PUBLIC AWARENESS FOR HEALTHFUL APPROACH FOR LIVING

(PAHAL)

Activity Report Year April 2017 – March 18

Regd. Office
L.S. Institute, Nema Place
Dr. K K Sharan Lane
Exhibition Road, Patna – 800001
Tele-fax: 0612-2206964
Email: diwakartejaswi@gmail.com
www.pahalhealth.com

Regd. No. 1699 (Under Societies Regd. Act 1860, IG Registration, Bihar)
Regd. u/s 12A & 80G/FCRA

INTRODUCTION

Public Awareness for healthful Approach for Living (PAHAL) is a Patna, Bihar, India based recently registered non – profit organization working towards improving the health of the poorest people in Bihar, through health and developmental programs. We are a newly established multidisciplinary team who has been working in Bihar with expertise in the areas of public health, clinical medicine, health programmes and policy development, rural development and empowerment of the disenfranchised.

The global response to the HIV epidemic has thus far rightly targeted high-prevalence regions of India for the past twenty years. As the epidemic has recently abated, new epicenters have been identified and have emerged for the spread of the virus. Due to the prevalence of several high-risk indicators, including wide-spread poverty, low economic growth, low literacy rates, dense population and high migration, the HIV epidemic is arising in the state of Bihar.

In response to this growing crisis, PAHAL is organizing HIV AIDS awareness camp and programmes along with general health camps in different parts of Bihar by itself and through its network partners. Our AIDS prevention programs effectively build awareness and bring about behavior modification in the at-risk public because they are sensitive to local culture.

Our focus areas:

- **Environmental Health :** Prevention and control of water-borne diseases by providing resources for water and sanitation, health and hygiene, education and training of women in the use of Oral Rehydration Therapy (ORT)

- **Maternal and Child Health:** Vaccinations for children and mother, maternal health care including family planning and reproductive health services, and the training of new health care workers.

- **Empowerment of women:** Education and vocational training. Vocational training was added in order to further empower the women and encourage them to assume leadership roles in their community.

- **Adolescent Reproductive Health (ARH):** To improve the demographic and reproductive health status of the community by changing the reproductive and sexual behavior of young adults both married and unmarried in the age group 12-25 years.

- **Hepatitis B Awareness Programme:** To make the community aware about Hepatitis B, through awareness programme.

- **TB Awareness prog: To make community aware about TB spread and prevention, sign and symptoms and treatment. Also to make community aware about MDR and XDR TB.**

- **Literacy Program:** To make the underprivileged resident of Village Bir, a Leela Prasad Memorial Literacy Centre was established by PAHAL at Bir.

Board Members of PAHAL

President:

Dr. Himanshu Roy, MBBS, MD (Infertility Specialist)

Secretary & Medical Director:

Dr. Diwakar Tejaswi, MBBS, MCH, FCCP, Ph.D
(Consultant Physician)

Treasurer:

Smt Smriti Abhijit - Social Worker

Executive Members:

Sri Rakesh Dubey -Senior Police Officer

Dr. Jyoti Ranjan Pandey - M.B.B.S., MD (Consultant Physician)

Smt. Nandini Sharan – Social Worker

Sri Santosh Kumar - Self Business

Patron:

Mr. Sandeep Sinha – Ex. Director Business Development, Motorola, WA

Mr. Raj Shukla –(Business), Columbia, Maryland, USA

Advisors:

Mr. Raja Uttam Kumar – EX. Vice President, MGL Americas Inc., CA, USA

Mr. Vibhakar Yashaswi– B Tech (IIT Delhi), MBA (Florida State University)

Mr. Sudhakar Tapaswi– B Tech (IIT Kanpur), MBA (Melbourne Business School)

Dr. (Mrs.) Kiran Sharan, MBBS, MD DCH, Child Specialist

Ongoing Programmes

- **Health Awareness and Screening Camps**- We are organising health awareness and screening camp on regular basis at the various places in Patna and adjacent (Rural places) including schools, colleges, slums etc., to serve the community. We provide screening of TB, HIV, Hepatitis B and C, Heart Disease, Oral Cancer, Asthma, Blood Pressure, Diabetes, Body Mass Index (BMI), Bone Mineral Density (BMD) etc.

- **HIV/AIDS & TB Awareness and Training programme**- We provide training on HIV/AIDS to nursing staff and lab technician. To make the general people and students of schools and colleges aware about HIV/AIDS, we conduct such awareness programme at school and college premises and among the truckers, migrants and villagers. We focus to remove the stigma and discrimination prevailing in our society.

- **Free Hearing Aid and free Ear Operation to Hearing Impaired poor person**- We organize screening camp for hearing impaired and provide free hearing aid and free ear operation to 10 to 15 selected hearing impaired poor persons every year.

- **Gyanshree Scholarship Scheme**- Under the scholarship scheme, PAHAL provides the partial financial support to the fourteen selected poor students of the community for their primary education.

- **Healthy Baby Show**- PAHAL organises the healthy baby show time to time, to make the mother aware about the baby's health and hygiene and also focuses on the benefit of the breast feed.

- **PAHAL Honour the good deed done in the field of HIV** - PAHAL honoured the women living with HIV/AIDS for their good deeds in the society. PAHAL also honoured the doctors who have done the surgery of a pregnant HIV positive woman.

- **Blood Donation**- PAHAL organises Voluntary Blood Donation Camp to serve the people.

- **Nukkad Natak**- PAHAL tries to spread awareness about the different health issues with the help of Nukkad Natak. It is the way to spread the message to masses.

- **Health and Literacy Center**- PAHAL established Leela Prasad Memorial health and literacy centre at village Bir. It is basically established to make the poor women and girls of village literate and also make them aware about health and hygiene related issues.

- **Free Distribution of Medicine** - Free distribution of anti TB and other medicines to the poor and also during calamities like flood.

Chicken Pox Awareness Programme (10 April 2017): Free Chicken Pox Awareness camp was organized under the banner of PAHAL at Exhibition Road, Patna.
Many people were benefited in the awareness camp.

