



DAILY NEWS BULLETIN

LEADING HEALTH, POPULATION AND FAMILY WELFARE STORIES OF THE Day
Wednesday 20260909

PCOS has a new name, because it was never just about the ovaries

Now called PMOS, condition affecting 1 in 8 women is being recognised as a wider metabolic disorder

Shimona Kanwar@timesofindia.com

Missed or very heavy periods, facial hair, painful acne, weight gain that's tough to shed, cysts in ovaries, mood swings — one in eight women deals with any or all of these. Together, they form a condition that's the leading cause of infertility globally. For decades, Polycystic Ovary Syndrome (PCOS) was treated solely as a reproductive problem. But its impact on health goes well beyond that. That's why, this May, PCOS was renamed Polycystic Metabolic Ovarian Syndrome (PMOS) after a global consensus involving 56 medical and patient advocacy firms, and a survey of 22,000 experts over 10 years published in *Lancet* and other medical journals. The whole point of this effort was to look beyond the ovaries and help recognise PMOS as a systemic multi-organ disorder rooted in insulin resistance.

What's in a name? A lot

"The updated terminology is vital for building public awareness," says Dr Rama Walla, endocrinologist and professor at PGIMER, Chandigarh. "It clarifies to women that PMOS includes higher risks for type 2 diabetes, hypertension, heart disease, and fatty liver."

Sept is PMOS awareness month. Dr Walla says the condition is an evolving challenge throughout a woman's life: from reproductive and cosmetic concerns in youth to hypertension and heightened cardiovascular and metabolic risks in her late 30s and 40s as ovarian follicles diminish, which can falsely lead patients to assume their PMOS has resolved. The name change helps pick up the missing pieces.

"Traditional terminology led to a narrow focus on ovarian cysts in ultrasound scans, masking far-reaching endocrine and metabolic impacts," says Dr Duru Shah, founder president of PCOS Society of India who was part of the name-change initiative.

Dr Walla says ultrasounds in adolescents can be misleading. "They are used to measure ovarian volume or detect micro-cysts, but multi-follicular

WHAT ARE THE SYMPTOMS?

Extra hair growth on face, chin, chest, upper thighs, or back

Male-pattern hair thinning on scalp and severe acne

Darkened patches of skin in body folds (neck, armpits, groin)

Absence of periods for 3 or more consecutive months

Weight gain or difficulty losing weight, particularly around the abdomen

Spotting or very heavy, prolonged bleeding when periods occur

For young girls, there are body image issues while women face fertility anxiety

Mood fluctuations, anxiety, depression, persistent tiredness linked to hormonal and metabolic shifts

What to do about it?

1 Lose 5-10% weight to improve metabolic, and reproductive symptoms

2 Eat fewer total calories, focus on high-fibre, complex carbs to manage insulin

3 Do aerobic activity and strength training to lower blood sugar, improve insulin sensitivity

4 Hormonal meds & oral contraceptives are a first-line therapy to regulate periods

5 Drugs like spironolactone (a diuretic) can block testosterone effects, cut excess hair growth and address skin issues

6 Metformin to address insulin resistance, lower blood sugar, and improve metabolic profiles

7 Letrozole or clomiphene (meds that trigger ovulation) are first-line options for patients with infertility

8 Newer diabetes and weight loss drugs like GLP-1 receptors may be prescribed in specific cases

or enlarged ovaries are normal during adolescent reproductive development, often causing misdiagnoses while failing to catch underlying metabolic breakdown," she says. Besides, facial hair (hirsutism) or irregular cycles may take 2-3 years post menarche to appear. Waiting for these signs delays critical care, she points out.

New medical guidelines need to move towards early screening by evaluating family histories of diabetes, early

heart disease, intrauterine growth restriction, or fetal malnourishment, insists Dr Walla. "Screening should also look for 'sarcopenic obesity' — where a patient appears of normal weight on the outside but carries high body fat and low muscle mass, along with hidden insulin resistance," she says.

Diabetes risk a strong marker

Gynaecologist Dr Shalini Gainder notes that most affected girls inherit genetic metabolic risk factors for diabetes. "A mother with gestational diabetes or a heavy baby exposes the fetus to unmanaged high blood sugar or insulin levels that disrupt nutrient flow. Childhood obesity, eating disorders are major triggers, creating a vicious cycle."

Two 2019 studies by PGIMER Chandigarh researchers published in *Indi-*

an *Journal of Endocrinology and Metabolism* showed "Full-Blown PCOS" (excess male hormones, irregular periods, polycystic ovaries) affected 68% of subjects, who had greater heart risks, insulin resistance, and resistance to ovulation drugs like clomiphene. While weight management improved ovulation success, unaddressed metabolic disruptions lead to higher rates of early miscarriage, second-trimester loss, gestational diabetes, pregnancy-induced hypertension, and restricted fetal growth.

Oral contraceptives are standard treatment but only temporarily mask symptoms without curing underlying metabolic dysfunction, while side effects and social stigma make patients hesitant to use them. "As part of ICMR-funded national research efforts, we are testing non-contraceptive combinations using insulin-sensitising drugs like metformin, anti-obesity therapeutics, and dosage-modified anti-androgens administered over 21-day cycles. Combining tailored medical protocols with lifestyle modifications, physical activity scoring, and stress management aims for long-term disease remission rather than symptom suppression," says Dr Walla.

Mental health and nutrition

Dr Nishtha Chawla, psychiatrist and professor at AIIMS Delhi, says a third of PMOS patients have clinical depression and 40-50% suffer from anxiety. Younger adults deal with body image distress from hirsutism, acne, or weight gain, whereas married women face subfertility stress, and educated young women experience anticipatory fertility anxiety. Timely psychiatric care, lifestyle changes, and weight management yield strong results.

Nutrition forms the cornerstone of PMOS management. Mumbai-based senior dietician Ruby Sound says, "Metabolic outcomes improve by eating protein and vegetables before carbs to blunt glucose spikes, cooling and reheating cooked rice to increase resistant starch, and seed cycling (flax and pumpkin seeds in follicular phase; sesame and sunflower seeds in luteal phase)." But simply asking people to exercise and lose weight without understanding what's stopping them from doing so won't help.

"I remember a patient complaining of being tempted by too many sweets lying around at home. Her family was persuaded to help her out rather than simply instructing her to lose weight," says Dr Chawla.

The new naming clarifies to women that PMOS includes higher risks for type 2 diabetes, hypertension, heart disease, and fatty liver

Dr Rama Walla, ENDOCRINOLOGIST, PGIMER

VIT Chennai, *The Hindu* to hold conclave on the future of biotechnology on Sept. 11

The Hindu Bureau
CHENNAI

As biotechnology moves increasingly from the laboratory into everyday life, transforming healthcare, diagnostics, pharmaceuticals, and sustainability, the need to understand its possibilities and implications has never been greater.

Bringing together some of the country's leading voices in science, research, healthcare, and industry, *The Hindu* and the Vellore Institute of Technology (VIT), Chennai will present the Biotech Conclave 2026 in Chennai on September 11 (Friday).

The day-long conclave will be inaugurated by CII-president designate Suchitra Ella, co-founder and managing director of Bharat Biotech, who will deliver the inaugural address, and presided over by G. Viswanathan, founder and chancellor, VIT.



Higher secondary students, undergraduates, researchers, and biotechnology aspirants will have an opportunity to engage with experts and gain insights into emerging technologies, research pathways, careers, and challenges confronting the sector. The programme brings together a diverse group of eminent scientists, researchers, healthcare leaders and policymakers, including Professor K. VijayRaghavan, Vasanth Sambandamurthy, Vinod Scaria, Ganapathy, Maneesh Paul, Kalpana Gowrishankar, Mayur Abhaya, and Ajay

Mahipal, among others.

The sessions will examine the role of technology in accelerating biotechnology research, the possibilities offered by gene editing and precision medicine, India's emergence as a global biopharma hub, and the country's research and innovation ecosystem.

"For *The Hindu*, this conclave is an opportunity to bring meaningful, accessible and forward-looking conversations on science to young audiences...we hope to deepen public engagement with biotechnology and inspire informed curiosity about the field's role in India's future," Sundar Kondur, chief revenue officer, The Hindu Group, said.

To watch the event, scan the QR code or visit newsth.live/VITBTCLS



Postmemory: delineating the impact of trauma on the generation-after

Coined by American philosopher Marianne Hirsch, postmemory describes the relationship of the subsequent generation to the traumatic experiences of the previous generation, which they did not directly experience but 'remember' through stories and experiences transmitted to them

Rohan Pillay A.

The costs of war are multidimensional. Be it the loss of life, the direct and indirect economic implications or the displacement of families, the list is endless. However, when we usually talk about the effects of war, we primarily do so from the perspective of the generation living through it, or from a historical perspective. What does war, genocide, generational trauma, etc., do to the 'generation-after', especially to their lived history, experiences and memory?

Defining the 'generation-after'

Before, we look into effects of generational trauma on the 'generation-after' or the 'second generation', it is imperative to understand who they are. In this context, the generation-after refers to people who are born immediately after their previous generation has gone through a significant trauma that affected a large section of the population, such as the Holocaust, to cite an example. This group of people has not directly experienced the event, but they are the generation that immediately follows the ones who were affected by it.

Postmemory and the inheritance of trauma

In her essay titled *The Long Afterlife of Loss*, Eva Hoffman says, "Loss leaves a long trail in its wake. Sometimes, if the loss is large enough, the trail seeps and winds like invisible psychic ink through individual lives, decades, and generations." She adds that the generation-after has been placed in a

melancholic position due to their historical situation and it is their fate "to live with a multitude of lost 'objects' that they never had a chance to know."

One of the main things that this generation inherits, is a memory of loss, not based on first-hand experience, but one that still feels real.

Marianne Hirsch, an American philosopher, coined the concept of postmemory to explain the experiences of the generation-after, which they "remember" only from second-hand experiences, but which still seem to constitute their own memories as they have been transmitted to them "so deeply and effectively".

Postmemory should not be understood as memory. It is rather the relationship that is shared by the generation-after with the powerful and often traumatic experiences that occurred prior to their birth. These memories get transmitted and are reinforced through photographs, oral narratives, videos, etc. The generation-after gets affected to the point where these memories often feel more real to them than their own lived experience.

