

वयस्क व्यक्ति वसा कोशिकाओं की संख्या में वृद्धि की वजह से मोटा नहीं होता। मौजूदा वसा कोशिकाएं ही ज़्यादा वसा संग्रहित करके फूल जाती हैं। दूसरी ओर, बचपन में मोटापे का प्रमुख सम्बंध वसा कोशिकाओं की संख्या में वृद्धि से होता है। इसलिए...

## बचपन का मोटापा ज़्यादा खतरनाक है

हाल में प्रकाशित शोध के परिणामों से लगता है कि यदि आप बचपन में मोटे हो गए तो बाद में उसे काबू करना असंभव नहीं तो निहायत कठिन ज़रूर हो सकता है।

उक्त शोध स्टॉकहोम (स्वीडन) के केरोलिंस्का इंस्टीट्यूट में कस्टी स्पॉल्लिंग के नेतृत्व में किया गया है। इससे पता चला है कि वयस्क व्यक्ति में वसा कोशिकाओं की संख्या लगभग स्थिर बनी रहती है। दूसरी ओर करीब 20 साल की उम्र तक व्यक्ति की वसा कोशिकाओं की संख्या बढ़ती रहती है। इसका मतलब है कि प्रौढ़ावस्था में जब व्यक्ति मोटा होता है, तो इसका कारण वसा कोशिकाओं की संख्या में वृद्धि होना नहीं होता, बल्कि यह होता है कि मौजूदा वसा कोशिकाएं ज़्यादा वसा संग्रहित करके फूल जाती हैं। दूसरी ओर, बचपन में मोटापे का प्रमुख सम्बंध वसा कोशिकाओं की संख्या में वृद्धि से होता है।

इस शोध को करने वाले दल ने मोटे-पतले 687 लोगों के ऊतकों के नमूनों की जांच की और उनमें वसा कोशिकाओं की संख्या पता लगाई। उनके पास बच्चों के संदर्भ में इस तरह के आंकड़े अन्य अध्ययनों से उपलब्ध थे। इन दोनों आंकड़ों को एक साथ देखने पर पता चला कि वसा कोशिकाओं की संख्या में वृद्धि 20 वर्ष की उम्र तक ही होती है। उसके बाद यह संख्या आजीवन लगभग स्थिर बनी रहती है।

एक अन्य प्रयोग से शोधकर्ताओं ने यह भी निष्कर्ष निकाला है कि हालांकि वयस्कों में वसा कोशिकाओं की संख्या स्थिर रहती है मगर ऐसा नहीं है कि वही-की-वही कोशिकाएं सदा बनी रहती हैं। ये मरती रहती हैं और नई कोशिकाएं बनती रहती हैं मगर एक संतुलन बना रहता है।

शोधकर्ताओं ने यहां तक देखा कि जिन व्यक्तियों ने मोटापा कम करने के लिए आंत-काटने की सर्जरी करवाई थी और जिनका वज़न लगभग 18 किलोग्राम कम हो चुका

था उनमें भी वसा कोशिकाओं की संख्या कम नहीं हुई थी।

अब सवाल यह है कि इस शोध से क्या फायदा। सबसे पहला संदेश तो यह मिलता है कि बचपन में मोटापा आजीवन सिरदर्द बन सकता है क्योंकि इसके कारण व्यक्ति में वसा

कोशिकाओं की संख्या बढ़ जाएगी। तो पालकों को अपने बच्चों का विशेष ध्यान रखना चाहिए।

दूसरी बात यह लग रही है कि वयस्क अवस्था में भी वसा कोशिकाएं मिटती-बनती रहती हैं। इसलिए एक सुझाव है कि जो लोग मोटापा घटाने के लिए उपचार करते हैं और पतले हो जाते हैं, उनमें नई वसा कोशिकाएं बनने की प्रक्रिया को रोका जा सकता है। इससे फायदा यह होगा कि व्यक्ति के फिर से मोटा होने की संभावना घट जाएगी। मगर इस तरह के हस्तक्षेप में बहुत सारे अगर-मगर हैं। जैसे एक सवाल तो यही है कि क्या वसा कोशिकाओं की संख्या कम करना सेहत के लिए अच्छा होगा। दूसरी दिक्कत यह है कि जब शरीर में इतनी वसा है, तो उसे संग्रहित करने वाली कोशिकाओं की संख्या कम करना कहां तक ठीक होगा। यानी इस तरह के हस्तक्षेप को बहुत सावधानी से संभालना होगा। अन्यथा यह नई स्वास्थ्य समस्याओं को जन्म दे सकता है। (स्रोत फीचर्स)

