ಪಪ್ಪನಾದ ಮೇಲೆ ದಪ್ಪ?

ಮಗು ಜನಿಸಿದ ನಂತರ ತಾಯಿ ದಪ್ಪವಾಗುವುದು ಸಹಜ; ಆದರೆ ನೂತನ ಅಧ್ಯಯನ ಹೇಳುವ ಪ್ರಕಾರ ತಂದೆ ಕೂಡ ದಪ್ಪವಾಗುತ್ತಾನಂತೆ. ಮೊದಲ ಬಾರಿ ತಂದೆಯಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಸುಮಾರು ಹತ್ತು ಕೆ.ಜಿ.ಯಷ್ಟು ದೇಹ ತೂಕ ಹೆಚ್ಚುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದೆ ಎಂದು ಇಂಗ್ಲೆಂಡ್ ಸಂಶೋಧಕರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಕಾರಣ ಏನೆಂದರೆ ನವಜಾತ ಶಿಶು ಮನೆಯ ಸದಸ್ಯತ್ವ ಪಡೆದ ತಕ್ಷಣ ಹಾಯಾದ ನಿದ್ರೆಗೆ ಭಂಗ ಬರುತ್ತದೆ. ಸಮಯಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಊಟವನ್ನೂ ಮಾಡಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಇದೆಲ್ಲ ಇಂದಿನ ಯುವ ಜನಾಂಗಕ್ಕೆ ಒತ್ತಡವನ್ನು ತಂದೊಡ್ಡುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಪೋಷಕ ದಪ್ಪವಾಗುತ್ತಾನೆ.

ಹೊಸದಾಗಿ ತಂದೆ ಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಏರಿದವನು ಮನೆಯ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ದಣಿಯುತ್ತಾನೆ. ಜೊತೆಗೆ ಮಗುವಿನ ಜೊತೆ ಕಳೆದು ತನ್ನ ದಣಿವನ್ನು ಮತ್ತಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಆಗ ಶೇ.40ರಷ್ಟು ಮಂದಿಗೆ ತಮ್ಮ ದೇಹದ ತೂಕವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಎಚ್ಚರ! ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಬಳಸಬೇಡಿ

ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಬ್ಯಾಗ್ ಹಾಗೂ ಬಾಟಲಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿಟ್ಟ ಉತ್ಪನ್ನವನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದು ಮೆದುಳಿಗೆ ಹಾನಿಯನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅಮೆರಿಕದ ಸಂಶೋಧಕರು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ವಿಷಯುಕ್ತ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳು ಸೇವಿಸುವ ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಮಿಶ್ರವಾಗುವುದರಿಂದ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದು ಅವರ ಅಭಿಪ್ರಾಯ.

ಇಲಿಗಳ ಮೇಲೆ ಅವರು ನಡೆಸಿದ ಸಂಶೋಧನೆ ಅವರ ಅಭಿಪ್ರಾಯಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾದ ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ನೀಡಿದೆ. ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್‌ನ ರಸಾಯನಿಕ ಗುಣ ರಕ್ತವನ್ನು ಸೇರಿ ದೇಹದ ಎಲ್ಲ ಅಂಗಾಂಗಳಿಗೂ ಹಂಚಿಹೋಗುತ್ತದೆ. ಅದರ ಅಂಶ ಮೂತ್ರದಲ್ಲಿಯೂ ಸೇರಿರುವುದನ್ನು ಸಂಶೋಧಕರು ಗುರುತಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿ ಬಳಕೆಯಾಗುತ್ತಿರುವ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಮೆದುಳನ್ನೂ ಘಾಸಿಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ಅನುಮಾನವಿಲ್ಲ ಎಂದಿರುವ ಸಂಶೋಧಕರು, ಇದು ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿಗೂ ತೊಂದರೆಯನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದಿದ್ದಾರೆ.

ಮಕ್ಕಳು ವಾದ ಮಾಡಿದರೆ ಖುಷಿಪಡಿ!

