



ಡಾ.ವಿನೋದ ಭೆಬ್ಬಿ

ಸಾಯುವವರಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ
ಬೇಗ ಕೊಡಿಸಿದ್ದರೆ
ಬದುಕಬಹುದಿತ್ತೇನೋ
ಎನ್ನುವುದು ಎಷ್ಟು ಸತ್ಯ?

326: ಹೊಸ ದಾರಿ - 66

ಸಾವಿನ ಬಗೆಗೆ ಬರೆಯುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಹಲವರು ನನ್ನನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸುತ್ತ, ಆತ್ಮೀಯರನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡು ಖಾಲಿಯಾದ ಅಂತರಂಗವನ್ನು ತೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅಂಥವರ ಕಥೆಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.

ಇವರು ಮಧ್ಯವಯಸ್ಸಿನ ಮಹಿಳೆ. ದಾಂಪತ್ಯದಲ್ಲಿ ಅನ್ಯೋನ್ಯತೆ ಹೊಂದಿದ್ದರು. ಪತಿಗೆ ಮಧುಮೇಹ, ಅಜೀರ್ಣದಿಂದ ಆಗಾಗ ಎದೆನೋವು ಬಂದು ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ಸರಿಹೋಗುತ್ತಿತ್ತು. ಅದೊಂದು ದಿನ ನೋವು ಬಂದಾಗ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಭೇಟಿಗೆ ಒತ್ತಾಯಿಸಿದರೆ ಪತಿ ಅಲಕ್ಷಿಸಿದರು. ಮರುದಿನ ಕರೆದೊಯ್ಯಲಾಗಿ ಹೃದಯದ ರಕ್ತನಾಳಗಳು ಶೇ. 90 ರಷ್ಟು ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡಿವೆಯೆಂದು ಸ್ಟೆಂಟ್ ಹಾಕಲಾಯಿತು. ಒಂದುವಾರಕ್ಕೆ ಚೇತರಿಸಿಕೊಂಡರು. ಮರುದಿನ ಐ.ಸಿ.ಸಿ.ಯಲ್ಲಿ ಇನ್ನೊಂದು ಹೃದಯಾಘಾತವಾಗಿ ಹೊರಟೇ ಹೋದರು. ತೀವ್ರ ದುಃಖ, ಒಂಟಿತನ ಕಾಡುತ್ತಿದೆ.

ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ಕತೆಯಂತೂ ಹೃದಯ ವಿಧ್ರಾವಕವಾಗಿದೆ. ಕೋವಿಡ್‌ನಿಂದ ತಂದೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡ ಒಂದು ವಾರಕ್ಕೆ ತಾಯಿಯನ್ನೂ ಕಳೆದುಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಗಂಭೀರವಾಗಿದ್ದ ತಾಯಿಯನ್ನು ಕರೆದೊಯ್ಯಲು ಅಂಬುಲೆನ್ಸ್ ಎರಡು ಗಂಟೆ ತಡಮಾಡಿದ್ದಕ್ಕೆ ತೀವ್ರ ಅಸಮಾಧಾನವಿದೆ. ಒಂದೇ ವಾರದಲ್ಲಿ ಎರಡು ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ಸಾವುಗಳನ್ನು ಅರಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗದೆ ಮನಸ್ಸು ಮರಗಟ್ಟಿದೆ.

ಕಳೆದುಕೊಂಡವರ ಕತೆ: ಆತ್ಮೀಯರ ಅಗಲಿಕೆಯ ಪರಿಣಾಮ ನಾಲ್ಕು ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಆಗುತ್ತದೆ:

1) ಆಘಾತ - ದಿಙ್ಗೂಡತೆ: ಸಾವಿನ ನಂತರ ಮುಂಚಿನ ಸತ್ಯ ಬುಡಮೇಲಾಗಿ ಹೊಸ ಸತ್ಯ ಹುಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ನಿನ್ನೆ ಇದ್ದ ವ್ಯಕ್ತಿ ಇವೊತ್ತಿಲ್ಲ! ವಾಸ್ತವವನ್ನು ಒಪ್ಪಲು ಮನಸ್ಸು ನಿರಾಕರಿಸುತ್ತದೆ. ಭಾವನೆಗಳು ಮರಗಟ್ಟುತ್ತವೆ. ಏನಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯದೆ ದಿಙ್ಗೂಡತೆ ಆವರಿಸುತ್ತದೆ. ವಾಸ್ತವವನ್ನು ಒಮ್ಮೆಲೇ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡರೆ ಆಗುವ 'ಒಳಕುಸಿತ'ದಿಂದ (implosion) ಮುಖ್ಯಾಂಗಗಳು ಕಾರ್ಯ ನಿಲ್ಲಿಸುವ ಸಂಭವವಿದೆ (ಐದು ವರ್ಷ ಕಾಯ್ದು ಮಗುವಾದಾಗ ಸಂಭ್ರಮಿಸಿದವಳಿಗೆ ಅದು ನಿರ್ಜೀವವಾಗಿತ್ತು ಎನ್ನುವುದು ಎರಡು ದಿನಗಳ ನಂತರ ಬಯಲಿಗೆ ಬಂದಾಗ ತೀವ್ರ ಖಿನ್ನತೆ ಆಕ್ರಮಿಸಿ ಮೂರೇ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ತೀರಿಕೊಂಡಿದ್ದಿದೆ). ಹಾಗಾಗಿ ಆಘಾತವನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪಸ್ವಲ್ಪವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯೇ ನಂಬದಿರುವಿಕೆ (denial). ಹೋದವರು ಇಲ್ಲೇ ಇದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಭ್ರಮೆಯಾಗುವುದು ಅತ್ಯಂತ ಸಾಮಾನ್ಯ. ಅಮ್ಮನಿಗೆ ಇನ್ನಲಿನ್ ಕೊಡುವ ಸಮಯವಾಯಿತು ಎಂದು ಥಟ್ಟನೆ ಎದ್ದಾಗ ಅವಳಿಲ್ಲ ಎಂದು ಒಬ್ಬನಿಗೆ ಅರಿವಾದರೆ, ತೀರಿಕೊಂಡವರ ಪಾಲಿನ ಅಡುಗೆಯನ್ನೂ ಮಾಡಲು ಒಬ್ಬಳು ಹೊರಟಿದ್ದಿದೆ. ನಂತರ ವಾಸ್ತವದ ಅಲೆ ಮನಮುಟ್ಟಿ, ಕುಸಿಯುವಂತಾಗಿ ಭಾವನೆಗಳು ಭೋರ್ಗರೆಯುತ್ತವೆ. ಅಂತರ್ಮಮಥನ ಹಾಗೂ ಸಂಭವಿಸಿದ್ದುದರ ಅರ್ಥೈಸುವಿಕೆ ಇಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಶಾರೀರಿಕವಾಗಿ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ, ಹಸಿವು ನಿರ್ದಿ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು, ಎದೆಯಲ್ಲಿ ಸಂಕಟ, ನಿಟ್ಟುಸಿರು, ನಿಶ್ಚಿತ್ತಿ, ಕಲಿತ ಕೌಶಲ್ಯಗಳ (ಉದಾ. ಡ್ರೈವಿಂಗ್, ಅಡುಗೆ) ಮರೆವು ಇತ್ಯಾದಿ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತವೆ. ಸತ್ತವರ ಕಾಯಿಲೆಯ ಲಕ್ಷಣಗಳು ದುಃಖಾರ್ತಲ್ಲೂ ಕಾಣಬಹುದು.

2) ಹಂಬಲ - ಹುಡುಕಾಟ: ಸತ್ತವರನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡುದರ ಬಗೆಗೆ ವಿಲಾಪ, ಹೋದವರನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಕೊಡಲಾಗದೆ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ನೆನಪಿಗೆ ತಂದುಕೊಳ್ಳುವುದು

ತೀರಿಕೊಂಡವರ ಭಾವಚಿತ್ರಕ್ಕೆ, ಹಾಗೂ ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದ ಸಾಧನಗಳಿಗೆ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳುತ್ತ ಅವರ ಗುಂಗಿನಲ್ಲಿ ಬದುಕುವುದು (ಉದಾ. 'ಈ ತಿಂಡಿ ಅಂದರೆ ಅವರಿಗೆ ತುಂಬ ಇಷ್ಟ!' ಎಂದು ಅದನ್ನು ಮಾಡಿದಾಗಲೆಲ್ಲ ಕಣ್ಣೀರು ಹಾಕುವುದು), ಸತ್ತವರ ನೆನಪನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಕೊಡಲು ಮನಸ್ಸು ಬರದಿರುವುದು ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಕಾಣುತ್ತವೆ. ಇಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸು ಖಿನ್ನತೆ, ವ್ಯಗ್ರತೆಯಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತದೆ.

