



पोटुस्या या लक्षणांचा समावेश असू शकता. सामान्यतः लगाण झाल्यासून लक्षणे दिसण्यापर्यंतचा कालावधी हा दोन ते तीन दिवसांचा असू शकता.

बहुतेक प्रकरणामध्ये सौम्य लक्षणे आढळतात, तर काही रोगामध्ये क्वायल न्युमोनिया आणि बहु-अववाव निकमी हाण्याची भीती असते. १२ एप्रिल २०२५पर्यंत जगातील १४५ देशांतील १३,५८,६९,७०४ पेक्षा जास्त लोकांना हा रोग झाला असल्याची प्रकरणे नोंदवली गेली आहेत.

परिणामी २१,३५,२७१ पेक्षा जास्त लोक मणे पावले आहेत, त्यात माझीही पती ६ एप्रिल २०२० रोजी जगाचा नियंत्रण घेऊन मला सोडून गेली. ७,७२,८४,५६६ पेक्षा जास्त लोक बरेही झाले आहेत. एकूण संख्या झालेल्या रोगांपैकी दोन टक्के लोकांचा मृत्यू झाला आहे. या कोरोना काळात हाताकार माजला होता.

हातावर पोट असण्यांची पुरी धांदल उडाली होती. महणून कोरोनातील परिस्थिती आठवली नव्हे नव्हे, केवळ कोरोना शब्द काणी पडला तरी अपलाला रुख कोसळते. डोळ्यादेखाव प्रियजाणांना मरताना पाहून जीव कल्वळत होता, धासीतीन जीव गुदमणे होते. ती परिस्थिती शब्दात माडणे अशक्यच !

महाराष्ट्रातील कोरोना विषाणू उडेकातील पहिल्या रुग्णांनी नोंद १ मार्च २०२० रोजी पुण्यात झाली होती. हा विषाणू प्रामुख्याने जवळच्या सपकादरम्यान खोकल्यामुळे, शिंगण्यामुळे किंवा बोलताना नकल्या बाबर पडण्याचा थुंकीच्या तुषारांमुळे लोकांपाये पसरतो.

हे थेव अथवा तुषार शवासोच्छवासाच्या दरमानदेखील बाबर पडून अज्ञाबाजूच्या जिमीनीवर किंवा पृथग्यांवर पडतात व अशा द्रुतित पुष्टागाला हाताने स्पॅन करून आणि नंतर तोच त्यांच्या चेहऱ्याला या आजाराच्या सामान्य लक्षणांमध्ये ताप, खोकला आणि शवास लगाणे याचा समावेश अहे, तर इतर लक्षणांमध्ये थकवा, स्नायू, दुखणे, अतिसार, घसा खवखवणे, गंध कमी होणे आणि असू नंतर तोच त्यांच्या चेहऱ्याला



लावल्यानेही लोक संक्रमित होऊ शकतात. हे विषाणू ७२ तासांपर्यंत या दूरीपैकी पृथग्यांवर जिवंत राहू शकतात.

लक्षणे दिसल्यानंतरच्या पाहिल्या तीन दिवसात ही विषाणू सर्वात जास्त संक्रमक असतो, परंतु रोगाची लक्षणे दिसण्यावरूपी देखिल आणि रोगाच्या नंतरच्या टप्पात देखील फार संक्रमक असतो. या रोगाच्या निदानाची मानक पद्धत महणजे नाकातून घेतलेल्या नमुन्यांची रीअल-टाइम रिक्स द्रास्क्रिप्शन पॉलिमरेज चेन रिएक्शन-आरएटी-पॉसीआर नावाची तपासणी होय.

वारंवार सावधाने व्यवस्थित हात धुणे, इतरांशी शारीरिक अंतर राखणे, विशेषतः लक्षणे असण्याचा लोकांकडून खोकताना किंवा शिकताना रुमालाचा वापर करणे, अचानक शिंग आली असताना व रुमाल जवळ नसल्यास कोप पेंडोवर धूरून विलीकरण व काणी प्रयोगात्मक उपाय सांगतात. याचा उपचार म्हणून वापर केला जातो. हाताच्या आतल्या बाजूला शिकणे, न धुतलेले हात चेहऱ्यापासून दूर ठेवणे या जागतिक अरोग्य संघटनेने हा कोविड-१९चा उद्देशक हा सार्वजनिक आरोग्यासाठी आंतरराष्ट्रीय असल्याचे सांगत या उद्काळाला जागतिक महामारी जाहीर केले गेले.

