PAHAL Composite 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 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 कंजंक्टिवाइटिस 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 कंजेंक्टिवाइटिस 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 कंजेंक्टिवाइटिस 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 सोसाइटो 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 लक्षणों 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 वारिस,श्री कृष्ण विज्ञान केन्द्र के श्री सतीश,साईंस 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।

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

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।

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 दवाइयां:** जिनके घर में ब्लड प्रेशर के रोगी हैं, उन्हें अधिक आवाज से ब्लड प्रेश बढ़ने का खतरा रहता है।

PAHAL Composite Report for the month of NOVEMBER 2014

November 2, 2011: PAHAL organized a literacy awareness campaign under the aegis of Srimati Leela Prasad Smriti Programme at Village Bir, where PAHAL runs a literacy centre where village women and small children are taught the basics of reading and writing so that no one remains illiterate in the village. On the occasion, Dr Narendra Prasad, Dr ALok ABhijit, Dr K K Sharan, Dr Kiran Sharan, Dr Diwakar Tejaswi were presnt. The children and women folk were asked to write words on the whiteboard to show their learnings. Students who had learnt to read and write were given small awards to keep them enthusiastic in their endeavor to learn reading and writing.

November 6, 2014: In its endeavor to help flood affected survivors in Jammu & Kashmir, PAHAL donated a sum of rupees five thousand and appealed to all citizens of India to come forward and help the victims of the catastrophe in any way possible, cash or kind. All the members of PAHAL including the staff were present on the occasion. Dr Diwakar, Medical Director of PAHAL appealed to people across the country to donate clothes and other items to the Charity drive undertaken by Dainik Bhaskar news daily.

दैनिक भास्कर पटना, शुक्रवार, 7 नवंबर, 2014

डॉ. दिवाकर ने जम्मू-कश्मीर के बाढ़ पीड़ितों को दिया दान

भास्कर न्यूज | पटना

जम्मू कश्मीर के बाढ़ पीड़ितों को जाड़े में गरम कपड़े दान करने के लिए दैनिक भास्कर द्वारा चलाए जा रहे कार्यक्रम में गुरुवार को डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने पहल की ओर से 5000 रुपए दान दिया। इस मौके पर डॉ. तेजस्वी ने कहा कि जम्मू कश्मीर के बाढ़ पीड़ित हमारे भाई-बहन है। उनको मदद करने के लिए बिहार के साथ पूरे देश के लोग को आगे आना चाहिए।

डॉ. तेजस्वने राज्य के लोगों से अपील करते हुए कि दैनिक भास्कर के वस्त्र दान मुहिम से जुड़कर जम्मू कश्मीर के बाढ़ पीड़ितों के जैसे भी हो वैसे मदद करें। यह समाज व राष्ट्र की सेवा होगी। इस मौके पर पहल सदस्य डॉ. हिमांशु राय, डॉ. आलोक अभिजित, डॉ. ज्योति रंजन पांडेय, आनंद

दैनिक भास्कर के कार्यक्रम वस्त्र दान के अंतर्गत डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने पहल की तरफ से 5 हजार रुपए का योगदान दिया।

द्विवेदी, राकेश दूबे, संतोष कुमार सहित पहले के दर्जनों कार्यकर्ता उपस्थित थे।

November 9, 2014: A Health Awareness Programme was held at Patna Book Fair at Gandhi Maidan by PAHAL, in which the public were given health betterment tips and advise in their respective fields by pediatrician Dr Kiran Sharan, Gynecologist Dr Himanshu Roy and General Physician, Dr Diwakar Tejaswi. The public were specially cautioned against dengue which has taken a deathly toll in the state. Dr Diwakar stated that by taking a few precautions, the disease can be avoided. Many patients were also given free health checkup by the

राष्ट्रीय सहारा पटना। सोमवार • 10 नवम्बर • 2014

स्वास्थ्य जागरुकता अभियान

'पहल' की ओर से पुस्तक मेले में स्वास्थ्य जागरूकता अभियान चलाया गया। चिकित्सकों ने डेंगू से बचाव के उपाय बताये। इस मौके डॉ. दिवाकर तेजस्वी, डॉ. हिमांशु राय, डॉ. किरण शरण उपस्थित थे। निःशुल्क स्वास्थ्य जांच शिविर भी लगाया गया।

November 13-14, 2014 : PAHAL organized a Health Camp with Free detection of Hepatitis-B and HIV at its centre at Exhibition Road, where apart from general public, free checkup was done for 120 orphaned children from Gyan Vigyan Rainbow Home, Kurji. Dr Diwakar Tejaswi, Medical Director – PAHAL explained the consequences of the dreaded diseases, stating that Hepatitis B not only lead to swelling of liver, but may also cirrhosis and liver cancer. Timely vaccination was the only way to save oneself from this dreaded disease from which around 5% of our population is already afflicted. He also pointed out that people suffering from HIV also were prone to Tuberculosis and hence must be more aware and take protective measures.

दैनिक भास्कर

पटना. शुक्रवार, 14 नवंबर, 2014

120 बच्चों के हेपेटाइटिस बी की निःशुल्क जांच

पटना|पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थ फुल एप्रोच फॉर लिविंग (पहल) की ओर से गुरुवार को एक्जिबिशन रोड स्थित डॉ. दिवाकर तेजस्वी की क्लिनिक में ज्ञान विज्ञान रेनबो होम के अनाथ बच्चों की निःशुल्क हेपेटाइटिस-बी एवं एचआईवी की जांच की गई। शिविर में 120 बच्चों की जांच की गयी। डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि संक्रमण के दौरान धीरे-धीरे वजन घटना, कमजोरी, दस्त, बुखार, ग्रंथियों में सूजन, चमड़े में फुंसियां, भूख कम लगती है। शिविर में मुक्ता फाउंडेशन संस्था के ज्योति कुमार, पहल संस्था के सहायक पवन कुमार साव, सुमन कुमार, नीरज कुमार, रघु कुमार आदि उपस्थित थे।

November 14, 2014 : On the eve of World Diabetes Day, PAHAL organized an awareness-cum-free medical examination camp in association with Bihar Diabetic Association at A N College, Patna. Speaking on the occasion were various doctors who made the public aware of the symptoms and measures to deal with diabetes. Describing the same a costly disease, Dr Diwakar Tejaswi,Medical Director PAHAL, pointed out that patients suffering from uncontrolled diabetes were more likely to get afflicted with TB. Dr Kiran Sharan also warned that people who had family history of diabetes ought to be more careful and get tested frequently for diabetes.

आज पटना, शनिवार, १५ नवम्बर, २०१४

विश्व मधुमेह दिवस की पूर्व संध्या पर जागरुकता कार्यक्रम

पटना (आससे)। विश्व मधुमेह दिवस की पूर्व संध्या पर शुक्रवार राजधानी में विभिन्न चिकित्सा संस्थानों द्वारा जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एपरोच फॉर लिविंग (पहल) के चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने बतायाकि अनियंत्रित मधुमेह वाले रोगियों में टी.बी. रोग होने की संभावनाएं ज्यादा होती है। हमें शारीरिक परिश्रम एवं खान-पान पर विशेष ध्यान रखने की आवश्यकता है। इस अवसर पर शिशु रोग विशेषज्ञा डॉ. किरण शरण ने वैसे लोगों को सतर्क रहने की सलाह की जिनके माता-पिता, दादा-दादी, चाचा आदि में मधुमेह एवं उच्च रक्तचाप की शिकायत है। इंदिरा गांधी ह्रदय रोग संस्थान, पटंना के निदेशक डॉ. हरेन्द्र कुमार ने बताया कि हार्ट अटैक, स्ट्रोक तथा किडनी फेल होने का मुख्य कारण डायबटीज है। लगभग 65 फीसदी हार्ट अटैक के रोगियों को मधुमेह होता है। 80 फीसदी मधुमेह रोगियों की मौत हार्ट अटैक से होती है। वहीं इस मौके पर पारस एचएमआरआई हॉस्पिटल के तत्वावधान में एजी कॉलोनी और इको पार्क समेत दस स्थानों पर मुफ्त स्वास्थ्य जांच शिविर लगाया गया। शिविर में लगभग दो हजार लोगों की स्वास्थ्य जांच की गयी। इनमें से लगभग पांच सौ लोगों में मधुमेह के लक्षण पाये गये। हॉस्पिटल के जोनल डायरेक्टर डॉ. रविशंकर सिंह ने बताया कि लोगों में स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता पैदा करना हमारा मुख्य उद्देश्य है।

November 16, 2014 : On the occasion of 31st International Aids Candlelight Memorial, PAHAL organized an Awareness Camp at St Xaviers College, Gandhi Maidan at Patna. Citizens for Humanity Awards were also given away by PAHAL Medical Director, Dr Diwakar Tejaswi to good Samaritans who have helped in fighting for justice and better treatment to AIDS afflicted patients and their families. Addressing the gathered public mainly comprising of students, teachers and social workers, Dr Tejaswi gave out tips to handle and prevent spreading of AIDS and also told each person to spread the information so that AIDS could finally be checked from spreading and by 2020 we could find no more new cases of the disease.

दैनिक भास्कर पटना, सोमवार, 17 नवंबर, 2014

एड्स के मरीजों के लिए लड़ने वाले हुए सम्मानित

सिटीजन फॉर ह्यूमिनिटी अवार्ड का आयोजन, कैंडल मार्च

भास्कर न्यूज | पटना

एचआईवी और एड्स के पीडितों को समाज में सम्मान दिलाने और उन्हें रहने के लिए अनुकूल व्यवस्था करने वाले लोगों को इंटरनेशनल एड्स कैंडल-लाइट मेमोरियल की ओर रविवार को संत जेवियर स्कूल के प्रांगण में 'सिटिजन फॉर ह्यूमिनिटी अवार्ड' से सम्मानित किया गया। सम्मान समारोह में डॉ. विपिन कुमार सिंह, समाजसेवी रीता कुमारी, एडवोकेट विकास कुमार पंकज और डॉ. जेड ए हक को डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने सिटीजन फॉर ह्यूमेनिटी अवार्ड देकर सम्मानित किया।

संत जेवियर्स स्कूल में आयोजित कार्यक्रम के दौरान डॉ. विपिन को सम्मानित करते डॉ. दिवाकर तेजस्वी।

एड्स को खत्म करने का प्रण

कार्यक्रम में संत जेवियर स्कूल, पटना वीमेंस कॉलेज एवं अन्य शैक्षणिक संस्थानों छात्र, चिकित्सक, समाजसेवी और आमजन उपस्थित थे। इस अवसर पर लोगों ने एड्स से बचने के उपायों को ज्यादा से ज्यादा फैलाने का संकल्प लिया। इस अवसर पर डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि अगर हम जागरूक हो जाएं तो 2020 तक एड्स जैसी बीमारी को उखाड़ फेंकना कोई कठिन काम नहीं होगा।

मरीजों को मिले उनका हक

मेमोरियल के संयोजक फ्रैंक कृष्णर ने कहा कि एड्स के मरीजों के साथ कई तरह के दुर्व्यवहार किए जाते हैं। उन्हें समाज में हेय की दृष्टि से देखा जाता है। इस नजरिए को बदलना होगा और उन्हें समाज में सम्मान से जीने का हक देना होगा।

November 17, 2014: PAHAL Medical Director, Dr Diwakar Tejaswi addressed a gathering of doctors at IMAICON 2014 at Patna. This was to make doctors at the session aware of the extent of damage that MDR and XDR TB can cause in patients. He pointed out that these were life threatening diseases and should be treated with proper care and patients be given more awareness. XDR TB is non- treatable and hence more difficult to handle, At least 4% of the patients of TB are afflicted with MDR TB whereas at least 15% of relapse TB cases are XDR TB patients. The doctors present were told to ensure vaccination being given to children for BCG, importance of early detection of TB cases and proper treatment and follow up of such TB patients as a measure to fight against this dangerous disease.

i next, Patna, 17 November 2014

एमडीआर टीबी एड्स से भी घातक

PATNA: IMAICON 2014 के अधिवेशन में डाक्टर्स को संबोधित करते हुए पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि एमडीआर टीवी एड्स रोग से भी घातक होता है.

