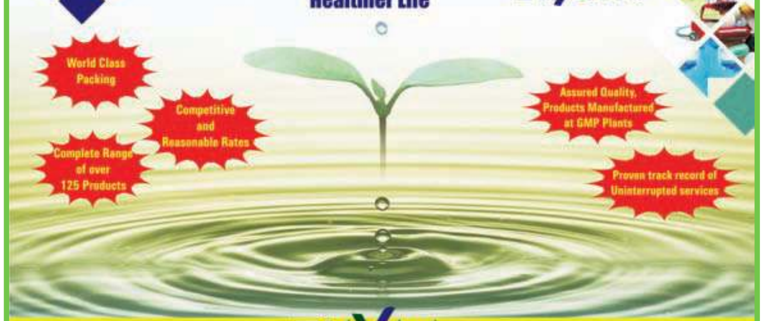
केवल मैडीकल व्यवसायियों के लिए
सभी देशवासियों को धनतेरस, दीपावली, गोवर्धन व भैयादूज की हार्दिक शुभकामनायें
मैडीकल दर्पण
Editor- Brijesh Garg | www.medicaldarpan.com | Monthly News Paper
B.N. Medical Complex, Bulandshahr (U.P.) Postal Reg. No.- BSR 56/2020-2022 RNI UPBIL/2010/44113
Year 14 | Issue 02 | D.O.P. 01 November 2020 | Pages 16 | ₹ 10/- Per Copy | ✆ 09410434811, medicaldarpan.ctp@gmail.com

moms' & babies' favourite
WISH YOU A Happy DIWALI & a prosperous NEW YEAR

गुजरात का नं॰1 ब्रांड
MEGA MONEY SAVER PACK
S 46 DIAPERS
M 36 DIAPERS
L 34 DIAPERS
THE Booboo PREMIUM BABY DIAPERS PANTS™
Soft, Breathable, Stretchable Waist & Side Panels
Excellent Leakage Protection
Hypoallergenic Inner Liner
Feel like Cottony Soft
Super Absorbent Diaper Pants
Registrater Trademark # 3166129
व्यवसायिक सम्पर्क : 720 108 2222
Abhishek Rathore, Mob.: 982 509 8596

A Potion for Healthier Life
Elixirio

World Class Packing
Competitive and Reasonable Rates
Complete Range of over 125 Products
Assured Quality, Products Manufactured at GMP Plants
Proven track record of Uninterrupted services
Elixirio Pharmaceuticals (P) Ltd

Products	We offer
Tablets	Attractive Promo Inputs
Capsules	Corporate Gifts
Eye / Ear drops	Yearly Bonanza
Injectables	Seasonal Bonanza
Liquids (Suspension / syrups / Drops)	Visual Aid
Protein Powders	Order book
Dry Syrups	Reminder Cards
Soaps	Catch covers
Ointments and Gels	Product Literatures
Mouthwash	

A professionally managed company gaining a strong foothold in the pharmacetuticals industry
BUSINESS OPPORTUNITY
Marketing and Distribution Rights for financially sonund background having pharma selling experience.
Parties are welcome in unrepresented areas on monopoly rights only.
CALL TODAY +91 9897 688 009
Elixirio Pharmaceuticals (P) Ltd
A-60, Basement, Transport Nagar, Dehradun 248002 Uttarakhand
Mob 98976 88009 email: elixiriopharma@gmail.com

ARE YOU LOOKING FOR ASTHMA RANGE OF PRODUCTS?
Inspicare® A Respiratory Division of Best Biotech
Respules
Redivent-Duo 2.5 ml. Respules — Ipratropium Bromide 500 mcg + Levosalbutamol 1.25 mg.
Redivent® Respules — Levosalbutamol 1.25 mg.
BudeBest® — Budesonide 0.5 mg Respules 2.5 ml.
BudeBest-Duo Respules 2.5 ml. — Levosalbutamol Hydrochloride 1.25 mg + Budesonide 0.5 mg
Forahale 0.5 Respules — Formoterol Fumarate Dihydrate 20 mcg + Budesonide 0.5 mg.
BBVENT® 2.5mg — Salbutamol 2.5mg/2.5ml Respules
Inha Caps® (DPI Capsules)
Forahale-400 Inha Caps — Formoterol Fumarate 6 mcg. + Budesonide 400 mcg.
Forahale-200 Inha Caps — Formoterol Fumarate 6 mcg. + Budesonide 200 mcg.
Redivent-Duo Inha Caps — Levosalbutamol 100 mcg + Ipratropium Bromide 40 mcg
TIOLABA® Inha Caps — Tiotropium Bromide 18 mcg
Flutinorm-S 250 Inha Caps — Fluticasone Propionate 250 mcg + Salmeterol Xinafoate 50 mcg
Inspihaler® — Device for Inhacaps(DPI Capsules), Italian make
Metered Dose Nasal Sprays
Mist-M — Mometasone Furoate 0.05% w/v Metered Dose Nasal Sprays
Mist-F — Fluticasone Furoate 0.027% w/v Metered Dose Nasal Sprays
Mist-AZ — Fluticasone Furoate 0.05% w/v + Azelastine 0.14% w/v Metered Dose Nasal Sprays
Metered Dose Inhalers
Forahale-200 INHALER — Formoterol Fumarate Dihydrate eq. to Formoterol Fumarate 6 mcg. + Budesonide 200 mcg.
Forahale-400 INHALER — Formoterol Fumarate Dihydrate eq. to Formoterol Fumarate 6 mcg. + Budesonide 400 mcg.
For trade enquiries please contact
Best BIOTECH ©®
BEST BIOTECH (An ISO 9001:2015 Certified Co.)
76-13-188/6A & B, Beside Lane of Samskruti Function Hall Urmila Nagar, Road, Bhavanipuram, Opp. AVSR Sky Court, Vijayawada-520012 Andhra Pradesh
e-mail: bestbiotech4u@gmail.com, Website: www.bestbiotechindia.com
© Copyright ® Registered Trade Mark PROTECTED UNDER WIPO PROOF
USP's of Best Biotech
400+ Products
Brand Names with Trademarks
Innovative Latest products Range
Frequent Training Programmes
Participating in Exhibitions & Conferences
Scientifically designed Visual Aids & Inputs
Special schemes, Insentives & prepared Samples
Call: +91 9866908086 +91866 2972086

designedge®
...PERCEPTION FOR ULTIMATE DESIGNING
VISUAL-AID's
Design & Printing
Website Designing
OFFER No Designing Cost For Above 25 Books
* Lowest Price
* Delivery on Time
* M.R. Bags
Ph.: 01765-522605, 090239 79870
Email : mktg.designedge@gmail.com, Website : www.designedgeindia.in

MAYLEBENS INDIA PVT. LTD.
BLUE STAR NUTROSANITA PVT. LTD.
Blue Star Laboratories
Email: bsnspl@gmail.com
see Advertisement page no. 2,14,16

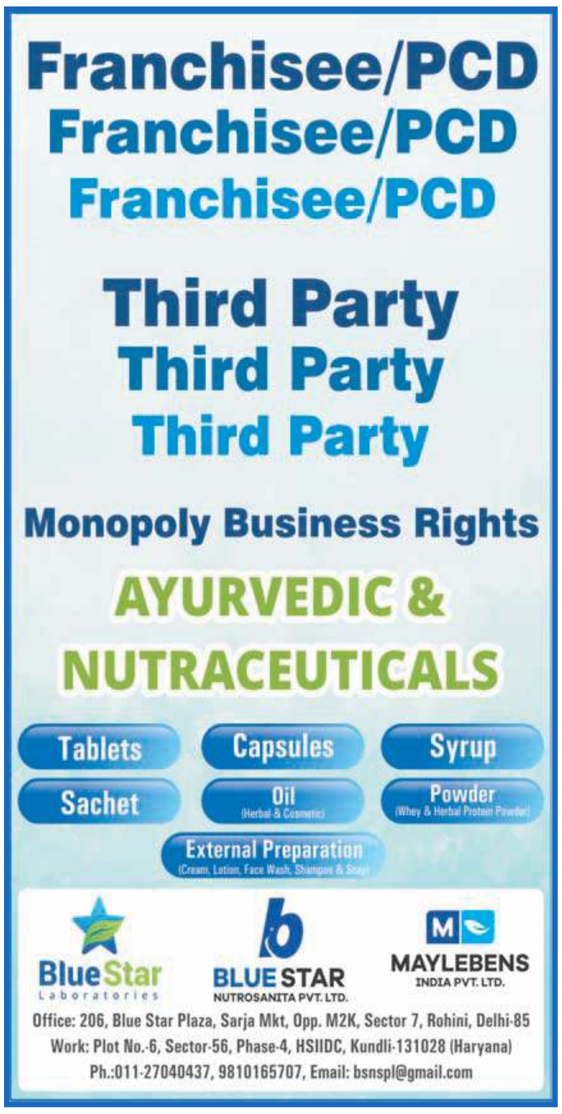
PCD Pharma Franchise
Call - Whats app @ 94160-70290
98884-69557
WORK ETHICALLY UNDER PCD / FRANCHISE SYSTEM OF MARKETING

WE PROVIDE
Visual-aid
LBL, Request Cards, Reminder Cards
Gifts, Rx Pad, Diaries
Monopoly Rights
ISO 9001:2008
JAS-ANZ
Aaryan Healthcare Pvt. Ltd.
email: healthcare.aaryan@gmail.com

मार्ग ने बनाया विश्व रिकॉर्ड,
देखें पेज न॰ 04

Our Range
TABLET
CAPSULE
DRY SYRUP
OINTMENT
SYRUP
INJECTABLE
HERBAL PRODUCTS
SHAMPOO
SOAP
SOFT GEL
PROTEIN POWDER
SACHET
Our Group Companies
ZANEKA® Healthcare Ltd.
Ambience Pharma®
Ambience Pharma
R.D.N. PHARMACEUTICALS®
AvrioLifecare®
Ambience Pharma®
Attractive Packing & Best Quality Medicines
Latest Molecules & High Efficacy
Monopoly Rights & Timely Delivery
Competitive Price with Best Promotional Inputs
Special Schemes for Nursing Homes & Hospitals.
Wide Range of More than 400 Products
Contributing to the HEALTH of Individuals WORLD WIDE
Why WE ?
OUR TOP SELLING PRODUCTS
Ampicillin 250 mg + Dicloxacillin 250 mg Capsule
Itraconazole 400 SR / 200/ 100 Capsules
Levofloxacin 250 mg + Ornidazole 500 mg Tablets/Kid Suspension
Etoricoxib 60 mg + Thiocolchicoside 4 mg Tablets
Rabeprazole 20 mg + Domperidone 30 mg Capsules
Esomeprazole 40 mg + Domperidone 30 mg Capsules
Cefpodoxime Proxetil 200 mg + Ofloxacin 200 mg Tablets
Lyophilized Sachromyces Boulardii Sachets
Rabeprazole 20 mg + Levosulpride 75 mg Capsules
Lactitol Suspension
Clopedogrel Tablets 75 mg
Codeine Syrup
Lactulose 10 g + White Dextrin 3.5 g + Polydextrose 2.1 g & Fructo-oligosaccharides 2.5 g Suspension
Third Party Manufacturing in WHO-GMP Unit. Dedicated Plant for Clav Products.
TRADE ENQUIRES ARE WELCOME FOR PCD / FRANCHISEE / THIRD PARTY MANUFACTURING AT :-
Ph. +91-9997971077, +91-9627761357
Email :- ambiencepharma@gmail.com
www.ambiencepharma.com

20 YEARS 1998-2018
Quest PHARMACEUTICALS The Pharma People...
Comprehensive product range with latest Molecules attractive packings and competitiveprices
Quest for Standard ...
Quest for Quality ...
Quest for growth ...
Quest to excel ...
Tablets | Capsules | Softgels | Liquid Orals | Injections | Ointments | Dry Syrups | Drops | Protein Powder
Where Maintaining Transparency, Trust & Ensuring Customer Satisfaction is a Norm
DOT-250 DT / Cap. — Amoxycillin 250mg + Lactic Acid Bacillus 60 million spores
DOT-500 — Amoxycillin 500mg + Lactic Acid Bacillus 60 million spores Cap.
CHECKSPAS — Clidinium Bromide 2.5 mg + Chlordiazepoxide 5mg + Dicyclomine10 mg Tablets
CORTIPRIV-6 — Deflazacort 6 mg Tab. / Syp.
FEBUQUEST-40 — Febuxostat 40mg Tablets
DOTCLAV® — Amoxy 500mg + Clavulanic Acid 125mg Tab. Amoxy 200 mg + Clavulanic Acid 28.5mg Susp.
DIVINASE® FORTE — Trypsin- Chymotrypsin 1 lac A.U
FALQUEST — Artemether-80mg + Lumefantrine 480 mg Tab. @-ß Arteether 150mg/2ml Inj.
HICLOX®-LB — Amoxycillin 250 mg + Cloxacillin 250 mg + Lactic Acid Bacillus 60 million spores Cap.
DIVINASE® RB — Trypsin 48 mg + Bromelain 90 mg + Rutoside Trihydrate 100 mg
QUPRAZ® — Pantoprazole 40 mg
MOFLO-OZ — Ofloxacin 200 mg + Ornidazole 500 mg Tab. Ofloxacin 50 mg + ornidazole 125 mg/5ml Susp.
ZOLSTAR-DSR / LSR — Rabeprazole 20 mg + Domperidone 30 mg S.R. Rabeprazole 20 mg + Levosulpiride 75 mg S.R.
QUPOD-CV — Cefpodoxime 200mg + Clavulanic acid 125mg Tablets
SPOROCEF-CV — Cefixime 200 mg + Clavulanic acid 125mg Tablets
SPOROCEF-O — Cefixime 200 mg + Ofloxacin 200 mg
SPOROCEF-100 / 200 DT — Cefixime 100 / 200 mg Dispersible Tab.
MEROCRAFT-1g — Meropenam 1gm
LYCOSHINE® — Lycopene 5000 mcg., Vit.A 2500 I.U., Vit E 20mg, Vit.C 50 mg., Zinc 27.45 mg. & Selenium 70 mcg.
QUPOD-100 / 200 DT — Cefpodoxime 100 / 200 mg Disp Tab.
SPEEDON-SP — Aceclofenac 100mg, PCM 325 mg, Serratiopeptidase 15 mg
SPEEDON – TH4 — Aceclofenac 100mg + Thiocolchicoside 4mg
QUPRAZ®-DSR / LSR — Pantoprazole 40 mg + Domperidone 30 mg S.R. Pantoprazole 40 mg + Levosulpiride 75 mg S.R.
SPEEDON-P — Aceclofenac 100 mg + Paracetamol 325mg
Parties with sound financial background and established network are welcome to contact for Monopoly Rights at:
SCF-15, A-Block Market, Ranjit Avenue, Amritsar (Pb.)
INDIA (M) :98885-25668, 98146-45668 (Mr. Ranjit)
Email: quest_pharma@yahoo.co.in, visit at : www.questpharma.co.in



US FDA ने कोविड-19 के इलाज के लिए ब्लड प्लाज्मा थेरेपी को दी मंजूरी!

वाशिंगटनः- अमेरिका ने मरीजों के इलाज के लिए ब्लड प्लाज्मा थेरेपी को आपातकालीन मंजूरी दे दी है. दरअसल, यूएस फूड एंड ड्रग एडमिनिस्ट्रेशन (US FDA) ने रविवार को एक बयान में कहा कि मौजूद साइंटिफिक एविडेंस से पता चलता है कि COVID-19 के इलाज में ये थेरेपी असरदार है. बता दें कि, CNN की एक रिपोर्ट के अनुसार, FDA ने कहा कि 70,000 से अधिक रोगियों का कोन्वलसेंट प्लाज्मा के जरिए इलाज किया गया था. व्हाइट हाउस में रविवार को ब्रीफिंग में, राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्प ने कहा: "आज मैं चाइना वायरस के खिलाफ अपनी लड़ाई में एक वाकई ऐतिहासिक घोषणा करने के लिए बेहद खुश हूं, क्योंकि यह अनगिनत जिंदगियां बचाएगा. आज के इस कदम से इस उपचार तक पहुंच बढ़ जाएगी." राष्ट्रपति ने आगे कहा कि उन्होंने FDA को कोन्वलसेंट प्लाज्मा थेरेपी के लिए EUA को मंजूरी देने का निर्देश दिया है। वहीं, पिछले सप्ताह मीडिया रिपोर्टोंस के अनुसार, एफडीए ने कोविड-19 का इलाज और ब्लड प्लाज्मा के लिए आपातकालीन उपयोग प्राधिकरण (emergency use authorisation) रखा था. बता दें कि, एक रिपोर्ट में, द न्यूयॉर्क टाइम्स ने कहा, "नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ एलर्जी एंड इन्फेक्शन डिसीज के क्लीनिकल डायरेक्टर एच. क्लिफर्ड लेन के मुताबिक प्लाज्मा थेरेपी के लिए एफडीए की मंजूरी रोक दी गई थी, क्योंकि और अधिक डेटा की समीक्षा की जा रही है, जिसे भविष्य में जारी किया जा सकता है." वहीं, देश के शीर्ष संक्रामक रोग विशेषज्ञ एंथोनी फौसी सहित शीर्ष स्वास्थ्य अधिकारियों ने आगाह किया है कि उपलब्ध डेटा आपातकालीन स्वीकृति का समर्थन करने के लिए पर्याप्त नहीं था. वैसे, प्लाज्मा वह पीला तरल पदार्थ है, जो ब्लड से लाल और सफेद कोशिकाओं को हटाने के बाद नजर आता है. बता दें कि, कोन्वलसेंट प्लाज्मा थेरेपी ने भारत सहित कई देशों में बहुत अधिक कर्षण प्राप्त किया है, जहाँ थेरेपी से कई लोगों की जान बचाई गई है. क्या आप जानते हैं कि ट्रम्प ने बाद में कुछ स्वास्थ्य अधिकारियों पर आरोप लगाया कि वे कोन्वलसेंट प्लाज्मा के लिए एक आपातकालीन उपयोग प्राधिकरण के संबंध में राजनीति खेल रहे थे. सीएनएन की रिपोर्ट के अनुसार, एफडीए द्वारा यूरोपीय संघ को मंजूरी नहीं दिए जाने के बारे में पूछे जाने पर, ट्रम्प ने कहा इसका कारण राजनीतिक था. हालांकि, अमेरिकी स्वास्थ्य और मानव सेवा सचिव एलेक्स अजार ने कहा, "70,000 स्वयंसेवकों के अध्ययन ने इस कदम को सही ठहराया है. हमने जो आंकड़े इकट्ठे किए हैं, उनसे पता चलता है कि जिन रोगियों को उनके रोग के पाठ्यक्रम में जल्दी इलाज किया गया था। वहीं, उन्हें निदान किए जाने के तीन दिनों के भीतर, उच्च स्तर के एंटीबॉडी वाले प्लाज्मा के साथ, उपचार से सबसे अधिक लाभ हुआ. अजार ने आगे बताया, "हमने रोगियों में लगभग 35 प्रतिशत बेहतर अस्तित्व पाया, जिन्हें उपचार से सबसे अधिक फायदा हुआ." दरअसल, Covid-19 से बचे हुए लोगों द्वारा दान किए गए प्लाज्मा में उच्च स्तर के एंटीबॉडी होते हैं, और इसे सुरक्षित माना जाता है. विकास के रूप में अमेरिका अभी भी दुनिया में कोरोना वायरस मामलों और मौतों की सबसे अधिक संख्या में आता है. जॉन्स हॉपकिन्स यूनिवर्सिटी के अनुसार, सोमवार सुबह तक, कुल मामलों की संख्या 176,797 मौतों के साथ 5,701,557 थी.

गर्दन में दर्द से हैं परेशान तो करें ये 4 एक्सरसाइज चुटकियों में दूर होगा दर्द

मौजूदा दौर में हम एक व्यस्त जिंदगी जी रहे हैं, जहाँ हमारा अधिकतर वक्त या तो कंप्यूटर, लैपटॉप के आगे बैठे-बैठे बितता है या फिर स्मार्टफोन पर चिपके-चिपके. तकनीक के साथ इस जुड़ाव का भार न केवल हमारी आँखों पर पड़ रहा है बल्कि यह आपकी गर्दन को भी उतना ही नुकसान पहुँचा रहा है. इसके अलावा लैपटॉप या डेस्कटॉप के सामने गर्दन झुकाए बैठे रहने से आपकी गर्दन पर बेफिजूल का दबाव पड़ता है. जिसके परिणामस्वरूप आपकी गर्दन न केवल अकड़ सकती है बल्कि आपकी गर्दन से दर्द पैदा होकर आपकी पीठ तक जा सकता है. शुक्र है कि वास्तव में हमारे पास ऐसी कुछ एक्सरसाइज हैं, जिसके सहारे आप गंभीर से गंभीर गर्दन दर्द को चुटकियों में भगा सकते हैं और वह भी बिना दवाइयों के और इन एक्सरसाइज की सबसे अच्छी बात ये है की आप इन्हें अपनी ऑफिस की कुर्सियों पर बैठे-बैठे भी कर सकते हैं. हम आपकी ऐसी चार एक्सरसाइज के बारे में बताने जा रहे हैं, जिन्हें आप अपनी रोजमर्रा की जिंदगी में गर्दन के दर्द को चुटकियों में भगा सकते हैं. **गर्दन को घुमाएंः-** मध्य से शुरू करें और धीरे-धीरे अपनी गर्दन को बाईं ओर घुमाएं. • फिर गर्दन को सामने की ओर लाएं. • उसके बाद उसे दाईं ओर घुमाएं कम से कम तीन बार इस प्रक्रिया को करें. आप ऐसा करते हुए अपनी गर्दन को झटके से न घुमाएं. **धीरे-धीरे अपने सिर को घुमाएंः-** • अपनी कुर्सी पर सीधे बैठे और अपनी पीठ को बिल्कुल सीधा रखें. • अपनी चिन को अपनी कॉलरबोन से छुआएं. • धीरे-धीरे अपनी चिन को अपने कंधे की ओर ले जाएं. • उसके बाद अपनी मुँह को ऊपर की ओर ले जाएं. • उसके बाद अपनी चिन को दूसरे कंधे की ओर ले जाएं. • धीरे-धीरे उसे फिर से मध्य में ले आएं. ऐसा करते हुए आप जल्दबाजी में ऐसा न करें. आप इस एक्सरसाइज को धीमी गति से करें नहीं तो गर्दन में झटका भी आ सकता है. **जहाँ दर्द हो रहा है वहाँ मसाज करेंः-** अपने कंधों को ढीला छोड़ें और अपनी रीढ़ को सीधा रखें. • धीरे-धीरे अपने हाथों को फैलाएं और अपने सिर को हिलाएं. • अपनी चिन को अंदर ले जाएं और अपनी गर्दन की माँसपेशियों को आराम दें. • उसके बाद जहाँ दर्द हो रहा है उस जगह धीरे-धीरे मसाज करें. इस एक्सरसाइज को करते वक्त अपनी गर्दन पर ज्यादा दबाव न डालें. आराम से और धीरे-धीरे मसाज करें. **ऊपर की ओर देखेंः-** दुखती गर्दन को आराम देने का सबसे आसान तरीका है धीरे-धीरे ऊपर देखना और उसके बाद जहाँ तक संभव हो नीचे की ओर देखना. हालांकि ध्यान रहे कि ऐसा करते हुए आपकी गति धीमी नहीं, अचानक ऐसा करने से हालात और बिगड़ सकते हैं. अगर इन सब चीजों से भी आपकी गर्दन का दर्द नहीं जा रहा है तो डॉक्टर से सलाह लें.

सामने आया एक और नटवरलाल

फार्मा क्षेत्र में धोखाधड़ी का एक और मामला मीडिया हाऊस मैडीकल दर्पण के संज्ञान में आया है, ताजा मामला राजा तेजिंदर सिंह Mob. No. 9023979870, DESIGNEDGE, Sec. 18, Maharaja Hira Singh Complex, Dulladi Gate, Nabha (PB) Distt. Patiala का है. राजा तेजिंदर सिह ने उपेन्द्र यादव (Village Dhaurra, Agra) Mk;jksDVj Mob. No. : 7906142385, रण्वीर सिंह (Village Dhaurra, Agra) डायरेक्टर, श्याम सुंदर पांडे (West Munirka, Delhi) डायरेक्टर Mob. No. : 9999797985, और डीलिंग हैन्ड डा. सी.वी. सिंह यादव उर्फ दीपक यादव (Delhi) Mob. No. : 9560409283, 8650115731, Aber Pharma Ltd. Corporate Office : Ansal Bhawan 1112, 11th Floor, Kasturba Gandhi Marg, New Delhi and Regd. Office : 9th Floor, Platina, G-Block, Bandra Kurla Complex, Bandra (East Mumbai) Maharashtra - 400051, Website : www.abergroup.co.in, www.aberindia.com को 3M8210V N-95 Mask का 10,000 pcs का order दिया था और उसके एवज में दिनांक 27 मई 2020 को Rs. 10,00,000/-, Bank: ICICI Bank, Branch: Green Park Ext., New Delhi बतौर एडवांस HDFC Bank, Branch: Nabha, DESIGNEDGE के खाते द्वारा अदा किये गये, लेकिन Aber Pharma Ltd ने माल का भुगतान ना करपाने की सूरत में राजा तेजिंदर सिंह को DESIGNEDGE के नाम पर Cheque No. 000419, Dated: 11-08-2020, Bank : ICICI Branch Bandra, East Mumbai को दिया गया जो कि 13 अगस्त 2020 को बाउन्स हो गया जिसपर उपेन्द्र यादव के हस्ताक्षर थे और अब वो ना तो कोई फोन उठा रहा है और ना ही राजा तेजिंदर सिंह का एडवांस धनराशी भी वापस कर रहा है, निराश होकर राजा तेजिंदर सिंह ने न्यायालय की शरण जी है और एक Criminal Case Section 138 N.I. Act & S 420 IPC के तहत दायर किया है, सभी पाठकों के साथ-साथ पूरे हिन्दुस्तान के व्यापारियों से अनुरोध है कि इस कोरोना काल में देखभाल कर ही किसी भी पार्टी से व्यवहार करें और सचेत रहें.

श्रीकृष्णा एजेंसीज का हुआ शुभारम्भ

मुजफ्फरनगरः- आर्य समाज रोड स्थित श्री कृष्णा फार्मास्यूटिकल्स का उद्घाटन मुजफ्फरनगर कैमिस्ट एंड ड्रगिस्ट एसोसिएशन के जिला अध्यक्ष सुभाष चौहान के द्वारा किया गया. इस अवसर पर श्री कृष्णा फार्मास्यूटिकल्स के स्वामी राजेश जुनेजा, महामंत्री संजय गुप्ता, कोषाध्यक्ष सतीश तायल, उपाध्यक्ष संजीव वर्मा, सुनील चौधरी, व्यापारी कल्याण बोर्ड के सदस्य सचिन त्यागी, सर्व ब्राह्मण महासभा के जिलाध्यक्ष अमित वत्स आदि लोग उपस्थित रहे.

– सुभाष गौड़, मो॰ 9568759677.

अनुपमा चैरिटेबल ट्रस्ट के सौजन्य से डॉ॰ पराग काम्बोज करेंगे निशुल्क ऑपरेशन

ऑपरेशन के लिए लकी ड्रा मुख्य अतिथि मुजफ्फरनगर कैमिस्ट एंड ड्रगिस्ट एसोसिएशन के जिलाध्यक्ष सुभाष चौहान द्वारा निकाला गया.

मुजफ्फरनगर- जनपद मुजफ्फरनगर में अनुपमा चौरिटेबल ट्रस्ट के सौजन्य से वरिष्ठ लेप्रोस्कोपी सर्जन डॉक्टर पराग काम्बोज के प्रेमपुरी स्थित अस्पताल में कैंप का आयोजन किया गया जिसमें 3 मरीजों का लॉटरी के माध्यम से लकी ड्रा ऑपरेशन के लिए निकाला गया. ऑपरेशन के लिए लकी ड्रा मुख्य अतिथि मुजफ्फरनगर कैमिस्ट एंड ड्रगिस्ट एसोसिएशन के जिलाध्यक्ष सुभाष चौहान द्वारा निकाला गया, आज का लकी ड्रा जानीस्ता नामक मरीज का नाम निकलने पर उसका पूर्णतया ऑपरेशन निशुल्क डॉ पराग काम्बोज के द्वारा करना सुनिश्चित हुआ. वरिष्ठ लेप्रोस्कोपी सर्जन डॉ पराग काम्बोज के अस्पताल में प्रत्येक रविवार को जरूरतमंद मरीजों का लाटरी के माध्यम से लकी ड्रा निकालकर एक मरीज का ऑपरेशन किया जाएगा. इस अवसर पर (महामंत्री) संजय गुप्ता (कोषाध्यक्ष) सतीश तायल (सदस्य व्यापार कल्याण बोर्ड) सचिन त्यागी (राष्ट्रीय महासचिव अखिल भारतीय हिंदू शक्ति दल) अरुण प्रताप सिंह, संदीप भारद्वाज, कुलदीप शर्मा, अमित, जॉनी, आशीष, सोनू, दीपा, नीना ,दीपक, कुलदीप, हुकुमचंद, सुमित आदि उपस्थित रहे.

– सुभाष गौड़, मो॰ 9568759677.

नया उत्पाद– **Oaknet Healthcare, Mob.:** ने **Uvazest** (Dienogest 2mg Tablests) को बाजार में रूपये 32.90 में प्रस्तुत किया है.

3 वर्ष तक घर बैठे यह समाचार पत्र पढ़ने के लिये हमारे पंजाब नैशनल बैंक के खाता संख्या 1824002100120081, IFSC Code - PUNB0182400 जो कि मैडीकल दर्पण के नाम से है, में रू० 250/- जमा कर अपना पूरा पता हमारे फोन नं०- 09410434811 पर SMS कर दें।

सरस्वती वंदना

बजा दो माँ वीणा के तार।
झंकृत कर दो तन मन,
ऐसे बहे करूण रस धार।।

देवी ऐसी तान सुना दो,
अंधकार को दूर भगा दो।
जीवन में अमृत बरसा दो,
सूखे उपवन को सरसा दो।।

पीड़ित मानवता के उर में
ला दो नई बहार।
बजा दो माँ वीणा के तार।।

टूटे ईर्ष्या द्रोह की कारा,
लोभ मोह का बंधन सारा।
बहे प्यार की अविरल धारा
निर्बल नर को मिले सहारा।।

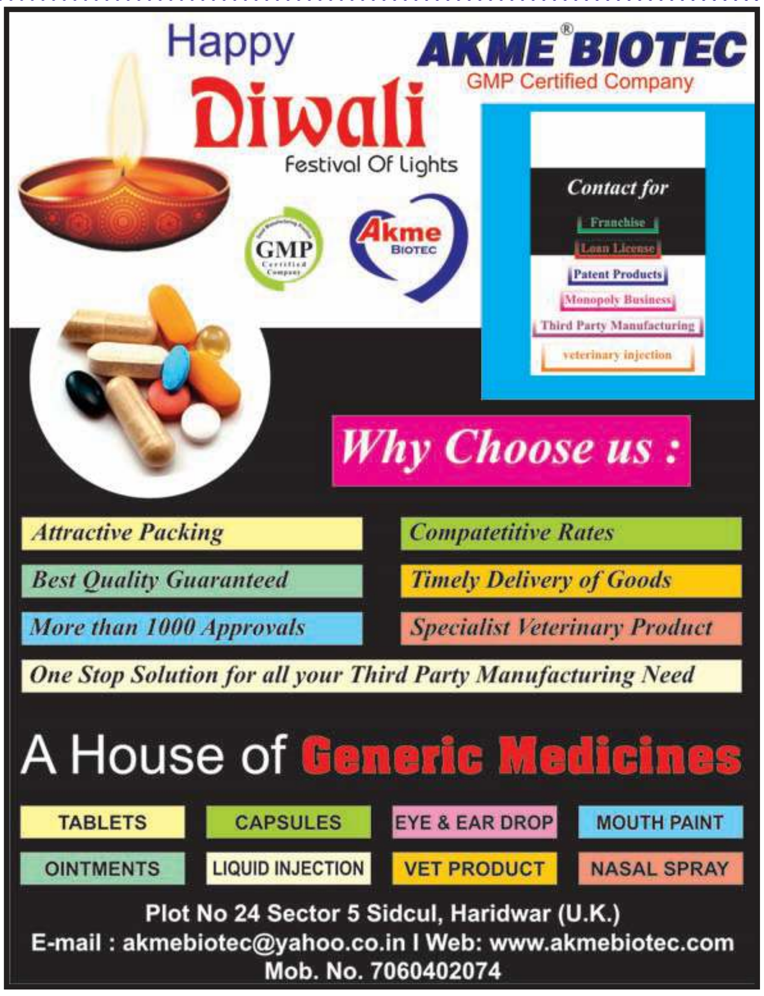
जब गूंजे भू नभ में
तेरी वीणा की झंकार।
बजा दो माँ वीणा के तार।।

– श्री दीन दयाल शर्मा
(संकलन कर्ता),
मो॰ 9457177222

प्रौढ़ सेवा

बुजुर्गों का ध्यान रखना युवा पीढ़ी की आवश्यक जिम्मेदारी होनी चाहिए। यूं तो बुजुर्गों को चाहिए कि वे स्वयं को सक्षम बनाएं, पर कहीं न कहीं उन्हें सहारे की आवश्यकता पड़ती हैं। युवा पीढ़ी को समझाना चाहिएं कि जब वे छोटे थे तब इन्ही बुजुर्गों ने उन्हें सम्भाला था। अब युवा अधिक सक्षम हैं तो उन्हें बखूबी अपनी जिम्मेदारी निभानी चाहिए। उन्हें यह भी याद रखना चाहिए कि समय के साथ जब वे बुजुर्ग होंगे तो उनकी देखा देखी अगली पीढ़ी उनका भी ध्यान रखेगी।

– डॉ॰ नरेन्द्र नाथ लाहा, ग्वालियर (म.प्र.), मो0 9753698240.



www.medicaldarpan.com

भारत में पहली बार

देश की अग्रणी दवा निर्माता कम्पनी **STADMED Ph. No.: 033-2474-0650, 0651,0653** ने विश्व क्षयरोग दिवस के अवसर पर भारत में पहली बार **PULMOCOD CG** (VitaminA, D_3, B-Complex, Calcium Hypophosphite, Creosote & Guaiacol) के साथ **PULMOCOD PLAN** (Vitamin A, D_3, B-Complex, Calcium Hypophosphite) साथ रखें, ● द्विपद्धतीय चिकित्सा जो कि क्षयरोग को ठीक करने में मदद करता हैं को बाजार में प्रस्तुत किया है. इसकी विशेषता इसका Sugar Free होना है.

