

શહેરના બજારમાં કાબાઈડથી પકવેલી કેરીઓ સ્વાસ્થ્ય માટે ખતરો



કેરીના રસમાં પણ ભેળસેળ થવાથી નાગરિકોએ ચેતવું અનિવાર્ય રહેશે : કાબાઈડથી પકવેલી કેરીથી કીડની, આંતરડા, મગજને નુકસાન પહોંચે છે

ગાંધીનગર, તા. ૧૬ શહેરમાં કેસર કેરીનું વેચાણ શરૂ થઈ ચુક્યું છે. આ વખતે શહેરજનોને કેરીનો રસ ખાવો મોંઘો બની ચૂક્યો છે. શહેરમાં ઠેક ઠેકાણે કેસર કેરીની પેટીઓ જોવા મળી રહી છે, પરંતુ શું આ કેરીઓ તમારા માટે ખરેખર યોગ્ય છે કે નહિ તેની કોઈએ તપાસ કરી? એક તરફ આંબાઓ ઉપર કાચી કેરી જોવા મળી રહી છે ત્યારે અહીંયા એકદમ પાકેલી કેરીઓનું વેચાણ શરૂ થઈ ચુક્યું છે. આ સાથે ઉનાળો આવતાની સાથે માર્કેટમાં કેરીનો રસ આવી ગયો હતો. સૂચના જણાવ્યા મુજબ કાબાઈડથી પકવેલી કેરીઓનું ધૂમ વેચાણ કરવામાં આવી રહ્યું છે. આ કાબાઈડથી પકવેલી કેરીઓ ખાવાથી કીડની, આંતરડા, મગજ વગેરે જેવા અંગો પર ઘાતક અસરો થાય છે. માનવીના સ્વાસ્થ્ય સાથે એક ધાયા છે તેમ છતાં આરોગ્યતંત્ર જાગૃત્વ ન હોવાથી પ્રજાનું આરોગ્ય રામભરોસે રહી જવા પામ્યું છે. કાબાઈડ માનવ શરીર માટે ઘાતક પુરવાર થાય છે. પણ તેનો કેરી પકવવામાં ઉપયોગ થતો હોવાથી નાગરિકો અજાણતાં તેને પેટમાં પધરાવી રહ્યાં છે. આ બાબતે પ્રજામાં જાગૃતિ આવે તેના માટે તંત્રએ પ્રયત્નો કરવા જોઈએ.

શહેરભરમાં ઋતુગત કેરીના રસ સિવાય પણ અન્ય ઋતુમાં તે મળી રહે છે. કોલ્ડ સ્ટોરેજમાં રાખીને વધુ સમય માટે અમુક ખાદ્ય સામગ્રીઓનો ઉપયોગ કરવામાં આવી રહ્યો છે. જેને જોતા કેરીના રસમાં એકંદરે થતા જોવા મળી રહ્યાં છે. કેરીના રસમાં ગળપણ માટે ખાંડનો ઉપયોગ કરવામાં આવી રહ્યો છે. જે સુગર લેવલ વધારીને શરીરને નુકસાનરૂપ બની જાય છે. રસમાં કલર આવે તે માટે કેમિકલને ઉમેરવામાં આવે છે. ઘરે બનાવેલો રસ અને માર્કેટમાં ઉપલબ્ધ રસની સરખામણી કરતા બંને રસ અલગ તરી આવે છે તેથી શહેરજનોએ માર્કેટમાંથી તૈયાર મળતો રસ લેવાનું ટાળવું જોઈએ. કોરોના કાળ બાદ નાગરિકો સ્વાસ્થ્ય પ્રત્યે કાળજી રાખવાનું શીખી ગયા છે તેમ છતાં માર્કેટમાં મળતા ખાદ્ય પદાર્થોનું સેવન કરવામાં આવતા દવાખાનામાં દર્દીઓ ઓછા થવાનું નામ લઈ રહ્યા હતા. ખાદ્ય સામગ્રીને આકર્ષક બનાવવા માટે તેમાં અનેક પ્રકારના કેમિકલનો ઉપયોગ કરવામાં આવતો હોય છે જે નાગરિકોના સ્વાસ્થ્ય માટે ખૂબ નુકસાનકારક સાબિત થાય છે. તેથી માર્કેટમાં મળતી કેરી અને કેરીના રસ વિશે યોગ્ય ચકાસણી બાદ જ ખરીદી કરવી હિતાવહ રહેશે.

