



सार्वजनिक आरोग्य विभाग
महाराष्ट्र शासन

ऑक्टोबर २०२४ | पृष्ठे : ५२

महाराष्ट्र

आरोग्य पात्रिका



रक्तदान हेच श्रेष्ठदान

283 बीएएमएस वैद्यकीय अधिकाऱ्यांना ऑनलाईन नियुक्तीचे आदेश

महाराष्ट्र वैद्यकीय व आरोग्य सेवा अंतर्गत वैद्यकीय अधिकारी गट-अ संवर्गातील 283 पदांसाठी पदभरती प्रक्रिया राबविण्यात आली. यासाठी बीएएमएस शैक्षणिक पात्रता प्राप्त उमेदवाराकडून अर्ज मागविण्यात आले होते. याबाबत 31 जानेवारी 2024 रोजी जाहिरात प्रसिद्ध करण्यात आली होती. आज सदर परीक्षेचा निकाल आरोग्य विभागाच्या संकेतस्थळावर जाहीर करण्यात आला असून 283 उमेदवारांना ऑनलाईन नियुक्तीपत्र प्रदान करण्यात आली आहे.

या भरतीसाठी प्रसिद्ध झालेल्या जाहिरातीचे अनुषंगाने बीएएमएस च्या 283 पदांसाठी एकूण 22981 अर्ज ऑनलाईन पोर्टलद्वारे प्राप्त झाले. पदभरतीला उमेदवारांनी मोठ्या प्रमाणात प्रतिसाद दिल्यामुळे उमेदवारांची निवड करण्यासाठी आयबीपीएस संस्थेमार्फत दि. 05 सप्टेंबर 2024

रोजी ऑनलाईन पध्दतीने परिक्षा घेण्यात आली असून सदर परिक्षेसाठी 18715 उमेदवार उपस्थित होते. सदर ऑनलाईन परिक्षेचा आज 05 ऑक्टोबर 2024 रोजी निकाल जाहिर केला असून निवड केलेल्या 283 उमेदवारांना ऑनलाईन पध्दतीने नियुक्ती आदेश देण्यात आलेले आहेत.

सदर जाहिरातीनुसार महाराष्ट्र वैद्यकीय व आरोग्य सेवा गट अ पदावर निवडीसाठी ऑनलाईन पोर्टलद्वारे पात्र उमेदवारांचे अर्ज मागविण्यात आले होते. सदरचे ऑनलाईन अर्ज भरण्याची मुदत दि. 01 फेब्रुवारी 2024 ते दि. 18 फेब्रुवारी 2024 पर्यंत देण्यात आलेली होती. या पदभरतीचा निकाल जाहीर करण्यात आला आहे. नियुक्ती पत्र मिळाल्यामुळे निवड झालेल्या उमेदवारांमध्ये समाधान व्यक्त करण्यात येत आहे.





महाराष्ट्र आरोग्य पत्रिका

वर्ष : सव्वीसावे | अंक : १० | महिना : ऑक्टोबर २०२४



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

सह संपादक
डॉ. संजयकुमार जठार
सहायक संचालक, आरोग्य सेवा (आय.ई.सी.)

संपादन सहाय्य
प्रशांत तुपकरी
जिल्हा विस्तार व माध्यम अधिकारी

मुद्रण
कल्याणी कार्पोरेशन, पुणे
१४६४, मंगेशश्री, रेणुका स्वरूप स्कूल लेन,
सदाशिव पेठ, पुणे ४११ ०३०.

पत्रव्यवहारासाठी पत्ता

संपादक,
राज्य आरोग्य शिक्षण व
संपर्क विभाग

'परिवर्तन', आरोग्य भवन परिसर,
विश्रांतवाडी पोलीस स्टेशन समोर,
येरवडा, पुणे ४११ ००६.
दूरध्वनी : ०२०-२६६१०१७८,
२६६१०१७९.
फॅक्स : ०२०-२६६१०१८०

e-mail :
ddhsiec.creatives@gmail.com



मानसिक आरोग्य जपण्याची
तयार करु मानसिकता !

मोबाईल हेल्थ



राज्य आरोग्य शिक्षण व संपर्क विभाग, पुणे द्वारा प्रकाशित



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



<https://twitter.com/MahaHealthIEC>



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



<http://bit.ly/MahaArogyaYT>



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



संकेत स्थळ :
http://maha-arogya.gov.in
http://mahaarogyasamvadec.in
mahaarogyasamvad

महाराष्ट्र आरोग्य पत्रिका

ऑक्टोबर - २०२४

अंतरंग



११ लोकसंख्येचा भस्मासूर



२५ डेंग्यू ताप



४९ जागतिक आयोडीन न्यूनता विकार दिन

- आयुक्तांचे मनोगत ५
- संपादकीय ६
- मानसिक आरोग्य जपण्याची तयार करू मानसिकता ! ७
- जागतिक मानसिक आरोग्य दिन ९
- लोकसंख्येचा भस्मासूर ११
- जागतिक हात स्वच्छता दिन १४
- ब्रेन स्ट्रेम डेथ रूग्ण..... अवयवदान प्रक्रिया १५
- डेंग्यू ताप २५
- रक्तदाबावर नियंत्रण जगू या नियंत्रित जीवन! २७
- जागतिक स्थूलता दिन २९
- मानसिक आरोग्य ३०
- “सरकारी दवाखान्याची किमया फार, एकाच दिवशी प्रसूती झाल्या चार” ३३
- स्तन कर्करोग जागरूकता महिना ३५
- आशा संवाद ३६
- कविता ४२
- वृत्त विशेष ४५
- लेखकांना विनंती ५१

आयुक्तांचे मनोगत



राज्याचा सार्वजनिक आरोग्य विभाग ग्रामीण आणि शहरी भागातील जनतेला सर्वांगीण आणि गुणवत्तापूर्ण आरोग्य सुविधा उपलब्ध करून देण्यासाठी कटिबद्ध असून, त्या दिशेने विभागाची वाटचाल सुरू आहे. ग्रामीण भागात आरोग्य मंदिर, प्राथमिक आरोग्य केंद्राच्या माध्यमातून प्राथमिक स्तरावरील आरोग्य संस्थांचा पूर्णतः कायापालट करण्याचा प्रयत्न सुरू आहे. येत्या काळात नक्कीच त्याचा सकारात्मक परिणाम दिसून येणार आहे. आरोग्य मंदिर केंद्रामध्ये विविध प्रकारच्या सेवा रुग्णांना दिल्या जात असून, त्यामध्ये प्रसूतिपूर्व व प्रसूती सेवा, नवजात अर्भक व नवजात बालकांना दिल्या जाणा-या सेवा, बाल्य व किशोरवयीन आजार व लसीकरण सेवा, कुटुंब नियोजन, गर्भरोधक व आवश्यक आरोग्य सेवा, संसर्गजन्य रोग नियोजन व सामान्य रोगांची बाह्य रुग्ण सेवा, संसर्गजन्य रोग नियोजन व तपासणी, असंसर्गजन्य रोग नियोजन व तपासणी, मानसिक आरोग्य नियोजन व तपासणी, नाक, कान, घसा व डोळे सामान्य आजार संबंधीच्या सेवा, दंत व मुखरोग आरोग्य सेवा, वाटत्या वयातील आजार, प्राथमिक उपचार व आपत्कालीन सेवा यांचा समावेश आहे.

समुदाय आरोग्य अधिकारी, आरोग्य सेविका, बहुउद्देशीय आरोग्य सेवक, आशा कार्यकर्ती यांच्या माध्यमातून ग्रामीण आणि दुर्गम भागामध्ये प्राथमिक आरोग्य सेवक, आशा स्वयंसेविका यांच्या माध्यमातून गावांमध्ये प्राथमिक आरोग्य सुविधा अधिक बळकट करण्याचा विभागाचा मानस आहे. सार्वजनिक आरोग्य विभागाने आपल्या अंतर्गत येणा-या सर्व आरोग्य केंद्रांमध्ये सर्व प्रकारच्या आरोग्य सेवा मोफत देण्याचा क्रांतिकारी निर्णय घेतल्यानंतर त्याचा सकारात्मक परिणाम दिसायला लागला आहे. आरोग्य केंद्रांमध्ये गेल्या दोन वर्षांत बाह्य रुग्ण आणि आंतर रुग्ण विभागामध्ये आरोग्य सेवा देण्यासाठी येणा-या रुग्णांमध्ये मोठ्या प्रमाणात वाढ झाली आहे. काही वर्षांपूर्वी आरोग्य विभागाच्या रुग्णालयांमध्ये बाह्य रुग्ण विभागात वर्षाकाठी साडेतीन कोटी रुग्णांवर उपचार केले जायचे. मोफत आरोग्य सेवा देण्याचा निर्णय घेतल्यामुळे हिच संख्या वाढून तब्बल १३ कोटी पेक्षा अधिक लाभार्थ्यांनी गेल्या वर्षभरात बाह्य रुग्ण विभागात उपचार घेतले आहेत. राज्यातील जनतेला प्रतिबंधात्मक व उपचारात्मक आरोग्य सेवा उपकेंद्रे, प्राथमिक आरोग्य केंद्रे, उपविभागीय रुग्णालये, जिल्हा रुग्णालये, स्त्री रुग्णालये, व सामान्य रुग्णालये यांच्यामार्फत पुरविण्यात येतात. विशेष संदर्भिय सेवा जिल्हा रुग्णालये व उपजिल्हा रुग्णालयांमार्फत देण्यात येत आहेत.

आरोग्य विभागाच्या वतीने अनेक महत्त्वपूर्ण योजना राज्यभरात राबविण्यात येत आहे. केंद्र शासनाच्या शहरी आरोग्य अभिनयाच्या माध्यमातून आता नागरी भागांसाठीही आरोग्य सेवांची व्याप्ती वाढविण्यात आलेली आहे. गेल्या काही वर्षांपासून बाल मृत्यू, माता मृत्यू व अर्भक मृत्यू कमी करण्यासाठी विविध विभागांच्या समन्वयाने व्यापक प्रयत्न करण्यात येत आहेत. या महिन्यात दसरा, दिवाळी असे महत्त्वाचे सण व उत्सव साजरे करण्यात येणार आहेत. त्यामुळे नागरिकांनी आपल्या आरोग्याची योग्य ती काळजी घेऊन सण व उत्सव साजरे करावेत. आजाराची लक्षणे दिसताच जवळच्या सरकारी दवाखान्यात त्याची तपासणी करून घ्यावी. शासकीय आरोग्य संस्थांमध्ये आजारांवरील उपचारांची व आरोग्य योजनांची माहिती उपलब्ध असून, आपले व कुटुंबाचे आयुष्य निरोगी राखण्यासाठी सर्वांनी प्रयत्नशील रहावे.

सर्वांना दीपावलीच्या शुभेच्छा..!

श्री. अमोघु श्री रंगा नायक

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

संपादकीय

'संकल्प निरोगी महाराष्ट्राचा' या दृष्टीने सार्वजनिक आरोग्य विभागाच्या वतीने सामान्य माणूस केंद्रबिंदू ठेवून व त्यांच्या गरजा लक्षात घेऊन महत्त्वपूर्ण उपक्रम व योजना राबविण्यात येतात. माता व बालकांच्या आरोग्यासाठी तसेच मानसिक स्वास्थ्य, कर्करोग निदान व उपचार तसेच आरोग्य सेवेत वाढ करण्याचा विभागाचा नेहमीच प्रयत्न असतो. आरोग्य विभागाने दोन वर्षांपूर्वी मोफत आरोग्य सेवा देण्याचा निर्णय घेतला. वरिष्ठ नागरिकांना आरोग्य सेवा निदानात्मक व उपचारात्मक आरोग्य सेवांमध्ये वाढ करण्याचा प्रयत्न सुरु आहे. पायाभूत सुविधा वाढविण्याच्या दृष्टीने सार्वजनिक आरोग्य विभाग काम करत आहे.

आरोग्य सेवा देणा-या घटकांचे मनोबल व उंचावण्यासाठी रिक्त पदांची भरती तसेच अशा कर्मचा-यांच्या मानधनातही वाढ करण्यात आली आहे. सार्वजनिक आरोग्य विभागाच्या वतीने आरोग्य शिबिरे तसेच तसेच मोतीबिंदू, शस्त्रक्रिया, लिथोट्रीप्सी उपचार, सिकल सेल केअर सेंटर सारख्या तपासण्या इत्यादी सुविधा आपल्या आरोग्य संस्थांमध्ये उपलब्ध करून देऊन जनसामान्यांना दिलासा दिला आहे. ग्रामीण पातळीवरील रुग्णांना या सेवेचा लाभ तालुका आणि जिल्हा या ठिकाणी उपलब्ध झाल्यामुळे दिलासा मिळाला आहे.

सार्वजनिक आरोग्य सेवांची मागणी ही आता वृद्धिंगत होत आली असून शासकीय दवाखान्यांमध्ये येणा-या रुग्णांच्या संख्येत मोठ्या प्रमाणावर वाढ झाली आहे. आरोग्य सेवेवर सामान्य माणसांचा विश्वास अधिक वृद्धिंगत होत असून यामुळे आरोग्य सेवांची मागणीही वाढत आहे. आरोग्य मंदिराच्या माध्यमातून आरोग्य संपन्न समाज घडविण्यासाठी आरोग्य सेवांचे कार्य हे महत्वाचे कार्य म्हणून आहे. हे कार्य लोकाभिमुख होत असून आरोग्य सेवांना सामान्य माणसांचा प्रतिसाद वाढताना दिसतो आहे. आरोग्य क्षेत्रात काम करणारे डॉक्टर, परिचारिका, तंत्रज्ञ व क्षेत्रीय ठिकाणी काम करणा-या आशा यांसारख्या प्रत्येक घटकांचा आरोग्य सेवांच्या वाढीसाठी सहभाग अत्यंत मोलाचा असून आरोग्य संपन्न महाराष्ट्र घडविण्यासाठी प्रत्येकाचे योगदान महत्वाचे ठरत आहे.

आरोग्य सेवा हा प्रत्येकाच्या जिवाच्या विषय असून समाज निरोगी ठेवण्यासाठी एक महत्त्वपूर्ण असा घटक असल्यामुळे यासाठी शासनाला जनता व संस्था यांचे सहकार्य तेवढेच महत्वाचे आहे. सार्वजनिक आरोग्य क्षेत्रात जनसामान्यांच्या आरोग्यासाठी चांगले बदल घडत आहेत हे निरोगी महाराष्ट्राच्या दृष्टीने महत्वाचे पाऊल आहे. यासाठी आपण सर्व योगदान देऊ या व निरोगी महाराष्ट्र घडवूया.

डॉ. कैलास बाविस्कर

संपादक

मानसिक आरोग्य जपण्याची तयार करू मानसिकता !

जागतिक मानसिक आरोग्य दिवस – 10 ऑक्टोबर

वर्ल्ड मॅटल हेल्थ असोसिएशनच्या पुढाकारातून जगभरात 10 ऑक्टोबर हा दिवस सर्वत्र जागतिक मानसिक आरोग्य दिवस म्हणून साजरा केला जातो. कामाच्या ठिकाणी मानसिक आरोग्यास प्राधान्य देण्याची वेळ आली आहे. या संकल्पनेवर घेतलेल्या यंदाच्या जागतिक मानसिक दिनानिमित्त मानसिक आरोग्याची संकल्पना नेमकी काय आहे, मानसिक आरोग्य राखण्याची प्राधान्यता, अशा विविध बाबींवर प्रादेशिक मनोरूग्णालय येरवडा येथील समाजसेवा अधीक्षक मोहन बनसोडे यांच्याशी साधलेला हा संवाद...

मानसिक आरोग्य म्हणजे नेमके काय?

अनुभव, भावना, वर्तन म्हणजे कृती यांचा योग्य ताळमेळ साधणे होय. आयुष्यात येणाऱ्या सगळ्या बचा-वाईट अनुभवांना खंबीरपणे सामोरे जाणे, कुटुंबातील आणि समाजातील लोकांशी चांगले नाते निर्माण करणे. याला चांगले मानसिक आरोग्य म्हणता येईल.

मानसिक आरोग्य समस्या गांभीर्याने पाहावी, असे अनेक तज्ज्ञ सांगतात. त्यामागची नेमकी तथ्ये कोणती?

भारतात 8%-10% लोक मानसिक आजाराने त्रस्त आहेत, तर एकूण लोकसंख्येच्या 6 टक्के लोक व्यसनाधीन आहेत. 4-6 टक्के लोकांना कमी प्रमाणात मानसिक आजार आहे, इब्ल्यूएचओच्या आकडेवारीनुसार 1000 पैकी 33 लोक चिंता आणि नैराश्याने त्रासलेले आहेत. यावरून मानसिक आजाराची तीव्रता लक्षात येते.

मानसिक आजारांचे काही प्रकार आहेत का, ते कोणकोणते?

मानसिक आजाराचे वेगवेगळे प्रकार आहेत. जसे स्किझोफ्रेनिया, व्यसनाधीनता, उदासपणा, ओ. सी. डी., उन्मादावस्था, अल्झायमर, डिमेंशिया इ. यावर प्रत्येक आजारावर आपण लेखमाला केली आहे.

अनेकदा एखाद्या व्यक्तीविषयी हा सायको आहे, त्याच्या नादी लागू नको किंवा तो मनोरूग्ण आहे, असे

सांगितले जाते. मनोरूग्णाची कशी काळजी घ्यावी.

- मनोरूग्ण आपल्या कुटुंबाचा एक घटक आहे. त्यास आहे तसा स्वीकारा.
- जमले तर दोन्ही वेळा किंवा कमीत कमी एकदा रूग्णाच्या गोळ्या समोरच द्या.
- आपण मनोरूग्ण नाही, तो/ती आहे यांची जाणीव वेळोवेळी ठेवा.
- रूग्णास घरातील वेगवेगळ्या काम, निर्णय प्रक्रियेत सामावून घ्या.
- रूग्णास होणारा त्रास समजून घ्या.
- रूग्णाचा उपचार प्रक्रियेत आत्मविश्वास, पाठिंबा द्या.

मनोरूग्ण उपचारात समुपदेशनची भूमिका?

प्रत्येक आजारात समुपदेशन खूपच गरजेचे आहे. आजाराचा पूर्वेतिहास जाणून घेऊन त्यादृष्टीने मार्गदर्शन करणे गरजेचे आहे. रूग्ण आणि नातेवाइकांना हा आजार काय आहे याबद्दल माहिती देणे अवश्यक असते. या आजारावर कसे नियंत्रण मिळवायचे याबद्दल दोघांना वस्तुस्थितीची नेमकी कल्पना देणे. उपचार आणि उपचार पाश्चात काय काळजी घ्यायची यावर सविस्तर माहिती देणे गरजेचे आहे. आजाराबद्दल मनातील समज, गैरसमजाचे निराकरण करणे खूपच गरजेचे असते.

यंदाच्या मानसिक आरोग्य दिनाची थिम काय? आणि तिचे काय महत्त्व आहे?

10 ऑक्टोबर हा दिवस जागतिक मानसिक आरोग्य दिन सर्वत्र साजरा केला जातो. सप्टेंबर महिन्यातच पुण्यामध्ये एका खासगी कंपनीत कामाच्या अतिताणामुळे 26 वर्षीय लेखपाल मुलीला मृत्यू झाल्याची नोंद झाली आहे. मुलीच्या आईनेच तशी तक्रार केलेली आहे. उशिरापर्यंत काम, अव्यवहार्य लक्ष्याचा पाठलाग म्हणजे टारगेटचा पाठलाग करताना शारीरिक आणि मानसिक आरोग्यावर गंभीर परिणाम होतात. त्यामुळे युवा वर्गाला मानसिक ताण, चिंता, झोप न येणे, अशा गंभीर मानसिक समस्या निर्माण होत

आहेत. साधारण 60 टक्के लोक वेगवेगळे काम करतात. आपला 60 टक्के वेळ कामाच्या ठिकाणी घालवतात, आपल्या कुटुंबाची उन्नती व्हावी, अधिक चांगले जीवनमान जगावे यासाठी काम करणे आवश्यक आहे. त्यामुळे आपल्या कामाच्या ठिकाणी मानसिक आरोग्यावर काळजी घेतली पाहिजे.

कामाच्या ठिकाणी मानसिक आरोग्य कसे जपता येईल?

कामाच्या ठिकाणी मानसिक आरोग्य दोन माध्यमातून जपता येते. मानसिक आजार असणारे आपले सहकाऱ्यांना आत्मविश्वास, पाठिंबा, मदत करणे गरजेचे आहे. गंभीर मानसिक आरोग्य समस्या असलेले केवळ दहा ते पंधरा टक्के लोक नोकरीत आहेत. जर व्यक्ती कामात व्यस्त असतील तर त्यांची मानसिक आरोग्य चांगले राहते, हे अनेक अभ्यासातून सिद्ध झालेले आहे. आणखी महत्त्वाची बाब 2020 मध्ये करण्यात आलेल्या एका सर्वेक्षणातून निदर्शनास आली, ती म्हणजे भारतात बेरोजगारीचे प्रमाण अति उच्च आहे. मानसिक आरोग्य हे सामाजिक अडचणीशी पण संबंधित

आहे. व्यसनाधीनता, धूम्रपान, गुन्हेगारी वर्तन यामध्ये वाढ झालेले आहे. कामाचे जास्त तास, रात्रीची शिफ्ट, पुरेशी विश्रांती नाही. त्यामुळे ताण-तणावात नक्कीच वाढ झालेली आहे. चांगली नोकरी/पैसा/ स्टेड्स आहे; परंतु केवळ वरील कारणामुळे आपली नोकरी जाईल, मानसिक आजाराचा सामाजिक कलंक आणि भेदभावाच्या भीतीने आपला आजार लपवला जात आहे,' असे निदर्शनास आलेले आहे.

कामाच्या ठिकाणी मानसिक आरोग्य जपणे हे प्रत्येकाचे कर्तव्य आहे. अगदी निरोगी कर्मचाऱ्यांस पण कामाच्या ठिकाणी मानसिक त्रास होऊ शकतो, कर्मचाऱ्यांचा मानसिक ताण कमी झाला, तर त्याची क्रियाशीलता आणि उत्पादकता नक्कीच वाढेल. तो आनंदाने काम करेल यासाठी आपण सर्वजण प्रयत्न करू या.

- मोहन बनसोडे,

समाज सेवा अधीक्षक,

प्रादेशिक मनोरुग्णालय, येरवडा

साभार - लोकमत

राष्ट्रीय टेली मानसिक आरोग्य कार्यक्रम

संपूर्ण राज्यात टेली मानसिक आरोग्य सहाय्य आणि नेटवर्किंग (टेली मानस)




टेली मानस

कोण कॉल करू शकतो?

- संकटात असलेले कोणीही

- पटीक्षेचा ताण
- कौटुंबिक समस्या
- आत्मघाती विचार
- एखाद्या पदार्थाचे व्यसन संबंधित समस्या
- नातेसंबंध समस्या
- स्मृती संबंधी समस्या
- आर्थिक ताण
- इतर कोणतीही मानसिक आरोग्य विषयक चिंता/समस्या

टेलीमानस टोल फ्री क्रमांक  14416 / 1800-8914416

जागतिक मानसिक आरोग्य दिन

10 ऑक्टोबर हा दिवस जगभरात जागतिक मानसिक आरोग्य दिन म्हणून साजरा केला जातो. मानसिक आजार व आरोग्य त्याबाबतचे उपचार, निर्माण होणारे विविध प्रश्न यासाठी समाजामध्ये जनजागृती होण्यासाठी हा दिवस साजरा केला जातो.

