உயிர் காக்கும் உன்னத மாத்திரை

அகவை 55 ஆகிவிட்டாலே, அநேகர் உட்கொள்ளும் மாத்திரைகளும் அதிகமாகி விடுவது இங்குள்ளவர் கண்ட அநுபவம். இரத்த ஓட்டத்தின் தடிப்பைக் குறைக்க ஒரு மாத்திரை, கொழுப்பைக் குறைக்க ஒரு மாத்திரை, இரத்த அழுத்தத்தைக் கட்டுப்படுத்த ஒரு மாத்திரை என அன்றாடம் உட்கொள்ளும் மாத்திரைகளின் தொகையே அதிகரித்து வருவது தவிர்க்க முடியாத தேவையாகக் கருதப்படுகிறது.

பலதரப்பட்ட மாத்திரைகள் செய்யும் விளைவுகளை ஒரேயொரு மாத்திரையினால் செய்ய முடியுமெனக் கூறி இந்தியாவிலுள்ள ஹைதராபாத்தைச் சேர்ந்த டாக்டர் ரெட்டி கண்டுபிடித்த மாத்திரையை இப்போது ஆறு நாடுகளில், எழுநூறு நபர்களில் பரீட்சிக்க முடிவு செய்துள்ளனர்

ஒரு ஆண்டுக்கு முன்னரே கண்டு பிடிக்கப்பட்ட இந்த மாத்திரையை மலிந்த விலையில் விற்பனை செய்ய, மருந்து தயாரிக்கும் நிறுவனங்கள் தயங்கிய காரணத்தால் அபிவிருத்தியடைந்த நாடுகளில் புழக்கத்தில் வர தாமத மேற்பட்டுள்ளது. தற்போது Wellcome trust எனும் நிறுவனமும், பிரித்தானியாவில் இயங்கும் தர்மஸ்தாபனமும் இம்மாத்திரையை புழக்கத்தில் விடும் நோக்கமாக Auckland பல்கலைக்கழக ஆராய்ச்சியாளர் தலைமையில் பரிசீலனை ஆரம்பமாகியுள்ளது.

இருதய நோயினால் பீடிக்கப்பட்ட நோயாளிகளின் உயிராபத்தை குறைக்கவல்ல இம் மாத்திரை, வசதி படைத்த நாடுகளிலும் வசதி இல்லாத நாடுகளிலும் வதியும் மக்களுக்கு ஏற்றத் தாழ்வின்றி பலனை அளிக்க, பரிசோதனைக்குட்படுத்தப்பட்ட நோயாளிகளின் பெறுபேறுகள் அநுகூலமாக இருக்கும் என நம்பப்படுகிறது.

இவ்வரிய மாத்திரையை (Red Heart Pill) பரிசோதனை செய்து வரும் லண்டன் இம்பீரியல் கல்லூரியைச் சேர்ந்த சைமன் ரொம் என்பவர், வசதியுள்ள மேற்கத்தைய நாடுகளில் இருதய நோயினால் பீடிக்கப்பட்டவர்கள் தமது உடல் ஆரோக்கியத்திற்கு ஏற்ற வகையில் மருந்துகளை உட்கொள்ளவே விரும்புவார்கள் என அபிப்பிராயப்படுகிறார்.

அபிவிருத்தியடைந்து வரும் நாடுகளில் இம்மாத்திரையை 55 வயதிற்கு மேற்பட்டவர்களுக்கு கண்ணை மூடிக் கொண்டு சிபார்சு செய்யக் கூடிய வாய்ப்பு உண்டு என நம்புகிறார்.

தகவல் களஞ்சியம்

வைத்திருப்பவர் : உமா மகாலிங்கம்

சுப்பர் மார்க்கட் பாஷையில் கூறுவதானால் இந்த மருந்தில் ஒன்று வாங்கினால் நாலு இலவசம் என்று வந்தாலும் ஆச்சரியப்படுவதற்கில்லை.

விமானப் பயணிகளுக்கு எச்சரிக்கை

ஆனந்தமாகப் பயணம் செய்யும் ஆகாய விமானப் பயணிகளுக்கு அடிக்கடி தொல்லை கொடுக்கும் ஒரு செய்தி "தயவு செய்து ஆசனப் பட்டிகளை இறுக்கிக் கொள்ளவும்" எனத் தரப்படும் எச்சரிக்கை.

வீதிகளில் பயணம் செய்யும் போது குறுக்கே வந்து விடப் போகும் வாகனங்களால் ஏற்படும் விபத்துக்களைத் தடுக்க, வைத்த கண் வாங்காமல் இருப்பது நியாயம். வெட்ட வெளியான ஆகாயத்திலுமா இந்தச் சோதனை என்று முணுமுணுப்பவர்களும் உண்டு.

அப்படியொரு சங்கடம் இருப்பதால் தான் தூக்கத்தைக் கெடுக்கும் இந்த எச்சரிக்கை அடிக்கடி காதுக்குள் கேட்பதை விமானப் பயணிகள் உணர்ந்திருப்பர்.

அமைதியாகப் பயணம் செய்யும் விமானத்தை, எந்த உயரத்தில் அது பறந்தாலும் எதிரே வரும் இரண்டு வகையான கொந்தளிப்புகளை (Turbulence) சமாளிக்க வேண்டிய நிர்ப்பந்தம் விமான ஓட்டிகளுக்கு உண்டு.

புயல்காற்று வீசக் கூடிய அறிகுறி, சக்தி வாய்ந்த காற்றின் அமுக்கம், மலைகளின் உச்சிக்கு மேலாக வீசும் காற்று, இவை பயணத்திற்கு இடையூறாகத் தென்படும் தொல்லைகளில் ஒரு வகை. விமானத்தின் பயணப் பாதையில் கண்களுக்குப் புலப்படாத கொந்தளிப்பு இன்னொரு வகை.

