

ಬದಲಾಗಿ ಉತ್ತೇಜನಕಾರಿ ಮತ್ತು ಉಪಕಾರಿ ಆಗಬಹುದು ಎಂದು ವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾಗಿ ನಿರೂಪಿಸುವ ಡಾಕ್ಟುಮೆಂಟರಿಗಳನ್ನು ತೋರಿಸಲಾಯಿತು.

ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಉತ್ತರಗಳು ನೆನಪಾಗದಿದ್ದಾಗ ಎದೆಬಡಿತ ಜಾಸ್ತಿಯಾಗಿ ಮೈಬೆವರುವುದು ಸಹಜವೇ. ಇದರಿಂದ ಮಿದುಳಿಗೆ ರಕ್ತಸಂಚಾರ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಆದು ಚುರುಕುಗೊಳ್ಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳಿರುತ್ತವೆ.

ಸಂದರ್ಶನದ ನಂತರ ಒತ್ತಡ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಎನ್ನುವ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದ ಗುಂಪಿನವರು, ಅಪಾಯಕಾರಿಯಲ್ಲ ಎನ್ನುವ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದ ಅಭ್ಯರ್ಥಿಗಳಿಗಿಂತ ಒತ್ತಡದ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ತೋರಿಸಿದ್ದರು ಎನ್ನುವುದು ಧೃಢವಾಯಿತು. ಹೃದಯದ ರಕ್ತನಾಳಗಳು ಒತ್ತಡದಿಂದ ಸಂಕುಚಿತವಾದಾಗ ಹೃದಯಾಘಾತದ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಹೆಚ್ಚುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಒತ್ತಡ ಅಪಾಯಕಾರಿಯಲ್ಲ ಎಂದುಕೊಂಡಿದ್ದವರ ಹೃದಯ ಜೋರಾಗಿ ಹೊಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಮೈಬೆವರುತ್ತಿದ್ದರೂ, ಅವರ ಹೃದಯದ ರಕ್ತನಾಳಗಳು ಸಡಿಲವಾಗಿದ್ದು ರಕ್ತಸಂಚಾರ ಸರಾಗವಾಗಿತ್ತು. ಕೇವಲ ನಕಲಿ ಸಂದರ್ಶನದಲ್ಲಿಯೇ ಒತ್ತಡ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಎನ್ನುವ ಮನೋಭಾವ ಇಂತಹ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಬಲ್ಲದಾದರೆ ಅಸಲಿ ಸಂದರ್ಶನವನ್ನು ಎದುರಿಸುವಾಗ ಇಂತಹ ಮನೋಭಾವದ ಪ್ರಭಾವ

ಹೇಗಿರಬಹುದು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಎಲ್ಲರೂ ಊಹಿಸಬಹುದು.

ಇಂತಹ ನೂರಾರು ಸಂಶೋಧನೆಗಳ ಬಗೆಗೆ ಕೆಲ್ಲಿ ಮ್ಯಾಕ್‌ಗೋನಿಗಲ್ ಅವರ 'ಅಪ್‌ಸೈಡ್ ಆಫ್ ಸ್ಟ್ರೆಸ್' ಎನ್ನುವ ಆಂಗ್ಲ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಓದಬಹುದು.

★★★★

ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡ ಅಪಾಯಕಾರಿಯಲ್ಲ ಎಂದು ಹೇಳುವುದಕ್ಕೂ ಮೊದಲು ಅದಕ್ಕೆ ಖಳನಾಯಕನ ಪಟ್ಟಿ ಸಿಕ್ಕಿದ್ದು ಹೇಗೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಲ್ಲವೇ?

1936ರಲ್ಲಿ ಹಂಗೇರಿಯಾದ ಹಾನ್ಸ್ ಸೆಲ್ಟ್ಜೆ ಎನ್ನುವ ನಿರ್ನಾಳ ಗ್ರಂಥಿಗಳ ತಜ್ಞ (ಎಂಡೋಕ್ರೈನಾಲಜಿಸ್ಟ್) ಹಾರ್ಮೋನ್‌ಗಳ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಇಲಿಗಳ ದೇಹಕ್ಕೆ ಹಸುಗಳ ಅಂಡಾಣುವಿನಿಂದ ತೆಗೆದ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ಮೂಲಕ ಸೇರಿಸಿ ಪ್ರಯೋಗ ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದ. ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ನೀಡಿದ ನಂತರ ಇಲಿಗಳಿಗೆ ರಕ್ತಸೋರುವ ಅಲ್ಸರ್‌ಗಳು ಉಂಟಾಗಿದ್ದಲ್ಲದೆ ದೇಹದ ಪ್ರತಿರೋಧ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ನಿರ್ದೇಶಿಸುವ ಗ್ರಂಥಿಗಳ ಮೇಲೆ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮ ಉಂಟಾಗಿತ್ತು. ನಂತರದ ಪ್ರಯೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಸೆಲ್ಟ್ಜೆಗೆ ತಿಳಿದುಬಂದಿದ್ದೇನೆಂದರೆ, ಇಲಿಗಳಿಗೆ ಯಾವುದೇ ದ್ರವವನ್ನು ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ಮೂಲಕ ನೀಡಿದಾಗಲೂ ಇದೇ ಪರಿಣಾಮಗಳು ಕಂಡುಬರುತ್ತವೆ ಎನ್ನುವುದು. ಆಗ ಅವನು ತೀರ್ಮಾನಿಸಿದ್ದು ಇಲಿಗಳ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತಿರುವುದು ಅವುಗಳಿಗೆ ನೀಡುತ್ತಿರುವ ದ್ರವವಲ್ಲ, ಆದರೆ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಮೂಡಿಸುತ್ತಿರುವ ಭಯ, ಒತ್ತಡ ಮತ್ತು ಆತಂಕಗಳು ಎಂದು!