सध्या, कोरोनाव्हायरस रोग २०१९- कोविड-१९ वर असेही २२९५ अल्पकांगने कोरोनाव्हायरस कोरोनाचा नावाची तपासणी ४ वर्षांनी होता. ढावळ मानाने कोरोनाचे ४ प्रकार असेही २२९५ अल्पकांगने कोरोनाव्हायरस, एनएलद६ अल्पकांगने टॉक्सोनॉमी ऑफ व्हायरस यांनी सार्व-

पूर्वार्ध



कृष्णकुमार आनंदी
गोविदा निकोडे
गविरोली,
१४२३७१४८८३

कोरोनाव्हायरस रोग २०१९- कोविड-१९चा उद्देशक हा सार्वजनिक आरोग्यासाठी आंतरराष्ट्रीय असल्याचे सांगत या उद्काळाला जागतिक महामारी जाहीर केले गेले.

टेंड्रेस अंडमहंनोम गेबेयेसोस यांनी हे नाव घोषित केले. इंटरनेशनल कमिटी ऑफ टॉक्सोनॉमी ऑफ व्हायरस यांनी होता. किंवा बोलताना बाबर पडणाऱ्या थेंबाव्हारे पसरतात.

जवळचा संपर्क म्हणजे १ मीटर अथवा

एचएमपीव्हीचे चीनमध्ये थेसान

ताप, खोकला, थकवा आणि शवास साथीच्या सुरुवातीच्या काळात संक्रमित लागणे अशी प्लूसारखी लक्षणे दिसू शकतात. शवास घेण्यात अडचण, सतत छातीत दुखणे किंवा लातीवर दबाव असल्यासारखे वाटणे, गोंधलेली जागे होण्यास अडचण येणे आणि वेहरा किंवा ओठ निळे होणे या सारखी लक्षणे आढळव्याप्त तात्काळ वैद्यकीय उच्चापांचा सल्ला दिला जाते.

शिंका येणे, नाक वाहणे किंवा घसा खवखवणे अथवा मळमळ, उलट्या किंवा अतिसार ही लक्षणे फार कमी रुग्णांमध्ये दिसून आली आहेत. हा रोग कासा पसरतो? याव्हालचे काही नशील निश्चित केले गेले आहेत. जागतिक आरोग्य संघटनेने आणि अमेरिकेने सेंटर फॉर डिसेज कोंट्रोल अंड प्रिव्हेशन- सीटीसी या संसदाच्या म्हणण्यातुसार हे विषाणू मुळत: दोन व्यक्तींच्या जवळच्या संपर्काचा वेळी नसेच खोकला, शिंका येणे किंवा बोलताना बाबर पडणाऱ्या थेंबाव्हारे पसरतात.

जवळचा टेंड्रेस संपर्क म्हणजे १ मीटर अथवा इंटरनेशनल कमिटी ऑफ टॉक्सोनॉमी ऑफ व्हायरस यांनी होता. संगंपूरुमधीय व्हायरस यांनी असल्याचे सांगत या उद्काळाला जागतिक महामारी जाहीर केले गेले.

टेंड्रेस अंडमहंनोम गेबेयेसोस यांनी हे नाव घोषित केले. इंटरनेशनल कमिटी ऑफ टॉक्सोनॉमी ऑफ व्हायरस यांनी होता. किंवा बोलताना रुग्णाला उल्लाच न केल्यास किंवा मास्कचा वापर न केल्यास कोरोनाव्हायरस रोग २०१९- कोविड-१९ वरून १५ फुटपर्यंत लांब पसरू शकतात.

हे विषाणू जवळच्या लोकांच्या तोंडात किंवा नाकात शिरतात आपाचे रुग्णाला उल्लाच न केल्यास कोरोनाव्हायरस रोग २०१९- कोविड-१९ वर असेही २२९५ अल्पकांगने कोरोनाव्हायरस, एनएलद६ अल्पकांगने टॉक्सोनॉमी ऑफ व्हायरस यांनी सार्व- कोविड-२ ने नाव दिले होते. ढावळ मानाने कोरोनाचे ४ प्रकार असेही २२९५ अल्पकांगने कोरोनाव्हायरस रोग २०१९- कोविड-१९ वरून १५ फुटपर्यंत लांब पसरू शकतात.

