

ಕರಿಜೀರಿಗೆ, ಬಿಸಿಚಹ, ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ಕೋವಿಡ್-19

ಹೈಡ್ರೋಕ್ಸಿಕ್ಲೋರೋಕ್ವಿನ್‌ನಿಂದ ಸಮೃದ್ಧವಾಗಿರುವ ಕಲೋಂಜಿ ಅಥವಾ ಕರಿಜೀರಿಗೆ ಕಾಳುಗಳ ಸೇವನೆಯು ಕೋವಿಡ್-19 ನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದೇ?

ಕರಿಜೀರಿಗೆಯು ಹೈಡ್ರೋಕ್ಸಿಕ್ಲೋರೋಕ್ವಿನ್ ಅಥವಾ ಕ್ಲೋರೋಕ್ವಿನ್‌ನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ ಎನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ಯಾವ ಸಾಕ್ಷ್ಯಾಧಾರವೂ ಇಲ್ಲ. ಅದರಲ್ಲಿ ಥೈಮೋಕ್ವಿನ್ ಎಂಬ ಅಸಂಯೋಜಿತ ಸಂಯುಕ್ತ ವಸ್ತುವೊಂದು ಹೇರಳವಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ಇದನ್ನು ಕೋವಿಡ್-19ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಬಳಸುವ ಕುರಿತು ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ನಡೆದಿಲ್ಲ, ಅನುಮತಿಯೂ ದೊರೆತಿಲ್ಲ. ಥೈಮೋಕ್ವಿನ್ ಎನ್ನುವುದು ಮಾನವ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಹೈಡ್ರೋಕ್ಸಿ-ಕ್ಲೋರೋಕ್ವಿನ್ ಅಥವಾ ಕ್ಲೋರೋಕ್ವಿನ್ ಆಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಯಾವ ಪುರಾವೆಯೂ ಇಲ್ಲ. ಥೈಮೋಕ್ವಿನ್ ಎನ್ನುವುದು ಹೈಡ್ರೋಕ್ಸಿಕ್ಲೋರೋಕ್ವಿನ್ ಅಥವಾ ಕ್ಲೋರೋಕ್ವಿನ್‌ನಂತೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಸೂಚನೆ ಕೂಡ ಸಿಕ್ಕಿಲ್ಲ.



ಬಿಸಿ ಚಹ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಕೋವಿಡ್-19 ಅನ್ನು ದೂರವಿಡಬಹುದೇ? ಮನುಷ್ಯ ಶರೀರದ ಸಾಮಾನ್ಯ ತಾಪಮಾನವು (ಉಷ್ಣತೆಯು) 37°C (ಸೆಂಟಿಗ್ರೇಡ್) ಇರುತ್ತದೆ. ನಾವು ಕುಡಿಯುವ ಬಹಳಷ್ಟು ಬಿಸಿ ಪೇಯಗಳು ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ 57.8°C ತಾಪಮಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತವೆ. ವೈರಾಣು ಒಮ್ಮೆ ನಮ್ಮ ಶ್ವಾಸಕೋಶಗಳನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದ ಮೇಲೆ, ಅತಿ ಉಷ್ಣತೆಯು ಅದನ್ನು ಏನೂ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಒಂದೊಮ್ಮೆ ವೈರಾಣು ನಮ್ಮ ಗಂಟಲಿನಲ್ಲಿ ಇದ್ದರೂ ನಾವು ಅದನ್ನು ನಿಷ್ಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸಲು ನಮ್ಮ ಶರೀರದ ಉಷ್ಣತೆಯು ಸುಮಾರು ಮೂವತ್ತು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ, 56°C (138.2 deg F) ಗಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚಿರುವ ಹಾಗೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಬಿಸಿ ಪೇಯಗಳನ್ನು ಕುಡಿಯುವುದರಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಇನ್ನಿತರ ಯಾವುದೇ ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಮಾಡಲು ಹೋಗುವುದು ಅಪಾಯಕಾರಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ.



