सेनेटरी पैड,नैपकिन के बारे में दी जानकारी

कार्यक्रम में मौजूद डॉ. किरन पांडेय व अन्य।

कानपुर, 17 मार्च। चंद्र शेखर आजाद कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय कानपुर के राष्ट्रीय सेवा योजना की इकाई 3 गृहविज्ञान के विशेष शिविर में एनएसएस प्रोग्राम ऑफ़सिर 3 डॉक्टर रश्मि सिंह द्वारा छात्राओं के लिए कार्यक्रम का आयोजन किया गया। मुख्य अतिथि डा. किरण पांडे ने मासिक धर्म विकार तथा मासिक स्वज्छता पर चर्चा की ।उन्होंने मासिक धर्म चक्र की सामान्य तथा असामान्य स्थिति तथा समस्याओं के बारे में बताया तथा महिलाओं के प्रजनन तंत्र की संरचना को भी समझाया। उन्होंने बताया कि मासिक धर्म चक्र 10 से 16 वर्ष की आयु में प्रारंभ होना सामान्य है 16 वर्ष तक पीरियड ना आने पर डॉक्टर की सलाह लेनी चाहिए। उन्होंने बताया कि 30 -80 द्वद्य रक्त की हानि पीरियड्स में होना सामान्य है तथा 30द्वद्य से कम और 80द्वद्य से अधिक रक्त की हानि होना असामान्य है तब हमें डॉक्टर की सलाह लेने की आवश्यकता है। उन्होंने मासिक धर्म चक्र की स्वज्छता के बारे में भी बताया

उन्होंने बताया कि वर्तमान समय में केवल 42ब्र महिलायें ही पैड का इस्तेमाल करते हैं तथा 62ब्र कपड़े का इस्तेमाल कर रहीं हैं। उन्होंने बताया कि जो ग्रामीण क्षेत्र की महिलाएं हैं उनमें से 2 से 3ब्र ही सेनेटरी नैपकिन का प्रयोग कर रही हैं। 71ब्र लड़कियों को अभी भी मासिक धर्म चक्र के बारे में सही जानकारी नहीं है। उन्होंने यह भी बताया कि एक सेनेटरी पैड को 6 घंटे से च्यादा इस्तेमाल नहीं करना चाहिए और इस्तेमाल करने के बाद उसको कवर करके ही डिस्पोज करना चाहिए। डॉक्टर किरण पांडेय ने छात्राओं के सभी प्रश्नों के उत्तर बहुत स्पष्टता से दिया। कार्यक्रम में डीन होम साइंस डॉक्टर मुक्ता गर्ग तथा एनएसएस कोऑर्डिनेटर डॉ अर्चना सिंह ने कार्यक्रम के बारे में अपने विचार व्यक्त किया। एनएसएस प्रोग्राम कोऑर्डिनेटर ह्वठ्ठद्बह्ल-3 डॉ रश्मि सिंह ने डॉक्टर किरण पांडे को धन्यवाद व्यक्त किया।

हिन्दी दैनिक

विज्ञापन के लिए सम्पर्क करें। 9870715738

रहस्य संदेश

RNI NO. UPHIN/2007/20715

वर्ष – 17, अंक – 75, एटा से प्रकाशित, शनिवार, 18 मार्च, 2023 पृष्ठः 8

छात्राओं को सेनेटरी पैड, नैपकिन के बारे में दी जानकारी

(रहस्य संदेश) कानपुर के राष्ट्रीय सेवा योजना की इकाई ३ गृहविज्ञान के विशेष शिविर में एनएसएस प्रोग्राम ऑफिसर unit–3 डॉक्टर रश्मि सिंह द्वारा छात्राओं के लिए menstrual disorder and hygiene विषय पर लेक्चर आयोजित किया गया।कार्यक्रम की मुख्य अतिथि एवं वक्ता डॉक्टर किरण पांडे ,

