## ಸಿ.ಟಿ. ಸ್ಕ್ಯಾನ್‌ನಿಂದ ವಿಕಿರಣ ಅಪಾಯ

ಸಿ.ಟಿ. ಸ್ಕ್ಯಾನ್‌ನಿಂದ ಹೊರಡುವ ವಿಕಿರಣಗಳು ರೋಗಿಗೆ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಹಲವು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ವಾದ– ಪ್ರತಿವಾದಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಲೇ ಇದ್ದವು. ಆದರೆ ಇದೀಗ ಅದು ಎಷ್ಟು ಅಪಾಯಕಾರಿ, ಯಾವ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ರೋಗಿಯ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅಮೆರಿಕದ ಬೋಸ್ಟನ್ ಬ್ರಿಗ್ಹಾಂ ಮತ್ತು ಮಹಿಳಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಡಾ. ಆರನ್ ಸಾಡಿಕ್ಸನ್ ಬಹಿರಂಗಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಸಿ.ಟಿ. ಸ್ಕ್ಯಾನ್‌ನಿಂದ ದೇಹದ ಅಡ್ಡ ಛೇದದ ಚಿತ್ರಗಳು ಲಭಿಸುತ್ತವೆ. ಇದರ ಮೂಲಕ ರೋಗಿಯ ತೊಂದರೆಯ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ನಿಖರವಾಗಿ ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಬಹುದು. ಆದರೆ ಇದರಿಂದ ರೋಗಿಯ ದೇಹ ವಿಕಿರಣದ ಪ್ರಭಾವಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತದೆ. ರೋಗಿ ಎದೆ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆಂದು ಸಿಟಿ ಸ್ಕ್ಯಾನ ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಸಾಧಾರಣ ಕ್ಷ ಕಿರಣ (ಎಕ್ಸ್ ರೇ)ಕ್ಕಿಂತ ನೂರು ಪಟ್ಟು ಅಧಿಕ ವಿಕಿರಣಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾನೆ. ಹೊಟ್ಟೆಯ ಸಿ.ಟಿ. ಸ್ಕ್ಯಾನ್‌ನಲ್ಲಿ ಇದು 400 ಪಟ್ಟು ಹೆಚ್ಚು. ಸ್ಕ್ಯಾನಿಂಗ್ ಯಂತ್ರ ತಯಾರಕರಿಗೆ ಆದಷ್ಟು ರಕ್ಷಣಾ ಸೂತ್ರ ಅನುಸರಿಸುವಂತೆ ಸೂಚನೆ ನೀಡಲಾಗಿದ್ದರೂ ಈ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಸಂಶೋಧನೆ ಇನ್ನೂ ನಡೆದಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ರೋಗಿಗೆ ಸಿ.ಟಿ. ಸ್ಕ್ಯಾನ್‌ಗೆ ಒಳಗಾಗಲು ಸೂಚನೆ ನೀಡುವಾಗ ವೈದ್ಯರು ಸಾಕಷ್ಟು ಯೋಚಿಸಿ ಹೇಳುವುದು ಒಳಿತು. ತಲೆನೋವಿನಂಥ ಸಣ್ಣಪುಟ್ಟ ಸಮಸ್ಯೆಗೂ ಇದನ್ನು ಹೇಳುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದಲ್ಲ ಎಂದು ಡಾ.ಆರನ್ ಮನವಿ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ.

## ಎಚ್‌ಐವಿಯಿಂದ ರಕ್ಷಣೆ ಬೇಕೆ?

ಪುರುಷ ಜನನಾಂಗದ ಮುಂದೊಗಲ ಭಾಗವನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿ ಹಾಕುವ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿನ ಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಸಾಕಷ್ಟು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬಹುದು ಎಂಬುದು ಎಚ್‌ಐವಿ ಪ್ರಕರಣಗಳು ಹೆಚ್ಚಿರುವ ದಕ್ಷಿಣ ಆಫ್ರಿಕಾ, ಉಗಾಂಡಾ, ಕೆನ್ಯಾದಲ್ಲಿ ನಡೆಸಿದ ಅಧ್ಯಯನದಿಂದ ಕಂಡುಬಂದಿದೆ.

