

महाराष्ट्र आरोग्य पत्रिका



॥ आरोग्याची वारी... ॥
पंढरीच्या दारी ॥



महाराष्ट्र वैद्यकीय वस्तू खरेदी प्राधिकरणाची पहिली बैठक मुंबईतील सह्याद्री सभागृहात पार पडली. मा. मुख्यमंत्री श्री एकनाथ शिंदे, आरोग्य मंत्री मा.ना.प्रा.डॉ. तानाजी सावंत, वैद्यकीय शिक्षण मंत्री, मा. गिरीश महाजन यावेळी उपस्थित होते. या बैठकीत मा. मुख्यमंत्री श्री एकनाथ शिंदे यांचा सत्कार करताना आरोग्य मंत्री.



मा. ना. प्रा. डॉ. तानाजी सावंत, आरोग्य मंत्री यांच्या हस्ते परभणी येथे आरोग्य चित्रगाथा या पुस्तिकेचे प्रकाशन करण्यात आले.



मुख्य संपादक/प्रकाशक

डॉ. कैलास बाविस्कर

उपसंचालक, आरोग्य सेवा (आय.ई.सी.)

सहसंपादक

डॉ. अनिरुद्ध देशपांडे

सहाय्यक संचालक तथा,
प्र. उपसंचालक, आरोग्य सेवा (आय.ई. सी.)

संपादन सहाय्य

बापूराव गर्जे

प्र. आरोग्य शिक्षण अधिकारी

अशोक निम्मलवार

प्रशासकीय अधिकारी

मुद्रण

कल्याणी कार्पोरेशन, पुणे

१४६४, मंगेशाश्री, 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

महाराष्ट्र आरोग्य पत्रिका

वर्ष : पंचविसावा | अंक : ०५ | महिना : जून २०२३



|| आरोग्याची वारी...
पंढरीच्या दारी ||

मोबाईल हेल्थ



/MahaArogyaIECBureau



@Mahahealthiec



@Mahahealthiec



@Mahahealthiec

राज्य आरोग्य शिक्षण व संपर्क विभाग, पुणे द्वारा प्रकाशित



<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-arogyasamvad.in
http://mahaarogyasamvadiec.in
mahaarogyasamvad

महाराष्ट्र आरोग्य पत्रिका

जून - २०२३

अंतरंग



१०



१७

लोक सहभागातून
कोविड लसीकरण : मोमेंटम



२०

संस्थात्मक प्रसूतीमध्ये वाढ होण्याकरिता
राज्यातील १० तालुक्यांमध्ये
नावीन्यपूर्ण योजना

• आयुक्तांचे मनोगत	०५
• संचालकांचे मनोगत	०६
• संचालकांचे मनोगत	०७
• संपादकीय	०८
• पंढरपूर आषाढी वारी २०२३ - 'आरोग्याची वारी पंढरीच्या दारी'	१०
• प्रतिबंधात्मक उपचारासाठी अनेक व्याधींवर नियमित योग परिणामकारक	१२
• महाराष्ट्राची कुष्ठरोग निर्मूलनाकडे वाटचाल	१३
• राज्यात आरोग्य विभागाची 'हिवताप निर्मूलना'कडे वाटचाल'	१६
• लोक सहभागातून कोविड लसीकरण : मोमेंटम	१७
• संस्थात्मक प्रसूतीमध्ये वाढ होण्याकरिता राज्यातील १० तालुक्यांमध्ये नावीन्यपूर्ण योजना	२०
• दर्जेदार आरोग्य सेवेसाठी जनतेबरोबर सुसंवाद महत्वाचा	२२
• 'स्वच्छ वारी-सुंदर वारी' स्वच्छता दिंडीचा शुभारंभ	२३
• हवामान बदल आणि त्याचे आरोग्यावर होणारे परिणाम : एक दृष्टिक्षेप	२४
• सहसंचालिका रेहाना काझी आरोग्य सेवा आयुक्तालयातून बदलीने कार्यमुक्त	२६
• हिवताप जनजागरण मोहीम - काळाची गरज	२७
• गर्भपात व गर्भपाताचे प्रकार	२९
• जीवन निवडा, तंबाखू नको	३१
• जोखमीचे गरोदरपण	३३
• राष्ट्रीय क्षयरोग दूरीकरण कार्यक्रम	३५
• कविता	३६
• आशा संवाद	३७
• आशा उत्तरपत्रिका क्रमांक ६ - उत्तरपत्रिका जून २०२३	
• आशा स्वयंसेविका गुणानुक्रम तक्ता माहे जून २०२३	
• आरोग्याची वारी पंढरीच्या दारी : क्षणचित्रे	४२
• वृत्त विशेष	४४
• पंढरपुर यात्रे निमित्त आषाढीवारी मार्गावरील खासगी दवाखाने सुरु ठेवावेत आरोग्यमंत्री. मा.ना.प्रा.डॉ. तानाजी सावंत यांचे आवाहन	
• पालखी सोहळ्यासाठीच्या आरोग्य सेवांचा आरोग्य मंत्री डॉ.तानाजी सावंत यांनी घेतला आढावा	
• आषाढी पंढरपूर महाआरोग्य शिबिर आयोजित पूर्वतयारी पाहणी	
• जागतिक तंबाखू विरोधी दिनानिमित्त अलिबाग येथे रॅली	
• आरोग्या साठी सामाजिक कृती प्रक्रिया तालुकास्तरीय जनसंवाद कार्यक्रम तालुका आरमोरी	
• " हिंदूहृदयसम्राट बाळासाहेब ठाकरे " आपला दवाखाना उद्घाटन सोहळा - क्षणचित्रे	
• लेखकांना विनंती	५१

आयुक्तांचे मनोगत



दरवर्षी आषाढी एकादशीनिमित्त पंढरपूर येथील श्री विठ्ठल मंदिरामध्ये होणा-या सोहळ्यासाठी राज्यातील विविध भागांतून दिंड्यांच्या माध्यमातून मोठ्या संख्येने भाविक येत असतात. दिंड्यांमधून पायी चालणा-या वारक-यांना कडक उन्हाचा तसेच पावसाचा त्रास होऊन आरोग्यविषयक समस्या उद्भवून येत यासाठी त्यांच्या मागस्थिती आरोग्याच्या दृष्टीने आवश्यक सुविधा आरोग्य विभागामार्फत करण्यात आलेल्या आहेत. तसेच या कालावधीत महाआरोग्य शिबिराचे आयोजनही विभागाच्या वतीने करण्यात आले आहे. आषाढी वारीनिमित्त पंढरपूर येथे भेट देणा-या वारक-यांना मुबलक आरोग्य सुविधा उपलब्ध व्हाव्यात यासाठी विभागाच्या वतीने सूक्ष्म नियोजन करण्यात आले आहे.

व्यक्तीचे आरोग्य चांगले व सुदृढ असेल तर व्यक्तीची मानसिक स्थिती व आत्मविश्वास देखील प्रगल्भ असतो. त्यामुळे प्रत्येकाने आपल्या आरोग्याची काळजी घेतली पाहिजे. पावसाळा तोंडावर आहे. येणारा प्रत्येक पावसाळा साथीचे आजारदेखील घेऊन येत असतो. त्यामुळे प्रत्येकाने आपल्या आरोग्याबाबत व साथीच्या आजारांपासून स्वतःचा बचाव करण्यासाठी दक्ष राहिले पाहिजे. शासनस्तरावरून जनतेच्या आरोग्याची काळजी व त्या अनुषंगाने करावयाच्या उपाययोजना यावर अधिकाधिक भर देण्यात येत असून सार्वजनिक आरोग्य विभागाच्या माध्यमातून माता व बाल आरोग्यासह विविध आजार नियंत्रण कार्यक्रम राज्यभरात व्यापकपणे राबविण्यात येत आहेत.

आरोग्य विभागामध्ये अधिकाधिक प्रमाणात तंत्रज्ञानाचा वापर करण्याचा विभागाचा मानस असून त्यासाठी विविध प्रकारचे सॉफ्टवेअर्स आणि ॲप्लीकेशन्सचा अवलंब केला जात आहे. ई ऑफीसच्या माध्यमातून कार्यालयीन व्यवहार डिजिटल संकल्पनातून करण्यात येत आहेत. नुकत्याच झालेल्या राज्यभरातील वैद्यकीय अधिका-यांच्या प्रशासकीय बदल्या ऑनलाईन पोर्टलद्वारे अत्यंत पारदर्शक व फेसलेस पध्तीने करण्यात करण्यात आल्या ज्याचा लाभ बहुतांश वैद्यकीय अधिका-यांना मिळून त्यांना त्यांच्या अपेक्षित ठिकाणी पदस्थापना मिळाली आहे.

जून महिन्यातील जागतिक रक्तदाता दिन व दृष्टीदान सप्ताहाचे महत्त्व मोठे आहे. रक्तदानाच्या माध्यमातून रुग्णास जीवनदान प्राप्त होते तसेच दृष्टीदानाच्या माध्यमातून अंधकारातील जीवन प्रकाशाकडे नेता येते. पावसाळ्यामध्ये साथीच्या आजारांपासून सुरक्षित राहण्याची दक्षता प्रत्येकाने घ्यावी. आजारपणाची लक्षणे जाणवल्यास आवश्यक चाचण्या व उपचार तातडीने नजीकच्या सरकारी दवाखान्यामधून उपलब्ध करून घ्यावेत.

श्री. धीरज कुमार

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

संचालकांचे मनोगत



राज्यात आरोग्य सेवेच्या माध्यमातून सामान्य जनतेसाठी, प्रतिबंधात्मक, उपचारात्मक, निदानात्मक व पुनर्वसनात्मक अशा विविध प्रकारच्या सेवा, प्राथमिक आरोग्य केंद्र, ग्रामीण रुग्णालय, जिल्हा रुग्णालय, स्त्री रुग्णालय यांच्यामार्फत पुरविण्यात येतात. तसेच विशेष संदर्भ सेवा जिल्हा रुग्णालय, उपजिल्हा रुग्णालय मार्फत देण्यात येतात. या सेवांच्या अंतर्गत अतिदक्षता कक्ष, जळीत कक्ष, सिटीस्कॅन, मनोविकृती कक्ष, सोनोग्राफी सुविधा, डायलिसिस सुविधा तसेच रुग्णवाहिका, आहार स्वच्छता, इत्यादी सेवाही या रुग्णालयांच्या मार्फत पुरविण्यात येतात.

प्राथमिक आरोग्य केंद्राद्वारे व आरोग्यवर्धिनी केंद्राद्वारे प्राथमिक आरोग्य सेवा गावपातळीपर्यंत पोहोचली असून, ही केंद्र ग्रामीण आरोग्य सेवेचे कणा बनली आहेत. सेवेचा दर्जाही उंचावतो आहे. सामान्य माणसाला ही आरोग्य केंद्र आता आपली वाटू लागली आहेत. त्यामुळे शासनाने 'आपला दवाखाना' या संकल्पनेद्वारे या केंद्रांचाही विकास करण्यावर भर दिला आहे. सामान्य माणसाला परवडेल व विश्वासाई असेल, अशी आरोग्य सेवा राज्याला उपलब्ध करून देण्याच्या दृष्टीने राज्य शासनाने प्रयत्न आहेत. गेल्या महिन्याच्या काळात राज्य शासनाने विविध उपक्रम हाती घेतले असून, माता सुरक्षित तर घर सुरक्षित, जागरूक पालक, सुदृढ बालक, सुंदर माझा दवाखाना, आपला दवाखाना, आभा कार्डची नोंदणी, अशा विविध योजना साकारल्या आहेत.

आरोग्याच्या योजना सामान्यांपर्यंत जाण्यासाठी विविध पातळीवर आरोग्य शिक्षणाचे उपक्रमही हाती घेण्यात आले आहेत. त्यास जनतेचा चांगला सहभाग मिळत असून आरोग्य संपन्न महाराष्ट्र घडविण्याकडे राज्याची वाटचाल सुरू आहे. देशातील आरोग्य सेवेत महाराष्ट्राच्या आरोग्य सेवेकडे विश्वासाई दृष्टीने पाहण्यात येते. त्यामुळे राज्यातील आरोग्य सेवा ही अधिक विश्वासाई व गुणात्मक दृष्टीने विकसित होण्यासाठी आरोग्य सेवेतील सर्व मंडळी काम करत आहे.

सामान्य माणूस केंद्रबिंदू ठेवून त्यांना आवश्यक असणा-या सर्व सेवा उपलब्ध करून देण्याच्या दृष्टीने प्रयत्न करण्यात येत असून, त्यास जनता व स्वयंसेवी संस्था यांचाही मोठा सहभाग मिळतो आहे. सर्वांच्या समन्वयाने, सहभागाने आरोग्य सेवा ही सामान्यांची आरोग्य सेवा म्हणून विकसित होत आहे हे विशेष! शासनानेच्या माध्यमातून पुरवण्यात येणा-या आरोग्य सेवेविषयी जनसामान्यांमध्ये विश्वासाची भावना निर्माण करून आरोग्याच्या दृष्टीने कुटुंब, समाज, राज्य आणि देश आरोग्य संपन्न व प्रगतीपथावर राहिल, यासाठी प्रयत्न करण्यात येत आहेत आणि यासाठी समाजाच्या सर्व घटकांची मदत आवश्यक आहे.

डॉ. स्वप्निल लाले

संचालक, आरोग्य सेवा, मुंबई.

संचालकांचे मनोगत



सार्वजनिक आरोग्य सेवेत माता आणि बाल आरोग्य सेवा सामाजिक आणि आरोग्याच्या दृष्टीने महत्त्वाचा पैलू आहे. माता आणि बालकांचे आरोग्य व पोषण वृद्धिंगत व्हावे व प्रत्येक गरोदर स्त्रीला सुदृढ, निरोगी अशा अपत्याची प्राप्ती व्हावी, यासाठी आरोग्य सेवेच्या माध्यमातून माता आणि बाल आरोग्य सेवा पुरविण्यात येतात. माता आणि बालकांना विशेष आरोग्य सेवा पुरविण्याकडे शासनाचे नेहमीच प्राधान्य राहिले आहे. याही वर्षी शासनाच्या माध्यमातून 'माता सुरक्षित तर घर सुरक्षित' हा महत्त्वाकांक्षी उपक्रम अत्यंत प्रयत्नपूर्वक राबवून राज्यात कोटी लाख माता-भगिनींची तपासणी केली. तसेच 'जागरूक पालक, सुदृढ बालक' या मोहिमेच्या माध्यमातून दोन कोटी लाख बालकांची तपासणी केली, हे या दृष्टीने महत्त्वाचे उपक्रम आहेत.

सुरक्षित मातृत्व व चांगल्या आरोग्य सेवा यासाठीही शासनाच्या वतीने विशेष प्रयत्न करण्यात येत असून, या सेवा देण्यासाठी जिल्हा रुग्णालयात बालकांसाठी नवजात बालकांचा विशेष कक्ष तसेच रुग्णालयातच प्रसूती व त्यांना आवश्यक असणा-या सेवा देण्याकडे विशेष लक्ष देण्यात येत आहे. माता आणि बालकांचे आरोग्य चांगले राहण्याच्या दृष्टीने शासनाच्या विशेष प्रयत्नाद्वारे 'लक्ष्य' हा उपक्रमही राबविला जात आहे. यामुळे माता-भगिनींना चांगली सेवा मिळून आरोग्य सेवा ही तळागाळापर्यंत सामान्य माणसापर्यंत पोहोचली आहे.

सार्वजनिक आरोग्य सेवेवरील विश्वासाहता वाढत असून, लोकांचा सहभाग वाढतो आहे. सामान्य माणसाला सेवा देण्यासाठी महाआरोग्य शिबिरे, रुग्णालयात विशेष तपासण्या तसेच आवश्यकतेनुसार लागणा-या विशेष सेवा यांचाही विचार करून गरजेनुसार आरोग्य सेवा पुरविण्यावर भर देण्यात येत आहे. सार्वजनिक आरोग्य सेवा ही सामान्य माणसाला केंद्रबिंदू ठेवून विकसित होत आहे व तळागाळापर्यंत पोहोचत आहे. आरोग्यवर्धिनी केंद्राच्या माध्यमातून आरोग्य सेवा अधिकाधिक लोकांपर्यंत व गावपातळीपर्यंत पोहोचून अधिक सक्षम होत आहे हे विशेष!

सामान्य माणसाला आरोग्याविषयी जागरूक करण्यासाठी जनजागृतीचे उपक्रमही सक्षमपणे राबविले जात आहेत. त्यात समाजाचा चांगला सहभाग वाढून लोकांचा आरोग्य योजनांना चांगला प्रतिसाद मिळत आहे, यात शंका नाही. सार्वजनिक आरोग्य सेवा ही जनसामान्यांची आरोग्य सेवा बनण्यासाठी 'आपला दवाखाना' योजनेच्या माध्यमातून आरोग्य सेवा सामान्य माणसापर्यंत पोहोचविण्याचा राज्य शासनाचा प्रयत्न आहे व यासाठी समाजातील सर्व घटकांची साथ याला मिळणे आवश्यक आहे.

डॉ. नितीन अंबाडेकर
संचालक, आरोग्य सेवा, पुणे

संपादकीय

राज्यात आरोग्य सेवेविषयी जनसामान्यांना केंद्रबिंदू मानून आरोग्याच्या विविध योजना गतिमान पध्दतीने राबविण्यात येत आहेत. त्या योजना जनसामान्यांपर्यंत पोहोचविण्यासाठी विविध माध्यमांद्वारे जनजागृती करून या योजनांना समाजाचा सहभाग मिळविण्यासाठी नियोजनबध्द पध्दतीने राज्य आरोग्य शिक्षण आणि संपर्क विभागाच्या वतीने प्रयत्न करण्यात येत आहेत. यामुळे शासनातर्फे राबविण्यात येणारे उपक्रम यशस्वी होत असून, सार्वजनिक आरोग्य सेवा ही अधिक लोकाभिमुख विश्वासाह्वीव गतिमान होत आहे.

'माता सुरक्षित तर घर सुरक्षित', 'जागरूक पालक, सुदृढ बालक', सुंदर माझा दवाखाना, महात्मा फुले जन आरोग्य योजना, अशा विविध माध्यमांतून सामान्य माणसाला आवश्यक असणारी आरोग्य सेवा विकसित होण्यासाठी प्रयत्न करण्यात येत आहेत. जनसामान्यांना जागृत करून उपलब्ध असणा-या योजनांना त्यांचा प्रतिसाद मिळविण्यासाठी आरोग्य सेवेतील सर्व घटक प्रयत्न करीत आहेत. या योजनांचे यश म्हणजेच या विभागात काम करणा-या सर्व घटकांचे सहकार्य व सहभाग होय. आरोग्य सेवेत कार्य करणारा प्रत्येक अधिकारी, कर्मचारी हा सार्वजनिक आरोग्य सेवा जनसामान्यांपर्यंत पोहोचवण्यासाठी महत्त्वाचा घटक असून, त्यांचे मनोधैर्य व सहकार्य उंचावणे आवश्यक आहे. एकजुटीने कार्य करून समाजाच्या सहभागाने सार्वजनिक आरोग्य सेवा सामान्यांपर्यंत पोहोचवून आरोग्य सेवा ही आपली सेवा म्हणून जनमानसांत रुजविण्यासाठी प्रयत्न करण्यात येत आहेत, हे विशेष!

सार्वजनिक आरोग्य सेवा आरोग्यवर्धिनी केंद्राच्या माध्यमातून खेड्यापाड्यांपर्यंत, दुर्गम-अतिदुर्गम भागात पोहोचण्यासाठी प्रयत्न करण्यात येत आहेत. यासाठी स्वयंसेवी संस्था विविध विभाग व ग्राम पातळीवर काम करणा-या संस्था, अधिकारी, कर्मचारी यांचे सहकार्य अत्यंत मोलाचे असून, त्यांचा यातील सहभाग हा महत्त्वाचा आहे. सार्वजनिक आरोग्य सेवा अधिक लोकाभिमुख करण्यासाठी माहिती, शिक्षण आणि संपर्क या कार्याला बाजूला ठेवून सामान्यांपर्यंत आरोग्य सेवा देण्याचे स्वप्न पूर्ण होणे शक्य नाही. त्यामुळे जनजागृतीसाठी अत्यंत महत्त्वाचा ठरणारा आणि सार्वजनिक आरोग्य सेवेला लोकाभिमुख करण्यासाठी अधिक विश्वासाह्वीता व लोकसहभाग वाढविण्यासाठी जनजागृती उपक्रमात सर्वांनी सहभागी होण्याचे आवाहन करण्यात येत आहे.

डॉ. कैलास बाविस्कर
संपादक



ABDM म्हणजे काय?

आयुष्मान भारत डिजिटल मिशन (ABDM) ही भारत सरकारची प्रमुख योजना आहे. देशातील एकात्मिक डिजिटल आरोग्य पायाभूत सुविधांना प्रोत्साहन देण्यासाठी आवश्यक मूलभूत सुविधा विकसित करणे हे ABDM चे उद्दिष्ट आहे. यामुळे डिजिटल महामार्गाद्वारे हेल्थकेअर इकोसिस्टमच्या विविध भागधारकांमधील सध्याचे अंतर दूर होईल.

ABDM ची उद्दिष्टे

- अत्याधुनिक डिजिटल आरोग्य प्रणाली स्थापन करणे
- सत्य माहितीचा एकच स्रोत तयार करण्यासाठी योग्य स्तरावर नोंदणी करणे
- सर्व राष्ट्रीय डिजिटल आरोग्य भागधारक द्वारे उच्च दर्जाचा स्वीकार करणे.
- वैयक्तिक आरोग्य नोंदींची एक प्रणाली तयार करणे, जी व्यक्ती आणि आरोग्य सेवा व्यावसायिक आणि सेवा प्रदात्यांना सहज उपलब्ध होईल.
- एंटरप्राइझ-क्लास आरोग्य प्रणाली लागू करण्यासाठी प्रोत्साहन देणे.
- खासगी आरोग्य सेवा संस्था आणि व्यावसायिकांनी ABDM च्या निर्मितीसाठी सार्वजनिक आरोग्य अधिकाऱ्यांसोबत सक्रिय सहभाग घेतला आहे, याची खात्री करणे
- आरोग्य सेवांच्या तरतूदीमध्ये राष्ट्रीय पोर्टेबिलिटी सुनिश्चित करणे.
- ABDM च्या मदतीने दर्जात्मक आणि विद्यमान आरोग्य माहिती प्रणालीचे बळकटीकरण करणे.

आभा (ABDM) चे मुख्य घटक



आभा क्रमांक

आभा क्रमांक किंवा आयुष्मान भारत आरोग्य खाते क्रमांक हा प्रत्येक नागरिकासाठी 14-अंकी अद्वितीय क्रमांक आहे जो तुम्हाला राष्ट्रीय डिजिटल आरोग्य इकोसिस्टमशी जोडतो.



आभा ॲप

आभा ॲप हे एक वैयक्तिक आरोग्य रेकॉर्ड ॲप्लिकेशन आहे, जे तुम्हाला तुमच्या आरोग्य नोंदी जसे की, लॅब रिपोर्ट्स, प्रिस्क्रिप्शन, लसीकरण प्रमाणपत्र इत्यादी लिंक, पाहणे आणि व्यवस्थापित करणे, नोंदणीकृत प्रॅक्टीशनर्ससोबत शेअर करणे, जवळपासचे नोंदणीकृत आरोग्य सेवा व्यावसायिक आणि आरोग्य सुविधा शोधणे इ. सुविधा पुरविते.



हेल्थकेअर प्रोफेशनल्स रजिस्ट्री (HPR)

एचपीआर हे आधुनिक आणि पारंपारिक अशा सर्व वैद्यकीय प्रणालींमधील डॉक्टर, परिचारिका, पॅरामेडिक्स आणि इतर आरोग्य सेवा व्यावसायिकांचे सर्वसमावेशक भांडार (रजिस्ट्री) आहे.



हेल्थ फॅसिलिटी रजिस्ट्री (HFR)

एचएफआर हे औषधांच्या विविध प्रणालींमधील देशातील सर्व आरोग्य सुविधांचे सर्वसमावेशक भांडार आहे. यामध्ये रुग्णालये, दवाखाने, निदान प्रयोगशाळा आणि इमेजिंग केंद्रे, फार्मसी इत्यादींसह सार्वजनिक आणि खाजगी दोन्ही आरोग्य सुविधांचा समावेश आहे.



युनिफाइड हेल्थ इंटरफेस (UHI)

इंटरॲपरेबिलिटी.साठी हे एक खुले नेटवर्क आहे, जे विविध ॲप्लिकेशन्सना परस्परसंवाद आणि माहितीची देवाणघेवाण करण्याची सुविधा पुरविते.

॥ आरोग्याची वारी...पंढरीच्या दारी ॥

पंढरपूर : आषाढी यात्रेनिमित्त पालखी सोहळ्याबरोबर मोठ्या प्रमाणात वारकरी, भाविक येतात. येणाऱ्या वारकरी भाविकांच्या आरोग्य तपासणीसाठी आरोग्य विभागाच्या वतीने दि. 27,28 आणि 29 जून रोजी मोफत महाआरोग्य शिबीर घेण्यात येणार आहे. 'आरोग्याची वारी पंढरीच्या दारी'ह्या संकल्पनेवर आधारित वारी कालावधीत सुमारे 20 लाख भाविकांची तपासणी करण्याचे उद्दिष्ट ठेवण्यात आले आहे. ह्यासाठी राज्यातील वैद्यकीय कर्मचारी, डॉक्टर्स यांच्यासह परराज्यातून देखील वैद्यकीय पथके मागविण्यात येणार असल्याचे सार्वजनिक आरोग्य व कुटुंब कल्याण मंत्री डॉ. तानाजी सावंत यांनी सांगितले.

