सार्वजनिक आरोग्य विभाग
महाराष्ट्र शासन

फेब्रुवारी २०२३ । पृष्ठे : ५२

महाराष्ट्र आरोग्य पत्रिका

जागरूक पालक सुदृढ बालक

वार्षिक वर्गणी : ₹ ५०/-

मुंबई येथे महाराष्ट्र विधानमंडळाचे अर्थसंकल्पीय अधिवेशन पार पडणार आहे. यामध्ये महाराष्ट्र राज्याचे अर्थमंत्री तथा उपमुख्यमंत्री ना. श्री. देवेंद्रजी फडणवीस राज्याचा २०२३-२४ सालचा अर्थसंकल्प सभागृहासमोर सादर करतील.

या अर्थसंकल्पात सार्वजनिक आरोग्य व कुटुंब कल्याण विभागाने हाती घेतलेल्या व होऊ घातलेल्या योजनांसाठी जी काही आर्थिक तरतूद असावी, त्या संदर्भातील निवेदन आरोग्य मंत्री मा. प्रा. डॉ. तानाजी सावंत यांनी सह्याद्री अतिथी गृह येथे पार पडलेल्या बैठकीत माननीय अर्थमंत्री तथा उपमुख्यमंत्री ना. श्री. देवेंद्रजी फडणवीस यांना सुपूर्द केले.

महाराष्ट्र
आरोग्य पत्रिका

वर्ष : पंचविसावा | अंक : ०२ | महिना : फेब्रुवारी २०२३

मुख्य संपादक/प्रकाशक
डॉ. कैलास बाविस्कर
उपसंचालक, आरोग्य सेवा (आय.ई.सी.)

संपादन सहाय्य
बापूराव गर्जे
प्र. आरोग्य शिक्षण अधिकारी

अशोक निम्मलवार
प्रशासकीय अधिकारी

मुद्रण
कल्याणी कॉर्पोरेशन, पुणे.
१४६४, मंगेशश्री, रेणुका स्वरुप स्कूल लेन,
सदाशिव पेठ, पुणे ४११ ०३०.

पत्रव्यवहारासाठी पत्ता
संपादक,
राज्य आरोग्य शिक्षण व संपर्क विभाग
'परिवर्तन', आरोग्य भवन परिसर,
विश्रांतवाडी पोलीस स्टेशन समोर,
येरवडा, पुणे ४११ ००६.
दूरध्वनी : ०२०-२६६१०१७८,
२६६१०१७९.
फॅक्स : ०२०-२६६१०१८०
e-mail :
arogyapatrikamh@gmail.com

वार्षिक वर्गणी ५०/- रुपये

संकल्प निरोगी महाराष्ट्राचा

हिंदुहृदयसम्राट बाळासाहेब ठाकरे
आपला दवाखाना

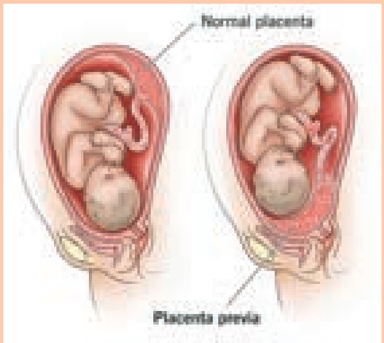
https://www.facebook.com/MahaArogyaIECBureau
https://twitter.com/MahaHealthIEC
https://www.instagram.com/mahahealthiec/
http://bit.ly/MahaArogyaYT
https://www.linkedin.com/company/maha-arogya-iec-bureau

संकेत स्थळ :
http.//maha-arogya.gov.in
http.//mahaarogyasamvadiec.in
Google Play - maharogyasamvad

महाराष्ट्र
आरोग्य पत्रिका

फेब्रुवारी २०२३

१० जागरूक पालक, सुदृढ बालक बाल आरोग्य सुरक्षेसाठी विशेष अभियान

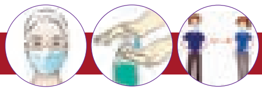


१६ प्रसूती

३२ बालकांमध्ये जन्मजात हृदयविकारांचे वाढतेय प्रमाण

अंतरंग

- आयुक्तांचे मनोगत ५
- संचालकांचे मनोगत ६
- संचालकांचे मनोगत ७
- संपादकीय ८
- 'आपला दवाखाना' स्थापन करण्याची घोषणा ९
- जागरूक पालक, सुदृढ बालक बाल आरोग्य सुरक्षेसाठी विशेष अभियान १०
- हिंदुहृदयसम्राट बाळासाहेब ठाकरे आपला दवाखाना १३
- 'संकल्प निरोगी महाराष्ट्राचा' १५
- प्रसूती १६
- वृद्धापकाळातील हाडांच्या ठिसूळपणाचे आजार २१
- अवयव प्रत्यारोपण व अवयवदान एक दृष्टिक्षेप २२
- गोवर रुबेला विशेष लसीकरण मोहिमेत सहकार्य २५
- हत्तीरोग २७
- बाल सुरक्षा अभियान... ३१
- बालकांमध्ये जन्मजात हृदयविकारांचे वाढतेय प्रमाण ३२
- कांगारू मदर केअर (के एम सी) ३३
- व्यवसायोपचार ३५
- डॉ. विलास वांगीकर यांना इंडियन सोसायटी ऑफ कॉर्निया आणि केराटोरेफ्रॅक्टिव्ह सर्जन्सचा उत्कृष्ट शिक्षक पुरस्कार जाहीर ३६
- **कविता –**
- मी कोण ■ मौखिक आरोग्य ३७
- **आशा संवाद –**
- आशा उत्तरपत्रिका क्र. २ – उत्तरपत्रिका फेब्रुवारी २०२३ ३८
- **वृत्त विशेष –**
- 'माता सुरक्षित, तर घर सुरक्षित' अभियानासाठी आरोग्यमंत्री मा. प्रा.डॉ. तानाजीराव सावंत यांचा आर्ट ऑफ लिव्हिंगचे प्रणेते आणि आध्यात्मिक गुरु पूजनीय गुरुदेव श्री.श्री. रविशंकर यांच्या शुभहस्ते सन्मान. ४२
- वैद्यकीय सेवेत उल्लेखनीय कामगिरी बजावणाऱ्या व्यक्तींना वंदनीय बाळासाहेब ठाकरे आरोग्यरत्न पुरस्कार वितरण सोहळा. ४३
- प्राथमिक आरोग्य केंद्र, ग्रामीण रुग्णालये, उपजिल्हा रुग्णालये आणि जिल्हा रुग्णालयासोबतच आरोग्य योजना सक्षम करून दर्जेदार आरोग्य सुविधा देण्याचा शासनाचा प्रयत्न. ४५
- गोवर उपाय योजनांसंदर्भात बैठक घेण्यात आली. ४६
- सार्वजनिक आरोग्य विभागाच्या प्रधान सचिवांची स्त्री रुग्णालयास भेट. ४७
- सार्वजनिक आरोग्य विभाग, महाराष्ट्र शासन ४८
- 'कायाकल्प' पुरस्कारांने प्राथमिक केंद्र खासगांवला सन्मानित करण्यात आले. ४९
- राज्यातील आरोग्य संस्थांमध्ये महिन्याच्या पहिल्या शनिवारी 'स्वच्छता दिवस' पाळणार. ४९
- लेखकांना विनंती ५०



आयुक्तांचे मनोगत

राज्यातील जनतेला गुणवत्तापूर्ण व मोफत आरोग्य सेवा उपलब्ध व्हाव्यात यासाठी राज्याचा सार्वजनिक आरोग्य विभाग सातत्याने प्रयत्नशील आहे. राज्य सरकार व केंद्र सरकारच्या माध्यमातून अनेक महत्त्वाच्या योजना राज्यभरात राबवण्यात येत आहेत. माता बालकांच्या निरोगी आयुष्यासाठी कुटुंब कल्याण कार्यक्रम राबवण्यामध्ये महाराष्ट्र अग्रेसर आहे. मातृवंदना, जननी शिशु सुरक्षा कार्यक्रम, बाल स्वास्थ्य कार्यक्रम, नवसंजीवनी, पल्स पोलिओ लसीकरण यांसह नुकत्याच राज्यात राबवण्यात आलेल्या मिझल्स रुबेला लसीकरण मोहिमेच्या माध्यमातून घराघरातील बालकांपर्यंत पोहोचण्याचे काम आरोग्य यंत्रणा करत आहे.

त्याचप्रमाणे राज्यातील सरकारी आरोग्य संस्थांचा दर्जा सुधारण्यासाठी देखील शासनाचे व्यापक प्रयत्न सुरु असून राज्य शासन व राष्ट्रीय आरोग्य अभियानाच्या माध्यमातून त्यासाठी महत्त्वपूर्ण योगदान प्राप्त होत आहे. आरोग्यवर्धिनी केंद्रांच्या माध्यमातून राज्यातील आरोग्य संस्था अधिक बळकट बनलेल्या असुन अनेक महत्त्वपूर्ण आरोग्य सुविधा लोकांना स्थानिक पातळीवर उपलब्ध झालेल्या आहेत.

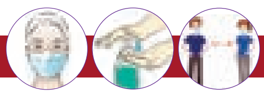
राज्यातील ० ते १८ वर्षापर्यंतचे बालके तसेच किशोरवयीन मुला-मुलींच्या सर्वांगीण आरोग्य तपासणीसाठी सार्वजनिक आरोग्य, एकात्मिक बाल विकास, वैद्यकिय शिक्षण, आदिवासी, शिक्षण, सामाजिक न्याय, नगर विकास, पंचायत राज व समाजकल्याण विभागांच्या समन्वयाने जागरूक पालक, सुदृढ बालक ही मोहिम राज्यभर राबविण्यात येत आहे. या योजनेंतर्गत ० ते १८ वर्षापर्यंतच्या बालकांची प्राथमिक आरोग्य तपासणी, उपचार, संदर्भ सेवा, प्रतिबंधात्मक सेवा, समुपदेशन इत्यादी उद्दिष्ट्ये ठेवण्यात आलेली आहेत. मोहिमेअंतर्गत २ महिन्यांच्या कालावधीत साधारणतः २.९२ कोटी मुलांची तपासणी करण्यात येणार आहे. यासाठी कृती आराखडा तयार करण्यात आलेला असुन त्यानुसार बाल आरोग्य तपासणी पथकांमार्फत तपासणी सुरू करण्यात आलेली आहे.

राज्यातील १८ वर्षांवरील सर्व महिलांची प्राथमिक आरोग्य तपासणी व त्यामध्ये आढळुन आलेल्या विविध प्रकारच्या आजारांसाठी संदर्भ सेवा व उपचार उपलब्ध करून देण्यासाठी माता सुरक्षित तर घर सुरक्षित अभियान राबविण्यात आले. या अभियानाचा दुसरा टप्पा २४ जानेवारी २०२३ पासून राज्यभरात राबविण्यात येत आहे. सार्वजनिक आरोग्य विभागाच्या दृष्टीने अत्यंत महत्त्वाकांक्षी अशा ह्या अभियानाचा लाभ सर्व लाभार्थ्यांपर्यंत पोहोचावा यासाठी विभाग प्रयत्नशील आहे.

माहे फेब्रुवारीपासुन हिंदूहृदयसम्राट बाळासाहेब ठाकरे 'आपला दवाखाना' हा उपक्रम विभागाने हाती घेतलेला असुन राज्यातील प्रत्येक तालुक्यात हा दवाखाना स्थापित करण्यात येणार आहे. या दवाखान्यांच्या माध्यमातून जनतेला प्राथमिक, औषधोपचार, उपचारात्मक संदर्भसेवा, टेलिकन्सल्टेशन, समुपदेशन व विशेषतज्ज्ञांच्या सेवा स्थानिक पातळीवरच उपलब्ध होणार आहेत. ९ फेब्रुवारी या दिवशी राज्यभरात घेण्यात आलेल्या महाआरोग्य शिबिरांचा लाभ जवळपास ३.७० लक्ष नागरीकांनी घेतला. रक्तदान शिबिरात जवळपास १०००० युनिटचे रक्तसंकलन झाले. जागरुक पालक, सुदृढ बालक मोहिमेअंतर्गत या एकाच दिवशी ४.७४ लक्ष मुलांची तपासणी करण्यात आली.

सहज, सुलभ व परिणामकारक आरोग्य सेवा राज्यातील सर्व स्तरातील घटकांपर्यंत पोहोचावी व त्याचा लाभ अधिकाधिक गरजू लोकांना मिळावा यासाठी सार्वजनिक आरोग्य यंत्रणा सर्वार्थाने प्रयत्नशील आहेत.

श्री. धीरज कुमार (भा.प्र.से.)
आयुक्त, आरोग्य सेवा तथा संचालक,
राष्ट्रीय आरोग्य अभियान, महाराष्ट्र राज्य



संचालकांचे मनोगत

'संकल्प निरोगी महाराष्ट्राचा' या ध्येयाने राज्यात आरोग्य सेवेत विविध उपक्रम राबविले जात आहेत. सामान्य माणूस केंद्रबिंदू ठेवून त्यांच्या आरोग्यविषयक गरजांची पूर्तता करण्यासाठी व त्यांचे जीवनमान उंचावण्यासाठी राज्याच्यावतीने विविध उपक्रम आखले जात आहेत व त्याची प्रभावी अंमलबजावणीही राज्यात होत आहे. ही राज्याच्या दृष्टीने अत्यंत महत्त्वाची अशी बाब आहे. मातांसाठी आरोग्य तपासणी तसेच आता मुले व बालकांसाठी जागरूक पालक, सुदृढ बालक हे अभियान राज्यात राबविले जात आहे. राज्यात रक्तदानाचा महायज्ञसुद्धा घेण्यात आला आहे. त्याला राज्यात चांगला प्रतिसाद मिळतो आहे. यामुळे रक्तदानाची प्रेरणा जागृत होऊन या अभियानाला नक्कीच गती मिळणार आहे.

महाआरोग्य शिबिराच्या माध्यमातून लवकर रोगाचे निदान होऊन, लवकर उपचार मिळावेत, यासाठीही प्रयत्न केले जात आहेत. त्यामुळे आरोग्यविषयी लोकांमध्ये जागरूकता वाढविण्यास मदत होणार असून लवकर उपचार मिळाल्यामुळे पुढील धोकेही टाळणार आहेत. राज्यात 'आपला दवाखाना'च्या माध्यमातून शहरी भागातील गरीब व गरजू रुग्णांसाठी सुविधाही उपलब्ध होणार आहेत. याचबरोबर असंसर्गजन्य रोगाविषयी लोकांमध्ये जनजागृती वाढवून या रोगांनाही प्रतिबंध करण्यासाठी मोलाची मदत होणार आहे. सामान्य माणूस केंद्रबिंदू ठेवून आखलेल्या योजना सामान्यांसाठी नक्कीच महत्त्वाच्या आहेत. या योजनांचा लाभ सर्वांना करून देण्यासाठी सार्वजनिक आरोग्य विभागातील सर्व अधिकारी कर्मचारी अहोरात्र प्रयत्न करत आहेत. मी या अभियानातील सर्व कर्मचारी, अधिकारी यांना आवाहन करतो की, आपण सर्वजण मिळून हे कार्य जोमाने करून महाराष्ट्राला आरोग्य संपन्न ठेवण्यासाठी प्रयत्न करूया.

– डॉ. स्वप्नील लाळे
संचालक,
आरोग्य सेवा, आयुक्तालय, महाराष्ट्र राज्य, मुंबई

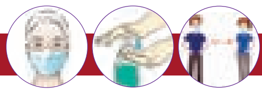
संचालकांचे मनोगत

निरोगी व आरोग्य संपन्न महाराष्ट्रासाठी माता बाल आरोग्य व सामान्य जनता केंद्रबिंदू ठेवून त्यांच्या निरोगी आरोग्यासाठी सार्वजनिक आरोग्य विभागाच्यावतीने विविध मोहिमा राबविल्या जात आहेत. या मोहिमांना समाजाचा सक्रिय पाठिंबा मिळतो आहे, तसेच या योजना अधिकाधिक लोकांपर्यंत पोहोचविण्यासाठी सार्वजनिक आरोग्य विभागातर्फे अधिकारी व कर्मचारी आपापले योगदान देत आहेत.

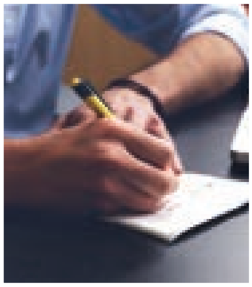
'माता सुरक्षित तर घर सुरक्षित' या मोहिमेच्या यशस्वीतेनंतर आता राज्यात बालकांसाठी जागरूक पालक, सुदृढ बालक ही योजना राबविली जात आहे. या योजनेमुळे बाल आरोग्य जागरूकता वाढून 'सुदृढ आपले बाळ, हाच आपला भविष्यकाळ' या दृष्टीने त्यांची आरोग्य तपासणी होऊन आरोग्य सुविधा बालकांपर्यंत पोहोचण्यात आरोग्य विभागाला मदत होणार आहे. याचबरोबर रक्तदान शिबिरे, महाआरोग्य शिबिरे यांच्या माध्यमातून आरोग्य विषयक विविध सुविधा सामान्यांपर्यंत पोहोचविण्यासाठी ही राज्यात प्रयत्न केले जात आहेत.

राज्यात आरोग्य विषयक योजना अधिक लोकाभिमुख करण्यासाठी प्रयत्न केले जात आहेत व त्यास लोकांचा सहभाग मिळतो आहे . यात आरोग्य सेवेतील अधिकारी आणि कर्मचारी सक्रिय सहभागी होऊन आपापले योगदान देत आहेत व योजनांना गती मिळते आहे. यामुळे 'संकल्प निरोगी महाराष्ट्राचा' हे ब्रीद साकारण्यासाठी मोलाची मदत होणार आहे. मी या कार्यासाठी सहभागी असणाऱ्या सर्व जनतेचे आभार मानतो आणि यापुढेही जनतेने आरोग्य योजनांचा असाच सहभाग द्यावा, असे आवाहन करीत आहे.

– डॉ. नितीन अंबाडेकर
संचालक, आरोग्य सेवा,
पुणे



संपादकीय



शारीरिक, मानसिक, सामाजिक दृष्टिने व्यवस्थित आणि रोगमुक्त असण्याची अवस्था म्हणजेच आरोग्य होय. जागतिक आरोग्य संघटनेच्या दृष्टीने आरोग्य म्हणजे केवळ रोगांचा अभाव नसून ती एक शारीरिक, मानसिक, सामाजिक आणि आध्यात्मिक समतोलाची अवस्था आहे, अशी आरोग्याची व्याख्या केली आहे.

पोषण, आहार, व्यायाम, स्वच्छता, राहणीमान इतरांशी व्यक्तिगतसंबंध यागोष्टी आरोग्यावर परिणाम करतात त्यामुळे यागोष्टीकडे प्रत्येकाने अधिक जागरूक राहून आरोग्याकडे लक्ष दिले पाहिजे.

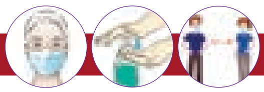
जागतिक आरोग्य संघटनेनुसार मानसिक आरोग्य म्हणजे, अशी सुस्थिती ज्यात व्यक्तीला स्वतःच्या क्षमतांचे आकलन होते, तसेच ती व्यक्ती उपयोगी व लाभदायी काम करू शकते आणि तिचा समाजाच्या घडणीत मोलाचा वाटा असतो.

लोकांचे पोषण व राहाणीमान वाढवणे तसेच लोकांचे आरोग्य सुधारणे ही सर्वांचीच जबाबदारी आहे. सार्वजनिक आरोग्य सेवा ही ग्रामीण भागासाठी वरदान आहे. सार्वजनिक आरोग्य सेवेद्वारे ग्रामीण भागातील जनतेला आरोग्य सेवा देण्यामध्ये या सेवेतील घटक फार महत्त्वाचे आहेत. आरोग्य सेवा लोकांपर्यंत पोहोचविण्यासाठी व तळागाळातील लोकांना त्याचा लाभ मिळवून देण्यासाठी सार्वजनिक आरोग्य क्षेत्रातील मंडळी आपापल्या स्तरावर कार्य करते व त्या स्तरावर ते मोलाचे असते. विविध कार्यक्रम योजना यांच्या माध्यमातून जनतेला आवश्यक असणाऱ्या सेवा शासन याच माध्यमातून लोकांपर्यंत पोहोचवीत असते. लोककल्याणकारी राज्यात आरोग्य सेवा अधिक सक्षम असेल तर लोकांना त्याचा अधिकाधिक फायदा होतो. लोकांचे आरोग्य चांगले राहावे जीवनमान उंचवावे यासाठी शासन वेगवेगळ्या योजनांच्या माध्यमातून प्रयत्नशील असते. या योजनांच्या माहितीसाठी प्रत्येकाने आपला सहभाग नोंदविणे आवश्यक आहे. शासनाच्या योजना या समाजाच्या हिताच्या असतात, हे ओळखून त्यात प्रत्येकाने ही योजना आपली योजना आहे या भावनेने सहभागी होऊन समाज सहभाग वाढविणे आवश्यक आहे. अधिक जागरूक राहून आरोग्य सेवेचा लाभ अधिकाधिक लोकांना होण्यासाठी आपण प्रत्येकाने सक्रिय सहभागी होऊन सार्वजनिक आरोग्याच्या दृष्टीने अधिक जागरूक राहून सार्वजनिक आरोग्य सेवेला सहकार्य करणे अत्यंत आवश्यक आहे.

शासन व जनता यांच्या सहभागानेच निरोगी महाराष्ट्र घडविण्यासाठी प्रयत्न होत आहेत. यासाठी आपण चांगल्या भावनेने यात सहभागी होऊन शासन राबवित असलेले उपक्रम हे समाजहिताचे असतात हे ओळखून त्यात सहकार्य करणे आवश्यक आहे. माता, बालक तसेच इतर आजार याविषयी वेगवेगळे उपक्रम राबविले जात आहेत. हे उपक्रम यशस्वी करण्याची आपली सर्वांची जबाबदारी आहे आणि ही जबाबदारी आपण सर्वजण मिळून पार पाडू या...

धन्यवाद.

– डॉ. कैलास बाविस्कर
संपादक



'आपला दवाखाना' स्थापन करण्याची घोषणा

मा. मुख्यमंत्री श्री. एकनाथजी शिंदे साहेब यांच्या वाढदिवसाचे औचित्य साधुन सार्वजनिक आरोग्य व कुटुंब कल्याण विभागामार्फत 'हिंदुहृदयसम्राट बाळासाहेब ठाकरे आपला दवाखाना' या योजनेचा शुभारंभ माननीय मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांच्या हस्ते पार पडला. राज्यातील प्रत्येक तालुक्यात हिंदुहृदयसम्राट बाळासाहेब ठाकरे **'आपला दवाखाना'** स्थापन करण्याची घोषणा मा. मुख्यमंत्री श्री. एकनाथ शिंदे यांनी यावेळी केली.

गोरगरीब रुग्णांना ताप, सर्दी आदी छोट्या आजारांसाठी घराजवळ मोफत उपचार मिळावेत, तसेच मधुमेह आणि रक्तदाबासह आवश्यक चाचण्यांची सुविधा उपलब्ध व्हावी व महाराष्ट्राच्या ग्रामीण भागात आरोग्य यंत्रणेचे जाळे मजबूत व्हावे यावर भर देण्यात येणार आहे. जेणेकरून समाजातील तळागाळातल्या घटकांना देखील प्रभावीपणे या दवाखान्यांच्या माध्यमातून उपचार मिळतील. राज्याची ग्रामीण आरोग्य यंत्रणा बळकट करण्यासाठी सार्वजनिक आरोग्य विभागामार्फत हे एक ऐतिहासिक पाऊल आहे.

