PAHAL Activity Report for the month of April 2014

April2,2014 : PAHAL organized a Health Awareness Camp at SRM College, Kankarbagh on the occasion of World Health Day - in which Dr Diwakar Tejaswi, Dr Rajiva Ranjan and other prominent doctors spoke on Secrets To Long Life and importance of Massage Therapy for many of the ailments plaguing the common man. Not only does this provide relief to various body related pain including heart, chest, brain, skin etc, the therapy is also cost effective and benefits new born babies. The gathering was made aware of the various benefits and different techniques of massage therapy available in the state.

राष्ट्रीय संहारा

पटना। बृहस्पतिवार • 3 अप्रैल • 2014

मसाज थेरेपी से जटिल बीमारियों का इलाज

पटना (एसएनबी)। एसआरएम कम्युनिटी कॉलेज सभागार में संपूर्ण रोजगार सामाजिक कल्याण संस्था की ओर से 'लंबी आयु का रहस्य एवं मसाज थेरेपी की सार्थकता' विषय पर सेमिनार का आयोजन किया गया। मसाज थेरेपी के बारे में चर्चा करते हुए वक्ताओं ने कहा कि यह इलाज की सस्ती एवं कारगर पैथी है। इसके निरंतर उपयोग से इंसान निरोग एवं दीर्घायु होता है। साथ ही इस पैथी में रोजगार की भी असीम संभावनाएं हैं।

इससे पहले सेमिनार का उद्घाटन डॉ. दिवाकर तेजस्वी, प्रो. एके दास एवं राजीव कुमार सिन्हा ने संयुक्त रूप से किया। डॉ. तेजस्वी ने कहा कि इस पैथी से हृदय, नस, कैंसर, ब्रेन, चर्मरोग, हड्डी से संबंधित बीमारियां, सुगर, नशे की लत तथा लाइलाज बीमारियों का उपचार बिना किसी साइड इफेक्ट के किया जा सकता है। इस मौके पर यहां डॉ. चंद्रिका सिंह, डॉ. मनोज कुमार, डॉ. संजय कुमार, डॉ. सीपी साह, डॉ. जयहिंद कुमार, डॉ. राधाकृष्णन, डॉ. सत्येन्द्र प्रसाद, डॉ. पारसनाथ सार्दुल समेत बड़ी संख्या में चिकित्सक उपस्थित थे। कार्यक्रम का संचालन कविता रंजन एवं धन्यवाद ज्ञापन प्रो. डॉ. बीएस यादव ने ने किया।

पटना, गुरुवार, 03 अप्रैल 2014

www.pratyushnavbihar.com

प्रत्यूष नवबिहार

मसाज थेरेपी नवजात शिशुओं की जरूरत

पटना : पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एप्रोच फॉर लिविंग के चिकित्सा निदेशक एवं वरिष्ठ फिजिशियन डॉ दिवाकर तेजस्वी ने एसआरएम कम्यूनिटी कॉलेज पत्रकार नगर, कंकड़बाग में लम्बे जीवन का रहस्य एवं मसाज थेरेपी की सार्थकता पर आयोजित सेमिनार के मुख्य अतिथि के रुप में बताया कि मसाज थेरेपी के द्वारा बहुत सारी शारीरिक व्याधियों को दूर किया जा सकता है।

दैनिक भास्कर पटना. गुरुवार. 3 अप्रैल, 2014

मसाज थेरेपी इलाज की सस्ती एवं कारगर पैथी है

पटना | मसाज थेरेपी इलाज की कारगर व सस्ती पैथी है। इससे हृदय, नस, कैंसर, ब्रेन, चर्मरोग, हड्डी, शुगर के साथ नशे की लत से निजात दिलाने में इलाज की अपार संभावनाएं है। साथ ही महंगी व किडनी रोग का उपचार जल्द संभव है। ये बातें डॉ दिवाकर ने कही। वे बुधवार को एसआरएम कॉलेज के सभागार में आयोजित लंबी आयु का रहस्य एवं मसाज थेरेपी विषयक गोष्ठी को संबोधित कर रहे थे। गोष्ठी का आयोजन संपूर्ण रोजगार सामाजिक कल्याण संस्था ने किया था। इस अवसर डॉ. राजीव रंजन, डॉ. जयहिन्द कुमार, डॉ. चंद्रिका सिंह, डॉ. पीसी शाह सहित शहर के 40 डाक्टरों ने भाग लिया।

THE TELEGRAPH THURSDAY 3 APRIL 2014

Seminar

Patna: Public Awareness For Healthful Approach For Living (Pahal) medical director and physician Diwakar Tejaswi on Wednesday addressed a seminar titled "Relevance of Massage Therapy and Mystery of Long Life" organised by SRM Community College, Kankerbagh. Tejaswi said many physical ailments could be cured through massage therapy.

April 7, 2014: On the occasion of World Health Day, PAHAL organized a Health Awareness Camp at Nema Place, Exhibition Road, Patna where general public were made aware of vector-borne diseases spreading via mosquitoes, flies and other such insects. Dr Diwakar Tejaswi, Medical Director PAHAL also spoke on length about Dengue and how it spreads due to Adies specimen of mosquitoes, leading to drastic drop in platelet counts in human body. Importance of clean surroundings was also communicated along with preventive measures against these diseases.

प्रभात खबर
पटना, मंगलवार, 8 अप्रैल, 2014
www.prabhatkhabar.com

पहल ने किया सेमिनार

पटना. विश्व स्वास्थ्य दिवस पर पहल ने सेमिनार का आयोजन किया. चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि मच्छर, मक्खी तथा कीट पतंगों के काटने से होनेवाली बीमारी को वेक्टर बॉर्न डिजीज कहते हैं. खासकर डेंगू के बारे में उन्होंने कहा कि इसमें बस थोड़ी सावधानी बरतने की जरूरत है.

THE TELEGRAPH MONDAY 7 APRIL 2014

Non-government organisation Pahal to organise a health awareness camp at Dr Diwakar Tejaswi's clinic, Exhibition Road, 12 noon.

दैनिक भास्कर पटना. बुधवार. 9 अप्रैल, 2014

वेक्टर बॉर्न बीमारियों में ज्यादा मरीज डेंगू के

विश्व स्वास्थ्य दिवस पर पहल की ओर से सेमिनार

भास्कर न्यूज | पटना

वेक्टर बॉर्न बीमारी मच्छर, मक्खी, कीट-पतंगों के काटने से फैलती है। वैसे तो इन बीमारियों में मलेरिया, कालाजार जैसे भी शामिल हैं, लेकिन इस श्रेणी में सबसे ज्यादा मरीज डेंगू बुखार के हैं। यह जानकारी पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्पफुल एप्रोच (पहल) के निदेशक व जाने-माने चिकित्सक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने दी। सोमवार को विश्व स्वास्थ्य दिवस पर पहल की ओर से 'वेक्टर बॉर्न डिजीजेज' पर सेमिनार आयोजित किया गया।

डॉ दिवाकर तेजस्वी ने डेंगू के बारे में जानकारी दी। उन्होंने बताया कि यह बीमारी एडीज मच्छर के काटने से होती है जो प्रायः दिन में ही काटते हैं। ये कंटेनरों में पड़े साफ पानी, कूलर, इनडोर व आउटडोर रखे गमले, टूटी-फूटी बाल्टी, टंकी आदि में तेजी से पनपते हैं। ठंड के साथ बुखार, हड्डियों, जोड़ों व मांस पेशियों में तेज दर्द, शरीर पर लाल चकता पड़ना, आंखों के पीछे वाले भाग में दर्द होना, भूख कम लगना, पेट में दर्द होना, मितली इस बीमारी के लक्षण हैं। उपचार के लिए शरीर में पानी की कमी नहीं होने देना चाहिए।

साथ ही अपने आस-पास साफ-सफाई व मच्छरों से बचाव का उपाय करना चाहिए। डॉ तेजस्वी ने कहा कि एक स्वस्थ व्यक्ति के शरीर में प्लेटलेट्स की सामान्य संख्या डेढ़ लाख होती है। जो डेंगू में घटने लगती है। जब यह 40 हजार से कम होती है तो प्लेटलेट्स चढ़ाने की जरूरत पड़ती है। सेमिनार में डॉ केके शरण व डॉ किरण शरण समेत अन्य लोग मौजूद रहे।

दैनिक जागरण पटना, 8 अप्रैल 2014

वेक्टर के नियंत्रण से रोगों का निवारण

कार्यक्रमों की धूम

- विश्व स्वास्थ्य दिवस पर वेक्टर जनित रोगों से बचाव को चला जागरूकता अभियान

जागरण संवाददाता, पटना : विश्व स्वास्थ्य दिवस के अवसर पर सोमवार को विभिन्न संस्थाओं द्वारा वेक्टरजनित रोगों से बचाव को जागरूकता अभियान चलाया गया। मलेरिया, डेंगू, हैजा, एईएस/डेंगू, चिकनगुनिया, पीला बुखार जैसे तमाम वेक्टरजनित रोगों की रोकथाम को वेक्टर (रोगवाहक कीट, पशु-पक्षी) से बचाव की जानकारी दी गई।

पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल अप्रोच फॉर लिविंग (पहल) के तत्वाधान में आयोजित सेमिनार में चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने मच्छर, मक्खी, पतंगों से बचने की अपील की। उन्होंने कहा कि सजगता बरत वेक्टर रोगों से बचना संभव है। घर के आसपास पानी ना जमा होने देने से मच्छरों से बचा जा सकता है। उन्होंने कहा कि घर में पानी जमा करने वाले बर्तनों को सप्ताह में एक बार जरूर बदल दें। डीडीटी स्प्रे व अन्य मच्छर-कीट प्रतिरोधक तरीकों का प्रयोग करें।

जदयू चिकित्सा प्रकोष्ठ के वरीय उपाध्यक्ष डॉ. सुनील कुमार सिंह ने कहा कि गत दशकों में वेक्टरजनित रोगों में तेजी से इजाफा हुआ है। इन रोगों को रोकने में आमजन की जागरूकता के साथ नगर निगम की भी अहम भूमिका है। उन्हें मच्छर, कीट व मक्खी खत्म करने को अभियान छेड़ लोगों को जानलेवा बीमारियों से बचाना चाहिए। इंडियन रेडक्रास सोसायटी बिहार शाखा में एडहॉक कमेटी के उपाध्यक्ष डॉ. डीके श्रीवास्तव की अध्यक्षता में सेमिनार का आयोजन किया गया। 10-10 के समूहों में रेडक्रास स्वयंसेवक ने अदालतघाट, बांकीपुर, शास्त्रीनगर, पटनासिटी, राजेंद्र नगर व आर ब्लाक स्थित स्लम बस्तियों में लोगों को मच्छरों से होने वाले रोगों व उनकी रोकथाम के उपाय बताए। कार्यक्रम में डॉ. बीबी सिन्हा, डॉ. सुभाष चंद्र, मोहम्मद मोहसिन, रामभजन सिंह, डॉ. दीपक शरण, डॉ. श्रवण कुमार आदि उपस्थित थे।

स्वास्थ्य दिवस पर सेमिनार को संबोधित करते विशेषज्ञ जागरण

सुख सागर संस्था ने श्रीकृष्ण नगर इलाके में जागरूकता शिविर का आयोजन किया। डॉ. एके चौधरी ने बताया कि मच्छर, बलुई मक्खी, कीड़े, किलनी व घोंघे परजीवी से रोगों की पूरी शृंखला पनपती है। वेक्टरजनित रोगों पर नियंत्रण के लिए वेक्टर को नियंत्रित करना जरूरी है। इससे मलेरिया, डेंगू, लसिका फाइलेरिया समेत तमाम रोगों को रोक सकते हैं। कार्यक्रम में डॉ. शैलजा सिन्हा, डॉ. सुरेंद्र मोहन, बिनय कुमार सिंह, सुधा सिंह, विजय कुमार व हरिशंकर गुप्ता आदि उपस्थित थे। स्टेट बैंक ऑफ इंडिया के रिटायर्ड सहायक महाप्रबंधक नरेश चंद्र माथुर ने नालंदा डिजिटल नाला रोड में वेक्टर रोगों से बचाव के उपाय बताए। मलिन बस्तियों के निवासियों को शुद्ध पेयजल, साफ-सफाई आदि निश्चित करने की अपील की।

हिन्दुस्तान
पटना • मंगलवार • 08 अप्रैल 2014

मच्छरजनित रोग से बचाव की दी गई जानकारी

पटना। विश्व स्वास्थ्य दिवस पर सोमवार को इंडियन रेडक्रास सोसाइटी की बिहार शाखा ने गांधी मैदान कार्यालय में सेमिनार आयोजित किया। इसमें मच्छरजनित रोग से बचाव के बारे में जानकारी दी गई।

डॉ. डीके श्रीवास्तव ने कहा कि मच्छरों से बचाव के लिए आसपास सफाई, रात में सोते समय मच्छरदानी का इस्तेमाल तथा तबीयत खराब होने पर तत्काल डॉक्टर को दिखाया जाना चाहिए। मौके पर रेडक्रास ब्लड बैंक के अध्यक्ष डॉ. बीबी सिन्हा, डॉ. सुभाषचंद्र, डॉ. दीपक शरण एवं डॉ. श्रवण कुमार ने बीमारी के बारे में जानकारी दी। इधर, पहल संस्था ने भी सेमिनार आयोजित किया। इसमें डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने लोगों को रोग के बारे में जानकारी दी।

April 10, 2014: A Summer health awareness camp was held by PAHAL at Gandhi Sangrahalaya, Patna at which PAHAL Secretary, Dr Diwakar Tejaswi spoke on how to specially take care of the body to prevent dehydration and related complications of heat. He specified on taking precautions from moving out in direct heat during daytime and to keep drinking ORS in order to counter the excessive heat conditions in the state.

हिन्दुस्तान पटना • गुरुवार • 10 अप्रैल 2014

गर्मी में रखें ध्यान, खाली पेट न रहें

पटना | कार्यालय संवाददाता

गर्मी में शरीर पर विशेष ध्यान देने की जरूरत है। क्योंकि इस मौसम में उल्टी- दस्त, वायरल बुखार, चिकेन पॉक्स, हरपिज, पीलिया, टाईफायड, सर्दी खांसी, दमा, चर्म और नेत्र रोग की बीमारियां अधिक होती हैं। यह कहना है डॉ.दिवाकर तेजस्वी का।

वे बुधवार को गांधी संग्रहालय में पहल की ओर से आयोजित कार्यक्रम में बोल रहे थे। उन्होंने कहा कि इस मौसम में शरीर से अधिक पसीना

डॉ.दिवाकर तेजस्वी

निकलने के कारण एलेक्ट्रोलाइटस की कमी हो जाती है जिससे कमजोरी एवं पेट में दर्द होने लगता है। बचाव के लिए जरूरी है कि पेट भरा होना चहिए तथा धूप से बचने का समुचित उपाय किया जाए। शरीर में लवण एवं पानी की कमी होने से होंठ और मुंह सूखने लगते हैं। आंखों में सूखापन, पेशाब में जलन आदि से बचाव के लिए जरूरी है कि अधिक पानी का सेवन किया जाए। उन्होंने कहा कि घर में यदि ओआरएस नहीं हो तो एक लीटर पानी में पांच ग्राम नमक और 20 ग्रमा चीनी का साधारण मिश्रण बना कर सेवन करना चहिए।

दैनिक जागरण पटना, 10 अप्रैल 2014

थोड़ी सी सावधानी, दूर रखे गर्मी के रोग

जासं, पटना : आर्द्रता भरी गर्मी में दस्त-शूल के साथ-साथ वायरल बुखार, चिकेन पॉक्स, हरपीज, पीलिया, टायफाइड, सर्दी-जुकाम एवं दमा की समस्या बढ़ जाती है। अत्यधिक पसीना निकलने से शरीर इलेक्ट्रोलाइट्स की कमी हो जाती है। इससे शरीर में कमजोरी एवं पेटदर्द की शिकायत हो जाती है। उपरोक्त बातें बुधवार को गांधी संग्रहालय में नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ रूरल डेवलपमेंट के प्रशिक्षुओं को स्वास्थ्य की जानकारी देते हुए वरिष्ठ फिजिशियन एवं पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल अप्रोच फॉर लिविंग (पहल) के चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कही।

उपचार

रोग के लक्षण दिखें तो एक पैकेट ओआरएस को एक लीटर पानी में मिलाकर सेवन करें। यदि लवणों को ओआरएस नहीं है तो एक लीटर पानी में 5 ग्राम नमक व 20 ग्राम चीनी मिलाकर उसका सेवन करना चाहिए।

लक्षण

वायरल डायरिया एवं उल्टी के कारण शरीर में लवण व पानी की कमी होने लगती है। उनके होंठ सूखने लगते हैं, बहुत अधिक प्यास लगती है, आंखों में सूखापन होता है और बेचैनी महसूस होती है। पेशाब में जलन एवं पेशाब में कमी हो जाती है। यदि उनकी त्वचा खींची जाए तो उसे अपने स्थान में आने में अपेक्षाकृत ज्यादा समय लगता है।

बचाव

डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि घर से निकलने के पहले पेट भरा होना चाहिए। धूप से बचने को छाते व आंखों पर चश्मे के अलावा हल्के रंग के सूती कपड़े पहनने चाहिए। इस मौसम में रसदार फल जैसे तरबूज, खरबूज, मौसमी, नारंगी के साथ-साथ डाभ का पानी अत्यधिक लाभकारी होता है। इस मौसम में बच्चों को टायफाइड, हेपेटाइटिस ए, फ्लू, चिकेन पाक्स का टीका अवश्य लगवाना चाहिए।

दैनिक भास्कर पटना. गुरुवार. 10 अप्रैल. 2014

गर्मी में रखें स्वास्थ्य का ध्यान

पटना| पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एप्रोच फॉर लिविंग की ओर से बुधवार को गांधी संग्रहालय में नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ रूलर डेवलेपमेंट के प्रशिक्षुओं ने स्वास्थ्य विषयक संगोष्ठी का आयोजन किया गया। इस अवसर पर वरिष्ठ फिजिशियन डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि गर्मी में आद्रता से भरी गर्म हवाओं के कारण होने वाले रोगों में दस्त के साथ वायरल बुखार, चिकन पाक्स, हर्पीज, पीलिया, टाईफाइड के साथ ही दमा की शिकायत बढ़ने की संभावना बढ़ जाती है। ऐसे में बचने के लिए बाहर निकलते समय पेट भरा होना चाहिए व धूप से बचने के लिए छाता और चश्में का प्रयोग करना चाहिए। यदि गर्मी में शरीर में पानी व लवण की कमी होने लगे तो एक लीटर पानी में पांच ग्राम नमक और 20 ग्राम चीनी के मिश्रण का उपयोग करें।

April 14, 2014: With the collaboration of Trans Pacific Classes, PAHAL organized a Voters Awakening Campaign to activate general public and specially youth to vote in large numbers. Dr Diwakar Tejaswi, Medical Director PAHAL urged the youth to vote in large numbers for good government to come to power. This was an initiative to awaken the youth of Bihar towards the importance of voting rights and to use it properly to ensure good governance in wake of the upcoming elections in India. He stressed that it was not only a right but an important duty of all citizens to vote during the election process in our country.

सोमवार • 14 अप्रैल 2014

हिन्दुस्तान

मारो वोट की चोट

लोहिया नगर 11:43 दिन

कंकडबाग लोहिया नगर में पहल एवं ट्रांस पैशेफिक कॉलेज की ओर से आयोजित मतदाता जागरूकता कार्यक्रम में लोगों को वोट देने के लिए जागरूक करती छात्राएं। • हिन्दुस्तान

देश के लिए वोट देने आगे आएं युवा

पटना। स्वयंसेवी संस्था पहल और ट्रांस पैसिफिक क्लासेज ने मतदाता जागरूकता कार्यक्रम आयोजित कर युवाओं को मतदान का महत्व बताया। रविवार को कोचिंग संस्थान के सफल छात्र-छात्राओं को जागरूकता कार्यक्रम में बुलाया गया था। इस मौके पर सफल छात्रों को सम्मानित भी किया गया। संस्थान के डायरेक्टर अनुज कुमार ने युवा छात्रों से वोट देने का आग्रह किया। मुख्य अतिथि के तौर पर बोलते हुए डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि युवाओं को अच्छी सरकार के लिए वोट करना चाहिए। इस मौके पर पीयुष सहाय, पंकज कुमार, विश्वनाथ कुमार, नीजर कुमार और रवि कुमार के अलावा कई गणमान्य लोग मौजूद थे।

i next, Patna, 14 April 2014

PICS: I NEXT

Jago voter jago

वोटिंग को लेकर स्कूल-कॉलेजेज में भी अवेयरनेस कैंपेन जोर पकड़ता जा रहा है. शनिवार को टीवी एक्ट्रेस रतन राजपूत ने पटनाइट्स को वोटिंग के लिए अवेयर किया, तो संडे को एक इंस्टीट्यूट में डॉ दिवाकर तेजस्वी ने यूथ वोटर्स को जगाया...

सहारा | पटना। सोमवार • 14 अप्रैल • 2014

युवा सम्मान और मतदान जागरूकता कार्यक्रम

पटना (एसएनबी)। पहल एवं ट्रांस पैसिफिक क्लासेज द्वारा आयोजित 'युवा सम्मान एवं मतदान जागरूकता कार्यक्रम' का उद्घाटन मुख्य अतिथि डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने किया। इस मौके पर उन्होंने कहा कि प्रतिस्पर्द्धा के इस दौर में संभ्रांत परिवार के युवा बड़े-बड़े प्राइवेट कॉलेजों या विदेशों में पढ़ाई करते हैं और निजी कंपनियों में नौकरी करना पसंद करते हैं। लेकिन निम्न या मध्यम वर्गीय परिवार के युवाओं का रुझान अभी भी सरकारी नौकरी की तरफ ही होता है। हाल ही में आईबीपीएस द्वारा आयोजित पीओ तथा कलर्क का फाइनल रिजल्ट आया है जिसमें ट्रांस पैसिफिक क्लासेज के बहुत सारे छात्रों का चयन हुआ है। इन्हीं युवाओं के सम्मान और उन्हें मतदान के प्रति जागरूक करने के लिए जागरुकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। उन्होंने युवाओं से देश में परिवर्तन के लिए जमकर वोट करने की अपील की। इस मौके पर ट्रांस पैसिफिक क्लासेज के निदेशक अनुज कुमार, पीयूष सहाय, पंकज कुमार, विश्वनाथ कुमार, नीरज कुमार एवं रवि कुमार मौजूद थे।

DB स्टार . PATNA MONDAY 14/ 4/ 2014

कंकड़बाग में मतदाता जागरुकता कार्यक्रम

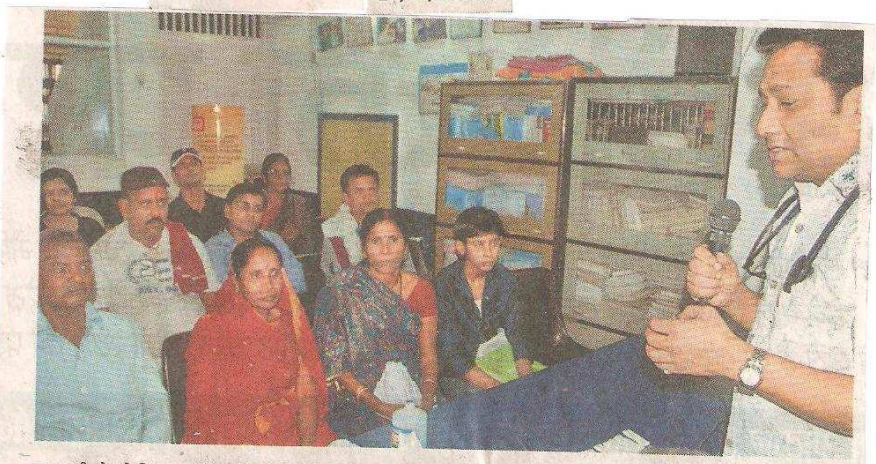
डीबी स्टार » पटना

मतदान हर नागरिक का अधिकार ही नहीं कर्तव्य है। यह बातें रविवार को कही जा रही थीं ट्रांस पैसिफिक क्लासेज की ओर से मतदाता जागरुकता शिविर सह युवा सम्मान समारोह में। समारोह संस्थान के पंचशिव मंदिर रोड कंकड़बाग स्थित कार्यालय में आयोजित किया गया था। पहल के डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने युवाओं से मतदान करने की अपील की। कार्यक्रम का आयोजन पहल और ट्रांस पैसिफिक क्लासेज की ओर से संयुक्त रूप से किया गया था। इसमें क्लासेज के विभिन्न प्रतियोगी परीक्षाओं में सफल छात्रों को डॉ. तेजस्वी के हाथों सम्मानित किया गया।

कंकड़बाग पंचशिव मंदिर के पास आयोजित कार्यक्रम में उमड़ी भीड़।

April 16, 2014: PAHAL had organized a free Hepatitis B testing camp at its centre at Nema Place, Exhibition Road. Around 130 patients were tested free of cost and made aware of the precautionary measures against the disease. The people tested free of cost at the camp were also made aware of the importance of performing their duty by exercising their votes during the upcoming elections in India. They were urged by PAHAL Secretary Dr Diwakar Tejaswi to undertake a pledge to vote and exercise their rights.

DB STAR . PATNA THURSDAY 17/ 4/ 2014



पहल की ओर से निःशुल्क हेपेटाइटिस बी जांच शिविर में जानकारी देते डॉ. दिवाकर तेजस्वी।

HEALTH CAMP

डीबी स्टार » पटना

पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एप्रोच फॉर लिविंग (पहल) ने बुधवार को निःशुल्क हेपेटाइटिस बी की जांच शिविर का आयोजन किया। पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि कैंप की खासियत यह रही कि यहां आए लोगों ने प्रण लिया कि वे 17 अप्रैल को वोट देंगे और दूसरे को भी वोट देने के लिए प्रोत्साहित करेंगे। उन्होंने ने बताया कि हेपेटाइटिस बी का संक्रमण हमारे समाज में तेजी से फैलता जा रहा है। करीब 5 से 6 प्रतिशत लोग संक्रमण की चपेट आ गये हैं और इससे होने वाला रोग लीवर में सूजन के साथ-साथ सिरोसिस एवं लीवर कैंसर को अंजाम दे सकता है। उन्होंने इसके बचाव के लिए टीकाकरण को जरूरी बताया। हेपेटाइटिस बी वायरस के संक्रमण से होता है। बच्चे को संक्रमण से बचाने के लिए हेपेटाइटिस बी इम्युनोग्लोबिन की सुई 12 घंटे के भीतर लेनी चाहिए। जांच में दो लोग पॉजीटिव पाए गए।

पहल की ओर से शिविर का आयोजन

THE TIMES OF INDIA, PATNA * WEDNESDAY, APRIL 16, 2014

PAHAL: Free Hepatits B check-up camp, Nema Place, Exhibition Road, 11.30am

पटना, 16 अप्रैल 2014 दैनिक जागरण

- पहल की ओर से नि:शुल्क हेपेटाइटिस बी जांच शिविर।

स्थान : डा दिवाकर तेजस्वी क्लीनिक।

समय : 11:30 बजे।

* THE TIMES OF INDIA, PATNA THURSDAY, APRIL 17, 2014

Health camp: Over 100 people were checked for hepatitis B free of cost on Wednesday at Dr Diwakar Tejaswi's clinic under the banner of Public Awareness for Healthful Approach for Living. The people checked at the camp also took a pledge to vote on April 17.

