# આર.એસ.એસ.ના ૨૧ દિવસીય સંઘશિક્ષા વર્ગનો ચંદ્રાલા ખાતે પ્રારંભ

**પ્રશિક્ષણ વર્ગમાં ઉત્તર ગુજરાતના ૭ જિલ્લાના ૨૬૨ શિક્ષાર્થીઓ-૨૨ શિક્ષકો સહભાગી થયાં**

ગાંધીનગર, તા.૧૦

રાષ્ટ્રીય સ્વયંસેવક સંઘ-આરએસએસના ૨૧ દિવસીય સંઘ શિક્ષા વર્ગ પ્રથમ વર્ષનો ગાંધીનગરના ચંદ્રાલા ખાતે તારીખ ૮મેથી પ્રારંભ થયો છે. આ પ્રશિક્ષણ વર્ગમાં સંસ્કૃતિ વીર ભોગ્યા વસુંધરાની સંસ્કૃતિ છે. આપણો દેશ આર્યાવર્તને પુરાતન સંસ્કૃતિ ધરાવનાર, અતિ પ્રાચીન છે. આ દેશમાં અસંખ્ય ત્યાગી, તપસ્વી અને શુરવીરોની ભૂમિ છે. જેમાં સમરથ કો નહિ દોષ સાધના કરીએ છીએ ત્યારે શારીરિક, માનસિક અને ભાવનાત્મક તપ કરી આ સાધના પૂર્ણ કરીએ તે આપણા સૌની નૈતિક જવાબદારી છે. ચંદ્રાલાના ઉમા સંસ્કાર તીર્થ ખાતે આયોજિત આ વર્ગ માટે

ઉત્તર ગુજરાતના કર્ણાવતી, ગાંધીનગર,બનાસકાંઠા, સાબરકાંઠા, અરવલ્લી, મહેસાણા અને પાટણ એમ સાત જિલ્લાના ૨૬૨ શિક્ષાર્થીઓ તેમજ પ્રશિક્ષણ આપવા ૨૨ શિક્ષકો સહભાગી થયા છે.

પ્રશિક્ષણ વર્ગના ઉદઘાટન પ્રસંગે વાનપ્રસ્થ આશ્રમ રોજડના પૂ. સ્વામી સત્યેન્દ્રજીએ આશિર્વચન આપતાં કહ્યું હતું કે, ભારતની ગુસાઈ શક્તિશાળીની હંમેશા પ્રશંસા થાય છે માટે જ્ઞાનની સાથે સામર્થ્ય યુક્ત બનવા તેમણે સ્વયંસેવકોને અપીલ કરી હતી.

સંઘશિક્ષા વર્ગના વર્ગ કાર્યવાહ સુબાભાઈ સુથારે પ્રથમ વર્ષના ઉદ્‌ઘાટન સત્રમાં કહ્યું હતું કે, શારીરિક, માનસિક અને ભાવનાત્મક તપ દ્વારા આપણે વર્ગની સંઘ સાધના પૂર્ણ કરીએ. આપણે આ ૨૧ દિવસ પરિવારથી દૂર કઠોર રોજ ભોજનમાં આજુબાજુના ગામોના ૩૫૦ પરિવારમાંથી રોટલી આવે છે અન્ય વિશેષ પ્રયોગોમાં વર્ગમાં પ્લાસ્ટિકનો ઉપયોગ ઓછામાં ઓછો કરી પર્યાવરણની જાગૃતિ માટે વૃક્ષો વાવવા, પાણી બચાવો મુખ્ય છે. આ વર્ગનો પૂર્ણાહુતિ સમારોપ દિનાંક ૨૮ મે-૨૦૨૩ના રોજ સાંજે ૦૫-૦૦ કલાકે યોજાશે તેમ ગુજરાત પ્રાંત સર કાર્યવાહ સુનિલભાઈ બોરીસાએ વર્ગની વિગતો આપતાં કહ્યું હતું.

