Publication: Udayavani
Edition: Hubli
Date: 29.9.14
Page No: 13
Headline: 25% of population at higher risk of heart diseases

ಶೇ.25 ಜನರ ಕಾಡುತ್ತಿದೆ ಹೃದ್ರೋಗ ಸಂಬಂಧಿ ಸಮಸ್ಯೆ

ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ: ಇಲ್ಲಿನ ಯುವ ಜನರಲ್ಲಿ ಶೇ.15ರಿಂದ 20ರಷ್ಟು ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಸಮಸ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚಿದೆ ಎಂದು ಇಂಡಸ್ ಹೆಲ್ತ್ ಪ್ಲಸ್ ಸಮೀಕ್ಷೆಯು ವರದಿ ಮಾಡಿದೆ. ವಿಶ್ವ ಹೃದಯ ದಿನದ ಅಂಗವಾಗಿ ಸಂಸ್ಥೆಯು ಸಮೀಕ್ಷೆ ವರದಿ ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಿದ್ದು, ಅವಳಿನಗರದ ಜನಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಶೇ.20ರಿಂದ 25ರಷ್ಟು ಜನರು ಹೃದಯದ ಕಾಯಿಲೆಯಿಂದ ನರಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ. ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ-ಧಾರವಾಡ ವಲಯದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು ಶೇ.18ರಿಂದ 20ರಷ್ಟು ಜನರು ಸ್ಥೂಲಕಾಯಿಗಳಾಗಿದ್ದು, ಇವರ ಪೈಕಿ ಬಹುತೇಕರು 25ರಿಂದ 45 ವಯೋಮಾನದವರು. ಅಧಿಕ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಇರುವ ಶೇ.25ರಷ್ಟು ಜನರು ಹೃದಯದ ಕಾಯಿಲೆಗೆ ತುತ್ತಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. 27ರಿಂದ 35 ವಯೋಮಾನದ ಗುಂಪಿನ ಯುವಪೀಳಿಗೆಯು ಜಡ ಜೀವನ ಶೈಲಿಯ ಕಾರಣದಿಂದ ಹೃದಯದ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಒಳಗಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ. ಹೃದಯದ ಸಮಸ್ಯೆ ಇರುವ ಉದ್ಯೋಗ ಮಾಡುವ ಮಹಿಳೆಯರ ಪೈಕಿ ಶೇ.25ರಷ್ಟು ಮಹಿಳೆಯರು ಹಾಗೂ ಶೇ. 30-40ರಷ್ಟು ಪುರುಷರು ವಿಪರೀತ ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡದ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಸಮೀಕ್ಷೆ ತಿಳಿಸಿದೆ. ಯುವತಿಯರಲ್ಲಿ ಲಿಪಿಡ್ ಪ್ರೊಫೈಲ್ ಮತ್ತು ಕೊಲೆಸ್ಟ್ರಾಲ್ ಮಟ್ಟ ಹೆಚ್ಚಳವಾಗಿರುವುದು, ಸಿವಿಡಿ ಹೆಚ್ಚಾಗುವ ಅಪಾಯದ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚಿಸಿವೆ. ಬಹಳಷ್ಟು ವೇಳೆ ವಯೋಮಾನದವರು ಎದೆನೋವು ಕಡೆಗಣಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇದು ಹಠಾತ್ ಹೃದಯಾಘಾತಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಕಳೆದ ವರ್ಷ ಅತೀಯಾದ ಒತ್ತಡ ಜೊತೆಗೆ ಧೂಮ್ರಪಾನ ಹೃದಯ ಕಾಯಿಲೆಯನ್ನು ಶೇ.10ರಿಂದ 15ರಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಿಸಿದೆ. ಪಬ್‌ಮೆಡ್ ವರದಿ ಪ್ರಕಾರ ಭಾರತವೊಂದರಲ್ಲಿಯೇ ಅಂದಾಜು ಶೇ. 25ರಷ್ಟು ಸಾವುಗಳು ಹೃದಯನಾಳದ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿವೆ. 2023ರ ವೇಳೆಗೆ ವಿಶ್ವದಾದ್ಯಂತ ಹೃದಯನಾಳೀಯ ರೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ ಶೇ.50ರಷ್ಟು ಜನರು ನಮ್ಮಲ್ಲಿಯೇ ಇರುತ್ತಾರೆ ಎಂಬ ಅಂದಾಜಿದೆ. ಸೆ.29ರಂದು ವಿಶ್ವ ಹೃದಯ ದಿನ. ವಿಶ್ವ ಹೃದಯ ಒಕ್ಕೂಟವು ಈ ಪ್ರಯತ್ನ ಆರಂಭಿಸಿದೆ. ಇದರ ಉದ್ದೇಶ ಹೃದಯನಾಳೀಯ ಕಾಯಿಲೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸಾರ್ವಜನಿಕರಲ್ಲಿ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುವುದಾಗಿದೆ. 'ಪರಿಸರವನ್ನು ಆರೋಗ್ಯಕರವಾಗಿರಿಸಿ, ಹೃದಯದ ಆರೋಗ್ಯ ಸುಧಾರಿಸಿ' ಎಂಬುದು ಈ ವರ್ಷದ ಧ್ಯೇಯವಾಗಿದೆ. ಹೃದಯಾಘಾತದಿಂದ ಆಗುವ ಸಾವುಗಳಲ್ಲಿ ಶೇ.80 ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಆಗುತ್ತವೆ. ವಿಶ್ವದ ಒಟ್ಟು ಜನಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಭಾರತದ ಜನಸಂಖ್ಯೆ ಶೇ.20ಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಇದ್ದರೂ ಹೃದಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಲ್ಲಿ ಶೇ.60 ಭಾರತದಲ್ಲಿಯೇ ಇವೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಶೇ.40 ಮಹಿಳೆಯರು ಎಂದು ಆರೋಗ್ಯ ಆರೈಕೆಯ ತಜ್ಞ ಮತ್ತು ಇಂಡಸ್ ಹೆಲ್ತ್ ಪ್ಲಸ್ ಜೆಎಂಡಿ ಅಮೋಲ್ ನಾಯಿಕವಾಡಿ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

