



ಮುಖಪುಟ

ಸಕಲ ರೋಗಕ್ಕೆ ಸಕ್ಕರೆ ಕಾರಣ!

ಕೊಬ್ಬಿನ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಹೊಸ ರೋಗಗಳು
ಹೆಚ್ಚುವುದಿಲ್ಲ; ಸಕ್ಕರೆಯ ಬಳಕೆಯಿಂದಾಗಿ
ಜೀವನಶೈಲಿಯ ರೋಗಗಳು ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿವೆ ಎನ್ನುವುದೀಗ
ಸಂಶೋಧನೆಗಳಿಂದ ಸಾಬೀತಾಗಿದೆ. ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಸಕ್ಕರೆ
ತೃಪಿಸದೆ ನಮಗೀಗ ಬೇರೆ ದಾರಿಯೇ ಇಲ್ಲ!

★ ಡಾ. ಶ್ರೀನಿವಾಸ ಕಕ್ಕಿಲ್ಲಾಯ
ಚಿತ್ರಗಳು: ವಿಶ್ವನಾಥ ಸುವರ್ಣ