આજે વિશ્વ હાઈપરટેન્શન ડે

હાઈ બ્લડપ્રેશર સતત રહેવાથી હાર્ટ ડિસીઝ, પેરિફરલ વાસ્ક્યુલર ડિસીઝ, હાઈએટેક, સ્ટ્રોક, કિડની ડિસીઝ થવાની સંભાવના વધે છે



ગાંધીનગર, તા. ૧૬ આજકાલ હાઈ બ્લડપ્રેશરનો રોગ ખૂબ વધુ પ્રમાણમાં થતો જોવા મળે છે. સામાન્ય રીતે દર ૪ વ્યક્તિએ ૧ વ્યક્તિ હાઈ બ્લડપ્રેશરનો શિકાર બનતી હોવાનું નોંધવામાં આવ્યું છે. હાઈ બ્લડપ્રેશરનો રોગ લોહીની સંચારણ કરે ત્યારે થતો હોય છે. સમગ્ર શરીરમાં શરીરનાં પ્રત્યેક નાના-મોટા અવયવોમાં કોષો સુધી લોહીનું પરિભ્રમણ સતત થયાં કરતું હોય છે. આ કાર્ય માટે હૃદય એક માંસલ પંપ જેવું કાર્ય કરે છે. જે હૃદયમાં આવતા અશુદ્ધ લોહીને ફેંકવામાં શુદ્ધિકરણ માટે મોકલે છે. જ્યારે હૃદયમાં આવતા શુદ્ધ લોહીને હૃદય મુખ્ય ધમની દ્વારા સમગ્ર શરીરમાં મોકલે છે. મુખ્ય ધમનીથી આગળ વધી નાની-મોટી શાખાઓમાં લોહીનું પરિભ્રમણ ત્યારે જ અવિરત ચાલે જ્યારે નિયત માત્રામાં દબાણ હોય. પરંતુ દબાણનું પ્રમાણ જરૂરથી જ્યારે વધુ થઈ જાય છે ત્યારે રક્તવાહીનીની દિવાલમાં સતત વધુ પ્રેશરની અસર થવાની આડઅસર દરેક નાના-મોટા અવયવ પર થાય છે. આમ હાઈ બ્લડપ્રેશર માત્ર લોહીની નળીઓને જ નુકસાનકર્તા કે માત્ર હૃદયને નુકસાનકર્તા છે તેવું નથી. લોહીની નળીઓમાં ફરતાં લોહીનું દબાણ સતત વધારે રહેવાની આડઅસર સમગ્ર શરીર પર ખાસ મગજ, હૃદય, કિડની જેવા મુખ્ય અવયવો પર વિશેષ થાય છે. આથી જ 'હાઈ બ્લડપ્રેશર' રોગને માત્ર લક્ષણ સમજી અવગણવું જોઈએ નહીં.

