

महाराष्ट्र

आरोग्य पत्रिका

प्रधानमंत्री टीबी मुक्त भारत अभियान



“

मी प्रत्येक व्यक्तीला, प्रत्येक संस्थेला आणि लोकप्रतिनिधींना क्षयमुक्त भारत निर्माण करण्यासाठी व सक्रिय भूमिका बजावण्यासाठी संकल्प करण्याची विनंती करतो.

मा. नरेंद्र मोदी

मा. पंतप्रधान

”

टी.बी. हरेल, देश जिंकेल!

नि-क्षय मित्र म्हणून कोणतीही व्यक्ती, अशासकीय संस्था, लोकप्रतिनिधी किंवा कॉर्पोरेट संस्था क्षयरुग्णाला प्रत्यक्षरित्या मदत करू शकते.

क्षयरोगमुक्त महाराष्ट्र... सुदृढ महाराष्ट्र...

आरोग्य विभागाच्या रुग्णालयांत ३१५ नवीन डायलिसीस मशीन! आरोग्यमंत्री मा. ना. प्रा. डॉ. तानाजी सावंत यांचा निर्णय



वाढत्या किडनी रुग्णांसाठी डायलिसीस सेवेचा विस्तार करण्याचा सरकारचा निर्णय

देशात तसेच महाराष्ट्रात मूत्रपिंड विकाराचे रुग्ण वेगाने वाढत असून यातील मोठ्या संख्येने रुग्णांना डायलिसीस सेवेची गरज भासत आहे. डायलिसीसवरील रुग्णांची वाढती संख्या लक्षात घेऊन आरोग्य विभागाने आपल्या रुग्णालयांत नव्याने ३१५ डायलिसीस मशीन घेण्याचा निर्णय घेतला असून याचा फायदा हजारो रुग्णांना मिळणार आहे.



सार्वजनिक आरोग्य विभाग व डॉक्टर्स फॉर यू यांच्या संयुक्त विद्यमाने आयोजित महाराष्ट्र सीएसआर परिषदेला मोठा प्रतिसाद मिळाला.

सार्वजनिक आरोग्य विभागाच्या वतीने लोकोपयोगी अनेक योजना जलद गतीने राबविल्या जात असून समाजाच्या भागीदारीने त्या अधिक यशस्वी रीतीने राबविण्यासाठी अशा परिस्थितीशी आवश्यकता असल्याची व शासन आणि संस्था यांच्या भागीदारीतून तळागाळातील लोकांपर्यंत आरोग्य सेवा पोहोचण्यासाठी नक्कीच मदत होईल, असे प्रतिपादन राज्याचे आरोग्यमंत्री मा. ना. प्रा. डॉ. तानाजी सावंत यांनी या परिषदेला मार्गदर्शन करताना व्यक्त केले. या परिषदेला आरोग्य विभागाचे प्रधान सचिव श्री. संजय खंदारे, सचिव श्री. नवीन सोना, आरोग्य सेवा आयुक्त धीरज कुमार, संचालक डॉ. स्वप्नील लाळे, डॉ. नितीन अंबाडेकर, डॉ. विजय कंदेवाड व आरोग्य विभागातील अधिकारी व डॉक्टर्स फॉर यू संस्थेचे पदाधिकारी, सीएसआर पार्टनर्स यावेळी बोइंग इंडिया फाउंडेशन, एसबीआय फाउंडेशन, बिरला ग्रुप, टेक महिंद्रा, सिपला, लुपिन, फायझर, बी पी सी एल, टाटा ग्रुप, विप्रो यासारख्या उद्योग संस्थांचे प्रतिनिधी उपस्थित होते.



महाराष्ट्र आरोग्य पत्रिका

वर्ष : पंचविसावा | अंक : ०३ | महिना : मार्च 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 स्वरूप 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

सार्वजनिक आरोग्य विभाग
महाराष्ट्र शासन

इन्फ्लूएंझा

घाबरु नका.. जागरुक रहा

इन्फ्लूएंझा हा विषाणूमुळे होणारा आजार आहे

टाईप ए चे उपप्रकार

एच १ - एन १, एच २ - एन २, एच ३ - एन २



<https://www.facebook.com/MahaArogyaIECBureau>



<https://twitter.com/MahaHealthIEC>



<https://www.instagram.com/mahahealthiec/>



<http://bit.ly/MahaArogyaYT>



<https://www.linkedin.com/company/maha-arogyia-iec-bureau>





संकेत स्थळ :
<http://maha-arogya.gov.in>
<http://mahaarogyasamvadec.in>
 Google Play - maharogyasamvad

महाराष्ट्र आरोग्य पत्रिका

मार्च २०२३

अंतरंग



१२ धाराशिवला आशियातील पहिले 'फिरते मल्टीस्पेशलिटी रुग्णालय'



१७ प्रसूतीनंतरची काळजी



२१ आरंभ : बालविकास उपक्रम मालिका - बालसंगोपन

■ आयुक्तांचे मनोगत	५
■ संचालकांचे मनोगत	६
■ संचालकांचे मनोगत	७
■ संपादकीय	८
■ सामान्यांच्या आरोग्यावरील खर्चात जन औषधी केंद्रामुळे मोठी बचत	१०
■ धाराशिवला आशियातील पहिले 'फिरते मल्टीस्पेशलिटी रुग्णालय'	१२
■ एका कर्करोग ग्रस्ताची आजारावर यशस्वी मात - एक आत्मकथन	१४
■ आरोग्य क्षेत्रातील डिजिटल क्रांतीचे 'आभा कार्ड'	१६
■ प्रसूतीनंतरची काळजी	१७
■ नागरिकांना आवाहन	२०
■ आरंभ : बालविकास उपक्रम मालिका - बालसंगोपन	२१
■ लसीकरण दिन	२४
■ क्षयरोगविरोधी लढा - एक कुरुक्षेत्र!	२६
■ मेळघाटाचे अंतरंग... एक वैद्यकीय सहल...	२९
■ कविता -	
■ सक्रिय क्षयरोग मोहीम ■ टीबी को हराना है...	३१
■ टी.बी. रक्षक	३२
■ यशोगाथा -	
■ प्राथमिक आरोग्य केंद्र - किनगाव खुर्दवी सामाजिक आरोग्य कार्यकर्ती, आशा...	३४
■ आशा संवाद -	
■ आशा प्रश्नावली क्रमांक ३	३६
■ वृत्त विशेष -	
■ राज्याचे आरोग्य जपण्यासाठी शासन कटीबद्ध - पालकमंत्री मा. ना. प्रा. डॉ. तानाजी सावंत	४०
■ सिंहगड कॉलेज ऑफ नर्सिंग या कॉलेजच्या विद्यार्थ्यांचा राज्य, आरोग्य शिक्षण व संपर्क विभाग पुणे येथे अभ्यास दौरा.	४०
■ आरोग्यमंत्री मा. ना. प्रा. डॉ. तानाजी सावंत यांच्याकडून रुग्णास मदत	४१
■ जागतिक महिला दिनानिमित्त... प्रधानमंत्री सुरक्षित मातृत्व अभियान	४२
■ प्राथमिक आरोग्य केंद्र येडशी येथे महिलांचे तपासणी शिबिर	४३
■ कुमळवाडी येथे महिला दिन साजरा	४३
■ आरोग्य विभागाची महिला दिनानिमित्त सायकल रॅली	४४
■ आरोग्य सेवा सुश्रुषा विभागात उल्लेखनीय कामगिरी करणाऱ्या महिलांना फ्लोरेस नाईटिंगेल पुरस्कार	४५
■ जागतिक महिला दिनानिमित्त मोलमजुरी करणाऱ्या स्त्रियांना हातभार	४५
■ जागतिक महिला दिनानिमित्त आरोग्य शिक्षण	४५
■ आरोग्य सेवेतील महिलांचा सत्कार...	४६
■ जागतिक महिला दिनानिमित्त विविध क्षेत्रात कार्यरत असलेल्या महिलांचा सन्मान...	४६
■ जागतिक महिला दिनानिमित्त प्राथमिक आरोग्य केंद्र नागोठणे...	४७
■ हिंदुहृदय सम्राट बाळासाहेब ठाकरे आपला दवाखाना कार्यरत	४७
■ युएसएड मोमेंट आणि राज्य आरोग्य शिक्षण व संपर्क विभाग पुणे यांचे संयुक्त विद्यमाने जागतिक महिला दिन २०२३ साजरा	४८
■ आरोग्य सेवा आयुक्तालयांतर्गत कर्मचाऱ्यांच्या क्रिकेट स्पर्धा...	४९
■ लेखकांना विनंती	५०



आयुक्तांचे मनोगत



राष्ट्रीय आरोग्य अभियानाच्या माध्यमातून माता व बाल आरोग्य विषयक योजना, संसर्गजन्य व असंसर्गजन्य आजारांच्या नियंत्रणासाठी अनेक कार्यक्रम राज्यभरात राबविण्यात येत आहेत. अभियानाच्या माध्यमातून सार्वजनिक आरोग्य सेवेला निश्चितपणे बळकटी प्राप्त झालेली असून अभियानांतर्गत राबविण्यात येत असलेल्या विविध योजनांचा सकारात्मक परिणाम राज्याच्या आरोग्य सेवांवर होताना दिसून येत आहे. शहरी व ग्रामीण भागात कार्यान्वित करण्यात आलेल्या आरोग्यवर्धिनी केंद्रांच्या माध्यमातून सर्वसमावेशक आरोग्य सुविधा राज्यातील जनतेला प्राप्त होत आहेत.

'हिंदुहृदयसम्राट बाळासाहेब ठाकरे आपला दवाखाना' या संकल्पनेचा विस्तार सार्वजनिक आरोग्य विभागाच्या वतीने राज्यभरामध्ये करण्यात येत असून लवकरच राज्यातील प्रत्येक तालुक्यात आपला दवाखाना स्थापित होणार आहे. या दवाखान्यांमधून तळागाळातील मोठ्या प्रमाणावरील लोकांना आरोग्य सुविधा स्थानिक पातळीवरच उपलब्ध होणार आहेत. ज्याठिकाणी आरोग्य सेवा पोहोचवण्यात अडचणी उद्भवतात त्या ठिकाणी आपला दवाखाना कार्यरत असणार आहे व आरोग्य सुविधांपासून वंचित असलेल्या भागातील लोकांना आरोग्य सुविधा स्थानिक पातळीवरच उपलब्ध होणार आहेत. या दवाखान्यांमध्ये सर्व प्रकारच्या प्राथमिक व उपचारात्मक बाह्यरुग्ण सेवा, मोफत औषधोपचार, गर्भवती मातांची तपासणी, लसीकरण, टेलीकन्सल्टेशन, नेत्र तपासणी, रक्त तपासणी, समुपदेशन या सेवा उपलब्ध असणार आहेत. आपला दवाखाना हा विभागाच्या दृष्टीने एक महत्वाकांक्षी उपक्रम असून त्याचा लाभ जास्तीत जास्त लोकांपर्यंत पोहोचविण्यासाठी सार्वजनिक आरोग्य विभाग कटीबद्ध आहे.

आरोग्य सेवांच्या वृद्धीसाठी आरोग्य अधिकारी, कर्मचारी तसेच राष्ट्रीय आरोग्य अभियानांतर्गत कार्यरत कर्मचाऱ्यांचे मोठे योगदान आहे. आशा स्वयंसेविकांच्या माध्यमातून आरोग्य सेवांची व्याप्ती ग्रामपातळीवर मोठ्या प्रमाणावर पसरलेली असून ग्रामीण भागात आरोग्य सेवांचे जाळे विस्तारलेले आहे. सार्वजनिक आरोग्य सेवांच्या परिणामकारकतेने गेल्या काही वर्षांत राज्यातील माता व अर्भक मृत्यूचे प्रमाणदेखील कमी झालेले आहे.

मार्च महिन्यात जागतिक महिला दिन व जागतिक क्षयरोग दिन यासारखे महत्वाचे दिवस साजरे होत असून केंद्र शासनाच्या सूचनांनुसार ५ मार्च रोजी सायकलींग उपक्रम, ७ मार्च रोजी जन औषधी दिवस व १४ मार्च रोजी आरोग्य मेळाव्यांचे आयोजन करण्यात आले आहे. नागरिकांमध्ये क्षयरोगाचा प्रादुर्भाव टाळण्यासाठी आरोग्य विभागाच्यावतीने सर्वतोपरि उपाययोजना करण्यात येत असून ग्रामीण, शहरी व दुर्गम भागांत क्षयरोग रुग्ण शोधमोहिम तसेच जनजागृती कार्यक्रम राबविण्यात येत आहेत. केंद्र शासनाच्या समन्वयाने प्रधानमंत्री टीबी मुक्त भारत अभियानाची अंमलबजावणी राज्यात सुरू आहे. क्षयरोगाच्या समूळ उच्चाटनासाठी शासकीय यंत्रणांबरोबर स्वयंसेवी संस्था, सामाजिक कार्यकर्ते यांचा सक्रिय सहभागदेखील तितकाच महत्वाचा आहे.

श्री. धीरज कुमार (भा.प्र.से.)

आयुक्त, आरोग्य सेवा तथा संचालक,
राष्ट्रीय आरोग्य अभियान, महाराष्ट्र राज्य



संचालकांचे मनोगत



सार्वजनिक आरोग्याच्या दृष्टीने प्रतिबंधात्मक आरोग्य सेवांना महत्त्वाचे स्थान असून असंसर्गजन्य रोगांना लवकर ओळखून त्यावर लवकर निदान करून उपचारात्मक सेवा लवकरात लवकर मिळवून देण्यासाठी प्रतिबंधात्मक ज्ञानाचा महत्त्वाचा उपयोग होत असतो. असंसर्गजन्य आजारांचा सामान्य माणसावर भार पडल्यामुळे त्याचा परिणाम कुटुंबावर होत असतो. कुटुंब निरोगी असल्यास कुटुंबामध्ये आरोग्यदायी व आनंदी वातावरण असते.

व्यक्ती आजाराला बळी पडल्यास त्याचा परिणाम कुटुंबातील प्रत्येकावर होत असतो, असे आपल्या निदर्शनात येते. व्यक्ती आजारी पडू नये म्हणून प्रतिबंधात्मक आरोग्यदायी सवयींचा स्वीकार करणे अत्यंत महत्त्वाचे आहे. कोणत्याही आजाराची लक्षणे लवकर दिसल्यास त्यावर लवकर तपासणी, निदान, उपचार करणे व होणाऱ्या धोक्यांपासून कुटुंबाला व स्वतःला दूर ठेवणे, हे प्रत्येकाचे कर्तव्यच आहे. प्रतिबंधात्मक ज्ञानामुळे आरोग्यदायी समाजाची निर्मिती करण्यासाठी महत्त्वाची मदत होत असते.

शासन सामान्य माणूस केंद्रबिंदू ठेवून लोकाभिमुख योजना गावपातळीपर्यंत राबवीत असते. या योजनांविषयी जनजागृती करून व लोकांमध्ये आरोग्यदायी वातावरण व सवयी लावण्यासाठी सर्वांनी पुढे आले पाहिजे. आरोग्यवर्धिनी केंद्राच्या माध्यमातून आरोग्य संवर्धनाचे मोठे काम राज्यामध्ये होत असून, त्यामध्ये प्रत्येकाने आपला सहभाग नोंदविला पाहिजे व शासनाच्या योजनांचा फायदा सामान्य माणसापर्यंत होण्यासाठीही आपण सजग असले पाहिजे.

- डॉ. स्वप्नील लाळे
संचालक, आरोग्य सेवा,
मुंबई, महाराष्ट्र राज्य



संचालकांचे मनोगत



सार्वजनिक आरोग्य विभागाच्या वतीने लोककल्याणकारी उपक्रम अधिक गतिमानपणे राबविण्यासाठी प्रयत्न करण्यात येत असून, विविध योजना सामान्य माणसाला केंद्रबिंदू ठेवून शासनातर्फे राबविल्या जात आहेत. 'माता सुरक्षित, तर घर सुरक्षित', 'जागरूक पालक, सुदृढ बालक' यांसारख्या योजना माता व बाल आरोग्यासाठी महत्त्वाच्या असून, या मोहिमांच्या माध्यमातून समाजामध्ये जनजागृती व लोकांचा सहभाग वाढतो आहे हे विशेष! माता व बाल आरोग्य हा एक महत्त्वाचा विषय असून मातेचे व बालकाचे आरोग्य चांगले असल्यास कुटुंबामध्ये आनंदाचे वातावरण तयार होऊन आरोग्यदायी कुटुंबाकडे वाटचाल सुरु राहते.

त्यादृष्टीने सार्वजनिक आरोग्य विभागाच्या वतीने प्रत्येक कुटुंबातील घटकासाठी आरोग्य सेवा देण्यासाठी वेगवेगळे उपक्रम हाती घेतले जात आहेत. त्याचप्रमाणे लसीकरण, बालकांचे विविध आजार, मातांची गरोदरपणातील तपासणी, रुग्णालयातच प्रसूती अशा विविध कार्यक्रमांची अंमलबजावणी लोकसहभागातून होण्यासाठी प्रभावीपणे प्रयत्न केले जात आहेत.

प्रतिबंधात्मक, निदानात्मक, उपचारात्मक आरोग्यसेवा अधिकाधिक गतिमानपणे तयार करून जनसामान्यांपर्यंत पोहोचण्यासाठी सार्वजनिक आरोग्य विभाग प्रयत्न करीत आहे. कुटुंबातील प्रत्येक घटकांनी आरोग्य सेवा विषयी जागृत राहून गरजेनुसार आरोग्य सेवांचा स्वीकार करणे व त्याला सहभाग देणे अत्यंत आवश्यक आहे. सार्वजनिक हिताच्या योजना लोकसहभागाने अधिक सक्रिय होऊन त्याचा समाजाला अधिकाधिक उपयोग करून देण्यासाठी आपण सर्वांनी एकत्रित प्रयत्न करणे आवश्यक आहे.

- डॉ. नितीन अंबाडेकर
संचालक, आरोग्य सेवा,
पुणे



संपादकीय



निरोगी आणि सुदृढ आरोग्य राखणे ही आपली प्रत्येकाची जबाबदारी आहे. सार्वजनिक आरोग्य विभागाच्या वतीने सुदृढ व निरोगी आरोग्यासाठी तसेच प्रतिबंधात्मक आरोग्यासाठी विविध उपक्रम, मोहिमा व योजना राबविण्यात येतात. या योजनांना समजून घेऊन त्याचा आपल्या दैनंदिन जीवनामध्ये अंगीकार करणे व समाजाला त्याचा जास्तीत जास्त फायदा व्हावा, यासाठी प्रयत्न करणे ही आपली सर्वांची सामाजिक जबाबदारी होय.

सार्वजनिक आरोग्य चांगले राहण्यासाठी आपण आपले वैयक्तिक आरोग्य, कौटुंबिक आरोग्य व सामाजिक आरोग्य या सर्व गोष्टी काटेकोरपणे पाळणे आवश्यक आहे. आरोग्याचा संबंध हा आपल्या कामाशी येत असल्यामुळे आपले आरोग्य चांगले राहिल्यास आपल्या कामावरही त्याचा चांगला परिणाम दिसून येतो.

आरोग्यविषयी विविध उपक्रम राबवून त्याविषयीची माहिती लोकांमध्ये व्हावी, यासाठी शासनाच्या वतीने विविध माध्यमातून जागृती करण्यात येते. यामध्ये प्रत्येकाने सक्रिय सहभागी होऊन आपापल्या कुटुंबात व समाजात चांगल्या गोष्टी रूढ करायला पाहिजेत. चांगल्या आरोग्यासाठी चांगल्या सवयींचा अंगीकार करणे, लोकाभिमुख आरोग्य योजनांचा प्रसार करणे व समाजामध्ये आरोग्यदायी वातावरण तयार करणे, यासाठी प्रत्येकाने आप-आपले योगदान देणे आवश्यक आहे.

सार्वजनिक आरोग्य विभागाच्या वतीने 'आरोग्य पत्रिका' हे समाज प्रबोधनाचे चांगले माध्यम असल्यामुळे आरोग्य विषयक विविध लेख व माहिती यात प्रकाशित केली जात आहे. त्याचप्रमाणे एक विषय निवडून त्यावर समाजामध्ये जनजागृती होण्यासाठीही भर दिला जात आहे. या उपक्रमामध्ये सक्रिय सहभागी होऊन आपण समाजामध्ये आरोग्यविषयक जनजागृती घडविण्यासाठी सहकार्य करू या व समाजाचे आरोग्य चांगले ठेवण्यासाठी आपले योगदान देऊया !

धन्यवाद...!

