ദാനം നൽകാം; പുതിയൊരു ജീവിതം

ഒരു വ്യക്തിയുടെ ജീവൻ രക്ഷിക്കാൻ കഴിയുന്നത് മഹത്തരമായൊരു കാര്യമാണ്. ഒരുപക്ഷേ നമ്മുടെ ഈ ചെറിയ ജീവിതത്തിനിടയ്ക്ക് ചെയ്യാൻ കഴിയുന്ന ഏറ്റവും വലിയ നൻമ. ജീവിച്ചിരിക്കുമ്പോൾ തന്നെ വൃക്കകളിലൊന്ന് മറ്റൊരാൾക്ക് ദാനം നൽകാൻ കഴിയുമെങ്കിൽ, മരണ ശേഷം കണ്ണ്, ഹൃദയം എന്നിവ നൽകാനുള്ള സമ്മത പത്രം മുൻകൂട്ടി തയ്യാറാക്കി വയ്ക്കാവുന്നതാണ്. പക്ഷേ ഇക്കാര്യങ്ങളെ കുറിച്ച് വേണ്ടത്ര അവബോധം ഉള്ളവർ പോലും അവയവദാനത്തിൽ നിന്ന് ഒഴിഞ്ഞു മാറുന്നതായി കാണാം. ജീവിച്ചിരിക്കുമ്പോൾ അവയവദാനം നടത്തിയാൽ അത് തന്റെ ജീവിതത്തെ എങ്ങനെ ബാധിക്കുമെന്ന ആശങ്കയാണ് മിക്കവരെയും ഇതിൽ നിന്ന് അകറ്റി നിർത്തുന്നത്.

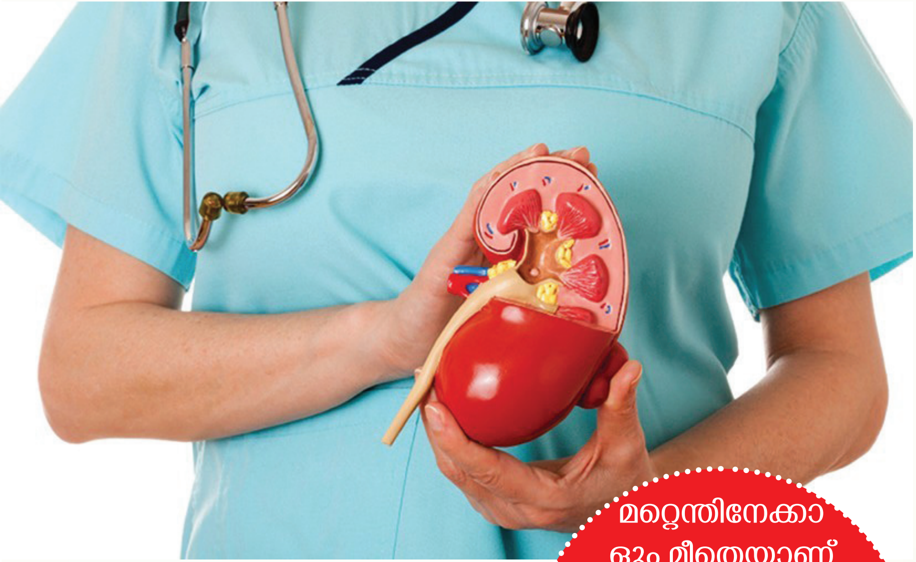
നളിനി ഒരു വീട്ടമ്മയാണ്. മുംബൈയിൽ ഭർത്താവിനും കുടുംബത്തിനുമൊപ്പം സന്തുഷ്ടകരമായി ജീവിതം മുന്നോട്ടു പോകുന്നതിനിടെയാണ് നാട്ടിലെ തന്റെ ഏക സഹോദരൻ അസുഖ ബാധിതനായി ആശുപത്രിയിലായ വിവരം അവർ അറിയുന്നത്. നാട്ടിലെത്തിയപ്പോൾ നളിനിയ്ക്ക് കാര്യങ്ങൾ വ്യക്തമായി മനസ്സിലാക്കാൻ കഴിഞ്ഞു. സഹോദരന്റെ വൃക്കകൾ തകരാറിലാണ്. വൃക്ക മാറ്റിവയ്ക്കുകയല്ലാതെ മറ്റൊരു പോംവഴിയില്ലെന്ന് ഡോക്ടർമാർ അറിയിച്ചു. എത്ര ശ്രമിച്ചിട്ടും ഒരു ഡോണറെ കണ്ടെത്താൻ അവർക്കു കഴിഞ്ഞില്ല. ഉറ്റബന്ധുക്കളിൽ ആരെങ്കിലും വൃക്ക ദാനം ചെയ്യാൻ തയ്യാറായാൽ ജീവൻ രക്ഷിക്കാൻ കഴിയുമെന്ന് ഡോക്ടർമാർ പറഞ്ഞതായി സഹോദരന്റെ ഭാര്യ നളിനിയോടു സൂചിപ്പിച്ചു. സഹോദരൻെറ ജീവൻ രക്ഷിക്കേണ്ടത് തൻെറകൂടെ കടമയല്ലേ എന്ന ചിന്ത അവരുടെ മനസ്സിലൂടെ കടന്നുപോയി. എന്തു ചെയ്യണമെന്ന് തീരുമാനിക്കാൻ കഴിയാത്ത അവസ്ഥ. ഭർത്താവി

