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

अप्रेल 18, 2026

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

सरकारी विज्ञापनों के लिए
मान्यता प्राप्त

विशेष वार्षिक सदस्यता-500/-* 1100/-* सहयोग-2100*/- विशेष सहयोग 3100*/-

कैंसर एवं गंभीर बीमारियों की रोकथाम में प्रयासरत संस्थान

वर्ष 25 अंक 5 हिन्दी/अंग्रेजी पृष्ठ 4 प्रति-2 रु., जयपुर 18 अप्रेल, 2026

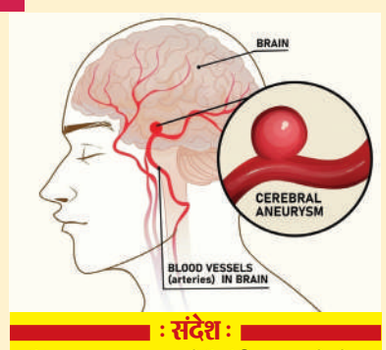
चाय, नमकीन, सुपारी, मसाले, पाउडर इत्यादि की पैकिंग के लिए

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

कैंसर से जंग
समय पर जांच है सबसे बड़ा बचाव, जानें कब और क्यों है स्क्रीनिंग जरूरी

हैल्थ व्यू

चिकित्सा विज्ञान में कहा जाता है कि 'सावधानी ही सुरक्षा है', और यह बात कैंसर जैसी गंभीर बीमारी पर पूरी तरह सटीक बैठती है। कैंसर के उपचार में सबसे बढ़ी बाधा इसका देरी से पता चलना है। भगवान महावीर कैंसर अस्पताल के वरिष्ठ कैंसर रोग विशेषज्ञ डॉक्टर अनिल गुप्ता का मानना है कि यदि कैंसर की पहचान इसके शुरुआती दौर (Early Stage) में हो जाए, तो सफल इलाज और पूर्ण रिकवरी की संभावना कई गुना बढ़ जाती है।



: संदेश :

कैंसर अब लाइलाज नहीं है, लेकिन इसकी जीत की कुंजी केवल 'जागरूकता' और 'सही समय पर जांच' में छिपी है।

जांच का मुख्य उद्देश्य : 'समय रहते पहचान'

कैंसर की स्क्रीनिंग का प्राथमिक उद्देश्य शरीर में उन बदलावों को पकड़ना है जो अभी तक बीमारी का रूप पूरी तरह ले चुके हैं या शुरुआती चरण में हैं। अधिकांश मामलों में, तीसरे या चौथे चरण में पहुँचने के बाद इलाज काफी जटिल और खर्चीला हो जाता है। इसके विपरीत, प्रथम चरण में पहचान होने पर न केवल जीवन बचने की संभावना बढ़ती है, बल्कि रोगी को कम दर्दनाक प्रक्रियाओं से गुजरना पड़ता है।

नियमित स्क्रीनिंग है अनिवार्य

डॉ. अनिल गुप्ता

40 वर्ष की आयु के बाद, स्वस्थ दिखने वाले व्यक्तियों को भी साल में कम से कम एक बार होल बॉडी चेकअप कराना चाहिए। विशेषकर वे लोग जिनके परिवार में कैंसर का इतिहास रहा है, उन्हें मैमोग्राफी, पेप स्मीयर और कोलोनोस्कोपी जैसी जांचें नियमित अंतराल पर करानी चाहिए।

संपर्क सूत्र डॉ. अनिल गुप्ता मो. 98290 52417

कब कराएं जांच? इन संकेतों को न करें नजरअंदाज

डॉ अनिल गुप्ता के अनुसार, यदि शरीर में निम्नलिखित बदलाव दिखें, तो तुरंत विशेषज्ञ से सलाह लेनी चाहिए :

असामान्य गांठ : शरीर के किसी भी हिस्से, विशेषकर महिलाओं में ब्रेस्ट में कोई गांठ या सूजन महसूस होना।

लगातार बदलाव : भूख में कमी आना, बिना कारण वजन का तेजी से गिरना या लंबे समय तक पाचन में समस्या रहना।

त्वचा में बदलाव : किसी पुराने तिल के रंग या आकार में अचानक बदलाव आना।

पुरानी खांसी या आवाज में भारीपन : यदि खांसी तीन सप्ताह से अधिक रहे या बलगम में खून आए।

असामान्य रक्तस्राव : शरीर के किसी भी द्वार से अकारण रक्तस्राव होना।

घुटने के दर्द को न करें नजरअंदाज
समय पर जांच बचा सकती है आपको 'नी रिप्लेसमेंट' से

हेल्थ व्यू। बढ़ती उम्र और बदलती जीवनशैली के बीच घुटनों का दर्द एक आम समस्या बनता जा रहा है। अक्सर लोग इसे साधारण थकान या बढ़ती उम्र का असर मानकर पेनकिलर खाकर टाल देते हैं लेकिन आर्थ्रोस्कॉपी एवं स्पोर्ट्स इंजरी स्पेशलिस्ट डॉक्टर राजीव गुप्ता का कहना है कि यह लापरवाही भविष्य में घुटने के प्रत्यारोपण (Knee Replacement) की नौबत ला सकती है। यदि घुटनों की बीमारी का पता शुरुआती दौर में चल जाए, तो व्यायाम, सही आहार और दवाओं के जरिए सर्जरी से बचा जा सकता है।

जांच का उद्देश्य : कार्टिलेज को बचाना

घुटने के जोड़ों के बीच एक चिकनी परत होती है जिसे कार्टिलेज कहते हैं। उम्र या चोट के कारण जब यह घिसने लगती है, तो हड्डियां आपस में टकराने लगती हैं, जिसे ऑस्टियोआर्थराइटिस कहा जाता है। शुरुआती जांच का मुख्य उद्देश्य इसी कार्टिलेज को और अधिक नष्ट होने से बचाना है।

शुरुआती निदान के लाभ

डॉ. राजीव गुप्ता

डॉ गुप्ता के अनुसार, शुरुआती दौर में फिजियोथेरेपी, वजन नियंत्रण और कुछ विशेष इंजेक्शनों के माध्यम से घुटनों के घिसाव को रोका जा सकता है। आधुनिक चिकित्सा में अब ऐसी तकनीकें उपलब्ध हैं जो घुटने के ग्रीस (Synovial Fluid) को प्राकृतिक रूप से बनाए रखने में मदद करती हैं।

संदेश

घुटना प्रत्यारोपण से बचने के लिए जैसे ही दर्द के लक्षण दिखें, तुरंत विशेषज्ञ से परामर्श लें। याद रखें, समय पर की गई एक छोटी सी जांच आपको जीवनभर की गतिशीलता प्रदान कर सकती है।

संपर्क सूत्र
डॉ. राजीव गुप्ता
94149 80697

कब हो जाना चाहिए सावधान?

यदि आपको निम्नलिखित लक्षण महसूस हों ....

सीढ़ियां चढ़ने में तकलीफ : यदि सीढ़ियां चढ़ते या उतरते समय घुटनों में तेज चुभन महसूस हो।

अकड़न और सूजन : सुबह उठने पर घुटनों में कड़ापन रहना या जोड़ों के आसपास सूजन दिखना।

आवाज आना : उठते-बैठते समय घुटनों से 'कड़क' जैसी आवाज (Crepitus) आना।

लगातार दर्द : आराम करने के बावजूद अगर दर्द बना रहे या रात में सोते समय भी परेशान करे।

शारीरिक तंदुरुस्ती की असली चाबी
मानसिक स्वास्थ्य
युवाओं को लापरवाही पड़ सकती है भारी

हैल्थ व्यू। 'स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ मन का वास होता है', लेकिन आधुनिकता की दौड़ में आज की युवा पीढ़ी इस मूलमंत्र को भूलती जा रही है। जयपुर के जाने-माने मनोचिकित्सक डॉ अनिल तांबी ने चेतावनी दी है कि युवा वर्ग मानसिक स्वास्थ्य (Mental Health) को लेकर गंभीर नहीं है, जिसे अक्सर चिंता समझकर नजरअंदाज कर दिया जाता है। यह लापरवाही भविष्य में गंभीर शारीरिक और मानसिक दुष्परिणामों का कारण बन सकती है।

डॉ. अनिल तांबी

क्यों है यह चिंता का विषय ?

आज का युवा सोशल मीडिया की आभासी दुनिया, करियर की प्रतिस्पर्धा और अकेलेपन के त्रिकोण में फंसा हुआ है। नींद की कमी, चिड़चिड़ापन और छोटी-छोटी बातों पर अवसाद (Depression) इसके शुरुआती लक्षण हैं। डॉ. ताम्बी का मानना है कि यदि मन बीमार है, तो शरीर कभी तंदुरुस्त नहीं रह सकता। मानसिक तनाव सीधे तौर पर हृदय रोग, उच्च रक्तचाप और कमजोर रोग प्रतिरोधक क्षमता का कारण बनता है।

बचाव के उपाय और सुझाव

संवाद बढ़ाएं : समस्याओं को मन में दबाने के बजाय परिवार या दोस्तों से साझा करें।

डिजिटल डिटॉक्स : सोशल मीडिया से दूरी बनाएं और वास्तविक दुनिया के रिश्तों को समय दें।

योग और ध्यान : मानसिक शांति के लिए दैनिक दिनचर्या में मेडिटेशन को शामिल करें।

सलाह : लक्षण दिखने पर इसे कमजोरी न समझें और तुरंत मनोचिकित्सक से परामर्श लें।

संदेश : मानसिक स्वास्थ्य कोई 'टैबू' नहीं है। इसे स्वीकार करना और समय पर उपचार लेना ही एक उज्ज्वल और स्वस्थ भविष्य की गारंटी है।

डॉ. अनिल तांबी
मो 93146 01439

करियर की दौड़ और देर से शादी
युवाओं में बढ़ती 'यौन उदासीनता' बन रही है चिंता का विषय

सुझावों और वर्तमान सामाजिक परिदृश्य पर आधारित एक रिपोर्ट

जयपुर। आधुनिक जीवनशैली और करियर की अंधी दौड़ ने आज की युवा पीढ़ी को न केवल शारीरिक बल्कि मानसिक रूप से भी प्रभावित किया है। जयपुर के प्रसिद्ध यौन रोग विशेषज्ञ डॉ. जौली अरोड़ा के अनुसार, आजकल युवाओं में 'यौन उदासीनता' (Se & ual Aversion) और 'फ्रिजिडिटी' की समस्या तेजी से बढ़ रही है। इसका एक मुख्य कारण शादियों का देर से होना और अत्यधिक मानसिक दबाव है।

सुझाव

इस गंभीर समस्या से निपटने के लिए डॉ. अरोड़ा ने महत्वपूर्ण कदम उठाने की सलाह दी है :

जीवनशैली में बदलाव : योग, ध्यान और संतुलित दिनचर्या को अपनाएं। मानसिक सुकून ही शारीरिक संबंधों में मधुरता लाता है।

रिश्ते की अंतरंगता : केवल शारीरिक संबंध ही नहीं, बल्कि भावनात्मक जुड़ाव और संवाद पर ध्यान दें। अपने साथी के साथ खुलकर बात करें।

