

ಹೆಲ್ಪ್ ಲೈನ್



ಸಂಧಿವಾತಕ್ಕೆ ಹಾಲಾ ಕಾರಣ!

ಮೂಳೆಗಳು ಬಲಿಷ್ಠಗೊಳ್ಳಲು ಹಾಲು ನೆರವು ನೀಡುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ ಜ್ಞಾನ. ಆದರೆ, ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾಗಳು ಒಂದು ಬಗೆಯ ಸಂಧಿವಾತಕ್ಕೂ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತವೆ ಎನ್ನುವ ಅಚ್ಚರಿಯ ಸಂಗತಿಯನ್ನು ಸಂಶೋಧಕರ ಅಧ್ಯಯನ ಪ್ರಕಟಿಸಿದೆ.

ಹಾಲಿನ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾಗಳಿಂದ ಕಾರಣವಾಗುವ ಸಂಧಿವಾತದಲ್ಲಿ ಉರಿಯೂತ ಮಾಂಸಖಂಡಗಳಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ದೇಹದ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಅಂಗಗಳೂ ಸೇರಿದಂತೆ ಸಂಧಿಗಳಲ್ಲಿ ನೋವು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ತೊಂದರೆ ಮನುಷ್ಯನ ಯಾವ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಾದರೂ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ 40ರಿಂದ 60 ವರ್ಷದವರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು. ಅದರಲ್ಲೂ ಈ ವಯಸ್ಸಿನ ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಮೂರು ಪಟ್ಟು ಹೆಚ್ಚು ಎನ್ನುವುದು ಸಂಶೋಧಕರ ವಾದ.

ಔಷಧ ರೂಪದ ಒಮೆಗಾ-3 ಫ್ಯಾಟಿ ಆಸಿಡ್ ಅಪ್ರಯೋಜಕ



ಒಮೆಗಾ-3 ಫ್ಯಾಟಿ ಆಸಿಡ್ ಹೃದಯದ ಆರೋಗ್ಯದ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ತುಂಬಾ ಒಳ್ಳೆಯದು ಎಂದು ಅನೇಕ ಅಧ್ಯಯನಗಳು ಹೇಳಿವೆ. ಅದರ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆಯೇ ಕೃತಕವಾಗಿ ಒಮೆಗಾ-3 ಫ್ಯಾಟಿ ಆಸಿಡ್ ಅನ್ನು ಔಷಧ ರೂಪದಲ್ಲಿ ನೀಡುವುದು ಎಷ್ಟು ಹೃದಯ ಸ್ನೇಹಿ ಎನ್ನುವ ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು

ಅಧ್ಯಯನ ನಡೆಸಿದ ಸಂಶೋಧಕರು ನಿರಾಶೆಯ ಉತ್ತರವನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದಾರೆ. ಕೃತಕವಾಗಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿದ ಒಮೆಗಾ-3 ಫ್ಯಾಟಿ ಆಸಿಡ್ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ನೀಡಿಲ್ಲ ಎಂದು ಅವರ ಅಧ್ಯಯನ ಹೇಳಿದೆ.

ಹೃದಯ ರಕ್ತನಾಳದ ಸಮಸ್ಯೆಯಿರುವ 77,917 ಮಂದಿಯನ್ನು ಸಂಶೋಧಕರು ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ಒಳಪಡಿಸಿದ್ದರು. ಸರಾಸರಿ ನಾಲ್ಕು ವರ್ಷದ ನಾಲ್ಕು ತಿಂಗಳು ಔಷಧ ರೂಪದ ಒಮೆಗಾ-3 ಫ್ಯಾಟಿ ಆಸಿಡ್ ಅನ್ನು 226 ರಿಂದ 1800 ಮಿಲಿಗ್ರಾಂನಷ್ಟು ನಿತ್ಯವೂ ನೀಡಿದ್ದರು. ಆದರೆ ಅದರಿಂದ ಹೃದಯ ಸಮಸ್ಯೆ ಕಡಿಮೆಯಾದ ಯಾವ ಅಕ್ಷಣವೂ ಪತ್ತೆಯಾಗಲಿಲ್ಲ ಎಂದು ಸಂಶೋಧಕರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ ಈ ಬಗ್ಗೆ ಕೆಲವರು ಆಕ್ಷೇಪವನ್ನೂ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದ್ದು, ಮೀನಿನಿಂದಲೇ ಸಂಸ್ಕರಿಸಿ ತೆಗೆದ ಮೀನೇಣ್ಣೆ ಹೃದಯ ರೋಗ ನಿಯಂತ್ರಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ಸಮರ್ಥಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಬಹೂಪಯೋಗಿ ವಿಟಮಿನ್ ಡಿ3

ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯ ಇರುವ ಸೂರ್ಯನ ಕಿರಣಗಳಿಂದಲೇ ದೇಹ ತಯಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ವಿಟಮಿನ್ ಡಿ3 ಹಾನಿಗೆ ಒಳಗಾದ ಹೃದಯದ ರಕ್ತನಾಳಗಳನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅಮೆರಿಕದ ಸಂಶೋಧಕರ ಅಧ್ಯಯನ ಹೇಳಿದೆ.

ವಿಟಮಿನ್ ಡಿ 3 ರಕ್ತನಾಳಗಳ ಆರೋಗ್ಯದ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಸಹಕಾರಿ. ಅಷ್ಟು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ಅದು ಹಾನಿಗೊಳಗಾದ ರಕ್ತನಾಳಗಳನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಒತ್ತಡ ನಿವಾರಣೆ, ಮಧುಮೇಹ ಮತ್ತು ಮೂಳೆ ಸಂಬಂಧಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೂ ನೆರವು ನೀಡುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವ ಅಂಶವನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ವಿಟಮಿನ್ ಡಿ3 ಮೂಳೆಗಳ ಸ್ನೇಹಿ. ಹೃದಯ ವೈಫಲ್ಯದಿಂದ ಸಾವನ್ನಪ್ಪಿದ ಬಹುತೇಕರಲ್ಲಿ ವಿಟಮಿನ್ ಡಿ3 ಕೊರತೆ ಇರುವುದು ಕಂಡು ಬಂದಿದೆ ಎಂದೂ ಸಂಶೋಧಕರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

- ಟಿಪ್ಪಣಿ

15 ಫೆಬ್ರವರಿ 2018 ಸುಭಾ 15

ಪರೀಕ್ಷೆ?

ನಿಮ್ಮ ಅಧ್ಯಯನಗಳಲ್ಲಿ ಶಂಖಪುಷ್ಪಿಯ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ತುಂಜಿರಿ....



- ಪರೀಕ್ಷಾ ಸಿದ್ಧತೆಯನ್ನು ಒಂದು ಉತ್ತಮ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲೆ ಆರಂಭಿಸಿರಿ.
- ಶಂಖಪುಷ್ಪಿ ಮತ್ತು ಬ್ರಾಹ್ಮಿ ಶಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿದೆ.
- ಭಾರಿ ಅಧ್ಯಯನಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಒತ್ತಡವನ್ನು ನಿವಾರಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಏಕಾಗ್ರತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ.

ಬೈದ್ಯನಾಥ್

ಶಂಖಪುಷ್ಪಿ

ಮೆಮೋರಿ ಟಾನಿಕ್

ಮೊದಲ ದಿನದಿಂದಲೇ ಮುನ್ನುಗ್ಗಿರಿ



Customer Care : 080-26716012