

प्रेस विज्ञप्ति

आज दिनांक 14 नवंबर 2018 को लायंस क्लब लखनऊ सेंचुरी एवं किंग जॉर्ज चिकित्सा विश्वविद्यालय के इंस्टीट्यूट ऑफ पैरामेडिकल साइंसेस के संयुक्त तत्वावधान में विश्व मधुमेह दिवस के अवसर पर कलाम सेंटर पर एक संगोष्ठी का आयोजन किया गया। इस वर्ष कार्यक्रम का विषय परिवार एवं डायबिटीज में बतौर मुख्य अतिथि डिस्ट्रिक्ट गर्वनर 321-बी1 लायन ए0के0सिंह थे तथा कार्यक्रम की अध्यक्षता सर्जरी विभाग के पूर्व विभागाध्यक्ष एवं पूर्व मुख्य चिकित्सा अधीक्षक तथा लायन क्लब सेंचुरी के प्रो0 रमाकांत ने की।

इस अवसर पर अपने स्वागत संबोधन एवं कार्यक्रम के विषय में बताते हुए संकाय अध्यक्ष पैरामेडिकल एवं प्रोफेसर ऑफ सर्जरी डॉ0 विनोद जैन ने बताया कि आज विश्व में लगभग साढ़े 42 करोड़ लोग डायबिटीज से पीड़ित हैं, जिसमें से 50 प्रतिशत लोगों का निदान नहीं हुआ है। विश्व मधुमेह दिवस की शुरुआत 1991 में हुई थी, जिसका मुख्य उद्देश्य जनसामान्य को डायबिटीज से बचाव एवं हो जाने पर उसकी जटिलताओं से बचाव की जानकारी देने के लिए किया गया था।

डॉ0 जैन ने अपने उद्बोधन में बताया कि डायबिटीज के द्वारा हृदय रोग, ब्रेन स्ट्रोक, अंधापन, किडनी का फेल हो जाना तथा यहां तक की पैरों की भी हानि हो सकती है। उन्होंने बताया कि टाइप-2 डायबिटीज होने से बचाव किया जा सकता है। आजकल कम उम्र में ही डायबिटीज के रोगियों की संख्या बढ़ती जा रही है, जिसका मुख्य कारण उनकी जीवनशैली में परिवर्तन तथा मानसिक तनाव है।

डॉ0 जैन ने बताया कि डायबिटीज से ग्रसित होने से बचने के लिए जीवनशैली में कुछ सरल उपाय अपनाकर इससे बचा जा सकता है। उन्होंने बताया कि नियमित व्यायाम, जो लगभग 300 मिनट प्रति सप्ताह, नियमित नींद, संतुलित आहार एवं खेलकूद में भाग लेने से इस बीमारी से बचा जा सकता है। इसके साथ ही खाने में चोकर युक्त आटा, मौसमी फलों का छिलकों सहित प्रयोग तथा घी का कम से कम इस्तेमाल करना चाहिए। उनके मुताबिक, यह प्रत्येक व्यक्ति का कर्तव्य है कि इस बीमारी से संबंधित जो भी जानकारी हासिल हो उसके द्वारा समाज के प्रत्येक वर्ग को जागरूक कर समाज की सेवा करनी चाहिए।

इस अवसर पर कार्यक्रम की अध्यक्षता कर रहे प्रोफेसर रमाकांत ने बताया कि आजकल की व्यस्त जीवनशैली एवं तनाव भी डायबिटीज का मुख्य कारण है। इससे बचने के लिए अपने आसपास का माहौल शांतिपूर्ण एवं तनावमुक्त बनाना होगा। लोगों को अपने आसपास के वातावरण को तनावपूर्ण करने की आवश्यकता है। उन्होंने बताया कि तनावमुक्त व्यक्ति ही खुद सकारात्मक होकर समाज को सकारात्मकता की ओर ले जा सकता है।

इस अवसर पर बतौर मुख्य वक्ता कार्यक्रम में उपस्थित डॉ0 कौसर उस्मान ने बताया कि स्वस्थ व्यक्ति के चार सफेद शत्रु हैं, चीनी, नमक, मैदा और घी। उन्होंने बताया कि इन चीजों का प्रयोग कम से कम करना चाहिए तथा डायबिटीज हो जाने पर किसी विशेषज्ञ की सलाह से नियमित औषधि तथा संयमित भोजन करना चाहिए।

इस कार्यक्रम के दौरान सामाजिक सेवा में उत्कृष्ट कार्य हेतु श्रीमती शालिनी गुप्ता, डॉ0 अंकिता जौहरी, शिवानी श्रीवास्तव, अभिषेक सिंह, श्याम जी मिश्रा, राघवेंद्र शर्मा, डॉ0 पूजा रमाकांत आदि को प्रशस्ति पत्र देकर सम्मानित किया गया।

इस अवसर पर लायन क्लब के कमल शेखर द्वारा धन्यवाद ज्ञापन दिया गया। कार्यक्रम में मुख्य रूप से लायन क्लब के मनोज रोहेला, कर्नल सबलोक, सिस्टर स्टेला तथा लायन क्लब के अन्य पदाधिकारी एवं छात्र-छात्राएं उपस्थित रहे।