വിലാസം: കേരളകൗമുദി ഫ്ലാഷ്, പേട്ട, തിരുവനന്തപുരം.
email: tvmflash@gmail.com

സത്യം വിചിത്രം

സൂര്യനെ പ്രദക്ഷിണം ചെയ്യുകയും ഇടയ്ക്കെങ്കിലും ഒരു കോമ (അന്തരീക്ഷം), വാല് എന്നിവയിൽ ഏതെങ്കിലും പ്രദർശിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന ബഹിരാകാശ വസ്തുക്കളെയാണ് ധൂമകേതു (വാൽനക്ഷത്രം) എന്ന് പറയുന്നത്. കോമ (അന്തരീക്ഷം), വാല് എന്നിവ ധൂമകേതുവിൽ സൂര്യപ്രകാശവും സൗരവാതങ്ങളും പതിക്കുന്നതുകൊണ്ട്, അവയിലെ ഖരരൂപത്തിലുള്ള ജലം, കാർബൺഡൈഓക്സൈഡ്, മീഥേൻ മുതലായവ ബാഷ്പീകരിക്കപ്പെടുന്നതുമൂലം രൂപപ്പെടുന്നവയാണ്. ധൂമകേതുവിന്റെ ന്യൂക്ലിയസ് (കാമ്പ്) പാറ, പൊടി, ഹിമം എന്നിവയുടെ ഒരു മിശ്രണമാണ്. ഒരു ധൂമകേതുവിന്റെ ഭ്രമണപഥം തുടർച്ചയായി മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. ധൂമകേതുക്കൾ വരുന്നത് സൗരയൂഥത്തിലെ ആകലെയുള്ള ഗ്രഹമായ നെപ്ട്യൂണിനും പുറത്തുനിന്നുമാണ്. പ്രധാന ഗ്രഹങ്ങളുടെ അടുത്തെത്തുമ്പോൾ ധൂമകേതുക്കളുടെ സഞ്ചാരപഥത്തിൽ സാരമായ മാറ്റം വരുന്നു. ചില ധൂമകേതുക്കൾ സൂര്യനോട് വളരെ അടുത്ത ഭ്രമണപഥത്തിൽ എത്തുകയും നശിച്ചുപോവുകയും ചെയ്യുന്നു. മറ്റു ചിലത് സൗരയൂഥത്തിൽനിന്ന് എന്നന്നേയ്ക്കുമായി എറിഞ്ഞുകളയപ്പെടുന്നു

ചാക്യാർ മുക്ക്

ഓർഡർ

പൊതുസ്ഥലത്ത് കുടിച്ച് ബഹളമുണ്ടാക്കിയ ആളെ കോടതിയിൽ ഹാജരാക്കി. അവിടെയും അയാൾ ബഹളം തുടർന്നു. അപ്പോൾ ജഡ്ജി: ഓർഡർ! ഓർഡർ!

അതുകേട്ട് കുടിയൻ: എനിക്കൊരു പെഗ്ഗും രണ്ടു പൊറോട്ടയും ബീഫും

ഭാര്യ

ഇടവക വികാരി സൂസിയോട്: പത്തു പ്രമാണങ്ങളിൽ അന്യന്റെ ഭാര്യയെ സ്നേഹിക്കരുതെന്ന് നീ പഠിച്ചിട്ടുള്ളതല്ലേ. എന്നിട്ട് അയൽപക്കത്തെ ഭാര്യയും രണ്ടു കുട്ടികളുമുള്ള ജോസിനെ നീ സ്നേഹിക്കുന്നത് ശരിയല്ല.

സൂസി: അന്യ ഭർത്താവിനെ സ്നേഹിക്കരുതെന്നു പറഞ്ഞിട്ടില്ലല്ലോ അച്ചോ?

കരച്ചിൽ

ഭർത്താവ്: എന്താടീ കുട്ടി കരയുന്നത്? നീ ഒന്നും കൊടുത്തില്ലേ?

ഭാര്യ: ഞാനൊന്നു കൊടുത്തു അതാണ് കരയുന്നത്.

