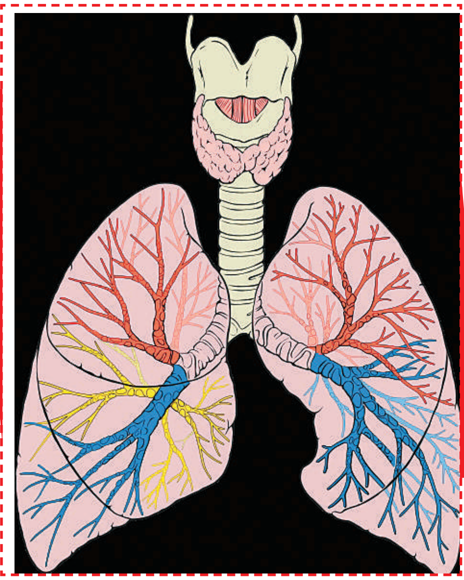

ಅಪಾಯಕಾರಿ ಅಸ್ತಮಾ

ಬೆಂಗಳೂರು ಸೇರಿದಂತೆ ರಾಜ್ಯದ ಹವಾಮಾನ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ದಿನಕ್ಕೊಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಒಮ್ಮೆ ಮಳೆ, ಇನ್ನೊಮ್ಮೆ ಚಳಿ, ಮತ್ತೊಂದು ದಿನ ಬಿಸಿಲು. ಇಂಥ ವಾತಾವರಣದಿಂದಾಗಿ ಅಸ್ತಮಾದಿಂದ ತೊಂದರೆಗೊಳಗಾಗುವವರ ಸಂಖ್ಯೆಯೂ ಜಾಸ್ತಿಯಾಗಿದೆ. ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ 15 ಮಂದಿಯಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರಿಗೆ ಅಸ್ತಮಾ ಇರುವುದು ಅಧ್ಯಯನದಿಂದ ತಿಳಿದು ಬಂದಿದೆ.

ಅಸ್ತಮಾದ ಲಕ್ಷಣ, ಕಾರಣಗಳೇನು?

ಶ್ವಾಸನಾಳ ಕವಲಾಗುವಲ್ಲಿ ಉರಿಯೂತ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡು ನಾಳದ ಒಳಭಾಗ ಕಿರಿದಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಉಸಿರಾಡುವುದು ಕಷ್ಟಕರ. ಈ ಉರಿಯೂತದಿಂದ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗುವ ನಾಳಕ್ಕೆ ಕೆಲವು ಅಂಶಗಳು ಅಲರ್ಜಿ. ಈ ಅಲರ್ಜಿಯಿಂದ ನಾಳ ತಿರುಚಿಕೊಂಡಂತಾಗಿ ಹಾಗೆಯೇ ಉಳಿದುಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯೂ ಇದೆ. ಇದು 'ಬ್ರೊಂಕೈಲ್ ಹೈಪರ್ ಆ್ಯಕ್ಟಿವಿಟಿ' ಹಂತ. ಹಲವರಲ್ಲಿ ಈ ಸ್ಥಿತಿ ಕೆಲವೊಂದು ಬಾರಿ ಸಂಭವಿಸಬಹುದಾದರೂ ಅದು ತಾತ್ಕಾಲಿಕ. ಅಸ್ತಮಾ ಲಕ್ಷಣಗಳುಳ್ಳ ಹಾಗೂ ಅಲರ್ಜಿಯುಳ್ಳ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಬ್ರೊಂಕೈಲ್ ಹೈಪರ್‌ಆ್ಯಕ್ಟಿವಿಟಿ ಅಧಿಕ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ಅಲರ್ಜಿಗೆ, ತಂಬಾಕಿನ ಹೊಗೆಗೆ ಅಥವಾ ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡಿದಾಗ ಶ್ವಾಸನಾಳ ಊದಿಕೊಂಡು ಒಳಭಾಗ ಕಿರಿದಾಗುತ್ತದೆ.

