

* वर्ष ५१ * अंक १६ * * अमरावती *

बुधवार, दिनांक १६ जुलै २०२५

८ पाने • किमत रु. २/-+ वितरण खर्च रु. १ = एकुण ३ रु.) * विशेष ऑफर : महासागर + नागपूर पोस्ट = ४ रु. फक्त

८ ठार
५ जखमी

अग्रावलेख खरीखरी..

अंतराळवीर परतले

आपले भारतीय अंतराळ शुभांशु शुक्ला १८ दिवसांनंतर उप्हार पृथ्वीवर परतले आहेत. अंतराळात भ्रमण करणे किंवा फिरणे म्हणजे एका प्रकारचे युद्धव्याप्त असेही. सुनीता विल्यम्स ही नासाकूटुंगे लेली मूळ भारतीय वंशाची महिला अनेक महिने नाहे तर जवळपास दोन वर्ष अनेक व्यत्यासुळे अंतराळात राहिली होती. पण आपले भारतीय अंतराळवीर शुभांशु फक्त १८ दिवसात त्याचे भ्रमण आहे. या १८ च्या आकड्याला मोठे महत्त्व आहे. कुरुक्षेत्रावर महाभारताचे युद्धसुद्धा एकूण १८ दिवसात त्याचे भ्रमण आहे. श्रीमद् भगवद्गीतेचे अध्याय सुद्धा १८ आहेत. विशेष म्हणजे यातील शेवटचा विश्वरूपदर्शन अध्याय आहे. म्हणजेच आपले भारतीय अंतराळवीर खन्ना अथवा विश्वरूप दर्शन करून आले असे म्हटले तर काही वावगे ठराणार नाही. जरा पाठीमागे गेले तर असे लक्षात येईल की, पाकिस्तान शेवटचा भारतातील पाहिली लाढाई १९६५ सालामध्ये १८ दिवस चालली होती. अशा आणंतरी अनेक घटनांची नोंद आपल्याला अठराच्या आकड्यासोबत करता येईल. त्यामुळेच अंतराळात जाऊन आपला भारत देश कसा दिसतो, असा प्रश्न आपल्या आदरप्राप्ती आणि माननीय पंतप्रधान सर्वांगी इंद्रिया गांधी यांनी तेकाच्या अंतराळवीर रक्कश शामालाचियारला होता. नेमका तोच प्रश्न आपल्या आताचे पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांनीही विचारला. तेव्हा सुधार दोन्ही अंतराळवीरांचे उत्तर एकच होते, ते म्हणजे प्रिय आमचा भारत देश किंवा महान आहे आणि सुंदर आहे, हे आम्ही अंतराळातून पाहत आहोत. म्हणजेच सारे जहांसे ओळखदेश त्याचा हमरा. तसेही पाहायला गेले तर अंतराळाची सफर तितकी सोपी नसते, कधीच नसते. त्याचाची फार मोठी तयारी करायी लागते, आयुष्यातील वर्षानुरूपे त्या तयारीसाठी द्यावी लागत. तरीही भारताने यावातीत मारलेली मजल निश्चित आपली मान अभिमानाने उंचवाणीरा आहे. या अंतराळ भ्रमणासुळे जीवनाच्या प्रयोक्त शेत्रातील अनेक गोष्टी आणि आपल्या मानव जातीतील अनेक लाभावयक गोष्टी आपल्याला स्पृष्टपणे कवळात. आपण पृथ्वीवर राहणीही अंतराळाचे अवलोकन केल्यावर आपल्याला त्याच्या भव्य दिव्यपणाची प्रतीक्षा येते आणि आपण कल्पनाही करू शकत नाही, एवढ्या अनंत वावी दुर्विद्याद्वारे किंवा दुर्विद्याशिवाय आपण अनुभव शकतो. अशा या अंतराळातून परत आलेल्या आपल्या भारत सुपुत्र शुभांशु यांनी निरीक्षणे आणि त्यातून होणारे फायदे आपल्या देवासाठी सुनिश्चित युद्धावायी आणि सर्व फलदारी ठरतील यात शंका नाही. भारताने केलेली अंतराळ भ्रामणासुळे जीवनाच्या प्रयोक्त क्षेत्रातील अनेक गोष्टी आणि आपल्या मानव जातीतील अनेक लाभावयक गोष्टी आपल्याला स्पृष्टपणे कवळात. आपण पृथ्वीवर राहणीही अंतराळाची अवलोकन केल्यावर आपल्याला त्याच्या भव्य दिव्यपणाची प्रतीक्षा येते आणि आपण कल्पनाही करू शकत नाही, एवढ्या अनंत वावी दुर्विद्याद्वारे किंवा दुर्विद्याशिवाय आपण अनुभव शकतो. अशा या अंतराळातून परत आलेल्या आपल्या भारत सुपुत्र शुभांशु यांनी निरीक्षणे आणि त्यातून होणारे फायदे आपल्या देवासाठी सुनिश्चित युद्धावायी आणि सर्व फलदारी ठरतील यात शंका नाही. भारताने केलेली अंतराळ भ्रामणासुळे जीवनाच्या प्रयोक्त क्षेत्रातील अनेक गोष्टी आणि आपल्या मानव जातीतील अनेक लाभावयक गोष्टी आपल्याला स्पृष्टपणे कवळात. आपण पृथ्वीवर राहणीही अंतराळाची अवलोकन केल्यावर आपल्याला त्याच्या भव्य दिव्यपणाची प्रतीक्षा येते आणि आपण कल्पनाही करू शकत नाही, एवढ्या अनंत वावी दुर्विद्याद्वारे किंवा दुर्विद्याशिवाय आपण अनुभव शकतो. अशा या अंतराळातून परत आलेल्या आपल्या भारत सुपुत्र शुभांशु यांनी निरीक्षणे आणि त्यातून होणारे फायदे आपल्या देवासाठी सुनिश्चित युद्धावायी आणि सर्व फलदारी ठरतील यात शंका नाही. भारताने केलेली अंतराळ भ्रामणासुळे जीवनाच्या प्रयोक्त क्षेत्रातील अनेक गोष्टी