විදුසමය

විද්‍යා සඟරාව

01 වැනි කාණ්ඩය 03 වැනි කලාපය
ටැප් එඩියුටේයින්මන්ට් ප්‍රකාශනයක්
2017 සැප්තැම්බර්
බුද්ධිමය දේපල පනත යටතේ ශ්‍රී ලංකාවේ ලියාපදිංචිකරන ලදි.

කසල වලින් සැනසේමුද ? වැනසේමුද ?

ලුනාව පැත්තේ යමුද ?

ඩෙංගු මාරයා පරදවමු

නවීන මෝටර් රථ තාක්ෂණ ලිපි පෙළ

යටගිය දවස හෙළ විදු නැණ

කැසිනි ගමන නිමා කරයි

ජාන වෙනස් කල සැමන් කෑමට සුදානම්

බියකරු සිහින දකින්නේ නිදිකුම්භරයන් ලු

දරුවන්ට ඕනෑවට වඩා කෑම දෙන්න එපාලු

අඹ,ගස්ලබු ඉදෙන විදිය දැකලා තියෙනවද

දැනුම විනෝදය සමග තවත් වටිනා ලිපි ගනනාවක් සමගින් ඔබ අතට පත්වන ලංකාවේ පළවන එකම සිංහල විද්‍යුත් විද්‍යා සඟරාව

දේශිය පුවත්

ප්‍රථම පරිසර සංවේදී දර්ශක ව්‍යාපෘතිය

ශ්‍රී ලංකාව සඳහා වූ ප්‍රථම පරිසර සංවේදී දර්ශක ව්‍යාපෘතිය ශ්‍රී ලංකා නාවික හමුදාව ඇමරිකා එක්සත් ජනපද යුද හමුදා ඉංජිනේරු බළකාය සහ අනෙකුත් ශ්‍රී ලාංකීය පාර්ශ්වකරුවන්ගේ සහභාගීත්වයෙන් කොළඹ සිට මීගමුව දක්වා ප්‍රදේශ ආවරණය කරමින් සිදු කරන ලදී.

පරිසර සංවේදී දර්ශක සිතියම්, තෙල් විසුරුමකදී අවදානමට ලක්වන වෙරළාශ්‍රිත සම්පත් පිළිබඳ සංෂිප්ත තොරතුරු ලබා දීමට උපකාරී වේ.මෙම ව්‍යාපෘතිය 2014 නොවැම්බර් මස කොළඹදී පැවති දකුණු ආසියානු තෙල් විසුරුම් ප්‍රතිචාර දක්වන්නන් සඳහා වූ වැඩමුළුවේ ප්‍රතිඵලයක් ලෙස ක්‍රියාත්මක කෙරිණි.

ශ්‍රී ලංකා නාවික හමුදාව ව්‍යාපෘතියේ ප්‍රධාන සම්බන්ධීකාරක සහ පහසුකම් සපයන්නා ලෙස ක්‍රියා කරන ලදී.2016 ජූලි මස ආරම්භ කරන ලද ව්‍යාපෘතිය අදියර 3 කින් ක්‍රියාවට නැංවිණි. දේශිය ආයතන රාශියක් ඒ සඳහා දත්ත සපයන ලද අතර දෙවන අදියරහිදී ක්‍රියාවට නැංවුණු ක්ෂේත්‍ර අධ්‍යයන කටයුතු සඳහා ශ්‍රී ලංකා නාවික හමුදාවේ මුහුදු මිනුම්දෝරුවන්,ජී. අයි.එස්. විශේෂඥයන්,සමුද්‍රීය පරිසර ආරක්ෂණ අධිකාරිය,ජාතික ජලජ සම්පත් නියෝජිත ආයතනය,මධ්‍යම පරිසර අධිකාරිය,වෙරළ සංරක්ෂණ දෙපාර්තමේන්තුවේ නියෝජිත වරුන් සහ රුහුණු සහ වයඹ විශ්වවිද්‍යාල සිසු සිසුවියන් සිය සහය ලබා දෙන ලදී.ඇමරිකා එක්සත් ජනපදය යුද හමුදා ඉංජිනේරු බලකායේ ජස්ටින් පමෙල් මහතා සහ බෙන්ටන් වින්ග් මහතා ලංකීය ක්ෂෙත්‍ර අධ්‍යාපන කාණ්ඩායම් වලට අවශ්‍ය තාක්ෂණික සහාය සහ පුහුණුව ලබා දෙන ලදී.

දත්ත විශ්ලේෂණයට සහ සිතියම් පොත් හා භූ විද්‍යා දත්ත ගබඩා පිළියෙල කිරීමටද ඔවුන්ගේ සහය දක්වා ඇත.එලෙස සම්පාදනය කරන ලද පරිසර සංවේදී දර්ශක සිතියම් පොත 2017 ජූලි මස කොළඹදී අදාළ පාර්ශ්වකරුවන් වෙත පිරිනමන ලදී.තවද තාක්ෂණ නිලධාරීන් සඳහා පුහුණු වැඩමුළුවක්ද පැවැත්විණි.

ලංකා විදුලි බල මණ්ඩලයට "ව්‍යාපාර සම්පත් සැලසුම්" (ERP) මෘදුකාංගයක්

වර්තමානයේ ලංකා විදුලි බල මණ්ඩලය තුල සංකීර්ණ වූ පද්ධති මෙහෙයුම් මෘදුකාංග ගණනාවක් ක්‍රියාත්මකව පවතී.එම මෘදුකාංග පද්ධති එකිනෙකට වෙනස් වූ යෙදවුම් ගණනාවක ක්‍රියාත්මක වන අතර අභ්‍යන්තර ආයතනික මෙහෙයුම් සඳහා වැඩි වශයෙන් භාවිතා වේ.ලොව අලුත්ම නැඹුරුතාවය අනුව තාක්ෂණික ක්‍රමවේදයන් යොමුව ඇත්තේ එක් මෘදුකාංග පද්ධතියක් තුල සියලුම මෘදුකාංග අයදුම් කැටි කොට එක් පද්ධතියක් ප්‍රතිස්ථාපනය කිරීමයි. එමගින් සියලු පද්ධති කළමනාකරණය පහසු වන අතර එකිනෙකට ආවේනික වන මෘදුකාංග දෝෂ සහ අපහසුතා මග හැරී යයි. සියලු මෘදුකාංග අයදුම් එක් පද්ධතියකට කැටි වන ව්‍යාපාර සම්පත් සැලසුම් (ERP) මෘදුකාංගයක් ලංකා විදුලි බල මණ්ඩලය තුල ප්‍රතිස්ථාපනය කිරීමට තීරණය කර තිබේ.

ලංකා විදුලි බල මණ්ඩලයේ සාමාන්‍යයාධිකාරී විසින් 2016 අප්‍රේල් මස පත් කරන ලද කමිටුවක් විසින් ව්‍යාපාර සම්පත් සැලසුම් මෘදුකාංගය පිළිබඳ විද්වත් දැනුම ඇති (KPMG) සමාගම මේ සඳහා තෝරා ගත් අතර , ඒ අනුව ලංකා විදුලි බල මණ්ඩලය සහ (KPMG) සමාගම අතර ගිවිසුම් අත්සන් කර පසුගියදා වැඩ කටයුතු ආරම්භ කරන ලදී.

පොලිතීන් වෙනුවට කැළණිය විශ්ව විද්‍යාලයෙන් විකල්පයක්

පරිසර හිතකාමී ගමන් මල්ලක් හඳුන්වාදීම පසුගියදා කැලණිය විශ්වවිද්‍යාලයේදී සිදු විය.මෙහි විශේෂත්වය වන්නේ බඩු බාහිරාදිය ගෙන යාමෙන් පසු එය හකුලා පොකට්ටුවක් වශයෙන් සාක්කුවේ පවා තබාගෙන ගෙන යාමට හැකි වීමයි.එසේම මෙය වසරක්,දෙකක් පරිහරණය කිරීමෙන් පසු දිරාපත් වන ලෙස නිමවා තිබීමද විශේෂත්වයකි.

මෙම ගමන් මල්ල නිෂ්පාදනය කිරීමේදී ප්‍රමුඛත්වය ගෙන කටයුතු කල කැළණිය විශ්ව විද්‍යාලයේ තිරසර විසදුම් මධ්‍යස්ථානයේ අධ්‍යක්ෂ යූ.කේ.පී.ඇපා මහතා මෙහිදී අදහස් දක්වමින් මෙසේ පවසා සිටියේය, "පොළිතීන් භාවිතය තහනම් කිරීමට තීරණය කිරීම කාලෝචිත ප්‍රසංශනීය තීරණයක්.මිනිසා ඇතුළු මුළු සත්ව සංහතියෙත් පරිසරයෙත් සුරක්ෂිත තාවය තහවුරු කිරීමත් එමගින් සිදුකර තිබෙනවා".මෙහිදී පරිසර හිතකාමී නව ගමන් මල්ල කැළණිය විශ්ව විද්‍යාලයේ උපකුලපති මහාචාර්යය ඩී.ඇම්.සේමසිංහ මහතාට තිරසර විසදුම් මධ්‍යස්ථානයේ අධ්‍යක්ෂ යූ.කේ.පී. ඇපා මහතා විසින් පිළිගන්වන ලදී. කැළණිය විශ්ව විද්‍යාලයේ ලේඛකාධිකාරී ඩබ්ලිව්.ඇම්.කරුණාරත්න එහි මාධ්‍ය අංශයේ අධ්‍යක්ෂ මහාචාර්යය රෝහන ලක්ෂ්මන් පියදාස මහතා ඇතුළු විශාල පිරිසක් මෙම අවස්ථාවට එකතු විය.

ගං වතුර පාලනයයි පුරන් කුඹුරු වගාවයි

ගංවතුර අවදානම අවම කිරීම-ටත් පුරං කුඹුරු අක්කර 400ක් වගා කිරීමටත් සර්වෝදය මුලිකත්වය ගනී.

කොළඹ දිස්ත්‍රික්කයේ, හෝමාගම ප්‍රදේශයේ ,පානළුව ග්‍රාමයේ පෙලන්ගඟ කුඹුරු යායේ අක්කර 400 පමණ අස්වැද්දිය හැකි වසර 27 න් පමණ පිළිසකර නොකළ කිලෝමීටර 2.4 පමන දිගකින් යුතු දෙපා ඇල (US-AID,OFDA) ආයතන සමග එකතු වි ප්‍රතිසංස්කරණය කිරීමට සර්වෝදය ආයතනය ක්‍රියා කරන ලදී.සර්වෝදය සංගමයේ විධායක අධ්‍යක්ෂ මහතා පැෆරල් ආයතනයේ විධායක අධ්‍යක්ෂ මහතා හෝමාගම පානළුව කනිෂ්ඨ විද්‍යාලයේ විදුහල්පති තුමා හෝමාගම ප්‍රා.ලේ.කාර්යාලයේ සංවර්ධන නිලධාරි තුමිය ගොවිජන සේවා නිලධාරි තුමිය පානළුව ගොවි සංවිධාන නියෝජිත මහත්ම මහත්මීන් සී/ස පානළුව විමුක්ති සර්වෝදය සාමාජික සාමාජිකාවන් මෙම කාර්යයට සහභාගි විය.

උසස් පෙළ අලුත් වෙයි

උසස් පෙළ විෂය ධාරාවට අලුතින් විෂයයන් 26ක් එකතු කිරීමට රජයේ අවධානය යොමුවී තිබේ. ඒ යටතේ තාක්ෂණ විෂයයන් වෘත්තීය ප්‍රමුඛතා අධ්‍යයනයට පසුබිම් වන විෂයධාරා 7ක් නව නිර්දේශයකින් ඇතුළත් කිරීමට කටයුතු කෙරෙනු ඇත.

සාමාන්‍ය පෙළ විභාගයට පෙනී සිට උසස් පෙළ හැදෑරීමට සුදුසුකම් නොලබන සියලුම සිසුන්ට මේ යටතේ උසස් අධ්‍යාපනය හැදෑරීමේ අවස්ථාව හිමිවේ. තාක්ෂණ විෂයයන් ඔස්සේ නව විෂයයන් හඳුන්වා දීමට නියමිතය. ඒ අනුව දැනට උසස් පෙළ ප්‍රධාන විෂය ධාරා ලෙස සැලකෙන විද්‍යා, වාණිජ්‍යය , කලා , ගණිත විෂය ධාරාවන්ට අමතරව මෙම නව විෂය ධාරා එකතු කෙරෙනු ඇත.

පසුගිය වසරේ උසස් පෙළ අධ්‍යාපනය ලැබීමට සුදුසුකම් නොලැබූ සිසුන් 4000කට මීට අදාල නියමු ව්‍යාපෘතිය යටතේ උසස් පෙළ හැදෑරීමේ අවස්ථාව සැලසෙනු ඇත.

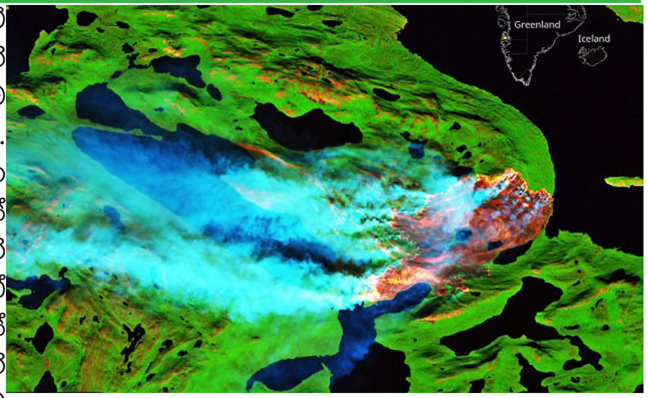
සකස් කිරීම තරිඳු නොනිස්

විදේශීය පුවත්

ග්‍රින්ලන්තයේ ලැව්ගිනි අභ්‍යවකාශයටත් නිරීක්ෂණය වේ.

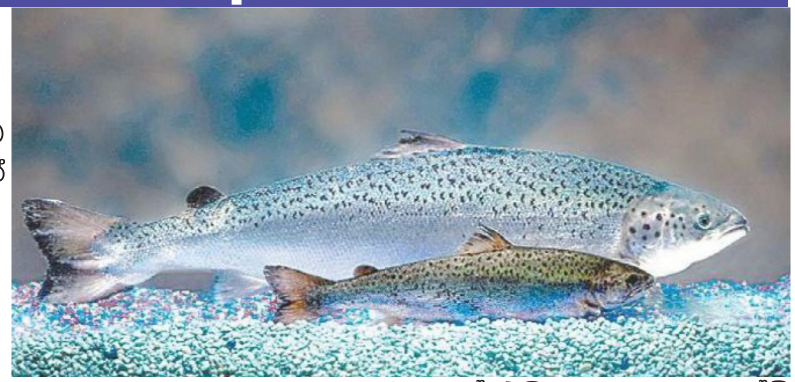
ග්‍රින්ලන්තයේ ඇතිවී ඇති විශාලතම ලැව්ගිනි මෙතෙක් ඇතිවූ විශාලතම ලැව් ගින්න බව ප්‍රකාශ වේ.

මෙම ගින්නෙන් ඇතිවන විශාල දුමාරය අභ්‍යවකාශයේ සිටද නිරීක්ෂණය කල හැකි බව පැවසෙනවා.ඔහියෝ වල මියාමි සරසවියේ ජෙසිකා මැක්කානි තවදුරටත් පවසන්නේ මෙම ගිනිදැල් හා විශාල දුමාරය ඇති වී ඇත්තේ මතුපිට ඇති වෘක්ෂ ලතා මෙන්ම එවාට යටින් ඇති ඝන හියුමස් තට්ටුවද ගිනි ගැනීම නිසා බවය.



එරට දේශීය පුවත්පත් වාර්තාවලට අනුව පැවසෙන්නේ වර්ෂාවක් ඇතිවීමේ අවස්ථා ඉතා අඩු නිසා මෙම ලැව් ගිනි දිගු කාලයක් පැවතීමට හැකි බවය.

ජානමය වශයෙන් දියුණු කල සැමන් මසුන් විකිණීම ආරම්භ වේ.



වසර 25 ක මතභේදාත්මක විසංවාද මෙන්ම පරිසරවේදීන්ගේ බොහෝ විරෝධතා අතරින් අවසානයේ ජානමය වශයෙන් වෙනස් කල සැමන් මසුන් වෙළඳපල සඳහා සැපයීමට සූදානම් කර ඇත.

මැචචුසෙට් හි මයිනාර්ඩ් ඇක්වා-බින්ට් ටෙක්නොලොජීස් ආයතනය විසින් පසුගිය සතියේ ප්‍රකාශයට පත් කල නිවේදනයකට අනුව කියවනුයේ සැමන් මසුන් ටොන් 4.5 කැනඩාවේ වෙළ දපලට නිකුත් කල බවය.මේසඳහා එරට බලධාරීන් පසුගිය වසරේ අනුමැතිය ලබාදී තිබේ.

තවදුරටත් එහි ප්‍රකාශක රොනල්ඩ් ස්ටෙටිස් පවසන්නේ පාරිභෝගිකයන් අපගේ සැමන් මසුන් මිලදී ගැනීමට කැමැත්තෙන් පසුවන බවය.මෙම ජාන තාක්ෂණයෙන් නිපදවනු ලැබූ සමන් මත්ස්‍යයන් සාමාන්‍ය සැමන් මත්ස්‍යයන් මෙන් දෙගුණයක වේගයෙන් වර්ධනය වන අතර අනෙක් සාමාන්‍ය සැමන් මත්ස්‍යයන්ට වඩා සියයට 20-25 අතර අඩු ප්‍රමාණයක ආහාර අනුභව කර වැඩි අස්වැන්නක් ලබාදෙන බවද සදහන් වේ.