ಲೈಂಗಿಕ ಕ್ರಿಯೆ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಜನನಾಂಗಕ್ಕೆ ಆಗಬಹುದಾದ ಗಾಯ, ಜಜ್ಜುವಿಕೆಯಿಂದ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿತ ಸಂಗಾತಿಯಿಂದ ವೈರಾಣು ರಕ್ತವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಮುಂದೊಗಲನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿ ಹಾಕಿದರೆ ಇಂಥ ಗಾಯವಾಗುವ ಸಂಭವ ಕಡಿಮೆ. ಇನ್ನೊಂದು ಅಂಶವೆಂದರೆ ವೈರಾಣು ಪ್ರವೇಶಿಸುವಂಥ ಮ್ಯುಕೊಸಲ್ ಟಿಶ್ಯು ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕಲೆಯ ಸುತ್ತ ದಪ್ಪಗಾದ ಚರ್ಮದಿಂದಾಗಿ ವೈರಾಣು ಪ್ರವೇಶ ಅಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಪುರುಷರಲ್ಲಿ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕನ್ನು ಶೇ 60ರಷ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬಹುದು ಎಂದಿದ್ದಾರೆ ಶಿಕ್ಯಾಗೊ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದ ಡಾ.ಸುಪ್ರಿಯಾ ಮೆಹ್ತಾ ಹಾಗೂ ತಂಡದವರು. ಈ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಒಳಗಾದ ಆಫ್ರಿಕಾ ಜನಾಂಗದ 2800 ಮಂದಿ ಯುವಕರ ಮೇಲೆ ಅಧ್ಯಯನ ನಡೆಸಲಾಗಿದೆ.

## ಗುಡ್ಡಗಾಡಿನಲ್ಲಿ ಸೈಕ್ಲಿಂಗ್ ಮಾಡಬೇಡಿ!

ಗುಡ್ಡಗಾಡು ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಬಳಸುವ ಬೈಸಿಕಲ್ ಸವಾರಿ ಮಾಡುವಾಗ ಎಚ್ಚರವಿರಲಿ. ಬಿದ್ದು ಅಪಘಾತವಾದರೆ ಬೆನ್ನುಹುರಿ ಸಮಸ್ಯೆ ಅಧಿಕ. ಇದರಿಂದ ಜೀವನಪರ್ಯಂತ ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯು ಆಘಾತದಿಂದ ನರಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಸವಾರಿ ಮಾಡುವಾಗ ದೇಹಕ್ಕೆ, ತಲೆಗೆ ರಕ್ಷಣಾ ಕವಚವನ್ನು ತೊಟ್ಟರೂ ಕೆಳಗೆ ಬಿದ್ದಾಗ ಇದು ಪ್ರಯೋಜನಕ್ಕೆ ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಕೈ ಮುರಿತ ಹಾಗೂ ಮುಖಕ್ಕೆ ಏಟು ಬೀಳುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ. ಇವುಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಬೆನ್ನು ಹುರಿಗೆ ಬಲವಾದ ಪೆಟ್ಟು ಬೀಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚು. ಬೈಸಿಕಲ್ ಹ್ಯಾಂಡಲ್‌ಬಾರ್ ಕೈಕೊಟ್ಟು ಅಥವಾ ಎತ್ತರದಿಂದ ಬೀಳುವಾಗ ತಲೆಗೆ ಬಲವಾದ ಏಟು ಬೀಳುತ್ತದೆ. ಇದು ಕುತ್ತಿಗೆ ಮತ್ತು ಬೆನ್ನುಹುರಿಗೆ ಆಘಾತ ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ವಿದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿರುವ ಗುಡ್ಡಗಾಡು ಬೈಸಿಕಲ್ ಸವಾರಿ ಈಗ ಭಾರತದಲ್ಲೂ ಜನಪ್ರಿಯವಾಗಿದೆ.

■ ಸುಧಿ

---

## ಸಮುದ್ರ ಮಥನ

**ರನ್‌ವೇ ವಿಸ್ತರಿಸಿ**
ಬಜ್ಪೆ ವಿಮಾನ ನಿಲ್ದಾಣದ ದುರಂತದ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿ 'ಸುಧಾ' ಪತ್ರಿಕೆ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿದೆ. ವೀರಪ್ಪ ಮೊಯಿಲಿಯವರು 'ಭಾಗಿ'ಯಾಗಿದ್ದ ಅಪಘಾತ ಅಥವಾ ದಿವಂಗತ ರಾಜೀವ್ ಗಾಂಧಿಯವರ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟವರ ಕಣ್ಣು ತೆರಸದೆ ಇದ್ದುದು ದುರದೃಷ್ಟಕರ. ರನ್‌ವೇಯನ್ನು ಸಾಕಷ್ಟು ವಿಸ್ತರಿಸುವುದೇ ಪ್ರಾಣತೆತ್ತವರಿಗೆ ನಿಜವಾದ ಸ್ಮಾರಕ.

