DAILY NEWS BULLETIN

LEADING HEALTH, POPULATION AND FAMILY WELFARE STORIES OF THE Day

Thursday **20260716**

.

radhan's resignation egularities in NEET. ding education and of great concern to the student community in crores." action in the matter immediately," stated the PIL. di's resolve to purify the Yamuna." He said that work had already sta

Power of second life: X-ray plates become dresses, as do orange peels

Meghna.Dhulia
@timesofindia.com

New Delhi: Discarded X-ray sheets transformed into stylish dresses, bags stitched from retired Army uniforms, decor crafted from textile waste collected in Ladakh and used shoes refurbished for schoolchildren.

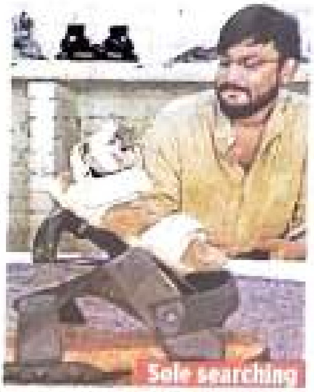
These are among the innovative ideas on display at Weave the Future 4.0-Upcycling Edition, where waste in its many forms is being given a second life, sometimes as fashion, sometimes as utility and often with a larger social or environmental purpose.

Organised by the Union ministry of textiles, the fourth edition of the platform showcases India's journey towards sustainable and circular textiles. Running until July 17 at Dilli Haat, it brings together over 100 brands, artisans, thrift collectives and innovators working in upcycling, recycling, repair and circular design.

TEXTILE WASTE TO TIMELESS CRAFT

Photos: Anushka Kogta

The event has brought together over 100 brands, artisans, recyclers, thrift collectives and innovators working in upcycling, recycling, repair and circular design. A wide range of products are on display



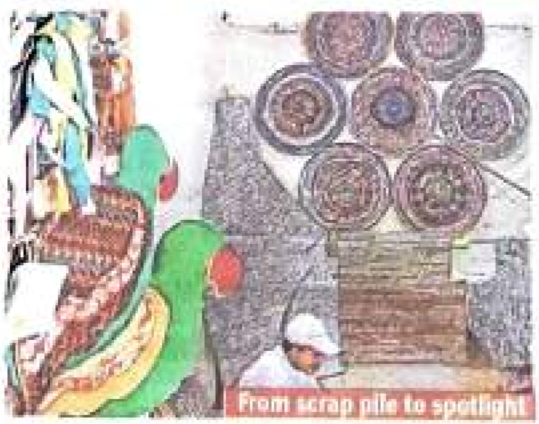
Sole searching

Location: Dilli Haat, INA

Exhibition open to public till July 17

Spinning stories

Waste to wonder



From scrap pile to spotlight

Among the more unusual creations is a dress made from discarded X-ray sheets. Agahmi founder Prachi Aggarwal said the brand experiments with unconventional waste materials to create garments. "We have used X-ray sheets to make dresses. Orange peels and wasted corn are also used to create fabric for garments," she said. While the X-ray dress is priced at Rs 5,250, a garment made from orange-peel fabric costs Rs 3,800.

Elsewhere, discarded footwear is finding its way back to schoolchildren in a new avatar. GreeSole Foundation collects old shoes, refurbishes them using waste material and donates them to children in need. "We completed 10 years this Environment Day and have served about 10 lakh students," said Astha Pramanik, the foundation's CSR and marketing manager.

"As the shoes also have to look appealing to children, we ensure that they do and refurbish them using the waste material that we collect. In Delhi, we have a centre in Bawana where people can donate their old shoes". She said the initiative helped save 4,500 tonnes of emissions.

Military uniforms, too, are getting a second life. Vardi Ka Samman, an initiative of Sewaj Neesin Foundation, transforms uniforms donated by retired Indian Army personnel into bags, diaries, showpieces and laptop bags.

For mother-daughter duo Soma and Raka Banerjee, leftover fabric from Soma's Kolkata-based apparel brand became the starting point for Dui. "We use leftover fabric waste to make bookmarks, baskets, pouches, bags and notebooks, preventing the material from ending up in landfills," Raka said.

The exhibition turns the spotlight on reuse. Unneu, a re-commerce platform for pre-loved sarees, was born from founder and CEO Indrani Chowdhury's overflowing wardrobe. "I had hundreds of sarees. One day, I opened my wardrobe and many fell on my head. I realised something needed to be done," she said. The platform resells sarees, while enabling women as micro-entrepreneurs.

Nearly 10,000 more MBBS seats up for grabs this yr

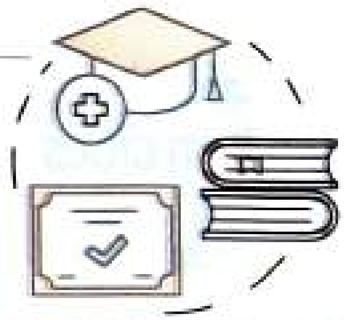
Total Capacity In 2026-27 At Record 1.3L

Anuja.Jaiswal
@timesofindia.com

MAXIMUM SEATS IN K'TAKA

MBBS Seat Matrix (AY 2026-27, excluding INIs)

Category	Government	Private	Total
Medical colleges	441	382	823
Seats renewed	61,185	65,843	1,27,028
Seats increased	2,111	7,800	9,911
Total MBBS seats	**63,296**	**73,643**	**1,36,939**



Top states for medical colleges & MBBS seats

State	Govt Colleges	Private Colleges	Total Colleges	Total MBBS Seats
Uttar Pradesh	49*	39	88**	14,000 (2nd highest)
Maharashtra	42	44	86	13,099
Tamil Nadu	37	41	78	13,999 (3rd highest)
Karnataka	24	51***	75	15,395 (Highest MBBS seats)
Rajasthan	33	18	51	8,080

*(Highest govt colleges), **(Highest overall), ***(Highest private colleges)

New Delhi: National Medical Commission has approved 9,911 additional undergraduate seats, taking the country's total MBBS capacity to a record 1,36,939 for the 2026-27 academic session.

The seat matrix released by the regulator also shows 1,27,028 renewed seats apart from the additional ones, approved through new medical colleges and increased intake in existing institutions. The expansion comes at a time when over 22 lakh candidates appear for NEET-UG every year, with the demand for MBBS seats continuing to far exceed availability.

Explaining the sharp rise in the number of MBBS seats, Medical Assessment and Rating Board (MARB) president M K Ramesh said the increase was driven by changes introduced under Graduate Medical Education Regulations, 2023.

"Earlier, a medical college could apply for an increase in MBBS seats only after its first batch had completed four-and-a-half to five years. Under the 2023 regulations, that restriction has been removed. Colleges can now seek an increase in intake from the second year itself, provided they meet the prescribed norms," Ramesh told TOI.

The approved seat matrix, which excludes Institutes of National Importance such as AIIMS and JIPMER, covers 823 medical colleges across the country, including 441 govt and 382 private institutions, and will form the basis for this year's counselling. NMC said the matrix could be revised if required following decisions of the Appeal Committee or any other competent authority.

With MBBS seats touching a record high, India is expected to expand its medical workforce. The Centre estimates the country's doctor-population ratio at 1:811, compared with the widely cited benchmark of one doctor per 1,000 population.

But NMC also warned medical colleges against admitting students beyond the sanctioned intake, saying any violation would attract regulatory and penal action under NMC Act, 2019. Colleges have been asked to verify their approved seat matrix before counselling begins and report any discrepancies to MARB.

Of the 9,911 additional MBBS seats, 2,400 are in 25 newly established medical colleges (seven govt and 18 private), while the remaining 7,511 have come from enhanced intake in existing colleges. Private institutions accounted for nearly 79% of the additional seats approved this year.

'Give us a kidney or give us death': 5 new mothers from Kota write to President

Parul Kulshrestha
Jaipur, July 15

FIVE WOMEN who underwent C-sections at a Kota government hospital in May and have since developed severe kidney damage have written to President Droupadi Murmu seeking her intervention for an emergency organ transplant, saying they should either undergo the surgery or be "permitted to be euthanised".

In their letter, the five women who underwent C-sections at Kota's New Medical College between May 5 and 7, and have remained in the hospital since, accused it of medical negligence, alleging administration of counterfeit medicines caused severe kidney damage, leaving them dependent on regular dialysis. This comes after at least 18 women died due to childbirth complications over last two months, with five of them at the Kota hospital.

In their letter, the women said they had exhausted all avenues of relief, seeking either an immediate transplant, action against those responsible and adequate compensation or, failing that, permission for euthanasia, saying they no longer had a dignified way to live.

All five women are admitted to the hospital's Super Specialty Block (SSB).

"We repeatedly approached the Kota district collector, the Kota-Bundi MP and the Rajasthan CM, but have received neither justice nor adequate medical or financial support," one of the women, Ragini Meena, told *The Indian Express*.

"Living with kidney failure, fluid-filled lungs, breathing difficulties and the need for oxygen support, while undergoing painful dialysis every 48 hours has made us tired... Our families are facing severe financial hardship, as our husbands are forced to quit their jobs to care for us."

Mohan Lal, whose wife Dhanni Bai underwent a C-section on May 4, said his wife was now "scared of dialysis".

"How long will we continue like this? Every time she goes for it, she vomits and doesn't sleep at night. It has been 72 days since she was admitted to the hospital. Now, my wife and the other women have refused dialysis and want a kidney transplant."

This comes at a time when the state saw nine more maternal deaths last week — five in Bhilwara and four in Banswara.

The deaths have raised questions about the state of healthcare in Rajasthan. In all 18 deaths, the state said the cases are still under investigation

Visiting Banswara after the deaths last week, Health Minister Gajendra Singh Khimsar has claimed that, of the four deaths in Banswara, two were connected to childbirth.

"One took abortion pills without consulting the doctor when she was two months pregnant. Other women came from Madhya Pradesh, and her condition deteriorated during travel. The remaining two died after childbirth due to high blood pressure and liver problems."