Transactions between the past and the present

In an interview published by the Columbia University Press, Ms. Hirsch says that she wondered why her memories of her parents' recollections or scenes of "the war" seemed more vibrant to her than moments from her own childhood. She adds that this 'shared memory' had the qualities and textures of memories, even though they were not her memories. Memories, Ms. Hirsch says are,

"mediated by public images and stories that are transmitted to us from overpowering historical events."

Ms. Hirsch posits that postmemory's connection with the past is not merely a recalling, but is a mediation "by imaginative investment, projection, and creation". She says that when one grows up in an environment characterised by such overwhelming inherited memories, it results in the displacement of one's own stories and experiences by the dominant narratives of the previous generation that preceded their own birth.

One of the reasons behind this may be attributed to the fact that official estimates of the human cost of war may be very different from the actual costs endured. In such a context, memory serves not merely as a method of remembrance but as a political tool to ensure that untold stories of the victims of war do not go unsaid.

For instance, an official investigation report ordered by the then UN Secretary-General Ban Ki-moon, puts that up to 40,000 civilians were killed in the last month of the Sri Lankan government's attack on the Tamil *alam*, which culminated in the Mullivaikkal massacre on May 18, 2009. Colombo has continued to deny these statistics.

The May 2009 final offensive by the Sri Lankan army confined hundreds of thousands of Sri Lankan Tamils to a coastal strip, where they were subject to various human rights violations. Reports show that the army repeatedly announced 'safe zones' where civilians were asked to gather, then denied them adequate access to humanitarian aid, controlled exits through inhumane

methods, and continuing to bombard these regions. The Sri Lankan government continues to reject these findings and is yet to put in place a credible justice system for the victims.

A strong political tool

The lack of acknowledgement by the state means that their memories form the strongest political tool that recognises the torture they were subjected to. These stories are imparted to the generation after, not merely to remember, but to ensure that the lack of acknowledgment by the state does not erase the lived experience of their ancestors. In this regard, the Tamil diaspora continues to celebrate May 18 every year as Mullivaikkal Remembrance Day.

The recollections and stories of the generation-after of genocidal events, be it the Holocaust or the Tamil genocide in Sri Lanka, are filled with stories from their ancestors. In Ms. Hirsch's interview, she says that the generation-after plays a significant role in ensuring that the stories witnessed by their ancestors do not get erased for a "future that will know the past deeply but that will not be paralysed by its darknesses."

These stories of the 'generation-after' share immense similarities with Israel's ongoing attack in Palestine. As citizens of the world, we should not fail to look at the toll that these traumatic events take on the memory of the generations that follow. These effects, which fail to catch the eye at the first instance, have lasting influences on the lives and lived experiences of a large number of people who are yet to be born.

Concerns over the Census questions

The questionnaire for the population enumeration phase of the 2027 Census comprises 40 questions and seek details such as nationality, number of bank accounts and mobile, Aadhaar and voter ID numbers, if available, raising concerns over its potential digression from the purpose of collecting data for policy and planning

FULL CONTEXT

K. NARAYANAN UNAI

The questions to be asked to every individual during the population enumeration phase of the 2027 Census were notified by the Central government last month. In a significant departure from the past, a number of personal details, which cannot be used to generate any useful statistics, are being sought. This prompts a look at the individual questions, their possible uses and the implications of their inclusion in the Census.

The new questions in Census 2027 ask respondents to provide the details of the *parents of every individual and spouses of the married persons in the household*, nationality as declared, permanent residential address, place of COVID-19 vaccination, total number of bank accounts, mobile number, Aadhaar number and Voter ID number (if available), Passport number (if an Indian passport holder), and driving license availability.

The United Nations defines a population census as, "the total process of planning, collecting, processing, analysing, disseminating and evaluating demographic, economic and social data at the smallest geographic level at which it is possible, at a specified time, to all persons in a country or in a well-defined part of a country". It is evident from this definition that a census is viewed as an exercise to generate statistics for the use of the government in particular and the society in general.

One of the essential principles of official statistics is confidentiality of individual information. Principle 6 of the United Nations' Fundamental Principles of Official Statistics states, "the individual data collected by statistical agencies for statistical compilation, whether they refer to natural or legal persons, are to be strictly confidential and used exclusively for statistical purposes." India has adopted these principles.

Use of 'name' in the Census

As the Census is used to generate data useful for policy and planning purposes, information provided by an individual is used only for compiling the relevant statistics. The individual's name has no relevance in the exercise, except to identify them during enumeration. Names have merely been placeholders and have not been present in Census databases. In fact, there have been no attempts in the Indian Censuses to computerise names at all. There are countries that include the name and provide access to past Census data for genealogical studies. For example, past data from the U.S. Census can be accessed 72 years after the Census exercise. There is no such rule or policy in India.

Now, respondents will have to provide the names of every individual in the household, along with those of their parents. This will be a tall order for respondents from institutional households, such as wardens of hostels, old age homes, jails etc. A large number of children are now studying away from home, living in hostels, as paying guests, etc. February, being towards the end of the academic year, means they may not be at home. So, they would not be eligible for enumeration at their normal households. Even in normal households, the respondent may not know the details regarding the grandparents who may be



Field day: Census enumerators at a house in Sathuvachari in Villor, Tamil Nadu. C. VENKATRAMAN

Living with them

COVID-19 vaccination is now an old story. After the pandemic subsided, people have not been taking any vaccination and there have been no suggestions from the government to the people to get vaccinated. In view of this, it is highly doubtful whether information on the place of vaccination, which could have been as much as five years ago, could be put to any meaningful use.

Personal details

Information on mobile number, Aadhaar number and voter ID number are being asked 'if available'. Also required is the passport number for those holding Indian passports. The meaning of the phrase 'if available' is not clear. A person may have one or more of these identifiers. However, it is possible that the respondent may not have these numbers, possibly with the exception of the mobile number.

The question is whether 'if available' refers to availability with the concerned member of the household or with the respondent. If the phrase is interpreted as availability with the respondent, then it will not be available to the Census as a large proportion of the respondents are likely to be the housewives or elderly parents who may not keep these details of every member of the household. A similar problem arises with institutional households.

These numbers are not data items that could be used for any useful tabulations, except to determine whether these numbers are available. It is impossible to visualise more than 30 lakh Census enumerators spending time with the households to correctly record these numbers. The enumerators may not have the time and patience to obtain the relevant records and collect the information. Respondents in institutional households would find it impossible to provide the information, as they may not have these records with them. Even the individuals living there may have left their records back home. In normal

households, visitors and domestic servants living for the entire duration of the Census enumeration period are to be enumerated. Would the respondent be able to obtain these details from them? If the respondents in domestic households with visitors/servants eligible for enumeration share and those in institutional households misuse the information, is there any protection for the individual, as the respondent is not a Census functionary?

Nationality as declared may also not serve any useful purpose. Illegal immigrants may declare that they are Indian nationals. After trying this question in the 1951 and 1961 censuses, it was discarded from 1971 onwards. It is worth noting here that after a lot of debates, the U.S. Census decided not to include the question on citizenship in the 2020 Census.

The total number of bank accounts held by each person is useful for preparing a distribution of persons by the number of bank accounts. For those with bank accounts, this information can probably be obtained by tabulating the number of accounts against each PAN, which is necessary to open a bank account. If the plan is only to determine the number of persons without any bank account, then it is enough to ask whether the person has a bank account. It is difficult for a simple schoolteacher appointed as an enumerator to ask the question on the number of bank accounts and get a correct answer from the upper-class respondents, who may not even be ready to answer the simpler questions.

Possible information for NPR

While preparing for the 2021 Census there were proposals for updating the National Population Register (NPR) during the Census exercise. However, several States objected to it. The Census is conducted by enumerators appointed by the State government under section 42D of the Census Act, 1948. Hence, the State

governments may have the right to refuse the use of their staff to do any work that is not part of the Census. The Citizenship Act does not mention anything about the State government's role in the preparation of the NPR.

The information on the parents of individuals, permanent address, nationality, etc is very useful for preparing/updating the NPR, which is to form the basis for preparing the National Register of Citizens. It appears that the collection of such information through the Census questionnaire, though it does not add the generation of any additional statistics, is aimed at the preparation/updating of the NPR. However, including such information in the Census questionnaire and extracting it later to share it to another organisation within the government may violate the principle of confidentiality.

There is no objection to preparing a population register or a citizen register, and its importance and uses are well recognised. However, collecting information required for creating an NPR should be done through a process that is transparent and has legal basis, without jeopardising the Census.

The length of the questionnaire

With 40 questions, many requiring descriptive answers, the time taken for a household is likely to result in respondent fatigue. The respondent is required to answer similar questions for every individual in the household. This may result in the respondent becoming uninterested and potentially giving casual replies.

Furthermore, by adding questions that require recording the names and addresses, the workload of the enumerator has increased significantly.

By loading the Census with questions that are of no use for generating statistics, the quality of Census data may be seriously affected.

OK. Narayanan Unai is a retired officer from the Indian Statistical Service.

THE GIST

The new questions in Census 2027 ask respondents to provide the details of the parents of every individual and spouses of the married persons in the household, nationality, permanent address, place of COVID-19 vaccination, number of bank accounts, mobile number, Aadhaar number and Voter ID number (if available), among others.

This prompts a look at the individual questions, their possible uses and the implications of their inclusion in the Census.

With 40 questions, the time taken to enumerate a household is likely to result in respondent fatigue. Furthermore, it has also increased the workload of the enumerator.

NCPCR summons Meta MD today over child sexual abuse material

Sejal Sharma

letters@hindustantimes.com

NEW DELHI: Child rights body, the National Commission for Protection of Child Rights (NCPCR), has summoned managing director of Meta India Arun Srinivas to appear before it on September 9 as part of its enquiry into Instagram hosting advertisements related to child sexual abuse material (CSAM) on the platform.

The hearing – prompted by a BBC Eye investigation that detected the ads earlier this year – will be led by NCPCR chairperson Valeti Premchand at the body's office in New Delhi on Wednesday, according to people aware of the matter. NCPCR holds the powers of a civil court under the Code of Civil Procedure, 1908, thus giving it

DISCUSSIONS ON ALGORITHMS AND OTHER TECHNICAL ASPECTS ARE EXPECTED TO BE CENTRAL TO THE HEARING

powers to summon people.

A representative from the ministry of electronics and information technology (MeitY) is also expected at the hearing, people aware of the matter told HT, as discussions on algorithms and other technical aspects are expected to be central to the proceedings.

