ಹೆಲ್ತ್ ಪ್ಲಸ್

ಹೆಣ್ಣಿಗೆ ಹಣವೇ ಮುಖ್ಯವಲ್ಲ!

ಹುಡುಗಿಯರು ದುಡ್ಡು ಇದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ ಒಲಿಯುವುದು ಎಂಬ ನಂಬಿಕೆ ಬಹಳ ಜನರಲ್ಲಿ, ಬಹಳ ದಿನಗಳಿಂದ ಇದೆ. ಇಂಗ್ಲೆಂಡ್ ಮನೋತಜ್ಞರು 'ಕಡಿಮೆ ಆದಾಯದ ಹುಡುಗರನ್ನೇ ಇಂದಿನ ಹುಡುಗಿಯರು ಮೆಚ್ಚುತ್ತಿದ್ದಾರೆ' ಎಂದು ಹಳೇ ನಂಬಿಕೆಗೆ ವ್ಯತಿರಿಕ್ತವಾದ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ನೀಡಿದ್ದಾರೆ.

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಬಹುತೇಕ ಕನ್ಯೆಯರು ಆರ್ಥಿಕವಾಗಿ ಹಿಂದುಳಿದ ಯುವಕರನ್ನೇ ಮದುವೆಯಾಗಲು ಇಷ್ಟ ಪಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇದು 50 ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಆದ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸ್ಥಿತ್ಯಾಂತರ. ಸಂಶೋಧನಾ ತಜ್ಞರ ಪ್ರಕಾರ ಇದು ಶಿಕ್ಷಣದಿಂದಾದ ಸಾಮಾಜಿಕ ಪರಿವರ್ತನೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಅವರು.

ತಿಂಡಿಗೆ ಮೂರೇ ನಿಮಿಷ!

ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ತಿನ್ನುವ ಆಹಾರ ಆ ದಿನದ ದೈಹಿಕ ಹಾಗೂ ಮಾನಸಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯ ಶಕ್ತಿ ಮೂಲ. ಅದಕ್ಕೆ ಭರ್ಜರಿ ಉಪಾಹಾರವನ್ನು ಹೊಟ್ಟೆ ತುಂಬಾ; ತೃಪ್ತಿಯಿಂದ ತಿನ್ನಬೇಕು. ಆದರೆ ಈಗಿನವರು ಮೂರೇ ಮೂರು ನಿಮಿಷದಲ್ಲಿ ತಿಂಡಿ ತಿನ್ನುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಲಂಡನ್ ಸಂಶೋಧಕರು ಆತಂಕ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಕಾರಣ ಬಹುತೇಕರಿಗೆ ಸಮಯದ ಅಭಾವ. ಸಾಕಷ್ಟು ಮಂದಿ ಸಾವಧಾನದಿಂದ ಒಂದು ತುತ್ತೂ ತಿನ್ನುವುದಿಲ್ಲ. ಅಡುಗೆ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ, ಹಾಸಿಗೆ ಮೇಲೆ, ಬಟ್ಟೆ ಧರಿಸುತ್ತಾ, ಶೂ ಹಾಕುತ್ತಾ ತಿನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಒಂದರ್ಧ ಮಂದಿ ಟೀವಿ ನೋಡುತ್ತಾ ಇಲ್ಲವೇ ದಿನಪತ್ರಿಕೆ ಓದುತ್ತಾ ತಿಂದರೆ, ಇನ್ನೊಂದಿಷ್ಟು ಮಂದಿ ಲ್ಯಾಪ್‌ಟಾಪಿನ ತಮ್ಮ ಕೆಲಸದ ನಡುವೆ ತಿಂಡಿ ಮುಗಿಸುತ್ತಾರೆ. ಮತ್ತೊಂದಿಷ್ಟು ಮಂದಿಗೆ ಬಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ, ಟ್ರೈನಿನಲ್ಲಿ, ಕಚೇರಿಯಲ್ಲಿ ತಿನ್ನುವ ತರಾತುರಿ. ದಿನದ ಮೊದಲ ಆಹಾರವನ್ನು ಸಂತೋಷದಿಂದ ತಿನ್ನುವ ಬದಲು ತಿನ್ನುವ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ತಿನ್ನುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಎನ್ನುವುದು ಸಂಶೋಧಕರ ಅಭಿಪ್ರಾಯ. ಅವರು ತಮ್ಮ ಸಮೀಕ್ಷೆಗೆ 120ಲಕ್ಷ ಮಂದಿಯನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿದ್ದರು.