पटना, गुरुवार, 17 अप्रैल 2014

प्रत्यूष नवबिहार

मतदान के प्रोत्साहन के लिए हेपेटाईटिस-बी जांच शिविर

कार्यालय संवाददाता पटना

■ फ्री चेकअप कराओ और वोट दो

पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एपरोच फॉर लिविंग के तत्वाधान में मतदान के प्रोत्साहन के लिए निःशुल्क हेपेटाईटीस-बी की जांच का आयोजन डॉ तेजस्वी क्लिनिक में कि गया। इस अवसर पर पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ तेजस्वी ने बताया कि कैंप की खासियत यह है कि जो भी यहां फ्री चेकअप के लिए आए, उन्होंने प्रण लिया कि वे 17 अप्रैल को वोट देंगे। उन्होंने यह भी कहा कि वोट देना हमारा हक है। हमें चाहिए कि हम दूसरों को भी वोट देने के लिए प्रोत्साहित करें। इससे हमारे वोट की दर बढ़ेगी। लोगों को अवेयर करने के उद्देश्य से हम यह हेल्थ कैंप लगाएँ है। इस अवसर पर डॉ तेजस्वी ने हेपेटाईटिस-बी का संक्रमण हमारे समाज में तेजी से फैलता जा रहा है एवं करीब 5 से 6 प्रतिशत लोग इसकी संक्रमण की चपेट में हैं। हेपेटाईटिस-बी लिवर में सूजन के साथ-साथ सिरोसिस एवं लिवर कैंसर को अंजाम दे सकता है, जो जानलेवा होता है। इससे बचाव का सर्वोत्म उपाय हेपेटाईटिस-बी के विरूल टीकाकरण है। डॉ तेजस्वी ने बताया कि यह रोग हेपेटाईटिस-बी वायरस के संक्रमण से होता है। इस शिविर में लगभग 100 लोगों की निःशुल्क जांच की गई।

पटना, 17 अप्रैल 2014 दैनिक जागरण

शिविर में हेपेटाइटिस बी की जांच करते डॉ. दिवाकर तेजस्वी व अन्य जागरण

मतदान प्रोत्साहन को नि:शुल्क हेपेटाइटिस बी जांच शिविर

पटना : पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल अप्रोच फॉर लिविंग (पहल) के तत्वावधान में मतदान हेतु लोगों को प्रोत्साहित करने के लिए बुधवार को डॉ. दिवाकर तेजस्वी के क्लिनिक में हेपेटाइटिस बी जांच शिविर का आयोजन किया गया। डॉ. दिवाकर ने बताया कि शिविर में आए लोगों ने संकल्प लिया कि वे 17 अप्रैल को अवश्य मतदान करेंगे। वोट देना हमारा हक है, हमें दूसरों को भी मतदान के लिए प्रोत्साहित करना चाहिए।

गुरुवार • 17 अप्रैल 2014

हिन्दुस्तान

मरीजों ने मतदान का लिया संकल्प

पटना | कार्यालय संवाददाता

पब्लिक अवेयरनेस फार हेल्थफल एप्रोच फार लिविंग द्वारा एक्जीविशन रोड में हेपेटाइटिस बी की जांच के लिए शिविर का आयोजन किया गया। संस्था के चिकित्सा निदेशक डा. दिवाकर तेजस्वी ने शिविर में आए मरीजों को 17 अप्रैल को मतदान करने का संकल्प दिलाया।

शिविर में 55 लोगों की जांच की गई जिसमें चार में बीमारी के लक्षण पाया गया। डा. तेजस्वी ने बताया कि इस बीमारी का शुरू में ही उपचार करा लिया जाए तो बेहतर है अन्यथा लीवर में सूजन के साथ-साथ सिरोसिस एवं लीवर कैंसर जैसी बीमारियां भी हो सकती हैं। यह बीमारी संक्रमित व्यक्ति के ब्लड टांसफ्यूजन, असुरक्षितसीरिंज, कान छेदना, गोदना गोदवाना, संक्रमति व्यक्ति से असुरक्षित यौन संबंध तथा संक्रमित मां द्वारा स्तनपान से होती है। इसके कारण, लक्षण और बचाव के तरीके बताए।

जागरुकता के लिए निगम ने दिलाए निशुल्क होर्डिंग

पटना। चुनाव में लोगों की ज्यादा से ज्यादा भागीदारी हो सके इसके लिए कई सरकारी और प्राइवेट कंपनियों और संस्थाओं ने अपनी ओर से कुछ प्रयास किए। इसमें पटना नगर निगम भी पीछे नहीं रहा। निगम ने जागरुकता के लिए प्रचार करने के लिए प्रशासन को शहर के 51 मुख्य जगहों पर होर्डिंग और बैनर लगाने की जगह उपलब्ध कराई। ये जगह निशुल्क दिए गए। पहले इन स्थलों पर प्राइवेट विज्ञापन एजेंसियों के विज्ञापन थे। नगर आयुक्त ने निगम की शक्तियों का हवाला देते हुए 15 दिनों के लिए ये होर्डिंग बैनर लगाने के लिए जगह उपलब्ध कराया।

April 24, 2014: On the eve of World Malaria Day, PAHAL organized a Malaria Awareness Camp to make general public aware of the dangers of this deadly disease and how to safeguard from the same. Medical Director of PAHAL, Dr Diwakar Tejaswi personally explained to the people present about Malaria Transmission Cycle and elucidated on the symptoms of malaria and how to take precautionary measures against this disease. He stressed on the dangers of cerebral malaria and urged people to take care against mosquito bites. Dr Tejaswi also pointed out that pregnant ladies are more prone to malaria and hence should be more alert and take precautions against the same. He stated that the theme for Malaria Day 2014 and coming years is "Invest in the future: Defeat Malaria".

प्रभात खबर
पटना, गुरुवार, 24 अप्रैल, 2014
www.prabhatkhabar.com
■ मलेरिया अवेयरनेस कैंप, डॉ दिवाकर तेजस्वी क्लिनिक, एक्जीबिशन रोड, 11.30 बजे

पटना, 24 अप्रैल 2014 दैनिक जागरण
■ पहल द्वारा मलेरिया जागरूकता शिविर
स्थान : डा. तेजस्वी क्लीनिक
समय : 11:30 बजे।

हिन्दुस्तान
पटना • गुरुवार • 24 अप्रैल 2014
विश्व मलेरिया दिवस पर जागरूकता कैम्प : पहल, स्थान- डॉ. दिवाकर तेजस्वी क्लिनिक, समय- 11.30बजे

THE TELEGRAPH THURSDAY 24 APRIL 201
■ The non-government organisation, Pahal, will organise a malaria awareness camp on the eve of World Malaria Day, Dr Diwakar Tejaswi's clinic, Kadamkuan, 11.30am. The theme for Malaria Day 2014 and in the coming years is "Invest in the future: Defeat malaria".

THE TIMES OF INDIA, PATNA
THURSDAY, APRIL 24, 2014
PAHAL: Malaria awareness camp, Dr Diwakar Tejasvi's clinic, Exhibition road, 11.30am

i next, Patna, 25 April 2014

Prevention needs more attention

» सरकारी कार्यक्रम की कमजोर व्यवस्था के कारण दशकों बाद भी मलेरिया का खतरा

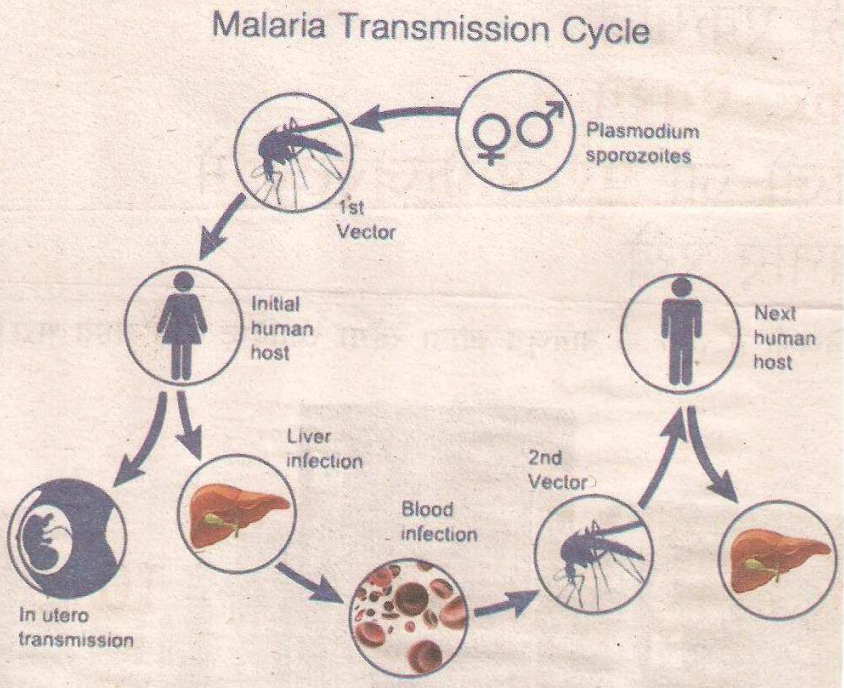
World Malaria Day Today

SPECIAL

patna@inext.co.in

PATNA (24 April): पटना में भले ही मलेरिया का गंभीर खतरा न हो लेकिन स्थिति को संतोषजनक नहीं कहा जा सकता. इसके बेहतर रोकथाम के लिए अभी भी काम बाकी है. पीएमसीएच के एक सर्वे के मुताबिक मच्छरों में डीडीटी व अन्य कीटनाशकों से रेसिस्टेंट हो चुका है. ऐसे में इनके प्रसार को रोकना एक बड़ी चुनौती हो सकती है. बढ़ती आबादी, कूड़े का खराब मैनेजमेंट और इन सभी से गंभीर बात जगह-जगह जलजमाव. इसके कारण जहां-जहां पानी कई दिनों तक जमा रहता है, उनमें मलेरिया के मच्छरों के लिए एक ब्रीडिग ग्राउंड बन रहा है. पटना में मलेरिया के सबसे अधिक केसेज राजेन्द्र नगर के सैंदपुर इलाके में है. यहां मोइनुल हक स्टेडियम के आस-पास के इलाकों में जलजमाव और जगह-जगह कूड़े के जमा होने से इसका फैलाव होता है.

CONCEPT



For your information

पटना में क्या है स्थिति

डिस्ट्रिक्ट मलेरिया ऑफिसर डॉ राजकुमारी ने बताया कि यहां दो मेडिकल कॉलेज एवं हॉस्पीटलों में इसकी जांच और ट्रीटमेंट की व्यवस्था है. पटना में मलेरिया के कोई गंभीर खतरा जैसी कोई बात नहीं है, पर पटना मेंटेनेंस फेज में रखा गया है, वही पीएमसीएच में कम्यूनिटी मेडिसिन डिपार्टमेंट की हेड डॉ रश्मि सिंह ने बताया कि यहां जेनरल और सेलेब्रल मलेरिया-दोनों के ही केसेज आते हैं, जिसमें सेलेब्रल मलेरिया के केसेज एटीसी यानी आर्टिमेंनसिनीन कॉम्बीनेशन थेरेपी के तहत ट्रीटमेंट होता है. सामान्य केस में ट्रीटमेंट में क्लोरोक्वीन का यूज किया जाता है, वही सेलेब्रल मलेरिया में ड्रग का कॉम्बीनेशन दिया जाता है. यह पीएमसीएच और एनएमसीएच में अवेलेबल है. सिविल सर्जन डॉ केके मिश्रा ने बताया कि सभी 23 पीएचसी में इसकी आइडेंटिफिकेशन और ट्रीटमेंट की व्यवस्था है. लोगों को भी इसके बचाव के लिए अवेयर रहना चाहिए और आस-पास पानी जमा न होने दें.

पटना में मलेरिया के केसेज

साल	मामले
2012	12
2013	32
2014	अभी तक एक भी नहीं

सेलेब्रल मलेरिया है सबसे खतरनाक बीमारी

मलेरिया मादा एनाफिलीज मच्छर के काटने से फैलता है. इसके चार प्रकार हैं, जो परजीवी से फैलता है. प्लाजमोडियम वाइवैक्स, पी फालसिपेरम, पी मैलरी और पी ओवेल. आम बोलचाल की भाषा में इसे समझें, तो एक जेनरल मलेरिया केस होता है और दूसरा अत्यंत घातक सेलेब्रल मलेरिया, जिसे दिमागी बुखार या मस्तिष्क ज्वर भी कहा जाता है. अगस्त 2009 में मुंगेर में इसके 666 केसेज पाए गए थे, जिनमें से छह की मौत हो गई थी.

Symptoms of Malaria

कई दिनों से तेज बुखार, मेंटली अवेयर न होना, वीकनेस, बेहोशी या कोमा में चले जाना, सांस लेने में तकलीफ, एनीमिक होना, दौरे पड़ना, बहुत उल्टियां और पेशाब गहरे काले या लाल रंग का होना या कम होना आदि.

गर्भवती महिलाओं को मलेरिया का खतरा अधिक

आमलोगों की तुलना में गर्भवती महिलाओं को मलेरिया का खतरा अधिक होता है. यह इसलिए भी जरूरी है कि ऐसे केस में दो जान यानी जच्चा और बच्चा दोनों ही रिस्क में होते हैं. इसके बचाव के लिए खास ध्यान दिया जाना चाहिए. यह बातें गुरुवार को पहल के डायरेक्टर डॉ दिवाकर तेजस्वी ने मलेरिया अवेयरनेस प्रोग्राम में कहीं. उन्होंने कहा कि अगर कोई मलेरिया प्रभावित क्षेत्र में रह रहा है, तो इसके बचाव के लिए खासतौर पर अलर्ट रहने की जरूरत है. मलेरिया फैलाने वाले मच्छरों से बचाव के लिए मच्छरदानी, मच्छर भगाने वाले ऑयल व क्रीम आदि का यूज करना चाहिए. मलेरिया एंटीजीन का पता लगाने के लिए डिपस्टिक टेस्ट कराया जाता है. यह एक आसान तरीका है. अपने आस-पास पानी जमा न होने दे और कूलर को भी साफ रखें.

सरकारी आंकड़े खुद बताते हैं कि 1960 के दशक में इंडिया में मलेरिया खत्म होने के कगार पर था जबकि साल 2008 में देश में इसके 15 लाख से ऊपर इसके केसेस रिपोर्ट किए गए.

प्रत्यूष नवबिहार पटना, 25 अप्रैल, शुक्रवार, 2014
www.pratyushnavbihar.com

विश्व मलेरिया दिवस की पूर्व संध्या पर जागरूकता कार्यक्रम

गर्भवती महिलाएं मलेरिया से रहे सावधानः डॉ तेजस्वी

कार्यालय संवाददाता पटना

विश्व मलेरिया दिवस के पूर्व संध्या पर पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एपरोच फॉर लिविंग के द्वारा जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन डॉ दिवाकर तेजस्वी के क्लिनिक में किया गया। इस अवसर पर डॉ तेजस्वी ने बताया कि मलेरिया मादा एनाफिलीज नामक मच्छर के काटने से फैलता है। इस अवसर पर डॉ. तेजस्वी ने बताया कि गर्भवती महिलाओं में मलेरिया होने की संभावनाएं ज्यादा होती है। क्योंकि गर्भावस्था में महिलाओं का इम्न्यू सिस्टम कमजोर रहता है। इस अवस्था में मादा एनाफिलीज मच्छर के काटने पर तेजी से प्रभाव होता है। इसलिए गर्भवस्था महिलाओं को मच्छरों से बचना चाहिए। उन्होंने बताया कि मलेरिया के चार प्रकार के परजीवी प्लाज्मोडियम वाइवैक्स, पी-फाल्सीपेरम, पी-मलैरी, पी-ओवेल है। पी-फाल्सीपेरियम से हुआ संक्रमण मलेरिया का सबसे घातक प्रकार है। यह सेलेब्रल मलेरिया कर सकता हैं।

मलेरिया के लक्षण

कई दिनों से आने वाले तेज बुखार केअलावा मस्तिक का सजग न रहना, अत्यधिक कमजोरी महसूस होना, बेहोशी या कोमा में चले जाना, सांस लेने में तकलीफ, गंभीर रूप से एनीमिया (ख़ून की कमी) से ग्रस्त होना, दौरे पड़ना, बहुत ज्यादा उल्टियां होना, पेशाब गहरे काले व लाल रंग का होना या फिर कम पेशाब होना।

मलेरिया से बचाव

मच्छरों की रोकथाम के लिए मच्छरदानी, मच्छर भगाने वाले ऑयल, क्रीम का इस्तेमाल, जहां आप रहते है वहां आसपास पानी जमा न होने दें, पानी को हमेशा ढंक कर रखें। यदि घर के आसपास पानी इकट्ठा रहता हैं, वहां केरोसिन या पेट्रोल का छिड़काव करें। मच्छर भगाने वाले क्वॉइल का प्रयोग करे, पानी की टंकियों और कूलर आदि को नियमित रूप से साफ-सफाई रखनी चाहिए।

मच्छरों पर कैसे पाएं नियंत्रण

मच्छरों के प्रजनन स्थलों को नष्ट कर-के मलेरिया पर बहुत नियंत्रण पाया जा सकता है। जमे हुए पानी में मच्छर अपना प्रजनन करते हैं। ऐसे पानी की जगहों को ढक कर रखना, सुखा देना या बहा देना चाहिये या पानी की सतह पर तेल डाल देना चाहिये। जिससे मच्छरों के लारवा सांस न ले पाएं। जो मलेरिया परजीवी को पलने नहीं देंगे।

आज पटना, शुक्रवार, २५ अप्रैल, २०१४

गर्भवती महिलाएं मलेरिया से रहें सावधान : डॉ. तेजस्वी

विश्व मलेरिया दिवस (२५ अप्रैल) की पूर्व संध्या पर जागरूकता कार्यक्रम

पटना (आससे)। विश्व मलेरिया दिवस (२५ अप्रैल) के पूर्व संध्या पर पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एपरोच फॉर लिविंग (पहल) के तत्वावधान में जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस अवसर पर पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि मलेरिया मादा एनाफिलीज नामक मच्छर के काटने से फैलता है। मलेरिया के चार प्रकार के परजीवी प्लाज्मोडियम वाइवैक्स, पी. फाल्सीपेरम, पी. मलैरी, पी. ओवेल है। डॉ. तेजस्वी ने मलेरिया के लक्षण के संबंध में बताया कि कई दिनों से आने वाले तेज जाड़ा-बुखार के अलावा मस्तिष्क का सहग न रहना, अत्यधिक कमजोरी महसूस होना, बेहोशी या कोमा में चले जाना, सांस लेने में तकलीफ, खून की कमी होना, दौरे पड़ना, बहुत ज्यादा उल्टियां होना, पेशाब गहरे काले व लाल रंग का होना या फिर कम पेशाब होना। उन्होंने बताया कि मलेरिया के लक्षणों के प्रकट होने पर अपने डॉक्टर से सलाह लें एवं रक्त परीक्षण करायें।

इस मौके पर डॉ. तेजस्वी ने बताया कि गर्भवती महिलाओं में मलेरिया होने की ज्यादा संभावनाएं होती है। ऐसी स्थिति में मलेरिया करने वाले प्लाज्मोडियम २० से ३० डिग्री से.ग्रे. पर बीमारी फैलाने की क्षमता रखते है। मलेरिया के मच्छर ६० फीसदी आद्रर्ता से अधिक होने पर अत्यधिक सक्रिय रहते है।

दैनिक भास्कर पटना . शुक्रवार. 25 अप्रैल, 2014

विश्व मलेरिया दिवस आज

मलेरिया से सतर्क रहें गर्भवती महिलाएं

भास्कर न्यूज | पटना

गर्भवती महिलाओं को मलेरिया से पीड़ित होने की आशंका अधिक रहती है। गर्भवती को मलेरिया होने पर गर्भ में पल रहे बच्चों को भी नुकसान पहुंच सकता है।

यह कहना है पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी का। वे विश्व मलेरिया दिवस की पूर्व संध्या पर आयोजित जागरूकता कार्यक्रम को संबोधित कर रहे थे। मलेरिया के प्रति जागरूक करने के लिए हर साल 25 अप्रैल को विश्व मलेरिया दिवस का आयोजन किया जाता है। उन्होंने कहा कि 1960 में मलेरिया का खात्मा हो गया था। पर 2008 में भारत वर्ष में 15 लाख से अधिक मामले सामने आए थे।

इसमें खतरनाक (प्लाजमोडियम फैल्सिपेरम) मलेरिया के मामले अधिक थे। उन्होंने बताया कि मच्छरों से हर हाल में बचाव करना चाहिए। घर में मच्छरदानी लगाकर सोना चाहिए। इसके अलावा मच्छर भगाने वाले हर उपाय किए जाने चाहिए। कोशिश हो कि घर या आसपास में मच्छर उत्पन्न नहीं हो। यदि मलेरिया लक्षण ठंड लगकर तेज बुखार, कमजोरी, सांस लेने में तकलीफ, उल्टी, पेशाब काला या लाल हो तो तुरंत जांच करा लेनी चाहिए। देर होने पर मरीज की हालत गंभीर हो जाती है।

प्रभात खबर पटना, शुक्रवार, 25 अप्रैल, 2014 www.prabhatkhabar.com

गर्भवती महिलाएं मलेरिया से रहें सावधान :डॉ दिवाकर

पटना. विश्व मलेरिया दिवस की पूर्व संध्या पर पहल ने जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया. आयोजन डॉ दिवाकर तेजस्वी की क्लिनिक में हुआ. डॉ तेजस्वी ने बताया कि मलेरिया मादा एनाफिलीज मच्छर के काटने से होता है. गर्भवती महिलाओं में मलेरिया होने की संभावना अधिक होती है. मलेरिया करने वाले प्लाजमेडियम 20 से 30 डिग्री से.ग्र. पर बीमारी फैलने की क्षमता रखते हैं. मलेरिया के मच्छर 60 प्रतिशत आद्रता से अधिक होने पर अत्यधिक सक्रिय रहते हैं.

शुक्रवार • 25 अप्रैल 2014 हिन्दुस्तान

अधिक मच्छर वाले इलाके में रहें सावधान

पटना | कार्यालय संवाददाता

यदि आप अधिक मच्छरवाले इलाकें में हों तो सावधान रहिए क्योंकि ये मच्छर मलेरिया के कारण हो सकते हैं। बचाव के उपाय करना चाहिए वरना छोटी सी लापरवाही जानलेवा हो सकता है। विश्व मलेरिया दिवस की पूर्व संध्या पर गुरुवार को एक्जीविशन रोड स्थित पहल संस्था के कार्यालय में आयोजित जागरूकता शिविर में ये बातें डा. दिवाकर तेजस्वी ने कही।

उन्होंने कहा कि मलेरिया चार प्रकार का होता है जिसमें सबसे घातक सेलेब्रल मलेरिया है। उन्होंने कहा कि मलेरिया में तेज जाड़ा करके बुखार, कमजोरी, बेहोशी या कोमा में चले जाने, सांस लेने में परेशानी, खून की कमी आदि होता है।

उन्होंने बचाव के लिए मच्छरदानी, मच्छर भगाने के लिए आयल, क्रीम का इस्तेमाल, नीम का तेल का इस्तेमाल करने की सलाह दी। कहा कि 1960 के दशक में यह बीमारी खत्म हो गई थी लेकिन 2008 के बाद फिर तेजी से बढी है। 2008 से अब तक लगभग 15 लाख लोग इस बीमारी से पीड़ित हुए हैं।

विश्व मलेरिया दिवस

- पूर्व संध्या पर जागरूकता शिविर
- बचाव है सबसे बेहतर इलाज

1960 के दशक में खत्म हो गई थी यह बीमारी

2008 से अब तक करीब 15 लाख लोग हुए पीड़ित

पटना, 25 अप्रैल 2014 दैनिक जागरण

एटम बम से खतरनाक होते हैं मलेरिया मच्छर

जागरण संवाददाता, पटना : कई दिनों तक कंपकंपी के साथ तेज बुखार, मस्तिष्क का सजग न रहना, अत्यधिक कमजोरी लगना, बेहोशी या कोमा की स्थिति, सांस लेने में तकलीफ, एनीमिया, दौरे पड़ना, उल्टियां होना, पेशाब गहरे काले, लाल रंग की होना या कम होना जैसे लक्षण दिखें तो यह मलेरिया हो सकता है। यदि इनमें से कुछ लक्षण हों तो डॉक्टर से परामर्श लें और रक्त जांच कराएं।

विश्व मलेरिया दिवस

विश्व मलेरिया दिवस की पूर्व संध्या पर गुरुवार को पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल अप्रोच फार लिविंग (पहल) के जागरूकता कार्यक्रम में ये बातें डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कहीं। उन्होंने बताया कि मलेरिया मादा एनाफिलिज नामक मच्छर के काटने से फैलता है। इसके प्लाजमोडियम वाइवैक्स, पी. फाल्सीफेरम, पी मलैरी व पी ओवेल नामक चार परजीवी के कारण होता है। पी फाल्सीफेरम से हुआ सेरेब्रल मलेरिया सबसे घातक होता है और जानलेवा हो सकता है। यदि मलेरिया के ज्यादा प्रकोप वाले क्षेत्र में जा रहे हैं तो यात्रा के दो सप्ताह पहले डॉक्टर से सलाह लें। डॉ. दिवाकर ने कहा कि गर्भवती महिलाओं को मलेरिया होने की आशंका काफी ज्यादा होती है।

भयावहता आंकड़ों में

- मलेरिया करने वाले प्लाजमोडियम 20 से 30 डिग्री सेंटीग्रेड पर बीमारी फैलाने की क्षमता रखते हैं।
- मलेरिया के मच्छर 60 प्रतिशत आर्द्रता से अधिक होने पर सक्रिय रहते हैं।
- भारत से 1960 में करीब-करीब मलेरिया का खात्मा हो चुका था।
- 2008 में देश में 15 लाख से अधिक लोगों को मलेरिया हुआ।
- पी फाल्सीफेरम मलेरिया मस्तिष्क ज्वर की प्रतिशतता 1995 में 38 फीसद से बढ़ कर 2008 में 50 प्रतिशत हो गया।
- 2008 में मुंगेर में सेरेब्रल मलेरिया के 666 रोगी पाए गए, इसमें से 25 की मौत हो गई।

THE TIMES OF INDIA, PATNA * FRIDAY, APRIL 25, 2014

Awareness camp: Use of mosquito nets, mosquito repellent cream and oils and 'neem' oil were listed as the most effective ways to avoid malaria, at an awareness camp organized by PAHAL on the eve of World Malaria Day.