शारीरिक अंगों से शर्म का त्याग: अपने शरीर को स्वीकार करें और हिचकिचाहट छोड़ें। यौन स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता जरूरी है।

मानसिक तनाव और करियर का बोझ

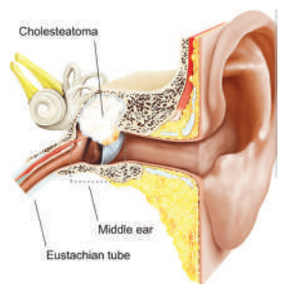
डॉ. जौली अरोड़ा

डॉ. अरोड़ा का कहना है कि कठोर शिक्षा प्रणाली, करियर की अनिश्चितता और कार्यस्थल पर बढ़ता दबाव युवाओं के मन में असुरक्षा की भावना पैदा कर रहा है। जब मन हर समय तनाव में रहता है, तो उसका सीधा असर व्यक्ति की कामेच्छा (Libido) पर पड़ता है। अक्सर साथी के प्रति अपेक्षाएं पूरी न होने का डर और प्रदर्शन की चिंता (Performance Anxiety) इंसान को इस समस्या का शिकार बना देती है।

संपर्क सूत्र डॉ. जौली अरोड़ा
मो. 94140 48353

हार्मोनल संतुलन : युवाओं में अक्सर 'टेस्टोस्टेरोन' की कमी देखी जा रही है। समय पर इसकी जांच कराएं और डॉक्टरी परामर्श के अनुसार इलाज लें।

कान में मवाद : गंभीरता के अनुसार ही हो उपचार



डॉ. योगेंद्र सूत्रकार

राज कान नाक गला अस्पताल के विशेषज्ञ डॉ योगेंद्र सूत्रकार का कहना है कि कान में मवाद आना एक आम लक्षण माना जाता है, लेकिन लंबे समय तक रुक-रुक कर मवाद आना और सुनाई कम देना किसी गंभीर बीमारी का संकेत हो सकता है। मेडिकल स्टोर से कान में डालने की काम चलाऊ दवाइयाँ या कुछ एंटीबायोटिक ले लेते हैं।

इसी लापरवाही के कारण बाद में परेशानी बढ़कर सामने आती है, जिससे सुनाई कम होने की समस्या स्थाई भी हो सकती है। डॉ सूत्रकार के अनुसार, लंबे समय तक कान में मवाद बने रहना मिडिल ईयर में सूजन और संक्रमण को बढ़ाता है। यह स्थिति आगे चलकर कान की अंदरूनी हड्डी को भी गलाना शुरू कर देती है। यह एक खतरनाक अवस्था है, क्योंकि हड्डी गलने पर संतुलन बिगड़ना, तेज दर्द, आसपास की नसों पर असर और सुनने की क्षमता का स्थाई नुकसान हो सकते हैं। मवाद आने के कारण और गंभीरता के अनुसार ही उचित उपचार – दवाओं से लेकर सर्जरी तक – तय किया जाता है। डॉ सूत्रकार का स्पष्ट संदेश है कि अपने आप इलाज न करें, न ही बिना जांच के कान में कोई दवाई डालें। समस्या जितनी जल्दी पहचानी जाए, इलाज उतना ही आसान और सफल होता है। समय पर चिकित्सा परामर्श लेकर ही इस गंभीर जटिलता से बचा जा सकता है।

सूत्र डॉ. योगेंद्र सूत्रकार
मो. 9214314143

56 के इंजेक्शन से बची तीसरे बच्चे की जान, शरीर में नहीं बन रहा था खून

जयपुर जेके लोन अस्पताल के डॉक्टरों ने मात्र 56 रुपए महीने के खर्च से ऐसी दुर्लभ बीमारी को हरा दिया, जो बच्चे के लिए जानलेवा बन गई थी। 'ट्रांसकोबालामिन-2 डिफिशिएंसी' नामक बीमारी के कारण परिवार पहले ही अपने दो बच्चों को खो चुका था। इस बार सही समय पर हुई जेनेटिक पहचान ने तीसरे बच्चे की सांस नहीं थमने दी।

जेके लोन अस्पताल के डिपार्टमेंट ऑफ मेडिकल जेनेटिक्स के प्रभारी डॉ. प्रियांशु माथुर ने बताया कि बार-बार होने वाले संक्रमण के कारण शिशु का बोन मैरो सही तरीके से काम नहीं कर रहा था।

भर्ती के समय बच्चे का एब्सोल्यूट न्यूट्रोफिल काउंट (एएससी) मात्र 82 था, जो अत्यंत गंभीर होता है। खून की कमी के कारण उसे दो बार रक्त चढ़ाना पड़ा। लक्षणों के आधार पर दुर्लभ आनुवंशिक बीमारी ट्रांसकोबालामिन-2 डिफिशिएंसी की संभावना मिली। जांच में इस बीमारी की पुष्टि हुई।

डॉ. प्रियांशु माथुर

डॉक्टरों का दावा है कि इस बीमारी के अब तक दुनिया में 60 मामले ही रिपोर्ट हुए हैं। ट्रांसकोबालामिन-2 डिफिशिएंसी क्या है डॉ. प्रियांशु माथुर का कहना है ट्रांसकोबालामिन-2 डिफिशिएंसी दुर्लभ बीमारी है। इसमें शरीर बिटामिन B-12 (कोबालामिन) को कोशिकाओं तक नहीं पहुंचा पाता। इसकी कमी से बोनमैरो काम करना बंद कर देता है, जिससे एनीमिया हो जाता है, इम्युनिटी कमजोर हो जाती है। समय पर इलाज नहीं मिले तो यह जानलेवा साबित होती है।

14 रुपए वाले इंजेक्शन लगे ; डॉक्टरों ने बताया कि जांच रिपोर्ट आते ही बच्चे को हाइड्रॉक्सीकॉबालामिन नामक इंजेक्शन शुरू किया गया, जो हर सप्ताह देना होता है। इसकी कीमत 14 रुपए प्रति इंजेक्शन है। उपचार शुरू होने के बाद बच्चे के बोन मैरो ने वापस रक्त और इम्यून कोशिकाओं का निर्माण शुरू कर दिया। बच्चे का एएनसी भी 82 से बढ़कर 6000 तक पहुंच गया।

डॉ. प्रियांशु माथुर
मो. 07597921472

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 कार्तिया 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 रोड, गांधी नगर, जयपुर
मो. 9829017147, 9414043006 www.newsperfectvision.com

Manik Chand & Sons
(Jewellers) Pvt.Ltd
Platinum, Diamond, Gold,
Sliver, Pearl & Watches
Christian Basti, G.S. Road, Guwahati
Assam - Mob- 96780-68944
Email : info@mcj.net.in
Website : manikchandjewellers.com

NEURO CARE HOSPITAL
& Research Center 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
15 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

"विचार"

सत्य की सत्ता : आत्मा की आवाज और कर्मों का लेखा-जोखा

पंकज अंबा

सत्य केवल एक शब्द नहीं, बल्कि हमारी आत्मा की मूल प्रकृति है। जैसे जल का स्वभाव शीतलता है, वैसे ही आत्मा का स्वभाव सत्य है। जब भी हम छल या असत्य का मार्ग चुनते हैं, हमारे भीतर एक बेचैनी और द्वंद्व जन्म लेने लगता है। यह इस बात का संकेत है कि हम अपने मूल स्वभाव से दूर जा रहे हैं।

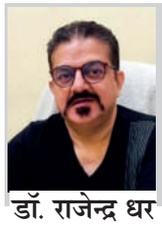
महात्मा गांधी ने सदैव इस बात पर बल दिया कि अंतत: जीत सत्य की ही होती है। सत्य में वह सामर्थ्य है जो दुनिया के हर तथ्य और तर्क को परास्त कर सकता है।

जब व्यक्ति सत्य के मार्ग पर चलता है, तो वह निर्भय हो जाता है क्योंकि उसे कुछ छिपाने की आवश्यकता नहीं होती। यह संपूर्ण ब्रह्मांड इसी शाश्वत नियम पर आधारित है कि सत्य ही सर्वशक्तिमान है।

अक्सर हम क्षणिक सुख या स्वार्थ के लिए दूसरों के साथ छल कर देते हैं, लेकिन हम भूल जाते हैं कि हम दूसरों को, समाज को और यहाँ तक कि ईश्वर को भी धोखा देने का भ्रम पाल सकते हैं, परंतु अपने कर्मों को धोखा नहीं दे सकते। कर्मों का फल एक अटल सत्य है जिसे हर हाल में भोगना पड़ता है। यदि हमारा मन सत्य की राह पर है, तो वह स्वच्छ जल की तरह निर्मल और भयमुक्त रहता है। यदि जीवन के इस सफर में हम सत्य से कतराते रहे, तो हमें 'जजमेंट डे' यानी उस अंतिम निर्णय के दिन के बारे में विचार करना चाहिए। हर धर्म यह सिखाता है कि हमारे अच्छे और बुरे कर्मों का हिसाब अनिवार्य है।

छल से मिला सुख क्षणिक है, लेकिन सत्य का मार्ग स्थायी शांति और गौरव प्रदान करता है। अपनी राह आसान करने के लिए दूसरों को अंधेरे में रखना अंतत: स्वयं के भविष्य को अंधकारमय बनाना है। सत्य को अपनाना ही जीवन की सबसे बड़ी विजय है।

संपर्क सूत्र :पंकज अम्बा
मो 9829353757



डॉ. राजेन्द्र धर

थकान बनी रहती हो और ऊर्जा खत्म हो जाए, और शरीर में दर्द बना रहे, तो क्या करना चाहिए

निरंतर थकान और शरीर में दर्द: लक्षण, कारण और फिजिशियन की सलाह

हेल्थ व्यू। यदि आप सुबह उठने के बाद भी तरोताजा महसूस नहीं करते, शरीर के जोड़ों और मांसपेशियों में लगातार दर्द बना रहता है और बिना किसी भारी काम के भी ऊर्जा का स्तर शून्य रहता है, तो यह केवल सामान्य थकान नहीं है। यह विचार प्रस्तुत करते हुए निम्स मेडिकल कॉलेज के सुप्रसिद्ध फिजिशियन और हेड ऑफ द डिपार्टमेंट डॉ राजेंद्र धर का कहना है कि चिकित्सा विज्ञान में इसे 'क्रोनिक फटीग' या शरीर में पोषक तत्वों की गंभीर कमी का संकेत माना जाता है।

मुख्य कारण : डॉ धर के अनुसार, इन लक्षणों के पीछे निम्नलिखित प्रमुख कारण हो सकते हैं।

विटामिन और खनिजों की कमी : भारतीय परिवेश में विटामिन Bvw और Dx की कमी इसका सबसे बड़ा कारण है। ये विटामिन तंत्रिका तंत्र और हड्डियों की मजबूती के लिए अनिवार्य हैं।

एनीमिया (खून की कमी) : हीमोग्लोबिन का स्तर कम होने से शरीर के अंगों को पर्याप्त ऑक्सीजन नहीं मिलती, जिससे थकान बनी रहती है।

थायराइड असंतुलन : थायराइड ग्रंथि की सक्रियता में कमी मेटाबॉलिज्म को धीमा कर देती है।

