

ಬೂಮ್ರಾ ನೋವಿನ ನೆಪದಲ್ಲಿ...

ಜಸ್ಟೀತ್ ಬೂಮ್ರಾ ಗಾಯಗೊಂಡಿರುವ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ, ವೇಗದ ಬೌಲರ್‌ಗಳ ಆರೋಗ್ಯಭಾಗ್ಯದ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ.

■ ವಿಶಾಖ ಎನ್



ಹೋದ ವರ್ಷ ವಾಹಿನಿಯೊಂದರಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡುತ್ತಾ, ಪಾಕಿಸ್ತಾನದ ಶೋಯೆಬ್ ಅಖ್ತರ್ ಭಾರತದ ವೇಗಿ ಜಸ್ಟೀತ್ ಬೂಮ್ರಾ ಕುರಿತು ಒಂದು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದ್ದರು. 'ಬೂಮ್ರಾ ಕೈಲಿ ಸತತವಾಗಿ ಬೌಲಿಂಗ್ ಮಾಡಿಸಕೂಡದು. ಐದು ಪಂದ್ಯಗಳ ಸರಣಿ ಇದ್ದರೆ ಮೂರರಲ್ಲಿ ಆಡಿ, ಎರಡರಲ್ಲಿ ಕೂರಿಸಬೇಕು' ಎಂದಿದ್ದರು. 'ಇಲ್ಲವಾದಲ್ಲಿ ಅವರ ಬೆನ್ನು ಮುರಿದುಹೋದೀತು' ಎಂದು ಎಚ್ಚರಿಸಿದ್ದರು.

ಅಖ್ತರ್ ಅವರ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ಕೇಳಿ, ಅಸಂಖ್ಯಾತ ಜನ ಟೀಕಿಸಿದ್ದರು. ಬೂಮ್ರಾ ಮೇಲೆ ಹೊಟ್ಟೆಉರಿ ಎಂದೆಲ್ಲ ಉರಿದುಕೊಂಡಿದ್ದರು. ಆದರೆ, ಶೋಯೆಬ್ ಆಗ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದ ಸಲಹೆ ಎಷ್ಟು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣ ಎನ್ನುವುದು ಈಗ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಬೂಮ್ರಾ ಟೆಂಟ್‌20 ವಿಶ್ವಕಪ್ ಕ್ರಿಕೆಟ್‌ನಿಂದಲೇ ಔಟ್ ಆಗಿದ್ದಾರೆ. ಅವರ ಬೆನ್ನಿನ ಸ್ನಾಯುಗಳಲ್ಲಿ ಅವಿತಿರುವ ನೋವು ಸಲೀಸಾಗಿ ಮಾಯವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. 'ನಂಬರ್ ಒನ್' ಬೌಲರ್ ಬೂಮ್ರಾ ಅನುಪಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ವೇಗಿಗಳ ಪಡೆ ಕಟ್ಟುವ ಸವಾಲನ್ನು ಭಾರತದ ಆಯ್ಕೆಗಾರರು ಎದುರಿಸತೊಡಗಿ ವರ್ಷವೇ ಕಳೆದಿದೆ.

ಎದೆಯನ್ನು ಹಿಗ್ಗಿಸಿ, ದೇಹದ ಬಾಗುವಿಕೆಯನ್ನೇ ಹೆಚ್ಚು ಅಪಲಂಬಿಸಿ, ಮುಂದಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಕಮಾನಿನಂತೆ ದೇಹಾಕಾರ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಬೌಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವ ಫ್ರಂಟ್‌ಲೈನ್ ಆ್ಯಕ್ಷನ್ ತಂದೊಡ್ಡಿರುವ ಅಪಾಯವಿದು. ಹೀಗೆ ಮಾಡುವಾಗ ಬೌಲಿಂಗ್‌ನ ವೇಗ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ಸ್ಪಿಂಗ್‌ಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಚಲನೆಯ ಮಾರ್ಪಾಟು ಬೆನ್ನಹುರಿಯಲ್ಲಿನ ಸಾಂದ್ರ ಮಾಂಸಖಂಡಗಳನ್ನು ಹಿಂಡಿ ಹಿಪ್ಪೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಹಿಂಡಿದ್ದೇ ಕೊಡುವ, ಸುಕ್ಕು ಬಿಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡಿ ಒಣಗಿಹಾಕುತ್ತೇವಲ್ಲ, ಹಾಗೆಯೇ ಮಾಂಸಖಂಡಗಳು ದಣಿದ ಮೇಲೆ ಸಹಜ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಮರಳಲು ಕಾಲಾವಕಾಶ ಬೇಕು. ಅದನ್ನು ಕೊಟ್ಟರಷ್ಟೆ ಬೂಮ್ರಾ ತರಹದ ಬೌಲರ್‌ಗಳಿಗೆ ಉಳಿಗಾಲ ಎಂಬ ಕಿವಿಮಾತನ್ನು ಶೋಯೆಬ್ ಹೇಳಿದ್ದರು. ಅವರು ಅದಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾಗಿ ವೆಸ್ಟ್‌ಇಂಡೀಸ್‌ನ ಇಯಾನ್ ಬಿಷಪ್ ಹಾಗೂ ನ್ಯೂಜಿಲೆಂಡ್‌ನ ಶೇನ್ ಬಾಂಡ್ ಬೌಲಿಂಗ್ ಶೈಲಿಯನ್ನು ಉದಾಹರಣೆಯಾಗಿ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದರು.

