



ମଣିଷର ସୁସ୍ଥତା କେବଳ ତା'ର ଶାରୀରିକ ସତେଜତାକୁ ବୁଝାଏ ନାହିଁ । ମାନସିକ ଅସୁସ୍ଥତା ଏବଂ ଅସନ୍ତୁଳନ ମଧ୍ୟ ଶାରୀରିକ ସୁସ୍ଥତାକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିପାରେ । ମନ ସୁସ୍ଥ ଏବଂ ସତେଜ ନରହିଲେ ବିଭିନ୍ନ ସମସ୍ୟା ଦେଖାଦିଏ । ଏବେ ଦେଖାଯାଉଛି ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ମାନସିକ ଅସୁସ୍ଥତାର ଶିକାର । ଏଭଳି ଏକ ମାନସିକ ଅସୁସ୍ଥତାର ନାଁ ହେଲା- 'ସିଜୋଫ୍ରେନିଆ' । ଏହାକୁ ଓଡ଼ିଆରେ ମାନସିକ ଶକ୍ତି ବୋଲି ମଧ୍ୟ କୁହାଯାଏ । ଏ ସମସ୍ୟା ଭୋଗୁଥିବା ରୋଗୀ ସବୁବେଳେ ନିଜକୁ ଅସୁରକ୍ଷିତ ମନେକରେ । ସବୁବେଳେ ଶଙ୍କାଗ୍ରସ୍ତ ଥାଏ । ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ଏ ରୋଗ ଧୀରେ ଧୀରେ ତାର କାୟା ବିସ୍ତାର କରିଚାଲିଛି । ଭାରତରେ ପ୍ରତି ଶହେ ଜଣରେ ଜଣେ ଏ ରୋଗରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହେଉଛନ୍ତି ।

ଓଡ଼ିଶା ଏକପ୍ରେସ୍

ଭୁବନେଶ୍ୱର ଓ କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ରୁ ଏକସଙ୍ଗେ ପ୍ରକାଶିତ

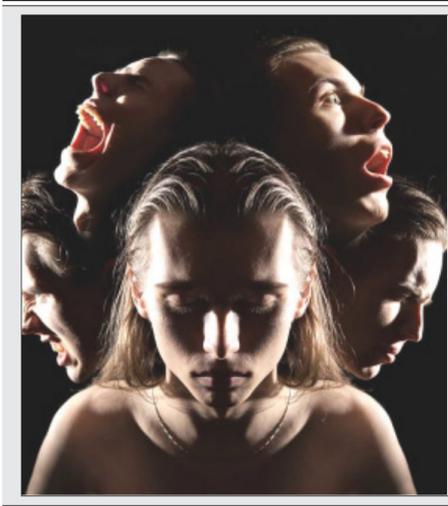
ଭୁବନେଶ୍ୱର ୨୦ ଫେବୃଆରୀ ୨୦୨୬ ଶୁକ୍ରବାର ପୃଷ୍ଠା ୫



ବଢ଼ିବାରେ ଲାଗିଛି ସିଜୋଫ୍ରେନିଆ

ମାନସିକ ଶକ୍ତି କ'ଣ
ମାନସିକ ଶକ୍ତି ବା ସିଜୋଫ୍ରେନିଆ ଏଭଳି ଏକ ମାନସିକ ରୋଗ ଯେଉଁଠି ମଣିଷର ଚିନ୍ତାଶକ୍ତି ଏବଂ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ କରିବାର ଶକ୍ତି ଠିକ୍‌ସେ କାମ କରେନାହିଁ । ଏଭଳି ଅବସ୍ଥାରେ ମଣିଷଟି କୌଣସି ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ନେଇପାରେ ନାହିଁ । ସବୁବେଳେ ରୋଗୀଟି ଏକ କଞ୍ଚନା ରାଜ୍ୟରେ ଥାଏ । ଧୀରେ ଧୀରେ ସେ ସନ୍ଦେହୀ ହୋଇପଡ଼େ । ସିଜୋଫ୍ରେନିଆ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ହୋଇଥାଏ । ସେଗୁଡ଼ିକ ଭିତରୁ ପେରାନାଏଟ୍ ସିଜୋଫ୍ରେନିଆରେ ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ଏବେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହେଉଛନ୍ତି । ପେରାନାଏଟ୍ ସିଜୋଫ୍ରେନିଆ ରୋଗୀ ନିଜ ଭାବନା ଏବଂ ଅନୁଭବକୁ ନିଜ ଆତ୍ମର ଭିତରେ