या योजने अंतर्गत १०० हून अधिक वैद्यकीय चाचण्या करण्यात येणार आहेत. कान, नाक, घसा तज्ज्ञ (ENT) नेत्रचिकित्सा, स्त्री रोग तज्ज्ञ, वैद्यकीय तपासणी तज्ज्ञ, फिजिओथेरपिस्ट, त्वचारोग तज्ज्ञ, दंतशल्य चिकित्सा, बालरोग तज्ज्ञ अशा आरोग्य सुविधा देण्यात येणार आहेत.

या योजनेचा सर्वसामान्य व आर्थिकदृष्ट्या दुर्बल घटकांना लाभ मिळेल. यातून निश्चितच ग्रामीण भागातील नागरिकांच्या आरोग्याचा महत्त्वाचा प्रश्न सुटणार असून, उद्याच्या निरोगी महाराष्ट्राची ही नांदी ठरणार आहे.

यावेळी मंत्रिमंडळातील सहकारी पाणी पुरवठा व स्वच्छताचे मंत्री गुलाब पाटील, राज्य उत्पादन शुल्क विभागाचे मंत्री शंभूराजे देसाई, बंदरे व खनी कर्म विभागाचे मंत्री दादा भुसे, शालेय शिक्षण आणि मराठी भाषा विभागाचे मंत्री दीपक केसरकर, मा. आमदार भारतशेठ गोगावले, मा आमदार आशिषजी शेलार व इतर अनेक मान्यवर लोकप्रतिनिधी उपस्थित होते.

तसेच यावेळी प्रधान सचिव मा. श्री. संजय खंदारे, सचिव नवीन सोना, आयुक्त आरोग्य सेवा धीरज कुमार, संचालक डॉ. स्वप्नील लाळे, डॉ. नितीन अंबाडेकर, डॉ. विजय कंदेवाड याचबरोबर सार्वजनिक आरोग्य व कुटुंब कल्याण विभागातील प्रमुख अधिकारी, कर्मचारी उपस्थित होते.

जागरूक पालक, सुदृढ बालक

बाल आरोग्य सुरक्षेसाठी विशेष अभियान

मा. प्रा. डॉ. तानाजी सावंत, मंत्री, सार्वजनिक आरोग्य व कुटुंब कल्याण

बालके ही देशाचे भविष्य असतात. बालके शरीर आणि मनाने सुदृढ असतील तर देश विकासासाठी त्यांचे योगदान मोलाचे ठरु शकते. माता आणि बालकांचे आरोग्य व पोषण वृद्धिगत व्हावे व प्रत्येक माता व बाल यांचे जीवन रक्षण व्हावे, यासाठी माता आणि बालकांचे आरोग्य हा विषय अत्यंत महत्त्वाचा आहे. माता व बाल आरोग्य सेवा पुरवणे ही मानवी आरोग्य आणि संपत्तीसाठी आपण केलेली महत्त्वाची गुंतवणूक असते. प्रतिबंधात्मक, उपचारात्मक व सुश्रुसेच्या सेवा पुरवून आपण या संपत्तीचा विकास करत असतो म्हणून आपण माता सुरक्षित तर घर सुरक्षित या मोहिमेत ४ कोटी ३९ लाख महिलांची आरोग्य तपासणी नंतर त्यांना आरोग्य सेवा देण्यासाठी यशस्वी अभियान राबविले. आता बालकांना केंद्रबिंदू ठेऊन त्यांच्या सर्वांगीण आरोग्यासाठी राज्यात जागरूक पालक तर सुदृढ बालक हे अभियान राबवित आहोत.

कोरोना काळातील मागील दोन वर्षात राज्यातील बालकांच्या आरोग्याकडे लक्ष देण्यासाठी आरोग्य विभागाला मर्यादा आल्या. राष्ट्रीय बाल स्वास्थ्य कार्यक्रमांतर्गतच्या डॉक्टरांच्या माध्यमातून शाळांमधील तसेच अंगणवाड्यांमधील बालकांची नियमित तपासणी करण्यात येत असते. तथापि मागील दोन वर्षात यात खंड पडला ही बाब लक्षात घेऊन ० ते १८ वयोगटातील सर्व बालकांच्या आरोग्याची सर्वांगीण तपासणी करण्याची संकल्पना मांडली असून आरोग्य विभागाच्या माध्यमातून ही महत्त्वाकांक्षी आरोग्य तपासणी मोहीम अधिक व्यापकपणे राबविण्यात येणार आहे.

या कार्यक्रमाचे उद्दिष्ट ० ते १८ वर्षापर्यंतच्या बालकांची, किशोरवयीन मुला-मुलींची प्राथमिक आरोग्य तपासणी करणे, आजारी आढळलेल्या बालकावर त्वरित उपचार करणे, गरजू आजारी बालकांना संदर्भ सेवा देऊन उपचार करणे, प्रतिबंधात्मक आरोग्य सुविधा पुरविणे, सुरक्षित व सुदृढ आरोग्यासाठी समुपदेशन करणे हे प्रमुख उद्दिष्ट ठेवण्यात आलेले आहे.

मुलांची तपासणी ही शासकीय व निमशासकीय शाळा व कनिष्ठ महाविद्यालय, खाजगी शाळा, आश्रम शाळा, अंधशाळा दिव्यांग शाळा, अंगणवाड्या, खाजगी नर्सरी बालवाड्या, बालगृहे, सुधारगृह, अनाथ आश्रम, समाज कल्याण व आदिवासी विभाग वस्तीगृह, शाळाबाह्य मुलांसाठी जवळचे ठिकाण याठिकाणी तपासणी करण्यात येणार आहे. या तपासणीसाठी आरबीएसके आरोग्य पथक, वैद्यकीय अधिकारी, भरारी पथक, बाल आरोग्य तपासणी पथक, समुदाय आरोग्य अधिकारी, आरोग्य सेविका, बहुउद्देशीय कर्मचारी यांचा समावेश असणार आहे. १५० विद्यार्थी प्रतिदिन प्रति वैद्यकीय अधिकारी आरोग्य तपासणी करतील.

प्राथमिक स्तरावर वैद्यकीय अधिकारी, औषध निर्माण अधिकारी, प्रयोगशाळा तंत्रज्ञ, एल.एच.व्ही., आरोग्य सेवक हे तपासणी करतील. तसेच ग्रामीण रुग्णालय, उपजिल्हा रुग्णालय, महानगरपालिका रुग्णालय व स्त्री रुग्णालय येथे वैद्यकीय अधीक्षक, बालरोग तज्ज्ञ, भीषक, स्त्रीरोग तज्ज्ञ, अस्थिरोग तज्ज्ञ, नेत्रशल्य चिकित्सक, नेत्र चिकित्सा अधिकारी, सर्व तंत्रज्ञ व उपलब्ध असणारे तज्ज्ञ हे तपासणी करतील. आठवड्यातून दोन वेळा प्राथमिक आरोग्य केंद्रामध्ये व आवश्यकतेनुसार बालकांना संदर्भसेवा उपलब्ध करून देण्यात येईल. यामध्ये निदान चाचण्या व

संदर्भ सेवा यांचा समावेश असणार आहे. द्वितीय स्तरावरील तपासणीमध्ये शल्यचिकित्सक, बालरोग तज्ज्ञ, भीषक, स्त्री–रोग तज्ज्ञ, अस्थिरोग तज्ज्ञ, नेत्रशल्य चिकित्सक नेत्र चिकित्सा अधिकारी, त्वचारोग तज्ज्ञ, दंतरोग तज्ज्ञ, मानसिक रोग तज्ज्ञ, जिल्हा रुग्णालय, शासकीय वैद्यकीय महाविद्यालय, महानगरपालिका रुग्णालय येथील सर्व विशेषज्ञ हे समाविष्ट असतील व आठवड्यातून एकदा तपासणी व उपचार करण्यात येतील तसेच आवश्यकतेनुसार संदर्भ सेवा देण्याची कारवाई करण्यात येईल.

या आरोग्य मोहीमेचा वरिष्ठ पातळीवरून नियमितपणे आढावा घेतला जाणार असून आरोग्य विभागाच्या प्रधान सचिवांच्या अध्यक्षतेखाली राज्य कृती दलाची स्थापना करण्यात आली आहे. या कृती दलात महिला व बालविकास विभागाचे सचिव, आदिवासी विभागाचे सचिव, वैद्यकीय शिक्षण विभागाचे सचिव, सामाजिक न्याय तसेच शालेय शिक्षण, नगरविकास विभाग व ग्रामविकास विभागाचे सचिव तसेच आरोग्य विभागाचे आयुक्त, संचालक, अन्य विभागाचे आयुक्त व संबंधित अधिकाऱ्यांचा समावेश आहे. महापालिका स्तरावर पालिका आयुक्तांच्या अध्यक्षतेखाली कृतीदल तयार करण्यात आले असून यासाठी लागणारी पुरेशी अर्थिक तरतूदही करण्यात आली आहे.

या तपासणी मोहिमेत १०७८६ उपकेंद्रे, ६५१ युपीएससी, १८२८ प्राथमिक आरोग्य केंद्रे, ३६४ ग्रामीण रुग्णालय, ९१ उपजिल्हा रुग्णालय, ४४ जिल्हा रुग्णालय समाविष्ट असतील. त्याचप्रमाणे २०८२ आर बी.एस.के. पथके, २६० भरारी पथके, ८१५१ समुदाय वैद्यकीय अधिकारी यांचा यात समावेश असणार आहे. तसेच आरोग्य सेविका उपकेंद्र ४५३६, आशा ६०९१८, आशा नगरपालिका २२९३, आशा महानगरपालिका ६३८८ आणि अंगणवाडी सेविका ११०१७९ समाविष्ट असतील.

कार्यक्रमाचे नियोजन कालबद्ध पद्धतीने आठ आठवड्यात पूर्ण करण्यात येणार असून त्याचा रोज आढावाही घेतला जाणार आहे. या कार्यक्रमाचा कार्यक्रम प्रमुख यांचेमार्फत सूक्ष्म कृती आराखडा तयार करण्यात आला असून तपासणीची रूपरेषा ठरवण्यात आलेली आहे. ग्रामीण भागात जिल्हा रुग्णालयांपासून प्राथमिक आरोग्य केंद्रांपर्यंतच्या सर्व स्तरांवर ही तपासणी केली जाणार असून महापालिका पातळीवर पालिका आयुक्तांच्या माध्यमातून महापालिका रुग्णालयांच्या मदतीने तपासणी मोहीम करण्यात येणार आहे. यात बालकांच्या सर्वांगिण आरोग्याची तपासणी करण्यात येणार असून वजन, उंची, कुपोषित, तीव्र कुपोषित, डोळ्यांचे आजार, दंतविकार, हृदयरोग तपासणी, क्षयरोग, कुष्ठरोग, कर्करोग, अस्थमा, एपिलेप्सी, ऑटिझम आदीचा समावेश असणार आहे. यासाठी वेगवेगळ्या विषयातील तज्ज्ञ डॉक्टर हे प्राथमिक तपासणीनंतर दुसऱ्या टप्प्यात अशा बालकांच्या आरोग्याची तपासणी करून आवश्यकतेनुसार वेगवेगळ्या रुग्णालयांमध्ये उपचारासाठी या मुलांना पाठवतील.

ही मोहीम यशस्वी करण्यासाठी जिल्हा स्तरावर कृती दल तयार करण्यात आले असून सनियंत्रण व पर्यवेक्षण अधिकारी यांचीही नियुक्ती केली जाणार आहे. प्राथमिक आरोग्य केंद्र ठिकाणी वैद्यकीय अधिकारी, तालुका ठिकाणी तालुका वैद्यकीय अधिकारी, जिल्हा ठिकाणी जिल्हा प्रजनन व बाल आरोग्य अधिकारी आणि निवासी वैद्यकीय अधिकारी, अतिरिक्त जिल्हा शल्य चिकित्सक, परिमंडळ ठिकाणी उपसंचालक, आरोग्य सेवा व साहाय्यक संचालक, वैद्यकीय तसेच राज्यस्तरावर सहाय्यक संचालक आरबीएसके, उपसंचालक आरसीएच हे सनियंत्रण व पर्यवेक्षण अधिकारी म्हणून काम पाहणार आहेत. या मोहिमेचे सूक्ष्म कृती नियोजन करण्यात आलेले असून सर्व बालकांना या अभियानाचा लाभ मिळावा यासाठी प्रयत्न केले जात आहेत. त्याचप्रमाणे अशा अंगणवाडी यांच्या माध्यमातून गावोगावी या अभियानाची जनजागृतीही करण्यात येणार आहे. पालक आणि शालेय विद्यार्थी यांना या मोहिमेमध्ये अभियानामध्ये सक्रिय सहभागी करून घेतले जाणार आहे. त्यामुळे हे अभियान बालकांच्या आरोग्याच्या दृष्टीने महत्त्वपूर्ण व महत्त्वाकांक्षी ठरणार आहे.

मा.ना.श्री.एकनाथ शिंदे
मा. मुख्यमंत्री, महाराष्ट्र राज्य
मा.ना.श्री. देवेंद्र फडणवीस
मा. उपमुख्यमंत्री, महाराष्ट्र राज्य
मा. ना. प्रा. डॉ. तानाजीराव सावंत
मंत्री, सार्वजनिक आरोग्य व कुटुंब कल्याण, महाराष्ट्र राज्य
श्री. नरेंद्र मोदी
मा. पंतप्रधान
संकल्प निरोगी महाराष्ट्राचा
सार्वजनिक आरोग्य विभाग उपक्रम
जागरूक पालक सुदृढ बालक
जागरूक पालक, सुदृढ बालक अभियान
० ते १८ वर्षे वयापर्यंतची बालके व किशोरवयीन मुला-मुलींची सर्वांगीण आरोग्य तपासणी
रक्तदान शिबीर
संकल्प करूया रक्तदानाचा
निर्धार करूया जीवनदानाचा
रक्तदान अमूल्यदान
महाआरोग्य शिबिर
महाआरोग्य शिबीर
सर्वांसाठी मोफत तपासणी, निदान, उपचार
हिंदुहृदयसम्राट बाळासाहेब ठाकरे
आपला दवाखाना
राज्यातील प्रत्येक तालुक्यात एक दवाखाना स्थापनेबाबत घोषणा
हिंदुहृदयसम्राट बाळासाहेब ठाकरे
आपला दवाखाना
सार्वजनिक आरोग्य विभाग, महाराष्ट्र शासन
/MahaArogyaIECBureau
@MahaHealthIEC
/mahahealthiec
/MahaHealthIEC
राज्य आरोग्य शिक्षण व संपर्क विभाग, पुणे

डॉ. वैभव मोहन पाटील
कक्ष अधिकारी (अभियान संचालक कक्ष),
राष्ट्रीय आरोग्य अभियान मुंबई

हिंदुहृदयसम्राट बाळासाहेब ठाकरे आपला दवाखाना

राज्यातील गरीब, गरजू व दुर्बल घटकांपर्यंत मोफत व परिणामकारक आरोग्य सेवा पोहोचावी यासाठी राज्याच्या आरोग्य विभागाच्यावतीने सर्वतोपरी प्रयत्न करण्यात येत आहेत. ग्रामीण व शहरी भागातील नागरिकांना सर्व प्रकारच्या आरोग्य सुविधाजवळच्या शासकीय आरोग्य केंद्रात उपलब्ध व्हाव्यात यासाठी देशभरासह महाराष्ट्रात देखील 'आरोग्यवर्धिनी केंद्र' ही योजना राबविण्यात येत असून राज्यातील प्राथमिक आरोग्य केंद्रे, उपकेंद्रे व शहरी भागातील नागरी आरोग्य केंद्रांचा या योजनेच्या माध्यमातून कायापालट करण्यात येत आहे. या योजनेंतर्गत राज्यभरातील हजारो सरकारी आरोग्य केंद्रांमध्ये महत्वपूर्ण व गरजेच्या आरोग्य सेवा नागरिकांना मोफत उपलब्ध करून देण्यात येत असून याद्वारे रुग्णांना आपल्या जवळपासच्या शासकीय दवाखान्यातच सर्व प्रकाराचे उपचार मिळू लागले आहेत.

याचाच पुढचा टप्पा म्हणून आता 'हिंदुहृदयसम्राट बाळासाहेब ठाकरे 'आपला दवाखाना' या शासनाच्या महत्वाकांक्षी योजनेची आखणी व नियोजन आरोग्य विभागाच्या वतीने करण्यात आले आहे. आपला दवाखाना हा उपक्रम म्हणजे सरकारचे आरोग्य क्षेत्रातील महत्वपूर्ण पाऊल असून त्यायोगे सार्वजनिक आरोग्य सेवेत क्रांती घडवण्याचा सरकारचा मानस आहे. शहरी भागातील अनेक नागरी आरोग्य केंद्रे ही आदिवासी, झोपडपट्टी भागापासून दूर अंतरावर असतात, त्यांच्या कामकाजाच्या वेळादेखील ठराविक असल्याने वेळेनंतर उपचार घ्यायला गेलेल्या रुग्णांना उपचार मिळण्यास अडचणी निर्माण होतात. तसेच वाढलेले संसर्गजन्य-असंसर्गजन्य व साथीच्या आजार लक्षात घेता रुग्णांची संख्याही वाढली आहे. त्यामुळे सरकारी दवाखाने सदैव रुग्णांनी हाऊसफुल्ल असल्याचे चित्र आहे. त्याचबरोबर शहरी भागातील वाढत चाललेल्या स्थलांतरामुळे शहरी लोकसंख्या व पर्यायाने रुग्णसंख्याही प्रचंड वाढली आहे. याच पार्श्वभूमीवर 'हिंदुहृदयसम्राट बाळासाहेब ठाकरे आपला दवाखाना' ही संकल्पना नागरिकांच्या आरोग्यासाठी एक प्रकारचा दुवा म्हणून काम करणार आहे. सध्या ठाणे, मुंबई यांसारख्या महानगरांमध्ये हे दवाखाने कार्यरत आहेत. ठाण्यात एकूण ४२ तर मुंबईत ५० पेक्षा अधिक दवाखाने आरोग्य सेवांपासून वंचित राहिलेल्या भागांत नागरिकांना आरोग्य सेवा देत आहेत. ठाण्यातील जवळपास १५ लाखांपेक्षा जास्त लोकांनी या दवाखान्यांच्या माध्यमातून आरोग्य सेवांचा लाभ घेतलेला आहे. मुंबईतदेखील या उपक्रमाचा विस्तार करण्याची कार्यवाही सुरू आहे.

राज्याचे लोकप्रिय मा. मुख्यमंत्री श्री. एकनाथ शिंदे यांच्या संकल्पनेतून उभ्या राहिलेल्या या उपक्रमाचा आता वटवृक्ष होताना दिसत असून ९ फेब्रुवारी रोजी त्यांच्या वाढदिवसाचे औचित्य साधत महाराष्ट्रातील प्रत्येक तालुक्यात आपला दवाखाना स्थापन करण्याची घोषणा त्यांच्या उपस्थितीत सह्याद्री राज्य अतिथीगृहात झालेल्या भव्य समारंभात करण्यात आली. त्यामुळे या योजनेचा विस्तार राज्यभर होणार आहे. लोकांना घराजवळ सुसज्ज असे दवाखाने उपलब्ध होणार असल्याने त्यांची उपयुक्तता नक्कीच वाढणार आहे. प्राथमिक उपचार, संदर्भ सेवा, औषधे, टेलीकंन्सल्टेशन, समुपदेशन, विशेषज्ञ यांसारख्या सेवा याठिकाणी मोफत उपलब्ध असतील. डॉक्टर, अधिपरिचिरिका, एमपीडब्लू, सफाई कामगार असा

स्टाफ या दवाखान्यात कार्यरत असेल. विविध प्रकारच्या विशेषतज्ञांच्या सेवा देखील ठराविक दिवशी इथे मिळणार असल्याने स्पेशालिस्ट डॉक्टर शोधण्यासाठी लोकांची वणवण थांबणार आहे. त्यासोबत आर्थिक बचत देखील होणार आहे. विविध रक्त चाचण्या देखील येथे बाह्य यंत्रणेद्वारे उपलब्ध असतील. याचा लाभ प्रामुख्याने सर्वसामान्य व गरीब रुग्णांना होणार असल्याने या योजनेचा सकारात्मक परिणाम शहरी भागांतील झोपडपट्टी व गरीब वस्त्यांमध्ये लवकरच दिसून येईल. गोर–गरीब रुग्णांना आरोग्यसेवा घराच्या जवळपास उपलब्ध व्हावी यादृष्टीने हे दवाखाने सुरू करण्यात येत आहेत. वास्तविकता दिल्ली सरकारने राजधानी दिल्लीत राबवलेल्या 'मोहल्ला क्लिनिक' या संकल्पनेच्या धर्तीवर ही योजना राबवण्यात येत आहे. ज्याचा फायदा लाखो गोर–गरीब, गरजू रुग्णांना होणार आहे. उत्तम दर्जाच्या सहजसाध्य, माफक व दर्जेदार आरोग्य सेवा राज्यातील जनतेला पुरवण्यासाठी आरोग्य विभाग प्रयत्नशील असून अशा प्रकारच्या लोककेंद्रित उपक्रमांमुळे सार्वजनिक आरोग्य व्यवस्थेची रुग्णसेवेच्या दिशेने सुरू असलेली वाटचाल निश्चितपणे आश्वासक आहे.

‘संकल्प निरोगी महाराष्ट्राचा’

‘संकल्प निरोगी महाराष्ट्राचा’ या ध्येयाने सार्वजनिक आरोग्य विभागाच्या वतीने सामान्य माणूस केंद्रबिंदू ठेवून माता, बाल आरोग्य यासोबतच आरोग्य सेवेचे विविध उपक्रम राबविले जात आहेत. लोकाभिमुख आणि लोककल्याणकारी आरोग्य सेवा देण्यासाठी शासनाच्यावतीने गरजू, ग्रामीण, आदिवासी, गोरगरीब जनतेसाठी योजना व उपक्रम राबविण्यात येत आहेत.

मा. मुख्यमंत्री श्री. एकनाथ शिंदे यांच्या संकल्पनेतून आणि सार्वजनिक आरोग्य मंत्री डॉ. तानाजी सावंत यांच्या पुढाकाराने आरोग्य विभागाच्यावतीने निरोगी महाराष्ट्रासाठी राज्यात विविध उपक्रम राबविण्यात येत असून, त्यासंदर्भात ९ फेब्रुवारी रोजी राज्यात महाआरोग्य शिबीर, महारक्तदान शिबीर, तसेच ० ते १८ वर्षे वयोगटातील मुला-मुलींसाठी ‘जागरुक पालक, सुदृढ बालक’ अभियान असे विविध उपक्रम राबविण्यात येत आहेत.

मा. मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे, मुख्यमंत्री, मा. उपमुख्यमंत्री श्री. देवेंद्र फडणवीस, मा. आरोग्य मंत्री प्रा. डॉ. तानाजी सावंत यांच्या प्रमुख उपस्थितीत दि. ९ फेब्रुवारी रोजी ऑनलाईन या कार्यक्रमाचे आयोजन व घोषणा करण्यात आली .

राज्यातील लोकांना चांगली व गुणवत्तापूर्ण आरोग्य सेवा

दि. ९ फेब्रुवारी २०२३ रोजी ‘महाआरोग्य शिबीर’ आणि ‘महारक्तदान शिबीर’ याअंतर्गत राज्यातील सर्व जिल्हा रुग्णालय, उपजिल्हा रुग्णालय, ग्रामीण रुग्णालय, स्त्री रुग्णालय, नागरी सामुदायिक आरोग्य केंद्र, नागरी प्राथमिक आरोग्य केंद्र व ग्रामीण भागातील प्राथमिक आरोग्य केंद्र याठिकाणी महाआरोग्य शिबिरांचे आणि राज्यातील ३५६ शासनमान्य रक्तपेढ्यांमधून महारक्तदान शिबिरांचे आयोजन करण्यात आले आहे.

