



ತೊಡಗಿರಲಿ, ಸದ್ಯ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಅಂಕ ಗಳಿಸಿದ್ದಾನಲ್ಲ... ಎಂದು ಅವರೂ ಸುಮ್ಮನಾಗುತ್ತಾರೆ. ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ಹಾಳುಗಡವುತ್ತ್ರದೆ ಎಂಬ ಏಕೈಕ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪೋಷಕರು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಬಯ್ಯುವುದುಂಟು. ಆದರೆ ನಿಜವಾಗಿ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಹಾನಿಯನ್ನು ಮಗುವಿನ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ಈ ಸಾಮಾಜಿಕ ಜಾಲತಾಣಗಳು ಮಾಡಿರುತ್ತವೆ. ಒಮ್ಮೆ ಇಂತಹ ಚಟಕ್ಕೆ ಬಿದ್ದರೆ ಸಾಮಾಜಿಕವಾಗಿ ವಿಮುಖವಾಗುವುದು ದೊಡ್ಡ ಸಮಸ್ಯೆ. ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸಂವಹನವಂತೂ ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ ಎಂಬಂತಾಗುತ್ತದೆ.

ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕಂಪ್ಯೂಟರ್, ಮೊಬೈಲ್ ಕೊಡಿಸಲೇ ಬಾರದೆಂದು ಕೆಲವು ಹಿರಿಯರು ವಾದಿಸುವುದಿದೆ. 'ಅದಿಲ್ಲದೆ ನಾವೆಲ್ಲ ಓದಿಲ್ಲವೇ? ಮೊಬೈಲ್ ಇಲ್ಲದೆ ನಮ್ಮ ಹಿರಿಯರೂ ಬದುಕಿದ್ದರಲ್ಲವೇ?' ಎನ್ನುವುದು ಅವರ ಪ್ರಶ್ನೆ. ಕೆಲವರು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಟಿವಿ, ಮೊಬೈಲ್, ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಯಾವುದನ್ನೂ ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಈ ರೀತಿಯ ಕಠಿಣ ನಿರ್ಧಾರ ಎಲ್ಲರಿಂದಲೂ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಹಾಗಾಗಿ ಇಂದಿನ ಯುಗದಲ್ಲಿ ಇವೆಲ್ಲವುಗಳೊಂದಿಗೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಬದುಕುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುವುದು ಅತ್ಯಂತ ಅಗತ್ಯ. ಇಲ್ಲದೇ ಹೋದರೆ ಪ್ರಪಂಚದ ಎಲ್ಲ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಅಂಗೈಯಲ್ಲಿ ಕೊಡುವ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಬಲ ಮಾಧ್ಯಮವೊಂದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳು ವಂಚಿತರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಆದುದರಿಂದ ಈ ಪ್ರಬಲ ಮಾಧ್ಯಮವನ್ನು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಬಳಸುವ ಕಡೆಗೆ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ತಯಾರಿ ಮಾಡುವುದು, ಮನವರಿಕೆ ಮಾಡುವುದು ಅತ್ಯಂತ ಅಗತ್ಯ.

ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಪೋಷಕರು ಜಾಗರೂಕತೆಯಿಂದ ಇರಬೇಕು. ಕೆಲವು ಮನೆಗಳಿಗೆ ಹೋದರೆ ಅಲ್ಲಿ ಅಪ್ಪ, ಅಮ್ಮ, ಮಕ್ಕಳು ಎಲ್ಲರೂ ಒಂದೊಂದು ಮೊಬೈಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಪೋಷಕರೇ ಇಡೀ ದಿನ ಮೊಬೈಲ್‌ನಲ್ಲೇ ಮುಳುಗಿದ್ದರೆ ಮಕ್ಕಳೂ ಅದರಲ್ಲೇ ಮಗ್ನರಾಗುವುದು ಸಹಜವೇ. ಕೆಲವು ಅಮ್ಮಂದಿರಂತೂ ಇಡೀ ದಿನ ಸಾಮಾಜಿಕ ಜಾಲತಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಎಗ್ಗಿಲ್ಲದೆ ನುಗ್ಗಿಬರುವ ಸಂದೇಶಗಳಿಗೆ ತಮಗೆ ತೋಚಿದಂತೆ ಕಮೆಂಟ್ ಮಾಡುವುದು, ಶೇರ್ ಮಾಡುವುದರಲ್ಲೇ ಬ್ಯುಸಿ. ಎಲ್ಲೇ ಹೋಗಲಿ, ಒಂದು ಫೋಟೋ ಕ್ಲಿಕ್ಕಿಸಿ ಫೇಸ್‌ಬುಕ್‌ನಲ್ಲಿ 'ಅಪ್‌ಲೋಡ್' ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಧನ್ಯತೆಯ ಭಾವವನ್ನು ಕಾಣುವ ಪೋಷಕರಿಗೇನೂ ಕೊರತೆಯಿಲ್ಲ. ಹಿರಿಯರಾದ ಅವರೇ ಮಿತಿಯನ್ನು ಹೇರಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ ಮಕ್ಕಳ ಪಾಡಿನ ಬಗ್ಗೆ ಏನು ಹೇಳುವುದು?