ಚುಚ್ಚುಮದ್ದನ್ನು ನೀಡದೆ ಶಬ್ದ, ಶಾಖ, ಅಂಗಾಂಗಗಳನ್ನು ಕತ್ತರಿಸುವುದು— ಮುಂತಾದವುಗಳ ಮೂಲಕ ಇಲಿಗಳಲ್ಲಿ ಭಯ, ಒತ್ತಡವನ್ನು ಮೂಡಿಸಿದಾಗಲೂ ಇದೇ ಪರಿಣಾಮಗಳು ಕಂಡುಬಂದವು. ಫಿಜಿಯನ್ ಆಗಿದ್ದ ಸೆಲ್ಟ್ಜೆ ತನ್ನ ಬಳಿ ಬಂದಿದ್ದ ರೋಗಿಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಇಂತಹುದೇ ಸೂಚನೆಗಳು ಕಂಡುಬಂದಾಗ ಇದಕ್ಕೆ ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡವೇ ಕಾರಣ ಎಂದು ತೀರ್ಮಾನಿಸಿಬಿಟ್ಟ. ಇಂತಹ ತೀರ್ಮಾನಕ್ಕೆ ಬರಲು ಅವನು ಮನುಷ್ಯರ ಮೇಲೆ ಯಾವುದೇ ಪ್ರಯೋಗ ನಡೆಸಿರಲಿಲ್ಲ. ಹಾಗಿದ್ದರೂ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮೂಡುವ ಒತ್ತಡಕ್ಕೆ 'ಸ್ಟ್ರೆಸ್' ಎಂದು ನಾಮಕರಣ ಮಾಡಿ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲೆಡೆ ಅದಕ್ಕೆ ಕೆಟ್ಟ ಹೆಸರು ಬರುವಂತೆ ಪ್ರಚಾರ ಮಾಡಿದ. ಹತ್ತು ಬಾರಿ ನೋಬೆಲ್ ಪ್ರಶಸ್ತಿಗೂ ಅವನನ್ನು ನಾಮಕರಣ ಮಾಡಲಾಯಿತು. ಅತಿರೇಕವೆಂದರೆ ಸೆಲ್ಟ್ಜೆ ತಂಬಾಕು ಉದ್ಯಮಿಗಳಿಂದ ಹಣ ಪಡೆದು ಅಮೆರಿಕಾದ ಕಾಂಗ್ರೆಸ್ ಮುಂದೆ 'ಧೂಮಪಾನದಿಂದ ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡದ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ತಡೆಯಬಹುದು' ಎಂದು ಸಾಕ್ಷಿಯನ್ನೂ ಹೇಳಿದ್ದ!

ಇಷ್ಟಾಗಿಯೂ ತನ್ನ ಅಂತ್ಯಕಾಲದಲ್ಲಿ ಸೆಲ್ಟ್ಜೆ ಎಲ್ಲಾ ತರಹದ ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡ ಅಪಾಯಕಾರಿಯಲ್ಲ ಎಂದು ಹೇಳತೊಡಗಿದ್ದ. ಆದರೆ ಅಷ್ಟರಲ್ಲಾಗಲೇ ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡಕ್ಕೆ ಅವನು ನೀಡಿದ್ದ ಖಳನಾಯಕನ ಪಟ್ಟಿ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿತ್ತು. ಅವನ ನಂತರ ಬಂದ ಸಂಶೋಧಕರೂ ಕೂಡ ಇಲಿಗಳ ಮೇಲೆ ನಡೆಸಿದ ಸಂಶೋಧನೆಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ



ಸಂಧಿಲಿನ್ ಹಚ್ಚಿರಿ

ನೋವಿಗೆ ಬಾಯ್ ಬಾಯ್ ಹೇಳಿ !



ಸಂಧಿಲಿನ್ SANDHILIN ಸಂಧಿಲಿನ್

- ಚಡ್ಡು ರಿಲಿಫ್ 'ಸಂಧಿಲಿನ್' ಎಕ್ಸ್‌ಯನ್ನು ಆಯುರ್ವೇದದ ಋಷಿಮುನಿಪ್ರತೀತ ಶಾಸ್ತ್ರೋಕ್ತವಾಗಿ, ಅತ್ಯಾಧುನಿಕ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನವನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿ ತಯಾರಿಸಲಾಗಿದೆ.
- ಇದು ಗಂಟುನೋವು, ಬೆನ್ನನೋವು, ಉಳುಕು, ಮಾಂಸ ಖಂಡಗಳ ಸೆಳೆತ, ನರ, ವಾತ ಸಂಬಂಧಿ ನೋವುಗಳಿಗೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ.
- ತ್ವಚೆಗೆ ಓತಕರವಾಗಿದ್ದು ಚರ್ಮ ಅಥವಾ ಬಟ್ಟೆಯ ಮೇಲೆ ಯಾವುದೇ ಚಡ್ಡು, ಕಲೆಗಳು ಉಂಟಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ತಯಾರಕರು



ಶ್ರೀ ಧರ್ಮಸ್ಥಳ
ಮಂಜುನಾಥೇಶ್ವರ ಆಯುರ್ವೇದ ಫಾರ್ಮಸಿ
ಕುತ್ಯಾಡಿ - 574 118, ಉಡುಪಿ ಜಿಲ್ಲೆ, ಕರ್ನಾಟಕ
Ph / Fax: 0820 - 2520852
Email: sdmaph@gmail.com

ಇದು 'SDM ಆಯುರ್ವೇದ ಫಾರ್ಮಸಿ'ಯ ಉತ್ಪನ್ನ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಉತ್ಪನ್ನ.