जागतिक आरोग्य संघटना आरोग्य विषयक विविध आजाराबाबत माहिती देण्याचे काम करते हे आपण सर्वच जण जाणत आहात. या संघटनेकडून दरवर्षी मानसिक आरोग्य दिनानिमित्त एक घोष वाक्य प्रसिद्ध केले जाते. या घोषवाक्यानुसार त्या त्या क्षेत्रातील अथवा विभागातील कार्य करणारे व्यक्ती आजाराबाबत माहिती व मार्गदर्शन प्रसारित करण्याचे काम करीत असतात. सालाबादप्रमाणे या वर्षीचे घोषवाक्य आहे “**कामाच्या ठिकाणी मानसिक आरोग्याला प्राधान्य देण्याची वेळ आली आहे.**” सोप्या भाषेत सांगायचे झाले तर **कामाच्या ठिकाणचे मानसिक आरोग्य...**

जागतिक आरोग्य संघटना यांनी मानसिक आरोग्य आणि काम यांच्यातील महत्वाच्या संबंधावर लक्ष केंद्रित करण्यासाठी हे घोषवाक्य यावर्षी जाहीर केले आहे. सुरक्षित, निरोगी, कामाचे वातावरण हे मानसिक आरोग्यासाठी संरक्षणात्मक घटक म्हणून काम करू शकते. कलंक, भेदभाव आणि छळ त्यामुळे कार्यक्षमतेवर त्याचा परिणाम होताना दिसून येत आहे. साहजिकच कामाच्या ठिकाणी चिंता, ताण तणाव, नैराश्य, निद्रानाश सारख्या इत्यादी मानसिक आजारांची सुरुवात होताना दिसून येत आहे.

जागतिक लोकसंख्येपैकी 60 ते 70 % व्यक्ती कामावर असताना मानसिक आरोग्याला होणारे धोके टाळता येतात. कामाच्या ठिकाणी मानसिक आरोग्य सुधारण्यासाठी एकत्र काम करणे आवश्यक आहे. आजचे जीवन हे स्पर्धेचे युग म्हटले जाते. व्यक्ती हा कमी वेळात प्रगति करण्यासाठी धावपळ करीत असतो. या शर्यतीत तो कामाच्या

ठिकाणी भेदभाव, असूया, द्वेष, राजकारण इत्यादी गोष्टींचा सामना करत आपले काम प्रगतिपथावर नेण्याचे कार्य करीत असतो. पण हा प्रवास म्हणावा तितका सोपा नाही हे माहिती असूनही आपल्या जबाबदाऱ्या व स्वप्ने पूर्ण करण्यासाठी त्याची धावपळ ही सुरुच असते. या धावपळ करण्यातच व्यक्तीला निद्रानाश, जेवणाच्या तक्रारी, चिंता, नैराश्य इत्यादी प्रकारच्या आजारांना सामोरे जावे लागते. अशा प्रकारचे वातावरण खरतर कमी-जास्त प्रमाणात सर्वांच्याच बाबतीत असते. पण आपले मानसिक आरोग्य उत्तम ठेवणे हे आपण दुर्लक्ष करतो व भविष्यात आजाराला स्वीकारण्याशिवाय पर्याय नसतो.

कामाच्या ठिकाणी मानसिक आरोग्य ठीक नसल्यास मनोसामाजिक समस्या निर्माण होतात. जसे की

- **व्यक्तीवर प्रभाव** – मानसिक आरोग्य बिघडलेल्या व्यक्तीचा त्यांच्या स्वतःवर, कामावर, कुटुंबात परिणाम झालेला दिसून येतो. आत्मविश्वासाची कमी, काम न करण्याची इच्छा, रोजगार गमावणे इत्यादी गोष्टींना तो सामोरे जात असतो. त्याचबरोबर जेवण कमी, निद्रानाश, ताण, चिंता, व्यसन, इत्यादी मानसिक आजाराने तो ग्रासलेला दिसून येतो.
- **काम व समाजावर त्याचा व्यापक प्रभाव पडताना दिसून येतो** – बिघडलेल्या मानसिक आरोग्यामुळे कामाच्या ठिकाणी कामगिरी व कार्यक्षमता कमी होऊ शकते. कामावर सतत गैरहजर राहणे खोटं बोलणे यात वाढ होऊ शकते. केवळ नैराश्य आणि चिंता यामुळे दरवर्षी अंदाजे 12 अब्ज कामाचे दिवस वाया जातात. कामाच्या ठिकाणी स्पर्धा, भेदभाव, राजकारण, कलंक, दुजाभाव, इत्यादी मुळे काम करताना अडथळे निर्माण होतात.

समाजात वावरताना या व्यक्तीचे मानसिक आरोग्य चांगले नाही, त्याचे काम सुटले, तो आता बेरोजगार आहे, तो व्यसनी आहे, वेडा आहे. अशा प्रकारची चर्चा केली जाते व

त्यामुळे तय व्यक्तीला ताणतणाव याला सामोरे जावे लागते.

कामाच्या ठिकाणी सर्वांचेच मानसिक आरोग्य उत्तम रहावे म्हणून कार्यालय प्रशासन सहकारी आणि स्वतः यांची महत्वाची भूमिका आहे असे मला वाटते. पुढे नमूद केलेल्या मुद्यावर एक दृष्टिक्षेप टाकल्यास आपण आपल्या कार्यालय, कामाचे ठिकाण येथे मानसिक आरोग्य चांगले ठेऊ शकतो हे समजेल.

- मानसिक आरोग्यास समर्थन देण्यासाठी व्यवस्थापकाना प्रशिक्षण देणे.
- आत्मविश्वास, कामाचा उद्देश आणि यशाची भावना काम करताना रहावी यासाठी कार्यशाळा आयोजित करणे.
- कामाच्या ठिकाणी बैठक व्यवस्था, स्वच्छ सूर्यप्रकाश, कामाचे योग्य नियोजन, कामाचे तास, सुट्या इत्यादि गोष्टी बाबत आखणी करणे.
- समुपदेशन केंद्र स्थापन करणे.
- कार्यालय येथे मानसिक आरोग्य उत्तम राहण्यासाठी प्राणायाम, योगा, यांसारखे सत्रे आयोजित करणे.

- कर्मचारी वर्ग याचे मानसिक आरोग्या बरोबरच शारीरिक आरोग्य उत्तम राहण्यासाठी क्रीडा स्पर्धा आयोजित करणे.
- कार्यालयात सर्वांसाठी माइंडफुलनेस, तणावमुक्त जीवन इत्यादी विषयावर व्याख्यान ठेवावे.
- व्यक्तिमत्व विकास, व्यावसायिक कौशल्ये प्रशिक्षण आयोजित करावे. कार्यालयात सण -समारंभ साजरे करावेत.
- कर्मचारी त्याच्या पसंती नुसार व गुणविशेषानुसार त्याला कार्य करण्यास द्यावे.

मानसिक आरोग्य हे तेव्हाच उत्तम राहिल जो एकमेकास समजून घेईल व व्यक्तीच्या अडचणीत त्याला मदत करेल.

- सौ. रोहिणी भोसले शेख

समाज सेवा अधीक्षक,
प्रादेशिक मनोरुग्णालय, येरवडा, पुणे

ताण किंवा चिंता

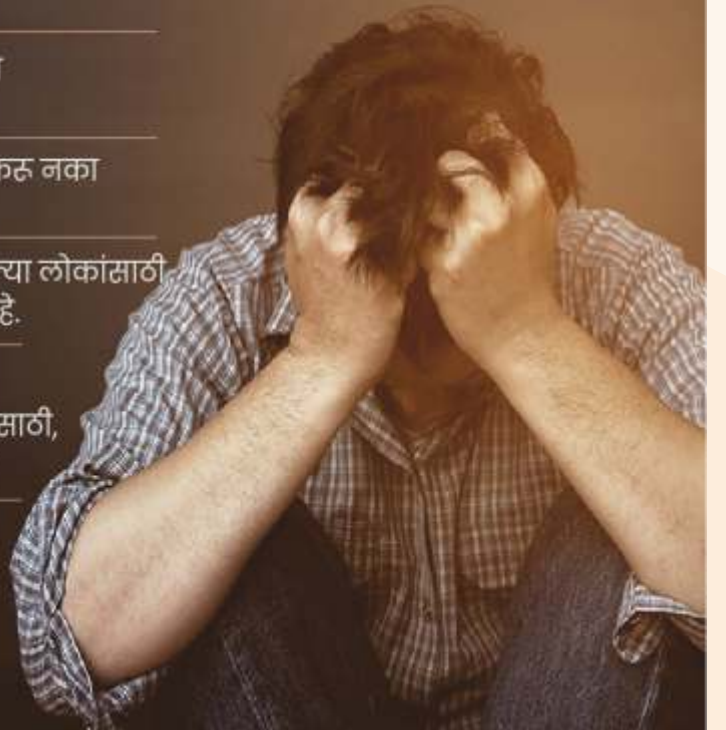
असल्यास मनोसामाजिक मदत घ्या.

- सामाजिक आपात्कालीन परिस्थितीचा अथवा रोगाच्या उद्रेगाचा सामना करणे.
- चित्तेच्या किंवा तणावाच्या भावनांकडे दुर्लक्ष करू नका अथवा त्या दाबून ठेऊ नका.
- या रोगाने प्रभावित झालेल्या अथवा न झालेल्या लोकांसाठी व त्यांच्या कुटुंबियांसाठी, कसोटीचा काळ आहे.
- तुमचा कोणत्याही प्रकारचा ताण किंवा चिंता यांच्याशी संबंधित प्रश्न व समस्या हाताळण्यासाठी, मनोसामाजिक मदतसेवा सदैव उपलब्ध आहे.

कोणतेही मानसिक समस्या असल्यास

टेलिमानस टोल फ्री क्रमांक

☎ 14416 वर संपर्क साधा.



लोकसंख्येचा भस्मासूर

आज माझी मेडिकल कॉलेज मधली मैट्रिंग लता बऱ्याच दिवसांनी आली होती. बोलता बोलता मी तिला सांगितलं, 'अग, माझे नगरचे मामा मागच्या महिन्यात गेले.' ती म्हणाली, 'मागच्या वेळी मी आले होते तेव्हाही तुझे एक मामा मला वाटते, पुण्याचे धाकटे मामा गेले होते ना ग?' मी म्हटलं, 'मला 5 मामा आणि 3 मावश्या, एकूण 10 भावंडं, आता वयं पण झाली आहेत ना?' तिला पण बरेच काका आणि आत्या होत्या. तिचे वडील सगळ्यात धाकटे, नऊ भावंडांपैकी आता एकटेच होते. तिचं म्हणणं खरं होतं. आम्हीच आता साठीला आलो होतो. असं होणारच.

मागील पिढीत साथींचे रोग होते, वैद्यकीय सुविधा कमी होत्या. मृत्यू खूप होत असत. पाच वर्षांखालील मुलांमधे मृत्यूचे प्रमाण खूप जास्त होते. नंतर साथी आटोक्यात आल्या. वैद्यकीय सुविधा वाढल्या. आयुःमान वाढले पण मुले होण्याचे प्रमाण त्या प्रमाणात कमी झाले नाही. आमच्या पिढीतील सर्व मित्र मैत्रिणींना दोन ते चार भावंडे होती. लोकसंख्या वाढली पण सुविधा त्यामानाने वाढल्या नाहीत. शाळा, कॉलेजमधे जागा कमी, इच्छूक खूपच जास्त! कुठलेही शिक्षण घ्यायचे तर स्पर्धा आहेच. सायन्स, आर्ट्स, कॉमर्स सगळीकडेच. जसे

शिक्षणाचे तसेच वस्तूंचे. घर, गॅस, वीज सगळीकडे टंचाई. कोटी कोटी लोकसंख्या. मग काय होणार? सगळीकडे गर्दी, सगळीकडे लांबलांब ओळी!

मागच्या पिढीला काय किंवा आमच्या पिढीला काय हवे ते शिक्षण घेत येत होते. आमच्या मुलांच्या वेळेपर्यंत चढाओढ बरीच वाढली होती. आता तर काय? मॉन्टेसरीला प्रवेश घेतांना सुद्धा वेटिंग लिस्ट! इंजिनियरिंग, मेडिकल तर कोर्ट कचेऱ्यापण. तरीही हवी तेथे अडमिशन मिळाली नाही तर प्रायव्हेटला भरमसाठ फिया देऊन प्रवेश घ्यायचा. अडमिशन मिळाली ह्याचेच समाधान मानायचे! पण असेही खूप असतात ज्यांना हुशारी असून सुद्धा ऐपत नाही म्हणून आवडीशी तडजोड करावी लागते.

कुटुंबनियोजनाचा कार्यक्रम सुरू झाला. कुटुंब नियोजनाच्या सुविधा आणि साधने उपलब्ध झाली. खूप खटपटीनंतर लोकसंख्या वाढ कमी होऊ लागली आहे. पण खूप असमतोल आहे. मुलींची संख्या खूप कमी झाली आहे. मुसलमानांची संख्या जास्त प्रमाणात वाढली आहे. ग्रामीण भागात प्रत्येक स्त्री मागे 2.5 मुलांचे प्रमाण आहे तर शहरी



भागात ते 1.8 आहे. श्रीमंत, मध्यमवर्गीय, सुशिक्षित, कुटुंबात मुले कमी होतात, तर गरीब आणि अशिक्षित कुटुंबात मुले जास्त होतात.दक्षिणकडच्या राज्यातून उत्तरेतील राज्यांपेक्ष कुटुंब नियोजनाला जास्त चांगली मान्यता मिळाली आहे. त्यामुळे समाजात लोकसंख्येचे असंतुलन आहे.

लोकसंख्या संतुलित करण्यासाठी, उद्दिष्टे गाठण्यासाठी जनजागृती, लोकशिक्षण, सुविधा पुरवणे हे फार महत्वाचे आहे. त्याचबरोबर कुटुंबनियोजनातील पुरुषांचा सहभाग वाढणे अत्यंत गरजेचे आहे.

सारांश :- लोकसंख्येचा भस्मासूर

- प्रत्येक देश जनसंख्येच्या चक्रातून जात असतो.

1. पहिला टप्पा – वरच्या पातळीवरची स्थिरता – ज्यामधे जन्मदर आणि मृत्यूदर दोन्ही खूप जास्त असतो. अनिर्बंध जनन प्रक्रियेमुळे बहुप्रसवता होते तर साथीच्या रोगात आणि लढाईमधे मोठ्या प्रमाणात मृत्यू होतात.

2. दुसरा टप्पा – ह्याला सुरवातीच्या वाढीचा टप्पा असे म्हणतात. जन्मदर तोच रहातो पण मृत्यूदर सुधारलेल्या आरोग्य सुविधांमुळे कमी होतो.

3. तिसरा टप्पा – नंतरच्या वाढीचा टप्पा, हा आणखी मोठ्या प्रमाणात कमी होणाऱ्या मृत्यूदरामुळे दिसून येतो. सामाजिक आरोग्य व्यवस्थेतील सुधारणा, अन्नधान्य आणि पोषणातील सुधारणा आणि नवनवीन औषधांचा शोध यामुळे हे चित्र दिसून येते. जन्मदर थोड्या प्रमाणात कमी होतो पण खूप कमी झालेल्या मृत्यूदराच्या तुलनेत जन्मदरातील घसरणीचे प्रमाण कमीच असते.

4. चौथा टप्पा – खालच्या पातळीवरची स्थिरता, निर्बंधित जनन प्रक्रिया अस्तित्वात आल्याने जन्मदर पण कमी असतो आणि आरोग्य सुधारण्यावर भर दिला गेल्यामुळे मृत्यूदरही कमी असतो.

5. पाचवा टप्पा – जन्मदर जास्त खाली जातो आणि लोकसंख्या स्थिर पातळीवर न रहाता घसरू लागते, कमी कमी होत जाते. हे नेहमी होतेच असे नाही. युरोपमधील काही देशात असे दिसून येते.

• इसवी सनापूर्वी 2000 मधे जगाची लोकसंख्या अंदाजे 270 दशलक्ष होती. सन 1804 साली ती 1 अब्ज झाली. सन 1927 साली म्हणजे 123 वर्षात ती 2 अब्ज झाली. फक्त 33 वर्षात 3 अब्ज, 15 वर्षात 4 अब्ज, 12 वर्षात 5 अब्ज झाली आणि पुढील 13 वर्षात म्हणजे 2000 साली ती 6 अब्ज झाली. नंतर 11 वर्षात 7 अब्ज आणि 2023 मधे 8 अब्ज झाली.

• भारताची लोकसंख्या 2021 मधे 1.4 अब्ज होती. एप्रिल 2023 मधे तीचीनपेक्षा जास्त, जगातील सर्व देशांत जास्त म्हणजे 1.486 अब्ज झाली.

• विकसित देशांमधे कमी जनसंख्या असल्यामुळे लोकांची दाटी कमी आहे तर विकसनशील देशांतील अफाट लोकसंख्येमुळे लोकांची दाटी जास्त प्रमाणात आहे.

• जमिनीचे क्षेत्रफळ तेच राहिले आहे पण लोकसंख्या मात्र खूप वाढली आहे. त्यामुळे प्रत्येक गोष्टीची टंचाई जाणवू लागली आहे. शिक्षण, नोक्या, अन्न, पाणी, वीज, कपडा, अशा सर्व गोष्टींची लोकसंख्येच्या प्रमाणात गरज वाढली आहे. पण त्या प्रमाणात सुविधा वाढलेल्या नाहीत. लोकसंख्येच्या घनतेमुळे खूप गर्दी, दाटीवाटी झालेली आहे. पैशाची किंमत माणसांच्या जिवाहून जास्त झाली आहे. गटयुद्धे, खूनखराबी, मारामारी खूप मोठ्या प्रमाणात दिसून येत आहेत.

• प्रत्येक भारतीयाला ह्या 1.4 अब्जाहून वाढलेल्या लोकसंख्येची आणखी वाढत असलेल्या लोकसंख्येची जाणीव हवी. जाति, धर्मकशाचाही अपवाद न करता प्रत्येक कुटुंबाने एकच अपत्यहोऊन देणे गरजेचे आहे. प्रत्येक जोडप्याने जर मुलगा असो की मुलगी एकच मूल होऊ देण्याचा निश्चय केला तरच ह्या लोकसंख्येच्या भस्मासुराला काबूत ठेवता येईल आणि लोकसंख्येला स्थिरता येऊन आपण लोकसंख्या कमी होत जाण्याच्या टप्प्यात प्रवेश करू शकू

- डॉ. आशा प्रतिनिधि

लोकसंख्येचा भस्मासुर

साथी येती पूर्वी नाना, त्यात देवी भयानक
महामारी पटकी यांनी, बळी घेतले अनेक
लेकुरे उदंड तरी, स्थिर होती जनसंख्या
जन्म आणि मृत्यू दर, समासम असुनिया

मात केली साथींवर, प्रभावी हो प्रतिबंध
जन्म दर राही परी, पूर्वीचाच अनिबंध
जन्म खूप मृत्यू कमी, गेला तोल बिघडुनी
उभी ठाकली समस्या, संख्या अफाट होऊनी

किती नित्य बाबींसाठी, चढाओढ जीवघेणी
शाळेतला प्रवेश वा, असो उच्च शिक्षणी
दुर्मिळ गोष्टी मूलभूत, वीज असो अथवा पाणी
टंचाई टंचाई सदा, असता वाटीव मागणी

आगगाडी, बसगाडी, सदैव ती दाटी दाटी
अगतिक वणवण, एका नोकरीच्या पोटी
कवडीचे मोल जीवा, पैशाला किंमत खोटी
अतिरेक, मारामारी, होत रोजच्याच गोष्टी

अब्जावर लोकसंख्या, हवी जाण प्रत्येकाला
एक मुलगी वा मुलगा, एका एका जोडप्याला
जात, धर्म परी नको, अपवाद निश्चयाला
उपाय रामबाण असे, भस्मासुरा टाळायला

११ जुलै २००३, जागतिक लोकसंख्या दिन

कवयित्री - डॉ. आशा प्रतिनिधि



जागतिक हात स्वच्छता दिन

15 ऑक्टोबर 2008 मध्ये प्रथमच जागतिक हाताची स्वच्छता दिन स्टॉकहोम येथे साजरा करण्यात आला. आपण रोज अंघोळ करतो, शरीराची स्वच्छता करतो; परंतु हाताची स्वच्छता करण्यामागे आपले आरोग्य चांगले राहावे, सुदृढ राहावे, कोणताही आजार होऊ नये, यासाठी या विशेष दिनाचे आयोजन करण्यामागे जनजागृती करणे हा उद्देश आहे.

आपल्याला होणाऱ्या आजारांमध्ये प्रामुख्याने आपल्या हाताची अस्वच्छता हे प्रमुख कारण आहे. अस्वच्छ हातांनी पदार्थ (जेवण) बनविल्याने तसेच खाल्लयामुळे अनेक प्रकारचे जिवाणू, विषाणू शरीरात प्रवेश करतात. त्यामुळे आपण आजारी पडतो. लहान मुले मातीत खेळतात, खेळल्यानंतर त्याच हाताने खातात, हात धुवत नाही. त्यामुळे लहान मुले आजारी पडतात. सर्व शाळा, अंगणवाडीमध्ये वैयक्तिक स्वच्छतेविषयी आरोग्य शिक्षण देणे गरजेचे आहे. लहान मुलांमध्ये हाताच्या स्वच्छतेविषयी म्हणावी, अशी जागरूकता दिसून येत नाही. त्यासाठी स्वच्छतेचे महत्त्व विद्यार्थ्यांना सांगितले पाहिजे. त्यामुळे पोटाचे आजार, जंताचे आजार होणार नाही. प्रमाण कमी होण्यास मदत होईल. शास्त्रीय पद्धतीने हात कसे धुवावीत याचे प्रात्यक्षिक दर सोमवारी शाळांमध्ये होणे गरजेचे आहे. 15 ऑक्टोबर हा एकच दिवस जागरूकता दिन न पाळता दररोज आपल्या हाताची स्वच्छता करून निरोजी जीवन जगूया..

प्राधान्याने हात कधी धुवावेत

- शौचालयाला जाऊन आल्यावर
- बाळाची शी धुतल्यानंतर
- स्वयंपाक करण्यापूर्वी जेवायला वाढण्यापूर्वी
- जेवायला बसण्यापूर्वी
- खोकला, सर्दी, नाक तोंड स्वच्छ केल्यानंतर
- घरातील केरकचरा, साफसफाई केल्यानंतर

- प्रवासातून घरी आल्यानंतर
- गर्दीच्या ठिकाणी, दवाखान्यातून व हस्तांदोलन केल्यानंतर हात साबणाने स्वच्छ धुतलेच पाहिजे. यामुळे संसर्जन्य आजारास निश्चितच आळा बसेल व आजारपणावर होणारा खर्च वाचेल.

- श्री. सुनील सदाशिव डोईफोडे

आरोग्य सेवक, प्राथमिक आरोग्य केंद्र,
रांजळे, उपकेंद्र-खुंटे, ता. फलटण, जि. सातारा.



ब्रेन स्टेम डेथ रुग्ण.... अवयवदान प्रक्रिया

महाराष्ट्रातील अनेक रुग्णालये अत्याधुनिक सेवा सुविधांनी सुसज्ज आहेत जसे की आयसीयू, ऑपरेशन थिएटर, प्रगत इन्वेस्टिगेशन, आणि विशेष तज्ञांच्या सेवा. अशा रुग्णालयांमध्ये ऑर्गन डोनेशन आणि ऑर्गन ट्रान्सप्लांटचे काम मोठ्या प्रमाणात करणे शक्य आहे. ऑर्गन डोनेशन आणि ट्रान्सप्लांटसाठी आवश्यक असलेल्या सर्व सुविधा आणि तज्ञांच्या उपलब्धतेमुळे, हे कार्य अत्यंत प्रभावीपणे आणि सुरक्षिततेने पार पडू शकते. त्यामुळे, रुग्णांचे जीवन वाचवणे आणि त्यांना नवीन जीवनदान देणे यामध्ये ही रुग्णालये महत्त्वपूर्ण भूमिका बजावू शकतात....