आणि आपल्या मानव जातीतील अनेक लाभावयक गोष्टी आपल्याला स्पृष्टपणे कवळात. आपण पृथ्वीवर राहणीही अंतराळाची अवलोकन केल्यावर आपल्याला त्याच्या भव्य दिव्यपणाची प्रतीक्षा येते आणि आपण कल्पनाही करू शकत नाही, एवढ्या अनंत वावी दुर्विद्याद्वारे किंवा दुर्विद्याशिवाय आपण अनुभव शकतो. अशा या अंतराळातून परत आलेल्या आपल्या भारत सुपुत्र शुभांशु यांनी निरीक्षणे आणि त्यातून होणारे फायदे आपल्या देवासाठी सुनिश्चित युद्धावायी आणि सर्व फलदारी ठरतील यात शंका नाही. भारताने केलेली अंतराळ भ्रामणासुळे जीवनाच्या प्रयोक्त क्षेत्रातील अनेक गोष्टी आणि आपल्या मानव जातीतील अनेक लाभावयक गोष्टी आपल्याला स्पृष्टपणे कवळात. आपण पृथ्वीवर राहणीही अंतराळाची अवलोकन केल्यावर आपल्याला त्याच्या भव्य दिव्यपणाची प्रतीक्षा येते आणि आपण कल्पनाही करू शकत नाही, एवढ्या अनंत वावी दुर्विद्याद्वारे किंवा दुर्विद्याशिवाय आपण अनुभव शकतो. अशा या अंतराळातून परत आलेल्या आपल्या भारत सुपुत्र शुभांशु यांनी निरीक्षणे आणि त्यातून होणारे फायदे आपल्या देवासाठी सुनिश्चित युद्धावायी आणि सर्व फलदारी ठरतील यात शंका नाही. भारताने केलेली अंतराळ भ्रामणासुळे जीवनाच्या प्रयोक्त क्षेत्रातील अनेक गोष्टी आणि आपल्या मानव जातीतील अनेक लाभावयक गोष्टी आपल्याला स्पृष्टपणे कवळात. आपण पृथ्वीवर राहणीही अंतराळाची अवलोकन केल्यावर आपल्याला त्याच्या भव्य दिव्यपणाची प्रतीक्षा येते आणि आपण कल्पनाही करू शकत नाही, एवढ्या अनंत वावी दुर्विद्याद्वारे किंवा दुर्विद्याशिवाय आपण अनुभव शकतो. अशा या अंतराळातून परत आलेल्या आपल्या भारत सुपुत्र शुभांशु यांनी निरीक्षणे आणि त्यातून होणारे फायदे आपल्या देवासाठी सुनिश्चित युद्धावायी आणि सर्व फलदारी ठरतील यात शंका नाही. भारताने केलेली अंतराळ भ्रामणासुळे जीवनाच्या प्रयोक्त क्षेत्रातील अनेक गोष्टी आणि आपल्या मानव जातीतील अनेक लाभावयक गोष्टी आपल्याला स्पृष्टपणे कवळात. आपण पृथ्वीवर राहणीही अंतराळाची अवलोकन केल्यावर आपल्याला त्याच्या भव्य दिव्यपणाची प्रतीक्षा येते आणि आपण कल्पनाही करू शकत नाही, एवढ्या अनंत वावी दुर्विद्याद्वारे किंवा दुर्विद्याशिवाय आपण अनुभव शकतो. अशा या अंतराळातून परत आलेल्या आपल्या भारत सुपुत्र शुभांशु यांनी निरीक्षणे आणि त्यातून होणारे फायदे आपल्या देवासाठी सुनिश्चित युद्धावायी आणि सर्व फलदारी ठरतील यात शंका नाही. भारताने केलेली अंतराळ भ्रामणासुळे जीवनाच्या प्रयोक्त क्षेत्रातील अनेक गोष्टी आणि आपल्या मानव जातीतील अनेक लाभावयक गोष्टी आपल्याला स्पृष्टपणे कवळात. आपण पृथ्वीवर राहणीही अंतराळाची अवलोकन केल्यावर आपल्याला त्याच्या भव्य दिव्यपणाची प्रतीक्षा येते आणि आपण कल्पनाही करू शकत नाही, एवढ्या अनंत वावी दुर्विद्याद्वारे किंवा दुर्विद्याशिवाय आपण अनुभव शकतो. अशा या अंतराळातून परत आलेल्या आपल्या भारत सुपुत्र शुभांशु यांनी निरीक्षणे आणि त्यातून होणारे फायदे आपल्या देवासाठी सुनिश्चित युद्धावायी आणि सर्व फलदारी ठरतील यात शंका नाही. भारताने केलेली अंतराळ भ्रामणासुळे जीवनाच्या प्रयोक्त क्षेत्रातील अनेक गोष्टी आणि आपल्या मानव जातीतील अनेक लाभावयक गोष्टी आपल्याला स्पृष्टपणे कवळात. आपण पृथ्वीवर राहणीही अंतराळाची अवलोकन केल्यावर आपल्याला त्याच्या भव्य दिव्यपणाची प्रतीक्षा येते आणि आपण कल्पनाही करू शकत नाही, एवढ्या अनंत वावी दुर्विद्याद्वारे किंवा दुर्विद्याशिवाय आपण अनुभव शकतो. अशा या अंतराळातून परत आलेल्या आपल्या भारत सुपुत्र शुभांशु यांनी निरीक्षणे आणि त्यातून होणारे फायदे आपल्या देवासाठी सुनिश्चित युद्धावायी आणि सर्व फलदारी ठरतील यात शंका नाही. भारताने केलेली अंतराळ भ्रामणासुळे जीवनाच्या प्रयोक्त क्षेत्रातील अनेक गोष्टी आणि आपल्या मानव जातीतील अनेक लाभावयक गोष्टी आपल्याला स्पृष्टपणे कवळात. आपण पृथ्वीवर राहणीही अंतराळाची अवलोकन केल्यावर आपल्याला त्याच्या भव्य दिव्यपणाची प्रतीक्षा येते आणि आपण कल्पनाही करू शकत नाही, एवढ्या अनंत वावी दुर्विद्याद्वारे किंवा दुर्व

