



உங்களுக்குத் தெரியுமா?

மனித உடலில் இடம் பெற்றுள்ள நான்கு முக்கியமான வேதிப் பொருள்கள் :

ஆக்சிஜன்	65 சதவீதம்
கார்பன்	18 சதவீதம்
ஹைட்ரஜன்	10 சதவீதம்
நைட்ரஜன்	3 சதவீதம்
தாதுக்கள்	4 சதவீதம்

**காட்சி ஒன்று :** காஞ்சனாவுக்கு வயது 35. மஞ்சள் காமாலை நோயால் பாதிக்கப்பட்ட அவளை ஒரு சித்த மருத்துவரிடம் அழைத்துச் சென்றார்கள். காஞ்சனாவைப் பரிசோதித்து விட்டு மருந்துகள் தந்த மருத்துவர், 'நோய் குணமாகற வரைக்கும் உங்களுக்குப் பத்தியச் சாப்பாடுதான்' என்றார்.

**காட்சி இரண்டு :** விஸ்வநாதனுக்குச் சர்க்கரை நோய் இருப்பது கண்டறியப்பட்டபோது அவருக்கு வயது 52. அவர் அழைத்துச் செல்லப்பட்டது ஓர் அலோபதி மருத்துவரிடம். மருந்துகளைப் பரிந்துரைத்தபின் அவர் வலியுறுத்திச் சொன்ன ஒரு விஷயம் : 'இனிமே சாப்பாட்டில ரொம்ப கவனமா இருக்கணும்'.