आज पटना मंगलवार, १८ नवम्बर, २०१४

एमडीआर टीबी हो सकता है प्राणघातक : डॉ दिवाकर

(आज समाचार सेवा)

पटना। एमडीआर एवं एक्सडीआर टीबी अत्यन्त गंभीर एवं जानलेवा साबित हो रहे है। ये टीबी की दवाओं के विरूद्ध प्रतिरोधक क्षमता अर्जित कर लेते है और लाइलाज हो जाता है। इसकी जानकारी सोमवार को पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने दी। उन्होंने बताया कि एक्सडीआर टीबी के एक मरीज जब एक बार खांसता है, तो टीबी के 50-60 हजार कीड़े हवा में फैल जाते है। एक्सडीआर टीबी लाइलाज है, इसलिए इसे खतरनाक माना जाता है। यह टीबी का खतरनाक और भयावह रूप है। उन्होंने बताया कि बिहार एवं भारतवर्ष में नये टीबी के रोगियों में तीन से चार 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 टीबी के रोगियों का 7 प्रतिशत तक है। ओबी 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 यंत्र-तंत्र न फेकना एवं खांसते वक्त मुंह पर रूमाल रखना शामिल है।

PAHAL Composite Report for the month of DECEMBER 2014

December 1, 2014: PAHAL organized a programme on Awareness of Symptoms and Prevention of AIDS on the eve of World Aids Day at its office at Exhibition Road. On the occasion, Dr Diwakar Tejaswi, Medical Director of PAHAL informed the public that it is important to know how to maintain precautions to stop this disease from spreading from one person to another. He added that in a year Bihar alone had witnessed additional 10000 patients afflicted with this dreaded disease. Also present on the occasion were President of Bihar Network of People Living with Aids and other members. People were given pamphlets which showed precautions to be taken for prevention of this disease from spreading.

THE TIMES OF INDIA, PATNA *
MONDAY, DECEMBER 1, 2014

Programme on AIDS: PAHAL organized a programme to apprise people of the symptoms and prevention of AIDS on the eve of World Aids Day. Medical professionals said the loss of weight, weakness, decreased hunger and prolonged fever are among the symptoms of AIDS.

दैनिक भास्कर पटना, सोमवार, 1 दिसंबर, 2014

विश्व एड्स दिवस आज | बिहार में महिलाओं में सबसे तेजी से संक्रमण बढ़ा, विश्व में डेढ़ करोड़ को चाहिए दवा

बिहार में एक साल में 10 हजार संक्रमित बढ़े

भास्कर न्यूज | पटना

बिहार में पिछले एक साल में करीब 10 हजार एचआईवी संक्रमित पाए गए हैं। महिलाओं में सबसे तेजी से संक्रमण बढ़ा है। 10 वर्ष पहले 15 फीसदी महिलाएं संक्रमित थीं, आज इनकी संख्या 40 फीसदी के ऊपर है। वर्ल्ड एड्स डे के पूर्व संध्या पर पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एप्रोच फॉर लिविंग (पहल) की तरफ से आयोजित प्रेस वार्ता में पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने ये जानकारी दी।

डॉ. तेजस्वी ने कहा कि एचआईवी के संक्रमण के बाद टीबी की बीमारी का खतरा बढ़ जाता है। 80 फीसदी से अधिक एचआईवी संक्रमित में टीबी की बीमारी मिल रही है। उन्होंने कहा कि सरकारी आंकड़ों के मुताबिक बिहार में पिछले एक साल में 7797 नए मामले पाए गए हैं, लेकिन यह आंकड़ा 10 हजार के ऊपर होगा। डॉ. तेजस्वी के मुताबिक विश्व में एक करोड़ 40 लाख लोगों को एड्स की दवा की जरूरत है, लेकिन मात्र 66 लाख को ही दवा उपलब्ध है। बिहार में डेढ़ लाख संक्रमित हैं, लेकिन अभी सिर्फ 60 हजार चिह्नित हुए हैं।

पहल की ओर से विश्व एडस दिवस पर कार्यक्रम में डॉक्टर दिवाकर तेजस्वी व अन्य।

आंकड़ों की जुबानी

बिहार में	
संक्रमितों की संख्या	1,23,873
बच्चे	9791
नए इंफेक्शन	7797
एचआईवी से मृत्यु	9750
भारत में	
कुल संक्रमित	20,88,638
बच्चे	145446
नए इंफेक्शन	1,16,459
मृत्यु	1,47729

(वर्ष 2013-14)

लक्षण

- धीरे-धीरे वजन घटना
- कमजोरी
- लगातार दस्त
- बुखार
- ग्रंथियों में सूजन
- चमड़े में फुंसियां
- भूख में गिरावट

बचाव

- असुरक्षित यौन संबंध न बनाएं
- संक्रमित लोग चिकित्सक की सलाह पर दवा का प्रयोग
- संयमित जीवन जीएं
- पौष्टिक आहार लें
- गर्भवती मां अपने नवजात को संक्रमण से बचाने के लिए चिकित्सक की सलाह पर दवा का प्रयोग करें

काउंसिलिंग और जागरूक कर रही संस्था, समाज में दिला रहे सम्मान

पटना | एचआईवी पीड़ित लोगों के लिए शहर में कई सामाजिक संगठन काम कर रहे हैं। यहां इनकी काउंसलिंग करने के साथ ही उन्हें सरकार की तरफ से उनके लिए चलाई जा रही योजनाओं की जानकारी दी जाती है। पटना में काम कर रही संस्था बिहार नेटवर्क फॉर पीपुल विद एचआईवी एड्स सोसाइटी के अध्यक्ष ज्ञान रंजन बताते हैं- लोगों में जागरुकता की कमी है। वे एचआईवी को एड्स समझ लेते हैं और अचानक घबरा जाते हैं। जानकारी के अभाव में एचआईवी पीड़ितों से दूरी बना लेते हैं। इस व्यवस्था में बदलाव की जरूरत है। उन्होंने बताया कि पटना में संस्था की तरफ से दो एआरटी सेंटर और दो केयर और सपोर्ट सेंटर चलाया जा रहा है। एचआईवी पीड़ित इन सेंटरों से हर तरह की जानकारी ले सकते हैं।

इन सेंटरों पर ये सुविधाएं मिलती हैं-

- एचआईवी संक्रमित लोगों की सामाजिक सुरक्षा और मनोवैज्ञानिक सहायता, दवा सेवन के बारे में जानकारी
- यौन संक्रमण रोग की जांच के लिए परामर्श
- सरकार की तरफ से चलाए जा रहे सभी योजनाओं की जानकारी
- एचआईवी संक्रमित अनाथ बच्चों को हॉस्टल की सुविधा
- एचआईवी संक्रमित बच्चों और व्यक्तियों को पेंशन योजना से जोड़ने का कार्य
- आपातकालीन सेवाएं दी जाती हैं, इसमें दवा खरीदने के लिए कई बार पैसा नहीं होने पर आर्थिक सहायता भी

काश ! पति के अवैध संबंधों का विरोध करती

लक्ष्मी शंकर मिश्रा | पटना

मेरे पति नासिक में बीयर बार में मैनेजर थे। 2001 में शादी के बाद मैं भी नासिक गई। वहां मेरे पति के दोस्तों ने मुझे बताया कि मेरे पति का बार में काम करने वाली लड़कियों से नाजायज संबंध है। कुछ ही दिनों में मुझे भी इसका अहसास हो गया। पर, घर में कलह न हो, वे मुझे मारे-पीटे नहीं, इसलिए मैं चुप रही। पर, मेरी चुप्पी ने मेरी जिंदगी उजाड़ दी। काश मैंने उस समय विरोध किया होता। 2004 में मैं अपने बच्चे के साथ बिहार लौट आई। मैंने सोचा यहां रहूंगी तो उनके बारे में ज्यादा सोचूंगी नहीं और बच्चों की भी परवरिश हो जाएगी। पर, मुझे क्या पता था कि दुख का साया मेरे साथ यहां भी आने वाला है। उनकी तबीयत जब बेहद खराब हुई तो 2005 में वे घर आ गए। यहां आकर उन्होंने बताया कि उन्हें एड्स है। मैं बरस पड़ी उन पर फिर फूट-फूट कर रोने लगी..। मैंने खुद का और अपने बच्चों का टेस्ट कराया। बड़े बेटे को छोड़कर मैं और मेरी छोटी बेटी दोनों एचआईवी पॉजिटिव मिले। मेरी दुनिया खत्म हो गई थी। परिजनों ने हिम्मत बंधाया तो मैंने भी पति, खुद और बेटी का इलाज शुरू कराया। पर, पति को नहीं बचा सकी। दो महीने में वे गुजर गए। (बख्तियारपुर निवासी एचआईवी पीड़िता की कहानी)

