SANJAY
STORE TEXTILES
Dara Market, Johari Bazar &
Tonk Road, Paanch Batti JAIPUR
2570847

सरकारी विज्ञापनों के लिए
मान्यता प्राप्त

If undelivered, Pl. return to
रमन अग्रवाल (संपादक)
हैल्थ व्यू : 170/3, रामगली, राजापार्क
जयपुर-302004
मो. 98290-66272

राष्ट्रस्तरीय पाक्षिक पत्रिका

HEALTH VIEW
हैल्थ व्यू
कैंसर एवं गंभीर बीमारियों की रोकथाम में प्रयासरत संस्थान

विशेष वार्षिक सदस्यता-500/-* सहयोग-2100*/- विशेष सहयोग 3100*/-

वर्ष 23 अंक 24 हिन्दी/अंग्रेजी पृष्ठ 4 प्रति-2 रु., जयपुर 04 फरवरी, 2025

चाय, नमकीन, सुपारी, मसाले, पाउडर इत्यादि की पैकिंग के लिए

ऑटोमेटिक पाउच पैकिंग मशीनें
सुरेंद्र कुमार एण्ड कंपनी
2368358, 2378231 मो. 9829013384
खंडेलवाल स्कूल बिल्डिंग, स्टेशन रोड, जयपुर

कुष्ठ रोग कोई अभिशाप नहीं, बल्कि एक सामान्य संक्रमण है

कुष्ठ रोग - समाज में जागरूकता और संवेदनशीलता आवश्यक

डॉ. दिनेश माथुर

संकल्प लो - कुष्ठ रोगियों को समर्थन और सम्मान देंगे डॉ. सर्वेश अग्रवाल ने कहा, इस कुष्ठ रोग उन्मूलन दिवस पर हम यह संकल्प लें कि हम कुष्ठ रोगियों को सामाजिक, मानसिक और भावनात्मक रूप से समर्थन देंगे।

संदेश यह है .. कुष्ठ रोग के प्रति समाज में जागरूकता और संवेदनशीलता बढ़ाकर ही इस रोग को पूरी तरह समाप्त किया जा सकता है। इसके लिए सरकार, चिकित्सा विशेषज्ञों और समाज के हर व्यक्ति को मिलकर प्रयास करने होंगे, ताकि कुष्ठ रोगियों को भी सम्मानजनक जीवन जीने का अधिकार मिल सके।

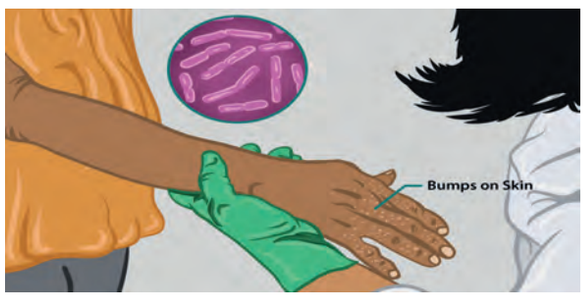
संपर्क सूत्र डॉ दिनेश माथुर
मो +91 98290 61176

मॉर्निंग न्यूज @ जयपुर

जोधपुर एम्स के निदेशक, इंडियन मेडिकल एसोसिएशन के पूर्व अध्यक्ष एवं राजस्थान अस्पताल के चेयरमैन डॉ. एस. एस. अग्रवाल ने कहा कि कुष्ठ रोग के उन्मूलन के लिए समाज में जागरूकता और संवेदनशीलता अत्यंत आवश्यक है। वे राजस्थान अस्पताल में कुष्ठ रोग उन्मूलन दिवस की पूर्व संध्या पर आयोजित परिचर्चा में बोल रहे थे।

हर वर्ष 30 जनवरी को महात्मा गांधी की पुण्यतिथि पर कुष्ठ रोग उन्मूलन दिवस मनाया जाता है। महात्मा गांधी ने अपने जीवनकाल में कुष्ठ रोगियों के कल्याण के लिए निरंतर प्रयास किए, इसलिए इस दिन का उद्देश्य समाज में कुष्ठ रोग (लेप्रोसी) के प्रति जागरूकता फैलाना, इससे जुड़े मिथकों को दूर करना और रोगियों के पुनर्वास को बढ़ावा देना है।

कुष्ठ रोग के कारण, लक्षण और उपचार - वरिष्ठ त्वचा एवं



कुष्ठ रोग विशेषज्ञ डॉ. दिनेश माथुर ने बताया कि कुष्ठ रोग मायकोबैक्टेरियम लेप्रे नामक जीवाणु से होने वाला एक संक्रामक रोग है, जो त्वचा, तंत्रिकाओं और अन्य ऊतकों को प्रभावित करता है। यह धीरे-धीरे फैलता है और इसके लक्षण वर्षों बाद भी उभर सकते हैं। उन्होंने कुष्ठ रोग के प्रमुख लक्षणों के बारे में बताते हुए कहा त्वचा पर हल्के रंग या लाल धब्बे, जो सुन्न हो सकते हैं। हाथों और पैरों में कमजोरी या झनझनाहट। घाव या कटने पर दर्द का अनुभव न होना।

मांसपेशियों में कमजोरी, चेहरे पर सूजन या विकृति। यदि समय पर इलाज न किया जाए, तो यह रोग स्थायी विकलांगता का कारण बन सकता है। भारत में कुष्ठ रोग की स्थिति और सरकारी प्रयास डॉ. माथुर ने बताया कि विश्व में कुष्ठ रोगियों का लगभग 60त्न भारत में हैं, हालांकि पिछले कुछ दशकों में इस रोग पर काफी हद तक नियंत्रण पाया गया है।

भारत सरकार ने राष्ट्रीय कुष्ठ उन्मूलन कार्यक्रम के तहत कई पहलें चलाई हैं, जिनमें मुफ्त इलाज, समुदाय-आधारित पुनर्वास और सामाजिक जागरूकता अभियान शामिल हैं। उपचार के बारे में उन्होंने बताया कि मल्टी-ड्रग थेरेपी के माध्यम से कुष्ठ रोग का पूरी तरह से इलाज संभव है। यह उपचार सरकार द्वारा मुफ्त उपलब्ध कराया जाता है।

समाज में भेदभाव को खत्म करने की आवश्यकता - राजस्थान अस्पताल के डॉ. सर्वेश अग्रवाल ने कहा कि कुष्ठ रोग आनुवंशिक नहीं है, बल्कि जीवाणु संक्रमण से फैलता है। यह सिर्फ छूने या हाथ मिलाने से नहीं फैलता और सही उपचार से यह पूरी तरह ठीक हो सकता है। इलाज के बाद कुष्ठ रोगी समाज के अन्य लोगों की तरह सामान्य जीवन जी सकते हैं।

राजस्थान अस्पताल के प्रेसिडेंट डॉ. वीरेन्द्र सिंह ने कहा कि कुष्ठ रोग सिर्फ चिकित्सा का विषय नहीं, बल्कि एक सामाजिक समस्या भी है। इस रोग से जुड़े भेदभाव के कारण कई मरीज इलाज से वंचित रह जाते हैं। ऐसे में समाज को भेदभाव और पूर्वाग्रह को खत्म करने, कुष्ठ रोग से जुड़े मिथकों को दूर करने और सही जानकारी फैलाने के प्रयास करने चाहिए।

पॉपकॉर्न और मैदा भी बढ़ाते हैं कैंसर का खतरा

जांच व उपचार में न करें लापरवाही

डॉ. ललित मोहन शर्मा

नई दिल्ली (एजेंसी)। नेशनल कैंसर इंस्टीट्यूट की रिपोर्ट कहती है, 2019 में 8.37 लाख लोगों की मौत कैंसर से हुई। 2019 में देश में 16 लाख से अधिक लोग कैंसर की तीसरी स्टेज में थे। साल 2020 में कोरोना के कारण दिक्कतें और बढ़ी। भगवान महावरी कैंसर हसपताल के मेडिकल ऑनकालोजिस्ट डॉ. ललित मोहन शर्मा का कहना है कि हर साल 18 साल से कम उम्र के 60 हजार बच्चे कैंसर का शिकार बनते हैं। पिछले 6 महीने में इनके इलाज में 50 फीसदी तक की कमी आई। वजह थी कोरोना का डर।

ये तो थी कैंसर के मामलों की बात। अब जानिए इससे बचाव कैसे करें। उन्होंने कहा कि हमारे गलत खानपान से भी कैंसर का खतरा बढ़ता है। कुछ खास तरह की चीजों को डाइट से दूर करके इस खतरे को घटा सकते हैं। हर साल 4 फरवरी को वर्ल्ड कैंसर डे मनाया जाता है।

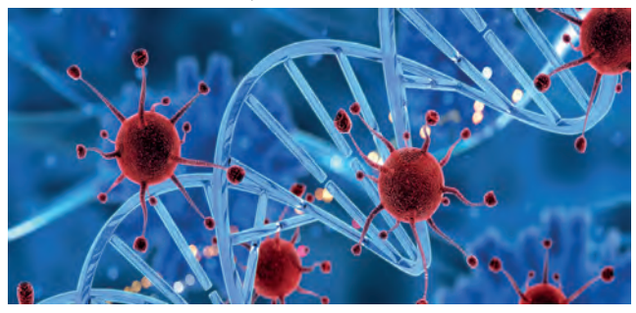
प्रोसेसिंग मीट - मीट को प्रोसेसिंग के जरिए लम्बे समय तक खाने लायक बनाया जाता है। इसके लिए मीट में कई तरह के फ्लेवर और केमिकल का प्रयोग किया जाता है। इसके कारण कोलोन कैंसर का खतरा बढ़ता है। एक्सपर्ट कहते हैं, अगर डाइट में इस तरह के खाने को कम करते हैं तो कैंसर का खतरा घटता है। इसके अलावा अधिक नमक वाले खाने से भी दूरी बनानी चाहिए।

मैदा - यह ऐसी चीज है जिसे घरों में सबसे ज्यादा इस्तेमाल किया जाता है। बहुत कम लोग जानते हैं कि इसे तैयार करने में फफूंद को खत्म करने वाले फंगिसाइड और कीटनाशक का प्रयोग किया जाता है। इतना ही नहीं, मैदा को सफेद रखने के लिए क्लोरीन ऑक्साइड मिलाया जाता है। ये सभी केमिकल कैंसर का खतरा बढ़ाते हैं।

सोडा - इसमें अधिक मात्रा में शुगर होती है जो वजन बढ़ाने के साथ शरीर में सूजन की वजह भी बनती है। इसके अलावा इसमें कई तरह के केमिकल और आर्टिफिशियल रंगों (4-मिथाइलिमिडेजोल) का प्रयोग किया जाता है जो कैंसर का खतरा बढ़ाते हैं।

हाइड्रोजेनेटेड ऑयल्स - वनस्पति तेल में आमतौर पर हाइड्रोजेनेटेड ऑयल मिलाया जाता है। इसका कैंसर से सीधा कनेक्शन है। इसमें ट्रांस-फैट्स काफी मात्रा में होता है। मोटापा बढ़ाते हैं और रोगों से लड़ने की क्षमता घटाते हैं।

माइक्रोवेव पॉपकार्न - ये ऐसे पॉपकॉर्न होते हैं जो केमिकल वाले पैकेट में आते हैं। इन्हें माक्रोवेव में



तैयार किया जाता है। ये जिस बैग में रखे होते हैं उसमें परफ्लोरो-ऑक्टेनॉयक एसिड होता है जो लिवर, ब्लैडर, किडनी और टेस्टिस के कैंसर का खतरा बढ़ाता है। कैलिफोर्निया यूनिवर्सिटी की रिसर्च कहती है यह केमिकल महिलाओं की फर्टिलिटी पर भी बुरा असर डालता है। **संपर्क सूत्र**
डॉ. ललित मोहन शर्मा
मो. 9928602244