According to the BBC report, Instagram displayed advertisements containing phrases such as "rape video" and "child video" that

directed users to Telegram channels allegedly selling child sexual abuse material. The report said that after it flagged one such advertisement to Instagram, the platform initially responded that the ad did not violate its community standards. Following the BBC's findings, Meta removed several advertisements, disabled multiple accounts and blocked URLs found to be in violation of its policies, the report said.

In the lead up to Wednesday's summons, the NCPCR had first taken cognisance of the matter after MeitY summoned Meta on July 3 and issued a notice to it on July 4, directing the company to immediately disable all Instagram advertisements and content that allegedly promote or facilitate access to CSAM.

Meta India officials summoned over child abuse ads

Ambika.Pandit
@timesofindia.com

New Delhi: National Commission for Protection of Child Rights (NCPCR) has summoned Meta India's managing director and country head to appear before it on Wednesday over advertisements allegedly linked to child sexual exploitation and abuse material (CSEAM) on Instagram.

NCPCR commission took suo motu cognisance of a BBC Eye report and issued a notice to Meta Platforms Inc on July 3, seeking an explanation and documents. Meta replied a week later, following which the NCPCR instituted a formal inquiry to establish the facts.

Commission officials remained tight-lipped about Meta's response. However, they said the inquiry would examine Meta India's role in the appearance of the advertisements, how they cleared Instagram's systems and why the situation arose.

The scrutiny would consider the stringent provisions relating to such material under the Protection of Children from Sexual Offences Act, they added.

NCPCR officials said the probe would examine Meta India's role in the appearance of advertisements, how they cleared Instagram's systems, and why the situation arose

Last week, NHRC issued notices to the ministry of electronics and information technology and ministry of information and broadcasting as part of its scrutiny of alleged CSAM on Instagram. An NHRC member Priyank Kanoongo, whose bench issued the notices Sept 2, said the inquiry was no longer only identifying who uploaded the content. "It also examines the extent to which the platform's own editorial and publishing systems participate in the generation, selection, circulation, amplification or monetisation of content," he said. The company denied knowingly targeting such advertisements at people.

Queries to Meta did not elicit a response.

Can one IV drip lower bad cholesterol permanently?

Experimental VERVE-102 gene-editing drug reduces LDL cholesterol by 62%

Srirupa.Ray@timesofindia.com

In the early 2000s, a breakthrough study discovered some people are born with a gene mutation that keeps their bad cholesterol (LDL-C) on the lower side all their lives. After statins, it was another watershed moment for preventive cardiology, leading to drugs that mimicked the mutated gene's LDL-lowering effects. Now, a single-dose intravenous gene editing therapy called VERVE-102 aims to silence that gene permanently.

Designed by US pharma company Eli Lilly, the maximum dose was shown to lower LDL-C by up to 62% in a phase 1 trial whose results were published in *New England Journal of Medicine*. With phase 2 planned by year-end, the US FDA has given a 'fast track' designation to VERVE-102 for treating those genetically prone to very high cholesterol or premature heart disease, still a leading cause of death globally.

"It's years premature," says senior cardiologist Dr Upendra Kaul, chairman of Batra Heart Centre in Delhi. "But it's exciting to think that you take an injection that silences your genes." Dr Balbir Singh, group chairman of cardiac sciences at Max Super Speciality Hospital, Saket says it's not yet clear if a single dose will provide lifelong protection, but "some believe this could eventually be like a vaccine against heart disease, preventing many heart attacks and cardiovascular deaths".

The gene in question is PCSK9, which produces a protein in the liver by the same name. This protein latches on to LDL receptors that usually flush out bad cholesterol, and stops them from doing so. People with a muted PCSK9 gene variant produce far less amounts of the protein and hence, are naturally protected.

PCSK9-blocking antibodies such as Evolocumab and Alirocumab (used for more than a decade) have the strongest evidence of safety and effectiveness, says cardiologist Dr Aditi Singhvi from Narayana Institute of Cardiac Sciences. "They lower LDL-C by about 50-60% and have been shown in large randomised trials to reduce heart attacks and strokes." These are jabs you take every two to four weeks.

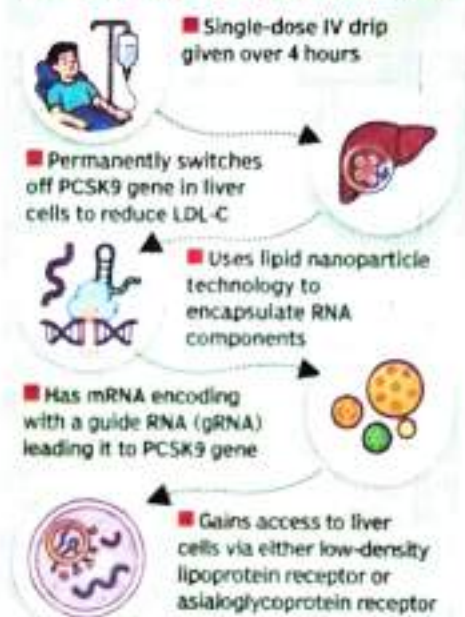
Another drug called Inclisiran (approved in 2020) has a small interfering Ribonucleic Acid (siRNA) molecule turning off the PCSK9 gene signal that produces the protein. "It lowers LDL by about 50% and needs to be given every six months. Evidence that it prevents heart attacks and strokes is not yet as strong as with antibody drugs," she adds. VERVE-102 and Inclisiran target the PCSK9 pathway quite differently, explains Dr Samanjoy Mukherjee, head of interventional cardiology at Manipal Hospital, Delhi. "Inclisiran cuts protein production and

needs repeat dosing. VERVE-102 uses gene editing to make a change to the gene itself."

But there's reason for caution from its predecessor VERVE-101, the first human attempt to permanently edit the PCSK9 gene. "In one participant, there was a significant rise in liver enzymes along with low platelet count, leading to a pause in that trial," recalls Dr Singhvi. Though VERVE-102 uses a delivery system designed to improve liver targeting, the earlier trial shows why long-term safety checks are crucial before this technology is used widely.

A March review on PCSK9-inhibiting therapeutics published in *Atherosclerosis journal*

HOW VERVE-102 WORKS



highlights that while VERVE-102 has a targeted approach, concerns remain about "off-target genomic interactions, which may result in unintended effects". Dr Singhvi agrees, saying, "Since gene editing can make a lasting change to DNA, one needs to look out for unintended changes to other genes, effects on liver or immune system, and problems that may only become apparent years later."

Could this breakthrough therapy stop the need for daily statins or other lipid-lowering drugs? "Statins do for the heart what penicillin did for infections and will remain standard lipid drugs. Gene editing therapies would be niche things, not for everyone," says Dr Kaul.

Dr Singh believes gene editing could transform the way we treat chronic diseases. But Dr Singhvi puts in a caveat: "The actual benefits have to be much higher when treating a common disease, especially in people who may otherwise live for decades with conventional treatments." And newer therapies would not eliminate the need for lifestyle changes. "Healthy diet, physical activity, weight management and avoiding smoking will still be non-negotiable," says Dr Mukherjee.

डॉक्टर-नर्स से लेकर कर्मियों तक को मिलेगा प्रशिक्षण



एनसीडीसी ने राज्यों और केंद्रशासित प्रदेशों की टीम के साथ पखवाड़ेवार वीडियो बैठक करने का फैसला किया है। इन बैठकों में चेस्ट क्लीनिकों के संचालन की स्थिति, काम में आ रही परेशानियां और उन्हें दूर करने के उपायों की समीक्षा की जाएगी। इसका मतलब है कि राज्यों को केवल क्लीनिक शुरू करके छोड़ना नहीं होगा। केंद्र लगातार यह देखेगा कि व्यवस्था जमीन पर कितनी प्रभावी ढंग से चल रही है और कहां संसाधन, कर्मचारी या दूसरी जरूरतें पूरी नहीं हो पा रही हैं। एनसीडीसी ने विशेषज्ञ डॉक्टरों, चिकित्सा अधिकारियों, स्टाफ नर्सों, परामर्शदाताओं और आंकड़े दर्ज करने वाले कर्मचारियों को प्रशिक्षण देने को कहा है।

दांत लगवाने के लिए बार-बार सर्जरी की नहीं होगी जरूरत, वैज्ञानिकों ने बनाया नया ट्रांसप्लांट

नई दिल्ली। दांत निकलने के बाद नया दांत लगवाने की प्रक्रिया कई मरीजों के लिए लंबी और परेशानी भरी होती है। कई मामलों में प्रत्यारोपण के लिए दो से तीन बार सर्जरी करनी पड़ती है। अब भारतीय वैज्ञानिकों ने ऐसी तकनीक विकसित की है, जिससे इस प्रक्रिया को आसान बनाने की उम्मीद है।

वैज्ञानिकों ने टाइटेनियम और जिरकोनिया को मिलाकर एक ऐसा दांत प्रत्यारोपण तैयार किया है, जिसमें अलग-अलग हिस्सों को जोड़ने की जरूरत कम हो सकती है। यह प्रत्यारोपण इंटरनेशनल एडवांस्ड रिमर्च सेंटर फॉर पाउडर मेटलर्जी एंड



न्यू मैटेरियल्स (एआरसीआई) के वैज्ञानिकों ने विकसित किया है।

आमतौर पर दांत का प्रत्यारोपण तीन हिस्सों का होता है। पहला हिस्सा जबड़े की हड्डी में लगाया जाता है। दूसरा हिस्सा इस आधार को ऊपर के कृत्रिम दांत से जोड़ता है और तीसरा हिस्सा दांत के रूप में दिखाई देता है। समस्या इन हिस्सों के बीच बने जोड़ से हो सकती है। चबाने के दौरान इस

नीचे मजबूत धातु, ऊपर दांत जैसा पदार्थ... नए प्रत्यारोपण की खासियत यह है कि इसमें टाइटेनियम मिश्रधातु और जिरकोनिया दोनों का इस्तेमाल किया गया है। टाइटेनियम वाला हिस्सा जबड़े की हड्डी में मजबूती से टिकने और चबाने का दबाव सहने के लिए है। वहीं ऊपर जिरकोनिया का इस्तेमाल किया गया है, क्योंकि यह घिसाव को बेहतर ढंग से सहता है व प्राकृतिक दांत जैसा लगता है।

जोड़ में बहुत हल्का हिलना भी शुरू हो जाए तो समय के साथ प्रत्यारोपण की हड्डी से पकड़ कमजोर पड़ सकती है और उसके ढीला होने का खतरा बढ़ सकता है। ब्यूरो

