ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಅರಿಶಿಣ ಮಾತ್ರೆ

ಶೀಘ್ರದಲ್ಲಿ ಮಾರುಕಟ್ಟೆಗೆ ಬರುವ ಅರಿಶಿಣ ಮಾತ್ರೆ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸುವ ಜೊತೆಗೆ ದೇಹಕ್ಕೆ ರೋಗದ ಸೋಂಕು ತಗುಲದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಎಂದು ವಾಷಿಂಗ್ಟನ್ನಿನ ಸಂಶೋಧಕರ ಹೊಸ ಅಧ್ಯಯನ ಹೇಳಿದೆ.

ನೈಸರ್ಗಿಕ ಔಷಧೀಯ ಗುಣ ಇರುವ ಅರಿಶಿಣದ ಮಾತ್ರೆ ಜೀವರಸಾಯನ ಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಸುಗಮಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೆ ಅನ್ನನಾಳದ ತೊಂದರೆಗೂ ಅನುಕೂಲವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರ ಲಾಭವನ್ನು ಪಡೆಯುವ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಅರಿಶಿಣ ಹಾಗೂ ಹರಳೆಣ್ಣೆ ಮೂಲದಿಂದ ಮಾತ್ರೆ ರೂಪಿಸಲಾಗಿದೆ. ಆರೋಗ್ಯವಂತರೂ ಈ ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚುವರಿಯಾಗಿ ಸೇವಿಸಬಹುದು ಎಂದೂ ಸಂಶೋಧಕರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ತಾವು ಇಲಿಗಳ ಮೇಲೆ ನಡೆಸಿದ ಪ್ರಯೋಗ ಕೂಡ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಭಾಷೆ ಕಲಿಕೆಗೆ ಸಂಗೀತ

ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸಂಗೀತ ಕಲಿಸುವುದರಿಂದ ಅವರಲ್ಲಿ ವ್ಯಾಕರಣ ಶುದ್ಧತೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್ ಸಂಶೋಧಕರು ಗುರುತಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ತಾಳ ಮತ್ತು ಲಯಬದ್ಧತೆಯನ್ನು ಕರಾರುವಾಕ್ಕಾಗಿ ಗುರುತಿಸುವ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಭಾಷಾ ವ್ಯಾಕರಣ ತಿಳಿಯುವ ಕೌಶಲ್ಯ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದು ತಜ್ಞರ ಅಭಿಮತ.

ಸಂಗೀತವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವ ಮಕ್ಕಳು ಸಂಗೀತದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾವೀಣ್ಯತೆ ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಜೊತೆಗೆ ಸಂಭಾಷಣೆಯಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನೂ ಗುರುತಿಸುವುದು ಸುಲಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಕಾರಣ ಏನೆಂದರೆ ಸಂಗೀತ ಸಂವೇದನೆ ಮೆದುಳಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಪೂರಕವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಭಾಷೆಯ ಕಲಿಕೆ, ವ್ಯಾಕರಣ ಶುದ್ಧತೆ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಸಂಶೋಧಕರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಎಬೊಲಾ ತಡೆಗೆ ತಾಮ್ರ!

ಭಾರತೀಯ ಸಂಪ್ರದಾಯಸ್ಥ ಮನೆಗಳಲ್ಲಿ ತಾಮ್ರಕ್ಕೆ ಪ್ರಮುಖ ಸ್ಥಾನ. ನಗರ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಅದು ಕಣ್ಮರೆಯಾಗುತ್ತಿದ್ದರೂ, ಅದನ್ನು ಅಗತ್ಯವಾಗಿ ಬಳಸಬೇಕು ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ ಸಂಶೋಧಕರು.

ವಿಶ್ವವನ್ನೇ ಬೆಚ್ಚಿಬೀಳಿಸಿರುವ ಎಬೊಲಾ ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗವನ್ನು ತಾಮ್ರದ ಬಳಕೆಯಿಂದ ತಡೆಯಬಹುದು ಎಂದು ಲಂಡನ್ನಿನ ಸಂಶೋಧಕರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ನಿತ್ಯವೂ ತಾಮ್ರವನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಿಸುವುದರಿಂದ ಮಾರಣಾಂತಿಕ ಎಬೊಲಾ ವೈರಸ್ ಹರಡುವುದನ್ನು ತಡೆಯಬಹುದು ಎಂಬುದು ಲಂಡನ್ನಿನ ಸಂಶೋಧಕರ ಹೊಸ ಅಧ್ಯಯನದಿಂದ ತಿಳಿದುಬಂದಿದೆ.

ತಜ್ಞರು ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದಲ್ಲಿ ಎಬೊಲಾ ರೀತಿಯ ವೈರಸ್ ಪ್ರಸರಿಸುವ ಮಾದರಿಯನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ಅಧ್ಯಯನ ನಡೆಸಿದ್ದರು. ತಾಮ್ರ ಅದರ ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ಗುಣವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದು ಗೊತ್ತಾಗಿದೆ.