# દેશની સૌથી મોટી ક્વિઝ STEM QUIZનો સાયન્સ સિટી ખાતે પ્રારંભ

ગાંધીનગર, તા. ૧૦

ગાંધીનગર નજીક સરદાર પટેલ રીંગ રોડ પર સ્થિત ગુજરાત સાયન્સ સિટી ખાતે દેશની સૌથી મોટી ક્વિઝ કોમ્પિટિશન સ્ટેમક્વિઝનો પ્રારંભ થયો છે. ગુજરાત સરકારના સાયન્સ એન્ડ ટેકનોલોજી વિભાગ દ્વારા આ કોમ્પિટિશનનું આયોજન કરવામાં આવ્યું છે. જુદા જુદા તાલુકા કક્ષાએ અને ત્યાર બાદ જિલ્લા કક્ષાએ યોજાયેલી જી્ઈસ્ર્ઉૈઢ સ્પર્ધામાં ઉત્તીર્ણ થયેલા વિદ્યાર્થીઓ હવે રાજ્યકક્ષાની સ્પર્ધામાં પહોંચ્યા છે.

ગુજરાત સાયન્સ સિટી ખાતે તા. ૯ મેથી શરૂ થયેલી આ સ્પર્ધા ૧૨ મે સુધી ચાલુ રહેશે. પ્રથમ દિવસે સ્પર્ધામાં ૫૮૮ વિદ્યાર્થીઓ હાજર રહ્યા હતા. જેમને સાયન્સ, ટેકનોલોજી, એન્જિનિયરિંગ અને મેથેમેટિક્સને લગતા સવાલો પૂછવામાં આવ્યા હતા. વિજેતા થયેલા વિદ્યાર્થીઓને ટેબ્લેટ, ટેલિસ્કોપ, રોબોટ, ડ્રોન જેવા ઈનામો આપવામાં આવ્યા હતા. આ ઉપરાંત ભાગ લેનારા તમામ વિદ્યાર્થીઓને પ્રમાણપત્રો પણ આપવામાં આવ્યા હતા. આ સ્પર્ધામાં ગુજરાત સાયન્સ સિટીના એક્ઝિક્યુટિવ ડિરેક્ટર જે.બી. વદર, ગુજરાત કાઉન્સિલ ઓન સાયન્સ ટેક્નોલોજી વિભાગના સલાહકાર ડોક્ટર નરોત્તમ સાહુ ખાસ ઉપસ્થિત રહ્યા હતા. ઉલ્લેખનીય છે કે સ્ટેમ ક્વિઝ એક એવી સ્પર્ધા છે.

જેનો હેતુ વિદ્યાર્થીઓમાં સાયન્સ, ટેક્નોલોજી, એન્જિનિયરિંગ અને મેથેમેટિક્સ વિશે જ્ઞાન વધારવાનો છે.

# કર્ણાવતી યુનિવર્સિટી ખાતે યોજાયો 'ગ્રેજ્યુએટ શો ૨૦૨૩'

**ફેશન અને સ્ટાઇલિંગના ગ્રેજ્યુએટ થઈ રહેલા વિદ્યાર્થીઓના કાર્યને પ્રદર્શિત કરનારો ફેશન શો એજ '૨૩, ગ્રેડ શો '૨૩ની ગ્રાન્ડ ફિનાલે અને મુખ્ય આકર્ષણ : યુઆઇડીના તમામ વિભાગોના ડીઝાઇન પ્રોજેક્ટ્સને રજૂ કરવામાં આવ્યાં**

ગાંધીનગર, તા.૧૦

ગાંધીનગરના ઉવારસદ ખાતેની ગત સપ્તાહે 'ધી ગ્રેજ્યુએટ શૉ ૨૦૨૩'નું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું, જેમાં ગ્રેજ્યુએટ થઈ રહેલી બેચ 'વર્ષ ૨૦૨૩ના ક્લાસ'ના ગ્રેજ્યુએશન પ્રોજેક્ટ્સને એસેસરીઝ તથા આધુનિક ડીઝાઈનો સહિતના તેમના પ્રોજેક્ટ્સને રજૂ કરવામાં આવ્યાં હતાં. ફેશન શૉ એજ '૨૩ વિદ્યાર્થીઓના આ પ્રદર્શનનું મુખ્ય આકર્ષણ હતો, જેમાં ફેશન અને સ્ટાઈલિંગના ગ્રેજ્યુએટ થઈ રહેલા વિદ્યાર્થીઓના કામોને પ્રદર્શિત