പൊന്നപ്പനും ദേവതയും

ഒരുദിവസം രാത്രി പൊന്നപ്പൻ ബിവറേജിൽ നിന്ന് കുപ്പിയും വാങ്ങി വരികയായിരുന്നു. വീട്ടിലേക്കുള്ള വഴിയിലെ തോടിന് കുറുകെയുള്ള ഒറ്റത്തടിപ്പാലം കടക്കുന്നതിനിടയിൽ കുപ്പി അരയിൽ നിന്ന് ഊർന്ന് ആഴമുള്ള തോട്ടിൽ വീണു. നീന്തൽ അറിയാത്ത പൊന്നപ്പൻ അവിടെയിരുന്ന് ചങ്ക് പൊട്ടി കരച്ചിലും തുടങ്ങി. അല്പം കഴിഞ്ഞതും അവിടെയൊരു ദേവത പ്രത്യക്ഷപ്പെട്ടുകൊണ്ട് പൊന്നപ്പനോട് വിവരങ്ങൾ ചോദിച്ചറിഞ്ഞു. എന്റെ കുപ്പി പോയെന്റെ ദേവിയേ എന്നുള്ള പൊന്നപ്പന്റെ ഹൃദയം തകർന്നുള്ള കരച്ചിൽ കേട്ട് ദേവത സെന്റിയായി. തോട്ടിലേക്ക് ഊളിയിട്ട് ദേവത ഒരു ജോണിവാക്കർ ബ്ലാക്ക് ലേബൽ ഫുള്ളുമായാണ് പൊന്തിവന്നത്. അതുകഴിഞ്ഞ് ദേവത ഒരു ബക്കാഡിയും കൊണ്ടുവന്നെങ്കിലും പൊന്നപ്പൻ അത് രണ്ടും തന്റെയല്ല എന്നു പറഞ്ഞ് സത്യസന്ധത കാണിച്ചു.

അവസാനം ദേവത പൊങ്ങിയെടുത്ത തന്റെ സൽസയും സത്യസന്ധതയ്ക്ക് സമ്മാനമായി ലഭിച്ച മറ്റ് രണ്ട് കുപ്പികളും വാങ്ങി സന്തോഷമായി കുടിച്ച് ഇഴഞ്ഞ് വീട്ടിലേക്ക് പോകുകയും ചെയ്തു. കുറച്ചു ദിവസം കഴിഞ്ഞ് പൊന്നപ്പൻ വീണ്ടും ഒറ്റത്തടിപ്പാലത്തിലിരുന്ന് കരയുകയാണ്. വീണ്ടും ദേവത പ്രത്യക്ഷപ്പെട്ടു. പഴയ പ്രശ്നം തന്നെ. പൊന്നപ്പന്റെ കുപ്പി തോട്ടിൽ പോയിരിക്കുന്നു.

അടുത്ത നിമിഷം തന്നെ ദേവത തോട്ടിലേക്ക് ഊളിയിട്ട് കൈയിൽ ഒരു ജോണിവാക്കറുമായി ഉയർന്ന് വന്ന് ചോദിച്ചു. ഇതാണോ നിന്റെ കുപ്പി? അതേ എന്റെ ദേവതയേ. ദേവത: പൊന്നുമോനേ പൊന്നപ്പ ഇന്ന് ഒന്നാം തീയതിയാണെന്നും ബിവറേജ് തുറക്കില്ലെന്നും നിന്നെപ്പോലെ എനിക്കുമറിയാം. ദൈവങ്ങളെ പറ്റിക്കാതെ വീട്ടിപ്പോടാ.

ട്രെയിൻ

യാത്രയ്ക്കിറങ്ങിയ ഭർത്താവും ഭാര്യയും റെയിൽവേസ്റ്റേഷനിൽ നിന്ന മറ്റൊരു യാത്രക്കാരനോട് ചോദിച്ചു: ഈ വരുന്ന ട്രെയിൻ ഏതാണ്?

അത് മെയിൽ ട്രെയിനാണ്.

ഭർത്താവ് ഭാര്യയോട് പറഞ്ഞു: എങ്കിൽ ഞാൻ ഇതേൽ പൊയ്ക്കൊള്ളാം ഫീമെയിൽ ട്രെയിൻ വരുമ്പോൾ നീ അതേൽ പോര്.

