

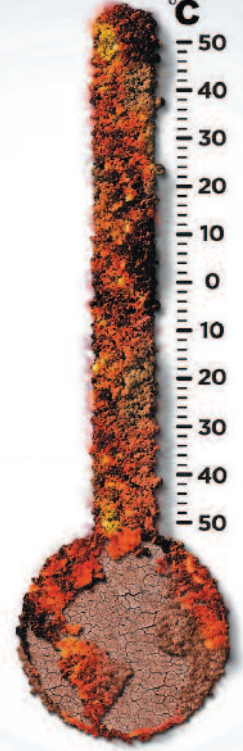
ಎಲ್ಲೆಲ್ಲಾ ಬಿಸಿಲೇ ಬಿಸಿಲು!

ಈ ಬಾರಿ ಬಿರುಬಿಸಿಲು ಬರೀ ಒಂದು ದೇಶದ ವಿದ್ಯಮಾನವಾಗಿ ಉಳಿದಿಲ್ಲ. ಬಿಸಿಲಿನ ಪ್ರಖರತೆ ಇಡೀ ವಿಶ್ವವನ್ನೇ ತಟ್ಟಿದೆ, ಬಿಸಿಗಾಳಿಯ ತೀವ್ರತೆ ಜಗತ್ತನ್ನೇ ತಲ್ಲಣಗೊಳಿಸಿದೆ. ಇದೊಂದು ಗಂಭೀರವಾದ ಜಾಗತಿಕ ವಿದ್ಯಮಾನವಾಗಿ (Global Phenomenon) ಮಾರ್ಪಟ್ಟಿದೆ.

2026ರ ಏಪ್ರಿಲ್ ತಿಂಗಳ ಅಂಕಿ ಅಂಶಗಳ ಪ್ರಕಾರ, ಜಾಗತಿಕ ಹವಾಮಾನ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ಮುಂಬರುವ ತಿಂಗಳುಗಳಲ್ಲಿ ಅತಿ ಶಕ್ತಿಯುತವಾದ 'ಸೂಪರ್ ಎಲ್‌ನಿನೊ' ಪರಿಣಾಮ ಇಡೀ ವಿಶ್ವವನ್ನೇ ತಟ್ಟುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಎಚ್ಚರಿಸಿವೆ. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಮೇ ತಿಂಗಳಿನಲ್ಲಿ ತಾಪಮಾನ ಇನ್ನೂ ಏರಿಕೆಯಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಹವಾಮಾನ ಇಲಾಖೆ ಅಂದಾಜು ಮಾಡಿದೆ. ಉಷ್ಣತೆಯ ಅಲೆಯೂ ತೀವ್ರಗೊಳ್ಳುತ್ತಿದೆ. ಇದರಿಂದ ದೇಹದಲ್ಲಿ ನೀರಿನಾಂಶ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಕೂಡ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಲೇ ಇದೆ. ಭಾರತ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲೇ ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ಬಿಸಿಯಾಗಿರುವ ದೇಶಗಳ ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಮುಂಚೂಣಿಯಲ್ಲಿ ಇರುವುದು ಆತಂಕದ ವಿಚಾರ.

ಹವಾಮಾನ ಮಾಹಿತಿ ಪ್ರಕಾರ, ಭಾರತದ ಸುಮಾರು 96 ನಗರಗಳು ಅತಿ ಉಷ್ಣ ಪ್ರದೇಶ ಎಂಬುದನ್ನು ಸಾಬೀತುಪಡಿಸಿದೆ. ಇದು ಸದ್ಯ ಬಿಸಿಲ ತೀವ್ರತೆ ಮತ್ತು ಉಷ್ಣ ಅಲೆಯ (Heat Wave) ಗಂಭೀರತೆಯನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಮುಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ತಾಪಮಾನವು ಇನ್ನಷ್ಟು ಏರಿಕೆಯಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ ಎಂಬುದು ಹವಾಮಾನ ಇಲಾಖೆಯ ಲೆಕ್ಕಾಚಾರ. ಈ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಜನರು ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿದೆ.

ನಮ್ಮ ರಾಜ್ಯದ ಬಹುತೇಕ ಎಲ್ಲ ಭಾಗಗಳಲ್ಲೂ ಬಿಸಿಲಿನ ರುಳಿ ವಿಪರೀತ ಏರಿಕೆಯಾಗಿದೆ. ಇದರಿಂದ ಕುಡಿಯುವ ನೀರಿನ ಸಮಸ್ಯೆ ತಲೆದೋರಿದೆ. ಮಾವು, ಗೋಡಂಬಿ ಬೆಳೆಗಳಿಗೆ ಹಾನಿಯಾಗಿದೆ. ರಸ್ತೆಯಲ್ಲಿ ಡಾಂಬರು ಬಿಸಿಯಾಗಿರುವ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಬೈಕ್ ಸವಾರರಿಗೆ ಬಿಸಿಯ ತಾಪ ಮುಖಕ್ಕೆ ಅಪ್ಪಳಿಸಿ ಹಿಂಸೆ ಅನುಭವಿಸುವಂತಾಗಿದೆ. ಬಳ್ಳಾರಿ, ಕಲಬುರಗಿ, ಕೊಪ್ಪಳ, ರಾಯಚೂರು, ಬೀದರ್ ಜಿಲ್ಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಬಿಸಿಲು ಅಬ್ಬರ ಮಿತಿಮೀರಿ ಭೂಮಿ ನಿಗಿನಿಗಿ ಕೆಂಡದಂತಾಗಿದೆ. ಮನುಷ್ಯರಿಗಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಜಾನುವಾರುಗಳೂ ಬಿಸಿಲ ಧಗೆ ತಾಳಲಾರದೆ ಪರಿತಪಿಸುವಂತಾಗಿದೆ.



