ಲಗ್ನ

ಪ್ರೇಯಸಿ: ಡಾರ್ಲಿಂಗ್, ನನ್ನನ್ನು ನೀವು ಯಾವಾಗ ಲಗ್ನವಾಗುತ್ತೀರಿ?

ಆತ: ನನ್ನ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರೂ ಒಪ್ಪಿಗೆ ಸೂಚಿಸಿದ ತಕ್ಷಣವೇ.

ಪ್ರೇಯಸಿ: ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರೂ ಅಂದರೆ ಯಾರು, ಯಾರು?

ಆತ: ಅದೇ ನನ್ನ ಹೆಂಡತಿ ಮತ್ತು ಇಬ್ಬರು ಮಕ್ಕಳು!

★★★

ಎರಡನೇ ಲಗ್ನ

ಗಂಡ: ನಮ್ಮಿಬ್ಬರ ಮದುವೆ ಆಗಿ ಸುಮಾರು ಹತ್ತು ವರ್ಷಗಳೇ ಕಳೆದವು ಮಕ್ಕಳಾಗಲಿಲ್ಲ. ಎರಡನೇ ಲಗ್ನ ಆಗುವುದೆಂದು ಯೋಚನೆ ಇದೆ ನೀನೇನನ್ನುತ್ತೀಯಾ?

ಹೆಂಡತಿ: ಅದೂ ಸರಿ ಅನ್ನಿ. ಒಳ್ಳೆಯ ವರನನ್ನು ಹುಡುಕಿರಿ, ಆತನ ಜೊತೆ ಲಗ್ನ ಬೇಗನೆ ಆಗಿಬಿಡಲಿ.

★★★

ಕಾಲ್ ಶೀಟ್

ಆತ: ಸಿನಿಮಾ ನಟಿಗೆ ಲವ್ ಲೆಟರ್ ಕೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಾ ಆಕೆ ಏನೆಂದಳು?

ಈತ: ಸಾರಿ, ಇನ್ನು 6 ತಿಂಗಳವರೆಗೂ 'ಕಾಲ್‌ಶೀಟ್' ಇಲ್ಲ ಎಂದಳು.

★★★

ಕೃತಿ ಚೌರ್ಯ

ಸಂಪಾದಕ: ಈ ಹಿಂದೆ ನಿಮ್ಮ ಹೆಸರು ಯಾವುದಾದರೂ ಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಬಂದಿತ್ತಾ– ನಿಮ್ಮ ಬರಹಗಳ ಬಗ್ಗೆ?

ಬರಹಗಾರ: ಬಂದಿತ್ತು; ಅದೊಂದು ಕೃತಿ ಚೌರ್ಯದ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ.

(ಸಂಗ್ರಹ) ಎ.ಕೆ. ಪಟ್ಟಾಭಿ, ಬೆಂಗಳೂರು

'ಅಮ್ಮ, ಪಕ್ಕದ ಮನೆ ಆಂಟಿ ಹೊಸದಾಗಿ ಬಂದಿದ್ದಾರಲ್ಲ; ಅವರು ನನ್ನನ್ನು ಕರೆದು ಮಾತಾಡಿಸಿದರು...'

'ಹೌದಾ ಮರಿ! ನಾನು ಹೇಳಿರಲಿಲ್ಲವಾ? ಬುದ್ಧಿವಂತ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಎಲ್ಲರೂ ಮಾತಾಡಿಸುತ್ತಾರೆ ಅಂತ!'

'ಹೌದಮ್ಮ! ಇನ್ನೊಮ್ಮೆ ನಮ್ಮ ಮನೆ ಕಾಂಪೌಂಡಿನೊಳಗೆ ಬಂದು ಕುಂಡ ಒಡೆದರೆ ಕಾಲು ಮುರೀತೀನಿ ಅಂದ್ರು!'

★★★

ಲಾಡ್ಜ್ ಮೆನೇಜರ್ ಶಿವು– ಜೆನ್ನಿಗೆ ರೂಮ್ ಕೊಡಲು ಸುತರಾಂ ಒಪ್ಪುತ್ತಿಲ್ಲ.

'ನೀವು ಮದುವೆಯಾಗಿದ್ದು ಗಂಡ–ಹೆಂಡತಿ ಅನ್ನೋದಕ್ಕೆ ಏನಾದರೂ ಸಾಕ್ಷಿ ಕೊಟ್ಟರೇ ರೂಮ್ ಕೊಡೋದು' ಎಂದು ಬಿಗಿ ಪಟ್ಟು ಹಿಡಿದಿದ್ದ.

ಜೆನ್ನಿ, ಶಿವುಗೆ ಸ್ವಾಟ ತಿವಿದು ಹೇಳಿದಳು. 'ಏಯ್ ಮೂಶಂಡಿ, ಅದೇನೋ ತರಬೇಕಂತಲ್ಲ? ಮೊದ್ಲೇ ಗೊತ್ತಾಗಾಕಿಲ್ವ? ಬಿಕನಾಸಿ, ನಿನ್ನ ಕಟ್ಕೊಂಡು ನಾನು ಉದ್ಧಾರ ಆದಂಗೇ!'

ಮೆನೇಜರ್ ತಕ್ಷಣ 'ಹ್ಲಾಂ, ಈಗ ಗ್ಯಾರಂಟಿಯಾಯ್ತು' ಎಂದು ರೂಮು ಕೊಟ್ಟೇಬಿಟ್ಟ.