സന്ധ്യാറാണി .എൽ
ചൈൽഡ് ആന്റ് ഫാമിലി കൗൺസിലർ
Consolace Counselling Services
നന്തൻകോട്, തിരുവനന്തപുരം & ചങ്ങനാശ്ശേരി
ഫോൺ: 9388183153
www.consolace.com

നോടും അദ്ദേഹത്തിന്റെ വീട്ടുകാരോടും സംസാരിച്ചപ്പോൾ പ്രതീക്ഷിച്ചതു പോലെ തന്നെ അവരെല്ലാം എതിർത്തു. എന്നാൽ സഹോദരന്റെ അവസ്ഥ നാൾക്കുനാൾ മോശമായി വരികയാണ്. വൃക്ക ദാനം ചെയ്യണമെന്ന് ആഗ്രഹമുണ്ടെങ്കിലും അതു നടപ്പിലാക്കാൻ മാനസികധൈര്യം ഇല്ലാത്തതായിരുന്നു നളിയുടെ പ്രശ്നം. വൃക്കദാനം ചെയ്തവർ പെട്ടെന്നു മരിക്കുമോ എന്ന ഭയം അവരെ അലട്ടി. പക്ഷേ കൂടുതൽ അന്വേഷിച്ചപ്പോൾ വൃക്കദാനം ചെയ്തിട്ടും വർഷങ്ങളായി ആരോഗ്യകരമായി ജീവിതം നയിക്കുന്ന അനേകം പേരെ അവർക്ക് കണ്ടെത്താൻ കഴിഞ്ഞു. അതോടെ തന്റെ ഭയത്തിന് അടിസ്ഥാനമില്ലെന്ന് അവർക്കു ബോധ്യപ്പെട്ടു. ചിലരെയെല്ലാം നേരിൽ കണ്ട് സംസാരിക്കാനും അവർക്ക് അവസരം ലഭിച്ചു. ഇതോടെ വൃക്കദാനം ചെയ്യാം എന്ന തീരുമാനത്തിൽ അവർ എത്തി. ഭർത്താവിന്റേയും വീട്ടുകാരുടേയും എതിർപ്പു മറികടക്കുയായിരുന്നു അടുത്ത കടമ്പ. നളിനിയെ പോലെ അവരും ഭയപ്പെട്ടത് വൃക്കദാനം ചെയ്തതിന് ശേഷമുള്ള ആരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങളെയാണ്. എന്നാൽ വൃക്കദാനം ചെയ്താൽ ആയുസ്സ് കുറയും എന്നത് ഒരു തെറ്റിദ്ധാരണയാണെന്ന് മനസ്സിലാക്കിയതോടെ അവരുടെ എതിർപ്പു കുറഞ്ഞു. അങ്ങനെ വീട്ടുകാരുടെ സമ്മതത്തോടെ തന്നെ വൃക്കമാറ്റിവയ്ക്കൽ ശസ്ത്രക്രിയ വിജയകരമായി നടന്നു. കഴിഞ്ഞ ഏഴുവർഷമായി നളിനിയും സഹോദരനും ആരോഗ്യകരമായി ജീവിതം നയിക്കുന്നു. ഒരുപക്ഷേ അന്ന് വൃക്കദാനം ചെയ്യാതിരിക്കുകയും സഹോദരന്റെ ജീവൻ അപായപ്പെടുകയും ചെയ്തിരുന്നുവെങ്കിൽ ജീവിതകാലം മുഴുവൻ കുറ്റബോധം അവരെ വേട്ടയാടുമായിരുന്നു.