सहारा पटना। मंगलवार • 11 अप्रैल • 2017

चिकेन पॉक्स का बढ़ रहा प्रकोप, बरतें सावधानी

■ सहारा न्यूज ब्यूरो
पटना।

डॉ. दिवाकर तेजस्वी

अभी के मौसम में चिकेन पॉक्स का प्रकोप बढ़ रहा है। सावधानी बरतने की जरूरत है। सोमवार को पहल द्वारा आयोजित चिकेन पॉक्स जागरूकता कार्यक्रम में वरिष्ठ फिजीशियन डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि गर्भवती महिलाओं को विशेष रूप से सावधान रहने की जरूरत है क्योंकि उनमें इसकी तीव्रता अधिक होती है।

डॉ. तेजस्वी ने बताया कि चिकेन पॉक्स वेरिसेला जोस्टर विषाणु द्वारा फैलने वाला तीव्र संक्रामक रोग है। तेज बुखार, घबराहट, बेचैनी, दर्द के साथ चौबीस घंटे के अंदर फफोला युक्त दोदरा शरीर पर दिखे तो यह चिकेन पॉक्स है। चिकेन पॉक्स से संक्रमित व्यक्ति इसके संक्रमण का स्रोत भी होता है। यह वायरस नाक तथा गले के स्राव एवं त्वचा के ददोरों एवं रक्त में रहता है। रोगी ददोरे निकलने के एक दो दिन पहले से एवं चार पांच दिन बाद तक इस रोग का संक्रमण दूसरे को फैला सकता है। इसलिए इस दौरान रोगी को लगभग एक सप्ताह तक अलग रखना चाहिए। इसके उपचार के लिए एंटी वायरल दवा, एंटी एलर्जिक दवा एवं दोदरे के लहर को कम करने के लिए कालामाइन लोशन का प्रयोग करना चाहिए।

टीका के साथ एंटी वायरल एवं एंटी एलर्जिक दवाएं जरूर लें

दैनिक भास्कर पटना, मंगलवार, 11 अप्रैल, 2017

चिकन पॉक्स का बढ़ा प्रकोप, सावधानी रखें

पटना | एक्जीबिशन पैलेस, नेमा पैलेस में चिकेन पॉक्स को लेकर जागरुकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि चिकेन पॉक्स वेरिसेला जोस्टर विषाणु द्वारा फैलने वाला एक संक्रामक रोग है। इसके लक्षण में बुखार, घबराहट, दर्द एवं संक्रमण के 24 घंटे अंदर फफोले निकलने लगता है। इसके रोगी को एक सप्ताह तक अलग रखना चाहिए। चिकेन पॉक्स वाली स्थान पर खुजली नहीं करनी चाहिए अन्यथा इससे चेहरे व अन्य स्थानों पर दाग रह जा सकते हैं। चिकेन पॉक्स के विरुद्ध एक प्रभावी टीका भी उपलब्ध है। इसे लेना चाहिए।

<u>TB and Health Awareness Camp at Patna (23rd April 2017):</u> TB and Health awareness program was organized by Rotary Patliputra at Patna City. Dr. Diwakar Tejaswi Medical Director of PAHAL talked about the TB awareness, prevention and treatment & Diabetic Awareness and management in the awareness camp. 200 patients were examined free of cost.

दैनिक जागरण पटना, 24 अप्रैल 2017

जल्ला हनुमान मंदिर परिसर में आयोजित शिविर में मरीजों की जांच करते डॉक्टर

टीबी से मुक्ति का संकल्प

जागरण संवाददाता, पटना : रोटरी पाटलिपुत्रा की ओर से रविवार को पटना सिटी स्थित जल्ला हनुमान मंदिर परिसर में स्वास्थ्य शिविर का आयोजन किया गया। क्लब की दिवंगत सदस्या डॉ. रीता दयाल की स्मृति में आयोजित शिविर में मरीजों को जांच व दवा भी दी गई।

इस शिविर में राज्य यक्ष्मा कोषांग के बख्श अजीम की अगुवाई में स्त्री रोग विशेषज्ञ डॉ. नीना अग्रवाल और डॉ. सारिका राय, शिशु विभाग में डॉ. श्रवण कुमार, जनरल फिजीशियन डॉ. दिवाकर तेजस्वी, डॉ. वकार अहमद आदि भी थे। स्वास्थ्य शिविर में संयोजक दिनेश कुमार अग्रवाल सहित अन्य भी थे।

प्रभात खबर पटना, सोमवार 24.04.2017

रोटरी पाटलिपुत्र का स्वास्थ्य जांच व दवा वितरण कैंप

पटना. रोटरी पाटलिपुत्र ने रविवार को स्वास्थ्य जांच शिविर का आयोजन किया. पटना सिटी स्थित बेगमपुर जल्ला हनुमान मंदिर में विशाल स्वास्थ्य जांच कैंप के नाम से आयोजित इस शिविर का आयोजन क्लब की सदस्या डॉ रीता दयाल जी की स्मृति में किया गया. कैंप में राज्य आइआइसी अधिकारी, राज्य यक्ष्मा कोषांग के अजीम की अगुआई में टीबी से संबंधित जानकारियां, उससे बचाव और जांच की व्यवस्था की गयी. इस मौके पर स्त्री रोग विशेषज्ञ डॉ नीना अग्रवाल, डॉ सारिका राय, शिशु रोग विशेषज्ञ डॉ श्रवण कुमार, जेनरल फिजिशियन में डॉ दिवाकर तेजस्वी, दंत रोग विशेषज्ञ डॉ वकार अहमद आदि डॉक्टरों ने अपना निःशुल्क योगदान दिया. वहीं कैंप के संयोजक दिनेश कुमार अग्रवाल ने बताया कि जांच कराने आये मरीजों में दवा वितरण भी किया गया.

World Asthma Day: Awareness Camp at Patna (2nd May 2017): On "World Asthma Day", an awareness camp was organized under the banner of PAHAL. Medical Director Pahal Dr. Diwakar Tejaswi , delivered informative lecture on Asthma. About 100 people were benefited during the awareness camp. He spoke about the benefits of Inhaler Therapy.

दैनिक भास्कर PATNA, WEDNESDAY, 03/05/2017

भारत में दो करोड़ लोग अस्थमा से ग्रसित

पटना | विश्व अस्थमा दिवस के अवसर पर पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एप्रोच फॉर लिविंग (पहल) की ओर से प्रेस कॉन्फ्रेंस का आयोजन किया गया। डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि कफ सिरप के स्वयं से सेवन करने पर अस्थमा रोगियों को धड़कन, थरथरी, घबराहट हो सकती है। इसलिए इसका सेवन चिकित्सीय सलाह से ही करनी चाहिए। अस्थमा का लक्षण में सांस लेने में कठिनाई, सीने में जकड़न, सीने से घरघराहट एवं बार-बार जुकाम एवं खांसी होना है। रोगी दमा की दवा हमेशा अपने पास रखें और इनहेलर का हर दिन इस्तेमाल करें। साथ ही सिगरेट, बीड़ी के धुएं से बचें। फेफड़ों को मजबूत बनाने के लिए व्यायाम करें। अस्थमा रोगियों को धूल, धुआं, नमी, सर्दी व धूम्रपान से बचना चाहिए। सर्दी, जुकाम, गले की खराश या फ्लू जैसी बीमारी का तुरंत इलाज कराना चाहिए क्योंकि इससे बीमारी बढ़ने का खतरा रहता है। उन्होंने कहा कि अस्थमा से करीब 2 करोड़ लोग ग्रसित हैं तथा प्रतिवर्ष 10 लाख नए अस्थमा रोगियों की संख्या बढ़ रही है। डॉ. किरण शरण ने बच्चों में अस्थमा के बारे में विस्तृत जानकारी दी। मौके पर रजनीश शरण, नंदिनी शरण भी उपस्थित थीं।