अब छह महीने से भी कम समय में होगा टीबी का इलाज, ट्रायल शुरू देश के 15 केंद्रों पर अध्ययन में 2,500 मरीज शामिल

नई दिल्ली। टीबी के मरीजों के लिए इलाज की लंबी अवधि कम करने की दिशा में आईसीएमआर ने बड़ा कदम बढ़ाया है। अभी ड्रग-सेंसिटिव टीबी के इलाज में आम तौर पर छह महीने का समय लगता है। अब आईसीएमआर का नेशनल इंस्टीट्यूट फॉर रिसर्च इन ट्यूबरकुलोसिस (एनआईआरटी) यह जांच रहा है कि क्या कुछ मरीजों में इलाज को सुरक्षित तरीके से चार महीने तक सीमित किया जा सकता है। इसके लिए देश के 15 केंद्रों पर 2,500 मरीजों को शामिल कर बहुकेंद्रीय क्लिनिकल ट्रायल चल रहा है।

ट्रायल के सफल होने पर टीबी के मरीजों को दो महीने कम दवाएं लेनी पड़ेंगी। इससे लंबे समय तक दवा लेने की परेशानी कम होने के साथ इलाज बीच में छोड़ने की समस्या घटाने में भी मदद मिल सकती है। एजेंसी



इलाज में लेवोफ्लॉक्सासिन की भूमिका

एनआईआरटी के मुताबिक ट्रायल में ड्रग-सेंसिटिव टीबी वाले मरीजों में चार महीने के एक छोटे उपचार की तुलना मौजूदा छह महीने के मानक उपचार से की जा रही है। चार महीने वाले उपचार में लेवोफ्लॉक्सासिन को शामिल किया गया है। वैज्ञानिक यह देख रहे हैं कि कम अवधि का इलाज बीमारी को पूरी तरह ठीक करने में कितना असरदार है और इलाज के बाद टीबी दोबारा तो नहीं लौटती। मरीजों की इलाज के बाद भी निगरानी की जाएगी।

प्रदूषण से बीमारियों पर केंद्र गंभीर, हर 15 दिन पर समीक्षा

सितंबर-फरवरी तक अस्पतालों व मेडिकल कालेजों में चलेंगे चेस्ट क्लीनिक

अमर उजाला ब्यूरो

नई दिल्ली। ठंड शुरू होते ही हवा की गुणवत्ता बिगड़ने के साथ सांस और फेफड़ों से जुड़ी बीमारियों का बोझ बढ़ने लगता है। इस दौरान बच्चों, बुजुर्गों और पहले से सांस, दिल या दूसरी गंभीर बीमारियों से जूझ रहे लोगों को ज्यादा परेशानी का सामना करना पड़ता है। ऐसे में इस बार केंद्र सरकार प्रदूषण से जुड़ी बीमारियों को लेकर पहले से तैयारी करना चाहती है।

राष्ट्रीय रोग नियंत्रण केंद्र ने राज्यों और केंद्रशासित प्रदेशों को सितंबर से फरवरी तक चेस्ट क्लीनिकों को सक्रिय रखने और उनकी निगरानी मजबूत करने के निर्देश दिए हैं। सबसे खास बात यह है कि अब हर 15 दिन में केंद्र राज्यों के साथ बैठक कर इन क्लीनिकों की प्रगति और सामने आ रही दिक्कतों की समीक्षा करेगा। एनसीडीसी ने जिला अस्पतालों और मेडिकल कॉलेज अस्पतालों में इन क्लीनिकों के जरिये सभी उम्र के लोगों में प्रदूषण से जुड़ी बीमारियों

सितंबर से फरवरी तक खास नजर...

सरकार ने सितंबर से फरवरी का समय इसलिए चुना है क्योंकि इस दौरान देश के कई हिस्सों, खासकर उत्तर भारत में ठंड के साथ हवा की गुणवत्ता खराब होने की स्थिति बनती है। हवा में प्रदूषकों



का स्तर बढ़ने पर पहले से सांस की बीमारी वाले लोगों की परेशानी बढ़ सकती है और बच्चों व बुजुर्गों जैसे संवेदनशील वर्गों पर इसका असर ज्यादा पड़ सकता है।

■ इसी को ध्यान में रखते हुए सरकार इस बार प्रदूषण बढ़ने

के बाद प्रतिक्रिया देने के बजाय मौसम बदलने से पहले ही अस्पतालों को तैयार रखने पर जोर दे रही है। चेस्ट क्लीनिकों में आने वाले मरीजों की जांच के साथ यह भी देखा जाएगा कि उनकी बीमारी और प्रदूषण के संपर्क के बीच कोई संबंध है या नहीं। जरूरत के अनुसार मरीज को आगे की जांच या विशेषज्ञ इलाज के लिए भेजा जाएगा।

की पहचान, जांच, इलाज और परामर्श की व्यवस्था करने को कहा है। राज्यों को मौजूदा स्वास्थ्यकर्मियों को इसके लिए प्रशिक्षित करने और उनकी जिम्मेदारियां तय करने को कहा गया है।

डेंगू-चिकनगुनिया से निपटने के लिए जीटीबी अस्पताल में विशेष इंतजाम

मौसमी बीमारियों के बढ़ते खतरे के बीच बेड, दवाइयों और जांच सुविधाओं को किया मजबूत

संवाद न्यूज एजेंसी

पूर्वी दिल्ली। दिल्ली में डेंगू और चिकनगुनिया के संक्रमण को देखते हुए गुरु तेग बहादुर (जीटीबी) अस्पताल को हाई अलर्ट पर रखा गया है। अस्पताल में इन मौसमी बीमारियों से प्रभावित मरीजों के उपचार के लिए विशेष तैयारियों की गई हैं। प्रशासन का दावा है कि मरीजों को समय पर इलाज उपलब्ध कराने के लिए जरूरी संसाधनों और व्यवस्थाओं को मजबूत किया गया है।

अस्पताल में आने वाले मरीजों की निगरानी बढ़ा दी गई है और बुखार, प्लेटलेट्स में कमी और अन्य लक्षणों वाले मरीजों की जांच पर विशेष ध्यान दिया जा रहा है। अस्पताल प्रशासन का कहना है कि यदि मरीजों की संख्या बढ़ती है तो अतिरिक्त बेड और संसाधनों की व्यवस्था भी तुरंत की जाएगी।



सांकेतिक

जीटीबी अस्पताल के एडिशनल मेडिकल सुपरिंटेंडेंट प्रवीण कुमार ने बताया कि अस्पताल में मौसमी बीमारी जैसे डेंगू और चिकनगुनिया के मामलों को ध्यान में रखते हुए विशेष वार्ड की व्यवस्था, पर्याप्त बेड, दवाइयों का स्टॉक और जांच सुविधाएं उपलब्ध कराई गई हैं।

उन्होंने बताया कि अस्पताल में डेंगू और चिकनगुनिया के मरीजों के लिए और 80 से 90 बेड अधिक लगा दिए गए हैं और इसके साथ-साथ प्लेटलेट्स को बढ़ाने के लिए भी पर्याप्त व्यवस्था की गई है। साथ

सितंबर के पहले सप्ताह में डेंगू के 50 नए मामले

नई दिल्ली। राजधानी में डेंगू के मामलों में इस साल अब तक का सबसे बड़ा साप्ताहिक उछाल देखने को मिला है। सितंबर के पहले सप्ताह में डेंगू के 50 नए मरीज सामने आए हैं, जबकि अगस्त के पूरे महीने में 40 मामले थे। यानी सितंबर के शुरुआती सप्ताह में अगस्त की तुलना में 10 अधिक मामले दर्ज हुए हैं। नए मामलों के साथ इस साल डेंगू के कुल मरीजों की संख्या बढ़कर 361 हो गई है। एमसीडी की ताजा रिपोर्ट के अनुसार, बीते सप्ताह 17,220 घरों में मच्छरों का प्रजनन पाया गया। इस साल अब तक 1,32,323 घरों में प्रजनन मिला, जिस पर 1,01,259 कानूनी नोटिस जारी किए गए हैं। 9,018 मामलों में अभियोजन व 4,257 में जुर्माना कार्रवाई हुई, जिसमें 10.23 लाख रुपये से अधिक वसूले गए। सितंबर के पहले सप्ताह में मलेरिया के 32 नए मामले भी सामने आए, जिससे कुल मरीजों की संख्या 151 हो गई। अगस्त में मलेरिया के 53 मामले मिले थे। संवाद

ही डॉक्टरों और स्वास्थ्यकर्मियों को भी आवश्यक दिशा-निर्देश जारी किए गए हैं।

साफ-सफाई का विशेष ध्यान रखने की अपील : अस्पताल के अधिकारियों ने परिसर में बैनर और पोस्टर लगाकर लोगों से अपील की है कि डेंगू और चिकनगुनिया से बचाव

के लिए साफ-सफाई का विशेष ध्यान रखें, घरों के आसपास पानी जमा न होने दें और लक्षण दिखाई देने पर तुरंत चिकित्सकीय सलाह लें। अस्पताल प्रशासन का कहना है कि किसी भी आपात स्थिति से निपटने के लिए जीटीबी अस्पताल पूरी तरह तैयार है।

नई
या
इस
ट्रेने
टमि
और
संच
मुज
हज
साध
होग
उत्त
यात्रि
ट्रे
आने
बाज
फेसि
नवंबर
सितंबर
बाजा
043
ऋषि
ऋषि
चार
ऋषि
नवंबर
वृही

पैसिव स्मोकिंग मामले में चीन के बाद भारत

नई दिल्ली, प्रेडः किसी और के पीते सिगरेट का धुआं भी सेहत के लिए उतना ही गंभीर खतरा बन सकता है। भारत में ऐसे धुएं यानी पैसिव स्मोकिंग के संपर्क में आने वाले लोगों की संख्या पिछले तीन दशक में बढ़ी है। 1990 में जहां करीब 37.5 करोड़ भारतीय इसके संपर्क में थे, वहीं 2023 में यह संख्या बढ़कर 44.4 करोड़ हो गई। इस मामले में चीन सबसे ज्यादा प्रभावित है। वहां, 66.4 करोड़ लोग इस समस्या का शिकार हैं। लैंसेट पब्लिक हेल्थ में प्रकाशित एक वैश्विक अध्ययन में यह जानकारी सामने आई है।

