 'ಸಿಹಿ' ಕಾಯಿಲೆ

ಡಯಾಬಿಟಿಸ್ ಗುಣಪಡಿಸಲಾಗದ ರೋಗ ಎಂಬ ಆತಂಕ ಬೇಕಿಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಎದುರಿಸಿ ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯಬೇಕು. ಮಧುಮೇಹ ಉಂಟಾದ ಕಾರಣವನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಿದರೆ ಗುಣಮುಖರಾಗುವುದು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ.

■ ಡಾ.ಬಿ.ಟಿ. ರುದ್ರೇಶ್

ಜನಸಾಮಾನ್ಯರ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಶುಗರ್ ಅಥವಾ ಸಕ್ಕರೆ ಕಾಯಿಲೆ ಎಂದು ಪರಿಚಿತವಾಗಿರುವ ಮಧುಮೇಹ ಒಂದು ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಸಿರಿವಂತರ ಕಾಯಿಲೆ ಎಂದೇ ಕರೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿತ್ತು. ಆದರೀಗ ಅದು ಯಾವುದೇ ತಾರತಮ್ಯ ಮಾಡದೇ ಯಾವುದೇ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಶುರುವಾಗಿ ವರ್ಷಗಳೇ ಕಳೆದಿವೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಮಕ್ಕಳು, ವೃದ್ಧರು, ಸಿರಿವಂತರು, ಬಡವರು ಎನ್ನುವ ಯಾವುದೇ ಭೇದವಿಲ್ಲ. ಯಾರಲ್ಲಿ ಬೇಕಾದರೂ, ಯಾವಾಗ ಬೇಕಾದರೂ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಗ್ಲೂಕೋಸ್ ಅಥವಾ ಸಕ್ಕರೆ ಅಂಶ ಹೆಚ್ಚಾದ ಕಾರಣ ಇದು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಎಂದು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಜಗತ್ತು ಹೇಳಿಕೊಂಡೇ ಬಂದಿದೆ. ಇದನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿಡಬಹುದೇ ಹೊರತು ಸಂಪೂರ್ಣ ವಾಸಿಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದೇ ಹೇಳಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಡಯಾಬಿಟಿಸ್ ಮೆಲಿಟಸ್ ಮತ್ತು ಡಯಾಬಿಟಿಸ್ ಇನ್ಸಿಡಿಯಸ್ ಎಂಬ ಎರಡು ವಿಧಗಳಿದ್ದು ಡಯಾಬಿಟಿಸ್ ಎಂದಾಕ್ಷಣ ಮೆಲಿಟಿಸ್ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲಾಗುತ್ತದೆ.

ವಿಪರೀತ ಬಾಯಾರಿಕೆ, ಅತಿ ಹಸಿವು, ಬಹುಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆಯಿಂದಾಗಿ ರಾತ್ರಿ ಹೊತ್ತು ಏಳುವುದು, ತೂಕ ಗಣನೀಯವಾಗಿ ಇಳಿದು ದೇಹ ಕೃಶಗೊಳ್ಳುವುದು, ಗಾಯಗಳು ಬೇಗನೆ ಒಣಗದಿರುವುದು, ಲೈಂಗಿಕ ಶಕ್ತಿ ಕುಗ್ಗುವಿಕೆ, ಜನನಾಂಗಗಳ ಬಳಿ ಕಡಿತ ಇವೇ ಮೊದಲಾದ ಲಕ್ಷಣಗಳ ಜತೆ ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಗ್ಲೂಕೋಸ್ ಅಂಶ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದ್ದಾಗ ಅದನ್ನು ಡಯಾಬಿಟಿಸ್ ಎಂದು ಗುರುತಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಯಾವುದೇ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಬಾರದೇ

ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಗ್ಲೂಕೋಸ್ ಅಂಶ ಮಾತ್ರ ಮಿತಿ ಮೀರಿರುವ ಪ್ರಕರಣಗಳೂ ಇವೆ. ಇಂಥವರನ್ನು ನಿಗೂಢ ಮಧುಮೇಹಿಗಳೆಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಇಂಥ ಪ್ರಕರಣಗಳಲ್ಲಿ ಮಧುಮೇಹ ಇರುವುದನ್ನು ಜಿ.ಟಿ.ಟಿ.(glucose tolerance test) ಪರೀಕ್ಷೆಯಿಂದ ದೃಢಪಡಿಸುವುದು ಸಾಧ್ಯ. ಆದರೆ ಸೂಜಿ ಚುಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಭಯದಿಂದಲೇ ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಆಗುವ ಬದಲಾವಣೆಗಳಿಂದಾಗಿ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯ ವರದಿ ಏರುಪೇರಾಗುವುದು ಉಂಟು. ಈ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ವರದಿಯ ಅಂಶಗಳನ್ನು ನೋಡಿ ಮಧುಮೇಹ ಹೌದೇ ಅಲ್ಲವೇ ಎಂಬುದನ್ನು ತಜ್ಞ ವೈದ್ಯರು ಮಾತ್ರ ಹೇಳಬಲ್ಲರು. ಡಯಾಬಿಟಿಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಆಶ್ಚರ್ಯ ಮತ್ತು ಇನ್ನೂ ಅನಾಶ್ಚರ್ಯ ಎಂಬ ಎರಡು ವರ್ಗಗಳಿವೆ. ಇದು ಎಲ್ಲೆಡೆ ಗಂಡಸರಲ್ಲೇ ಅಧಿಕವಾಗಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದರೂ ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಮಾತ್ರ ಪತ್ತೆಯಾಗಿಲ್ಲ. ಮಧ್ಯ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಗರ್ಭಿಣಿಯರಾದ ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲೂ ಇದು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಮಧುಮೇಹವನ್ನು ಒಂದು ವ್ಯಾಧಿ ಎನ್ನುವುದಕ್ಕಿಂತ ಬಲಹೀನತೆ ಅಥವಾ ಅಸಮರ್ಥತೆ ಎನ್ನುವುದು ಹೆಚ್ಚು ಸಮಂಜಸ. ಇದು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷವಾಗಿ ತೊಂದರೆ ಕೊಡುವುದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಪರೋಕ್ಷವಾಗಿ ಅಪಾಯಕಾರಿಯಾಗಿದೆ. ಮಧುಮೇಹ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡ ನಂತರ ಅದನ್ನು ಒಂದೊಂದಾಗಿ ಅಥವಾ ಒಟ್ಟಾಗಿ ಹಿಂಬಾಲಿಸುವ ಕಾಯಿಲೆಗಳೇ ಇವೆ. ಮೊದಲಿಗೆ ನಿಶ್ಯಕ್ತಿ, ನೀರು ಲವಣಾಂಶಗಳ ಕೊರತೆ, ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾರಾಮೈತೆ ಹೆಚ್ಚಳ, ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ಬಾರದ ಯಾವುದೇ ಸೋಂಕು, ಕೊನೆಗೆ ಮಂಪರು ಬಂದು 'ಡಯಾಬಿಟಿಸ್ ಕೋಮಾ' ವರೆಗೂ ಕೊಂಡೊಯ್ಯಬಲ್ಲದು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಧಮನಿಗಳ ಒಳಗೊಂಡ ದಪ್ಪವಾಗಿ ರಕ್ತಸಂಚಾರಕ್ಕೆ ಅಡ್ಡಿಯುಂಟಾಗುವುದರಿಂದ ಗ್ಯಾಂಗ್ಲಿನ್ ಆಗಿ ಆ ಭಾಗವನ್ನು ಕತ್ತರಿಸುವ ಸಂದರ್ಭವೂ ಬರಬಹುದು. ಇಂಥ ತೊಂದರೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಾಲುಗಳಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಮಧುಮೇಹಿಗಳು

ಕಾಲುಗಳನ್ನು ಗಾಯವಾಗದಂತೆ ಜೋಪಾನವಾಗಿ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಮುಖದಷ್ಟೇ ಕಾಲುಗಳನ್ನೂ ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ದೇಹದಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಸ್ವಾಭಾವಿಕ ಕೊರತೆ ಡಯಾಬಿಟಿಸ್ ಕಾರಣ ಎನ್ನಲಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾದರೆ ಇನ್ನೂ ಕೊರತೆ ಯಾಕಾಯಿತು ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಇನ್ನೂ ಉತ್ತರ ಸಿಕ್ಕಿಲ್ಲ.

