> ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಶೇ.20ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಮಯೋಪಿಯ ಸಮಸ್ಯೆ ಇದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಇತ್ತೀಚಿನ ಅಧ್ಯಯನ ಸಾಬೀತುಪಡಿಸಿದೆ.
>
> **-ಡಾ. ಸುಜಾತ ರಾಠೋಡ**
>
> **ನಿರ್ದೇಶಕಿ, ಮಿಂಟೊ ಕಣ್ಣಿನ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಬೆಂಗಳೂರು**

ಮುಂತಾದವೂ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಕಣ್ಣಿನ ಪಾರದರ್ಶಕ ಪಟಲ ತೊಂದರೆ ಆಗಬಹುದು. ರೆಟಿನೈಟಿಸ್ ಪಿಗ್ಮೆಂಟೊಸಾ ಸಮಸ್ಯೆ ಕೂಡ ಉದ್ಭವಿಸಬಹುದು' ಎಂಬುದು ಈ ನೇತ್ರತಜ್ಞೆಯ ಅಭಿಪ್ರಾಯ.

ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಕಾಡುವ ಅಪಾಯ

ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಸಕಾಲದಲ್ಲಿ ಪಡೆಯದೇ ಇದ್ದರೆ, ಬಾಲ್ಯದ ಅಂಧತ್ವ ಮುಂದೆ ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಕಾಡುವ ಅಪಾಯವಿದೆ. ನಮ್ಮ ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ 1000 ಮಕ್ಕಳ ಪೈಕಿ 8 ಮಕ್ಕಳು ಬಾಲ್ಯದ ಅಂಧತ್ವ ಸಮಸ್ಯೆ ಎದುರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಜಾಗತಿಕ ಅಂಕಿ ಅಂಶವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ ವಿಶ್ವದಾದ್ಯಂತ 15 ದಶಲಕ್ಷ ಮಕ್ಕಳು ಅಂಧತ್ವ ಸಮಸ್ಯೆ ಎದುರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ನಿರ್ಲಕ್ಷ್ಯ ವಹಿಸಿದರೆ ಈ ಅಂಕಿ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಗ್ರಾಫ್ ಇನ್ನೂ ಮೇಲೇರುವ ಅಪಾಯವೂ ಇದೆ ಎಂದು ನೇತ್ರ ತಜ್ಞರ ಸಮಿತಿ ಎಚ್ಚರಿಸಿದೆ.

ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಅದರಲ್ಲೂ ಗ್ರಾಮೀಣ ಭಾಗದ ಮಕ್ಕಳು, ಕೋವಿಡ್ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶ ಸೇವಿಸದೇ ಇರುವುದೂ ಬಾಲ್ಯದ ಅಂಧತ್ವ ಹೆಚ್ಚಲು ಪ್ರಮುಖ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಬಹಿರಂಗಪಡಿಸಿದೆ. ಈ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಪೋಷಕರು ಮಕ್ಕಳ ದೃಷ್ಟಿ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ನಿಗಾ ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲೇಬೇಕಾಗಿದೆ.

ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ಮೊಬೈಲ್, ಎಲೆಕ್ಟ್ರಾನಿಕ್ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಅತಿಯಾಗಿ ಬಳಸುವುದು, ಸನಿಹದಿಂದ ಬಹಳ ಹೊತ್ತು ಟೀವಿ ನೋಡುವುದು ಮುಂತಾದ ಕಾರಣಗಳೂ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ದೃಷ್ಟಿದೋಷ ಕಂಡುಬರಲು ಕಾರಣವಾಗಿದೆ. ಇಂತಹ ಮಕ್ಕಳು ಪವರ್ ಗ್ಲಾಸ್ ಅಥವಾ ಕಾಂಟ್ಯಾಕ್ಟ್ ಲೆನ್ಸ್ ಧರಿಸಬೇಕಾಗಿ ಬರಬಹುದು.

ಬಾಲ್ಯದ ಅಂಧತ್ವಕ್ಕೆ ಕಾರಣಗಳೇನು?

- ಗರ್ಭಿಣಿಯಾಗಿದ್ದಾಗ ಅಪೌಷ್ಟಿಕತೆ
- ವಿಟಮಿನ್ ಎ (ಅನ್ನಾಂಗ) ಕೊರತೆ
- ಹತ್ತಿರದ ಸಂಬಂಧಯೊಂದಿಗೆ ಮದುವೆ
- ಗರ್ಭಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಮದ್ಯ ಸೇವನೆ
- ಪ್ರಿಮೆಚ್ಯೂರ್ (ಅವಧಿಪೂರ್ವ ಶಿಶುವಿನ ಜನನ)
- ಗರ್ಭಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ರಾಸಾಯನಿಕಯುಕ್ತ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ

ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಮಯೋಪಿಯ

ನಮ್ಮ ದೇಶದ ಶೇ. 20ರಷ್ಟು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಮಯೋಪಿಯ (ಸಮೀಪ ದೃಷ್ಟಿದೋಷ) ಸಮಸ್ಯೆ ಇದೆ ಎಂಬುದು ಇತ್ತೀಚೆಗಿನ ಅಧ್ಯಯನ ಸಾಬೀತುಪಡಿಸಿದೆ. ಹತ್ತಿರದ ವಸ್ತುಗಳು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಕಾಣುವುದು ಹಾಗೂ ದೂರದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ನೋಡಲು ಅಸಮರ್ಥವಾಗುವುದು ಮಯೋಪಿಯ ಎನಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಇದು ಆನುವಂಶಿಕವಾಗಿ ಬರಬಹುದು.

