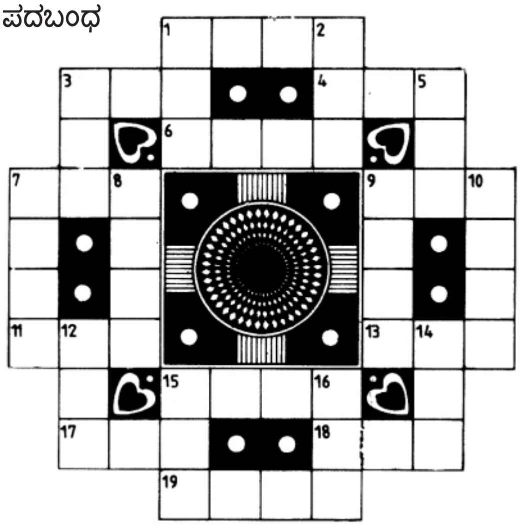
ಪದಬಂಧ



ಎಡದಿಂದ ಬಲಕ್ಕೆ:

1.ಆತ್ಮಾಭಿಮಾನ ಮತ್ತು ಹೋರಾಟದ ಕಿಚ್ಚು ಹಚ್ಚುವ ನಮ್ಮ ಅಸ್ಮಿತೆಯ ಹಾಡು 4

3.ಪರಸ್ಪರ ವಿರುದ್ಧ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಇದ್ದರೂ, ಒಂದು ಕಡೆ ಸೇರಲೇಬೇಕು. ಒಂದಾಗಲೇಬೇಕು 3

4. ಒಂದೇ ಒಂದು ಕಡಿಮೆಯಾದರೂ ದಾಖಲೆ ಕೈ ತಪ್ಪುತ್ತದೆ 3

6. ಎಲ್ಲರ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗಾಗಿ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಶ್ರಮಿಸುವ ಮುಂದಾಳು 4

7. ಸಾಬೂನಿನಿಂದ ಎಷ್ಟು ತೊಳೆದರೂ ಬಹಳ ತೊಂದರೆ ಕೊಡುವ ಕೊಳೆ 3

9. ಇತಿಹಾಸ ಓದುವ ಬಹುತೇಕ ಪುರುಷರಿಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲದ ಸ್ತ್ರೀಲಿಂಗ ಪದ 3

11. ಗೀಟು ಎಳೆದಷ್ಟೇ ನೇರ ಮತ್ತು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿರುವ ನಿರ್ದೇಶನ 3

13. ಹೆತ್ತವರನ್ನೇ ಜಗತ್ತು ಎಂದು ಸಾರಿದ ಭೂಪ 3

15. ನೀವು ಏನು ಮಾಡಿದರೂ ಹೋಲಿಕೆಗೆ ಸರಿಸಾಟಿಯಿಲ್ಲ 4

17. ನಮ್ಮೊಳಗಿನ ತಿಮಿಂಗಲವನ್ನೂ ಮೀರಿಸುವಷ್ಟು ಸೊಕ್ಕು 3

18. ಒಂದಿಷ್ಟೂ ಕಾಸು ಬಯಸದ ಕ್ಷಣಿಕ ಸುಳ್ಳಿನ ಪ್ರಪಂಚ 3

19. ನಾವು ಮಲಗಿದ್ದಾಗಲೂ ಎಚ್ಚರದಿಂದಿರುವ ಊರಿನ ಕಾವಲುಗಾರ 4

ಮೇಲಿಂದ ಕೆಳಕ್ಕೆ:

