బాల్యంపై తియ్యని దాడి

నానాటికీ పెరిగిపోతున్న జువైనల్ డయాబెటిస్

కరోనా తరువాత వేగంగా విస్తరిస్తున్న షుగర్ వ్యాధి

- శారీరక శ్రమ లేక పోవడం, ఆహారపు అలవాట్లే కారణం
- జాగ్రత్త పడకుంటే ముప్పుతప్పదంటున్న వైద్య నిపుణులు
- నేడు బాలల దినోత్సవం, ప్రపంచ డయాబెటీస్ డే

'పిల్లలు, దేవుడితో సమానమంటారు.. కపట మెరుగని కరుణామయులుగా.. చెప్పుకుంటాం.. ఎందుకంటే వారి మనసు అంత స్వచ్ఛమైంది కాబట్టి. మరి ఇంతటి విలువైన బాల్యం నేడు అనేక బాలారిష్టాలను ఎదుర్కొంటోంది. ఆడిపాడాల్సిన వయసులో చిన్నారులు ఇన్సులిన్ ఇంజక్షన్‌లు తీసుకుంటూ మధుమేహం కోరల్లో చిక్కుకుంటున్నారు.. ముఖ్యంగా గతంలో ఎన్నడూ లేనంతగా బాల్యంపై నిశ్శబ్ద శత్రువు షుగర్ వ్యాధి పంజా విసురుతోందని వైద్య నిపుణులు ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ఆడిపాడాల్సిన వయసులో శారీరక శ్రమలేక పోవడంతో మానసిక ఒత్తిడితో డయాబెటీస్ బారిన పడుతున్నారని పిల్లల వైద్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. గతంలో ఎక్కువగా పెద్దల్లోనే కనిపించిన షుగర్ వ్యాధి కరోనా మహమ్మారి తరువాత చిన్నారులను కూడా డయాబెటీస్ వ్యాధి వెంటాడుతోంది. దాదాపు రెండు సంవత్సరాల పాటు పిల్లలు పాఠ శాలలకు సరిగా వెళ్లకుండా ఇంట్లోనే ఉండటం, గంటల కొద్దీ సెల్‌ఫోన్‌లో క్లాసులు, వీడియోలు చూడటం, మిగతా ఖాళీ సమయంలో టీవీలకు అతుక్కుపోవడం లాంటి కారణాలతో పిల్లల్లో ఊబకాయంతో పాటు చెక్కెర వ్యాధి బారిన పడుతున్నారు. నేడు ప్రపంచ డయాబెటీస్ డే, జాతీయ బాలల దినోత్సవం సందర్భంగా బంగారు బాల్యం ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలపై కెరటం న్యూస్ అందిస్తోన్న ప్రత్యేక కథనం...

శామ్, నవంబర్13(కెరటం ప్రతినిధి)

నానాటికీ పెరిగి పోతున్న జువైనల్ డయాబెటిస్

ప్రపంచ వ్యాప్తంగా సుమారు పెద్దలు, పిల్లలు కలిపి మొత్తం 55కోట్లకు పైగానే మధు మేహ వ్యాధి గ్రస్తులు న్నట్టు గణాం కాలు చెపుతు న్నాయి. గతంలో పెద్దలను, వయసు పైబడిన వారికి మాత్రమే వ్యాప్తి చెందిన షుగర్ నేడు చిన్నారులనూ వదలడం లేదు. అందుకు కారణం జంక్‌ఫుడ్, శారీరక శ్రమ లేకపోవడం, గంటల కొద్దీ కూర్చుని చదవడం, మానసిక ఆందోళన తదితర కారణాలుగా ఉన్నాయి. ఆడిపాడాల్సిన వయసులో బాలలకు ముప్పు పెరుగుతోంది. పెద్దల విషయానికి వస్తే మధ్య తరగతి, ధనిక కుటుం బాల్లో శారీరక శ్రమ లేకపోవడం, మానసిక ఒత్తిడి ఎక్కువ కావడం, ఆహారం కోసం హొటళ్ళను ఆశ్రయించడం వంటి అనేక సమస్యల కారణంగా 'డయాబెటిస్' కొనితెచ్చుకుంటున్నారు.

