

உடல் பருமனான ஒருவரைப் பார்த்து "எந்த கடையில் அரிசி வாங்குறீங்க" என்று கிண்டலாக அவரது நண்பர்கள் கேட்பதை நாம் பார்த்திருப்போம். அளவுக்கு அதிகமான பருமனான உடல் கொண்டவரை "மாமிச மலை" என்று அழைப்பதையும் நான் கேட்டிருப்போம். ஏன் நம் குடும்பத்தில் உள்ளவர்கள் சற்றே பருமனான உடல்வாகு கொண்டவராக இருந்தால் சிலைலமாக "குண்டஸ்", பீமா, பச்சணிக்காய் என்றெல்லாம் அழகைக் கும் வழமை நம்மில் இருக்கக்கூடும் அல்லவா நயேர்களே. உடற்பயிற்சி செய்து சிக்கென வதைத் திருக்கும் உடல் நாளடைவில் கொஞ்சம் தளர்ந்து தொப்பை எட்டிப் பார்க்க ஆரம்பித்தால், நம்மை நாமே இது சிலைலத் தொப்பை என்று தோற்றிக் கொள்வதுமுண்டு. ஆனால் இன்றைக்கு உலகளவில் உயிர்பலி வாங்கும் நோய்களில் ஒன்றாக உடல் பருமனும் மாறிக்கொண்டிருக்கிறது என்றால் சற்றே மிரட்சியோடு நம்மை கண்ணாடியின் முன் நின்று பார்க்கச் செய்கிறது.

இன்றைக்கு உலகில் எடை கட்டியவர்கள் பட்டியலில் ஒரு பில்லியன் பேரும், உடல் பெருத்த நிலையில் 300 மில்லியன் பேரும் இருப்பதாக உலக சுகாதார நிறுவனம் கூறுகிறது. அளவுக்கு அதிகமான உடல் எடை கொண்டவர்கள், அளவுக்கு அதிகமாக பருமனாக உள்ளவர்களையே, உடல் பெருத்தவர்கள் என்று இங்கே குறிப்பிடுகிறோம். இன்னும் விளக்கமாக சொன்னால், உயரத்திற்கு ஏற்ற எடை என்ற குறிப்பிட்ட அளவை சற்று மீறி, கொஞ்சம் கூடுதலாக உடல் எடை உள்ளவர்கள் எடை கட்டியவர்கள் என்றும், இந்த உயரத்திற்கு ஏற்ற எடை என்ற கோட்பாட்டுக்கு பொருத்தமே இல்லாமல், அளவுக்கு அதிகமாக, எடை கொண்டவர்கள் உடல் பெருத்தவர்கள் என்றும் புரிந்துகொள்வோம்.

ஆக இன்றைக்கு உலகில் சரியான ஊட்டச்சத்தில்லாமல் காணப்படும், நலிந்து போன சமுதாயத்தின் மெலிந்து போன மக்களின் எண்ணிக்கையை விட, எடை கட்டியவர்கள் எண்ணிக்கை அதிகமாக இருக்கிறது என்கிறது உலக சுகாதார அமைப்பு. ஊட்டச்சத்து குறைபாடுள்ளவர்கள் 600 மில்லியன், எடை கட்டியவர்கள் 1 பில்லியன் அதாவது 1000 மில்லியன்.

Written by

Saturday, 02 August 2008 09:14 -

எடகை கட்டியவர்களும், உடல் பருத்தவர்களும் நம் நாடுகளில் அதிகம் இல்லை, பணக்கார நாடுகளில் தானே அதிகம் என்று நினைப்பவர்களுக்கு ஒரு கட்டுதல் தகவல். அளவாக்கு அதிகமாக சாப்பிடுவது, போதுமான உடற்பயிற்சி செய்யாமல் இருப்பது ஆகியவற்றில் உலகின் பணக்கார நாடுகளின் மக்களே இன்றைக்கு முதலிடத்தில் உள்ளனர். ஆனால் இந்த கட்ட வழக்கத்தை ஆசிய, ஆப்பிரிக்க மற்றும் லத்தீன் அமெரிக்க நாடுகளின் மக்களும் வகைமாக கற்றுக்கொண்டு வருகின்றனர். இதனை நான் சொல்லவில்லை, ஆஸ்திரேலியாவின் சிட்னி நகரில் கடந்த 3ம் நாள் தொடக்கம் 8ம் நாள் வரை நடப்பதும் உடல் பருமன் தொடர்பான சர்வதேச மாநாட்டு அமர்வின் தலைவரான பரோசிரியர் பால் சிம்மட் என்பவரே இவ்வாறு சொல்லியிருக்கிறார். ஆம் 4 ஆண்டுகளுக்கு ஒரு முறை உலகின் பலவற்று நாடுகளைச் சேர்ந்த உடல் பருமன் மற்றும் அதிக உடல் எடையுடையவர்கள் ஏற்படும் நோய்கள், பிரச்சனைகள் தொடர்பான ஆய்வுகளில் ஈடுபட்டிருப்பவர்கள், வல்லுநர்கள், அதிகாரிகள் என பலர் கட்டி உடல் எடையுடையவர்கள் தொடர்பான பலவற்று அம்சங்களை கலந்தாலோசிக்கின்றனர். அந்த வகையில் 2006ம் ஆண்டின் இத்தகைய மாநாடு சிட்னியில் கடந்த ஞாயிறு முதல் இந்த வள்ளி வரை நடப்பெறுகிறது. ஏறக்குறைய 2500 பேர் இந்த மாநாட்டில் பங்கேற்று உடல் பருத்தலினால் உலகிற்கு ஏற்பட்டிருப்பது அச்சுறுத்தலான எதிர்கொள்வது பற்றித் தீவிரமாக ஆலோசித்து வருகின்றனர்.

