ಮೆದುಳು ತಿನ್ನುವ ನೆಗಡಿ!

ಶೀತದಿಂದ ಮೇಲಿಂದ ಮೇಲೆ ತೊಂದರೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅದು ಮನುಷ್ಯನ ಜ್ಞಾಪಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕುಗ್ಗಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್ ಸಂಶೋಧಕರು ನಡೆಸಿದ ಅಧ್ಯಯನದಿಂದ ತಿಳಿದು ಬಂದಿದೆ.

ನಿರಂತರವಾಗಿ ಶೀತಕ್ಕೆ ತುತ್ತಾಗುವವರು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಅಂದರೆ ನೆಗಡಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ವೈರಸ್ ಹಾಗೂ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾಗಳು ಬಹುಬೇಗನೆ ಅವರ ದೇಹವನ್ನು ಸೇರುತ್ತವೆ. ಇದರಿಂದ ಮೆದುಳಿನ ಸ್ಮರಣೆ ಗ್ರಹಿಸುವ ಸೂಕ್ಷ್ಮತೆ ಘಾಸಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅದರಲ್ಲಿಯೂ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಇದರ ತೊಂದರೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಈ ಅಧ್ಯಯನದಿಂದ ತಿಳಿದು ಬಂದಿದೆ.

ಅತಿಯಾಗಿ ಶೀತದಿಂದ ಭಾದೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವವರ ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ಸೋಂಕು ಸೇರಿರುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಮೆದುಳು ತನ್ನ ಸ್ಮರಣ ಸೂಕ್ಷ್ಮತೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದು ಅಧ್ಯಯನದ ಸಾರ. ಇದರಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದರೆ ನಿತ್ಯ ವ್ಯಾಯಾಮ ಇಲ್ಲವೇ ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ಲಸಿಕೆಯನ್ನು ಹಾಕಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ತಂದು ತಜ್ಞರು ಸಲಹೆ ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ಸಂಶೋಧಕರು 1625 ಮಂದಿಯನ್ನು ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ಬಳಸಿದ್ದರು.

ನಾಲ್ಕು ಚಕ್ರದ ಮೇಲೆ ದವಾಖಾನೆ!

ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಗಲ್ಲಿ ಗಲ್ಲಿಗಳ ಮನೆಗೆ ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಹುಡಿಕೊಂಡು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯೊಂದು ಬರುತ್ತಿದೆ. ಬಿಎಇ ಎಂಬ ಸಂಸ್ಥೆಯೊಂದು ಸ್ಮೈಲ್ ಫೌಂಡೇಷನ್ ಸಹಯೋಗದೊಂದಿಗೆ ಈ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯನ್ನು ನಗರದಲ್ಲಿ ಪರಿಚಯಿಸಿದೆ. ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆಯ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಕಂಪೆನಿ ಸಂಚಾರಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದೆ.

‘ಸ್ಮೈಲ್ ಆನ್ ವೀಲ್’ಎಂಬ ಹೆಸರಿನ ಸಂಚಾರಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಬೆಂಗಳೂರು ಸೇರಿದಂತೆ ಏಳು ಮಹಾನಗರಗಳಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಸೇವೆಯನ್ನು ಆರಂಭಿಸಲಿದೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಪರಿಣತ ವೈದ್ಯರು ಹಾಗೂ ಚಿಕಿತ್ಸಕರು ಇರುತ್ತಾರೆ. ಅದರ ಜೊತೆ ಎಕ್ಸ್‌ರೇ ಹಾಗೂ ಇಸಿಜಿ ಸೇರಿದಂತೆ ವಿವಿಧ ಸೌಲಭ್ಯಗಳಿವೆ. ಇದೆಲ್ಲದರ ಜೊತೆ ಔಷಧಾಲಯ ಕೂಡ ಮನೆಯ ಬಾಗಿಲಿಗೆ ಬಂದು ನಿಲ್ಲುವುದರಿಂದ ರೋಗಿ ಮನೆಯಂಗಳದಲ್ಲಿಯೇ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯಬಹುದು.

ಹಿಂಸಾತ್ಮಕ ಸಿನಿಮಾ ಏಕೆ ಇಷ್ಟವಾಗುತ್ತವೆ?

ಹಿಂಸೆ, ಗಲಭೆ ಹಾಗೂ ಮಹಿಳೆಯರ ಮೇಲೆ ನಡೆಸುವ ದೌರ್ಜನ್ಯ ಸಂಬಂಧಿ ಸಿನಿಮಾಗಳನ್ನು ಏಕೆ ಇಷ್ಟಪಟ್ಟು ಜನ ನೋಡುತ್ತಾರೆ ಎಂಬ ಬಗ್ಗೆ ಅಮೆರಿಕಾದ ತಜ್ಞರು ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಕಾರಣವನ್ನು ಹುಡುಕಿದ್ದಾರೆ.

ನೈಜ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ವಾಸ್ತವಿಕತೆಗೆ ಹತ್ತಿರವಾಗದ ಹಿಂಸಾಚಾರವನ್ನು ತೆರೆಯ ಮೇಲೆ ನೋಡುವ ಮೂಲಕ ತಮ್ಮ ಕ್ರೌರ್ಯದ ಅನುಭೂತಿಯನ್ನು ಸಿನಿಮಾದಲ್ಲಿ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ನೂತನ ಅಧ್ಯಯನ ಹೇಳಿದೆ.

‘ಗಲಭೆ ಹಾಗೂ ರಕ್ತದೋಕುಳಿ ಹರಿಸಿದ ಸನ್ನಿವೇಶದಿಂದ ಮನುಷ್ಯ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಪಡುತ್ತಾನೆ. ಆದರೆ ಆತನ ವಯಸ್ಸು ಹಾಗೂ ಶಿಕ್ಷಣದ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಅದರಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದು ಗಮನಾರ್ಹ ಸಂಗತಿ’ ಎಂದು ಸಂಶೋಧಕರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ತೂಕ ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ‘ಚುಯಿಂಗ್ ಗಮ್’

‘ಚುಯಿಂಗ್ ಗಮ್’ ಅಗಿಯುವುದರಿಂದ ದೇಹದ ತೂಕ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೊಸ ಅಧ್ಯಯನದಿಂದ ತಿಳಿದು ಬಂದಿದೆ.

‘ಚುಯಿಂಗ್ ಗಮ್’ಗಳಲ್ಲಿ ಪುದಿನಾ ಸೊಗಡು ಹಾಗೂ ಸಕ್ಕರೆ ಅಂಶವಿರುತ್ತದೆ. ಇದು ಅಗಿಯುವಂತೆ ಮನುಷ್ಯನನ್ನು ಪ್ರಚೋದಿಸುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಮೇಲಿಂದ ಮೇಲೆ ಅದನ್ನು ಬಯಸುತ್ತಾನೆ. ಇದರಂದ ಸಿಹಿ ತಿಂಡಿಗಳಿಗಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾಲೊರಿ ಸಂಗ್ರಹವಾಗುತ್ತದೆ. ಜೊತೆಗೆ ಸುಗಂಧ ಸೂಸುವ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳನ್ನು ಬಳಸಿರುತ್ತಾರೆ. ಇದರ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಬೊಜ್ಜು ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದು ಸಂಶೋಧಕರ ವಾದ.

– ಟಿಪ್ಸ್