ଗୁମୁସ୍ତୁମୁ ରହିବାକୁ ସେ ପସନ୍ଦ କରେ ଧୀରେ ଧୀରେ । ଏକଦିଆ ରହିବାକୁ ତାକୁ ଅଧିକ ଭଲ ଲାଗେ । ନିଜ ଭାବନା ରାଜ୍ୟରେ ସେ ସବୁବେଳେ ବିଚାରଣ କରୁଥାଏ । ଏ ସମସ୍ୟା ଲାଗି ରହିଲେ ନିଜ କମିଯାଏ । ଦୈନନ୍ଦିନ କାର୍ଯ୍ୟରେ ତା'ର ଆଉ ଆଗ୍ରହ ରହେ ନାହିଁ ।
ସବୁବେଳେ ଶଙ୍କାଗ୍ରସ୍ତ ଥାଏ ରୋଗୀ
ସିଜୋଫ୍ରେନିଆ ରୋଗୀ ଗାଧୋଇବାକୁ, ଏଭଳିକି ଗୁଳାପତା ବଦଳାଇବାକୁ ମଧ୍ୟ ଚାହେଁ ନାହିଁ । ଖାଇବାର ଶୈଳୀ ଏବଂ ରୁଚି ମଧ୍ୟ ତା'ର ବଦଳିଯାଏ । ଆଖପାଖର ଲୋକ ତାକୁ ବିରକ୍ତକର ମନେ ହୁଅନ୍ତି । ରୋଗ ପୁରୁଣା ହେଲେ ରୋଗୀ ଧୀରେ ଧୀରେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ସନ୍ଦେହ କରିବାକୁ ଲାଗେ । ବିଭିନ୍ନ ଅକଣା ଶବ୍ଦ ତାକୁ ଶୁଣାଯାଏ । ତାକୁ



ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ କହନ୍ତି- ଏ ରୋଗ ଯେକୌଣସି ବୟସରେ ହୋଇପାରେ । କିନ୍ତୁ ସାଧାରଣତଃ ଦେଖାଯାଏ ପୁରୁଷମାନେ ୧୬ ବର୍ଷରୁ ୨୦ ବର୍ଷ ବୟସ ମଧ୍ୟରେ ଏ ରୋଗରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇଥାନ୍ତି । ଠିକ୍ ସେଇଭଳି ମହିଳାମାନେ ୨୦ ବର୍ଷରୁ ୩୦ ବର୍ଷ ବୟସରେ ଏ ରୋଗର କବଳରେ ପଡ଼ିଥାନ୍ତି । ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ପ୍ରାୟ ଏକ ପ୍ରତିଶତ ଲୋକ ଏ ସମସ୍ୟାରେ ପୀଡ଼ିତ ଅଛନ୍ତି ।

ସିଜୋଫ୍ରେନିଆ ଭଳି ରୋଗକୁ ଡାକିଆଣିପାରେ ।
■ ଆନୁବଂଶିକ କାରଣ ମଧ୍ୟ ରହିଛି ଏ ରୋଗର ଶିକାର ହେବା ପାଇଁ । ଯଦି କୌଣସି ନିକଟ ସମ୍ପର୍କୀୟ କିମ୍ବା ଦୂର ସମ୍ପର୍କୀୟକ ଠାରେ ଏ ସମସ୍ୟା ଥାଏ ତା'ହେଲେ ମଧ୍ୟ ଏ ରୋଗ ଦେଖାଦେଇପାରେ ।
■ ବାପା-ମା, ଭାଇ-ଭଉଣୀ କାହାରିକୁ ଏ ରୋଗ ହୋଇଥିଲେ ବା ଆଗରୁ କେବେ ହୋଇଥିଲେ ସେ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଏ ରୋଗ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ଶତକଡ଼ା ୬୦ ।
ସହଯୋଗ କରୁନା
ଏ ରୋଗରୁ ରୋଗୀକୁ ମୁକ୍ତକାରଣ ପାଇଁ ଆତ୍ମୀୟକ ସହଯୋଗ ଖୁବ୍ କରୁନା । ଏଭଳି ରୋଗୀକୁ କେବେ ଏକୁଆ ଛାଡ଼ନ୍ତୁ ନାହିଁ । ତା'ସହ ଖୋଲାଖୋଲି ଆଲୋଚନା କରନ୍ତୁ । ତା'ଭଲ୍ଲା ଏବଂ ଅନୁଭବକୁ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଅନ୍ତୁ । ସବୁବେଳେ କୌଣସି ନା କୌଣସି କାମରେ ରୋଗୀକୁ ବ୍ୟସ୍ତ ରଖନ୍ତୁ । ତା' ଆଗରେ ଅନ୍ୟର ସମ୍ପର୍କ ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରନ୍ତୁ । ଯୋଗ ଏବଂ ପ୍ରାଣାୟାମ ଖୁବ୍ ଉପଯୋଗୀ ଏଭଳି ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ।
ଜିନ୍, ପାଇଁ ଏ ସମସ୍ୟା ହୋଇପାରେ
ଗବେଶଣାରୁ ଜଣାଯାଇଛି ସିଜୋଫ୍ରେନିଆ ପାଇଁ ଜିନ୍‌କୁ ଦାୟୀ କରାଯାଇପାରେ । ଯଦି ବାପା-ମା କିମ୍ବା ପରିବାରରେ କାହା ପାଖରେ ଏ ସମସ୍ୟା ଥାଏ ତା'ହେଲେ ଗୁଣସ୍ତୁତ୍ତ ଜରିଆରେ ଏ ରୋଗ ଆସିପାରେ ସମ୍ପର୍କୀୟକ ପାଖକୁ । କିନ୍ତୁ ମନୋଚିକିତ୍ସା ଏବଂ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ମାଧ୍ୟମରେ ଏ ରୋଗକୁ ଦୂର କରାଯାଇପାରେ ।

