Webdunia ♦ 24dunia ♦ Videos ♦ Cricket ♦ Greetings ♦ MyWebdunia ♦ Games ♦ Dosti ♦ Quiz ♦ S Change Language Download

WEBDUNIA తెలుగు

వార్తలు | ఇతరాలు | ఆధ్యాత్మికం | క్రీడలు | ఫొటోగ్యాలరీ | వినోదం | సేవలు

ఇతర వెబ్‌సైట్లు

పెరటి వైద్యం | వ్యాధి | కథనాలు | చిట్కాలు | హోమియోపతి | దాంపత్యం | మనస్తత్వ శాస్త్రం | వార్తలు | యోగాసనాలు | ఆయుర్వేదం | స్కిన్ షో

ప్రధాన పేజ » ఇతరాలు » ఆరోగ్యం » కథనాలు » జ్ఞాపక శక్తి పెరగాలంటే... (Knowledge | Age | Desire | Pai Ching | Tsinghua University | Neuron magazine | Rats)

SHARE Feedback Print

జ్ఞాపక శక్తి పెరగాలంటే...

మంగళవారం, 2 మార్చి 2010(16:17 IST)

FILE

వయసు పెరిగేకొద్దీ జ్ఞాపకాలు మసకబారుతాయి. దీంతో పలు ఇబ్బందులు తలెత్తుతాయి. అయినప్పటికీ భయపడాల్సిన పనిలేదంటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. మీరు తీసుకునే ఆహారంలో మెగ్నీషియం సమపాళ్ళలోవుంటే జ్ఞాపక శక్తిపెరగడంతోపాటు నేర్చుకోవాలనే ఆకాంక్ష మరింతగా పెరుగుతుంది.

మనిషిలో తగ్గుతున్న జ్ఞాపక శక్తికి సంబంధించి బైనాకు చెందిన పేయిచింగ్‌లోని సింగ్‌హువా విశ్వవిద్యాలయంలోని సెంటర్ ఫర్ లెర్నింగ్ అండ్ మెమొరీ ఫర్ సెంటర్ డైరెక్టర్ ప్రొఫెసర్ గుఒసోంగ్ లియూ నాయకత్వంలో ఎలుకలమీద పరిశోధనలు జరిపినట్లు విజ్ఞాన శాస్త్రానికి సంబంధించిన పత్రిక న్యూరాన్ తెలిపింది.

FILE

జ్ఞాపక శక్తికి సంబంధించినంత వరకు ఎలుకల మీద పరిశోధనలు జరిపితే తెలిసి విషయాలేంటంటే వాటికిచ్చే ఆహారంలో మెగ్నీషియం అధికంగా ఉండేలా చర్యలు తీసుకున్నామని, దీంతో వాటిలో జ్ఞాపక శక్తి మరింతగా పెరిగిందని డైరెక్టర్ గుఒసోంగ్ లియూ పేర్కొన్నారు. అదే శరీరంలో మెగ్నీషియం తగ్గితే ఆ ప్రభావం జ్ఞాపక శక్తిపై తీవ్రంగా ఉంటోందని ఆయన తెలిపారు. దీంతో వయసు పెరిగే కొద్దీ జ్ఞాపక శక్తి తగ్గిపోతుందన్నారు.

మనిష శరీరంలోనున్న మెదడుతోపాటు ఇతర భాగాలకు మంచి పట్టు, దృఢత్వం కలుగజేసేందుకుగాను మెగ్నీషియం చాలా అవసరమంటున్నారు లియూ. తాము పరిశోధనలు చేసిన ఎలుకలలోని మెదడులో మెగ్నీషియం శాతం పెరగడంతో వాటిలో జ్ఞాపక శక్తిపెరగడంతోపాటు తెలుసుకోవాలనే కోరిక బలీయంగా పెరిగినట్లు ఆయన వివరించారు. మనిష తీసుకునే ఆహారంలో తరచూ మెగ్నీషియం ఉండేలా చూసుకుంటే వారిలోనున్న జ్ఞాపక శక్తి ఎప్పటికీ తరగదంటున్నారు లియూ.

సంబంధిత సమాచారం కోసం శోధించండి.

జ్ఞాపక-శక్తి వయసు ఆకాంక్ష పేయిచింగ్

దీన్ని కూడా శోధించు: జ్ఞాపక శక్తి, వయసు, ఆకాంక్ష, పేయిచింగ్, సింగ్‌హువా విశ్వవిద్యాలయం, న్యూరాన్, ఎలుకలు

Rate this article: Votes: 226 Rated: 4.62

ఆరోగ్యం

వాతావరణ మార్పుతో ప్రజలను అమాంతం ఆక్రమించే అనారోగ్యం జలుబు. ఈ జలుబు కొంతమందిలో ఒకటి రెండు రోజులకే తగ్గిపోతుంది. కానీ కొంతమందిలో అది దీర్ఘకాలం కొనసాగుతుంది. దీనికి కారణమిదంటున్నారు వైద్యులు. ఒకసారి జలుబు చేసిన...

ఇంకా చదవండి | మరిన్ని

ఆరోగ్యం

శోభనం రాత్రి.. మగవారి అనుమానాలు

తొలిరాత్రి గదిలోకి అడుగుపెట్టిన జంటల మనసుల్లో అనేక అనుమానాలు ఉంటాయి. ముఖ్యంగా శోభనం రోజున లైంగికంగా కలవకపోతే అదొక పెద్ద అవమానం అన్నది మగవారి...

- సెక్స్‌లో ఎలా పాల్గొన్నప్పుడు ఎయిడ్స్ రావచ్చు...?
- గత రాత్రి సెక్స్ మిస్సయిందా..? ఎందుకు...?
- "రతి క్రీడ"లో భార్యాభర్తలిద్దరూ గురుశిష్యులే!?
- చను మొనలు నోట్లో పెట్టుకుంటే ప్రమాదమా!

మీ అభిప్రాయాలు తెలుపండి.

మరిన్ని

- వివిధ రంగులతో పలు జబ్బులు
- హోలీ రంగులు ఆరోగ్యానికి హానికరం
- హోలీ రంగులను ఎలా పోగొట్టాలంటే...
- ప్రేమపూర్వక స్పర్శతో మానసిక స్థాంతన..!
- గుండెను ఆరోగ్యంగా ఉంచుకునేందుకు.....

• కోమాలోను మెదడు పనిచేస్తుందా...!

క్యాటగరీ టెక్స్ లింక్

• Lose 30 Kgs in a Month
• 1,2,3..... 101 Top Health Secrets!
• 100% Natural Treatment
• Check Your Skin Type?
• Look Beautiful in 9 Days!
• All YOU need to do is VOTE!

ప్రధాన పేజీ | మా గురించి | సలహాలు | ప్రకటనల కోసం | మీ మిత్రునికి పంపండి | నిరాకరణ
Copyright © 2009 Webdunia.com