

ಮಧ್ಯ ವಯಸ್ಸಿನವರಲ್ಲೇ ವಿಕಿರಣದ ಪ್ರಕರಣ ಹೆಚ್ಚು

ಕಿರಿಯ ವಯಸ್ಸಿನವರಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದಲ್ಲಿ ಮಧ್ಯವಯಸ್ಸಿನ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ವಿಕಿರಣಕ್ಕೆ ಅನಾವರಣಗೊಂಡರೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚು ಎಂದು ಅಧ್ಯಯನ ಒಂದು ತಿಳಿಸಿದೆ. ವಯಸ್ಕರಿಗಿಂತ ಮಕ್ಕಳು ಅತಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿರುವ ಕಾರಣ ವಿಕಿರಣದ ಪ್ರಮಾಣ ಅವರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅಂದಾಜಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಜಪಾನ್ ಮೇಲಾದ ಅಣು ಬಾಂಬ್ ದಾಳಿಯಲ್ಲಿ ಬದುಕಿದವರ ಮೇಲೆ ನಡೆಸಲಾದ ಸುದೀರ್ಘ ಅಧ್ಯಯನದ ನಂತರ 30 ವರ್ಷದ ನಂತರದವರಲ್ಲಿ ವಿಕಿರಣ ಪ್ರೇರಿತ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಹರಡುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ನಿಲ್ಲದಿರುವುದು ಪತ್ತೆಯಾಗಿದೆ.

ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್‌ನ ಕೊಲಂಬಿಯಾ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದ ಪ್ರೊ. ಡೇವಿಡ್ ಜೆ. ಬರ್ನರ್ ಹಾಗೂ ಅವರ ಸಹೋದ್ಯೋಗಿಗಳು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ ಜಪಾನಿನ ಅಣು ಬಾಂಬ್ ಪ್ರಯೋಗ ನಡೆದ ಪ್ರದೇಶದ ಮಾಹಿತಿಯಲ್ಲಿ ಎರಡು ಅಂಶಗಳು ಪತ್ತೆಯಾಗಿವೆ. ಮೊದಲನೆಯದು ವಿಕಿರಣಕ್ಕೆ ಒಡ್ಡುವ ಶರೀರವು ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನಲ್ಲಿ ಕೊನೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಎರಡನೆಯದು ಈಗಾಗಲೇ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಕಾರಣ ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ಅಣುಗಳು ದೇಹದಲ್ಲಿದ್ದು ವಿಕಿರಣದ ನಂತರ ಅವುಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆ ದ್ವಿಗುಣವಾಗದಲ್ಲಿ ಸಾಗಲಿದೆ.

ಇನ್ನು ಹಿರಿಯರಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದಲ್ಲಿ ಕಿರಿಯರ ದೇಹ ಹಾಗೂ ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ಜೀವಕೋಶಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಇನ್ನೂ ಆಗಬೇಕಿರುವುದರಿಂದ ಅವರಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಹರಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಕಡಿಮೆ.

ನಿತ್ಯ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಮೆದುಳು ಹೇಗೆ ನಿರ್ವಹಿಸಲಿದೆ?

ಬಹುತೇಕರಿಗೆ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಕನಿಷ್ಠ ಒಂದಾದರೂ ಒಳ್ಳೆಯದಾದರೆ ಅಭ್ಯಾಸ ಅಥವಾ ಕೆಟ್ಟದಾದರೆ ಚಟ ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಇವುಗಳ ನಿರ್ಧಾರವಾಗುವುದು ಮೆದುಳಿನಲ್ಲೇ. ಇದರೊಂದಿಗೆ ನಿತ್ಯ ಕೆಲವೊಂದು ಪೂರ್ವ ನಿರ್ಧಾರಿತ ಕೆಲಸಗಳೂ ಸಹ ಮೆದುಳಿನಲ್ಲಿ ನಿರ್ಧಾರವಾಗಲಿದೆ. ಆದರೆ ಇವುಗಳು ಹೇಗೆ ಮುದುಕನಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸಲಿವೆ ಎಂಬುದು ಈವರೆಗೂ ಯಾರಿಗೂ ತಿಳಿದಿರಲಿಲ್ಲ.

ಮೆಕ್‌ಗೋನ್ ಮೆದುಳು ಸಂಶೋಧನಾ ಸಂಸ್ಥೆ ನಡೆಸಿದ ಸಂಶೋಧನೆಯ ಮೂಲಕ ಅನುಭವ ಹೆಚ್ಚಾದಂತೆ, ಮೆದುಳು ಆ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ವೇಗವಾಗಿ ಸ್ಪಂದಿಸಲಿದೆ. ಜತೆಗೆ

ಮತ್ತಷ್ಟು ಚುರುಕಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸಲಿದೆ. ಈ ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ಮಂಗಳ ಮೇಲೆ ನಡೆಸಲಾಗಿದೆ. ಒಂದೇ ಬಗೆಯ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಈ ಮಂಗಳಗಳಿಗೆ ನೀಡಲಾಗಿತ್ತು. ಪ್ರತೀ ಬಾರಿಯೂ ನಿಗದಿತ ಸಮಯಕ್ಕಿಂತ ಬೇಗ ಕೆಲಸ ಮುಗಿಸಿದಲ್ಲಿ ಅವುಗಳಿಗೊಂದು ಬಹುಮಾನ ನೀಡಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ನಂತರ ಇದು ಅಭ್ಯಾಸವಾಗಿ ಪ್ರತೀ ಬಾರಿಯೂ ಅವುಗಳ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮತೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಅದಕ್ಕಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಸಮಯವೂ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಜತೆಗೆ ಕೆಲ ಕಾಲ ಒಂದೇ ಬಗೆಯ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ಬೇರೆ ಕೆಲಸದತ್ತ ಗಮನ ಹರಿಯುತ್ತಿತ್ತು.