हे विषाणू जवळच्या लोकांच्या काळात यांना नॉकेले किंवा नाकात शिरतात आपाचे रुग्णाला उल्लाच न केल्यास कोरोनाव्हायरस रुग्णाला उल्लाच न केल्यास कोरोनाव्हायरस रोग २०१९- कोविड-१९ वरून १५ फुटपर्यंत लांब पसरू शकतात.

परंतु ५ एप्रिल २०२० रोजी प्रकाशित झालेल्या असल्याचे सांगत व्हायरस यांनी होता जात होते.

परंतु ५ एप्रिल २०२० रोजी प्रकाशित झालेल्या असल्याचे सांगत व्हायरस यांनी होता जात होते.

परंतु ५ एप्रिल २०२० रोजी प्रकाशित झालेल्या असल्याचे सांगत व्हायरस यांनी होता जात होते.

परंतु ५ एप्रिल २०२० रोजी प्रकाशित झालेल्या असल्याचे सांगत व्हायरस यांनी होता जात होते.

परंतु ५ एप्रिल २०२० रोजी प्रकाशित झालेल्या असल्याचे सांगत व्हायरस यांनी होता जात होते.

परंतु ५ एप्रिल २०२० रोजी प्रकाशित झालेल्या असल्याचे सांगत व्हायरस यांनी होता जात होते.

परंतु ५ एप्रिल २०२० रोजी प्रकाशित झालेल्या असल्याचे सांगत व्हायरस यांनी होता जात होते.

परंतु ५ एप्रिल २०२० रोजी प्रकाशित झालेल्या असल्याचे सांगत व्हायरस यांनी होता जात होते.

परंतु ५ एप्रिल २०२० रोजी प्रकाशित झालेल्या असल्याचे सांगत व्हायरस यांनी होता जात होते.

परंतु ५ एप्रिल २०२० रोजी प्रकाशित झालेल्या असल्याचे सांगत व्हायरस यांनी होता जात होते.

परंतु ५ एप्रिल २०२० रोजी प्रकाशित झालेल्या असल्याचे सांगत व्हायरस यांनी होता जात होते.

परंतु ५ एप्रिल २०२० रोजी प्रकाशित झालेल्या असल्याचे सांगत व्हायरस यांनी होता जात होते.

परंतु ५ एप्रिल २०२० रोजी प्रकाशित झालेल्या असल्याचे सांगत व्हायरस यांनी होता जात होते.

परंतु ५ एप्रिल २०२० रोजी प्रकाशित झालेल्या असल्याचे सांगत व्हायरस यांनी होता जात होते.

परंतु ५ एप्रिल २०२० रोजी प्रकाशित झालेल्या असल्याचे सांगत व्हायरस यांनी होता जात होते.

परंतु ५ एप्रिल २०२० रोजी प्रकाशित झालेल्या असल्याचे सांगत व्हायरस यांनी होता जात होते.

परंतु ५ एप्रिल २०२० रोजी प्रकाशित झालेल्या असल्याचे सांगत व्हायरस यांनी होता जात होते.

परंतु ५ एप्रिल २०२० रोजी प्रक

प्रत्येक श्वासात आशा: शालिनीताई मेघे मदर अँड चाइल्ड हॉस्पिटलच्या नवजात शिशू विभागाचा प्रीटर्म बेबीसाठी जीवन वाचवणारा प्रवास