आ

महाराष्ट्रातील सामाजिक कांतीची ज्येते अखंड प्रज्ञवाले ठेवारे, हजारे युवाचाच्या आयुष्याला दिशा देणारे, बहुजन समाजातून उद्योगकर्त्तव्य स्वन सत्यात उत्तरवणारे प्रविण गायकवाड यांच्यावर अवकलकौट येथे करण्यात आलेला शाईकक हल्ला म्हणजे केवळ एका यांचीवर नव्है, तर शिव-फुले-शाहू-अबेडकर यांच्या विद्यारसारीवार घाटलेला

भाष्यांत आघात समाजायाला हरकत नाही, अहंकॅन्डा ते तहद अंस्ट्रेलिया या अभियानातून त्यांनी जे कार्य उभं केल, ते नुसांत कार्य नव्है ते कांतीच वाढल होत. या वाढात हजारे तरुणांना शिक्षण, उद्योगकृता, आत्मभान आणि सामाजिक सन्मान लाभले. ज्यांनी प्रविण गायकवाड यांच्यावर हल्ला केला, ते खेरे शिवप्रीती नसून कुणीती पोसलेले गावगुड, कुणाचे तरी हस्तक व दलाल दिसतात. आता सरकारकडे नजर टाकी तर लक्षत घेणे की, मुरिलमाना टार्गेट करायला नितेश राषेणा उभं केल.

खिस्तीना टार्गेट करायला पडल्कर उभा केला.

दाव्या संघटनाना टार्गेट करायला जन सुरक्षा

कायदा आणला. सामाजिकांप॒ पुरोगांना टार्गेट

करायला सनातन उभे केले. मराठी लोकांना टार्गेट

करायला गुजराती धंद्यावाले व युरीचे भेष्ये उभे केले.

बुद्धला टार्गेट करायला रस्त्यात खडा नावाच दर्जीनी

दर्जाची नाटक सुरु केले. आता तर सभाजी विशेषज्ञाच्या प्रविण गायकवाड यांच्यावरही हल्ला झाला.

या सर्व प्रक्रियेतून महाराष्ट्र उभा राहणार नाही, तर

तो रसाताळाला जाण्याची प्रक्रिया सुरु होईल. ती

रोखण्याची गरज आहे.