कुछ दिन की मस्ती, अब जीवन भर का रोना

बोरिंग रोड निवासी, एचआईवी पीड़ित ने बताया कि 2004 में दिल्ली नौकरी करने गया। वहां गार्ड की नौकरी मिली। पहले से कुछ दोस्त वहां रहते थे। उनकी गलत संगत मिल गई। फिर अक्सर रात हम लोग रेड लाइट एरिया जाने लगे। मैंने सेक्स वर्कर्स के साथ ज्यादातर असुरक्षित यौन संबंध बनाए। कुछ दोस्त कहते थे- इनके साथ असुरक्षित यौन संबंध मत बनाओ एड्स हो जाएगा। पर, मैं हंसी में इसे टाल जाता, लेकिन अचानक तबीयत खराब हुई और जांच में मैं एचआईवी पॉजिटिव पाया गया। डॉक्टर के परामर्श पर मैंने पत्नी और अपने दोनों बेटों का टेस्ट कराया। पत्नी और छोटे बेटे भी एचआईवी पॉजिटिव निकल गए। एक पल में ही मेरी पूरी जिंदगी उजड़ गई। मैंने खुद को घर में कैद कर लिया। छह महीने तक मैं बाहर नहीं निकला। आसपास के लोग हमसे दूरी बना लिए। मैं बच्चों का चेहरा देखता और फूट-फूट कर रोने लगता...। मेरी गलती की सजा मेरी पत्नी और मेरे बच्चे भुगत रहे हैं।

जानकारी होती तो बचा लेती अपने पति को

2006 की बात है। मेरे पति और मैं दिल्ली में रहते थे। पटना सिटी की एक पीड़ता ने बताया कि पति डीटीसी में ड्राइवर थे। अचानक एक दिन उनकी तबीयत खराब हुई। फिर कई महीने तक इधर-उधर इलाज कराने पर भी वे ठीक नहीं हुए। इस बीच हम लोग बिहार आ गए। यहां फिर उनकी तबीयत खराब हुई। तो हमने प्राइवेट डॉक्टर से संपर्क किया। वहां जांच में एचआईवी पॉजिटिव निकल गया। डॉक्टर ने मेरा भी चेकअप किया और मुझे भी एचआईवी पॉजिटिव पाया। डॉक्टर ने मुझसे कहा कि मैं उससे दूर रहूं, मुझमे असर कम है, मैं ठीक हो जाऊंगी। हम लोग समझ नहीं पा रहे थे कि ऐसी यह कौन सी खतरनाक बीमारी है। घरवालों को लगा कि छूआछूत की कोई बीमारी है। हम सभी ने उनसे दूरी बना ली। इस बीच हॉस्पिटल के कम्पाउंडर ने हम दोनों की रिपोर्ट लेकर पूरे गांव में हल्ला कर दिया कि हम दोनों को एड्स है। गांव वाले हमसे दूर रहने लगे। कोई हमारे घर नहीं आता। मैं भी अपने पति से दूर रहने लगी। अकेले में खूब रोती और सोचती की मर जाऊं। मेरे मम्मी-पापा समझाते कि सब ठीक हो जाएगा। बाद में मेरे पापा ने कुछ लोगों से सलाह ली और हमें लेकर मोकामा में नजरत हॉस्पिटल के कम्यूनिटी केयर सेंटर पहुंचे। वहां मैंने और मेरे पति ने काउंसलिंग कराई। इसके बाद समझ में आया कि एचआईवी पॉजिटीव मतलब एड्स नहीं होता। एचआईवी का इलाज संभव है। इसके एक महीने बाद मेरे पति गुजर गए।

(पीड़िता पटना नेटवर्क फॉर पीपुल लिविंग विद एचआईवी एड्स सोसाइटी में काम कर रही हैं। वहां कोषाध्यक्ष हैं)

December 3, 2014: PAHAL medical director, Dr Diwakar Tejaswi addressed students of National Institute of Rural Development to make them aware of the importance of clean drinking water as an important step to healthy living. He pointed out that majority of people fall sick due to not paying proper attention to clean drinking water. He said our diseases will be halved if we take care to drink clean water only and also save us from diseases like jaundice, typhoid, stomach ailments etc.

दैनिक भास्कर पटना. गुरुवार, 4 दिसंबर, 2014

अशुद्ध पेयजल बीमारी का कारण

पटना| गांधी संग्रहालय में नेशनल इंस्टीच्युट ऑफ रूलर डेवलपमेंट में प्रशिक्षुओं को संबोधित करते हुए पहल के निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि स्वच्छ जल स्वास्थ्य की मौलिक आवश्यकता है। अधिकांश लोगों मे बीमारी का प्रमुख कारण स्वच्छ पीने का पानी का अभाव है। पानी को उबाल कर पीना स्वास्थ्य के लिए सबसे अच्छा रहता है, क्योंकि ऐसा करने से पानी के बैक्टिरिया मर जाते हैं।

THE TELEGRAPH THURSDAY 4 DECEMBER 2014

Safe water

● **PATNA:** The medical director of Public Awareness for Healthful Approach for Living, Dr Diwakar Tejaswi on Wednesday laid stress on safe drinking water while addressing trainees of National Institute of Rural Development. He said impure water is the cause of diseases like typhoid, jaundice and amoebiasis.

पटना, 4 दिसंबर 2014 दैनिक जागरण

अशुद्ध पेयजल बीमारियों का कारण

पटना : स्वच्छ व स्वास्थ्यकर जल सेहत की पहली जरूरत है। अधिकांश रोग स्वच्छ पेयजल के अभाव में होती है। उपरोक्त बातें बुधवार को पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने बुधवार को गांधी संग्रहालय में आयोजित नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ रूरल डेवलपमेंट के प्रशिक्षण कार्यक्रम में कहीं।

December 10, 2015: PAHAL along with Plan India organized a seminar cum awareness workshop on HIV AIDS to make people aware of the diseases. Addressing the gathering, Medical Director of PAHAL, Dr Diwakar Tejaswi pointed that around 80% of AIDS patients are also afflicted with TB. He therefore stressed on need to take preventive precautions to stop these diseases from spreading from one patient to anther. He also reiterated that myths and discrimination were major deterrents in treating of these diseases as people were scared of coming forward to get treated.

आज
पटना
गुरुवार, ११ दिसम्बर, २०१४

80 फीसदी से अधिक एड्स रोगियों में टीबी

(आज समाचार सेवा)

पटना। प्लान इंडिया द्वारा आयोजित बिहान केयर एण्ड स्पोर्ट प्रोजेक्ट के तत्वावधान में एच.आई.वी. व एड्स विषय पर एकदिवसीय कार्यशाला का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का उद्घाटन स्वास्थ्य मंत्री रामधनी सिंह ने किया।

इस अवसर पर पहल के चिकित्सा निदेशक डा. दिवाकर तेजस्वी एड्स से बचाव एवं लक्षण की जानकारी दी। उन्होंने बताया कि एड्स रोगियों में टीबी होने का खतरा ज्यादा बढ़ जाता है। बिहार में ८० फीसदी से अधिक एचआईवी/एड्स के रोगी टीबी से ग्रस्त हैं।

इस मौके पर बीएसएसीएस के प्रोजेक्ट डाईरेक्टर राहुल दास, पद्मश्री सुधा वर्गीस, निशा झा आदि उपस्थित थीं।

दैनिक भास्कर पटना. गुरुवार, 11 दिसंबर, 2014

एड्स के प्रति लोगों को जागरूक करना जरूरी

पटना| प्लान इंडिया की तरफ से आयोजित विहान केयर एंड सपोर्ट प्रोजेक्ट के तहत बुधवार को पाटलिपुत्र अशोक में एचआईवी एड्स पर जागरुकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। एड्स विशेषज्ञ डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि लोगों में इस बीमारी को लेकर जो भ्रांतियां हैं, उन्हें दूर करने के लिए जागरुकता की जरूरत है। कार्यक्रम का उद्घाटन स्वास्थ्य मंत्री रामधनी सिंह ने किया। मौके पर बीएसएसीएस के प्रोजेक्ट डायरेक्टर राहुल कुमार, प्लान इंडिया की बेला दास, तुषार कांति दास, निशा झा आदि मौजूद थे।

राष्ट्रीय सहारा पटना। बृहस्पतिवार • 11 दिसम्बर • 2014

एचआईवी-एड्स के अस्सी प्रतिशत रोगियों में टीबी की संभावना

■ एचआईवी/एड्स पर कार्यशाला संपन्न

पटना (एसएनबी)। बिहार में लगभग डेढ़ लाख एचआईवी संक्रमित व्यक्ति हैं। उनमें से मात्र सत्तर हजार ही चिन्हित हो पाए हैं। एचआईवी एड्स के अस्सी प्रतिशत रोगियों में टीबी की संभावना होती है। प्लान इंडिया द्वारा बुधवार को एचआईवी एड्स पर आयोजित कार्यशाला में एड्स रोगियों से भेद भाव न बरते जाने की वकालत की गई। कार्यशाला का उद्घाटन करते हुए स्वास्थ्य मंत्री रामधनी सिंह ने कहा कि एचआईवी एड्स के प्रति लोगों को जागरूक करना जरूरी है। उन्होंने खास कर ग्रामीण इलाकों में नुक्कड़ नाटकों के जरिये बीमारी के प्रति लोगों को आगाह करते हुए बचाव के उपाय पर प्रकाश डालने की जरूरत बताई। वहीं, बिहार राज्य एड्स नियंत्रण सोसाइटी के प्रोजेक्ट डायरेक्टर राहुल कुमार ने बताया कि 1097 हेल्प नंबर चालू हो गया है। इसकी सेवाएं लोगों को उपलब्ध है।

एचआईवी एड्स के लक्षण एवं बचाव पर चर्चा करते हुए जाने-माने एड्स विशेषज्ञ डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि एचआईवी से संक्रमित निडिल के गलती से चुभ जाने के बाद एचआईवी से संक्रमित होने का खतरा औसतन एक हजार निडिल चुभे व्यक्तियों में से मात्र तीन व्यक्तियों को ही होता है।

यदि संक्रमित निडिल चुभन के बारह घंटे के भीतर पोस्ट एक्सपोजर प्रोफाइलेक्सिस दवाओं का सेवन 28 दिनों तक नियमित रूप से डॉक्टर की देख-रेख में की जाए तो इससे संक्रमण का खतरा 80 प्रतिशत कम हो जाता है। उन्होंने इस बीमारी की बाबत फैली भ्रांतियों को भी दूर किया। इस क्रम में उन्होंने एचआईवी एड्स पीड़ितों से भेद भाव को खतम करने की अपील की। इस मौके पर राज्य बाल अधिकार संरक्षण आयोग की अध्यक्ष निशा झा, प्लान इंडिया की बेला दास , तुषार कांति दास एवं पद्मश्री सुधा वर्गीज ने भी अपने विचार रखे।

December 13, 2014: PAHAL sponsored 14 economically weaker children for their studies under its Gyanshree Scholarship Programme. Speaking on the occasion, Advisor of PAHAL, Dr Kiran Sharan said that this was a small gesture to help these needy children continue with their education. Of these 14 children, 4 were afflicted with AIDS. Dr Diwakar Tejaswi, Medical Director of PAHAL spoke about the Literacy Centre being run by PAHAL at Village Bir, near Dhanarua. He said that PAHAL was a self funded organization, which received funds for these programmes from friends and like minded people who wanted to contribute to the society in their own small ways. Through the Literacy Centre more than 400 women and children have been imparted basic knowledge to read and write at the village. Apart from these, PAHAL organizes health awareness and checkup camps which benefit general public in learning importance of hygiene and various precautions to maintain good health.