చిన్నారుల్లో తలెత్తే రుగ్మతలపట్ల సమాజంలో అవగాహన పెంచడానికి కృషిచేద్దాం. ప్రధానంగా పిల్లల్లో వచ్చే ఆస్తమా, దగ్గు, డయాబెటిస్ రావడానికి గల కారణాలు, అందులో ఉండే రిస్క్ ఫాక్టర్స్, ఈ వ్యాధి మిగతా అవయాలపై చేసే దాడి గురించిన విషయాల గురించి పూర్తి స్థాయిలో అవగాహన కల్పిస్తే భవిష్యత్తులో బాలలను వ్యాధుల బారి నుండి రక్షించుకోవచ్చు. దీనికి గాను ఒక నినాదంతో ముందుకు వెళ్లాలి. డబ్ల్యూహెచ్ఓ గతేడాది ఏర్పాటు చేసిన "యాక్స్ టు డయాబెటిస్ కేర్" అనే నినాదం గురించి చైతన్యం కలిగిద్దాం.

అవగాహన పెంచడానికి కృషిచేద్దాం..

డా. బాబురావు, ప్రముఖ పల్మనాలజిస్ట్, అమృత మల్టీ స్పెషాలిటీ ఆస్పత్రి

పుట్టుకతోనే డయాబెటిస్ సమస్య ఉండి, జీవితాంతం ఇబ్బందులు అనుభవిస్తున్న బాల్యం శాతం కూడా తక్కువేమీ కాదని వైద్య నిపుణులు లెక్కలతో సహా హెచ్చరించడం ఆందోళన కలిగిస్తోంది.

చిరుప్రాయంలోనే 'నిశ్శబ్ద శత్రువు' దాడి..

మధుమేహం అనేది పైకి ఏమాత్రం నొప్పి కలిగించకుండా లోపల్లోపల అవయవాల్ని కొరుకుతినేస్తుందని వైద్యనిపుణులు తెలియజేస్తున్నారు. ఆడుకోవాల్సిన వయసులో ఇన్సులిన్ ఇంజక్షన్లు తీసుకుంటూ బళ్ళకు, హాస్టళ్ళకు వెళుతున్న బాల్యం భవిష్యత్తు గురించి ఆలోచించాల్సిన సమయమిదేనని తెలియజేస్తున్నారు. డయాబెటిస్ లో ప్రధానంగా రెండు రకాలుగా ఉన్నాయని తెలియజేస్తున్నారు. అందులో టైప్ - 1 డయాబెటిస్, టైప్ - 2 డయాబెటిస్ అని రెండు రకాల వ్యాధులున్నాయి. టైప్-2 వ్యాధి నివారించగలిగినది. టైప్-1 వ్యాధి నివారించలేనిది కేవలం కంట్రోల్‌లో పెట్టగలమని అంటున్నారు.

డయాబెటీస్, చిల్డ్రన్స్‌డే ప్రత్యేకతను కాపాడుకుందాం..

1954 నుంచి ఐక్యరాజ్యసమితి నిర్ణయం ప్రకారం బాలల దినోత్సవం జరుపుకుం టున్నారు. ప్రపంచ వ్యాప్తంగా బాలల దినోత్స వం జరుపుకోవటానికి ఐక్యరాజ్యసమితి నవంబరు 20వ తేదీని నిర్ణయించింది. ప్రపంచవ్యాప్తంగా షుగర్ వ్యాధిగ్రస్తుల శాతం అధికంగా పెరుగుతున్నందున డబ్ల్యూహెచ్ఓ 1991వ సంవత్సరం నుండి నవంబరు 14వ తేదీని 'ప్రపంచ డయాబెటీస్ డే"గా జరుపుకోవాలని ప్రకటించింది. "వరల్డ్ హెల్త్ ఆర్గనైజేషన్", "ఇంటర్నేషనల్ డయాబెటిస్ ఫెడరేషన్" సంస్థలు సంయుక్తంగా ఈ నిర్ణయం చేశాయి. ఈ డయాబెటిస్ డే జరుపుకోవడానికి ప్రపంచంలోని 160 దేశాలు, డయాబెటిస్ సంస్థలు 230 కలిసి సంతకం చేశాయి.

పౌష్టికాహారం, ఆటలతో బాల్యాన్ని రక్షించుకుందాం...

ఇప్పుడు 'పిల్లల్లో డయాబెటిస్' అనే సమస్యను అత్యవసరంగా చర్చించుకోవాల్సిన అవసరం ఉంది. అభం శుభం తెలియని అమాయక అందమైన బాల్యం వ్యాధుల బారిన పడకుండా కాపాడుకుందాం. అందుకు గాను పిల్లల్లో ఆటలు నేర్పిద్దాం, పౌష్టికాహారం అందిద్దాం. ఆర్థిక ఇబ్బందుల్లో ఉన్న కుటుంబాల్లోని చిన్నారుల భవిత ప్రశ్నార్థకంగా మరుతోంది. ఎన్నో కష్టాల మధ్య బాల్యం భారంగా బతుకీడుస్తున్నది. రక్తహీనతలు, పౌష్టికాహార లోపాల వంటి సమస్యలు వాక్సిన్లు లేని ప్రాణాంతక వ్యాధులనుండి భావిపౌరులను కాపాడుకుందాం.