जीएसवीएम , मेडिकल कॉलेज कानपुर ने मासिक धर्म विकार तथा मासिक स्वच्छता पर चर्चा की ।उन्होंने मासिक धर्म चक्र की सामान्य तथा असामान्य स्थिति तथा समस्याओं के बारे में बताया तथा महिलाओं के प्रजनन तंत्र की संरचना को भी समझाया। उन्होंने बताया कि मासिक धर्म चक्र 10 से 16 वर्ष की आयु में प्रारंभ होना सामान्य है 16 वर्ष तक पीरियड ना आने पर डॉक्टर की सलाह लेनी चाहिए। उन्होंने बताया कि 30 –80 उस रक्त की हानि पीरियड्स में होना सामान्य है तथा 30उस से कम और 80उस से अधिक रक्त की हानि होना असामान्य है तब हमें डॉक्टर की सलाह लेने की आवश्यकता है। उन्होंने मासिक धर्म चक्र की स्वच्छता के बारे में भी बताया उन्होंने बताया कि वर्तमान समय में केवल 42: महिलायें ही पैड का इस्तेमाल करते हैं तथा 62: कपड़े का इस्तेमाल कर रहीं हैं। उन्होंने बताया कि जो ग्रामीण क्षेत्र की महिलाएं हैं उनमें से 2 से 3: ही सेनेटरी नैपकिन का प्रयोग कर रही हैं। 71: लड़कियों को अभी भी मासिक धर्म चक्र के बारे में सही जानकारी नहीं है। उन्होंने यह भी बताया कि एक सेनेटरी पैड को 6 घंटे से ज्यादा इस्तेमाल नहीं करना चाहिए और इस्तेमाल करने के बाद उसको कवर करके ही डिस्पोज करना चाहिए। डॉक्टर किरण पांडेय ने छात्राओं के सभी प्रश्नों के उत्तर बहुत स्पष्टता से दिया। कार्यक्रम में डीन होम साइंस डॉक्टर मुक्ता गर्ग तथा एनएसएस कोऑर्डिनेटर डॉ अर्चना सिंह ने कार्यक्रम के बारे में अपने विचार व्यक्त किया। एनएसएस प्रोग्राम कोऑर्डिनेटर unit–3 डॉ रश्मि सिंह ने डॉक्टर किरण पांडे को धन्यवाद व्यक्त किया।

सीएसए ने गोद लिए विद्यालय में छात्र छात्राओं को किया स्वच्छता एवं सफाई के प्रति जागरूक

डीटीएनएन

कानपुर। बदलते मौसम के मिज़ाज के साथ ही एच 3 एन 2 वायरस जिसे हांगकांग फ्लू के नाम से भी जानते हैं ने पाँव फैलाना शुरू कर दिया है। अस्पतालों की लंबी कतारें ओ पी डी में सैकड़ो का आना जाना चिंता जनक है। इसी समस्या के मद्दे नज़र कृषि विज्ञान केंद्र कानपुर देहात के वैज्ञानिकों ने विद्यालय समन्वयक डॉ अजय कुमार सिंह के साथ चंद्र शेखर आज़ाद कृषि एवम प्रौद्योगिक विश्वविद्यालय, कानपुर द्वारा अंगीकृत नवीन प्राथमिक विद्यालय, रावतपुर, कानपुर में बच्चो के बीच जागरुकता कार्यक्रम आयोजित किया। डॉ शशिकांत ने बच्चो से कहा की होंगकाँग् फ्लू में भी सर्दी, खाँसी, बुखार इत्यादि परेशानी होती है लेकिन यह साधारण फ्लू से अलग है इसमें गला एकदम चोक होता है बोलना भी मुश्किल होता है। डॉ निमिषा अवस्थी देशभर में ।।3ह्2 वायरल के केस तेजी से बढ़ रहे हैं. ।।3ह्2 इन्फ्लुएंजा की चपेट में आने के बाद लोगों को कमजोरी और थकान से उबरने में 2 सप्ताह से अधिक समय लग रहा है. कोविड-19 के बाद इन्फ्लुएंजा, वायरस के बढ़ते मामले अब मेडिकल एक्सपर्ट्स की टेंशन भी बढ़ा रहे हैं. क्योंकि इसके लक्षण कोरोना जैसे ही हैं. इन्फ्लुएंजा के मरीजों में तेज बुखार, लगातार खांसी और सांस लेने में तकलीफ की शिकायत पाई जा रही है। इससे बचाव के लिए मास्क का प्रयोग करें। कोल्ड ड्रिंक, आइस क्रीम इत्यादि के सेवन से बचे, धूप से घर जाकर ठंडा पानी या ठंडी चीज़ें न खाये। रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने वाले भोज्य पदार्थो का उपयोग करें। डॉ अजय कुमार सिंह ने बताया कि ।।3ह्2 ऊपरी रेस्पिरेटरी ट्रैक्ट को प्रभावित करता त्रश्वह्लद्य इसलिए बुखार, खांसी, सर्दी, गले, नाक और आंखों में जलन का लंबे समय तक बना रहता है। कार्यक्रम में विद्यालय के प्रधानाचार्य गोपाल मिश्रा, व शिक्षिका पूजा श्रीवास्तव सहित लगभग 40 बच्चे उपस्थित थे।