ಚಹದಲ್ಲಿ ಫ್ಲೇವಿನಾಂತಹ ಸಂಯುಕ್ತ ವಸ್ತುಗಳು ಹೇರಳವಾಗಿದ್ದರೂ ಅವು ಮಾನವ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ವೈರಾಣುನಿರೋಧಕ ಗುಣವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತವೆ ಎನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ಯಾವ ಪುರಾವೆಯೂ ಇಲ್ಲ. 2005 ರಲ್ಲಿ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಅಧ್ಯಯನವೊಂದರ ಪ್ರಕಾರ, ಚೀನಾದ ಯುನಾನ್ ಪ್ರಾಂತದಲ್ಲಿ ಹುದುಗು ಬರಿಸಿ, ತಯಾರಿಸಲಾಗುವ ಪುಎರ್ ಎಂಬ ಚಹ ಮತ್ತು ಬ್ಲಾಕ್ ಟೀಯಲ್ಲಿ ಥೀಫ್ಲೇವಿನ್ ಎಂಬ ಸಂಯುಕ್ತ ವಸ್ತುವೊಂದು ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಮತ್ತೊಂದು ಕೊರೋನಾ ವೈರಾಣುವಾದ ಸಾರ್ಸ್-ಕೋವಿಯಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರೋಟೀನ್‌ನ ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ಇದು ತಡೆಹಿಡಿಯಬಲ್ಲದು. ಆದರೆ ಇದನ್ನು ಸಜೀವ ಜೀವಕೋಶಗಳ ಮೇಲೆ ಅಥವಾ ಸಾರ್ಸ್ ಕೋವಿಡ್-2 ವೈರಾಣುವಿನಿಂದ ಸೋಂಕಿತರಾದ ರೋಗಿಗಳ ಮೇಲೆ ಎಂದೂ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಲ್ಲ. ಒಟ್ಟಾರೆ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ, ಚಹ ಸೇವನೆಯು ಸಾರ್ಸ್ ಕೋವಿಡ್-2ನ್ನು ನಾಶಪಡಿಸುತ್ತದೆ ಅಥವಾ ಕೋವಿಡ್-19 ಬರದಂತೆ ತಡೆಯುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಸೂಚಿಸುವ ಯಾವ ಸಾಕ್ಷ್ಯಾಧಾರಗಳೂ ಇಲ್ಲ.

ಆದರೂ ಬಿಸಿಬಿಸಿಯಾದ ಚಹವನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ ಮೂಗು ಕಟ್ಟುವುದು, ಗಂಟಲಿನಲ್ಲಿ ನೋವು, ಕಿರಿಕಿರಿ ಮುಂತಾದ ಲಕ್ಷಣಗಳಿಂದ ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಆರಾಮವನ್ನು ನೀಡುವ ಮೂಲಕ ನಮಗೆ ಹಿತವೆನ್ನಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಕೋವಿಡ್-19 ನ್ನು ದೂರವಿಡಬಹುದೇ ಅಥವಾ ಅದರಿಂದ ಚೇತರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದೇ? ಕೋವಿಡ್-19 ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಹಾಗೂ ಅದರಿಂದ ಚೇತರಿಕೆಗಳೆರಡಕ್ಕೂ ವೈರಾಣು ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾದ ಸಕ್ರಿಯ ಪ್ರತಿರೋಧದ (ನಿರೋಧಕತೆ) ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಮೊದಲ ಬಾರಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬನಿಗೆ ಸಾರ್ಸ್-ಕೋವಿಡ್ -2



ಯಾವ ಸಾಕ್ಷ್ಯಾಧಾರಗಳೂ ಇಲ್ಲ.

ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ಕೆಲವು ಸಂಯುಕ್ತ ವಸ್ತುಗಳು ಒಟ್ಟಾರೆ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಬಲ್ಲವು ಹಾಗೂ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯ ಪ್ರತಿಸ್ಪಂದನೆಯಲ್ಲಿ ಅಂತರ್ಗತವಾಗಿರುವ ಆದರೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಲ್ಲದ ಅಂಶಗಳಲ್ಲಿ ಸುಧಾರಣೆಯನ್ನುಂಟುಮಾಡಬಲ್ಲವು ಎಂದು ಕೆಲವು ಅಧ್ಯಯನಗಳು ಸೂಚಿಸಿವೆ. ಆದರೆ ಇಂತಹ ಬಹಳಷ್ಟು ಅಧ್ಯಯನಗಳು ಔಷಧೀಯ ಅಂಶಗಳ ಸಂಯೋಜನೆ, ಪ್ರಮಾಣ, ಪರಿಣಾಮಕಾರಿತ್ವ, ಪ್ಲಾಸಿಬೋ, ಮಾದರಿಗಳ ಗಾತ್ರ ಇತ್ಯಾದಿ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಅಷ್ಟೊಂದು ಕಟ್ಟುನಿಟ್ಟಿನ ನಿಯಂತ್ರಣವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ಇನ್ನಿತರ ವೈಧಾನಿಕ (ಕ್ರಮಶಾಸ್ತ್ರ ಸಂಬಂಧಿ) ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದವು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಸಾಮಾನ್ಯ ನೆಗಡಿಯ ಮೇಲೆ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಲು ಹಲವಾರು ಪ್ರಯೋಗಗಳನ್ನು ಕೈಗೊಂಡಿದ್ದರೂ ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಕೇವಲ ಒಂದು ಮಾತ್ರ ಸುನಿಯಂತ್ರಿತವಾಗಿತ್ತು ಎಂದು ಸ್ವತಂತ್ರ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನವೊಂದು ತೋರಿಸಿತು. ಆ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ನೀಡಿದ ಔಷಧಿಯ ಪ್ರಮಾಣವೂ ಕೂಡ ದಿನವೊಂದಕ್ಕೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬನಿಗೆ 10-30 ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಎಸಳುಗಳನ್ನು ಕೊಡುವುದಕ್ಕೆ ಸಮಾನವಾಗಿತ್ತು. ಜೊತೆಗೆ, ಶುದ್ಧೀಕರಿಸಿದ ಸಂಯುಕ್ತಗಳು ಅಥವಾ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯ ಸಾರದ ಪರಿಣಾಮತ್ವದ ಮೇಲೆ ನಡೆಸಲಾದ ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ಆಹಾರವಾಗಿ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಸಾಮಾನ್ಯೀಕರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಒಟ್ಟಾರೆ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ, ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯು ರೋಗನಿರೋಧಕ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಸೂಚಿಸುವ ಸಾಕ್ಷ್ಯಾಧಾರಗಳು ದುರ್ಬಲವಾಗಿವೆ.

ವೈರಾಣುವಿನ ಸೋಂಕು ತಗುಲಿದಾಗ, ಹೊರಗಿನಿಂದ ದಾಖ ಮಾಡುವ ಎಲ್ಲಾ ತರಹದ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಜೀವಿಗಳ ವಿರುದ್ಧ ಸೇನಸಲು ಆತನ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಅದಾಗಲೇ ಸಿದ್ಧವಿರುವ ಜೀವಕೋಶಗಳ ಪಡೆಯು ಸಕ್ರಿಯವಾಗುತ್ತದೆ (ಶರೀರದ ಪ್ರಪಥಮ ರಕ್ಷಣಾ ವಿಧಾನ ಅಥವಾ ಅಂತರ್ಗತ ನಿರೋಧಕತೆ). ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ವೈರಾಣು ಈ ರಕ್ಷಣಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಿಂದ ಸಮರ್ಥವಾಗಿ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಂಡು ತನ್ನ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ನಂತರ ಕೆಲ ದಿನಗಳ (ಅಥವಾ ಕೆಲ ವಾರಗಳ) ಕಾಲ, ರೋಗನಿರೋಧಕ ಕೋಶಗಳು (ಪ್ರತಿರಕ್ಷಣಾ ಕೋಶಗಳು) ಕಲಿತು ಸಕ್ರಿಯ ಪ್ರತಿರೋಧವನ್ನು ಒಡ್ಡತೊಡಗುತ್ತವೆ. ಆ ಮೂಲಕ ಪ್ರತಿಕಾಯಗಳನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸುತ್ತವೆ. ಈ ಪ್ರತಿಕಾಯಗಳು ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾಗಿ ವೈರಾಣುವನ್ನೇ ಗುರಿಯಾಗಿಸಿಕೊಂಡ ನಿರ್ದೇಶಿತ ಕ್ಷಿಪಣಿಗಳಂತೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಕೋವಿಡ್-19 ನಿಂದ ಗುಣಮುಖರಾದ ರೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ ಈ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಪ್ರತಿಕಾಯಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಈ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಪ್ರತಿಕಾಯಜಾಲತ ಪ್ರತಿಸ್ಪಂದನೆಯನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸಲು ಇರುವ ಒಂದೇ ಮಾರ್ಗವೆಂದರೆ, ವೈರಾಣುವಿಗೆ ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು (ಸೋಂಕಿಗೆ ಒಳಗಾಗುವುದು) ಅಥವಾ ನಿಷ್ಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸಲಾದ ವೈರಾಣುಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಇಲ್ಲವೇ ವೈರಾಣುವಿನ ಭಾಗವನ್ನು ಅನುಕರಿಸುವ ಪ್ರೋಟೀನ್ ಅನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಲಸಿಕೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು. ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಸೇವನೆಯು ಇಂತಹ ಪ್ರತಿಸ್ಪಂದನೆಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ತೋರಿಸುವ

ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಯಾವ ತೊಂದರೆಯೂ ಇಲ್ಲ. ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ ಒಟ್ಟಾರೆ ಉತ್ತಮ ರೋಗನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಗೂ ಸಂಬಂಧವಿದೆ. ಆದರೆ, ಕೋವಿಡ್-19 ಸೋಂಕಿನ ವಿರುದ್ಧ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಲು ಅಥವಾ ರೋಗವನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಲು ಈ ಸಾಮಾನ್ಯ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಆಯ್ಕೆಗಳು ಸಾಕಾಗುತ್ತವೆ ಎನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ಯಾವ ಸಾಕ್ಷ್ಯಾಧಾರಗಳೂ ಇಲ್ಲ.



ಟಿಪ್ಪಣಿ:

1. ಇಂಡಿಯನ್ ಸೈಂಟಿಸ್ಟ್ ರಿಸ್ಪಾನ್ಸ್ ಟು ಕೋವಿಡ್-19 (ಐಎಸ್‌ಆರ್‌ಸಿ) ಜಾಲತಾಣದಲ್ಲಿ ಈ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಮೊದಲು ಪ್ರಕಟಿಸಲಾಗಿತ್ತು.
2. ಲೇಖನದ ಶೀರ್ಷಿಕೆಯ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಬಳಸಲಾದ ಚಿತ್ರದ ಮೂಲ: <http://pixabay.com/photos/coronavirus-corona-virus-covid-19-4958989/>.

ಕೃಪೆ: thiagolazarino, Pixabay. Licence CC-0.

ಇಂಡಿಯನ್ ಸೈಂಟಿಸ್ಟ್ ರಿಸ್ಪಾನ್ಸ್ ಟು ಕೋವಿಡ್-19 (ಐಎಸ್‌ಆರ್‌ಸಿ) ಎಂಬುದು ಸುಮಾರು ಐವರೂ ಭಾರತೀಯ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು, ಎಂಜಿನಿಯರ್‌ಗಳು, ತಂತ್ರಜ್ಞರು, ವೈದ್ಯರು, ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ತಜ್ಞರು, ವಿಜ್ಞಾನ ಸಂವಹನಕಾರರು, ಪತ್ರಕರ್ತರು ಮತ್ತು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಸೇರಿ ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಹರಡಿರುವ ಕೋವಿಡ್-19ಗೆ ಪ್ರತಿಸ್ಪಂದಿಸಿ ಸ್ವಯಂಚ್ಛೆಯಿಂದ ರಚಿಸಿಕೊಂಡ ಗುಂಪು. ಈ ಗುಂಪಿನ ಮಿಂಚಂಚೆ indscicov@gmail.com.

ಅನುವಾದ: ಸಹನಾ ಹೆಗಡೆ | ಪರಿಶೀಲನೆ: ದಿನೇಶ್ ಮಡಗಾಂವ್‌ಕರ್