सर्वाइकल कैंसर जागरूकता माह के दौरान महिला स्वास्थ्य हेतु महत्तवपूर्ण पहल

नेशनल एसोसिएशन ऑफ रिप्रोडक्टिव एंड चाइल्ड हेल्थ ऑफ इंडिया के इंडियन कॉलेज ऑफ मदर एंड चाइल्ड हेल्थ की चेयरपर्सन, वरिष्ठ स्त्री रोग विशेषज्ञ एवं प्रिवेंटिव ऑन्कोलॉजिस्ट, डॉ. वीणा आचार्य के नेतृत्व में सर्वाइकल कैंसर जागरूकता माह (जनवरी) के दौरान एक माह तक विभिन्न गतिविधियाँ आयोजित की जा रही हैं। इस कार्यक्रम के तहत जनमानस को सर्वाइकल कैंसर की रोकथाम, प्राथमिक बचाव (एचपीवी टीकाकरण) एवं स्क्रीनिंग टेस्ट के माध्यम से जागरूक किया जा रहा है। स्क्रीनिंग में आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस तकनीक से लैस मशीनों की सहायता ली जा रही है, जिससे अधिक सटीक और प्रभावी जांच संभव हो रही है।

डॉ. वीणा आचार्य

ग्रामीण क्षेत्र में व्यापक जागरूकता अभियान - डॉ. वीणा आचार्य के साथ राजस्थान शाखा की अध्यक्ष डॉ. नीलम जैन एवं सचिव डॉ. तरू छाया इस अभियान में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही हैं। जमुआ रामगढ़ क्षेत्र में एक विशेष ग्रामीण चिकित्सा शिविर का आयोजन किया गया, जिसमें 500 से अधिक ग्रामीण महिलाओं, स्कूल शिक्षकों एवं छात्राओं को सर्वाइकल कैंसर से बचाव के लिए शिक्षित किया गया। इस दौरान एचपीवी टीकाकरण एवं स्क्रीनिंग टेस्ट भी किए गए।

राजस्थान अस्पताल, जयपुर में निरंतर अभियान - जयपुर स्थित राजस्थान अस्पताल में डॉ. वीणा आचार्य के नेतृत्व में सर्वाइकल कैंसर की स्क्रीनिंग एवं एचपीवी टीकाकरण अभियान लगातार चलाया जा रहा है। अभियान के दौरान यह देखा गया कि युवा लड़कियों और आम जनता में एचपीवी वैक्सीन को लेकर काफी

जिज्ञासा थी। इस मौके पर डॉ. वीणा आचार्य ने एचपीवी वायरस, इसके संक्रमण के कारणों एवं टीकाकरण के लाभों के बारे में विस्तार से बताया। डॉ. नीलम जैन ने सर्वाइकल कैंसर की स्क्रीनिंग एवं इसके शुरुआती लक्षणों की पहचान पर जोर दिया, जबकि डॉ. तरू छाया ने इस विषय में आवश्यक जानकारी साझा की।

राजस्थान अस्पताल में तेरापंथ महिला मंडल जयपुर शहर द्वारा आयोजित कैंसर जागरूकता कार्यक्रम में श्रीमती सरिता डागा राष्ट्रीय अध्यक्ष के नेतृत्व में श्रीमती नीरू मेहता एवं नीलिमा वेद ने जोर शोर के साथ में इस कार्यक्रम के तहत एक रैली निकाली और जानकारी के साथ में निशुल्क वैक्सीन लगवाने की पहल की। जमुआ रामगढ़ मेंइस अभियान में सार्थक मानव कुष्ठ आश्रम का भी महत्वपूर्ण योगदान रहा, जिन्होंने ग्रामीण एवं शहरी क्षेत्रों में महिलाओं को इस गंभीर बीमारी के प्रति जागरूक करने में सहयोग प्रदान किया।

सार्वजनिक स्वास्थ्य के लिए एक महत्वपूर्ण पहल -यह पहल न केवल महिलाओं में सर्वाइकल कैंसर की रोकथाम एवं जागरूकता को बढ़ावा दे रही है, बल्कि इसे प्राथमिक स्तर पर नियंत्रित करने में भी सहायक सिद्ध हो रही है। इस कार्यक्रम के माध्यम से महिलाओं को समय पर टीकाकरण एवं स्क्रीनिंग टेस्ट कराने के लिए प्रेरित किया जा रहा है, जिससे इस बीमारी की समय पर पहचान और इलाज संभव हो सके।इस अवसर पर डॉ. वीणा आचार्य ने अपील की कि सभी महिलाएँ एवं युवा लड़कियाँ सर्वाइकल कैंसर की रोकथाम के लिए एचपीवी टीकाकरण अवश्य कराएँ और समय-समय पर स्क्रीनिंग टेस्ट करवाएँ। यह अभियान महिला स्वास्थ्य के क्षेत्र में एक महत्वपूर्ण कदम है और भविष्य में भी इसी तरह की गतिविधियाँ निरंतर आयोजित की जाएँगी।

संपर्क सूत्र डॉ. वीणा आचार्य
मो. 98290 61176

आईवीएफ बढ़ा देता है मां बनने की उम्मीद

डॉ. रंगोली माथुर

ऐसी प्रक्रिया है जो दिन प्रतिदिन लोकप्रिय होती जा रही है। इस प्रक्रिया में अधिक अंडों के उत्पादन के लिए महिला को फर्टिलिटी दवाइयां दी जाती हैं और उसके बाद एक छोटी सी सर्जरी के माध्यम से अंडों को निकाला जाता है।

कल्पतरू फर्टीलिटी एवं टेस्ट ट्यूब बेबी सेंटर जयपुर की आईवीएफ विशेषज्ञ डॉ. रंगोली माथुर का कहना है कि आईवीएफ यानी इन विट्रो फर्टिलाइजेशन, यह किसी भी समस्या के कारण लाइलाज निसंतान दंपति को बच्चे का तोहफा देने की ऐसी प्रक्रिया है जो दिन प्रतिदिन लोकप्रिय होती जा रही है। इस प्रक्रिया में अधिक अंडों के उत्पादन के लिए महिला को फर्टिलिटी दवाइयां दी जाती हैं और उसके बाद एक छोटी सी सर्जरी के माध्यम से अंडों को निकाला जाता है। इसके बाद इन्हें प्रयोगशाला में कल्चर डिश में तैयार पति के शुक्राणुओं के साथ मिलाकर निषेचन के लिए रख दिया जाता है।

यह सब अल्ट्रासाइड के तहत किया जाता है। प्रयोगशाला में इसे दो-तीन दिन के लिए रखा जाता है और इससे बने भ्रूण को वापस महिला के गर्भ में प्रत्यारोपित कर दिया जाता है। आईवीएफ की पूरी प्रक्रिया में दो से तीन सप्ताह का समय लग जाता है। इसमें डॉक्टर की सलाह, जाँच, रिपोर्ट की दोबारा जाँच, स्टीमुलेशन, अंडों और शुक्राणुओं का संग्रह और अंत में निषेचन के बाद भ्रूण का गर्भ में प्रत्यारोपण शामिल है।

इसकी सफलता- असफलता का पता अगले 14 दिनों में रक्त परीक्षण/प्रेग्नेंसी टेस्ट के बाद लगता है। क्या हैं आईवीएफ की विभिन्न प्रक्रियाएं : जिन महिलाओं के बच्चे नहीं हैं, वे इन विट्रो फर्टिलाइजेशन (आईवीएफ) के जरिए मां बनने की उम्मीद को और ज्यादा बढ़ा सकती हैं। पारंपरिक आईवीएफ तकनीक निषेचन के लिए शुक्राणुओं और अंडे के फ्यूज़न पर काम करती है। **संपर्क सूत्र-डॉ. रंगोली माथुर, मो. 9829169399**

क्यों विफल होती है IVF

अब संतान सुख के लिए निराश होने की जरूरत नहीं है। मगर, आए दिन कई दंपतियों को बार-बार इन व्रिटो फर्टिलाइजेशन यानी आईवीएफ करवाने के बावजूद विफलता हाथ लगने की शिकायतें रहती हैं। इसलिए यह जानना काफी जरूरी है कि आखिर इसकी क्या वजहें होती हैं। आईवीएफ एक ऐसी तकनीक है जिसमें किसी दंपति से अंडाणु और शुक्राणु लेकर उसके बीच निशेचन की क्रिया परखनली में यानी ट्यूब में करवाया जाता है, इसके बाद भ्रुण महिला के गर्भाशय में आरोपित किया जाता है।

डॉ. बी. एस. मीणा

महिला चिकित्सालय के प्रोफेसर डॉ. बी एस मीणा बताते है कि आईवीएफ की विफलता के कारणों की पहचान कर उसका उपचार करने पर आईवीएफ की सफलता की संभावना ज्यादा रहती है। उन्होंने बताया कि 35 साल के बाद महिलाओं में अंडाणु बनने की क्षमता कम होने लगती है। गर्भाशय की समस्याओं और भ्रूण की गुणवत्ता में कमी के कारण भी आईवीएफ विफल हो जाता है। आज आईवीएफ के पर्सनलाइज्ड प्रोटोकॉल्स की जरूरत बढ़ गई है। एसिस्टेड रिप्रोडक्टिव टेक्नोलोजी-एआरटी- से निस्संतान जोड़ों को विकल्प तलाशने में मदद मिली है। उन्होंने कहा, ब्लास्टोसिस्ट कल्चर, मैग्नेटिक

आईवीएफ की विफलता के कारणों की पहचान कर उसका उपचार करने पर आईवीएफ की सफलता की संभावना ज्यादा रहती है।

एक्टिवेटेड सेल सॉर्टिंग्स-एसएसीएस-जैसी तकनीकों और प्री-प्लांटेशन जेनेटिक स्क्रीनिंग-पीजीएस- प्री-प्लांटेशन जेनेटिक डायग्नोसिस-पीजीडी और एंडोमेट्रियल रिसेप्टिव अरे-ईआरए जैसे रिपड्रक्टिव जेनेटिक्स से आईवीएफ की सफलता की दर काफी बढ़ जाती है। **संपर्क सूत्र डॉ. बीएस मीणा**
मो. 9414041614

MediHub
Multispeciality Clinic
www.medihubjapur.com
डॉ महेश पोद्दार
सीनियर फिजिशियन
डायबिटीज हाइपरटेंशन एवं थायराइड के विशेषज्ञ
35 वर्षों के सघन अनुभवी
डॉ मोहित पोद्दार
(शिशु रोग एवं एलर्जी व अस्थमा विशेषज्ञ)
डॉ प्रतिमा पोद्दार
(स्त्री रोग एवं निसंतानता विशेषज्ञ)
269 / 4 वशिष्ठ मार्ग राजा पार्क जयपुर
मो. - 98295 55566, 94689 55566

Dr. Goyal's
PATH LAB & IMAGING CENTRE

Dr. Piyush Goyal
MBBS, DMRD
Director & Chief Radiologist
• MRI (3 Tesla) • CT SCAN (32 Slice) • 3D/4D ULTRA SONOGRAPHY • COLOUR DOPPLER • CTMT • 2D ECHO • ECG • NCV • EEG • EMG • LABORATORY • DIGITAL X-RAY
B-51, Ganesh Nagar, Near Metro Pillar No. 109-110
New Sanganer Road, Sodala, Jaipur
Ph: 0141-2293346, 4049787, 9887049787