PAHAL ongoing Programmes:

- **Health Awareness and screening Camps**- We are organising health awareness and screening camp on regular basis at the various places in Patna and adjacent (Rural places) including schools, colleges, slums etc., to serve the community. We provide screening of HIV, Hepatitis B and C, Heart Disease, Oral Cancer, Asthma, Blood Pressure, Diabetes, Body Mass Index (BMI), Bone Mineral Density (BMD) etc.
- **HIV/AIDS Awareness and Training programme**- We provide training on HIV/AIDS to nursing staff and lab technician. To make the general people and students of schools and colleges aware about HIV/AIDS, we conduct such awareness programme at school and college premises and among the truckers, migrants and villagers. We focus to remove the stigma and discrimination prevailing in our society.
- **Free Hearing Aid and free Ear Operation to Hearing Impaired poor person**- We organize screening camp for hearing impaired and provide free hearing aid and free ear operation to 10 to 15 selected hearing impaired poor persons every year.
- **Gyanshree Scholarship Scheme**- Under the scholarship scheme, PAHAL provides the partial financial support to the 10 selected poor students of the community for their primary education.
- **Healthy Baby Show**- PAHAL organises the healthy baby show time to time, to make the mother aware about the baby's health and hygiene and also focuses on the benefit of the breast feed.
- **PAHAL Honour the good deed done in the field of HIV** - PAHAL honoured the women living with HIV/AIDS for their good deeds in the society. PAHAL also honoured the doctors who have done the surgery of a pregnant HIV positive woman.
- **Blood Donation**- PAHAL organises Voluntary Blood Donation Camp to serve the people.
- **Nukkad Natak**- PAHAL tries to spread awareness about the different health issues with the help of Nukkad Natak. It is the way to spread the message to masses.
- **Health and Literacy Center**- PAHAL established the health and literacy centre at village Bir. It is basically established to make the poor women and girls of village literate and also make them aware about health and hygiene related issues.
- **Free X-ray for old and poor people**- Free X-ray provided to old and poor people.
- **Free Cataract Surgery for underprivileged –** Cataract surgery and lens implantation to the poor is done free of cost.
- **Free OPD for Poor patients with free medicines**

PAHAL Activity Report for the month of May 2014

May 1, 2014: PAHAL took up an initiative to make general public aware about chicken pox and the preventions against spread of this dreaded disease. With the advent of summer, chicken pox seems to be spreading very fast , more so due to people not being aware of the precautions against this disease. PAHAL Medical Director, Dr Diwakar Tejaswi urged people to get children and non affected people vaccinated against chicken pox. People affected should take anti-viral and anti-allergic medications apart from use of soothing medical lotions on affected areas.

दैनिक भास्कर पटना. गुरुवार. 1 मई, 2014

चिकेन पॉक्स में चेहरा नहीं नोचें

पटना। चिकेन पॉक्स संक्रमण से होने वाली एक बीमारी है। यह वेरिसेला जोस्टर नामक विषाणु से होती है। संक्रमण में बुखार, घबराहट, दर्द के साथ 24 घंटे के अंदर फोफले युक्त दोहरे निकल आते हैं। रोगी को एंटी वायरल, एंटी एलर्जिक दवा दी जाती है।

ये बातें पब्लिक अवेयनेस फॉर हेल्थफुल एप्रोच फॉर लिविंग के चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने बुधवार को बयान जारी कर कही। उन्होंने बताया कि इलाज के दौरान किसी भी तरह की असावधानी नहीं करनी चाहिए। रोगी को अन्य स्वास्थ्य लोगों के संपर्क से बचना चाहिए। चिकेन पॉक्स के बचाव के लिए बाजार में प्रभावी टीका मौजूद है। चेहरे पर नाखून से खुजली नहीं करनी चाहिए इससे चेहरे पर दाग रह जाता है।

THE TELEGRAPH THURSDAY 1 MAY 2014

Pox safety

Patna: Non-government organisation Pahal has urged people to take precautions to prevent spread of chicken pox.

सहारा पटना। बृहस्पतिवार • 1 मई • 2014

अस्पतालों में बढ़ रहे चिकेन पॉक्स के मरीज

पटना (एसएनबी)। गर्मी के मौसम में चिकेन पॉक्स के खतरे काफी बढ़ जाते हैं। इन दिनों राजधानी के सभी छोटे-बड़े अस्पतालों में चिकेन पॉक्स के मरीज देखे जा रहे हैं। इसका सही इलाज नहीं होने पर यह बच्चों में कई तरह की जटिलताएं पैदा करता है। कई बार जब यह बीमारी विकराल रूप लेती है तो गांव के गांव इसकी चपेट में आ जाते हैं। ऐसे में इसका समुचित इलाज व बचाव बेहद जरूरी है।

इस संबंध में 'पहल' के चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी बताते हैं कि चिकेन पॉक्स वेरिसेला जोस्टर विषाणु द्वारा फैलता है। यह संक्रामक रोग है तथा समय रहते इलाज कराने से बच्चों में कंप्लीकेशन के खतरे काफी कम हो जाते हैं। इसके उपचार के लिए एंटी वायरल दवा, एंटी एलर्जिक दवा, चकत्ते के लहर को कम करने के लिए कालामाइन लोशन, चकत्ते को किसी अन्य बैक्टीरियल संक्रमण से बचाने के लिए एंटीबायोटिक का सेवन किया जाना चाहिए।

■ लक्षण : बुखार, घबराहट और दर्द, संक्रमण के 24 घंटे के अंदर फफोले का निकलना।

■ कैसे फैलती है बीमारी : संक्रमण का स्रोत चिकेन पॉक्स से संक्रमित व्यक्ति होता है, यह वायरस नाक तथा गले के स्राव तथा त्वचा के फफोलों और रक्त में रहता है. रोगी में फफोले निकलने के एक-दो दिन पहले से चार-पांच दिन बाद तक इस रोग का संक्रमण फैल सकता है।

■ बचाव के उपाय : रोगी को एक सप्ताह तक अलग रखना चाहिए, रोगी द्वारा उपयोग की गई वस्तुओं का विसंक्रमण, फफोले पर नाखून से खुजली नहीं करनी चाहिए अन्यथा इससे चेहरे व अन्य स्थानों पर दाग रह सकते हैं।

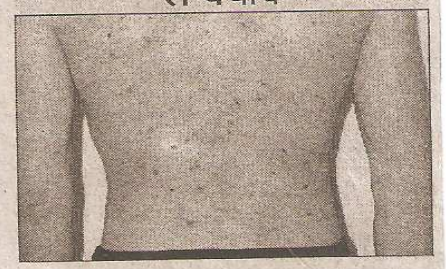
प्रत्यूष नवबिहार
पटना, गुरुवार, 01 मई 2014
www.pratyushnavbihar.com

चिकेन पॉक्स का बढ़ रहा प्रकोप

कार्यालय संवाददाता पटना

राजधानी में चिकेन पॉक्स का प्रकोप तेजी से फैल रहा है। प्रतिदिन अस्पतालों में मरीज इलाज के लिए आ रहे हैं। चिकेन पॉक्स से बचने के बारे में बताते हुए डॉ दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि चिकेन पॉक्स वेरिसेला जोस्टर विषाणु द्वारा फैलने वाला एक तीव्र संक्रामक रोग है। इससे पीड़ित मरीजों को दोदरे पर नाखुन से नही खुजली करनी चाहिए अन्यथा इससे चेहरे व अन्य स्थानों पर दाग रह जा सकते हैं। उन्होंने बताया कि चिकेन पॉक्स के विरुद्ध एक प्रभावी टीका भी उपलब्ध है। जिसे बच्चों एवं व्यस्कों को ले लेना चाहिए। बच्चों के अपेक्षा गर्भवती महिलाओं एवं व्यस्कों में इस बीमारी कि तीव्रता अधिक होती है। इसके लक्षण मे बुखार, घबराहट, दर्द एवं संक्रमण के 24 घंटे के अन्दर फफोले निकलना है। संक्रमण का स्रोत चिकेन पॉक्स रोग से संक्रमित व्यक्ति होता है। यह वायरस नाक तथा गले के स्राव तथा त्वचा के ददोरों एवं रक्त में रहता है। रोगी ददोरे निकलने के एक दो दिन पहले से

सावधानी ही चिकेन पॉक्स से बचाव



चार-पांच दिन बाद तक इस रोग का संक्रमण दूसरे को फैला सकता है।' इसलिए इस दौरान रोगी को लगभग एक सप्ताह तक अलग रखना चाहिए तथा रोगी द्वारा उपयोग की गई वस्तुओं का विसंक्रमण करना चाहिए। इसके उपचार के लिए एंटी वायरल दवा, एंटी एलर्जिक दवा, दोदरे के लहर को कम करने के लिए कालामाइन लोशन, दोदरे पर किसी अन्य बौक्टेरियल संक्रमण से बचाने के लिए एनटीवाईटीक का सेवन किया जाना चाहिए।

हिन्दुस्तान पटना • शनिवार • 03 मई 2014

चिकेनपॉक्स के प्रति बरतें सावधानी

पटना। चिकेन पॉक्स के बढ़ते प्रकोप को देखते हुए पहल संस्था ने शुक्रवार को जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया। पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि इस बीमारी में मरीज को एंटी वायरल दवा, एंटी एलर्जिक दवा, दोदरे के लहर को कम करने के लिए कालामाइन लोशन, दोदरे पर किसी अन्य प्रकार के वैक्टीरियल संक्रमण से बचाव के लिए एनटीबायोटिक का सेवन करना चाहिए।

May7, 2014: On the occasion of World Aids Day, Dr Diwakar Tejaswi – Medical Director, PAHAL addressed a gathering of government officials, workers from State Aids Society and general public, stressing on the need of giving special care and attention to young children afflicted by HIV-AIDS and also on providing the poor but intelligent students amongst them with scholarship so that their studies are not affected. Dr Tejaswi reiterated that such orphaned and afflicted kids need to be given priority focus and care.

आज पटना, गुरुवार, ८ मई, २०१४

एड्स से अनाथ बच्चों के लिए परवरिश जल्द : बी. दास

पटना (आससे)। एड्स से अनाथ हुए बच्चों के रहने के लिए राज्य में शॉर्ट स्टे होम की व्यवस्था की जा रही है। राज्य के समाज कल्याण विभाग के अतिरिक्त निदेशक बी. दास ने राज्य में इसी के साथ एड्स संक्रमित बच्चों के लिए परवरिश कार्यक्रम भी शुरू किये जाने की बात कही है। पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एपरोच फॉर लिविंग (पहल) द्वारा कुर्सी में सेवा केन्द्र में आयोजित कार्यक्रम को संबोधित करते हुए समाज कल्याण विभाग के अतिरिक्त निदेशक बी. दास ने यह बात कही। उन्होंने परवरिश कार्यक्रम के जल्द ही लागू होने की बात कही। पहल के चिकित्सा निदेशक डा. दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि एड्स से अनाथ हुए बच्चों, एड्स संक्रमित बच्चों तथा एड्स प्रभावित बच्चों को राज्य सरकार द्वारा विशेष ध्यान दिये जाने की आवश्यकता है। उन्होंने कहा कि एड्स प्रभावित गरीब मेधावी बच्चों को पहल छात्रवृत्ति प्रदान करती है। कार्यक्रम को संबोधित करते हुए संजीत कुमार ने बताया कि राज्य में एड्स प्रभावित बच्चों की संख्या दो हजार से ऊपर है।

बच्चों ने विश्व एड्स ऑरफनस डे के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में रंगारंग कार्यक्रम भी प्रस्तुत किया। अतिथियों का स्वागत सीएचएमयू के चांदए जोसेफ ने किया। इस अवसर पर एफीभर के कार्यक्रम समन्वयक महेश खोसला, किलकारी की सुश्री अनिता सहित अन्य उपस्थित थे।

* THE TIMES OF INDIA, PATNA
THURSDAY, MAY 8, 2014

World AIDS Orphan's Day: Bihar State Aids Control Society governing council member Dr Diwakar Tejaswi said the state government should take special care of children afflicted with AIDS. Experts said over 2,000 children suffer from AIDS in the state. State government officials said many dedicated schemes for such children will be launched soon.

DB स्टार . PATNA THURSDAY 8/ 5/ 2014

अनाथ बच्चों पर ध्यान दे सरकार

पटना | सेवा केन्द्र कुर्जी में बुधवार को आयोजित कार्यक्रम में पब्लिक अवेयर फॉर हेल्थफुल एप्रोच फॉर लिविंग (पहल) के चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि सरकार को एड्स से प्रभावित बच्चों पर ध्यान देना चाहिए। राज्य में दो हजार से ऊपर एड्स से प्रभावित बच्चे हैं। पहल की ओर से प्रभावित मेधावी बच्चों को छात्रवृति दी जा रही है। बिहार सरकार के सोशल विभाग के एडिशनल डायरेक्टर बी दास ने कहा कि ऐसे बच्चों के लिए सरकार परवरिश कार्यक्रम के तहत शार्ट स्टे होम में बच्चों की रहने की व्यवस्था की जा रही है। इस अवसर पर एनजीओ के मंजुनाथ व स्वयं प्रकाश सहित दर्जनों लोग मौजूद थे।

राष्ट्रीय सहारा
पटना। बृहस्पतिवार • 8 मई • 2014

एड्स से हुए अनाथ बच्चों पर विशेष ध्यान दे सरकार

पटना (एसएनबी)। एड्स संक्रमित व्यक्ति की मौत के बाद उसके परिवार को आर्थिक परेशानियों के साथ ही समाज में कई अन्य समस्याओं का भी सामना करना पड़ता है। जागरूकता के अभाव में लोग उनके बच्चों से भी दूर भागते हैं। यही नहीं, इस बीमारी से पीड़ित व्यक्ति के जीवन साथी को भी एड्स होने का खतरा रहता है। ऐसी स्थिति में बच्चे अनाथ हो जाते हैं। ऐसे में जरूरी है कि एड्स से अनाथ हुए बच्चों तथा एड्स से संक्रमित बच्चों पर सरकार विशेष ध्यान दे।

विश्व ऑरफन्स डे पर विशेष कार्यक्रम

ये बातें 'विश्व एड्स ऑरफन्स-डे' के मौके पर पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एप्रोच फॉर लिविंग (पहल) के निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कही। वे बुधवार को कुर्जी स्थित सेवा केन्द्र में आयोजित कार्यक्रम में बोल रहे थे। उन्होंने कहा कि इस संबंध में लोगों को जागरूक करने के उद्देश्य से सात मई को 'विश्व एड्स अनाथ दिवस' मनाया जाता है। इस मौके पर वक्ताओं ने कहा कि समाज में एड्स को लेकर अभी भी बहुत भ्रांतियां हैं। सरकार, स्वयंसेवी संस्थानों, प्रबुद्ध व्यक्तियों एवं विशेष कर मीडिया द्वारा एड्स के प्रति फैली भ्रांतियां को दूर करने में सकारात्मक योगदान की आवश्यकता है।

इस मौके पर संजीत कुमार ने बताया कि बिहार में एचआईवी से संक्रमित बच्चों की संख्या दो हजार से ज्यादा है। बिहार सरकार के समाज कल्याण विभाग के एडिशनल डायरेक्टर बी. दास ने बताया कि ऐसे बच्चों के लिए 'परवरिश' कार्यक्रम एवं 'शॉर्ट स्टे होम' की व्यवस्था की जा रही है। जल्द ही इस कार्यक्रम को लागू किया जाएगा। अतिथियों का स्वागत सीएचएमयू के चांद जोसेफ ने किया। इस अवसर पर महेश खोसला, मंजूनाथ, स्वयंप्रकाश, अनिता, नेहा, रंजीत कुमार समेत अन्य लोग उपस्थित थे।

प्रत्यूष नवबिहार
पटना, गुरुवार, 08 मई 2014
www.pratyushnavbihar.com

एड्स से हुए अनाथ बच्चों पर सरकार दें विशेष ध्यान

पटना : सेवा केन्द्र कुर्जी में आयोजित एक कार्यक्रम को संबोधित करते हुए पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि एड्स से अनाथ हुए बच्चों तथा एड्स से संक्रमित बच्चों एवं एड्स से प्रभावित बच्चों पर सरकार द्वारा विशेष ध्यान दिए जाने की आवश्यकता है। उन्होंने बताया कि पहल के द्वारा एड्स से प्रभावित गरीब मेधावी बच्चों को छात्रवृति भी दी जा रही है। इस अवसर पर संजीत कुमार ने बताया कि बिहार में एचआईवी से संक्रमित बच्चों की संख्या दो हजार से उपर है। बिहार सरकार के सोशल वेलफेयर विभाग के एडिशनल डायरेक्टर बी दास ने बताया कि ऐसे बच्चों के लिए परवरिश कार्यक्रम एवं शॉर्ट स्टे होम की व्यवस्था की जा रही है एवं जल्द ही इस कार्यक्रम को लागू किया जाएगा। अतिथियों का स्वागत सीएचएमयू के चांद जोसेफ ने किया।

पटना, 8 मई 2014 दैनिक जागरण

एड्स से अनाथ बच्चों के लिए शार्ट स्टे होम

विश्व एड्स ऑरफन्स डे पर विशेष

- सोशल वेलफेयर विभाग जल्द शुरू करेगा परवरिश कार्यक्रम
- प्रदेश में दो हजार से अधिक है संक्रमित अनाथ बच्चों की संख्या

जागरण संवाददाता, पटना : एड्स/एचआइवी से अनाथ हुए बच्चों को जल्द ही दर-दर की ठोकरों व लोगों के तिरस्कार का सामना नहीं करना होगा। बिहार सरकार का समाज कल्याण विभाग ऐसे बच्चों के लिए परवरिश कार्यक्रम व शार्ट स्टे होम की व्यवस्था करने जा रही है। उपरोक्त जानकारी बुधवार को विश्व एड्स ऑरफन्स डे पर सेवा केंद्र कुर्जी में आयोजित एक कार्यक्रम में विभाग के एडीशनल डायरेक्टर बी दास ने दी। डॉ. बी दास ने बताया कि सरकार जल्द ही दोनों कार्यक्रम लागू करने जा रही है। पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल अप्रोच फॉर लिविंग (पहल) के चिकित्सा निदेशक सह प्रख्यात एड्स एवं यक्ष्मा रोग विशेषज्ञ डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने एड्स से अनाथ बच्चों व एड्स-एचआइवी संक्रमित बच्चों पर सरकार को विशेष ध्यान देने की अपील की। उन्होंने बताया कि पहल एड्स प्रभावित गरीब किंतु मेधावी बच्चों को छात्रवृत्ति भी मुहैया करा रहा है। संजीत कुमार ने बताया कि प्रदेश में एचआइवी संक्रमित बच्चों की संख्या दो हजार से अधिक है। अतिथियों का स्वागत सीएचएमयू के चांद ए जोसेफ ने किया। मौके पर ईफिकार के प्रोग्राम कोआर्डिनेटर महेश खोसला, कलवेयरी ट्रस्ट के मंजुनाथ, प्लान इंडिया के स्वयं प्रकाश, किलकारी की अनिता, नेहा, पहचान के रंजीत कुमार व आसरा के फनक कृष्ण उपस्थित थे।

प्रदेश में नहीं कोई डाटा : एचआईवी/एड्स संक्रमित या उससे अनाथ बच्चों को प्रदेश सरकार के पास कोई आंकड़ा नहीं है। ऐसे में अनाथ बच्चों की सहायता को सही योजना बनाना जटिल कार्य होगा। विशेषज्ञों के अनुसार एड्स से अब तक प्रदेश में कितने पुरुषों व महिलाओं की मौत हुई इसका भी कोई आंकड़ा नहीं है। आइसीटीसी (इंटिग्रेटेड काउंसलिंग टेस्टिंग सेंटर) के लोगों के अनुसार एचआइवी/एड्स जांच को आने वाले लोगों से अपने साथी की भी जांच कराने को कहा जाता है। पुष्टि होने पर अधिकांश लोग अपने साथी की जांच कराते भी हैं, लेकिन बहुत से लोग ऐसा नहीं करते है। इसके चलते स्वास्थ्य विभाग के पास पूरी जानकारी नहीं रह पाती है।

जागरण

कार्यक्रम में बच्चे व अतिथि

May 12, 2014: PAHAL Medical Director, Dr Diwakar Tejaswi held a Seasonal awareness camp to make general public aware of how to take care of one's health during peak summer and save from dehydration, rashes and diseases like pox. He advised people to eat seasonal fruits which are juicy, apart from drinking 4-5 litres of water a day to help water retention in body.

दैनिक भास्कर पटना. मंगलवार. 13 मई, 2014

गर्मी में रसदार फलों का करें सेवनः डॉ. दिवाकर

भास्कर न्यूज | पटना

पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थ फुल अप्रोच फॉर लिविंग के चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने भीषण गर्मी से स्वास्थ्य पर पड़ने वाले कुप्रभावों एवं उनसे बचाव की चर्चा की। उन्होंने बताया की गर्मी में होने वाली से सभी बीमारियां दस्त-शूल के साथ-साथ वायरल बुखार , चिकेन पॉक्स, हर्पीज, पीलिया, टायफायड, सर्दी- खांसी एवं दम्मा की बढ़ने की संभावना होती है। उन्होंने कहा की घर से बाहर निकलते समय पेट भरा होना चाहिए और धूप से बचने हेतु छाते एवं चश्में का प्रयोग करते हुए हल्के रंग के सूती कपड़ों का प्रयोग करना चाहिए।

ओरल डीहाइड्रेशन सॉल्ट के एक पैकेट को एक लीटर पीने के पानी में 5 ग्राम नमक और 20 ग्राम चानी का साधारण मिश्रण उपयोग करे। हर दिन 4-5 लीटर तक पानी का सेवन करना चाहिए। रसदार फल जैसे तरबूज, खरबूज, मौसमी, नारंगी के साथ-साथ डाभ ले। इस मौसम में बच्चों को टाईफाइड, हेपाटाइटिस ए , फ्लू , चिकेन पॉक्स, जैपनिज इन्सेफ्लाइटिस के लिए टीकाकरण अवश्य कराना चाहिए।

आज पटना, मंगलवार, १३ मई, २०१४

डा.दिवाकर ने गर्मी के कुप्रभाव से बचाव के दिये टिप्स

पटना (आससे)। भीषण गर्मी के कारण स्वास्थ्य पर पड़ने वाले कुप्रभावों तथा उनसे बचने हेतु डा.दिवाकर तेजस्वी ने कई सलाह दी। उन्होनें बताया कि नमी से भाड़ी भीषण गर्मी के चलते लोग दस्त, शुल के साथ-साथ वायरल, बुखार, चीकेन पॉक्स, दमा, पीलिया, टाईफाइड, सर्दी खांसी तथा दमा के शिकार हो सकते है। इस दौरान ऐसी शिकायतों के बढ़ने की आशंकाऐं प्रबल होती हैं। शूलदस्त तथा ज्यादा पसीना चलने से शरीर में एलक्ट्रोलाइस की कमी हो सकती है। फलस्वरूप रोगी कमजोरी महसूस करता है और पेट में दर्द होता है। डा.दिवाकर ने सुझाव दिया है कि ऐसी स्थिती में घर से बाहर पुष्ठ भोजन करके निकलें। धूप से बचनें के लिए छाता तथा चश्मे का प्रयोग करें। शरीर में लवण तथा पानी की कमी होने की स्थिती में ओरल रीहाइड्रेट का प्रयोग करें। ओ.आर.एस उपलब्ध नही होने पर एक लीटर पेय जल में ५ ग्राम नमक औरद २० ग्राम चीनी का साधारण मिश्रण बनाकर उपयोग किया जा सकता है।

इस मौसम में तरबूज, खरबूज, नारंगी ,मौसमी तथा डाभ का सेवन करने की सलाह दी। साथ ४-५ लीटर पानी रोज पीने के लिए सलाह दी।

प्रत्यूष नवबिहार
पटना, मंगलवार, 13 मई 2014
www.pratyushnavbihar.com

भीषण गर्मी में रखें अपने स्वास्थ्य का ख्याल

कार्यालय संवाददाता पटना

राजधानी भीषण गर्मी के चपेट में है। इस भीषण गर्मी से लोगों को अपने-आप को सुरक्षित रखने के लिए कुछ विशेष सावधानी की जरुरत होती है। इसी विषय में पर चर्चा करते हुए पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि भीषण गर्मी में होने वाले रोगों में दस्त-शूल के साथ-साथ वायरल बुखार, चिकेन पॉक्स, हरपिज, पीलिया, टाईफायड, सर्दी- खांसी एवं दम्मा की शिकायत बढ़ने की संभावना होती हैं। लोगों में दस्त एवं शूल तथा अत्यधिक पसीना चलनें से शरीर में एलेक्ट्रोलाइटस् की कमी हो सकती है। जिससे अत्यधिक कमजोरी एवं पेट में दर्द भी होता हैं। इससें बचने के लिए बाहर निकलने के पहले पेट भरा होना चाहिए एवं धूप से बचने हेतु छाते एवं चैश्में का प्रयोग करते हुए हल्के रंग के सूती कपड़ों का प्रयोग करना चाहिए। जिन किसी को वायरल डाइरिया एवं उल्टी होती है

रोगों में दस्त-शूल के साथ-साथ वायरल बुखार, चिकेन पॉक्स, हरपिज, पीलिया, टाईफायड, सर्दी- खांसी एवं दम्मा की शिकायत बढ़ने की संभावना

उनमें शरीर में लवण एवं पानी की कमी होनें लगती है एवं उनके होठ, मुंह सूखते है, बहुत अधिक प्यास लगती है, आंखों में सूखापन होता है, बैचेनी लगती है, पेशाब में जलन एवं पेशाब में कमी होती है। उन्होंने बताया कि भीषण गर्मी में बाहर काम करने वाले व्यक्तियों को प्रतिदिन 4-5 लीटर तक पानी का सेवन करना चाहिए। इस मौसम में रसदार फल जैसे तरबूज, खरबूज, मौसमी, नारंगी के साथ-साथ डाभ का पानी अत्यधिक लाभकारी सिद्ध होता हैं। इस मौसम में बच्चों को टाईफाइड, हेपाटाईटिस-ए, लू, चिकेन पॉक्स, जैपेनीज इन्सेलाइटिस के विरूद्ध टीकाकरण अवश्य करवाना चाहिए।

May 12. 2014: At a meeting by IMA, doctors met at Methodist Hospital, Pratapsagar, Dumraon. PAHAL Medical Director, Dr Diwakar Tejaswi gave his views on treatment of HIV patients and also pointed out that around 90% of the HIV afflicted patients also suffer from Tuberculosis. This meeting was also attended by other physicians apart from head of Methodist Hospital, Dr R K Singh.

पटना, 13 मई 2014 दैनिक जागरण

मेथोडिस्ट अस्पताल में आइएमए की बैठक में शामिल चिकित्सक जागरण

'एचआइवी के नब्बे फीसद लोग टीबी से ग्रस्त'

- आइएमए की बैठक में टीबी व एचआईवी पर चर्चा
- मेथोडिस्ट अस्पताल में चिकित्सकों ने दिये सुझाव

डुमरांव (बक्सर) : अनुमंडल क्षेत्र के मेथोडिस्ट अस्पताल प्रतापसागर में रविवार की शाम आइएमए की बैठक एसोसियेशन के अध्यक्ष डा. बालेश्वर सिंह की अध्यक्षता में की गई। देर शाम तक हुई इस बैठक में कई चिकित्सकों ने अपने सुझाव दिये। बैठक का संचालन मेथोडिस्ट अस्पताल अधीक्षक डा. आरके सिंह ने किया। इस दौरान पटना से आये डा. दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि डब्ल्यूएचओ के अनुसंधान में इसका खुलासा हुआ है कि एचआइवी रोग से पीड़ित नब्बे फीसद लोग टीबी रोग से ग्रस्त होते है। एचआइवी रोग की जांच, पहचान एवं निराकरण के लिए कई मुख्य बिन्दुओं पर चर्चा की गयी। इस दौरान शामिल आइएमए के कई चिकित्सकों ने भी अपना सुझाव व विचार प्रस्तुत किया। इस मौके पर डा. वीके सिंह, डा.गंगाप्रसाद, डा. विनय कुमार सिंह, डा.अरूण कुमार डा. आनंद पांडेय, डा. अजीत कुमार, डा. वीपी सिंह, डा. जीएन प्रसाद, डा. वीसी जैन, डा. तुषार सिंह एवं डा. तनवीर फरीदी सहित कई चिकित्सकों ने अपनी भागीदारी सुनिश्चित, करायी। तमाम उपस्थित चिकित्सकों का स्वागत अस्पताल अधीक्षक डा.आरके सिंह ने किया।

May 14, 2014: National Institute of Rura lDevelopment in association with PAHAL held a Tuberculosis Awareness Programme at Gandhi Sangrahalay. On this occasion, PAHAL medical director, Dr Diwakar Tejaswi explained that MDR(Multi drug resistant) and XDR (Extensively drug resistant) TB is life threatening. He also said that the drugs to counter MDR TB is at final stages of its research and may soon be available for treatment purposes. Children should get BCG vaccine done at early years.