Publication: Sanjevani
Edition: Hubli
Date: 29.9.14
Page No: 2
Headline: 25% of population at higher risk of heart diseases

ಶೇ.25 ಜನರ ಕಾಡುತ್ತಿದೆ ಹೃದ್ರೋಗ ಸಂಬಂಧಿ ಸಮಸ್ಯೆ

ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ : ಯುವ ಜನರಲ್ಲಿ ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಸಮಸ್ಯೆ ಶೇ. 15 ರಿಂದ 20ರಷ್ಟು ಏರಿವೆ ಎಂದು ಸಮೀಕ್ಷೆಯೊಂದು ಹೇಳಿದೆ. ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 29ರ ವಿಶ್ವ ಹೃದಯ ದಿನದ ಅಂಗವಾಗಿ ಇಂಡಸ್ ಹೆಲ್ತ್ ಪ್ಲಸ್ ಸಮೀಕ್ಷೆಯ ವರದಿಯನ್ನು ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಿದೆ. ಅವಳಿ ನಗರದ ಜನಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಶೇ 20ರಿಂದ 25ರಷ್ಟು ಜನರು ಹೃದಯದ ಕಾಯಿಲೆಯಿಂದ ನರಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ.

ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ-ಧಾರವಾಡ ವಲಯದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು ಶೇ 18ರಿಂದ 20ರಷ್ಟು ಜನರು ಸ್ಥೂಲಕಾಯಿಗಳಾಗಿದ್ದು, ಇವರ ಪೈಕಿ ಬಹುತೇಕರು 25ರಿಂದ 45 ವಯೋಮಾನದವರು. ಅಧಿಕರೊತ್ತಡ ಇರುವ ಶೇ 25ರಷ್ಟು ಜನರು ಹೃದಯದ ಕಾಯಿಲೆಗೆ ತುತ್ತಾಗಿದ್ದಾರೆ. 27ರಿಂದ 35 ವಯೋಮಾನದ ಗುಂಪಿನ ಯುವ ಪೀಳಿಗೆ, ಜಡ ಜೀವನಶೈಲಿಯು ಕಾರಣ ಹೃದಯದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚಿದೆ.