आषाढी यात्रा कालावधीत मोफत महाआरोग्य शिबीर आयोजनाबाबत पंढरपूर येथे आयोजित बैठकीत ते बोलत होते. बैठकीस प्र. जिल्हाधिकारी तुषार ठोंबरे, मुख्य कार्यकारी अधिकारी दिलीप स्वामी, जिल्हा पोलीस अधीक्षक शिरीष सरदेशपांडे, उपविभागीय अधिकारी गजानन गुरव, उपविभागीय पोलीस अधिकारी अर्जुन भोसले, आरोग्य उपसंचालक डॉ. राधाकृष्ण पवार, जिल्हा आरोग्य अधिकारी डॉ सोनिया बागडे जिल्हा शल्यचिकित्सक डॉ. धनंजय पाटील, , गटविकास अधिकारी प्रशांत काळे, मुख्याधिकारी अरविंद माळी, तसेच संबंधित विभागाचे अधिकारी उपस्थित होते

सार्वजनिक आरोग्य मंत्री डॉ. तानाजी सावंत म्हणाले, आषाढी यात्रा कालावधीत भाविकांना तात्काळ व दर्जेदार आरोग्य सुविधा उपलब्ध व्हावी, यासाठी यात्रा कालावधीत पंढरपूर येथे ठिकाण निश्चित करून महाआरोग्य शिबीर घेण्यात येणार आहे. या शिबिरात सुसज्ज आरोग्य यंत्रणेसह तज्ज्ञ डॉक्टरांच्या सेवा उपलब्ध करण्यात येणार असून, भाविकांची आरोग्य तपासणी करून तात्काळ उपचार करण्यात येणार आहेत. तसेच याठिकाणी भाविकांना सकस आहारही दिला जाणार आहे. त्याचबरोबर नदी पात्र, 65 एकर, पत्राशेड व ज्या ठिकाणी मठ, धर्मशाळा यांची संख्या जास्त आहे व वारकरी भाविक मोठ्या प्रमाणात थांबतात, अशा ठिकाणी सर्व आरोग्य सुविधा देण्याकरिता तात्पुरते दवाखाने सज्ज ठेवावेत. ऑक्सिजन, रक्तसाठा, औषधसाठा मुबलक प्रमाणात उपलब्ध ठेवावा, अशा सूचनाही त्यांनी यावेळी केल्या.डॉ. तानाजी सावंत म्हणाले, पालखी सोहळ्याबरोबर मोठ्या संख्येने वारकरी भाविक चालत येतात. सद्यस्थितीत उष्णतेचे प्रमाण जास्त असल्याने पालखी मार्गावर व मुक्कामाच्या

ठिकाणी मुबलक पाणीपुरवठा करावा. यासाठी टँकरची संख्या वाढवावी. उष्माघाताच्या आजाराबाबत उपाययोजना करावी. आरोग्य सुविधांसाठी वापरण्यात येणारे साहित्य, तपासणी मशीन सुस्थित असाव्यात. भाविकांना पालखी मार्गावर वेळेत उपचार मिळावेत, यासाठी फिरत्या दवाखान्याचे नियोजन करावे. वारी कालावधीत सर्व खाद्यपदार्थांच्या हॉटेलची वेळोवेळी तपासणी करावी. उपलब्ध आरोग्य सुविधांचे फलक लावावेत. तसेच ध्वनीक्षेपकाद्वारे जनजागृती करावी. महावितरण विभागाने पालखी मुक्कामाच्या ठिकाणी अखंडित वीजपुरवठा करावा. आवश्यक ठिकाणी जादा रोहित्र बसवावेत. तसेच वारी कालावधीत भाविकांच्या सुरक्षा, आरोग्य, पाणीपुरवठा व स्वच्छतेला प्राधान्य द्यावे, अशा सूचनाही त्यांनी यावेळी दिल्या.



यावेळी जिल्हा आरोग्य अधिकारी डॉ. सोनिया बागडे यांनी पालखी मुक्काम, मार्ग तसेच पंढरपूर शहरात वारी कालावधीत वारकरी, भाविकांच्या सुविधेसाठी आरोग्य विभागामार्फत करण्यात येणाऱ्या सोयी-सुविधांत माहिती दिली.

वाखरी पालखी तळ, 65 एकरची आरोग्यमंत्र्यांनी केली पाहणी दरम्यान, आषाढी यात्रेनिमित्त पालखी सोहळ्याबरोबर येणाऱ्या वारकरी, भाविकांची संख्या मोठ्या प्रमाणात असते. त्या पार्श्वभूमिवर आरोग्यमंत्री डॉ.

तानाजी सावंत यांनी पालखी तळची पाहणी करून प्रशासनाच्या वतीने देण्यात येणाऱ्या सुविधांबाबत माहिती घेतली. तसेच 65 एकरमध्ये मोठ्या प्रमाणात दिंड्या उतरतात. दिंड्यासोबत वारकरी, भाविक मोठ्या संख्येने असतात. या ठिकाणीही देण्यात येणाऱ्या सुविधांची माहिती घेवून आवश्यक सूचना त्यांनी यावेळी दिल्या. यावेळी त्यांच्या समवेत उपविभागीय अधिकारी गजानन गुरव, मुख्यधिकारी अरविंद माळी, कार्यकारी अभियंता अमित निमकर उपस्थित होते.

॥ आरोग्याची वारी...पंढरीच्या दारी ॥

आरोग्याची वारी,
आली पंढरीच्या दारी,
वारक-यांच्या आरोग्यासाठी,
आरोग्यदुत झाला हरी ॥१॥

आरोग्य यंत्रणा झाली
सज्ज विठ्ठलाच्या धरी
जागोजाग आरोग्य सुविधा
अन् भक्तांची सोय करी ॥१॥

भक्तीभावे येई वारकरी,
चंद्रभागेच्या तिरी,
आरोग्याची तपासणी केलीया
महाआरोग्य शिबीरी ॥२॥

विठ्ठ नामाने दंगली,
पंढरी नगरी सारी,
आरोग्याने समृद्ध व्हावा वारकरी,
हिच प्रार्थना आरोग्य विभाग करी ॥३॥

आरोग्याची वारी,
आली पंढरीच्या दारी,
आली पंढरीच्या दारी.

-श्री.गजानन गोविंदराव कसारे
(उच्चश्रेणी लघुलेखक)
मा. आयुक्त कक्ष, मुंबई

जागतिक योग दिन - 21 जून 2023



आरोग्य विभागाच्या वतीने आरोग्य सेवा आयुक्तालयात जागतिक योग दिनाच्या निमित्ताने विविध कार्यक्रमांचे आयोजन बुधवार, दि. 21 जून रोजी आरोग्य भवन येथे करण्यात आले होते. या राज्यस्तरीय कार्यक्रमाचे उद्घाटन आरोग्य सेवा आयुक्त श्री धीरज कुमार (भा.प्र.से.) यांच्या हस्ते संपन्न झाले.

याप्रसंगी वित्त संचालक श्री जयगोपाल मेनन, सहसंचालक डॉ. विजय कंदेवाड, श्री. तुळशीदास सोळंके, सुभाष बोरकर, डॉ. विजय बाविस्कर, डॉ. शोभना तेहरा, डॉ. दुर्योधन चव्हाण, डॉ. प्रकाश पाडवी आदी अधिकारी तसेच आयुक्तालयातील कर्मचारी वर्ग उपस्थित होता. कार्यक्रमाची सुरुवात दीपप्रज्वलनाने झाली. यावेळी धन्वंतरि स्तवन व आयुष गीत सादर करण्यात आले. मान्यवरांच्या हस्ते यावेळी "सचित्र योगक्रम" पुस्तिकेचे अनावरणही करण्यात आले. कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक सहायक संचालक डॉ. सुभाष घोलप यांनी करताना जागतिक योग दिनाची पार्श्वभूमी व महत्त्व विषद केले.

यंदाच्या योग दिनाचे घोषवाक्य "हर घर-आंगन योग" असे असून 'योगा फॉर वसुधैव कुटुंबकम्' या संकल्पनेवर यंदाचा 9 वा जागतिक योग दिन साजरा केला जात आहे. अध्यक्षीय भाषणात आयुक्त श्री धीरज कुमार यांनी मानवी जीवनात आयुर्वेद व योगाचे महत्त्व सांगताना असंसर्गजन्य आजारांचे वाढत असलेले प्रमाण चिंताजनक असल्याचे विषद करत योगासारख्या अखर्चिक व किमान संसाधनांची आवश्यकता असलेल्या प्रतिबंधात्मक थेरपीचा वापर होणे आवश्यक असल्याचे मत व्यक्त केले. मेडिटेशन, योग यासारख्या थेरपीमध्ये

सातत्य व नियमितपणा ठेवला तर अनेक आजारांपासून दूर राहणे शक्य असल्याचे मत व्यक्त करत परदेशामध्ये ज्या प्रमाणात योग थेरपीचा वापर केला जात आहे त्या प्रमाणात आपल्या देशात त्याचा प्रसार होत नसल्याची खंतही त्यांनी व्यक्त केली. शारीरिक आजारांव्यतिरिक्त क्रोध, मानसिक व्याधींवर नियंत्रण मिळवण्याचे सामर्थ्य योगामध्ये असल्यामुळे सर्वांनी आपल्या दिनचर्येतील काही वेळ योगासाठी व्यतीत करण्याचा सल्ला त्यांनी दिला.

कार्यक्रमाच्या उद्घाटन समारंभानंतर 'ताण तणावापासून मुक्तीसाठी योग' या विषयावर लोणवळ्याच्या कैवल्यधामचे सहायक प्राध्यापक डॉ. सतीश पाठक (एम.एस.), 'असांसर्गिक रोगांमधील योगाचे महत्त्व' या विषयावर 'कैवल्यधामचे प्राध्यापक डॉ. शरदचंद्र भालेकर (एम.एस.) आणि 'अष्टांग योग-समज/गैरसमज' या विषयावर सायन येथील आयुर्वेद महाविद्यालयाचे प्राध्यापक डॉ. गोरक्षनाथ आव्हाड यांची व्याख्याने पार पडली. तसेच डॉ. साक्षी हडप व डॉ. निकेश अंधारे यांनी उपस्थितांकडून योगाची प्रात्यक्षिके देखील करवून घेतली.

कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन डॉ. प्रसाद भंडारी यांनी केले तर आभार प्रदर्शन डॉ. सुभाष घोलप यांनी केले. कार्यक्रम यशस्वी होण्यासाठी आयुष विभागाचे राज्य कार्यक्रम व्यवस्थापक डॉ. प्रशांत भोईर, कार्यक्रम अधिकारी डॉ. वर्षा वसु, श्रीमती प्रियंका सुर्यवंशी, श्री प्रकाश दळवी यांनी मेहनत घेतली. आरोग्य सेवा आयुक्तालयात जागतिक योग दिन विविध कार्यक्रमांद्वारे साजरा करण्यात आला.



महाराष्ट्राची कुष्ठरोग निर्मूलनाकडे वाटचाल

डॉ. सुनिता गोल्हाईट

अतिरिक्त संचालक तथा सहसंचालक,
आरोग्य सेवा (कुष्ठरोग व क्षयरोग), पुणे

राज्यात 1955-56 पासून राष्ट्रीय कुष्ठरोग नियंत्रण कार्यक्रम राबविण्यात येत असून, गेल्या 40 वर्षांत कुष्ठरोगाच्या प्रमाणात लक्षणीय घट झाली आहे. त्यामुळे राज्याची वाटचाल कुष्ठरोग निर्मूलनाकडे होत आहे.

महाराष्ट्रात राष्ट्रीय कुष्ठरोग नियंत्रण कार्यक्रम सन 1955-56 साली पाहणी, शिक्षण व उपचार या तत्वावर एक उद्देशीय पध्दतीने राबविण्यास सुरवात झाली. सन 1981-82 पासून प्रभावी औषधोपचाराचा समावेश असलेली बहुविध औषधोपचार पध्दती राज्यात टप्प्या-टप्प्याने लागू करण्यात आल्यामुळे 1995-96 सालापर्यंत राज्यातील सर्व जिल्हे या योजनेअंतर्गत आणण्यात आले. त्यामुळे सन 1981-82 साली दर दहा हजारी कुष्ठरोगाचे प्रमाण 62.40 वरून 1991-92 साली 14.70 इतके कमी झाले, तर 2022-23 मध्ये



कुष्ठरोग शोध अभियानाचा आढावा घेताना

दर दहा हजारी कुष्ठरोगाचे प्रमाण 1.02 इतक्या लक्षणीय प्रमाणात घटले आहे.

कोरोना महामारीच्या काळात (सन 2019-20 व सन 2020-21) कुष्ठरोग कार्यक्रमातील अधिकारी व कर्मचारी कोविड-19 साथ नियंत्रण कार्यक्रमात व्यस्त असल्यामुळे कार्यक्षेत्रात कुष्ठरोगाचे नवीन रुग्ण शोध कार्यावर परिणाम झाला. त्यामुळे समाजामधील कुष्ठरोगाचे नवीन रुग्ण लपलेल्या स्थितीत राहिले. या पाश्चिमीवर 2021-22 व 2022-23 या वर्षांमध्ये समाजात लपलेले कुष्ठरुग्ण शोधण्याकरिता विविध स्तरावर नियमित कार्यक्रमासोबतच वेगवेगळे वैशिष्ट्यपूर्ण उपक्रम राबविण्यात आले. या अंतर्गत

आरोग्य विभागाने कुष्ठरोग कार्यक्रमातील कर्मचाऱ्यांना जास्तीत जास्त नवीन कुष्ठरुग्ण शोधण्याचे आवाहन केले होते. या आवाहनाला प्रतिसाद देवून कुष्ठरोग कर्मचाऱ्यांनी आपल्या कार्यक्षेत्रातील खेडोपाडी, वाडीवस्ती, शहरी भागातील दाटीवाटीची ठिकाणे इ. ठिकाणांना भेटी देवून प्राथमिक स्तरावरील जास्तीत जास्त कुष्ठरुग्ण शोधून काढले. त्यामुळे 2021-22 मध्ये एकूण 14,520 नवीन कुष्ठरुग्ण व सन 2022-23 मध्ये विक्रमी 19,860 नवीन कुष्ठरुग्ण शोधण्यात आले आहेत.

गेल्या 5 वर्षांत ज्या गावांमध्ये शून्य कुष्ठरुग्ण आढळून आले अशा एकूण सुमारे 25,000 गावांची निवड करण्यात आली आणि त्यापैकी 22,916 गावांचे आशा व कुष्ठरोग कर्मचारी यांच्यामार्फत सर्वेक्षण करण्यात आले. या सर्वेक्षणात 676 गावांमध्ये 793 नवीन कुष्ठरुग्ण आढळून आले असून, त्यांच्यावर बहुविध औषधोपचार सुरु करण्यात आले आहेत.

राष्ट्रीय कुष्ठरोग निर्मूलन कार्यक्रमांतर्गत केंद्र शासनाने सन 2027 पर्यंत कुष्ठरोगाचा प्रसार शून्य करणे हे ध्येय निश्चित केले आहे. त्यानुसार सन 2025 पर्यंत जिल्हास्तर सन 2025 पर्यंत तालुका स्तर व सन 2027 अखेर गावपातळीवर कुष्ठरोगाचा प्रसार शून्यावर आणणे, असे टप्पे निश्चित करण्यात आले आहेत. यासाठी कुष्ठरोग शोध अभियान, शून्य कुष्ठरुग्ण असलेल्या गावांचे सर्वेक्षण, स्पर्श जनजागृती अभियानांतर्गत विविध आरोग्य शिक्षणाचे कार्यक्रम, असे अनेक उपक्रम आरोग्य विभागाकडून राबविण्यात येत आहेत.

अ. क्र.	दर्शक मुद्दे	२०१९-२०	२०२०-२१	२०२१-२२	२०२२-२३
१	नविन शोधलेले कुष्ठ रुग्ण	१६५२१	१२४३८	१४५२०	१९८६०
२	एएनसीडीआर (ANCDR)	१३.०७	९.५५	११.१४	१५.५८
३	क्रियाशिल कुष्ठरुग्ण	१०२०३	१०४०७	११६०७	१३०८८
४	कुष्ठप्रमाण (PR)	०.८१	०.२०	०.८९	१.०३
५	नविन रुग्णांमध्ये लहान मुलांचे प्रमाण	८.२३ :	७.४१ :	७.५२:	६.५५:
६	नविन रुग्णांमध्ये विकृती रुग्णांचे प्रमाण	१.५६ :	१.२९ :	०.९७:	०.९२ :

जीआयएस (GIS) मॅपिंग प्रणाली

राज्यातील विविध कार्यक्षेत्रातील भौगोलिक व सामाजिक परिस्थितीनुसार असणारी लोकसंख्या व त्या लोकसंख्येत असणाऱ्या कुष्ठरुग्णांची संख्या यांचा एकत्रित अभ्यास करून त्याची कारणमिमांसा शोधणे व त्यानुसार उपाययोजना करणे याकरिता ही प्रणाली कार्यान्वित करण्यात आली आहे. या प्रणालीचा उपयोग कार्यक्रम प्रमुखांना कार्यक्षेत्रानुसार व कुष्ठरुग्णांच्या संख्येनुसार प्रशासकीय व आर्थिक बाबी मनुष्यबळ नियोजन व इतर वैद्यकीय सुविधा पुरविण्यासाठी केला जातो.

शून्य कुष्ठरुग्ण असलेल्या गावचे सर्वेक्षण

मागील 5 वर्षात ज्या गावांमध्ये नृत्य कुष्ठरुग्ण आढळून आले अशा एकूण सुमारे 25000 गावांची निवड करण्यात आली. त्यापैकी 22916 गावांचे आशा व

कुष्ठरुग्ण कर्मचारी यांचेमार्फत सर्वेक्षण करण्यात आले या मध्ये 676 गावांमध्ये 793 नविन कुष्ठरुग्ण आढळून आले व त्यांना बहुविध औषधोपचार सुरु करण्यात आला.

सक्रिय कुष्ठरुग्ण शोध व नियमित सर्वेक्षण (Active Case Detection and regular Surviillance ACDARS)

ही कृती 2020-21 मध्ये राज्यातील सर्व जिल्ह्यांमध्ये राबविण्यात आली. या मोहिमेमध्ये 4.94 कोटी लोकसंख्येची तपासणी करण्यात आली. या मध्ये 192275 संशयीत कुष्ठरुग्ण शोधून त्यापैकी 151929 (9306) संशयित रुग्णाची तपासणी करून 1802 विन कुष्ठ निदान करून बहुविध औषधोपचाराखाली आणले.

अ.क्रं.	तपशिल	संख्या
१	एकूण लोकसंख्या	१२६४०७०१५
२	एकूण सर्वेक्षणासाठी घेतलेली लोकसंख्या	५२४५६८८७
३	एकूण तपासलेली लोकसंख्या	४९४९२८०५
४	एकूण शोधलेले संशयीत रुग्ण	१६३२७५
५	एकूण तपासलेले संशयीत रुग्ण	१५९९३९
६	एकूण नविन शोधलेले कुष्ठरुग्ण	१८०३

तसेच 2021-2022 मध्ये ही कृती राज्यातील सर्व जिल्ह्यांमध्ये अति जोखमीच्या कार्यक्षेत्रात दोन या व कमी जोखमीच्या कार्यक्षेत्रात एक फेरी याप्रमाणे राबविण्यात आली. या कृतीमध्ये 8.07 कोटी लोकसंख्येची तपासणी करण्यात आली. या मध्ये 42242 संशयीत कुष्ठरुग्ण शोधून त्यापैकी 42982(1971) संशयित रुग्णाची तपासणी करून 10051 नविन कुष्ठरुग्ण निदान करून बहुविध औषधोपचाराखाली आणले.

अ.क्रं.	तपशिल	अतीजोखमीचे कार्यक्षेत्र		कमीजोखमीचे कार्यक्षेत्र
		पहिली फेरी	दुसरी फेरी	
१	एकूण लोकसंख्या	१२६४०७०१५	१२६४०७०१५	१२६४०७०१५
२	एकूण सर्वेक्षणासाठी घेतलेली लोकसंख्या	४१८३५५०५	४१८३५५०५	४०३७२६१७
३	एकूण तपासलेली लोकसंख्या	४०७८९३३१	४१९०९०२४	३९६६७६०३
४	एकूण शोधलेले संशयीत	१५३४६१	११८९८८	१६४७९३
५	एकूण तपासलेले संशयीत रुग्ण	१४८४८१	११५१७१	१६३९६९
६	एकूण नविन शोधलेले कुष्ठरुग्ण	४११४	४०६२	१८७५
एकूण शोधलेले कुष्ठरुग्ण		१००५१		

कुष्ठरुग्ण शोध अभियान (Leprosy Case Detection Campaign LCDC)

ही मोहीम राज्यात सन 2015 पासून राज्यातील ठराविक अति जोखमीच्या जिल्ह्यात राबविण्यास सुरुवात झाली. सन 2018-19 पासून राज्यातील सर्व जिल्ह्यांमध्ये सदर मोहीम राबविण्यास सुरुवात झाली यामध्ये आशा व पुरुष स्वयंसेवक यांच्या मदतीने सर्व ग्रामीण भाग व सुमारे 20 टक्के अति जोखमीचा शहरी भागामध्ये घरोघर सर्वेक्षण करू लोकसंख्येची तपासणी करण्यात आली. यामुळे मोठ्या प्रमाणात कुष्ठरोगाविषयी जनजागृती निर्माण होवून समाजातील लपून राहिलेले प्राथमिक स्तरावर रुग्ण शोधून त्या सर्वांना औषधोपचाराखाली आणण्यात यश आले.

अ.क्र.	निर्देशांक	२०१८.१९	२०१९.२०	२०२०.२१	२०२२.२३
१	एकुण लोकसंख्या तपासणी	७,३२,६९,५६८	७,५९,१७,५८७	८,१२,२३,६५६	८,२६,०१,७४५
२	संशयित नोंदणी व तपासणी	२,७६,७०७	२,१६,९६५	२,३९,२९२	३६७३७७
३	शोधलेले नविन कुष्ठरुग्ण	५,२६८	६,११६	५,९०३	६७३१

कुसुम (कुष्ठमुक्त सुरक्षित महाराष्ट्र) - जोखमीच्या भागाची सर्वेक्षण मोहीम

राज्य शासनाने श्वास्वत विकास ध्येय सन 2027 पर्यंत साध्य करण्यासाठी वरील प्रमाणे विविध कृती मोहिमा राबविण्यात येत आहेत. परंतु सदर मोहिमेदरम्यान घरी हजार न राहणारा कामासाठी सकाळी लवकर घर सोडणारा, दररोज रोजगार मिळण्यासाठी परी न राहणारा वर्ग तपासणीपासून वंचित रहातो. ही बाब लक्षात घेऊन या पटवांसाठी विशेष तपासणी मोहिम राबविणे आवश्यक होते याकरिता कुसुम (कुष्ठमुक्त सुरक्षित महाराष्ट्र) अंतर्गत आश्रमशाळा, वसतिगृहे, वीटभट्टी व कामगार कारागृहातील व्यक्ती व विविध कारणांमुळे स्थलांतरित झालेल्या व्यक्ती यांचे सर्वेक्षण माहे मे 2023 ते जून 2023 या कालावधीत करण्यात येत आहे.

अ.क्र.	जोखमीच्या भागाचे नाव	एकुण नंबर	नोंदलेली लोकसंख्या	तपासलेली लोकसंख्या	संशयित तपासणी	नविन शोधलेले कुष्ठरुग्ण			विकृती कुष्ठरुग्ण
						एमबी	पीबी	एकूण	
१	आश्रमशाळा	१८८२	४७०९७५	११९३७८	८५७	३	२३	२६	०
२	आश्रमशाळा वसतिगृह	९४५	१७४४८८	२९८०५	२११	१	६	७	०
३	वीटभट्टी	७४६०	२०९३३७	१६१०३७	२२३७	११७	२०६	३२३	१
४	खाणी	९००	५७९४१	२९६२९	२४३	६	३	९	०
५	कारागृह	४९	३९०८०	३४९९५	१९६	१५	२८	४३	०
६	स्थलांतरित संख्या	५५१३०	३१९६४४	२०२१४५	७७६	३४	३८	७२	१
७	इतर	३२७६	२७६२६१	९९०७३	३९८	२३	१७	४०	०
एकुण		६९६४२	१५६७७२६	६७६०६२	४९१८	११९	२२९	५२०	२

राष्ट्रीय कुष्ठरोग निर्मुलन कार्यक्रमांतर्गत केंद्र शासनाने सन 2020 पर्यंत कुष्ठरोगाचा प्रसार शून्य करणे हे ध्येय निश्चित केले आहे. त्यानुसार सन 2025 पर्यंत जिल्हास्तर सन 2026 पर्यंत तालुका स्तर व सन 2027 अखेर गावपातळीवर कुष्ठरोगाचा प्रसार शून्यावर आणणे असे टप्पे निश्चित करण्यात आले आहेत. या करिता कुष्ठरोग शोध अभियान शून्य कुष्ठरुग्ण असलेल्या गावांचे सर्वेक्षण स्पर्श जनजागृती अभियानांतर्गत 1 विविध आरोग्य शिक्षणाचे कार्यक्रम या कृती राबविण्यात आल्या.

अशा कर्मचाऱ्यांना (अवैद्यकिय सहाय्यक, कुष्ठरोग तंत्रज्ञ, अवैद्यकिय पर्यवेक्षक सांख्यिकी सहाय्यक प्रोत्साहन म्हणून प्रमाणपत्र व स्मृतीचिन्ह देवून गौरव करण्यात आला. याकरिता या कार्यालयाने नविन कुष्ठरुग्ण शोध त्यापैकि बालकुष्ठरुग्ण विकृती दर्जा 2 चे रुग्ण, एमबी रुग्ण व स्त्री रुग्ण असे निकष ठरवून त्याप्रमाणे गुण देण्यात आले.

राज्यात आरोग्य विभागाची 'हिवताप निर्मूलना'कडे वाटचाल

पुणे: राष्ट्रीय कीटकजन्य रोग नियंत्रण कार्यक्रमाच्या प्रमुख उद्दिष्टांपैकी एक असलेल्या हिवताप निर्मूलन कार्यक्रमाची यशस्वी वाटचाल केली असून गेल्या वर्षीच्या तुलनेत हिवताप दूषित रुग्णांचे प्रमाण 20 टक्क्यांनी घटले आहे.

सन 2021 मध्ये राज्यात एकूण 19,303 हिवताप दूषित रुग्ण आढळून आले होते, तर सन 2022 मध्ये राज्यात एकूण 15,451 हिवताप दूषित रुग्ण आढळून आले. मागील वर्षीच्या तुलनेत हिवताप दूषित रुग्णांमध्ये 20% ने घट आढळून आली आहे. सन 2023 मध्ये मे अखेर राज्यात एकूण 2,579 हिवताप दूषित रुग्ण आढळून आले, तर मागील 2022 वर्षीच्या मे अखेर पर्यंतच्या तुलनेत हिवताप दूषित रुग्णांमध्ये 20% ने घट आढळून आली आहे.