હાઈ બ્લડપ્રેશર વિશે જાણવા જેવું

- શરીરમાં લોહીની નળીઓમાં ફરતાં લોહીનું દબાણ ૧૨૦ / ૮૦ MM Hg ને સામાન્ય ગણાય. તેમ છતાં પણ વ્યક્તિગત ૧૧૦/૭૦ MM Hg જેવું દબાણ ધરાવતી સામાન્ય આરોગ્ય ધરાવતી વ્યક્તિઓ પણ હોય છે.
- ઉંમર વધવાની સાથે લોહીની નળીઓની સ્થિતિસ્થાપકતા ઘટવાથી લોહીનું દબાણ સામાન્ય પ્રમાણમાં વધી શકે છે. પરંતુ જ્યારે ૧૪૦/૯૦ MM Hg થી વધારે સતત રહે ત્યારે હાઈ બ્લડપ્રેશર કહેવાય.
- અમુક વિશિષ્ટ સંજોગો જેવા કે વધુ માત્રામાં પેઈન કિલર, કેફિનવાળા પીણાં, વધુ માત્રામાં નમક ખાવાથી બ્લડપ્રેશર વધતું હોય છે. સ્ત્રીઓમાં ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન બ્લડપ્રેશર વધતું હોય છે જે રિલિયરી પછી સામાન્ય થઈ જાય છે.
- હાઈટ્રોટ હાઈપરટેન્શન - ઘણાં દર્દીઓને જ્યારે ડોક્ટરની ક્લિનિક કે હોસ્પિટલમાં જાય ત્યારે તણાવને કારણે હાઈ બ્લડપ્રેશર અનુભવે છે જે અન્ય સમયે સ્થળે માપવાથી નોર્મલ આવતું હોય તેને હાઈટ્રોટ હાઈપરટેન્શન કહે છે.
- હાઈપરટેન્શનની દવા શરૂ કરતાં પહેલાં એક થી વધુ વખત અને દિવસો દરમિયાન માપી હાઈ બ્લડપ્રેશર સતત નોંધવામાં આવે છે કે કેમ તે જાણવું જરૂરી હોય છે.
- હાઈ બ્લડપ્રેશર સતત રહેવાથી હાર્ટ ડિસીઝ, પેરિફરલ વાસ્ક્યુલર ડિસીઝ, હાઈએટેક, સ્ટ્રોક, કિડની ડિસીઝ થવાની સંભાવના વધે છે.
- રિલ્પ એપ્રીઆ-ઈધમાં ઓકિસિજન ઓછો મળવો, કિડની ડિસીઝ, ડાયાબિટીસને કારણે પણ હાઈ બ્લડપ્રેશર થઈ શકે છે.
- દરેક વ્યક્તિગત કેસમાં હાઈ બ્લડપ્રેશર રહેવાના કારણો અલગ-અલગ હોઈ શકે છે. આથી જ દવા ઉપરાંત અન્ય શી કાળજી રાખવી તે ડોક્ટર પાસેથી સમજવા તથા સાવચેતીનાં પગલાં લેવા જોઈએ.

ગાંધીનગર જિલ્લા રાજપૂત સમાજ સેવા ટ્રસ્ટ દ્વારા ૨૪મો સમૂહ લગ્નોત્સવ ધામધૂમથી ઉજવાયો



ગાંધીનગર, તા. ૧૬ ગાંધીનગર જિલ્લા રાજપૂત સમાજ ટ્રસ્ટનો ૨૪મો સમૂહ લગ્નોત્સવ ગાંધીનગરમાં આવેલ સમર્પણ કોલેજ ખાતે તા. ૧૫-૫-૨૦૨૨ ને રવિવારના રોજ યોજાયો હતો. આ સમૂહ લગ્નોત્સવમાં રાજપૂત સમાજના આગેવાનો, દાતાઓ, નેતાઓ મોટી સંખ્યામાં ઉપસ્થિત રહ્યાં હતા. ત્યારે રાજપૂત સમાજ સેવા ટ્રસ્ટના પ્રમુખ શંકરસિંહ રાણા, મહામંત્રી ભરતસિંહ બિહોલા, લગ્ન સમિતિના અધ્યક્ષ પ્રવિણસિંહ ડામી, કાર્યકારી અધ્યક્ષ જશુભા પરમાર, કાર્યકારી પ્રમુખ રતનસિંહ વાઘેલા, કન્વીનર દશરથસિંહ વાઘેલા, વિક્રમસિંહ ગોલ તથા સમાજના હોદ્દાદારો દ્વારા આ સમૂહ લગ્નોત્સવ સફળ રહ્યો હતો. ઉનાળાના આ રવિવારના રોજ ખૂબ ગરમી હોવા છતાં તમામ જાનૈયાઓ માટે ગરમીમાં રાહત મળે તેથી કુલરોની પણ વ્યવસ્થા કરવામાં આવી હતી. આ લગ્નોત્સવમાં ૧૮ નવદંપતીઓએ પ્રભુતાના પગલા માંડ્યા હતાં. આ પ્રસંગમાં પૂર્વ મુખ્યમંત્રી શંકરસિંહ વાઘેલા, પૂર્વ ધારાસભ્ય મહેન્દ્રસિંહ વાઘેલા, ધારાસભ્ય ડો. સી.જે. યાવડા, એડવોકેટ તથા બાર કોર્પોરેશન પૂર્વ વાઈસ ચેરમેન શંકરસિંહ ગોહિલ, પૂર્વ મંત્રી પ્રદિપસિંહ જાડેજા, રાજપૂત સમાજના પ્રમુખ તથા મધુર ડેરીના ચેરમેન ડો. શંકરસિંહ રાણા, રાંધેજાના પૂર્વ સરપંચ જશુભા દરબાર ઉપસ્થિત રહ્યાં હતા તથી આ સમગ્ર કાર્યક્રમ દીપી ઉઠ્યો હતો. આ સમૂહ લગ્નોત્સવના કાર્યક્રમમાં સમૂહ લગ્ન ઉપર અને જૂની પુરાણી રહેણી કરણી, વિચારો તથા આજના નવયુવાનોને ભણવા તથા તેઓ એમના કારકિર્દી ખૂબ જ આગળ કેવી રીતે વધારી શકે તે બાબતે પ્રમુખથી લઈને મહાનુભાવોએ વક્તવ્ય આપ્યું હતું અને આ સમગ્ર કાર્યક્રમ ખૂબ જ સફળતાપૂર્વક સંપન્ન થયો હતો.

