



DAILY NEWS BULLETIN

LEADING HEALTH, POPULATION AND FAMILY WELFARE STORIES OF THE Day
Wednesday **20260617**

An Indian formula for African food security

In Luweero, 70 kilometres north of Kampala, Uganda, coffee farmer Gaddafi Nassour has doubled his income in a few years. The change was simple. A diesel pump gave way to a solar one, and water became available throughout the dry season. Over its working life, the solar pump will cost him half as much as the diesel one, and ask for far less maintenance. Stories like Nassour's are still an exception. Sub-Saharan Africa irrigates only 4% of its cropland; India irrigates 55%. The cost shows in failed harvests, food imports that strain household budgets and foreign exchange alike, and the paradox of a continent buying what its own soil and sunshine could grow.

The puzzle is not technology. Solar pumps work, and now, their economics do too. What is missing in much of Africa is the structure around the pump — policy that brings it within reach of farmers, financing that fits how they earn, and institutions that can take a pilot through to scale. India faced a similar puzzle a decade ago — an agricultural sector caught between costly diesel and an unreliable grid, and millions of households without proper power. Under the government led by Prime Minister Narendra Modi, India's response has been one of the most ambitious distributed solar programmes anywhere in the world. Through the International Solar Alliance — a coalition of more than 125 countries — that experience is now being shared. At its core is India's PM-KUSUM scheme brought out by the Narendra Modi government, which is the world's largest distributed solar scheme for farms, with 2.7 million pumps already installed and a further 5 million targeted by 2030. Powering Agriculture in India has undergone a major revolution. In Maharashtra, through a 16,000 MW programme of dedicated solar feeders, the entire agricultural load is being shifted to daytime solar. Tendering competitively across thousands of small solar plants has brought the cost of irrigation power down from 7.5 US cents per unit to 3.2 cents — roughly \$1 billion a year in subsidy saving potential. Those savings are being passed on to industrial users as lower tariffs, drawing in fresh investment and jobs. Farmers, for their part, now get reliable power during the day rather than the late-night supply they had learned to put up with. The rest follows: crop diversification, higher incomes, healthier families, and the food security that only energy security makes possible.

Mission 300, the joint World Bank and African Development Bank initiative to connect 300 million Africans to electricity by the end of the decade, is the natural vehicle for this work. Electricity makes a real difference only when it powers something productive. Solar irrigation is the obvious place to start. A solar set-up for irrigation can equally light homes, power a clinic, charge a fleet of electric two-wheelers, or feed surplus into a regional distribution network. Africa's transition will have to advance on five fronts in parallel: last-mile renewable access, solar for agriculture and value chains, utility-scale solar with regional integration, solar e-mobility, and the digital systems that tie them together.



Pralhad Joshi



Ashish Khanna

Three things matter here the most.

The first is policy. African governments need clear technical standards for solar pumps, dedicated budget lines in their agriculture and energy ministries, and a legal route — through the National Energy Compacts being negotiated under Mission 300 — to make the KUSUM template part of their national laws in months rather than years.

The second is finance. It has to be designed for how farmers actually earn and spend — different products for large, small and marginal farmers, and for cooperative purchase models. The ISA's Global Solar Facility can absorb some of the credit risk for the

providers serving these segments.

The third factor is people. A solar pump installed 300 kilometres from the nearest workshop is only as useful as the local technician who can keep it running. That is what the ISA's STAR Centres are there to build — a practical, on-ground skill base for distributed solar programmes.

India's own numbers suggest what is achievable when these three move together — solar capacity rising from 2.8 GW in 2014 to over 157 GW today and total renewable capacity at more than 282 GW. The opportunity ahead is to make the link between energy security and food security the centre of what comes next in India-Africa cooperation: through solar irrigation, through decentralised energy, and through the skill base needed to keep both running.

Pralhad Joshi is president of the International Solar Alliance (ISA) Assembly and minister of new and renewable energy, and Ashish Khanna is director general, ISA. The views expressed are personal

जाया जाएगा। सुप्रीम कोर्ट ने 2025 के आखिर में जाया जाएगा। कुछ दिनों बाद डॉग्स थोड़ा शांत हो जाते हैं, इसके बाद उन्हें एक साथ रखा जाएगा।

भवभारत टाइम्स

IVF से जन्मीं दोनों बच्चियों का अब सिबलिंग DNA टेस्ट

Abhishek.Gautam1

@timesofindia.com

■ नई दिल्ली : साउथ दिल्ली इलाके के एक नामी IVF सेंटर पर एम्ब्रियो या नवजात बच्चों की कथित अदला-बदली का मामले में दंपती ने यह दावा किया है कि ये बच्चियां भी आपस में बहने हैं कि नहीं। इसकी जांच के लिए अप्रैल में पुलिस की मौजूदगी में दोनों बच्चियों के सैपल सिबलिंग DNA टेस्ट के लिए दिए थे। इस जांच का उद्देश्य यह पता लगाना है कि दोनों बच्चियां आपस में सगी बहने हैं या नहीं।

शिकायतकर्ता दंपती ने आरोप लगाया है कि दिल्ली सरकार के स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग के तहत गठित यूटी एप्रोप्रियेट अथॉरिटी (ART एवं सरोगेसी) जांच में लापरवाही बरत रहा है। आरोप है कि पिछले चार महीने से मामले की शिकायत उनके पास है, लेकिन अब तक कोई भी ठोस कार्रवाई या जांच आगे नहीं बढ़ी। 12 जून को सचिवालय में दोनों पक्षों को बुलाया गया था, लेकिन महज कुछ मिनट में ही मामले को आगे बढ़ा दिया है, जबकि उनके पास सारे दस्तावेज उपलब्ध हैं, फिर भी जांच आगे नहीं बढ़ रही है।

दावा, एम्स में कलेक्ट हुए सैपल: शिकायतकर्ता का दावा है कि अप्रैल में पुलिस की मौजूदगी में एम्स में दोनों बच्चियों के सिबलिंग की जांच के लिए सैपल लिए गए थे। इसके बाद सैपल को जांच के लिए चाणक्यपुरी में एफएसएल भेजा गया

सरोगेसी प्राधिकरण की धीमी जांच और ART पर दंपती ने उठाए सवाल



है। दंपती लगातार सोशल मीडिया के जरिए न्याय और खुद के बच्चे से मिलाने की मांग कर रहे हैं। साथ ही दंपती लगातार अपील कर रहा है IVF से जन्मे बच्चे का उनके परिजन DNA टेस्ट जरूर कराएं। उन्होंने अपील की है कि द्वारका स्थित नामी अस्पताल में 5 जनवरी के आसपास जन्मे बच्चों की DNA जांच जरूर कराएं।

ये है मामला : NBT ने मुद्दे को 9 जून को उठाया था। दरअसल, मोहन गार्डन निवासी शिकायतकर्ता ने बताया कि उनकी पत्नी का आईवीएफ ग्रेटर कैलाश के एक आईवीएफ सेंटर में हुआ था, जबकि दिल्ली की जनवरी 2026 में द्वारका के एक प्राइवेट अस्पताल में हुई, जहां महिला ने जुड़वा बच्चों को जन्म दिया। शक हुआ तो बच्चियों का डीएनए टेस्ट कराया।

AI Image

खान मार्केट

TOI

Govt: No cough syrup sale sans prescription

Anuja.Jaiswal
@timesofindia.com

New Delhi: Buying cough syrup without a doctor's prescription may no longer be possible after the Centre withdrew a decades-old exemption that allowed certain syrup formulations to be sold under relaxed regulatory conditions.

The change comes months after contaminated cough syrups linked to child deaths in MP triggered a WHO alert. The health ministry has amended the Drugs Rules, 1945 by removing "syrups" from Schedule K. Lozenges, pills and tablets for cough, however, continue to remain on the exempted list.

► Loophole plugged, P 16

zed videos for more leads.

Cough syrup rural 'loophole' finally plugged

► **Continued from P 1**

The exemption had allowed cough syrups to be sold as household remedies in villages with populations below 1,000.

With the amendment coming into force, cough syrups will now have to be sold through licensed pharmacies, bringing them under the regular regulatory framework governing medicines.

Officials said the latest amendment is intended to strengthen regulatory oversight, improve accountability in the distribution chain and align older exemptions with present-day public health and safety requirements. Health experts said the change could improve traceability and regulatory monitoring of cough syrups, which remain among the most commonly used medicines in rural India.

NUTRITION

PREVENTION

WELLNESS

BODY

TIPS, TRENDS & TECH

LATEST IN HEALTH RESEARCH

UPPS may hit cognition even in healthy eaters

Ultra-processed foods could lead to cognitive decline even if you are eating healthy otherwise, Australian scientists have found.

ScienceDaily reports that the study, out in *Alzheimer's & Dementia: Diagnosis, Assessment & Disease Monitoring*, looked at dietary and cognitive data of more than 1,800 adults to find that even adding a packet of chips to your diet can lead to a measurable drop in attention and ability to focus, aware and address chemicals used.

FICTION VS FACT
Is menstrual blood good for skin?

It has stem cells, proteins that can boost collagen.

No clinical evidence to show menstrual blood can rejuvenate skin.

Menstrual blood is a mix of blood, uterine lining tissue, and cellular debris shed as part of a physiological process. These elements are in no form to be used safely for skin regeneration. Rather, applying it directly to skin can risk contamination, infection, and irritation.

Skin health and collagen production are best supported through well understood scientifically valid methods such as proper skincare, nutrition, sun protection, and medically approved treatments. One must rely on evidence-based practices rather than social media trends.

Dr Mayuri Parakh
ONCOLOGIST
LAXMI HOSPITAL,
MUMBAI
As told to
Anshul Tiwari

Vaping: From 'safe alternative' to a new nicotine epidemic

One session delivers 20 times more nicotine than cigarette, with heavy toll on lungs, heart, brain

www.khaskhabar.com/news/india/2018/06/27/vaping-a-new-nicotine-epidemic/

Identified as a 'healthy' alternative to smoking in the early 2000s, this electronic cigarette or vapes have become a bridge back to the very habit smokers were trying to quit, also morphing into a trendy Gen Z lifestyle accessory that behind the sleek devices, tragic colours and sweet fragrances lies a modern tobacco epidemic.

"Despite the India's regulatory ban, e-cigarettes have become a social party favour," says Dr G.K. Ghoshal, former head of pulmonology at AIIMS Delhi, and a key architect of the Prohibition of Electronic Cigarettes Act 2018. "These pocket-size devices are still unregulated, so youngsters use them to bypass legal restrictions, misled by clever ads claiming that they only add to the product's toxicity."

Defining a common misconception that vapes produce harmless water vapour, Dr. Ghoshal points out that e-cigarettes allow users to inhale a nicotine dose of 20 cigarettes in a single session. He recalls a 30-year-old female patient who arrived with severe brain bleeds, her lungs entirely devasted by vape-induced inflammation that required aggressive lung-debridement therapy to relieve.

Young, elite, and vaping
A couple of months ago, Rajasthani Royals captain Virat Kohli was caught vaping in the team dressing room during an IPL match. Soon after, a viral tweet led Indian cricketer Yashvir Jaiswal to admit to vaping inside a team flight. While Parag was alleged with a hefty fine, Kohli will debate on whether Kohli was vaping or merely praising Parag's action with a spray device. Tap or not, the lack of reality of vaping is slowly becoming, with most studies linking it to "popcorn lung" (bronchiolitis obliterans) and even cancer.