ಹೃದಯದ ಸಮಸ್ಯೆ ಇರುವ ಉದ್ಯೋಗ ಮಾಡುವ ಮಹಿಳೆಯರ ಪೈಕಿ ಶೇ 25 ರಷ್ಟು ಮಹಿಳೆಯರು ಹಾಗೂ ಶೇ 30ರಿಂದ -40 ರಷ್ಟು ಪುರುಷರು ವಿಪರೀತ ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡದ ಪರಿಸರಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಸಮೀಕ್ಷೆ ತಿಳಿಸಿದೆ.

ಯುವತಿಯಲ್ಲಿ ಲಿಪಿಡ್ ಪ್ರೊಫೈಲ್ ಮತ್ತು ಕೊಲೆಸ್ಟ್ರಾಲ್ ಮಟ್ಟ ಹೆಚ್ಚಳವಾಗಿರುವುದು, ಸಿವಿಡಿ ಹೆಚ್ಚಾಗುವ ಅಪಾಯದ ಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿವೆ. ಜಂಕ್ ಆಹಾರ ಮತ್ತು ಕರಿದ ಪದಾರ್ಥಗಳ ಸೇವನೆ, ಸಂಸ್ಕರಿಸಿದ ಮತ್ತು ಪ್ಯಾಕ್ ಮಾಡಲಾದ ಆಹಾರ ಮತ್ತು ವ್ಯಾಯಾಮದ ಕೊರತೆ, ಹೃದಯದ ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತವೆ. ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಹೃದಯದ ಕಾಯಿಲೆಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದ್ದರೂ, ಅದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಚಿಕಿತ್ಸಾತ್ಮಕ ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಹೆಚ್ಚು ಒಲವು ತೋರುತ್ತಿಲ್ಲ. ಪುರುಷರಲ್ಲಿಯೂ ಹೃದಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವವರ ವಯೋಮಿತಿ ಇಳಿದಿದೆ. ಅನೇಕ ವೇಳೆ ಈ ವಯೋಮಾನದವರು ಎದೆ ನೋವನ್ನು ಕಡೆಗಾಣಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇದು ಹಠಾತ್ ಹೃದಯಾಘಾತಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. 30 ವರ್ಷದ ಕೆಳಗಿನ ಅನೇಕರು ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಹೃದಯಾಘಾತಕ್ಕೆ ಹಾಗೂ ಅಡಚಣೆಗೊಂಡ ಅಪಧಮನಿಗಳಿಂದ ನರಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಕಳೆದ ವರ್ಷ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಟ್ಟದ ಒತ್ತಡ ಜೊತೆಗೆ ಧೂಮಪಾನ ಹೃದಯ ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ಶೇ 10 ರಿಂದ 15ರಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಿಸಿದೆ.

Publication: Sanje Darpana
Edition: Hubli
Date: 29.9.14
Page No:
Headline: 25% of population at higher risk of heart diseases

ನಗರದಲ್ಲಿ ಶೇ.25 ಜನರಿಂದ ಹೃದ್ರೋಗದ ಅಪಾಯ

ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ : ಯುವ ಜನರಲ್ಲಿ ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಸಮಸ್ಯೆ ಶೇ. 15 ರಿಂದ 20ರಷ್ಟು ಏರಿವೆ ಎಂದು ಸಮೀಕ್ಷೆಯೊಂದು ಹೇಳಿದೆ. ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 29ರ ವಿಶ್ವ ಹೃದಯ ದಿನದ ಅಂಗವಾಗಿ ಇಂಡಸ್ ಹೆಲ್ತ್ ಪ್ಲಸ್ ಸಮೀಕ್ಷೆಯ ವರದಿಯನ್ನು ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಿದೆ. ಅವಳಿ ನಗರದ ಜನಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಶೇ 20ರಿಂದ 25ರಷ್ಟು ಜನರು ಹೃದಯದ ಕಾಯಿಲೆಯಿಂದ ನರಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ.

ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ-ಧಾರವಾಡ ವಲಯದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು ಶೇ 18ರಿಂದ 20ರಷ್ಟು ಜನರು ಸ್ಥೂಲಕಾಯಿಗಳಾಗಿದ್ದು, ಇವರ ಪೈಕಿ ಬಹುತೇಕರು 25ರಿಂದ 45 ವಯೋಮಾನದವರು. ಅಧಿಕರೊತ್ತಡ ಇರುವ ಶೇ 25ರಷ್ಟು ಜನರು ಹೃದಯದ ಕಾಯಿಲೆಗೆ ತುತ್ತಾಗಿದ್ದಾರೆ. 27ರಿಂದ 35 ವಯೋಮಾನದ ಗುಂಪಿನ ಯುವ ಪೀಳಿಗೆ, ಜಡ ಜೀವನಶೈಲಿಯ ಕಾರಣ ಹೃದಯದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚಿದೆ.

ಹೃದಯದ ಸಮಸ್ಯೆ ಇರುವ ಉದ್ಯೋಗ ಮಾಡುವ ಮಹಿಳೆಯರ ಪೈಕಿ ಶೇ 25 ರಷ್ಟು ಮಹಿಳೆಯರು ಹಾಗೂ ಶೇ 30ರಿಂದ -40 ರಷ್ಟು ಪುರುಷರು ವಿಪರೀತ ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡದ ಪರಿಸರಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಸಮೀಕ್ಷೆ ತಿಳಿಸಿದೆ.

ಯುವತಿಯಲ್ಲಿ ಲಿಪಿಡ್ ಪ್ರೊಫೈಲ್ ಮತ್ತು ಕೊಲೆಸ್ಟ್ರಾಲ್ ಮಟ್ಟ ಹೆಚ್ಚಳವಾಗಿರುವುದು, ಸಿವಿಡಿ ಹೆಚ್ಚಾಗುವ ಅಪಾಯದ ಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿವೆ. ಜಂಕ್ ಆಹಾರ ಮತ್ತು ಕರಿದ ಪದಾರ್ಥಗಳ ಸೇವನೆ, ಸಂಸ್ಕರಿಸಿದ ಮತ್ತು ಪ್ಯಾಕ್ ಮಾಡಲಾದ ಆಹಾರ ಮತ್ತು ವ್ಯಾಯಾಮದ ಕೊರತೆ, ಹೃದಯದ ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತವೆ. ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಹೃದಯದ ಕಾಯಿಲೆಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದ್ದರೂ, ಅದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಚಿಕಿತ್ಸಾತ್ಮಕ ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಹೆಚ್ಚು ಒಲವು ತೋರುತ್ತಿಲ್ಲ. ಪುರುಷರಲ್ಲಿಯೂ ಹೃದಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವವರ ವಯೋಮಿತಿ ಇಳಿದಿದೆ. ಅನೇಕ ವೇಳೆ ಈ ವಯೋಮಾನದವರು ಎದೆ ನೋವನ್ನು ಕಡೆಗಾಣಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇದು ಹಠಾತ್ ಹೃದಯಾಘಾತಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. 30 ವರ್ಷದ ಕೆಳಗಿನ ಅನೇಕರು ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಹೃದಯಾಘಾತಕ್ಕೆ ಹಾಗೂ ಅಡಚಣೆಗೊಂಡ ಅಪಧಮನಿಗಳಿಂದ ನರಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಕಳೆದ ವರ್ಷ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಟ್ಟದ ಒತ್ತಡ ಜೊತೆಗೆ ಧೂಮಪಾನ ಹೃದಯ ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ಶೇ 10 ರಿಂದ 15ರಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಿಸಿದೆ.