उपक्रम

१) ‘जागरूक पालक, सुदृढ बालक’ अभियान- ० ते १८ वर्षांपर्यंतची बालके तसेच किशोरवयीन मुला-मुलींच्या सर्वांगीण आरोग्य तपासणीसाठी ‘जागरूक पालक, सुदृढ बालक’ हे अभियानाअंतर्गत राज्यभर राबविण्यात येत आहे. या अभियानांतर्गत जवळपास २ कोटी ९२ लाख मुलांची सर्वांगीण आरोग्य तपासणीचे उद्दिष्ट ठेवण्यात आले आहे. ९००० तपासणी पथकांमार्फत ही अभिनवयोजना राबविली जात आहे. अगदी अभिनव आणि काळाची गरज ओळखून बालकांना संदर्भसेवा, रोगनिदान, औषधोपचार यासाठी नियोजित केलेले अभियान...

जागरूक पालक, सुदृढ बालक

२) महारक्तदान शिबीर - थॅलिसिमिया, सिमोफिलिया, सिकलसेल हे रक्ताशी निगडित आजार, शस्त्रक्रिया, प्रसूती काळात, कधी मानवी तर कधी नैसर्गिक आपत्ती काळात नेहमीच रक्त आवश्यक असते. म्हणूनच रक्तसंकलन केंद्रांच्या साहाय्याने महाराष्ट्राच्या सार्वजनिक आरोग्य विभागाने रक्तसेवेचे जाळे पसरवले आहे. सर्वजण महारक्तदान शिबिरात ‘रक्तदान हेच जीवनदान’ या उपक्रमात योगदान देत आहेत.

३) महाआरोग्य शिबीर - सामान्य जनतेला आरोग्य सेवा अधिक सुलभ व जवळ उपलब्ध व्हावी यासाठी महाआरोग्य शिबिरासाठी माध्यमातून तपासणी, उपचार व संदर्भसेवा देण्यासाठी राज्यातील विविध रुग्णालयांमध्ये महाआरोग्य शिबिराचे आयोजन करण्यात आले आहे. या महाआरोग्य शिबिरांमध्ये अनेक आरोग्य सेवा देण्यात येत आहेत. यामुळे सामान्य माणसाला दिलासा मिळून लवकर निदान व उपचार घेण्यास मदत होत आहे.

४) आरोग्य विभागाचा एक महत्त्वाचा उपक्रम म्हणजे माननीय मुख्यमंत्री यांच्या संकल्पनेतून साकारलेला...

‘हिंदुहृदयसम्राट बाळासाहेब ठाकरे आपला दवाखाना’ याअंतर्गत आधुनिक तंत्रज्ञानाच्या सहाय्याने स्मार्ट, गुणवत्तापूर्ण आरोग्यसेवा शहरी, निमशहरी, सामान्य गरीब नागरिकांसाठी त्यांच्या घराच्याजवळ मोफत आरोग्य तपासणी, मोफत औषधोपचार देण्यात येणार आहेत. यात टेलिफोनिक सल्ला, एक्स-रे, संदर्भ सेवा, गर्भवती माता-भगिनींची तपासणी तसेच विविध लसीकरणही करण्यात येणार आहे. मुख्य म्हणजे यात फिजिशियन, स्त्री रोग तज्ज्ञ, प्रस्तुती तज्ज्ञ, बालरोग तज्ज्ञ, नेत्ररोग तज्ज्ञ, त्वचारोग तज्ज्ञ, मानसोपचार तज्ज्ञ, कान- नाक-घसा तज्ज्ञ असे विविध वैद्यकीय तज्ज्ञ आपली सेवा महाराष्ट्रभर देणार आहेत. ■■■

डॉ. वैजयंती पटवर्धन
स्त्री रोग तज्ज्ञ

प्रसूती

गरोदरपणाच्या ९ महिन्यांच्या प्रवासाची सांगता होते ती प्रसूतीत प्रसूती म्हणजे बाळाच्या जन्माची प्रत्यक्ष घटना. अर्थातच तिचा जोडशब्द म्हणजे प्रसववेदना! प्रसूती आणि वेदनेचा अत्यंत घनिष्ट संबंध आहे. हे ज्ञान बहुतांशी प्रत्येक स्त्रीला असतंच परिणामी हा गरोदरपणाच्या शेवटच्या टप्प्यावरील वेदनामयी प्रवास हा अवघ्या काही तासांचा असला तरी भीतीपोटी (आणि मुख्य म्हणजे अज्ञानापोटी) बहुतांशी स्त्रिया त्या वेदनांचा धसकाच घेऊन नऊ महिने टेन्शनमध्ये राहातात. वास्तविक पाहाता ९ महिन्यांच्या या गरोदरपणाच्या प्रवासात निसर्ग शारीरिक आणि भावनिक तयारी करून घेतच असतो. पण मानसिक तयारी मात्र स्त्रीने स्वतःच करायला हवी. त्यासाठी प्रसूतीक्रियेचे ज्ञान हवे.

प्रसूती म्हणजे काय –

प्रसूती म्हणजे पूर्ण दिवस (३७ आठवडे) वाढ झालेल्या गर्भाची (त्याच्या नाळ–वार इत्यादीसह) डोक्याद्वारे गर्भाशयातून योनिमार्गाद्वारे जननवाटेबाहेर पडण्याची नैसर्गिक क्रिया. या व्याख्येनुसार कुठलाही बदल घडून होणाऱ्या प्रसूतीला नैसर्गिक म्हणता येत नाही.

३७ आठवडे पूर्ण झाल्यावर बाळाची वाढ पूर्ण झालेली असते. त्यानंतर प्रसूतीची वेळ पुढील ३ आठवड्यांपर्यंत म्हणजे ४० आठवडेपर्यंत कधीही येऊ शकते. (जे निसर्गाच्या नियंत्रणाखाली असते.)

३७ ते ४० आठवड्यांच्या प्रसूतीला पूर्ण दिवसांची प्रसूती समजतात. फक्त ५% प्रसूती या प्रसूतीसाठी दिलेल्या नेमक्या तारखेस होतात. तरीही ३७ आठवड्यांनंतरच्या प्रसूतींना पूर्ण दिवसाचे (Full term) समजले जाते.

प्रसूतीपूर्व बदल व लक्षणे –

प्रसूतीची वेळ सहसा अचानक येत नाही. खेपेप्रमाणे काही दिवस आधी काही शारीरिक बदल प्रसूती सुलभ होण्याच्या दृष्टीने होत असतात. या बाबतीतही निसर्गाचे नियोजन वाखाणण्यासारखे असते.

प्रसूतीपूर्वीचे काही दिवस खालील बदल दिसून येतात –

पोट उतरणे (Fixing of Head) – बाळाचे डोके (Presenting Part) खाली सरकते व योनिमार्गाच्या हाडांच्या पोकळीत फिक्स होते. त्यानंतर बाळाची स्थिती (Position) बदलू शकत नाही. त्यामुळे डोके fixed / engaged होणे, हे आईच्या जननमार्ग बाळासाठी आवश्यक तितका रूंद असल्याचे सर्वसाधारण निदान करता येते. (क्वचित अपवाद असू शकतात) डोके खाली सरकल्याने आईचे पोट खाली उतरल्यासारखे होते.

घरातल्या ज्येष्ठ/अनुभवी स्त्रिया नुसत्या निरीक्षणावरून पोट खाली उतरल्यावर प्रसूतीची वेळ जवळ आल्याचा अंदाज बांधू शकतात. पहिलटकरणीमध्ये प्रत्यक्ष प्रसूतीच्या ३–४ आठवडे अगोदर पोट उतरण्याची क्रिया घडते. पण पुढच्या खेपेस मात्र प्रसूतीच्या थोडाच काळ आधी क्वचित प्रसूतीच्या वेळेस डोके फिक्स होते.

पोट खाली उतरल्याने हालचालीत फरक पडतो. ओटीपोट–जननमार्गावर ताण जाणवतो – उठता – बसताना अवघडल्यासारखे होते. पायात गोळे येतात. हालचालीत मंदपणा येतो. शौचास साफ होत नाही.

हलक्या कळा जाणवणे –

प्रसूतीपूर्व काही दिवस बारीक कळा जाणवतात. या मुख्यतः पोटात येतात. गर्भाशय कडक होऊन बारीक कळा जाणवते. अर्थात ती खूप कमी तीव्रतेची असते व लगेच जाते सुद्धा त्यावेळी फारसा अस्वस्थपणा जाणवत नाही.

अंगावरून स्राव जाणे –

प्रसूतीपूर्व काही दिवस कटिबंधाचे रक्ताभिसरण वाढून जननमार्गाचा ओलावा वाढतोच. शिवाय गर्भाशयामुखात बदल होऊ लागतात. त्यामुळे पांढरा चिकटसर स्राव जाण्याचे प्रमाण वाढते. गर्भाशयाचे तोंड उघडू लागल्यास स्रावाचा चिकटसर रक्तमिश्रित गोळा (show) दिसतो. त्याबरोबर कळाही असतात. अशा प्रकारच्या लक्षणांसाठी दवाखान्यात

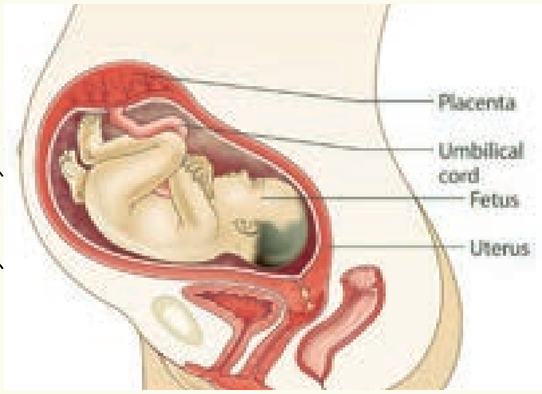
तपासणीस जावे.

त्याशिवाय क्वचित कळा सुरू नसताना लघवीसारखा स्राव जाऊ शकतो याला Premature Rupture of Membrances म्हणतात. या स्थितीत बाळाला व आईला काही धोके असतात.

काही वेळा विशेषतः शेवटच्या आठवड्यांमध्ये योनिमार्गाचा जंतूसंसर्ग होऊनही स्राव वाढतो. स्रावामुळे खाज-आग-सूज-पिवळेपणा इत्यादी लक्षणे दिसल्यास त्वरित डॉक्टरांचा सल्ला घ्यावा.

प्रसूती वेदना म्हणजे नेमके काय

प्रसूतीपूर्वी गर्भाशयमुख बंद असते. प्रसूतीच्या वेळी गर्भाशयाचे स्नायू एका विशिष्ट प्रकारे क्रमशः व वाढत्या आवर्तनाने आकुंचन पावतात व प्रसरण पावतात. या आकुंचन-प्रसरणामुळे बाळ खाली सरकू लागते.



गर्भाशयाच्या तोंडावर गोलाकार (circular) स्नायू असतात. गर्भाशयाच्या स्नायूंच्या आकुंचनाबरोबर हे मुखाचे स्नायू प्रसरण पावतात. त्यामुळे गर्भाशया मुख उघडू लागते.

स्नायूंच्या अत्यंत सहकार्यपूर्वक आकुंचन-प्रसरणामुळे एकीकडे बाळ खाली सरकणे व दुसरीकडे गर्भाशयाचे तोंड उघडणे (Descent of baby & Dilatation of cervix) ही क्रिया अत्यंत शिस्तबद्धतेने सुरू राहाते व त्यामुळे गर्भाशयमुख पूर्णपणे उघडल्यावर बाळ त्यातून बाहेर येते.

बाळाच्या जन्मानंतरही ही क्रिया थोड्या फरकाने चालूच राहाते. त्यामुळे वार-नाळ इत्यादी गोष्टी आईच्या शरीराबाहेर पडतात. पुढे त्यात थोडा बदल होतो व पुढच्या सहा आठवड्यांत गर्भाशय आकुंचन पावून (Contraction & Retraction) त्याचा आकार लहान होत होत ४२ दिवसांनी मूळ पदावर येतो. गर्भाशयाचे आकुंचन हे वेदनादायी असते. गर्भाशय आकुंचन पावल्याने ताठ (कडक) होते, जेव्हा स्त्रीला वेदना जाणवते. नंतर प्रसरण पावल्यावर वेदना थांबते.

त्यामुळेच प्रसूतीच्या वेळीही स्त्रीला सलग वेदना नसतात.

प्रसूतीसाठी सुयोग्य कळा कशा असतात -

सुरुवातीला कळांची तीव्रता (intensity) व प्रमाण (frequency) कमी असते.

त्यानंतर हळूहळू दोन्हीही वाढत जाते. Active Labour सुरू झाल्यावर काही वेळाने या तीव्र वेदना सुरू होतात.

प्रसूतीसाठी आदर्श कळा म्हणजे दहा मिनिटांत तीन कळा. प्रत्येक कळेचा कालावधी ३०-४५ सेकंदांचा. म्हणजेच ४५ सेकंद काल कळा सहन करायचा. पुढे ३-४ मिनिटे कळा नाहीत. म्हणजेच एक तासात सुमारे १२ मिनिटे फक्त कळा सहन करायच्या. त्याही योग्य प्रकारे तयारी केल्यास सहन करण्यास अशक्यप्राय नसतात. योग्य श्वसन, शिथिल ठेवण्याच्या सरावाने या कळा सहन करणे जमते.

निसर्गाने प्रत्येक स्त्रीला ही ताकद दिलेली आहेचं. फक्त आपल्या ताकदीचा आपल्याला अंदाज नसतो. त्यामुळे आपण उगीचच बाऊ करतो. घाबरून जातो. वेदनायुक्त ४५ सेकंदांनंतर ३-४ मिनिटे शिथिल होण्याचा काळ असतो.

या कळांच्या वेळेस बाळाला ऑक्सिजनचा पुरवठा व्यवस्थित होणे ही महत्त्वाचे असते. त्यासाठीही आईने तयारी करणे महत्त्वाचे असते.

प्रसूतीच्या अवस्था (Stages of Labour)

प्रसूतीच्या मुख्यतः तीन अवस्था असतात.

पहिली अवस्था - First stage of labour :

प्रसूतीच्या कळा सुरू होऊन गर्भाशयाचे तोंड पूर्ण उघडण्यापर्यंतची ही अवस्था. (Onset of labour to full Dilatation of cervix) गर्भाशयाचे तोंड गर्भारपणात बंद असते. प्रसूतीसाठी म्हणजे बाळाच्या जन्मासाठी ते सुमारे १० सें.मी. (10 cm.) इतक्या व्यासाचे उघडावे लागते. या क्रियेलाच प्रसूतीतला जास्तीत जास्त वेळ लागतो. पहिल्या अवस्थेत पहिलटकरणीस सुमारे १२ तास, तर पुढील खेपेस ४ ते ६ तास लागतात. या काळात क्रमशः वेदनांची तीव्रता वाढत जाते. दोन कळांतील अंतर कमी होत जाते. बाळाचे डोके खाली सरकत सरकत गर्भाशयाच्या तोंडावर ताण येतो व ते उघडू लागते.

सुरुवातीला कळा अनियमित व मंद असतात. हळूहळू त्या वाढून शेवटच्या टप्प्यावर त्यांची तीव्रता सर्वात अधिक असते. कळांचे प्रमाण, बाळाचा खालच्या दिशेने प्रवास, हृदयाचे ठोके, गर्भाशयाचे मुख रुंद होण्याचा वेग या सर्व गोष्टी

सुसंगतपणे व क्रमशः होणे अत्यंत महत्त्वाचे असते.

यातील कुठल्याही टप्प्यावरचा अडथळा हा प्रसूती नॉर्मल होण्यात अडचण आणणारा असतो. या वेळेपासूनच वरील सर्व गोष्टींवर बारकाईने देखरेख करणे महत्त्वाचे असते.

पार्टोग्राफ / इलेक्ट्रॉनिक मॉनिटरीद्वारे याचा आलेख घेतल्याने या क्रियेतील धोके कमी होतात. त्यामुळे कळा सुरू झाल्यावर लवकरात लवकर दवाखान्यात जाणे महत्त्वाचे असते.

प्रसूतीची दुसरी अवस्था (2nd stage of labour)

गर्भाशयाचे तोंड पूर्ण उघडल्यापासून बाळ बाहेर येण्यापर्यंतची ही अवस्था. पहिल्या अवस्थेच्या शेवटी येणाऱ्या कळांचा जोर या वेळी तीव्र होतो. बाळाच्या डोक्याचा ताण जननमार्ग मुखाशी आल्याने संडासच्या जागी जोर द्यावासा वाटतो. प्रत्येक कळेबरोबर स्त्री स्वतःहून बाळाला बाहेर ढकलायचा प्रयत्न करते. या कळांच्या वेळी थोडासा प्रयत्न केला व श्वासावर व शरीरावर नियंत्रण ठेवले की बाळाचा प्रत्यक्ष जन्म होणे लवकर व सोपे होते.

हल्लीच्या काळात बाळाच्या जन्माच्या वेळी जनन मार्गाच्या बाह्य भागाला फाटून इजा होऊ नये म्हणून डोके बाहेर येण्याच्या वेळी एक छेद दिला जातो. ज्याला Episiotomy म्हणतात. त्यामुळे योनीमार्ग रुंदावून बाळाचे डोके बाहेर येणे सोपे जाते. (बाळ जन्मल्यानंतर दिलेला छेद टाके मारून शिवला जातो.) या अवस्थेला पहिल्या खेपेस सुमारे दोन तास व त्यानंतर सुमारे अर्धा तास लागतो.

प्रसूतीच्या सर्वोच्च क्षणी प्रथम बाळाचे डोके बाहेर येते. त्यानंतर शरीर पाय इत्यादी क्रमाने येऊन बाळ रडते. बाळाची नाळ दोन चिमट्यांमध्ये कापली जाऊन बाळ आईपासून वेगळे केले जाते. ज्या वेळी ही अवस्था संपते.

तिसरी अवस्था (3rd stage of labout)

बाळ जन्मल्यानंतर वार, आवरणे इत्यादी पूर्णपणे बाहेर येईपर्यंतची अवस्था म्हणजे तिसरी अवस्था. या काळात गर्भाशय आकुंचन-प्रसरणाची क्रिया सुरुच असते. पण तीव्रता कमी असल्याने स्त्रीसाठी ही खूप वेदनादायक अवस्था नसते. हलक्या कळा जाणवत राहतात. गर्भाशयाच्या आकुंचन-प्रसरणामुळे (Contraction & Retraction) वार व नाळेची आवरणे (Membranes) हे गर्भाशयापासून सुटे होऊन वार इत्यादी शरीराबाहेर फेकले जाते.

या सर्व वेळी बऱ्यापैकी रक्तस्त्रावही सुरू असतो. वार बाहेर पडल्यानंतर गर्भाशय आकुंचन पावते व हळूहळू रक्तस्त्राव कमी होतो.

यानंतरही काही वेळ गर्भाशय पूर्ण आकुंचन पावून रक्तस्त्राव कमी होणे, शारीरिक स्थिती स्थिर होण्याच्या तासाभराच्या अवस्थेला चौथी अवस्था समजली जाते.

तिसऱ्या-चौथ्या अवस्थेची काळजी व्यवस्थित घेणे महत्त्वाचे असते. कारण यावेळी दुर्लक्ष झाल्यास अतिरक्तस्त्राव, शॉकसारखे गंभीर धोके उद्‌भवू शकतात.

सुलभ प्रसूतीसाठी आवश्यक बाबी –

प्रसूतीक्रिया ही पूर्णपणे नैसर्गिक असली, तरी तो एक जिकीरीचा प्रवक्ता असतो. आई व बाळ दोघांसाठीही. वरील वर्णनावरून लक्षात येईलच की या काही तासांच्या प्रवासात अनेक प्रकारच्या शारीरिक क्रिया व घटना क्रमवार व सुसंगतपणे होणे महत्त्वाचे असते. त्यात होणारा कुठलाही बदल हा आई व बाळासाठी धोकादायक ठरू शकतो. त्यामुळे नैसर्गिक प्रसूतीतला अडथळा ठरू शकतो.

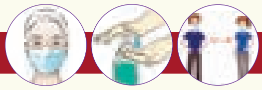
सुलभ प्रसूतीसाठी महत्त्वाच्या गोष्टी :

१) प्रसूती कळा : Labour Pains-Force

गर्भाशयाचे तोंड पूर्णपणे उघडण्यासाठी व्यवस्थित कळा अत्यंत महत्त्वाच्या असतात. कळा सुरुवातीला मंद व काही वेळाने येत असतात. प्रसूती क्रिया सुरू झाल्यावर क्रमाक्रमाने कळा वाढत जाणे व दोन कळांतील अंतर कमी होऊन तीव्रता वाढणे गरजेचे असते. तेही विशिष्ट मर्यादेपर्यंत. (Intensity व Frequency)

False Labour Pains

प्रसूतीच्या कळांशिवाय येणाऱ्या या अनावश्यक कळा ज्याला खोट्या कळा म्हणता येईल. (वांझोट्या कळाही म्हणायला हरकत नाही) कारण या कळांची परिणती बाळाच्या जन्मात होत नाही. या प्रकारच्या कळा प्रसूतीपूर्वी काही दिवस विशेषतः पहिलटकरणीला अनेक वेळा जाणवतात. तिला घाबरण्याला त्या पुरेशा असतात. पण त्यामुळे प्रसूती होत नसल्याने घाबरायचे कारण नसते.



या खोट्या कळा कमी तीव्रतेच्या अनियमित असतात. त्यांची तीव्रता वाढत नाही तर काही वेळाने आपोआप कमी होते. त्याबरोबर कुठलीही स्राव (चिकट/रक्त) जात नाही. तसेच गर्भाशयाचे तोंडही उघडत नाही. साध्या प्रकारच्या पेन किलर गोळी उदा. पॅरासिटमॉलने त्या थांबूनही जातात. या कळा सहसा पोटात पुढील भागावरच जाणवतात.

खऱ्या प्रसव कळा या सहसा कमरेत सुरू होऊन पोटावर गर्भाशयात जाणवतात. तिथून खाली योनीमार्गाकडे व मांड्यांपर्यंत आतील बाजूस त्या जाणवतात. कळेच्या वेळी तीव्रता खूप असल्याने काही सुचत नाही. गर्भाशय कडक आखडल्याप्रमाणे वाटते व काही सेकदांनंतर ती कळ जाऊन गर्भाशय पुन्हा शिथिल झालेले जाणवते.

प्रसूतीसाठी रुग्णालयात नेमके कधी जावे – प्रसूतीची खालील लक्षणे दिसत असल्यास रुग्णालयात जावे.

✻ **प्रसूती कळा** – सुरुवातीला मंद व अनियमित असलेल्या कळा हळूहळू नियमित होऊन वाढू लागल्या, त्यांची तीव्रता वाढली की, त्या प्रसवकळा समजाव्यात. त्याचबरोबर कंबरही तीव्रतेने दुखणे. कळेच्या वेळी कंबर दुखतेच पण कळ गेल्यावरही कंबर तीव्रतेने दुखते.

✻ **जुलाब होणे** – क्वचित उलटी होणे (गर्भाशयमुख उघडताना उलटीची भावना निर्माण होते)

✻ अंगावरून चिकटसर रक्तमिश्रित स्राव सुरू होणे.

✻ पायात गोळे येणे. संडास वारंवार लागल्याची भावना येणे.

✻ **पाणमूठ फुटणे** – (Rupture of Membraners) लघवीसारखे पांढरट पाणी अचानक जायला सुरू होते. त्याला विशिष्ट वास येतो. बऱ्याचदा स्त्रीला हा स्राव योनीमार्गातून येत आहे, हे कळत नाही पण सारखी लघवी गळते. नियंत्रण राहात नाही असे वाटून कपडे ओले होतात. अशा वेळी तपासणी करून घेणे योग्य. कारण पाणमूठ फुटल्यावर कळा नसल्या तरीही २४ तासांत डिलिव्हरी होणे इष्ट असते.

या व्यतिरिक्त कुठलीही धोक्याची लक्षणे आढळल्यास त्वरित रुग्णालयात जाणे योग्य.

प्रसूतीदरम्यान स्त्रीने काय करावे –

सर्वांत प्रथम नियमित तपासणी व प्रसूतीचे योग्य ज्ञान मिळवून लक्षणे ओळखावीत. मानसिक, शारीरिक तसेच अन्य तयारी प्रसूतीपूर्वीच करावी.