राष्ट्रीय किटकजन्य रोग नियंत्रण कार्यक्रमांतर्गत 2030 सालापर्यंत हिवताप निर्मूलन करण्याचे उद्दिष्ट ठेवण्यात आले आहे. त्याअनुषंगाने राज्याने 21 डिसेंबर 2021 रोजी हिवताप रोग अधिसूचित केला आहे. महाराष्ट्र राज्यात दरवर्षी 25 एप्रिल रोजी जागतिक हिवताप दिन सक्रियपणे साजरा केला जातो. यामध्ये किटकजन्य रोग आणि त्याच्या प्रतिबंधात्मक उपाययोजनांबद्दल समाजामध्ये जागरूकता निर्माण केली जाते. त्याचप्रमाणे राष्ट्रीय किटकजन्य रोग नियंत्रण कार्यक्रम अंतर्गत दरवर्षी हिवताप प्रतिरोध महिना जून साजरा केला जातो. या महिन्यात हिवताप या आजाराविषयी विविध उपक्रमांद्वारे जनतेमध्ये जागृती निर्माण केली जाते. नवीन हिवताप रुग्ण शोधण्यासाठी राज्यातील सर्व पाडा, वाडया, वस्ती, गांवपातळीवर कर्मचाऱ्यांमार्फत सर्वेक्षण केले जाते.

हिवताप हा आजार प्लाझमोडियम या परोपजीवी जंतूपासून होतो.

महाराष्ट्रात प्रामुख्याने प्लाझमोडियम व्हायवॅक्स, फॅल्सिपेरम या दोन जाती प्रामुख्याने आढळून येतात. त्यापैकी फॅल्सिपेरम हा घातक असून त्यामुळे रुग्ण दगावू शकतो. हिवतापाचा प्रसार दूषित अनोफेलिस डासाची मादी चावल्यामुळे होतो. कीटकनाशकांमुळे होणा-या प्रदूषणाचा विचार करून राज्यामध्ये डासोत्पत्ती स्थानांमध्ये डास अळीभक्षक गप्पी मासे सोडण्यात येतात. या उपाययोजना ग्रामीण तसेच शहरी भागातही केल्या जातात. राज्यात आतापर्यंत 11,098 गप्पी मासे पैदास केंद्रांची निर्मिती केली असून योग्य अशा 1,92,118 डासोत्पत्ती स्थानांत मासे सोडण्यात आले आहेत.

राज्य हिवताप निर्मूलनाकडे

प्रा. डा. प्रतिनिधी, पुणे

राज्यात दोन वर्षांपासून हिवतापाच्या (मलेरिया) रुग्णांचे संख्या कमी होत आहे. यंदा पुणे शहरासह पाच जिल्ह्यांमध्ये हिवतापाचा एकाही रुग्ण आढळलेला नाही. त्यामुळे राज्याची वाटचाल हिवताप निर्मूलनाकडे सुरू असल्याचे आरोग्य विभागाचे म्हणणे आहे. राज्यात २०२१ मध्ये हिवतापाच्या १९,३०३ रुग्णांचे नोंद झाली होती. तर, २०२२ मध्ये १५,४५१ रुग्ण आढळले होते. यंदाच्या मे महिन्यापर्यंत राज्यात दोन हजारा ५७९ रुग्ण आढळून आले आहे. गेल्या वर्षीच्या मे महिन्याच्या तुलनेत यंदा वीस टक्क्यांनी रुग्णसंख्या घटल्याचे आरोग्य विभागाने सांगितले. लातूर, धारगिरी, नांदेड, परभणी, सिंगली या पाच जिल्ह्यांमध्ये एकाही रुग्ण आढळलेला नाही. भंडारा, रत्नागिरी, धुळे, नंदुरबार, वर्धा, नगर, कोल्हापूर, नाशिक, जळगाव, वाशिम, सांगली, बीड, सोलापूर, छत्रपती संभाजीनगर, जालना, यवतमाळ या जिल्ह्यांमध्ये रुग्णसंख्या एक ते दहा या दरम्यान आहे. हिवताप प्लाझमोडियम या जंतूपासून होतो. राज्यात प्रमुखत्वे प्लाझमोडियम वायवॅक्स, फॅल्सिपेरम या दोन जाती प्रामुख्याने आढळून येतात. त्यापैकी फॅल्सिपेरम हा घातक असून त्यामुळे रुग्ण दगावू शकतो. हिवतापाचा प्रसार दूषित अनोफेलिस डासाची मादी चावल्यामुळे होतो. ते रोखण्यासाठी डासोत्पत्ती स्थानांमध्ये गप्पी मासे सोडण्यात येतात. राज्यात आतापर्यंत ११,०९८ गप्पी मासे पैदास केंद्रांची निर्मिती केली आहे. राष्ट्रीय किटकजन्य रोग नियंत्रण कार्यक्रमांतर्गत २०३० पर्यंत हिवताप निर्मूलन करण्याचे उद्दिष्ट ठेवण्यात आले आहे. त्या अनुषंगाने दर वर्षी हिवताप प्रतिरोध महिना जूनमध्ये साजरा केला जातो.

वर्ष	संख्या
२०२१	१९,३०३
२०२२	१५,४५१
२०२३ (मेअखेर)	२,५७९

— डा. के.एस. पाटील, आरोग्य सचिव

राज्यातील

हिवतापासाठी अतिसंवेदनशील निवडक व उद्रेकग्रस्त गावांमध्ये दरवर्षी सिंथेटिक प्रायारेश्राईड गटातील किटकनाशकाची घरोघर फवारणी करण्यात येते. त्यामुळे राज्यात हिवतापाचे प्रमाण कमी होताना दिसून येत आहे. राज्यातील लातूर, उस्मानाबाद, नांदेड, परभणी, हिंगोली या पाच जिल्ह्यांमध्ये शून्य हिवताप दूषित रुग्णसंख्या आहे. तसेच 1 ते 10 रुग्ण संख्या असलेले भंडारा, रत्नागिरी, धुळे, नंदुरबार, वर्धा, अहमदनगर,

कोल्हापूर, नाशिक, जळगाव, वाशिम, सांगली, बीड, सोलापूर, औरंगाबाद, जालना, यवतमाळ असे एकूण 16 जिल्हे आहेत.

हिवताप निर्मूलन कार्यक्रमाची उद्दिष्टपूर्ती करण्यासाठी सर्व नागरिकांनी परिसर स्वच्छता, घरातील स्वच्छता व आजूबाजूची डासोत्पत्ती स्थाने नष्ट करण्यासाठी जागरूक राहावे, असे आवाहन सार्वजनिक आरोग्य विभागाने केले आहे.

लोकसहभागातून कोविड लसीकरण : मोमेंटम रूटीन इम्युनायझेशन

डॉ. कैलास बाविस्कर |

उपसंचालक, आरोग्य सेवा,
राज्य आरोग्य शिक्षण व संपर्क विभाग, पुणे.

कोविड महामारीचा सामना करीत अनेकांनी या महामारीत अनेक वाईट अनुभव घेतले. मानवी जीवन जगण्याला या महामारीत मर्यादा आल्या व अनेकांना आपले प्राणही गमवावे लागले. रोजगार आणि दैनंदिन व्यवहार यावरही या महामारीमुळे खूप मर्यादा आल्या व त्याचा मानसिक व शारीरिक आरोग्यावर आणि दैनंदिन जीवनावर मोठा परिणाम झाला, हे आपण सर्वांनी अनुभवले आहे.

कोविड या महामारीतून बाहेर पडण्यासाठी शास्त्रज्ञांनी अविरत प्रयत्न करून लस शोधून काढली व त्याच्या प्रभावी वापराने व लोकसहभागातून जगातील सर्वात मोठी अशी लसीकरण मोहीम देशात राबविली गेली. या महामारीवर नियंत्रण मिळविण्यात यंत्रणेला यश आले. वर्तणुकीतील बदल व लसीकरण या दोन गोष्टी या महामारीवर नियंत्रण मिळविण्यासाठी महत्त्वाच्या ठरल्या.

या महामारीचा धोका कमी झाल्यामुळे मानवी जीवन पूर्वपदावर येणे शक्य झाले. महामारीच्या काळात कोविड अनुरूप वर्तन आणि लसीकरण या महत्त्वाच्या बाबी होत्या व सर्व समाजाला याद्वारेच सुरक्षित ठेवण्यासाठी मत परिवर्तन करून या बाबींसाठी प्रेरित करणे आवश्यक होते व हे सर्वात मोठे आव्हान होते. लसीची उपलब्धता, त्याचे वितरण व ती लस घेण्यासाठी समाजाची मानसिकता बदलणे, यावरही कार्य करणे हे मोठे आव्हानात्मक असे काम होते. लस टोचून घेतलेल्या माणसाला जसा लसीचा फायदा होतो त्याचप्रमाणे लसीमुळे रोगप्रसार मंदावल्याने ती न घेतलेल्यांना सुद्धा लसीचे अप्रत्यक्ष फायदे मिळतात. याच कारणास्तव कोविड रोगावर नियंत्रण मिळविण्यासाठी कोविड लस मानवतेच्या हिताची ठरली.

विकसनशील देशांमध्ये गरीबी, अंधश्रद्धा, शिक्षणाचा अभाव व वाईट गोष्टींचा पगडा, गैरसमज, चुकीची माहिती, उदासीनता या कारणांमुळे लसीकरण

सर्वापर्यंत पोहोचणे हे सर्वासाठी फारच आव्हानात्मक असे काम राहिले. पोलिओ, गोवर, देवी यासारख्या रोगांमध्ये लसीकरण प्रभावी ठरल्याची उदाहरणे आपल्या देशात आहेत; तरीसुद्धा नवीन लस व त्यामुळे दिसून येणारे तुरळक परिणाम यामुळेही समाजामध्ये भीतीचे वातावरण होते. लसीकरणामुळे लस घेणाऱ्या लोकांची संख्या वाढवून सामूहिक रोगप्रतिकारशक्ती वाढविण्याच्या दृष्टीने शासनाने महत्त्वाचे पाऊल उचलले व सर्वात मोठी लसीकरण मोहीम यशस्वी करून कोविड नियंत्रण केले, ही मानवतेच्या दृष्टीने अत्यंत महत्त्वाची अशी बाब आहे. लोकसहभागातून व सर्वांच्या प्रयत्नातून लोकांच्या वर्तनात सकारात्मक बदल घडवून हे शक्य झाले हे विशेष !!

राज्य शासनातर्फे कोविड नियंत्रणासाठी युद्ध पातळीवर रात्रंदिवस प्रयत्न करण्यात आले. या प्रयत्नात अनेक आंतरराष्ट्रीय, राष्ट्रीय व स्थानिक संस्थांचा देखील सहभाग महत्त्वाचा ठरला. प्रत्येकाने जमेल त्या उपलब्ध असणाऱ्या साधनांमधून लसीकरणासाठी प्रयत्न केले. 2021 मध्ये युएसएडद्वारे अर्थसहाय्यीत मोमेंटम रूटीन इम्युनायझेशन ट्रान्सफॉर्मेशन अँड इक्विटी या उपक्रमाची सुरुवात करण्यात आली. महाराष्ट्र राज्यात लसीकरणाला ग्रामपातळीवर गती देण्याचा प्रयत्न करण्यात आला. पुण्यामध्ये राज्य शासनाच्या आरोग्य विभागाच्या सहकार्याने प्रोजेक्ट टेक्निकल सपोर्ट युनिटची स्थापना करण्यात आली व सामाजिक बदल संवादावर भर देत लसीकरणावर लक्ष केंद्रित करण्यात आले. तसेच बारीक-सारीक गोष्टीकडे लक्ष देऊन लसीकरणाची मागणी वाढविण्यासाठी, प्रभावी संवाद व्यवस्था व वर्तणुकीबद्दल यावर लक्ष केंद्रित केले गेले.

राज्य लसीकरण कक्ष राज्य आरोग्य शिक्षण व संपर्क विभागाच्या सहकार्याने राज्यातील विविध जिल्ह्यात लसीकरणाबाबतच्या अडचणींचा शोध घेत त्यावर मात करण्यासाठी कृती योजना तयार करण्यात आली व लोकसहभागाद्वारे व स्थानिक स्वयंसेवी संस्थांच्या माध्यमातून लसीकरणाचा वेग व मागणी वाढविण्यासाठी संवाद व शास्त्रीय दृष्टीने प्रयत्न करण्यात आले. यात लसीचे वितरण समाजातील सर्व घटकापर्यंत पोहोचविण्यासाठी व लाभार्थी व संस्था यातील अंतर तसेच जोखीम गटातील घटकातील संवाद वाढवून त्यांचे लसीविषयी असणारे गैरसमज दूर करणे, प्रभावीपणे लस संसाधनांचा वापर करण्यास प्रोत्साहन देणे व वर्तणुकीत बदल करून आरोग्य शिक्षण आणि माहितीचा प्रसार करणे व सर्वापर्यंत लस पोहोचणे यांना यात प्राधान्य देण्यात आले. भारताने 200 कोटी लसीकरणाचे डोस पूर्ण केले व सामूहिक लसीकरणाद्वारे महामारीवर नियंत्रण मिळवून जनजीवन सामान्य करणे शासनाला शक्य झाले.





एमराईट उपक्रमाची विविध स्थानिक स्वयंसेवी संस्थांना मदत

मोमेंटमने राज्यातील विविध जिल्ह्यात लसीकरणासाठी अडथळा ठरणाऱ्या छोट्या छोट्या गोष्टींचा शोध घेत स्थानिक स्तरावरील स्वयंसेवी संस्थांचा सहभाग वाढवून त्यावर मात करण्याचा प्रयत्न केला. यामध्ये मराठा ग्रामीण विकास संस्था, हेलपएज इंडिया, शांता मेमोरियल सेंटर, ट्रान्सपोर्ट काॅर्पोरेशन ऑफ इंडिया, व्हाय आर सेंटर फॉर एड्स रिसर्च, दि लेप्रसी मिशन ट्रस्ट इंडिया अशा संस्थांच्या मदतीने महाराष्ट्रातील 18 जिल्ह्यांमध्ये लसीकरणाबाबतच्या जनजागृतीचे व वर्तणुकीत बदल घडवून आणण्यासाठीचे प्रयत्न केले. लोकसहभागातून लसीकरण करण्यासाठी राज्य शासनाच्या वतीने व स्वयंसेवी संस्थांच्या वतीने समन्वय साधत कार्य केले व भागीदारीने नेतृत्व करीत लसीकरणासाठी लोकांना प्रेरित करून सांघिक भावनेने कार्य केले. यात महाराष्ट्र औद्योगिक विकास महामंडळ, महिला व बालविकास विभाग, एनएसएस, एनसीसी, नेहरू युवा केंद्र, महाराष्ट्र एड्स कंट्रोल सोसायटी, मुंबई, जिल्हा एड्स कंट्रोल सोसायटी, जिल्हा एड्स प्रतिबंध आणि नियंत्रण युनिट, महाराष्ट्र राज्य मार्ग परिवहन महामंडळ, राज्यातील प्राथमिक आरोग्य केंद्र, शासकीय महाविद्यालय तसेच काही काॅर्पोरेट सहयोगी जसे सन फार्मा, गोदरेज, एबीडी, युनायटेड स्पिरिट्स रेमंड, वॉटसन, फार्मा ग्रुप प्रायव्हेट लिमिटेड, वेरॉक इंजीनियरिंग या संस्थांनी इतर स्वयंसेवी संस्थांना सोबत घेत काम केले व सर्वांनी मिळून सांघिक भावनेने कोरोना या महामारीला नियंत्रित ठेवण्यासाठी लसीकरण वाढविण्यावर भर दिला.

विशेष घटकावर लक्ष:

समुदायातील विशेष घटकांवर लक्ष देणे आवश्यक होते कारण प्रत्येक घटकाचे वेगवेगळे प्रश्न होते. त्यासाठी त्यावर मात करणे आवश्यक होते जसे की स्थलांतरित कामगार, अमली पदार्थांचे व्यसनी असलेले, वेश्याव्यवसाय करणाऱ्या महिला, कामगार, आदिवासी, शारीरिक दृष्ट्या अपंग, वृद्धाश्रमातील रहिवासी, वीट भट्टी आणि ऊस तोडणी कामगार इत्यादींचे प्रश्न वेगवेगळे होते. या घटकांवर विशेष लक्ष करून व शास्त्रीय पद्धतीने मार्ग शोधत महाराष्ट्रात 0.5 दशलक्ष असुरक्षित लोकसंख्येलाही लसीकरणामध्ये समाविष्ट केले.

लोकसहभागातून लसीकरण:

शासन, जनता, स्वयंसेवी संस्था व विविध उद्योग क्षेत्रातील काम करणाऱ्या व सामाजिक जबाबदारी सांभाळणाऱ्या संस्था यांच्या सांघिक भावनेने लसीकरण करणे शक्य झाले. जगातील सर्वात मोठी लसीकरण मोहीम या माध्यमातून शासनाला राबविणे शक्य झाली. यात युएसएडसारख्या आंतरराष्ट्रीय संस्थांचाही सहभाग हा फारच महत्त्वाचा असा आहे. लोकांना लसीकरणाविषयी जागृत करणे व लसीकरणाचे फायदे लोकांना पटवून देणे, यासाठी लोकसहभाग हा फारच महत्त्वाचा असा घटक आहे. लोकसहभागाशिवाय कुठलाही सामाजिक उपक्रम यशस्वी होत नसल्यामुळे याला प्राधान्य देणे आवश्यक ठरते.

एमराईट उपक्रमाचे राज्यात 18 जिल्ह्यात कार्य:

एमराईट उपक्रमाने राज्यातील 18 जिल्ह्यातील स्वयंसेवी संस्थांच्या माध्यमातून कोविड लसीकरणासाठी कार्य केले. लाभार्थ्यांना शासकीय संस्थेत आणून लसीकरण करण्यासाठी विशेष प्रयत्न केले. विशेष घटकाच्या आवश्यकतेनुसार व त्यावर मात करण्याचा कारणांचा विचार करीत सहभाग करून घेऊन त्यावर उत्तर शोधून प्रश्न सोडवण्याचा विशेष प्रयत्न केला. एमराईट उपक्रमाची विविध क्षेत्रात तज्ज्ञ असलेली टीम यासाठी विशेष प्रयत्नशील राहिली. त्यासाठी या सर्वांचे मनोबल फारच महत्त्वाचे ठरले.

समाज माध्यमांचा सहभाग:

कोविडच्या काळात समाज माध्यमांचा वापर हा लसीकरणाविषयीचे संदेश समाज समाजापर्यंत पोहोचविण्यासाठी फारच प्रभावी ठरला. लोकांमधील भीती, गैरसमज कमी करण्यासाठी आरोग्य शिक्षण आणि संवाद हा मार्ग संवाद प्रभावी असा होता. यासाठी अधिक जलद गतीने संवाद घडण्याच्या दृष्टीने प्रयत्न केले गेले. यासाठी एमराईट उपक्रमाने संवाद क्षेत्रातील तज्ज्ञ व्यक्तीची नियुक्ती करून राज्य शासनाच्या अधिकृत अशा चॅनलवरून समाजामध्ये लसीकरणाविषयी घडणाऱ्या घटनांचे प्रतिनिधित्व समाजासमोर सादर केले. त्यामुळे समाजाची लसीकरणाबाबतची विश्वासाहता वाढण्यामध्ये खूप मदत झाली. लोकांचा सहभाग वाढला, स्वयंसेवी संस्थांच्या लोकांचे मनोबल वाढले,



लसीकरण देणाऱ्या आरोग्य कर्मचाऱ्यांचा सहभाग यामुळे जास्त दिसून आला तसेच धोकादायक घटकावर लक्ष केंद्रित करून त्यांनाही या लसीकरण मोहिमेमध्ये सहभागी करून घेणे शक्य झाले. शासन, स्वयंसेवी संस्था व समाज सहभाग याचद्वारे विविध ठिकाणी लसीकरण करण्यात शासन आणि संस्था यांना शक्य झाले.

विशेष घटकासाठी विशेष लसीकरण :

समाजातील धोकादायक व लसीकरणापासून दूर असलेल्या विशेष घटकासाठी अडचणी जाणून घेऊन लसीकरण सत्रे आयोजित केली गेली. तसेच त्यांचे मतपरिवर्तन करण्यासाठी विशेष योजना आखली गेली. यामध्ये ट्रक ड्रायव्हर, अमली पदार्थे व्यसन करणारे, वेश्या व्यवसाय करणाऱ्या महिला, शारीरिकदृष्ट्या अपंग, वृद्धाश्रमातील रहिवासी, वीट भट्टीवर काम करणारे लोक, ऊस तोडणी कामगार, स्थलांतरित कामगार, आदिवासी व दुर्गम भागातील लोक यावर सामाजिक व संवाद शास्त्रीय दृष्टीने अभ्यास करून, त्यांच्या अडचणी जाणून घेऊन त्यांचा सहभाग घेत लसीकरण करण्यात आले. त्यामुळे संभाव्य धोके टाळणे शक्य झाले. राज्यात लसीकरण मोहिमेद्वारे कोविड नियंत्रणाला गती मिळाली व आरोग्य शिक्षणाद्वारे महामारीवर नियंत्रण करणे शासनाला शक्य झाले. लोकांचा सहभाग वाढून त्यांना कोविड पासून सुरक्षित ठेवण्यासाठी शासन संस्था आणि जनता यांच्या सहभागाने हे शक्य झाले.

राज्यात नियमित लसीकरणाला गती देणे आवश्यक :

लसीकरणामुळे रोगप्रतिकारक शक्ती वाढवून संभाव्य आजाराना रोखता येते. त्यामुळे बाळ जन्मल्यापासून पाच वर्षात सात वेळा सर्व लसींचे लसीकरण करणे हे आवश्यक आहे. यासाठी एमराईट उपक्रमा सारख्या संस्थांची गरज असून शासन -संस्था-जनता यांच्या समन्वयाने विविध रोगावर नियंत्रण मिळवण्यासाठी प्रयत्न करणे आवश्यक आहे. कोविड सारख्या संभाव्य लाटेचा सामना करण्याचे सामर्थ्य समाजामध्ये निर्माण करणे आवश्यक आहे. लोकसहभागातून शासन संस्था आणि जनता यांचा समन्वय निरोगी समाजाचा दृष्टीने आवश्यक आहे. शासन व संस्थांची ती एक सामूहिक जबाबदारी असून सामाजिक दृष्टीने महत्त्वाची जबाबदारी आहे.

सर्व वैश्विक समाजाला सुरक्षित करण्यासाठी नियमित लसीकरणावर भर देऊन नियमित लसीकरण ही मोहीम 100% यशस्वी करणे हे प्रत्येक राष्ट्राच्या दृष्टीने व वैश्विक आरोग्याच्या दृष्टीने महत्त्वपूर्ण अशी बाब आहे. शासन, संस्था आणि जनता यांचे लोकसहभागी प्रयत्न निरोगी समाज घडवण्यासाठी नक्कीच प्रेरणादायी ठरतात, याचा अनुभव या कोविड काळात सर्वांनी घेतलेला आहे.

मोमेंटम रुटीन इम्युनायझेशन ट्रान्सफॉर्मेशन अँड इक्विटी यांसारख्या उपक्रमांना नियमित लसीकरणांमध्ये सहभागी करून घेणे, तसेच स्थानिक स्वयंसेवी संस्थांचा अनुभव व त्यांचा ठिकाणी असणारा संपर्क यांचा शास्त्रीय दृष्टीने विचार करून या घटकांना प्राधान्य देणे क्रमप्राप्त आहे.



संस्थात्मक प्रसूतीमध्ये वाढ होण्याकरिता राज्यातील 10 तालुक्यांमध्ये नाविन्यपूर्ण योजना

डॉ. अनिरुद्ध देशपांडे

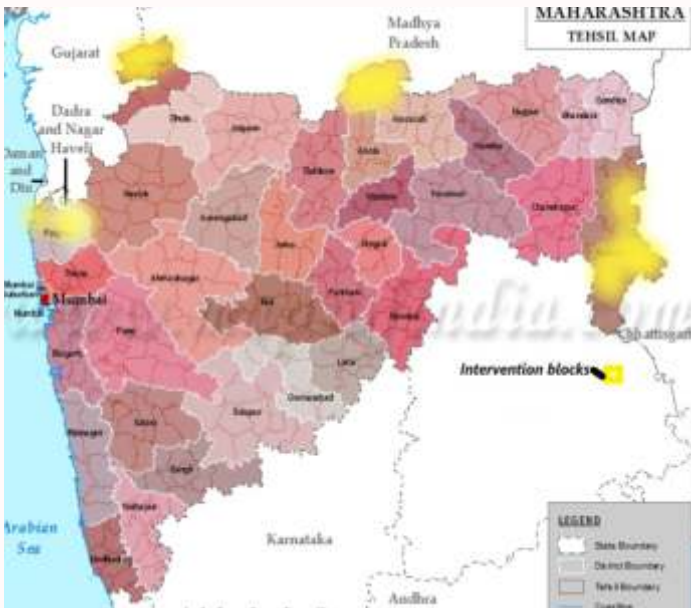
सहाय्यक संचालक तथा प्र. उपसंचालक,
राज्य आरोग्य शिक्षण व संपर्क विभाग, पुणे.

महाराष्ट्रात, पोहोचण्यास कठीण असलेल्या अती दुर्गम आदिवासी जिल्ह्यांतील काही भागांमध्ये वाहतूक आणि दळणवळण सेवांच्या अनुपलब्धतेमुळे होम डिलिव्हरीचे प्रमाण जास्त आहे. बऱ्याच वेळा जुन्या रूढी-परंपरामुळे घरी प्रसूती केली जात आहे. डॉक्टर किंवा प्रशिक्षित कर्मचाऱ्यांच्या देखरेखीखाली प्रसूती होत नसल्याने आई आणि नवजात बाळाच्या जीवाला धोका निर्माण होऊ शकतो. राज्यात घरी होणाऱ्या प्रसूतीचे प्रमाण 1% आहे. बहुतांश घरी होणाऱ्या प्रसूतीचे प्रमाण प्रामुख्याने भामरागड, एटापल्ली, धानोरा, अहेरी, धारणी, चिखलदरा, अक्कलकुवा, घडगाव, डहाणू व जव्हार या तालुक्यांमध्ये जास्त असल्याचे दिसून येते. प्रसूतीमध्ये गुंतागुंतीचे प्रमाण वाढून माता मृत्यु व अर्भक मृत्यु होण्याचे प्रमाण घरी होणाऱ्या प्रसूतीमध्ये जास्त असल्याचे आढळून येते. त्याकारणाने संस्थात्मक प्रसूतीचे प्रमाण वाढविण्यासाठी राज्यातील 4 जिल्ह्यांतील 10 आदिवासी तालुका अंतर्गत नाविन्यपूर्ण योजना राबविण्यात येत आहे.