ମାଟ୍ରିବ ସେ
ଅନ୍ୟ ଜଣେ କ'ଣ ଭାବୁଛି, ବେଳେବେଳେ ତାକୁ ମଧ୍ୟ ସେ ସନ୍ଦେହ କରେ । ନିଜେ ନିଜ ସହ କଥା ହୁଏ ସିଏ । ଧୀରେ ଧୀରେ ବାସ୍ତବତା ଠାରୁ ଦୂରେଇଯାଏ । ସତକୁ ମାନିବାକୁ ରାଜି ହୁଏନି । ରୋଗୀକୁ ମନେହୁଏ ସତେ ଯେମିତି ସମସ୍ତେ ତା' ବିରୋଧରେ କୌଣସି ଏକ ଗଠଯତ୍ନ ରଚୁଛନ୍ତି । ସବୁବେଳେ ସିଏ ଭାବେ ସମସ୍ତେ ତାକୁ ମାନିବାକୁ ସୁଯୋଗ ଉଣୁଛନ୍ତି । ଏଇ କାରଣରୁ ସିଏ ସମସ୍ତଙ୍କ ଠାରୁ ଦୂରେଇ ରହିବାକୁ ଚାହେଁ ।
ବେଳେବେଳେ ରୋଗୀଟି ଅତ୍ୟଧିକ ଶଙ୍କାଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇ ନିଜ ଉପରେ କିମ୍ବା ଅନ୍ୟ ଉପରେ ଶାରୀରିକ ଅତ୍ୟାଚାର ମଧ୍ୟ କରିପାରେ । ସମସ୍ୟା ଅଣାୟତ୍ନ ହେଲେ ରୋଗୀ ନିଜ ଜୀବନ ମଧ୍ୟ

ହାରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରେ ।
କାହିଁକି ଏଭଳି ହୁଏ
ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ କହନ୍ତି- ଏ ରୋଗ ଯେକୌଣସି ବୟସରେ ହୋଇପାରେ । କିନ୍ତୁ ସାଧାରଣତଃ ଦେଖାଯାଏ ପୁରୁଷମାନେ ୧୬ ବର୍ଷରୁ ୨୦ ବର୍ଷ ବୟସ ମଧ୍ୟରେ ଏ ରୋଗରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇଥାନ୍ତି । ଠିକ୍ ସେଇଭଳି ମହିଳାମାନେ ୨୦ ବର୍ଷରୁ ୩୦ ବର୍ଷ ବୟସରେ ଏ ରୋଗର କବଳରେ ପଡ଼ିଥାନ୍ତି । ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ପ୍ରାୟ ଏକ ପ୍ରତିଶତ ଲୋକ ଏ ସମସ୍ୟାରେ ପୀଡ଼ିତ ଅଛନ୍ତି ।
■ ମହିଷ୍ଠରେ (ବାୟୋକେମିକାଲ୍ ଟେଣ୍ଡେନ୍ସ) କୌଣସି ରାସାୟନିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଘଟିଲେ ଏ ସମସ୍ୟା ଦେଖାଦେଇଥାଏ ।
■ ତୋପାମାଲ୍, ନାମକ ଏକ