राष्ट्रीय सहारा

पटना । बुधवार • 3 मई • 2017

इनहेलर थेरेपी अस्थमा का बेहतर इलाज

पटना (एसएनबी)। अस्थमा रोगियों को बगैर चिकित्सकीय सलाह के कफ सीरप का इस्तेमाल करना महंगा पड़ सकता है। क्योंकि अस्थमा मरीजों के लिए प्रयोग में लाए जाने वाले कफ सीरप में 'सालब्युटामोल' पाया जाता है। जिसके अधिक मात्रा में सेवन करने से अस्थमा के मरीजों को थरथराहट, घबराहट, सिर दर्द, मुंह का सूखना, धड़कन तेज और मांसपेशियों में ऐंठन हो सकती है। इसलिए इस सीरप का सेवन चिकित्सकीय देखरेख में ही करना चाहिए। यह बातें मंगलवार को विश्व अस्थमा दिवस के अवसर पर आयोजित संवाददाता सम्मेलन के दौरान डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कही। देश में करीब 2 करोड़ व्यस्क एवं बच्चे अस्थमा रोग से प्रभावित हैं एवं प्रति वर्ष 10 लाख नए रोगियों की संख्या बढ़ रही है। उन्होंने कहा कि अस्थमा में इनहेलर थेरेपी ज्यादा कारगर और साइड इफेक्ट भी कम होते हैं। अस्थमा का लक्षण में सांस लेने में कठिनाई, सीने में कसाव व जकड़न, सीने से घरघराहट, बार-बार जुकाम एवं खांसी होना है। उन्होंने कहा कि अस्थमा के रोगियों को दवा और इनहेलर अपने पास रखना चाहिए और सिगरेट, बीड़ी एवं धुएं से बचना चाहिए। सोने से पहले बिस्तर व बेडशीट को सोने से पहले नियमित सफाई करनी चाहिए।

World thyroid Day : Free Thyroid Testing & Awareness Camp, Patna (25th May 2017)

PAHAL organized free Thyroid Testing & Awareness camp at Exhibition Road, Patna. Dr Diwakar Tejaswi, Medical Director PAHAL spoke on Hypothyroid Symptoms . About 100 persons were tested in the camp and medical advices were given to the patients.

पटना । शुक्रवार • 26 मई • 2017 सहारा

देश में चार करोड़ से ज्यादा लोग थायराइड से पीड़ित

विश्व थायराइड दिवस पर जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन

पटना (एसएनबी) । देश में लगभग चार करोड़ व्यक्ति थायराइड से पीड़ित हैं। इससे स्वास्थ्य संबंधी कई समस्याएं पैदा होती हैं। विश्व थायराइड दिवस को आयोजित जागरूकता कार्यक्रम में वरिष्ठ फिजिशियन 'पहल' के चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने थायराइड ग्रस्त मरीजों को डॉक्टर की देखरेख में नियमित दवा लेने की सलाह दी। डॉ. तेजस्वी ने कहा कि थायराइड की बीमारी साइलेंट किलर है। गले में पाई जाने वाली थायराइड ग्रंथि मेटाबोलिज्म की गति को नियंत्रित करती है। थायराइड हारमोन की कमी को हाइपोथाइराइडिज्म कहते हैं। इसमें थकान, कमजोरी, मोटापा, बाल झड़ना, हाथ पैर ठंडे रहना, कब्ज रहना, त्वचा में सूखापन एवं याददाश्त कमजोर होने से लेकर प्रतिरोधक क्षमता कम रहने की समस्या उत्पन्न हो जाती है। उन्होंने कहा कि महिलाओं में थायराइड की समस्या तेजी से बढ़ रही है और यह बांझपन का एक प्रमुख कारण है। यदि गर्भवती महिला को हाइपोथाइरायड की समस्या है तो मंद बुद्धि बच्चा पैदा हो सकता है।

JIKA Virus Awareness Camp, Patna (29th May 2017)

Dr Diwakar Tejaswi, Medical Director PAHAL spoke on Jika Virus. He made aware about the menace of JIKA Virus and told to be vigilant so that Indian pregnant women don't acquire the disease.

आज पटना मंगलवार, ३० मई, २०१७

एडिस मच्छर से फैलता है जिका वायरस : डॉ तेजस्वी

पटना (आसमे) । जिका वायरस मुख्य तौर पर एडिस मच्छर की वजह से फैलता है, यह दिन के समय सूरज के चढ़ने से पहले या छिपने के बाद सुबह जल्दी या शाम को काटते है । यह गर्भवती महिला के जरिए कोख में पल रहे बच्चे को भी हो सकता है । गर्भवती महिलाओं को इससे सतर्क रहने की आवश्यकता है । गर्भावस्था में यह भ्रूण में ही माईक्रोस्फैली का कारण बन सकता है। यह जानकारी पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने सोमवार को पहल के तत्वावधान में जिका वायरस जागरूकता कार्यक्रम में दी । डॉ तेजस्वी ने बताया कि जिका का संक्रमण अफ्रीका, साउथ एशिया, पैसिफिक आयलैंड और मैक्सिको में पाया जाता है। भारत में इसके अभी तक तीन मामले सामने आये है, इसलिए इससे सतर्क रहने की आवश्यकता है । डॉ तेजस्वी ने इसके लक्षक और बचाव के बारे में बताया कि जिका एक किस्म का वायरल इंफेक्शन है, जिसमें बुखार , रैश, जोड़ों में दर्द, आंखों में लाली आ जाती है । इससे बचने के लिए आसपास पानी जमा न होने दे । ड्रम, कंटेनर, गमले, कुलर आदि का पानी सप्ताह में कम से कम एक बार बदले एवं ऐसे वस्त्र पहने जिससे की पूरा शरीर ढ़का रहें । सोते समय मच्छरदानी का इस्तेमाल करें ।

PATNA, TUESDAY, 30/05/2017

जीका वायरस से बचने के लिए जलजमाव न होने दें

पटना| पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एपरोच फॉर लिविंग (पहल) की ओर से जीका वायरस जागरुकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। डॉ.दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि जिका वायरस मुख्य तौर पर एडिस मच्छर की वजह से फैलता है। उन्होंने बताया कि विश्व स्वास्थ्य संगठन द्वारा भारतवर्ष में जीका वायरस की पुष्टि होने के बाद इस वायरस के बारे में लोगों को जागरूक करना जरूरी है। उन्होंने इसके लक्षण के बारे में कहा कि जीका वायरल इंफेक्शन है, इससे बुखार, जोड़ो में दर्द, आंखों मे लाली आ जाती है। बचने के लिए आसपास पानी को जमा नहीं होने दें। जलजमाव में ही एडीस मच्छर पैदा होता है और जीका वायरस फैलता है।

Hepatitis C Testing and Awareness Camp, Patna (26th June 2017): Hepatitis C Testing and awareness camp was organized under the banner of PAHAL at Dr. Diwakar Tejaswi Clinic, Exhibition Road, Patna. Dr Diwakar Tejaswi, Medical Director PAHAL talked about the prevention and treatment of Hepatitis C.