महाराष्ट्रात अशा वैद्यकीय सुविधा पुरवणाऱ्या रुग्णालयांचे जाळे विस्तृत आणि विविध प्रकारचे आहे. या रुग्णालयांमध्ये खाजगी, धर्मादाय, शासकीय आणि म्युनिसिपल्टीच्या रुग्णालयांचा समावेश आहे.

सार्वजनिक आरोग्य विभागाचे महाराष्ट्रात खालीलप्रमाणे रुग्णालये आहेत:

- 23 जिल्हा रुग्णालये
- 8 जनरल रुग्णालये
- 2 विभागीय संदर्भरुग्णालये
- 100 बेडचे 32 उपजिल्हा रुग्णालये
- 50 बेडचे 63 उपजिल्हा रुग्णालये

याशिवाय राज्यात सुमारे 32 गव्हर्नमेंट मेडिकल कॉलेजेस आणि त्यांच्या हॉस्पिटल्स आहेत, ज्यात एम्स नागपूर, एएफएमसी पुणे आणि मुंबई, ठाणे येथील म्युनिसिपल कॉर्पोरेशनच्या मेडिकल कॉलेज हॉस्पिटल्सचा समावेश आहे. प्रायव्हेट मेडिकल कॉलेजची संख्या 24 आहे, ज्यात एक अल्पसंख्याक मेडिकल कॉलेजचा समावेश आहे. डीम्ड मेडिकल कॉलेजची संख्या सुमारे 13 आहे. राज्य सरकारच्या व्यतिरिक्त, मिलिटरी आणि केंद्र सरकारचे

हॉस्पिटल्स देखील आहेत, ज्यात रेल्वे आणि ईएसआयसी हॉस्पिटल्सचा समावेश आहे.

कॉर्पोरेट रुग्णालये आणि ट्रस्ट रुग्णालये ही प्रामुख्याने मुंबई, नवी मुंबई, ठाणे, पुणे, संभाजीनगर, नागपूर, कोल्हापूर, सांगली मिरज, सोलापूर, नाशिक या परिसरात मोठ्या संख्येने आहेत, ज्यामध्ये सर्व वैद्यकीय सुविधा उपलब्ध आहेत. या सर्व सुविधांमुळे महाराष्ट्रातील आरोग्यसेवा प्रणाली सर्वसमावेशक आणि विविध गरजा पूर्ण करणारी आहे.

महाराष्ट्रात ऑर्गन ट्रान्सप्लांट ऍक्ट अंतर्गत किडनीसाठी 128, लिव्हरसाठी 60, लंगसाठी 17, हार्टसाठी 35, आणि इतर अवयवांची 42 रजिस्टर्ड सेन्टर आहेत. आयबँक आणि कॉर्नियासाठी 310 रजिस्टर्ड सेन्टर आहेत. ट्रान्सप्लांट होत नसलेले पण ऑर्गन रेट्रेव्हल होत असलेले एनटीओआरसी सेन्टर 60 रजिस्टर्ड आहेत.

राज्यात हॉस्पिटल्सची संख्या मोठ्या प्रमाणात असूनही कांही ठराविक हॉस्पिटल्स फक्त ऑर्गन ट्रान्सप्लांट ऍक्ट अंतर्गत नोंदणीकृत झालेली आहेत. ऑर्गन ट्रान्सप्लांट ऍक्ट अंतर्गत नोंदणीकृत न होण्यामागे हॉस्पिटल्सची अनेक कारणे असू शकतात. त्यामध्ये प्रामुख्याने खालील प्रकारच्या कारणांचा समावेश असू शकतो..

- विशेषज्ञ तज्ञ डॉक्टरांचा आणि तज्ञ मनुष्यबळाचा तुटवडा: ऑर्गन ट्रान्सप्लांटसाठी अत्यंत कुशल तज्ञांची आवश्यकता असते. अशा तज्ञांचा तुटवडा असल्याने अनेक हॉस्पिटल्स नोंदणीसाठी पुढाकार घेत नाहीत.
- अपुरे इन्फ्रास्ट्रक्चर: ऑर्गन ट्रान्सप्लांटसाठी आवश्यक असलेल्या सुविधांची कमतरता असते. आवश्यक उपकरणे, ऑपरेशन थिएटर, आयसीयू बेड्स, आणि इतर तंत्रज्ञान पुरवणे हे खूप महागडे असते.

- महागडी उपचार पद्धती: ऑर्गन ट्रान्सप्लांट प्रक्रिया अत्यंत खर्चिक असते. या प्रक्रियेसाठी लागणारा खर्च कमी हॉस्पिटल्सना परवडणारा नसतो.
- कायद्याच्या तरतुदींविषयी अपुरे ज्ञान अनेक हॉस्पिटल्सना ऑर्गन ट्रान्सप्लांट ऍक्टच्या तरतुदींची माहिती नसते किंवा त्या कशा पाळायच्या याबद्दल अनभिज्ञता असते.
- जनजागृतीचा अभाव ऑर्गन ट्रान्सप्लांटच्या फायदे आणि गरजा याबद्दल जनतेमध्ये जागरूकता कमी असते, ज्यामुळे रुग्णांचे आणि त्यांच्या नातेवाईकांचे समर्थन मिळणे अवघड होते.
- कायदेशीर आणि नैतिक मुद्दे: ऑर्गन ट्रान्सप्लांटशी संबंधित कायदेशीर आणि नैतिक मुद्द्यांचा सामना करण्याची तयारी नसल्यामुळेही अनेक हॉस्पिटल्स नोंदणीसाठी पुढे येत नाहीत. या सर्व कारणांमुळे अनेक हॉस्पिटल्स ऑर्गन ट्रान्सप्लांट ऍक्ट अंतर्गत नोंदणीकृत होण्यासाठी आवश्यक ती पावले उचलत नाहीत.

मानवी अवयव प्रत्यारोपण कायदा अंमलात आल्यापासून (1995 ते एप्रिल 2024 पर्यंत) महाराष्ट्रात एकूण 14,456 लाईव्ह अवयव प्रत्यारोपण शस्त्रक्रिया झालेल्या आहेत. त्यामध्ये:

- किडनीच्या 12887 शस्त्रक्रिया
- लिव्हरच्या 1569 शस्त्रक्रिया
- कॅडेव्हर अवयव प्रत्यारोपणाच्या एकूण 2972 शस्त्रक्रिया झाल्या आहेत.

त्यामध्ये:

- किडनीच्या 1628 शस्त्रक्रिया
- लिव्हरच्या 863 शस्त्रक्रिया
- हार्टच्या 196 शस्त्रक्रिया
- लंगच्या 39 शस्त्रक्रिया
- इतर 246 शस्त्रक्रिया

या आकडेवारीनुसार, महाराष्ट्रात अवयव प्रत्यारोपणाच्या क्षेत्रात मोठ्या प्रमाणावर कार्य झालेले आहे.

अशी आकडेवारी जरी दिसत असली तरी, राज्यात अवयवदानाच्या बाबतीत अजून खूप काही साध्य करावे

लागणार आहे. लाईव्ह अवयव प्रत्यारोपणाच्या तुलनेत कॅडेव्हर (मृत व्यक्तीच्या) अवयव प्रत्यारोपणाचे प्रमाण कमी आहे, त्यामुळे अनेक रुग्ण अवयवांच्या प्रतीक्षेत आहेत. सध्या प्रतीक्षा यादीत किडनीसाठी 5762, लिव्हरसाठी 1185, हार्टसाठी 112, लंगसाठी 46, पैंक्रियाजसाठी 34 आणि स्मॉल बोवेलसाठी 3 असे रुग्ण आहेत.

अवयव दानाला प्रोत्साहन देण्यासाठी जनजागृती मोहीम, सरकारी धोरणे, आणि अवयव दानाच्या प्रक्रियेतील अडचणी दूर करण्याचे प्रयत्न करणे आवश्यक आहे. यासाठी खालील काही उपाययोजना केल्या जाऊ शकतात:

- **जागरूकता कार्यक्रम:** लोकांमध्ये अवयव दानाविषयी जागरूकता निर्माण करण्यासाठी शाळा, महाविद्यालये, कार्यस्थळे आणि सार्वजनिक ठिकाणी प्रचार मोहिमा आयोजित कराव्यात.
- **शासकीय धोरणे:** अवयव दानासाठी अधिक प्रोत्साहन देणारी आणि प्रत्यारोपण प्रक्रियेला सुलभ करणारी धोरणे तयार करणे आवश्यक आहे.
- **वैद्यकीय सुविधा:** अवयव प्रत्यारोपणाची प्रक्रिया जलद आणि सुलभ करण्यासाठी आवश्यक वैद्यकीय सुविधा उपलब्ध करणे.
- **प्रेरणा:** अवयव दान करणाऱ्यांच्या कुटुंबांना आर्थिक मदत, सामाजिक मान्यता इत्यादी प्रेरणा दिली जाऊ शकतात.
- **कायदेशीर समर्थन:** अवयव दानाचे कायदे अधिक स्पष्ट आणि सोपे करणे जेणेकरून जास्तीत जास्त लोक या प्रक्रियेत सहभागी होतील.

या उपाययोजना राबवल्यास अवयवदानाचे प्रमाण वाढेल आणि प्रतीक्षा यादीतील रुग्णांना आवश्यक अवयव वेळेवर मिळतील. ऑर्गन डोनेशन सुलभ करण्यासाठी कायदा होऊन तीन दशकांनंतरही, भारताने 2023 मध्ये ऑर्गन ट्रान्सप्लांटसाठी फक्त 1,000 कॅडावर डोनोरांची नोंदणी केली आणि त्यापैकी 10 टक्के हे केवळ पाच राज्यांतील आहेत.

मागील आठवड्यात जाहीर झालेल्या ऑर्गन

डोनाशनच्या ताज्या आकडेवारीनुसार 1,099 कॅंडावर डोनोरपैकी 902 तेलंगणा (252), तामिळनाडू (178), कर्नाटक (178), महाराष्ट्र (148) आणि गुजरात (146) या पाच राज्यांतील होते. दिल्ली (66) आणि आंध्र प्रदेश (41) या दोन अन्य राज्यांनी अशा आणखी 107 कॅंडावर डोनोरांनी ऑर्गन डोनाशनसाठी योगदान दिले, तर उत्तर प्रदेश (3), पश्चिम बंगाल (16), मध्य प्रदेश (8), राजस्थान (7), ओडिशा (3), छत्तीसगड (4), यासह 12 राज्यात गेल्या वर्षी केवळ 10 कॅंडावर (ब्रेन स्टेम डेथ) ऑर्गन डोनोर होते, असे NOTTO ने आपल्या अहवालात म्हटले आहे.

देशातील ऑर्गन डोनेशनची मोठी गरज पूर्ण करण्यासाठी मृत व्यक्ती आणि "ब्रेन स्टेम डेड" लोकांकडून ऑर्गन डोनाशनला (अवयव दानाला) प्रोत्साहन देण्याची गरज आहे. NOTTO च्या नोंदीवरून ऑर्गन ट्रान्सप्लॉंटची गरज असलेले रुग्ण आणि भारतात उपलब्ध असलेले ऑर्गन (अवयव) यांच्यात खूप मोठी तफावत असल्याचे आढळून येते. उदाहरणार्थ, अंदाजे 1.8 लाख लोकांना दरवर्षी किडनी फेल्युरचा आजार होतो, परंतु गेल्या वर्षी केवळ 13,426 किडनी ट्रान्सप्लॉंट केले गेले. सुमारे 25,000-30,000 लिव्हर ट्रान्सप्लॉंटची दरवर्षी आवश्यक असते, परंतु ते 5,000 पेक्षा कमी केले गेले.

त्याचप्रमाणे, दरवर्षी सुमारे 50,000 लोकांना हार्ट फेल्युरचा त्रास होतो, परंतु गेल्या वर्षी केवळ 221 हार्ट ट्रान्सप्लॉंटच्या शस्त्रक्रिया झाल्या आहेत. गेल्या वर्षी 15,436 लिविंग डोनोर आणि 1,099 कॅंडावर डोनोर होते. त्यांच्याकडून मिळालेले ऑर्गन्स 18,378 ट्रान्सप्लॉंटमध्ये वापरले गेले, जे 2013 च्या परिस्थितीपेक्षा जवळजवळ चार पटीने वाढले आहे, परंतु तरीही ते आवश्यकतेपेक्षा खूपच कमी आहे. ब्रेन डेथ रुग्णांच्या नातेवाईकांनी अनंत अडचणींवर मात करून अवयदान केलेले आहेत. राज्यात अवयदानाच्या बाबतीत अडचणीच्या कांही घटना खालील प्रमाणे निदर्शनास आल्या आहेत...

नाशिकमध्ये अवयवदान न झालेली एक घटना...

2017 मध्ये नाशिकमध्ये एका रुग्णाच्या अवयवदान

प्रकरणाने मोठी खळबळ माजवली होती. एका रोड ट्राफिक अपघातात गंभीर जखमी झालेल्या महिलेला नाशिकमधील एका खाजगी रुग्णालयाच्या आयसीयूमध्ये दाखल करण्यात आले होते. तिची तब्येत गंभीर होती आणि सुधारणा होत नसल्याने डॉक्टरांनी नातेवाईकांना रुग्णाची स्थिती अत्यंत नाजूक असल्याचे सांगितले. रुग्णांच्या नातेवाईकांनी अवयवदानाची इच्छा व्यक्त केली, परंतु त्या हॉस्पिटलमध्ये अवयव दानासाठी आवश्यक असलेली नोंदणी नसल्याचे सांगण्यात आले. त्यामुळे नातेवाईकांनी रुग्णाला रजिस्टर्ड ट्रान्सप्लॉंट हॉस्पिटलमध्ये नेहले, परंतु तेथील डॉक्टरांनी ती महिला ब्रेन डेथ नसल्याचे स्पष्ट केले आणि उपचाराचा खर्चही खूप मोठा सांगितला.

त्या रुग्णाच्या ब्रेन डेथ निदानाबाबत झालेल्या कांही गैरसमजातून, नातेवाईकांनी त्या रुग्णाला पुन्हा दुसऱ्या एका रुग्णालयात शिफ्ट केले, ज्यामुळे खूप वेळ वाया गेला आणि ब्रेन डेथ डिव्हेअर न करताच रुग्णाचा मृत्यू झाला. ब्रेनडेथ रुग्णांचे अवयवदान केल्यावर हॉस्पिटलचे संपूर्ण बिल माफ होईल अशी नातेवाईकांची समजूत होती. यासारख्या कांही गैरसमजूतून नातेवाईकांनी पेशंटला एका रजिस्टर्ड नसलेल्या हॉस्पिटल मधून दुसऱ्या रजिस्टर्ड ट्रान्सप्लॉंट हॉस्पिटलमध्ये शिफ्ट केले असे ऐकिवात आले होते. मीडियाने या प्रकरणाची वस्तुस्थिती न तपासता नकारात्मक बातम्या प्रसारित केल्या, ज्यामुळे अवयव दानाबाबत अनेक गैरसमज पसरले. त्याचाच परिणाम पुढे बरेच दिवस नाशिकमध्ये ब्रेन डेड पेशंट आयडेंटिफाय झाले नव्हते, त्यामुळे ऑर्गन डोनाशनचे काम खूप मंदावले होते. या घटनाक्रमात रुग्णाच्या नातेवाईकांच्या गैरसमजूतीमुळे व त्यांना योग्य ते मार्गदर्शन न झाल्याने त्या रुग्णांचे अवयव दान होऊ शकले नाही, जे अत्यंत दुर्दैवी होते.

मराठवाड्यातील अवयवदानाचे एक उदाहरण...

मराठवाड्यातील एका खाजगी हॉस्पिटलमधील एका ब्रेन डेथ झालेल्या रुग्णाचे अवयवदान करण्याच्या प्रक्रियेत अनेक अडचणी आल्या. त्या रुग्णाच्या नातेवाईकांनी दाखवलेल्या प्रबळ इच्छाशक्तीमुळे आणि त्यांच्या प्रयत्नांमुळे ऑर्गन डोनाशनची ती प्रक्रिया शक्य झाली.

सुरुवातीला, रुग्णाच्या नातेवाईकांच्या इच्छेनुसार ऑर्गन डोनाशन करण्याचे ठरवले होते. परंतु ते खाजगी हॉस्पिटल स्टेट ह्यूमन ऑर्गन ट्रान्सप्लान्ट ऍक्ट अंतर्गत रजिस्टर्ड नसल्याने तिथे ऑर्गन डोनाशनची ती प्रक्रिया शक्य नव्हती. त्यामुळे नातेवाईकांनी त्या ब्रेन डेथ रुग्णाला तेथील गव्हर्नमेंट मेडिकल कॉलेजच्या हॉस्पिटलमध्ये शिफ्ट करण्याचे ठरवले. परंतु रजिस्ट्रेशन एकसपायर झाल्या मुळे तिथे ऑर्गन डोनाशन होणार नसल्याचे निष्पन्न झाले होते. त्या ठिकाणी दुसरे कोणतेही हॉस्पिटल स्टेट ह्यूमन ऑर्गन ट्रान्सप्लान्ट ऍक्ट अंतर्गत रजिस्टर्ड नव्हते. पेशंटचे ऑर्गन डोनेशन करण्यावर नातेवाईक ठाम होते, परंतु त्याकरिता आवश्यक असलेली मदत मिळत नसल्याने ते हतबल होते.

शेवटी, जिल्हा कलेक्टरांच्या मदतीने जिल्ह्यातील सर्वपर्याय तपासून राज्य अॅप्रोप्रिटे औथोरिटीच्या माध्यमातून झेडटीसीसी औरंगाबाद व पुणे यांनी सोलापूर येथील एका रजिस्टर्ड खाजगी रुग्णालयात अवयवदानाची प्रक्रिया पार पडली.

दीड दोन तासांच्या अंतरावर असलेल्या सोलापूरमधील रुग्णालयात त्या रुग्णाच्या दोन किडनींचे अवयवदान करता आले. रजिस्ट्रेशन एकसपायर झालेल्या त्या गव्हर्नमेंट मेडिकल कॉलेजच्या हॉस्पिटलला एक वेळचे रजिस्ट्रेशन देण्यासाठी कॉलेक्टरांनी राज्य अॅप्रोप्रिटे औथोरिटीकडे मागणी केली होती. परंतु ऍक्ट मधील तरतुदी प्रमाणे ब्रेन डेथ सर्टिफिकेशनसाठी आवश्यक असलेली ब्रेन डेथ कमिटी उपलब्ध होत नसल्याने त्या हॉस्पिटलला एक वेळचे रजिस्ट्रेशन देण्यास नकार दिला होता. शेवटी, नातेवाईकांची प्रबळ इच्छाशक्ती, जिल्हा कलेक्टरांचा पाठपुरावा, आणि झेडटीसीसी औरंगाबाद व पुणे यांच्या कॉर्डिनेशनमुळे हे अवयवदान शक्य झाले.

विदर्भातील अवयवदानाची एक घटना...

विदर्भातील एका घटनेत, एक ब्रेन डेथ रुग्ण ऑर्गन ट्रान्सप्लान्टसाठी रजिस्टर्ड नसलेल्या एका खाजगी हॉस्पिटलमध्ये दाखल होता. नातेवाईकांना त्यांच्या रुग्णाचे अवयवदान करायचे होते, परंतु संबंधित हॉस्पिटल ऑर्गन

ट्रान्सप्लान्टसाठी रजिस्टर्ड नसल्याने अवयवदानाची प्रक्रिया तिथे पूर्ण होऊ शकली नाही. नातेवाईकांनी आरोग्य विभागाच्या उच्च पदस्थ अधिकाऱ्यांकडे विनंती केली, ज्यांनी त्या हॉस्पिटलला एक वेळेच्या एनटीओआरसी (NTORC) रजिस्ट्रेशनसाठी परवानगी देण्यासाठी राज्य अॅप्रोप्रिटे अथोरिटीला विनंती केली. मात्र, ऍक्ट प्रमाणे त्या हॉस्पिटलला आवश्यक असलेले इन्फ्रास्ट्रक्चर आणि ब्रेन डेथ कमिटी उपलब्ध नसल्याने राज्य अॅप्रोप्रिटे अथोरिटीने परवानगी नाकारली.

त्यामुळे नातेवाईकांनी रुग्णाला शहरातील गव्हर्नमेंट मेडिकल कॉलेजच्या हॉस्पिटलमध्ये शिफ्ट करण्याचा निर्णय घेतला, परंतु त्या हॉस्पिटलचेही NTORCचे रजिस्ट्रेशन मुदतबाह्य झाले होते. परिणामी, नाईलाजाने त्या रुग्णाला 250 किलोमीटर दूर असलेल्या नागपूर येथील रजिस्टर्ड ट्रान्सप्लान्ट सेंटरकडे शिफ्ट करावे लागले. आरोग्य विभागाच्या उच्च अधिकाऱ्यांनी या बाबतीत खूप पुढाकार घेतला होता. मात्र, रुग्ण शिफ्टिंगसाठी लागलेल्या वेळेमुळे नातेवाईक खूप निराश झाले होते, कारण त्यांना त्यांच्या सोयीच्या दृष्टीने त्याच शहरातील हॉस्पिटलमध्ये रुग्णांचे अवयवदान करायचे होते. ही घटना ऑर्गन डोनाशनसाठी रजिस्टर्ड सेंटर उपलब्ध नसल्याचे आणि रुग्णालयांना ऑर्गन डोनाशनच्या प्रक्रियेची उपयुक्त माहिती नसल्याचे उदाहरण आहे. तसेच रुग्णाच्या नातेवाईकांना त्यात आलेल्या समस्यांचं उदाहरण देखील दर्शवते. अशा परिस्थितीत रुग्णांच्या नातेवाईकांना दिलासा मिळावा यासाठी ऑर्गन डोनाशनची प्रक्रिया सुलभ आणि वेगवान होण्याची आवश्यकता आहे...

वरील उदाहरणावरून ब्रेन डेथ रुग्णांच्या बाबतीत विचार केल्यास खालील मुद्दे लक्षात येतात:

- रजिस्टर्ड ट्रान्सप्लान्ट सेंटरची कमतरता: तीनही रुग्णांना रजिस्टर्ड ट्रान्सप्लान्ट सेंटरमध्ये ऍडमिट केले नव्हते. रजिस्टर्ड ऑर्गन ट्रान्सप्लान्ट अथवा NTORC त्या शहरात उपलब्ध नव्हते, त्यामुळे अवयव दानासाठी ज्यादा संख्येने हॉस्पिटल्स NTORC साठी रजिस्टर्ड केले पाहिजेत.
- रेनेवलची आवश्यकता: उपलब्ध असलेले प्रत्येक

रजिस्टर्ड NTORC वेळोवेळी रीनेवल केले पाहिजेत.