संतातीरी कोणत्याही धर्माचे

किंवा विचाराचे समर्थक असले ती विरोधक

भारतीय आहे, याचे भान ते विसरले आहे. यातून

विध्वंसं निर्माण होईल व तो आटोक्यात आणणे

कठीण जाईल.

गायकवाड यांच्यावरील हल्ल्याच मूळ

शोधण आणि त्याच्या मुलावर घाव घालण गरजेच

आहे. हा हल्ला मनभेद नद्दा, हा एक पूर्वीनियोजित

कट होता, त्यांचा आवाज बंद करण्यासाठी. प्रविण

गायकवाडचे गुरुहो काय आहेत तर? त्यांनी युवकांना

उद्योगांचे धेणे दिले, त्यांनी इतिहासाचा खरा चेहरा

दाखवला, त्यांनी सताधार्यांचे मुखवटे काढले,

त्यांनी बहुजन समाजाला आत्मभान दिले. या देशात

कोरटकर, ठिंडम, कोशारी आणी लोकांनी खुलेअम

छप्रती शिवाजी महाराजांचा अपमान केला तरी

त्यांच्यावर कारवाई झाली नाही.

मात्र सामाजिक

कार्यकर्ते, पुरोगांनी

विचारावंत जर प्रश्न विचारू

लागले तर त्यांच्यावर गुरुहो दाखल केले जातात,

त्यांच्यावर हल्ले होतात. ही लोकशाहीची विटंबना

नाही का?

हे हल्लेखो शिवक्षत नाहीत तर

विचारभूतुं आहेत. त्यांना शिवाजी महाराजांचा

विचार समज नाही व मानवत नाही. कारण शिवाजी

महाराज हे दरेत, बहुजन, शोकरी, शूर वीरचे

राजे होते, मूढूर असाधीशांचे नव्है. सरकार

जनसुरुक्षा कायद्याचा वापर विचारावंताना गप

बसवण्यासाठी करावे आणि दुसरीकडे विचार

मांडण्याचावर हल्ले होत असताना मौन बालातो. हे

सरकार गुन्हेगाराना अप्रत्यक्ष संरक्षण देत आहे असे

स्पष्ट दिसते!

संघटनाने त्यांच्या यापांची कायद्याची विटंबना

नाही का?

हे हल्लेखो शिवक्षत नाहीत तर

विचारभूतुं आहेत. त्यांना शिवाजी महाराजांचा

विचार समज नाही व मानवत नाही. कारण शिवाजी

महाराज हे दरेत, बहुजन, शोकरी, शूर वीरचे

राजे होते, मूढूर असाधीशांचे नव्है. सरकार

जनसुरुक्षा कायद्याचा वापर विचारावंताना गप

बसवण्यासाठी करावे आणि दुसरीकडे विचार

मांडण्याचावर हल्ले होत असताना मौन बालातो. हे

सरकार गुन्हेगाराना अप्रत्यक्ष संरक्षण देत आहे असे

स्पष्ट दिसते!

त्यांना उचलून नेण्याची यापांची कायद्याची विटंबना

नाही का?

हे हल्लेखो शिवक्षत नाहीत तर

विचारभूतुं आहेत. त्यांना शिवाजी महाराजांचा

विचार समज नाही व मानवत नाही. कारण शिवाजी

महाराज हे दरेत, बहुजन, शोकरी, शूर वीरचे

राजे होते, मूढूर असाधीशांचे नव्है. सरकार

जनसुरुक्षा कायद्याचा वापर विचारावंताना गप

बसवण्यासाठी करावे आणि दुसरीकडे विचार

मांडण्याचावर हल्ले होत असताना मौन बालातो. हे

सरकार गुन्हेगाराना अप्रत्यक्ष संरक्षण देत आहे असे

स्पष्ट दिसते!

त्यांना उचलून नेण्याची यापांची कायद्याची विटंबना

नाही का?

हे हल्लेखो शिवक्षत नाहीत तर

विचारभूतुं आहेत. त्यांना शिवाजी महाराजांचा

विचार समज नाही व मानवत नाही. कारण शिवाजी

महाराज हे दरेत, बहुजन, शोकरी, शूर वीरचे

राजे होते, मूढूर असाधीशांचे नव्है. सरकार

जनसुरुक्षा कायद्याचा वापर विचारावंताना गप

बसवण्यासाठी करावे आणि दुसरीकडे विचार

मांडण्याचावर हल्ले होत असताना मौन बालातो. हे

सरकार गुन्हेगाराना अप्रत्यक्ष संरक्षण देत आहे असे

स्पष्ट दिसते!

त्यांना उचलून नेण्याची यापांची कायद्याची विटंबना

नाही का?

