

‘फूड’ फॉर थॉट

- डॉ. कपिल झिरपे

संचालक, अतिदक्षता विभाग, रुबी हॉल क्लिनिक

आठवड्यातला मधला दिवस. तुलनेत जरासा शांत व काहीसा ताणविरहित असा. नेहमीप्रमाणे, मी माझ्या स्टाफ व सहकाऱ्यांसमवेत सकाळचा राउंड घेत होता. पुढच्या बेडवरील रुग्णाकडून काहीसा कुरबूर सुरु असल्याचा आवाज आला. मला वाटलं, आपण तिथं थांबून त्या रुग्णाशी बोलायला हवं. ही रुग्ण होती एक ८२ वर्षीय आज्जी. अस्वस्थ वाटत असल्याच्या तक्रारीमुळं त्यांना इथं दाखल करण्यात आलं होतं. आज त्या एकदम ताज्यातवाण्या, उत्साही दिसत होत्या.

मी विचारलं, “काय आज्जी काय झालं?”

माझ्या समवेत असलेली नर्स पुटपूटली... “सर त्यांना नाश्ता आवडलेला नाही.” मी नाशत्याच्या प्लेटकडे नजर टाकली आणि मला हे प्रकरण लक्षात आलं. यात नाशत्याच्या दर्जा अथवा स्वच्छतेचा काही संबंध नव्हता. हॉस्पिटलमधील रुग्णासाठी योग्य असाच तो नाश्ता होता. सर्व व्यवस्थित होते. मात्र, रुग्णाच्या नजरेतून पाहिलं तर मात्र तो नक्कीच परिपूर्ण नव्हता. असं काय होतं त्या प्लेटमध्ये. उपमा, खीर, मारीची २ बिस्कट, ब्राउन ब्रेडच्या २ स्लाइस, चिज आणि चहा.

मी आज्जींना उत्सुकता म्हणून विचारलं, आज्जी तुम्हाला काय खावंसं वाटतंय?”

एक छानसं हास्य चेहऱ्यावर आणत आज्जी उत्तरल्या, “अंडा आम्लेट, मॅगी, चिज चिली टोस्ट किंवा बॉबिल !” म्हणजे, आपल्याला काय हवंयं हे त्यांच्या मनात पक्कं होतं. आपल्याला बेचव असं खाणं नको. अच्छा जी है तो, अच्छा खाना जरूरी है... अशा शब्दांत त्यांनी मला स्पष्ट सांगितलं.

मग मी त्यांच्या प्लेटमधील नाश्ता नेमका कसा आहे, त्याची चव घ्यायचं ठरवलं. उपमा जरा आळणी होता. मीठाचं प्रमाण कमी होतं. खिरीमध्येही साखरेचं प्रमाण कमी होतं.

पण आम्हाला रुग्णाच्या बाजूनं विचार करायला हवा होता. ते वेदनेने त्रासलेले असतात. औषधं चालू असल्यानं त्यांच्या तोंडची चवही गेलेली असते. बेडवर काहीशा अवघडलेल्या अवस्थेत ते असतात. अनेकदा तर सोबतीला कोणी नातेवाईकही नसतो. त्यावेळी माझ्या मनात विचार आला, अतिदक्षता विभागातल्या रुग्णांना केवळ ठराविक पद्धतीचा शास्त्रशुद्ध आहारच द्यायला हवा का? रुग्णाचं वय, त्याचं आयसीयूमधील वास्तव्य यांनुसार त्यांना काही आहार स्वातंत्र्य देता येईल का?

या घटनेनं माझ्या मनात ही विचारप्रक्रिया सुरु केली. याबाबत आपण अधिक व्यावहारिक, संवेदनशील दृष्टिकोन ठेवायला हवा. दुसऱ्या दिवशी, मी आमच्या डायटिशियन, माझे सहकारी डॉक्टर्स आणि मुख्य नर्स यांची बैठक घेतली. मी माझे विचार त्यांच्यापुढे मांडले आणि आम्ही सर्वांनी मिळून ठरवलं, की आयसीयू मधील निवडक

रुग्णांना (विशेषतः जे अधिक काळ वास्तव्यास आहेत) आपण अधिक स्वादिष्ट आहार देऊया. या प्रक्रियेत, रुग्णांना निवड करता येतील अशी पदार्थांची यादीही असेल. स्टाफमधील एका जबाबदार सहकाऱ्याने दररोज पदार्थांची चव घेऊन पाहायला हवी. शुद्धावस्थेत असलेल्या रुग्णांशी संवाद ठेऊन त्यांचा अभिप्राय घ्यायला हवा. आहारतज्ज्ञाने (डायटिशन) संबंधित डॉक्टरांची परवानगी घेऊन निवडक रुग्णांसाठी चॉकलेटस् तसेच जरा मसालेदार पदार्थांचाही अंतर्भाव आपल्या प्लॅनमध्ये करायला हवा. अशा या छोट्या गोष्टी रुग्णांच्या आरोग्यावर मोठा परिणाम करतात. काही ठराविक रुग्णांमध्ये डॉक्टरांच्या सलल्याने घेतलेला घरगुती आहार चांगले बदल आणू शकतात.

अतिदक्षता विभागात काम करताना येणारा प्रत्येक अनुभव काही शिकण्याची संधी देतो. आहाराबाबत विचार करायला लावणारा, निर्णय घ्यायला लावणारा हा धडा माझ्या सर्वात तरुण रुग्णानं दिला. त्यासाठी माझ्या या चिरतरुण रुग्णाचे मी आभार मानतो. संवेदनशीलता हा केवळ बोलण्याचा, ऐकण्याचा नव्हे तर अनुभवण्याचा विषय आहे, हे नक्की.