

“ಮೊದಲೆಲ್ಲ ಮಕ್ಕಳು ತಮ್ಮ ತಂದೆ ತಾಯಿಯರನ್ನು ಹೃದ್ಯೋಗ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಬರುತ್ತಿದ್ದರು. ಈಗ ಬಹಳಷ್ಟು ಪೋಷಕರು ‘ಹಾರ್ಟ್ ಅಟ್ಯಾಕ್’ ಆಗಿದೆ ಎಂದು ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕರೆದುಕೊಂಡು ಬರುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ನಲವತ್ತೈದು ವರ್ಷದೊಳಗಿನ ಹಲವಾರು ಮಂದಿ ಹೃದಯಾಘಾತಕ್ಕೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಜೀವನಶೈಲಿ ಬದಲಾವಣೆಯೇ ಕಾರಣ.” ಬೆಂಗಳೂರಿನ ‘ಜಯದೇವ ಹೃದ್ಯೋಗ ಸಂಶೋಧನಾ ಕೇಂದ್ರ ಹಾಗೂ ಆಸ್ಪತ್ರೆ’ಯ ನಿರ್ದೇಶಕರಾದ ಡಾ. ಸಿ.ಎನ್. ಮಂಜುನಾಥ್ ಅವರ ಕಳವಳವಿದು.

“ಹನ್ನೆರಡು ವರ್ಷದ ಮಗುವಿಗೆ ಮಧುಮೇಹ ಬಂದಿದೆ ಎಂದು ಕಳೆದ ವಾರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ಹೆತ್ತವರು ಕರೆದುಕೊಂಡು ಬಂದಾಗ ಮಗುವನ್ನು ಪರಿಕ್ಷಿಸಲಾಯಿತು. ರಕ್ತಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿ ನೋಡಿದಾಗ ಮಗುವಿಗೆ ಟೈಪ್ 2 ಡಯಾಬಿಟಿಸ್ ಬಂದಿರುವುದು ಖಚಿತವಾಯಿತು.” ಶಿವಮೊಗ್ಗದ ‘ಮ್ಯಾಕ್ಸ್ ಸೂಪರ್ ಸ್ಟೇಷಾಲಿಟಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆ’ಯಲ್ಲಿ ಮಧುಮೇಹ ತಜ್ಞರಾಗಿರುವ ಡಾ. ಪ್ರವೀಣ್ ದೇವರಬಾವಿ ಅವರ ಅನುಭವದ ಮಾತಿದು.

ಜೀವನಶೈಲಿಗೂ ಅನಾರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ ಇರುವ ಸಂಬಂಧಕ್ಕೆ ಉದಾಹರಣೆಯಾಗಿ ಡಾ. ಮಂಜುನಾಥ್ ಮತ್ತು ಡಾ. ಪ್ರವೀಣ್ ಅವರ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಬಹುದು. ಡಾ. ಪ್ರವೀಣ್ ಪ್ರತಿ ದಿನ ನೂರಾರು ಮಧುಮೇಹಿಗಳನ್ನು ಪರಿಕ್ಷಿಸಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಕಳೆದ ಕೆಲವು ತಿಂಗಳುಗಳಿಂದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ಬರುವ ಮಧುಮೇಹಿಗಳಲ್ಲಿ ಅರ್ಧಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಮಂದಿ ಹದಿಹರೆಯ ಹಾಗೂ ನಡುವಯಸ್ಸಿನವರು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿದ್ದಾರೆ. ‘ಮಧುಮೇಹ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ವಯಸ್ಸಿನವರನ್ನೂ ಕಾಡುತ್ತಿದೆ’ ಎಂದು ಆತಂಕ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವ ಅವರು, ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಚಿಕ್ಕಮಕ್ಕಳಲ್ಲೂ ಸಾಕಷ್ಟು ಮಂದಿ ಸಕ್ಕರೆ ಕಾಯಿಲೆಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಒತ್ತಿಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಲಾಕ್ ಡೌನ್ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ಮಿತಿಮೀರಿ ಜಂಕ್ ಫುಡ್ ತಿಂದಿರುವುದು ಹಾಗೂ ವ್ಯಾಯಾಮವಿಲ್ಲದೇ ಇರುವುದು ಎಳೆಯರಲ್ಲಿನ ಮಧುಮೇಹಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಎನ್ನುವ ಅನಿಸಿಕೆ ಅವರದು.