आज पटना, गुरुवार, १५ मई, २०१४

एक्सडीआर टीबी ज्यादा घातक

पटना (आससे)। गांधी मैदान स्थित गांधी संग्रहालय में टीबी जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन नेशनल इंस्टीच्यूट ऑफ रूरल डेवलपमेंट के तत्वाधान में किया गया। इस अवसर पर उपस्थित एनजीओ एग्जीक्यूटिव एवं छात्रों को संबोधित करते हुए पब्लिक अेवरनेस फॉर हेथफेल एप्रोच फॉर लिविंग (पहल) के चिकित्सा निदेशक डा.दिवाकार तेजस्वी ने बताया कि एक्सडीआर प्रतिरोधक टीबी के प्रकार अत्यंत गभीर एवं जानलेवा साबित हो रहा है। बिहार एवं भारतवर्ष में नये टीवी के रोगियों में ३ से ४ प्रतिशत एक्सडीआर टीवी एवं रिप्लैस टीवी रोगियों में करीब-करीब १५ प्रतिशत एमडीआर टीवी पायी जा रही है तथा प्राण घातक एक्सडीआर टीवी की प्रतिशत एक्सडीआर टीवी रोगियों का ७ प्रतिशत तक है। प्रतिशोधक टीवी की जांच हेतु बलगम को कल्चर एवं सेन्सीटीवीटी हेतु भेजा जाता है जिससे ६ से ८ सप्ताह का समय लग जाता है एवं इस दौरान रोगियों के स्वास्थय की गिरावट हो सकती है।

डा.तेजस्वी ने बताया कि विश्व स्वास्थ्य संगठन ने जीन एक्सपर्ट नामक बलगम जांच के द्वारा २ दिनों के अंदर रिफाम्पीसीन दवा से प्रतिरोधक टीवी के जांच की बात होती है। टीवी से बचाव के बारे में तेजस्वी ने बताया कि बच्चों में बीसीजी का टीकाकरण, हवादार,धुपयुक्त घर, पोषण, रोगियों की शीघ्र पहचान तथा पूर्ण उपचार, थुक का यत्र-तत्र ना फैंकना एवं खांसते वक्त मुंह पर रूमाल रखना शामिल है।

डा.तेजस्वी ने जानकारी दी कि एमडीआर टीबी के इलाज हेतु डेलामाडिन एवं बेडाक्यूविलीन २दवाईयां शोध के अंतिम चरण में है एवं जल्द ही उपलब्ध होने की बात है। इससे अनेकों एमडीआर टीवी रोगियों की जान बचाने में सहायता मिलेगा।

दैनिक भास्कर पटना. गुरुवार. 15 मई, 2014

जानलेवा है एमडीआर व एक्सडी आर टीबी

पटना।गांधी संग्रहालय में बुधवार को पहल, नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ रुरल डेवलपमेंट और मिनिस्ट्री ऑफ रुरल डेवलपमेंट की ओर से टीबी जागरुकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि एमडीआर (मल्टी ड्रग रेसिस्टेंट) और एक्सडी आर (एक्सटेनसिवली ड्रग रेसिस्टेंट) प्रतिरोधक टीबी के प्रकार अत्यंत गंभीर और जानलेवा साबित हो रहे हैं। नए टीबी के रोगियों में तीन से चार फीसदी एमडीआर टीबी एवं रिलैप्स टीबी के रोगियों में करीब-करीब 15 फीसदी एमडीआर टीबी पाई जा रही है।

प्रत्यूष नवांबहार पटना, गुरुवार, 15 मई 2014 www.pratyushnavbihar.c

एड्स से ज्यादा खतरनाक है एक्सडीआर टीबी

कार्यालय संवाददाता पटना

गांधी संग्रहालय पटना में टीबी जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन नेशनल इन्सटीच्यूट ऑफ रूरल डेवलपमेंट, मिनिस्ट्री ऑफ रूरल डेवलपमेंट के द्वारा किया गया। इस अवसर पर उपस्थित एनजीओ एग्जीक्यूटिव एवं छात्रों को संबोधित करते हुए पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि एमडीआर और एक्सडीआर प्रतिरोधक टीबी के प्रकार अत्यंत गंभीर एवं जानलेवा साबित हो रहे हैं। बिहार एवं भारत में नये टीबी के रोगियों में 3 से 4 प्रतिशत एमडीआर टीबी एवं रिलैप्स टीबी के रोगियों में करीब-करीब 15 प्रतिशत एमडीआर टीबी पायी जा रही है तथा प्राण घातक एक्सडीआर टीबी की प्रतिशता एमडीआर के रोगियों का 7 प्रतिशत तक है। प्रतिरोधक टीबी की जांच के लिए बलगम को कल्चर एवं सेन्सीटीविटी के लिए भेजा जाता है। जिससे 6 से 8 सप्ताह का समय लग जाता है एवं इस दौरान रोगियों के स्वास्थ्य की गिरावट हो सकती है। टीबी से बचाव के बारे में डॉ तेजस्वी ने बताया कि बच्चों में बीसीजी का टीकाकरण, हवादार, धुपयुक्त घर, पोषण, रोगियों की शीघ्र पहचान तथा पूर्ण उपचार, थुक का यत्र-तत्र न फेकना एवं खांसते वक्त मुंह पर रुमाल रखना शामिल है। उन्होंने बताया कि एमडीआर टीबी के इलाज के लिए डेलामाडिन एवं बेडाक्यूबिलीन दो दवाईयां शोध के अन्तिम चरण में है एवं जल्द ही उपलब्ध होने की बात है। इससे अनेको एमडीआर टीबी रोगियों की जान बचाने में सहायता मिलेगा।

May 17, 2014: On the occasion of World Hypertension Day, PAHAL took out an Awareness rally from Exhibition Road to Kargil Chowk at Patna. Addressing the gathered public , Medical Director – PAHAL, Dr Diwakar Tejaswi cautioned that hypertension has already afflicted 55 lakh people. Alarmingly more young people are being diagnosed with high BP and symptoms range from giddiness, heavy head, disturbed sleep etc. Precautions include lower salt intake, exercise, time to time checkup and reduction of body weight.

हिन्दुस्तान पटना • रविवार • 18 मई 2014

बिहार के 55 लाख लोग हाइपरटेंशन से पीड़ित, 30 से अधिक उम्र वालों को करानी चाहिए नियमित जांच

हाइपरटेंशन का कारण बनी अनियमित दिनचर्या

हाइपरटेंशन दिवस

पटना | कार्यालय संवाददाता

प्रदेश में लगभग 55 लाख लोग हाइपरटेंशन से पीड़ित हैं। इस बीमारी से पीड़ित होने वालों की संख्या भी लगातार बढ़ती जा रही है। इसका मुख्य कारण अनियमित दिनचर्या है। यह बीमारी ग्रामीण इलाकों में वैसे लोगों में तेजी से फैल रही है जो ब्लड प्रेशर से पीड़ित हैं। नियमित जांच नहीं कराने वालों में यह बीमारी अधिक हो रही है। शनिवार को विश्व हाइपरटेंशन दिवस के अवसर पर पहल संस्था की ओर से कारगिल चौक से एग्जीविशन रोड तक जागरूकता रैली निकाली गई। पहल के चिकित्सा निदेशक डा. दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि प्रदेश में यह बीमारी पांच प्रतिशत लोगों को अपनी गिरफ्त में ले चुकी है। ऐसे में सावधानी बरतने की जरूरत है। उन्होंने बताया कि यदि सावधानी नहीं बरती गई तो आने वाले वर्षों में काफी संख्या में युवा भी इससे पीड़ित होंगे। लोगों को इस बीमारी के प्रति जानकारी दी गई।

क्या है बीमारी का कारण

वंशानुगत, बच्चों में सीओ क्रामोसाइटोमा ट्यूमर का होना, रिनल आर्टरी स्टेनोसिस नली का पतला होना, मोटापा, तनाव, अनिद्रा, नमक का अधिक सेवन करना, अधिक देर तक आराम या बैठे रहना आदि। यह बीमारी मधुमेह से पीड़ित लोगों को अधिक होती है।

लक्षण

चक्कर आना, सिर भारी रहना, सिर और आंखों में दर्द, नींद न आना, चिड़चिड़ापन रहना, हाथ पैर में थरथराहट होना आदि।

बचाव

मोटापा नियंत्रित रखें, ब्लड प्रेशर को नियमित जांच कराते रहें, नियमित व्यायाम करें, नींद छह से आठ घंटे तक लें, पांच ग्राम से अधिक नमक का सेवन न करें आदि।

प्रत्यूष नवबिहार पटना, रविवार, 18 मई 2014 www.pratyushnavbihar.com

मधुमेह रोगी नियमित कराएं रक्तचाप की जांच

कार्यालय संवाददाता पटना

मधुमेह के रोगियों को रक्तचाप की जांच कराते रहना चाहियें एवं उनका रक्तचाप किसी भी अवस्था में 130/80 में अधिक नहीं होना चाहिए अन्यथा इससे गुर्दा (किडनी) पर प्रतिकुल असर पड़ता है तथा किडनी डिजीज होने की सम्भावना बढ़ जाती है। इसकी जानकारी विश्व उच्च रक्तचाप दिवस के अवसर पर आयोजित जागरूकता कार्यक्रम में डॉ दिवाकर तेजस्वी ने दी। इस अवसर पर उन्होंने बताया कि देश में किडनी के डिजीज का सबसे मुख्य कारण उच्च रक्तचाप एवं अनियंत्रित मधुमेह है। हाई ब्लड प्रेशर के कारण मस्तिष्क के नस फटने से पक्षाघात की समस्या एवं नाक के भीतर के नस फटने से नाक से खुन के स्राव, हृदय रोग, आंखों की व्याधियां, रेटिनल डिटैचमेन्ट के कारण रौशनी में कमी एवं अंधापन तक हो सकता है। उन्होंने बताया कि हाई ब्लड प्रेशर एवं मधुमेह को सायलेन्ट किलर है। इससे बचने के लिए वजन का नियंत्रण , नियमित व्यायाम, पूर्ण निंद्रा, तनाव का न लेना चाहिए। वही पीएमसीएच के डॉ बीपी सिंह ने बताया कि 30 से अधिक उम्र के लोगों को भी अपना ब्लड प्रेशर जांच कराते रहना चाहिए।

रक्तचाप किसी भी अवस्था में 130/80 में अधिक नहीं होना चाहिए अन्यथा इससे गुर्दा (किडनी) पर प्रतिकूल असर पड़ता है

DB स्टार . PATNA SUNDAY 18/ 5/ 2014

साइलेंट किलर है हाई बीपी

डीबी स्टार » पटना

विश्व रक्तचाप दिवस के मौके पर शनिवार को कारगिल चौक पर जागरूकता रैली का आयोजन किया गया था। आयोजन पहल संस्था की ओर से किया गया था। रैली में लोगों को रक्तचाप और उससे होने वाली अन्य बीमारियों के प्रति जागरूक किया गया। इन बीमारियों के उपाय डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने सुझाए। उन्होंने कहा कि मधुमेह रोगियों को समय-समय पर रक्तचाप की जांच कराते रहना चाहिए। अगर रक्तचाप सामान्य नहीं हुआ तो इससे किडनी से संबधित बीमार होने की आशंका बढ़ जाती है। उच्च रक्तचाप के कारण मस्तिक और नाक के नस फटने की आशंका होती है। इन सभी से बचने के लिए रक्तचाप को सामान्य रखना चाहिए। उच्च रक्तचाप से हृदय और आंखों से संबधित रोग भी होते हैं। कई अन्य बीमारियों की जड़ भी रक्तचाप है।

बचने का क्या है उपाय

उच्च रक्तचाप से बचने के लिए शरीर का वजन नियंत्रित रखना चाहिए। नियमित व्यायाम उच्च रक्तचाप से संबंधित बीमारियों को दूर रखती है। रक्तचाप के मरीज को पूरी नींद लेना चाहिए और तनाव से दूर रहना चाहिए। रक्तचाप के मरीज को दिनभर में पांच ग्राम से कम नमक का सेवन करना चाहिए।

बीपी से किडनी की बीमारी का खतरा ज्यादा

देश में किडनी रोग के अधिकतर रोगी उच्च रक्तचाप के मरीज होते हैं। यदि इस रोग को नियंत्रित नहीं किया गया तो किडनी ट्रांसप्लांट की जरूरत पड़ सकती है। उच्च रक्तचाप और मधुमेह को साइलेंट किलर भी माना जाता है।

पटना, 18 मई 2014 दैनिक जागरण

'अपनाएं संयमित जीवनशैली'

विश्व हाइपरटेंशन डे पर विशेष

- दुनिया के सबसे बड़े हत्यारे हृदय रोग का है सबसे बड़ा कारण

जासं, पटना : हृदय संबंधी रोगों यानी कार्डियोवास्कुलर डिजीज (सीवीडी) को दुनिया का सबसे बड़ा हत्यारा माना जाता है। हर वर्ष यह 17.3 मिलियन जिंदगियों को मौत के मुंह में धकेल देता है। सीवीडी से होने वाली मौतों में करीब आधी का कारण हाइपरटेंशन या उच्च रक्तचाप होता है। डायस्टोलिक रक्तचाप में हर 10 प्वाइंट बढ़ने से सीवीडी का जोखिम दोगुना हो जाता है। इसके अतिरिक्त स्ट्रोक, ब्रेन हैमरेज, किडनी फेल्योर, मस्तिष्क की नस फटने से पक्षाघात, नाक की नस फटने से रक्तस्त्राव, आंखों के रोग भी हाइपरटेंशन के दुष्प्रभाव का ही परिणाम है। उक्त बातें शनिवार को विश्व हाइपर टेंशन डे पर कारगिल चौक पर आयोजित जागरूकता कार्यक्रम में डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कहीं।

डॉ. दिवाकर ने बताया कि मधुमेह रोगियों को किसी भी अवस्था में 130/80 पर अपना रक्तचाप नियंत्रित रखना चाहिए। देश में 33 प्रतिशत पुरुष व 30 प्रतिशत महिलाएं उच्च रक्तचाप से प्रभावित होती हैं। तीन वयस्क भारतीयों में से एक को उच्च रक्तचाप होता है। इंडियन हॉर्ट वॉच के सर्वे के अनुसार 57 प्रतिशत लोगों को हाइपरटेंशन और 40 प्रतिशत को इलाज की जानकारी है लेकिन सिर्फ 25 प्रतिशत ही बीपी को नियंत्रित रख रहे हैं। हाइपरटेंशन नियंत्रित किया जा सकता है, इसे रोका भी जा सकता है। लेकिन स्वस्थ जीवनशैली यानी सेहतमंद खानपान, धूम्रपान छोड़ने, नियमित व्यायाम से हाइपरटेंशन से बचा जा सकता है।

जागरूकता कार्यक्रम में डॉ. दिवाकर तेजस्वी व अन्य जागरण

तो नियमित रूप से कराएं जांच

- आयु 40 वर्ष हो या वजन सामान्य से ज्यादा हो।
- अस्वास्थ्यकर या जंक फूड का अधिक सेवन करते हों।
- उच्च रक्तचाप का पारिवारिक इतिहास हो।
- 55 वर्ष तक के पुरुष व 65 वर्ष तक की महिलाएं यदि हृदय रोग, लकवा, डायबिटीज, मेलाइटस, हाई ब्लड कोलेस्ट्राल का पारिवारिक या व्यक्तिगत इतिहास हो।
- निष्क्रिय जीवनशैली व अधिक नमक-वसा वाला खाना खाते हों।

जीवनशैली में लाएं ये बदलाव

ऐसे खाद्य पदार्थ लें, जिनमें सोडियम की मात्रा 1.5 ग्राम नमक प्रतिदिन तथा वसा मात्रा कम हो।
पुरुष दो पैग व महिला एक पैग से अधिक अल्कोहल न लें।
ताजा फल-सब्जी व रेशेदार खाद्य पदार्थों का सेवन अधिक करें।
पोटेशियम की अधिक मात्रा वाले खाद्य पदार्थों का सेवन करें।
मछली व मछली उत्पादों का नियमित सेवन करें।

स्वस्थ जीवनशैली

नियमित शारीरिक गतिविधियां शुरू करें।
शरीर का वजन नियंत्रित रखें।
तंबाकू इस्तेमाल से बचें।
ब्लड शुगर नियंत्रित रखें।
कोलेस्ट्राल-वसा का सामान्य स्तर बनाएं रखें।
बीपी की दवा समय पर लें।
तनाव का प्रबंधन करें।
रक्तचाप के नियमित जांच को डॉक्टर के संपर्क में रहें।

राष्ट्रीय सहारा पटना। रविवार • 18 मई • 2014

युवाओं में बढ़ रहे हैं हाईपरटेंशन के खतरे

विश्व रक्तचाप दिवस पर विशेष

पटना (एसएनबी)। विश्व उच्च रक्तचाप दिवस के मौके पर शनिवार को 'पहल' की ओर से जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस मौके पर डॉ. दिवाकर तेजस्वी के क्लीनिक में आयोजित शिविर में चिकित्सकों ने कहा कि उच्च रक्तचाप या हाईपर्टेशन दुनिया भर में समय से पहले मृत्यु का प्रमुख कारण बनता जा रहा है। इसके कारण हर साल लगभग 9.4 मीलियन लोग अपनी जान से हाथ धो बैठते हैं। विश्व स्वास्थ्य संगठन द्वारा हाल में प्रकाशित एक रिपोर्ट के अनुसार, उच्च रक्तचाप से देश में 25 वर्ष और इससे अधिक उम्र के हर तीन वयस्कों में से एक प्रभावित हैं।

डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि बिहार जैसे आर्थिक रूप से पिछड़े राज्यों में भी उच्च रक्तचाप एक बड़ी समस्या बनती जा रही है। भारत जैसे विकासशील देशों की स्थिति इसलिए और भी भयावह हो जाती है क्योंकि यहां एक-चौथाई को ही उनकी उच्च रक्तचाप की स्थिति का पता होता है। इसके अलावा हाईपरटेंशन से ग्रस्त पांच में से सिर्फ एक ही रोगी उपचार करवा रहा है। उन्होंने कहा कि उच्च रक्तचाप एवं अनियंत्रित उच्च रक्तचाप के कारण हार्ट अटैक, हार्ट स्ट्रोक, गुर्दों की विफलता व आंखों की क्षति जैसी जटिलताएं होती हैं।

बीपी के बारे में जरूरी बातें : डॉ. बीपी सिन्हा

पीएमसीएच में हृदय रोग विभाग के अध्यक्ष डॉ. बीपी सिन्हा ने बताया कि हृदय शरीर के रक्त को प्रवाहित करता है। स्वच्छ रक्त आर्टरी से शरीर के दूसरे भागों में जाता है और शरीर के दूसरे भागों से दूषित रक्त हृदय में वापस आता है। ब्लड प्रेशर खून को पम्प करने की इसी प्रक्रिया को कहते हैं लेकिन कुछ कारणों से रक्त का दबाव बढ़ जाता है। इसका सबसे बड़ा कारण आज की भागम-भाग और तनाव भरी जिंदगी है। इसपर नियंत्रण के लिए उचित जीवनशैली तथा खान-पान जरुरी है। इससे संबंधित मुख्य बातें इस प्रकार हैं -

- बीपी नंबर/रीडिंग सामान्य रूप से दो संख्याओं के अनुपात के रूप में दर्शाई जाती है।
- ऊपरी संख्या को सामान्य रूप से सिस्टोलिक बीपी और कम वाली संख्या को डायस्टोलिक बीपी कहा जाता है।
- सिस्टोलिक बीपी की सामान्य सीमा 110-139 एमएमएचजी के बीच और डायस्टोलिक बीपी 70-89 एमएमएचजी के बीच होता है।

हाईपरटेंशन (बीपी 140/90 से अधिक) तब होता है जब

- परिवार में किसी को हाईपरटेंशन रहा हो।
- व्यक्ति का वजन अधिक हो या मोटापे से ग्रस्त हो।
- चालीस वर्ष से अधिक आयु का हो।
- नियमित रूप से व्यायाम न करता हो।
- भोजन में अधिक नमक का सेवन करता हो।
- बहुत अधिक शराब पीता हो, धूम्रपान करता हो, उसे मधुमेह हो या हमेशा तनाव में रहता हो।
- अत्यधिक भाग-दौड़ एवं तनाव भरी जीवन शैली एवं चिंता जैसे तत्व भी इसके लिए जिम्मेवार हैं।

उच्च रक्तचाप के परिणाम

- उच्च रक्तचाप एक साथ शरीर के कई अंगों को प्रभावित करती है
- हृदयाघात, ब्रेन हैमरेज, रेटाइनल हैमरेज (दृष्टिपटल पर रक्तश्राव) जैसी जानलेवा समस्याएं पैदा हो सकती हैं।
- निरंतर उच्च रक्तचाप से किडनी खराब होने का खतरा भी बढ़ जाता है।
- गर्भावस्था में उच्च रक्तचाप गंभीर जटिलता पैदा करती है जिसे एकलैंपशिया कहते हैं।

जांच व उपचार

- कुछ मरीजों में सिर दर्द, थकान, अधिक पेशाब आना जैसे लक्षण उभर सकते हैं।
- पीड़ित मरीज को खून में कोलेस्ट्रॉल, ब्लड में शुगर एवं यूरिया की मात्रा की जांच अवश्य करानी चाहिए।
- इसके अलावा चिकित्सकीय परामर्श के अनुसार इसीजी, इक्को, एक्स-रे एवं टीएमटी टेस्ट भी करा लेनी चाहिए।
- उच्च रक्तचाप आंखों की रोशनी एवं किडनी को भी प्रभावित करता है, इसलिए आंखों की जांच एवं गुर्दे से संबंधित जांच भी करा लेनी चाहिए।

बीपी से बचाव के लिए बदलें जीवनशैली : डॉ. एके झा

इंदिरा गांधी हृदय रोग संस्थान में कार्यरत वरिष्ठ हृदय रोग विशेषज्ञ डॉ. एके झा का कहना है कि ब्लड प्रेशर या हाईपरटेंशन से बचाव के लिए जीवनशैली में बदलाव बेहद जरूरी है।

उन्होंने कहा कि गलत जीवनशैली की वजह से आज कम उम्र के युवाओं में भी हाईपरटेंशन की समस्याएं बढ़ रही हैं। इससे बचने के लिए स्वस्थ जीवन शैली जरूरी है -

- शारीरिक व्यायाम एवं स्वस्थ जीवन शैली अपनाएं।
- योगाभ्यास और मेडिटेशन करें।
- यदि मरीज समघातक या माइल्ड उच्च रक्त से पीड़ित है तब इसे अच्छे जीवनशैली, व्यायाम और खान-पान को नियंत्रित कर ठीक किया जा सकता है।
- मध्यम एवं सीनियर मामलों में मरीज को आजीवन दवाइयां खानी चाहिए।
- दवा छोड़ना मरीज के लिए बेहद घातक होता है।
- हरी सब्जियों एवं फलों में पोटैशियम होते हैं जो रक्तचाप को नियंत्रित करने में बेहद कारगर साबित होते हैं।

SUNDAY TIMES OF INDIA, PATNA * MAY 18, 2014

Awareness programme: To mark the World High Blood Pressure Day, Public Awareness for Healthful Approach for Living (PAHAL) organized an awareness programme. Dr Diwakar Tejaswi said on the occasion, "People above 35 years should keep a tab on their blood pressure. Normal blood pressure is 120/80 and it should not be over 130/80, else one can have various diseases related to kidney. In India, diabetes is the major reason for blood pressure. This can even result into kidney failure."

DB स्टार . PATNA FRIDAY 30/ 5/ 2014

एड्स के मरीज के साथ भेदभाव न करें

होटल पाटिलपुत्र अशोका में एचआईवी एड्स पर प्लान इंडिया के कार्यक्रम को संबोधित करते डॉ. दिवाकर तेजस्वी।

MEETING

डीबी स्टार » पटना

प्लान इंडिया बिहार के तत्वावधान में एचआईवी एड्स संक्रमित व्यक्तियों की सहायता के लिए गुरुवार को एडवोकेसी मीटिंग आयोजित की गई। आयोजन स्थानीय पाटलिपुत्र अशोका में की गई थी। कार्यक्रम का उद्घाटन योजना विभाग के प्रधान सचिव विजय प्रकाश और बाल संरक्षण आयोग की अध्यक्ष निशा झा, डॉ. दिवाकर तेजस्वी, प्लान इंडिया बिहार के एडवोकेसी ऑफिसर स्वयं प्रकाश और प्लान इंडिया के स्टेट मैनेजर तुषार कांति दास ने संयुक्त रूप से किया।

इस अवसर पर समाज कल्याण विभाग बिहार के प्रधान सचिव राजित पुनहानी ने एचआईवी संक्रमितों के लिए चलाए जा रहे योजनाओं की संक्षिप्त में चर्चा की और बताया कि विभाग आगे भी अनेक नई योजनाओं पर विचार कर रहा है जिसे जल्द लागू किया जाएगा। ग्रामीण विकास विभाग और यूएनडीपी की तरफ से मनरेगा पदाधिकारी सतीश रंजन सिन्हा ने मनरेगा कार्यक्रम के तहत चलाए जा रहे प्रयासों की चर्चा की और बताया कि ग्रामीण विकास विभाग बिहार सरकार एचआईवी संक्रमितों के लिए बेहतर कार्य करना चाहती है। प्लान इंडिया के एलिथ विनायकन ने 'विहान' कार्यक्रम के बारे में विस्तार से जानकारी दी।

इस अवसर पर डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने पावर प्वाइंट प्रेजेंटेशन के जरिए संकोच और भेदभाव के पहलूओं पर प्रकाश डाला। उन्होंने बताया कि भेदभाव से उनका मनोबल समाज में गिरता है और हीन भावना पैदा होता है। एड्स मरीज को खुलकर बात करनी चाहिए। इस अवसर पर निशा झा ने संक्रमित बच्चों को हर संभव मदद करने का संकल्प दुहराया। कार्यक्रम में यशवंत श्रीवास्तव, बेलादास, अरिंदम कुमार ज्ञान रंजन, राजकुमार सिंह, संजीत सिंह आदि लोग मौजूद रहे।

May 29, 2014: In association with PLAN India, PAHAl organized a meet on advocacy for HIV afflicted patients. The programme was held at Hotel Patliputra Ashok , wherein PAHAL medical director, Dr Diwakar Tejaswi gave a powerpoint presentation illustrating on untouchability factor and also fear of coming out in public due to the fear of being branded untouchable. He sent a message for society not to treat such patients any differently as this will only hinder in the treatment and mental condition of such patients.