–ಡಾ. ಕೆ.ಕೆ. ಜಯಚಂದ್ರಗುಪ್ತ, ಹಾಸನ/ ನಾಗರಾಜ ಬಣಕಾರ್, ರಾಜಶೇಖರಗೌಡ, ಕೊಟ್ಟೂರು/ ಎಚ್.ಎನ್.ವಿಶ್ವನಾಥ್, ಶಿವಮೊಗ್ಗ/ ಎನ್.ಪ್ರಶಾಂತ, ಮೈಸೂರು/ ಸತೀಶ್ ಶೆಟ್ಟಿಗಾರ್, ಉಪ್ಪಿ/ ಎಂ.ಎನ್.ಲಕ್ಷ್ಮಣರಾವ್, ದಾವಣಗೆರೆ/ ಗೀತಾ ಬರ್ಲ ಅಮ್ಮೆ, ಬೆಂಗಳೂರು ಎಂ.ವಿ.ಶ್ರೀನಿವಾಸ, ಚನ್ನಗಿರಿ

**ಬ್ಲ್ಯಾಕ್ ಬಾಕ್ಸ್ ಮಾಹಿತಿ**
ವಿಮಾನದ ಬ್ಲ್ಯಾಕ್ ಬಾಕ್ಸ್ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರವಾಗಿ ತಿಳಿಸಿ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಕ್ಕೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳು.

–ಶ್ವೇತಾ ಲಕ್ಷ್ಮಿ ಅಮ್ಮೆ, ಬೆಂಗಳೂರು/ ಮುಗುಳುವಳ್ಳಿ ಸದಾಶಿವ, ಚಿಕ್ಕಮಗಳೂರು

**ವಿಕಲ ಚೇತನವಲ್ಲ, ಅಂಗವಿಕಲ**
ನನ್ನ ಲೇಖನ ಕುರಿತಾಗಿ 'ಸುಧಾ'ದಲ್ಲಿ (ಜೂನ್ 3 ಮತ್ತು 10) ಅನುಕ್ರಮವಾಗಿ ಪ್ರಕಟವಾದ ಸಿ.ಪಿ.ಕೆ. ಮತ್ತು ಕೆ.ವಿ. ಮಂಜುನಾಥ ಅವರ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಸರಿಯಾಗಿದೆ. ನಾನು 'ಅಂಗವಿಕಲ' ಎಂಬ ಶಬ್ದ ಬಳಸಿದ್ದೇನೆ. 'ಅಂಗವಿಕಲ' ಅಂದರೆ ಯಾವುದೇ ಒಂದು ಅಂಗ ಊನಗೊಂಡಿದೆ ಎಂದರ್ಥ. ಆದರೆ 'ವಿಕಲ ಚೇತನ' ಎಂದರೆ ಚೇತನವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡವನು ಎಂದರ್ಥ.

–ಡಾ. ಎಚ್. ಚಂದ್ರಶೇಖರ, ಬೆಂಗಳೂರು

**ಒಳ್ಳೆಯ ಕಥೆ**
ಮೀರಾಸಾಬಿಹಳ್ಳಿ ಶಿವಣ್ಣ ಇವರು ತೆಲುಗಿನಿಂದ ಅನುವಾದಿಸಿದ 'ಶಂಕರ ರೆಡ್ಡಿ, ಜಾಫರ್ ಮತ್ತು ಅಮ್ಮನ ನಗು' ಓದಿಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗುವ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಕಥೆ. ಕಲೆ, ಸಾಹಿತ್ಯ, ಸಂಗೀತಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಜಾತಿ, ಧರ್ಮಗಳನ್ನು ಮೀರಿ ಮಾನವೀಯತೆಯನ್ನು ಬೆಸೆಯುವ ಗುಣ ಧರ್ಮಗಳಿವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಎತ್ತಿಹಿಡಿದಿದೆ.

–ತಂ. ರಾಮು, ಹರಪನಹಳ್ಳಿ

**ಓದಿಸಿಕೊಂಡ ಕಥೆ**
ಬುಳುಸಾಗರ ಪಾಂಡುರಂಗಯ್ಯ ಅವರ ಕಥೆ 'ವಿದ್ಯುದ್ದೀಪ ಉದ್ಘಾಟನಾ ಸಮಾರಂಭ' ಓದುಗನನ್ನು ತನ್ಮಯನನ್ನಾಗಿ ಓದಿಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗುವಲ್ಲಿ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿದೆ.