उद्दीष्ट : संस्थात्मक प्रसूतीचे प्रमाण वाढविणे.

अंमलबजावणी करण्यात येणा-या तालुक्यांची नावे

राज्यातील 4 जिल्ह्यांतील 10 आदिवासी तालुका अंतर्गत जिल्हा गडचिरोली - भामरागड, एटापल्ली, धानोरा व अहेरी, जिल्हा अमरावती- धारणी, चिखलदरा, जिल्हा पालघर डहाणू, जव्हार, जिल्हा नंदुरबार - अक्कलकुवा, घडगाव तालुक्यातील सर्व गावामध्ये / पाडयातील आशा कार्यकर्तीकडे



प्रसूती झालेल्या लाभार्थ्यांशी संवाद साधताना डॉ. अनिरुद्ध देशपांडे, सहाय्यक संचालक, तथा प्र. उपसंचालक, राज्य आरोग्य शिक्षण व संपर्क विभाग पुणे.

पुढील माहिती उपलब्ध राहिल ह्याची दक्षता घेण्यात येते. तसेच ती माहिती दरमहा अद्ययावत केली जाते.

- गाव किंवा पाडयाचे नाव
- लोकसंख्या व अपेक्षित प्रसूती संख्या
- गावातील आशा व अंगणवाडी सेविका व सर्व दाई यांचे नाव व संपर्क क्रमांक
- गावातील पाडयातील चारचाकी वाहन मालकाचे नाव व क्रमांक/
- जवळच्या उपकेंद्रातील ANM चे नाव व संपर्क क्रमांक
- जवळच्या प्रा.आ.केंद्रातील MO व ANM चे नाव व संपर्क क्रमांक
- 102 रुग्णवाहिका चालकाचे नाव व संपर्क क्रमांक
- जवळचे ग्रामीण रुग्णालयाचे नाव व कार्यरत MSचे नाव व संपर्क क्रमांक

ज्या गावात/पाडयात घरी होणा-या प्रसूतीचे प्रमाण जास्त आहे तेथील प्रत्येक प्रसूतीची EDD/EPD नुसार गाव / पाडयानिहाय नोंदवही वैद्यकीय अधिकारी प्राथमिक आरोग्य केंद्र यांच्याकडे उपलब्ध असते. प्रसूती जोखीमीची असल्यास गरोदर मातेला जवळच्या ग्रामीण रुग्णालयात प्रसूतीसाठी संदर्भित करण्यात येते. अती दुर्गम भागातील प्रसूतीची तारीख जवळ आलेल्या गरोदर मातेला EDD (Expected Date of Delivery) च्या तीन ते पाच दिवस आधी आशा कार्यकर्तीकडून माहेर घरामध्ये भर्ती करण्यात येते.

संस्थात्मक प्रसूतीमध्ये वाढ होण्याकरिता पुढील बाबींसाठी निधी वितरीत करण्यात येतो.



कार्यक्रम जनजागृती:

निवडलेल्या तालुक्यांमध्ये संस्थात्मक प्रसूतीमध्ये वाढ करण्याच्या दृष्टीने IEC साठी (प्रचार व प्रसार साहित्य छपाई साठी) रक्कम रु. 1 लाख प्रति तालुका इतके अनुदान मंजूर आहे. व्यापक जनजागृती करण्यासाठी स्थानिक स्तरावरील सामाजिक कार्यकर्ते, पुढारी, महिला बचत गट, धार्मिक नेते यांना सहभागी करण्यात आलेले आहे.

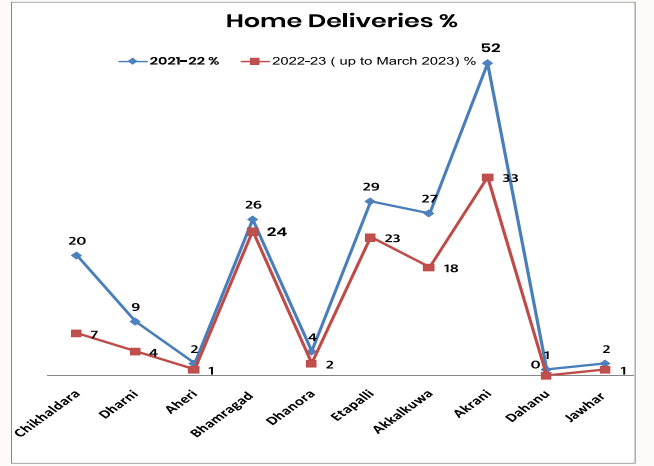
पुढील आलेखाचे अवलोकन केले असता "Promotion of Institutional Deliveries" या नावीन्यपूर्ण योजनेमुळे ज्या अती दुर्गम आदिवासी जिल्हांत ही योजना राबविली जात आहे त्या ठिकाणी संस्थात्मक प्रसूतीमध्ये वाढ झाल्याची दिसून येते आणि घरी होणाऱ्या प्रसूतीचे प्रमाण कमी झालेले दिसून येते.

आशा कार्यकर्ती यांना आपत्कालीन परिस्थितीत परिवहन निधी:

गरोदर मातेस प्रसूतीच्या दरम्यान 102/108 मोफत रुग्णवाहिका उपलब्ध न झाल्यास मातेला रुग्णालयात घेऊन जाण्यासाठी आशा कार्यकर्तींना (नमुनात्मक रक्कम रुपये 1000/-) निधी येते.

संस्थात्मक प्रसूतीमध्ये वाढ होण्यासाठी बैठक:

दर 3 महिन्याला घरी होणा-या प्रसूतीचे अन्वेषण करण्याकरिता जिल्हा परिषदेचे मुख्य कार्यकारी अधिकारी यांच्या मार्गदर्शनाखाली आढावा बैठक घेण्यात येऊन घरी होणा-या प्रसूती टाळण्यासाठी मुदयांवर आधारीत शिफारशी करून घरी होणाऱ्या प्रसूतीचे प्रमाण प्रतिबंध करण्यासाठी उपाययोजना करण्यात येतात.



रुग्णालयातच करा प्रसूती, मिळे सुरक्षित बाळाची शोश्वती

प्रसूती केवळ रुग्णालयातच करा

प्रसूती नर्स किंवा डॉक्टरांकडूनच करून घ्या

प्रसूतीनंतर माता आणि बाळाला किमान 48 तासांसाठी वैद्यकीय देखरेखीखाली ठेवावे.

सर्व महिलांसाठी सुरक्षित प्रसूतीची सुविधा आपल्या शहरातील कार्यक्षेत्रातील आयुज्जान भारत-आरोग्यवर्धिनी केंद्रामध्ये मोफत उपलब्ध आहे.



दर्जेदार आरोग्य सेवेसाठी जनतेबरोबर सुसंवाद महत्वाचा

श्री. दिलीप स्वामी | मुख्य कार्यकारी अधिकारी,
जिल्हा परिषद, सोलापूर

ग्रामीण भागातील आरोग्य सेवेचा दर्जा वाढविण्यासाठी आरोग्य अधिकारी व कर्मचारी यांचा ग्रामीण जनतेशी सुसंवाद वाढण्याची गरज लक्षात घेऊन जिल्हा परिषदेचे मुख्य कार्यकारी अधिकारी दिलीप स्वामी यांच्या संकल्पनेतून आणि जिल्हा आरोग्य अधिकारी डॉ. सोनिया बागडे यांच्या मार्गदर्शनाखाली *सोलापूर जिल्ह्यातील आरोग्य पर्यवेक्षक आणि आरोग्य सहाय्यक यांची *संवाद कौशल्य व व्यक्तीमत्त्व विकास कार्यशाळा जिल्हा परिषदेच्या यशवंतराव चव्हाण सभागृहात आयोजित करण्यात आली होती. या कार्यशाळेत विविध व्याख्यात्यांनी विविध विषयांवर मार्गदर्शन केले. सुरुवातीला मान्यवरांच्या हस्ते धन्यंतरी पूजन करून कार्यशाळेचे उद्घाटन करण्यात आले. धन्यंतरी पूजनानंतर धन्यंतरी स्तवनाचे गायन करण्यात आले. गटप्रवर्तक रंजना सपकाळ यांनी स्वागत गीत सादर केले. मान्यवरांच्या स्वागतानंतर कार्यशाळेस सुरुवात करण्यात आली.

यावेळी अध्यक्षस्थानावरून बोलताना सीईओ स्वामी म्हणाले की या उपक्रमासाठी शासनस्तरावरून किंवा वरिष्ठस्तरावरून आदेश नाहीतर आपल्या जिल्ह्यातील आरोग्य सेवा दर्जेदार व्हावी, अधिकारी व कर्मचारी यांच्यात सुसंवाद वाढावा यासाठी एक प्रयत्न म्हणून हा प्रपंच. आरोग्य सेवा देताना रुग्णांच्या भावनांना प्रतिसाद द्या, त्यांचे ऐकून घ्या. ग्रामस्थ आणि तुमच्यातील सुसंवाद वाढला तर विश्वास निर्माण होईल. आपले शासकीय कर्तव्य पार पाडताना स्वतःकडे व स्वतःच्या आरोग्याकडे लक्ष द्या. सशक्त शरीरात एक सशक्त मन राहतं आणि सशक्त मनाने तुम्ही येणाऱ्या प्रत्येक आव्हानांना सक्षमपणे सामोरे जाऊ. जनतेबरोबरच आपले सहकारी अधिकारी व कर्मचाऱ्यांशीही सुसंवाद वाढावा. आरोग्य सेवेविषयी ज्या काही तक्रारी प्राप्त होतात त्यातील बहुतेक तक्रारी विसंवादांमुळेच निर्माण झाल्या असल्याचे निदर्शनास आले आहे. जे आवश्यक आहे तेवढंच बोला, बोलण्याची पद्धत साधी व सौम्य ठेवा.

येणाऱ्या आषाढी वारीच्या निमित्ताने वारकऱ्यांना आरोग्य सेवा देताना विठ्ठलाची सेवा करण्याचे भाग्य आपणांस मिळाले आहे या भावनेतून काम करा या कडे काम म्हणून न पाहता सेवा म्हणून पहा. स्वतःच्या आंतरिक समाधानासाठी काम करत रहा म्हणजे कामाचे ओझे वाटणार नाही. संवाद कौशल्य व व्यक्तीमत्त्व विकास या विषयावर बोलताना व्याख्याते जिवराज खोबरे म्हणाले की आरोग्य सहाय्यकांचे जॉब चार्ट पाहिला तर असे जाणवले की समाजात या संवर्गाला फार मोठी सेवा करण्याची संधी मिळाली आहे. विविध जाती-धर्म, मानसिकता, डोक्यात ना ना समज गैरसमज, श्रद्धा-अंधश्रद्धा डोक्यात घेऊन आलेल्या मंडळींना तुम्हाला सामोरे जावे लागते. या सर्वांशी सुसंवाद साधनं



आरोग्य पर्यवेक्षक व आरोग्य सहाय्यकांच्या संवाद कौशल्य व व्यक्तीमत्त्व विकास कार्यशाळेत मार्गदर्शन.

म्हणजे दिव्य आहे. यासाठी ध्यानधारणा व व्यायामाकडे लक्ष द्या. यासाठी स्वतःशीच अगोदर संवाद साधा. स्वतःशी संवाद साधता आला तरच तुम्ही इतरांशी संवाद साधू शकता.

यावेळी बोलताना जिल्हा आरोग्य अधिकारी डॉ. सोनिया बागडे म्हणाल्या की आरोग्य सहाय्यकांचे महत्वाचे काम म्हणजे उपकेंद्र स्तरावरील आरोग्य कर्मचारी आणि वैद्यकीय अधिकारी यांच्यात दुवा साधणे. नवनियुक्त कर्मचाऱ्यांना समजून घेवून त्यांना आरोग्य सेवेविषयी मार्गदर्शन करा. महत्वाचे म्हणजे मुलींच्या जन्माचा टक्का न वाढण्यामागे लोकांशी संवाद साधण्यात आपण कमी पडतो हेच कारण आहे. यावेळी जिल्हा शल्य चिकित्सक डॉ. धनंजय पाटील यांनी स्त्री भ्रुण प्रतिबंधक कायदा यावर मार्गदर्शन केले. मानसोपचार तज्ज्ञ डॉ. पाटणकर यांचे ताणतणाव मुक्ती व आरोग्य रक्षण यावर मार्गदर्शन झाले. सहा. जिल्हा शल्य चिकित्सक डॉ. श्रीकांत कुलकर्णी यांचे महत्वाच्या योजना व अंमलबजावणी यावर मार्गदर्शन झाले.

साथरोग विज्ञान व उद्रेक या विषयावर डॉ. बिरुदेव दुधभाते सहाय्यक जिल्हा आरोग्य अधिकारी यांनी मार्गदर्शन केले.

प्राथमिक आरोग्य केंद्र सक्षमीकरण, सादरीकरण व बौद्धिक खेळ यावर जिल्हा आयुष्य अधिकारी डॉ. विलास सरवदे यांनी मार्गदर्शन केले.

कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक जिल्हा माताबाल संगोपन अधिकारी डॉ. अनिरुद्ध पिंपळे यांनी केले तर सुत्रसंचलन डॉ. विलास सरवदे यांनी केले तर आभार प्रदर्शन वैद्यकीय अधिकारी जिल्हा प्रशिक्षण पथक डॉ. संगीता सोनवणे यांनी मानले.

यावेळी सहाय्यक संचालक कृष्णरोग डॉ. मोहन शेगार व आरोग्य विभागातील सर्व अधिकारी व कर्मचारी उपस्थित होते.

‘स्वच्छ वारी-सुंदर वारी’ स्वच्छता दिंडीचा शुभारंभ

आषाढी एकादशी निमित्त पंढरपूरच्या दिशेने मार्गक्रमण करणाऱ्या वारीमध्ये स्वच्छता दिंडी शुभारंभ आणि संत गाडगेबाबा ग्रामस्वच्छता अभियान अंतर्गत विभागस्तरीय पारितोषिक वितरण समारंभ मा. गिरीश महाजन, मंत्री, ग्रामविकास व पंचायत राज, वैद्यकीय शिक्षण, क्रीडा व युवा कल्याण, महाराष्ट्र राज्य यांच्या हस्ते दि. 14 जून रोजी संपन्न झाला.

यावेळी मा. श्री सुनील कांबळे, विधानसभा सदस्य, माननीय श्री सौरभ राव, (भाप्रसे) विभागीय आयुक्त, पुणे विभाग, पुणे, डॉ. राजेश देशमुख, (भाप्रसे) जिल्हाधिकारी तथा जिल्हा दंडाधिकारी पुणे, मा. श्री चंद्रकांत वाघमारे, मुख्य कार्यकारी अधिकारी, जिल्हा परिषद पुणे, डॉ. राधाकिशन पवार, उपसंचालक, आरोग्य सेवा, पुणे मंडळ पुणे, डॉ. रामचंद्र हंकारे, जिल्हा आरोग्य अधिकारी, जिल्हा परिषद पुणे, डॉ. नागनाथ येमपल्ले, जिल्हा शल्य चिकित्सक, जिल्हा रुग्णालय औंध, तसेच इतर सन्माननीय पदाधिकारी आणि अधिकारी यांच्या उपस्थितीमध्ये सदरचा कार्यक्रम पार पडला.

‘स्वच्छ वारी-सुंदर वारी’ स्वच्छता दिंडीचा, आरोग्य विभाग जिल्हा परिषद पुणे, पाणी पुरवठा व स्वच्छता विभाग जिल्हा परिषद पुणे, सार्वजनिक आरोग्य विभाग यांच्या वतीने दोन्ही पालखी मार्गावर कार्यरत राहण्यासाठी

स्वतंत्र कलापथकांच्या सह अद्यावत असणाऱ्या सहा चित्ररथांचे उद्घाटन करण्यात आले, पालखी मार्गावर कार्यरत असणारे आरोग्य दूत यांच्या बाईक अॅम्बुलन्सला उद्घाटना अंतर्गत हिरवा झेंडा दाखवून पालखी मार्गावर मार्गस्थ करण्यात आले. सदरचा उद्घाटन व शुभारंभ सोहळा विधान भवन, पुणे येथे संपन्न झाला.

संत श्रेष्ठ श्री संत ज्ञानेश्वर महाराज व जगद्गुरु श्री संत तुकाराम महाराज आषाढी यात्रा पालखी सोहळा 2023 अंतर्गत पुणे ते पंढरपूर या पालखी सोहळ्याच्या मार्गक्रमाणा वेळी भाविकांना दिल्या जाणाऱ्या जिल्हा परिषद पुणे अंतर जिल्हा परिषदेच्या वतीने उभारण्यात आलेल्या मौजे झेंडेवाडी येथील, सुसज्ज व अत्याधुनिक 2 कार्डीयाक बेड व 8 इतर बेड असे एकूण 10 बेड चे तज्ञ डॉक्टर , नर्स , व आरोग्य कर्मचारी कार्यरत मनुष्यबळ यासह इतर बाबींची माहिती घेण्यात आली. यावेळी माननीय सौरभ राव विभागीय आयुक्त पुणे विभाग पुणे यांनी मान्यवरांचे स्वागत करून उत्कृष्ट पद्धतीने पालखी मार्गावर करण्यात येणाऱ्या उपाययोजनांबाबत माहिती देऊन आरोग्य सेवा सुविधांचे विषयक सादरीकरण केले.

उत्कृष्ट पद्धतीने करण्यात आलेल्या योजनांबाबत मंत्री महोदयांनी समाधान व्यक्त केले



ग्रामस्वच्छता अभियानांतर्गत मा. गिरीश महाजन यांच्या हस्ते पारितोषिक वितरण

हवामान बदल आणि त्याचे आरोग्यावर होणारे परिणाम : एक दृष्टिक्षेप

डॉ. रीतू परचुरे
प्रयास आरोग्य गट, पुणे.

'उन्हाळे लागणं', 'थंडी बाघणं', 'उष्माघात' असे आपले रोजच्या बोलण्यातले काही शब्द हवामानाचा आरोग्याशी असलेला संबंध नेमकेपणाने दाखवून देतात. एखाद्या दिवसाच्या थंडी-वारा उन्हाच्या स्थितीशी जोडलेल्या आपल्या अनुभवांवर हे शब्द बेतलेले आहेत. त्यामुळे कदाचित, काही दिवस क्विया महीने अशा छोट्या कालावधीच्या हवामानापुरते ते मर्यादित आहेत. पण कमी अधिक वेगाने वर्षानुवर्ष होत राहणाऱ्या हवामानातल्या बदलाचाही आरोग्यावर परिणाम होत असतो. व्यक्तिगत पातळीच्या अनुभवांवरून त्याचा अंदाज लावणं हे मोठं अवघड होऊ बसतं.

हवामानात बऱ्याच मोठ्या कालावधी दरम्यान (30 किंवा अधिक वर्ष) झालेल्या बदलाला 'हवामान बदल किंवा इंग्रजी भाषेत 'क्लायमेट चेंज' म्हणतात. सध्याच्या काळात हा शब्द आपण वारंवार ऐकतो आहोत. डिझेल, पेट्रोल, कोळसा, इ. इंधनांचा वापर मागच्या शतकात खूप वेगाने वाढला. जेव्हा ही इंधने जाळली गेली तेव्हा त्यातून कार्बन डायऑक्साइड, नायट्रोजन ऑक्साईड, मिथेन यासारखे वायु मोठ्या प्रमाणात हवेत सोडले गेले. पृथ्वीभोवतालच्या वातावरणातलं या वायूंचे प्रमाण वाढलं आणि वायूंनी शोषलेली उष्णता वातावरणात साठून राहिली. याला हरितगृह परिणाम असं म्हणतात. त्यामुळे आधीच्या तुलनेत गेल्या 100 वर्षात पृथ्वीच्या पृष्ठभागाचे तापमान जास्त वेगाने वाढले (ज्याला ग्लोबल वॉर्मिंग म्हणतात). तापमानात वाढ झाल्यामुळे हवेतली आर्द्रता, पावसाचे प्रमाण यांच्यात बदल होतो. निसर्गाचे चक्र बदलतं. अति उष्णतेचे दिवस वाढणं, किमान आणि कमाल तापमानात वाढ, पावसाचे दिवस कमी पण जेव्हा पडेल तेव्हा अतिशय जास्त पाऊस, खूप जास्त थंडी किंवा अजिबातच थंडी नाही, आलटून-पालटून कोरडा आणि ओला दुष्काळ या गोष्टी घडायला लागतात. अति उष्णतेमुळे जंगलांत वणवे पेटणे, समुद्राच्या पाण्याची पातळी वाढणे, हिमनग वितळायला लागणे याही गोष्टी घडतात.

यातल्या बऱ्याचशा गोष्टी आपण आपल्या राज्यात देखील अनुभवतो आहोत. गेल्या काही वर्षात महाराष्ट्रात उन्हाळ्याची तीव्रता वाढली आहे. या बाबतीत मागच्या शतकातले विक्रम मोडीत निघत आहेत. लागोपाठच्या वर्षांमध्ये कोल्हापूर, चिपळूण, सांगली या ठिकाणी अति पावसामुळे महाकाय पूर आले. नैसर्गिक आपत्ती पूर्वीही येत होत्या. पण हवामान बदलामुळे या घटना घडण्याची वारंवारिता आणि त्यांची तीव्रता वाढलीये. उन्हाळा पावसाळा थंडी हे

ऋतू ठराविक महिन्याला सुरु होतात आणि संपतात, ही गोष्ट इतिहासजमा हॉर्डल की काय अशी भीती वाटावी इतकं निसर्गचक्र बिनसलयं. कधी कधी तर सकाळी पाऊस, दुपारी खूप कडक ऊन आणि रात्री चांगलीच थंडी असे एका दिवसाला सगळे ऋतूही आपल्याला अनुभवायला मिळताहेत!

या सगळ्याचा आरोग्यावर परिणाम होणारच. त्यातले काही परिणाम थेट आणि लगेच जाणवतील. उदा. वारंवार येणाऱ्या तीव्र उन्हाळ्याच्या लाटांमुळे उष्माघाताच्या पेशंटची संख्या वाढू शकते. पण यापलीकडेही बरेचसे परिणाम असे असतील जे अप्रत्यक्षरीत्या आर्थिक सामाजिक भौगोलिक परिस्थितीशी जोडलेल्या विविध घटकांच्या साखळी प्रक्रियेतून होत राहतील. काहीसा जोर का झटक्या धीरे से लगे' सारखा हा प्रकार. हे परिणाम काय आहेत, त्याच्या मागची कारणमीमांसा काय आहे हे समजून घ्यायचं असेल तर वैयक्तिक अनुभवांच्या पलीकडे जाऊन, शास्त्रीय माहितीचा, आकडेवारीचा आधार घ्यायला लागेल. त्याबद्दल थोडं अधिक जाणून घेऊ या.

हवामान बदलामुळे आरोग्यावर होणारे काही प्रत्यक्ष परिणाम

उष्णतेच्या लाटा किंवा तीव्र उष्णता यामुळे होणारे मृत्यू याबद्दल आपण पेपरमध्ये टीव्हीवर ऐकतो. याला उष्माघातामुळे होणारे मृत्यू असंही म्हटल जात. बाहेरचे तापमान प्रमाणाबाहेर वाढलं. पुरेसं पाणी मिळालं नाही आणि इतर काळजी घेता आली नाही, तर शरीराचे तापमान संतुलित राखण्याला मर्यादा पडतात. शरीराचे अंतर्गत तापमान जर 40 अंश से. पर्यंत वाढले तर अवयव निकामी होणे, शुद्ध हरपणे अशा गोष्टी होतात. वेळेवर उपचार मिळाले नाहीत तर मृत्यू होऊ शकतो. बाहेरच्या उन्हात कष्टाचे काम करणाऱ्यांमध्ये उष्माघाताचे मृत्यू होण्याची शक्यता जास्त आहे.

उष्णतेचे इतरही परिणाम आहेत. शरीराचे तापमान 38 डिग्री सेल्सिअस इतके वाढले तर त्यामुळे थकवा येणे, घशाला शोष पडणे, आकलनशक्तीवर परिणाम होणे अशाही गोष्टी घडतात. काम करायची, उत्पादनाची क्षमता कमी झाल्यामुळे आर्थिक नुकसान होते. भारतात आणि भारताबाहेर झालेल्या काही अभ्यासांमध्ये असं दिसून आलंय की उष्णतेची तीव्र लाट येऊन गेल्यानंतर काही शहरांमध्ये हृदयविकारामुळे होणाऱ्या मृत्यूच्या प्रमाणात वाढ झाली. शरीराचे तापमान नियंत्रित राखण्याच्या क्रियेत रक्ताभिसरण वाढून त्याचा हृदयावर ताण येतो. त्यातून हार्ट अटकचा धोका वाढतो. विशेषतः वयस्कर लोकांमध्ये, ज्यांना हृदयविकार, डायबेटीस,

रक्तदाब यासारखे आजार आहेत त्यांना अश्या प्रकारचा त्रास होऊ शकतो. तसंच तीव्र उन्हाळ्यामुळे शरीरातील पाण्याचं प्रमाण प्रमाण कमी होतं. पुरेसे पाणी न पिल्याने मूत्रपिंडाच्या आजारांची शक्यता बळावते. पूर, चक्रीवादळ यासारख्या आपत्ती मध्ये अपघात, मृत्यू यांची भीती तर असतेच.