இரண்டாம் வகையான கொந்தளிப்புகளை முன்கூட்டியே அறிந்து கொள்ள முடியாத காரணத்தினால் நாற்றுக்கணக்கான பயணிகள் வருடம் தோறும் பாதிக்கப்பட்டு அவஸ்தைப் படுவதாக ஐக்கிய இராச்சியத்திலுள்ள Reading பல்கலைக்கழக ஆராய்ச்சியாளர் Paul Williams கூறுகிறார்.

விமானம் பயணம் செய்யும் பாதையின் எதிரில் காணப்படும் இடையூறுகளை முன்கூட்டியே எச்சரிக்கும் CAT (Clear Air Turbulence) அல்லது Graphical Turbulence Guidance எனப்படும் தற்போதைய கட்டுப்பாடு முற்று முழுவதும் சரியானதாக இல்லாமலிருப்பது ஆராய்ச்சிகள் மூலம் தெரியவந்துள்ளது. இதனால் ஏற்படும் அனர்த்தங்களைத் தவிர்க்கும் முகமாக 2005ம் ஆண்டிலும் 2006ம் ஆண்டிலும் ஆராய்ச்சிகள் முன்னெடுக்கபட்டன.

விசேடமாகத் தயாரிக்கப்பட்ட மாதிரி விமானத்தின் துணையுடன் 144 நாட்கள் வரை பரீட்சிக்கப்பட்ட புதிய அணுகுமுறையினால் விமானப் பாதையின் எதிரில் கண்ணுக்குப் புலப்படாத கொந்தளிப்புகளைக் கூட போதிய நேர இடைவெளிக்குள் அறிந்து கொள்ளக் கூடியதாக இருந்ததாக வில்லியம்ஸ் கூறுகிறார்.

எதிரே வரப்போகும் இடையூறுகளைத் தவிர்க்க எச்சரிக்கை செய்யலாம். எதையும் சட்டை செய்யாமலும் ஆசனப்பட்டிகளை இறுக்கிக் கொள்ளாமலும் ஆனந்தமாக நித்திரை கொள்பவர்களை எப்படி எழுப்ப முடியும்?

சுவாசிப்பதற்கு உதவும் மருந்து ஆபத்து

சீராக இயங்கும் சுவாசப் பைகள் தானாக இயங்க முடியாத நிலைக்குத் தள்ளப்படும் போது மூச்சை உள்ளே இழுக்கவும் வெளியே விடவும் சிலவகை மருந்துகள் நோயாளிகளுக்கு டாக்டர்களால் தரப்படுகிறது. இதில் சுவாசப்பைக்கு செல்லும் சுற்றுவழியை அடைத்து நிற்கும் தடைகளை நீக்க உள்ளிழுக்கும் மருந்துகள் (Inhalers) சிபார்சு செய்யப்படுகிறது.

இதில் குறிப்பாக Anticholinergic மருந்து வகைகள் உள்ளே இழுக்கப்படும் போது இருதயம் சம்பந்தப்பட்ட பாதிப்புகள் உள்ள நோயாளர்களுக்கு மாரடைப்பு உண்டாக அதிக வாய்ப்புண்டு என்ற உண்மையை கரோலினா வடக்கிலுள்ள Wake Frost மருத்துவ பல்கலைக்கழகத்தைச் சேர்ந்த கைதேர்ந்த ஆய்வாளர்களும் நொறிச் கிழக்கு அங்கிலியாவைச் சேர்ந்த Yoon Loke என்பவரும் கண்டுபிடித்துள்ளனர்.

இவர்களுடைய ஆய்வில் 14783 நோயாளர் உட்படுத்தப்பட்டனர். Chronic Obstructive Pulmonary Disease - COPD) என்ற நோயால் பீடிக்கப்பட்டவர்களில் 58 வீதமானோர் இத்தகைய உயிராபத்தை நெருங்கியதாக அறிக்கையிட்டுள்ளனர்.உள்ளே இழுக்கும் மருந்து வகைகளில் Anticholinergicஎனும் மருந்து வகை கலந்திருக்குமானால் இதற்கு மாற்றீடாக வேறு வகை உட்சுவாசிக்கும் கருவிகளைப் பாவிப்பது ஆபத்தை நீக்கும் என டாக்டர் Yoon Loke பரிந்துரை செய்கிறார்.

தாயகத்தில் அவதிப்படும் குழந்தைகளின் அமைதி நிறைந்த வாழ்வுக்காக

BLUE GREEN RESTARURANT & BAR

ஆதரவில்

OVIYA DANCE ACADEMY

பெருமையுடன்வழங்கும்

தேன் சிந்துதே வானம்

ஊரிழந்து உறவிழந்து உடுக்க உடையின்றி உண்ண உணவின்றி அல்லல்படும் அரும்புகளை அன்பு செய்வோம்

வெண்புறா WHITE PIGEON

ராகசங்கமம் புகழ் ராகாஸ் இசைக்குழுவின் இனிக்கும் இசையில் ஐரோப்பிய–லண்டன் பாடகர்கள் ஒரே மேடையில் சங்கமிக்கும் இனிய இசை இரவு

DECEMBER 6 சனிக்கிழமை மாலை 6 மணிக்கு
ZOROASTRIAN CENTER
440 ALEXANDRA AVENUE
HARROW
HA3 9TL
07877044224, 07957920910, 07976845524
oviyaacademy@hotmail.co.uk

Tickets Single £5.00