දෑත් සෝදුවාදැයි බලන්න ස්මාට් කැමරා අවදියෙන්

ඔබ යුරෝපයේ රොහලක සිටිනම් එහිදි ඔබට විෂබීජ ආසාදනයක් ඇතිවීමේ සම්භාවිතාව සීයයට 1 සිට 20 දක්වා වන බව සොයාගෙන ඇත. මේ තත්වය ඇතිවී ඇත්තේ දෑත් පිරිසිදු කර ගැනීමේ දුර්වලතාවය නිසා බවද තවදුරටත් සදහන් වේ.මෑත කාලීනව නියමු අධ්‍යයනයකදී පර්යේෂකයන්ට මේ සදහා විසදුමක් සොයාගැනීමට හැකිවී තිබෙනවා.

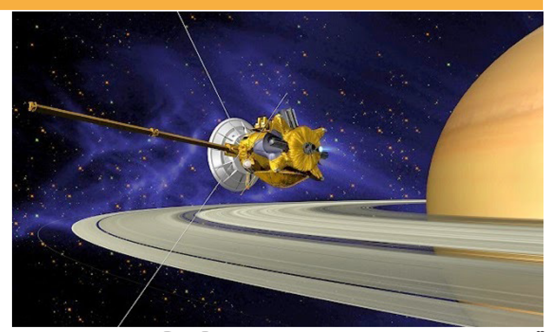
ඔවුන් විසින් දෑත් සොදා ගන්නා පුද්ගලයන් සොයා බැලීමට කැමරා පද්ධතියක් සකස් කිරීමට කටයුතු කල අතර එම පද්ධතිය මගින් රෝහල තුලදි තම දෑත් පිරිසිදු කර ගැනීමට ජෙල් ඩිස්පෙන්සර් භාවිතා කල පුද්ගලයන් හඳුනා ගැනීමට හැකිවිය.මෙමගින් ලැබූ සාර්ථකත්වය මත මෙවැනි කැමරා පද්ධතියක් රෝහල් තුනක සවි කර මෙම පද්ධතිය මගින් රෝහල් වලට ඇතුළුවන පුද්ගලයන්ට ආසාදනයන් ඇතිවීම අඩුකිරීමට හැකි වනවාද යන්න පරීක්ෂා කිරීමට ක්‍රියාකරණ ලදි.

මේ සම්බන්ධව පර්යේෂණ වල යෙදි සිටි ලෙක්ෂාක්හි ස්විස් ෆෙඩරල් තාක්ෂණික ආයතනයේ ඇලෙක්සැන්ඩ්‍රා අලහි පවසන්නේ සතියේ කාර්යය බහුල දිනයක දිවා ආහාර වේලාවේදි ඔවුන් රෝහලක සිදුකල නිරීක්ෂණයකට අනුව පුද්ගලන් 170 කින් 30 දෙනෙකු පමණ දෑත් පිරිසිදු කරගැනීමට ඇල්කොහොල් අඩංගු ජෙල් විෂබිජනාශක භාවිතා කල බවය.

මෙම සංඛ්‍යාව නිවැරදිව ඔවුන් විසින් ස්ථාපනය කල කැමරා පද්ධතිය මගින් හඳුනා ගැනීම නිසා අනාගතයේ දෑත් පිරිසිදු කරගැනීමට පුද්ගලයන් පෙළඹවීමට මෙම පද්ධතිය ඉතා ප්‍රයෝජනවත් වන බවද ඔහු තවදුරටත් සදහන් කරයි.

කැසිනි යානයේ අවසන් වට පහ

නාසා ආයතනය විසින් ගුවන් ගත කල කැසිනි අභ්‍යවකාශ යානය එහි තම අවසන් ගමන්වාර පහ පසුගිය අගොස්තු 14 වන දින ආරම්භකර ඇත.

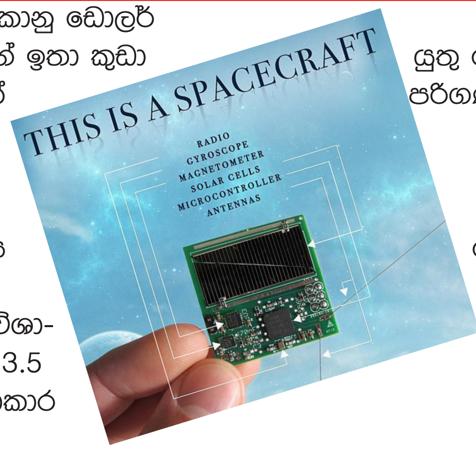


එය සෙනසුරු ග්‍රහයාගේ වායුගෝලයට එදින ඇතුළු වීමට පටන් ගත් අතර එය සෙනසුරු වටා වට පහක් ගමන් කර සැප්තැම්බර් 15 වන දින සෙනසුරු ග්‍රහයා මතට කඩා වැටීමට නියමිතය.

මෙම යානය සෙනසුරු මතට කඩාවැටීමේදි සෙනසුරු ග්‍රහයාගේ වායුගෝලයේ ඝනත්වය පිළිබඳ තොරතුරු ලබාගැනීමට පර්යේෂකයන්ට උපකාරි වන බව සදහන් වේ.

කුඩාම අභ්‍යාවකාශ යානය ගුවනට

චීනය විසින් ඇමරිකානු ඩොලර් මිලියන 10 වියදමකින් ඉතා කුඩා අභ්‍යාවකාශ යානයක් ගුවන් ගතකිරීමට පියවර ගෙන ඇත. මෙම මිනි සැටලයිට් යානය (Sprites)ලෙස නම් කර ඇති අතර මෙම කුඩා යානයේ විශාලත්වය සෙන්ටිමීටර 3.5 ප්‍රමාණයක් වන ඝණාකාර හැඩයකින්



යුතු වේ.මෙම යානාව තුල පරිගණක චිපයක් ,සූර්යය කෝෂ ,චුම්බකමාන, රේඩියෝ සම්ප්‍රේෂක ආදියෙන් සමන්විත වේ.මෙම ව්‍යාපෘතියේ අවසාන ඉලක්කය වනුයේ ඇල්ෆා සෙන්චුරි දක්වාම එවැනි යානාවක් යැවීමය.

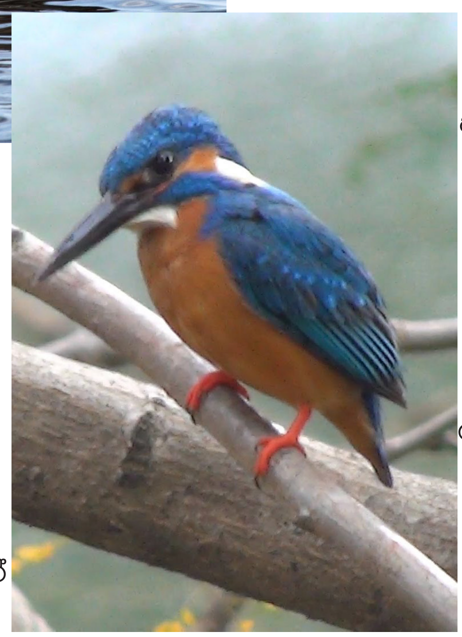
ලුනාව කලපුව

කාෂ්ඨක අවිවේක කර්කශක ඝෝෂාකාරී බවෙන් අග නගරය වූ කොළොම් පුරයෙන් කිලෝමීටර කිහිපයක් දුරින් පිහිටි මොරටුව කියන්නේ ඉතා කාර්ය බහුල දැඩි නාගරික ප්‍රදේශයක් .එත් ඒ නාගරික බව තුල ඒ බව හාංකවිසියක්වත් නොදැනෙන ලුනාව කලපුව නම් පරිසරය ස්වභාව ධර්මය විඳීමට,නෙක පක්ෂින් දැකීමට මෙන්ම වෘක්ෂලතාදිය පිළිබද පර්යේෂණ කිරීමට මෙන්ම හුදකලාවේ ගිමන් නිවීමටද කදිම තෝතැන්නකි.

මෙය පිහිටා තිබෙන්නේ මොරටුව බටහිර උතුරු දෙසට වන අතර ලුනාව දුම්රිය නැවතුම් පොළ අසලින් ඉදිරියට වැටී ඇති මඟ දිගේ ඉදිරියට ගොස් මොරටුව ලුනාව ශාරීරික සුවතා මංතිරු වෙත යන මාවත දිගේ මදක් ගිය විට අශ්වයෙකු පිට නැගි මිනිස් රුවක් සහිත පිළිරුවක් සහිත ස්ථානයෙන් ලුනාව කලපුව වටා ගමන් කිරීමට හැකියාව තිබේ.ලුනාව කලපුව අඟුලානේදි මුහුදට විවෘත වේ. ජෛව විවිධත්වයෙන් අනූන ප්‍රදේශයක් වන මෙය දේශිය හා විදේශිය කුරුළු විශේෂ විශාල සංඛ්‍යාවක් නවාතැන් පොළක් කරගෙන සිටීම නිසා එය තව තවත් වැඩි කර තිබේ.ලුනාව කලපුව තනිකරම පාරාදීසයක්. විවිධ වෛවර්ණ ලොකු කුඩා දෙස් විදෙස් පක්ෂින් දහස් ගනනක් මෙහිදී නැරඹීමට හැකියාව තියෙනවා.

මෙහි දැකිය හැකි විවිධ පක්ෂින් අතර පිළිහුඩුවන්,මෙහිදි ලංකාවේ ජීවත් වන පිළිහුඩුවන් වර්ග 7න් 4 පමණ මෙහි දක්නට ලැබෙනවා.සාමාන්‍යයෙන් දක්නට ලැබෙන තද දුඹුරු සුදු පැහැ පිළිහුඩුවාට අමතරව මහ පිළිහුඩුවා ,මල් පිළිහුඩුවා ,ගෝමර පිළිහුඩුවා දක්නට ලැබෙනවා.

එසේම විවිධ ප්‍රමාණයේ කොකුන් වර්ගද ගිරා රංචුද,කොබෙයි වර්ග නිල් කුරුමිණි කුරුල්ලන්,කොණ්ඩ කුරුල්ලන් කහ කුරුලන් බට්ටිච්චන් මයිනන් කෑරලුන් කිරලුන් ආදී මෙකී නොකී පක්ෂින් දැකගත හැක. අගනුවර සිට කෙටි කාලයකින් මෙහි ලගා විය හැකි නිසා කුරුළු නරඹන්නන්ට මෙන්ම දෙස් විදෙස් කුරුල්ලන් ගැන පර්යේෂණ පවත්වන්නන්ට කදිම තෝතැන්නකි.මෙම කලපුව වටා කිලෝමීටර් 4 ට මදක්වැඩි දිගකින් යුත් ඇවිදින මංතීරු සකසා තිබෙන නිසා පරිසරයේ චමත්කාරය මෙන්ම මිහිරි කුරුළු නාද සවන් දෙමින් ශරිරය මෙන්ම සිතද සුවපත් කර ගැනිමට හැකිවිම මෙහිදි කෙනෙකුට ලැබෙන අනගි අවස්ථාවකි.



කුරුල්ලන්ගේ කිචිබිචි නාද වරෙක යටපත් කරමින් ගිගුම් දෙමින් ගුවන කලඹා ගුවන් යානා කලපුවට ඉහලින් පියාසර කරයි.ඒ හා සමානවම ගිගුම් නොදුන්නත් අහස සිසාරා පැමිනෙන කලපු දිය මත පාවෙන පැස්තුඩුවන් මවන සිත්තම් දසුන කෙසේ අමතක කල හැකිද ?

කලපුව වටා ඇති මහ රූස්ස කුඹුක් ගස් හා ගං සුරිය ගස් මෙහි ජිවත් වන සිය දහස් ගනනක් වන කුරුල්ලන්ට කැදලි තනා ගැනිමට ස්වභාව ධර්මය දුන් අපූර්ව තෑග්ගකි.සමහරක් අතු පතර ද සමහරක් බෙණ තනා ගෙනද ඔවුනටම විශේෂ වු ආකාරයට සුවපහසු දිවියක් ගතකරන්නේ කිසිවකුටත් කරදරයක් නම් නොකරය.

කලපු දිය නොමැති තැන් වල කළු දෑකැත්තන් අලි මානාවුන් දැකිමට නොහැකි වන්නේනම් නැත. පක්ෂින්ට අමතරව සමනලුන් බත් කූරන් ඔබ මොබ සැරිසැරීම දෑස පිනවයි.හිමිදිරියේ මෙන්ම සැන්දෑ යාමයේ මෙහි අසිරිය මනබඳින සුලුය. තුරුලතාදියෙන් පොහොසත් ජෛව විවිධත්වයෙන් අනූන මෙම සොදුරු පරිසරය අදුරු කරන්නන් ද නොඅඩුව මෙම ප්‍රදේශයේ මෙන්ම මෙහි පැමිනෙන්නන් අතර සිටිම දැඩි අවාසනාවකි.පොලිතීන් ප්ලාස්ටික් බෝතල් ආදි කැලිකසල කලපු දියට විසිකර දැමීම දැඩි පාරසරික හානියකි. එසේම ඇවිදිමේ මංතීරු ශාරිරික යෝග්‍යතාවයට පමණක් යොදා නොගනිමින් විනෝදයට බයිසිකල් පැදිමට හා වෙනත් ක්‍රියාකාරකම් සදහා යොදා ගැනිමෙන්ද පරිසරයේ ජිවත් වන වනසතුන්ට හිරිහැර වන ලෙස හැසිරිමද නවතා මේ පරිසර පද්ධතිය දිගු කාලයක් රැක ගැනිම එහි යන එන සැම දෙනාගේම යුතුකමයි.

මොලය ස්කෑන්කර අනාවැකි පැවසීම

ස්නායු අනාවැකි මගින් ඉදිරියේදී සිදුවන වෙළඳපල වෙනස්වීමක් හෝ මැතිවරණ ප්‍රතිඵල පිළිබඳව අනාවැකි පැවසීමට හැකිද ?

අපගේ මොළයේ කොටස් විශ්ලේෂණයෙන් තවමත් සිදුවී නොමැති සිද්ධීන් ගැන අනාවැකි පැවසීමට හැකි බව පර්යේෂකයන් පවසනවා. අපට වඩා අපගේ මොලය අනාවැකි පැවසීමේදී ඉදිරියෙන් සිටින බව පෙන්වාදෙන ඔවුන් මේ සඳහා කුඩා කණ්ඩායමක් සහභාගිකරගෙන වෙළඳපල හැසිරීම සම්බන්ධව පරීක්ෂණයක් සිදුකරණ ලදි.

කැලිෆෝනියාවේ ස්ටැන්ර්ඩ් සරසවියේ බ්‍රයන් කන්ස්ටන් සහ කණ්ඩායම මේ සඳහා (Kickstarter) නම් වෙබ් අඩවියේ ඇති ව්‍යාපෘති 36 සඳහා අරමුදල් සම්පාදනය කරන්නේද යන්න සලකා බලන ලෙස පුද්ගලයන් 30 දෙනෙකුගෙන් ඉල්ලා සිටින ලදි. මෙම පුද්ගලයන් එක් එක් ව්‍යාපෘතිවල විස්තර ජයාරූප ආදිය අධ්‍යයනය කරණ විට ඔවුන්ගේ මොලය ස්කෑන් කිරීමද සිදුකිරීමට පර්යේෂකයන් ක්‍රියා කරන ලදි. පසුව (Kickstarter) ප්‍රචාරණ ව්‍යාපාරය සති කිහිපයකින් අවසන් කල අතර එහිදි එහි අඩංගු වු ව්‍යාපෘති 18 සඳහා අරමුදල් ලැබී තිබුණි.

මෙහිදි මොළය ස්කෑන් කිරීමේදි එහි (nucleus accumben-shad) නම් ප්‍රදේශයේ ක්‍රියා කාරීත්වයේ විශේෂත්වයක් නිරීක්ෂණය කල අතර එම වෙනස්කම් පරිගණක මගින් හදුනාගැනිම පසුව සිදුකරණ ලදි.එහිදි ලැබුණු ප්‍රතිඵලය වුයේ ව්‍යාපෘති සදහා අරමුදල් සැපයිමට කැමති පුද්ගලයන් සංඛාව 59.5 % නිවැරදිතාවයකින් ප්‍රකාශ වීමය.

මේ අතර තුර ව්‍යාපෘති විස්තර කරණ විට පර්යේෂණ කණ්ඩායමේ සමාජිකයන් එම පුද්ගලයන්ගෙන් වාචිකව ප්‍රශ්ණ විමසා ඔවුන් ව්‍යාපෘති සදහා මුදල් ආයෝජනය කිරීමට ඇති කැමැත්ත පරීක්ෂාකල අතර එහිදි ආයෝජනය කිරීමට කැමති පුද්ගලයන් සංඛ්‍යාව නිවැරදිව ප්‍රකාශ කිරීමට හැකිවුයේ 52.90% නිවැරදි තාවකින් පමණි.

මෙම පර්යේෂණය නැවත නැවත වෙනත් පුද්ගලයන් යොදාගෙන සිදුකල අතර එහිදි ලැබුණු ප්‍රතිඵලය ඉතා සිත්ගන්නා සුළු විය.මෙම පර්යේෂණයෙන් කන්ස්ටන් ඇතුළු පිරිස පවසන්නේ ජනගහන හැසිරීම සම්බන්ධව අනාවැකි පලකිරීම ස්නායු අනාවැකි ක්ෂේත්‍රයේ විශාල ඉදිරි පියවරක් බවය.

ඔස්ට්‍රේලියාවේ මෙල්බෝර්න් විශ්ව විද්‍යාලයේ ස්ටෙෆාන් බෝවේ පවසන්නේ මෙම සොයාගැනීම ඉදිරියට යන්නේ විශාල පරස්පරයන් සමග බවත් අපට වඩා මොලය සාර්ථක වන්නේ කෙසේද්‍යැයි යන්න ප්‍රශ්යක් බවත්ය.

අධික නින්ද බියකරු සිහින වලට මුලද ?

