



ಕ್ಯಾನ್ಸರ್: ನೋವು ನಿವಾರಕ ಅಗತ್ಯ

ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ನೋವು ನಿವಾರಕಗಳ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ದೇಹದ ಯಾವ ಭಾಗಕ್ಕೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬಾಧಿಸುತ್ತಿದೆಯೋ ಅದರ ಮೇಲೆ ಈ ನೋವು ನಿವಾರಕಗಳನ್ನು ನೀಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ಅಮೆರಿಕದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಸೊಸೈಟಿಯ ಸಿಇಒ ಜಾನ್ ಸೆಪ್ಟಿನ್ ಅವರ ಹೇಳಿಕೆ.

2008ರಲ್ಲಿ 12.7 ದಶಲಕ್ಷ ಹೊಸ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಪ್ರಕರಣಗಳು ಪತ್ತೆಯಾಗಿದ್ದು 7.6 ದಶಲಕ್ಷ ಮಂದಿ ಸಾವನ್ನಪ್ಪಿದ್ದಾರೆ. 2020ರ ವೇಳೆಗೆ 15 ದಶಲಕ್ಷ ಮಂದಿಗೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ತಗಲುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದ್ದು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಶೀಲ ದೇಶಗಳ ಮೇಲೆ ತೀವ್ರ ಆರ್ಥಿಕ ಹೊರ ಬೀಳಲಿದೆ. ಶೇ.60ರಷ್ಟು ಖರ್ಚನ್ನು ನೋವು ನಿವಾರಕ ಅಂದರೆ ಅನಾಲ್ಜೆಸಿಕ್ ಖರೀದಿಗೆ ವ್ಯಯಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಒಟ್ಟು ವಿಶ್ವದಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ನಿಂದಾದ ಸಾವು ಮತ್ತು ವೈಕಲ್ಯದಿಂದಾಗಿ 895 ಶತಕೋಟಿ ಡಾಲರ್ ಹೊರ ಬೀಳಲಿದೆ.

ಮೊಡವೆ ಔಷಧಿಯಿಂದ ಮಲಬದ್ಧತೆ

ಯುವಕ/ ಯುವತಿಯರನ್ನು ಕಾಡಿಸುವ ಮೊಡವೆಗೆ ನೀಡುವ ಲ್ಯಾಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್ಸ್ ನಿಂದಾಗಿ ಮಲ ವಿಸರ್ಜನೆ ನೋವಿನಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತದೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಅಮೆರಿಕನ್ ಜರ್ನಲ್ ಆಫ್ ಗ್ಯಾಸ್ಟ್ರೊಎಂಟೆರೋಲಜಿಯಲ್ಲಿ ಲೇಖನ ಪ್ರಕಟಿಸಿರುವ ಡಾ.ಡೇವಿಡ್ ಮಾಗೋಲಿಸ್.

ಮೊಡವೆ ತೀವ್ರತರಕ್ಕೆ ತಿರುಗಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ಐಸೊಕ್ವಿಟಿನೋಯಿನ್ ಎಂಬ ಲ್ಯಾಂಟಿ ಬಯೋಟಿಕ್ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಹೆಚ್ಚಿನವರಲ್ಲಿ ಮಲ ವಿಸರ್ಜನೆ ಮಾಡುವಾಗ ಉರಿ ಮತ್ತು ನೋವಿನ ಯಾತನೆ ಉಂಟಾಗುವುದು ಅಧ್ಯಯನ ದಿಂದ ಪತ್ತೆಯಾಗಿದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಈ ಮಾತ್ರ ಬರೆದುಕೊಡುವಾಗ ವೈದ್ಯರು ಎಚ್ಚರಿಕೆ ವಹಿಸಬೇಕು ಎನ್ನಲಾಗಿದೆ. ಇನ್‌ಫ್ಲೇಮೆಟರಿ ಬೋವೆಲ್ ಕಾಯಿಲೆಗಳಾದ

ಕ್ರೋಹ್ ಕಾಯಿಲೆ, ಅಲ್ಸರೇಟಿವ್ ಕೊಲ್ಯೆಟಿಸ್ ಬದುಕಿನ ಶೈಲಿಯನ್ನೇ ಬದಲಿಸ ಬಲ್ಲಂಥವು. ಇದು ಸಾಮಾಜಿಕವಾಗಿ ಬೆರೆಯುವುದಕ್ಕೆ ರೋಗಿ ಹಿಂದೇಟು ಹಾಕುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಖಿನ್ನತೆ ಆವರಿಸುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಮೊಡವೆ ಅತಿಯಾದರೂ ಸಾಮಾಜಿಕವಾಗಿ ಬೆರೆಯಲು ಯುವಕ/ ಯುವತಿಯರು ಹಿಂಜರಿಯುತ್ತಾರೆ.