NEURO CARE HOSPITAL
& Research Centre Pvt. Ltd

Dr. NEMI CHAND POONIA
DIRECTOR
(MBBS, MS, Mch Neuro surgery
Vision of Excelence Mission to save Lives
न्यूरो एवं स्पाइन की विश्व स्तरीय अत्याधुनिक चिकित्सा सुविधा
न्यूरो एंडोस्कोपी द्वारा मस्तिष्क एवं स्पाइन के ऑपरेशन की सुविधा
14 बेड का गहन चिकित्सा इकाई, विश्व स्तरीय मॉड्यूलर ऑपरेशन थिएटर
नसों के रास्ते दिमाग की जटिल बीमारियों का इलाज
राजस्थान में प्रथम न्यूरो नेविगेशन सिस्टम के द्वारा ऑपरेशन की सुविधा
1/611 Sector 1, Vidhyadhar Nagar Jaipur
PH: 0141-2236712, 9983300286

"Doctor-Driven Quality, Patient-Focused Care"
PANTOPRIME-DSR Capsule
Gutwibe Capsules/ Sachets
CALCIBOOM Tablets
IROCRUZ-XT TABLETS
ACOJOY-P Tablet
Kanan Remedies
An ISO 9001 : 2015 Company
WHO GMP Certified Products
MUMBAI Mo. 88528-32320

आधुनिक लेजर नेत्र चिकित्सा में राज्य का गौरव
स्माईल लेसिक
चश्मा हटाने
का राज्य में एकमात्र स्थान
SMILE LASIK
बिना फ्लेप, बिना ब्लेड लेजर द्वारा चश्मा हटाना, पतले कार्निया के लिए भी अधिक सुरक्षित
VisuMax Laser
राज्य/केन्द्र सरकार कर्मचारियों, पेन्शनर्स एवं मेडिकल के लिए अधिकृत नेत्र चिकित्सालय
डॉ. वीरेन्द्र लेजर, फेको सर्जरी सेन्टर
टोंक फाटक, फोर्ड शोरूम के पीछे, टोंक रोड़, गांधी नगर, जयपुर
9829017147, 9414043006 www.newsperfectvision.com

उपचार से बेहतर है रोकथाम, स्वस्थ शरीर के लिए व्यायाम

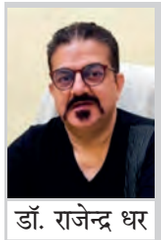
"विचार"

वो वाला तुम्हारा राम नहीं...

पंकज अंबा

मीरा और कबीर यह दो जने ही हुये है अब तक इस संसार में जिनका षरीर ही नहीं मिला मृत्यु के बाद कबीर की तो मृत्यु हुई थी पर मीरा का तो पता ही नहीं चला। देखने में इनमें कोई समानता नहीं है पर कुछ तो है इन दोनों में जो इनको एक समान बना देता है। मीरा प्यार में डूबी हुई थी तो कबीर अपने ही रंग में थे, पर दोनों का जुनून हद से पार चला गया था इसलिये उन्होंने यह हद भी पार करली। ऐसा जुनून जब भी किसी को चढ़ता है तो यकीनन ही वो कुछ पाता है वैज्ञानिक नई खोज कर लेता है तो कोई साधु भगवान की राह पर सही ढंग से पहुँच जाता है। अगर कुछ माँगना है तो मांगों कि कुछ ऐसा ही जुनून चढ़े कुछ भी जरा सा भी 1 प्रतिषत भी मिल गया तो समझो काम हो गया पर आजकल सोच गलत हो गयी है कोई ऐसी चीज मांगता ही नहीं मांग ही घटिया हो गयी है मेरे दरबार में पिछले 15 सालों में किसी ने यह नहीं मांगा कि मुझे आपके जैसी परमात्मा की कृपा मिल जाये सब ऊट पटांग चीजे मांगते हैं। शायद उनको उसी में शांति मिलती है। आज जरूरत है मीरा और कबीर जैसी हद पार करने की, पर हम सब यहाँ किसी और दिशा में ही जा रहे हैं। एक ही रट लगा रखी है कि मेरा भगवान मेरा धर्म तुम्हारे भगवान से ज्यादा बड़ा आज तक किसी भी संत, पीर फकीर या भगवान ने यह नहीं कहा कि मैं उस भगवान से बड़ा हूँ फिर तुम क्यूं इसके लिये लड़ रहे हो गुरूवाणी में कई बार राम का शब्द आया है। मेरे मिलने वाले एक सिख मित्र मुझसे कहते है कि यह वो वाला तुम्हारा राम नहीं है यह तो रमने वाला राम है बताओ जो आदमी एक छोटे से षब्द राम में उलझ गया हो वो षब्द वाणी को क्या समझेगा। हर धर्म उस मालिक को पाने की कोषिष करना बताता है कोई सुबह-सुबह तेज आवाज देकर कोषिष करना बताता है कोई सुबह-सुबह तेज आवाज देकर कोशिश करता है तो कोई शांत होकर समाधि लगाकर प्रयास करता है। ऐसा नहीं कि कोई एक ही तरीके वाले को वो मिलता है जो सच्चे मन से याद करता है उसको मिलता है चाहे वो आवाज देने वाला हो या शांत रहने वाला हो, पर ज्यादातर लोग अपने-अपने कुओं की गहराई बताने में ही लगे हुये है कि मेरा कुआॅ तेरे कुँऐ से ज्यादा गहरा अगर सच में कुछ पाना है तो मीरा और कबीर की तरह यह हदे तोड़नी पड़ेगी। इन झूँठे कुँओं की मुडेरों को तोड़ों, बाहर निकलो और देखो, तुमको सूरज की रोशनी चांद की चांदनी मिलेगी, तुम मीरा या कबीर ना भी बन पायो

संपर्क सूत्र-पंकज अंबा
मो. 9829353757



डॉ. राजेन्द्र धर

ब्लड शुगर कंट्रोल के लिए शराब का सेवन खतरनाक: विशेषज्ञों की चेतावनी

जयपुर। डायबिटीज के मरीजों के लिए शराब (एल्कोहल) का सेवन ब्लड शुगर कंट्रोल करने का कोई उपाय नहीं है, बल्कि यह गंभीर स्वास्थ्य जोखिम पैदा कर सकता है। हाल ही में सोशल मीडिया पर एक वीडियो वायरल हुआ, जिसमें दावा किया गया कि शराब से ब्लड शुगर नियंत्रित किया जा सकता है। इस पर विशेषज्ञ डॉक्टरों ने कड़ी प्रतिक्रिया देते हुए इसे भ्रामक और खतरनाक सलाह बताया है।

द लिवर डॉक ने दी चेतावनी - प्रसिद्ध लिवर विशेषज्ञ डॉ. सायरिएक एबी फिलिप्स (%ऋद्धद्ग स्द्ब1द्गह्ल ष्ठशष्%) ने इस दावे को खतरनाक बताते हुए कहा,

शराब ब्लड शुगर को कम कर सकती है, लेकिन यह किसी भी तरह से सेहतमंद तरीका नहीं है। यह प्रक्रिया रिएक्टिव हाइपोग्लाइसीमिया कहलाती है, जिसमें शराब लिवर पर दबाव डालती है और लिवर ग्लूकोज उत्पादन और रिलीज करने में असमर्थ हो जाता है। इस वजह से ब्लड शुगर अस्थायी रूप से कम होता है, लेकिन यह लिवर की कार्यक्षमता पर भारी नुकसान डालता है।

डॉ. फिलिप्स ने स्पष्ट किया कि शराब का सेवन ब्लड शुगर कम करने के लिए नहीं किया जाना चाहिए, क्योंकि यह लिवर और शरीर के अन्य महत्वपूर्ण अंगों को नुकसान पहुंचाता है। **डायबिटीज और शराब-फायदे और नुकसान** - निम्स मेडिकल कॉलेज के प्रोफेसर और प्रसिद्ध फिजिशियन डॉ. राजेंद्र धर ने बताया कि डायबिटीज में शराब के सेवन के कुछ प्रभाव देखने को मिलते हैं, लेकिन यह कोई इलाज नहीं है।

संभावित नुकसान - 1. ब्लड शुगर का खतरनाक रूप से गिरना - शराब लिवर की ग्लूकोज उत्पादन क्षमता को बाधित करती है, जिससे ब्लड शुगर का स्तर खतरनाक रूप से कम हो सकता है।

यह हाइपोग्लाइसीमिया का कारण बन सकता है, जो कोमा या मृत्यु तक ले जा सकता है।

2. ऊर्जा भंडारण खत्म हो सकता है। जो लोग अधिक मात्रा में और बार-बार शराब पीते हैं, वे कुछ ही घंटों में अपनी शरीर की एनर्जी स्टोरेज को खत्म कर सकते हैं, जिससे शरीर की कार्यक्षमता प्रभावित होती है।

3. सामान्य चेतना का अभाव - शराब पीने के बाद डायबिटीज मरीज को अपने लो ब्लड शुगर लेवल का एहसास नहीं होता, जिससे वह गंभीर स्थिति में पहुंच सकता है।

4. अन्य दवाओं के प्रभाव को कम करना - शराब इंसुलिन और अन्य एंटी-डायबिटिक दवाओं के असर को प्रभावित कर सकती है, जिससे ब्लड शुगर अनियंत्रित हो सकता है।

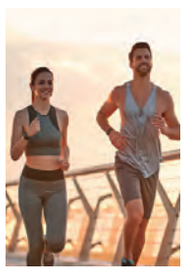
संपर्क सूत्र - डॉ राजेंद्र घर
मो 9414073962

दादी मां के नुस्खे

सहारा आयुर्वेदिक सेंटर के डॉ. अशोक शर्मा का कहना है कि मानव शरीर के रोगोपचार में कई बार घरेलू नुस्खे बहुत कारगर होते हैं।

रोज अपनाएं ये तरीके

रोजाना 300 कदम बढ़ाएं- ध्यान रखें कि कोई भी व्यक्ति एक ही दिन में 10,000 कदम चलने के लक्ष्य को एकदम से पूरा नहीं कर सकता है। निश्चित रूप से इसके लिए थोड़ी प्लानिंग करनी पड़ती है। अगर आप रोजाना कुछ कदम चलते हैं तो बेहतर होगा कि आप रोज उसमें 300-300 कदम और जोड़ते जाएं।



घर के नजदीक - पैदल जाएं

आजकल ज्यादातर लोग घर के नजदीक की दुकान जाने के लिए भी स्कूटी या बाइक का इस्तेमाल करते हैं। इसी तरह मार्केट या ऑफिस जाना हो तो कार ऐसी जगह पार्क करते हैं, जहां से ज्यादा चलना न पड़े।

अपनी इस आदत को भी बदलें। अगर आप आसपास कहीं किसी काम से जा रहे हैं तो स्कूटी या रिक्शे की बजाय पैदल जाएं।

सीढ़ी का उपयोग करें

शायद ही कोई लिफ्ट की जगह सीढ़ी का इस्तेमाल करता होगा। अगर आप भी लिफ्ट का इस्तेमाल करते हैं तो अपनी इस आदत को बदल दें। कभी-कभी लिफ्ट का इस्तेमाल करना ठीक है लेकिन रोजाना लिफ्ट की बजाय सीढ़ी का इस्तेमाल करें।

पेडोमीटर का करें इस्तेमाल

पेडोमीटर एक मशीन है, जो आपके कदमों की संख्या गिनती है। पैदल चलने के दौरान कूल्हों के ऊपर-नीचे होने की क्रिया को पेडोमीटर रिकॉर्ड करता है।

आप घड़ी या ऐप पर पेडोमीटर का इस्तेमाल कर सकते हैं।

संपर्क: डॉ. अशोक शर्मा
मो. 9314512311

उपरोक्त नुस्खे चिकित्सक की सलाह से ही लें।

नुकसान पहुंचाने वाले बैक्टीरिया के संक्रमण को रोक सकता है फाइबरयुक्त डाइट

भोजन में फाइबर की मात्रा बढ़ाने से शरीर को न केवल फायदा होता है बल्कि नुकसान पहुंचाने वाले बैक्टीरिया के संक्रमण को भी रोक जा सकता है। नेचर माइक्रोबायोलॉजी जर्नल में प्रकाशित स्टडी में यह जानकारी दी गई।

