ಉಳುಮೆಯ ಧೂಳಿನಿಂದ ಆಸ್ತಮಾ ದೂರ

ಭೂಮಿಯನ್ನು ಉಳುಮೆ ಮಾಡುವಾಗ ಹೊರಹೊಮ್ಮುವ ಮಣ್ಣಿನ ಧೂಳು ಮಕ್ಕಳ ಶ್ವಾಸಕೋಶ ಸಂಬಂಧಿ ತೊಂದರೆಯನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲು ಅನುಕೂಲವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಬೆಲ್ಜಿಯಂ ಸಂಶೋಧಕರ ತಂಡ ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟಿದೆ.

ಮಣ್ಣಿನ ಕಣಗಳಿಂದ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಆಸ್ತಮಾ ಹಾಗೂ ಶ್ವಾಸಕೋಶ ಸಂಬಂಧದ ಅಲರ್ಜಿ ಗುಣಪಡಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ. ಮುಂದೊಂದು ದಿನ ಇದನ್ನು ಲಸಿಕೆಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಲೂ ಬಹುದು ಎಂದು ಸಂಶೋಧಕರು ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ.

ತಜ್ಞರು ತಮ್ಮ ಅಧ್ಯಯನದ ಸಂಬಂಧ ಜರ್ಮನಿ ಹಾಗೂ ಸ್ವಿಜರ್‌ಲೆಂಡ್‌ನ ಉಳುಮೆ ಮಾಡುವ ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ಒಂದಿಷ್ಟು ದಿನ ಇಲಿಗಳ ಮೇಲೆ ಪ್ರಯೋಗ ಮಾಡಿದರು. ಮನೆ ಹಾಗೂ ಊರುಗಳಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಮಾಲಿನ್ಯ ನಿಯಂತ್ರಿಸುವ ಶಕ್ತಿ ಆ ಇಲಿಗಳಲ್ಲಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯಾಗಿರುವುದನ್ನು ಅವರು ಗುರುತಿಸಿರುವುದಾಗಿ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಭಾರತೀಯರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವ ಪಿಸಿಒಎಸ್

ಭಾರತೀಯ ಐವರು ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬಳಿಗೆ ಪಾಲಿಸಿಸ್ಟಿಕ್ ಒವೆರಿಯನ್ ಸಿಂಡ್ರೋಮ್ (ಪಿಸಿಒಎಸ್) ಸಮಸ್ಯೆ ಇರುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಸಂಶೋಧಕರು ಗುರುತಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ತಜ್ಞರು 27411ಮಹಿಳೆಯರನ್ನು 18 ತಿಂಗಳ ಕಾಲ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದ್ದರು. ಅದರಲ್ಲಿ ಶೇ.18ರಷ್ಟು ಮಂದಿಗೆ ಪಿಸಿಒಎಸ್ ಸಮಸ್ಯೆ ಇರುವುದು ತಿಳಿದುಬಂದಿದೆ. ಇದರಿಂದ ಅವರಿಗೆ ಗರ್ಭ ಧರಿಸಲು ತೊಂದರೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಉತ್ತರ ಭಾರದಲ್ಲಿ ಅಧಿಕ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಪಿಸಿಒಎಸ್ ಪ್ರಕರಣಗಳು ಪತ್ತೆಯಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ಅನೇಕರಿಗೆ ಈ ಬಗ್ಗೆ ಜಾಗೃತಿ ಇಲ್ಲದ ಕಾರಣ ತಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಇದನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸುವುದರಿಂದ ತಾಯಿಯಾಗುವ ಭಾಗ್ಯ ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ. ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪಡೆಯದೇ ಹೋದರೆ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನೂ ಎದುರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ತಜ್ಞರು ಎಚ್ಚರಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಮಧ್ಯಾಹ್ನದ ನಿದ್ದೆ ಹೃದಯ ಸ್ನೇಹಿ

ನಿತ್ಯವೂ ಮಧ್ಯಾಹ್ನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ನಿದ್ದೆ ಮಾಡುವುದು ಹೃದಯ ಆರೋಗ್ಯದ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಒಳ್ಳೆಯದು. ಅದರಿಂದ ಹೃದಯಾಘಾತವನ್ನು ತಡೆಯಲು ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಲಂಡನ್ನಿನ ಸಂಶೋಧಕರ ಹೊಸ ಅಧ್ಯಯನ ಹೇಳಿದೆ.

ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ವಿಶ್ರಮಿಸುವುದರಿಂದ ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡದಲ್ಲಿ ಸಮತೋಲನ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಇದರಿಂದ ಹೃದಯಾಘಾತವನ್ನು ತಡೆಯುವ ಶಕ್ತಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ ಎಂದು ತಜ್ಞರು ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ.

ಸಂಶೋಧಕರು ಮಧ್ಯವಯಸ್ಕ 400 ಮಂದಿಯನ್ನು ತಮ್ಮ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ಒಳಪಡಿಸಿದ್ದರು. ಅಂತೆಯೇ ಕಾಫಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕುಡಿಯುವುದು ಕೂಡ ಹೃದ್ರೋಗಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವ ಅಂಶವನ್ನು ಸಂಶೋಧಕರು ಗುರುತಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಅವಧಿ ಪೂರ್ವ ಜನನ: ಬುದ್ಧಿಮತ್ತೆ ಕ್ಷೀಣ

ಅವಧಿ ಪೂರ್ವದಲ್ಲಿ ಜನಿಸುವ ಮಕ್ಕಳು ತಮ್ಮ ಮಧ್ಯ ವಯಸ್ಸಿನವರೆಗೂ ಬುದ್ಧಿಮತ್ತೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಹಿಂದುಳಿದಿರುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ ಇಂಗ್ಲೆಂಡಿನ ಸಂಶೋಧಕರು.

ದಿನ ತುಂಬುವ ಮೊದಲು ಜನಿಸುವ ಮಕ್ಕಳು ಗಣಿತವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಹಾಗೂ ಅವರ ಸ್ಮರಣಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಉಳಿದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ಕೊಂಚ ಕಡಿಮೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಅವರ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಪ್ರಗತಿ ಕೂಡ ಕಡಿಮೆ ಇರುತ್ತದೆ ಎಂದು ತಜ್ಞರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

-ಟಿಪ್ಸ್

ಶ್ರವಣ ದೋಷವೇ?

ಅದೃಶ್ಯ ರೂಪದ ಶ್ರವಣ ಸಾಧನ ಅದಕ್ಕೆ ಸೂಕ್ತ ಪರಿಹಾರ

ಉಚಿತ ಶ್ರವಣ ಪರೀಕ್ಷೆ ಹಾಗು ಸಮಾಲೋಚನಾ ಸಪ್ತಾಹ

- ಎಲ್ಲಾ ಶ್ರವಣ ಸಾಧನಗಳ ಮೇಲೂ ವಿಶೇಷ ರಿಯಾಯಿತಿ
- ಎಲ್ಲಾ ಶ್ರವಣ ಸಾಧನಗಳ ಮೇಲೂ ವಿಶೇಷ ಎಕ್ಸ್‌ಛೇಂಜ್ ಆಫರ್‌ಗಳು

SOUNDFUL 20 YEARS
SINCE 1994
RAJAN SPEECH & HEARING
Listen to life

"ಈಗಲೇ ಸಮಯ ನಿಗದಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ"

ಕರರಹಿತ ಸಂ: 1800 103 0340

(ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 9.30 ರಿಂದ ಸಂಜೆ 6.30ರ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಕರೆ ಮಾಡಿ)

ಫೋನ್: 080-41510404, 65467791

ಇಮೇಲ್: info@rshc.in, www.rshc.in

ಕ್ಲೀನಿಕ್ ಭಾನುವಾರವೂ ತೆರೆದಿರುತ್ತದೆ – ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ಸಮಯ ನಿಗದಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ

ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಕ್ಲೀನಿಕ್‌ಗಳು :

ರೆಸಿಡೆನ್ಸಿ ರಸ್ತೆ । ಕೋರಮಂಗಲ । ಇಂದಿರಾನಗರ
ಮಲ್ಲೇಶ್ವರಂ । ಜಯನಗರ