- डॉ. कैलास बाविस्कर
संपादक





सार्वजनिक आरोग्य विभाग
महाराष्ट्र शासन



इन्फ्लूएंजा

घाबरु नका जागरुक रहा

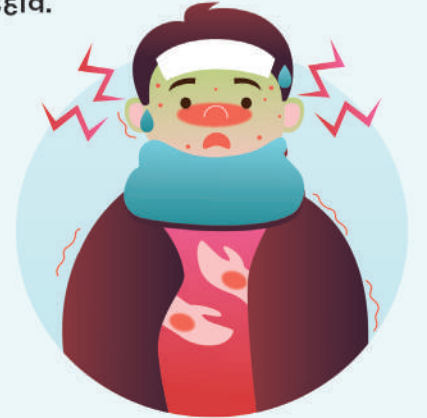
इन्फ्लूएंजा हा विषाणूमुळे होणारा आजार आहे

टाईप ए चे उपप्रकार

एच 1 - एन 1, एच 2 - एन 2, एच 3 - एन 2

इन्फ्लूएंजा रुग्णांसाठी घ्यावयाची काळजी

- रुग्णाने शक्यतो बैठकीच्या खोलीत, ज्या ठिकाणी सर्व कुटुंबीय असतील तेथे येणे टाळावे.
- रुग्णाने घरात जर कोणी अति जोखमीचे आजार असणारे असतील तर त्यांच्या निकट सहवासात जाऊ नये.
- घरात ब्लिच द्रावण तयार करावे. याचा उपयोग रुग्णाचा टेबल, खुर्ची, रुग्णाचा स्पर्श होतील असे पृष्ठभाग पुसण्यासाठी करावा.
- दिवसातून किमान दोनवेळा गरम पाण्यात मीठ हळद टाकून गुळण्या कराव्यात, तसेच गरम पाण्याची वाफ घ्यावी.
- रुग्णाने वापरलेले रुमाल गरम पाण्यात, ब्लिच द्रावणात अर्धा तास भिजवून नंतर स्वच्छ धुवावेत.
- रुग्णाचे अंथरुण, पांघरुण, टॉवेल हाताळल्यास हात साबण व पाण्याने स्वच्छ धुवावेत.
- ताप आणि फल्यूची इतर लक्षणे संपल्यानंतर किमान 24 तासापर्यंत घरी रहावे.
- रुग्णाने वापरलेले टिशू पेपर अथवा मास्क कुठेही टाकू नयेत.
- रुग्णाची सेवा शक्यतो कुटुंबातील एकाच व्यक्तीने करावी.
- रुग्णाने भरपूर विश्रांती घ्यावी आणि द्रव पदार्थ घ्यावेत.
- रुग्णाकरिता वेगळी खोली निश्चित करावी.
- रुग्णाने स्वतः नाकावर रुमाल बांधावा.
- रुग्णाने धुम्रपान करू नये.
- डॉक्टरांच्या सल्ल्याने औषधे घ्यावीत.



लक्षणे दिसताच त्वरीत डॉक्टरांचा सल्ला घ्या
लवकर तपासणी, निदान, उपचार रोगाला करू हद्दपार

[f /MahaArogyalECBureau](#) [@MahaHealthIEC](#) [/mahahealthiec](#) [/MahaHealthIEC](#)



सामान्यांच्या आरोग्यावरील खर्चात जन औषधी केंद्रामुळे मोठी बचत

राज्यपाल रमेश बैस यांचे प्रतिपादन



जन औषधी केंद्रामुळे सर्वसामान्य नागरिकांच्या आरोग्यावरील खर्चात मोठी बचत होत आहे. यामुळे गरीब नागरिकालाही औषधोपचार करून घेणे शक्य होत आहे, असे प्रतिपादन राज्यपाल रमेश बैस यांनी आज येथे केले.

भारतीय जन औषधी दिवस आणि आंतरराष्ट्रीय महिला दिनानिमित्त राज्याच्या सार्वजनिक आरोग्य विभागाच्या पुढाकाराने यशवंतराव चव्हाण सेंटर, मुंबई येथे एक विशेष कार्यक्रम आयोजित करण्यात आला होता, त्यावेळी राज्यपाल बैस बोलत होते.

या कार्यक्रमाला व्यासपीठावर केंद्रीय आरोग्य राज्यमंत्री डॉ. भारती पवार, सार्वजनिक आरोग्यमंत्री मा. ना. प्रा. डॉ. तानाजी सावंत, सार्वजनिक आरोग्य विभागाचे प्रधान सचिव संजय खंदारे, सचिव नवीन सोना, आरोग्य सेवा आयुक्त धीरज कुमार, आदी उपस्थित होते.

राज्यपाल बैस म्हणाले, देशातील ७६४ पैकी ७४३ जिल्ह्यात जन औषधी केंद्र सुरु करण्यात आली आहेत. या केंद्रात स्वस्तात उपलब्ध असलेल्या औषधांमुळे सामान्य

नागरिकांच्या आरोग्यावरील खर्चात मोठी बचत होत आहे. या केंद्रात १७५९ औषधे आणि २८० सर्जिकल उपकरणे उपलब्ध आहेत. येत्या वर्ष अखेर पर्यंत देशभरात सुमारे दहा हजार जन औषधी केंद्र सुरु करण्याचा केंद्र सरकारचा मानस आहे. यामुळे अधिकाधिक रुग्णांना स्वस्त आणि गुणवत्तापूर्ण औषधांचा लाभ मिळेल. भारतातील जनऔषधे जगभरात प्रसिद्ध आहेत. जगातील प्रत्येक पाच पैकी एक व्यक्ती भारतात तयार झालेली औषधी घेते.

केंद्रीय आरोग्य राज्यमंत्री डॉ. भारती पवार म्हणाल्या, जनऔषधी केंद्रामधून दिल्या जाणाऱ्या औषधांमुळे अनेक रुग्णांची पैशाची बचत होत आहे. औषधांच्या किंमती कमी झाल्यामुळे अनेक औषधे सामान्य नागरिकांच्या आवाक्यात





मित्र म्हणून डॉ. तुषार पालवे यांना गौरविण्यात आले.

यावेळी आशा कार्यकर्ती सुशिला भंडारे, नेत्रतज्ञ डॉ. नम्रता सोनवणे, स्त्री रोग तज्ञ डॉ. पूजा भुतडा यांचा उत्कृष्ट काम केल्याबद्दल महिलादिनी सत्कार करण्यात आला.

यावेळी सोलापूर जिल्ह्यातील अक्कलकोट तालुक्यातील किणी येथील जन औषधी केंद्राचे दूरदृश्यप्रणालीद्वारे आरोग्य

उद्घाटन श्री. नीलकंठ खुणे, डॉ. सोनिया बागडे, जिल्हा शल्यचिकित्सक डॉ. धनंजय पाटील यांचे उपस्थितीत करण्यात आले.

सचिव नवीन सोना यांनी प्रास्ताविक केले तर अन्न आणि औषध प्रशासन विभागाचे सह आयुक्त भूषण पाटील यांनी आभार मानले.

यावेळी अन्न आणि औषध प्रशासन विभाग प्रधान सचिव सौरभ विजय, आयुक्त धीरज कुमार, आयुक्त अभिमन्यू काळे, मुंबई शहरचे जिल्हाधिकारी राजीव निवतकर, सार्वजनिक आरोग्य विभागाचे संचालक डॉ. नितीन अंबाडेकर, डॉ. स्वप्नील लाळे, जयगोपाल मेनन, सहसंचालक डॉ. गौरी राठोड, उपसंचालक डॉ. विजय बाविस्कर, सहसंचालक डॉ. विजय कंदेवाड, डॉ. कैलास बाविस्कर व डॉ. एकनाथ माले, आदी उपस्थित होते.



आली आहेत. जन औषधी केंद्र सुरु करण्यासाठी युवकांनी पुढे यावे. जन औषधी केंद्राप्रमाणेच आरोग्यसाठी हेल्थ अँड वेलनेस केंद्र सुरु करण्यात आली आहेत.

सार्वजनिक आरोग्यमंत्री मा. ना. प्रा. डॉ. तानाजी



सावंत यांनी सांगितले की, कोरोना कालावधीत आशा सेविकांनी खूप चांगले काम केले. त्यांच्या मानधनात वाढ करण्याची आवश्यकता आहे. जास्तीत जास्त नागरिकांना औषधोपचार मिळावेत यासाठी महात्मा ज्योतिबा फुले जन आरोग्य योजनेची मर्यादा वाढवण्याचा विचार व्हावा.

यावेळी जनऔषधी ज्योती, जनऔषधी सर्वश्रेष्ठ सिंबायोसिसचे अधिष्ठाता डॉ. विजय सागर, जनऔषधी



धाराशिवला आशियातील पहिले 'फिरते मल्टीस्पेशलिटी रुग्णालय'



मराठवाड्यातील धाराशिव जिल्ह्यात आरोग्यमंत्री मा. ना. प्रा. डॉ. तानाजी सावंत यांच्या प्रयत्नातून आशियातील पहिले 'फिरते मल्टीस्पेशलिटी रुग्णालय' सुरु करण्यात आले असून, नीती आयोगाच्या प्रकल्पातून हे नावीन्यपूर्ण फिरते रुग्णालय जनतेच्या आरोग्य सेवेसाठी तयार करण्यात आले आहे. फिरत्या मल्टीस्पेशलिस्ट रुग्णालयामुळे आरोग्याचा हा रथ धाराशिव जिल्ह्यातील जनतेसाठी वरदान ठरणार आहे.

'आरोग्य रथ' म्हणून या फिरत्या रुग्णालयाची मल्टीस्पेशलिटीनुसार रचना करण्यात आली असून आशिया खंडातील या प्रकारचे हे पहिले रुग्णालय ठरले आहे. २५ फूट लांब व दोन्ही बाजूला विस्तार होईल अशा प्रकारे या रुग्णालयाची रचना असून या रुग्णालयात वातानुकूलित व्यवस्था, छोट्या शस्त्रक्रिया, अत्याधुनिक तपासण्यांसाठी रुग्णांना खाटा उपलब्ध करून देण्यात आलेल्या आहेत. फिरते रुग्णालय मल्टीस्पेशलिटी रुग्णालयासारखे विस्तारित असून गावागावांमध्ये जाऊन आरोग्य सेवा देण्यासाठी याची रचना करण्यात आली आहे. ग्रामीण भागात मल्टीस्पेशलिटी सुविधांची वानवा असल्यामुळे अशा नावीन्यपूर्ण रुग्णालयाच्या माध्यमातून आरोग्य सेवा देण्यासाठी आरोग्य मंत्री यांनी पुढाकार घेऊन ही सुविधा उपलब्ध करून दिली आहे. २५ फूट लांब व ४५० स्क्वेअर फुट एरिया कव्हर करणारे हे रुग्णालय ग्रामीण भागासाठी वरदान ठरेल. ज्या ठिकाणी सुविधा उपलब्ध नाही, त्या ठिकाणी हे फिरते मल्टीस्पेशलिटी हॉस्पिटल सुविधा देईल आणि हे पूर्णपणे ऑटोमेटेड हॉस्पिटल असणार आहे. या फिरत्या रुग्णालयात एक डॉक्टर, एक टेक्निशियन, डाटा एन्ट्री ऑपरेटर, नर्स, ड्रायव्हर, सहाय्यक

फार्मासिस्ट, रेडिओलॉजी टेक्निशियन सुविधा देणार आहेत, तसेच टेलीमेडिसीन सुविधाही यात असणार आहे, जेणेकरून तज्ज्ञ डॉक्टरांची सेवाही याद्वारे रुग्णांना उपलब्ध होऊ शकेल. तपासणीनंतर जवळच्या शासकीय रुग्णालयात सुविधा पुरवण्यासाठीही इथून पाठविले जाऊ शकते. विस्तारित प्रयोगशाळा, ऑटोमॅटिक पद्धतीने तपासण्या, त्वरित औषध अहवाल देण्याची सुविधा यामध्ये असणार आहेत. फिरत्या रुग्णालयात फार्मसी व १०० प्रकारच्या औषधांचा साठाही उपलब्ध असणार आहे.

याशिवाय, जनरेटर, रेफ्रिजरेटर अशा सुविधाही यात उपलब्ध करून देण्यात आलेल्या आहेत. जिल्ह्याच्या ठिकाणी तपासणीसाठी शिबिराच्या माध्यमातून या मल्टीस्पेशलिटी फिरत्या रुग्णालयाच्या माध्यमातून आरोग्य सेवा उपलब्ध होईल व जवळपास दीडशे रुग्णांची तपासणी करण्याची व्यवस्था यात करण्यात आली आहे. आरोग्य सुविधेसाठी क्लिनिकल उपकरणे, ऑटोमेटेड अनालायझर हेल्थकेअर, १२० प्रकारच्या आरोग्य तपासण्या, छातीचा कॅन्सर तपासण्याची सुविधा, दात, एक्स-रे, नेत्र तपासणी, टीबी आजारा सिकलसेल अशा सुविधा यात असणार आहेत. जिल्ह्यातील ग्रामीण रुग्णालयांना दर्जेदार आरोग्य सुविधा देता यावी व मल्टीस्पेशलिटी आरोग्य सेवा ग्रामीण भागातही उपलब्ध व्हावी या उद्देशाने या रुग्णालयाची रचना करण्यात आलेली आहे. ग्रामीण आरोग्य सेवेला अधिक सुविधेद्वारे निदान, उपचार यात सुधारणा करण्यासाठी व माता-बाल आरोग्य सुविधेचा लाभ ग्रामीण जनतेला होण्यासाठी हे रुग्णालय वरदान ठरणार आहे. या फिरत्या रुग्णालयात रुग्णांच्या सर्व माहितीची ही व्यवस्था करण्यात आलेली आहे.



गावागावात जाऊन या फिरत्या रुग्णालयामार्फत रुग्णांना आरोग्य सेवा पुरविण्यात येणार आहे. या रुग्णालयाचा प्रस्ताव धाराशिव येथील जिल्हाधिकारी यांनी नीती आयोगाकडे दिला होता व त्याचा पाठपुरावा आरोग्य मंत्री डॉ. तानाजी सावंत यांनी करून सामान्य जनतेला मल्टीस्पेशलिटी आरोग्य सुविधा उपलब्ध करून देण्यासाठी विशेष प्रयत्न केले. या रुग्णालयासाठी दोन कोटी ९५ लाख रु. खर्च आला असून एक वर्ष संस्थेच्या माध्यमातून हे रुग्णालय चालविण्यात येणार आहे. याला जिल्ह्यातील आरोग्य यंत्रणा सहकार्य करून जास्तीत जास्त रुग्णांना या सुविधांचा लाभ घेण्यासाठी प्रयत्न करणार आहे. नावीन्यपूर्ण उपक्रमाद्वारे आरोग्य सेवा अधिक सक्षम करण्यासाठी आरोग्य विभागाद्वारे विविध प्रयत्न करण्यात येत असून हा एक आशिया खंडातील नावीन्यपूर्ण उपक्रम ठरेल. धाराशिव जिल्ह्यातील आठ तालुक्यात हे फिरते रुग्णालय सेवा देणार आहे. लोहा, उमरगा, तुळजापूर, भूम, परांडा, कळम, वाशी अशा आठ विभागांना या सुविधेचा फायदा होईल.



सार्वजनिक आरोग्य विभाग, महाराष्ट्र शासन



राष्ट्रीय क्षयरोग दूरीकरण कार्यक्रम

समजूतदार,

न ठेवी कोणतेही काम अपूर्ण, लवकर योग्य निदान करून औषधोपचार करतो कोणत्याही स्थितीत पूर्ण...

कोणत्याही परिस्थितीत औषधोपचार अपूर्ण सोडून देऊ नका. तसे केल्यास औषधांना दाद न देणारा टीबी (MDR-TB) होऊ शकतो व त्यावर उपचार करणे अवघड होते.

लक्षात ठेवा! लवकर एक्सरे व नॅट निदान करणे आवश्यक आहे. लवकर उपचार, निरोगी ठेवा आपला परिवार !



जगभर दि. ४ फेब्रुवारी रोजी जागतिक कर्करोग दिवस वर्ष २००० पासून साजरा केला जातो. संयुक्त राष्ट्राद्वारा हा दिवस दरवर्षी ८ फेब्रुवारी रोजी कर्करोगाविषयी जनजागृती वाढविण्याच्या दृष्टीने तसेच या आजाराविषयीचे धोके आणि मृत्यू कमी करण्याचे दृष्टीने विविध उपाय योजनांची व्याप्ती वाढविण्यासाठी साजरा केला जातो. याच दिवसाचे औचित्य साधून इथे मी माझ्या वैद्यकीय महाविद्यालयात सोबत शिक्षण घेतलेल्या माझ्या जिवलग मित्राची (डॉ. संजय) त्याच्याच शब्दात त्याने दुर्धर अशा ह्या आजारावर कशी मात केली त्याचे त्याने पाठविलेले भाषांतरीत आत्मकथन देत आहेत. यातून नक्कीच या आजारावर संघर्ष करणाऱ्या रुग्णांना व समाजालाही एक सकारात्मक संदेश जाईल.

आजचा दिवस माझ्यासाठी खास आहे. मला कर्करोगाचे निदान झाल्याची आज वीसावी (२०जी) Anniversary आणि आजच्या या दिवसाचे औचित्य साधून मी सर्वासोबत या आजारावर मी कशी मात केली या बाबत प्रथमतःच माझे अनुभव आपणा सर्वासमोर मांडत आहे. जेणेकरून जे या आजाराविषयी सध्या संघर्ष करीत आहेत त्यांना प्रेरणा मिळेल. आजही समाजात ह्या आजाराविषयी भरपूर अज्ञान, नकारात्मक दृष्टीकोन आहे आणि याविषयी जास्तीत जास्त कर्करोग योद्धांनी त्यांचे अनुभव Share करण्याची गरज आहे.

जेव्हा मी भूतकाळात डोकावतो तेव्हा मला तीन विशेष बाबींचा उल्लेख करणे उचित वाटते, ज्यामुळे हा यशस्वी लढा मी देऊ शकलो.

१) लढा देण्याची विजिगीषु वृत्ती जागृत करणे (Arousing Fighting Spirit) :

जेव्हा वीस वर्षापूर्वी आजच्या दिवशी मला कर्करोगाचे प्रथम निदान झाले तेव्हा माझी प्रथम प्रतिक्रिया मला मृत्यूचे प्रमाणपत्र मिळाल्याचीच होती. त्या भयाण दिवशी माझ्या सगळ्या भविष्यातील योजना, स्वप्ने तात्काळ बंदिस्त झालीत.

माझ्या मनात एकच विचार घोळत होता संजू तुझा खेळ खलास झाला. मलाच हा आजार का बरे झाला, मी कुठले पाप केले? समोरील अंधकारमय भविष्यानी मला भयभीत केले आणि मला माझा भयंकर अंत समोर दिसू लागला.

आजाराचे निदान झाल्यानंतरची ती तिसरी रात्र असेल. मी झोपेशी संघर्ष करीत होतो, निरनिराळे विचार मनात डोकावत होते आणि अचानक काहीतरी चमत्कारीक घडले. माझ्या मनातले विचारचक्र अचानक थांबलेत आणि अचानक मला साक्षात्कार झाला की माझ्यासमोर एक संधी



आहे... कर्करोगाला थोपवून मला पुनः उभे राहण्याची... संजू तू योद्धा हो.... लढ, लढा दे, त्याचक्षणी माझ्या मनातील भितीची जागा, एका असहाय रुग्णांची जागा एका योध्यानी घेतली आणि मी मनाशी निश्चय केला हे कर्करोगा तू तुझे कार्य सुरु ठेव मी देखिल हार माणणारा नाही, मी नक्कीच तुला टक्कर देईन.

कर्करोगाच्या उपचाराचा प्रवास ठरल्याप्रमाणे वेगवेगळ्या उपचार पद्धतीनुसार (Chemotherapy, Radiotherapy, Surgery इत्यादी)

सुरु झाला. एका उपचार पद्धतीचे सत्र संपले की दुसरी उपचार पद्धती, वेगवेगळ्या रक्तांच्या चाचण्या Scanning इत्यादी बहुतेक रुग्णांच्या बाबतीत ५-६ वर्षांपर्यंत हे सुरु असते. वैद्यकीय शास्त्र एखाद्या रुग्णाला त्यानंतरच आजारातून बरा झाल्याचे निदान करू शकते. हा संपूर्ण प्रवास सोपा, सरळ निश्चितच नव्हता. यात नियमित चढ/उतार होतच होते परंतु या संपूर्ण कालावधीत मी माझे Fighting Spirit (लढाऊ वृत्ती) कायम ठेवली आणि उपचारातले पाठपुराव्याचे सातत्य कायम ठेवले.

२) कुटुंबियांचे/मित्रांचे प्रेम व सहकार्य :

माझ्या सर्व कुटुंबियांनी तसेच मित्रांनी माझ्या ह्या संघर्षाच्या काळात मला शेवटपर्यंत साथ दिली. माझे आई-वडील, भावंडे २४x७ माझे सोबत होते. त्यांना किंबहुना माझ्या इतकाच धक्का बसला होता पण त्यांनी त्या भावना



माझ्यासमोर कधीच येऊ दिल्या नाहीत. माझ्या सर्व जिवलग मित्रांनी माझ्या निदानापासून तर उपचार/पाठपुराव्यापर्यंत मला सतत साथ दिली. त्यांच्या अव्याहत प्रेम/सोबतीमुळे मला भावनेच्या आहारी जाण्यापासून रोखून धरले.

३) आशा वाढविणे/जिवंत ठेवणे :

आपण सगळेच आशेवरच जीवन जगतो. भविष्य सुंदर असणाऱ्या आशेवर... आशा नसेल तर जिवनही नाही. ह्याच जिवंत आशा आणि सकारात्मक दृष्टीकोन आपल्या जीवन जगण्याला बळकटी प्रदान करतात.

अनेकदा उपचाराच्या ह्या दीर्घ कालावधीमध्ये Frustrations येतात आणि आपण लढ्यातून माघार घेऊ शकतो पण आपल्यातील विजोगुपी वृत्ती आपणास यातून नक्कीच बाहेर काढू शकते. एक कर्करोगी म्हणून जगाचा/समाजाचा तुमच्याकडे बघण्याचा दृष्टीकोन काहीसा वेगळा असतो. (दुर्देवी, अभागी इ.) अनेक लोक याच्या तर गोवऱ्या मसनात पोहोचल्यात ह्याच भावनेतून बोलतात!

