

సుఖాల

యం.జి. రామారావు



“అప్సరలు - ?

పళ్ళు వటవట లాడాయి
కళ్ళు మరీంత ఎరువుకు తిరిగాయి.
ఏచిదో-వాడి గొప్ప ?
అతనూ ఒకడికింద తొత్తై ?
అయితేనేం - తనపై ఉద్యోగి

అడవిల్లలు అధికార పిల్లల వార పడకుండా,
ఉద్యోగాలు చెయ్యడం సుసాధ్యమేనని నిరూపించింది పంచాయతీ రాజ్య వ్యవస్థలో బయట తిరుగుతూ ఉద్యోగం చెయ్యడం విగ్రహించుకు రాగలగడం కష్టమైన అధికారం. అనధికార ప్రముఖుల కామవృష్టులనించి తప్పించుకో గలగడం అసాధ్యమైన నెగ్గుకోచ్చింది

అపీసరు దున్నపోతు-నీ ఏంమనిషి? నల్లగా తుమ్ముడుంగలా కిరీరం త్రాగుదోచులా ఎర్రటి చికిలి కళ్లు కొండముచ్చులా ముఖం మీదికి వడ్ల దిరుసుజుట్టు దొంగమాపులు

కాని - అపీసరు

ఆ అధికారం తప్ప మరో అర్హత లేదు.
అడ ఆకారంలో ఉన్న మనిషి అతణ్ణి అంగీక

రించలేదు :

కాని - తాను ఒప్పుకుంది
తానే ననేమిటి - కామాక్షి సుభద్ర సరళ సత్యవతి కమల - యంకా చామంది ఒప్పుకున్నారు ఓడిపోయారు.

యిప్పుడు - ?
వాళ్ళు హాయిగా తిరుగుతున్నారు
ద్యూటీ చెయ్యక్కర్లేదు నైట్ హాట్లు ఉండక్కర్లేదు శాంపులు తిరగక్కర్లేదు

వారాని కోసారి అపీసర్ని కలుస్తారు చిరు నవ్వు చిందిస్తారు వైటనర్లుకుంటారు -
అంతే - తిరిగొచ్చేస్తారు

వాళ్ళ ద్యూటీని ఎవ్వరూ చెక్ చెయ్యరు.
వాళ్ళ దైతీలు ఎవ్వరూ పరీక్ష చెయ్యరు.
వాళ్ళేం చేస్తున్నారో ఎవ్వరికీ అబ్బురేదు.
కాని -

వాళ్ళు టి. ఏ. బిల్లులు పాసవుతాయి
వాళ్ళు ఎఫ్. టి. ఎ లు కోతపడవు
వాళ్ళు జీతాలు సక్రమంగా అందిపోతాయి
వాళ్ళకి అద్యాస్యం అడక్కుండానే చేతి కొస్తాయి

వాళ్ళు నెలవులు పెట్టక్కర్లేదు
వాళ్ళు పర్మిషన్ లేకుండానే విర్దితహద్దులు దాటి బయటికెళ్ళవచ్చును.

వాళ్లు ఏతూరిలు చెప్పవచ్చు ఏతలాటకాలు పెట్టవచ్చు. యింక్రిమెంటు అవు చెయ్యించవచ్చు నెలవు మంజూరు కావీయ్యకుండా చెయ్యవచ్చు. అపీసు బండ్లోతుల్ని కుక్కలా వెంట తిప్పకోవచ్చు- నీమైనా చెయ్యవచ్చు

వాళ్లు అంతరాత్మ చంపేసుకున్నారు.
వాళ్లు మానవత్వాన్ని వదిలేసుకున్నారు.

ఆ దావతు జీవితానికి అలవాటు పడిపోయారు.
వాదలు తొలగించుకోవడానికి దగ్గరదారి వెతుక్కున్నారు. సుఖ జీవితానికి మానాభిమానాలు వణంగా ఒడ్డితారు

ఇలా అనుకుంటుంది సుసీల.
తాను ఆలా చెయ్యదు.
చెయ్యకూడదు.
అందరిలాగా జారిపోకూడదు.
నీతిగా బ్రతుకు వాగించాలి.
నిజాయితీగా ఉద్యోగం చేయాలి.