Publication: Samyukta Karnataka
Edition: Hubli
Date: 29.9.14
Page No: 6
Headline: 25% of population at higher risk of heart diseases

ಶೇ. 25 ಜನರಿಂದ ಹೃದ್ರೋಗದ ಅಪಾಯ

ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ, ಸೆ.27: ಯುವ ಜನರಲ್ಲಿ ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಸಮಸ್ಯೆ ಶೇ. 15 ರಿಂದ 20ರಷ್ಟು ಏರಿವೆ ಎಂದು ಸಮೀಕ್ಷೆಯೊಂದು ಹೇಳಿದೆ. ದಿ. 29ರ ವಿಶ್ವ ಹೃದಯ ದಿನದ ಅಂಗವಾಗಿ ಇಂಡಸ್ ಹೆಲ್ತ್ ಪ್ಲಸ್ ಸಮೀಕ್ಷೆ ವರದಿ ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಿದೆ.

ಅವಳಿ ನಗರದ ಜನಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಶೇ. 20 ರಿಂದ 25 ರಷ್ಟು ಜನರು ಹೃದಯದ ಕಾಯಿಲೆಯಿಂದ ನರಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ. ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ-ಧಾರವಾಡ ವಲಯದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು ಶೇ. 18 ರಿಂದ 20 ರಷ್ಟು ಜನರು ಸ್ಥೂಲಕಾಯಿಗಳಾಗಿದ್ದು, ಇವರ ಪೈಕಿ ಬಹುತೇಕರು 25 ರಿಂದ 45 ವಯೋಮಾನದವರು. ಅಧಿಕರೊತ್ತಡ ಇರುವ ಶೇ. 25 ರಷ್ಟು ಜನರು ಹೃದಯದ ಕಾಯಿಲೆಗೆ ತುತ್ತಾಗಿದ್ದಾರೆ. 27 ರಿಂದ 35 ವಯೋಮಾನದ ಗುಂಪಿನ ಯುವ ಪೀಳಿಗೆ, ಜಡ ಜೀವನ ಶೈಲಿಯ ಕಾರಣ ಹೃದಯದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚಿದೆ.

ಹೃದಯದ ಸಮಸ್ಯೆ ಇರುವ ಉದ್ಯೋಗ ಮಾಡುವ ಮಹಿಳೆಯರ ಪೈಕಿ ಶೇ. 25 ರಷ್ಟು ಮಹಿಳೆಯರು ಹಾಗೂ ಶೇ. 30 ರಿಂದ 40 ರಷ್ಟು ಪುರುಷರು ವಿಪರೀತ ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡದ ಪರಿಸರಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಸಮೀಕ್ಷೆ ತಿಳಿಸಿದೆ.

ಹೃದಯಾಘಾತದಿಂದ ಆಗುವ ಸಾವುಗಳಲ್ಲಿ ಶೇ. 80 ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಆಗುತ್ತವೆ. ವಿಶ್ವದ ಒಟ್ಟು ಜನಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಭಾರತದ ಜನಸಂಖ್ಯೆ ಶೇ. 20 ಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಇದ್ದರೂ ಹೃದಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಲ್ಲಿ ಶೇ. 60 ಭಾರತದಲ್ಲಿಯೇ ಇವೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಶೇ. 40 ಮಹಿಳೆಯರು. ಹೃದಯ ಕಾಯಿಲೆಗಳು ಮತ್ತು ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯುಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಅಕಾಲಿಕ ಮರಣಗಳಲ್ಲಿ ಶೇ. 80ನ್ನು ದೂರವಿಡಬಹುದು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಆರೋಗ್ಯ ಆರೈಕೆಯ ತಜ್ಞ ಮತ್ತು ಇಂಡಸ್ ಹೆಲ್ತ್ ಪ್ಲಸ್ ಜೆಎಂಡಿ ಅಮೋಲ್ ನಾಯಿಕ್‌ವಾಡಿ.

