Written by
Sunday, 03 August 2008 18:38 - Last Updated Tuesday, 05 August 2008 18:57

முதுமையை யாருமே விரும்புவதில்லை. சிறுவயதில் பெற்றோரை சார்ந்திருக்கும் குழந்தைகளை போல முதுமையில் குழந்தைகளை சார்ந்திருக்கும் பெற்றோரை காண முடியும். இயலாத முதிய காலத்தில் பெரியோர்கள் நடத்தப்படும் விதங்கள் அன்றாடச் சூழலில் நாம் பார்த்து அனுபவிக்கிற ஒன்று. 40 வயதை தொட்டதுமே முதுமையை நெருங்கிக் கொண்டிருக்கிறோம் என்ற உணர்வு மேலோங்கி பலவித குணநல மாற்றங்கள் ஏற்படுகின்றன என நாம் கேள்விப்பட்டிருக்கிறோம்.
அங்க பாருடா வாலிபர் ஒருவர் ஓய்யார நடை நடந்து வருகிறார்.

டேய், அவரையா வாலிபர் அப்படீ ன்ன.. அவர் எங்க பக்கத்து ஊர்க்காரர் மாரி. இரண்டு குழந்தைகளுக்கு அப்பா. 50 வயது ஆகிறது.

அப்படியா ......

குழந்தைகளே! பெரியவருக்கு வழிவிடுங்க..

யார பெரியவருண்ணே.. எனக்கு 32 வயது தான் ஆகுது. சரியா?

அய்யோ, பார்த்தால் பெரியவர் போல இருந்தீ ங்க, அதுனாலதான்...

இத்தகைய அனுபவங்களை நமது வாழ்க்கையில் பெற்றிருப்போம் அல்லது பிறர் சொல்ல கேள்விப்பட்டிருப்போம். இளம் வயதினர் முதுமையானவராகவும், முதியோர் ஆரோக்கியமானவர்களாக இளம்வயதினர் போல தோற்றமளிப்பதை பார்த்திருக்கிறோம். என்றும் இளமையாக தோற்றமளிக்க யாருக்கு தான் விருப்பமில்லை? நமது முதுமை தோற்றத்தை சமாளித்து இளமையாக இருக்க எளிதாக முடியும் என ஆய்வாளர்கள் கூறுவது நமக்கெல்லாம் நல்ல செய்தியே.

ஒரு மாத்திரை பல நோய்களை எவ்வாறு ஒரே நேரத்தில் குணப்படுத்துமோ அதே போல உடலில் உள்ள முதுமைக்கு எதிரான பாதுகாப்பு அம்சங்களை தூண்டும் போது முதுமையை எளிதாக சமாளித்து உடல் நலத்துடனும் இளமை பொலிவுடனும் இருக்க முடியும் என ஆய்வாளர்கள் கூறுகின்றனர். இவ்வாய்வானது "செல்" என்ற இதழில் வெளியானது. மிகக் குறைவான கலோரி சத்துடைய உணவு வகைகளை உட்கொள்ளும் கால்நடைகள் அதிக நாட்கள் வாழ்வதை இவ்வாய்வு விளக்குவதோடு இவ்வகை உணவு வகைகளின் பயன்களை அல்லது ஆக்கபூர்வமான பாதிப்புகளை டயட் எனப்படும் "□□□□ □□ □□□□□□□□□□□□□□□□□" □□□ □□□□□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□ □□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□□ □□ □□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□.

"ஒரே நேரத்தில் பல நோய்களை தடுக்கும், குணப்படுத்தும் ஆற்றல் கொண்ட

மாத்திரையை பற்றி கூறிப்பிடுகிறோம்" என இவ்வாய்வை நடத்த உதவிய ஹார்வர்டு மருத்துவ கல்லூரி நோய்க்குறியல் நிபுணர் மருத்துவர் டேவிட் சின்கிளேர் கூறினார்.

சின்கிளேர் இவ்வாய்வின் அடிப்படையில் மருந்துத் தயாரிப்பில் ஈடுபடும் சார்ட்ரீஸ் மருந்து நிறுவனத்தின் உருவாக்கத்திற்கு உதவினார். சிர்டுயின்ஸ் என்ற வகை நொதியங்களே மிக முக்கியமானவை. இவற்றை SIRT 1, SIRT 2 ஆகிய மரபணுக்கள் கட்டுப்படுத்துகின்றன. கடந்த ஆண்டு, SIRT1 வகை மரபணுவை தூண்டும்போது யீஸ்ட் உயிரணுக்களின் ஆயள் நீட்டிக்கப்பட்டதை ஆய்வாளர்கள் கண்டுபிடித்தனர்.

நியூயார்க் கார்னலெ் பல்கலைக்கழகத்திலும், அமெரிக்க தேசிய சுகாதார நிறுவனங்களிலும் உள்ள தனது நண்பர்களுடன் இணைந்து உழைத்த சின்கிளேர் இன்னும் இரண்டு சிர்டுயின் மரபணு வகைகளான SIRT 3, SIRT 4 ஆகியவற்றின் செயல்பாடுகளை இனங்கண்டார். இந்த மரபணுக்களால் கட்டுப்படுத்தப்படும் நொதியத்தில் உள்ள உயிரணுக்களின் உள்ளே ஆற்றல் தருகின்ற சிறுபகுதியான மைட்டோகான்றியாவை இவை பாதுகாக்க உதவுவதை கண்டறிந்தார்.