-ಟಿಪ್ಸ್

ಸಮುದ್ರ ಮಥನ

ಉತ್ತಮ ಸಲಹೆ

'ಕನ್ನಡ ಉಳಿಸೋದು ಹೇಗೆ?' (ನ. 6, ಸುಧಾ) ಮುಖಪುಟ ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ಎಂ. ಅಬ್ದುಲ್ ರೆಹಮಾನ್ ಪಾಷ ಅವರು ಶಾಂತಿ, ಸಮಾಧಾನಗಳಿಂದ ಕನ್ನಡ ಉಳಿಸುವ ಬಗ್ಗೆ ಉತ್ತಮ ಸಲಹೆ ಹಾಗೂ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮಾತೃಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಣ ಕೊಡಿಸುವುದರಿಂದ ಹಾಗೂ ಕನ್ನಡಿಗರು ಕನ್ನಡ ಬಳಸುವುದರಿಂದ ಭಾಷೆ ಬಳಕೆ, ಉಳಿಕೆ ಸಾಧ್ಯವೆಂಬುದು ಸತ್ಯ.

-ಸು. ವಿಜಯಲಕ್ಷ್ಮಿ, ಶಿವಮೊಗ್ಗ, ಎಚ್. ಆನಂದ ಕುಮಾರ್, ಚಿತ್ರದುರ್ಗ, ಎ.ಕೆ. ಪಟ್ಟಾಭಿ, ಬೆಂಗಳೂರು, ಮಸ್ತಾನ್ ನೂರಪ್ಪನವರ, ಶಿರಗುಪ್ಪಿ, ನಿತ್ಯ ಎಸ್. ಮೂಡಬಿದಿರೆ, ವೈ.ಜಿ. ನರಸಿಂಹನ್, ಶಿವಮೊಗ್ಗ ಎಲ್. ಸುಮಂತ ಮಂಗನಹಳ್ಳಿ, ಮೇ.ಗೋ. ಸುಬ್ಬಣ್ಣ, ಮೇಗರವಳ್ಳಿ

ನೈಜ ಚಿತ್ರಣ

ಶಿಕ್ಷಣದ ವ್ಯಾಪಾರ ಮತ್ತು ವಂಚನೆ 'ನಿಮ್ಮೊಡನೆ' ಲೇಖನ (ಬಿ.ಎಂ. ಹನೀಫ್) ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯ ನೈಜ ಚಿತ್ರಣವನ್ನು ಬಿಚ್ಚಿಟ್ಟಿದೆ.

-ಬಿ.ಎನ್. ಸೊಲ್ಲಾಪುರೆ, ಬೀದರ್

ಸೊಗಸಾದ ಪ್ರವಾಸ ಲೇಖನ

ಪ್ರವಾಸ ಲೇಖನ 'ಗೋಡೆ ಕೆಡವಿದ ಜರ್ಮನಿಯಲ್ಲಿ..(ನರಸಿಂಹ ಹೆಗಡೆ ವಾನಳ್ಳಿ) ಹಾಗೂ ಸಿ. ಸಿದ್ಧರಾಜು ಆಲಕೆರೆ ಅವರ ಅಮೃತೇಶ್ವರ ದೇವಾಲಯಗಳ ಚಿತ್ರ–ಲೇಖನ ಸೊಗಸಾಗಿ ಮೂಡಿಬಂದಿದೆ.

-ಕೊ.ಸು. ನರಸಿಂಹಮೂರ್ತಿ, ಮೈಸೂರು, ಎಸ್. ಲಕ್ಷ್ಮೀನರಸಿಂಹ, ಚಾಮರಾಜನಗರ

ಮಾಹಿತಿ ಇರಬೇಕಿತ್ತು

'ಅಮೃತಪುರದ ಅಮೃತೇಶ್ವರ' ಸಾಕಷ್ಟು ವಿವರ ನೀಡಿದ ಲೇಖನ. ಚಿತ್ರಗಳೂ ಚೆನ್ನಾಗಿವೆ. ಇದರೊಂದಿಗೆ ಸುಕನಾಸಿಯ ಮೇಲೆ–ಹೊಯ್ಸಳ ಲಾಂಛನದ ಎದುರು ಇರುವ ಗಜಸಂಹಾರ ಶಿಲ್ಪದ ಬಗ್ಗೆ ಒಂದಷ್ಟು ಮಾಹಿತಿ ಇದ್ದಿದ್ದರೆ ಲೇಖನ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಎನಿಸುತಿತ್ತು. ಈ ಶಿಲ್ಪವೇ ಇಲ್ಲಿನ 'ಹೈಲೈಟ್'! ಕಲೆಯ ಅದ್ಭುತ ಕಾವ್ಯವೆಂದೇ ಇದು ಬಣ್ಣಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ.

