



“විස” සුවයට

බවයි. “මේ සඳහා ඔවුන් නිකුත් කරන එක් ද්‍රව්‍යයක් මෝලීන් වලටත් වඩා සිය දහස් ගුණයක් ශක්තිමත් ස්වාභාවික වේදනා නාශකයක් ඔහු තවදුරටත් පවසයි.

මේවා මිනිස් සිරුරට ඇතුළු කළ විට මාංශපේශී වලට බලපෑම නොකොට වේදනා සංඥා අවහිර කිරීම සිදු කෙරෙයි.

එය ක්ෂේරුවට එන්නත් කළ හැකියි. ඒ වලනයට බාධා හෝ අධිපණ වීමකින් තොරව, නිදන්ගත වේදනා සඳහා සහනය සැලසීමටයි.

‘ක්ලොස්ට්‍රියම් බොටියුලිනම් බැක්ටීරියා මගින් නිපදවන විස ද අද පුදුමාකාර ලෙස මිනුශීලී අයුරින් යොදාගෙන තිබෙනවා.

බොටියුලිනම් මගින් නිපදවන විස සොබාදහමේ මාරාන්තික ලැයිස්තු ගත කළ විසක් වුවත් එය පිරිසිදු කර ලබාගන්නා බොටොක්ස් (Botox) නම් ද්‍රව්‍යය අද “සුවය” සඳහා යොදාගෙන තිබෙනවා.

මේ අයුරින් “විස” “සුවය” සඳහා යොදා ගැනීම සැබවින්ම අරුමයක්.

“විස” ඉතා බලවත් එම බලය සුවදයක ලෙස යොදා ගැනීමට අපි උත්සාහ කරමු. ඒ පර්යේෂකයන්ගේ අදහසයි.

“උ” ග්‍ර විසෙන් “සුවය” ලබාගත හැකි බව ඇසුවොත් නිසැකවම ඔබ පුදුමයට පත් වනු ඇත. එහෙත් පැරණි අදහස් වලට නව අරුතක් ලබා දෙමින් “විස” “සුවය” සඳහා යොදා ගැනීමට විද්‍යාඥයන් අද සමත්ව සිටිනවා.
‘මි විසක්’ ලෙස දීර්ඝ කාලයක් මුළුල්ලේ භාවිතයට ගැනුණු ‘ආසනික්’ මාරාන්තික ලේ පිලිකා විශේෂයක් වූ (Acute Promyelocytic Leukaemia) සඳහා නිත නැබීමේ ලකුණු පහළ කර තිබෙනවා. ඒ මැනකදී අනුමත කළ ඖෂධයක් වූ ‘ආසනික් ට්‍රයිමන්සයිඩ්’ තුළින් මෙය දැනට පිලිගෙන තිබෙන කෙමෝ (Chemo) ප්‍රතිකාර ක්‍රමයට වඩා

සිරුරට ‘විස’ අඩු බවයි පර්යේෂකයන්ගේ අදහස.
මෙහිදී ආසනික් මගින් පිලිකා සෛල සාමාන්‍ය සෛල බවට පරිවර්තනය කිරීමක් සිදුකෙරෙනවා. සායනික අන්තද බැලීමක දී පුද්ගලයන් 40 කට මෙම ඖෂධය ලබා දුන් අතර ඉන් 28 (70%) දෙනෙක් සාර්ථක ප්‍රතිඵල පෙන්වූවා.
මේ අයුරින් මාරාන්තික මෙතම ජීවිතය ලබාදෙන විස ගොඵබෙල්ලන් මෙන්ම සර්පයන් ද සතු වනවා.
කේතු ගොඵබෙල්ලන් ගේ (Cone Snails) විස පිලිබද විද්‍යාත්මක ව්‍යාපෘතියකට සම්බන්ධව සිටින මනෝවිද්‍යා පර්යේෂක ජේ.මයිකල් මැකින්ටෝෂ් පවසන්නේ ඉතා සෙමින් වලනය වන මෙම ගොඵබෙල්ලන්ගේ විස දළ මසුන් අධිපණ කිරීමට සමත්

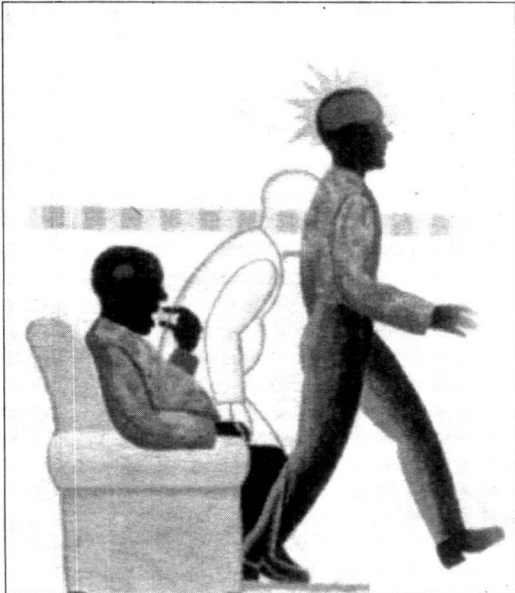
ඇස්ප්‍රින් - අලුත් වැඩකට

“ආ” දයාබාධයන්ට වගේම ‘ඇල්-ෂයිමර්’ රෝගයට එරෙහිව සටන් වැදුණු “ඇස්ප්‍රින්” දැන් නවත් කාර්යයකට අත ගසලා, අලුත්ම ආරංචියට අනුව ඒ “මහ බඩවැලේ පිලිකා” වලට එරෙහිව.
ඇස්ප්‍රින් දිනපතා ගැනීමෙන් මහ බඩවැලේ හෝ ගුද මාර්ගයේ පිලිකා