මිනිසුන් බියකරු සිහින දකින්නේ ඇයිද යන්න සොයා බැලිමට ඔක්ස්ෆර්ඩ් සරසවියේ ස්ටෙෆනි රෙකෝ සහ ඇයගේ කණ්ඩායම, විශේෂ සමීක්ෂණයක් ස්වේච්ජා සේවකයන් 846 දෙනෙකු අන්තර්-ජාලය හරහා පර්යේෂණයකට ලක්කරණ ලදි. මෙහිදි ඔවුන්ගෙන් විමසු ප්‍රශ්ණ අතර පසුගිය සතිදෙකක කාලය තුල කොපමණ බියකරු සිහින දැකිම සිදුවුවාද ඒවා කොතරම් බියකරු වුවාදැයි විමසන ලදි.එසේම ඔවුන්ගේ අනෙකුත් ජීවන තොරතුරු එනම් මෑතකාලීන දික්කසාදයන් නීතිමය ගැටළු ඔවුන් කනස්සල්ලට පත්වීම් ආදිය මෙන්ම ඔවුන් කොතරම් කාලයක් නින්ද ලැබුවාද යන තොරතුරු ද විමසන ලදි.

පර්යේෂකයන්ට දැනගන්නට ලැබුණේ අනාගතය සම්බන්ධ අවිනිශ්චිතතා වැරදි දේ සිදුකිරීම ආදිය බියකරු සිහින දැකිමට ඇති හැකියාව වැඩි බවය.එසේම නින්දට පෙර කනස්සල්ලලෙන් සිටිම බියකරු සිහින දැකිමේ සම්භාවිතාව වැඩිකරණ බවය.එස්ම පැය 9 වඩා වැඩිපුර නිද්‍රාගැනිම බියකරු සිහින දැකිමට වැඩි සම්භාවිතාවක් දක්වන බවද සොයාගෙන ඇත.

රෙකෝ මහත්මිය තවදුරටත් පවසන්නේ දිගු වෙලාවක් නිදා ගැනිමේදි ක්ෂණික ඇස්වල චලනයන් මධ්‍යම රාත්‍රි කාලයේදි ඇතිවිමට ඉඩ ඇති බවත් එවිට බියකරු සිහින දැකිමට ඉඩ ඇති බවත්ය.

ළමා කාලයේ ව්‍යායාම කිරීම මහලු වයසේදී ප්‍රයෝජනවත්ලු

ජිවිතයේ මුල් කාලයේ ව්‍යායාමකිරිම මගින් දශක ගනනාවකට පසුව මොලයේ ක්‍රියාවන්ට උපකාරයක් වන බව පර්යේෂකයන් කණ්ඩායමක් සදහන් කරයි. මෙම අධ්‍යයනය සිදු කර ඇත්තේ සතුන් මුලිකකරගෙන වුවත් ශාරීරික ක්‍රියාකාරකම් ඉතා වැදගත් වන බව පෙන්වා දිය හැකි බව කැනඩාවේ ටොරොන්ටො විශ්ව විද්‍යාලයේ මාර්ටන් වොයිටොවිසිකෝ පවසයි.

මිනිසුන් කෙරෙහි සලකන විට ඇල්ෂයිමර් රෝගය වැළදිම මෙන්ම එහි රෝග ලක්ෂණ ඇතිවිටද ප්‍රමාද කිරිමට ද මෙලෙස ළමා කාලයේ ව්‍යායාම කිරිම මගින් හැකිබව ද සදහන් කරනවා.

අලුත උපන් බිළිඳුන්ට සංඛ්‍යා සම්බන්ධ හැඟිමක් තියෙනවාලු

අලුත උපන් බිළිඳුන් සංඛ්‍යා සම්බ-න්ධව ප්‍රථමික සංවේදීතාවයක් ඇතිබව පෙනෙන්නට ඇති බවත් අපගේ සිතේ සංඛ්‍යා රේඛාව වමේ සිට දකුණට උපතේදිම පිහිටා තිබිමට හැකි බවත් පර්යේෂකයන් පවසනවා.

අපගේ සිතුවිලි බොහොමයක් අප අවකාශයේදි දර්ශනය කර ඇති බවත් උදාහරණ ලෙස මතක තබාගත යුතු දේවල් එනම් සතියේ දින යම් සංගීත බාණ්ඩයක් ආදිය රූප ලෙස අප සිතින් දර්ශනය කරන බව නිව්යෝර්ක් නුවර බර්නාඩ් විද්‍යාලයේ කොලීන් මැක්රින් පවසනවා.බටහිර සංස්කෘතියේ ජනයා

වමේ සිට දකුණට මානසික සංඛ්‍යා රේඛාවන් ඔස්සේ අගය වැඩි කිරීමට සිතාගෙන සිටි අතර ආරාබි හෝ හෙබ්රෙව් ජනයා එයට ප්‍රතිවිරුද්ධව ක්‍රියා කරයි.

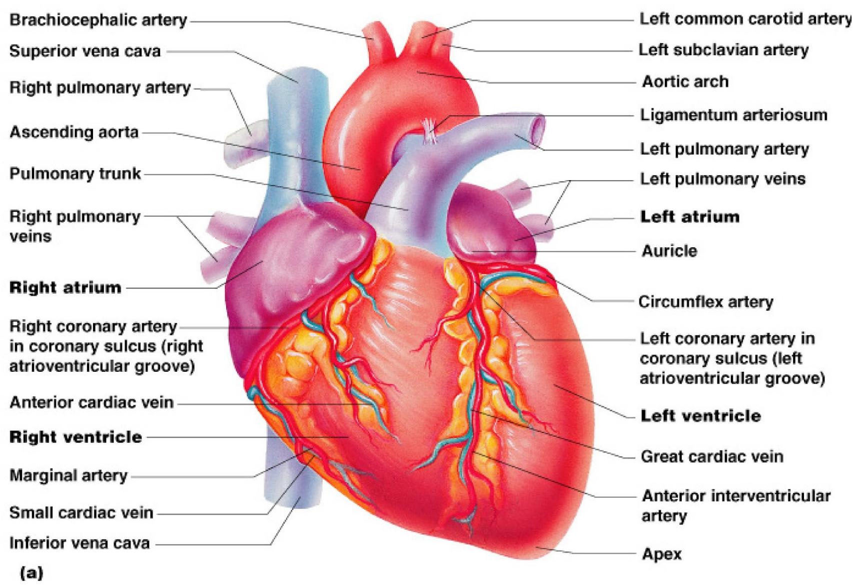
සංඛ්‍යා රේඛාව සංස්කෘතිය මත රදා පවතිනවාදැයි පරික්ෂා කිරිමට ඉතාලියේ පාදුවා විශ්ව විද්‍යාලයේ රෝසා රැගනි සහ ඇගේ පිරිස කටයුතු කල අතර එහිදි උපත් වයස පැය 55 පමණ වන අලුත උපන් බිළිඳුන් පරික්ෂාවට ලක්කලා.

ඔවුන් එක් එක් බිළිඳාට සුදු පැහැති චතුරශ්‍රයක කළු පැහැයෙන් යුත් සංඛ්‍යා වලින් යුත් පින්තූර මාලාවක් පෙන්වන ලදි.එහිදි සුදු පැහැ චතුරස්‍රයක කළු පාට චතුරස්‍ර 4 ක් හා 36 ඇති රූප දෙපැත්තෙන් පෙන්වන ලදි.එහිදි පර්යේෂකයන් නිරික්ණය කළේ බිළිඳුන් අඩු කළු පාට චතුරස සහිත ජයාරූප වම් පසින් පෙන්වන විට වැඩිපුර ඒ පැත්ත බලන බවත් දකුණු පසින් වැඩිපුර කළුපාට චතුරස්‍ර සහිත රූප පෙන්වන විටදි වැඩි වශයෙන් දකුණු පැත්තට හැරී බලන බවත්ය.

මෙහිදි මැක්රින්ක් තවදුරටත් පවසන්නේ බිළිඳුන් වම් පැත්ත මුලින් බැලිමට සමහර විට හේතු විය හැක්කේ මොලයේ දකුණු පැත්ත විශාල නිසා වම් ඇසින් ලැබේන දෘශ්‍ය සංවේදක තොරතුරු ප්‍රමුඛ දර්ශනය වීම නිසාද විය හැකි බවය.

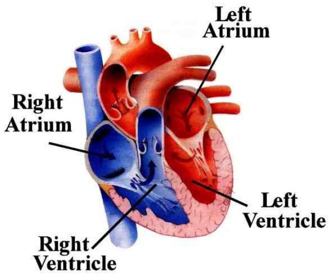
අන්තර් ජාලය ඇසුරෙන් සැකසීම Team Tap

මිනිස් හදවතේ ක්‍රියාකාරීත්වය



මිනිස් හදවත අසිරිමත් නිමැවුමක්.එයට රිද්මයානුකූල රටාවකට අනුව වේගවත්වද ,ශක්තිමත්වද , රුධිර සංසරණ පද්ධතිය පාලනය කිරීමේ හැකියාව බලය නොඅඩුව පවතිනවා.ජීවය පිළිසිඳගෙන මාස 4 පසු හෘදය ස්පන්දනය වන්නට පටන්ගන්නා අතර පුද්ගලයාගේ මුළු ජීවිත කාලය පුරාම අඛණ්ඩව මෙම ක්‍රියාව සිදුවනවා.

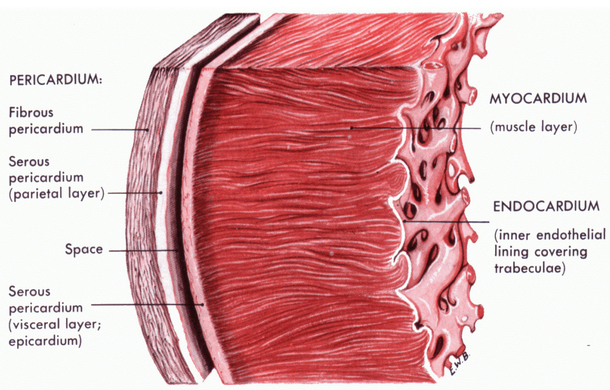
වේගයෙන් කෙටි දුරක් දිව්මේදී පවා අපේ පාදවල මාංශ පේෂින් පීඩාවට පත්විය හැක.මෙවන් මොහතකදි පාදයේ මාංශ පේෂි මගින් ඉටුවන්නාක් මෙන් දෙගුණයක කාර්යයක් හෘද පේෂින් අප විවේකීව සිටින විටදීත් ඉටු කරනවා.අප ව්‍යායාම වල නිරත ව සිටින මොහතකදී එය ඊටත් වඩා වැඩි වනවා. ජීවි පටක වලින් සැදුණු හෘදය විශාල බලයක් නිපදවන අයුරුත් එම බලය මගින් විදිනු ලබන රුධිර දහරේ සැර බවට ඔරොත්තු දෙන අයුරුත් මේ අනුව විශ්මය ජනකයි.



හෘදය ගැන කතා කරන විට එහි තවත් හැකියාවක් ගැන නොකියා ම බැහැ.කේශනාලිකා දිගේ පවා රුධිරය ගමන් කරවීමට සරිලන තරම් වූ වේගයකින් දේහය පුරා රුධිරය පොම්ප විය යුතුයි. නමුත් පෙනහළු කරා යන රුධිරය සංසරණය විය යුත්තේ අඩු පීඩනයක්. යම් හෙයකින් දේහය පුරා පොම්ප කරන පීඩනයෙන්ම රුධිරය පෙනහළු කරා ගමන් කළහොත් එම අධික රුධිර පීඩනය හේතු කරගෙන තුනී ගර්ත බිත්ති හරහා රුධිර ප්ලාස්මාව පෙනහළු තුලට කාන්දු වීම අනිවාර්යෙන් සිදු වනු ඇත.

එවිට අප අපගේම රුධිර ප්ලිස්මාවේ ගිලි හුස්ම හිරවීමෙන් මිය යනු ඇත.මේ සඳහා හෘදයේ ඇති සැලස්ම කුමක්දැයි සොයාබැලිම වටිනවා.

හෘදය තනි ව්‍යුහයක් වුවත් එය මැදින් පිහිටි පේෂිමය ආවරණයක් මගින් පැති දෙකකට වෙන්වී තිබෙනවා. එක් එක් පැත්තේ ඉහලින් පිහිටි කුටීර කර්ණිකාද පහලින් පිහිටි කුටීර කෝෂිකා ද වෙනවා.දේහය පුරා රුධිරය විදින හෘදයේ වම් පැත්තේ ඇත්තේ එහි කෘතයටම සරිලන වැඩි පීඩනයක් පෙනහලු පටකයට හානි නොවන තරම් අඩු පීඩනයක් යටතේ හෘදයේ දකුණු පසින් රුධිරය පොම්ප කරනවා.

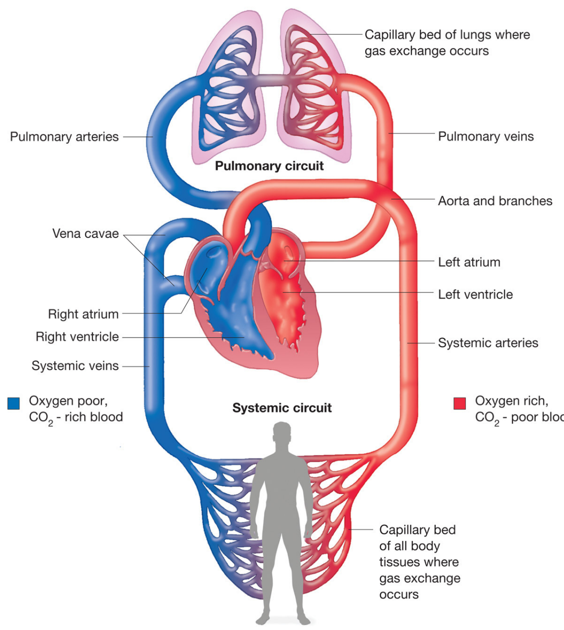


Section of the heart wall showing the components of the outer pericardium (heart sac), muscle layer (myocardium), and inner lining (endocardium).

වැඩි බලයක් ජනනය කිරීමට වම් කෝෂිකාවට හැකි වී ඇත්තේ එහි අඩංගු හෘද් පේෂි පටක ප්‍රමාණයෙන් වැඩි වීමයි.එය දකුණු කෝෂිකාව සතු ප්‍රමානය මෙන් 4 ගුණයකි.

මෙසේ හෘදයේ පැති දෙක පීඩන දෙකක් යටතේ වැඩ කලත් එවා ස්පන්දනය වන්නේ එකම විටයි.ඒකාකාරී හා අඛන්ඩව රුධිරය ගලා යාමට සැලැස්විම එහි අරමුණයි.මෙසේ එකම වර ස්පන්දනය වන්නේ කෝෂිකා දෙකම එකම පේෂි පටකයෙන් තැනී තිබිම හා එකම විද්‍යුත් සංඥාවක් මගින් හෘද ස්පන්දනය පාලනය විමත් නිසාය.

එම හෘද් පේෂි පටකය සංකෝචනය වීමේදී කෝෂිකා දෙකෙන්ම එකවර රුධිරය ඉවතට විදිනවා.හෘද් පේෂි වල රිද්මයානුකූල සංකෝචනය එයටම අවේනික වුවක්.එනම් හෘද් ස්පන්දනය හෘද් ජන්‍ය ගුණාංගයක්.කළලයට මාස 4 වෙන විට හෘද ස්පන්දනය



පටන් ගන්නා විට එයට මොලයෙන් කිසිදු ස්නායු සැපයුමක් ලැබෙන්නේ නැ.එසේම වැඩිහිටි හෘද්දය වුවත් සැත්කමක් සඳහා එහි ස්නායු සැපයුම් සියල්ල විසන්ධි කර දේහයෙන් ඉවතට ගත් පසුවද ස්පන්දනය වෙනවා. හෘද ස්පන්දන ජනනය වන්නේ එම පටකය තුලින්ම යන්න පැහැදිලි කිරීමට මෙය කදිම සාක්ෂියක්.

හෘද් සෛල තුල පොටෑසියම් අයන යහමින් ඇති අතර එවායේ පටක තරලයේ බහුලව ඇත්තේ සෝඩියම් අයනයි.ඊට අමතරව එම සෛල වල ප්ලාස්මා පටල තව දුරටත් පෝටෑසියම් ඇතුලට ගනිමින් සෝඩියම් පටක තරලයට මුදා හරිනවා.මෙම ක්‍රියාවලිය හඳුන්වන්නේ සෝඩියම් පෝටෑසියම් පොම්පකරණය ලෙසයි. පෝටෑසියම් ඇතුලට ගන්නා වේගයට වඩා සෝඩියම් ඉවත් කරන වේගය වැඩියි.මෙනිසා ඇතිවන තුලිත තාවයේ ඍණ ආරෝපනය වඩාත් බර වන්නේ හෘද් සෛල තුලටයි යම් අගයක් කරා මෙම ඍණ ආරෝපනය පහල ගිය පසු එක් වරම මෙකී ක්‍රියාවලිය කණපිට පෙරලෙනවා.සෝඩියම් අණු වේගයෙන් සෛලය තුලට ගලා ඒමකුයි මෙහිදි සිදුවන්නේ ආරෝපන වල මෙකී හදිසි වෙනස් වීමේ ප්‍රතිඵලය වන්නේ ඉතා සියුම් විද්‍යුත් ධාරාවක් නිපදවීමයි.

මෙය සිදුවන වාරයක් පසා හෘද් පේෂි සංකෝචනය වී රුධිරය ඉහලට පොම්ප කරනවා.මෙසේ විද්‍යුතය නිපදවීම සහ සන්නයනය සඳහාම විශේෂිත සෛල වර්ගයක් තමයි හෘද් පේෂි. මෙම සෛල එක්ව ගත් විට හෘද් සන්නයක පද්ධතිය ලෙස හඳුන්වනවා. එහි ප්‍රධානතම ස්ථානය සයිනෝ හෘද් කර්ණික ගැටය (SA ගැටය) මෙහි විද්‍යුත් ධාරා ජනනය කරන්නාවු වේගය හෘද් සන්නයන පද්ධතියේ අනෙක් කොටස් වලට වඩා වැඩිය. නිපදවන සියුම් විද්‍යුත් ධාරාව සැනෙකින් සෑම තැනකම පැතිර යන නිසා හෘද් පේෂි සෛල සංකෝචනය වන්නේ එකම විටදිය. හෘදය හා රුධිර වාහිනි මගින් රුධිරයේ ප්‍රවාහයේ වේගය අඩු වැඩි කිරීම මෙන්ම අවස්ථාවට සුදුසු අයුරින් එක් එක් පටකය වෙත ගලායන රුධිරයේ පීඩනය වෙනස් කිරීම මගින් ඒවාට සැපයෙන රුධිර පරිමාව වෙනස් කිරීමටද හැකියාව ඇති විශ්වකර්ම අවයවයකි මිනිස් හෘදය.

