



ಮೊಡವೆ ಯಾರಿಗೂ ಬೇಡದ ಒಡವೆ



ಒತ್ತಡದ ಜೀವನಶೈಲಿ ಬರೀ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನಷ್ಟೇ ಸೃಷ್ಟಿಸುವುದಲ್ಲ. ಸೌಂದರ್ಯಕ್ಕೂ ಮಾರಕವಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸುತ್ತದೆ. ಇದರ ಪರಿಣಾಮ ಮುಖದ ಮೇಲೆ ಸದ್ದಿಲ್ಲದೆ ಮೂಡುವ ಮೊಡವೆಗಳು. ಅತಿಯಾದ ಒತ್ತಡದ ಜೀವನ ಶೈಲಿಯಿಂದ ಕಾರ್ಟಿಸೋಲ್ ಎಂಬ ರಸದೂತಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಸ್ರವಿಸಲ್ಪಟ್ಟು ಮೊಡವೆ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಇನ್ನಷ್ಟು ಹದಗೆಡಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಸೌಂದರ್ಯಾರಾಧಕರ ನಿರ್ದೇಶಿಸುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೂ ಸೂಕ್ತ ಪರಿಹಾರವಿದೆ.

■ **ಡಾ.ಮುರಲೀ ಮೋಹನ್ ಚೂಂತಾರು**

ಸುಂದರವಾಗಿ ಕಾಣಬೇಕು ಎಂಬುದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮಹಿಳೆಯ ಮನದಾಸೆ. ಇದು ಸಹಜ ಕೂಡ. ಬಾಹ್ಯ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎನ್ನುವುದು ಮನುಷ್ಯನ ತುಡಿತ. ಇದು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ತಪ್ಪಲ್ಲ. ಬಾಹ್ಯ ಸೌಂದರ್ಯಕ್ಕೂ ಮನೋಧರ್ಮಕ್ಕೂ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲವೆಂಬುದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ತಿಳಿದ ವಿಚಾರವೇ ಆದರೂ, ಮಹಿಳೆಯೂ ಸೇರಿದಂತೆ ಎಲ್ಲರೂ ಬಾಹ್ಯ ಸೌಂದರ್ಯಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಆದ್ಯತೆ ನೀಡುತ್ತಿರುವುದು ಸುಳ್ಳಲ್ಲ.

ತಾನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ನಾನಾ ರೀತಿಯ ಒಡವೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿ ಸೌಂದರ್ಯವನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸಲು ಹರಸಾಹಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಚಿನ್ನ, ವಜ್ರಾಭರಣಗಳು, ಕಾಡಿಗೆ ಮತ್ತಿತರ ಸೌಂದರ್ಯ ಉತ್ಪನ್ನಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ, ಸಾಕಷ್ಟು ಒಡವೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿ ಸೌಂದರ್ಯ ವರ್ಧನೆಗೆ ಇನ್ನಿಲ್ಲದ ಪ್ರಯತ್ನ ನಡೆಸುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಈ ಎಲ್ಲವುಗಳ ಮಧ್ಯೆ ನಮಗೆ ಬೇಡವೇ ಬೇಡ ಎನ್ನುವ ಮೊಡವೆ ಮುಖದ ಮೇಲೆ ಮೂಡಿ ಅಂದಗೆಡಿಸುತ್ತದೆ; ಸೌಂದರ್ಯಪ್ರಿಯರ ನಿರ್ದಯನೂ ಕೆಡಿಸುತ್ತಿದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಈ ಮೊಡವೆಯ ಗೊಡವೆ ಯಾರಿಗೂ ಬೇಡವಾಗಿದೆ.

ಏನಿದು ಮೊಡವೆ?

ದೇಹದ ರಸದೂತಗಳಲ್ಲಿ ಏರುಪೇರಾದಾಗ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮುಖದಲ್ಲಿ ಮೊಡವೆ ಮೂಡುವುದು ಸರ್ವ ಸಾಮಾನ್ಯ. ಹದಿಹರೆಯದಲ್ಲಿ, ಯೌವನದ ಹೊಸ್ತಿಲಿನಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ 11ರಿಂದ 16ರ ಹರೆಯದಲ್ಲಿ ಹುಡುಗರಲ್ಲಿ (14-16 ವರ್ಷ) ಮತ್ತು ಹುಡುಗಿಯರಲ್ಲಿ (11-14 ವರ್ಷ) ಮೊಡವೆಗಳು ಮೂಡುವುದು ಸಹಜ. ದೇಹದ ದೈಹಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಳಿಗೆ ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿ ಉತ್ಪಾದಿಸಲ್ಪಡುವ ಆಂಡ್ರೋಜನ್ ಎಂಬ ರಸದೂತ (ಹಾರ್ಮೋನ್) ಈ ಮೊಡವೆಗಳಿಗೆ ಮೂಲ ಕಾರಣವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿಯೇ 'ಮೊಡವೆ ಯೌವನದ ಒಡವೆ' ಎಂಬ ಗಾದೆ ಮಾತು ಜಾಲ್ತಿಯಲ್ಲಿದೆ. ಈ ರಸದೂತಗಳು ಮುಖದಲ್ಲಿನ ಸೆಬೆಷಿಯಸ್ ಗ್ರಂಥಿಗಳನ್ನು ದೊಡ್ಡದಾಗಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಗ್ರಂಥಿಗಳಲ್ಲಿ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುವ ತೈಲವನ್ನು ಸೆಬಮ್ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಸೆಬಮ್ ಎಂಬ ತೈಲವು ಕಾರಣಾಂತರಗಳಿಂದ ತಡೆಗಟ್ಟಲ್ಪಟ್ಟಲ್ಲಿ ಮುಖದಲ್ಲಿ ಮೊಡವೆಗಳು ಮೂಡಿ ಮುಖದ ಅಂದವನ್ನು ಹಾಳುಗಡವುತ್ತದೆ.