राष्ट्रीय सहारा पटना। रविवार • 14 दिसम्बर • 2014

एड्स पीड़ित अनाथ बच्चों को दी गई ज्ञानश्री छात्रवृत्ति

पटना (एसएनबी)। पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एपरोच फॉर लिविंग (पहल) द्वारा चलाए जा रहे ज्ञानश्री छात्रवृत्ति योजना के अंतर्गत एड्स से प्रभावित अनाथ बच्चों एवं बच्चियों को ज्ञानश्री छात्रवृत्ति दी गई है।

इस अवसर पर पहल के सलाहकार डॉ. किरण शरण ने बताया कि ज्ञानश्री छात्रवृत्ति के अंतर्गत 14 निर्धन बच्चों एवं बच्चियों को छात्रवृत्ति दी जा रही है। इनमें चार बच्चे एड्स पीड़ित हैं। पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि मित्रों एवं परिवार के सौजन्य से पहल संस्था के द्वारा धनरुआ में निःशुल्क साक्षरता केन्द्र चलाए जा रहे हैं, जिसमें अभी तक 400 बच्चें, बच्चियों एवं महिलाओं को अक्षर ज्ञान दी गई है। साथ ही निःशुल्क अगरबत्ती प्रशिक्षण भी दी जा रही है। पहल संस्था के द्वारा निःशुल्क स्वास्थ्य शिविर का आयोजन अलग-अलग जगहों पर किया जाता है, जिससे बहुत सारे लोग अपना निःशुल्क स्वास्थ्य जांच कराते हैं।

दैनिक भास्कर पटना • रविवार 14 दिसंबर, 2014 • 8

14 अनाथ बच्चों को छात्रवृत्ति दी

पटना. 14 अनाथ बच्चों को ज्ञान श्री छात्रवृत्ति योजना के तहत छात्रवृत्ति दी गई। पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थ फुल एप्रोच फॉर लिविंग (पहल) ने शनिवार को छात्रवृत्ति बांटी। चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि धनरूआ में मुफ्त साक्षरता केंद्र चलाए जा रहे हैं। इनमें 400 बच्चों को अक्षर ज्ञान दिया गया। इस मौके पर सलाहकार किरण शरण ने बच्चों को कई जानकारियां दी।

प्रभात खबर पटना, रविवार, 14 दिसंबर, 2014 www.prabhatkhabar.com

पहल ने बच्चों को दी छात्रवृत्ति

पटना. पहल की ज्ञानश्री छात्रवृत्ति योजना में 14 बच्चों को स्कॉलरशिप दी गयी. इनमें एड्स पीड़ित चार बच्चे हैं. निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि संस्था के इस तरह के कार्यक्रम से लोगों को समाज में जीने का हौसला मिलता है और लोगों में जागरूकता आती है. उन्होंने सभी बच्चों को अपने हाथों स्कॉलरशिप दिया. इस दौरान 400 बच्चों व महिलाओं को अक्षर ज्ञान दिया गया.

आज पटना रविवार, १४ दिसम्बर, २०१४

एड्स पीड़ित चार बच्चों को मिली ज्ञानश्री छात्रवृत्ति

पटना(आससे)। ''पहल'' द्वारा चलायी जा रही ज्ञानश्री छात्रवृत्ति योजना के अंतर्गत एड्स से प्रभावित अनाथ बच्चे एवं बच्चियों को ''पहल'' द्वारा शनिवार को दी गयी ज्ञानश्री छात्रवृत्ति । इस अवसर पर पहल के सलाहकार डा. श्रीमती किरण शरण ने बताया कि ज्ञानश्री छात्रवृत्ति के अंतर्गत १४ निर्धन बच्चे एवं बच्चियों को छात्रवृत्ति दी जा रही है। इनमें ४ एड्स से प्रभावित बच्चे एवं बच्चियां हैं। पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एप्रोच फॉर लिविंग (पहल) के चिकित्सा निदेशक डा. दिवाकर तेजस्वी ने छात्रवृति प्रदान की। डा. तेजस्वी ने बताया कि मित्रों एवं परिवार के सौजन्य से ''पहल'' संस्था के द्वारा ग्राम-वीर, धनरूआ में निःशुल्क साक्षरता केन्द्र चालये जा रहे हैं।

PAHAL Composite Report for the month of JANUARY 2015

January 9, 2015: Medical Director of PAHAL, Dr Diwakar Tejaswi represented his views and PAHALs activites in the field of HIV AIDS at the National Conference on HIV/AIDS Therapy held at Mumbai. In the sessions, Dr Tejaswi presided over the sessions and also spoke on the initiatives being undertaken by PAHAL to make public aware of the dreaded diseases. Booklets containing vital information on treatment and patient handling were also distributed at the conference on behalf of PAHAL

प्रत्यूष नवबिहार

पटना, शुक्रवार, 09 जनवरी, 2015

सम्मेलन में भाग लेने तेजस्वी मुम्बई हुए रवाना

पटना : वरिष्ठ फिजिशियन डा. दिवाकर तेजस्वी आगामी 9, 10 एवं 11 जनवरी 2015 को मुम्बई में होने वाले 5वें राष्ट्रीय एड्स थेरेपी सममेलन में भाग लेने गुरुवार को मुम्बई रवाना हो गये। श्री तेजस्वी इस सम्मेलन में एड्स थेरेपी पर हो रहे शोध पत्रों वाले सत्र की अध्यक्षता भी करेंगे। सम्मेलन के बाद डा. तेजस्वी 12 जनवरी को वापस पटना आयेंगे।

दैनिक भास्कर पटना. शुक्रवार, 9 जनवरी, 2015

राष्ट्रीय एड्स थेरेपी में शामिल होने गए डॉ. दिवाकर तेजस्वी

भास्कर न्यूज | पटना

पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एप्रोच फॉर लिविंग (पहल) के चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी राष्ट्रीय एड्स थेरेपी में भाग लेने के लिए गुरुवार को मुंबई रवाना हो गए।

राष्ट्रीय एड्स थेरेपी सम्मेलन 9 10 एवं 11 जनवरी को आयोजित होना है। वे इस सम्मेलन में एड्स थेरेपी पर हो रहे शोध पत्रों वाले सत्र की अध्यक्षता करेंगे। सम्मेलन उपरांत डॉ. तेजस्वी 12 जनवरी को वापस पटना लौट आएंगे।

आज पटना

शुक्रवार, ९ जनवरी, २०१५

डॉ दिवाकर तेजस्वी सम्मेलन में भाग लेने मुम्बई रवाना

(आज समाचार सेवा)

पटना। गुरुवार को पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एप्रोच फॉर लिविंग के चिकित्सा निदेशक एवं वरिष्ठ फिजिशियन डॉ दिवाकर तेजस्वी आगामी 9, 10 एवं 11 जनवरी को मुम्बई में होने वाले 5वें राष्ट्रीय एड्स थेरेपी सम्मेलन में भाग लेने मुम्बई रवाना हो गये। वे इस सम्मेलन में एड्स थेरेपी पर हो रहे शोध पत्रों वाले सत्र की अध्यक्षता भी करेंगे। सम्मेलन के बाद डॉ तेजस्वी 12 जनवरी को वापस पटना आयेंगे।

January 15, 2015: PAHAL organized a HIV AIDS awareness programme in association with Women's Training College for students at which, Dr Diwakar Tejaswi, Medical Director, PAHAL spoke forth on ways to be safe from these dreaded diseases. Addressing the students, Dr Tejaswi said that whereas in Bihar a decade back around 15-20% consisted of women, currently the percentage is more than 40%. Bihar alone accounts for around one lakh fifty thousand AIDS afflicted people. He described the causes, symptoms and ways to prevent spreading of the dreaded diseases. Also addressing the students was Dr Kiran Sharan, founder member of PAHAL, who gave general health tips and hygiene awareness pointers to the students.

आज
पटना
शुक्रवार, १६ जनवरी, २०१५

बिहार में डेढ़ लाख एड्स पीड़ित

महिलाओं की संख्या 40 प्रतिशत से ऊपर

पटना (आससे)।बिहार में आज से 10 साल पहले कुल एड्स रोगियों में महिलाओं की प्रतिशतता 15 से 20 प्रतिशत के लगभग थी, जो आज बढ़ कर करीब 40 प्रतिशत से उपर हो चुकी है। बिहार में डेढ़ लाख के लगभग एचआईवी संक्रमित है। जिनमें से मात्र 60 हजार के लगभग ही चिन्हित हो पाये है। इसकी जानकारी एनएसएस वीमेंस ट्रेनिंग कॉलेज पटना द्वारा आयोजित एड्स जागरूकता कार्यक्रम में पहल के चिकित्सा निदेशक एवं वरिष्ठ फिजिशियन डॉ दिवाकर तेजस्वी ने दी। इस अवसर पर उन्होंने उपस्थित छात्राओं एवं शिक्षिकाओं को एड्स के कारण, लक्षण एवं बचाव के बारे में विशेष रूप से जानकारी दी। उन्होंने एड्स के फैलने के मुख्य कारणों में एचआईवी संक्रमित लोगों से असुरक्षित यौन संबंध, संक्रमित सूई का प्रयोग, संक्रमित खून के शरीर में चढ़ाये जाने एवं एचआईवी संक्रमित गर्भवती महिला से उसके नवजातों में संक्रमण बताया। उन्होंने इस रोग से बचाव के लिए असुरक्षित यौन संबंध नहीं बनाने, संक्रमित लोगों को चिकित्सक की सलाह पर दवा का प्रयोग करने एवं संयमित जीवन जीने की सलाह दी। साथ ही बताया कि एचआईवी के संक्रमण के बाद टीबी होने की आशंका बहुत तेजी से बढ़ रही है और बिहार में 80 प्रतिशत से अधिक एड्स के रोगियों में टीबी की बीमारी देखी जा रही है। वहीं डॉ तेजस्वी ने लोगों में एड्स के बावत फैली तमाम भ्रान्तियों को भी दूर किया।