ಮಾನಸಿಕ ಕಾಯಿಲೆ: ಔಷಧಕ್ಕೆ ಮೊರೆ

ಮಾನಸಿಕ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಕೌನ್ಸಿಲಿಂಗ್‌ಗಿಂತ ಔಷಧಗಳಿಂದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುವ ಪದ್ಧತಿಯೇ ಜಾಸ್ತಿ ಆಗಿದೆ. ಈ ಬಗ್ಗೆ ವ್ಯಾಪಕ ಅಧ್ಯಯನ ನಡೆದಿದ್ದರೂ ಕಾರಣ ಗಳು ಗೊತ್ತಾಗಿಲ್ಲ. ವರ್ಷಕ್ಕೆ 3-4 ಬಾರಿ ಕೌನ್ಸಿಲಿಂಗ್ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂದು ಮೊದಲು ವೈದ್ಯರು ಬರೆದುಕೊಟ್ಟರೂ ರೋಗಿಗಳು ವರ್ಷಕ್ಕೆ ಒಂದು ಬಾರಿ ಮಾತ್ರ ಕೌನ್ಸಿಲಿಂಗ್ ಪಡೆದು ಪೂರ್ಣ ಔಷಧಿಯ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿಸುವುದು ತಿಳಿದು ಬಂದಿದೆ. ಖಿನ್ನತೆಯಂಥ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಕೇವಲ ಔಷಧಿಗಿಂತ ಔಷಧಿ ಮತ್ತು ಕೌನ್ಸಿಲಿಂಗ್ ಅನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ನೀಡಿದರೆ ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ. ಖಿನ್ನತೆ ಕಡಿಮೆ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿದ್ದರಂತೂ ಕೌನ್ಸಿಲಿಂಗ್ ಮಾತ್ರ ಸಾಕು.

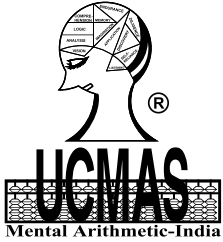
ತೂಕ ಹೆಚ್ಚಳದಿಂದ ತಲೆನೋವು

ಹದಿಹರೆಯದವರಲ್ಲಿ ತಲೆನೋವಿಗೆ ತೂಕ ಹೆಚ್ಚಳ ಕಾರಣ ಎನ್ನುತ್ತದೆ ಸಂಶೋಧನೆ. ತೂಕ ಜಾಸ್ತಿ ಇದ್ದ ಹದಿಹರೆಯದವರು, ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡದೇ ಆಲಸಿ ಜೀವನ ನಡೆಸುವವರು, ಧೂಮಪಾನ ಮಾಡುವವರಲ್ಲಿ ಈ ತಲೆನೋವಿನ ಸಮಸ್ಯೆ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು.

ಇದು ಸಣ್ಣ ಪ್ರಮಾಣದ ತಲೆನೋವಿನಿಂದ ಹಿಡಿದು ಅರೆತಲೆತೂಲೆಯವರೆಗೂ ಇರಬಹುದು. ಹೀಗಾಗಿ ತಲೆನೋವಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುವಾಗ ಅವರ ತೂಕ, ವ್ಯಾಯಾಮ, ಆಹಾರ ಸೇವನೆ, ಧೂಮಪಾನ ಚಟವನ್ನು ಗಣನೆಗೆ ತೆಗೆದು ಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಸಂಶೋಧಕರು. ಈ ತಲೆನೋವು ನೆಗಡಿ ಅಥವಾ ಇನ್ನಿತರ ಗಂಭೀರ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಂದಲೂ ಬರಬಹುದು.



ಯುಸಿಮಾಸ್ - ಅಬಾಕಸ್ ಶಿಕ್ಷಣದ ಪ್ರವರ್ತಕ ಮತ್ತು ನೇತಾರ - 1999 ರಿಂದ



4 ರಿಂದ 13 ವರ್ಷದ ಮಕ್ಕಳಿಗಾಗಿ ಯುಸಿಮಾಸ್ ಅಬಾಕಸ್ ಮತ್ತು ಮೆಂಟಲ್ ಅರ್ಥಮೆಟಿಕ್

ಮೆದುಳಿನ ಸಂಪೂರ್ಣ ವಿಕಾಸ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

ಗಣಕೀಕೃತ ಅಬಾಕಸ್ ಕ್ರೀಡೆಗಳು

ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಹತ್ತಿರದ ಯುಸಿಮಾಸ್ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ನೋಂದಾಯಿಸಿ ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯದ ಮೇಧಾವಿಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಿರಿ

ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವು ಅಂಕಗಣಿತದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಮತ್ತು

- ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿ | ಶ್ರವಣ ಕೌಶಲ,
- ಏಕಾಗ್ರತೆ | ಕಲ್ಪನಾ ಶಕ್ತಿ
- ಆತ್ಮಸ್ಥೈರ್ಯ | ವೇಗ ಮತ್ತು ನಿಖರತೆ ಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ



ಭಾರತದ 26 ರಾಜ್ಯಗಳಲ್ಲೂ ಯುಸಿಮಾಸ್ ತನ್ನ ಶಾಖೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ

- 2400 ತರಬೇತಿ ಕೇಂದ್ರಗಳು
- 6000 ತರಬೇತಿ ಪಡೆದ ಬೋಧಕರು
- 600000 ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು

ಯುಸಿಮಾಸ್ (ಇಂಡಿಯಾ) ಪ್ರೈ. ಲಿ
UCMAS (INDIA) PVT. LTD.

Regional office : No.685, 11th Main, 2nd Block, Rajaji Nagar, Bangalore - 560 010, Karnataka
Email : karnataka@ucmasindia.com Tel : 91-80-23328844

Regd. & Corporate Office : No. A1-1857, 13th Main Road, Anna Nagar West, Chennai - 600 040. Tel: 91-44-2618 2396 (5 Lines)
E-mail : admin@ucmasindia.com Website : www.ucmasindia.com

ಯುಸಿಮಾಸ್ ಸದಸ್ಯತ್ವಕ್ಕೆ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ : 9444952532