ಕಬ್ಬಿಣಾಂಶ ಹೀನತೆಯಿಂದ ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯು

ದೇಹದಲ್ಲಿ ಕಬ್ಬಿಣ ಅಂಶದ ಕೊರತೆಯಾದರೆ ಅದರಿಂದ ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯು ಸಂಭವಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೊಸ ಅಧ್ಯಯನವೊಂದು ಹೇಳಿದೆ.

ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಕಬ್ಬಿಣಾಂಶ ಕೊರತೆಯಾದರೆ ಅದರಿಂದ ರಕ್ತಕ್ಕೆ ಜಿಗಟುತನ ಬರುತ್ತದೆ ಅನ್ನುವುದು ಲಂಡನ್ನಿನ ಸಂಶೋಧಕರು ನಡೆಸಿದ ಅಧ್ಯಯನದಿಂದ ತಿಳಿದು ಬಂದಿದೆ.

ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಕಬ್ಬಿಣಾಂಶದ ಕೊರತೆಯಾದರೆ ಯಾವ ವಯಸ್ಸಿನ ಅಂತರವಿಲ್ಲದೆ ಅಬಾಲವೃದ್ಧರವರೆಗೂ ಲಕ್ವ ಹೊಡೆಯಬಹುದು ಎಂದು ಸಂಶೋಧಕರು ಆತಂಕವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಜಗತ್ತಿನೆಲ್ಲೆಡೆ ಸರಿ ಸುಮಾರು 2 ಕೋಟಿ ಮಂದಿ ಕಬ್ಬಿಣಾಂಶದ ಕೊರತೆಯನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಅವರು ಅಂದಾಜಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ತಾಯಿ ಹಾಲು ಬುದ್ಧಿಗೆ ವರದಾನ

ತಾಯಿ ಎದೆ ಹಾಲನ್ನು ಕುಡಿದು ಬೆಳೆದ ಮಕ್ಕಳ ಬುದ್ಧಿಮತ್ತೆ ಚುರುಕಾಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂದು ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್‌ನ ಸಂಶೋಧಕರು ನಡೆಸಿದ ಅಧ್ಯಯನದಿಂದ ತಿಳಿದುಬಂದಿದೆ.

ತಾಯಿಯ ಮಡಿಲಲ್ಲಿ ಹಾಲುಂಡು ಬೆಳೆದ ಮಕ್ಕಳು ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಒಳ್ಳೆಯ ಪ್ರತಿಭಾಶಾಲಿಗಳಾಗಿ ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಇದಕ್ಕೆ ನಿಖರ ಕಾರಣ ಇದೇ ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗದಿದ್ದರೂ, ಶೈಶಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಅಂದರೆ ಮಗು 9 ತಿಂಗಳವರೆಗೆ ತಪ್ಪದೆ ಎದೆ ಹಾಲು ಕುಡಿದಿರುವುದು ಕೂಡ ಕಾರಣ. ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಾಯಿ ಹಾಲು ಕುಡಿದ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಓದುವ ಭಾವನೆ ತೀವ್ರಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಎಂದು ಸಂಶೋಧಕರು ಗುರುತಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಒಂಟೆಯಿಂದ ದೂರವಿರಿ!

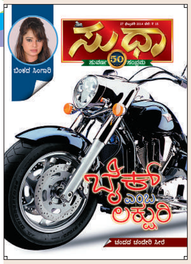
ಒಂಟೆಗಳು ಉಸಿರಾಟಕ್ಕೆ ತೊಂದರೆಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುವ ಪ್ರಬಲ ವೈರಸ್‌ಗಳನ್ನು ಹರಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದೆ ಎಂಬ ಆತಂಕದ ಸಂಗತಿಯನ್ನು ಹೊಸ ಅಧ್ಯಯನವೊಂದು ಬಹಿರಂಗಪಡಿಸಿದೆ.

ಒಂಟೆಗಳು ಮಿಡ್ಲ್ ಈಸ್ಟ್ ರೆಸ್ಪಿರಟರಿ ಸಿಂಡ್ರೋಮ್ (MERS) ಎಂಬ ವೈರಸನ್ನು ಹರಡುತ್ತವೆ. ಇದರಿಂದ ಶ್ವಾಸಕೋಶ ಸಂಬಂಧಿ ತೊಂದರೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ 2012ರಲ್ಲಿ 182 ಮಂದಿ ತುತ್ತಾಗಿದ್ದರು. ಅದರಲ್ಲಿ 79ಮಂದಿ ನಿಧನ ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ವಿಶ್ವ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆ ಅಧಿಕೃತವಾಗಿ ಪ್ರಕಟಿಸಿದೆ.

