ರಾಸಾಯನಿಕ ಪದಾರ್ಥಗಳ ಬಳಕೆಯಿಂದ ಬುದ್ಧಿಮಾಂದ್ಯ ಮಕ್ಕಳ ಪ್ರಮಾಣ ಹೆಚ್ಚಳ: ಡಾ.ಖಾದರ್ ಕಳವಳ

# ಸಿರಿಧಾನ್ಯ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಆರೋಗ್ಯ ವೃದ್ಧಿ

**ವಿಶ್ವವಾಣಿ ಸುದ್ದಿಮನೆ** ಬೆಂಗಳೂರು

ರಾಸಾಯನಿಕಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಬೆಳೆದ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳ ಸೇವನೆಯಿಂದ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಬುದ್ಧಿಮಾಂದ್ಯ ಮಕ್ಕಳ ಪ್ರಮಾಣ ಶೇ.30ರಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ ಎಂದು ಎಂದು ಆಹಾರ ತಜ್ಞ ಡಾ.ಖಾದರ್ ಕಳವಳ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದರು.

ನಗರದ ಮಲ್ಲೇಶ್ವರ ಸರಕಾರಿ ಬಾಲಕಿಯರ ಪಿಯು ಕಾಲೇಜಿನ ಆವರಣದಲ್ಲಿ ದೇಸಿರಿ ನಾಚುರಲ್ಸ್ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ಭಾರತಿ ಜಂಟಿಯಾಗಿ ಆಯೋಜಿಸಿದ್ದ 'ಆಹಾರವೇ ಔಷಧ' ಉಪನ್ಯಾಸ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡಿ, 1950ರಲ್ಲಿ ಕೋಟಿಗೊಬ್ಬರಂತೆ ಇದ್ದ ಬುದ್ಧಿಮಾಂದ್ಯರ ಸಂಖ್ಯೆ ಇಂದು ಶೇ 30ಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿದೆ. ರಾಸಾಯನಿಕಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಬೆಳೆದ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳಿಂದ ಇಡೀ ಮಾನವ ಸಮುದಾಯ ಅನಾರೋಗ್ಯದ ಕಡೆ ಪಯಣ ಬೆಳೆಸಿದೆ ಎಂದು ಆತಂಕ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದರು.

ಹುಟ್ಟುವ ಮಕ್ಕಳು ಒಂದಿಲ್ಲೊಂದು ದೈಹಿಕ ನ್ಯೂನ್ಯತೆಗಳಿಗೆ ತುತ್ತಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂದ ಕೂಡಿರದ, ಅಸಮರ್ಪಕ ಬೆಳವಣಿಗೆ, ನರಗಳ ಸರಿಯಾದ ಸಂಯೋಜನೆ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು, ಮಾನಸಿಕ ದೌಬಲ್ಯವಿರುವ ಮಕ್ಕಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ. ಇಂತಹವನ್ನು ಸರಿ ಮಾಡುವುದೇ ವೈದ್ಯಲೋಕಕ್ಕೆ ಸವಾಲಾಗಿದೆ. ರಾಸಾಯನಿಕಗಳಿಂದ ಬೆಳೆದ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳ ಬದಲಾಗಿ ಸಿರಿಧಾನ್ಯಗಳನ್ನು ಬಳಸಬೇಕು. ನವಣೆ, ಸಾಮೆ, ಊರಲು, ಅರ್ಕ ಪದಾರ್ಥಗಳ ಬಳಕೆಯಿಂದ ಒತ್ತಡ ನಿವಾರಣೆ, ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಳ, ಶಕ್ತಿ ಬಲವರ್ಧನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದರು.

ರಾಸಾಯನಿಕ ಬಳಕೆಯಿಂದ ಭೂಮಿಯೂ ಮಲಿನಗೊಳ್ಳುತ್ತಿದೆ. ಭತ್ತ, ಕಬ್ಬು, ಗೋಧಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿರುವ ಕಾರಣ ಫಲವತ್ತಾದ ಭೂಮಿ ಕಳೆದು ಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಸಾವಯವ ಕೃಷಿಯಿಂದ ಭೂಮಿಯ ಫಲವತ್ತತೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ ಎಂದರು.

