## ಸಕ್ಕರೆ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಸಿಹಿ ಸುದ್ದಿ

ಮಧುಮೇಹದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವರಿಗೆ ಭಾರತದ ಕಂಪೆನಿಯೊಂದು ಅಗ್ಗದ ಬೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಔಷಧವನ್ನು ಮಾರುಕಟ್ಟೆಗೆ ತಂದಿದೆ. ಅದು ಆಯುರ್ವೇದದ ಔಷಧವಾಗಿದ್ದು ನಾಲ್ಕು ಬಗೆಯ ಸಸ್ಯಗಳನ್ನು ಅದಕ್ಕೆ ಬಳಸಲಾಗಿದೆ ಎಂದು ಸಂಶೋಧಕರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

500 ಎಂಜಿಯ ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಲಾಗಿದ್ದು ದಿನಕ್ಕೆ ಎರಡು ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಮಧುಮೇಹ ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತದೆ ಎಂದು ತಜ್ಞರು ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ.

ಭಾರತೀಯ ಪಾರಂಪರಿಕ ಔಷಧ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಬಳಸಿ ಈ ಔಷಧವನ್ನು ತಯಾರಿಸಲಾಗಿದ್ದು, ಆಯ್ದ ಐದು ರಾಜ್ಯಗಳ 1000 ಮಧುಮೇಹಿಗಳಿಗೆ ಪ್ರಯೋಗಿಕವಾಗಿ ಔಷಧವನ್ನು ನೀಡಲಾಗಿತ್ತು. ತಮ್ಮ ಪ್ರಯೋಗ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿದೆ ಎಂಬ ವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಅವರು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ.

## ಗರ್ಭಿಣಿಯರೇ ಇರಲಿ ಎಚ್ಚರ!

ಪ್ರಮೀಳೆಯರಿಗೆ ಅಲಂಕಾರ ಪ್ರೇಮ ತುಸು ಹೆಚ್ಚು. ಅದರಿಂದ ಸೌಂದರ್ಯ ವೃದ್ಧಿಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ತರಾವರಿ ಪರಿಕರಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ಬಗ್ಗೆ ಜಾಗರೂಕತೆ ಅವಶ್ಯ ಎಂದು ಸಾಂದರ್ಭಿಕವಾಗಿ ಕೆಲವೊಂದು ಸಂಶೋಧನೆಗಳು ಹೇಳುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಇಂತಹದ್ದೇ ಒಂದು ಸಲಹೆಯನ್ನು ಸಂಶೋಧಕರು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ಗರ್ಭಧರಿಸಿದ ಆರಂಭಿಕ 40 ವಾರಗಳ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಸೌಂದರ್ಯವರ್ಧಕಗಳನ್ನು ಬಳಸಿದರೆ ಮಗುವಿನ ಮೆದುಳಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಕುಂಠಿತವಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ಇದು ಆಟಿಸಂಗೂ ಕಾರಣ ಆಗಬಹುದು ಎಂದು ಸಂಶೋಧಕರು ಆತಂಕ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಆರೋಗ್ಯಪೂರ್ಣ ಮಗುವಿನ ಕಾರಣಕ್ಕಾದರೂ ಗರ್ಭಧರಿಸಿದ ಆರಂಭಿಕ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಕೃತಕ ಸೌಂದರ್ಯವರ್ಧಕಗಳಿಂದ ದೂರ ಉಳಿಯುವುದು ಕ್ಷೇಮ ಎಂದು ಕೆನಡಾದ ಯಾರ್ಕ್ ವಿವಿಯ ಸಂಶೋಧಕರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ನಿತ್ಯವೂ ಸೌಂದರ್ಯ ವರ್ಧಕ ಬಳಸುವುದರಿಂದ ಅದರಲ್ಲಿ ಇರುವ ರಾಸಾಯನಿಕ ಅಂಶಗಳು ಗರ್ಭದಲ್ಲಿರುವ ಕಂದನ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಮಾರಕವಾಗಲಿವೆ. ಕೆಲವೊಂದು ಕ್ರೀಮ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಕೀಟನಾಶಕಗಳನ್ನು ಬಳಸಿರುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಸಂಶೋಧಕರು ಎಚ್ಚರಿಸಿದ್ದಾರೆ.

-ಟಿಪ್ಸ್

---

ಸಮುದ್ರ ಮಥನ

### ಪ್ರೀತಿಗೆ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನವೇ ಇಲ್ಲ

'ಪ್ರೀತಿ ಎಂದರೆ ನಿಜಕ್ಕೂ ಏನು?' ನಡಹಳ್ಳಿ ವಸಂತ್ ಅವರ ಮುಖಪುಟ ಲೇಖನ (ಸುಧಾ, ಅ. 29) ನಿಜಕ್ಕೂ ಪ್ರಶ್ನಾರ್ಹವೇ ಆಗಿದೆ. ಪ್ರೀತಿಗೆ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನವೇ ಇಲ್ಲ. ಆದರೆ ನಿಷ್ಕಲ್ಮಶ ಪ್ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಿಸ್ವಾರ್ಥ, ತ್ಯಾಗ, ನೆಮ್ಮದಿ, ಸಂತಸ ಎಲ್ಲವೂ ಇದೆ ಎಂದರೆ ತಪ್ಪಾಗಲಾರದು.

