



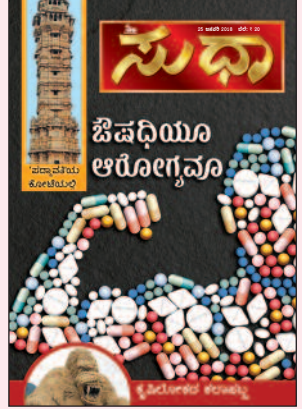
ಜಿಷ್ಠಿಯೂ ಆರೋಗ್ಯವೂ...

ಅನಾರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ವೈದ್ಯರು ಕೊಟ್ಟ ಜಿಷ್ಠಿಯನ್ನು ತಮಗಿಷ್ಟ ಬಂದಂತೆ, ಇತಿಮಿತಿಯ ಅರಿವೂ ಇಲ್ಲದೇ ಸೇವಿಸುವ 'ವೈದ್ಯಕೀಯ ಜಿಷ್ಠಿ ದುರ್ಬಳಕೆ' ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಮೇರೆ ಮೀರಿದೆ. ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಜಿಷ್ಠಿ ಸೇವಿಸುವುದು, ಇತರರಿಗೆ ಕೊಟ್ಟ ಮಾತೆಗಳನ್ನೇ ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆಯಿಲ್ಲದ ತಾವೂ ಬಳಸುವುದು ಅಪಾಯಕ್ಕೆ ಎಡೆ ಮಾಡಿ ಕೊಟ್ಟಂತೆ. ಇಂತಹ ಗಂಭೀರ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರ ಇಲ್ಲವೇ?

★ ಡಾ.ಅರುಣಾ ಯಡಿಯಾಳ

25 ಜನವರಿ 2018

ಸಂಪುಟ 54 ಸಂಚಿಕೆ 4



ಲೇಖನಗಳು

- 6 ಕೂಡ್ಲಿ ತೀರ್ಥ: ಚಾರಣಿಯರ ಸ್ವರ್ಗ
-ಶಂಕರ್ ಸಾರಥಿ
- 30 ಚಳಿಗಾಲದಲ್ಲಿ 'ದಂತ ಅತಿ ಸಂವೇದನೆ'
-ಡಾ.ಮುರಲೀ ಮೋಹನ್ ಚೂಂತಾರು
- 38 ಕೃಷಿಲೋಕದಲ್ಲಿ ಕಲಾ ಹಬ್ಬ
-ಜೀವನ್ ಶೆಟ್ಟಿ
- 40 ಸಾಮಾಜಿಕ ಜಾಲತಾಣ ಮತ್ತು ಅಪಮಾನ
-ಚೈತ್ರ ಹೆಗಡೆ
- 57 ತಿತ್ತಿರಿ ಹಕ್ಕಿಯ ತಿರುಗಾಟ
-ಶಿವಪ್ರಕಾಶ ಭೋಗಣ್ಣ
- 60 ಲಾವಾ ಕೇಕ್ ನಟ್ಸ್ ಐಸ್‌ಕ್ರೀಮ್
-ಧನ್ಯ ಕಡಸೂರು
- 62 ಸ್ವೀಟ್‌ಕಾರ್ನ್ ಪಕೋಡೆ..
-ಅರ್ಚನಾ ಜಿ. ಬೊಮ್ಮಲ್ಲಿ

ಫ್ಯಾಷನ್-ಪ್ರವಾಸ

- 32 ಕಣ್ಣು ಸುತ್ತ ಕಪ್ಪು: ಕೊಬ್ಬಿನ ಕಸಿ
-ಉಮಾ ಅನಂತ್
- 34 'ಪದ್ಮಾವತಿ'ಯ ಕೋಟಿಯಲ್ಲಿ...
-ಗೀತಾ ಕುಂದಾಪುರ

44 ಕಥೆ



ಅನಾಮಿಕ
-ಜಯಪ್ರಕಾಶ ಮಾವಿನಕುಲಿ



72 ವಂಡರ್ ಪುಟ

ಬೃಹತ್ ಈಜುಗೋಳ
-ರವಿಶಂಕರ ವಿ.ಕೋರಗಲ್

50 ಧಾರಾವಾಹಿ-7



74 ಚಿತ್ರಸುಧಾ



ಮಾತಿನ ಹಂಗು ಮೀರಿದ ನಾಯಕ
-ರಘು



ಮಲ್ಲಿಕಾ ಮದುವೆ ಆಗಿಲ್ಲ!
-ಬಿಂದು

ಸ್ಥಿರ ಶೀರ್ಷಿಕೆಗಳು

- 10 ವಿಚಾರ ಲಹರಿ-ಮಾತೆ ಮತ್ತು •12 ನಿಮ್ಮೊಡನೆ •14 ನೀವು ಕೇಳಿದಿರಿ •16 ಸಮುದ್ರ ಮಧನ •17 ಹೆಲ್ಪ್ ಫೈನ್ •18 ನಗೆ ಹೊನಲು
- 19 ನಕ್ಕುಬಿಡಿ •48 ಜಾಣರ ಪಟ್ಟಿಗೆ •58 ಸವಿ ಸವಿ ನೆನಪು •58 ಸುಖೀಭವ •59 ಎಲ್ಲಿಂದಲೋ ಬಂದವರು •66 ಕಾಮಿಕ್ಸ್
- 67 ಆಹಾ ಸುದ್ದಿ •68 ಪದಬಂಧ •69 ಭವಿಷ್ಯ •70 ನಿಮ್ಮ ಪುಟ •78 ಸೆಲೆಬ್ರಿಟಿ

ಸಂಪಾದಕ
ಕೆ.ಎನ್. ತಿಲಕ್ ಕುಮಾರ್

ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿ

ಸುರೋ ಗಾರ್ಡನ್

ಮುಖಪುಟ ವಿನ್ಯಾಸ
ಈಶ್ವರ ಎಸ್. ಬಡಿಗೇರ

ವಿಳಾಸ:
ಸಂಘಾದಕರು, 'ಸುಧಾ' ವಾರಪತ್ರಿಕೆ,
75, ಮಹಾತ್ಮ ಗಾಂಧಿ ರಸ್ತೆ,
ಬೆಂಗಳೂರು 560 001
ದೂರವಾಣಿ: 25880000
ಫ್ಯಾಕ್ಸ್: 25880618

ಇ-ಮೇಲ್:
editorsu@sudha.co.in