3) ಸಂಕಟ - ಅಸ್ತವ್ಯಸ್ತತೆ: ಸಾವಿನ ಬಗೆಗೆ ಒಳಗಿರುವ ಭಯವನ್ನು ಸಿಟ್ಟು, ಅಸಮಾಧಾನದ ಮೂಲಕ ಹೊರಹಾಕುತ್ತೇವೆ. (ಅಪಘಾತಕ್ಕೆ ಈಡಾಗಲಿರುವ ಮಗುವನ್ನು ಈಚೆಗೆಳೆದು ಏಟು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದು ನೆನಪಿದೆಯೇ?) ಕೊನೆಯ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದ/ ಮಾಡದಿರುವುದರ ಬಗೆಗೆ ತಪ್ಪಿತಸ್ಥ ಭಾವ ಹೊಂದುತ್ತೇವೆ (ಉದಾ. ಬೇಗ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಸೇರಿಸಿದ್ದರೆ ಉಳಿಯಬಹುದಿತ್ತೇನೋ?). ನೂರಂಟು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು (ಯಾಕೆ ಹೀಗಾಯಿತು? ಅದೂ ನನಗೇ?) ಹಾಗೂ ಸಂದೇಹಗಳಿಂದ (ಅವರು ಬಿಟ್ಟು ಹೋಣೆಗಳನ್ನು ನಾನು ಹೊತ್ತುಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲೆನೇ?) ಗೊತ್ತುಗುರಿ ಇಲ್ಲದಂತಾಗಿ ಗಜಿಬಿಜಿ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ನೋವನ್ನು ಸಂಸ್ಕರಿಸಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಏಕಾಂತ ಬಯಸುತ್ತೇವೆ. ಹೋದವರು ಮರಳದಿರುವುದು ಮನವರಿಕೆಯಾಗುತ್ತ ಬಂದಂತೆ ಅವರಿಲ್ಲದೆ ಬದುಕಲು ಕಠಿಣವೆನಿದರೂ ಸನ್ನದ್ಧರಾಗುತ್ತೇವೆ, ಆದರೆ ದಿಕ್ಕು ತೋರುತ್ತಿಲ್ಲ.

4) ಪುನರ್ವ್ಯವಸ್ಥೆ - ಚೇತರಿಕೆ: ಬದುಕಿಗೆ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳಲು ಅಲ್ಲಲ್ಲಿ ಸಂದೇಶ ಬರುತ್ತ (ಉದಾ. ಮಕ್ಕಳು) ಆಸೆ ಚಿಗುತುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸೂ ಭಾವನೆಗಳೂ ಕ್ರಮೇಣ ಹಿಡಿತಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತವೆ. ದುಃಖ, ವಿರಹ, ಕೊರತೆ, ಸಾಂಗತ್ಯದ ಹಂಬಲ ಜೀವಂತವಾಗಿ ಇದ್ದರೂ ಬದಲಾದ ವಾತಾವರಣಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಲು ಹವಣಿಸುತ್ತೇವೆ. ಇತರರ ನೆರವನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸುತ್ತೇವೆ. ಹಳೆತಪ್ಪಿದ ಬದುಕಿನ ರೈಲನ್ನು ಹಳಿಯ ಮೇಲೆ ತಂದಿರಿಸಿ ಮುಂದೆ ಸಾಗಲು ಅಣಿಯಾಗುತ್ತೇವೆ.

ಕೆಲವರು ಈ ಹಂತಗಳನ್ನು ದಾಟಿ ಪುನಶ್ಚೇತನ ಹೊಂದುತ್ತ, ಮರಣದಿಂದ ಮಾಗುತ್ತಾರೆ. ಇನ್ನು ಕೆಲವರು ಉತ್ತರ ಸಿಗದೆ ಅಲ್ಲೇ ನಿಂತುಬಿಡುತ್ತಾರೆ. ಹೊರಬದುಕು ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದರೂ ಮನದೊಳಗೆ ಮುಗಿಯದ ವ್ಯಾಪಾರ ಗಿರಕಿ ಹೊಡೆಯುತ್ತ ಇರುತ್ತದೆ. ಇಂಥವರು ನನ್ನೊಡನೆ ಹಂಚಿಕೊಂಡ ಮನೋವ್ಯಾಪಾರಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ನನಗನಿಸಿದ್ದನ್ನು ಮುಂದಿಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನೆನಪಿಡಿ: ಇವು ನಿಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಪರಿಹಾರವಲ್ಲ. ಅಸ್ತವ್ಯಸ್ತತೆಯಲ್ಲಿ ಅರ್ಥ ಕಾಣುವತ್ತ ನೀವಿಟ್ಟ ಹೆಜ್ಜೆಯ ಜೊತೆಗೆ ನಾನೂ ಹೆಜ್ಜೆ ಇಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆಷ್ಟೆ:

ಅನಿಸಿಕೆ: ಬೇಗ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕೊಡಿಸಿದ್ದರೆ ಬದುಕುತ್ತಿದ್ದರೇನೋ?