हिन्दी दैनिक

रहस्य संदेश

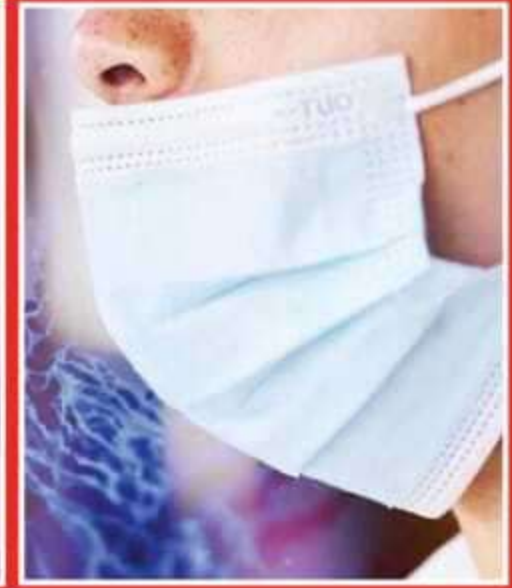
RNI. NO. UPHIN/2007/20715

वर्ष – 17, अंक – 75, एटा से प्रकाशित, शनिवार, 18 मार्च, 2023 पृष्ठ: 8

विज्ञापन के लिए सम्पर्क करें। 9870715738

सीएसए द्वारा गोद लिए विद्यालय में छात्र छात्राओं को किया स्वच्छता एवं सफाई के प्रति जागरूक

(अनवर अशरफ) कानपुर बदलते मौसम के मिजाज के साथ ही एच 3 एन 2 वायरस जिसे हांगकांग फ्लू के नाम से भी जानते हैं ने पाँव फैलाना शुरू कर दिया है। अस्पतालों की लंबी कतारें ओ पी डी में सैकड़ो का आना जाना चिंता जनक है। इसी समस्या के मद्दे नजर कृषि विज्ञान केंद्र कानपुर देहात के वैज्ञानिकों ने विद्यालय समन्वयक डॉ अजय कुमार सिंह के साथ चंद्र शेखर आजाद कृषि एवम प्रौद्योगिक विश्वविद्यालय, कानपुर द्वारा अंगीकृत नवीन प्राथमिक विद्यालय, रावतपुर, कानपुर में बच्चो के बीच जागरुकता कार्यक्रम आयोजित किया। डॉ शशिकांत ने बच्चो से कहा की होंगकाँग् फ्लू में भी सर्दी, खाँसी, बुखार इत्यादि परेशानी होती है लेकिन यह साधारण फ्लू से अलग है इसमें गला एकदम चोक होता है बोलना भी मुश्किल होता है। डॉ निमिषा अवस्थी देशभर में भ्3छ2 वायरल के केस तेजी से बढ़ रहे हैं. भ्3छ2 इन्फ्लुएंजा की चपेट में आने के बाद लोगों को कमजोरी और थकान से उबरने में 2 सप्ताह से अधिक समय लग रहा है. कोविड–19 के बाद इन्फ्लुएंजा । वायरस के बढ़ते मामले अब मेडिकल एक्सपर्ट्स की टेंशन भी बढ़ा रहे हैं. क्योंकि इसके लक्षण कोरोना जैसे ही हैं. इन्फ्लुएंजा के मरीजों में तेज बुखार, लगातार खांसी और सांस लेने में तकलीफ की शिकायत पाई जा रही है। इससे बचाव के लिए मास्क का प्रयोग करें। कोल्ड ड्रिंक, आइस क्रीम इत्यादि के सेवन से बचे, धूप से घर जाकर ठंडा पानी या ठंडी चीजें न खाये। रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने वाले भोज्य पदार्थो का उपयोग करें।



एचउएन2 वायरस का प्रकोप शुरू

सीएसए द्वारा गोद लिए विद्यालय में छात्र-छात्राओं को किया स्वच्छता एवं सफाई के प्रति जागरूक

