



ಆರೋಗ್ಯ

ಅತಿಸಾರಕ್ಕೆ ಉಪಚಾರ

ವಾಂತಿ ಭೇದಿ ಪ್ರಕರಣಗಳು ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಬಹಳ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿವೆ. ಕಲುಷಿತ ನೀರು ಕುಡಿಯುವುದು, ವಿಷಪೂರಿತ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ, ಅಜೀರ್ಣ ಮುಂತಾದ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ವಾಂತಿ ಭೇದಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರ ನಿವಾರಣೋಪಾಯಗಳೇನು?

■ ಉಮಾ ಅನಂತ್



ಶ್ರೀರಾ ಇತ್ತೀಚಿನ ಸುದ್ದಿಗಳು. ಕೇರಳದ ಮಲಪ್ಪುರ ಸಮೀಪದ ಕಾಲಡಿಯಲ್ಲಿ ಮದುವೆ ಊಟ ಸೇವಿಸಿದವರಲ್ಲಿ 130 ಮಂದಿ ಅಸ್ವಸ್ಥಗೊಂಡರು. ಕಾರಣ ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ವಿಷ ಸೇರಿಕೊಂಡು ವಾಂತಿ ಭೇದಿಗೆ ಕಾರಣವಾದದ್ದು. ಇವರಲ್ಲಿ 27 ಮಂದಿಯನ್ನು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ದಾಖಲಿಸಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕೊಡಿಸಲಾಯಿತು.

ನೆರೆಯ ರಾಜ್ಯದ ಮಾತೇಕೆ?, ನಮ್ಮ ರಾಜ್ಯದಲ್ಲೇ ವಿಜಯನಗರ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಹೂವಿನಹಡಗಲಿಯಲ್ಲಿ ಈಚೆಗೆ ಕುಟುಂಬದ ಖಾಸಗಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಊಟ ಸೇವಿಸಿದ್ದ 41 ಜನರಿಗೆ ವಾಂತಿಭೇದಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡಿದೆ. ದೋಷಪೂರಿತ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯೇ ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಎಂಬುದನ್ನು ವೈದ್ಯಾಧಿಕಾರಿಗಳು ಖಚಿತಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ವಾಂತಿಭೇದಿಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟಂತೆ ಕಲಬುರಗಿ ಜಿಲ್ಲೆ ಚಿಂಚೋಳಿ ತಾಲ್ಲೂಕಿನ ಪೆಂಚನಪಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿ 27 ಮಂದಿ ವಾಂತಿ ಭೇದಿಯಿಂದ ಬಳಲಿದ್ದಾರೆ. ಕಲುಷಿತ ನೀರು ಕುಡಿದದ್ದೇ ವಾಂತಿ ಭೇದಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಕಾರಣ.

ಹಾಸನದ ಆಲೂರಿನಲ್ಲಿರುವ ಕಿತ್ತೂರು ರಾಣಿ ಚೆನ್ನಮ್ಮ ವಸತಿ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ವಾಂತಿ ಭೇದಿಯಿಂದ 25 ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿನಿಯರು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ದಾಖಲಾಗಬೇಕಾದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಉಂಟಾಗಿತ್ತು. ಹೊರಗಿನಿಂದ ತಂದು ತಿಂದ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಈ ಹುಡುಗಿಯರಿಗೆ ಹೊಟ್ಟೆನೋವು ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ದಾಖಲಿಸಬೇಕಾಯಿತು. ಅಜೀರ್ಣದಿಂದಾಗಿ ಈ ಹೆಣ್ಣುಮಕ್ಕಳಿಗೆ ವಾಂತಿ ಭೇದಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡಿತು ಎಂಬುದು ವೈದ್ಯರ ಅಂಬೋಣ.

ಈ ಮೇಲಿನ ಎಲ್ಲ ನೈಜ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿದರೆ ಸದ್ಯ ವಾಂತಿ ಭೇದಿ, ಅತಿಸಾರ ಅಥವಾ ಕಾಲರಾ ರೋಗ ಜನರನ್ನು ಬಾಧಿಸುತ್ತಿರುವುದು ಸ್ಪಷ್ಟ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಕಲುಷಿತ ನೀರು ಕುಡಿಯುವುದು, ವಿಷಯುಕ್ತ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ, ಅಜೀರ್ಣ ಮುಂತಾದವುಗಳೇ ಆಗಿವೆ.

ಹಾಗಾದರೆ ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ಕಾಯಿಲೆ ಅಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕವಾಗಿಯೇ ಕಾಲರಾ, ಮಂದಿಯನ್ನು ಜೀವ ಹಿಂಡುವುದು ಏಕೆ? ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣಗಳೇನು?

ತಜ್ಞ ವೈದ್ಯರ ಪ್ರಕಾರ, ನಾವು ತಿಂದ ಆಹಾರ ಸರಿಯಾಗಿ ಜೀರ್ಣವಾಗಬೇಕು. ಚಯಾಪಚಯ ಕ್ರಿಯೆ ಸುಗಮವಾಗಿರಬೇಕು. ದಿನಚರಿಯಲ್ಲಿ ಮಲವಿಸರ್ಜನೆ, ಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆ ಎಲ್ಲವೂ ಸರಿಯಾದ ಕ್ರಮದಲ್ಲೇ ನಡೆಯಬೇಕು. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ದೈನಂದಿನ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ ಬದಲಾಯಿಸಿ ಉತ್ತಮ ಜೀವನಶೈಲಿ ರೂಢಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಮಲಬದ್ಧತೆ, ಅಜೀರ್ಣ ಸಮಸ್ಯೆ ಇದ್ದರೆ ವಾಕರಿಕೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ವಾಂತಿಭೇದಿ ಸಮಸ್ಯೆ ಉದ್ಭವಿಸುತ್ತದೆ.

ಕಲುಷಿತ ನೀರಿನಿಂದಲೇ ಸಮಸ್ಯೆ

'ವಾಂತಿ ಭೇದಿ ಅಥವಾ ಗ್ಯಾಸ್ಟ್ರೊಎಂಟರೈಟಿಸ್' ಎಂಬುದು ಸೂಕ್ಷ್ಮಜೀವಿಗಳಾದ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ ಮತ್ತು ವೈರಸ್‌ಗಳಿಂದ