- డా.రాజశేఖర్ అయ్యప్ప, ఎండి(జనరల్ మెడిసిన్)

ఊబకాయం పెద్ద సమస్యగా మారింది..

కరోనా తరువాత సరైన వ్యాయామం లేకపోవడంతో పిల్లల్లో ఊబకాయం పెరగడం కారణంగా డయాబెటిస్ సమస్య తలెత్తుతున్నది. ఆట పాటలు, వ్యాయామాలు లేని బాల్యంలో డయాబెటిస్ వంటి ప్రమాద జబ్బులు సైతం వారిని వెంటాడు తున్నాయి. జంక్‌ఫుడ్, అనారోగ్య ఆహారాలను తీసుకో వడం వల్ల వ్యాధిగ్రస్తుల శాతం పెరుగుతున్నది. టీవీ, కంప్యూ టర్లు, వీడియోలతో ఉన్న చోటనే కదలిక లేకుండా కూర్చుని ఉండడం వల్ల జువైనల్ డయాబెటిస్ బారిన పడుతున్నారు. శారీరక శ్రమను గుర్తుచేయా ల్సిన అవసరం ఉంది. అందుకు ఆటలే సరైన మార్గం.

- డా. వేణుగోపాల్ నడికుడి, సీనియర్ వైద్యులు

అందమైన బాల్యాన్ని నిర్మిద్దాం...

బాల్యాన్ని కాపాడుకోవడానికి మనం సమాయత్తం కావాలి. కారణాలను కనిపెట్టి నివారించకపోతే భవిష్యత్ బాల్యం డయాబెటిస్ నోట్లో పడి నలిగిపోతుంది. నేడు బాలల దినోత్సవం సాక్షిగా బాలలను డయాబెటీస్, తదితర రుగ్మతలనుండి రక్షించుకుందాం. కాలుష్యాలు, కల్తీల ఆహారంతో ఏర్పడే అనారోగ్య సమస్యలు కొందరు బాలల పుట్టుకతోనే డయాబెటీస్‌కు గురిచేస్తున్నాయి. తల్లిదండ్రులు తగు జాగ్రత్తలు తీసుకోవాల్సిన అవసరం ఉంది. లేకపోతే ముప్పు వాటిల్లే అవకాశం ఉంది.

- డా. మహమ్మూద్ పాషా, ప్రముఖ వైద్య నిపుణులు

చిల్డ్రన్స్‌డేకు ఒక చక్కని సందేశం ఇద్దాం..

బాల్యం అమూల్యమైన వరం. మనిషి జీవితంలో మరెప్పటికీ తిరిగిరాని మదుర జ్ఞాపకం కూడా బాల్యమే. సాధారణంగా క్లోమగ్రంధి ఇన్సులిన్‌ను ఉత్పత్తి చేయకపోవడం వల్ల మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులవుతారు. ఇటీవల కరోనా తరువాత కాలంలో పిల్లల్లోనూ షుగర్ వ్యాధి కనిపిస్తోంది. నేడు ప్రపంచ డయాబెటీస్ డే తోపాటు జాతీయ బాలల దినత్సోవం కూడా. ఈ రోజుకు ఉన్న ప్రత్యేకతను గుర్తిద్దాం. సమాజంలో ఈ రోజుకు చక్కని సందేశం ఇద్దాం. బాల్యాన్ని కాపాడుకోవడానికి అవగాహన పెంచాల్సిన అవసరం ఉంది. మనందరి సామాజిక బాధ్యతగా గుర్తిద్దాం. వాక్సిన్లు లేని కాలంలో బాలారిష్టాలు దాటి పిల్లలు బతికిబట్టకట్టడమే సమస్యగా ఉండేది. నేటి సాంకేతిక యుగంలో శారీరక శ్రమ లేక అనారోగ్యం మరోతీరుగా వెంటాడుతోంది. జాగ్రత్తలు తీసుకోవాల్సిందే.

- డా.జి.శ్యామ్‌కుమార్, చెస్ట్ ఫిజీషియన్, డయాటెలాజిస్ట్,