

ಪ್ರಜ್ಞಾನ ಪತ್ರಿಕೆ

10-12-2022

ಪ್ರಥಮ್ ಮೈಸೂರ್ ಪ್ರೇರಿತ

ಸಂಚಿಕೆ - 11

ಪೆಂಗ್ವಿನ್ ಪಕ್ಷಿಗಳು - ಒಂದು ಸೋಜಿಗ



ಮಕ್ಕಳೇ, ಚಳಿಗಾಲ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಿದೆ. ಚಳಿ ತಡೆಯಲುನಾವು ಬೆಚ್ಚಗಿನ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸುತ್ತೇವೆ. ದಕ್ಷಿಣ ಧ್ರುವ ಪ್ರದೇಶದ ಸಾಗರ ತೀರದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಕಾಣಿಸಿಗುವ ಪೆಂಗ್ವಿನ್ ಪಕ್ಷಿಗಳು ಹಾರಲಾರವು. ಅಲ್ಲಿನ ಅತಿ ಶೀತ ವಾತಾವರಣ, ಸದಾ ಹಿಮದಿಂದ ಕೂಡಿದ ಭೂ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಬದುಕ ಬಲ್ಲವು ಎಂಬುದೇ ಸೋಜಿಗ. ಅವುಗಳ ದೇಹದ ರಚನೆ ಹೇಗೆ ಸಹಾಯಕವಾಗಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಯೋಣ.

1. ಪೆಂಗ್ವಿನ್ ಗಳ ಚರ್ಮದ ಕೆಳಗೆ ದಪ್ಪನಾದ ಕೊಬ್ಬಿನ ಪದರವಿದೆ. ಇದು ದೇಹದ ಉಷ್ಣವನ್ನು ಹಿಡಿದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯಕ ಮತ್ತು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಇಳಿದಾಗ ಮುಳುಗದೇ ಇರಲೂ ಸಹಾಯಕ.

2. ನೂರಾರು ಪೆಂಗ್ವಿನ್ ಗಳು ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತವೆ. ಒತ್ತೊತ್ತಾಗಿ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಇದರಿಂದ ದೇಹದ ತಾಪ ಹಿಡಿದಿಡಲು ಅನುಕೂಲವಾಗಿದೆ. ಗುಂಪಿನ ಅಂಚಿನಲ್ಲಿರುವ ಪೆಂಗ್ವಿನ್ ಗಳು ಆಗಾಗ ಗುಂಪಿನ ಒಳಭಾಗಕ್ಕೆ ಸರಿಯುತ್ತವೆ.

3. ಪೆಂಗ್ವಿನ್ ಗಳ ಬೆನ್ನು ಭಾಗದ ಪುಕ್ಕಗಳು ಕಪ್ಪು/ಗಾಢ ಕಂದು ಬಣ್ಣವಾಗಿದ್ದು, ಸೂರ್ಯನಿಂದ ಬರುವ ಶಾಖವನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯಕವಾಗಿದೆ.

4. ಪೆಂಗ್ವಿನ್ ಗಳು ಗೂಡು ಕಟ್ಟುವುದಿಲ್ಲ. ಹಿಮದಿಂದ ಕೂಡಿದ ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಮೊಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಇಡದೆ ಅವು ತಮ್ಮ

ಮೊಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಕಾಲುಗಳ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿಕೊಂಡು ಕಾವು ಕೊಟ್ಟು ಮರಿಮಾಡುತ್ತವೆ.



ಚಳಿಗಾಲದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಚರ್ಮ ಏಕೆ ಒಡೆಯುತ್ತದೆ?

ಚಳಿಗಾಲದಲ್ಲಿ ವಾತಾವರಣವು ಶುಷ್ಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ತೇವಾಂಶವು ಕಡಿಮೆ ಇರುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ದೇಹದಿಂದ ತೇವಾಂಶವು ವಾತಾವರಣಕ್ಕೆ ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ತೇವಾಂಶವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡ ಚರ್ಮ ಒಡೆಯಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ. ಚರ್ಮದ ಮೇಲೆ ಎಣ್ಣೆ, ಮುಲಾಮು ಸವರುವುದರಿಂದ ದೇಹದಲ್ಲೇ ತೇವಾಂಶ ಉಳಿಯಲು ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಚರ್ಮ ಒಡೆಯುವುದಿಲ್ಲ.

ಚಳಿಗಾಲದಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆ ಹೇಗೆ?



ಚಳಿಗಾಲದಲ್ಲಿ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ಧೂಳು ಅಧಿಕ ವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ರೋಗಕಾರಕ ವೈರಾಣುಗಳೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಉಸಿರಾಟಕ್ಕೆ ತೊಂದರೆಯಾಗಬಹುದು. ಬೆಚ್ಚಗಿನ ಬಟ್ಟೆ ಧರಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಹೊರಗೆ ಹೋಗುವಾಗ ಖಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಮಾಸ್ಕ್ ಧರಿಸಬೇಕು. ತಾಜಾ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ ಒಳ್ಳೆಯದು. ಕಿತ್ತಳೆ, ಬೆಟ್ಟದ ನೆಲ್ಲಿಕಾಯಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ತಿನ್ನಬೇಕು. ಶುಂಟೆ, ತುಳಸಿ ಕಷಾಯ ನಿತ್ಯ ಒಮ್ಮೆ ಸೇವಿಸಬೇಕು.

ವಿಜ್ಞಾನಿ ಕಮಲಾ ಸೋಹಾನಿಯವರ ಕೊಡುಗೆ.



ಕಮಲಾರವರು 1933 ರಲ್ಲಿ ಮುಂಬೈ ವಿಶ್ವ ವಿದ್ಯಾನಿಲಯದಿಂದ BSc ಪದವಿ ಪಡೆದರು. ಕೆಂಬ್ರಿಜ್ ವಿದ್ಯಾನಿಲಯದಿಂದ ಡಾಕ್ಟರೇಟ್ ಪದವಿಯನ್ನು ಪಡೆದ ಮೊದಲ ಭಾರತೀಯ ಮಹಿಳೆ. ಇವರು ನಡೆಸಿದ ಅನೇಕ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸಂಶೋಧನೆಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯ ಜನರ ಒಳತಿಗೆ ಆಗಿದೆ.

#ವಿಟಮಿನ್ 'ಸಿ' ಕೊರತೆಯಿಂದಾಗಿ ಉಂಟಾಗುವ ಸ್ಕರ್ವಿ ಎಂಬ ಖಾಯಿಲೆಗೆ ಕಾಳುಗಳು ಸೇವನೆ ಬಗ್ಗೆ ನಡೆಸಿದ ಅಧ್ಯಯನ ಗಮನಾರ್ಹ.

#ಆಹಾರ ಕಲಬೆರಿಕೆಯನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯುವ ಸುಲಭ 'ಕಿಟ್' ತಯಾರಿಸಿ ಶಾಲಾಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಅದನ್ನು ಬಳಸುವ ತರಬೇತಿ ನೀಡಿದರು.

ನೀರಾ-ಒಂದು ಬಗೆಯ ತಾಳೆಮರದಿಂದ ಪಡೆಯಬಹುದಾದ ಪಾನೀಯದಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಬರುವ ಪೋಷಕಾಂಶದ ಬಗ್ಗೆ ನಡೆಸಿದ ಸಂಶೋಧನೆ ಅಪಾರ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಇವರಿಗೆ ರಾಷ್ಟ್ರಪತಿ ಪ್ರಶಸ್ತಿಗೆ ನೀಡಲಾಯಿತು.



ಪ್ರಥಮ್ ಚಟುವಟಿಕೆ ಮತ್ತು ಸಂಪನ್ಮೂಲ ಕೇಂದ್ರ

ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ವಿಜ್ಞಾನ ಕಲಿಯಲು, ಕಲಿಸಲು ನಮ್ಮ ಕೇಂದ್ರವು ಉತ್ತಮ ಕೇಂದ್ರವಾಗಿದೆ. ಸದಸ್ಯತ್ವ ಉಚಿತ, ಸ್ವಯಂ ಸೇವಕರಾಗಲು ಅವಕಾಶವಿದೆ.

ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ: +919110477512