SC considers SOP to hear urgent life and liberty cases after working hours

Express News Service
New Delhi, July 15

THE SUPREME Court on Tuesday agreed to consider implementing a Standard Operating Procedure (SOP) to facilitate access to constitutional courts during off-duty hours in urgent matters involving questions of life and personal liberty.

A three-judge bench, presided over by Chief Justice of India Surya Kant, issued notice on a plea filed by Advocate Maheravish Rein, who said that, as of now, litigants find it difficult to access the courts at night.

"My grievance is if I am a poor man, I want to have access to justice, I can only access the legal aid committee during the day, not at night. I can access the court only during the day, not at night," she told the bench, also comprising Justices Joymalya Bagchi and V Mohana.

She referred to Article 32(4) of the Constitution which says, "The right guaranteed by this Article (to move the SC for enforcement of fundamental rights) shall not be suspended except as otherwise provided for by this Constitution."

She submitted that even in urgent matters, when applications are filed, the litigants have to wait until the next morning for them to be heard.

The CJI said that, though it does not happen regularly, many a time lawyers file vague applications. "I don't say it's a regular practice, but sometimes vague applications are filed. How can such matters be listed on the same day?," the CJI said.

Justice Bagchi pointed out that there have been instances when the SC has sat even at night, but counsel said this does not happen in every needy litigant's case.

Justice Bagchi said, "What you want is official hours and unofficial hours to become the same; we do not agree to that."

The judge added, "There is difference between access to justice during official hours. There is a difference and a different criterion proposed to access to justice beyond official hours. If that was not there, your case is made out of non-access. But a graded access to justice is not denial of justice."

Issuing notice to High Courts on the plea, the CJI asked the counsel to "give some concrete solutions, some SOP as to what is the procedure that can be followed after court hours which according to you will ensure access to justice".

CJI Kant recalled that he had "earlier made a request to High Courts that you start working 24x7 like government hospitals. If I can make a request to High Courts, then why not SC (Supreme Court)? But tell us what the SOP is. Because mere announcement is not going to serve any purpose unless it is implemented at the ground level".

Solicitor General Tushar Mehta, who was present in court, said it would be better if the SC examined it on administrative grounds rather than asking the High Courts to do so at this stage.

People losing sleep in big cities due to high night-time temperatures: Study

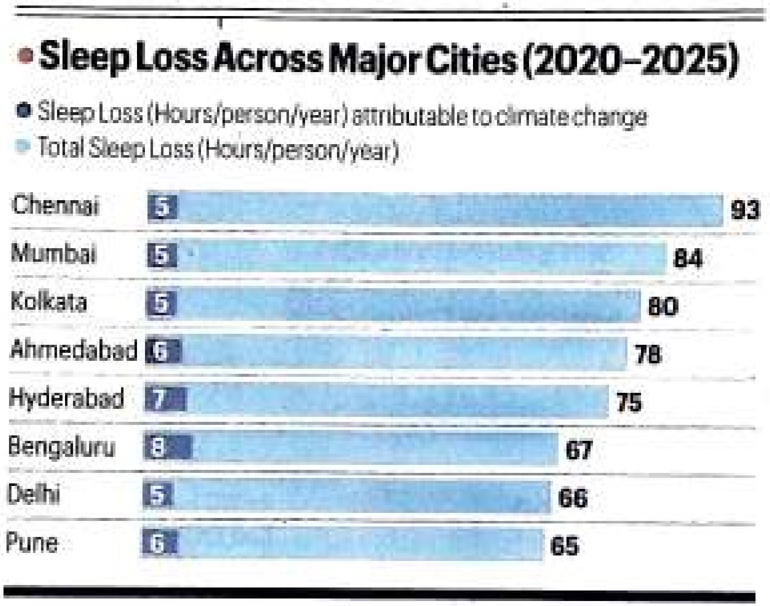
Anuradha Mascarenhas
Pune, July 15

People in some of India's largest cities are losing between 65 and 93 hours of sleep each year because of climate change-induced increases in night-time temperatures, a new study has revealed.

Chennai was found to be the city with highest overall sleep loss in India, with residents losing an average of 93 hours of sleep annually, of which five hours could be directly attributable to climate change, according to the study by Climate Central, a US-based climate advocacy group. Residents of Mumbai and Kolkata are losing 84 and 80 hours of sleep respectively every year, the study said.

The study used an already-established relationship between night-time temperatures and sleep to assess loss of sleeping hours in more than 1,300 cities across the world.

It found that an average person in these cities lost nearly 56 hours of sleep per year in the 2020-2025 time period because of unusually high night-time temperatures.



At least 10 per cent of this sleep loss could be directly attributed to human-induced climate change.

Unusually high night-time temperatures has emerged as a major concern in recent years, and the cause of many heat-related deaths. High temperatures at night prevent the human bodies from cooling down and recover from the heat stress experienced during the day, leading to loss of energy, discomfort and lack of productivity during day time. It is also a health hazard, increasing the risk of strokes and other cardiovascular conditions. Short and poor-quality sleep can also shorten life expectancy and increase the risk of accidents and injuries.

Due to climate change, night-time temperatures have increased at a faster rate compared to day-time temperatures across the world.

"Many people have been experiencing hotter summer nights, making it harder for the body to cool down before sleep. As a result, sleep quality suffers, which can lead to irritability, mental and physical fatigue. People living with chronic health conditions are particularly vulnerable to these effects," Abhiyant Tiwari, lead, climate resilience and health at the Natural Resources Defence Council (NRDC), an environmental advocacy group, said.

The study included over 100 Indian cities, and found substantial losses in sleeping hours everywhere. Delhi and Chandigarh were among the cities where the sleep loss was the lowest, about 67 and 62 hours every year. Bengaluru happened to be the city where the footprint of climate change was observed to be the highest, about 12 per cent of the 67 hours lost every year.

ing, the official said.
Praveen Kumar, Direc-

Sundarbans till now. The

completion of fence-relat-

C-section complications row: kin of five Rajasthan women appeal to President for help

Press Trust of India
KOTA

The families of five women admitted to the New Medical College Hospital (NMCH), Kota, have written to the President of India seeking permission for euthanasia if they do not receive a kidney transplant. They sent a memorandum to Droupadi Murmu with the demand after the five refused dialysis and insisted on a kidney transplant or death.

The development comes after the five women underwent 32 rounds of dialysis in the past 68 days and continue to battle kidney infection suffered after their C-section delivery.

NMCH Principal Dr. Nilesh Jain said on Wednesday that the five new mothers with kidney complications were fully stable and fit to be discharged. He said that the women were fit to go home and can receive dialysis on an outpatient basis.

Silent plight: One of the five women undergoing treatment at the New Medical College Hospital in Kota, Rajasthan, on Wednesday. PTI

Dr. Jain said if the patients refused dialysis, toxic waste would accumulate in the body, leading to severe health complications.

On transplants, the Principal said that a patient must be observed for three to six months for acute renal failure before being categorised as end-stage renal disease.

Mohan Lal, whose wife is undergoing treatment since May, said: "We cannot watch them suffer anymore. If they do not give us a written assurance for kidney transplants within 48 hours, we will stop bringing them for dialysis and let them die. We are living like walking corpses."

The Rajasthan government has ordered a probe into the post-delivery complications at Kota hospitals.

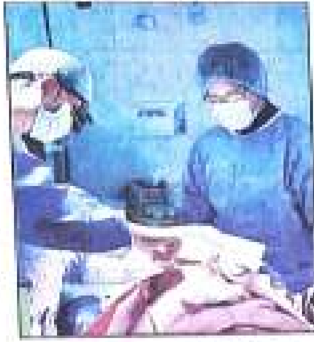
विश्वविद्यालय के नॉर्थ और साउथ बसें तय रूट पर पीक ऑवर्स में चलेंगी। रही है। दिल्ली में 200 मीटर से ज्यादा तय किया जाता है। जल मंत्री प्रवेश की। कोई नेसंगतियों का ब्योरा मांगा है।

दुर्लभ सर्जरी | एम्स के डॉक्टरों ने चार महीने के बच्चे का ऑपरेशन करके जान बचाई, सर्जरी के महज दो दिन बाद ही बच्चे को छुट्टी दे दी

खराब फेफड़ों के साथ जन्मे शिशु को मिला नया जीवन

नई दिल्ली, प्रमुख संवाददाता। एम्स के डॉक्टरों ने महज चार महीने के बच्चे के फेफड़ों की दुर्लभ और तकनीकी रूप से मुश्किल सर्जरी करके उसे नया जीवन दिया। उसको एक जन्मजात दिक्कत थी, जिससे दोनों फेफड़े प्रभावित थे।

खासबात यह है कि ऑपरेशन के बाद बच्चे ने बेहद तेजी से रिकवरी की और महज दो दिन बाद ही उसे छुट्टी दे दी गई। अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान अनुसंधान संस्थान के पीडियाट्रिक सर्जरी विभाग के प्रोफेसर डॉ. विशेष जैन ने बताया कि बच्चे में जन्म से पहले ही 'कंजेनिटल पल्मोनरी एयरवे मैलफॉर्मेशन' (सीपीएएम) का पता चल गया था।



इस स्थिति में मां के गर्भ में ही फेफड़े का एक हिस्सा असामान्य रूप से विकसित होता है और सिस्ट (गांठ) जैसा टिश्यू बना लेता है। यह सामान्य फेफड़े की तरह काम नहीं कर पाता।

आमतौर पर यह समस्या एक तरफ के फेफड़े में होती है, लेकिन इस बच्चे में यह खराबी दोनों फेफड़ों में थी।

डॉक्टरों ने बताया कि दोनों फेफड़े प्रभावित होने की वजह से सर्जिकल टीम फेफड़े के पूरे लोब (फेफड़े का बड़ा और आम तौर पर हटाया जाने वाला हिस्सा) को नहीं हटा सकती थी। ऐसा करने पर बच्चे के पास भविष्य के लिए पर्याप्त स्वस्थ फेफड़े का टिश्यू नहीं बचता। इसलिए उन्होंने केवल बीमारी वाले हिस्से को हटाने का ज्यादा बारीकी वाला तरीका चुना और इसकी शुरुआत दाईं ओर से की।

