உடலாளுமன்றம்

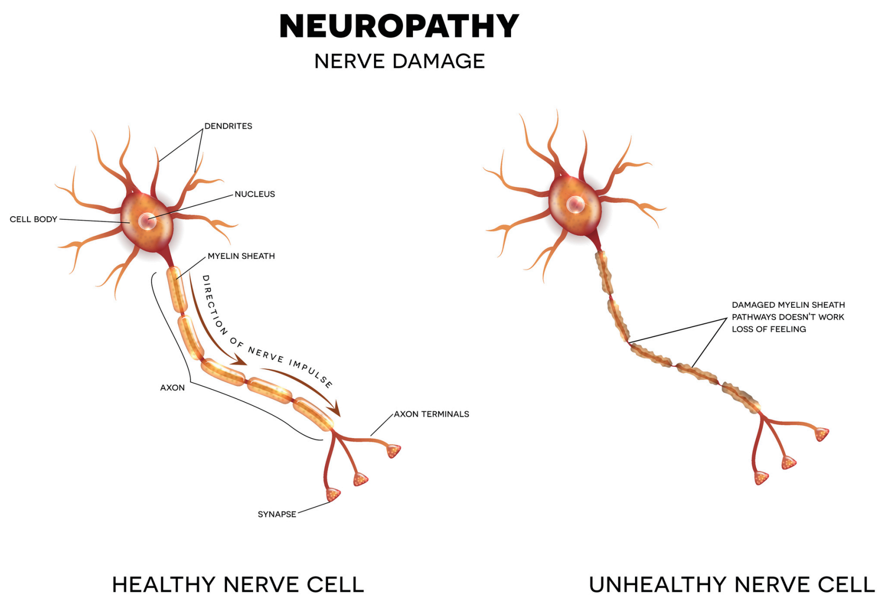
வலியைச் சொல்வது வலிமை பெறவே

பொதுவாகவே, சர்க்கரை இனிப்பாயிருக்கும். ஆனா சர்க்கரை நோய் கட்டுப்பாட்டில் இல்லையென்றால், வாழ்க்கையே கசக்கும்தானே. தமனிகள் வழியாக இரத்த சொந்தங்கள் ஆக்சிஜனைக் கொண்டு போறோம், குளுக்கோசைக் கொண்டு போறோம்கறாங்களே.

சர்க்கரை நோய் உள்ளவங்களிடம் அதிகமாவதை எங்கே கொண்டுபோறது? ஆங்கங்கே எங்க கிட்டே கொட்டிடறாங்க. அதில் உருவாகும் வேதிப்பொருள் சார்ப்பிட்டால் (சாப்பிட்டால் இல்லை, மாவுச்சத்து அதிகம் சாப்பிட்டால் வருவது) எங்களில் அங்கங்கே ஒட்டிக்கிட்டு, எங்களோட செல்களை தின்னுடாறாங்க். எங்கள் சொந்தங்கள் பாதிக்கப்பட்ட பிறகு நாங்க வெறும் கூடாகத்தான் இருப்போம். கூட்டாக எங்க வேலை செய்வது?

சரியான வகையில் உணர்ச்சிகளைக் கடத்தமாட்டோம். எக்குத் தப்பாக வேலை செய்வோம். இதனால் எங்கள் மூலம் கடத்தப்பட வேண்டிய அளவு சத்துப்பொருட்களும், ஆக்சிஜனும் செல்களுக்குக் கிடைக்காது. அப்புறம், நாங்க எக்குத் தப்பா வேலையைச் செய்ய ஆரம்பிச்சுடுவோம். இதனாலதான் குத்துது, குடையுது அப்படின்னு ஆரம்பிப்பாங்க.

இந்த வியாதிக்கு நியுரோபதி சொல்வாங்க. எந்த வகையான நரம்புகள் பாதிக்கப்படுதோ, அந்த வகையான நியுரோபதி. சர்க்கரை சேராம ஒழுங்கா இருந்தா, எந்தப் பிரச்னையுமில்லை. இது எந்த அளவுக்குப் போகும்னா, பொதுவாக



எங்க செயற்பாடுகளால் உங்கள் மூலமாக உணரப்படும் வலி எல்லாமே, ஒரு வகையில் உங்களுக்கு நாங்க கொடுக்கிற எச்சரிக்கைதான். நாங்க அளவுக்கதிகமாகப் பாதிக்கப்பட்டு, தகவல் தொடர்புகள் பாதிக்கப்பட்டா, பலநேரங்களில் மாரடைப்பு வருவதுகூடத் தெரியாது மரணம் அடைவோர் உண்டு.

