‘ಯೂನಿಸ್’ ಎಂಬ ಮಾದರಿ

‘ಯೂನಿಸ್ ಫೂಟ್; ಬಿಸಿ ಭೂಮಿಯ ಭವಿಷ್ಯ ನುಡಿದಿದ್ದ ವಿಜ್ಞಾನಿ’ (ಮಾ. 20, ಸರೋಜಾ ಪ್ರಕಾಶ), ಭೂಮಿಯ ತಾಪಮಾನ ಏರಿಕೆಯ ಚರ್ಚೆ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಯೂನಿಸ್ ಫೂಟ್ ಹಾಗೂ ತಾಪಮಾನ ಏರಿಕೆ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಅವರ ಸಂಶೋಧನೆ ಕುರಿತ ಲೇಖನ ಸಮಂಜಸವಾಗಿದೆ. ಅಂದಿನ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ಅಪರೂಪದ ಸಂಶೋಧನೆ ಮಾಡಿರುವುದು ಯೂನಿಸ್, ಮಾದರಿ ಮಹಿಳೆ ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಿದೆ.

—ವಿಶ್ವೇಶ್ವರ ಗಾಯತ್ರಿ

ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಬರಹ

‘ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥ: ದೂರವಿರಲಿ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಅಸುರ’ (ಮಾ. 20, ರಘುನಾಥ ಚ.ಹ.) ‘ನಿಮ್ಮೊಡನೆ’ ಬರಹದಲ್ಲಿ ‘ನಮ್ಮ ದೇಹವೂ ತ್ಯಾಜ್ಯಗುಂಡಿಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಬಳಕೆಯಾಗುತ್ತಿರುವ ಕಾಲಘಟ್ಟವಿದು’ ಎಂಬ ಉಪಮೆ ಬಹಳ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಸಮಯದ ತುರ್ತು ಹಾಗೂ ನಾವು ಸೇವಿಸುತ್ತಿರುವ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳ ಸುರಕ್ಷತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರಿಸುತ್ತಿದೆ.

ಅರ್ಥವತ್ತಾದ ಸಂಪಾದಕೀಯ. ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ನಿಷೇಧದ ಕುರಿತು ಇಂತಹ ಬರಹಗಳ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇದೆ.

—ಪೂರ್ಣಿಮಾ ಮಲ್ಲಾಡಿಹಳ್ಳಿ, ಸುಮಾವೀಣಾ

ವಿಷಾದ ತುಂಬಿದ ಕಥೆ

‘ಒರಿಜಿನಲ್ ನಗು’ (ಮಾ. 20, ದೇವು ಹನೆಹಳ್ಳಿ) ಕಥೆಯನ್ನು ಓದಿದಾಗ ದಟ್ಟ ವಿಷಾದ ಕವಿಯಿತು. ‘ಟಿಕೆಟ್ ಕಳಕೊಂಡು ಬಿಟ್ಟೆವು ಸರ್… ಕಂಡಕ್ಟರ್ ಬಂದು ಮಧ್ಯ ದಾರೀಲಿ ಇಳಿಸೋ ತನಕ ಹೀಗೇ ಸರ್’. ಕಥೆಯ ಈ ಕೊನೆಯ ಸಾಲುಗಳು ಮರೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಬದುಕು ಸಹನೀಯವಾಗಲು ಎಷ್ಟೆಲ್ಲ ಜನರ ಒದ್ದಾಟವಿರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಸದಾಕಾಲ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದರೆ ಮನುಷ್ಯತ್ವಕ್ಕೊಂದು ಅರ್ಥ. ‘ಬೆಳಗಾಗ ನಾನೆದ್ದು ಯಾರ್ಯಾರ ನೆನೆಯಲಿ’ ಎಂಬ ಜನಪದ ಗೀತೆ, ‘ಎನಗಿಂತ ಕಿರಿಯರಿಲ್ಲ’ ಎಂಬ ಬಸವಣ್ಣನವರ ಮಾತು ಈಗಿನ ಸಂಕೀರ್ಣ ಕಾಲಘಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖವಾಗುತ್ತದೆ.