यह होता है सेगमेंट

डॉक्टर ने बताया कि हर फेफड़ा छोटी-छोटी काम करने वाली इकाइयों से बना होता है जिन्हें 'सेगमेंट' कहते हैं। ये संतरे के प्राकृतिक हिस्सों की तरह होते हैं। हर सेगमेंट की अपनी अलग ब्लड सप्लाई और एयर-वे होती है। पूरे लोब को हटाना आसान होता है, लेकिन सिर्फ एक या दो अलग-अलग सेगमेंट को हटाना कहीं ज्यादा मुश्किल काम है।

बड़ी तकनीकी उपलब्धि

पीडियाट्रिक सर्जरी विभाग के हेड डॉ. संदीप अग्रवाल ने बताया कि दायां फेफड़ा तीन लोब से बना होता है। इस मामले में एम्स की टीम ने दाएं फेफड़े के निचले लोब का ऑपरेशन कर 9वें और 10वें सेगमेंट को हटाया। पूरे फेफड़े में सेगमेंट 9 और 10 को निकालना सबसे मुश्किल होता है। की-होल सर्जरी से सुरक्षित रूप से करना बड़ी तकनीकी उपलब्धि है।

फिर होगा ऑपरेशन

फिलहाल इस ऑपरेशन में सिर्फ दायीं तरफ का इलाज किया गया है। बच्चे के बाएं फेफड़े के प्रभावित हिस्से के इलाज के लिए दूसरी सर्जरी की जरूरत होगी। डॉक्टरों का कहना है कि इसकी योजना कुछ महीनों बाद बनाई जा रही है। जब बच्चा थोड़ा बड़ा और ठीक हो जाएगा तब ऑपरेशन किया जाएगा।

लगातार तैयार करते रहेंगे।' 2. एप्लाइड स्किल्स : ये कौशल एआई के अपनाई जाती हैं। में

नर्सिंग में बढ़ती जाएंगी संभावनाएं

एक्सपर्ट टिप्स

डॉ. संजीव कुमार आचार्य
सीनियर करियर काउंसलर

■ **मैं बीएससी नर्सिंग का कोर्स कर रही हूं। आगे नर्सिंग के क्षेत्र में ही अच्छे पद पर अपना करियर बनाना चाहती हूं। मेरा मार्गदर्शन करें।**
- शैली भट्ट

नर्सिंग आज सबसे सम्मानजनक, सुरक्षित और सर्वाधिक मांग वाले करियर विकल्पों में से एक है। भारत और विदेश में प्रशिक्षित नर्सों के लिए अवसर लगातार बढ़ रहे हैं। बी.एससी. नर्सिंग के दौरान विषयगत ज्ञान के साथ क्लिनिकल प्रशिक्षण, संचार कौशल, सहानुभूति, टीमवर्क और पेशेवर नैतिक सिद्धांतों पर विशेष ध्यान दें। यही गुण आपके सफल करियर की मजबूत नींव बनेंगे।

कंप्यूटर, इलेक्ट्रॉनिक हेल्थ रिकॉर्ड, मेडिकल डॉक्यूमेंटेशन और स्वास्थ्य सेवाओं में इस्तेमाल होने वाली तकनीकों की अच्छी समझ विकसित करें। यदि विदेश में करियर बनाना चाहते हैं तो अंग्रेजी पर भी अच्छी पकड़ रखें। साथ ही सेमिनार, वर्कशॉप, हेल्थ कैंप, इंटर्नशिप और रिसर्च प्रोजेक्ट्स में भाग लें तथा बेसिक लाइफ सपोर्ट (बीएलएस), एडवांस्ड कार्डियो वैस्क्यूलर लाइफ सपोर्ट (एसीएलएस), इमरजेंसी व क्रिटिकल केयर जैसी प्रमाणपत्र ट्रेनिंग लेकर अपने पेशेवर कौशल को मजबूत बनाएं। स्नातक के बाद आप अस्पतालों, स्पेशियलिटी क्लीनिक, सामुदायिक स्वास्थ्य संगठनों, सशस्त्र बलों, सार्वजनिक स्वास्थ्य कार्यक्रमों, शोध संस्थानों, कॉरपोरेट हेल्थकेयर और मेडिकल शिक्षा के क्षेत्र में करियर बना सकते हैं। आगे एम.एससी. नर्सिंग, नर्स प्रैक्टिशनर, हॉस्पिटल एडमिनिस्ट्रेशन, पब्लिक हेल्थ या हेल्थकेयर मैनेजमेंट जैसे उच्च अध्ययन के विकल्प भी उपलब्ध हैं। यूके, ऑस्ट्रेलिया, कनाडा और खाड़ी देशों में भी लाइसेंसिंग आवश्यकताओं को पूरा करने पर मौके मिल सकते हैं।

■ **मैंने आर्ट्स विषय से 12वीं की है। मैं एक सफल ब्लॉगर बनना चाहता हूं। इसके लिए केवल एसईओ सीखना जरूरी है या डिजिटल मार्केटिंग का कोर्स भी करूं? कुछ ऑनलाइन एवं ऑफलाइन कोर्स एवं संस्थानों की भी जानकारी दें। - मो. अमानुल्लाह**

सफल ब्लॉगर बनने के लिए केवल अच्छा कंटेंट लिखना और सर्च इंजन ऑप्टिमाइजेशन (एसईओ) सीखना ही पर्याप्त नहीं है। इसके लिए कंटेंट राइटिंग, डिजिटल मार्केटिंग, सोशल मीडिया मार्केटिंग, प्रमोशन, मोनेटाइजेशन, वेबसाइट मैनेजमेंट, बेसिक ग्राफिक डिजाइन, एनालिटिक्स और आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस टूल्स की समझ भी जरूरी है।

शुरुआत डिजिटल मार्केटिंग से करें, क्योंकि यह ऑनलाइन ब्रांडिंग, ऑडियंस एंगेजमेंट, कंटेंट प्रमोशन, ईमेल मार्केटिंग, पेड एडवरटाइजिंग और एनालिटिक्स की व्यापक समझ देता है। जब आपकी बुनियादी समझ अच्छी हो जाए, तो एसईओ सीखें। इससे आपका ब्लॉग गूगल जैसे सर्च इंजन में ऊपर दिखाई देता है और बिना विज्ञापन के ज्यादा लोग उसे पढ़ने आते हैं। साथ ही, आकर्षक कंटेंट और नियमित रूप से मौलिक व गुणवत्तापूर्ण लेख प्रकाशित करना भी सफलता के लिए जरूरी है। ऑनलाइन लर्निंग के लिए गूगल डिजिटल गैराज, गूगल स्किलशॉप, हबस्पॉट एकेडमी, कोर्सेरा, यूडेमी और लिंक्डइन लर्निंग जैसे प्लेटफॉर्म उपयोगी हैं। यहां डिजिटल मार्केटिंग, एसईओ, कंटेंट मार्केटिंग और एआई आधारित मार्केटिंग टूल्स से जुड़े शुरुआती से लेकर एडवांस स्तर तक के कोर्स उपलब्ध हैं।

क्लासरूम लर्निंग के लिए डिजिटल विद्या, दिल्ली स्कूल ऑफ इंटरनेट मार्केटिंग (डीएसआईएम), एनआईआईटी और टेकस्टैक एकेडमी (दिल्ली-एनसीआर) जैसे संस्थान डिजिटल मार्केटिंग के व्यापक कोर्स उपलब्ध कराते हैं। इनमें एसईओ, ब्लॉगिंग, वर्डप्रेस, गूगल ऐड्स, सोशल मीडिया मार्केटिंग और वेब एनालिटिक्स जैसे विषय शामिल होते हैं। ट्रेनिंग के साथ वर्डप्रेस या ब्लॉगर जैसे मुफ्त ऑनलाइन मंच पर अपना ब्लॉग शुरू करें, अच्छी सामग्री प्रकाशित करें, सोशल मीडिया पर अपनी पहचान बनाएं और नए कौशल सीखते रहें।

(sanjibacharya.com)

के स्टाक के लिए होगा। स्थानांतरित करने की मांग की है। जिससे यात्री जल्द से जल्द टिकट बुक कर सकें। करोड़ों यूजर नई बीटा वर्जन वेबसाइट पर चला जाएगा। लॉन्च की गई थी। इससे रोजाना करीब 14.5 लाख टिकट बुक होती है। दो दिन बाद सरकार के आदेश पर फिल्म को जी-5 से हटा दिया गया था।

चिंताजनक | क्लाइमेट सेंट्रल की ओर से देश में जलवायु परिवर्तन के असर पर जारी की गई अध्ययन रिपोर्ट से खुलासा, 107 शहरों में बढ़ती गर्मी से असर के आंकड़े चौंकाने वाले

विश्व में बढ़ते तापमान से हर साल 56 घंटे की नींद हो रही गायब

नई दिल्ली, विशेष संवाददाता। जलवायु परिवर्तन के चलते लोगों की नींद भी खराब हो रही है। विश्व में 1368 शहरों पर हुए अध्ययन में दावा किया गया कि गर्मी के चलते लोग साल में औसतन 56 घंटे की नींद गंवा रहे हैं जिनमें से 10 फीसदी जलवायु परिवर्तन के कारण से है।