माझे जेव्हा 'colon cancer' म्हणून निदान झाले तेव्हा माझे वय ३५ वर्ष होते. जेव्हा मी 'chemotherapy' साठी जात असे तेव्हा तेथील वृद्ध रुग्ण मला विचारीत की अरे इतक्या कमी वयात तुला कसा काय कर्करोग झाला? त्यांच्या प्रश्नांनी मी विचलीत/निराश होत असे. परंतु हळूहळू मी "Self Pity" पासून दूर राहून दुर्लक्ष करू लागलो आणि ह्या माझ्याविषयीच्या दयेच्या भावनेपासून स्वतःलाच दूर ठेवले.

ह्या सर्व अनुभवातून मी खालील संदेश आपणा सर्वांना देऊ इच्छितो.

१) आपले मनात नेहमी लढाऊ वृत्ती बाळगा त्यामुळे आपणास भरपूर फायदे मिळू शकतात.

२) नेहमी कुटुंबीय आणि मित्रांच्या प्रेमाला जोपासा. जर तुम्हाला प्रेमळ कुटुंब, आईवडिल, मुले, मित्रमंडळी असतील तर यापेक्षा जगात दुसरी कुठलीच बहुमोल संपत्ती नाही, याचा नीट सांभाळ करा/ जोपासा.

३) आपल्या आशा नेहमी जिवंत ठेवा.

जो निराशावादी असतो तो जिवंतपणीच मरतो. याविषयी 'शोले' मधील गब्बरसिंगचा डायलॉग लक्षात ठेवावा. "जो डर गया समझो मर गया"

सरते शेवटी कर्करोग त्याच्या वृत्तीनुसार पुढे वाटचाल करतो पण त्याला थोपविता येऊ शकते. मी स्वतःला भाग्यवान समजतो की मी त्याच्यावर मात करून आता निरोगी आयुष्य जगत आहे आणि इतरांना प्रेरणा देत आहे. साक्षात मृत्यू समोर दिसत असताना मला प्रेमाचे नाते, मित्रत्व इ. चे महत्त्व समजले. तात्पर्य ह्या कर्करोगानेच मला एक चांगला माणूस म्हणून घडविले ह्यावर माझा ठाम विश्वास आहे.

लेखक - डॉ. संजय घोटकर

एमबीबीएस, एमएस, एमटेक (सीव्हीटीएस)

संयुक्त सक्रीय क्षयरुग्ण व कुष्ठरुग्ण शोध मोहिम



क्षयरोगाची लक्षणे

- दोन आठवड्यांहून अधिक
- कालावधीचा खोकला
- दोन आठवड्यांहून अधिक कालावधीचा ताप
- वजनात लक्षणीय घट
- भूक मंदावणे
- मानेवर गाठी येणे, इतर

कुष्ठरोगाची लक्षणे

- अंगावरील फिकट लालसर संवेदनारहित चट्ट
- मऊ चकाकणारी तेलकट त्वचा व अंगावरील गाठी
- हाता-पायांमध्ये बधिरता व शारीरिक विकृती



यासंदर्भातील औषधोपचारांची मोफत सुविधा सर्व शासकीय/निमशासकीय आरोग्य संस्थांमध्ये उपलब्ध आहे.

अधिक माहितीसाठी टोल फ्री हेल्पलाईन क्रमांक (कुष्ठरोग) ०२२-२४११४०००, (क्षयरोग) १८००११६६६६

आपल्या घरी येणाऱ्या प्रशिक्षित स्वयंसेवकांकडून तपासणी करून घ्यावी आणि त्यांना सहकार्य करावे.

लक्षात ठेवा! लवकर निदान-लवकर उपचार, निरोगी ठेवा आपला परिवार!!



सार्वजनिक आरोग्य विभाग, महाराष्ट्र शासन



आरोग्य क्षेत्रातील डिजिटल क्रांतीचे - 'आभा कार्ड'

वैद्यकीय उपचार दिवसेंदिवस अत्यंत खर्चिक व गुंतागुंतीचे होत आहेत. नवनवीन आजारांचा शिरकाव व त्या अनुषंगाने बदलती उपचारपध्दती यामुळे वैद्यकीय सेवा अधिकच किचकट होऊ पाहत आहे. यात बहुतांश रुग्ण वैद्यकीय सेवांबाबतच्या संभ्रमामुळे उपचारांबाबत अनभिज्ञ असतात. यामुळे एखाद्या ठराविक आजारावर कुठून उपचार घ्यावेत, त्याचा खर्च किती असेल, उपचारांचा कालावधी किती राहिल, आजाराच्या पार्श्वभूमीबाबतचे अज्ञान यामुळे रुग्ण गोंधळलेल्या स्थितीत असतो. यामुळे उपचारांसाठी एकापेक्षा अधिक वैद्यकीय संस्था व पध्दतींचा वापर केला जातो.

यामध्ये आजाराचे निदान होण्यास व त्याचा इतिहास जाणण्यास विलंब लागतो. याचा विपरीत परिणाम गंभीर आजारांच्या रुग्णोपचारावर संभवतो. त्यामुळे रुग्णाला जडलेल्या एखाद्या दीर्घकालीन आजारावर उपचार होण्यासाठी प्रचंड अडचणी उदभवतात. यावर मात करण्यासाठी केंद्र शासनाने डिजिटल पध्दतीचा वापर करत प्रत्येक व्यक्तीची आरोग्याची माहिती संकलित करणारी स्तुत्य योजना अंमलात आणलेली आहे.

आरोग्य विभागाचे महत्त्वपूर्ण उपक्रम डिजिटल करण्याच्या उद्देशाने आयुष्यमान भारत डिजिटल अभियान (ABDM) या योजनेची सुरुवात मा. पंतप्रधान यांच्या संकल्पनेतून २७ सप्टेंबर २०२१ रोजी पूर्ण देशभर करण्यात आली. या योजनेद्वारे सर्व नागरिकांना सुरक्षित, सर्वसमावेशक, परवडणारी पायाभूत आरोग्य सुविधा डिजिटल स्वरूपात उपलब्ध करून देण्यात येणार आहे. या डिजिटल माध्यमाद्वारे आरोग्य विषयक डेटा बेस तयार करून त्याच्या मदतीने सर्व आरोग्य सुविधा नागरिकांना सहजपणे उपलब्ध होतील. आयुष्यमान भारत डिजिटल अभियान माध्यमातून देशातील सर्व आरोग्य संस्था, वैद्यकीय व्यवसायिक, आरोग्य कर्मचारी, औषधी वितरक यांची नोंदणी

करून आरोग्य विषयक सर्व माहितीचे डिजिटल माध्यमाद्वारे एकत्रीकरण करण्यात येणार आहे. आभा हे आयुष्यमान भारत डिजिटल मिशनचा एक भाग असून या कार्डच्या मदतीने देशभरातील सर्व रुग्णालयांमध्ये उपचार घेण्याची सुविधा उपलब्ध होणार आहे.

डिजिटल हेल्थ मिशन अंतर्गत सरकार प्रत्येक व्यक्तीसाठी युनिक हेल्थ कार्ड म्हणजेच आभा कार्ड तयार करीत आहे. हेल्थ कार्डमध्ये आधार कार्डप्रमाणे प्रत्येक नागरिकाला १४ अंकी आभा नंबर मिळतो. या कार्डमध्ये रुग्णाची आरोग्याशी संबंधित संपुर्ण माहिती नोंदवली जाते. या कार्डच्या मदतीने डॉक्टर रुग्णाच्या संपुर्ण आरोग्याच्या नोंदी पाहू शकतात. म्हणजेच या कार्डद्वारे कोणत्याही रुग्णाचा वैद्यकीय इतिहास आरोग्य उपचारासाठी शोधता येणार आहे. राज्यामध्ये आजवर सुमारे दोन कोटीपेक्षा जास्त लोकांचे

आभा कार्ड बनविण्यात आलेले आहेत. तसेच राज्यातील सर्व शासकीय आरोग्य संस्थांची नोंदणी सदर अभियानांतर्गत करण्यात आलेली असून वैद्यकीय व्यावसायिकांची नोंदणीदेखील करण्याची प्रक्रिया सुरु आहे.

आभा कार्डच्या माध्यमातून आरोग्य क्षेत्रात एक नवी क्रांती घडत आहे.

या कार्डवरील डिजिटल माहितीद्वारे रुग्णावर उपचार करणे अधिक सोयीचे होणार असल्याने वैद्यकीय क्षेत्रालादेखील त्याचा मोठा लाभ होणार आहे. उपचारासाठी रुग्ण देशभरातील कुठल्याही रुग्णालयामध्ये उपचारासाठी गेल्यास आभा कार्डवरील आरोग्य नोंदीद्वारे त्याच्या आजाराचा इतिहास तपासणे व त्याद्वारे उपचार सुरु करणे जलद व सोयीचे ठरणार आहे. त्यामुळेच येणाऱ्या काळात युनिक हेल्थ कार्ड म्हणजेच आभा कार्ड आरोग्य सेवेतील मूलभूत घटक ठरणार असल्याने अधिकाधिक नागरिकांनी सदर कार्ड तयार करून घेणे श्रेयस्कर आहे.



प्रसूतीनंतरची काळजी

प्रसूतीनंतर सहा आठवडे म्हणजे ४२ दिवसांचा काळ हा शरीराच्या रिकव्हरीसाठी फार महत्त्वाचा असतो. गरोदरपणाच्या ९ महिन्यांच्या काळात झालेले बदल मूळ पदावर यायला बराच वेळ लागतो. त्यातही गर्भाशयात झालेले बदल पूर्ववत होण्यास वेळ लागतो तो हा काळ म्हणजे Puerperium किंवा सुतिका अवस्था.

पूर्वीच्या काळी शास्त्र प्रगत नव्हते, तरीही त्यावेळीही या अवस्थेतले बदल व धोके लक्षात घेऊन बाळ-बाळंतिणीची विशेष काळजी प्रत्येक घरी घेतली जाई. पूर्वीच्या चौसोपी वाड्यात बाळंतिणीची खास खोली असायची. अंधारी खोली जी कोपऱ्यात असायची. जिथे सुतिकेचा बाह्य जगाशी फार संपर्क येणार नाही. बाहेरून आलेल्या व्यक्तीला त्या खोलीत येण्याची सर्रास मुभाही नसायची. यामुळेच शिवा-शिव असायची. ओल्या बाळंतिणीवर खाण्यापिण्याची बंधन असायची. अगदी पतिराजांनाही तिचं फारसं दर्शन होत नसे. या मागचा मूळ हेतू हा सुतिकेला विश्रांती. विशेष आहार व काळजी देण्याचा तर होताच, ज्यामुळे तिची झीज भरून येणे सोपे होईल. ती नीट स्तनपान देऊ शकेल. याचबरोबर या काळातील एक

मोठा धोका जो जंतुसंसर्गाचा असतो तो धोका टाळू शकेल. कालाय तस्मै नमः। बदलत्या काळाबरोबर जीवनचऱ्या बदलली. वाडा-संस्कृती लग्नाला गेली त्या जागी वन-टू-थ्री बीएचके फ्लॅट्स आले. कामं झालं. त्याचबरोबर वैज्ञानिक प्रगतीही झाली. त्यामुळे वैद्यकीय देखरेख औषधोपचारांच्या सहाय्याने या टप्प्यावर काळजी घेतली जाऊ लागली.

एकूण काय पद्धत कुठलीही असली, तरी प्रसूतीपश्चात दीड महिना स्त्रीची काळजी घेणं आवश्यक आहे, हे निश्चित! प्रसूतीपश्चात होणारे शारीरिक बदल :

प्रसूतीनंतर पहिल्या दहा दिवसांत गर्भाशय व शरीरात खूप वेगाने बदल होतात. त्यानंतर पुढील ४-५ आठवडे हळूहळू बदल होतात.

गर्भाशयातील बदल :

गरोदरपणाच्या ९ महिन्यांत गर्भाशयाच्या स्नायूंची प्रचंड

आकार वाढ झाल्याने ९ व्या महिन्यात गर्भाशय वाढून पोटाच्या वरच्या भागापर्यंत छातीजवळ (Xiphisternum पर्यंत) आलेले असते.

बाळ जन्मताच हा आकार निम्म्यावर येतो म्हणजे बेंबीच्या खालच्या level पर्यंत येतो. त्यानंतर पुढच्या ८-१० दिवसांत तो रोज लहान होत होत १० दिवसांनंतर पोटावरून गर्भाशय हाताला लागत नाही. (Uterus becomes a pelvic organ & not abdominal) याच काळात गर्भाशयाच्या अस्ताराचा भागही विघटन होऊन चिकट रक्तमिश्रित स्रावाच्या स्वरूपात बाहेर फेकला जातो. म्हणूनच प्रसूतीनंतर सव्वा महिना 'पाळण्याची' प्रथा आहे.

स्तनातील बदल :

गरोदरपणीच निसर्ग बाळाच्या पोषणासाठी मातेची शारीरिक तयारी करून घेत असतो. त्यामुळेच या काळात स्तनांचा आकार मोठा होऊन स्तनाग्रे मोठी होतात. त्यांच्या भोवतीचा काळसरपणा वाढतो, तसेच गरोदरपणापासून स्तनांतून चिकटसर स्राव येऊ शकतो. प्रसूतीनंतर बाळाला लवकरात लवकर स्तनपान दिल्याने

दूधनिर्मितीची क्रिया सुलभ व पटकन सुरू होते. पहिल्या तासातच बाळाला दूध प्यायला घेणे चांगले. त्यामुळे दुधाचे प्रमाण वाढतेच शिवाय या चिकाचा बाळाला खूप फायदा होतो.

सुरुवातीच्या काळात फक्त काही थेंबाएवढेच दूध (चिक) येते. पण बाळासाठी ते पुरेसे असते. याच वेळेपासून नियमित स्तनपानाने तिसऱ्या दिवशीपर्यंत दूध खूप जास्त प्रमाणात स्रावला सुरुवात होते. त्यामुळे छाती खूप जड व कडक होते. आधीपासून बाळाला अंगावर घेतले नसेल. तर यावेळी आईला बराच त्रासही होतो. उदा. ताप, छाती जड होणे, कडक दगडासारखी होऊन ठणकू लागणे. याला दूध पिळून काढून टाकणे हाच उपाय असल्याने बाळाला जास्तीत जास्त पाजणे उत्तम. बाळ दूध ओढून घेऊ शकत नसल्यास छातीला शेकून हाताने किंवा पंपाच्या सहाय्याने छाती मोकळी करावी. नियमित व योग्य प्रकारे स्तनपान दिल्यास हा त्रास कमी होतो. या



काळातील हॉर्मोन्सच्या बदलांमुळे आणि खाण्यापिण्याच्या विशेष काळजीमुळे चेहरा चांगलाच उजळला तरी पोटाची त्वचा मात्र गर्भाशय आकुंचन पावण्याने ढिली पडते. तसेच काळसर दिसते. त्यातच गरोदरपणी बेंबीखाली काळी रेषा (Linea Nigra) आलेली असते. गरोदरपणीचे स्ट्रेच मार्कसही असतात, तेही प्रसूतीनंतर ठळकपणे दिसतात. अर्थात गरोदरपणापासून त्वचेची काळजी घेतली, तर ते फिकट होतात. अन्यथा प्रसूतीनंतर पुढच्या दीड महिन्यांत मालिश, व्यायाम व अन्य काळजी घेण्याने पोटाच्या त्वचेचा काळसरपणा, ढिलेपणा हळूहळू कमी होतो.

या काळातील सर्वसाधारण काळजी

सर्वसाधारण स्वच्छता (Hygiene) प्रसूतीचा थकवा, ताण व झोप भरून येण्यासाठी आहार, विश्रांती, स्वच्छता, मनः स्वास्थ्य सर्वच गोष्टी महत्त्वाच्या असतात.

वैयक्तिक स्वच्छता : कोमट/गरम पाण्याने व साबणाने स्वच्छ अंघोळ करणे. प्रसूतीनंतर थोडे ताजेतवाने झाल्यावर अंघोळ करायला हरकत नसते. अर्थात सिझेरियन प्रसूती/सलाईन इत्यादी सुरु असल्यास डॉक्टरांच्या सल्ल्याने ते ठरवणे.

बाळंतिणीला मालिश करण्याची पद्धत आपल्याकडे पूर्वापार चालत आलेली आहे. प्रसूतीचा ताण निघून जाऊन मन उल्हासित होण्यासाठी आईचे असे लाड करायला काहीच हरकत नाही. अर्थात ते अत्यावश्यक असते असे अजिबात नाही.

प्रसूतीनंतरही स्वच्छ सैलसर कपडे घालावेत. स्तनांना आधार म्हणून योग्य मापाची ब्रा अवश्य वापरावी. पोटाच्या स्नायूंना आधार म्हणून पोटपट्टाही वापरायला हरकत नसते. अर्थात पोट करकचून बांधण्याची, बाळंतीण घामाघूम होईपर्यंत डोक्याला पट्टावगैरे बांधण्याची (वात शिरू नये म्हणून!) अजिबात गरज नसते. विशेषतः उन्हाळ्यात खूप गरम पाण्याची अंघोळ, शेक वरून बंद खोलीत डोके-कान बांधून बाळंतिणीला बेचैन वाटेपर्यंत ठेवले जाते हे मात्र टाळावे.

हल्ली नॉर्मल डिलिव्हरीत बहुतेक वेळी योनिमार्गाजवळ विरघळणारे टाके घातलेले असतात. या टाक्यांची स्वच्छता महत्त्वाची असते. त्यासाठी सुरुवातीला टाके दुखत असल्यास वेदनाशामक गोळी, अँटिबायोटिक औषधे दिली जातात. साधारणपणे ८-१० दिवसांत टाके गळू लागतात. ही जागा स्वच्छ राहावी म्हणून अंघोळीव्यतिरिक्तही संडास-लघवीनंतर कोमट पाण्याने धुवावी व नंतर कोरडी करावी. गरज वाटल्यास अँटिबायोटिक क्रीम लावावे. सकाळ-संध्याकाळ कोमट पाणी टबामध्ये घेऊन त्यात पोटॅशियम परमँगनेट/सॅव्हलॉन इत्यादीचे थेंब टाकून त्याचा शेक घेतल्याने जागा मऊ राहायला मदत होते.

अंगावरून जाणाऱ्या स्रावासाठी (Lochia) सॅनिटरी पॅड्स वापरावीत. (घरगुती कपडे वापरल्यास ते स्वच्छ व निर्जंतुक करून वापरावेत.) अन्यथा सेप्टिक होण्याची भीती असते. प्रसूतीपश्चातच्या इन्फेक्शनमुळे अनेक धोके असतात. त्यासाठी स्वच्छतेची काळजी घेणे अत्यावश्यक असते.

प्रसूतीपश्चात आहार :

प्रसूतीपश्चात आईच्या शरीरावर बाळाच्या स्तनपानामुळे मोठी वाढीव जबाबदारी येते. या अतिरिक्त गरजा पुरवण्यासही तसेच प्रसूतीतील झीज भरून येण्याच्या दृष्टीने स्त्रीला अधिक उष्मांक व पोषण देणारा आहार गरजेचा असतो. त्यासाठी आहारात वाढ करणे, तसेच जास्त कॅलरीज, प्रोटीन्स, व्हिटॅमिन्स व कॅल्शियम लोहयुक्त आहार घेणे गरजेचे असते. विशेषतः बाळ आईच्या अंगावर दूध पीत असताना ही वाढ करणे गरजेचे असते. बाळाच्या दृष्टीने आहारात कार्बोहायड्रेट्स, ओमेगा ३ फॅटी अॅसिड, व्हिटॅमिन्स ए.बी.सी.डी.ई. लोह, कॅल्शियम हे मेंदू व अन्य अवयवांच्या वाढीसाठी व विकासासाठी गरजेचे असतात.

यासाठीच आपल्याकडे डिकाचे लाडू, अळीवाचे लाडू, खीर, खसखस, सुंठवडा, खारीक, खोबरं-बदाम, मेथ्याचे लाडू, साजूक तूप इत्यादी गोष्टी बाळंतिणीला देण्याची खास प्रथा आहे. या पौष्टिक पदार्थ देण्यामागच्या प्रथेत बाळासाठीच्या वाढीव गरजांचा विचार निश्चितच दिसून येतो. परंतु हल्लीच्या काळात या खास बाळंतपणाच्या मेनूविषयी दोन टोके दिसतात. काही ठिकाणी याचा अति वापर होऊन बाळंतिणीचे वजन प्रमाणाबाहेर वाढते, तर वजन वाढू नये म्हणून जास्तच जागरूक असलेली बाळंतीण हे काहीच न खाता उलट डायटिंग सुरु करते. परिणामी दूधही नीट येत नाही व बाळाचे पोषण नीट होत नाही.

ही दोन्ही टोके योग्य नाहीत. विशिष्ट प्रमाणात हे पदार्थ घेणे फायद्याचेच असते. गरोदरपणी वाढलेले वजन मूळ पदावर आणायला स्तनपान देणे हा उत्तम उपाय आहे. स्तनपानामुळे वाढलेली चरबी हळूहळू कमीच होते. शिवाय फिगर वगैरे अजिबात बिघडत नाही. विशेषतः योग्य आहार घेऊन नियमित व्यायामाच्या जोडीने या काळात वजन, आकार सुरुवातीप्रमाणे राखता येतो. नाहीतर अनेक स्त्रिया Ever Pregnant Never delivered या वाकप्रचाराप्रमाणे वाढलेली टायर्स जन्मभर पोटावर बाळगतात.

तेव्हा प्रसूतीपश्चात अशा चुकीच्या मार्गाचा अवलंब करू नये. पण थोड्या प्रमाणात डिक-अळीवाच्या लाडूंचे कोडकौतुक, खसखशीची खीर, थोडंसं साजूक तूप घेणे व योग्य व्यायाम करणे हे नक्कीच फायद्याचं असतं.