MERS ವೈರಸ್ ಮೊದಲು ಸೌದಿ ಅರೇಬಿಯಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರಲ್ಲಿ ಪತ್ತೆಯಾಗಿದೆ. ಆತ ಸಾಕಿದ್ದ ಒಂಟೆಗಳಿಂದಲೇ ಅವನಿಗೆ ಅದು ಬಂದಿದೆ ಎಂದು ಗುರುತಿಸಲಾಗಿತ್ತು ಎಂಬ ಅಂಶವನ್ನೂ ತಜ್ಞರು ದಾಖಲಿಸಿದ್ದಾರೆ.

-ಟಿಪ್ಸ್

ಸಮುದ್ರ ಮಥನ



ಲಕ್ಸುರಿ ಮತ್ತು ಉತ್ಸಾಹ

'ಸುಧಾ' ಫೆ.27ರ ಮುಖಪುಟ ಲೇಖನ 'ಬೈಕ್ ಎಂಬ ಲಕ್ಸುರಿ'ಯಲ್ಲಿ ಎನ್.ವಿಶಾಖ ಅವರು ಬೈಕ್ ಓಡಿಸುವ ಉತ್ಸಾಹಿ ಯುವಕರ ಕುರಿತು ವಿವರವಾಗಿ ವರದಿ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ.

-ಸು.ವಿಜಯಲಕ್ಷ್ಮಿ, ಶೋಭಾ ಅರವಿಂದ್, ಶಿವಮೊಗ್ಗ/ ಪ್ರೊ.ಮಧೂರು ಮೋಹನ ಹುಲ್ಲೂರಾಯ, ಗೇರುಕಟ್ಟೆ

ಬದುಕಲು ಬಿಡಿ!

ಇತ್ತೀಚಿನ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಅತಿ ಬೆಲೆಯ ಹಾಗೂ ಅತಿ ವೇಗದ ದ್ವಿಚಕ್ರ ವಾಹನಗಳು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುವುದು ಹಾಗೂ ಅದನ್ನು ಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲ ಜನ ಇರುವುದು ಸಂತೋಷದ ಸಂಗತಿ.

ಆದರೆ ಅವನ್ನು ಓಡಿಸಲು ಸೂಕ್ತ ರಸ್ತೆಗಳಿಲ್ಲದಿರುವುದು ನೋವಿನ ವಿಷಯ. ಇಂತಹ ವಾಹನಗಳು ರಸ್ತೆಯಲ್ಲಿ ಬರುವಾಗ ಜನ ಹಾಗೂ ದನ ಗಾಬರಿಯಿಂದ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣಿಸದ ಪಾದಚಾರಿ ರಸ್ತೆಯ ಕಡೆ ಓಡುವುದು ಪ್ರತಿ ದಿನದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ!

-ಡಾ. ಕೆ.ಕೆ. ಜಯಚಂದ್ರಗುಪ್ತ, ಹಾಸನ

ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ವಿಚಾರ

ವಿಚಾರ ಲಹರಿಯಲ್ಲಿ 'ಮೂಚಿ' ಅವರು ಆದರ್ಶಗಳ ಬಗೆಗೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ಮಾಡಿರುವುದು ಇಷ್ಟವಾಯಿತು.

-ಎಸ್. ಲಕ್ಷ್ಮೀನರಸಿಂಹ, ಚಾಮರಾಜನಗರ/ ರುಕ್ಮಿಣಿ ಕೃ.ದೇಶಪಾಂಡೆ, ಗೋಕಾಕ

ಉತ್ತಮ ಬರಹ

ಗೀತಸದಾ ಮೋಂತಿಮಾರು ಅವರ 'ಕುಬ್ಜ ಗಿಡಗಳ ಲೋಕದಲ್ಲಿ' ಲೇಖನ ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು.

-ಬಿಲ್ಲೇಶ್ವರ ಅಚ್ಚುಹುಂಚ

ಚೆಂದಿತ್ತು!

'ಚಂದದ ಚಂದೇರಿ ಸೀರೆ' ವೈ.ಸಿ. ರಾಧಾಲಕ್ಷ್ಮಿ ಬರಹ ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು.

-ಹೇಮಾ ಮುರುಳಿ, ಕೋಣಂದೂರು

ನೀವು ಕೇಳಿದಿರಿ? ಸರಿಯಾದ ಟಾಂಗ್

'ನೀವು ಕೇಳಿದಿರಿ?' ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ 'ಸ್ತ್ರೀಯರ ಅತಿಯಾದ ಫ್ಯಾಷನ್‌ನಿಂದ ಅತ್ಯಾಚಾರಗಳು ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿವೆ' ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ 'ಇಂದ್ರ ಕುಲಗೆಡಿಸಿದಾಗ ಅಹಲ್ಯೆ ಬಿಕಿನಿ ಹಾಕಿದ್ದಳೇನು?' ಎಂದು ರಾಮ್ ಸರಿಯಾಗಿಯೇ ಟಾಂಗ್ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ.