‘ಮಹಿಳೆಯರು ಹಾರ್ಮೋನಿನ ಏರುಪೇರು ಹಾಗೂ ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡದಿಂದಾಗಿ ಬಹುಬೇಗನೆ ಅಕಾಲಿಕ ಋತುಬಂಧಕ್ಕೊಳಗಾಗುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಪುಟ್ಟ ಹುಡುಗಿಯರು ಏಳಿಂಟು ವರ್ಷಕ್ಕೇ ಮೈನರೆಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ಬೊಜ್ಜು, ಮಧುಮೇಹ, ಪಿಟಿಒಡಿ ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದ ಹಲವಾರು ಮಹಿಳೆಯರು ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ನಡುವಯಸ್ಸಿನ ಅನೇಕ ಮಹಿಳೆಯರು ಸಾವಿನ ಕದವನ್ನೂ ತಟ್ಟುತ್ತಿದ್ದಾರೆ’ ಎಂಬ ಬೇಸರ ಭದ್ರಾವತಿಯ

‘ನಯನ ಆಸ್ಪತ್ರೆ’ಯಲ್ಲಿ ಸ್ತ್ರೀರೋಗ ಹಾಗೂ ಪ್ರಸೂತಿ ತಜ್ಞೆಯಾಗಿರುವ ಡಾ. ವೀಣಾ ಎಸ್. ಭಟ್ ಅವರದು.

ಕಳೆದ ಒಂದೂವರೆ ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಎಲ್ಲರ ಬಾಯಲ್ಲೂ ಕೊರೊನಾವೈರಸ್ ಕಥೆ-ವೃಥೆ. ಕೊವಿಡ್ ಅಲೆಗಳ ಅಬ್ಬರದ ನಡುವೆ ಉಳಿದೆಲ್ಲ ಕಾಯಿಲೆಗಳು ಗೌಣ ಎಂದೇ ಭಾವಿಸಿದವರು ಬಹಳ ಮಂದಿ. ಆದರೆ ಕೊರೊನಾವೈರಸ್ ಹೆಚ್ಚು ಬೆಚ್ಚಿಬೀಳಿಸುವ ಹೃದಯಾಘಾತವೂ ಸೇರಿದಂತೆ ಜೀವನಶೈಲಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳು ಜನರನ್ನು ಕಾಡುತ್ತಿವೆ. ಬೂದಿ ಮುಚ್ಚಿದ ಕೆಂಡದಂತೆ ಮಧುಮೇಹ, ರಕ್ತದೊತ್ತಡ, ಕ್ಯಾನ್ಸರ್, ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡ, ಹೃದಯಾಘಾತ ಜನರನ್ನು ಬಾಧಿಸುತ್ತಿವೆ; ಯುವಜನರನ್ನು ಬಲಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿವೆ.

ಜೀವನಶೈಲಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಂದಾಗಿ ಅರವತ್ತು ವರ್ಷದೊಳಗಿನ ಹಲವಾರು ಮಂದಿ ಪ್ರಾಣಬಿಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇದು ಆರೋಗ್ಯಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತ ಕಳವಳಕಾರಿ ವಿಚಾರ ಎಂಬುದು ಹೃದ್ಯೋಗ, ಮಧುಮೇಹ, ಸ್ತ್ರೀರೋಗ ತಜ್ಞ ವೈದ್ಯರು ನೀಡುವ ಉದಾಹರಣೆ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆಗಳಿಂದ ವೇದ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