आज पटना
मंगलवार, २७ जून, २०१७

हेपेटाईटिस-सी का प्रमुख कारण सूई द्वारा नशीली पदार्थों का सेवन

पटना (आससे)। युवाओं में हेपेटाईटिस-सी का प्रमुख कारण सूई द्वारा नशीली पदार्थों का सेवन है, इसकी चपेट में युवा पीढ़ी लगातार आते जा रहे हैं। पंजाब में इस बीमारी का शिकार अधिकांश नशेड़ी युवा हो चुके हैं। इसकी जानकारी पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने सोमवार को अन्तर्राष्ट्रीय नशा निषेधन दिवस के पूर्व संध्या के अवसर पर जागरूकता कार्यक्रम में दी। डॉ तेजस्वी ने बताया कि आज की भागदौड़ भरी जिंदगी में हर व्यक्ति तनावग्रस्त हैं, लेकिन कुछ लोग ऐसे भी हैं जो तनाव से दूर भागने के लिए या उसे कम करने के लिए मादक पदार्थों व दवाओं का सहारा लेने लगते हैं। कुछ समय तक तो सब ठीक चलता है, लेकिन एक पड़ाव ऐसा आता है, जब व्यक्ति इस सब चीजों का आदी बना जाता है, वह चाहकर भी इन्हें नहीं छोड़ पाता है, लेकिन तब तक बहुत देर हो चुकी होती है। वह इस नशे का गुलाम बन चुका होता है। स्थिति अब अधिक गंभीर और चिंतनीय बन गई है, क्योंकि हमारी युवा पीढ़ी नशे को अपना शौक समझने लगी है। गलत संगत के कारण वह नशे की शरण में चले जाते हैं। जिसके कारण शारीरिक के साथ-साथ मानसिक रूप में भी व्यक्ति कमजोर पड़ने लगता है। डॉ तेजस्वी ने बताया कि नशा करना समस्या का समाधान नहीं है, बल्कि यह एक ऐसी बीमारी है जो आगे चलकर हमारे लिए मुसिबतों का कारण बन सकती है।

सहारा
पटना। मंगलवार • 27 जून • 2017

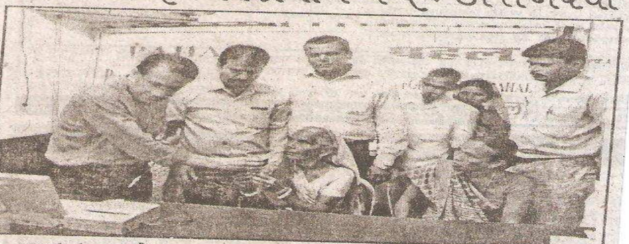
नशे की सूई से हेपेटाइटिस-सी के शिकार हो रहे युवा

पटना। युवा पीढ़ी नशा को शौक की तरह अपना रही है। नतीजा यह है कि सूई द्वारा नशीला पदार्थ लेने के कारण बड़ी संख्या में युवा हेपेटाइटिस-सी का शिकार हो रही है। वरिष्ठ फिजिशियन एवं 'पहल' के चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने सोमवार को आयोजित जागरूकता शिविर में कहा कि नशा किसी भी समस्या का समाधान नहीं। यह स्वास्थ्य को पूरी तरह प्रभावित करता है। डॉ. तेजस्वी ने कहा कि नशे के कारण आदमी शारीरिक एवं मानसिक रूप से कमजोर पड़ने लगता है। उन्होंने आगाह किया कि लीवर की खतरनाक बीमारी हेपेटाइटिस-सी संक्रमण का एक प्रमुख कारण सूई द्वारा नशीले पदार्थों का सेवन है।

Spirometry Testing and Asthma Awareness Camp at Patna (15th July 2017): Asthma Testing and awareness camp was organized under the banner of PAHAL. Medical Director Pahal Dr. Diwakar Tejaswi , delivered informative lecture on Asthma. About 100 people were benefited during the awareness camp. He spoke about the benefits of Inhaler Therapy.

आज पटना
रविवार, १६ जुलाई, २०१७

डॉक्टर की सलाह पर ही अस्थमा मरीज कफ सिरप का प्रयोग करें : डॉ तेजस्वी



पटना (आससे)। अस्थमा के मरीजों को डॉक्टर की सलाह पर ही कफ सिरप का प्रयोग करना चाहिए। कफ सिरप का प्रयोग स्वयं से करने पर अस्थमा रोगियों को धड़कन, थरथरी, घबराहट हो सकती है, क्योंकि अस्थमा के लिए प्रयोग में लाये जाने वाले कफ सिरप में सालब्यूटामोल रहता है। जिसके अधिकता से थरथरी, घबराहट, सरदर्द, मुंह का सुखना एवं मांसपेशियों में ऐंठन हो सकता है। इसकी जानकारी पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने शनिवार को निःशुल्क अस्थमा जांच शिविर में दी। डॉ तेजस्वी ने बताया कि अस्थमा में इनहेलर थेरेपी ज्यादा कारगर सिद्ध होते है एवं इनसे साइडइफेक्ट भी कम होते है। उन्होंने कहा कि अस्थमा के मरीजों को सर्दी, जुकाम, गले की खराश या फ्लू जैसी बीमारी का तुरंत इलाज कराना चाहिए, क्योंकि इससे बीमारी बढ़ने का खतरा रहता है। डॉ तेजस्वी ने विशेष रूप से बताया कि यदि अस्थमा की शिकायत होती है तो इनहेलर थेरेपी से तत्काल आराम होता है। इस जांच शिविर में लगभग 50 लोगों का निःशुल्क जांच किया गया।

प्रभात खबर
पटना, रविवार
16.07.2017

पहल ने लगाया निःशुल्क अस्थमा जांच शिविर : पटना. पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्पफुल एप्रोच फॉल लिविंग (पहल) संस्था की ओर से शनिवार को नि :शुल्क अस्थमा जांच शिविर का आयोजन किया गया . मौके पर पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि कफ सिरप के स्वयं से सेवन करने पर अस्थमा रोगियों को धड़कन, थरथरी, घबराहट हो सकती है . अस्थमा के लिए प्रयोग में लाये जानेवाले कफ सिरप में सालब्यूरामोल रहता है, जिसके अधिक मात्रा से थरथरी, घबराहट, सर दर्द, मुंह का सूखना, धड़कन व मांसपेशियों में ऐंठन हो सकता है .