මේ අකාරයට එක් එක් ස්ථාන කෙරෙහි විවිධ ප්‍රතිචාර දැක්වීම අපගේ අණු දැනුමෙන් තොරව සිදු වීම ඉතා දියුණු තත්වයක් මේ සඳහා ශීර්ෂ පෝෂී ධමනියේ කැරොටිඩ් දේහ නමින් හැඳින්වෙන රසායනික ප්‍රතිග්‍රාහක විශේෂයක් පවතිනවා.

රුධිරයේ කාබන්ඩයොක්සයිඩ් වායුව දියවී ඇති ප්‍රමාණය හඳුනාගැනීමට මෙම ප්‍රතිග්‍රහක වලට හැකියාව තියෙනවා.රුධිර පීඩනය පාලනය කරන ප්‍රතිග්‍රාහක මහා ධමනියේ හා පොදු ශීර්ෂපෝෂී ධමනි වල පවතිනවා.මෙසේ විවිධ ස්ථාන වල පිහිටා ඇති ප්‍රතිග්‍රාහක උත්තේජනය වී මොළයට සංඥා යැවීම මගින් අදාල වෙනස් කම් සිදුකිරීම සඳහා ඒ ඒ අවයවයට සංඥා නිකුත් කිරීම මොළය මගින් සිදුකරනවා.මේ ආකාරයට මිනිස් හෘදය තම කාර්යය සඳහා ඉතා විශිෂ්ඨ ලෙස හැඩ ගැසී පවතිනවා.

විදුසමය විද්‍යා සඟරාව

ටැප් එඩියුටෙයින්මන්ට් ප්‍රකාශනයක්
තැ.පෙ. 06 ඒකල
2017 සැප්තැම්බර්

දුරකථනය : 011 363 5025
ෆැක්ස් : 0114 234536
ඊමේල් : info.tap.lk@gmail.com

කඩොලාන ශාක ප්‍රජාව ගැන අප දැනුවත්ද ?

මිනිස් ක්‍රියාකාරකම් නිසා ස්වභාවික පරිසරය වැනසීම වර්තමානයේ බහුලව දැකිය හැකිය. සංවර්ධන කටයුතු සඳහා යම් යම් ප්‍රදේශ වල විවිධ ක්‍රියාකාරකම් සිදු කිරීම අවශ්‍ය වන බව අවිවාදිතයි. නමුත් මුළු මහත් පරිසරයම මේ වෙනුවෙන් වනසා දැමීම අනුමත කල හැකි ක්‍රියාවක් නොවෙයි.

අපේ රටේ විවිධ ප්‍රදේශ වල පිහිටා ඇති ඇති කඩොලාන මෙන්ම කලපු ආශ්‍රිතව ඇති අනෙකුත් විවිධ ශාක හා සත්ත්ව ප්‍රජාවට ද අත්වී ඇත්තේ සංවර්ධනයේ නාමයෙන් විනාශයක්ම පමණි.මුළු රටේම භූමි ප්‍රමාණය හා සලකා බැලූ විට මෙරට තෙත් බිම් ආශ්‍රිත කඩොලාන ශාක ඇත්තේ ඉතා අල්ප ප්‍රමාණයකි.මෙසේ සුළු ප්‍රමාණයකින් කඩොලාන ශාක සහිත ප්‍රදේශ පැවතියත් ඒවායින් සිදුවන මෙහෙය අති විශාලය.

විවිධ ප්‍රදේශ වල පිහිටා ඇති කඩොලාන ශාක වලින් විවිධාකාර සේවාවන් පරිසරය ආරක්ෂා වීම අරඹයා සිදු වේ.වෙරළාශ්‍රිතව ඇති කඩොලාන වලින් වෙරළේ පස සවි වීම මගින් මුහුදු ඛාදනය අවම කිරීමටද විශේෂයෙන් සුනාමි වැනි අපදා අවස්ථාවලදී ගොඩබිම ආරක්ෂා කරගැනීමට සුවිශේෂ කාර්ය-භාරයක් මෙම කඩොලාන වලින් සිදු විය.කලපු මොය ආදී තැන්වල ඇති කඩොලාන ශාක වල මුල් අතර කාලයක් පුරා වැලි පස් හා රොඩු රඳවා ගැනීම නිසා එම ප්‍රදේශ වල ඉවුරු ශක්තිමත් වීමද සිදුවෙනවා. කඩොලාන පරිසරය ආශ්‍රිතව විවිධ මත්ස්‍යයන් ,ඉස්සන්,කකුළුවන් ආදී සතුන් මෙන්ම විවිධ කුරුල්ලන් තම වාසස්ථාන කරගෙන ජීවත් වීම නිසා ධීවරයන්ට මෙන්ම සංචාරක කර්මාන්තයේ නිරත වන්නන්ට ආර්ථික වශයෙන් ඉතා ප්‍රයෝජනවත් වෙනවා.

මේ ආකාරයට සුවිශාල ප්‍රයෝජන ලැබෙන කඩොලාන ප්‍රජාව විනාශ වීම මගින් ගැටලු රාශියක් පැන නැගීමට හැකියාව තිබෙනවා. කඩොලාන ශාක ප්‍රජාව ගැන සාමාන්‍ය ජනයා අතර ද පාලකයන් අතර ද හරිහැටි දැනුවත් වීමක් නොමැති බව ඔවුන් සිදුකරනා විවිධ ක්‍රියාකාරකම් දෙස බැලීමේදී පසක් වෙනවා.මේ නිසා වගකිව යුතු ආයතන මේ සම්බන්ධව රටවැසියා දැනුවත් කිරීමට වැඩි වැඩියෙන් අවධානය යොමු කල යුතුය.

එමගින් කඩොලාන ශාක ප්‍රජාව ආරක්ෂා කරගැනීමට දැනට ක්‍රියාත්මක කර ඇති සංරක්ෂණ වැඩසටහන් වලින් අපෙක්ෂිත ඉලක්ක සපුරා ගැනීම පහසුවනවා පමණක් නොව ජනතාවද උනන්දුවෙන් කඩොලාන ප්‍රදේශ ආරක්ෂා කරගැනීමට නිතරම උත්සහ කරණු නිසැකය.

යට ගිය දවස හෙළ විදුනැණ

අපගේ අතීත මුතුන් මිත්තන් ඉතා සියුම් දෙවල් මෙන්ම මහා විශාල දෙවල් ඔවුන්ටම විශේෂිත වු ඉතා දියුණු තාක්ෂණයක් භාවිතා කර නිර්මාණය කර තිබෙන බව වර්තමානයේදී විවිධ ආකාරයෙන් අපට ඔප්පු වී තිබෙනවා.එවැනි තාක්ෂණික කරුණු ලිපි පෙළක් ලෙස එළි දැක්වීමට කටයුතු කරණුයේ අතීත තාක්ෂණය පිළිබඳ මුලික දැනුමක් හා අදහසක් අපගේ පාඨකයන් වෙත ලබා දීමේ අරමුණෙනි.

අතීත ගොඩනැගිලි කර්මාන්තය

ගොඩනැගිලි ගැන කතා කරණ විට අපට නිතැතින්ම මතකයට එන්නේ ගොඩනැගිලි නිර්මාණයට අවශ්‍ය කරන ගොඩනැගිලි ද්‍රව්‍ය පිළිබඳවය. අපගේ මුතුන්මිත්තන් තුළ තිබුණු ශූරත්වය හා ඉදිකිරීම් තාක්ෂණයේදී ඔවුන් පෙන්වූ ඉහල දක්ෂතාවය මෙන්ම එහි නිපුණත්වය ඔවුන් විසින් කරවූ නිර්මාණ වලින් මනාව ප්‍රදර්ශනය වනවා.

හෙළ ගෘහ නිර්මාණ කරණයට යොදාගත් ගඩොල් අද තියෙන ගඩොල් වගේ කිහිප ගුණයක් විශාලයි.ඒ වගෙම ඒවාට අධිපීඩන තත්වයන් දැරීමේ හැකියාවද ඉතා හොඳින් පැවති බව පර්යේෂණ වලදී ඔප්පු වෙලා තිනෙවා.

පුරාතනයේ ගොඩනැගිලි ඉදිකිරීමට බොහෝ සෙයින්ම භාවිතා කෙරුණේ ගඩොල්.මේ ගඩොල් සෑදීමට යොදාගනු ලැබූ මැටි වර්ගය වූයේ ලැටරයිට් නොහොත් පහතරට ප්‍රදේශයේ බහුලව හමුවන කබොක් ගලුයි.ඒවා සෑදෙන්නේ නයිස් පාෂාණ එනම් කළු ගල් දිරාපත් වීමෙන්.

මෙම කබොක් ගල් කපා ගනු ලැබුයේ ඉස්කොප්පය නම් උපකරණය භාවිතා කරමින් වන අතර සුළං ආධාරයෙන් මෙම ගඩොල් වියළීමට ලක්කර තිබෙනවා. මෙම ගල් වල සවි ශක්තිය ඉතා වැඩිය. මහාවංශයේ සඳහන් වන ආකාරයට ඉන්දියාවෙන් නවනීත මත්තිකා නම් මැටි වර්ගයක් ගෙන්වූ බව සඳහන් වෙනවා.ජනප්‍රවාද වලට අනුව රුවන්වැලි සෑය සාදන විට එහි පාදම සඳහා යොදාගෙන තිබෙන්නේ මේ මැටි වර්ගය මගින් නිර්මාණය කල ගඩොල් බව සඳහන් වේ.

ඒ ඒ ශත වර්ෂ වල භාවිතා කල ගඩොල් ප්‍රමාණයෙන් එකිනෙකට වෙනස් වී ඇත. සමස්ථයක් ලෙස ගත් විට ගඩොලක ප්‍රමාණය එන්න එන්නම කුඩා වෙලා තියෙනවා.අතීතයෙදී ගල්බැම් සඳහා සුලබව යොදා ගත්තේ නයිස් පාෂාණ. නයිස් පාෂාණ වලින් පැරැන්නන් විශාල ගල් ලෑලි කපා ගත් බව මහාවංශයේ සඳහන් වෙනවා.

මේදවණ්නා නම් පාෂාණ වර්ගයක් සම්බන්ධවද මහාවංශයේ සඳහන් වෙන අතර එවාද ඉන්දියාවෙන් ගෙන්වූ බව සඳහන් වෙනවා.එසේම එම පාෂාණ වර්ගය භාවිතා කර රුවන්වැලි මහා සෑයේ ධාතු ගර්භය තනනු ලැබූ බව සඳහන් වෙනවා.

අතීතයේ ප්‍රධාන වශයෙන්ම ගොඩනැගිලි ද්‍රව්‍ය යොදාගනු ලැබුවේ ගල්,ගඩොල්,සහ හුණු බදාමයි. එවා භාවිතා කර සෑදු වෙහෙර විහාර මාළිගා සවි ශක්තියෙන් ඉතා ඉහල තත්වයක වු අතර සමහරක් වර්තමානය දක්වාම විනාශ නොවී පවතිනවා. දැවැන්ත බලකොටු ස්ථූප ගොඩනැගීම දැවැන්ත ස්ථූප වැනි නිර්මාණයන් සිදු කිරීමට අපේ පැරැන්නන් ඉතා නිවැරදි තාක්ෂණික ක්‍රම යොදා ගත්තා.

ස්ථූපය ඉදිකරන තැන තද පසක් හෝ ගල් පොත්තක් හමුවන තෙක් මතුපිට පස් ඉවත් කරනු ලැබුවා.පසුව අත්තිවාරම ඒ මත ගොඩනංවන ලදී.ඒ සඳහා හුණු.වැලි හා මැටි මිශ්‍ර බදාමයක් යොදාගෙන තියෙනවා.අලි අතුන් යොදා මෙම අත්වාරම පෑගීමට ලක් කල අතර එමගින් ගොඩනැගිල්ලට හොඳ ශක්තිමත් භාවක් ලැබුණා.

ස්ථූපයක වැදගත්ම කොටස අර්ධගෝලාකාර ගර්භයයි.එහි ඇතුළත ධාතු ගර්භය ඇති අතර එය සාදා ඇත්තේ පේෂා වළලු 3 ක් මතයි.එම වළලු තියෙන්නේ ඇත් පවුරකින් වටකරනලද මණ්ඩපයක් මත.මෙම පේෂා වළලු ගර්භයට සම්බන්ධ වී නැති අතර එය සාදා ඇත්තේ හතරැස් ගඩොල් වලිනුයි.ගර්භයේ උඩ කොටස පැතලියි.ඒ මත හතරැස් කොටුවක් තිබෙනව ඊටත් උඩින් තියෙන්නෙ දේවතා කොටුවයි. ඊටත් උඩින් කොත් කැරැල්ල පිහිටා තියෙනවා.

ඇස්.අබේකෝන්

විදුසමය
විද්‍යා සගරාව

කසල හෙවත් අපද්‍රව්‍ය

මහජනතාව විසින් එදිනෙදා ඉවතලන භාණ්ඩ වලින් මෙන්ම බැහැර කිරීමට බලාපොරොත්තු වන හෝ රටේ නීතියට අනුව බැහැර කල යුතු ද්‍රව්‍ය නිසා කසල එනම් ඝන අපද්‍රව්‍ය ඇතිවනවා.මේවා ප්‍රධාන වශයෙන් ආහාරමය අපද්‍රව්‍ය සහ බැහැර කරන අපද්‍රව්‍ය ලෙස වෙන්කර ගැනීමට හැක.

මෙම කැලිකසල වල සංයුතිය විවිධ ප්‍රදේශ වලදී ඒ හා බැඳි පරිසරය හා වටපිටාව අනුව වෙනස් වනවා.සාමාන්‍ය ජනයා බහුල ප්‍රදේශ වල ආහාරමය අපද්‍රව්‍ය, ප්ලාස්ටික් ඇසුරුම්, පොලිතීන් බෑග් ආදිය කසල ලෙස බහුලව හමුවන අතර නගර ආයතන වල ආශ්‍රිතව වානිජ්‍ය අපද්‍රව්‍ය, කර්මාන්ත ශාලා ආශ්‍රිත අපද්‍රව්‍ය මෙන්ම සෞඛ්‍යය සේවා ආශ්‍රිත අපද්‍රව්‍ය ද කසල ලෙස හමුවේ.

අපද්‍රව්‍ය වර්ගීකරණය කිරීම

මෙම අපද්‍රව්‍ය එවායේ විශේෂිත ගුණාංග අනුව වර්ගීකරණය කල හැක.

- **ජෛව හායන අපද්‍රව්‍ය**

මෙවා ජීව ක්‍රියාමගින් බිඳ හෙලීමට හැකි අතර මේ යටතට ආහාරමය අපද්‍රව්‍ය ශාකමය අපද්‍රව්‍ය ආදිය වර්ගකල හැක.

- **ප්‍රතිචක්‍රීකරණය කල හැකි අපද්‍රව්‍ය**

මෙම කොටසට කඩදාසි විදුරු බෝතල් යකඩ ටින් ඇලුමිනියම් භාජන සමහර ප්ලාස්ටික් වර්ග හා රෙදි ආදිය වර්ගීකරණය කල හැක.

- **නිෂ්ක්‍රිය අපද්‍රව්‍ය**

ඉදිකිරීම් ක්ෂේත්‍රය ආශ්‍රිතව ජනිතවන විවිධ අපද්‍රව්‍ය මෙම කොටසට වර්ගීකරණය කල හැක.

- **ඉලෙක්ටොනික හා විද්‍යුත් උපකරණ අපද්‍රව්‍ය**

මෙහිදි විදුලි උපකරණ කොටස් විදුලිබල්බ පරිගණක යන්ත්‍ර කොටස් රූපවාහිනි යන්ත්‍ර කොටස් ආදිය වර්ගීකරණය කල හැක.

- **අන්තරායකාරී අපද්‍රව්‍ය**

මෙහිදී විවිධ තීන්ත වර්ග රසායනික ද්‍රව්‍ය ආදි විෂ රසායනික ද්‍රව්‍ය මෙන්ම කෘමිනාශක වල්නාශක ආදියද වර්ගීකරණය කල හැක.

අපද්‍රව්‍ය කළමණාකරණය

- **එකතු කිරීම**

අපද්‍රව්‍ය කළමණාකරණයෙදි ප්‍රථමයෙන් එම අපද්‍රව්‍ය එකතු කිරීම ප්‍රධාන වශයෙන්ම සිදුකල යුතු කාර්යයි.මෙහිදි එකතු කරණ අපද්‍රව්‍ය එවා බැහැර කරන ස්ථානය දක්වා ප්‍රවාහනය කිරීමද සිදුකල යුතුය.

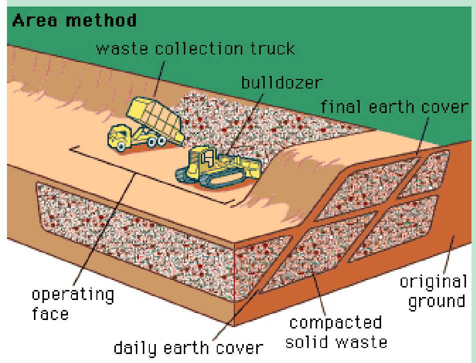
- **අපද්‍රව්‍ය වෙන්කිරීම ගබඩා කිරීම**

එකිනෙකට වෙනස් ඝන අපද්‍රව්‍ය වෙන්කිරීම ඝන අපද්‍රව්‍ය කලමණාකරනයේ ප්‍රධාන අංශයකි. එමගින් එක් එක් අපද්‍රව්‍යය සැකසුම් කිරීමට හැකිවේ.