"Our cardiovascular system's primary function is to transport a clean conduit for blood supply without clot formation. Vaping directly disrupts this mechanism," says Dr Divit Saini, cardiac surgeon and founder of Newness Health, Bengaluru. High



HOW VAPING AFFECTS THE BODY

Lungs: Inhaling heavy metals from heated e-liquids causes acute lung irritation, inflammation, higher odds of asthma, bronzing. Flavoring chemicals such as diacetyl (also used for rich butter flavour in popcorn) causes bronchitis or 'popcorn lung' where permanent scar tissue blocks bronchioles, leading to fatal bronchitis.



Heart, blood vessels: Spikes heart rate, BP, increases blood viscosity to raise heart attack, stroke risks.



Brain: Potentially alters brain growth related to attention, learning, mood, impulse control in teens.



Cell, immune function: Weakens lung's immune response, raising risk of pneumonia, bronchitis.



Oral health: Dries out mouth, hampers bacteria in teeth, gums, oral microbes, raising cavity, gum inflammation risks.



nicotine concentrations cause coronary arteries to lose tone and get abnormally dilated, while altering blood clotting behaviour to make us highly vulnerable to thrombosis, heart attack or stroke, he explains. Vaping also weakens heart muscle, inducing electrical instability that can trigger sudden cardiac arrest.

World Health Organization and Centers for Disease Control and Prevention (CDC) have flagged how when flavoring liquids are superheated, the liquid cloud can contain highly volatile aerosol with carcinogens and irritant toxins like formaldehyde, benzene, and acetone. It also carries heavy metals (lead, nickel, chromium) from the device's heating coils, although, Ghoshal, a faculty member, says, "The World Health Organization's 'popcorn lung' (bronchiolitis obliterans) which destroys the lungs' smallest airways, while some have epidemiological data a 60-mile distance to a source - inhaling the cloud is less than Gen Z's Surgeon General is back working in lung cancer in 1964 - and that expert

we're already poor to classify. A 2016 report by Australian scientists, set in Carcinogenesis, assessed exposure to carcinogens and concluded, "Vico-

Our cardiovascular system's primary function is to remain a clean conduit for blood supply without clot formation. Vaping directly disrupts this mechanism.

Dr Divit Saini, CARDIOLOGIST



use-based e-cigarettes are likely to be neurotoxic, causing an imbalance in neurotransmitter and oral lung cancer," he says.

Smiles, in bubblegum flavour
Vaping among adolescents is likely to drive by flavour profiles. Over 10,000

flavourings, bubblegum, and cotton candy among others are designed to mask the bitter nicotine taste and entice first-time users. Besides, e-cigs are also highly addictive, with most everyday items like smart watches and key chains, also using teenagers to vape. In India, despite the ban, black market networks, informal academies, and online platforms have made e-cigarettes all the more common in food nicotine dependency to a new generation.

Children are already beginning to see the multi-pronged impact of this. A 2018 asthma review published in *BMJ Open* indicates that from three to six months of age, early nicotine exposure permanently alters developing young brains, impairing nervous system span, and impairs overall beyond asthma, vaping causes E-cig acute or Vaping-Induced (VIA) Acute Lung Injury (VALI). A 2016 CDC report showed that 1 in 10 children that 2% required need for hospitalisation, and a small subset died shortly after discharge. The review also confirmed increased cardiovascular stress, including blood pressure spikes, plaque activation, and endothelial dysfunction, along with long-term depression and anxiety.

Gateway to smoking

Vaping can be a training ground for smoking, too. A separate umbrella review of the BMJ Open reviews showed that youth who vape are nearly three times more likely to start smoking. For ones who have quit, picking up a vape doubles the risk of a smoking relapse. "This supports the Gateway hypothesis (a gateway drug effect) by proving that e-cigarettes hook users on nicotine addiction just as effectively as tobacco can give kick," says a study author Dr. Alex Cost, president of Tobacco Control for Tobacco Control.

But doctors can knowingly identify a vaper's lungs do a CT scan by the distinct, dark, irregularly shaped nodules repeatedly take lung nodules. In the study, "In a 4% of the 100 vapers who were scanned, all the disease was in the lungs. It is crucially damage the lungs beyond repair."

Why eating ice cream gives some of us a headache



It's scorching outside and the first thing you do is reach for an ice cream to beat the heat. The first few bites make you cool off fast. But for some people, it also brings a stabbing pain in the forehead. Surprisingly, it's linked to migraines and could also be running in families.

It's got nothing to do with the brain

It might be called brain freeze, but it doesn't really happen in the brain since the brain doesn't have pain receptors. Scientists call it a cold-induced headache.

Trigger: Rapid cooling at roof of mouth, throat

Reaction: Sudden cold causes blood vessels to shrink rapidly, swell back up to restore blood flow

Location: Pain comes in a vessel with direct to trigeminal nerve (on both sides of head)

Prevention: Eat, forehead shields. That's why you feel pain in head, not mouth

Annual Starting: Neurologist at Mayo Clinic, Arizona

Migraine connection, family link

In Trigeminal nerve also involved in trigeminal attacks, making it sensitive. So, these getting regular migraines are more prone to ice cream headaches.

In Southern California researchers found 50% of those suffering from migraines also had ice cream headaches.

Studies in thousands of school kids across Europe, Canada, Taiwan, & South America showed ice cream headaches are hereditary, but no specific gene has been identified yet.

If cold treats trigger headache, here's what to do:

1. Pace it out: Give roof of mouth time to get warmed up between sips.

2. Sip & breathe: Sip hands over nose, mouth & breathe in rapidly. Sipped warm, hot liquid will warm up mouth.

3. Sip & breathe: Sip hands over nose, mouth & breathe in rapidly. Sipped warm, hot liquid will warm up mouth.

4. Sip & breathe: Sip hands over nose, mouth & breathe in rapidly. Sipped warm, hot liquid will warm up mouth.

5. Sip & breathe: Sip hands over nose, mouth & breathe in rapidly. Sipped warm, hot liquid will warm up mouth.

6. Sip & breathe: Sip hands over nose, mouth & breathe in rapidly. Sipped warm, hot liquid will warm up mouth.

The Hindu

Kerala plans disease 'outbreak calendar'

The Hindu Bureau

THIRUVANANTHAPURAM

The Kerala government will create a calendar to map seasonal and regional patterns of disease outbreaks in the State in a bid to give the public health system's response an added edge in the future.

Health Minister K. Muralidharan noted at a press conference on Tuesday that, for one, Nipah cases are repeatedly reported in the Perambra region of Kozhikode between May and September. Curiously,

some districts, notably Palakkad, have not reported any shigellosis cases so far, he said. "Disease patterns might vary from time to time, but several viruses seem to follow seasonal patterns," he said.

He said the reasons for pathogens following seasonal and regional patterns remained unclear and were a major area of research. An "outbreak calendar" would give the public health system greater predictive accuracy and help it calibrate disease prevention and response.

EXPLAINER



Scarcely seen: This summer, residents in parts of New Delhi faced days without piped water supply and large families have had to make do with just one 20-litre water can for a day. **AP**

The Hindu

Five solutions Indian cities need, to stop fighting for water week after week

Water-secure cities require a combination of clear and transparent emergency planning, systematic reduction of water losses through leak repairs, collective efforts to curb demand, strong safeguards to ensure water quality during shortages, and better management and reuse of wastewater

Manish Dabey
K.V. Santhosh Ramanan

Urbans India's water emergency is no longer a future risk. It has become the normal of our summers. From high-rises anxiously tracking tanker schedules to informal settlements queuing at a single standpost, every year brings the same mix of dry taps, frayed tempers, and quiet resignation.

This summer, residents in parts of New Delhi have already faced days without piped water supply and large families have had to make do with just one 20 litre water can for a day. The Delhi Jal Board has reportedly planned to deploy more than 1,000 tankers to manage the crisis. Similar scenes have played out in other major cities, including Chennai, Bengaluru, and Hyderabad, over the last few summers.

Unfortunately, India still treats this as a seasonal inconvenience to endure until the clouds arrive.

Most cities source their water from reservoirs, groundwater or a combination of both. The annual summer water shortage however is the result of choices made over years. Cities have grown faster than their systems. Lakes and tanks have been built over. People are consuming groundwater faster than it can be replenished.

Cities often focus on finding new water sources instead of fixing and maintaining existing networks. Choices around

development planning and control, enforcement of groundwater regulations, water use and wastewater management, made by all – from every individual to service providers to policymakers – shape the experience each summer.

Many cities have moved from nearby rivers and lakes to distant sources and rapidly depleting groundwater, sinking more borewells and laying longer pipelines. What looks like a sudden shortage is often the result of this slow erosion of local buffers. At the same time, lakes, tanks, ponds and stormwater channels that once softened both floods and droughts have been encroached upon or converted, so a few hours of intense rain can flood streets and, a few weeks later, the same city is again queuing for tankers.

Beyond short-term coping

For many residents, especially in poorer settlements and smaller towns, the crisis is also about quality. Intermittent supply, leaky pipes, and unsafe storage mean that even when water arrives, it may not be safe to drink. The familiar scenes of tankers, angry protests, and frantic borewell drilling are therefore not one-offs. They are symptoms of a chronic condition that shows up in illness, lost workdays and mounting bills.

If we accept this, we will also realise that coping from week to week is no longer enough.

First, every city needs an honest and public emergency water plan. Residents

should not have to rely on rumours to know what is happening. A basic plan would identify the most vulnerable wards and critical facilities, set simple rules for how water will be prioritised when supplies are tight such as duration and frequency of supply to enable better tail end distribution, and commit to regular public updates on storage levels and expected supply. Where such information is shared clearly, it manages expectations and reduces grievances; this is less about technology than about treating information as part of the service.

Second, a concerted effort must be made to recover water that is already in the system but never reaches the taps. Instead of announcing distant, expensive new sources, cities can launch a time-bound 'leak hunt' in the worst-affected zones: walk key stretches of the network, fix visible leaks quickly, use simple tools to detect hidden ones, and set a short-term target for cutting losses. In systems where a large share – nearly 30% – of water is lost before it reaches users, even modest reductions in a few high-loss areas is equivalent to creating a new local source without building a new pipeline.

Third, government buildings, big campuses and commercial complexes are among the steadiest consumers of water. And a quick internal audit, basic leak repairs, and simple efficiency measures over the next month can free up meaningful volumes and set an example. Neighbourhoods and resident groups can

agree on clear norms for peak months, limit non-essential uses, track weekly consumption and ask tanker suppliers where they draw their water from – while local leaders in low-income areas help authorities see how supply actually reaches their lanes.

Fourth, any emergency response must include water quality: rapid testing in high-risk neighbourhoods and tanker water supply; temporary support for basic treatment where problems are found, and simple communication about safe storage.

Finally, water security cannot be achieved without improving how we manage used-water. Measures to reduce leaks in water pipelines should also be used on sewer networks to identify and stop major sewage exfiltration and prevent contamination.

Not a single solution

Quick, low-cost upgrades to used water treatment plants such as, optimising aeration, de-weeding, and desludging, can further reduce pollution and help augment available surface- and ground-water resources.

No single measure will pull Indian cities out of their water emergency. Together, however, they can directly address the summer's pain points: unpredictability, waste, inequity, and illness.

Manish Dabey is Dean & Rahul Bajaj Chair, School of Governance, Indian Institute for Human Settlements (IIHS). K.V. Santhosh Ramanan is Adjunct Faculty, IIHS.

CO PLANS TO ADD MORE DIALYSIS CENTRES, RAMP UP GLOBAL PRESENCE

Public-Pvt Projects Key to Expand Access to Kidney Care: NephroPlus

Dialysis service co developing tech-led platform for kidney disease prevention

Rica Bhattacharyya

Mumbai: NephroPlus, India's largest dialysis services provider, is developing a technology and data science-driven chronic kidney disease (CKD) prevention platform even as it ramps up its dialysis clinics in India and in global markets.