हवामान बदलामुळे आरोग्यावर होणारे काही अप्रत्यक्ष परिणाम

नैसर्गिक दुर्घटना, सततचा दुष्काळ, स्थलांतरण या घटनांचा मानसिक आरोग्यावर खोलवर परिणाम होऊ शकतो. दुष्काळामुळे कर्जबाजारी होऊन आत्महत्या केल्याच्या घटना आपण पेपरमध्ये नेहमी वाचतो. एखाद्या मोठ्या अचानक उद्भवलेल्या नैसर्गिक आपत्तीनंतर अनेकांना संकटानंतर येणाऱ्या मानसिक तणावाला तोंड द्याव लागत.

हवामान बदलामुळे आपल्या परिसरातले प्राणी, वनस्पती, कीटक यांच्यातही बदल होत असतात. कीटकांना टिकून राहण्यासारखी परिस्थिती निर्माण झाली तर कीटकांमुळे येणाऱ्या साथीच्या आजारांचे प्रमाण वाढते. उदाहरणार्थ एखाद्या भागातले तापमान, आर्द्रता, पावसाचे प्रमाण बदलल्यामुळे त्या भागातल्या डासांच्या पैदाशीत वाढ होऊ शकते. डासातून पसरणाऱ्या संसर्गजन्य आजारांचा (डेंग्यू, मलेरिया, चिकुनगुन्या) प्रादुर्भाव वाढतो. थंड हवेच्या ठिकाणांमध्ये सहसा डासातून पसरणाऱ्या आजारांचे प्रमाण कमी असतं. कारण डासांच्या वाढीसाठी थंड हवामान पोषक नसतं. या ठिकाणांच तापमान जर हवामान बदलामुळे हळूहळू वाढत जाणार असेल ते डासांच्या वाढीसाठी पोषक ठरू शकत. मलेरिया, डेंग्यू, चिकन गुण्या यासारख्या आजारांच्या साथी या ठिकाणी नव्याने सुरु होऊ शकतात.

पूर ओसरून गेल्यानंतर पाण्यातून पसरणाऱ्या आजारांच्या साथी येण्याची शक्यता असते. अलीकडच्या काळात मुंबईमध्ये अति पावसानंतर लेष्टोस्पायरा या जंतुसंसर्गाची साथ दिसून आली. लेष्टोस्पायरोसीसचे जंतू उंदरांच्या मुत्राद्वारे पसरतात. पुराच्या पाण्याबरोबर उंदीर इ प्राणी बाहुन येतात. त्यांच मूत्र पुराच्या पाण्यात मिसळले जाते. पुराचे पाणी पटकन वाहून न्यायची व्यवस्था कोलमडली असेल तर लोकांना या पाण्यातूनच वाट काढावी लागते. अशावेळी जंतूना त्वचेच्या संपर्कात यायचा वाव मिळतो व लेष्टोस्पायरोसीस हा आजार होतो. या आजाराची लक्षणे अगदी साध्या तापासारखीच असतात पण त्याचे वेळीच निदान झाले नाही तर मृत्यू सुद्धा होऊ शकतो.

हवामान बदलांचा प्रादुर्भाव पाळीव प्राण्यांमध्येही दिसतो. त्यांच्यात वेगवेगळ्या आजारांची शक्यता वाढणे, नवीन प्रकारचे आजार आढळून येणे या गोष्टी होऊ शकतात. ही आजार मग माणसांपर्यंत पोचतात. यातून झुनोटिक आजारांचा धोका वाढतो.

पिके वाहून वाळून जाणे, किडींचा प्रादुर्भाव प्राणी वनस्पती यांच्या प्रजाती नष्ट होणे किंवा त्यांची संख्या कमी होणे, अन्नधान्य वितरण साखळी विस्कळीत होणे, अन्न उत्पादनात घट या सगळ्यामुळे अन्नसुरक्षेचा प्रश्न निर्माण होतो. त्यातून कुपोषणाचा प्रश्न अधिकच उग्र होऊ शकतो.

उपजीविका धोक्यात येणे, त्यातून स्थलांतरण, शहरीकरण, बकाली वाढणे यामुळे आरोग्याचे प्रश्न अधिकाधिक गुंतागुंतीचे होत जातात.

हे सगळे परिणाम बघितले तर असं लक्षात येतं की हवामान बदलाचे आरोग्यावरील परिणाम सर्वदूर. सर्वगामी आहेत. सध्या आरोग्य विभाग राबवत असलेल्या प्रत्येक आरोग्याच्या कार्यक्रमाशी ते संबंधित आहेत. हे परिणाम वेगवेगळ्या प्रदेशासाठी, भागासाठी वेगवेगळे असू शकतात. कारण ते भौगोलिक, सामाजिक, आर्थिक परिस्थिती, आरोग्य व्यवस्थेची सोय या सगळ्या घटकांवर अवलंबून असतात. जिये आरोग्य व्यवस्थेची आणि पायाभूत सोयींची वानवा आहे. गरीबी मोठ्या प्रमाणावर आहे अशा भागांमध्ये आरोग्यावरील परिणाम अधिक तीव्रतेने जाणवणार. त्यातही वंचित घटक, स्त्रिया, लहान मुले वयोवृद्ध व्यक्ती याना सर्वाधिक फटका बसू शकतो.

आगामी काळात येऊ घातलेल्या या महाकाय आणि गुंतागुंतीच्या प्रश्नाला तोंड देण्यासाठी आरोग्य व्यवस्था तयार आहे का हा यामधला कळीचा प्रश्न आहे. या प्रश्नाचा आवाका समजून घेण्यासाठी, हे आव्हान समर्थपणे पेलण्यासाठीची तयारी अधिक परिपूर्ण करायच्या दृष्टीने त्वरित पावले उचलायला हवीत.

उन्हाघाताचा त्रास झाल्यास करावयाचे प्रथमोपचार...

त्रास झालेल्या गुलाला/गुलीला लगेच घटात/सावलीत आणावे.

हवा येण्यासाठी पंख्याचा वापर करावा.

संवेदनशील राहून त्यांचे कपडे ढेल/दिले करावेत.

पायांखाली उशी किंवा तत्सम काही ठेवून त्यांना आडवे पडायला सांगावे.

नळाच्या पाण्याने ओल्या केलेल्या पट्ट्या शरीरावर ठेवाव्यात.

मूल जागे असल्यास चारवाट साफ आणि थंड पाण्याचे घोट पाजावेत.

उलटी होत असल्यास त्यांना एका कुशीवर वळवावे. जेणेकरून ते गुदमठन जाणार नाहीत.

मूल वैशुद्ध असल्यास त्यांना झायला / प्यायला काहीही देण्याचा प्रयत्न करू नये.

सहसंचालिका रेहाना काझी आरोग्य सेवा आयुक्तालयातून बदलीने कार्यमुक्त

वैभव मोहन पाटील

कक्ष अधिकारी, अभियान संचालक कक्ष
राष्ट्रीय आरोग्य अभियान, मुंबई

आरोग्य सेवा आयुक्तालयात वित्त व प्रशासन विभागाच्या सहसंचालिका श्रीमती रेहाना काझी यांची औरंगाबाद येथे बदली झाल्याने आयुक्तालयातून मागील महिन्यात कार्यमुक्त झाल्या. मागील दीड दोन वर्षांपासून आरोग्य भवन येथे कार्यरत असणाऱ्या काझी मॅडम यांनी आरोग्य खात्यात आपल्यावर सोपवलेल्या अनेक महत्त्वपूर्ण जबाबदाऱ्यांना यथायोग्य न्याय दिला. अत्यंत प्रामाणिक, कर्तव्यनिष्ठ आणि सतत हसतमुख असणाऱ्या काझी मॅडमच्या कारकिर्दीत विभागातील अनेक प्रलंबित विषय निकाली निघाले.

तत्कालीन आरोग्य संचालिका डॉ साधना तायडे मॅडम व विद्यमान संचालक डॉ स्वप्नील लाळे सर या तांत्रिक वरिष्ठ अधिकाऱ्यांच्या बरोबर त्यांनी आरोग्य अधिकाऱ्यांच्या अतिशय क्लिष्ट अशा आस्थापनाविषयक बाबी समर्थपणे सांभाळल्या. वरिष्ठ अधिकाऱ्यांनी सोपवलेले कार्यालयीन कामकाज त्यांनी अत्यंत निष्ठेने व पारदर्शक पद्धतीने पार पाडले. वास्तविक आपल्या आजवरच्या 25 वर्षांच्या शासकीय कारकिर्दीत मराठवाड्यातील औरंगाबाद, बीड, जालना यासारख्या जिल्ह्यात कर्तव्य बजावणाऱ्या काझी मॅडमची राज्यस्तरावरील मुख्यालयी ही पहिलीच नेमणूक. मात्र त्यांचा हा नवखेपणा त्यांच्या कामकाजात कुठेही जाणवला नाही. प्रत्येक विषयाला त्यांनी आपल्या अभ्यासू व अनुभवी व्यक्तीमत्त्वाने पुरेपूर न्याय देण्याचा प्रयत्न केला.

मध्यंतरीचा काही काळ त्यांनी राष्ट्रीय आरोग्य अभियानातील वित्त संचालक पदाचीही अतिरिक्त जबाबदारी यशस्वीपणे सांभाळली. विभागातील डॉक्टरांच्या सेवाविषयक बाबी त्यांनी आपल्या अधिनस्त मोजक्या कर्मचाऱ्यांच्या मदतीने कुशलतेने हाताळल्या. 1998 साली शासकीय सेवेत रुजू झालेल्या काझी यांची वित्तसारख्या संवेदनशील विभागात आज तब्बल 25 वर्षांची सेवा झाली असून आज त्या आपल्या करकीर्दीविषयी समाधानी दिसल्या.

मुंबई येथील या नियुक्तीच्या काळात त्या आजारपणाशीही लढल्या आणि त्याचबरोबर औरंगाबाद येथे स्थायिक आपल्या कौटुंबिक कबिल्यापासूनही दुरावल्या. मात्र आता पुन्हा त्यांच्या औरंगाबादला नियुक्तीने त्यांचा हा संघर्ष नक्कीच संपुष्टात आलेला असला व त्या समाधानी असल्या तरी

त्यांच्या बदलीने विभागात एक पोकळी नक्कीच निर्माण झाली आहे. कामकाजाच्या निमित्ताने मॅडमशी दिवसभरातून अनेकदा संपर्क करावा लागला मात्र त्यांच्या वागण्यात कधीही कंटाळवणेपणा किंवा निरुत्साह जाणवला नाही.

आज त्यांची आयुक्तालयातून अनपेक्षित एक्झिट झाली. सवयीप्रमाणे त्यांना माझे 'आरोग्यमंथन' भेट देऊन निरोप दिला. मॅडमना त्यांचे भावी आयुष्य निरोगी व समाधानाचे जावो अशी मनोकामना व्यक्त करून त्यांच्या उर्वरित शासकीय कारकिर्दीसाठी मनःपूर्वक शुभेच्छा देतो.



हिवताप जनजागरण मोहीम - काळाची गरज

डॉ. महेंद्र जगताप | राज्य किटकशास्त्रज्ञ, पुणे

जगामध्ये कीटकजन्य आजारचा वाटा जवळ जवळ 17 टक्के असून दरवर्षी साधारणतः सात लाख मृत्यू होतात. त्यापैकी हिवतापामुळे दरवर्षी साधारण 247 दशलक्ष रुग्ण व सहा लाख मृत्यू होत असतात. हिवताप हा एक थंडी वाजून येणारा ताप असून या आजारामुळे जगामध्ये दर अर्ध्या सेकंदाला एक मृत्यू होत असतो. या आजाराचे सर्वाधिक प्रमाण हे आफ्रिकेमध्ये व त्यानंतर आशिया खंडामध्ये दिसून येते.

या आजारासाठी सर्वात असुरक्षित संवर्ग कुठला असेल तर तो आहे पाच वर्षाखालील बालके आणि गर्भवती महिला. हा संवर्ग या आजारासाठी सर्वात संवेदनशील असल्याने यात मृत्यूची संख्या अधिक आहे. या आजारामुळे औषधावरील खर्च वाढतो. मनुष्यबळाचा नाश होतो. देशाचे आर्थिक नुकसान होते. डासांच्या नायनाटासाठी किमती कीटकनाशकांचा वापर केला जातो. याचा दुष्परिणाम मनुष्य तसेच इतर उपयोगी कीटकांवर होतो. हे सर्व टाळण्यासाठी केंद्र शासनाने 2030 सालापर्यंत या आजाराच्या निर्मूलनाचे ध्येय ठेवलेले आहे; तर राज्याने 2027 पर्यंत निर्मूलनाचे ध्येय ठेवले आहे.

हिवतापाची लक्षणे:

या आजाराचे सर्वात महत्त्वाचे लक्षण म्हणजे,

- थंडी वाजून येणारा ताप
- हा थंडी वाजून येणारा ताप काही वेळा 24, 48, 72 तासांनी देखील येऊ शकतो
- यामध्ये थंड अवस्था म्हणजे काही लोकांना फक्त थंडीच वाजून येते, अथवा फारतर डोकेदुखी, मळमळ किंवा उलट्यांचा त्रास काहीना होतो तर काही लोकांमध्ये फक्त ताप अवस्थाच दिसून येते. यामध्ये त्वचा कोरडी पडते.
- 4. तिसरी अवस्था आहे घाम अवस्था. यामध्ये रुग्णाला घाम येऊन ताप उतरतो.
- या आजारामध्ये काही रुग्ण हे लक्षणविरहित अवस्थेमध्ये दिसून येतात. ही अवस्था आपल्या सर्वांसाठी अत्यंत धोकादायक असे लक्षणविरहीत रुग्ण हे समस्याग्रस्त भागामध्येच मोठ्या प्रमाणात दिसून येतात. त्यांना हिवतापाचे कुठलेही लक्षण दिसून येत नसल्याने अश्या रुग्णांचे निदान करणे अत्यंत अवघड होऊन जाते. तर असे रुग्ण हे समाजामध्ये कॅरियर म्हणून फिरत राहिल्याने त्या समस्याग्रस्त विभागामध्ये हिवतापाचा प्रसार होत राहतो व तेथील रुग्ण संख्या लवकर आटोक्यात येत नाही.

उपचार :

या आजारामध्ये रुग्णाला जंतूप्रकारानुसार उपचार हा PF रुग्ण असेल तर तीन दिवसाचा आणि PV रुग्ण असेल तर 14 दिवसांचा क्लोरोक्वीन व प्रायमाक्वीन या गोळ्यांचा उपचार केला जातो.

या आजाराच्या वाढीची कारणे:

लोकसंख्येची वाढ, वाढते शहरीकरण अनियमित वीज आणि पाणीपुरवठा, मनुष्य आणि डासांची जलद वाहतूक, वातावरणातील बदल विशेषतः पर्जन्य



गडचिरोली जिल्ह्यातील लाहेरी प्रा आ केंद्र अंतर्गत फोदेवाडा उपकेंद्राला हिवताप जनजागरण मोहिमेअंतर्गत भेट

तापमान आर्द्रता इ मध्ये होत असलेले बदल तसेच कीटकामधील कीटकनाशकासाठी व हिवताप परोपजीवी जंतुची औषधांबाबत वाढत असलेली प्रतिकारशक्ती यामुळे या आजाराचे प्रमाण दिवसेंदिवस वाढत असलेचे दिसून येत आहे.

आजाराचा प्रसार:

या आजाराचा प्रसार हा अनोफेलिस डासांच्या मादीपासून होतो. जगामध्ये या डासांच्या 532 प्रजाती आहेत. त्यापैकी भारतामध्ये एकूण 62 प्रजाती आढळून येतात. त्या 62 प्रजातीपैकी नऊ प्रजाति या हिवतापाचा प्रसार करणाऱ्या आहेत तर महाराष्ट्रामध्ये अॅनाफिलीस या डासांच्या तीन प्रजाती पासून हिवताप होत असतो. महाराष्ट्रामध्ये अॅनाफिलीस या डासांच्या तीन प्रजाती आहेत,

1. अनोफेलिस क्युलिसीफिसेस (Anopheles Culicifacies), - ग्रामीण भागामध्ये हिवतापाचा प्रसार करणारी प्रजाती
2. अनोफेलिस स्टीफेंसी (Anophelis Stephensii) - शहरी भागामध्ये हिवतापाचा प्रसार करणारी प्रजाती. सध्या या प्रजातीचे प्रमाण सर्वत्र वाढत आहे व ते चिंताजनक आहे कारण ही प्रजाती कुठल्याही कीटक नाशकाला दद देत नसल्याचे निदर्शनास आले आहे
3. अनोफेलिस फ्लुवातलीस (Anopheles Fluvatallis), डोंगरी तसेच जंगल भागामध्ये हिवतापाचा प्रसार करणारी प्रजाती

या डासांच्या प्रजातींच्या सवयी :

या डासांच्या जीवनशैलीचा जर विचार केला तर हा डास साचलेल्या स्वच्छ पाण्यामध्ये अंडी घालत असतो. या डासांच्या अळीचे वैशिष्ट्य म्हणजे ती पाण्याच्या पृष्ठभागावर समांतर तरंगत असते. या डासांच्या पंखावर पांढरे ठिपके असतात व हा डास भिंतीशी 45 अंशाचा कोन करून बसतो. हे डास रात्री अथवा पहाटे चावत असतात. शक्यतो गाढ झोपे मध्ये असतानाच हे डास लोकांना चावत असतात. एकदा चावल्यानंतर हा डास तीन दिवस पूर्णपणे भिंतीवर विश्रांती घेत असतो. त्यामुळे या डासांच्या प्रतिबंधासाठी आपण घरोघरी नियमित फवारणी केली जाते किंवा कीटकनाशक भारीत मच्छरदानीचा वापर केला जातो.

शासकीय यंत्रणेकडून अपेक्षा:

1. बिगर समस्याग्रस्त भागामध्ये रुग्ण आढळल्यानंतर :

बिगर समस्याग्रस्त भागामध्ये रुग्ण आढळल्यानंतर या आजारामध्ये रुग्णाच्या आजू बाजूच्या 50-100 घरामध्ये जलद ताप सर्वे करून तापाच्या रुग्णांची हिवतापासाठी तपासणी करावी तसेच किटक शास्त्रीय सर्वेक्षण करून आवश्यकता भासल्यास तेथे केंद्रित फवारणी करावी.

2. कालविलंब:

या आजारासाठी कालविलंब अत्यंत महत्त्वाचा भाग आहे हा काल विलंब म्हणजे नेमके काय ते पाहू. यासाठी रुग्णांच्या लक्षणापासून याचे संनियंत्रण तारीखवार खालीलप्रमाणे करावे लागते,

i) रुग्णाला सर्वप्रथम ताप आल्याची तारीख (onset of fever)

ii) त्याचा रक्तनमुना घेतल्याची तारीख

iii) तो रक्तनमुना तपासणी साठी कधी पाठवला ती तारीख

iv) रक्त नमुना तपासलेची तारीख

v) उपचारासाठी कळविलेची तारीख

vi) प्रत्यक्षात उपचार सुरु केलेची तारीख

या सहा तारखांचे संनियंत्रण होणे गरजेचे आहे. यामध्ये रुग्णाला सर्वप्रथम ताप आल्यानंतर तो निदानासाठी सरकारी दवाखान्यात येईल याची खात्री नाही. त्यामुळे कमीत कमी रक्त नमुना संकलित केले नंतर या वरील पाच तारखा तरी डोब्याखाली घालाव्यात. निकषानुसार हा कालावधी 24 तासापेक्षा जास्त नसावा आणि जेथे 24 तासामध्ये तपासणी होऊ शकत नाही तेथे Rapid Diagnostic Kits चा वापर करून दूषित रुग्णांना त्वरित उपचार करावा. यामध्ये विलंब झाल्यास रुग्संख्येत वाढ होण्याची शक्यता असते. त्यामुळे "लवकर निदान त्वरित संपूर्ण उपचार" (Early detection and complete Treatment EDCT) ही संकल्पना राबविण्यासाठी या तारखा अत्यंत महत्त्वाच्या आहेत.

रुग्ण बरा झाल्याची खात्री:

यामध्ये पहिल्या अथवा दुसऱ्या दिवशीचा डोस घेतल्या नंतर रुग्णाला 90 टक्के बरे वाटते. त्यामुळे रुग्ण उर्वरित समूळ उपचार घेत नाहीत. यामुळे रुग्णाच्या शरीरातील जंतूंचा नायनाट होत नाही तर काही कालावधीनंतर रुग्णाला पुन्हा पुन्हा अशी लक्षणे दिसून येतात. त्यामुळे रुग्णाच्या शरीरातील जंतूंचा पूर्णपणे नायनाट झाला आहे किंवा कसे? याची पडताळणी रुग्णाचे 7, 14, 21 आणि 28 दिवसांनी पाठपुरावा रक्त नमुना संकलन करून त्यांची तपासणी करण्यात येते.

जनतेकडून अपेक्षा :

1. ताप !!! मग तो हिवताप ही असू शकतो या म्हणी नुसार प्रत्येक ताप आलेल्या व्यक्तींनी हिवतापासाठी रक्ताची तपासणी करून घ्यावी.

2. ही रक्ताची तपासणी सरकारी संस्थेमध्ये संपूर्णपणे मोफत असून ती जगातील सर्वोत्तम तपासणी आहे. ही बाब सर्वांच्या लक्षात आणून देणेसाठी मोठ्या प्रमाणावर लोकामध्ये जनजागृती होणे गरजेचे आहे. त्यासाठी शाळा मदरसे ग्रामसभा द्वारे लोकांना अवगत केले पाहिजे

3. या तपासणीमध्ये हिवताप आजाराचे निदान झाल्यास दिलेला समूळ उपचार एकही दिवस न चुकविता तो घेणेच यावा. हा सर्वोत्तम उपचार सरकारी

दवाखान्यात पूर्णपणे मोफत आहे.

4. हा उपचार पूर्ण केले नंतर एक महिन्या नंतर पुन्हा थंडी वाजून ताप आलेस त्वरित सरकारी दवाखान्यात जाऊन योग्य तो वैद्यकीय सल्ला घ्यावा.

6. आपले वास्तव्याचे ठिकाण हे हिवतापासाठी सवेदनशील असल्यास घरोघरी होणाऱ्या फवारणीमध्ये आपल्या घरातील सर्व खोल्या फवारून घ्याव्यात तसेच मच्छरदानीचे वाटप केले असल्यास त्याचा झोपताना वापर करावा.

डासांसाठी प्रतिबंधात्मक उपाययोजना :

या आजाराचा प्रसार हा अनोफेलीस डासाच्या मादीपासून होत असल्याने या डासांची वाढ रोखणेसाठी खालील सोप्या उपाययोजना कराव्यात. या डासांना प्रतिबंध करण्यापूर्वी डासांचे जीवन चक्र समजून घेणे आवश्यक आहे. प्रत्येक डास हा दर तीन दिवसांनी 150-200 अंडी घालत असतो. या अंड्यातून एक ते दोन दिवसात अळी तयार होते. या अळीच्या चार अवस्था झाल्यानंतर त्याचा कोष तयार होतो व या कोषातून संपूर्ण डास साधारणतः 8-12 दिवसांमध्ये तयार होत असतो. अंडी अळी कोष यांची वाढ ही पाण्यात होत असते. त्यामुळे ही वाढ पाण्यातच रोखणे आपल्या दृष्टीने महत्त्वाचे आहे. कारण एकदा प्रौढ डास तयार झाल्यानंतर त्याला पकडणे किंवा त्याला मारणेसाठी खूप किमती कीटक नाशके वापरावी लागतात. त्यात ती दिलेल्या मात्रेत डासापर्यंत जाणे महत्त्वाचे आहे तसे झाले नाही तर डासामध्ये प्रतिरोध निर्माण होण्याची शक्यता असते. त्यामुळे पाण्यातील अळीला मारणे केंव्हाही सोपे. हे कमी खर्चिक आहे. त्यामुळे खालील सोप्या उपाय योजना अमलात आणल्यास निश्चितच या आजारांना प्रतिबंध करता येईल.

- घरातील गावातील सर्व पाणी साठे वाहते करावेत
- साठवलेल्या पाण्याची भांडी कापडाने झाकून घ्यावीत
- जे सिमेंटचे कंटेनर रिकामे करता येत नाहीत अशामध्ये गप्पी मासे किंवा टेमिफोस या अळीनाशकांचा वापर करावा.
- गटारी वाहती करावीत
- घराच्या दारे खिडक्यांना जाळ्या बसवाव्यात.
- रात्री तसेच दुपारी झोपताना मच्छरदाणीचा वापर करावा
- संध्याकाळी घरामध्ये धूर करावा.
- घरातील पाणीसाठ्यामध्ये जर डासांच्या अळ्या आढळून आलेस ते पाणी जमिनीवर ओतावे ते गटारात ओतूनये.

या आजाराच्या सानियंत्रणासाठी लोकसहभाग अत्यंत महत्त्वाचा असून तो प्राप्त करून घेणेसाठी मोठ्या प्रमाणावर लोक शिक्षणाची मोहीम राबविण्यात यावी म्हणूनच जुने महिना हा हिवटप जनजागरण महिना म्हणून राबविण्यात येतो. या संपूर्ण महिन्यात विविध उपक्रमाद्वारे या आजाराच्या प्रतिबंधात्मक उपाय योजना लोकापर्यंत पोहोचविण्याचा प्रयत्न केला जातो. शासनाने 2030 सालापर्यंत या आजाराच्या निर्मूलनाचे ध्येय गाठायचे असेल तर सर्वांची साथ व प्रयत्न आवश्यक आहेत. यामुळे हे ध्येय आपण गाठण्यासाठी आपण जोमाने प्रयत्न करू या! सर्वांची साथ, सर्वांचे प्रयत्न !!

मिळून सारे करूया, हिवतापावर नियंत्रण !!

गर्भपात व गर्भपाताचे प्रकार

मनीषा जाधव

प्राथमिक आरोग्य केंद्र,
मोरोची ता. माळशिरस जि. सोलापूर

प्रस्तावना

गरोदरपणाच्या सुरुवातीच्या काळात रक्तस्राव होण्याचे गर्भपात हे महत्वाचे कारण आहे. 95% स्त्रियांमध्ये हेच कारण असू शकते आणि म्हणूनच एखादी गरोदर माता जर आपल्याला जनन मार्गाने रक्तस्राव होत आहे असे म्हटल्यास परिचारिकेने अजिबात दुर्लक्ष करू नये. यासाठीच आपण गर्भपात म्हणजे काय? त्याचे प्रकार कोणते? आसन गर्भपात म्हणजे काय? त्यावर उपचार करता आले तर तो पूर्णमासापर्यंत जाऊ शकतो, हे आपण पाहणार आहोत.

