



ಆರೋಗ್ಯವೂ.. ಸೌಂದರ್ಯವೂ..

ನೆತ್ತಿಯಿಂದ ಕಾಲ್ಪರಳ ತನಕ.. ಅಡಿಯಿಂದ ಮುಡಿಯ ತನಕ.. ಹೆಣ್ಣಿನ ಅಂಗೋಪಾಂಗಗಳ ವರ್ಣನೆ ಕಾವ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಪಡಿಮೂಡಿದ್ದನ್ನು ಓದುವುದೇ ಒಂದು ಪುಳಕ. ತೊಂಡೆಹಣ್ಣು, ಸಂಪಿಗೆ ಹೂವು, ದುಂಬಿ, ಬಾಳೆಯ ಕಂಬ, ಕೋಗಿಲೆ, ಶಂಖ.. ಎಂದೆಲ್ಲ ಹೂವು- ಹಣ್ಣು, ಹಕ್ಕಿ- ಪಕ್ಕಿ, ಮರ- ಗಿಡಗಳಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿ ಬರೆದ ಬಣ್ಣನೆಗಳು ಹಿಂದಿನಿಂದ ಇಂದಿನವರೆಗೂ ಸವಕಲು ಎನಿಸುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಬಣ್ಣವೋ ಕೆದಿಗೆಯ ಗರಿ, ಇಲ್ಲ ಸಂಪಿಗೆಯ ವರ್ಣ, ಇಲ್ಲ ಶ್ರೀಗಂಧ, ಇಲ್ಲ ಹಾಲಿನ ಕೆನೆ, ಇಲ್ಲ ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ಅರಿಶಿನ ತೇದ ಬಣ್ಣ... ಶಬ್ದಗಳೇ ಸಾಲವು. ಆದರೆ ಕಪ್ಪು ಬಣ್ಣದ ಸುಂದರಿಯರನ್ನು ವರ್ಣಿಸಲು ಶಬ್ದಗಳಿಗೆ ಬಣ್ಣನೆ ಮುಗಿದುಹೋಗುತ್ತದೆ. ನಶ್ಯದ ರಂಗು.. ಎಂದೆಲ್ಲ ಒಂದೆರಡು ಶಬ್ದಗಳಲ್ಲಿ ಬಣ್ಣನೆ ಮುಗಿದುಹೋಗುತ್ತದೆ.

ಕಪ್ಪು ಅಂದರೆ ಅಷ್ಟು ಕೇವಲವೇ? 'ಫೇರ್ ಸ್ಕಿನ್' ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣವೆಂದರೆ ಸೌಂದರ್ಯದ ಪ್ರತೀಕ ಎಂದು ಹೇಳಿದವರಾರು? ಅದು ಆರೋಗ್ಯದ ಲಕ್ಷಣ ಎಂದು ಬರೆದವರಾರು? ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ. ಅವರು ಬಿಳಿ ಸುಂದರ ಎಂದರು, ಇವರು ಕಪ್ಪು ಕಾಗೆ ಅಸಹ್ಯ ಎಂದು ಎಂದು ಈಗಲೂ ಅದಕ್ಕೇ ಜೋತು ಬಿದ್ದು ಕಪ್ಪು ಮೈಬಣ್ಣದ ಅವಗಣನೆ ಮುಂದುವರಿದುಕೊಂಡೇ ಬಂದಿದೆ. ದೇಹದ ತ್ವಚೆಗೆ ಈ ಕಪ್ಪು, ಬಿಳಿ, ಕಂದು ಎಂದು ಬಣ್ಣ ತುಂಬಿ ಚೆಂದ ನೋಡುವ ವಸ್ತುವಾದರೂ ಯಾವುದು?

'ಮೆಲನಿನ್' ಎಂಬ ರಾಸಾಯನಿಕ ದ್ರವ್ಯ ಚರ್ಮಕ್ಕೆ ಬಣ್ಣ ಬಳಿಯುವ ವಸ್ತು. ಕಂದು ರಂಗಿನ (ಯೂಮೆಲನಿನ್) ಇದು ಹೆಚ್ಚು ದಟ್ಟವಾಗಿ, ಪ್ರಬಲವಾಗಿದ್ದರೆ ಚರ್ಮವೂ ಕಪ್ಪು ಕಪ್ಪು. ವರ್ಣರಹಿತವಾಗಿದ್ದರೆ (ಫಿಯೋಮೆಲನಿನ್) ತೆಳು ವರ್ಣದ ಚರ್ಮ ಅಂದರೆ ಬಿಳಿ, ಕೆಂಪು, ಗುಲಾಬಿ.. ಹೀಗೆ. ಅಂದರೆ ಚರ್ಮದಲ್ಲಿರುವ ರಕ್ತದಿಂದಾಗಿ ಈ ಕೆಂಪು, ಗುಲಾಬಿ ಬಣ್ಣ ಬರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಕಪ್ಪು ಮೆಲನಿನ್