അറിവ് ഒരു ആനന്ദം

1. ഖലാസ്, ഇൻഫോർമേഴ്സ് എന്നീ പുസ്തകങ്ങൾ രചിച്ച പത്രപ്രവർത്തകൻ?
   ജെഡേ
2. യു.എസിന്റെ കിഴക്കൻ തീരപ്രദേശങ്ങളിൽ 2011 സെപ്റ്റംബറിൽ ആഞ്ഞടിച്ച ചുഴലിക്കാറ്റ് ഏത്?
   ഐറിൻ
3. 2011 സെപ്റ്റംബറിൽ അന്തരിച്ച പ്രമുഖ ട്രേഡ് യൂണിയൻ നേതാവ്?
   എം.കെ. പാന്ഥെ
4. ലോകജനസംഖ്യ 2011 നവംബറിൽ എത്ര?
   700 കോടി
5. 2011 നവംബറിൽ വിടപറഞ്ഞ മലയാള സാഹിത്യകാരൻ?
   കാക്കനാടൻ
6. 2011 ഡിസംബർ 27-ാം തീയതി രാജ്യം മുഴുവനായും ആഘോഷിക്കപ്പെട്ടത് ദേശീയ ഗാനത്തിന്റെ എത്രാമതു വയസാണ്?
   100-ാമത്
7. ശ്രീഹരിക്കോട്ടയിലെ സതീഷ് ചവാൻ സ്പേസ് റിസർച്ച് സെന്ററിലുള്ള സാറ്റലൈറ്റ് കൺട്രോൾ സെന്റർ പ്രസിഡന്റ് പ്രതിഭാ പാട്ടീൽ നാടിനായി സമർപ്പിച്ചത് എന്ന്?
   2012 ജനുവരി 2
8. 2014ലെ മുട്ടത്തുവർക്കി പുരസ്കാരം ലഭിച്ചത് ആർക്ക്?
   അശോകൻ ചരുവിൽ
9. കേരളത്തിലെ റെയിൽവേ കോച്ചുഫാക്ടറി എവിടെയാണ്?
   കഞ്ചിക്കോട്, പാലക്കാട്
10. വിശ്വനാഥ് ആനന്ദ് എത്രാമത് ചെസ് ചാമ്പ്യൻഷിപ്പാണ് 2013ൽ നേടിയത്?
    അഞ്ചാമത്
11. കൊച്ചിൻ മെട്രോ റെയിൽ പദ്ധതിയുടെ ശിലാസ്ഥാപനം നിർവഹിച്ച ഇന്ത്യൻ പ്രധാനമന്ത്രി?
    ഡോ. മൻമോഹൻസിംഗ്
12. വിവാദ കാർട്ടൂണിന്റെ പേരിൽ ജയിലിലടച്ച കാൺപൂരിൽ നിന്നുള്ള കാർട്ടൂണിസ്റ്റ്
    അസിം ത്രിവേദി
13. ഇന്ത്യയുമായി പുതിയ വിസാ കരാറിൽ ഒപ്പുവച്ച രാജ്യം?
    പാകിസ്ഥാൻ
14. കൊച്ചിൻ മെട്രോ റെയിൽ പദ്ധതിയുടെ തറക്കല്ല് ഇട്ടത് എന്ന്?
    2012 സെപ്തംബർ 13
15. അദ്ധ്വാനവർഗ സിദ്ധാന്തവും രാഷ്ട്രീയ സാമ്പത്തിക പഠനങ്ങളും എന്ന പുസ്തകം എഴുതിയത് ആര്?
    കെ.എം. മാണി
16. കാൻസറിന് എതിരായി കഴിക്കുന്ന പ്രാണി ഗുളിക?
    കോളിയോപ്ട്ടസ്
17. 2012ലെ ഒളിമ്പിക്സിൽ ആദ്യ ഇന്ത്യൻ മെഡൽ നേടിയതാര്?
    ഗഗൻ നാരംഗ്