ઈન્ડિયન રેડક્રોસ સોસાયટીના પ્રતિનિધિઓએ માનવ કલ્યાણનું મિશન જીવન સાથે જોડ્યું છે : રાજ્યપાલશ્રી આચાર્ય દેવવ્રત



ગાંધીનગર, તા. ૧૬ ગુજરાતના રાજ્યપાલ શ્રી આચાર્ય દેવવ્રતે ઈન્ડિયન રેડ ક્રોસ સોસાયટી ગુજરાત રાજ્ય શાખા દ્વારા આયોજિત વાર્ષિક સાધારણ સભાના અધ્યક્ષસ્થાનેથી ઉદ્બોધન કરતા જણાવ્યું છે કે ઈન્ડિયન રેડ ક્રોસ સોસાયટીના પ્રતિનિધિઓએ માનવ કલ્યાણનું મિશન જીવન સાથે જોડ્યું છે. તેમણે જણાવ્યું હતું કે ઈન્ડિયન રેડ ક્રોસ સોસાયટી ગુજરાત રાજ્ય શાખા દેશની સૌથી સક્રિય શાખા છે. રાજ્યના ૩૩ જિલ્લા તથા ૭૯ તાલુકા શાખાઓમાં રેડ ક્રોસનું વિશાળ નેટવર્ક છે. આ શાખાઓ દ્વારા સમાજના કલ્યાણ અર્થે અનેકવિધ પ્રવૃત્તિઓ કરવામાં આવે છે તે આપણા સૌ માટે ગર્વની વાત છે. ઈન્ડિયન રેડ ક્રોસ સોસાયટી, ગુજરાત રાજ્યની શાખાઓ હંમેશાં જરૂરતમંદ લોકોને આરોગ્યસેવાના ક્ષેત્રથી માંડીને આકૃતના સમયે રાહતકાર્યો જેવી અનેકવિધ સેવાઓને માનવતાના ધોરણે પૂરી પાડે છે તેમ જ જાણીતા રાજ્યપાલશ્રીએ ઉમેર્યું હતું કે કોરોના સંક્રમણના કપરાં કાળમાં ઈન્ડિયન રેડ ક્રોસ સોસાયટી દ્વારા ઉત્તમ કાર્ય કરવામાં આવ્યું હતું એટલું જ નહીં બ્લડ ડોનેશન કેમ્પ દ્વારા રક્ત એકત્ર કરવાની પ્રવૃત્તિમાં ઈન્ડિયન રેડ ક્રોસ સોસાયટી ગુજરાત રાજ્ય શાખા દેશભરમાં પ્રથમ સ્થાને રહી છે,

વાવાઝોડાથી દરિયાકાંઠે થતા નુકસાનને ઘટાડવા આઈઆઈટી ગાંધીનગરે મોડેલ વિકસાવ્યું

પાવર ટ્રાન્સમિશન ટાવરો માટે વાવાઝોડાની તૈયારીની વ્યૂહરચના ભારતના વાવાઝોડા-સંભવિત દરિયાકાંઠાના વિસ્તારો માટે અત્યંત મહત્વપૂર્ણ અને ઉપયોગી સાબિત થઈ શકે છે