झड़ते बालों का समाधान

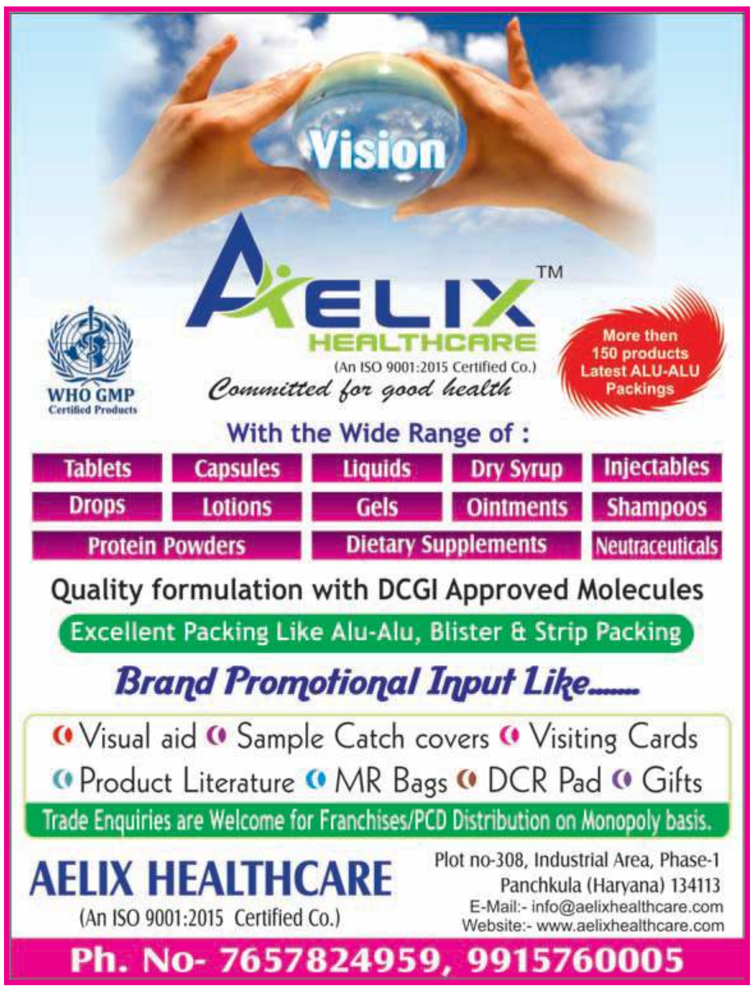
Ban Labs Ltd. Ph.-0281-2366411, Fax-2388477 ने जानकारी दी है कि उनके द्वारा Sesa Oil एक प्रभावशाली औषधि है. Sesa में निहित दवाओं का विवरण व उपयोग निम्न है. – **नीली भृंगादी ऑयल–** ये बालों को असमय सफेद होने एवं रूसी होने से रोकता है तथा बालों की जड़ो की रुक्षता का नाश करता है. **व्हीटजर्म ऑयल–** व्हीटजर्म ऑयल में प्रचुर विटामिन ए. डी. ई. प्रोटीन, मिनरल व पोषणकारी तत्व रुखे व बेजान बालों को पोषण देकर सूरज की हानिकारक किरणों से रक्षा प्रदान करे. **मंडुर–** ये बालों को असमय सफेद होने से रोकता है और बालों को प्राकृतिक रंग प्रदान करता है. **चमेली पान–** बालों में ठंडके प्रदान करे तथा सरदर्द दूर करने में सहायक. **भृंगराज–** बालों की जड़ों को पोषण देकर बालों को काले व चमकदार बनाता है. **कोकोनट ऑयल–** ये बालों को पोषण देकर झड़ने से रोकता है. **तिल ऑयल–** ये बालों को काला एवं घना बनाता है और झड़ने से रोकता है. **लेमन ऑयल–** इसमें विटामिन–सी प्राकृतिक रूप में होता है, ये रूसी का नाश करता है और वातवरणीय प्रदूषण से बालों को रक्षण देता है. **अकरकरा–** ये बालों को चमकदार एवं मुलायम बनाता है. **यष्टीमधु–** ये बालों को असमय सफेद होने और झड़ने से बचाता है. **वज–** बालों की जड़ों में रक्त संचार बढ़ा कर बालों को स्वस्थ एवं सुन्दर बनाता है. **त्रिफला–** बालों को पोषण देकर स्वच्छता प्रदान करे एवं बालों की जड़ो में रक्त संचार की वृद्धि करता है और असमय बालों की सफेदी रोकने में सहायक. **रसवंती–** इसका एन्टीबैक्टिरीअल और एन्टिसेप्टिक गुण बालों में होने वाले रोग से रक्षण देता है और रूसी दूर करने में सहायक. **ब्राह्मी–** ये निद्रावर्धक है और सरदर्द, मानसिक तनाव को दूर कर मानसिक शांति प्रदान करता है. **करंज बीज–** असमय बालों को झड़ने और सफेद होने से रोकता है और रूसी को दूर करता है. **नीली पत्ता–** बालों को पोषण देकर काला एवं घना बनाने में सहायक. बालों की प्राकृतिक रूप से चमक और सुन्दरता बनाये रखता है.

इस खास चीजों से रख सकते हैं अपनी इम्युनिटी को सेहतमंद

क्या आपका इम्मयून सिस्टम कमजोर है, जिसकी वजह से आपको इंफेक्शन बहुत जल्दी हो जाता है? देखा जाए तो इम्मयून सिस्टम के कमजोर होने का सबसे बड़ा कारण है डायट में न्यूट्रीएंट्स की कमी. जी हां, अगर शरीर में न्यूट्रीएंट्स की कमी हो, तो आपका इम्यून सिस्टम तो कमजोर होगा ही. इसके साथ ही आप जल्द ही बीमारियों की चपेट में भी आ जाते हैं. खैर, घबराने वाली बात नहीं है, क्योंकि अगर आप अपनी रोजमर्रा की डाइट में कुछ पौष्टिक आहार शामिल कर लें, तो आपका इम्मयून सिस्टम को मजबूत होगा ही साथ ही आप हमेशा सेहतमंद भी रहेंगे. आप चाहें तो सब्जियां अपने डाइट में शामिल कर सकते हैं, ये काफी हैल्थी होगा. क्या आप जानते हैं इन सब्जियों को खाने से कोलेस्ट्रॉल और हृदय रोग की संभावना कम होती है. इनसे शरीर को विटामिन और मिनरल्स मिलते हैं, जिनसे इम्यून सिस्टम तंदुरुस्त रहता है. खासकर इन सब्जियों को जरूर शामिल करें, जैसे- मेथी, पालक, गाजर और टमाटर. वहीं, फलों से इम्मयून सिस्टम तो तंदरूस्त तो होता ही है. इसके साथ ही आपकी त्वचा भी निखरती है. ये एंटी-ऑक्सीडेंट के भंडार होते हैं. इन्हें रोज खाया जाना चाहिए. आप इन फलों को शामिल कर सकते है, जैसे- सेब, संतरा, अंगूर, बेरीज, केला, नाशपाती, तरबूज और आड़ू आदि. इसके साथ ही आप अपनी डाइट में सलाद और अनाज भी शामिल कर सकते हैं, जैसे- खीरा, मूली, बीटरूट, नीबू, बीन्स, दाल, सोयाबीन और तिल आदि. खैर, आप इनके अलावा चाहें तो अपने स्वाद अनुसार सारे हैल्थी फूड्स को खा सकते हैं, जिससे आपका इम्मयून सिस्टम स्ट्रांग रहे और आप सेहतमंद लाइफ एन्जॉय कर सकें.

गिफ्ट

देश की जानी मानी दवा निर्माता कम्पनी **Himalaya Mob.: 09516163600** ने **Liv52 Ds** का प्रचार करते हुए, **ENT** का इलाज हेतु Kit दी हैं.



विशेष उत्पाद– देश की अग्रणी दवा कम्पनी **Strassemburg Pharmaceuticals LTD.** Ph.: **033 2475 4445** ने Hyperacidity ● Reflux oesophagitis ● Heartburn Dyspepsia ● Gastritis ● Epigastric discomfort में उपयोगी दवा Efacid (Each 10 ml contains Magaldrate 500mg, Sodium Alginate 100mg, Light Magnesium Carbonate 40mg) प्रस्तुत की हैं. इसकी Dose: 1 - 2 tsf 3 - 4 times after food है. कम्पनी अनुसार यह दवा में Hypertensive patients & pregnant womens में Safe है.

● देश की अग्रणी दवा निंमाता कम्पनी **Mankind** की **Division Discovery** Ph.No.: **011-46541400, 66608082** के विशेष उत्पाद ● Dyspepsia & GERD में उपयोगी उत्पाद Pantakind-DSR **CAPS.** (Pantoprazole 40mg + Domperidone 30mg) Hyperacidity में उपयोगी उत्पाद Pantakind **Tabs.** (Pantoprazole 40mg) GERD, Dyspesia & IBS-Constipation Pantakind-Flux **Caps.**(Pantoprazole 40mg + Cinitapride 3mg)

मार्ग ईआरपी ने बनाया विश्व रिकॉर्ड

सबसे बड़ा वेबिनार आयोजित कर मार्ग ईआरपी ने बनाया विश्व कीर्तिमान • गिनीज बुक ऑफ वर्ल्ड रिकॉर्ड ने किया सर्टिफाई • 87000 लोगों ने लिया भाग • पीक टाइम पर सहभागियों की संख्या पहुंची 84023, २२/१०/२०२०, **नई दिल्ली:-** देश की प्रमुख और सुप्रसिद्ध सॉफ्टवेयर कंपनी मार्ग ईआरपी ने अपनी उपलब्धियों में एक नया अध्याय जोड़ते हुए अपने प्लेटफार्म पर विश्व का सबसे बड़ा वेबिनार आयोजित किया. गिनीज बुक ऑफ वर्ल्ड रिकॉर्ड ने भी विश्व के इस सबसे बड़े वेबिनार जिसमे अधिकतम 84023 प्रतिभागियों ने भाग लिया है की आधिकारिक पुष्टि कर दी है. 27 सितम्बर 2020 को'' रिटेल का महाकुम्भ नामक यह वेबिनार व्यापार प्रशिक्षक 'डा॰ विवेक बिन्द्रा' की पॉचवी मुफ्त ऑनलाइन व्यापारिक (बिजनेस) वेबिनार थी, जिसे बड़ा बिजनेस प्राइवेट लिमिटेड ने आयोजित किया था तथा मार्ग ईआरपी ने टेक्निकल सपोर्ट दिया. विभिन्न क्षेत्रो के हजारों लोगों ने इसमें भाग लिया जिसमे एक समय पर (पीक पॉइंट पर) प्रतिभागियों की अधिकतम संख्या 84023 थी जो किसी भी वेबिनार को अटेंड करने का अब तक का एक विश्व कीर्तिमान है. इसमें गर्व का विषय ये है कि इस वेबिनार को आयोजित करने वाली कंपनी बड़ा बिजनेस और वेबिनार को तकनीकी तौर पर अपने प्लेटफार्म पर कंडक्ट करवाने वाली कम्पनी मार्ग ईआरपी दोनों ही भारतीय कम्पनियाँ हैं. ये देश के लिए भी एक गौरव का क्षण है. ज्ञातव्य है कि मार्ग ईआरपी देश के फार्मा और एफ एम सी जी सेक्टर का 50% से ज्यादा ईआरपी बिजनेस संभालती है. 2 घंटे 30 मिनट के इस वेबिनार को सम्बोधित कर रहे थे विश्व प्रसिद्ध बिजनेस कोच और मोटिवेशनल स्पीकर डॉ विवेक बिंद्रा जिसमे कुल 87000 से ज्यादा प्रतिभागियों ने भाग लिया था और इसके द्वारा ''विश्व की सबसे बड़ी ऑनलाइन बिजनेस वेबिनार'' का कीर्तिमान स्थापित किया गया. मार्ग ईआरपी के गौरवान्वित चेयरमैन श्री ठाकुर अनूप सिंह ने इस विषय पर प्रकाश डालते हुए कहा ''हमारे लिए वास्तव में यह एक बहुत बड़ा क्षण है. वास्तव में बड़ी संख्या में लोगों ने भाग लिया. हालाकि डा॰ विवेक बिन्द्रा की वेबिनार थी, तो हमें सदा से अनुमानित था कि संख्या बड़ी और बहुत बड़ी होगी. यद्यपि एक वेबिनार में 87000 लोगों का शामिल होना बहुत बड़ी बात है लेकिन हम इससे भी बड़ी संख्या की आशा कर रहे थे. हम एक साथ एक लाख प्रतिभागियों के लिए आयोजन कर सकते हैं एवं आशा करते है कि भविष्य में हमें ऐसा सुअवसर प्राप्त होगा जब प्रतिभागियों की संख्या 1 लाख से ऊपर जाएगी और हम अपना ही विश्व कीर्तिमान तोड़ेंगे." मार्ग ईआरपी और बड़ा बिजनेस प्राइवेट लिमिटेड भविष्य में ऐसे और भी वेबिनार आयोजित कर सकते हैं. दोनो ही कम्पनियॉ सूक्ष्म एव मध्यम उद्यमियों एवं सूक्ष्म, लघु एवं मध्यम उद्योगों को विकसित होने में सहायता देती है. मार्ग ईआरपी भारत की ई आरपी प्रदान करने वाली प्रमुख कम्पनियों में से एक है. एप्लिकेशन सॉफ्टवेयर द्वारा जी.एस.टी. और जी.एस.टी. से सम्बन्धित लेनदेन को सुविधाजनक बनाकर मार्ग ई.आर.पी. अपना प्रमुख किरदार निभाती है. सूक्ष्म, लघु, मध्यम उद्योगों की विभिन्न ईकाइयों को इस बदलते व्यापारिक वातावरण में सतत् एवं उचित कौशल प्रदान करने में मार्ग एक महत्वपूर्ण किरदार निभाती है. इसके अतिरिक्त बड़ा बिजनेस प्राइवेट लिमिटेड विभिन्न व्यापारिक रणनितियो के विषय में और 25 व्यापारिक रणनितियो की रूपरेखाओं के विषय में विस्तृत जानकारी उपलब्ध कराती है. यह लघु एवं मध्यम उद्यमियों को बड़ा करने एवं बड़ा होने में सहायता करती हैं. एक व्यापार की समस्त समस्याओं एच.आर. विवरण, बिक्री, सूचना एवं प्रौद्योगिकी, वित्तीय, वैधानिक क्रियान्वयन, डिजिटल व्यापार रणनितियॉ आदि सभी का एक ही व्यापारिक मंच पर समाधान करने का 'एकबन्ध समाधान' है

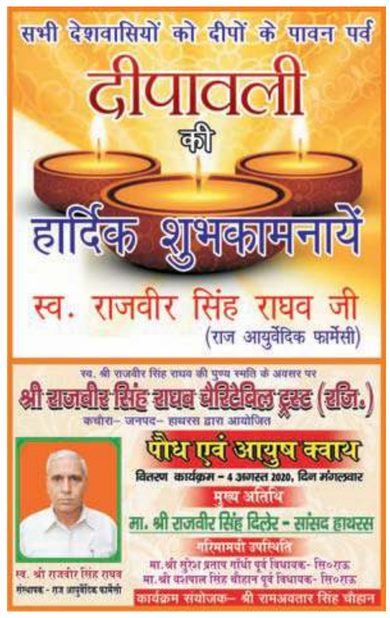
ठाकुर अनूप सिंह

– बड़ा बिजनेस. फोन नं॰ 011-30969633, 011-30969691.

आरोग्यता फाउन्डेशन ने आयोजित किया लाइव वर्चुअल टूर

आरोग्यता फाउन्डेशन के सचिव श्री नलिन जैन ने अवगत कराया कि गांधी जयन्ती के शुभ अवसर पर एकल आरोग्य फाउन्डेशन बैंगलुरु चैप्टर ने राजस्थान जयपुर जिले के विराटनगर गाँव का वर्चुअल टूर आयोजित किया गया, इस प्रोग्राम में राष्ट्रीय प्रेसिडेंट राष्ट्रीय सेक्रेटरी एवं अन्य गण्यमान्य अतिथी, मुकुल जी भाटिया, डॉक्टर वाणी अहलूवालिया, श्यामसुन्दर जी दम्माणी साउथ के चेयर पर्सन हमारे (पैटर्न) संभु लालजी भाई एवं मक्खन जी गोयल बैंगलोर चैप्टर के बिमल कुमार जी सरावगी जोनल सचिव श्री सचिन जी पांडे और बेंगलुरु चैप्टर की टीम सरिता भंसाली (अध्यक्षा), नलिन जी जैन (सचिव), रमेश जी जैन, डॉक्टर जयश्री कैलाशन, श्री मति गायत्री एवम श्री सत्यम तिवारी, पलनी, सुधार जी जैन (बयोनोवा), ट्विंकल गुल्लेछा, सहीत 60 लोग उपस्थित थे. सभी लोगों के सहयोग से यह कार्यक्रम पूर्ण हुआ है, आरोग्य फाउंडेशन ऑफ इंडिया के कार्यो के बारे में जानकारी देने एवं इन गांवों में किस प्रकार कार्य किए जा रहे हैं हेतु इस वर्चुअल टूर का आयोजन किया. भारत के अन्य राज्यों के उच्च पदाधिकारी एवं बैंगलोर के काफी मेंबर्स, डॉक्टरों ने भी इसमें हिस्सा लिया. अतिशीघ्र बेंगलोर चैप्टर मैसूर के पास 30 गांवों में आरोग्य योजना का प्रारंभ करने जा रही है लाइव वर्चुअल टूर के द्वारा हमने देखा कि गांवों में स्वास्थ्य के प्रति पोषण वाटिका और औषधि वाटिका, सोखते गड्ढे एवं कचरे के गड्ढे से, सेविकाओं द्वारा पोस्टर के द्वारा जानकारियां एवं दिवारों में स्वास्थ्य के अच्छे नारे लिखें उन्हें हर तरफ से स्वास्थ्य के लिए जागरूक किया जा रहा है पूरे भारत में 1100 गांवों में कार्य चल रहा है. आज के प्रोग्राम के द्वारा हमें यह जानकारी मिली गांवों में स्वास्थ्य की कितनी जागरुकता की जरूरत है और लोग काफी जागरूक हो रहे हैं और डॉक्टर जयश्री के अलावा केन्द्रीय पदाधिकारियों ने बताया कि ग्राम सेविकाओं को हर तरह से ट्रेनिंग दी जाती है एनीमिया टेस्टिंग घरेलू इलाज, फर्स्ट एड हर तरह की ट्रेनिंग जैसे एक नर्स की ट्रेनिंग होती है उसी प्रकार से ये लोग इतने सक्षम हो जाते हैं और जहाँ पर तुरंत के लिए डॉक्टरों की सुविधा न मिल पाए तो इनके द्वारा काफी सहायता मिलती है एवं इसका असर भी गाँवों में देखा गया है और एक गाँव में लगभग सौ परिवारों को घर घर जाकर परशिक्षित किया जाता है. प्रति परिवार पाँच लोग माना जाये तो अब तक करीबन पिछले पाँच सालों में 55 हजार लोगों को इसका फायदा हुआ है और शीघ्र अतिशीघ्र ये कार्य पूरे भारत में पहुँच रहा है.

AYURVEDIC PRODUCTS WITH YOUR BRAND NAMES
We are GMP & ISO certified Ayurvedic Manufacturing unit situated at Haryna state. We are manufacturing high class Ayurvedic Liquids, Capsules, Tablets, Oils, Powders etc. in very attractive packagings.
interested persons wants to manufacture products with own brand names may contact:-
98120-79520,36928 E-mail:ayujyoti@gmail.com

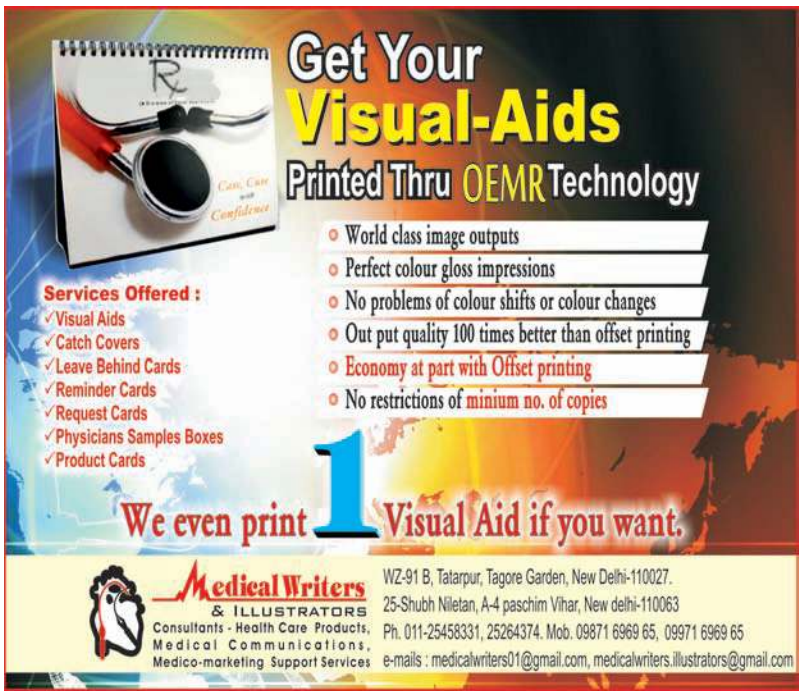


अच्छा है दीप जलाना

मानव जीवन पाकर भाई ये कैसा पछताना।
अंधेरे को कोसने से अच्छा है दीप जलाना।।
बिना किये कुछ कर्म नहीं पा सकते कुछ जीवन में।
फल के बारे में सोच-सोच क्यों घबराते रे मन में।।
कर्म करोगे फल भी मिलेगा, ईश्वर पर सब छोड़ो।
फल की चिंता में रे भाई कर्म से मुख ना मोड़ो।।
बक झक करने से अच्छा है छेड़ो एक तराना।
अंधेरे को कोसने से अच्छा है दीप जलाना।।
जीवन एक संघर्ष है भाई क्या संघर्षो से डरना।
लक्ष्य संधान में खड़े रहे यदि जानो भी है मरना।।
सफलता अवश्य मिलेगी तुमको यदि लक्ष्य साधा तो।
किरण रोशनी की भी पाओगे यदि पार किया बाधा को।।
गीता का संदेश यही है जग में सभी ने जाना।
अंधेरे को कोसने से अच्छा है दीप जलाना।।
पूर्वजों ने मेहनत कर इस धरा को रे चमकाया।
आज तभी हम सबने इतना वैभव जग में पाया।।
हर एक क्षेत्र में प्रबुद्धजनों ने ऐसी राह निकाली।
निरख जिसे खुश होता होगा इस बगिया का माली।।
जीत उसी को मिलती है जो सीखे कदम बढ़ाना।
अंधेरे को कोसने से अच्छा है दीप जलाना।।

– श्री दीन दयाल शर्मा (संकलन कर्ता),
मो॰ 9457177222.

www.medicaldarpan.in



Bonus Offer

स्कीम **Deal Dr. Reddy's** की Division AQURA-SG के उत्पादों की डील की निम्न सूचना प्राप्त हुई है-

Products	Bonus
Becozinc-H syrup	10+2 Deal Syp.
Hydroheal AM 15g	10+1 Deal
Leon 250 Mg Tab.	9+1
Leon 500 Mg Tab.	9+1
Leon 750 Mg Tab.	9+1
Omez Inj.	10+1 Deal
Rewas Syrup	10+Deal Dry Cough Syp.
Rewas-LS	10+Deal Cough Syrup
ULTRANISE	10+1 (Tab.Deal)

(Tramadol+Paraitamoe) MRP. Rs.5.50
(Per Tab.) Most Economical Mob:- 9412303134.

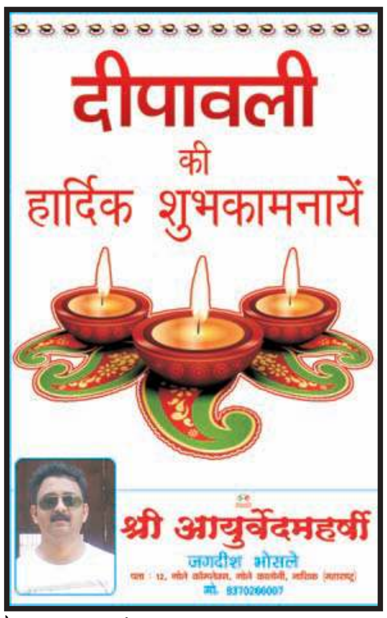
जगन्नाथ शिन्दे बने पुनः MSCDA अध्यक्ष

एक बार फिर देश भर में कैमिस्ट हृदय सम्राट के नाम से विख्यात श्री जगन्नाथ शिन्दे जी (अप्पा जी) निर्विरोध MSCDA के अध्यक्ष चुन लिये गये हैं. उनके पुनः यह पद संभालने पर महाराष्ट्र राज्य के कैमिस्टों में उत्साह एवं खुशी का माहौल है, कल्याण स्थित अप्पाजी के निवास पर उन्हें बधाई देने वालों का तांता लगा रहा. मैडिकल दर्पण मीडीया की तरफ से शिन्दे जी को इस उम्मीद के साथ ढेर सारी शुभकामनायें कि वो अपने इस कार्यकाल में कैमिस्ट हितों का सम्पूर्ण ख्याल रखते हुए आनलाईन दवा बिक्री जैसी कुरीति से देश भर के कैमिस्टों को मुक्ति दिलायेगें. – **अभय सिंघल, मो॰ 9319980483.**

अनुशासन का अर्थ बन्धन नहीं, व्यवस्था है
हर काम समय पर हो, कायदे से हो, इसी का नाम अनुशासन है.

क्यों होती है पित्त की पथरी और किन आहारों से करना चाहिए परहेज

खानपान की गलत आदतों की वजह से आजकल लोगों में गॉलस्टोन यानी पित्त की पथरी की समस्या तेजी से बढ़ रही है. पित्ताशय हमारे शरीर का एक छोटा सा अंग होता है जो लीवर के ठीक पीछे होता है. पित्त की पथरी गंभीर समस्या है क्योंकि इसके कारण असहनीय दर्द होता है. इस पथरी के निजात पाने के लिए आपको अपने खान-पान की आदतों में कुछ बदलाव करने जरूरी हैं. आइए आपको बताते हैं कैसे होती है पित्त में पथरी और किन आहारों के सेवन से आपको बचना चाहिए. **क्यों महत्वपूर्ण है पित्त की थैली:-** लिवर से बाइल नामक डाइजेस्टिव एंजाइम का सैक्रीशन निरंतर होता रहता है. उसके पिछले हिस्से में नीचे की ओर छोटी थैली के आकार वाला अंग होता है, जिसे गॉलब्लैडर या पित्ताशय कहते हैं. पित्ताशय हमारे पाचन तंत्र का महत्वपूर्ण हिस्सा है, जो लिवर और छोटी आँत के बीच पुल की तरह काम करता है. इसी पित्ताशय में ये बाइल जमा होता है. एक स्वस्थ व्यक्ति का लिवर पूरे 24 घंटे में लगभग 800 ग्राम बाइल का निर्माण करता है. **कैसे बनती है पित्त में पथरी:-** पाचन के लिए आवश्यक एंजाइम को सुरक्षित रखने वाले महत्वपूर्ण अंग यानी पित्ताशय से जुड़ी सबसे प्रमुख समस्या यह कि इसमें स्टोन बनने की आशंका बहुत अधिक होती है, जिन्हें गॉलस्टोन कहा जाता है. दरअसल जब गॉलब्लैडर में तरल पदार्थ की मात्रा सूखने लगती है तो उसमें मौजूद चीनी-नमक और अन्य माइक्रोन्यूट्रिएंट तत्व एक साथ जमा होकर छोटे-छोटे पत्थर के टुकड़ों जैसा रूप धारण कर लेते हैं, जिन्हें गॉलस्टोन्स कहा जाता है. कभी-कभी पित्ताशय में कोलेस्ट्राल, बिलीरुबिन और पित्त लवणों का जमाव हो जाता है. अस्सी प्रतिशत पथरी कोलेस्ट्राल की बनी होती है. धीरे-धीरे वे कठोर हो जाती हैं तथा पित्ताशय के अंदर पत्थर का रूप ले लेती हैं. कोलेस्ट्रॉल स्टोन पीले-हरे रंग के होते हैं. **पित्त की पथरी के लक्षण:-** शुरुआती दौर में गॉलस्टोन के लक्षण नजर नहीं आते. जब समस्या बढ़ जाती है तो गॉलब्लैडर में सूजन, संक्रमण या पित्त के प्रवाह में रुकावट होने लगती है. ऐसी स्थिति में लोगों को पेट के ऊपरी हिस्से की दायीं तरफ दर्द, अधिक मात्रा में गैस की फर्मेशन, पेट में भारीपन, वोमिटिंग, पसीना आना जैसे लक्षण नजर आते हैं. **पित्त की पथरी में परहेज:-** पित्त की पथरी से पीड़ित लोगों को हाई कोलेस्ट्रॉल वाले खाद्य पदार्थ जैसे कि तला हुआ भोजन, फ्राइड चिप्स, उच्च वसा वाला माँस जैसे बीफ और पोर्क, डेयरी उत्पाद जैसे क्रीम, आइसक्रीम, पनीर, फुल-क्रीम दूध से बचना चाहिए. इसके अलावा चॉकलेट, तेल जैसे, नारियल तेल से बचा जाना चाहिए. मसालेदार भोजन, गोभी, फूलगोली, शलजम, सोडा और शराब जैसी चीजों से एसिडिटी और गैस का खतरा होता है, इसलिए ये चीजें भी ना खाएँ. **पित्त की पथरी का इलाज:-** अगर शुरुआती दौर में लक्षणों की पहचान कर ली जाए तो इस समस्या को केवल दवाओं से नियंत्रित किया जा सकता है. ज्यादा गंभीर स्थिति में सर्जरी की जरूरत पड़ती है. पुराने समय में इसकी ओपन सर्जरी होती थी, जिसकी प्रक्रिया ज्यादा तकलीफदेह थी लेकिन आजकल लेप्रोस्कोपी के जरिये गॉलब्लैडर को ही शरीर से बाहर निकाल दिया जाता है और मरीज शीघ्र ही स्वस्थ हो जाता है.



www.medicaldarpan.com

उपहार दिया

Glenmark Mob:- 09999442531, 09319755551 की **Division Alliance** ने अपने कुछ उत्पादनों के साथ **Denver** कम्पनी का एक **Gift Pack** दिया है जिसमें • **Denver Nano Deo 50ml** Mfd. By: Vanesa Cosmetics Pvt. Ltd., Barota Industrial Area, Dist. Sonepat, Haryana-131104 • **Denver Shaving Foam 49gm** Mfd. By: Vanesa Cosmetics Pvt. Ltd., Barota Industrial Area, Dist. Sonepat, Haryana-131104 • **Denver Aftershave Lotion 60ml** Mfd. By: Vanesa Cosmetics Pvt. Ltd., Barota Industrial Area, Dist. Sonepat, Haryana-131104 • **Denver Soap 125gm** Mfd. By: (A) Anuspaa Heritage Products Pvt. Ltd., Plot No. 3, Industrial Area, Khadeen, Parwanoo, Dist. Solan-173220(H.P.), Manchanda Herbal Products, E-64(B.S) & F-78, Industrial Area, Haridwar-249401(Uttarakhand), Fantasy,khasra No.114.115.118 Village - Raipur - 249401, Pargana Bhagwanpur, Teh. Roorkee, Dist. Haridwar, Uttarakhand. Himachal soap & Detergents Pvt. Ltd. Plot No. 24, Industrial Area, Sector-5, Parwanoo, Dist. Solan (H.P.) Pincode-173220 हैं.

MADVET ANIMAL HEALTHCARE

3 - D Sera Bolus (Serrationpeptidase, Paracetamol & Meloxicam) • 3 - D Plus Inj./ Bolus (Nimesulide B.P., Paracetamol I.P. • Albo-I Liq. (Albendazole IP 750mg, Ivemectin IP. 25mg) • All Stop Inj. (Chlorpheniramine Meleate 100mg) • Butacin Inj. (Butaphosphan & Mecobalamin) • Calci Force Inj. (Vitamin B12 I.P. 50 mcg, Cholecalciferol I.P. 5000 IU) • Calciforce Jel (Vitamin D3, Vitamin B12, Biotion L-Arginie Cobalt Manganese with zinc) • Doodh Double Bolus/Liq. (Leptadenia, Jatamansi, Shatavari) • D-Progest-NP (Progesterone Injection I.P.) • Enro Force Inj. (Enrofloxacin I.P. 100mg) • Fat-Ex Bolus (Live Yeast Culture-2mg L-Lysin 100mg, Amino acid 1gm Cobalt 10mg) • Fluck Stop DS Liq/Bolus. (Levamisole, Hcl 3.0%, Oxyclozanide IP 6.0%) • Flu Nill Pour-On (Flumethrin-10mg) • Gum-Blote Liq. (Simethicone 50mg, Dill Oil B.P.25mg) • Heat Pregna Inj. (Diethylstilbestrol U.S.P. 10mg) • Ivo Force Power Inj. (Ivermectin I.P.) • Levo Force Inj/Bolus. (Levofloxacin) • Livo Rite Inj. (Liver Extract with B-Complex & B12) • Moxi Force-C Inj. (Amocyciln Sodium I.P.-2gm, Cloxacillin Sodium I.P.-2gm) • Moxi Force-C Inj. (Amocyciln Sodium I.P.-3000mg, Sulbactam Sodium 1500mg) • Medi Force Inj. (Ceftriaxone Sodium IP-3gm) • Medi Force-S Inj. (Ceftriaxone sodium IP-2g, Sulbactum USP 1g) • Meloforce inj. (Paracetamol & Meloxicam) • Megluforce inj.(Flunixin Meglumine Injection USP) • Mastiout Spray (Mentha, Tulsi Oil, Lavender Oil) • Nuro Force Inj. (Methylcobalamin with B-Complex) • Pashu Boost Gold (Lipase Actinity-120000 Fip units Amylase Activity-150000 FIP units.) • Pashumin-DS Powder (Vitamin A, D3, B, E, H) • Pure Flud Inj. (Isoflupredone Acetate 2mg.) • Spas-Go Bolus/inj. (Mefenamic Acid 1250mg & Dicyclomine Hydochloride 50mg) • Stop Stop Bolus (Metronidazole-I.P. 1000mg, Furazolidone IP 500 mg, Loperaminde HCL I.P. 7.5mg) • Skin Top Spray (Turpentine Oil 8 V/W, Neem Oil-25V/W) • Tikk's-Stop Soap (Permethrin - 2% & 5%) • UD Grow Bolus (Vitamin H, Selenium, Trisodium Citrate Dihydrate For Development of Udder) • UD Fit Powder (Biotin, Vitamin A, D3, Serratiopepteidas) • Vet-CTZ Bolus (Ciprofloxacin Hydrochlorid IP 1500mg, Tinidazole-1800mg) • Wormi Stop Bouls (Fenbendazole-3000mg. Ivermectin BP 100mg) • X-fur-One Inj. (Ceftiofur sodium-1000mg.) **Mob.: 9415073351.**

Product List

SHERYA Amadeus

Xtum-O • Xtum-O • Hibrid • SWIFTOLAC • **D3** 120 • SARIL • Restoplat • JULAX • JULAX-SP • EMIDOXYN MD • Beneflora-S • Beneflora Suspension • Deflate-D • Imferon Tab. • Imferon-S • XENOBID • NIMI • LEE-500. **Ph.: 2242220222, 2266959844.**

RPG LIFE SCIENCES

MinMinD3 • Nutrikit • Minmin-pb • Meejoy-MF • NaprosynD • NaprosynES • TricaineS • Rabee20 • Rabee-D • Rabee-L • LomO-RS • Naprosyn • Aldactone • Lomotil • Lomofen+ • GliptiNext • TricaineAlma • MinMin Tonic • TricaineMPS • ROMILAST L **Ph. No.:- 2266606375/76/77**

CUREWIN

HYLICO PHARMA

Ecovilda-50 (Vildagliptin 50 mg.) • **Ecovilda-M 500** (Vildagliptin 50 mg. Metformin Hydrochloride IP 500 mg.) • **Ecovilda-M 850** (Vildagliptin 50 mg. Metformin Hydrochloride IP

850 mg.) • **Ecovilda-M 1000** (Vildagliptin 50 mg. Metformin Hydrochlodide IP 1000 mg.) • **Gudglip-20** (Teneligliptin 20 mg) • **Gudglip M-500** (Teneligliptin 20 mg+Metformin 500mg (SR) • **Gudglip M -1000** (Teneligliptin 20mg + Metformin 1000mg (SR)

Ph.:- 040-23555525.