तनाव और अधूरी नींद : मानसिक तनाव कोर्टिसोल हार्मोन को बढ़ाता है, जो शरीर की ऊर्जा को सोख लेता है।

क्या करें ? डॉ धर के सुझाव

जरूरी जांचें : सबसे पहले CBC, विटामिन प्रोफाइल, थायराइड और शुगर की जांच करवाएं।

हाइड्रेशन : शरीर में पानी की कमी भी दर्द का कारण बनती है, अतः दिन भर में 3-4 लीटर पानी पिएं।

संतुलित आहार : अपनी डाइट में प्रोटीन, हरी सब्जियां और नट्स (अखरोट, बादाम) शामिल करें।

नियमित व्यायाम : हल्का व्यायाम या 30 मिनट की सैर शरीर में एंडोर्फिन (हृदय और मन को प्रसन्न करने वाले हार्मोन) बढ़ाती है।

संदेश : शरीर द्वारा दिए जा रहे इन संकेतों को नजरअंदाज करना भविष्य में बड़ी बीमारी को निमंत्रण देना है। यदि थकान 2 सप्ताह से अधिक बनी रहे, तो तुरंत किसी अनुभवी फिजिशियन से परामर्श लें और सप्लीमेंट्स केवल डॉक्टरी सलाह पर ही शुरू करें। **संपर्क सूत्र**
डॉ. राजेन्द्र धर मो.9414073962

श्रृंखला - 1

भविष्य की चिकित्सा पद्धति
रोगी के हित में हो पैथी का निर्णय

हैल्थ व्यू

लेखक - डॉ. पवन कुमार

(आरोग्यम मल्टीस्पेशलिटी हॉस्पिटल्स)

वर्तमान चिकित्सा जगत विशेषज्ञता के नाम पर अंगों में विभाजित हो गया है, जिससे मरीज एक 'इकाई' के बजाय केवल 'लक्षणों का समूह' बनकर रह गया है।

डॉ. पवन कुमार

भविष्य की चिकित्सा पद्धति 'एकीकृत चिकित्सा' (Ayronthesis of Pathies) होगी। इसका अर्थ यह नहीं है कि सभी पद्धतियों को मिला दिया जाए, बल्कि यह कि रोगी के हित में उनका सर्वश्रेष्ठ समन्वय किया जाए। उदाहरण के लिए, यदि किसी को गंभीर चोट लगती है, तो एलोपैथी की त्वरित सर्जरी और एंटीबायोटिक्स जीवन रक्षक हैं। लेकिन रिकवरी के दौरान आयुर्वेद

के रसायन, योग की प्राणिक शक्ति और प्राकृतिक चिकित्सा का आहार विज्ञान उसे स्थायी स्वास्थ्य प्रदान करता है। इसके लिए विशेषज्ञों के एक ऐसे 'डिसीजन बोर्ड' की आवश्यकता है, जो किसी पद्धति के प्रति दुराग्रह न रखे।

जब हम शरीर को केवल मांस-मज्जा का ढांचा न मानकर एक चैतन्य सत्ता मानेंगे, तभी 'पेशेंट-सेंट्रिक' मॉडल सफल होगा। यह समन्वय ही स्वास्थ्य क्षेत्र की अगली बड़ी क्रांति है, जो उपचार की लागत को कम और प्रभाव को दोगुना करेगी।

आरोग्यम हॉस्पिटल : एक प्रायोगिक पहल

लेखक ने अपनी सोच को धरातल पर उतारने के लिए 'आरोग्यम हॉस्पिटल' की नींव रखी है:

स्थान : कच्ची बस्ती (Slum Area) - जहाँ लोगों की क्रय शक्ति कम है और शोषण अधिक।

उद्देश्य : आधुनिक मशीनों और पारंपरिक उपचारों का मिलन।

प्रेसिडेंट आरोग्यम सेवा संस्थान
स्वतंत्र लेखन
मो - 95295-49090

डॉ. जीवराज मीणा को APO क्यों किया गया?

जयपुर (हैल्थ व्यू)

प्रतापगढ़ के निवर्तमान सीएमएचओ (CMHO) डॉ. जीवराज मीणा को लेकर हालिया दिनों में बड़ी प्रशासनिक कार्रवाई हुई है।

डॉ. जीवराज मीणा को 'प्रशासनिक आधार' और 'लोकहित' का हवाला देते हुए एपीओ (Awaiting Posting Orders) किया गया है।

हालांकि, मीडिया रिपोर्ट्स और विभागीय चर्चाओं के अनुसार

पुराने विवाद और घोटाले :

डॉ. मीणा के खिलाफ पिछले कुछ समय से पुराने भ्रष्टाचार के मामलों और घोटालों की फाइलें फिर से चर्चा में आ गई थीं, जो सोशल मीडिया पर भी वायरल हुईं।

जन शिकायतें :

उनके कार्यकाल के दौरान लगातार मिल रही शिकायतों का आधार माना जा रहा है।

संयुक्त शासन सचिव निशा मीणा का आदेश -

प्रतापगढ़ जिला कलेक्टर की अनुशंसा पर चिकित्सा एवं स्वास्थ्य विभाग की संयुक्त शासन सचिव निशा मीणा ने 10 अप्रैल, 2026 को आधिकारिक आदेश जारी किया।

डॉ. जीवराज मीणा को तत्काल प्रभाव से प्रतापगढ़ सीएमएचओ पद से हटाकर निदेशक (जन स्वास्थ्य), चिकित्सा एवं स्वास्थ्य सेवाएं, मुख्यालय जयपुर में अपनी उपस्थिति देने के निर्देश दिए गए हैं।

अनुशासनात्मक कार्यवाही :

यह कार्रवाई जिला कलेक्टर की रिपोर्ट और अनुशंसा के आधार पर की गई है, जो गंभीर प्रशासनिक असंतोष की ओर इशारा करता है।

विशेष नोट : डॉ. जीवराज मीणा वर्तमान सरकार में राजस्व मंत्री हेमंत मीणा के रिश्तेदार (बहनोई) बताए जाते हैं, इसके बावजूद सरकार द्वारा की गई इस सख्त कार्रवाई को भ्रष्टाचार और प्रशासनिक ढिलाई के प्रति 'जीरो टॉलरेंस' के रूप में देखा जा रहा है।

रूबी मेडिकल
जाकिर हुसैन
लंकापुरी 16 न बस स्टैंड
शास्त्री नगर जयपुर
मो - 97840 36795

हैल्थ हंगामा

सुबह उठकर झाड़ू लगाने से घर में समृद्धि आती है।
ततपश्चात नहा कर रसोई में जाने से सदस्यों का स्वास्थ सही रहता है।
प्रथम भोग अग्नि को समर्पित करने से अग्निदेव रसोई के कार्य निर्विध्न रूप से संपन्न करते हैं ।
भगवान के आगे दीपक जलाकर रोज भजन गाने से घर में पॉजिटिव एनर्जी आती है और शुभ हो जाता है।
फिर चाय बनाकर और बिस्कुट लेकर ..
सोती हुई पत्नी को बेड टी देने से जीवन में सर्व मंगल कल्याण होता है।

.....

किसी कागज पर वजन रखें तो वो अपनी जगह से नहीं हिलता.....
----(न्यूटन)—
लेकिन सरकारी कागज पर वजन रखने से वो तेजी से हिलता हैं..... !!!!
----(सरकारी कर्मचारी)

.....

बैंक मैनेजर- कलर्क से कल तुमने मिश्रा जी से बदतमीजी की। मेरे सामने फोन कर के माफी मांगो।
कलर्क - हैल्लो मिश्रा जी बैंक से बोल रहा हूं।
मिश्रा जी - हां बोलो
कलर्क - कल मैंने आपसे कहा था कि भाड़ में जा तू ।
मिश्रा - हां तो ?
कलर्क - तो अब मत जाना

.....

स्कूल स्टाफ ने बच्चे के माता-पिता को कहा कि सर आप स्कूल में ड्रेस, बैग, शूज, कोई सामान अपना नहीं ला सकते ! सब कुछ आप को हम देंगे।
पिता ने स्कूल के स्टाफ से कहा कि बच्चा तो हम अपना लो सकते हैं न .....
कि वो भी आप ही.....

पीरियड्स : एक स्वाभाविक प्रक्रिया समस्या नहीं

जानें दर्द के कारण और राहत के प्रभावी उपाय

हैल्थ व्यू। किशोरावस्था में कदम रखते ही बालिकाओं के जीवन में 'पीरियड्स' यानी मासिक धर्म की शुरुआत एक अत्यंत स्वाभाविक और जैविक प्रक्रिया है। यह नारीत्व के विकास और प्रजनन क्षमता का प्रतीक है, न कि कोई बीमारी उपरोक्त तथ्य प्रस्तुत करते हुए जयपुर की प्रसिद्ध महिला रोग विशेषज्ञ डॉ ओ बी नागर ने कहा कि जागरूकता के अभाव में अक्सर किशोरियां और महिलाएं इस दौरान होने वाले दर्द को एक बड़ी समस्या मानकर मानसिक तनाव में आ जाती हैं।

डॉ. ओ. बी. नागर

क्यों होता है पीरियड्स में दर्द ? *- पीरियड्स के दौरान गर्भाशय की मांसपेशियों में खिंचाव होता है, जिसे 'डिस्मेनोरिया' कहा जाता है। इसके मुख्य कारण हैं।*

प्रोस्टाग्लैंडिंस : *शरीर में इस हार्मोन जैसे तत्व की अधिकता गर्भाशय में संकुचन और दर्द पैदा करती है।*

जीवनशैली : *व्यायाम की कमी, जंक फूड का अधिक सेवन और पर्याप्त नींद न लेना दर्द को बढ़ा देता है।*

तनाव : *मानसिक दबाव और पीरियड्स को लेकर डर भी शारीरिक कष्ट को गंभीर बना देता है।*

बचाव और राहत के तरीके *- इस प्राकृतिक चक्र को सरल और कष्टमुक्त बनाने के लिए सुझाव।*

संतुलित आहार : *इन दिनों में आयरन युक्त भोजन (जैसे पालक, गुड़) और भरपूर पानी का सेवन करें। कैफीन और अधिक नमक से बचें।*

गर्म सिकाई : *पेट के निचले हिस्से पर हीटिंग पैड या गर्म पानी की बोतल से सिकाई करने पर मांसपेशियों को आराम मिलता है।*

हल्का व्यायाम : *योग और स्ट्रेचिंग शरीर में रक्त प्रवाह को सुधारते हैं, जिससे ऐंठन कम होती है।*

स्वच्छता का ध्यान : *संक्रमण से बचने के लिए साफ-सफाई का विशेष ध्यान रखें।*

संदेश : *पीरियड्स को लेकर शर्म और चुप्पी तोड़ना जरूरी है। यह एक स्वस्थ शरीर की निशानी है। यदि दर्द असहनीय हो, तो इसे नजरअंदाज करने के बजाय विशेषज्ञ डॉक्टर से परामर्श लेना चाहिए ताकि किसी भी अंतर्निहित समस्या का समय पर उपचार हो सके।*