इन्फ्लूएंजा

घाबरु नका जागरुक रहा

इन्फ्लूएंजा हा विषाणूमुळे होणारा आजार आहे

टाईप ए चे उपप्रकार

एच 1 - एन 1, एच 2 - एन 2, एच 3 - एन 2

इन्फ्लूएंजा (फ्लू) ची लक्षणे



लक्षणे दिसताच त्वरीत डॉक्टरांचा सल्ला घ्या
लवकर तपासणी, निदान, उपचार रोगाला करु हद्दपार

नागरिकांना आवाहन

सर्व नागरिकांना या आवाहनाद्वारे सूचित करण्यात येते की, जन्म/मृत्यू घटनांच्या नोंदणीसाठी विविध प्रसारमाध्यमातून समाजकंटकाद्वारे फसवी/बनावट संकेतस्थळे (websites) तयार करण्यात आली आहेत.

यापैकी काळी संकेतस्थळे -

1) CRSORGIGOOVI.IN

2) CRSRGI.IN

3) BIRTH DEATH ONLINE या नावाची आहेत.

ही संकेतस्थळे भारत सरकारच्या अधिकृत मूळ संकेतस्थळाची नक्कल करून तयार करण्यात आली असून ती भारत सरकारच्या अधिकृत मूळ संकेत स्थळासारखीच आहेत. यावरून जन्म/मृत्यू प्रमाणपत्रे देखील तयार होतात. त्यासाठी नागरिकांकडून online फोनवरून मागणी करून रक्कम घेतली जाते.

नागरिकांनी या संकेतस्थळावरून कोणत्याही प्रकारे घटनांची नोंदणी करू नये अथवा online रक्कम भरू नये.

जन्म अथवा मृत्यू घटनांची नोंदणी करण्यासाठी ग्रामीण भागात ग्रामसेवक, शहरी भागात मुख्याधिकारी नगर परिषद/नगर पंचायत, वैद्यकीय आरोग्य अधिकारी, महानगरपालिका, कार्यकारी अधिकारी, कटक मंडळे (कॅन्टोनमेन्ट बोर्ड) शासकीय आरोग्य संस्थेचे प्रमुख (जर घटना शासकीय आरोग्य संस्थेत घडली असेल तर) यांचेशी संपर्क साधावा.

वर नमूद केलेल्या संकेतस्थळावरून (website) जन्म/मृत्यू घटनांच्या नोंदणीबाबत कोणतीही कार्यवाही करू नये.

उपसंचालक आरोग्य सेवा
(आमाजीआ) तथा
उपमुख्य निबंधक जन्म व मृत्यू
पुणे, महाराष्ट्र राज्य.



आरंभ : बालविकास उपक्रम मालिका- बालसंगोपन

पूर्व बाल्यावस्थेतील विकास (ECD - Early Childhood Development) मुख्यतः जागतिक आरोग्य संघटनेच्या बालसंगोपन या मुलभूत संकल्पनेवर आधारीत आहे. योग्य पोषण, उत्तम आरोग्य, संवेदनशील पालकत्व, सुरुवातीच्या वर्षात विकासाची संधी, सुरक्षित वातावरण हे सर्व बालसंगोपनाचे मुख्य घटक आहेत. सुरुवातीच्या काळात ज्या बालकांना या सर्व गोष्टी योग्यरीत्या मिळतात त्या बालकांची वाढ आणि सर्वांगीण विकास वयानुसार योग्य होतो, परंतु ज्या बालकांना या गोष्टी योग्यरीत्या मिळत नाहीत किंवा अपुऱ्या मिळतात त्या बालकांमध्ये बौद्धिक विकास, भाषा विकास, शारीरिक विकास तसेच भावनिक आणि सामाजिक विकासाच्या क्षमता कमी प्रमाणात विकसीत होतात. हे सर्व घटक न मिळाल्यामुळे पाच वर्षाखालील अंदाजे ४३% बालके त्यांच्या विकासाची क्षमता गाठू शकत नाहीत कारण सुरुवातीच्या महत्वाच्या काळात न मिळालेल्या योग्य बालसंगोपनामुळे जी हानी होते ती भरून काढणे खूप कठीण जाते.

कमी आणि मध्यम उत्पन्न असलेल्या देशांमध्ये ५ वर्षाखालील ४०% हून अधिक बालकांना बुटकेपणा आणि योग्य विकासाची पातळी गाठू न शकण्याचा धोका आहे. तसेच भारतही या समस्येला तोंड देत आहे, ५ वर्षाखालील ३८% बालके बुटकी आहेत. इतर कोणत्याही कालावधीपेक्षा गर्भधारणेपासून ते सुरुवातीच्या ३ वर्षांपर्यंत मेंदूची वाढ अगदी झपाट्याने होत असते आणि हे बालविकासाचे धोरण (Nurturing care framework) सुरुवातीच्या वर्षाचे व मेंदूच्या वाढीचे महत्त्व अधोरेखित करते.

आयुष्याच्या सुरुवातीच्या काळात मेंदूच्या सर्वांगीण विकासासाठी बालकांना योग्य पोषण, संरक्षण आणि प्रोत्साहनाची गरज असते. निकृष्ट आरोग्य, अपुरे पोषण, ताणतणाव आणि वयोगटानुसार कमी प्रमाणात मिळणारे प्रोत्साहन यामुळे लाखो बालकेभावी आयुष्यात त्यांच्या पूर्ण क्षमतेपर्यंत पोहोचण्यात अपयशी ठरतात असे अभ्यासाअंती निदर्शनास आले आहे.

'आरंभ' उपक्रमामध्ये मुख्यत्वे करून 'गर्भधारणेपासून ते ३ वर्ष' कालावधीतील बालकांच्या विकासाकडे लक्ष केंद्रीत केल्या जाते. 'आरंभ' हा उपक्रम पालक केंद्रीत असून या कालावधीमध्ये बालसंगोपनासाठी (Nurturing Care) पालकांचे सक्षमीकरण करण्यावर भर दिला जात आहे.

वरील सर्व बाबींचे महत्त्व लक्षात घेऊन बालसंगोपनाबाबत कुटुंबाचे आणि समुदायाचे सक्षमीकरण करण्यासाठी 'आरंभ' उपक्रम सुरू करण्यात आला. बालसंगोपनाचे महत्त्व समुदायाला समजावून सांगून, वडिल तसेच इतर पुरुष पालकांनी आणि कुटुंबातील प्रत्येक सदस्यांनी बालकांचे पालन पोषण आणि प्रतिसदात्मक काळजी घेण्यामध्ये योगदान द्यावे यासाठी 'आरंभ' उपक्रमामध्ये ० ते ३ वर्ष वयोगटातील बालके आणि त्यांची निगा राखणारे व्यक्ती, गरोदर आणि स्तनदा माता, पहिल्या १००० दिवसांचे महत्त्व पटवून देण्यासाठी समुदायात काम करणारे सामाजिक कार्यकर्ते यांच्यासह संपूर्ण कुटुंबावर लक्ष केंद्रीत करण्यात आले आहे.

बालसंगोपनाचे महत्त्व आणि घटक

गर्भधारणेपासून सुरुवातीच्या तीन वर्षांपर्यंत बालकाच्या मेंदूची वाढ अगदी झपाट्याने होत असते. या काळात योग्य बालसंगोपनामुळे नजदिकचे आणि दीर्घकाळ टिकणारे अनेक फायदे होतात, जसे की बालक हुशार होते, वागण्यातील हिंसकता कमी होते, बालक मोठे झाल्यावर चिंता आणि नैराश्याचे प्रमाण कमी होते, बालकाच्या उत्पन्नातही वाढ होते. बालकाचे योग्य बालसंगोपन व विकासासाठी पाच घटक अतिशय महत्वाचे असतात. हे सर्व घटक बालकाला मिळाल्यास बालकाचा सर्वांगीण विकास उत्तमरित्या होण्यास मदत होते.

१) योग्य पोषण :

आईच्या गर्भात असल्यापासूनच बालकाचे पोषण हे वाढ व विकासाकरीता महत्वाचे असते. सहा महिन्यांपर्यंत निव्वळ स्तनपान म्हणजे फक्त आणि फक्त आईचेच दूध व सहा महिने



पूर्ण झाल्यानंतर आईच्या दुधासोबतच योग्य पूरक आहार, त्याचे प्रमाण, घनता, वारंवारता तसेच अन्नाची विविधता हे सर्व घटक अतिशय महत्वाचे असतात. तसेच बालकाच्या भुकेची आणि भूक संपल्याची लक्षणे ओळखून त्वरीत योग्य प्रतिसाद देणे, जबरदस्ती न करता हसत खेळत बालकाला खाऊ घालणे, बालकाच्या जेवणाची वेळ आनंददायी असणे हेही तेवढेच महत्वाचे असते.



५) सुरक्षित वातावरण :

बालकाच्या उत्तम विकासासाठी कौटुंबिक आणि भौतिक सुरक्षितता गरजेची असते. बालकाला भावनिक तसेच भौतिक आघातापासून सुरक्षित ठेवणे ही पालकांची जबाबदारी असते. बालकाला ओरडले, रागावले, शिक्षा केली तर बालकाच्या मनात असुरक्षितता निर्माण होते आणि त्याचे परिणाम आयुष्यभर राहतात. बालकाभोवती सुरक्षित आणि आनंदी वातावरण निर्माण

करणे आवश्यक असते.

२) उत्तम आरोग्य :

बालकाच्या उत्तम शारिरीक आरोग्यासोबतच मानसीक आरोग्यसुद्धा महत्वाचे असते. बालकाचे विविध आजारांपासून संरक्षण करणे, वेळेवर लसीकरण करणे, आजार झाल्यास लवकरात लवकर उपचार उपलब्ध असणे, आणि निरोगी राहण्यास चांगल्या सवयी आत्मसात करण्याची संधी उपलब्ध करून देणे आवश्यक असते.

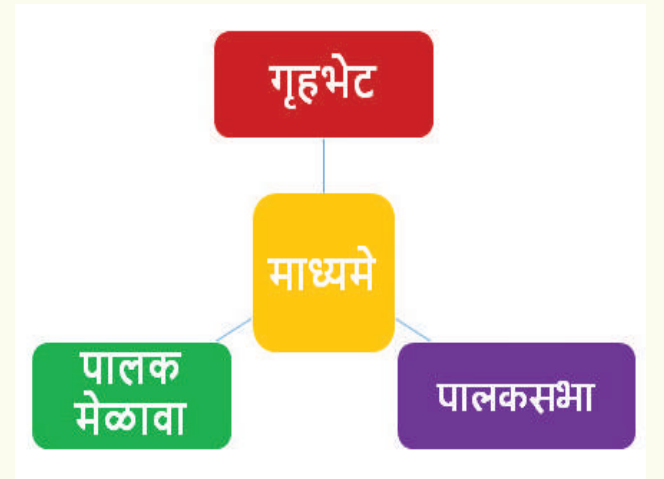
३) संवेदनशील पालकत्व :

योग्य पोषण आणि उत्तम आरोग्य यासोबतच प्रेम, जवळीकता ही पण महत्वाची असते. पालक बालकाप्रती संवेदनशील असणे आणि त्यांनी बालकाच्या हालचाली, हावभाव, नजर व आवाजावरून बालकाची गरज ओळखणे, बालक काय सांगायचा प्रयत्न करत आहे हे समजून घेऊन त्वरीत प्रतिसाद देणे म्हणजेच संवेदनशील पालकत्व होय. अशाने बालक अधिक जोमाने नवीन गोष्टी शिकते व बालक आणि कुटुंबातील व्यक्ती यांचे नाते अधिक प्रेमळ आणि घट्ट बनते.

४) सुरुवातीच्या वर्षात विकासाची संधी :

गर्भधारणेपासूनच बालकाचे शिकणे सुरू होते हे विज्ञानाने सिद्ध केले आहे. सुरुवातीच्या वर्षात बालकाला स्पर्श, संवाद आणि खेळ यातून बालक शिकत असते. बालकाला प्रेमाची ऊब हवी असते. निगा राखणारी व्यक्ती जेव्हा बालकाला जवळ घेते, हसते, मुका घेते किंवा गोंजारते तेव्हा बालकाला सुरक्षितता जाणवते. बालकाला कौतुक व प्रोत्साहणाची गरज असते. हसून, आवाजाची व हावभावाची नकल करून संवाद साधल्याने बालक हुशार होते. बालकाला खेळ हवा असतो, खेळणी नाही. विविध खेळ खेळल्याने बालक अनेक नवनवीन कौशल्या शिकते.

समुदायामध्ये सकारात्मक पद्धतीने वर्तन बदल करण्यासाठी खालील माध्यमांचा वापर करण्यात आला.



वैयक्तिक तसेच समुदायामध्ये सकारात्मक पद्धतीने वर्तन बदल करण्यासाठी 'आरंभ' ने अगोदरच होत असलेल्या गृहभेट आणि मातासभा (पालकसभा) या माध्यमांचा अधिक प्रभावीपणे वापर होण्यासाठी त्यांच्या रचनेमध्ये काही बदल केले आणि त्याप्रमाणे अंगणवाडी कार्यकर्ती आणि आशा सेविकायांना प्रशिक्षित केले. त्यामध्ये मुख्यत्वेकरून पालकांना वयोगटानुसार खेळ कृतीचे प्रात्यक्षिक करून दाखवणे, गरजेनुसार संदेश देणे, सर्व कुटुंबातील सदस्यांचा समुपदेशना दरम्यान सहभाग घेणे, चांगल्या गोष्टींसाठी प्रशंसा करणे, सुटत असलेल्या गोष्टींची प्रशंसात्मक पद्धतीने चौकशी करणे, दिलेल्या माहितीचा वापर करण्यात काही अडचण येत असल्यास त्यावर सविस्तर चर्चा करून समस्या सोडवणे या महत्त्वपूर्ण बाबींचा समावेश आहे.

पालक सभे दरम्यान खेळ व संवादाच्या माध्यमातून



बालकांच्या विकासाला चालना देणे व एकमेकांकडून शिकण्याची संधी उपलब्ध करून देऊन बालसंगोपनासाठी पालकांना सक्षम बनविण्याकरीता समुपदेशन करणे यासाठी 'आरंभ' मध्ये वयोगटानुसार पालकसभांची रचना करण्यात आली. या रचनेमुळे आपल्या बालकाच्या वयोगटानुसार पालकांना माहिती मिळणे सोपे झाले आणि त्याचा परिणाम म्हणजे पालकांचा बालसंगोपनाकडे बघण्याचा दृष्टिकोण सकारात्मक बनण्यास सुरुवात झाल्याचे दिसून येत आहे.

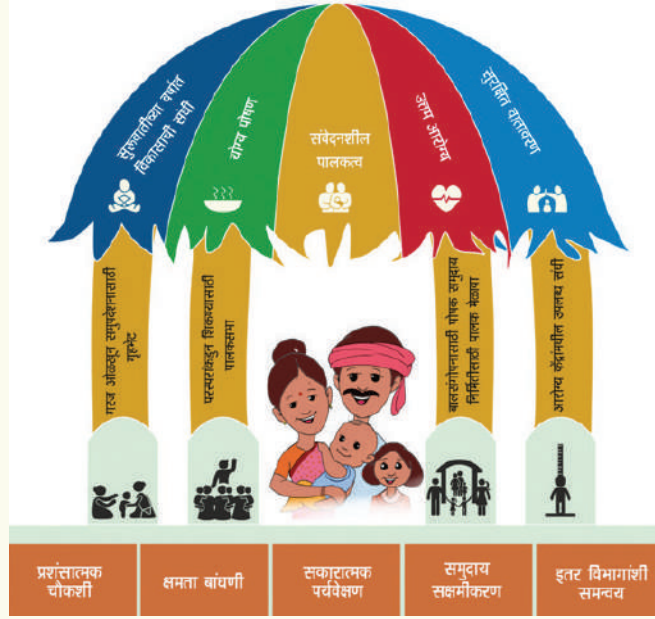
'आरंभ' उपक्रमाचा गाभा असलेला 'पालक मेळावा' सकारात्मक सामाजिक वर्तणूक बदल घडण्यासाठी अत्यंत महत्वाचे माध्यम आहे. बालकांच्या सर्वांगीण विकासाला आवश्यक असणाऱ्या पोषक वातावरणाची निर्मिती व्हावी यासाठी गावातील सर्व भागधारक, इतर सामाजिक आणि शैक्षणिक संस्था, किशोरवयीन गट, तसेच विविध विभागाशी समन्वय साधून बालसंगोपनासाठी विशेष संसाधन कृती आराखडा बनवण्यात आला आणि त्याचा वापर 'पालक मेळावा' या माध्यमाद्वारे बालकांच्या सर्वांगीण विकासासाठी सकारात्मक सामाजिक बदलाव घडवून आणण्यासाठी करण्यात आला.

'आरंभ' उपक्रमामध्ये बदल करण्यात आलेल्या गृहभेट, मातासभा (पालक सभा) आणि नव्याने विकसीत करण्यात आलेल्या पालक मेळावा या माध्यमांचा समुदायामध्ये प्रभावीपणे वापर व्हावा आणि बालसंगोपनाकरीता अपेक्षित असलेला सकारात्मक सामाजिक बदल व्हावा या उद्देशाने गावपातळीवर काम करणाऱ्या आशा सेविका व अंगणवाडी कार्यकर्ती तसेच त्यांच्या पर्यवेक्षिका यांची क्षमताबांधणी करण्यासाठी वेगवेगळ्या पातळीवर प्रशिक्षण देण्याच्या पद्धतीचा अवलंब केला आहे. यासाठी Cascade या पद्धतीचा वापर करण्यात येतो. याअंतर्गत एकात्मिक बालविकास सेवा प्रकल्पातील मुख्यसेविका, तसेच आशागटप्रवर्तक आणि आशा तालुका समूह संघटक यांना प्रत्येकी ५ दिवसांच्या ५ टप्प्यातील बालसंगोपन या विषयाच्या प्रशिक्षणात प्रशिक्षित करण्यात

आले. या प्रशिक्षित पर्यवेक्षिकांनी त्यांच्या गावपातळीवरील कार्यकर्त्यांना प्रत्येक महिन्यात एक दिवसीय प्रशिक्षण देऊन त्यांची क्षमताबांधणी केली. हे सर्व प्रशिक्षण त्यांनी पूर्णतः जिल्हा पातळीवर उपलब्ध असलेल्या साधनसामुग्रीचाच वापर करून घेतलेले आहेत.

'आरंभ' उपक्रमामध्ये अंगणवाडी ताई आणि आशा सेविका यांच्यामार्फत बालसंगोपनाबाबतचे सर्व संदेश पालकांना देऊन समुदायाचे सक्षमिकरण केले जात आहे. याबरोबरच इतर विभागाच्या मदतीने पालकांचे सक्षमिकरण व्हावे या उद्देशाने आरोग्य केंद्रातील वैद्यकीय अधिकारी, ANM, आरोग्य सेवक व आरोग्य सेविका यांना 'आरंभ' बाबत प्रशिक्षित केले ज्यामुळे बालके जेव्हा प्राथमिक आरोग्य केंद्र किंवा उपकेंद्रामध्ये जातात अशा वेळीसुद्धा ते बालसंगोपनाच्या समुपदेशनापासून वंचित राहणार नाहीत. आरोग्य विभागासोबतच उमेद (MSRLM) मधील आरोग्य सर्खींना 'आरंभ' बाबत प्रशिक्षित केले ज्याचा वापर मातासभेमध्ये बालसंगोपनाचे संदेश देण्यास करण्यात आला.

प्रकल्पामध्ये आलेल्या सकारात्मक परीणामांमुळे २०२० मध्ये प्रकल्पाचा विस्तार औरंगाबाद आणि यवतमाळ जिल्ह्यातील सर्व ग्रामीण/आदिवासी ICDS प्रकल्पांमध्ये करण्यात आला. जानेवारी २०२१ मध्ये महाराष्ट्र सरकारच्या महिला आणि बाल विकास विभागाने (DWCD) सरकारी संसाधनांचा वापर करून हा उपक्रम संपूर्ण राज्यभर राबविण्याचा निर्णय घेतला. जुलै २०२१ पासून, ICDS च्या माध्यमातून 'आरंभ' उपक्रमाची राज्यव्यापी अंमलबजावणी सुरु करण्यात आली. डिसेंबर २०२१ मध्ये आरोग्य आणि कुटुंब कल्याण विभाग, महाराष्ट्र सरकार यांनी देखील आरंभ उपक्रमाच्या समुदाय-आधारित आणि सुविधा-आधारित अंमलबजावणीसाठी सहमती दर्शविली.



लसीकरण दिन

लसीकरण म्हणजे वैज्ञानिक पद्धतीने मानवाने मिळवलेली जीवन संजीवनीच आहे. जगातील अनेक महाभयंकर आजार केवळ लसीकरणाचा प्रभावी अंमलबजावणीने जगातून नाहीसे झाले आहेत... म्हणून कधी कधी असे वाटतं की, जर लसच नसती तर कल्पना देखील करू वाटत नाही...

लसीकरण ही एक प्रक्रिया असून ज्यामुळे सर्वसाधारणपणे कोणत्याही व्यक्तीला लस दिल्याने ज्या आजाराच्या संक्रमणाच्या बनविले विरोधात प्रतिरोधक बनविल्या जाते, लस ही त्या संक्रमण व आजाराविरुद्ध व्यक्तीमध्ये प्रतिकारशक्ती प्रणलीला आकृष्ट करते व सुरक्षा प्रदान करते.

लसीकरण तीव्र संक्रमण आजारांना नियंत्रित आणि निमूलन करण्यासाठी उपयुक्तपद्धत आहे, असे अनुमान लावले जातकी प्रत्येक वर्षी संक्रमित आजारांमुळे होणाऱ्या २० ते ३० लाख मृत्यू प्रतिबंध सर्वात जास्त फायदेशीर असून आतापर्यंत अवलंबलेल्या प्रक्रियेमुळे अति दुर्गम व अतिसंवेदनशील लोकांमध्ये लसीकरण आपण पोहचवू शकलो.