- नातेवाईकांची संमती: तीनही रुग्णांच्या नातेवाईकांनी अवयवदानासाठी संमती दिली होती.
- डॉक्टरांच्या कौशल्याची कमतरता: ब्रेन डेथ रुग्ण ओळखण्यासाठी डॉक्टरांनी सकारात्मक प्रयत्न केल्याचे वाटत नाही, त्यामुळे ब्रेन डेथ रुग्ण ओळखण्यासाठी डॉक्टरांच्या कौशल्यात वाढ करणेसाठी प्रयत्न केले पाहिजेत.
- तात्काळ शिप्टिंग: संभाव्य ब्रेन डेथ अवयव दात्याला ब्रेन डेथ रुग्ण म्हणून ओळखल्यावर अवयव दानासाठी त्याला योग्य त्या ठिकाणी तात्काळ शिफ्ट केले पाहिजे होते.
- मेडिकल सोशल वर्करची गरज: आयसीयू असलेल्या प्रत्येक रुग्णालयात अवयव दानाबाबत माहिती देण्यासाठी मेडिकल सोशल वर्कर असले पाहिजेत. याबाबतीत नजीकच्या रजिस्टर्ड ट्रान्सप्लंट सेन्टरच्या मेडिकल सोशल वर्करची मदत सुद्धा घेतली जाऊ शकते.
- जनजागृतीचा प्रभाव: ऑर्गन डोनाशनसाठी नातेवाईकांनी स्वतःहून दिलेल्या संमतीमुळे, ऑर्गन डोनेशन बाबतच्या जनजागृतीचा प्रभाव दिसून येत होता.
- उच्च पदस्थ अधिकाऱ्यांचा सहभाग: अवयव दानाबाबत उच्च पदस्थ अधिकाऱ्यांचा सहभाग सकारात्मक आणि महत्वाचा वाटत होता.
- ब्रेन डेथ सर्टिफिकेशनची माहिती: ऑर्गन ट्रान्सप्लंट ऍक्टनुसार संबंधित हॉस्पिटलसना ब्रेन डेथ रुग्णांच्या सर्टिफिकेशनची प्रोसेस माहीत नसल्याचे आढळून येते.

हे सर्व मुद्दे लक्षात घेऊन अवयवदान प्रक्रियेत सुधारणा करण्यासाठी आवश्यक ते उपाययोजना करणे गरजेचे आहे. राज्यात अपघात, मेंदूचे आजार, आणि इतर कारणांमुळे अनेक ब्रेन डेथ रुग्ण आयसीयूमध्ये ऍडमिट असतात. नातेवाईकांच्या संमतीने या रुग्णांचे अवयव दान केल्याने अनेक गरजू रुग्णांना जीवदान मिळू शकते.

अवयवदान वाढीसाठी खालील काही महत्वाचे उपाय आहेत:

- NTORC (Non-Transplant Organ Retrieval Center) ची संख्या वाढवणे - सध्या राज्यात फक्त 60

रजिस्टर्ड NTORC आहेत. परंतु, त्यातील बहुतांश NTORC अवयवदानाच्या प्रक्रियेत सक्रिय नाहीत. ती सर्व सेन्टर्स अवयवदानासाठी सक्रिय करणे आवश्यक आहे. त्याशिवाय नव्याने कांही NTORC सेन्टर्स रजिस्टर्ड केले पाहिजेत.

राज्यात 652 ऑर्गन ट्रान्सप्लंट सेन्टर्स कार्यरत आहेत, त्या सर्व ठिकाणी अवयवदान प्रक्रियेला चालना दिली पाहिजे. एनटीओआरसीसाठी रजिस्ट्रेशन पात्रता: महाराष्ट्र/बॉम्बे नर्सिंग होम ऍक्ट अंतर्गत रजिस्टर्ड असलेल्या कोणत्याही हॉस्पिटलमध्ये खालील सुविधा असाव्यात:

A) ऑपरेशन थिएटर आणि आयसीयू B) ब्रेन डेथ कमिटी C) बेसिक लॅब आणि रेडियोलॉजिकल इन्व्हेस्टिगेशनची सुविधा या सुविधा बहुतेक सर्व सरकारी, निमसरकारी आणि खाजगी मेडिकल कॉलेजच्या हॉस्पिटलमध्ये उपलब्ध असतात. अशा हॉस्पिटलसनी फॉर्म न.13 भरून एनटीओआरसीसाठी रजिस्टर्ड होऊ शकतात.

ब्रेन डेथ कमिटीची रचना - ब्रेन डेथ प्रमाणित करण्यासाठी खालील सदस्यांची आवश्यकता आहे:

- हॉस्पिटलचा प्रमुख जो रजिस्टर्ड मेडिकल प्रॅक्टिशनर असावा (मेडिकल डिरेक्टर, मेडिकल सुपेरिंटेंड अथवा मेडिकल हेड)
- उपचार करणारे डॉक्टर
- विशेषज्ञ किंवा इंटेनसिव्हिस्ट
- न्यूरोसर्जन किंवा न्यूरोफिजिशियन"

(*THOA कायद्यातील 2011 मधील दुरुस्तीनुसार, ब्रेन डेथ प्रमाणित करण्यासाठी न्यूरोसर्जन आणि न्यूरोलॉजिस्ट उपलब्ध नसल्यास, जनरल फिजिशियन (MD-Medicine) किंवा जनरल सर्जन (MS-General Surgery) किंवा ऍनेस्थेटिस्ट किंवा इंटेन्सिव्हिस्ट यांना ब्रेन डेथ कमिटीमध्ये समाविष्ट करता येते..)

रजिस्ट्रेशन आणि नूतनीकरण - फॉर्म न.13 भरून आवश्यक ती कागदपत्रे अप्रॉप्रिटे अथोरिटीकडे सादर करावी

लागतात. यानंतर, कागदपत्रांची खातरजमा केल्यानंतर त्या हॉस्पिटलला पाच वर्षासाठी रजिस्ट्रेशन दिले जाते. रजिस्ट्रेशन देण्यापूर्वी संबंधित रुग्णालयाचे तज्ञांच्या टीम मार्फत तपासणी केली जाते. पाच वर्षांच्या दरम्यान त्या हॉस्पिटलला कांही आवश्यक बदल करावयाचे असल्यास योग्य तो अर्ज करून बदल करून घेता येतो.

आरोग्य सेवा संचालक, मुंबई हे पूर्वी एकच अॅप्रोप्रिटे अथोरिटी म्हणून संपुर्ण राज्यभरात हॉस्पिटल्सना ऑर्गन ट्रान्सप्लान्टसाठी रजिस्ट्रेशन देत होते. दिनांक 28 नोव्हेंबर 2023च्या महाराष्ट्र शासनाच्या अधिसूचनेद्वारे, राज्यातील विविध विभागाच्या 9 आरोग्य उपसंचालकाना अॅप्रोप्रिटे अथोरिटी म्हणून घोषित केलेले आहेत. त्यामुळे ऑर्गन ट्रान्सप्लान्ट ऍक्ट अंतर्गत रजिस्ट्रेशन करू इच्छिणाऱ्या हॉस्पिटल्सना आता अत्यंत सोईचे झाले आहे.

ब्रेन डेथ सर्टिफिकेटची मान्यता - ब्रेन डेथ सर्टिफिकेटवर फक्त अॅप्रोप्रिटे अथोरिटीच्या मान्यताप्राप्त ब्रेन डेथ कमिटीच्या सदस्यांनीच सहया करावयाच्या असतात. मान्यता नसलेल्या कोणाच्याही सह्या सर्टिफिकेटवर ग्राह्य धरल्या जात नाहीत. विशिष्ट परिस्थितीत निणयः जर ब्रेन डेथ कमिटीचा एखादा सदस्य अनुपस्थित असेल अथवा राजीनामा दिला असेल तर, संबंधित हॉस्पिटलने अॅप्रोप्रिटे अथोरिटीकडे संपर्क साधून दुसऱ्या पात्र रजिस्टर्ड मेडिकल प्रॅक्टिशनरला समाविष्ट करण्याची विनंती केली पाहिजे. अति तातडीच्या वेळी दुसऱ्या रजिस्टर्ड ट्रान्सप्लान्ट सेंटरच्या ब्रेन डेथ कमिटीला सर्टिफिकेशन करीता एक वेळची परवानगी मिळवू शकते. अति तातडीच्या प्रसंगात पात्र रजिस्टर्ड ब्रेन डेथ कमिटी मेम्बर्स उपलब्ध होऊ शकत नसल्यास, संबंधित हॉस्पिटलने तातडीने दुसऱ्या रजिस्टर्ड ट्रान्सप्लान्ट सेंटरमध्ये सदरहू ब्रेन डेथ रुग्ण शिफ्ट करावयाचे आहे.

वरील तरतुदींचा वापर अपवादात्मक आणि विशिष्ट परिस्थितीतच अॅप्रोप्रिटे अथोरिटीच्या मार्फत करावयाचा आहे. ऑर्गन वाया जाऊ नये म्हणून अॅप्रोप्रिटे अथोरिटी वरील उपयुक्त पर्यायांना परवानगी देऊ शकते. हॉस्पिटल्सचा पूर्व

इतिहास तपासून अथवा तेथील संभाव्य गुंतागुंत धोका ओळखून अॅप्रोप्रिटे अथोरिटी अशा परिस्थितीत अवयवदानास नकार सुद्धा देऊ शकतात. त्यामुळे नातेवाईक, उपचार करणारे डॉक्टर, आणि ट्रान्सप्लान्ट कोऑर्डिनेटर यांचा महत्वाचा सहभाग असावा लागतो. प्रत्येकाने जबाबदारीने काम केल्यास अवयवदान यशस्वी होऊ शकते.

- ऑर्गन ट्रान्सप्लान्टसाठी रजिस्टर्ड असलेल्या मोठ्या रुग्णालयांनी त्यांच्यापासून जवळ असलेल्या छोट्या नर्सिंग होमना एनटीओआरसीसाठी टाय अप करणे हे अत्यंत उपयुक्त ठरू शकते.

या प्रक्रियेत खालील गोष्टी करता येतील:

- ब्रेनस्टेम डेथ कमिटीच्या सेवा - ऑपरेशन थिएटर आणि आयसीयूची सुविधा असलेल्या छोट्या नर्सिंग होमना ब्रेनस्टेम डेथ कमिटीच्या सेवा पुरवल्यास अधिकाधिक एनटीओआरसी रजिस्टर्ड होऊ शकतील. याबाबत स्टेट अॅप्रोप्रिटे अथोरिटीची मान्यता घेणे आवश्यक आहे.
- ट्रान्सप्लान्ट कोऑर्डिनेटरची भेट: आठवड्यातून एकदा किंवा दोनदा ट्रान्सप्लान्ट कोऑर्डिनेटरच्या माध्यमातून त्या नर्सिंग होमच्या आयसीयू मध्ये भेट देऊन तेथील संभाव्य ब्रेन डेथ रुग्णांच्या नातेवाईकांचे अवयव दानासाठी समुपदेशन करता येईल.
- अवेयरनेस शिबीर : महिन्यातून एकदा किंवा दोनदा त्या नर्सिंग होममध्ये ऑर्गन डोनेशनचे अवेयरनेस शिबीर घेऊन लोकांमध्ये जनजागृती करता येईल.
- सीएमई आणि वर्कशॉप्स: सीएमई, वर्कशॉप्स सारख्या ट्रेनिंग ऍक्टिव्हिटी डॉक्टरांसाठी किंवा इतर हॉस्पिटल स्टाफसाठी आयोजित केल्या जातील. यातून त्यांच्या ज्ञानात भर पडेल आणि ते अधिक प्रभावीपणे अवयवदान प्रक्रियेत सहभागी होऊ शकतील.
- नातेवाईकांचे समुपदेशन: ट्रान्सप्लान्ट कोऑर्डिनेटरने रुग्णांच्या नातेवाईकांना अवयवदानाच्या महत्वाबद्दल आणि प्रक्रिया कशी चालते याबद्दल माहिती देऊन त्यांचे समुपदेशन करणे आवश्यक आहे.
- सुविधा आणि संसाधने: मोठ्या हॉस्पिटल्सनी त्यांचा अनुभव आणि संसाधनांचा वापर करून छोट्या नर्सिंग

होमना आवश्यक त्या सुविधा आणि मदत पुरवावी. मोठ्या हॉस्पिटल्सनी या प्रकारे पुढाकार घेतल्यास, अधिक प्रमाणात अवयवदान होऊ शकेल आणि त्यामुळे अनेक रुग्णांचे जीवन वाचवले जाऊ शकेल.

- छोऱ्या नर्सिंग होमच्या आयसीयु मधील डॉक्टर आणि इतर स्टाफसाठी ऑर्गन डोनाशन बाबतीत नियमितपणे ट्रेनिंग देणे अत्यंत आवश्यक आहे. या ट्रेनिंगमध्ये खालील बाबींचा समावेश करावा लागेल:
- संभाव्य ब्रेन डेथ ऑर्गन डोनोर ओळखणे: ब्रेन स्टेम डेथ ओळखण्यासाठीचे निकष आणि त्याची घोषणा करणे. त्याबाबत ब्रेन डेथ प्रमाणपत्र तयार करणे.
- ऑर्गन डोनरमध्ये रूपांतर करणे : ऑर्गन डोनाशनसाठी ब्रेन डेथ पेशंटच्या नातेवाईकांची संमती घेणे आणि त्याबाबतचे महत्त्व आणि प्रक्रिया त्यांना समजून सांगणे.
- ऑर्गन डोनरची देखभाल: ऑर्गन्स वाया जाऊ नये म्हणून डोनरची वैद्यकीय देखभाल करणे फार महत्त्वाचे आहे. ट्रान्सप्लांटला ऑर्गन सुस्थितीत राहण्यासाठी डोनरच्या वैद्यकीय देखभाल प्रक्रियेसंबंधी सखोल ज्ञान असणे आवश्यक आहे.
- ZTCC (Zonal Transplant Coordination Centre) आणि SOTTO (State Organ and Tissue Transplant Organization) यांच्याशी समन्वय: संभाव्य ब्रेन डेथ ऑर्गन डोनरच्या ऑर्गनची अलोकेशन प्रक्रिया समजून घेणे.
- मृतदेह सोपविण्याची प्रक्रिया: ऑर्गन काढल्यानंतर ऑर्गन डोनोरचा मृतदेह नातेवाईकांना सन्मानपूर्वक सोपविण्याची प्रक्रिया समजून घेणे.
- आवश्यक कागदपत्रांची पूर्तता: ऑर्गन डोनाशनसाठी लागणारी सर्व कागदपत्रे पूर्ण करणे. त्यासाठी आवश्यक प्रमाणपत्रे तयार करण्याची प्रक्रिया समजून घेणे.
- पोलीस एनओसी प्रक्रिया: ब्रेन डेथ आणि त्याचे सर्टिफिकेशनसाठी आवश्यक असणाऱ्या पोलीस एनओसीची प्रक्रिया समजून घेणे.
- पोस्ट मॉर्टेम प्रक्रिया: ऑर्गन काढल्यानंतर डोनोर बॉडीच्या पोस्ट मॉर्टेमची आवश्यकता असल्यास जवळच्या पोस्ट मॉर्टेम सेंटर आणि पोलिसांबरोबर संपर्क

साधून ते लवकर करून घेणे महत्त्वाचे आहे. पोस्ट मॉर्टेम झाल्यानंतर ती डेड बॉडी नातेवाईकांना सन्मानपूर्वक देण्याची प्रक्रिया समजून घेणे.

ऑर्गन ट्रान्सपोर्टेशन:

डोनर बॉडीतून ऑर्गन काढल्यानंतर ते अलोकेशन झालेल्या रेसिपीएन्ट रुग्णालयांकडे सुस्थितीत पाठवणे आवश्यक असते. त्यासाठी ऑर्गन रेसिपीएन्ट रुग्णालयांशी संपर्क साधून ऑर्गन रेड्रीवल्ची वेळ ठरवणे महत्त्वाचे ठरते. प्रत्येक रेड्रीवल् टीमशी समन्वय साधून वेळेत ऑर्गन रेड्रीवल् करून घेणे आवश्यक असते. कोणत्याही परिस्थितीत ऑर्गन वाया जाणार नाही याची खबरदारी घ्यावी लागते. गरजे नुसार ऑर्गन ट्रान्सपोर्टेशनसाठी "ग्रीन कॉरिडॉर" व्यवस्था करावी लागते.

"ग्रीन कॉरिडॉर" ची व्यवस्था: "ग्रीन कॉरिडॉर"ची व्यवस्था करण्यासाठी जवळच्या पोलिस स्टेशनमधील ट्राफिक पोलिसांना अवयव आणि संबधीत रुग्णालये यांच्या वाहतुकीच्या वेळेबद्दल कळवणे आवश्यक असते.

इमर्जन्सी आणि क्रिटिकल केअर युनिट्स..

खासगी मेडिकल कॉलेजेस आणि मोठ्या कॉर्पोरेट हॉस्पिटल्समध्ये इमर्जन्सी आणि क्रिटिकल केअर युनिट्समुळे ब्रेन स्टेम डेथ रुग्णांमधून ऑर्गन डोनेशनच्या संधी वाढल्या आहेत. अशाच पद्धतीने सरकारी मेडिकल कॉलेजेसच्या हॉस्पिटल्समध्ये सुध्दा इमर्जन्सी आणि क्रिटिकल केअर युनिट्स सुरू केल्यास ब्रेन डेथ रुग्ण शोधणे सोपे होईल आणि अधिक ऑर्गन डोनेशन घडवून आणता येईल.

या प्रक्रियेत उपचार करणारे डॉक्टर आणि ट्रान्सप्लांट कॉर्डिनेटर्स यांची भूमिका महत्त्वाची असते. योग्य समुपदेशनाद्वारे, ब्रेन डेथ रुग्णांचे नातेवाईक ऑर्गन डोनेशनसाठी तयार होऊ शकतात. यामुळे ऑर्गन डोनेशनची जागरूकता वाढेल आणि अधिक लोकांचे प्राण वाचवण्यास मदत होईल. सरकारी हॉस्पिटल्समध्ये ही सुविधा उपलब्ध करून दिल्यास सर्वसामान्य लोकांना याचा अधिक लाभ होईल

"GIVE" score implementation project:

सर्व रजिस्टर्ड हॉस्पिटल्स, मेडिकल कॉलेजमधील आयसीयु आणि क्रिटिक केअर युनिट्समध्ये "GIVE" प्रोजेक्ट अंमलात आणणे आवश्यक आहे...

- **G**-Glasgow Coma Score (GCS) less than 5
- **I**-Intubated
- **V**-Ventilation
- **I**- Absent eye signs

Such patients can be potential organ donors. The treating physician/intensivist should pay attention to how this patient progresses. Most of them do not improve or progress to brain death. However, some may become brain dead despite the best efforts to save them. After that they should be declared brain dead GIVE score चे रूग्ण ओळखून प्रथम त्यांचा जीव वाचवण्याचा आटोकाट प्रयत्न करावा. दुर्दैवाने तो रूग्ण ब्रेन डेथ झाल्यास त्याच्या अवयदानासाठी नातेवाईकांना प्रवृत्त करावे.

ऍप तयार करणे....

ब्रेन स्टेम डेथ ओळखण्यासाठी आणि ऑर्गन डोनाशन प्रक्रियेला मदत करण्यासाठी ऍप विकसित करणे हे एक अत्यंत महत्वाचे पाऊल असू शकेल. या ऍपद्वारे नर्सिंग होम्स/छोट्या हॉस्पिटल्सच्या आयसीयुमधील ब्रेन स्टेम डेथ पेशंट ओळखता येऊ शकेल. हे ऍप तयार करताना खालील मुद्दे विचारात घ्यायला हवेत:

रूग्णांचा डेटा व्यवस्थापन - आयसीयूमध्ये असलेल्या सर्व रूग्णांची माहिती गोळा करणे. त्यांच्या स्थितीची नियमित नोंद ठेवणे. ब्रेन स्टेम डेथ पेशंट ओळखण्यासाठी आवश्यक चाचण्यांचे निकाल साठवणे.

तज्ञांचे मार्गदर्शन - ब्रेन स्टेम डेथ पेशंट ओळखण्यासाठी वैद्यकीय तज्ञांची सल्लागार समिती बनवणे.

तज्ञांच्या मार्गदर्शनानुसार ब्रेन स्टेम डेथ पेशंट ओळखण्यासाठी चाचण्या आणि प्रक्रियेचे प्रोटोकॉल तयार करणे.

- **नातेवाईकांशी संवाद:** ब्रेन स्टेम डेथ पेशंट ओळखल्यानंतर त्वरित नातेवाईकांना कळवणे. अवयव दानाच्या संमतीसाठी आवश्यक माहिती आणि मार्गदर्शन प्रदान करणे.
- **डेटा सुरक्षा आणि गोपनीयता:** रूग्णांचा वैद्यकीय डेटा सुरक्षित ठेवण्यासाठी आणि गोपनीयतेसाठी आवश्यक ते तंत्रज्ञान वापरणे.
- **ऍपची कार्यक्षमता:** सोपी आणि वापरण्यास सुलभ इंटरफेस तयार करणे. रूग्णांची माहिती जलदपणे अपडेट करण्यासाठी स्वयंचलित प्रणालींचा वापर करणे आवश्यक आहे. तज्ञांच्या सल्ल्यानुसार ब्रेन स्टेम डेथ ओळखणाऱ्या चाचण्या ऍपमध्ये समाविष्ट करणे तयार करावेत.

Mahaayudan software

राज्य स्तरावर हॉस्पिटल रजिस्ट्रेशनसाठी महायुदान सॉफ्टवेअर उपलब्ध आहे. त्या सॉफ्टवेअरमध्ये आवश्यक ते बदल समाविष्ट करून ब्रेन स्टेम डेथ रूग्णांची माहिती घेता येऊ शकेल..

जिल्हास्तरावर शासकीय अधिकारी नेमणे.....

अवयवदानाच्या प्रोग्रामसाठी जिल्हास्तरावर अधिकारी नेमून अवयवदान वाढवण्याचा प्रयत्न केला पाहिजे. प्रत्येक आयसीयूमध्ये भरती असलेल्या ब्रेन डेथ रूग्णांचा आढावा घेऊन त्यातील संभाव्य ऑर्गन डोनोर रूग्ण शोधले पाहिजेत, नातेवाईकांच्या समुपदेशनाने अवयव दान वाढवता येऊ शकते...