राष्ट्रीय सहारा
पटना। शुक्रवार • 16 जनवरी • 2015

वीमेंस ट्रेनिंग कॉलेज में एड्स जागरूकता शिविर

पटना (एसएनबी)। पटना वीमेंस ट्रेनिंग कॉलेज में बृहस्पतिवार को राष्ट्रीय सेवा योजना (एनएसएस) के तहत एड्स जागरूकता शिविर का आयोजन किया गया। इस अवसर पर पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एपरोच फॉर लिविंग के चिकित्सा निदेशक एवं वरिष्ठ फिजिशयन डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने छात्राओं व शिक्षिकाओं को एचआईवी ग्रस्त लोगों के बारे में बताते हुए कहा कि उनलोगों को सबसे ज्यादा टीबी की बीमारी होती है। डॉ. तेजस्वी ने एड्स के कारण, लक्षण एवं बचाव के बारे में विशेष रूप से जानकारी देते हुए एचआईवी फैलने का मुख्य कारण एचआईवी संक्रमित व्यक्तियों से असुरक्षित यौन संबंध बनाने से, एचआईवी संक्रमित सूई का प्रयोग करने, एचआईवी संक्रमित खून के शरीर में चढ़ाये जाने से एवं संक्रमित गर्भवती महिला से उसके नवजात शिशुओं में संक्रमण का खतरा रहता है। इस संक्रमण के दौरान धीरे-धीरे वजन घटना, कमजोरी, लगातार दस्त, बुखार, ग्रंथियों में सूजन, फुंसियां, भूख में गिरावट इसके मुख्य लक्षण हैं। इस अवसर पर शिशु रोग विशेषज्ञ डॉ. किरण शरण ने सामान्य स्वास्थ्य संबंधित जानकारी दी।

शुक्रवार • 16 जनवरी 2015
हिन्दुस्तान

एनएसएस कैंप में एड्स से जुड़ी जानकारियां मिली

पटना। वीमेंस ट्रेनिंग कॉलेज में गुरुवार को एनएसएस कैंप में पांचवें दिन एड्स जागरूकता शिविर आयोजित किया गया। इस कार्यक्रम में पहल के निदेशक व फिजिशियन डॉ. तेजस्वी और शिशु रोग विशेषज्ञ डॉ. किरण शरन मौजूद रहे। समारोह में डॉ. तेजस्वी ने बताया कि एचआईवी से संक्रमित सूई के गलती से चुभ जाने के बाद एचआईवी से संक्रमित होने का खतरा एक हजार में से सिर्फ तीन व्यक्तियों को ही होता है। संक्रमित सुई चुभने के लगभग 12 घंटों के भीतर पोस्ट एक्सपोजर प्रोफाइलेक्सीन दवाओं का सेवन करना चहिए। इसका सेवन 28 दिनों तक चिकित्सकों की देख-रेख में करना चाहिए। इसके साथ ही उन्होंने इसके बाद टीवी होने की आशंका भी जताई। वहीं शिशु रोग विशेषज्ञ डॉ. किरण शरण ने छात्राओं को सामान्य स्वास्थ्य संबंधित जानकारी दी। समारोह के अंत में एनएसएस की कार्यक्रम समन्वयक डॉ. शशि प्रभा ने धन्यवाद ज्ञापन किया।

दैनिक जागरण
पटना, 16 जनवरी 2015

छात्राओं ने जाने एड्स के कारण और बचाव

वीमेंस ट्रेनिंग कॉलेज में एनएसएस द्वारा एचआइवी एड्स जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस अवसर पर पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एपरोच फॉर लिविंग के चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने छात्राओं को एचआईवी से बचने के उपाय बताए। साथ ही एड्स से जुड़ी भ्रांतियों से भी अवगत कराया। उन्होंने बताया कि अगर पूरी जानकारी हो तो इस बीमारी से आसानी से बचा जा सकता है। हमें इस बीमारी से पीड़ित लोगों से दूरी बरतने की नहीं बल्कि सही जानकारी रखने की जरूरत है। इस अवसर पर शिशु रोग विशेषज्ञ डॉ. किरण शरण ने भी छात्राओं को कई महत्वपूर्ण जानकारियां दी। कार्यक्रम का संचालन एनएसएस की प्रोग्राम संयोजक डॉ. शशिप्रभा ने किया।

January 17, 2015: PAHAL organized an Awareness and Support HIV AIDS patient programme, wherein doctors and para-medical staff were addressed and made aware of not shunning such patients and to give them proper surgical treatment. Addressing the medical fraternity, PAHAL Medical Director, Dr Diwakar Tejaswi cautioned them on Pre Exposure and Post Exposure Prophylaxis of HIV and HIV and Hepatitis B awareness programme at Anupma Hospital and told them to take precautions that were adopted universally, like wearing gloves, mask, cap, apron, glasses etc and not be scared of treating these patients. Also present were PAHAL member, Dr ALok Abhijit and other staff members.

राष्ट्रीय सहारा पटना। रविवार • 18 जनवरी • 2015

एचआईवी संक्रमित लोगों के ऑपरेशन से डरें नहीं, बरतें सावधानी

पटना (एसएनबी)। पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एपरोच फॉर लिविंग (पहल) के चिकित्सा निदेशक फिजिशियन डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने शनिवार को राजधानी के खजांची रोड स्थित निजी अस्पताल में चिकित्सकों एवं पारा मेडिकल स्टॉफ को संबोधित करते हुए एचआईवी संक्रमित रोगियों की शल्य चिकित्सा के दौरान डरने की नहीं बल्कि सावधानी बरतने की बात कही। डॉ तेजस्वी ने संक्रमित रोगियों के ऑपरेशन के दौरान डॉक्टरों एवं पारा मेडिकल स्टाफों को यूनिवर्सल वर्कस प्रीकॉशन लेने की सलाह दी। उन्होंने कहा कि ग्लव्स, मास्क, कैप, एप्रन, चश्मे आदि का प्रयोग करें तो हेपेटाइटिस बी एवं एचआईवी से बचाव संभव है। उन्होंने सभी चिकित्सकों एवं अन्य मेडिकल स्टाफ.को हेपेटाइटिस बी के विरुद्ध टीकाकरण की सलाह दी। इस मौके पर डॉ आलोक अभिजित समेत कई अन्य स्टाफ भी मौजूद थे।

January 20, 2015: PAHAL along with Inner- wheel club, Patliputra organized a free blanket distribution camp amongst poor slum dwellers. Seeing the biting and chilly cold conditions, this humanitarian act was done which benefited 35 poor people from nearby slums. Speaking to the media, Dr Tejaswi, Medical Director – PAHAL, gave out a message that people who can ought to in small ways help the weaker sections on humanitarian grounds.

आज पटना

बुधवार, २१ जनवरी, २०१५

गरीबों के बीच कंबल का वितरण

(आज समाचार सेवा)

पटना। डॉ दिवाकर तेजस्वी क्लिनिक में इनर व्हील क्लब ऑफ पाटलिपुत्रा एवं पहल के संयुक्त तत्वाधान में इस कड़ाके की ठंड को देखते हुए 35 निर्धन जरूरतमंदो के बीच निःशुल्क कंबल का वितरण किया गया।

इस अवसर पर पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि समाज में सभी तबकों को अपने सामाजिक दायित्व का निर्वाह करना चाहिए। इनर व्हील क्लब ऑफ पाटलिपुत्रा के अध्यक्ष सुमन महेश्वरी ने बताया कि इस तरह के प्रयास आगे भी जारी रहेगी एवं इन व्हील क्लब के तरफ से थाइराइड अवेयरनेस के कैम्प भी चलाये जायेगे।

इस अवसर पर क्लब की जिला सचिव स्वेता सिन्हा, सचिव स्वाती मोदी एवं सदस्या सालीनी सिंह भी उपस्थित थी।

January 26, 2015: PAHAL observed Republic Day of India by organizing a small programme at its office for the staff and nearby sl Diwakar Tejaswi and thereafter children were given sweet were also distributed to make the children aware of the

दैनिक भास्कर पटना, बुधवार 28 जनवरी, 2015

यहां भी शान से लहराया तिरंगा

भारतीय खाद्य निगम ने अपने क्षेत्रीय कार्यालय में गणतंत्र दिवस समारोह का आयोजन किया। इस अवसर पर बिहार के महाप्रबंधक अमरेश कुमार ने झंडोत्तोलन किया। पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एप्रोच फॉर लिविंग में निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने झंडा फहराया। आयुक्त कार्यालय में पटना के प्रमंडलीय आयुक्त नर्मदेश्वर लाल, पीएनबी के महाप्रबंधक कार्यालय में एसके मल्लिक (महाप्रबंधक, बिहार-झारखंड) ने ध्वजारोहण किया। मौके पर बैंक के मंडल कार्यालय के मंडल प्रमुख एके दरगन एवं देवदत्त चांद भी मौजूद थे। उधर, पीएमसीएच में पांच जगहों पर तिरंगा फहराया गया। इसमें प्राचार्य कार्यालय, अधीक्षक कार्यालय, गर्ल्स हॉस्टल, ब्याज हॉस्टल, नर्सिंग हॉस्टल, डेंटल कॉलेज शामिल थे।

PAHAL Composite Report for the month of FEBRUARY 2015

February 10, 2015: PAHAL organized an Awareness Camp on Swine Flu in association with National Institute of Rural Development for its students. Speaking to the gathered public was Pahal Medical Director, Dr Diwakar Tejaswi, who informed them that swine flu is a type of H1N1 virus, which spreads quiackly from one affected person to others. It starts spreading from infected animal to human and thereafter from one human to another. As a precaution, he said we must cover our mouths while coughing or sneezing with a handkerchief and also keep good hygiene. On this occasion, free pamphlets were distributed to the present public on hygiene maintenance.