ELAN PHARMA

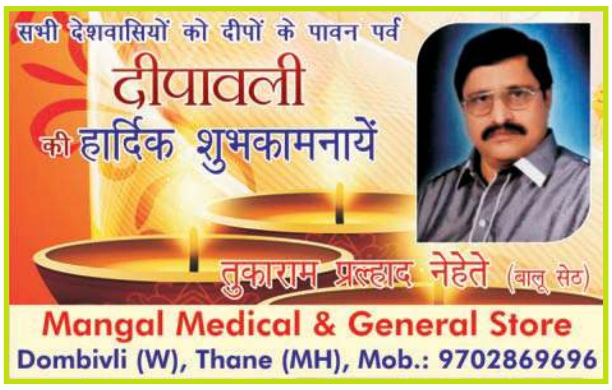
Rinifol Cap. (LAB+Niacin+Folic Acid+Pyridoxine+Zinc+/Cyanocobalamin+Calcium Pantothenate+Biotin) • **Rinifol Dry Syp.** (LAB+Niacin+Folic Acid+Pyridoxine+Zinc) • **Rinifol-Z Dry Syrup** (LAB+Niacin+Folic Acid+Pyridoxine+Zinc) • **RiniClausi Dry Syrup** (Each 5 ml Contains Bacillus clausii spores... not less than 2 billion spores Orasep Gel (Taninc Acid + Chlorine Salicylate+Benzalkonium Chloride) • **Orasep-LA Gel** (Tannic Acid+Lignocaine+Benzalkonium Chloride) • **ELAGESIC (Liniment)** • **Spasmelan Tab.** • **Tame-D** (Drotaverine 80 mg + Mefenamic Acid 250 mg Tablet) • **WAXIKLIN EAR DROPS** (Paradichlorobenezene+Benzocaine + Chlorbutol + Turpentine Oil) • **Otilan Ear Drops** (Neomycin + Clotrimazole + Beclomethasone + Lignocaine) • **Bestiron Tablets/Liquid ENZY-PLEX Herbal Syrup** • **Dibitox Capules** • **JUVEN PLUS** (Methylcobalamin + a Lipoic acid + Folic Acid + B6 Benfotiamine + Biotin) • **Honykool**

Ph.: 02225573441.

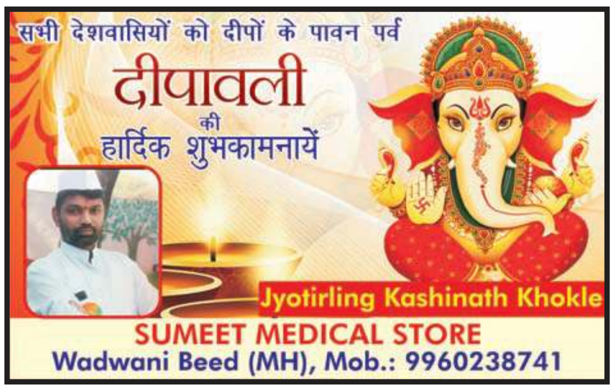
iQ Med Healthcare Pvt. Ltd.

QC CAL CT Tab. (Calcium Carbonate IP (From Coral Grains) equivalent to elemental calcium 500mg + Calcitiriol IP 0.25mcg + Zinc Picolinate equivalent to elemental zinc 4mg)

• **Derelax Inj.** (Diclofenac Sodium IP 37.5 mg + Thiocolchicoside IP 2mg per ml) • **Orthopin Cap.** (750mg of Rosehip Powder Per Cap.) • **Domq DSR Cap.** (Rabeprazole IP 20mg (As enteric coated pellets + Domperdone IP 30mg) • **Orthopin-C Cap.** (Rosehip Extract 275mg + Vit. C 500 in Veg Cap.) • **Qcefenac-MR Tab.** (Thiocolchicoside + Aceclofenac IP 100mg + Paracetamol IP 325mg) • **Qcefenac-TC Tab.** (Aceclofenac IP 100mg + Paracetamol IP 325 mg + Trypsin-Chymotrypsin (6:1 ratio)-(Provides enzymatic activity equivalent to 75000 international units) • **Extensive Tab.** (Cefuroxime axetil IP 250 & 500 mg) • **Minstrol Tab.** (Stanazolol USP 2mg) • **Colyvit Forte Tab.** (Co-enzyme Q10 100mg, L-Camitine L-Tartrate 100mg, N-Acetyl Cysteine 100mg, L-Arginine 100mg, Astaxanthin 8mg, Lycopene 5000mcg, Folic Acid 1.5mg, Sodium Selenate 70mcg, Zinc Ascorbate 5mg) • **Qmore Syp.** (Herbal



appetite enhancer with Guduchi, Nagarmotha, Kutki Saunf, Vidang, Yavani, Amalak & Pippali) • **Macguard Soft Gelatin Cap.** (Omega 3 fatty acid, Green tea, Ginseng, Grape Seed Extract & Ginkgo Biloba Plus Other 36 Vitamin & Minerals) • **Ethetran Plus Tab.** (Elamsylate BP 250mg + Tranexamic acid IP 250mg) • **Iqred Syp.** (Each 5ml contains : Ferrous Bisglycinate equivalent to elemental Iron 15mg + Zinc Picolinate equivalent to elemental Zinc 5.5mg + Vit. B12 IP 3.75mcg + Folic acid IP 0.25mg) • **Iqred Inj.** (Iron Sucrose with 20mg of elemental iron per ml) • **Insta Q Susp.** (Each 5ml contains : Phenylephrine Hydrochloride 5mg + Chlorpheniramine Maleate 2mg + Paracetamol 150mg) • **QC Cal 500 Tab.** (Calcium Carbonate IP (From coral grains) equivalent to elemental calcium 500mg + Vit D3 IP 500 IU) • **Iqred Tab.** (Ferrous Bisglycinate equivalent to elemental Iron 60mg Zinc Bisglycinate to elemental Zinc 15mg + Methylcobalamin IP 500mcg + Folic acid IP 1mg) • **Qcefenac - P Tab.** (Aceclofenac IP 100mg + Paracetamol IP 325mg) • **Qcefenac - TC Tab.** (Aceclofenac IP 100mg + Paracetamol IP 325 mg + Trypsin-Chymotrypsin (6:1 ratio)-(Provides enzymatic activity equivalent to 75000 international units) • **Mswpro Powder** (32% High Protein + DHA in Chocolate flavour) • **Colyvit Syp.** (Lycopene 1000mcg, Lysine 20mg, Multivitamins & Multiminerals) • **Insta Q Plus Tab.** (Paracetamol IP 325 mg + Cetrizine Hcl IP 5 mg + Phenylephrine Hcl IP 5mg) • **Killmed 625 Tab.** (Amoxycillin IP 500mg + Clavulanic Acid 125 mg) • **Killmed Dry Syp.** (Amoxycillin IP 200mg + Clavulanic Acid IP 28.5mg) **Ph.:- 011-65163222.**



British Biologicals

Pro-PL (Optimal Nutrition During Pregnancy & Lactation) • **Pro-PL Lite** (Specialized Nutrition for Healthy Pregnancy) • **Medislim Gold** (The Gold Standard in Weight Management) • **Medislim** (Burns fat, Keeps fit) • **Sirus** (Vitamin D Gummies) • **Menopro** (Freedom from Menopausal Symptoms & Risk) • **FertiPro** **Fertility Progress Assured** (Myo-Inositol, L-Methylfolate & Vitamin D_3 Powder) • **FertiPro-M** **Fertility Progress Maximized** (L-Carnitine, Coenzyme Q10 & Vitamin B12 Powder) • **Kids-Pro** (Balanced nutrition for Kids overall Health, Growth & Progress) • **Pulmo Plus** **Empowers... to Fight Infection** (Bovine Colostrum and Essential Nutrients) • **HepaPro** (The Reliable Nutrition in Hepatic Disorder) • **Pulmo Care** (The nutritional care that lungs need) • **B-Protin DF Dry Fruits** • **B-Protin** **(Complete Nutrition that Tastes Best)**
Ph.:- 011-25457510.

McW Healthcare

Diaflora (10 Billion cfu Probiotic Cap.) • **Tcyte Syp/Tab.** • **Taurestin** (N-acetylcysteine & Taurine Tab.) • **Rabinox-D** (Rabeprazole + Domperidone Cap.) • **2 Flora Cap.** • **Cremag** (Liquid Paraffin and Mili of Magnesia Emulsion) • **Dermec Soap** •

Oraflora Tab./Gel/La Gel/Rinse • **Oragold Softgel** **Ph.:- 0731-4065062.**

Medsol

Alensol-D Tab. (Sodium Alendronate 70mg + Cholecalciferol 5600 IU) • **Ibanplus/Kit Tab.** (Ibandronic Acid 150mg/Calcium + Vit.D Kit) • **Osteo Plus Softgels** (CCM 500mg + K2-7 45mcg + Calcitrio 0.25mcg + LMF 800mcg + Methylcobalamin 1500mcg + Zn 7.5mg + Mg 20mg) • **D Gain** (Cholecalciferol 60,000 IU Sachet/Softules) • **D Gain Nano** (Cholecalciferol 60,000 Oral Solution) • **Osteoplus-M Softgel Cap.** (Calcium Citrate Malate 500mg + Calcitriol 0.25mcg Zinc 20mg + Magnesium 40mg) • **Calcite-CM Tab.** (Calcium Citrate Malate 250mg Vitamin D3 400 I.U. + Magnesium 50mg) • **P-1K Tab.** (Paracetamol (IR) 300mg + (SR) 700mg) • **Rac SR Cap.** (Rabeprazole 20mg + Aceclofenac 200mg SR) • **Eios Tab.** (Tocotrienol 60mg + Vit. D 2000 I.U. + LMF 400mcg Methylcobalamin 1500mcg + Vit. B6 1.5mg) • **Enzomed-D Tab.** (Trypsin 48mg + Bromelain 90mg Rutoside 100mg + Diclofenac Sodium 50mg) • **Enzomed Tab.** (Trypsin 48mg + Bromelain 90mg + Rutoside 100mg) • **Coll-CD Caps./Sachets** (Collagen 40mg + Rosehip Extract 275mg Vit. C 35mg + Boswellia serrate Extract 100mg) • **Coll-CD Sachet** (Collagen 10gm + Boswellia serrata extract 100mg + Vitamin C 35mg Glucosamine 1500mg + Curcumin longa extract 250mg) • **TremSol Tab.** (Tramadol 37.5mg + Paracetamol 325mg) • **Neurotin Tab.** (Pregabalin 75mg + Nortriptyline 10mg) • **Neurotin-P Tab.** (Pregabalin SR 75mg + Methylcobalamin 1500mcg) • **Rexol gel** (Diclofenac + Linseed Oil + Methyl Salicylate + Menthol) • **Eios Fe Tab.** (Ferrous Asparto Glycinate 100mg + LMF 1mg + Mecobalamin 1500mcg Pyridoxal-5 Phosphate 0.5mg + Cholecalciferol 2000 IU) • **Arrant Softgel Cap.** (ALA 50mg + Omega -3 500 + Mecobalamin 1500mcg + Cr 300mcg + se 75mcg) • **LidSol Tab.** (Linezolid 600mg) • **Paro-DSR Cap.** (Pantoprazole 40mg + Domperidone 30mg SR) **Ph.:- 0120-4511800.**

Winston Pharmaceuticals Ltd.

BC-Z Gold Cap./Syrup • Fracwin Cap. • Fitrifix-100 Cap. • Fitrifix-200 • Gutnorm Cap./Sachets • Litune Infusion Concentrate • Litune Tab. • Udiwin-300 Tab. • Udiwin-150 Tab. • Leera Cap. • Penit-DSR Cap. • IBU-C Tab. • IBU-C Oil • IBU-C Roll On • RV-Alkawin Syrup • Clariston Tab. • Ex Expectorant Syurp • RV-Cepod-CV Tab. • RV-Cepod-CV • RV-Cepod-O Tab. • RV-Cepod-200 Dispersible Tab. • BCZ-FE Tab./Suspension • Precoben Cap. • Fredy-M Tab. • Fredy-L Tab. • Fredy-120 Tab. • Fredy-180 Tab. • Chocopro Gold Powder • Chocopro Must Powder • Chocopro Syrup • Deflawin Tab. • Malowin Tab. • BC-Z LB & BC-Z Cap. • Litune-H Syrup • Zimewin Syrup

Ph.:- 0120-4915471.

Blisson Health

Osteoporosis Management के लिए • Boneo • FemBoneo • Dsential. Arthritis & Tendinopathy Management के लिए • Stiffgon-Pro • Stiffgon-Rs • Stiffgon • OnTend. Fracture Management के लिए • Fraxpert • BoneoFrac Neuropathy Management के लिए • Nervenia NT. Pain Management के लिए • AcentioP • Acentio MR • DuosureGel • Allenza • Ecbdol • Ecbdol MR. Antibiotic Range के लिए • Cefbliss-inj • Cefbliss CV • Castum. Gastric Acid Control के लिए • Pantocise D • Pantocise **Ph. No.:- 22-67828600.**

Eris

Comorbid Deprission & Anixety के लिए • **Serlift** (Sertraline 25/50/100mg Tab.) **Migraine** के लिए **DESVAL ER** (Divalproex Extended Release 125/250/500/750/1000mg Tab.) **Neuropathy** के लिए **SonaXant** (Pregabalin 75mg(SR)+Nortriptyline 10/20mg Tab.) • **SonaXaME** (Pregabalin 75mg(SR)+Methylcobalamin 1500 mcg Tab.) • **SonaXa** (Pregabalin 50mg/75mg Cap.) **Nutrition** के लिए **Remylin AX** • **CEREST AR** (Ginkgo Biloba 60mg+Ginseng 50mg Cap.) **Epilepsy** के लिए **SELZIC** (Oxcarbazepine 150/300/450/600mg Tab.) **Ph.:- 79-30451111.**

Micro Labs Ltd.

Rabiros-D (Rabeprazole 20mg Tab. (Enteric-Coated)+Domperidone 30mg (Sustained-release) cap. **with (20% bonus)** • **Rabiros** (Rabeprazole 20mg Tab.) **with (20% bonus)** • **Rabiros-L** (Rabeprazole 20mg EC & Levosulpride 75mg SR Caps) with (10% bouns) • **Spasmopriv** (Fenoverine 100mg/200mg Cap.) with (10% bonus) • **Anorelief Cream** (0.3% w/w Nifedipine + 1.5% w/w Lidocaine) • **Osmitol** (Lactitol monohydrate Syp. 66.67% w/v) with (10% bonus) • **Meconerv PSR** (Mecobalamin IP 1500 mcg + Pregabalin IP 75mg SR Tab.) with (10+1 bonus Mrp 12/- Tab.) • **TENDO Pro** • **Bonmin K2** with (10+1 bonus) • **Ultram** with (10+1 bonus) • **Tolpazen** with (10+1 bouns) • **Ostogard GM** • **Tolpa-D** • **Microcid-SR** **Ph.: 080-22370451.**

Osteva A Division of Macleods

Irozorb (Ferrous ascorbate 100mg+Folic acid 1.5mg Tab. Ferrous ascorbate 30mg+Folic acid 500mcg per 5ml Suspension Each 5ml ampoule contains elemental iron as iron Sucrose 100mg • **Macfolate** (L-Methylfolate 1000mcg, Methylcobalamin1500 mcg. Pyridoxal 5-phosphate 0.5mg Cap.) • **Macprot** (Colostrum 2 mg. Soy Protein 20%, GLA 32 mg, Inositol 32mg, Essential Vitamins & Minerals) with (20% bonus) • **Macgest** 100/200 Caps. 200/300 SR Tabs. 100/200 Inj

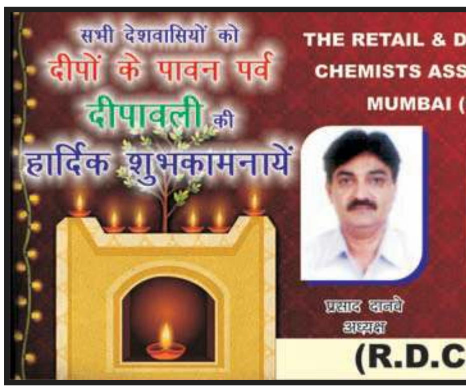
(Natural Micronized Progesterone) • **Bio-D_3 Fem** (Calcitriol 0.25 mcg, Calcium Carbonate 500mg. Magnesium 50 mg. Soy Isoflavones 40% 50 mg, Vitamin K2-7 45 mcg Cap.) • **Menojoy** (Lifenol 85mg + Black Cohosh Extract 80mg+Folic Acid 100mcg+Vitamin D 400 IU + Vitamin B6 2 mg + Vitamin C 40mg + Elemental Calcium 200mg Cap.) • **Irozorb Plus** (Ferrous Ascorbate (SR), L-Methylfolate, Methylcobalamin, Biotin, Cholecalciferol, Pyridoxal-5-Phosphate, Multimineral, L-Leucine & L-Arginine Tab.) • **Macfolate Active** (Quatrefolic 500mcg + Vitamin B6 2.5mg + Vitamin B12 1.20 mcg Softgel Cap.) • **Macprot SF** (Colostrum 2 mg, Whey + Soy Protein 30%, GLA 32mg, Inositol 32mg, Essential Vitamins & Minerals) • **Ovalife** (Myo-inositol 1000mg, L-Methylfolate 500mcg, Vitamin D_3 500 IU Tab.) • **Princical** (Calcium Citrate Malate 1250mg, Vit D3 1000 IU, Mg 100mg, Zinc 7.5mg Tab.) • **Dinomac** (Dienogest 2 mg Tab.)

Ph.:- 022-66762800.

FSSAI Has Not Yet Notified Methylcobalamin As a Nutrient

दिसंबर 2019 में भारतीय खाद्य सुरक्षा और मानक प्राधिकरण (FSSAI) के वैज्ञानिक पैनल नोड के आधार पर methylcobalamin को पोषक तत्व के रूप में अधिसूचित करने के आश्वासन के बावजूद, उद्योग ने चिंता जताई है कि FSSAI ने अभी तक इसे अधिसूचित नहीं किया है. इसके अलावा, FSSAI ने विटामिन B12 के अनुशंसित आहार भत्ते (recommended dietary allowance (RDA)) को भी परिभाषित नहीं किया है, क्योंकि चार प्रकार के विटामिन B12 हैं, जैसे मेथिलकोबालामिन, एडेनोसिलकोबालामिन, हाइड्रॉक्सीकोबालामिन और सियानोकोबालामिन। दरअसल, विवाद यह है कि इंडियन काउंसिल ऑफ मेडिकल रिसर्च (ICMR) की वैज्ञानिक समिति ने FSSAI को विटामिन B12 के लिए प्रति दिन 1 माइक्रो ग्राम की RDA मूल्य की सिफारिश की है. वहीं, FSSAI तकनीकी टीम वैज्ञानिक प्रमाणों के आधार पर नए RDA मूल्यों को स्पष्ट रूप से परिभाषित नहीं कर पाई है. बता दें कि, 18 दिसंबर, 2019 को मुख्य कार्यकारी अधिकारी पवन अग्रवाल ने

FSSAI के कार्यालय से फार्मा सलाहकार डॉ. संजय अग्रवाल को पत्र साझा किया, जिसमें लिखा गया, "जून 2019 के बाद से उद्योग के विशेषज्ञों द्वारा किए गए पत्राचार ने आखिरकार CDSCO, FSSAI और गुजरात राज्य औषधि नियंत्रण विभाग से वांछित परिणाम प्राप्त किए हैं। वहीं, FSSAI के वैज्ञानिक पैनल ने माध्यमिक डेटा के आधार पर जोखिम मूल्यांकन के बाद भी मेथिलकोबालामिन (विटामिन बी 12) को पोषण संबंधी घटक के रूप में मंजूरी दे दी." मेथिलकोबालामिन का व्यापक रूप से देश में 2000 आरसीजी इंट्रामस्कुलर के आरडीए के साथ पुरानी न्यूरोलॉजिकल विकारों के लिए एक दवा के रूप में विपणन किया जाता है, लेकिन FSSAI के अनुसार यह रोगियों के लिए हानिकारक है, जब रोकथाम और रोग प्रबंधन के लिए 1 एमसीजी से ऊपर का उपयोग किया जाता है. कुछ व्यापक रूप से बिकने वाले ब्रांडों के नाम लोकोपेन कैप्सूल, नेउगाबा एम 75 कैप्सूल, नर्वअप 500 एमसीजी इंजेक्शन, नूरोज फोर्ट, नूरोफिन -2500 इंजेक्शन और एक्टोविस 2500 इंजेक्शन आदि हैं. उद्योग के विशेषज्ञों ने तर्क दिया है कि बहुप्रतीक्षित अधिसूचना वैज्ञानिक आधार पर यह आधारित है कि अनुशंसित दैनिक सेवन और खुराक मान दो अलग-अलग चीजें हैं. सहकर्मी ने चिकित्सा के लिए मेथिलकोबालामिन पर अध्ययन की समीक्षा की और न्यूरोलॉजिकल विकारों में रोगनिरोधी उपयोग ने आईसीएमआर द्वारा आहार भत्ता मूल्यों की सिफारिश की है. वैज्ञानिक अध्ययनों ने निष्कर्ष निकाला है कि सामान्य जीवन जीने के लिए एक व्यक्ति के लिए प्रति दिन 500 माइक्रोग्राम (एमसीजी) की खुराक में मेथिलकोबालामिन लेने की सिफारिश की जाती है. न्यूरोपैथी के तीव्र मामलों में, प्रति दिन 1,500 एमसीजी की खुराक सुरक्षित रूप से ली जा सकती है. वहीं, उम्र से संबंधित मस्तिष्क क्षय के लिए प्रति दिन 1 मिलीग्राम खुराक लेना आवश्यक है। मिथाइलकोबालामिन के लिए आरडीए वर्तमान में भारतीय चिकित्सा अनुसंधान परिषद द्वारा उपलब्ध कराए गए आंकड़ों के आधार पर एफएसएसएआई द्वारा न्यूरोलॉजिकल रोग प्रबंधन के लिए 1 माइक्रोग्राम पर निर्धारित है. वैसे, डॉ. अग्रवाल के अनुसार, "यह ध्यान दिया जाना चाहिए कि स्वस्थ व्यक्ति में भोजन या पूरक आहार से अधिक



मेथिलकोबालामिन के सेवन से कोई प्रतिकूल प्रभाव नहीं जुड़ा है. मेथिलकोबालामिन में चिकित्सीय एजेंट के रूप में सुरक्षित दीर्घकालिक उपयोग का इतिहास है. अगर निर्माता 1 उबह मिथाइलकोलामिन का उत्पादन कर रहा है, तो भारतीय आबादी विटामिन B12 की कमी से कैसे जूझ सकती है." फार्मा सलाहकार अंशु यादव ने निष्कर्ष निक. ाला, "आहार की खुराक से विटामिन बी 12 को अवशोषित करने की शरीर की क्षमता काफी हद तक आंतरिक कारक की क्षमता से सीमित है. कुछ लोग-विशेष रूप से पुराने वयस्क (जिनमें एनीमिया) है, और जिनके पेट की अम्लता (हाइपोक्लोरहाइड्रिया या एक्लोरहाइड्रिया) या आंतों की गड़बड़ी के स्तर में कमी है, उन्हें भोजन से विटामिन बी 12 को अवशोषित करने में कठिनाई होती है. नतीजतन, विटामिन बी 12 की कमी आम है. आरडीए और खुराक मूल्य दो अलग-अलग चीजें हैं. अब यहाँ RDA 1 mcg है। यदि निर्माता 1 एमसीजी टैबलेट का उत्पादन कर रहा है, तो यह चिकित्सीय खुराक से काफी नीचे है. न्यूट्रास्यूटिकल निर्माता को कम से कम 500 एमसीजी का उत्पादन करने की अनुमति दी जानी चाहिए." खाद्य सुरक्षा और मानक (स्वास्थ्य अनुपूरक, न्यूट्रास्युटिकल्स, विशेष आहार उपयोग के लिए भोजन, विशेष औषधीय प्रयोजन के लिए भोजन, कार्यात्मक खाद्य और उपन्यास खाद्य पदार्थ) विनियमन, 2016 स्वास्थ्य पूरक और पोषक तत्वों में आरडीए तक केवल विटामिन या खनिजों के उपयोग की अनुमति देता है. आरडीए आवश्यक पोषक तत्वों के सेवन का स्तर है, जो वैज्ञानिक ज्ञान के आधार पर, स्वस्थ व्यक्ति की ज्ञात पोषक जरूरतों को पूरा करने के लिए पर्याप्त होने का अनुमान लगाया जाता है.

J&J Shuts Down 60,000 Person Trial Of Single-Shot Covid-19 Vaccine

शिकागो: जॉनसन एंड जॉनसन ने अब एक सिंगल-शॉट कोविड-19 वैक्सीन के फाइनल 60,000 पर्सन ट्रायल को बंद कर दिया है. दरअसल, एक तरफ जहां उन्होंने यह फैसला कल यानी बुधवार को लिया है. वहीं, दूसरी तरफ यह मुख्य रूप से दो डोज का इस्तेमाल करके लीडिंग रिवल्स की तुलना में कई लाखों डोज के डिस्ट्रीब्यूशन को आसान करेगा. एक जॉइंट प्रेस कॉन्फ्रेंस में नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ हेल्थ और ट्रम्प एडमिनिस्ट्रेशन के अधिकारियों के साथ J&J के चीफ साइंटिफिक ऑफिसर डॉ. पॉल स्टॉफल्स, ने कहा कि कंपनी इस साल के आखिरी महीने या अगले साल की शुरुआती महीने में इसके फेज III के ट्रायल के परिणामों की उम्मीद कर रही है. क्या आप जानते हैं कि मॉडर्न इंक, फाइजर इंक और एस्ट्राजेनेका के रिवल वैक्सीन्स को कई हफ्तों तक अलग करने वाले दो शॉट्स की जरूरत होती है, जिससे उन्हें एडमिनिस्टर करना बहुत मुश्किल हो जाता है. हार्वर्ड वैक्सीन के रिसर्चर डॉ. डैन बारुच, जो J&J कोविड-19 वैक्सीन के डिजाइन में मदद कर रहे हैं। उन्होंने एक टेलीफोनिक इंटरव्यू में कहा, "एक सिंगल-शॉट वैक्सीन के पोटेंशियली प्रोफ़ॉउंड का मास इम्यूनाइजेशन कैम्पेनस और ग्लोबल पान्डेमिक कंट्रोल के रूप में काफी फायदा है." इसके बाद स्टॉफल्स ने कहा, "J&J अपनी कंपनी की वेबसाइट पर बुधवार को अपने फेज 3 ट्रायल के लिए एक डिटेल्ड स्टडी प्रोटोकॉल पब्लिश करेगी, जिसमें तीन अलग तरीके के वैक्सीन निर्माता शामिल हैं. वहीं, इन तीनों वैक्सीन निर्माता ने हाल ही के हफ्तों में इन स्टडी प्लेन्स को उपलब्ध कराया है, क्योंकि वह चाहते हैं कि इसकी ट्रांसपेरेंसी में वृद्धि हो सकें. संयुक्त राज्य अमे. रिका और बेल्जियम में इसके फेज 1/2 ट्रायल में पॉजिटिव रिजल्ट देखने के बाद J&J ने फेज 3 का ट्रायल शुरू किया. वहीं, कंपनी का प्लान उन रिजल्ट्स को आसान तरीके से इममिनेंटली करना है. साथ ही कंपनी द्वारा जानवरों के अध्ययन में सेफ्टी और लेवल ऑफ प्रोटेक्शन को भी देखा गया था, जो लगभग उसके बराबर था. मैं कहूँ तो इसके रिजल्ट से पता चलता है कि एक सिंगल डोज लंबे समय तक पर्याप्त सुरक्षा प्रदान कर सकती है." स्टॉफल्स ने आगे कहा कि यूनाइटेड स्टेट्स, साउथ अफ्रीका, अर्जेंटीना, ब्राजील, चिली, कोलंबिया, मैक्सिको और पेरू में J&J लेट-स्टेज फेज का ट्रायल 215 साइटों के रूप में इस्तेमाल करेगा। वहीं, कंपनी की योजना 2021 में 1 बिलियन से अधिक डोज बनाने की है. ऐसे में इस ट्रायल और टेस्ट का सवाल और गोल यह है:- ● क्या वैक्सीन एक डोज के बाद मॉडरेट से गंभीर स्थिति के कोविड-19 रोग को रोक सकता है? ● क्या वैक्सीन मैडीकल इंटरवेंशन की आवश्यकता वाले गंभीर रोग को रोक सकता है? ● क्या यह मिल्डर केस के वायरस को भी रोक सकता है? अगर स्टॉफल्स की बात पर ध्यान दें, तो वह भविष्यवाणी करते हुए कहते हैं कि ट्रायल को इनरोल करने में छह सप्ताह से दो महीने का समय लगेगा। इसके साथ ही कंपनी को उम्मीद है कि वैक्सीन "इस साल के अंत या अगले साल की शुरुआत में" तैयार होकर काम करने लगेगी. वैसे, अभी यह क्लियर नहीं है कि कंपनी को रेगुलेटरी का अप्रूवल कितनी जल्दी मिलता है, लेकिन J&J का मंजूरी से पहले डोज बनाने की योजना है. शायद इसी के चलते कंपनी ये डिस्ट्रीब्यूशन जल्दी शुरू कर सकता है. ट्रायल एक इंडीपेंडेंट डेटा और सेफ्टी मॉनिटरिंग बोर्ड (DSMB) द्वारा किया जाएगा, जो वैक्सीन सेफ्टी और इफेक्टिवनेस का रिव्यु करेगा. वहीं, प्रेस कॉन्फ्रेंस में नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ हेल्थ के डायरेक्टर डॉ. फ्रांसिस कोलिन्स ने कहा कि सभी तीन वैक्सीन फेडरल गवर्नमेंट के ऑपरेशन वार स्पीड- J&J, मॉडर्न और एस्ट्राजेनेका द्वारा एक कॉमन DSMB शेयर करते हैं. कोलिन्स ने आगे कहा कि फाइजर अपना खुद का ट्रायल चला रहा है, और उसका एक अलग DSMB है. J&J का ट्रायल 60% इफेक्टिव वैक्सीन के टेस्ट के लिए बनाया गया है. वहीं, स्टडी प्रोटोकॉल में 154 लोग वायरस से संक्रमित होने के बाद डिटरमाइन किए जा सकते हैं. स्टॉफल्स ने आगे कहा कि कंपनी लोगों को वैक्सीन लगाने के 15 दिन बाद स्टडी पॉपुलेशन के आस-पास कोविड-19 इन्फेक्शन के मामलों की गिनती शुरू करेगी। वहीं, 20 लोगों के संक्रमित होने के बाद वैक्सीन की एफ्फीसेंसी पर DSMB अपना पहला प्रभाव डालेगा. कोलिन्स ने आगे कहा कि DSMB में कोई फेडरल एम्प्लॉई शामिल नहीं है, और यह बहुत हाई एक्सपीरियंस साइंटिस्ट और स्टेटिस्टिकल एक्सपर्ट्स से बना है.

Serum Institute And Bharat Biotech To Start Trial Of Intra- Nasal Covid-19 Vaccine Soon

सीरम इंस्टीट्यूट ऑफ इंडिया और भारत बायोटेक की तरफ से आने वाले महीनों में इंट्रानसल कोविड-19 वैक्सीन के लेट स्टेज के क्लीनिकल ट्रायल्स को आगे बढ़ाने की कुछ उम्मीद है, जिसकी जानकारी रविवार को खुद हेल्थ मिनिस्टर डॉ॰ हर्षवर्धन ने एक घोषणा के जरिए दी. हर्षवर्धन ने कहा कि लेट स्टेज ट्रायल में आमतौर पर हजारों प्रतिभागी शामिल होते हैं, जिनकी संख्या कभी-कभी 30,000 से 40,000 तक होती है. वहीं वर्ल्ड हेल्थ आर्गेनाइजेशन (WHO) के अनुसार, वर्तमान में फेज 3 ट्रायल्स के वैक्सीन में सभी को इंजेक्शन द्वारा एडमिनिस्टर्ड किया जाता है. भारत के डॉ. रेड्डीज लैबोरेटरीज लिमिटेड और रूस डायरेक्ट इन्वेस्टमेंट फण्ड (RDIF) ने शनिवार को कहा कि रूस कोविड-19 वैक्सीन को भारत में लेट स्टेज क्लीनिकल ट्रायल्स का संचालन करने के लिए मंजूरी मिल गई है. बता दें कि, रविवार को जारी आंकड़ों से पता चलता है कि पिछले 24 घंटों के दौरान भारत में कोरोना वायरस संक्रमण में 61,871 का इजाफा हुआ है. हालांकि, हेल्थ मिनिस्ट्री ने कहा है कि उन्हें एक्टिव केसेस में लगातार गिरावट देखने को मिल रहा है. लोकल मीडिया के मुताबिक, इंडियन कॉउन्सिल ऑफ मेडिकल रिसर्च (ICMR) ने कहा है कि वह कोवीड-19 ट्रीटमेंट के लिए अपने प्रोटोकॉल को रीविजिट करेगा.

Mankind Pharma joins RDIF over Sputnik V's Distribution in India

मैनकाइंड फार्मा ने रूस डायरेक्ट इन्वेस्टमेंट फण्ड (RDIF) के साथ कोलाब्रेट किया है.यह फैसला मैनकाइंड फार्मा ने भारत में स्पुतनिक वी की बिक्री और डिस्ट्रीब्यूशन को बढ़ाने के लिए किया है. वहीं, मैनकाइंड फार्मा की बात करें तो यह दिल्ली में स्थित है.अग्रीमेंट के बारे में ज्यादा जानकारी दिए बिना सूत्रों ने कहा, "मैनकाइंड फार्मा और RDIF ने एंटीसिपटेड कोविड-19 वैक्सीन स्पुतनिक वी की बिक्री और डिस्ट्रीब्यूशन को बढ़ाने के लिए को-ऑपरेशन अग्रीमेंट को साइड किया है. इसका अनाउंसमेंट नेक्स्ट वीक तक किया जा सकता है. RDIF ने इंडियन मनुफैक्चरर्स के साथ शॉट की 300 मिलियन डोज का निर्माण करने के लिए अग्रीमेंट साइड किया है." हम आपको बता दें कि, इससे पहले सितंबर में डॉ. रेड्डीज और RDIF ने स्पुतनिक वी वैक्सीन के क्लीनिकल ट्रायल और इंडिया में इसके डिस्ट्रीब्यूशन के लिए पार्टनरशिप किया था. वहीं, पार्टनरशिप के रूप में RDIF भारत में डॉ. रेड्डीज को रेगुलेटरी अप्रूवल के हिसाब से वैक्सीन की 100 मिलियन डोज की सप्लाई करेगा. डॉ. रेड्डीज को ड्रग कंट्रोल जनरल ऑफ इंडिया (DCGI) की तरफ से शनिवार को भारत में स्पुतनिक वी के लिए क्लिनिकल ट्रायल्स करने की मंजूरी मिली है. वैसे, यह एक मल्टीसेन्टर और रैंडमोजेड कंट्रोल्ड स्टडी होगा, जिसमें सेफ्टी और इममुनोजेनिस्टी स्टडी भी शामिल होंगे. क्या आप जानते हैं कि डॉ. रेड्डीज और RDIF ने शुरू में वैक्सीन के फेज 3 ट्रायल्स को कंडक्ट करने की योजना बनाई थी, लेकिन सेंट्रल ड्रग्स स्टैंडर्ड्स कंट्रोल आर्गेनाइजेशन (CDSCO) की सब्जेक्ट एक्सपर्ट कमेटी (SEC) ने कोवीड से संबंधित प्रोपोजल्स को अच्छी तरफ से देखा है. डॉ. रेड्डीज को भारत में फेज 3 के स्टडी के साथ-साथ फेज 2 और 3 के क्लीनिकल ट्रायल को भी कंडक्ट करना है. SEC के अनुसार, फेज I/II स्टडीज में सेफ्टी डेटा छोटा था. वहीं, इंडियन सब्जेक्ट्स में कोई भी डेटा अवेलेबल नहीं था. अप्रूवल के बाद, डॉ॰ रेड्डीज अब भारत में 1,500 पार्टिसिपेंट्स को शामिल करेंगे, जिसके बाद वह फेज I/II के ह्यूमन क्लीनिकल ट्रायल्स को शुरू करेंगे. अब बात रूस की करें, तो वह नॉवेल कोरोना वायरस वैक्सीन के लिए रेगुलेटरी अप्रूवल देने वाला पहला देश है. यह बेलारूस, वेनेजुएला और यूनाइटेड अरब अमीरेट्स में स्पुतनिक वी के फेज III ट्रायल्स का भी कंडक्टिंग कर रहा है. इस साल अगस्त में, गामालेया नेशनल रिसर्च इंस्टीट्यूट ऑफ एपिडेमियोलॉजी एंड माइक्रोबायोलॉजी द्वारा डेवलप्ड किया गया स्पुतनिक वी वैक्सीन को रूस के मिनिस्ट्री ऑफ हेल्थ के जरिए रजिस्टर्ड किया गया था, और यह कोरोना वायरस के खिलाफ दुनिया का पहला रजिस्टर्ड वैक्सीन बन गया.