भारत में जलवायु परिवर्तन के चलते लोग औसत आठ घंटे की नींद खो रहे हैं। इस अध्ययन में भारत के 107 शहरों के आंकड़ों को भी शामिल किया गया है। पिछले 50 सालों में यह रफ्तार दोगुनी हुई है। क्लाइमेट सेंट्रल की बुधवार को जारी हुई रिपोर्ट के अनुसार, भारत गर्मी के कारण दक्षिणी राज्यों में लोगों को साल में 78-91 घंटे की नींद की कमी हो रही है जिसमें से 8-9 घंटे की कमी सीधे जलवायु परिवर्तन के चलते है। रिपोर्ट के अनुसार बेंगलुरु में 67 घंटे की नींद कम हुई है। पटना में 8 घंटे, अजमेर, जमशेदपुर में 7 घंटे, अहमदाबाद, भोपाल, रांची में 6 घंटे, आगरा, देहरादून, दिल्ली, गाजियाबाद, फरीदाबाद, मेरठ, कानपुर, प्रयागराज, लखनऊ में लोगों नींद की कमी पांच घंटे आंकी है।

जलवायु परिवर्तन का सेहत पर गंभीर असर

शहर	गर्मी के कारण कुल नींद के घंटों में कमी (वार्षिक)	जलवायु परिवर्तन के कारण का नुकसान
चेन्नई	93	5
कोलकाता	80	5
मुंबई	84	5
अहमदाबाद	78	6
हैदराबाद	75	7
बेंगलुरु	67	8
दिल्ली	66	5
गाजियाबाद	66	5
लखनऊ	70	5
मेरठ	65	5
रांची	65	6
जमशेदपुर	75	7
पटना	73	8
प्रयागराज	72	5
कानपुर	70	5
गोरखपुर	66	4
आगरा	69	5
देहरादून	52	5
फरीदाबाद	68	5
गुरुग्राम	68	5

गर्मी के कारण कुल नींद के घंटों में कमी (वार्षिक)
जलवायु परिवर्तन के कारण का नुकसान

दक्षिणी राज्यों में सबसे ज्यादा नींद घटी

रिपोर्ट में कहा गया कि दक्षिणी राज्यों तमिलनाडु, केरल, आंध्र प्रदेश, कर्नाटक और तेलंगाना में बढ़ती गर्मी के कारण नींद में कमी सर्वाधिक है। राज्यों की रिपोर्ट में पुडुचेरी में सबसे ज्यादा 92 घंटे की नींद की कमी हो रही है जिसमें 5 घंटे सीधे तौर पर जलवायु परिवर्तन के कारण है। इसके बाद दक्षिणी के राज्य आते हैं जहां 84-88 घंटे की कमी होती है।

दिल संबंधी बीमारियां समेत कई समस्याएं

महानगरों में बेंगलुरु में, चेन्नई में सबसे ज्यादा नींद की कमी गर्मी से होती है, लेकिन जलवायु परिवर्तन से कमी यहां 5 घंटे है जबकि बेंगलुरु में कुल कमी 67 घंटे की है लेकिन उसमें जलवायु परिवर्तन से होने वाली कमी 8 घंटे की है। नींद घटने से स्वास्थ्य पर गंभीर प्रभाव हो सकते हैं। इसके दिल संबंधी रोग, उत्पादकता में कमी हो सकती है।

सांस्कृतिक गतिविधियां शरीर को रखती हैं जवान

टोक्यो इंस्टीट्यूट ऑफ साइंस के शोधकर्ताओं ने किया दावा

सेहत

टोक्यो, एजेंसी। जो लोग नियमित रूप से सांस्कृतिक गतिविधियों हिस्सा लेते हैं, उनका शरीर जैविक रूप से जवान रहता है और मन में सकून रहता है।

टोक्यो इंस्टीट्यूट ऑफ साइंस के शोधकर्ताओं ने पहली बार इस पर शोध किया है। शोधकर्ताओं ने 50 साल या उससे अधिक उम्र के 1,899 वयस्कों के डाटा का विश्लेषण किया। प्रतिभागियों के स्वास्थ्य को मापने के लिए नर्सों ने 10 पैमानों की जांच की, जिनमें शामिल थे, ब्लड प्रेशर, फेफड़ों की कार्यक्षमता, खून में हीमोग्लोबिन व फाइब्रिनोजेन की मात्रा, ग्लाइकेटेड हीमोग्लोबिन, खराब कोलेस्ट्रॉल, बॉडी मास इंडेक्स, हाथों की पकड़ और चलने की गति। उनसे पूछा गया कि वे कितनी बार सिनेमा, संग्राहलय, आर्ट गैलरी, थिएटर या कॉन्सर्ट जाते हैं।

जो बुजुर्ग महीने में कम से कम एक बार भी इन गतिविधियों में शामिल होते थे, उनकी औसत शारीरिक उम्र 66.9 साल पाई गई। वहीं, जो लोग ऐसी जगहों पर नहीं जाते थे, उनकी औसत शारीरिक उम्र 69.9 साल थी। इसका मतलब साफ है कि दोनों ग्रुप में सीधे 3 साल का अंतर देखा गया। डाटा के अनुसार, सांस्कृतिक जुड़ाव के स्कोर में होने वाली हर 1 पॉइंट की बढ़ोतरी, शारीरिक उम्र में 0.085 साल (यानी लगभग 31 दिन) की कमी लाती है।

10 हजार से भी ज्यादा सिनेमा स्क्रीन भारत में सक्रिय रूप से संचालित

01 हजार से भी कई ज्यादा संग्रहालय अलग-अलग हिस्सों में बनाए गए हैं

केवल शरीर ही नहीं, मन की भी कसरत

जब हम फिल्म देखने, थिएटर जाने या संग्राहलय घूमने जैसी गतिविधियों में शामिल होते हैं तो दिमाग तनावमुक्त होता है, अच्छे हार्मोन का स्तर बढ़ता है और अकेलापन दूर होता है। यह खुशी शरीर के अंगों को अंदरूनी रूप से उतना ही मजबूत और जवान बनाए रखती है, जितना रोजाना कसरत, सैर या योग करने से मिलता है।

कोई भी लत पहुंचा सकता है नुकसान

फिल्मों या स्क्रीन का जरूरत से ज्यादा इस्तेमाल दिमाग को आराम देने के बजाय थका देता है, जिसे 'डिजिटल ओवरलोड' कहते हैं। अगर बच्चा या बुजुर्ग दिनभर बैठकर फिल्में ही देखते रहेंगे तो उनका सेहत बिगड़ने लगेगा। हफ्ते या महीने में कुछ बार सिनेमा या म्यूजियम जाना दिमाग को तरोताजा करता है, पर इसे लत बना लेना फायदे की जगह नुकसानदेह हो सकता है।

कि पार्किंग के लिए पैसे वसूलना करने का किराया एक घंटे के लिए

सीलबंद बोतल में सुरक्षित था 2300 वर्ष पुराना पेय

शंघाई, एजेंसी। चीन के शानजियाबो कब्रिस्तान में पुरातत्वविदों को कांस्य की एक सीलबंद बोतल मिली है, जिसमें 2,300 साल पुराना तरल पदार्थ पूरी तरह सुरक्षित है।

मकबरे से हल्के नीले-हरे रंग के पेय (ड्रिंक) से भरे 15 कप मिले। प्राचीन लोगों ने बोतल के मुंह को पहले कपड़े व फिर मिट्टी व जैविक पदार्थों के मिश्रण से बंद किया था। जानकारों का मानना है इस दोहरी सीलिंग तकनीक से यह पेय दो हजार सालों तक बिना सूखे सुरक्षित रहा। प्रयोगशाला जांच में पता चला कि इसमें 2,400 से ज्यादा रसायन और यीस्ट मिले हैं, जो साबित करती हैं कि इसे बाजरा, गेहूं और जौ जैसे अनाजों के मिश्रण से जान-बूझकर कई चरणों में तैयार किया गया था।

उत्तर रेलवे

आयुर्वेद की समग्र जीवन-दृष्टि मानवता के लिए वरदान : द्रौपदी मुर्मु

जागरण संवाददाता, नई दिल्ली: राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मु ने कहा कि आयुर्वेद की समग्र जीवन-दृष्टि मानवता के लिए एक वरदान है और इसे वर्तमान समय के अनुरूप प्रासंगिक एवं प्रभावी बनाए रखने के लिए वैज्ञानिक अनुसंधान, मानकीकृत दस्तावेजीकरण, डिजिटल हेल्थ एकीकरण तथा आधुनिक तकनीकों का व्यापक उपयोग किया जाना चाहिए। इसलिए साक्ष्य-आधारित आयुर्वेद को सशक्त बनाने के लिए पारंपरिक ज्ञान व आधुनिक विज्ञान का समन्वय आवश्यक है।

राष्ट्रपति बुधवार को सुश्रुत जयंती के अवसर पर अखिल भारतीय आयुर्वेद संस्थान (एआइआइए) में आयोजित तीन दिवसीय अंतरराष्ट्रीय संगोष्ठी 'सौश्रुतम् 2026' के शुभारंभ अवसर पर संबोधित कर रही थीं। उन्होंने एआइ-सक्षम थ्री-टेस्ला हाई-फील्ड एमआरआइ सुविधा का उद्घाटन करने के साथ भारतीय चिकित्सा पद्धति राष्ट्रीय आयोग (एनसीआइएसएम) की अध्ययन रिपोर्ट 'आयुर्वेद की महिला स्नातकों के व्यावसायिक जीवन का मूल्यांकन: एक

एनसीआइएसएम की अध्ययन रिपोर्ट 'आयुर्वेद की महिला स्नातकों के व्यावसायिक जीवन का मूल्यांकन : एक अवलोकनात्मक एवं अन्वेषणात्मक अध्ययन' का विमोचन करतीं राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मु व अन्य अतिथिगण ■ सौजन्य एआइआइए

अवलोकनात्मक एवं अन्वेषणात्मक अध्ययन' का विमोचन भी किया।

अपने संबोधन में राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मु ने कहा कि शल्य चिकित्सा के जनक आचार्य सुश्रुत ने सदियों पहले वैज्ञानिक एवं व्यवस्थित शल्य चिकित्सा की आधारशिला रखी, जो अपने समय में एक क्रांतिकारी उपलब्धि थी। आचार्य