अध्ययन से पता चला कि फाइबरयुक्त आहार से आंत में बैक्टीरिया की संरचना बदलती है।

इससे नुकसान पहुंचाने वाले बैक्टीरिया का विकास रुकता है। आंत में मौजूद एंटरोबैक्टीरिएसी नामक बैक्टीरिया समूह सामान्य तौर पर कम मात्रा में होते हैं। इसमें क्लेब्सिएला न्यूमोनिया और ई. कोली जैसे घातक बैक्टीरिया शामिल हैं। शोधकर्ता डॉ. एलेक्जेंडर अल्मेडा ने कहा कि फाइबर युक्त आहार से आंत के बैक्टीरिया को फैटी एसिड बनाने के लिए कच्चा माल मिलता है, जो हमें रोगजनक बैक्टीरिया से बचा सकता है।

पहले रोबोटिक हैंड एक्सोस्केलेटन का ट्रायल सफल

आईआईटी कानपुर ने दुनिया का पहला ब्रेन-कंप्यूटर इंटरफेस (बीसीआई) आधारित रोबोटिक हैंड एक्सोस्केलेटन तैयार कर दिखाया। यह स्ट्रोक के मरीजों को ठीक करने में सहायक होगा। इसका ट्रायल सफल रहा है। यह अनूठा उपकरण फिजिकल थेरेपी और ब्रेन की एक्टिविटी के बीच के अंतर को खत्म करता है। इससे स्ट्रोक पीड़ित पहले जैसी स्थिति में सामान्य कामकाज कर सकते हैं। इस उपकरण में तीन महत्वपूर्ण अंग शामिल हैं। पहला- ब्रेन-कंप्यूटर इंटरफेस। यह ब्रेन के मोटर कॉर्टेक्स से सिग्नल कैप्चर करता है।

दूसरा रोबोटिक हैंड एक्सोस्केलेटन। यह डॉक्टर की एक्टिविटी को सरल बनाता है। और तीसरा- सॉफ्टवेयर है, जो ब्रेन के सिग्नल को एक्सोस्केलेटन के साथ सिंक्रोनाइज करता है और रियल-टाइम फीडबैक देता है।

शरीर का हर अंग देता है महत्वपूर्ण संदेश

अशोक जादोन

ईश्वर द्वारा भिन्न भिन्न प्रकार के जीव जन्तुओं की रचना की गई है। उनमें से मानव रचना विलक्षण है तथा आधुनिक रुप से कम्प्यूटराइज है। इस रचना में कई अंगों के साथ स्टेपनी दी हुई है। एक अंग के क्षति ग्रस्त होने पर स्टेपनी अंगों की सहायता से अपना जीवन यापन कर सकते हैं जैसे दो हाथ, दो पैर, दो ऑख, दो कान, दो नाक, दो किडनी आदि। लेकिन परम् आवश्यक एवं महत्व पूर्ण अंगों के साथ कोई स्टेपनी अंग नहीं दिए है जैसे जीभ, हार्ट, गुप्तांग आदि इनके क्षति ग्रस्त होने पर दूसरा विकल्प आज तक तैयार नहीं हुआ है और न ही होगा। प्रत्येक अंग के साथ सुरक्षार्थ कवच भी प्रदान किया गया है जो आवश्यक अंग को सुरक्षा दे रहा है। जैसे आँख के ऊपर पलक, जीभ से ऊपर दांत, हार्ट के ऊपर पसली आदि। हम उस परम् बह्म परमेश्वर के सदैव ऋणी रहेंगे जिसने सव प्राणीयों से हट कर दिमाग दिया है जिससे हम विकास के पथ पर अग्रसर हो कर नए-नए आयामों को छू रहे हैं। **जय परम बह्मा**

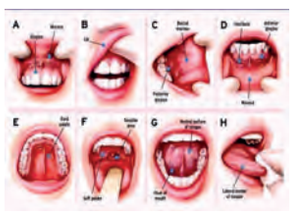
संपार्क सूत्र- अशोक जादोन मो. 8279223884

ओरल कैंसर से बचाव के लिए नियमित रुप से दांतों की जांच करवाएं

दांतों की नियमित जांच आपको ओरल कैंसर से बचा सकती है। दंत रोग विशेषज्ञ डॉ. ललित लिखियानी (एमडीएस) ने कहा कि डजिटल रेडियोग्राफी जैसी आधुनिक तकनीकों ने डेंटिस्टों के लिए मुंह के कैंसर जैसी स्थितियों की पहचान करना आसान बना दिया है, लेकिन इसके लिए डेंटिस्ट से नियमित जांच कराना बेहद जरूरी है, खासतौर से उन लोगों के लिए जो धूम्रपान करते हैं और अल्कोहल का इस्तेमाल करते हैं।

डॉ. ललित लिखियानी

ओरल कैंसर की पहचान शुरुआत में न हो सके तो यह जानलेवा भी हो सकता है। ओरल कैंसर मुंह के किसी भी हिस्से में हो सकता है। अगर मुंह में हुआ अल्सर ठीक न हो रहा हो तो तुरंत डेंटिस्ट के पास जाएं। इसी तरह अगर मुंह में लाल या सफेद चकता दिखाई दे तो भी तुरंत डेंटिस्ट के पास जाएं। मुंह का कोई भी अल्सर या चकता ठीक होने में सामान्य तौर पर दो से तीन सप्ताह का समय लेता है। मुंह या मुंह के आसपास कोई भी असामान्य सूजन या गांठ नजर आए तो तुरंत सतर्क हो जाना जरूरी है।



संपर्क सूत्र डॉ. ललित लिखयानी मो. 9461500065

शारीरिक दर्द के कुछ आसान उपाय

जीवन में बहुत कुछ छोटी-छोटी बाते होती है लेकिन इन्हें नजर-अंदाज न करें। 100 ग्राम कैलोरी अगर रोज खाने में अतिरिक्त लिया जाए तो एक साल में आपका वजन पांच किलोग्राम बढ़ सकता है। प्रतिदिन अगर आप एक ही जूते इस्तेमाल करते है तो आपके शरीर में खिंचाव आ सकता है।

नियमित रूप से अगर आप ध्वनि प्रदुषण के शिकार होते है तो इससे न सिर्फ आपको सुनने सम्बन्धी समस्या हो सकती है,बल्कि यह आपके ब्लड प्रेशर तथा तनाव हारमोंस को भी बढा सकता है। खराब कार्य की जगह (वर्क प्लेस) पर काम करने से आपका गर्दन और शरीर का पिछला हिस्सा प्रभावित हो सकता है इसे नजर-अंदाज न करें। आज का हल्का सा दर्द कल बड़ा मर्ज बन सकता है।

छोटी लापरवाही की बड़ी कीमत चुकानी पड़ सकती है - अगर आप रेलगाड़ी से सफ़र कर रहे है तो आप सामान को अच्छी तरह से बांध ले ताकि ट्रेन में सामन रखते समय आपके शरीर पर अतिरिक्त वजन न पड़े। इस तरह से अनावश्यक बैक पेन से बच सकते है। यह कहना है नोर्थवेस्टर्न युनिवरसिटी के आर्थोपेडिक सर्जन डॉक्टर लियोन बनसन का। आपके पीछे इन्तेजार कर रहा लोग दस सेकंड इन्तेजार कर लेंगे।

हार्ट प्रोब्लेम्स कम हो सकती है - ऐसा कोई जरुरी नहीं है की शाकाहारी होकर ही स्वस्थ रह सकते है , लेकिन यह सच है की आप अपने भोजन में फैटी स्नेक्स को कम करके फ्रूट्स और वेजिटेबल ज्यादा खाते है तो यह न सिर्फ आपके मूड तथा एनर्जी को प्रभावित करता है बल्कि आपके हार्ट को भी सुरक्षित करता है।

धूम्रपान को छोड़ें - धुम्रपान छोड़ना एक कठिन काम है लेकिन धुम्रपान न छोड़कर जो कीमत चुकानी पड़ती है वह बहुत बड़ी है। इसीलिए अपने खाने में ओमेगा-3 फैटी एसिड्स शामिल करें। यह आँखों के सूखेपन को भी कम करता है।

अग्रबंधु दवा व्यवसायी संगठन का रक्तदान शिविर

26 जनवरी को गणतंत्र दिवस के उपलक्ष में झंडारोहण एवं विशाल रक्तदान शिविर का आयोजन किया गया। अध्यक्ष सुभाष चंद्र गोयल एवं सचिव प्रहलाद अग्रवाल ने बताया कि कार्यक्रम में लोगों ने बड़े उत्साह से भाग लिया ।

अतिथियों के रूप में हवा महल विधायक बालमुकुंद आचार्य हेरिटेज महापौर कुसुम यादव जी किशनपोल विधायक प्रत्याशी चंद्र मोहन बटवारा मानक चौक थाना के अतिरिक्त पुलिस अधीक्षक अनूप सिंह चौधरी ने भी शिरकत की तथा रक्तदान शिविर में आए सभी बंधुओं का उत्साहवर्धन किया ।

चाँडकजी चाय
गणतंत्र दिवस की हार्दिक शुभकामनाएं
जय हिन्द
बृज मोहन चांडक
निदेशक चांकड चाय प्राइवेट लिमिटेड
मो.9829015301

Fixed Teeth only in 1 Hour
Dr. Preeti Mittal
ORAL DENTAL SURGEON
105, vrindavan vihar colony King s Road Nirman Nagar Jaipur
Mo: 9829460460

H.N. NURSING HOME
चूरू क्षेत्र का एक विश्वसनीय केन्द्र
DR. MUMTAJ ALI
Churu- Rajsthan
Mob. 9414084525
Ph: 250763

गणतंत्र दिवस की हार्दिक शुभकामनाएं
मालवीय मेडिकॉज
सुरेन्द्र अग्रवाल
अपैक्स सर्कल के पास मालवीय नगर जयपुर मो. 9929595006

दोपहर के खाने के बाद इन कारणों से होती है एसिडिटी और ब्लोटिंग

लंच के बाद अक्सर लोगों को सीने में जलन जैसी समस्याओं का सामना करना पड़ता है। तो, कुछ लोगों को ब्लोटिंग की समस्या हो जाती है। एसएमएस मेडिकल कॉलेज के सहायक प्रोफेसर अरुण प्रधान ने कहा कि आपने सोचा है कि ये समस्या क्यों होती है। तो, आपको यह जान कर हैरानी हो सकती है कि इन समस्याओं के पीछे कई कारण हो सकते हैं, जिनमें से ज्यादातर आपके द्वारा लंच के दौरान की गई गलतियां हैं। कैसे, जानते हैं।

डॉ. अरुण प्रधान

1. जल्दी-जल्दी लंच करने से - जल्दी-जल्दी लंच करना आपको एसिडिटी और ब्लोटिंग की समस्या दे सकता है। जी हां आपको यह जान कर हैरानी हो सकती है। लेकिन, जब आप जल्दी-जल्दी लंच करते हैं तो खाने के साथ पेट में हवा भी चली जाती है। इससे ब्लोटिंग होती है। जब आप खाने का बड़ा-बड़ा टुकड़ा खाते हैं तो पेट इसे पचा नहीं पाता है और ज्यादा एसिड प्रड्यूस करता है। इससे एसिडिटी की समस्या होती है।

2. खाने के बीच या बाद में पानी पीना - लंच के दौरान पानी पीना आपको बीमार कर सकती है। जी हां, लंच के बीच में जब आप पानी पीते हैं तो ये पेट के डाइजेस्टिव एंजाइम्स को नुकसान पहुंचाते हैं। इससे खाना पचाना मुश्किल होता है और एसिड रिफ्लक्स की समस्या हो सकती है।