ಯುವಕರಲ್ಲಿ ಚರ್ಮರೋಗ

ಯುವ ಜನತೆಯಲ್ಲೇ ಏಕೆ ಚರ್ಮದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್? ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆ ಅಮೆರಿಕದ ಸಂಶೋಧಕರನ್ನು ಕಾಡಿತ್ತು. ಅದಕ್ಕೆ ಅವರು ಹೇಳುವುದೇನೆಂದರೆ ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ಬಿಸಿಲಿನ ತಾಪಕ್ಕೆ ಮೈಯನ್ನು ಒಡ್ಡಿ ಚರ್ಮವನ್ನು ಘಾಸಿಗೊಳಿಸಿದ ಪರಿಣಾಮ ಯೌವನದಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಆಗಿ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಹೊಂದುತ್ತದೆ ಎಂದು. ಅದನ್ನು ಪತ್ತೆಹಚ್ಚಿ ಸೂಕ್ತ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆದರೆ ಸಾವಿನ ದವಡೆಯಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂಬ ಆಶಾದಾಯಕ ಸಲಹೆಯನ್ನೂ ಅವರು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ.

'ಚರ್ಮದ ಈ ವ್ಯಾಧಿಯನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಸಿದರೆ ಸಾವು ಕಟ್ಟಿಟ್ಟ ಬುತ್ತಿ. ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಪೀಡಿತರ ಕೂದಲು ಭಾರವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಕಣ್ಣು ಹಸಿರು ಇಲ್ಲವೇ ನೀಲಿ ಬಣ್ಣಕ್ಕೆ ತಿರುಗುತ್ತವೆ. ಇದು ಚರ್ಮ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನ ಮುಖ್ಯಲಕ್ಷಣ' ಎಂದೂ ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

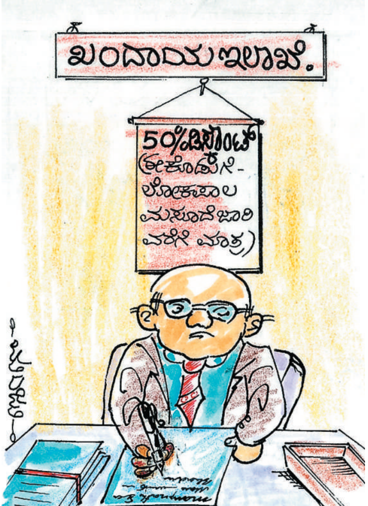
-ಟಿಪ್ಸ್

ಇನ್ಮುಂದೆ ನೀ ಹೇಳಿದ್ದೆಲ್ಲಾ ತರೋಕೆ... ಕೇಳಿದ್ದೆಲ್ಲಾ ಕೊಡಿಸೋಕೆ ಆಗಲ್ವೇ. 'ಸಕಾಲ' ಬಂದಿದೆ ಹುಷಾರಾಗಿರಬೇಕು..!

ಅಮ್ಮಾ , ನೀವು ನನ್ನನ್ನು ನಂಬಿ; ನನ್ನ ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ನೀರನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬೇರೆ ಯಾವುದೇ ಕಲಬೆರಕೆ ಇಲ್ಲ!

ನನ್ನ ಭಕ್ತನಿರುವ ಜಾಗವನ್ನು ನಿಖರವಾಗಿ ತಲುಪಲು ಈ 'ಗೂಗಲ್' ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಹುಡುಕುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.. ದೇವಿ!

ಒಂದು ದಿನ ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯ ಗ್ಯಾಸ್ ಕೊಡು, ನಿನ್ನ ಕೆಲಸ ಈಗಲೇ ಮಾಡ್ತೇನೆ!



ಛೇ.. ಛೇ.. ಅತ್ತೇನ ವೃದ್ಧಾಶ್ರಮಕ್ಕೆ ಕಳಿಸಿಲ್ಲಪ್ಪಾ... ಇನ್ನೂ ನನ್ನ ಬಾಣಂತನವೇ ಆಗಿಲ್ಲ..!