

ಬರುತ್ತಿದೆ. ತಕ್ಷಣ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವಂಥ ಒಂದು ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ಕೊಟ್ಟುಬಿಡಿ' ಎಂದರು. 'ಮೊದಲು ಪರಿಕ್ಷಿಸುತ್ತೇನೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಜ್ವರಕ್ಕೆ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ಕೊಡಲೇಬೇಕಾದ ಅಗತ್ಯವಿರುವುದಿಲ್ಲ' ಎಂದೆ. 'ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ಕೊಡದಿದ್ದ ಮೇಲೆ ಇವರ ಬಳಿ ಏನು ಮಾತು. ಬನ್ನಿ ಡ್ಯಾಡೆ' ಎನ್ನುತ್ತಾ ಅವರನ್ನು ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೊರನಡೆದೇಬಿಟ್ಟ ಆ ಆತುರಗಾರ ವಿದ್ಯಾವಂತ ಮಗ.

*

ಮೂರು ವರ್ಷಗಳ ಮಗು ಕಳೆದ ಆರು ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಎರಡು ಮೂರು ಬಾರಿ ಶೀತ ಮತ್ತು ಜ್ವರಕ್ಕೆ ತುತ್ತಾಗಿತ್ತು. 'ಸರ್, ಇವಳಿಗೆ ಪದೇ ಪದೇ ಈ ರೀತಿ ಆಗುತ್ತಿದೆ. ಇಮ್ಮುನಿಟಿ ಹೆಚ್ಚಿಸುವಂಥ ಯಾವುದಾದರೂ ಔಷಧ ಕೊಡಿ' ಎಂದರು ಮಗುವಿನ ತಂದೆ. ನಾನು ಕಾರಣವನ್ನು ಸರಳವಾಗಿ ವಿವರಿಸಿ ಹೇಳಿದ ಮೇಲೆ ಸುಮ್ಮನಾದರು ಅವರು. ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಬೇಗನೇ ಶಾಲೆಗೆ ದಾಖಲಿಸುವುದರ ಪರಿಣಾಮ ಇದು. ಆ ಮಗುವಿಗೆ ಎರಡೂವರೆ ವರ್ಷಗಳಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆಯೇ ಶಾಲೆಗೆ ದಾಖಲಿಸಲಾಗಿತ್ತು. ಒಂದೇ ಕೊಠಡಿಯೊಳಗೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವ ಪುಟ್ಟ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೋ ಒಂದು ಮಗುವಿಗೆ ವೈರಾಣುವಿನ ಸೋಂಕು ಬಂದಿರುತ್ತದೆ. ಸೀನು ಮತ್ತು ಕೆಮ್ಮಿನ ಮೂಲಕ ಆ ಮಗುವಿನಿಂದ ಸೋಂಕು ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಹಲವಾರು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಪ್ರಸಾರವಾಗುತ್ತದೆ. ಆ ಮಕ್ಕಳೆಲ್ಲರೂ ಸಂಪೂರ್ಣ ಗುಣಮುಖರಾದ ಕೆಲವೇ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಇನ್ನೊಂದು ಮಗು ನೆಗಡಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಬೇರೊಂದು (ಇಂಥ ನೂರಾರು ವೈರಾಣುಗಳು ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿರುತ್ತವೆ) ವೈರಾಣುವಿನ ಸೋಂಕನ್ನು ಅಂಟಿಕೊಂಡುಬಂದು ತನ್ನ ಹಲವಾರು ಸಹಪಾಠಿಗಳಿಗೆ ಅಂಟಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಹಲವು ತಿಂಗಳುಗಳವರೆಗೆ ಹೀಗೇ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಐದು ವರ್ಷಗಳೊಳಗಿನ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ರೋಗನಿರೋಧಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಹೊಂದಿರುವುದಿಲ್ಲ.

