

मेडिकल चेक-अप कितना मददगार?

आजकल यह बात बार-बार कही जाती है कि आपको नियमित मेडिकल चेक-अप करवाना चाहिए। ऐसा नहीं है कि यह सलाह तभी दी जाती हो जब आपको किसी बीमारी का विशेष जोखिम हो। कहा तो यह जाता है कि अच्छे-खासे स्वस्थ व्यक्ति को भी साल में एकाध बार तो पूर्ण मेडिकल चेक-अप करा ही लेना चाहिए। जब से पूर्ण शरीर स्कैन की तकनीक आई है, तब से चिकित्सा जगत सारे लोगों को नियमित रूप से शरीर स्कैन कराने की सलाह देने लगा है।

कहते हैं कि इस तरह के नियमित चेक-अप से किसी भी बीमारी को प्रारंभिक अवस्था में ही पहचाना जा सकेगा। इसके अलावा, आपको यह भी पता चल जाएगा कि भविष्य में आपको कौन-से रोग होने की आशंका है। मगर एक ताज़ा अध्ययन ने नियमित मेडिकल चेक-अप की अवधारणा पर सवाल खड़े कर दिए हैं।

लंदन स्थित एक स्वैच्छिक संगठन *सेन्स अबाउट साइन्स* द्वारा तैयार की गई एक रिपोर्ट का निष्कर्ष है कि यदि आप चुस्त-दुरुस्त और स्वस्थ हैं तो ऐसे स्कैन या रक्त परीक्षण या डी.एन.ए. परीक्षणों पर पैसा बरबाद न करें जो दावा करते हैं कि आपको भविष्य में हो सकने वाली बीमारियों से आगाह कर



देंगे। *सेन्स अबाउट साइन्स* के लिए यह अध्ययन कुछ ब्रिटिश डॉक्टरों ने किया है। रिपोर्ट में बताया गया है कि ऐसे परीक्षण कई बार हमें झूठा आश्वासन दे देते हैं कि हम सुरक्षित हैं या यह भविष्यवाणी कर देते हैं कि आपको अमुक बीमारी होने वाली है।

रिपोर्ट के एक लेखक एण्ड्र्यू ग्रीन का मत है कि ऐसे नियमित मेडिकल परीक्षणों को लेकर दो तरह के सवाल होते हैं। पहला सवाल यह है कि क्या ये परीक्षण वैज्ञानिक रूप से वैध जानकारी मुहैया कराते हैं। दूसरा सवाल यह है कि व्यक्ति पर इन परीक्षणों का क्या असर होता है।

जैसे, यदि धूम्रपान करने वाले किसी व्यक्ति का कोलेस्ट्रॉल स्तर ठीक-ठाक निकलता है तो उसे लगेगा कि वह स्वस्थ है, और शायद धूम्रपान जारी रखेगा। दूसरी ओर कुछ परीक्षण स्वयं जोखिम पैदा कर सकते हैं। जैसे पूर्ण शरीर स्कैन व्यक्ति को अनावश्यक विकिरण देने जैसा है। इसी प्रकार से कोलोनेस्कोपी में खतरा रहता है कि परीक्षण के दौरान आंत में छिद्र हो जाएंगे। इसके अलावा, भावी बीमारी की आशंका में व्यक्ति मनोवैज्ञानिक तनाव भी महसूस कर सकता है। कुल मिलाकर रिपोर्ट के लेखक सलाह देते हैं कि आपको स्वस्थ जीवन की सामान्य बातों पर ध्यान देना चाहिए। जैसे स्वस्थ भोजन, व्यायाम वगैरह। (*स्रोत फीचर्स*)