आज
पटना
बुधवार, ११ फरवरी, २०१५

खांसते व छींकते वक्त मुंह पर रखें रूमाल : डॉ. तेजस्वी

(आज समाचार सेवा)

पटना। स्वाईन फ्लू एच1एन1 बाइरस से होने वाली एक बीमारी है, जो संक्रमित व्यक्ति से दूसरे व्यक्तियों में फैल रही है। यह शुरूआत में संक्रमित सुअर द्वारा मनुष्यों में होती है एवं मनुष्यों में अपने बनावट में परिवर्तन कर संक्रमित मनुष्य से दूसरे व्यक्ति में संक्रमण फैला सकता है। यह संक्रमित लोगों के खासने एवं छींकने से दूसरे में फैलता है। इसलिए खांसते एवं छींकते समय लोगों को अपने मुंह पर रूमाल अवश्य रखना चाहिए एवं खाना बनाने, खाने तथा मुंह पर हाथ रख कर खांसने या छींकने के बाद हाथ साफ करने के बाद ही दूसरे व्यक्ति को छुना चाहिए। इसकी जानकारी मंगलवार को गांधी संग्राहलय में नेशनल इंस्टीच्यूट ऑफ रूलर डेभेलपमेंट के प्रशिक्षुओं को संबोधित करते हुए पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने दी। उन्होंने बताया कि विश्व के 160 देशों से स्वाइन फ्लू के बाइरस नोटिफाई हुए है। इसके मरीज भारत में दिन-प्रतिदिन बढ़ती जा रही है तथा टॉमीफ्लू एवं विरेन्जा नामक दवा इस बीमारी के विरूद्ध कारगर पायी गई है।

प्रभात खबर
पटना, बुधवार, 11 फरवरी, 2015
www.prabhatkhabar.com

खांसते समय मुंह पर रखें रुमाल : डॉ तेजस्वी

पटना. नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ रूरल डेवलपमेंट के प्रशिक्षुओं को जागरूक करते हुए पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि स्वाइन फ्लू एच 1 एन 1 वायरस से होनेवाली बीमारी है, जो संक्रमित व्यक्ति से दूसरे में फैलती है. यह शुरुआत में संक्रमित सूअर द्वारा मनुष्यों में फैलती है और मनुष्यों से दूसरे लोगों में फैलती है. इस कारण से लोगों को खांसते व छींकते समय मुंह पर रूमाल जरूर रखना चाहिए.

दैनिक भास्कर
पटना, बुधवार 11 फरवरी, 2015

स्वाइन फ्लू से बचें, छींकते समय मुंह पर रखें रूमाल

पटना| पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी का कहना है कि स्वाइन फ्लू संक्रमित व्यक्ति दूसरे व्यक्ति में फैलती है। पहले यह संक्रमित सुअर से लगती है। इसके बाद एक से दूसरे व्यक्ति को लगती है। इसलिए संक्रमित व्यक्ति तो छींकते समय मुंह पर रुमाल रखकर छींकना चाहिए। इससे बीमारी नहीं फैलती। उन्होंने बताया कि 160 देशों से स्वाइन फ्लू के वायरस नोटिफाई हुए हैं। भारत में में इसके मरीज मिल रहे हैं और उनकी संख्या लगातार बढ़ रही है। डॉ. तेजस्वी गांधी संग्रहालय में नेशनल इंस्टीच्युट ऑफ रूरल डेवलपमेंट के प्रशिक्षुओं को संबोधित कर रहे थे। उन्होंने कहा कि स्वाइन फ्लू से पीड़ित मरीजों के लिए कुछ कारगर दवाएं भी उपलब्ध हैं।

February 22, 2015 : It is a prestigious moment for PAHAL as its Medical Director, Dr Diwakar Tejaswi, got conferred with the coveted Lord Beden Powell Award 2015, which was decided on pan India basis by the NSS Scouts and Guides Association and awarded at a start studded function of famous social workers in Delhi. Dr Tejaswi was conferred the award for his notable contribution in the field of medicine and social awareness work.

THE TIMES OF INDIA, PATNA * WEDNESDAY, FEBRUARY 25, 2015

Physician awarded: Dr Diwakar Tejaswi has been awarded Lord Beden Powell Award for his contribution in the field of medicine and creating awareness at large. He was presented the award at a function organized by the Scouts/Guides Organization held at Ghalib Auditorim in Delhi. Apart from Dr Tejaswi, Sulabh International founder Dr Bindeshwar Pathak, poet Surendra Sharma and some educationists were also conferred this award.

दैनिक भास्कर पटना, बुधवार 25 फरवरी, 2015

डॉ. दिवाकर तेजस्वी को राष्ट्रीय सम्मान

पटना | पहल के निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी को चिकित्सा के क्षेत्र में उल्लेखनीय कार्य के लिए दिल्ली में लॉड बेडेन पॉवेल राष्ट्रीय सम्मान से नवाजा गया। संगीतज्ञ रविन्द्र जैन, सुलभ इंटरनेशनल के संस्थापक डॉ. विन्देश्वर पाठक, प्रसिद्ध हास्य कवि सुरेंद्र शर्मा, घड़ी में एंड्रायड सिस्टम के संस्थापक सिधांत वत्स, राष्ट्रीय ब्लाइंड एसोसिएशन के अध्यक्ष एवं फाइनेंस कंसलटेशन के रामकृष्णा, सरदार पटेल फाउंडेशन के अध्यक्ष राम अवतार शास्त्री और छत्तीसगढ़ में डीएवी के प्रिसिंपल वाहिनीपति आनंद को भी इस पुरस्कार से नवाजा गया है।

THE TELEGRAPH
WEDNESDAY 25 FEBRUARY 2015

Doc award

● **PATNA:** Dr Diwakar Tejaswi was on Sunday conferred Lord Beden Powell Award 2015 in New Delhi.

आज पटना
बुधवार, २५ फरवरी, २०१५

डा. दिवाकर तेजस्वी हुए सम्मानित

(आज समाचार सेवा)

पटना। पटना के फिजिशियन एवं पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी को चिकित्सा एवं स्वास्थ्य जागरूकता के क्षेत्र में उल्लेखनीय कार्य करने के लिए लॉड बेडेन पॉवेल राष्ट्रीय सम्मान 2015 से नई दिल्ली स्थित गालीब ऑडिटोरियम में द स्काउट गाईडस ऑर्गेनाईजेशन द्वारा 22 फरवरी को सम्मानित किया गया।

इस सम्मान समारोह में डॉ तेजस्वी के साथ संगीतज्ञ रविन्द्र जैन, सुलभ इंटरनेशनल के संस्थापक डॉ विन्देश्वर पाठक, प्रसिद्ध हास्य कवि सुरेन्द्र शर्मा, घंड़ी में एंड्रोंयड सिस्टम के संस्थापक सिद्धांत वत्स, राष्ट्रीय ब्लांइंड एसोसिएशन के अध्यक्ष एवं फाइनेंस कंसल्टेशन के रामकृष्णा, सरदार पटेल फाउंडेशन के अध्यक्ष राम अवतार शास्त्री एवं छत्तिसगढ़ के जंगलों में पढ़ाने वाले डीएवी के प्रिंसपल बाहिनीपति आंनद कुमार को भी इस राष्ट्रीय पुरस्कार से सम्मानित किया गया। अनेक चिकित्सकों एवं स्वयंसेवी संस्थानों ने डॉ तेजस्वी को अवार्ड के लिए बधाई दी है।

राष्ट्रीय सहारा पटना। बुधवार ● 25 फरवरी ● 2015

के लिए बधा

डॉ. दिवाकर तेजस्वी को मिला 'लॉर्ड बेडेन पॉवेल राष्ट्रीय सम्मान'

पटना (एसएनबी)। राजधानी के प्रसिद्ध फिजिशियन एवं पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एपरोच फॉर लिविंग 'पहल' के निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी को 'लॉर्ड बेडेन पॉवेल सम्मान - 2015' से पुरस्कृत किया गया। यह पुरस्कार उन्हें चिकित्सा एवं स्वास्थ्य जागरुकता के क्षेत्र में उल्लेखनीय कार्य के लिए नई दिल्ली में आयोजित एक भव्य समारोह में दिया गया। इस सम्मान समारोह में डॉ. तेजस्वी के साथ ही यह पुरस्कार संगीतज्ञ रविन्द्र जैन, सुलभ इंटरनेशनल के संस्थापक डॉ. विन्देश्वर पाठक, प्रसिद्ध हास्य कवि सुरेन्द्र शर्मा, घड़ी में एंड्रॉयड सिस्टम के संस्थापक सिद्धांत वत्स, राष्ट्रीय ब्लाइंड एसोसिएशन के अध्यक्ष एवं फाइनेंस कंसल्टेशन के रामकृष्णा, सरदार पटेल फाउंडेशन के अध्यक्ष राम अवतार शास्त्री को दिया गया। राजधानी के चिकित्सकों एवं बुद्धिजीवियों ने उन्हें इस उपलब्धि के लिए बधाई दी।

LORD BEDEN POWELL NATIONAL AWARD' 2015

(Constituted by The Scouts/Guides Organisation)

This certificate is hereby awarded to

Dr. Diwakar Tejaswi

for his kind contribution in the field of medicines

on this 22nd day of February'2015

((Raj K P Sinha)

NationalCommissioner for India

SGO, New Delhi

New Delhi (India)

PAHAL Composite Report for the month of MARCH 2015

March 11, 2015: On the eve of World Kidney Day, PAHAL organized an Awareness Camp and also Detection camp for Diabetics via blood tests. Around 80 people were tested for the same free of charge and free medicines were also distributed to the needy who could not afford the same. Addressing the gathered public, Medical Director of PAHAL, Dr Diwakar Tejaswi cautioned the people against eating outside food regularly as adulterated food from roads and the colour used in these food were main cause of affecting kidney function.

दैनिक भास्कर पटना, गुरुवार, 12 मार्च, 2015

बाजार के खाने से परहेज करें किडनी के रोगी : डॉक्टर

पटना| विश्व किडनी दिवस की पूर्व संध्या पर पहल के तत्वावधान में निःशुल्क मधुमेह एवं रक्तचाप शिविर का आयोजन किया गया। यह आयोजन डॉ. दिवाकर तेजस्वी की विलनिक में किया गया। इस जांच शिविर में 80 लोगों का निःशुल्क स्वास्थ्य परीक्षण किया गया एवं मरीजों को निःशुल्क दवा भी दी गई। इस अवसर पर डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने लोगों को आगाह करते हुए बताया कि बाजार के खानों में मिलावट की संभावना होती है एवं खाद्य पदार्थ में उपयोग किए गए रंग भी किडनी पर कुप्रभाव डाल सकते हैं। चिकित्सक की सलाह पर ही दवा का सेवन करना चाहिए।

राष्ट्रीय सहारा पटना | बृहस्पतिवार • 12 मार्च • 2015

मुफ्त मधुमेह और रक्तचाप जांच शिविर लगाया

पटना (एसएनबी)। विश्व किडनी दिवस की पूर्व संध्या पर पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एपरोच फॉर लिविंग (पहल) के तत्वावधान में एकजीविशन रोड स्थित तेजस्वी क्लीनिक में जागरुकता सह निःशुल्क मधुमेह एवं रक्तचाप जांच शिविर का आयोजन किया गया।

