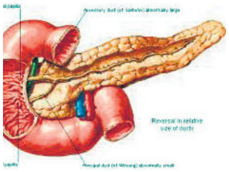
ಅಪಾಯಕಾರಿ 'ಶುದ್ಧ' ನೀರು!

ಶುದ್ಧ ನೀರು ಎಂದು ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಬಿಕರಿಯಾಗುತ್ತಿರುವ ಬಾಟಲಿಗಳಿಂದ ಕಂಟಕ ಬಂದೊದಗಿದೆ ಎಂದು ಹೊಸ ಅಧ್ಯಯನವೊಂದು ಹೇಳಿದೆ.

ಬಾಟಲಿಯಲ್ಲಿ ತುಂಬಿದ ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯುವುದರಿಂದ ಜನನೇಂದ್ರೀಯ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚು. ಅಲ್ಲದೆ ಸಂಬಾರು ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ತುಂಬುವ ಪೇಪರ್– ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಪೊಟ್ಟಣಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವುದು ಕೂಡ ಹಾನಿಕಾರಕ ಎಂದು ತಜ್ಞರು ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ.

ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳು ಹಲವು ಬಗೆಯ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಜನನೇಂದ್ರಿ ಸಂಬಂಧಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಒಂದು ಎಂದು ಸಂಶೋಧಕರು ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ.

ಪಿತ್ತಕೋಶ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ!



ಪಿತ್ತಕೋಶ (pancreatic) ಕ್ಯಾನ್ಸರನ್ನು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಗುಣಪಡಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ ಎಂದು ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ವಿಶ್ವಾಸ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಪಿತ್ತಕೋಶ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗೂ ಕೂಡ ಹೊಸ ಬಗೆಯ ಕಿಮೋಥೆರಪಿ ಈಗ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ವಿಧಾನವನ್ನೂ ಲಂಡನ್ನಿನ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಕಂಡುಹಿಡಿದಿದ್ದಾರೆ. ಇದರಿಂದ ರೋಗಿಗೆ ತೊಂದರೆಯಾಗದಂತೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಬಹುದು ಎಂದು ಅವರು ವಿಶ್ವಾಸ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ನಿದ್ರಾ ಮಾತ್ರೆಯಿಂದ ಹೃದಯಾಘಾತ!

ಒತ್ತಡ– ಚಿಂತೆಯಿಂದ ನಿದ್ರೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡಿದ್ದರೆ ಹಾಗೂ ಕೆಲವು ಮಾನಸಿಕ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ನಿದ್ರಾ ಮಾತ್ರೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ. ಆದರೆ ಅಂತಹ ಮಾತ್ರೆಗಳಿಂದ ಹೃದಯಘಾತ ಬರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಶೇ.50ರಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಆತಂಕದ ಸಂಗತಿಯನ್ನು ಹೊಸ ಅಧ್ಯಯನವೊಂದು ದೃಢಪಡಿಸಿದೆ.

ಇಂಗ್ಲೆಂಡ್‌ನ ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿರುವ ಕೆಲವು ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ಸಂಶೋಧಕರು ಹೆಸರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದನ್ನು ವರ್ಷದ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ 60 ಮಾತ್ರೆ ಸೇವಿಸಿದರೂ ಹೃದಯಾಘಾತದ ಸಂಭವನೀಯತೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ ಎಂದು ತಜ್ಞರು ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ.

ಮಾಲಿನ್ಯದಿಂದ ಅಕಾಲಿಕ ಮರಣ!

ಅಕಾಲಿಕ ಸಾವಿಗೆ ಪರಿಸರ ಮಾಲಿನ್ಯದ ಕೊಡುಗೆ ದೊಡ್ಡದಿದೆ ಎಂದು ಚೀನಾದ ಸಂಶೋಧಕರು ನಡೆಸಿದ ಹೊಸ ಅಧ್ಯಯನದಿಂದ ತಿಳಿದಿದೆ.

ಚೀನಾದಲ್ಲಿಯೇ 4ರಿಂದ 5 ಲಕ್ಷ ಮಂದಿ ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ ಪರಿಸರ ಮಾಲಿನ್ಯಕ್ಕೆ ಭಾದಿತರಾಗಿ ಅಕಾಲಿಕ ಮರಣವನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅದರಲ್ಲೂ ವಾಯು ಮಾಲಿನ್ಯ ಸಾರ್ವಜನಿಕರ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ದೊಡ್ಡ ಸವಾಲಾಗಿದೆ. ಕಲ್ಲಿದ್ದಿಲಿನ ಬಳಕೆ ಹಾಗೂ ವಾಹನಗಳು ಹೊರಸೂಸುವ ಹೊಗೆ ಇದಕ್ಕೆ ಪ್ರಮುಖ ಕಾರಣ ಎಂದು ಸಂಶೋಧಕರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಆತಂಕ ದೂರ!

ನಿತ್ಯವೂ ಒಂದರ್ಧ ಗಂಟೆ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡುವ ಅಭ್ಯಾಸ ರೂಢಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಖಿನ್ನತೆ ಹಾಗೂ ಆತಂಕವನ್ನು ದೂರ ಮಾಡಬಹುದು ಎಂದು ಅಮೆರಿಕದ ಸಂಶೋಧಕರು ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ.

ಧ್ಯಾನ ಸಾಕಷ್ಟು ಜನಪ್ರಿಯವಾಗಿದ್ದರೂ ಇದನ್ನು ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಮಾದರಿಯಾಗಿ ಬಳಸುತ್ತಿಲ್ಲ. ಜೀವನ ಶೈಲಿಯಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ರೂಢಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಅದರಿಂದ ಆತಂಕವನ್ನು ದೂರಮಾಡುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಮಾನಸಿಕ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂದು ತಜ್ಞರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

–ಟಿಪ್ಸ್