Cipla Gets US FDA Approval For Di-Methyl Fumarate DR Capsules

यूनाइटेड स्टेट्स फूड एंड ड्रग एडमिनिस्ट्रेशन (US FDA) ने सिप्ला को उसके डाइमेथाइल फ्यूमरेट DR कैप्सूल 120mg, 240mg,120mg/240mg स्टार्टर पैक और एब्रीविएटेड न्यू ड्रग एप्लीकेशन (ANDA) के लिए फाइनल मंजूरी दे दी है. बता दें कि, सिप्ला के डिमिथाइल फ्यूमरेट DR कैप्स 120mg, 240mg और 120mg/240mg स्टार्टर पैक बायोजेन IDEC इंक के Tecfidera का AB-रेटेड जेनेरिक थेरापीयूटिक एक्विवालेन्ट वर्शन है. वहीं,यह एडल्ट्स में रिलेपसिंग के ट्रीटमेंट के लिए इंडीकेट करता है, जिसमें क्लीनिकली रूप से आइसोलेटेड सिंड्रोम, रिलैप्सिंग-रीमिटिंग डिजीज और एक्टिव सेकेंडरी प्रोग्रेसिव डिजीज को शामिल करने के लिए मल्टीपल स्केलेरोसिस (MS) के ट्रीटमेंट का सहारा लिया जाता है. वैसे, IQVIA (IMS Health) के अनुसार, Tecfidera का 2020 के अंत में 12 महीने के हिसाब से लगभग $3-8 बिलियन अमेरिकी डॉलर की बिक्री थी.

Zydus Healthcare Launches Generic Anti-Diabetic Dapagliflozin Tablet In India

नई दिल्ली:- ड्रग फर्म जाइडस हेल्थकेयर ने ब्रांड नेम 'डाफाग्लिन' के तहत जेनेरिक एंटी-डायबिटिक डैपाग्लिफ्लोजिन टैबलेट को लॉन्च किया है. बता दें कि, इस टैबलेट को देशभर में पेशेंट की एक्सेस को बढ़ाने के लिए बेहद सस्ती कीमत पर उपलब्ध कराया गया है. रविवार को ड्रग फर्म जाइडस हेल्थकेयर ने यह जानकारी खुद एक बयान के दौरान दिया, जिसमें उन्होंने कहा कि कंपनी ने खुद की "डैपाग्लिफ्लोजिन टैबलेट" को 10 mg और 5 mg के हिसाब से 17 और 14 रुपये की कीमत पर लॉन्च किया है. वैसे, अगर देखा जाए तो हेल्थ के क्षेत्र में मरीजों की जरूरतों के हिसाब से इसे एक्सेसिबल और अफोर्डेबल बनाने के लिए हमनें अपने प्रयासों पर काफी ध्यान दिया है, और इस बात को समझते हुए यह दवा बेहद किफायती है. बता दें कि इस टैबलेट की कीमत वर्तमान में, भारत में उपलब्ध डॉपग्लेग्लोजिन ब्रांडों की तुलना में 1/3 है. जाइडस हेल्थकेयर ने आगे कहा, "अगर आप ध्यान दें, तो डॉक्टर के अनुसार बताई गई एक दिन की टैबलेट को डोज और एक्सरसाइज के लिए एक संकेत के रूप में दर्शाया जाता है. वहीं, इसका एडल्ट्स में पाए गए टाइप 2 डायबिटीज मेलिटस की बीमारी में ग्लाइसेमिक को नियंत्रित कर सही रखना अहम मकसद है." बता दें कि, "डैपाग्लिफ्लोजिन" दवाओं के एक नए वर्ग का एक हिस्सा है, जिसे सोडियम-ग्लूकोज सह-ट्रांसपोर्टर 2 (SGLT2) इंहिबिटर्स कहा जाता है.

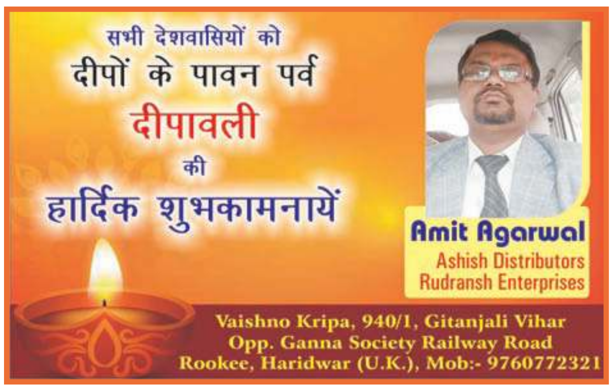
US FDA ने मर्क के KEYTRUDA Anti&PD&1थेरेपी को दी मंजूरी!

यूएस फूड एंड ड्रग एडमिनिस्ट्रेशन (FDA) ने मर्क के KEYTRUDA anti&PD&1 थेरेपी के लिए एक्सपैंडेड लेबल को मंजूरी दे दी है, जिसकी जानकारी खुद मर्क ने एक घोषणा के जरिए दी. बता दें कि, यह थेरेपी एडल्ट पेशेंट्स के ट्रीटमेंट के लिए मोनोथेरेपी के रूप में रेलपसेड या रिफ्रैक्टरी क्लासिकल होड्गकिंग लिंफोमा (cHL) है. मर्क की बात करें, तो उसे यूएस और कनाडा के बाहर MSD के रूप में जाना जाता है. वहीं, यह अप्रूवल फेज 3 KEYNOTE&204 ट्रायल के रिजल्ट्स पर आधारित है, जिसमें KEYTRUDA ने डिजीज प्रोग्रेशन या डेथ के रिस्क को 35 फीसदी Brentuximab Vedotin की तुलना में काफी कम कर दिया है. मीडियन प्रोग्रेशन-फ्री सर्वाइवल (PFS) BV के साथ इलाज किए गए पेशेंट्स 8.3 महीने (95% CI, 5.7-8. 8) और KEYTRUDA के साथ इलाज किए गए पेशेंट्स के लिए 13.2 महीने (95% CI, 5.7-8.8) था. बता दें कि, FDA ने रिफ्रैक्टरी cHL और cHL के साथ पेडियेट्रिक पेशेंट्स के ट्रीटमेंट और KEYTRUDA के लिए एक अपडेटेड पेडियेट्रिक थेरेपी इंडिकेशन को मंजूरी दे दी है, जो थेरेपी के दो या अधिक लाइनों के बाद रोक दिया गया है. क्या आप जानते हैं कि KEYTRUDA को पहले ही रिफैक्टरी CHL वाले पेडियेट्रिक और एडल्ट पेशेंट्स के ट्रीटमेंट के लिए FDA की ऑक्सीलेरेटेड अप्रूवल प्रोसेस के तहत अप्रूव्ड किया गया था, जिसमें KEYNOTE-087 ट्रायल के डेटा के आधार पर चिकित्सा के तीन या उसे ज्यादा के प्रिओर लाइनों को रोक दिया गया है. ऑक्सीलेरेटेड अप्रूवल रेगुलेशन के मुताबिक, इसमें डिस्क्रिप्शन ऑफ क्लीनिकल बेनिफिट और अप्रूवल पर कॉन्टिनगेंट अपॉन वेरिफिकेशन था, जिसमें इन ऑक्सीलेरेटेड अप्रूवल रिक्वायरमेंट्स को KEYNOTE-204 के डेटा के साथ पूरा किया गया है. FDA के प्रोजेक्ट ऑर्बिस के

तहत इस अप्रूवल का रिव्यु किया गया है. हम यूँ कहें तो FDA ऑन्कोलॉजी सेंटर ऑफ एक्सीलेंस की एक पहल है, जो अपने इंटरनेशनल पार्टनर्स के बीच ऑन्कोलॉजी ड्रग्स की कॉनकरेंट सबमिशन और रिव्यु के लिए एक फ्रेमवर्क तैयार करती है. बता दें कि, इस एप्लिकेशन के लिए एक मॉडिफाइड प्रोजेक्ट ऑर्बिस शुरू किया गया था, और FDA ऑस्ट्रेलियन थेरापीयूटिक गुड्स एडमिनिस्ट्रेशन और हेल्थ कनाडा के साथ उनके एप्लीकेशन की चल रही रिव्यु पर सहयोग कर रहा है.

Hamdard Laboratories Launches Two New Unani Medicine Kits For COVID19

नई दिल्लीः- हमदर्द लैबोरेट्रीज ने गुरुवार को स्ट्रांग इम्युनिटी और रेस्पिरेट्री हेल्थ सिस्टम के लिए 2 यूनानी मेडिसिन किट लॉन्च किया है, जिनके नाम 'इम्यूनिटी बूस्टर 'और 'रेस्पिरेटरी हेल्थ' हैं. इसे लॉन्च करते समय बताया गया, "इम्युनिटी बूस्टर किट में चार प्रोवेन युनानी प्रोडक्ट्स (च्यवनप्राश, आयुष जोशांदा, खमीरा मारवेयर, और सूर्फाफ-ए-सट-ए-गिलो) शामिल हैं." क्या आप जानते हैं कि इन प्रोडक्ट्स को माइक्रोबियल इंफेक्शन के लिए एक स्ट्रांग इम्युनिटी सिस्टम बनाने के लिए जाना जाता है. कंपनी ने आगे कहा कि रेस्पिरेट्री हेल्थ किट में सर्दी और खांसी से बचाव के लिए साबित किए गए यूनानी प्रोडक्ट (कुलजम, जोशिना, सुआलिन और जोशंदा) शामिल हैं. हमदर्द लैबोरेट्रीज (मेडिसिन डिवीजन) के चेयरमैन अब्दुल मजीद ने कहा, "नोवेल कोरोना वायरस के प्रकोप से बचने के लिए हमें मजबूत और स्वस्थ रहने की बेहद आवश्यकता है, जिसके लिए हमें हर तरह से प्रिकॉशन लेना पड़ेगा. वहीं, हम अपने कंज्यूमर के हॉलिस्टिक हेल्थ को मेंटेन करने के लिए एकदम तैयार हैं, जिसके लिए हम इम्युनिटी और रेस्पिरेट्री हेल्थ किट को लांच कर रहे हैं. इस फेस्टिवल के महीने में ये हमारी तरफ से आप सभी को एक बेहतरीन तोहफा हैं. आप सुरक्षित रहें, स्वस्थ रहें. " बता दें कि, ये दोनों किट की कीमत 550 रुपये और 399 रुपये हैं, जो हमदर्द वेलनेस सेंटर्स, केमिस्ट शॉप्स, अमेजन, हेल्थमग और ई-कॉमर्स साइट्स पर उपलब्ध हैं.



IIIT Delhi Proposes "Life-Changing Solution" For COVID-19 Vaccine

COVID-19 महामारी की वजह से दुनियाभर में अभी तक जो नुकसान हुआ है, उसे रोकने के लिए एक तरफ जहां विभिन्न कंपनियां इसकी वैक्सीन बनने की जदोजहद में लगी हुई हैं. वहीं, ये कंपनियां वैक्सीन का उत्पाद करने वाली पहली कंपनी की दौड़ में भी शामिल हो गई हैं. इस दौड़ की वजह से वैक्सीन के कई क्लीनिकल ट्रायल्स किये गए, लेकिन वह अभी भी सकारात्मक परिणाम नहीं दिखा पा रहे हैं. दरअसल, इसका मुख्य कारण कंपनियों का कई लिमिटेशन के बीच काम करना है, जिसका साइड-इफेक्ट भी उन्हें देखना पड़ रहा है. हालांकि, आईआईआईटी दिल्ली में एवर-इनोवेटिव कम्प्यूटेशनल बायोलॉजी डिपार्टमेंट ने इन विभिन्न वैक्सीन की समीक्षा की है. साथ ही वायरस से लड़ने के लिए डॉक्टरों, जेनेटिक इंजीनियरों और एपिडेमियोलॉजिस्ट्स द्वारा विअबले वैक्सीन को डेवलप करने में जिन चुनौतियों का सामना करना पड़ रहा है, उसके लिए भी वे लोग इसे दूर करने के लिए कई प्रोबबल सॉल्यूशन्स की मदद ले रहे हैं. क्या आप जानते हैं कि ज्यादातर मामलों में, वैक्सीन टारगेट वायरल प्रोटीन या स्पेसिफिक प्रोटीन होते हैं, मुख्य रूप से उन्हें स्पाइक प्रोटीन कहा जाता है. बता दें कि, पहले किए गए रिसर्च स्टडी के अनुसार जो कोरोना वायरस स्ट्रेन्स पर किए गए हैं, उन

वैक्सीन टारगेट्स में साइड इफेक्ट की एक वाइड रेंज हो सकती है, जिसमें साइटोकिन तूफानों (यानी, IL6), फेफड़े की इम्यूनोपैथोलॉजी, हेपेटाइटिस, हेमटॉक्सिसिटी, साइटोटॉक्सिसिटी, क्रॉस-रिएक्टिव एंटीबॉडीज और एलर्जेनिटी शामिल हैं. आईआईआईटी दिल्ली के कम्प्यूटेशनल विभाग ने पता लगाया है कि विअबले वैक्सीन कैंडिडेट के रूप में प्रोटीन से एपिटोप्स/पेप्टाइड पर स्विच करने से इससे होने वाले साइड-इफेक्ट्स को दूर करने में मदद मिलेगी. विभाग ने यह भी सुझाव दिया है कि COVID-19 के खिलाफ लड़ने और पोटेंशियल वैक्सीन कैंडिडेट की पहचान के लिए कंप्यूटर-एडेड टेक्निक्स का उपयोग करने की आवश्यकता है. ऐसे में यह भी नोट किया गया है कि जो व्यक्ति COVID-19 से संक्रमित हैं. वे असिम्टोमैटिक रहते हैं, लेकिन इस बीमारी के संक्रमण की संभावना ज्यादा होती है. इसका मतलब यह है कि दोनों इननेट और अडॉप्टिवे इम्युनिटी COVID-19 के ट्रांसमिशन में एक भूमिका निभाते हैं. आईआईआईटी दिल्ली के कम्प्यूटेशनल बायोलॉजी विभाग के गजेंद्र पीएस राघव ने सही वैक्सीन खोजने में बायोइन्फरमेटिक्स के उपयोग के महत्व को संबोधित करते हुए कहा, "ऐसे कई सिलिको टूल्स हैं, जो इंटरल्यूकिन-इन्डूसिंग प्रॉपर्टीज और प्रो/एन्टी-इन्फ्लामेटरी प्रॉपर्टीज के साथ-साथ भविष्यवाणी कर सकते हैं। इसके अलावा, सिलिको टूल्स में कई सबयूनिट वैक्सीन और इम्युनोथेरेप्यूटिक्स डिजाइन उपलब्ध हैं. 8 सितंबर, 2020 तक NCBI वायरस डेटा हब में SARS-CoV-2 के बारे में 244,682 प्रोटीन और 22,892 न्यूक्लियोटाइड सीक्वेंस इन्फॉर्मेशन उपलब्ध हैं. यह स्पष्ट है कि सभी 244,682 प्रोटीन वैक्सीन उम्मीदवार नहीं हो सकते हैं. इसका मतलब है कि हम प्रक्रिया को तेज करने के लिए पोटेंशियल वैक्सीन कैंडिडेट की पहचान करने के लिए विभिन्न सिलिको टूल्स का उपयोग कर सकते हैं."

IIIT दिल्ली में कम्प्यूटेशनल बायोलॉजी विभाग के रिसर्च एसोसिएट सलमान सादुल्ला उस्मानी ने कहा, "हम COVID-19 के खिलाफ लड़ने वाली इतनी महत्वपूर्ण वैक्सीन को बनाने के लिए अपना कीमती समय और रिसोर्स लगा कर आगे बढ़ रहे हैं, तो हमें बायोइन्फरमेटिक्स रिसोर्स पर भरोसा करना चाहिए, क्योंकि वे हमें विफलता की संभावना को कम करने में मदद करेंगे. ऐसे में इस महामारी की वजह से जो परेशानियां हो रही हैं, उसे देखते हुए हमें ट्रायल्स को गति देने की आवश्यकता है. इसके लिए वैक्सीन कैंडिडेट की संख्या को कम करने की आवश्यकता है. वैसे, बायोइन्फरमेटिक्स रिसोर्स साइड इफेक्ट को कम कर सकते हैं. वहीं, महामारी ने ग्लोबली स्तर पर आबादी की शारीरिक और मानसिक सेहत पर गंभीर असर डाला है, और समय के साथ हम बायोइन्फरमेटिक्स का लाभ उठा रहे हैं, ताकि इस समस्या का मुकाबला किया जा सके."

Russia Flags Off Second Vaccine Of Covid-19 Before Ph-3 Trials

'रूस हेल्थ अथॉरिटीज' ने पब्लिक यूज के लिए एक कोविड-19 वैक्सीन को मंजूरी दे दी है, जो 'फॉर्मर बायोलॉजिकल वेपन्स रिसर्च लैबोरेट्री' द्वारा बनाई गई है. बता दें कि, यह फैसला दूसरी बार तब लिया गया, जब क्रेमलिन ने एक्सेप्टेड 'साइंटिफिक प्रोटोकॉल' को बाईपास कर दिया. क्या आप जानते हैं कि साइबेरिया में 'वेक्टर स्टेट वायरोलॉजी एंड बायोटेक्नोलॉजी सेंटर' द्वारा डेवलप एक वैक्सीन रजिस्टर्ड किया गया है. वहीं, प्रेसिडेंट पुतिन ने बुधवार को एक टेलीविजन कमेंटेंस के दौरान कहा, "हमें अपने पहले और अभी के सेकंड वैक्सीन के प्रोडक्शन को बढ़ाने की जरूरत है, जिसके लिए सबसे पहले हमें डॉमेस्टिक मार्किट की सप्लाई को बढ़ाना होगा. " फेज 3 ट्रायल्स को पूरा करने से पहले वेक्टर्स ड्रग को रजिस्टर्ड किया गया था. वहीं, पुतिन ने दो महीने बाद 'स्पुतनिक वी' को दुनिया के पहले कोरोना वायरस वैक्सीन के रूप में मंजूरी देने की घोषणा की. ऐसे में डिप्टी पीएम तात्याना गोलिकोवा ने कहा, "ये सेफ है, और हम सबसे पहले 60,000 डोज को जल्द प्रोड्यूस करेंगे. मैं बता दूं कि पुतिन ने पहले ही वैक्सीन लगाने की कोशिश की थी, जिसके बाद हमें कोई भी साइड इफेक्ट देखने को नहीं मिला." वैसे, स्पुतनिक वी की तरह प्रोविशनल रजिस्ट्रेशन प्राप्त करने से पहले वेक्टर की EpiVacCorona वैक्सीन को लिमिटेड नंबर में लोगों पर टेस्ट किया गया था. साथ ही फेज 1 और 2 ट्रायल्स में 100 वालंटियर्स थे. लास्ट वीक वेक्टर के जनरल डायरेक्टर रिनैट मैक्सिुतोव ने कहा, "पीर-रिव्यु की गई जर्नल में कोई डेटा पब्लिश्ड नहीं किया गया है."

Johnson & Johnson Prohibits Trial of Corona Vaccine

जॉनसन एंड जॉनसन ने अपने कोरोना वायरस वैक्सीन के क्लिनिकल ट्रायल को अस्थायी रूप से रोक दिया है. कंपनी ने सोमवार को एक बयान जारी कर इसकी घोषणा की, जिसमें कहा गया है, "एक प्रतिभागी में कुछ 'अनजान बीमारी' देखे जाने के बाद हमने फिलहाल अपनी COVID-19 वैक्सीन कैंडिडेट के क्लिनिकल ट्रायल रोक दिए हैं, जिसमें ENSEMBLE ट्रायल का तीसरा फेज भी शामिल है." ऐसे में ठहराव का अर्थ है कि कंपनी स्टडी में 60 हजार लोगों को शामिल करने के लिए ऑनलाइन एनरोलमेंट भी बंद कर दिया है, जबकि एक स्वतंत्र मरीज सुरक्षा समिति बनाई गई है. कंपनी का कहना है कि हम अपनी गाइडलाइंस को फॉलो कर रहे हैं. वॉलंटियर के अचानक बीमार पड़ने की वजह पर समीक्षा की जा रही है. इसी के साथ हमारी इंटरनल क्लीनिकल ट्रायर और फीजिशियंस भी साइड इफेक्ट के कारण पता करने में जुटे हैं. J&J फेज 3 ट्रायल ने सितंबर के अंत में प्रतिभागियों की भर्ती शुरू कर दी थी, जिसमें अमेरिका और दुनिया भर में 200 से अधिक साइटों पर 60,000 वालंटियर्स के इंरॉलिंग का लक्ष्य निर्धारित किया गया था.

Flu Drug Favipirvir Promises To Stop Infection Of Covid-19

लंदनः- कोविड-19 माहमारी की वैक्सीन को लॉन्च करने की जदोजहद ने एक तरफ सभी फार्मा कंपनी और डॉक्टर्स की परेशानियों को बढ़ा कर रखा है. वहीं, अब एक स्टडी के अनुसार, फ्लू ड्रग फेविपिरविर ने इसकी हाई डोज में एडमिनिस्टर्ड होने पर रोडेंट्स में कोविड-19 इंफेक्शन को रोकने का वादा किया है. एक रिसर्च के मुताबिक, यह निर्धारित करना बेहद आवश्यक होगा कि ह्यूमन अगर फेविपिरविर का हाई डोज लेता है, तो क्या उसकी बॉडी इसे सहन कर पाएगी। दरअसल, फेविपिरविर एक ब्रॉड स्पेक्ट्रम एंटीवायरल दवा है, जिसका इस्तेमाल चार से पांच दिनों तक इन्फ्लूएंजा के इलाज के लिए किया जाता है. रेगा इंस्टीट्यूट फॉर मेडिकल रिसर्च के सुजैन कपटिन ने कहा, "हमने हैम्स्टर्स को वायरस के संपर्क में आने से पहले दवा दी थी, जिसके आधार पर हम यह स्थापित कर सकते हैं कि दवा का इस्तेमाल प्रोफायलैक्टिकल्ली के रूप में किया जा सकता है. अगर आगे की स्टडी से पता चलता है कि इसके रिजल्ट्स ह्यूमन में समान हैं, तो ड्रग का इस्तेमाल ठीक उसी समय किया जा सकता है, जब कोई व्यक्ति किसी हाई रिस्क वाले ग्रुप के किसी संक्रमित व्यक्ति के संपर्क में आया हो." जनरल प्रिवेंटिव उपयोग एक ऑप्शन नहीं है. इस पर केयू ल्यूवेन से लेएन डेलंग ने कहा, "हैमस्टर्स में हमने शायद ही किसी भी साइड इफेक्ट का पता लगाया हो." बता दें कि, रिसर्चों ने स्टडी के लिए हैमस्टर्स का उपयोग किया, क्योंकि रोडेंट्स SARS&CoV-2 रिसर्च के लिए बेहद उपयुक्त हैं. जर्नल प्रोसीडिंग्स ऑफ द नेशनल एकेडमी ऑफ साइंसेज में पब्लिश्ड इस स्टडी के लिए, टीम ने चार से पांच दिनों के लिए हैमस्टर को हाइड्रोक्सीक्लोरोक्वीन या फेविपिरवीर दिया. दरअसल, उन्होंने फेविपिरविर की कई डोज का परीक्षण किया। वहीं, हैम्स्टर दो तरह से SARS&CoV-2 वायरस से संक्रमित थे। डायरेक्ट इंफेक्शन से एक घंटे पहले या इंफेक्टेड हैम्स्टर के संपर्क में आने से एक दिन पहले ड्रग ट्रीटमेंट शुरू किया गया था. इंफेक्शन या एक्सपोजर के चार दिन बाद, रिसर्चर्स ने मापा कि हैमस्टर्स में कितना वायरस मौजूद था, जिससे पता चला कि हाइड्रोक्सीक्लोरोक्वीन के साथ ट्रीटमेंट का कोई भी प्रभाव नहीं था. इसमें वायरस का स्तर कम नहीं हुआ था, और हैम्स्टर अभी भी इंफेक्शस थे. KU लियुवेन के जोआना रोषा-पेरेरा ने इसके बारे में बताया, "एनिमल मॉडल या क्लीनिकल स्टडीज में क्लियर एविडेंस की कमी के बावजूद, कई कोविड-19 रोगियों का पहले से ही हाइड्रोक्सीक्लोरोक्वीन के साथ इलाज किया गया है। वहीं, इन टीमों के परिणामों के आधार पर हम कोविड-19 के ट्रीटमेंट के लिए हाइड्रोक्सीक्लोरोक्वीन के उपयोग की खोज करने के खिलाफ हैं." फेविपिरविर की हाई डोज एक पोटेंट इफेक्ट थी. वहीं, एक स्टडी के मुताबिक, इस इंफेक्शन के कुछ दिनों बाद, वायरोलॉजिस्ट ने हैम्स्टर्स में शायद ही किसी भी इंफेक्शन वायरस के पार्टिकल्स का पता लगाया (जो संक्रमित हो चुका) था. इसके अलावा, कई हैम्स्टर्स, जो एक संक्रमित हैम्स्टर के साथ एक पिंजरे में थे, उन्हें दवा दी गई थी. वहीं, एक ऑब्वियस इंफेक्शन विकसित नहीं हुआ था. साथ ही जिन लोगों को दवा नहीं मिली थी, वे सभी संक्रमित हैम्स्टर के साथ एक पिंजरे में रहने के बाद संक्रमित हो गए.

Sun Pharma Launches ILUMYA (Tildrakizumab) In Japan

सन फार्मास्युटिकल इंडस्ट्रीज लिमिटेड की व्हॉली-ओन्ड वाली जापानी सहायक कंपनी ने जापान में ILUMYA® Subcutaneous Injection 100 mg सिरिंज (नॉनप्रोप्राइटरी का नामः tildrakizumab, genetical recombination, "ILUMYA") को लॉन्च किया है. यह जानकारी खुद सन फार्मास्युटिकल इंडस्ट्रीज लिमिटेड ने आज एक घोषणा के जरिए दी है. बता दें कि यह एडल्ट पेशेंट्स में पलाक्यू सोरायसिस के ट्रीटमेंट के लिए है, जो कन्वेंशनल थेरेपीज के लिए एक इनएडेक्वट रेस्पांस है। क्या आप जानते हैं कि ILUMYA एक ह्यूमनाइज्ड IgG1/k मोनोक्लोनल एंटीबॉडी है, जिसे चुनिंदा रूप से IL-23 के p19 सबयूनिट से जोड़ने के लिए डिजाइन किया गया है। वहीं, IL-23 रिसेप्टर के साथ प्रो-इन्फ्लेमेटरी साइटोकिन्स और केमोकाइन की इनहिबिशन को भी रिलीज करता है. सन फार्मा जापान के कंट्री हेड जुनिची नाकामिची ने कहा, "ILUMYA जापानी बाजार में लॉन्च होने वाली सन फार्मा की पहली इनोवेटिव ड्रग है। वहीं, हम अपने देश में डॉक्टरों और रोगियों के लिए पलाक्यू सोरायसिस का एक नया, सुरक्षित और इफेक्टिव ट्रीटमेंट ऑप्शन शुरू करने की प्रक्रिया को लेकर काफी खुश हैं। यह सन फार्मा के लिए, एक महत्वपूर्ण मील का पत्थर साबित होगा, क्योंकि हम जापान में अपने प्रोडक्ट के पोर्टफोलियो का विस्तार करने में काफी सक्षम हैं."

USFDA Approves Glenmark Pharmaceuticals Drug For 'Multiple Sclerosis'

यूनाइटेड स्टेट्स फूड एंड ड्रग एडमिनिस्ट्रेशन (US FDA) ने ग्लेनमार्क फार्मास्यूटिकल्स को Dimethyl फ्यूमरेट डिलेड-रिलीज कैप्सूल (120 mg और 240 mg) और Tecfidera1 डिलेड-कैप्सूल (120 mg और 240 mg) के जेनेरिक वर्जन के लिए फाइनल अप्रूवल दे दिया है. क्या आप जानते हैं कि Dimethyl फ्यूमरेट का इस्तेमाल एडल्ट्स में मल्टीपल स्केलेरोसिस को बदलने के लिए किया जाता है, जिसमें क्लीनिकली आइसोलेटेड सिंड्रोम, रिलेप्सिंग-रीमिटिंग डिजीज और एक्टिव सेकेंडरी प्रोग्रेसिव डिजीज शामिल हैं. IQVIA सेल्स डेटा के अनुसार, अगर ध्यान दें तो अगस्त में 12 महीने का पीरियड कम्प्लीट होता है, जिसमें देखा जाए तो Tecfidera1 डिलेड-कैप्सूल ने मार्किट में लगभग $3-8 बिलियन की एनुअल सेल्स हासिल की है. बता दें कि, ग्लेनमार्क के करंट पोर्टफोलियो और यूएस मार्केटप्लेस में डिस्ट्रीब्यूशन के लिए कंसिस्ट्स 164 प्रोडक्ट और US FDA के साथ 46 ANDA's का पेंडिंग अप्रूवल हैं. इन इंटरनल फीलींग्स के अलावा, ग्लेनमार्क अपने एग्जिस्टिंग पाइपलाइन और पोर्टफोलियो को डेवलप्ड करने के लिए "एक्सटर्नल डेवलपमेंट पार्टनरशिप" का ज्यादा ध्यान रखता है.

एलेम्बिक फार्मा को 'फेनोफिब्रेट कैप्सूल' के लिए USFDA ने दी मंजूरी!

नई दिल्लीः- ड्रग फर्म एलेम्बिक फार्मा को फेनोफिब्रेट कैप्सूल के लिए यूएस हेल्थ रेगुलेटर से मंजूरी मिल गई है. दरअसल, एलेम्बिक फार्मा ने बुधवार को इसकी जानकारी दी. बता दें कि, फेनोफिब्रेट कैप्सूल ब्लड में कोलेस्ट्रॉल और ट्राइग्लिसराइड्स को कम करने का काम करता है।अगर अप्रूवल प्रोडक्ट को देखें, तो यह लिस्टेड ड्रग प्रोडक्ट "Tricor Micronized Capsules of AbbVie Inc." का थेरापयूटिकॉली एक्विवलेन्ट है. एलेम्बिक फार्मा ने एक रेगुलेट्री फाइलिंग में कहा, "इसे यूएस फूड एंड ड्रग एडमिनिस्ट्रेशन (USFDA) से एब्रेविअटेड न्यू ड्रग एप्लीकेशन (ANDA) फेनोफिब्रेट कैप्सूल USP और 67 mg, 134 mg और 200 mg की स्ट्रेंथ के लिए फाइनल अप्रूवल मिला है. क्या आप जानते हैं कि प्राइमरी हाइपरकोलेस्ट्रोलेमिया और मिक्स्ड डिस्लिपिडेनेया के साथ एडल्ट पेशेंट्स में LDL-C, Total-C, ट्राइग्लिसराइड्स और Apo B की कमी के लिए फेनोफिब्रेट कैप्सूल को एडजुनक्टिव थेरेपी के रूप में इंडिकेट किया जाता है. अब अगर ध्यान दें तो IQVIA का हवाला देते हुए, एलेम्बिक फार्मा ने कहा कि फेनोफिब्रेट कैप्सूल USP, 67 mg, 134 mg और 200 mg का एस्टीमेट मार्किट साइज USD 17 मिलियन है. वैसे, अलेम्बिक फार्मा का USFDA से 133 ANDA अप्रूवल (115 फाइनल अप्रूवल और 18 टेंटेटिव अप्रूवल) का क्युमुलेटीव टोटल है.

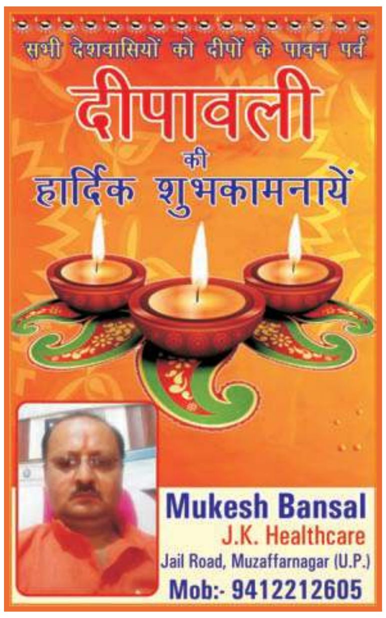
USFDA Approves Alembic Pharma JV for Anti-Fungal Tavborol Topical Solution

नई दिल्लीः- यूएस हेल्थ रेगुलेटर ने ड्रग फर्म एलेम्बिक फार्मास्युटिकल्स की जॉइंट वेंचर फर्म एलेर डर्मोटिक्स को फाइनल अप्रूवल दे दिया है. बता दें कि, ये फैसला एंटी-फंगल टावबोरोल टॉपिकल सॉल्यूशन के लिए किया गया है. गुरुवार को इसकी जानकारी ड्रग फर्म एलेम्बिक फार्मास्युटिकल्स ने खुद दी है. क्या आप जानते हैं कि टावबोरोल टॉपिकल सॉल्यूशन एक ऐंटिफंगल के रूप में जाना जाता है, जो जवमदंपसे के onychomycosis के ट्रीटमेंट के लिए इंडिकेट करता है. एलेम्बिक फार्मास्युटिकल्स ने BSE फाइलिंग में कहा, "एलेर डर्मोटिक्स को अपने एब्रीविअटेड न्यू ड्रग एप्लीकेशन (ANDA) और टावबोरोल टॉपिकल सॉल्यूशन (5%) के लिए यूएस फूड एंड ड्रग एडमिनिस्ट्रेशन (USFDA) से फाइनल अप्रूवल मिल गई है." वैसे, एलेर को पहले ही ANDA के लिए टेंटेटिव अप्रूवल मिल चुकी थी। कंपनी ने कहा, "एलेर पहले ANDA एप्लिकेन्ट्स में से एक था, जिसने

पैराग्राफ IV सर्टिफिकेशन को मिलाकर substantially कम्प्लीट ANDA जमा किया था। इसलिए, यह 180 दिनों की शेयर्ड एक्सक्लुसीवीटी के लिए एलिजिबल है." IQVIA डेटा का हवाला देते हुए, एलेम्बिक फार्मा ने कहा कि टावबोरोल टॉपिकल सॉल्यूशन (5%) का जून 2020 तक समाप्त होने वाले 12 महीनों के लिए एस्टीमेट मार्किट साइज USD 82 मिलियन था. अलेम्बिक फार्मा के पास USFDA से 133 ANDA अप्रूवल (116 फाइनल अप्रूवल और 17 टेंटेटिव अप्रूवल) का कम्युलेटिव टोटल है.

How can the Pharma sector contribute to "superbugs" menus in India?