कळा मंदपणे सुरू झाल्याची शंका आल्यास व इतर कुठलीही गुंतागुंत नसेल, तर घाबरून न जाता कळांकडे लक्ष द्यावे. थोड्या फेऱ्या माराव्यात. कोमट पाण्याने अंघोळ करावी. सैलसर कपडे घालावे. आहार मात्र पातळ व हलकाच ठेवावा. काही वेळातच अंदाज येईल की कळा वाढत आहेत किंवा प्रसूतीची अन्य लक्षणे दिसत आहेत.

अशा वेळी रुग्णालयात जावे. रुग्णालयात ॲडमिट झाल्यावर डॉक्टरांच्या सल्ल्याने व देखरेखीखाली दोन कळांच्यामध्ये फेऱ्या माराव्यात. कळ येताना श्वसनावर नियंत्रण ठेवावे. कळांच्या वेळेस शरीर शिथिल ठेवावे. झोपताना जास्तीत जास्त वेळ डाव्या कुशीवर झोपावे. (पाणमूठ आधीच फुटल्यास झोपून राहावे व कळा द्याव्यात)

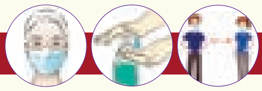
कळा व्यवस्थित व तीव्र प्रकारे सुरू झाल्यावर मात्र शरीर शिथिल ठेवणे व श्वासावरचे नियंत्रण महत्त्वाचे असते.

विशेषतः दुसऱ्या अवस्थेत म्हणजे बाळाच्या प्रत्यक्ष जन्माच्या वेळी कळा नीट दिल्याने प्रसूती लवकर व सोपी होते. त्यासाठी डॉक्टरांच्या मार्गदर्शनाप्रमाणे कळ नसताना नियमित श्वासोच्छ्वास घेत शिथिल ठेवावे. कळ येण्याची जाणीव झाल्यावर खोल श्वास भरून घ्यावा. सुमारे १० सेकंदांपर्यंत श्वास रोखून कुंथण्याची क्रिया करावी. श्वास रोखल्याने अस्वस्थ वाटत असल्यास श्वास सोडून द्यावा व दीर्घश्वसन करावे.

कळांच्या वेळी अंग घट्ट करणे, आखडणे, दातओठ खाणे, आरडाओरडा करणे इत्यादी कटाक्षाने टाळावे. शक्यतो पोटाचे स्नायू आकुंचित करून योनिमार्गाचे स्नायू (संडासची जागा) सैल ठेवावे. यामुळे प्रसूती सुलभ होते. (2nd stage)

प्रसूतीच्या या टप्प्याला सामोरे जाणे सोपे नसले तरी शक्य असते. किंबहुना जगात जन्माला येणाऱ्या प्रत्येक बाळाच्या आईला (सिझेरीयनचा अपवाद वगळता) ते सहन करावे लागते. आणि ते नैसर्गिक असल्याने ते सहन करण्याची मानसिक व शारीरिक क्षमता प्रत्येक स्त्रीमध्ये असते. फक्त भीती–अज्ञान–गैरसमज त्यातून येणारा ताण, यामुळे स्त्रीच्या मनात प्रचंड गोंधळ असतो.

म्हणूनच पुरेसे ज्ञान, मानसिक तयारी, प्रसूतीपूर्व नियोजन या सगळ्यांमुळे स्त्री हे सहन करून शकते. कारण त्याचं अविस्मरणीय फळ म्हणजे आपल्या बाळाचं दर्शन लगेच तिला मिळणार असतं. हल्लीच्या काळात तर वेदनारहित प्रसूतीसारखे पर्यायही सहज उपलब्ध आहेत. गरज आहे ती फक्त आत्मविश्वासाने या टप्प्याला सामोरं जाण्याची.



परंपरा स्तनपानाची
भरभराट परिवाराची
MAA
Mothers' Absolute Affection
एक संकल्प
स्तनपान.... विकल्प नसून एक संकल्प आहे.
राज्य आरोग्य शिक्षण व संपर्क विभाग, पुणे
सार्वजनिक आरोग्य विभाग, महाराष्ट्र शासन
www.arogya.maharashtra.gov.in

डॉ. सागर रमेश घोडेकर
(वैद्यकीय अधिकारी) साथरोग, सहसंचालक,
आरोग्य विभाग, पुणे - १

वृद्धापकाळातील हाडांच्या ठिसूळपणाचे आजार

हाडांचा ठिसूळपणा म्हणजे हाडांची घनता कमी झाल्यामुळे होणारा आजार. थोडक्यात ज्या आजारामध्ये हाडे फळ्यावर लिहिण्यास वापरल्या जाणाऱ्या खडूसारखी होतात. त्यास हाडांचा ठिसूळपणा म्हणजे ऑस्टिओपोरोसीस म्हणतात.

हाडांच्या ठिसूळपणाचे प्रकार खालीलप्रमाणे -

१) वयोमानानुसार होणारा
२) स्त्रियांमध्ये मासिक पाळी बंद झाल्यानंतर होणारा
३) इतर कारणांमुळे होणारा

उदाहरण -
१) आनुवंशिक कारणांमुळे
२) डायबेटीस वा थायरॉइडमुळे
३) कॅन्सर किंवा असाह्य रोगांमुळे
४) अयोग्य आहारामुळे
५) अति वापर केल्यामुळे झालेल्या स्टेरॉईडसारख्या औषधांमुळे
६) एखाद्याचे कारण सांगता येत नसणे यांमध्ये काही व्यक्तीमध्ये तीन ठिकाणची हाडे मोडण्याची भिती असते -

अ) खुब्याचे हाड मोडणे

ब) मणका दबून होणारे फॅक्चर

क) मनगटातील हाड मोडणे

वयांच्या साठ वर्षानंतर ही हाडे मोडण्याचे प्रमाण ६० ते ७० टक्के एवढे भयानक आहे.

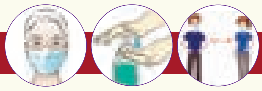
होणारे त्रास -
१) सततची पाठदुखी, अंगदुखी, कंबरदुखी, मानदुखी
२) बांध्या अंगावरील बदल
३) हालचालीमधील शिथिलता.
४) मणका, खुबा, मनगट, हाताचा वा पायांच्या हाडांचे फॅक्चर होणे.

भारतीयांमध्ये हाडांचा ठिसूळपणा अधिक असण्याचे कारणे खालीलप्रमाणे -
१) व्यायामचा अभाव
२) आहारातील महत्त्वाचे घटकांची कमतरता

कॅल्शियम - प्रथम तज्ज्ञ डॉक्टरांना भेटून योग्य वेळी, योग्य निदान करून घेणे व उपचार करून तसेच

✻ आहारांतील घटकांची कमतरता - भरून काढण्यासाठी कॅल्शियम युक्त आहार - दूध घेणे व दुधांचे पदार्थ, तीळ, नाचणीची भाकरी अथवा नाचणीचे पदार्थ, बदाम, अंजीर इत्यादी योग्य प्रमाणात रोज सेवन करणे.

✻ सकाळी कोवळ्या उन्हात फिरायला जाणे. (ऊन पडण्याच्या अगोदर ऋतुमानानुसार वेळात जाणे.) ■■■



अवयव प्रत्यारोपण व अवयवदान एक दृष्टिक्षेप

डॉ. अरुण दिनकरराव यादव, सहाय्यक संचालक (माअप्र), आरोग्य सेवा, आयुक्तालय, मुंबई.

दरवर्षी सुमारे ०.५ दशलक्ष लोक अशा कारणांमुळे मरतात जे अवयव प्रत्यारोपणाने टाळता आले असते. अवयव प्रत्यारोपणाच्या प्रतीक्षेत दररोज १७ लोक मरतात. तथापि, भारतात अवयवदानाचे प्रमाण जगात सर्वात कमी आहे आणि दरवर्षी केवळ ०.३४% अवयव दान होते. एका वर्षात फक्त ६००० मूत्रपिंड प्रत्यारोपण शस्त्रक्रिया होतात, परंतु दरवर्षी १.८ लाख लोकांचे मूत्रपिंड निकामी होत असल्याचे निदर्शनास येते. अंदाजे २ लाख लोकांपैकी १०.१५% लोक दरवर्षी यकृत निकामी झाल्याने किंवा यकृताच्या कर्करोगाने मरतात. दरवर्षी सुमारे २५-३०००० यकृत प्रत्यारोपणाची गरज असताना केवळ १५०० यकृत प्रत्यारोपण शस्त्रक्रिया केले जातात. एका वर्षात १०-१५ हृदय प्रत्यारोपण शस्त्रक्रिया केल्या जातात. तथापि, दरवर्षी ५०००० लोक हृदयाच्या विफलतेने ग्रस्त आहेत जे हृदय प्रत्यारोपणाद्वारे टाळता येऊ शकते. कॉर्नियाच्या बाबतीत १ लाखांच्या गरजेच्या तुलनेत दरवर्षी केवळ २५००० कॉर्निया प्रत्यारोपण केले जातात.

इतर राज्यांची कामगिरी

इतर राज्यांच्या कामगिरीचा विचार केला असता तामिळनाडू राज्याने सन २०२० साली ११ व्या अवयवदान दिनानिमित्त प्रकाशित केलेल्या माहितीनुसार, सलग ६ वर्षे देशातील सर्वोच्च अवयवदान करणाऱ्यापैकी एक राज्य आहे. एकूणच तामिळनाडू राज्यातील ८२४५ अवयव दात्यांकडून १३९२ अवयव काढण्यात आले होते. तसेच तामिळनाडू राज्यात सन २०२० मध्ये १०७ यकृत प्रत्यारोपण आणि १८६ मूत्रपिंड प्रत्यारोपण करण्यात आले होते. करोना महामारीच्या काळात या राज्यात कोविड-१९ मधून बरे झालेल्या ६ रुग्णांवर फुफ्फुस प्रत्यारोपण शस्त्रक्रिया करून मोठी कामगिरी केली होती. तामिळनाडू राज्याने देशातील पहिले बायलॅटरल कॅडेव्हेरिक हँड प्रत्यारोपण केले होते. अवयवदान नोंदणी प्रक्रियेचे संपूर्ण डिजिटलायजेशन केल्यामुळे हे शक्य झाले आहे. जेथे डोनर स्वतःची ऑनलाइन नोंदणी करू शकतात आणि डोनर कार्ड प्रिंट करू शकतात. अवयवदाना नंतर गोल्डन अवरमध्ये अवयवांची कार्यक्षमता वाढवण्यासाठी तामिळनाडू राज्य Air Ambulance साठी सुद्धा प्रयत्न करीत आहे.

तेलंगणा राज्यामध्ये अवयव दान आणि अवयव प्रत्यारोपणाला चालना देण्यासाठी कॅडेव्हर ट्रान्सप्लांटेशन सल्लागार समितीने प्रस्तावित केलेल्या जीवनदान नावाची सर्वसमावेशक योजना आहे. ही योजना वर्ष २०१२ मध्ये सुरू झाली होती. या योजनेअंतर्गत, कॅडेव्हर ट्रान्सप्लांटेशन सल्लागार समितीने (CTAS) नोंदणीकृत रुग्णालये आणि संबंधित भागधारकांसाठी नैतिक आणि कार्यक्षम अवयव प्रत्यारोपणासाठी मार्गदर्शक तत्त्वे प्रदान करते. योजनेच्या यशस्वी प्रत्यारोपणामुळे, हैद्राबाद शहर हे अवयव प्रत्यारोपणाचे केंद्र बनले होते विशेषतः यकृत, १० पेक्षा जास्त लिव्हर ट्रान्सप्लांट सेंटर या शहरात आहेत. सन २०१६ पासून जीवनदान योजनेंतर्गत तेलंगणा राज्याने ५०० पेक्षा जास्त संख्येने अवयवदान ओलांडण्यास सुरुवात केली होती. महामारीचा वेग कमी झाला असला तरी, तेलंगणामध्ये जुलै २०२१ पर्यंत या उपक्रमांतर्गत २४९ प्रत्यारोपण झाले होते.

महाराष्ट्रातील अवयव दानाची स्थिती

देशातील अवयवदानाच्या संख्येच्या बाबतीत महाराष्ट्र राज्य हे योगदान देणाऱ्यांमध्ये अव्वल स्थानावर आहे. सन २०१९ मध्ये, राज्याने तामिळनाडू आणि तेलंगणालाही मागे टाकले होते आणि राज्यात अवयवदानातून ४४९ जीव वाचले होते. १० व्या भारतीय अवयवदान दिना निमित्त, नॅशनल ऑर्गन अँड टिश्यू ट्रान्सप्लान्ट ऑर्गनायझेशनने (NOTTO) महाराष्ट्राला मृत अवयव दान (cadaver organ donation)

क्षेत्रातील सर्वोत्कृष्ट राज्य पुरस्कार प्रदान केला होता. महाराष्ट्राने गुजरात, सिलवासा, दादरा, नगर आणि हवेली यांना त्यांच्या राज्य अवयव आणि ऊतक प्रत्यारोपण संघटना

(SOTTOS) ची स्थापना करण्यात मदत केलेली आहे..

मागील तीन वर्षा मधील महाराष्ट्राच्या यशासाठी प्रमुख ठळक मुद्दे –

सन २०१९ मध्ये, २३७ जणांनी महाराष्ट्रात अवयवदानाकरीता संमतीपत्र दिले होते त्यापैकी १९३ च्या नातेवाईकांनी अवयव दानास परवागनी दिली होती.

नोव्हेंबर २०१८ ते ऑक्टोबर २०१९ पर्यंत एकूण ४४७ अवयव मिळवून त्यांचे वाटप करण्यात आले होते.

इतर राज्यांतील अवयव दानासह एकूण ४४९ अवयवांचे प्रत्यारोपण करण्यात आले होते.

एकूण १९३ ब्रेन स्टेम डेथ अवयवदाते ओळखले गेले होते, त्यापैकी १५३ प्रत्यारोपणात रूपांतरित झाले होते.

सन २०२० मध्ये साथीच्या रोगामुळे अवयव दानाचा वेग कमी झाला होता. मुंबईत ३० आणि संपूर्ण राज्यात एकूण ७५ अवयव प्रत्यारोपण झाले होते. राज्यात अवयव दानाच्या संख्येत ५०–७०% घट झाली होती. तथापि, जून २०२१ मध्ये ऑपरेशन्स पूर्वपदावर आल्यापासून, अवयव प्रत्यारोपणाला वेग आला आहे आणि राज्यात आणखी ७५ प्रत्यारोपण शस्त्रक्रिया झाल्या होत्या. जानेवारी ते नोव्हेंबर २०२२ पर्यंत राज्यामध्ये किडनी–६१०, लिव्हर–२३१, हार्ट–२३, लंग–२ इतक्या लिव्हींग व कॅडेव्हर अवयव प्रत्यारोपण शस्त्रक्रिया झालेल्या आहेत. सध्या ३७२० रुग्ण अवयव दानासाठी प्रतीक्षा यादीत आहेत, त्यापैकी ३३२५ एकट्या किडनीसाठी आहेत. महामारीच्या काळात त्वचादान देखील कमी झाले होते. फक्त ४६ स्किनदान केले होते.

एप्रिल २०२१ पासून झालेले अवयवदान –

ZTCC पुणे यांनी या महामारीच्या दुसऱ्या लाटेनंतर अवयव दान पुनरुज्जीवित करण्याच्या प्रयत्नात ऑनलाइन अवयव प्रतिज्ञा अभियान सुरू करण्यात राज्यात आघाडी घेतली आहे. एखादी व्यक्ती फक्त एक QR कोड स्कॅन करू शकते आणि प्लेज फॉर्म भरू शकते. वेबसाइटद्वारे ते डोनर कार्ड देखील ऍक्सेस करू शकतात.

महाराष्ट्राने चांगले काम केले असले तरी, सन २०१९ पासून ऑर्गन डोनेशनमध्ये, ROTTO-SOTTO ने प्रकाशीत केलेल्या अहवालानुसार, प्रत्यारोपणाच्या मागणीच्या १० टक्के पेक्षा कमी मागणी मुंबईत करण्यात आली होती. या प्रक्रियेतील अंतर हे आहे की व्यक्तीने संमतीपत्र दिले तरीही अवयवदान करण्यासाठी, रिट्रायव्हलच्या वेळी किंवा दरम्यान, नातेवाईक नकार देऊ शकतात किंवा सर्जनला अवयवदाता वैद्यकीयदृष्ट्या अयोग्य वाटू शकते.

सन २०१९ पासून केवळ अवयव दानासाठी महाराष्ट्र राज्य देशात अव्वल स्थानावर आहे. मात्र, राज्यात सर्वाधिक अवयवदान आणि प्रत्यारोपण करण्यात मुंबई आणि पुणे आघाडीवर आहेत. इतर जिल्हे हि गरज पूर्ण करण्यासाठी धडपडत आहेत. मुंबई आणि पुण्यातही अवयवदाना करीता प्रतिज्ञापत्र भरणाऱ्यांची संख्या आणि प्रत्यक्ष अवयवदान करणाऱ्यांची संख्या यात तफावत आहे, त्याचे कारण म्हणजे नातेवाईकांनी आक्षेप घेणे, प्रत्यारोपणाचे सोनेरी तास गमावणे, रिट्रायव्हल / हार्वेस्टिंगसाठी कुशल मनुष्यबळाची अनुपलब्धता इत्यादी कारणे असू शकतात. या समस्यांचे समर्पणपूर्वक निराकरण करण्यासाठी आणि अवयव दानाची एकूण परिस्थिती सुधारण्यासाठी अंतर विभागीय समन्वय साधने आवश्यक आहे.

ऑर्गन ट्रान्सप्लांट म्हणजे कोणत्याही मानवी अवयवाचे जिवंत किंवा मृत व्यक्तीपासून दुसऱ्या जिवंत व्यक्तीमध्ये उपचारात्मक हेतूने केलेले प्रत्यारोपण. मानवी अवयव प्रत्यारोपण कायदा १९९४ मध्ये भारतात मंजूर झाला आणि महाराष्ट्रात १९९५ मध्ये या नियमांची अंमलबजावणी करण्यात आली ज्यामुळे अवयव प्रत्यारोपणाच्या क्षेत्रात लक्षणीय विकास झाला आहे.

अवयव प्रत्यारोपण दोन प्रमुख मार्गांनी केले जाऊ शकते–

१) कॅडेव्हेरीक–ब्रेन डेड रुग्णाकडून अवयव प्रत्यारोपण

आणि

२) जिवंत दात्याकडून–थेट प्रत्यारोपण, जे दोन प्रकारचे असते –

अ) जिवंत रिलेटेड (संबंधित)

ब) जिवंत अनरिलेटेड (असंबंधित) आणि स्वॅप प्रत्यारोपण.

रिलेटेड (संबंधित) प्रत्यारोपण जवळच्या रक्ताच्या नातेवाईकांच्या दरम्यान होते. उदा, पतीपत्नी, वडील, आई, भाऊ, बहीण, मुलगा, मुलगी, आणि अलीकडील मानवी अवयव प्रत्यारोपण कायदा १९९४ नुसार, सुधारणा विधेयक ऑगस्ट २०११ मध्ये मंजूर झालेल्या नुसार – आजी, आजोबा आणि नातवंडे यांचासुद्धा समावेश आहे.

अनरिलेटेड (असंबंधित) प्रत्यारोपण दुसऱ्या ओळीच्या नातेवाईकांमध्ये केले जाते. उदा. मामा, मामी, चुलते, चुलती, चुलत भाऊ, चुलत बहीण, पुतणी, पुतण्या इत्यादीचा समावेश आहे.

पेशंट आणि अवयव दातांमधील रुग्णांमध्ये, जिथे अवयवदात्याचा रक्तगट अवयव प्राप्तकर्त्याशी जुळत नाही, तर अशाच प्रकारची दुसरी घटना अवयवदात्याच्या अदलाबदलीसाठी स्वॅप ट्रान्सप्लान्टकरीता मानली जाते.

एंड स्टेज ऑर्गन डिसीजने ग्रस्त व्यक्ती तथा रुग्ण सिटी वेटिंगलिस्टवर नोंदणी करून कॅडेव्हर ऑर्गन ट्रान्सप्लांटची निवड करू शकतात किंवा लिव्हिंग रिलेटेड / अनरिलेटेड किंवा स्वॅप ऑर्गन ट्रान्सप्लांटसाठी जाण्याचा पर्याय निवडू शकतात.

एकदा निदान झाले की, रुग्ण आणि त्यांचे कुटुंब डायलिसिसचा खर्च भागविण्यासाठी मानसिक आणि आर्थिकदृष्ट्या तयार असणे आवश्यक आहे. यावर कायम स्वरूपी उपाय म्हणून रुग्ण ऑर्गन ट्रान्सप्लांटचा पर्याय निश्चित करतात. अवयव प्रत्यारोपणामुळे वेदनादायक डायलिसिस बंद होईल हे समजून रुग्ण प्रत्यारोपणाचा निर्णय घेतो. हे अचानक किंवा अपेक्षित असले तरी, रुग्ण आणि कुटुंबाचे काम या रोगाचे निदान आणि त्याच्या उपचारांच्या मागण्यांना सामावून घेणे हे आहे आणि तरच काही सामान्य जीवन होण्याची अपेक्षा करता येईल.

एंड स्टेज ऑर्गन डिसीजच्या निदानानंतर अवयव प्राप्तकर्ता आणि संभाव्य अवयव दात्याला किडनी तथा यकृतच्या प्रोटोकॉलनुसार पद्धतशीर आणि सखोल मूल्यांकन करणे आवश्यक आहे. प्रारंभिक वैद्यकीय मूल्यमापन किडनी अथवा यकृत प्रत्यारोपण शक्य आहे की नाही हे निर्धारित करण्यासाठी अवयव दाता आणि अवयव प्राप्तकर्त्याच्या फिटनेसचे मूल्यांकन करण्यासाठी नेफ्रोलॉजिस्टकडून अथवा हेपॅटोलॉजिस्टकडून प्रारंभिक मूल्यांकन केले जाते.

नेफ्रोलॉजिस्ट/हिपॅटोलॉजिस्टद्वारे प्रारंभिक मूल्यमापन पूर्ण केल्यानंतर, अवयव प्राप्तकर्ता आणि अवयवदाता त्यांच्या मूल्यांकनासाठी संबंधित ट्रान्सप्लांट सर्जनकडे मार्गदर्शन केले जाईल. क्लिनिकल मूल्यांकनानंतर, अवयव प्राप्तकर्ता, अवयव दाता आणि त्यांचे कुटुंबास समुपदेशन आणि मार्गदर्शनासाठी ट्रान्सप्लांट कोऑर्डीनेटरकडे पाठवले जाते. मानवी अवयव प्रत्यारोपण कायदा १९९४ व नियमांनुसार, ट्रान्सप्लांट कोऑर्डीनेटर अवयव दाता व प्राप्तकर्त्यामधील संबंध सिद्ध करणारी कायदेशीर कागदपत्रांची फाईल तयार करतो.

वरील सर्व पायऱ्या पूर्ण झाल्यानंतर, अवयव प्राप्तकर्ता, अवयव दाता आणि त्यांच्या कुटुंबाची हॉस्पिटल आधारित एथिक्स कमिटीद्वारे (रुग्णालयीन कॉम्पिटन्टट ऑथोरिटी) मुलाखत घेतली जाते. अवयव प्राप्तकर्ता आणि अवयव दाता यांच्यातील नातेसंबंध एथिक्स कमिटी (रुग्णालयीन कॉम्पिटन्टट ऑथोरिटी) समोर सादर केलेली कायदेशीर कागदपत्रे तपासणी करून केली जाते. या संपूर्ण मुलाखतीचे व्हिडिओ रेकॉर्डिंग केले जाते.