ହରମୋନ୍ ଆମ ଚିନ୍ତା ଚେତନାକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାଏ । ଏହାର ଅସନ୍ତୁଳନରେ ମଧ୍ୟ ଏଭଳି ସମସ୍ୟା ଦେଖାଦିଏ ।
■ ବ୍ୟକ୍ତିଟି ଯଦି ଖୁବ୍ ରୁପଚାପ୍ ପ୍ରକୃତିର ଏବଂ ନିଜ ସମସ୍ୟା ଅନ୍ୟକୁ ନକହି ନିଜ ଭିତରେ ରଖେ ଏବଂ ସାଙ୍ଗସାଥୀଙ୍କ ସହ ମିଳାମିଶା କମ୍ କରୁଥାଏ, ଏଭଳି ବ୍ୟକ୍ତି ଏ ରୋଗରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ଦ୍ୱିଗୁଣ ଅଧିକ ।
■ ପାରିବାରିକ ସମସ୍ୟା ବା ଅଧିକ ଦିନ ଚିନ୍ତାଗ୍ରସ୍ତ ରହିଲେ ଏ ସମସ୍ୟା ଦେଖାଦେଇଥାଏ । କର୍ମକ୍ଷେତ୍ର ଏବଂ ବ୍ୟବସାୟିକ ଚାପ ମଧ୍ୟ ମାନସିକ ସନ୍ତୁଳନକୁ କ୍ଷତି ଗ୍ରସ୍ତ କରାଇ

ସହଯୋଗ କରନ୍ତୁ । ଯୋଗ ଏବଂ ପ୍ରାଣାୟାମ ଖୁବ୍ ଉପଯୋଗୀ ଏଭଳି ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ।
ଜିନ୍, ପାଇଁ ଏ ସମସ୍ୟା ହୋଇପାରେ
ଗବେଶଣାରୁ ଜଣାଯାଇଛି ସିଜୋଫ୍ରେନିଆ ପାଇଁ ଜିନ୍‌କୁ ଦାୟୀ କରାଯାଇପାରେ । ଯଦି ବାପା-ମା କିମ୍ବା ପରିବାରରେ କାହା ପାଖରେ ଏ ସମସ୍ୟା ଥାଏ ତା'ହେଲେ ଗୁଣସ୍ତୁତ୍ତ ଜରିଆରେ ଏ ରୋଗ ଆସିପାରେ ସମ୍ପର୍କୀୟକ ପାଖକୁ । କିନ୍ତୁ ମନୋଚିକିତ୍ସା ଏବଂ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ମାଧ୍ୟମରେ ଏ ରୋଗକୁ ଦୂର କରାଯାଇପାରେ ।

ସମସ୍ତେ ସୁବ ପିଢ଼ିର ସଫଳତାରେ ଖୁସି ହୁଅନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କୁ ନେଇ ଗର୍ବ କରନ୍ତି । ହେଲେ କେହି ସେମାନଙ୍କ ଫୁଲପୁଷ୍ପ ଜାଣିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି ନାହିଁ । ଗ୍ଲୋବାଲ୍ ମନିଚର୍ଚ୍ଚି ଷ୍ଟଡି ପକ୍ସରୁ ଏହାଜାଣିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରାଯାଇଥିଲା । ଏଥିରୁ ଯାହା ଜଣାପଡ଼ିଲା ସେ ସମ୍ପର୍କରେ ବିଚାର କରିବା ଖୁବ୍ ଜରୁରୀ ।



ବଦଳି ଗଲାଣି । ଘରୋଇ ଏବଂ ବହୁରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ କମ୍ପାନୀମାନେ ଖୁବ୍ ଅଧିକା ଦରମା ଦେଉଛନ୍ତି, ଯାହା ବିଷୟରେ ଗତ କିଛିବର୍ଷ ତଳେ ଚିନ୍ତା କରିବା ବି କଷ୍ଟ ଥିଲା । ଫଳରେ ମଧ୍ୟବିତ୍ତ ପରିବାରରେ ଅର୍ଥ ରୋକିବାର ପାଇଁ ପ୍ରତିଯୋଗିତା ଲାଗିଛି । ଏହି ଛିଟି କେବଳ ଭାରତରେ ନୁହେଁ, କାମ୍ବୋଡ଼ା, ଦକ୍ଷିଣକୋରିଆ ଓ ଅନ୍ୟ ବିକାଶଶୀଳ ଦେଶମାନଙ୍କରେ ରୋକିବାର କରିବା । ହେଲେ ମୋଟା ଦରମା ଦେଉଥିବା କମ୍ପାନୀମାନେ ସେମାନଙ୍କ ଜୀବନର ଏକ ବଡ଼ ଅଂଶକୁ କର୍ତ୍ତା କରିନେଇଛନ୍ତି । ଏହା ସେମାନଙ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଓ ସାମାଜିକ ଜୀବନକୁ ପ୍ରାୟ ଶେଷକରି ଦେଇଛି ।
ମନସ୍ତତ୍ତ୍ୱ ବିତ୍, ଏବଂ ସମାଜିକ୍‌ସାଇନ୍ସ ମତ କାମର