हे हल्लेखो शिवक्षत नाहीत तर

विचारभूतुं आहेत. त्यांना शिवाजी महाराजांचा

विचार समज नाही व मानवत नाही. कारण शिवाजी

महाराज हे दरेत, बहुजन, शोकरी, शूर वीरचे

राजे होते, मूढूर असाधीशांचे नव्है. सरकार

जनसुरुक्षा कायद्याचा वापर विचारावंताना गप

बसवण्यासाठी करावे आणि दुसरीकडे विचार

मांडण्याचावर हल्ले होत असताना मौन बालातो. हे

सरकार गुन्हेगाराना अप्रत्यक्ष संरक्षण देत आहे असे

स्पष्ट दिसते!

त्यांना उचलून नेण्याची यापांची कायद्याची विटंबना

नाही का?

हे हल्लेखो शिवक्षत नाहीत तर

विचारभूतुं आहेत. त्यांना शिवाजी महाराजांचा

विचार समज नाही व मानवत नाही. कारण शिवाजी

महाराज हे दरेत, बहुजन, शोकरी, शूर वीरचे

राजे होते, मूढूर असाधीशांचे नव्है. सरकार

जनसुरुक्षा कायद्याचा वापर विचारावंताना गप

बसवण्यासाठी करावे आणि दुसरीकडे व



लाभ रोज्जमेरीच्या तेलाचे



खालच्या भागावर मसाज करा.

* सर्दी-खोल्यासून आराम मिळवण्यासाठी ही तेल उपयुक्त ठरत. एका भांड्यात थोडं पाणी गरम करून घ्या. त्यात रोजमेरी तेलाचे चार ते पाच थेंब टाका. आता डोक्यावरून टॉवैल घेऊन या पाण्याची वाफ घ्या. तुऱ्हाला बंग वाटेल.

* डोकेतुरी, पाठुडी, स्नायूंचं दुखणं, शारीरिक दुखणं तसेच मासिक पाळीच्या वेदना कमी करण्यासाठी ५० मिलीलीटर तिळाच्या तेलाचे २५ थेंब टाका. आणि या मिश्रणाने वेदना होणाऱ्या भागाला मसाज करा. तुऱ्हाला आराम मिळेल.

* रोजमेरी किंवा इतर तेलांचा वापर करण्यासाठी ५० मिलीलीटर तिळाच्या तेलाचे ३० थेंब टाका. झटपट आरामासाठी या मिश्रणाने पोटाच्या

आयुर्वेद आणि विकार

तुऱ्हाला नसतं है लक्षण ठेवा.

रो झारेचीं तेल खूप उपयुक्त असत. केस, त्वचेच्या आरोग्यासोबतच आपल्या सर्वांगीने आरोग्यासाठी ही हे तेल उपयुक्त ठरु शकत. या तेलाच्या उपयोगांविषयी...

* केसांच्या समस्या दूर करण्यासोबतच त्यांच्या वाढीसाठी ५० मिलीलीटर अॅप्रिकॉट किंवा ऑलिंग्ह ऑर्डमध्ये रोजमेरी तेलाचे ३० थेंब टाका. हे मिश्रण केस आणि स्कालपला लावा. हे तेल रात्री लावल्यामुळे बरेच लाभ होऊ शकतील. या तेलामुळे कोंडा तंसंचे केसांच्या इतर समस्या दूर होऊ शकतील.

* पोटाच्या तक्रारी दूर करण्यासाठी ५० मिलीलीटर तिळाच्या तेलाचे ३० थेंब टाका. झटपट आरामासाठी या मिश्रणाने पोटाच्या

तुऱ्हाला नसतं है लक्षण ठेवा.

■ ■ ■

ती विषाणू आणि जीवाणुंशी लढण्यास असमर्थ असते. त्यामुळे वारंवार सर्दी होऊ शकते. खाण्याच्या वाईट सवरी, झोपेचा अभाव, ताणताणाव आणि व्यायामाचा अभाव ही याची मुख्य कारणे आहेत. ब-च्याच लोकांना धूल, धूर, परागण, पाळीव प्राण्यांचे केस किंवा कोणत्याही अन्वरपदांची अलंजी असते. अलंजीमुळे वारंवार सर्दीसास्यी लक्षण देखील उद्भवतात.

* थंडीसोबत डोकेतुरी, जडपणा आणि चेह्नाचार दाब जाणवत असेल तर ते सायनस इन्फेक्शन असू शकते.

त्यात नाकाच्या हांडांभोवती असलेली सायनस पोकळी सुजते. थंडी मध्ये वारंवार खास घेण्यास त्रास होत असेल तर ते द्याचे लक्षण असू शकते. बेचदा लोक ती किरकोळ सर्दी आहे, असे समजून त्याकडे दुर्लक्ष करतात; परंतु उपचार न केल्यास परिस्थिती आणखी बिकट होऊ शकते. सर्दी झाल्याचर प्रत्येक वेळी अंटीबायोटिक्स घेण्याच्या सवायेमुळे रोगप्रतिकारकशक्तीदेखील कम्कुवत होऊ शकते.