*

ಆಪ್ತರೊಬ್ಬರ ಹನ್ನೊಂದು ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನ ಮಗನಿಗೆ ಮೂರು ದಿನಗಳಿಂದ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಜ್ವರ ಬರುತ್ತಿದ್ದು, ಡೆಂಗಿ ಟೆಸ್ಟ್ ಮಾಡಿಸಿದಾಗ ಪಾಸಿಟಿವ್ ಬಂದುಬಿಟ್ಟಿತ್ತು. ಆತಂಕಭರಿತರಾಗಿ ನನಗೆ ಫೋನಾಯಿಸಿದ್ದರು ಅವರು. ನಾನು ನೀಡಿದ ಸಲಹೆ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಚಾಚೂತಪ್ಪದೆ ಪಾಲಿಸಿದರು ಅವರು. ಒಂದೆರಡು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಅವರ ಮಗ ಸಂಪೂರ್ಣ ಗುಣಮುಖನಾದ.

*

ನನ್ನ ನೆನಪಿನ ಜೋಳಿಗೆಯಲ್ಲಿರುವ ಇಂಥ ಅಸಂಖ್ಯಾತ ಜ್ವರ ಸಂಬಂಧಿತ ಅನುಭವಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವನ್ನಷ್ಟೇ ಹೆಚ್ಚಿ ಇಲ್ಲಿ ದಾಖಲಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಇಂಥ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ನೀವೂ ಎದುರಿಸಿರಬಹುದು. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಹಲವು ಬಾರಿ ಜ್ವರಕ್ಕೆ ತುತ್ತಾದವರೇ ಆಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗಾದರೆ, ಜ್ವರ ಎಂದರೇನು? ಹಾಗೆಂದು ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳಿದ ತಕ್ಷಣ ಸ್ಪಷ್ಟ ಉತ್ತರ ಹೇಳುವವರು ಕಡಿಮೆ.

ಕಿವಿಮಾತು
ಮಗುವಿಗೆ ಜ್ವರ ಬಂದಿದೆಯೆಂದು ಮಧ್ಯರಾತ್ರಿಯಲ್ಲೇ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಎಡತಾಕುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಬಂದ ಒಂದೆರಡು ಗಂಟೆಗಳಲ್ಲೇ ಪ್ರಾಣಕ್ಕೆ ಅಪಾಯವನ್ನುಂಟುಮಾಡಬಲ್ಲ ಯಾವುದೇ ಜ್ವರವಿಲ್ಲ. ಆ ಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಪ್ಯಾರಸಿಟಮಾಲ್ ಔಷಧ ಹಾಕಿ, ಮರುದಿನ ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆ ಪಡೆಯಬಹುದು.

ಜ್ವರ ಎಂದರೇನು?