PAHAL ongoing Programmes:

- **Health Awareness and screening Camps**- We are organising health awareness and screening camp on regular basis at the various places in Patna and adjacent (Rural places) including schools, colleges, slums etc., to serve the community. We provide screening of HIV, Hepatitis B and C, Heart Disease, Oral Cancer, Asthma, Blood Pressure, Diabetes, Body Mass Index (BMI), Bone Mineral Density (BMD) etc.
- **HIV/AIDS Awareness and Training programme**- We provide training on HIV/AIDS to nursing staff and lab technician. To make the general people and students of schools and colleges aware about HIV/AIDS, we conduct such awareness programme at school and college premises and among the truckers, migrants and villagers. We focus to remove the stigma and discrimination prevailing in our society.
- **Free Hearing Aid and free Ear Operation to Hearing Impaired poor person**- We organize screening camp for hearing impaired and provide free hearing aid and free ear operation to 10 to 15 selected hearing impaired poor persons every year.
- **Gyanshree Scholarship Scheme**- Under the scholarship scheme, PAHAL provides the partial financial support to the 10 selected poor students of the community for their primary education.
- **Healthy Baby Show**- PAHAL organises the healthy baby show time to time, to make the mother aware about the baby's health and hygiene and also focuses on the benefit of the breast feed.
- **PAHAL Honour the good deed done in the field of HIV** - PAHAL honoured the women living with HIV/AIDS for their good deeds in the society. PAHAL also honoured the doctors who have done the surgery of a pregnant HIV positive woman.
- **Blood Donation**- PAHAL organises Voluntary Blood Donation Camp to serve the people.
- **Nukkad Natak**- PAHAL tries to spread awareness about the different health issues with the help of Nukkad Natak. It is the way to spread the message to masses.
- **Health and Literacy Center**- PAHAL established the health and literacy centre at village Bir. It is basically established to make the poor women and girls of village literate and also make them aware about health and hygiene related issues.
- **Free X-ray for old and poor people**- Free X-ray provided to old and poor people.
- **Free Cataract Surgery for underprivileged –** Cataract surgery and lens implantation to the poor is done free of cost.
- **Free OPD for Poor patients with free medicines – 17 poor patients were benefited in Sep. 2012**

PAHAL Activity Report for the month of JUNE 2014

June 10, 2014: At an Encephalitis Awareness Programme organized by PAHAL, its Medical Director, Dr Diwakar Tejaswi gave suggestions on prevention of death especially of children due to this dreaded disease. Symptoms such as high fever accompanied by vomiting, headache, spasmodic pain in stomach and breathlessness should be taken seriously and treated without delay. Pointing out at the death toll in Muzaffarpur area, Dr Tejaswi said this could have been avoided if one pays special attention to keep environment clean, consume safe drinking water, sprinkling bleaching powder on stagnant water patches, using nets while sleeping etc. Encephalitis is caused by mosquitoes and so one must keep the environment as clean as possible

प्रत्यूष नवबिहार

पटना, बुधवार, 11 जून 2014

डॉ तेजस्वी ने बच्चों की मौत रोकने को सुझाए उपाय

पटना: इंसेफलाईटिस जागरूकता कार्यक्रम को संबोधित करते हुए पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि बच्चों में यदि तेज बुखार के साथ सर दर्द, उल्टी, चमकी, पेट दर्द एवं सांसों का फुलना को गंभीरता से लेना चाहिए। उन्होंने मुजफ्फरपुर में हुए बच्चों की मृत्यु की त्रासदी को रोकने के लिए कुछ उपाय सुझाये। उन्होंने बताया कि घरों के आसपास सफाई के साथ साथ जमे हुए पानी में ब्लीचिंग पाउडर एवं लोगों के रहने पर डीडीटी का छिड़काव, मच्छरदानी का प्रयोग पर ध्यान देना चाहिए। बच्चों को गर्मी में बाहर नहीं जाने देना चाहिए। उन्होंने कहा कि इस बिमारी के नामाकरण की पेचिदियों में पड़ने के बजाय बच्चों की ज़ान बचाने पर ज्यादा ध्यान केन्द्रीत करना चहिए।

आज

पटना, बुधवार, ११ जून, २०१४

डॉ. तेजस्वी ने बताये इंसेफ्लाइटिस से बचाव के उपाय

(आज समाचार सेवा)

पटना। इंसेफ्लाइटिस जागरूकता कार्यक्रम को संबोधित करते हुए पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि बच्चों में यदि तेज बुखार के साथ सिर दर्द, उल्टी, चमकी, पेट दर्द, एवं सांसों का फूलना हो रहा हो, तो इसे गंभीरता से लेना चाहिए। उन्होंने मुजफ्फरपुर में हुई बच्चों की मृत्यु की त्रासदी को रोकने के लिए कुछ उपाय सुझाये। सफाई एवं स्वच्छ पेयजल तथा ओ आर एस की उपलब्धता, जमे हुए पानी में ब्लीचिंग पाउडर एवं लोगों के रहने पर डीडीटी का छिड़काव, मच्छरदानी प्रयोग, बच्चों को गर्मी में बाहर नहीं जाने देने के साथ-साथ प्रचुर मात्रा में रसदार फलों का सेवन शामिल हैं।

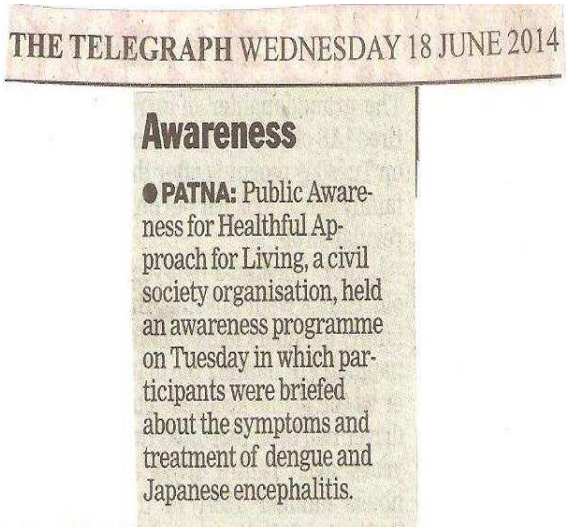
उन्होंने बताया कि इस बीमारी के नामकरण की पेचीदियों यथा इन्सेफ्लाइटिस, इन्केफ्लोपैथी, एक्यूट इन्सेफ्लाइटिस सिन्ड्रोम इत्यादि में पड़ने के बजाय बच्चों की जान बचाने पर ज्यादा ध्यान केंद्रित होना चाहिए।

राष्ट्रीय सहारा पटना। बुधवार • 11 जून • 2014

घर के पास कराएं डीडीटी का छिड़काव

पटना (एसएनबी)। पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थ एप्रोच फॉर लिविंग (पहल) की ओर से इन्सेफ्लाइटिस पर जागरूकता कार्यक्रम चलाया गया। संस्थान के निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि बच्चों में यदि तेज बुखार के साथ सिर दर्द, उल्टी, चमकी, पेट दर्द एवं आंखों का फुलना जैसे लक्षण हों तो इसे गंभीरता से लेना चाहिए। उन्होंने मुजफ्फरपुर में हुए बच्चों की मृत्यु की त्रासदी को रोकने के भी कुछ उपाय सुझाए। डॉ. तेजस्वी ने कहा कि यह बीमारी मच्छरों के काटने से होता है और इसके लिए जरूरी है कि मच्छर से बचाव किए जाएं। इसके लिए घर के पास जमे हुए पानी में ब्लीचिंग पाउडर एवं डीडीटी का छिड़काव किया जाना चाहिए। साथ ही मच्छरदानी का प्रयोग करना चाहिए। उन्होंने कहा कि इस बीमारी के नामकरण की पेचीदगियों, यथा इन्सेफ्लाइटिस, इन्केफ्लोपैथी, एक्युट इन्सेफ्लाइटिस सिन्ड्रोम जैसे नामों के पचड़े में फंसने के बजाय बच्चों की जान बचाने पर ध्यान केन्द्रित किया जाना चाहिए। डॉ. तेजस्वी ने कहा कि बुखार उतारने के लिए पारासिटामोल दवा की उपलब्धता, चमकी रोकने के लिए एन्टीकन्वक्सेंट दवाइयां, ब्रेन का सूजन कम करने के लिए 20 प्रतिशत मेनीटोल की उपलब्धता सभी प्राथमिक केन्द्रों पर की जानी चाहिए। साथ ही प्रभावित क्षेत्रों में एंबुलेंस एवं हेल्प लाइन नम्बर भी ग्रामीणों को उपलब्ध कराई जानी चाहिए।

June 18, 2014: PAHAL organized an Awareness Camp on Dengue and Japanese Encephalitis in which public were made aware of the symptoms and precautions from these dreaded diseases by its Medical Director, Dr Diwakar Tejaswi. Seeing that all over the state of Bihar people were suffering from these diseases and also in the wake of recent death of many children in Muzaffarpur district due to encephalitis, Dr Tejaswi stressed that since the diseases are caused by mosquitoes, people must be aware of keeping environment clean and protect themselves from mosquito and prevent further breeding of these insects.



THE TELEGRAPH WEDNESDAY 18 JUNE 2014

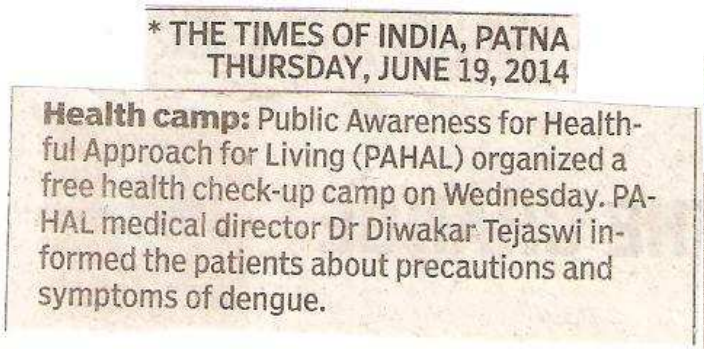
Awareness

● **PATNA:** Public Awareness for Healthful Approach for Living, a civil society organisation, held an awareness programme on Tuesday in which participants were briefed about the symptoms and treatment of dengue and Japanese encephalitis.

राष्ट्रीय सहारा पटना। बुधवार ● 18 जून ● 2014

डेंगू और जेई से बचाव के लिए मच्छरों पर नियंत्रण जरूरी

पटना (एसएनबी)। राजधानी समेत पूरे बिहार में इन्सेफ्लाइटिस का कहर जारी है। अब तक इस बीमारी से दर्जनों बच्चों की मौत हो चुकी है तथा प्रत्येक दिन यह आंकड़ा बढ़ता जा रहा है। बिहार सरकार इस भयानक बीमारी से निपटने का लाख दावा करे, लेकिन एक बार फिर यहां मासूम बच्चों की मौत ने इस बीमारी से निपटने के लिए स्वास्थ्य महकमे की तैयारियों की पोल खोल दी है। उधर अब एक बार फिर इन्सेफ्लाइटिस के बाद डेंगू का खतरा बढ़ गया है, लेकिन स्वास्थ्य विभाग के पास इससे निपटने के लिए कोई तैयारी नहीं है। पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एप्रोच फॉर लिविंग (पहल) के निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी बताते हैं कि इन बीमारियों से बचाव के लिए जरूरी है कि मच्छर से बचाव किया जाए। उन्होंने कहा कि यह बीमारी मच्छर से फैलती है, इसलिए सबसे बेहतर उपाय मच्छर पर नियंत्रण है। इसके लिए या तो लार्वा पर नियंत्रण किया जा सकता है या वयस्क मच्छरों की आबादी पर। एडिस मच्छर कृत्रिम जल संग्रह पात्रों में जनन करते हैं। जैसे टायर, टूटी-फूटी बोतलें, गुलदस्ते, कूलर, बाल्टी आदि में। ऐसे में इन जल पात्रों को सदैव खाली रखना चाहिए। इससे लार्वा पर नियंत्रण प्राप्त किया जा सकता है। वयस्क मच्छरों को काबू में करने के लिए कीटनाशकों का उपयोग किया जाता है। इस प्रजाति के मच्छर दिन में काटते हैं, जिससे मामला गंभीर बन जाता है। इन दिनों कुछ-कुछ जगहों पर एक नया तरीका अपनाया जा रहा है।



* THE TIMES OF INDIA, PATNA
THURSDAY, JUNE 19, 2014

Health camp: Public Awareness for Healthful Approach for Living (PAHAL) organized a free health check-up camp on Wednesday. PAHAL medical director Dr Diwakar Tejaswi informed the patients about precautions and symptoms of dengue.

आज पटना, गुरुवार, १९ जून, २०१४

सावधानी ही डेंगू से बचाव

पटना (आससे)। महल के चिकित्सा दिनेशक डा. दिवाकर तेजस्वी के द्वारा डेंगू एवं जैपनीज इंसेफ्लाइटिस के प्रति लोगों को जागरूक करने के लिए जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस दौरान डा. तेजस्वी ने बताया कि कुछ सावधानी बरतकर इस रोग से बच सकते हैं। उनहोंने बताया कि डेंगे फैलने वाल मच्छर प्राय: दिन में ही काटते हैं। इस लिए लोगों को दिन में भी मच्छर से बचाव करना चाहिए लोगों को दिन में भी मच्छर बचाव करना चाहिए।

June 20, 2014: A Free health checkup Camp was held by PAHAl at Exhibition Road, where more than 100 patients were checked for diabetes and blood pressure free of cost. Speaking on the occasion, Medical Director PAHAL, Dr Diwakar Tejaswi said that it is really alarming to see the fast growth in number of people suffering from diabetes. He stressed that regular checkups and control of diet are very essential to control the disease. Apart from these, regular checkup of blood pressure is essential and it should not exceed 130/80, as otherwise, it leads to damage of kidneys, which in turn cause more harm to other body parts.

* THE TIMES OF INDIA, PATNA
FRIDAY, JUNE 20, 2014

PAHAL: Free blood pressure and blood sugar test, Nema Place, Exhibition Road, 11.30am.

THE TELEGRAPH FRIDAY 20 JUNE 2014

■ NGO Pahal to organise health camp, Dr Diwakar Tejaswi's clinic, Exhibition Road, 11.30am.

दैनिक भास्कर पटना. शुक्रवार. 20 जून, 2014

कैंप

■ स्थान » मुफ्त मुधमेह जांच के लिए कैंप, डॉ दिवाकर तेजस्वी क्लीनिक, एग्जीबिशन रोड समय » 11 बजे

आज पटना, शनिवार, २१ जून, २०१४

मधुमेह रोगी नियमित करायें बीपी जांच : डॉ. तेजस्वी

पटना (आससे) । मधुमेह रोगियों को रक्तचाप की जांच कराते रहना चाहिए। किसी भी अवस्था में रक्तचाप १३०/८० से अधिक नहीं होना चाहिए। इससे किडनी पर बुरा असर पड़ता है। ये बाते पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने नि:शुल्क ब्लड प्रेशर एवं मधुमेह जांच शिविर में कही। इस अवसर पर उन्होंने बताया कि मधुमेह रोगियों को ज्यादा सतर्क रहने की आवश्यकता है, परन्तु मधुमेह से धबराने की जरुरत नहीं हैं।

दैनिक भास्कर पटना. शनिवार. 21 जून,

अधिक ब्लड प्रेशर से किडनी को खतरा

भास्कर न्यूज | पटना

पहल की ओर से शुक्रवार को नि:शुल्क जांच शिविर का आयोजन डॉ. दिवाकर तेजस्वी के क्लिनिक में किया गया।

डॉ तेजस्वी ने उपस्थित लगभग 100 लोगों के मधुमेह व ब्लड प्रेशर की जांच की। डॉक्टर ने कहा कि देश में बढ़ रही मधुमेह रोग से ग्रसित व्यक्तियों की संख्या चिंताजनक है। इससे बचने के लिए नियमित जांच एवं खान-पान पर ध्यान देना चाहिए।

ब्लड प्रेशर किसी भी अवस्था में 130/80 से अधिक नहीं होना चाहिए। इससे किडनी को क्षति पहुंचने की आशंका रहती है। किडनी जनित रोग का सबसे मुख्य कारण हाई ब्लड प्रेशर एवं अनियंत्रित मधुमेह है।

हिन्दुस्तान पटना • शनिवार • 21 जून 2014

जागरूकता शिविर

पटना। एक्जीबिशन रोड स्थित पहल संस्था के सभागार में शुक्रवार को मधुमेह जागरुकता शिविर लगाया गया। पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि भारत में सात करोड़ लोग डायबिटीज से पीड़ित हैं।

June 26, 2014: On the occasion of International Drug Abuse and Illegal Trafficking Day, PAHAL had organized a lecture and awareness camp at Gandhi Sangrahalay, Patna where general public and medical trainers were made aware of misuse of medicines and drugs. Speaking to the gathering, Dr Diwakar tejaswi, Medical Director of PAHAL pointed out that due to current lifestyle, more than 60percent of general public are suffering from some form or other of depression. Among women, more than 80% are suffering from stress or depression. All these are due to unregulated food and sleeping habits, temper, mental stress etc, which should be treated with proper counseling by doctors, psychiatrists and treated on time.

दैनिक भास्कर पटना. शुक्रवार. 27 जून, 2014

अधिक तनाव हो तो लें डॉक्टरी सलाह

पटना| अगर आप हमेशा चिंता करते हैं, लगातार निराश हैं, लोगों के बीच खुद को अलग-थलग महसूस करते हैं, अनियमित निद्रा से त्रस्त हैं, जल्दी गुस्सा आता है, मिजाज में काफी उतार-चढ़ाव होता है, अकारण डरे रहते हैं, मन एकाग्र करने में असमर्थ हैं तो यह खराब मानसिक स्थिति के लक्षण हैं। इसके बचाव के लिए आपको दिनचर्या में परिवर्तन, मनोवैज्ञानिक काउंसिलिंग व चिकित्सकीय परामर्श की जरूरत है। ये बातें पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एप्रोच फॉर लिविंग(पहल) के चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने अंतरराष्ट्रीय ड्रग्स दुरुपयोग व अवैध दिवस व्यापार निरोधक दिवस के अवसर पर गांधी संग्रहालय में प्रशिक्षुओं को संबोधित करते हुए कही।

राष्ट्रीय सहारा पटना | शुक्रवार • 27 जून • 2014

60 प्रतिशत भारतीय मानसिक तनाव के शिकार : डॉ. दिवाकर

पटना (एसएनबी)। अन्तर्राष्ट्रीय ड्रग्स दुरूपयोग और अवैध व्यापार निरोधक दिवस पर गांधी संग्रहालय में पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एपरोच फॉर लिविंग द्वारा गोष्ठी का आयोजन किया गया। गोष्ठी में डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि आज 60 प्रतिशत भारतीय मानसिक तनावपूर्ण दिनचर्या के शिकार है। उन्होंने बताया कि सर्वेक्षण के अनुसार 80 प्रतिशत से अधिक महिलाओं में किसी न किसी रूप में किसी न किसी रूप में तनाव ग्रस्त रहती हैं। कहा कि एक स्वस्थ्य व्यक्ति में तीन विशेषताएं होती हैं। व्यक्ति अपने को सुखी, प्रयाप्त सुरक्षित और संतुष्ट महसूस करें, जीवन की आवश्यकताओं की पूर्ति करने में समर्थ होता है और अपनी दैनिक जिम्मेदारियों को निभाता है। उन्होंने मानसिक तनाव की स्थिति में लोगों को मनोवैज्ञानिक कॉउंसिलिग एवं चिकत्सीय देख-रेख में दवाओं के सेवन की सलास दी।

आज पटना, शुक्रवार, २७ जून,

६० प्रतिशत लोगों की दिनचर्या तनावपूर्ण : डॉ. दिवाकर तेजस्वी

पटना (आससे)। अन्तर्राष्ट्रीय ड्रग्स दुरूपयोग तथा अवैध व्यापार निरोधक दिवस के अवसर पर गांधी संग्रालय में प्रशिक्षुओं को संबोधित करते हुए पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि आज ६० प्रतिशत भारतीय तनावपूर्ण दिनचर्या से गुजर रहे है। उन्होंने बताया कि एक सर्वेक्षण के अनुसार ८० प्रतिशत से अधिक महिलाओं में किसी न किसी रूप में तनाव की स्थिति है।

PAHAL Activity Report for the month of July 2014

July 7, 2014: At the Board Meeting of PAHAL attended by the members, the vision and way forward of PAHAL was decided on. People of the state of Bihar need more awareness on health matters and other vital social issues for which PAHAL would be doing more activities, apart from ongoing programmes for women, children and medical camps.

प्रभात खबर पटना, सोमवार, 7 जुलाई, 2014
www.prabhatkhabar.com

पहल ने की बैठक

पटना. पहल कार्यालय में बोर्ड की मीटिंग हुई, जिसमें पहल के अध्यक्ष डॉ हिमांशु राय ने पहल के कार्यक्रमों पर प्रसन्नता व्यक्त की. मीटिंग में डॉ दिवाकर तेजस्वी, आनंद द्विवेदी, डॉ आलोक अभिजित, डॉ राकेश दूबे आदि मौजूद थे.

दैनिक भास्कर पटना. सोमवार, 7. जुलाई, 2014

सामाजिक कार्यों को और व्यापक बनाने की जरूरत

पटना| पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एप्रोच फॉर लिविंग पहल के बोर्ड की बैठक रविवार को पहल के कार्यालय में हुई। बैठक की अध्यक्षता करते हुए पहल के अध्यक्ष डॉ. हिमांशु राय ने कहा कि पहल की ओर से किए जा रहे सामाजिक एवं स्वास्थ्य के क्षेत्र में कार्यों को और व्यापक बनाने की जरूरत है। वहीं पहल के कोषाध्यक्ष आनन्द द्विवेदी ने लेखा कार्यों की पूरी जानकारी दी। इस अवसर पर पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि संस्था के सारे सामजिक व स्वास्थ्य कार्यक्रमों को संस्था के कार्यकर्ताओं द्वारा किया जा रहा है।

राष्ट्रीय सहारा पटना। सोमवार • 7 जुलाई • 2014

स्वास्थ्य के क्षेत्र में सक्रिय भूमिका निभाएगा 'पहल'

पटना (एसएनबी)। पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एप्रोच फॉर लिविंग (पहल) के कार्यालय में 'पहल' बोर्ड की बैठक आयोजित की गई। इसमें उपस्थित पदाधिकारियों एवं सदस्यों ने स्वास्थ्य एवं सामाजिक क्षेत्र में किए जा रहे कार्यों को और भी व्यापक बनाने का निर्णय लिया। पहल के अध्यक्ष डॉ. हिमांशु राय ने पहल के कार्यक्रमों पर प्रसन्नता जताते हुए कहा कि बिहार जैसे राज्य में आज भी लोगों में जागरूकता का बेहद अभाव है। ऐसे में इस कार्यक्रम को और भी विस्तृत रूप दिया जाना चाहिए।

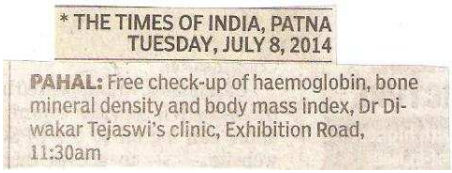
■ गरीब महिलाओं, बच्चों एवं बच्चियों के लिए चलाया जा रहा है कार्यक्रम

पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि पहल की पूरी जिम्मेदारी इसके सदस्यों द्वारा ही निभाई जाती है। इसके बावजूद यह अपने लक्ष्यों को पूरा करने में पूरी तरह सफल रहा है। पहल के सदस्य डॉ. आलोक अभिजीत की सहायता से डॉ. लीला प्रसाद साक्षरता केन्द्र स्थानीय वीर गांव में गरीब महिलाओं, बच्चों एवं बच्चियों के लिए चलाया जा रहा है। इसमें अभी तक 200 से अधिक महिलाओं, बच्चों एवं बच्चियों को साक्षर बनाया जा चुका है। पहल के सलाहकार डॉ. विभाकर यशस्वी के सहयोग से 14 अनाथ एवं गरीब बच्चों को पढ़ाई जारी रखने के लिए पांच सौ रुपए प्रति बच्चे की दर से छात्रवृत्ति प्रदान की जा रही है। पहल के सलाहकार डॉ. किरण शरण एवं डॉ. केके शरण के सहयोग से प्रति 15-20 बधिरों को निःशुल्क श्रवण यंत्र प्रदान किया जाता रहा है। बैठक में अमेरिका से आए पहल के वॉलेंटियर निलय कुमार के कार्यों की भी सराहना की गई। धन्यवाद ज्ञापन लेप्रोस्कोपिक सर्जन डॉ. आलोक अभिजीत ने किया।

July 8, 2014:A Free Bone Mineral Density, BMI and Hemoglobin testing camp was organized by PAHAL, in which around 180 people were tested free of cost. Speaking on the occasion, Dr Diwakar Tejaswi, Medical Director, PAHAL addressed the gathered people and made them aware of problems relating to osteopenia and osteoporosis, especially by women over 40 years of age, leading to brittle bones. Apart from these, around 67% women and 78% children suffer from blood deficiency and this should be tackled early to avoid severe complications later.

प्रभात खबर पटना, मंगलवार, 8 जुलाई, 2014 www.prabhatkhabar.com

■ पहल द्वारा बोन मिनरल डेंसिटी व हिमोग्लोबिन चेकअप कैंप, एक्जीबिशन रोड, 11.30 बजे



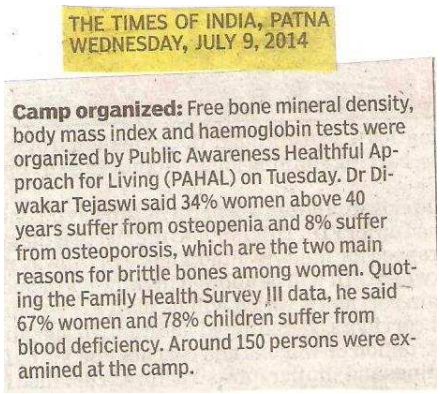
* THE TIMES OF INDIA, PATNA TUESDAY, JULY 8, 2014

PAHAL: Free check-up of haemoglobin, bone mineral density and body mass index, Dr Diwakar Tejaswi's clinic, Exhibition Road, 11:30am

i next, Patna, 9 July 2014

बहुतों में है हड्डियों की कमजोरी

PATNA: पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एमरोज फॉर लीविंग ने बोन मिनरल डेंसिटी, बॉडी मॉस इंडेक्स और हीमोग्लोबिन जांच का आयोजन किया. डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने हड्डियों की कमजोरी की समस्या का जिक्र करते हुए बताया कि देश में 40 वर्ष के ऊपर की आयु की 34 परसेंट महिलाएं ओस्टियोपेनिया और 8 परसेंट महिलाएं ओस्टियोपोरोसिस की शिकार हैं.



THE TIMES OF INDIA, PATNA WEDNESDAY, JULY 9, 2014

Camp organized: Free bone mineral density, body mass index and haemoglobin tests were organized by Public Awareness Healthful Approach for Living (PAHAL) on Tuesday. Dr Diwakar Tejaswi said 34% women above 40 years suffer from osteopenia and 8% suffer from osteoporosis, which are the two main reasons for brittle bones among women. Quoting the Family Health Survey III data, he said 67% women and 78% children suffer from blood deficiency. Around 150 persons were examined at the camp.