നളിനിയുടെ ജീവിതത്തിൽ സന്തോഷം തിരികെ കൊണ്ടുവന്നത് അവരുടെ നൻമ നിറഞ്ഞ പ്രവർത്തിയാണ്. സഹോദരന്റെ ജീവന് തന്നോളം തന്നെ വില നൽകി തന്റെ വൃക്കകളിലൊന്ന് ദാനമായി നൽകാൻ അവർ കാണിച്ച മനസ്സാണ് ഇവിടെ അഭിനന്ദിക്കപ്പെടേണ്ടത്. ഭൂരിഭാഗം പേർക്കും അവയദാനത്തിന്റെ പ്രാധാന്യവും മഹത്വവും അറിയാമെങ്കിലും ഭയം മൂലമോ ബന്ധുക്കളുടെ സമ്മർദ്ദം കാരണമോ അവർ പിന്നോട്ടുവലിയുന്നു. ഒരു സാധാരണക്കാരനെ സംബന്ധിച്ചി

അവയവദാന ശസ്ത്രക്രിയയ്ക്കു മുൻപ് ഡോക്ടറുമായി വിശദമായി സംസാരിക്കണം. നിങ്ങളുടെ മനസ്സിലുള്ള ആശങ്കകൾ പങ്കുവയ്ക്കാം. ഡോക്ടറുടെ മറുപടിയിൽ സംതൃപ്തനല്ലെങ്കിൽ നിങ്ങൾക്ക് വിശ്വാസമുള്ള മറ്റൊരു ഡോക്ടറെ കണ്ട് സംസാരിക്കാം. ജീവൻ അപകടത്തിലാവുമോ, ആരോഗ്യ പ്രശ്നങ്ങൾ ഉണ്ടാകുമോ തുടങ്ങി മനസ്സിൽ സംശയങ്ങൾ അവശേഷിപ്പിച്ചു കൊണ്ട് ഒരിക്കലും അവയവദാനം നടത്തരുത്.



ടത്തോളം വൃക്കമാറ്റിവയ്ക്കൽ ശസ്ത്രക്രിയയുടെ ചെലവ് താങ്ങവുന്നതിനും അപ്പുറമാണ്. വൃക്ക പണം കൊടുത്ത് വാങ്ങേണ്ട സാഹചര്യം അവർക്ക് ചിന്തിക്കാവുന്നതിലും അപ്പുറമാണ്. സാമ്പത്തികമായി ഉയർന്നനിലയിലുള്ള സമൂഹത്തിലെ ഒരു ചെറിയ വിഭാഗത്തിനെ ഒഴിച്ചു നിർത്തിയാൽ ബാക്കി ബഹുഭൂരിപക്ഷം പേരും ഇത്തരം സന്ദർഭങ്ങളിൽ നിസ്സഹയരാണ്. അങ്ങനെ വരുമ്പോൾ അടുത്ത ബന്ധുക്കൾ മാത്രമാണ് അവർക്ക് ആശ്രയം. ബന്ധുക്കളിൽ ഒരാൾ വൃക്കദാനം നൽകാൻ തയ്യാറായി മുന്നോട്ടു വന്നാൽ രക്ഷപെടുന്നത് പ്രിയപ്പെട്ട ഒരാളുടെ ജീവനായിരിക്കും.