ಸ್ವಾಭಾವಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಶರೀರದ ಉಷ್ಣತೆಯು 37 ಡಿಗ್ರಿ ಸೆಲ್ಸಿಯಸ್‌ನ ಆಸುಪಾಸಿನಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ಅದು ಯಾವುದೇ ಕಾರಣದಿಂದ 38 ಡಿಗ್ರಿಗಿಂತಲೂ ಅಧಿಕವಾದರೆ ಜ್ವರ ಎನ್ನಲಾಗುತ್ತದೆ. ನೆಟ್ಟಗರುಳಿ(ರೆಕ್ಟಮ್)ನಲ್ಲಿ ದಾಖಲಿಸಿದ ಉಷ್ಣತೆಯು ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ದಾಖಲಿಸಿದ ಉಷ್ಣತೆಗಿಂತ 0.5 ಡಿಗ್ರಿ ಸೆಲ್ಸಿಯಸ್‌ನಷ್ಟು ಅಧಿಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದು ಶರೀರದ ಆಂತರಿಕ ಉಷ್ಣತೆಯನ್ನು ಬಿಂಬಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ರೆಕ್ಟಮ್‌ನಲ್ಲಿ ಉಷ್ಣತೆಯನ್ನು ದಾಖಲಿಸುವುದು ಅಷ್ಟು ಸರಳವೂ ಸುರಕ್ಷಿತವೂ ಆಗಿರದ ಕಾರಣ ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲವೆ ಕಂಕುಳಲ್ಲಿ ಉಷ್ಣತೆಯನ್ನು ದಾಖಲಿಸುವುದು ಕ್ಷೇಮಕರ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಪಾದರಸದ ಇಲ್ಲವೆ ಎಲೆಕ್ಟ್ರಾನಿಕ್ ಥರ್ಮೋಮೀಟರ್ ಬಳಸಬಹುದು. ಆದರೆ ಹಲ್ಲು ಮೂಡಿರುವ ಕೆಲ ಮಕ್ಕಳು ಥರ್ಮೋಮೀಟರನ್ನು ಕಚ್ಚಿ ಪಾದರಸವನ್ನು ನುಂಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿರುವುದರಿಂದ ಡಿಜಿಟಲ್ ಮಾಪಕವೇ ಹೆಚ್ಚು ಸುರಕ್ಷಿತ. ಶರೀರದ ಉಷ್ಣತೆಯು ಹೈಪೋಥಲಾಮಸ್ ಎಂಬ ಮೆದುಳಿನ ಒಂದು ಭಾಗದಿಂದ ನಿಯಂತ್ರಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸೋಂಕುಂಟಾದಾಗ ರಕ್ತಕ್ಕೆ ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗುವ ಜ್ವರಜನಕಗಳು (ಪೈರೋಜನ್‌ಗಳು) ಈ ನಿಯಂತ್ರಣ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಅಸ್ತವ್ಯಸ್ತಗೊಳಿಸಿ ಜ್ವರ ಬರಲು ಕಾರಣವಾಗುತ್ತವೆ. ಜನಸಾಮಾನ್ಯರಿಗೆ ಯಾವುದೋ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಜ್ವರದಿಂದ ಮುಕ್ತರಾಗುವುದಷ್ಟೇ ಗುರಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಮಗುವಿನ ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಕಾಳಜಿಯುಳ್ಳ ವೈದ್ಯರು ಜ್ವರದ ಕಾರಣವನ್ನು ಪತ್ತೆಹಚ್ಚಿ, ಅದಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂಥ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುವುದರಕ್ಕೆ ಗಮನಹರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಜ್ವರವನ್ನು ಅಲ್ಪಾವಧಿಯ ಜ್ವರ ಮತ್ತು ದೀರ್ಘಾವಧಿಯ ಜ್ವರ ಎಂದು ಎರಡು ಗುಂಪುಗಳಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಬಹುದು. ಒಂದು ವಾರಕ್ಕಿಂತಲೂ ಕಡಿಮೆ ಅವಧಿಯ ಜ್ವರವನ್ನು 'ಅಲ್ಪಾವಧಿ ಜ್ವರ'ವೆಂತಲೂ ಅದಕ್ಕೂ



ಕಿವಿಮಾತು
ಜ್ವರ ಬಂದಾಗ ಪಥ್ಯಾಹಾರ ಸಲ್ಲ. ಟೈಫಾಯಿಡ್ ಕಾಯಿಲೆಯಲ್ಲಿ ಕರುಳಿನಲ್ಲಿ ಹುಣ್ಣುಗಳಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಮೆದು ಆಹಾರ ನೀಡಲು ಶಿಫಾರಸ್ಸು ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮಿಕ್ಕಂತೆ ಯಾವುದೇ ಪಥ್ಯದ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ನಾನು ಕಲಬುರ್ಗಿ ಭಾಗದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಜ್ವರ ಬಂದಾಗ ಅನ್ನ ನೀಡಬಾರದೆಂಬ ನಂಬುಗೆ ಆ ಭಾಗದ ಜನರಲ್ಲಿದ್ದುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿದ್ದೆ. ಅಂಥದ್ದರಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಹುರುಳಿಲ್ಲ. ಇದಕ್ಕೆ ವೈತರಿಕವಾಗಿ ಜ್ವರ ಬಂದಾಗ ಹೆಚ್ಚು ಕ್ಯಾಲೊರಿಗಳ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿರುವುದರಿಂದ ಸುಲಭವಾಗಿ ಜೀರ್ಣವಾಗುವಂಥ ಮತ್ತು ನಾಲಗೆಗೆ ರುಚಿಸುವಂಥ ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶಭರಿತ ಆಹಾರ ನೀಡಬೇಕು.