- **අපද්‍රව්‍ය සැකසීම**

මෙහිදී අපද්‍රව්‍ය නැවත භාවිතා කිරීමට හැකි අකාරයට වෙනස් කිරීම එනම් ප්‍රතිචක්‍රීකරණය කිරීම මෙන්ම කොම්පොස්ට් පොහොර සෑදීම මෙන්ම විදුලිය නිපදවීම වැනි ක්‍රියාකාරකම් සඳහා භාවිතා කිරීමට හැකි වන අකාරයට පිළියෙල කිරීම වැනි ක්‍රියාකාරකම් සිදුකරණු ලැබේ.

- **කසල රඳවන වල රැඳවීම**



භූගත ජලයට හෝ මහජන සෞඛ්‍යට හානිනොවන ලෙස කසල විද්‍යාත්මක කසල රඳවනයක රඳවා තබා කසල කළමණාකරනය කිරීමද අඩු වියදම් ක්‍රමයකි.

අවාසනාවකට දැනට ලංකාවේ බහුලවම සිදුවන්නේ පාලනය-කින් තොරව කසල ගොඩගැසීමය .මෙහිප්‍රතිඵලය කසල කඳු ඇතිවීමය .මෙනිසා භූගත ජලය දූෂණය නාය යැම මෙන්ම විවිධ රෝග තත්ව ඇති විම දක්නට ලැබේ.

කසල ප්‍රශ්ණයෙන් ගැලවීමට ක්‍රමක් කරමුද ?

කසල ප්‍රශ්ණය විසදීම සඳහා වැඩි කාර්යය භාරයක් පැවරි ඇත්තේ කසල උත්පාදනය කරණ ජනතාවටමය. අපද්‍රව්‍ය අඩුකිරීම සඳහා එකාබද්ධ අපද්‍රව්‍ය කළමණාකරණය වැදගත්වේ.මෙහිදි අපද්‍රව්‍ය අඩුකිරීම ඒවා ප්‍රතිචක්‍රීකරණය කිරීම හා නැවත පාවිච්චිය දිරිගන්වයි.

මෙහිදි ජනතාව කසල වෙන්කිරීම ඉතා අත්‍යවශයෙන්ම සිදුකල යුතු කාර්යයක් වන අතර එහිදි දිරාපත් වන කසල වෙනමද දිරාපත් නොවන කසල වෙනමද වර්ගකිරීම ඉතා පහසුවෙන් සිදුකල හැක.

නැවත භාවිතය මගින් කසල අවම වනවා පමණක් නොව නිකරුණේ වියදම් වන මිල මුදල්ද ඉතිරිවීම සිදුවනවා.නිසි ලෙස කසල වෙන්කිරීම මගින් බොහෝ ද්‍රව්‍යය විකුණා මුදල් උපයා ගැනිමට හැකියාව ලැබේ. උදාහරණ වශයෙන් ප්ලාස්ටික් පොලිතීන් විදුරු යකඩ වැනි දේ.

කසල ජනනය වන ස්ථාන වර්ග්‍රීකරණය කලහොත් ලංකාවේ ප්‍රධාන වශයෙන් ගෘහාශ්‍රිතවද වෙළඳපොලවල් මෙන්ම වානිජ මධ්‍යස්ථාන වලින් වන අතර ගෘහාශ්‍රිතව ජනනය වන කසල ප්‍රමාණය ඉතා ඉහල අගයක් ගන්නා අතර එම ප්‍රමාණය අඩුකිරමට හැකිනම් කසල ගැටලුවට විශාල වශයෙන් අවම කල හැක.

කසල ගැටලුවට විසදුම මොකද්ද?

ඝන අපද්‍රව්‍ය කළමණාකරණය සඳහා උත්සහ ගැනිමේදි විශාල අභියෝග ගණනාවකට මුහුණ දීමට සිදුවේ.කසල කළමණාකරණයට පළාත් පාලන ආයතන විවිධ වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක කලත් මහජන සහයෝගය අඩුවෙන් ලැබීම නිසා ඒවා බොහෝවිට අසාර්ථක වී තිබේ.මෙහිදි ප්‍රධානතම ගැටලුව වී තිබෙන්නේ කසල වෙන්කිරිමට මහජනයා කටයුතු නොකිරීමය.

එසේම රටේ දැනට ඇති කසල කදු පතාල පුද්ගලයන් මගින් අයිතිකරගෙන මුදල් උපයන ඉල්ලමක් බවට පත්කරගෙන තිබේ.මේ නිසා මෙම පුද්ගලයන්ගෙන් කසල කදු බේරාගෙන කසල පාලනය නිවැරදිව සංවිධානාත්මකව සිදුකල යුතුය.

කසල නිපදවීම සිදුකරණ සමහර නිශ්පදකයන්ගේ එම කසල ඉවත් කිරිමට එනම් බැහැර කිරීම ට අවශ්‍ය මිල ප්‍රමාණය රජයට බද්ධක් වශයෙන් ගෙවිය යුතුය.

කසල බැහැර කිරීමට ඇති නිති රිති නිසි ආකාරයෙන් භාවිතා කර කසල කළමණාකරනය සිදුකල යුතුය. කසල කලමනාකරනය පිළිබද පාසල් සිසුන් ගෘහනියන් වැනි සියලු දෙනාටම හොඳ අවබෝධයක් දැනුමක් ලබාදිය යුතුය.

කසල ජනනයේ වර්තමාන තත්වය

වර්තමානයේ ශ්‍රී ලංකාවේ ඇති අනේකවිද ප්‍රශ්ණ අතර ජනතාව පීඩාවට පත්කරණ දැවැන්ත ප්‍රශ්ණයක් බවට කසල පත්වී ඇත.රටේ කාලාන්තරයක් මුළුල්ලේ ඇති වී ඇති සිඝ්‍ර ජනගහන වර්ධනය කර්මාන්ත අංශයේ දියුණුව ජනතාවගේ පාරිභෝජන රටාව වෙනස්වීම ආදී ක්‍රියා නිසා ඝන අපද්‍රව්‍ය උත්පාදනය සිඝ්‍රයෙන් ඉහල ගොස් ඇත.

මෙම කසල ගැටලුව ක්‍රමයෙන් රටේ දෛනික කටයුතු අඩාල කිරමට සමත් වන තරමේ ගැටලුවක් බවට පත්වී තිබෙනවා.

සංඛ්‍යාලේඛන වලට අනුව මහනගර සභා ප්‍රදේශ වල එක් පුද්ගලයෙකු දිනකට අපද්‍රව්‍ය කිලෝ ග්රෑම් 0.75 පමණ ජනනය කරන අතර නගර සභාවල පුද්ගලයෙකු දිනකට කසල කිලෝ ග්රෑම් 0.6 පමණ කසල ජනනය කරන අතර ප්‍රදේශිය සභා ප්‍රදේශ වල පුද්ගලයෙක් දිනකට කසල කිලෝ ග්රෑම් 0.4 පමණ බැහැර කරන බව දැක්වේ.

නාගරික අපද්‍රව්‍ය වලින් 65 % පමණ දිරාපත්වන අපද්‍රව්‍ය වන අතර මෙවැනි දත්ත වලින් පසක් වනුයේ ලංකාවේ කසල ගැටලුව ඇත්තටම ගැටලුවක් නොවන ලෙස විසදීමේ හැකියාව නොවේද ?

අවාසනාවකට කසල ප්‍රශ්ණයට හොදම විසදුම ඇති රටේ මහජනතාව සිතනුයේ කසල ප්‍රශ්ණය රටේ ආණ්ඩුවේ ප්‍රශ්නයක් බවත් එය විසදීම ඔවුන් විසින් ම සිදුකල යුතු බවත්ය.

බොහෝ පලාත් පාලන ආයතන සිදුකරණුයේ මෙම එකතුවන කසල ගං ඉවුරු මුදු බිම් හා වගුරු බිම් වැනි පාරිසරිකව වැදගත් වන ප්‍රදේශවල විවෘත භූමි වල ගොඩ ගැසීමය.

දැනටමත් ලංකාවේ බැහැර කරන කසල වලින් 85 % පමණ විවෘත භූමි වල ගොඩ ගැසිම දක්නට ලැබේ. අනාගත අවධානම තවත් වැඩිකරමින් ලෝක බැංකු වාර්තාවකට අනුව පෙන්වා දෙන්නේ වසර 2025 වනවිට ලංකාවේ ඒක පුද්ගල ඝන අපද්‍රව්‍ය ප්‍රමාණය දිනකට කි.ග්රෑම් 01 දක්වා ඉහල යාමට හැකි බවය.

කසල සම්පතක්ද ?

ඇත්ත වශයෙන්ම කසල යනු සම්පතකි.එහි ඇති ගැටලුව නම් කසල වැරදි ආකාරයෙන් වැරදි වේලාවක වැරදි තැනක තිබීම පමණි.

සම්පාදනය Science Today

විදුසමය
විද්‍යා සඟරාව

වන වදුලෙන් දෙව් ලොවට

දෙවන කොටස

> **“ඇත්ත ඇත්ත .....දැන් ඉතින් ජාන වෙනස් කිරීම් නිසා සැම බෙහෙත් පෙත්තක්ම මොනවා හරි ශාකයකින් ලබාගන්න පුළුවන්නෙ”**

ඔවුන් දෙදෙනා රටේ පිහිටි සුවිසාල ගොවි පලක හිමිකරුවන් වූ අතර ඔවුන් විශාල බෝග වර්ග ගණනාවක් වගාකරන ලදි.මෙම සුවිශාල ගොවිපල දිර්ඝ කාලයක් පවත්වාගෙන යාම නිසා මෙවුන් දෙදෙනා විශාල අත්දැකිම් සම්භාරයකින් පුර්ණව සිටි අතර ඉතා නවීන තාක්ෂණය භාවිතා කිරීම සම්බන්ධව ඔවුන් රටේ ප්‍රබල නමක් දිනා ගෙන සිටි ව්‍යවසායකයන් දෙදෙනෙක් විය.ඇත්ත වශයෙන්ම ඔවුන් දෙදෙනා තාක්ෂණික ගොවියන් දෙදෙනෙක් විය.

කලින් වෙන් කරගත් දිනයේ සැලසුම් කල වේලාවට ගොවිපලට යාමට සෙන්වා ට නොහැකි විය.මෙයට ප්‍රධානම හේතුව වි තිබුනේ සෙන් වා පෙර දින රාත්‍රියේ මිත්‍රයෙකුගේ උත්සවයකදි අධික ලෙස මත්පැන් පානය කර තිබිම නිසා තරමක් ප්‍රමාද වි දවස පටන් ගැනිමය.කෙසෙ වුවත් හැකි විගස ඔහු ගොවිපලට යාමට ක්‍රියා කල අතර ඔහු පැය කිහිපයක් ප්‍රමාද වුවත් මිතුරන් දෙදෙනා සුදානම් කර තිබු උදැසන ආහාරය රසබැලිම ඔහුගේ ප්‍රථම රාජකාරිය විය.

සෙන් වා මෙවැනි ගොවිපලකට පැමිණි ප්‍රථම අවස්ථාව මෙය විය.මේ නිසා ඔහුට නොදන්නා දේ බොහෝමයක් දැනගැනිමට මේ ගමන උපකාරි වන බව හේ හොදාකාරවම දැන සිටියේය. උදැසන ආහාරය අතර තුර මිතුරන් තිදෙනා තමන්ගේ කුඩා කාලය ගැන අතීතාර්වර්ජනයක නිරත වුයේ බොහො සතුටිනි.ඒ මොවුන් තිදෙනා කුඩා කාලයේ සිට හදුනන පුද්ගලයන් වු බැවිනි. තම මිතුරන් දෙදෙනා තමා වෙනුවෙන් සකස්කර තිබු උදැසන ආහාරය ගැන ඉතා තෘප්තිමත් වු සෙන් වා පවසා සිටියේ නැවත දවසක පැමිණිමට ආශාවක් ආ බවය.

කෙසේ නමුත් දැන් තමා පැමිණි කාරණය වහා ආරම්භකිරිම සුදුසු බව සිත්හි තබාගත් සෙන් වා මිතුරන් දෙදෙනාද සමග ගොවිපල නිරික්ෂණයට පිටත්විමට තම මිතුරන් ද පොළඹවා ගැනිමට ක්‍රියාකලේය.එසේ නොවුනානම් ඔවුන් මුළු දවසම විහිළු තහළු කරමින් සිටිනු නොඅනුමානය.

මෙම ගොවිපලට පැය විසිහතර පුරාවටම එකාකාරව හිරුඑළිය ලැබුණු අතර අතර සියලුම ශාකවල අස්වැන්න ගසකින් ලබාගත හැකි උපරිම අස්වැන්නට ආසන්නවි තිබුණි. ප්‍රථමයෙන් ඔවුන්ගේ නිරික්ෂණයට ලක්වුයේ සති හතරක කාලයකදි විශාල අස්වැන්නක් ලබාදෙන වී වගාවක් කෙරෙහිය.මෙම වී වර්ගය මිට වසර සිය ගනනකට පෙර තිබු ශාකයෙන් බොහො දුරට වෙනස් විය.එය පිළිබද ඩිමාල් විසින් විස්තර කිරිමක්ද කරන ලදි.

“සෙන් මෙ තියෙන වී වර්ගය සම්පුර්ණයෙන්ම ජාන සංයුතිය වෙනස් කරලයි නිපදවා තියෙන්නේ.මෙ ශාකයේ විශාලත්වයට වඩා විශාල අස්වැන්නක් ලැබෙනවා.අපේ මේ අක්කර දහයක් වගේ භූමි ප්‍රමාණයේ වී වගාවෙන් අපිට වී ටොන් දෙසියක් පමණ අස්වැන්නක් ලැබෙනවා.”

“එතකොට මේ වගාවට පොහොර වතුර එහේම කොහොමද සපයන්නේ ?.”

“ඒ ඉස්සර පොහොර දැම්මේ.මෙවාට පොහොර කියලා විශේෂයෙන් මොනවත් ඔනැ වෙන්නේ නෑ.ඒකම එකට අවශ්‍යය වෙන පොහොර ටික එ කිව්වේ ගහට අවශ්‍ය වන සියලු මුලද්‍රව්‍ය ටික ක්ෂුද්‍ර ජිවින් එක්ක හවුල් වෙලා නිපදවා ගන්නවා.ඒ වගේම එවායේ විවිධ රසායනික සංශ්ලේෂණ ක්‍රම මගින් අවශ්‍ය සමහර මුලද්‍රව්‍ය නිපදවා ගැනිමටත් එවා සමත් කම් දක්වනවා.මේ ඔක්කොම වැඩි දියුණු කල ජාන තාක්ෂණයෙන් තමා.”

“ඒ වුනාට ඩිමාල් මට පෙන්නේ නම් මේ වී පැලැටි වල සුළු සුළු වෙනස් කම් තිබ්බට මහා විශාල වෙනස්කම් නැ කියලයි.”

“ඔව් සෙන් ඔයාට එතරම් කැපි පෙනෙන වෙනස්කම් මුල් යුගයේ වගා කල පැළැටිය හා සංසන්ධනය කරද්දි පෙන්න නැ තමයි.ඒ වුනාට මේකේ අස්වැන්න අධික විම පොහොර අවශ්‍ය නොවිම,ලෙඩ රෝගවලට ඔරොත්තු දිම වැනි වාසි තියෙනවා.” යැයි මුතුමාල් තම අදහස් දැක්විම සිදු කරන අතර තුර

ඩිමාල් ද තව දුරටත් පවසමින් සිටියේ, “අන්න අර පැත්තේ තියෙන එවා ගැන බලමු.සමහර විට ඔයා එවාට නම් කැමති වෙයි.”

“මේ තියෙන්නේ ඇත්තටම ගොවිපලක පැවතුණ සාමාන්‍ය එළවළු ජාතියක්වත් ධාන්‍ය ජාතියක්වත් නෙමෙයි.”

“මුතුමාල් මේ ගස් හරියටම තාක්කාලි ගස් වගේනේ”

“නැ සෙන් ඔයා වැරදියි.මේ තමා වේදනා නාශක කරල් ලබාදෙන පැරසිටොල් ගස්.මෙවා තමයි ඔය ගොල්ලො උණක් ඇගේ පතේ වේදනාවක් ආවාම ගන්න කරල්. මිටඅවුරුදු ගනනකට ඉස්සර නම් ඔය වගේ දේවල් කාර්මාන්ත ශාලාවල නිපදවන පෙති ජාතියක් තමයි.දැන් ඉතින් ඔය හැම බෙහේතක්ම ගොවිපල වල වගාකරණ ශාක වලින්නේ කෙළින්ම ලබාගන්නේ.”

“ඇත්ත ඇත්ත .....දැන් ඉතින් ජාන වෙනස් කිරීම් නිසා සැම බෙහෙත් පෙත්තක්ම මොනවා හරි ශාකයකින් ලබාගන්න පුළුවන්නේ.දැන් ඉතින් මිනිස්සුන්ට ඉස්සර කාලේ වගේ ෆාමසි වලට ගිහිල්ලා බේත් ගන්න ඕනවෙන්නේ නැනේ.ගෙදරම හිටවා ගත්තු ගහකින් ගන්න පුළුවණි.” යැයි පවසමින් ඩිමාල්ද තම අදහස ඉදිරිපත් කරණ ලදි.

ඩිමාල්ගේ විස්තරයෙන් පසු සෙන් වා ට සිතුනේ මිනිසා නැවතත් ආදි මුතුන් මිත්තන් මෙන් වනාන්තරයෙන්ම ඖෂධ වර්ග ලබාගැනිමට පටන් අරන් නොවේදැයි කියාය.

ඉතිරි කොටස ඊළඟ සඟරාවෙන්

දරුවන්ට ඕනෑවට වඩා කෑම දෙන්න එපාලු

කුසගින්නක් නොමැතිව මෙසේ දකින දකින විට ආහාර ගැනීමට පුරුදු වීමත් හොඳ දෙයක් නොවන බව තමා තවදුරටත් සදහන් වෙන්නේ.මෙය ජීරණ පද්ධතියේ යහපත් පැවැත්මට හිතකර වන්නේ නැහැ.කුඩා කල පටන්ම ක්‍රමවත්ව ආහාර ගැනීමේ රටාවකට දරුවන් හුරු කරවීම වැදගත් වන්නේ මේ නිසාය.