नागपूर, ७ जानेवारी: वेळेच्या आत जन्माला आलेल्या एका नवजात शिशूंना बानाडोंगारी सेंटरमध्ये ३० खाण्टांची कमता असेलया श्वासोच्छ्वासातला त्याच्या पद्धतीने असेल. तज्जासमोर होते. बाळाला नवजात अतिदक्षता विभागाच्या टीममे दवाब राखण्याचे आहाम हॉस्पिटलमधील माता आणि बाल संगोपन नवजात अतिदक्षता विभागाच्या टीममे अपवादात्मक काळजी प्रदान करीत वैद्यकीय व्यवस्थापनासह त्वारीत वैद्यकीय हस्तक्षेपांची आवश्यकता होती. या जीवेध्या परिस्थितीतून करत नवजात शिशूच्या श्वसन आव्हानावर मात्र करण्यासाठी तज्जांची काळजी आणि अँडक उपचारामध्ये भरत होते. त्यामुळे बाल एकेका श्वसनासाठी गंभीर आव्हानाचा सामना करत नवजात शिशूच्या टीमजीवेध्या आवश्यकता होती. या बाळाचे वज्र अवधे १.०७० किलोग्राम भरत होते. त्यामुळे बाल एकेका श्वसनासाठी गंभीर श्वसनसंकट सिर्झोरम आणि सेप्सिसी झुंजत होते. बाळाला बालरोग विभागातर्गत नवजात शिशू अतिदक्षता विभागात दाखल करण्यात आले. बाळाचा जन्म ३ र २ आठवड्यांपूर्वीच्या झाल्याने बाळाचे गंभीर असेताना फुफ्फुस परिपक्व होऊ शकले नवतरे. बाळाला सर्फेंटंचा त्रास होत दृष्टी सुरक्षित ठेवून त्याचे अंत्वन्व वाचविण्यासाठी त्याची रेटिनोपैथी ऑफ सेंटरमध्ये केअर प्रोटोकॉलचे बाराकाईने प्रथमपूर्वी कार्यक्रमता



निरीक्षण केले जाते. शालिनीताई मेघे मदर अँड चाइल्ड सर्फेंटंटवर आमचे लक्ष त्याच्या विशेष नवजात शिशू अतिदक्षता विभागाची बालाच्या न्यूलांजिकल आणि एकूणच आरोग्याची खाली केली जाते. अशा परिणामांचा आम्हाला आलेल्या अभियान वाटते. नाजुक नवजात शिशूचा शक्य तितकी सर्वोत्तम काळजी प्रदान करतात. शालिनीताई मेघे मदर अँड चाइल्ड हॉस्पिटल ने असे दोन वेगळे विभाग स्थापन करून करण्यासाठी आम्ही बचनबद्द आहोत. शालिनीताई मेघे मदर अँड चाइल्ड हॉस्पिटल सर्वोत्तम काळजी प्रदान करतात. शालिनीताई मेघे मदर अँड चाइल्ड हॉस्पिटल ने असे दोन वेगळे विभाग स्थापन करून आपले वेगळेपण सिद्धके ले आहे. जन्मलेल्या नवजात बालांसाठी अत्याधिक मिळ्के कैच्या अतिरिक्त सुविधेसाठी हॉस्पिटलचे विभाग सज्ज आहे. इतर श्वारीरोगानंतरीं योग्यमध्ये जन्मलेल्या बालांच्या पालकाना नवजात शिशू अतिदक्षता विभागात सुविधा मिळविण्यासाठी अनेकदा संघर्ष करावा लागतो. त्यामुळे रुणालयाचा हा उपक्रम अंशुरुपी दृष्टिकोनाचे अनावरण करत दूध अंशुरुपी दृष्टिकोनाचे अनावरण करत दूध इतर गुंतुंगत असूनही, या बालाचे जगणे आणि त्याला धोयकून बाबूर काळजी शक्य दृष्टी सुरक्षित ठेवून त्याचे अंत्वन्व वाचविण्यासाठी त्याची रेटिनोपैथी ऑफ सेंटरमध्ये केअर प्रोटोकॉलचे बाराकाईने प्रथमपूर्वी कार्यक्रमता

ओकाया ईव्ही वे नव्याने नामकरण, आता ओपीजी मोबिलिटी; इलेक्ट्रिक वाहनांच्या वाढत्या पोर्टफोलिओसाठी नवीन दृश्यमान ओळख सादर

नवी दिल्ली, ७ जानेवारी: भारतातील वाढत्या इलेक्ट्रिक मोबिलिटी वाहनांच्या गरजा पूर्ण करण्याच्या रणनीतिक प्रयत्नात, आकाया ईव्ही ने आपल्या नवीन ब्रॅंड ओळखीची घोषणा केली असून, आता हा ब्रॅंड ओपीजी मोबिलिटी या नवाने ओळखला जाईल. हे पुनर्ब्रीऱ्यंग कंपनीच्या अव्याधिनिक डिजाइन, भविष्याकालीन तवज्ञान आणि टिकाक व सुरक्षित उपायांनप्रती असलेल्या दृढ वचनबद्दतेचे प्रतीक आहे, जे भारतातील अनेक वाहनांचा गरजा पूर्ण करेल.