दैनिक भास्कर पटना. बुधवार 9, जुलाई, 2014

महिलाओं में आस्टियोपोरोसिस की शिकायत

भास्कर न्यूज | पटना

पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि देश में 40 साल के बाद 34 फीसदी महिलाएं ऑस्टीयोपीनिया और आठ फीसदी आस्टियोपोरोसिस से पीड़ित हैं। इन महिलाओं में हड्डी टूटने का मुख्य कारण है।

डॉ. तेजस्वी पहल की ओर से मंगलवार को आयोजित निःशुल्क स्वास्थ्य जांच शिविर में संबोधित कर रहे थे। शिविर में हड्डी, मोटापा और खून की जांच की गई। उन्होंने कहा कि राज्य में 80 फीसदी लोगों में विटामिन डी-3 की कमी है। इसलिए समय रहते जांच करा लेनी चाहिए। उन्होंने कहा कि राज्य में 67 फीसदी महिलाओं में खून की कमी है। जबकि 78 फीसदी बच्चों में खून की कमी है।

July 28, 2014: A Free Hepatitis B, Hepatitis C and HIV testing Camp was held by PAHAL, in which over 175 people benefitted from the free testing. Gathered public were made aware of the dangers of Hepatitis by Dr Diwakar Tejaswi, Medical Director of PAHAL. He also informed that now hepatitis C is treatable as two new medicines have come into the market, though they are expensive. Seeing that Hepatitis is comparatively more dangerous than even HIV, the Government should take steps to ensure these medicines are made available to common man at reasonable prices.

प्रभात खबर पटना, सोमवार, 28 जुलाई, 2014 www.prabhatkhabar.com

■ पहल का फ्री हेपेटाइटिस-बी एंड एचआइवी टेस्टिंग कैंप, नेमा प्लेस, एक्जिबिशन रोड, 11.30 बजे

राष्ट्रीय सहारा पटना। सोमवार • 28 जुलाई • 2014

● 11.30 बजे : निःशुल्क हेपेटाइटिस बी व एड्स जांच शिविर, डॉ. दिवाकर तेजस्वी क्लीनिक, एक्जीबिशन रोड

पटना, 28 जुलाई 2014 दैनिक जागरण

■ वर्ल्ड हेपेटाइटिस डे पर मुफ्त जांच शिविर। स्थान : डा. दिवाकर तेजस्वी क्लीनिक। समय : 11:30 बजे।

आज पटना, मंगलवार, २९ जुलाई, २०१४

हेपेटाईटिस-सी का इलाज संभव: डा. दिवाकर

पटना। हेपेटाईटिस-सी का आसान इलाज अब संभव हो गया है, इसी वर्ष हुए हेपेटाईट्स-सी की दो नयी दवाओं सीफोसबुविर एवं सिमप्रबिर का इजाद हुआ है। इन गोलियों के सेवन से हेपेटाईटिस-सी रोगी रोग मुक्त हो सकता है। ये बाते डॉ दिवाकर तेजस्वी ने विश्व हेपेटाईटिस दिवस के अवसर पर कही। उन्होंने बताया कि हेपेटाईटिस-सी की दवा बहुत महंगी है। इसे सस्ते में उपलब्ध कराने के लिए सरकार को प्रयास करना चाहिए, ताकि हेपेटाईटिस-सी के मरीजों की जान बच सके।

डॉ तेजस्वी ने इस बीमारी के लक्षण और बचाव के बारे में विशेष जानकारी दी। उन्होंने बताया कि हेपेटाईटिस-सी एचआइवी से ज्यादा संक्रामक है। इसका संक्रमण हमारे समाज में तेजी से फैल रहा है। करीब ५ से ६ प्रतिशत लोग इसी चपेट में है। हेपेटाईटिस-बी लीवर में सूजन के साथ-साथ सिरोसिस एवं लीवर कैंसर को अंजाम दे सकता है, जो जानलेवा होता है। इसका बचाव का सर्वोत्तम उपाय हेपेटाईटिस-बी के विरूद्ध टीकाकरण है।

राष्ट्रीय सहारा पटना। मंगलवार • 29 जुलाई • 2014

शिविर में डेढ़ सौ रोगियों की निःशुल्क जांच

पटना (एसएनबी)। पहल के तत्वावधान में विश्व हेपेटाइटिस दिवस के मौके पर निःशुल्क जांच शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में डेढ़ सौ लोगों की हेपेटाइटिस बी, सी एवं एचआईवी जांच की गई। जांच के क्रम में पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि हेपेटाइटिस सी का इलाज अब संभव है। इस बीमारी की दो नई दवाएं सोफोसबुविर और सिमेप्रबिर का इजाद हुआ है। लेकिन दवाओं की कीमत इतनी ज्यादा है कि यह लोगों की पहुंच से दूर होगी। स्थिति के मद्देनजर डॉ. तेजस्वी ने कहा कि देश में इन दवाइयों को सस्ते दामों पर उपलब्ध कराने के लिए सरकार को पहल करनी होगी। उन्होंने बताया कि हेपेटाइटिस बी एचआईवी से ज्यादा संक्रामक है। बीमारी से बचाव के लिए लगातार जागरूकता अभियान चलाने की जरूरत है।

■ हेपेटाइटिस बी और हेपेटाइटिस सी की हुई जांच

कार्यक्रम को संबोधित करते डॉ. दिवाकर तेजस्वी।

THE TELEGRAPH MONDAY 28 JULY 2014

■ **Public Awareness for Healthful Approach for Living to organise free health camp on the occasion of World Hepatitis Day, clinic of Dr Diwakar Tejaswi, Nema Place, Exhibition Road, 11.30am.**

THE TIMES OF INDIA, PATNA * MONDAY, JULY 28, 2014

PAHAL: Free Hepatitis B and HIV test camp, Nema Place, 11.30am

PAHAL Activity Report for the month of AUGUST 2014

August 4, 2014: To commemorate World Breastfeeding Week, PAHAL had organized an awareness camp on the Benefits of Breastfeeding at its Patna office. Speaking on the topic, Medical Director of PAHAL Dr Diwakar Tejaswi also informed the gathered public that even women who were undergoing treatment for tuberculosis could breastfeed their new born babies as the medicines would not affect the milk being fed to the babies. The public were also addressed by Pediatrician Dr Kiran Sharan, who stated that a new born baby should be breast fed within half an hour of its birth and that only after the baby is 6 months old will it need further nutritional supplements apart from mother's milk.

राष्ट्रीय सहारा पटना। मंगलवार • 5 अगस्त • 2014

टीबी की दवाएं लेने वाली माताएं भी करा सकती हैं स्तनपान

कार्यक्रम में शामिल चिकित्सा विशेषज्ञ।

पटना (एसएनबी)। टीबी संक्रमित महिलाएं टीबी की दवाएं लेने के साथ नवजात शिशुओं को स्तनपान करा सकती हैं। मां के स्तन से निकलने वाले दूध में टीबी की दवाओं की मात्रा नगण्य हो जाती है और नवजात शिशुओं पर इसका कुप्रभाव नहीं पड़ता है। शिशु के लिए मां का दूध सर्वोत्तम आहार है। विश्व स्तनपान सप्ताह के मौके पर पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एप्रोच फॉर लिविंग (पहल) द्वारा आयोजित कार्यक्रम में डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने ये बातें कहीं। डॉ. तेजस्वी ने कहा कि जन्म के प्रथम दो महीने में मां को प्रतिदिन औसतन 530 मि. ली. दूध बनता है। 3 ... 730 मि. ली. दूध बनता है। उन्होंने कहा कि स्त ... ाइंट अधिक होता है। डॉ. किरण शरण ने कह ... कर देना चाहिए। छह महीने के बाद शिशु को स्त ... ा शुरू कर देना चाहिए।

हिन्दुस्तान पटना • मंगलवार • 05 अगस्त 2014

जागरूकता कार्यक्रम

पटना। पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एप्रोच फॉर लिविंग के तत्वावधान में सोमवार को एग्जीबिशन रोड स्थित संस्था के कार्यालय में जागरूकता कार्यक्रम हुआ। इसमें डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि टीबी संक्रमित महिलाएं इस बीमारी की दवाओं के इस्तेमाल के साथ-साथ नवजात को स्तनपान करा सकती हैं। इस दूध में टीबी की दवाओं का असर नहीं होता है। इधर इंडियन एकेडमी आफ पेडियाट्रिक्स बिहार शाखा ने भी स्तनपान जागरूकता उत्सव का आयोजन किया। इसमें डॉ. उत्पलकांत सिंह, डॉ. एनके अग्रवाल, डॉ. विरेंद्र सिंह आदि मौजूद थे।

प्रभात खबर पटना, मंगलवार, 5 अगस्त, 2014 www.prabhatkhabar.com

दवाओं के साथ कराएं स्तनपान : डॉ तेजस्वी

पटना. पहल के तत्वावधान में स्तनपान के प्रति जागरूकता को लेकर कार्यक्रम डॉ दिवाकर तेजस्वी की क्लिनिक में हुआ. डॉ तेजस्वी ने कहा कि टीबी संक्रमित महिलाएं दवाओं के साथ-साथ नवजात शिशुओं को स्तनपान करा सकती हैं. मां के दूध में टीबी की दवाओं की मात्रा नगण्य होती है और नवजात शिशुओं पर कोई कुप्रभाव नहीं छोड़ती है.

दैनिक भास्कर पटना. मंगलवार, 5 अगस्त, 2014

टीबी दवा के साथ स्तनपान सुरक्षित

पटना। पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एप्रोच फॉर लिविंग के तत्वावधान में सोमवार को विश्व स्तनपान सप्ताह के तहत जागरुकता कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम डॉ. दिवाकर तेजस्वी के क्लिनिक में हुआ। उन्होंने कहा कि टीबी संक्रमित महिलाएं दवा लेने के बाद शिशु को स्तनपान करा सकती हैं। मां के दूध में टीबी की दवाओं की मात्रा नगण्य होती है। इससे शिशुओं पर कुप्रभाव नहीं पड़ता है। शिशु रोग विशेषज्ञ डॉ. किरण शरण ने कहा कि स्तनपान से मां और शिशुओं में मानसिक लगाव बढ़ता है।

आज पटना, मंगलवार, ५ अगस्त, २०१४ (१२)

टीबी की रोगी दवाओं के सेवन के साथ भी करा सकती हैं स्तनपान : डा. तेजस्वी

पटना (आससे)। टीबी संक्रमित महिलाएं टीबी के दवाओं के साथ-साथ नवजात शिशुओं को स्तनपान करा सकती है। मां के स्तन से निकलने वाले दूध में टीबी की दवाओं की मात्रा नाम मात्र होती है एवं यह नवजात शिशुओं पर कोई कुप्रभाव नहीं छोडती है। ये बाते डॉ दिवाकर तेजस्वी ने पहल के द्वारा आयोजित विश्व स्तनपान सप्ताह के अन्तर्गत जागरूकता कार्यक्रम में कही। उन्होंने बताया कि नवजात शिशुओं के लिए स्तन दूध सर्वोत्तम और सबसे उपयुक्त आहार है।

इसमें उपस्थित प्रतिरक्षा अवयवों के कारण यह शिशुओं को पोषण प्रदान करता है तथा संक्रमण, अतिसार आदि रोगों से रक्षा करता है। मां का दूध शिशुओं के लिए २४ घंटे उपलब्ध होने के साथ-साथ हमेशा स्वच्छ और सही तापमान पर उपलब्ध रहता है। उन्होंने बताया कि जन्म के प्रथम दो महिने में प्रतिदिन औस्तन ५३० मीली दूध उत्पन्न होता है। तीन से चार महीने में ६४० मीली तथा ९ से ६०० मीली प्रतिदिन हो जाता है। विभिन्न शोधों से यह ज्ञात हुआ है कि विकासशील देशों में जिन नवजात शिशुओं में स्तनपान नहीं किया है, उनमें शिशु मृत्यु दर ५ से १० गुणा अधिक हो सकती है।

जागरूकता कार्यक्रम

इस अवसर पर शिशु रोग विशेषज्ञा डॉ किरण शरण ने बताया कि स्तनपान से मां और शिशुओं में मानसिक लगाव के साथ-साथ यह प्राकृतिक गर्भ निरोधक के रूप में भी प्रभावी होता है।

August 10, 2014: An awareness camp was held for making general public aware of the dangers of stagnant water bodies, especially in Patna due to which widespread diseases are spreading in the city leading to jaundice, dysentery, amoebasis, diarrhea, apart from mosquito related diseases like malaria, dengue etc. Giving the gathered public tips at the camp was Medical Director of PAHAL, Dr Diwakar Tejaswi, who said that apart from clean environment, drinking water must also be pure and clean, and drinking must be boiled for at least ten minutes.

आज पटना, मंगलवार, १९ अगस्त, २०१४

जलजमाव से महामारी की आशंका

पटना (आससे)। पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि राजधानी के कई मुहल्लों में जल-जमाव है। जिसके कारण लोगों को पीलिया, पेचिस, टाइफाईड, अतिसार, अमिबियसिस जैसे रोग हो सकते है। साथ ही साथ जमे पानी के कारण फंगल इन्फे क्शन, मलेरिया, डेंगू, जेई भी फैल सकता है। डॉ तेजस्वी ने इन बीमारियों से बचाव के लिए लोगों को अपने घर के आस-पास जमे पानी में दो बूंद किरासन तेल एवं बिलिचिंग पाउडर का प्रयोग करने की सलाह दी और सप्लाई वाले पानी को उबालकर पीने को कहा। उन्होंने बताया कि स्वच्छ और स्वास्थ्यकर जल स्वास्थ्य की मौलिक आवश्यकता है। अधिकांश लोगों में बीमारी का प्रमुख कारण स्वच्छ पाने के पानी का अभाव है एवं इन बीमारियों को केवल स्वच्छ पानी की उपलब्धिता से ही 50 प्रतिशत तक कम की जा सकती है। उन्होंने बताया कि 5 से 10 मिनट तक पानी उबालने से जीवाणु, विषाणु, क्रीमि एवं अन्य परजीवी मर जाते है एवं इस जल का प्रयोग में लाना स्वास्थ्य के लिए अच्छा है।

लोगों को पानी उबालकर पीने की दी सलाह

प्रभात खबर
पटना, मंगलवार, 19 अगस्त, 2014
www.prabhatkhabar.com

उबाल कर पीएं पानी

पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि जलजमाव से कई बीमारियां उत्पन्न हो सकती हैं, जिनमें पीलिया, टाइफाइड, डायरिया प्रमुख हैं. फंगल इंफेक्शन, मच्छरजनित रोग मलेरिया, डेंगू, जेइ का भी खतरा बढ़ सकता है. उन्होंने कहा कि ऐसी स्थिति में नगर निगम व स्वास्थ्य समिति को मिल कर काम करने की जरूरत है. अभी पानी को कम-से-कम 10 मिनट तक उबाल कर पीएं.

हिन्दुस्तान पटना • मंगलवार • 19 अगस्त 2014

महामारी की आशंका

पटना। पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एप्रोच लिविंग के चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कहा है कि पटना शहर में जल जमाव से महामारी हो सकती है। इसलिए प्रशासन को तत्काल जल निकासी की व्यवस्था करनी चाहिए।

August 12, 2014: PAHAL organized a Dengue Awareness Camp at it Patna centre for the general public seeing that the disease was spreading rapidly in the state of Bihar. Addressing the gathered masses, Medical Director of PAHAL Dr Diwakar Tejaswi stated that by taking precautionary measures people can avoid this disease which is caused due to mosquito bites mainly during daytime. Aedes mosquitoes are the reason behind dengue and the symptoms are high fever accompanied by shivering, body and joint pain, stomach pain etc. The platelet count of such patients has to be checked and if required platelets must be administered on prioirity. One must use DDT sprays, mosquito repellants and nets to safeguard from dengue.

आज पटना, बुधवार, १३ अगस्त, २०१४

डेंगू में होती है प्लेटलेट्स की कमी

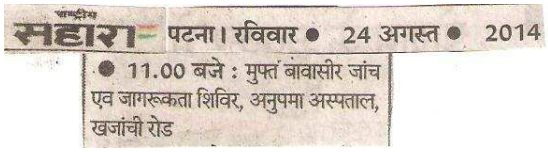
पटना (आससे)। पहल के द्वारा मंगलवार को डेंगु जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन डॉ दिवाकर तेजस्वी की क्लीनिक में किया गया। इस अवसर पर पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने लोगों को डेंगू के प्रति जागरूक करते हुए बताया कि सजगता बरत कर इस रोग से बचाव संभव है। डॉ तेजस्वी ने बताया कि डेंगू फैलाने वाला एडीस मच्छर प्रायः दिन में ही काटते है एवं कंटेनरों में पड़े साफ पानी, कुलर, इनडोर गमला, टूअे एवं पड़े हुए बाल्टी, टंकी, हौज आदि में तेजी से पनपते है। उन्होंने रोग के लक्षण के बारे में बताया कि इस बीमारी में ठंड के साथ तेज बुखार आता है, हड्डियों, जोडों एवं माशनेसियों में तेज दर्द होना, भूख कम लगना, पेट में दर्द होना, मिचली होना एवं लाल पेशाब होना शामिल है। उन्होंने बताया कि डेंगू के लक्षण देखते ही रोगी के शरीर में पानी की कमी नहीं होने देनी चाहिए। उन्होंने बताया कि सामान्य डेंगू बुखार में प्लेटलेट्स की कमी होती है, लेकिन यह एक हफ्ते से दस दिन में पुनः सामान्य संख्या में हो जाता है। इससे बचाव के लिए मच्छरों से बचना चाहिए। सोते समय मच्छरदानी या मच्छर भगाने वाली टिकिया का प्रयोग करना चाहिए।

राष्ट्रीय सहारा पटना। बुधवार • 13 अगस्त • 2014

डेंगू को लेकर जागरुकता कार्यक्रम

पटना। डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि डेंगू बुखार में प्लेटेलेट्स की कमी हो जाती है। डॉ. तेजस्वी ने पहल द्वारा आयोजित डेंगू जागरूकता कार्यक्रम में ये बातें कहीं। उन्होंने कहा कि सजगता बरत कर लोग इस बीमारी से बच सकते हैं। डॉ. तेजस्वी ने बताया कि एडीज मच्छर प्रायः दिन में ही काटते हैं। एडीज मच्छर साफ पानी में तेजी से पनपते हैं। इस बीमारी में ठंड के साथ तेज बुखार आता है । हड्डियों, जोड़ों एवं मांशपेशियों में तेज दर्द होता है। शरीर पर लाल चकते पड़ जाते हैं। पेट में दर्द, मिचली आना , भूख कम लगना, आंखों के पीछे वाले भाग में दर्द होना इस बीमारी के खास लक्षण हैं। उन्होंने कहा कि कई बार डेंगू के मरीज को प्लेटेलेट्स चढ़ाने की जरूरत भी पड़ जाती है। डॉ. तेजस्वी ने कहा कि डेंगू से बचने के लिए डीडीटी स्प्रे, मच्छर भगानें वाली टिकिया और मच्छरदानी को प्रयोग करना चाहिए।

August 23, 2014: PAHAL along with Association of Surgeons of India, Bihar chapter organized a Free Piles Awareness and Detection Camp at Anupama Hospital, Patna. Addressing the gathered public were Dr ALok Abhijit (General Surgeon), Dr Diwakar Tejaswi (Medical Director, PAHAL), Dr Himanshu Roy (Gynaecologist) and Dr Jyoti Ranjan Pandey (General Physician). Dr Alok Abhijit stated that piles leads to anal inflammation and blood engorgement. people with family history were more prone to this disease, which happens more with increasing age. Dr tejaswi said people must eat more green vegetables and drink at least 10 glasses of water each day to avoid piles. 10 patients suffering the most and from economically weaker sections were selected from the camp and freely operated for Piles



सहारा पटना। रविवार ● 24 अगस्त ● 2014

● 11.00 बजे : मुफ्त बवासीर जांच एव जागरूकता शिविर, अनुपमा अस्पताल, खजांची रोड

दैनिक भास्कर

पटना • रविवार 24 अगस्त, 2014 • 14

स्थान » मुफ्त पाइल्स टेस्टिंग शिविर, अनुपम हॉस्पिटल, खजांची रोड समय » 11 बजे

हिन्दुस्तान

पटना • रविवार • 24 अगस्त 2014

● कैंप: पहल, स्थान- अनुपमा हॉस्पिटल, समय- 11बजे

दैनिक भास्कर पटना. सोमवार, 25 अगस्त, 2014

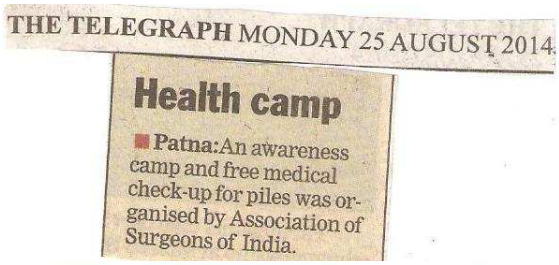
10 मरीजों का निःशुल्क ऑपरेशन

पटना | पहल के तत्वाचधान में एसोसिएशन ऑफ सर्जन्स ऑफ इंडिया बिहार चैप्टर के सौजन्य से बवासीर का निःशुल्क जांच एवं जागरुकता अभियान शिविर का आयोजन रविवार को अनुपमा हॉस्पिटल (आलोक नर्सिंग होम), खजांची रोड में किया गया। यहां बवासीर से ग्रसित 10 मरीजों का ऑपरेशन किया गया। डॉ. आलोक अभिजित ने कहा कि बवासीर या पाइल्स को हीगोराइड्स नाम से जाना जाता है। डॉ. दिवाकर, डॉ. ज्योति रंजन पांडेय और डॉ. हिमांशु राय ने अपने विचार रखे।

प्रभात खबर पटना, सोमवार, 25 अगस्त, 2014 www.prabhatkhabar.com

पाइल्स को लेकर समाज में कई भ्रांतियां

पटना. पहल के तत्वावधान में रविवार को एसोसिएशन ऑफ सर्जनस ऑफ इंडिया, बिहार शाखा की ओर से मुफ्त जांच व जागरूकता शिविर का आयोजन किया गया. डॉ आलोक अभिजित ने बताया कि बावासीर या पाइल्स को मेडिकल भाषा में हीमोराइडस के नाम से जाना जाता है. यह एक ऐसी स्थिति है, जिसमें गुदा के अंदरूनी व बाहरी क्षेत्र तथा मलाशय के निचले हिस्से की शिराओं में सूजन आ जाता है. इसी वजह से ऐनस के अंदर व बाहर या किसी एक जगह मस्से जैसी स्थिति बन जाती है, जो कभी अंदर रहती है, तो कभी बाहर आ जाती है. इसे समय रहते ठीक किया जा सकता है. पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि पाइल्स का इलाज संभव है. इसको लेकर समाज में बहुत सी भ्रांतियां है.



THE TELEGRAPH MONDAY 25 AUGUST 2014

Health camp

Patna: An awareness camp and free medical check-up for piles was organised by Association of Surgeons of India.

सोमवार • 25 अगस्त 2014

हिन्दुस्तान

निःशुल्क बवासीर जांच एवं जागरूकता शिविर

पटना। पहल और एसोसिएशन ऑफ सर्जन्स ऑफ इंडिया बिहार चैप्टर के सहयोग से बवासीर की निःशुल्क जांच एवं जागरूकता शिविर का आयोजन रविवार को अनुपमा हॉस्पिटल में किया गया। डॉ. आलोक अभिजीत ने बताया कि यह एक ऐसी स्थिति है जिसमें गुदा के अंदरूनी और बाहरी क्षेत्र एवं मलाशय के निचले हिस्से की शिराओं में सूजन आ जाता है। फिजिशियन डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि पाइल्स गुदा के इर्द-गिर्द एक कठोर गांठ जैसी महसूस हो सकती है। इसमें ब्लड हो सकता है। इस मौके पर डा. ज्योति रंजन पाण्डेय, डा. हिमांशु राय आदि ने विचार व्यक्त किए।

राष्ट्रीय सहारा पटना। सोमवार • 25 अगस्त • 2014

बवासीर से बचाव को खायें हरी सब्जियां

पटना (एसएनबी)। 'पहल' द्वारा आयोजित निःशुल्क बवासीर जांच शिविर में जांच के बाद बीमारी से ज़्यादा ग्रसित दस मरीजों का मुफ्त आपरेशन किया जाएगा। एसोसिएशन ऑफ सर्जन्स ऑफ इंडिया बिहार चैप्टर के सहयोग से आयोजित जांच शिविर में लेप्रोस्पिक सर्जन डॉ. आलोक अभिजित ने कहा कि बवासीर या पाइल्स को मेडिकल भाषा में हीमोराइड्स कहते हैं।

■ शिविर लगाकर रोगियों का होगा मुफ्त ऑपरेशन

इसमें मलाशय के निचले हिस्से की शिराओं में सूजन आ जाती है। बवासीर के रोगियों की उम्र बढ़ने के साथ समस्या भी बढ़ती जाती है। परिवार में किसी को यह समस्या हो तो अन्य सदस्यों को बवासीर होने की आशंका बढ़ जाती है।

डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि ज्यादा वजन लगातार उठाने, मोटापा और कभी कभी प्रेग्नेंसी के दौरान भी बवासीर की समस्या हो जाती है। इससे बचने के लिए हरी सब्जियां और रोज दस ग्लास पानी पीना ज़रूरी है। डॉ. हिमांशु राय ने कहा कि बवासीर से होने वाले रक्त स्त्राव के कारण खून की कमी हो सकती है। उन्होंने कहा कि शल्य चिकित्सा से बवासीर की बीमारी को दूर किया जा सकता है।

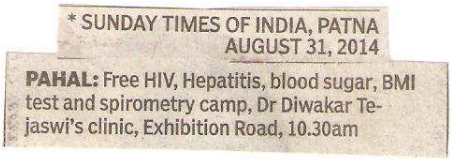
आज पटना, सोमवार, २५ अगस्त, २०१४

उम्र बढ़ने के साथ बढ़ सकती है पाइल्स की समस्या : डा. अभिजित

(आज समाचार सेवा)

पटना। उम्र बढ़ने के साथ-साथ पाइल्स की समस्या बढ़ सकती है। अगर परिवार में किसी को यह समस्या रही है तो इसके होने की आशंका बढ़ जाती है। ये बाते रविवार को पहल एवं एसोसिएशन ऑफ सर्जन ऑफ इंडिया बिहार चैप्टर द्वारा अनुपमा हॉस्पिटल में आयोजित निःशुल्क पाइल्स जांच शिविर में लैप्रोस्कोपिक सर्जन डॉ आलोक अभिजित ने बतायी। उन्होंने बताया कि पाइल्स को मेडिकल भाषा में हीमोराइड्स के नाम से जाना जाता है। यह एक ऐसी स्थिति है, जिसमें गुदा के अंदरूनी और बाहरी क्षेत्र और मलाशय के निचले हिस्से की शिराओं में सूजन आ जाती है। इसकी वजह से गुदा के अंदर और बाहर सूजन हो जाता है। इस अवसर पर पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि पाइल्स गुदा के इर्द-गिर्द एक कठोर गांठ जैसी महसूस हो सकती है। लगातार रहने वाली और पुरानी कब्ज और मल त्याग में ज्यादा जोर लगाना इसके होने का मुख्य कारण है। इससे बचने के लिए लोगों को भरपुर हरी और रेशेदार सब्जिया खाना चाहिए। इस अवसर पर पहल के अध्यक्ष डॉ हिमांशु राय ने पाइल्स में सर्जरी से ही निदान की बात बताई। इस अवसर पर डॉ तेजस्वी ने बताया कि शिविर में निःशुल्क जांच के बाद 10 ग्रसित मरीजों का निःशुल्क ऑपरेशन किया जाएगा।

August 31, 2014: A free Health checkup camp was organized by PAHAL in association with Inner Wheel Club of Patna where free testing of following was done for general public - Hepatitis B, HIV, Diabetes, Mineral Bone Density, BMI, Spirometry, Haemoglobin level etc. After the camp Dr Diwakar Tejaswi addressed the public and said that women must especially take care to ensure to take care as after 40 years of age they are more prone to brittle bones and low blood count. At least 70 % of females above 40 years are found to be suffering from these reasons. He advised women to take calcium and Vitamin D3 supplements to ward off these problems.