இந்த உலகமே பிரம்மாண்டங்களால் நிரம்பியது. பிரம்மாண்டங்களுக்குக் கிடைக்கும் அக்கறை, மரியாதை சிறியவைகளுக்குக் கிடைப்பதில்லை. நரம்புத் தளர்ச்சின்னு போகும் போக்கில் சொல்லிவிடுகிறார்கள். எங்களைப் போல் தொடர்ந்து இயங்கினால் அவர்களுக்கு கஷ்டம் புரியும். ஒவ்வொரு மைக்ரோ விநாடியும் நாங்கள் செயல்களைப் புரிந்துகொண்டிருக்கிறோம்.

உங்களுக்குத் தெரியாததல்ல. உங்களிடம்தானே அனைத்தையும் கொண்டுவந்து கொட்டுகிறோம்.

முடிப்பதற்குள் ஒரு விஷயத்தையும் சொல்லி முடிக்கலாம். உங்கள் பிரச்னையால் நீங்கள், நாங்கள் அனுப்பும் தகவல்களைப் பரிசீலிக்க முடியாத போதே வலிப்பு நோய் இவர்களுக்கு உண்டாகிறது. தங்களது எந்தப் பகுதி பாதிக்கப்படுகிறதோ அதற்கேற்றவகையில் நாங்கள் பாதிக்கப்பட்டு இவர்களுக்கு வலிப்பு வருகிறது. உடனே கும்பல் சேர்ந்து தண்ணீரைக் குடிக்கவைத்து, சாவியைக் கொடுத்து சகமனிதர்கள் படுத்தும்பாடு சொல்லி மாளாதது.

தயவுசெய்து சொல்லுங்கள் வலிப்பு, ஒரு நோயல்ல. நோயின் அறிகுறி. உடனே உங்களைப் பரிசோதித்து, உங்கள் பாதிப்பை மருத்துவர்கள் உணர்ந்து, மருத்துவம் செய்ய இயலும்.

நல்ல வாழ்வியல் பழக்கங்களோடு வைட்டமின் பி சத்து உள்ள உணவுகளை அதிகமாக உட்கொள்ளச் சொல்லுங்கள். செய்யும் தவறையெல்லாம் அவர்கள் செய்துவிட்டு, நாங்கள் பாதிக்கப்பட்ட பிறகு நீங்கள் உணர்வதால் யாருக்கு லாபம். கொஞ்சம் அதிகமாக உரிமை எடுத்துக்கொண்டோம். பொறுத்தருளவும்.

தகவல் தொடர்பு சிகாமணிகள்

*உங்களால் நாங்கள்;
உங்களுக்காகவே நாங்கள்.*

– முனைவர் என்.மாதவன்

தாவரங்களில் கோவிட் 19 மருந்து!

கொரோனா நோய்க்கான மருந்தை உருவாக்குவதற்கான மூலக்கூறுகளை இந்திய மருத்துவத் தாவரங்களில் இருந்து கண்டறிந்துள்ளனர் சென்னை தரமணியில் உள்ள கணித அறிவியல் நிறுவனத்தின் ஆய்வாளர்கள்.

மனித உடலில் உள்ள TMPRSS2, கேதெப்சின் L எனும் இரண்டு நொதிகளுடன், கொரோனா வைரஸின் புரதம் தன்னை இணைத்துக்கொண்டு வளர்கிறது. இதனால் ஏற்படும் நோயே கோவிட் 19.

இந்தச் செயற்பாட்டை மட்டுப்படுத்தும் மருந்து மூலக்கூறுகளைக் கண்டறிவதே அடிப்படை. இந்த முக்கியமான பணியை, கணிதவியல் கழகத்தின் முனைவர் அரிஜித் சமல் தலைமையில் நடைபெற்றது.

தாவரங்களில் உள்ள வேதிக் கூறுகளில் எவை கோவிட் நோயைக் குணப்படுத்தும் பண்புகளைப் பெற்றுள்ளன என்பதைக் கண்டறிந்து, இவர்கள் பட்டியலிட்டிருக்கிறார்கள்.

மருத்துவத் தாவரங்களில் உள்ள 'ஃபைட்டோ கெமிக்கல்ஸ்' (Phytochemicals) என்ற வேதி மூலக்கூறுகள்தான் நோயைக் குணப்படுத்தும் மருத்துவப் பண்புகளைப் பெற்றிருக்கும்.