—ರಾಘವೇಂದ್ರ ಮಯ್ಯ ಮದ್ದೂರು

ಮೆನೊಪಾಸ್; ಇನ್ನಷ್ಟು ಮಾಹಿತಿ…

ಮೆನೊಪಾಸ್; ಮುಟ್ಟಿಗಷ್ಟೇ ಕೊನೆ, ಜೀವನಕ್ಕಲ್ಲ (ಮಾ. 20, ಡಾ. ವೀಣಾ ಭಟ್) ಮುಖಪುಟ ಲೇಖನ, ಮೆನೊಪಾಸ್ ಕುರಿತ ಉಪಯುಕ್ತ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾಗಿ ಕೆಲವು ಮಾಹಿತಿಗಳು ಇಲ್ಲಿವೆ.

ಒಬ್ಬ ಸ್ತ್ರೀಯ ಇಡೀ ಜೀವಮಾನದ ಋತುಚಕ್ರವನ್ನು ವಿವಿಧ ಹಾರ್ಮೋನುಗಳು ನಿಯಂತ್ರಿಸುತ್ತವೆ. ಇತ್ತೀಚಿನ ದಶಕಗಳಲ್ಲಿ ಬಾಲಕಿಯರು 9–10 ವರ್ಷಕ್ಕೆಲ್ಲ ಋತುಮತಿಯರಾಗುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ, ಮಕ್ಕಳು ಕುಡಿಯುವ ಹಾಲು ಮತ್ತು ತಿನ್ನುವ ಚಾಕೊಲೇಟ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ತ್ರೀ ಹಾರ್ಮೋನುಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಅದರಲ್ಲೂ A1 ಎಂದು ಕರೆಯುವ ವಿದೇಶಿ ಹಸುಗಳ ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ಈ ಹಾರ್ಮೋನುಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಇರುತ್ತವೆ. ಒಂದು ಹಸು ಕರುವನ್ನು ಪ್ರಸವಿಸಿದ ಮೇಲೆ ಅದು ತಕ್ಷಣದ ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಗರ್ಭ ಕಟ್ಟದಿರಲೆಂದು ಅದಕ್ಕೆ ವಿಧ ವಿಧವಾದ ಹಾರ್ಮೋನುಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾರೆ.

ಈ ಎಲ್ಲ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಈ ಪೀಳಿಗೆಯ ಹೆಣ್ಣು ಮಕ್ಕಳು ಸಣ್ಣ ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಋತುಮತಿಯರಾಗುವುದಲ್ಲದೆ, 37–39 ವಯಸ್ಸಿಗೇ ಮೆನೊಪಾಸ್ ಹಂತವನ್ನು ತಲುಪುತ್ತಿರುವುದು ಖೇದದ ಸಂಗತಿ. 75–80 ವರ್ಷಗಳ ಜೀವಿತಾವಧಿಯಲ್ಲಿ, ಆಯಸ್ಸಿನ ಅರ್ಧಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಒಬ್ಬ ಸ್ತ್ರೀಯು ಮೆನೊಪಾಸಲ್ ಜೀವನವನ್ನು ಕಳೆಯುವ ಅನಿವಾರ್ಯತೆ ಕಂಡುಬರುತ್ತಿದೆ.

—ಡಾ. ನರಸಿಂಹನ್, ವಿರಾಜಪೇಟೆ

ಋತು (ತ)

‘ಋತುಸ್ರಾವ’ದಿಂದ ಹಿಡಿದು ‘ಋತುಬಂಧ’ ದವರೆಗೆ ಮಹಿಳಾಜೀವನಯಾನ (ಪ್ರಧಾನ) ಎಂಬುದು ಹಾಗಿರಲಿ, ‘ಋತುವೊಂದೆ ಗೆಲ್ಲುವುದು, ಅನೃತಮಲ್ಲು!’ ಎಂಬ ಉಪನಿಷದ್ವಾಣಿ ಸ್ಮರಣೀಯ.

—ಸಿಪಿಕೆ, ಮೈಸೂರು

ಮನ ಕಲಕಿತು

ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಕಷ್ಟವೇ ದೊಡ್ಡದು ಅಂದುಕೊಂಡಾಗ, ನಮಗಿಂತ ನೂರರಷ್ಟು ಕಷ್ಟದಲ್ಲಿರುವವರು, ಜೀವನಕ್ಕಾಗಿ ಎಲ್ಲಾ ನೋವನ್ನೂ ಪಕ್ಕಕ್ಕಿಟ್ಟು ಜನರೊಡನೆ ಬೆರೆಯುತ್ತಾ ಅವರ ಕುಂದುಗಳನ್ನು ತೋರಿಸದೆ ನಗುವುದನ್ನು ನೋಡಿದರೆ ಮನಸ್ಸು ಕಲಕುವಂತಾಗುತ್ತದೆ.