"We would go upstream to look at the prevention side and slow the progression from CKD stage 1 to stage 5," group CEO Rohit Singh told ET in an

IN EXPANSION MODE

We will be opening (centres) in one country in a two-year horizon...or one to two countries in 2-3 years as it requires study around the geography

ROHIT SINGH, Group CEO, NephroPlus

exclusive interview. "The idea is to have a mass scale screening aggregated at some place; then we use data to categorise the people and predict and give them a medical management plan which can be supervised by a nephrologist."

The Hyderabad-based company plans to roll out the data science-driven platform within the next two to three years.

While "dialysis will continue to remain the core," the broader ambition is to become "a true multinational dialysis delivery organisation...and at some point of time, be a good renal solutions organisation in the delivery space," Singh said. Nearly 220,000 patients develop end-stage renal disease (ESRD) annually in India, leading to an additional annual dialysis demand of 34 million treatment sessions, ac-

ording to an EY-NatHealth study. NephroPlus, which recently went public, operates 524 clinics, including 468 in India and 56 overseas, including the Philippines, Uzbekistan and Nepal. It plans to add 40-50 centres annually in India, while also significantly ramping up its global presence. Singh said the company will continue pursuing government partnerships and public-private projects, which remain critical to expanding access to chronic kidney care.

CKD is projected to become the world's fifth-leading cause of death by 2030. According to estimates, India's dialysis market remains vastly underserved with only 8-10% people who need dialysis getting the treatment.

"We

would be looking at a 15-20% revenue CAGR in the three to four years horizon very comfortably," Singh said. "Growth will come from three levers—organic growth, deepening in existing geographies by increasing footprints, and opening a new geography of growth, or a large M&A, or a large public-private partnership."

International markets are expected to contribute an increasing share of revenues. Overseas revenue contribution rose to 40% in FY26 from 32% a year earlier. The company is looking at entering Saudi Arabia, while deepening presence in CIS and SE Asia regions. "We will be opening (centres) in one country in a two-year horizon...or one to two countries in a 2-3 year horizon, because it requires intensive study around the geography," Singh said.

One of the biggest limiting factors to access to dialysis is affordability, he said. "We still have a lot out of pocket and it's a chronic situation."

Government-supported dialysis pricing in India is in the range of ₹1,200-2,300 per session, depending on the scheme or state, while private-pay dialysis costs in India are ₹1,500-3,500 per session, with 30-40% still out of pocket.



API Prices Decline as W Asia Tension Eases

Teena Thacker

New Delhi: In a relief for India's pharmaceutical sector, prices of active pharmaceutical ingredients (APIs) have declined by 5-10% as the geopolitical situation in West Asia shows signs of stabilisation.

The easing of the crisis, which had severely disrupted supply chains of critical raw materials including petrochemical-based solvents, ammonia, methanol and propylene, has brought some breathing room to domestic drug manufacturers which

had been grappling with soaring input costs. "There has been a fall in the prices by 5-10%. Prices of azithromycin, potassium clavulanate and major vitamins are down," said Mehul Shah, an industry expert.

However, industry insiders caution that a full normalisation may still take time.

"It will take some time to stabilise. I assume somewhere around a quarter if things remain absolutely stable in the Middle East," said Namit Joshi, chairman of Pharmexel.

The development comes as a significant relief for the National Phar-

maceutical Pricing Authority (NPPA), which had been examining upward price revision requests for as many as 82 drugs submitted by manufacturers, citing rising API costs, increased production expenses and exchange rate fluctuations.

An inter-ministerial committee, which reviewed all 82 applications recommended approval for only four formulations last week including the cancer drugs cisplatin and carboplatin and two anti-tetanus immunoglobulin injections where acute shortages had severely disrupted patient care.

Air India to Cut Meals on 20 Domestic Routes

NEW DELHI Air India will offer no meals on around 20 routes under a new 'Basic' fare category, it has started selling from Tuesday. The passengers buying these fares will instead be served water or tea and cookies. The routes include those which has low business or premium traffic potential like Delhi-Guwahati, Delhi-Lucknow, Delhi-Bhopal. The basic fare, available in Economy Class will include 15 kg checked baggage allowance, 7 kg cabin baggage allowance. **Our Bureau**

PHASE-1 OF CENSUS 2027 ENDS IN DELHI

54.9 lakh households listed in Capital, most in South West, North East districts

Population Enumeration will be held in February 2027

Devansh Mittal
New Delhi, June 16

SOUTH WEST and North East districts have topped the household enumeration list as the first phase of the Census 2027 ended on Monday in the national capital. Of the 54.98 lakh households listed in the city, 8.20 lakh households have been enumerated in the South West district while the North East district has 8.04 lakh households.

Across the Capital, an increase of more than 20 lakh households has been recorded as compared to the 2011 exercise when 34.35 lakh households were listed. Meanwhile, a total of 75.98 lakh houses have been counted in the exercise.

However, a direct comparison cannot be drawn with the findings of Census 2011 as the districts in Delhi underwent a

DISTRICT	TOTAL HLBS	TOTAL NO. OF CENSUS HOUSES	TOTAL NO. OF HOUSEHOLDS
New Delhi	585	1,02,706	83,050
Old Delhi	1,606	2,96,196	1,63,785
Central	2,356	3,59,983	2,44,816
Central North	2,234	3,81,428	2,73,669
North	3,467	5,45,533	3,98,447
Outer North	4,137	7,21,732	4,35,631
South	3,526	6,79,007	5,34,212
North West	4,313	6,25,088	4,65,586
East	4,101	7,52,169	5,47,461
South East	4,349	7,07,660	5,43,412
West	4,999	8,02,589	5,89,200
South West	4,241	8,20,529	6,25,453
North East	5,949	8,04,962	6,13,028
TOTAL	45,863	75,98,982	54,98,560

revision recently, with the number of districts increased from 11 to 13. Outer North, Central North and Old Delhi are new districts that have been carved out from existing ones, while the area of Shahdara district was incorporated in the Northeast and East districts.

As per the officials, a household is a group of people

who usually live together and share meals prepared in the same kitchen. People who live in the same building but cook and eat separately are not considered part of the same household.

A census house is a building, or a part of a building, that has its own separate entrance and is recognised as an independent unit. It may be occu-

pled or vacant and can be used for residential, commercial, or mixed purposes.

The exercise was carried out through 45,863 House Listing Blocks (HLB). One HLB consists of around 180 houses comprising 600-800 people, said officials.

In the first phase of the Census 2027, the House Listing and Housing Census (HLO), happening between April to September across India, enumerators go door-to-door to collect details of houses, their conditions and the assets owned by the household.

The second phase, called the Population Enumeration, will be held in February 2027 to count the people. The final population count will be known after the second phase scheduled for next year.

In Delhi's South West district, comprising areas such as Najafgarh, Dwarka, Mattiala and Bijwasan, 6.25 lakh households and 8.2 lakh houses have been listed — the highest across Capital's 13 districts.

North East Delhi, made up of densely populated areas like Karawal Nagar, Gokal Puri, Shahdara and Yamuna

Vihar, followed closely with 6.13 lakh households and 8.04 lakh houses.

Enumerators recorded 5.89 lakh households and 8.02 lakh houses in West Delhi, comprising areas such as VIKASPURI, JANAKPURI and RAJOURI GARDEN. In East Delhi, 5.47 lakh households and 7.52 lakh houses have been listed.

New Delhi, made up of the New Delhi Municipal Corporation and Delhi Cantonment Board areas, had the least number of households at 63,050 and 1.02 lakh houses. The exercise concluded in New Delhi district on May 15. As part of the houselisting and housing census exercise, enumerators collected information on the condition and use of houses, including the materials used for floors, walls and roofs, ownership status, and the number of rooms. They also gathered details about household members, access to basic amenities such as drinking water, toilets, electricity and cooking fuel, as well as assets owned by the household, including mobile phones, televisions, computers, vehicles and internet access.

The Indian Express
**Strict regulatory oversight
 on sale of cough syrups**

**In small villages,
 no sale except
 from pharmacies**

Anonna Dutt

New Delhi, June 16

THE UNION Health Ministry has amended the rules that provided certain sales exemptions to cough syrups.

This comes months after at least 22 children died in MP's Chhindwara district after allegedly consuming Coldrif cough syrup in September last year.

The ministry has amended the rules to remove "syrups ... for cough" from Schedule K—the list of medicines given special exemptions under the drug rules. In this case, it allowed the sale of cough syrups in general stores in small villages.

Prior to this amendment, Entry No. 13 of Schedule K permitted the sale of cough syrups in villages with a population of less than 1,000 without requiring compliance

with certain retail sale licensing provisions, the statement said.

"With the omission of the word 'syrup' from the said entry, this exemption will no longer be available for cough syrups. Consequently, the sale and dispensing of cough syrups in smaller villages will now be required to take place only through duly licensed pharmacies in accordance with the provisions of the Drugs and Cosmetics Act, 1940 and the Rules framed thereunder," it said.

पंजीकरण

पीएम श्री केन्द्रीय विद्यालय सेक्टर-12 द्वारका दिल्ली, से संबंधित विभिन्न सेवाओं, खरीद आपूर्ति एवं विद्यालय भवन, फर्नीचर, एवं सेनेटरी की मरम्मत, सफेदी, तथा एएमसी कार्यों हेतु पंजीकरण कराने हेतु दिल्ली की इच्छुक फर्मों एवं एजेंसियों से आवेदन पत्र 14 दिनों के अंतर्गत जी. एस. टी, पै न. लाइसेंस की कॉपी लगाकर पंजीकरण करवा सकते हैं।

प्राचार्य

Bid Sec
 Cost of
 Tender p
 Period o
 Date and
 Date and
 Place of
 Commu
 Thought
 or www
 CONCOR
 www.f



NOT
A
 Applic
 vacant
 on the
 Educat
 Eligibil
 • D
 in
 • T
 ot
 du
 • O
 • T
 ca
 in
 Selecti
 • C
 • If
 st
 • M
 m
 • St
 Sa
 How to
 mode b
 downlo
 the Em
 The las

You always needed cough syrup prescription: What's changed & why

Anonna Dutt

New Delhi, June 26

THE UNION government has removed cough syrups from the list of medicines that receive certain exemptions in manufacturing and sale, such as availability in general stores in smaller villages. This comes after a spate of recent incidents where children have died after consuming contaminated syrups.

The Union Health Ministry, in a gazette notification, removed the word "syrup" from Schedule K of the Drug Rules.

Does this mean you need a prescription?

Even before this notification, a doctor's prescription was required for almost all cough syrup formulations. The removal from Schedule K removes just one exemption that allowed general stores in smaller villages with a population of less than 1,000 to sell these syrups.

In other areas, cough syrups can only be sold at licensed medical stores with a pharmacist on site.

Why was the step taken?

It comes after several incidents of children dying because of contaminants in cough syrups. The oversight measure was first discussed in a meeting of the apex drug regulator's Drug Consultative Committee (DCC) last November, after the deaths of at least 22 children in Madhya Pradesh's Chhindwara.

The step, however, has been described as "too little, too late" by experts in drug regulation. "This exemption was meant only for cough syrups that do not contain any Schedule H or X drugs (which are to be sold on the prescription of a Registered Medical Practitioner only). But almost all cough syrups contain at least one component that is regulated. This meant that they should not have been sold without a prescription anyway, but, in practice, they are widely available over the counter," said a former drug regulator, on condition of anonymity.

They added: "The only cough syrups that do not contain any of the regulated substances are herbal remedies, and they are not governed by these norms... despite

Speak to a doctor first

• Every cough needs to be treated differently and you do not need to take a cough syrup for most, says Dr Suranjit Chatterjee, senior consultant, Internal Medicine, Indraprastha Apollo hospital.