संपर्क सूत्र डॉ ओ बी नागर 98293 83880

इच्छा से होते हैं समय पर काम पूरे

LIFE MANAGEMENT

जीवन में कुछ बड़े तनावों का सामना होता है, जब बहुत सारे कामों को एक साथ पूरा करना हो। ऐसे मौकों पर जरूरत होती है, कामों को तेजी से पूरा करने की।

दूसरी तरफ कुछ बहुत ही महत्वपूर्ण काम हम तब पूरे कर पाते हैं, जब सेंस ऑफ अर्जेन्सी से काम लेते हैं। सफल लोग काम पूरा करने के तनाव या बैचेनी के साथ दिन की शुरूआत नहीं करते। बल्कि उनमें काम को समय पर और जल्दी पूरा करने की इच्छा होती है। इसका दूसरा फायदा उन्हें यह होता है कि अचानक अगर नया काम आ जाए तो उसके लिए वे हमेशा तैयार रहते हैं। दरअसल सेंस ऑफ अर्जेन्सी आपको इमर्जेंसी के लिए तैयार कर देती है। जब आप अपने नियमित कामों को समय पर पूरा कर चुके होते हैं तो अचानक आने वाली परिस्थितियों और कामों के लिए बेहतर तरीके से सामाना करने के लिए तैयार हो जाते हैं।

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

दुनिया में 58 में से एक बच्चा ऑटिज्म से जूझ रहा

डॉ. आई. डी. गुप्ता

विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक, ऑटिज्म स्पेक्ट्रम डिस्ऑर्डर (एएसडी) बातचीत और सामाजिक बर्ताव से जुड़ी एक ऐसी बीमारी है जो बचपन में शुरू होकर सारी जिंदगी रहती है। जन्म के 3 से 5 माह बाद बच्चे में इसके लक्षण दिखने डॉ. आई. डी. गुप्ता शुरू हो जाते हैं। यह एक ऐसी बीमारी है, जिसमें कम्युनिकेशन न होने पर बच्चे खुद को भी नुकसान पहुंचा सकते हैं। यह मस्तिष्क से जुड़ी कई कमियों का एक समूह है, जिसमें मरीज को बोलचाल से लेकर सामाजिक व्यवहार तक में दिक्कत होती है। एस.एम.एस. मेडिकल कॉलेज के प्रोफेसर एवं मानसिक रोग विशेषज्ञ डॉ. आई.डी. गुप्ता ने कहा कि इस बीमारी का न तो अभी तक कोई पुख्ता कारण पता चला है और न ही इलाज खोजा जा सका है। हालांकि, ऑटिज्म से पीड़ित बच्चे में कई

Delayed speech developmarit, Spin oblecta, Autism, top early signs, Sleep protiem, थेरेपी से सुधार हो सकता है। 20 से 40 प्रतिशत पीड़ित बच्चे थेरेपी की मदद से सामान्य व्यक्ति की तरह जीवन जी सकते हैं। यह एक ऐसी बीमारी है, जिसमें लक्षणों की तीव्रता को देखकर ही उसकी गंभीरता का अंदाजा लगाया जा सकता है। 2018 में जारी एक रिपोर्ट के मुताबिक, दुनिया में हर 58 में से एक बच्चा इस बीमारी की चपेट में है। बच्चों में 18 माह की उम्र में इस बीमारी को डायग्नोज किया जा सकता है।

साइंटिफिक थेरेपी से सुधार संभव अमेरिकन एकेडमी ऑफ पीडियाट्रिक्स

और नेशनल रिसर्च काउंसिल के अनुसार बिहेवियर और कम्युनिकेशन थेरेपी से पीड़ितों में काफी हद तक सुधार लाया जा सकता है।

एप्लाइड बिहेवियर एनालिसिस (एबीए) इस थेरेपी में बच्चों को व्यवहार और प्रतिक्रिया से संबंधित प्रत्येक स्टेप के बारे में सिखाया जाता है।

अर्ली इंटेंसिव बिहेवियरल इंटरवेंशन (ईआईबीआई) 5 वर्ष से कम उम्र के बच्चों में इस थेरेपी का उपयोग किया जाता है। हाई टीचिंग एप्रोच से गुस्सा और खुद को चोटिल करने जैसे व्यवहार दूर किये जाते हैं। अर्ली स्टार्ट डेनवर मॉडल (ईएसडीएम) इस मॉडल की सहायता से 12 से 48 माह के बच्चों में सामाजिक, भाषा संबंधी एवं मस्तिष्क व शरीर के बीच सामंजस्य बैठाने वाली गतिविधियों को सिखाया जाता है।

संपर्क सूत्र डॉ.आई.डी.गुप्ता
मो. 9314502979

क्या असर पड़ता है हाइपरटेंशन से दिल पर ?

हाइपरटेंशन दिल की बीमारियों को बढ़ाने वाले जोखिम कारकों में से एक है। यदि दिल की बीमारियों को बढ़ाने वाले जोखिम कारकों को देखा जाये तो ब्लड प्रेशर उसमे बहुत महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

यदि ब्लड प्रेशर 150-170 हो जाये तो हार्ट अटैक का खतरा बढ़ जाता है। ब्लड प्रेशर को नियंत्रित करके बेन स्ट्रोक और हार्ट अटैक के खतरे को कम किया जा सकता है। वर्तमान जनसंख्या में 40 प्रतिशत लोग हाइपरटेंशन से ग्रस्त हैं। स्वस्थ्य जीवनशैली, संतुलित आहार और उचित दवाओं के जरिए हाइपरटेंशन को नियंत्रित किया जा सकता है।

ASHOKA FURNISHINGS
ASHOKA FURNISHINGS
31, Sarawgi Mansion,
M.I. Road, Jaipur,
Tel - 0141-2576526/2572505

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

चिकित्सा जगत की साख और कार्रवाई का संतुलन

संपादकीय

राजस्थान सरकार की स्वास्थ्य योजना (ऋ।।र-) में कथित अनियमितताओं के नाम पर हाल ही में चिकित्सा संस्थानों और चिकित्सकों के विरुद्ध की गई कार्रवाइयां चर्चा और विवाद का केंद्र बन गई हैं। विशेष रूप से निर्विक हॉस्पिटल के न्यूरो सर्जन डॉ. सोनदेव बंसल से जुड़े प्रकरण के बाद प्रशासन के रुख ने एक नई बहस को जन्म दे दिया है।

अब तक व्यवस्था के अंतर्गत मेडिकल स्टोर्स के लाइसेंस सस्पेंड करने या अस्पतालों को एमपैनलमेंट सूची से बाहर करने की प्रक्रियाएं देखी जाती रही हैं। किंतु, एक प्रतिष्ठित न्यूरो सर्जन के विरुद्ध गंभीर आरोपों के साथ की गई प्रत्यक्ष कार्रवाई ने चिकित्सा समुदाय को झकझोर दिया है। प्राइवेट हॉस्पिटल एंड नर्सिंग होम सोसाइटी (क्ष।।ह।।र-) और इंडियन मेडिकल एसोसिएशन (IMA) ने इस पर गहरा रोष व्यक्त करते हुए इसे चिकित्सा संप्रदाय की छवि को धूमिल करने वाला अनुचित निर्णय करार दिया है।

यह सत्य है कि किसी भी सरकारी योजना में पारदर्शिता और ईमानदारी सर्वोपरि है। यदि भ्रष्टाचार या अनियमितता के पुख्ता प्रमाण मिलते हैं, तो नियम सम्मत कार्रवाई अनिवार्य है। किंतु, प्रशासन को यह भी समझना होगा कि चिकित्सा एक संवेदनशील पेशा है। बिना विस्तृत जांच या पर्याप्त पक्ष सुने आनन-फानन में की गई ऐसी कार्रवाइयां न केवल एक चिकित्सक के करियर और मान-प्रतिष्ठा को अपूरणीय क्षति पहुंचाती हैं, बल्कि पूरे 'हेल्थकेयर ईकोसिस्टम' में भय का माहौल पैदा करती हैं। चिकित्सा संगठनों का तर्क है कि इस तरह के निर्णय सेवा भाव से कार्य कर रहे संस्थानों के मनोबल को गिराते हैं। संप्रदाय की छवि खराब करने के बजाय, प्रशासन को जांच की ऐसी न्यायपूर्ण प्रक्रिया अपनानी चाहिए जो तथ्यों पर आधारित हो, न कि केवल धारणाओं पर।

औषधि नियंत्रण संगठन (DCO) की इस विशेष कार्रवाई

कारण बताओ नोटिस (Show Cause Notice) का संतोषजनक उत्तर नहीं दिया, जिसके परिणामस्वरूप उनके लाइसेंस निलंबित या रद्द किए गए। राजस्थान ड्रग कंट्रोलर कार्यालय से प्राप्त जानकारी के अनुसार, अप्रैल 2026 के प्रथम पखवाड़े की विस्तृत सूची इस प्रकार है:

प्रमुख विक्रेता और की गई कठोर कार्रवाई

विक्रेता/फर्म का नाम	क्षेत्र	कार्रवाई मुख्य कारण
आरोग्य मेडिकोज	मानसरोवर, जयपुर	लाइसेंस रद्द बार-बार नोटिस के बावजूद बिना फार्मासिस्ट के दवाओं की बिक्री जारी रखना।
शेखावाटी फार्मास्यूटिकल्स	झोटवाड़ा, जयपुर	30 दिन निलंबन शेड्यूल H1 दवाओं के स्टॉक में भारी विसंगति और क्रय-विक्रय रिकॉर्ड का अभाव।
जोधपुर ड्रग डिस्ट्रीब्यूटर्स	सोजती गेट, जोधपुर	लाइसेंस रद्द इंसुलिन और जीवन रक्षक टीकों के लिए कोल्ड चेन (2-8°C) का उल्लंघन।
मेवाड़ मेडिकल स्टोर	कोटपूतली, जयपुर	स्थायी रूप से बंद अवैध रूप से नशीली दवाओं का भंडारण और संतोषजनक जवाब न देना।
सिटी लाइफ फार्मेसी	पाल रोड, जोधपुर	15 दिन निलंबन दुकान के निरीक्षण के दौरान फ्रीज का स्विच बंद मिलना और सफाई का अभाव।

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 92

॥ 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।

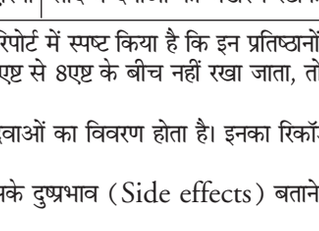
शरीर को दांव पर लगाकर धन कमाना समझदारी या नासमझी ?

आज की भागदौड़ भरी जिंदगी में इंसान ने 'पैसा' कमाने को ही जीवन का अंतिम लक्ष्य मान लिया है। सफलता की इस अंधी दौड़ में हम जिस मशीन का सबसे ज्यादा दुरुपयोग कर रहे हैं, वह है हमारा अपना 'शरीर'।

देर रात तक काम करना, खान-पान की अनदेखी और अत्यधिक मानसिक तनाव-यह सब आज की जीवनशैली का हिस्सा बन चुका है। लेकिन यहाँ रुककर एक गंभीर चिंतन की आवश्यकता है: क्या शरीर के साथ खिलवाड़ करके किया गया धनोपार्जन वास्तव में सार्थक है?