दुर्गम आणि अतिसंवेदनशील लोकसंख्येमध्ये समुदाय क्षेत्रामध्ये लाभार्थींना लस उपलब्ध केल्यामुळे मागील वर्षामध्ये जीव जास्तीत जास्त जीवन वाचवले आहेत. यामुळे केवळ आजार किंवा विकलांगता कमी करणे संभव झाले आहे असे नाही तर लोक निरोगी व अधिक उत्पादक जीवन जगण्यास सक्षम झालेत.

भारतात सार्वत्रिक लसीकरण कार्यक्रम (युनिव्हर्सल इम्युनाइजेशन प्रोग्राम युआयपी) जगातील सर्वात मोठा लसीकरण कार्यक्रम आहे. या कार्यक्रमांतर्गत प्रतिवर्ष अंदाजीत २.७ करोड नवजात शिशूंना सर्व प्रारंभिक लसीकरण व १० करोड १ ते ५ वर्षांच्या बालकांना बुस्टर

लस देण्याचे उद्दीष्ट्ये ठेवले आहे. व्यतिरिक्त प्रत्येक वर्षी ३ करोड गरोदर मातांना टी. टी. लसीकरण उद्दीष्ट्ये ठेवले आहे. भारतात प्रत्येक वर्षी ९० लाख लसीकरण सत्रे आयोजित करण्यात येतात. यात अधिकार गाव पातळीवर व अतिदुर्गम भागात असतात.

भारतात सध्या सार्वत्रिक लसीकरण कार्यक्रमांतर्गत लसीकरण एकूण १२ आजार टाळता येतात ते १२ आजार खालीलप्रमाणे -

१) क्षयरोग २) पोलिओ ३) डांग्या खोकला ४) कावीळ



५) घटसर्प ६) धनुर्वात ७) हिमोफील्स इन्फ्ल्युंझा प्रकार व ८) रोप विषाणूमुळे होणारा अतिसार ९) न्युमोकोकलमुळे होणारा स्वसमदाह १०) गोवर ११) रुबेला १२) जापनीज एन्सेफलायटीस (मेंदूज्वर).

मागील काही वर्षांपासून भारतात लसीकरण भारतात लसीकरण वेळापत्रकात समाविष्ट केलेल्या आहेत आणि बऱ्याच प्रमाणात साध्यता प्राप्त झाली आहे. आरोग्य कार्यक्रमात ए. एन. एम., आशा, अंगणवाडी कार्यकर्ती आपआपल्या क्षेत्रात लसीकरण सत्राची प्रभावी अंमलबजावणी करतात.

महात्मा गांधीजी असे म्हणत होते की भारत हा



ग्रामीण लोकांचा देश आहे. भारतातील गावांचा जेव्हा विकास घेईल तेव्हा भारताचा विकास झालेला असेल आणि याच वाक्यामध्ये थोडासा बदल करुन जर भारताला निरोगी बनवायचे असेल तर भारतातील सार्वत्रीक लसीकरण कार्यक्रमाची घोंडदोंड ज्याप्रमाणे सुरु आहे. त्याप्रमाणे भारत हा नक्कीच येणाऱ्या काळात एक निरोगी देश बनलेला असेल.

भारतात सार्वत्रिक लसीकरण कार्यक्रमा अंतर्गत वेळापत्रकानुसार लसीकरण सत्र राबविण्यात येते. लसीकरण सत्रांची प्रभावी अमंलबजावणी करण्यासाठी सुक्ष्म नियोजन केले जाते. हे नियोजन उपकेंद्र स्तरावर नियोजनात एक ही लाभार्थी लसीकरणापासून वंचित राहणार नाही व सर्वांना सुरक्षित लसीकरणाचा लाभ पोहचवण्याची खबरदारी घेतली जाते.

लसीकरणाचे खरे महत्त्व कोरोनाने जगाच्या लक्षात आणून दिले. कोरोना काळात लस मिळवण्यासाठी लोकांची

धडपड... शासनाद्वारे लस उपलब्ध करुन देण्याची प्रक्रिया आणि लसीकरण सत्र राबवत असताना आरोग्य कर्मचाऱ्यांना करावी लागलेली तारेवरची कसरत संपूर्ण जगाने अनुभवली परंतु कोरोनासारख्या भयंकर संसर्गजन्य आजारावर ही लसीकरण सत्रांच्या प्रभावी अमंलबजावणीने नियंत्रण मिळवण्यात जगाला जवळपास यश मिळाले आहे.

कोरोना आजाराची जी भीती २०२०-२१ मध्ये जगाने पाहिली ती भीती लसीकरण सुरु होताच जादूची कांडी फिरावी तशी लोकांच्या मनातून गायब झाली.

अश्या पद्धतीने लसीकरण हे आजच्या युगात मनुवासाठी अमृतापेक्षा कमी नाही. भारतात लसीकरण प्रभावीपणे राबविले जातेच परंतु लोकांमध्ये जनजागृती करुन जास्तीत जास्त लोकांपर्यंत लसीकरणाचे लाभ पोहचवू आणि निरोगी भारताचे स्वप्न पूर्ण करू...





सार्वजनिक आरोग्य विभाग, महाराष्ट्र शासन



मुलाण व कर्तव्यरक्ष द्या !
आपल्या बालकाचे संपूर्ण लसीकरण करून घ्या !

बालकांचे नियमित लसीकरण; सर्व पालकांचे कर्तव्य...

५ वर्षात ७ वेळा

सुटणार नाही लस एकही वेळा



आरोग्य सेविका / आशा / अंगणवाडी सेविका यांच्याशी संपर्क साधून आपल्या बाळाचे संपूर्ण लसीकरण करून घ्या

आपल्या जवळच्या शासकीय आरोग्य केंद्रांमध्ये सर्व लसी गोफत दिल्या जातात



अगदी काल परवाची गोष्ट, जिल्हा क्षयरोग कार्यालया मध्ये विविध विषयांवर मा. जिल्हा क्षयरोग अधिकारी डॉ. सुजाता जोशी यांच्याबरोबर मी, आमचा पी. पी. एम. चर्चा करत होतो. त्यावेळी सहसंचालक कार्यालयाकडून यशोगाथा पाठवण्याबद्दल पत्र आलं आहे, हा विषय आला तसं डॉ. सुजाता जोशी म्हणाल्या एव्हाना तू पाठवलं असशील अस वाटलं नाही. मॅडम खूप सारे गोष्टी आहेत, कोणती पाठवायची यात राहिल आहे तसं डॉ. सुजाता जोशी सुचवलं अरे तो इंजिनीअर ज्याला आपण भेटायला गेलो होतो, त्याला बघ टाइप One Diabetics होता. तो बघ मॅडम ना मी म्हणालो हो मॅडम त्याच नाव अमीन (नाव बदलून). मॅडम म्हणाल्या अरे त्याने खूप खस्ता खाल्या आहेत, त्याचीच लिही. मग झालं मी हातात पेन घेतला आणि लिहायला सुरु केलं

क्षयरोगविरुद्ध लढा - एक कुरुक्षेत्र !!

अमीन एक शांत सुस्वभावी मुलगा, घरी सावत्र आई आणि तो दोघेच! गोरपान, सडपातळ, लांबसडक नाक, नेहमी स्वच्छ इस्त्री केलेले कपडे, पण थोड थकलेलं शरीर आणि मनही, साधारणपणे नोव्हेंबर २०१७ च्या आसपास हा तरुण दुबईला नोकरीसाठी जाणार होता आणि त्यासाठी त्याला मेडिकल फिटनेस हवा होता. आमच्या एका क्षयरोग प्रयोगशाळा पर्यवेक्षक नी माझा नंबर देऊन त्याला सांगलीला पाठवलं होत. त्यावेळी माझी आणि त्याची पहिली भेट झाली. त्यानं मला त्यांच्याबद्दल आणि कुटुंबाबद्दल सर्व सांगितलं. क्षयरोग प्रयोगशाळा पर्यवेक्षक नि सांगितलं होतं त्यांचा एक्स-रे दूषित आहे. त्याला बेडका नमुना घ्यायला सांगितलं होत. पण त्याचा विश्वास बसत नाही की त्याला क्षयरोग आहे. त्याला दुबईला जायचं आणि या रिपोर्टमुळ त्याला जाता येत नाही. म्हणून तो इकडे तिकडे भटकत आहे. खाजगी डॉक्टर क्षयरोग प्रतिरोध औषध ही लिहून दिली होती पण त्याने घेतली नव्हती. त्यांच्याशी खूप सान्या गप्पा झाल्या आणि त्याचं मन ही मोकळं झालं आणि तो बोलू लागला. सर मला टाइप १ चा मधुमेह आहे. रोज इन्सुलिन घ्यावी लागते, खूप त्रास होतो. अचानक शुगर कमी होते. कधीकधी बेशुद्ध पण होतो.....

हे सगळं आणि बरंच काही त्याच आयुष्य सांगत होता. त्याला समजावून सांगितलं आणि याच मूळ तुला क्षयरोग झाला आहे. मधुमेहमध्ये रोगप्रतिकारक शक्ती कमी होते, त्यामुळं क्षयरोग होतो. हे सगळं पटवून सांगितलं आणि

त्याला हे पटलं पण आणि त्यानं दुबईला जायचं रहित केलं आणि बेडका नमुना तपासणीला दिला. बेडका दूषित आला. औषधोपचार सुरु करून बेडका नमुना NAAT तपासणीला पाठवण्यात आला. जी भीती वाटत होती तेच झालं त्याचा रिपोर्टनुसार एम. डी. आर. क्षयरोग होता.

आता आणखी एक दिव्य या तरुणाला हे सर्व सांगणे आणि त्याला औषधोपचारसाठी तयार करणे. कारण त्यानं त्याची कौटुंबिक इतिहास सांगताना सांगितले होते. घरी त्याची आई असते ती ही वयस्क, एक बहीण तीच ही लग्न झालेले तीच त्यामुळे हाच घराचा आधार आणि हाच कमवता पुरुष! त्याला पुन्हा सांगलीला बोलावलं त्याला सर्व समजावून सांगितलं, तरीही त्याचा एकच प्रश्न सर मी जर घरी बसलो तर माझं घर कसं चालायचं. त्याला सांगितलं तुझा औषधोपचार सुरु करू आणि ठरवू काय करायचं. त्याची सर्व तपासणी केली आणि त्याला डी आर टी बी केंद्रामध्ये दाखल करून घेऊन त्याला औषध चालू केली. त्याला मधुमेह असल्यामुळं त्याच्या उपचारामध्ये थोडाफार बदल करून औषधोपचार चालू केला. काही दिवसात त्याचा LPA चा अहवाल आला आणि आणखी औषधांना रेजिस्ट्रन्स आला. त्यामुळं परत औषधोपचार बदलून चालू केला. त्याचा उपचार नियमित सुरु होऊन दोन महिने होतात की नाही तोपर्यंत त्याची आई म्हणाली आपलं घर कस चालायचं. त्यानं कसतरी आईला समजावून सांगितलं आणि घरी राहून उपचार सुरु ठेवलं. काही महिने उपचार चालू राहिला पण शेवटी पोटापाण्याचा प्रश्न भेडसावत होताच आणि त्याला लागणारी इन्सुलिन औषध ही त्यानं नोकरी करून जी बचत केली ती तर किती दिवस पुरणार, शेवटी सात महिन्यांनंतर त्याला थोडे बरे वाटायला लागल्यावर बाहेरगावी नोकरीला जावं लागलं, काही महिने सांगलीतूनच औषध त्याला त्याचा सोयीनुसार देत होतो. पण त्याला इकडे येणे होईना म्हणून ज्या ठिकाणी तो नोकरीला होता तिकडे त्याला औषधाची सोय केली. पण हेच त्याच्यासाठी विघ्न बनलं, काही दिवस त्यानं तिकडं औषध घेतली आणि त्याला बरं वाटायला लागलं म्हणून परत तो तिकडे गेलाच नाही आणि त्या शहराच्या कर्मचाऱ्यांना सांगितलं मी दुसऱ्या राज्यात गेलो आहे आणि तिकडे खाजगी औषध घेतो असं सांगितलं आणि हेच अर्धवट औषधोपचार घेणे काही वर्षांनंतर त्याच्या मुळावर आलं. डिसेंबर २०१९ मध्ये त्याला परत लक्षणं



दिसू लागली, बेडक्यातून रक्त ही पडू लागलं, आमच्याकडे कस यायचं म्हणून त्याने खाजगी दवाखान्यात दाखवलं त्यांनीही त्याला शासकीय दवाखान्यात जायला सांगितलं कारण तुम्हाला BDQ हे औषध चालू करावं लागेल असे सांगितले. त्याला पर्याय नाही म्हणून त्याने परत आमच्या क्षयरोग प्रयोगशाळा पर्यवेक्षक यांना संपर्क केला आणि सर्व परिस्थिती सांगितली. तो खूप तणावाखाली होता. त्याच्या परत सर्व तपासण्या करून घेतल्या आणि परत त्याला डी आर टी बी केंद्रामध्ये दाखल केले. यावेळी मात्र त्याला त्याच्या अनियंत्रित मधुमेहामुळे महिनाभर वॉर्डमध्ये ठेवावे लागल. पण म्हणतात ना की घर फिरलं की घराचे घराचे वासेही फिरतात तस तिच्या बहिणीने घरी यायचं नाही असं सांगितलं आणि आईकडे पण जायचं नाही. आईनं पण तोंड फिरवलं. तिंही सावत्रपणा दाखवला. झालं तो आणखीनच खचला तो नियमितपणे फोन करायचा, भेटलं की सांगायचा सर माझी काहीतरी सोय करा. खरंतर त्याची सोय सहजपणे शशिकला रुग्णालयकडे होत होती. पण याच्या अनियंत्रित मधुमेहामुळे हा कधीतरी बेशुद्ध व्हायचा, मग तिकडे असणाऱ्या अपुऱ्या सोयीमुळे तिथं अडचण व्हायची. सदर सर्व प्रकार मा. जिल्हा क्षयरोग अधिकारी डॉ. सुजाता जोशी मॅडम यांच्याशी चर्चा झाली आणि मॅडम नि वैद्यकशास्त्र चर्चा करून त्याला वॉर्ड मधेच काही दिवस ठेवण्याचे निश्चित केले. त्याचा आजार कमी होतंच होता. तोपर्यंत कोरोनाची साथ चालू झाली आणि वैद्यकीय महाविद्यालय हे कोरोना रुग्णालय झालं आणि आपला वॉर्ड सांगलीला आयसोलेशन वॉर्डमध्ये दोन खोल्यामध्ये चालू झाला. आता याला वॉर्डमध्ये ठेवणे अडचणीचे होऊ लागले. मग मा. जोशी मॅडम नि शशिकला रुग्णालयाच्या डॉक्टरांना बोलून त्याला तिकडे दाखल केले. पण त्याला तिकडे कधी शुगर कमी, तर कधी जास्त असा त्रास होऊ लागला. तो कधी कधी बेशुद्ध होऊ लागला. त्यामुळं तिकडे दाखल असणारे इतर रुग्णांना त्याला काहीतरी भयानक झालं असेल म्हणून त्याला एकटे पाडू लागले, त्याच्याशी बोलत नव्हते. तिथल्या डॉक्टर, परिचारिका आणि क्षयरोग पर्यवेक्षक यांनी सर्व रुग्णांना वारंवार समजावून सांगत होते. पण ते ऐकत नव्हते. इकडे त्यांचे फोन येत होते, सदर बाब मी डॉ. जोशी मॅडम यांच्या कानावर घातली. त्यावेळी कोरोना काळ जिल्हा बंदी, जणू विघ्नावर विघ्नच, पण मॅडम नि सांगितलं आपण दोघे शशिकला हॉस्पिटलमध्ये जाऊया, त्यांनी शशिकला रुग्णालयाच्या डॉक्टरांशी फोन वर बोलणं केलं आणि सर्व रुग्णांना एकत्र बोलावण्याची सूचना दिली. त्याचबरोबर रुग्णालयाचे सर्व कर्मचारी ही बोलावा असं सांगितलं.

दुसऱ्या दिवशी डॉ. सुजाता जोशी आणि मी शशिकला रुग्णालयकडे निघालो. नेमकी आमच्या शासकीय वाहन नादुरुस्त होत. मॅडम नि स्वतःच वाहन घेतलं जिल्हा बंदी त्यामुळं कडक बंदोबस्त, वाहनांची ही रीघ तिथल्या अधिकाऱ्याशी बोललो, त्यांनी एका बाजूनी रस्ता मोकळा करून दिला आणि आम्ही पुढे निघालो. तिकडे जाऊन डॉ. सुजाता जोशी आणि सर्व परिचारिका यांचे अनियंत्रित मधुमेह कसा manage करायचा याबद्दल प्रशिक्षण घेतलं आणि काही अडचण असल्यास Prescription विभागाच्या डॉक्टर याचे संपर्क क्रमांक ही दिले. आणि मोर्चा रुग्णाच्या वॉर्डकडे वळवला. प्रथम सर्व रुग्णांचे म्हणणं ऐकून घेतलं आणि त्यांना सर्व माहिती दिली. त्यांना अस समजावून सांगितलं की ती सर्व मंडळी अमीनला मदत करायला तयार झाले. तो बेशुद्ध कमी साखर झाल्यामुळं पडतो, त्याला त्यावेळी कशी मदत करायला पाहिजे वगैरे वगैरे...

तिथल्या डॉक्टर व सर्व कर्मचारी आणि इतर रुग्णांनी त्याला खूपच सहकार्य केले. मा. डॉ. सुजाता जोशी, मी आणि त्याच्या शहरातील क्षयरोग विभागातील पर्यवेक्षक यांनी त्यांच्या घरच्यांना ही समजावून सांगितलं (सध्या ते त्याच्याशी चांगले वागतात.) मग मात्र त्याला कसलीही अडचण आली नाही. कोरोना काळ जवळ जवळ संपला होता. ऑक्टोबर २०२१ च्या आसपास यांचा औषधोपचार संपला पण त्याचे पाठपुरावा बेडका नमुने ही अदूषित आले, त्याच वजनही वाढलं आणि तो औषधोपचार पूर्ण करून पुन्हा एका चांगल्या कंपनीमध्ये नोकरीला लागला. आजही त्याचे अधून मधून फोन येत असतात. तो नेहमी डॉ. सुजाता जोशी त्याच्या शहरातील क्षयरोग विभागातील कर्मचारी, शशिकला रुग्णालयातील कर्मचारी आणि रुग्णांची नियमित आठवण काढत असतो. नेहमी म्हणतो सर माझ्या अडचणीच्या वेळी माझ्या घरच्यांनी पाठ फिरवली. पण आपण सर्व माझ्या मागे ठाम उभे राहिलात. तुमच्या सर्वांचे उपकार कधीही विसरणार नाही. मी त्याला म्हणतो अरे आम्ही तर आमची ड्युटी केली.

खरतर हा त्याचा सगळा प्रवास पाहिला तर महाभारतातील कुरुक्षेत्रच वाटलं, इथं आपलेच शत्रू बनले. अगदी चारी बाजूनी त्याला सर्व विरोध उभे राहिले. अमीन सारख्या होतकरू तरुणाला हा आजार जणू गिळंकृत करू पाहत होता. पण श्रीकृष्ण बनून आपला विभागातील सर्व अधिकारी आणि कर्मचारी यांनी क्षयरोगविरोधी लढ्यात त्याला मार्ग दाखवला आणि त्याचा लढा यशस्वी करून दाखवला म्हणूनच क्षयरोगविरोधी लढा - एक कुरुक्षेत्र अस म्हणावं वाटलं !!



क्षयरोग (टीबी)
पूर्णपणे बरा होतो



सक्रिय
क्षयरुग्ण शोध
मोहिम

प्रत्येक श्वास मोलाचा
प्रसार थांबवा
क्षयरोगाचा

संपूर्ण उपचार डॉक्टरांच्या सल्ल्याशिवाय बंद करू नये.

दोन आठवड्यांपेक्षा जास्त काळ खोकला, बारीक ताप व वजनात लक्षणीय घट झाल्यास टीबी असू शकतो तात्काळ बेडक्याची मोफत तपासणी करून घ्या.

मोफत तपासणी व औषधोपचार सर्व सरकारी, महानगरपालिका व निवडक खासगी दवाखान्यात उपलब्ध आहेत.

बेडक्याच्या तपासणीपासून पूर्ण मुदतीपर्यंत आरोग्य कार्यकर्त्यांच्या देखरेखेखाली क्षयरोगावर मोफत उपचार.

लक्षात ठेवा! लवकर निदान-लवकर उपचार, निरोगी ठेवा आपला परिवार!!

आपल्या घरी येणाऱ्या प्रशिक्षित स्वयंसेवकांकडून तपासणी करून घ्यावी आणि त्यांना सहकार्य करावे.

टीबी हारेल,
देश जिकेल



सार्वजनिक आरोग्य विभाग,
महाराष्ट्र शासन



अधिक माहितीसाठी टोल फ्री हेल्पलाईन क्रमांक (क्षयरोग) १८००९९६६६६,



मेळघाट म्हणजे घनदाट अरण्य उंच उंच सागाचे झाडे ज्यामुळे सूर्यकिरणे जमिनीवर पोहचू शकत नाही. जेथे अंदाजे १०० पट्टेदार वाघ जे मुक्त पणे संचार करतात.. हरणे, सांबर माकडे यांचे कळप आनंदाने चरत असतात खेळत असतात.अस्वल त्याच्या पिळ्हांना माया लावतात. मोर, घार, घुबड, चिमण्या, किंग फिशर यासारखे पक्षी स्वच्छंदपणे खेळतात.