**ಸಿರಿಧಾನ್ಯಗಳ ಖಾದ್ಯ ತಯಾರಿಕೆ ಸ್ಪರ್ಧೆ ಯಲ್ಲಿ ತಯಾರಿಸಿದ ಖಾದ್ಯಗಳನ್ನು ಆಹಾರತಜ್ಞ ಡಾ.ಖಾದರ್ ಸೇರಿದಂತೆ ಮತ್ತಿತರರು ಸವಿದರು.**

**ನಾರ್ಕೋಡ್ ನ್ಯಾಚುರಲ್ಸ್ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಜೇನು ತುಪ್ಪವನ್ನು ಖರೀದಿಸುತ್ತಿರುವ ಗ್ರಾಹಕರು.**

## ಬಾಯಿ ಚಪ್ಪರಿಸಿದ ಖಾದ್ಯ ಪ್ರಿಯರು

ಉಪನ್ಯಾಸ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಕ್ಕೂ ಮೊದಲು ಸಿರಿಧಾನ್ಯಗಳ ಖಾದ್ಯ ತಯಾರಿಕೆ ಸ್ಪರ್ಧೆ ಆಯೋಜಿಸಲಾಗಿತ್ತು. ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ತಯಾರಿಸಿದ ಕೊರಲೆ ಮುದ್ದೆ, ಸಿರಿಧಾನ್ಯ ಬಿಸಿಬೇಳೆ ಬಾತ್, ನವಣೆ ಲಡ್ಡು, ಅಂಬಲಿ ನೆರೆದಿದ್ದವರ ಬಾಯಲ್ಲಿ ನೀರೂರಿಸಿತು. ಬಾಣಸಿಗರು ತಯಾರಿಸಿದ ಸಿರಿಧಾನ್ಯಗಳ ಖಾದ್ಯಗಳ ಸ್ಯಾಂಪಲ್‌ಗಳನ್ನು ಸವಿದು ಖಾದ್ಯ ಪ್ರಿಯರು ಬಾಯಿ ಚಪ್ಪರಿಸಿದರು. ಈ ಸ್ಪರ್ಧೆಗೆ 10 ಬಾಣಸಿಗರು ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಂಡವರ ಪೈಕಿ 5 ಮಂದಿ ಪಾಲ್ಗೊಂಡಿದ್ದರು. ಇವರಲ್ಲಿ ಶ್ವೇತಾ ಎಂಬುವವರು ತಯಾರಿಸಿದ ಕೊರಲೆ ಮುದ್ದೆ ಪ್ರಥಮ ಬಹುಮಾನ, ಬಿಸಿಬೇಳೆ ಬಾತ್, ನವಣೆ ಲಡ್ಡು, ಅಂಬಲಿ ತಯಾರಿಸಿದ ಭವ್ಯತಾ ಮತ್ತು ಸೂರ್ಯಕಲಾ ಅವರು ಕ್ರಮವಾಗಿ ದ್ವಿತೀಯ ಮತ್ತು ತೃತೀಯ ಬಹುಮಾನ ಪಡೆದರು.

## ಮಾರಾಟ ಮತ್ತು ಪ್ರದರ್ಶನ ಮೇಳ

ಸಿರಿಧಾನ್ಯ ಹಾಗೂ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಉತ್ಪನ್ನಗಳ ಮಾರಾಟ ಮತ್ತು ಪ್ರದರ್ಶನ ಮೇಳ ಆಯೋಜಿಸಲಾಗಿತ್ತು. ಈ ಮೇಳದಲ್ಲಿ ಆರಕ್ಕೂ ಅಧಿಕ ಮಳಿಗೆಗಳನ್ನು ತೆರೆಯಲಾಗಿತ್ತು. ಎತ್ತಿನ ಗಾಣದಿಂದ ತಯಾರಿಸಿದ ಎಣ್ಣೆ, ಸಿರಿಧಾನ್ಯ, ತಾಟಿ ಬೆಲ್ಲ, ನಾರ್ಕೋಡ್ ನ್ಯಾಚುರಲ್ಸ್ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಜೇನು ತುಪ್ಪ, ಕೂರ್ಗ್‌ನ ಶ್ರೀಮಧು ಜೇನು ತುಪ್ಪ, ಕಾಡುಮಾವಿನ ಉಪ್ಪಿನಕಾಯಿ ಸೇರಿದಂತೆ ಇತರೆ ಪದಾರ್ಥಗಳ ಮಾರಾಟದ ಭರಾಟೆ ಜೋರಾಗಿತ್ತು.

**ಸಿರಿಧಾನ್ಯಗಳ ಕುರಿತು ಅಪಪ್ರಚಾರ ಮಾಡಲು ಕೆಲ ನಕಲಿ ತಜ್ಞರು ಹುಟ್ಟಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಸಿರಿಧಾನ್ಯಗಳ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಥೈರಾಡ್, ನಿದ್ರಾಹೀನತೆ ಬರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇದೆಲ್ಲ ಸುಳ್ಳು. ಇಂತವರ ಕುರಿತು ಜನರು ಜಾಗೃತಿವಹಿಸಬೇಕು.**

**-ಡಾ.ಖಾದರ್**, ಆಹಾರ ತಜ್ಞ