- सुश्रुत जयंती के अवसर पर अखिल भारतीय आयुर्वेद संस्थान में संगोष्ठी 'सौश्रुतम् 2026' का शुभारंभ
- राष्ट्रपति ने संस्थान में एआइ-सक्षम थ्री-टेस्ला हाई-फील्ड एमआरआइ सुविधा का भी किया उद्घाटन

सुश्रुत प्लास्टिक सर्जरी, मोतियाबिंद सर्जरी, ट्यूमर उपचार और हड्डी शल्य चिकित्सा जैसी अनेक नवाचारपूर्ण विधियों के प्रवर्तक थे तथा इस मामले में सुश्रुत संहिता ने पूरी दुनिया को नई दिशा प्रदान की।

इस मौके पर केंद्रीय आयुष राज्य मंत्री (स्वतंत्र प्रभार) एवं स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण राज्य मंत्री प्रतापराव जाधव, उपराज्यपाल तरनजीत सिंह संधू, आयुष मंत्रालय के सचिव वैद्य राजेश कोटेचा तथा एआइआइए के निदेशक वैद्य प्रो. पीके प्रजापति भी उपस्थित थे। प्रतापराव जाधव ने एनसीआइएसएम अध्ययन का उल्लेख करते हुए उन्होंने महिला आयुर्वेद स्नातकों के कैरियर विकास में आने वाली चुनौतियों के समाधान तथा नेतृत्व, अनुसंधान और नैदानिक सेवाओं में उनकी भागीदारी बढ़ाने के लिए नीतिगत और संस्थागत सहयोग की आवश्यकता बताई। तरनजीत सिंह संधू ने कहा कि भारत की सभ्यतागत शक्ति उसकी ज्ञान परंपराओं में निहित है और आयुर्वेद उसका अमूल्य योगदान है।

प्रो. पीके प्रजापति ने कहा कि यह संगोष्ठी शास्त्रीय आयुर्वेदिक शल्य ज्ञान और आधुनिक वैज्ञानिक प्रगति के समन्वय का महत्वपूर्ण मंच बनेगी। तीन दिवसीय अंतरराष्ट्रीय संगोष्ठी में भारत सहित थाईलैंड, इजरायल, आस्ट्रिया, यूनाइटेड किंगडम, श्रीलंका, इंडोनेशिया, नेपाल और ग्रीस समेत नौ देशों के प्रख्यात शल्य चिकित्सक, शोधकर्ता और शिक्षाविद भाग ले रहे हैं। सम्मेलन में शल्य तंत्र, क्षारसूत्र, अग्निकर्म, रोबोटिक सर्जरी, एकीकृत आन्कोलाजी तथा अन्य उभरते अनुसंधान क्षेत्रों पर मुख्य व्याख्यान, पैनल चर्चा, कार्यशालाएं और तकनीकी सत्र आयोजित किए जा रहे हैं।

क्लीनिकल रिसर्च और वैश्विक सहयोग से बढ़ेगा आयुर्वेद : जाधव

कहा, प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में आयुष क्षेत्र को मिली है वैश्विक पहचान, सरकार आयुर्वेद के विकास के लिए कर रही काम

जागरण संवाददाता, नई दिल्ली: केंद्र सरकार आयुर्वेद के विकास के लिए क्लीनिकल रिसर्च, एविडेंस-बेस्ड आयुर्वेद, गुणवत्ता मानकों और अंतरराष्ट्रीय सहयोग को सर्वोच्च प्राथमिकता दे रही है। भारत के चिकित्सा ज्ञान को आधुनिक विज्ञान के साथ जोड़कर वैश्विक स्तर पर स्थापित करने के लिए निरंतर प्रयास किए जा रहे हैं। बुधवार को यह बात केंद्रीय आयुष राज्य मंत्री (स्वतंत्र प्रभार) एवं स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण राज्य मंत्री प्रतापराव जाधव ने 'सौश्रुतम्-2026' के शुभारंभ के बाद पत्रकारवार्ता कही।

प्रतावराव जाधव

जाधव ने कहा कि यह सम्मेलन आयुर्वेद और आधुनिक चिकित्सा के बीच संवाद को मजबूत करने, शल्य तंत्र एवं शालाक्य तंत्र में अनुसंधान को प्रोत्साहित करने और युवा चिकित्सकों व शोधकर्ताओं को वैश्विक मंच उपलब्ध कराने की दिशा में महत्वपूर्ण पहल है। आचार्य सुश्रुत, जिन्हें विश्व 'फादर आफ सर्जरी' के रूप में सम्मान देता है, भारत की वैज्ञानिक चिकित्सा परंपरा के प्रतीक हैं। उन्होंने शल्य चिकित्सा की अनेक उन्नत तकनीकों और रोगी-केंद्रित चिकित्सा सिद्धांतों की मजबूत नींव रखी। जाधव ने बताया कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में आयुष क्षेत्र को वैश्विक पहचान मिली है। भारत में डब्ल्यूएचओ ग्लोबल ट्रेडिशनल मेडिसिन सेंटर की स्थापना और अखिल भारतीय आयुर्वेद संस्थान (एआइआइए) की बढ़ती भूमिका इस दिशा में महत्वपूर्ण उपलब्धियां हैं।

दैनिक जागरण

चौथे फ्लोर पर काम करती थीं। बनी कार पार्किंग में लेटकर आराम लिए भेज दिया है। सोसायटियों के मामले सामने आए

गर्मी व जलवायु परिवर्तन ने छीनी दिल्लीवासियों की नींद

राज्य ब्यूरो, जागरण • नई दिल्ली: बढ़ती गर्मी और जलवायु परिवर्तन अब सिर्फ हमारे पर्यावरण को ही नहीं, हमारी रातों की नींद को भी सीधे तौर पर प्रभावित कर रहा है। 'क्लाइमेट सेंट्रल' द्वारा जारी एक वैश्विक रिपोर्ट में बेहद डराने वाले आंकड़े सामने आए हैं। इस रिपोर्ट में दुनिया भर के 1368 शहरों और भारत के 107 शहरों के डेटा का विश्लेषण किया गया है।

अध्ययन के मुताबिक, दिल्ली व गाजियाबाद के लोग गर्मी के कारण सालाना औसतन 66 घंटे की नींद गंवा रहे हैं, जिसमें से सीधे तौर पर पांच घंटे की नींद जलवायु परिवर्तन की वजह से गायब हुई है। गुरुग्राम और फरीदाबाद की स्थिति दिल्ली से भी खराब है। यहां के लोग सालाना औसतन 68 घंटे की नींद खो रहे हैं। नींद के नुकसान के पीछे ग्लोबल वार्मिंग है। मेरठ के निवासी हर साल औसतन 65 घंटे की नींद से हाथ धो रहे हैं।

एक वर्ष के अंदर कुछ प्रमुख शहरों की स्थिति

शहर	घंटे नींद उड़ी	कितने घंटे जलवायु परिवर्तन के कारण नुकसान
गुरुग्राम	68 घंटे	5 घंटे
फरीदाबाद	68 घंटे	5 घंटे
दिल्ली	66 घंटे	5 घंटे
गाजियाबाद	66 घंटे	5 घंटे
मेरठ	65 घंटे	5 घंटे
देहरादून	52 घंटे	5 घंटे
लखनऊ	70 घंटे	5 घंटे
प्रयागराज	72 घंटे	5 घंटे
पटना	73 घंटे	8 घंटे

- रिपोर्ट में आया सामने, गुरुग्राम, गाजियाबाद, फरीदाबाद और मेरठ भी नहीं पीछे
- 50 वर्षों में गर्मी से नींद खोने की रफ्तार हुई दोगुनी, लोग सालाना गंवा रहे 66 से 68 घंटे की नींद

वैश्विक और राष्ट्रीय स्तर पर कुछ ऐसी है स्थिति : रिपोर्ट के मुताबिक, दुनिया भर में बढ़ते तापमान के कारण नींद खोने की यह रफ्तार पिछले 50 सालों में दोगुनी हो गई है। वैश्विक स्तर पर लोग गर्मी के चलते साल में औसतन 56 घंटे की नींद गंवा रहे हैं, जिसमें से 10 प्रतिशत हिस्सा सीधे तौर पर जलवायु परिवर्तन के कारण है। भारत में जलवायु परिवर्तन के चलते लोग औसतन आठ घंटे की नींद सीधे तौर पर खो रहे हैं। देश के दक्षिणी राज्यों में यह नुकसान सबसे अधिक 78 से 91 घंटे तक देखा गया है।

नींद की कमी से सेहत को भारी खतरा : डाक्टरों का कहना है कि लगातार नींद की कमी सीधे तौर पर दिल की बीमारियों एवं हाई ब्लड प्रेशर के खतरे को बढ़ाती है। दिनभर थकान और सुस्ती रहने के कारण कामकाजी लोगों की उत्पादकता और निर्णय लेने की क्षमता प्रभावित हो रही है। शरीर की रोगों से लड़ने की क्षमता कमजोर हो रही है, जिससे लोग जल्दी बीमारियों की चपेट में आ रहे हैं। विशेषज्ञों का कहना है कि भारत के शहरों में कंक्रीट के अत्यधिक निर्माण और घनी आबादी से 'अर्बन हीट आइलैंड' का असर दूसरे देशों की तुलना में काफी ज्यादा देखा जा रहा है, जो रात के वक्त भी शहरों को ठंडा नहीं होने देता।

राजस्थान में चार प्रसूताओं ने मांगी इच्छा मृत्यु, डायलिसिस करवाने से कर दिया इन्कार

जागरण संवाददाता, जयपुर: राजस्थान के पांच जिलों के सरकारी अस्पतालों में सिजेरियन प्रसव के बाद पिछले दो माह में 20 प्रसूताओं की मौत और दस प्रसूताओं की किडनी खराब होने से राजधानी जयपुर तक हडकंप मचा हुआ है। बुधवार को कोटा मेडिकल कालेज अस्पताल में भर्ती पांच प्रसूताओं में से चार रागिनी मीणा, आरती चौबदार, पिंकी और सुशीला ने मीडिया से कहा कि सरकार या तो उनकी किडनी ट्रांसप्लांट करवाए या फिर उन्हें इच्छामृत्यु की अनुमति दी जाए। प्रसूताओं ने राष्ट्रपति के नाम बुधवार को भेजे गए ज्ञापन में कहा गया है कि डायलिसिस के दौरान उन्हें भारी पीड़ा होती है और इससे इन्कार कर दिया।