४ नद्या ज्यांचे पाणी हिमालयातील गंगे प्रमाणे नितळ आहे आणि खळखळ करत वाहत असतात... मेळघाटतली हवा जेथे कितीही काम केले तर थकवा येणार नाही .

हे सर्व आपण जर फिरायला गेल्यावर बघतो अनुभवतो.

अशाच या मेळघाटात मला एक प्रसूतिरोग विशेषतज्ञ म्हणून महाराष्ट्र सरकार चे सामाजिक आरोग्य विभाग या तर्फे जाण्याची संधी मिळाली...

मला फिरायाची आवड असल्याने मी तर खूप आनंदी झालो आणि सगळे पॅकिंग करून माझ्या स्वतःच्या कार ने संभाजी नगर, सिल्लोड, अजेंठा, बन्हाणपूर मार्गे मेळघाटाची राजधानी म्हणणाऱ्या धारणी... या शहरापासून १६ कि.मी. लांब असणाऱ्या बीजधावडी या प्राथमिक आरोग्य (PHC) केंद्र येथे १० तासाच्या driving नंतर पोहोचलो...

PHC आपल्याकडे जशी रचना असते तशीच... येथे डॉ. सचिन राठोड हे Incharge आहे... ज्यांच्या सोबत काम करून मला मेळघाटातील आदिवासी समाजाच्या अडचणी लक्षात आल्या व का मला शासनाने इकडे पाठवले आहे याचे गांभीर्य लक्षात आले....

PHC अंतर्गत ७ Sub Center व २५ खेडेगाव साधारणतः ३० हजार लोकसंख्या आणि ४०० च्या आसपास गर्भवती स्त्रिया... मी स्त्रीरोगतज्ज्ञ असल्यामुळे गर्भवती स्त्रियांची व्यथा मी जवळून अभ्यासली.

मला दररोज सकाळी उठून एक Ambulance त्याचा Driver प्रवीण व रामदास भाऊ, माझ्यामधील संभाषण व Camp भरवण्यासाठी मोठी जबाबदारी त्यावर होती..

येथे कोरकू आदिवासी लोक राहतात.. त्यांची भाषा

कोरकू आहे... थोडे हिंदी बोलल्यासारखे वाटते, पण आपल्या समजत नाही ते काय बोलतात.

आम्ही तिघे सकाळीच ९ ला गावातील अंगणवाडीत गर्भवती माता तपासायला सुरुवात करायचो, तिकडे ANM सर्व गर्भवती माताना एकत्र करून सर्व चाचण्या वगैरे आम्हाला दाखवत आम्ही प्रत्येक स्त्री ची तापसणी करून आम्ही त्या मधील No Risk आणि High Risk गर्भवती स्त्रियां वर्गीकरण करत, त्यांचे समुपदेशन व Treatment करत... त्यांना Institutional डिलिव्हरी म्हणजे रुग्णालयीन प्रसूती, रक्ताच्या चाचण्या, ANC Chekup, आहार, आराम, काम, Treatment ची गरज या सर्व बाबी समजावून सांगत...

त्यांच्या नातेवाईकांना गरोदर माताची घ्यावयाची काळजी बद्दल सांगत...

घरोघरी जाऊन बाळंतीण झालेल्या माता तपासात त्यांचे समुपदेशन करत...

असे प्रत्येक अंगणवाडी व गाव तपासत...असे करतात करता आम्ही सर्व Target लवकर संपवले...

अंगणवाडीत कधी बाजेवर तर कधी लाकडी बाकावर तर कधी खाली चटईवर गरोदर मातांना झोपवून तपासणी करावी लागे..

प्रत्येक गाव भेटी दरम्यान आम्ही सर्व परिसर पिंजून काढला... या वेळेस मला लक्षात आले की या मातांमध्ये Anemia म्हणजे रक्ताची कमी रक्तक्षय आणि कुपोषण या पोषण संबंधित गंभीर आजाराने त्यां त्रासलेल्या आहे...

त्यांच्या आहाराची माहिती घेत लक्षात आले की त्यांच्या आहारात प्रथिने (Protein) व स्निग्ध (Fat) पदार्थ नाही जीवनसत्त्वे लोह यांचे तर त्यांना गंध ही नाही... हे सर्व मनाला यातना देणारे होते... वास्तव फार भयानक आहे... सामाजिक व आर्थिक विषमता अजूनही आपण घालवू शकलो नाही... इथे आपल्याला खूप काम करण्याची गरज लक्षात येते असो...

पण डॉ. राठोड यांची टीम या परिस्थितीमध्ये लढत



आहे, रपा गावातील सर्व गर्भवती मातांना एकत्र करून रुग्णवाहिकेने त्यांना PHC मध्ये नेत व सर्व मातांना ते पाच डोस लोहाचे Iron Sucrose चे इंजेक्शन, जीवनसत्त्वे vitcofol इंजेक्शन देण्याचे हिमालयासारखे मोठे काम अविरत पाने करत आहे... रुग्णालयीन प्रसूती, अतिरिक्त आहार, रुग्णवाहिका ची सोया हे सर्व काम तेथील प्रशासनाच्या मदतीने करत आहे... राज्य सरकार व सामान्य आरोग्य विभाग यांच्या योजना सर्व सामान्य आदिवासी समाजा पर्यंत पोहोचवत आहे...

४ रुग्णवाहिका व चालक प्रवीण व त्यांचे सहकारी हे गरोदर माता व रुग्णालय यामधील एक महत्वाचा दुवा आहे... लांब लांब गाव, डोंगर, दऱ्या-नद्या यातून रस्ते यातून हे चालक अतिशय चपळाईने रुग्णांना जलद गतीने रुग्णालयात पोहोचवतात ...

या नियुक्ती दरम्यान असाच एक प्रसंग ज्यामध्ये डॉक्टर असल्याचा आनंद देऊन जाणार असा घडला

त्या या बीजधावडी आरोग्य केंद्र मेळघाट या आदिवासी भागात मी कार्यरत हितो... त्या दरम्यान दांभिया येथे सब सेंटरमध्ये गर्भवती स्त्रियांची तपासणी करत असताना बीजधावडी आरोग्य केंद्रातून डॉक्टरांचा कॉल आला की एक गर्भवती स्त्री ९ महिन्याची गर्भवती, तिसरी खेप तिला कळा येऊ लागल्या व तिच्या बाळाचा एक पाय फक्त बाहेर दिसतोय अश्या अवस्थेत तिला गडागमालूर येथून Ambulance घेऊन येत आहे... असे ऐकताच मी व बाळांचे डॉक्टर मोहन वारके सर लगेच तेथून निघून बीजधावडी आरोग्य केंद्रात येण्यासाठी निघालो... कच्चा रस्ता, खड्डे, चिखल व लांब अंतर यामुळे आम्हाला असे

वाटत होतं की खूप उशीर होईल पण Ambulance चालक प्रवीण यांनी अतिशय जलद गतीने आम्हाला बीजधावडी आरोग्य केंद्रात पोहोचवले...

प्रसूतिगृहमध्ये जाताच बघितलं असता बाळाचे एक पाय बाहेर दिसला बाळ पण चांगल्या वजनाचे असेल पण ते काही खाली येत नव्हते... अडकले होते... पण प्रयत्न करून त्याचा दुसरा पाय हळूच बाहेर काढला... नंतर एक एक करून दोन्ही हात बाहेर काढले... आता वेळ होती ती बाळाच्या डोक्याची.....एक खूप अवघड पायरी... पण अनुभवाच्या जोरावर ती पण पायरी लवकर पार झाली...

पण बाळ रडत नव्हते... पांढरे निळे पडलेलं... हृदयाचे ठोके अतिशय कमी... डॉ. मोहन वारके सर यांनी त्याला ही अतिशय चपळाईने बाळाला Resscitate करून त्याचा जीव वाचवला...

सगळे कसे अतिशय वेळेत झाल्यान त्या आदिवासी महिलेचे व बाळाचे प्राण वाचले...

आदिवासी भागात असल्या घटना वारंवार घडत असतात... त्यात कधी ती गर्भवती स्त्री जाते किंवा बाळ... कधी दोघे पण.. पण असल्या आदिवासी भागात जबाबदारी ने काम करणारे डॉ. सचिन राठोड त्यांच्या सोबत काम करणारे डॉक्टर, समुदाय आरोग्य अधिकारी, आरोग्य सेविका/सेवक, अंगणवाडी सेविका व रुग्णवाहिका चालक ज्या तळमळीने काम करतात त्या कामाला माझा सलाम...

असल्या एक घटनेचा एक भाग म्हणून आपली जबाबदारी व्यवस्थित पार पडल्याचं आनंदी काही वेगळाच.... डॉक्टर असल्याचा अभिमान वाटतो...



सार्वजनिक आरोग्य विभाग, महाराष्ट्र शासन



अॅनिमिया मुक्त भारत



६ महिने ते ५९ महिने

१ मि.ली आयएफए सिरप आठवड्यातून दोनदा



५ वर्षे ते ९ वर्षे

१ गुलाबी गोळी आठवड्यातून एकदा



१० वर्षे ते १९ वर्षे

१ निळी गोळी आठवड्यातून एकदा



गरोदर व स्तनदा माता

१ लाल गोळी दररोज पहिल्या तिमाहीनंतर १८० दिवस व प्रसूतिनंतर १८० दिवस



२० वर्षे ते ५९ वर्षातील प्रजननक्षम महिला

१ लाल गोळी आठवड्यातून एकदा

जंतनाशक गोळी दर ६ महिन्याने वर्षातून २ वेळा

• १ ते २ वर्षे बालकांसाठी अर्धी गोळी
• २ वर्षांच्यापुढे एक गोळी

सुदृढ भारत श्रेष्ठ भारत



सक्रिय क्षयरोग मोहीम

घरोघरी क्षयरोग, मोहीम सुरु
पुढील दोन आठवडे, हेच काम करू..

वाडे पाडे तांडे शोधू, वंचित रुग्ण
याच कामात राहू, सगळे आपण मग्न...

केंद्रीय सरकारचे सुरु, टीबी मुक्त अभियान
रोगमुक्त करू या, आपला हिंदुस्थान...

लक्षणे आजाराची, सांगू सगळ्यांना
बळ देऊ मिळून, या अभियानाला...

मोहीम ही चळवळ समजून, करू काम
टीबी मुक्तीचे स्वप्न, करू साकार...

मोदीजीचे स्वप्न, सेवा देऊ क्षय रोग्याला.
आदर करू त्यांचा, मान देऊ त्यांना...

सामाजिक बांधिलीकी, मान वाढवू देशाचा
साथ देऊ सगळे, सन्मान करू रुग्णाचा

टीबी चा आजाराला, करू देश्यातून हद्दपार
मिळून देऊ लढा, आता होणार नाही हार

जिवाणू मुळेच होतो बघा, संसर्ग आजाराचा
औषधी घ्या नियमित, होतो नायनाट बिमारीचा...

सर्व भवंतू सुखीनः हा मुलमंत्र आरोग्यसेवेचा
निरोगी असो देश, उद्देश हाच अभियानाचा

उठा उठा जागे व्हा, वेळ मोहिमी ची आली
क्षय कृष्ट मुक्त अभियान, आले आपल्या दारी...

रचना.. शीघ्र कवी.. शशांक चुंभळे
वरिष्ठ उपचार पर्यवेक्षक, टीबी युनिट... आर्णी,
ता. आर्णी, जिल्हा यवतमाळ.

टीबी को हराना है...

मिलजुल कर कदम बढ़ाना है।
इस टीबी को हराना है।

है टीबी को जड़ से मिटाना,
अपना और अपनो का ध्यान रखना,

है देश को टीबी मुक्त बनाना
हम सबको है ये नारा अपनाना।

टीबी को है दूर भगाना
योग और व्यायाम है अपनाना ।

पूरा करे टीबी का इलाज
रखे खान-पान का ध्यान ।

डॉक्टर के संपर्क में रहे
समय-समय पर जाँच करे ।

जन-जन का हो एक ही नारा
टीबी मुक्त हो देश हमारा ।

कवयित्री -

सौ. सविता मोरेश्वर सरोदे

आशा स्वयंसेविका, तुरखेडा



टी.बी. रक्षक

मैं भारत का रक्षक हू !
मैं भारत का रक्षक हू !
मैं क्षयरोग काम करता हू !
तालुका मेरा कार्य क्षेत्र मैं काम करता हू !
जिसे दो हप्तोसे खासी है, उनका बलगम लेता हू!
क्युकी मैं क्षयरोग काम काम करता हू!
हर गाव, हर घर मैं जाता हू वजन कम, बुखार आना,
भुक न लगना वैसे बिमारियो को मिलता हू !
क्युकी मैं क्षयरोग का काम करता हू!
हो कोई संशयित उनसे आशाताई मिलती हैं !
क्युकी आशाताई हर गाव में
डॉटस प्रोवाइडर का काम करती है!
आरोग्य सेवक दादा हमे भी मदत करते है!
हर महिने में बलगम टारगेट पुरा करते साथ देते हैं!
क्युकी मैं क्षयरोग का काम करता हू!
अभी-अभी सीएचओ दादा आये है ओ हमे
को-मॉर्बिड रुग्ण की तपासणी करके नये मरिज खोजते है!
और हमे सस्पेक्ट रुग्ण की यादी देते है!
क्युकी मैं क्षयरोग का काम करता हू!
सॅम हो या मॅम का बच्चा एन. आर. सी. को भेज के सिस्टर
भी हमे मदत करती है!
क्युकी बच्चे को टीबी ना हो पाये!
उपकेंद्र हो या प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र
हर मरिज की जाच करके देती है!
बलगम हो या खुन की जाच डीमसी में
हमारे लॅब टेक्नीशियन दादा करते है!
और हमे मासिक रिपोर्ट करते है!
क्युकी मैं क्षयरोग का काम करता हू!

क्षयरोगी मिलने पर डॉक्टर दादा उन्हे
डॉटस् गोली देणे का बोलते हैं!
क्युकी मैं क्षयरोग का काम करता हू!
फार्मर्शीस्ट दादा उन्हे निक्शय में रजिस्टर करके!
वजन के हिसाबसे गोली देते हैं!
आगे हमे आरोग्य सहाय्यक दादा फोन करते हैं!
साथ में मरीज का बँक खाता देते हैं!
क्युकी मैं क्षयरोग का काम करता हू!
हर रजिस्टर टीबी मरिज को घर पे मैं जाता हू!
उनके घरमे ५ साल से कम और
५ साल से जादा लोग पुछता हू !
क्युकी मैं क्षयरोग का काम करता हू !
मेरे देश के हर घर मे टीबी बिमारी की जानकारी मैं देता हू !
रात दिन मैं यही सोचू टीबी हारेगा, देश जितेगा !
क्युकी मैं क्षयरोग का काम करता हू !
टीबी की जानकारी मैं अच्छी तरह
टीबी आरोग्य साथी से देता हू !
हर लोगोको मोबाईल अॅप के बारे में कहता हू!
क्षयरोग मुक्त भारत २०२५ का
श्री. नरेंद्र मोदी जी का सपना पुरा करना है !
हमें इस कार्ये मे मोदी जी का साथ देना है !
क्युकी मैं क्षयरोग का काम करके देश सेवा करता हू !
मैं भारत का रक्षक हू !
मैं भारत का रक्षक हू !

कवी - नरेंद्र तायडे
क्षयरोग पर्यवेक्षक, आरोग्य विभाग यावल,
ता. यावल, जि. जळगांव



उत्प्रेमिण रुग्णालय, तासगाव
येथे उपलब्ध आहे

मार्च

आंतरराष्ट्रीय

महिला दिन

माता सुरक्षित
तर
घर सुरक्षित

आणि

घर सुरक्षित
तर
देश सुरक्षित

॥ समाजातील अंधश्रद्धा व चुकीच्या समजुतींना आळा घालूया, महिलांचे आरोग्य चांगले राखण्यासाठी सदैव सेवा देऊया ॥



सार्वजनिक आरोग्य विभाग
महाराष्ट्र शासन



[f /MahaArogyaIECBureau](#) [@MahaHealthIEC](#) [/mahahealthiec](#) [/MahaHealthIEC](#)

राज्य आरोग्य शिक्षण व संपर्क विभाग, पुणे



प्राथमिक आरोग्य केंद्र - किनगाव खुर्दची सामाजिक आरोग्य कार्यकर्ती, आशा...

सौ. दुर्गा सुरेश तायडे, किनगाव खुर्द, तालुका यावल, जिल्हा जळगाव.

मी किनगाव खुर्द प्राथमिक आरोग्य केंद्र किनगावची आशा माझे नाव सौ. दुर्गा सुरेश तायडे माझी आशा म्हणून सण २००९ मध्ये निवड झाली. त्यावेळी मला खूप आनंद झाला. कारण मला समाजसेवा करण्याची संधी मिळणार होती जेव्हा मी आशा म्हणून लागले. तेव्हा लोकांना आशा म्हणजे काय हे माहित नव्हते. जेव्हा मी गावामध्ये लसीकरणासाठी बालक बोलवणे, बी एस घेणे, प्रसुतीसाठी स्त्रियांना दवाखान्यात नेणे गोळ्या वाटप करणे क्षय रुग्णांना गोळ्या पुरविणे व आरोग्य विषयक माहिती सांगणे ही कामे करायला लागले तेव्हा लोकांना समजले की आशा म्हणजे काय व माझे काम हे आरोग्य विभागाकडून आहे. मी आज जागतिक क्षयरोग दिनानिमित्त हा लेख लिहित आहे. भारतात राष्ट्रीय क्षयरोग नियंत्रण कार्यक्रम १९६२ वर्षी सुरु झाला भारतात क्षय रुग्ण सर्वात जास्त आहे. मी ग्राम पातळीवर काम करीत असताना क्षय रोगाचे रुग्ण सापडतात. ज्या व्यक्तीला दोन आठवड्यांपेक्षा जास्त खोकला, रात्री येणारा बारीक ताप, वजन कमी होणे, भूक न लागणे अशी लक्षणे दिसल्यास त्याला ताबडतोब सरकारी दवाखान्यात पाठवून एक्स-रे करणे, थुंकी तपासणी करणे, एच आय व्ही तपासणी अशा प्रकारच्या तपासण्या करून त्या व्यक्तीला क्षयरोग आहे किंवा नाही हे समजते पूर्वीच्या काळी लोकांना क्षयरोग हा जीवघेणा आजार वाटायचा जेव्हा मी काम करायला लागले.

तेव्हा मी लोकांना क्षयरोगाविषयी समजून सांगितले व हा आजार वाटायचा जेव्हा मी काम करायला लागले तेव्हा मी लोकांना क्षयरोगाविषयी समजून सांगितले व हा आजार नियमित औषधी घेतल्याने पूर्ण बरा होतो व यामध्ये घाबरण्यासारखे काही नाही. जेव्हा हे लोकांना पटायला लागले असल्यास मला लगेच सांगतात याच अनुषंगाने मी सन २०१४-१५ वर्षी क्षयरोगाचे नवीन १४ रुग्ण शोधले व त्यापासून मला त्यावर्षी १४ हजार रुपये मानधन घेतले व सन २०१५-१६ यावर्षी मी नऊ नवीन क्षय रुग्ण शोधले व मला ९००० मानधन मिळाले व २०१६-१७ यावर्षी मी ११ नवीन क्षय रुग्ण शोधले व मला त्यापासून ११००० मानधन

मिळाले व या तीनही वर्षी मला माझ्या जळगाव जिल्हास्तरीय सर्वोत्कृष्ट आशा स्वयंसेविका म्हणून सलग तीन वर्ष प्रथम क्रमांक मिळाला तर हा माझा प्रथम क्रमांक क्षय रोगाचे समूह उच्चाटन करण्यासाठी लोकांशी संवाद साधने व त्यांच्याशी हितगुज करणे आवश्यक आहे. मी १००० लोकसंख्येमध्ये काम करीत एक आशा आहे.

गावामध्ये लोकांची एक आपुलकीचे नाते तयार केले आहे. लोकांना कोणत्याही प्रकारची आरोग्यसेवा पाहिजे असल्यास लगेच माझ्याकडे येतात व मी सांगितलेला सल्ला किंवा मार्गदर्शन घेऊन ते पुढचा निर्णय घेतात. माझं काम करीत असताना एक अनुभव मी एक क्षय रुग्ण शोधला तो व्यक्ती खूप दारू प्यायचा मी त्याच्या घरी जाऊन स्फुटम कप दिला व त्यांना सकाळची थुंकी नमुना सरकारी दवाखान्यात नेण्यात सांगितले. त्यांची पत्नी व तो दवाखान्यात गेले व एक्स-रे केला थुंकी तपासणी झाली व त्याला क्षयरोग आहे हे सिद्ध झाले.

मी त्यांना गोळ्या पुरवायला जायची व त्यांना सांगायची दादा दारू पिऊ नका तुम्हाला लहान दोन मुले आहेत पत्नी आहे त्यांच्याकडे तर बघा पण तो व्यक्ती काहीच ऐकायचा नाही. गोळ्या खायचा नाही व दारू प्यायचा एक महिन्यानंतर त्याची तब्येत अचानक खराब झाली व तो अंथरुणाला खिळला तेव्हा मी सांगितले. दादा आता तरी दारू सोडा व औषध घ्या तुम्ही एकदम बरे होणार! काय ती देवाची कृपा त्या व्यक्तीने दारू पिणे बंद केले व व्यवस्थित गोळ्या घ्यायला लागला सहा महिन्याची पूर्ण ट्रीटमेंट संपल्यानंतर तो व्यक्ती एकदम बरा झाला व तो आता पूर्णपणे सुदृढ आहे तो व्यक्ती बरा झाल्याचे मला समाधान आहे व आपण एका व्यक्तीला जीवनदान दिले मी जेव्हाही त्या व्यक्तीला भेटते तेव्हा ती व्यक्ती म्हणते ताई तुम्ही देवासारखे मला भेटलात तुमच्यामुळे मी आज जिवंत आहे व जग पहात आहे. त्यामुळे तुमचे हे उपकार ऋण ह्या जन्मी काही फेडू शकणार नाही. त्यामुळे माझ्या मनात एक प्रकारचा आत्मविश्वास निर्माण होतो व रुग्णसेवा हीच समाजसेवा म्हणून मी कार्यकर्ते अशाप्रकारे मी



यशोगाथा

गावातील प्रत्येक लोकांचा विश्वास संपादन केला आहे.