वाहनांच्या गोपनीयीची पूर्वासाठी, ओपीजी मोबिलिटी देव्हीभारतीने विस्तृत डीलर नेटवर्कवा लाभ घेणार आहे. ओपीजी मोबिलिटी देव्ही उप-ब्रॅन्स अंतर्गत कार्य केले. फेसटो वा प्रीमियम इलेक्ट्रिक मोर्टस्याकल आणि स्कूर्टर्सासाठी समर्पित असेल तर अपोपीजी हा प्रवासी आणि मालवाहतूक तिपाहिया वाहनांवर केंद्रित असेल.

या रोमांचक घडायोडीवर भाष्य करताना ओपीजी मोबिलिटीचे व्यवस्थापकीय संचालक, असूल गुग्मा म्हणाले, बंटी आणि इलेक्ट्रोनिक्स क्लियरली देव्ही उप-ब्रॅन्स अंतर्गत कार्य केले. फेसटो वा प्रीमियम इलेक्ट्रिक मोर्टस्याकल आणि स्कूर्टर्सासाठी समर्पित असेल तर अपोपीजी हा प्रवासी आणि मालवाहतूक तिपाहिया वाहनांवर केंद्रित असेल.

या रोमांचक घडायोडीवर भाष्य करताना ओपीजी मोबिलिटीचे व्यवस्थापकीय संचालक, असूल गुग्मा म्हणाले, बंटी आणि इलेक्ट्रोनिक्स क्लियरली देव्ही उप-ब्रॅन्स अंशुरुपी इलेक्ट्रिक वाहन उपाय प्रदान करताना एक समय ब्रॅंड वाहनाच्या दिशेने वाटचाल करत होत. हे पुनर्ब्रीऱ्यंग तेकल वाहन बदल तर लक्ष केंद्रित करत आहे. २०२५ पर्यंत, ओपीजी मोबिलिटी देव्हीभारतील सर्व प्रमुख शहरांपासून ते टियर-३ देव्ही शहरांपासून ते टियर-४ देव्ही शहरांपासून ते टियर-५ देव्ही शहरांपासून ते टियर-६ देव्ही शहरांपासून ते टियर-७ देव्ही शहरांपासून ते टियर-८ देव्ही शहरांपासून ते टियर-९ देव्ही शहरांपासून ते टियर-१० देव्ही शहरांपासून ते टियर-११ देव्ही शहरांपासून ते टियर-१२ देव्ही शहरांपासून ते टियर-१३ देव्ही शहरांपासून ते टियर-१४ देव्ही शहरांपासून ते टियर-१५ देव्ही शहरांपासून ते टियर-१६ देव्ही शहरांपासून ते टियर-१७ देव्ही शहरांपासून ते टियर-१८ देव्ही शहरांपासून ते टियर-१९ देव्ही शहरांपासून ते टियर-२० देव्ही शहरांपासून ते टियर-२१ देव्ही शहरांपासून ते टियर-२२ देव्ही शहरांपासून ते टियर-२३ देव्ही शहरांपासून ते टियर-२४ देव्ही शहरांपासून ते टियर-२५ देव्ही शहरांपासून ते टियर-२६ देव्ही शहरांपासून ते टियर-२७ देव्ही शहरांपासून ते टियर-२८ देव्ही शहरांपासून ते टियर-२९ देव्ही शहरांपासून ते टियर-३० देव्ही शहरांपासून ते टियर-३१ देव्ही शहरांपासून ते टियर-३२ देव्ही शहरांपासून ते टियर-३३ देव्ही शहरांपासून ते टियर-३४ देव्ही शहरांपासून ते टियर-३५ देव्ही शहरांपासून ते टियर-३६ देव्ही शहरांपासून ते टियर-३७ देव्ही शहरांपासून ते टियर-३८ देव्ही शहरांपासून ते टियर-३९ देव्ही शहरांपासून ते टियर-४० देव्ही शहरांपासून ते टियर-४१ देव्ही शहरांपासून ते टियर-४२ देव्ही शहरांपासून ते टियर-४३ देव्ही शहरांपासून ते टियर-४४ देव्ही शहरांपासून ते टियर-४५ देव्ही शहरांपासून ते टियर-४६ देव्ही शहरांपासून ते टियर-४७ देव्ही शहरांपासून ते टियर-४८ देव्ही शहरांपासून ते टियर-४९ देव्ही शहरांपासून ते टियर-५० देव्ही शहरांपासून