દર્શાવવામાં આવ્યાં હતાં. આ શૉમાં ફેશન અને લાઈફસ્ટાઈલ, ઈન્ડસ્ટ્રીયલ ડીઝાઈન, ઑટોમોબાઈલ એન્ડ ટ્રાન્સપોર્ટેશન ડીઝાઈન, કમ્યૂનિકેશન ડીઝાઈન, એનિમેશન અને ડિજિટલ મીડિયા, લાઈફસ્ટાઈલ એસેસરી ડીઝાઈન, કમ્યુનિકેશન ડીઝાઈન અને ઈન્ટીરિયર ડીઝાઈનના વિભાગોમાંથી બેચલર એન્ડ માસ્ટર ઑફ ડીઝાઈન કૉર્સિસના વિદ્યાર્થીઓના પ્રોજેક્ટ્સને દર્શાવવામાં આવ્યાં હતાં. આ પ્રદર્શનને ગાંધીનગરના ઉવારસદમાં આવેલી કર્ણાવતી યુનિવર્સિટીના હરિયાળા, સર્જનાત્મક રીતે રચવામાં આવેલા વિશાળ કેમ્પસમાં યોજવામાં આવ્યું હતું.

કર્ણાવતી યુનિવર્સિટી એ રાજ્યની ખાનગી યુનિવર્સિટી છે, જે શિક્ષણમાં શ્રેષ્ઠતા માટે સમર્પિત છે અને ઈન્ટરડિસિપ્લિનરી લર્નિંગ પર કેન્દ્રીત છે. આ કાર્યક્રમ સાચા અર્થમાં ડીઝાઈન અને વિદ્યાર્થીઓની સર્જનાત્મક અભિવ્યક્તિ અને કલાત્મક અન્વેષણની ઉજવણી હતી, કારણ કે, તેમાં ઉત્કૃષ્ટ એન્સેમ્બલ્સ, મોહક જ્વેલરી અને કરવામાં આવ્યાં હતાં. 'એજ' એક વાર્ષિક પ્રદર્શન છે, જેમાં ટોચના મોડલોએ પોતાની છટાદાર અદાથી રેમ્પ વૉક કરીને વિદ્યાર્થીઓ દ્વારા તૈયાર કરવામાં આવેલા અત્યંત સંવેદનાત્મક અને વિવિધરંગી એન્સેમ્બલ્સને રજૂ કર્યા હતાં. 'એજ'ની વર્ષ ૨૦૨૩ની આવૃત્તિ સ્થાપિત માપદંડોને વ્યાખ્યાયિત કરનારા અને અલગ ચીલો ચાતરનારા વિવિધ તત્ત્વો અને ડીઝાઈનોનું એક ઉત્તમ મિશ્રણ હતું. આ પ્રદર્શનમાં સુંદર રીતે તૈયાર કરવામાં આવેલા ગાર્મેન્ટ્સની ૯ સીક્વન્સને રજૂ કરવામાં આવી હતી, જેમાં જેનઝી નીયોન્સથી માંડીને ભારતીય હસ્તકલા, અશિષ્ટ સ્ટ્રીટ સ્ટાઈલથી માંડીને એથેરીયલ ગાઉન અને ડ્રામેટિક અવાંત-ગાર્ડ પીસિઝનો સમાવેશ થાય છે. ફેશન ડીઝાઈનર અસીમ કપૂર, ટેક્સટાઈલ અને સંસ્કૃતિનું પુનરુત્થાન કરવા માટે જાણીતા પરિધાનોના ઈતિહાસકાર ઉમંગ હઠીસિંગ અને અમારા અતિથિ વિશેષ નીતિ હાડા દ્વારા વિદ્યાર્થીઓને ડીઝાઈન એવોર્ડ્સ એનાયત કરીને તેમના પ્રયત્નો અને સર્જનાત્મકતાને બિરદાવવામાં આવ્યાં હતાં.