ಬೇಕೋ, ಕೆಂಪು ನೀಡಬೇಕೋ ಎಂಬುದನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುವುದು ಜೀನ್ಸ್. ತ್ವಚೆಗೆ ಕಪ್ಪು, ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣ ನೀಡಿ ನೋಡುಗರ ಕಣ್ಣಲ್ಲಿ ತುಂಟಾಟ ತುಂಬುವುದು ಮೆಲನಿನ್ ಕೆಲಸವಲ್ಲ. ಸೂರ್ಯನ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿರುವ ಅತಿ ನೇರಳೆ (ಅಲ್ಟ್ರಾವಯೋಲೆಟ್) ಕಿರಣವನ್ನು ಚರ್ಮ ಎಷ್ಟು ಹೀರಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಕಡಿವಾಣ ಹಾಕುವುದು ಈ ಮೆಲನಿನ್. ಅಲ್ಟ್ರಾವಯೋಲೆಟ್‌ನಿಂದ ಚರ್ಮ ವಿಟಮಿನ್ ಡಿ ತಯಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಸೂರ್ಯನ ಬಿಸಿಲು ಪ್ರಖರವಾಗಿರುವ ಭೂಮಧ್ಯ ರೇಖೆ ಆಸುಪಾಸಿರುವ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ದ.ಆಫ್ರಿಕಾ, ಭಾರತ, ನ್ಯೂಗಿನಿ ಮೊದಲಾದ ಕಡೆಯ ಜನರಲ್ಲಿ ಮೆಲನಿನ್ ದಟ್ಟವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದು ಪ್ರಕೃತಿಯೇ ನೀಡಿದ ವರ. ಅಂದರೆ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಅಲ್ಟ್ರಾವಯೋಲೆಟ್ ಜಾಸ್ತಿ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ದೇಹವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸದಂತೆ ರಕ್ಷಣೆ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಈ ಅತಿ ನೇರಳೆ ಕಿರಣ ಜೀವಕೋಶಗಳು ದ್ವಿಗುಣಗೊಳ್ಳುವಾಗ ಅವುಗಳಲ್ಲಿನ ಜೀನ್ಸ್, ಎರ್ರಾಬಿರಿಯಾಗಿ ಬದಲಾವಣೆಯಾಗುವಂತೆ ಮಾಡಿಬಿಡುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಚರ್ಮದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬರುವ ಸಂಭವ ಹೆಚ್ಚು. ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣದ ಯೂರೋಪ್ ಹಾಗೂ ಅಮೆರಿಕದ ಮಂದಿಯಲ್ಲಿ ಕಪ್ಪು ವರ್ಣಿಯರಿಗಿಂತ ಈ ಚರ್ಮದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಪ್ರಮಾಣ ಹತ್ತು ಪಟ್ಟು ಜಾಸ್ತಿ! ಕಪ್ಪು ಕಪ್ಪೆಂದು ಅವಗಣನೆಗೆ ಒಳಗಾಗುವ ಕಪ್ಪು ಚರ್ಮವೇ ರಕ್ಷಣಾ ಕವಚ ಅಲ್ಲವೇ? ಅತಿ ನೇರಳೆ ಕಿರಣ ವಿಟಮಿನ್ ಡಿ ಇಂದ ಉತ್ಪನ್ನವಾಗುವ ಫೋಲಿಕ್ ಆಮ್ಲವನ್ನು ನಾಶಗೊಳಿಸುವ ರಕ್ತಸ. ಈ ಫೋಲಿಕ್ ಆಮ್ಲ ಕೋಶವನ್ನು ದ್ವಿಗುಣ ಮಾಡಲು ಅಗತ್ಯ. ಗರ್ಭಿಣಿಯರಿಗೆ ಇದರ ಕೊರತೆ ಇದ್ದರೆ ಮಗುವಿನಲ್ಲಿ ಅಂಗವೈಕಲ್ಯ ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಹಾಗಾಗಿ ಇಲ್ಲೂ ಕೂಡಾ ರಕ್ತಣೆ ನೀಡುವುದು ಕಪ್ಪು ಬಣ್ಣವೇ.

ಆದರೆ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಸಮಸ್ಯೆ. ಕಪ್ಪು ವರ್ಣಿಯರಲ್ಲಿ ವಿಟಮಿನ್ ಡಿ ಕೊರತೆ ತಲೆದೋರಬಹುದು. ಇದು ಆಫ್ರಿಕಾ- ಅಮೆರಿಕ ಜನಾಂಗದವರಲ್ಲಿ ಈಗಾಗಲೇ ಕಂಡು ಬಂದಿದೆ. ವಿಟಮಿನ್ ಡಿ ಕೊರತೆಯಿದ್ದರೆ ಹೃದ್ರೋಗ, ಎಲುಬಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಕುಂಠಿತಗೊಳಿಸುವ ರಿಕೆಟ್ಸ್, ರಕ್ತನಾಳದ ಕಾಯಿಲೆ, ಮಧುಮೇಹ ಇಂಥವೆಲ್ಲ ಬರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚು. ಹೀಗಾಗಿ ಕೆಲವು ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ವಿಟಮಿನ್ ಡಿ ಪ್ರಮಾಣ ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಯತ್ನಗಳು ನಡೆದಿವೆ.

ಇಷ್ಟೆಲ್ಲಾ ತಿಳಿದ ಮೇಲೂ ಬೇಕಾ ತ್ವಚೆಯನ್ನು ತಿಳಿಗೊಳಿಸುವ ಫೇರ್‌ನೆಸ್ ಕ್ರೀಮುಗಳು?



ಸವಿ