हकीकत यह है कि जवानी में हम स्वास्थ्य की बलि देकर धन कमाते हैं, और बुढ़ापे में उसी धन को वापस स्वास्थ्य पाने के लिए लुटा देते हैं। यह एक ऐसा चक्र है जिसका अंत केवल पछतावे में होता है। अस्पताल के महंगे बिस्तरों पर लेटे हुए हमें यह अहसास

होता है कि जो संपत्ति हमने दिन-रात एक करके जोड़ी थी, वह अब केवल दवाइयों और सर्जरी के बिल भरने के काम आ रही है।



सबसे कड़वा सच तो यह है कि खर्च किए गए करोड़ों रुपए भी आपको वह 'मूल स्वाभाविक स्वस्थ शरीर' वापस नहीं दिला सकते जो ईश्वर ने आपको मुफ्त में दिया था। कृत्रिम अंगों और दवाइयों के सहारे जीना कभी भी प्राकृतिक तंदुरुस्ती की जगह नहीं ले सकता।

सोच बदलनी होगी- धन जीवन जीने का एक साधन है, साध्य नहीं। यदि शरीर साथ नहीं देगा, तो सुख-सुविधाओं के तमाम साधन केवल बोझ बनकर रह जाएंगे। अपनी प्राथमिकताएं तय कीजिए; क्योंकि अंत में आपकी सबसे बड़ी संपत्ति आपका बैंक बैलेंस नहीं, बल्कि आपकी निरोगी काया होगी। याद रखिए, स्वास्थ्य वह निवेश है जिसका लाभांश आपको जीवन के अंतिम क्षण तक मिलता है।

संपर्क सूत्र
डॉ. मान सिंह भांवरिया
मो. 9672777737

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।

जठर की गड़बड़ी है बीमारियों की जड़

कैसे 'अग्नि' को संतुलित रख पाएं उत्तम स्वास्थ्य

हैल्थ व्यू। आयुर्वेद और आधुनिक विज्ञान दोनों ही मानते हैं कि स्वास्थ्य का मार्ग हमारे पेट से होकर गुजरता है। यदि 'जठर' (पाचन तंत्र) ठीक है, तो पूरा शरीर स्वस्थ रहता है। हमारे जठर में प्राकृतिक रूप से 'जठराग्नि' या अम्लता (एसिड) होती है, जो भोजन को पचाकर उसे पोषक तत्वों में बदलती है। यदि यह अग्नि असंतुलित हो जाए, तो शरीर के अंगों को पोषण मिलना बंद हो जाता है और रोगों का जन्म होता है।

जठर को संतुलित रखने के अचूक घरेलू नुस्खे

रसोई में मौजूद मसालों और सही दिनचर्या से हम पाचन को दुरुस्त रख सकते हैं:

अदरक और नींबू : भोजन से पहले अदरक के छोटे टुकड़े पर काला नमक और नींबू लगाकर खाने से जठराग्नि प्रदीप्त होती है।

सौंफ और मिश्री: खाने के बाद सौंफ का सेवन गैस और एसिडिटी को दूर कर भोजन को सुपाच्य बनाता है।

जीरा पानी : सुबह खाली पेट जीरे का उबला हुआ पानी पीने से पेट की सफाई होती है और मेटाबॉलिज्म सुधरता है।

छाछ का सेवन : दोपहर के भोजन के साथ भुने हुए जीरे और सेंधा नमक युक्त छाछ 'अमृत' के समान है।

सावधानी ही उपचार है

पाचन को बेहतर रखने के लिए भोजन को खूब चबाकर खाएं और खाने के तुरंत बाद अधिक पानी पीने से बचें, ताकि जठर की अम्लता भोजन को सही से पचा सके। यदि पेट हल्का रहेगा, तो शरीर ऊर्जावान और मन प्रसन्न रहेगा।

संपर्कः डॉ. अशोक शर्मा
मो. 9314512311

उपरोक्त नुस्खे चिकित्सक की सलाह से ही लें।

जयपुर में नकली दवाओं के बड़े रैकेट का भंडाफोड़

जयपुर - राजस्थान की राजधानी जयपुर में औषधि नियंत्रण संगठन (DCO) ने एक बड़ी सफलता हासिल करते हुए नकली दवाओं के एक अंतर्राज्यीय नेटवर्क का पर्दाफाश किया है। 3 अप्रैल 2026 को की गई इस छापेमारी ने दवा बाजार में हड़कंप मचा दिया है, क्योंकि जब्त की गई दवाओं के तार हिमाचल प्रदेश के विनिर्माण इकाइयों से जुड़े होने की आशंका है।

प्रमुख कार्रवाई : 'इंडियन मेडिकल एजेंसी' दूनी मार्केट, चौड़ा रास्ता, नटाणियों का रास्ता, नेहरू बाज़ार, फिल्म कॉलोनी, मोदीखाना, जयपुर, राजस्थान 302003 पर छापा। विभाग को गोपनीय सूचना मिली थी कि शहर के कुछ थोक विक्रेता संदिग्ध दवाओं की आपूर्ति कर रहे हैं। इसी आधार पर औषधि नियंत्रण अधिकारियों की एक विशेष टीम ने जयपुर स्थित 'इंडियन मेडिकल एजेंसी' पर औचक छापेमारी की।

नमूना चयन : टीम ने मौके पर मौजूद Qcepod 200 (Cefpodo&ime Pro&etil) टैबलेट के संदिग्ध बैच के नमूने लिए। यह एक उच्च-स्तरीय एंटीबायोटिक दवा है जिसका उपयोग गंभीर संक्रमण के इलाज में किया जाता है।

राजकीय विश्लेषक की रिपोर्ट : दवा निकली 'नकली' - जब्त किए गए नमूनों को तत्काल जांच के लिए राजकीय प्रयोगशाला भेजा गया।

चौकाने वाला परिणाम : राजकीय विश्लेषक की आधिकारिक रिपोर्ट में स्पष्ट हुआ कि दवा 'नकली' (Counterfeit) है। इसमें सक्रिय औषधि तत्व (API) की मात्रा या तो शून्य थी या मानकों के बिल्कुल विपरीत थी।

खतरा: ऐसी नकली एंटीबायोटिक दवाओं का सेवन मरीज के लिए जानलेवा साबित हो सकता है क्योंकि यह संक्रमण को रोकने में पूरी तरह विफल रहती हैं।

बड़ी जब्ती और आर्थिक चोट - कार्रवाई के दौरान विभाग ने त्वरित कदम उठाते हुए प्रतिष्ठान से 4 लाख रुपये से अधिक मूल्य की संदिग्ध औषधियां और स्टॉक को जब्त कर लिया है। अधिकारियों के अनुसार, इस स्टॉक का बड़ा हिस्सा जयपुर के आसपास के ग्रामीण इलाकों और छोटे मेडिकल स्टोर्स पर सप्लाई किया जाना था।

हिमाचल प्रदेश से जुड़े तार : अंतर्राज्यीय जांच शुरू - जांच में यह बात सामने आई है कि दवाओं के रैपर पर निर्माण का पता हिमाचल प्रदेश की एक यूनिट का दर्ज था।

समन्वय: जयपुर औषधि नियंत्रक ने हिमाचल प्रदेश के औषधि नियंत्रक से संपर्क साधा है।

सत्यापन : प्रारंभिक जांच में यह अंदेशा है कि या तो वह विनिर्माण इकाई अस्तित्व में ही नहीं है या फिर उसके नाम का गलत इस्तेमाल कर नकली दवाएं बनाई जा रही हैं।

कठोर कानूनी कार्रवाई की तैयारी - ड्रग एंड कॉस्मेटिक्स एक्ट के तहत संबंधित एजेंसी के खिलाफ FIR दर्ज करने की प्रक्रिया शुरू कर दी गई है। दोषी पाए जाने पर विक्रेता को आजीवन कारावास और भारी जुर्माने का प्रावधान है।

औषधि नियंत्रक अजय फाटक का संदेश : 'हम दवा बाजार में शुद्धता सुनिश्चित करने के लिए प्रतिबद्ध हैं। किसी भी स्तर पर मरीजों की जान से खिलवाड़ बर्दाश्त नहीं किया जाएगा। सभी मेडिकल स्टोर संचालकों को निर्देश दिए गए हैं कि वे केवल अधिकृत स्टॉकिस्ट से ही दवाएं खरीदें और पक्का बिल अवश्य लें।'

बिना फोर्मासिस्ट मेडिकल स्टोर को गंभीर माना : हाईकोर्ट

जयपुर। राजस्थान उच्च न्यायालय में 9 अप्रैल 2026 को एक महत्वपूर्ण सुनवाई हुई, यह मामला जयपुर की एक प्रमुख मेडिकल एजेंसी के लाइसेंस निरस्तीकरण (Cancellation) से जुड़ा है, जहाँ विभाग ने नियमों के उल्लंघन के गंभीर और पुख्ता प्रमाण पेश किए हैं।

मामले का विवरण: 'इंडियन मेडिकल हॉल' बनाम औषधि विभाग जयपुर के 'इंडियन मेडिकल हॉल' के संचालक ने औषधि नियंत्रण संगठन द्वारा उनका लाइसेंस रद्द किए जाने के आदेश को हाईकोर्ट में चुनौती दी थी।

हाईकोर्ट में विभाग की दलीलें और पुख्ता सबूत - औषधि नियंत्रण विभाग की ओर से सरकारी वकील ने कोर्ट के समक्ष निरीक्षण रिपोर्ट और डिजिटल साक्ष्य पेश किए। विभाग ने मुख्य रूप से निम्नलिखित तीन बिंदुओं पर ज़ोर दिया:

फार्मासिस्ट की निरंतर अनुपस्थिति : विभाग ने साबित किया कि कई बार किए गए औचक निरीक्षणों के दौरान मौके पर कोई अधिकृत फार्मासिस्ट मौजूद नहीं था।

नियमों के अनुसार, फार्मासिस्ट की गैर-मौजूदगी में 'शेड्यूल दवाओं' की बिक्री मरीजों के जीवन के साथ खिलवाड़ है।

सप्लाई चैन में पारदर्शिता का अभाव : विभाग ने कोर्ट को बताया कि फर्म द्वारा दवाओं के स्टॉक और उनके पक्के बिलों का मिलान सही नहीं पाया गया, जो 'संदिग्ध दवाओं' की आपूर्ति की ओर इशारा करता है।

हवाला : सरकारी पक्ष ने तर्क दिया कि फर्म जन स्वास्थ्य के साथ खिलवाड़ कर रही है।

न्यायालय का रुख - माननीय उच्च न्यायालय ने विभाग द्वारा पेश किए गए 'बिना फार्मासिस्ट संचालन' के प्रमाणों को अत्यंत गंभीर माना। कोर्ट ने टिप्पणी की कि व्यावसायिक हितों से ऊपर जन सुरक्षा और चिकित्सा नियमों का पालन अनिवार्य है। फिलहाल, कोर्ट ने मामले में अगली तारीख मुकर्रर की है।

