

ಎಂಟರ್‌ಬನಿಂದ ಬುದ್ಧಿಮತ್ತೆ ಪತ್ತೆ

ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತ ಮುಂದಿನ ವಾರ ಕದ್ದುಮುಚ್ಚಿ ಏನು ಮಾಡಲಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾ? ಆತನ ಮೆದುಳು ಸ್ಕ್ಯಾನ್ ಮಾಡಿಸಿಬಿಡಿ. ಅಲ್ಲಿ ಮೂಡುವ ಸಂದೇಶಗಳ ಕೋಡನ್ನು ವೈದ್ಯರ ಬಳಿ ಡಿಕೋಡ್ ಮಾಡಿಸಿ. ಆತ ಸ್ನೇಹಿತಿಯ ಜೊತೆ ಸಿನಿಮಾಗೆ ಹೋಗುತ್ತಾನೋ, ಇಲ್ಲ ತಾನೊಬ್ಬನೇ ಪಬ್‌ಗೆ ಹೋಗಿ ನಿಮ್ಮ ಬೀಯರ್‌ನ ದುಡ್ಡು ಳಿಸುತ್ತಾನೋ ಗೊತ್ತಾಗಿಬಿಡುತ್ತದೆ.

ಇಂಥದೊಂದು ಸಾಧ್ಯತೆಯ ಕುರಿತ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾಲಿಫೋರ್ನಿಯಾ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದ ಎಮಿಲಿ ಫಾಕ್ ಮತ್ತು ಸಹೋದ್ಯೋಗಿಗಳು ಸಾಕಷ್ಟು ಪ್ರಗತಿ ಸಾಧಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಎಫ್‌ಎಂಟರ್‌ಬಿ (ಫಂಕ್ಷನಲ್ ಮ್ಯಾಗ್ನೆಟಿಕ್ ರೆಸೊನನ್ಸ್ ಇಮೇಜಿಂಗ್) ಬಳಸಿ ಮೆದುಳಿನ ಚಿತ್ರ ತೆಗೆದು ಅದರಲ್ಲಿ ಅಡಗಿಹೋಡಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಆಕಾಂಕ್ಷೆ, ನಿರ್ಧಾರ, ನಿಜವಾದ ಬುದ್ಧಿಮತ್ತೆ, ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಬಹುದು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಫಾಕ್. ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮನೋನಿರ್ಧಾರವನ್ನು ಗಟ್ಟಿಗೊಳಿಸಲು ಈ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಬಳಸಬಹುದು.

ಅಸ್ತಮಾ ಮತ್ತು ವಿಟಮಿನ್ ಡಿ

ಅಸ್ತಮಾ ತೊಂದರೆ ಇರುವ ಮಕ್ಕಳ ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ವಿಟಮಿನ್ ಡಿ ಕಡಿಮೆ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಅಂಥವರಲ್ಲಿ ಅಸ್ತಮಾ ಅಟ್ಯಾಕ್ ಆಗುವ ಸಂಭವ ಜಾಸ್ತಿ. ನಾಲ್ಕು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಅಸ್ತಮಾ ಇರುವ ಒಂದು ಸಾವಿರ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ಒಳಪಡಿಸಲಾಯಿತು. ವಿಟಮಿನ್ ಡಿ ಅಂಶ ಕಡಿಮೆ ಇರುವ ಶೇ. 40ಕ್ಕೂ ಅಧಿಕ ಮಕ್ಕಳು ಸಮಸ್ಯೆ ತೀವ್ರಗೊಂಡು ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಸೇರಿದ ಪ್ರಕರಣಗಳು ವರದಿಯಾದವು. ವಿಟಮಿನ್ ಡಿ ಅಂಶ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿರುವ ಮಕ್ಕಳು ಕೂಡಾ ಅಸ್ತಮಾ ಅಟ್ಯಾಕ್‌ಗೆ ಒಳಗಾದರೂ ಇವರ ಪ್ರಮಾಣ ಶೇ. 32 ಮಾತ್ರ. ಸ್ನಾಯು ಬೆಳವಣಿಗೆ, ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಲು ವಿಟಮಿನ್ ಡಿ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಈ ಅಂಶ ಕಡಿಮೆಯಾದರೆ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯೂ

ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ ಸೋಂಕಿನ ವಿರುದ್ಧ ಹೋರಾಟ ಕ್ಷೀಣಿಸುತ್ತದೆ. ಮಕ್ಕಳು ದಪ್ಪವಿದ್ದರೂ ವಿಟಮಿನ್ ಡಿ ಕೊಬ್ಬಿನೊಳಗೆ ಸೇರಿಕೊಂಡು ಕ್ರಿಯಾಶೀಲ ರಕ್ತದಲ್ಲಿನ ಈ ಅಂಶ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಶೌಚಾಲಯ ಪೇಪರ್‌ನಿಂದ ಅಲರ್ಜಿ

ಶೌಚಾಲಯದಲ್ಲಿ ಮಲ ವಿಸರ್ಜನೆ ನಂತರ ಒರೆಸಲು ಬಳಸುವ ತೇವಾಂಶವಿರುವ ಕಾಗದ (ಮಾಯಿಸ್ಟ್ ವೈಪ್) ಬಹಳ ಮಂದಿ ಅಲರ್ಜಿ ಎಂಬುದು ಈಗ ಗೊತ್ತಾಗಿದೆ. ಇದರಲ್ಲಿರುವ ಎಂಸಿಐ ಎಂಬ ರಾಸಾಯನಿಕ ವಸ್ತುವಿನಿಂದ ಅಂಥವರ ದದ್ದು ಏಳುವುದಲ್ಲದೇ ಇದಕ್ಕೆ ಶೀಘ್ರ ಪರಿಹಾರವೂ ಇಲ್ಲ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ತಜ್ಞರು. ಸೋರಿಯಾಸಿಸ್ ತೊಂದರೆ ಇದ್ದವರು ಇದನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ಸಮಸ್ಯೆ ಇನ್ನಷ್ಟು ತೀವ್ರವಾಗುವುದು.

ನಿದ್ದೆಗೆ ಶತ್ರು ಆ್ಯಸಿಡಿಟಿ

ಆಮ್ಲೀಯತೆ ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದಾಗಿ ನಿದ್ದೆಗೆ ತೊಂದರೆ ಜಾಸ್ತಿ. ರಾತ್ರಿ ಈ ಆಮ್ಲೀಯತೆ ಎನ್ನುವುದು ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಹಲವು ಬಾರಿ ಎಚ್ಚರಿಸಿಬಿಡುತ್ತದೆ. ಎದೆಯುರಿ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಕೂಡಾ ಆಮ್ಲೀಯತೆ ತೊಂದರೆಯಿಂದಾಗಿ ಪದೇ ಪದೇ ಎಚ್ಚರವಾಗಿಬಿಡುತ್ತದೆ.

ಆಮ್ಲವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ನರವ್ಯೂಹದ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಎಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ತಜ್ಞರ ವಾದ.

ಇದಕ್ಕೆ ಪರಿಹಾರವೆಂದರೆ ತೂಕ ಇಳಿಸಿ, ಆಮ್ಲೀಯತೆ ಜಾಸ್ತಿ ಮಾಡುವ ಆಹಾರ ವರ್ಜ್ಯ, ಪದೇ ಪದೇ ಸಣ್ಣ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸುವುದು. ಜೊತೆಗೆ ಹಾಸಿಗೆಯನ್ನು ತಲೆಯ ಬಳಿ ಎತ್ತರಿಸಿದರೆ ಸುಖಿ ನಿದ್ದೆ ಮಾಡಬಹುದು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ವೈದ್ಯರು.

■ ಸುದ್ದಿ

ನಕ್ಕು ಬಿಡಿ..!

ಟೀಚರ್: ಶಾಲಾ ಮಕ್ಕಳು ದಿನವೊಂದಕ್ಕೆ 8 ಗಂಟೆ ನಿದ್ರಿಸಿದರೆ ಸಾಕಷ್ಟಾಯಿತು. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು (ಒಕ್ಕೊರಲಿನಿಂದ): ಆದರೆ ದಿನವೊಂದಕ್ಕೆ ಕ್ಲಾಸ್‌ಗಳು ಕೇವಲ 7 ಗಂಟೆಗಳು

ಮಾತ್ರ ನಡೆಯುತ್ತವೆಯಲ್ಲಾ ಟೀಚರ್?