हम सभी जानते हैं कि भारत में दुनिया के सबसे ज्यादा बैक्टीरियल इन्फेक्शन्स मौजूद हैं, जिस लिस्ट में ट्यूबरक्यूलोसिस, कॉलरा, टाइफाइड और निमोनिया जैसी बीमारियां शामिल हैं. मगर, वास्तव में देखें तो दुनिया भर में ट्यूबरक्यूलोसिस रोगियों की संख्या सबसे ज्यादा है. क्या आप जानते हैं कि मल्टी-ड्रग रेसिस्टेंट (MDR) और एक्सटेंसीवेली ड्रग-रेसिस्टेंट (XDR) ट्यूबरक्यूलोसिस के मामले तेजी से बढ़ रहे हैं. जी हां, अगर आप कुछ रिपोर्ट्स को देखें तो एक एंटीमाइक्रोबियल रेजिस्टेंस पेपर पर 2016 में पब्लिश्ड रिव्यु के अनुसार, एंटीबायोटिक-रेसिस्टेंट नियोनटाल इंफेक्शन भारत में हर साल 60,000 नवजात शिशुओं के जीवन का दावा करता है. ऐसे में सवाल ये है कि एक तरफ जहां भारत जैसे देश में, 22% आबादी अभी भी गरीबी रेखा से नीचे है. वहीं, दूसरी तरफ बढ़ी हुई कॉस्ट से लोगों को प्रॉपर ट्रीटमेंट मिलने की संभावना कम हो जाती है, जिसकी वजह से इन्फेक्शन को ठीक करना बेहद मुश्किल हो जाता है. टीबी एक एयरबोन डिजीज है, जो एक महामारी को जन्म दे सकता है. वहीं, MDR और XDR टीबी के मामले में काफी गंभीर समस्या बन जाता है, जिसके परिणामस्वरूप यह एक टीबी महामारी के रूप में जाना जाता है. वैसे, सुपरबग्स में टीबी एकमात्र गंभीर बीमारी नहीं है, बल्कि निमोनिया भी एक खतरनाक इंफेक्शन है. अब अगर नजर डालें तो 2017 के एक अध्ययन में, 11 राज्यों के कई अस्पतालों में निमोनिया से संक्रमित बच्चों के ब्लड सैम्पल्स में मौजूद बैक्टीरिया एस. निमोनिया की जांच की गई, जिसमें पाया गया कि इनमें से अधिकांश बैक्टीरिया के दावा का रेसिस्टेंट परसेंटेज फर्स्ट-लाइन एंटीबायोटिक-66%, एरिथ्रोमाइसिन-37% और पेनिसिलिन-8% के हिसाब से है. वहीं, 2017 के एक और अध्ययन के अनुसार, निमोनिया के वजह से संक्रमित 69% रोगी मर चुके थे. इन दोनों सुपरबग्स बीमारियों में कार्बापीनेम्स के रेसिस्टेंट को पाया गया, जिसका इस्तेमाल एंटीबायोटिक्स MDR संक्रमणों का इलाज करने के लिए किया जाता है. वहीं, कॉलिस्टिन एंटीबायोटिक का उपयोग तब किया जाता है, जब किसी केस में कोई अन्य एंटीबायोटिक काम नहीं करती. बता दें कि, एंटीबायोटिक्स का उपयोग न केवल मनुष्यों में होने वाली बीमारियों से निपटने के लिए किया जाता है, बल्कि जानवरों के लिए भी किया जाता है. इससे जानवर काफी स्वस्थ रहते हैं. WHO ने 2015 में "पोस्ट-एंटीबायोटिक" एरा के पास आने की वार्निंग दी थी, जिसके हिसाब से वर्तमान में यह अनुमान लगाया गया है कि ड्रग रेसिस्टेंट इंफेक्शन की वजह से दुनिया भर में लगभग 700,000 लोग मारते हैं. इस आंकड़ें के हिसाब से यह रेश्यो 2050 तक 10 मिलियन तक पहुंच सकता है. एक रिपोर्ट के अनुसार, 2010 में किसी भी अन्य देश की तुलना में भारत के हर एक व्यक्ति ने ज्यादा एंटीबायोटिक दवाओं का सेवन किया है. क्या आप जानते हैं कि 2001 से 2010 तक देश में दवाओं का सेवन 62 प्रतिशत तक किया गया है. वहीं, संयुक्त राष्ट्र के अनुमानों के अनुसार, एंटीबायोटिक रेसिस्टेंट का अगर बचाओ नहीं किया, तो 2050 तक दुनिया भर में 10 मिलियन मौतें हो सकती हैं. वैसे, भारत में एंटीबायोटिक के लगभग 50% नुस्खे हैं। साथ ही 64% अनएप्रूव्ड एंटीबायोटिक्स बेचे गए. ऐसे में एंटीबायोटिक रेसिस्टेंट के बारे में सार्वजनिक रूप से बातचीत करने की तुरंत आवश्यकता है. फार्मा सेक्टर इसमें कैसे योगदान दे सकता है? फार्मास्युटिकल कंपनियों के पास AMR के बारे में भरपूर नॉलेज है, जिससे वह हेल्थ केअर प्रोविडर्स के बीच प्रेस्क्रिबिंग बिहेवियर को बदलने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकते हैं. हालांकि, फार्मास्युटिकल कंपनियों का इस पर बहुत नियंत्रण नहीं है. मगर, एक बार दवा थोक विक्रेताओं, फार्मेसियों या अस्पतालों को बेच दी गई है, तो भी वे एंटीमाइक्रोबियल रेसिस्टेंट के खिलाफ लड़ाई में योगदान कर सकते हैं. वह, इन्फेक्शन के दौरान इलाज में इस्तेमाल होने वाले प्रोडक्ट्स का उत्पाद बड़े पैमाने पर कर सकते हैं, जिससे रोगियों के इलाज में वृद्धि हो सकती है. वहीं, WHO का सुझाव है कि फार्मा कंपनियों को दवा के प्रमोशन, डायरेक्ट-टू-कंज्यूमर एडवरटाइजिंग और इंटरनेट के एडवरटाइजिंग के मानकों का कड़ाई से पालन करना चाहिए. निश्चित रूप से, दवा कंपनियों को खुद के प्रोडक्ट्स की क्वालिटी को सुनिश्चित करना, पार्टनर्स और सप्लायर्स के साथ अच्छे तरीके से काम करना और एनवायर्नमेंटल लेजिस्लेशन का पालन करना चाहिए. इससे वह अच्छे क्वालिटी वाले रॉ मैटेरियल का उपयोग कर सकते है, और प्रोडक्ट्स के रिकॉल को कम करने के लिए दवाओं के हाई स्टैण्डर्ड को निर्धारित करने में मदद कर सकते हैं. इंडस्ट्री में रहने के लिए सेल्फ-रेगुलेशन का भी अभ्यास करना बेहद जरूरी है. यह दवा निर्माताओं के हित में है, क्योंकि उन्हें आपूर्तिकर्ताओं से हाई स्टैण्डर्ड का पालन करने के लिए अनुरोध करने के साथ ये सुनिश्चित करना चाहिए की उनकी दवाएं हाईएस्ट क्वालिटी की हैं या नहीं. वैसे, कुछ सालों में फार्मास्युटिकल उद्योग की बुरी हिस्सेदारी रहीं है, लेकिन एएमआर का मुकाबला करने के लिए उनके द्वारा दिया गया योगदान उनके लिए एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगा. वहीं, इंडस्ट्री को ट्रेनिंग में इन्वेस्ट करना, कम्युनिटी के लिए ऑनलाइन एजुकेशनल रिसोर्सेज बनाना, पेशेंट इंगेजमेंट और पेशेंट एडवोकेसी बनाना चाहिए. साथ ही वैश्विक और स्थानीय स्तर पर सरवीलांस प्रोग्राम्स पर खास ध्यान देना चाहिए. भले ही फार्मा निर्माता अपने डिस्ट्रीब्यूशन को नियंत्रित करते हैं, फिर भी वे बाजार में उपलब्ध नकली दवाओं के बारे में सुनिश्चित नहीं हो सकते हैं, जिसके चलते उन्हें बहुराष्ट्रीय फार्मा निर्माण कंपनियों के ब्रांड नाम से बेचा जाता है. ऐसे में इसे नियंत्रित करने के लिए फार्मा निर्माताओं को वेंडर और टेक्नोलॉजी अग्नोस्टिक स्टैंडर्ड्स के आधार पर धोखेबाजी का पता लगाने और प्रोडक्ट ऑथेंटिकेशन को सक्षम करने के लिए ट्रेसबिलिटी सॉल्यूशन्स में इन्वेस्ट करने की आवश्यकता है. GS1 स्टैंडर्ड्स ने सप्लाई चौन में यूनीक्यूली इडेंटिफ्यिंग प्रोडक्ट्स और मल्टीप्ल ट्रेडिंग सिस्टम को प्रमाणित करने के लिए वन क्लाउड-बेस्ड सिस्टम का उपयोग करके इसे सक्षम किया, जिससे बहुत बदलाव देखने को मिला. आज, बाजार में प्रिस्क्रिप्शन आधारित एंटीबायोटिक दवाओं को काउंटर उत्पादों की तरह बेचा जा रहा है. इस खतरे को रोकने के लिए, बाजार में बेचे जा रहे सभी दवाइयों पर नजर रखने के लिए स्वास्थ्य विभागों के समर्थन की भी आवश्यकता है.



भारत में COPD से पीड़ित रोगियों के लिए नए प्रोडक्ट को जाइडस कैडिला ने किया लॉन्च!

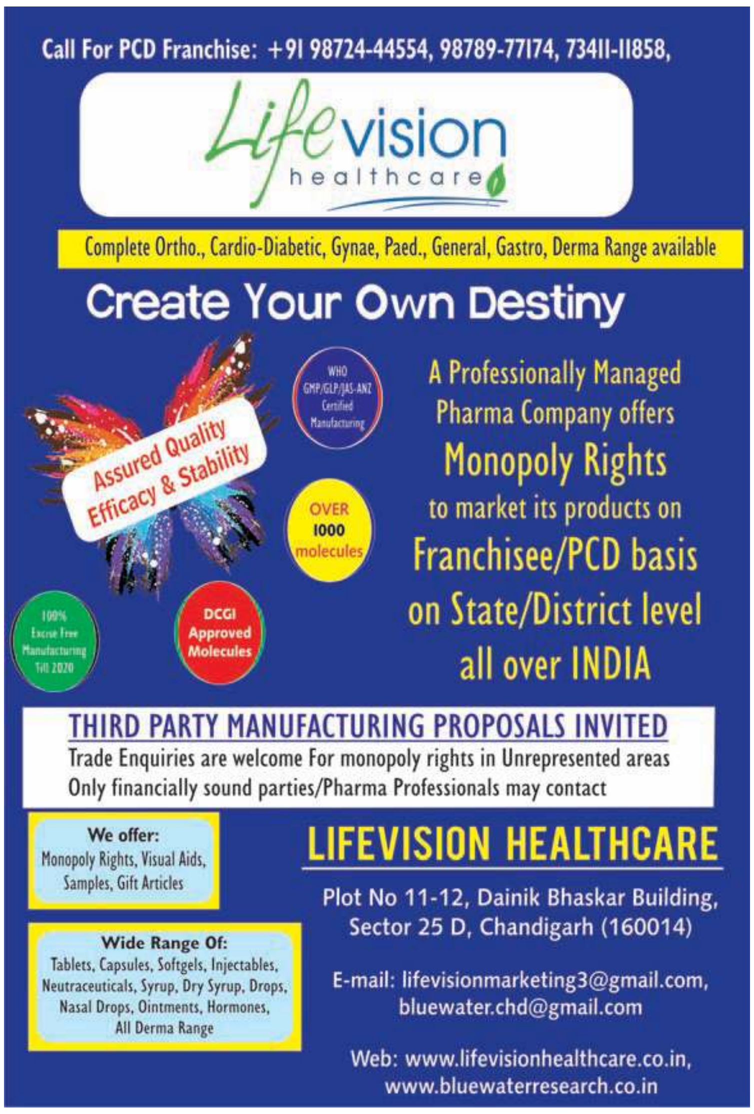
नई दिल्ली:- ड्रग फर्म जाइडस कैडिला, भारत में क्रॉनिक ऑब्सट्रक्टिव पल्मोनरी डिजीज (COPD) से पीड़ित मरीजों के लिए प्रेसराइजड मीटर्ड डोज इनहेलर को लॉन्च कर रहा है. बता दें कि, जाइडस कैडिला ने गुरुवार को एक बयान में कहा, "Forglyn pMDI, भारत का पहला प्रेसराइजड मीटर्ड डोज इनहेलर (pMDI) लॉन्च कर रहा है, जिसकी कीमत प्रति पैक 495 रुपये है. हम बता दें कि, इसे जाइडस के इनोवेशन इन फॉर्मुलेशन टेक्नोलॉजी का उपयोग करके बनाया गया है." प्रेसराइजड मीटर्ड डोज इनहेलर की जरूरत पर जाइडस कैडिला ने विस्तार से कहा, "COPD एक रेस्पिरेटरी डिसऑर्डर है, और आपकी रोजमर्रा की नार्मल डेली एक्टिविटी को प्रभावित करता है. क्या आप जानते हैं कि COPD दुनिया भर में मौत का तीसरा प्रमुख कारण है. वहीं, भारत में अनुमानित 55.3 मिलियन मरीज COPD से पीड़ित हैं." कैडिला हेल्थकेयर लिमिटेड के मैनेजिंग डायरेक्टर शरविल पटेल ने कहा, "हमारे इन्नोवेशन्स ने वोमेन्स हेल्थकेयर, कार्डियो-मेटाबोलिक डिसऑर्डर, गैस्ट्रोइंटेस्टाइनल और पेन मैनेजमेंट के सेग्मेंट्स में नेक्स्ट जनरेशन के ट्रीटमेंट के लिए एक योगदान दिया है. इस नई टेक्नोलॉजी के साथ, हम COPD से पीड़ित रोगियों की मदद करने की उम्मीद करते हैं." कंपनी ने कहा कि उसने इस प्रोडक्ट की नोवेल प्रोसेस के लिए एक पेटेंट एप्पलीकेशन को भी दायर किया है. जाइडस ने आगे कहा, "हम आपको बता दें कि यह अस्थमा, COPD, एलर्जी राइनाइटिस, इडियोपैथिक पल्मोनरी फाइब्रोसिस (IPF) और खांसी के थेरापीयूटिक एरिया में 100 से ज्यादा ब्रांड/SKUs (स्टॉक कीपिंग यूनिट) के साथ रेस्पिरेट्री मार्किट में तीसरे (AWACS MAT AUG 2020) स्थान पर है." वहीं, जाइडस कैडिला, कैडिला हेल्थकेयर ग्रुप का एक हिस्सा है. वहीं, कैडिला हेल्थकेयर का शेयर BSE पर 2.71 प्रतिशत की तेजी के साथ 424.05 रुपये पर कारोबार कर रहा था.

जी.एस.टी. रिफंड बने व्यापारियों के सिरदर्द, कैपिटल फंस गई रिफंड में

लखनऊ:- जब से देश में जी.एस.टी. लागू हुआ है, तब से 38 माह बाद भी व्यापारियों के लिए सिरदर्द बना हुआ है. सरकार चाहती तो है कि करदाता व्यापारी पूरी तरह से औपचारिकताएं पूरी करें लेकिन विभाग कोई सहयोग प्रदान करने के मूड में दिखता है. सरकार आत्मनिर्भर भारत योजना के अन्तर्गत देश की जीडीपी बढ़ाने के साथ निर्यात को प्रोत्साहित कर रही है लेकिन जबतक देश के निर्यातकों को प्रोत्साहन प्राप्त नहीं होगा तब तक देश के निर्यात में बढ़ोतरी की आशा करना बेईमानी ही कही जाएगी. हम विशेषकर बात कर रहे हैं निर्यातकों की और विभाग में फंसे रिफंडो की. जुलाई 2017 से जीएसटी लागू हुआ. 30 जून 2017 के मुकाबले देश में पंजीकृत व्यापारियों की संख्या लगभग दोगुनी हो गई. सरकार लगातार कहती आ रही है कि व्यापारिक गतिविधियों में औपचारिकता कम होंगी लेकिन बढ़ने ही लगी. जी.एस.टी. के अन्तर्गत करदाता द्वारा की जाने खरीद-बिक्री पर आई.टी.सी. पूरी तरह फंसा हुआ है. एक रिपोर्ट के अनुसार केवल मुरादाबाद कमिश्नरी में लगभग 350 करोड़ के और कमिश्नरी में लगभग 250 करोड़ के रिफंड अटके हुए हैं. निर्यातकों का मानना है कि आई.टी.सी. के फंसने से उनके व्यापार की सारी पूंजी अटकी जा रही है. मार्च से भारत के साथ विदेश भी कोरोना की मार के चलते निर्यात के आर्डरों में भारी कमी आयी है और इधर विभाग विभाग में आई.टी.सी. कितनी और कब से अटकी है लेकिन निर्यातकों के साथ बड़े-बड़े उद्योग भी बहुत ही पीड़ा के दौर से गुजर रहे हैं. आपको ध्यान होगा कि देश में लॉकडाउन लागू होने के बाद केन्द्र एवं राज्य सरकारों ने अटके रिफंडों को तुरन्त ही जारी करने के आदेश भी पारित किये थे। उत्तर प्रदेश के मुख्यमंत्री ने तो अंतिम तिथि 30 जून 2020 भी निर्धारित कर दी थी. लेकिन यदि ऑडिट कराया जाए तो कितने रिफंड 30 जून 2020 तक आई.टी.सी. रिफंड जारी हो पाए हैं और कितने लम्बित चल रहे हैं? आजकल वेबीनार के माध्यम से प्रदेश एवं देश के मंत्रीगण व्यापारियों से रुबरु चर्चा कर रहे हैं. वेबीनार के दौरान भाग लेने वाले व्यापारी, उद्योगपति और निर्यातक अपनी पीड़ा को दबी जुबान से व्यक्त करने से हिचकते नहीं है. केन्द्र व राज्य सरकार को आत्मनिर्भर भारत के अन्तर्गत 'ईज ऑफ डूईग' के अन्तर्गत विभाग के कार्यो की समीक्षा भी करनी चाहिए तो 'ईज ऑफ डूईग' कहीं 'टफ ऑफ डूईग' न रह जाए. आत्म निर्भर भारत योजना प्रभावित हो जाए.

महामारी बनता गले का कैंसर

जमाने की रफ्तार के साथ भागते हुए दुनिया भर में लाखों-करोंड़ों की संख्या में लोग कामकाजी हैं. जो दिन भर नई-नई उलझनों में फँसते रहते हैं जैसे- ऑफिस की टेंशन, घर की टेंशन, रिश्तों की टेंशन, जिम्मेदारियों की टेंशन या फिर कुछ और ऐसे में मनुष्य अपनी टेंशन को दूर करने या फिर उससे छुटकारा पाने के लिए कुछ गलत तरीकों को अपनाता है या फिर यूँ कह लीजिये कि जाने अनजाने में कुछ जानलेवा चीजों को अपनी आदत बना लेता है. आमतौर पर देखा जाता है कि जब कोई टेंशन में होता है तो फिर सबसे पहले वो बीड़ी, सिगरेट, शराब, तम्बाकू जैसी कुछ खतरनाक चीजों का सेवन करता है पर क्या ये सही है? क्या हम जानते हैं कि जाने-अनजाने में हम कितनी बड़ी बीमारी को न्यौता दे रहे हैं? दरअसल आज हमारे देश की युवा पीढ़ी ने तम्बाकू के विषय में अनेक गलत धारणाएँ पाल रखी हैं. वे समझते हैं कि इसके इस्तेमाल से वे अपने अंदर आत्मविश्वास पैदा करते हैं, लेकिन वास्तव में ऐसा होता नहीं है. देश की राजधानी दिल्ली से लेकर पूरे देश के पुरूषों में गले व मुँह के कैंसर के मामले में तेजी से वृद्धि हो रही है. लेकिन अब महिलाएँ भी पीछे नहीं हैं. हाँ ग्रामीण महिलाओं की तुलना में शहरी महिलाओं में यह ज्यादा पाया जा रहा है. आज बाजार में तम्बाकू के तरह-तरह के उत्पाद मौजूद हैं. जैसे पान मसाला, गुटका, सिगरेट, सिगार से लेकर बीड़ी तक. आज स्कूली बच्चे बड़ी संख्या में पान मसाले के आदि होते जा रहे हैं. सबसे दुर्भाग्य की बात तो यह है कि पंद्रह-सोलह वर्ष तक के बच्चे भी बड़ी संख्या में इसके आदी होते जा रहे हैं. आजकल युवाओं की शान में शामिल है कि वो सिगरेट और तम्बाकू का सेवन करें, क्योंकि यदि वो मना कर देंगे तो उनकी बेइज्जती हो जायेगी. पर ठहरिये! कहीं आपका एक कदम आपसे आपकी कीमती जान ना छीन ले जाये. देश भर में देखा जा रहा है कि गले के कैंसर जैसी खतरनाक बीमारी बहुत ज्यादा पनप रही है साथ ही कैंसर के बारे में ये भी सुना और माना जाता है कि ये एक लाइलाज बीमारी है. पर क्या आप जानते हैं कि गले का कैंसर होता क्यों है? इसके लक्षण क्या हैं साथ ही इसका उचित इलाज क्या है? नोएडा स्थित फोर्टिस हॉस्पिटल के कैंसर रोग विशेषज्ञ डॉ० अमित अग्रवाल कहते हैं कि गले का कैंसर एक खतरनाक बीमारी है. जिसमें मरीज को बोलने, खाना खाने, साँस लेने जैसी, बहुत सी तकलीफों से गुजरना पड़ता है. ऐसे में गले के कैंसर से बचना बेहद जरूरी है. जो मनुष्य धूम्रपान या तम्बाकू का उपयोग करते हैं उन्हीं को गले का कैंसर का विकसित होने का खतरा रहता है. अत्यधिक शराब का उपयोग भी इसका खतरा बढ़ा देता है. गले का कैंसर महिलाओं की अपेक्षा पुरूषों में 10 गुना अधिक पाया जा रहा है. 50 वर्ष की उम्र को पार कर चुके पुरूषों में ये कैंसर अधिक देखने में आ रहा है. इस कैंसर से पीड़ित लोगों को खून की खाँसी, साधारण खाँसी, खाना निगलने में कठिनाई, स्वरों का बैठना, गर्दन में दर्द, सूजन या गले में गाँठ का होना, अचानक ही वजन का घटना ऐसी ही कुछ खास परेशानियों का सामना करना पड़ता है. ऐसे कुछ लक्षणों को देखने के बाद टेस्ट करा लेना चाहिए. गर्दन और गले का टेस्ट कराने से भी इसका पता चल सकता है. कैंसर की पुष्टि के लिये कपास सीटी स्कैन, एम आर आई भी कराई जाती है. गले के कैंसर को जानने के लिये एक खास टेस्ट कराया जाता है. इस टेस्ट के अंतर्गत मरीज के टयूमर की सही स्थिति को जान लिया जाता है, टेस्ट को ऑपेरेटिग कमरे में किया जाता है. इस कैंसर में तीन थैरेपी या फिर यूँ कह लीजिये कि तीन तकनीकों से इलाज किया जा सकता है जैसे कि सर्जरी, विकिरण चिकित्सा, और कीमो चिकित्सा. **सर्जरी चिकित्सा,** के अंतर्गत अगर टयूमर छोटे और स्थानीय हैं तो उसे कम साइड इफेक्ट के साथ निकाला जा सकता है. पर अगर, टयूमर उन्नत है और आस-पास के क्षेत्रों में फैला हुआ है तो सर्जरी और अधिक व्यापक होनी चाहिए. उन्नत टयूमर सर्जरी की स्थिति में बोलने, खाना चबाने, निगलने की क्षमता को प्रभावित कर सकता है. फिर इसके पश्चात् एक सर्जरी के अंतर्गत बोलने, चबाने, निगलने और साँस लेने की स्थिति को सुधारा जा सकता है. जरूरत पड़ने पर व्यापक सर्जरी के पश्चात् खाना खाने हेतु एक टयूब का प्रयोग किया जाता है जिसके माध्यम से आहार विशेषज्ञ द्वारा बताये गये खाने को खाया जा सके. **विकिरण चिकित्सा**- इस चिकित्सा को प्राथमिक उपचार के रूप में काम में लाया जाता है, इसका चयन छोटे व अविकसित टयूमर के लिए किया जाता है. उन्नत टयूमर में इसे सर्जरी के पश्चात् किया जाता है. **कीमोथैरेपी**- इस चिकित्सा का प्रयोग भी कैंसर की कोशिकाओं को मारने के लिये किया जाता है. इस थैरेपी को कैंसर के लिये प्रभावी दवाओं के साथ इलाज के संयोजन के लिये काम में लाया जा रहा है. इस थैरेपी की सहायता से प्रभावी दवाओं के साथ-साथ पीड़ित क्षेत्र पर कैंसर के उपचार हेतु टयूमर को नष्ट करने और फैलने से बचाया जाता है, उन्नत टयूमर में इसे विकिरण चिकित्सा के संयोजन में दिया जाता है. गले के कैंसर में रोगी 90 प्रतिशत ठीक हो सकता है पर उसके लिये शुरूआती स्थिति में बीमारी का पता चल जाना जरूरी है. अगर कैंसर गले में आस-पास के क्षेत्रों में फैल गया है तो इसके ठीक होने की उम्मीद 60 प्रतिशत होती है यदि कैंसर सिर, गर्दन और शरीर के अन्य हिस्सों में फैल गया है तो इसे ठीक करना संभव नहीं, उपचार के बाद रोगियों को आम-तौर पर चिकित्सा की दिक्कत महसूस हो सकती है. यदि खाना खाने में परेशानी का सामना करना पड़ता है उसके लिये एक विशेष टयूब की सहायता ली जाती है. डॉ० अमित अग्रवाल का कहना है कि कैंसर का इलाज संभव है बशर्ते उसका पता शुरूआती स्थिति में लग जाये. मुँह व गले का कैंसर हमारे खान-पान व आदतों से जुड़ी बीमारी है और इसका परिणाम भी घातक ही होता है. भले ही अब अंतिम अवस्था तक इसके इलाज की सुविधा उपलब्ध है, लेकिन इनसे बचाव ही बेहतर और सबसे सरल इलाज है. – डॉ० अमित अग्रवाल, मो० 09971611311.



कोहनी और हाथ में दर्द हो सकता है टेनिस एल्बो, जानें लक्षण और प्राकृतिक इलाज

हो सकता है आपने कभी टेनिस न खेला हो, मगर आपकी कोहनी और हाथ में होने वाले दर्द को डॉक्टर टेनिस एल्बो बताएं. दरअसल टेनिस एल्बो एक ऐसी बीमारी है, जो ज्यादातर टेनिस खिलाड़ियों को होती है. खेल कैरियर में भारत के महान खिलाड़ी सचिन तेंदुलकर को भी ये बीमारी हो चुकी है. टेनिस एल्बो एक खतरनाक बीमारी है, जिसके कारण हाथों को हिलाने-डुलाने में परेशानी होने लगती है. आमतौर 30 से 50 साल की उम्र में इस बीमारी के लोग ज्यादा शिकार होते है. आइए आपको बताते है ये बीमारी है किस तरह कुछ प्राकृतिक उपायों से किया जा सकता है. इसका इलाज **क्यो होता है टेनिस एल्बो** कोहनी की हडडी व मांसपेशियों पर अतिरिक्त दबाव पड़ने के कारण टेनिस एल्बो की समस्या हो सकती है. ये बीमारी होने पर आमतौर पर कोहनी में दर्द होता है. कभी-कभी यह दर्द असहनीय हो जाता है और संवेदनाशीलता के कारण कोहनी और कलाई में सूजन आ जाती है. टेनिस एल्बो किसी भी व्यक्ति को तब होता है जब वह किसी भी भारी काम में अपनें एक हाथ का इस्तेमाल सबसे ज्यादा करता है. **खतरनाक होता है टेनिस एल्बो** टेनिस एल्बो की शुरूआत कोहनी में दर्द होने से होती है, लेकिन सही समय पर इलाज न करवाने से यह पूरी बाजू में आ जाता है. इस बीमारी के कारण हाथ उठने में परेशानी होती है. उंगलिया भी इसके कारण प्रभावित हो सकती है और कलाई व कोहनी के बीच के हिस्से में भी दर्द होता है. **क्या है इलाज** टेनिस एल्बो होने पर सर्जरी के द्वारा ही इसे पूरी तरह ठीक किया जा सकता है नियमित व्यायाम या हल्की-फुल्की स्ट्रेचिंग करने से इस बीमारी की संभावना कम हो सकती है लेकिन कुछ प्राकृतिक उपायों द्वारा इसके दर्द में राहत पाई जा सकती है. **हल्दी का करें प्रयोग** हल्दी में पाया जाने वाला कुरकुमीन नामक तत्व, एंटी-इंफ्लेमेटरी एंजेट और प्राकृतिक दर्द निवारण दवा के रूप में काम करता है. इसके अलावा, हल्दी एंटीआक्सीडेंट का समृद्ध स्रोत होने के कारण फ्री रेडिकल्स से लड़.ने और उपचार को गति प्रदान करने में मदद करता है. एक कप दूध में आधा चम्मच हल्दी मिलाकर उसे हल्का सा गर्म लें और फिर इसमें थोड़ी सा शहद मिलाकर कुछ हफ्तों तक दिन में दो बार पिऐं. इससे दर्द में राहत मिलेगी और सुजन भी दूर हो जाएगी. इसके साथ ही चिकित्सक से संपर्क करें. **बर्फ से सिकाई** बर्फ की सिकाई दर्द को कम करने का सबसे आसान तरीका है. इसके लिए एक पतले तौलिये में बर्फ के कुछ टुकडों को लपेटें. अपनी कोहनी को तकिये और किसी गद्दार क्षेत्र में आराम से रखें. फिर प्रभावित जगह पर धीरे से तौलिया को रखें. 10 से 15 मिनट के लिए ऐसे ही छोड़ दें. दर्द दूर होने तक इस उपाय को दिन में कई बार दोहराये. लेकिन एक बात को हमेशा ध्यान में रखें कि बर्फ को सीधे त्वचा पर न लगाएं.

खतरनाक हो सकती है आँखों के पर्दे की सूजन, ये हैं इसके लक्षण और उपचार

आँखें शरीर के सबसे नाजुक अंगों में से एक है क्योंकि इनके पीछे बहुत महीन टिशूज होते हैं. आँखों की परेशानियों को कई बार छोटी परेशानी मानकर नजरअंदाज करना भारी पड़ सकता है. चलती हुई चीजें दिखना या आँखों के आगे अँधेरा छा जाना ऐसी ही छोटी-छोटी समस्याएं हैं, जिन्हें अक्सर आप आँखों की थकान मानकर नजरअंदाज कर देते हैं. मगर ये सामान्य से दिखने वाले लक्षण आँखों के पर्दे में सूजन की वजह से भी आपको महसूस हो सकते हैं. आँखों के पर्दे की सूजन को मैडीकल की भाषा में मैक्युलर इडिमा कहते हैं. ये एक खतरनाक रोग है, जो लोगों को अँधा भी बना सकता है. आइए आपको बताते हैं इस रोग के बारे में. **क्या है आँखों में पर्दे की सूजन:-** आँखों में पर्दे की सूजन यानी मैक्युलर इडिमा एक खतरनाक रोग है इस रोग में रेटिना के केन्द्र वाले भाग, जिसे मैक्युला कहा जाता है, में फ्लूएड यानी तरल का जमाव हो जाता है. रेटिना हमारी आँखों का सबसे महत्वपूर्ण भाग होता है, जो बहुत सारी कोशिकाओं की एक संवेदनशील परत से बना होता है. रेटिना के पिछले भाग में मौजूद मैक्यूलर वह हिस्सा है, जो हमें दूर की वस्तुओं और रंगों को देखने में सहायता करता है. जब किसी कारण से आँखों की रेटिना में तरल पदार्थ ज्यादा हो जाता है, तो आँखों के पर्दे पर सूजन आने लगती है. इसी रोग को मैक्युलर इडिमा कहते हैं. **कितना खतरनाक है मैक्युलर इडिमा:-** मैक्युलर इडिमा के कारण आमतौर पर देखने में परेशानी हो सकती है और आँखों में दर्द और सूजन की शिकायत हो सकती है. मगर इसका समय पर इलाज किया जाना जरुरी है अन्यथा जल्दी ही ये आँखों के अँधेपन का भी कारण बन सकता है. मैक्युलर इडिमा के लक्षण दिखने पर चिकित्सक से तुरंत संपर्क करना जरुरी है. **क्या हैं मैक्युलर इडिमा के लक्षण:-** शुरुआती स्टेज में जब रेटिना में तरल पदार्थ बढ़ना शुरु होता है, तब आमतौर पर कोई खास लक्षण नहीं नजर आते हैं. कभी-कभी आँखों कुछ सेकंड या सेकंड से भी कम समय के लिए आँखों के आगे अँधेरा छा सकता है और कई बार हल्का-फुल्का दर्द महसूस हो सकता है मगर जब सूजन ज्यादा बढ़ जाती है और रक्त नलिकाएँ ब्लॉक होने लगती हैं, तब चीजें धुँधली दिखाई देने लगती हैं. सूजन जितनी ज्यादा और गंभीर होगी, उतना ही अधिक धुँधला और अस्पष्ट दिखाई देता है. इसके साथ ही मैक्युलर इडिया के निम्न लक्षण हैं, जिन्हें नजरअंदाज नहीं किया जाना चाहिए. आँखों के आगे अँधेरा छा जाना. ● चीजें हिलती हुई या चलती हुई दिखाई देना. ● पढ़ने में कठिनाई होना. ● चीजों के वास्तविक रंग दिखाई देना. ● दृष्टि विकृत हो जाना. ● सीधी रेखाएँ, टेढ़ी दिखाई देना. ● आँखों के पर्दे का तेज रोशनी के प्रति अत्यधिक संवेदनशील हो जाना. **किन लोगों को होता है मैक्युलर इडिमा का खतरा:-** वैसे तो अलग-अलग कारणों से इस रोग का खतरा हर रोग का खतरा हर उम्र के लोगों को होता है मगर इस बीमारी का असर सबसे ज्यादा डायबिटिज के रोगियों को और बड़ी उम्र के लोगों को होता है. कई बार उन लोगों को भी इसका खतरा होता है, जिनके परिवार में आँखों के रोगों का इतिहास रहा हो. आमतौर पर ये रोग निम्न कारणों से हो सकता है. सबसे ज्यादा खतरा डायबिटिज के मरीजों को होता है, रक्त वाहिनियों से जुडे रोगों में, कुछ दवाओं के साइड इफेक्ट के कारण, बढ़ी हुई उम्र के कारण (एज रिलेटेड मैक्युलर डिजनरेशन), जेनेटिक कारणों से (रेटिनाइटिस पिगमेंटोसा), आँखों में ट्यूमर हो जाने के कारण, मैक्युला में छेद हो जाने के कारण, रेडिएशन के कारण रेटिना की महीन शिराओं में अवरोध होने पर, आँख में गंभीर चोट लग जाने पर, आँखो की सर्जरी, जैसे मोतियाबिंद, ग्लुकोमा या रेटिना संबंधी मामलों में सर्जरी में. **मैक्युलर इडिमा का इलाज:-** आँखों के पर्दे में सूजन दिखाई देने पर या मैक्युलर इडिमा के लक्षण दिखाई देने पर डॉक्टर कई तरह की जाँच के लिए कहते है और इस रोग की पुष्टि हो जाने पर मैक्युलर और उसके आसपास असामान्य रक्त वाहिकाओं से तरल के अत्यधिक रिसाव को ठीक किया जाता है. मैक्युलर इडिमा के उपचार में दवाएँ, लेजर और सर्जरी प्रभावी होते हैं. पर इंट्राविट्रियल इंजेक्शन (आईवीआई) सबसे प्रचलित है. यदि मैक्युलर इडिमा एक ही जगह पर है तो फोकल लेजर किया जा सकता है.