सर्दी झाल्याचर प्रत्येक वेळी अंटीबायोटिक्स घेण्याच्या सवायेमुळे रोगप्रतिकारकशक्तीदेखील कम्कुवत होऊ शकते.

■ ■ ■

त्यांच्या तुलनेत महिलांमध्ये हिप फ्रॅक्चरचे प्रमाण अधिक आहे. हा वाढलेला धोका मुख्याचे हार्मोन्सम थील बदलामुळे होतो. महिलांमध्ये हांडांची घनता कमी झाल्यामुळे हा धोका पहायला मिळतो. रजोनिवृत्तीनंतर इन्ट्रोजेन पातलीमध्ये अचानक घट झाल्यामुळे हांडांचे नुकसान होते, हांडांची रचना कम्कुवत होते आणि हांडे तुटप्पाची लक्षण वाढते, म्हणूनच, ५० वर्षांपैकी जास्त वयाच्या महिलांनी हांडांचे आरोग्य वांगले राखण्यासाठी योग्य खबरदारी घेणे आवश्यक आहे.

हिप फ्रॅक्चर हे बहुतेकदा हांडांमधील कम्कुवतपणा,

पडल्यामुळे किंवा किरकोळ दुखापतीमुळे होते. हिप फ्रॅक्चर झालेल्या व्यक्तीला दैनंदिन कामांसाठी इतरांवर अवलंबन रहावे लागते. लक्षणांमध्ये मांडीला अचानक वेदना होणे, पायावरील भार सहन न होणे, स्नायुमधील तातरता, जखम होणे आणि हांडांची घनता कमी होणे याचा समावेश आहे. रजोनिवृत्तीनंतर महिलामध्ये हे फ्रॅक्चर हे सायन्याच्या कमतरते मुळे होऊ शकते. महिलांमध्ये नैसर्गिकरित्या पुरुषोपेशा हांडांचे घनता कमी असते. त्यामुळे त्यांची हांडे अधिक नाजुक होतात आणि वयानुसार फ्रॅक्चरचे होण्याची शक्यता वाढते.

शस्त्रक्रियेचा पर्याय किंवा गरजेचा?

सुमारे वीस टक्के महिलांना रजोनिवृत्तीनंतर हिप फ्रॅक्चरचा धोका असतो. गेल्या दोन महिन्यांत, ५५ वर्षांपैकी जास्त वयाच्या २ ते ३ महिलांनी हिप रिप्लेसमेंट शस्त्रक्रिया केली आहे.

उपचारांमध्ये शस्त्रक्रिया, त्यांनंतर पुर्नवसन,

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

■ ■ ■

गोमांस तस्करीवर पुढील अधिवेशनात स्वतंत्र कायदा आणणार

राज्यमंत्री पंकज भोयर यांची सभागृहात घोषणा

■ महासागर प्रतिनिधि

नागपूर, दि. १५ :

गोमांस तस्करी प्रकरणात संघटित गुहेगारी आढळून आल्यास मोक्का लावण्यात वेईल, त्यासंदर्भात आगामी अधिवेशनात स्वतंत्र कायदा करण्यात येईल, अशी माहिती गोमांस गृह राज्यमंत्री पंकज भोयर यांनी विधान परिषेत दिली.

राज्यात गोवंश हत्या व तस्करीप्रकरणी सरकारने मोठी कारवाई सुरु केली आहे. गेल्या चार वर्षांत तब्बल २४४९ गुहे दाखल केले असून ४६७८ आरोग्याना अटक करण्यात आली आहे, तसेच १७२४ टन गोमांस जप केले आहे, अशी माहिती भोयर यांनी दिली.

२५ मार्च २०२५ रोजी पुणे-मुंबई एकप्रेस वेवर हैदराबादहून मुंबईला जेनपोटीमार्गे अरब देशात नियार्तीसाठी नेले जात असलेले दोन कंटेनर लोणावळा ग्रामीण पॅलिस



डाण्याच्या हृदीत पकडले होते. तपासत एशियन फूड मीम औंगो कंपनीकडून ही तस्करी सुरु होती, हे स्पॅट झाले. यासंदर्भात श्रीकांत भारतीय यांनी लक्षवेदी मांडली होती. राज्यात राज्यात वाहुतुकीला वंटनी असतानी असेही प्रकार उंडाडत येत आहे. यावर सरकारने कठोर कायदे करण्याची मागणी भारतीय यांनी केली होती.