అది ముళ్ళదారని తెలుసు అయినా అదే తనకి నచ్చింది ఈ దారినించి ఏమైనా మళ్ళ కూడదు భయపడి వెనుదిరగకూడదు

అనే అనుకుంది -
కాని - జరిగింది ? -

ఎందుకలా జరిగిందో తనకు తెలుసు. తన ఆదర్శాలని అంతరాత్మని, ఎందుకు బలిచెయ్యాలిని వచ్చిందో తాను ఎన్నటికీ మర్చిపోలేదు.

అరేళ్ళుగా తన ఉద్యోగం భాయం చెయ్యబడలేదు. యింక్రిమెంటు కలవబడలేదు ఈ ప్రపంచంలో మిగిలిన పెద్దదిక్కూ. తన తల్లి-మంచంలో తీసుకుంటున్నప్పుడు తండ్రి చేసిన అప్పులు తలనిండుకు ముంచగా పేదరికంలో బెంగతో చనిపోయినప్పుడు పెట్టిన నెలవు ఇంతవరకూ అపీసు నుంచీకడలేదు రెండు ఎక్స్ ప్లనేషన్లు మూడుధారిలు పెండింగులో ఉన్నాయి. నాలుగు నెలలనించి ఎఫ్ టి ఎ చేతికి రాలేదు

చెలాయికి అంచుచిక్కని జబ్బు
వేదవాళ్ళకి మాత్రమే వచ్చే అపురూపమైన జబ్బు
జనరల్ వాస్పిటల్లో పరీక్ష చెయ్యించాలి.
నెలవు కావాలి.
ఎలా ?

బండ్రోతు దాపిరాజు అన్నాడు. ఈ రోజుల్లో యిటువంటి వన్నీ పెట్టువూర్చుంటే కష్టమమ్మా అని ఒక్క కడగంటి చూపుతో ఒక్క చిరు నవ్వుతో ఒక్కరాత్రి ఆమోదంతో వలలాంటి యిబ్బందులన్నీ వదిలిపోతాయి అనుభవంమీద చెప్పిన మాటగా అది నిజమే కావచ్చు

కాని -
తాను అంగీకరించలేకపోయింది
ఎలా అంగీకరించగలదు
నివ్వరాంటి వంశం తనది.
ఏవో యిబ్బందు లొచ్చాయని, కష్టాలు చుట్టు ముట్టాయని, తప్పదారి ఎలా తొక్కగలదు? వరమ

వచ్చితమూర్తి కుమారైగా, మార్గ దర్శకురాలైన అక్కాగా ఎలా మనగలుగుతుంది? వళ్ళ బిగిని నెట్టుకొస్తూంది.

ఎంతకాలం? అంతంటూ ఉంటుందన్న అళ కనీసం అమడల దూరానైనా కనిపిస్తే ఓర్పుకోవచ్చు. సహించవచ్చు కాని సహనానికికూడ హద్దుంటుంది.

ఈ పురణలో సుఖీల నలిగిపోయింది. ఈ తుపానలో సుఖీల అల్లలాడిపోయింది.

బానాలనుకుంది కాని ధావలేదు ధావంటే అంత సులువుకాదు.

తన ముద్దుచెల్లెల్ని పెద్దచేసి ఒక ఇంటిదాన్ని చెయ్యాలని. ఎప్పటికైనా తాను సుఖవదాని సంసారమంటూ ఏర్పర్చుకొని భర్తతో పిల్లలతో ఇల్లు కలకలలాడితే చూసుకొని సంతోషించాలని పెంచుకున్న ఆళ చావలేదు

ఉదయమే బానిరాజు కలుగుతెచ్చాడు.

అయ్యోగారు ఇన్స్ పెక్టన్ కి వెడుతున్నారు ఆదరాబాదరాగా పరిగెత్తింది

సాయంత్రం వరకూ యిన్స్ పెక్టన్ సాగింది.

తిట్లు చాటారతమంత రికార్డు తయారైంది.

చీకటి వడింది

కారుషేమాలు కమ్ముకోస్తున్నాయి

హెచ్చరికగా ఏడుగులు పడుతున్నాయి.

నైట్ హాల్లన్నారు. రహదారి బంగళారోముకాం.

అన్ని ముందే అన్నకుని వచ్చిపట్టున్నారు

సుఖీల మనసులో యివేం లేవు

రాజోయే ప్రమాదాల తిట్లు బుర్రలో గిర్రున

తిరుగుతుంది

మరో దారిపీట

తగలబడిపోతున్న పర్సనల్ ఫైలు.