दवा विक्रेताओं के लिए बड़ा संदेश - इस केस ने यह स्पष्ट कर दिया है कि औषधि नियंत्रण विभाग अब केवल कागजी कार्रवाई तक सीमित नहीं है, बल्कि हाईकोर्ट तक नियमों की रक्षा के लिए तकनीकी सबूतों के साथ लड़ रहा है। यह मामला राजस्थान के अन्य उन मेडिकल स्टोर्स के लिए एक नजीर (Precedent) बनेगा जो बिना योग्य फार्मासिस्ट के संचालित हो रहे हैं।

नोट : औषधि विभाग ने इस कार्रवाई के बाद जयपुर के क्षेत्र में विशेष निगरानी दल तैनात कर दिए है।

औषधि नियंत्रण संगठन की औचक निरीक्षण

जयपुर और जोधपुर संभाग में औषधि नियंत्रण संगठन (DCO) की हालिया कार्रवाई के दौरान जिन प्रतिष्ठानों पर गाज गिरी है, उनकी विस्तृत रिपोर्ट नीचे दी गई है। विभाग ने इन फर्मों के विरुद्ध ड्रग्स एंड कॉस्मेटिक्स एक्ट 1940 एवं नियमावली 1945 के प्रावधानों के उल्लंघन पर सख्त कार्रवाई की है।

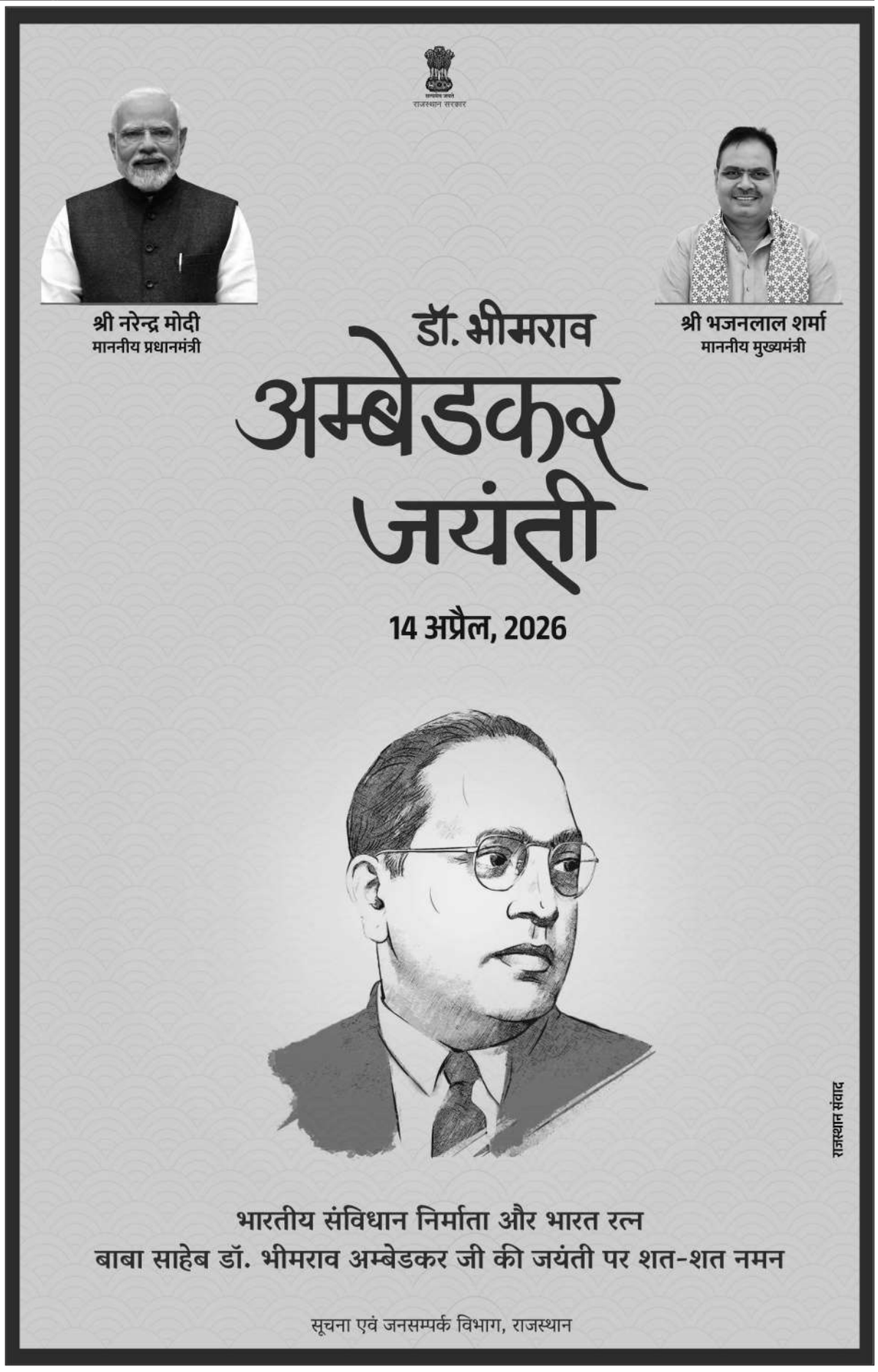
जयपुर संभाग : प्रमुख प्रतिष्ठान और अनियमितताएं। जयपुर में मुख्य रूप से फार्मासिस्ट की अनुपस्थिति और बिना बिल व्यापार पर ध्यान केंद्रित किया गया।

प्रतिष्ठान का नाम	स्थान/पता	प्रमुख उल्लंघन कार्रवाई की स्थिति
श्री विनायक मेडिकल एंड जनरल स्टोर	सोडाला, जयपुर	बिना फार्मासिस्ट दवा बिक्री लाइसेंस 10 दिन के लिए निलंबित
राजपूत फार्मा	कोटपूतली, जयपुर	शेड्यूल H1 रजिस्टर गायब लाइसेंस रद्द (Cancellation)
न्यू लाइफ मेडिकोज	मानसरोवर, जयपुर	कोल्ड चेन (फ्रीज) बंद पाया गया कारण बताओ नोटिस एवं सस्पेंशन
सालासर मेडिकोज	झोटवाड़ा, जयपुर	बिना बिल नशीली दवाओं की बिक्री फर्म सील, कानूनी मामला दर्ज
बालाजी फार्मास्यूटिकल्स (होलसेल)	विश्वकर्मा इंडस्ट्रियल एरिया	संदिग्ध दवाओं का भंडारण स्टॉक जब्त (करीब 2.5 लाख रुपये)

उल्लंघन के तकनीकी कारण और प्रभाव - विभाग ने अपनी रिपोर्ट में स्पष्ट किया है कि इन प्रतिष्ठानों पर कार्रवाई क्यों अनिवार्य थी:
कोल्ड चेन का अभावः यदि इंसुलिन या लाइफ-सेविंग टीकों को 2एष्ट से 8एष्ट के बीच नहीं रखा जाता, तो वे 'पानी' के समान बेअसर हो जाते हैं। इससे मरीज की जान को खतरा हो सकता है।
शेड्यूल H1 रजिस्टर: इसमें एंटीबायोटिक्स और कुछ नशीली दवाओं का विवरण होता है। इनका रिकॉर्ड न रखना यह दर्शाता है कि दवाएं बिना डॉक्टर की पर्ची के 'नशे' के लिए बेची जा रही थीं।
बिना फार्मासिस्ट संचालन: दवा की खुराक (Dose) और उसके दुष्प्रभाव (Side effects) बताने के लिए फार्मासिस्ट अनिवार्य है। उसकी अनुपस्थिति में गलत दवा देने की संभावना 80% बढ़ जाती है।
. **आगामी सरकारी कदम-** औषधि नियंत्रक कार्यालय के अनुसार, जिन फर्मों के लाइसेंस रद्द किए गए हैं, उन्हें अब नया लाइसेंस लेने के लिए दोबारा शून्य से आवेदन करना होगा और उनकी सघन जांच की जाएगी।

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

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



वर्ल्ड न्यूरोसर्जन डे विशेष

न्यूरोसर्जरी के क्षेत्र में निदान और उपचार में अमूलचूल परिवर्तन सामने आए हैं।

राजस्थान के प्रमुख विशेषज्ञों ने विभिन्न रोगों और आधुनिक उपचार पद्धतियों पर अपने विचार साझा किए।

डॉ. एन. सी. पूनिया

Awake craniotomy and brain tumor

हैल्थ व्यू (जयपुर)। न्यूरो केयर हॉस्पिटल एवं रिसर्च सेंटर के न्यूरोसर्जन डॉक्टर एनसी पूनिया ने बताया कि ब्रेन ट्यूमर की सटीक लोकेशन का पता लगाकर एडवांस तकनीक से उपचार अब उपलब्ध है। हमारा मुख्य उद्देश्य न्यूरोसर्जिकल देखभाल से मरीज के रोग का सटीक इलाज करना है। इस क्षेत्र में हो रही प्रगति को लोगों तक पहुँचाना है।

ब्रेन ट्यूमर के लक्षण और कारण : ब्रेन ट्यूमर मस्तिष्क में असामान्य कोशिकाओं की अनियंत्रित वृद्धि है। यह कैंसरकारी (मलिग्नेंट) या गैर-कैंसरकारी (बिनाइन) हो सकता है। इसके मुख्य लक्षणों में लगातार सिरदर्द (विशेषकर सुबह के समय), धुंधला दिखना, बोलने में कठिनाई और याददाश्त कम होना शामिल है। इसका सटीक कारण अज्ञात है, लेकिन आनुवंशिक कारक और रेडिएशन का अत्यधिक संपर्क इसके जोखिम को बढ़ा सकते हैं।

तकनीकी बदलाव : निदान के क्षेत्र में अब फंक्शनल स्न्न्ह्ढ और क्ष्ब्ज्ञ स्कैन जैसी तकनीकें आ गई हैं, जो ट्यूमर की सटीक लोकेशन और उसकी प्रकृति को पहचानने में मदद करती हैं। उपचार में अब 'अवेक क्रेनियोटॉमी' का उपयोग किया जा रहा है, जिसमें मरीज होश में रहता है, ताकि सर्जरी के दौरान मस्तिष्क के महत्वपूर्ण हिस्सों को नुकसान न पहुँचे।

सम्पर्क सूत्र - डॉ एन सी पूनिया मो 9829115233

डॉ. देवेंद्र पुरोहित

रीढ़ की हड्डी के जटिल रोगो का इलाज

डॉ. देवेंद्र पुरोहित के अनुसार, न्यूरोसर्जरी केवल मस्तिष्क तक सीमित नहीं है, बल्कि रीढ़ की हड्डी (Spine) के जटिल रोगों का समाधान भी यहीं मिलता है। इसमें स्लिप डिस्क, स्पाइनल ट्यूमर, स्पाइनल स्टेनोसिस और सर्वाइकल स्पोंडिलोसिस जैसे रोगों का इलाज प्रमुख है।

लक्षण और निदान - हाथों-पैरों में झुनझुनी, चलने में लड़खड़ाहट, पीठ में असहनीय दर्द और शरीर के किसी हिस्से का सुन्न होना रीढ़ की समस्याओं के संकेत हैं। गलत मुद्रा (Posture) में बैठना और भारी वजन उठाना इसके मुख्य कारण हैं। आधुनिक समय में 3ष्ठ डिजिटल एक्स-रे और हाई-डेफिनिशन MRI ने निदान को बहुत आसान बना दिया है।