ಆಧಾರಿತ ಜಠರಗರುಳಿನ ಸೋಂಕುಗಳಿಗೆ ಪ್ರಮುಖ ಕಾರಣಗಳಾಗಬಹುದು.

ವ್ಯಾಯಾಮದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ

ಬೆಳಗಿನ ನಡಿಗೆಯನ್ನು ಸೂರ್ಯೋದಯಕ್ಕಿಂತ ಮುಂಚೆಯೇ ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿ. ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11ರಿಂದ ಸಂಜೆ 4ರ ನಡುವೆ ಅತಿನೇರಳೆ (ಯುವಿ) ಕಿರಣಗಳು ಮತ್ತು ಉಷ್ಣತೆಯ ಮಟ್ಟವು ಗರಿಷ್ಠವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ದೈಹಿಕ ಶ್ರಮಪಡುವುದು ಒತ್ತಡಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಹಿರಿಯರು ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಗಾಳಿ ಬರುವ ಮತ್ತು ನೆರಳಿರುವ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿರಬೇಕು. ಒಂದು ವೇಳೆ ಎಸಿ ಸೌಲಭ್ಯವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಒದ್ದೆಯಾದ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಮೈಮೇಲೆ ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳುವಂತಹ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ತಂಪು ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬಹುದು.

ರಕ್ತದೊತ್ತಡಕ್ಕಾಗಿ ಮೂತ್ರವರ್ಧಕ ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವವರಿಗೆ ಎಲೆಕ್ಟ್ರೋಲೈಟ್ ಅಸಮತೋಲನ ಉಂಟಾಗುವ ಅಪಾಯ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆ ಇಲ್ಲದೆ ಔಷಧಿಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಬದಲಾವಣೆ ಮಾಡಬೇಡಿ. ಆದರೆ, ಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆಯ ಪ್ರಮಾಣ ಮತ್ತು ಚರ್ಮದ ದೃಢತೆಯ ಮೇಲೆ ಸದಾ ನಿಗಾ ಇರಲಿ. ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಹಿತಕರವಾದ ಹವಾಮಾನವು ಇಂದು ಸುಡುವ ಮತ್ತು ಕಡು ಬೆಸಿಗೆಯ ವಾತಾವರಣವಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸಿರುವುದು ನಾವು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಆಧುನಿಕ ಯುಗದ ಅಸ್ಥಿರತೆಗೆ ಒಂದು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಾಗಿದೆ. ನೈಸರ್ಗಿಕವಾಗಿಯೇ 'ಹವಾನಿಯಂತ್ರಣ' ವಾತಾವರಣಕ್ಕೆ ಹೆಸರಾಗಿದ್ದ ಈ ನಗರವು, ಇಂದು ಭೂಮಿಯ ಭೌತಿಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಮತ್ತು ಮಾನವನ ಶಾರೀರಿಕ ಮಿತಿಗಳು ಸಂಧಿಸುವ ಒಂದು ಪ್ರಮುಖ ಅಧ್ಯಯನ ಕೇಂದ್ರವಾಗಿ ನಿಂತಿದೆ.

ತಾಪಮಾನ ಹೆಚ್ಚಳ; ಕಳವಳ

ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಏಪ್ರಿಲ್ 2026ರ ಮಧ್ಯಭಾಗದಲ್ಲಿ ತಾಪಮಾನ ತೀವ್ರವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದ್ದು, ಉತ್ತರ ಒಳನಾಡು ಮತ್ತು ಕರಾವಳಿಯ ಹಲವು ಕಡೆಗಳಲ್ಲಿ ಉಷ್ಣ ಅಲೆ (Heat wave) ಆವರಿಸಿದೆ. ಕಲಬುರಗಿಯಲ್ಲಿ ಗರಿಷ್ಠ 44 ಸೆಲ್ಸಿಯಸ್‌ವರೆಗೆ ತಾಪಮಾನ ದಾಖಲಾಗಿದೆ. ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ 35.38 ಸೆಲ್ಸಿಯಸ್, ಗದಗದಲ್ಲಿ 34 ಸೆಲ್ಸಿಯಸ್, ಚಿತ್ರದುರ್ಗದಲ್ಲಿ 35 ಸೆಲ್ಸಿಯಸ್ ತಾಪಮಾನವಿದೆ.