–ನೆ.ಸು. ಆನಂದ್, ಬೆಂಗಳೂರು

**ಕುಲದ ಅವಹೇಳನ ಬೇಡ**
ಜೂನ್ 10ರ ನೀವು ಕೇಳಿದಿರಿ ವಿಭಾಗದ ಮಂಡ್ಯದ ಕೊಕ್ಕಡ ವೆಂಕಟ್ರಮಣ ಭಟ್ ಅವರ '...ಉತ್ತರಿಸದಿದ್ದರೆ ವೆಂಕಟ್ರಮಣನೊಂದಿಗೆ ರಾಮನಿಗೂ ತಿರುಪತಿ ಗೂಟ ನಾಮವೇ ಗತಿ' ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ರಾಮ್ ಅವರೂ ಸಹ ಅದೇ 'ಗೂಟನಾಮ' ಪದ ಪ್ರಯೋಗ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ.

'ನಾಮ' ಎಂದು ಸಾಮಾನ್ಯ ಜನ ಅರ್ಥೈಸುವ ನಾಮ ಶ್ರೀ ವೈಷ್ಣವರು, ವಿಷ್ಣುಪೂಜೆ ಮಾಡುವವರು ತಮ್ಮ ಮುಖದ ಮೇಲೆ ಬಹುಭಕ್ತಿಯಿಂದ ಧರಿಸುವ ಧಾರಣೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳಿದವರು ಹಾಗೂ ಉತ್ತರಿಸಿದವರು ಸೇರಿ ಒಂದು ದೈವನಿಂದನೆ ಮತ್ತೊಂದು ಒಂದು ಕುಲದ ಪಂಗಡದವರಿಗೆ ಅವಹೇಳನ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ದಯವಿಟ್ಟು ಹೀಗೆ ಮಾಡಬೇಡಿ.

–ಶ್ರೀಶೈಲನ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಿಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ಗೌರವಿಸುತ್ತೇವೆ, ಇಂತಹ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನೂ ನಿಯಂತ್ರಿಸುತ್ತೇವೆ. *(ಸಂ)*

**ವಿವೇಕಾನಂದರ ತತ್ವಾದರ್ಶ ಪ್ರಕಟಿಸಿ**
ಬುದ್ಧನ ಹೃದಯ ಲೇಖನ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾಗಿತ್ತು. ಹಾಗೆಯೇ ಪ್ರತಿ ವಾರ ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರ ತತ್ವಾದರ್ಶಗಳನ್ನೂ ಪ್ರಕಟಿಸಿ.

–ಕೀರ್ತಿ ವಿಜಯ್ ಜೈನ್, ಬೆಂಗಳೂರು

**ಬುದ್ಧನ ಜತೆ ಬಸವ, ಅಂಬೇಡ್ಕರ್ ಇರಲಿ**
ಬುದ್ಧ, ಬಸವ, ಅಂಬೇಡ್ಕರ್– ಈ ಮಾಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಬೇಕಿದ್ದರೆ ಕುವೆಂಪು, ವಿವೇಕಾನಂದರನ್ನೂ ಸೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇಂತಹವರ ಅಮೃತವಾಣಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಪ್ರಕಟಿಸಿರಿ.

–ವಿ.ಹನುಮಂತಪ್ಪ, ಶಿವಮೊಗ್ಗ

***ಗುರುವಾರ ಬಂತಮ್ಮಾ... ಸುಧಾ ಬಂತಮ್ಮಾ***
ವಾರದಿಂದ ವಾರಕ್ಕೆ ವೈವಿಧ್ಯಮಯ ಲೇಖನಗಳ ಮೂಲಕ ಪುಟಾಣಿಗಳಿಂದ ಹಿಡಿದು ವಯೋವೃದ್ಧರ ಮನ ಗೆದ್ದಿರುವ 'ಸುಧಾ' ನಿಜಕ್ಕೂ ಅಭಿನಂದನಾರ್ಹ. 'ಗುರುವಾರ ಬಂತಮ್ಮಾ... ಸುಧಾ ಕೂಡ ಬಂತಮ್ಮಾ' ಎನ್ನುವಂತೆ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಓದುಗರು 'ಸುಧಾ' ಬರುವಿಕೆಗಾಗಿ ಗುರುವಾರ ಕಾಯುವಂತೆ ಮಾಡಿದೆ.

–ನಾಗಲಕ್ಷ್ಮೀ ರಾಘವೇಂದ್ರ, ಬೆಂಗಳೂರು