ते टियर-५१ देव्ही शहरांपासून ते टियर-५२ देव्ही शहरांपासून ते टियर-५३ देव्ही शहरांपासून ते टियर-५४ देव्ही शहरांपासून ते टियर-५५ देव्ही शहरांपासून ते टियर-५६ देव्ही शहरांपासून ते टियर-५७ देव्ही शहरांपासून ते टियर-५८ देव्ही शहरांपासून ते टियर-५९ देव्ही शहरांपासून ते टियर-६० देव्ही शहरांपासून ते टियर-६१ देव्ही शहरांपासून ते टियर-६२ देव्ही शहरांपासून ते टियर-६३ देव्ही शहरांपासून ते टियर-६४ देव्ही शहरांपासून ते टियर-६५ देव्ही शहरांपासून ते टियर-६६ देव्ही शहरांपासून ते टियर-६७ देव्ही शहरांपासून ते टियर-६८ देव्ही शहरांपासून ते टियर-६९ देव्ही शहरांपासून ते टियर-७० देव्ही शहरांपासून ते टियर-७१ देव्ही शहरांपासून ते टियर-७२ देव्ही शहरांपासून ते टियर-७३ देव्ही शहरांपासून ते टियर-७४ देव्ही शहरांपासून ते टियर-७५ देव्ही शहरांपासून ते टियर-७६ देव्ही शहरांपासून ते टियर-७७ देव्ही शहरांपासून ते टियर-७८ देव्ही शहरांपासून ते टियर-७९ देव्ही शहरांपासून ते टियर-८० देव्ही शहरांपासून ते टियर-८१ देव्ही शहरांपासून ते टियर-८२ देव्ही शहरांपासून ते टियर-८३ देव्ही शहरांपासून ते टियर-८४ देव्ही शहरांपासून ते टियर-८५ देव्ही शहरांपासून ते टियर-८६ देव्ही शहरांपासून ते टियर-८७ देव्ही शहरांपासून ते टियर-८८ देव्ही शहरांपासून ते टियर-८९ देव्ही शहरांपासून ते टियर-९० देव्ही शहरांपासून ते टियर-९१ देव्ही शहरांपासून ते टियर-९२ देव्ही शहरांपासून ते टियर-९३ देव्ही शहरांपासून ते टियर-९४ देव्ही शहरांपासून ते टियर-९५ देव्ही शहरांपासून ते टियर-९६ देव्ही शहरांपासून ते टियर-९७ देव्ही शहरांपासून ते टियर-९८ देव्ही शहरांपासून ते टियर-९९ देव्ही शहरांपासून ते टियर-१०० देव्ही शहरांपासून ते टियर-१०१ देव्ही शहरांपासून ते टियर-१०२ देव्ही शहरांपासून ते टियर-१०३ देव्ही शहरांपासून ते टियर-१०४ देव्ही शहरांपासून ते टियर-१०५ देव्ही शहरांपासून ते टियर-१०६ देव्ही शहरांपासून ते टियर-१०७ देव्ही शहरांपासून ते टियर-१०८ देव्ही शहरांपासून ते टियर-१०९ देव्ही शहरांपासून ते टियर-११० देव्ही शहरांपासून ते टियर-१११ देव्ही शहरांपासून ते टियर-११२ देव्ही शहरांपासून ते टियर-११३ देव्ही शहरांपासून ते टियर-११४ देव्ही शहरांपासून ते टियर-११५ देव्ही शहरांपासून ते टियर-११६ देव्ही श



देशातील ५५ टके लोकांना प्रदूषणाचा फटका

द शात संध्या प्रदूषणाचा प्रकोप प्रचंड वाढला आहे. त्यामुळे नागरिकांना विविध आजारांना सामोरे जावे लागत आहे. या भयंकर प्रदूषणामुळे देशातील अध्यात्मन अधिक लोकांना घसा, नाक आणि कानाची समस्या उद्भवली आहे. एका अहवालात याबाबत गोप्यस्फोट करण्यात आला आहे. देशातील प्रदूषणावर एक संशोधन करण्यात आले. त्यात देशातील ५५ टके लोक नाक, कान आणि घशाच्या आजाराने ग्रासलेले असल्याचं आढळून आले आहे.