3. खाने में सब्जियों की कमी से - सब्जियों की कमी, पेट से जुड़ी समस्याओं का कारण बन सकती है। अगर आप लंच में कम सब्जियां खाते हैं तो इससे खाना पचने में समस्या होती है जिससे ब्लोटिंग व एसिडिटी की समस्या हो सकती है । दरअसल, सब्जियां फाइबर का काम करती हैं और तेजी से खाना पचाने में मदद करती हैं। लेकिन, इसकी कमी एसिडिटी का कारण बन सकती है।

4. लंच के तुरंद बाद सोने से - कुछ लोग लंच के तुरंत बाद सो जाते हैं। ये बहुत बड़ी गलती हो सकती है। ऐसा इसलिए क्योंकि इससे सही से खाना नहीं पच पाता है जिससे एसिडिटी और ब्लोटिंग की समस्या हो सकती है।

संपर्क सूत्र-डॉ. अरुण प्रधान
मो. 81077-85405

Statement About Ownership & Other Particulars Of The Newspaper
Form-Iv, (Rule 8)

1:	Place of Publication	Jaipur' Rajasthan
2:	Periodicity of its Publication	fortnightly
3:	Printer's Name	mohan sharma and co.
	a. Whether Citizen of India	Yes
	b. Address	10 b Sudershanpura ind. area jaipur
4:	Publisher's Name	Raman agarwal
	a. Whether Citizen of India	Yes
	b. Address	170/3 Ram Gali Raja Park Jaipur
5:	Editor's Name	Raman Agarwal
	a. Whether Citizen of India	Yes
	b. Address	170/3 Ram Gali Raja Park Jaipur
6:	Printing Press with address	mohan sharma and co. 10 b Sudershanpura ind. area jaipur
7:	Name & address of the individuals who own the the newspaper and partners or shareholders holding more than one percent of the total capital.	Raman agarwal 170/3 Ram Gali Raja Park Jaipur

I Raman Agarwal hereby declare that the particulars given are true to the best of my knowledge and belief.

Date : 04-february- 2025 **Raman Agarwal**

(Signature of Publisher)

गणतंत्र दिवस की हार्दिक शुभकामनाएं
D.K. OPTICALS
Goggles-Glassess-Framer& Contact Lances
Dharmendra Agarwal
D-OPHTH, F.C.L.C
Calgiri Eye Hospital Campus, Malviya Nagar, Jaipur Mob 9414906270

गणतंत्र दिवस की हार्दिक शुभकामनाएं
SURYA Enterprises
Nakul Bawari
Keshargarh Compund, J.L.N. Marg, jaipur, Mobile **9829019956**

गणतंत्र दिवस की हार्दिक शुभकामनाएं
Farooqui Medical Store
205, Jalupura, Sansar Chand Road Jaipur Phone 2325221, 2071814

सूचना
हैल्थ व्यू में प्रकाशित लेख लेखकों के अपने विचार हैं और केवल आपकी जानकारी के लिए है कोई भी लेख पर अमल करने से पूर्व अपने चिकित्सक से परामर्श अवश्य कर लें। हैल्थ व्यू के सम्पादक, प्रकाशक व मुद्रक का उनसे सहमत होना आवश्यक नहीं है।
THE EDITTORIAL BOARD DOES NOT ENDORSE ANY PRODUCTS ADVERTISED IN THIS NEWSPAPER.
किसी भी विवाद की स्थिति में न्याय क्षेत्र केवल जयपुर होगा।

प्रत्येक अंतिम शनिवार को नि:शुल्क एक्युप्रेशर व रेकी चिकित्सा जिसमें शारीरिक, मानसिक व चर्म से संबंधी रोगों का उपचार होगा।
संपर्क सूत्र
आकृति क्लिनिक
डॉ. पमिला छाबड़ा
मो. : 9829735666
रेकी व एक्युप्रेशर प्रशिक्षण हेतु संपर्क करें

LIFE SAVER
A SHOP OF LIFE SAVING DRUGS
STOCKISTS FOR
Cancer & Cardiac Medicines, Disposable Surgery Items Nutrition Fluids
168, Nehru Bazar, JAIPUR
TelÑ 2313129, 2310483, 2313281, MobÑ 98290-14267
DELIVERY FACILITY AVAILABLE

MAHAVEER DIAGNOSTIC
Super Speciality Lab
Thyroid ❖ Harmones ❖Tumour Markers ❖ Infertility/ Pregnency Hormones❖ Torch ❖ Metabolic Hormones ❖ Druf Assays
Dr. Manoj Jain
Mob. 94144-60959
ECHO & COLOR DOPPLER CENTRE
Whole Body Color Doppler Study, 2 D Echo- Adult & Paediatric, Carotid Doppler, Peripheral & Renal Doppler, Small Parts - Penile Doppler, Fetal Doppler & Echo
Manav Ashram, Gopalpura Mod, Jaipur Ph: 2704787

इंसानी लालच इंसान की जानलेवा हरकतों पर भी उतारू

संपादकीय

रक्त तस्करी न केवल धन का लालच है बल्कि घिनौना कृत्य है। एक तरफ समाज से विशेषताएं और आमजन एक-एक नागरिक रक्तदान महादान के नारे को सरकार करने में चित्तौड़ कोशिश कर रहा है वहीं रक्त की दलाली करने वाले लोग इस रक्तदान महादान को कलंकित करते नजर आ रहे हैं हाल ही जोबनेर थाना क्षेत्र में 255 यूनिट्स की तस्करी का भंडाफोड़ पुलिस ने किया। ऐसी घटनाएं एक संगठित गिरोह का रूप ले चुकी है जो स्वास्थ्य से जुड़े समूचे तंत्र के लिए भी बड़ी चुनौती बन गया है।

गौरतलब है कि इस तस्करी में कई बार निजी अस्पतालों के नाम भी सामने आते हैं, जो दान में मिले खून से मोटा मुनाफा कमाते हैं। ऐसे में रक्तदान करने काले व्यक्ति के दिल में यह डर और चिंता स्वाभाविक है कि कहीं उनका खून भी इस तस्करी का हिस्सा तो नहीं बन गया।

यह यथार्थ सच भी है कि प्रदेश के विभिन्न शहरों में ब्लड बैंक बेहतर काम भी कर रहे हैं। वहीं कई सामाजिक संस्थाएं बढ़-चढ़ कर रक्तदान शिविरों का आयोजन कर रकदान महादान के नारे को सार्थक करने में जुटी हैं। रक्त की तस्करी का अपराध क्षमा योग्य नहीं है और रक्त तस्करों और इनसे जुड़े कारोबारियों को सख्त सजा देने की जरूरत है।

ब्लड बैंकों की मान्यता से लेकर इनके जरिए अस्पतालों तक रक्त पहुंचाने की व्यवस्था को पारदर्शी बनाए जाने की जरूरत है। ब्लड बैंकों में प्रत्येक सप्ताह ब्लड स्टॉक और उसकी सप्लाई की जांच की जानी चाहिए। यह जरूरी है कि अस्पतालों में मरीजों व उनके परिजनों की मजबूरी का फायदा उठाकर ये कारोबारी दवा व रक्त दिलाने का झांसा देकर अवैध वसूली करते है।

बार-बार सैंपल फेल होने वाली कंपनियों पर सरकार करेगी कार्रवाई

सरकार कड़ी कार्रवाई के मूड में है। सरकार ने ऐसी कंपनियों का रिकॉर्ड भी तलब किया है, जिनकी दवाओं के सैंपल लगातार फेल हो रहे हैं। उनके लाइसेंस रद किए जाएंगे। प्रदेश में दवा उत्पादन कर रही कंपनियों के कारण प्रदेश की छवि को भी नुकसान हो रहा है। अब ऐसी दवा कंपनियों को लोगों की जान से खेलने नहीं दिया जाएगा। अन्य राज्यों में निर्मित कुछ दवाओं के हिमाचल में लिए गए सैंपल भी फेल हुए हैं। जिनको लेकर तथ्य जुटाए जा रहे हैं, ताकि उन दवा कंपनियों को भी इस दायरे में लाया जा सके।

हिमाचल में 10 माह में 90 दवाओं के सैंपल फेल हुए हैं। सैंपल फेल होने से हिमाचल में बनने वाली दवाओं को लेकर भी गलत संदेश देश भर में जा रहा है। इसे देखते हुए सरकार ने सख्त कदम उठाने का निर्णय लिया है। स्पष्ट किया है कि जिन दवा कंपनियों के सैंपल फेल हो रहे हैं, अब उन कंपनियों पर कार्रवाई होगी। इस कार्रवाई के अनुसार ऐसी दवा कंपनियों का उत्पादन भी बंद किया जा सकता है।

स्वास्थ्य से खिलवाड़ नहीं होने देंगे - सरकार किसी भी दवा कंपनी को आम आदमी के स्वास्थ्य से खिलवाड़ नहीं करने देगी। जिन दवा कंपनियों के सैंपल फेल हुए हैं, उनका रिकॉर्ड मांगा है। इनके खिलाफ सख्त कार्रवाई होगी। दवाओं का उत्पादन बंद करने के साथ कंपनियों का लाइसेंस भी रद किया जा सकता है। विपिन सिंह परमार, स्वास्थ्य मंत्री।

सरकार ने कालाअंब दवा कंपनी के दस्तावेज सील मामले में स्टेट ड्रग कंट्रोलर टीम से रिपोर्ट तलब की है। कंपनी में दवा उत्पादन बंद किए करीब सप्ताह होने वाला है। ड्रग कंट्रोलर ने अब तक कंपनी के खिलाफ क्या कार्रवाई की सरकार ने इसकी विस्तृत रिपोर्ट मांगी है। बुधवार को ड्रग कंट्रोलर ने सरकार को अवगत करवाया कि कंपनी के दस्तावेज खंगाले जा रहे हैं। टीम सरकारी और कंपनी के दस्तावेजों का मिलान कर रही है। कंपनी ने जहां-जहां दवाओं की सप्लाई दी है, उसका रिकॉर्ड खंगाला जा रहा है। यह सारी सूचना स्वास्थ्य विभाग के वरिष्ठ अधिकारी को फोन पर दी गई है।

सर्वे भवंतु सुखिनः सर्वे संतु निरामया।
सोच बदलनी होगी यह कहावत शाश्वत सत्य है। सभी सुखी हों सभी रोग मुक्त रहें हम सभी मंगलमय घटनाओं के साक्षी बने और किसी को भी दुख का भागी न बनना पड़े।

श्रंखला 67

॥ सोच बदलनी होगी ॥

डॉ मान सिंह भांवरिया

ॐ शांति शांति शांति

इसका उच्चारण करके देखो कितनी शांति प्राप्त होगी। आज हम इस मुहावरे के अनुसार आपको जीवन जीने के तरीके के बारे में बताएंगे। हम जिस आपाधापी और भागदौड़ वाली जिंदगी में जीवन यापन कर रहे हैं सोच बदलनी होगी। कुछ बिंदुओं के द्वारा हमने जीवन को सही मार्ग पर लाने के लिए समझाने की कोशिश की है।

लिव-इन रिलेशनशिप: एक बदलती सामाजिक प्रवृत्ति

आज के बदलते समाज में पारिवारिक ढांचे और नैतिक मूल्यों में गिरावट देखी जा रही है। इलाहाबाद हाई कोर्ट ने इस मुद्दे पर टिप्पणी करते हुए कहा कि बदलती जीवनशैली और परिवारों के विघटन ने समाज में नैतिकता को गहरा आघात पहुंचाया है। छोटे परिवारों में आपसी मोह और जिम्मेदारियों का भाव कम होता जा रहा है, जिससे युवा वर्ग सामाजिक जिम्मेदारियों से बचने के लिए लिव-इन रिलेशनशिप की ओर आकर्षित हो रहा है।

