



ಮಕ್ಕಳ ಟಿವಿ ಚಟದಿಂದ ಮಧುಮೇಹ

ದಿನದಲ್ಲಿ ಮೂರು ಗಂಟೆಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಮಯವನ್ನು ಮಕ್ಕಳು ಟಿವಿ ನೋಡಲು ಮೀಸಲಿಟ್ಟರೆ ಅವರಿಗೆ ಮಧುಮೇಹ ಬರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಸಂಶೋಧಕರು ಎಚ್ಚರಿಸಿದ್ದಾರೆ.



ಟಿವಿ ಮಾತ್ರ ಅಲ್ಲದೆ ಮೊಬೈಲ್- ಟ್ಯಾಬ್ಲೆಟ್‌ಗಳ ಪರದೆಯಲ್ಲಿ ಕಣ್ಣು ನೆಟ್ಟು, ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಿ ಬೆರಳನ್ನು ಆಡಿಸುತ್ತಾ ಆನಂದಿಸಲು ಮೂರು ಗಂಟೆ ಖರ್ಚು ಮಾಡಿದರೆ ಅದು ಮಕ್ಕಳ ಒಟ್ಟಾರೆ ಆರೋಗ್ಯದ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಮಾರಕವಾಗುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲಾ ಪೋಷಕರಿಗೂ ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳು ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಮುಂಚೂಣಿಯಲ್ಲಿ ನಿಲ್ಲಬೇಕು ಎನ್ನುವ ಬಯಕೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಇಂತಹ ಅನಾರೋಗ್ಯಕರ ಹವ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವಲ್ಲಿ ಅವರು ವಿಫಲರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಇಂತಹ ಚಟದಿಂದ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಕೊಬ್ಬು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಇನ್ಸುಲಿನ್ ಪ್ರಮಾಣ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದೆ. ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಗ್ಲುಕೋಸ್ ಪ್ರಮಾಣ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ರಕ್ತದೊತ್ತಡವೂ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ತಂತ್ರಜ್ಞಾನದ ಆಟದಿಂದ ದೇಹದ ಹಾರ್ಮೋನ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಆಗುವ ಬದಲಾವಣೆಯೂ ಕೆಲವು ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ತಜ್ಞರು ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ.

ಜಾಹೀರಾತಿನ ಆರೋಗ್ಯ ಸ್ನೇಹಿ ಬರೀ ಓಳು

ಸಿದ್ಧ ಆಹಾರ ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಆಕರ್ಷಣೆಯ ಘೋಷಣೆಗಳೂ ವ್ಯಾಪಾರಿ ತಂತ್ರ. ಅದರಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯ ಸ್ನೇಹಿ ಎನ್ನುವುದು ದಿವ್ಯ ಮಂತ್ರ. ಈಚೆಗೆ ಸಕ್ಕರೆ ರಹಿತ, ಕೊಬ್ಬು ರಹಿತ ಎನ್ನುವುದೂ ಸೇರಿಕೊಂಡಿವೆ. ದೊಡ್ಡ ಅಕ್ಷರದಲ್ಲಿ ಎದ್ದು ಕಾಣುವ ಅದರ ಮೋಡಿಗೆ ಮಾರು ಹೋದರೆ ಮೋಸ ಹೋಗುವುದಂತೂ ಖಚಿತ ಎಂದು ಸಂಶೋಧಕರು ಸಲಹೆ ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ಯಾವುದೇ ಉತ್ಪನ್ನ ತಯಾರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಬಳಸಿದ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಪರಿಕರಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಬೇಕು. ಆ ನಂತರವೇ ಅದು ಕೊಬ್ಬುರಹಿತವೇ? ಅಥವಾ ಸಕ್ಕರೆ ರಹಿತವೇ ಎಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರ ಅಧ್ಯಯನ ಸಂಸ್ಥೆ ಹೇಳಿದೆ.