सोटो आणि झेडटीसीसी यंत्रणा:

अवयव दानाच्या कामासाठी जिल्हास्तरावर यंत्रणा उभारण्यासाठी सोटो (State Organ and Tissue Transplant Organization) आणि झेडटीसीसी (Zonal Transplant Coordination Center) यांचा सहभाग महत्वाचा आहे. त्यासाठी पुढील गोष्टी केल्या पाहिजेत:

०) गव्हर्नमेंट व नॉनगव्हर्नमेंट संस्थांचा सहभाग:

गव्हर्नमेंट हॉस्पिटल्स, प्रायव्हेट हॉस्पिटल्स, एनजीओ, आणि लोकल हेल्थ डिपार्टमेंटला समाविष्ट करून

एक कार्यक्षम यंत्रणा उभारावी लागेल. त्यासाठी सर्व संबंधित संस्था आणि व्यक्तींमध्ये समन्वय साधण्यासाठी नियमित बैठकांचे आयोजन करणे महत्वाचे आहे.

b) जनजागृती अभियान:

- सार्वजनिक ठिकाणी जसे की शाळा, महाविद्यालये, मॉल्स, गार्डन्स, बसस्टॅंड, रेल्वे स्टेशन, आणि इतर ठिकाणी अवेअरनेस कॅम्प घेणे आवश्यक आहे.
- स्थानिक भाषेत आणि सांस्कृतिक दृष्टिकोनातून प्रभावी संदेश देण्यासाठी बॅनर्स, पोस्टर्स, आणि हॅंडबिल्स (हस्तपुस्तिका) वितरित कराव्यात.
- सामाजिक माध्यमांचा वापर करून ऑर्गन डोनाशनची महत्त्वाची माहिती पोहोचवावी.

c) ट्रेनिंग आणि कार्यशाळा:

- ऑर्गन ट्रान्सप्लंट/डोनाशनच्या प्रक्रियेत काम करू इच्छिणाऱ्या डॉक्टर्स, नर्सेस, आणि इतर आरोग्य कर्मचाऱ्यांसाठी प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित करणे.
- नियमित सीएमई (Continuing Medical Education) आणि कार्यशाळा आयोजित करून अद्ययावत माहिती आणि तंत्रज्ञानाचे ज्ञान देणे.

d) स्थानिक समुदायाचा सहभाग:

- स्थानिक समुदायातील नेत्यांना आणि प्रभावशाली व्यक्तींना अवयव दानाच्या महत्त्वाची जाणीव करून देणे.
- स्वयंसेवकांची एक टीम तयार करून त्यांनी जनजागृती करण्याचे काम करणे.

e) संपर्क साधने:

- 24x7 हेल्पलाईन सुरु करून लोकांना ऑर्गन डोनाशनच्या बाबतीत माहिती आणि मदत पुरवणे.
- ऑनलाइन पोर्टल आणि मोबाइल ॲप तयार करून इच्छुक व्यक्तींना ऑर्गन डोनाशन करण्याची सोय उपलब्ध करणे. अशा प्रकारे सोट्टो आणि झेडटीसीसी यांच्या समन्वयाने आणि गव्हर्नमेंट व नॉनगव्हर्नमेंट संस्थांच्या सहभागाने ऑर्गन डोनाशनच्या क्षेत्रात प्रभावी यंत्रणा उभारता येईल.

टास्क फोर्स:

राज्यस्तरावर आणि जिल्हास्तरावर टास्क फोर्स तयार करून अवयव दान वाढवता येईल. टास्क फोर्समध्ये विविध विभागाच्या अधिकाऱ्यांचा, ऑर्गन डोनाशन व ट्रान्सप्लंट मध्ये काम करीत असलेल्या तज्ञांचा समावेश अतिशय उपयुक्त ठरू शकेल. या टास्क फोर्सची रचना आणि कार्यपद्धती खालीलप्रमाणे असावी:

A) राज्यस्तरीय टास्क फोर्स:

- अध्यक्ष: आरोग्यमंत्री
- सदस्य: आरोग्य खाते आणि वैद्यकीय शिक्षण खात्यातील उच्चपदस्थ अधिकारी
- मेडिकल कॉलेजचे डीन
- अवयव दान क्षेत्रातील तज्ञ मंडळी
- आवश्यकतेनुसार इतर विभागाच्या उच्च अधिकाऱ्यांचा समावेश
- अवयव दान क्षेत्रात काम करीत असलेली एनजिओ
- ZTCC आणि SOTTO चे प्रमुख.

जिल्हास्तरीय टास्क फोर्स:

- अध्यक्ष: पालकमंत्री अथवा जिल्हाधिकारी (कलेक्टर)
- सदस्य: जिल्हा सिव्हिल सर्जन
- जिल्हा आरोग्य अधिकारी
- महापालिका आयुक्त
- आरोग्य विभागाचे अधिकारी
- मेडिकल कॉलेजचे डीन
- आयएमए (इंडियन मेडिकल असोसिएशन) चे प्रतिनिधी
- ऑर्गन ट्रान्सप्लंट क्षेत्रात काम करणाऱ्या हॉस्पिटल्सचे प्रतिनिधी
- ऑर्गन ट्रान्सप्लंट क्षेत्रात कार्यरत असणारे तज्ञ
- ऑर्गन ट्रान्सप्लंट क्षेत्रात काम करणाऱ्या एनजीओचे प्रतिनिधी
- टास्क फोर्सचे कार्य: प्रत्येक तीन ते सहा महिन्यांनी ऑर्गन ट्रान्सप्लंट ऑर्गन डोनेशन बाबत बैठक घेणे.
- ऑर्गन डोनाशन बाबत जनजागृती मोहिमांचे आयोजन करणे.

- ऑर्गन डोनाशन वाढीचे नियोजन आणि अंमलबजावणी करणे.
- ऑर्गन डोनाशनच्या प्रसारासाठी विविध शासकीय व अशासकीय संस्थांशी समन्वय साधणे.
- ऑर्गन डोनाशनच्या प्रक्रियेतील अडचणी आणि त्यावरील उपाय शोधणे. या रचनेमुळे अवयव दानाबाबत एक समर्पित आणि कार्यक्षम प्रणाली निर्माण होईल, ज्यामुळे या क्षेत्रात सकारात्मक बदल घडवून आणता येईल.

आयसीयू आणि ओटी असलेल्या हॉस्पिटल्सना ब्रेन डेथ पेण्ट रिपोर्ट करण्यासाठी अनिवार्य केले पाहिजे. या कठीता तज्ञांचे मार्गदर्शन घेऊन शासकीय पातळीवर कायदा किंवा नियम बनवून धोरणात्मक निर्णय घेता येईल का ते

पहाणे आवश्यक आहे.

ब्रेन स्टेम डेथ रुग्णांचे अवयवदान हि खूप मोठी प्रक्रिया आहे. त्यात कौटुंबिक, सामाजिक, वैद्यकीय आणि नैतिक मुल्ल्यांचा समावेश आहे. आपल्या जवळच्या व्यक्तीच्या मृत्यूमुळे नातेवाईक अत्यंत भावनिक झालेले असतात. अत्यंत शोकाकुल, भावनिक आणि संवेदनशील अशा अवस्थेत नातेवाईकांच्या योग्य समुपदेशानाने अवयवदान शक्य होत आहे..

- डॉ. अरुण दिनकरराव यादव,

मुख्य वैद्यकीय सल्लागार,

राज्य आरोग्य हमी सोसायटी,

महात्मा ज्योतिराव फुले जन आरोग्य योजना, मुंबई



**अवयवदान
जीवनाचे महादान !**

**अनेकांचे जीवन वाचविण्यासाठी
चला शपथ घेऊ या,
अवयव दान करण्याची...**



नॅशनल ऑर्गन अँड टिश्यू ट्रान्सप्लांट ऑर्गनायझेशन (NOTTO)

अधिक माहितीसाठी कृपया भेट द्या: www.notto.gov.in, किंवा 1800-11-4770

डेंग्यू ताप

डेंग्यू ताप हा फ्लॅव्हिवायरस (Flavivirus) प्रकारच्या विषाणूमुळे होत असून, त्याचे डेंग्यू-1 ते डेंग्यू-4 असे चार प्रकार आहेत. डेंग्यूतापाचा प्रसार एडिस एजिप्ताय साधारणपणे 3 ते 4 आठवडे असते. हे डास सर्वसाधारणपणे 400 ते 500 मीटर अंतरापर्यंत उडत जावू शकतात. एडिस एजिप्ताय डासांच्या पाठ व पायांवर पांढऱ्या रंगाचे पट्टे असल्याने त्यांना 'डायगर मॉस्क्यूटो' असे संबोधतात. हे डास घरामध्ये अंधाच्या जागी बसतात, तथापी घराबाहेरील थंड व अंधाच्या जागेमध्येही त्यांचे अस्तित्व असते. डासाच्या अवस्था अंडी, अळी, कोष व पूर्ण डास अशा असून, त्यापैकी पहिल्या तीन अवस्था पाण्यामध्ये असतात.

या डासांची उत्पत्ती प्रामुख्याने खालील ठिकाणी होते

- घरातील व परिसरातील साठलेले /साठविलेले स्वच्छ पाण्याचे साठे. (उदा-रांजण, हौद, पाण्याचे मोठे बॅरल, इमारतीवरील पाण्याच्या टाक्या, कुलर्स, कारंजी, फुलदाण्या इत्यादी)
- घराच्या परिसरातील टाकलेल्या निरुपयोगी वस्तूंमध्ये ठेवलेले स्वच्छ पाणी (उदा. नारळाच्या करवंट्या, डबे, बाटल्या, प्लास्टिकची भांडी, रिकाम्या कुंड्या, टायर्स इत्यादी)
- बांधकामाच्या ठिकाणी असलेले पाण्याचे उघडे साठे.

डेंग्यू तापाच्या रुग्णांस एडिस एजिप्ताय डासांची मादी चावल्यास तिच्या शरीरात डेंग्यू तापाचे विषाणू प्रवेश करतात. साधारणपणे 8 ते 10 दिवसांत डासांच्या शरीरात डेंग्यू विषाणूंची पूर्ण वाढ झाल्यावर हा दूषित डास कोणत्याही निरोगी व्यक्तीला चावल्यास त्या व्यक्तीस डेंग्यू ताप होऊ शकतो. एकदा दूषित झालेला डास तो मरेपर्यंत दूषित राहतो.

डेंग्यूतापाच्या रुग्णाची लक्षणे

- तीव्र ताप
- तीव्र डोकेदुखी, स्नायूदुखी व सांधेदुखी

- उलट्या होणे
- डोळ्यांच्या आतील बाजूस दुखणे
- अंगावर पुरळ
- अशक्तपणा, भूक मंदावणे, तोंडाला कोरड पडणे

डेंग्यू तापाची लागण ही साथ स्वरूपाची असून, त्यातील रुग्णांची संख्या मोठी असते.

रक्तस्रावयुक्त डेंग्यूतापाची लक्षणे

- डेंग्यूतापाची वरील प्रमाणे लक्षणे आहेत.
- रक्तस्राव युक्त डेंग्यूताप बहुतांशी 15 वर्षाखालील मुलांना होतो. तथापी, मोठ्या व्यक्तींनाही होऊ शकतो.
 - त्वचेखाली रक्तस्राव होणे
 - नाकातून रक्तस्राव होणे
 - रक्ताची उलटी होणे रक्तमिश्रीत / काळसर रंगाची शौचास होणे, पोट दुखणे
 - रक्तदाब कमी होणे, हात-पाय थंड पडणे
 - काही रुग्णांमध्ये या दरम्यान रक्तजलाचे प्रमाण कमी होऊन रुग्ण अत्यवस्थ होतो
- रक्तस्रावासह डेंग्यूताप (डेंग्यू हेमोरेजिक फिवर) व डेंग्यू शॉक सिंड्रोमच्या रुग्णांना तातडीने रुग्णालयात उपचारासाठी दाखल करणे आवश्यक आहे.

डेंग्यूतापाचे रोगनिदान

डेंग्यू तापाच्या निश्चित रोगनिदानासाठी रक्तजल नमुन्याची प्रयोगशाळेत तपासणी होणे आवश्यक असते. त्यासाठी काही निवडक संशयीत रुग्णांचे रक्तजल नमुने शीतसाखळीमध्ये राष्ट्रीय विषाणू संस्था, पुणे यांचेकडे परीक्षणासाठी पाठविणे आवश्यक आहे. तथापी राष्ट्रीय विषाणू संस्था, पुणे यांचेकडून निष्कर्ष प्राप्त होण्यास सुमारे महिनाभराचा कालावधी लागत असल्याने उद्रेकाच्या ठिकाणी काही संशयित रुग्णांच्या रक्तजल नमुन्यांची स्थानिक स्तरावर पुरवठा केलेल्या डेंग्यू रॅपिड डायग्नोस्टिक टेस्टद्वारे तपासणी करणे आवश्यक आहे.

उपचार:

डेंग्यूतापावर निश्चित असे उपचार नाहीत. वेदनाशामक औषधे व विश्रांती घेणे आवश्यक असते. या रुग्णांना अॅस्पिरिन, बुफेन इत्यादींसारखी औषधे देऊ नयेत. डेंग्यूतापाच्या रुग्णांना वयोमानानुसार पॅरेसिटॅमॉल गोळ्यांचा उपचार करावा.

प्रतिबंधक /नियंत्रणासाठी उपाययोजना

- उद्रेकाच्या ठिकाणी दैनंदिन सर्वेक्षण
- दैनंदिन सर्वेक्षणांतर्गत ताप रुग्णांचे रक्तनमुने तपासून हिवताप नसल्याची खात्री करणे.
- ताप रुग्णांना उपचार संशयित रुग्णांच्या रक्तजल नमुन्यांची स्थानिक स्तरावर पुरवठा केलेल्या डेंग्यू रॅपिड डायग्नोस्टिक टेस्टद्वारे तपासणी.
- निवडक संशयित रुग्णांचे रक्तजल नमुने शीत साखळीमध्ये राष्ट्रीय विषाणू संस्था, पुणे यांच्याकडे विषाणूपरिक्षणासाठी पाठविणे.
- किटकशास्त्रीय सर्वेक्षण
- घरातील व घराच्या परिसरातील पाणी पाळ्यातील डास अळी घनतेची पाहणी
- डास आळ्या आढळून आलेली भांडी रिकामी करणे

- जी भांडी रिकामी करता येत नाहीत, अशा ठिकाणी टेमीफॉस (अबेट) अळीनाशकाचा वापर करणे
- जीवशास्त्रीय उपाययोजनेतर्गत डासोत्सृती स्थानांमध्ये डास अळी भक्षक गप्पीमासे सोडणे.
- उद्रेकग्रस्त ठिकाणी घरोघर किटकनाशकाची धूरफवारणी करणे.

जनतेस आरोग्य शिक्षण

- आठवड्यातून किमान एक कोरडा दिवस पाळणे.
- घरातील पाणी साठ्याची भांडी आठवड्यातून किमान एकदा रिकामी करून घासून, पुसून कोरडी करून पुन्हा वापरणे.
- घराच्या परिसरातील किंवा घराच्या छतावरील निरूपयोगी वस्तू नष्ट करणे.
- डासांपासून व्यक्तिगत सुरक्षिततेसाठी मच्छरदाणीचा वापर, डास प्रतिरोध क्रिमचा वापर, शरीर पूर्ण झाकेल असे कपडे घालणे, घर व घराचा परिसर स्वच्छ ठेवणे इत्यादी. डेंग्यूताप नियंत्रणासाठी शासकीय प्रयत्नांबरोबरच जनतेचे सक्रिय सहकार्य अत्यंत आवश्यक आहे.

संकलन - राज्य आरोग्य शिक्षण व संपर्क विभाग, पुणे

कोरडा दिवस पाळू, डेंगी आजार टाळू...

डासांची स्थाने नष्ट करू, हिवतापाला दूर करू !

आपण फक्त हे करा..

- आठवड्यातून एक दिवस पाण्याचा साठा असलेली सर्व भांडी रिकामी करून घासून-पुसून कोरडी करा
- घरातील सर्व पाणी साठे झाकून ठेवा. झाकण नसल्यास कापडाने झाका
- घराच्या परिसरातील अडगळीचे साहित्य नष्ट करून परिसर स्वच्छ ठेवा
- डासांपासून संरक्षणासाठी घराच्या छिदकांना जाळ्या बसवा व झोपताना मच्छरदाणीचा वापर करा
- तापात अॅस्पिरिन किंवा बुफेन अशी औषधे घेणे टाळा. ती धोकादायक ठरू शकतात
- ताप येताच वैद्यकीय सल्ला घ्या
- कोणताही ताप अंगावर काढू नका

येता कणकण तापाची, करा तपासणी रक्ताची...



रक्तदाबावर नियंत्रण जगू या नियंत्रित जीवन!

उच्च रक्तदाब असल्यास नियमित वैद्यकीय तपासण्या करून घ्या व नियमितपणे डॉक्टरांचा सल्ला घ्या. डॉक्टरांच्या सल्ल्याशिवाय औषधे बंद करू नका. कारण ते जास्त हानिकारक ठरू शकते व मोठी प्राणघातक गुंतागुंत होऊ शकते. वेळीच औषधोपचार चालू न केल्यास व नियमित औषधे न घेतल्यास खालील अवयवांच्या बाबतीत गंभीर स्वरूपाची गुंतागुंत होऊ शकते व कायमचे दोष निर्माण होऊ शकतात.

- मूत्रपिंड
- डोळे
- हृदय

उच्च रक्तदाबाबरोबर इतर रोग असल्यास (उदा. मधुमेह, मूत्रपिंडाचे रोग) विशेष काळजी घेणे आवश्यक आहे. वयाच्या 40 वर्षांनंतर उच्च रक्तदाबाच्या उपचाराबाबत अधिक जागरूक व सतर्क राहणे आवश्यक आहे. उच्च रक्तदाबाच्या रुग्णांमध्ये गर्भावस्थेत विशेष काळजी घेणे आवश्यक आहे.

- नियमित तपासणी
- औषधांची निवड
- औषधांची मात्रा

औषधांची मात्रा कमी कशी करता येईल?

वजन कमी करण्यासाठी जाणीवपूर्वक प्रयत्न करणे आवश्यक आहे. नियमित व्यायाम करणे, आपल्या वयोमानाप्रमाणे योग्य व्यायामाची डॉक्टरांच्या सल्ल्याप्रमाणे निवड करावी. आहारामध्ये ताजी फळे, ताज्या पालेभाज्या ह्यांचा समावेश करावा. आहारातील मीठाचे प्रमाण कमी करावे. कोणत्याही प्रकारे तंबाखूचे सेवन बंद करावे. मद्यपान पूर्णपणे बंद करावे.

उच्च रक्तदाब नियंत्रणाची पंचसूत्री

नियमित औषधोपचार घ्यावा. आपणांहुन औषधांच्या मात्रेत बदल अथवा बंद करू नये. माझा रक्तदाब कमी करण्यासाठी आणखी जास्तीत काय आहे. कमी करा :

वजन जेवणातील मीठाचे प्रमाण ताणतणाव टाळा : मद्यपान धूम्रपान टाळा शारीरिक हालचाली फळे / पालेभाज्या तंतुयुक्त आहार दैनंदिन जीवनातील व्यायामास महत्त्व द्या.

वजन नियंत्रित कसे कराल?

एका वेळी जास्त खाऊ नका. रोज ठराविक वेळेलाच जेवण घ्या. दोन जेवणात योग्य अंतर ठेवा. नियमित व्यायाम हा आपल्या आयुष्याचा अविभाज्य घटक बनवा.

मीठ कमी करण्यासाठीचे काही उपाय

जेवणाच्या टेबलावर मीठ ठेवू नका. अन्नपदार्थात जास्तीचे मीठ घेणे टाळा. खारट पदार्थ टाळा.

ताणतणाव कमी करण्याचे मार्ग

आपल्या आवडत्या व्यक्तीबरोबर वेळ घालवा. सकारात्मक विचार करा. शांत झोप होणे आवश्यक आहे. जीवनात चांगल्या/उत्तम गोष्टी लक्षात ठेवा. आपल्या रक्तदाबाची नियमित तपासणी करून घ्या.

ह्या गोष्टी अवश्य करा

आवश्यक तेवढी दैनंदिन विश्रांती घेणे. रोज चालण्याचा व्यायाम करा. (रोज 20 मिनिटे) योग्य आहार घ्या. आवश्यक तेव्हा नियमित औषधे घ्या. डॉक्टरांच्या सल्ल्यानेच नियमितपणे औषधे घ्यावीत. तणावमुक्त जीवन जगण्याचा प्रयत्न करा.

ह्या गोष्टी कटाक्षाने टाळा

व्यायामाचा अतिरेक टाळा/जास्त परिश्रमाची कामे टाळा. धूम्रपान व मद्यपान टाळा. आहारांच्या बाबतीत नियमितपणा ठेवा. (वेळ व काय खातो ह्या बाबतीत). तळलेले पदार्थ, बटरयुक्त पदार्थ, खारट पदार्थ, लोणची, फरसाण इ. पदार्थांचे सेवन टाळा. ताणतणाव टाळा.

पक्षाघात

अतिरिक्तदाबामुळे मेंदूतील रक्तवाहिनी फुटते

किंवा तिला इजा पोहोचते. ह्यामुळे मेंदूचे कार्य विस्कळीत होते. अशा स्थितीत तातडीच्या वैद्यकीय उपचाराची गरज असते. पक्षाघातामध्ये मेंदूच्या विशिष्ट भागाला होणाऱ्या रक्तपुरवठ्यात अडथळा येतो. हा प्रकार रक्तवाहिनी फुटल्यामुळे किंवा रक्तवाहिनीस गाठ झाल्यामुळे होतो. उच्च रक्तदाब, मधुमेह, हृदयरोग असणाऱ्या व्यक्तींमध्ये पक्षाघात होण्याची जास्त शक्यता असते. रक्तामध्ये जास्त कोलेस्ट्रॉल असणे, धूम्रपान, मद्यपान स्थूलपणा ह्या बाबींमुळे पक्षाघात होण्याची शक्यता वाढते.

तणावमुक्त जीवनासाठी

धूम्रपान करू नका. योग्य व समतोल आहार घ्या. नियमित (रोज) आवश्यक तेवढा व्यायाम करावा. रक्तदाब नियंत्रणात ठेवा. योग्य आहार, औषधोपचार, नियमित व्यायाम. दर आठवड्याला रक्तदाब मोजून त्याची नोंद ठेवा.

संकलन - राज्य आरोग्य शिक्षण व संपर्क विभाग, पुणे

उच्च रक्तदाब:

तुम्ही नियंत्रित ठेवू शकता.

- ▶ वैद्यकीय सल्ल्याचे पालन करा आणि त्यानुसार जीवनशैलीत बदल करा.
- ▶ डॉक्टरांनी लिहून दिल्याप्रमाणे औषधे घ्या.
- ▶ नियमितपणे रक्तदाब तपासा.
- ▶ तणाव कमी करा आणि त्याचे व्यवस्थापन करा.

जागतिक स्थूलता दिन

लठ्ठपणांला प्रतिबंध करण्यासाठी लोकशिक्षणातून जनतेला आहार व विहार याद्वारे जीवनशैलीत बदल करणे आवश्यक आहे...

लठ्ठपणामागची कारणे

- शरीराला काम करण्यासाठी हवी असलेली ऊर्जा कॅलरींपासून मिळते.
- शरीराच्या गरजेपेक्षा जास्त कॅलरी घेण्यात आल्यास त्या साठून राहतात व लठ्ठपणा सुरु होतो. बैठे काम करणाऱ्या लोकांमध्ये लठ्ठपणा जास्त आढळून येतो,
- आनुवांशिकता हे सर्वात महत्त्वाचे कारण आहे,
- थायरोइडच्या आजारामुळे, विशेषतः हायपोथायरोइडिझममुळे वजन वाढते,
- इन्सुलिनोमा: ज्या रुग्णामधील रक्तातील साखरेचे प्रमाण नेहमी कमी होते (हायपोग्लायसेमिया) अशा रुग्णांना वारंवार खावे लागते त्यामुळेही वजन वाढते.
- मानसिक आजार: विशेषतः डिप्रेशन असणाऱ्या रुग्णांना

- वारंवार जेवण्याची सवय असते. त्यामुळेही वजन वाढते.
- गरोदरपणा: स्त्रियांमध्ये गरोदरपणात व नंतर 8 ते 10 किलो वजन वाढते. ते नियंत्रणात न आणल्यास तसेच राहते.
- पॉलिसायस्टिक ओव्हरीन डिसीझ (पीसीओएस)

लठ्ठपणामुळे होणाऱ्या समस्या

- झोपेची समस्या
- हृदयासंबंधित आजार
- रक्तदाब आणि कोलेस्ट्रॉल पातळीत वाढ
- सांधेदुखी
- कॅन्सर होण्याची शक्यता
- लैंगिक आरोग्याची समस्या
- किडनी आणि यकृताची समस्या
- अस्थमा होणे
- मासिक पाळीची समस्या



मानसिक आरोग्य

अन्झाईटी न्युरोसिस (चिंता रोग) यामध्ये खालीलप्रमाणे लक्षणे असतात.