# આવતીકાલથી બે દિવસ ગાંધીનગરમાં ૨૯મું શૈક્ષણિક સંમેલન યોજાશે

**વડાપ્રધાન નરેન્દ્ર મોદી ગાંધીનગર ખાતે આયોજિત અખિલ ભારતીય પ્રાથમિક શિક્ષક સંઘના ૨૯મા દ્વિવાર્ષિક શૈક્ષણિક સંમેલનમાં હાજરી આપશે**

ગાંધીનગર,તા.૧૦

ગાંધીનગરમાં ગિફ્ટ સિટી નજીક આવેલ નિજાનંદ ફાર્મ ખાતે તારીખ ૧૧ થી ૧૩ મે, ૨૦૨૩ દરમિયાન અખિલ ભારતીય પ્રાથમિક શિક્ષક સંઘના ૨૯મા દ્વિવાર્ષિક શૈક્ષણિક સંમેલનનું આયોજન કરવામાં આવ્યું છે. આ વખતના સંમેલનની થીમ છે, 'ટીચર્સ એટ ધ હાર્ટ ઓફ ટ્રાન્સફોર્મિંગ એજ્યુકેશન' (શિક્ષણમાં પરિવર્તન લાવવાની પ્રક્રિયાના કેન્દ્રમાં શિક્ષકો). આ સંમેલનના બીજા દિવસે એટલે કે ૧૨ મે, ૨૦૨૩ના રોજ વડાપ્રધાન શ્રી નરેન્દ્ર મોદી ગુજરાત રાજ્ય પ્રાથમિક શિક્ષક સંઘ દ્વારા આયોજિત કાર્યક્રમમાં હાજરી આપશે. ગુજરાતના ઈતિહાસમાં સૌપ્રથમવાર અખિલ ભારતીય પ્રાથમિક શિક્ષક સંઘના રાષ્ટ્રીય અધિવેશનનું યજમાનપદ ગુજરાત રાજ્ય બનવા જઈ રહ્યું છે. જ્યારે આ અધિવેશનમાં ૩૫ વર્ષ બાદ બીજીવાર ભારતના વડાપ્રધાન નરેન્દ્રભાઈ મોદી ઉપસ્થિત રહેશે. ૩૫ વર્ષ પહેલા પ્રાથમિક શિક્ષક સંઘના અધિવેશનમાં તે સમયના વડાપ્રધાન રાજીવ ગાંધી ઉપસ્થિત રહયા હતા. આ કાર્યક્રમમાં ગુજરાત રાજ્યના મુખ્યમંત્રી શ્રી ભૂપેન્દ્ર પટેલ, કેન્દ્રીય મત્સ્યોદ્યોગ, પશુપાલન અને ડેરી મંત્રી શ્રી પુરુષોત્તમ રૂપાલા, લોકસભા સાંસદ શ્રી સી.આર. પાટિલ, કેન્દ્રીય મહિલા અને બાળ વિકાસ રાજ્યમંત્રી ડૉ. મહેન્દ્રભાઈ મુંજપરા, ગુજરાતના આરોગ્ય મંત્રી શ્રી ઋષિકેશભાઈ પટેલ, ગુજરાતના શિક્ષણ મંત્રી શ્રી કુબેરભાઈ ડિંડોર, રાજ્ય કક્ષાના શિક્ષણ મંત્રી શ્રી પ્રફુલ્લભાઈ પાનસેરિયા, ગુજરાતના રાજ્ય કક્ષાના ગૃહ મંત્રી શ્રી હર્ષ સંઘવી તેમજ અન્ય મહાનુભાવો ઉપસ્થિત રહેશે. વડાપ્રધાન નરેન્દ્ર મોદી કાર્યક્રમ દરમિયાન યોજવામાં આવેલ શૈક્ષણિક પ્રદર્શનનું નિરીક્ષણ કરશે. આ પ્રદર્શનમાં, શ્રી નરેન્દ્ર મોદીના વર્ષ ૨૦૦૧થી ૨૦૧૪ સુધીના ગુજરાતના મુખ્યમંત્રી તરીકેના કાર્યકાળ દરમિયાન તેઓએ શિક્ષણક્ષેત્રે આમૂલ પરિવર્તન લાવવા માટે જે કામગીરી કરી હતી અને રાજ્યમાં શિક્ષણનું સ્તર સુધારવા માટે જે પગલાંઓ લીધા હતા, તેના સંસ્મરણો સ્વરૂપ તસવીરો પણ પ્રદર્શિત કરવામાં આવશે. તેમાં શાળા પ્રવેશોત્સવ, ગુણોત્સવ, કન્યા કેળવણી રથયાત્રા જેવી વડાપ્રધાનની તે સમયની શિક્ષણ ક્ષેત્રની કેટલીક મહત્વપૂર્ણ પહેલો સમાવિષ્ટ છે. આ સાથે જ કેટલીક મહત્વપૂર્ણ ઘટનાઓ જેવીકે બનાસકાંઠામાં આવેલ ભયાવહ પૂર, પુલવામાં હુમલો, કોરોનાકાળમાં શિક્ષકો દ્વાર યોજવામાં આવેલ રક્તદાન શિબિરો વગેરેના તસવીરોરૂપ સંસ્મરણો પણ પ્રદર્શિત કરવામાં આવશે. આ ઉપરાંત, શ્રી નરેન્દ્ર મોદીએ ગુજરાતના મુખ્યમંત્રી તરીકે શિક્ષક દિવસે શિક્ષકોને સંબોધન કર્યું હોય તેવા સંસ્મરણો પણ રજૂ કરવામાં આવશે. આ સાથે જ કાર્યક્રમ દરમિયાન શૈક્ષણિક ડોક્યુમેન્ટરી ફિલ્મ પણ પ્રદર્શિત કરવામાં આવશે. આ ત્રિદિવસીય સંમેલનમાં ગુજરાત સહિત દેશભરમાંથી ૯૧ હજારથી વધુ પ્રતિનિધિઓ હાજરી આપશે. આ ઉપરાંત, પોલિટિકલ, સોશિયલ, એજ્યુકેશનલ અને કલ્ચરલ ડિગ્નિટરીઝ તેમજ ઈન્ટરનેશનલ યુનિયન લીડર્સ હિસ્સો લેશે.