බවට පත්විය හැකි කුඩා ගැටිති ඇතිවීම, අඩු කරවන බව පර්යේෂණ මගින් පෙනී ගොස් තිබෙනවා.
මෙවැනි ගැටිති ඇතිවීමේ ඉතිහාසයක් නිබු ඇතුළුත් දිනකට ඇස්ප්‍රින් 81mg මාත්‍රාවක් ගැනීමෙන් අලුතින් ගැටිති ඇතිවීම 17% කින් අවම කරගත් අතර, රෝග තත්ත්වය වර්ධනය වීම 42% කින් අඩු කරගෙන තිබුණි.

මෙහිදී තවත් පර්යේෂණයකින් පෙනී ගියේ දිනපතා ඇස්ප්‍රින් 325mg භාවිතයෙන් මහ බඩවැලේ පිලිකා අවදනම සහිත පුද්ගලයන්ගේ එම අවදනම 35% කින් කපා හැරුණු බවයි.
ඇස්ප්‍රින් විශිෂ්ඨයි - ඒත් අවදනම් සහිතයි , පාවිච්චියට පෙර ඔබේ වෛද්‍යවරයා හමුවන්න.

සිරුර වෙහෙසන්න මනකය නංවන්න



බ "දියවැඩියා" අවදනමෙන් පෙළෙනවාද ? එසේ නම් ඔබ 'මනකය අඩුවීමේ' අවදනමෙන් ද පෙළෙනු ඇත. පර්යේෂණ මගින් පෙනී ගොස් ඇත්තේ දියවැඩියා අවදනමෙන් පෙළෙන පුද්ගලයන් මිලියන ගණනක් මනක ශක්තිය අඩුවීමේ තර්ජනයකට මුහුණ පා ඇති බවයි.

තිවියෝත් විශ්ව විද්‍යාලයේ වෛද්‍ය අංශයේ පර්යේෂකයන් විසින්, පුද්ගලයන් 30 දෙනකු පරීක්ෂාවට ලක් කර අනාවරණය කරගත් පරිදි, රුධිරගත සීනි මට්ටම ක්‍රමවත්ව පවත්වාගැනීමේ අවම හැකියාවක් තිබූ පුද්ගලයන්ට සංකේතාත්මකව මනකය පිලිබඳ ගැටලු තිබූ අතර, කුඩා හිපොකැම්පසයක් ද (මොළයේ මනකය හා සම්බන්ධ කොටස) ඔවුන් සතුව විය.

ඔබ යමක් මනකයට නංවා ගැනීමට උත්සාහ කරන විට මොළයේ 'හිපොකැම්පය' කොටස රුධිරගත සීනි විශාල ප්‍රමාණයක් වැය කරනවා. තිවියෝර්ක් විශ්ව විද්‍යාලයේ මනෝ විද්‍යා මහාචාර්ය ඇන්ටෝනියෝ කොන්ට්ටි පවසනවා.

ඉහත පර්යේෂණයට ලක් වූ පුද්ගලයන්ට යමක් මනකයට නංවා ගැනීමට රුධිරගත සීනි විශාල ප්‍රමාණයක් වැය වන නිසා කල් යාමේදී රුධිරගත සීනි සැපයුම නොසැහෙන විට එය හිපොකැම්පසය හකුළුවාලීමට බලපානවා.

ගැටලුව කෙස් වුවත් මෙහි සුබදායක ආරංචියක් ද තිබෙනවා. ව්‍යායාම කිරීම සහ සිරුරේ බර අඩු කර ගැනීම තුළින් සිරුර මගින් ග්ලූකෝස් මට්ටම පාලනය කිරීමේ හැකියාව වැඩිදියුණු කරවන අතරම, දියවැඩියාව (11 වර්ගයේ) ඇතිවීමේ අවදනම අඩුකර එමගින් ඔබේ මනකය ද නංවාලනවා.

Reader's digest ඇසුරිනි.

ඊස කතා

කවුද හරි ?

කුඩා ගමක විසූ මිනිස්සු දෙදෙනෙක් විසඳීමට අසීරු දරුණු ආරවුලකට පැටලී සිටියේය. අත්තිමේදී ඔවුහු තගරයේ සිටි ප්‍රාඥයා හමුවීමට තීරණය කළේ ය. පළමු මිනිසා ප්‍රාඥයාගේ ගෙදරට ගොස් තම ගැටලුව ගැන ඔහුට කියා සිටියේ ය. තමා මෙහිදී තිවැරැදි බව ඔහු ප්‍රකාශ කළේය.