जर अवयव प्रत्यारोपण अनरिलेटेड (असंबंधित) अवयव प्राप्तकर्ता आणि अवयवदाता यांच्यात असेल, तर प्रकरण पुढे स्टेट ऑथोरायझेशन कमिटी अथवा रिजनल ऑथोरायझेशन कमिटीकडे पाठवले जाते. सदरच्या कमिटी ह्या मुंबई, पुणे, औरंगाबाद, नागपूर, धुळे येथील शासकिय वैद्यकिय महाविद्यालयाच्या अधिनस्त कार्यरत आहेत. अवयव प्रत्यारोपणाच्या प्रकरणास उपरोक्त कमिटीकडून मंजुरी मिळाल्यावर, उपचार करणारा नेफ्रोलॉजिस्ट प्रत्यारोपणासाठी तारीख निश्चित करतो. हॉस्पिटल भरतीनंतर, ॲनेस्थेटिस्ट अवयव प्राप्तकर्त्याच्या व अवयव दात्याच्या फिटनेसचे प्रत्यारोपणाच्या शस्त्रक्रियेसाठी मूल्यांकन करेल.

अवयव प्राप्तकर्ता व अवयव दात्यांच्या कुटुंबातील सदस्यांनी नेफ्रोलॉजिस्ट यांचेशी प्रत्यारोपणाशी संबंधित सर्व प्रश्न, मूत्रपिंड प्रत्यारोपणाच्या वैद्यकीय गुंतागुंत, प्रत्यारोपणानंतर आवश्यक असलेल्या गोष्टींची सखोल चर्चा करणे आवश्यक आहे. तसेच प्रत्यारोपणाच्या सर्जनशी शस्त्रक्रियेशी संबंधित बाबींवर चर्चा करने आवश्यक आहे. ॲनेस्थेसियाचा धोका व त्याची गुंतागुंत याविषयी ॲनेस्थेटिस्ट अवयव प्राप्तकर्ता व अवयव दाता यांचे कुटुंबासह प्रत्यारोपणाच्या प्रक्रिये दरम्यान मार्गदर्शन करीत असतात.

गोवर रुबेला विशेष लसीकरण मोहिमेत सहकार्य

डॉ. वैशाली बिऱ्हाडे, राज्य कार्यक्रम व्यवस्थापक

यूएसएडद्वारे अर्थसहाय्यित आणि जेएसआयद्वारे राबविण्यात आलेला मोमेंटम नियमित लसीकरण कार्यक्रम ऑक्टोबर २०२१ पासून महाराष्ट्रासह भारतातील अठरा राज्यांमध्ये सुरू आहे. हा कार्यक्रम राज्यातील कोविड-१९ लसीकरण कार्यक्रमाला समाजातील शेवटच्या घटकांपर्यंत पोहचविण्यासाठी म्हणजे ज्यांना कोविड लसीबद्दल संकोच वाटतो किंवा ज्यांना सामाजिक, आर्थिक किंवा कठीण भौगोलिक परिस्थितीमुळे लस उपलब्ध होऊ शकत नाही यांसाठी सुरू करण्यात आला. मोमेंटम टीम शासनाच्या आरोग्य विभागाला स्टॉक रिपोर्टिंग, लस कव्हरेज, संवाद, आयईसी रणनीती यासाठी समर्थन करते. तर मोमेंटम नियमित लसीकरण कार्यक्रमविविध सबअवार्डीद्वारे, समुदाय स्तरावर कार्य करून विविध जिल्हात शासनाला कोविड-१९ लसीकरणास मदत करते.

कोविड महामारीच्या काळात, इतर आरोग्य कार्यक्रमांकडे, विशेषत: बाल आरोग्य लसीकरण कार्यक्रमाकडे काही प्रमाणात दुर्लक्ष झाले होते. त्याचबरोबर, लोकसंख्येपर्यंत पोहोचण्यासाठी कमी-अधिक प्रमाणात आरोग्य संसाधने/फ्रंट लाइन कामगार उपलब्ध होते. परिणामी, मुंबईत गोवर आणि रुबेला (MR) उद्रेक आढळून आला. एखाद्या विशिष्ट भौगोलिक क्षेत्रामध्ये (जिल्हा/ब्लॉक) राहणाऱ्या प्रति १,००,००० लोकसंख्येमागे एका महिन्यात ५ पेक्षा जास्त संशयित प्रकरणे ओळखली जातात किंवा/आणि दोन किंवा तीन पुष्टी झालेल्या गोवर आणि रुबेलाप्रकरणांची ओळख पटते तेव्हा गोवर आणि रुबेला उद्रेक अशी परिस्थिती म्हणून परिभाषित केली जाते. उच्च ताप, घसा खवखवणे, खोकला आणि शरीरावर पुरळ येणे ही गोवर आणि रुबेला संसर्गाची लक्षणे आहेत. पॅरामायच्युरिडेच्या कुटुंबातील विषाणूमुळे होणारा, हा अत्यंत संसर्गजन्य रोग आहे. जो मुख्यतः थेंबांच्या इनहेलेशनद्वारे पसरतो आणि त्याचे आरओमूल्य १२ ते १४ असते. ५ वर्षांखालील मुलांमध्ये आणि रोगप्रतिकारक शक्ती कमी झालेल्या व्यक्तींमध्ये संसर्गाचा घातक परिणाम होऊ शकतो. हा व्हायरस सर्व वयोगटातील व्यक्तींना संक्रमित करू शकतो ज्यांना लसीकरण केले गेले नाही किंवा यापूर्वी संसर्ग झाला नाही.

नोव्हेंबर २०२२ मध्ये, मुंबई महानगरपालिकेच्या गोवंडी मध्ये गोवर आणि रुबेला संसर्गामुळे ५ वर्षाखालील तीन मुलांना रुग्णालयात दाखल करण्यात आले आणि त्यांचा मृत्यू झाला. हळूहळू, भिवंडी, मालेगाव, ठाणे आणि वसई विरारमध्ये ही संशयित आणि पुष्टी झालेली प्रकरणे समोर आली. एमआर संसर्गाची संशयित ९६३३ प्रकरणे होती त्यापैकी ५९८ ची पुष्टी झाली आणि १३ प्रकरणे घातक होती.

या भागात आधीच कोविड-१९ लसीकरणावर काम करत असलेल्या मोमेंटम नियमित लसीकरणटीमला गोवर-रुबेलाची साथ रोखण्यासाठी सहकार्य करण्यासाठी समाविष्ट करण्याचा निर्णय घेतला.

गोवर आणि रुबेलाचा प्रादुर्भाव रोखण्यासाठी, गोवर-रुबेलाची विशेष लसीकरण मोहीम महाराष्ट्र राज्यात जाहीर करण्यात आली. या विशेष लसीकरण मोहिमेचा पहिला टप्पा १५ डिसेंबर ते २५ डिसेंबर २०२२ तर दुसरा टप्पा १५-२५ जानेवारी २०२३ दरम्यान होता.

आरोग्य विभागाने मोमेंटम टीमला गोवर रुबेला विशेष लसीकरण मोहीमेमध्ये सहकार्य करणाचे आवाहन केले. मोमेंटम नियमित लसीकरण टीम आणि आरोग्य विभागाच्या अधिकारी यांच्यामध्ये झालेल्या बैठकीत ठाणे, मुंबई, भिवंडी आणि मालेगाव या भागात लसीकरणासाठी सहकार्य करण्याचे एक सूचना पत्र जारी करण्यात आले. त्यानुसार, मोमेंटम

नियमित लसीकरण टीमने आरोग्य विभागाने नियुक्त केलेल्या वॉर्ड आणि आरोग्य केंद्रामध्ये त्यांचे उपक्रम सुरू केले. टीमकडे कमी मानव संसाधन उपलब्ध असले तरी नियुक्त केलेल्या प्रत्येक आरोग्य केंद्रावर किमान एक स्वयंसेवक नियुक्त करण्याचा निर्णय घेण्यात आला.

गोवर आणि रुबेलाची साथ असलेल्या भागात गोवर आणि रुबेलाचा प्रादुर्भाव होण्याचे एक प्रमुख कारण म्हणजे पालकांनी बालकांना लस नाकारणे किंवा वेळेवर बालकांचे लसीकरण न करणे. मोमेंटम नियमित लसीकरण टीमने लसीकरण न झालेल्या लाभार्थ्यांची ओळख पटवणे, लस घेण्यास नकार देणाऱ्या कुटुंबांचे समुपदेशन करणे आणि शाळांमध्ये विविध IEC जागरूकता उपक्रम आयोजित करणे आणि बाजार आणि यात्रेसारख्या गर्दीच्या ठिकाणी पथनाट्यांचे आयोजन करण्यात योगदान दिले. गोवर रुबेला प्रादुर्भाव आणि लसीकरणाबाबत जनजागृती करण्यासाठी प्रश्नमंजुषा स्पर्धाही घेण्यात आल्या.

मोमेंटम नियमित लसीकरण टीमकडून लसीकरण मोहिमेच्या शेवटी, एकूण ९००० कुटुंबांना लसीसाठी नकार दिलेल्या स्थितीतून स्वीकृतीसाठी रूपांतरित केले आणि एकूण ३२३३ मुलांना लसीकरण करण्यात आले. एकूण २०२६० लोकांपर्यंत संदेश, गट चर्चा आणि पथनाट्य यांसारख्या विविध IEC उपक्रमांद्वारे पोहोचले.

मोमेंटम नियमित लसीकरण टीमने गटचर्चा, आयईसी मटेरियल फ्लायर्सचा वापर, ऑडिओ व्हिज्युअल, पथनाट्ये यासारख्या विविध IPC साधनांचा पद्धतशीर वापर करून प्रतिरोधक समुदयामध्ये लसीकरणाबद्दलचे समज आणि गैरसमज मोडून काढले यात टीमचे कौशल्य कामी आले.

डॉ. आर. व्ही. गलांडे
जिल्हा शल्यचिकित्सक, उस्मानाबाद

हत्तीरोग

हत्तीरोग हा दीर्घकालीन आजार आहे. हत्तीरोग हा क्युलेक्स डासापासून होतो . महाराष्ट्रात जळगाव, सिंधुदुर्ग, अकोला, वर्धा, अमरावती, सोलापूर, लातूर, उस्मानाबाद, यवतमाळ, ठाणे, पालघर, नंदुरबार, नांदेड, नागपूर, गोंदिया, भंडारा, चंद्रपूर आणि गडचिरोली या एकूण १८ जिल्ह्यांमध्ये हत्तीरोगप्रभावित आहे. जिल्ह्यामधील संपूर्ण लोकसंख्या प्रभावित नसून काही भाग प्रभावित आहे. त्यापैकी जळगाव, वर्धा, सिंधुदुर्ग, अकोला, अमरावती, लातूर, उस्मानाबाद, सोलापूर या ८ जिल्ह्यांमध्ये सार्वत्रिक औषोधपचार मोहीम व नियमित सर्वेक्षण यामुळे हत्तीरोगाचे प्रमाण अत्यंत कमी झालेले आहे.

यवतमाळ, ठाणे, पालघर, नंदुरबार, नांदेड, नागपूर, गोंदिया, भंडारा, चंद्रपूर, गडचिरोली, नंदुरबार, नांदेड या १० जिल्ह्यांमध्ये हत्तीरोग दूरीकरण कार्यक्रम चालू आहे.

१० फेब्रुवारी २०२३ पासून भंडारा, चंद्रपुर, गोंदिया, गडचिरोली या ४ जिल्ह्यामध्ये सार्वत्रिक औषोधपचार मोहीम चालू होणार आहे. सदरची गोळी खाल्याने जर कुणाला हत्तीरोग असेल तर बरा होतो.

परजीवींचे प्रकार –

१) वुचेरिया बॅनक्रॉफ्टी २) बृगेया मलाया
३) बृगेया तिमोरी

हत्तीरोगाचा हा ३ प्रकारच्या परजीवींमुळे होतो.

दूषित क्युलेक्स डासाद्वारे प्रसार होतो.

वुचेरिया बॅनक्रॉफ्टीमुळे हत्तीरोग होण्याचे प्रमाण ९९.४% इतके आहे.

परजीवी जीवनचक्र –

या परजीवींची वाढ डास आणि मनुष्यामध्ये होते. डासांमध्ये परजीवींची वाढ होते आणि मनुष्यामध्ये प्रजननाद्वारे परजीवींच्या संख्येमध्ये वाढ होते. डासांमध्ये परजीवी गेल्यानंतर त्यांची वाढ होऊन संसर्गजन्य डासअळी तयार होतात. डासांमध्ये मायक्रोफायलेरियापासून तिसऱ्या अवस्थेतील संसर्गजन्य डासअळी तयार होतात. यास १० ते १४ दिवस लागतात. हा दूषित क्युलेक्स डास माणसास चावल्यावर संसर्गजन्य डासअळी माणसाच्या शरीरात प्रवेश करतात आणि त्यापासून प्रौढ नर व मादी जंत तयार होतात. हे जंत माणसाच्या लसिकाग्रंथीमध्ये जातात.

हे जंत लसिकाग्रंथीमध्ये राहिल्याने लसिकाग्रंथी मोठ्या होतात. हे जंत माणसाच्या शरीरात सरासरी ५ ते ८ वर्षे राहतात. पण कधीकधी जास्तीत जास्त १५ वर्षांपर्यंत राहू शकतात. संसर्गानंतर मायक्रोफायलेरिया रक्तात आढळून येण्यास कमीत कमी ६ महिने ते १ वर्ष कालावधी लागतो. दिवसा हा मायक्रोफायलेरिया फुफ्फुसांच्या धमन्यांमध्ये राहतात व रात्री रक्तामध्ये येतात. त्यामुळे हत्तीरोगाच्या अचूक निदानासाठी रात्री ८.३० ते १२.३० या वेळेत रक्तनमुना तपासणीस घेतला जातो. काही व्यक्तींमध्ये हे परजीवी बरीच वर्षे राहतात पण लक्षणे नसतात.

अधिशयन पूर्व कालावधी –

एखाद्या व्यक्तीला दूषित क्युलेक्स डास चावल्याने त्यांच्या शरीरात संसर्गजन्य लार्व्हा गेल्यापासून ते मायक्रोफायलेरिया निदान होणेपर्यंतचा कालावधी सरासरी ७ ते ८ महिने आहे. बृगेया मलाया या परजीवीच्या संसर्गामध्ये हा कालावधी २ महिने आहे.

वारंवार तीव्र लसीकाग्रंथी दाह किंवा अंडकोषदाह झाला तर हत्तीपाय व अंडकोष वृद्धी लक्षणे दिसतात.

लक्षणेपर्यंतचा अधिशयन काळ –

कमीत कमी ४ आठवडे. सर्वसाधारणतः ८ ते १६ महिने.

लक्षणे –

तीव्र लसिकाग्रंथी दाह – थंडी वाजून ताप येणे, तसेच पाय लाल होतो व जास्त सुजतो. काखेतील लसीकाग्रंथीला सुद्धा

सूज येऊ शकते. खूप दुखणाऱ्या गाठी पायावर येतात.

तीव्र अंडकोष दाह – थंडी ताप, तीव्र वेदना, जागा लाल होणे, जास्त सूज येणे.

दीर्घकालीन लक्षणे – हत्तीपाय, अंडकोषवृद्धी

हत्तीरोग दुरीकरण मोहीम –

हत्तीरोग रुग्णप्रमाण किंवा मायक्रोफायलेरिया वाहकांचे प्रमाण १% पेक्षा कमी करणे आणि लहान मुलांमध्ये अँटीजेनेमिया नसणे. जेणेकरून हा आजार पसरणार नाही. हत्तीरोग दूरीकरण मोहीमेमध्ये नवीन रुग्ण किंवा नवीन जंतुसंसर्ग होऊ नये म्हणून सार्वत्रिक औषधोपचार मोहीम वर्षाला एकदा घेतली जाते. यामध्ये डायइथील कार्बामेझीन व अलबेंडाझोल गोळीची एकच मात्रा प्रभावी आहे.

ज्यांना हत्तीरोग, हत्तीपाय झालेला आहे त्यांचे विकृती व्यवस्थापन व प्रतिबंधात्मक योजना अंतर्गत व्यवस्थापन केले जाते. अंडकोषवृद्धी रुग्णांची शस्त्रक्रिया ग्रामीण रुग्णालये, उपजिल्हा रुग्णालये, जिल्हा रुग्णालये येथे मोफत केली जाते. जोखमीच्या भागात रक्तनमुने संकलन रात्रीच्या वेळीत नियमित केले जाते. तपासणी करून दूषित रुग्णांना उपचार केले जातो. उपचारासाठी डायइथील कार्बामेझीन व अलबेंडाझोल गोळ्या दिल्या जातात.

सार्वत्रिक औषधोपचार मोहीम–

प्रत्यक्ष देखरेखी खाली सार्वत्रिक औषधोपचार मोहिमेत डायइथीलकार्बामेझीन व अलबेंडाझोल ही औषधे दिली जातात. औषधांची मात्रा वय आणि वजनानुसार दिली जाते.

औषधांची मात्रा				
	DEC (**डायइथील कार्बामेझीन**)		Albendazole (**अलबेंडाझोल**)	
	डोस (मिलीग्राम)	**१०० मि. ग्रॅ. गोळ्यांची संख्या**	**डोस (मिलीग्राम)**	**४०० मिग्रॅ गोळ्यांची संख्या**
	०	०	०	०
	१००	१	४००	१
	२००	२	४००	१
	३००	३	४००	१

आय.डी.ए. औषधाची मात्रा		
उंची (सें.मि. मध्ये)	**आयव्हरमेक्टिन (३ मि.ग्र.)**	
	मात्रा मि.ग्र.	**गोळयांची संख्या (एक गोळी ३ मि.ग्र.)**
९०–११९	३	१
१२०–१४०	६	२
१४१–१५८	९	३
१५९ पेक्षा जास्त	१२	४

सध्या राज्यातील ४ जिल्ह्यांमध्ये सदर मोहीमेची अंमलबाजवणी ही दि. १०–०२–२०२३ ते १५–०२–२०२३ या कालावधीमध्ये होईल.

अ.क्र.	**जिल्हा**	**तालुका**	**डीए/आयडीए**
१	गडचिरोली	चारमोशी	आयडीए
२		आरमोरी	
३	गोंदिया	गोंदिया	डीए
४		गोरेगाव	
५		तिरोडा	
६		अर्जुनी मोरगाव	

७	चंद्रपूर	चंद्रपूर ग्रामीण	आयडीए
८		भद्रावती	
९		मूल	
१०		सावली	
११		सिंदेवाही	
१२		ब्रह्मपुरी	
१३		राजुरा	
१४		गोंडपिपरी	
१५		पोंभुरणा	
१६	भंडारा	भंडारा	आयडीए

राज्य स्तरावरून करावयाच्या activities

- Communication from the state to district for MDA dates
- Release of fund from the state to district
- Conduct state task force meeting under chairmanship of Principal Secretary (Health)
- Conduct state level coordination meeting (Technical Advisory Committee) meeting under chairmanship of DG/DHS
- Intersectoral department letters regarding MDA
- Report of NBS from districts
- Independent assessment of MDA by Medical Colleges and Research Institutes
- Finalization of prototypes of communication tools (Factsheets, Handbills, Gifs, Infographics, public appeal videos by leaders/ influencers/ celebrities,etc.)
- Share proptotype of communication materials with the districts
- Conduct press meet/media flash
- Community champions publicly voice support for MDA through Media and Social Media
- News Paper advertisement, articles, Radio spots
- Media Sensitization Workshop; dissemination of media toolkit
- Conduct ToT of state and districts officials to discuss microplan, prototype of IEC, partners support
- State to send indent for drugs requirement
- Drugs received at State
- Allocation and distribution of drugs to the districts
- Final coverage reports to be submitted at national-level

जिल्हा स्तरावरून करावयाच्या activities

Governance & Programme Management

- Conduct 1st district coordination meeting
- Conduct 2nd district coordination meetings
- Release of fund from district to block
- Submit district level micro plan to state
- Review of block level micro plans at district
- Preparation of district and block level supervision plan
- Micro planning for deployment of RRT
- Line listing of LF cases
- Conduct post-MDA review by subcentre/PHC/ Municipality
- Independent assessment of MDA by Medical Colleges
- Supervision & Monitoring of MDA and Mop-up activities in field

Supply Chain

- Albendazole received at district
- Albendazole dispatched to blocks
- DEC received at district
- DEC dispatched to blocks
- Ivermectin received at district
- Ivermectin dispatched to blocks

Social and Behavior Change

- Preparation of social mobilization plan
- Private sector workshops
- Printing of communication tools at District
- Distribution of communication tools to PHC level
- Mobilization Coordinators identified and trained
- Carryout Interpersonal communication at household level
- Media workshops in districts
- District and sub-district MDA launch ceremony' in presence of local leaders influencers / department officials

Training

- Conduct Training of Trainers (District level officers)
- Organize district level training for medical/ health officials
- Conduct training of paramedical staff
- Conduct training to drug providers
- Formation and Training of Rapid Response

Team members

आयईसी – राज्य स्तरावरून प्रमाणित असेच आयईसी साहित्य एमडीए मोहिमेमध्ये वापरावे.

प्रशिक्षण –

१) तालुका आरोग्य अधिकारी

२) वैद्यकीय अधिकारी, आरोग्य पर्यवेक्षक, आरोग्य सहाय्यक व सर्व आरोग्य कर्मचारी

३) तालुका आरोग्य पर्यवेक्षक

४) Drug Administrators (गोळ्या खाऊ घालणाऱ्या व्यक्ती व कर्मचारी यांचे प्रशिक्षण)

पर्यवेक्षण –

१) मा. संचालक, आरोग्यसेवा, पुणे-१ यांनी नेमलेले राज्यस्तरीय पर्यवेक्षक.

२) जिल्हा आरोग्य अधिकारी यांनी नेमलेले जिल्हास्तरीय पर्यवेक्षक

५) जिल्हा आरोग्य अधिकारी यांनी नेमलेले तालुकास्तरीय पर्यवेक्षक

६) तालुका आरोग्य अधिकारी, जिल्हा हिवताप अधिकारी यांनी नेमलेले प्राथमिक आरोग्य स्तर पर्यवेक्षक.

बाल सुरक्षा अभियान...

दि. २३ जानेवारी रोजी वांद्रे येथे वंदनीय बाळासाहेब ठाकरे आरोग्यरत्न पुरस्कार सोहळा संपन्न झाला. याबद्दल बोलत असताना महाराष्ट्र राज्याचे सन्मानीय मुख्यमंत्री मा. श्री. एकनाथ शिंदे यांनी 'माता सुरक्षित, तर घर सुरक्षित' या उपक्रमाचे कौतुक व अभिनंदन देखील केले.

मागील काही दिवसांमध्ये आरोग्य विभागाच्या प्रधान सचिवांपासून ते आशा सेविकापर्यंत सर्वांनी अतिशय आनंदाने व उत्साहाने या उपक्रमामध्ये काम केलं आणि ३.५ कोटी पेक्षा अधिक महिलांची तपासणी पूर्ण झाली. याचाच दुसरा टप्पा कार्यन्वित करण्यास सुरुवात झाली आहे ज्यामध्ये आजारावर पूर्ण उपचार व आवश्यक असल्यास शस्त्रक्रिया देखील केल्या जाणार आहेत.

बाल सुरक्षा अभियानात **आजचा बालक उद्याचं भविष्य** आहे. तो निरोगी तर रहावाच पण त्यासोबतच त्याचे स्वास्थ उत्तम राहावे यासाठी आपण हे अभियान हाती घेतले आहे.

ज्यावेळी मी पूर्व विदर्भाचा दौरा केला त्यावेळी माझ्या अस लक्षात आलं की ० ते ६ वयोगटात आपल्याला अधिक काम करावं लागणार आहे. लसीकरण्याच्या माध्यमातून बालक सदृढ बनला पाहिजे याबद्दल उपाययोजना करण्याचे नियोजन या अभियानात आपण प्रामुख्याने करणार आहोत.