गर्भपाताची व्याख्या

गरोदरपणाच्या 28 आठवड्यांच्या आत जेव्हा गर्भ, गर्भोदक नाळ, प्लान्सेय व मेस जननमार्गाने बाहेर येतात त्यास गर्भपात असे म्हणतात.

गर्भपाताची कारणे खालीलप्रमाणे:

- गर्भाकडील कारणे
- मातेकडील कारणे
- स्थानिक कारणे

गर्भाकडील कारणे

- अस्वाभाविक गर्भ
- फलित बीजाला काही आजार असल्यास
- गर्भाला पोषक द्रव्यांचा पुरवठा योग्य प्रमाणात झाला नाही तर.
- गर्भाला ऑक्सिजनची कमतरता झाली तर
- एम्बेडिंग क्रिया व्यवस्थित झाली नाही तर

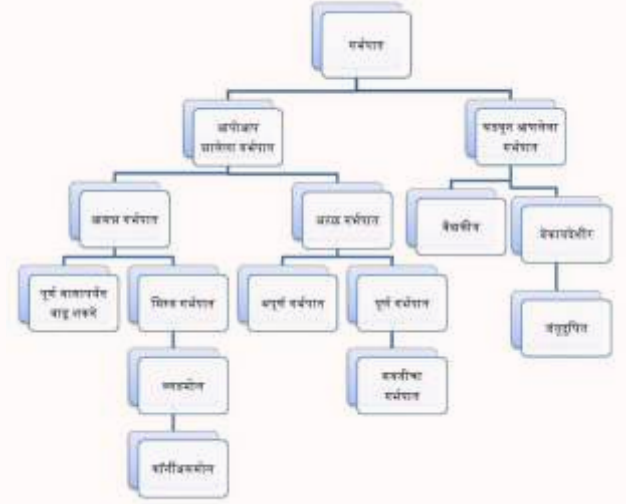
मातेकडील कारणे

- जंतूसंसर्ग - इंप्लूएन्झा गोवर असे व्हायरसमुळे जंतूसंसर्ग झाल्यास.
- आजार क्रोमिक नेत्रायटीस सारखे मातेला दीर्घकालीन आजार असतील तर.
- औषधांचा परिणाम गरोदरपणाच्या सुरुवातीच्या काळात काही औषधे दिली गेल्यास.
- नलीकाविरहित ग्रंथींचे आजार असल्यास यांच्या असंतुलनामुळे गर्भपात होऊ शकतो. जसे प्रोजेस्टेरोनची कमतरता झाल्यास गर्भ व प्लासेंटा हेमेज होऊन गर्भपात होऊ शकतो. उदा. आयरोईड नियंत्रणात नसलेला डायबेटीज.
- RH इनकॉप टीवीलिटी

स्थानिक कारणे

- गर्भशयात गर्भ रुजण्याची क्रिया व्यवस्थित झाली नाही तर प्रोजेस्टेरोनच्या कमतरतेमुळे गर्भपात होतो.

- प्लासेंटा तयार होताना जर तो गर्भशयाच्या खालच्या भागात तयार झाल्यास.
- माता गरोदर असताना गर्भशयाला इजा झाल्यास.
- गर्भशयामध्ये चालू असतील तर अस्वाभाविक गर्भ असेल तर.
- प्लाटा अस्वाभाविक असल्यास



आसन्न गर्भपात

यामध्ये गर्भपातास सुरुवात झालेली असते परंतु तो गर्भपात पूर्णपणे होईलच अशा अवस्थेत पोहोचलेला नसतो.

चिन्हे / लक्षणे

- जननमार्गाने होणारा रक्तस्राव हा रक्तस्राव थोड्या प्रमाणात असतो. काही वेळेस हा रक्तस्राव आपोआप अचानक धांवतो किंवा तो तसाच चालू राहतो त्याचा रंग तपकिरी गडद होतो किंवा आहे असाच राहतो.
- वेदना- रक्तस्राव हा वेदनारहित असतो. थोडीशी पाठदुखी असते. काही वेळेस ओटी पोटात थोड्या वेदना असतात. वेदना या बऱ्याच वेळा रक्तस्राव झाल्यानंतर होतात.

आसन्न गर्भपाताचे गर्भधारणेवर होणारे परिणाम

- वेळीच योग्य उपचार झाल्यास गर्भाची वाढ पूर्ण मासपर्यंत होऊ शकते.
- मिस्ट अबॉर्शनचे रुपांतर ब्लडमोल किंवा कॉर्नियन मोल मध्ये परिवर्तन होऊ शकते
- आसन्न गर्भपाताचे परिवर्तन अटळ गर्भपातात होऊ शकते.

मिस्ट अबॉर्शन

ज्यावेळी गर्भ मृत होऊन गर्भशयामध्ये चार आठवड्यापेक्षा जास्त काळ राहतो त्यास मिडॉन असे म्हणतात.

ब्लडमोल

कोणत्याही कारणाने ज्यावेळेस गरोदरपणाच्या 12 व्या आठवड्याच्या आतच गर्भाचा मृत्यू होतो. त्यावेळेस कोरीयानिक डेसीक्यूअल स्पेसमधील कोरीयानिडिलाय फुटून वरचेवर थोडा थोडा रक्तस्राव होतो. हा रक्तस्राव कमी प्रमाणात असल्यामुळे डेसीआ कॅपसुलेरीज फोडून बाहेर येत नाही आणि ते रक्त तिथल्या तिथेच घट्ट होऊन मृत फलित बीजासहित आतमध्ये अडकून राहते या अवस्थेलाच मोल म्हणतात.

कॉर्नियस मोल

मोल देखील दीर्घकाळ आतच राहिल्यास त्यातील द्रवपदार्थ शोषला जातो आणि फक्त मासातच कठीण पट्ट गोळा राहतो त्यास कॉर्नियस मोल असे म्हणतात.

उपचार व परिचर्या

- अशा स्त्रीला ताबडतोब दवाखान्यात अॅडमिट करून घ्यावे.
 - * स्त्रीला व नातेवाईकांना धीर द्यावा. बिछाना द्यावा व तिला पूर्ण विश्रांती द्यावी.
 - * तिच्या बाह्य ज्ञानेंद्रियावरील केस काढून पेरिमियल वॉश द्यावा आणि स्टेराईन पॅड देऊन याची चौकशी करावी की परी अंगावर किती गेले.

- रक्ताने भिजलेले पॅडस किटनी ट्रेमध्ये झाकून ठेवावेत व डॉक्टरांना दाखवावेत तसेच जनन मार्गाने काहीही बाहेर आल्यास ते डॉक्टरांना दाखविणेस ठेवण्याबद्दल स्त्रीला समजावून सांगणे.
- किमान 48 तासांपर्यंत कोणत्याही प्रकारचे रेशक देऊ नयेत तसेच एनिमा देखील देऊ नये.
- कॉटच्या पायाखालील बाजू उंच करून बाईस आरामशीर झोपवावे.
- कोणत्याही गोष्टीचा विचार व काळजी करण्याबद्दल समजावून सांगावे.
- तिला धीर देण्यासाठी तशीच एखादी स्त्री बरी झालेली दाखवावी व तिच्याशी बोलू द्यावे त्यामुळे तिच्यात आत्मविश्वास निर्माण होईल.
- डॉक्टरी आदेशानुसार तिला डायझीपाम 5mg ची गोळी द्यावी. त्यामुळे तिच्यात आत्मविश्वास निर्माण होईल.
- याशिवाय सलाईन देणे व इतर औषधांचे जे आदेश असतील ती औषधे योग्य वेळी योग्य प्रमाणात व योग्य मार्गाने द्यावी.

सारांश

गर्भपाताची चिन्हे दिसणारी गरोदर स्त्री आढळल्यास आसन्न गर्भपात असेल असे समजूनच तिच्यावर तातडीने उपचार करावेत कारण आसन्न गर्भपात हा पूर्ण मासापर्यंत जाऊ शकतो.

गरोदर हि बाब आहे खास सुरक्षित मातृत्वाचा देऊ विश्वास...



रांगेत उभे राहणे टाळा

हे कसे काम करते ?



ABDM सक्षम ॲप्स



जीवन निवडा, तंबाखू नको

महेन्द्र दि. वाघमारे आरोग्य कर्मचारी,
जिल्हा हिवताप कार्यालय, जालना

आज जागतिक तंबाखू विरोधी दिन 31 मे साजरा करतांना आपण We Need Food, Not Tobacco ही थीम घेऊन साजरा करत आहोत. एखाद्या व्यक्तीने स्वतःच्या स्वार्थासाठी, मनोरंजनासाठी, आनंदासाठी, दुःख दूर करण्याच्या समजुतीने आणि मित्राच्या आग्रहास्तव तंबाखू व तंबाखूजन्य वेगवेगळ्या पदार्थांचे जसे सिगरेट बीडी ओढणे, गांजा, अफीम इत्यादी शरीरास हानीकारक गोष्टींचे वारंवार सेवन करण्याची इच्छा निर्माण होण्याच्या प्रक्रियेला आपण व्यसन असे म्हणतो. तसेच या वार्डट व्यसनांच्या आहारी गेलेल्या व्यक्तींना आपण व्यसनी व्यक्ती म्हणून संबोधतो. मनावर नियंत्रण न ठेवता अमली पदार्थांच्या आहारी जाण्याच्या क्रियेला व्यसनाधीनता म्हणतात ही व्यसनाधीनता आपल्या समाजाला लागलेली कीड आहे.

भारतात व महाराष्ट्रात तंबाखू व तंबाखूजन्य पदार्थ सेवन करण्याचे प्रमाण अधिक आहे ते जागतिक प्रौढ तंबाखू निरीक्षण 2016-17 (GATS-2) नुसार हे प्रमाण 15%ने कमी करणे अपेक्षित आहे. जागतिक प्रौढ तंबाखू तिस-या टप्प्याचे सर्वेक्षण करण्यात आले आहे यात महाराष्ट्रातील शाळकरी वयोगटातील मुलां-मुलींमधील तंबाखूजन्य पदार्थांच्या सेवनाचे प्रमाण चिंताजनक बाब आहे. Sustainable Development Goalst च्या ध्येयानुसार तंबाखू सेवनाचे सरासरी प्रमाण जे 25% ने कमी करण्याचा उद्देश आहे. सदर उद्देश साध्य करण्याकरीता 13 ते 20 वर्षे वयोगटातील मुलां-मुलींमधे तंबाखूचे सेवन सुरु होऊ नये या करता विशेष उपक्रमाची सुरुवात करण्यात येणार आहे. जागतिक युवा तंबाखू सर्वेक्षण 4नुसार 13 ते 15 वयोगटातील सरासरी 30% मुले ही स्वतःच्या राहत्याघरीच तंबाखू सेवण करतात त्यामुळे पालकामधे तंबाखू व्यसनाबद्दल अधिक जनजागृती करणे गरजेचे आहे. विविध सामाजिक संस्थांशी करार करून शाळा तंबाखूमुक्त करते गरजेचे आहे.

तंबाखू सेवनामुळे तोंड, स्वरयंत्र, फुफुस, गळा, अन्नलिका, पोट, गर्भाशय, तसेच मुखाचा कर्करोग होऊ शकतो. तंबाखू सेवनामुळे दरवर्षी सुमारे अडीच लक्ष लोकांना कर्करोगाचे निदान होत आहे. तसेच केस व तोंडाला दुर्गंधी, हिरड्यांना इजा, दातावर काळे पिवळे डाग, श्वास घेण्यास त्रास असे धोके देखील होऊ शकतात. अशा प्रकारचे व्यसन लागलेली व्यक्ती ही संभाव्य आजारपणाच्या धोक्यामध्ये जीवन व्यतीत करीत असते. व्यसन हे कोणत्याही, जातीचे, वर्गाचे, धर्माचे, पंथाचे, गरीब, श्रीमंतांचे तसेच मध्यमवर्गीयांचे होऊन राहत नाही. या व्यसनाच्या अतिरेकामुळे मानवी शरीराची, कुटुंबाची समाजाची व देशाची देखील हानी होत आहे. जे जे मानवी जीव या पृथ्वीवर जन्मास आले त्यांच्या अन्न, वस्त्र, निवारा या अत्यावश्यक गरजेच्या पुर्ततेसाठी परिश्रम, बुद्धिचातुर्य, शिक्षण, सहनशिलता, आत्मविश्वास नौकरी इत्यादी व्दारे केलेले प्रयत्न म्हणजे चांगले व्यसन होय. परंतु या अत्यावश्यक गरजा कधी कधी पुर्ण होत नाही त्यावेळेस

व्यक्ती निराशेच्या गर्तेत जाऊन अमली पदार्थांच्या सेवनास सुरुवात करते.

आजकाल तर वेगवेगळी ब्रान्डची तंबाखू बाजारत आली आहे. या कंपन्यांची जाहिरात प्रसिद्ध सिने अभिनेते- अभिनेत्री करून युवकांना व जनतेला या व्यसनाकडे आकर्षित करतांना दिसत आहेत. जणू व्यसनांचे फॅशनची घोडदौड सुरु झाली आहे. चौकाचौकात पानटपरीवर तंबाखूच्या सेवनाची रेलचेल सुरु आहे, रात्रभर अभ्यास व पार्टीच्या च्या नावावर आपली मुले तंबाखूजन्य पदार्थांचे व्यसनी तर होत नाहीत ना याकडे लक्ष देण्यात पालक कुठे तरी कमी पडत असल्याचे चित्र पहावयास मिळत आहे, ग्रामीण भागातील स्थिती तर यापेक्षाही वार्डट आहे. गावतील लहान मोठे सोबतच सहजपणे तंबाखूजन्य पदार्थांचे सेवन करतांना दिसत आहेत. आज आपण तंबाखू व तंबाखूजन्य पदार्थ सेवनाचे धोके बाबत समाजामधे जनजागृती करण्यासाठी लोकांनी या व्यसनातून मुक्त होण्यासाठी तंबाखू विरोधी दिन तथा जागतिक तंबाखू नकार दिवस राबवत आहोत. तंबाखू सेवन न करण्याबाबत कोटापा कायदा 2003 (Cigarettes and Other Tobacco Products Act) हा आहेच तसेच तंबाखू नियंत्रण समित्या आहेत, कायद्यामधे शिक्षेची व आर्थिक दंडाची देखील तरतुद आहे तरी देखील तंबाखू सेवन नियंत्रण करण्यात अपेक्षित यश प्राप्त झालेले दिसत नाही. यासाठी जनतेमधे याबाबत परिवर्तन घडवून आणणे हा उतम पर्याय आहे यासाठी महाराष्ट्र शासन संकल्प आरोग्याचा तंबाखू मुक्त महाराष्ट्राचा या सदराखाली सातत्याने कार्यरत आहे व मे महिन्यात 4 आठवडे विविध स्तरावर जनेसाठी जनजागृती मोहीम राबवित आहे. यात लोकांना तंबाखू व तंबाखूजन्य पदार्थांच्या सेवनापासून परावर्त करणे, तसेच तंबाखूजन्य पदार्थांच्या सेवनामुळे आजारी असलेल्या व्यक्तीचा शोध घेणे, निदान करणे व उपचार करणे बाबत कार्यवाही सुरु आहे.

आजची तरुण पिढी देशाचे आधारस्तंभ देशाचे भविष्य या तंबाखूजन्य पदार्थांच्या व्यसनात गुरफटून जाऊ नये म्हणून सर्व स्तरांवर जनजागृती होणे गरजेचे आहे तसेच खालील प्रमाणे काही ऊपाययोजना आमलात आणून देखील तंबाखूजन्य पदार्थांच्या सेवनाचे व्यसन असणा-यांना व्यसनापासून मुक्त होण्यास मदत होईल.

- तंबाखू एका झटक्यात सोडण्याचा संकल्प घ्यावा.
- जर तंबाखू चे सेवन एका दिवसात सोडण्यास सक्षमता वाटत नसेल तर कमी-कमी करत देखील सोडू शकता.
- जेव्हा तंबाखू खाण्याची इच्छा होईल तेव्हा तंबाखू न खाता ईतर एखादे
- आवडीचे चांगले काम करण्यात मन लावा.
- तंबाखूजन्य पदार्थ जवळ बाळगु नका.
- आपण जितका खर्च तंबाखूजन्य पदार्थ खान्यावर खर्च करता त्याची रक्कम एखाद्या डब्यात जमा करा, त्यामुळे आपनास अनुमान लागेल की आपला

यावर किती खर्च होतो व आपणास हा वायफळ खर्च कमी करण्यास प्रेरणा मिळेल.

- कॅफीन मुक्त पदार्थांचे सेवन टाळा.
 - पोषक आहार घ्यावा, नियमित व्यायाम करावा.
 - आपल्या घरात तसेच कामाच्या ठिकानी तंबाखूनिषेध असा फलक लावावा किंवा हाताने लिहावे.
 - आपल्या घरातील सदस्यांना व आपल्या मित्रांना सांगा की आपणास तंबाखूजन्य पदार्थ सोडण्याची जाणीव होत आहे.
 - आपणास जाणीव असावी की आपल्या मनावर व शरीरावर आपले नियंत्रण आहे.
- जीवन निवडा तंबाखू नको, विळख्यात व्यसनाच्या जीव जातो माणसाचा ।

राक्षस होतो मानसाचा सुटता सुटेना जाळे ॥

तंबाखू, मावा, गांजा, ओढतो सिगरेट बीडी ।

जिवंतपणी का ओढुन घेतो मरणाची का सिडी ॥

फॅशन म्हणुन व्यसन वाटते क्षणाक्षणाला ।

सारखे रोग ओढुन कोन रोके मनाला ॥

नशा ही जिवघेणी बघ संपवेल सुष्टी ।

टाळ तंबाखू सेवण वेड्या हीच खरी दृष्टी ॥

राष्ट्रीय तंबाखू नियंत्रण कार्यक्रम



जागतिक
तंबाखू विरोधी दिन
31 मे

तंबाखू नियंत्रण कायदा

कायदा पाळा, नाहीतर दंड किंवा तुरुंगवासाला सामोरे जा...

- तंबाखूजन्य पदार्थांची विक्री लहान मुलांनी करणे किंवा करवून घेणे यावर बंदी आहे. याचे उल्लंघन करणाऱ्यास दंड होऊ शकतो.
- कुठल्याही शैक्षणिक संस्थेच्या 100 यार्ड परिसरात तंबाखूजन्य पदार्थ विकण्यास बंदी आहे.
- सार्वजनिक ठिकाणी धूम्रपानास बंदी आहे.
- सर्व प्रकारच्या प्रत्यक्ष किंवा अप्रत्यक्ष तंबाखूजन्य पदार्थांची जाहिरात करण्यास बंदी आहे. याचे उल्लंघन करणाऱ्यांना दंड किंवा तुरुंगवास होऊ शकतो.

तंबाखू व्यसनमुक्तीकरिता टोल फ्री क्र. 1800112356 यावर संपर्क करा.

गर्भारपण व प्रसूती ही पूर्णपणे नैसर्गिक क्रिया असली तरी त्यात कुठल्याही टप्प्यावर काही अनपेक्षित अघटित घटना किंवा अगदी नियमित तपासणीत काळजी सारखं आढळणे कधीही घडू शकत. विशेषतः सगळं अगदी नॉर्मल असताना अचानक एखादी काळजी सारखी घटना घडल्यावर खूप गोंधळ निराश होण ही स्वाभाविक आहे. अशा वेळी धीर धरून आपल्याला उद्भवलेल्या समस्येबद्दल नेमकी शास्त्रीय माहिती घेऊन पुढील काळजी उपचाराविषयी जाणून घ्यावे काही होण्याआधी सुद्धा काही होण्याची शक्यता नेहमीच गृहीत धरून काळजीपूर्वक वागलेले चांगले. धोक्याच्या जोखमीच्या गरोदरपणा बाबतची जाणीव Awareners ही मुळातच असलेली बरी अशाच काही धोकादायक तरीही आजच्या काळात कॉमन असलेल्या स्थितीचा थोडक्यात आढावा घेऊ या. (जुळं किंवा तीळ अर्थातच Multiple Pregnancy)

एका पेक्षा जास्त गर्भधारणा यात काही वेळा अनुवंशिकता तर काही वेळा गोव्या ओवीलेशन साठीच्या तर काही वेळा ओव्ह्यूलेशन इंडक्शन साठीच्या तर अनेकदा बायचान्स निव्वळ निसर्गतः योगायोग म्हणून होते. जुळ्यातल्या गर्भचे गर्भावस्था प्रसूती हे जन्मानंतर त्यांना वाढवताना होणाऱ्या तारेवरच्या कसरतीप्रमाणे असते. त्यामुळेच हल्लीच्या काळात हे निदान अगदी लवकर झाल्यास गर्भपाताचा मार्गही काही जोडपे स्वीकारतात. एकापेक्षा जास्त गर्भासाठी ट्रीटमेंटने विशिष्ट इंडेक्शन देऊन गर्भाशयातच हव्या तितक्या गर्भाना वाढवून नको त्या गर्भची वाढ थांबवणे ही आता अशक्य आहे.

जुळ्या गर्भावस्थेची लक्षणे:

1. मळमळ उलटी इत्यादी जुळ्या गर्भावस्थेत मळमळ उलटी हाच त्रास जास्तच प्रमाणात होतो. एचसीजी हार्मोनन्सचे अतिरिक्त प्रमाण हे त्यामागील कारण असते. अर्थातच त्यावर उपाय भरपूर पातळ पदार्थ घेणे थोडे थोडे जास्त कॅलरीयुक्त ग्लुकोज युक्त पदार्थ अनेक वेळा घेणे व वैद्यकीय सल्ल्याने गरजेप्रमाणे औषधे घेणे.
2. पोटाचा आकार जास्त वाढणे जुळ्या गर्भच्या आकारामुळे पोटाचा आकार अर्थातच एका गर्भपेक्षा बराच मोठा दिसतो. बरेचदा गरोदरपणाचे दृश्य निदान आधीच करता येते. बाळाप्रमाणेच गर्भजलाचेही प्रमाण जास्त असल्यानेच गर्भाशयाचा आकार जास्तच मोठा होतो. या वाढलेल्या आकारामुळे आतड्यांवर

ताण येऊन अपचन बद्धकोष्ठ याचे प्रमाण वाढतेच शिवाय पायावर बहार येऊन सूज येणे, कंबर दुखी पाठ अवघडणे दम लागणे, असेही त्रास वाढतात थकवा ताण लवकर येतो.

जुळ्या गर्भची स्थिती जुळी गर्भधारणा :

दोन्ही बाळे डोके खाली. पहिले बाळ डोक्याने दुसरे पायाळू पहिले पायाळू दुसरे डोक्याने दोन्ही आडवी. दोन्ही पायाळू स्थिती क्रमांक एक व दोन मध्ये प्रसूती नैसर्गिक होऊ शकते. तर उरलेल्या स्थितीत सिझेरियन प्रसूतीचे शक्यता वाढते तीन नंबर जुळ्या गर्भधारणेमुळे अॅनिमिया उच्च रक्तदाब व पिडकलेमिस अपुऱ्या दिवसाची प्रसूती अवघड प्रसूती घडलेली प्रसूती असे अनेक वैद्यकीय धोकेही वाढतात.

3. उच्च रक्तदाब:

ही गरोदरपणातील धोकादायक स्थिती असते दर दहा पैकी एकाच ते मध्ये ते आढळते. पहिली खेप वयाची दोन्ही टोके खूप लहान किंवा तिची ओलांडल्यावर एनिमिया पूर्वीचा उच्च रक्तदाब किंवा किडनीच्या आजाराचा इतिहास एकापेक्षा जास्त गर्भधारणा उदाहरणार्थ जुळे तिळे इत्यादी कुटुंबात उच्च रक्तदान इत्यादी पूर्वेतिहास मधुमेह अशा स्त्रियांमध्ये याचे प्रमाण जास्त आढळते. या विकारामागील कारण पूर्णतः माहीत नाही, परंतु हा रक्तवाहिन्यांच्या व वान्याशी संबंधित 200 मुळे हा विकार होतो. सर्वसामान्यपणे सुरुवातीला याची वेगळी अशी लक्षणे आढळत नाहीत. फक्त तपासणी मध्ये उच्च रक्तदाब व लघवी वाटे जाणाऱ्या प्रथिनामुळे याचे निदान केले जाते याबरोबरच पायावर व अंगावर सूज दिसते. ही सर्व लक्षणे गरोदरपणात दुसऱ्या भागात असते चौथ्या महिन्यांतरच दिसतात. त्यासाठीच नियमित तपासणी गरजेचे असते कुठलाही त्रास होत नसला तरीही या फ्री इथे आई बाबा दोघांवरही अनेक गंभीर दुष्परिणाम होऊ शकतात. आईसाठी या उच्च रक्तदाबामुळे किडनी, हृदय, फुफ्फुस, मेंदू, डोळे अशा अनेक महत्त्वाच्या अवयवा विषयी धोके उद्भवू शकतात तसेच झटकेही येऊ शकतात. अशा गंभीर धोक्यामुळे प्रसूतीशी संबंधित धोकादायक स्थिती उदाहरणात अकाली प्रसूती प्रसूतीपूर्व रक्तस्त्राव प्रसूती पश्चात अतिरिक्त रक्तस्त्राव होऊन प्रसंगी जीवावरही भेटू शकते जीवावरही बेतू शकते. बाळाच्या जीवालानी या धोका असतो वान्याच्या रक्तपुरवठात अडथळ्यामुळे बाळाची

वाढ खुंटणे गर्भजल कमी होऊन बाळ बुधवारी खुंटल्यामुळे बाळाचा जीवाला धोका उद्भवणे असे अनेक धोके असतात. त्यासाठीच प्रसूतीपूर्व तपासणीचे महत्त्व अनन्यसाधारण आहे. या स्थितीचे निदान वेळीच केल्यास विश्रांती औषधे व योग्य वेळ योग्य प्रकारची खबरदारी यामुळे धोके टाळता येऊन आई व बाळाची सुरक्षितता वाढवता येते. हा विकार प्रशती संबंधितच असल्याने प्रसूती हाच त्याचा शेवट असतो प्रसूतीनंतर काही कालावधीनंतर स्त्रीचे स्थिती मूळ पदावर येते हल्लीच्या काळात बदललेले जीवनशैली उशिरा होणारे गर्भधारणा तणावग्रस्त जीवन इत्यादी कारणामुळे प्रियसी चे प्रमाण शहर भागातही खूप

जास्त आहे. या स्थितीतील संभाव्य धोक्यामुळे प्रसूती सिझेरियन होण्याचे प्रमाणही वाढते. तसेच गरोदरपण व प्रसूतीच्या कुठल्याही टप्प्यावर कितीही गंभीर प्रकारचा धोका उद्भवू शकतो त्याबद्दल जाणीव जागरूकता हवी.