न्यायालय की चिंता- जस्टिस नलिन कुमार श्रीवास्तव ने एक मामले की सुनवाई के दौरान कहा कि समाज में नैतिक मूल्यों को बचाने और युवाओं को सही दिशा दिखाने के लिए ठोस कदम उठाने की आवश्यकता है। उन्होंने कहा कि लिव-इन रिलेशनशिप का चलन अक्सर कमजोर गठबंधन और अस्थिर संबंधों का कारण बनता है।

मामले का विवरण - वाराणसी के एक मामले में महिला ने छह साल तक लिव-इन रिलेशन में रहने के बाद बलात्कार का आरोप लगाया। अदालत ने सवाल किया कि इतने लंबे समय तक साथ रहने के बाद शिकायत क्यों की गई। न्यायालय ने कहा कि यदि यह रिश्ता विवाह के बंधन में बंधा होता, तो संबंधों में कटुता के बावजूद इसे निभाने की गुंजाइश रहती।

लिव-इन रिलेशनशिप बनाम विवाह - सामाजिक रूप से मान्यता प्राप्त विवाह में संबंधों को निभाने और समय के साथ गलतफहमियों को सुलझाने का एक मजबूत आधार होता है। इसके विपरीत, लिव-इन रिलेशनशिप में ऐसी कोई सामाजिक या कानूनी सुरक्षा नहीं होती, जिससे अक्सर संबंध अस्थिर हो जाते हैं।

युवाओं के लिए संदेश - आज की युवा पीढ़ी को यह समझने की जरूरत है कि रिश्तों में जिम्मेदारी और नैतिकता का महत्व कितना बड़ा है। केवल व्यक्तिगत स्वतंत्रता के नाम पर सामाजिक जिम्मेदारियों से भागना लंबे समय में रिश्तों और समाज दोनों के लिए हानिकारक है।

समाज और परिवार की भूमिका - समाज और परिवार को भी अपनी भूमिका निभाते हुए युवाओं को रिश्तों और नैतिक मूल्यों का महत्व समझाना चाहिए। परिवारों को मजबूत और एकजुट बनाने के लिए पारस्परिक संवाद और सहयोग को बढ़ावा देना आवश्यक है।

संदेश - लिव-इन रिलेशनशिप जैसे चलन को अपनाने से पहले युवाओं को इसके प्रभाव और कमजोरियों को समझने की जरूरत है। नैतिक मूल्यों और पारिवारिक संरचना को बचाने के लिए युवाओं को अपने दृष्टिकोण पर पुनर्विचार करना चाहिए। सामाजिक और पारिवारिक जिम्मेदारियों को निभाने से ही एक संतुलित और स्वस्थ समाज का निर्माण संभव है।

संपर्क सूत्र
डॉक्टर मान सिंह भांवरिया
मो +91 9672777737

बिना डॉक्टर की सलाह दवाओं का सेवन

किडनी और लिवर की समस्या बढ़ा रहा स्वार्थ और अनदेखी

जयपुर। मौसम बदलने के साथ सर्दी-जुकाम, बुखार और वायरल जैसी बीमारियों का प्रकोप बढ़ गया है। इसके चलते लोग बिना डॉक्टर की सलाह के एंटीबायोटिक और पेनकिलर जैसी दवाओं का मनमर्जी से सेवन कर रहे हैं। यह आदत न केवल किडनी और लिवर फेल्योर जैसी गंभीर स्वास्थ्य समस्याओं का कारण बन रही है, बल्कि कई बार यह जानलेवा भी साबित हो रही है।

एसएमएस अस्पताल की ओपीडी में हर दिन ऐसे 20-30 मरीज पहुंच रहे हैं, जिनकी यह लापरवाही उनके स्वास्थ्य को भारी नुकसान पहुंचा चुकी है।

कैसे नुकसान पहुंचा रहा है बिन परामर्श दवा का सेवन ?

डॉ. विनय मल्होत्रा (वरिष्ठ नेफ्रोलॉजिस्ट, एसएमएस सुपरस्पेशलिटी अस्पताल) के अनुसार, बगैर परामर्श ली गई दवाओं से किडनी और लिवर पर गंभीर प्रभाव पड़ता है। एंटीबायोटिक्स और पेनकिलर का जरूरत से ज्यादा या गलत तरीके से उपयोग बैक्टीरिया में प्रतिरोधक क्षमता (रेजिस्टेंस) बढ़ा देता है।

इससे दवाएं असर करना बंद कर देती हैं, और मरीज का इलाज जटिल व खर्चीला हो जाता है। ब्लड प्रेशर, डायबिटीज और मोटापे जैसी समस्याएं उत्पन्न हो जाती हैं।

मरीजों की लापरवाही और केमिस्ट की जिम्मेदारी

पुरानी दवाओं का इस्तेमाल

कई लोग पिछली बीमारी में इस्तेमाल की गई दवाओं को बिना सोचे-समझे दोबारा ले लेते हैं, जो शरीर पर प्रतिकूल प्रभाव डालती हैं।

मेडिकल स्टोर्स की मनमानी

बिना डॉक्टर की पर्ची के एंटीबायोटिक दवाओं की बिक्री आसान है, जो ड्रग्स एंड कॉस्मेटिक्स एक्ट, 1948 का उल्लंघन है। योग्य फार्मासिस्ट के अभाव और जागरूकता की कमी से यह समस्या और गंभीर होती जा रही है।

डॉक्टर की फीस और समय का अभाव

लोग डॉक्टर की फीस को महंगा मानते हैं या उनके पास समय नहीं निकाल पाते। यह समस्या उन्हें मेडिकल स्टोर्स पर सलाह लेकर दवा खरीदने के लिए प्रेरित करती है।

केमिस्ट की स्वार्थ भरी दुकानदारी

कई केमिस्ट मरीजों की परेशानी का फायदा उठाकर उन्हें बिना जांच के दवाएं दे देते हैं, जिससे उनकी समस्या बढ़ जाती है।

डॉक्टर से परामर्श क्यों जरूरी है ?

केवल डॉक्टर को पता होता है कि एंटीबायोटिक या पेनकिलर कब और कितनी मात्रा में देनी है। डॉक्टर यह भी सुनिश्चित करते हैं कि क्या मरीज की स्थिति में एंटीबायोटिक दवाएं आवश्यक हैं। बिना परामर्श दवा लेने से यह स्थिति और गंभीर हो सकती है।

क्या हो सकता है समाधान ?

ड्रग एक्ट का सख्ती से पालन

मेडिकल स्टोर्स पर बिना डॉक्टर की पर्ची दवाओं की बिक्री पर रोक लगानी चाहिए।

फार्मासिस्ट की जिम्मेदारी

योग्य फार्मासिस्ट की नियुक्ति और उनकी नैतिक जिम्मेदारी तय की जानी चाहिए।

जागरूकता अभियान

लोगों को यह समझाने की जरूरत है कि बिन परामर्श दवाओं का सेवन उनके जीवन को खतरे में डाल सकता है।

सस्ती और सुलभ चिकित्सा सेवाएं

डॉक्टर की फीस और सेवाओं को आम जनता के लिए किफायती बनाना जरूरी है।

चेतावनी

बिना डॉक्टर की सलाह दवा लेना खतरनाक है। यह लिवर और किडनी को स्थायी रूप से नुकसान पहुंचा सकता है। ऐसे में खुद डॉक्टर न बनें। डॉक्टर से परामर्श लें और स्वास्थ्य का ध्यान रखें। याद रखें, छोटी सी लापरवाही जानलेवा साबित हो सकती है।

सरकारी अस्पतालों में दवाएं हैं या नहीं इसकी जानकारी के लिए ऑनलाइन सिस्टम शुरू

केरल की स्वास्थ्य मंत्री वीणा जॉर्ज ने अस्पतालों में दवाओं की उपलब्धता तथा उनका वितरण सुनिश्चित करने के लिए यहां एक ट्रेनिंग वर्कशॉप का उद्घाटन करने के बाद प्रस्तावित मॉनिटरिंग सिस्टम की घोषणा की। उन्होंने कहा कि दवाओं के भंडारण और वितरण से निपटने के लिए एक वैज्ञानिक व्यवस्था होनी चाहिए और जरूरत को ध्यान में रखते हुए दवाओं की मांग पूरी की जानी चाहिए। मंत्री ने कहा कि अस्पताल के कर्मचारियों को दवाओं की उपलब्धता सुनिश्चित करने के लिए केरल चिकित्सा सेवा निगम की ऑनलाइन सिस्टम का इस्तेमाल करना चाहिए। उन्होंने कहा कि अगर किसी भी दवा की किल्लत होती है तो केएमएससीएल को इसकी जानकारी देनी चाहिए ताकि इन दवाओं को बिना किसी देरी के खरीदा जा सके।

अस्वीकरण - सलाह सहित यह सामग्री केवल सामान्य जानकारी प्रदान करती है। यह किसी भी तरह से योग्य चिकित्सा राय का विकल्प नहीं है। अधिक जानकारी के लिए हमेशा किसी विशेषज्ञ या अपने चिकित्सक से परामर्श करें।

डॉ. एन. के. अग्रवाल (डायरेक्टर)
Ph. 01423-221875
Mob. 7793064111
+ आनन्द हॉस्पिटल +
(जनरल अस्पताल एण्ड ऑपरेशन सेन्टर)
चिरंजीवी/भामाशाह/RGHS से अनुबंधित
संस्कृत स्कूल के सामने, आमलिया रोड, चौमूँ (जयपुर)
Email- hospitalanandch@gmail.com

JANGID HOSPITAL
Nawalgarh, Jhunjhunu Distt.
झुझंनु जिले के निवासियों की स्वास्थ्य रक्षा का प्रहरी
Dr. Manish Sharma
Consultant Anaesthesiologist & Intensivist
Mo: 9414402800, Ph: 1594-225500

होम्योपैथी कैसे करती है गठिया का उपचार?

लक्षणों और कारणों का समग्र उपचार

डॉ. राहुल शर्मा

डॉ. राहुल शर्मा के अनुसार, होम्योपैथी में गठिया (रुमेटाइड आर्थराइटिस) के उपचार के लिए व्यक्ति के सम्पूर्ण स्वास्थ्य, चिकित्सा इतिहास और लक्षणों का गहराई से विश्लेषण किया जाता है। यह चिकित्सा पद्धति केवल समस्या के मुख्य लक्षणों का उपचार नहीं करती, बल्कि बीमारी के कारणों तक पहुंचने का प्रयास करती है।

होम्योपैथिक उपचार की प्रक्रिया

लक्षणों का विश्लेषण - मरीज के शुरुआती लक्षण, उनका प्रभाव और वह कारक जिनसे लक्षण बढ़ते हैं, का गहराई से अध्ययन किया जाता है।

व्यक्तिगत दवा का चयन - प्रत्येक मरीज के लक्षणों के आधार पर विशिष्ट होम्योपैथिक दवा दी जाती है।

अध्ययन और परिणाम - डॉ. शर्मा ने बताया कि विभिन्न अध्ययनों ने यह साबित किया है कि होम्योपैथिक दवाएं गठिया के लक्षणों को कम करने और मरीजों को राहत प्रदान करने में प्रभावी हो सकती हैं।

डॉ. राहुल शर्मा ने अपनी होम्योपैथिक चिकित्सा के माध्यम से हजारों मरीजों को गठिया की समस्या से निजात दिलाई है। उनके अनुसार, सही होम्योपैथिक दवा और समग्र दृष्टिकोण से गठिया का प्रबंधन संभव है।

संपर्क करें -
डॉ. राहुल शर्मा
मो. 9782343327

गणतंत्र दिवस की हार्दिक शुभकामनाएं
देविका मेडिकल
सभी अंग्रेजी दवाएं और पशुओं की भी मिलती है
ग्राम पोस्ट बिशनपुरा चारणवास वाया इटावा भोप जी, चौमू तह जयपुर
मो - 9887539586