महाराष्ट्रभर फिरत असताना एक गोष्ट मला प्रकर्षाने जाणवत राहते की, ६ ते १२ व १२ ते १८ या वयोगटात देखील हृदयविकार, अस्थमा, संधिवात, रक्तदाब यांसारखे आजार डोकं वर काढत आहेत. बदलत्या जीवनशैलीचा परिणाम या वयोगटावर होताना दिसत आहे. त्यामुळे यावर प्रतिबंधात्मक उपाय म्हणून ६ ते १८ वयोगटातील मुलांना व त्यांच्या पालकांना मुलांच्या आहाराबद्दल मार्गदर्शन करण्याचे तसेच योगासने व प्राणायाम यांचे महत्व समजावून सांगण्याचे काम आपण करणारच आहोत पण त्यासोबतच या काही आजारांनी ग्रासलेल्या बालकांची पूर्ण तपासणी करून दुसऱ्या टप्प्यावर आपण त्यासंबंधी पूर्ण उपचार करण्याचे नियोजन करत आहोत.

असा अनोखा उपक्रम राबवून महाराष्ट्र राज्य हे भारतभरात एक आरोग्य मार्गदर्शक राज्य बनेल याप्रमाणे आपण पाऊले टाकत जाणार आहोत.

या अभियानासाठी भारताचे सन्माननीय पंतप्रधान महोदय श्री. नरेंद्र मोदी यांनी शुभेच्छा दिल्या आहेत. सोबतच महाराष्ट्राचे सन्मान मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे साहेब तसेच सन्मानीय उपमुख्यमंत्री मा. श्री. देवेंद्र फडणवीस हे पूर्णपणे पाठीशी उभे आहेत.

महाराष्ट्र राज्याचा आरोग्यमंत्री या नात्याने या उपक्रम यासाठी माझ्याकडून व आरोग्य विभागाकडून सर्वतोपरी उत्तम कार्य केले जाणारच आहे फक्त आता गरज आहे, ती आपल्या सर्वांच्या सहकार्याची.

मी सर्व स्थानिक लोकप्रतिनिधी, प्रशासन व आपणा सर्वांना विनंती करतो की आपण यामध्ये सक्रिय सहभाग नोंदवावा व अधिक तपासणी पूर्ण करण्यासाठी पुढे यावे. आपण १० पावले चालत असाल तर आपला आरोग्यसेवक या नात्याने २० पावले पुढे टाकण्याची माझी तयारी आहे.

आपण नक्कीच या उपक्रमात उत्साहाने सहभाग नोंदवाल अशी आशा करतो.

धन्यवाद...!

डॉ. नागनाथ यमपल्ले
जिल्हा शल्यचिकित्सक,
पुणे .

बालकांमध्ये जन्मजात हृदयविकारांचे वाढतेय प्रमाण

पुणे – पुण्याच्या ग्रामीण भागातील कलकवाडी, न्हावी सांडस येथे राहणाऱ्या दहा वर्षांच्या समीरच्या राहणाऱ्या दहा वर्षांच्या समीरच्या (नाव बदललेले) हृदयाला ८ मिमी छिद्र होते. राष्ट्रीय बालस्वास्थ्य कार्यक्रम (आरबीएसके) च्या पथकाने त्याची तपासणी केली व हृदयाची शस्त्रक्रिया मोफत करण्याबाबत सुचवले; परंतु कोरोना काळात कुटुंब शस्त्रक्रियेला तयार नव्हते. कोरोना संपला आणि आरबीएसकेच्या पथकाने घरच्यांचे समुपदेशन केले व दोन-तीन महिन्यांच्या पाठपुराव्यानंतर ते तयार झाले आणि गेल्या ऑगस्टमध्ये ज्युपिटरला दुर्बिणीद्वारे त्याच्या हृदयावर यशस्वी आणि मोफत शस्त्रक्रिया झाली.

आरोग्य विभागाच्या आकडेवारीनुसार सर्वसामान्यपणे जन्म झालेल्या बालकांपैकी एक टक्के बालकांमध्ये जन्मजात हृदयाच्या वेगवेगळ्या समस्या असण्याची शक्यता असते. पुणे जिल्ह्यात एप्रिल ते डिसेंबर २०२२ मध्ये अशी २१९ बालके आढळून आली. राष्ट्रीय बालस्वास्थ्य कार्यक्रमांतर्गत आरबीएसकेच्या पथकाने त्यांना शोधले. त्यापैकी २१० बालकांच्या शस्त्रक्रिया झाल्या. यावरून बालकांमध्ये जन्मजात हृदयविकारांचे प्रमाण वाढत आहे.

कॅन्सर, हृदय, किडनी आदींशी संबंधित गुंतागुंतीच्या आजारांवरील शस्त्रक्रिया आणि उपचार आरबीएसके पथकामार्फत मोफत केले जातात. पुणे जिल्ह्यांतर्गत ७३ आरोग्य तपासणी पथके कार्यरत आहेत. तपासणीदरम्यान आढळलेले आजार, समस्या समजून घेऊन त्यावरील उपचार आणि शस्त्रक्रियेसाठी पाठपुरावा केला जातो. नागपूरसह सर्वाधिक हृदयशस्त्रक्रिया करण्याचा मान पुण्याने पटकावला आहे. याअंतर्गत २०१८ ते २०२२ या कालावधीत ८०० हून अधिक हृदयशस्त्रक्रिया करण्यात आल्या आहेत.

कुठे होतात शस्त्रक्रिया?

आरबीएसके मधील संदर्भ सेवा निधीमधून पुण्यातील ज्युपिटर हॉस्पिटल, डॉ. डी. वाय. पाटील हॉस्पिटल व बुधराणी हॉस्पिटल, मुंबईतील कोकिलाबेन रुग्णालय व फोर्टिस रुग्णालय अशा ठिकाणी शस्त्रक्रिया पार पडतात.

राष्ट्रीय बालस्वास्थ्य कार्यक्रम

यामध्ये अंगणवाडी स्तरावरील ० ते १८ वयोगटातील ग्रामीण व शहरी भागातील बालकांची आरोग्य तपासणी वर्षातून दोन वेळा करण्यात येते. शालेय स्तरावरील मुलांची तपासणी वर्षातून एक वेळा होते. तपासणी दरम्यान आढळणाऱ्या मुलांमधील जन्मतः व्यंग, जीवनसत्त्वाच्या कमतरते अभावी होणारे आजार आदींचे निदान केले जाते. ज्यांना मोठे उपचार किंवा शस्त्रक्रियांची गरज आहे, अशा बालकांवर योजनेतून मोफत उपचार करण्यात येतात.

आई गर्भवती राहिल्यानंतर पहिल्या तीन महिन्यांत बाळ विकसित होण्यासाठी फॉलिक ॲसिड आवश्यक असते. हृदयविकारासारखे जन्मजात व्यंग टाळण्यासाठी आईने फॉलिक ॲसिड घेणे गरजेचे असते. मात्र, मासिक पाळी थांबल्यावर व त्यानंतर फॉलिक ॲसिड घेऊन उपयोग नाही. त्यासाठी नवीन जोडप्यांनी प्लॅनिंग करतानाच फॉलिक ॲसिड घ्यायला हवे, तर चौथ्या महिन्यांपासून कॅल्शियम व आर्यन घ्यायला हवे. ही औषधे ग्रामीण रुग्णालय, प्राथमिक आरोग्य केंद्र, जिल्हा रुग्णालय येथे मोफत मिळतात.

डॉ. नितीन विलास कदम
वैद्यकीय अधिकारी, आरबीएसके, हवेली.

आरबीएसके कार्यक्रमाअंतर्गत पथकामार्फत उपजिल्हा, ग्रामीण व जिल्हा रुग्णालयात आरोग्य शिबिराचे आयोजन करून मोफत आरोग्य सेवा दिल्या जातात. २०१३ ते आतापर्यंत १५०० हून जास्त जणांवर हृदयशस्त्रक्रिया, तर इतर प्रकारच्या मिळून ८ हजारांहून अधिक उपचार व शस्त्रक्रिया करण्यात आल्या आहेत.

डॉ. रविंद्र गोफने
वैद्यकीय अधिकारी,
जिल्हा प्रशिक्षण पथक बुलढाणा

कांगारू मदर केअर (के एम सी)

आपल्या देशात जन्मतः कमी वजन हे नवजात बालकांच्या मृत्यूचे एक महत्वाचे कारण आहे. जगभरातील अनुभवांवरून असे दिसून आले आहे की, अशा बालकांमध्ये स्तनपान, शारीरिक तापमान नियंत्रित ठेवणे, आरोग्य स्वच्छता, जंतुसंसर्गाचे तत्पर निदान व उपचार इत्यादी योग्य काळजी घेतल्यास मृत्यूचे प्रमाण कमी करणे शक्य आहे.

'कांगारू मदर केअर' (के.एम.सी.) म्हणजे जन्मतः कमी वजनाच्या बालकांच्या काळजीचा एक भाग. ही एक तंत्रशुद्ध पद्धत आहे. 'कांगारू' हा ऑस्ट्रेलियामध्ये आढळून येणारा एक प्राणी असुन कांगारूची मादी आपल्या शरीरामध्ये समोरच्या भागात असलेल्या नैसर्गिक पिशवीमध्ये आपल्या पिलांना ठेवते. त्यामुळे पिलांना ऊब मिळते व त्यांचे सुरक्षित संगोपन होते.यावरून 'कांगारू मदर केअर' हे नांव देण्यात आले आहे.

सर्वसाधारणपणे गर्भधारणा झाल्यापासून ३७ आठवड्यानंतर प्रसूती होऊन बाळाचे वजन २५०० ग्रॅम असणे अपेक्षित आहे. मात्र प्रत्येक प्रसूतीमध्ये असे होईलच असे नाही. गर्भधारणा झाल्यापासून ३७ आठवड्याचे आत झालेल्या प्रसूतीला मुदतपूर्व/कमी दिवसांची/अपुऱ्या दिवसांची प्रसूती (Preterm Delivery) तसेच बाळाचे वजन २५०० ग्रॅम पेक्षा कमी असल्यास अशा बालकाला जन्मतः कमी वजनाची बालक (Low Birth Weight Baby) असे संबोधले जाते. कमी दिवसांची प्रसूती आणि गर्भाशयामध्ये वाढ मंदावणे यामुळे जन्मतः कमी वजनाची बालके जन्माला येतात. नवजात बालकांमधील मृत्यूचे हे एक महत्वाचे अप्रत्यक्ष कारण आहे. जगभरात जन्मतः कमी वजनाच्या बालके जन्माला येण्याचे प्रमाण सुमारे १५.५% इतके असून भारतामध्ये हे प्रमाण सुमारे २७% इतके आहे.

अशा बालकांना विविध आरोग्य समस्यांची जोखीम असते. अशीच एक समस्या म्हणजे शरीराचे तापमान कमी होणे. नवजात बालकाचे सामान्य तापमान ३६.५°C ते ३७.५°C (९७.७°F ते ९९.५°F) इतके असते. जेव्हा बालकाचे शरीराचे तापमान ३६.५°C (९७.७°F) पेक्षा कमी होते, अशा स्थितीला इंग्रजीमध्ये 'हायपोथर्मीया' असे म्हणतात. नवजात बाळाच्या वजनाच्या तुलनेत शरीराचे पृष्ठभागाचे क्षेत्रफळ अधिक असते, त्यामुळे त्यांचे शरीरातुन उष्णता जलदगतीने बाहेर फेकली जाते. तसेच त्वचा अतिशय पातळ असते आणि त्यांचेकडे स्वतःला गरम ठेवण्याची क्षमता राहत नाही. शिवाय प्रौढ व्यक्तीप्रमाणे थंडी जाणवल्यावर ते अंगावर पांघरूण घेऊ शकत नाही. म्हणून त्यांचे तापमान कमी होण्याचा धोका असतो. हायपोथर्मीया झालेल्या नवजात बालकांमध्ये स्तनपान करण्याची क्षमता कमी होते, त्यामुळे ते अशक्त होते. रक्तातील साखर कमी होणे, श्वसन त्रास (Respiratory Distress Syndrome), कावीळ, जंतुसंसर्ग इत्यादी आजारांचा धोका अधिक असतो.विशेषतः जन्मतः कमी वजन असलेली बालके व कमी दिवसात प्रसूती झालेली बालके यांच्यामध्ये 'हायपोथर्मीया' होण्याचा धोका अधिक असतो.

के एम सी : जन्मतः कमी वजनाच्या स्थिर प्रकृती (Stable) असलेल्या बालकांसाठी केएमसी पद्धती उपयुक्त आहे. सर्व जन्मतः कमी वजनाच्या बालकांसाठी केएमसीची शिफारस करण्यात आली आहे. मात्र आपल्या देशात जन्मवजन २००० ग्रॅम पेक्षा कमी असलेल्या बालकांना प्राधान्याने केएमसी देण्याबाबत केंद्र शासनाच्या मार्गदर्शक सूचनांमध्ये नमूद करण्यात आले आहे. सर्वसाधारणपणे बालकाचे वजन २५०० ग्रॅम होईपर्यंत केएमसी देणे अपेक्षित असत.

के एम सी म्हणजे नेमके काय?

केएमसीमध्ये बालकाला आईजवळ (किंवा अन्य काळजी घेणाऱ्या व्यक्तीजवळ) छातीच्या भागाला त्वचा संपर्क (Skin to Skin Contact) होईल अशा पध्दतीने ठेवले जाते. डॉक्टरांच्या सल्ल्यानुसार दिवसभरात किमान

४ तास व जास्तीत जास्त ९ ते १२ तास, एका वेळी किमान एक तास केएमसी पध्दतीचा वापर करावा. हॉस्पिटलमध्ये भरती असलेल्या बालकांची केएमसी पध्दतीने निगा राखली गेली म्हणजे माता तथा अन्य काळजीवाहक प्रशिक्षित झाल्यावर घरींसुध्दा बालकाची या पद्धतीने काळजी घेऊ शकतात.

केएमसीचे घटक : या पद्धतीचे दोन महत्वाचे घटक आहेत.

१. कांगारू पध्दतीने बाळाला आईच्या संपर्कात ठेवणे

२. निव्वळ स्तनपान

कांगारू मदर केअर फायदे

- नवजात बालकास हायपोथर्मीयाचा धोका कमी होतो.
- जंतुसंसर्गाचा धोका कमी होतो.
- नवजात बालकाच्या मृत्यूचा धोका कमी होतो.
- रुग्णालयात भरती राहण्याचा कालावधी कमी होतो.
- निव्वळ स्तनपानाचे प्रमाण वाढते.
- बाळाची वाढ चांगली होते.
- आई व बाळ यांचेमधील नाते अधिक घट्ट होण्यास मदत होते.

के.एम.सी. बाबत पुढील काळजी घेणे आवश्यक आहे.

- केएमसी डॉक्टरांच्या सल्ल्यानुसार करावी.
- केएमसी देणाऱ्या व्यक्तीचे आरोग्य चांगले पाहिजे, वैयक्तिक स्वच्छता पाहिजे.
- बाळाला मोकळा श्वास घेता येईल तसेच स्तनपान करता येईल, अशी स्थिती असावी.
- माता अथवा इतर नातेवाईक यांना प्रशिक्षित करावे.
- मुदतपूर्व जन्माला आलेल्या कमी वजनाच्या बऱ्याच बालकांना दीर्घकाळ वैद्यकीय उपचार अत्यंत महत्वाचे असतात. तथापि, बाळासाठी आवश्यक ऊब, स्तनपान, जंतुसंसर्गापासून संरक्षण, उत्तेजन, सुरक्षा आणि प्रेम इत्यादी गरजा भागविण्यासाठी 'कांगारू मदर केअर' ही एक अत्यंत प्रभावी पध्दत आहे, असे जागतिक आरोग्य संघटनेच्या याबाबत मार्गदर्शक सूचनांमध्ये नमूद करण्यात आले आहे.

नवजात बालकांचे मृत्यूचे प्रमाण कमी करण्यासाठी केएमसी ही अत्यंत साधी-सोपी, विशेष खर्च न लागणारी पध्दत असूनही अद्याप असंख्य बालके या काळजीपासून वंचित राहत आहेत. याबाबत आरोग्य कर्मचारी, आशा स्वयंसेविका यांचेसह समाजामध्ये व्यापक जाणीव जागृतीची गरज आहे.

रुग्ण मनोरुग्णालय, येरवडा,
पुणे

व्यवसायोपचार

मनोरुग्णालयातील व्यवसायोपचार विभागात उपचार घेत असणाऱ्या एका रुग्णाने उपचारांविषयी लिहिलेल्या भावना या लेखात मांडल्या आहेत.

व्यवसायोपचार विभागात आम्ही रोज सकाळी नाश्ता झाल्यावर जातो. हा आमच्या दिनचर्येतील एक महत्त्वाचा भाग आहे. व्यवसायोपचार औषधोपचारांबरोबर देण्यात येणारी उपचार पद्धती आहे. ह्या उपचारांमुळे आमचे दुभंगलेले मन व विचार स्थिर होण्यास मदत होते.

मानसिक संतुलन गेलेल्या रुग्णांचे मानसिक, शारिरीक व आर्थिक पुर्नवसन या उपचारांनी होते.

येथे देण्यात येणाऱ्या विविध ॲक्टीव्हीटीजमुळे कलागुणांना वाव मिळतो व रुग्णालयातील रिकामावेळ सकारात्मक कामांमध्ये जातो.

मी येथे मायनर क्राफट्स विभागात ऑरगडीच्या कपड्याची फुले, प्लास्टीक केन बॅग्ज करायला शिकले. पूर्वी मला येत असलेले भरत काम विसरल्यासारखे झाले होते ते परत व्यवस्थित करायला शिकले. या विभागात येणाऱ्या स्त्री रुग्णांना भरतकाम, विणकाम, शिलाई, उदबत्ती, राखी, दिवाळीच्या पणत्या इत्यादी बनवायला शिकविले आहे.

पुरुष विभागात सुतारकाम, शिलाई, कापड विणणे, स्क्रिन प्रिंटीग, लॅमिनेशन, बुक–बाईडिंग, आकाश कंदिल बनविणे, संगणक इत्यादी शिकविले जाते.

या व्यतिरिक्त रोज व्यायाम व खेळ आमचे शारीरिक व मानसिक आरोग्य चांगले राखतात.

येथे उपचार घेताना व नवीन कामे शिकताना आमचे मन रमते. आम्ही आमच्या मनातील विचार एकमेकांसमोर

मांडतो. समदुःखी रुग्ण व विभागातील कर्मचारी यांचेशी बोलताना मन हलके होऊन आम्ही आनंदी राहतो.

विभागात रोज वर्तमानपत्र व मासिके वाचावयास मिळतात, त्यामुळे जगात काय चालले आहे ते कळते. रोज सकाळी १० ते दुपारी ३ आम्ही येथे असतो. ही वेळ संपूच नये असे वाटते. सुट्टीच्या दिवशी करमत नाही.

व्यवसायोपचार विभागात आम्ही बनविलेल्या वस्तू रुग्णांसाठीच वापरले जातात व काही वस्तूंची बाहेर विक्री होते. आम्हांला चांगल्या केलेल्या कामाचा आर्थिक मोबदला मिळत नाही. परंतु अन्य काही स्वरूपात मोबदला मिळतो. येथे काम करून आमचा हरविलेला आत्मविश्वास, एकाग्रता परत मिळते. यामुळे आमच्या सारख्या मानसिक संतुलन गेलेल्या रुग्णांना परत उभारी मिळून आम्ही आमच्या पूर्वीच्या आयुष्यात व कुटुंबात परत स्थिरावतो. म्हणून व्यवसायोपचार हे आम्हा मनोरुग्णांच्या पुर्नवसनाचा पाया आहे.

रुग्णांना नका देऊ नुसता औषधोपचार,
द्या त्यांना व्यवसायोपचार...!

डॉ. विलास वांगीकर यांना इंडियन सोसायटी ऑफ कॉर्निया आणि केराटोरेफ्रॅक्टिव्ह सर्जन्सचा उत्कृष्ट शिक्षक पुरस्कार जाहीर

औरंगाबाद येथील ज्येष्ठ नेत्रतज्ज्ञ व वैद्यकीय महाविद्यालयाचे माजी विभाग प्रमुख **डॉ. विलास वांगीकर** यांना नेत्रशास्त्र विषयात केलेल्या उल्लेखनीय कार्याबद्दल गोवा येथील एका समारंभात इंडियन सोसायटी ऑफ कॉर्निया आणि केराटोरेफ्रॅक्टिव्ह सर्जन्सच्यावतीने उत्कृष्ट शिक्षक पुरस्कार देऊन सन्मानित करण्यात आले.

डॉ. विलास वांगीकर यांनी वैद्यकीय शिक्षण क्षेत्रात केलेल्या मानवसेवी उत्कृष्ट कार्याबद्दल व नेत्र शिबिराद्वारे केलेल्या मोतीबिंदू शस्त्रक्रिया कार्यासाठी त्यांना हा पुरस्कार देण्यात आला आहे. हा पुरस्कार मिळाल्याबद्दल संस्थेचे डॉ. जीवन एस. तितियाल, राजेश सिन्हा, अंबरीश दरक यांनी त्यांचे अभिनंदन केले आहे.

डॉ. विलास वांगीकर यांचे कार्य हे विद्यार्थ्यांसाठी प्रेरणादायी राहिलेले असून, मोतीबिंदूमुळे अंध असणाऱ्या नेत्र रुग्णांसाठी ते नेत्रदूत म्हणून ओळखले जातात. त्यांचा आदर्श घेऊन त्यांचे अनेक विद्यार्थी नेत्रदानाचे कार्यही पुढे घेऊन जात आहेत. त्यांच्या सेवा काळात त्यांना जीवनगौरव, उत्कृष्ट शिक्षक, नेत्रदूत असे अनेक पुरस्कार मिळालेले आहेत. गोवा येथील नेत्रतज्ज्ञ परिषदेत त्यांना या पुरस्काराने गौरविण्यात आले आहे.

कविता

मी कोण

वेगवेगळे जरी रुप दिसे
अंतरंगी परी एक असे
नकळत विकार भिनवितसे
मजविण जीवा शांती नसे.

घरी कुणाच्या रीत असे
दंत सफाई मजविण नसे
गाली कुणाला खुलवितसे
पानातुनि कधी वदनी वसे.

तारूण्याच्या उंबरठ्यावर
सहज पडतसे भुरळ मनावर
झुरका घेता दोस्तीखातर
बघता बघता चटकेत रूपांतर.

माझ्याशी मग जडता मैत्री
हृदयरोगाची देईन खात्री
कर्करोगही लावीती जंत्री
आयुष्याला लावुनि कात्री.

थांबविता उत्पादन हे जहरी
बंदी आणिता सेवनावरी
अज्ञान हटविता घरोघरी
मिळेल मुक्ती खरोखरी.

कवियित्री –
डॉ. आशा प्रतिनिधी
रोगप्रतिबंधक आणि औषधशास्त्र तज्ञ

मौखिक आरोग्य

आरोग्याचे सौंदर्य असावे माणसात,
मौखिक आरोग्याने मिळते त्याला साथ ।।

निरोगी राहण्यासाठी करा मनाची तयारी,
तोंडाची स्वच्छता नी घ्या काळजी ।।

पाच फेब्रुवारी हा दिन लय भारी,
मौखिक आरोग्याची जाणीव करून देतो न्यारी ।।

तोंडाच्या निष्काकाळजीने लागते किड दाताला,
कमकुंवतता येऊन बंधने येतात खाण्याला ।।

हिरड्यांचे आजार आहेत फार घातक,
यासाठी तोंडाची काळजी घ्यावी दिवशी प्रत्येक ।।

धूम्रपान करण्यास घाला मनाला बंधन,
तोंडाच्या आजारांना बसेल नियंत्रण ।।

मुखाचे आजार आहेत फार घातक,
त्यासाठी तोंडाची काळजी घेणे होईल सार्थक ।।

ठेऊया चांगले तोंडाचे आरोग्य,
थांबविण्या विकार पोटाचे होईल योग्य।।

नका करू धूम्रपानाच्या वाईट सवयी,
दातासह तोंडाचे आरोग्य निश्चित राहील निरोगी ।।

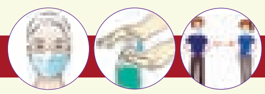
उठा सवे सकाळी झडकरी,
घेऊन ब्रश दात घासा लवकरी ।।

नका खाऊ खर्रा, गोवा आणि गुटखा,
बिघडेल मौखिक आरोग्य बरं का? ।।

करता दुर्लक्ष दात हिरडीसह तोंडाकडे,
दुर्गंधी येईल मुखासवे ।।

दात हिरड्यांसह तोंडाची ठेवा निगा छान,
मौखिक आरोग्य मिळेल महान ।।

– श्री. बापूराव गर्जे
आरोग्य निरीक्षक तथा प्रभारी,
आरोग्य शिक्षण अधिकारी
राज्य, आरोग्य शिक्षण व संपर्क विभाग, पुणे.



