

ಮಕ್ಕಳ ಬಾಲ್ಯ ಆಗುತ್ತಿದೆಯೇ ಬಣ್ಣಗಳಿಲ್ಲದ ಕಾಮನಬಿಲ್ಲು?

ಪುಟಿಯುವ ಚಿಗರೆಗಳಂತೆ ಇರಬೇಕಾದ ಮಕ್ಕಳು ಸದಾಕಾಲ ಬೆದರಿದ ಹುಲ್ಲೆಗಳಂತಿರುವ ಸಂದರ್ಭ ಇಂದಿನದು. ಪಠ್ಯ-ಪರೀಕ್ಷೆಯ ವೆಂಡಂಭೂತ ಅವರ ಬದುಕಿನ ಹದ ತಪ್ಪಿಸಿದೆ. ಅದು ಮುಂದಿನ ತಲೆಮಾರಿನ ಪಾಲಿಗೆ ಬಾಲ್ಯವೆನ್ನುವುದು ಸಿಹಿನೆನಪುಗಳ ಬುತ್ತಿಯಾಗದೆ; 'ಸಿಹಿ ರೋಗ'ದ ಬೀಜರೂಪದ ಕಹಿಯಾಗಬಹುದು.



ಈಶ್ವರ

ಬಾಲ್ಯದ ಬಗೆಗಿನ ನಮ್ಮ ಬಹುತೇಕ ಮಾತುಗಳು ಭಾವುಕತೆಯಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತವೆ. ಬಾಲ್ಯಕಾಲದ ಸವಿನೆನಪುಗಳು ಜೀವಮಾನವಿಡೀ ಪೊರೆಯುವಷ್ಟು ಶಕ್ತಿಶಾಲಿಯಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಆದರೆ, ಇಂದಿನ ಮಕ್ಕಳ ಬಾಲ್ಯಕ್ಕೆ ಆ ರೋಮಾಂಚಕ ಶಕ್ತಿ ಇದೆಯೇ? ಕಲಿಕೆಯ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಎಳೆಯ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ಆವರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಗಮನಿಸಿದರೆ, ಇಂದಿನ ಮಕ್ಕಳ ಬಾಲ್ಯ ಬಣ್ಣಗಳಿಲ್ಲದ ಕಾಮನಬಿಲ್ಲಿನಂತೆ ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ. ಕೇಂದ್ರ 'ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಸಚಿವಾಲಯ'ದ ಇತ್ತೀಚಿನ ಅಧ್ಯಯನದ ಅಂಕಿಅಂಶಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿದರೆ - ಬಣ್ಣಗಳಿರಲಿ, ಆರೋಗ್ಯವೂ ಇಂದಿನ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕೈಕೊಟ್ಟಂತೆ ಕಾಣಿಸುತ್ತಿದೆ. ದೇಶದಲ್ಲಿ 10ರಿಂದ 19 ರೋಗಗಳಿಗಿನ ಶೇ. 10 ಮಕ್ಕಳು ಮಧುಮೇಹ ಪೂರ್ವದ (ಪ್ರೀ ಡಯಾಬಿಟಿಸ್) ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ, 5ರಿಂದ 9 ವರ್ಷದವರೆಗಿನ ಶೇ. 9ರಷ್ಟು ಚಿಣ್ಣರಿಗೆ ಸಕ್ಕರೆ ಕಾಯಿಲೆಯ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡಿವೆ. ಕರ್ನಾಟಕದ ಅಂಕಿಅಂಶಗಳು ಮತ್ತುಷ್ಟು ಗಂಭೀರವಾಗಿವೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ 10ರಿಂದ 19 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನ ನೂರಕ್ಕೆ 16 ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಮಧುಮೇಹ ಪೂರ್ವ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಪತ್ತೆಯಾಗಿದ್ದರೆ, 5ರಿಂದ 9 ವರ್ಷದ ಶೇ. 9 ಮಕ್ಕಳು ಈ ಅಪಾಯ ಎದುರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಯಾಕೆ ಹೀಗಾಗುತ್ತಿದೆ? ಎಳೆಯ ಕಂದಮ್ಮಗಳಿಗೆ ಸಕ್ಕರೆ ಕಾಯಿಲೆ ಕಾಡುವುದೆಂದರೇನು? ಉತ್ತರ ಸರಳ: ಅನಾರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವನಶೈಲಿ. ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಶ್ರಮದ ಪ್ರಮಾಣ ಯಾವಾಗ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತಾ ಹೋಗುವುದೋ ರಕ್ತದಲ್ಲಿನ ಗ್ಲುಕೋಸ್ ಏರುಪೇರು ಸಹಜ ಎನ್ನುತ್ತದೆ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಶಾಸ್ತ್ರ. ಆಟ ಆಡಿಕೊಂಡು ಸಂಭ್ರಮಿಸಬೇಕಾದ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಶಾಲೆ, ಹೋಂವರ್ಕ್, ಟ್ಯೂಷನ್ ಎನ್ನುವ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಚಕ್ರವ್ಯೂಹದಲ್ಲಿ ಸಿಲುಕಿಸಿರುವ ನಾವು ಅವರ ಬಿಡುವನ್ನೇ ಕಸಿದುಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ. ನಿವ್ರೆಯಿಲ್ಲೂ ನಾಳೆಯ ಟೈಂಟೇಬಲ್‌ನಲ್ಲೇ ಕನವರಿಕೆ. ಪುಟಿಯುವ ಚಿಗರೆಗಳಂತಿರಬೇಕಾದ ಮಕ್ಕಳು ಸದಾಕಾಲ ಬೆದರಿದ ಹುಲ್ಲೆಗಳಂತಿರುವ ಸಂದರ್ಭ ಇಂದಿನದು. ಹೈಸ್ಕೂಲ್ ಮೆಟ್ಟಿಲು ಹತ್ತುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಎಸ್‌ಎಸ್‌ಎಲ್‌ಸಿ-ಓಯುಸಿ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳೆಂಬ ಪೆಡಂಭೂತಗಳು ಅಮರಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಎಡೆಬಿಡದ ಒತ್ತಡದಿಂದಾಗಿ ಮನಸ್ಸು ದಣಿಯುತ್ತದೆ, ದೇಹವೂ ಬಳಲುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸು ಹಕ್ಕಿಯಾಗಲಿಕ್ಕೆ, ದೇಹ ಹಗುರಾಗಲಿಕ್ಕೆ ಶಾಲೆಯಿಲ್ಲೂ ಅವಕಾಶವಿಲ್ಲ, ಮನೆಯಿಲ್ಲೂ ಪುರುಸೊತ್ತಿಲ್ಲ. ರಜಾದಿನಗಳಿಲ್ಲೂ ವಿಶೇಷ ತರಗತಿಗಳು! ಆಧುನಿಕ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಮನರಂಜನೆಯನ್ನುವುದು ಮೊಬೈಲ್ ಇಲ್ಲವೇ ಟೀವಿಗೆ ಸೀಮಿತವಾಗಿಬಿಟ್ಟಿದೆ. ಡಿಜಿಟಲ್ ಪರದೆಯ ಈ ಮನರಂಜನೆ ಇನ್ನಷ್ಟು ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ; ಕೌಟುಂಬಿಕ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಜಟಿಲವಾಗಿಸುತ್ತದೆ. ಇಂಥ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳು ಅತಿತೂಕಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುವುದು, ಮಧುಮೇಹದತ್ತ ಹೆಜ್ಜೆಹಾಕುವುದು, ದೃಷ್ಟಿ ದೋಷಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುವುದು ಅಸಹಜವೇನಲ್ಲ. ವಂಶವಾಹಿಗಳ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿಯೂ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಮಧುಮೇಹಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆಯಂತೆ.

ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಸಕ್ಕರೆಯ ಪ್ರಮಾಣ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವುದಕ್ಕೆ ತಜ್ಞರು ಗುರ್ತಿಸಿರುವ ಮತ್ತೊಂದು ಕಾರಣ, ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶಗಳ ಹೆಚ್ಚಳ. ಮಕ್ಕಳು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೆಳೆಯಬೇಕು, ದಪ್ಪಪುಷ್ಟರಾಗಿರಬೇಕು ಎಂದು ಅಮ್ಮಂದಿರು-ಅಪ್ಪಂದಿರು ಅಪೇಕ್ಷಿಸುವುದು ಸಹಜ. ಈ ಹಂಬಲವೇ ಪೇಟಿಯಲ್ಲಿ ಸಿಗುವ ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶಭರಿತ ಪುಡಿ-ಪೇಯಗಳನ್ನು ಮಕ್ಕಳ ಆಹಾರದ ಭಾಗವನ್ನಾಗಿಸುತ್ತದೆ. ನಿಗದಿತ ಪ್ರಮಾಣ ಮೀರಿದಾಗ ಈ ಪೇಯ-ಪುಡಿಗಳು ಮಕ್ಕಳ ಅಸಹಜ-ಅನ್ವೇಷಣಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತವೆ; ನಮಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲದೆಯೇ ಎಳೆಯರ ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಸಕ್ಕರೆ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತವೆ.

ಶಾಲಾ-ಕಾಲೇಜು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಮಧುಮೇಹ ಪೂರ್ವ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಮಕ್ಕಳು, ತಮ್ಮ 25ರಿಂದ 30ನೇ ವಯಸ್ಸಿನ ವೇಳೆಗೆ ಪೂರ್ಣ ಪ್ರಮಾಣದ ಡಯಾಬಿಟಿಸ್ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ ಎನ್ನುವುದು ತಜ್ಞರ ಅಂದಾಜು. ಅಂದರೆ, ಮುಂದಿನ ತಲೆಮಾರಿನ ಪಾಲಿಗೆ ಬಾಲ್ಯವೆನ್ನುವುದು ಸಿಹಿನೆನಪುಗಳ ಬುತ್ತಿಯಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ; ಅದು 'ಸಿಹಿ ರೋಗ'ದ ಬೀಜರೂಪದಲ್ಲಿ ಕಹಿಯಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದೆ. ಹೀಗೆ ಒಂದು ತಲೆಮಾರಿನ ಬಹುತೇಕರು ಯೌವನದಲ್ಲೇ ಆರೋಗ್ಯದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಬದುಕನ್ನು ಸಾಗಿಸುವ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗೆ ಮುಟ್ಟುವುದು ಸಾಮಾಜಿಕ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯದ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಕಳವಳ ಉಂಟುಮಾಡುವಂತಹದ್ದು.

ಮಕ್ಕಳ ಸುಂದರವಾದ ನಾಳೆಗಳು ಪೋಷಕರ ಕನಸಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಸರ್ಕಾರ ಕೂಡ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಸಶಕ್ತರನ್ನಾಗಿಸಲು ಹತ್ತು ಹಲವು ಯೋಜನೆ ಹಮ್ಮಿಕೊಂಡಿದೆ. ಈ ಕನಸು ಹಾಗೂ ಯೋಜನೆಗಳ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಈಗ 'ಮಕ್ಕಳ ಆರೋಗ್ಯ' ಬಂದು ನಿಲ್ಲಬೇಕಾಗಿದೆ. ಸ್ಪರ್ಧಾತ್ಮಕ ಜಗತ್ತಿನ ನೆಪದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ರೇಸು ಕುದುರೆಗಳನ್ನಾಗಿ ಭಾವಿಸದೆ, ಅವರ ಮನೋವಿಕಾಸ ಮತ್ತು ಮನರಂಜನೆಗೆ ಅವಕಾಶ ಇರುವಂತಹ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವುದು ಇಂದಿನ ಪೋಷಕರ ಮುಂದಿರುವ ಬಹುದೊಡ್ಡ ಸವಾಲು. ಈ ಸವಾಲನ್ನು ಕಾರ್ಯರೂಪಕ್ಕೆ ತರುವ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಸರ್ಕಾರ ಕೂಡ ಪೋಷಕರು ಜೊತೆ ಜೊತೆಯಾಗಿ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲರಾಗಬೇಕಿದೆ.

■ ರಘುನಾಥ ಚ.ಹ.