Free Bone Mineral Density (BMD) and Body Mass Index (BMI) Testing Camp, Patna (16th July 2017): PAHAL organized free BMD and BMI camp at Dr. Diwakar Tejaswi Clinic Kankarbagh, Patna. Dr Diwakar Tejaswi, Medical Director PAHAL, in his awareness talk explained the different bone related issues caused due to deficiency of calcium and Vit D3 and also how obesity is threat to healthy life. About 75 persons were tested free in the camp.

दैनिक भास्कर पटना, सोमवार, 17 जुलाई, 2017

स्वास्थ्य परीक्षण शिविर में 75 लोगों की जांच

पटना | पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एप्रोच फॉर लिविंग की ओर से आनंद द्विवेदी के निधन पर शोकसभा का आयोजन हुआ। उनकी स्मृति में स्वास्थ्य परीक्षण शिविर में निःशुल्क 75 लोगों का हड्डी जांच, मोटापा जांच एवं ब्लड शुगर जांच किया गया। पहल के अध्यक्ष डॉ. हिमांशु राय, सचिव डॉ. दिवाकर तेजस्वी सहित सभी सदस्यों ने स्व. द्विवेदी को श्रद्धांजलि अर्पित की। मौके पर डॉ. आलोक अभिजित, राकेश दुबे, डॉ. ज्योति रंजन पांडेय, डॉ. किरण शरण, संतोष कुमार मौजूद थे।

World Hepatitis Day-Free Hepatitis C testing and awareness Camp, Patna (28th July 17): Hepatitis C Testing and awareness camp was organized under the banner of PAHAL at Dr. Diwakar Tejaswi Clinic, Exhibition Road, Patna. Dr Diwakar Tejaswi, Medical Director PAHAL talked about the prevention and precaution of Hepatitis.

आज पटना शनिवार, २९ जुलाई, २०१७

हेपेटाइटिस-सी का अब इलाज आसान : डॉ तेजस्वी

(आज समाचार सेवा) पटना। हेपेटाइटिस-सी का आसान इलाज अब संभव हो गया है, इसी वर्ष इसकी दो नयी दवाओं का इजाद हुआ है। इस दवा का सेवन से हेपेटाइटिस-सी रोगी रोगमुक्त हो सकता है। यह जानकारी पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने शुक्रवार को वर्ल्ड हेपेटाइटिस डे के अवसर पर निःशुल्क जांच शिविर में दी। उन्होंने बताया कि 24 सप्ताह तक दिये जाने वाले सोफोस बुविर दवा अभी बहुत महंगी है। इसे देश में सस्ते दामों पर उपलब्ध करायी गयी है। डॉ तेजस्वी ने कहा कि समाज में हेपेटाइटिस-बी का संक्रमण तेजी से फैल रहा है एवं करीब पांच से छह प्रतिशत लोग इसकी संक्रमण की चपेट में है। इसके बचाव के लिए लोगों को टीका लेना जरूरी है। टीकाकरण ही हेपेटाइटिस-बी से बचाव का बेहतर तरीका है।

Free Kidney Function Testing and Awareness Camp, Patna (18th August 17):
Kidney Function Testing and awareness camp was organized under the banner of PAHAL at Dr. Diwakar Tejaswi Clinic, Exhibition Road, Patna. Dr. Diwakar Tejaswi Medical Director of PAHAL talked about the danger of high blood pressure and blood sugar and its effect on Kidney. Many people were benefited during the awareness camp. About 30 persons were tested free in the camp.

आज
पटना
शनिवार, १९ अगस्त, २०१७

30 लोगों की हुई निःशुल्क किडनी जांच

पटना (आससे)। पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एपरोच फॉर लिविंग के तत्वावधान में निःशुल्क किडनी जांच शिविर एवं जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन डा. दिवाकर तेजस्वी के क्लिनिक में किया गया शिविर में ३० लोगों की निःशुल्क किडनी जांच की गयी। इस अवसर पर डा. दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि भारतवर्ष में किडनी के डिंजीज का सबसे महत्वपूर्ण कारण अनियंत्रित मधुमेह एवं उच्च रक्तचाप है। डा. तेजस्वी ने कहा कि मधुमेह के रोगियों को रक्तचाप की जांच कराते रहना चाहिए। किडनी डिजीज के अन्य कारणों का उल्लेख करते हुए डा. तेजस्वी ने बताया कि वृद्ध पुरूषों में प्रोस्टेट ग्रन्थि के बढ़ने की संभावना अधिक होती है एवं इसे पेशाब करने में रूकावट आने लगती है। ससमय बढ़े प्रोस्टेट ग्रन्थि का इलाज नहीं कराने पर किडनी डिजीज होने की संभावना बढ़ जाती है।

18th Ladly Sharan Memorial Deafness Detection & Hearing Aid Distribution Camp, Patna (1st October 2017): PAHAL organized "18th Ladly Sharan Memorial Deafness Detection Camp". Mr Suraj Kumar examined the patients with free audiometry. Altogether 90 persons got tested for deafness and out of those 15 underprivileged and needy patients were provided hearing aid free of cost.

दैनिक भास्कर पटना, सोमवार, 02 अक्टूबर, 2017

90 मरीजों की निःशुल्क ऑडियोमेट्री जांच

पटना | पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एप्रोच फॉर लिविंग की ओर से एग्जीबिशन रोड स्थित नेमा पैलेस में 18वीं लाडली शरण स्मृति निःशुल्क बहरापन शिविर का आयोजन किया गया। सूरज कुमार ने 90 मरीजों की निःशुल्क ऑडियोमेट्री जांच की। साथ ही 15 मरीजों के बीच श्रवण यंत्र डॉ.किरण शरण, डॉ.दिवाकर तेजस्वी, सुधाकर तपस्वी, विभाकर यशस्वी के सौजन्य से दिया गया। रजनीश शरण ने धन्यवाद ज्ञापन दिया। डॉ.दीपिका तेजस्वी, डॉ.श्रीधर प्रसाद अंबष्ठ, डॉ.आरआर प्रसाद, नवीन किशोर शरण, पवन कुमार साव, किशोर कुमार, मनोज कुमार, सुमन कुमार, नीरज कुमार ने सबको धन्यवाद दिया।

Dengue Awareness Camp, Patna (5th October 2017): PAHAL organized a Dengue Awareness camp at Exhibition Road, Patna. Talking about dengue, Dr Diwakar Tejaswi, Medical Director of PAHAL explained the preventive method to keep away dengue and what precautions should be taken during illness. Many people benefited during the awareness camp.