आजपर्यंत मी जेवढे क्षय रुग्ण बरे केले ते सर्व मला तुम्ही आम्हाला मरणाच्या दारातून परत आणले म्हणून मझे उपकार मानतात. एक अशा ही समाजाला घडवू शकते यावर्षी पण माझ्याकडे पाच क्षय रुग्ण यांचा उपचार सुरु आहे व त्यांना पण मी यशस्वी रीतीने बरे करणार आहे माननीय प्रधानमंत्री श्री. नरेंद्र मोदी जी यांचे २०२५ पर्यंत टी.व्ही. मुक्त भारत करण्याचे ठरविले आहे. त्या दृष्टीने आम्ही योग्य रीतीने उपचार पद्धती करून टीबी मुक्त भारत करूया यावर्षीचे ब्रीद वाक्य म्हणजे होय! आपण टीबी संपवू शकतो. या कामासाठी

मला माझ्या घरच्यांची योग्य ती मदत मिळते मी अधिकाधिक काम करावे म्हणून आमच्या मेडिकल ऑफिसर, तालुका समूह संघटक, तालुका आरोग्य अधिकारी गटप्रवर्तक, ए. एन. एम. आरोग्य सेवक टीबी सुपरवायझर योग्य ती मदत करतात. त्यामुळे माझ्या कामाचा उत्साह वाढतो व काम करण्यात स्फूर्ती मिळते.

अनमोल सहकार्य -

श्री. नरेंद्र तायडे,

एस.टी.एल.एस. क्षयरोग पथक यावल



यशोगाथा

१८ जानेवारी २०२२ रोजी एक स्त्री शिशु अत्यंत कमी म्हणजे ७७० ग्रॅम वजनासह अकाली प्रसूतीनंतर जन्माला आली. तिला सीपीएपी सपोर्ट ४ लिटर/मिनिट वर ठेवण्यात आले होते.

दुसऱ्या दिवशी त्या बाळाची आई कोविड पॉझिटिव्ह असल्याचे निदान झाले, त्या दिवसापासून एसएनसीयू टीम त्या बाळाची काळजी घेत होती.

त्या दिवसांमध्ये बाळाची दिवसातून ३ वेळा श्वसनक्रिया बंद पडत होती, परंतु एसएनसीयू टीमच्या सदस्यांनी त्या बाळाची काळजी घेतली आणि १३ मार्च २०२२ रोजी १.२३० किलोग्रॅम वजनासह बाळाला डिस्चार्ज दिला.

त्याच बाळाची १ वर्षानंतर १८ जानेवारी २०२३ रोजी फॉलोअप तपासणी करण्यात आली, त्यावेळी तिचे वजन ६.५४० किलोग्रॅम होते.

यशोगाथा

एका मातेच्या पोटी जुळी स्त्री शिशु जन्माला आली. त्यापैकी 'अ' शिशुला ०२/१०/२०२२ रोजी आरडीएस. सह एलबीडब्ल्यू. सह पीटी. साठी दाखल करण्यात आले होते आणि पेरिनेटल एस्फिक्सिया असलेल्या स्त्री शिशुचे वजन १.२२५ कि.ग्रॅ./ सीपीएपी सपोर्ट ४ लिटर/मिनिट वर होते. शिशुचे आरओपी आणि ओईई केले होते आणि ते सामान्य होते. बाळाला २४/१०/२०२२ रोजी १.२४० किलो वजनासह डिस्चार्ज देण्यात आला.

जुळ्यांपैकी दुसऱ्या म्हणजे 'बी' बाळाला ईएक्स पीटी. सह ईएक्स एलबीडब्ल्यू. सह पेरिनेटल एस्फिक्सिया.सह आरडीएस. सह ब्रीच डिलिव्हरी डाव्या ह्युमरस फ्रॅक्चरसह, स्त्री शिशु वजन ९९० ग्रॅम सह जन्माला आली. बेबी सीपीएपी सपोर्टवर होती. प्रसूतीनंतर आई जुळ्या मुलींमुळे प्रसूतीनंतरच्या सायकोसिसमध्ये गेली.

बाळाची आरओपी केली होती आणि ती पॉसिटिव्ह होती. २४/१०/२०२२ रोजी डिस्चार्ज केलेल्या बाळाचे वजन १.१० किलो होते. आरओपी पॉझिटिव्ह असल्याने बाळाला लेसर सर्जरीची गरज होती, म्हणून आम्ही फोनद्वारे त्यांच्याशी संपर्क साधला पण त्यांनी यायला नकार दिला. त्यानंतर आम्ही पाठपुरावा करून डीइआयसी टीम आणि एएनएम. खोपोलीशी संपर्क साधला आणि त्यांच्या मदतीने आम्ही लेसर शस्त्रक्रिया यशस्वीरित्या पूर्ण केली. अशा प्रकारे आम्ही बाळाची दृष्टी वाचविली. अमूल्य जीवनासाठी चांगली दृष्टी.



आशा प्रश्नावली क्रमांक ३

प्रश्न क्र. १ योग्य पर्याय निवडा. (एकूण गुण - १० प्रत्येकी २)

अ) ग्रामीण भागात (काही कारणामुळे) बाळाचा जन्म घरी झाल्यास आशा किती भेटी देणार?

१) पाच २) सहा ३) भात ४) आठ

ब) २८ दिवसाच्या आतील बाळाला ९९°F इतका ताप/तापमान असल्यास आशा कोणते पाऊल उचलेल?

१) संदर्भसेवा देईल २) औषधोपचार करेल
३) घरगुती उपचाराचा सल्ला देईल. ४) यापैकी नाही.

क) अकाली जन्मलेल्या आणि वजन १ कि. ८०० ग्रॅम असलेल्या बालकाला त्याचे किती कि.ग्रॅ. वजन होईपर्यंत आंघोळ घालू नये?

१) २००० ग्रॅ. २) २३०० ग्रॅ.
३) २५०० ग्रॅ. ४) २७०० ग्रॅ.

ड) बाळ जन्मल्यानंतर प्रथमतः २४ तासांच्या आत कोणती लस दिली जाते?

१) डि.पी.टी. २) गोवर
३) बि.सी.जी./पोलिओ ४) पेन्टा

इ) जन्मानंतर ६ महिन्यांपर्यंत बाळाला कोणता आहार द्यावा?

१) गायीचे दूध २) डब्यातील दूध
३) निव्वळ आईचे दूध ४) यापैकी नाही.

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

अ) जुलाब प्रतिबंध (३) १) श्वासावरोध

ब) नाळेची काळजी (४) २) २८ दिवसांपर्यंतचे बाळ

क) ८ महिने १४

दिवसाच्या आत जन्म (५) ३) ओ.आर.एस.चा वापर

ड) नवजात बाळ (२) ४) काही न लावणे

इ) हळू रडणे हळू

हालचाल (१) ५) कमी दिवसाची प्रसुती

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

१) शिशु जन्मतःच स्तनपान करू शकत नाही हे धोक्याचे लक्षण आहे. चुक /बरोबर

२) १ किलो ९०० ग्रॅम असलेल्या बाळाचे वजन घेतले असता वजन काट्याच्या पिवळ्या रंगात दर्शविते. चुक/बरोबर

३) ९५°F पेक्षा कमी तापमान असलेल्या बाळाला हायपोथर्मिया झाला असे समजतात. चुक/बरोबर

४) कमी वजनाचे कमी दिवसाचे बाळास दुध पिण्यास जन्मतःच अडचण होऊ शकते. चुक/बरोबर

५) अति धोक्याच्या बाळाला जिल्हा रुग्णालयातील एसएनसीयुमध्ये भरती करणे आवश्यक आहे. चुक/बरोबर

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

१) एसबीएनसी या शब्दाचा अर्थ सांगा.

उत्तर - बाळाची घरगुती स्तरावर काळजी घेणे.

२) एखादे बाळ दिवसातून ३ किंवा ३ पेक्षा जास्त वेळा पातळ शौचास जात असेल तर आशा त्या कुटुंबातील लोकांना कोणता सल्ला देईल.

उत्तर - ओआरएस चे द्रावण तयार करून बाळाला वेळोवेळी देण्याचा सल्ला देईल.

३) जंतु संसर्गाचे लक्षणे सांगा.

उत्तर - पोट फुगणे/बाळ थंड पडणे / सुस्त पडणे / ९९ डिग्री. एफ पेक्षा जास्त ताप.

४) १ वर्षाचे आत ९ व्या महिन्यात बाळाला कोणती लस दिली जाते.

उत्तर - गोवर

५) २ महिन्यांच्या बाळाला श्वासाचा वेग वाढल्यास त्या बाळाला कोणता आजार होऊ शकतो.

उत्तर - श्वसनदाह

प्रश्न ५) केस स्टडी. (एकूण गुण - ५)

- जानकीचा जन्म गर्भधारणेनंतर ८ महिने १० दिवसांनी झाला जन्मतेवेळी आशा तेथे उपस्थित होती.



आशा संवाद

जानकीचे वजन केले असता १ किलो ९०० ग्रॅम होते.

१) जानकीचा जन्म अकाली झाला आहे काय?

उत्तर - होय शिशु अतिदक्षता विभागात (एसएनसीयुमध्ये पाठविण्यात यावा.)

२) जानकीचे वजन कोणत्या श्रेणीत मोडते.

उत्तर - लाल रंगात (अतिशय कमी वजन)

प्रश्न ६) प्रात्यक्षिक (एकुण गुण - ५)

बाळाचे तापमान घेणे - पद्धती / टप्पे लिहा.

१) थर्मामीटर डबीतून बाहेर काढा व रुंद भागाकडे पकडा

२) थर्मामीटरचा चकाकणारा भाग स्पीरिट स्वॅबने पुसा.

३) थर्मामीटर चालू करा. डिस्प्ले विंडोच्या मध्यभागी १८८.८ फ्लॅश दिसतो. मग एक डॅश (-) मग शेवटचे तापमान घेतले जाते. नंतर तीन डॅश (---) आणि वरील उजव्या कोपऱ्यात

एफ दिसेल.

४) एफ स्थिर झाल्यावर थर्मामीटर बाळाच्या काखेत मध्यभागी ठेवा.

५) बाळाच्या हाताला आधार द्या त्यामुळे बाळाची स्थिती बदलणार नाही.

६) थर्मामीटरच्या खिडकीकडे बघा.

७) बीप आवाज आल्यानंतर व आकडे स्थिर झाल्यावर थर्मामीटर काखेतून काढा.

८) तापमान पहा व त्याची नोंद करा.

९) थर्मामीटरचे बटन बंद करा.

१०) थर्मामीटरचा चमकदार भाग स्पीरिट स्वॅबने स्वच्छ करा व थर्मामीटर पुन्हा डबीत ठेवा.



राज्य आरोग्य यंत्रणा संसाधन केंद्र, महाराष्ट्र - पुणे

सर्व जिल्हानिहाय आशा स्वयंसेविका गुणानुक्रम तक्ता माहे मार्च २०२३

अ.क्र.	परिमंडळ	जिल्हा	तालुका	प्राथमिक आरोग्य केंद्र	आशा स्वयंसेविकेचे नांव, पत्ता व दुरध्वनी क्रमांक	प्राप्त गुण	मागील महिन्यात मिळालेला मोबदला (रुपये)
१	ठाणे	ठाणे	शहापुर	वासींद	श्रीमती सविता गोपाळ शेलार, मो. नं. ९२७२९६५८२९	३५	८४००
२		रायगड	--	--	--	--	--
३		पालघर	मोखाडा	मो-हांडा	श्रीमती सुलोचना चंदर येले, दांडवळ, मो. नं. ९२७३७२५८७२	३५	८१००
४	नाशिक	धुळे	साक्री	कळंभीर	श्रीमती संगिता नथू पाटील, मो.नं. ८९७५०८०८८९	३३	६६५०
५		नंदुरबार	नंदुरबार	ढेकवद	श्रीमती मनिषा तुळशीदास पवार, पाचोराबारी, मो. नं. ७४९८९२९७३८	३५	७३५०
६		जळगाव	मुक्ताईनगर	रुईखेडा	श्रीमती रुपाली प्रशांत कोळी	३५	९०७९७
		अहमदनगर	श्रीरामपुर	युपीएचसी श्रीरामपुर	श्रीमती मुक्ता अजय गवळी	३५	९७९४०
९	पुणे	पुणे	भोर	जोगवडी	श्रीमती राणी सोपान नेवासे	३५	९५७७५
१०		सातारा	खंडाळा	अहिरे	श्रीमती सरीता दादासो बांधल	३५	९४८००
११		सोलापूर	बाशी	चिखद्रे	श्रीमती सुनिता शंकर गत, राहणार जामगाव, मो. नं. ७५०७८९६०५९	३५	९५७८०



१२	कोल्हापूर	कोल्हापूर	कागल	चिखली	श्रीमती अनिता आनंदा चौगुले , रा. चिखली ९५२७२७१९७५	३५	८४५०
१३		सांगली	कवठे-महाकाळ	नागज	श्रीमती बेबी श्रीमंत कांबळे, राहणार घोरपडी, मो. नं. ९४०३०३६२८८	३४	१२११०
१४		सिंधुदुर्ग	कणकवली	कासार्डे	श्रीमती सिमरन सिध्दार्थ तांबे	३४	५९७५
१५		रत्नागिरी	खेड	वावे	श्रीमती सुजाता सखाराम पालांडे, मो. नं. ८०८०२९८१४१	३४	९४५५
१६	औरंगाबाद	औरंगाबाद	सिल्लोड	पानवडोद	श्रीमती संगिता समाधान अरक, गाव. डिग्रस, ता. कन्नड, जि.औरंगाबाद. मो.नं. - ७०२०३९३८९५	३५	४७५०
१७		जालना	--	--	--	--	--
१८		परभणी	सेलु	देऊळगाव गात	राधिका राजेभाऊ आवटे म्हाळसापुर ९४२२९१९१२१	३३	१२२७५
१९		हिंगोली	सेनगांव	साखरा	साक्षपाला संजेसराव चाटसे, गाव आजेगांव, मो. नं. ८७६७५५९३८६	३५	९६५७
२०	लातूर	लातूर	जळकोट	अतनूर	सूजाता जितेंद्र कांबळे रा. घुणशी ता.जळकोट जि.लातूर मो. नं. ७४९९९४७६२८	३३	५१००
२१		उस्मानाबाद	--	--	--	--	--
२२		बीड	शिरूर	खालापुडी	श्रीमती शोभा कृष्णाथ परदेशी, रा. आर्वी, मो. नं. ८८३००२४७८	३४	८०३०
		नांदेड	अर्धापूर	येळेगाव	श्रीमती सिमा रवी थोरात, मो. नं. ९७६५९४७८८९	३५	४३५५
२४	अकोला	अकोला	-	पळसो	श्रीमती अनिता गणेश गाडे, रा. सांगळुद, मो. नं. ८९७५६४०८४७	३५	३०५०
२५		वाशिम	--	--	--	--	--
२६		अमरावती	चांदुर बाजार	खोलापुर	श्रीमती संगिता राजेंद्र परांडे मु.पो. खारतळेगाव ता. भातकुली जिल्हा अमरावती ८३२९८९८८९९	३१	८५०५
२७		यवतमाळ	वाणी	राजूर	श्रीमती रंजना सुनिल देठे, मो. नं. ८६६८६३५१२७	३४७५	३५७७
२८		बुलढाणा	मोताळा	पि.देवी	श्रीमती सुनिता किशोर पालवे, पि.देवी, महाळुंगी, मो.नं. ९०४९९४८२२२	३४	३५५०
२९	नागपूर	नागपूर	हिंगणा	टाकळघाट	चेतना रंगारी , टाकळघाट, ८६९८४०८७३४	३३	९७५७
३०		वर्धा	समुद्रपुर	नंदोरी	सौ. अमृता सुनिल मेंढे, डोंगरगाव, मो. नं. ७०३०२०२५३३	३५	१०१२५
३१		भंडारा	साकोली	एकोडी	श्रीमती आशा अनिल तुरकर, रा.गुढरी.ता.साकोली जि. भंडारा, मो. नं. ८९९९४६१२८४	३४	१२५३०



३३		चंद्रपूर	चिमूर	मासळ	वैशाली नरेश पाटील, रा. पळसगाव, मो. नं. ९७६७८५३२३४	३५	११४००
३४		गडचिरोली	धानोरा	रांगी	श्रीमती मिना हरीदास पोटावी, रा. कन्हाळगाव, पो. मोहली, ता. धानोरा (९०७५९८३७५२)	३५	७२२०

हंगामी ताप (SEASONAL FLU)

हंगामी ताप हा एक संसर्गजन्य आजार आहे, जो गंभीर असू शकतो. खूप उशीर होण्यापूर्वी काळजी घ्या.

असा पसरतो



व्यक्ती ते व्यक्ती



खोकणे आणि शिंकणे
यातून श्वासाद्वारे



हात आणि
पृष्ठभागावर पडलेले थेंब

लक्षणे



ताप



खोकला



घसा दुखणे



अंगदुखी



धाप लागणे

प्रतिबंधात्मक उपाय



शिंकताना आणि
खोकताना नाक आणि
तोंड झाका



आपले हात नियमितपणे
साबण आणि पाण्याने धुवा



आपले डोळे, नाक
किंवा तोंडाला स्पर्श
करणे टाळा



विलगीकरण रहा



भरपूर द्रव प्या



स्वतःहून औषध
घेणे टाळा



टिश्यू पेपरचा पुनर्वापर टाळा



हस्तांदोलन करणे टाळा



गर्दीच्या ठिकाणी जाणे टाळा

या लोकांना अधिक धोका

गर्भवती
महिला



लहान बाळ



ज्येष्ठ
नागरिक



रोगप्रतिकारक
क्षमतेची
कमतरता



वैद्यकीय
आणि
सर्जिकल आजार



दीर्घकालीन
औषध
घेणारे



लवकर तपासणी जीवन वाचवते



राज्याचे आरोग्य जपण्यासाठी शासन कटीबद्ध - पालकमंत्री मा. ना. प्रा. डॉ. तानाजी सावंत



महाराष्ट्रातील नागरिकांच्या आरोग्यास प्रथम प्राधान्य देण्यासाठी आरोग्य विभाग कटीबद्ध असून राज्याच्या सार्वजनिक आरोग्य मंत्रालयास देशात प्रथम क्रमांकाचा विभाग बनविण्याचा सरकारचा मानस आहे असे सार्वजनिक आरोग्य व कुटुंब कल्याण तथा जिल्हाचे पालकमंत्री मा. ना. प्रा. डॉ. तानाजी सावंत म्हणाले, जिल्हाधिकारी कार्यालयात नीति आयोगामार्फत मंजूर मोबाईल मिनी हॉस्पिटल (फिरते दवाखाना) च्या लोकार्पण सोहळा आणि वैद्यकीय मदत कक्ष कार्यशाळेच्या उद्घाटन प्रसंगी पालकमंत्र बोलत होते.

यावेळी जिल्हाधिकारी डॉ. सजिन ओम्बासे, जिल्हा पोलीस अधीक्षक अतुल कुलकर्णी, निवासी उपजिल्हाधिकारी शिवकुमार स्वामी, जिल्हा शल्यचिकित्सक डॉ. राजाभाऊ गलांडे, जिल्हा आरोग्य अधिकारी डॉ. नितीन बोडके, शासकीय वैद्यकीय महाविद्यालयाच्या अधिष्ठाता

डॉ. उज्वला सरोदे- गवळी आदी उपस्थित होते.

जिल्हाचे पालकमंत्री मा. ना. प्रा. तानाजी सावंत म्हणाले, जिल्हातील तांडे, वाड्या, वस्त्या तसेच दुर्गम भागात राहणारे गरजू नागरिक आणि रुग्णांसाठी हे फिरते दवाखाना वरदान आहे. यामुळे बाल मृत्यु, मृत्यू वेगवेगळे आजार आणि अपघातात जखमी होणाऱ्यांना वेळीच उपचार देता येईल. या फिरत्या दवाखान्यात १२० प्रकारच्या चाचण्या, लहान-मोठ्या शस्त्रक्रिया करण्यात येऊ शकतात. तसेच या ठिकाणी रुग्णांसाठी चार बेडची सुविधा उपलब्ध असणार आहे. यापूर्वी माता सुरक्षित तर घर सुरक्षित या अभियानास अभूतपूर्व प्रतिसाद मिळाला असून साडे चार कोटी माता व भगिनीच्या आरोग्याची काळजी घेण्यात आली. या उपक्रमाची नोंद गिनिज बुक ऑफ वर्ल्ड रेकॉर्डनेही घेतली आहे. तसेच मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांनी मुंबईसह राज्यभरात बाळासाहेब ठाकरे आपला दवाखाना ही योजना सुरु केली आहे. या योजनेतर्गत महाराष्ट्रात ७०० दवाखाने सुरु करण्यात येणार असून या ठिकाणी रुग्णांना मोफत उपचार मिळणार या मार्गे शासनाचा उद्देश सदृढ आणि निरोगी समाज निर्माण करणे आहे असेही मा. प्रा. डॉ. तानाजी सावंत यावेळी म्हणाले.