සමහර විට සාමාන්‍ය අකාරයෙන් ආහාර ගන්නා ළමයෙකුගේ බරෙහි සීඝ්‍ර වැඩිවීමක් පෙන්වයි නම් එනම් වයසට සරිලන බරට වඩා වැඩි බරක් පෙන්නුම් කරයි නම් එයින් ඉඟි කරන්නේ දරුවා ගේ බර වැඩිවීම යම් විෂමතාවයකට ලක්වී ඇති බවය.හෝමෝන අසමතුලිත තාවයක් හෝ වකුගඩු ආබාධයක් නිසා සිරුරේ අමතර ජලය රැස්වීමක් නිසා ද මෙවැනි අසමානාතාවයක් ඇතිවිය හැක.

මෙවැනි තත්වයකදි දරුවා වෛද්‍යවරයකුට පෙන්වා පරික්ෂාකර ගත යුතුය.

දෙමාපියන් වැඩි ආදරය දරුවන්ට නපුරට හිටින අවස්ථා කොතරම් අප ඒදිනේදා ජීවිතයේදි අත්දකින්නට ඇතිද ?.තමන්ගේ දරුවා ඉක්මනින්ම ලොකු මහත් කර ගන්නට සිතන සමහර අම්මලා පමණටත් වඩා ආහාර ගන්නා ලෙස දරුවන්ට බල කරනවා.නමුත් මෙය එතරම් හොද දෙයක් නොවන බවයි විශේෂඥයන් පවසන්නේ.

අධික පෝෂණ ගුණයකින් යුත් ආහාර පමණට වඩා ආහාරයට ගැනීම නිසා දරුවා තරබාරු වීමටත් එයින් ක්‍රිඩා පිටියේදිත් පන්ති කාමරයේදිත් අනෙක් දරුවන්ගේ උසුළු විසුළුවලට ලක්වීමටත් ඉඩ තිබෙනවා. මීටත් වඩා අඩු වයසේදිම හෘදරෝග, දියවැඩියා වැනි රෝග වැළඳීමටත් වැඩි අවදානමක් තිබෙනවා.

තවත් සමහර අවස්ථාවල දෙමාපියන්ගේ පෙළඹවීමක් නොමැතිව වුවත් නිතර දෙවේලේ ආහාර ගැනීමට ඇතැම් දරුවන් පුරුදු වෙලා තිබෙනවා.

සකස් කිරිම අන්තර් ජාලය ඇසුරෙන්

පයින් යන තරමට ඇඟට ගුණයි

ව්‍යායාමයක් වශයෙන් හිමිදිරි පාන්දරට හෝ සවස් වරුවේ හෝ කිලෝ මීටර් කිහිපයක් ඇවිදින්නට අද බොහෝ දෙනෙකු පුරුදු වි සිටිනවා. ඇත්ත වශයෙන්ම මෙය ඉතා ප්‍රයෝජනවත් ව්‍යායාමයක්,විශේෂයෙන්ම අධිරුධිර පීඩනය මැඩ පැවැත්විම සදහා එය ආකාර කිහිපයකින් ම උපකාරි වන බව දැන් සොයාගෙන ඇත.

දිනපතා ඇවිදිම මගින් ශරීරයේ බර අඩු කෙරෙන නිසා රුධිර පීඩනය යථා තත්වයට පත් කරලීමට එය ආධාරයක් වෙනවා.

ඇවිදීම මගින් රුධිර නාල විවෘත වීම උත්තේජනය කරන නිසා රුධිර පීඩනය පහළ බසිනවා.රුධිරයේ කොලෙස්ටරෝල් හා ට්‍රයිග්ලිසරයිඩ වැනි සංයෝගවල මට්ටම අඩු කිරීමට ඇවිදීම දායක වෙනවා.(මෙම සංයෝග රුධිරනාළ තුළ තැන්පත් වෙමින් ඒවා අවහිර කරන බව ප්‍රකටයි.)

අවසාන වශයෙන් ශරීරයේ වෙහෙස,පීඩාව ඇති කිරීමට හේතුවන හෝමෝන නිෂ්පාදනය අඩු කරමින් ශරිරය නිවා දැමීමටත් මෙම ඇවිදීමේ ව්‍යායාමයට හැකියාව තියෙනවා.

දරුවන් නිදා ගන්නා ඉරියව් ගැන සැලකිලිමත් ද ?

කුඩා දරුවන් නිදාගන්නා ඉරියව් පිළිබද අප එතරම් සැලකිලිමත් නැ නේද ?සමහර දරුවන් උඩුබැලි අතට නිදා ගන්නා අතර සමහරුන් මුනින් අතට නිදාගන්වා. නමුත් දරුවන්ගේ නිදාගැනිමේ ඉරියව් ගැන විශේෂ සටහනක් ගෙන එන නිව් සයන්ටිස් සඟරාව පවසන්නේ දරුවන් නිදා ගැනීමට හුරුකරවිය යුත්තේ මුනින් අතටයි.

ඒ සදහා හේතු දක්වන එම සඟරාව එම ඉරියව්වෙන් නිදා සිටීමෙන් උදරයේ වාතය එක් රැස් විම නිසා ඇතිවන වේදනාවන් ඇතිවිමේ ඉඩකඩ ඇහිරෙනවා.

මුනින් අතට නිදා සිටීම නිසා උදරයේ පීඩනය අඩුවීම ඊට හේතු. නින්දෙදි වමනය වීම හෝ වෙනත් හේතු නිසාවෙන් ශ්වසන මාර්ගය සිරවීමේ අවදානමද මෙමගින් මඟහැරෙනවා.එය දරුවාට පහසුවක්.ඒනිසා දරුවා මුනින් අතට නිදා ගැනීමට හුරුකරවීම වැදගත් බව ද එහි තවදුරටත් සඳහන් වෙනවා.

ඩෙංගු මාරයා පැරදවීමට කීට විද්‍යාව භාවිතා කිරීම

මේ වන විට කවුරුත් දන්නා පරිදි ශ්‍රී ලංකාව දැවැන්ත ඩෙංගු ව්‍යසනයකට මුහුණ පා තිබේ. ශ්‍රී ලංකාවේ ප්‍රධානතම මහජන සෞඛ්‍ය ගැටලුව ලෙස දැනට හදුනාගෙන තිබෙන ඩෙංගු රෝගය 2017 අගෝස්තු මස අවසන් සතිය වන විට රෝගීන් 144,052 බිහිකර 300 වැඩි මරණ සංඛ්‍යාවකට වගකියනු ලබන බව සෞඛ්‍ය දෙපාර්තමේන්තුවේ වසංගතවේද අංශය පවසයි. 2016 වාර්තා වූ රොගීන් සංඛ්‍යාවට වඩා තුන් ගුණයකට ආසන්න රෝගීන් සංඛ්‍යාවක් 2017 වසර අවසාන වීමටත් ප්‍රථම වාර්තාවීම අවාසනාවන්ත තත්වයකි.

(Aedes aegypti) සහ (Aedes albopictus) යන මදුරු විශේෂ දෙකේ දශ්ඨනය මගින් ඩෙංගු රෝගය මිනිසාට සම්ප්‍රේශණය වෙයි.මෙයින් (Aedes aegypti) ප්‍රධාන ලෙස රෝගය පතුරවන බව විද්‍යාඥයින්ගේ මතයයි.

ඩෙංගු වෛරසය ප්‍රධාන ආකාර 4 කින් සමන්විත වෙයි. ඒවා (DENV-1) (DENV-2) (DENV-3) සහ (DENV-4) ලෙස නම් කරයි. මේ නිසා ඩෙංගු රෝගය එක් පුද්ගලයෙකුට එක වරකට වඩා වැලදිය හැකි වෙයි. සාමාන්‍යයෙන් එක් වෛරස ආකාරයකින් මිනිසාට එක වරක් පමණක් රෝගය වැළදෙයි. මෑතක් වන තුරු රට තුල ප්‍රධාන ලෙස සම්ප්‍රේශණය වූයේ ඩෙංගු වෛරස ආකාර (DENV-1) සහ (DENV-3) වන අතර 2017 වසරේ දරුණු ලෙස රෝගය පැතිරීමට හේතුව (DENV-2) යන වෛරස ආකාර සීඝ්‍ර ලෙස රට තුල ව්‍යාප්ත වූ නිසා බව ලෝක සෞඛ්‍ය සංවිධානය පවසයි. තවද මෙම ප්‍රධාන ඩෙංගු වෛරසය ආකාර 4ට අමතරව තවත් උප වෛරස ආකාර පැවතීමට හැකි බවත් විද්‍යාඥයින් මත පල කරනු ලබන අතර එසේ වුවහොත් තත්වය තව තවත් දරුණු විය හැකි වේ.

ඩෙංගු රෝගය ආසාදනය වන්නන්ගෙන් සියයට 90ක් දෙනා කිසිදු රෝග ලක්ෂණයක් නොපෙන්වන අතර ඔවුන්ගේ ශරීරය තුල රෝගයට ඔරොත්තු දීමේ හැකියාවක් පවතී. ඩෙංගු රෝගය ආසාදනය වන්නන්ගෙන් සියයට 10ක් පමණ දෙනා රෝග ලක්ෂණ පෙන්වන අතර ඉන් ඉතා සුළු ප්‍රතිශතයකට පමණක් ඩෙංගු රක්තපාත තත්වයට පත්වේ. ඩෙංගු රෝගය සදහා තවමත් පිලිගත් නිෂ්චිත ප්‍රතිකාරයක් නොමැති අතර මේ සදහා එන්නත් කීපයක් ලොව

පුරා තවමත් පරීක්ෂණ මට්ටමේ පවතී. රෝහල තුල සිදුකරනු ලබන්නේ රෝගීන් කළමණාකරණය කිරීමයි.

මේ අනුව බලනකල ඩෙංගු මර්ධනයට ඇති එකම විසදුම වාහක මර්ධනය නැතහොත් මදුරු මර්ධනයයි. මෙය සිදුකිරීමට ඇති ප්‍රධානතම මග ඩෙංගු වාහක මදුරු කීටයන් බෝවන ස්ථාන විනාශ කිරීමයි. ඩෙංගු වාහක මදුරුවන් ප්‍රධාන ලෙස බෝවන්නේ පිරිසිදු ජලය එක්රැස්වූ මිනිසා විසින් සාදනු ලබන කෘතිම භාජන වලය. මෙම භාජන ලෙස ප්‍රධාන වශයෙන් ජලය එකතු කරන බැරල් , සිමෙන්ති ටැංකි , ඉවතලන ද්‍රව්‍ය , වැහි පිහිලි , ශීතකරණ තැටි , විසිතුරු භාණ්ඩ , ටයර , භාවිතා නොකරන වැසිකිලි බදුන් සහ කොන්ක්‍රීට් වහලවල් දැක්විය හැකිය. ස්වභාවික ද්‍රව්‍ය මත ඩෙංගු වාහක මදුරු විශේෂයක් වන (Aedes albopictus) ශ්‍රී ලංකාවේ විවිධ දිස්ත්‍රික්ක වල අඩු වැඩි වශයෙන් හමුවූවත් ප්‍රධාන ඩෙංගු වාහක මදුරු විශේෂය වන (Aedes aegypti) ඉතා විරල ලෙස ස්වාභාවික ද්‍රව්‍ය මත (බෝතල් ශාක , රම්පෙ පදුරු , ගස් බෙන ආදියය....) එකතු වූ ජලයේ හමුවේ.

අපවිත්‍ර ජලය රැදි කාණුවල ඩෙංගු වාහක මදුරු කීටයන් බෝවන බවට ඇති සාක්ෂි විරලය රට තුල ඩෙංගු මර්ධන වැඩසටහන් රාජ්‍ය මට්ටමේ ආයතන ගණනාවකින් සිදු වුවද මදුරුවන් බෝවන ස්ථාන පිළිබද අදාල බෝවන ස්ථාන ඉවත් කිරීමේ වැඩ සටහන් වලට සහභාගි වන රාජ්‍ය නිලධාරින් සහ සවේච්ජා ප්‍රදේශ වාසීන්ගේ දැනුම ප්‍රමාණවත් ද ?

යන්න විමසා බැලිය යුතු කරුණකි. ශ්‍රී ලංකාවේ ඩෙංගු මර්ධන කටයුතු සදහා නිසි විද්‍යාත්මක පදනමක් සහිතව සිදුවේද යන්න සොයා බැලීම වැදගත් වෙයි.ඩෙංගු මර්දන කටයුත්ත මුලික වශයෙන් මදුරුවන් බෝවීම මර්දනය කිරීම මගින් සිදුවෙන බැවින් මෙම කටයුත්ත සිදුකල යුත්තේ සත්ත්ව විද්‍යාව , රසායනික විද්‍යාව සහ පාරසරික විද්‍යාව පිළිබඳ හසල දැනුමක් ඇති කණ්ඩායමකගේ උපදෙස් මතය.මුලිකවම ඩෙංගු රෝගීන් ගේ ව්‍යාප්තිය සහ ඩෙංගු වාහක මදුරුවන්ගේ ව්‍යාප්තිය සිතියම් ගත කල යුත්වෙයි.මෙමගින් වැඩි අවධානයක් යොමුකල යුතු ප්‍රදේශ පහසුවෙන් හදුනාගත හැකිවෙයි.

ඩෙංගු රෝගීන් වාර්තා වෙන ප්‍රදේශය අනුව දෙයාකාර වෙයි.අදාල ප්‍රදේශයෙන් ඩෙංගු ආසාදනය වන රෝගින් ප්‍රදේශගත රෝගීන් ලෙසද අදාල ප්‍රදේශයෙන් පිටතදි ඩෙංගු ආසාදනය වු රෝගීන් ආගන්තුක රෝගින් ලෙසද හදුන්වයි.මෙම කුමන ආකාරයේ රෝගියෙකු වර්ථා වුවද අදාල රෝගියාගේ වාසස්ථානය වටා මීටර 200 අරයකින් යුතු ප්‍රදේශයක් තුල ඇති සියලුම ඩෙංගු වාහක මදුරුවන් බෝවිය හැකි ස්ථාන ඉවත් කිරිමෙන් අදාල රෝගියාගේ වෙනත් රෝගීන්ට රෝගය පැතිරි යාම පාලනය කල හැකි වේ.තවද එම රෝගියා වාසය කල ප්‍රදේශයේ ඩෙංගු වාහක සුහුඹුල් මදුරුවන් සිටියේනම් දැනටමත් එම මදුරුවන්ට ඩෙංගු වෛරසය ඇතුලත් වි තිබිය හැක.එබැවින් එම මදුරුවන් ඉවත් කිරිම වහාම සිදු කිරිම කල යුතුය. සුහුඹුල් මදුරුවන් ඉවත් කිරිමට දැනට භාවිතා කරන ප්‍රධානම ක්‍රමය වන්නේ තාප දුමානය සිදුකිරිමයි.එනමුත් තාප ධුමායනයේ ක්‍රියාකාරි කාලය විනාඩි කිහිපයකට සීමා වේ.

මදුරු කිට මර්ධනයද බහුලව සිදුවන ක්‍රමයකි.මෙහිදි කීට මර්ධනයට සුදුසුම ක්‍රමය බෝවන ස්ථාන ඉවත් කිරිම වුවද අද රසායනික ක්‍රම මගින් කීට මර්ධනය බහුලව සිදුවේ.කෙසේ වෙතත් මදුරු මර්ධනය විද්‍යානුකුල පදනමක් රහිතව සිදුකිරිම පාරිසරික හානි රැසකට අතවැනිමක් වාගේම ඩෙංගු රෝගය උත්සන්න විමටද එය හේතුවක් වේ.පරිසරය තුල ඩෙංගු රෝගය ඩෙංගු වාහක මදුරුවන් වගේම ඩෙංගු රෝග වාහක නොවන මදුරුවන් ද රාශියක් සිටි.එමනිසා මදුරු මර්ධනයට පෙර එම ප්‍රදේශයේ වෙසෙන මදුරුවන් සහ එම මදුරුවන් බෝවන ස්ථාන පිළිබද මනා දැනුමක් ලබා සිටිම ඉතා අත්‍යාවශ වේ.

මේ සදහා සුදුසුම ක්‍රියා මාර්ගය වන්නේ අදාල ප්‍රදේශයේ කීට විද්‍යා සමික්ෂණයක් සිදුකිරිමයි.උදාහරණයක් ලෙස යම් ප්‍රදේශයක ඩෙංගු මර්ධන කටයුත්තක් ලෙස අදාල ප්‍රදේශයේ ජලය රැදි සියලුම කොන්කිට් වහලයන් මතට මදුරු කීට නාශක ඉසිමට නිලධාරින් තීරණය කලායැයි සිතමු.නමුත් එම ප්‍රදේශයේ බහුතරයක් කොන්කීට් වහලයන් මත සිටින කීටයන් විශේෂය ඩෙංගු රෝග වාහක මදුරුවන් නොවන මදුරුවන් වන (Aedes vittatus) හෝ (Aedes magdaugalli) වීමට ඉඩ ඇත.එවිට ඩෙංගු රෝග වාහක මදුරුවන් වන (Aedes aegypti) සහ (Aedes albopictus) සමග තරඟ කල එම ඩෙංගු රෝග වාහක නොවන මදුරුවන් පරිසරයෙන් ඉවත් විමෙන් අදාල ප්‍රදේශයේ කොන්කීට් වහලයන් මත ඩෙංගු රෝග වාහක මදුරුවන් බහුල ලෙස බෝවිමට ඉඩ ඇත.මෙසේ එම ප්‍රදේශයේ මදුරු කීට නාශක ඉසිම නිසාම ඩෙංගු රෝගය පෙර නොවු ලෙස පැතිර යාමට ඉඩක් සැදේ.