இவை நைட்ரஜன், கார்பன் டை ஆக்ஸைடு போல, தாவரங்கள் உயிர் வாழ்வதற்குத் தேவையான அடிப்படை ஊட்டச்சத்துகள் கிடையாது. ஆனால், ஓரிடத்தில் நிலையாக இருக்கும் தாவரங்கள், நோய்க் கிருமிகளின் தாக்குதலுக்கு உள்ளாகாமல் பிழைத்திருக்க இவை உதவும்.

எந்தெந்தத் தாவரத்தில் என்னென்ன ஃபைட்டோ கெமிக்கல்கள் உள்ளன? அவற்றின் அளவு என்ன? தன்மைகள் என்ன? மனிதர்களின் புரதங்களுடன் அவை வினைபுரிய வாய்ப்புள்ளதா? எப்படி வினைபுரியும்? என்பதை எல்லாம் ஆராய்ந்து, ஆவணப்படுத்தும் மிக முக்கிய பணியை கணிதவியல் கழகம் ஏற்கெனவே செய்து, இம்பாட் (IMPPAT – Indian Medicinal Plants, Phytochemistry and Therapeutics) எனும் திறந்த தரவுதளத்தை உருவாக்கி பதிவிட்டுள்ளது.

இந்தத் தரவுதளத்தை யார் வேண்டுமானாலும் பயன்படுத்தி பல்வேறு நோய்களுக்கு மருந்து கண்டுபிடிக்க முடியும்.

1,742 இந்திய மருத்துவத் தாவரங்களில் உள்ள 9,596 ஃபைட்டோ கெமிக்கல்களையும், அவற்றின் பண்புகளையும், இரு பரிமாண, முப்பரிமாண அமைப்புகளையும், எந்த வகை சிகிச்சைக்கு அவை மருந்தாகச் செயற்படுவதற்கான கூறுகளைக் கொண்டுள்ளன என்ற தரவுகளையும், இம்பாட் கொண்டுள்ளது.

கோவிட் தொற்று பரவத் தொடங்கியபோது, இந்தத் தரவுதளத்தில் உள்ள தாவர மூலக்கூறுகளில் எந்தெந்த மூலக்கூறுகள் கோவிட் தொற்றைக் குணப்படுத்தும் என கண்டுபிடிக்க வேண்டும் என்று முனைவர் அரிஜித் சமல் தலைமையிலான குழு வேலையில் இறங்கியது.

மூன்றரை மாத ஆராய்ச்சியின் முடிவில், TMPRSS2 நொதியுடன், வைரஸ் புரதம் சேராமல் தடுக்கக்கூடிய 96 மருந்து மூலக்கூறுகளை இந்த ஆய்வாளர்கள் கண்டறிந்தார்கள். இந்த மூலக்கூறுகள் 133 தாவரங்களில் இருக்கின்றன. கேதெப்சின் L நொதியை தடுக்கக்கூடிய 9 மூலக்கூறுகளை, 10 தாவரங்களில் இருந்தும் ஆய்வுசெய்து, அவற்றைப் பட்டியலிட்டிருக்கிறார்கள்.

இந்த ஆய்வுக்கு அவர்கள் மொத்தம் 14,011 ஃபைட்டோ கெமிக்கல்களை ஆய்வு செய்துள்ளனர். TMPRSS2 நொதியை மட்டுப்படுத்தும் வேதி மூலக்கூறுகளில் முதல் மூன்று மூலக்கூறுகள் *Strobilanthes cusia, Edgeworthia gardneri, Fumaria indica* ஆகிய தாவரங்களில் இருக்கின்றன.

கேதெப்சின் L நொதியை மட்டுப்படுத்தும் வேதி மூலக்கூறுகளில் முதல் மூன்று மூலக்கூறுகள் *Senna occidentalis, Hypecoum pendulum, Cinchona calisaya* ஆகிய தாவரங்களில் இருக்கின்றன.

கணித அறிவியல் நிறுவனத்தின் ஆராய்ச்சியாளர்கள் மேற்கொண்டுள்ள பணியின் முக்கியத்துவத்தை இதிலிருந்து உணரலாம். இந்திய மருத்துவத் தாவரங்களில் அடங்கியுள்ள மூலக்கூறுகளினால் கோவிட் நோய்க்கு விடிவு பிறந்தால் மகிழ்ச்சிதான்.

– நர்மதா