सूत्रों के अनुसार, मामले में जांच कमेटी ने प्रारंभिक रिपोर्ट में कोटा मेडिकल कॉलेज के प्राचार्य डा. नीलेश जैन के खिलाफ कार्रवाई की सिफारिश की थी, लेकिन चिकित्सा विभाग ने अस्पताल अधीक्षक को नोटिस देकर खानापूर्ति कर ली।

- प्रसूताओं ने राष्ट्रपति के नाम भेजा ज्ञापन, कहा- डायलिसिस के दौरान होती है भारी पीड़ा
- दो माह में 20 प्रसूताओं की मौत, 10 की किडनी खराब, चिकित्सा विभाग में मचा हडकंप

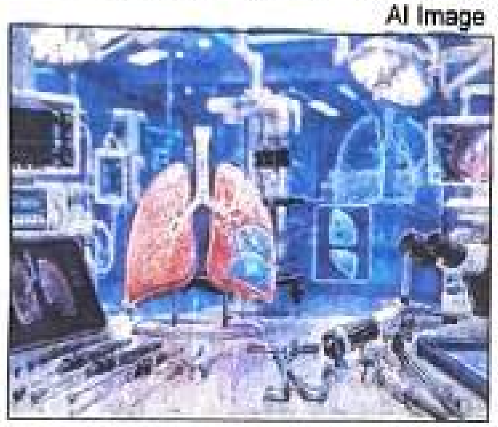
किस जिले में कितनी प्रसूताओं की मौतें :बीकानेर के पीबीएम अस्पताल में हृदय गति रूकने से प्रसूता की मौत हो गई। अब तक चार प्रसूताओं की मौत हुई और चार की किडनी खराब हुई है। जुलाई में भीलवाड़ा के सरकारी अस्पताल में पांच और बांसवाड़ा में चार प्रसूताओं की मौत हुई है। मई के अंतिम सप्ताह में कोटा में पांच पकी मौत और सात की किडनी खराब हुई थी। जोधपुर में दो प्रसूताओं की मौत हुई है।

चिकित्सा मंत्री गजेंद्र सिंह खींवसर ने कहा अब तक की जांच में सामने आया कि कुछ प्रसूताओं की मौत में किडनी खराब होने, एनिमिया, प्रसव बाद रक्तस्त्राव सहित कई कारण रहे हैं।

पहली सांस से ही फूलने लगा था दम, नवजात को दी नई ज़िंदगी

डॉक्टरों ने फेफड़ों का खराब हिस्सा हटाया

■ **NBT रिपोर्ट, नई दिल्ली**


AI Image

AIIMS नई दिल्ली के डॉक्टरों ने चार महीने के एक नवजात के फेफड़ों की बेहद जटिल और दुर्लभ सर्जरी (सेगमेंटेक्टॉमी) कर उसकी जान बचाई है। दावा है कि मेडिकल हिस्ट्री में इतनी कम उम्र के बच्चे में इस तरह की सर्जरी दुनिया में पहली बार की गई है। जन्म से ही सांस की गंभीर बीमारी से जूझ रहे इस बच्चे के फेफड़े का 50% हिस्सा (लोब) निकालने के बजाय, डॉक्टरों ने सूझबूझ दिखाते हुए केवल बीमारी से प्रभावित 20% हिस्से (दो सेगमेंट) को ही काटकर निकाला। सर्जरी के दो दिन बाद ही बच्चे को छुट्टी दे दी गई। दरअसल, गर्भावस्था के दौरान ही बच्चे में कंजेनिटल पल्मोनरी एयरवे मालफॉर्मेशन (CPAM) का पता चल गया था। इसमें गर्भ में ही लंग्स का एक हिस्सा असामान्य रूप से विकसित हो जाता है और उसमें सिस्ट जैसी संरचनाएं बन जाती हैं, जो सामान्य लंग्स की तरह काम नहीं करतीं।

> **'इतने छोटे बच्चे मे सेगमेंटेक्टॉमी दुनिया मे पहली बार'**

सर्जरी क्यों थी चुनौतीपूर्ण?

इस ऑपरेशन का नेतृत्व पीडियाट्रिक सर्जरी विभाग के प्रोफेसर विशेष जैन ने किया। ऑपरेशन में एनेस्थीसिया विभाग के डॉ. अभिषेक की भी अहम भूमिका रही। डॉ. विशेष ने बताया कि बाएं लंग में 2 लोब (Lobe) और दाहिने में 3 लोब होते हैं। चूंकि लंग्स कई छोटे छोटे हिस्सों में बंटे होते हैं। दाहिने लोब में 10 सेगमेंट होते हैं। इस बच्चे के दाहिने लंग्स में ही ज्यादा दिक्कत थी, खासकर सेगमेंट 9 और 10 में। चूंकि बच्चे को बाएं लंग में भी दिक्कत है, इसलिए पूरा लोब निकाल पाना संभव नहीं था, इससे बच्चे को भविष्य में दिक्कत हो सकती थी।

सबसे कॉम्पलेक्स सेगमेंट हटाए गए

डॉक्टर जैन ने बताया कि लंग्स के सिर्फ प्रभावित सेगमेंट को निकालना मुश्किल होता है, क्योंकि इसके लिए लंग्स के अंदर गहराई में मौजूद ब्लड वेसेल्स और सांस की नली को बिना नुकसान पहुंचाए अलग करने की चुनौती थी। इसलिए हमने केवल प्रभावित सेगमेंट 9 और 10 का 20% हिस्सा निकाला। इसे लंग्स का सबसे कठिन सेगमेंट माना जाता है, क्योंकि इनकी ब्लड वेसेल्स और सांस की नली लंग्स के अंदर बहुत गहराई में होते हैं। एम्स के पीडियाट्रिक सर्जरी विभाग के प्रमुख डॉ. संदीप अग्रवाल ने बताया कि चार महीने के नवजात में की-होल तकनीक से इतनी जटिल सर्जरी करना बड़ी उपलब्धि है। यह सफलता पूरी टीम के समन्वय, विशेषज्ञता और एम्स की सुविधाओं की बदौलत मिली।

MBBS की 9911 सीटें बढ़ीं, 1,36,939 सीटों पर होगा एडमिशन

Bhupender Sharma
@timesofindia.com

■ मेडिकल एंट्रेंस टेस्ट NEET-UG देने वाले उम्मीदवारों के लिए अधिकारिक तौर से राहत मिलने जा रही है। उम्मीदवार बेसब्री से रिजल्ट का इंतजार तो कर रहे हैं, इसी बीच 2026-27 सेशन के लिए MBBS की सीटों का हिसाब-किताब जारी कर दिया गया है।

रिजल्ट के बाद जल्द काउंसलिंग शुरू करने की तैयारी

मौजूदा सेशन में एमबीबीएस की 9911 सीटें बढ़ाई गई हैं और इस तरह से सीटों की संख्या 127028 से बढ़कर 136939 हो गई है। नीट-यूजी 2026 के रिजल्ट की उल्टी गिनती शुरू हो गई है और यह तय किया गया है कि रिजल्ट आने के बाद कुछ दिनों के अंदर ही काउंसलिंग शुरू हो जाएगी। काउंसलिंग की समय-सीमा को भी कम किया जाएगा और कम दिनों में दाखिले पूरे किए जाएंगे।

AI Image

25 नए मेडिकल कॉलेजों में 2400 MBBS सीटें

सरकारी और प्राइवेट मेडिकल कॉलेजों में सीटें बढ़ाई गई हैं। साथ ही 25 नए मेडिकल कॉलेज भी शुरू हुए हैं, जिनमें 2400 एमबीबीएस सीटें होंगी। 25 में से 7 नए सरकारी मेडिकल कॉलेजों में 400 एमबीबीएस सीटें होंगी और 18 नए प्राइवेट मेडिकल कॉलेजों में 2000 एमबीबीएस सीटें होंगी। देश में कुल 823 मेडिकल कॉलेज हैं, जिसमें 441 सरकारी और 382 प्राइवेट मेडिकल कॉलेज हैं। सरकारी मेडिकल कॉलेजों में एमबीबीएस की 2111 सीटें बढ़कर 63296 हो गई हैं, वहीं प्राइवेट मेडिकल कॉलेजों में 7800 सीटें बढ़कर 73643 हो गई हैं। नए मेडिकल कॉलेजों की मंजूरी के कारण सीटों की संख्या में अच्छा-खासा इजाफा हुआ है।

कर्नाटक में सबसे ज्यादा सीटें

कर्नाटक में सबसे ज्यादा 15395 एमबीबीएस की सीटें होंगी। उत्तर प्रदेश में 14000, तमिलनाडु में 13999, महाराष्ट्र में 13099, तेलंगाना में 10250, आंध्र प्रदेश में 7465, बिहार में 4160 सीटें होंगी। दिल्ली में 1415 सीटें होंगी। इस हफ्ते के आखिर तक रिजल्ट घोषित कर दिया जाएगा। इस बार मेडिकल एंट्रेंस में 20 लाख उम्मीदवार शामिल हुए थे।

मेडिकल कॉलेजों और सीटों की संख्या लगातार बढ़ रही

मेडिकल कॉलेजों की संख्या 2023-24 में 706 थी, जो 2024-25 में बढ़कर 766 हो गई है। 2013-14 में मेडिकल कॉलेजों की संख्या 387 थी, जो 2024-25 में 766 हो गई। अब 823 कॉलेज हैं। 2023-24 में एमबीबीएस की सीटें 1,08,940 थी, जो 2024-25 में 1,15,812 हो गई थी।