අවම වශයෙන් මසකට වරක් වත් මදුරුනාශක වලට මදුරුවන් කිසියම් ප්‍රතිරෝධීතාවයක් දක්වයිද යන්න සොයා බැලිය යුතුවෙයි.යම් කිසිහෙයිකින් ප්‍රතිරෝධීතාවයක් ඇතිවී තිබේ නම් වහාම මදුරුනාශක වෙනස් කල යුතුවෙයි.තවද තාප ධුමායනය කිරීම පිළිබදව කාර්තුවකට වරක් වත් ඩෙංගු රෝග වාහක මදුරුවන් බහුලව ගැවෙසෙන වේලාව සොයාගැනීමට කීට විද්‍යා පර්යේෂණ සිදුකල යුතු වෙයි. මෙසේ ඩෙංගු රෝග මර්දනය විද්‍යාත්මක පදනමක සිට සිදුකල යුතු අතර ඒ සදහා ශ්‍රී ලංකාව තුල කීට විද්‍යා ක්ෂේත්‍රය මැනවින් සංවර්ධනය කලයුතු අතර කීට විද්‍යාඥයින්ට නිසි පහසුකම් ලබාදිමට බලධාරින් ක්‍රියා කල යුතු වේ.

සැකසීම මිහිදු සංජීව

නවීන මෝටර් රථ තාක්ෂණය 1 (Diagnostic Trouble Codes)

පළමුවෙන්ම මේ ලිපි කිහිපයෙන් මා අදහස් කරනුයේ නවීන රථවාහන වල දෝෂ සෙවුම් යාන්ත්‍රණය හා සැබැඳි DTC (diagonostic trouble codes) නිවැරදිව කියවීම දෝෂ හඳුනාගැනීම හා දෝෂ සමනය කිරීම පිළිබඳව ක්‍රමානුකූලව අවබෝධයක් ඔබ තුල ඇති කිරීම මගින් නවීන තාක්ෂණය කාර්යක්ෂමව
භාවිතය පිළිබද ඔබ සතු දැනුම වැඩි දියුණු කිරීමයි.

නවීන රථවාහන වල ඉලෙක්ට්‍රොනික් තාක්ෂණය එකතුවීමත් සමඟම පෙර තිබු යාන්ත්‍රික කොටස් බොහොමයක භාවිතාව අවම කර ඒ වෙනුවට ක්‍රියාකාරිත්වයෙන් ඉහල නිරවද්‍යතාවයෙන් යුතු විදුලියෙන් ක්‍රියාකරන
කොටස් බොහොමයක භාවිතාව අවම කර ඒ වෙනුවට ක්‍රියාකාරිත්වයෙන් ඉහල නිරවද්‍යතාවයෙන් යුතු විදුලියෙන් ක්‍රියාකරන කොටස් බොහොමයක් භාවිතා කිරීමට රථවාහන නිශ්පාදකයන් පෙළඹිණි.පුද්ගල ආරක්ෂාව සහ විමෝචන පිළිබඳව පැනවුණු ඇතැම් නීති මේ වෙනසට තදින් බලපෑ බව නම් කිව යුතුමය.

තවද තරඟකාරිත්වය නිසා තම නිශ්පාදනවල ඇති උපාංග ප්‍රමාණය සහ ආකර්ෂණීය බව වැඩි කරගැනීමටද නිශ්පාදකයන්ට සිදුවු අතර ඒ වෙනුවෙන් නොයෙකුත් විදුලි උපාංග සංවේදක පරිපථ වාහන වෙත එකතු කිරීමද සිදුවිය.

නමුත් මේ නිසා වාහනයක තිබු සරල බව ක්‍රමයෙන් ගිලිහෙන්නට වු අතර මේ සංකීර්ණ පරිපථ වල දෝෂ නිර්නය ඉතාමත් අපහසු විය.මේ නිසා නිශ්පාදකයන් (Fault diagnosis) ක්‍රම හඳුන්වා දුන් අතර සෑම දෝශයකටම කේතයක් ලබාදුනි.

මුල් කාලයේ සැකසුම් වල (blink codes) ආධාරයෙන් දෝශ නිමානය කලද සංකීර්ණත්වය වැඩිවත්ම දියුණුවට පත්වු දෝෂ සෙවුම් ක්‍රම අද වන විට (satellite) තාක්ෂණය හරහා ලොව ඕනෑම තැනක ඇති වාහනයක දෝෂ සෙවුම දක්වාම පැමිණ ඇති අතර මේ ක්‍රමය රථයෙන් කොටස් නොගලවා දෝෂ සෙවීම යන අරුතින් (onboard diagnosis) ලෙස නම් කෙරුණි. සන්නිවේදන ක්‍රම (protocols) ,සහ (obd1, 2 diagnosis) පසුව ලිපියක විස්තරාත්මකව ඉදිරිපත් කිරීමට

බලාපොරොත්තු වන නිසා මෙහි සඳහන් නොකරමි) (scan tool) එකක් හා බොහෝ විට මල්ටිමීටරයක් මෙහිදී අත්‍යවශ්‍ය වනුයේ මුලිකවම විදුලිමය පරිපථ සමග ගනුදෙනුව සිදුවන නිසාවෙනි.

මුලින්ම (fault code) එකකින් අදහස් වන දේ පැහැදිලි කරගනිමු. පහළ (fault code) එක බලන්න..

(B2462 04 global positioning system, open)

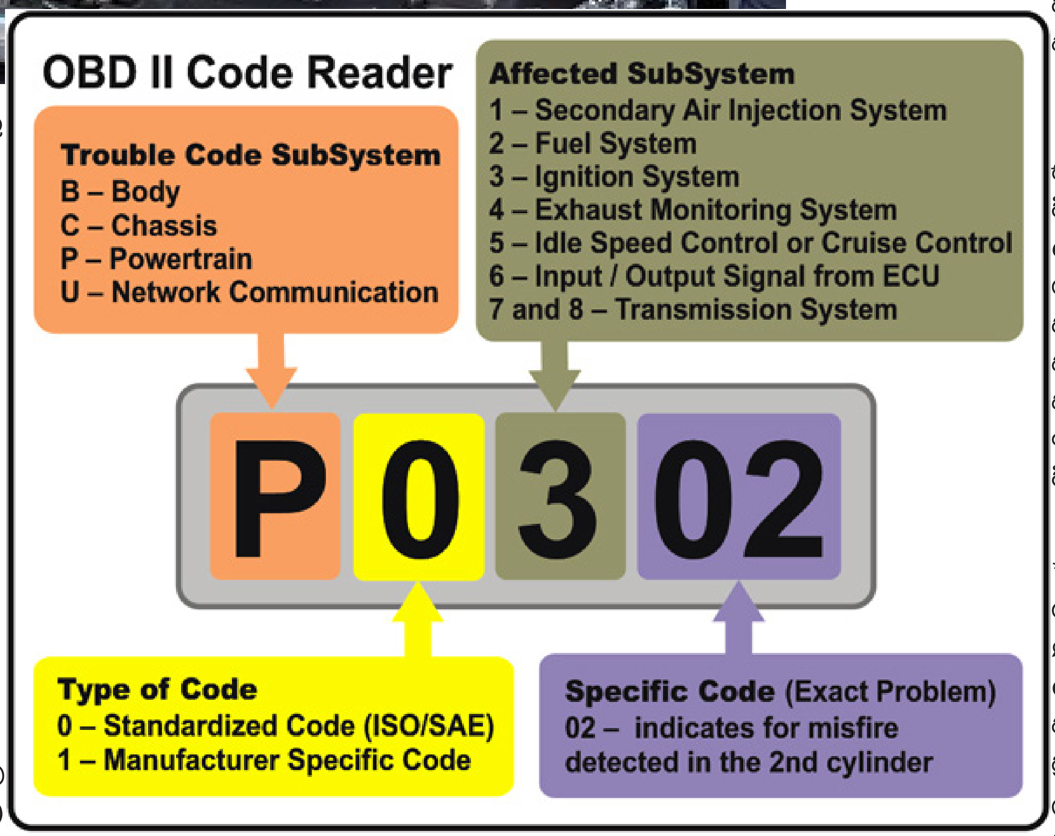
මෙහි (Code) එක මේ ආකාරයට කොටස් කර තේරුම් කලහැක.

(B/2/4/62 04)

*1 ආරම්භක ඉංග්‍රීසි අක්ෂරය රථයේ දෝෂය අදාල කොටස දක්වයි.එය පහත පරිදි වේ.

B – Body codes (includes ac & air bag)

C – Chassis codes (includes abs)



P – Owertrain codes (includes engine & transmission)

U – Communication network bus

එම කේත අක්ෂර මේ ලෙස දැක්වෙන අතර කේතය දුටුවනම් එය අදාල කොටස හඳුනාගැනීම පහසු වනසේ යොදා ඇත.

*2 දෙවැනි කොටස අංකය 0 හෝ අදාල නිෂ්පාදකයාගේ අභිමතය ලෙස ඒ රථවලට විශේෂිත වූ පරිපථ පද්ධති හැඳින්වෙන අංක කිහිපයක් භාවිතා වේ.
0- generic obd code
1.2.3 - manufacturer specific codes

*3 වන ස්ථානයෙහි අංකය අනුව දෝෂය කුමන වර්ගයේ එකක්දැයි දැක්වෙන අතර එය පහත පරිදි වේ.

1–Fuel & air metering
2–Fuel&airmetering(injectorcircuit)
3–Ignition system or misfire
4–Auxiliary emission controls
5–Vehicle speed control & idle con trol system
6–Computer output circuit
7,8–Transmission

ආකාරයට බෙදා දක්වා ඇත.

*4 සහ 5 වන ස්ථානය දෝෂ විස්තරය ((fault description) වෙනුවෙන් වෙන්කර ඇති අතර එය ඇතැම් විට අංකයක් සමග ඉංග්‍රීසි අක්ෂරයක්ද විය හැකිය.

*5 සහ 6 ස්ථාන දෝෂයේ ලක්ෂණ (Symptom code) එක දක්වන අතර සාමාන්‍යයෙන් ප්‍රධාන කේතයේ උප කොටසක් ලෙස දක්වනු ලබයි.

ඉහත ආකාරයට (Fault code) එකක් විස්තරාත්මකව කියවා ගත හැකි අතර ඇතැම් (Scanner tools) වල කේතයට අදාල විස්තර කිරීමද දැක්වේ.

මීලඟ කොටස් ඉදිරි සඟරා වලින් බලාපොරොත්තු වන්න....

විදුසමය වෙනුවෙන් ජෙනරල් මෝටර්ස්හි ජ්‍යෙෂ්ඨ වාහන විදුලි ඉංජිනේරු ගිහාන් ඉන්දික ඛුබායි සිට.

තැපැල

මදුරුවන්ගෙන් ආරක්ෂා වෙමු

වර්තමානයේ මදුරුවා තරම් හානි දායක සතෙක් තවත් ඉන්නවාදැයි සිතා ගැනිමට නොහැකි වන තරමට මදුරුවන් නිසා සිදුවන මිනිස් ජීවිත හානි සංඛ්‍යාව ලංකාව තුල ඉතා ඉහල අගයක් ගන්නවා.

මෙහිදි විශේෂයෙන්ම ප්‍රධාන උවදුර වි ඇත්තේ මදුරුවන් විසින් ඩෙංගු වෛරසය පැතිරවිම නිසා බාල මහලු සැමට ඩෙංගු රෝගයෙන් දැඩි බලපෑමක් ඇතිවිමයි.ජිවිත ආරක්ෂා කර ගැනිමට මේ මදුරුවන්ගෙන් ආරක්ෂා විම අද කොයි කාටත් උවමනා ප්‍රධාන අවශ්‍යතාවයකි.අතීතයේදි නම් මදුරුවන් කි සැනින් කාගෙත් මතකයට ආවේ මැලේරියාව බරවා වැනි රෝග තත්වයන්.වාසනාවකට වර්තමානයේ ඒ කරදර වලින් මිනිස්සු ආරක්ෂිතයි.

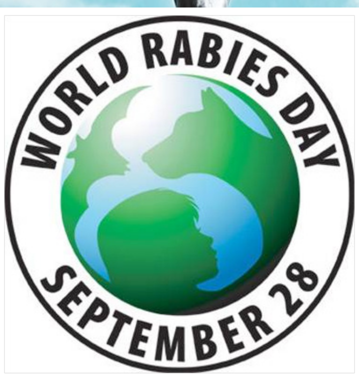
දැන් දැන් මදුරුවන්ගෙන් ආරක්ෂාවිමට විවිධ කියා සිදුකිරිමට නොයෙකුත් දෙනා පෙළඹි තියෙනවා.සුහුඹුල් මදුරුවන් පලවාහැරිමට හා විනාශ කිරිමට දුමායනය සිදුකිරිමද මදුරු දඟර දැල්විමද විදුලියෙන් ක්‍රියා කරන වේපරයිස භාවිතවයද මදුරුවන් පළවා හැරිමට සමත් පැඟිරි තෙල් අඩංගු ආලේපන ශරිරයේ තවරා ගැනිමද ,පැඟිරි තෙල් අඩංගු හඳුන්කකූරු දැල්විමද, මදුරුවන් මරා දැම්මට හැකි උපකරණ භාවිතාව ආදි නොයෙකුත් දේවල් කරනවා. හැබැයි මීට වසර 50 ට 70 ට පෙරනම් මේ කියන කිසිම දෙයක් භාවිතා නොක-ලත් මිනිස්සුන්ට නම් ඩෙංගු මේ විදියට හැදුනේ නැ. සමහර විට ඒ කාලයේ ඩෙංගු වෛරසය නොතිබුනා වෙන්න පුලුවන්.

එතකොට ඉදිරියේදි මේ වගේ අලුත් අලුත් වෛරස් මදුරුවන් පතුරුවන්නට ගත්තෝත් ඉතින් මිනිස්සුන්ට දෙයියන්ගේම පිහිටයි.ඒ කාලයේ ඉතින් මදුරුවෝ පළවා හැරිමට පොල් කටු පොල් ලෙලි දුම් ගැස්සවිම,විවිධ දුම් දමන කුඩු වර්ග වලින් දුම් ගැස්සවීම, නිවස අසල ගිනි ගොඩවල් ගැසිම ආදිය මගින් තමයි මදුරුවන් පලවාහැරිමට කටයුතු කර තියෙන්නෙ.

එකල අද කාලේ වගේ තැනින් තැන කැළි කසල ගොඩගැසිමත් පොළිතින් ප්ලාස්ටික් ආදි මදුරුවෝ බෝවන දේවල් පරිසරයට එකතු කිරිම සිදු නොවුන නිසා මදුරු ග්‍රහණය වැඩි විම නම් අද වගේ තිබ්ලා නැ. බොහෝ සීමිත ලෙස තමයි මදුරු ග්‍රහණය පැවතිලා තියෙන්නේ. කෙසේ හෝ දැන් ඉතින් මදුරුවන්ගෙන් ආරක්ෂාවිම සැම දෙනාගෙම මූලික අභිප්‍රාය වෙලා තියෙනවා.මේ සඳහා මදුරුවන් විනාශ කිරිමට ක්‍රම සහ විදි පමණක්ම සොයා බැලිම ප්‍රමාණවත් වන්නේ නෑ .

කවුරු කවුරුත් මදුරුවන් බෝවන එක වලක්වන්න කටයුතු කල යුතුයි.එ වගේම තමයි මදුරුවන්ගෙන් බෝවන රෝග වලට ඔරොත්තු දෙන්න පුලුවන් විදියට පැරණි ආර්යුවේද බෙහෙත් ජාති ආදිය හරි භාවිතා කරලා තම තමන්ගේ ශරිරයේ ඇති ප්‍රතිශක්තිය වැඩි කරගැනිමට මෙන්ම නිරෝගිව සිටිමට සිතා ගත යුතු වනවා.

වසන්ත පෙරේරා



ප්‍රහේලිකාව

ප්‍රහේලිකා අංක 02

1		■	4	■	7	■	9
	■	■		■		■	
	■	2					
12			■	■			■
	■			■	17		
	■		■	■			■
13			5	■	8		
	■	■	14	6			■
	■	3	■		■	■	11
	■	15				■	
■	16		■		■	18	

පහලට

1. ශාක හා සතුන් ව විද්‍යාත්මකව හැඳින්විමට මෙය යොදා ගනි
2. මිනිසාගේ අස්ථි වල මැද පවතිනවා
3. බොහෝ වගාවන්ට හානි කරන සත්වයෙක් පොදුවේ හඳුන්වයි
4. ලෝව බෝහෝ ජෛව සංයෝග ඇති වි ඇත්තේ මෙම පරමානු සංයෝග වලිනි.
5. මෙය ශරිර ගතවුවහොත් මරණය ද ඇතිවේ.
6. පොතක පතක ප්‍රථමයෙන් දක්නට ලැබෙන්නෙ
7. මත්ස්‍යයන් ශ්වසනය කිරිම සඳහා මෙය උපයෝගි කර ගනි
8. දිව මෙයට සංවේදි වේ
9. පරමාණු 30 ඇති මෙය ලොහයකි
10. ජලයේ මිශ්‍රවි ඇති වෙනස් ඝනත්වය ඇති කිරි වැනි දේ වෙන්කර ගැනිමට මෙම පක්ෂියාට හැකිය
11. හෘදයට නැවත රුධිරය ගෙන එම මෙමගින් සිදුවේ

හරහට

1. දෙකක් යන අදහස දෙයි
2. ලොව මහද්වීපයන්ගෙන් එකකි
8. විවිධ රසායනික විශ්ලේෂණ සිදු කරන අය හඳුන්වන නාමයකි
12. බොහො උරගයන් මෙය සිදු කරයි
13. පක්ෂීන් ජිවත් වන ස්ථාන හැඳින්විමට යොදා ගනි.
14. විශාල පිරිසක් හැඳින්වීමට භාවිතා කරයි
15. ලොව සියලු දේ අයත් වන බව අදහස දෙයි
16. මොවුන් සාදන බෙන බොහො විට උරගයන් භාවිතා කරයි
17. වයසට යාම නිසා මේ තත්වයට පත්වේ
18. මුඛය තුල පිහිටා ඇත

ප්‍රහේලිකාවට පිළිතුරු තැපැල් පතක අලවා
ටැප් එඩියුටේට්මන් ප්‍රබ්ලිසර්ස්
තැ.පෙ. අංක 06
ඒකල
ලෙස සඳහන් කර තැපැල මගින් හෝ නිවැරදි පිළිතුරු ලියු ජයාරූපයක් අපගේ විද්‍යුත් තැපැලට ලැබෙන්නට සලස්වන්න.නිවැරදි පිළිතුරු අතරින් තොරාගන්නා ජයග්‍රහකයාව ඉදිරි කලාපයෙන් දැනුම් දෙනු ලැබේ.