आशा उत्तरपत्रिका क्र. २ - उत्तरपत्रिका फेब्रुवारी २०२३

प्रश्न क्र. १) योग्य पर्याय निवडा (एकूण गुण - १०)

अ) गरोदर मातेची कोणती तपासणी महत्त्वाची आहे?
- १) हिमोग्लोबिन २) रक्तातील साखर
- ३) रक्तदाब ४) यापैकी सर्व

ब) गरोदर मातेची नोंदणी कधी करावी?
- १) ६ आठवड्यात
- २) १२ आठवड्याच्या आत
- ३) १६ आठवड्याच्या आत
- ४) ८ आठवड्याच्या आत

क) PPIUCD कधी वापरतात?
- १) डिलीव्हरीनंतर ६ आठवड्यांनी
- २) डिलीव्हरीनंतर पाळी आल्यावर
- ३) डिलीव्हरीनंतर ४८ तासांच्या आत
- ४) डिलीव्हरीनंतर १२ आठवड्यांनी

ड) खालीलपैकी कोणते धोक्याचे लक्षण गरोदरपणाशी निगडीत नाही?
- १) पाय व चेहऱ्यावर सूज
- २) योनीतून रक्तस्राव
- ३) मनगट लचकणे
- ४) वर्षातून दोनदा

प्रश्न क्र.२ योग्य जोड्या जुळवा. (एकूण गुण - ५)

अ गट	उत्तर	ब गट
अ) लोहयुक्त गोळ्या	(३)	१) २ री तिमाही
ब) अलबॅनडॅझोल	(१)	२) १४०/९० पेक्षा जास्त
क) टीडी	(४)	३) १२ आठवड्यानंतर
ड) फॉलिक ॲसिड	(५)	४) नोंदणी नंतर लगेच
इ) उच्च रक्त दाब	(२)	५) १ ली तिमाही

प्रश्न क्र. ३. चुक बरोबर पर्याय निवडा. (एकूण गुण -५)

१) गर्भवती महिलेने पपई खाऊ नये. चूक/बरोबर

२) गरोदर मातेचे वजन दर महिन्याला ४ किलोने वाढते हे चांगले लक्षण आहे. चूक/बरोबर

३) प्रधानमंत्री मातृवंदना योजने अंतर्गत सर्व खेपेच्या मातांना लाभ दिला जातो. चूक/बरोबर

४) जननी सुरक्षा योजनेचा आशांना ३०० रू मोबदला मिळतो. चुक/बरोबर

५) गरोदर मातेच्या पाय व चेहऱ्यावर सूज असणे म्हणजे ती धोक्याची माता समजावी. चुक/बरोबर

प्रश्न क्र. ४ - एका वाक्यात उत्तरे द्या. (एकुण गुण -५)

१) गरोदरपणाची खात्री करण्यासाठी आशा कोणत्या किटचा वापर करेल?

उत्तर - निश्चय कीट

२) गरोदरपणात कमीत कमी किती तपासण्या कराव्यात?

उत्तर - ४

३) गरोदर पणात शेवटच्या मासिक पाळीच्या तारखेवरून अपेक्षित प्रसूतीची तारीख कशी काढाल?

उत्तर - शेवटची मासिक पाळीची तारीख + ७ दिवस + ९ महिने मिळवल्यानंतर येणारी तारीख.

४) गरोदरपणात दृष्टी अंधुक होणे हे कोणत्या जीवनसत्वाच्या कमतरतेचे लक्षण आहे?

उत्तर - अ जीवनसत्व

५) प्रसूतीपूर्व आरोग्य तपासणी करताना कशाद्वारे प्रथिने व शर्करा तपासणी केली जाते?

उत्तर - रक्ताची तपासणी

प्रश्न क्र.५ केस स्टडी./उतारा वाचून उत्तरे द्या. (एकूण गुण-५)

इंदापूर गावात उद्या ग्राम आरोग्य व पोषण दिन आहे. त्यामध्ये गरोदर महिलांसाठी संतुलित आहार हा विषय आहे. तुम्ही त्या गावातील आशा आहात गरोदरपणात निरोगी राहण्यासाठी कोणत्या खाद्यपदार्थांचे सेवन केले पाहिजे त्यासंबंधी काय सूचना द्याल.

१) गर्भवती महिलेने तिच्या आहारात कोणत्या खाद्यपदार्थांचे सेवन केले पाहिजे?

उत्तर - गर्भवती महिलेने चौरस आहार घेतला पाहिजे.

२) गरोदर पणात कोणती लस घेतली पाहिजे?

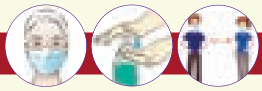
उत्तर - धनुर्वात प्रतिबंधक लस घेतली पाहिजे.

३) रक्तक्षय पिडीत महिलेने कोणते खाद्यपदार्थ सेवन करणे आवश्यक आहे?

उत्तर - हिरव्या पालेभाज्या, लोहयुक्त पदार्थ

४) गर्भवती महिलेने दिवसभरात किती वेळा खाल्ले पाहिजे?

उत्तर - ४ ते ५ वेळा



५) गर्भवती महिलेला उलट्या व पोटात मळमळ होत असल्यास तुम्ही तिला कोणता सल्ला द्याल?

उत्तर – सकाळी नाष्टा करणे व भरपूर पाणी पिणे.

प्रश्न क्र. ६ – प्रात्यक्षिक (एकुण गुण – ५)

नवजात शिशुला उबदार कसे ठेवावे? मुद्दे लिहा.

उत्तर – १) खोली उबदार ठेवा. (प्रौढांसाठी पुरेसे उबदार)

२) खोलीतील सर्व खिडक्या बंद करा.

३) बाळाला गुंडाळण्यापूर्वी खात्री करा की बाळ ओले नाही.

४) अंगात जास्तीत जास्त कपडे व डोक्यावर टोपी आहे.

५) स्वच्छ मऊ उबदार दुपटे/ब्लॅकेट घ्या वरून फोल्ड करा.

६) हळूवार बाळाला मऊ उबदार दुपटे/ब्लॅकेटवर ठेवा.

७) बाळाचे डोके, कपाळ, कान, मऊ उबदार दुपटे/ब्लॅकेटने झाकून घ्या.

८) बाळाच्या पायाकडील भाग ब्लॅकेटने गुंडाळा

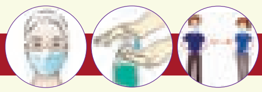
९) एका बाजूकडून बाळाला गुंडाळा व नंतर दुसरी बाजू गुंडाळा.

१०) बाळाला आईकडे परत द्या व यापुढे बाळाला असेच गुंडाळून ठेवणेबाबत आईला सांगा.

राज्य आरोग्य यंत्रणा संसाधन केंद्र, महाराष्ट्र – पुणे

सर्व जिल्हानिहाय आशा स्वयंसेविका गुणानुक्रम तक्ता माहे फेब्रुवारी २०२३

अ. क्र.	परिमंडळ	जिल्हा	तालुका	प्राथमिक आरोग्य केंद्र	आशा स्वयंसेविकेचे नांव, पत्ता व दूरध्वनी क्रमांक	प्राप्त गुण	मागील महिन्यात मिळालेला मोबदला (रुपये)
१.		ठाणे	मुरबाड	धसई	श्रीमती शोभ घोलप, मो.नं. ९२७२९६५८२९	३३	९१७७
२.	ठाणे	रायगड	महाड	चिंभावे	श्रीमती साक्षी संतोष बटावले, उपकेंद्र, चोचिंदे, गाव सब	३५	४४००
३.		पालघर	डहाणू	आशागड	श्रीमती नितु अर्जुन गहला, सरावली, मो.नं. ८५५४८२४९९	३५	११६७५
४.		नाशिक	कळवण	नवीबेज	श्रीमती जोती दिनेश सोनवणे, मो.नं. ९५५२६३१११२	३५	९०००
५.		धुळे	धुळे	मुकटी	श्रीमती सिमा चुनिलाल वळवी	३१	५८४२
६.	नाशिक	नंदुरबार	तळोदा	सोमावल	श्रीमती सिमा चुनिलाल वळवी	३५	९१३५
७		जळगाव	धरणगाव	नांदेड	श्रीमती वनिता विजय शिंदे, मो.नं. ८३०८३१९६६८	३५	५२००
		अहमदनगर	पारणेर	रुई छत्रपती	श्रीमती सुशमा ज्ञानेश्वर पंडित, गाव वाळवणे	३६	८६००
९		पुणे	भोर	भोंगवली	श्रीमती प्रतिभा राजेंद्र साळुंके	३५	१३१८५
१०		सातारा	खटाव	कातरखटाव	श्रीमती प्रमिला रोहिदास खरात	३५	६५७८
११	पुणे	सोलापूर	दक्षिण सोलापूर	बोरमणी	श्रीमती रेखा संजय राठोड, रा. मुळेगाव तांडा, मो.नं. ९३०९७४०८३२	३५	१२४२०
१२		कोल्हापूर	कागल	पिंपळगाव	श्रीमती सुनिता संजय कोगनोळे, मु.पो. गोरंबे, ता. कागल, जिल्हा कोल्हापूर, मो. नं. ७२१९७९१२६४	३५	६७१०



१३		सांगली	वाळवा	कासेगाव	श्रीमती सुजाता शिंदे, मु.पो. वाटेगांव, मो.नं. ९५६१८३९६१४	३५	८८२०
१४	कोल्हापूर	सिंधुदुर्ग	देवगड	शिरगाव	श्रीमती आचल आनंद लाड, मो.पो. कुवळे, ता. देवगड, जि. सिंधुदुर्ग मो.नं. ९०३१२६७०१३	३५	३९२५
१५		रत्नागिरी	दापोली	फणसु	श्रीमती मानसी महेश कलमकर, मो.नं. ९५५२७९१५६२	३५	१०२१५
१६		औरंगाबाद	सिल्लोड	पालोद	श्रीमती सुगंधा अंकुश हरणे, गाव, मंगरूळ, ता. कन्नड, जि. औरंगाबाद, मो.नं. ७०३०१३१९८४	३५	४७७५
१७	औरंगाबाद	जालना	घनसावंगी	पिंपरखेड	श्रीमती चंद्रकला एकनाथ काळे, खडका, मो.नं.९३५९१३५६२२	३५	१०८५०
१८		परभणी	परभणी	दैठणा	श्रीमती गवळण उत्तम गायाववाड, गाव सिंगनापुर, मो. नं. ९९२३१७४८१५	३५	१०८५०
१९		हिंगोली	हिगोली अर्बन म स्तानशाहा	मस्तानशाहा नगर	श्रीमती मोहिनी चंद्रगुप्त बाढे, मु.पो. पोळा मारोती, मो.नं. ७४९९९००६४२	३५	९०००
२०		लातुर	जळकोट	अतनूर	श्रीमती रमाबाई संजय गायकवाड, रा. चिंचोली, ता. जळकोट, जि. लातूर. मो. नं. ९७६४३४७७७३	३३	७४००
२१	लातुर	उस्मानाबाद	कळंब	शिराढोण	श्रीमती अश्विनी महादेव गुरव, गाव – शिराढोण, उपकेंद्र पिंपरी शि. मो.क्र. ८३९००१६८७२	३५	९५७५
२२		बीड	गेवराई	तलवाडा	श्रीमती रमाबाई संजय गायकवाड, चिंचोली, ता. जळकोट, जि. लातूर. मो.नं. ९७६४३४७७७३	३३	८०२५
२३		नांदेड	माहुर	वानोळा	श्रीमती पुष्पांजली महादेव सालेम, मु.पो. धानोरा, मो.नं. ९५५२८२६६४९	३५	८६००
२४		अकोला	अकोला	पळसो	श्रीमती अनिता गणेश गाडे, मु.पो. सांगळुद, मो.नं. ८९७५६४०८४७	३५	३०५०
२५		वाशिम	मंगरुळपी	शेलुबजार	श्रीमती वैशाली संतोष खंदारे, मु.पो. चिखली, जिल्हा वाशिम मो.नं. ७०३८२११५२२	३५	---
२६	अकोला	अमरावती	चांदुर बाजार	करजगाव	श्रीमती सुनिता संजय जोंधळे मु.पो. करजगाव, मो.नं. ९०२१०६८६९२	३५	१०५५०
२७		यवतमाळ	वाणी	कोळगाव	श्रीमती निशा रवी रामटेके, मो.पो. शिंदोळा, मो. नं. ७४९८१४८५०२	३५	३६६०

२८		बुलढाणा	मेहकर	कळंबेश्वर	श्रीमती कल्पना गणेश सिरसाठ, सोनार गऱ्हाण, मो.नं. ९३७००४७९३६	३२	५१६५
२९		नागपुर	मौदा	तारसा	श्रीमती लक्ष्मी राष्ट्रपाल तांबे, चांदेमांगली. मो. नं. ९७६६७११८५०	३४	४५१२
३०		वर्धा	हिंगणघाट	बुरकोणी	श्रीमती गोदावरी चंद्रकांत ठक, सावली वाघ, मो.नं. ७३५०९९६५६८	३५	१००७५
३१	नागपूर	भंडारा	तुमसर	देव्हाडी	सौ. मीना शिवकुमार बोरघरे, मु.पो. उम रवाडा, ता. तुमसर, जि. भंडारा. मो.नं. ७५०७०७६७३९	३४	११७००
३२		गोंदिया	**अहवाल अप्राप्त**				
३३		चंद्रपूर	भद्रावती	नागरि	श्रीमती प्रिया नितीन काकडे, श्रीकृष्ण नगर/ फुले नगर मो.नं. ७४९८५५४८१२	३५	१२८००
३४		गडचिरोली	धानोरी	मुरुमगांव	श्रीमती शाकरीन मुनिर शेख, रा. मुरुमगांव, पो. मुरुमगांव, ता. धानोरा (९४०४८१६२४८)	३५	६५२५

वृत्त विशेष

'माता सुरक्षित, तर घर सुरक्षित' अभियानासाठी आरोग्यमंत्री मा. प्रा. डॉ. तानाजीराव सावंत यांचा आर्ट ऑफ लिव्हिंगचे प्रणेते आणि आध्यात्मिक गुरु पूजनीय गुरुदेव श्री. श्री. रविशंकर यांच्या शुभहस्ते सन्मान.

महाराष्ट्र राज्य मराठी पत्रकार संघ आयोजित सन्मान सोहळा २०२३ कार्यक्रमात आर्ट ऑफ लिव्हिंगचे प्रणेते आणि आध्यात्मिक गुरु पूजनीय गुरुदेव श्री. श्री. रविशंकर यांच्या शुभहस्ते महिलांच्या आरोग्याच्या सुरक्षिततेसाठी 'माता सुरक्षित तर घर सुरक्षित' हे अभियान यशस्वीपणे राबविल्याबद्दल, या अभियानाच्या निमित्ताने सामाजिक भान असणारे आरोग्यमंत्री म्हणून महाराष्ट्रात मा. प्रा. डॉ. तानाजी सावंत यांची ओळख निर्माण झाली आहे.

केंद्र सरकारचेही लक्ष वेधणाऱ्या या अभिनव आणि महत्वाकांक्षी योजनेच्या यशस्वी वाटचालीबद्दल आरोग्यमंत्री प्रा. डॉ. तानाजीराव सावंत यांचा विशेष गौरव यावेळी करण्यात आला.

तसंच लोकमत समूह संपादक श्री. विजय बाविस्कर आणि सकाळ समूह संपादक श्री. श्रीराम पवार यांच्यासह विविध क्षेत्रात उल्लेखनीय कार्य करणाऱ्या व्यक्ती आणि संस्थांचा ही विशेष पुरस्काराने गौरव करण्यात आला.

यावेळी पालकमंत्री मा. श्री. चंद्रकांतदादा पाटील, श्री. किरण जोशी, प्रदेशाध्यक्ष, महाराष्ट्र राज्य मराठी पत्रकार संघ, श्री. संजय भोकरे, राज्य संघटक, महाराष्ट्र राज्य मराठी पत्रकार संघ, मा. श्री. श्रीराम पवार, संचालक संपादक, दैनिक सकाळ मा. श्री. विजय बाविस्कर समूह संपादक, दैनिक लोकमत मा. श्री. आशुतोष पाटील, संपादक, न्यूज १८ लोकमत आणि मान्यवर उपस्थित होते.

वैद्यकीय सेवेत उल्लेखनीय कामगिरी बजावणाऱ्या व्यक्तींना, वंदनीय बाळासाहेब ठाकरे आरोग्यरत्न पुरस्कार वितरण सोहळा संपन्न.

वंदनीय हिंदुहृदयसम्राट शिवसेनाप्रमुख बाळासाहेब ठाकरे यांच्या जयंती दिनाच्या निमित्ताने वैद्यकीय सेवेत उल्लेखनीय कामगिरी बजावणाऱ्या व्यक्तींना वंदनीय बाळासाहेब ठाकरे आरोग्यरत्न पुरस्कार राज्याचे लोकप्रिय मुख्यमंत्री मा. श्री. एकनाथ शिंदे यांच्या व मान्यवरांच्या हस्ते प्रदान करून सन्मानित करण्यात आले.

राज्याच्या आरोग्यमंत्री पदाची जबाबदारी मा. मुख्यमंत्री श्री. एकनाथ शिंदे यांच्याकडे असताना निर्णय घेऊन सुरू केलेले हे पुरस्कार कोरोना कालखंडामुळे कुणालाही देता येणे शक्य झाले नव्हते. मात्र आरोग्यमंत्री प्रा. डॉ. तानाजीराव सावंत यांच्या पुढाकाराने सुदिनी हा कार्यक्रम संपन्न झाला. असे पुरस्कार हे चांगले काम करणाऱ्या व्यक्तींना अधिक उत्तम काम करण्याची प्रेरणा देतात. त्यामुळे अशा सोहळ्यांचे दरवर्षी आयोजन करण्यात यावे अशी अपेक्षा याप्रसंगी बोलताना मा. मुख्यमंत्री श्री. एकनाथ शिंदे यांनी व्यक्त केली.

आरोग्य विभागाकडून राबविण्यात आलेल्या 'माता सुरक्षित तर घर सुरक्षित' अभियानाच्या पहिल्या चरणाचे लोकार्पण करण्यात आले. या माध्यमातून राज्यभरातील ४ कोटींहून अधिक महिलांच्या आरोग्याची तपासणी करण्यात आली. पहिला टप्पा यशस्वी केल्यानंतर आता दुसऱ्या टप्प्याचा शुभारंभ देखील करण्यात आला. त्याचप्रमाणे राज्यातील ० ते १८ वयोगटातील मुले आणि मुलींच्या आरोग्य तपासणीसाठी बाल सुरक्षा अभियानाचा शुभारंभ देखील यासमयी करण्यात आला.

याप्रसंगी महाराष्ट्र राज्याचे मा. मुख्यमंत्री श्री. एकनाथ शिंदे, राज्याचे कार्यक्षम आरोग्यमंत्री प्रा. डॉ. तानाजी सावंत, खासदार श्री. राहुल शेवाळे, आमदार श्री. आशिष शेलार, आरोग्य विभाग १ चे प्रधान सचिव श्री. संजय खंदारे, आरोग्य विभाग २ चे प्रधान सचिव श्री. नवीन सोना, आरोग्य सेवा आयुक्त श्री. धीरज कुमार, आरोग्य संचालक पुणे डॉ. अंबाडेकर, आरोग्य संचालक मुंबई डॉ. स्वप्नील लाळे तसेच आरोग्य विभागाचे सह संचालक, सर्व जिल्हा शल्य चिकित्सक, सर्व वैद्यकीय अधिकारी, परिचारिका तसेच वैद्यकीय कर्मचारी मोठ्या संख्येने उपस्थित होते.

वंदनीय बाळासाहेब ठाकरे आरोग्यरत्न पुरस्कार वितरण सोहळा

प्राथमिक आरोग्य केंद्र, ग्रामीण रुग्णालये, उपजिल्हा रुग्णालये आणि जिल्हा रुग्णालयासोबतच आरोग्य योजना सक्षम करून दर्जेदार आरोग्य सुविधा देण्याचा शासनाचा प्रयत्न.

राज्यभरात सक्षम आरोग्य सेवा उभारण्यासाठी शासन सातत्यानं प्रयत्नशील आहे. आरोग्य यंत्रणेचं बळकटीकरण व दर्जेदार आरोग्य सुविधेसाठी आरोग्य विभागाला आवश्यक निधी देण्यास प्राधान्य देण्यात येत आहे. प्राथमिक आरोग्य केंद्र, ग्रामीण रुग्णालये, उपजिल्हा रुग्णालये आणि जिल्हा रुग्णालयासोबतच आरोग्य योजना सक्षम करून दर्जेदार आरोग्य सुविधा देण्याचा शासनाचा प्रयत्न आहे.

मंत्रालयात सार्वजनिक आरोग्य व कुटुंब कल्याण विभागाअंतर्गत येत असलेल्या विकास कामांबाबत विविध मतदार संघातील लोकप्रतिनिधी व सर्वसामान्य नागरिकांच्या समस्या जाणून घेऊन त्या लवकरात लवकर सोडविण्यासाठी प्रशासनातील अधिकाऱ्यांना सूचना दिल्या.

संपूर्ण राज्यात लोकांना दर्जेदार आरोग्य सुविधा देण्यासाठी शासन प्रयत्नशील असून आरोग्य यंत्रणेच्या बळकटीकरणास सर्वोच्च प्राधान्य देण्यात येत आहे.

मा. प्रा. डॉ. तानाजीराव सावंत
मंत्री, सार्वजनिक आरोग्य व कुटुंब कल्याण,
महाराष्ट्र राज्य

गोवर उपाय योजनांसंदर्भात बैठक घेण्यात आली.

दि. २७/१/२०२३ रोजी मा. प्रा. डॉ. तानाजी सावंत, आरोग्यमंत्री, सार्वजनिक आरोग्य व कुटुंब कल्याण यांचे अध्यक्षतेखाली आरोग्य विभागातील वरिष्ठ अधिकारी, गोवर टास्कफोर्स व राज्यातील जिल्हाधिकारी (सर्व), मुख्य कार्यकारी अधिकारी जिल्हा परिषद (सर्व), इत्यादी महत्वाचे अधिकारी यांचे सोबत गोवर उपाय योजनांसंदर्भात बैठक आयोजित करण्यात आली होती.

संपूर्ण राज्यात १००% लसीकरण करण्यासंदर्भात तसेच एकही बालक लसीपासून वंचित राहणार नाही याची काळजी घेण्याबाबत सूचना देण्यात आल्या.

गोवर आजाराची सध्याची राज्यातील विभागनिहाय, जिल्हानिहाय परिस्थिती काय आहे, याची माहिती आरोग्य मंत्र्यांनी यावेळी जाणून घेतली. किती बालकांना लस (लसीकरण पहिला व दुसरा टप्पा) अद्यापपर्यंत दिली नाही. त्याची माहिती अद्ययावत ठेवून त्यांच्यापर्यंत लस पोहोचेल याची व्यवस्था संबंधित आरोग्य यंत्रणेने करावी. लसीकरणासदंर्भात पालकांची जनजागृती करावी असे यावेळी आरोग्यमंत्री मा. प्रा. डॉ. सावंत म्हणाले. गोवराची व्याप्ती वाढू नये यासाठी आरोग्य यंत्रणेने सतर्क राहावे. लसीकरणात कुठलीही कमतरता ठेवू नये अशा सूचनाही आरोग्यमंत्री मा. प्रा. डॉ. तानाजी सावंत यांनी यावेळी दिल्या.