लोकांनी त्यांच्या आरोग्याची काळजी घेऊन मास्क घालणे अव्यंत आवश्यक आहे,

* डोळे जपा

प्रदूषणाचा परिणाम फक्त नाक आणि कानांवरच नाही, तर डोळ्यांवरदेखील झाला आहे. अनेक लोकांना डोळ्यांत जळजळ होणे, पाणी येणे, डोळे लाल होणे, चुरचुरणे अशा समस्या जाणवू लागल्या आहेत. त्यामुळे सर्वांनी डोळ्यांच्या आरोग्यालाही विशेष महत्व दिले पाहिजे. प्रदूषण आणि त्याच्या परिणामांनी आरोग्यावर होणारा हानीकारक प्रभाव सहज लक्षात

घेतला पाहिजे, असा सलाही तज्ज्ञ देत आहेत.

* गोरोदर महिलांनी काळजी घ्या

डोळे, कान, नाक आणि घशाचा त्रास होत असेल तर त्वरित डॉक्टरांचा सल्ला घ्या. या बाबतीत बेसावध राहणे धोकाचे ठरू शकते. प्रदूषणामुळे लोक त्रस्त आहेत. वृद्ध व्यक्ती, मुले आणि गोरोदर महिलांना यापासून संरक्षणासाठी विशेष काळजी घ्यावी लगेल. ज्यांची रोग प्रतिकारक शक्ती कमी आहे, त्यांना प्रदूषणाचा धोका अधिक आहे. म्हणूनच प्रदूषणापासून वाचप्यासाठी काळजी घ्या. बाहेर पडताना पूर्ण खबरदारी घ्या. नाक, कान, घशाचा संसर्ग असलेल्याच्या संपर्कात घागात प्रदूषण अजूनही अव्यंत जास्त आहे. त्यामुळे

आरोग्यवेध

मा जगाच्या दोन्ही हातांना मिळून दहा बोट असतात. मात्र काहीच्या एका हाताला किंवा पायाला एखांद जास्तीचं बोट असतं. तुमच्याही संपर्कात अशी काही माणसं आली असतील. हात किंवा पायाला सहा बोट असण नव्हा दैवी चमत्कार मानला जातो. पण खंचं असं असतं का? असा दैवी चमत्कार मोजक्याच लोकांच्या बाबतीत का घडतो, हा याचार कठी तुमच्या मनाला शिवला आहे का? खरू पाहात सहावं बोट हा कोणताही दैवी चमत्कार नाही तर तो एक विकार आहे. त्याला पॉलिडॉक्टिली असं म्हटलं जात. ही व्याधी जडेल्या माणसांना जन्मजात एक किंवा दोन अतिरिक्त बोट असतात. हे अतिरिक्त बोट एका किंवा दोन्ही हातांना अथवा पायाला असू शकत. हा

विकार पुढच्या पिढ्यांमध्येही दिसून येते. एका पिढीकून दुसऱ्या पिढीकडे हस्तांतरित होणाऱ्या या विकाराला फॅमिलियल पॉलिडॉक्टिली असं म्हटलं जात.

पॉलिडॉक्टिली अनुवंशिक नसेल तर

आईच्या गर्भात असताना बाबाच्या

जनुकांमध्ये होणारे बदल याला कारणीभूत ठरतात.

व्याधीच्या प्रकारावरून त्यावरच्या

उपायांची दिशा ठरते. अनेकदा बोटांच्या

जागी एखादा मांसल भाग दिसतो. या



ए

खाद्य विकाराचा उगम आपल्या घरातून होऊ शकतो. वापरात असाऱ्या असंख्य वस्तूंमध्यी रसायन विविध व्याधींना अमंत्रण देतात तर काही वस्तू तांग वाढवण्याचा ठरू शकतात. इच्छा असूनही आपण काही वस्तू तांग ठेण ठावत. घरातल्या कोणत्या वस्तू हानिकारक ठरतात हे जाणून घेऊ या.

*

प्लास्टिकच्या

दुष्प्रिणामांवद्दल आपण बरंच काही वाचतो, ऐकतो. **आपण कुरेचुकोनो?** वापर टाळावा.

* एअर

फ्रेशनर्समध्यी रसायन आरोग्यासाठी हानिकारक ठरतात.

म्हणूनच फ्रेशनर्सचा

टाकूब घा या करतू



हृदयविकार, उच्च रक्तदाब यासारख्या समस्या निर्माण होतात.