ප්‍රථම තෑග්ග රුපියල් පන්දහසක් වේ.

පසුගිය මාසයේ ජයග්‍රහකයා ලෙස තේරි පත්වු පුනවිටිය කට්ටකඩුව ආර්. ජයසිංහ මහතාගේ තෑගි මුදල ලබාදි ඇති ලිපිනයට ලැබෙන්න සලස්වා ඇත.

WANTED CHEMIST

We have a vacant of chemist in our organization; those who are interested please send you're updated resume to mentioned mail or Address.

Qualification	:	**BSc, in (Chemistry / Analytical Chemistry/ Poultry Science/Science)**
Experience	:	**2 years as a Chemist / Lab Technician.**
Salary	:	**Based on Experience.**
Contact Mail	:	mail2aminovit@gmail.com
Address	:	AMINOVIT PRIVATE LTD, No-28, Minuwangoda Road, Ekala, Ja-Ela.

තාවකාලික සුවයට නොව ස්ථිර සුවයට වසර 46 ක අත්දැකීම් හා පළපුරුද්ද පෙර අපරදිග ප්‍රතිකාර

ආතරයිටිස් රෝගය, පොතු කබර, සමේ කුෂ්ඨ, අර්ශස්, සුදු කබර, ගැස්ට්‍රයිටීස්, වකුගඩු වල ගල්, පිත්තාශයේ ගල්, වකුගඩු ක්‍රියාත්මක නොවීම, ස්නායු රෝග

වසර 46 ක් පුරා මා සුව කළ රෝගීන් ඔබ ප්‍රදේශයේ ඇත. වසර 46 ම උපන් ගමේ සිටම ප්‍රතිකාර කරනු ලැබේ.

පෙර අපරදිග ප්‍රතිකාර හා දේශීය වෛද්‍ය ක්‍රම අප පරපුරෙන් පැවත එන රහස් ප්‍රතිකාර ක්‍රම ආයුර්වේද රස වෛද්‍ය ක්‍රම හෝමියෝපති බයෝ කෙමිස් ප්‍රතිකාර ආතරයිටිස් රෝගය සඳහාම අප වෙද පරපුරෙන් පැවත එන රහස් අනුව සැකසූ තෙල්, පත්තු මැල්ලුම් හා තැව්ලි වර්ග වලින් යුතු ප්‍රතිකාර ඇත.

ස්ථිර සුවය

සන්ධි වාත හෙවත් ඔස්ටියෝ සන්ධි ප්‍රදාහය, ශරීරයේ සියලුම සන්ධි ආබාධ වලට ප්‍රතිකාර, පටක ගෙවියාම්, දණහිස්, උකුල් හා ඇඟිලි වල සන්ධි ප්‍රදාහය, උරහිසේ හා කොන්දේ කැක්කුම, සියලුම සන්ධි ආබාධ, සන්ධි වල පටක ඉදිමීම හා ගෙවීම් වලට සුවය ලබා ගැනීමට ප්‍රතිකාර අප සතුව ඇත.

ඇදුමල ජීනස, දරුවන් නොමැතිකම, පුරුෂ පක්ෂයේ දුර්වලකම්, බඩ පුරවා දැමීම, බඩේ කැක්කුම,අංශභාග රෝග, හිසකෙස් යාම, තරබාරු බව හා කෙට්ටු බව ආදී ශරීරයේ හට ගන්නා සෑම රෝගයකටම විශේෂ ප්‍රතිකාර අප සතුව ඇත.

දුර බැහැර රෝගීන් දුරකථනයෙන් දිනයක් සහ වේලාවක් ලබා ගෙන පැමිණෙන්න | රෝග පරීක්ෂණය : පෙ.ව 9.45 සිට 4.30 දක්වා විවෘතව පවතී

ඉරිදා දින හා පෝය දිනවල, රජයේ නිවාඩු දින වසා ඇත.

හමුවීම : G.T.C. අංක 14, දුම්රියපළ ඉදිරිපිට, ජා - ඇල

0112 236 250 / 0112 242 804 / 0112 241 312 /0773 995 134 / 0722 265 099

o-key

T H E W E B P O R T A L

WEB SITE DESIGN

for affordable prices

WWW.KEY.LK

www.lankawebsite.com

DM REF & ELECTRICALS

AIR CONDITIONER

REPAIRS & MAINTENANCE

20 YEARS EXPERIENCE

INVERTER Air Conditioner & All Types of Air Conditioners Repairs, Services, Installation And Maintenance

DM REF & ELECTRICALS

වායු සමීකරණ / ශීතකරණ

අලුත් වැඩියාව සහ නඩත්තුව

අවුරුදු 20 ක පළපුරුද්දක් ඇති

නවීන තාක්ෂණයක් ඇති ඉන්වර්ටර් වායු සමීකරණ සහ සියලුම වර්ගයේ වායු සමීකරණ සර්විස් කිරීම, අලුත් වැඩියාව, අලුතින් සවි කිරීම සහ නඩත්තුව

COOL LINE: 071 3 666 200

අමතන්න:
077-9733340
071-4610069

දැන්වීම් සඳහා විමසන්න 070343301

ඔබ දන්නවාද ?

මත්පැන් පානය කලාම ඇස් රතුවෙනවා නේද?

මත්පැන් පානය කරලා ටික වේලාවක් ගියාම එම පුද්ගලයන්ගේ ඇස් රතු වෙනවා දැකලා තියෙනවා නේද ? මත්පැන් පානයකරලා ටික වේලාවකට පසු එම මත්පැන් රුධිරයට එකතු වෙලා ශරීරය පුරා පැතිර යනවා.මෙහි එක් ප්‍රතිඵලයක් ලෙස රුධිර නාළ විශාල වීමක් සිදුවෙනවා.ඇස් මතු පිට ඇති ඉතා සිහින් රුධිර නාල වලත් මෙම සංසිද්ධිය සිදුවෙනවා.සාමාන්‍ය තත්වයේදි මෙම නාළ සිහින්ව ඇති නිසා ඒවායෙ ඇති රුධිරය පිටතට පෙනෙන්නෙ නැ.නමුත් මත්පැන් පානය කල පසු එම නාළ විශාල වීමෙන් ඒවා තුල ගමන් කරන රුධිරය පිටතට දර්ශනය වෙනවා.මෙම රුධිර නාලිකා ඉතා විශාල ප්‍රමාණයක් ජාලාකාරව ඇති නිසා මුළු ඇසම රතු පාට වී ඇති ලෙස පිටතට දර්ශනය වෙනවා.

පැය ගනනාවක් එක දිගට ඇවිදීමට හැකි වුවත් එක දිගට වැඩිවේලාවක් සිටගෙන සිටීමට අපහසු වන්නේ ඇයි ?

සිටගෙන සිටින විට රුධිර නාළ වල රුධිරය ගමන් කිරිමේ අපහසුතා ඇති වීම නිසා මෙම අපහසුතාව ඇතිවන බව ප්‍රධාන වශයෙන්ම කිව හැකිය.

හදවතේ සිට රුධිරය ගෙන යන රුධිර නාළ ධමනි නමින් හඳුන්වනවා. හදවත වෙත රුධිරය ගෙන එන්නේ ශිරා මගින්.මෙම ශිරාවල තැනින් තැන හදවතට දෙසට පමණක් විවෘත වු කපාට තිබෙනවා.ඒ ශිරාවලට ඇතුළු වු රුධිරය ආපසු ගමන් කිරීම වැලැක්වීමටයි.

අප ඇවිදින විට පාදවල මාංස පේශි හැකිළීම හා දිග හැරීම නිසා රුධිර නාළ පොම්පයක් ලෙස ක්‍රියා කර හදවත වෙත රුධිරය ගමන් කරවනවා.මෙහිදි හදවත මගින් සිදු කරන කාර්යය අඩුය.නමුත් යමෙකු එකතැන සිටගෙන සිටින විට ශිරා තුලින් රුධිරය ගමන් කල යුත්තේ කෙලින්ම ඉහලටය.එවිට රුධිරය හදවත වෙත ගෙන එමට හදවතේ මාංෂ පේෂි වලින් සිදුකරන කාර්යය වැඩිය.මෙලෙස හදවතේ මාංස පේෂි වැඩියෙන් වෙහෙසීම නිසාත් පාද වල රුධිර නාල තෙරපීම නිසාත් අපට අපහසුවක් දැනෙනවා.

යමෙකු එක තැන නොසෙල්වී සිටින විට මෙලෙස දැනෙන අපහසුවෙන් මිදිමට හොදම ක්‍රමය වන්නේ වරින් වර විලුඹ ඔසවා ඇඟිලි තුඩුවලින් සිට ගැනීමයි.එවිට තරමක් හෝ මාංස පේෂි හැකිලීම හා දිග හැරීම නිසා ශිරා තුලින් රුධිරය ඉහල යාමට උදව් වේ.

බොහෝ කටිකයන් මෙය සිදුකරනවා අප කොතෙකුත් දැක තිබේනවාද ?

සමේ කෙටු පච්ච,හංවඩු නොමැකෙන්නේ ඇයි ?

අපේ සමේහි චර්මය හා අපිචර්මය ලෙස කොටස් දෙකක් තිබෙනවා.මෙයින් මතු පිට ස්ථරය අපිචර්මයයි.මාස තුනක් 6 ක් පමණ කාලයක් තුලදි අපිචර්මීය සෛල මියගොස් නව සෛල වර්ධනය වෙනවා.අලුත් සමක් ලෙස අප හඳුන්වන්නේ මෙලෙස වර්ධනය වු නව අපිචර්මයයි.

ස්නානය කරන විට කුණු ලෙස ගැලවී යන්නේ මිය ගිය අපිචර්මීය සෛලයි. පච්ච කෙටීමකදි තීන්ත මිශ්‍රණය යටි හම තෙක් කාවද්දන නිසා එහි සලකුණ සටහන් වන්නේ අපිචර්මයට ඇතුලතින්ය.ඒ නිසා අපිචර්මය ඉවත් වන විට මෙම පච්ච සලකුණ ඉවත් වන්නේ නැ.නමුත් පැහැයේ අඩු වීමක් දැකිය හැකිය.

හම මත ඇතිවන සිරීමක් නිසා ඇතිවන කැළලි කාලයත් සමග මැකි යන අතර එහෙත් කැපීමක් හෝ ගැඹුරු පිළිස්සීමක් ලෙස ඇති වන ලප කැළල් මැකී නොයයි.උපන් ලප හෝ කලු ඉන්නන්ද මෙලෙසම පවතිනවා.

මීට දශක කිහිපයකට පෙර වසුරිය සදහා එන්නත් කල සලකුණද මැකී නොයන ලෙස පවතින්නේ ද එවා යටි අපිචර්මයේ සලකුණු වී ඇති නිසාය.මිනිසුන් පමණක් නොව ගවයන් වැනි සතුන්ද හංවඩු ගසන විට රත්වු ලෝහයකින් හම මත සලකුණක් තබන්නේ අපිචර්මයන් ඇතුලට පිළිස්සී යන අකාරයටය.සතුන්ගේ ජීවිතකාලය පුරාවටම මෙම හංවඩුව පවතිනවා.

මුතු ඇටයක් සෑදෙන්නේ කෙසේද?

බෙල්ලකුගේ ශරිරය තුල මුතු සැදිම ඉතා අපූර්ව සිදුවීමක්.මුතු ඇටයක් සෑදීම ආරම්භවෙන්නේ සරල ක්‍රියාවකින්.බෙල්ලාගේ දේහය තුළට වැලි කැටයක් හෝ එවැනි දෘඩ යමක් පහසුවෙන් ඇතුළු විය හැක.ඔවුන්ගේ දේහය බෙහෙවින් සරලයි.මෙසේ ඇතුළු වු දෘඩ වස්තුව වටා දේහයේ සෛල වලින් සුවිශේෂ රසායන ද්‍රව්‍යයක් ස්‍රාවය වෙනවා. මුතු සැදෙන්නේ මේ ද්‍රව්‍යය නිසායි.එය හදුන්වන්නේ නාකර් (Nacre) ලෙස හදුන්වනවා.මෙම නාකර් ස්තර ඉතා විශාල සංඛාවක් දීර්ඝ කාලයක් තැන්පත් වීමෙන් මුතු ඇටය නිර්මාණය වෙනවා. මුතු බෙල්ලාගේ ප්‍රභේදය අනුව මුතු ඇටයේ වර්ණය,ප්‍රමාණය,හැඩය හා දීප්තිය වෙනස් වෙනවා.මෙසේ සෑදෙන තරමක් විශාල ගෝලාකාර මුතු ඇටයක් ඉතා වටිනා දියමන්තියකටත් වඩා වටිනාකමින් වැඩිය.

ශාක පත්‍ර මිය යන විට කහ පැහැ ගැන්වෙනවා නේද ?

ශාක පත්‍ර වල කොළ පැහැ යෙන් යුත් හරිතප්‍රද හා කහ පැහැයෙන් යුත් කැරටිනොඩ් වර්ණක පවතිනවා.මෙවායින්හරිතප්‍රද නිර්මාණය වීම සදහා මැග්නීසියම් ලවණ අවශ්‍ය වෙනවා.නමුත් මැග්නීසියම් පසේ හිඟයි. එනිසා ශාකයක පත්‍රය මිය යන විට හරිතප්‍රද වල ඇති මැග්නීසියම් ආපසු ශාකයටම උරා ගැනිම සිදුවනවා.

එවිට ශාක පත්‍රයේ පැවති හරිතප්‍රද බිද වැටීම සිදුවනවා.මේ නිසා ශාක පත්‍රයේ තිබු කොළ පැහැය ඉවත් වෙනවා.එතෙක් කල් කොළ පැහැය නිසා වැසී තිබු කහ පැහැය පි-ටතට නිරාවරණය වීම සිදුවනවා.මේ හේතුව නිසා තමයි ශාක පත්‍ර මිය යන විට කහ පැහැ ගැන්වෙන්නෙ.

ඔබගේ නිර්මාණ අදහස්,යෝජනා හා ගැටලු වලට පිළිතුරු පලකිරීම සඳහා ඉඩ කඩ ලබා දීමට අප සුදානම්.අපගේ කාර්යාල ලිපිනයට හෝ විද්‍යුත් තැපෑලට යොමුකරමෙන් ඔබගේ නිර්මාණයට හෝ අදහසට අවස්ථාව ලබා ගත හැක.

අපගේ ලිපිනය
ටැප් එඩියුකේෂන් ප්‍රබ්ලිසස්
තැ.පෙ.06 ඒකල
විද්‍යුත් තැපෑල info.tap.lk@gmail.com

අඹ ගෙඩියක් නටුවේ සිට පහලටත් ගස්ලබු ගෙඩියක් පහල සිට නටුව දෙසටත් ඉදෙන්නේ ඇයි.?

මෙය ස්වභාව ධර්මයේ අපූර්ව නිර්මාණයක්.මෙසේ දෙවිදියකට ඉදිම සිදුවන්නේ බීජ ව්‍යාප්තිය වඩාත් හොඳින් සිදු කිරිම සඳහාය.අඹ ගස සාමාන්‍යයෙන් විශාල ශාකයක් නිසා මව් ශාකය යට තවත් පැල ඇතිවීම ප්‍රයෝජනයක් නොමැත.

එසේම අඹ ගෙඩියේ එක් බීජයක් පමණයි තිබෙන්නේ.මේ නිසා අඹ ගෙඩියේ නටුවේ සිට පහලට ඉදීම සිදු වන විට එය ආහාරයට ගැනීමට පැමිණෙන කුරුල්ලන් එහි නටුව ආසන්නයට කෙටීමේදි එය ගසෙන් වෙන්වී බිම වැටීම සිදුවනවා.මෙහිදි කුරුල්ලන් එය වෙනත් තැනකට රැගේන ගොස් ආහාරයට ගෙන අඹ ඇටය එහි දමා යනවා.මේ නිසා නව අඹ ඇට මව් ශාකයෙන් ඈතට විසිරී යාම සිදු වනවා.

පැපොල් ගස සාමාන්‍යයෙන් කුඩා ශාකයක් එමෙන්ම එය දිගු කාලයක් පවතින ශාකයකුත් නොවේ.එසේම පැපොල් ගෙඩියේ ඇට විශාල සංඛාවක් පවතිනවා.මෙහි අග කොටස ඉදී ඇති විට සතුන් එය පහල සිට ආහාරයට ගැනීමේදි ඇට බිමට වැටී ශාකය අවට විසිරී යනවා.මේනිසා අලුතෙන් ඇතිවන පැල වලටද මව් ශාකය අවට වර්ධනය වීම සිදු වනවා.මෙහිදි ශාකය විශාල නොවන නිසා ඉඩකඩ ප්‍රශ්ණයක් ඇති වෙන්නේ නෑ.

අයිස් කැටයක් කටේ දමාගත් පසුව බෙහෙත් බිවාම තිත්ත රස නොදැනෙන්නේ ඇයි.?

අයිස් කැටයක් කටේ දමා ගත් පසු අධික ශිතලකට දිව හා මුඛයේ කොටස් පත් වෙනවා.මෙහිදි දිව අධික ලෙස ශිතල වීම නිසා දිවේ අඩංගු රස සංවේදක රසාංකුර නිර්වින්දනය වැනි තත්වයකට පත්වෙනවා.මේ නිසා එවායෙන් රස හදුනා ගැනිමට උපකාරි වන ස්නායු ආවේග මොලයට යැවිම අකර්මන්‍ය වෙනවා.මේ නිසා එම අවස්ථාවේ දි අප විසින් බෙහෙත් ආදිය බිමේදි එහි තිත්ත රසයට අදාල ස්නායු ආවේග මොළයට හරිහැටි නොයන නිසා අපට රස දැනෙන්නේ නැ.