दवाओं के कच्चे माल के दाम में दोगुना बढ़ोतरी

कच्चे माल के दाम बढ़ने से एशिया का सबसे बड़ा फार्मा हब पूरी तरह से हिल गया है। कुछ कच्चे माल की कीमतें दोगुना से भी ज्यादा हो गई हैं। ऐसे में पुराने ऑर्डर पूरे करना उद्योगपतियों के लिए मुश्किल हो गया है। लघु उद्योग में पैसे की किल्लत हो गई है। समस्या के समाधान के लिए दवा निर्माता संघ का एक प्रतिनिधिमंडल जल्द ही प्रदेश सरकार से मिलेगा। अगर दाम इसी तरह बढ़ते गए तो आने वाले समय में जीवनरक्षक दवाओं के दामों में भी बढ़ोतरी संभावित है। बताया जा रहा है कि पैरा सिटामोल पाउडर 350 रुपये प्रति किलो से बढ़कर 500 रुपये हो गया है। निमुस्लाइड के दाम 700 से बढ़कर अब 1400 रुपये प्रति किलो हो गए गए हैं। दवा की पैकिंग में काम आने वाली पीवीसी के दाम 80 से 100 फीसदी जबकि गत्ते के 25 फीसदी और एल्यूमिनियम के 20 फीसदी दाम बढ़ा दिए गए हैं।

उल्लेखनीय है कि हिमाचल में 750 दवा उद्योग हैं। अकेले बद्दी में 350 दवा उद्योग संचालित हैं। कोरोना महामारी के दौरान सबसे पहले दवा उद्योगों ने अपना काम चालू किया और देश में दवाइयों की किल्लत नहीं होने दी। लेकिन अब दोगुना दाम बढ़ने से उद्यमियों को पुराने ऑर्डर पूरा करने में काफी दिक्कत हो रही है। (संवाद)

दाम बढ़ने से उत्पादन प्रभावित - राजेश

दवा निर्माता संघ के प्रदेश अध्यक्ष राजेश गुप्ता ने बताया कि कच्चे माल के लगातार दाम बढ़ने से उत्पादन प्रभावित हुआ है।

ASHOKA FURNISHINGS
G.S Road, Guwahati-5,
Tel - 0361-2457801-02,
Babu Bazaar, Fancy Bazaar Guwahati1
0361-2637326

एलोजेनिक बोन मैरो ट्रांसप्लांट

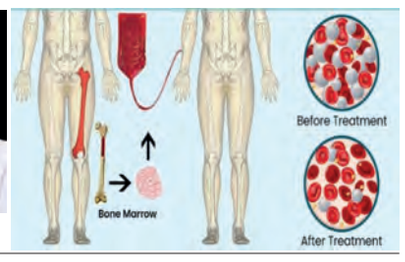
ब्लड कैंसर के मरीज को मिला नया जीवन

40 वर्षीय मरीज का सफल एलोजेनिक बोन मैरो ट्रांसप्लांट

हैल्थ व्यू

डॉ. आशीष वर्मा

एपेक्स अस्पताल ने चिकित्सा के क्षेत्र में एक बड़ी उपलब्धि हासिल करते हुए एक्यूट मायलॉयड ल्यूकेमिया ब्लड कैंसर से पीड़ित 40 वर्षीय मरीज का सफल एलोजेनिक बोन मैरो ट्रांसप्लांट किया। इस जीवनरक्षक प्रक्रिया के तहत मरीज की बहन द्वारा दिए गए स्वस्थ स्टेम सेल्स का उपयोग किया गया। यह ट्रांसप्लांट अस्पताल के हीमेटोऑन्कोलॉजिस्ट और ट्रांसप्लांट विशेषज्ञ डॉ. आशीष वर्मा सोनी के निर्देशन में सफलतापूर्वक संपन्न हुआ।



क्या है एलोजेनिक बोन मैरो ट्रांसप्लांट ? - एलोजेनिक बोन मैरो ट्रांसप्लांट एक जटिल प्रक्रिया है, जिसमें मरीज के क्षतिग्रस्त या असामान्य बोन मैरो को एक स्वस्थ डोनर के स्टेम सेल्स से बदल दिया जाता है। यह विधि विशेष रूप से रक्त संबंधी गंभीर बीमारियों जैसे ब्लड कैंसर, एनीमिया, और इम्यून डिसऑर्डर्स के उपचार में उपयोगी है।

क्या जरूरी - इस प्रक्रिया में डोनर का मैच होना आवश्यक है। आमतौर पर डोनर मरीज का करीबी रिश्तेदार होता है, जैसे भाई-बहन, ताकि प्रत्यारोपित सेल्स को शरीर अस्वीकार न करे।

क्या होता है एक्यूट मायलॉयड ल्यूकेमिया ? - एक्यूट मायलॉयड ल्यूकेमिया एक प्रकार का ब्लड कैंसर है, जिसमें बोन मैरो में असामान्य कोशिकाओं की अनियंत्रित वृद्धि होती है।

ये असामान्य कोशिकाएं रक्त में फैलकर स्वस्थ सफेद रक्त कोशिकाओं, रेड ब्लड सेल्स, और प्लेटलेट्स को प्रभावित करती हैं, जिससे संक्रमण, एनीमिया और रक्तस्राव का खतरा बढ़ जाता है।

बीमारी के कुछ मुख्य लक्षण -

थकान और कमजोरी

बुखार और संक्रमण

असामान्य रक्तस्राव या चोट लगने पर अधिक रक्त बहना

वजन घटना

इलाज के बारे में डॉ.वर्मा ने बताया कि एलोजेनिक बोन मैरो ट्रांसप्लांट रक्त संबंधी बीमारियों के लिए सबसे जटिल उपचारों में से एक है। यह सफलता ब्लड कैंसर से जूझ रहे मरीजों के लिए एक उम्मीद की किरण है।

निष्कर्ष - इस प्रक्रिया की सफलता यह दर्शाती है कि सही समय पर सही उपचार जीवन को नई दिशा दे सकता है।

इरेक्टाइल डिसफंक्शन कारण, उपचार और सर्जिकल विकल्प

इरेक्टाइल डिसफंक्शन वह स्थिति है जिसमें रक्त का प्रवाह लिंग में सही तरीके से नहीं हो पाता है, जिससे संतोषजनक यौन संबंध बनाना मुश्किल हो जाता है। यह समस्या किसी भी उम्र में हो सकती है।

डॉ. अर्जुन सिंह शेखावत

हैल्थ व्यू @ जयपुर। इरेक्टाइल डिसफंक्शन, जिसे स्तंभन दोष भी कहा जाता है, एक ऐसी स्थिति है जिसमें पुरुष अपने लिंग में पर्याप्त स्तंभन (इरेक्शन) प्राप्त करने या बनाए रखने में असमर्थ होता है। यह समस्या अस्थायी या स्थायी हो सकती है और यह व्यक्ति के शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य पर गहरा प्रभाव डाल सकती है।

इरेक्टाइल डिसफंक्शन क्या होता है ?

डॉक्टर अर्जुन सिंह शेखावत, एंड्रोलॉजिस्ट के अनुसार, इरेक्टाइल डिसफंक्शन वह स्थिति है जिसमें रक्त का प्रवाह लिंग में सही तरीके से नहीं हो पाता है, जिससे संतोषजनक यौन संबंध बनाना मुश्किल हो जाता है। यह समस्या किसी भी उम्र में हो सकती है, लेकिन 40 वर्ष से अधिक उम्र के पुरुषों में अधिक देखने को मिलती है।

इरेक्टाइल डिसफंक्शन क्यों होता है

इसके कई कारण हो सकते हैं, जिनमें मुख्य रूप से शारीरिक और मानसिक दोनों प्रकार के कारक शामिल हैं -

शारीरिक कारणों में निम्न है - उच्च रक्तचाप, मधुमेह, मोटापा, हृदय रोग, हार्मोनल असंतुलन (जैसे टेस्टोस्टेरोन की कमी), धूम्रपान और शराब का अत्यधिक सेवन, नर्व डैमेज या चोट

इरेक्टाइल डिसफंक्शन के उपचार के विकल्प डॉ. अर्जुन सिंह शेखावत बताते हैं कि इसका उपचार व्यक्ति की समस्या की गंभीरता और कारणों पर निर्भर करता है।

जीवनशैली में बदलाव - नियमित व्यायाम करें। , संतुलित और पौष्टिक आहार लें। , धूम्रपान और शराब से बचें। , तनाव प्रबंधन के लिए योग और मेडिटेशन करें।

दवाओं का उपयोग - PDE-5 इनहिबिटर दवाएं (जैसे सिल्डेनाफिल, टाडालाफिल) डॉक्टर की सलाह से ली जा सकती हैं। हार्मोन रिप्लेसमेंट थेरेपी (टेस्टोस्टेरोन की कमी होने पर)।

मनोवैज्ञानिक उपचार - मानसिक तनाव और चिंता को दूर करने के लिए काउंसलिंग या थेरेपी। , रिलेशनशिप काउंसलिंग।

सर्जिकल विकल्प भी है

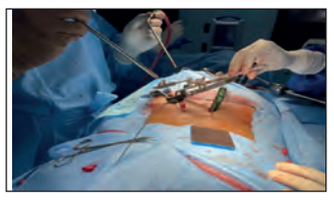
जब अन्य उपाय प्रभावी नहीं होते, तो सर्जिकल विकल्पों का सहारा लिया जा सकता है।

पेनाइल इम्प्लांट - इसमें लिंग में एक कृत्रिम डिवाइस लगाया जाता है जो व्यक्ति को इरेक्शन प्राप्त करने में मदद करता है। यह प्रक्रिया स्थायी समाधान प्रदान करती है।

वेस्कुलर सर्जरी - यह उन पुरुषों के लिए उपयोगी है जिनमें लिंग में रक्त प्रवाह की समस्या होती है। इसमें ब्लड वेसल्स की मरम्मत की जाती है।

इंजेक्शन या वैक्यूम डिवाइस - लिंग में सीधे दवा इंजेक्ट की जाती है, जिससे इरेक्शन होता है। वैक्यूम डिवाइस का उपयोग रक्त को लिंग में खींचने के लिए किया जाता है।

संदेश- डॉ. अर्जुन सिंह शेखावत का कहना है कि इरेक्टाइल डिसफंक्शन कोई असामान्य समस्या नहीं है, घबराने की जरूरत नहीं और इसका प्रभावी उपचार संभव है। यदि किसी को यह समस्या हो, तो उसे संकोच नहीं करना चाहिए और तुरंत संपर्क करना चाहिए। जीवनशैली में छोटे बदलाव और सही उपचार से यह समस्या पूरी तरह से ठीक हो सकती है।



अधिक जानकारी के लिए संपर्क करें।

मो +91 70432 44321

पेट में 2 किलो की गांठ

सही समय पर इलाज से महिला को मिला नया जीवन

हैल्थ व्यू। समय पर सही इलाज और डॉक्टरों की सूझबूझ से 44 वर्षीय महिला संतोष सैनी को नया जीवन मिला। पेट में भारीपन और असहनीय दर्द की शिकायत लेकर जब वह धनवंतरी अस्पताल पहुंची, तो जांच में पाया गया कि उनके पेट के निचले हिस्से में लगभग 2 किलो की बड़ी गांठ थी।

डॉ. आर.पी.सैनी

सही समय पर लिया गया फैसला, सफल ऑपरेशन - महिला ने पहले इस परेशानी को नजरअंदाज किया, लेकिन जब दर्द असहनीय हो गया, तब उन्होंने डॉ. आर. पी. सैनी से परामर्श लिया। जांच के दौरान सोनोग्राफी में गांठ का पता चला। टीम ने तुरंत ऑपरेशन का निर्णय लिया, जिससे महिला की जान बचाई जा सकी।

