

मनुष्य इतनी लंबी उम्र कैसे जीते हैं

मनुष्यों और हमारे अन्य प्रायमेट साथियों की उम्र असाधारण रूप से लंबी होती है। हम धीमे-धीमे बढ़ते हैं, कम बच्चे पैदा करते हैं और लंबी उम्र जीते हैं। अब इस असाधारण लंबी उम्र का राज़ खुल गया है। प्रायमेट स्तनधारियों का एक समूह है जिसमें मनुष्यों के अलावा, वनमानुष तथा बंदर शामिल हैं।

न्यूयॉर्क के हंटर कॉलेज के हरमन पॉटज़र और उनके साथियों का कहना है कि प्रायमेट्स की लंबी उम्र का राज़ यह है कि अन्य स्तनधारियों के मुकाबले वे बहुत कम ऊर्जा खर्च करते हैं। इन शोधकर्ताओं ने प्रायमेट्स के औसत दैनिक ऊर्जा खर्च की तुलना समकक्ष वज़न वाले अन्य स्तनधारियों से करके इस बात का खुलासा किया है। यदि बराबर वज़न के स्तनधारियों की तुलना की जाए तो प्रायमेट्स प्रतिदिन करीब 50 प्रतिशत तक कम ऊर्जा खर्च करते हैं। और ऊर्जा खर्च में इस अंतर की व्याख्या इस आधार पर नहीं हो पाती कि अलग-अलग स्तनधारियों में गतिविधियों की प्रकृति अलग-अलग होती है। उदाहरण के लिए यदि मनुष्य को किसी गैर-प्रायमेट के बराबर ऊर्जा खर्च करनी हो, तो उन्हें प्रतिदिन पूरी एक मैराथन दौड़ दौड़नी होगी।

पॉटज़र और उनके साथियों की यह खोज हमें यह समझने का एक सर्वथा नया औज़ार देती है कि क्यों प्रायमेट्स का जीवन चक्र बराबर आकार के अन्य स्तनधारियों की अपेक्षा इतना धीमा होता है। अभी यह पता नहीं है कि प्रायमेट्स का ऊर्जा खर्च इतना कम कैसे होता है और इस बात का भी कोई सुराग नहीं है कि प्रायमेट्स में यह क्षमता

कब व कैसे पैदा हुई थी। पॉटज़र का ख्याल है कि संभवतः इस क्षमता का विकास भोजन की कमी के चलते हुआ होगा। मसलन, ओरांगुटान को लंबी-लंबी अवधि तक भूखे पेट रहना होता है। ऐसे समय में वे अपने शरीर की संचित वसा का उपयोग करते हैं। ऐसी प्रतिकूल परिस्थिति में यदि शरीर क्रियाओं की दर कम रहे तो फायदा ही होगा।

मगर आधुनिक मनुष्य इसके अपवाद हैं। हममें से बहुत कम लोगों को भूखे पेट रहना पड़ता है। और अध्ययनों से पता चलता है कि प्राचीन काल में शिकारी-संग्रहकर्ता मनुष्यों को भी भूखे रहने की नौबत कम ही आती होगी।

एक बात और गौरतलब है - प्रायमेट जंतुओं के शिशुओं को ठोस आहार अपनाने में समय लगता है। कई प्रायमेट शिशुओं को स्वतंत्र रूप से जी पाने में भी काफी समय लगता है। ऐसे में कम ऊर्जा पर जी पाना संभवतः लाभदायक हो सकता है।

अपने अध्ययन के दौरान पॉटज़र ने एक और बात पर गौर किया। उन्होंने देखा कि प्रायमेट जंतु चाहे बंदी अवस्था में हों या प्राकृतिक अवस्था में, उनका ऊर्जा-खर्च लगभग बराबर रहता है। इससे लगता है कि ऊर्जा खर्च का सम्बंध शारीरिक गतिविधियों से नहीं है। पॉटज़र को तो लगता है कि लोगों के शरीर एक जीवन शैली में ढल जाते हैं और ऊर्जा-खर्च के एक संतुलन की ओर बढ़ते हैं। उनके मुताबिक कोई व्यक्ति खूब मेहनत करे या साधारण जीवन जीए, ऊर्जा खर्च बराबर ही होता है। यह बात कितनी सही है, फिलहाल कहना मुश्किल है। (स्रोत फीचर्स)