Publication: Nagarikavani
Edition: Hubli
Date: 28.9.14
Page No: 4
Headline: 25% of population at higher risk of heart diseases

ನಗರದಲ್ಲಿ ಶೇ.25 ಜನರಿಂದ ಹೃದ್ರೋಗದ ಅಪಾಯ

ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ, ಸೆ.27: ಯುವ ಜನರಲ್ಲಿ ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಸಮಸ್ಯೆ ಶೇ. 15 ರಿಂದ 20ರಷ್ಟು ಏರಿವೆ ಎಂದು ಸಮೀಕ್ಷೆಯೊಂದು ಹೇಳಿದೆ. ದಿ. 29ರ ವಿಶ್ವ ಹೃದಯ ದಿನದ ಅಂಗವಾಗಿ ಇಂಡಸ್ ಹೆಲ್ತ್ ಪ್ಲಸ್ ಸಮೀಕ್ಷೆ ವರದಿ ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಿದೆ.

ಅವಳಿ ನಗರದ ಜನಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಶೇ. 20 ರಿಂದ 25 ರಷ್ಟು ಜನರು ಹೃದಯದ ಕಾಯಿಲೆಯಿಂದ ನರಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ. ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ–ಧಾರವಾಡ ವಲಯದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು ಶೇ. 18 ರಿಂದ 20 ರಷ್ಟು ಜನರು ಸ್ಥೂಲಕಾಯಿಗಳಾಗಿದ್ದು, ಇವರ ಪೈಕಿ ಬಹುತೇಕರು 25 ರಿಂದ 45 ವಯೋಮಾನದವರು. ಅಧಿಕರೊತ್ತಡ ಇರುವ ಶೇ. 25 ರಷ್ಟು ಜನರು ಹೃದಯದ ಕಾಯಿಲೆಗೆ ತುತ್ತಾಗಿದ್ದಾರೆ. 27 ರಿಂದ 35 ವಯೋಮಾನದ ಗುಂಪಿನ ಯುವ ಪೀಳಿಗೆ, ಜಡ ಜೀವನ ಶೈಲಿಯ ಕಾರಣ ಹೃದಯದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚಿದೆ.

Publication: Kannadamma
Edition: Hubli
Date: 27.9.14
Page No: 3
Headline: 25% of population in Hubli at higher risk of heart diseases

ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿಯ ಶೇ 25 ಜನರಿಗೆ ಹೃದ್ರೋಗದ ಅಪಾಯ

ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ, ಸೆ.26 : ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿಯ ಯುವಜನರಲ್ಲಿ ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಸಮಸ್ಯೆ ಶೇ.15 ರಿಂದ 20ರಷ್ಟು ಏರಿವೆ ಎಂದು ಸಮೀಕ್ಷೆಯೊಂದು ಹೇಳಿದೆ. ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 29ರ ವಿಶ್ವ ಹೃದಯ ದಿನದ ಅಂಗವಾಗಿ ಇಂಡಸ್ ಹೆಲ್ತ್ ಪ್ಲಸ್ ಸಮೀಕ್ಷೆಯ ವರದಿಯನ್ನು ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಿದೆ. ಅವಳಿ ನಗರದ ಜನಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಶೇ.20 ರಿಂದ 25ರಷ್ಟು ಜನರು ಹೃದಯದ ಕಾಯಿಲೆಯಿಂದ ನರಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ.

ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ-ಧಾರವಾಡ ವಲಯದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು ಶೇ 18ರಿಂದ 20ರಷ್ಟು ಜನರು ಸ್ಥೂಲಕಾಯಿಗಳಾಗಿದ್ದು, ಇವರ ಪೈಕಿ ಬಹುತೇಕರು 25 ರಿಂದ 45 ವಯೋಮಾನದವರು. ಅಧಿಕರೊತ್ತಡ ಇರುವ ಶೇ 25ರಷ್ಟು ಜನರು ಹೃದಯದ ಕಾಯಿಲೆಗೆ ತುತ್ತಾಗಿದ್ದಾರೆ. 27 ರಿಂದ 35 ವಯೋಮಾನದ ಗುಂಪಿನ ಯುವಪೀಳಿಗೆ, ಜಡ ಜೀವನಶೈಲಿಯ ಕಾರಣ ಹೃದಯದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚಿದೆ.ಹೃದಯದ ಸಮಸ್ಯೆ ಇರುವ ಉದ್ಯೋಗ ಮಾಡುವ ಮಹಿಳೆಯರ ಪೈಕಿ ಶೇ 25 ರಷ್ಟು ಮಹಿಳೆಯರು ಹಾಗೂ ಶೇ 30 ರಿಂದ 40 ರಷ್ಟು ಪುರುಷರು ವಿಪರೀತ ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡದ ಪರಿಸರಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಸಮೀಕ್ಷೆ ತಿಳಿಸಿದೆ.