• People experiencing a dry, hacking cough can use a cough suppressant.

• However, no cough syrup should be used for a cough with phlegm, as it can dry out the phlegm in the lungs, says Dr Chatterjee.

some of them using propylene glycol (PEG), which is usually the source of the contaminant."

Contamination with diethylene glycol and ethylene glycol usually happens in syrups when non-pharmaceutical grade PEG is used as a solvent in its manufacturing, without appropriate testing.

How can regulation happen?

Experts say certain measures are likely to better prevent contamination.

One, as discussed in the meeting, is using solvents that carry a lower risk of contamination. Two, while PEG is needed as a solvent for syrups, companies can manufacture suspensions of the same drug (which contain insoluble particles) without using it. An industry expert said, "Syrups are just sweeter and better tasting, suspensions can be equally efficacious and stable."

Three, as the industry discussed with the drug regulator in the aftermath of the deaths in MP and other global cases linked to India-made syrups, was to ensure smaller packs of PEG are available.

The industry expert said, "PEG is

usually sold in big barrels, which is good for the big companies. But cough syrups are manufactured in very small units as well. They do not buy PEG by the barrel, they instead procure it from the open market. Their containers do not carry the company seal, and there is no way to track where the contamination enters in the supply chain." At times, suppliers could sell cheaper, industrial-grade PEG as pharmaceutical-grade.

What precautions should you take?

Experts advise that people should only buy cough syrups from established brands to reduce the chances of contamination.

Every cough needs to be treated differently, and patients do not need to take cough syrups for most of them. Dr Suranjit Chatterjee, senior consultant for Internal Medicine at Indraprastha Apollo Hospital in Delhi, says, "In most cases, people are likely to get better on their own without a cough syrup, and, in some cases, taking a cough syrup when the cough lasts for long can lead to misdiagnosis of the underlying condition."

अब सिर्फ डॉक्टर के पर्चे पर ही मिलेगा कफ सिरप, सरकार ने दवा खरीद के नियम बदले

■ NBT रिपोर्ट, नई दिल्ली

खांसी-जुकाम की कफ सिरप अब बिना डॉक्टर के पर्चे के मेडिकल स्टोर से नहीं खरीदी जा सकेगी। केंद्र सरकार ने ड्रग्स रूल्स में संशोधन कर कफ सिरप को शेड्यूल K के तहत मिली छूट खत्म कर दी है। अब बेनाडिल, ग्लाइकोडिन, जेडेक्स, टस्क DX, प्रिलिक्टस, हिमालय कोफलेट और डाबर हनीटस जैसी कफ सिरप केवल वैध चिकित्सकीय पर्चे और अधिकृत फार्मसी से ही मिलेगी। सरकार का कहना है कि यह कदम दवाओं की बिक्री पर निगरानी बढ़ाने और सार्वजनिक स्वास्थ्य सुरक्षा मजबूत करने के लिए

■ पिछले वर्ष मध्य प्रदेश में कथित तौर पर दूषित कफ सिरप के सेवन से कई बच्चों की मौत हुई थी।

■ जांच में कच्चे माल की गुणवत्ता उत्पादन प्रक्रिया में गंभीर खामियां सामने आई थी

उठाया गया है। विशेषज्ञों के अनुसार, कोडीन और डेक्सट्रोमैथाॉन युक्त कुछ कफ सिरप का दुरुपयोग नशे के लिए किया जाता रहा है। नए नियम से ऐसी दवाओं के दुरुपयोग, नकली और



AI Image

घटिया उत्पादों की बिक्री पर अंकुश लगाने में मदद मिलेगी। हालांकि गले की खराश और हल्की खांसी की सामान्य गोलियां पहले की तरह बिना पर्चे उपलब्ध रहेंगी।

डायबिटीज से पहले डीएनए देगा संकेत

भारत समेत दुनिया भर में तेजी से बढ़ रही टाइप-2 डायबिटीज के बारे में नई रिसर्च ने उम्मीद जगाई है। एम्स की स्टडी के अनुसार, डायबिटीज के लक्षण सामने आने से काफी पहले शरीर के डीएनए में होने वाले कुछ बदलाव बीमारी के खतरे का संकेत दे सकते हैं। एम्स की एनाटॉमी विभाग की प्रोफेसर डॉ. रीमा दादा ने बताया कि खानपान, रोजमर्रा की आदतें और शारीरिक गतिविधि इन बदलावों को प्रभावित करती हैं। ▶▶ पेज 5

आपके DNA में छिपे है डायबिटीज़ के शुरुआती संकेत

नई स्टडी में दावा, जीवनशैली और खानपान का असर जीन के काम करने के तरीके पर पड़ता है

■ NBT रिपोर्ट, नई दिल्ली

भारत समेत दुनिया भर में तेजी से बढ़ रही टाइप-2 डायबिटीज (T2D) के बारे में नई रिसर्च ने उम्मीद जगाई है। अध्ययन के मुताबिक, डायबिटीज के लक्षण छपाने आने से काफी पहले शरीर के डीएनए में होने वाले कुछ बदलाव बीमारी के खतरा का संकेत दे सकते हैं। हमारे जीवन में समय रहते बीमारी होने के खतरा का आकलन करने और रोकथाम के उपाय शुरू करने में मदद मिल सकती है। एक स्टडी 22 मई 2026 को थिएस नेचर मेडिकल जर्नल में प्रकाशित हुई है। स्टडी में एमस की एन्टोपी विभाग की प्रोफेसर डॉ. रीमा दादा ने बताया कि टाइप-2 डायबिटीज रिके ब्लड शुगर बढ़ने की बीमारी नहीं है। तबे समय तक अनिश्चित

डायबिटीज पर नई स्टडी ने जगाई उम्मीद



रहने पर यह किडनी, आंखों और नसों तक को नुकसान पहुंचा सकती है। इसके अलावा हाई ब्लड प्रेशर, दिल की बीमारियों और स्ट्रोक का खतरा भी बढ़ जाता है।

उन्होंने बताया कि डायबिटीज का संबंध केवल जेनेटिक या नै आनुवंशिक कारणों से नहीं है। अब तक पहचाने गए जीन इस बीमारी के कुल जोखिम का केवल 10

से 15 फीसदी हिस्सा ही समझ पाते हैं। यानी बीमारी के पीछे अन्य कारण भी अहम भूमिका निभाते हैं।

डॉ. रीमा ने बताया कि शरीर के डीएनए पर होने वाले कुछ रासायनिक बदलाव, जो बिना म्यूटेशन के होते हैं, उन्हें एपिजेनेटिक बदलाव कहा जाता है। इससे इंसुलिन बनने और ब्लड शुगर को नियंत्रित करने वाली प्रक्रियाएं प्रभावित हो सकती हैं। ये बदलाव उम्र, पारिवारिक इतिहास, खानपान, शारीरिक गतिविधि और जीवनशैली से भी प्रभावित होते हैं।

उन्होंने कहा कि स्टडी में यह भी छपाने आया कि कुछ विशेष जीन में होने वाले बदलाव डायबिटीज के शुरुआती संकेत याने बायोमार्कर के रूप में काम कर सकते हैं। इनकी मदद से बीमारी के लक्षण निश्चित होने से पहले ही जोखिम की पहचान संभव हो सकती है।

जीन के संकेत से मिलेगी मदद

डॉ. रीमा ने बताया कि सबसे अहम बात यह है कि ये बदलाव स्थायी नहीं होते। नियमित व्यायाम, संतुलित आहार, वजन नियंत्रण और स्वस्थ जीवनशैली अपनाकर इन बदलावों पर सकारात्मक प्रभाव डाला जा सकता है। भविष्य में ऐसी दवाओं के विकास की भी संभावना है, जो इन एपिजेनेटिक बदलावों को लक्ष्य बनाकर इंसुलिन की कार्यक्षमता को बेहतर बनाने में मदद करें। उन्होंने कहा कि यदि इस दिशा में और रिसर्च सफल होती है, तो डायबिटीज की पहचान, रोकथाम और इलाज के तरीके आने वाले वर्षों में काफी बदल सकते हैं।

जबकि तीसरे आरोपी की गिरफ्तारी के लिए छापेमारी जारी है। जांच के तहत

अगले कुछ दिनों में जांच आगे बढ़ने पर मामले की स्थिति और स्पष्ट हो सकेगी।

एहतियात के तौर पर पताइत को हटा लाया गया।

नवभारत टाइम्स

मां के दूध में यूरेनियम पर DAE बोला- परमाणु गतिविधियों से नहीं है लिंक

AI Image

■ NBT रिपोर्ट, नई दिल्ली

बिहार के छह जिलों में मां के दूध में यूरेनियम मिलने संबंधी अध्ययन को लेकर उठे सवाल के बीच परमाणु ऊर्जा विभाग (DAE) और भाभा परमाणु अनुसंधान केंद्र (BARC) ने राष्ट्रीय हरित अधिकरण (NGT) में स्पष्ट किया है कि यह मामला किसी परमाणु गतिविधि या रेडियोलॉजिकल रिसाव से जुड़ा नहीं है। विभाग ने कहा कि उपलब्ध आंकड़े किसी बड़े स्वास्थ्य खतरे की ओर संकेत नहीं करते।

DAE ने अपने हलफनामे में कहा कि भूजल, मिट्टी और जैविक नमूनों में कम मात्रा में यूरेनियम का पाया जाना कई क्षेत्रों में प्राकृतिक भूगर्भीय प्रक्रियाओं का हिस्सा है। इसे सीधे परमाणु प्रतिष्ठानों या परमाणु गतिविधियों से जोड़ना वैज्ञानिक रूप से उचित नहीं है। विभाग के अनुसार देश



में सभी परमाणु इकाइयां परमाणु ऊर्जा नियामक बोर्ड (AERB) के नियमों के तहत संचालित होती हैं और पर्यावरण व जनस्वास्थ्य की नियमित निगरानी की जाती है। हलफनामे में बिहार के उस अध्ययन का भी उल्लेख है, जिसमें मां के दूध के नमूनों में अधिकतम 5.25 माइक्रोग्राम प्रति लीटर तक यूरेनियम दर्ज किया गया था। DAE का कहना है

यूरेनियम को लेकर क्या है मानक?

विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) ने पीने के पानी में यूरेनियम की अधिकतम स्वीकार्य मात्रा 30 माइक्रोग्राम प्रति लीटर तय की है। वहीं AERB ने रेडियोलॉजिकल आकलन के आधार पर 60 माइक्रोग्राम प्रति लीटर तक की सीमा निर्धारित की है। DAE के अनुसार बिहार अध्ययन में दर्ज स्तर इन सीमाओं से काफी नीचे है।

कि अंतरराष्ट्रीय मानकों और वैज्ञानिक मॉडलिंग के अनुसार यह स्तर शिशुओं के लिए जोखिम वाली सीमा से काफी नीचे है। उपलब्ध शोधों में ऐसे स्तरों को कैसर, किडनी रोग या बच्चों के विकास पर गंभीर असर से नहीं जोड़ा गया है।

क

■ I
मांस
बाह
लेक
अश
उन्ह
नॉन
न
अ
ने
स्

हैं य
हैं।
बता
नहीं
बाज
लिए
अव
चिनि
के लि

[शोध] एम्स के शोधकर्ताओं ने एनआर4ए1 जीन की पहचान की, चायामार्कर के रूप में इस्तेमाल हो सकेगा, भविष्य में दवाओं को विकसित करने में नई उम्मीद बन सकती है

हिन्दुस्तान

गॉल ब्लैडर कैंसर को नियंत्रित करने में नया जीन मदद करेगा

रविजित सिंह

मुंबई/एम्स के डॉक्टरों और शोधकर्ताओं को गॉल ब्लैडर कैंसर पर शोध में एक महत्वपूर्ण सफलता मिली है। उन्होंने एनआर4ए1 नामक एक न्यूक्लियर रिसेप्टर जीन की पहचान की है। शोध में पाया गया है कि यह जीन गॉल ब्लैडर के कैंसर को नियंत्रित करने में अहम भूमिका निभाता है।

शोध के अनुसार इस जीन की कमी होने पर गॉल ब्लैडर कैंसर का दूसर लोगों से बढ़ता व शरीर में फैलता है। वहीं, इसे सक्रिय करने पर कैंसर को कोशिकाएं व बीमारी की आक्रामकता कम होने लगती है। इससे गॉल ब्लैडर कैंसर के मरीजों के

दिलचु में एनआर4ए1 की जांच कर बीमारी की आक्रामकता की पहचान आसानी से हो सकेगी। साथ ही एनआर4ए1 को टारगेट करने वाले इलाज के नए विकल्प विकसित किए जा सकते हैं।

एम्स का यह शोध इंटरनेशनल जर्नल ऑफ़ न्यूक्लियर रिसेप्टर साइकोजेनेटिक्स में प्रकाशित हुआ है। इसमें 24 गॉल ब्लैडर कैंसर के मरीज व 24 पथरी के शल्य चिकित्सक थे। उन सबको लिए नए टिश्यू से जीन की जांच कर एक एनआर4ए1 की पहचान की। गॉल ब्लैडर कैंसर की कोशिकाओं में इसकी मात्रा बहुत कम थी। शोध के दौरान विशेषज्ञों ने लैब में गॉल ब्लैडर कैंसर की कोशिकाओं पर साइटोसोलेम की (सीएसएनबी)

दस फीसदी से कम है पांच वर्ष जीवित रहने की दर



शोध में अहम भूमिका निभाने वाले एम्स के बायोकेमिस्ट्री के प्रोफेसर डॉ. सुदीप करवकर ने बताया कि गॉल ब्लैडर कैंसर बहुत जानलेवा बीमारी है। दिल्ली, उत्तर प्रदेश सहित गंगा के तराई क्षेत्र व उत्तर पूर्वी भारत में यह बीमारी अधिक होती है। ज्यादातर मरीजों में पठरास स्टोन ने बीमारी बकड़ में आती है। इस वजह से गॉल ब्लैडर कैंसर में मरीजों के पांच वर्ष जीवित रहने की दर दस प्रतिशत से भी कम है।

शुरुआती लक्षण

पेट में खर्बों और ऊपर की तरफ दर्द होना, भूख लगने में दिक्कत होना, धीरे-धीरे शरीर का वजन कम होने जैसे लक्षण दिखें तो सतर्क हो जाएं।

तीन तकनीक से इलाज

गॉल ब्लैडर कैंसर में सर्जरी, कीमोथेरेपी व रेडियोथेरेपी, तीन तकनीकों से पीड़ित मरीज का इलाज किया जाता है।

नामक योगिक व उपयोग कर एनआर4ए1 मात्रा बढ़ाकर उसे सक्रिय किया तो कैंसर कोशिकाओं की वृद्धि में कमी आई। कृत्रिम रूप से

कैंसर कोशिकाओं में एनआर4ए1 कम किए जाने पर कैंसर कोशिकाएं तेजी से बढ़ने लगीं। एनआर4ए1 गॉल ब्लैडर के मरीजों में बीमारी की

पथरी भी बड़ा कारण

शोध में कहा गया है कि गॉल ब्लैडर कैंसर का प्रमुख कारण पित्त की पथरी में पथरी होना है, लेकिन पथरी की बीमारी से पीड़ित एक से तीन प्रतिशत मरीजों में ही गॉल ब्लैडर कैंसर होता है। ऐसे में गॉल ब्लैडर कैंसर के लिए जिम्मेदार अन्य कारकों की पहचान करनी थी।

गंगा के तराई क्षेत्र के लोगों में गॉल ब्लैडर कैंसर अधिक देखा जा रहा है। इसका कारण पानी में हेवी मेटल व रसायनों की मौजूदगी को माना जाता है, लेकिन यह पूरी तरह स्पष्ट नहीं है।

- डॉ. पीके जुलका, कैंसर विशेषज्ञ

क्या है टारगेट थेरेपी

सामान्य, केमो, थेरेपी वगैरह की सहायता के बिना कैंसर को टारगेट कीमोथेरेपी दी जाती है। कई कैंसर जीन में खराबी के कारण होते हैं। पहले पता किया जाता है कि मरीज में किस तरह के जीन में खराबी है। फिर खत्म करने के लिए कीमोथेरेपी दी जाती है।

ही एनआर4ए1 को टारगेट करने वाली दवाओं का विकास भविष्य में मरीजों के लिए इलाज की नई उम्मीद बन सकती है।



घंटे के भीतर उसे ठीक करना अनिवार्य होगा। अगर कंपनी समय अवधि के

आएगी और संतोषजनक होने पर ही कंपनी को पूरा भुगतान किया जाएगा।

हिन्दुस्तान

राज्य कैंसर संस्थान में

आईएचसी जांच फिर शुरू



असर

नई दिल्ली, प्रमुख संवाददाता। दिल्ली राज्य कैंसर संस्थान में आईएचसी (इम्युनोहिस्टोकेमिस्ट्री) जांच दोबारा शुरू कर दी गई है। इससे कैंसर मरीजों को अंदाज लगाकर कीमोथेरेपी देने की जरूरत नहीं पड़ेगी।

बता दें कि अस्पताल में करीब ढाई माह से आईएचसी जांच बंद थी। इसका कारण इसका किट और रिऐजेंट उपलब्ध नहीं होना था। आपके अपने

अखबार 'हिन्दुस्तान' ने 30 मई के अंक में 'कैंसर संस्थान में अंदाज लगाकर हो रही कीमोथेरेपी' शीर्षक से खबर प्रकाशित की थी। इसमें राज्य कैंसर संस्थान में आईएचसी जांच बंद होने का मामला उठाया गया था। खबर प्रकाशित होने के बाद विभाग ने इस पर संज्ञान लिया और अस्पताल को आईएचसी जांच के रिऐजेंट व किट खरीदने की स्वीकृति दे दी।

अस्पताल की प्रवक्ता डॉ. प्रज्ञा शुक्लाने कहा कि यह जांच दोबारा शुरू कर दी गई है।

दवाओं को विकसित करने में नई रमीट बन सकता है

अगले 15 वर्ष में दोगुनी हो जाएगी दिल्ली-एनसीआर की जनसंख्या, एनसीआर प्लानिंग बोर्ड ने दावा किया

चार नए शहरों से संभालेंगे बढ़ती आबादी

परियोजना

नई दिल्ली, मुख्य संवाददाता। बढ़ती आबादी के बीच दिल्ली एनसीआर को बेहतर सुविधा के लिए मास्टर प्लान 2041 में कई प्रावधान किए गए हैं। मंगलवार को विज्ञान भवन में आयोजित बैठक में तय किया गया है कि एनसीआर में चार नए ग्रीनफील्ड शहर विकसित किए जाएंगे। इसके साथ छह राज्यों में काउंटर मैनेज्ड क्षेत्रों की पहचान की गई है।

केंद्रीयमंत्री मनोहर लाल ने कहा कि चार नए शहर जो विकसित होंगे वे नमो सिटी होंगे। जिन्हें परिवहन नेटवर्क से अन्य शहरों से जोड़ा जाता है और जहां आवास, रोजगार, शिक्षा, स्वास्थ्य सेवाओं और व्यावसायिक गतिविधियों के लिए आवश्यक बुनियादी ढांचा विकसित किया जाता है। इन शहरों के विकास के लिए 5,000 करोड़ रुपये जारी किए जाएंगे। उन्होंने कहा कि वर्तमान में एनसीआर की आबादी लगभग 7.5 करोड़ है और अगले 15 वर्षों में इसके बढ़कर 15 करोड़ तक पहुंचने का अनुमान है। वर्ष 2031 तक क्षेत्र की लगभग 57 प्रतिशत आबादी शहरी हो जाएगी, जबकि 2041 तक यह आंकड़ा बढ़कर करीब 67 प्रतिशत होने की संभावना है।

आबादी का बोझ संभालने के लिए नए ग्रीन फील्ड शहरों के साथ छह पड़ोसी राज्यों में फैले नौ काउंटर मैनेज्ड क्षेत्रों (सीएमए) की भी पहचान की है। इनमें हिसार, अंबाला, कोटा, जयपुर, पटियाला-राजपुरा, कानपुर-लखनऊ, बरेली, खजुराहो और देहरादून शामिल हैं। इन्हें उस उद्देश्य से विकसित किया

मास्टर प्लान 2041 की पांच प्रमुख बातें



1. चार नए ग्रीनफील्ड शहर, जिन्हें 'नमो नोड्स' कहा जाएगा।
2. 5,000 करोड़ रुपये की शुरुआती सहायता दी जाएगी।
3. हरियाणा के पांच जिलों को एनसीआर से बाहर करने का प्रस्ताव खारिज।
4. प्रदूषण नियंत्रण के लिए एनसीआर को तीन जोन में बांटने का प्रस्ताव।
5. नौ काउंटर मैनेज्ड क्षेत्र विकसित दिल्ली पर दबाव कम करने की रणनीति।

प्रदूषण पर मिलकर करना होगा काम

बैठक में मुख्यमंत्री रेखा गुप्ता ने प्रदूषण के मुद्दे को प्रमुखता से उठाते हुए कहा कि यह एक गंभीर और सझा चुनौती है, जिससे प्रभावी ढंग से निपटने के लिए सभी राज्यों को मिलकर दीर्घकालिक और टोस प्रयास करने होंगे। सभी राज्य मिलकर समान नीति और आधुनिक तकनीक पर काम करें तो समस्या पर नियंत्रण पड़ा जा सकता है। व्यापक स्तर पर पौधारोपण और हरियाली सर्वहन अभियान लगाकर घासए जाने चाहिए। इस दिशा में पर्यावरण संरक्षण से जुड़ी संस्थाओं, विशेषज्ञों और विभिन्न हितधारकों को साथ लेकर कार्य करना आवश्यक है, ताकि एनसीआर को अधिक स्वच्छ, हरित बनाया जा सके।

जाएगा, जिससे दिल्ली-एनसीआर में पलायन कम किया जा सके।

प्रदूषण को एनसीआर में क्षेत्रवार अलग अलग विभाजित किया जाएगा। इसके लिए तीन जोन बनाए जाएंगे। प्रदूषण नियंत्रण और अन्य प्रतिबंध केवल दिल्ली उससे सटे केंद्रीय एनसीआर क्षेत्रों में लागू होंगे, जबकि राजधानी से अपेक्षाकृत दूर स्थित जिलों को इन प्रतिबंधों से छूट मिल सकती है।

इससे दूर दराज के इलाकों में विकास कार्य पर असर नहीं पड़ेगा।

नहीं चलेगा हरियाणा का क्षेत्र : हरियाणा कई शहरों को एनसीआरपीबी से बाहर करने की मांग कर रहा था। करनाल, जींद, पानीपत, भिवानी, महेंद्रगढ़ जिलों को एनसीआर से बाहर करने की मांग कर रहा था। बैठक में फैसला लिया गया कि एनसीआर की सीमा में कोई बदलाव नहीं होगा।

नए उद्योग वेस्ट यूपी के आठ जिलों में लगाने का प्रस्ताव

दीपक सिरोही

गजियाबाद। दिल्ली में मंगलवार को नेशनल कैपिटल रीजन प्लानिंग बोर्ड (एनसीआरपीबी) की बैठक हुई। इसमें उत्तर प्रदेश के नगर विकास मंत्री ने दिल्ली के अधिकारियों को नए उद्योग गजियाबाद और नोएडा समेत पश्चिम उत्तर प्रदेश के आठ जिलों में लगाने का प्रस्ताव दिया। यह प्रस्ताव उच्च स्तरीय समिति को भेजा जाएगा।

