ಮಧುಮೇಹ ಔಷಧ: ಇರಲಿ ಎಚ್ಚರ

ಮಧುಮೇಹಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ವೈದ್ಯರು ನೀಡುವ ಔಷಧಗಳೇ ಹೃದಯ ಕಾಯಿಲೆಗೂ ಕಾರಣವಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ ಎಂಬ ಆತಂಕದ ಸಂಗತಿಯನ್ನು ಅಮೆರಿಕ ಸಂಶೋಧಕರ ಅಧ್ಯಯನ ಹೇಳಿದೆ.

ಮಧ್ಯವಯಸ್ಸಿನ ನಂತರ ಬರುವ ಮಧುಮೇಹ–2ಕ್ಕೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಎರಡು ಬಗೆಯ ಔಷಧಗಳನ್ನು ವೈದ್ಯರು ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಅವು ಹೃದಯಕ್ಕೆ ಅಪಾಯವನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚಿದೆ. ಅದರಿಂದ ಹೃದಯಾಘಾತ, ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯು ಇಲ್ಲವೇ ಹೃದಯ ವೈಫಲ್ಯದ ಅಪಾಯಗಳೂ ಹೆಚ್ಚಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ ಎಂದು ಸಂಶೋಧಕರು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯನ್ನು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ.

ಮಧುಮೇಹಿಗಳು ತಾವು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಮದ್ದಿನ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಹೊಂದಿರಬೇಕು. ಅದರ ಅಡ್ಡಪರಿಣಾಮಗಳ ಬಗ್ಗೆಯೂ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ವೈದ್ಯರೂ ಕೂಡ ಹೃದಯಕ್ಕೆ ಹಾನಿಯನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡುವ ಔಷಧಗಳನ್ನು ಶಿಫಾರಸ್ಸು ಮಾಡಬಾರದು. ಆ ಬಗ್ಗೆ ತಮ್ಮ ರೋಗಿಗಳಿಗೂ ತಿಳಿಹೇಳಬೇಕು ಎನ್ನುವುದು ತಜ್ಞರ ಅಭಿಮತ.

ಹೃದಯ ಸ್ನೇಹಿ ಬಸಳೆ

ಬಸಳೆ ಸೊಪ್ಪಿನಲ್ಲಿ ಆಂಟಿಆಕ್ಸಿಡೆಂಟ್ ಅಧಿಕ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಇದೆ. ಅದರ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಹೃದಯ ಮತ್ತು ಕಣ್ಣಿನ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಲಾಭ ದೊರೆಯಲಿದೆ ಎಂದು ಹೊಸ ಸಂಶೋಧನೆಯೊಂದು ಹೇಳಿದೆ.

ಕ್ಯಾರಟೀನ್ ವರ್ಗಕ್ಕೆ ಸೇರಿದ ಆಂಟಿಆಕ್ಸಿಡೆಂಟ್ ಬಸಳೆ ಸೊಪ್ಪಿನಲ್ಲಿ ಇರುವುದರಿಂದ ಅದು ಕಣ್ಣಿನ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ. ಗಾಢ ಹಸಿರಿನ ಮೃದು ಎಲೆಗಳ ಬಸಳೆಯನ್ನು ಅಧಿಕ ಉಷ್ಣಾಂಶದಲ್ಲಿ ಬೇಯಿಸುವುದರಿಂದ ಅದರಲ್ಲಿನ ಸತ್ವವು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯೂ ಇದೆ. ಕಡಿಮೆ ಶಾಖದಲ್ಲಿ ಎರಡು ಮೂರು ನಿಮಿಷದಲ್ಲಿ ಬೇಯಿಸಬಹುದು ಎಂಬ ಸಲಹೆಯನ್ನೂ ಸಂಶೋಧಕರು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ.

ಚರ್ಮಕ್ಕೂ ಅಂಗ ರಕ್ಷಕನಂತೆ ಬಸಳೆ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಚರ್ಮದ ಸುಕ್ಕನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದರಿಂದ ಚರ್ಮದ ಮೇಲೆ ಯೌವನದ ಕಾಂತಿ ಹೊರಹೊಮ್ಮುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಚರ್ಮ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನ ವಿರುದ್ಧ ಸೆಣಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಇದರಿಂದ ಲಭ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ರಕ್ತದಲ್ಲಿನ ಸಕ್ಕರೆ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸಮತೋಲನವನ್ನು ಕಾಪಾಡಲು ಬಸಳೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಹೃದಯದ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ ಅನುಕೂಲವಾಗಲಿದೆ ಎನ್ನುವುದು ಸಂಶೋಧಕರ ಸಲಹೆ.

ಮಧ್ಯವಯಸ್ಸಿನ ತಾಯ್ತನ ಅಪಾಯ

ಮಧ್ಯವಯಸ್ಸಿನ ನಂತರ ತಾಯ್ತನವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವ ಮಹಿಳೆಗೆ ಸ್ತನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬರುವ ಅಪಾಯ ಹೆಚ್ಚಿದೆ ಎಂಬ ಆತಂಕದ ಸಂಗತಿಯನ್ನು ಸಂಶೋಧಕರ ಹೊಸ ಅಧ್ಯಯನ ಹೇಳಿದೆ.

ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಹೆರದ ಮಹಿಳೆಗೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ವಯಸ್ಸಾದ ನಂತರ ತಾಯಿತನವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದ ಮಹಿಳೆಗೆ ಶೇ.80ರಷ್ಟು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬರುವ ಅಪಾಯ ಇದೆ. ಸಂಶೋಧಕರು ಈ ಸಂಬಂಧ 8,89,944 ಮಹಿಳೆಯರ ದತ್ತಾಂಶ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ್ದರು. ಇದೇ ವಸ್ತು ವಿಷಯದ ಮೇಲೆ ಹದಿನೈದು ಭಿನ್ನ ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ಮಾಡಲಾಗಿತ್ತು ಎಂದು ತಜ್ಞರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಅಧಿಕ ವಯಸ್ಸಿನ ನಂತರ ಮೊದಲ ಮಗುವನ್ನು ಹೆತ್ತರೆ ಸ್ತನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನ ಅಪಾಯ ಶೇ.35ರಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂತೆಯೇ ಮೊದಲ ಮತ್ತು ಎರಡನೇ ಮಗುವಿನ ಜನನದ ನಡುವಿನ ಅಂತರವೂ ಹೆಚ್ಚಾದಾಗ ಕೂಡ ಅಂತಹ ಅಪಾಯವನ್ನು ಎದುರಿಸಬೇಕಾಗಬಹುದು ಎಂದು ಸಂಶೋಧಕರು ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ.

■ ಟಿಪ್ಸ್

ಸರ್ವೇಜನಃ ಸುಖಿನೋ ಭವಂತುಃ
ಸಮಸ್ಯೆ ನಿಮ್ಮದು ಪರಿಹಾರ ನಮ್ಮದು
ದಕ್ಷಿಣ ಭಾರತದಾದ್ಯಂತ ಜನಮನ್ನಣೆ ಪಡೆದಿರುವ ವಂಶಪಾರಂಪರಿಕ
ವಶೀಕರಣ ಮಾಂತ್ರಿಕರು
ಶ್ರೀಯುತ ಪರಶುರಾಮ್ ಗುರೂಜಿ

ಶ್ರೀ ಸಾಯಿಬಾಬ ಉಪಾಸಕರು
ಸ್ತ್ರೀ ಪುರುಷ ವಶೀಕರಣ, ಸತಿಪತಿ ಕಲಹ, ಡೈವೋರ್ಸ್ ಪ್ರಾಬ್ಲಮ್, ಸಾಲಬಾಧೆ, ಪ್ರೇಮವಿಚಾರ, ಸಂತಾನಫಲ, ವ್ಯಾಪಾರಾಭಿವೃದ್ಧಿ, ಜಮೀನು ವಿಚಾರ, ಕೋರ್ಟ್‌ಕೇಸ್, ಮಾಟಮಂತ್ರ, ಪ್ರೇತಬಾಧೆ ಇನ್ನಿತರ ನಿಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆ ಏನೇ ಇರಲಿ ಎಷ್ಟೇ ಕಠಿಣವಾಗಿರಲಿ ಕೇರಳ ಮತ್ತು ಕೊಳ್ಳೇಗಾಲದ 16ನೇ ಶತಮಾನದ ಪ್ರಾಚೀನ ತಾಳೆಗ್ರಂಥದ ರಹಸ್ಯವಾದ ಮಹಾರುದ್ರಶೂಲ ಪ್ರಣವಶಕ್ತಿಯಿಂದ
ಕೇವಲ 5 ದಿನದಲ್ಲಿ 100% ಪರಿಹಾರ ಶತಸಿದ್ಧ
ನೀವು ಎಷ್ಟೋ ದೈವ, ದೇವಸ್ಥಾನ ಮತ್ತು ಜ್ಯೋತಿಷ್ಯರಲ್ಲಿ ಕೇಳಿ ಪರಿಹಾರ ಸಿಗದೆ ನೊಂದಿದ್ದರೆ ಶೀಘ್ರ ಪರಿಹಾರಕ್ಕಾಗಿ ಇವರನ್ನೊಮ್ಮೆ ಭೇಟಿಮಾಡಿ.
ಇಲ್ಲಿ ಹೇಳುವ ವಿಷಯವನ್ನು ಗುಪ್ತವಾಗಿಡಲಾಗುವುದು. ಹಾಗೂ ಗುರೂಜಿಯವರಲ್ಲಿ ನಿಸ್ಸಂಕೋಚದಿಂದ ಮಾತನಾಡಲು ಕರೆಮಾಡಿ:
ಖಾಯಂ ಮನೆ ವಿಳಾಸ: ಜೈಬಾಲಾಜಿ ಜ್ಯೋತಿಷ್ಯಂ 9620444460
ಬನಶಂಕರಿ ದೇವಸ್ಥಾನದ ಹತ್ತಿರ, ಮುಖ್ಯಬಸ್‌ನಿಲ್ದಾಣದ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ, ಬನಶಂಕರಿ ಬೆಂಗಳೂರು.
ವಿಶೇಷ ಸೂಚನೆ: ಈ ಪೇಪರ್ ಕಟ್ಟಿಂಗ್ ತಂದವರಿಗೆ ಮುಜರಾಯಿ ಇಲಾಖೆ ಮತ್ತು ಧಾರ್ಮಿಕ ದತ್ತಿ ಇಲಾಖೆ ಹಾಗೂ ಮಾಡಾಯಿಕಾವ್ ಭಗವತಿ ದೇವಸ್ಥಾನಂ (ತಳಿಪರಂ) ಕೇರಳ ವತಿಯಿಂದ ಉಚಿತ ಸೇವೆಗಳು ಮತ್ತು ಪರಿಹಾರಗಳು ಲಭ್ಯವಿದೆ.