ଆରାମ ମିଳୁନି ସୁବପିଢ଼ିକୁ

ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଜଣାପଡ଼ିଛି ଭାରତୀୟ ସୁବ ପିଢ଼ିର ଜୀବନରେ ଆରାମ ଆଦୌ ନାହିଁ । ୨୫ରୁ ୩୦ ବର୍ଷ ବୟସ ଶ୍ରେଣୀର ୭୭ ପ୍ରତିଶତ ସୁବକଳ ପାଖରେ ନିଜ ସୌକ ପାଇଁ ସମୟ ନାହିଁ । ସପ୍ତାହରେ ପ୍ରାୟ ୫୬ ଘଣ୍ଟାକୁ ଅଧିକ ସମୟ ସେମାନଙ୍କୁ ଅର୍ପିତ ହେଉଛି କର୍ତ୍ତାବ୍ୟକୁ ପଢ଼ୁଛି । ଇଣ୍ଡାନ୍‌ସିଆର କ'ଣ ଆବଶ୍ୟକତା ଅନୁଯାୟୀ ବି ଛୁଟି ନିକିପାଉନି ସେମାନଙ୍କୁ । ଜଣାଯାଇଛି ଏହି ବୟସ ଶ୍ରେଣୀର ଭାରତୀୟମାନଙ୍କୁ ଅର୍ପିତ ହେଉଛି କର୍ତ୍ତାବ୍ୟକୁ ପଢ଼ୁଛି । ଚେବେ ଏହାକୁ ନେଇ ସେମାନଙ୍କର ବେଶି ଦୁଃଖ ନାହିଁ । ଅଧିକ ଅର୍ଥ ରୋଜଗାର କରୁଥିବାରୁ ସେମାନେ ସରୁଷ୍ଟ । କାରଣ ସେମାନଙ୍କର ଉଚ୍ଚ ରୋଜଗାର ପରିବାର ଏବଂ ସମାଜରେ ପରିଚୟ ଦେଉଛି । ପ୍ରକୃତରେ ଜଗତିକରଣ ଓ ଉପାରିକରଣ ଯୋଗୁ ଆଜିକାଲି କାମର ତାହା

ଅସଲ ଶତ୍ରୁ ଲୁଣ ଆଉ ସଫ୍ଟ ଡ୍ରିଙ୍କ୍

ପୁରୀ ଆମେରିକା ଏବେ ବିଚିତ୍ର ଶତ୍ରୁକ ସହ ଲଢ଼ୁଛି, ଯାହାକୁ ହରେଇବାର ଉପାୟ ବି ସେ ଜାଣିନି । ଆମେରିକାର ଏହି ଶତ୍ରୁ ହେଉଛି ଲୁଣ, ହିଁ ଖାଦ୍ୟରେ ପଢ଼ୁଥିବା ଲୁଣ । ଆମେରିକାରେ ହେଉଥିବା ୧୦ ପ୍ରତିଶତ ମୃତ୍ୟୁର କାରଣ ଅତ୍ୟଧିକ ଲୁଣ ବ୍ୟବହାର, ଏହା ମିଠା ଜନିତ ମୃତ୍ୟୁର ୧୦ ଗୁଣ । ଉଦ୍‌ବେଗର ବିଷୟ ଆମେରିକାରେ ପ୍ରକ୍ରିୟାକୃତ ଓ ତବାବନ୍ଧ ଖାଦ୍ୟର ବ୍ୟବହାର ଅଧିକ । ଏ ପ୍ରକାର ଖାଦ୍ୟରେ ଲୁଣର ମାତ୍ରା