बैठक में यूपी के नगर विकास मंत्री एके शर्मा, नगर विकास विभाग के प्रमुख सचिव पी. गुरुप्रसाद, गजियाबाद और नोएडा समेत अन्य जनपदों के अधिकारी शामिल हुए। दिल्ली के अधिकारियों ने उद्योग लगाने के लिए पर्याप्त जमीन न होने की बात रखी। इस पर नगर विकास मंत्री एके शर्मा ने कहा कि गजियाबाद, नोएडा, मेरठ, बामपत, हापुड़, बुलंदशहर, मुजफ्फरनगर और शामली दिल्ली से सटे हुए हैं। आठों जनपद एनसीआर में भी शामिल हैं। उन्होंने दिल्ली के नए उद्योगों को आठों जिलों में लगाने का प्रस्ताव दिया।

उन्होंने कहा कि उद्योग लगाने के लिए सभी सुविधाएं प्रदेश सरकार की तरफ से उपलब्ध कराई जाएंगी। इस पर दिल्ली के अधिकारियों ने मौखिक रूप से सहमति दी। यह प्रस्ताव गठित कमेटी को भेजा जाएगा। दो महीने बाद रीजनल प्लान-2041 को अंतिम कर आगे की

नमो भारत-एक्सप्रेसवे से बेहतर कनेक्टिविटी

इन आठ जिलों में पहले से ही एक्सप्रेसवे और हाईवे निकल रहे हैं। ऐसे में उद्योग लगाने के बाद बेहतर कनेक्टिविटी का लाभ मिलेगा। माल टूनाई में आसानी होगी। वहीं, दिल्ली से मेरठ के बीच नमो भारत ट्रेन चल रही है। गजियाबाद और गौतम बुद्ध नगर जिले में एयरपोर्ट भी हैं। सिटी बस भी चल रही। ऐसे में आवागमन के कई साधन मौजूद हैं।

पश्चिम यूपी में रोजगार के अवसर पैदा होंगे

अगर यह प्रस्ताव मंजूर हो जाता है तो वेस्ट यूपी के आठ जिलों में नए उद्योग लगेंगे और रोजगार के अवसर पैदा होंगे। युवाओं को दूसरे राज्यों में जाने की बजाए अपने जिले में ही नौकरी मिल सकेगी। अधिक विकास के द्वार भी खुलेंगे। इन जिलों में उद्योग लगाने के लिए जमीन की भी कमी नहीं है।

प्रक्रिया शुरू होगी। बैठक में दिल्ली-एनसीआर में पर्यावरण सुधारने पर भी चर्चा हुई। इसमें प्रस्ताव रखा गया कि बीएस-4 की बस और ट्रक सौंप करने के बाद नए खरीदने पर 30 फीसदी छूट दी जाएगी। बीएस-6 बाहनों को बढ़ावा दिया जाएगा। इसके लिए परिवर्तन स्वयंसेवा लागू की गई।



चाक-चौबंद तैयारी

देश भर के मेडिकल कॉलेजों में दाखिले के लिए रविवार को पुनर्परीक्षा होने जा रही है। प्रश्न-पत्र लीक हो जाने के कारण 3 मई की नीट (यूजी) परीक्षा रद्द करनी पड़ी थी और समूचे तंत्र को चौतरफा आलोचनाओं का सामना करना पड़ा था। ऐसे में, पुनर्परीक्षा के महेंजर सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म 'टेलीग्राम' पर 22 जून तक अस्थायी रोक लगाने के केंद्र सरकार के फैसले की तार्किकता समझी जा सकती है।

यह कदम बताता है कि कदाचार मुक्त परीक्षा संपन्न कराने के लिए सरकार बेहद गंभीर है। नेशनल टेस्टिंग एजेंसी (एनटीए) के अनुरोध पर उसने 30 जून तक टेलीग्राम के किसी संदेश को संपादित करने पर भी रोक लगा दी है। इस सोशल मीडिया मंच के बैकडेट एडिटिंग फीचर के दुरुपयोग की कई शिकायतें सामने आई थीं और इसी के कारण

इलेक्ट्रॉनिक्स एवं सूचना प्रौद्योगिकी मंत्रालय को यह सख्ती बरतनी पड़ी है। इसके पहले केंद्रीय शिक्षा मंत्रालय ने वायु सेना से भी नीट परीक्षा के लिए मदद मांगी थी। सफ है, सरकार अपने तई कोई कमी नहीं छोड़ना चाहती और परीक्षार्थियों को भी यह भरोसा देना चाहती है कि वे बेखोफ होकर परीक्षा दें और अपने भविष्य को लेकर कतई मायूस न हों।

बीते डेढ़ महीने में इस परीक्षा के 23 लाख अभ्यर्थियों और उनके अभिभावकों को जिस मानसिक यंत्रणा से गुजरना पड़ा है, उसकी भरपायी तो खैर नहीं हो सकती, मगर एक निष्पक्ष परीक्षा ही उनके साथ

'टेलीग्राम' पर आगामी 22 जून तक अस्थायी रोक लगाने का फैसला बताता है कि सरकार कदाचार मुक्त परीक्षा संपन्न कराने के लिए बेहद गंभीर है।

इंसाफ करेगी। नीट (यूजी) 2026 को दागदार बनाने वालों के खिलाफ जिस तत्परता से कार्रवाई की गई और जांच का जिम्मा सीबीआई को सौंपा गया है, उससे यह इत्मीनान हुआ है कि सरकार जल्द से जल्द वास्तविक दोषियों को सजा दिलाना चाहती है। इस तत्परता से उन लोगों को भी पैनाम मिल गया होगा, जो अपने भ्रष्ट आचरण से लाखों मासूम विद्यार्थियों के भविष्य से खिलवाड़ करने के मनसूबे बांधते रहते हैं। हाल के वर्षों में एक के बाद दूसरी परीक्षा के प्रश्न-पत्र लीक होने की घटनाएं सामने आई हैं, उसके बाद यह लाजिमी हो

गया है कि हर परीक्षा के लिए चाक-चौबंद तैयारी की जाए। कदाचार मुक्त परीक्षा न सिर्फ हमारे छात्रों का बुनियादी हक है, बल्कि हमारे पूरे तंत्र को भ्रष्टाचार मुक्त रखने के लिए भी जरूरी है। आखिर भ्रष्ट तरीके से मेडिकल कॉलेज में पहुंचे बच्चे भविष्य में किस किस किस्म के डॉक्टर बनते? क्या वे वाकई उतने संजीदा भी हो पाते, जिसकी अपेक्षा यह प्रतिष्ठत पेशा करता है?

बात सिर्फ नीट (यूजी) 2026 परीक्षा की नहीं है, इस बार सीबीएसई की 12वीं की उत्तर-पुस्तिकाओं के मूल्यांकन को लेकर भी काफी शिकायतें सामने आई हैं। इस सबसे परीक्षा-प्रणाली को लेकर चिंतित होना स्वाभाविक है। इसलिए हमें एक ऐसे आदर्श परीक्षा तंत्र की दरकार है, जो देश के किसी भी नौनिहाल के साथ कोई धोखा न होने दे। दुर्योग से, जहां सबसे अधिक संवेदनशीलता की जरूरत होती है, वहां भी गैर-जिम्मेदारी और संकीर्ण राजनीति हावी हो जाती है। पहले तो एनटीए नीट परीक्षा के प्रश्न-पत्र लीक होने की बात ही मानने को तैयार न थी, लेकिन जब मामले ने तूल पकड़ा और प्रतिपक्ष ने इसे बड़ा मुद्दा बना दिया, तब उसने इसे गंभीरता से लिया। उसके पास संसद की स्थायी समिति तक के सबालों के संतोषजनक जवाब नहीं थे। यह मामला सर्वोच्च न्यायालय तक पहुंच गया है। इसलिए, एक जवाबदेह व्यवस्था तो होनी ही चाहिए। हम अपने बच्चों को कब तक पुनर्परीक्षा और पुनर्मूल्यांकन के दुश्चक्र में फंसने देंगे?

अमर उजाला

आबादी की रफ्तार तेज, आवास पीछे : 76 लाख मकानों में सिमटी 2.3 करोड़ की दिल्ली

एक मकान पर औसतन तीन लोग और एक परिवार पर 4.2 सदस्य, अंतिम जनगणना में तस्थीर और साफ होगी

अमर उजाला ब्यूरो
नई दिल्ली। जनगणना 2027 के पहले चरण में पहले अंश आंकड़ों ने संकेत दिया है कि दिल्ली की आबादी लगातार बढ़ रही है और इसके साथ ही आवास तथा बुनियादी ढांचे पर दबाव भी तेजी से बढ़ रहा है। घरे-घरे में आवास और आवास प्रणाली सर्वोच्च में राजधानी

उत्तर-पूर्व जिला सबसे अधिक आबादी वाला जनसंख्या के हिसाब में उत्तर-पूर्व जिला सबसे आगे है, जहां 28.68 लाख लोगों की गणना की गई है। इसके बाद दक्षिण-पश्चिम जिले में 25 लाख और पश्चिम जिले में 24.42 लाख लोग दर्ज किए गए हैं। दूसरी ओर नई दिल्ली जिला सबसे कम आबादी वाला क्षेत्र है, जहां केवल 2.44 लाख लोगों की गणना हुई है।

2.30 करोड़ से अधिक लोगों की मौजूदगी दर्ज की गई है, जबकि मकानों की संख्या 75.98 लाख दर्ज की गई है।

निकाल करने वाली आबादी 2,30,78,796 दर्ज की गई है। हालांकि जनगणना अधिकारियों का कहना है कि ये तुलनाएं अकारुणिक हैं और फरवरी 2027 में होने वाली वार्षिक जनगणना के बाद और तस्थीर रहने आरंभ।

अकारुणिक के विश्लेषण से पता चलता है कि दिल्ली में औसतन एक मकान पर लगभग तीन व्यक्ति निवास कर रहे हैं, जबकि एक परिवार का औसत आकार 4.2 सदस्यों का है। विशेषज्ञों के अनुसार घुनी-घुनी केवल बढ़ती आबादी नहीं है, बल्कि आबादी और उपलब्ध रहने संसाधनों के बीच बढ़ता अंतराल भी है। इसका कारण विशेष रूप से रहने और घुनी आबादी वाले इलाकों में दिखाई दे रहा है।

33 बिंदुओं पर जुटाई गई जानकारी

पहले चरण के तीन मकानों की स्थिति, उपलब्ध बुनियादी और पौखली की वार्षिक-वार्षिक परिवर्तनों से जुड़े 33 बिंदुओं पर विस्तृत जानकारी एकत्र की गई। यह अधिगण 16 मई से 14 जून तक चला, जिसमें 50 हजार से अधिक वार्डों/क्षेत्रों की गणना की गई थी। सर्वेक्षण के लिए कुल 45,863 हजार विभिन्न वार्ड (एरियाएंग) बनाए गए थे। प्रत्येक वार्ड में औसतन 150 मकान शामिल थे। अधिकारियों का कहना है कि फरवरी 2027 में होने वाली अंतिम जनगणना में उपलब्ध की वार्षिक आबादी, जनसंख्या वृद्धि की गति और विभिन्न क्षेत्रों पर बढ़ते दबाव को स्पष्ट रूप से बताने आएगी। विश्लेषण पहले चरण के आंकड़ों पर प्रारंभ दे रहे हैं कि दिल्ली में जनसंख्या वृद्धि का स्तर उच्च है और जाने जाने वाली से आबादी, पौखल, उपलब्ध, स्वस्थ तथा अन्य बुनियादी सुविधाओं को पार में उपलब्ध-वैध वृद्धि हो सकती है।