गंभीर लक्षणं - डोके दुखणे, मळमळ, चक्कर येणे, सूज, पूर्ण अंगावरही सूज येणे, पोटात खूप दुखणे, छातीत दुखणे, दम लागणे, डोक्यांपुढे अंधारी किंवा तारे चमकणे, गोंधळल्यासारखे वाटणे, फिट, रक्तस्राव होणे, या लक्षणांसाठी त्वरित डॉक्टरांशी संपर्क साधावा.



गर्भावस्थेत ४ वेळा
तपासणी करून घेणे आवश्यक आहे.
गरोदर महिलांची प्रसूतीपूर्व तपासणी सुविधा
आयुष्मान भारत- आरोग्यवर्धिनी केंद्रामध्ये उपलब्ध

पहिली तपासणी

- १ मासिक पाळी न आल्यास किंवा मासिक पाळी चुकल्यास २ महिन्यांच्या आत

दुसरी तपासणी

- २ गरोदरपणाच्या ४ ते ५ महिन्यादरम्यान

तिसरी तपासणी

- ३ गरोदरपणाच्या ७ व्या महिन्यात

चौथी तपासणी

- ४ गरोदरपणाच्या ९ व्या महिन्यात

सर्व प्रसूतीपूर्व तपासण्या नर्स किंवा डॉक्टरांच्या सल्ल्यानेच करून घ्या

राष्ट्रीय क्षयरोग दूरीकरण कार्यक्रम

राष्ट्रीय क्षयरोग दूरीकरण कार्यक्रमांतर्गत DBT (Direct Benefit Transfer) मार्फत क्षयरुग्णांना पोषक आहारकरिता, प्रवासाकरिता क्षयरुग्णांचे औषध उपचार पूर्ण करणाऱ्या सहाय्यकास DBT मार्फत अनुदान देण्यात येते.

1. निक्षय पोषण योजना

प्रत्येक क्षयरुग्णांला (शासकीय व खाजगी क्षेत्रातील दोन्ही) रु.500/- मानधन पोषण आहाराकरिता प्रत्येक महिन्याला औषधोपचार पूर्ण होई पर्यंत दयावे. जर रुग्णांचे बँक खाते उपलब्ध नसेल तर रुग्णाच्या लेखीसंमतीने रुग्णाच्या नातेवाईकांच्या खात्यात मानधन जमा करता येईल.

2. उपचार सहाय्यक

क्षयरोगाचा उपचार दीर्घ कालावधीचा असल्यामुळे तो उपचार पूर्ण करून घेण्यास उपचार सहाय्यकची (Treatment Supporter) मदत होते. उपचार सहाय्यक हा/ ही आशा / अंगणवाडी सेविका / प्रशिक्षित दाई / स्वयंसेवक / खाजगी वैद्यकीय व्यवसायिकांचे मदतनीस / खाजगी केमिस्ट / रुग्णाचे कुटुंबातील व्यक्तीस (केंद्र/ राज्य शासनाचे कर्मचारी वगळून) इत्यादि असू शकतात.

Drug Sensitive TB (उपचार काळ 6 महीने) रु. 1000 प्रती क्षयरुग्ण उपचार झाल्यानंतर मानधनपर देण्यात येते.

Drug Resistant TB (उपचार काळ -12 ते 18 महीने) रु.2000 प्रती क्षयरुग्ण IP phase

पूर्ण झाल्यानंतर व रु. 3000 CP phase पूर्ण झाल्यानंतर मानधनपर देण्यात येते.

3. आदिवासी प्रवास खर्च

आदिवासी क्षयरुग्णांना जिल्हा क्षयरोग केंद्र/कल्चर व डिएसटी/एनपीए/CBNAAT (Diagnosis/Follow up) तपासणीसाठी केंद्र शासनाच्या मार्गदर्शक सूचनेनुसार रु. 750 अनुदान प्रती क्षयरुग्ण अनुज्ञेय आहे. क्षयरुग्ण नोटिफाय झाल्याबरोबर सदर अनुदान क्षयरुग्णांच्या खात्यात जमा करण्यात येते.

4. खाजगी व्यावसायिक मानधन

निदान झालेल्या रुग्णांची माहिती कार्यक्रमास कळविल्यास खाजगी डॉक्टरांना रुपये 500/- व त्या रुग्णांचा उपचार यशस्वीरीत्या पूर्ण केल्यास उपचारा अंती

रुपये 500/- असे एकूण 1000/- रुपये अनुदान त्यांचे बँक खात्यात जमा करण्यात येतात.

5. एमडीआर, एक्सडीआर क्षयरुग्ण प्रवास खर्च

एमडीआर, एक्सडीआर क्षयरुग्णांना जिल्हा क्षयरोग केंद्र / कल्चर व डिएसटी / एलपीए/ CBNAAT(Diagnosis/ Follow up) तपासणीसाठीचा संपूर्ण सार्वजनिक वाहनाचा प्रवासाचा प्रत्यक्ष खर्च सोसायटीने ठरविलेल्या दराने देणे अपेक्षित आहे. एमडीआर/ एक्सडीआर क्षयरुग्ण व सहाय्यकास, जिल्हा किंवा नोडल डीआर टीबी केंद्रापर्यंत उपचार / फॉलो अप किंवा उपचारा संबंधी करावा लागणारा सार्वजनिक वाहनाचा संपूर्ण प्रत्यक्ष खर्च किंवा जिल्हा शहर क्षयरोग सोसायटीने ठरविलेला खर्च अनुज्ञेय आहे.

प्रधानमंत्री टीबी मुक्त भारत अभियान (PMTBMBA) :-

भारताच्या माननीय राष्ट्रपती श्रीमती द्रौपदी मुर्मू जी यांनी 9 सप्टेंबर 2022 रोजी प्रधानमंत्री टीबी मुक्त भारत अभियान (PMTBMBA)" कार्यक्रम सुरु केला आहे. या कार्यक्रमांतर्गत संमती दिलेल्या क्षयरुग्णांना निक्षय मित्रांमार्फत कोरडा आहार दरमहा उपचार पूर्ण होईपर्यंत देण्यात येतो.

महाराष्ट्र राज्यात 7109 नि-क्षय मित्र दिनांक 26/05/2023 पर्यंत नोंदणीकृत आहेत. 7109 पैकी 6404 जणांनी प्रधानमंत्री टीबी मुक्त भारत अभियानाला पाठिंबा देण्याचे मान्य केले आहे. राज्यातील 150066 क्षयरोगांपैकी 107429 टीबी रुग्णांनी निक्षय मित्रांचे सहकार्य घेण्यास संमती दिली आहे. आतापर्यंत राज्यातील विविध जिल्ह्यांतील 108277 क्षयरुग्णांना पोषण किटचे वाटप करण्यात येत आहे.

क्षयरोग

हे करा / हे करू नका

हे करा

दोन आठवड्यांपेक्षा जास्त अवधी पर्यंत खोकला असला तर जवळच्या शासकीय रुग्णालयात बेडक्याची तपासणी करा..

टीबीचे निदान झाल्यास औषधे निश्चित मुदतीपर्यंत नियमितपणे घ्या.

खोकताना किंवा शिंकताना तोंडावर रुमाल आवश्यक धरावा.

हे करू नका

आपल्याला दोन आठवड्यांपासून खोकला येत असेल तर दुर्लक्ष करू नका. बेडक्याची तपासणी आवश्यक करा.

डॉक्टरांच्या सल्ल्याशिवाय औषधे घेणे थांबवू नका.

टीबीच्या रोग्याला कुटुंबापासून वेगळे ठेवू नका.

कुठेही थुंकू नका.

अधिक माहितीसाठी टोल फ्री हेल्पलाईन क्रमांक (क्षयरोग) १८००११६६६६

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

वास्तव

अँनिमिया मुक्त भारत

प्रत्येक कुटुंबात..

हवे एकच अपत्य !

कन्या असो वा ..

असो एकच सुपुत्र..

सध्याच्या परिस्थितीत,

हेच मानावे सर्वांनी

सुखी संसाराचे सूत्र !

लग्नाच्या वेळी

वराने वधूच्या गळ्यात

घालताना मंगळसूत्र..

शपथ घ्यावी दोघांनी..

एकच असावी कन्या

अथवा एकच पुत्र!

वाढता वाढता वाढे

लोकसंख्या भारताची..

चीनच्याही गेली पुढे

नाही गोष्ट अभिमानाची!

भविष्यात आपण होऊ

जेव्हा एकशे पासष्ट कोटी,

सांगा काय होईल !

लौकांची होत राहिल दाटी !

वेळीच रोखला पाहिजे

हा लोकसंख्येचा भस्मासूर..

नाहीतर वाढला जाईल,

बेकारी महागाईचा महापूर !

मोट्यांनी आशीर्वाद घावे...

एकच अपत्य व्हावे

शिक्षण संस्कारात वाढताना,

त्याला आनंदात पाहावे !

प्रत्येकाने ठेवायला हवे

आता वास्तवाचे भान ! तरच जगात मिळेल..

आपल्याला मानाचे पान !

अँनिमिया मुक्त भारत बाई.....ई..

करुया सारे मिळून मिळून...

नित्त नियमानं औषधोपचार केल्यावरं येई बाई सारं गं कळून..

कळूनं ॥ धृ ॥

कुण्या तज्ञाणं सुक्ष्म अवलोकन केलं

वयाच्या चार टप्प्यात औषध शोधून दिलं

ध्यानी मनी ठेवा, नित्यानं घ्यावा..

एक बाई गोळी गिळून... गिळूनं ॥ १ ॥

वयाच्या सहा महिन्या पासून..

वयोगट एकूण साठ महिन्यावरं..

दे गं बाई लाल औषधं एक एक मिली हप्त्यातून दोन वार
सुजवरी, सुकवरी पंडुरोग... जाईन बाई पळूननं.. पळूनं.. ॥ २ ॥

वयाच्या पाच वर्षा पासून.. न दहा वर्षे वयोगटात

एक गुलाबी गोळी, आठवड्यातून एकदा एक जाऊ धा बाळाच्या
पोटात

लालम लाली, व्हटात येई चमचम चकाकी लेऊनं लेऊनं ॥ ३ ॥

वयाचा तीसरा टप्पा अकरा वर्षा पासून एकोनावीस वर्षांचा

भरलं यौवणं तन बाई फुळूनं येण्याचा

धे गं बाई निळी गोळी, आठवड्यातून एकदा एकाच वेळी
तन मन भविष्य काळ येई बाई उजळूनं.. उजळूनं ॥ ४ ॥

वयाच्या वीस वर्षा पासून, वयोगट गं एकूण पन्नास

दे गं बाई लाल गोळी गरोदर, स्तनदा मातेसं

असो, दिसो गं बाई एक आता,

घरोघरी निरोगी माता

अन् सुदृढ बालक जन्माला येईनं .. येईनं ॥ ५ ॥

नित्ये नियमानं औषधोपचारं केल्यावरं येई बाई सारं गं कळूनं..

नित्ये नियमानं औषधोपचारं घेतल्यावरं येई बाई सारं गं

कळूननं...

श्री. गजानन बच्छाव

आरोग्य सहाय्यक प्रा. आ. केंद्र - जयदर (उंबरव्हाण)
ता. कळवण, जि.नाशिक.)

वेळ :- १ तास

एकूण गुण :- ३५

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

- अ) NCD चे प्रतिबंध व नियंत्रण करण्यासाठी काय नियमावली आहे ?
 १) वर्तणुकीतील बदल २) उपकेंद्राच्या ठिकाणी लवकरात लवकर रोगनिदान व उपचार
 ३) प्राथमिक आरोग्य केंद्राच्या ठिकाणी एनसीडी क्लिनिक ४) वरील सर्व
- ब) फीटनेस कायम ठेवण्यासाठी प्रत्येक व्यक्तितेने प्रत्येक आठवड्याला किती मिनीट मध्यम स्वरूपाचा व्यायाम करावा ?
 १) ६० मि. २) ९० मि. ३) १२० मि. ४) १५० मि.
- क) खालील पैकी असांसर्गिक आजार कोणते आहेत ?
 १) मधुमेह २) कर्करोग ३) उच्चरक्तदाब ४) यापैकी सर्व
- ड) पुढील पैकी अति जास्त वजनाची स्थिती दर्शविणारा बॉडी मास इंडेक्स खालील प्रमाणे कोणते आहे?
 १) १८ कि.ग्रॅम. पेक्षा जास्त २) २३ कि. ग्रॅम पेक्षा जास्त
 २) १९ कि. ग्रॅम पेक्षा जास्त ४) २५कि .ग्रॅम. पेक्षा जास्त
- इ) गर्भाश्रय ग्रिवा कर्करोग असताना तपासणीसाठी पुढील कोणते केमिकल वापरण्यात येते?
 १) अॅसिटिक अॅसीड २) हायड्रोक्लोरीक अॅसीड ३) सल्फ्युरीक अॅसीड ४) बेन्झीन

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

- अ) नियमित व्यायाम करणे (४) १) परिवर्तन न होणारे बदल
- ब) वय व लिंग (१) २) आहारात वापर कमी
- क) तंबाखुजन्य पदार्थ बंदीचा कायदा (५) ३) मधुमेह
- ड) तेल व स्निग्ध पदार्थ (२) ४) उच्च रक्तदाबासाठी प्राथमिक उपाय
- इ) डोळ्याला अंधुक दिसणे (३) ५) COTPA 2003

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

- अ) दारूच्या अतिसेवनाने असांसर्गिक आजार होत नाही. चुक / बरोबर
- ब) गर्भावस्थेमध्ये गरोदर मातेने तंबाखुजन्य पदार्थांचे सेवन केल्यास अपुच्या दिवसांचे व कमी वजनाचे बाळ जन्माला येत नाही. चुक / बरोबर
- क) आशांनी सर्वेक्षण करीत असताना व्यसनी व्यक्ती, आजारी व्यक्ती यांचे सुध्दा सर्वेक्षण करणे आवश्यक आहे. चुक / बरोबर
- ड) दिवसातून एकचवेळा दात घासावे चुक / बरोबर
- इ) नियमित व्यायाम व योग्य आहारामुळे मधुमेह/ उच्च रक्त दाब या सारखे आजार होण्यास काही प्रमाणात आळा बसू शकतो. चुक / बरोबर

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

१) असांसर्गिक आजार कोणते आहेत ?

उत्तर - उच्च रक्तदाब, मधुमेह, तोंडाचा कॅन्सर, गर्भशयाच्या मुखाचा कॅन्सर, तोंडाचा कॅन्सर, फिट, दमा ,
अस्थमा आणि श्वसन संस्थेचे आजार.

२) अयोग्य आहारात काय खावू नयेत ?

उत्तर - तेलयुक्त, चरबीयुक्त आणि गोड व मिठाचे प्रमाण जास्त असलेले पदार्थांचे सेवन करू नये. उदा. वडा
पाव, बर्गर, बंद पाकीटातील पदार्थ.

३) तंबाखु सोडल्यानंतर व्यसनी व्यक्तीच्या शरीरावर कोणती लक्षणे दिसतात

उत्तर - डोकेदुखी, उलट्या येणे, पचन प्रक्रियेत अडथळा, अतिसार थकवा, झोप न येणे, अर्धवट झोप होणे
चिडचिडपणा, चिन्ता, बेचैनी, मन उदास होणे, भूकेची वासना वाढणे, धूम्रपनाची तिब्र इच्छा होणे.

४) दिवसातून किती वेळा व्यायाम करावा ?

उत्तर - कमीत कमी आठवडयातून ५ दिवस १५०मिनिटे म्हणजे रोज ३० मिनिटे व्यायाम करावा.

५) CBAC चा अर्थ लिहा

उत्तर - समुदाय आधारित मूल्यांकन प्रपत्र (Community Based Assessment Checklist)

प्रश्न क्रं. - ५ केस स्टडी (एकूण गुण -५)

राफीया ही ४० वर्षांची होती तिने आपल्या स्तनात गाठ बघितली. तिच्या आईला व मावशीला स्तनाचे कॅन्सर
होते. तिच्या मावशीचा ४५ व्या वर्षात मृत्यू झाला होता.

१) असांसर्गिक रोगासाठी कारणीभूत असलेल्या परिस्थितीचे दोन प्रकार सांगा.

उत्तर - एक परिवर्तनीय (जे बदलू शकतात), दुसरे अपरिवर्तनीय (जे बदलू शकत नाही)

२) राफीया किती वर्षांची होत

उत्तर - राफीया ४० वर्षांची होती.

३) राफीयाच्या आईला व मावशीला कोणता आजार होता.

उत्तर - स्तनांचा कॅन्सर/कर्करोग

४) तिच्या मावशीचे मृत्यूचे वय काय होते.

उत्तर - ४५ व्या वर्षी मृत्यू झाला.

५) राफीयाला कोणता आजार होण्याची शक्यता होती.

उत्तर - स्तनाचा कॅन्सर / कर्करोग

प्रश्न क्रं. - ६ प्रात्यक्षिक (एकूण गुण -५)

स्वतःच्या स्तनांची स्वतः तपासणी करणे.

- १) आरशा समोर सरळरेषेत उभे राहून आपले दोन्ही हात कंबरेवर ठेवून उभे राहावे आणि स्तनाकडे बघावे.
बघा :- स्तनाचा आकार व रंग बदलेला आहे का, दोन्ही स्तनाचे आकार समान आहे किंवा त्यात काही बदल झालेला आहे किंवा सुजलेला आहे काय. स्तनावरील त्वचेवरील गाठ होणे, त्वचा निसतेज होणे किंवा सुज असेल तर निपलची बदलेली स्थिती किंवा निपल आत गेलेले असणे. स्तनाची त्वचा लाल होणे / चकाकणे किंवा सुजणे.
- २) आपले दोन्ही हात वर उचलणे व स्तनात काही बदल झाले का ते बघावे.
- ३) आपण आरशासमोर उभे आहोत, प्रत्येक स्तनाच्या निपल मधुन स्त्राव किंवा पाणी/ दुधासारखे पिवळ्या रंगाचे किंवा रक्त स्त्राव येत आहे का ते पाहावे.
- ४) यानंतर कमरेच्या बाजूने झोपावे आणि उजव्या हाताने डाव्या बाजूला स्तनाची तपासणी करावी. नंतर डाव्या हाताने उजव्या बाजूची तपासणी करावी. आपल्या हाताची ५ बोटे एकत्र करून आणि सरळ ठेवून बोटांच्या पेरानी स्तन चाचपुन पहावे.
उत्तर :- हाताच्या पाचही बोटांनी संपूर्ण स्तनाला गोलाकार रित्या पुर्ण चाचपुन पहावे. स्तनाच्या ठिक खालील भागाला हळुवार दाबावे, त्या नंतर साधारण दाबावे व त्यातील आतील भागाला थोडा जोर देऊन तपासणी करावी. जेव्हा आपणास आपल्या छातीच्या बरगड्या हाताला लागतात तेव्हा आपण आपल्या स्तनाच्या आतील व बाह्य भागाची योग्य तपासणी केली आहे असे समजावे.
- ५) आपण बसुन किंवा उभे असतांना आपले स्तन चाचपुन पहावे. अंधोळ करतेवेळेस संपूर्ण स्तनाची तपासणी भाग ४ मध्ये सांगितल्या नुसार तपासावे.

प्राथमिक अवस्थेत निदान झाल्यास कर्करोगावर उपचार शक्य आहे.

कर्करोग

त्वरित तपासणी व निदान करून घ्या

- तीन आठवड्यांपेक्षा अधिक दिवस तोंड किंवा जिभेवर घाव
- अन्न गिळताना सतत होणारा त्रास
- मूत्र विसर्जनास अडचण / त्रास
- 4 ते 5 आठवड्यांपेक्षा अधिक काळाचा अतिसार
- तीन आठवड्यांपेक्षा अधिक काळाचा खोकला
- स्तनातील सूज
- मासिक पाळीव्यतिरिक्त योनीतून रक्तस्राव
- लघवीमधून आणि शौचातून होणारा रक्तस्राव
- शरीराच्या कोणत्याही अवयवामध्ये सूज येणे
- सतत ताप येणे किंवा वजनात घट होणे
- तीळ, मस्सा यांच्या आकारात किंवा रंगात बदल
- 4 आठवड्यांपेक्षा अधिक काळाची अंगदुखी
- न भरणारी जखम

कोणतेही लक्षणे आढळल्यास त्वरित डॉक्टरांशी संपर्क साधा.

राज्य आरोग्य यंत्रणा संसाधन केंद्र महाराष्ट्र पुणे
सर्व जिल्हानिहाय आशा स्वयंसेविका गुणानुक्रम तक्ता माहे जून २०२३

अ.क्रं	परिमंडळ	जिल्हा	तालुका	प्राथमिक आरोग्य केंद्र	आशा स्वयंसेविकेचे नांव, पत्ता व दुरध्वनी क्रमांक	प्राप्त गुण	मागील महिन्यात मिळालेला मोबदला (रुपये)
१	ठाणे	ठाणे	मुरवाड	शिरोशी	श्रीमती रेखा अमोल निमसे, मो. नं. ९२०९२३७७०९	३५	३०७०
२		रायगड	खालापूर	वावोशी	श्रीमती पुष्पा सुभाष सावंत, पत्ता नाबाटी, खालापूर, मो.नं. ९१४६४५३६५६	३३	-
३		पालघर	मोखाडा	वाशाळा	श्रीमती तारा सुरेश पाटेकर, साखरी, मो.नं. ७५०७१७०४४५	३५	६७२०
४	नाशिक	नाशिक	निफाड	पिपिळगाव ब	श्रीमती अनिता शांताराम गायकवाड	३२	७७२०
५		धुळे	साक्री	नवापाडा	श्रीमती अर्चना अनिल मोरे, मो. नं. ७६२०८६२२९२	३४	७१२०
६		नंदुरबार	शहादा	पु.नगर	श्रीमती सुनिता विलास पाटील, मो. नं. ९८८१५९४७५३	३५	८५७५
७		जळगाव	रावेर	खिरोदा	श्रीमती ममता दिलीप महाजन, रा. सावखेडा बु., ता. रावेर, जि.जळगाव मो नं ७२४०८३८३५७	३०	८८५०/-
		अहमदनगर	राहता	दुर्गापुर	श्रीमती शेहनाज शकीर पठाण	३५	१०८००
९	पुणे	पुणे	भोर	जोगावडी	श्रीमती श्रद्धा नागेंद्र चौबे, मो.नं. ९७६३५२१३९६	३५	१०७३०
१०		सातारा	फलटण	साखरवाडी	श्रीमती पुष्पा पांडूरंग मोहिते	३५	३९२५
११		सोलापूर	द. सोलापूर	आरुड	श्रीमती अनिता सिध्दाराम हुतरे., मो.नं. ९३२२७४४०४८	३५	११७७०
१२		कोल्हापूर	गडहिंग्लज	महागाव	सौ.स्मिता शिवाजी बामने, मुपो.उंबरवाडी, मोबाइल ८९७५९८७६४१	३५	९७२५
१३	कोल्हापूर	सांगली	वाळवा	वाळवा	श्रीमती स्वाती कांबळे, नवाखेड, मो. नं. ९७६६१५८१४४	३३	७९५०
१४		सिंधुदुर्ग	कुडाळ	पनदूर	श्रीमती निकिता कमलाकर सांळुवे, मु.पो. पणदूर, ता. कुडाळ, मो. नं. ९८६०५५८६८३	३५	५१००
१५		रत्नागिरी	दापोली	आसूद	श्रीमती हेमलता महेश तबीब, मो.नं.	३४	७०२५
१६	औरंगाबाद	औरंगाबाद	सिल्लोड	शिवना	श्रीमती रेखा रामभान काळे, खुपुटा, ता.सिल्लोड, जि.औरंगाबाद. मो.नं.- ७२१८४८८१५९	३४	४१५०
१७		जालना	जालना	कारला	श्रीमती मिरा केशव राऊत, पत्ता :- सावरगाव हडप, मोबाईल क्रं. ७०८३२१६१२२	३२ (१/२)	६४८५
१८		परभणी	सेलु	देऊळगाव गात	वर्षा भगवानराव बांदल राहणार - डासाळा ७७४४०६०८७१	३२	१३९००/-
१९		हिंगोली	हिंगोली	सिरसम	श्रीमती छाया शामराव नरमले, मो. नं. ९५२७७२२४१४	३५	८६४०
२०	लातूर	लातूर	लातूर	जवळा ब	सविता एकनाथ निर्मळ रा. कासार जवळा ता. लातूर जिल्हा लातूर ९१५८४६४२७६	३४	९४५५
२१		उस्मानाबाद			अहवाल अप्राप्त		
२२		बीड	बीड	पिंपळनेर	अर्चना सखाराम मोरे वडगाव गुंदा ७५१७०७६१०७	३४	१०१००
२३		नांदेड	लोहा	सोनखेड	श्रीमती जीजाबाई नामदेव वाड, पत्ता. माकडी, मो. नं. ९५७९६७९४२५	३४	९३७०

अ.क्रं	परिसंज्ञ	जिल्हा	तालुका	प्राथमिक आरोग्य केंद्र	आशा स्वयंसेविकेचे नांव, पत्ता व दुरध्वनी क्रमांक	प्राप्त गुण	मागील महिन्यात मिळालेला मोबदला (रुपये)
२४	अकोला	अकोला	अकोला	बार्शीटाकळी	श्रीमती मिना विनय जंजाळ, बार्शीटाकळी, मो. नं. ९५०३९५८१४०	३०	६३५०
२५		वाशिम	वाशिम	वाशिम	श्रीमती सुरेखा प्रकाश काशटे, पत्ता गुरुवार बाजार,	३५	७४२५
२६		अमरावती	अमरावती	शिराळा	श्रीमती शुभांगी राजेश कडु, मु.पो. शिराळा ता.अमरावती ९६३७४२२५५७	३४	६१७५
२७		यवतमाळ	कळंब	नांझ	श्रीमती संगिता अभय पाटील, राहणार देवनाळा, मो. नं. ९३२५१६५९३३	३४	६०६५
२८		बुलढाणा	चिखली	एकलारा	श्रीमती अलका विष्णु शिराळे, मो. नं. ९८९११७०६३३	३३	८८४०
२९	नागपूर	नागपूर	कुही	साळवा	श्रीमती करुणा विनोद सहारे, रा.चिखलाबोडी, तालुका-कुही, जिल्हा-नागपूर	३४	७७२५
३०		वर्धा	हिंगणघाट	बुरकोनी	श्रीमती कुंदा बंडुजी पाटील, मो.नं. ७४९८५६४६८८	३५	९३४२
३१		भंडारा	लाखांदुर	दिघोरी	मनिषा सुभाष शेंडे, मु.पो.चिकना, ता. लाखांदुर जि. भंडारा, मो. नं. ९७६५६२९३७८	३४	१०२९०
३२		गोंदिया	अर्जुनी/मोर.	कोरंभीटोला	श्रीमती पंचशिला कैलास टेभुर्णे अर्जुनी ८३९०४९७४५३	३४	१२८४३
३३		चंद्रपूर	चिमूर	मासळ	श्रीमती वैशाली नरेश पाटील, पत्ता पळसगाव, मो. नं. ९७६७८५३२३४	३५	११८५०
३४		गडचिरोली	धानोरा	गोडलवाही	श्रीमती माधुरी संदीप गुरनुले, रा.धानोरा,पो.धानोरा,ता. धानोरा(८२७५४६४६९३)	३५	९३६५

नैराश्य

तुम्हाला काय माहित असायला हवे!

