



मल्टी-सिस्टम इन्फ्लैमेटरी सिंड्रोम नई चिंता, कैसे निपटें

कोरोना वायरस की रप्ताएँ कम होने लगी है लेकिन अन्य बीमारी बीमारियों बड़ों से लेकर बच्चों में पाई जा रही है। बड़ों में अलग किस्म की जीवनशातक बीमारियों हो रही है तो दूसरी ओर बच्चों में कोविड के बाद मल्टी-सिस्टम इन्फ्लैमेटरी सिंड्रोम

(एमआईएस-सी) बीमारी पाई जा रही है। पिछले साल 2020 के मुकाबले इस साल 2021 में बच्चों में कोविड-19 और एमआईएस-सी के केस लगातार सामने आ रहे हैं। आइपीजानते हैं क्या है मल्टी-सिस्टम इन्फ्लैमेटरी सिंड्रोम, लक्षण और उपाय।

मल्टी-सिस्टम इन्फ्लैमेटरी सिंड्रोम क्या है?

यह बीमारी कोविड-19 से ठीक होने के बाद बच्चों में पाई जा रही है या परिवार में कोई संक्रमित हो गया था उनसे भी दूरी बनाकर एहतियात बरतने के लिए कहा जा रहा है। कोविड-19 से संक्रमित बच्चों के ठीक होने के बाद परिजन को कम स 8 से 8 साथ तक बच्चों की अच्छे से देखा जाना है। वयोंके यह बीमारी कोविड-19 से ठीक होने के बाद जन्म ले रही है। कोविड-19 से ठीक होने के बाद जब रक्षा प्राप्ति शरीर में अति सक्रिय हो जाती है।

मुंह के छालों से छुटकारा पाने के लिए जरूर अपनाएं ये घरेलू उपाय



छालों से बचाव के उपाय

खाना धीरे-धीरे चबा-चबा कर खाएं। खाते समय बात न करें, ताकि बातों से मुँह के अंदर की परत को नुकसान न पहुंचे।

▲ नींवू का आधा काटे, इसे छाले पर लगाएं, इससे थोड़ी जलन तो होगी, परंतु यह सुन्हे हो जाएगा, जो अच्छा है। आखिर में थोड़ा शहद छाले पर लगाएं।

▲ शेरीर की सफाई, सुतुलित भोजन में खाने के साथ पानी पर भी विशेष ध्यान देना जरूरी है।

▲ कुछ दिनों तक लगातार विटामिन सी और विटामिन बी12 की गोलियां खाएं।

▲ माझवास का प्रयोग करें-कई बार कूल्टा करने से यह आपके मुख में बढ़ने वाली जीवाणुओं को साफ करता है और इसके साथ-साथ कई मामलों में छाले में दर्द से राहत देता है। किसी बिना नुस्खा घोल का उपयोग करें, कांडी भी माझवास इस प्रयोग के लिए कार्यकारी है। सुख और शाम कूल्ला करें और हो सके तो दिन के खाने के बाद भी कूल्ला करें।

समय हारमोन्स में बदलाव तथा वारप्रस, वैटीरिया या फैगस संक्रमण से निकल सकते हैं। इसके अन्य कारणों में शरीर की रोग-प्रतिरोधक क्षमता कम होना, एलर्जी होना भोजन में विटामिन सी और बी12 की कमी होना भी आइपीजी द्वारा देखा जाता है। कुछ दिनों के साथ कांडी इफेक्ट के रूप में भी मुँह में छाले निकल सकते हैं।

पुरुषों के मुकाबले यह समस्या ज्यादातर महालों में अधिक होती है। इसका मुख्य कारण उनके हारमोन्स में अधिक उतार-चढ़ाव आना है। यह छाले अपने आप ही कुछ दिनों में ठीक होते हैं। इनके निकलने के कई कारण हो सकते हैं। पेट के साथ न होने और खाना खाते समय अचानक बातों से मुँह के अंदर की झिल्ली के कट जाने से छाले हो जाते हैं। मासिक धर्म या मेनापांच के

हलवा देता है पौष्टिक फायदे

- सुजी का हलवा बना रहे हैं तो सुजी के दाने थोड़े मोटे ही ले, पक्कदम बारीक नहीं। यह पावन तंत्र के लिए बहतर होता है।
- अगर आदे का हलवा बना रहे हैं तो ध्यान रखें कि आटा जरा मोटा पिसा हुआ हो, ये चिपकेगा नहीं और स्वाद व पाचन दोनों के लिए अच्छा रहेगा।
- अगर नुकसान से बचना चाहते हैं, तो डालडा या बाजार की धी के बजाए देसी धी या गय के शुद्ध धी का प्रयोग