उन्नत तकनीकें : उपचार में अब minimally Invasive Spine Surgery (MISS) ने क्रांति ला दी है। छोटे छेद के माध्यम से दूरबीन द्वारा सर्जरी की जाती है, जिससे रक्तस्राव कम होता है और मरीज अगले ही दिन घर जा सकता है। भविष्य में रोबोटिक स्पाइन सर्जरी से और भी अधिक सटीकता देखने को मिलेगी।

सम्पर्क सूत्र - डॉ देवेंद्र पुरोहित मो 982-919-0335

डॉ. अरविंद शर्मा

एपिलेप्सी (मिर्गी) की सर्जिकल चिकित्सा

डॉ. अरविंद शर्मा बताते हैं कि जब दवाएं मिर्गी के दौरों को नियंत्रित करने में विफल रहती हैं, तो न्यूरोसर्जरी एक वरदान साबित होती है। मिर्गी मस्तिष्क में इलेक्ट्रिकल डिस्चार्ज की गड़बड़ी के कारण होती है।

लक्षण और कारण - अचानक बेहोश होना, हाथ-पैर पटकना, मुँह से झाग आना और नजरें एक जगह टिक जाना मिर्गी के लक्षण हैं। यह मस्तिष्क की चोट, इन्फेक्शन या जन्मजात विकृति के कारण हो सकता है। निदान के लिए अब Video-EEG और स्न्ध्त्र (Magnetoencephalography) जैसी उन्नत तकनीकें उपलब्ध हैं, जो मस्तिष्क के उस सटीक बिंदु को पकड़ती हैं जहाँ से दौरे शुरू होते हैं।

उपचार में बदलाव - अब Vagus Nerve Stimulation (VNS) और Deep Brain Stimulation (DBS) जैसी तकनीकें आ गई हैं। इसमें मस्तिष्क में एक छोटा उपकरण फिट किया जाता है जो विद्युत तरंगों के माध्यम से दौरों को रोकता है। यह तकनीक उन मरीजों के लिए क्रांतिकारी है जो दवाओं के प्रति संवेदनशील नहीं हैं। **सम्पर्क सूत्र - डॉ अरविंद शर्मा मो 9610259666**

डॉ. पंकज गुप्ता

छोटे बच्चों में न्यूरोलॉजिकल समस्याएं

डॉ. पंकज गुप्ता ने बच्चों में होने वाले न्यूरो रोगों, जैसे हाइड्रोसेफलस (मस्तिष्क में पानी भरना) और स्पाइना बिफिडा (रीढ़ की जन्मजात विकृति) पर प्रकाश डाला। बच्चों का मस्तिष्क विकासशील होता है, इसलिए उनकी सर्जरी अधिक संवेदनशील होती है।

लक्षण और निदान : बच्चों में सिर का आकार असामान्य रूप से बढ़ना, चिड़चिड़ापन, विकास में देरी और रीढ़ पर कोई गांठ होना इसके लक्षण हैं। गर्भावस्था के दौरान अल्ट्रासाउंड के माध्यम से अब इन विकृतियों का पता जन्म से पहले ही लगाया जा सकता है।

उन्नत उपचार : आजकल न्यूरो-एंडोस्कोपी के माध्यम से बिना बड़ा चीरा लगाए मस्तिष्क के अंदर जमा पानी (हाइड्रोसेफलस) का उपचार किया जा रहा है। इसे 'ETV' तकनीक कहते हैं। आने वाले समय में इंट्रायूटेरिन सर्जरी (भ्रूण की कोख में ही सर्जरी) जैसी तकनीकें भारत में भी सुलभ होंगी, जिससे बच्चे के जन्म से पहले ही विकृति को सुधारा जा सकेगा।

संपर्क सूत्र डॉक्टर पंकज गुप्ता मो 931-452-2787

डॉ. योगेश गुप्ता

न्यूरोवैस्कुलर रोग और स्ट्रोक

प्रियुष न्यूरो हॉस्पिटल के डॉ. योगेश गुप्ता के अनुसार, मस्तिष्क की नसों में ब्लॉकेज या फटना (ब्रेन स्ट्रोक) दुनिया भर में मृत्यु का एक बड़ा कारण है। न्यूरोसर्जरी के माध्यम से अब जानलेवा स्ट्रोक और एन्यूरिज्म (नस का फूलना) का सफल इलाज संभव है।

लक्षण और कारण : चेहरे का टेढ़ापन, बोलने में हकलाहट और अचानक आधे शरीर में कमजोरी (लकवा) इसके प्रमुख लक्षण हैं। हाई ब्लड प्रेशर और मधुमेह इसके मुख्य कारण हैं। डिजिटल सबट्रैक्शन एंजियोग्राफी (DSA) द्वारा अब मस्तिष्क की नसों को लाइव देखा जा सकता है।

आधुनिक तकनीक : उपचार में अब 'मैकेनिकल थ्रोम्बेक्टोमी' जैसी तकनीक आ गई है, जिसमें पैर की नस के जरिए तार डालकर मस्तिष्क के क्लॉट (खून के थक्के) को बाहर निकाल लिया जाता है। इसके अलावा, फ्लो डाइवर्टर और कोइलिंग जैसी तकनीकों ने बिना सिर खोले (Endovascular surgery) नसों के गुच्छों का इलाज संभव बना दिया है।

संपर्क सूत्र - डॉ योगेश गुप्ता मो 7425933663

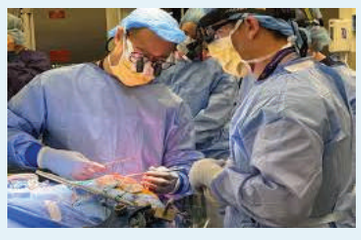
डॉ. हेमंत भारतीय

आधुनिक न्यूरो-ऑन्कोलॉजी और जटिल सर्जरी

अनुभव का निचोड़ और भविष्य की तकनीक डॉ. हेमंत भारतीय, जिन्हें राजस्थान में न्यूरोसर्जरी को नई ऊंचाइयों पर ले जाने का श्रेय दिया जाता है, बताते हैं कि पिछले 35 वर्षों में न्यूरोसर्जरी का परिदृश्य पूरी तरह बदल गया है। उनके अनुसार, ग्लियोमा और स्कल बेस ट्यूमर जैसी जटिल बीमारियों का इलाज अब कहीं अधिक सटीक और सुरक्षित हो गया है।

लक्षण और आधुनिक निदान - मस्तिष्क के कुछ ट्यूमर ऐसे होते हैं जो धीरे-धीरे व्यक्तित्व में बदलाव लाते हैं। डॉ. भारतीय के अनुसार, यदि किसी व्यक्ति को अचानक निर्णय लेने में कठिनाई हो रही है या उसके व्यवहार में असामान्य बदलाव आ रहा है, तो इसे मानसिक रोग समझने की बजाय न्यूरोलॉजिकल दृष्टिकोण से देखना चाहिए। स्न्न्ह्ढ स्पेक्ट्रोस्कोपी जैसी तकनीकें अब यह बताने में सक्षम हैं कि ट्यूमर कैंसरकारी है या नहीं, जिससे बिना बायोप्सी के भी शुरुआती योजना बनाई जा सकती है।

उपचार में क्रांति - डॉ. भारतीय ने सर्जिकल नेविगेशन सिस्टम (Brain-GPS) के महत्व पर जोर दिया।



जैसे सड़क पर रास्ता देखने के लिए हम त्क्क का उपयोग करते हैं, वैसे ही यह सिस्टम सर्जन को मस्तिष्क के संवेदनशील हिस्सों को छुए बिना ट्यूमर तक पहुँचने का रास्ता दिखाता है। इसके साथ ही इंट्राऑपरेटिव न्यूरो-मॉनिटरिंग यह सुनिश्चित करती है कि सर्जरी के दौरान मरीज के चलने-फिरने या बोलने की शक्ति पर कोई प्रतिकूल प्रभाव न पड़े।

संपर्क सूत्र डॉ हेमंत भारतीय मो 982-905-5161

डॉ. दीपक वंगाणी

सिर की चोट (Head Injury) और ट्रॉमा केयर

डॉ. दीपक वंगाणी के अनुसार, सड़क दुर्घटनाओं में होने वाली सिर की चोट (Traumatic Brain Injury) भारत में एक बड़ी चुनौती है। उनका संदेश 'बचाव और त्वरित उपचार' पर केंद्रित है।

लक्षण और गंभीरता : दुर्घटना के बाद यदि व्यक्ति बेहोश हो जाए, कान या नाक से पानी/खून आए, या उसे बार-बार उल्टियाँ हों, तो यह इंट्राक्रानियल हेमरेज (मस्तिष्क के अंदर रक्तस्राव) का संकेत हो सकता है। ऐसे मामलों में समय की बर्बादी जानलेवा हो सकती है। 'गोल्डन ऑवर' (चोट लगने के बाद का पहला घंटा) में यदि सही न्यूरोसर्जिकल हस्तक्षेप मिल जाए, तो मरीज के बचने की संभावना 80% तक बढ़ जाती है।

निदान और उन्नत तकनीक : निदान के लिए अब पॉलीट्रॉमा सीटी स्कैन की सुविधा उपलब्ध है, जो कुछ ही सेकंड्स में पूरे शरीर की चोटों का विश्लेषण कर देती है। उपचार के क्षेत्र में अब ICP (Intracranial Pressure) Monitoring का उपयोग किया जाता है, जिसमें मस्तिष्क के अंदर एक छोटा सेंसर डाला जाता है। यह सेंसर सर्जन को लगातार यह बताता रहता है कि मस्तिष्क पर सूजन का दबाव कितना है, जिससे दवाओं और सर्जरी के बीच सही संतुलन बनाया जा सके। उन्नत 'न्यूरो-क्रिटिकल केयर' इकाइयों ने गंभीर रूप से घायल मरीजों के ठीक होने की दर में अभूतपूर्व सुधार किया है।

संपर्क सूत्र डॉ दीपक वंगाणी मो 982-901-3398

मानवता की सेवा में धन्वंतरि हॉस्पिटल का बड़ा कदम

अब एक ही छत के नीचे मिलेगा हृदय रोगों का अत्याधुनिक उपचार | अब कैथलैब भी शीघ्र

डॉ आर पी सैनी

हैल्थ व्यू (जयपुर)। 'नर सेवा ही नारायण सेवा है' के ध्येय को चरितार्थ करते हुए धन्वंतरि हॉस्पिटल ने गरीबों और जरूरतमंदों के लिए चिकित्सा क्षेत्र में एक नई उम्मीद की किरण जगाई है। अस्पताल प्रबंधन ने घोषणा की है कि हृदय रोगियों को सुलभ और सस्ता इलाज मुहैया कराने के लिए जल्द ही परिसर में अत्याधुनिक कैथेटर लैब (Cath Lab) की स्थापना की जाएगी।

