my city
अमर उजाला
घर पर रहें, सुरक्षित रहें
हाथ धोएं, मास्क पहनें
मिलकर लड़ेंगे कोरोना से जंग
सूर्योदय सुबह 5.17
सूर्यास्त शाम 7.13
28.0 temperature 23.0°
सोमवार 01.06.2020
हरिद्वार रुड़की

छात्रों को दिलाई तंबाकू सेवन न करने की शपथ

संवाद न्यूज एजेंसी

रुड़की। विश्व तंबाकू निषेध दिवस पर मदरहुड आयुर्वेद मेडिकल कॉलेज में विश्व तंबाकू दिवस पर छात्रों को तंबाकू का सेवन नहीं करने की शपथ दिलाई गई। इस दौरान वक्ताओं ने तंबाकू का जीवन में गलत प्रभाव के बारे में जानकारी दी।

मदरहुड में तंबाकू का सेवन नहीं करने की शपथ लेते स्टाफ के लोग।

रविवार को संस्था के डायरेक्टर जनरल प्रो. नरेंद्र शर्मा, निदेशक प्रशासन दीपक शर्मा एवं प्रधानाचार्य डा. अशोक शर्मा ने स्टाफ को शारीरिक दूरी का पालन करते हुए तंबाकू जैसी घातक सामग्री का सेवन न करने की शपथ दिलाई। उन्होंने कहा कि आज की युवा पीढ़ी तेजी से तंबाकू निर्मित पदार्थों का सेवन कर रही है। इसी को ध्यान में रखते हुए विश्व स्वास्थ्य संगठन ने इस बार की थीम युवाओं को इंडस्ट्री के बहकावे से बचाते हुए, उन्हें तंबाकू और निकोटीन का उपयोग करने से रोकना है। प्रधानाचार्य डॉ. अशोक शर्मा ने बताया कि तंबाकू का सेवन करने से फेफड़ों का कैंसर, इरैक्टाइल डिसफंक्शन, लिवर कैंसर, मुंह का कैंसर, डायबिटीज का खतरा, महिलाओं को ब्रेस्ट कैंसर जैसी घातक बीमारी होने का खतरा बना रहता है।

धूम्रपान नहीं करने को किया जागरूक

रुड़की। यूथ फर्ज वेलफेयर फाउंडेशन की ओर से गांव में अभियान चलाकर लोगों को धूम्रपान और गुटखे का सेवन न करने के लिए जागरूक किया गया। रविवार को विश्व तंबाकू निषेध दिवस पर गांव सलेमपुर में जागरुकता अभियान चलाया गया। इस दौरान फाउंडेशन के संस्थापक असिस्टेंट प्रोफेसर डॉ. प्रदीप कुमार कर्णवाल ने बताया कि धूम्रपान और गुटखे के सेवन करने वाले व्यक्ति की आयु सामान्य व्यक्ति से कम होती है। इनके सेवन से फेफड़े की बीमारी, कैंसर, दिल की बीमारी, कब्ज समेत आदी बीमारी होती हैं। एएनएम मोनिका ने बताया कि तंबाकू और गुटखे का सेवन सेहत के लिए हानिकारक है। इसलिए लोगों को धूम्रपान से दूर रहना चाहिए। साथ ही अपने आसपास के लोगों को भी जागरूक करना चाहिए। इस दौरान इस दौरान शीतल कुमार, शुभम नौटियाल, प्रांजल कर्णवाल, सुरेश चंद नौटियाल और महावीर सिंह मौजूद रहे।

आज का
मौसम
आसमान में बादल छाने
और बरसात की संभावना।

28.0° अधिकतम तापमान
23.0° न्यूनतम तापमान

सूर्य
अस्त (आज) 07:16
उदय (कल) 05:18

रुड़की जागरण

रविवार को मदरहुड आयुर्वेद हॉस्पिटल रुड़की में तंबाकू का सेवन न करने की शपथ लेते चिकित्सक व स्टाफ • आयोजक संस्था

तंबाकू का सेवन ना करने ली शपथ

जागरण संवाददाता, रुड़की: विश्व तंबाकू निषेद दिवस के मौके पर मदरहुड आयुर्वेद मेडिकल कॉलेज एवं चिकित्सालय में तंबाकू के दुष्परिणाम के बारे में जानकारी दी गई। बताया गया कि तंबाकू किस तरह से कैंसर जैसी खतरनाक बीमारियों को जन्म दे रहा है।