जिससे पावन तंत्र, हृदय, फेफड़े, लड्डू वेसल, दिमाग जैसे अग्रों पर इसका प्रभाव पड़ता है और यह सूजन लग जाती है। इस बीमारी के अमेरिका और यूरोप में अधिक केस सामने आ रहे थे। लेकिन अब भारत में भी इसका प्रभाव बढ़ता दिख रहा है।

मल्टी-सिस्टम इन्फ्लैमेटरी सिंड्रोम के लक्षण

तेज बुखार, पेट दर्द, हार्ट, फेफड़े में समस्या होना, मसितक प्रभावित होना। इसी के साथ शरीर पर लाल बकरे होना, आंखें लाल होना, जीभ लाल पड़ना। यह बीमारी एकदम पचड़ में नहीं आती है।

मल्टी-सिस्टम इन्फ्लैमेटरी सिंड्रोम से बचाव के उपाय

यूरोप के नेशनल हेल्थ बिशन के मुताबिक इस बीमारी के बताए गए लक्षण दिखने पर तुरंत हास्पिटल ले जाना चाहिए। इस बीमारी के ठीक होने के लिए इंट्रोविड



ग्रीन टी से ज्यादा लाभकारी है नीली चाय

ग्रीन टी और लैक टी के बारे में तो आप जानते ही हैं, और इनका सेवन मीठा करते ही होंगे, लेकिन क्या कगी लूटी यानि नीली चाय पी ही आपने? अगर नहीं पी है तो एक बार जल्द ट्राय कीजिए, क्योंकि सेहत और ब्यूटी के लिए बेहद प्रायदेवंद है ये नीली चाय

अब आप सोच रहे होंगे कि आखिर ये चाय नीली कैसे होती है, तो हम आपको बता दें कि ये चाय आराजिता के खुबसूरत नीले फूलों को उबालकर बनाती है जिसे इसका रंग नीला होता है। इसे बरसालॉट टी भी कहा जाता है। जिसने इसे बनाने की विधि और 5 ग्राम के काफी दर्द-

-विधि - इस चाय को बनाने के लिए आपको चाहिए, अपराजिता के नीले फूल, पानी और खदान अनुसार नमक, शर्करा या नीबू। चालने पर हल्ले पानी उबाल लें और उसमें अपराजिता के फूल डालें। जब इसका रंग नीला हो जाए, तो इसमें नमक या शर्करा डालें और कुछ बूंद नीबू की डालकर छान लें। अब यह पीने के लिए तैयार है। अब जानिए इसके काफी दर्द-

-विधि - इस चाय को बनाने के लिए आपको

चाहिए, अपराजिता के नीले फूल, पानी और खदान

अनुसार नमक, शर्करा या नीबू। चालने पर हल्ले पानी उबाल लें और उसमें अपराजिता के फूल डालें।

जब इसका रंग नीला हो जाए, तो इसमें नमक या शर्करा डालें और कुछ बूंद नीबू की डालकर छान लें। अब यह पीने के लिए तैयार है। अब जानिए इसके काफी दर्द-

-विधि - इस चाय को बनाने के लिए आपको

चाहिए, अपराजिता के नीले फूल, पानी और खदान

अनुसार नमक, शर्करा या नीबू। चालने पर हल्ले पानी उबाल लें और उसमें अपराजिता के फूल डालें।

जब इसका रंग नीला हो जाए, तो इसमें नमक या शर्करा डालें और कुछ बूंद नीबू की डालकर छान लें। अब यह पीने के लिए तैयार है। अब जानिए इसके काफी दर्द-

-विधि - इस चाय को बनाने के लिए आपको

चाहिए, अपराजिता के नीले फूल, पानी और खदान

अनुसार नमक, शर्करा या नीबू। चालने पर हल्ले पानी उबाल लें और उसमें अपराजिता के फूल डालें।

जब इसका रंग नीला हो जाए, तो इसमें नमक या शर्करा डालें और कुछ बूंद नीबू की डालकर छान लें। अब यह पीने के लिए तैयार है। अब जानिए इसके काफी दर्द-