अस्पताल के प्रबंध निदेशक डॉ. आर. पी. सैनी ने बताया कि उनके अध्ययन में यह बात सामने आई है कि हृदय रोग के मामलों में तेजी से इजाफा हो रहा है। उन्होंने कहा, 'अक्सर गरीब मरीजों को आधुनिक सुविधाओं के अभाव में भटकना पड़ता है। समय पर इलाज न मिलना हृदय रोगों में घातक सिद्ध होता है। इसी समस्या को देखते हुए ज्ञानाराम जामनमल चैरिटेबल ट्रस्ट ने संकल्प लिया है कि अब किसी भी हृदय रोगी को इलाज के अभाव में भटकना नहीं पड़ेगा।'

क्या है एडवांस कैथ लैब की विशेषता ? - एक मल्टी-स्पेशलिस्ट अस्पताल में कैथ लैब का होना जीवन रक्षक साबित होता है। इसकी मुख्य विशेषताएं निम्नलिखित हैं।

त्वरित निदान: एंजियोग्राफी के माध्यम से हृदय की धमनियों में ब्लॉकेज का सटीक पता लगाया जा सकेगा।

इंटरवेंशनल प्रक्रियाएं : बिना बड़ी सर्जरी के एंजियोप्लास्टी और स्टेंट डालने जैसी प्रक्रियाएं विशेषज्ञ चिकित्सकों द्वारा संपन्न होंगी।

न्यूनतम समय, अधिकतम सुरक्षा : आधुनिक मशीनों की सहायता से प्रक्रिया में कम समय लगता है और रोगी की रिकवरी तेजी से होती है।

आपातकालीन प्रबंधन : हार्ट अटैक की स्थिति में 'गोल्डन ऑवर' उपचार से असमय मृत्यु के खतरे को कम किया जा सकता है।

धन्वंतरि हॉस्पिटल का यह कदम चिकित्सा जगत में सेवा भाव की एक नई मिसाल पेश करेगा, जहाँ आधुनिक तकनीक और विशेषज्ञता का मेल अब गरीबों की पहुंच में होगा।

संपर्क सूत्र डॉ आर पी सैनी मो - 98290 55760

पिंक स्टार हॉस्पिटल | वर्ल्ड न्यूरोसर्जन डे

जटिल सर्जरी से मिला नया जीवन, नाक के रास्ते निकाला पिट्यूटरी ट्यूमर

डॉ राजवेंद्र सिंह

हैल्थ व्यू (जयपुर)। जयपुर के पिंक स्टार हॉस्पिटल में न्यूरोसर्जरी टीम ने आधुनिक चिकित्सा तकनीक का प्रदर्शन करते हुए 65 वर्षीय संतोष मंगल को नया जीवन प्रदान किया है। पिछले लंबे समय से तेज सिरदर्द और आंखों की रोशनी कम होने की समस्या से जूझ रही संतोष मंगल की जांच में पिट्यूटरी ट्यूमर पाया गया था।

क्यों होता है यह ट्यूमर ? - डॉ. राजवेन्द्र सिंह के अनुसार, पिट्यूटरी ट्यूमर मुख्य रूप से कोशिकाओं के डीएनए में होने वाले बदलाव के कारण होता है, जिससे कोशिकाएं अनियंत्रित रूप से बढ़ने लगती हैं। हालांकि इसके सटीक कारणों का पता लगाना कठिन है, लेकिन आनुवंशिक कारक और हार्मोनल असंतुलन इसमें बड़ी भूमिका निभाते हैं। ये ट्यूमर अक्सर 'बिनाइन' (गैर-कैंसरकारी) होते हैं, लेकिन आकार बढ़ने पर ये आंखों की नसों पर दबाव डालते हैं, जिससे व्यक्ति अंधा भी हो सकता है।

सफल ऑपरेशन और तकनीक - सीनियर कंसल्टेंट न्यूरोसर्जन डॉ. राजवेन्द्र सिंह चौधरी ने बताया कि ट्यूमर ऑप्टिक नर्व के बेहद करीब था। उन्होंने आधुनिक 'एंडोस्कोपिक ट्रांसस्फेनॉइडल सर्जरी' के जरिए बिना सिर खोले, नाक के रास्ते से 4 घंटे की जटिल सर्जरी कर ट्यूमर को सफलतापूर्वक बाहर निकाला। इस तकनीक में कोई चीरा नहीं लगाया जाता, जिससे मरीज को दर्द कम होता है और रिकवरी तेजी से होती है।

हॉस्पिटल अधीक्षक एवं न्यूरोसर्जन डॉ. अश्वनी शर्मा ने बताया कि ऑपरेशन के बाद मरीज की दृष्टि में उल्लेखनीय सुधार हुआ है। उन्होंने सलाह दी कि यदि लगातार सिरदर्द या दृष्टि में धुंधलापन महसूस हो, तो इसे नजरअंदाज न करें। समय पर सही जांच और आधुनिक तकनीक से पिट्यूटरी ट्यूमर का पूर्ण उपचार संभव है।

सम्पर्क सूत्र डॉ राजवेंद्र सिंह मो 8696664345

न्यूरोसर्जरी के उपचार के बाद हाइपर बैरिक ऑक्सीजन थेरेपी की भूमिका

विशेष चैंबर में 100% शुद्ध ऑक्सीजन दी जाती है

डॉ रमेश अग्रवाल

जयपुर (हैल्थ व्यू)। न्यूरोसर्जरी के बाद रिकवरी की प्रक्रिया में हाइपरबैरिक ऑक्सीजन थेरेपी (HBOT) एक क्रांतिकारी सहायक उपचार के रूप में उभरी है। इस प्रक्रिया में मरीज को एक विशेष चैंबर में 100% शुद्ध ऑक्सीजन दी जाती है, जिसका दबाव वायुमंडलीय दबाव से अधिक होता है।

न्यूरोसर्जिकल ऑपरेशनों के बाद मस्तिष्क के ऊतकों में सूजन (Edema) और ऑक्सीजन की कमी (Hypoxia) एक बड़ी चुनौती होती है। HBOT रक्त प्रवाह में ऑक्सीजन की मात्रा को बढ़ाकर क्षतिग्रस्त ऊतकों तक पोषण पहुँचाती है, जिससे घाव तेजी से भरते हैं। यह नई रक्त वाहिकाओं के निर्माण (Angiogenesis) में मदद करती है और सूजन को कम कर न्यूरोलॉजिकल सुधार की गति बढ़ाती है।

मुख्य लाभ:

मस्तिष्क की सूजन में कमी। संक्रमण (Infection) के जोखिम को कम करना। मृतप्राय कोशिकाओं को पुनर्जीवित करने में सहायता।

संदेश :

जटिल न्यूरोसर्जरी के बाद HBOT न केवल रिकवरी के समय को कम करती है, बल्कि मरीज के जीवन की गुणवत्ता सुधारने में भी प्रभावी सिद्ध होती है।

संपर्क सूत्र डॉ रमेश अग्रवाल 98290 17133

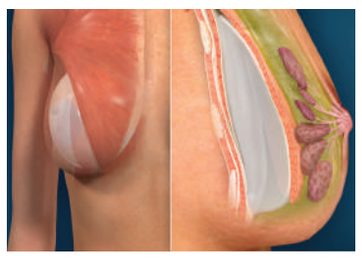
ब्रेस्ट ऑग्मेंटेशन : आधुनिक सौंदर्य और आत्मविश्वास का नया विकल्प

हैल्थ व्यू । हाल के वर्षों में कॉस्मेटिक सर्जरी के प्रति बढ़ती जागरूकता ने 'ब्रेस्ट ऑग्मेंटेशन' (Breast Augmentation) को महिलाओं के बीच एक चर्चित विषय बना दिया है। उपरोक्त विषय पर जानकारी देते हुए एसएमएस हॉस्पिटल के पूर्व प्रोफेसर और प्रसिद्ध प्लास्टिक एवं कॉस्मेटिक सर्जन डॉक्टर जी एस कालरा का कहना है कि यह एक सर्जिकल प्रक्रिया है जिसमें ब्रेस्ट इम्प्लांट्स या फैट ट्रांसफर के जरिए स्तनों के आकार, बनावट और उभार को सुधारा जाता है।

डॉ जी.एस. कालरा

किसके लिए और क्यों है जरूरी ? - यह प्रक्रिया उन महिलाओं के लिए है जो अपने प्राकृतिक शारीरिक गठन से संतुष्ट नहीं हैं या जिनमें जन्मजात असामान्यताएं हैं। इसके अलावा, गर्भावस्था, वजन घटने या बढ़ती उम्र के कारण आए बदलावों को ठीक करने के लिए यह एक प्रभावी समाधान है। कैंसर जैसी गंभीर बीमारी के बाद ब्रेस्ट रिकंस्ट्रक्शन (पुनर्निर्माण) के लिए भी यह चिकित्सकीय रूप से अनिवार्य हो जाता है।

प्रमुख फायदे - आत्मविश्वास में वृद्धि : शारीरिक बनावट में सुधार सीधे तौर पर मानसिक स्वास्थ्य और आत्म-सम्मान को बढ़ाता है।



शारीरिक संतुलन : यह शरीर के अनुपात (Proportion) को बेहतर कर उसे एक सुडौल 'फिगर' प्रदान करता है।

विकल्पों की विविधता : आजकल सेलाइन और सिलिकॉन जैसे सुरक्षित इम्प्लांट्स उपलब्ध हैं, जो प्राकृतिक अनुभव प्रदान करते हैं।

संदेश : यह केवल एक सौंदर्य प्रक्रिया नहीं, बल्कि कई महिलाओं के लिए अपने खोए हुए व्यक्तित्व को वापस पाने का जरिया है।

संपर्क सूत्र : डॉक्टर जी एस कालरा मो 98290 50655

SMILE CRAFT
Pediatric Dental Clinic
Dr Simran Vangani
BDS gold medalist
MDS (pediatric and preventive dentistry)
L-24 Income Tax Colony
Durgapura Tonk Road
Jaipur Mo. 7976929423

Dr. Pushkar Gupta
MD (Med.), DM, DNB (Neuro)
Consultant
Neurologist
C.K. BIRLA Hospital
Resi : A-13, Jai Jawan-1, Tonk Road, Durgapura. Jaipur
Mo : 9828020015

SHRI RADHA GOVIND STELL FURNITURE

Stylish Blue Colour
3 Speed Control
4 Blades
4 Way Air Deflection
Water Level Indicator
Castor Wheels
First Time in Blue Colour
Stylish With PVC Material
Good Quality of Window Honey Pad
Wholesale and Retail
MRP- 9000/-
COOLER
Contact - Brij Raj Janwar Mob- 9414079758, 8739903333

शादी दिलों का मेल है,
उसे यादगार बनाइए
वैवाहिक परिधानों की सम्पूर्ण रेंज
Raja Sahab
His & Hers Store
Raja Park, Jaipur. Ph. : 2623001-002

पाइल्स हॉस्पिटल
पाइल्स (बवासीर) व अन्य गुदारोगों का अस्पताल
A DAY CARE ANOREACTAL SURGERY CENTRE
डॉ. दिनेश शाह वरिष्ट पाइल्स एवं गुदा रोग विशेषज्ञ M.S., FAIS, FIAGES, FACRSI
डॉ. अंशुल शाह मो. 8209632767
6/64, विद्याधर नगर, जयपुर फोन - 0141-2334959

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