* SUNDAY TIMES OF INDIA, PATNA
AUGUST 31, 2014

PAHAL: Free HIV, Hepatitis, blood sugar, BMI test and spirometry camp, Dr Diwakar Tejaswi's clinic, Exhibition Road, 10.30am

पटना • रविवार • 31 अगस्त 2014 हिन्दुस्तान

• नि:शुल्क एचआईवी कैम्प : पहल, स्थान- डॉ. दिवाकर तेजस्वी क्लिनिक, समय- 10.30बजे

प्रभात खबर पटना रविवार 31 अगस्त 2014

■ इनर व्हील क्लब ऑफ पाटलिपुत्रा का मुफ्त जांच शिविर, डा दिवाकर तेजस्वी क्लिनिक, एक्जीबिशन रोड, 10.30 बजे

पटना, 1 सितंबर 2014 दैनिक जागरण

महिलाओं की हड्डी कमजोर

पटना : पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल अप्रोच फॉर लिविंग (पहल) व इनर ह्वील क्लब पाटलिपुत्र के संयुक्त तत्वाधान में रविवार को डॉ. दिवाकर तेजस्वी के क्लिनिक में मेगा जांच शिविर का आयोजन किया गया। इसमें हेपेटाइटिस बी-सी, मधुमेह, मोटापा, हड्डी जांच, स्पाइरोमेट्री, हीमोग्लोबिन व न्यूरोपैथी की जांच की गई। डॉ. दिवाकर ने बताया कि 70 प्रतिशत महिलाओं की हड्डी कमजोर थी और खून की कमी पाई गई।

THE TELEGRAPH MONDAY 1 SEPTEMBER 2014

Health camp

■ **Patna:** Non-government organisation Public Awareness for Healthful Approach for Living (Pahal) organised a health camp on Sunday in which more than 150 people took part.

राष्ट्रीय सहारा

पटना। सोमवार • 1 सितम्बर • 2014

सत्तर फीसद महिलाओं में खून की कमी

पटना (एसएनबी)। 'पहल' द्वारा आयोजित निःशुल्क जांच शिविर में चिकित्सकों ने जांच के दौरान पाया कि सत्तर प्रतिशत महिलाओं में खून की कमी है। हड्डी की कमजोरी भी पायी गयी। इनर व्हील क्लब के सहयोग से लगाये गए शिविर में एचआईवी जांच, हेपेटाईटिस बी, हेपेटाइटिस सी, मधुमेह, मोटापा, बीएमडी, हीमोग्लोबिन एवं न्यूरेपैथी जांच भी की गई। पहल के निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि हेपेटाइटिस सी का इलाज अब संभव है। सोफोसबुविर एवं सिमेप्रविर के सेवन से हेपेटाइटिस सी के रोगी रोग मुक्त हो सकते हैं। हड्डियों की कमजोरी के बाबत बताया कि चालीस वर्ष के उपर आयु वर्ग की महिलाएं हड्डियों की कमजोरी से प्रभावित होती हैं। समय रहते कैल्शियम एवं विटामिन डी थ्री की गोलियों से निजात पाई जा सकती है। उन्होंने ब ताया कि रक्तचाप 130/80 से ज्यादा नहीं होना चाहिए अन्यथा गुर्दा पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है। इस अवसर पर क्लब की सुमन महेश्वरी, स्वाती मोदी, मधु प्रकाश एवं राकेश दूबे भी मौजूद थे।

DB स्टार . PATNA MONDAY 1/ 9/ 2014

हेपेटाइटिस सी का आसान इलाज संभव

डीबी स्टार » पटना

हेपेटाइटिस-सी का आसान इलाज संभव है। इसके लिए हालही में दो नई दवा की खोज की गई है। सोफोसबुविर और सिपेप्रबिर नाम की दवा से रोगियों को आसानी से ठीक किया जा सकता है। 12 सप्ताह तक दिए जाने वाली यह दवा अभी महंगी है।

इसे देश में सस्ते दामों पर उपलब्ध कराने के लिए भारत सरकार लगातार कोशिश कर रही है। ये बातें पहल के निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने आयोजित एक हेल्थ कैंप के दौरान कही। इस अवसर पर निशुल्क एचआईवी, हेपेटाइटिस बी, सी, मधुमेह, मोटापा, हड्डी, हीमोग्लोबिन और न्यूरोपैथी की जांच की गई। हड्डियों की कमजोरी की समस्या जिक्र करते हुए डॉ. तेजस्वी ने कहा कि 40 वर्ष की आयु से ऊपर की महिलाओं में यह बीमारी अधिक देखी जाती है। उनकी हड्डियां आसानी से टूटने की मुख्य वजह भी यही है। इसलिए उन्हें कैलशियम एवं विटामिन डी की गोली देकर आसानी से हल पाया जा सकता है। कार्यक्रम का आयोजन पहल और इनर व्हील क्लब पाटलिपुत्रा के संयुक्त तत्वावधान में किया गया था।

निःशुल्क हेल्थ कैंप में मरीजों को जानकारी देते पहल के निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी।

आज पटना, सोमवार, १ सितम्बर, २०१४

40 से अधिक की महिलाएं हड्डी की कमजोरी से ग्रसित

70 प्रतिशत महिलाओं में हड्डी की कमजोरी एवं खून की कमी पायी गयी

(आज समाचार सेवा)

पटना। देश में 40 वर्ष के उपर की आयु की मलिाएं हड्डीयों की कमजोरी से प्रभावित है तथा महिलाओं में हड्डीयों के असानी से टूटने का यह प्रमुख कारण है। ये बाते पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने रविवार को पहल और इनर व्हील क्लब पाटलिपुत्रा के संयुक्त तत्वावधान में आयोजित निःशुल्क एचआइवी, हेपटाईटिस-बी, मधुमेह, मोटापा, हड्डी की जांच शिविर में कही। उन्होंने बताया कि यदि समय रहते महिलाएं अपनी हड्डी की जांच कराये तो उन्हें समय रहते कैलशियम एवं विटामिन डी-3 की गोली देकर आसानी से इस समस्या से हल पाया जा सकता है। डॉ तेजस्वी ने बताया कि अब हेपटाईटिस-सी का आसान इलाज संभव हो गया है, इसी वर्ष हुए हेपटाईटिस-सी रकी दो नयी दवाओं का इजाद हुआ है। इन गोलियों के सेवन से हेपटाईटिस-सी रोगी रोग मुक्त हो सकता है। डॉ तेजस्वी ने मधुमेह रोगियों को बताया कि उन्हें रक्तचाप की जांच कराते रहना चाहिए। मधुमेह के मरीज का रक्तचाप 139/80 से अधिक नहीं होना चाहिए। इससे किडनी पर बुरा प्रभाव पड़ता है। इस शिविर में 150 लोगों ने निःशुल्क जांच करायी।

PAHAL Activity Report for the month of SEPTEMBER 2014

September 4, 2014: PAHAL organized a small felicitation programme for differently abled adventurer, Sri Suman Ranjit at its office at Patna. This was to proide encouragement and moral support not only to Mr Ranjit, but to also encourage other physically and differently challenged people in moving ahead in life despite hardships. Mr Suman Ranjit had climbed down from the tallest building in Patna, Biscomaun Bhavan on a rope despite being challenged due to his legs being afflicted by polio.

दैनिक भास्कर पटना. गुरुवार, 4 सितंबर, 2014

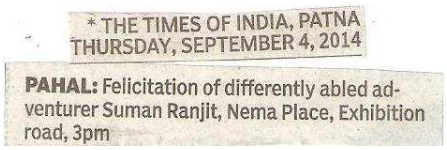
▪ स्थान » पहल का सम्मान समारोह, डॉ दिवाकर तेजस्वी की क्लिनिक में समय » तीन बजे

पटना, 4 सितंबर 2014 दैनिक जागरण

■ पहल का सम्मान समारोह, स्थान : डॉ. दिवाकर तेजस्वी क्लिनिक, एक्जीविशन रोड समय : 3 बजे

पश्चिम सहारा पटना। बृहस्पतिवार 4 सितम्बर 2014

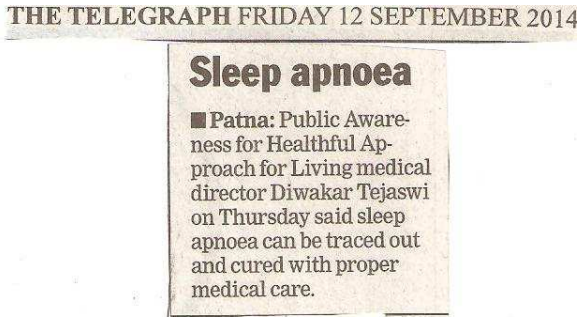
● 03.00 बजे : निःशक्तों का सम्मान समारोह, डॉ. दिवाकर तेजस्वी क्लिनिक



* THE TIMES OF INDIA, PATNA THURSDAY, SEPTEMBER 4, 2014

PAHAL: Felicitation of differently abled adventurer Suman Ranjit, Nema Place, Exhibition road, 3pm

September 11, 2014: PAHAL organized a general health awareness camp where patients were made aware of the importance of proper sleep and harmful effects of sleep apnea by its Medical Director, Dr Diwakar Tejaswi. He symptoms of sleep apnea were snoring while sleeping and falling asleep or taking naps throughout the day. He said that sleep apnea was highly dangerous as it in turn could lead to more serious ailments in the patient like heart ailments, high BP, diabetes etc., apart from the risks of a person falling asleep on the car steering while driving. However, if taken up on time, sleep apnea is treatable and can be cured.



THE TELEGRAPH FRIDAY 12 SEPTEMBER 2014

Sleep apnoea

■ **Patna:** Public Awareness for Healthful Approach for Living medical director Diwakar Tejaswi on Thursday said sleep apnoea can be traced out and cured with proper medical care.

आज पटना

शुक्रवार, १२ सितम्बर, २०१४

खर्राटा सेहत के लिए हानिकारक

पटना (आससे)। पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने खर्राटे के बारे में जानकारी देते हुए बताया कि यदि क्किसी को रोज खर्राटे आते है एवं दिन में बार-बार नींद एवं झपकी आती है तो इसका मतलब यह है कि आपको स्लीप एपनीया हो सकता है। यह रोग एक छुपी हुई महामारी के रूप में सामने आ रही है। स्लीप एपनीया के लक्षणों के बारे में उन्होंने बताया कि यदि किसी को रात को सोते समय सांस रूकती है। जिसके कारण अचानक नींद टुटती है। दिन में नींद आती रहती है, थकान महसूस होता हैएवं ज्यादा खर्राटे आते हैतो आपको स्लीप एपनीयां हो सकता है।

दैनिक भास्कर पटना. शुक्रवार, 12 सितंबर, 2014

खर्राटा सेहत के लिए हानिकारक

पटना| पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि खर्राटा सेहत के लिए हानिकारक है। यदि किसी को रोज खर्राटे आते हैं एवं दिन में बार-बार नींद व झपकी आती है तो इसका मतलब है व्यक्ति स्लीप एपनिया से पीड़ित है। यह रोग एक छुपी हुई महामारी है। रात में सोते समय यदि सांस रुकती और अचानक नींद खुल जाती है। दिन में नींद आती और थकान महसूस होता है और खर्राटे आते हैं। ऐसा अमूमन अधिक वजन वाले लोगों में होता है। डॉ. तेजस्वी ने बताया कि स्लीप एपनिया कई खतरनाक बीमारियों को जन्म दे सकता है। इसमें हॉर्ट की बीमारी, बीपी, नपुंसकता, डायबिटीज शामिल है। गाड़ी चलाते समय भी झपकी आ सकती है। बहरहाल इस तरह के लक्षण मिलने पर जांच करा लेना चाहिए। इसका इलाज संभव है।

September 18 to 20, 2014: PAHAL organized a agarbatti making training camp for poor village women at village Bir, whereby 12 ladies were trained in the art of agarbatti making in order to give them a new venue to earn money. The training was done by a professional trainer, Md Pervez Alam, who trained them over a 3 day period. The women were highly appreciative of the programme and more were ready to enroll for the same course. The ladies were trained over a period of 3 days and made around 1000 incense sticks which were mostly taken back by them and few distributed by PAHAL to well wishers to make them aware of the SHG training group to be created by PAHAL.

September 23, 2014: An HIV AIDS awareness and training camp was organized by PAHAL for nurses working at the Primary Health Centre at Phulwarisharif, Patna. Addressing the nurses and other hospital staff, PAHAL Medical Director, Dr Diwakar Tejaswi pointed out that knowledge about AIDS would save many lives and that HIV is spread due to a virus which can be detected by taking blood tests. He said that till date there was neither vaccination to prevent nor any fully effective medicine available to treat AIDS. Hence it was necessary to know how this virus spreads and to spread this knowledge among general public to counteract the virus from spreading. People should be aware that the virus can spread from using contaminated needles, from unprotected sexual contact with an afflicted person and blood transfusion from an afflicted person to a healthy person.

दैनिक भास्कर पटना, बुधवार, 24 सितंबर, 2014

एड्स का ज्ञान, बचाए लोगों की जान : डॉ. दिवाकर

भास्कर न्यूज | फुलवारीशरीफ

पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एप्रोच फॉर लिविंग (पहल) के निदेशक और सुप्रसिद्ध फिजिशियन डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने एड्स का ज्ञान, बचाए जान अभियान में कहा कि एचआईवी एक विषाणु के कारण होता है। खून की जांच से इसका पता चलता है। एड्स बीमारी की कोई अचूक दवा अभीतक उपलब्ध नहीं है और न ही कोई रोग निरोधक टीका।

प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र फुलवारीशरीफ में कार्यरत नर्सों को एड्स पीड़ितों के लक्षण और उसकी रोकथाम के लिए मंगलवार को आयोजित एक दिवसीय प्रशिक्षण शिविर में डॉ. दिवाकर ने कहा कि संक्रमित व्यक्तियों से असुरक्षित संभोग, संक्रमित व्यक्तियों के समलैंगिक संभोग, संक्रमित सूई का प्रयोग व संक्रमित खून चढ़ाने से एड्स होने का खतरा रहता है। एड्स के विषाणु संक्रमित महिलाओं से शिशुओं में, गर्भावस्था के समय, प्रसव के समय और एड्स संक्रमित माता द्वारा दूध पिलाने से, संक्रमित स्त्रियों के गुप्तांग के रिसाव से पाया जाता है।

नर्सों को एड्स से बचाव की जानकारी देते डॉ. दिवाकर तेजस्वी।

September 25, 2014: PAHAL organized a Blood Donation Awareness Camp in collaboration with National Institute of Rural Development at Gandhi Sangralaya, Patna. Addressing the trainees, PAHAL Medical Director, Dr Diwakar Tejaswi said that' Blood donation does not lead to any kind of weakness. All healthy people in the age group of 18 – 58 years should definitely donate blood at least twice a year.' This is a the most valuable type of donation as it saves many lives.

आज पटना, शुक्रवार, २६ सितम्बर, २०१४

रक्तदान से नहीं होती कमजोरी

पटना। पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने गांधी संग्रहालय में नेशनल इन्स्टीच्यूट ऑफ रूलर डेभेलपमेंट के प्रशिक्षुओं को संबोधित करते हुए बताया कि रक्तदान करने के बाद कमजोरी नहीं आती है। 18 से 58 वर्ष के सभी स्वस्थ्य लोगों को साल में कम से कम दो बार रक्तदान अवश्य करना चाहिए। इससे किसी प्रकार की कमजोरी नहीं होती है।

रक्तदान करके लोग कई लोगों की जीवन को बचा सकते है। रक्तदान से बढ़कर कोई दान नहीं होता है।

September 27, 2014: PAHAL jointly organized a 'Save Environment : Ride Cycles' Campaign in association with Disabled Sports Welfare Academy at Patna at its office at Nema Place. Speaking on the occasion, were Prof Purnima Sekhar Singh, Disabled sports adventrurer Suman Ranjit and PAHAL Medical Director, Dr Diwakar Tejaswi. People were given encouragement to protect and save environment from further harm by planting trees apart from riding bicycles to prevent pollution and keep healthy. As a token of appreciation, a bicycle was presented to television actor, Om Kapoor on the occasion.

THE TELEGRAPH SUNDAY 28 SEPTEMBER 2014

CYCLE TO SAVE GREEN

Television actor Om Kapur receives the key of a bicycle from Dr Purnima Shekhar Singh at an awareness programme organised by Disabled Sports and Welfare Academy and Public Awareness For Healthful Approach For Living in Patna on Saturday. The programme, 'Cycle chalayen, paryawaran bachayen', was organised to create awareness about cycling and environment. Text by Anand Raj, picture by Nagendra Kumar Singh

दैनिक भास्कर
पटना • रविवार 28 सितंबर, 2014 • 9

साइकिल का उपयोग करने की दी गई सलाह

पर्यावरण जागरुकता कार्यक्रम में डॉ. दिवाकर तेजस्वी व अन्य।

भास्कर न्यूज. पटना

पहल एवं डसवा द्वारा शनिवार को नीमा पैलेस में 'साइकिल चलाएं, पर्यावरण बचाएं' कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस अवसर पर सिने एवं टीवी कलाकार ओम कपूर को उपहार में साइकिल दी गई। कपूर ने कहा कि प्रतिदिन साइकिल सुबह चलाएंगे। मुख्य अतिथि डॉ. पूर्णिमा शेखर सिंह ने कहा कि चीन एवं जापान की तर्ज पर ज्यादा-ज्यादा साइकिल का उपयोग करें। पहल के अध्यक्ष डॉ. दिवाकर तेजस्वी एवं महिला उद्योग संघ की सचिव उषा झा ने कहा शहरीकरण के लिए जंगलों की कटाई, कृषि योग्य भूमि और औद्योगिकरण पर्यावरण पर बुरा असर पड़ेगा। डसवा के महासचिव सुमन रणजीत ने कहा कि सरकार को पेड़ कटाई के प्रति कानून बनाने होंगे और सप्ताह में एक दिन वाहनों से जांच के लिए निकलना होगा।

दैनिक जागरण पटना, 28 सितंबर 2014

साइकिल चलाएं पर्यावरण बचाएं

नीमा पैलेस में पहल एवं डसवा के संयुक्त तत्वावधान में साइकिल चलाएं, पर्यावरण बचाएं अभियान का आयोजन किया। इसमें डसवा की निदेशक डसवा के महासचिव सुमन रणजीत एवं पहल के अध्यक्ष डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने अपना वक्तव्य रखा। इस अवसर पर टीवी कलाकार ओम कपूर को साइकिल उपहार में दी गई।

आज पटना
मंगलवार, ३० सितम्बर, २०१४

15 मरीजों को मिला मुफ्त श्रवण यंत्र

(आज समाचार सेवा)

पटना। पहल एवं एलएस इंस्टीच्यूट ऑफ ईएनटी द्वारा 15वीं लाडली शरण स्मृति नि:शुल्क बहरापन शिविर का आयोजन किया गया। जिसमें 83 गरीब मरीजों का नि:शुल्क परीक्षण किया गया और मशीन द्वारा जांच की गई।

इस शिविर में 15 मरीजों को मुफ्त श्रवण यंत्र दिया गया। इस शिविर में मरीजों की जांच प्रसिद्ध आंख, नाक, कान एवं गला रोग विशेषज्ञ एवं एल एस इन्स्टीच्यूट के डायरेक्टर डॉ केके शरण एवं ऑडियोलॉजिस्ट डॉ सूरज कुमार ने की। शिविर का उद्घाटन प्रख्यात सर्जन डॉ नरेन्द्र प्रसाद ने की। इस अवसर पर डॉ किरण शरण, डॉ हमांशु राय, डॉ आलोक अभिजित, डॉ दिवाकर तेजस्वी, सुधाकर तपस्वी, विभाकर यशस्वी, आनंद द्विवेदी, दिवाक्षी तेजस्वी, डॉ दीपिका तेजस्वी, संतोष कुमार एवं राकेश दूबे मौजूद थे।

September 29, 2014: PAHAL organized 15th Sri Ladly Sharan Free Deafness detection camp at its centre from 26th to 29th September and selected poor and needy patients to whom hearing aids were distributed on 29th September, 2014. The programme was inaugurated by famous surgeon Dr Narendra Prasad and 83 patients were checked free of cost by famous ENT surgeon Dr K K Sharan and Audiologist Dr Suraj Kumar. Of these 16 extremely needy and financially poor patients were selected and given the hearing aids free of cost.

प्रत्यूष नवबिहार

पटना, मंगलवार, 30 सितंबर, 2014

www.pratyushnavbihar.com

निःशुल्क बहरापन उन्मूलन शिविर

पटना: पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एप्रोच फॉर लिविंग (पहल) एवं एलएस इंस्टीट्यूट ऑफ इएनटी द्वारा 15वीं लाडली शरण स्मृति निःशुल्क बहरापन शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में 83 गरीब मरीजों का निःशुल्क परिक्षण किया गया और मरीजों का मशीन द्वारा जॉच (ऑडियोमेट्री) की गई तथा निःशुल्क 16 मरीजों को श्रवण यंत्र दिया गया। इएनटी विशेषज्ञ डॉ के.के. शरण एवं ऑडियोलोजिस्ट डॉ सूरज कुमार ने परीक्षण किये। डॉ नरेन्द्र प्रसाद ने कार्यक्रम का उद्घाटन दीप जला कर करते समय स्वर्गीय लाडली शरण के द्वारा की गई समाज सेवाओं तथा परिवार की उन्नति में उनके सहयोग की चर्चा की। श्रवण यंत्र डा. दिवाकर तेजस्वी, सुधाकर तपस्वी एवं विभाकर यशस्वी के सौजन्य से दिया गया। पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने धन्यवाद ज्ञापन करते हुए सभी सहयोगियों को विशेष धन्यवाद दिया।

पटना, 26 सितंबर 2014 दैनिक जागरण

- लाडली शरण स्मृति नि:शुल्क बहरापन शिविर
  स्थान : डा. दिवाकर तेजस्वी क्लीनिक, एक्जीविशन रोड
  समय : 11 बजे।

* THE TIMES OF INDIA, PATNA
MONDAY, SEPTEMBER 29, 2014

PAHAL: Deafness detection camp, Nema Place, Exhibition Road, noon

प्रभात खबर पटना, सोमवार, 29 सितंबर, 2014
www.prabhatkhabar.com

- पहल का 15वां हियरिंग एड डिस्ट्रीब्यूशन, डॉ दिवाकर तेजस्वी क्लिनिक, 12 बजे

हिन्दुस्तान
पटना • सोमवार • 29 सितम्बर 2014

- पहल की ओर से डॉ. दिवाकर तेजस्वी क्लीनिक में दोपहर 12बजे बहरापन जांच शिविर

प्रभात खबर पटना, मंगलवार, 30 सितंबर, 2014
www.prabhatkhabar.com

मुफ्त बहरापन शिविर: पहल एवं एलएस इंस्टीट्यूट ऑफ इएनटी डॉ केके शरण लेन में लगे मुफ्त बहरापन शिविर में 83 मरीजों की जांच हुई. जांच के बाद 15 मरीजों को श्रवण यंत्र भी दिया गया. मौके पर डॉ केके शरण,डॉ सूरज कुमार, डॉ नरेंद्र प्रसाद, डॉ दिवाकर तेजस्वी , डॉ हिमांशु राय, डॉ आलोक अभिजीत, राकेश दूबे, आनंद द्विवेदी तेजस्वी, डॉ दीपिका तेजस्वी मौजूद थे.

पटना, 26 सितंबर 2014 दैनिक जागरण

- लाडली शरण स्मृति नि:शुल्क बहरापन शिविर
  स्थान : डा. दिवाकर तेजस्वी क्लीनिक, एक्जीविशन रोड
  समय : 11 बजे।

दैनिक भास्कर पटना. सोमवार, 29 सितंबर, 2014

स्थान » पहल की ओर से बहरापन जांच शिविर, डॉ दिवाकर तेजस्वी क्लिनिक, एग्जीबिशन रोड
समय » 12 बजे

आज पटना
सोमवार, २९ सितम्बर, २०१४

- फ्री हल्थ चेकअप कैम्प
  स्थान- डा. दिवाकर तेजस्वी क्लिनिक, एक्जीविशन रोड
  समय- १२ बजे दोपहर

दैनिक भास्कर पटना. मंगलवार, 30 सितंबर, 2014

16 निःशुल्क श्रवण यंत्र दिए गए

पटना | पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एप्रोच फॉर लिविंग के तहत पहल की ओर से सोमवार को 15वीं लाडली शरण स्मृति के अवसर पर निःशुल्क बहरापन जांच शिविर का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का उद्घाटन शल्य चिकित्सक डॉ नरेन्द्र प्रसाद ने किया। 83 मरीजों की निःशुल्क जांच की गई।

शिविर को संबोधित करते डॉ. दिवाकर तेजस्वी।

इनमें 16 मरीजों को श्रवण यंत्र दिया गया। कान, नाक, एवं गला रोग के विशेषज्ञ डॉ केके शरण एवं ऑडियोलोजिस्ट डॉ सूरज कुमार ने मरीजों की जांच की। कार्यक्रम में डॉ दिवाकर तेजस्वी, सुधाकर तपस्वी, सलाहकार किरण शरण, डॉ दीपिका तेजस्वी, दिवाक्षी तेजस्वी, आनन्द द्विवेदी, डॉ हिमांशु राय, डॉ आलोक अभिजीत, राकेश दूबे एवं संतोष कुमार उपस्थित थे।

PAHAL Activity Report for the month of OCTOBER 2014

October 9, 2014: PAHAL organized a Conjunctivitis Awareness Camp for general public at its centre at Exhibition Road, where eye specialist Dr Ashwini Kumar deliberated on symptoms of the infection and its preventive precautions. He also stressed that since it is an allergic reaction, people must be careful not to share goggles or handkerchiefs with others. Medical Director PAHAL, Dr Diwakar Tejaswai also addressed the public and reiterated that keeping the eye area clean was important and to keep washing eyes with clean cold water.

दैनिक भास्कर पटना. गुरुवार, 9 अक्टूबर, 2014

▪ स्थान » पहल की ओर से आई फ्लू अवेयरनेस प्रोग्राम, डॉ दिवाकर तेजस्वी क्लिनिक समय » दो बजे

THE TELEGRAPH THURSDAY 9 OCTOBER 2014

■ NGO Pahal to hold a health awareness camp, Dr Diwakar Tejaswi's clinic, Exhibition Road, 2pm.