सफल सर्जरी - 2 घंटे में निकाली गई गांठ

डॉ. आर. पी. सैनी के निर्देशन में विशेषज्ञों की टीम ने इस जटिल ऑपरेशन को अंजाम दिया। ऑपरेशन लगभग 2 घंटे चला और पूरी तरह सफल रहा। सर्जरी के बाद महिला की स्थिति में तेजी से सुधार हुआ और तीन दिन के भीतर उन्हें अस्पताल से छुट्टी दे दी गई।

ऑपरेशन टीम

डॉ. आर. पी. सैनी	- प्रमुख सर्जन
डॉ. सुरेश सैनी	- जनरल सर्जन
डॉ. रेणु गर्ग	- एनेस्थीसिया विशेषज्ञ
डॉ. सीमा गोयल	- स्त्री रोग विशेषज्ञ

महिला के लिए जीवन बदलने वाला अनुभव - महिला संतोष सैनी और उनके परिवार ने डॉक्टरों का आभार व्यक्त किया। उन्होंने कहा, मैं बहुत दिनों से परेशानी झेल रही थी, लेकिन डॉक्टरों की सूझबूझ और समय पर किए गए ऑपरेशन की वजह से आज मैं स्वस्थ हूं।

समय पर इलाज क्यों जरूरी ? - विशेषज्ञों के अनुसार, कई बार लोग छोटी गांठ को नजरअंदाज कर देते हैं, जो आगे चलकर गंभीर समस्या बन सकती है।

निष्कर्ष - डॉक्टरों की काबिलियत और सही समय पर इलाज से महिला को नया जीवन मिला। यह घटना उन सभी लोगों के लिए एक सीख है, जो स्वास्थ्य समस्याओं को अनदेखा कर देते हैं। यदि किसी को लंबे समय से पेट में भारीपन, असहनीय दर्द या कोई गांठ महसूस हो, तो तुरंत डॉक्टर से संपर्क करें। **संपर्क सूत्र, डॉ आर पी सैनी मो 9829055760**

डॉ. योगेश गुप्ता

83 वर्षीय बुजुर्ग की सफल स्पाइन सर्जरी परिवार और चिकित्सा की मिसाल

हैल्थ व्यू। बी टू बाईपास मानसरोवर स्थित प्रियूष न्यूरो एंड सुपर स्पेशलिटी हॉस्पिटल की न्यूरोसाइंस टीम ने 83 वर्षीय मुंबई निवासी बुजुर्ग की सफल स्पाइन सर्जरी कर उनकी जिंदगी को नई दिशा दी है। पिछले 8 वर्षों से गंभीर कमर दर्द के कारण अपनी सामान्य दिनचर्या निभाने में असमर्थ बुजुर्ग अब पूरी तरह स्वस्थ हैं।

सर्जरी के पीछे की कहानी - बुजुर्ग मरीज लंबे समय से कमर दर्द से जूझ रहे थे, जिससे उनका चलना-फिरना और सामान्य क्रियाएं तक मुश्किल हो गई थीं। परिवार ने उन्हें हर संभव चिकित्सा उपचार और उपाय करवाए, लेकिन जब आराम नहीं मिला, तो डॉ. योगेश गुप्ता और डॉ. उषा गुप्ता की विशेषज्ञ टीम ने स्पाइन सर्जरी का सुझाव दिया।

सफल सर्जरी के बाद, मरीज को अपनी पुरानी जिंदगी की तरह सक्रिय और दर्दमुक्त जीवन जीने का अवसर मिला।

कमर दर्द के कारण और बचाव के उपाय - कमर दर्द का कारण अक्सर खराब जीवनशैली, लंबे समय तक बैठने की आदत, उम्र के साथ होने वाली शारीरिक कमजोरी, या रीढ़ की हड्डी से संबंधित समस्याएं होती हैं।

स्पाइन सर्जरी की अहमियत- जब कमर दर्द सभी उपायों के बावजूद ठीक न हो और जीवन की गुणवत्ता को बुरी तरह प्रभावित करने लगे, तो स्पाइन सर्जरी ही अंतिम समाधान बनती है। आधुनिक चिकित्सा पद्धतियों और विशेषज्ञ टीमों की बदौलत आज स्पाइन सर्जरी की सफलता दर 90प्रतिशत से अधिक है।

परिवार की भूमिका - आने वाली पीढ़ी के लिए प्रेरणा इस सर्जरी में परिवार की भूमिका अत्यधिक महत्वपूर्ण रही। उम्र के इस पड़ाव पर जहां अधिकांश लोग बुजुर्गों की तकलीफों को उनकी नियति मान लेते हैं, वहीं इस परिवार ने यह सुनिश्चित किया कि उनके प्रियजन को कष्टमय जीवन न जीना पड़े।

यह उदाहरण आने वाली पीढ़ी के लिए प्रेरणा है कि बुजुर्गों की देखभाल और उनके जीवन को सुखद बनाना हमारी जिम्मेदारी है।

निष्कर्ष - शारीरिक आराम के आगे धन का महत्व नहीं यह सफलता इस बात का प्रमाण है कि एक दर्द रहित और खुशहाल जीवन के लिए वित्तीय प्राथमिकताएं गौण हो जाती हैं। 83 वर्ष की उम्र में इस सर्जरी ने न केवल बुजुर्ग की शारीरिक समस्याओं का समाधान किया, बल्कि उनके परिवार को भी संतुष्टि और गर्व का अनुभव कराया। यह प्रयास हर परिवार को सिखाता है कि बुजुर्गों के लिए एक बेहतर जीवन सुनिश्चित करना हमारे कर्तव्यों में शामिल होना चाहिए।

संपर्क सूत्र - डॉ योगेश गुप्ता मो - 7073667185

ब्रूसेलोसिस : पशुओं से फैलने वाला जूनोटिक संक्रमण

ब्रूसेलोसिस एक जूनोटिक (जानवरों से इंसानों में फैलने वाला) संक्रमण है, जो ब्रूसेला जीनस के बैक्टीरिया के कारण होता है। यह बीमारी मुख्य रूप से गाय, भैंस, बकरी, भेड़ और सूअर जैसे पालतू पशुओं के जरिए इंसानों में फैलती है।

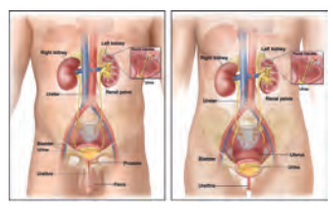
ब्रूसेलोसिस कैसे फैलता है ? संक्रमित पशुओं के संपर्क से - संक्रमित पशुओं के खून, दूध, मूत्र, गर्भपात से निकले तरल पदार्थ, और प्लेसेंटा के संपर्क में आने से।

अप्रसंस्कृत दूध और डेयरी उत्पादों से - कच्चे या अधपके दूध और उससे बने उत्पादों का सेवन।

संक्रमित माँ से शिशु को - ब्रेस्टफीडिंग के माध्यम से।

पशु चिकित्सकों और खेत मजदूरों को - संक्रमित पशुओं के साथ काम करने वाले लोग उच्च जोखिम में होते हैं।

लक्षण - ब्रूसेलोसिस के लक्षण संक्रमण के 1-4 हफ्तों के भीतर दिखाई देते हैं - बुखार (आवर्तक बुखार जो बार-बार आता है और जाता है) भूख कम लगना, थकान और कमजोरी, जोड़ों और मांसपेशियों में दर्द, त्वचा पर लाल चकत्ते, अंगों में सूजन (जैसे हृदय, यकृत, और तिल्ली), गंभीर मामलों में, संक्रमण हड्डियों और मस्तिष्क तक भी फैल सकता है।



इलाज और रोकथाम - 1. इलाज - ब्रूसेलोसिस का इलाज एंटीबायोटिक्स (डॉक्सीसाइक्लिन, रिफाम्पिसिन) के माध्यम से किया जाता है। इलाज की अवधि 6-8 हफ्तों तक हो सकती है। गंभीर मामलों में लंबे समय तक एंटीबायोटिक थेरेपी की आवश्यकता होती है।

रोकथाम के उपाय - संक्रमित पशुओं का प्रबंधन - संक्रमित पशुओं की पहचान और अलगाव।, पशुओं का नियमित टीकाकरण और जांच।,

सुरक्षित डेयरी उत्पादों का सेवन - कच्चे दूध और अधपके मांस का सेवन न करें।

सुरक्षा उपकरणों का उपयोग - पशु पालकों और चिकित्सकों को ग्लव्स, मास्क और अन्य सुरक्षा उपकरणों का उपयोग करना चाहिए।

सफाई और स्वच्छता - पशुओं के रहने वाली जगह को साफ रखना और संक्रमित पदार्थों को ठीक से नष्ट करना। **जनजागरूकता** - ग्रामीण क्षेत्रों में लोगों को ब्रूसेलोसिस के खतरे और इससे बचाव के तरीकों के बारे में जागरूक करना।

भारत में अन्य जूनोटिक बीमारियां - लेप्टोस्पायरोसिस - चूहों या संक्रमित जानवरों के मूत्र से फैलती है।

इलाज की एडवांस तकनीक से मूत्राशय का कैंसर हो सकता है दूर

डॉ. मनीष गुप्ता

मूत्राशय का कैंसर सामान्यता मध्य उम्र यानि 40 + के लोगों में पाया जाता है, इसका पुरुष और औरत का अनुपात 3:1 है। कई बार यह कम उम्र के लोगों में भी देखने को मिल जाता है। उपरोक्त विचार प्रस्तुत करते हुए आर के हॉस्पिटल यूरोलोजी एवं सर्जिकल सेंटर के यूरोलोजिस्ट डॉ. मनीश गुप्ता ने कहा कि हाल ही हमने एक 22 वर्ष के युवक को मुत्राशय के कैंसर से निजात दिलाई है। उन्होंने कहा कि इसके मुख्य कारक छपाई वाले कारखाने, पेस्टीसाइडस फुड, प्रोसेस्ड फुड, प्रिजरवेटिव की अधिकता और धूम्रपान है। शुरुआती लक्षणों में मरीजद को पेशाब के रास्ते में ब्लीडिंग होती है। खून की कमी से शरीर में पीलापन आ जाता है। जांच के लिए मरीज की सिस्टोस्कोपी की जाती है। इसके अलावा सी टी स्केन एवं रक्त और यूरिन की जांच की जाती है। दूरबीन से ट्यूमर के टूकड़े को काटकर स्टेजिंग की जाती है। छोटा कैंसर है तो इंट्रा वेसीकल बीसीजी की जाती है। डॉ. गुप्ता ने कहा कि ट्यूमर यदि ब्लेडर में फैला हुआ है तो रेडिकल सिस्टेक्टोमी कर ट्यूमर को निकाल दिया जाता है। ज्यादातर केसेज में मूत्राशय की थैली का नव निर्माण कर दिया जाता है। इसका निर्माण छोटी आंत या बड़ी आंत से कर दिया जाता है। अन्यथा छोटी आंत की ट्यूब को पेट के रास्ते बाहर निकाल दिया जाता है।

संपर्क सूत्र डॉ. मनीशगुप्ता मो. 98290-29036

स्वत्वाधिकारी, प्रकाशक, मुद्रक रमन अग्रवाल द्वारा 170/ 3, रामगली राजापार्क के लिए जयपुर से प्रकाशित एवं मोहन शर्मा एंड कंपनी प्रा. लि., ए-10, सुदर्शनपुरा इंडस्ट्रियल एरिया, जयपुर से मुद्रित। सम्पादक : रमन अग्रवाल, सह सम्पादक - मीना अग्रवाल, 9829066272