

ಅನ್ನವಾರ್ಗವಿರಲಿಲ್ಲ. ಅಂದೇ ವೈದ್ಯರು ಸೂಚಿಸಿದ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಹೋದೆ. ಈಗಲೇ ಮೂಳೆ ತಿರುಳು ಪರಿಣ್ಣೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ ಎಂದರು. ಯಾವ ರೀತಿಯ ಅಲೋಪತಿ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸದೇ ಇದ್ದವನು ಅಂದಿನಿಂದ ಆ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಶರಣಾಗಿ ಬಿಟ್ಟೆ. ಒಂದು ತಿಂಗಳು ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಯಲ್ಲೇ ಇರಬೇಕಾಯಿತು. ನಡುವಿನಲ್ಲಿ ಒಂದೆರಡು ದಿವಸ ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡ ತೀಕ್ಷ್ಣ ಇಳಿಮುಖವಾಗಿ ತೀವ್ರ ನಿಗಾ ಘಟಕಕ್ಕೆ ಸೇರಿಸಿದರೆ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಏಕಾಏಕಿ ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆಯುಂಟಾಗಿ ಅನೇಕ ದಿವಸಗಳ ಕಾಲ ತೀವ್ರ ನಿಗಾ ಘಟಕದಲ್ಲಿ ಉಳಿಯಬೇಕಾಯಿತು. ಬದುಕುಳಿಯುವುದು ಕಷ್ಟವೆಂದೂ ಏನಾದರೂ ಪವಾಡವಾಗಬೇಕಷ್ಟೆ ಎಂದು ವೈದ್ಯರು ನನ್ನ ಕುಟುಂಬಕ್ಕೆ ತಿಳಿಸಿ ಬಿಟ್ಟಿದ್ದರು. ನನ್ನ ಅಧ್ಯಾತ್ಮಕ್ಕೆ ಪವಾಡವೆಂಬಂತೆ ಅಪಾಯದ ಅಂಚಿನಿಂದ ಸರಿದುಕೊಂಡಿದ್ದೆ. ನನಗೆ ರಕ್ತದಾನ ಮಾಡಿದವರೆಷ್ಟೋ ಮಂದಿ, ಎಲ್ಲರಿಗೂ ನಾನು ಚಿರಋಣಿ. ಇಡೀ ಜನ್ಮಕ್ಕಾಗುವಷ್ಟು ಆಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್ ಮತ್ತಿತರ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಗಳಿಗೆ ಗಳಿಗೆಗೂ ನನ್ನ ದೇಹಕ್ಕೆ ತುಂಬುತ್ತಿದ್ದರು. ಏಕೆಂದರೆ ಈ ರೀತಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ದೇಹದಲ್ಲಿನ ಬಿಳಿ ರಕ್ತಕಣಗಳು ನಾಶವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ರೋಗ ನಿರೋಧಕ, ನಂಜು ಎದುರಿಸುವ ಶಕ್ತಿ ಹಾಳಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಬಿಳಿ ರಕ್ತ ಕಣಗಳು ಸರಿಯಾದ ಪ್ರಮಾಣಕ್ಕೆ ಬೆಳೆಯುವ ತನಕ ನಂಜಾಗದಂತೆ ಅತ್ಯಂತ ಎಚ್ಚರವಹಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ನಾನೇ ಸ್ವತಃ ಉಸಿರಾಡುವಂತಾದ ನಂತರ ಐಸಿಯುನಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗಿ ಕೆಲವು ದಿನಗಳ ನಂತರ ಮನೆಗೆ ಹಿಂದಿರುಗುವಂತಾಯಿತು.

ಈ ಕಾಯಿಲೆಯಿಂದಲೋ ಇಲ್ಲವೇ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿಯೋ ಎಲ್ಲರೂ ಇಂತಹ ಅಪಾಯಸ್ಥಿತಿಗೆ ತಲುಪುತ್ತಾರೆಂದು ಹೇಳಲಿಕ್ಕಾಗದು. ಈ ಕಾಯಿಲೆ ಬಂದಾಗ, ವ್ಯಕ್ತಿಯ ವಯಸ್ಸು ಮತ್ತು ದೇಹದ ಆರೋಗ್ಯಸ್ಥಿತಿ, ರಕ್ತ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನ ಯಾವ ವಿಧ, ಇದನ್ನೆಲ್ಲ ಪರಿಗಣನೆಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಅದಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ವೈದ್ಯರು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಕಿಮೊ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಯ ವಯಸ್ಸು 65 ದಾಟಿದ್ದು, ಸಕ್ಕರೆ ಕಾಯಿಲೆ, ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡ ಮುಂತಾದ ಇತರೇ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿದ್ದಲ್ಲಿ ಅಂತಹವರಿಗೆ ತೀಕ್ಷ್ಣವಾದ ಕಿಮೊ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತಡೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಮಧ್ಯ ವಯಸ್ಸಿನವರಿಗೆ ಮತ್ತು ಯುವಕರಿಗೆ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಿರುವುದರಿಂದ ಇತರ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಲ್ಲದವರಿಗೆ ಬೇರೆ ರೀತಿಯ ಕಿಮೊ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ರಕ್ತದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ನಾಲ್ಕು ವಿಧಗಳುಂಟು. ಯಾವ ಬಗೆಯ ರಕ್ತದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಎಂದು ಧೃಢೀಕರಿಸಲು ಮೂಳೆ ತಿರುಳನ್ನು ತೆಗೆದು ಪರಿಣ್ಣೆ ಮಾಡಲಾಗುವುದು. ಆದಷ್ಟೂ ಬೇಗನೆ ಕಾಯಿಲೆ ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಂಡು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಜೀವಕ್ಕಾಗುವ ಅಪಾಯವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು.