कोल्ड ड्रिंक जैसे मीठे पेय का कैंसर से जुड़ रहा नाता: स्टडी

Hemwati.Rajaura1
@timesofindia.com

■ नई दिल्ली : अगर कोल्ड ड्रिंक या ऐसे ही शुगर वाले पेय आपकी आदत बन चुके हैं तो सतर्क हो जाएं। बड़े वैश्विक समीक्षा में कोल्ड ड्रिंक, पैक्ड मीठे जूस या अन्य ऐसे ड्रिंक के नियमित सेवन के साथ कैंसर के खतरे से जुड़े होने के वैज्ञानिक संकेत मिले हैं। वर्ल्ड कैंसर रिसर्च फंड के ग्लोबल कैंसर अपडेट प्रोग्राम के तहत रिसर्चरों ने दुनियाभर की 51 कोहोर्ट स्टडी की 158 रिपोर्टों का विश्लेषण किया। रिपोर्ट के अनुसार, रोजाना करीब 355 ml (करीब एक कैन) शुगर वाला ड्रिंक पीने वालों में अग्न्याशय यानी पैंक्रियाज के कैंसर का खतरा लगभग 9% और बड़ी आंत (कोलोरेक्टल) के कैंसर का खतरा 7% अधिक पाया गया। शोधकर्ताओं ने इन दोनों कैंसर के लिए सबूतों को मजबूत माना है। शुगर वाले पेयों का अधिक सेवन ओवरी कैंसर और स्तन कैंसर जैसे मोटापे से जुड़े कुछ अन्य कैंसरों से भी जुड़ा हो सकता है। हालांकि इनमें साक्ष्य सीमित हैं। शुगर वाले पेय के लगातार सेवन से मोटापा, इंसुलिन रेजिस्टेंस, शरीर में सूजन जैसी समस्याएं बढ़ सकती हैं जो कैंसर के जोखिम कारकों में शामिल हैं।

पैंक्रियाज और बड़ी आंत के कैंसर का बड़ा खतरा

■ ...तो डाइट ड्रिंक में राहत की खबर

स्टडी में डाइट ड्रिंक जैसे कृत्रिम मिठास वाले पेयों का मूल्यांकन किया गया। रिसर्चरों को इनसे कैंसर का खतरा बढ़ने के ठोस प्रमाण नहीं मिले। कुछ सीमित अध्ययनों में ल्यूकेमिया (ब्लड कैंसर) के साथ संभावित संबंध के संकेत मिले हैं, जिनकी आगे पुष्टि की जानी बाकी है।

■ भारतीय डॉक्टरों ने भी चिंता जताई है

दिल्ली में कार्डियोलॉजी के प्रोफेसर डॉ. तरुण कुमार ने कहा कि शुगर वाले पेयों के अधिक सेवन और पैंक्रियाज व कोलोरेक्टल कैंसर के बीच अब मजबूत वैज्ञानिक साक्ष्य उपलब्ध हैं। कुछ अन्य कैंसरों के संकेत भी मिले हैं। शोधकर्ताओं ने स्पष्ट किया कि यह नहीं कह सकते कि कोल्ड ड्रिंक पीने से कैंसर होता है लेकिन नियमित सेवन से इसका जोखिम है।

जूस नहीं, पूरा फल खाने पर जोर: *रिपोर्ट में है कि नियमित रूप से फ्रूट जूस पीने का कोई अतिरिक्त स्वास्थ्य लाभ नहीं दिखा। पूरा फल खाना ज्यादा फायदेमंद है। फलों के जूस के अधिक सेवन और मोटापे के बीच संबंध के संकेत मिले हैं।*

चुनौतियों ने ले ली है। दूसरा, लंबे समय तक देश से बाहर रहने के कारण उनकी पार्टी अवामी लीग के राजनीतिक रूप से खत्म होने का खतरा बढ़

है। भारत का मा

दोनों देशों के बी

दूसरा पहलू

आजकल फ्रोजन व डिब्बाबंद फल-सब्जियों का चलन आम हो गया है। ऐसे में, सवाल यह है कि क्या इनसे पर्याप्त पोषण मिलता है।

डिब्बाबंद फल-सब्जियां और सेहत का सवाल

■ मार्ग्रेट मरे

हम सभी जानते हैं कि फल और सब्जियां स्वस्थ जीवन की बुनियाद हैं। इनमें मौजूद विटामिन, खनिज और फाइबर शरीर को जरूरी पोषण देने के साथ कई गंभीर बीमारियों के जोखिम को कम करने में मदद करते हैं। बावजूद इसके, महंगाई और व्यस्त जीवनशैली के कारण अधिकांश लोग रोजाना पर्याप्त मात्रा में फल व सब्जियां नहीं खा पाते। ऐसे में फ्रोजन (जमे हुए) और कैन्ड (डिब्बाबंद) फल-सब्जियां विकल्प बनकर सामने आती हैं।

सही चुनाव के साथ फ्रोजन और डिब्बाबंद फल-सब्जियां पौष्टिक, सुविधाजनक और बजट-अनुकूल विकल्प बन सकती हैं।

ये अक्सर ताजी उपज की तुलना में किफायती होती हैं, लंबे समय तक सुरक्षित रहती हैं और पहले से कटी-छंटी होने के कारण खाना बनाने में समय भी बचाती हैं। अच्छी बात यह है कि ऐसे उत्पाद अपने अधिकांश पोषक तत्वों को लंबे समय तक बनाए रखते हैं। कई बार इनका पोषण स्तर उन ताजे फलों और सब्जियों के बराबर होता है, जो कई दिनों तक फ्रिज में रखे गए हों। हालांकि, इनका सही इस्तेमाल भी जरूरी है। फ्रोजन खाद्य पदार्थों को बार-बार पिघलाकर दोबारा जमाने से उनकी गुणवत्ता व पोषण, दोनों प्रभावित हो सकते हैं। हालांकि, आधुनिक तकनीकों ने इस नुकसान को काफी कम कर दिया है। कैन्ड उत्पाद खरीदते समय लेबल जरूर पढ़ें। कम सोडियम या 'नो एडेड सॉल्ट' वाले विकल्प चुनें और उपयोग से पहले कैन्ड सब्जियों को पानी से धो जरूर लें, ताकि अतिरिक्त नमक निकल जाए। इसी तरह फलों के लिए ऐसे उत्पाद बेहतर हैं, जो शरबत के बजाय प्राकृतिक फलों के रस में पैक किए गए हों या जिन पर 'नो एडेड शुगर' लिखा हो। फ्रोजन मटर, ब्रोकली और अन्य सब्जियां कुछ ही मिनटों में तैयार हो जाती हैं। वहीं कैन्ड बीन्स, चने और मसूर सलाद, करी और पास्ता जैसे व्यंजनों का पोषण बढ़ाने का आसान तरीका हैं। यदि कम बजट में अधिक पौष्टिक भोजन चाहिए, तो सूखे चने, राजमा, बीन्स और मसूर भी बेहतरीन विकल्प हैं। ये लंबे समय तक सुरक्षित रहते हैं और प्रोटीन व फाइबर का भरपूर स्रोत हैं।

ये अपने पोषक तत्वों को लंबे समय तक बनाए रखते हैं। कई बार पोषण स्तर उन ताजे फलों और सब्जियों के बराबर होता है, जो कई दिनों तक फ्रिज में रखे गए हों। हालांकि, इनका सही इस्तेमाल भी जरूरी है।

निष्कर्ष यही है कि सही चुनाव के साथ फ्रोजन और कैन्ड फल-सब्जियां ताजी उपज का पौष्टिक, सुविधाजनक और बजट-अनुकूल विकल्प बन सकती हैं। हालांकि, सूखे मेवों को ताजे फलों का विकल्प नहीं माना जाना चाहिए, क्योंकि इनमें प्राकृतिक शर्करा अधिक सघन होती है। इसलिए, इन्हें सीमित मात्रा में, कभी-कभार नाश्ते के रूप में ही खाना बेहतर है।

-द कन्वर्सेशन

एम्स में चार माह के शिशु के फेफड़े की दुर्लभ सर्जरी सफल

दोनों फेफड़ों में जन्मजात सीपीएएम से जूझ रहे शिशु के सिर्फ संक्रमित हिस्से को की-होल तकनीक से निकाला, दो दिन बाद मिली छुट्टी

एम्स के डॉक्टरों ने चार माह के शिशु के फेफड़े की दुर्लभ सर्जरी की। अमर उजाला

बाएं फेफड़े की दूसरे चरण में होगी सर्जरी

बेहद चुनौतीपूर्ण होता है वन लंग वेंटिलेशन

एम्स दिल्ली में ओपीडी के लिए दो दिन पहले से डेरा डाल रहे मरीज

अस्पताल परिसर में दिन-रात ठिठुर रहे हैं लाचार

है) के लिए न्यूक्लियर आइलैंड मेगा ईपीसी पैकेज (एनआईएमईपी) के लिए टेंडर जारी करेगी। ब्यूरो

बीच तकनीकी, आर्थिक और सुरक्षा सहयोग को बढ़ावा देना है। एजेंसी

बजट 2026-27 के प्रावधान के तहत यह परियोजना इसी साल से शुरू हो रही है।

टाइप-1 डायबिटीज मरीजों में स्टेम सेल पूरी करेंगे इंसुलिन की कमी

हिमांशु अरविंद मिश्र

नई दिल्ली। टाइप-1 डायबिटीज के इलाज में वैज्ञानिकों ने महत्वपूर्ण सफलता हासिल की है। वैज्ञानिकों ने तीन ऐसे मरीजों का सफल इलाज किया, जिनमें इंसुलिन बनाने वाली बीटा कोशिकाएं पूरी तरह खत्म हो चुकी थीं। इनमें से एक मरीज को उसकी अपनी स्टेम सेल से तैयार इंसुलिन बनाने वाली कोशिकाएं प्रत्यारोपित की गईं, जबकि दो मरीजों को डोनर स्टेम सेल से विकसित