आज 'आज' पटना गुरुवार, १२ मार्च, २०१५

किडनी के रोगी बाजार के खाने से करें परहेज

पटना (आससे)। भारत में किडनी के डिजीज का सबसे महत्वपूर्ण कारण अनियंत्रित मधुमेह एवं उच्च रक्तचाप है। जिसके फलस्वरूप किडनी ट्रांसप्लांट की भी जरूरत पड़ सकती है। ये बाते पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने विश्व किडनी दिवस की पूर्व संध्या पर आयोजित निःशुल्क मधुमेह एवं रक्तचाप जांच शिविर के अवसर पर कही। उन्होंने बताया कि मधुमेह रोगियों को रक्तचाप की जांच कराती रहनी चाहिए एवं उनका रक्तचाप किसी भी अवस्था में 130/80 से अधिक नहीं होना चाहिए अन्यथा इससे गुर्दा पर प्रतिकुल असर पड़ता है तथा किडनी डिजीज होने की संभावना बढ़ जाती है। किडनी डिजीज के अन्य कारणों का उल्लेख करते हुए डॉ तेजस्वी ने बताया कि बृद्ध पुरूषों में प्रोस्टेट ग्रन्थि के बढ़ने की संभावना अधिक होती है एवं इसे पेशाब करने में रूकावट आने लगती है। ससमय बढ़े प्रोस्टेट ग्रन्थि का इलाज नहीं कराने पर किडनी डिजीज होन की संभावना बझ जाती है। उन्होंने लोगों को बताया कि बाजार के खानों में मिलावट की संभावना होती है एवं खाद्य पदार्थ में उपयोग किए गये रंग भी किडनी पर कुप्रभाव डाल सकते है। उन्होंने बताया कि दिन में कम से कम प्रति व्यक्ति को 1.5 लीटर से 2 लीटर पानी का सेवन करना चाहिए। नमक का सेवन प्रतिदिन 5 ग्राम से अधिक नहीं करना चाहिए। ज्यादा एंटीबायोटिक और दर्द निवारक दवाएं खाना, आनाज, सब्जी, फलों पर कीटनाशक का छिड़काव करना, खेतों में खाद का इस्तेमाल, प्रेगनेंसी के दौरान संक्रमण से भी किडनी की बीमारी होती है। दवा का सेवन बिना चिकित्सक की सलाह पर नहीं करना चाहिए।

March 18, 2015: Vitamin D3 and Vitamin B12 awareness Camp was organized by PAHAL to make people aware of the symptoms and ill effects caused by its deficiency. Making the people aware of the need for the vitamins was Dr Diwakar Tejaswi, Medical Director of PAHAL, who pointed out that Vitamin D3 was very essential for continued bone development and for teeth to be strong. Noted Paediatrician, Dr Kiran Sharan also told the people about importance of Vitamin D3 and B12 especially in children for their proper growth and development. Also present were noted ENT surgeon Dr K K Sharan and ophthalmologist, Dr Ashwini Kumar.

प्रभात खबर
पटना, गुरुवार, 19 मार्च, 2015
www.prabhatkhabar.com

विटामिन डी जागरूकता अभियान

पटना .पहल के तत्वावधान में बुधवार को डॉ दिवाकर तेजस्वी की क्लिनिक पर विटामिन डी 3 एवं विटामिन बी 12 के प्रति लोगों को जागरूक किया गया. डॉ तेजस्वी ने कहा कि विटामिन डी 3 स्वस्थ हड्डी के विकास के लिए जरूरी है. शिशु रोग विशेषज्ञ डॉ किरण शरण ने बच्चों में विटामिन डी 3 एवं विटामिन बी 12 के कमी के कारण एवं उपचार की विस्तृत जानकारी दी. मौके पर इएनटी रोग विशेषज्ञ डॉ केके शरण व डॉ अश्विनी कुमार समेत कई मौजूद थे.

DB स्टार PATNA, THURSDAY, 19/03/2015

हड्डियों-दांतों को मजबूत करता है विटामिन डी3

PAHAL

डीबी स्टार » पटना

पहल के तत्वावधान में नेमा पैलेस में शरीर में विटामिन की कमी से होने वाले दुष्प्रभाव पर जागरुकता कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस अवसर पर डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि विटामिन डी-3 स्वस्थ हड्डियों एवं दांतों की मजबूती के लिए आवश्यक है। धूप विटामिन डी का प्राकृतिक स्रोत है। उन्होंने बताया कि वयस्कों को प्रतिदिन 100 एवं गर्भवती महिलाओं को 400 इंटरनेशनल यूनिट विटामिन डी की आवश्यकता होती है। विटामिन बी-12 की कमी से परनीसियस एनिमिया हो सकता है। इस अवसर पर शिशु रोग विशेषज्ञ डॉ. किरण शरण ने बच्चों में विटामिन डी-3 एवं विटामिन बी-12 की कमी के कारणों एवं इलाज की विस्तृत जानकारी दी। इस आयोजन में डॉ. नेत्र रोग विशेषज्ञ डॉ. अश्विनी कुमार भी मौजूद थे।

राष्ट्रीय सहारा
पटना। बृहस्पतिवार • 19 मार्च • 2015

हड्डियों की मज़बूती के लिए विटामिन डी 3 जरूरी

पटना (एसएनबी)। विटामिन डी-3 का प्रयोग स्वस्थ्य हड्डियों एवं दांतों के लिए बेहद जरुरी है। यह आंतों द्वारा कैल्सियम और फॉस्फोरस के अवशोषण और उपयोग में भी सहायक है। इसकी कमी से बच्चों एवं व्यस्कों में रिकेट्स, हड्डी की कमजोरी तथा ऑस्टियोमलेसिया रोग की समस्या पैदा हो जाती है। ये बातें डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने बुधवार को तेजस्वी क्लिनिक में आयोजित जागरुकता शिविर में कही। विटामिन डी-3 एवं विटामिन बी-12 के बारे में यहां आयोजित जागरुकता शिविर में बड़ी संख्या में लोग उपस्थित थे। इस मौके पर श्री तेजस्वी ने बताया कि विटामिन डी-3 का महत्वपूर्ण स्रोत धूप है, इसके अलावा लिवर, मछली के तेल एवं अंडा में भी यह प्रचुर मात्रा में पाया जाता है। एक व्यस्क व्यक्ति को प्रतिदिन 100 इंटरनेशनल यूनिट विटामिन डी-3 एवं गर्भवती महिलाओं को 400 इंटरनेशनल यूनिट की आवश्यकता होती है।

प्रत्यूष नवबिहार
पटना, गुरुवार, 19 मार्च, 2015

होती है।

शुद्ध शाकाहारियों में होती है विटामिन बी-12 की कमी : डा. दिवाकर

संवाददाता

पटना : डा. दिवाकर तेजस्वी के क्लिनिक, नेमा पैलेस, एक्जीबिशन रोड पटना में विटामिन डी-3 एवं विटामिन बी-12 का जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस अवसर पर जाने-माने फिजिशियन डा. दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि विटामिन डी-3 स्वस्थ्य हड्डियों एवं दांतों के निर्माण एवं मजबूती के लिए आवश्यक है। यह आंतों द्वारा कैलशियम और फास्फोरस के अवशोषण और उपयोग में भी सहायक है। धूप विटामिन डी-3 का महत्वपूर्ण प्राकृतिक स्रोत है। धूप प्रोविटामिन डी-3 को विटामिन डी-3 में परिवर्तित करता है। इसके अलावा मछली के तेल एवं अंडा में इसकी प्रचुर माला पायी जाती है। डा. तेजस्वी ने बताया कि व्यस्कों को प्रतिदिन 100 इन्टरनेशनल यूनिट विटामिन डी-3 की

आवश्यकता होती है एवं गर्भवती महिलाओं को 400 इन्टरनेशनल यूनिट विटामिन डी की आवश्यकता होती है। विटामिन डी-3 की अधिकता भी शरीर पर कुप्रभाव डालती है। इसकी अधिकता होने से मिचली, उल्टी, भूख की कमी, अधिक पेशाब इत्यादी लक्षण आते हैं एवं इसकी कमी होने से बच्चों एवं व्यस्कों में रिकेट्स, हड्डी की कमजोरी, औसटीयोमलेसिया होता है। इस अवसर पर डा. तेजस्वी ने बताया कि विटामिन बी 12 डी.एन.ए. के संश्लेषण के लिए आवश्यक है। इसके अतिरिक्त कार्बोहाइड्रेड, बसा एवं प्रोटीन के उपचयन के लिए भी इसकी आवश्यकता होती है। यह प्रचूर माला में अंडा, मछली, और दूध में पाया जाता है। वनस्पति मूल के खाद्य पदार्थों में यह नहीं पाया जाता है। इस कारण दूध भी न लेने वाले शाकाहारी लोगों में इसकी कमी हो सकती है। इसकी कमी से परनीसियस एनिमिया हो सकती है जिससे लाल रक्त कणों की संख्या कम हो जाती है। इसकी कमी नर्वस सिस्टम तथा स्पाइलन कॉर्ड पर कुप्रभाव डालता है। दवाओं द्वारा इसकी कमी को दूर की जा सकती है। इस अवसर पर शिशु रोग विशेषज्ञ डा. किरण शरण ने बच्चों में विटामिन डी-3 एवं विटामिन बी-12 के कमी के कारणों एवं उससे उपचार की विस्तृत जानकारी दी। इस अवसर पर कान, नाक, गला रोग विशेषज्ञ डा. के.के. शरण एवं नेत्र रोग विशेषज्ञ डा. अश्विनी कुमार भी उपस्थित थे।

Awareness Programme with video and verbal question answer sessions on harms of Vitamin D deficiency

March 22, 2015: PAHAL organized a function to appreciate and honour well known surgeon Dr Narendra Prasad, who was recently conferred the Padma Shri award in association with paintingkhareedo.com, a website developed for purchase of painting online in Bihar. On the occasion, Dr Narendra Prasad was gifted an oil portrait of his, painted by noted painter Mr Virendra Nath Bariyar. Also present were other Board members of PAHAL, Dr K K Sharan, Dr Kiran Sharan, Dr ALok Abhijit apart from other dignitaries.