ಇದೇ ವರ್ಷ ಮೇ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಇಂಗ್ಲೆಂಡ್ ಆಯ್ಕೆಗಾರರು ಕ್ರಿಕೆಟ್ ತಂಡದ ವೇಗಿಗಳ ನೋವಿನ ಸಮಸ್ಯೆ ಕಂಡು ಕಂಗಾಲಾಗಿದ್ದರು. ಜೋಫ್ರಾ ಅರ್ಚರ್ ಎರಡು ಸಲ ಬಲ ಮೊಣಕೈಗೆ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡು ಬಂದರೂ ಹಳೆಯ ಲಯಕ್ಕೆ ಮರಳಲಾಗದೆ, ಈ ಋತುವಿನಲ್ಲಿ ಆಡಲು ಅನರ್ಹ ಎನಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದ ಸಂದರ್ಭ ಅದು. ಸಕಿಬ್ ಮಹಮೂದ್, ಮ್ಯಾಟ್ ಫಿಷರ್, ಮಾರ್ಕ್ ವುಡ್, ಕ್ರಿಸ್ ವೋಕ್ಸ್, ಆಲಿ ರಾಬಿನ್‌ಸನ್, ಸ್ಕಾಮ್ ಕರನ್, ಆಲಿ ಸ್ಟೋನ್ - ಹೀಗೆ ಸಾಲುಸಾಲು ಎಂಟು ವೇಗಿಗಳು ಕೌಂಟಿ ಕ್ರಿಕೆಟ್ ಆಡಲೂ ಫಿಟ್ ಆಗಿರದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಇಂಗ್ಲೆಂಡ್ ಕ್ರಿಕೆಟ್ ಕಂಡಿತು.

ಕ್ರಿಸ್ ವೋಕ್ಸ್ ಕಳೆದ ವರ್ಷ ಚಳಿಗಾಲದಲ್ಲಿ 180ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಓವರ್‌ಗಳಷ್ಟು ಬೌಲ್ ಮಾಡಿದ್ದರಿಂದ ಅವರ ಬೆನ್ನು ಇನ್ನಿಲ್ಲದಂತೆ ದಣಿದಿತ್ತು.

ಇವನ್ನೆಲ್ಲ ನೋಡಿಯೇ ಚಂಡೀಗಢದ ಮೂಳೆರೋಗ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಭಾಗದ ವೈದ್ಯರು ವಿದಿಯೋಗಳ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ಮಾಡಿ ಒಂದು ವೈದ್ಯಕೀಯ ವರದಿಯನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಿದ್ದರು. ರವಿ ಗುಪ್ತಾ, ಅನಿಲ್ ಕಪೂರ್, ಆಕಾಶ್ ಸಿಂಘಾಲ್, ಆಕಾಂಕ್ಷಾ ಡೋಗ್ರಾ, ಭರತ್ ಪಾಟೀಲ್, ಸುಮುಖ್ ಕಾಲ್ರಾ ಎಂಬ ವೈದ್ಯರು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿದ ವರದಿ ಅದು. ಅದರ ಪ್ರಕಾರ, ಪ್ರತಿ ಹತ್ತು ಸಾವಿರ ಪ್ಲೇಯರ್ ಅವರ್ಸ್, ಅಂದರೆ 10 ಸಾವಿರ ಗಂಟೆ ಆಟವಾಡಿದರೆ, 49.2ರಿಂದ 51.6ರಷ್ಟು ನೋವು/ಗಾಯಗಳು ದಾಖಲಾಗುತ್ತವೆ. ಮೊಣಕಾಲು ನೋವು, ಹಿಮ್ಮಡಿ ನೋವು, ಸ್ನಾಯು ಸೆಳೆತ, ಬೆನ್ನುಹುರಿಯಲ್ಲಿನ ಬೇನೆ - ಹೀಗೆ ಹಲವು ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ವೇಗದ ಹಾಗೂ ಮಧ್ಯಮ ವೇಗದ ಬೌಲರ್‌ಗಳನ್ನು ಕಾಡುತ್ತವೆ. ಇವನ್ನು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಪರಿಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ 'ಸ್ಟ್ರೆಸ್ ಫ್ರಾಕ್ಚರ್' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಮಾಂಸಖಂಡ ಮೇಲಿನ ಅತಿಯಾದ ಒತ್ತಡದಿಂದ ಆಗುವ ಸಮಸ್ಯೆ ಇದು.