ರೋಡೊಪ್ಸಿನ್ ಎಂಬ ವರ್ಣವಸ್ತು

ನಮ್ಮ ದೃಷ್ಟಿ ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿರಲು 'ವಿಟಮಿನ್ ಎ' ಅತೀ ಅಗತ್ಯ. ಇದರ ಕೊರತೆಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಮೊದಲ ಸಮಸ್ಯೆಯೇ ರಾತ್ರಿ ಅಂಧತ್ವ. ಸಕಾಲದಲ್ಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ದೊರೆಯದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆ ಉಲ್ಬಣಿಸುತ್ತದೆ. ವಿಟಮಿನ್ ಎ ಕೊರತೆಯಿಂದ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲೂ ಅಂಧತ್ವ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಿದರೆ ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರ ಸುಲಭ. ಇಂಥ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸೋಂಕು ತಗುಲುವುದು ಕೂಡ ಬಹುಬೇಗ. ಬೆಳಕಿನ ತೀವ್ರತೆ ಕಡಿಮೆಯಾದಾಗ, ದೃಷ್ಟಿ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲಾದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಉಂಟಾಗುವುದು ವಿಟಮಿನ್ ಎ ಕೊರತೆಯಿಂದಲೇ. ಇಂತಹ ಮಕ್ಕಳು ಮಂದ ಅಥವಾ ಅಲ್ಪ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ವಸ್ತುವನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ಅಸಮರ್ಥರಾಗುತ್ತಾರೆ. ರಾತ್ರಿ ಕುರುಡು ಉಂಟಾಯಿತೆಂದರೆ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ವಿಟಮಿನ್ ಎ ಕೊರತೆ ಇದೆ ಎಂದೇ ಅರ್ಥ.

ಕಣ್ಣಿನ ರೆಟಿನಾದಲ್ಲಿ ರೋಡೊಪ್ಸಿನ್ ಎಂಬ ವರ್ಣವಸ್ತು ಇದೆ. ಇದು ರಾತ್ರಿ ಹೊತ್ತಿನ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ರೋಡೊಪ್ಸಿನ್ ವಿಟಮಿನ್ ಎ ಯ ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಅಂಶವಾದ ರೆಟಿನಾಲ್ ಮತ್ತು ಓಪ್ಸಿಲ್ ಎಂಬ ಪ್ರೊಟೀನ್‌ನ ಕೂಡುವಿಕೆಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ವಿಟಮಿನ್ ಎ ಅಂಶ ಕಡಿಮೆಯಾದಾಗ ರೆಟಿನಾಲ್ ಉತ್ಪಾದನೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ ರೋಡೊಪ್ಸಿನ್ ಎಂಬ ವರ್ಣವಸ್ತು ಉತ್ಪಾದನೆ ಕುಂಠಿತವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಮಂದ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ವಸ್ತುಗಳು ಕಾಣಿಸುವುದೇ ಇಲ್ಲ.

ವಯಸ್ಕರಲ್ಲಿ ರೆಟಿನೊಪತಿ

ವಯಸ್ಕರಲ್ಲಿ ಕಣ್ಣಿನಪೊರೆ ಸಮಸ್ಯೆ ಸರ್ವೇಸಾಮಾನ್ಯ. ಇದು ಅನಿಯಂತ್ರಿತ ಮಧುಮೇಹ ಇರುವವರಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ತೊಂದರೆಗಳಲ್ಲೊಂದು. ಕಣ್ಣಿನಲ್ಲಿರುವ ಮಸೂರ ಮಂಜಾಗುವುದೇ ಕಣ್ಣಿನ ಪೊರೆಯ ಲಕ್ಷಣ. ಮಧುಮೇಹ ಇರುವ ವಯಸ್ಕರಲ್ಲಿ ಅದರಲ್ಲೂ ನಲ್ವತ್ತೈದು ವರ್ಷ ಮೇಲ್ಪಟ್ಟವರಲ್ಲಿ ಕಣ್ಣಿನ ಪೊರೆಯ ಅಪಾಯವು ನಾಲ್ಕು ಪಟ್ಟು ಹೆಚ್ಚಿರುತ್ತದೆ.

ಡಯಾಬಿಟಿಕ್ ರೆಟಿನೊಪತಿ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುವ ಈ ಸಮಸ್ಯೆ, ಮಧುಮೇಹವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿ ಇಡದಿದ್ದರೆ ಬಹುವಾಗಿ ಕಾಡುತ್ತದೆ. ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಸಕ್ಕರೆ ಪ್ರಮಾಣ ಅಧಿಕ (ಫಾಸ್ಟಿಂಗ್ ಬ್ಲಡ್ ಶುಗರ್) ಇರುವವರಲ್ಲಿ ಕಣ್ಣಿನ ಪೊರೆ ಬರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ತುಂಬ ಹೆಚ್ಚು.

ಆದರೆ ಮಧುಮೇಹವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣ ಹತೋಟಿಗೆ ತಂದರೆ ಈ ಸಮಸ್ಯೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಹೀಗಿದ್ದರೂ ಮಧುಮೇಹಿಗಳು ಪ್ರತಿ ಆರು ತಿಂಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಕಣ್ಣು ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲೇ ಬೇಕು.