ಅಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಗುಮ್ಮ

ರಕ್ತಹೀನತೆ

ಗರ್ಭಿಣಿಯರಲ್ಲಿ, ಬಾಣಂತಿಯರಲ್ಲಿ, ನವಜಾತ ಶಿಶುಗಳಲ್ಲಿ ಅನಿಮಿಯಾ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದ್ದು, ಕಳವಳ ಮೂಡಿಸುವಷ್ಟು ಅಪೌಷ್ಟಿಕತೆಯೂ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದೆ.

■ ಡಾ. ವೀಣಾ ಎಸ್. ಭಟ್

ಸ್ತ್ರೀವಾದ ಬಹಳ ಸಂಕೀರ್ಣವಾದದ್ದು. ಒಂದು ಸ್ಟೇಟ್‌ಮೆಂಟಿಗೋ, ಇನ್ನೊಂದು ಟೀಕೆಗೋ ಅದನ್ನು ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಒಳಗೊಳ್ಳುವುದು ಕಷ್ಟ.ಕ್ತಹೀನತೆ ಹಾಗೂ ಅಪೌಷ್ಟಿಕತೆ ಎರಡೂ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕಂಟಿದ ಅಭಿಶಾಪ. ಗರ್ಭಿಣಿಯರಲ್ಲಿ, ಬಾಣಂತಿಯರಲ್ಲಿ, ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಈ ಎರಡೂ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಬಹುವಾಗಿ ಕಾಡುತ್ತಿದ್ದು, ವೈದ್ಯಕೀಯ ವಲಯದಲ್ಲಿ ತೀವ್ರ ಚರ್ಚೆಗೆ ಗ್ರಾಸವಾಗಿದೆ.

ರಕ್ತಹೀನತೆ ಎಂದರೆ ರಕ್ತದಲ್ಲಿನ ಹಿಮೊಗ್ಲೋಬಿನ್ ಅಂಶ ಕಡಿಮೆಯಾದಾಗ ಉಂಟಾಗುವ ಅನಾರೋಗ್ಯಕರ ಸ್ಥಿತಿ. ಪ್ರತಿ ಮನುಷ್ಯನಲ್ಲೂ ಸುಮಾರು 5 ಲೀಟರ್‌ನಷ್ಟು ರಕ್ತ ಇರುತ್ತದೆ. ಇದು ಕೆಂಪು ಬಣ್ಣದ ದ್ರವವಾಗಿದ್ದು ಇದರಲ್ಲಿ ನೀರು, ಪೋಷಕಾಂಶಗಳು, ರಕ್ತಕಣಗಳು, ಜೈವಿಕ ವಸ್ತುಗಳು ಇವೆ. ರಕ್ತಕಣದಲ್ಲಿ ಕೆಂಪು ರಕ್ತಕಣಗಳು (ಆಮ್ಲಜನಕ ವಾಹಕ) ಬಿಳಿ ರಕ್ತಕಣಗಳು (ರೋಗಾಣು ವಿರುದ್ಧ ಹೋರಾಡಿ ರೋಗನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಕೊಡುವಂತವು), ಪ್ಲೇಟ್ಲೆಟ್ ಕಣಗಳು (ರಕ್ತಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು)

ಕೆಂಪು ರಕ್ತಕಣದಲ್ಲಿ ಹಿಮೊಗ್ಲೋಬಿನ್ ಎಂಬ ಕಬ್ಬಿಣಯುಕ್ತ ಪ್ರೊಟೀನ್ ಇದೆ. ಇದು ರಕ್ತಕ್ಕೆ ಬಣ್ಣವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ರಕ್ತಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದ ಆಮ್ಲಜನಕವನ್ನು ಶರೀರದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಭಾಗಕ್ಕೂ ತಲುಪಿಸಿ ತಿರುಗಿ ಬರುವ ಇಂಗಾಲದಡೈಆಕ್ಸೈಡನ್ನು ಶ್ವಾಸಕೋಶಕ್ಕೆ ತರುವ ವಾಹಕವಾಗಿದೆ.

ರಕ್ತಕಣಗಳ ಉತ್ಪತ್ತಿ ಎಲ್ಲಿ?

ಕೆಂಪು ಹಾಗೂ ಇತರೆ ರಕ್ತಕಣಗಳು ಮೂಳೆಯ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿರುವ ಮೃದುಮೂಳೆ ಅಥವಾ ಅಸ್ಥಿಮಜ್ಜೆಯಲ್ಲಿನ (ಬೋನ್‌ಮ್ಯಾರೊ) ಸ್ಟೆಮ್‌ಸೆಲ್ಸ್ ಅಥವಾ ಮೂಲಜೀವಕೋಶಗಳಲ್ಲಿ ಉತ್ಪಾದನೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಅಸ್ಥಿಮಜ್ಜೆಯಲ್ಲಿನ ಮರಿಜೀವಕೋಶಗಳು 4 ಹಂತದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆದು ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆಗೆ ತಲುಪುತ್ತವೆ. ಈ ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಬೇಕಾಗುವ ಅಗತ್ಯ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳೆಂದರೆ ಕಬ್ಬಿಣಾಂಶ, ಫೋಲಿಕ್ ಆಮ್ಲ, ಬಿ12 ಜೀವಸತ್ವ ಮತ್ತು ಪ್ರೊಟೀನ್‌ಗಳು.

ಕಬ್ಬಿಣಾಂಶವು ಪ್ರಮುಖವಾಗಿ ಕೆಂಪು ರಕ್ತಕಣದ ಶೇ.34ರಷ್ಟು ಇರುವ ಹಿಮೊಗ್ಲೋಬಿನ್ ತಯಾರಿಕೆಗೆ ಅತಿ ಅಗತ್ಯ. ಕೆಂಪುರಕ್ತಕಣಗಳು ಸುಮಾರು 120 ದಿನ ರಕ್ತದಲ್ಲಿದ್ದು ಕೆಲಸ ನಿರ್ವಹಿಸಿ ನಂತರ ನಾಶವಾಗಿ ಅದರಲ್ಲಿರುವ ಕಬ್ಬಿಣಾಂಶವು ಪುನಃ ಮೃದುಮೂಳೆಯಲ್ಲಿ ಶೇಖರಣೆಯಾಗಿ ಪುನಃ