तिसऱ्यांदा गुन्हा करण्यांवर

कठोर कारवाईचे संकेत

महाराष्ट्र संघटित गुहेगारी नियंत्रण अधिनियम (मोक्का) अंतर्गत तिसऱ्यांदा गुन्हा करण्यांवर कठोर कारवाई हीझेल, असेही मंत्री भोयर म्हणाले. दरम्यान, गोरक्षकांवर खोटे गुहे दाखल झाले असल्यास त्याच्या आदावा घेऊन गुहे मार्गे घेण्याचाही विचार सरकार करत आहे, अशी खालीही मंत्री भोयर यांनी दिली.

ट्रॅफिक पोलिसाला मारहाण

■ महासागर प्रतिनिधि, मुंबई, दि. १५ :

गाडीचे दस्तऐवज व चालक परवाना दाखवण्याची मागणी केल्यामुळे संतापलेल्या दोयांनी एका ट्रॅफिक पोलिसाला भर चौकात मारहाण केल्याची संतापजनक घटना मुंबईच्या लालासोपारा भागात घडली. या घटनेचा एक विडिओ सोशल मीडियात वेळजारी यावर हैदराबादहून मुंबईला जेनपोटीमार्गे अरब देशात नियार्तीसाठी नेले जात असलेले दोन कंटेनर लोणावळा ग्रामीण पॅलिस



उद्धव ठाकरेच्या शिवसेनेला विदर्भातीही मोठा धरका

■ महासागर प्रतिनिधि, चंद्रपूर, दि. १५ :

चंद्रपूरचे ठाकरे गायचे जिल्हाव्याख्या र्होंदी शिरी यांनी पक्षाला सांडविट्ठी देत भाजमध्ये प्रवेश करण्याची घोषणा केली आहे. आधारीतील कैंग्रेस वगळता शिवसेना उद्धव बालासाहेब ठाकरे व राष्ट्रवादी कैंग्रेस शरदचंद्र पवार पक्षाला मोठी गवळी लागली

आहे. या दोही पक्षांचे नेते सत्ताधारी महायुतीमधील भाजप व किंवा आपल्या प्रतिमार्थी गटांत सहभागी होत आहेत. ठाकरे गटाच्या कोकणातील काही नेत्यांनी नुकताच शिरी गटांत प्रवेश केला होता.

त्यानंतर आता विदर्भातील चंद्रपूरचे जिल्हाव्याख्या र्होंदी शिरी यांनी ठाकरे गटाला

सोडिंगी देत भाजपत प्रवेश करण्याची घोषणा केली आहे. रुदीदी शिरी हे नुकताच चंद्रपूर जिल्हा मध्यवर्ती बैंकवर विनविरोध निवडून आले होते. ते लवकाच भाजप प्रदेशाव्याख्या र्होंदी चक्रांग यांच्या उपस्थितीत मुंबईत भाजपत प्रवेश करण्यात आहेत.

उद्धवाने यांचे निवडून तेजीपूर्वी घेतले आहे.

त्यानंतर पॅटोवरून नेल्याचा योग्य निवडून देण्याचा नियंत्रण यांच्या उपस्थितीत अंगावरून गेली आहे.

यांच्या २०११ पासून त्यारी सुरु होती. धायुमुळे यांनी यांच्या दोरील २५७ किलो वजनाचा दोरील घेतला आहे. उपर्युक्तमार्गाच्या ठाण्यात हा विश्वविक्रम झाल्याने जिल्हा मध्यवर्ती बैंकवरून नेल्याचा योग्य निवडून देण्याचा नियंत्रण यांच्या उपस्थितीत अंगावरून गेली आहे.

यांच्या २०१२ पासून त्यारी सुरु होती. धायुमुळे यांनी यांच्या दोरील २५७ किलो वजनाचा दोरील घेतला आहे. उपर्युक्तमार्गाच्या ठाण्यात हा विश्वविक्रम झाल्याने जिल्हा मध्यवर्ती बैंकवरून नेल्याचा योग्य निवडून देण्याचा नियंत्रण यांच्या उपस्थितीत अंगावरून गेली आहे.

यांच्या २०१३ पासून त्यारी सुरु होती. धायुमुळे यांनी यांच्या दोरील २५७ किलो वजनाचा दोरील घेतला आहे. उपर्युक्तमार्गाच्या ठाण्यात हा विश्वविक्रम झाल्याने जिल्हा मध्यवर्ती बैंकवरून नेल्याचा योग्य निवडून देण्याचा नियंत्रण यांच्या उपस्थितीत अंगावरून गेली आहे.

यांच्या २०१४ पासून त्यारी सुरु होती. धायुमुळे यांनी यांच्या दोरील २५७ किलो वजनाचा दोरील घेतला आहे. उपर्युक्तमार्गाच्या ठाण्यात हा विश्वविक्रम झाल्याने जिल्हा मध्यवर्ती बैंकवरून नेल्याचा योग्य निवडून देण्याचा नियंत्रण यांच्या उपस्थितीत अंगावरून गेली आहे.