ಪೋಷಕರೇ ಹದಿಹರೆಯದ ಮಕ್ಕಳು ಎದುರು ಉತ್ತರಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಚಿಂತಿಸಬೇಡಿ; ಸ್ವಲ್ಪ ಖುಷಿಪಡಿ. ವಾದ ಮಾಡುವುದು ಮಕ್ಕಳ ಆರೋಗ್ಯದ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಒಳ್ಳೆಯ ಬೆಳವಣಿಗೆ. 'ಮಕ್ಕಳು ತಮ್ಮ ಭಾವಾವೇಷವನ್ನು ಕೂಡಲೇ ಹೊರ ಹಾಕಿದರೆ, ಮುಂದಿನ ದಿನದಲ್ಲಿ ಅವರು ಮಾದಕ ವ್ಯಸನದಿಂದ ದೂರವಿರುತ್ತಾರೆ ಎಂದರ್ಥ' ಎಂದು ನೂತನ ಅಧ್ಯಯನ ಹೇಳಿದೆ.

ಲಂಡನ್‌ನ ವರ್ಜಿನಿಯಾ ವಿ.ವಿ ನಡೆಸಿದ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಹಿರಿಯರ ವಾದಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿವಾದ ಮಂಡಿಸುವ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ತಿಳಿಯುವ ತುಡಿತ ಹೆಚ್ಚಿರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ಗೊತ್ತಾಗಿದೆ. ಸಂಶೋಧಕರು, ಪೋಷಕರು ಹಾಗೂ ಹದಿಯರೆಯದ ಮಕ್ಕಳ ಜತೆ ಸಮಾಲೋಚನೆ ಮಾಡಿದ ಬಳಿಕ ಮಕ್ಕಳು ಮಾತಿಗೆ ಪ್ರತಿಮಾತು ಕೊಟ್ಟರೆ ಅದನ್ನು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ಸಲಹೆ ನೀಡಿದ್ದಾರೆ.

ಸಂಶೋಧಕರು 13 ವರ್ಷ ದಾಟಿದ ಮಕ್ಕಳು ತಮ್ಮ ಹಿರಿಯರೊಂದಿಗೆ ನಡೆಸಿದ ವಾಕ್ಸಮರದ 150 ವೀಡಿಯೊಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ಒಳಪಡಿಸದ್ದರು. ಮಕ್ಕಳು ಪೌಢಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ದುಮ್ಮಾನವನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸದಿದ್ದರೆ ಮುಂದೆ ಅವರು ಮಾದಕ ಇಲ್ಲವೇ ಮದ್ಯ ವ್ಯಸನಕ್ಕೆ ತುತ್ತಾಗುತ್ತಾರೆ ಎಂಬ ಸಂಗತಿಯನ್ನು ಸಂಶೋಧಕರು ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಪ್ರಕಟಿಸಿದ್ದಾರೆ.

-ಟಿಪ್ಸ್

ನಕ್ಕುಬಿಡಿ

ಭಿಕ್ಷುಕ: ಸ್ವಾಮಿ ಮೂರು ದಿವಸದಿಂದ ಊಟ ಮಾಡಿಲ್ಲ, ಏನಾರ ಕೊಡಿ..

ಅವನು: ಮೂರು ದಿವಸದ ತನಕ ಯಾಕಯ್ಯ ಕಾಯ್ತಾ ಇದ್ದೆ. ಸ್ವಲ್ಪ ಇರು ಬಂದೆ.

ಭಿಕ್ಷುಕ : ತಿಂಡಿ ಕೊಡ್ತೀರಾ.. ಇಲ್ಲಾ ಊಟನೇ ಹಾಕ್ತೀರಾ?

ಅವನು: ನಾನೂ ಮೂರು ದಿವಸದಿಂದ ಊಟ ಮಾಡಿಲ್ಲ, ನಿನ್ನ ಜೊತೆ ಬರ್‍ತೀನಿ!