कोरोना वैक्सीन वितरण के लिये कैमिस्ट तैयार

आल इंडिया ऑर्गनाइजेशन ऑफ कैमिस्ट्स एण्ड ड्रगिस्ट्स के सभी 8.50 लाख सदस्य कोविड वैक्सीन सप्लाई हेतु तैयार आल इंडिया ऑर्गनाइजेशन ऑफ कैमिस्ट्स एन्ड ड्रगिस्ट्स ने प्रधानमंत्री जी को कोविड वैक्सीन के वितरण के लिए देश के कैमिस्टों की आपूर्ति श्रृंखला का उपयोग करने के लिए अपील की है संस्था ने लिखा है कि हमारा देश COVID-19 महामारी की चुनौतीपूर्ण स्थितियों से गुजर रहा है. प्रधानमंत्री के सक्षम नेतृत्व में करोड़ों भारतीय नागरिकों ने पिछले सात महीनों के दौरान महामारी की तरह सफलतापूर्वक लड़ने के खिलाफ संघर्ष किया है. हमारे पास AIOCD के सदस्यों की 8.50 लाख सदस्यों की एक बड़ी चैन है, AIOCD के अध्यक्ष ने प्रधानमंत्री के साथ एक ऑनलाइन मीटिंग के दौरान प्रधानमंत्री को आश्वासन दिया कि हमारे सदस्य सक्रिय रूप से बिना किसी रुकावट के पूरे देश में दवाइयाँ उपलब्ध कराकर आपका समर्थन करेंगे. हमें गर्व है कि हमारे सदस्यों ने तमाम बाधाओं के बावजूद पूरी सुरक्षा के साथ दवा वितरण का काम किया और संक्रमित होने के खतरों के बावजूद पूरे देश में आवश्यक दवाओं की सुचारू आपूर्ति जारी रखी थी. **अध्यक्ष जे. एस. शिंदे** ने बताया कि हम कोविड वैक्सीन के सफल विकास के लिए अपने वैज्ञानिकों और फार्मास्युटिकल कंपनियों की सराहना करते है और उनके आभारी हैं. हम आपके ध्यान में यह भी लाना चाहते हैं कि, कोविड वैक्सीन को देश के प्रत्येक व्यक्ति को खुराक के वितरण/प्रशासन के लिए निर्माण बिंदु से उपभोक्ता तक कोल्ड चैन की निर्बाध लाइन की आवश्यकता होती है. हमारे सदस्यों द्वारा वर्ष पर सभी प्रकार के टीके सफलता-पूर्वक वितरित किए जाते हैं. सभी आवश्यक अधो-संरचना देश के सभी हमारे 8.50 लाख सदस्यों के साथ अनुभव के साथ अक्षत कोल्ड चैन का प्रबंधन करने के लिए उपलब्ध है. महासचिव राजीव सिंघल ने कहा कि हम संबंधित मंत्रालय और विभाग को COVID-19 टीकों के वितरण के लिए हमारे 8.50 लाख कैमिस्ट सदस्यों के उपयोग के लिए दिशानिर्देश जारी करने की सलाह देते हैं. हम अपनी सर्वश्रेष्ठ सेवाओं के माध्यम से देश के कौने-कौन में कोविड वैक्सीन आम नागरिकों तक पहुँचाने का आश्वासन देते हैं. सादर, भवदीय, ऑल इंडिया ऑर्गनाइजेशन ऑफ कैमिस्ट्स एण्ड ड्रगिस्ट्स, जे एस शिंदे (अध्यक्ष), राजीव सिंघल (महासचिव).

अच्छी पुस्तकें अच्छे साथी की तरह हैं. अश्लील साहित्य हमारे मन को दूषित करता है तथा हमें गलत रास्ते की ओर अग्रसर करता है.

Happy Birthday

Name	Firm	City	D.O.B.	D.O.M.	Mob
Anil Dutt Sharma	-	Rewari	19.11.56	-	9813123243
Om Prakash Khandelwal	Khandelwale Medical Agecny	Jodhpur	27.11.52	-	9413319093
Vinay Bakliwal	Vinay Enterprises	Indore	19.11.66	-	9827034477
Abhijit Pachpute	Abhijeet Pharma	Dhule	12.11.81	-	8007761099
Cheten Bhadane	Life Medical & Gen. Store	Dhule	23.11.85	-	9420378136
Dhanjay Girhepunje	Shree Medical & Gen. Store	Bhandara	25.11.84	-	8275398391
Topesh Rahangdale	Jayshri Medicose	Seoni	16.11.77	-	9425888813
Ashish A. Jain	B.J. Medicose	Gondia	06.11.80	-	9422131261
Paresh N. Chauhan	Nividita Medical Store	Gondia	02.11.83	-	9823219202
Rajan Sood	Paras Lab.	Chandigarh	23.11.61	-	9356056608

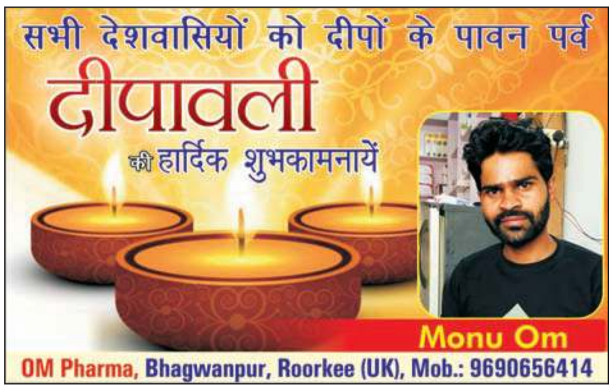
मैडीकल दर्पण मीडिया हाऊस की तरफ से आप सभी को जन्म दिन की हार्दिक शुभकामनायें

भारत में पहली बार

"Cold & Flu" **Maneesh Pharmaceuticals Ltd.** **Ph.:- 022-25526500** Village Balyana, Barotiwala, Tehsil Kasouli, Dist. Solan (H.P.) 174103 की डिविजन SVIZERA Healthcare ने Cold, Flu, Fever, Headache, Body Ache & Pain, Sore throat, Blocked or running nose के लिए Paracetamol 500mg & Phenylephrine Hydrochloride 10mg के मित्रण को Sachets में प्रस्तुत किया है, कम्पनी का दावा है कि यह Lemon + Honey Taste में Febrinil Max नाम से है. इसकी खुराक 1 Sachet दिन में 4 बार तक है. कम्पनी ने निम्न Precautions के लिए भी कहा है:- ● Keep out of reach of children ● CONTAINS PARACETAMOL If an overdose is taken or suspected, go to a hospital straight away even if you feel well because of risk of delayed serious liver damage. Do not take with other product containing paracetamol, unless advised to do so by a doctor or pharmacist. ● CONTAINS PHENYLEPHRINE This product may cause sleeplessness. See your doctor or pharmacist before taking this medicine if you are pregnant, have high blood pessure or heart problems or are taking anti-depressant medication. Consult a doctor pharmacist before using with other medicines intended to treat the symptoms of the common cold. Phenylketonurics are warned that this product contains aspartame. Sachet is safety sealed - do not use if torn or damaged.

सिगरेट-बीड़ी से होने वाले नुकसान को कम करता है नींबू का रस, जानें कैसे करें प्रयोग

सिरगेट और गुटखे की लत सेहत के लिए खतरनाक होती है. इससे फेफड़े, मुँह और गले के कैंसर जैसे 200 से ज्यादा रोगों का खतरा रहता है. अगर आप भी स्मोकिंग (धूम्रपान) करते हैं, मगर इसे छोड़ना चाहते हैं, तो आपके लिए खुशखबरी है. वैज्ञानिकों ने हाल में हुए एक शोध में ये पाया है कि नींबू का रस सिगरेट और गुटखे से शरीर को होने वाले नुकसान को कम करता है और धीरे-धीरे इसकी लत को कम कर सकता है. ये निकोटिन वाले च्युइंग गम से भी ज्यादा प्रभावी पाया गया है. **सिगरेट से होने वाली समस्याओं को कम करे नींबू:-** दरअसल कच्चा नींबू नॉन टॉक्सिक होता है और बाजार में बहुत आसानी से मिल जाता है. धूम्रपान करने वाले लोगों के टिशूज ज्यादा एसिडिक (अम्लीय) हो जाते हैं, जिसे नींबू का रस अल्कलाइज (क्षारीय) कर देता है. इसके अलावा नींबू में एंटीबैक्टीरियल गुण भी होते हैं, जिसके कारण ये शरीर में ई. कोली और कालरा जैसी बीमारियों को भी रो. कता है. सिगरेट पीने वालों के मामले में पीले की जगह हरा



नींबू (लाइम) ज्यादा फायदेमंद पाया गया है. **कैसे की गई रिसर्च:-** ये रिसर्च थाईलैंड की Srinakharinwirot University के मेडिसिन डिपार्टमेंट में की गई. रिसर्च में 18 साल से ज्यादा उम्र के ऐसे लोगों को शामिल किया गया, जो स्मोकिंग की लत को छोड़ना चाहते थे. इनमें से 47% लोगों को ताजे नींबू के रस से बना खास जूस दिया गया और 53% लोगों को निकोटिन च्युइंग गम दिया गया. 9-12 सप्ताह तक लगातार इन लोगों के शरीर में कार्बन मोनोऑक्साइड (CO) की मात्रा जाँची गई. इसके बाद पाया गया कि जिस समूह को नींबू का जूस दिया जा रहा था, उनमें पहले से चौथे सप्ताह तक कार्बन मोनोऑक्साइड की मात्रा, रेगुलर सिगरेट पीने वालों से बेहद कम थी. वहीं नींबू का रस पीने वाले लोगों में सिगरेट पीने की इच्छा में भी कमी देखी गई. रिसर्च के बाद यह निष्कर्ष निकाला गया कि नींबू से बना जूस काफी हद तक सिगरेट की लत को छुड़ाने में मददगार है और इससे शरीर को कई दूसरे लाभ भी हैं. **कैसे बनाएं स्मोकिंग कम करने वाला जूस:-** अगर आप भी स्मोकिंग यानी धूम्रपान से होने वाले खतरों से बचना चाहते हैं और सिगरेट छोड़ने की इच्छा रखते हैं, तो नींबू से बना ये स्पेशल जूस आपकी मदद करेगा. इस लाइम जूस को आप घर पर ही आसानी से बना सकते हैं. **जरूरी सामग्री:-** एक हरा नींबू ● 1 पीला नींबू ● 1 चम्मच चीनी ● 1 कप पानी ● बर्फ के टुकड़े **कैसे बनाएं नींबू का जूस:-** पीले और हरे नींबू को काटकर इसका रस निचोड़ लें. ● एक कप पानी में इस रस को मिलाएं और 1 चम्मच चीनी डालें. ● चीनी को चम्मच की सहायता से घोल लें. ● इस जूस को दिन में 2 बार पिएं.

फेफड़ों को मजबूत बनाते हैं ये 5 सस्ते आहार, इंफेक्शन से लड़ने में मिलती है मदद

फेफड़ों की मजबूती हर व्यक्ति के लिए जरूरी होती है. यह हमारे शरीर का एक प्रमुख अंग है लेकिन लोग इसकी कीमत को नहीं समझते और इसे लगातार नजरअंदाज करते हैं. फेफड़े हमारे शरीर के बेहद महत्वपूर्ण अंग होते हैं. क्योंकि जीवित रहने के लिए साँस लेना जरूरी है और साँस लेने के लिए स्वस्थ फेफड़े होना आवश्यक है. यदि अपने फेफड़ों की सही देखभाल करें तो ये जीवन भर हमारा बेहतर साथ दे सकते हैं. अगर फेफड़ों पर बाहर से किसी प्रकार का हमला न हो तो वे काफी टिकाऊ बने रहते हैं. यदि कुछ अपवादों को छोड़ दिया जाए तो हमारे फेफड़े तब तक स्वस्थ रहते हैं जब तक हम खुद किसी तरह (धूम्रपान आदि) से इन्हें मुसीबत में न डालें. हम आपको कुछ ऐसे आहार बता रहे हैं जो फेफड़ों की मजबूती के लिए बहुत फायदेमंद हैं **कैरोटीनॉयड:-** यह एक ऐसा एंटीऑक्सीडेंट तत्व है, जो व्यक्ति को अस्थमा और लंग्स कैंसर के खतरे से बचाता है. यह फेफड़े में मौजूद विषैले तत्वों को बाहर निकालने का

काम करता है. अगर नियमित रूप से गाजर, ब्रॉक्ली, शकरकंद, टमाटर व हरी पत्तेदार सब्जियों का सेवन किया जाए तो इस तत्व की पूर्ति आसानी से हो जाती है. **ओमेगा-3 फैटी एसिड:-** ओमेगा-3 फैटी एसिड केवल ब्रेन के लिए ही नहीं बल्कि फेफड़ों की सेहत के लिए भी बहुत फायदेमंद साबित होता है. इसके लिए मछली, ड्राई फ्रूट्स और अलसी को अपने भोजन में प्रमुखता से शामिल करना चाहिए. **फोलेटयुक्त खाद्य पदार्थ:-** हमारा शरीर फोलेट को फोलिक एसिड में तब्दील करता है, जो इम्यून सिस्टम को मजबूत बनाकर फेफड़ों की हिफाजत करता है. मसूर की दाल और पालक, मेथी और बथुआ जैसी हरी पत्तेदार सब्ज़ियाँ फोलेट से भरपूर होती हैं. इसलिए लंग्स को मजबूत बनाने के लिए इन चीजों का नियमित रूप से सेवन करें. **विटमिन सी:-** विटमिन सी से भरपूर खट्टे फलों में पर्याप्त मात्रा में एंटीऑक्सीडेंट तत्व होते हैं, जो साँस लेते वक्त शरीर के अन्य हिस्सों को ऑक्सीजन प्रदान करने में मदद करते हैं. इसके लिए संतरा, नींबू, टमाटर, कीवी, स्ट्रॉबेरी और अंगूर जैसे फलों को अपने भोजन में प्रमुखता से शामिल करें. **एलिसिन:-** लहसुन में मौजूद एलिसिन नामक तत्व फेफड़ों की सूजन को घटाता है और इन्फेक्शन से लड़ने में मददगार होता है. **फ्लेवोनॉयड:-** यह एंटीऑक्सीडेंट तत्व फेफड़ों से कार्सिनोजेन नामक नुकसानदेह तत्व को हटाता है, जो इन्फेक्शन के लिए ज़िम्मेदार माना जाता है. सेब और अनार इसके सबसे अच्छा स्रोत हैं. **क्यूराक्यूमिन:-** हल्दी में मौजूद यह तत्व एंटी ऑक्सीडेंट गुणों के कारण फेफड़ों को मजबूत बनाता है और अस्थमा के मरीजों को भी राहत देता है. अंत में, इन फलों और सब्ज़ियों के नियमित सेवन के अलावा पर्याप्त मात्रा में पानी पीने की आदत डालें. इससे शरीर का रक्त संचार दुरुस्त रहता है और यह फेफड़ों के नुकसानदेह तत्वों को बाहर निकालने में भी मददगार होता है.

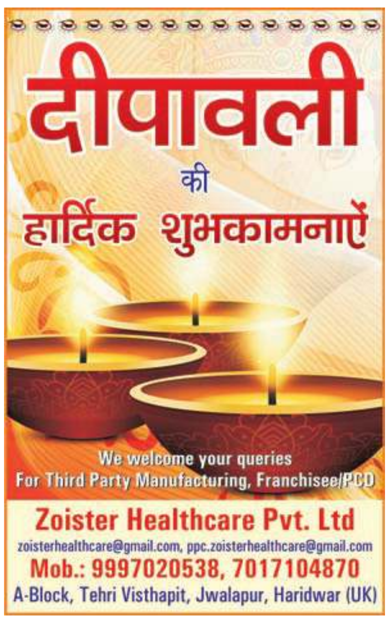
पेट के लिए बहुत फायदेमंद हैं ये 5 प्रीबायोटिक फूड्स, डाइजेशन होता है स्मूथ

प्रीबायोटिक्स और प्रोबायोटिक्स दोनों मानव शरीर में अलग-अलग भूमिका निभाते हैं. आप प्रोबायोटिक के स्वास्थ्य लाभों से अवगत हो सकते हैं. प्रीबायोटिक आपके पाचन स्वास्थ्य के लिए प्रोबायोटिक जितना ही महत्वपूर्ण है. प्रोबायोटिक आपके आंत के लिए अच्छा बैक्टीरिया है जो कई खाद्य पदार्थों में पाया जाता है. जबकि, प्रीबायोटिक अच्छे बैक्टीरिया के लिए पोषण है. यह आपके आंत में अच्छे बैक्टीरिया के विकास को उत्ते. जित करता है.इसलिए प्रीबायोटिक्स भी उतना ही महत्वपूर्ण है. आपको प्रीबायोटिक्स की इष्टतम आवश्यकता के लिए प्रीबायोटिक की खुराक पर निर्भर होने की आवश्यकता नहीं है. कुछ खाद्य पदार्थ हैं जो आपको आवश्यक मात्रा में प्रीबायोटिक्स प्रदान कर सकते हैं. यहाँ कुछ खाद्य पदार्थ हैं जिन्हें आप अपने पेट को स्वस्थ रखने के लिए अपने आहार में शामिल कर सकते हैं. **प्याज और प्रीबायोटिक्स:-** प्याज एक चीज है जो हर भारतीय रसोई में पाई जाती है. आप पके हुए और कच्चे प्याज दोनों का सेवन कर सकते हैं. लेकिन कच्चे प्याज का सेवन आपको अधिक प्रीबायोटिक्स प्रदान करेगा. प्याज स्वाद में भी बेहतरीन है जिसका आनंद विभिन्न खाद्य पदार्थों के साथ लिया जा सकता है. कच्चे प्याज में कच्चे फाइबर की उपस्थिति आपके आंत में अच्छे बैक्टीरिया को बढ़ावा देगी. प्याज में भी सूजन-रोधी गुण होते हैं और कुछ एलर्जी का भी इलाज कर सकते हैं. इसमें विटामिन सी भी होता है जो आपकी प्रतिरक्षा प्रणाली में सुधार करेगा. **लहसुन:-** लहसुन एक भारतीय रसोई का एक और महत्वपूर्ण और सामान्य घटक है. आप लगभग हर भारतीय रसोई में लहसुन पा सकते हैं. लहसुन आमतौर पर विभिन्न व्यंजनों में जोड़ा जाता है जो विभिन्न स्वास्थ्य लाभ प्रदान करता है और भोजन के स्वाद को भी बढ़ाता है. इसे पकाने के अलावा आप सुबह-सुबह कच्चे लहसुन का सेवन भी कर सकते हैं. एक या दो लहसुन की लौंग लें और उन्हें अच्छी तरह से कुचल दें और रोज सुबह खाली पेट एक गिलास पानी के साथ इसका सेवन करें. लहसुन हानिकारक जीवाणुओं को मार देगा और अच्छे जीवाणुओं के विकास को बढ़ावा देगा.**सेब:-** जैसा कि आप जानते हैं कि रोज एक सेव खाने से पूरी तरह से स्वस्थ रहा जा सकता है. सेब के प्रीबायोटिक लाभ भी हैं. जब आप सेब का सेवन करते हैं, तो आपके शरीर के अंदर ब्यूटाइरेट बढ़ जाता है जो कि फैटी एसिड की एक छोटी श्रृंखला है. यह शरीर के अंदर अच्छे बैक्टीरिया का समर्थन करता है. यह खराब बैक्टीरिया की आबादी को भी कम करता है. सेब आपको बेहतर पाचन, चयापचय और कोलेस्ट्रॉल के स्तर जैसे अन्य लाभ भी प्रदान करेगा. विभिन्न शोधों से यह भी पता चलता है कि सेब कुछ कैंसर के जोखिम को भी कम करता है. **लहसुन:-** लहसुन एक भारतीय रसोई का एक और महत्वपूर्ण और सामान्य घटक है. आप लगभग हर भारतीय रसोई में लहसुन पा सकते हैं. लहसुन आमतौर पर विभिन्न व्यंजनों में जोड़ा जाता है जो विभिन्न स्वास्थ्य लाभ प्रदान करता है और भोजन के स्वाद को भी बढ़ाता है. इसे पकाने के अलावा आप सुबह-सुबह कच्चे लहसुन का सेवन भी कर सकते हैं. एक या दो लहसुन की लौंग लें और उन्हें अच्छी तरह से कुचल दें और रोज सुबह खाली पेट एक गिलास पानी के साथ इसका सेवन करें. लहसुन हानिकारक जीवाणुओं को मार देगा और अच्छे जीवाणुओं के विकास को बढ़ावा देगा. **केला:-** केले भी एक फल हैं जो आसानी से मिल सकते हैं. ज्यादातर लोग अपने नाश्ते में केले का आनंद लेते हैं. यह कई पोषक तत्वों से भी समृद्ध है जो शरीर को विभिन्न तरीकों से लाभ पहुँचा सकते हैं. केले ने अच्छे जीवाणुओं की वृद्धि और पाचन क्रिया में सुधार दिखाया है. यह सूजन को भी हल कर सकता है. जब प्रीबायोटिक प्रभाव की बात आती है, तो कच्चे केले अधिक फायदेमंद होते हैं. **अलसी:-** अलसी के बीज बेहद स्वस्थ होते हैं. वे आहार फाइबर और अन्य पोषक तत्वों में उच्च हैं. सन के बीज अच्छे बैक्टीरिया, मल त्याग और पाचन को बढ़ावा देते हैं. आप अपने शेक और स्मूदी में या सलाद ड्रेसिंग के रूप में सन बीज जोड़ सकते हैं.

किडनी रोग के मरीज गर्मी में बरतें ये 4 सावधानियाँ, बढ़ जाता है खतरा

गर्मी के मौसम धूप, लू और पानी की कमी से बचने के लिए हम सभी तमाम तरह की सावधानियाँ बरतते हैं. मगर किडनी के रोगियों को इस मौसम में विशेष ध्यान रखने की जरूरत पड़ती है. अगर आपको किडनी से संबंधित रोग है और गर्मी के मौसम में आप घर से बाहर निकल रहे हैं, तो आपको सावधान रहने की जरूरत है. इस मौसम में की गई छोटी सी गलती भी आपको कई बार भारी पड़ सकती है. किडनी रोगियों

के लिए गर्मी में ध्यान रखी जाने वाली बातें. **शरीर में पानी की मात्रा नियंत्रित करें:-** गर्मी के मौसम में किडनी के रोगियों को अपने शरीर में पानी की मात्रा को नियंत्रित रखना चाहिए. अगर आप बहुत कम पानी पीते हैं, तो डिहाइड्रेशन का शिकार हो सकते हैं और अगर आप बहुत ज्यादा पानी या दूसरे तरल पदार्थों का सेवन करते हैं, तो आप फ्लुइड ओवर लोड का शिकार हो सकते हैं. इसलिए आप अपने डॉक्टर से इस बारे में एक बार जरूर पूछ लें कि आपको कितना पानी पीना चाहिए और कब पीना चाहिए. इसके अलावा प्यास से बचने के लिए जरूरी है कि आप धूप में न निकलें, बल्कि ठंडी जगह पर रहें. आप चाहें तो एक स्प्रे बॉटल में नींबू पानी भरकर साथ रख सकते हैं, जिससे मुँह सूखने पर आप बहुत कम मात्रा में पानी का सेवन कर पाएँ. **गर्मी के फल और आहार खाएँ:-** गर्मी में आपको मौसमी फलों और सब्जियों का भरपूर सेवन करना चाहिए. इस मौसम में ऐसे बहुत से आहार आते हैं, जिनमें फास्फोरस और पोटैशियम की मात्रा बहुत कम होती है. इसलिए ये किडनी रोगियों के लिए फायदेमंद होते हैं. आप सब्जियों में गाजर, फूल गोभी, खीरा, बैगन, बीन्स, प्याज, शिमला मिर्च, आलू, मूली आदि का सेवन कर सकते हैं. वहीं फलों में आप दिन में 1 कप तरबूज, स्ट्रॉबेरी, अंगूर, ब्लू बेरीज, आड़ू आदि का सेवन कर सकते हैं. **त्वचा को धूप से बचाएँ:-** गर्मियों में अपनी त्वचा को धूप से बचाना बहुत जरूरी है. इसके लिए घर से निकलने से पहले आप छाता, टोपी, हेलमेट आदि ले सकते हैं. इसके अलावा जब भी आप बाहर जाएं, अपने शरीर के सभी खुले अंगों पर सनस्क्रीन जरूर लगाएँ. सनस्क्रीन सूरज की हानिकारक यूवी किरणों से आपको बचाता है. **सनग्लासेज लगाएँ:-** धूप में निकलने से पहले आप धूप के चश्मे यानी सनग्लासेज जरूर लगाएँ. ये सनग्लासेज अच्छी क्वालिटीज के होने चाहिए, जो कम से कम 99% यूवीबी किरणों और 50% तक यूवीए किरणों को रो. कने में सक्षम हो.



कितने प्रकार के होते हैं हृदय रोग और क्या हैं इनके लक्षण

हृदय रोग ऐसी बीमारियाँ हैं, जिनसे आपका हृदय यानी दिल प्रभाावित होता है. 2016 में छपे जनरल सर्कुलेशन के अनुसार कार्डियोवस्कुलर रोग भारत सहित दुनियाभर के देशों में मौत का एक प्रमुख कारण हैं. अमेरिकन कॉलेज ऑफ कार्डियोलॉजी के एक शोध में पाया गया है कि भारत में 26 साल की उम्र से कम के लोगों में हृदय रोगों का खतरा 34 प्रतिशत तक बढ़ गया है. इस शोध के मुताबिक भारत में हर 40 सेकेंड में एक व्यक्ति की मौत कार्डियोवस्कुलर रोगों से होती है. हालांकि कुछ लोग हृदय रोग का मतलब केवल हार्ट अटैक यानी हृदयाघात जानते हैं. मगर हार्ट अटैक के अलावा भी हृदय रोग कई प्रकार के होते हैं. आइए आपको बताते हैं कितने प्रकार के होते हैं हृदय रोग और क्या हैं इनके लक्षण:- **एरिथमिया:-** एरिथमिया एक ऐसी बीमारी है, जिसमें दिल की धड़कन अनियमित हो जाती है. एरिथमिया के कारण रोगी के दिल की धड़कन कभी सामान्य से तेज हो जाती है और कभी सामान्य से धीरे हो जाती है.

एरिथमिया तब होता है जब दिल की धड़कन को नियंत्रित करने वाले इलेक्ट्रिक वेव्स ठीक से काम नहीं करते हैं. दिल की धड़कन अनियमित हो जाने पर आपको यह स्थिति अपने सीने, गले अथवा गर्दन में महसूस हो सकती है. **एरिथमिया के लक्षण:-** अचानक दिल की धड़कन तेज होना. ● अचानक दिल की धड़कन धीरे होना. ● ब्लड प्रेशर कम हो जाना. ● सीने में तेज दर्द. ● बोलने में परेशानी होना. ● अचानक थकान और सुस्ती आ जाना. ● चक्कर आना. ● सांस लेने में परेशानी होना. ● कुछ पलों के लिए धड़कन रूक जाना और फिर चलने लगना आदि. **एथेरोस्क्लेरोसिस:-**

एथेरोस्क्लेरोसिस के कारण आपके दिल में ब्लड की सप्लाई कम हो जाती है. दिल तक सही मात्रा में ब्लड न पहुंचने से कई बार रोगी के लिए गंभीर स्थिति पैदा हो जाती है. एथेरोस्क्लेरोसिस कई कारणों से हो सकता है. आमतौर पर शरीर में कोलेस्ट्रॉल की मात्रा बढ़ी हुई मात्रा, इंसुलिन हार्मोन की मात्रा घटना, हाई ब्लड प्रेशर, अधिक धूम्रपान, कम शारीरिक मेहनत, अधिक उम्र और अनुवांशिक कारणों से हो सकता है. **एथेरोस्क्लेरोसिस के लक्षण:-** हाथ पैरों में ठंड लगना. ● हाथ और पैरों में कंपकंपी. ● बिना किसी वजह अचानक दर्द होना. ● हाथ और पैरों में कमजोरी महसूस होना. ● समय से पहले माथे पर झुर्रियां. ● सांस लेने में परेशानी. ● सिरदर्द की समस्या. ● चेहरे पर सुन्न पड़ जाना. ● पैरालिसिस हो जाना. ● माथे पर झुर्रियां. **कॉन्जेनिटल हार्ट डिफेक्ट्स यानी जन्मजात हृदय दोष:-** जन्मजात हृदय दोष वो परेशानियां होती हैं, जो गर्भावस्था में ही शिशु के दिल में पैदा हो जाती हैं. गर्भ में हृदय और बड़ी रक्त वाहिनियों में विकास के दौरान हुए दोषों से इन विकारों का जन्म होता है. जब तक बच्चा गर्भाशय में रहता है या जन्म के तुरंत बाद तक गंभीर हृदय की खराबी के लक्षण साधारणत: पहचान में आ जाते हैं. लेकिन कुछ मामलों में यह तब तक पहचान में नहीं आते जब तक की बच्चा बड़ा नहीं हो जाता और कभी-कभी तो वयस्क होने तक यह पहचान में नहीं आता. इनमें से कुछ हृदय दोषों को कभी ठीक नहीं किया जा सकता है, जबकि कुछ का इलाज संभव है. आमतौर पर दिल में छेद होना ऐसी ही एक गंभीर समस्या है, जो कई शिशुओं में जन्म से पहले ही हो जाती है. **जन्मजात हृदय दोष के लक्षण:-** शरीर के अंगों जैसे मुंह, कान, नाखूनों और होंठों में नीलपन दिखाई देने लगता है. ● सांस लेने में परेशानी होना. ● बार-बार फेफड़ो में संक्रमण होता है. ● शारीरिक गतिविधियों के दौरान जल्दी थक जाना. ● कई बार बच्चे थकान के कारण अचानक बेहोश हो जाते हैं. ● शिशु को दूध पीने में परेशानी होना. ● शिशु का वजन तेजी से कम होने लगना. ● दूध पीते समय शिशु को पसीना आना. ● शिशु के पैर, पेट और आंखों में सूजन आना. **कोरोनरी आर्टरी डिजीज (सीएडी) या कोरोनरी धमनी रोग:-** कोरोनरी धमनी रोग (सीएडी) या कोरोनरी हृदय रोग (सीएचडी) एक गंभीर अवस्था है. इसमें हृदय को ऑक्सीजन और पोषक तत्वों युक्त रक्त पहुंचाने वाली धमनियों में प्लाक जमने के कारण या क्षतिग्रस्त होने के कारण ये हृदय तक पूरी मात्रा में रक्त नहीं पहुंचा पाती हैं. दरअसल प्लाक के कारण कोरोनरी धमनियां सिकुड़ जाती हैं. जिसके चलते हृदय को कम मात्रा में रक्त प्राप्त होता है. **कोरोनरी धमनी रोग के लक्षण:-** सीने में तेज दर्द

होना. ● सीने में किसी दबाव या खिंचाव का महसूस होना. ● बेचैनी और पसीना निकलना. ● जी मिचलाना. ● सांस लेने में परेशानी होना या सांस तेज हो जाना. ● पेट में गैस बनना या अपच की समस्या. **कार्डियोमायोपैथी:-** कार्डियोमायोपैथी एक ऐसी बीमारी है, जिसके कारण दिल की मांसपेशियां बड़ी और कठोर हो जाती हैं. इसी कारण ये मांसपेशियां मोटी और कमजोर हो जाती हैं. कार्डियोमायोपैथी को लोग ब्रोकन हार्ट सिंड्रोम भी कहते हैं क्योंकि अक्सर ज्यादा खुशी या ज्यादा गम होने पर व्यक्ति में इसके लक्षण देखे जा सकते हैं. कार्डियोमायोपैथी के कारण हार्ट फेल होने का खतरा होता है. हाई ब्लड प्रेशर के मरीजों को इसका ज्यादा खतरा होता है. **कार्डियोमायोपैथी के लक्षण:-** सांस लेने में परेशानी होना. ● आराम की स्थिति में भी सांस लेने में परेशानी होना. ● पैरों, एड़ियों और तलवों में सूजन. ● तरल पदार्थ के कारण पेट फूलने लगना. ● लेटे हुए खांसी आना. ● थकान. ● दिल की धड़कन का तेज होना या असामान्य हो जाना. ● छाती पर दबाव या वजन महसूस होना. ● चक्कर आना और बेहोशी होना. **हार्ट इंफेक्शन या हृदय का संक्रमण:-** बैक्टीरिया हर जगह होते हैं. ये हमारे शरीर में भी होते हैं और हमारे रक्त में भी होते हैं. अगर किसी को दिल से जुडी कोई सामान्य बीमारी भी है, तो कई बार रक्त में मौजूद बैक्टीरिया डैमेज टिशु से चिपक जाते हैं और एक तरह के संक्रमण का कारण बनते हैं, जिसे एंडोकार्डाइटिस कहते हैं. दरअसल हृदय के अंदरूनी दीवार को एंडोकार्डियम कहते हैं. जब शरीर के किसी अन्य हिस्से से पहुंचे हुए बैक्टीरिया एंडोकार्डियम तक पहुंच जाते हैं, तो इंफेक्शन का कारण बनते हैं. **हार्ट इंफेक्शन के लक्षण:-** सीने में दर्द. ● खांसी आना. ● बुखार आना. ● तेज ठंड लगना. ● त्वचा पर चकत्ते होना. **हार्ट अटैक:-** हार्ट अटैक हृदय रोग का कोई प्रकार नहीं है बल्कि ये एरिथमिया के अंतर्गत ही आता है. हार्ट अटैक एक ऐसी स्थिति है जब दिल के किसी हिस्से की एक या एक से ज्यादा मांसपे. शियों में ठीक से ब्लड सप्लाई न हो पाने के कारण वो हिस्सा मर जाता है. आमतौर पर ऐसा तब होता है जब धमनियों में प्लाक जम जाने के कारण ब्लड की सप्लाई अवरूद्ध होती है. **हार्ट अटैक के लक्षण:-** तेज खांसी आना. ● जी मिचलाना. ● उल्टी होना. ● छाती में तेज दर्द होना. ● चक्कर आना. ● सांस लेने में तकलीफ होना. ● बैचेनी.

शरीर में जिंक की कमी होने पर बढ़ता है हाइपरटेंशन का खतरा इन आहारों से करें इसकी पूर्ति

जिंक एक ऐसा पोषक तत्व है जिसकी शरीर को बहुत बड़ी मात्रा में जरूरत होती है. शरीर में जब जिंक की कमी हो जाती है तो इम्यूनिटी कमजोर होने, जल्दी बीमारियों की चपेट में आने और अनावश्यक बैक्टिरिया के शरीर में घुसने का खतरा बहुत बड़ जाता है. हाल ही में एक रिसर्च आई है कि जब शरीर में जिंक की मात्रा जरूरत से ज्यादा कम होती है तो व्यक्ति हाइपरटेंशन की चपेट में आ जाता है. हाइपरटेंशन होने के बाद व्यक्ति का ब्लड प्रेशर लेवल बढ़ता और घटता रहता है. जिन लोगों को टाइप -2 मधुमेह और क्रोनिक किडनी रोग होता है उनमें जिंक की कमी होना आम है. यह भी पता चला है कि मूत्र में कम सोडियम आमतौर पर उच्च रक्तचाप से मेल खाता है. **जिंक से भरपूर आहार:-** प्रोटीन से भरपूर इस आहार में जिंक की मात्रा भी काफी अधिक होती है. जिंक की कमी को पूरा करने के लिए फलियों का सेवन एक बहुत ही सुरक्षित विचार है. इसलिए अपने आहार में राजमा, दालें तथा सोयाबीन को अपने आहार में शामिल करें. हालांकि राजमा में प्रोटीन और जिंक दोनों की मौजदूगी होती हैं, लेकिन इसे एक सीमित मात्रा में ही खाइये क्योंकि इसमें मोटापा बढ़ाने वाले तत्व भी होते हैं. मूंगफली जिंक का सबसे अच्छा स्रोत है. साथ ही इसमें आयरन, विटामिन ई, मैग्नीशियम, पोटेशियम, फोलिक एसिड तथा फाइबर भी होता है. इसमें फ्री रेडिकल्स से बचाने वाला 'रिसवेरेट्राल' नामक एंटी-आक्सीडेंट भी पाया जाता है. साथ ही मूंगफली में 'ओमेगा-6' फैट भी प्रचुर मात्रा में मिलता है, जो स्वस्थ कोशिकाओं तथा अच्छी त्वचा के लिए जिम्मेदार है. साथ ही इनमें फैट तथा कोलेस्ट्रॉल कम मात्रा में होता है. लहसुन में भी बहुत जिंक पाया जाता है. साथ ही प्रतिदिन लहसुन की एक कली के सेवन से शरीर को विटामिन ए, बी और सी के साथ आयोडीन, आयरन, पोटैशियम, कैल्शियम और मैग्नीशियम जैसे कई पोषक तत्व एक साथ मिल जाते हैं. साथ ही लहसुन में एंटी बैक्टीरियल और एंटी-फंगल गुण भी पाये जाते हैं. हालांकि डॉक्टर अंडे की जर्दी खाने के लिए मना करते हैं क्योंकि इसमें कोलेस्ट्रॉल बहुत अधिक मात्रा में होता है. लेकिन अगर आपको जिंक चाहिए तो आपको अपने आहार में अंडे के पीले भाग को शामिल करना चाहिए. इसके साथ ही पीले भाग में कैल्शियम, आयरन, फॉस्फोरस, थाइमिन, विटामिन बी6, फोलेट, विटामिन बी12 और पैंथोनिक एसिड भी पाया जाता है. तिल में बहुत अधिक मात्रा में जिंक पाया जाता है. साथ ही इसमें कई प्रकार के प्रोटीन, कैल्शियम, बी काम्प्लेक्स और कार्बो - हाइट्रेड आदि तत्व पाये जाते हैं. तिल में फोलिक एसिड भरपूर मात्रा में होता है. यह मोनो-सैचुरेटेड फैटी एसिड का एक स्रोत है, जो बैड कोलेस्ट्रॉल को कम करता है, गुड कोलेस्ट्रॉल को बढ़ाता है. मशरुम को सुपरफूड के नाम से भी जाना जाता है. इसमें बहुत सारा मिनरल, जिसमें जिंक भी अच्छी मात्रा में पाया जाता है.