‘ರಸವೇ ಜನನ, ವಿರಸವೇ ಮರಣ, ಸಮರಸವೇ ಜೀವನ...’ ಎಂದರು ವರಕವಿ ದ.ರಾ. ಬೇಂದ್ರೆ. ಈ ಕವಿವಾಣಿಯನ್ನು ಇಂದಿನ ಆರೋಗ್ಯ ವಿಧ್ಯಮಾನ, ಪರಿಸ್ಥಿತಿ, ಜೀವನಶೈಲಿಗಳಿಗೆ ಅಳವಡಿಸಿ ನೋಡಿದಾಗ ರಸಕ್ಕಿಂತಲೂ ವಿರಸವೇ ಮೇಲ್ಪಂಕ್ತಿ ಹಾಕುತ್ತಿದೆ. ಇನ್ನು ಸಮರಸದ ಮಾತೆಲ್ಲಿಂದ ಬಂತು?

ಕೊವಿಡ್ 19 ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತ ಜನರ ಬದುಕನ್ನು ಅಸ್ಥಿರಗೊಳಿಸಿದೆ, ಅನಾರೋಗ್ಯ ಉಂಟುಮಾಡಿದೆ, ನೆಮ್ಮದಿಯನ್ನು ನಾಶ ಮಾಡಿದೆ, ಜನಜೀವನವನ್ನು ಅಸ್ತವ್ಯಸ್ತಗೊಳಿಸಿದೆ. ಸದ್ಯಕ್ಕೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಇನ್ನು ಎಷ್ಟೋ ವರ್ಷ ಕಳೆದರೂ ಈ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಸುಧಾರಣೆ ಅಸಾಧ್ಯ ಎನಿಸುವಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಜಗತ್ತನ್ನೇ ಅಲ್ಲೋಲಕಲ್ಲೋಲಗೊಳಿಸಿದೆ. ಆರೋಗ್ಯ ಕ್ಷೇತ್ರಕ್ಕೆ ಬಿದ್ದಿರುವ ಈ ಭಾರೀ ಹೊಡೆತ ಬರೀ ಕೊರೊನಾದಿಂದ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ; ಜೀವನಶೈಲಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳಾದ ಮಧುಮೇಹ, ಏರುರಕ್ತದೊತ್ತಡ, ಒಬೆಸಿಟಿ, ಕೊಲೆಸ್ಟೆರಾಲ್, ಹೃದ್ಯೋಗ... ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಕೊರೊನಾ ಸೋಂಕು ಹೆಚ್ಚಿಸಿದೆ; ಜನಜೀವನವನ್ನು ಕಂಗೆಡಿಸಿದೆ.

‘ವಿಶ್ವ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆ’ (WHO) ಸೇರಿದಂತೆ ಅನೇಕ ವೈದ್ಯಕೀಯ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯಗಳು, ಸಂಘ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು, ಆರೋಗ್ಯ ಇಲಾಖೆಗಳು ನಡೆಸಿರುವ ಅಧ್ಯಯನ, ಸಮೀಕ್ಷೆ, ಸಂಶೋಧನೆಗಳು, ಕೊರೊನಾವನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಪ್ರಸ್ತುತ ಅರವತ್ತು ವರ್ಷದೊಳಗಿನ ಜನ ಹೃದ್ಯೋಗ, ಶ್ವಾಸಕೋಶದ ತೊಂದರೆಯಂತಹ ಜೊತೆಗೆ ಜೀವನಶೈಲಿ ಕಾಯಿಲೆಯಿಂದಾಗಿ ಅಕಾಲಿಕ ಮರಣ ಹೊಂದುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಹೇಳಿವೆ. ಇದು ಅತ್ಯಂತ



ಜೀವನಶೈಲಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಂದ ಶ್ವಾಸಕೋಶ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಒಳಗಾಗುವ ಯುವಜನರು ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

-ಡಾ. ಸತೀಶ್ ಕೆ.ಎಸ್

