

# ಚಿತ್ರೀಕರಣ

ಕನ್ನಡಪ್ರಭ 1.9.2010

ಮೈಗ್ರೇನ್ ಎಲ್ಲರಲ್ಲಿಯೂ ಒಂದೇ ರೀತಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಅಥವಾ ನಿಗದಿತ ಅವಧಿಯಲ್ಲೇ ಕಾಡುತ್ತದೆ ಎನ್ನಲಾಗದು, ಕೆಲವರಿಗೆ ಇದು ದಿನದ ತಲೆಬೇನೆಯಾಗಬಹುದು. ಇನ್ನೂ ಕೆಲವರಿಗೆ ತಿಂಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಬರಬಹುದು, ಎರಡು ಅಥವಾ ಮೂರು ತಿಂಗಳಿಗೂ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆದರೆ ಒಮ್ಮೆ ಬಂದ ನಂತರ ಸುಲಭವಾಗಿ ಬಿಟ್ಟುಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅತಿ ಕಡಿಮೆ ಎಂದರೆ ನಾಲ್ಕು ಗಂಟೆಯಾದರೂ ಕಾಡುತ್ತದೆ.



## ಮೈಗ್ರೇನ್‌ಗೂ ಮದ್ದಿದೆ

ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣಗಳು  
 ● ಬಹಳ ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡ, ಹಠಾಶೆ, ಸಿಟ್ಟು  
 ● ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಹಾರ್ಮೋನ್‌ಗಳ ಏರುಪೇರು  
 ● ಸರಿಯಾದ ಸಮಯಕ್ಕೆ ನಿದ್ರೆ ಮಾಡದಿರುವುದು  
 ● ಕೆಲವು ಅಲರ್ಜಿಗಳು  
 ● ದೇಹಕ್ಕೆ ಒಗ್ಗದ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ  
 ● ಮಲಬದ್ಧತೆ ಅಥವಾ ಆ ಸಂಬಂಧಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು  
 ● ಕೆಲವು ನರ ಸಂಬಂಧಿ ದೋಷಗಳು ಮೊದಲಾದವು  
 ಲಕ್ಷಣಗಳು  
 ● ಅತಿಯಾದ ತಲೆನೋವು, ಅದರಲ್ಲೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಅರೆತಲೆನೋವು  
 ● ವಾಕರಿಕೆ, ವಾಂತಿ, ಆಲಸ್ಯ  
 ● ಶಬ್ದ, ತೀವ್ರ ಬೆಳಕು, ಅತಿಯಾದ ಯಾವುದೇ ವಾಸನೆ ಸಹಿಸಲು ಆಗದಿರುವುದು  
 ● ಕಣ್ಣು ಮಂಜಾಗುವುದು, ಮಸುಕಾಗುವುದು, ದೃಷ್ಟಿ ಮಧ್ಯೆ ಬೆಳಕಿನ ಕಿರಣ ಕಂಡಂತಾಗುವುದು ಮೊದಲಾದವು.  
 ಮೈಗ್ರೇನ್ ಎಲ್ಲರಲ್ಲಿಯೂ ಒಂದೇ ರೀತಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಅಥವಾ ನಿಗದಿತ ಅವಧಿಯಲ್ಲೇ ಕಾಡುತ್ತದೆ ಎನ್ನಲಾಗದು, ಕೆಲವರಿಗೆ ಇದು ದಿನದ ತಲೆಬೇನೆಯಾಗಬಹುದು. ಇನ್ನೂ ಕೆಲವರಿಗೆ ತಿಂಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಬರಬಹುದು, ಎರಡು ಅಥವಾ ಮೂರು ತಿಂಗಳಿಗೂ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆದರೆ ಒಮ್ಮೆ ಬಂದ ನಂತರ ಸುಲಭವಾಗಿ ಬಿಟ್ಟುಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅತಿ ಕಡಿಮೆ ಎಂದರೆ ನಾಲ್ಕು ಗಂಟೆಯಾದರೂ ಕಾಡುತ್ತದೆ. ಮೂರ್ನಾಲ್ಕು ದಿನಗಳ ವರೆಗೆ ಮುಂದುವರೆಯುವುದೂ ಇದೆ. ಇಂಥ ನೋವು

