

प्रेस विज्ञप्ति

आज दिनांक 01 अगस्त, 2017 को किंग जार्ज चिकित्सा विश्वविद्यालय के पेरियोडॉन्टोलॉजी विभाग द्वारा मुख स्वच्छता दिवस के अवसर पर एक जन जागरण अभियान कार्यक्रम का आयोजन चिकित्सा विश्वविद्यालय के सेल्बी हॉल में किया गया। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि मा0 नगर विकास एवं संसदीय कार्य मंत्री, उ0प्र0 श्री सुरेश कुमार खन्ना एवं कार्यक्रम के अध्यक्ष चिकित्सा विश्वविद्यालय के मा0 कुलपति प्रो0 मदनलाल ब्रह्म भट्ट जी उपस्थित रहे। कार्यक्रम के संयोजक पेरियोडॉन्टोलॉजी विभाग के डॉ0 पवित्र रस्तोगी के स्वागत सम्बोधन द्वारा इस जन जागरण कार्यक्रम का शुभारम्भ हुआ। डॉ0 रस्तोगी ने अपने सम्बोधन में बताया कि किसी भी देश अथवा राष्ट्र को महान उसके स्वस्थ एवं चरित्रवान नागरिक बनाते हैं। मुख शरीर का प्रथम अंग है जिससे हम भोजन ग्रहण करते हैं एवं भोजन का प्रथम पाचन भी मुख से ही होता है। मुख की तुलना परिवार के मुखिया से किया जाता है। भारत में 58 प्रतिशत व्यक्तियों द्वारा टूथ-पेस्ट और टूथ ब्रश का उपयोग किया जाता है। इस कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य मुख की स्वच्छता के प्रति जन जागरण करना है। प्रत्येक व्यक्ति को दिन में दो बार ब्रश करना चाहिए। रात में ब्रश करना दिन में ब्रश करने से भी ज्यादा जरूरी और उपयोगी है। प्रत्येक व्यक्ति को 6 माह में एक बार अपने दंत चिकित्सक के पास जाकर सलाह और दांत की सफाई अथवा प्रोफेशनल स्केलिंग करानी चाहिए।

कार्यक्रम में अधिष्ठाता दंत संकाय प्रो0 शादाब मोहम्मद ने बताया आज का मुख स्वच्छता दिवस प्रो0 जी0बी0 शंखवार पेरियोडॉन्टोलॉजी विभाग के जनक के जन्म दिवस पर मनाया जाता है। रात के खाने के बाद ब्रश करना बहुत आवश्यक है। इसके लिए समाज में जागरूकता फैलाने की जरूरत है। फ्लूआस्क से दांतों के बीच की सफाई करनी चाहिए तथा ब्रश को 3 मिनट से ज्यादा नहीं करना चाहिए। दांतों की परेशानी से व्यक्ति का सामान्य स्वास्थ्य भी प्रभावित होता है।

चिकित्सा विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो0 मदनलाल ब्रह्म भट्ट ने अपने सम्बोधन में कहा कि हमारी पुरातन संस्कृति में भी मुख स्वच्छता के महत्व पर भरपूर ध्यान दिया जाता था एवं इसको एक बहुत ही महत्वपूर्ण स्थान प्राप्त था। लोग हर धार्मिक अनुष्ठान एवं कोई भी कर्मकाण्ड करने से पूर्व प्रल्लाक्षण, आचमन आदि किया करते थे। सुबह दांत और जुवान को साफ करना बहुत आवश्यक है। इसकी जितनी जल्दी बच्चों को ट्रेनिंग दे दी जाये उतना सही है। मुख के स्वच्छ रहने से कई प्रकार की बीमारियों से बचा जा सकता है जैसे हार्ट की बीमारियों में मुख का स्वास्थ्य बहुत महत्वपूर्ण रोल अदा करता है। संतुलित भोजन और व्यायाम स्वास्थ्य के दो पहलू हैं। मुख की स्वच्छता के साथ भोजन की बात करना सही है। दांतों को स्वस्थ रखने के लिए प्रोसेस्ड फूड और साफ्ट ड्रिंक से बचना चाहिए। दांतों के स्वास्थ्य और स्वस्थ रहने के लिए प्राकृतिक भोजन/नैसर्गिक भोजन की तरफ हमें चलना होगा। पालक, गाजर और हरी सब्जियों का सेवन करना चाहिए। दांतों के लिए तम्बाकू और एल्कोहल का सेवन बहुत ही हानिकारक है। हाथों को पानी से धो लेने से ही 50 प्रतिशत इंफेक्शन दूर हो जाते हैं। एक सर्वे में पाया गया है कि डॉक्टरों को जितनी बार हाथ धोना चाहिए वो उसके 50 प्रतिशत तक कम हाथ धोते हैं। मुख की स्वच्छता जन जागरण से समाज के अंदर फैलाया जा सकता है। इस महत्वपूर्ण कार्य के लिए हम डॉ0 पवित्र रस्तोगी और पेरियोडॉन्टोलॉजी विभाग की सराहना करते हैं।