-विधि - इस चाय को बनाने के लिए आपको

चाहिए, अपराजिता के नीले फूल, पानी और खदान

अनुसार नमक, शर्करा या नीबू। चालने पर हल्ले पानी उबाल लें और उसमें अपराजिता के फूल डालें।

जब इसका रंग नीला हो जाए, तो इसमें नमक या शर्करा डालें और कुछ बूंद नीबू की डालकर छान लें। अब यह पीने के लिए तैयार है। अब जानिए इसके काफी दर्द-

-विधि - इस चाय को बनाने के लिए आपको

चाहिए, अपराजिता के नीले फूल, पानी और खदान

अनुसार नमक, शर्करा या नीबू। चालने पर हल्ले पानी उबाल लें और उसमें अपराजिता के फूल डालें।

जब इसका रंग नीला हो जाए, तो इसमें नमक या शर्करा डालें और कुछ बूंद नीबू की डालकर छान लें। अब यह पीने के लिए तैयार है। अब जानिए इसके काफी दर्द-

-विधि - इस चाय को बनाने के लिए आपको

चाहिए, अपराजिता के नीले फूल, पानी और खदान

अनुसार नमक, शर्करा या नीबू। चालने पर हल्ले पानी उबाल लें और उसमें अपराजिता के फूल डालें।

जब इसका रंग नीला हो जाए, तो इसमें नमक या शर्करा डालें और कुछ बूंद नीबू की डालकर छान लें। अब यह पीने के लिए तैयार है। अब जानिए इसके काफी दर्द-

बाबा साहब ने न्याय की स्थापना के लिए जीवन समर्पित किया: पूर्वविधायक पाठक

■ डॉ. अंबेडकर की जयंती पर संगोष्ठी एवं समान हुआ, सविधान की रक्षा का लिया संकल्प

सत्ता सुधार ■ ज्वालियर

डॉ. भीमराव अंबेडकर भारतीय इतिहास के एक ऐसे पुरुष थे, जिन्होंने समाज के सबसे निचले पायदान पर खड़े व्यक्ति को आवाज दी, अधिकार दिलाया और आत्मसम्मान सिखाया। वे केवल एक व्यक्ति नहीं, एक विचारधारा हैं, सामाजिक न्याय, समानता और लोकतंत्र की। उनका जीवन हर उस व्यक्ति के लिए प्रेरणा है जो अन्याय के खिलाफ खड़ा होना चाहता है। उनके सिद्धांतों का अनुकरण करके ही एक सशक्त समाज और समाजीय भारत का निर्माण संभव है। यह बहुत पूर्वविधायक एवं काग्रेस के प्रदेश महासचिव प्रवर्ण पाठक ने सविधान निर्माता डॉ. भीमराव अंबेडकर की 134वीं जयंती पर सामुदायिक



भवन, जवाहर कॉलोनी में आयोजित संगोष्ठी एवं समान समारोह में बतौर मुख्य अतिथि कही। कार्यक्रम की अध्यक्षता कांग्रेस जिलाध्यक्ष डॉ. देवेंद्र शर्मा ने की। इसके अलावा संगठन मंत्री इश्वरी खां पठन, जिला उपाध्यक्ष भैयलाल भट्टाचार्य, मेहबूब खां चैनवारे, एमआईसी बेंवर प्रेमलता धर्मेंद्र जैन, पार्षद अनीता मुकेश धाकड़, समाजसेवी राजेश एरन, ब्लॉक अध्यक्ष अब्दुल हमीद खां, अंबेडकर की जयंती पर सामुदायिक

राजावत मंचासीन रहे। श्री पाठक ने कहा कि बाबा साहब ने देश में समाजों में बतौर मुख्य अतिथि कही। कार्यक्रम की अध्यक्षता कांग्रेस जिलाध्यक्ष डॉ. देवेंद्र शर्मा ने की। इसके अलावा संगठन मंत्री इश्वरी खां पठन, जिला उपाध्यक्ष भैयलाल भट्टाचार्य, मेहबूब खां चैनवारे, एमआईसी बेंवर प्रेमलता धर्मेंद्र जैन, पार्षद अनीता मुकेश धाकड़, समाजसेवी राजेश एरन, ब्लॉक अध्यक्ष अब्दुल हमीद खां, अंबेडकर की जयंती पर सामुदायिक