ನಿತ್ಯದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಏರುಪೇರು ಮಾಡುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಆರೋಗ್ಯದ ಇತರ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೂ ದಾರಿ ಮಾಡಿಕೊಡುವುದಿದೆ.  
 ಆಧುನಿಕ ವೈದ್ಯಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ಮೈಗ್ರೇನ್‌ಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಅಥವಾ ಪರಿಹಾರ ಎನ್ನುವುದು ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ. ಕೆಲವು ನೋವು ನಿವಾರಕ ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ವೈದ್ಯರು ನೀಡುತ್ತಾರಾದರೂ ಅವೆಲ್ಲ ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಉಪಶಮನ ನೀಡುವಂಥವು. ಇವು ನೋವನ್ನು ಅದುಮಿಡುತ್ತವೆಯೇ ವಿನಃ ಕಿತ್ತುಹಾಕುವುದಿಲ್ಲ. ಮೂಲ ಸಮಸ್ಯೆ ದೇಹದಲ್ಲೇ ಉಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ, ಮಾತ್ರೆಯ ಪ್ರಭಾವ ಕಡಿಮೆಯಾದಾಗ ಪುನಃ ತಲೆ ಎತ್ತುತ್ತದೆ.  
 ಮೈಗ್ರೇನ್‌ಗೆ ಮದ್ದೆಂದರೆ ಆಯುರ್ವೇದವೇ, ಸಮಸ್ಯೆಯ ಮೂಲಕ್ಕೆ ಕೈ ಹಾಕುವುದು ಇಲ್ಲಿನ ವಿಶೇಷ. ದೇಹದಲ್ಲಿ ತುಂಬಿರುವ ನಂಜನ್ನು ಹೊರತೆಗೆಯುವುದು ಹಾಗೂ ದೇಹದ ಬೀರ್ಣಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುವ ಮೂಲಕ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವುದು ಆಯುರ್ವೇದದ ಮೂಲಮಂತ್ರ. ಇದಕ್ಕೆ ಸ್ಥಳೀಯವಾಗಿ ಶಿರೋ ಪಿಚು ಹಾಗೂ ಶಿರೋಧಾರಾ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ. ಕಾಯಿಲೆಯನ್ನು ಬೇರು ಸಮೇತ ಕಿತ್ತೆಸೆಯಬೇಕು ಎಂದರೆ ವಿರೇಚನ, ಬಿಸ್ಕಿ ಹಾಗೂ ನಸ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ಸಹಕಾರಿ. ಇವುಗಳಿಂದ ದೇಹದ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಕೂಡ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ದೈಹಿಕ ಹಾಗೂ ಮಾನಸಿಕ ಆರಾಮ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ.  
 ಮಾಹಿತಿಗೆ: 080-23505777, 9341226614  
 ■ಡಾ. ಎಸ್.ಎಸ್. ಹಿರೇಮಠ