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸ್ನೇಹಿತರಿಂದ ಮಕ್ಕಳು ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಭಾವಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಮಕ್ಕಳ ಸ್ನೇಹಿತರು ಯಾರೆಂಬುದನ್ನು ಪೋಷಕರು ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿರಬೇಕು. ತಮ್ಮ ಮಗು ಅವರನ್ನೆಲ್ಲ ಮನೆಗೆ ಕರೆದು ತಂದಾಗ ಪೋಷಕರು ಸಿಡುಕದೆ, ಅವರೊಂದಿಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ನಡೆದುಕೊಂಡು ಅವರೊಂದಿಗೆ ಸ್ನೇಹ ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡಿರಬೇಕು. ಅವರ

ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ ಅಪಾಯ

16ಕ್ಕಿಂತ ಕೆಳವಯಸ್ಸಿನ ಮಕ್ಕಳ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ಮೊಬೈಲ್ ನಿರಂತರ ಬಳಕೆಯು ಬೀರುವ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಜ್ಞ ವೈದ್ಯರು ಸಾಕಷ್ಟು ಎಚ್ಚರಿಕೆಗಳನ್ನು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ತಲೆಯ ಮತ್ತು ನರಮಂಡಲದ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಸರಿಯಾಗಿ ರೂಪುಗೊಳ್ಳುವ ಎಳೆಯ ಪ್ರಾಯದಲ್ಲಿ, ಮೊಬೈಲ್ ತರಂಗಗಳು ಉಂಟು ಮಾಡುವ ವಿಕಿರಣ ಪ್ರಭಾವಕ್ಕೆ ಮಕ್ಕಳು ಬಲಿಯಾಗುವುದು ಹೆಚ್ಚು. ಇಂಗ್ಲೆಂಡಿನಲ್ಲಿ 'ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮೊಬೈಲ್ ಕೊಡಲೇಬೇಡಿ' ಎಂದು ಅಲ್ಲಿಯ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಚಿವಾಲಯ ಎಚ್ಚರಿಸಿದೆ. ಮೊಬೈಲ್‌ನಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ವಿಕಿರಣದ ಪ್ರಭಾವವು ದೊಡ್ಡವರಿಗಿಂತ ಮಕ್ಕಳ ಮೇಲೆ ದುಪ್ಪಟ್ಟು ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಸಂಶೋಧಕರು ಈಗಾಗಲೇ ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಮೊಬೈಲ್ ಅತಿಬಳಕೆಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ವಿಕಿರಣ ಪ್ರಭಾವದ ಬಗ್ಗೆ ವಿಶ್ವ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆಯೂ ಸ್ಪಷ್ಟ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ನೀಡಿದೆ. ಈ ಅಪಾಯವನ್ನು ಐಎಆರ್‌ಸಿ ವರ್ಗ 2ಬಿ ಎಂದು ಅದು ವರ್ಗೀಕರಿಸಿದ್ದು, ಟ್ಯೂಮರ್‌ನ ಅಪಾಯಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು 20ರಿಂದ 30 ವರ್ಷಗಳೂ ಹಿಡಿಯಬಹುದು ಎಂದು ಎಚ್ಚರಿಸಿದೆ.

2010ರಲ್ಲಿ ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಿದ ವಿಶ್ವ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆಯ ವರದಿಯ ಪ್ರಕಾರ, ಪ್ರತಿದಿನ ಅರ್ಧ ಗಂಟೆಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಮೊಬೈಲ್ ಬಳಸುವ ವ್ಯಕ್ತಿ, 10 ವರ್ಷಗಳ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ 'ಬ್ರೆನ್ ಟ್ಯೂಮರ್' ಅಪಾಯಕ್ಕೆ ಸಿಲುಕುವ ಸಂಭವ ಹೆಚ್ಚು.

ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಈ ವಿಕಿರಣ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮದ ಸಾಧ್ಯತೆ ಶೇಕಡಾ 60ರಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚು. ಎಳೆಯ ಪ್ರಾಯದಲ್ಲೇ ಮೊಬೈಲ್ ಬಳಸಲು ಆರಂಭಿಸುವ ಮಕ್ಕಳು, ದೀರ್ಘಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಶ್ರವಣ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

2011ರಲ್ಲಿ 'ಇಂಟರ್‌ನ್ಯಾಷನಲ್ ಜರ್ನಲ್ ಆಫ್ ಅಂಕಾಲಜಿ'ಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾದ ಅಧ್ಯಯನ ವರದಿಯೊಂದರ ಪ್ರಕಾರ, 20 ವರ್ಷದ ಒಳಗಿನ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮೊಬೈಲ್ ಬಳಕೆ ಆರಂಭಿಸುವವರಲ್ಲಿ, ಮೆದುಳು ಗಡ್ಡೆಯ ಅಪಾಯಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ, ಮೊಬೈಲ್ ಬಳಸದವರಿಗಿಂತ ಐದು ಪಟ್ಟು ಹೆಚ್ಚು.

