ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ನಿಷ್ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಸಾವಿನ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಪುರುಷರೇ ಮುಂಚೂಣಿಯಲ್ಲಿರುವುದನ್ನು ಬೆಂಗಳೂರಿನ ನ್ಯೂರಾ ಹೆಲ್ತ್ ಕೇರ್ ಸಂಸ್ಥೆ ನಡೆಸಿದ ಸಮೀಕ್ಷೆ ಹೊರಗೆಡವಿದೆ.

■ ಉಮಾ ವೇಣೂರು

ಸಾವಿನ ಪ್ರಮಾಣ ಪುರುಷರಲ್ಲೇ ಹೆಚ್ಚು!

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪುರುಷರು ತಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಸುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಸಾವಿನ ಪ್ರಮಾಣವೂ ಪುರುಷರಲ್ಲೇ ಹೆಚ್ಚು ಎಂಬುದು ಆತಂಕಕಾರಿ ಬೆಳವಣಿಗೆ. ಈ ಕಟುಸತ್ಯವನ್ನು ಬೆಂಗಳೂರಿನ ನ್ಯೂರಾ ಹೆಲ್ತ್‌ಕೇರ್ ಸಂಸ್ಥೆ ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಬಹಿರಂಗಪಡಿಸಿದೆ.

ಪುರುಷರು ಮಹಿಳೆಯರಿಗಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಜೀವನದ ಅಂತ್ಯ ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ನ್ಯೂರಾ ಸಂಸ್ಥೆಯು ಫ್ಯೂಜಿಫಿಲ್ಮ್ ಹೆಲ್ತ್‌ಕೇರ್ ಹಾಗೂ ಡಾ. ಕುಟ್ಟೀಸ್ ಹೆಲ್ತ್‌ಕೇರ್ ಸಹಯೋಗದಲ್ಲಿ ನಡೆಸಿದ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮೀಕ್ಷೆ ಪುಷ್ಟಿ ನೀಡಿದೆ. ಸಮೀಕ್ಷೆ ಪ್ರಕಾರ, 2019ರಲ್ಲಿ ಮಹಿಳೆಯರ ಸಾವಿನ ಪ್ರಮಾಣ ಪ್ರತಿ 1,000 ಮಂದಿಗೆ 145ರಷ್ಟಿದ್ದರೆ, ಪ್ರತಿ 1,000 ಮಂದಿಗೆ 201 ಪುರುಷರು ಸಾವನ್ನಪ್ಪಿರುವುದು ಗೊತ್ತಾಗಿದೆ. ಈ ಅಂಕಿಅಂಶ ಪುರುಷರು ತಮ್ಮ ದೈಹಿಕ ಯೋಗಕ್ಷೇಮದ ಬಗ್ಗೆ ಅಷ್ಟಾಗಿ ಗಮನಹರಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಬೊಟ್ಟುಮಾಡಿ ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಪುರುಷರು, ಮಹಿಳೆಯರಿಗಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಜೀವಿತಾವಧಿಯನ್ನು ಹೊಂದಬೇಕಾಗಿದೆ ಎಂಬುದು ಕಳವಳಕಾರಿ ವಿಚಾರ.

‘ತಾವು ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಸದಾ ಆರೋಗ್ಯವಂತರಾಗಿಯೇ ಇರುತ್ತೇವೆ ಎಂಬ ಮನೋಭಾವನೆ ಅನೇಕ ಪುರುಷರಲ್ಲಿದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ತಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ. ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ಆಗಾಗ್ಗೆ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿ ಸಲಹೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದರಲ್ಲಿ ಪುರುಷರು ಹಿಂದೆ ಬಿದ್ದಿದ್ದಾರೆ. ರೋಗ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಗಂಭೀರ ಸ್ವರೂಪಕ್ಕೆ ಬಂದಾಗ ಮಾತ್ರ ಪುರುಷರು ವೈದ್ಯಕೀಯ ನೆರವಿನ ಮೊರೆ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ವಿಳಂಬವಾಗಿ ತಪಾಸಣೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವ ವೇಳೆಗೆ ರೋಗ ತೀವ್ರ ಗಂಭೀರ ಸ್ವರೂಪಕ್ಕೆ ಹೋಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದು ಪುರುಷರ ಪ್ರಾಣಕ್ಕೇ ಮುಳುವಾಗುತ್ತಿದೆ’ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ನ್ಯೂರಾ ಹೆಲ್ತ್‌ಕೇರ್‌ನ ವೈದ್ಯಕೀಯ ನಿರ್ದೇಶಕ ಡಾ. ತೌಸಿಫ್ ಅಹ್ಮದ್ ತಂಗಲ್ವಾಡಿ ಅವರು.

ಹಾಗಾದರೆ ಪುರುಷರೇಕೆ ಇಂದು ಆರೋಗ್ಯದ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ? ಡಾ. ತೌಸಿಫ್ ಅವರ ಪ್ರಕಾರ ಐದು ಪ್ರಮುಖ ಕಾರಣಗಳಿವೆ.

ಮೊದಲನೆಯದು: ನಿರಾಕರಣೆ ಮನೋಭಾವ. ಸಣ್ಣ ರೋಗ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷ್ಯ ಮಾಡಿದರೂ ನಡೆಯುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಭಾವನೆ.

ಎರಡನೆಯದು: ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಹಾಯ ಪಡೆಯುವುದು ದೌರ್ಬಲ್ಯದ ಸಂಕೇತ ಎಂಬ ಭಾವನೆ.

ಮೂರನೆಯದು: ಕುಟುಂಬ ಅಥವಾ ಪ್ರೀತಿಪಾತ್ರರನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ತಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕಿಂತ ದೊಡ್ಡದು ಎಂಬ ಮನೋಭಾವ.

ನಾಲ್ಕನೆಯದು: ಪುರುಷರು ತಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಕುಟುಂಬ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ, ವೈದ್ಯರೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸಲು ಹಿಂದೇಟು ಹಾಕುವುದು.

ಐದನೆಯದು: ತಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಸರಿಯಾದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಯಾವ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