- ಎಸ್.ಆರ್. ಜೋಶಿ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಬದಲಾಗುತ್ತಿರುವ ಮತ್ಸ್ಯೋದ್ಯಮ

'ಸಾಗರ'ದಲ್ಲೊಂದು ಕೆರೆಯ ಮಾಡಿ, (ಪಂಡಿತ್ ನಾಟೀಕರ್) ಲೇಖನ ಮೀನುಗಾರಿಕೆಯ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ನಮ್ಮ ರಾಜ್ಯ ನಡೆಸಿರುವ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಅನಾವರಣಗೊಳಿಸಿದೆ.

-ಸುಂದರ್, ಬೆಂಗಳೂರು, ಪುಟ್ಟಗೌರಿ ಚಿದಾನಂದ ಕಳಸಮ್ಮ, ಗುಲ್ಬರ್ಗ

ಕಾನೂನಿನಡಿ ಹೆಣ್ಣಿನ ಶೋಷಣೆ

ಜೀವನಾಂಶಕ್ಕಾಗಿ ಹೆಣ್ಣಿನ ಹೋರಾಟ ನ್ಯಾಯ ಸಮ್ಮತವೆ? ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ಮಂಜು ಕನ್ನಿಕಾ ಅವರು, ಈಗಿರುವ ಕಾಯ್ದೆ ಸಾರಾಂಶ ವಿವರಿಸಿದ್ದು ಹೋರಾಟ ರಹಿತ ಪ್ರತಿಫಲ ಹೆಣ್ಣಿಗೆ ದೊರೆಯಲಿ ಎಂದು ಆಶಿಸಿದ್ದಾರೆ.

-ರಾಜಶೇಖರ ಹಾದಿಮನಿ, ಧಾರವಾಡ, ಎಂ. ಮೃತ್ಯುಂಜಯಪ್ಪ, ಚಿತ್ರದುರ್ಗ, ಮೈಸೂರು ಕುಸುಮ, ಶ್ರವಣಬೆಳಗೊಳ

'ಸುಧಾ' ಇಷ್ಟ

ಕಳೆದ ಒಂದು ವರ್ಷದಿಂದ 'ಸುಧಾ' ವಾರಪತ್ರಿಕೆಯನ್ನು ಪ್ರತಿ ವಾರ ತಪ್ಪದೆ ಓದುವ ನನಗೆ ಇದು ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಿಯವಾದ ಪತ್ರಿಕೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಬರುವ ಎಳೆಯರ ಅಂಗಳ, ನೀವು ಕೇಳಿದಿರಿ, ನಗೆಹೊನಲು, ಧಾರಾವಾಹಿ, ಕಥೆಗಳನ್ನು ಓದುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನ ಗೆಳೆಯರಿಗೂ 'ಸುಧಾ' ಓದಲು ಹೇಳಿದ್ದೇನೆ.

-ಸುಶಾಂತ್ ಎಸ್, ತೀರ್ಥಹಳ್ಳಿ (6ನೇ ತರಗತಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ)

ದ.ರಾ. ಬೇಂದ್ರೆ ಸ್ಮೃತಿ ಲೇಖನ ಸ್ಪರ್ಧೆ

ಸ್ನಾತಕೋತ್ತರ ಪದವಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗಾಗಿ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ದ.ರಾ.ಬೇಂದ್ರೆ ಕಾವ್ಯಕೂಟ ಲೇಖನ ಸ್ಪರ್ಧೆ ಒಂದನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸಿದೆ. ಯಾವುದೇ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದ ಸ್ನಾತಕೋತ್ತರ ಪದವಿ (ಎಂ.ಎ., ಎಂ.ಎಸ್ಸಿ., ಎಂ.ಕಾಂ.) ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು 'ದ.ರಾ. ಬೇಂದ್ರೆ ಸ್ಮೃತಿ ಲೇಖನ ಸ್ಪರ್ಧೆ'ಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬಹುದು. ಪ್ರವೇಶ ಧನವಿಲ್ಲ. ಸುಮಾರು 2,500 ಪದಗಳಿಗೆ ಮೀರದಂತೆ ಒಂದು ಲೇಖನವನ್ನು ಬರೆದು ನವೆಂಬರ್ 22ರ ಒಳಗೆ ಕಳುಹಿಸಬೇಕು. ವಿಳಾಸ: ಡಾ. ಜಿ. ಕೃಷ್ಣಪ್ಪ, ಅಧ್ಯಕ್ಷರು, ದ.ರಾ. ಬೇಂದ್ರೆ ಕಾವ್ಯಕೂಟ, ನಂ. 22, 'ಶ್ರೀ ಗುರುದತ್ತ ನಿಲಯ', 1ನೇ ತಿರುವು, ನೇತಾಜಿ ನಗರ. ಮತ್ತಿಕೆರೆ, ಬೆಂಗಳೂರು–560054. ಸಂಪರ್ಕ: 9972109209