ಒಂದು ರಾತ್ರಿ ಯಾರೋ ತನ್ನನ್ನು ಕೊಲೆ ಮಾಡಿದಂತೆ ಗೋಟಿಗೆ ಕನಸು ಬಿತ್ತು. ಮರುದಿನ ಅವನು ತನ್ನ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಖಾತೆಯನ್ನು ಕ್ಲೋಸ್ ಮಾಡಿಸಿದ. ಏಕೆ? ಏಕೆಂದರೆ ಆ ಬ್ಯಾಂಕ್‌ನ ಜಾಹೀರಾತು ಹೀಗಿತ್ತು: 'ನಾವು ನಿಮ್ಮ ಕನಸನ್ನು



ನನಸಾಗಿಸುತ್ತೇವೆ!'

ಪ್ರತೀ ಹೆಂಗಸು ತನ್ನ ಮಗಳು ತನ್ನ ಆಯ್ಕೆಗಿಂತ ಚೆನ್ನಾಗಿರುವ ಗಂಡಸನ್ನೇ ಮದುವೆಯಾಗುವಂತೆ ಆಶಿಸುತ್ತಾಳೆ. ಹಾಗೆಯೇ, ತನ್ನ ಮಗನಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಆತನ ತಂದೆಯ ಆಯ್ಕೆಗಿಂತ ಚೆನ್ನಾಗಿರುವ ಹೆಂಡತಿ ಸಿಗಲಾರಳು ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾಳೆ!

ಕೆಲವು ಗಂಡಸರು ಸೇನೆಯನ್ನು ಸೇರುತ್ತಾರೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಅವರು ಅವಿವಾಹಿತರು ಹಾಗೂ ಯುದ್ಧ ಮಾಡಲು ಇಚ್ಛಿಸುವರು. ಇನ್ನುಳಿದ ಕೆಲವರೂ ಸೇನೆಯನ್ನು ಸೇರುತ್ತಾರೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಅವರು ವಿವಾಹಿತರು ಹಾಗೂ ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಇರಲು ಇಚ್ಛಿಸುವರು.

ನಿಜವಾದ ಪ್ರೀತಿ ತಲೆದಿಂಬಿನಂತೆ. ನೀವು ತೊಂದರೆಯಲ್ಲಿರುವಾಗ ನೀವದನ್ನು ತಬ್ಬಬಹುದು.

ನೀವು ನೋವಿನಲ್ಲಿರುವಾಗ ಅದರ ಮೇಲೆ ಬಿದ್ದು ಅಳಬಹುದು.

ನೀವು ಸಂತಸದಲ್ಲಿರುವಾಗ ಅದನ್ನು ಆಲಂಗಿಸಬಹುದು.

ನಿಮಗೂ ಅಂತಹದೊಂದು ನಿಜ ಪ್ರೀತಿ ಬೇಕೆಂದೆನಿಸುವುದಿಲ್ಲವೆ? ಹಾಗಿದ್ದರೆ ಕೇವಲ 75 ರೂಪಾಯಿ ಖರ್ಚು ಮಾಡಿ ಒಂದು ತಲೆದಿಂಬು ಖರೀದಿಸಿರಿ.

ಹುಡುಗರ ಶಾಲೆಯ ಹತ್ತಿರದ ರಸ್ತೆಯಲ್ಲಿ ಯಾವಾಗಲೂ 'ನಿಧಾನ ಚಲಿಸಿ' ಎಂಬ ನಾಮಫಲಕವಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಹುಡುಗಿಯರ ಕಾಲೇಜಿನ ಸನಿಹವಿರುವುದಿಲ್ಲ ಏಕೆ?

ಏಕೆಂದರೆ ಹುಡುಗಿಯರ ಕಾಲೇಜಿನ ಹತ್ತಿರ ವಾಹನಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೇ ನಿಧಾನವಾಗುತ್ತವೆ!

ನೆಟ್‌ನಿಂದ ಹಾರಿಸಿದವರು: ರಮಣ್‌ಶೆಟ್ಟಿ, ರೆಂಜಾಳ್