कुल मौतें बढ़ीं, लेकिन दर घटी: पैसिव स्मोकिंग से होने वाली मौत मामले में भारत में 1990 में करीब 2.18 लाख मौतें हुई थीं, जबकि 2023 में यह संख्या बढ़कर 3.26 लाख हो गई। लेकिन आबादी की उम्र में बदलाव को ध्यान में रखकर तुलना में इस दौरान मृत्यु दर में करीब 30 प्रतिशत की कमी आई।

नई दिल्ली स्थित पुष्पावती सिंघानिया हास्पिटल एंड रिसर्च इंस्टीट्यूट की पल्मोनोलॉजिस्ट और वरिष्ठ सलाहकार डा. नीतू जैन ने कहा कि आंकड़ों से पता चलता

लैंसेट का अध्ययन

1990 में 37.5 करोड़ लोग थे पैसिव स्मोकिंग की चपेट में, 2023 में संख्या बढ़कर 44.4 करोड़ हुई

2.18 लाख मौतें भारत में 1990 में पैसिव स्मोकिंग से हुई

3.26 लाख मौतें 2023 में दर्ज की गई

30 % के करीब कमी आई मृत्यु दर में

है कि समायोजित दर में कमी के बावजूद परोक्ष धूमपान के संपर्क में आने वाले लोगों की कुल संख्या अब भी बढ़ रही है। इसका असर केवल सांस की बीमारियों तक सीमित नहीं है, बल्कि कई अंगों पर लंबे समय तक पड़ सकता है।

दुनिया में 2.71 अरब लोग धुएं की चपेट में: 'ग्लोबल बर्डन आफ डिजीज (जीबीडी) 2023 सेकेंड-हैंड स्मोक कोलंबोरेटर्स' नामक अंतरराष्ट्रीय शोध दल ने 204 देशों और क्षेत्रों में सेकेंड हैंड स्मोकिंग से



2.71 अरब लोग पूरी दुनिया में इस समस्या से घिरे, 14 साल तक के 76.7 करोड़ बच्चे भी प्रभावित

33.9 % रही दुनिया में परोक्ष धूमपान के संपर्क में आने की दर

होने वाली बीमारियों का अध्ययन किया। इसके अनुसार, 2023 में दुनिया में करीब 2.71 अरब लोग परोक्ष धूमपान के संपर्क में थे। इनमें 76.7 करोड़ बच्चे 0 से 14 वर्ष की उम्र के थे। दुनिया में ऐसे लोगों का अनुपात 33.9 प्रतिशत था। चीन, भारत और इंडोनेशिया में ही दुनिया के लगभग आधे प्रभावित लोग रहते हैं। 2023 में चीन में 66.4 करोड़, भारत में 44.4 करोड़ और इंडोनेशिया में 14.2 करोड़ लोग पैसिव स्मोकिंग की चपेट में थे।

टीबी के मरीज का किया कैंसर का इलाज, अस्पताल पर लगाया 23 लाख का जुर्माना

जागरण संवाददाता, जयपुर: एक निजी अस्पताल के चिकित्सकों ने टीबी रोगी महिला को कैंसर पीड़ित मानकर करीब चार महीने तक कीमोथेरेपी दे दी। महिला का स्वास्थ्य लगातार बिगड़ा तो स्वजन उसे मुंबई के टाटा मेमोरियल अस्पताल लेकर गए, वहां चिकित्सकों को जांच में पता चला कि महिला कैंसर नहीं, बल्कि टीबी से पीड़ित है। इस गंभीर लापरवाही पर भरतपुर स्थित स्थायी लोक अदालत ने अस्पताल प्रबंधन और चिकित्सक पर 23 लाख 36 हजार रुपये का जुर्माना लगाया है।

भरतपुर के पुष्प वाटिका कालौनी निवासी लक्ष्मी शर्मा को अक्टूबर, 2022 में पेट दर्द और बेचैनी की शिकायत होने पर स्वजन जयपुर स्थित महावीर कैंसर अस्पताल लेकर पहुंचे थे। चिकित्सकों ने प्रारंभिक जांच के बाद महिला को कैंसर पीड़ित मान लिया।

जांच रिपोर्ट के आधार पर चिकित्सकों ने कैंसर का उपचार शुरू कर दिया। महिला को लगातार



- भरतपुर की स्थायी लोक अदालत ने अस्पताल प्रबंधन और चिकित्सक पर लगाया जुर्माना
- जयपुर के निजी अस्पताल में चार माह तक दी कीमोथेरेपी
- टाटा मेमोरियल अस्पताल में जांच में निकला टीबी

कष्टदायक कीमोथेरेपी दी गई, जिससे महिला की हालत लगातार बिगड़ती गई।

लगातार स्वास्थ्य बिगड़ता देखकर स्वजन महिला को जनवरी, 2023 में मुंबई स्थित टाटा मेमोरियल अस्पताल लेकर गए। वहां जांच में कैंसर नहीं, बल्कि टीबी की पुष्टि हुई। वहां चिकित्सकों

ने टीबी का उपचार प्रारंभ किया। इसके बाद स्वजन महिला को उत्तर प्रदेश के वृंदावन स्थित श्री बृज सेवा समिति टीबी चिकित्सालय लेकर गए, जहां जांच में फिर टीबी की पुष्टि हुई। बीमारी का उपचार शुरू होते ही स्वास्थ्य में सुधार हो गया। महिला के स्वजन ने इस मामले में स्थायी लोक अदालत में याचिका प्रस्तुत की।

लोक अदालत के अध्यक्ष गंभीर सिंह, सदस्य रजनीकांत और योगेश शर्मा ने गत चार सितंबर को निर्णय सुनाते हुए इस प्रकरण को चिकित्सकीय लापरवाही माना और मानसिक एवं शारीरिक क्षतिपूर्ति के लिए 20 लाख, जबकि उपचार के वैध बिलों के तीन लाख 36 हजार 774 रुपये जुर्माना अस्पताल प्रबंधन और चिकित्सक पर लगाने का आदेश दिया। अदालत ने कहा कि गलत निष्कर्ष से एक मरीज को गंभीर और कष्टदायी उपचार प्रक्रिया से गुजरना पड़ा, जिससे उसे मानसिक व शारीरिक कष्ट हुआ है।

'पैकेट पर साफ दिखे ज्यादा चीनी-नमक-फैट की चेतावनी'

जागरण न्यूज नेटवर्क, नई दिल्ली: पैकेटबंद खाद्य और पेय पदार्थों में चीनी, नमक या फैट की मात्रा ज्यादा है तो इसकी जानकारी उपभोक्ताओं को पैकेट के सामने ही साफ-साफ मिलनी चाहिए। लोकल सर्कल्स के एक सर्वे में बड़ी संख्या में उपभोक्ताओं ने कहा कि किसी उत्पाद में इनमें से एक भी चीज तय सीमा से ज्यादा हो तो उस पर स्पष्ट चेतावनी होनी चाहिए। उपभोक्ताओं ने यह भी कहा कि इसके लिए भारतीय खाद्य सुरक्षा और मानक प्राधिकरण (एफएसएसआई) के प्रस्तावित नियमों के दूसरे चरण का इंतजार नहीं किया जाना चाहिए।

एफएसएसआई ने 28 अगस्त को सुप्रीम कोर्ट में एक प्रस्ताव पेश किया था। इसमें पैकेटबंद खाद्य पदार्थों के सामने वाले हिस्से पर मिलाई गई चीनी, नमक और सैचुरेटेड फैट की अधिक मात्रा होने पर तस्वीर के जरिए चेतावनी देने

लोकल सर्कल्स का सर्वे

80% लोगों ने एक भी सामग्री ज्यादा होने पर चेतावनी देने की मांग की

88% उपभोक्ताओं ने कहा- चेतावनी लेबल बड़ा और स्पष्ट हो

23,516

प्रतिक्रियाएं मिलीं लोकल सर्कल्स के सर्वे में

का प्रस्ताव है। प्रस्ताव के तहत पैकेट पर लाल रंग के हेक्सागोनल आकार के निशान में 'ज्यादा चीनी', 'ज्यादा नमक', 'ज्यादा फैट' या 'बहुत ज्यादा मीठा पेय' जैसी चेतावनी दी जाएगी। इसे दो चरणों में लागू करने का प्रस्ताव है।

पहले चरण में चेतावनी उन



88% उपभोक्ता छह महीने में नियम लागू करने के पक्ष में

53% लोग चीनी, नमक और फैट की कुल मात्रा के आधार पर चेतावनी चाहते हैं

उत्पादों पर लागू होगी, जिनमें मिलाई गई चीनी, नमक और सैचुरेटेड फैट में से कम से कम दो चीजें तय सीमा से ज्यादा हों। कुछ मीठे पेय भी इसके दायरे में आएंगे। वहीं, अगर किसी उत्पाद में इन तीन में से सिर्फ एक चीज ज्यादा है, तो प्रस्ताव के दूसरे चरण तक उस पर

चेतावनी लेबल नहीं लगाने की बात कही गई है।

उपभोक्ता चाहते हैं हर ज्यादा मात्रा की जानकारी : सर्वे में शामिल ज्यादातर उपभोक्ताओं ने इस व्यवस्था से असहमति जताई। उनका कहना था कि किसी उत्पाद में सिर्फ चीनी, नमक या फैट में से एक की मात्रा भी ज्यादा है तो इसकी जानकारी पैकेट पर साफ तौर पर दी जानी चाहिए। इसे नियम के दूसरे चरण तक टालना नहीं चाहिए। सर्वे में यह भी पूछा गया कि चेतावनी सिर्फ उत्पाद में मिलाई गई चीनी, नमक और सैचुरेटेड फैट की मात्रा के आधार पर होनी चाहिए या उसमें मौजूद इनकी कुल मात्रा को भी देखा जाना चाहिए। इस सवाल का जवाब देने वाले 20,525 लोगों में 53 प्रतिशत ने कहा कि चेतावनी उत्पाद में मौजूद चीनी, नमक और सैचुरेटेड फैट की कुल मात्रा पर आधारित होनी चाहिए।