ಜಂಕ್ ಆಹಾರ ಮತ್ತು ಕರಿದ ಪದಾರ್ಥಗಳ ಸೇವನೆ, ಸಂಸ್ಕರಿಸಿದ ಮತ್ತು ಪ್ಯಾಕ್ ಮಾಡಲಾದ ಆಹಾರ ಮತ್ತು ವ್ಯಾಯಾಮದ ಕೊರತೆ, ಹೃದಯದ ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತವೆ. ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಹೃದಯದ ಕಾಯಿಲೆಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದ್ದರೂ, ಅದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಚಿಕಿತ್ಸಾತ್ಮಕ ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಹೆಚ್ಚು ಒಲವು ತೋರುತ್ತಿಲ್ಲ. ಪುರುಷರಲ್ಲಿಯೂ ಹೃದಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವವರ ವಯೋಮಿತಿ ಇಳಿದಿದೆ.

ಪಬ್‌ಮೆಡ್ ವರದಿಯ ಪ್ರಕಾರ ಕೇವಲ ಭಾರತದಲ್ಲೇ ಸುಮಾರು ಶೇ 25 ಸಾವುಗಳು ಹೃದಯನಾಳದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿವೆ. 2023ರ ವೇಳೆಗೆ ವಿಶ್ವಾದ್ಯಂತ ಹೃದಯನಾಳೀಯ ರೋಗಿಗಳ ಶೇ 50 ನಮ್ಮಲ್ಲೇ ಇರುತ್ತಾರೆ ಎಂಬ ಅಂದಾಜಿದೆ. ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 29 ವಿಶ್ವ ಹೃದಯ ದಿನ. ಈ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದ್ದು ವಿಶ್ವ ಹೃದಯ ಒಕ್ಕೂಟ. ಇದರ ಉದ್ದೇಶ ಹೃದಯನಾಳೀಯ ಕಾಯಿಲೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸಾರ್ವಜನಿಕರಲ್ಲಿ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುವುದು. ಈ ವರ್ಷದ ಧ್ಯೇಯ ಹೃದಯಾಘಾತದಿಂದ ಆಗುವ ಸಾವುಗಳಲ್ಲಿ ಶೇ80 ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಆಗುತ್ತವೆ. ವಿಶ್ವದ ಒಟ್ಟು ಜನಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಭಾರತದ ಜನಸಂಖ್ಯೆ ಶೇ 20ಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಇದ್ದರೂ ಹೃದಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಲ್ಲಿ ಶೇ 60 ಭಾರತದಲ್ಲಿಯೇ ಇವೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಶೇ 40 ಮಹಿಳೆಯರು. ಹೃದಯ ಕಾಯಿಲೆಗಳು ಮತ್ತು ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯುಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಅಕಾಲಿಕ ಮರಣಗಳಲ್ಲಿ ಶೇ.80ನ್ನು ದೂರವಿಡಬಹುದು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಆರೋಗ್ಯ ಆರೈಕೆಯ ತಜ್ಞ ಮತ್ತು ಇಂಡಸ್ ಹೆಲ್ತ್ ಪ್ಲಸ್ ಜೆಎಂಡಿ ಅಮೋಲ್ ನಾಯಿಕ್‌ವಾಡಿ.