-ಸು. ವಿಜಯಲಕ್ಷ್ಮಿ, ಶಿವಮೊಗ್ಗ, ಬಿ.ಎಂ. ಶಿವಲಿಂಗೇಗೌಡ, ಬೇವಿನಹಳ್ಳಿ, ನಾರಾಯಣ ಯಾಜಿ ಶಿರಾಲಿ, ಕೊಹಿಮ ಬಸರಕೋಡು, ಎಸ್. ಲಕ್ಷ್ಮೀನರಸಿಂಹ, ಚಾಮರಾಜನಗರ

### ಪ್ರೀತಿ ಎಂದರೆ..

ಬೆಲೆ ಕಟ್ಟಲಾಗದ, ಅರ್ಥೈಸಲಾಗದ ಬಾಂಧವ್ಯದಲ್ಲಿ ಬೆರೆತ ಅದ್ಭುತ ಸೆಳೆತವೇ ಪ್ರೀತಿ. ಲೇಖನ ಆಪ್ತವಾಗಿದೆ.

-ಎಂ.ಮೃತ್ಯುಂಜಯಪ್ಪ, ಚಿತ್ರದುರ್ಗ

### ತ್ಯಾಗ, ಸಮರ್ಪಣೆ

ಅಕ್ಕಮಹಾದೇವಿ ಚೆನ್ನಮಲ್ಲಿಕಾರ್ಜುನನನ್ನು, ಮೀರಾಬಾಯಿ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನನ್ನು, ಶಬರಿ ಶ್ರೀರಾಮನನ್ನು ತನ್ನ ಸರ್ವಸ್ವವೆಂದು ತಿಳಿದು ಉಪಾಸನೆಗೈದ ಪರಿಯೇ ಪ್ರೀತಿ. ನಿಷ್ಕಲ್ಮಶ ಭಾವನೆಯಿಂದ ಪರರಿಗಾಗಿ, ಮತ್ತೊಬ್ಬರ ಹಿತಕ್ಕಾಗಿ ಮಾಡುವ ತ್ಯಾಗ, ಸಮರ್ಪಣೆಗಳೂ ಪ್ರೀತಿಯೇ.

-ಮುಕುಂದ ಹೆರಕಲ್ಲ, ಕಲಬುರಗಿ

### ಸ್ತನ ತೆರಿಗೆ

ವಿಚಾರ ಲಹರಿ (ಮೂಚಿ) ಓದಿದಾಗ ನನಗನಿಸಿದ್ದು– ಇತಿಹಾಸದ ಆಳದಲ್ಲಿ ಎಂತೆಂಥ ಕರಾಳ ಕಥೆಗಳಿವೆಯಲ್ಲ..? ಎಂದು.

-ಮೇಟಿ ಕೊಟ್ರಪ್ಪ, ಬಸರಕೋಡು

### ನೋವು ತಂದ ಲಹರಿ

ಸ್ತನ ತೆರಿಗೆ ಬಗ್ಗೆ ಕೆಲವು ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ತಿಳಿದಿದ್ದ ನನಗೆ ಈ ಬಗ್ಗೆ ವಿಚಾರಲಹರಿಯಲ್ಲಿ ವಿವರವಾಗಿ ಓದಿದಾಗ ತೀವ್ರ ವಿಷಾದ ಉಂಟಾಯಿತು. ನಾರಾಯಣಗುರು ಅವರ ಹೋರಾಟದಿಂದ ಇದರ ಅಂತ್ಯವಾಯಿತು. ಆದರೆ ವಿಶ್ವದ ಹಲವೆಡೆ ಶಿರಚ್ಛೇದ ಮಾಡುವ, ತಪ್ಪು ಮಾಡುವವರಿಗೆ ಕೈಕಾಲು ತುಂಡರಿಸುವ ವಿವರಗಳು ಆಗಾಗ ಗಮನಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತವೆ. ಮುಂದೊಂದು ದಿನ ಇಂತಹ ಅನಿಷ್ಟಗಳು ಈ ವಿಶ್ವದಿಂದ ದೂರ ಹೋಗಲಿ ಎಂದು ಆಶಿಸೋಣ.

–ಡಾ.ಕೆ.ಕೆ. ಜಯಚಂದ್ರಗುಪ್ತ, ಹಾಸನ

### ರೋಮಾಂಚನ

ಎಳೆಯರ ಅಂಗಳದಲ್ಲಿ 'ಬೆಸ್ತ ಮತ್ತು ರಾಕ್ಷಸರು' ಕಥೆ (ಡಿ.ಎನ್. ಶ್ರೀನಾಥ್) ಓದಿದಾಗ ರೋಮಾಂಚನವಾಯಿತು.