इन दिनों

आप युवा हैं और मोटापे जैसी समस्याओं से बचे हुए हैं तो इसका मतलब यह नहीं कि आप पूरी तरह स्वस्थ हैं। आज के समय में फैटी लिवर और ग्री डाइबिटीज केरत शत्रु तबके से शरीर में बीमारी को नीब फैल कर देते हैं। लक्षण स्पष्ट नहीं होने से लोग इससे बेखबर बने रहते हैं। मरीज जोब या सवास्था बढ़ने पर ही लोग निदान का कसब चुनते हैं। डाइबिटीज, असामान्य कोलेस्ट्रॉल, हाइ ब्लडप्रेसर और दिल की बीमारी आज किसी खास आयु वर्ग की समस्या नहीं है, युवा, यहां तक कि बच्चे भी इनसे परेशान हो आ रहे हैं। रिफाईड कार्बोहाइड्रेट, अल्ट्रा-प्रोसेस्ड फूड, शुगर वाले ड्रिंक्स, सुस्त जीवनशैली, इम्यूनिटी डिप्रेशन अनेक बीमारियों की जड़ बन रहे हैं। एक्स के एक इन्विले अभ्यास के अनुसार भारत में 38.6 मिलियन पुरुष और 35.4 प्रमिलियन बच्चे फैटी लिवर से प्रभावित हो चुके हैं। सर मंगरम अस्पताल, नई दिल्ली के मैस्टोरोलोलॉजी के को-चैपमैन डॉक्टर पीयूष रजन बताते हैं कि बच्चे अब बचपन में भी मोटापे का रोग हैं। इसलिए स्वास्थ्य समस्या होने पर उनका लिवर फंक्शन टेस्ट (एनएलपीटी) भी कराना चाहिए। इसके लिए दवाएं तो हैं, पर बचाव उससे अधिक महत्वपूर्ण है। अगर किसी तरह का रिस्क फैक्टर है, तो बेहतर होगा कि लिवर को लेकर सतर्कता बड़ा है।

खराब जीवनशैली है बीमारी की जड़ : मोटापे से एनएफएलडी यानी मेटाबोलिक डिफरेंसियल एडिपोजिटोसिस फैटीलिवर डिजीज का जोखिम भी बढ़ा है। यह दुनियाभर में लिवर को सबसे आम बीमारी है। इसे पहले नान-अल्कोहोलिक फैटी लिवर डिजीज (एनएएफएलडी) कहा जाता था। यह मोटापे, टाइप-2 डाइबिटीज, हाइ ब्लडप्रेसर या कोलेस्ट्रॉल जैसी समस्या बचने की अधिक प्रभावित करता है।

मोटापा, डाइबिटीज और खराब खानपान हर तीसरे युवा को अब फैटी लिवर की समस्या दे रहा है। चूंकि, शुरुआत में इसके लक्षण नहीं दिखते, इसलिए समय पर उचित उपचार मिलना मुश्किल हो जाता है। इसके लिए कैसे बढ़ाएं सतर्कता और जीवनशैली में क्या करें बदलाव, प्रह्लाद मिश्र की रिपोर्ट...



स्वस्थ लिवर अस्वस्थ लिवर

किन लोगों को है अधिक जोखिम

- लिवर वजन बहुत अधिक है।
- पिछले टाइप 2 डाइबिटीज या ग्री-डाइबिटीज है।
- हाइ कोलेस्ट्रॉल या ट्राइग्लिसराइड्स है।
- बैठकर काम करने या सुस्त जीवनशैली है।
- जिन लोगों को अधिक जंक फूड या मीठा खाने की आदत है।



• छोटी फैटीलिवर

फैटी लिवर के शुरुआती लक्षण

शुरुआत में लक्षण नहीं होने या हल्के होने के कारण इसे 'साइलेट डिजीज' या कामंडर बीमारी कहा जाता है। हालांकि कुछ लक्षण होने पर जाब करनी चाहिए।

- लगातार बचान महसूस होने
- पेट में खासकर दाईं ओर खिंचाव महसूस होना
- भोजन के बाद पेट फूलना या भारी महसूस होना।

क्यों हो रहा कम उम्र में फैटी लिवर

समझ फैटी लिवर की गंभीरता

सही समय पर उचित इलाज न होने पर समस्या गंभीर हो सकती है।

- लिवर में सूजन

- फाइब्रोसिस (लिवर टिश्यू पर निशान)
- सिरोसिस (लिवर को नुकसान)
- लिवर फैल होने का खतरा

जीवनशैली में सुधार ही है मुख्य इलाज

- वजन कम करने से लिवर का फैट कम होता है।
- स्वस्थ भोजन व व्यायाम शरीर को लकी रखता है।
- नियमित स्वास्थ्य जांच इलाज में मददगार है।

युवा भारतीयों में फैटी लिवर होने का कारण

सुस्त जीवनशैली : देश की बड़ी युवा आबादी अब शारीरिक तौर पर अपनी सक्रियता बहुत कम कर चुकी है। लोग नियमित शारीरिक व्यायाम, बहानी गतिविधियों से दूर होने लगे हैं। (लंबे समय तक बैठे रहना/काम/पढ़ाई/सर्किंग के सामने) की आदत बनती जा रही है। जीवनशैली में निरंतरता अनेक के चलते मेटाबोलिज्म धीमा हो जाता है, जिससे लिवर और अन्य अंगों में फैट जमा होने लगता है।

मोटापा और वजन बढ़ना :

पेट के अतिरिक्त जमा फैट और वजन बढ़ने की समस्या सीधे तौर पर फैटी लिवर से जुड़ी हुई है। अतिरिक्त फैट मेटाबोलिक असंतुलन का कारण बनता है। यह निशान अब किशोरों और युवाओं में भी देखा जा रही है।

टाइप-2 डाइबिटीज :

इन्सुलिन रेजिस्टेंस फैटी लिवर का मुख्य कारण है। इससे ब्लाड शुगर का स्तर बढ़ जाता है, जो लिवर में फैट जमा होने की स्थिति पैदा करता है। युवाओं में इसका संकेत ग्री-डाइबिटीज और टाइप-2 डाइबिटीज से भी होता है, इसलिए शारीरिक सक्रियता आवश्यक है।

आहार की समस्या :

जंक फूड, फास्ट फूड, राफ्ट ड्रिंक्स, पैकड जूस, रिफाईड कार्बोहाइड्रेट की अधिकता और पोषक तत्वों की कमी से लिवर में फैट जमा होने लगता है।

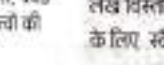
लगाव और खराब नींद :

लगाव और नींद का अनियमित पैटर्न भी फैटी लिवर की समस्या बढ़ाता है। कोर्टिसोल (तनाव हार्मोन) के बढ़ने से मेटाबोलिज्म बाधित होता है। वहीं नींद के खराब होने के चलते पेट का रेगुलेशन भी अनियमित होता है।

लगाव और खराब नींद :

लगाव और नींद का अनियमित पैटर्न भी फैटी लिवर की समस्या बढ़ाता है। कोर्टिसोल (तनाव हार्मोन) के बढ़ने से मेटाबोलिज्म बाधित होता है। वहीं नींद के खराब होने के चलते पेट का रेगुलेशन भी अनियमित होता है।

लेख विस्तार से पढ़ने के लिए, स्कैन करें।



जीवनशैली का बिगड़ रूप है फैटी लिवर

कम उम्र में फैटी लिवर होने के पीछे दो ही मुख्य कारण हैं- मोटापा और शारीरिक निष्क्रियता। वैसे तो इसकी गंभीरता बढ़ने में डाइबिटीज, खराब डाइ, कोलेस्ट्रॉल भी जिम्मेदार होते हैं। बच्चे में मोटापे 20 प्रतिशत तक ही युवा है।



डॉ. पीयूष रजन
सी-केएलएच,
मैस्टोरोलोलॉजी, सर
मंगरम अस्पताल, दिल्ली

वही समस्याओं की जड़ है। बच्चे उम्र फैलीरी वाले और फैकड फूड पर निर्भर होते जा रहे हैं। उनका व्यायाम-कसरत करना कम हो गया है। वही आदत कम उम्र में ही बीमारी दे रही है। चूंकि फैटी लिवर में दिनचर्या में कोई अधिक समस्या नहीं होती, इसलिए समय पर उपचार नहीं हो पाता। समस्या बढ़ने पर पेट के दाहिने तरफ ऊपरी हिस्से में खिंचाव जैसा महसूस हो सकता है। लिवर की सेहत जांचने के लिए अल्ट्रासाउंड या एलएफटी आवश्यक है। फैटी लिवर से बढ़ने के लिए भोजन में प्रोटीन, फल, सब्जा की बढ़ाई और सेबुरेट पेट व फैलीरी कम रखें। बच्चे की खाने या टेबलेट पर निर्भरता कम करें। कुछ लोग मोटापे के लिवर हैं और अल्कोहल भी लेते हैं, इससे जोखिम बढ़ता है। जरूरी है स्वास्थ्य आदतों का विकास करें और निरोध रहें।

युवाओं के लिए बचाव के टिप्स

- सस्ते आहार की आदत डालें, भोजन में फल, सब्जियां व चाइवर शामिल करें। हेल्दी फैट (नट्स, बीज, मछली) लाभकारी है।
- चीनी, रिफाईड कार्बो, जंक और अल्ट्रा-प्रोसेस्ड फूड से बचें।
- सप्ताह में 150 मिनट व्यायाम करें, पैदल चलें, सक्रियता बलाएं या स्ट्रेच ट्रेनिंग करें।
- वजन को नियंत्रित रखें। पेट की चर्बी कम करें। 7-8 घंटे की अच्छी नींद लें और तनाव पर कब्ज रखने के लिए योग या ध्यान करें।

डॉक्टर से क्या मिले

- लगातार बचान महसूस होने पर
- लिवर फंक्शन की रिपोर्ट असामान्य होने पर
- मोटापा और मेटाबोलिक रिस्क फैक्टर होने पर
- फैमिली हिस्ट्री होने पर
- शुरुआती मेटाबोलिक रक्त बीमारी से बचा ब्यक्ति है।

डिमेंशिया से बचाएंगी ये आदतें



डॉ. मंजरी त्रिपाठी
विभागाध्यक्ष, न्यूरोलाजी
एमएस, नई दिल्ली

क्या आप जरूरी सामान अक्सर भूल जाते हैं या पुरानी बातें याद करने में कठिनाई होने लगी है तो अपनी मानसिक सेहत को लेकर सतर्क होने की जरूरत है। यह समस्या डिमेंशिया का रूप ले सकती है। इसके लिए क्या है उपाय, आइए जानें...