1. ನಿನ್ನೆಗಳನ್ನು ದಾಟಿದರೂ ಜೊತೆಗೆ ಬರುವ ಸುಖ–ದುಃಖಗಳ ಗಂಟು 3

2. ಪಂಚಾಂಗ ಬಲ್ಲವರಿಗೆ ಗೊತ್ತಿರುವ ಪಕ್ಷದ ಹತ್ತನೇ ದಿನ 3

3. ಎಲ್ಲವೂ ಪುಡಿಪುಡಿ, ನೋಡನೋಡುತ್ತಲೇ ಸಕಲವೂ ಸರ್ವನಾಶ 3

5. ಪಶುಪಾಲಕರ ನಡುವೆ ಕೈಕೈ ಮಿಲಾಯಿಸುವಂಥ ಸಂಘರ್ಷ 3

7. ಆಕಾಶದಲ್ಲಿನ ನಕ್ಷತ್ರಗಳನ್ನೂ ಮೀರಿಸುವಂಥ ಜಗತ್ತು ತಲೆಕೆಳಗಾಗಿದೆ 4

8. ಇನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಟ್ಟರೂ ಪ್ರಯೋಜನವಾಗದಷ್ಟು ಬಟಾಬಯಲು 4

9. ಆನೆ ಎಷ್ಟು ದೊಡ್ಡದಾದರೂ ಇವನೊಂದಿಗೆ ಹೆಜ್ಜೆ ಹಾಕಲೇಬೇಕು 4

10. ಸಮರಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ರಥಾಶ್ವಗಳನ್ನು ತೊರೆದ ಅರ್ಜುನ ಕಂಡದ್ದು 4

12. ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಎದುರಾದ ಕಿರಿಕಿರಿಗಳನ್ನು ದಾಟಿ ಗಳಿಸಿದ ಯಶಸ್ಸು 3

14.ಮನುಷ್ಯರಲ್ಲಿ ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಬಹಳ ಅಪರೂಪವಾಗುತ್ತಿರುವ ಸಂಪತ್ತು ತಿರುಗಿದೆ 3

15. ಕಷ್ಟದ ಚಂಡಮಾರುತ ಅಪ್ಪಳಿಸಿದರೂ ಬಿಡಬಾರದ ನಿಜ 3

16. ಕರಕರ ಎಂದು ತಿಂದು ತೇಗುವ ಜಲ ಜೀವರಾಶಿ 3

01–04–2021 ಉತ್ತರಗಳು

ಎಡದಿಂದ ಬಲಕ್ಕೆ:

1. ಲವಲೇಶ 3. ಆಲಸಿ 4. ಕುಣಬಿ 6. ನಕ್ಷತ್ರಿಕೆ 7. ಮದನ 9. ಪಾಷಾಣ 11. ತೆರವು 13. ಸಕಲ 15. ವಿಪರೀತ 17. ತವರು 18. ನವೀನ 19. ಪವಮಾನ

ಮೇಲಿನಿಂದ ಕೆಳಕ್ಕೆ:

1. ಲಸಿಕೆ 2. ಶಕುನ 3. ಆನಂದ 5. ಬಿಪಾಷಾ 7. ಮಮತೆ 8. ನಲಿವು 9. ಪಾಯಸ 10. ಲವಣ 12. ರಜತ 14. ಕವನ 15. ವಿರುಪ 16. ತನನ

ಪ್ರಶ್ನಾಂಕಣ

ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಹಲ್ಲು ಮೂಡಲು ತಡವೇಕೆ?

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನವಜಾತ ಶಿಶುವಿನ ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಹಲ್ಲು ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಮಗು ಹುಟ್ಟಿದ 6ರಿಂದ 7ನೇ ತಿಂಗಳಿನಿಂದ ಮಗುವಿನ ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಲು ಹಲ್ಲು ಮೂಡಲು ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಮೊದಲು ಕೆಳಗಿನ ದವಡೆಯ ಬಾಚಿ ಹಲ್ಲು ಬಳಿಕ ಮೇಲಿನ ದವಡೆಯ ಬಾಚಿಹಲ್ಲು, ಕೋರೆಹಲ್ಲು ಮತ್ತು ಕೊನೆಗೆ ದವಡೆ ಹಲ್ಲುಗಳು ಮೂಡುತ್ತವೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮೂರು ವರ್ಷದ ಹೊತ್ತಿಗೆ ಎಲ್ಲಾ ಹಾಲುಹಲ್ಲುಗಳು ಮಗುವಿನ ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿರುತ್ತದೆ. ಹಾಲು ಹಲ್ಲುಗಳ ಒಟ್ಟು ಸಂಖ್ಯೆ ಇಪ್ಪತ್ತು. ಮಗುವಿನ ಒಸಡನ್ನು ಬೇಧಿಸಿ ಹಲ್ಲು ಮೂಡುವುದು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಮಗುವಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಒಂದು ಪ್ರಾಮುಖ್ಯವಾದ ಹಂತವಾಗಿದ್ದು ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಎಲ್ಲಾ ಪೋಷಕರು ಸರಿಯಾದ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಹಲ್ಲು ಮೂಡದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಆತಂಕಕ್ಕೊಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ.

ಮಗುವಿನಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ ಹಲ್ಲು ಮೂಡುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಒಂದಷ್ಟು ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿರುತ್ತದೆ. ನಿಗದಿತ ಸಮಯಕ್ಕಿಂತಲೂ 6 ತಿಂಗಳು ತಡವಾದಲ್ಲಿ ದಂತ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಕಾಣತಕ್ಕದ್ದು. ಒಂದು ವರ್ಷವಾದರೂ ಹಲ್ಲು ಮೂಡದಿದ್ದಲ್ಲಿ ವೈದ್ಯರ ಭೇಟಿ ಅವಶ್ಯಕ. ಅನುವಂಶೀಯತೆ, ಕೌಟುಂಬಿಕ ಕಾರಣಗಳು, ಅಪೌಷ್ಟಿಕತೆ, ಕ್ಯಾಲ್ಸಿಯಂ ಕೊರತೆ, ವಿಟಮಿನ್ ಮತ್ತು ಖನಿಜಾಂಶಗಳ ಕೊರತೆ, ರಸದೂತಗಳ ಕೊರತೆ ಮುಂತಾದ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಹಲ್ಲು ಹುಟ್ಟಲು ತಡವಾಗಬಹುದು. ಬುದ್ಧಿಮಾಂದ್ಯ ಮಕ್ಕಳು, ಡೌನ್ ಸಿಂಡ್ರೋಮ್, ಅವಧಿಗೆ ಮುನ್ನ ಜನಿಸಿದ ಮಕ್ಕಳು, ಹುಟ್ಟಿನ ಸಮಯದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದಲೂ ಹಾಲು ಹಲ್ಲು ಹುಟ್ಟಲು ತಡವಾಗಬಹುದು.

ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸರಿಯಾದ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾಲ್ಸಿಯಂ ಮತ್ತು ಖನಿಜಾಂಶಗಳು ದೊರಕುವಂತೆ ಮಾಡಿದಲ್ಲಿ, ಪ್ರೊಟೀನ್, ವಿಟಮಿನ್ ಇರುವ ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರ ದೊರತಲ್ಲಿ ಸಕಾಲದಲ್ಲಿ ಹಲ್ಲು ಮೂಡಬಹುದು. ರಸದೂತಗಳ ತೊಂದರೆ ಮೆದುಳಿನ ಕಾಯಿಲೆ ಇದ್ದಲ್ಲಿ ಸೂಕ್ತ ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆ ಅಗತ್ಯ. ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಮೂರು ವರ್ಷಕ್ಕೆ ಎಲ್ಲಾ ಹಾಲುಹಲ್ಲುಗಳು ಹುಟ್ಟಿ 12 ವರ್ಷದ ಹೊತ್ತಿಗೆ ಎಲ್ಲಾ ಹಾಲುಹಲ್ಲುಗಳು ಬಿದ್ದುಹೋಗಿ ಶಾಶ್ವತ ಹಲ್ಲುಗಳು ಹುಟ್ಟುತ್ತವೆ. ಆಡು ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ ಮಗುವಿಗೆ ಹತ್ತು ವರ್ಷವಾದಾಗ ಹತ್ತು ಹಾಲು ಹಲ್ಲುಗಳು ಬಿದ್ದುಹೋಗಿ ಹತ್ತು ಶಾಶ್ವತ ಹಲ್ಲುಗಳು ಬರದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಅಸಹಜ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

■ ಡಾ. ಮುರಲೀ ಮೋಹನ್ ಚೂಂತಾರು