ఎప్పటికీ ఖాయంకాని ఉద్యోగం.

మరో గ్రూపుకి ట్రాన్స్ ఫర్.

స్టాప్ మీటింగ్ లో అల్లరి.

వై ఆదికార్లకి అసమర్థులని రిపోర్టు.

అన్నం నోటికి వెళ్ళలేదు. ఆ లో చ న తో

కూర్చుంది అంతకంటే ఏం చెయ్యాలో తోచలేదు.

నెమ్మదిగా బానిరాజు వచ్చాడు అడక్కుండానే

ప్రారంభించాడు. అన్ని తాను చక్కబరుస్తా

నన్నాడు

సుఖీల సమాధానం చెప్పలేదు

ఇటువంటి అవకాశం మళ్ళీరాదన్నాడు. ము దో

కంటికి తెలియదన్నాడు

ఆ మాటల కర్ణాలు తనకు బోధపడ్డాయి

ఏదో చెప్పబోయింది.

కాటికలాంటి దట్టమైన కాదచీకటి. బయట

గాలివర్షం.

పెనుగాలికి వెళ్ళున్న తలలువంది రోదిస్తున్నాయి.

రహదారిబంగళారో ఏడవ నెంబరు గదిలో దీపం

మిణుకు మిణుకు మంటున్నది. అధునాన నాగరి

కర పులుముకున్న గది. ఎక్కో ఒక ఏడుగు

వడింది.

బానిరాజు వినిపించుకోకుండా పరిగెత్తాడు వద్దు

ఆ సక్తి గొలిపే అద్భుతాలు

రావణాసుర కాష్టం

రావణాసురడి కాష్టం ఆరటమంటూ వుండదని మన కో నానుడి ఉంది అయితే ఆది మన తెవరికి కనిపించదు కాబట్టి దాని విషయాన్నలా ఉంది 2000 ఏంట్లుగా రగులు తున్న మరో మంటనుగురించి తెలుసుకుందాం.

తజిక్ సోవియట్ రిపబ్లిక్ కు చెందిన పాన్ దర్బా లోయలోని రవాత్ పర్వతం రెండు వేల ఏళ్ళుగా నెగలూ పొగలూ కక్కుతూ యీనాటికీ మండుతునే వుంది ఆ మంట నానాటికీ ఎక్కువపుతున్నది కూడా ఈ గుహ

మధ్యనే నిద్ర కువకమించి వేసవి రాకతో సుదీర్ఘ నిద్ర మేల్కొంటుంది ఈ రకం చేపలకు సంబంధించిన మరికొన్ని విశేషాలను కూడా శాస్త్రజ్ఞులు యిటీవల కనుగొన్నారు.

వీటి ఉష్ణం +65 సెంటీగ్రేడ్ డిగ్రీలున్నప్పుడు దారియా శరీర ఉష్ణం +22 సెంటీగ్రేడ్ డిగ్రీలుంటుంది

ఒడుపట్టిన మామూలు చేప గతి ఏమవుతుందో అందరికీ తెలుసు. అయితే దారియా ఒడ్డుపైతేగ్గి గడ్డిలో చాలాకాలం పికార్లు కొట్టి రాగలరు

తుపానుల సరపరాదారు

యూరపు ఖండంమీదకు వీచే గాలి

తుపానులు అటాంటిక్ మహాసముద్రంలో ఉచ్చవిస్తాయి అయితే ప్రపంచంలో తుపానుల ప్రధాన స ర ప రా దారు వనెసిక్ మహాసముద్రం. ఏటా అందులో 1500 ప్రపంచ ప్రభంజనాలు ఉచ్చ విస్తాయి. భూగ్రహం మీద ఏటా ఏడువేల తుపానులు మూడు నాడుగు వేల ప్రతితుపానులూ వీస్తున్నట్లు వాతావరణశాస్త్రజ్ఞులు తెలుపుతున్నాయి ఒక్క ఉత్తరార్ధగోళంలోనే 20 తుపానులు ఒకమారు సాగిపోగలవని తెలుస్తోంది శీతాకాలంలో తుపానుల సంఖ్య తక్కువైనా వాటి శ్రీవ్రతమడుకు జాస్తిగా వుంటుంది.

చేపల కంటిపొరలు !