ଅଧିକ ଥାଏ । ଏକ ଅଧ୍ୟୟନରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି ମିଠା ଠାରୁ ଖାଦ୍ୟରେ ଲୁଣର ମାତ୍ରା ଅଧିକ ହେବା ବିପଜ୍ଜନକ । ରିପୋର୍ଟ ଅନୁଯାୟୀ ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତିରେ ପଢ଼ୁଥିବା ଲୁଣ ୭୦ ବର୍ଷରୁ କମ୍ ବୟସର ଲୋକଙ୍କ ଅସଲ ହତ୍ୟାକାରୀ । ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି ସଫ୍ଟ ଡ୍ରିଙ୍କର ମିଠା ପ୍ରତିବର୍ଷ ଆମେରିକାର ୨୫ ହଜାର ଲୋକଙ୍କ ଜୀବନ ନେଉଛି । ମାତ୍ର ନିଜ ଚିତରେ ଜଣାପଡ଼ିଛି, ୨୦୧୦ରେ ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ଅଧିକ ଲୁଣ ସେବନ ଜନିତ ମୃତ୍ୟୁ ୨୫ ଲକ୍ଷରୁ ଅଧିକ । ଏମାନଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ହୃଦ୍‌ରୋଗରୁ ହୋଇଛି । ବୋଷ୍ଟନର ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହାର୍‌ଭର୍ଡ୍ ସ୍କୁଲ ଅଫ୍ ପବ୍ଲିକ୍ ହେଲ୍ଥ ପକ୍ସରୁ ଏହି ରିପୋର୍ଟ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି । ରିପୋର୍ଟର ତଥ୍ୟ ଅନୁଯାୟୀ ଆମେରିକାରେ ପ୍ରତିବର୍ଷ ଅଧିକ ଲୁଣ ପାଇବା ଯୋଗୁଁ ୨.୫ ଲକ୍ଷ ଲୋକଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ହୁଏ । ଏହା ମିଠା ଯୋଗୁଁ ହୋଇଥିବା ମୃତ୍ୟୁଠାରୁ ଦଶଗୁଣ ଅଧିକ । ହାର୍‌ଭର୍ଡ୍ ସ୍କୁଲ ଅଫ୍ ପବ୍ଲିକ୍

ହେଲ୍ଥ ବିଜ୍ଞାନିକ ଡ. ଡେରିୟଶ ମୋକାଫର୍‌ନିକ୍ ମତାନ୍ତୁ ଯାହା ଲୋକଙ୍କ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ମିଠା ଠାରୁ ଅଧିକ ବିପଜ୍ଜନକ ସେହିଭଳି । ଏହା ଲୁଣ ବେଳ ଶରୀରରେ ପହଞ୍ଚିଛି । ତାହା ଡେରିୟଶଙ୍କ ମତାନ୍ତୁ ଯାହା ମିଠା କିଛି ଖାଦ୍ୟରେ ମିଶେ, ତାହାକୁ ସେଗୁଡ଼ିକୁ ଏତାଇ ଦିଆଯାଇପାରେ, ମାତ୍ର ଲୁଣ ସବୁ ଖାଦ୍ୟରେ ମିଶେ । ତେଣୁ ଏହାକୁ ଏତାଇବା ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ ।
ଡେରିୟଶ ବିଷୟରେ ଗବେଷଣା କରିଥିଲେ । ତାଙ୍କ ଗବେଷଣା ଅନୁଯାୟୀ ପ୍ରତି ଘଣ୍ଟି ସୋଡିୟମ ଜନିତ ମୃତ୍ୟୁ ମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିକର ଶିକାର ହୁଅନ୍ତି ୭୦ ଛୁଇଁନଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି । ଏହା ବୟସ୍କଙ୍କ ବୁଲିନାରେ ସୁବପିଢ଼ିକୁ ଅଧିକ ପ୍ରଭାବିତ କରୁଛି । ଏହି ରିପୋର୍ଟ ଗତ ଗୁରୁବାର ଆମେରିକାନ୍ ପାର୍ଟି ଆସୋସିଏସନ୍‌ର ବାର୍ଷିକ ବୈଠକରେ ଆଗତ ହୋଇଛି । ଏଥିରେ ପ୍ରକ୍ରିୟାକୃତ ଓ ତବାବନ୍ଧ ଖାଦ୍ୟରେ ଅଧିକ ଲୁଣ ବ୍ୟବହାର ନେଇ ଉଦ୍‌ବେଗ ପ୍ରକାଶ କରାଯାଇଥିଲା ।
ମିଠା ଓ ଲୁଣ ଉଭୟର କ୍ଷତିକାରକ ପ୍ରମୁଖ