तुम्हाला नैराश्य आले आहे असे वाटत असेल तर, वाचा...

नैराश्य म्हणजे काय?

- नैराश्य हे कोणालाही येऊ शकते आणि ते दुबळेपणाचे लक्षण नाही.
- हा एक आजार आहे, ज्यामध्ये सतत दुःखी राहणे आणि सामान्यतः आपल्याला ज्या कामांत आनंद मिळतो त्या कामांमधील स्वारस्य कमी होणे, यासोबतच दैनंदिन कामे पार पाडण्यात अडचणी येतात.
- नैराश्यग्रस्त लोकांमध्ये सामान्यतः पुढीलपैकी अनेक लक्षणे अनुभवायला मिळतात : ऊर्जा कमी होणे, भुकेमध्ये बदल, कमी किंवा जास्त झोपणे, चिंता, एकाग्रता कमी, निर्णय घेता न येणे, अस्वस्थता, निरुपयोगीपणा, अपराधीपणा किंवा निराशेची भावना, आत्म-हानी किंवा आत्महत्येचे विचार.
- पण काळजी करू नका. नैराश्यावर संवाद साधण्याची थेरपी, औषधोपचार किंवा दोन्हींचा वापर करून उपचार केले जाऊ शकतात.

लक्षात ठेवा:

योग्य पाठिंब्याने, तुम्ही बरे होऊ शकता - म्हणून जर तुम्हाला वाटत असेल की तुम्ही नैराश्यात आहात, तर मदत घ्या.

तुम्ही काय करू शकता

- तुमच्या भावनांबद्दल विश्वास असणाऱ्या तुमच्या विश्वासू व्यक्तीशी बोला, बहुतेक लोकांना असे दिसून आले आहे की, तुमच्या भावनांची काळजी असणाऱ्या व्यक्तीशी बोलण्याने मदत होते.
- व्यावसायिक मदत घ्या - तुमचे स्थानिक आरोग्य-सेवा कर्मचारी किंवा डॉक्टर यांच्याशी सुरुवातीला संपर्क साधा.
- कमीत कमी असे काहीतरी काम करत राहण्याचा प्रयत्न करा ज्याचा तुम्हाला सहसा आनंद होतो.
- मित्र आणि कुटुंबीयांच्या संपर्कात रहा
- अगदी थोडे चालत असला, तरीही नियमितपणे व्यायाम करा.
- शक्य तितक्या नियमित खाण्याच्या आणि झोपण्याच्या सवयींचा अंगीकार करा.
- अल्कोहोलचे सेवन टाळा किंवा प्रतिबंध करा आणि बेकायदेशीर औषधे घेऊ नका - यामुळे नैराश्य आणखी तीव्र होऊ शकते.
- तुम्हाला आत्महत्येचा क्रावीशी वाटत असल्यास, मदतीसाठी तुमचा विश्वास असलेल्या एखाद्या व्यक्तीशी संपर्क साधा किंवा आपत्कालीन सेवांशी संपर्क साधा.



आरोग्याची वारी, पंढरीच्या दारी : क्षणचित्रे



आरोग्याची वारी, पंढरीच्या दारी : क्षणचित्रे





पंढरपुर यात्रे निमित्त आषाढीवारी मार्गावरील खासगी दवाखाने सुरु ठेवावेत - आरोग्यमंत्री. मा.ना.प्रा.डॉ. तानाजी सावंत यांचे आवाहन

आषाढी एकादशी निमित्त दरवर्षी पंढरीत महाराष्ट्र, कर्नाटक, आंध्रप्रदेश, व देशाच्या इतर भागातून लाखों वारकरी येत असतात. बहुसंख्य वारकरी पायी चालत पंढरपूरला येत असतात, तसेच वारकऱ्यांमध्ये वृद्ध स्त्री व पुरुष भाविकांची संख्या मोठी असते. त्यामुळे वारकऱ्यांना आरोग्याच्या समस्या निर्माण झाल्यास त्यांना तात्काळ आरोग्य सुविधा उपलब्ध करून देणेसाठी सार्वजनिक आरोग्य विभागाने आरोग्यमंत्री प्रा. डॉ. तानाजी सावंत यांचे संकल्पनेतून "आरोग्याची वारी पंढरीच्या दारी" हा विशेष उपक्रम हाती घेतला आहे. या उपक्रमांतर्गत पालखी मार्गावर आरोग्य विभागाने आवश्यक त्या सर्व आरोग्य सुविधा उपलब्ध केलेल्या असून, वारी मार्गावर फिरत्या वैद्यकीय पथकाची सोयही केलेली आहे. तसेच यात्रेदरम्यान दिनांक 27 ते 29 जून 2023 या कालावधीत पंढरपुर शहरात भव्य "महाआरोग्य शिबिराचे" आयोजन केलेले आहे. प्रतिवर्षी पंढरपूर यात्रेला सुमारे 15 ते 20 लाख लोक येत असतात. वारी सोहळ्यातील कोणीही वारकरी आरोग्य सुविधापासून वंचित राहू नये यासाठी सार्वजनिक आरोग्य विभाग सर्वाथाने सज्ज असून, या वर्षी शासनाच्या आरोग्य यंत्रणेबरोबर, खासगी वैद्यकीय व्यावसायिकांना वारी दरम्यान आपले दवाखानेही सुरु ठेवावे असे आवाहन आरोग्यमंत्री प्रा. डॉ. तानाजी सावंत यांनी आरोग्य सुविधेचा आढावा घेण्यासाठी दिनांक 16 जून रोजी आयोजित उच्चस्तरीय बैठकीदरम्यान केले.

देशाच्या सर्व भागातून आषाढी यात्रेनिमित्त लाखो वारकरी पंढरपूरमध्ये येत असतात. मात्र वारीच्या कालावधीत पंढरपूर परिसरातील व वारी मार्गावरील खासगी वैद्यकीय व्यावसायिक आपले दवाखाने बंद ठेवत असल्याचे आढळून आले आहे. शासकीय यंत्रणा सज्ज असली तरी वारी दरम्यान रुग्णसंख्या वाढल्यास वा साथीची परिस्थिती निर्माण झाल्यास उपलब्ध सरकारी यंत्रणेवर ताण पडण्याची शक्यता आहे. या पार्श्वभूमीवर राज्याचे आरोग्यमंत्री प्रा. तानाजी सावंत यांनी आषाढी वारी मार्ग, पंढरपुर शहर व परिसरातील खासगी दवाखाने व रुग्णालये सुरु ठेवणेबाबत सूचना केल्या आहेत.

वैद्यकीय व्यावसायिकांसमवेत बैठक आयोजित करून रुग्णालये व दवाखाने सुरु ठेवण्याच्या सूचना देण्याबाबत त्यांनी जिल्हास्तरीय यंत्रणांना सुचित केले. तसेच याबाबतची जनजागृती करणे, खासगी रुग्णालये व दवाखाने कार्यरत असल्याची खात्री करण्यासाठी धडक पथके पाठवणे याबाबत जिल्हाधिकारी व महानगरपालिका आयुक्त सोलापूर यांना तसेच जिल्हा शल्य चिकित्सक, सोलापूर यांना सूचना देण्यात आलेल्या आहेत. ठोस कारणाशिवाय दवाखाना व रुग्णालये बंद ठेवल्यास साथरोग अधिनियम 1897, साथरोग अध्यादेश 2020 (A mendment) तसेच आपती व्यवस्थापन कायदा 2005 अन्वये योग्य ती कारवाई करण्याबाबतदेखील सूचना देण्यात आल्या आहेत. सर्व खासगी वैद्यकीय व्यावसायिकांनी वारकऱ्यांच्या सोयीसाठी दवाखाने सुरु ठेवण्याचे आवाहन सार्वजनिक आरोग्य विभागाच्या वतीने करण्यात आलेले आहे.



पालखी सोहळ्यासाठी आरोग्य सेवांचा आरोग्य मंत्री मा.ना.प्रा.डॉ.तानाजी सावंत यांनी घेतला आढावा

पुणे: आषाढी एकादशी निमित्ताने श्री संत ज्ञानेश्वर महाराज पालखी तसेच श्री संत तुकाराम महाराज पालखीसोबत इतर पालखी सोहळ्यासाठीच्या आरोग्यसेवांचा आरोग्यमंत्री प्रा.डॉ.तानाजी सावंत यांनी दूरदृश्य प्रणालीद्वारे घेण्यात आलेल्या बैठकीत आढावा घेतला.

यावेळी अप्पर मुख्य सचिव मिलिंद म्हेसकर, आरोग्य सेवा आयुक्त धीरज कुमार व राज्यातील आरोग्य विभागातील सर्व प्रमुख अधिकारी, विभागांनिहाय व जिल्हानिहाय आरोग्य विभागाचे अधिकारी उपस्थित होते.

यावर्षी पालखी प्रस्थान लवकर होणार असल्याने उन्हाळ्याचा त्रास होऊ शकतो. यासाठी पुरेसा ओआरएसचा साठा, औषधे, पिण्याच्या पाण्याचे अधिकाधिक टँकर, पाण्याच्या स्रोतांची, पाण्याची वेळोवेळी तपासणी करावी, रुग्णवाहिकांची संख्या वाढविणे, याचबरोबर आपत्कालीन स्थितीला सामोरे जाण्यासाठी सर्व आरोग्य पथके, यंत्रणा सज्ज ठेवाव्यात याबाबतील सूचना डॉ. सावंत यांनी दिल्या.

पालखी मुक्कामाच्या ठिकाणी पुरेशा प्रमाणात औषधांची सुविधा करण्यात आली असल्याची खात्री करावी. आपत्कालीन 108 सेवेच्या आणि 102 सेवेच्या अधिक रुग्णवाहिका नियुक्त करण्यात याव्यात, असेही त्यांनी सांगितले.

दुचाकीवरून सेवा देण्यासाठी आरोग्यदूत सुसज्ज ठेवण्यात येणार आहेत. बाह्यरुग्ण रुग्णवाहिका पथके, ग्रामीण रुग्णालयाची आणि प्राथमिक आरोग्य केंद्रांची पालखी मुक्काम औषधोपचार केंद्रे, फिरते वैद्यकीय वैद्यकीय पथके अशी सर्व पथके आरोग्य सुविधांसाठी सज्ज करण्यात आली आहेत. अशी माहिती यावेळी उपस्थित अधिकाऱ्यांनी दिली.

मंत्री डॉ. सावंत यांनी दिलेल्या सूचना :

- आषाढी वारीनिमित्त कृती आराखडा तयार करताना महाराष्ट्रातील सर्व दिंडीमार्ग विचारात घेण्यात यावेत.
- प्रत्येक दिंडीतील वारकऱ्यांची अंदाजे संख्या नियोजन करताना विचारात घ्यावी.
- दिंडी मार्गावर ठराविक अंतरावर पाच-दहा खाटांचे तात्पुरते दवाखाने कार्यान्वित करावे.
- दिंडी मार्गातील सर्व आरोग्य संस्था मनुष्यबळ व औषधीसह सुसज्ज

ठेवण्यात यावी.

- दिंडीमध्ये वाढत जाणाऱ्या वारकऱ्यांच्या संख्येनुसार आरोग्य सुविधा वाढविल्या जाव्यात.
- आरोग्य व्यवस्थेतील सर्व जबाबदार अधिकारी व कर्मचारी यांची नावे ठळकपणे प्रदर्शित केली जावी.
- सर्व रुग्णवाहिकांची तपासणी करून औषधी व इतर उपकरणे असल्याची खात्री करावी.
- उष्माघात व इतर आजारांच्या बाबतीत आवश्यक दक्षता घेण्यात यावी.
- नियोजन करताना दिंडीमार्गाचे लहान गटांमध्ये विभाजन करून जबाबदार अधिकाऱ्यांची नेमणूक करावी. प्रत्येक गटात संपर्क यंत्रणा प्रभावीपणे राबविण्यात यावी.
- आवश्यक मनुष्यबळ राज्यातील इतर जिल्ह्यातून मागविण्यात यावे.
- आरोग्य विषयक सर्व कार्यक्रमांची माहिती दिंडी मार्गावरील प्रमुख गावामध्ये द्यावी.
- आषाढी पुर्वी दर आठवड्याला पुर्व तयारीचा आढावा घेण्यात यावा.
- दिंडी मार्गातील सर्व रुग्णालये, प्राथमिक आरोग्य केंद्र तसेच उपकेंद्र पातळीवर वैद्यकीय अधिकारी व कर्मचारी यांचे कामाचे वेळापत्रक तयार करावे.
- सर्व दिंडी मार्गावर कलापथक/समुपदेशक यांचा माध्यमातून आरोग्य विषयक प्रबोधन करण्यात यावे.
- दिंडी मार्गावरील सर्व जिल्ह्यात व आरोग्य संस्थात औषध व आवश्यक साहित्य सामग्री पुरेशा प्रमाणात उपलब्ध करावी.





आषाढी एकादशीनिमित्त पंढरपूर येथे 'महाआरोग्य शिबिर' चे आयोजन करण्यात आले असून या कार्यक्रमाच्या पूर्वतयारीची पाहणी करताना आरोग्य मंत्री मा.ना.प्रा.डॉ. तानाजी सावंत, संचालक डॉ. स्वप्नील लाळे, मा. श्री. शिवाजी सावंत, जिल्हा आरोग्य अधिकारी डॉ. सोनिया बागडे, साहाय्यक संचालक, कुष्ठरोग डॉ. मोहन शेगर, जिल्हा माता-बाल संगोपन अधिकारी डॉ. अनिरुद्ध पिंपळे, तालुका आरोग्य अधिकारी डॉ. एकनाथ बोधले व इतर

जागतिक तंबाखू विरोधी दिनानिमित्त

अलिबाग येथे जिल्हा रुग्णालयाच्या तंबाखू नियंत्रण कक्ष आणि लायन्स क्लब श्रीबाग यांच्या वतीने कोळीवाड्यात रॅली व पथनाट्याचे आयोजन करण्यात आले तसेच पोस्टर, रांगोळी स्पर्धा आणि जनजागृती करण्यात आली



वृत्त विशेष



महाराष्ट्र दिनाचे औचित्य साधून 1 मे 2023 रोजी मुख्यमंत्री मा. श्री. एकनाथ शिंदे यांच्या हस्ते राज्यातील प्रत्येक तालुक्यात एक याप्रमाणे 317 "हिंदुहृदयसम्राट बाळासाहेब ठाकरे आपला दवाखाना"चे डिजिटल अनावरण करण्यात आले. सार्वजनिक आरोग्य विभागाचे सचिव-2 श्री. नवीन सोना, आयुक्त श्री. धीरज कुमार यावेळी उपस्थित होते.



महाराष्ट्र दिनी राज्यभरात प्रत्येक तालुक्यात "हिंदुहृदयसम्राट बाळासाहेब ठाकरे आपला दवाखाना"चे अनावरण करण्यात आले. उपमुख्यमंत्री मा. श्री. देवेंद्र फडणवीस "हिंदुहृदयसम्राट बाळासाहेब ठाकरे आपला दवाखाना"च्या अनावरण प्रसंगी मार्गदर्शन करताना.



वृत्त विशेष



‘हिंदुहृदयसम्राट बाळासाहेब ठाकरे आपला दवाखाना’चे उद्घाटन करताना आरोग्य मंत्री मा. ना. प्रा. डॉ. तानाजी सावंत.

‘हिंदुहृदयसम्राट बाळासाहेब ठाकरे आपला दवाखाना’ पितळी गणपती चौक, महानगरपालिका कोल्हापूर जिल्हास्तरीय उद्घाटन सोहळा मा. श्री. दिपक केसरकर, पालकमंत्री कोल्हापूर यांचे शुभहस्ते



तालुका खानापूर - ‘हिंदुहृदयसम्राट बाळासाहेब ठाकरे आपला दवाखाना’चे उद्घाटन मा. आमदार अनिलभाऊ बाबर यांच्या हस्ते संपन्न झाले.



तालुका वाळवा

हिंदुहृदयसम्राट बाळासाहेब ठाकरे आपला दवाखान्याचे उद्घाटन
मुख्यमंत्री सहाय्यता निधी सांगली जिल्हा अध्यक्ष मा. प्रशमेश ताटे यांच्या हस्ते करण्यात आले.



आमदार मा. योगेश दादा कदम यांच्या हस्ते मंडणगड येथील
हिंदुहृदयसम्राट बाळासाहेब ठाकरे आपला दवाखान्याचे उद्घाटन करण्यात आले.



देवरुख येथील हिंदुहृदयसम्राट बाळासाहेब ठाकरे
आपला दवाखान्याचे उद्घाटन करण्यात आले.





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



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



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

सार्वजनिक आरोग्य विभाग महाराष्ट्र शासन

**लसीकरणाची
वारी घरोघरी
प्रत्येक कुटुंबाचे
संरक्षण करी**

आरोग्य दूत



रुग्णालयातच करा प्रसूती, मिळे सुरक्षित बाळाची शाश्वती

प्रसूती केवळ रुग्णालयातच करा
प्रसूती नर्स किंवा डॉक्टरांकडूनच करून घ्या.
प्रसूतीनंतर माता आणि बाळाला ४८ तासांसाठी
वैद्यकीय देखरेखीखाली ठेवावे.



सर्व महिलांसाठी सुरक्षित प्रसूतीची सुविधा आपल्या शहरातील कार्यक्षेत्रातील

आयुष्मान भारत-आरोग्यवर्धिनी केंद्रामध्ये मोफत उपलब्ध आहे.

उन्हाळ्यात आपल्या आरोग्याची काळजी घ्या!

उष्माघाताची लक्षणे

प्रौढांमध्ये

शरीराचे तापमान १०४ फॅरनहाईटपर्यंत
(४० डिग्री सेल्सिअस) पोहचल्यास

स्नायूंचे आखडणे

मळमळणे, उलटीचा भास होणे

चिंता वाटणे व चक्कर येणे

हृदयाचे ठोके वाढणे, धडधडणे

लहान मुलांमध्ये

आहार घेण्यास नकार

चिडचिड होणे

लघवीचे कमी झालेले प्रमाण

शुष्क ढोळे

कुटूनही रक्तस्राव होणे

नॉटाच्या रेषेतील

त्वचा कोरडी होणे

स्तन कर्करोग

अशीच विचारसरणी त्या १५ लाख महिलांची देखील होती,
ज्यामध्ये मागील वर्षी कर्करोग आढळून आला

खालीलपैकी कोणतीही लक्षणे आढळल्यास आयुष्मान भारत आरोग्यवर्धिनी केंद्रात
जाऊन आपल्या स्तनांची तपासणी करून घ्यावी.

- स्तनांच्या बोन्डातून द्राव बाहेर येणे
- स्तनांचा आकार कमी-जास्ती होणे
- स्तन किंवा काखेजवळ सूज येणे, वेदना होणे

- स्तनांमध्ये गाठी येणे
- स्तनांवर लालसरपणा, पुरळ येणे



“स्तनांच्या कर्करोगाचे वेळीच करूया निदान
वेळीच करूया उपाय”



सर्व भक्तांना आषाढी एकादशीच्या आरोग्यदायी शुभेच्छा!

लेखकांना विनंती

वाचकांचे मनोगत हे सदर लवकरच सुरु करित आहोत, तरी लेखांविषयी आपल्या प्रतिक्रिया व अभिप्राय ई-मेल आयडीवर अवश्य कळवावा.

e-mail: arogyapatrikamh@gmail.com

- महाराष्ट्र आरोग्य पत्रिकेत आरोग्यासंबंधीच्या विषयांवर लेख, कविता, यशकथा इत्यादी साहित्य प्रकाशित केले जाते.
- साहित्य अप्रकाशित असावे. लेख मुख्य संपादक तथा उपसंचालक, आरोग्य सेवा (आय.ई.सी.ब्युरो) राज्य आरोग्य शिक्षण व संपर्क विभाग, परिवर्तन इमारत, आरोग्य भवन, विश्रांतवाडी पोलिस स्टेशनसमोर, येरवडा, पुणे 411006 या पत्त्यावर पाठवावेत. साहित्य प्रकाशित झाल्यावर अंक लेखकाला भेट दिला जातो. लेखकांनी स्वतःचा पूर्ण पत्ता दूरध्वनी किंवा भ्रमणध्वनी क्रमांक व ईमेल आयडी लिहावा.
- केवळ पुस्तकी ज्ञानापेक्षा क्षेत्र अनुभवांवरील साहित्याला प्राधान्य देण्यात येते. फक्त मराठी भाषेतील मजकूर प्रसिद्ध होतो.
- लेख/साहित्य प्राप्त झाल्यावर निवड समितीच्या मान्यतेने साहित्याची निवड केली जाते. अस्वीकृत साहित्य परत पाठविणे शक्य होत नाही. आपले लेख कागदाच्या एका बाजूस सुवाच्च अक्षरात लिहून किंवा टंकलिखित करून पाठवावेत. शब्द संख्या 700 ते 800 असावी.
- अपेक्षित महिन्यापूर्वी किमान दोन महिने अगोदर संबंधित लेख या कार्यालयास प्राप्त झाल्यास छपाईचे योग्य काम योग्य वेळेत पूर्ण होऊ शकते. पुढील 3 महिन्यांसाठीचे विषय पुढे दिले आहेत.

आरोग्य पत्रिकेसाठी पुढील महिन्यांसाठीचे विषय

जुलै २०२३

- १ जुलै राष्ट्रीय डॉक्टर दिन
- ६ जुलै जागतिक प्राणीजन्य रोग दिन
- १० जुलै सुरक्षित मातृत्व दिन
- ११ जुलै जागतिक लोकसंख्या दिन
- २८ जुलै जागतिक कावीळ दिन
- २९ जुलै क्षारसंजीवनी दिन

ऑगस्ट २०२३

- १ ते ७ ऑगस्ट स्तनपान सप्ताह
- ६ ऑगस्ट जागतिक हिरोशिमा दिन
- १० ऑगस्ट राष्ट्रीय जंतनाशक दिन
- १२ ते २५ ऑगस्ट जागतिक युवा पंधरवडा

ऑगस्ट २०२३

- १५ ऑगस्ट स्वातंत्र्य दिन
- २० ऑगस्ट जागतिक ड्रास दिन
- २५ ऑगस्ट राष्ट्रीय नेत्रदान पंधरवडा
- ते ८ सप्टेंबर

सप्टेंबर २०२३

- १ ते ३० सप्टेंबर पोषाहार महिना
- ५ सप्टेंबर राष्ट्रीय शिक्षक दिन व मज्जारजू दुखापत दिन
- ८ सप्टेंबर जागतिक साक्षरता दिन
- १० सप्टेंबर जागतिक आत्महत्या प्रतिबंध दिन
- १६ सप्टेंबर जागतिक ओझोन दिन व जागतिक अस्थिमज्जा दाता दिन
- २१ सप्टेंबर क्षारसंजीवनी दिन
- २५ सप्टेंबर जागतिक औषधनिर्माता दिन
- २८ सप्टेंबर जागतिक रेबीज दिन
- २९ सप्टेंबर जागतिक हृदय दिन
- सप्टेंबर जागतिक कर्णबधिरता

वर्गणीदारांसाठी हा बदल अवश्य लक्षात ठेवावा

- वर्गणीदाराने आपला संपूर्ण पत्ता, ईमेल आयडी व संपर्कासाठी दूरध्वनी किंवा भ्रमणध्वनी क्रमांक सुवाच्च अक्षरात, पिनकोडसह पाठवावा. सोबत अपूर्ण पत्ता असल्यास आरोग्य पत्रिका न मिळाल्यास हे कार्यालय जबाबदार राहणार नाही.
- महाराष्ट्र आरोग्य पत्रिकेची वर्गणी पाठविताना यापूर्वी आपण घनादेश पाठवीत होतात. आता त्यात बदल झाला असून केवळ मनीऑर्डरने वर्गणी खालील नावे पाठविण्यात यावी अथवा ती कार्यालयात रोखीने स्वीकारली जाईल.
- प्रशासकीय अधिकारी, राज्य आरोग्य शिक्षण व संपर्क विभाग, परिवर्तन इमारत, आरोग्य भवन, विश्रांतवाडी पोलिस स्टेशनसमोर, येरवडा, पुणे 411006.

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

पत्र व्यवहारासाठी पत्ता

मुख्य संपादक, महाराष्ट्र आरोग्य पत्रिका तथा उपसंचालक आरोग्य सेवा, राज्य आरोग्य शिक्षण व संपर्क विभाग, परिवर्तन, आरोग्य भवन परिसर, विश्रांतवाडी पोलीस स्टेशन समोर, येरवडा, पुणे 411006

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 June 2023

Posting on 24th of June 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

आरोग्याची वारी... पंढरीच्या दारी

आरोग्य सेवेसाठी सज्ज

आरोग्य दस्त