-ಎಚ್. ಆನಂದಕುಮಾರ್, ಚಿತ್ರದುರ್ಗ

### ಮಾರ್ಮಿಕ ಕಥೆ

'ಏನೀ ಮೋಹ?' ಶಾರದಾ ಮೂರ್ತಿ ಅವರ ಕಥೆ ಓದಿ ಹೃದಯ ಕರಗಿತು.

–ರಾಜಶೇಖರ ಹಾದಿಮನಿ, ಧಾರವಾಡ

### ಸ್ತುತ್ಯಾರ್ಹ

ಕೊಳಲು ವಾದಕ ಎನ್. ರಮಣಿ ಅವರ ಸ್ಮರಣೆಯ ಲೇಖನ (ಉಮಾ ವೇಣೂರು) ಸ್ತುತ್ಯಾರ್ಹ.

– ಬಿ.ಎಸ್. ರಮೇಶ್, ಬೆಂಗಳೂರು, ಕಾಳೀಹುಂಡಿ ಶಿವಕುಮಾರ್, ಮೈಸೂರು

### ಭಾವಪರವಶನಾಗುತ್ತಿದ್ದೆ

ರಮಣಿ ಅವರು ನುಡಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಮೋಹನ, ಭೈರವಿ, ಖರಹರಪ್ರಿಯ ಮುಂತಾದ ರಾಗಗಳನ್ನು ಕೇಳಿ ನಾನು ಭಾವಪರವಶನಾಗುತ್ತಿದ್ದೆ.

-ಪಿ.ಎ. ಸುಧೀಂದ್ರ, ಬೆಂಗಳೂರು

### ಸೊಗಸಾಗಿದೆ

ಆಹಾ ಖಜಿಯಾರ್..!, ಪ್ರವಾಸ ಲೇಖನ (ಡಾ.ದಿವ್ಯಾ ಕೆ.ಎನ್.) ಹಾಗೂ ಚಿತ್ರಗಳು ಬಹಳ ಸೊಗಸಾಗಿವೆ.

-ಬೇವಿನಹಳ್ಳಿ ಎಸ್. ಲಿಂಗೇಗೌಡ

### ಜನಸ್ನೇಹಿ ಆವಿಷ್ಕಾರ

'ಸ್ಲ್ಯಾಗ್ ಮರಳಿಗೆ ಪರ್ಯಾಯ' ಲೇಖನ ಉಪಯುಕ್ತ. ಮನೆ ಕಟ್ಟುವವರಿಗೆ ಮರಳಿನ ಅಭಾವ, ಇದರಿಂದ ಆಗುವ ತೊಂದರೆ ಅನೇಕ. ಈ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಜಿಂದಾಲ್ ಕಂಪೆನಿಯ ಆವಿಷ್ಕಾರವಾದ ಸ್ಲ್ಯಾಗ್ ಜನೋಪಕಾರಿಯಾಗಿದೆ. ಮರಳಿನ ಬೆಲೆ ಗಗನಕ್ಕೇರಿರುವಾಗ ಮಧ್ಯಮ ವರ್ಗದವರಿಗೆ ಸ್ಲ್ಯಾಗ್ ವರದಾನವೇ ಸರಿ.

-ಸುಂದರ್, ಬೆಂಗಳೂರು, ಬಾಳ್ಳುಪೇಟೆ ನೀಲಕಂಠಪ್ಪ, ಹಾಸನ

### ಸ್ಲ್ಯಾಗ್ ಬಳಕೆ

ಸ್ಲ್ಯಾಗ್ ಕುರಿತ ಬರಹ ಮಾಹಿತಿಪೂರ್ಣವಾಗಿದೆ. ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ಟನ್ ಕಬ್ಬಿಣ ಉತ್ಪಾದನೆಯಲ್ಲಿ 4ರಿಂದ 5 ಟನ್ ಸ್ಲ್ಯಾಗ್ ಉತ್ಪಾದನೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದಿದೆ. ಅದು ಪ್ರತಿ ಟನ್ ಕಬ್ಬಿಣದಲ್ಲಿ 0.4 ರಿಂದ 0.5 ಟನ್ ಸ್ಲ್ಯಾಗ್ ಉತ್ಪಾದನೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದಾಗಬೇಕಿತ್ತು. ಹಾಗೆಯೇ ಬಳ್ಳಾರಿ ಕನ್ನಡ ಮತ್ತು ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಭವನವನ್ನು ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಸ್ಲ್ಯಾಗ್ ಬಳಸಿ ಕಟ್ಟಲಾಗಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಪ್ಲಾಸ್ಟರಿಂಗ್‌ಗಾಗಿ 40ರಿಂದ 50 ಟನ್ ಸ್ಲ್ಯಾಗ್ ಬಳಸಲಾಗಿದೆ.

-ಉಮಾಶಂಕರ್ ಎಸ್. ಹೊಸಪೇಟೆ