చేపల కంటి కటకాల లో పొరలుంటాయి ధన అధికార మదారంతలచేత మనిషి కంటికి పొరలు కప్పినట్లుగా కాకుండా చేప కంటిపొరలు వాటి వయస్సునుబట్టి ఏర్పడ



ఒక పెద్ద బొగ్గుగని. ఒక కిలోమీటరు వెడల్పున 25 కిలోమీటరు పొడుగున ఉన్న యీ బొగ్గుగనిలో అదిమ మానవులు కర్రతో కర్రను రాసి అంటించిన ఆరణి (ని) మంటయే నేమోయింది వరదలకూ వానలకూ ఏర్పడిన వీటం ద్వారా యీబొగ్గుగనిలోకి చలనిగాలి వీస్తోంది ఈ మంటను ఆర్యటం దాదాపు అసాధ్యమేనని భూతత్వశాస్త్రజ్ఞులు భావిస్తున్నారు.

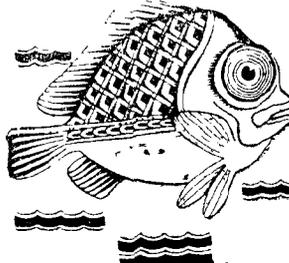
సర స్తీరాన షెరు కొట్టే

'కుంభకర్ణ' మత్స్యం

రక్కసుల్లోనూ మానిసుల్లోనూ ఉన్నట్టే చేపల్లోకూడా కుంభకర్ణజాతి మత్స్యులున్నాయి. ఆ చేపపేరు దారియాపైక్స్ అవి చుక్కోట్టా



అలాస్కా సరస్సుల్లోనూ బేరింగు సింధుశాఖ లోనూ ఉంటాయి శీతాకాలంలో సరస్సుల్లోని నీరు గడ్డ కట్టినప్పుడు దారియా ఆ మంచుగడ్డ



తాయి ఎన్ని ఏళ్ళయితే అన్ని పొరలుంటాయి. ఈ పొరలనుబట్టి చేపలలో వయోభేదాలను నిర్ధారణ చెయ్యవచ్చుననీ ఇది వ్యాపార సాయలో చేపల వేటకు తోడ్పడుతుందనీ శాస్త్రజ్ఞులు భావిస్తున్నారు.

సమర్పణ 'రాజోయే'

శరీరంలో నీరు : దాని లాభాలు

మన శరీరంలో ఎంతనీరుంటుంది ఆ నీటి పంపిణీ ప్రాణానికి ఎంతప్రయోజనం మన శరీరంలో ఉన్న నీటిని ఓ సముద్రంగా పర్చించాడు ఒక శాస్త్రజ్ఞుడు

ఒక్క బరువునుబట్టి చూస్తేనే మన శరీరం దాం భాగం నీటితో నిర్మింపబడిందని చెప్పవచ్చు శరీర బరువులో 60-70 శాతం బరువు నీటివని చెప్పవచ్చు కేవలం ఎముకల్లో 20 శాతం నీరుంటుంది మన రక్తంలో 95 శాతం నీరు ఈనీరు ఉప్పుగా ఉంటుంది.

ఈ ప్రపంచంలో 50 కోట్ల సంవత్సరాలక్రితం పుట్టిన మొదటి ప్రాణి నుండి సంక్రమించిన లక్షణం ఇది

ఈ నీరు రక్తనాళాల్లో ప్రవహిస్తుంది. శరీరంలో అణువణువునా ఉంటుంది అది ప్రతి సెల్ లోనూ ఉంటుంది. ఈ నీరు లేకుండా శరీరంలో ఏ భాగం ఊనింపజాలదు.

మన శరీరంలో విత్యమూ ఏదో రసాయనిక మార్పు కొనసాగుతూనే ఉంటుంది. అదీగాక మనం ఏదైనా శారీరక శ్రమ చేసినప్పుడు కండరాలు వేడెక్కిపోతాయి ఈ రెండింటివలనా ఉత్పన్నమయ్యే వేడికి మన శరీరం బూడిదకావలసిందే మరి కాని శరీరంలోవున్న నీరుండే దాని పుణ్యమా అంటూ మన శరీరం మామూలుగావుండి. నెల్సు లోనూ, గ్రంథుల్లోనూ ఉండేనీరు అధిక వేడిని మింగేస్తుంది

ఈ నీరు షాక్ ప్రూప్ వలె పనిచేస్తుంది మెదడును షాక్ నుండి మెదడులో ఉండేనీరు కాపాడుతుంది ఈ సీరేలేకుండా ప్రమాదంలో ఓ చిన్న దెబ్బతగిలినా అది ప్రమాదకరంగానే తయారు కావచ్చు

మానవశరీరంలో ఉండేనీరు ద్రవరూపంలో ఎన్నో రసాయనిక పదార్థాలను మోసుకుపోతుంది. ఇంకా మరికొన్నింటిని ఆవుతుంది కండరాలనూ నరాలనూ చురుగా పనిచేయించడానికి కావలసిన విద్యుత్ ప్రవాహాలను పంపేందుకు సోడియం

వద్దన్న సులభ మూటలు హోరుగలిగి కలిసిపోయాయి.