ಕೆಲವು ಹೂವುಗಳ ಪರಾಗರೇಣು, ಧೂಳು, ಅದರಲ್ಲಿರುವ ಕ್ರಿಮಿ, ಸಾಕುಪ್ರಾಣಿಗಳು ಹಾಗೂ ಕೀಟಗಳು ಕೆಲವರಿಗೆ ಅಲರ್ಜಿ. ಮೀನು, ಮೊಟ್ಟೆ, ನಟ್ಸ್, ಹಾಲು ಹಾಗೂ ಸೋಯಾ, ಲ್ಯಾಟೆಕ್ಸ್ ಕೂಡಾ ಹಲವರಿಗೆ ಅಲರ್ಜಿ. ಶೀತ, ಸೈನುಸೈಟಿಸ್ ಹಾಗೂ ಬ್ರೊಂಕೈಟಿಸ್ ಸೋಂಕು, ಆ್ಯಸ್ಪರಿನ್, ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಮತ್ತು ಹೃದ್ರೋಗದ ಕೆಲವು ಔಷಧಿಗಳಿಂದಲೂ ಅಸ್ತಮಾ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ.

ತಂಬಾಕಿನ ಹೊಗೆ, ಮಂಜಿನ ಮುಸುಕು, ಹವಾಮಾನ ಬದಲಾವಣೆ, ಡೀಸೆಲ್ ಹೊಗೆ, ಮನೆಯ ಗೋಡೆಗೆ ಬಳಿದ ಬಣ್ಣ, ಸೋಪು, ಡೀಯೋಡರೆಂಟ್ಸ್, ರಾಸಾಯನಿಕ ಮತ್ತು ಸುಗಂಧದ್ರವ್ಯ ಅಸ್ತಮಾಗೆ ಕಾರಣ. ಶೀತ ಹಾಗೂ ಒಣ ಹವಾಮಾನವಿದ್ದಾಗ ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡುವುದು, ಜೋರಾಗಿ ಕಿರುಚುವುದು, ಖಿನ್ನತೆಯಿಂದಲೂ ಅಸ್ತಮಾ ಜಾಸ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಅಸ್ತಮಾದ ಲಕ್ಷಣಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ, ಕಾಲದಿಂದ ಕಾಲಕ್ಕೆ ಬದಲಾಗುತ್ತವೆ. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ರಾತ್ರಿ ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ, ಉಸಿರಾಡುವಾಗ ಸಿಳ್ಳೆಯಂಥ ಶಬ್ದ ಬರುವುದು (ವೀಜಿಂಗ್), ವಿಪರೀತ ಕೆಮ್ಮು– ಮುಂಜಾನೆ ಹಾಗೂ ರಾತ್ರಿ ಜಾಸ್ತಿಯಾಗುವುದು, ಎದೆ ಹಿಡಿದಂತೆ ಆಗುವುದು. ಈ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಹೃದಯದ ತೊಂದರೆ ಇರುವವರಲ್ಲೂ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಹೀಗಾಗಿ ವಿವರವಾದ ಪರೀಕ್ಷೆ ಅಗತ್ಯ.

ಅಸ್ತಮಾ ತಪಾಸಣೆ: ವೀಜಿಂಗ್ ಹಾಗೂ ಉಸಿರಾಟದ ತಪಾಸಣೆಯಿಂದ ಅಸ್ತಮಾವನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಬಹುದು. ಹಾಗೆಯೇ ಎದೆಯ ಎಕ್ಸ್‌ರೇ ತೆಗೆಯಲಾಗುವುದು.