உடல் எடையுடையவர்களை அல்லது பருத்த பாலவதாலோ பாதிப்புகள் ஏற்படும் என்பது அளவாக்கு நம்மில் பலருக்கு தெரிந்திருக்கும். உடலில் கொழுப்புச் சத்து அதிகமானால் நீர்ழிவு நோய், இதயக் கோளாறுகள், உயர் ரத்த அழுத்தம், மாரடைப்பு, புற்றுநோய் ஆகியவை ஏற்படும் என்பதை அறிந்தவர்களுக்கு ஒரு புதிய தகவல், இதெல்லாம் மறைமுகமாக ஒரு புதிய சவாலான உலகிற்கு எழுப்பியுள்ளது என்பதுதான். இந்த உடல் பருமன் தொடர்பான நோய்கள் ஏற்பட்டவர்களின் எண்ணிக்கையை சமாளிப்பதில், அவர்களுக்குத் தேவையான, அதிக செலவு கொண்ட சிகிச்சை முறைகளை வழங்குவதில் நாளுக்கு நாள் இன்னல் நிலை உருவாகி வருகிறது, இந்த உடல் பருமன் பிரச்சனை ஒழுங்காக எதிர்கொள்ளப்படாமல் போனால் அது நாட்டின் பொருளாதாரத்தில் பெரிய சிக்கலாக மாறும் அபாயம் உள்ளது என்று பணக்கார நாடுகளே கழிப்படைந்துள்ள நிலையில், வளரும் நாடுகளின் நிலை என்ன என்று சற்றே யோசித்து பாருங்கள்.

மாநாட்டில் கலந்துகொண்டுள்ள சில வல்லுனர்களின் கருத்துப்படி இந்த உடல் பருமன் பிரச்சனையின் விளைவாக ஏற்படும் மருத்துவச் செலவினங்கள் ஆஸ்திரேலியா, பிரிட்டன், அமெரிக்கா ஆகிய நாடுகளில் பல பில்லியன் டாலர்கள் என்பதாக

Written by

Saturday, 02 August 2008 09:14 -

கணக்குப் பின்புலம்.

இன்றைக்கு உலகம் உடல் பருமன் என்ற பரவலான ஒரு நோயின் பிடியில் சிக்கியுள்ளது, இந்த பிரச்சனை உலகின் அனைத்து நாடுகளின் மருத்துவ மற்றும் சுகாதார முறைகளையும் திக் குமுக காட்சி செய்யும் அச்சுறுத்தல் உள்ளது என்று சிட்னியில் நடபெறும் மாநாட்டில் கலந்துகொண்டுள்ள வல்லுனர்கள் எச்சரித்துள்ளனர்.

இம்மாநாட்டு அமர்வின் தலைவரான பரோசிரியர் பால் சிம்மட்டின் கருத்துப்படி இந்த உடல் பருமன் பிரச்சனை ஒரு கொள்ளை நோய் போல உலகம் முழுவதையும் ஆக்கிரமிக்கத் தொடங்கியுள்ளது. உலக வப்ப ஏறலைப் போல, பறவகை காய்ச்சலை போல இது பெரிய ஒரு சவால்.

உடல் எடை அதிகரிப்பு தொடர்பாக மருத்துவ அமைப்புகளும், நிறுவனங்களும் உருவாக்கிய உலக அளவிலான பணிக் குழு ஒன்றின் தலைவரான பரோசிரியர் பிலிப் ஜேம்ஸ் என்பவர், இது அறிவியல் ரீதியிலான பிரச்சனையோ அல்லது மருத்துவ ரீதியிலான பிரச்சனையோ அல்ல, இது ஒரு மாபெரும் பொருளாதார பிரச்சனையாகும். உலக அளவில் மருத்துவ அமைப்புகளை இந்த பிரச்சனை திண்டிக்க போகிறது என்பது பரவலாக ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்ட சதீயாகும். இந்த உடல் பருமனின் விளைவாக ஏற்படும் உடல் நல பிரச்சனைகளை சமாளிக்கவும், சிகிச்சையளித்து குணமாக்கவும் ஏராளமான செலவு ஏற்படவதால் பல நாடுகளின் அரசுகள் இந்த அதிகரித்துவரும் உடல் பருமன் பிரச்சனையை எதிர்கொள்ளவணேடிய நிர் பந்தம் ஏற்பட்டுள்ளது என்கிறார்.

Written by
Saturday, 02 August 2008 09:14 -

<http://tamil.cri.cn/1/2006/09/11/22@39426.htm>