- अस्वस्थ वाटणे
- अनामिक भिती
- मानसिक ताण जाणवणे
- हृदयाची धडधड जाणवणे
- घशाला कोरड पडणे
- हाता पायाला कंप सुटणे
- अशक्तपणा
- झोप न लागणे



जेव्हा एखाद्या व्यक्तीला अतिचिंता असते तेव्हा त्याच्या काळजात धडधड होते, त्यांच्या हृदयाचे ठोके जोरात वाढतात आणि त्याच्या छातीत दुखते.

(Palpitations may occur when someone is suffering from anxiety, as well as a rapid heart rate and chest pains.)



जेव्हा एखाद्या व्यक्तीला अतिचिंता असते तेव्हा त्या व्यक्तीला ताण येतो आणि ती सतत निराश असते. काही लोक भितीमुळे निराश होतात किंवा ते निराशाच्या जवळ जवळ जाताना दिसतात आणि घाबरतात ही.

(People who are suffering from anxiety may feel tense and nervous all the time. Some people are also restless, on edge and scared.)



अतिचिंतेमुळे शारीरिक लक्षणे जास्त प्रमाणात दिसतात जसे की घाम येणे, शरीर गरम किंवा थंड वाटणे,

छातीत जास्त दुखते, नरडे दाबल्यासारखे वाटते, चक्कर येते किंवा डोके दुखते.

(Anxiety comes with a lot of physical symptoms like heavy sweating, feeling hot and cold, hyperventilation, a choked feeling, dizziness or headache.)



अतिचिंता ओळखण्याचे एक लक्षण म्हणजे एखादी व्यक्ती थरथर कापते.

(Another way to recognize anxiety is when the person has a tremble.)



अतिचिंता असलेले काही लोक शरीरात मुंग्या येतात अशी तक्रार करतात, जशा काय मुंग्या त्यांच्या हातापायांवर चालत आहेत असे त्यांना वाटते.

(Some people may complain about a tingling feeling, which can be expressed by the feeling like ants are walking on their hands or feet.)

अतिचिंता असलेल्या व्यक्तीला खालील शारीरिक लक्षणे दिसतात. जसे की

- शौचास साफ न होणे
- पोटात गॅस होणे
- हागवण लागणे
- अपचन होणे

सतत काळजी वाटणे यामुळे अन्न पचनावर वाईट परिणाम होतो किंवा अन्न पचन होत नाही.

(More physical symptoms are constipation, gas, diarrhea or digestive. The constant anxious feeling has a big impact on the stomach.)



अतिचिंता असलेल्या व्यक्तीला मी मरेन की काय असे वाटते. कारण ते खुप निराश असतात त्यांच्या हृदयाचे ठोके जोरात आसतात किंवा त्यांना दुसरे शारीरिक लक्षणे दिसतात.

(Anxious people might feel like they're going to die because they feel so nervous, have a rapid heart rate or other physical symptoms.)



त्या लोकांना अतिचिंता हा मानसिक आजार असतो त्यांना रात्रीच्या वेळी झोप नागत नाही कारण ते खूप चिंता करत असतात.

(People who are suffering from anxiety might have trouble sleeping at night, usually because they worry too much.)



जीवनात काहीतरी वाईट घडणार आहे असे त्या व्यक्तीला वारंवार वाटते आणि चांगल्या विचारांपेक्षा वाईट विचारच जास्त त्यांच्या मनात येतात.

(Anxious people often have a feeling something bad is going to happen and have more bad thoughts than good.)

- डॉ. मुनिल विठ्ठलराव बोराडे

वैद्यकीय अधिकारी

प्रादेशिक मनोरुग्णालय येरवडा, पुणे - 061

ताणतणावांचे योग्य पद्धतीने व्यवस्थापन करता येणे महत्त्वाचे आहे



आपल्या सगळ्यांनाच कधीना कधी तणाव सहन करावा लागतो. घरी, कामाच्या ठिकाणी किंवा आजूबाजूला परिस्थिती त्रासदायक असेल तर तणाव येतो. हा त्रास दूर झाला की आपला तणावही नाहीसा होतो.

पण, ताणतणावापासून मुक्तीच मिळत नसेल किंवा अनेक वेगवेगळ्या कारणांमुळे तीस तणाव येत असेल तर आपल्या शारीरिक व मानसिक आरोग्यावर परिणाम होतो. म्हणूनच, तणावांमुळे आपल्यावर होणारे परिणाम समजून घेणे, तणावाजागची कारणे जाणून घेणे, तसेच आवश्यक असेल तेव्हा योग्य मदत मिळवणे हे महत्त्वाचे आहे.

ताणतणाव कमी करण्यासाठी काय करता येईल?

मनाला विश्रांती मिळावी यासाठी काही मार्ग शोधा आणि त्यांचा आपल्या रोजच्या दिनचर्येत नेहमी समावेश करा

वेळेचे नियोजन करा

धूम्रपान, मद्यपान सोडून द्या

सकस आहार घ्या

आपल्या समस्या आणि चिंता एखाद्या विश्वासू व्यक्तीला मोकळेपणाने चोळून दाखवा

कोणतेही मानसिक समस्या असल्यास टेलिफोनस टोल फ्री क्रमांक **14416** वर संपर्क साधा.

“सरकारी दवाखान्याची किमया फार, एकाच दिवशी प्रसूती झाल्या चार”

वाशिम तालुक्यातील प्राथमिक आरोग्य केंद्र वारला येथे दि. 24 सप्टेंबर रोजी एकाच दिवशी चार प्रसूती झाल्या. सर्व प्रसूतीचे अपत्य आणि माता यांची प्रकृती स्थिर आहे. सरकारी दवाखान्यात प्रसूती म्हटले की, स्वतःला उच्चभू आणि शिक्षित समजणारा समाज नेहमी नाक मुरडतो. परंतु सरकारी दवाखान्यात मिळणाऱ्या सोई सुविधा, त्याचसोबत त्यांचे वाचणारे पैसे आणि त्यामुळे त्यांना मिळणारे समाधान याचाच परिपाक म्हणजे सरकारी दवाखान्यात वाढलेली ओपीडी व प्रसूती होय.

सावळीची रहिवाशी आरती भगतची पहाटे 3.36 वाजता प्रसूती झाली. त्यानंतर जयपूरची लक्ष्मी उर्फ जयश्री चव्हाण हिची सकाळी 7.10 वाजता प्रसूती झाली. वसमतची रविता योगेश मस्के ही सकाळी 10.45 वाजता प्रसूती झाली. त्यानंतर थेट घोटा गावची चव्हाण ही सायंकाळी 5.12 वाजता प्रसूती झाली. सर्व बाळ व बाळंतीणी यांची प्रकृती स्थिर व चांगली आहे.

या सर्व प्रसूती वारला प्राथमिक आरोग्य केंद्राच्या वैद्यकीय अधिकारी डॉ. पी. बी. नप्ते यांच्या मार्गदर्शनाखाली सावळी उपकेंद्राच्या आरोग्य सेविका रोहिणी सौभागे व मुख्यालयच्या आरोग्य सेविका सुवर्णा व्होडगीर यांनी केल्या. मागील वर्षी माहे मार्च अखेरपर्यंत याच दवाखान्यात एकूण 67 प्रसूती झाल्या होत्या, तर या वर्षी एप्रिल पासून आजपर्यंत येथे 40 प्रसूती झाल्या आहेत. याचाच अर्थ मागील वर्षीच्या तुलनेत यावर्षी या संस्थेत प्रसूती होण्यात तब्बल सव्वा पट वाढ झाली आहे.

“एकाच वेळी आल्या तीन डिलिव्हरी आणि पळता भुई झाली थोडी”

अशीच काही अवस्था याच महिन्यातील 19 तारखेस अडोळी उपकेंद्राच्या आरोग्य अधिकारी व कर्मचाऱ्यांची झाली. नियमित लसीकरण सत्रास कार्यक्षेत्रातील दुसऱ्या गावाला उपस्थित असताना डिलिव्हरीसाठी पेशंट आणत असल्याचा

फोन एका आशाचा फोन आला. तेंव्हा नियमित लसीकरणाची जबाबदारी दुसऱ्यावर सोपवून उपकेंद्रात येऊन तिथल्या त्या पेशंटची डिलिव्हरी करण्यात आली. ती डिलिव्हरी होते ना होते तोच आणखी एक आशा दुसरी डिलिव्हरी घेऊन आली. तिची डिलिव्हरी करत असतानाच तिसरी डिलिव्हरी आणत असल्याचा फोन आला. पहिल्या दोन डिलिव्हरी उपकेंद्रात केल्यानंतर तिसऱ्या डिलिव्हरीची प्राथमिक तपासणी केली असता ती जोखमीची प्रसूती वाटल्याने तीची प्रसूती उपकेंद्रात न करता तिला जिल्हा स्त्री रुग्णालयात दाखल केले व तिचे तिथे सिझेरियन देखील झाले.

शासकीय संस्थेत डिलिव्हरी होण्यात आरोग्य सेवकांचा मोलाचा वाटा

प्रचलित प्रथा, रूढी, परंपरा यांना फाटा देवून जनमाणसात आपला वेगळा ठसा उमटवणारे अशी ओळख असणारे केडर म्हणजे 'आरोग्य सेवक'. गावातील लोकांची आरोग्याची काळजी घेताना पाणी गुणवत्ता सनियंत्रण करणे, साथरोग उद्भवू नये म्हणून उपाययोजना करणे, कीटकजन्य रोगाचा प्रादुर्भाव होऊ नये म्हणून प्रतिबंधात्मक उपाययोजना करणे, आरोग्य विषयक कामांची ऑनलाईन डेटा एंट्री करणे ही नित्यानियमाची कामे तर ते करतातच. परंतु आपल्या कार्यक्षेत्रातील कुटुंबाचा गरोदरपणाच्या कालावधीत व बाळंतपणासाठी खाजगी दवाखान्यात होणारा खर्च टाळला जावा म्हणून गरोदर मातेला व तिच्या कुटुंबाना सल्ला व समुपदेशन देवून योग्य मार्गदर्शन करण्याचे तसेच वेळप्रसंगी गरोदर मातेसोबत स्वतः तिच्या बाळंतपणासाठी तिच्या सोबत सरकारी दवाखान्यात घेऊन जाऊन तिची सर्व व्यवस्था पाहणारे हे आरोग्य कर्मचारी हे त्या गरोदर मातेसाठी आणि तिच्या नातेवाईकांसाठी एक प्रकारे आरोग्य दूतच आहेत. बऱ्याच वेळा गरोदर मातेचे कुटुंबीय सरकारी दवाखान्यात ओळख नसल्याने तिथे प्रसूतीसाठी नेण्यास संकोच करतात. परंतु त्यांचा हा गैरसमज पुसून टाकण्याचे काम हे आरोग्य दूत

करतात. त्यामध्ये विशेष करून उल्लेख करावयाचा झाल्यास अडोळी उपकेंद्राचे आरोग्य सेवक मारोती इंगळे, सावरगाव जिरेचे आरोग्य सेवक ध्रुव मोरे, किन्हीराजाचे आरोग्य सेवक रामकृष्ण फड, कोंडाळा झामरेचे आरोग्य सेवक सुनील टोलमारे, कळंबा महालीचे आरोग्य सेवक राजू वाघ, मंगरूळपीरचे आरोग्य सेवक प्रदीप घाटे, मानोऱ्याचे आरोग्य सेवक संदीप कांबळे ई. यांची नावे घेतली जातात.

पडद्यामागचे कलाकार

प्रसूती म्हटले की आपल्या डोव्यासमोर डॉक्टर, नर्स किंवा आशा स्वयंसेविका येते. परंतु त्याच सोबत समुदाय आरोग्य अधिकारी, प्रयोगशाळा वैज्ञानिक अधिकारी, औषध निर्माण अधिकारी, आरोग्य सेवक, अर्धवेळ स्त्री अभ्यांगता, वाहन चालक हे देखील आपली भूमिका निभावत असतात; म्हणूनच त्यांना पडद्यामागचे कलाकार म्हणून देखील संबोधले जाते.

सातत्य आणि गुणवत्ता अबाधित ठेवणे

जिल्हा आरोग्य अधिकारी डॉ. पी. एस. ठोंबरे यांचे हे ब्रीद वाक्य प्रत्यक्षात अमलात आणण्यासाठी जिल्ह्यातील संपूर्ण आरोग्य यंत्रणा यासाठी कार्यरत असल्याचे जिल्ह्याची वाढलेली ओपीडी व शासकीय संस्थात्मक प्रसूती यावरून दिसून येत आहे. त्यांचसोबत जिल्हा शल्यचिकित्सक डॉ. अनिल कावरखे यांचे वेळोवेळी उत्तम मार्गदर्शन लाभत असल्याने काम सुसह्य होत आहे.

‘आशा’कडून आशा

"आशा स्वयंसेविका या ग्रामस्तरावर काम करणाऱ्या आरोग्य सेवेचा पाया आहेत. त्यांनी प्रत्येक गरोदर मातेस शासकीय दवाखान्यात प्रसूती करण्यासाठी त्यांना प्रवृत्त करावे. तसेच बर्थ कॅम्पॅनियन म्हणून त्यांनी गरोदर मातेसोबत शासकीय दवाखान्यात बाळंतपणासाठी उपस्थित रहावे. एवढीच आशा ही आशा स्वयंसेविकेकडून करण्यात येत आहे." असे मत जिल्हा परिषदेचे मुख्य कार्यकारी अधिकारी वैभव वाघमारे यांनी व्यक्त केले.

"नॉर्मल डिलिव्हरी होण्यावर प्रशासनाचा भर"

प्रधानमंत्री सुरक्षित मातृत्व अभियानाच्या माध्यमातून गरोदर मातांची तपासणी स्त्रीरोग तज्ज्ञांकडून करण्यात येत आहे. तसेच त्यांची सोनोग्राफी तपासणी करून त्यांचे गर्भातील बाळाच्या वाढीचे वेळोवेळी निरीक्षण करण्यात येत आहे. तसेच गर्भातील बाळाची वाढ कमी दिसत असल्यास गरोदर मातेला पोषण आहाराचे प्रात्यक्षिक व आवश्यक औषधोपचार करण्यात येत आहे. तसेच गर्भसंस्कार शिबिराच्या माध्यमातून गरोदर मातेचे मानसिक आरोग्य प्रसन्न व आरोग्यदायी राहिल याची दक्षता घेण्यात येत आहे. जिल्हा आरोग्य प्रशासनाचा आरोग्य संस्थेत आलेल्या गरोदर मातेची नॉर्मल डिलिव्हरी करण्यावर भर असणार आहे. परंतु आवश्यकता वाटल्यास ग्रामीण रुग्णालय, उपाजिल्हा रुग्णालय, जिल्हा स्त्री रुग्णालय येथे सिझेरियन करण्याची सोय देखील उपलब्ध केली आहे, अशी माहिती जिल्हाधिकारी श्रीम. बुवनेश्वरी एस. यांनी दिली.



स्तन कर्करोग जागरूकता महिना

महिलांमधील कर्करोगांपैकी स्तनाचा कर्करोग होण्याचे प्रमाण अधिक आहे. स्तनाचा कर्करोग हा जगभरात होणाऱ्या मृत्यूसाठीचे आघाडीचे कारण ठरत आहे. ऑक्टोबर हा महिना स्तन कर्करोग जनजागृती (Breast Cancer Awareness Month) महिना म्हणून पाळला जातो. स्तनाच्या कर्करोगाची लक्षणे आणि संकेत, जोखीम घटक आणि प्रतिबंधात्मक उपाययोजनांबद्दल जनजागृती, नियमित चाचणी केल्यास स्तनाच्या कर्करोगाचे वेळीच निदान होऊ शकते. सुरुवातीच्या टप्प्यावर तो पूर्ण बरा करता येऊ शकतो. स्तनाच्या कर्करोगाची लक्षणे प्राथमिक अवस्थेत ओळखली गेली तर त्यावर उपचार करणे सोपे जाते.

स्तन कर्करोग 2024 थीम

2024 ची जागतिक स्तनाचा कर्करोग जागरूकता महिन्याची थीम आहे 'कोणालाही स्तनाच्या कर्करोगाचा सामना करावा लागू नये.' (No one should face breast cancer alone). ही थीम ब्रेस्ट कॅन्सर सेवेच्या बाबतीत लिंग आणि सामाजिक, आर्थिक असमानता दूर करून वैद्यकीय, भावनिक, मानसिक आणि सामाजिक समर्थनासह रुग्णाच्या काळजीचे महत्व अधोरेखित करते.

स्तनाच्या कर्करोगाची लक्षणे -

- स्तनाच्या आकारात कोणताही बदल होणे
- स्तनावरील त्वचा सुरकुतलेली दिसणे
- स्तनाग्रातून दुधाव्यतिरिक्त स्राव बाहेर पडणे
- स्तन किंवा काखेमध्ये नवीन गाठी किंवा लम्प तयार होणे.
- स्तनाग्र आकारात बदल, वेदना किंवा लालसरपणा.
- स्तनामध्ये वेदना, सूज आढळून येणे

कारणे कोणती?

अनुवंशिक कारणांमुळे स्तनाचा कर्करोग होण्याची शक्यता अधिक असते. वयाच्या 12व्या वर्षापूर्वीच मासिक पाळी सुरु झाल्यास तसेच वयाच्या 55व्या वर्षानंतर रजोनिवृत्ती झाल्यास स्तनाच्या कर्करोगाची शक्यता असते. कुटुंब नियोजन औषधांच्या अतिरेकाने देखील स्तनाचा कर्करोग वाढतो. व्यसनाधिनतेमुळे, लठ्ठपणासारखा आजार असलेल्या महिला, अधिक चरबीयुक्त आहाराचे सेवन करणाऱ्या स्त्रियांमध्ये स्तनाचा कर्करोग होण्याची शक्यता

अधिक असते. जेव्हा स्तनातील सामान्य पेशी बदलतात आणि नियंत्रणाबाहेर वाढतात तेव्हा स्तनाचा कर्करोग होतो. पुरुषांपेक्षा स्त्रियांमध्ये स्तनाचा कर्करोग जास्त प्रमाणात आढळतो. काही जोखीम घटक असलेल्या स्त्रियांना स्तनाचा कर्करोग होण्याची शक्यता इतरांपेक्षा अधिक असते. तरुण वयात स्तनांचा कर्करोग 'अॅग्रेसिव्ह' असतो. यामागील काही कारणांपैकी, हार्मोन्समध्ये बदल, उशिरा लग्न, उशिरा गर्भधारणा, अधिक मुले होऊ न देणे व अयोग्य स्तनपान ही काही कारणे आहेत. स्तनात किंवा काखेमधील गाठीची त्वरित तपासणी करून घेणे महत्वाचे आहे.

निदान कसे करतात?

स्तनाच्या कर्करोगाचे निदान करण्यासाठी मॅमोग्राम, अल्ट्रासाउंड, बायोप्सी इत्यादींचा वापर केला जातो. रुग्णाला औषधे, स्तनाची शस्त्रक्रिया, अत्याधुनिक केसेसमध्ये केमोथेरपी, रेडिएशन थेरपी, हार्मोनल इंजेक्शन्स इत्यादी उपचार दिले जातात. स्तनामध्ये कोणत्याही प्रकारची गाठ किंवा सूज आढळल्यास डॉक्टरांचा सल्ला घेणे आवश्यक आहे.

प्रतिबंधात्मक काळजी काय घ्यावी:

- नियमित चाचणी केल्यास स्तनांच्या कर्करोगाचे वेळीच निदान होऊ शकते.
- एरोबिक व्यायाम धोका कमी करण्यास मदत करू शकतो.
- आहारातील चरबी कमी करणे.
- अन्नधान्य आहारात वाढ करा. (विशेषतः फायबर असलेले)
- मद्यपान आणि धूम्रपानापासून दूर राहणे.
- शहरात 30 पैकी एक महिलेला कॅन्सर

शहरात 30 पैकी एक महिलेला, तर ग्रामीण भागात 60 पैकी एका महिलेला हा कॅन्सर होण्याची शक्यता असते. स्त्रियांमध्ये होणाऱ्या सर्व कर्करोगांपैकी 30 टक्के रुग्ण हे स्तनाचा कर्करोगाचे असतात. या रोगाचे तिसऱ्या किंवा चौथ्या टप्प्यात निदान होण्याचे प्रमाण 50 टक्के आहे. स्तनांच्या आकारात बदल जाणवतोय? वेळीच सावध व्हा, कर्करोग टाळा!

- जिल्हा आरोग्य अधिकारी
जिल्हा परिषद, रत्नागिरी

वेळ :- १ तास

एकूण गुण :- ४०

प्रश्न क्र. १. योग्य पर्याय निवडा (एकूण गुण - ५)

अ) कुत्रा चावल्यामुळे कोणता आजार होतो?

- १) घटसर्प २) टिबी ३) रेबीज ४) धर्तुवाद

ब) कुत्रा चावल्यामुळे रुग्णाला कोणते औषध घ्यावे लागते?

- १) ॲन्टी रेबीज व्हॅक्सीन २) मिजल ३) रोटा व्हायरस ४) यापैकी नाही.

क) रेबीज झालेल्या रुग्णाला कोणते लक्षणे दिसतात?

- १) अस्वस्थ व चिडचिडा २) तोंडात फेस जमा होणे ३) खाऊ-पिऊ न शकणे ४) यापैकी सर्व

ड) हिंसाचाराचे किता प्रकार आहेत?

- १) ३ २) १ ३) ४ ४) ५

इ) हिंसाचारात मुख्यता कोणत्या महिला बळी पडतात?

- १) अनाथ मुली २) वृद्ध महिला व आजारी महिला ३) वंचित महिला ४) यापैकी सर्व

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

- | | | |
|---------------------|-----|--------------------------------|
| अ) पितृसत्ताक पध्दत | (४) | १) शरीरावरती ब्रण उमटणे |
| ब) शारिरीक अत्याचार | (१) | २) इच्छेविरुद्ध संबंध ठेवणे |
| क) लैंगिक अत्याचार | (२) | ३) प्रत्येक वेळेस टोचून बोलणे |
| ड) मानसिक अत्याचार | (३) | ४) सामाजिक पध्दत |
| इ) आर्थिक अत्याचार | (५) | ५) अर्थप्राप्तीपासून दूर ठेवणे |

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

- | | |
|--|------------------|
| १) पत्नीच्या संमतीशिवाय लैंगिक संबंध हा एक प्रकारचा हिंसाचार आहे. | <u>बरोबर/चूक</u> |
| २) महिलांवर होणाऱ्या हिंसाचाराचा परिणाम केवळ गरीब महिलांवर होतो. | <u>बरोबर/चूक</u> |
| ३) पितृसत्ताक पध्दतीमध्ये महिलांचा अपमान सामाजिक हिंसाचाराचे मुळ कारण आहे. | <u>बरोबर/चूक</u> |
| ४) पुरुष आणि महिलांना समान कार्यासाठी समान वेतन दिले गेले पाहिजे. | <u>बरोबर/चूक</u> |
| ५) केवळ पुरुषांद्वारे महिलांवर हिंसाचार केला जातो. | <u>बरोबर/चूक</u> |

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

१) महिलांवर होणाऱ्या हिंसाचाराचे चार प्रकार लिहा?

उत्तर:- शारिरीक अत्याचार, लैंगिक अत्याचार, मानसिक अत्याचार, आर्थिक अत्याचार

२) घरात होणाऱ्या हिंसाचाराचे सहा प्रकार लिहा?