—ಉಷಾ ರಾಜಾ ರಾವ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ಕಾಳಜಿಯೇ ಅಡ್ಡಿಯಾದಾಗ…

‘ಸೂಪರ್ ಮಾಮ್ ಆಗುವ ಮುನ್ನ’ (ಮಾ. 20, ಸವಿತಾ ಮಾಧವ ಶಾಸ್ತ್ರಿ) ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಹೇಗೆ ತಾಯಿಯ ಕಾಳಜಿ ಅಡ್ಡಿಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿರುವುದು ಸೂಕ್ತವಾಗಿದೆ. ಮಕ್ಕಳ ಭವಿಷ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಪೋಷಕರು ಚಿಂತೆ ಮಾಡುವುದು ಸಹಜ. ಆ ಚಿಂತೆ ಅತಿಯಾದರೆ ಮಕ್ಕಳ ಸೋಮಾರಿತನಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕೆ ಹೆತ್ತವರೇ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು.

—ಲೆಸ್ಟನ್ ಡಿಸೋಜ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಮರುಜನ್ಮ ನೀಡಿದವರು

‘ಕಲೆಗಳಿಲ್ಲದೆ ಹೃದಯ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ; ಹೃದಯವಂತನ ಸದ್ದಿಲ್ಲದ ಸಾಧನೆ’ (ಮಾ. 06, ಡಾ. ನಾಗರಾಜು ಜೆ.ಬಿ., ಭೈರೇನಹಳ್ಳಿ) ಲೇಖನ ಶ್ಲಾಘನೀಯ. ವೈದ್ಯಲೋಕದಲ್ಲಿ ಜನಸಾಮಾನ್ಯರ ಸೇವೆಯಲ್ಲಿ ನಕ್ಷತ್ರದಂತೆ ಪ್ರಕಾಶಿಸುತ್ತಿರುವ ಡಾ. ರಾಜೇಶ್ ಕಿಶನ್ ರಾವ್ ಅವರ ಉಪಸ್ಥಿತಿ ಬಡವ ಬಲ್ಲಿದರಿಗೆ ಆಶಾಕಿರಣವಾಗಿದೆ.

ಕಡಿಮೆ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ 500ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಹೃದ್ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿರುವುದು ಒಂದು ಮಹತ್ತರ ಮೈಲಿಗಲ್ಲು. ಅದರಲ್ಲೂ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಸುಮಾರು 300 ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹೃದಯ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿ ಮರುಜನ್ಮ ನೀಡಿದ್ದು ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದದ್ದು.

ಬರದ ನಾಡು ಉತ್ತರ ಕರ್ನಾಟಕದ ಕೊಪ್ಪಳ ಜಿಲ್ಲೆ ಗಂಗಾವತಿಯವರಾದ ತಾವು ರೋಗಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹೊಂದಿರುವ ಕಾಳಜಿಯನ್ನು ಹತ್ತಿರದಿಂದ ನೋಡಿ ಹೆಮ್ಮೆಪಟ್ಟಿದ್ದೇನೆ. ತಮ್ಮ ಸೇವೆಯನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಜನಸಾಮಾನ್ಯರಿಗೆ ತಿಳಿಯಪಡಿಸಿದ ಲೇಖಕರಿಗೆ ಅಭಿನಂದನೆ. ನಿಮ್ಮ ಸೇವೆಯನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಸರ್ಕಾರಗಳು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಲಿ ಎಂದು ಹಾರೈಸುತ್ತೇನೆ

—ಹನುಮಂತಪ್ಪ ಭೋವಿ, ಗಂಗಾವತಿ

ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿ ರಚನಾತ್ಮಕ ಟೀಕೆ–ಟಿಪ್ಪಣಿಗಳಿಗೆ ಸ್ವಾಗತ. ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಚುಟುಕು, ಚುರುಕಾಗಿರಲಿ. ಇ–ಮೇಲ್: feedback@sudha.co.in