* THE TIMES OF INDIA, PATNA
FRIDAY, OCTOBER 10, 2014

Conjunctivitis awareness camp held: PAHAL on Thursday organized a conjunctivitis awareness camp led by eye specialist Dr Ashwini Kumar. Speaking on the occasion, Dr Kumar deliberated on the eye infection and told the audience that those infected must repeatedly wash their eyes with cold water and advised them to refrain from sharing goggles and handkerchiefs. Another eye awareness camp was organized at Sanjeevani Eye Hospital.

THE TIMES OF INDIA, PATNA *
THURSDAY, OCTOBER 9, 2014

PAHAL: Conjunctivitis awareness programme, Nema Place, Exhibition Road, 2pm

आज पटना
शुक्रवार, १० अक्तूबर, २०१४

आंखों की सफाई का रखें ध्यान : डॉ तेजस्वी

पटना (आससे)। पहल द्वारा आयोजित कंजक्टिवाइटिस अवेयरनेस कार्यक्रम को संबोधित करते हुए वरीय नेत्र चिकित्सक डॉ अश्विनी कुमार ने बताया कि कंजक्टिवाइटिस में आंखों में जलन होती है। यह एक एलर्जिक रिएक्शन होता है। इसका संक्रमण एक आंख से शुरू होता है, लेकिन दूसरी आंख भी इसकी चपेट में आ जाती है। इस अवसर पर पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने कंजक्टिवाइटिस के बचाव एवं सावधानियों के बारे में बताते हुए कहा कि गंदगी और भीड़-भड़ वाले जगहों पर नहीं जाए। किसी भी संक्रमित व्यक्ति के संपर्क में आने से बचे। आंखों की साफ-सफाई का पूरा ध्यान रखें। आंखों को ठंडे पानी से बार-बार धोएं। ऐसा करने से आंखों को संक्रमण से बचाया जा सकता है।

प्रभात खबर पटना, शुक्रवार, 10 अक्तूबर, 2014

आंख लाल होने लगे, तो डॉक्टर से करें संपर्क

पटना. नेत्र रोग विशेषज्ञ डॉ अश्विनी कुमार ने बताया कि कंजक्टिवाइटिस में आंखों में जलन होती है. यह एक एलर्जिक रियेक्सन की तरह है, लेकिन कई मामलों में बैक्टीरिया एवं वायरस का संक्रमण भी इसके लिए जिम्मेवार है. वह पहल के तत्वावधान में कंजक्टिवाइटिस अवेयरनेस कार्यक्रम को संबोधित कर रहे थे. आंख लाल होने

DB स्टार . PATNA FRIDAY 10/ 10/ 2014

...ताकि संक्रमित न हों आपकी आंखें

बिहार चैम्बर ऑफ कॉमर्स एण्ड इण्डस्ट्रीज में विश्व दृष्टि दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में उपस्थित जल संसाधन मंत्री विजय चौधरी, उपेन्द्र नारायण विद्यार्थी, केपीएस केसरी, डॉ. विनोद कुमार, डॉ. सीपी श्रीवास्तव आदि।

SIGHT DAY

डीबी स्टार » पटना

श्री लायंस नेत्रालय की ओर से गुरुवार को बिहार चैम्बर ऑफ कॉमर्स एंड इंडस्ट्रीज में विश्व दृष्टि दिवस मनाया गया। इसको लेकर आयोजित कार्यक्रम का उद्घाटन जल संसाधन मंत्री विजय कुमार चौधरी ने किया। वहीं इसमें स्वास्थ्य मंत्री रामधनी सिंह मुख्य अतिथि थे। इस मौके पर श्री साई लायंस नेत्रालय की ओर से करीब 500 मरीजों के आंखों की जांच और उन्हें डॉक्टरी सलाह दी गई। इसमें से करीब 300 बच्चों, महिलाओं और वृद्धों को चश्मा दिया गया।

साथ ही अंतर-ज्योति विद्यालय, कुम्हरार के छात्रों ब्रेल पेपर दिया गया। इस मौके पर उपेन्द्र नारायण विद्यार्थी, कैप्टन विजय शंकर सिंह, डॉ रमण कुमार, डॉ विनोद कुमार सिंह, जीएस होरा, केपीएस केसरी, डॉ सीपी श्रीवास्तव, जीएस सिंह आदि मौजूद थे।

पहल की ओर से हुआ कंजक्टिवाइटिस अवेयरनेस कार्यक्रम।

संक्रमण से बचने का उपाय जाना

आंखों से अचानक पानी आने, तेज जलन होने या पलकों पर पीला और चिपचिपा तरल जमा होने या फिर अचानक आंखों में खुजली होने की स्थिति में तुरंत सजग हो जाइए। यह कंजक्टिवाइटिस के लक्षण हैं। मतलब यह कि आपकी आंखें संक्रमित हो गई हैं। इस संक्रमण की शुरुआत एक आंख से होती है और जल्द ही दूसरी आंख भी इसकी चपेट में आ जाती है। पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एप्रोच फॉर लिविंग (पहल) की ओर डॉ. दिवाकर तेजस्वी के नेतृत्व में हुए कंजेक्टिवाइटिस अवेयरनेस प्रोग्राम में नेत्र चिकित्सक डॉ. अश्विनी कुमार ने यह जानकारी दी।

संजीवनी आई हॉस्पीटल में आई कैंप

किदवईपुरी स्थित संजीवनी आई हॉस्पीटल में गुरुवार को आई जागरूकता कैंप का आयोजन किया गया। इस अवसर पर आंख विशेषज्ञ डॉ. सुनील कुमार सिंह, डॉ. सुधीर कुमार और डॉ. रूबी ने लोगों को आंख बचाव के तरीके बताए। डॉ. सुनील कुमार ने आंख के मरीजों को बताया कि आंख की देखभाल सबसे अधिक जरूरी है। परेशानी होने पर तुरंत डॉक्टर की सलाह लें।

October 12, 2014: PAHAL along with several other NGOs took out a silent candle march in memory of those unfortunate people who lost their lives at the mishap during Dussehra celebrations at Gandhi Maidan, Patna. Leading the candle march was Dr Diwakar Tejaswi, Medical Diarector PAHAL along with Dr Kiran Sharan, Sri Anand Dwiwedi and many other prominent citizens. The silent march started from Kargil Chowk and ended at Gandhi Murti in Gandhi Maidan.

प्रत्यूष नवबिहार पटना, सोमवार, 13 अक्टूबर, 2014

गांधी मैदान हादसे में मारे गये लोगों के लिये मौन दीप यात्रा

पटना: विदित हो कि दशहरा के दिन एक ऐसी घटना घटी, जिसने बिहार को ही नहीं, बल्कि पूरे देश को शोकाकुल कर दिया। इस दुख की घड़ी में एक जागरूक नागरिक और संस्था के तौर पर हमारी संवेदना व्यक्त करने की यह छोटी सी कोशिश है। यह कोशिश एक मौन दीप यात्रा के रूप में रविवार कारगिल चौक से गांधी मैदान, गांधी मूर्ति की ओर प्रस्थान किया। इस मौन दीप यात्रा में अपनी गहरी संवेदना के साथ पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी डॉ किरण शरण व आनंद द्विवेदी, पटना नागरिक विकास परिषद के अध्यक्ष डॉ धीरज सिन्हा, बिहार लोक जीवन के सचिव अभिषेक कुमार, असंगठित क्षेत्र कामगार संगठन के विजयकांत सिन्हा, महेद्र रौशन, बिहार विकलांग अधिकार मंच के राकेश कुमार, डॉ रविश कुमार, आनंद कुमार, दि सेवियर्स के सुनील कुमार बासु व अन्य लोग सम्मिलित हुए।

प्रभात खबर पटना, सोमवार, 13 अक्तूबर, 2014 www.prabhatkhabar.com

भगदड़ के मृतकों की याद में निकाली मौन दीपयात्रा

पटना. रावण वध के दिन गांधी मैदान के पास हुए भगदड़ में मारे गये लोगों की याद में मुक्ता फाउंडेशन की तरफ से रविवार को मौन दीपयात्रा निकाली गयी. संध्या 5.30 बजे से निकाली गयी इस यात्रा में शामिल हुए लोगों ने अपनी गहरी संवेदना जतायी. यात्रा में पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी, डॉ किरण शरण, डॉ आनंद द्विवेदी, डॉ धीरज सिन्हा, अभिषेक कुमार, विजय कांत सिन्हा, महेंद्र रोशन, राकेश कुमार, डॉ रविश कुमार आदि शामिल हुए.

राष्ट्रीय सहारा पटना। सोमवार • 13 अक्टूबर • 2014

दीप यात्रा निकाल मृतकों को दी श्रद्धांजलि

पटना (एसएनबी)। दशहरा में रावण वध में दौरान गांधी मैदान के भगदड़ में मारे गए लोगों की स्मृति में रविवार को राजधानी में दीप यात्रा निकाली गई। संस्था मुक्ता फाउंडेशन एवं बिहार लोक जीवन, बिहार विकलांग मंच, असंगठित क्षेत्र कामगार संगठन, पहल, कुटुंब, सेवा एवं दी सेवियर्स के तत्वावधान में संध्या में कारगिल चौक से निकली दीप यात्रा गांधी जी की मूर्ति तक आई। यात्रा के संस्था पहल के निदेशक डॉ. दिवकार तेजस्वी, डॉ. किरण शरण, आनंद द्विवेदी, नागरिक विकास परिषद के अध्यक्ष डॉ. धीरज सिन्हा, अभिषेक कुमार, विजय कांत सिन्हा, महेन्द्र रौशन, राकेश कुमार, डॉ. रवीश कुमार, आनंद कुमार, मिनती चकलान्विस, सुनील कुमार समेत नगर के गणमान्य लोग शामिल हुए।

October 20, 2014: PAHAL in association with Science for Society organized a Malaria Awareness Camp at S K Science Centre, Patna at which Medical Diector, PAHAL Dr Diwakar Tejasawi addressed a gathering of science teachers from various schools of Patna district. Speaking as chief guest on the occasion, Dr Tejaswi informed the gathering that malaria is slowly becoming a major danger to good health of the society. Malaria parasite spreads from one afflicted person to another via the carrier female anopheles mosquito. He advocated for ensuring proper testing facilities of malaria at all primary health centres to help curb this menace from spreading.

* THE TIMES OF INDIA, PATNA
MONDAY, OCTOBER 20, 2014

Science for Society, Bihar: Malaria awareness camp, Srikrishna Science Centre, 11am

THE TELEGRAPH MONDAY 20 OCTOBER 2014

Pahal to hold malaria awareness programme, SK Science Centre, 11am.

हिन्दुस्तान
पटना • सोमवार • 20 अक्टूबर 2014

• पहल की ओर से श्रीकृष्ण मेमोरियल हॉल में सुबह 11बजे मलेरिया जागरूकता कार्यक्रम

i next, Patna, 21 October 2014

हाई मलेरिया जोन में है देश की 27 परसेंट आबादी

» रोनाल्ड रॉस को इंडिया में मलेरिया पर शोध के लिए 1902 में नोबेल पुरस्कार मिला था

» सफाई रखें तो मलेरिया से बचेंगे

patna@inext.co.in

PATNA (20 Oct) : देश की 27 परसेंट आबादी हाई मलेरिया ट्रांसमिशन जोन में रहती है. यह विडंबना है कि मलेरिया को लेकर शुरुआती रिसर्च इंडिया में ही हुई लेकिन आज यहीं इसमें सुधार की अधिक जरूरत है. यह बात पहल के डायरेक्टर डॉ दिवाकर तेजस्वी ने कही. वे श्रीकृष्ण साइंस सेंटर में बिहार गवर्नमेंट की साइंस फोर सोसाइटी प्रोग्राम में चीफ गेस्ट के रूप में टीचर्स को एड्रेस कर रहे थे. उन्होंने बताया कि ब्रिटिश साइंटिस्ट और इंडियन मेडिकल सर्विसेज के ऑफिसर्स रोनाल्ड रॉस को इंडिया में मलेरिया के क्षेत्र में विशेष कार्य के लिए 1902 में नोबेल पुरस्कार से सम्मानित किया गया. डॉ. दिवाकर ने मलेरिया के फैलने और इसकी रोकथाम के बारे में विस्तार से बताया.

ब्लड ट्रांसफ्यूज से हो सकता है मलेरिया

डॉ. दिवाकर ने कहा कि मादा एनोफिल मच्छर के काटने से मलेरिया होता है. इसके अलावा ब्लड ट्रांफ्यूजन से भी यह फैल सकता है. इसलिए रजिस्टर्ड ब्लड बैंक से ही ब्लड लेना चाहिए. कमजोर इम्यून सिस्टम वाले लोगों पर यह जल्दी असर करता है. उन्होंने कहा कि जिन्हें सीवियर अटैक हुआ हो वे इंसिडेंस के तीन साल तक ब्लड डोनेट नहीं कर सकते. यह सेफ नहीं है. अभी वैक्सीन नहीं है इस पर काम चल रहा है.

आज
पटना
मंगलवार, २१ अक्तूबर, २०१४

सभी स्वास्थ्य केन्द्रों पर हो मलेरिया जांच की व्यवस्था

पटना (आससे)। मलेरिया लगातार जन स्वास्थ्य का प्रमुख समस्या के रूप में रहा है। यह बीमारी प्लाज्मोडियम परजीवी द्वारा उत्पन्न मादा एनाफिलिज मच्छर द्वारा संचारित होता है। मलेरिया संक्रमण का स्रोत ऐसा व्यक्ति होता है, जिसके रक्त में परजीवी रहते है एवं ये मादा एनाफिलिज मच्छर के द्वारा काटने पर उसके शरीर में प्रवेश कर जाता है। यह बीमारी एक मच्छर अनेक लोगों को संक्रमित कर सकता है। इसकी जानकारी श्रीकृष्ण विज्ञान केन्द्र पटना में साइंस फॉर सोसाइटी के द्वारा आयोजित मलेरिया जागरूकता कार्यक्रम में पटना जिला के विद्यालयों के विज्ञान शिक्षकों को संबोधित करते हुए डॉ दिवाकर तेजस्वी ने दी। उन्होंने मलेरिया के रोकथाम के लिए सभी स्वास्थ्य केन्द्र पर मलेरिया जांच की सुविधा करने की वकालत भी की। इस अवसर पर एससीआर के डायरेक्टर वारिस, श्रीकृष्ण विज्ञान केन्द्र के सतीश, साइंस फॉर सोसाईटी के अध्यक्ष प्रो.एसपी वर्मर एवं संदीप दफ्तुआर मौजूद थे।

राष्ट्रीय सहारा पटना। मंगलवार • 21 अक्टूबर • 2014

विज्ञान के शिक्षकों को दी गयी मलेरिया की जानकारी

पटना (एसएनबी)। स्थानीय श्रीकृष्ण विज्ञान केन्द्र में साइंस फॉर सोसायटी द्वारा मलेरिया जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस दौरान पटना जिले के विद्यालयों के विज्ञान शिक्षकों को मलेरिया से संबंधित विस्तृत जानकारी उपलब्ध करायी गयी। इस दौरान राजधानी के वरिष्ठ फिजिशियन डॉ दिवाकर तेजस्वी ने उपस्थित शिक्षकों को संबोधित करते हुए बताया कि 1953 में राष्ट्रीय मलेरिया नियंत्रण कार्यक्रम प्रारंभ हुआ। जिसे 1958 में उन्मूलन कार्यक्रम में बदला गया। 1973 में मलेरिया रोगियों की संख्या साढ़े सात करोड़ तक पहुंच गयी। जबकि आठ लाख लोगों की मृत्यु हुई। वर्ष 2008 में 15 लाख से उपर मलेरिया के केस रिपोर्ट हुए। जिनमें प्लाज्मोडियम फाल्सीपेरियम द्वारा घातक मलेरिया की प्रतिशतता 50 प्रतिशत तक थी। डॉ तेजस्वी ने कहा कि मलेरिया लगातार जन स्वास्थ्य की प्रमुख समस्या के रूप में रही है। डॉ तेजस्वी ने बताया कि मलेरिया प्लाज्मोडियम परजीवी द्वारा उत्पन्न मादा एनाफिलीज मच्छर द्वारा संचारित रोग है। मलेरिया संक्रमण का स्रोत ऐसा व्यक्ति होता है जिसके रक्त में परजीवी रहते हैं एवं ये मादा एनाफिलीज मच्छर के द्वारा काटने पर उसके शरीर में प्रवेश कर जाते हैं। एक मच्छर अनेक व्यक्तियों को संक्रमित कर सक ता है। मलेरिया के लक्ष्णों का जिक्र करते हुए उन्होंने बताया कि इसमें सिर दर्द,कपकपी,तेज ज्वर,पसीना,ठंडी त्वजा के साथ बुखार उतरना,लीवर एवं स्पीलीन में सूजन आ जाती है। इस अवसर पर एससीआर के डायरेक्टर श्री चारिस,श्री कृष्ण विज्ञान केन्द्र के श्री सतीश,सांईस फॉर सोसाइटी के अध्यक्ष प्रो एस पी वर्मा,संदीप दफ्तुआर समेत कई विज्ञान शिक्षक मौजूद थे।

October 22, 2014: On the eve of Diwali, PAHAL organized an Awareness camp with the theme being "Say No To Crackers" and an Eco-friendly Diwali, where people were made aware of the harm created by crackers. and how to enjoy the festival without polluting the air and also without noise pollution. Speaking to the gathering PAHAL Medical Director, Dr Diwakar Tejaswi pointed out that the air gets polluted due to smoke emitted by the crackers and caused more asthmatic people a lot of harm and also for pregnant ladies, young children and aged people alike. The high pitch noise emission is also highly harmful for people so one should enjoy the festival by using alternative eco-friendly paper crackers which do not pollute air or have sound.

दैनिक भास्कर पटना. बुधवार, 22 अक्टूबर, 2014

▪ स्थान » पहल की ओर से इको फ्रेंडली दीपावली मिलन, एग्जीबिशन रोड समय » पौने 12 बजे

प्रभात खबर पटना, बुधवार, 22 अक्तूबर, 2014 www.prabhatkhabar.com

▪ पहल द्वारा दीवाली मिलन समारोह, डॉ दिवाकर तेजस्वी क्लिनिक, सुबह 11.45 बजे

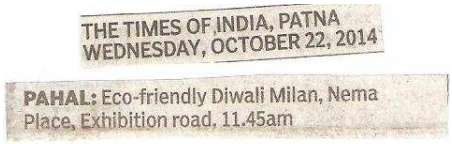
पटना, 22 अक्टूबर 2014 **दैनिक जागरण**

● पहल का इको फ्रेंडली एण्ड क्रेकर फ्री दिवाली मिलन समारोह
स्थान : डा. दिवाकर तेजस्वी क्लीनिक, एक्जीविशन रोड
समय : 11:45 बजे

हिन्दुस्तान
पटना • बुधवार • 22 अक्टूबर 2014

● पहल की ओर से डॉ. दिवाकर तेजस्वी क्लीनिक पर सुबह 11.45 बजे इको फ्रेंडली और क्रैकर फ्री प्री दिवाली मिलन

THE TIMES OF INDIA, PATNA
WEDNESDAY, OCTOBER 22, 2014



PAHAL: Eco-friendly Diwali Milan, Nema Place, Exhibition road, 11.45am

प्रत्यूष नवबिहार पटना, गुरुवार, 23 अक्टूबर, 2014

स्वास्थ्य के लिए नुकसानदेह हैं तेज आवाज वाले पटाखे

संवाददाता पटना

पब्लिक अवेयनेस फॉर हेथफुल एप्रोच फॉर लिविंग की ओर से दिवाली की पूर्व संध्या पर आवाज वाले पटाखों से स्वास्थ्य एवं पर्यावरण पर पड़ने वाले कुप्रभाव के बारे में बताते हुए 'पहल' के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि दीपावली त्योहार के दौरान पटाखे फोड़ने में थोड़ी सी भी असावधानी घातक साबित हो सकती है। तेज आवाज वाले पटाखों का सबसे ज्यादा असर बच्चों, गर्भवती महिलाओं , दिल व सांस के मरीजों पर होता है। पटाखों से निकलने वाला धुआं, रसायन एवं गंध दमा के मरीजों के लिए प्राण घातक हो सकता है। डॉ. तेजस्वी ने बताया कि आतिशबाजी के कारण दिल का दौरा, रक्तचाप, दमा, नाक की एलर्जी, ब्रोंकाइटीस, जलना, एवं निमोनिया होने की संभावना बढ़ सकती है। कान, नाक एवं गला रोग विषेषज्ञ डॉ केके शरण ने कहा कि इस दौरान आंख झुलसने, कान का पर्दा फटने, अस्थायी एवं स्थायी बहरापन, दिल का दौरा, सिर दर्द, अनिंद्रा एवं उच्च रक्तचाप कि शिकायतें अधिक मिलती है। डॉ. तेजस्वी के अनुसार पटाखों के कारण वायु प्रदूषण दस गुणा एवं औसतन आवाज का स्तर बीस से पचीस डेसीवेल तक अधिक बढ़ जाता है जिससे सुनने की क्षमता प्रभावित होती है । पहल के एक्जीबिशन रोड स्थित प्रांगण में बिना ध्वनि प्रदूषण एवं पर्यावरण को नुकसान पहुंचाये बिना, दीपावली मिलन का आयोजन किया गया, जिसमे लोगों ने नुकसान रहित कागज के बने विभिन्न आकृतियों वाले पटाखों का आनंद उठाया। इस अवसर पर रजनीश, जयंत किशोर, सुमन कुमार, राज किशोर सहित अनेक बच्चे - बच्चियां मौजूद थे।

दमा के मरीजो के लिए प्राण घातक हो सकते हैं पटाखे से निकले धुएं, रसायन और गंध

प्रभात खबर
www.prabhatkhabar.com
पटना, गुरुवार
23.10.2014

मनायी पटाखारहित दीवाली

लाइफ रिपोर्टर @ पटना

पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेथफुल एप्रोच फॉर लिविंग (पहल) द्वारा 'इको फ्रैंडली दीवाली एंड से नो टू क्रैकर' कार्यक्रम आयोजित किया गया. यहां सभी ने बिना ध्वनि प्रदूषण किये, बिना पर्यावरण को नुकसान पहुंचाए दीवाली मिलन का आयोजन किया. सभी ने नुकसान रहित कागज के बने विभिन्न आकृतियोंवाले पटाखों का आनंद उठाया. पहल के चिकित्सा निदेशक एवं वरिष्ठ फिजिशियन डॉ दिवाकर तेजस्वी ने संबोधित किया.

आज
पटना
गुरुवार, २३ अक्तूबर, २०१४

तेज आवाज वाले पटाखों से करें परहेज

बच्चों, गर्भवती महिलाओं, दिल व सांस के मरीजों की बढ़ सकती है परेशानी

पटना (आससे)। दीपावली पर तेज आवाज के पटाखों से लोगों को परहेज करना चाहिए। पटाखें फोड़ने में थोड़ी सी भी असावधानी घातक साबित हो सकती है। ये जानकारी पहल के चिकित्सा निदेशक दीपावली की पूर्व संध्या पर तेज आवाज वाले पटाखों एवं पर्यावरण पर पड़ने वाले कुप्रभाव के बारे में बताते हुए दी। उन्होंने बताया कि तेज आवाज वाले पटाखों का सबसे ज्यादा असर बच्चों, गर्भवती महिलाओं, दिन व सांस के मरीजों को होता है। डॉ तेजस्वी ने बताया कि आतिशबाजी के कारण दिल का दौरा, रक्तचाप, दम्मा, नाक की एलर्जी, ब्रोंकाइटिस, जलना एवं निमोनिया होने की संभावना बढ़ सकती है। इस अवसर पर कान, नाक एवं गला रोग विशेषज्ञ डॉ केके शरण ने कहा कि आतिशबाजी के दौरान आंख झुलसने, कान का परदा फटने, अस्थायी एवं स्थायी बहरापन, सरदर्द, अनिंद्रा एवं उच्चरक्तचाप की शिकायते अधिक मिलती है। इन दोनो चिकितसकों ने लोगों को तेज आवाज वाले पटाखों से परहेज करने की सलाह दी।

तेज आवाज वाले पटाखे अधिक खतरनाक

दिल, रक्तचाप, दमा, एलर्जी, ब्रोंकाइटिस के मरीजों के लिए आतिशबाजी के दौरान दूर रहना अधिक सुरक्षित

डीबी स्टार » पटना

दीपावली त्योहार के दौरान आतिशबाजी में थोड़ी-सी असावधानी घातक साबित हो सकती है। तेज आवाज वाले पटाखों का सबसे ज्यादा असर बच्चों, गर्भवती महिलाओं, दिल और सांस के मरीजों पर होता है। पटाखों से निकलने वाले धुएं, रसायन एवं गंध, दमा के मरीजों के लिए प्राणघातक भी हो सकते हैं। ये बातें एक्जीबिशन रोड स्थित पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थ फुल एप्रोच फॉर लिविंग (पहल) द्वारा आयोजित दीपावली मिलन समारोह में डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कही।

उन्होंने कहा कि आतिशबाजी के कारण दिल का दौरा, रक्तचाप, दमा, नाक की एलर्जी, ब्रोंकाइटिस, जलना एवं निमोनिया होने की संभावना बढ़ सकती है। पटाखों के कारण वायु प्रदूषण दस गुणा एवं औसतन आवाज का स्तर 20 से 25 डेसीबल अधिक बढ़ जाती है, जिससे सुनने की क्षमता प्रभावित होती है। कान, नाक एवं गला रोग विशेषज्ञ डॉ. केके शरण ने कहा कि इस दौरान आंख झुलसने, कान का परदा फटने, अस्थाई एवं स्थाई बहरापन, दिल का दौरा, सिर दर्द, अनिद्रा एवं उच्च रक्तचाप की शिकायतें अधिक रहती हैं। कार्यक्रम में रजनीश, जयंत किशोर, नंदिता, इशान, आयुष राज, डॉ. किरण शरण, डॉ. दीपिका तेजस्वी, दिवाक्षी तेजस्वी, पवन कुमार साव, सुमन कुमार, राज किशोर उपस्थित थे।

पहल के दिवाली मिलन कार्यक्रम में उपस्थित डॉ. दिवाकर तेजस्वी (बाएं) और जागरुकता कार्यक्रम में पोस्टर दिखाती छात्राएं।

दिवाली पर रखें फर्स्ट एड किट

- इन्हेलर : अस्थमा, दमा और एलर्जी ब्रोंकाइटिस के मरीज।
- एंटी एरिथिमिक हार्ट की दवाई : जिनके घर में अनियंत्रित हृदय गति के रोगी।
- इयर प्लग : कान के चादरों पर कुप्रभाव से बचने के लिए।
- गैस की दवाइयां : खानपान में परहेज रखे एवं पेट दर्द होने पर गैस की दवाई लें।
- सिल्वर सल्फाडाइजीन क्रीमः जलने पर इनका लेप लगाएं।
- आई ड्रॉपः आंखों में जलन, पानी आने और लाली आने पर डालें।
- एंटी एलर्जिक टैबलेटः अत्यधिक छींक आने पर।
- ब्लड प्रेशर की दवाइयांः जिनके घर में ब्लड प्रेशर के रोगी हैं, उन्हें अधिक आवाज से ब्लड प्रेश बढ़ने का खतरा रहता है।