आज
पटना
शुक्रवार, ६ अक्तूबर, २०१७

डेंगू से बचाव के लिए रहें सावधान : डॉ. तेजस्वी

पटना। डॉ दिवाकर तेस्वी क्लिनिक में गुरुवार को डेंगू अवेयरनेस कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस अवसर पर पहल के चिकित्सा निदेशक एवं वरिष्ठ फिजिशियन डॉ दिवाकर तेजस्वी ने लोगों को डेंगू के प्रति जागरूक करते हुए बताया कि सजगता बरतकर इस रोग से बचाव संभव है।

उन्होंने बताया कि एडीज मच्छर प्राय: दिन में ही काटते है एवं कंटेनरा में पड़े साफ पानी यथा कूलर, इनडोर एवं आउटडोर गमला, टूटे एवं पड़े हुए बाल्टी, टंकी, हौज आदि में तेजी से पनपते है। रोग के लक्षणों की चर्चा करते हुए डॉ तेजस्वी ने बताया कि इस बीमारी में ठंड के साथ तेज बुखार आता है.।

हड्डियों, जोड़ों एवं मांशपेसियों में तेज दर्द होना, शरीर पर लाल चकते पड़ना, आंखों के पीछे वाले भाग में दर्द होना भूख कम लगना शामिल है। उन्होंने कहा कि डेंगू फीवर होने से घबराने की आवश्यकता नहीं है। आधुनिक चिकित्सा विज्ञान में हुई प्रगति के कारण ईस रोग पर काबू पाया जा सकता है।

Cracker Free Pre – Diwali Meet at PAHAL Office, Patna (17th Oct. 2017):

PAHAL organized pre Diwali meet to promote cracker free Diwali and make aware the people about the danger and bad effect of crackers sound and smoke to our health and environment. Members of PAHAL urged the people to celebrate cracker free and pollution free Diwali to keep the environment safe.

दैनिक भास्कर
पटना, बुधवार, 18 अक्टूबर, 2017

पटाखों से हो सकता है स्वास्थ्य को नुकसान

पटना |पहल के निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि दीपावली पर पटाखें फोड़ने में असावधानी घातक हो सकती है। तेज आवाज वाले पटाखों का असर बच्चों, गर्भवती महिलाओं, दिल व सांस के मरीजों पर होता है। डॉ. किरण शरण ने कहा कि दीपावली में आंख झुलसना, कान के परदे फटने आदि की शिकायतें अधिक मिलती है।

Health Awareness Program on World Diabetes Day, Patna (14th Nov. 2017):
PAHAL organized a diabetes awareness program on the eve of World Diabetes Day. Dr Diwakar Tejaswi, Medical Director of PAHAL delivered informative lecture on diabetes. Many people asked questions related to diabetes.

आज
पटना
बुधवार, १५ नवम्बर, २०१७

मधुमेह रोगियों में टीबी की संभावना अधिक : डा. तेजस्वी

पटना (आससे)। विश्व मधुमेह दिवस के अवसर पर पहल के द्वारा आयोजित मधुमेह जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन डॉ दिवाकर तेजस्वी के क्लिनिक में किंया गया। इस अवसर पर पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि अंनियंत्रित मधुमेह वाले रोगियों में टीबी रोग होने की संभावनाएं अधिक होती है। हमें शारीरिक परिश्रम एवं खान-पान पर विशेष ध्यान रखने की जरूरत है तथा समय-समय पर अपने स्वास्थ्य की जांच करानी चाहिए। डॉ तेजस्वी ने बताया कि किसी व्यक्ति को दो सप्ताह से ज्यादा समय से खांसी हो रही हैं, सीने में दर्द हो, बलगम में खून हो, शाम के शाम हल्की बुखार आती हो, कमजोरी हो, वजन कम हो रहा हो ये सभी टीबी के लक्षण हो सकते है। वैसे लोगों को निकटतम स्वास्थ्य केन्द्र में बलगम की जांच करा लेनी चाहिए।

DB स्टार PATNA, WEDNESDAY, 15/11/2017

अनियंत्रित मधुमेह रोगियों में टीबी की आशंका अधिक

पटना | विश्व मधुमेह दिवस के अवसर पर पब्लिक अवेयरनेस फॉर एप्रोच फॉर लिविंग की ओर से जागरुकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि अनियंत्रित मधुमेह वाले रोगियों में टीबी रोग होने की आशंका अधिक होती है। हमें शारीरिक परिश्रम एवं खानपान पर विशेष ध्यान रखने की आवश्यकता है। समय-समय पर अपने स्वास्थ्य की जांच करानी चाहिए। घाव जल्द नहीं भरे तो मधुमेह की जांच करा लेनी चाहिए। किडनी से संबंधित बीमारी का प्रमुख कारण अनियंत्रित मधुमेह है। इस अवसर पर 100 लोगों की निःशुल्क जांच की गई जिनमें 15 में मधुमेह पाया गया।

Motor Neurone Disease (MND) Awareness Camp, Patna (26th November 2017):
PAHAL organized a Motor Neurone Disease (MND) Awareness Camp at Exhibition Road, Patna. Dr. Nitish Kumar noted Neuro-Physician talked about MND.

आज
सोमवार, 27 नवम्बर 2017, पटना

आनंद द्विवेदी स्मृति में स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम

(आज समाचार सेवा)

पटना। पहल के पूर्व कोषाध्यक्ष स्वर्गीय आनंद द्विवेदी के जन्म दिवस के उपलक्ष्य पर आनंद द्विवेदी स्मृति स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन डॉ दिवाकर तेजस्वी क्लीनिक में किया गया है। इस अवसर पर प्रसिद्ध न्यूरो रोग फिजिशियन डॉ नीतिश कुमार ने मोटर न्यूरॉन डिजिज बीमारी एवं लक्षणों के बारे में बताया। उन्होंने बताया कि इस बीमारी में व्यक्ति के न्यूरॉन का ह्रास के कारण पूरे शरीर की मांसपेशियां कमजोर हो जाती हैं। इसमें व्यक्ति कार्य करने में असमर्थ हो जाता है एवं मांसपेशियां कमजोर हो जाती हैं और अपक्षय होने लगता है। प्रभावित व्यक्ति अंततः स्वैच्छिक गतिविधियों को प्रवर्तित और नियंत्रित करने की क्षमता खो बैठते है। उन्होंने एमएनडी के प्रारम्भिक लक्षणों के बारे में बताया कि मांसपेशियों में झटका आना, ऐंठन या प्रभावित मांसपेशियों की जकड़न एक हाथ या पैर के मांसपेशी की कमजोरी से प्रभावित होना या अस्पष्ट उच्चारण और नाक से बोलना है। मरीजों को चलते समय अटपटापन महसूस हो सकता है। इस अवसर पर पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवकार तेजस्वी ने बताया कि एमएनडी के रोगी अपनी बीमारी की गति को धीमा करने की कोशिशमें पूरक दवाओं का उपयोग कर सकते है। कार्यक्रम के प्रारंभ में पहल के अध्यक्ष डॉ हिमांशु राय के सुपुत्र एवं पहल के वॉलेन्टीयर जयंत राय के आकस्मिक मृत्यु पर दो मिनट का मौन रखा गया।