"ඔබ සම්පූර්ණයෙන්ම තිවැරැදියි!" ප්‍රාඥයා කීවේය. ඊළඟ රාත්‍රියේදී දෙවැනි මිනිසා ප්‍රාඥයාගේ ගෙදරට ගොස් තම ගැටලුව පිලිබඳව ඔහුගේ කතාව කියා සිටියේ ය.

"ඔබ සම්පූර්ණයෙන්ම තිවැරැදියි!" ප්‍රාඥයා ඔහුට ද කීවේය. මිනිසා පිටත්ව ගිය පසු ප්‍රාඥයාගේ බිරිඳ සිය සැමියාට දෝෂාරෝපණය කළාය.

"ඒ මිනිසුන් දෙන්නා ඔබට කිව්වේ වෙනස් කතාත්තර දෙකක්. ඒත් ඔබ දෙදෙනාටම කිව්වේ ඔවුන් තිවැරැදි කියලා. ඒක වෙන්ට බෑ. ඔවුන් දෙදෙනාම ඇත්තෙන්ම තිවැරැදි වෙන්න බෑ !"

"ඔබ සම්පූර්ණයෙන්ම තිවැරැදියි!" ප්‍රාඥයා සිය බිරිඳ දෙස බලමින් පැවසුවේය.

රචනය :- ඩේවිඩ් මූර්

ප්‍රශ්නයක් සහ උත්තරයක්

එක්තරා දුම්රිය ස්ථානයකදී මිනිසුන් දෙදෙනෙකු හමුවිය. ඉන් එක් අයෙකු තාගර්කයෙකි. අනෙකා ගැමියෙකි. දුම්රිය පැමිණීමට පරක්කු වූ බැවින් දෙදෙනා ඔවුනොවුන් සමඟ කතා සල්ලාපයෙහි යෙදුණේය. ගැමියා කතාබහේදී හුරුබුහුටියෙකැයි තාගර්කයාට වැටහුණි. තාගර්කයා මෙසේ ඇසුවේය.

"ඔබ ගැමියෙක් කියා කිව්වත් ඔබේ සාමාන්‍ය දැනීම ගැන මට පුදුමත් හිතෙනවා. කාලය ගෙවා දත්තත් එක්කලා අපි දෙන්නා පොඩි සෙල්ලමක් කරමුද?"

"හොඳයි, මොකක්ද එතකොට සෙල්ලම?"

"අපි දෙන්නා එකිනෙකාගෙන් ප්‍රශ්නයක් අහමු. ඒකට උත්තරයක් දෙන්නට බැරිවුණ එක්කෙනා අනෙකාට ඩොලරයක් ගෙවන්නට ඕන."

"හොඳයි, ඒක තියම සෙල්ලමක්. ඒත් මං හිතනවා මුදල සාධාරණ තැනැයි කියලා. ඔබ තගර්යේ සිටින කෙනෙක්. හොඳට ඉගෙනගත්තු රටේ නොවේ ඇවිදපු කෙනෙක්. මං දුප්පත් ගැමියෙක් - පොඩි අධ්‍යාපනයක් ලබාපු කෙනෙක්. මං වැඩිපුර කාලයක් ගත කළේ මගේ ගොවිපොළේ. ඒ හීන්ද මගේ ප්‍රශ්නයට ඔබට උත්තරයක් දෙන්නට බැරිවුණෝනිත් ඔබ මට ඩොලරයක් දෙන්න ඕන. ඔබේ ප්‍රශ්නයට මට උත්තරයක් දෙන්නට බැරිවුණෝනිත් මං ඔබට සහ පහතක් දෙනවා."

"හොඳයි, අපි දැන් තරගය පටන්ගමු. ඔබ එහෙතමි පළමුවෙන්ම ප්‍රශ්නය අහන්න."

"මගේ ප්‍රශ්නය මෙකයි. කකුල් තුනේ ඉගිලෙන්නට පුළුවන් සතා මොකාද?"

මඳක් කල්පනා කළ තාගර්කයා මෙසේ උත්තර දුන්නේය.

"ඒකට උත්තරේ මං දන්නේ නෑ. මේත් එතකොට මගේ ඩොලරය."

"හොඳයි" ගැමියා කීවේය. "දැන් ඔබේ ප්‍රශ්නය අහන්න."

"මට දැනගත්ට ඕනෑ, කකුල් තුනක් ඇති ඉගිලෙන්නට පුළුවන් සතා මොකාද කියලා."

"ඒකට උත්තරේ මං දන්නේ නෑ. මේත් මගේ සහ පහත" ගැමියා උත්තර දුන්නේය.

රචනය :- ඇලන් ආර්. ෆොලි

අනුවාදය :- පරාක්‍රම ඇස්. විජේවර්ධන