മറ്റെന്തിനേക്കാളും മീതെയാണ് അവയവദാനത്തിന്റെ മഹത്വം. മരണശേഷവും മറ്റൊരാളിലൂടെ നിങ്ങളുടെ അവയവങ്ങൾ ഈ ലോകത്ത് ജീവിക്കുന്നു.

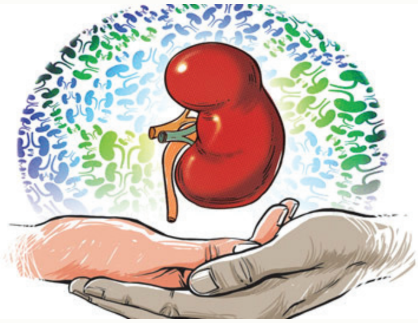
ഭയത്തെ മറികടക്കാം

അവയവദാനശസ്ത്രക്രിയ എന്റെ ജീവൻ അപകടത്തിലാക്കുമോ ? അവയവദാനത്തിന് ഒരുങ്ങുന്ന എല്ലാവരും ആദ്യം ചോദിക്കുന്ന ചോദ്യങ്ങളിലൊന്നാണിത്. മറ്റേതൊരു ശസ്ത്രക്രിയയിലും അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന എല്ലാ റിസ്കും അവയവദാന ശസ്ത്രക്രിയയ്ക്കും ബാധകമാണ്. റിസ്ക് ഉണ്ട് എന്നു കരുതി ജീവിതത്തിലെ മറ്റ് ശസ്ത്രക്രിയകളൊക്കെ നിങ്ങൾ ഒഴിവാക്കാറുണ്ടോ? ഇല്ല. അപ്പോൾ പിന്നെ അവയവദാനത്തെ മാത്രമായി മാറ്റിനിർത്തേണ്ടതില്ല. അവയവദാനത്തെ തുടർന്ന് ആരോഗ്യ പ്രശ്നങ്ങളുണ്ടാകുമോ എന്നതാണ് പിന്നീട് ഉയർന്നുവരുന്ന സംശയങ്ങളിൽ പ്രധാനം. അവയവമാറ്റശസ്ത്രക്രിയയ്ക്കു ഒരുങ്ങുമ്പോൾ തന്നെ ഡോക്ടർമാർ ഇതെ കുറിച്ച് സ്വീകർത്താവിനോടും (recipient) ദാതാവിനോടും (Donor) വിശദമായി സംസാരിക്കും. ആവശ്യമായ മെഡിക്കൽ പരിശോധനകളും നടത്തും. ഇതിനു ശേഷവും ഭയം നിങ്ങളെ വേട്ടയാടുന്നുണ്ടെങ്കിൽ ഈ രംഗത്ത് പ്രാവീണ്യം തെളിയിച്ച മറ്റൊരു ഡോക്ടറുടെ ഉപദേശം തേടാം. അവയവദാനശസ്ത്രക്രിയ വിജയകരമായി പൂർത്തിയാക്കിയ വ്യക്തികളെ നേരിൽ കാണാം. അവയവം ദാനം ചെയ്തശേഷം എന്തെങ്കിലും പ്രത്യേകമായ ആരോഗ്യ പ്രശ്നങ്ങൾ അനുഭവപ്പെട്ടിരുന്നുവോ എന്ന് അവരോടു തന്നെ ചോദിച്ചറിയാം. ഇതെല്ലാം നിങ്ങളുടെ ഭയം കുറയ്ക്കാൻ സഹായിക്കും. അവയവദാനത്തെ കുറിച്ച് അറിവു നൽകുന്ന പുസ്തകങ്ങൾ തേടിപ്പിടിച്ച് വായിക്കാം. വിദഗ്ധരായ ഡോക്ടർമാർ ഈ വിഷയത്തെ പറ്റി എഴുതിയ ലേഖനങ്ങൾ ഇന്റർനെറ്റിലും ലഭ്യമാണ്. അവയവദാനത്തിന്റെ ശാസ്ത്രീയവശങ്ങളെ കുറിച്ച് മനസ്സിലാക്കാൻ ഇവ സഹായകരമാണ്. ധരിച്ചു വച്ചിരിക്കുന്നതു പോലെ അപകടകരമായ ഒരു സംഗതിയല്ല അവയവദാനം എന്ന് മനസ്സിനെ വിശ്വസിപ്പിക്കാൻ കഴിഞ്ഞാൽ മാത്രമേ ഭയത്തിൽ നിന്നു പുറത്തു കടക്കാൻ നിങ്ങൾക്കു കഴിയൂ.