सिंहगड कॉलेज ऑफ नर्सिंग या कॉलेजच्या विद्यार्थ्यांचा राज्य, आरोग्य शिक्षण व संपर्क विभाग पुणे येथे अभ्यास दौरा.



राज्य, आरोग्य शिक्षण व संपर्क विभाग पुणे येथे सिंहगड कॉलेज ऑफ नर्सिंग या कॉलेजच्या वर्गशिक्षकांसह, एमएससी नर्सिंग व बीएससी नर्सिंगच्या विद्यार्थ्यांनी शैक्षणिक भेट दिली. यावेळी डॉ. कैलास बाविस्कर, उपसंचालक, आरोग्य सेवा, राज्य, आरोग्य शिक्षण व संपर्क विभाग पुणे व बापूराव गर्जे, आरोग्य निरीक्षक तथा प्र. आरोग्य शिक्षण अधिकारी यांनी मार्गदर्शन केले.



आरोग्यमंत्री मा. ना. प्रा. डॉ. तानाजी सावंत यांच्याकडून रुग्णास मदत



आरोग्यमंत्री मा. ना. प्रा. डॉ. तानाजीराव सावंत हे सामान्य जनतेला वैद्यकीय मदत करतात हे ऐकले होते. यांनी प्रत्यक्षात आम्हाला मदत केली आहे. जवळच्या नातेवाईकांनी मदतीसाठी पाठ फिरवली पण आरोग्यमंत्री तानाजी सावंत यांनी क्षणाचाही विचार न करता मदत केली. आम्ही त्यांचे सदैव ऋणी राहू. - पवार कुटूंब

व मदत करण्याचे आवाहन केले.

पांडुरंग धस यांनी आरोग्यमंत्री सावंत यांना भेटून रुग्णाची हकीकत सांगून सर्वतोपरी मदत करण्यास सांगितले. आरोग्यमंत्री तानाजीराव सावंत यांनी क्षणाचाही विलंब न करता धर्मादाय ट्रस्टच्या माध्यमातून पवार यांना एक लाख रुपयाचे आर्थिक सहाय्य करत वरिष्ठ वैद्यकीय अधिकारी यांना हि मदत करण्यास सांगितले. पांडुरंग धस यांना या मदतकार्य कामासाठी वैद्यकीय मदत अधिकारी डॉ. रविंद्र अनभुले, वरिष्ठ जिल्हा समन्वयक महात्मा फुले जनआरोग्य योजना सोलापूर डॉ. रवी भोपाळे, वैद्यकीय अधिकारी बाळासाहेब निंबाळकर यांचे मोलाचे सहकार्य लाभले. पवार कुटुंबाकडून आरोग्यमंत्री तानाजीराव सावंत यांचे आभार मानले जात आहेत.

भूस तालुक्यातील आंबी येथील सुभाष पवार वय (३८) वर्ष यांना गुडघ्याच्या ऑपरेशनसाठी आरोग्यमंत्री प्रा.डॉ. तानाजी सावंत यांच्या मार्गदर्शक सूचनेनुसार एक लाख रुपयाचे आर्थिक सहाय्य करण्यात आले आहे.

सुभाष पवार हे बार्शी येथील जगदाळे मामा हॉस्पिटलमध्ये उपचार घेत आहेत. गुडघ्याच्या शस्त्रक्रियेसाठी त्यांना हॉस्पिटलमध्ये सुमारे एक लाख रुपये खर्च सांगण्यात आला होता. आर्थिक परिस्थिती नाजूक असल्याने शस्त्रक्रियेसाठी येणारा खर्च पेलणारा नसून पवार यांनी लागलीच सर्व हकीकत शिवसेना वैद्यकीय मदत कक्षाचे पांडुरंग धस यांना सांगितली

आरोग्यमंत्री मा.ना. प्रा. डॉ. तानाजी सावंत यांनी पै. लक्ष्मण जाधव यांना पायावरील शस्त्रक्रिया व उपचारासाठी मदत व सहकार्य केले. त्याबद्दल जाधव कुटुंबियांनी मानले आभार. - जाधव कुटूंब

आरोग्यमंत्री प्रा. तानाजीराव सावंत यांनी कंडारी येथील कुस्ती गाजविणारे पै. लक्ष्मण जाधव यांच्या उजव्या पायावर शस्त्रक्रियेस स्वखर्चातून तात्काळ मदत केल्याने जाधव कुटुंबियांनी प्रा. तानाजी सावंत यांचे आभार मानले.

तालुक्यातील कंडारी येथील पै. लक्ष्मण जाधव यास कुस्ती करताना उजव्या पायाला झटका बसून दुखापत झाल्यामुळे पुणे येथील भारती हॉस्पिटलमध्ये दाखल करण्यात आले होते. तपासणी केल्यानंतर पायावर तात्काळ शस्त्रक्रिया करावी लागेल व यासाठी ६० हजार रुपये खर्च येईल असे डॉक्टरांनी सांगितले. याप्रसंगी पै. जाधव यांनी कंडारीचे उपसरपंच राहुल डोके यांच्याशी फोनवर संपर्क साधून याबाबत माहिती दिली व सदरील शस्त्रक्रिया शासकीय

योजनेत बसत नसल्याने सांगितले. पै. जाधव यांची घरची परिस्थिती हलाखीची असल्यामुळे राहुल डोके यांनी पुणे येथे धाव घेऊन प्रा. डॉ. सावंत यांची भेट घेत त्यांना या शस्त्रक्रिया व खर्चाची माहिती दिली. यावेळी मंत्री प्रा. तानाजीराव सावंत यांनी डॉ. अनभुले यांना बोलावून ताबडतोब शस्त्रक्रिया करण्याचे सांगून पूर्ण खर्चाची माहिती दिली. यावेळी मंत्री प्रा. तानाजीराव सावंत यांनी डॉ. अनभुले यांना बोलावून ताबडतोब शस्त्रक्रिया करण्याचे सांगून पूर्ण खर्चाची जबाबदारी घेतली. यानंतर डॉ. अनभुले यांनी हॉस्पिटलमधील डॉ. कदम यांना सांगून २५ हजार रुपये रोख भरून ताबडतोब शस्त्रक्रिया करण्यास सांगितले. सदरील उपचार पूर्ण झाल्यावर उर्वरित रक्कम भरून जाधव यांना डिस्चार्ज देण्यात आला आहे. शिंदे गटाचे युवा सेवा तालुकाध्यक्ष राहुल डोके यांच्या मध्यस्थानी पालकमंत्री मा. प्रा. डॉ. तानाजी सावंत यांच्या मदतीमुळे थोड्याच दिवसात मी पुन्हा कुस्ती खेळण्यास सज्ज राहीन असे सांगून पै. जाधव व त्यांच्या कुटुंबियांनी पत्रकाद्वारे आरोग्यमंत्री प्रा. सावंत यांचे आभार मानले.



जागतिक महिला दिनानिमित्त... प्रधानमंत्री सुरक्षित मातृत्व अभियान



प्राथमिक आरोग्य केंद्र हलगरा येथे जागतिक महिला दिनानिमित्त प्रधानमंत्री सुरक्षित मातृत्व अभियान घेण्यात आले. यामध्ये वैद्यकीय अधिकारी डॉ. श्री. नवटके यांनी उपस्थित गरोदर मातांची आरोग्य तपासणी केली. यावेळी रक्तक्षय असलेल्या मातांना व गरोदर मातांना प्रतिबंधात्मक व उपचारात्मक सेवा देऊन संतुलित आहार, मोफत सोनोग्राफी, जननी प्रधानमंत्री मातृत्व वंदन योजना, जननी सुरक्षा योजन यासारख्या योजनांचा लाभ व विविध आरोग्य विषयक मार्गदर्शन करण्यात आले.

तसेच आंतरराष्ट्रीय महिला दिनाच्या सर्व महिला कर्मचारी, आशा व गरोदर मातांना जागतिक महिला दिनाच्या शुभेच्छा दिल्या.

सदर अभियानात डॉक्टर, समुदाय आरोग्य अधिकारी, पर्यवेक्षक, पर्यवेक्षक, आरोग्य सहाय्यक, सहाय्यिका, लॅबटेक्निशियन, आरोग्य सेवक, सेविका, आशा गटप्रवर्तक



व आशा स्वयंसेविका यांनी परिश्रम घेतले.

स्त्री म्हणजे अडथळ्यांवर मात,
स्त्री म्हणजे क्षणा क्षणांची साथ,
कर्तृत्वाला सर्वांचा सलाम
जागतिक महिला दिनाच्या हार्दिक हार्दिक शुभेच्छा..

सार्वजनिक आरोग्य विभाग, महाराष्ट्र शासन

**दोन मुलांमध्ये अंतर 3 वर्षांचं, _____
साध्य होईल स्वप्न सुखी कुटुंबाचं!**

परिवार नियोजनाचे सर्व उपाय आयुष्मान भारत-आरोग्यवर्धिनी केंद्रामध्ये मोफत उपलब्ध

• गर्भनिरोधक गोळ्या (माला-एन, छाया, पीओपी) • तांबी (5 वर्ष / 10 वर्षांसाठी)

• निरोध • गर्भनिरोधक इंजेक्शन (अंतरा)



प्राथमिक आरोग्य केंद्र येडशी येथे महिलांचे तपासणी शिबिर



जागतिक महिला दिनानिमित्त प्राथमिक आरोग्य केंद्र येडशी येथे महिलांची तपासणी शिबिर व जन औषधी दिवसा निमित्त मोफत औषध देऊन साजरा करण्यात आला. त्यावेळी वयस्कर महिलांसाठी असंसर्गजन्य आजार तपासणी आणि उपचार देण्यात आले. यावेळी इतर उपस्थित महिलांना इंजेक्शन अंतरा, मानसिक आजार समुपदेशन आणि उपचार, गरोदर मातांची तपासणी व समुपदेशन करण्यात आले. यावेळी डॉ. महेश गिरी, सुवर्णा सुरवसे, मीना दनाने व आरोग्य कर्मचारी व मान्यवर उपस्थित होते.

कुमळवाडी येथे महिला दिन साजरा

जागतिक महिला दिनानिमित्त जिल्हा परिषद प्राथमिक शाळा कुमळवाडी येथे महिला दिनाचा कार्यक्रम घेण्यात आला. या कार्यक्रमासाठी गावच्या प्रथम नागरिक सरपंच, जिल्हा परिषद शाळेचे शिक्षक, आरोग्य कर्मचारी व गावातील बचत गट सदस्य व गावातील प्रतिष्ठित महिला उपस्थित होत्या.



आरोग्य विभागाची महिला दिनानिमित्त सायकल रॅली



सांगली
जिल्हा
परिषद



लातूर
जिल्हा
परिषद



चवतमाळ
जिल्हा परिषद



वृत्त विशेष जागतिक महिला दिनानिमित्त

आरोग्य सेवा सुश्रृषा विभागात उल्लेखनीय कामगिरी करणाऱ्या महिलांना फ्लोरेंस नाईटिंगेल पुरस्कार



जागतिक महिला दिनाच्या अनुषंगाने आरोग्य सेवा सुश्रृषा विभागात उल्लेखनीय कामगिरी करणाऱ्या महिलांना फ्लोरेंस नाईटिंगेल पुरस्कार प्रदान करण्यात आले. पुरस्कार वितरण कार्यक्रमाप्रसंगी डॉ. मिलींद सोमकुंवर, जिल्हा आरोग्य अधिकारी जिल्हा परिषद भंडारा,

डॉ. डी. के. सोयाम, जिल्हा शल्य चिकित्सक जिल्हा रुग्णालय भंडारा, डॉ. मनिषा साकोडे, माताबाल संगोपण अधिकारी जिल्हा परिषद भंडारा आणि जिल्हयातील आरोग्य सेवेत कार्यरत भगिनी उपस्थित होत्या.



जागतिक महिला दिनानिमित्त मोलमजुरी करणाऱ्या स्त्रीयांना हातभार



उस्मानाबाद जिल्ह्यात रोज मोलमजुरी करून आपल्या कुटुंबांना हातभार लावणाऱ्या महिलांना जागतिक महिला दिनाचे औचित्य साधून त्यांना शुभेच्छा देताना व साड्यांचे वाटप तसेच आरोग्य विभाग असेल किंवा विविध पदावर काम करणाऱ्या माझ्या तमाम माता-भगिनींना जागतिक महिला दिनाच्या हार्दिक शुभेच्छा!



जागतिक महिला दिनानिमित्त आरोग्य शिक्षण



सोमठाणा परिसरातील शेतात राबणाऱ्या माता भगिनींना जागतिक महिला दिनानिमित्त आरोग्य शिक्षण देण्यात आले. उन्हाळा सुरू होत आहे त्यानिमित्त तापमानामध्ये वाढ होऊन उष्माघात होऊ शकतो. शेतामध्ये काम करताना उष्माघात होऊ नये म्हणून घ्यावयाची काळजी याबाबत मार्गदर्शन करण्यात आले, तसेच पोषक आहार व ऋतु संधी मधील विविध आजार याबद्दल माहिती देण्यात आली...



आरोग्य सेवेतील महिलांचा सत्कार...



गोंदिया येथे जागतिक महिला दिनानिमित्त जिल्हा आरोग्य प्रशासनामार्फत जिल्ह्यातील आरोग्य सेवेतील महिलांचा सत्कार करण्यात आला.



जागतिक महिला दिनानिमित्त विविध क्षेत्रात कार्यरत असलेल्या महिलांचा सन्मान...

जागतिक महिला दिनानिमित्त हिंगोलीत विविध क्षेत्रात कार्यरत असलेल्या महिलांचा सन्मान सोहळा संपन्न झाला.



जागतिक महिला दिनानिमित्त प्राथमिक आरोग्य केंद्र नागोठणे...



जिल्हा रायगड येथे जागतिक महिला दिनानिमित्त प्राथमिक आरोग्य केंद्र नागोठणे येथे RTMCA यांच्या सहकार्याने ३०० महिलांची मोफत तपासणी आणि औषध वितरण करण्यात आले. कार्यक्रमासाठी

मा. खासदार तटकरे साहेब, तालुका अधिकारी डॉ. ससाणे, असोसियेशनचे कर्मचारी व वैद्यकीय अधिकारी उपस्थित होते.



हिंदुहृदय सम्राट बाळासाहेब ठाकरे आपला दवाखाना कार्यरत

पंढरपूर, जिल्हा सोलापूर येथे हिंदुहृदय सम्राट बाळासाहेब ठाकरे आपला दवाखाना रुग्णवाहिकेचे स्वागत व नवजीवन हॉस्पिटल अंतर्गत मोफत शिबिर घेण्यात आले. मा. श्री. शिवाजी सावंत याच्या हस्ते सदर कार्यक्रमांचे उद्घाटन करण्यात आले.

जिल्हा परिषदेचे मुख्य कार्यकारी अधिकारी श्री. दिलीप स्वामी व जिल्हा आरोग्य अधिकारी डॉ. सोनिया बगाड यांच्या मार्गदर्शनाखाली सदर कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आले. यावेळी डॉ. शितल शहा, डॉ. एकनाथ बोधले तालुका आरोग्य अधिकारी तथा जिल्हा हिवताप अधिकारी, डॉ. रवी भोपळे, आरोग्य कर्मचारी व इतर मान्यवर उपस्थित होते.



युएसएड मोमेंटम आणि राज्य आरोग्य शिक्षण व संपर्क विभाग पुणे यांचे संयुक्त विद्यमाने जागतिक महिला दिन २०२३ साजरा

युएसएड मोमेंटम आणि राज्य आरोग्य शिक्षण व संपर्क विभाग पुणे यांचे संयुक्त विद्यमाने जागतिक महिला दिन २०२३ साजरा करण्यात आला. यात कोविड - १९ लसीकरणाने महिलांनी दिलेल्या योगदानाबद्दल सन्मान करण्यात आला.

यावेळी डॉ. उज्वला बर्वे विभाग प्रमुख सावित्रीबाई फुले पुणे विद्यापीठ, डॉ. वैजयंती पटवर्धन स्त्री रोग तज्ञ, स्मिता वैद्यनाथन आहार तज्ञ व डॉ. कैलास बाविस्कर उपसंचालक आरोग्य सेवा (IEC) पुणे उपस्थित होते. या कार्यक्रमात 'संपन्न व्यक्तिमत्त्वाच्या दिशेने' या विषयावर डॉ. बर्वे, 'लैंगिक समानता आणि महिलांचे आरोग्य' या विषयावर डॉ. वैजयंती पटवर्धन आणि 'महिलांचे आरोग्य संवर्धन' या विषयावर स्मिता वैद्यनाथन यांचे आणि समानता या विषयावर डॉ. कैलास बाविस्कर यांनी मोलाचे मार्गदर्शन केले.



आरोग्य सेवा आयुक्तालयांतर्गत कर्मचाऱ्यांच्या क्रिकेट स्पर्धा...



आरोग्य सेवा आयुक्तालयांतर्गत कर्मचाऱ्यांच्या क्रिकेट स्पर्धा शनिवार दिनांक ११ फेब्रुवारी २०२३ रोजी आरोग्य भवन येथे उत्साहात पार पडल्या. मर्यादित षटकांच्या अंडरआर्म पद्धतीने खेळवल्या गेलेल्या या स्पर्धामध्ये आरोग्य भवनमधील विविध विभागांत काम करणाऱ्या खेळाडूंनी सहभाग घेतला. एकूण आठ संघांचा सहभाग असलेल्या ह्या स्पर्धेत प्रतापगड या संघाने अंतिम विजेतेपद तर रायगड या संघाने उपविजेतेपद पटकावले.

स्पर्धामध्ये उत्कृष्ट फलंदाज म्हणून जितेंद्र नागवेकर, गोलंदाज म्हणून संदीप सावंत तर अंतिम सामन्यातील सामनावीर म्हणून संदेश मोरे यांना सन्मानचिन्ह देऊन गौरविण्यात आले. स्पर्धेतील प्रत्येक सामन्यात उत्कृष्ट कामगिरी केलेल्या खेळाडूचा एक वाचनीय पुस्तक भेट देऊन सामनावीर म्हणून गौरव करण्यात आला. या स्पर्धामध्ये विभागातील ७० पेक्षा अधिक खेळाडूंनी सहभाग घेतला. स्पर्धासाठी प्रमुख अतिथी म्हणून डॉ संजीवकुमार जाधव, डॉ दुर्योधन चव्हाण, मुख्य प्रशासकीय अधिकारी श्री शैलेश पाटणकर यांनी भेट दिली.

स्पर्धा यशस्वी करण्यासाठी आरोग्य सेवा आयुक्तालयाच्या क्रीडा व सांस्कृतिक समिती सदस्यांनी व कर्मचाऱ्यांनी मेहनत घेतली. कर्मचाऱ्यांचा कामातील

उत्साह वाढवण्यासाठी, सुदृढतेसाठी तसेच टीम वर्क म्हणून कार्यरत राहण्यासाठी अशा प्रकारच्या क्रीडा स्पर्धा उपयुक्त असल्याचे मत यावेळी डॉ चव्हाण यांनी व्यक्त करत कर्मचाऱ्यांचा हुरूप वाढवला. ■■■





आरोग्यमंत्री मा. ना. प्रा. डॉ. तानाजी सावंत यांच्या संवेदनशीलतेची पुन्हा एकदा प्रचिती

आमदार सरोज अहिरेंच्या हिरकणी कक्षाच्या मागणीची तात्काळ दखल घेत आरोग्यमंत्री मा. ना. प्रा. डॉ. तानाजी सावंत यांनी २४ तासांच्या आत आया, नर्स, डॉक्टर, स्वच्छ बेड - पाळणा व इतर सुविधांनी सुसज्ज असा हिरकणी कक्ष उपलब्ध करून देण्यात आला.

यावेळी आपल्या कुटुंबातील जबाबदाऱ्या पार पाडत कर्तव्यदक्ष असणाऱ्या महिला पोलिसांसाठी असे हिरकणी कक्ष येत्या काळात उभारण्याचा मानस आरोग्यमंत्री मा. ना. प्रा. डॉ. तानाजी सावंत यांनी व्यक्त केला.



महाराष्ट्र राज्याचे सार्वजनिक आरोग्य व कुटुंब कल्याण मंत्री तथा धाराशिव जिल्हयाचे पालकमंत्री मा. ना. प्रा. डॉ. तानाजीराव सावंत यांच्या हस्ते छत्रपती शिवाजी महाराज यांच्या जन्मोत्सवानिमित्त जिल्हा सामान्य रुग्णालय आणि शासकीय वैद्यकीय महाविद्यालय येथे भेट देऊन सी.एस.आर अंतर्गत प्राप्त वैद्यकीय साहित्य, उपकरणे याबरोबर मधुमेह, उच्च रक्तदाब, फिट्स, मेनोपॉझ (रजो निवृत्ती) संदर्भातील क्लिनिकचे उद्घाटन.

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 March 2023

Posting on 24th of March 2023

Licence to Post without prepayment of Postage No. WPP120/31/12/2023

प्रति,

वार्षिक वर्गणी : ₹ ५०/-

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



सार्वजनिक आरोग्य विभाग, महाराष्ट्र शासन

प्रधानमंत्री टीबी मुक्त भारत अभियान

निक्षय मित्र बनण्याची संधी ही संधी सोडू नका,



देशाला **टीबी मुक्त करण्यासाठी**

क्षयरुग्णांना अतिरिक्त आहार देऊन तुम्हीसुद्धा
योगदान देऊ शकता

निक्षय मित्र बनण्यासाठी

<https://communitysupport.nikshay.in/>

वर नोंदणी करा