రెండు సంవత్సరాల నిరంతర ప్రయత్నాలు విఫలమైన తర్వాత ఆకలిగొన్న సింహాలా అడుగు పెట్టే అపకాళం అకస్మాత్తుగా లభించింది

తలుపుమూసి బయటికిచ్చిన బాసిరాజు తుపాను ఫీబిల్సానికీ బెదిరి చలుకుతూ పరండాలో చేరిన పాలిపిట్టను మాచేసిన గండుపిల్ల నోబుడబంటుమాని ఆసహాయంగా విట్టారాధు

ఎప్పుడో నీళ్ళింకిపోగా నిశ్చేతనమైన ముసలి కళ్ళనుంచి రెండు వేడిబొట్లు రాలిపడ్డాయి

పొటానియం రసాయనాలను ఈ నీరు శరీరానికి విత్యం ఆహారం ఎలా అవసరమో నీరుకూడా అంత అవసరం. మామూలుగా మనం రోజుకు 50 బెన్సులు నీరుగాని, పానీయాలుగాని తాగుతాము. మనం తినే ఆహార వస్తువులు నీరు లేనట్లు కన్పిస్తాయేగాని నిజానికి అందులోనూ నీరుంటుంది మాంసంలోనూ నీరుంటుంది ఆహారం ద్వారా మనం 30 బెన్సుల నీరు శరీరంలోకి వెళ్తుంది మనిషికి రోజూ మూత్రం రూపంలో 50 బెన్సుల నీరు పోతుంది డిఎన్ఆర్ లా చర్మం ద్వారా 0 బెన్సుల నీరు పోతుంది ఈ నీరు చల్లదనాన్ని సమకూరుస్తుంది

అయితే మనిషి ఈవిధంగా పుచ్చుకునే నీరు విడివిడపెట్టేవీదా మానవ శరీరంలో ఉండే నీటిని గురించి సముగ్రమైన చిత్రాన్నివ్వడు శరీరంలో నీరు క్రమంగా ద్రవరూపంలో

కొత్తగా పెళ్ళయిన యువతి తనకు విడాకు లిప్పించమని కోర్టువారిని కోరింది జడ్జిగారు ఆ యువతిని అడిగారు ఎవమమ్మా? నీవు విడాకులు కావాలని అడిగావు బాగానేవుంది కాని నీ భర్తను ప్రేమించి పెళ్ళిచేసికొన్నావు అంటే నీ భర్తలో ఏదోచూసి పెళ్ళిచేసికొన్నావు అవునా?

అవును యువర్ ఆనర్ నా భర్తదగ్గర ఏదైతే చూసి ప్రేమించానో అదంతా ఆయన ఖర్చుపెట్టేవారు నాకు విడాకు లిప్పించండి అని ఆమె కోర్టువారిని ప్రార్థించింది

— డి వి రాఘవానంద్

యితర అంగలకూ భాగాలకూ అందుతుంటుంది. ఉదాహరణకు ఒకరోజులో 37 గాలన్ల ద్రవం రక్తంనుండి వడపోత జరుగుతుంది మూత్ర పిండాలు దానిని మరల పునరుద్ధరిస్తాయి రోజూ శరీరంలో రెండుగలన్ల నీరు ఉత్పత్తి అవుతుంది అనేక వనరులనుండి సేకరించిన 50 బెన్సుల నీటిని సాలివరీగ్లాండ్లు (లాలాజల గ్రంథులు)లో రుతడి కావడానికి అరుగువల క్రమం ప్రారంభం కావడానికి అందిస్తుంది