ಮುಂದಿನ ಕೆಲ ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಇದೇ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಮುಂದುವರಿಯಲಿದೆ ಎಂಬುದು ಹವಾಮಾನ ಇಲಾಖೆಯ ಸೂಚನೆ.

ಕರಾವಳಿಯಲ್ಲಿ...

ಕರಾವಳಿ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ತಾಪಮಾನ ಏರಿಕೆ, ಸಮುದ್ರದ ಉಷ್ಣಾಂಶ ಹೆಚ್ಚಳ, ಮತ್ಸ್ಯಹಾರ್ಮಿ ಹಾಗೂ ಇಂಧನ ಕೊರತೆಯಂತಹ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದಾಗಿ ಮೀನುಗಾರಿಕಾ ವಲಯ ತೀವ್ರ ಸಂಕಷ್ಟ ಎದುರಿಸುತ್ತಿದೆ.

ಭೂಮಿಯ ತಾಪಮಾನ ಏರಿಕೆಯ ಪರಿಣಾಮ ಸಮುದ್ರದ ನೀರಿನಲ್ಲೂ ಕಂಡುಬರುತ್ತಿದೆ. ನೀರಿನ ಉಷ್ಣಾಂಶ ಹೆಚ್ಚಾದ ಕಾರಣ ಮೀನುಗಳು ಕರಾವಳಿ ಭಾಗ ಬಿಟ್ಟು ಆಳ ಸಮುದ್ರ ಪ್ರದೇಶಗಳಿಗೆ ವಲಸೆ ಹೋಗುತ್ತಿವೆ. ಇದರಿಂದ ಬಲೆ ಬೀಸಿದರೂ ನಿರೀಕ್ಷಿತ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಮೀನು ಸಿಗುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂಬುದು ಮೀನುಗಾರರ ಆತಂಕ.

ಕಲ್ಯಾಣ ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಬಿಸಿಗಾಳಿ

ಕಲ್ಯಾಣ ಕರ್ನಾಟಕ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಬಿಸಿಲು ದಿನೇ ದಿನೇ ಚುರುಕು ಪಡೆಯುತ್ತಿದೆ. ಈ ಬೆನ್ನಲ್ಲೆ ಬೆಸಿಗೆ ಏಪ್ರಿಲ್ 1ರಿಂದ ಅನ್ಯಯಿಸುವಂತೆ ಎರಡು ತಿಂಗಳ ಅವಧಿಗೆ ಸರ್ಕಾರಿ ಕಚೇರಿಗಳ ಕೆಲಸದ ಸಮಯ ಬದಲಾಯಿಸಿ ಸರ್ಕಾರ ಆದೇಶಿಸಿದೆ. ಕಲ್ಯಾಣ ಕರ್ನಾಟಕ ಭಾಗದ ಜಿಲ್ಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಏಪ್ರಿಲ್ ಮತ್ತು ಮೇ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ತಾಪಮಾನ ಹೆಚ್ಚುವುದು ಹಾಗೂ ಬಿಸಿಗಾಳಿ ಬೀಸುವುದು ವಾಡಿಕೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಕಲಬುರಗಿ ಕಂದಾಯ ವಿಭಾಗದ ಎಲ್ಲ ಏಳು ಜಿಲ್ಲೆಗಳ ಹಾಗೂ ಬೆಳಗಾವಿ ಕಂದಾಯ ವಿಭಾಗದ ವಿಜಯಪುರ ಹಾಗೂ ಬಾಗಲಕೋಟೆ ಜಿಲ್ಲೆಗಳ ಸರ್ಕಾರಿ ಕಚೇರಿಗಳ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 8ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1.30ರವರೆಗೆ ಬದಲಾಯಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಆಂಧ್ರದಲ್ಲಿ ಉಷ್ಣಗಾಳಿ ಬೀಸುತ್ತಿದ್ದು, ಹಲವೆಡೆ ತೀವ್ರ ತಾಪಮಾನ ದಾಖಲಾಗಿದೆ. ಕಡಪ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಪೊಟ್ಟಿಪಾಡಿನಲ್ಲಿ 43.8 ಡಿಗ್ರಿ ಸೆಲ್ಸಿಯಸ್, ತಿರುಪತಿ ಜಿಲ್ಲೆಯ ವರದಯ್ಯಪಾಳ್ಯದಲ್ಲಿ 43.1, ನಂದ್ಯಾಲದಲ್ಲಿ 42.9, ಅನಂತಪುರ ಜಿಲ್ಲೆಯ ತೇರಣಪಲ್ಲಿಯಲ್ಲಿ 42.3 ಡಿಗ್ರಿ ಸೆಲ್ಸಿಯಸ್ ಗರಿಷ್ಠ ಉಷ್ಣಾಂಶವು ದಾಖಲಾಗಿರುವುದು ಬಿಸಿಲಿನ ಪ್ರಲಾಪವನ್ನು ಸಾರುವಂತಿದೆ.

ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿ: feedback@sudha.co.in