'□□□□□□□□ □□□□’□□□□□□ □□□□□□□□□!

ஐ.டி., கம்பெனியில் வேலை பார்க்கும் ஒருவர் தினமும் இரவில் வயிற்று வலியால் கஷ்டப்பட்டுக் கொண்டிருந்தார். பல பரிசோதனைகள் செய்து பார்த்த பின், அவர் வயிற்று வலிக்கான காரணத்தை சொன்னார் டாக்டர். அதாவது, அவர் வயிற்றில் மெழுகு இருந்ததாம்.

அந்த மெழுகு, அவர் வயிற்றில் எப்படி வந்தது என்பதை, பல கேள்விகள் கேட்டு, டாக்டர் ஒரு முடிவுக்கு வந்துள்ளார், அதாவது, நண்பர் தன் ஆபீஸ் கேன்டீனில் பயன்படுத்தும், பேப்பர் “கப்’களில், டீ, காபி குடிப்பது வழக்கம்! அந்த, “கப்’கள் மூலமாகத்தான், நண்பர் வயிற்றில் மெழுகு அதிகமாகி, வயிற்று வலிக்கு காரணமாக இருந்தது என்று கூறியுள்ளார் டாக்டர்.

அவர் மட்டுமல்ல, தற்காலத்தில் பெரும்பான்மையான அலுவலகக் கேன்டீன்களில், “பேப்பர் கப்’களை பயன்படுத்தி வருகின்றனர். மலிவான, தரம் குறைந்த காகிதங்களால் செய்யப்படும் “கப்’கள், தண்ணீராலோ, திரவத்தாலோ கரைந்து விடக் கூடாது என்பதற்காக, அதன் உட்புறங்களில், மெழுகு பூசப்படுகிறது.

இப்படி மெழுகு பூசப்பட்ட “கப்’களில், மிக சூடான, டீயோ, காபியோ நிரப்பப்படும் போது, அந்த வெப்பம் காரணமாக, “கப்’பிலிருக்கும் மெழுகு உருகி, டீ அல்லது காபியுடன் கலந்து, நம் வயிற்றுக்குள் சென்று விடுகிறது. அது, நாளடைவில், வயிற்றில் பல உபாதைகளை தோற்றுவிக்கிறது.

“டீ, காபி அருந்துவதற்கு, கண்ணாடி அல்லது செராமிக் “கப்’களே சிறந்தவையாகக் கருதப்படுகின்றன. ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல் டம்ளர்களையும் உபயோகிக்கலாம்.

ஆனால், எந்த நிலையிலும் பிளாஸ்டிக் அல்லது காகிதத்தாலான, “கப்’களை உபயோகிக்க கூடாது. இல்லையேல், ஆரோக்கியத்தை பலிகொடுக்க வேண்டி வரும்ஸ’ என்று கூறினார் டாக்டர்.

அவர் கூறிய இந்த அறிவுரைகள், விலை மதிப்பில்லாதது; அனைவரும் அதை பின்பற்ற வேண்டும்.