उत्तर:-प्रसवपूर्व, शिशु अवस्था, बाल्य अवस्था, किशोरी अवस्था, प्रौढ अवस्था, वृद्ध अवस्था

३) महिलांची छेड काढणे हा कुठल्या हिंसाचाराच्या प्रकारात मोडतो?

उत्तर:-मानसिक /शारिरीक हिंसाचार

४) पति आणि सासरकडून हुंड्याची मागणी हा कोणता प्रकार आहे?

उत्तर:-आर्थिक हिंसाचार

५) महिलांच्या घरगुती अत्याचारांसंबंधी शासनाने कोणता कायदा केला आहे?

उत्तर:- २००५

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

“१६ वर्षांच्या सुलेखाचं लग्न २४ वर्षांच्या अरविंद बरोबर झाले. सुलेखाला पुरेसे जेवण मिळायचे नाही आणि तिला शेतावर आणि घरात खूप काम करावे लागायचे. ती नेहमी थकल्यासारखी असायची. तिच्यात अगोदरच रक्त कमी होते आणि ती अशक्त होती. जेव्हा ती दुसऱ्यांदा सहा महिन्याची गरोदर होती, त्यावेळी एका सायंकाळी खूप थकल्याने तिला झोप लागली. तिने अरविंदच्या दार ठोठावण्याचा आवाज ऐकला नाही. त्याच्या आईने दार उघडले. त्याने सुलेखाला झोपलेलं बघताच तो तिच्यावर ओरडला, शिब्या दिल्या आणि त्याने तिच्या पोटात लाथ घातली. तिला जेवण वाढायच्या वेळी परत थोबाडीत मारली आणि ओरडला, “हे कसलं जेवण बनवलं आहेस? तू इतकी शुल्लक गोष्ट सुध्दा नीट करू शकत नाहीस?” दोन दिवसांनी तिचा गर्भपात झाला.

प्रश्न -

१) आशा म्हणून, तुम्ही सुलेखाला कुठल्या प्रकारची मदत आणि आधार देऊ शकता?

उत्तर:-आशाने केलेला हस्तक्षेप प्रत्येक स्थितीत वेगळा असेल-

- सुलेखाची स्थिती जाणून घेणे.
- तिला भावनात्मक आधार देणे.
- तिच्यावर उपचार करणे व गर्भपातानंतर काळजी घेण्यासाठी परत संपर्क करणे.
- तिचा आत्मविश्वास वाढविणे आणि या परिस्थितीत काय करावे हे समजावणे.
- कायदेशीर कारवाई आणि अधिकाराविषयी सांगणे.

२) जर सुलेखा कायदेशीर कारवाई करू इच्छित असेल तर ती कोणत्या कायद्याच्या अंतर्गत कारवाई करू शकते?

उत्तर:- घरगुती हिंसाचारापासून महिला सुरक्षेचा कायदा २००५.

३) सुलेखा ही कुठल्या कारणामुळे वारंवार आजारी राहत होती?

उत्तर:- अपुरा आहार व रक्ताक्षय.

४) सुलेखावर झालेला अत्याचार हा कुठल्या प्रकारात मोडतो?

उत्तर:- शारिरीक आणि भावनिक हिंसाचार

५) अशा स्थितीसाठी खालील चौकट पूर्ण करा.

घटना	वय		नाते संबंध	स्थान	वेळ	परिणाम			हिंसाचाराचा प्रकार
	पीडित	दोषी				पीडित	दोषी	अन्य	
गर्भावस्थेच्या काळात पुरेसे जेवण न मिळणे, आरोग्यापासून वंचित राहणे, लाथ आणि शोबाडित मारणे, शिब्या देणे.	१८	२४	पती	घर	लग्नापासून आतापर्यंत	लवकर लग्न, लवकर गर्भधारणा, गर्भपात, जेवण न मिळणे, कमी रक्त, जखम, मानसिक आणि भावनात्मक आघात	मुलाची मृत्यू	भ्रूण मृत्यू	शारीरिक लैंगिक आणि भावनिक हिंसाचार

प्रश्न क्र. ६ प्रात्यक्षिक (एकुण गुण - ५)

१) स्तनपानाबाबत मातेची व बाळाची स्थिती

उत्तर:- मातेची स्थिती :

- १) स्तनपान देतांना आईने व्यवस्थित टेकून बसावे.
- २) स्तन “सी” आकारात पकडावा. (चार बोटे एका बाजूस व अंगठा दुसऱ्या बाजूस ठेवावा.)
- ३) स्तनपानाची सुरुवात करताना आईने स्तनाग्राने बाळाच्या वरच्या ओठाला स्पर्श करावा. यामुळे बाळ स्तनपानास उत्सुक असल्यास मोठा “आ” करतो. आईने ही संधी साधून बाळाला छातीला लावावे.
- ४) स्तनपान देताना आईने बाळाशी संवाद साधावा.

बाळाची स्थिती:

- १) आईने बाळाला स्वतःकडे वळविले आहे.
- २) बाळ पूर्णपणे आईला स्पर्श करीत आहे.
- ३) बाळाचे डोके व शरीर एका रेषेत आहे.
- ४) बाळाची पाठ, मान व बूड याला आईने आधार दिलेला आहे.

प्रश्न क्र. ७ खालीलपैकी कोणत्याही दोन प्रश्नांची सविस्तर उत्तरे द्या (एकूण गुण -१०)

१) जागतिक साक्षरता दिन.

उत्तर:- जागतिक साक्षरता दिन हा प्रतिवर्षी ८ सप्टेंबर या तारखेला साजरा केला जातो. अंतरराष्ट्रीय सहकार्यातून शिक्षण, विज्ञान आणि सांस्कृतिक विकास व त्यातून शांतता व सुव्यवस्थेला उत्तेजन देण्यासाठी अंतरराष्ट्रीय स्तरावर कार्य करणाऱ्या युनेस्कोने शिक्षणाचे, साक्षरतेचे महत्त्व लक्षात घेऊन ८ सप्टेंबर हा दिवस "जागतिक साक्षरता दिन" म्हणून साजरा करण्याचे ठरविले. युनेस्कोत हा निर्णय ७ नोव्हेंबर इ.स. १९६५ रोजी झाला आणि ८ सप्टेंबर इ.स. १९६६ पासून जगभरात "जागतिक साक्षरता दिन" साजरा केला जाऊ लागला. International Literacy Day 2023 : कोणत्याही देशाच्या विकासासाठी साक्षरता खूप महत्त्वाची आहे. देशातील नागरिक जेवढे साक्षर असतील, तेवढा देश प्रगती करू शकेल. साक्षरतेचे हे महत्त्व लोकांना जागृत करण्यासाठी दरवर्षी अंतरराष्ट्रीय साक्षरता दिवस साजरा केला जातो. भारतातही जागतिक साक्षरता दिवस हा महत्त्वाचा दिवस म्हणून साजरा केला जातो. सर्व शिक्षा अभियानाच्या माध्यमातून भारत साक्षरतेच्या दिशेने कौतुकास्पद काम करत आहे.

२) जागतिक हृदय दिन.

उत्तर:-विश्व हृदय दिवस, दरवर्षी २९ सप्टेंबर रोजी साजरा केला जातो, हा एक जागतिक उपक्रम आहे ज्याचा उद्देश हृदय व रक्तवाहिन्यासंबंधी आरोग्याबद्दल जागरूकता वाढवणे आणि हृदय-निरोगी जीवनशैलीला प्रोत्साहन देणे आहे. जागतिक आरोग्य संघटना (WHO) नुसार, हृदय व रक्तवाहिन्यासंबंधी रोग (CVDs) जगभरातील मृत्यूचे प्रमुख कारण आहेत, दरवर्षी सुमारे १८ दशलक्ष मृत्यू होतात. जागतिक हृदय दिनाचे महत्त्व व्यक्ती, समुदाय आणि सरकारांना CVD चा धोका कमी करण्यासाठी आणि हृदयाचे आरोग्य सुधारण्यासाठी सक्रिय उपाययोजना करण्यासाठी प्रोत्साहित करून या चिंताजनक प्रवृत्तीचा सामना करण्याच्या ध्येयामध्ये आहे. दरवर्षी २९ सप्टेंबर रोजी जगभरातील लोक एकत्र येऊन जागतिक हृदय दिन साजरा करतात. या जागतिक उपक्रमाचा उद्देश हृदयविकारांबद्दल जागरूकता वाढवणे आणि हृदय व रक्तवाहिन्यासंबंधी रोगांचा सामना करण्यासाठी प्रतिबंधात्मक उपायांना प्रोत्साहन देणे आहे. हृदयविकार हे जगभरातील मृत्यूचे प्रमुख कारण आहे आणि हा दिवस हृदयाच्या आरोग्याच्या महत्त्वाची आठवण करून देणारा आहे. २०२३ मध्ये, "हृदयाचा वापर करा, हृदय जाणून घ्या" ("Use Heart, Know Heart") ही थीम दिवसाचे महत्त्व आणि हृदयाच्या ज्ञानाचे महत्त्व जनतेला सांगणे अतिशय महत्त्वाचे आहे.

राज्य आरोग्य यंत्रणा संसाधन केंद्र महाराष्ट्र पुणे

सर्व जिल्हानिहाय आशा स्वयंसेविका गुणानुक्रम तक्ता माहे सप्टेंबर २०२४

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	अंबरनाथ	सोनावळा	श्रीमती कामिनी कैलास तेलिंगे, मो. नं. ७०३८९३१७५०	३८	४५८०	
२		रायगड	माणगांव	गोरेगांव	श्रीमती साक्षी दिनेश भोकरे उपकेंद्र गोरेगाव गाव वडगांव	३८	४०८५	
३		पालघर	वसई	पारोळ	श्रीमती विद्या विजय जाधव, सायवन, मो. नं. ७०८३९८१३९४	३३	६२१०	
४	नाशिक	नाशिक	पेठ	जोंगमोडी	श्रीमती निर्मला हिरामण नाठे, खिरकडे	२९	१०९५५	
५		धुळे	सांक्री	टेभां	श्रीमती सुनंदा बारकु देसाई, मो.नं. ९४२०८१६७६१	३३	५९८६	
६		नंदुरबार	नंदुरबार	शनिमांडळ	श्रीमती पल्लवी छोट्ट नागरे, मु.पो रनाळे १, मो नं - ७२७६४३०२८६	३७	१०४३५	
७		जळगाव	पारोळा	मगरुळ	श्रीमती विद्या नटवरलाल परदेशी	३६	१००००	
		अहमदनगर	संगमनेर	निमोण	श्रीमती स्वाती ऋषीकेश गुंजाळ घुलेवाडी मो. ९६३७६६०६९५	३८	१३७४०	
९	पुणे	पुणे	भोर	नरे	श्रीमती शारदा नरेंद्र चोबे पत्ता - मु.पो नरे, ता.भोर.जि.पुणे. मोबाईल नं - ९७६३५२१३९६	३९	१४४४५	
१०		सातारा	कोरेगाव	किन्हई	श्रीमती सोनाली संतोष कांबळे, मो. नं. ९९२२१३२६४१	३४	१३६९०	
११		सोलापूर	दक्षिण सोलापूर	औराद	श्रीमती संकल्पना सोमनाथ रगटे, दक्षिण सोलापूर, बरुर, मो. नं. ८४५९११७३४४	४०	१६९०५	
१२	कोल्हापूर	कोल्हापूर	शाहुवाडी	माण	श्रीम. शिल्पा गणेश पाटील मुणा मोलवडे, मो.न. ९९२१६६२४२९	३८	१४४७५	
१३		सांगली	तासगाव	चिंचणी	श्रीमती निता बाबुराव रुपनार, लोंढे अपार्टमेंट, तासगाव प्रा.आ.केंद्र, मो. न. ७५१७५४६८०४	३७	११०९०	
१४		सिंधुदुर्ग	वेंगुर्ला	तुळस	श्रीमती राजश्री राजन पालकर, मु.पो.पाल तालुका वेंगुर्ला जि. सिंधुदुर्ग, मोबा.क्र.९१५८०६६१९१	३९	९९८५	
१५		रत्नागिरी	मेडणगड	पणदेरी	श्रीमती मयुरी महेश जगताप, मो. नं. ९४२०१८६७०३	३९	१००६५	
१६	औरंगाबाद	छत्रपती संभाजीनगर	पैठण	नीलजगाव	श्रीमती मीनाक्षी सखाराम धुमाळ, मु.पो.फरोळा ता.पैठण, जि.छ. संभाजीनगर. मो.नं. ८००७८४२७३३	३४	रु.९३१५/-	
१७		जालना	घनसावंगी	तिर्थपुरी	श्रीमती रंजना राजविक्रम कोरडे, पत्ता :- भारीगव्हान, मोबाईल क्रं. ७८७५६४७५५५	४०	१३८५०	
१८		परभणी	सेलु	देऊळगाव गात	श्रीमती वर्षा भगावनराव बांदल, डासाळा ७७४४०६०८७१	३७	११५३०	
१९		हिंगोली	कळमनुरी	आ.बाळापुर	श्रीमती दुर्गा भगवान राउत, पत्ता साळवा, मोनं. ९२८४५४९६९६	४०	८५७१	
२०		लातूर	उदगीर	वाढवणा	श्रीमती बिरादार आर्चना सुभाष रा. वाढवणा ता. उदगीर जिल्हा लातूर. मो. ९०४९३२१२९३	३७	६२५०	
२१	लातूर	उस्मानाबाद	अप्राप्त					
२२		बीड	शिरूर कासार	खालापुरी	श्रीमती सुरेखा बापुंराव गर्जे, रा.बावी ता.शिरूर (का.) जि.बीड., मो. नं. ७४९८१०३२१२	३५	१६५९५	
		नांदेड	किनवत	राजगड	श्रीमती पुनम किसान भरकड, मो. नं. कामथला, ९६५७२४५९४१	३५	७३००	
		नायगाव	बरबडा	श्रीमती पर्वरी सतिश कदम, मु.पोस्ट हिपरगा, मो. नं.	३५	७३००		

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	आपातापा	श्रीमती शितल विकास डोंगरे, दापुरा, मो.नं. ९६५७५८०४६२	४०	५८६७
२५		वाशिम	वाशिम	काटा	श्रीमती कल्पना बाळासाहेब सुर्य (काटा) ७७२०९३८१८०	३२	३७५०
२६		अमरावती	अंजनगावसुर्जी	कापुसतळणी	श्रीमती सुजाता बाबाराव रायबोले मु.पो. पांढरी ता. अंजनगाव सुर्जी जि. अमरावती ९१७२८४३३०८	३४	७०५०
२७		यवतमाळ	नेर	बोरगाव	श्रीमती बबिता अशोक चिंचोडे रा.सोनवाढीना मो.७३५००६९३९९	३६	४२६२
२८		बुलढाणा	संग्रामपूर	वानखेड	श्रीमती अस्मिता संजय अस्वार, मो.नं. ७४९९०७०८६६	३०	५२६०
२९	नागपूर	नागपूर	कुही	मांढळ	श्रीमती विणावती मोहतुरे रा. मांढळ, तालुका-कुही, जिल्हा-नागपूर	३९	७४२५
३०		वर्धा	हिंगणघाट	अल्लीपूर	सौ. कल्पना गणेश चाफले रा.शिरुड ता. हिंगणघाट जि.वर्धा मो.	४०	१६७२२
३१		भंडारा	भंडारा	भंडारा	सौ.केशर केशवराव लांजेवार, हनुमान नगर, तकिया वार्ड, भंडारा, मो. नं. ९६७३०९५७०४	३९	१५९९५
३२		गोंदिया	तिरोडा	सकडी (डाक)	श्रीमती शालीनी सुरेश हरीनखेडे	३४	८२४५
३३		चंद्रपूर	भद्रावती	माजरी	श्रीमती ज्योती राजू खामनकर, नंदोरी (बु), मो.नं. ८६०५२२८५७२	३९	१४८५०
३४		गडचिरोली	वडसा	कोरेगांव	सौ. वंदना मुनेश्वर गुळधे ता.वडसा जिल्हा गडचिरोली	३६	६६८०

आरोग्य संदेश

विडी सिगारेट तंबाखूचे व्यसन,
कर्करोगास होईल आमंत्रण.

धूम्रपानाचा करता शौक,
घालेल झडप कर्करोग.

पिता दुधे आईचे,
आरोग्य वाटे बाळाचे.

काळजीं बाळाच्या आरोग्याची,
गरज आहे त्याला आईच्या पहिल्या दुधाची.

सुखी संसाराचे सूत्र,
कन्येलाच माना पुत्र.

महत्व कळेल लसीकरणाचे,
कमी होईल प्रमाण बाल मृत्यूचे.

कविता

जपू या आता जोखमी मात

बारा आठवडयाला गर्भिणी नोंद करुन दाखवू तत्परता
दोन टी.डी वेळेत देऊन टाकू धनुर्वाता
जपुया आता....

नऊ महिन्यात चार वेळा गर्भिणी तपासता
माता बाळ सुरक्षेसाठी पाचव्या महिन्यातील मोफत सोनोग्राफी ची केली सज्जता
जपुया आता.....

कमी उंची, बहुप्रसवा, लोह कमतरता, बी.पी. वाढता लक्षणे जोखीम माता
वेळीच निदान वेळीच उपचार बोलवा १०८ आता
जपुया आता...

मानव विकास शिबिरपी.एम.एस.एम.ए. कॅम्प गर्भिणी तपासणी परीपूर्णता
ई.पी.डी.ई.डी.डी चा मागोवा घेऊन होणार नाही प्रसुती गुंता
जपुया आता....

रक्त लोह तपासणीत आढळचे जर एच. बी साता
आयर्न-सुक्रोज च्या इंजे. भरुन निघेल लोह कमतरता
जपुया आता... पी

एम.एम.व्ही.वायजे.एस. वायजे.एस.एस. के. पूर्ण लाभ देऊ माता प्रसुता
परिपूर्ण सेवांना कमी होईल एम. डी. आरसी.डी.आर चा खलीता
जपुया आता जोखमी माता...

कवी :- डॉ. महेंद्र गीता दौलत सरपाते
तालुका आरोग्य अधिकारी,
बुलडाणा. मोबा. ९४२२९४९९९४



कविता

आयोडीनच्या कमतरतेने लोका होतो हा गलगंड,
आयोडिन युक्त मीठ खाऊन याचा करु या नायनाट!!

होते मेंदूचे आजार,
केस गळती हो अपार,

बाळ होती अपंग,
लुळे, पांगळे आणि व्यंग,

ह्या आयोडीनच्या कमतरतेने,
होतो तो गर्भपात!!

आयोडीन युक्त मीठ खाऊन
याचा करु या नायनाट...

होते त्वचेचे विकार,
होती शुष्क आणि बेजान,

गरज आहे आयोडीनची
फक्त मायक्रो ग्राम

ह्या सुई भर मिठाने
किती झाले हो उध्वस्त!!२!!

आयोडीन युक्त मीठ खाऊन
याचा करु या नायनाट...

आयोडीनच्या कमतरतेने लोका होतो हा गलगंड,
आयोडीन युक्त मीठ खाऊन
याचा करु या नायनाट.....

कवी :- संजय हचीमारे
आरोग्य सेवक (प्रशिक्षणार्थी)
नागपूर



कविता

माझे आरोग्य माझी काळजी

माझे आरोग्य माझी काळजी
घेण्याची आहे माझी जबाबदारी,
महाराष्ट्र आरोग्य शासनाने
आणली आहे योजना भारी.

टेलीमानस ह्या योजनेचा
क्रमांक फिरतोय धरोधरी,
टोल फ्री - १४४१६ क्रमांक
हा आहे खूपच भारी.

दिवस रात्र उपलब्ध असतात
आरोग्याचे सल्लागार या नंबरवरी,
केल्यावरी तुम्ही फोन
स्वागत होते दमदार भारी.

नाव, गाव, समस्यांचे ठेवले
जाते गोपनीयतेचे भान,
निसंकोच असे प्रश्न विचारून
मनाला करूया समाधानी.

प्रत्येकाने तणाव मुक्त जीवन
जगण्याचा करायचा निश्चय,
मदतीला आहेत तुमच्या
मानसिक आरोग्याचे सल्लागार...

कवी :- श्री. राहुल दिलीप वाऱ्हे
(मनोविकृती सामाजिक कार्यकर्ता)
जिल्हा रुग्णालय बीड.



मोफत आरोग्य सेवांमुळे बाह्य आणि आंतर रुग्ण विभागात आरोग्य सेवा घेणाऱ्या लार्भार्थी रुग्णांमध्ये वाढ

‘निरोगी महाराष्ट्र’चा संकल्प साध्य करण्यासाठी राज्याच्या सार्वजनिक आरोग्य विभागामार्फत सातत्याने प्रयत्न केले जात आहेत. नागरिकांना दर्जेदार, गुणवत्तापूर्ण आणि आपल्या घराजवळ सहजसाध्य आरोग्य सेवा पुरविण्यासाठी पायाभूत सुविधांचा दर्जा सुधारण्यावर आरोग्य विभागाचा भर असून त्यादृष्टीने आवश्यक ते प्रयत्न आणि उपाययोजना केल्या जात आहेत. राज्याचे सार्वजनिक आरोग्य व कुटुंब कल्याण मंत्री प्रा. डॉ. तानाजी सावंत यांच्या विशेष प्रयत्नांद्वारे विभागाच्या सर्व आरोग्य केंद्रांमध्ये मोफत आरोग्य सेवा पुरविण्याचा क्रांतिकारी निर्णय घेतल्यानंतर आरोग्य विभागाच्या आरोग्य केंद्रांमध्ये गेल्यादोन वर्षांत बाह्य रुग्ण आणि आंतर रुग्ण विभागामध्ये आरोग्य सेवा घेण्यासाठी येणाऱ्या रुग्णांमध्ये मोठ्या प्रमाणात वाढ झाली आहे.

राज्यातील जनतेला प्रतिबंधात्मक व उपचारात्मक आरोग्य सेवा उपकेंद्रे, प्राथमिक आरोग्य केंद्रे, उपविभागीय रुग्णालये, जिल्हा रुग्णालये, स्त्री रुग्णालये, व सामान्य रुग्णालये यांच्यामार्फत पुरविण्यात येतात. विशेष संदर्भिय सेवा जिल्हा रुग्णालये व उपजिल्हा रुग्णालयांमार्फत देण्यात येत आहेत. आरोग्य केंद्रांमध्ये ऑगस्ट 2021 ते जुलै 2022 दरम्यान अॅलोपॅथिक आणि आयुष बाह्य रुग्ण विभागात 9 कोटी 12 लाखापेक्षा अधिक बाह्य रुग्णांनी आरोग्य सेवेचा लाभ घेतला. याच दरम्यान महिन्याला सरासरी 76 लाखापेक्षा अधिक बाह्य रुग्णांनी आरोग्य सेवांचा लाभ घेतला. 2021-22 ते 2023-24 या कालावधीत दर महिन्याला सरासरी 48 लाखापेक्षा अधिक बाह्य रुग्ण लाभार्थ्यांनी आरोग्य सेवांचा लाभ घेतला. ऑगस्ट 2022 ते जुलै 2023 दरम्यान 11 कोटी 59 लाखापेक्षा अधिक बाह्य रुग्णांनी आरोग्य सेवेचा लाभ घेतला. याच दरम्यान महिन्याला सरासरी 96 लाखापेक्षा अधिक

बाह्य रुग्णांनी आरोग्य सेवांचा लाभ घेतला. 2022-23 ते 2023-24 या कालावधीत 28 लाखापेक्षा अधिक बाह्य रुग्ण लाभार्थ्यांनी आरोग्य सेवांचा लाभ घेतला. तर ऑगस्ट 2023 ते जून 2024 दरम्यान 13 कोटीपेक्षा अधिक रुग्णांनी आरोग्य सेवेचा लाभ घेतला. या दरम्यान महिन्याला सरासरी 1 कोटीपेक्षा अधिक रुग्णांनी आरोग्य सेवांचा लाभ घेतला आहे.