ಇರ್ಫಾನ್ ಪಠಾಣ್ ತಮ್ಮ ಸ್ಪಿಂಗ್ ಮಂತ್ರದಂಡ ಪ್ರಯೋಗಕ್ಕಾಗಿ ಪಕ್ಕಗಳ ಮೇಲೆ ಒತ್ತಡ ಹಾಕಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದ ನೋವಿನ ನೆನಪು ಇನ್ನೂ ಇದೆ. ಅಸ್ಟ್ರೇಲಿಯಾದ ರೆಯಾನ್ ಹ್ಯಾರಿಸ್ ಕಡಿಮೆ ಅವಧಿಯಲ್ಲೇ ಪ್ರಭಾವ ಎನಿಸಿದ್ದರೂ ಬೆನ್ನುನೋವು ಸಹಿಸಲಾಗದೆ ಬೂಟು ನೆತುಹಾಕಬೇಕಾಯಿತು. ಇಂಗ್ಲೆಂಡ್‌ನ ಸಿಮೋನ್ ಜೋನ್ಸ್ 2005ರಲ್ಲಿ ಆ್ಯಷಸ್ ಸರಣಿ ಗೆಲುವಿಗೆ ಕಾಣಿಕೆ ನೀಡಿದ್ದ ಬೌಲರ್. ಅವರು ಕೂಡ ನೋವು ನೀಗಿಕೊಂಡು ದೀರ್ಘಾವಧಿ ಆಡಲು ಅಗಲಿಲ್ಲ. ಅಸ್ಟ್ರೇಲಿಯಾದ ಶಾನ್ ಟೇಯ್ಸ್, ನೇಥನ್ ಬ್ರೈಕನ್ ಇಬ್ಬರ ವೇಗದ ಮೊನಚು ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಟ್ಟಿದಹಾಗಿದೆ.

ಭಾರತದ ಅಜಯ್ ಜಡೇಜಾ ಮೊನ್ನೆ ಒಂದು ನೆನಕೆ ದಾಟಿಸಿದ್ದರು: 1992ರಲ್ಲಿ ಅಸ್ಟ್ರೇಲಿಯಾದಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವಕಪ್ ನಡೆದಾಗ ಪಾಕಿಸ್ತಾನದ ವಕಾರ್ ಯೂನಿಸ್ ನೋವಿನಿಂದಾಗಿ ಆಡಲು ಆಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಅವರ ಅನುಪಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿಯೂ ಪಾಕಿಸ್ತಾನ ಕಪ್ ಗೆದ್ದಿತ್ತು. ಈಗ ಭಾರತ ನೆಚ್ಚಿಕೊಂಡಿರುವ ವೇಗಿ ಬೂಮ್ರಾ ಕೂಡ ಲಭ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವ ಭಾರತದ ಇತರೆ ಆಟಗಾರರು ಪಾಕಿಸ್ತಾನದ ರೀತಿಯೇ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಬಹುದೇನೋ. ಜಡೇಜಾ ಅವರ ಈ ಹಾರೈಕೆ ಈಡೇರಲಿ ಎನ್ನುತ್ತಲೂ, ಇಂಗ್ಲೆಂಡ್‌ನ ನಲವತ್ತು ದಾಟಿದ ಜೇಮ್ಸ್ ಆಂಡರ್‌ಸನ್ ಫಿಟೆಸಿಸ್ ಪಾಠವನ್ನು ಬೂಮ್ರಾ ತರಹದವರು ಕಲಿಯಲೆಂದೂ ಬಯಸಬೇಕಷ್ಟೆ.

ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿ: feedback@sudha.co.in