ಅಸ್ತಮಾ ಅಟ್ಯಾಕ್: ತೀವ್ರತರದ ಅಸ್ತಮಾ ಅಟ್ಯಾಕ್ ಅಲರ್ಜಿ ಅಥವಾ ಶ್ವಾಸಮಾರ್ಗದ ಸೋಂಕಿನಿಂದ ಸಂಭವಿಸಬಹುದು. ಇದು ಮರಣಾಂತಕವೂ ಆಗಬಹುದು. ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಅಸ್ತಮಾಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಔಷಧ ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಪರಿಹಾರ ನೀಡಲಾರದು. ಅಸ್ತಮಾ ಅಟ್ಯಾಕ್ ಆದಾಗ ಎಡಬಿಡದ ಕೆಮ್ಮು, ಮಾತನಾಡಲು ತೊಂದರೆ, ಓಡಾಡಲು ಕಷ್ಟ ಎನಿಸುವುದು. ಎದೆ ಹಿಡಿದುಕೊಂಡಂತಾಗುವುದು. ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆಯಿಂದಾಗಿ ತುಟಿಯಲ್ಲಿ ನೀಲಿ ಛಾಯೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಜೊತೆಗೆ ಗೊಂದಲ, ಸಿಟ್ಟು, ಏಕಾಗ್ರತೆ ಕೊರತೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ದೀರ್ಘವಾಗಿ ಉಸಿರೆಳೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಭುಜವನ್ನು ಮೇಲಕ್ಕೆತ್ತುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ಕತ್ತಿನ ಸ್ನಾಯುವಿನಲ್ಲಿ ನೋವು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಆಗ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ದಾಖಲಾಗಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯುವುದು ಒಳಿತು. ಏಕೆಂದರೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಲ್ಲದೇ ಅಸ್ತಮಾ ಅಟ್ಯಾಕ್ ಗುಣವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಿರ್ಲಕ್ಷ್ಯ ಮಾಡಿದರೆ 'ಸ್ಟೇಟಸ್ ಅಸ್ತಮ್ಯಾಟಿಕಸ್' ಎಂಬ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಹಂತವನ್ನು ತಲುಪುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಆ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ತುರ್ತು ನಿಗಾ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಕೃತಕ ಉಸಿರಾಟದ ಅಗತ್ಯವಿರುತ್ತದೆ.

ಬ್ರೊಂಕೈಟಿಸ್: ಬ್ರೊಂಕೈಟಿಸ್ ಎಂದರೆ ಶ್ವಾಸನಾಳದ ಒಳಭಾಗದ ಶ್ಲೇಷದ ಪದರದಲ್ಲಿ ಉರಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡು ಊದಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಕೆಮ್ಮು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಕೆಮ್ಮಿನಿಂದ ಕಫ ಹೊರಬಂದು ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಉಪಶಮನ ತಲೆದೋರಬಹುದು. ಆದರೆ ನಿರಂತರ ಕೆಮ್ಮಿನಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಬೇಕಾದರೆ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಕಾಣುವುದು ಒಳಿತು. ಇದರ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಅಸ್ತಮಾ ಲಕ್ಷಣಗಳಂತೆ ಇರುತ್ತವೆ. ಚಿಕ್ಕಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಬ್ರೊಂಕೈಟಿಸ್ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅಧಿಕ.