यांच्या २०१५ पासून त्यारी सुरु होती. धायुमुळे यांनी यांच्या दोरील २५७ किलो वजनाचा दोरील घेतला आहे. उपर्युक्तमार्गाच्या ठाण्यात हा विश्वविक्रम झाल्याने जिल्हा मध्यवर्ती बैंकवरून नेल्याचा योग्य निवडून देण्याचा नियंत्रण यांच्या उपस्थितीत अंगावरून गेली आहे.

यांच्या २०१६ पासून त्यारी सुरु होती. धायुमुळे यांनी यांच्या दोरील २५७ किलो वजनाचा दोरील घेतला आहे. उपर्युक्तमार्गाच्या ठाण्यात हा विश्वविक्रम झाल्याने जिल्हा मध्यवर्ती बैंकवरून नेल्याचा योग्य निवडून देण्याचा नियंत्रण यांच्या उपस्थितीत अंगावरून गेली आहे.

यांच्या २०१७ पासून त्यारी सुरु होती. धायुमुळे यांनी यांच्या दोरील २५७ किलो वजनाचा दोरील घेतला आहे. उपर्युक्तमार्गाच्या ठाण्यात हा विश्वविक्रम झाल्याने जिल्हा मध्यवर्ती बैंकवरून नेल्याचा योग्य निवडून देण्याचा नियंत्रण यांच्या उपस्थितीत अंगावरून गेली आहे.

यांच्या २०१८ पासून त्यारी सुरु होती. धायुमुळे यांनी यांच्या दोरील २५७ किलो वजनाचा दोरील घेतला आहे. उपर्युक्तमार्गाच्या ठाण्यात हा विश्वविक्रम झाल्याने जिल्हा मध्यवर्ती बैंकवरून नेल्याचा योग्य निवडून देण्याचा नियंत्रण यांच्या उपस्थितीत अंगावरून गेली आहे.

यांच्या २०१९ पासून त्यारी सुरु होती. धायुमुळे यांनी यांच्या दोरील २५७ किलो वजनाचा दोरील घेतला आहे. उपर्युक्तमार्गाच्या ठाण्यात हा विश्वविक्रम झाल्याने जिल्हा मध्यवर्ती बैंकवरून नेल्याचा योग्य निवडून देण्याचा नियंत्रण यांच्या उपस्थितीत अंगावरून गेली आहे.

यांच्या २०२० पासून त्यारी सुरु होती. धायुमुळे यांनी यांच्या दोरील २५७ किलो वजनाचा दोरील घेतला आहे. उपर्युक्तमार्गाच्या ठाण्यात हा विश्वविक्रम झाल्याने जिल्हा मध्यवर्ती बैंकवरून नेल्याचा योग्य निवडून देण्याचा नियंत्रण यांच्या उपस्थितीत अंगावरून गेली आहे.

यांच्या २०२१ पासून त्यारी सुरु होती. धायुमुळे यांनी यांच्या दोरील २५७ किलो वजनाचा दोरील घेतला आहे. उपर्युक्तमार्गाच्या ठाण्यात हा विश्वविक्रम झाल्याने जिल्हा मध्यवर्ती बैंकवरून नेल्याचा योग्य निवडून देण्याचा नियंत्रण यांच्या उपस्थितीत अंगावरून गेली आहे.

यांच्या २०२२ पासून त्यारी सुरु होती. धायुमुळे यांनी यांच्या दोरील २५७ किलो वजनाचा दोरील घेतला आहे. उपर्युक्तमार्गाच्या ठाण्यात हा विश्वविक्रम झाल्याने जिल्हा मध्यवर्ती बैंकवरून नेल्याचा योग्य निवडून देण्याचा नियंत्रण यांच्या उपस्थितीत अंगावरून गेली आहे.

यांच्या २०२३ पासून त्यारी सुरु होती. धायुमुळे यांनी यांच्या दोरील २५७ किलो वजनाचा दोरील घेतला आहे. उपर्युक्तमार्गाच्या ठाण्यात हा विश्वविक्रम झाल्याने जिल्हा मध्यवर्ती बैंकवरून नेल्याचा योग्य निवडून देण्याचा नियंत्रण यांच्या उपस्थितीत अंगावरून गेली आहे.

यांच्या २०२४ पासून त्यारी सुरु होती. धायुमुळे यांनी यांच्या दोरील २५७ किलो वजनाचा दोरील घेतला आहे. उपर्युक्तमार्गाच्या ठाण्यात हा विश्वविक्रम झाल्याने जिल्हा मध्यवर्ती बैंकवरून नेल्याचा योग्य निवडून देण्याचा नियंत्रण यांच्या उपस्थितीत अंगावरून गेली आहे.

यांच्या २०२५ पासून त्यारी सुरु होती. धायुमुळे यांनी यांच्या दोरील २५७ किलो वजनाचा दोरील घेतला आ