नल सूखे, टैंकों का सहारा पिलखुवा-हापुड़ सेक्शन पर आठ ट्रेनें रहीं प्रभावित

आमर उजाहा

चिंतामनक

विभिन्न बीमारियों के कारण 30 हजार से अधिक लोगों ने दी जान, इनमें 47% मानसिक रोग से जुड़ी

मानसिक बीमारियां बनीं आत्महत्याओं की सबसे बड़ी वजह

आमर उजाहा नेटवर्क

सुई दिल्ली। भारत में मानसिक स्वास्थ्य का संकट लगातार गहराता जा रहा है। वर्ष 2024 में बीमारी से जुड़ी बर्तनों के कारण 30,617 लोगों ने आत्महत्या की। इनमें सबसे बड़ा हिस्सा मानसिक बीमारियों का रहा। कुल 14,305 लोगों ने मानसिक रोगों से जुड़ी परेशानियों के चलते आत्महत्या की, जो बीमारीजनित आत्महत्याओं का 47 प्रतिशत है। यह संख्या पिछले वर्ष के 13,978 मानसिकों से अधिक है।

राष्ट्रीय अपराध रिकॉर्ड ब्यूरो (एनडीआरबी) के आंकड़ों के अनुसार बीमारी से जुड़ी आत्महत्याओं में मानसिक बीमारियों का योगदान सबसे अधिक रहा। कुल बीमारीजनित आत्महत्याओं में लगभग हर दूसरी मौत मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं से जुड़ी थी। वहीं पुरानी और गंभीर शारीरिक बीमारियां भी आत्महत्या का एक



बीमारीजनित आत्महत्याओं में कैंसर, नरो की लत और अन्य विशिष्ट रोगों से जुड़े मामलों का प्रतिशत मानसिक बीमारियों और दीर्घकालिक रोगों की तुलना में काफी कम रहा। हालांकि विशेषज्ञों का कहना है कि कई मामलों में मानसिक और शारीरिक समस्याएं एक-दूसरे से जुड़ी होती हैं, इसलिए वास्तविक प्रभाव कहीं अधिक व्यापक हो सकता है।

कैंसर और नरो से जुड़े मामले कम

प्रमुख कारण बनीं रहीं। मानसिक अवसाद, चिंता विकार, गंभीर मनोवैज्ञानिक तनाव और अन्य मानसिक स्वास्थ्य समस्याएं बड़ी संख्या में लोगों को प्रभावित कर रही हैं। स्वास्थ्य विशेषज्ञों का मानना है कि लंबे समय तक बीमारी झेलने वाले लोगों में अवसाद और निराशा का खतरा बढ़ जाता है, जिससे आत्महत्या का जोखिम भी बढ़ सकता है। राज्यवार आंकड़े बताते हैं

कि बीमारी के कारण होने वाली आत्महत्याओं का बड़े विभिन्न राज्यों में अलग-अलग है। तमिलनाडु में 5,847, महाराष्ट्र में 3,400 और मध्य प्रदेश में 3,254 मामले सामने आए। तेलंगाना में यह संख्या 2,209 और गुजरात में 2,011 रही। कई राज्यों में मानसिक बीमारियों का योगदान बीमारीजनित आत्महत्याओं के मुकाबले अधिक रहा।

युवाओं के मानसिक स्वास्थ्य को लेकर चिंता

मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञों का कहना है कि मानसिक बीमारियों का बढ़ता बोज़ विशेष रूप से युवाओं और कामकाजी आयु वर्ग के लिए चिंता का विषय है। हालांकि उपलब्ध आंकड़ों में आयु-आधारित विवरण नहीं दिया गया है, लेकिन विशेषज्ञों के अनुसार शैक्षणिक दबाव, रोजगार संबंधी अनिश्चितता, आर्थिक तनाव, सामाजिक अलगाव और डिजिटल जोखिमों से जुड़ी चुनौतियां युवाओं के मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित कर रही हैं। ऐसे में मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं तक आसान पहुंच, समय पर परामर्श की उपलब्धता और मानसिक स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता बढ़ाना बेहद महत्वपूर्ण माना जा रहा है।



आईआईटी मद्रास ने तैयार किया ब्रेनस्टेम एटलस एंकर, रोगों के कारणों को समझने में होगी आसानी

थ्रीडी एटलस खोलेगा मस्तिष्क के रहस्य, इलाज में मिलेगी मदद

अमर उजाला नेटवर्क



वैश्विक शोध समुदाय के लिए खुला मंच

आईआईटी मद्रास ने इस एटलस और उससे जुड़े डेटा को सार्वजनिक रूप से उपलब्ध कराया है। शोधकर्ता, चिकित्सक और विद्यार्थी इसे एंकर, स्पूमन ब्रेनडन पर निःशुल्क देख सकते हैं। वैज्ञानिक समुदाय का मानना है कि इस तरह की खुली पहुंच वैश्विक स्तर पर मस्तिष्क अनुसंधान को नई गति दे सकती है।

अल्जाइमर व पार्किंसंस जैसे रोगों के शोध को मिल सकती है नई दिशा

विशेषज्ञों का मानना है कि यह एटलस अल्जाइमर, पार्किंसंस, स्ट्रोक और ब्रेन ट्यूमर जैसी तंत्रिका संबंधी बीमारियों के अध्ययन में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकता है। इसकी सहायता से प्रभावित कोशिकाओं और मस्तिष्कीय संरचनाओं की पहचान अधिक सटीकता से की जा सकेगी। इससे रोगों के जैविक कारणों को समझने और भविष्य में बेहतर निदान तथा उपचार विकसित करने संबंधी अनुसंधान को गति मिलने की उम्मीद है। आईआईटी मद्रास की यह उपलब्धि न केवल भारत में न्यूरोसाइंस अनुसंधान को बढ़ती धमती को रेखांकित करती है।

चिन्नई। भारतीय प्रौद्योगिकी संस्थान मद्रास (आईआईटी मद्रास) ने मानव मस्तिष्क के अध्ययन के क्षेत्र में एक महत्वपूर्ण उपलब्धि हासिल की है। संस्थान के सुधा गोपालकृष्णन ब्रेन सेंटर (एसजीबीसी) ने 'एंकर' नामक एक उच्च-रिज़ॉल्यूशन 3डी ब्रेनस्टेम एटलस विकसित किया है, जिसे संस्थान मानव ब्रेनस्टेम का अब तक का सबसे विस्तृत डिजिटल मानचित्र बतला रहा है।

संसाधन उपलब्ध कराता है।

एंकर अर्थात एटलस ऑफ न्यूरोकेमिकल कैरेक्टराइजेशन ऑफ द ह्यूमन ब्रेनस्टेम विद 3डी रिफ्लेक्शन में गर्भावस्था के दौरान विकसित हो रहे मस्तिष्क से लेकर बच्चों और वयस्कों तक के ब्रेनस्टेम की संरचनात्मक जानकारी शामिल की गई है। यह एटलस वि-

आयामी स्वरूप में मस्तिष्क के उस हिस्से को समझने में मदद करता है जो सांस लेने, हृदय की धड़कन, रक्तचाप और नींद जैसी जीवनरक्षक प्रक्रियाओं को नियंत्रित करता है। इस परियोजना के तहत 500 से अधिक मस्तिष्कीय सेक्शनों का अध्ययन किया गया और ब्रेनस्टेम की 200 से अधिक

संरचनाओं, नाभिकों तथा तंत्रिका तंतुओं का मानचित्रण तैयार किया गया। शोधकर्ताओं ने आठ पूरक इम्प्लोस्टेन तकनीकों का उपयोग कर विभिन्न न्यूरोकेमिकल कोशिका प्रकारों की पहचान की और उन्हें एकीकृत करते हुए अत्यंत सूक्ष्म स्तर की संरचनात्मक जानकारी तैयार की।

जित
नई
तहत
तहत
जीत
के
जारी
कर्मच
क्षेत्र के
सार्वज
चाहते
जा रा
नए नि
अनुसंध
पैकेज'

हो और वह जिन उद्योगों को प्रभावित करेगा, वृद्धि के लिए नए खूबियों को खोजने और नए बाजारों की ओर मोड़ रहा है।

अमर उजाला

जी7 नेताओं ने कैंसर के खिलाफ एकजुट लड़ाई का किया आह्वान

एवियन। वैश्विक स्वास्थ्य के क्षेत्र में बड़ा कदम उठाते हुए, जी7 नेताओं और भारत सहित भागीदार देशों ने कैंसर से एकजुट लड़ाई के लिए एक संयुक्त घोषणापत्र जारी किया। इसमें अनुसंधान में तेजी लाने, वैज्ञानिक सहयोग को गहरा करने और यह सुनिश्चित करने की सामूहिक प्रतिबद्धता दोहराई गई कि कैंसर विज्ञान के क्षेत्र में होने वाली प्रगति हर मरीज तक पहुंचे।

इस बीमारी के खतरनाक वैश्विक बोझ को रेखांकित करते हुए घोषणापत्र में कहा गया है,

2050 तक कैंसर के मामलों में 80 फीसदी बढ़ोतरी की आशंका

दुनिया भर में हर साल लगभग एक करोड़ लोग कैंसर से जान गंवाते हैं। आबादी के बूढ़े होने और पर्यावरणीय व व्यावहारिक जोखिम कारकों के कारण, 2050 तक वैश्विक स्तर पर कैंसर के नए मामलों में 80 प्रतिशत की वृद्धि होने का अनुमान है। यह समाज, स्वास्थ्य प्रणालियों और अर्थव्यवस्थाओं पर और भी बड़ा बोझ डालेगा। एजेंसी

2027 की जनगणना का पहला चरण 23 राज्यों व केंद्र शासित प्रदेशों में पूरा

नई दिल्ली, प्रेद : 2027 की जनगणना का पहला चरण 'घर सूचीकरण और आवास जनगणना (एचएलओ)' अब तक 23 राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों में पूरा हो चुका है। पहली बार यह प्रक्रिया डिजिटल हो रही है, जिसमें गणक जानकारी एक विशेष मोबाइल एप्लिकेशन का उपयोग करके एकत्र कर रहे हैं।

एक सरकारी बयान में बताया गया कि केरल और नगालैंड में 15 दिन की आत्मगणना प्रक्रिया चल रही है। एक जुलाई से एक क्षेत्रीय अभियान शुरू होगा जो 30 जुलाई तक जारी रहेगा। इस चरण के लिए क्षेत्रीय संचालन मंगलवार को हिमाचल प्रदेश में शुरू हुआ और यह पहले से ही गुजरात, जम्मू-कश्मीर, लद्दाख, पुडुचेरी और उत्तर प्रदेश में चल रहा है।



देश की आठवीं जनगणना 11,718 करोड़ की लागत से आयोजित; केरल और नगालैंड में आत्मगणना प्रक्रिया चल रही

बयान में कहा गया, 'जो निवासी आत्मगणना पूरी कर चुके हैं, उनसे अनुरोध है कि वे अपनी आत्मगणना आइडी तैयार रखें और क्षेत्रीय दौरे में गणक के साथ साझा करें ताकि प्रक्रिया पूरी की जा सके। जो भी परिवार आनलाइन आत्मगणना के लिए नहीं गए हैं, उन्हें गणकों द्वारा घर-घर जाकर कवर किया जाएगा।' स्वतंत्रता के बाद की यह आठवीं