कार्यक्रम के मुख्य अतिथि श्री सुरेश खन्ना ने कहा कि हमें अपने व्यवहार में स्वच्छता को अपना चाहिए। जो लोग अपने व्यवहार में स्वच्छता को अपनाते हैं वो इसे सही प्रकार से परिभाषित कर सकते हैं और इसके प्रभाव एवं दुष्प्रभाव भी बता सकते हैं। हम अपने माहौल को बदल कर स्वच्छता को अपने दैनिक जीवन की दिन चर्या में अपना सकते हैं। आज के समय में हम अपने

भौतिक कार्यों में इतना व्यस्त है कि हमें स्वच्छता के लिए कार्य करने का समय ही नहीं मिलता है। समाज के लिए समाज के उच्च पदों पर बैठे व्यक्तियों की जिम्मेदारी अधिक है। उनको ऐसा कार्य करना चाहिए जिससे समाज में एक आदर्श पैदा हो और समाज के व्यक्तियों को किसी अच्छे कार्य के लिए प्रेरित किया जा सके। पंजाब में आज भी प्रति व्यक्ति आय पूरे देश में सबसे अधिक है। किन्तु पंजाब के 60 प्रतिशत से अधिक लोग नशे की चपेट में हैं। जिसे अच्छे संस्कार और अच्छे माहौल से सुधारा जा सकता है। इस लिए सबसे जरूरी है स्वच्छता के लिए माहौल तैयार करना। हम अपने कर्तव्यों के पालन के लिए ज्यादा सचेत नहीं हैं। दुनिया के कोई भी देश वहां के नागरिकों के कर्तव्यों के पालन कराये बिना तरक्की नहीं कर सकता है। हमें अपने बच्चों में समाज के प्रति कर्तव्यों के पालन करने की भावना पैदा करना होगा तभी जाकर भारत को स्वच्छ, सुंदर और महान बनाया जा सकता है।

कार्यक्रम में मुख और हाथ की स्वच्छता के प्रति लोगों को जागरूक करने के लिए डॉ० रवि मोहन, प्रो० डॉ० नंद लाल, विभागाध्यक्ष पेरियोडॉण्टोलॉजी विभाग, डॉ० अविनाश अग्रवाल, विभागाध्यक्ष एम०आई०सी०यू०, श्री सुरेन्द्र कुमार, श्री नीरज कुमार सिंह, श्री अमित शुक्ला, श्री रेनी चॉको थामस को सम्मानित किया गया।

कार्यक्रम में प्रो० नंदलाल द्वारा धन्यवाद प्रस्ताव प्रस्तुत किया गया एवं कार्यक्रम का संचालन डॉ० रामेश्वरी सिंधल द्वारा किया गया।

(प्रो० नरसिंह वर्मा)
संकाय प्रभारी, मीडिया सेल
चिकित्सा संकाय, केजीएमयू

(प्रो० विभा सिंह)
संकाय प्रभारी, मीडिया सेल
दंत संकाय, केजीएमयू