ಐದು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಸುಮಾರು 80 ಲಕ್ಷ ವಿವಿಧ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳು ಹಾಗೂ ಪಾನೀಯಗಳನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿದ್ದರು. ಆದರೆ ಅವರ ಜಾಹೀರಾತಿನ ಪ್ರಕಟಣೆಗೂ, ಒಳಗೊಂಡ ಸತ್ಯಕ್ಕೂ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳು ಇರುವುದನ್ನು ಸಂಶೋಧಕರು ಗುರುತಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಆರೋಗ್ಯ ಸ್ನೇಹಿ ಜೊತೆ 'ಶುಗರ್ ಫ್ರೀ, ಲೋ ಫ್ಯಾಟ್' ಎಂಬ ಪ್ರಕಟಣೆಗಳು ಕೂಡ ಅಷ್ಟೇ ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಹೃದಯ ಹಿಂಡುವ ಗಾಂಜಾ

ಗಾಂಜಾ ಸೇರುವುದು ಹೃದ್ಯೋಗ ಮತ್ತು ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯು ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ತಂದೂಕೊಳ್ಳಲು ಮಾಡುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಎಂದು ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ.

ಗಾಂಜಾ ಹೊಗೆ ಹೃದಯ ವೈಫಲ್ಯವೂ ಸೇರಿದಂತೆ, ಹೃದಯ ರೋಗಗಳನ್ನು ತಂದೊಡ್ಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚಿದೆ. ಇದರ ಜೊತೆ ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯು ಕೂಡ ಸಂಭವಿಸುವ ಅಪಾಯ ಇದೆ ಎಂದು ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಆತಂಕ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ತಜ್ಞರು ಒಂದು ಸಾವಿರ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳ ರೋಗಿಗಳ ತಪಾಸಣಾ ಕಡತಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿದ್ದಾರೆ. ನಿಷೇಧದ ನಡುವೆಯೂ ಕದ್ದು ಮುಚ್ಚಿ ಗಾಂಜಾವನ್ನು ಸೇರುವವರು ಇದ್ದಾರೆ. ಅವರ ಸಂಖ್ಯೆ ಕಡಿಮೆ ಇದ್ದರೂ ಅಪಾಯ ದೊಡ್ಡದಿದೆ. ಮದ್ಯಪಾನ ಮತ್ತು ಧೂಮಪಾನ ಕೊಬ್ಬು ಮತ್ತು ಅಧಿಕ ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡವನ್ನು ತಂದೊಡ್ಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಶಬ್ದ ಮಾಲಿನ್ಯದಿಂದ ಕಿವುಡು

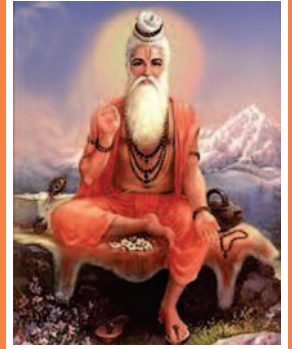
ನಗರ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಕಿವಿಯಿದ್ದೂ ಕಿವುಡರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವ ಅಪಾಯಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿವೆ ಎಂದು ಪ್ಯಾರಿಸ್ ಸಂಶೋಧಕರ ಅಧ್ಯಯನ ಹೇಳಿದೆ.



ಬೃಹತ್ ನಗರಗಳಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತಿರುವ ಶಬ್ದಮಾಲಿನ್ಯದಿಂದ ಕಿವಿ ತನ್ನ ಸಂವೇದನೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ವಿಶ್ವದ 50 ನಗರಗಳಲ್ಲಿ ಶಬ್ದ ಮಾಲಿನ್ಯದ ಪ್ರಮಾಣ ಮೀತಿ ಮೀರಿದೆ. ಅಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತಿರುವ ಶಬ್ದ ಶ್ರವಣ ಶಕ್ತಿ ನಾಶವಾಗುವಷ್ಟು ಅಪಾಯಕಾರಿ ಎಂದು ಮಾಪನದಲ್ಲಿ ದಾಖಲಾಗಿದೆ ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