ರಕ್ತದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನ ಲಕ್ಷಣಗಳೇನು?

ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಗಮನಿಸಬೇಕಾದ ಲಕ್ಷಣವೆಂದರೆ ಹತ್ತಾರು ದಿವಸಗಳಾದರೂ ಜ್ವರ ನಿಲ್ಲದಿರುವುದು, ಅರುಚಿ, ಊಟ ಸೇರದಿರುವುದು ಮತ್ತು ದೇಹದ ತೂಕ ಕ್ಷೀಣಿಸುತ್ತಾ ಹೋಗುವುದು. ರಕ್ತ ಪರಿಣ್ಣೆಯಿಂದ (ಸಿಬಿಸಿ, ಪಿ.ಎಸ್.) ಈ ರೋಗವನ್ನು ಧೃಢೀಕರಿಸಬಹುದು. ರಕ್ತದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಅಂದರೆ ಹೆಚ್ಚಿಚ್ಚು ಅಸಹಜ ಬಿಳಿ ರಕ್ತಕಣಗಳನ್ನು ಮೂಳೆಯ ತಿರುಳು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಿ ಕೆಂಪು



ರಕ್ತಕಣಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ಲೇಟ್‌ಲೆಟ್ಸ್ ಉತ್ಪತ್ತಿಗೂ ಧಕ್ಕೆ ತರುವಂತಹುದು. ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ದೇಹಾಂಗಗಳಿಗೆ ಆಮ್ಲಜನಕದ ಸರಬರಾಜಿನಲ್ಲಿ ಕೊರತೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಗಾಯವಾದಾಗ ರಕ್ತ ಹೆಚ್ಚುಕಟ್ಟಿದಂತಾಗಿ ಸ್ವಾವವಾಗುತ್ತಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಕುಗ್ಗಿ ನಂಜು ಬೇಗನೇ ವಾಸಿಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ರಕ್ತಹೀನತೆಯಾಗಿ ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ ಉಂಟಾಗಬಹುದು.

ಆದರೆ ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗೂ ನನಗೆ ಕಾಡಿದ ಪ್ರಶ್ನೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಆರೋಗ್ಯವಿಧವನಿಗೆ ಈ ರಕ್ತ ಸ ಕಾಯಿಲೆ ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಹೇಗೆ ಎರಗಿ ಬಂತು? ಏನಾದರೂ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ವಹಿಸಬೇಕಿತ್ತಾ, ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ತಪ್ಪಾಯಿತಾ? ಅಥವಾ ತಿನ್ನುವ ಆಹಾರದಲ್ಲಿನ, ಉಸಿರಾಡುವ ಗಾಳಿಯಲ್ಲಿನ ವಿಷ ವಸ್ತುಗಳು ಕಾರಣವೇ? ಅಥವಾ ಇದು ಅನುವಂಶಿಕವೇ?

ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಯಾರಿಗಾದರೂ, ಯಾವಾಗ ಬೇಕಾದರೂ ಬರಬಹುದು ಎಂದು ಅಮೆರಿಕದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಸಂಶೋಧನೆ ತಿಳಿಸಿದೆ. ಜೀವಕೋಶಗಳು ವಿಭಜನೆಯಾಗುವಾಗ ಡಿ.ಎನ್.ಎ. ನಲ್ಲಿ ಆಗಿಂದಾಗ ಆಗುವ ಏರುಪೇರು ಅಥವಾ ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ತಪ್ಪುಗಳಿಂದ ಜನರಲ್ಲಿ ಶೇ 66 ರಷ್ಟು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಎನ್ನಲಾಗಿದೆ.

ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ಇರಲಿ

ಇಂತಹ ಘೋರ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಲು ಅನೇಕ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

- * ಆದಷ್ಟು ಸಾವಯವ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸಿ.
- * ಸಂಸ್ಕರಿಸಿದ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳ ವರ್ಜ್ಯ ಮಾಡಿ.
- * ತಂಗಳು ಆಹಾರ ಮತ್ತು ಪಾನೀಯಗಳನ್ನು ತಿನ್ನಬೇಡಿ, ಕುದಿಯ ಬೇಡಿ, ಬಿಸಿಯಾಗಿ ತಯಾರಿಸಿದ ತಿಂಡಿ ಊಟ ಸುರಕ್ಷಿತ.
- * ತಂಬಾಕು ಮದ್ಯಸೇವನೆ ಬಿಡಿ.
- * ಆಂಟಿ ಬಯೋಟಿಕ್ಸ್, ಪಾರಸಿಟಿಮಾಲ್‌ನಂತಹ ಔಷಧಿಗಳ ಸೇವನೆಯನ್ನು ಆದಷ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿ.
- * ಆಂಟಿ ಆಕ್ಸಿಡೆಂಟ್ ಉತ್ಪತ್ತಿಯನ್ನು ನಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಉತ್ತೇಜಿಸುವಂತಹ ಹಣ್ಣು ತರಕಾರಿಗಳ ಸೇವನೆ ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ (ಸೂಚನೆ: ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಇರುವವರಿಗೆ ಇದು ವಿರುದ್ಧ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆಂದು ಮಾಹಿತಿ ಇದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯ ಜೀವಕೋಶಗಳಿಗೆ ಹೇಗೆ ಸಹಾಯಕಾರಿಯಾಗುತ್ತವೋ ಹಾಗೆಯೇ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಓಡಿತ ಜೀವಕೋಶಗಳೂ ಉಲ್ಬಣಗೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆಂಬ ಮಾಹಿತಿ ಇದೆ)

* ಗಂಧಕಯುಕ್ತ ತರಕಾರಿಗಳಾದ ಮೂಲಂಗಿ, ಎಲೆಕೋಸು, ಹೂಕೋಸು, ಸಾಸಿವೆ, ಬ್ರೂಕೋಲಿ (ಕ್ರಿಮಿನಾಶಕ ರಹಿತವಾದುವು) ಮುಂತಾದುವುಗಳ ಸೇವನೆ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಇವು ನಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿಯೇ ಗ್ಲುಟಾಥೈಯೋನ್ (ಆಂಟಿ ಆಕ್ಸಿಡೆಂಟ್) ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗಲು ಪುಷ್ಟಿ ನೀಡುತ್ತವೆ.

* ಸೆಲೆನಿಯಂ ಎಂಬ ಲಘು ಲವಣಾಂಶ, ವಿಟಮಿನ್ ಬಿ6, ಬಿ9, ಬಿ12, ವಿಟಮಿನ್‌ಸಿ, ಇ ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶ ಆಹಾರಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸಿ. ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಕೊಬ್ಬರಿ, ಗಸಗಸೆ, ಶತಾವರಿ, ಬೇಳೆಗಳು, ಅವಕಾಡೊ, ಬೆಂಡೆ, ಬೀಟ್‌ರೂಟ್, ಟೊಮ್ಯಾಟೊ, ನಿಂಬೆಹಣ್ಣು, ಮೋಸಂಬಿ, ಕಿತ್ತಳೆ, ಕಲ್ಲಂಗಡಿ, ಸೇಬು, ಸೀಬೆ, ಬಾದಾಮಿ, ಸಿಹಿಗಣಸು, ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ, ಅರಿಶಿನ, ಎಲಕ್ಕಿ, ಇತ್ಯಾದಿ. ಶತಾವರಿಯನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ಅಧಿಕ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಗ್ಲುಟಾಥೈಯೋನ್ ಹೊಂದಿರುವ ಸಸ್ಯಜನ್ಯ ಮೂಲ ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗಿದೆ.

* ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ವರ್ಷಕ್ಕೊಮ್ಮೆಯಾದರೂ ರಕ್ತಪರಿಣ್ಣೆ ಮಾಡಿಸುವುದು ಸೂಕ್ತ. ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಬಿಳಿ, ಕೆಂಪು ರಕ್ತಕಣಗಳು, ಪ್ಲೇಟ್‌ಲೆಟ್‌ಗಳು ಸರಿಯಾದ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿದೆಯೇ ಎಂದು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

ಇಷ್ಟೆಲ್ಲ ಆದ ನಂತರವೂ ನನಗೆ ಕಿಮೊ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಇನ್ನೂ ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ. ಸಮುದ್ರವನ್ನೇ ದಾಟಿದ ನಂತರ ಈಗ ತೊರೆಗಳನ್ನು ದಾಟುವ ಅನುಭವ. ದೈನಂದಿನ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಂಡು ನನ್ನ ಸಂಶೋಧನೆ ಮುಂದುವರಿಸಿ ಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಮುಖ್ಯ ವಿಚಾರವೆಂದರೆ ಯಾವ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬಂದರೂ ಅಂಜದಿರಿ. ಆತ್ಮಬಲ, ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಎಂತಹ ರಕ್ತ ಸ ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನೂ ಜಯಿಸುತ್ತದೆ.!