# પથરીની સારવાર દરમિયાન એક સાથે ૪ પથરી નીકળી

ગાંધીનગર માં ક્ષાર વાળું પાણી આવે છે જેના કારણે પથરીના દર્દીઓની સંખ્યા વધી રહી છે ત્યારે દહેગામ નો એક કિસ્સો સામે આવ્યો છે.જેમાં દહેગામ સામૂહિક આરોગ્ય કેન્દ્રમાં હોમિયોપેથીક દવા લીધા બાદ પથરી ની સારવાર દરમ્યાન દર્દી ને એક સાથે ૪ પથરી(એક ૭ mm, , એક ૬ mm, , એક ૪ mm, એક ૩ mm, ) નીકળી હતી.

# પ્રાકૃત્તિ ખેતી અંગે ચિલોડા ખાતે ખેડુત તાલિમ શિબિર યોજાઈ

ગાંધીનગર,તા.૧૦

દેશી ગાય આધારીત પ્રાકૃતિક ખેતી અંતર્ગત તારીખ ૧૦/૦૫/૨૦૨૩ ના રોજ ચીલોડા (ડભોડા) ગામે ખેડૂત તાલીમ યોજવામાં આવી. જેમાં આત્મા પ્રોજેક્ટ ડાયરેક્ટર શ્રી કે.કે.પટેલ સાહેબ અમદાવાદ,ડેપ્યુટી પ્રોજેક્ટ ડાયરેક્ટર સુરેશભાઈ પટેલ ,વિસ્તરણ અધિકારી શ્રી મહેશભાઈ રાઠોડ,માસ્ટર ટ્રેનર અમરતભાઈ પટેલ ગ્રામસેવક પરેશભાઈ પરમાર , રાહુલભાઈ રાવળ ગ્રામસેવક, તેમજ ચિલોડા ગામના સરપંચ શ્રી જયમીનભાઈ પટેલ, અને ગામના ખેડૂત ભાઈઓ ઉપસ્થિત રહ્યા, જેમાં પ્રાકૃતિક ખેતી એટલે શુ ? પ્રાકુતીક ખેતીના આયામો ,આ ખેતી લોકો અપનાવતા થાય તે બાબતે વિસ્તૃત માહિતી આપવામાં આવી.