അവർക്കൊപ്പം നിൽക്കാം

പൂർണ്ണ മനസ്സോടെ അവയവദാനത്തിന് തയ്യാറായി ഒരാൾ മുന്നോട്ടു വന്നാലും അയാളെ പിന്നോട്ടു വലിക്കുന്ന ചില ഘടകങ്ങൾ ഉണ്ട്. കുടുംബവും വീട്ടുകാരുമാണ് അതിൽ പ്രധാനം. അവയദാനം നടത്തുന്നത് സാമ്പത്തികമായി കുടുംബത്തെ മുന്നോട്ടു നയിക്കുന്ന വ്യക്തിയാണെങ്കിൽ എതിർപ്പിന്റെ ആഴം കൂടും. അവയവദാനം നടക്കപ്പെടുന്നത് രണ്ട് കുടുംബങ്ങൾക്കിടയിലാണെങ്കിലും പ്രശ്നങ്ങൾ ഉണ്ടാകാൻ സാധ്യത ഏറെയാണ്. ഇത്തരം ഘട്ടങ്ങളിൽ തീരുമാനത്തിൽ നിന്ന് വ്യതിചലിക്കാതെ ഉറ്റവരുടെ ആശങ്കകൾ പരിഹരിച്ചു കൊണ്ടു മുന്നോട്ടു പോകുകയാണ് വേണ്ടത്. എത്ര ശ്രമിച്ചാലും അവയവദാനത്തിനൊരുങ്ങുന്ന വ്യക്തിയുടെ വാക്കുകളെ കുടുംബം പൂർണ്ണമായി വിശ്വാസത്തിലെടുക്കണമെന്നില്ല. അവയവം സ്വീകരിക്കാനൊരുങ്ങുന്ന വ്യക്തിയെയാകട്ടെ അവർ ചിലപ്പോൾ ഒരു ശത്രുവിന്റെ സ്ഥാനത്താകും കാണുന്നത്. അതിനാൽ ഇക്കാര്യത്തിൽ വിദഗ്ധനായ ഒരു ഡോക്ടറുടേയും കൗൺസിലറുടേയും സേവനം തേടുന്നതാണ് ഉചിതം. ബന്ധുക്കളുടെ ആശങ്കകൾ പരിഹരിക്കാനും അവരുടെ സംശയങ്ങൾക്ക് മറുപടി നൽകാനും ഒരുപരിധി വരെ അവർക്കു കഴിയും. അവയവദാനം നടത്തി ആരോഗ്യത്തോടെ ജീവിക്കുന്ന വ്യക്തികളെ ബന്ധുക്കൾക്ക് പരിചയപ്പെടുത്താനും ശ്രമിക്കുക.