ವಾಸ್ತವ: ಸೂಕ್ತ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಸಾಯುವವರನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂಬ ನಂಬಿಕೆ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕವಾಗಿದೆ. ಸಾಕಷ್ಟು ವರ್ಷ ವೈದ್ಯವೃತ್ತಿಯಲ್ಲಿದ್ದ ನನಗೆ ಅನಿಸಿದ್ದು ಇದು: ಕೆಲವೊಂದು ಅಪಘಾತ ಹಾಗೂ ಆಕಸ್ಮಿಕಗಳ ಹೊರತಾಗಿ ಇದು ಸಾಧ್ಯವಲ್ಲ. ವಯಸ್ಸಿನಿಂದ ಹಾಗೂ ಅನಾರೋಗ್ಯದಿಂದ ಶರೀರದ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆ ಇಳಿಮುಖವಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗಾಗುವ ಚಿಕ್ಕ ಕಾಯಿಲೆಯ ಪರಿಣಾಮವೂ ಭೀಕರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. (ಉದಾ. ದುರ್ಬಲ ಶ್ವಾಸಕೋಶಗಳು ಇರುವವರಿಗೆ ಕೋವಿಡ್ ಹೆಚ್ಚು ಅಪಾಯಕಾರಿ.) ಹಾಗೆ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ, ವೈದ್ಯಕೀಯ ನೆರವು ನಿಮ್ಮ ಸಾವನ್ನು ಮುಂದೂಡುವುದಿಲ್ಲ; ಸಾಯುವ ತನಕ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೆಮ್ಮದಿಯಿಂದ ಇರಲು ಅನುಕೂಲ ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆಷ್ಟೆ. ನಿಮ್ಮ ಸಾವು ಯಾವಾಗ ಸಂಭವಿಸಬೇಕು ಎಂದಿದೆಯೋ ಆಗಲೇ ಸಾಯುತ್ತೀರಿ. ಇಪ್ಪತ್ತೈದರ ಓಟಗಾರ ಹೃದಯಾಘಾತವಾಗಿ ಸಾಯುವುದು ಹೇಗೆ ಸಾಧ್ಯ, ಹಾಗೂ (ಮೇಲಿನ ದೃಷ್ಟಾಂತದಲ್ಲಿ) ಹೃದಯಕ್ಕೆ ರಕ್ತದ ಪೂರೈಕೆಯಲ್ಲಿ ಶೇ. 90%ರಷ್ಟು ಕೊರತೆಯಿದ್ದು ಇಳಿವಯಸ್ಸಾದರೂ ಸಾಯದಿರಲು ಹೇಗೆ ಸಾಧ್ಯ ಎಂದು ತೋಗಿಸಿ ನೋಡಿದರೆ ನಮಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲದ ತತ್ವವೊಂದು ಇಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಕೆಲವರು ಋಣಾನುಬಂಧ, ಹಣಬರಹ ಎಂದೂ ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನಾನು ನೋಡಿದ ಅವಳಿಗಳಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬನು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ, ನಿರೋಗಿಯಾಗಿದ್ದು 83ರಲ್ಲಿ ಹೃದಯಾಘಾತವಾಗಿ ಸತ್ತ. ಅವನ ಅವಳಿ ಸೋದರ ಧೂಮ-ಮದ್ಯಪಾನಿಯಾಗಿ 50ರಲ್ಲಿ ಶ್ವಾಸಕೋಶದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಆಗಿ ನರಳಿ, 60ರಲ್ಲಿ ರಕ್ತದ ಏರೋತಡದಿಂದ ಲಕ್ಷಹೊಡೆದು ಹಾಸಿಗೆ ಹಿಡಿದು ಕ್ಷೀಣವಾಗಿ ಸತ್ತದ್ದು 83ರಲ್ಲೇ!

ಸಾವಿನ ಗಂಟು ಬಿಡಿಸಿದಷ್ಟೂ ಕಗ್ಗಂಟಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ: 8494933888; Email: vinod.chebbi@gmail.com