* एअर

फ्रेशनर्समध्यी रसायन आरोग्यासाठी हानिकारक ठरतात.

म्हणूनच फ्रेशनर्सचा

हि दूर्धमत तुळशीचं महत्व आहेच शिवाय आयुर्वेदानुसारी ही ही अत्यंत गुणकारी अशी औषधी वनस्पती आहे. म्हणूनच विविध विकारावर त्यावर करताना तुळशीची पूढ वापरली जाते.

हृदयविकार, कीटकंदं, ताप, श्वसनाचे विकार, त्वचाविकार अशा असंख्य व्याधींचर तुळशी गुणकारी ठरते. तुळशीच्या औषधी गुणधर्माविधी.

* तुळशीत जीवाणु, विषाणू, तासचं रोगाना कारणीभूत ठरणाऱ्या विविध जंबूंचा नाश करणारे

गुणधर्म असतात. तापाला कारणीभूत ठरणाऱ्या जंतुसंसाराचा प्रभाव कमी करण्याची क्षमता

तुळशीत असल्याने ताप तसेच सर्वं, खोल्यावर हा रामबाण उपाय ठरू शकतो.

* तुळशीतल्या औषधी तेलांमुळे स्वाचुपिंडाचं कार्य सुरक्षीत सुशुरुत राहण्यास मदत



आयुर्वेद आणि विकार

शरीरातल्या युरिक ऑसिडची

पातळी कमी करते.

तुळशीतल्या औषधी घटकांमुळे मूरमार्गातले खेड विरघळू शकतात.

* तुळशीमुळे रोगप्रतिकारकशक्ती

वाढते. सर्दी-खोल्यावाचा त्रास कमी होतो.

दाह कमी करण्याच्या क्षमतेमुळे श्वसनाच्या

विकाराना आळा घालता येतो.

तुळस आहे गुणकारी

होते. यामुळे इन्शुलिनची निर्मिती योग्य प्रमाणात होऊन मध्युमेहाला आला घालता येतो. तुळशीच्या सेवनाने रक्तातली साखर नियंत्रणात ठेवता येते.

* तुळस

शरीरातल्या युरिक ऑसिडची

पातळी कमी करते.

तुळशीतल्या औषधी घटकांमुळे मूरमार्गातले खेड विरघळू शकतात.

* तुळशीमुळे रोगप्रतिकारकशक्ती

वाढते. सर्दी-खोल्यावाचा त्रास कमी होतो.

दाह कमी करण्याच्या क्षमतेमुळे श्वसनाच्या

विकाराना आळा घालता येतो.

अंगुलीनिर्देश करतो. अॅनिमियामुळी ही असू शकत. मात्र लाल रक्तपैर्सीची कमतरता रक्तातच्या कर्करोगाला निर्माण देऊ शकते.

एकसारखी धाप लागण हे

ल्युकोमियाचं लक्षण असू शकत. श्रामामुळे शरीर अशक्त होऊ शकत. परिणामी, धापाची क्षमता असू शकत.

* जुने, खारब

झालेले दूधब्रश घरात ठेऊ नका. या ब्रशवर बैक्टेरियोंचा वास असतो. यामुळे रोगाना निर्माण मिळत.

* जुने, घडू होणारे कपडे तुमचा

ताण वाढवतात. त्यामुळे असे कपडे देऊन ठाका.

परिणामांच्या काळजी घेऊन घालता येतो.

एकसारखी धाप लागण हे

ल्युकोमियाचं लक्षण असू शकत. श्रामामुळे ही समस्या निर्माण होते.

शरीराच्या विविध भागांवर काळपट-

निळसर डाग दिसतात. त्यातही पाय आणि

हातांवर ते अधिक प्रमाणात दिसून येतात.

फारसे शारीरिक श्रम न करता

थकवा येत असेल तर रक्तातीची तपासणी

करायला ही. वारंवार येणारा थकवा

शरीरातल्या लाल रक्तपैर्सीच्या कमतरतेकडे

केमिया म्हणजे रक्तपैर्सी किंवा

बोन मॅरेचा कर्करोग. याला

रक्तातीचा कर्करोग असंही म्हटलं

जात. शरीरातल्या पांढरा रक्तपैर्सीच्या

निर्माणातले अदृश्य या विकाराला

कारणीभूत ठरतात. भासात रक्त वर