SIRT 3, SIRT 4 என்ற இரு மரபணுக்களும் மைட்டோகான்றியாவுக்கு தேவையான புரதத்தை உருவாக்கி அனுப்புகின்றன........ நாம் நலமுடனும் இளமையாகவும் இருக்க உதவும் இவை உயிரணுக்களின் உள்ளே இருக்கும் ஆற்றல் அணுத்துகள்கள் எனலாம். நமக்கு வயதாக ஆக, இவற்றை நாம் இழக்கிறோம். அவையும் தங்கள் வீரியத்தை இழக்கின்றன. நாம் முதுமையடையும்போது நமது உடலின் உயிரணுக்களை நலமுடனும், நீண்ட ஆயுளுடனும் வைத்திருக்க, அதாவது அவை எதிர்கொள்ளும் மரபணுச் சிதைவு மற்றும் அழுத்தங்களை சமாளிக்க இந்த இரு மரபணுக்களும் முக்கிய பங்களிக்கின்றன.

பிற ஆய்வுகள் வழியாக உயிரணுவின் கரு மற்றும் இதரப்பகுதிகள் அழிந்து விட்டாலும் மைட்டோகான்றியாக்கள் உயிரூட்டத்துடன் இருந்தால் உயிரணு இயங்க முடியும் என சின்கிளேரும் அவரது சகாக்களும் ஆய்ந்தறிந்தனர். உண்ணா நோன்பு இருப்பது NAD என்ற புரதத்தின் அளவை உயர்த்துகிறது. இது உயிரணுக்களின் மைட்டோகான்றியாவிலுள்ள SIRT 3, SIRT 4 மரபணுக்களை தூண்டுகிறது. இதன் மூலம் மைட்டோகானறியாக்கள் இளமையுடன் இருக்க முடியும். முதுமையோடு தொடர்புடைய நோய்களுக்கான எதிர்ப்பு ஆற்றல் கொண்ட மருந்தியல் ஆய்வின் இலக்குகளாக இவ்விரு மரபணுக்களை கொள்ளலாம். ஓரு சிறிய மூலக்கூறு அல்லது மாத்திரை மூலம் நேரடியாக NAD புரதம் அல்லது SIRT 3, மற்றும் SIRT 4 மரபணுக்களின் அளவை மைட்டோகானடறியாவில் அதிகரிக்கலாம். அத்தகயை மாத்திரையை முதுமையுடன் தொடர்புடைய பல நோய்களுக்கு பயன்படுத்தலாம் என சின்கிளேர் தெரிவிக்கிறார்.

Written by
Sunday, 03 August 2008 18:38 - Last Updated Tuesday, 05 August 2008 18:57

எடுத்துக்காட்டாக இதய நோய், புற்று நோய், எலும்பு தேய்வு, கண்புரை ஆகியவை.

அதே வேளையில், இயற்கையான வழிமுறைகள் மூலம் முதுமையடைவதை

நீட்டிக்கும் உடலின் இயல்பான ஒரு இயக்கத்தை கண்டறிந்து இந்த நோய்களுக்கு சிகிச்சையளிக்க திட்டமிடுகின்றனர். சார்றீஸ் மருந்து ஆய்வகம் இவ்வகை மருந்தை தயாரிக்க ஆய்வு மேற்கொண்டுள்ளது. SRT 501 என்ற மருந்து பரிட்சார்த்த ரீதியில் தயாரிக்கப்பட்டுள்ளது. இரண்டாம் கட்ட சோதனையில் நீரிழிவு நோயாளிகளுக்கு இந்த மருந்து பரிசோதனைக்காக பயன்படுத்தப்பட்டுள்ளது. "இத்தகைய ஆச்சரியம் தரும் தரவுகள் சிர்டுயின் நொதியங்களை முதுமை நோய்களுக்கான மருந்தாய்வுகளை வளர்க்கும் ஆர்வமிகு இலக்குகளாக உறுதி செய்யும்" என சார்றீஸ் மருந்து ஆய்வகத்தின் தலைமை அதிகாரி மருத்துவர் கிறிஸ்டோபர் வெஸ்ட்ஃபால் தெரிவிக்கிறார்.

"ஐம்பதிலும் ஆசை வரும்

ஆசையுடன் பாசம் வரும்"

என்பது தான் இயற்கை. இந்நிலையில் முதுமையில் இளமை காண விளைவதில் வியப்பென்ன? பக்கவிளைவுகள், பின்விளைவுகள் இல்லாமல் முதுமை கால நோய்களுக்கான மருந்தாக வருகின்ற புதிய கண்டுபிடிப்புகளை மனிதகுலம் என்றும் வரவேற்கும்.

http://www.tamilnadutalk.com/portal/index.php?showtopic=9053