-ಶೀಲಾ ಸತ್ಯೇಂದ್ರಸ್ವಾಮಿ, ಹರವೆ ಮಠ

ಮಾರ್ಮಿಕ, ಮನೋಜ್ಞ ಕಥೆ

ಸಾಧನೆಯ ಮಾರ್ಗ ಹಿಡಿದು ವಿರಾಗಿಯಾಗಿ ಹೋಗುವುದಕ್ಕಿಂತ ತಂದೆ ತಾಯಿಯರ ಸೇವೆಯೇ ದೊಡ್ಡದು ಎಂಬುದನ್ನು ರಾಜಶೇಖರ ಗೌಡ, ಕೊಟ್ಟೂರು ಅವರ 'ವಿನಾಕಾರಣ' ಅತ್ಯಂತ ಮಾರ್ಮಿಕವಾಗಿ, ಮನೋಜ್ಞವಾಗಿ ಚಿತ್ರಿಸಿದೆ. ಒಂದು ಉತ್ತಮ ಕಥೆ.

-ಗೋಪಾಲ ಎಸ್. ಭಟ್, ಹಿರೇಕೆರೂರು/ಕೊಹಿಮ, ಬಸರಕೋಡು/ ಸಿ.ಎನ್.ರಮೇಶ್, ಕೋಲಾರ

ಎರಡು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣ ಕಥೆ

ರಾಜಶೇಖರ ಗೌಡರ 'ವಿನಾಕಾರಣ' ಮತ್ತು ಪದ್ಮನಾಭ ಅವರ 'ನಾಳೆಯ ದೃಷ್ಟಿ' ಮಿನಿಕಥೆ ಎರಡೂ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾಗಿದ್ದವು.

-ವೈ.ಜಿ.ನರಸಿಂಹನ್, ಶಿವಮೊಗ್ಗ/ ಎಚ್.ಆನಂದಕುಮಾರ್, ಚಿತ್ರದುರ್ಗ

ಪ್ರಾಸಬದ್ಧ ಕವಿತೆಗಳ ಆಕರ್ಷಣೆ

ಫೆ.20ರ ಸಂಚಿಕೆಯ 'ಎಳೆಯರ ಅಂಗಳ'ದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾದ ಅಣ್ಣಾಜಿ ಫಡತಾರೆ ಅವರ 'ಗುಬ್ಬಚ್ಚಿಗೂಡು' ಹಾಗೂ ಸಿ.ಎಂ.ಗೋವಿಂದರೆಡ್ಡಿ ಅವರ 'ರೆಕ್ಕೆ ಬಿಚ್ಚಿದ ಹಕ್ಕಿ' ಕವಿತೆಗಳು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮೂಡಿಬಂದಿವೆ. ಎರಡೂ ಪ್ರಾಸಬದ್ಧವಾಗಿದ್ದವು ಎನ್ನುವುದು ಅವುಗಳ ಹೆಚ್ಚುಗಾರಿಕೆ.

-ಜಗದೀಶ ಎಂ.ಸಂಗಣ್ಣವರ, ಬೆಳಗಾವಿ

ವಿಭಿನ್ನ ಕಾರ್ಡ್ ಕಥೆಗಳು

ಫೆ.20ರ ಸಂಚಿಕೆಯ 'ನೆನಪು' ಮತ್ತು 'ಮಾತು' ಎ.ಎಸ್. ಹೂಲಗೇರಿ ಅವರ ಎರಡು ಕಾರ್ಡ್ ಕಥೆಗಳು ವಿಭಿನ್ನ ಪ್ರಯತ್ನಗಳಾಗಿದ್ದು, ತಕ್ಷಣ ಓದಿಸಿಕೊಂಡವು. ಆದರೆ ಇನ್ನೊಂದಿಷ್ಟು ಪಂಚಿಂಗ್ ಇದ್ದರೆ ಚೆನ್ನಾಗಿತ್ತು.

-ಸಿ.ಎನ್.ರಮೇಶ್, ಕೋಲಾರ

ಪ್ರಶಸ್ತಿಗೆ ಅಭಿನಂದನೆ

'ಸುಧಾ' ಪತ್ರಿಕೆಯನ್ನು ಅದು ಪ್ರಾರಂಭವಾದಂದಿನಿಂದ ಓದುತ್ತ ಬಂದಿದ್ದೇನೆ. 50ರ ಸಂಭ್ರಮ ಆಚರಿಸುತ್ತಿರುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿಯೇ 'ಸುಧಾ'ಳಿಗೆ 'ಚಾಣಕ್ಯ' ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಲಭ್ಯವಾಗಿರುವುದು ಅತ್ಯಂತ ಸಂತಸದ ಸುದ್ದಿ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಹಾರ್ದಿಕ ಅಭಿನಂದನೆಗಳು.

-ಬೃಂದಾ ಎನ್. ರಾವ್, ಬೆಂಗಳೂರು