राष्ट्रीय सहारा पटना। सोमवार • 27 नवम्बर • 2017

मोटर न्यूरॉन डिजीज जानलेवा : डॉ. तेजस्वी

लाख में एक को होती है यह बीमारी

पटना (एसएनबी)। मोटर न्यूरॉन डिजीज जानलेवा बीमारी है। इस बीमारी में व्यक्ति के पूरे शरीर की मांसपेशियां कमजोर हो जाती हैं। मांसपेशियों में झटका आना, ऐंठन या प्रभावित मांसपेशियों की जकड़न, एक हाथ या एक पैर की मांसपेशियां कमजोर होना, अस्पष्ट उच्चारण और नाक से बोलना इस बीमारी के लक्षणों में है। वरिष्ठ फिजिशियन डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने रविवार को आनंद द्विवेदी स्मृति जागरूकता कार्यक्रम में बताया कि इस बीमारी में व्यक्ति के न्यूरॉन का ह्रास होने लगता है।

डॉ. तेजस्वी ने कहा कि चिकित्सक के परामर्श पर पीड़ित व्यक्ति थकान कम करने, आवाज पर नियंत्रण और कफ तथा लार कम करने की सहायक दवाओं का सेवन कर सकता है। उन्होंने बताया कि एमएनडी के मरीज अपनी बीमारी की गति को धीमा करने की कोशिश में पूरक दवाओं का उपयोग कर सकते हैं। हल्के एरोबिक व्यायाम जैसे चलना, स्थिर साइकिलिंग अप्रभावित मांसपेशियों को मजबूती दे सकते हैं। उन्होंने एमएनडी के कारण और निवारण पर केन्द्र सरकार को विशेष शोध कराने की सलाह दी। डॉ. नीतीश कुमार ने कहा कि अभी तक यह लाइलाज बीमारी है तथा इस पर शोध कार्य चल रहा है। डॉ. ज्योति रंजन पांडेय ने बताया कि 40-60 साल की उम्र के बीच वाले लोगों को इस बीमारी की संभावना अधिक होती है। महिला की तुलना में पुरुष इससे ज्यादा प्रभावित होते हैं। इस मौके पर डॉ. आलोक अभिजीत, नंदिनी शरण और राकेश दुबे भी मौजूद थे।

<u>WORLD AIDS DAY- HIV/ AIDS Awareness Camp at, Patna (30th Nov. 2017):</u> On eve of "World AIDS Day", HIV/AIDS Awareness Camp, at Patna under the banner of PAHAL. Medical Director PAHAL, Dr Diwakar Tejaswi spoke on length about HIV/AIDS in the Awareness camp.

दैनिक भास्कर PATNA, FRIDAY, 01/12/2017

सुदूर क्षेत्रों के सब लेबल सेंटर में की जानी चाहिए एचआईवी की जांच

वर्ल्ड एड्स डे को लेकर संवाददाताओं से बात करते डॉ. दिवाकर तेजस्वी।

पटना| वर्ल्ड एड्स डे की पूर्व संध्या पर पहल की ओर से प्रेस कांफ्रेंस का आयोजन गुरुवार को शहर के एक निजी होटल में किया गया। डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कहा कि एचआईवी जांच की व्यवस्था सुदूर क्षेत्रों के सब लेबल सेंटर में की जानी चाहिए। एड्स से पीड़ित व्यक्ति नियमित दवाओं के सेवन एवं संयमित जीवन जीते हुए सामान्य जीवन जी सकते हैं। उन्होंने बताया कि आज से दस साल पहले एड्स से ग्रसित लोगों की संख्या 15 से 20 प्रतिशत थी। आज 40 प्रतिशत से ऊपर हो चुकी है। बिहार में एक लाख 60 हजार के लगभग एचआईवी संक्रमित है। इनमें 90 प्रतिशत लगभग पहचान में आए हैं।

राष्ट्रीय सहारा पटना। शुक्रवार • 1 दिसम्बर • 2017

बिहार में एक लाख 60 हजार एचआईवी संक्रमित

पटना (एसएनबी)। सूबे में करीब एक लाख 60 हजार एचआईवी संक्रमित हैं। राज्य में वर्तमान समय में 40 प्रतिशत से अधिक महिला एचआईवी/एड्स की संख्या है। जबकि दस वर्ष पहले इनकी संख्या 20 प्रतिशत के आसपास थी। यह बातें 'वर्ल्ड एड्स डे' की पूर्व संध्या पर आयोजित संवाददाता सम्मेलन को संबोधित करते हुए वरीय एड्स विशेषज्ञ चिकित्सक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कही। उन्होंने बताया कि एचआईवी/एड्स के कारण, लक्षण एवं बचाव से संबंधित जानकारी देते हुए कहा कि एचआईवी संक्रमित व्यक्तियों से असुरक्षित यौन संबंध बनाने से, एचआईवी संक्रमित सूई का प्रयोग करने से, एचआईवी संक्रमित व्यक्ति के खून का शरीर में चढ़ाने पर और एचआईवी संक्रमित गर्भवती महिलाओं से उसके नवजात शिशुओं में संक्रमण का खतरा रहता है।

Health Awareness Program, Exhibition Road, Patna (6th Dec. 2017): PAHAL organized a health awareness program. Dr Diwakar Tejaswi, Medical Director of PAHAL advised the people to take care of health during cold. He also described that what precautions should be taken during winter season especially for the older people.

दैनिक भास्कर पटना, गुरुवार, 07 दिसंबर, 2017

हृदयरोग से बचने को कोलेस्ट्रॉल पर रखें कंट्रोल

पटना | पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एप्रोच फॉर लिविंग के चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर तेजस्वी ने कार्डियोलॉजी सोसाइटी ऑफ इंडिया के वार्षिक सम्मेलन से लौटने के बाद बताया कि हृदयरोग से बचने के लिए कोलेस्ट्रॉल को नियंत्रण में रखना जरूरी है। उन्होंने सोशल मीडिया पर चल रही भ्रामक सूचना पर सचेत रहने की सलाह दी। उन्होंने बताया कि एलडीएल कोलेस्ट्रॉल की मात्रा 100 मि.ग्राम होनी चाहिए। ब्लड प्रेशर एवं डायबिटीज के रोगियों में 70 मि.ग्राम पर डेसी ली. से कम रखना उपयुक्त है। पारिवारिक हाईपरकोलेस्ट्रॉललेमियां में इसका स्तर 55 से कम रखना चाहिए।