അവയവദാനത്തിന് ഒരുങ്ങി നിൽക്കുന്ന വ്യക്തിയെ അതിൽ നിന്ന് പിന്തിരിപ്പിക്കുന്ന വ്യക്തികൾ അറിഞ്ഞോ അറിയാതെയോ മറ്റൊരാളുടെ ജീവിതം കൊണ്ടാണ് കളിക്കുന്നത്. ഒരാൾക്ക് ജീവിതത്തിലേയ്ക്ക് മടങ്ങിവരാനുള്ള അവസാനപഴുതാവും നിങ്ങളുടെ വാക്കുകൾ കൊണ്ട് നഷ്ടപ്പെടുന്നത്. മറ്റൊരാളുടെ ജീവൻ രക്ഷിക്കാൻ സ്വന്തം അവയവം ദാനം ചെയ്യാൻ തയ്യാറായി ഒരാൾ മുന്നോട്ടു വരുമ്പോൾ അയാളുടെ പ്രവർത്തിയുടെ മഹത്വം തിരിച്ചറിഞ്ഞ് ഒപ്പം നിൽക്കുകയാണ് വേണ്ടത്. അയാളെ തീരുമാനത്തിൽ ഉറച്ചു നിൽക്കാൻ പ്രേരിപ്പിക്കുകയും ധൈര്യം പകരുകയും ചെയ്യണം. ഏതുപ്രതിസന്ധി ഘട്ടത്തിലും എല്ലാവരും ഒപ്പം ഉണ്ടാകുമെന്ന തോന്നൽ അവയവദാനം നടത്തുന്ന വ്യക്തിയ്ക്ക് മാനസിക ധൈര്യം നൽകും.



മാനസികമായി ഒരുങ്ങാം

അവയവദാനത്തിന് ശാരീരികമായ തയ്യാറെടുപ്പു പോലെ തന്നെ മാനസികമായും ഒരുക്കം ആവശ്യമാണ്. ശസ്ത്രക്രിയയ്ക്കു മുൻപ് ഡോക്ടറുമായി വിശദമായി സംസാരിക്കണം. നിങ്ങളുടെ മനസ്സിലുള്ള ആശങ്കകൾ പങ്കുവയ്ക്കാം. ഡോക്ടറുടെ മറുപടിയിൽ സംതൃപ്തനല്ലെങ്കിൽ നിങ്ങൾക്ക് വിശ്വാസമുള്ള മറ്റൊരു ഡോക്ടറെ കണ്ട് സംസാരിക്കാം. ജീവൻ അപകടത്തിലാവുമോ, ആരോഗ്യ പ്രശ്നങ്ങൾ ഉണ്ടാകുമോ തുടങ്ങി മനസ്സിൽ സംശയങ്ങൾ അവശേഷിപ്പിച്ചു കൊണ്ട് ഒരിക്കലും അവയവദാനം നടത്തരുത്. അത് തുടർജീവിതത്തെ മോശമായി ബാധിക്കും. അവയവദാനം നടത്തുന്നവരെ മാനസികമായി തളർത്തുന്ന തരത്തിലുള്ള സംഭാഷണങ്ങൾ നടത്തുന്ന വ്യക്തികൾ സമൂഹത്തിലുണ്ട്. വിഷയത്തെ പറ്റി അവർക്കുള്ള അറിവില്ലായ്മയോ അല്ലെങ്കിൽ മനപൂർവം ഒന്ന് നോവിക്കുക എന്നതോ ആകാം ഇതിനു പിന്നിൽ. എന്തു തന്നെയായാലും ഇത്തരം വ്യക്തികളിൽ നിന്ന് അകന്നു നിൽക്കാൻ ശ്രദ്ധിക്കുക. അവരോട് ദേഷ്യപ്പെടുന്നതിൽ അർത്ഥമില്ല. അവഗണനയാണ് ഇതിനുള്ള ഏറ്റവും നല്ല മറുപടി. പൂർണ്ണ മനസ്സോടെയാണ് അവയവദാനത്തിന് ഒരുങ്ങുന്നതെങ്കിൽ അതിൽ നിന്ന് നിങ്ങളെ പിന്തിരിപ്പിക്കാൻ ആർക്കും കഴിയില്ല.