बीटा कोशिकाओं के पूरी तरह खत्म होने पर भी बंधी इलाज की उम्मीद

कोशिकाएं दी गईं। उपचार के बाद तीनों में ब्लड शुगर नियंत्रण में उल्लेखनीय सुधार दर्ज किया गया और मरीजों के शरीर में दोबारा इंसुलिन बनने के संकेत मिले।

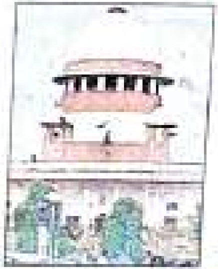
- शोधकर्ताओं का कहना है कि यह अध्ययन टाइप-1 डायबिटीज के इलाज की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है। हालांकि, उन्होंने यह भी साफ किया है कि अभी यह शुरुआती चरण का शोध है और इसे नियमित इलाज का हिस्सा बनने से पहले बड़े क्लीनिकल ट्रायल में सफल साबित करना होगा। शोध दुनिया की प्रतिष्ठित मेडिकल जर्नल द लैंसेट डायबिटीज एंड एंडोक्रिनोलॉजी में प्रकाशित हुआ है। इस अध्ययन की सबसे बड़ी उपलब्धि यह है कि पहली बार मरीज की अपनी स्टेम सेल से तैयार इंसुलिन बनाने वाली कोशिकाओं का सफल उपयोग एक से अधिक मरीजों के लिए किया गया।

यौन अपराध मामलों में नई गाइडलाइन लागू करें : शीर्ष कोर्ट

देशभर की अदालतों, कानूनी सेवा प्राधिकरणों, विधि विभागों को भेजे जाएंगे दिशा-निर्देश

नई दिल्ली। सुप्रीम कोर्ट ने यौन अपराधों के मामले में न्यायिक संवेदनशीलता के बारे में नेशनल ज्यूडिशियल एकेडमी (एनजेए) की ओर से तैयार व्यापक दिशा-निर्देशों को पूरे देश में लागू करने का निर्देश दिया। इन दिशा-निर्देशों का मकसद अदालतों को यौन अपराधों के पीड़ितों के प्रति ज्यादा संवेदनशील और सहानुभूतिपूर्ण बनाना है।

चीफ जस्टिस सूर्यकांत, जस्टिस जॉयमाल्या बागची और जस्टिस वी मोहना की पीठ ने निर्देश दिया कि इस रिपोर्ट को देशभर के सभी हाई कोर्ट, जिला अदालतों, राज्य कानूनी सेवा प्राधिकरणों, राज्य विधि विभागों और अभियोजन निदेशालयों तक पहुंचाया जाए। पीठ ने अभियोजन निदेशालयों को यह भी निर्देश दिया कि वे सुनिश्चित करें कि ये दिशा-निर्देश सभी संबंधित अधिकारियों तक पहुंचें और पुलिसकर्मियों को उन सुरक्षा उपायों के बारे में संवेदनशील बनाया जाए जिनका पालन यौन अपराध मामलों में प्राथमिकी दर्ज करते समय और चार्जशीट दाखिल करते समय किया जाना चाहिए। दिशा-निर्देशों की इस रिपोर्ट को टीम की एक शानदार कोशिश बताते हुए सीजेआई ने एनजेए-भोपाल की ओर से गठित समिति के काम की सराहना की। ये दिशा-निर्देश 2025 में सुप्रीम कोर्ट की ओर से एक स्वतः संज्ञान मामले की सुनवाई के बाद तैयार किए गए हैं। शीर्ष कोर्ट ने इलाहाबाद हाईकोर्ट के एक फैसले के बाद स्वतः संज्ञान कार्यवाही शुरू की थी। हाईकोर्ट के उस फैसले में कहा गया था कि नाबालिग के स्तन को पकड़ना और उसकी सलवार की डोरी खोलने की कोशिश, दुष्कर्म की तैयारी तो है, पर उसे दुष्कर्म की कोशिश नहीं माना जा सकता।



पटना हाईकोर्ट के जज ने भी सलवार खोलने और छाती दबाने को दुष्कर्म का प्रयास नहीं माना...इसी तरह का एक फैसला इसी 9 जुलाई को पटना हाईकोर्ट के एक जज ने भी सुनाया। मंगलवार को सीजेआई की पीठ के सामने पटना हाईकोर्ट के हालिया फैसले का जिक्र किया गया जिसमें युवती की छाती दबाने और सलवार खोलने की कोशिश को दुष्कर्म का प्रयास नहीं बल्कि महिला के शील भंग की कोशिश करार दिया गया।

हाईकोर्ट के फैसले को बच्चों के अधिकारों के लिए काम करने वाली संस्था जस्ट राइट्स फॉर चिल्ड्रन ने चुनौती दी थी। 26 मार्च, 2025 को सुप्रीम कोर्ट ने यौन अपराधों से जुड़े अदालती आदेशों में इस्तेमाल होने वाली असंवेदनशील भाषा व शब्दावली के मुद्दे पर स्वतः संज्ञान लिया था, खासकर उन मामलों में जिनमें पीड़ितों में महिलाएं व बच्चे शामिल थे। शीर्ष कोर्ट ने हाईकोर्ट के फैसले को रद्द कर दिया और कहा कि यह फैसला साफ तौर पर गलत था। ब्यूरो

विरोध में 241 वोट पड़े। एजेंसी

प्रतिबंध लागू करता है। एजेंसी

टीकाकरण अभियान की रफ्तार बढ़ी, फिर भी लाखों बच्चों तक नहीं पहुंची स्वास्थ्य सुरक्षा

दुनिया के अभावग्रस्त 1.35 करोड़ बच्चों तक नहीं पहुंचा एक भी टीका

अमर उजाला नेटवर्क

जिनेवा। दुनिया भर में बच्चों के टीकाकरण अभियान में वर्ष 2025 के दौरान मामूली सुधार दर्ज किया गया है, लेकिन अब भी 1.35 करोड़ बच्चे ऐसे हैं जिन्हें जन्म के पहले वर्ष में एक भी जीवनरक्षक टीका नहीं मिल सका। विश्व स्वास्थ्य विशेषज्ञों का कहना है कि यदि संघर्ष, गरीबी और स्वास्थ्य सेवाओं की कमजोर पहुंच जैसी चुनौतियों का समाधान नहीं किया गया तो कई संक्रामक बीमारियों के बड़े प्रकोप का खतरा बना रहेगा।

विश्व स्वास्थ्य संगठन और यूनिसेफ की ओर से जारी डब्ल्यूएचओ-यूनिसेफ राष्ट्रीय टीकाकरण कवरेज अनुमान

(डब्ल्यूयूईएनआईसी) 2025 रिपोर्ट के अनुसार, वर्ष 2025 में दुनिया के लगभग 90 प्रतिशत शिशुओं यानी करीब 11.6 करोड़ बच्चों को डिप्थीरिया, टिटनेस और काली खांसी (डीटीपी) वैक्सीन की कम से कम पहली खुराक मिली।

वहीं लगभग 85 प्रतिशत यानी करीब 11 करोड़ बच्चों ने डीटीपी की तीनों

संपन्न देशों में भी घट रहा टीकों पर भरोसा : डब्ल्यूएचओ और यूनिसेफ ने यह भी संकेत दिया है कि चुनौती केवल निम्न आय वाले देशों तक सीमित नहीं है। कई मध्यम और उच्च आय वाले देशों में भी नियमित टीकाकरण की रफ्तार धीमी हुई है।

निर्धारित खुराक पूरी कर ली। यह पिछले वर्ष की तुलना में एक प्रतिशत की बढ़ोतरी है, लेकिन वैश्विक टीकाकरण अब भी कोविड महामारी से पहले वर्ष 2019 के स्तर से पीछे बना हुआ है। रिपोर्ट में सबसे अधिक चिंता खसरे के बढ़ते जोखिम को लेकर जताई गई है। लगभग 73 लाख बच्चे डीटीपी की पहली खुराक ही प्राप्त कर सके।

Woman with twins in 1st pregnancy can't be denied maternity leave for second under 2-child norm: HC

Pinto.Deepak
@timesofindia.com

Hyderabad: A govt employee cannot be denied maternity leave for her second pregnancy merely because she gave birth to twins in her first one, Telangana HC has held.

The ruling by Justice K Sarath came Wednesday on a petition filed by Jadi Swarupa Rani (35), a junior English lecturer at a govt college for girls in Mancherial district.

The petitioner had twins in 2023. When she gave birth to her third child in April 2026, college authorities rejected her maternity leave application. The administration argued that because her first pregnancy resulted in twins, she already had two surviving children, and this disqualified her for maternity leave under the state's "two-child norm".

iStock

Challenging this decision, the petitioner's counsel, Gattu Vinay Kumar, argued that the birth of twins was a biological event entirely beyond her control. "Denying maternity benefits for a subsequent pregnancy violates her fundamental rights," he contended.

The society governing the school opposed the petition citing service rules from 2010 and 2014, arguing that maternity leave was strictly limited only to married women employees with fewer than two surviving children.

Rejecting the state's 'rigid' stance, the HC held that the dispute was not about the existence of the rule, but its humane and sensible interpretation

"Since the petitioner already had two surviving children from her first delivery, she was not eligible for maternity leave for her second delivery," standing counsel Bhanothu Hussain contended, adding that such benefits, if sanctioned beyond eligibility, would result in undue financial burden on govt.

Rejecting the state's "rigid" stance, the HC held that the dispute was not about the existence of the rule itself, but rather its humane and sensible interpretation.

"A literal interpretation would defeat the very objective of maternity leave, which is intended to protect the health of women and enable them to continue in employment," the judge said.

The judge further cited a precedent from Madras HC, noting that Tamil Nadu had amended its rules to specifically grant maternity leave for an additional delivery in such unique cases, while Andhra Pradesh subsequently removed the restriction on the number of surviving children altogether for availing maternity leave.

The judge concluded that the petitioner was fully entitled to maternity leave for her second pregnancy for 180 days from April 14, and directed the authorities to pay her full salary and allowances for the entire leave period.