–ಸುಧಿ

ಶ್ರೀ ಪಂಚಮುಖಿ ಜ್ಯೋತಿಷ್ಯಂ

INDIA'S MOST POPULAR ASTROLOGER

ಪಂಡಿತ. ಶ್ರೀ ಗಣೇಶ್ ಕುಮಾರ್ ಶ್ರೀ ಶ್ರೀ ಹನುಮಾನ್ ಆರಾಧಕರು

ಕೇರಳ, ಕಲ್ಕತ್ತಾದ ಸಾವಿರಾರು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದಿನ ಪ್ರಾಚೀನ ನಾಡಿಗ್ರಂಥ ಆಧಾರದಿಂದ ಸರ್ವಮಂತ್ರ ವಿದ್ಯೆ, ಜ್ಯೋತಿಷ್ಯ ಶಾಸ್ತ್ರ ಪಂಚಮಹಾಗುರುಗಳ ಬೋಧನೆಯಿಂದ ಯೋಗ ಯಜ್ಞಗಳ ಮೂಲಕ ಸರ್ವ ವಿದ್ಯೆಯನ್ನು ತಮ್ಮ ವಶದಲ್ಲಿರಿಸಿಕೊಂಡಿರುವವರು. ವಶೀಕರಣ, ಮದುವೆ, ಸಂತಾನ, ದಾಂಪತ್ಯ, ಪ್ರೇಮವಿಚಾರ, ಲೈಂಗಿಕ, ಮಾನಸಿಕ, ಗೃಹಶಾಂತಿ, ವಿದ್ಯೆ, ಆರೋಗ್ಯ, ವಿದೇಶ ಪ್ರಯಾಣ, ಹಣಕಾಸು, ವ್ಯಾಪಾರ, ಉದ್ಯೋಗ, ಕೋರ್ಟ್ ಕೇಸು, ಸಾಲಬಾಧೆ, ಮಾಟಬಾಧೆ, ಶತ್ರುಕಾಟ, ಅಲ್ಲದೆ ರಾಜಯೋಗ ವಶ ಮತ್ತು ಅಖಂಡ ಯೋಗವಶಗಳು, ಇನ್ನಿತರ ನಿಮ್ಮ ಯಾವುದೇ ಕಠಿಣ, ನಿಗೂಢ ಮತ್ತು ಗುಪ್ತ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ, ಸಲಹೆ ಮತ್ತು ಪರಿಹಾರ ಶತಸಿದ್ಧ.

600 ವರ್ಷ ಹಳೆಯ ಪಂಚಸಿದ್ಧಿ ತಂತ್ರಗಳಿಂದ ನಿಮ್ಮ ದುಶ್ಚಟ, ದೀರ್ಘಾವಧಿ, ಲೈಂಗಿಕ, ಸಂತಾನ, ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಸನಾತನ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳಿಂದ ಅತೀ ಶೀಘ್ರದಲ್ಲಿ ಸಮಗ್ರ ಪರಿಹಾರ ಕಲ್ಪಿಸುತ್ತಿರುವವರು.

ವಿ.ಸೂ.: ಇಲ್ಲಿ ಹೇಳುವ ವಿಷಯಗಳೆಲ್ಲವೂ ಗುಪ್ತವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಹೇಳಲು ಹಿಂಜರಿಯಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ದೂರವಾಣಿ ಹಾಗೂ ಪತ್ರದ ಮೂಲಕ ವಿವರಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು.

ಬೆಂಗಳೂರು ನಂ.162/2, ಷಾಪ್ ನಂ. 2, ಗಣೇಶ ಕಾಂಪ್ಲೆಕ್ಸ್, ಮೈಸೂರು ರಸ್ತೆ, (ಸಿರಸಿ ವೃತ್ತ), 1ನೇ ಮುಖ್ಯರಸ್ತೆ, 9ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ, ಗೌರಿ ಟೆಕ್ಸ್‌ಟೈಲ್ಸ್ ಕೆಳಗಡೆ, ಚಾಮರಾಜಪೇಟೆ, ಬೆಂಗಳೂರು-560 018. ಫೋ: 9880421118

9880444450

ಮೈಸೂರು ಶ್ರೀಚಕ್ರ ಜ್ಯೋತಿಷ್ಯಾಲಯ ಪಂಡಿತ್ ಶ್ರೀ ಸಂತೋಷ್‌ಕುಮಾರ್ ಮನೆ: ಯಶಸ್ವಿನಿ ಕಲ್ಯಾಣ ಮಂಟಪದ ಹತ್ತಿರ, ಎಸ್.ಆರ್.ಎಸ್. ಗೇಟ್ ಎದುರುಗಡೆ, ಹುಣಸೂರು ರೋಡ್, ಹೂಟಗಳ್ಳಿ, ವಿಜಯನಗರ 4ನೇ ಹಂತ, ಮೈಸೂರು – 18.

9845899127