रविवार को जागरूकता अभियान का शुभारंभ करते हुए संस्था के डायरेक्टर जनरल प्रो. नरेन्द्र शर्मा ने कहा कि विश्व स्वास्थ्य संगठन की ओर से 31 मई 1988 को विश्व तंबाकू निषेद दिवस का प्रस्ताव पारित किया था। ताकि लोगों को बताया जा सके कि तंबाकू शरीर, समाज एवं राष्ट्र के लिए कितना घातक है। आज की युवा पीढ़ी जिस तरह से तंबाकू उत्पादों का सेवन कर रही है, वह खतरनाक है। इसलिए युवाओं को खासतौर से इससे दूरी बनाते हुए समाज को जागरूक करना होगा। निदेशक प्रशासन दीपक शर्मा ने कहा कि आज कैंसर के बढ़ते मामलों के पीछे तंबाकू ही मुख्य रूप से है। संस्थान के प्रधानाचार्य डॉ. अशोक शर्मा ने कहा कि तंबाकू के सेवन से कई तरह के कैंसर होते हैं।

मदरहुड में दिलाई गयी तम्बाकू न सेवन करने की शपथ

रुड़की। विश्व तंबाकू निषेध दिवस पर मदरहुड आयुर्वेद मेडिकल कॉलेज एवं चिकित्सालय, रुड़की द्वारा तंबाकू से हमारे स्वास्थ्य पर पड़ रहें नकारात्मक प्रभावों के लिए जागरूकता अभियान के तहत वर्ल्ड नो टौबैको डे के अवसर पर संस्था के डायरेक्टर जनरल प्रो० (डॉ०) नरेन्द्र शर्मा, निदेशक प्रशासन दीपक शर्माए वं प्रधानाचार्य डा० अशोक शर्मा ने उपस्थित स्टाफ को सोशल डिस्टैंसिंग का पालन करते हुए तम्बाकू जैसी घातक सामग्री का सेवन न करने की शपथ दिलाई। डायरेक्टर जनरल प्रो० (डॉ०) नरेन्द्र शर्मा ने बताया कि विश्व स्वास्थ संगठन द्वारा 31 मई 1988 को तंबाकू निषेध दिवस का प्रस्ताव पारित हुआ था, तब से प्रत्येक वर्ष 31 मई को विश्व तंबाकू निषेध दिवस मनाया जाता है। विश्व स्वास्थ संगठन द्वारा इसलिए की गई जिससे हम लोगों को तंबाकू के सेवन करने के कारण होन वाले नुकसान को बता सके। आज की युवा पीढ़ी कितनी तेजी से तंबाकू निर्मित पदार्था का सेवन कर रहा हैं। इसी को ध्यान में रखते हुए विश्व स्वास्थ संगठन ने इस बार की थीम श्युवाओं को इंडस्ट्री के बहकावे से बचाते हुए, उन्हे तम्बाकू और निकोटीन का उपयोग करने से रोकना है।श युवा पीढ़ी के लिए रखी हैं। इस अवसर पर संस्थान के प्रधानाचार्य डा० अशोक शर्मा ने बताया कि तंबाकू का सेवन करने से फेफड़ों का कैंसर, इरैक्टाइल डिसफंक्शन, लिवर कैंसर, मुँह का कैंसर, डायबिटीज का खतरा, हृदय रोग कोलन कैंसर, और महिलाओं को ब्रेस्ट कैंसर जैसी घातक बीमारी होने का खतरा बना रहता है। तंबाकू में सबसे बडी मात्रा में निकोटीन पाया जाता है जो कैंसर का मुख्य कारण हैं। तंबाकू सेवन करने वाले को हर आधा घंटा से चार घंटे में शरीर में इसकी मात्रा कम होती हैं तो, फिरसे तंबाकू खाने या सिगरेट, बीडी पीने की तीव्र इच्छा होने लगती हैं। निकोटीन के कारण श्वसन तंत्र प्रणाली की बीमारियाँ होने लगती हैं। उन्होंने बताया कि आयुवेर्दानुसार जब आप तंबाकू छोडते है, तब शरीर में वात और पित्त दोष बढने लगता है। आयुर्वेदिक औषिधी के तौर पर अश्वगंधा, मुलेठी, जटामांसी, आँमला, वचा मंडूकपर्णी व शंधपुष्पी का बारिक चूर्ण बनाकर 1 चम्मच दूध के साथ दिन में तीन बार 10 दिन तक ले और इसके बाद आधा चम्मच दिन में दो बार ले। जब आपको तंबाकू खाने व या सिगरेट, बीडी पीने की तीव्र इच्छा हो तो आप थोडी मात्रा में अजवायन, दालचीनी या तुलसी के 2 से 3 पत्ते मुँह में डाल सकते हैं। जिससें तंबाकू सेवन की तीव्र इच्छा से होने वाली बैचेनी, चिडचिडापन आदि की रोकथाम में आपको लाभ मिलेगा। इस अवसर पर संस्थान के समस्त स्टाफ एवं कर्मचारी गण आदि उपस्थित रहे।