मस्तिष्क के लिए बहुत खराब हैं, ये 5 फूड्स अल्जाइमर और डिमेंशिया का बढ़ता है खतरा

इस बात में कोई दोहराय नहीं है कि मस्तिष्क शरीर का सबसे महत्वपूर्ण अंग है. इस बात में कोई दोहराय नहीं है कि शरीर के अन्य अंग भी एक स्वस्थ जीवन जीने के लिए बहुत जरूरी हैं, लेकिन यदि मस्तिष्क से तुलना की जाए तो यह हमारे शरीर का एक ऐसा अंग है जो पूरी बॉडी का संचालन करता है और सभी अंगों को नियंत्रित करता है. यह न केवल आपके दिल की धड़कन और आपके फेफड़े को हर समय साँस दिलाता है, बल्कि यह उन सभी चीजों का भंडार है जो आपको जीने के लिए आगे बढ़ाता है. आपके दिमाग में चलने वाले सभी विचार, यादें, बातें और नई बातों का उत्पन्न होना मस्तिष्क यानि कि दिमाग की ही देन है. ऐसे में जाहिर है कि इन सबसे महत्वपूर्ण अंग को हर स्थिति में खुश और स्वस्थ रखना महत्वपूर्ण है. इसके लिए जरूरी है कि हम उचित पोषण लें. उचित पोषण से तात्पर्य है कि ऐसा भोजन जिसके सभी पोषक तत्व होने के साथ ही दिमाग को शांति और सकारात्मकता भी दी जाए. स्वस्थ भोजन उम्र बढ़ने से संबंधित संज्ञानात्मक गिरावट की दर को धीमा कर देता है और मनोभ्रंश के विकास के जोखिम को कम करता है. दूसरी तरफ, कुछ ऐसे खाद्य पदार्थ भी हैं जो आपके मस्तिष्क के लिए सबसे खराब हैं. बहुत बार कम हो जाता है और आपको भ्रम, कम मनोदशा और धीमी प्रतिक्रिया समय का अनुभव होगा. यदि आप जानते हैं कि आपके पास कुछ बुरी आदतें हैं, तो यह उन्हें सही करने का उचित समय है. आपका मस्तिष्क एक बार में एक बड़े पैमाने पर आहार ओव. रहाल की तरह नहीं है, और भले ही आप इसे सही विकल्प जानते हों, आप इसे बनाए रखने के लिए संघर्ष करेंगे. आज हम आपको कुछ फूड्स के बारे में बता रहे हैं जिन्हें शायद आप अपनी डाइट में लेते हों, जबकि यह आपके स्वास्थ्य और मस्तिष्क के लिए बिल्कुल भी नहीं है. ऐसे फूड्स को जितनी जल्दी हो अपनी डाइट से हटा दें. ● **ट्रांस फैट:-** ऐसा नहीं है कि सभी तरह के फैट्स आपके स्वास्थ्य के लिए खराब होते हैं लेकिन यह सच है कि ट्रांस फैट का सेवन बिल्कुल नहीं करना चाहिए. ट्रांस फैट नामक एक विशेष प्रकार का वसा मस्तिष्क पर हानिक. ारक प्रभाव डालता है. ट्रांस वसा स्वाभाविक रूप से माँस और डेयरी सहित पशु उत्पादों में पाए जाते हैं, लेकिन यहाँ तक कि ये उतने समस्याग्रस्त नहीं हैं जितना कि औद्योगिक रूप से उत्पादित ट्रांस वसा जो सभी प्रकार के पैक किए गए खाद्य पदार्थों में पंप होते हैं. इसके अलावा यह हाइड्रोजनीकृत तेल के रूप में भी जाना जाता है. जो लोग मार्जरीन, स्टोर-खरीद बेक्ड सामान, चिप्स और पटाखे, जमे हुए और डिब्बाबंद भोजन का अधिक सेवन करते हैं उनके शरीर में ट्रांस वसा अधिक जमा होता है. यह अल्जाइमर और डिमेंशिया के लिए जिम्मेदार होता है. ● **शुगर ड्रिंक्स:-** शुगर ड्रिंक्स यानि कि मीठे पेय पदार्थ जैसे सोडा, स्पोर्ट्स ड्रिंक, एनर्जी ड्रिंक और यहाँ तक कि फलों के जूस में पोषक तत्वों की मात्रा कम होती है. शर्करा युक्त पेय के नियमित सेवन से शारीरिक दुर्बलताएं हो सकती हैं, जिसमें टाइप 2 मधुमेह, उच्च रक्तचाप, उच्च कोलेस्ट्रॉल और अल्जाइमर रोग के साथ मनोभ्रंश भी शामिल हैं. फल शर्करा का एक उच्च सेवन, एक मेगा-केंद्रित स्वीटनर जो कई शर्करा पेय में पाया जाता है जो सीखने की क्षमता, स्मृति, समग्र मस्तिष्क समारोह और मस्तिष्क में नए न्यूरॉन्स के गठन को कम करता है. इससे मस्तिष्क में सूजन भी बढ़ सकती है, जो सभी प्रकार के मस्तिष्क कार्यों को नकारात्मक रूप से प्रभावित करती है. ● **रिफाइंड कॉर्बोहाइड्रेट:-** रिफाइंड कॉर्बोहाइड्रेट प्रोसेस्ड अनाज के साथ बनाए गए उत्पाद हैं. भले ही यह उतने मीठे नहीं है लेकिन ये आपके शरीर में बहुत मीठा कर देते हैं. दरअसल रिफाइनिंग प्रक्रिया में फाइबर अनाज से पूरी तरह से बाहर हो जाता है. परिष्कृत कार्ब्स से भरपूर भोजन एक उच्च ग्लाइसेमिक लोड का प्रतिनिधित्व करता है जो आपके रक्त शर्करा को बढ़ाता है. यह सभी समान मुद्दों का कारण बनता है जैसे कि आपने सीधे चीनी खाई थी, जिसमें स्मृति हानि, सूजन, और डिमेंशिया विकसित होने का अधिक जोखिम था. अध्ययनों से पता चला है कि जो बच्चे परिष्कृत कार्बोहाइड्रेट में उच्च आहार लेते हैं वे अशाब्दिक बुद्धि परीक्षणों पर कम स्कोर करते हैं. और बुजुर्ग लोग जो परिष्कृत कब्ज में अपने दैनिक कैलोरी का 58% से अधिक लेते हैं, उन लोगों की तुलना में मानसिक कमजोरी और मनोभ्रंश का जोखिम दोगुना होता है जो अधिक साबुत अनाज, फल और सब्जियाँ खाते हैं. ● **एल्कोहल:-** यह शायद कोई आश्चर्य की बात नहीं है कि अल्कोहल मस्तिष्क को नुकसान पहुँचा सकती है. शराब के लगातार सेवन से मस्तिष्क सिकुड़ जाता है और न्यूरोट्रांसमीटर को बाधित करता है जिसका उपयोग आपका मस्तिष्क संवाद करने के लिए करता है. शराबियों को भी अक्सर विटामिन बी 1 की कमी का अनुभव होता है, जो कोर्साकॉफ सिंड्रोम के विकास को जन्म दे सकता है. यह सिंड्रोम गंभीर मस्तिष्क क्षति के लिए जिम्मेदार है जो स्मृति हानि, भ्रम, अस्थिरता और आँखों की रोशनी के रुक-रुक कर नुकसान का कारण बनता है. ● **एस्पार्टेम:-** दुर्भाग्य से, कृत्रिम स्वीटनर के साथ इसे प्रतिस्थापित करके बहुत अधिक चीनी के नुकसान से बचना संभव नहीं है- विशेष रूप से एस्पार्टेम नहीं. जबकि इस चीनी विकल्प के निर्माता यह दावा करते हैं कि यह सुरक्षित है, कई अध्ययनों ने एस्पार्टेम को व्यवहारिक और संज्ञानात्मक समस्याओं से जोड़ा है. एक रासायनिक तनाव के रूप में, यह भावनाओं को सीखने और विनियमित करने की क्षमता पर घातक प्रभाव पैदा कर सकता है. एक अध्ययन में, उच्च-एस्पार्टेम आहार के सिर्फ 8 दिन प्रतिभागियों के मानसिक परीक्षणों पर कम स्कोर करते हैं और बूट के लिए अधिक चिड़चिड़ा और उदास महसूस करते हैं. एक अन्य अध्ययन से पता चला है कि जो लोग बहुत सारे शीतल पेय पीते हैं, जो चीनी को कृत्रिम स्वीटनर से बदलते हैं, उनमें मनोभ्रंश या स्ट्रोक का खतरा बढ़ जाता है. अभी के लिए, एफडीए का कहना है कि एस्पार्टेम सुरक्षित है, लेकिन इसमें शामिल उत्पादों पर चेतावनी लेबल को भी अनिवार्य करता है.

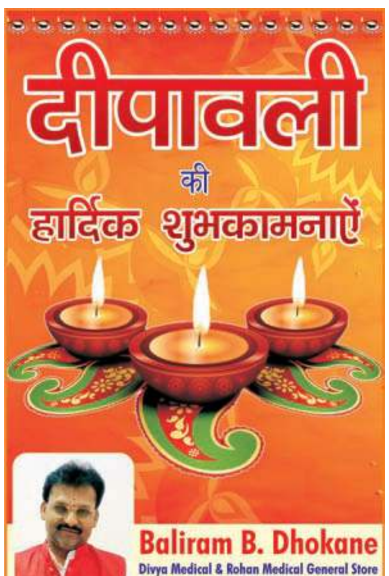
बुलन्दशहर में
Franchisee
की आवश्यकता है
SALVO DRUGS PVT LTD.
Salvo Drugs Pvt. Ltd.
Ph.: +91 844 900 4833, +91 954 877 9950
Email: rst09salvodrugs@gmail.com

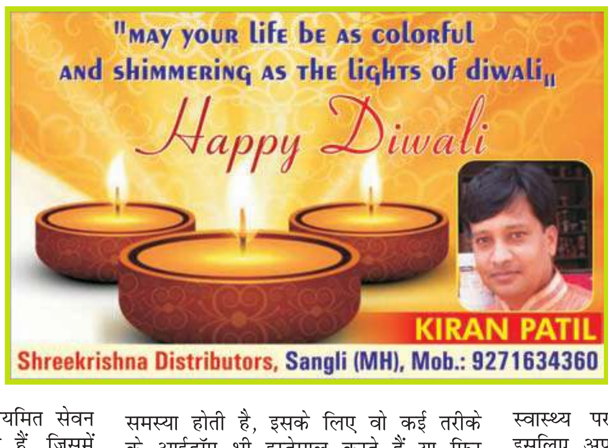
जानिये, आँखों के लिए शहद के 8 जबरदस्त नुस्खे

अगर आपको आँखों में कोई समस्या है, जैसे- खुजली, दर्द, सूखापन या किसी प्रकार का संक्रमण है तो शहद इसमें मद्दगार साबित हो सकता है और आपकी समस्या को दूर कर सकता है. पिछले कुछ समय से मोबाइल और लैपटॉप के लगातार इस्तेमाल करने से लोगों की लाइफस्टाइल बहुत ही अस्वस्थ हो गई है. कई लोगों की आँखों में सबसे ज्यादा समस्या होती है, इसके लिए वो कई तरीके के आईड्रॉप भी इस्तेमाल करते हैं या फिर जैल का इस्तेमाल करते हैं. लेकिन ये कितना सुरक्षित है. ● **आँखों के सूखेपन को दूर भगाने में मददगार:-** शहद को गुनगुने पानी में मिलायें और उसे सोने से पहले अपनी आँखों को अच्छे से धो लें. इससे आँखों की ड्राइनेस, लालामी और खुजली आदि की समस्या दूर हो जाती है. ● **आँखों में फूलापन होना:-** अगर आपकी आँखों के नीचे फूलापन हो गया हो, जैसा कि लम्बे समय तक नींद पूरी न हो पाने के कारण होता है, तो आप शहद की कुछ बूँदों को वहाँ पर डालकर मसाज कर लें और 15 मिनट बाद धो लें. ● **कन्जक्टिवाइटिस का उपचार:-** अगर आपकी आँखें आ गई हों तो आप शहद को आँखों पर लगा सकते हैं, इससे आँखों की करकराहट दूर हो जायेगी. ● **आँखों के संक्रमण को दूर भगाने में:-** आँखों के संक्रमण को दूर करने में भी यह बहुत लाभदायक होता है. इसके लिए आप शहद को गुनगुने पानी में मिला लें और कॉटन बॉल से उसे आँखों के ऊपर लगायें. इससे आँखों का संक्रमण जल्द ही सही हो जायेगा. ● **आँखों की मांसपेशियों को स्वस्थ बनायें:-** शहद, आँखों की मांसपेशियों को स्वस्थ बनाता है. साथ ही दृष्टि को कमजोर होने से बचाता है. ● **ग्लूकोमा होने से बचाये:-** अगर आँखों में शहद की बूँद को ड्रॉप की तरह डाला जाये, तो ग्लूकोमा होने से बचा जा सकता है. लेकिन शहद में किसी प्रकार की मिलावट नहीं होनी चाहिए. ● **दृष्टि कमजोर होने से बचाये:-**शहद में कई सारे एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं जो कि आँखों की नर्व को स्वस्थ बनाये रखने में मददगार साबित हो सकते हैं. इससे निगाह में कमी नहीं आयेगी और आँखों पर लम्बे समय तक चश्मा लगाने की आवश्यकता भी नहीं पड़ेगी. ● **आँखों में खुजली होने पर राहत:-** शहद को आँख पर लगाने से खुजली में आराम मिलता है. साथ ही आँखों के नीचे वाले रिंकल्स भी सही हो जाते हैं.

वैज्ञानिकों का दावा इन 7 तरीकों से कम किया जा सकता है हार्ट अटैक का खतरा

दिल के दौरे के दौरान, रक्त की आपूर्ति जो आम तौर पर ऑक्सीजन के साथ दिल का पोषण करती है, कट जाती है और हृदय की मांसपेशी की मृत्यु होने लगती है. दिल के दौरे, जिन्हें मायो कार्डियल इन्फ्रे- क्शन भी कहा जाता है. कुछ लोग जिन्हें दिल का दौरा पड़ता है उनकी छाती में दर्द, ऊपरी शरीर का दर्द, पसीना आना, जी मिच - लाना, थकान, साँस लेने में कठिनाई के संकेत पहले ही दिखाई देते हैं. दिल का दौरा एक गंभीर मेडिकल इमरजेंसी है. दिल की बीमारियाँ लोगों में दिन प्रतिदिन बढ़ती जा रही है, इसके पीछे की सबसे बड़ी वजह हमारी जीवनशैली है, जिनके बारे में यहाँ हम आपको विस्तार से बता रहे हैं. हालांकि जीवनशैली में परिवर्तन जैसे धूम्रपान छोड़ना, शराब से परहेज, फल और सब्जियों का अधिक सेवन, वजन कम करना और ब्लड प्रेशर और ब्लड शुगर को नियंत्रित करना आदि दिल के रोगों और स्ट्रोक को रोका जा सकता है. लेकिन बहुत कम लोग स्ट्रोक को रोकने के इन सरल तरीकों के बारे में जानते हैं. **गुस्सा करने से बचें:-** जर्नल हाइपरटेंशन में प्रकाशित एक अध्ययन के अनुसार, क्रोध और आक्रामकता आपको स्ट्रोक के उच्च जोखिम में डाल सकती है. साथ ही इससे ब्लड प्रेशर बढ़ जाता है और आपके समग्र स्वास्थ्य पर नकारात्मक प्रभाव पड़ता है. इसलिए अपने मन को शांत करने के लिए आप डीप और रिलैक्सेशन तकनीक का अभ्यास करें. **नींद है जरूरी:-** हार्वर्ड के वैज्ञानिकों अनुसार, सात घंटे से कम की अपर्याप्त नींद स्ट्रोक के जोखिम को 63 प्रतिशत तक बढ़ा देती है. इसके अलावा नींद की समस्यायें जैसे खर्राटे भी हृदय रोग और डायटबिटीज से अलग स्ट्रोक के खतरे को बढ़ा देती है. इसलिए पर्याप्त नींद सोने की कोशिश करें. **नियमित वॉक जरूरी:-** हर किसी का जीवन व्यस्त है, लेकिन उसे खुद के लिए समय निकालना पड़ता है. रोजाना 20 मिनट वॉक करने से आपको स्ट्रोक को रोकने में मदद मिलती है. 4,000 महिलाओं पर किये गये एक बड़े अध्ययन के अनुसार, सप्ताह में कुल 2 घंटे वॉक करने से आप स्ट्रोक के खतरे को लगभग 30 प्रतिशत तक कम कर सकते हैं. अतिरिक्त लाभ पाने के लिए आप ब्रिस्क वॉकिंग कर सकते हैं. यह स्ट्रोक की संभावना को लगभग 40 प्रतिशत तक कम कर सकता है. **माइग्रेन से पाएं छुटकारा:-** एक अलग तरह का सिरदर्द, जिसमें तेज रोशनी और धब्बे दिखाई देते हैं. जी हाँ माइग्रेन भी स्ट्रोक के जोखिम को बढ़ा देता है. हालांकि इस बारे में स्पष्ट संकेत नहीं कि माइग्रेन के उपचार से स्ट्रोक को दूर किया जा सकता है, लेकिन कई विशेषज्ञों को मानना है कि यह एक अच्छा निवारक उपाय है. इसलिए अगर आपको बार-बार माइग्रेन की समस्या हो रही है तो चिकित्सक से सलाह लें. साथ ही माइग्रेन से बचने के लिए आप तनाव प्रबंधन, मेडिटेशन और योग को अपनायें. **डिप्रेशन से रहें दूर:-** 80,000 महिलाओं पर हुए एक अध्ययन के अनुसार, डिप्रेस लोगों में स्ट्रोक से पीड़ित होने की आंशका लगभग 29 प्रतिशत बढ़ जाती है. डिप्रेशन से अन्य बुरी आदतों जैसे स्मोकिंग, अनहेल्दी डाइट, कम फिजीकल एक्टिविटी और अनियंत्रित स्वास्थ्य समस्याओं जैसे हाई ब्लड प्रेशर और डायबिटीज की समस्या भी होने लगती है. यह सभी स्ट्रोक के खतरे को बढ़ा देती है. भावनाएं जैसे लगातार उदासी, निराशा, चिंता, चिड़चिड़ापन, थकान, अपनी मनपंसद चीजों में रूचि कम होना, नींद की समस्या आदि की ओर ध्यान देने की जरूरत है. **हार्ट बीट को नजरअंदाज न करें:-** बढ़ती धड़कन, साँस की तकलीफ, चेस्ट में पेन, माइग्रेन जैसे लक्षण असामान्य दिल की धड़कन की ओर इशारा करते हैं. और असामान्य दिल की धड़कन स्ट्रोक के खतरे को पाँच गुना बढ़ा देती है. इसलिए दिल की धड़कन को सामान्य रखने की कोशिश करें. अगर धड़कने की समस्या किसी प्रकार की चिंता परेशानी, ज्यादा भागदौड़, ज्यादा जल्दबाजी या फिर किसी तरह के तनाव की वजह से होती है तो बेहतर यही होगा कि जीवन को जहाँ तक हो सके और जितना भी हो सके, शांत ढंग से जीने से कोशिश करें. **जैतून तेल का इस्तेमाल:-** रिसर्च से पता चला है कि जैतून का तेल न केवल दिल के दौरे को रोकता है बल्कि यह स्ट्रोक को भी रोकता है. 7,600 से अधिक 65 वर्ष या उससे अधिक उम्र के फ्रेंच वयस्कों पर किए गये ओब्जर्वेशनल अध्ययन के अनुसार, जिन लोगों ने नियमित रूप से जैतून के तेल का उपयोग किया उनमें स्ट्रोक का खतरा लगभग 40 प्रतिशत कम पाया गया. इसलिए स्ट्रोक से बचने के लिए अपने आहार में जैतून के तेल का उपयोग करें.





www.medicaldarpan.com

COVID-19: Dr. Harsh Vardhan Launches CuRED And CSIR Website

साइंस एंड टेक्नोलॉजी, हेल्थ एंड फैमिली वेलफेयर एंड एर्थ साइंसेज के मिनिस्टर डॉ. हर्षवर्धन ने एक वेबसाइट शुरू की है, जो कई COVID -19 क्लीनिकल ट्रायल्स के बारे में कॉम्प्रीहेंशइव इन्फॉर्मेशन देगा। वहीं, CSIR इंडस्ट्री अन्य गवर्नमेंट डिपार्टमेंट्स और मिनिस्टर्स के साथ पार्टनरशिप करने में लगी हुई है. बता दें कि, इस वेबसाइट को CuRED और CSIR उशोरेड रीपरपोजड ड्रग्स कहा जाता है। वहीं, यह वेबसाइट ड्रग्स, डायग्नोस्टिक्स और डिवाइस के बारे में इन्फॉर्मेशन प्रदान करती है, जिसमें करंट स्टेज के ट्रायल्स, पार्टनरिंग इंस्टीट्यूशन्स, ट्रायल्स में उनके रोल और अन्य डिटेल्स शामिल हैं। वैसे, साइट का लिंक: https://www.iiim.res.in/cured/ or http://db.iiim.res.in/ct/index.php. यह है, जहां एक्सेस किया जा सकता है. डॉ. हर्षवर्धन ने CSIR की COVID -19 के खिलाफ चल रही लड़ाई में सबसे आगे रहने, क्लीनिकल ट्रायल्स को प्रियॉरिटी देने, रेगुलेटरी अप्रूवल के लिए डेटा तैयार करने और बाजार में दवाओं की लांचिंग में मदद करने के लिए खूब सहराना की। साथ ही, उन्होंने नए प्रॉसेस के माध्यम से COVID -19 ड्रग्स को सिंथेसिसिंग करने और इंडस्ट्री में ट्रांस्फेररिंग करने के लिए भी सराहना की. क्या आप जानते हैं कि CSIR, COVID - 19 के पोटेंशियल ट्रीटमेंट के लिए होस्ट-डिरेक्टेड थेरेपीज और एंटी-वायरल के कई कॉम्बिनेशन वाले क्लीनिकल ट्रायल्स को एक्सप्लोर कर रहा है। वहीं, यह आयुष ड्रग्स के क्लिनिकल ट्रायल्स के लिए आयुष मंत्रालय के साथ भी काम कर रहा है, और इंडिविजुअल प्लांट-बेस्ड कंपाउंड्स और कॉम्बिनेशन में आयुष प्रोफायलैक्टिक्स और थेराप्यूटिक्स के सेफ्टी ट्रायल्स भी इस्तेमाल किया है। वैसे, विथानियासोमनिफेरा, टिनोसोपरकोर्डिफोलिया + पाइपर लोंगम (कॉम्बिनेशन में), ग्लाइसीर्रिझाग्लबरा, टीनोस्पोराकोर्डिफोलिया और अधातोडवासिक (इंडिविजुअल और कॉम्बिनेशन में) और AYUSH -64 फार्मूलेशन से जुड़े पांच क्लीनिकल ट्रायल्स सेफ्टी और एफ्फीसेसी ट्रायल्स से गुजर रहे हैं. CSIR का एक प्रमुख क्लीनिकल ट्रायल Sepsivac (Mw), Cadila के साथ पार्टनरशिप में COVID -19 के खिलाफ लड़ रहा है। वहीं, फेज 2 क्लीनिकल ट्रायल गंभीर रूप से बीमार COVID -19 पेशेंट्स पर सफलतापूर्वक पूरा हो गया है, और अधिक एक्सटेंसिव फेज 3 ट्रायल अन्विल पर है। इसके अलावा, Sun Pharma और DBT के साथ COVID - 19 पेशेंट्स पर फाइटोफार्मास्युटिकल AQCH के फेज 2 का ट्रायल चल रहा है. रीपर्पसड ड्रग्स और वैक्सीन के क्लीनिकल ट्रायल्स के अलावा, CSIR डियागोनोस्टिक्स और डिवाइस के क्लीनिकल ट्रायल्स में भी शामिल रहा है। बता दें कि, इस कार्यक्रम में DSIR, DG - CSIR और सेक्रेटरी डॉ. शेखर सी मांडे, Dir डॉ. रंजना अग्रवाल, NISTADS और डॉ. गीता वाणी रायसाम, सीनियर प्रिन्सिपल साइंटिस्ट एंड हेड और साइंस कम्युनिकेशन एंड डिससेमिनेशन डायरेक्टरेट उपस्थित थे.

गर्मी में डाइट प्लान

समर में सबसे बड़ी चुनौती है, खुद को हीट से बचाए रखना. लेकिन घबराएं नहीं, थोड़ा सा खुद पर ध्यान रखकर और अपने डाइट प्लान में हल्का सा चेंज लाकर हम गर्मियों में भी कूल और फिट रहे सकते हैं. गर्मियों में सबसे ज्यादा जरूरी होती है खुद को कूल और हाइड्रेट रखना. हैल्थ एक्सपर्ट और डायटीशियन सुझा रहे हैं. कि इस वैदर में हमें क्या और कैसा खाना-पीना चाहिए **जमकर पीएं लिक्विड:- पानी :** रोजाना 10-15 गिलास पानी आपको स्वस्थ रखने के लिये जरूरी है. कोशिश करें कि ज्यादा ठंडा पानी न पीएं. **नींबू पानी :** चाहे तो चीनी डालें या नमक या फिर दोनों, हर तरफ से फायदेमंद हैं. **नारियल पानी:-** मां के दूध के बाद सबसे बेहतरीन पेय. प्रोटीन और पोटैशियम का अच्छा सोर्स है. एसिडिटी, अल्सर में कारगर. **छाछ:-** काला नमक और पिसा-भुना हुआ जीरा डली छाछ से प्रोटीन खूब मिलेगा. **आम पना:-** गर्मियों का खास ड्रिंक. विटामिन-सी का अच्छा सोर्स. **वेजिटेबल जूस:-** घीया, खीरा, आंवला, टमाटर आदि का जूस मिलाकर पी सकते हैं. **फ्रूट जूस:-** मौसमी, संतरा, माल्टा आदि मौसमी फलों के जूस लें. **बेल शरबत:-** शरीर को ठंडक के साथ एसिडिटी, कब्ज से भी छुटकारा दिलाता है. **चंदन/खस का शरबत:-** शरीर को ठंडा रखने में सहायक. **सूत का शरबत:-** मीठा शरबत हैल्दी होने के साथ - साथ टेस्टी भी होता है. **ऑयल फ्री भोजन:- ब्रेकफास्ट-** गर्मियों में परांठे आदि से परहेज करें. उसकी जगह पोहा, ढोकला, इडली, उपमा, ओट्स, कॉर्न फ्लेक्स, वेज सैंडविच भी एक अच्छा ऑप्शन है. **लंच और डिनर-** लंच में मौसमी सब्जियों के साथ मूंग की दाल और चपाती ली जा सकती है. साथ ही प्लेट भर कर सलाद और दही को अपनी थाली में जरूर शामिल करें. घीया, पत्ता गोभी, तोरी, सीताफल खूब खाएं. अगर पुदीने की चटनी साथ हो तो क्या बात. **स्नैक्स-** समोसा, कचौड़ी जैसी तली भुनी चीजों से जितना दूर रहोगे, उतना अच्छा. बाजार में चिवड़ा, पोहा समेत बहुत से ऑयल फ्री ऑप्शन उपलब्ध हैं, इन्हें प्रयोग में लाया जा सकता है. **इनको करें दूर से सलाम- घी और तेल :** चिलचिलाती गर्मियों में जितना कम तेल का इस्तेमाल करेंगे, उतना अच्छा है. देसी घी, वनस्पति घी, रिफाइंड ऑयल, सरसों का तेल, आलीव ऑयल गर्म होते हैं. हां, नारियल, सोयाबीन और कनोला आदि तेल का इस्तेमाल किया जा सकता है. **जंक फूड :** बर्गर, पिज्जा, तंदूरी चिकन जैसे जंक फूड्स को गर्मियों में बाय कहना ही अच्छा है. आइसक्रीम का सेवन भी सीमित मात्रा में ही करें. **शराब और बीयर-** कुछ लोगों का तर्क होता है कि ठंडी बीयर गर्मी को कम करने में मदद करती है, जबकि ऐसा नहीं है. बीयर से शरीर में डिहाइड्रेशन का खतरा बढ़ता है. इसलिए बीयर की बजाए हैल्दी ड्रिंक ही पीएं. **फ्रूट और चांट-** यह स्वाद के लिहाज से तो अच्छी है, लेकिन सेहत के लिहाज से बिल्कुल नहीं. वजह साफ है कि सभी फलों को पचने में अलग-अलग समय लगता है. इसलिए इन्हें एक साथ खाना ठीक नहीं है. **चाय कॉफी-** चाय-काफी कम पीएं. इनसे बॉडी डी-हाइड्रेटेड होती है. ग्रीन-टी पीना बेहतर है. **ड्राइफ्रूटस-** गर्मियों में 5-10 बादाम रोजाना खा सकते हैं. वह भी रात भर के भीगे हुए. **शहद-** शहद गर्म होता है, इसलिए संभलकर खाएं. **बासी खाना-** बासी खाने से बचें. इसमें बैक्टीरिया पनपने की आशंका काफी ज्यादा होती है.

नकली दवाओं के खिलाफ मुहिम

कानपुर:- कानपुर उद्योग व्यापार मण्डल व कैमिस्ट एण्ड ड्रगिस्ट एसोसिएशन ने नकली दवाओं के खिलाफ जंग का ऐलान किया है. दोनों संगठनों ने कुछ बड़ी दवा कम्पनियों व विभागीय भ्रष्टाचार के खिलाफ भी अभियान चलाने का ऐलान किया है तथा उद्योग व्यापार मण्डल के अध्यक्ष नीरज चतुर्वेदी, महामन्त्री रामेश्वरी गुप्ता तथा कैमिस्ट एण्ड ड्रगिस्ट एसोसिएशन के राकेश गुप्ता ने पत्रकारों के समक्ष ऐलान किया कि वे इस जंग को लखनऊ-दिल्ली तक लड़ेगे. स्वास्थ्य विभाग में व्याप्त भ्रष्टाचार न केवल उजागर किया जाएगा. बल्कि ऐसे अधिकारियों व कर्मचारियों के खिलाफ सड़क में संघर्ष करके उन्हें जेल भिजवाया जाएगा. दवा दुकानों में डाले गए छापों की रिपोर्ट पहले सामने लाई जाए तथा कार्यवाही हो. स्वास्थ्य विभाग के व्यापारियों पर दवाब बनाकर वसूली के लिए छापा डाल रहा है. उन्होंने कहा कि लाइसेंस नवीनीकरण में सी.एम.ओ. कार्यालय दोषी है जिसके पास कोई रिकॉर्ड नहीं है. उक्त नेताओं ने कुछ बड़ी कम्पनियों के सीरप, इन्जैक्शन, टेबलेट दिखाते हुए बताया कि ये दवायें नकली और घटिया हैं. उन्होंने कहा कि उन्तर्राष्ट्रीय स्तर की कुछ कम्पनियां व्यापार कर, आयकर व अन्य राजस्व चोरी के लिए ठेके पर छोटी-छोटी कम्पनियों से दवा बनवाकर उसमें अपनी मौहर लगाकर बेच रही हैं. ये दवायें घातक एवं मानक में खरी नहीं हैं. ये दोनों संगठन नकली दवा के खिलाफ स्वास्थ्य मंत्री से वार्ता करेंगे और फिर इसके लिए बनी केन्द्रीय कमेटी के पास जायेंगे.

3 वर्ष तक घर बैठे यह समाचार पत्र पढ़ने के लिये हमारे पंजाब नैशनल बैंक के खाता संख्या 1824002100120081, IFSC Code - PUNB0182400 जो कि मैडीकल दर्पण के नाम से है, में रू० 250/- जमा कर अपना पूरा पता हमारे फोन नं०- 09410434811 पर SMS कर दें।

SP Satguru Pharma
A GMP CERTIFIED UNIT
Comprehensive Formulation Facility
Ayurvedic & Unani
- Third Party manufacturing
- Export Inquiries for Regulated Markets
- PCD/Franchisee for unrepresented Area.
- Monopoly Business Rights
- Also Deals in Classical Products
Capsules
Syrup & Juices
Oil (Herbal & Cosmetic)
Powder
External Preparation
Powder, Face Wash, Herbal Tea, Mehandi & Malt Chyawanprash
Factory Address:
Plot No. 264, Alipur Industrial Area
Barwala, Distt. Panchkula (HR)
Helpline No. - 7087618366 / 7206667070
E-mail: satgurupharma2020@gmail.com
Sourav Dutta
Director (Sales)
+91-9759380366

किसकी आँखों में क्या दिखता है?

माता	वात्सल्य
गुरू	ज्ञान
मित्र	सहायता
बालक	निर्दोषता
पत्नी	प्रेम
बहन	प्यार
पिता	कर्त्तव्य
वीर	नीडरता
विधवा	त्याग
संत	क्षमा
भाई	दया
कवि	कल्पना

VEECHEM LABORATORIES
GMP Certified
ISO 9001-2000
क्या आप अपने नाम से कोई भी प्रोडक्ट बनवाना चाहते हैं?
अब मात्र 2000/-
लगायें ओर अपने नाम से अपना प्रोडक्ट बनवायें.
हम सभी आयुर्वेदिक प्रोडक्ट, फूड प्रोडक्ट, कैप्सूल, सीरप
सभी प्रकार के तेल आदि उत्तम गुणवत्ता वाले लगभग
1000 प्रोडक्ट्स बनाते हैं.
60 Industrial Estate, Bhojipura, Bareilly (U.P.)
Mob:-09917414219, 09105869380
Email:- rishi.agarwal.in@gmail.com

विटामिन डी की कमी से बच्चों में आता है गुस्सा और चिड़चिड़ापन खिलाएं ये 7 फूड्स

क्या आपको हैरानी नहीं होती जब छोटे बच्चों को गुस्सा आता है या वे जिद करते हैं? बच्चों में चिड़चिड़ेपन को अक्सर लोग परिवार के किसी सदस्य का अनुवांशिक असर मानकर नजरअंदाज कर देते हैं. मगर बच्चों के चिड़चिड़े स्वभाव का कारण उनमें विटामिन डी की कमी बी हो सकती है. जी हाँ, हाल में हुई एक रिसर्च में इस बात का खुलासा किया गया है कि विटामिन डी की कमी से छोटे बच्चों में चिड़चिड़ेपन की समस्या हो सकती है. ये रिसर्च 'जर्नल ऑफ न्यूट्रीशन' नाम के जर्नल में छापी गई है. इस रिसर्च में पता चलने वाली मुख्य बातें और विटामिन डी वाले आहार, जिन्हें बच्चों को खिलाने से चिड़चिड़ापन दूर होगा. **क्या कहती है रिसर्च?:-** Journal of Nutrition में छपे एक नए रिसर्च के अनुसार विटामिन डी की कमी से स्कूल जाने वाले (5 साल से बड़े) बच्चों में एक तरह का चिड़चिड़ापन आ जाता है और उनका व्यवहार आक्रामक हो जाता है. इसके अलावा ऐसे बच्चे अपने आप में खोए हुए, चिंतित और अवसादग्रस्त हो जाते हैं. इन बच्चों में जल्दी-जल्दी मूड बदलने (मूड स्विंग्स) की समस्या देखी जाती है. ये रिसर्च मिशिगन यूनिवर्सिटी द्वारा की गई है. हमारे शरीर के स्वास्थ्य के साथ-साथ विटामिन्स और पोषक तत्व हमारे मूड को भी प्रभावित करते हैं.