वै से तो उम्र बढ़ने पर डिमेंशिया के लक्षण दिखना कोई आश्चर्यजनक बात नहीं है, लेकिन अमेरिका में हुआ एक हालिया अध्ययन बताता है कि जिन लोगों को हाइ बीपी व डायबिटीज जैसी समस्याएं हैं या धूमपान की आदत है, उन्हें डिमेंशिया होने का खतरा अपेक्षाकृत अधिक रहता है। वहीं, जापान में हुए एक अध्ययन की मानें तो किचन के कार्यों में व्यस्त रहने वाले उम्र दराज लोगों में डिमेंशिया होने का जोखिम काफी हद तक कम हो जाता है। दोनों ही अध्ययन जागरूक, सतर्क और जीवनशैली को बेहतर बनाने के लिए प्रेरित करने वाले हैं। इस संदर्भ में डब्ल्यूएचओ का व्यापक दिशानिर्देश है कि हाइ बीपी व डायबिटीज से बचाव और स्मोकिंग से दूरी आपके डिमेंशिया के जोखिम को कम कर सकती है।

कारणों को समझें और सतर्कता बढ़ाएं : डिमेंशिया उम्र के साथ बढ़ने वाली समस्या तो है ही, यह आनुवंशिक भी होती है। हालांकि, कुछ चीजों को कंट्रोल कर आप डिमेंशिया को आठ से दस साल तक टाल सकते हैं, जैसे ब्लडप्रेशर में उतार-चढ़ाव, डायबिटीज, मोटापा, स्मोकिंग, लगातार बैठे रहने, अधिक समय तक टीवी देखने, अल्कोहल के सेवन, घंटों मोबाइल पर रोल आदि देखने, निष्क्रिय जीवनशैली जैसी आदतों में सुधार। बढ़ता प्रदूषण, अपर्याप्त नींद और तनाव जैसे कारण भी इसकी गंभीरता बढ़ा रहे हैं। अगर सुनने में परेशानी हो रही है तो हियरिंग एड का प्रयोग न करना। देखने में परेशानी हो रही है तो चश्मे का प्रयोग न करना, भोजन में पोषिक चीजों की

कमी होना, शरीर में सैचुरेटेड फैट का अधिक जाना, रेडमीट, प्रोसेस फूड्स या जंक फूड्स, अधिक नमक भी डिमेंशिया की आशंका को बढ़ाते हैं।

कुछ सीखते रहने की आदतें आदतें :

अगर बढ़ती उम्र में भी कुछ न कुछ नई चीजें सीखते रहें तो डिमेंशिया से काफी हद तक राहत मिल सकती है। दरअसल, दिमाग के खाली रहने या दिमागी सक्रियता नहीं होने से यह समस्या बढ़ती है। अगर आपको कोई शौक नहीं है तो खाना बनाना सीखिए। इससे दिमाग सतर्क रहता है। नई-नई रेसिपी सीखिए। आप चाहें तो कोई नई भाषा या कंप्यूटर प्रोग्रामिंग भी सीख सकते हैं। रोज समाचार पत्र पढ़ना और किताबें पढ़ना भी फायदेमंद है। टहलना, साइकिल चलाना, योग-व्यायाम डिमेंशिया की आशंका कम करता है।

स्वस्थ आहार है जरूरी : सीमित मात्रा में सरसों का शुद्ध तेल, देसी घी, अलिव आयल का प्रयोग करना लाभदायक है। हल्दी में पाया जाने वाला करक्यूमिन डिमेंशिया में काफी कारगर है। मौसमी सब्जियां,

अंकुरित अनाज और श्रीअन्न आपकी मानसिक सेहत को दुरुस्त रखने में सहायक है।



अभी तक डिमेंशिया को पूरी तरह से दूर करने के लिए कोई वैक्सीन नहीं बनी है।

जिस तरह के संक्रमण पर दवा बेअसर, उनमें मौत का खतरा 43% तक ज्यादा

Hemwati.Rajaura1
@timesofindia.com

■ नई दिल्ली: अस्पताल में भर्ती मरीजों में बैक्टीरिया के वे संक्रमण चिंता का कारण हैं, जिन पर दवाएं बेअसर हैं। देश के 20 अस्पतालों की स्टडी बताती है कि ऐसे दवा-प्रतिरोधी संक्रमण वाले मरीजों में मौत का खतरा सामान्य संक्रमण वालों की तुलना में 43% तक अधिक रहता है। इन संक्रमणों के इलाज का खर्च भी दोगुना तक हो सकता है। द लैंसेट रीजनल हेल्थ-साउथ ईस्ट एशिया में यह स्टडी प्रकाशित हुई। इसमें अप्रैल 2022 से 2025 के बीच 1,59,336 मरीजों पर स्टडी की गई। 26,213 मरीजों में ग्राम-नेगेटिव बैक्टीरिया (सामान्य संक्रमण) तो 16,025 यानी 61.1% मरीजों में कार्बापेनेम-रेजिस्टेंट संक्रमण मिला।

इलाज भी महंगा

बेअसर दवा वाले संक्रमण के मरीजों में इलाज का खर्च भी दोगुना तक मुमकिन



स्टडी में कार्बापेनेम-रेजिस्टेंट संक्रमण वाले मरीजों में संवेदनशील संक्रमण वाले मरीजों की तुलना में मौत का खतरा अधिक पाया गया। स्यूडोमोनास संक्रमण में मौत का खतरा 43%, ई. कोलाई में खतरा 41% अधिक था।

जिनमें दवा
बेअसर, उनमें
32% मौतें

स्टडी में शामिल ग्राम-नेगेटिव संक्रमण वाले मरीजों में 27.7% की अस्पताल में मौत हुई। कार्बापेनेम-रेजिस्टेंट संक्रमण वाले मरीजों में मृत्यु दर 31.6% थी। कार्बापेनेम के प्रति संवेदनशील संक्रमण वाले मरीजों में मौत की दर 21.6% रही। यानी रेजिस्टेंट संक्रमण वाले हर 100 मरीजों में 32 की अस्पताल में मौत हुई।

दूसरों के धूम्रपान से 76 करोड़ बच्चे बेहाल

अमेरिका के राष्ट्रीय स्वास्थ्य संस्थान की अध्ययन लैंसेट की रिपोर्ट में प्रकाशित, 17 लाख लोगों की जान गई

पेरिस, एजेंसी। धूम्रपान करने वाले ही नहीं, बल्कि उनके आसपास रहने वाले लोग भी इसके धुएं से गंभीर रूप से प्रभावित हो रहे हैं।

अमेरिका के राष्ट्रीय स्वास्थ्य संस्थान के विशेषज्ञों ने इस संबंध में नया अध्ययन किया है। उनके मुताबिक, 2023 में दुनिया भर में करीब 2.7 अरब लोग दूसरों के धूम्रपान के धुएं के संपर्क में आए। इससे करीब 17 लाख लोगों की समय से पहले मौत हुई। मॉडकल जर्नल द लैंसेट में प्रकाशित इस अध्ययन में 1990 से 2023 के बीच 204 देशों और क्षेत्रों में इसके असर का अध्ययन किया गया। इसके अनुसार, 2023 में धूम्रपान करने वाले लोगों के संपर्क में आने वाले लोगों में 76.7 करोड़ बच्चे थे। इनमें 0 से 14 साल तक की उम्र के बच्चे शामिल हैं। इस धुएं के

2.7

अरब लोग 2023 में दूसरों के धूम्रपान के धुएं के संपर्क में आए, 33 साल के आँकड़ों का किया अहम विश्लेषण



कारण 2023 में करीब 16.6 लाख लोगों की समय से पहले मौत हुई। इससे कई लोगों में बीमारी और लंबे समय तक स्वास्थ्य संबंधी परेशानियाँ भी बढ़ीं। इसका सबसे बड़ा असर दिल की बीमारी के रूप में सामने आया।

अध्ययन के अनुमान के मुताबिक, 2023 में धूम्रपान करने वाले लोगों के

संपर्क में आने के कारण बच्चों में साँस से जुड़ी 52 लाख बीमारियाँ हुईं। दरअसल, जब व्यक्ति सिगरेट पीता है तो उसके आसपास मौजूद लोगों को दो तरह के धुएं का सामना करना पड़ता है।

एक धुआँजलती हुई सिगरेट से सीधे निकलता है और दूसरा धूम्रपान करने वाला व्यक्ति बाहर छोड़ता है। सिगरेट

भारत में मौतें 50% बढ़ीं



भारत में दूसरों की सिगरेट के धुएं यानी पसिव स्मोकिंग से होने वाली मौतों में 1990 के मुकाबले 2023 में 50% बढ़ोतरी हुई। 1990 में ऐसी 2.17 लाख मौतें हुई थी, जो 2023 में बढ़कर 3.25 लाख हो गई। पसिव स्मोकिंग के संपर्क में आने वाले लोगों की संख्या 44.4 करोड़ हो गई।

महिलाओं पर गंभीर असर



महिलाओं पर इसका असर असमान रूप से पड़ रहा है। खासकर उन क्षेत्रों में जहाँ महिलाओं के बीच धूम्रपान की दर कम है। वे घर या आसपास मौजूद धूम्रपान करने वाले पुरुषों के कारण तंबाकू के धुएं के संपर्क में आ सकती हैं। इसके प्रभाव को अभी ज्यादा गंभीरता से नहीं पहचाना गया है।

से निकलने वाले धुएं में जहरीले और कैंसर पैदा करने वाले पदार्थ होते हैं।

दुनिया में 1990 के बाद धूम्रपान करने वालों की संख्या में कमी आई है, लेकिन धूम्रपान करने वालों के संपर्क में आने वाले लोगों की कुल संख्या में ज्यादा बदलाव नहीं हुआ।

दुनिया भर की तस्वीर : दुनिया में

1.2 अरब लोग तंबाकू का इस्तेमाल करते हैं। इनमें 1 अरब पुरुष हैं। ध्यान रहे, तंबाकू इस्तेमाल करने वालों और सिगरेट/धूम्रपान करने वालों की संख्या अलग होती है। तंबाकू से कई बीमारियों का खतरा बढ़ता है। इसके धुएं से आसपास रहने वाले लोग भी प्रभावित होते हैं।

वृद्ध होती आबादी के लिए नियमित आय और सामाजिक सुरक्षा सुनिश्चित करना सरकार की बड़ी चुनौती बना