राष्ट्रीय
सहारा
राष्ट्रीयता ■ कर्तव्य ■ समर्पण

देहरादून
सोमवार • 1 जून • 2020
पृष्ठ 12, वर्ष-13, अंक 4556, मूल्य 2.50

तम्बाकू का सेवन न करने की ली शपथ

बाकू ेषेध दिवस पर ार्यक्रम ायोजित

सहारा न्यूज ब्यूरो

हरादून।

ड़की। विश्व तंबाकू निषेध दिवस के वसर पर मदरहुड आयुर्वेद मेडिकल कॉलेज एवं चिकित्सालय द्वारा तंबाकू से स्वास्थ्य पर पड़ रहे नकारात्मक प्रभावों के लिए जागरूकता अभियान के तहत संस्था के डायरेक्टर जनरल प्रो. डॉ. नरेन्द्र शर्मा, निदेशक ासन दीपक शर्मा एवं प्रधानाचार्य डा. शोक शर्मा ने उपस्थित स्टाफ को सोशल स्टेंसिग का पालन करते हुए तम्बाकू जैसी तक सामग्री का सेवन न करने की शपथ लाई।

इस अवसर पर डायरेक्टर जनरल प्रो. . नरेन्द्र शर्मा ने बताया कि वि व स्वास्थ ाठन द्वारा 31 मई 1988 को तंबाकू ेध दिवस का प्रस्ताव पारित हुआ था, तब प्रत्येक वर्ष 31 मई को विश्व तंबाकू ेध दिवस मनाया जाता है। वि व स्वास्थ ाठन द्वारा इसलिए की गई जिससे हम गों को तंबाकू के सेवन करने के कारण होने वाले नुकसान को बता सके। आज की युवा पीढ़ी कितनी तेजी से तंबाकू निर्मित पदार्था का सेवन कर रहा है। इसी को ध्यान में रखते हुए वि व स्वास्थ संगठन ने इस बार की थीम युवाओं को इंडस्ट्री के बहकावे से बचाते हुए उन्हे तम्बाकू और निकोटीन का उपयोग करने से रोकना है।

तम्बाकू न सेवन करने की शपथ लेते मदरहुड आयुर्वेद मेडिकल कॉलेज के कर्मचारी।

इस अवसर पर संस्थान के प्रधानाचार्य डा. अशोक शर्मा ने बताया कि तंबाकू का सेवन करने से फेफड़ों का कैंसर, इरैक्टाइल डिसफंक्शन, लिवर कैंसर, मुंह का कैंसर, डायबिटीज का खतरा, ह्दय रोग कोलन कैंसर, और महिलाओं को ब्रेस्ट कैंसर जैसी द्यातक बीमारी होने का खतरा बना रहता है। तंबाकू में सबसे बड़ी मात्रा में निकोटीन पाया जाता है जो कैंसर का मुख्य कारण हैं।

उन्होंने बताया कि आयुर्वेदानुसार जब आप तंबाकू छोडते है, तब शरीर में वात और पित्त दोष बढने लगता है। आयुर्वेदिक औषधी के तौर पर अ वगंधा, मुलेठी, जटामांसी, ऑमला, वचा मंडूकपर्णी व शंधपूष्पी का बारिक चूर्ण बनाकर एक चम्मच दूध के साथ दिन में तीन बार 10 दिन तक ले और इसके बाद आधा चम्मच दिन में दो बार ले। जब आपको तंबाकू खाने व या सिगरेट, बीडी पीने की तीव्र इच्छा हो तो आप थोडी मात्रा में अजवायन, दालचीनी या तुलसी के 2 से 3 पत्ते मूँह में डाल सकते है। जिससे तंबाकू सेवन की तीव्र इच्छा से होने वाली बैचेनी, चिड़चिड़ापन आदि की रोकथाम में लाभ मिलेगा। इस अवसर पर संस्थान के समस्त स्टाफ एवं कर्मचारी गण आदि उपस्थित रहे।