మానవుని కడుపు రోజూ 50 బెన్సుల అరుగు దల రసాను తయారుచేస్తుంది లివర్ ప్రేవులూ పేన్క్రియాన్ (కడుపులోనికి పైత్యరసం మొదలగు వాటిని పంపే ద్వారాలు) గాఢ ప్రవాహి ఉత్పత్తి చేస్తాయి ఈ ద్రవమంతా ఉపయోగపడక మిగిలిన భాగం చివరకు కాస్త ఘనపదార్థారూపంలో

పెద్ద తిత్తికి వెళ్ళడమో ప్రేగులద్వారా తిరిగి శరీరానికి అందించడమో జరుగుతుంది

ఇటీవల ప్రయోగాలు తేల్చినంతవరకూ శరీరంలో శాశ్వతంగా నీరు ఉంచనే విషయం తెలివని గొంతు ఎండిపోతున్నదనిపించినపుడు మనం దాహం తీసుకుంటాం. దాహం కావాలని చెప్పే సంకేతాలు రక్తంలో ఉప్పునిస్రావణ మనం ఎంతలో పనిచేసినప్పుడు రెండుపానుల నీరు చెమటరూపంలో పోయిందనుకోండి తక్కువగా రక్తం చిక్కపడుతుంది శరీరం పరిస్థితిని శరీర ఉష్ణోగ్రతనూబట్టి రక్తం చిక్కబడినపుడు మెదడు కందిన సమాచారాన్నిబట్టి అది నోటికి, గొంతుకూ సంకేతం పంపిస్తుంది.

అక్కడ మన నాడీమండలం దాహం కావాలనే హెచ్చరికను చేస్తుంది మనం నీటిని తాగితే దాహం తీరుతుంది నీటి హెచ్చుతగ్గులు మళ్ళీ సరవుతాయి

ఉప్పు పదార్థాలు తిన్నపుడు దప్పికవుతుంది. దీనిక్కారణం మన శరీరంనుండి నీరు పోవడం వలనకాదు అదనపు ఉప్పుపదార్థాన్ని తీసుకోవడం.

చిత్రం ఏమంటే మన శరీరంలో నీరు సమతూకంలో ఉండటమేగాక ఆ నీటిలో ఉన్న ఉప్పు కూడా సమతూకంలోనే ఉంటుంది ఎప్పుడూ ఉప్పు 1 శాతం ఉంటుంది. ఈ ఉప్పు పదార్థమే శరీరంలో నీటిని సమతూకంలో ఉండేట్లు చేస్తుంది అందువలనమనం ఉప్పునుతీసుకుంటే దానికీతగిన నిష్పత్తిలో నీరుకావాలి.చెమట ఉప్పుగా ఉంటుంది. చెమటద్వారా నీరు పోయినపుడు మనం ఉప్పుచూ నీటిని-రెంటిని అందించాలన్నమాట

నీటికి - ప్రాణానికి సంబంధం

మానవునికి ఆహార వనరులకన్నా నీటి వనరులు తక్కువ దట్టల్లి గదిలో పడుకున్న మనిషి నీరు తీసుకోకుండా మూసె అతికితే 12 రోజులు బతుకుతాడు అదే మనిషికి వీరీస్తూంటే రెండు నెలల పై చిలుకు ఉపవాసం చేయగలడు.

వైనికులు ఎదారిలోనో వైమానికులు సముద్రంలోనో చిక్కుపడిపోయినప్పుడు తమ శరీరంలో నీటిని ఎలా నిలవ చేసుకోవాలన్నదే వారికి ఒక ప్రధాన సమస్య. అలా చేయకపోతే డేప్లాడ్రేషన్ (శరీరంలో నీరుపోవడం) జరుగుతుంది అది ప్రాణానికి చాలా ప్రమాదకరం

విరేపనలూ వాంతులూ అయినప్పుడూ ఏదైనా పెద్ద ఆపరేషన్ చేసినప్పుడూ ఎండదెబ్బ తిన్నప్పుడూ వైద్యులు నెలెన్ యివ్వడం మనం చూస్తు ఉన్నాం వేరవిలో చంటిపిల్లలను పెద్దవాళ్లు చాలా జాగ్రత్తగా గమనిస్తుండాలి వాళ్ళకు డీప్లాడ్రేషన్ చాలా దప్పున వచ్చేస్తుంది. అటువంటిపుడు వెంటనే వైద్యునికి చూపించడం చాలా అవసరం

మన శరీరానికి రక్తం ఎంతముఖ్యమైన ద్రవ పదార్థమో నీరు అంతకన్నా ఎక్కువ ముఖ్యమైంది.