-ಟಿಪ್ಪಣಿ

ವಶೀಕರಣ ಸ್ವಪ್ನಅನ್ವ



ಶ್ರೀಯುತ ಮಂಜುನಾಥ ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದ

ಇಲ್ಲಿಂದ ದೇವಿ ಅರ್ಚನಾ ಶಕ್ತಿದೇವಿ ಭಂಡಾರ, ದುಷ್ಕ ಅರ್ಚನಾ ಶಕ್ತಿದೇವಿ ಅರಿಸುಕ ಆಟಲಿಂದ ಮನುಷ್ಯನು ತಾನು ಬಯಸಿದಂತಹ ಸುಖ ಜೀವನವನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಸಿದ್ಧನಾದರೆ ಸಹಕಾರ, ನಿಮ್ಮ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಪ್ರಮುಖವಾದದ್ದು. ಅಂತಹ ಸಿದ್ಧನಾದರೆ

"ಶ್ರೀ ಮಂಜುನಾಥ ಗುರೂಜಿ" ಇವರಿಂದ ಮಾತ್ರ ಈ ಸಾಧನ ಸಾಧ್ಯ

ಇವರು ಕೇರಳ ಬಂಗಾಳ, ಅರ್ಜೋರಿ, ನಾಗಸಾಧುಗಳ ಮುಖ್ಯಮುನಿಗಳ ಬಳಿ ಪ್ರಾಚೀನ ತಾತ್ವಿಕರಂಥ ರಹಸ್ಯ, ಮಂತ್ರ-ತಂತ್ರ ದೇವಶಕ್ತಿ ಕರೋರ ಸಾಧನೆಯಿಂದ ಯಾಗ ಯಜ್ಞಗಳ ಮೂಲಕ ಸಿದ್ಧಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೆ.

ವಿದ್ಯೆ, ಉದ್ಯೋಗ, ಶತ್ರುಭಯ, ಪ್ರೇಮವಿಚಾರ, ವಿವಾಹ, ಸಂತಾನ, ಮಾಟಮಂತ್ರ, ಶತ್ರುನಾಶ, ಲೈಂಗಿಕ, ಸಂಪೂರ್ಣ, ಜಾಗದ ವಿಚಾರ, ಜಿಸಿನೆಸರ್, ವಿದೇಶ ಪ್ರಯಾಣ, ಸಾಲಭಾರ, ಕಾರ್ಪೊರೇಟ್, ಗುಪ್ತಸಮಸ್ಯೆ, ಇನ್ನಿತರ ಯಾವುದೇ ಕಠಿಣ ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದ ಸಿದ್ಧನಾದರೆ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಲವೇ ಗಂಟೆಗಳಲ್ಲಿ ಪರಿಹಾರ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ವಿಶೇಷ ಸೂಚನೆ: ಜನವಶೀಕರಣ, ಲಕ್ಷ್ಮೀವಶೀಕರಣ, ಸ್ತ್ರೀಪುರುಷ ವಶೀಕರಣ, ಶತ್ರುವಶೀಕರಣಗಳಿಗೆ ಕೆಲವೇ ಗಂಟೆಗಳಲ್ಲಿ ಪರಿಹಾರ.

ನಮ್ಮನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗುವ ಅವಕಾಶವೆಲ್ಲ ಒಮ್ಮೆ ಕರೆಮಾಡಿ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಶಾಶ್ವತ ಪರಿಹಾರ ಪಡೆಯಿರಿ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕೇಳುವ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಗುಪ್ತವಾಗಿಡಲಾಗುವುದು.

ನಿಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಯಾರಿಂದಲೂ ಬಗೆಸಲಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ, ನಮ್ಮಿಂದ ಮಾತ್ರ ಸಾಧ್ಯ ಪರಿಹಾರ ಬೇಕೆಂದರೆ ಒಮ್ಮೆ ಕರೆಮಾಡಿ

ಶ್ರೀ ಮಂಜುನಾಥ ಗುರೂಜಿ
9886999747