സമ്മതപത്രം എഴുതിവയ്ക്കാം

ജീവിച്ചിരിക്കുമ്പോൾ അവയവദാനം നടത്തിയില്ലെങ്കിലും മരിച്ച ശേഷം അവയങ്ങൾ മറ്റൊരാൾക്ക് ദാനം ചെയ്യാം. എന്നാൽ ഇതിനും മടിക്കുന്നവരുണ്ട്. മരണശേഷം എന്ത് എന്ന ചിന്തയാണ് അവരെ ഇതിൽ നിന്ന് പിന്തിരിപ്പിക്കുന്നത്. മരണശേഷം നാം വെറും ശരീരങ്ങൾ മാത്രമായി മാറുമെന്ന് ഉറപ്പായിരിക്കെ ഈ ആശങ്ക തീർത്തും അടിസ്ഥാനമില്ലാത്തതാണ്. കൊഴിഞ്ഞു വീഴുന്ന ഇലകൾ മരത്തിന് വളമേകുന്ന പോലെ നിങ്ങളുടെ അഭാവം മറ്റൊരാളുടെ ജീവിതത്തെ പ്രകാശിപ്പിക്കട്ടെ. ഈ ഭൂമിയിലെ സർവ്വതും ഉപേക്ഷിച്ച് മടങ്ങുമ്പോൾ നിങ്ങൾക്കു ചെയ്യാൻ കഴിയുന്ന ഏറ്റവും വലിയ നൻമ അതുതന്നെയാണ്.

അതുകൊണ്ട് മരണശേഷം അവയവങ്ങൾ ദാനം നൽകാനുള്ള സമ്മതപത്രം മുൻകൂട്ടി എഴുതി വയ്ക്കാം. ഇക്കാര്യം ബന്ധുക്കളെയും പറഞ്ഞു ബോധ്യപ്പെടുത്തിയിരിക്കണം. മരണശേഷം അവരുടെ സഹകരണത്തോടെ മാത്രമേ അവയവദാനം സാധ്യമാകൂ എന്നതിനാലാണിത്.

മറ്റെന്തിനേക്കാളും മീതെയാണ് അവയവദാനത്തിന്റെ മഹത്വം. മരണശേഷവും മറ്റൊരാളിലൂടെ നിങ്ങളുടെ അവയവങ്ങൾ ഈ ലോകത്ത് ജീവിക്കുന്നു. സൂര്യനെ പോലെ മറ്റൊരാളുടെ ജീവിതത്തെ പ്രകാശപൂരിതമാക്കാനുള്ള അവസരമാണ് നിങ്ങൾക്കു ലഭിക്കുന്നത്. അതുകൊണ്ട് ആശങ്കകൾ അകറ്റി അവയവദാനത്തെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കാം, ജീവിതത്തിൽ പ്രാവർത്തികമാക്കാം.

(കുറിപ്പ്: ഇതിൽ ഉപയോഗിച്ചിരിക്കുന്ന പേരുകൾ യഥാർത്ഥമല്ല)

ഒക്ടോബർ ലക്കത്തിൽ "വാർദ്ധക്യത്തിലെ ശൈശവം അഥവാ തിരികെ നൽകാം വാൽസല്യം" എന്ന ലേഖനത്തിലെ 39-ാം പേജിൽ രാഘവൻ നായരുടെ രോഗാവസ്ഥ എന്ന ഉപഖണ്ഡികയിൽ താഴെ മൂന്നാമത്തെ ഖണ്ഡികയിൽ അഞ്ചാമത്തെ വരിയിൽ മരുമകൻ എന്നതിനുപകരം മരുമകൾ എന്ന് തിരുത്തി വായിക്കേണ്ടതാണ്.