आज पटना
सोमवार, २३ मार्च, २०१५

'पहल' ने नरेन्द्र प्रसाद को पोट्रेट प्रदान किया

(आज समाचार सेवा)

पटना। बिहार की पहली ऑन लाइन पेंटिग बेवसाइट और सामाजिक संस्था 'पहल' के द्वारा बिहार के प्रख्यात डाक्टर पद्मश्री नरेन्द्र प्रसाद को उनका पोट्रेट (तैलचित्र) प्रदान कर सम्मानित किया गया। इस मौके पर चित्रकार वीरेन्द्र नाथ बरियार द्वारा बनायी गयी तैलचित्र उन्हें भेंट की गयी।

समारोह में डाक्टर नरेन्द्र प्रसाद ने कहा कि संघर्ष और सेवा की भावना से ही कामयाबी मिलती है। उनके जीवन का एकमात्र मकसद सेवा का रहा है। अगर हर कोई अपनी जिम्मेवारी को ईमानदारी और समर्पण के साथ करें तो वही सबसे बड़ी समाजसेवा है। कार्यक्रम का संचालन करते हुए 'पहल' के मेडिकल डायरेक्टर डाक्टर दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि नरेन्द्र बाबू बिहार ही नहीं बल्कि समूचे देश के डाक्टरों के लिए प्रेरणा स्रोत रहे हैं। डाक्टर के साथ-साथ वह एक गंभीर गार्जियन और अच्छे इंसान के रूप में भी जाने-पहचाने जाते हैं। चित्रकार वीरेन्द्र नाथ बरियार ने कहा कि नरेन्द्र बाबू बिहार के लीविंग लीजेंड है। उनसे मार्गदर्शन लेकर हर कोई अपनी जिंदगी को संवार कर नयी दिशा और ऊर्जा दे सकता है। इस मौके पर चित्रकार वीरेन्द्र नाथ बरियार की कई पेंटिंग भी प्रदर्शन के लिए रखी गयी थी। धन्यवाद ज्ञापन डाक्टर किरण शरण ने की।

दैनिक भास्कर पटना, सोमवार, 23 मार्च, 2015

डॉ नरेंद्र प्रसाद सम्मानित किए गए

पटना|ऑनलाइन पेंटिंग बेवसाइट पेंटिंग खरीदो डॉट कॉम एवं सामाजिक संस्था पहल की ओर से पद्मश्री डॉ. नरेंद्र प्रसाद को सम्मानित किया गया। चित्रकार बीरेंद्र नाथ बरियार द्वारा बनाई गई तैलचित्र डॉ नरेंद्र प्रसाद को भेंट की गई। उन्होंने कहा कि संघर्ष और सेवा की भावना से ही कामयाबी मिलती है। उनके जीवन का एकमात्र मकसद सेवा का रहा है। पहल के निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि नरेंद्र बाबू बिहार ही नहीं, पूरे देश के डॉक्टरों के लिए प्रेरणा स्त्रोत हैं। धन्यवाद ज्ञापन डॉक्टर किरण शरण ने किया।

March 24, 2015: On the eve of World TB Day, PAHAL organized an Awareness Camp on the disease to make people aware of how to prevent the disease from spreading like fire. Addressing the crowd of gathered public, Medical Director of PAHAL Dr Diwakar Tejaswi informed that everyday at least 5000 people were getting affected with the disease in our country daily. Two out of every five people were already afflicted with TB. He cautioned that patients affected with TB should continue medications for minimum of 6-9 months as otherwise the form may get converted to the deadly XDR or MDR drug resistant variety. He stressed that all children should be given BCG vaccination, and elaborated on the hygiene factor.

राष्ट्रीय सहारा पटना | बुधवार • 25 मार्च • 2015

बिहार में पांच में से दो व्यक्ति टीबी के कीटाणु से संक्रमित

पटना। बिहार में पांच में सो दो व्यक्ति टीबी के किटाणु से संक्रमित हैं। देश में प्रतिदिन पांच हजार लोग टीबी से संक्रमित हो रहे हैं। विश्व टीबी दिवस के मौके पर 'पहल' द्वारा आयोजित जागरूकता शिविर में डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि प्रतिरोधक टीबी यानी एमडीआर एवं एक्सडीआर टीबी अत्यंत घातक है। इससे बचने के लिए टीबी रोगियों को 6-9 महीने तक टीबी दवा का पूरा कोर्स लेना जरूरी है। डॉ. तेजस्वी ने बताया कि जीन एक्सपर्ट बलगम जांच के द्वारा दो घंटे के अंदर रिफाम्पीसीन दवा से प्रतिरोधक टीबी की जांच को मानक माना जा रहा है। टीबी से बचाव के लिए डॉ. तेजस्वी ने बच्चों को बीसीजी का टीकाकरण, हवादार , धूपयुक्त घर, पोषण एवं रोग की शीघ्र पहचान तथा उपचार को जरूरी बताया।

आज पटना
गुरुवार, २६ मार्च, २०१५

एमडीआर टीबी, एड्स से ज्यादा घातक

पटना (आससे)। पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एपरोच फॉर लिविंग (पहल) के तत्वावधान में विश्व यक्ष्मा दिवस के अवसर पर टीबी जागरुकता शिविर का आयोजन डा. दिवाकर तेजस्वी क्लिनिक में किया गया। इस अवसर पर डा. दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि भारतवर्ष में एवं बिहार में ५ में से २ व्यक्ति टीबी के किटाणु से संक्रमित एक व्यक्ति एक साल में १० से १५ स्वस्थ लोगों को संक्रमित कर सकता है। डा. तेजस्वी ने बताया कि प्रतिरोधक टीबी यथा एमडीआर एवं एक्सडीआर टीबी को अत्यंत घातक बताते हुए टीबी के रोगियों को सामान्यत: ६ से ९ महीनों की टीबी की पूरी दवा की कोर्स लेने की बात कही। टीबी से बचाव के बारे में डा. तेजस्वी ने बताया कि बच्चों में बीसीजी का टीकाकरण, हवादार, धूपयुक्त घर, पोषण, रोगियों की शीघ्र पहचान तथा पूर्ण उपचार, थूक का यत्रतत्र न फेंकना एवं खांसते वक्त मुंह पर रुमाल रखना शामिल है।

दैनिक भास्कर पटना, मंगलवार, 24 मार्च, 2015

शुरू में ही पहचान और पूरा कोर्स खाने से टीबी होगा नियंत्रित

पटना | शुरू में ही टीबी की पहचान हो जाए और उसका इलाज शुरू हो जाए, तो इस बीमारी को फैलने से रोका जा सकता है। टीबी की सही पहचान नहीं होने, सही इलाज नहीं होने और इलाज बीच में छोड़ देने से बीमारी ठीक नहीं होती बल्कि और गंभीर हो जाती है। मरीज एमडीआर टीबी से पीड़ित हो जाता है और एमडीआर टीबी से पीड़ित होने पर इलाज खर्चीला हो जाता है। इसलिए अगर दो सप्ताह से खांसी हो, बलगम आता हो, बलगम में खून आता हो, वजन कम होता हो तो बलगम की जांच अवश्य करा लेनी चाहिए। बीमारी की पहचान होने पर दवा का कोर्स पूरा कर लेना चाहिए। देर होने पर पीड़ित मरीज दूसरे को यह बीमारी फैलाते रहते हैं। इंडियन मेडिकल एसोसिएशन आरएनटीसीपी नेशनल टीबी सेल के राष्ट्रीय सदस्य डॉ. अरुण कुमार ठाकुर ने विश्व टीबी दिवस की पूर्व संध्या पर यह जानकारी दी। पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी की क्लिनिक में जागरुकता कार्यक्रम हुआ। इसमें डॉ. तेजस्वी ने कहा कि भारत और बिहार में हर पांच में से दो व्यक्ति टीबी के कीटाणु से संक्रमित हैं।

Awareness and detection of Tuberculosis on eve of World Tuberculosis Day – 24.03.2015 with help of videos showing importance of continuity of medication and checkup

March 28, 2015: PAHAL organized a 'Glycocelated Haemoglobin Blood test for Diabetics at its office in Exhibition Road. Dr Diwakar Tejaswi, medical Director of PAHAL stated that this is a better test to ascertain diabetes than the normal blood tests which take into count blood sugar level on that particular day. With help of glycocelated blood test the sugar level of past three months could be found out, which would help in proper treatment of diabetics. Dr Tejaswi also pointed out that control and regulated life style would help in control of blood sugar level. On the occasion, free medicines were distributed and pamphlets were also given to people to make them aware of diabetes in detail.

DB स्टार PATNA, SUNDAY, 29/03/2015 2

नियंत्रित जीवन शैली से मधुमेह हो सकता कंट्रोल

मुफ्त जांच शिविर में मधुमेह की जांच करते डॉ. दिवाकर तेजस्वी।

डीबी स्टार» पटना

पहल के तत्वाधान में शनिवार को निःशुल्क ग्लाइकोसिलेटेड हीमोग्लोबिन जांच का आयोजन किया गया। इस शिविर का आयोजन डॉ. दिवाकर तेजस्वी के क्लिनिक में किया गया। इस अवसर पर डॉ. तेजस्वी ने कहा कि ग्लाइकोसिलेटेड हीमोग्लोबिन में व्यक्ति के विगत 3 महीनों की औसत ब्लड शुगर की जांच का पता चलता है। उन्होंने कहा कि अंतर्राष्ट्रीय डायबिटीज फैडरेशन के अनुसार वर्तमान में भारत में 7 करोड़ से अधिक मधुमेह रोगियों की संख्या है। जिनके करीबी रिश्तेदारों में मधुमेह की शिकायत है उन्हें सतर्क रहने की आवश्यकता है। परन्तु मधुमेह से घबराने की जरूरत नहीं है। नियंत्रित जीवन शैली एवं दवाओं के सेवन से इससे होने वाले खतरों से बचा जा सकता है।

आज पटना रविवार, २९ मार्च, २०१५

ग्लाइकोसिलेटेड हीमोग्लोबिन मधुमेह की बेहतर जांच

पटना (आससे)। पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एपरोच फॉर लिविंग के तत्वावधान में शनिवार को निःशुल्क ग्लाइकोसिलेटेड जांच का आयोजन डॉ दिवाकर तेजस्वी के क्लिनिक में किया गया। इस अवसर पर पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि ग्लाइकोसिलेटेड होमोग्लोबिन में व्यक्ति के विगत तीन महीनों की औसत ब्लड शुगर की जांच का पता चलता है। कभी-कभी एक दिन की फास्टींग या खाने के बाद ब्लड शुगर की मात्रा बढ़ी या घटी हुई आती है। जो एक दिन पहले ली गई भोजन या अन्य कारणों पर निर्भर करती है। सामान्य लोगों में ग्लाइकोसिलेटेड हीमोग्लोबीन की मात्रा 5.7 प्रतिशत से कम होती है, जब कि प्रीडायबिटिज में यह मात्रा 5.7 प्रतिशत से 6.4 प्रतिशत तक हो सकती है। डॉ तेजस्वी ने मधुमेह के बारे में विस्तृत जानकारी देते हुए बताया कि देश में मधुमेह रोगियों की बढ़ती हुई संख्या चिंता का विषय है। उन्होंने बताया कि जिन लोगों के रिश्तेदारों में मधुमेह की शिकायत है, उन्हें ज्यादा सतर्क रहने की आवश्यकता है, लेकिन मधुमेह से घबराने की जरूरत नहीं है। यह जीवनपर्यन्त चलने वाला रोग है। सही खान-पान, नियंत्रित जीवनशैली एवं दवाओं के सेवन से इससे होने वाले खतरों से बचा जा सकता है।