दो-तिहाई बुजुर्ग पेंशन के लाभ से वंचित



विशेष

अठान चढ़ा

नई दिल्ली। भारत में 60 वर्ष से अधिक उम्र के बुजुर्गों की संख्या तेजी से बढ़ रही है। वर्तमान में देश की कुल आबादी में बुजुर्गों की हिस्सेदारी करीब 11 फीसदी है। इसके बावजूद करीब दो-तिहाई बुजुर्ग किसी सामाजिक, अनिवार्य या स्वेच्छिक पेंशन योजना का लाभ नहीं ले रहे हैं। ऐसे में बढ़ती बुजुर्ग आबादी के लिए नियमित आय और सामाजिक सुरक्षा सुनिश्चित करना बड़ी चुनौती बन रहा है।

नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ पब्लिक फाइनेंस एंड पॉलिसी (एनआईपीएफ) की अगस्त 2026 की रिपोर्ट में इस स्थिति पर चिंता जताई गई है और मौजूदा पेंशन व्यवस्था में व्यापक सुधार की जरूरत बताई गई है। रिपोर्ट के अनुसार, पेंशन व्यवस्था का उद्देश्य बुजुर्गों को बुढ़ापे में आय की सुरक्षा देना और अधिक से अधिक कामगारों को पेंशन के दायरे में लाना होना चाहिए। मौजूदा व्यवस्था इन दोनों लक्ष्यों को पूरी तरह हासिल नहीं कर पा रही है।

पेंशन पर खर्च बढ़ा, लेकिन लाभार्थी कम : एनआईपीएफ की रिपोर्ट के अनुसार, सरकार पेंशन और



2050 तक 34.7 करोड़ होगी संख्या

वर्ष	60 वर्ष से अधिक आबादी	कुल आबादी में हिस्सा
2022	15.3 करोड़	10
2025	15.8 करोड़	11
2035	20.7 करोड़	13-14
2045	26.5-29 करोड़	17
2050	34.6-34.7 करोड़	20-21

कुल आबादी में हिस्सा प्रतिशत में

देश के 87.5% कामगारों को भी सामाजिक सुरक्षा नहीं

अन्य सेवानिवृत्ति लाभ पर लगाकर अधिक खर्च कर रही है। इसके बावजूद इस खर्च का लाभ बुजुर्गों की पूरी आबादी को नहीं मिल रहा है। पेंशन

रिपोर्ट के मुताबिक, बुजुर्गों के सच-सच कामगारों की बड़ी संख्या भी पेंशन व्यवस्था से बाहर है। करीब साठ-अठ्ठान यानी 87.5 फीसदी कामगार किसी सर्वजनिक या निजी पेंशन योजना में शामिल नहीं हैं। सरकार ने अटल पेंशन योजना और प्रधानमंत्री श्रम योगी मानधन जैसी योजनाओं के जरिये अधिक लोगों को पेंशन व्यवस्था से जोड़ने की कोशिश की है लेकिन अभी लक्ष्य पूरा नहीं हुआ है। रिपोर्ट कह रही है कि किसी भी पेंशन व्यवस्था का मुख्य उद्देश्य बुजुर्गों को आर्थिक सुरक्षा देना और अधिक से अधिक कामगारों को पेंशन व्यवस्था में शामिल करना होना चाहिए, लेकिन भारत में अभी दोनों मोर्चा पर बड़ी कमी है।

और अन्य सेवानिवृत्ति लाभ पाने वालों में मुख्य रूप से पूर्व सरकारी कर्मचारी और उनके जीवित परिजन शामिल हैं। इन्हें पुरानी पेंशन योजना (ओपीएस)

दो व्यवस्था बनाने का सुझाव

रिपोर्ट में पेंशन व्यवस्था को दो हिस्सों में विकसित करने का सुझाव दिया गया है। पहला हिस्सा जरूरतमंद बुजुर्गों के लिए सामाजिक सुरक्षा आधारित पेंशन का हो, जिसका खर्च सरकार उठाए। दूसरा हिस्सा कामगारों के लिए रोजगार आधारित पेंशन का हो, जिसे कर्मचारी और नियोजक दोनों के योगदान से चलाया जाए। इससे पेंशन के लिए पूरी तरह सरकारी राजस्व पर निर्भरता कम की जा सकती है।

तीन गुना हुआ पेंशन खर्च

रिपोर्ट के अनुसार, सामान्य सरकार के राजस्व खर्च में पेंशन और अन्य सेवानिवृत्ति लाभ की हिस्सेदारी 1987-88 में 3.6 फीसदी थी। यह बढ़कर 2003-04 में 6.2 फीसदी और 2020-21 में 10.2 फीसदी हो गई। यानी करीब तीन दफाओं ने सरकारी राजस्व खर्च में पेंशन की हिस्सेदारी लगभग तीन गुना हो गई।

का लाभ मिलता है। इन लाभार्थियों की संख्या कुल बुजुर्ग आबादी के 7 फीसदी से भी कम है। संस्थान के एसोसिएट प्रोफेसर मुकेश कुमार

बदलाव का प्रस्ताव

1. इसमें पेंशन पाने के लिए जरूरी सेवा अवधि जैसे प्रावधानों को बढ़ाने, पेंशन की गणना केवल आखिरी या सबसे अधिक वेतन के बजाय लंबे समय के औसत वेतन के आधार पर करने पर विचार करने की बात कही गई है।
2. अंतिम छुट्टियों के बदले मिलने वाले नकद भुगतान की भी समीक्षा का सुझाव है। ऐसे पेंशन प्राप्तियों को हटाने या सीमित करने की बात कही गई है, जिनसे सरकारी संस्थानों पर अतिरिक्त बोझ पड़ता है।
3. इससे बचने वाले संसाधनों का इस्तेमाल शिक्षा, स्वास्थ्य और व्यापक सार्वजनिक पेंशन व्यवस्था के विस्तार में किया जा सकता है।
4. अतिरिक्त बोझ को कम कर संसाधनों का इस्तेमाल शिक्षा, स्वास्थ्य और व्यापक सार्वजनिक पेंशन व्यवस्था के विस्तार पर किया जाए।
5. सभी सरकारी में पेंशन और छुट्टियों के नकदीकरण से जुड़े कुछ एकमुश्त लाभों को खत्म या सीमित करके हर साल पर्यटन संस्थान जुटाए जा सकते हैं।
6. सरकारों द्वारा जुटाए गए संस्थानों से 40 वर्ष से कम उम्र के असंगठित क्षेत्र के कामगारों के लिए अनिवार्य, सर्वजनिक और पित पोषित पेंशन योजना तैयार हो सकती है।

आनंद द्वारा तैयार रिपोर्ट पेंशन व्यवस्था में व्यापक सुधार की जरूरत बताती है, जिससे अधिक संख्या में बुजुर्गों को आवश्यक पेंशन देना जा सके।

फैसला | डिप्टी सीएम के निर्देश पर स्वास्थ्य विभाग ने शुरू की पुनर्नियुक्ति संबंधी आदेश जारी करने की प्रक्रिया, अनुभवी चिकित्सकों का लाभ मिलेगा

यूपी में सरकारी डॉक्टर 70 साल की उम्र तक देंगे सेवाएं

लखनऊ, विशेष संवाददाता। यूपी में सरकारी चिकित्सक सेवानिवृत्ति के बाद 70 वर्ष की आयु तक पुनर्नियुक्ति के माध्यम से सेवाएं दे सकेंगे।

वर्तमान व्यवस्था के तहत सरकारी डॉक्टर 65 वर्ष की आयु तक सेवाएं दे रहे हैं। उपमुख्यमंत्री ब्रजेश पाठक के निर्देश पर स्वास्थ्य विभाग के अपर मुख्य सचिव स्तर से इस संबंध में आदेश जारी करने की प्रक्रिया शुरू कर दी गई है।

उपमुख्यमंत्री ब्रजेश पाठक ने कहा कि प्रांतीय चिकित्सा एवं स्वास्थ्य सेवा संवर्धन स्वास्थ्य विभाग का प्रमुख चिकित्सकीय संवर्ग है। इसमें चिकित्सा अधिकारी एवं विशेषज्ञ

अधिक सक्षम बनेंगी स्वास्थ्य सेवाएं



डिप्टी सीएम ने बताया कि इस निर्णय से विशेष रूप से विशेषज्ञ चिकित्सकों की कमी वाले चिकित्सकीय विभागों में यह व्यवस्था प्रभावी सक्षम होगी। स्वास्थ्य विभाग के अपर मुख्य सचिव को चिकित्सकों की सेवानिवृत्ति के बाद 70 वर्ष की आयु तक पुनर्नियुक्ति संबंधी आदेश जारी करने की प्रक्रिया आगे बढ़ाने के निर्देश दिए गए हैं।

चिकित्सक शामिल हैं, जो प्रदेश के सरकारी अस्पतालों, सामुदायिक और प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्रों में स्वास्थ्य सेवाओं की महत्वपूर्ण जिम्मेदारी संभालते हैं। उन्होंने कहा कि

सेवानिवृत्ति के बाद योग्य एवं अनुभवी चिकित्सकों को 70 वर्ष की आयु तक सेवाएं देने का अवसर मिलने से उनके लंबे अनुभव का सीधा लाभ मरीजों को मिलेगा।

विश्वविद्यालय-कॉलेजों में तृतीय श्रेणी के 2500 पद भरे जाएंगे

लखनऊ, प्रमुख संवाददाता। विश्वविद्यालय व डिग्री कॉलेजों में तृतीय श्रेणी कर्मचारियों के 2500 पदों पर भर्ती की जाएगी। उप्र अधीनस्थ सेवा चयन आयोग को जल्द पदों का विस्तृत अधिष्ठापन भेजा जाएगा। फिर भर्ती की प्रक्रिया शुरू होगी।

उच्च शिक्षा, कृषि शिक्षा व प्राविधिक शिक्षा के विश्वविद्यालयों के साथ ही डिग्री कॉलेजों में भी तृतीय श्रेणी के रिक्त पदों पर भर्ती की

- यूपीएसएसएससी को अध्यापन भेजा जाएगा
- उच्च, प्राविधिक व कृषि शिक्षा संस्थानों में भर्ती

जाएगी। उच्च शिक्षा के ही शिक्षण संस्थानों में 500 से ज्यादा पद रिक्त चल रहे हैं। ऐसे ही दूसरे विभागों के उच्च शिक्षण संस्थानों में भी पद रिक्त चल रहे हैं।