ಸಂಗ್ರಹ: ಕೆ. ಶ್ರೀನಿವಾಸ ರಾವ್, ಹರಪನಹಳ್ಳಿ

Dr KC Nischal

MD, FID(Germany), FAAD(USA)

Consultant Dermatologist

1) ನನ್ನ ಹೊರಭಾಗದ ತೋಳು ಮತ್ತು ಮೊಣಕೈಯ ಕೆಳಭಾಗದ ಚರ್ಮ ತುಂಬಾ ಕಪ್ಪಾಗಿದೆ?

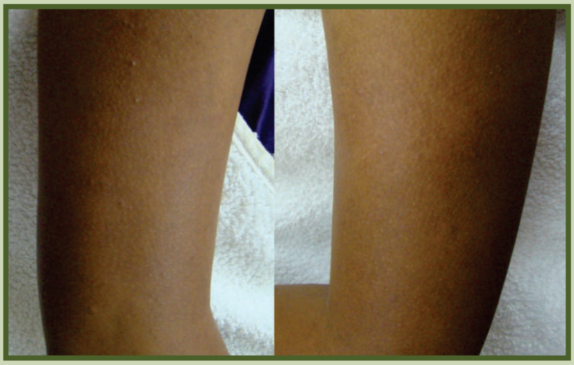
ನೀವು ತಿಳಿಸಿರುವ ಭಾಗಗಳಿಗೆ ಸದಾ ಬಿಸಿಲು ಬೀಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಹೆಚ್ಚು. ಇಂತಹ ಸಂಧರ್ಭದಲ್ಲಿ ಚರ್ಮಕ್ಕೆ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವಾಗ ಬಳಸುವ ನಾರು ಅಥವಾ ಕಲ್ಲು (Pumice Stone) ಅಥವಾ ಕೃತಕ ನಾರಿನಿಂದ ಘರ್ಷಣೆಯಾದಾಗ Melanin (ಚರ್ಮ ಮತ್ತು ಕೂದಲಿಗೆ ಇದರಿಂದ ಕಪ್ಪು ಬಣ್ಣ ಬರುತ್ತದೆ) ಚರ್ಮದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗುವುದಲ್ಲದೆ ಅದು ಚರ್ಮದ ಒಳ ಪದರಗಳಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಚರ್ಮ ಬೂದಿ ಮಿಶ್ರಿತ ಕಪ್ಪುವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನೀವು ಸದಾ Sunscreen ಧಾರಾಳವಾಗಿ ಕೈ ಮತ್ತು ತೋಳಿಗೆ ಹಚ್ಚಿ. ಹೊರಗೆ ಹೋಗುವಾಗ ತುಂಬು ತೋಳಿನ ಅಂಗಿಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿ. ರಾತ್ರಿ ಮಲಗುವಾಗ ಕಪ್ಪಾಗಿರುವ ಭಾಗಗಳಿಗೆ AHA ಮುಲಾಮುಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ. ಆದರೆ ಇದಕ್ಕಿಂತ ಮುಖ್ಯವಾದದ್ದು ಎಂದರೆ ಚರ್ಮವನ್ನು ನಾರು ಅಥವಾ ಕಲ್ಲಿನಿಂದ ಉಜ್ಜದಿರುವುದು. ಈ ಕಪ್ಪನ್ನು ಕಮ್ಮಿ ಮಾಡಲು ಹಲವು ಬಗೆಯ ವಿಟಮಿನ್ peelಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಲೇಸರ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

2) ನನಗೆ ಮೈಯಲ್ಲಿ ಹಲವು ಕಡೆ ಮೃದುವಾದ ಗಂಟುಗಳಿವೆ. ನನ್ನ ತಂದೆಯವರಿಗೆ ಕೂಡ ಹೀಗೆ ಇದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಏನು ಮಾಡಬಹುದು?

ಕೆಲವು ಭಾರಿ ಮೈಯಲ್ಲಿರುವ ಕೊಬ್ಬಿನ ಭಾಗ ಸಮವಾಗಿ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಹರಡಿರದೆ ಕೆಲವು ಕಡೆ ಗಂಟುಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ಇವನ್ನು lipoma ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ. ಇವುಗಳನ್ನು ಚರ್ಮದಲ್ಲಿ ಸಣ್ಣ ರಂಧ್ರ ಮಾಡಿ ತೆಗೆಯಬಹುದು. ಇದನ್ನು ಕರಗಿಸಲು ಚುಚ್ಚು ಮದ್ದು ಮಾಡಬಹುದು. ಆದರೆ ಇದು ಪೂರ್ತಿ ಕರಗದೆ ಮತ್ತೆ ಬರುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಹೆಚ್ಚು.

3) ನನ್ನ 5 ವರ್ಷದ ಮಗನಿಗೆ ಮೊಣಕೈ ಮತ್ತು ಮಂಡಿಯ ಮೇಲೆ ಕಪ್ಪನೆಯ ಮುಳ್ಳಿನ ತರಹದ ಗುಳ್ಳೆಗಳಾಗಿವೆ. ಅದರಿಂದ ಅವನಿಗೆ ಯಾವ ತೊಂದರೆಯೂ ಆಗುತ್ತಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ನೋಡಲು ಅದು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತಿಲ್ಲ.

ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ವಿಟಮಿನ್ 'ಎ' ಅಥವಾ essential fatty acids ಕಮ್ಮಿ ಆದಾಗ ಹೀಗಾಗುತ್ತದೆ. ಸೊಪ್ಪು, ಗಜ್ಜರಿ, ಟೊಮ್ಯಾಟೊ, ಉಪ್ಪು ನೀರಿನ ಮೀನನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ತಿನ್ನಬೇಕು. Retinoic ಮುಲಾಮುಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವುದರಿಂದ ಚರ್ಮ ಸ್ವಲ್ಪ ನಯವಾಗುತ್ತದೆ.



Readers can send their queries at:
reachus@nirmalskinclinic.com.