



விண்வெளி வீராங்கனை கல்பனா சாவ்லாவை முன்னோடியாக நினதைத்து, விண்வெளி ஆராய்ச்சியில் ஈடுபட்டு அமெரிக்காவில் உள்ள நாசா விண்வெளி ஆய்வகத்திற்கு சல்லவணைட்டுமென்று கனவகண்ட ஆஷ்னா சூதாகர் (27) அண்மையில் தன்னுடைய ஆசையை நிறைவற்றையுள்ளார்.

கோழிக்கோட்டு, கோட்டுவலே கிராமத்தசை சரேந்த ஆஷ்னாவின் பெற்றோர் விவசாயக் குடும்பத்தசை சரேந்தவர்கள். சிறுவயது முதலே கல்வியில் ஆர்வமாக இருந்தாலும், ஆஷ்னாவககு விண்வெளி ஆராய்ச்சியில் அதிக ஈடுபாட்டு.

2008-ஆம் ஆண்டு கல்லரி பதிப்பை முடித்தவுடன் நனைதாலில் உள்ள ஆர்யபட்டா ஆராய்ச்சி நிறுவனம் மற்றும் வி.எஸ்.எஸ்.சி. மலம் அமெரிக்காவில் உள்ள நாசாவில் குறிப்பிட்ட எல்லகைகள் வசிககும் உரிமை அடிப்படையில் பயிற்சி பெற விண்ணப்பித்தார்.

கடும்யான நரேமுகத் தரேவககுப் பின்னர் இவரது ஆய்வகக் கட்டுரைகளைப் பரிசீலித்து, மகாராஷ்டிரத்தில் உள்ள நாசா விண்வெளி பள்ளியில் 15 நாள் பயிற்சிக்கு அனுமதியிக் கப்பட்டது. தொடர்ந்து "இன்டர்னசிப்" அனுமதியின் பரேல் நாசாவககு மின்னறு மாத காலம் பயிற்சிக்குச் சனென்று கடந்த செப்டம்பர் மாதம் இந்தியா திரும்பியுள்ளார்.

தன்னுடைய கனவ நனவானது குறித்து மகிழ்ச்சியடைந்துள்ள ஆஷ்னா, மலேும் ஆய்வகளை மறே கொள்ள மீண்டும் நாசா சல்லவனுள்ளார். தற்போது சனெக்னாச்சரே என்.எஸ்.எஸ். இந்து கல்லரியில் முனவைர் பட்டம் பெற ஆய்வு செய்து வரும் ஆஷ்னா, எழுவதுவதிலும் நடனத்திலும் கட்ட ஆர்வகிகவர்.

ஊடுடுடுடு ஊடுடுடுடுடுடுடுடு ஊடுடுடு ஊடுடுடு...

உடலில் சூரககும் இன்சுலின் போதுமான அளவூ இல்லாமல் போவதால் 20 வயதகைக் கடந்த பணை களுககும் நீரிழிவூ நாய் வருகிறது. குடும்பத்தில் அம்மா அல்லது அப்பாவககும் நீரிழிவூ நாய் இருந்தாலகூ, உடல் பரூமனாக இருந்தாலகூ நீரிழிவூ நாய் பாதிப்பதற்கான சாததியம் அதிகம். இதன் பின் விளவைுகள் பல பணை களுககும் தரே வதில்லை. அடிக் கடி சிறுநீர் கழித்தல், பிறப்புறுப்பில் அரிப்பு, அதிக தாகம் எடுத்தல், நாககூ வறட்சி, அதிகப் பசி, சரேர்வூ, எடகை குறதைல், தலூலில் அரிப்பு, மயககம் போன்ற அறிகுறிகள் இருககும் பணை கள் உடனடியாக ரத்தம், சிறுநீர் பரிசுதனை செய்துகொள்ள வணைட்டும். அதில் நீரிழிவூ நாய் இருப்பது உறுதி செய்யப்பட்டால் அந்தப் பணை மட்டுமல் லாமல் அவரைச் சார்ந்திருப்பவர்களும் ஒத்துழதை தால் மட்டுமே நீரிழிவூ நாயகைக் கட்டுககூள் வதை திரூக்க முடியும்.

முறையான உணவுக் கட்டுப்பாடு, நடபை

பயிற்சி, உடற்பயிற்சி போன்றவற்றின் மூலம் சர்க்கரையைக் கட்டுப்பாட்டில் வைத்திருக்க முடியும். நீரிழிவு நோய் உள்ள பணிகள் நேரம் தவறாமல் சாப்பிடாவிட்டால் சர்க்கரை அளவு குறைந்து நினைவிழக்கும் அபாயம் உள்ளது. அளவுக்கு அதிகம் சாப்பிடுபவர்கள், இனிப்பு சாப்பிடுபவர்கள் ஆகியோருக்கு நீரிழிவு நோய் கட்டுப்பாட்டில் இல்லாமல் பல தொந்தரவுகளைக் கொடுக்கும். ஒரு பண்ணைக்கு நீரிழிவு நோய் ஏற்பட்டால் அவர் மட்டுமல்லாமல் அவருடன் இருப்பவர்களுக்கும் பொறுப்பு அதிகம். ஏனென்றால் குடும்பத்தில் இருக்கும் அனைவரையும் அக்கறையுடன் கவனித்துக் கொள்ளும் பணிகள், தங்களைக் கவனித்துக் கொள்வதில்லை. இந்த வழக்கத்தையே பணிகள் மாற்றிக் கொள்ள வேண்டும்.

மேலும், மாதவிடாய் நின்ற பணிகளிடம் நீரிழிவு நோய் அதிகமாகக் காணப்படுகிறது. இந்த நோய்க்கு 1923இல் இன்சுலின் மருந்து கண்டுபிடிக்கப்பட்டது. அதைக் கண்டுபிடித்த கனடா நாட்டு மருத்துவர் ஃபிரெடரிக் பண்டிங் கின் பிறந்த நாளான நவம்பர் 14ஆம் தேதி, உலக நீரிழிவு நோய் நாளாக 1991ஆம் ஆண்டு முதல் கடைப்பிடிக்கப்பட்டு வருகிறது என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.