



ಡೆಂಗಿ, ಕಾಲರಾ, ಮಲೇರಿಯಾ, ಟೈಫಾಯಿಡ್ ಚಿಕುನ್‌ಗುನ್ಯಾ ಇವೆಲ್ಲ ಬಹುರೂಪಿ ಜ್ವರದ ಕೆಲವು ಹೆಸರುಗಳಷ್ಟೇ. ಕೆಲವು ಜ್ವರಗಳು ಒಮ್ಮೊಮ್ಮೆ ಹದ್ದುಮೀರಿ, ಸಾವುನೋವಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುವುದಿದೆ. ಡೆಂಗಿಯನ್ನೂ ಒಳಗೊಂಡಂತೆ ಜ್ವರಗಳ ಲೋಕವನ್ನು ಸರಳ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಪರಿಚಯಿಸುವ, ಜ್ವರಪೀಡಿತರಿಗೆ ಹಾಗೂ ಅವರ ಪಾಲಕರಿಗೆ ಕಿವಿಮಾತುಗಳನ್ನು ಹೇಳುವ ತಜ್ಞ ವೈದ್ಯರ ಈ ಬರಹ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದಂತಹದ್ದು. ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕೇಂದ್ರವಾಗಿಟ್ಟುಕೊಂಡಿದ್ದರೂ ಎಲ್ಲ ವಯೋಮಾನದವರಿಗೂ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗುವಂತಿದೆ.  
—ಡಾ. ಕೆ.ಬಿ. ರಂಗಸ್ವಾಮಿ

**ಲೇಖನಗಳು**  
7 ಯೋಗಕ್ಕೆ ಬೇಡ ವಿಷ್ವತರ್  
—ವಿನು ಗಂಗೆ

8 ಲಂಡನ್ ಐ ಥೇಮ್ ನದಿದಂಡೆಯ ಸೂಜಿಗಲ್ಲು  
—ಡಾ. ನಿರಂಜನ ವಾನ್ಶಿ

10 ಹಾರಿತು ದೂರ ದೂರ...  
—ಅಖಿಲೇಶ್ ಚಿಪ್ಪಳಿ

32 ಕೋಳಿ ಭಾಗ್ಯ!  
—ಮೋಹನ್ ಪ್ರಸಾದ್

34 ಕ್ರಿಕೆಟ್ ಮೆಕ್ಕಾ ಬದಲಾಯಿತೆ?  
—ವಿಶಾಖ ಎನ್.

56 ನೇರಳೆ ಹಣ್ಣಿನ ಲಡ್ಡು, ಹಲ್ಲು  
—ಸೌಖ್ಯ ಮೋಹನ್ ತಲಕಾಲುಕೊಪ್ಪ

60 ಸಂಸತ್ ಭವನದಲ್ಲಿ ಅಶೋಕನ ಮೊಹರು  
—ರಾಘವೇಂದ್ರ ಕೆ.

4 ಚಿತ್ರಪಟ ಕಥನ  
ಕಾನನದ ತಾರೆಯರು  
—ಚಿಕ್ಕಾಯರಹಳ್ಳಿ ಡಿ. ಕೃಷ್ಣಚೈತನ್ಯ

**ಆರೋಗ್ಯ**  
28 ಡೆಂಗಿ: ಆತಂಕ ಬೇಡ, ಉಪಚಾರ ಅಗತ್ಯ  
—ಉಮಾ ಅನಂತ್

30 ಸೀಕ್ವಿನ್ ಮಿಂಚು!  
—ಕೆ.ವಿ. ರಾಜಲಕ್ಷ್ಮಿ

36 ಪ್ರಬಂಧ  
ಉಂಡು ಮಲಗಿ ಜಗಳ ಮುಗಿಸಲಾದೀತೇ?  
—ವಸುಂಧರಾ ಕದಲೂರು

42 ಧಾರಾವಾಹಿ-8  
—ಆಲೂರು ದೊಡ್ಡನಿಂಗಪ್ಪ

58 ಗಾಂಧಿನಗರ ಪೋಸ್ಟ್ / ಬಾಲಿವುಡ್  
61 ಕೃಷಿ ಪಾತ್ರ ಪ್ರೀತಿ  
ಮಹಾಸಂಗಮ ಒಂದೇ ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ಪ್ರಭಾಸ್ ದೀಪಿಕಾ, ಕಮಲ್, ಅಮಿತಾಭ್  
—ವಿಶಾಖ ಎನ್.

13 ಜುಲೈ 2023  
ಸಂಪುಟ 59 ಸಂಚಿಕೆ 28



ಸಂಪಾದಕ  
ಕೆ.ಎನ್. ತಿಲಕ್ ಕುಮಾರ್

ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿ  
ಡಿಜಿಟಲ್ ಚೌಕಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ  
ಜಾನಪದ ಬಿಂಬಗಳು

ಮುಖಪುಟ ವಿನ್ಯಾಸ  
ಈಶ್ವರ ಎಸ್ ಬಡಿಗೇರ

ವಿಳಾಸ:  
ಸಂಪಾದಕರು, 'ಸುಧಾ' ವಾರಪತ್ರಿಕೆ,  
75, ಮಹಾತ್ಮ ಗಾಂಧಿ ರಸ್ತೆ,  
ಬೆಂಗಳೂರು 560 001  
ದೂರವಾಣಿ: 080 45557263

ಇ-ಮೇಲ್:  
editorsu@sudha.co.in

@SudhaWeekly

ಸ್ಥಿರ ಶೀರ್ಷಿಕೆಗಳು  
12 ನಿಮ್ಮೊಡನೆ 13 ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ 14 ನೀವು ಕೇಳಿದಿರಿ 15 ನಕ್ಕುಬಿಡಿ 16 ಸಮುದ್ರ ಮಧನ 17 ವಿಚಾರ ಲಹರಿ 40 ಜಾಣರ ಪೆಟ್ಟಿಗೆ  
49 ಭವಿಷ್ಯ 50 ಪದಬಂಧ 51 ನಗೆಹೊನಲು 52 ಎಳೆಯರ ಅಂಗಳ 54 ನಿಮ್ಮ ಪುಟ 62 ಸೆಲೆಬ್ರಿಟಿ