गोवर उपाय योजनांसंदर्भात महाराष्ट्रभरातील ग्रामीण तसेच शहरी आरोग्य यंत्रणा, जिल्हा परिषद, महापालिका, नगरपालिकांचे प्रमुख अधिकारी यांची १३ जानेवारी २०२३ रोजी आरोग्यमंत्री मा. प्रा. डॉ. तानाजी सावंत यांनी दूरदृश्य प्राणालीद्वारे आढावा बैठक घेतली.

गोवर आजाराची सध्याची राज्यातील विभागनिहाय, जिल्हानिहाय परिस्थिती काय आहे, याची माहिती आरोग्य मंत्र्यांनी यावेळी जाणून घेतली. किती बालकांना लस अद्यापपर्यंत दिली नाही, त्याची माहिती अद्ययावत ठेवून त्यांच्यापर्यंत लस पोहचेल याची व्यवस्था संबंधित आरोग्य यंत्रणेने करावी. लसीकरणासदंर्भात पालकांची जनजागृती करावी असे यावेळी आरोग्यमंत्री मा. प्रा. डॉ. तानाजी सावंत म्हणाले.

गोवराची व्याप्ती वाढू नये यासाठी आरोग्य यंत्रणेने सतर्क राहावे. लसीकरणात कुठलीही कमतरता ठेवू नये. जेथे लसीकरण झाले आहे, त्या ठिकाणी गोवरचे संशयित रुग्ण कमी आढळले आहेत. त्यामुळे लसीकरणाचे विशेष शिबिराचे आयोजन करावे अशा सूचनाही आरोग्यमंत्री मा. प्रा. डॉ. तानाजी सावंत यांनी यावेळी दिल्या.

सार्वजनिक आरोग्य विभागाच्या प्रधान सचिवांची स्त्री रूग्णालयास भेट.

उस्मानाबाद राज्य सरकारच्या सार्वजनिक आरोग्य व कुटुंब कल्याण विभागाचे प्रधान सचिव मा. श्री. संजय खंदारे यांनी शुक्रवार, दि. २७ जानेवारी रोजी जिल्हा स्त्री रूग्णालयास सायंकाळी भेट देवून विविध विभागाची पाहणी केली.

यावेळी जिल्हा प्रजनन व बालसंगोपन अधिकारी डॉ. शशिकांत मिटकरी, जिल्हा शल्यचिकित्सक डॉ. राजाभाऊ गलांडे, स्त्री रूग्णालयाच्या वैद्यकीय अधीक्षक डॉ. स्मिता सरोदे–गवळी, डॉ. सुधीर सोनटक्के आदी उपस्थित होते. आरोग्य विभागाचे प्रधान सचिव श्री. संजय खंदारे यांनी जिल्हा स्त्री रूग्णालयातील विविध विभागांची पाहणी करून अडचणी जाणून घेतल्या. जिल्हा स्त्री रूग्णालयात उपचार व प्रसुतीसाठी येणाऱ्या महिला रूग्णांची संख्या लक्षात घेवून आंतररूग्ण विभाग अद्ययावत करण्याबाबत आरोग्य विभागाचे प्रधान सचिव श्री. संजय खंदारे यांनी सूचना केल्या. तसेच आवश्यक त्याबाबींसाठी प्रस्ताव राज्य सरकारकडे पाठविण्याबाबत उपस्थित अधिकाऱ्यांना सूचित केले.

यावेळी जिल्हा स्त्री रूग्णालयाच्या वैद्यकीय अधीक्षक डॉ. स्मिता गवळी यांनी सांगितले की, एप्रिल २०२२ ते डिसेंबर २०२२ या कालावधीत ४५०० गर्भवती महिला प्रसुत झाल्या. यात २८०० महिलांची नैसर्गिकरित्या तर १७०० महिलांची सिझेरियन प्रसुती झाली आहे. याच कालावधीत कावीळ, प्रसुतीकाळ पूर्ण होण्याअगोदरच जन्मलेल्या ९०० बालकांची उत्तमरित्या काळजी घेण्यात आली आहे. स्त्री रूग्णालयात सुमन, जननी सुरक्षा योजना, जननी शिशु सुरक्षा योजना यांची माहिती देण्यात आली. सध्या दररोज सरासरी आंतररूग्ण विभागात २०० महिला रूग्णांची तपासणी करण्यात येत आहे.

रूग्णालयातील अद्ययावत शस्त्रक्रिया विभाग, अतिजोखम आयसीयूफ व एनआयसीयूफ या विभागात माता व बालकांना उपचार देण्यात आले. स्त्री रूग्णालयाला राष्ट्रीय लक्ष्य या अभियानात प्रमाणित असल्याने आरोग्य विभागाचे प्रधान सचिव श्री. संजय खंदारे यांनी समाधान व्यक्त करून जिल्हा शासकीय स्त्री रूग्णालयात उपचार घेणाऱ्या व प्रसुतीसाठी येणाऱ्या महिला रूग्णांची संख्या वाढू लागल्याने त्यांची होणारी गैरसोय टाळण्यासाठी १०० खाटांची सुविधा असलेले माता व बाल रूग्णालय देण्याचे आश्वासन दिले. यावेळी डॉ. नायकल, डॉ. मिनियार, डॉ. मिटकरी, डॉ. आयेशा, अधिपरिचारिका मराठे, परिचारिका भंडारी, संजय मुंडे, मस्के, गुळवे आदी उपस्थित होते.

सार्वजनिक आरोग्य विभाग, महाराष्ट्र शासन

मा. प्रधान सचिव श्री. संजय खंदारे यांनी प्राथमिक आरोग्य केंद्र चिखर्डे व पानगांव येथे भेट दिली. सर्व राष्ट्रीय कार्यक्रमांचा संक्षिप्त आढावा घेतला. सर्व आरोग्य कर्मचाऱ्यांशी अतिशय आपुलकीने संवाद साधला. प्राथमिक आरोग्य केंद्रांच्या कामकाजाबाबत तसेच प्राथमिक आरोग्य केंद्रांच्या अंतर्गत व बाह्यपरिसर स्वच्छेतेबाबत समाधान व्यक्त केले. एकच वैद्यकीय अधिकारी कार्यरत असूनही प्राथमिक आरोग्य केंद्रांचे कामकाज चांगले असून वैद्यकीय अधिकारी व सर्व कर्मचांराचे अभिनंदन केले.

डॉ. राजाभाऊ गलांडे जिल्हा शल्य चिकित्सक धाराशिव, डॉ. कुलदिप मिटकरी अतिरिक्त जिल्हा आरोग्य अधिकारी धाराशिव, डॉ. शिवाजी थोरात तालुका आरोग्य अधिकारी बार्शी, डॉ. अंजली शेळके, डॉ. महेश पाटिल व डॉ. समीर पटेल वैद्यकीय अधिकारी, श्री. बाळासाहेब घुगे आरोग्य विस्तार अधिकारी बार्शी तसेच आरोग्य कर्मचारी भेटी दरम्यान समवेत होते. डॉ. शिवाजी थोरात आणि श्री. बाळासाहेब घुगे यांनी तालुक्यातील कामाचे सादरीकरण केले

'कायाकल्प' पुरस्कारांने प्राथमिक आरोग्य केंद्र खासगांवला सन्मानित करण्यात आले.

प्राथमिक आरोग्य केंद्र खासगाव तालुका जाफराबाद, जिल्हा जालना यांना कायाकल्प पुरस्कार जिल्ह्यातून प्रथम क्रमांक जाहीर करण्यात आलेला आहे. याप्रसंगी जिल्हा आरोग्य अधिकारी डॉ. जयश्री भुसारे, डॉ. अर्चना भोसले जिल्हा शल्य चिकित्सक, डॉ. पी. एस. सोनटक्के तालुका आरोग्य अधिकारी, डॉ. रघुवीर चंदल, तालुका आरोग्य अधिकारी भोकरदन, डॉ. अजय बोर्डे वैद्यकीय अधिकारी, डॉ. जेवरेकर, डॉ. दिनेश कुलकर्णी, श्री रावसाहेब शेळके व याप्रसंगी सर्व जिल्हास्तरीय कर्मचारी वर्ग तसेच सर्व तालुकास्तरीय कर्मचारी वर्ग आदींची उपस्थिती होती.

राज्यातील आरोग्य संस्थांमध्ये महिन्याच्या पहिल्या शनिवारी 'स्वच्छता दिवस' पाळणार.

पुणे : राज्यतील आरोग्य संस्थांमध्ये स्वच्छता राखली जावी व परिसर सुंदर व आरोग्यदायी राहावा यासाठी राज्याचे आरोग्य मंत्री मा. प्रा. डॉ. तानाजी सावंत यांच्या संकल्पनेतून, तसेच मा. संजय खंदारे, प्रधान सचिव, तसेच मा. धीरज कुमार, आयुक्त, आरोग्य सेवा यांच्या मार्गदर्शनाखाली राज्यातील सर्व आरोग्य संस्थांमध्ये प्रत्येक महिन्याच्या पहिल्या शनिवारी स्वच्छता दिवस पाळण्यात येईल.

सार्वजनिक आरोग्य विभागाच्या अधिनस्त असलेल्या सर्व दवाखाने आणि आरोग्य केंद्रांमध्ये प्रत्येक महिन्याच्या पहिल्या शनिवारी सर्वांगीण स्वच्छता करण्यात यावी, असे आदेश आरोग्य सेवा आयुक्त तथा राष्ट्रीय आरोग्य अभियानाचे संचालक श्री. धीरज कुमार यांनी दिले आहेत. प्रथम मोहीम ४ फेब्रुवारी २०२३ रोजी राबविण्यात येणार असून नंतर दरमहा प्रथम शनिवारी स्वच्छता दिवस पाळण्यात येणार आहे.

या अभियानांतर्गत, आरोग्य संस्थांमधील परिसर, आंतररुग्ण विभाग स्वच्छतागृहे, बालरुग्ण विभाग, भांडार विभाग इत्यादींची स्वच्छता करण्यात यावी. निर्लेखनासाठीचे साहित्य वेगळया ठिकाणी लावण्यात यावे. कॉरीडोर, वॉर्ड, ओटी, स्वच्छतागृह येथे कोणतीही अडगळीची वस्तू राहणार नाही याची दक्षता घ्यावी, सर्व कर्मचारी व अधिकारी या स्वच्छता अभियानात सहभागी राहतील याची दक्षता घ्यावी, जिल्हास्तरीय अधिकारी यांनी या दिवशी अचानक संस्थांना भेटीचे नियोजन करावे, स्थानिक स्वयंसेवक, राष्ट्रीय सेवा योजना, NCC यांचासुध्दा श्रमदानासाठी सहभाग घ्यावा. कार्यक्रमाचे फोटो, संस्थाचे पहिले आणि नंतरचे फोटो घेण्यात यावे असे आरोग्य विभागाच्या आदेशात नमूद करण्यात आले आहे.

हे अभियान दरमहा सुरू राहील आणि त्याच्या अहवालांचे सचित्र संकलन हे जिल्हास्तरावरून उपलब्ध ठेवण्यात येणार आहे. या अभियानाचा नियमित आढावा उपसंचालक स्तरावर घेण्यात येणार असून, मासिक अहवाल आयुक्तालयास सादर केला जाईल. तसेच सर्व आरोग्य संस्था स्वच्छ राहतील, याची दक्षता घ्यावी व लोकसहभागतून आरोग्य सेवा सुंदर, स्वच्छ व लोकाभिमुख कराव्यात असे आवाहन करण्यात आले आहे.

स्वच्छता दिवस, निरोगी गाव, निरोगी देश

लेखकांना विनंती

- वाचकांचे मनोगत हे सदर लवकरच सुरू करीत आहोत, तरी लेखांविषयी आपल्या प्रतिक्रिया व अभिप्राय ई-मेल आयडीवर अवश्य कळवावा.
  e-mail : arogyapatrikamh@gmail.com

- महाराष्ट्र आरोग्य पत्रिकेत आरोग्यासंबंधीच्या विषयांवर लेख, कविता, यशकथा इत्यादी साहित्य प्रकाशित केले जाते.
- साहित्य अप्रकाशित असावे. लेख मुख्य संपादक तथा उपसंचालक, आरोग्य सेवा (आय.ई.सी.ब्युरो) राज्य आरोग्य शिक्षण व संपर्क विभाग, परिवर्तन इमारत, आरोग्य भवन, विश्रांतवाडी पोलिस स्टेशनसमोर, येरवडा, पुणे ४११००६ या पत्त्यावर पाठवावेत. साहित्य प्रकाशित झाल्यावर अंक लेखकाला भेट दिला जातो. लेखकांनी स्वत:चा पूर्ण पत्ता, दूरध्वनी किंवा भ्रमणध्वनी क्रमांक व ईमेल आयडी लिहावा.
- केवळ पुस्तकी ज्ञानापेक्षा क्षेत्र अनुभवांवरील साहित्याला प्राधान्य देण्यात येते. फक्त मराठी भाषेतील मजकुर प्रसिद्ध होतो.
- लेख /साहित्य प्राप्त झाल्यावर निवड समितीच्या मान्यतेने साहित्याची निवड केली जाते. अस्वीकृत साहित्य परत पाठविणे शक्य होत नाही. आपले लेख कागदाच्या एका बाजूस सुवाच्च अक्षरात लिहून किंवा टंकलिखित करून पाठवावेत. शब्द संख्या ७०० ते ८०० असावी.
- अपेक्षित महिन्यापूर्वी किमान दोन महिने अगोदर संबंधित लेख या कार्यालयास प्राप्त झाल्यास छपाईचे योग्य काम योग्य वेळेत पूर्ण होऊ शकते. पुढील ३ महिन्यांसाठीचे विषय पुढे दिले आहेत.

आरोग्य पत्रिकेसाठी पुढील महिन्यांसाठीचे विषय

मार्च २०२३

- **८ मार्च** जागतिक महिला दिन व धूम्रपान विरोधी दिन
- **९ मार्च** जागतिक मूत्रपिंड दिन
- **१० मार्च** गर्भधारणेतील मधुमेह जागरूकता दिवस
- **१२ ते१८ मार्च** जागतिक काचबिंदू सप्ताह
- **१६ मार्च** गोवर लसीकरण दिन
- **मार्च महिन्यातील दुसरा गुरुवार** – जागतिक मूत्रपिंड दिन
- **२० मार्च** जागतिक मौखिक आरोग्य दिन
- **२१ मार्च** जागतिक डाऊन सिंड्रोम दिन
- **२२ मार्च** जागतिक जल दिन
- **२३ मार्च** जागतिक हवामान दिन
- **२४ मार्च** जागतिक क्षयरोग दिन

एप्रिल २०२३

- **१ ते ७ एप्रिल** अंधत्व प्रतिबंध सप्ताह
- **२ एप्रिल** जागतिक ॲटीझम जनजागृती दिन
- **७ एप्रिल** जागतिक आरोग्य दिन
- **११ एप्रिल** जागतिक सुरक्षित मातृत्व दिन
- **१४ एप्रिल** आयुष्यमान भारत-आरोग्यवर्धिनी केंद्र दिन
- **१७ एप्रिल** जागतिक हेमोफिलीया दिन

एप्रिल २०२३

- **१९ एप्रिल** जागतिक यकृत दिन
- **२२ एप्रिल** पृथ्वी दिन
- **२४ ते ३० एप्रिल** जागतिक लसीकरण सप्ताह
- **२५ एप्रिल** जागतिक हिवताप दिन

मे २०२३

- **१ मे** जागतिक कामगार दिन
- **३ मे** जागतिक दमा दिन
- **५ मे** जागतिक प्रसविका दिन
- **८ मे** जागतिक रेडक्रॉस दिन व जागतिक थॅलेसेमिया दिन
- **१० मे** मातृदिन
- **१२ मे** जागतिक परिचारिका दिन व जागतिक दीर्घकालीन थकवा जागरुकता दिवस
- **१४ मे** जागतिक उच्च रक्तदाब दिन
- **१५ मे** जागतिक कुटुंब दिन
- **१६ मे** राष्ट्रीय डेंग्यू दिन
- **१९ मे** जागतिक फॅमिली डॉक्टर दिन
- **२५ मे** जागतिक मल्टीपल स्क्लेरोसिस दिन
- **२८ मे** आंतरराष्ट्रीय महिला आरोग्य दिन व मासिक पाळी स्वच्छता दिन
- **२८ मे ते ८ जून** अतिसार नियंत्रण पंधरवडा
- **३१ मे** जागतिक तंबाखू विरोधी दिन

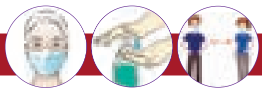
वर्गणीदारांसाठी हा बदल अवश्य लक्षात ठेवावा

- **वर्गणीदाराने आपला संपूर्ण पत्ता, ईमेल आयडी व संपर्कासाठी दूरध्वनी किंवा भ्रमणध्वनी क्रमांक सुवाच्च अक्षरात, पिनकोडसह पाठवावा. सोबत अपूर्ण पत्ता असल्यास आरोग्य पत्रिका न मिळाल्यास हे कार्यालय जबाबदार राहणार नाही.**
- **महाराष्ट्र आरोग्य पत्रिकेची वर्गणी पाठविताना यापूर्वी आपण धनादेश पाठवित होतात. आता त्यात बदल झाला असून केवळ मनिऑर्डरने वर्गणी खालील नावे पाठविण्यात यावी अथवा ती कार्यालयात रोखीने स्वीकारली जाईल.**
- **प्रशासकीय अधिकारी,
राज्य आरोग्य शिक्षण व संपर्क विभाग,
परिवर्तन इमारत, आरोग्य भवन,
विश्रांतवाडी पोलिस स्टेशनसमोर,
येरवडा, पुणे ४१०००६.**

(या अंकातील सर्व मते लेखकांची असून त्यांच्याशी संपादक मंडळ व शासन सहमत असतीलच असे नाही. तसेच लेखातील विषयाबाबत अधिक माहितीसाठी कृपया लेखकांशी संपर्क साधावा)

पत्र व्यवहारासाठी पत्ता

- **मुख्य संपादक, महाराष्ट्र आरोग्य पत्रिका तथा उपसंचालक आरोग्य सेवा, राज्य आरोग्य शिक्षण व संपर्क विभाग, 'परिवर्तन', आरोग्यभवन परिसर, विश्रांतवाडी पोलिस स्टेशन समोर, येरवडा पुणे ४११००६.**



हिंदुहृदयसम्राट बाळासाहेब ठाकरे 'आपला दवाखाना' योजनेचा विस्तार करण्यात येणार असून आता प्रत्येक तालुक्यात आणि शहरी भागात अशा ५०० ठिकाणी 'आपला दवाखाना' आता सुरु होणार आहे. मुख्यमंत्री श्री. एकनाथ संभाजी शिंदे यांच्या हस्ते रिसोड (जि. वाशिम) येथील आपला दवाखानाचे प्रतिनिधिक स्वरूपात उद्घाटन करण्यात आले.

मुंबईत सुरू केलेल्या 'आपला दवाखाना' योजनेला नागरिकांचा प्रचंड प्रतिसाद मिळाला आहे. घराजवळ असलेल्या दवाखान्यामुळे लगेच उपचार मिळायला सुरू झाले. त्यामुळे मुंबईतील ही संकल्पना राज्यातील तालुक्यात विस्तार करण्याचा निर्णय घेतला आहे असे मुख्यमंत्री श्री. एकनाथ संभाजी शिंदे यावेळी म्हणाले. केंद्र सरकारने राज्यातील रेल्वेचे प्रकल्प, नगर विकास विभागाचे विविध प्रकारच्या प्रकल्पांना मंजुरी दिली आहे. मुंबई शहराला आणखी विकसित करण्यावर भर दिला जात आहे, असे ही मुख्यमंत्री म्हणाले.

सार्वजनिक आरोग्य व कुटुंब कल्याण मंत्री, महाराष्ट्र राज्य, मा. प्रा. डॉ. तानाजी सावंत, पाणी पुरवठा व स्वच्छता मंत्री श्री. गुलाबराव पाटील, बंदरे व खनिकर्म मंत्री श्री. दादाजी भुसे, राज्य उत्पादन शुल्क मंत्री श्री. शंभूराज देसाई शालेय शिक्षण मंत्री श्री. दीपक केसरकर, पर्यटन मंत्री मंगल प्रभात लोढा, आमदार श्री. आशिष शेलार व श्री. भरत गोगावले आरोग्य विभागाचे प्रधान सचिव श्री. संजय खंदारे आदी उपस्थित होते.

न्यूज नेशन या राष्ट्रीय वृत्तवाहिनीच्या 'न्यूज स्टेट महाराष्ट्र-गोवा' या नव्या मराठी वाहिनीच्या शुभारंभ प्रसंगी आरोग्यमंत्री मा. प्रा. डॉ. तानाजी सावंत यांनी उपस्थित राहून भावी वाटचालीसाठी मन:पूर्वक शुभेच्छा दिल्या आणि मनोगत व्यक्त केले.

या वाहिनीचे एडिटर इन चीफ मनोज गैरोला तसेच मराठी वाहिनीचे संपादक श्री. सुभाष शिर्के यावेळी उपस्थित होते.

Registered
Maharashtra Arogya Patrika (Marathi)
RNI No. MAHMAR/2000/1736
POSTAL REGD. No./PCE/017/2021-2023
Office of Posting PUNE P.S.O., G.P.O. 411001.
The date of Publication is 20th February 2023
Posting on 24th of February 2023
Licence to Post without prepayment of Postage No. WPP120/31/12/2023

वार्षिक वर्गणी : ₹ ५०/–

प्रति,

पोस्टमन बंधुनो, या पत्यावर वर्गणीदार मिळत नसेल तर हा अंक कृपया आरोग्य विभागाच्या संबंधित आरोग्य केंद्र, रुग्णालय किंवा आरोग्य सेविका/कर्मचारी, आशा यांचेकडे द्यावा.

मा.ना.श्री.एकनाथ शिंदे
मा. मुख्यमंत्री, महाराष्ट्र राज्य

मा.ना.श्री. देवेंद्र फडणवीस
मा. उपमुख्यमंत्री, महाराष्ट्र राज्य

जागरूक पालक सुदृढ बालक
अभियान

मा. ना. प्रा. डॉ. तानाजीराव सावंत
मंत्री, सार्वजनिक आरोग्य व कुटुंब कल्याण
महाराष्ट्र राज्य

जागरूक पालक सुदृढ बालक

सुदृढ आपले बाळ
हाच आपला भविष्यकाळ

कर्तव्य सर्व पालकांचे
लसीकरण सर्व बालकांचे

0 ते 18 वर्षांपर्यंतची बालके व किशोरवयीन मुलामुलींचे सर्वांगीण आरोग्य तपासणी अभियान

अधिक माहितीसाठी आपल्या जवळच्या आशा, अंगणवाडी, आरोग्य कर्मचारी यांच्याशी संपर्क साधा.

सार्वजनिक आरोग्य विभाग, महाराष्ट्र शासन

/MahaArogyaIECBureau @MahaHealthIEC /mahahealthiec /MahaHealthIEC

राज्य आरोग्य शिक्षण व संपर्क विभाग, पुणे

Monthly Maharashtra Arogya Patrica is printed and published by Dr. Kailas B. Baviskar on behalf of Public Health Department, Government of Maharashtra
It is Printed at Kalyani Corporation, 1464, Sadashiv Peth, Pune 30. and Published at Maharashtra State Health I.E.C. Bureau, 'Parivartan', Arogya Bhavan Compound, Opp. Vishrantwadi Police Station, Yerawada, Pune 411 006.