HEALTH ZONE

വയറിലെ പ്രശ്നങ്ങൾ അവഗണിക്കരുത്

ആമാശയസംബന്ധമായി ഉണ്ടാകുന്ന അസ്വസ്ഥതയിൽ ഏറ്റവും പ്രധാനമാണ് ആമാശയവീക്കം. മദ്യപാനവും ചിലയിനം മരുന്നുകളുടെ ഉപയോഗവും ഇത്തരം പ്രശ്നങ്ങൾക്കുള്ള സാധ്യത കൂട്ടുന്നു. കൂടാതെ എച്ച് പൈലോറി ബാക്ടീരിയയും പ്രധാന കാരണമാണ്. തൽഫലമായി വയറുവേദന, വയറ് വീക്കം, ഓക്കാനം, ഛർദ്ദി, വയറെരിച്ചിൽ എന്നിവ ഉണ്ടാകുന്നു. കുടൽസംബന്ധമായ അസ്വസ്ഥതയിൽ ഉൾപ്പെടുന്നവയാണ് ആമാശയ നീർകെട്ടു രോഗം. പ്രധാനമായും വയറിളക്കം, വിശപ്പില്ലായ്മ, വയറുവേദന, മലത്തിൽ രക്തത്തിന്റെ അംശം കാണുക എന്നിവയാണ് ഇതിന്റെ ലക്ഷണങ്ങൾ.

ഇവ കൂടാതെ മലാശയത്തെ ബാധിക്കുന്ന പൈൽസ്, കരളിനുണ്ടാകുന്ന അസ്വസ്ഥത, വൻകുടലിലെ അപ്പന്റിസൈറ്റിസ്, പാൻക്രിയാസ് ഗ്രന്ഥിക്കുണ്ടാകുന്ന അസ്വസ്ഥത, പിത്താശയകല്ല്, പിത്താശയത്തിലെ അസ്വസ്ഥത എന്നിവയും കുടലിനെ ബാധിക്കുന്നു.

ഗ്യാസിന്റെ ബുദ്ധിമുട്ട് ജീവിതത്തിൽ എപ്പോഴെങ്കിലും അനുഭവിച്ചിട്ടില്ലാത്തവർ വിരളം തന്നെ. വയറിന്റെ മിക്കവാറും പ്രശ്നങ്ങൾ എല്ലാം ആളുകൾ ഗ്യാസ് ആയിട്ടാണ് കണക്കാക്കാറുള്ളത്. എന്നാൽ എല്ലാ ബുദ്ധിമുട്ടുകളും ഗ്യാസ് എന്ന രീതിയിൽ തള്ളിക്കളയാൻ സാധ്യമല്ല. മാനസിക പിരിമുറുക്കങ്ങളും ജീവിതശൈലിയും അസിഡിറ്റിയുടെ നിരക്ക് ഗണ്യമായി വർദ്ധിപ്പിക്കും.

അതുപോലെ ഇന്ന് സർവസാധാരണമാണ് ഇറിറ്റബിൾ ബോവൽ സിൻഡ്രോം. പ്രത്യേകിച്ച് ഗൗരവമേറിയ രോഗാവസ്ഥ അല്ല ഇതെങ്കിലും നല്ലൊരു വിഭാഗവും ഇതിന്റെ ബുദ്ധിമുട്ട് അനുഭവിക്കുന്നവരാണ്. കുടലിൽ എത്തപ്പെടുന്ന ആഹാരം കുടലിന്റെ സവിശേഷമായ ചലനത്തിന്റെ ഭാഗമായാണ് മുന്നോട്ട് നീങ്ങുന്നത്. ഈ ചലനത്തിന്റെ സ്വാഭാവികതയിലുണ്ടാകുന്ന മാറ്റമാണ് ഇതിന് പ്രധാനകാരണം. ഇത് കാരണം വയറുവേദന, വയറു വീർക്കുക പോലുള്ള അവസ്ഥ, മലബന്ധം, വയറിളക്കം, വയറ്റിൽ നിന്ന് ശബ്ദമുണ്ടാക്കുക തുടങ്ങിയ ലക്ഷണങ്ങൾ അനുഭവപ്പെടുന്നു.

ഡോ. എം.ജി ഉമ്മൻ
ബി.എച്ച്.എം.എസ്
സീനിയർ കൺസൾട്ടന്റ്,
ഗ്യാസ്ട്രോ
ആൻഡ് പൈൽസ് ക്ലിനിക്
AIHMS ഹോമിയോപ്പതി മൾട്ടി സ്പെഷ്യാലിറ്റി ക്ലിനിക്
ഫോൺ: 9446919191.