ಇದೇ ರೀತಿ ಮನುಷ್ಯರನ್ನೂ ಗಮನಿಸಿದಾಗ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಕಚೇರಿಗೆ ಕಾರೋ ಅಥವಾ ಬೈಕಿನಲ್ಲಿ ಹೋಗುತ್ತಾರೆಂದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಓಡಾಡುವ ಹಾದಿ ಒಂದೇ ದಾರಿ ಕ್ರಮಿಸುವ ಸಮಯ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಒಂದು ಸಿಗ್ನಲ್ ತಪ್ಪಿಸಲು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಹೊಸ ರಸ್ತೆಯಿಂದ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಈ ಅಧ್ಯಯನದ ಮೂಲಕ ಮೆದುಳಿನಲ್ಲಿ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು ಹೇಗೆ ದಾಖಲಾಗುತ್ತವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರಿಯುವುದು ಸುಲಭವಾಗಿದೆ ಎಂದು ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಹಸಿರು ಟೀ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಸ್ತನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ನಿವಾರಣೆಯಾಗದು

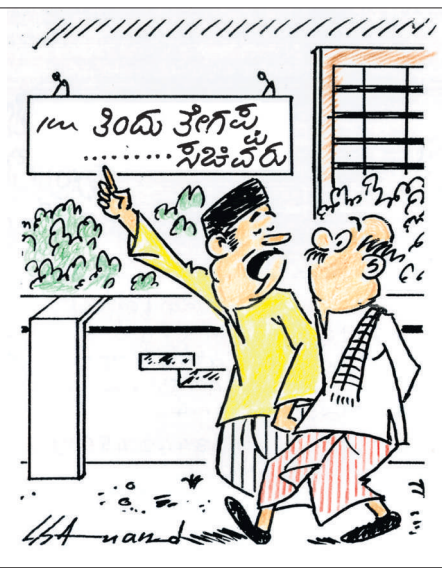
ಸ್ತನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನಿಂದ ದೂರವಿರಲು ಮಹಿಳೆಯರು ದಿನಕ್ಕೆ ಹತ್ತು ಲೋಟು ಹಸಿರು ಟೀ ಕುಡಿಯಬೇಕು ಎಂಬ ಸುದ್ದಿಯು ಬೆನ್ನು ಹತ್ತಿದ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಇಷ್ಟೊಂದು ಬೇಸರದ ಸುದ್ದಿ ಪ್ರಕಟವಾಗಿದೆ. ಬಯೋಮೆಡ್ ಸೆಂಟ್ರಲ್ ಓಪನ್ ಆಕ್ಸೆಸ್ ಜರ್ನಲ್ ಸ್ತನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಸಂಸ್ಥೆ ನಡೆಸಿದ ಸಮೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ತನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ನಿವಾರಣೆಯಲ್ಲಿ ಹಸಿರು ಟೀ ಪಾತ್ರ ಏನೂ ಇಲ್ಲ ಎಂಬುದು ದೃಢಪಟ್ಟಿದೆ.

ಈ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕಾಗಿ 54 ಸಾವಿರ ಮಹಿಳೆಯರನ್ನು ಒಳಪಡಿಸಲಾಗಿತ್ತು. ಇವರಲ್ಲಿ ವಾರಕ್ಕೊಮ್ಮೆ ಕುಡಿಯುವವರು ಹಾಗೂ ದಿನಕ್ಕೆ ಹತ್ತು ಬಾರಿ ಕುಡಿಯುವ ಮಹಿಳೆಯರೂ ಇದ್ದರು. ಇವರೆಲ್ಲರೂ ಸತತವಾಗಿ ಐದು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಈ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಂಡಿದ್ದರು. ಐದು ವರ್ಷಗಳ ನಂತರ ಇವರನ್ನು ತಪಾಸಣೆ ನಡೆಸಿದಾಗ ಅಂಥ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯಾದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ನಿರೋಧಕ ಅಂಶಗಳು ದೇಹದಲ್ಲಿ ಪತ್ತೆಯಾಗಲಿಲ್ಲ ಎಂದು ಈ ಅಧ್ಯಯನ ತಂಡ ತಿಳಿಸಿದೆ.

■ ಇಎಸ್‌ಎಸ್



ನಗೆ ಹೊಸಲು



ಗ್ಯಾರಂಟಿ ಮಂತ್ರಿ ಆಗ್ನೇನಿ ಅಂತ ಎರಡು ವರ್ಷದ ಹಿಂದೆನೇ ಬರಿ ಹಾಕ್ಲೆ ಧಾರೆ. ಖಾತೇನಾ ಖಾಲಿ ಬಿಟ್ಟು..!