★ ★ ★

ಗಂಡ : ಮದುವೆಗೆ ಮುಂಚೆ ನಿಮ್ಮಪ್ಪ ನಿನ್ನನ್ನು ಒಂದು ಕತ್ತೆಗೆ ಕೊಟ್ಟು ಮದುವೆ ಮಾಡ್ತೀನಿ ಅಂತ ಹೆದರಿಸ್ತಿದ್ರಂತೆ?

ಹೆಂಡತಿ: ಹೌದು. ನನಗೆ ಮದುವೆ ಮಾಡಿ, ಅವರು ಆಡಿದ ಮಾತನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಂಡುಬಿಟ್ರು.

★ ★ ★

ರಾಗಿಣಿ: ನನ್ನ ಗಂಡ ಒಂಥರಾ ಹುಚ್ಚ ಕಣೆ, ಆಡಿದ ಮಾತ್ನೇ ಆಡ್ತಿರ್‍ತಾನೆ.

ಸುಮ: ಯಾಕೆ ಅಂಥಾದ್ದೇನು ಮಾಡ್ದ?

ರಾಗಿಣಿ : ಮದುವೆಗೆ ಮುಂಚೆ ನೀನು ಯಾರ್‍ನಾದ್ರೂ ಪ್ರೀತಿಸ್ತಿದ್ಯಾ ಅಂತ ಕೇಳ್ತಾನೇ ಇರ್‍ತಾನೆ..

ಸುಮ: ಕೇಳೋದ್ರಲ್ಲೇನು ತಪ್ಪು?

ರಾಗಿಣಿ : ಅಲ್ಲ, ಊರಿಗೇ ಗೊತ್ತಿರೋ ವಿಚಾರನ ಪದೇ ಪದೇ ಕೇಳೋದೇನೂಂತ..!

★ ★ ★

ರಾಜು: ನೀವ್ಯಾಕೆ ಅಪಾರ್ಟ್‌ಮೆಂಟಲ್ಲಿ ಆರನೇ ಮಹಡಿ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡ್ಕೊಂಡ್ರಿ, ಲಿಫ್ಟೂ ಇಲ್ಲ, ಹತ್ತಿ ಇಳಿದು ಮಾಡೋಕೆ ಕಷ್ಟ ಆಗಲ್ವಾ?

ಶಂಕರ: ಇಲ್ಲ, ಹಾಗಾದ್ರೂ ನನ್ನ ಹೆಂಡ್ತಿ ಷಾಪಿಂಗ್ ಕ್ರೇಜ್ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತೋ ಏನೋಂತ..!

★ ★ ★

ಆಕೆ: ರೀ ನಿಮ್ಮ ಆಸೆ ಏನೂಂತ ಹೇಳ್ರೀ?

ಆತ: ನಾನು ಒಬ್ಬ ಯಶಸ್ವೀ ಗಂಡ ಅಂತ ನೀನು ನಿರೂಪಣೆಗೊಳಿಸಬೇಕು.

ಆಕೆ: ಓ. ಖಂಡಿತ, ನಾನು ಅದಕ್ಕೆ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು ಹೇಳಿ?

ಆತ: ನನ್ನ ಸಂಪಾದನೆಗಿಂತ ನಿನ್ನ ಖರ್ಚು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬೇಕು!

★ ★ ★

ಆಕೆ: ರೀ ಅಲ್ನೋಡಿ, ಆ ಹೆಂಗಸು ಉಟ್ಕೊಂಡಿರೋ ಸೀರೆ ನೋಡಿ..

ಆತ: ಅದರಲ್ಲೇನು ವಿಶೇಷವೇ?

ಆಕೆ: ಆ ಸೀರೆ ನೀವು ನನಗೆ ದೀಪಾವಳಿಗೆ ತಂದುಕೊಟ್ಟ ಸೀರೆ ಥರಾನೇ ಇದೆ!

ಆತ: ಇರಬಹುದು, ಅದಕ್ಕೇನೀಗ?

ಆಕೆ: ಅವಳು ನಿಮಗೆ ಪರಿಚಯದವಳಲ್ಲ ತಾನೇ?

-ಸುಕೇಶವ