# ತಲೆನೋವು

# ಇನ್ನಿಲ್ಲ

ಹುಣ್ಣು ಬಿಡಲಾಗದಂಥ ತಲೆನೋವು ಹೊತ್ತು ಏರಿದಂತೆ ನೋವೂ ಜಾಸ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಏನೂ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲಾಗದ ಸ್ಥಿತಿ, ಯಾರು ಏನೇ ಹೇಳಿದರೂ ಕೋಪ ನೆತ್ತಿಗೇರುತ್ತದೆ. ಸಂಜೆಯಾದಂತೆ ಎಲ್ಲವೂ ತಿರುವು ಮುರುವು ತಲೆನೋವು ತಿಳಿಯಾಗುತ್ತದೆ... ಅನುಮಾನವೇ ಬೇಡ. ಇದು ಖಂಡಿತ ಮೈಗ್ರೇನೇ.  
 ಹೌದು, ಈ ಮೈಗ್ರೇನ್ ಸಮಸ್ಯೆಯೇ ಹಾಗೆ. ಅಕ್ಷರಶಃ ಅರೆ ತಲೆಬೇನೆ. ಅಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲಿ ಎಂದಲ್ಲ, ಇಡೀ ವಿಶ್ವವೇ ಇದರ ಕಾಲ ಕೆಳಗಿದೆ. ಕಾರಣ, ನಾವೆಲ್ಲ ರೂಡಿಸಿಕೊಂಡ ಆಧುನಿಕ ಜೀವನಶೈಲಿ. ಕೆಲವು ಅಧ್ಯಯನ ವರದಿಗಳು ಹೇಳುವ ಪ್ರಕಾರ, ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಶೇ. 15ರಷ್ಟು ಮಂದಿ ತೀವ್ರ ಮೈಗ್ರೇನ್ ನಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ವಿಚಿತ್ರ ಎಂದರೆ ಇದರ ಲಿಂಗಭೇದ ನೀತಿ. ಅಂದರೆ ಪುರುಷರಿಗಿಂತ ಮಹಿಳೆಯರನ್ನೇ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಾಡುತ್ತದೆ. ಋತುಮತಿಯಾದ ದಿನಗಳು ಹಾಗೂ ಮುಟ್ಟು ನಿಲ್ಲುವ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮೈಗ್ರೇನ್ ಕಾಟ ಜಾಸ್ತಿ.

## ಅಧಿಕ ಶಕ್ತಿ! ಅಧಿಕ ಸಮಯ!! ಹೆಚ್ಚು ವಿಶ್ರಾಂತಿ!!!



45 ದಿನಗಳವರೆಗೆ ದಿನಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು, ಊಟ ಮಾಡಿದ 30 ನಿಮಿಷಗಳ ನಂತರ ಹಾಲಿನೊಂದಿಗೆ ಕೇವಲ 2 ಕ್ಯಾಪ್ಸೂಲ್ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ ಹಾಗೂ ನಿಮ್ಮೊಳಗಿನ ನೂತನ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ!

- 9 ದಿನದೀಯ ಸಕ್ಕರೆಗಿಂತ ತಯಾರಿಸಿದ ವಿಶಿಷ್ಟ ಗಿಡುಸುಮೂರಿಕೆಗಳ ಸಂಯೋಜನೆ
- 100% ಸಸ್ಯಮೂಲ
- ಅಧ್ಯಪರಿಣಾಮಗಂಭೀರ: ಸೇವನೆಯ ಪರಿಣಾಮ 2-3 ವಾರಗಳ ವರೆಗೆ ಇರುವುದು
- 30 ಮತ್ತು 60 ಕ್ಯಾಪ್ಸೂಲ್‌ಗಳ ಪ್ಯಾಕ್ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ
- ಪುನಃ ಪುನಃ ಮಹಿಳೆಯರ ಲೈಂಗಿಕ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕ್ರಮಬದ್ಧಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.

ಬೆಂಗಳೂರು ಮತ್ತು ಕರ್ನಾಟಕದಾದ್ಯಂತ ಮೆಡ್‌ಫೋಸ್ & ಟ್ರಸ್ಟ್ ಹಾಗೂ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಮುಖ ಔಷಧೀಯ ಆಯುರ್ವೇದ ಅಂಗಡಿಗಳಲ್ಲಿ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ

Manufactured by **HEAL REMEDIES™**  
**C&F MAX MARKETING : 08-44828881**

Stockist - **BANGALORE** : Bhamburda Pharmacy : 0846579406 Rama Agencies : 0844878454 Hanuman Agencies : 22870693  
 Mohan Pharmacy : 22874575 Saraj Agencies : 22340180 Prasa Distributors : 0846271478 Min. Ambika Pharmacy: 22282981 - **YALLAPUR** : 0846881461 - **HUMILI** : 0838221344 - **MYSORE** : 08212432798 - **RAICHUR** : 9846806011 - **KOLAR** : 9448340453 - **SHIMOGA** : 08182270730, 9448607884 - **BELGAUM** : 0843218520 - **BAMBATUR** : 08232-223951 - **CHANNarayana** : 08472-279060 - **HONPET** : 0838-4227185 - **BALAPUR** : 0838336245 - **BODANUR** : 0844036053