आरोग्य केंद्रांमधील बाह्य रुग्ण विभागाप्रमाणेच आंतररुग्ण विभागातही आरोग्य सेवांचा लाभ घेणाऱ्या रुग्णांच्या संख्येत वाढ झाली आहे. आरोग्य केंद्रांमध्ये ऑगस्ट 2021 ते जुलै 2022 दरम्यान अॅलोपॅथिक आणि आयुष आंतर रुग्ण विभागात 39 लाखापेक्षा अधिक रुग्णांनी आरोग्य सेवेचा लाभ घेतला. या दरम्यान दर महिन्याला सरासरी 3 लाखापेक्षा अधिक रुग्णांनी आरोग्य सेवांचा लाभ घेतला. 2021-22 ते 2023-24 या कालावधीत महिन्याला सरासरी 88 हजारपेक्षा अधिक आंतर रुग्णांनी आरोग्य सेवेचा लाभ घेतला. ऑगस्ट 2022 ते जुलै 2023 दरम्यान 44 लाखापेक्षा अधिक रुग्णांनी आरोग्य सेवेचा लाभ घेतला. या दरम्यान महिन्याला सरासरी 3 लाखापेक्षा अधिक रुग्ण लाभार्थ्यांनी आरोग्य सेवांचा लाभ घेतला. 2022-23 ते 2023-24 दरम्यान महिन्याला सरासरी 48 हजारपेक्षा अधिक रुग्णांनी आरोग्य सेवेचा लाभ घेतला. तर ऑगस्ट 2023 ते जून 2024 दरम्यान 45 लाखापेक्षा अधिक रुग्णांनी आरोग्य सेवेचा लाभ घेतला. या दरम्यान महिन्याला सरासरी 4 लाखापेक्षा अधिक रुग्णांनी आरोग्य सेवेचा लाभ घेतला आहे.

सार्वजनिक आरोग्य विभागाच्या वतीने जनतेला प्राथमिक आरोग्य सेवा तसेच संदर्भ सेवा उपलब्ध करण्याच्या दृष्टीने आरोग्य संस्था स्थापन करण्यात येतात. संस्था स्थापन करण्याकरिता सन 1991 जनगणनेच्या ग्रामीण

लोकसंख्येच्या आधारे बिगर आदिवासी क्षेत्राकरिता प्रत्येक 30,000 लोकसंख्येसाठी एक प्राथमिक आरोग्य केंद्र, आदिवासी क्षेत्राकरिता प्रत्येक 20,000 लोकसंख्येसाठी एक प्राथमिक आरोग्य केंद्र, बिगर आदिवासी क्षेत्राकरिता प्रत्येक 5,000 लोकसंख्येसाठी एक उपकेंद्र, आदिवासी क्षेत्राकरिता प्रत्येक 3,000 लोकसंख्येसाठी एक उपकेंद्र तर प्रत्येक 4 ते 5 प्राथमिक आरोग्य केंद्रामागे एक ग्रामीण रुग्णालय स्थापन करण्यात येते.

राज्यातील आरोग्य संस्था

- उपकेंद्रे - 10,748
- प्राथमिक आरोग्य केंद्र - 1,913
- आयुर्वेदिक दवाखाने - 462, फिरते आरोग्य पथके - 66, अॅलोपॅथिक दवाखाने - 92, प्राथमिक आरोग्य पथके - 121, मुफसल दवाखाने - 13, नागरी दवाखाने - 4, जि.प.

- दवाखाने - 31, युनानी दवाखाने - 25, आश्रमशाळा - 37.
- ग्रामीण रुग्णालये (30 खाटा) - 364
- उपजिल्हा रुग्णालये (50 खाटा) - 63
- उपजिल्हा रुग्णालये (100 खाटा) - 32
- सामान्य रुग्णालये - 8
- इतर रुग्णालये - 1
- जिल्हा रुग्णालये - 19
- संदर्भसेवा रुग्णालये - 2
- मनोरुग्णालये - 4
- स्त्री रुग्णालये - 20
- क्षयरोग रुग्णालये - 5
- कुष्ठरोग रुग्णालये - 2

या आरोग्य संस्थांमध्ये बाह्य आणि आंतर रुग्ण विभागात लाभार्थ्यांना आरोग्य सेवा दिल्या जातात.



जागतिक मानसिक आरोग्य दिन व सप्ताह निमित्त प्रादेशिक मनोरुग्णालय येरवडा, पुणे द्वारे जागतिक आरोग्य संघटनेने घोषित केलेल्या थिमनुसार दिनांक 08 ऑक्टोबर 2024 रोजी स्किझोफ्रेनिया अवेरनेस असोसिएशन संस्थेत मनोरुग्णांसाठी चित्रकला स्पर्धा आयोजित करण्यात आली होती. या स्पर्धेत प्रादेशिक मनोरुग्णालयातील रुग्णांनी सक्रिय सहभाग घेतला.

जालन्यात सार्वजनिक आरोग्य विभागाचे पहिले बीएससी नर्सिंग महाविद्यालय सुरु होणार

मुंबई - जालना येथे 50 विद्यार्थी प्रवेश क्षमतेसह शासकीय पहिले बीएससी नर्सिंग महाविद्यालय स्थापन करण्यास राज्याच्या सार्वजनिक आरोग्य विभागाने मंजूरी दिली आहे. महाराष्ट्र आरोग्य विज्ञान विद्यापीठामार्फत 2020 मध्ये जालना येथे शासकीय बीएससी नर्सिंग महाविद्यालय स्थापन करण्याची शिफारस करण्यात आली होती. या महाविद्यालयातील अभ्यासक्रम शासनाच्या सार्वजनिक आरोग्य विभागामार्फत राबविण्यात येणार असल्याने प्रस्तावाची सक्षमता तपासणी करण्याचा निर्णय घेण्यात आला. त्यानुसार वैद्यकीय शिक्षण विभागाने सक्षमता तपासून याबाबतची शिफारस सार्वजनिक आरोग्य विभागाला केली होती.

शासकीय बी.एससी नर्सिंग कॉलेज, जनरल हॉस्पिटल, जिल्हाधिकारी कार्यालयाजवळ, जालना, जि. जालना या महाविद्यालयास सन 2024-25 पासून 50 विद्यार्थी प्रवेश क्षमतेसह बी. एससी. (नर्सिंग) अभ्यासक्रम सुरु करण्यास शासनाने पुढील अटी व शर्तीच्या अधीन राहून मान्यता दिली आहे.

अटी व शर्ती-

- महाविद्यालयातील अभ्यासक्रमाच्या प्रवेशाकरिता राज्य शासन, केंद्र शासन, मा. सर्वोच्च न्यायालय अथवा मा. उच्च न्यायालय यांनी वेळोवेळी दिलेल्या आदेशानुसार कार्यपद्धती अवलंबण्यात यावी,
- भारतीय परिचर्या परिषद, नवी दिल्ली, महाराष्ट्र आरोग्य विज्ञान विद्यापीठ, नाशिक व राज्य शासन यांनी बी.एससी. नर्सिंग अभ्यासक्रमासाठी विहित केलेल्या नियमांचे व मानकांचे पालन करणे संस्थेस बंधनकारक राहिल.
- भारतीय परिचर्या परिषद, नवी दिल्ली यांनी घातलेल्या अटीची पूर्तता करणे संस्थेस बंधनकारक राहिल.

- महाराष्ट्र एज्युकेशन इन्स्टिट्यूशन्स (प्रोहिबिशन ऑफ कॅम्पिटेशन फी) अॅक्ट, 1987 (महाराष्ट्र अॅक्ट क्र. VI 1988) मधील तरतुदीचे संस्थेने काटेकोरपणे पालन करणे आवश्यक राहिल.
- शासकीय नियम / अधिनियमाच्या आधारे तसेच मा. सर्वोच्च व मा. उच्च न्यायालय यांनी वेळोवेळी दिलेल्या निर्णयानुसार शैक्षणिक शुल्कासाठी जी कार्यपद्धती अनुसरणे वेळोवेळी भाग असेल, त्याप्रमाणे शैक्षणिक शुल्क निश्चित करण्यात यावे.
- संस्था, त्यांच्या संस्थेत शासकीय वैद्यकीय / दंत / परिचर्या महाविद्यालयातील शिक्षकांना ते नियतवयोमानानुसार सेवानिवृत्त अथवा स्वेच्छा सेवानिवृत्त असल्याखेरीज कोणत्याही परिस्थितीत नोकरीत ठेवणार नाही.
- भारतीय परिचर्या परिषद, नवी दिल्ली, महाराष्ट्र आरोग्य विज्ञान विद्यापीठ, नाशिक यांनी बी.एससी. नर्सिंग अभ्यासक्रमासाठी विहित केलेल्या प्रमाणकांची योग्यरित्या पूर्तता करून संस्थेने प्रथम तुकडी बाहेर पडेपर्यंत दरवर्षी शासनाची मान्यता मिळविणे आवश्यक आहे.
- संस्थेने बी.एससी. नर्सिंग महाविद्यालयास महाराष्ट्र आरोग्य विज्ञान विद्यापीठाची संलग्नता मिळाल्यानंतरच विद्यार्थी प्रवेशित करावेत.
- संस्थेने कोणत्याही परिस्थितीत शासनाने मान्य केलेल्या विद्यार्थी प्रवेश क्षमतेपेक्षा जास्त विद्यार्थी प्रवेशित करू नयेत.
- संस्थेला गुणवत्तेवर आधारित प्रवेश केलेल्या विद्यार्थ्यांच्या याद्या प्रवेश नियामक प्राधिकरण, मुंबई यांचेकडून मंजूर करून घेणे व या अभ्यासक्रमासाठी आकारण्यात येणाऱ्या शुल्काची निश्चिती शुल्क नियामक प्राधिकरणाकडून करून घेणे बंधनकारक राहिल.

सिम्बायोसिस नर्सिंग कॉलेजच्या प्राध्यापक आणि विद्यार्थ्यांनी राज्य आरोग्य शिक्षण व संपर्क विभाग, पुणे येथे भेट दिली



प्रादेशिक मनोरुग्णालय येरवडा येथे जागतिक मानसिक आरोग्य दिन साजरा

प्रादेशिक मनोरुग्णालय येरवडा, पुणे येथील बाह्यरुग्ण विभागामध्ये रुग्ण व नातेवाईक यांच्याकरिता दि. 10.10.2024 रोजी जागतिक मानसिक आरोग्य दिनानिमित्त पोस्टर प्रदर्शनी, स्ट्रीट प्ले पथनाट्य व व्याख्यात आयोजित करण्यात आले. सदर कार्यक्रमास रुग्णालयाचे अधीक्षक डॉ. सुनिल पाटील, डॉ. संदिप महामुनी वरिष्ठ मनोविकार तज्ज्ञ, डॉ. वर्षा बेडगकर, डॉ. प्रसन्ना फुटाणे, श्री. अशोक क्षिरसागर समाज सेवा अधीक्षक अधिसेविका श्रीम. दुबे, डीपीएन कॉलेज शिक्षक वृंद व पथनाट्यातील सहभागी विद्यार्थी, डॉ. वर्षा बेडगकर यांनी ताणतणाव व्यवस्थापन या विषयी उपस्थितांनी जनजागृतीपट मार्गदर्शन केले. डॉ. संदिप महामुनी यांनी प्रादेशिक मनोरुग्णालय, जिल्हा रुग्णालय तसेच प्राथमिक आरोग्य केंद्र स्तरावर सुद्धा सदर सेवा उपलब्ध आहेत. त्यांचा जास्तीत जास्त नागरिकांनी लाभ घ्यावा, असे आवाहन करण्यात आले आहे.



जागतिक आयोडीन न्यूनता विकार दिन



जागतिक आयोडीन न्यूनता विकार दिन - 21 ऑक्टोबर व सप्ताह निमित्त आरोग्य व कुटुंब कल्याण केंद्र, कोल्हापूर येथे मा. प्राचार्य डॉ. योगेश साळे यांचे मार्गदर्शनाखाली 1 ऑक्टोबर रोजी कार्यशाळा आयोजित करण्यात आली होती. शारदीय नवरात्र उत्सव निमित्त सदर कार्यक्रम अंतर्गत व्यापक प्रसिद्धीकरिता नवरात्रोत्सव सुरु होण्याच्या आधी कार्यशाळा आयोजित केली गेली. आरोग्य व कुटुंब कल्याण प्रशिक्षण केंद्राचे प्राचार्य डॉ. योगेश साळे यांनी या विषयाच्या जनजागृतीकरिता आहारात आयोडीन युक्त मीठाच्या वापर करण्याच्या मार्गदर्शक पुस्तिकेचे अनावरण व वाटप करण्यात आले.

या कार्यक्रमांमध्ये शरीराला असणारी आयोडीनची गरज, रा.आ न्यू वि नि कार्यक्रम अंतर्गत उद्दिष्टे, जिल्हा स्तरावरील व तालुका आणि कार्यक्षेत्रातील अधिकारी/कर्मचारी यांची या राष्ट्रीय कार्यक्रम अंतर्भूत कर्तव्ये व जबाबदाऱ्या, विभागांतर्गत सर्व जिल्ह्यांचा मीठ नमुने व लघवी नमुने या निर्देशांकाचा विस्तृत आढावा घेण्यात आला व अयोग्य मीठ नमुने बाबत आवश्यक कार्यवाही विषयक मा.प्राचार्य यांनी मार्गदर्शन केले. प्रशिक्षण केंद्राकडील गलगंड वैद्यकीय अधिकारी यांनी याबाबत सखोल सादरीकरण केले. त्याचबरोबर या आजाराचे प्रमाण रोखण्यासाठी आहारामध्ये आयोडीनयुक्त मिठाचा वापर करणे गरजेचे आहे. त्या संबंधित समाजामध्ये जनजागृती

करण्यासाठी कार्यक्षेत्रामध्ये कार्यरत असणाऱ्या आरोग्य सेवक सेविका व आशा यांना मीठ तपासणी करणे व लघवी नमुने जिल्हा प्रयोगशाळेकडे पाठवणे आवश्यक आहे, असे सूचित करण्यात आले. त्याचबरोबर त्यांना प्रशिक्षण देणे व शारदीय नवरात्रोत्सव मध्ये महिलांचा सहभाग मोठ्या संख्येने होत असून घरातील आहार व स्वयंपाक याची जबाबदारी महिलांवर असल्याने मोठ्या संख्येने या कालावधीत महिलांची जनजागृती करण्यास आरोग्य संस्थांना वाव आहे. याचे औचित्य लक्षात ठेवून त्याबद्दल कार्यक्षेत्रामध्ये आयोडीन विकार नियंत्रण कार्यक्रम बद्दल जनजागृती करण्यासाठी पोस्टर बॅनर लावणे, आहारासंबंधीत महिलावर्गाकडून स्पर्धाघेणे, पथनाट्य देखावे यामधून समतोल आहाराविषयी व आयोडीन युक्त मीठा विषयी जनजागृती करण्याचे आवाहन केले गेले. त्याचबरोबर समाजाकडून घरोघरी जाऊन मीठ तपासणी करणाऱ्या आरोग्य सेवक सेविका व आशा यांना सहकार्य करण्यात यावे तसेच शालेय आरोग्य तपासणी मधून किशोरवयीन मुलांची तपासणी आरोग्य संस्थांकडून करून घेण्यात यावी अशा सूचना मा.प्राचार्य सर यांनी दिल्या.

त्याचबरोबर येत्या 21 ऑक्टोबर रोजी असणाऱ्या राष्ट्रीय आयोडीन न्यूनता विकार दिन व सप्ताह अनुषंगाने करावयाच्या विविध कार्यक्रम कृतीयोजना बाबत माहिती देण्यात आली. अखेरीस आयोडीनयुक्त मीठ वापराबाबत प्रतिज्ञा घेऊन कार्यशाळेचा समारोप करण्यात आला. या कार्यशाळेसाठी डॉ. विनीत फाळके, अधिव्याख्याता, गलगंड वैद्यकीय अधिकारी डॉ. विनायक भोई, कोल्हापूर, सांगली, सिंधुदुर्ग, रत्नागिरी या जिल्ह्यातील अतिरिक्त आरोग्य अधिकारी आणि महानगरपालिका कडील आरोग्य अधिकारी तसेच सर्व जिल्हा प्रशिक्षण केंद्राचे वैद्यकीय अधिकारी आणि नोडल पर्यवेक्षक उपस्थित होते. जिल्हा विस्तार व माध्यम अधिकारी श्रीमती गोरवाडे यांनी आभार मानले.

- 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

नोव्हेंबर २०२४

- ७ नोव्हेंबर राष्ट्रीय कर्करोग जागरूकता दिन
- १० नोव्हेंबर जागतिक लसीकरण दिन
- १२ नोव्हेंबर जागतिक न्यूमोनिया दिन
- १३ ते १९ नोव्हेंबर जागतिक प्रतिजैविके जागरूकता सप्ताह
- १४ नोव्हेंबर बाल दिन व जागतिक मधुमेह दिन
- १४ नोव्हेंबर बाल दिन व जागतिक मधुमेह दिन
- १५ ते २१ नोव्हेंबर नवजात बालक काळजी सप्ताह
- १७ नोव्हेंबर राष्ट्रीय अपस्मार दिन
- १९ नोव्हेंबर जागतिक दीर्घकालीन श्वासावरोध विकार दिन व जागतिक शौचालय दिन

डिसेंबर २०२४

- १ डिसेंबर जागतिक एड्स प्रतिबंध दिन
- २ डिसेंबर भोपाळ दुर्घटना दिन/राष्ट्रीय प्रदूषण प्रतिबंध दिन
- ३ डिसेंबर जागतिक दिव्यांग दिन
- ९ डिसेंबर जागतिक रूग्ण सुरक्षा दिन
- ११ ते १७ डिसेंबर सिकलसेल जनजागृती सप्ताह
- १२ डिसेंबर सार्वत्रिक आरोग्य उपलब्धता दिन

जानेवारी २०२५

- १२ जानेवारी राष्ट्रीय युवा दिन
- ३० जानेवारी कुष्ठरोग निवारण दिन
- ३० जानेवारी कुष्ठरोग निवारण पंधरवडा ते १३ फेब्रुवारी (स्पर्श अभियान)

पत्र व्यवहारासाठी पत्ता

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

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

नेकनूरच्या स्त्री रुग्णालयाचा 'कायाकल्प'; राज्यात प्रथम आल्याने 50 लाखांचे बक्षीस

बीड : गुणवत्ता आश्वासन कार्यक्रमांतर्गत राज्यभरात कायाकल्प कार्यक्रम राबविण्यात आला असून त्यात नेकनूर येथील स्त्री रुग्णालय राज्यात अव्वल आले आहे. स्त्री रुग्णालयाच्या या कामगिरीबद्दल त्यांना 50 लाख रुपयांचे बक्षीस जाहीर झाले आहे. तर ग्रामीण भागातील प्राथमिक आरोग्य केंद्रांमध्ये आष्टी तालुक्यातील कडा हे प्रथम आले असून, तीन लाख रुपयांचे बक्षीस जाहीर झाले आहे. तसेच उत्तेजनार्थसंस्थाही 'लखपती' झाल्या आहेत.

कायाकल्प कार्यक्रमात जिल्ह्यातील 16 रुग्णालयीन संस्था सहभागी झाल्या होत्या. त्यातील 12 संस्था राज्यस्तरावर पोहोचल्या. त्यांची तपासणीही राज्यस्तरावरून झाली होती. याचा निकाल 28 सप्टेंबर रोजी आरोग्य आयुक्तांनी जाहीर केला आहे. यामध्ये नेकनूरचे स्त्री रुग्णालय राज्यात प्रथम आले आहे. त्यांना 50 लाख रुपयांचे बक्षीस मिळाले आहे, यासह जिल्हा रुग्णालय, अंबाजोगाईचे स्त्री रुग्णालय यांना उत्तेजनार्थ म्हणून 3

लाखांचे बक्षीस मिळाले आहे. केज उपजिल्हा रुग्णालय, परळी उपजिल्हा रुग्णालय आणि धानोरा, आष्टी, नांदूरघाट या ग्रामीण रुग्णालयांनाही उत्तेजनार्थ म्हणून 1 लाख रुपये बक्षीस देण्यात येणार आहे. जिल्हा शल्यचिकित्सक डॉ. अशोक थोरात, तत्कालीन सीएस डॉ. अशोक बडे, जिल्हा आरोग्य अधिकारी डॉ. उल्हास गंडाळ, अतिरिक्त शल्यचिकित्सक डॉ. नागेश चव्हाण, डॉ. एल. आर. तांदळे, डॉ. रौफ शेख, डॉ. विकास आठवले, डॉ. सचिन शेकडे यांच्या मार्गदर्शनाखाली डॉ. अमृता मुळे, डॉ. जयश्री दराडे, बापूसाहेब निकाळजे, एमएस, तालुका, वैद्यकीय अधिकारी, कर्मचारी आदींनी परिश्रम घेतले होते.

पाचेगाव उपकेंद्र झाले 'लखपती'

जिल्हास्तरावर आरोग्य उपकेंद्रांचीही गुणवत्ता तपासणी करण्यात आली होती. यामध्ये गेवराई तालुक्यातील पाचेगाव उपकेंद्र अव्वल आले असून, त्यांना 1 लाखाचे बक्षीस देण्यात येणार आहे. आष्टी तालुक्यातील हरिनारायण आष्टा हे द्वितीय आले असून, 50 हजार तर गेवराई तालुक्यातील राजपिंपरी हे तृतीय आले असून त्यांना 35 हजारांचे बक्षीस देण्यात येणार आहे. जिल्ह्यातील 70 उपकेंद्रांना उत्तेजनार्थ म्हणून 25 हजार रुपयांचे बक्षीस दिले जाणार आहे.

कडा आरोग्य केंद्राची परंपरा कायम

आष्टी तालुक्यातील कडा या प्राथमिक आरोग्य केंद्रांने यापूर्वीही प्रथम क्रमांक पटकावला होता. तीच परंपरा यंदाही कायम ठेवत 2 लाखांचे बक्षीस पटकावले. यासह घाटनांदूर, धर्मापुरी,



राजुरी न.. राजेगाव, नाळवंडी, चौसाळा, लिबागणेश, डोंगरकिन्ही, नागापूर, मादळमोही, किट्टी आडगाव, साक्षाळपिंपरी, वडवणी, धामणगाव, पात्रूड, ताडसोन्ना, सादोळा, शिरूर कासार, अंमळनेर, विडा, टाकळसिंग, येळंबघाट, नायगाव, तलवाडा, पोहनेर, आपेगाव या केंद्रांना 70 टक्क्यांपेक्षा अधिक गुण असल्याने प्रत्येकी 50 हजारांचे बक्षीस जाहीर झाले आहे. यासह परळीतील शिवाजीनगर, गणेशपार आणि अंबाजोगाईतील खडकपुरा हे शहरी आरोग्य केंद्रेही बक्षिसाचे मानकरी ठरली आहेत.

Maharashtra Arogya Patrika (Marathi)
RNI No. MAHMAR/2000/1736
The date of Publication is 20th October 2024
Posting on 24th of October 2024

प्रति,

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

आरोग्यदायी दीपावली

सर्व लेखक, वाचक, वर्गणीदार, हितचिंतक, आरोग्य विभागातील सर्व
अधिकारी व कर्मचारी यांना दीपावलीच्या आरोग्यदायी हार्दिक शुभेच्छा !