कानपुर । बदलते मौसम के मिजाज के साथ ही एच3एन2 वायरस जिसे हांगकांग फ्लू के नाम से भी जानते है ने पांव फैलाना शुरू कर दिया है। अस्पतालों की लंबी कतारें ओ पी डी में सैकड़ो का आना जाना चिंता जनक है। इसी समस्या के मद्दे नज़र कृषि विज्ञान केंद्र कानपुर देहात के वैज्ञानिकों ने विद्यालय समन्वयक डॉ अजय कुमार सिंह के साथ चंद्र शेखर आज़ाद कृषि एवम प्रौद्योगिक विश्वविद्यालय, कानपुर द्वारा अंगीकृत नवीन प्राथमिक विद्यालय, रावतपुर, कानपुर में बच्चो के बीच जागरुकता कार्यक्रम आयोजित किया। डॉ शशिकांत ने बच्चो से कहा की हॉगकॉग् फ्लू में भी सर्दी, खाँसी, बुखार इत्यादि परेशानी होती है लेकिन यह साधारण फ्लू से अलग है इसमें गला एकदम चोक होता है बोलना भी मुश्किल होता है। डॉ निमिषा अवस्थी देशभर में एच3एन2 वायरल के केस तेजी से बढ़ रहे है। एच3एन2 इन्फ्लुएंजा की चपेट में आने के बाद लोगों को कमजोरी और थकान से उबरने में 2 सप्ताह से अधिक समय लग रहा है। कोविड–19 के बाद इन्फ्लुएंजा वायरस के बढ़ते मामले अब मेडिकल एक्सपर्ट्स की टेंशन भी बढ़ा रहे हैं। क्योंकि इसके लक्षण कोरोना जैसे ही हैं। इन्फ्लुएंजा के मरीजों में तेज बुखार, लगातार खांसी और सांस लेने में तकलीफ की शिकायत पाई जा रही है। इससे बचाव के लिए मास्क का प्रयोग करें। कोल्ड ड्रिंक, आइसक्रीम इत्यादि के सेवन से बचे, धूप से घर जाकर ठंडा पानी या ठंडी चीजें न खायें। रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने वाले भोज्य पदार्थो का उपयोग करें। डॉ अजय कुमार सिंह ने बताया कि एच3एन2 ऊपरी रेस्पिरेटरी ट्रैक्ट को प्रभावित करता है इसलिए बुखार, खांसी, सर्दी, गले, नाक और आंखों में जलन का लंबे समय तक बना रहता है। कार्यक्रम में विद्यालय के प्रधानाचार्य श्री गोपाल मिश्रा, व शिक्षिका पूजा श्रीवास्तव सहित लगभग 40 बच्चे उपस्थित थे।

जन एक्सप्रेस

@janexpressnews janexpresslive janexpresslive www.janexpresslive.com/epaper

लखनऊ
वर्ष: 14 | अंक: 154
मूल्य: ₹3.00/-
पेज : 12
शनिवार | 18 मार्च, 2023

फास्ट फॉरवर्ड

एच3एन2 वायरस के लिए बच्चों को किया जागरूक

जन एक्सप्रेस/कानपुर नगर। चंद्र शेखर आजाद कृषि एवं प्रौद्योगिक विश्वविद्यालय द्वारा अंगीकृत नवीन प्राथमिक विद्यालय, रावतपुर, कानपुर में बच्चो के बीच शुक्रवार को जागरुकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। जिसका मुख्य उद्देश्य एच 3 एन 2 वायरस (हांगकांग फ्लू) के प्रति जागरूक करना रहा। बदलते मौसम के चलते हांगकांग फ्लू ने पांव फैलाना शुरू कर दिया है। जो कि एक चिंता का विषय है। कार्यक्रम में डॉ. शशिकांत ने कहा की हांगकाँग फ्लू में सर्दी, खाँसी, बुखार जैसी परेशानी होती है लेकिन यह साधारण फ्लू से अलग है इसमें गला एकदम चोक होता है और बोलना भी मुश्किल होता है। डॉ. निमिषा अवस्थी ने बताया कि देशभर में एच3एन2 के बढ़ते हुए वायरल की चपेट में आने के बाद लोगों को कमजोरी और थकान से उबरने में 2 सप्ताह से अधिक समय लग रहा है। उन्होंने कहा कि कोविड-19 के बाद इन्फ्लुएंजा ए वायरस के बढ़ते मामले अब मेडिकल एक्सपर्ट्स की टेंशन बढ़ा रहे है। इससे बचाव के बारे में बताते हुए उन्होंने कहा कि कोल्ड ड्रिंक, आइसक्रीम इत्यादि के सेवन से बचे, धूप से घर जाकर ठंडा पानी या ठंडी चीज़ें न खाये एवं मास्क का प्रयोग करने के साथ ही रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने वाले भोज्य पदार्थो का उपयोग करना चाहिए। कार्यक्रम में विद्यालय के प्रधानाचार्य गोपाल मिश्रा व शिक्षिका पूजा श्रीवास्तव सहित लगभग 40 बच्चे मौजूद रहे।