जनगणना 11,718 करोड़ की लागत से आयोजित की जा रही है।

विशेष वेबसाइट पर आत्मगणना : आवास सूचीकरण क्षेत्रीय संचालन के दौरान पहली बार नागरिकों को एक विशेष रूप से विकसित वेबसाइट पर आत्मगणना का प्लेटफार्म भी प्रदान किया गया है, जहां वे 33 प्रश्नों का उत्तर दे सकते हैं, एक आइडी उत्पन्न कर सकते हैं और जब गणक सत्यापन के लिए आएंगे, तो उसे दे सकते हैं।

जनगणना का दूसरा चरण अगले वर्ष फरवरी में आयोजित किया जाएगा, जिसमें देश के हर व्यक्ति के जनसांख्यिकीय, सामाजिक और आर्थिक विवरण दर्ज किए जाएंगे। जाति से संबंधित प्रश्न भी दूसरे चरण का हिस्सा होंगे। 2027 की जनगणना के लिए संदर्भ तिथि एक मार्च, 2027 होगी।

मफ्त बिजली का बढ़ता बोझ बनी



योग दिवस (21 जून)

आज को दिनचर्या हमारे शरीर और मन को संतुलन के लिए निर्दिष्ट बनाती है। यद्यपि वैज्ञानिकों ने वैश्विक रूप से योग को दिन में आसन-व्ययाम से जीवन में योगी-बहुत प्रतिक्रिया लाने का प्रयास भी करे। वे कुल्लो, हैमस्टिंग, कपड़े, पैर और टांगों के अवरोधक बनने लगते हैं। इसके बाद कुछ लोग व्ययाम करने का उद्देश्य क्यों छोड़ देते हैं। दरअसल, लक्ष्यकार बड़े रहने, पतल मुद्रा में संतुलन या टांगों देखने और तनाव धीरे दिनचर्या के पहले शरीर व्ययाम करने लक्ष्य को नहीं कर जता। अब क्यों क्या? इसका उत्तर उतना है कि पहले शरीर को गतिमान अवस्था में लाने, तबकि रक्तसंचार सही हो व शक्ति में लचीलपन आए। इसके लिए टांगलने, कुछ घुमन व्ययाम करने को जरूरत है। धीरे-धीरे महसूस करेंगे कि योगसन तंत्रों को आसन बनाने लगे हैं।

शारीरिक सक्रियता को बनाए उद्देश्य

आज पूरा विश्व योग के फायदे को समझ रहा है। फिटनेस उद्योग और युवाओं के बीच में भी योग लोकप्रिय हो रहा है। दैनिक योग से शारीरिक, मानसिक और भावनात्मक रूप से अपर ऊर्जावान महसूस करेंगे। शरीर को जल्द ही सक्रियता है। योग, पैर, शक्ति किसी भी रूप में यह सक्रियता होने चाहिए। लक्ष्य लोभ अब हर दिन योग कर रहे हैं और जेडों व रीढ़ के दर्द असंगठित होकर गिरने, घबरा-घबरा कर पढ़ने को विद्यार्थियों से वे धीरे-धीरे मुक्त हो रहे हैं। योग शरीर से तबकि और आत्मसंयम का संकेत बढ़ता है। सही मुद्रा और संतुलन मानसिकता को मजबूत करते हैं। योग शरीर में निष्कल तन्त्रों के जन्म को संकेत है, गतिशास्त्र तंत्र को मजबूत बनाता है।

हर तरह से है लाभदायक

योग किसी के लक्ष्य का भी विधान है, जिससे अपर तबकिमुक्त होते हैं। मोटापने के लक्ष्य लक्ष्य योग संयमन के पूर्व विधिक हा इंकार बसावट्टी बनते हैं कि अगर कार्यस्थल पर व्यस्तता है, तो भी योग विधिक का संकेत लेना योग का लेने से तनाव कम हो सकता है। अपर यह का समय निश्चय लिए, वे लेनेका और एक ही योग योग कर ले, तो स्वस्थता लेने समय तक आना बन लेता है। दो-तीन घंटे में अनेक उपलब्धियां प्राप्त कर सकते लेने। ध्यान रहे सुकृष्ण हस्त।

समय योग से करें, तबकि अवकाशक पोषणियों न अब।



दैनिक जीवन में संतुलन बनाए रखने का तरीका सिखाता है योग। इससे विचारियों की चिन्ताओं से तो मुक्त होते ही हैं, साथ ही हर छोटे-बड़े कार्यों में अपनी चतुरी कुशलता को भी महसूस करने लगते हैं। मन-मन को कैसे साधता है योग अभ्यास, फिर तरह जीवन में लाल है वदला, यता रहे हैं प्रधान भिभ

आनंदमय जीवन बस आधे घंटे योग



योग के शारीरिक लाभ

- इम्यून सिस्टम मजबूत होने लगता है।
- रींगनटरी, कार्डियोवैस्कुलर सिस्टम में सुधार।
- रक्तसंचार में सुधार होता है।
- शारीरिक व मानसिक संतुलन में सुधार महसूस करते हैं।
- तनाव, बलशुभर और कोलेस्ट्रॉल को नियंत्रित करने में मदद मिलती है।
- शरीर के विद्यार्थी से मुक्ति, लक्ष्य में लक्ष्य मिलती है।

योग के दौरान वे काम भी करें

- योग से पहले गर्मजुब कर जेडों को लचील बनाएं।
- इसके लिए सुकृष्ण और हल्के आसन करें।
- व्यासन, सुर्वेनमवकार से शुरुआत कर सकते हैं।
- योग करने के बाद कुछ मिनट के लिए आराम्येह मुद्रा में लेट जाएं। शरीर के सभी अंगों पर मन एकत्र करें।
- प्रतिदिन प्रयासम और ध्यान करने से दिनचर्या में सुधार होगा व सकलतमयका बढ़ेगी।



• छोटी-बेटीक

सभी के लिए जरूरी है योग

जैसी समस्याएं बढ़ रही हैं। ध्यान रहे कि अंतर्दूतक परिलक्ष्य होती है। आज लोग

योग कोई भी व्यक्ति कर सकते हैं। वरुण गधा है- युवा युवाओंके लिए या वरुणियों दुर्बलियों के। अतः युवा, युवा, रीढ़ी या कम्पोजर अलस्य को लक्ष्यकर लक्ष्य के अनुसार योग का अभ्यास कर सकते हैं। योगशास्त्र में हर उम्र के लिए योग बताया गया है। प्रतिदिन दस मिनट का योग कर सकते



डॉ. ईश्वर कनकरावठूरी
सुविधिक चिकित्सा केन्द्र के संस्थापक, दिल्ली

है। दो से लेकर आठ घंटे तक भी योग कर सकते हैं। इसी अनुसार योग का प्रोटोकॉल तय होता है। आजकल वीडियो और इंटरनेट मीडिया पर जनसंचारियों की भरमार है, पर योग हमेशा विशेषज्ञ के मार्गदर्शन में सीखना चाहिए। योग में आहार को उचित महत्वपूर्ण माना गया है। आजकल मिखावटी आहार और असुविद्यता से अतः की संकेत निगाह रही है। इससे किडनी, लिवर

समस्या में सुधार होता है। इससे अतः नींद अतः है और मानसिक संतुलन में सुधार होता है। प्रयासम और ध्यान के अभ्यास से लक्ष्य वरुण हार्मोन 'कार्टिसोल' का प्रभाव कम हो जाता है। इससे तैलन सही पर सुधार होता है, पाक आनी की कार्यक्षमता बेहतर होती है, दुर्लभ योगमिड जैसे उपघों से नींद में सुधार होता है और तीसरा मानसिक संतुलन में सतत सुधार दिखने लगता है। प्रतिदिन योग के लिए बड़ा समय अवकाश निश्चयन चाहिए।

प्रकृति के साथ व्यवहारिता ही जीवनशैली

योग जीवन जीने का विधान है। इसे व्यवहार में लाना जरूरी है, फिर देखिए उतका क्या लाभ होता है। सुकृष्ण व्ययाम ही हर किसी को बनना चाहिए। इसी दिनचर्या में धीमी भी और कभी भी किता ज सकता है। लोग अपने व्ययाम में इतना व्यस्त हो चुके हैं कि उनके व्ययाम शक्ति ही नहीं है। इसी का



डॉ. हेमा जी योगेन्द्र
केन्द्र के संस्थापक, मुंबई

दुष्प्रभाव शरीर पर पड़ता है। एक ही उम्र घटी घटी रहने से शरीर में अकलन, लक्ष्यकर छोड़े रहने से घुटने और कमर में दर्द जैसी समस्याएं हो रही हैं। अगर सुकृष्ण व्ययाम नहीं कर का रहे हैं तो लक्ष्य करने हुए पैरों को लींचे कर सकते हैं, अनुचित, लक्ष्य-पैरों में बोझ विधिक लाने का प्रयास करें। गर्दन को सुकृष्ण आसन-काल देख सकते हैं। मीडिया रहने से शरीर में अतः बढ़ती है। सभी को लक्ष्य भव्यसन करना चाहिए। जे जेडों तैलन जीवन को बेहतर बना सकती हैं। मन की कभी प्रतिबिंब - अकलन लोभ मानसिक तैल पर अकलन हो रहे हैं। इसके लिए योग को अपर्याप्त, वरुणिक वह मन का

प्रतीक भी है। योगी करते हैं कि उतका का मन एक विकसित मस्तिष्क है-मन एव मनुष्यका कारण बचपनधारी - ननुय का मन ही सभी दुखों और समस्याओं का कारण है। यही मन सुकृष्ण, योग मूलतः जीवन और अंतर्दूत की विद्यार्थी में ला सकता है। जब आधुनिक मन

योग से प्रतिबिंब होगा, तो समझने और सोचने की प्रकृति स्वकारात्मक होगी। मन लक्ष्य सही उम्र से लोभ, जब वह उतक और संतुलन में हो। योग से भावनात्मक विकास - योग की एक परिभाषा है कि तमसक योग उतका। योग से कहा गया है कि सुकृष्ण और दुख से उतक उतकी। जब मन आशा हो तो एक लक्ष्य वास लेने से भी राहत मिल सकती है। बोझ भुगनासन, संतुलनसन, वज्रसन, वक्रसन कर ले तो संकारकमयक मजबूत करेंगे।

लेख विस्तार से पढ़ने के लिए स्कैन करें।



इन आसनों से करें शुरुआत

वज्रासन
बैठकर किया जाने वाला यह आसन बहुत ही सहजत से किया जा सकता है। इससे पीठ और पैरों की मांसपेशियां मजबूत होती हैं और अलग अलग स्थितियों में सहज रहते हैं। यह पापन में सुधार भी करता है।



त्रिकोणासन

इस आसन से मांसपेशियों में शिथिल आत है और शरीर की सक्रियता में सुधार होता है। अन्य आसनों से अलग इसमें आधरों अनेक शरीर के संतुलन का खासत रखना होता है।

धनुरासन

इसे पेट खाली करे यानी भोजन के 4-6 घंटे बाद। इससे पेट, छाती, जबो, टांगों, कमर के निचले हिस्से, गर्भ और शरीर के अगले हिस्से अति में शिथिल आत है। यह पेट की मांसपेशियों को मजबूत करता है और भी कई तरह से यह लाभदायक है।

भुजंगासन

यह कंधों, छाती और पेट की मांसपेशियों को खींचकर किया जाता है, जिससे पीठ के निचले हिस्से की अकलन कम करने और शरीर के ऊपरी हिस्से का लचीलपन बढ़ाने में मदद मिलती है।

सर्वांगासन

इसमें पूरे शरीर का संतुलन कंधों पर समाता है। साथ ही शरीर के सभी अंगों की कार्यक्षमता में सुधार होता है। यह शारीरिक और मानसिक दोनों ही संतुलन के लिए लक्ष्यकारी आसन है।