ગાંધીનગર, તા. ૧૬ આબોહવા પરિવર્તનના પરિણામે વાવાઝોડાની વધતી જતી સંખ્યા અને તીવ્રતાને કારણે પાવર ટ્રાન્સમિશન અને વિતરણ પ્રણાલીને થતું નુકસાન અને વિવિધ સ્તરે તેની અસર એ ભારતના દરિયાકાંઠાના વિસ્તારો માટે ચિંતાનું મુખ્ય કારણ છે. દેશના પૂર્વ ભાગમાં સૌથી વધુ વાવાઝોડા-સંભવિત રાજ્યોમાંનાં એક ઓડિશાને વર્ષોથી વારંવાર આવતા ગંભીર ચક્રવાતોને કારણે હજારો કરોડનું આર્થિક નુકસાન અને ગંભીર માળખાકીય નુકસાનનો સામનો કરવો પડ્યો છે. દરિયાકાંઠાના વિસ્તારોમાં આવા સંજોગોમાં, વીજ પુરવઠો એ સૌથી મહત્વપૂર્ણ માળખાકીય સુવિધા છે કારણ કે તે અન્ય આવશ્યક માળખાકીય પ્રણાલીઓ જેવી કે સંચાર, પાણી પુરવઠો, ગંદા પાણીનાં નિકાલ, પરિવહન વગેરેની કામગીરીને સીધી અસર કરે છે. તેથી, પાવર ટ્રાન્સમિશન અને વિતરણ પ્રણાલીઓને એવી રીતે મજબૂત કરવી ઈચ્છનીય છે કે તે ભવિષ્યના વાવાઝોડા દરમિયાન કાર્યક્ષમતાના એકંદર નુકસાનને ઘટાડવા માટે તેને ઓછામાં ઓછી ક્ષતિગ્રસ્ત થાય. ઉભી થઈ રહેલી આવી ગંભીર પરિસ્થિતિને ધ્યાનમાં લેતા, ભારતીય પ્રૌદ્યોગિકી સંસ્થા ગાંધીનગરના સંશોધકો, સુરેન્દ્ર વી રાજ, પ્રોફેસર ઉદિત ભાટિયા અને પ્રોફેસર મનીષ કુમારની ટીમે ૨૦૧૯માં ફાની વાવાઝોડા દરમિયાન નુકસાન પામેલા ઓડિશાના પાવર ટ્રાન્સમિશન નેટવર્કનો અભ્યાસ કર્યો, જેમાં તેમણે વાવાઝોડા દરમિયાન ઉત્પન્ન થતા તીવ્ર પવનો સામે અલગ-અલગ ટાવરોની નબળાઈ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કર્યું, અને એક વ્યાપક માળખું વિકસાવ્યું જે કાર્યક્ષમતામાં એકંદર નુકસાનને નોંધપાત્ર રીતે ઘટાડવામાં મદદ કરી શકે છે.

ફેમવર્ક વિકસાવવા માટે વિશ્લેષણ કરાવ્યું

ઓડિશા પાવર ટ્રાન્સમિશન કોર્પોરેશન લિમિટેડ પાસેથી ચક્રવાત ફાનીના કારણે ક્ષતિગ્રસ્ત ટ્રાન્સમિશન ટાવરો અંગે એકત્ર કરેલા ડેટા અને રેડિયલ વિન્ડ પ્રોફાઈલ મોડલનો ઉપયોગ કરીને આ ટાવરોના સ્થાનો પર અંદાજિત મહત્તમ ચક્રવાતી પવનની ઝડપ વિશેના ડેટાના આધારે, ટીમે ૪૧ હજારથી વધુ પાવર ટ્રાન્સમિશન ટાવર માટે નુકસાન થવાની સંભાવનાનું મૂલ્યાંકન કર્યું. ત્યારબાદ, ટ્રાન્સમિશન સિસ્ટમની કાર્યક્ષમતાનો અભ્યાસ કરવા અને વિવિધ ચક્રવાતની પરિસ્થિતિને કારણે અસરગ્રસ્ત થનારી વસ્તીનું અનુમાન કરવા માટે સિમ્યુલેટેડ વાસ્તવિક ચક્રવાત પરિસ્થિતિઓની શ્રેણી તૈયાર કરવામાં આવી હતી. તેમનો સંકલિત અભિગમ દેશના કોઈપણ સંવેદનશીલ દરિયાકાંઠાના વિસ્તારોમાં કાર્યવાહી કરવા યોગ્ય ઈજનેરી અને વ્યૂહાત્મક નીતિગત હસ્તક્ષેપ માટેની શક્યતાઓ ખોલે છે. આ કાર્યના તારણો તાજેતરમાં એલ્સેવિયર દ્વારા આંતરરાષ્ટ્રીય જર્નલ ઓફ ડિઝાસ્ટર રિસ્ક રિડક્શનમાં પ્રકાશિત કરવામાં આવ્યા છે.