आज पटना गुरुवार, ७ दिसम्बर, २०१७

हृदय रोग से बचने के लिए कोलेस्ट्रॉल पर रखें नियंत्रण

पटना (आससे)। पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने कॉर्डियोंलॉजी सोसाईटी ऑफ इंडिया के वार्षिक सम्मेलन से लौटने के उपरांत बताया कि हृदय रोग से बचने के लिए कोलेस्ट्रॉल को नियंत्रण में रखना अतिआवश्यक है। उन्होंने सोशल मीडिया पर चल रहे भ्रमक सूचना पर सचेत रहने की सलाह दी और बताया कि एलडीएल कोलेस्ट्रॉल हृदय की धमनियों के लिए घातक है। उन्होंने बताया कि एलडीएल कोलेस्ट्रॉल की मात्रा 100 मिलीग्राम पर डेसी.ली. से कम होनी चाहिए एवं ब्लड प्रेशर एवं डझयबिटिज के रोगियों में 70 मिलीग्राम पर डेसी.ली. से कम रखना उपयुक्त है। उन्होंने बताया कि एचडीएल कोलेस्ट्रॉल हृदय के लिए अच्छी मानी जाती है। चर्बीयुक्त तेलीय पदार्थों में एलडीएल की मात्रा अत्यधिक होती है एवं साग, सब्जियों एवं फलों के सेवन से तथा व्यायाम के द्वारा एचडीएल की मात्रा बढ़ाई जा सकती है।

Cholesterol and Heart Disease Awareness Program, Exhibition Road, Patna (13th March 2018): PAHAL organized a heart disease awareness program. Dr Diwakar Tejaswi, Medical Director of PAHAL advised the people about how to keep Heart healthy.

आज पटना बुधवार, १४ मार्च, २०१८

हृदय रोग से बचाव के लिए कोलेस्ट्रॉल पर रखें नियंत्रण

पटना। पहल के तत्वावधान में मंगलवार को निःशुल्क कोलेस्ट्रॉल जांच का आयोजन डॉ दिवाकर तेजस्वी क्लीनिक में किया गया। इस अवसर पर पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने बताया कि हृदय रोग से बचने के लिए कोलेस्ट्रॉल को नियंत्रण में रखना अतिआवश्यक है। उन्होंने सोशल मीडिया पर चल रहे भ्रामक सूचना पर सचेत रहने की सलाह दी और बताया कि एलडीएल कोलेस्ट्रॉल हृदय की धमनियों के लिए घातक है। उन्होंने बताया कि एलडीएल कोलेस्ट्रॉल की मात्रा 100 मिलीग्राम पर डेसी लीटर से कम होनी चाहिए। उन्होंने बताया कि एचडीएल कोलेस्ट्रॉल हृदय के लिए अच्छी मानी जाती है। यह साग, सब्जियों एवं फलों के सेवन करने से बढ़ती है। शिविर में 75 लोगों का कोलेस्ट्रॉल जांच किया गया। इस अवसर पर पहल की नंदनी शरण, रजनीश शरण, पवन कुमार साव, सुमन कुमार, नीरज कुमार की भूमिका सराहनीय रही।

दैनिक भास्कर

राष्ट्रीय सहारा

पटना। बुधवार • 14 मार्च • 2018

हृदय रोग से बचने के लिए कोलेस्ट्रॉल पर रखें नियंत्रण

पटना (एसएनबी)। पब्लिक अवेयरनेस फॉर हेल्थफुल एप्रोच फॉर लिविंग (पहल) के तत्वावधान में निःशुल्क कोलेस्ट्रॉल जांच का आयोजन डॉ. दिवाकर तेजस्वी की क्लीनिक में किया गया। इस अवसर पर, पहल के चिकित्सा निदेशक डॉ. दिवाकर ने बताया कि हृदय रोग से बचने के लिए कोलस्ट्रॉल को नियंत्रण में रखना अति आवश्यक है।.उन्होंने सोशल मीडिया पर चल रहे भ्रामक सूचनाओं पर सचेत रहने की सलाह दी और बताया कि एलडीएल कोलेस्ट्रॉल हृदय की धमनियों के लिए घातक है। उन्होंने कहा कि एलडीएल कोलेस्ट्रॉल की मात्रा 100 मिलीग्राम प्रति डेसी लीटर से कम होनी चाहिए एवं ब्लड प्रेशर एवं डायबिटिज के रोगियों में 70 मिलीग्राम प्रति डेसी लीटर से कम रखना उपयुक्त है। चर्बीयुक्त तेलीय पदार्थों में एलडीएल की मात्रा अत्यधिक होती है।

TB Awareness Camp on World TB Day, Patna (23th March 2018): PAHAL organized TB Awareness Camp to mark the World TB Day. Medical Director of PAHAL talked about the TB – Awareness and Treatment in the awareness camp. Many people were benefited during the TB awareness camp.

आज पटना

शनिवार, २४ मार्च, २०१८

पांच में से दो व्यक्ति टीबी से संक्रमित : डा. दिवाकर

(आज समाचार सेवा)

पटना। बिहार में पांच में से दो व्यक्ति टीबी से संक्रमित है एवं भारत में प्रतिदिन पांच हजार लोग टीबी के शिकार हो रहे हैं। फेफड़ों की टीबी से संक्रमित एक व्यक्ति एक साल में 10 से 15 स्वस्थ्य लोगों को संक्रमित कर सकता है। यह जानकारी पहल के

एमडीआर एवं एक्सडीआर टीबी सबसे ज्यादा घातक

चिकित्सा निदेशक डॉ दिवाकर तेजस्वी ने शुक्रवार को विश्व यक्ष्मा दिवस के पूर्व संध्या पर पहल द्वारा आयोजित टीबी जागरूकता कार्यक्रम में दी। डॉ तेजस्वी ने बताया कि सरकारी आकड़ों के अनुसार बिहार में वर्ष 2016-2017 में कुल करीब 65 हजार टीबी के रोगी डॉट्स प्रोग्राम के अन्तर्गत एवं प्राईवेट हॉस्पिटल में कुल करीब 30 हजार टीबी के रोगी चिन्हित हुए थे। उन्होंने बताया कि

प्रतिरोधक टीबी यथा एमडीआर एवं एक्सडीआर टीबी बहुत घातक है। साथ ही कहा कि टीबी के मरीजों को छह से नौ माह की टीबी की पूरी दवा की कोर्स लेना चाहिए। वहीं एमडीआर टीबी के रोगियों को 24 से 28 महीने तक चिकित्सकीय देखरेख में प्रतिरोधक टीबी के दवाओं का सेवन करना चाहिए। डॉ तेजस्वी ने बताया कि यदि किसी व्यक्ति को दो सप्ताह से ज्यादा दिन से खांसी, सीने में दर्द, बलगम में खून, शाम के शाम हल्की बुखार आती हो, कमजोरी, वजन कम हो रहा हो तो यह टीबी का लक्षण हो सकता है। इस अवसर पर शिशु रोग विशेषज्ञ डॉ किरण शरण ने बच्चों में टीबी से बचाव के बारे में विस्तृत जानकारी दी।