आपको शारीरिक और मान. सिक रूप से स्वस्थ रहने के लिए सभी तरह के पोषक तत्वों की जरूरत होती है. इस रिसर्च के लिए प्राइमरी स्कूल में पढ़ने वाले 5 साल से 12 साल की उम्र के 3202 बच्चों पर अध्ययन किया गया. इन बच्चों की रोजाना की आदतें, माँ-बाप का शैक्षिक बैकग्राउंड, वजन, लंबाई और उनके खानपान आदि को ध्यान में रखकर शोधकर्ताओं ने आँकड़े जुटाए और फिर ब्लड टेस्ट किया. इसके बाद उन्होंने निष्कर्ष दिया कि छोटे बच्चों में विटामिन डी की कमी से व्यवहार परिवर्तन की समस्या बढ़ गई है. **बच्चों में विटामिन डी की कमी:-** मुख्य शोधकर्ता प्रोफेसर Eduardo Villamor बताते हैं कि जिन बच्चों में स्कूली शिक्षा के दौरान विटामिन डी की कमी होती है, उनमें बिहैवियर प्रॉब्लम और चिड़चिड़ेपन की समस्या ज्यादा देखी गई है. आपको बता दें कि बच्चों के स्वभाव में चिड़चिड़ेपन की समस्या पिछले कुछ समय में काफी बढ़ गई है. छोटी उम्र में ही बच्चों को छोटी-छोटी बातों पर इतना गुस्सा आता है कि वे गुस्से के कारण चीजों को तोड़ने-फोड़ने और खुद को नुकसान पहुँचाने में भी नहीं सोचते हैं. **क्यों हो रही है बच्चों में विटामिन डी की कमी?:-** गाँवों की अपेक्षा शहरों में बच्चों में विटामिन डी की कमी ज्यादा तेजी से बढ़ी है. विटामिन डी का सबसे अच्छा प्राकृतिक स्रोत सूरज की किरणें हैं. आजकल शहरों में बच्चे बाहर पार्क में खेलने के बजाय घर के अंदर रहना ज्यादा पसंद करते हैं. इसके अलावा आजकल स्कूलों में बच्चों को इतना काम दे दिया जाता है, जिससे उनके पास खेलने-कूदने का टाइम नहीं मिलता है. ये बच्चों में विटामिन डी की कमी के बड़े कारण हैं. इसके अलावा बच्चों में जंक फूड्स, रेडी टू ईट फूड्स, सॉफ्ट ड्रिंक्स आदि की लत के कारण भी विटामिन डी की कमी हो जाती है. **विटामिन डी की कमी पूरी करने वाले आहार:-** विटामिन डी का सबसे अच्छा स्रोत दूध है, इसलिए बच्चों को रोज रात में एक ग्लास दूध जरूर पिलाएं. ● योगर्ट भी विटामिन डी का अच्छा स्रोत है. बच्चों के लंच बॉक्स में खाने या सलाद के साथ योगर्ट दे सकते हैं. ● मशरूम विटामिन डी का सबसे अच्छा स्रोत है इसलिए बच्चों के लंच और डिनर में मशरूम वाली डिशेज बनाकर दें. ● चीज खाना बच्चों को पसंद होता है. चीज में भी अच्छी मात्रा में विटामिन डी होता है. ● अंडे के पीले हिस्से में विटामिन डी होता है. ● संतरे का जूस भी विटामिन डी का अच्छा स्रोत है. ● मछलियाँ विटामिन डी का अच्छा स्रोत हैं.

दीपावली की हार्दिक शुभकामनाएँ
Hanumant L. Maske
Pooja Medical Store, Beed (MH)
Mob.: 9422743803

BlueStar Laboratories
WE ARE HIRING!
MARKETING MANAGER
(Ayurvedic & Nutraceuticals)
For Franchise/PCD Marketing
For Third Party Manufacturing Marketing
For B2B Marketing
On Lucrative Terms
Work Experience: Min. 4-5 Years
Location: Pan India
Contact Us
+91-9810660437, +91-9810165707, +91-9810165708
bsmspl@gmail.com
www.bluestarlaboratories.com
Follow us at:

नारी की खूबसूरती बढ़ाएं
Omni Beauty Breast Cream
30 Capsules Free
अविकसित वक्षों के लिये मूल्य 450/- डाक खर्च सहित
OMNIPOTENT S PHARMACEUTICALS
Patel Nagar, Kaimiri Road, Hisar, (HR) - 125003
Ph: 094160-42679, 098125-2281, 09416926679
e-mail : omnipotents_pharmaceuticals@yahoo.co.in
www.omnipotentspharma.com Wanted Distributors/Stockists/Agents

सभी देशवासियों को दीपों के पावन पर्व दीपावली की हार्दिक शुभकामनायें
HEMANT PARJAPATI
Deepak Medical Center, Sarwat Road
Muzaffarnagar (UP), Mob.: 9319604141

दवाइयाँ Sub Standard पायी गयीं

विभिन्न सूत्रों से प्राप्त सूचनाओं के अनुसार निम्न कम्पनियों की दवाइयाँ **Sub Standrad** पायी गयी हैं, यदि कम्पनी को यह खबर भ्रामक लगती है, प्रमाण सहित अपने विचार भेज सकती है, हमें अगले अंक मे खेद प्रकट करने मे कोई समस्या नही होगी.

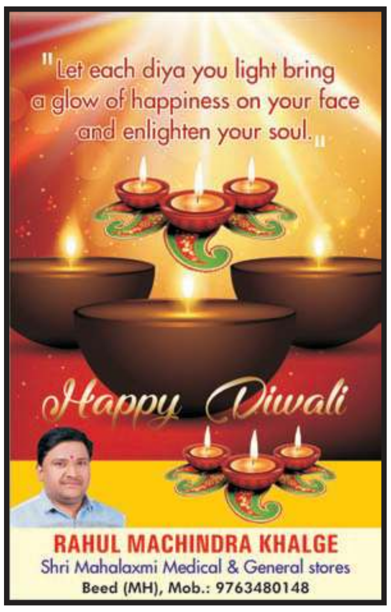
Syncom Healthcare Ltd. Dehradun (U.K.) ● Bharat Parenterals Ltd. Vadodara (Gujarat) ● Gurumangalam International Kalol (Gandhinagar) ● Vivimed Labs Ltd. Hyderabad (Telangana) ● Divine Laboratories Vadodara (Gujarat) ● Digital Vision, Sirmour (H.P.) ● Bo International, New Delhi ● Haustus Biotech, Una (H.P.) ● P.K. Cosmetics, Delhi ● Unimarck Healthcare Haridwar (U.K.) ● RPL (India) Pharmaceuticals, New Delhi ● Athens Life Sciences, Sirmour (H.P.) ● G NINE Bioceuticals, Karnal (Haryana) ● Nuclotec Remedies, U.S.Nagar (U.K.) ● Swiss Biotech, Karnal (Haryana) ● KDM Goldstar, New Delhi ● Ciron Drugs & Pharmaceuticals, Palghar (M.H.) ● Venus Biosciences, Solan (H.P.) ● Bengal Chemicals & Pharmaceuticals, Kolkata ● Karnataka Antibiotics & Pharmaceuticals, Bangalore ● Medipol Pharmaceutical, Solan (H.P.) ● Medinex Laboratories, Bhavnagar (Gujarat) ● Concord Drugs Ltd. Hyderabad (Telangana) ● Gujarat Chempac Valsad (Gujarat) ● Cosway Pharmaceuticals UNA (H.P.) ● Skymap Pharmaceuticals, Roorkee ● VADSP Pharmaceuticals, Baddi (H.P.) ● Caplet India (Kolkata) ● Zee Laboratories (H.P.) ● Maxchem Pharmaceuticals, U.S. Nagar (U.K.) ● Visa Drugs & Pharmaceuticals, Solan (H.P.) ● Mars Therapeutics & Chemicals, Malkajigiri (Telangana) ● S.M. Herbal Solutions, Libaspur (Delhi) ● Vive Cosmetics, Mohali (Punjab) ● NOEL PHARMA (India), Solan (H.P.) ● Martin & Brown Bio-Sciences, Solan (H.P.) ● Gary Pharmaceuticals (Punjab) ● Seven Seas Beauty Products Delhi ● Spectrum Formulations, Haridwar (U.K.) ● Aishwarya Healthcare, Baddi (H.P.) ● Alliaance Biotech, Solan (H.P.) ● Celebrity Biopharma, Solan (H.P.) ● Daffodills Pharmaceuticals, Meerut (U.P.) ● Healthy Life Pharma, Boisar (M.H.) ● Wings Biotech, Baddi (H.P.) ● ADDII BIOTECH, Solan (H.P.) ● KAZIMA COSMETICS (New Delhi) ● Olicare Cosmoceuticals (Delhi) ● Med Manor Organics, Haridwar (U.K.) ● Baldev Industries (Delhi) ● Swisskem Healthcare, Una (H.P.) ● Dr. Edwin Lab (Punjab) ● Ambrosia Herbals (Delhi) ● JPEE DRUGS, Haridwar (U.K.) ● Rhydburg Pharmaceuticals, Dehradun (U.K.) ● Ronak Life Care, Patan (Gujarat)

minmax PHARMA
Deliver Healthier Life and Happiness
(An ISO 9001 & 14001 Certified Company)
GOOD MANUFACTURING PRACTICE GMP QUALITY PRODUCT
CERTIFIED ISO 9001:2015 CERTIFIED
TABLETS
SYRUPS
Approved Sections
CAPSULES
OINTMENTS
SACHETS
Call us : +91-8894641111
Email : info.minmaxpharma@gmail.com
We MINMAX PHARMA, are leading Manufacturer of all type of Pharmaceutical Medicines. We Accept small batch Size. Our unit is GMP and ISO Certified. We ensure in-time delivery, Best Designs, Best RM/PM, and adopt best formulation techniques to deliver the best in class products.
New Molecules | GMP / GLP | Customer First | Transparent Business
Visit us at : www.minmaxpharma.com
For Trade inquiries please contact at 8791533989 & 8791535989
We wish you a Very Very Happy Deepawali
:- Nikunj Jaiswal & Ankur Jaiswal
MINMAX PHARMA
Plot No. 18-C Kh.No. 150-151 , IP-4, Begumpur
Bahadrabad, Haridwar (Uttarakhand) -249402

फल खाइए बीमारी भगाइए

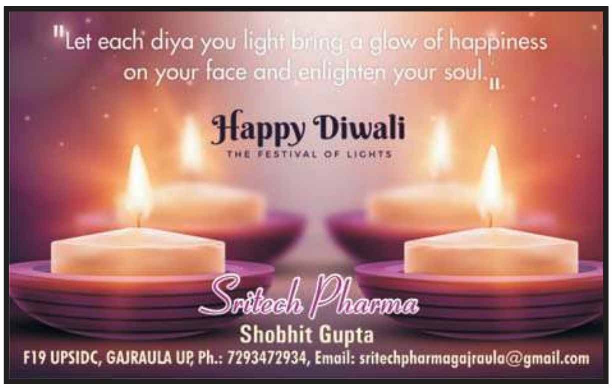
आहार का रखें खास ख्याल : कई देशों में किए गए प्रयोगों से यह सिद्ध होता है कि भोजन करने का सर्वोत्तम समय सुबह उठने के एक घण्टे बाद से सूर्यास्त तक का है. हम भारतीय प्राचीनकाल से इसे ही अपनाते आए हैं. **हरी चाय ही बीमारी से बचाए :** अन्य देशों की तुलना में एशियाई देशों में धूम्रपान से होने वाली बीमारियों की दर कम है. इसकी वजह एशियाई देशों द्वारा बड़े पैमाने पर चाय, खासकर हरी चाय का सेवन करना है. चाय धूम्रपान के दुष्प्रभाव से बचाती है. **शाकाहारी भोजन के लाभ :-** शाकाहारी भोजन का पाचन जल्द हो जाता है. यह आपके मस्तिष्क को सचेत रखते हुए आपको बुद्धिमान बनाता है. इसके विपरीत माँसाहारी भोजन को पचने में कम से कम 36-60 घण्टे लगते हैं. **छोटा है पर बड़े काम का नींबू :** नींबू में उपयोगिता का अक्षय भंडार है. जापान के एक प्रसिद्ध आहार शास्त्री का नींबू के लिए कथन है - घर में यह हमारा सेवक है, समाज के लिए उच्च कोटि का वैद्य है और समूचे राष्ट्रीय जीवन के लिए यह बहुत बड़ा वैज्ञानिक भी माना जाता है. **मो॰ 09758502423.**

Hard Days Become So Easy
WISH YOU A Happy DIWALI & a prosperous NEW YEAR
गुजरात का नं॰ ब्रांड
The nucare SANITARY PAD
Soft & Comfortable
Up to 100% Dryness & Comfort
वोकल for लोकल
MAKE IN INDIA
MRP ₹ 30/-
MRP ₹ 40/-
MRP ₹ 20/-
व्यवसायिक सम्पर्क : 720 108 2222
Abhishek Rathore, Mob.: 982 509 8596



पीपीई को भारत के लिए MD Rules को सबसे पहले रेगुलेट करने की है जरूरत!

वैश्विक मानदंडों (ग्लोबल नॉर्म्स) के अनुसार, एक तरफ जहां सरकार निर्यात उद्देश्यों के लिए व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण (PPE) के उत्पादन में तेजी ला रही है. वहीं, निर्माताओं का मानना है कि पीपीई को पहले मेडिकल डिवाइसेज रूल (MD Rule) के तहत विनियमित करने की आवश्यकता है, यदि अगर भारत गुणवत्ता वाले पीपीईस (PPEs) का पसंदीदा निर्यातक बनना चाहताहै। बता दें कि, पीपीई को गुणवत्ता और सुरक्षा के लिए आईएसओ (ISO) 13485 के बुनियादी विनिर्माण मानकों के अनुसार पीपीई किट के निर्माण के लिए केंद्रीय औषधि मानक नियंत्रण संगठन (CDSCO) द्वारा लाइसेंस प्राप्त करने के लिए नए एमडी नियमों, 2017 के तहत पहले पंजीकृत होना आवश्यक है. यह केंद्रीय कपड़ा मंत्री स्मृति ईरानी (Union teñtiles minister Smriti Irani) के द्वारा दिए गए बयान में शामिल है, जिसमें कहा गया है कि आज हम प्रति दिन 4.5 लाख पीपीई सूट का उत्पादन पार कर चुके हैं और भारत में अब 600 से अधिक कंपनियां हैं, जो पीपीई के निर्माण के लिए प्रयोगशाला प्रमाणित हैं. पीपीई का घरेलू उत्पादन मार्च में शुरू हुआ, जब भारत कोविड-19 के व्यापक प्रसार के साथ एक बड़े घाटे में परिवर्तित था. कपड़ा मंत्रालय के लिए नौ एजेंसियों द्वारा आज नए नमूनों का परीक्षण किया जाएगा, जो पीपीई की आपूर्ति के लिए जिम्मेदार है. दरअसल, पीपीई पर सिंथेटिक रक्त प्रवेश जैसे टेस्ट आयोजित किए जाते हैं. कोयम्बटूर स्थित दक्षिण भारत वस्त्र अनुसंधान संघ (SITRA) प्रयोगशाला, जो भारत में पीपीई के लिए परीक्षण एजेंसियों में से एक है। हाल ही में उन्होंने कहा है कि निर्माता को परीक्षण प्रयोगशाला से अनुमोदित नमूने के आधार पर विनिर्माण गुणवत्ता पीपीई के संदर्भ में उचित कारण का पालन करना होगा। यूरोपीय संघ (EU) चिकित्सा उपकरण नियमों और यूएस एफडीए (US FDA) चिकित्सा उपकरण कानूनों के तहत चिकित्सा उपयोग और पीपीई के लिए अलग-अलग नियम हैं. विशेषज्ञों ने कहा है कि पीपीई एक आकार के सभी फार्मूले के अनुकूल नहीं है. आवश्यकताओं के अनुसार इसके विवेकपूर्ण उपयोग की आवश्यकता है क्योंकि हर मरीज के लिए कोई मानक किट नहीं है और पीपीई घटक को निर्दिष्ट या अनुमोदित करने के लिए कोई सामान्य जोखिम मूल्यांकन भी नहीं है, इसलिए इसे मामले के आधार पर निपटाया जाता है. प्रिवेंटिव वियर मैन्युफैक्चरर एसोसिएशन ऑफ इंडिया (PWMAI) के अध्यक्ष संजीविव रेहान बताते हैं कि "उदाहरण के लिए, जब फ्लूइड रिस्क शून्य होता है, तो केवल चेहरे को मास्क की आवश्यकता होती है. वहीं, जब फ्लूइड का रिस्क अधिक होता है, तो फेस शील्ड और फेस मास्क का उपयोग होता है. एक एरोसोल प्रक्रिया के लिए, जब फ्लूइड रिस्क शून्य होता है, तो वायरस से सुरक्षा के लिए एन 95 मास्क जरूरी होते हैं. इन बिंदुओं को ध्यान में रखते हुए, हम माँग को बहुत बेहतर तरीके से नियंत्रित कर सकते हैं ताकि उच्च जोखिम वाले स्वास्थ्यकर्मी पीपीई के पूर्ण पूरक का लाभ उठा सकें, जिसमें एन 95 मास्क, दस्ताने, कवर और जूता कवर शामिल हैं." चिकित्सा उपकरण नियमों के तहत चिकित्सा उपयोग के लिए पीपीई का नियमन करना भी आवश्यक है क्योंकि भारत अंतर्राष्ट्रीय चिकित्सा उपकरण नियामक फोरम (IMDRF) का एक हस्ताक्षरकर्ता है, जो दुनिया भर के चिकित्सा उपकरण नियामकों का एक स्वैच्छिक समूह है. इसके जरिये चिकित्सा उपकरणों (GHTF) पर ग्लोबल हार्मोनाइजेशन टास्क फोर्स के मजबूत संस्थापक कार्य और अंतर्राष्ट्रीय चिकित्सा उपकरण नियामक सद्भाव और अभिसरण में तेजी लाने का लक्ष्य है. IMDRF का जन्म अक्टूबर 2011 में हुआ था, जब ऑस्ट्रेलिया, ब्राजील, कनाडा, चीन, यूरोपीय संघ, जापान और संयुक्त राज्य अमेरिका के चिकित्सा उपकरण नियामक प्राधिकरणों के प्रतिनिधियों के साथ-साथ ओटावा में विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) की स्थापना को संबोधित करने के लिए बैठक हुई थी। इसके साथ ही इस नए फोरम का भी संचालन हुआ था. भारतीय निर्माताओं का मानना है कि मेडिकल उपयोग के लिए पीपीई पर हमारे पास कोई राष्ट्रीय मानक नहीं हैं और जब हम विश्व के बारे में बात करते हैं तो उन्होंने अच्छे मानदंड स्थापित किए हैं. विश्व स्तर पर उन्हें यूएस एफडीए चिकित्सा उपकरण नियमों के अनुसार अमे. रिका में चिकित्सा उपकरणों के रूप में वर्गीकृत किया गया है. केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्रालय ने 11 फरवरी, 2020 को ड्रग्स एंड कॉस्मेटिक्स (डी एंड सी) अधिनियम की धारा 3 के तहत मनुष्यों या जानवरों पर इस्तेमाल होने वाले सभी चिकित्सा उपकरणों को 1 अप्रैल, 2020 से अधिसूचित किया है, ताकि यह सुनिश्चित हो सके कि पीपीई सहित सभी चिकित्सा उपकरण किट गुणवत्ता और प्रभावकारिता के कुछ मानकों को पूरा करती हैं.



नया उत्पाद

● **Wellness** कम्पनी की प्रोडक्ट लिस्ट निम्न प्रकार है:- **CORTEL** (Telmisartan 20/40/80 mg Tablet) ● **CORTEL-Trio** (Telmisartan 40 mg + Hydrochlorothiazide12.5 mg + Amlodipine 5 mg Tablets) ● **Cortel - A** (Telmisartan 40 mg + Amlodipine 5 mg) ● **Cortel - M** (Telmisartan 40 mg + Metoprolol 25/50 mg ER) ● **Cortel - H** (Telmisartan 40/80 mg + Hydrochlorothiazide 12.5mg) ● **Cortel - LN** (Telmisartan 40 mg + Clindipine 10 mg Tablets) ● **Cortel - CH** (Telmisartan 40 mg + Chlorthalidone 6.25/12.5 mg Tablet) ● **Tenebite M** (Teneligliptin 20 mg + Metformin 500/1000 mg SR Tab.) ● **Tenebite** (Teneligliptin 20 mg) ● **Angiwell** (Nitroglycerin 2.6 mg/6.4 mg CR Tablet) ● **B-Fit - CD** (Policosanol + Antioxidents & Combinations) ● **Thyrocab** (Carbimazole 5/10/20 mg Tablets) ● **Voglibite** (Voglibose 0.2/0.3 mg mouth dissolving Tablet) ● **Voglibite M** - (Voglibose 0.2/0.3 mg + Metformin 500 mg SR) ● **Voglibite GM** (Voglibose 0.2/0.3 mg, Metformin SR 500 mg and Glimepride 1&2 mg Tablet) ● **FBT** (Febuxostat 40/80 mg Tablets). इस कम्पनी को 2019 में COMPANY OF THE YEAR चुना गया है और Most progressive in new Rx generation #1 amongst top 50 companies ● Stupendous growth 600+ Cr revenue with 22 % CAGR ● Breakthrough innovative brands Cater unmet needs with high quailty & affordable brands ● DSIR approved R&D center Dedicated R&D center with state of art technology कम्पनी को इन अवॉर्डों के साथ सम्मानित किया गया है.

● **Kusum Healthcare Pvt. Ltd., Ph.: 011-41005147, 40514919, 40527575** ने **K-GENIE (Ketoconazole 2% + Zinc Pyrithione 1%) Shampoo (Seborrheic dermatitis, Dandruff)** रूपये 325/- Per 100 ml bottle में प्रस्तुत किया है.

● **CADILA PHARMACEUTICALS LIMITED., Mob.: 7500407412** ने **ESILOC-40 (Esomeprazole Tablets IP 40 mg 1x2 Tablets)** को बाजार में प्रस्तुत किया है.

नवम्बर माह के त्यौहार

01.11.2020	कार्तिक प्रारम्भ
02.11.2020	मासिक कार्तिगाई
03.11.2020	अट्ल तद्दी, रोहिणी व्रत
04.11.2020	करवा चौथ, संकष्टी चतुर्थी
08.11.2020	भानु सप्तमी, अहोई अष्टमी, राधा कुण्ड स्नान, कालाष्टमी
11.11.2020	रमा एकादशी
12.11.2020	गोवत्स द्वादशी
13.11.2020	धन तेरस, यम पंचक प्रारम्भ, यम दीपक, प्रदोष व्रत, काली चौदस, हनुमान पूजा, मासिक शिरात्रि
14.11.2020	नरक चतुर्दशी, तमिल दीपावली, दीवाली, लक्ष्मी पूजा, दीपमालिका, केदार गौरी व्रत, चोपड़ा पूजा, शरदा पूजा, काली पूजा, कमला जयन्ती, दर्श अमावस्या, नेहरू जयन्ती
15.11.2020	कार्तिक अमावस्या, गोवर्धन पूजा, अन्नकूट, बलि प्रतिपदा, दयूत क्रीडा
16.11.2020	चन्द्र दर्शन, नव सम्वत प्रारम्भ, भैया दूज, यम द्वीतीया, वृश्चिक संक्रान्ति, मण्डला काल प्रारम्भ
18.11.2020	नागुला चविथी, विनायक चतुर्थी
19.11.2020	लाभ पंचमी
20.11.2020	छठ पूजा, सूर सम्हारम
21.11.2020	अष्टाह्निका विधान प्रारम्भ
22.11.2020	गोपाष्टमी, मासिक दुर्गाष्टमी
23.11.2020	अक्षय नवमी, जगद्धात्री पूजा
24.11.2020	कंस वध
25.11.2020	देवुत्थान एकादशी, भीष्म पंचक प्रारम्भ
26.11.2020	वैष्णव देवुत्थान एकादशी, तुलसी विवाह, योगेश्वर द्वादशी, गुरूवायुर एकादशी
27.11.2020	प्रदोष व्रत
28.11.2020	वैकुण्ठ चतुर्दशी, विश्वेश्वर व्रत
29.11.2020	मणिकार्णिका स्नान, चौमासी चौदस, देव दीवाली, पूर्णिमा उपवास, भीष्म पंचक समाप्त
30.11.2020	कार्तिक पूर्णिमा, पुष्कर स्नान, चन्द्र ग्रहण, गुरू नानक जयन्ती, अष्टाह्निका विधान पूर्ण, रथ यात्रा, रोहिणी व्रत

Franchise, PCD & 3rd Party Manufacturing in all over India
for any further queries to feel free contact us
advtpoonam@gmail.com, 9219444474, 9319980483

नीरू गर्ग स्वामी की ओर से ब्रजेश कुमार गर्ग द्वारा प्रकाशित, ब्रजेश कुमार गर्ग द्वारा मुद्रित तथा इम्प्रेशंस प्रिंटिंग एण्ड पैकिंग लिमिटिड नोएडा, गौतम बुद्ध नगर में मुद्रित एवं के० पी० रोड, बुलन्दशहर से प्रकाशित, सम्पादक - ब्रजेश कुमार गर्ग

e-derma

A complete Range of Skin Care Products

Franchisee For SKIN SPECIALIST Products

Feel Free for Any Query

More Than 170 Products

e-derma PHARMA INDIA PVT. LTD.

9034435000, 9034635000

edermapharma@hotmail.com

www.edermapharma.com

वृद्ध

बुढ़ापे से, ना डर पाएं,
अनुभव से, बढ़ते ही जाएं.

प्रयास

संघर्ष के बिना, जीवन अधूरा है.
आगे बढ़ते जाओ, जीवन पूरा है.

नियमित

कुछ न कुछ, नित करते जाओ.
एक दिन कार्य को, निश्चित पूर्ण पाओ.

–डा॰ नरेन्द्र नाथ लाहा, 27 ललितपुर कॉलोनी ग्वालयर (म॰प्र॰) मो॰ 09753698240.

Franchisee/PCD for unrepresented Area

Third Party Manufacturing

Monopoly Business Rights

AYURVEDIC & NUTRACEUTICALS

Tablets | Capsules | Syrup | Sachet | Oil | Powder | External Preparation

Blue Star Laboratories | MAYLEBENS INDIA PVT. LTD. | BLUE STAR NUTROSANITA PVT. LTD.

Office: 206, Blue Star Plaza, Sarja Mkt, Opp. M2K, Sector 7, Rohini, Delhi-110085
Works: Plot No.-6, Sector-56, Phase-4, HSIIDC, Kundli-131028 (Haryana)
Ph.: 011 2704 0437, 9810165707
Email: bsnspl@gmail.com

www.medicaldarpan.com

"Available"

Fully furnished plant with plot area 900 sq.m. • Carpet area 9000 sq. ft. (Constructed), 2 side open • Facility an 30 ft. road. • Power Connection : 65 KVA with SERVO. • All Clearances from UPSIDC & Pollution Depth. • Approved Facility for Ayurvedic Formulations & Food. • Just 6.5 Km from Meerut Expressway. • Just 11 Km from eastern Peripheral Road. • Newly constructed facility in 2019 with 200 sq. ft. office block and 500 sq. ft admin block.

WHO-GMP CERTIFIED

Quality Products at Affordable Price

Third Party Manufacturing
PCD/Franchisee for unrepresented Areas

Nutraceuticals & Health Supplement

- LIQUID INJECTIONS
- ORAL DRY POWDERS
- TABLETS
- EYE & EAR DROPS
- CAPSULES
- EXTERNAL PREPARATIONS
- ORAL LIQUIDS
- VETERINARY PREPARATIONS

Expert in Ophthalmic, CNS & Cardiac Products

Hiral Labs Ltd.

For Domestic Inquiries
Mr. Sondev Sharma +91 8272035030
Mr. Subham Bhatt +91 9760535030

For Export Inquiries
Ms. Alfia Saiyed +91 7899905030
Mr. Vishal Kamboj +91 7055705030

Sisona, Nr. Bhagwanpur, Roorkee-247661 (Uttarakhand)
Email: marketing@hirallabs.com, marketing2@hirallabs.com
Website: www.hirallabs.com

Professionally Managed Pharma Company

Looking For Franchise & Pcd State/ District Wise

DH Kritical Care

All Over India We Offer Quality medicine With Full Marketing Support

Complete Ortho, Cardio-Diabetic, Gynae, Paed., General, Gastro, Derma Range Available

A COMPLETE RANGE OF :

3RD PARTY ALSO AVAILABLE

TABLETS | INJECTIONS | ORAL LIQUIDS | OINTMENTS | EAR/EYE DROPS
CAPSULES | DRY SYRUP | IV FLUIDS | MOUTH WASH | PROTEIN POWDER

We also have OTC range for distributor district wise

R.O. -SCF-394, 2nd Floor, Motor Market, Manimajra (U.T.) Chandigarh 160101
www.dhkriticalcare.com, Email : dhbiotech2017@gmail.com
Ph. No. 01722473121I, Toll Free No. 18008893916
Contact Miss Priyanka for PCD & 3rd Party Manufacturing 6283287838,

नया उत्पाद– देश की जानी मानी दवा निंमाता कम्पनी **OAKNET Healthcare Ph. No.: 22-62678527, 22-62678525** ने Management & Prevention of Osteoporosis में उपयोगी उत्पाद Densical XT (Calcium Carbonate, Vitamin D_3, Methylcobalamin, L-Methylfolate Calcium & Pyridoxal-5 Phosphate Tablets) MRP :- Rs 13/Tab दवा बाजार में प्रस्तुत की है, इस Tab. की विशेषता Tab. का small size होना है.

• **VITAMIN D DEFICIENCY** देश की अग्रणी दवा निंमाता कम्पनी **CUREWIN HYLICO PHARMA Ph. No.: 040-23555525 VITAMIN D DEFICIENCY** मे उपयोगी उत्पाद VIDICAL 60 K (Cholecalciferol 60,000 I.U.) को बाजार में प्रस्तुत किया है. इस Tab. की विशेषता इसका Orange Flavour & Chewable Tablets होना हैं.

www.medicaldarpan.com

धन अपना, पराया नहीं देखता

Events Pharmaceuticals Pvt. Ltd.

Events Corporation

★ ★ ★ ★ ★

(Ambala)

(WHO, GMP, ISO CERTIFIED PRODUCTS)

PSYCHOTROPIC DRUGS

Pharma & Veterinary

- ★ PCD / FRANCHISE
- ★ THIRD PARTY
- ★ VETERINARY GOVT. BUSSINESS
- ★ VETERINARY ECTOPARASITES (CYPER, DELTA, AMITRTAZ ETC.)
- ★ AYURVEDIC
- ★ FEED SUPPLEMENTS & COSMETICS
- ★ POULTRY PRODUCTS

Contact : (M) 99960-10004,94160-23262

EVENTS PHARMACEUTICALS PVT. LTD.

Unit - EVENTS CORPORATION UNIT-II
Ogli, Nahan Road, Kala Amb, Distt. Sirmour (H.P)-173030
Corporate Office - First Floor, Bank Of Baroda Opp. Reliance Trend, Prem Nagar Ambala City
Web Site : www.events.org.in Email :eventspharma@gmail.com

events

Care with Confidence

more than 150 products

WITH A WIDE RANGE OF

TABLETS | LIQUIDS | CAPSULES | INJECTABLES | DRY SYRUPS | SOFT GEL | OINTMENTS | AYURVEDICS | FOOD SUPPLEMENTS

- PLAFIX-OLB Tab
- PLAFIX-SL Tab
- PLAFIX-AZ Tab
- PLADOX-200 Tab
- PX-CLV 625LB Tab
- FULDAY-FX Tab
- RANIVIS-OD Tab
- RABIPLUS-LSR Cap
- COFAX-LS Syrup
- ARTHO SAVE (JOINT PAIN OIL)

We Offer

- Attractive Packing
- Monopoly Rights with Timely Delivery
- Latest Molecules
- Best Reasonable Rates
- Ethical Marketing Strategy
- Free Promotional Items

• Product Card • M.R. Bag • Visual Aid Book • Sample Catch Cover • Literature/Leave Behind • Visiting card • Order book • Prescription Pad • Dr. Request Card • Gifts Articles • Stickers

Trade Enquiries for Franchises/PCD Distribution with Monopoly basis are welcomed from all over INDIA

Required PCD Manager for Appoint New Parties in Vacant Area

PLATINUM PHARMA
(An ISO 9001:2008 Certified Company)
Railway Road, Basant Vihar, Shri Chunni Lal Jaitly Marg, Jwalapur, Haridwar-249407 (U.K.)
Email : platinumpharma999@gmail.com, info@platinumpharma.co.in
Marketing enquiries are most welcome Contact:
Ranjit Singh Kaintura 9837377537, 9557161416
www.platinumpharma.co.in

DM

We have our own 2 manf. units

National Award Winner

With Latest Formulations Like

- Cefixime 200mg + Azithromycin 250mg Tab
- Cefixime 200mg + Dicloxacillin Sodium 500mg Tab
- Cefpodoxime 200mg + Ofloxacin 200mg Tab
- Cholecalciferol Sachets
- Cefpodoxime 200mg + Dicloxacillin 500mg Tab
- Levocetirizine 2.5/5mg + Montelukast 4/10mg Tab/Syrup
- Aceclofenac 100mg + Thiocolchicoside 4/8mg Tab
- Artemether 40/80mg + Lumefantrine 240/480mg
- Cefixime 50mg + Ofloxacin 50mg Dry Syrup
- Rabeprazole Sodium 20mg + Itopride HcL 150 mg Cap
- Pantoprazole Sodium 40mg + Itopride HcL 150mg Cap
- Diclofenac Potassium 50mg + Thicolchocise 4mg Tab
- Fexofenadine Hcl 102mg + Montelukast 10mg Tab

A Complete Range Of :

- Tablets
- Capsules
- Injections
- Oral Liquids
- Dry Syrups
- Ointments
- Ear/Eye Drops
- Mouthwash
- Protein Powder

We Offer

Export Quality Products
Attractive Packings
Free Promotional Gift Items
Bar Code Protected Products
Original Physician's Samples
Dynamic Promotional Material

Parties/Professionals are invited for exclusive marketing rights (on monopoly basis), who has strong financial background, wide infrastructure & are experienced in the line of business

DM Pharma

Head Office : SCO 177, 1st Floor Sector 38-C, Chandigarh • Works : NH-21A, Bhud, Baddi, Distt. Solan (H.P.)
Mob. : 09872554244, 09779175244 • Fax No. : 0172-4003290
Email : saarbiotechda@gmail.com • website : www. dysnecpharma.com

already manufacturing medicines on 3rd party basis for multi national co.'s

नीरू गर्ग स्वामी की ओर से ब्रजेश कुमार गर्ग द्वारा प्रकाशित, ब्रजेश कुमार गर्ग द्वारा मुद्रित तथा इम्प्रेशंस प्रिंटिंग एण्ड पैकिंग लिमिटिड नोएडा, गौतम बुद्ध नगर में मुद्रित एवं के॰ पी॰ रोड, बुलन्दशहर से प्रकाशित, सम्पादक – ब्रजेश कुमार गर्ग