# ઈન્ટર ડિસ્ટ્રિક્ટ સિનિયર મલ્ટિ-ડે ક્રિકેટમાં ગાંધીનગર જિલ્લાના બે વિજય

**અન્ડર-૧૯ની ટીમે આણંદને એક ઈનિંગ અને ૯૮ રને હરાવ્યું : અન્ડર૧૬ની ટીમે આણંદને ૭ વિકેટે હરાવ્યું : અન્ડર-૧૯ના ક્રિશ પટેલની ધમાકેદાર સેન્ચ્યુરી જ્યારે અન્ડર-૧૬ના યશ પંજવાણીની એક ઈનિંગમાં પાંચ વિકેટ**

ગાંધીનગર, તા. ૧૦

ગુજરાત ક્રિકેટ એસોસિયેશન દ્વારા આયોજીત રિલાયન્સ ઈન્ટર ડિસ્ટ્રિક્ટ મલ્ટિ-ડે ૨૦૨૩ ટૂર્નામેન્ટમાં ગાંધીનગર જિલ્લા ક્રિકેટ એસોસિએશનની અન્ડર-૧૯ની અને અન્ડર-૧૬ની ટીમોએ ધમાકેદાર પ્રારંભ કર્યો છે. અમદાવાદના ગુજરાત કોલેજ ગ્રાઉન્ડ પર રમાયેલી મેચમાં જીડીસીએની અન્ડર-૧૯ની ટીમે આણંદને એક ઈનિંગ અને ૯૮ રને કારમી હાર આપી હતી જ્યારે આણંદના લાલ બહાદુર શાસ્ત્રી સ્ટેડિયમ ખાતે રમાયેલી અન્ડર-૧૬ની મેચમાં જીડીસીએની ટીમે આણંદની ટીમને ૭ વિકેટે પરાસ્ત કરી હતી. અન્ડર-૧૯ વતી રમતા ક્રિશ પટેલ ૧૧૫ બોલમાં ૧૮ ચોગ્ગા અને ૪ છગ્ગા સાથે ૧૨૭ રન ફટકાર્યા હતા જ્યારે વિજય ઠાકોરે પણ ૪૩ રનની મહત્વપૂર્ણ ઈનિંગ રમી હતી. અન્ડર-૧૯ વતી નિલેશ ચૌધરીએ બંને ઈનિંગમાં આણંદની ૪-૪ વિકેટ ઝડપી હતી.

ગાંધીનગર જિલ્લાની અન્ડર-૧૬ વતી રમતાં યશ પંજવાણીએ ઓલરાઉન્ડ પ્રદર્શન કરતાં ૯ ચોગ્ગા અને ૩ છગ્ગા સાથે ૮૩ ફટકારવા સાથે ૩૫ રનમાં ૫ વિકેટ પણ ઝડપી હતી જ્યારે યશસિંઘ કુલ્હારીએ ૪૩ રનની ઈનિંગ રમી હતી. આણંદના દૈવિક શાહે પણ ૫ વિકેટ ઝડપી હતી.

અન્ડર-૧૯માં આણંદની ટીમે પહેલા દાવમાં ૧૦૮ રન કર્યા હતા જેના જવાબમાં જીડીસીએની ટીમે ક્રિશ પટેલની સેન્ચ્યુરીની મદદથી ૭ વિકેટે ૩૧૬ રન કરી ૨૦૮ રનની લીડ સાથે દાવ ડિકલેર કર્યો હતો. જવાબમાં આણંદની ટીમ બીજા દાવમાં નિલેશ ચૌધરીની ૪ અને કેપ્ટન મંથન ઉપાધ્યાયની ૩ વિકેટના ઝંઝાવાતમાં માત્ર ૧૧૦ રનમાં સમેટાઈ જતાં ગાંધીનગર જિલ્લાનો એક ઈનિંગ અને ૯૮ રને ભવ્ય વિજય થયો હતો.

અન્ડર-૧૬માં આણંદે પહેલા દાવમાં ૧૫૬ રન કર્યા જેના જવાબમાં જીડીસીએની ટીમે ૧૪૨ રન કર્યા હતા.

જોકે બીજા દાવમાં આણંદની ટીમે ૧૪૯ રન કરીને ૧૬૩ રનનો લક્ષ્યાંક આપ્યો હતો જેને જીડીસીએની ટીમે માત્ર ૩ વિકેટે યશ પંજવાણીના ૮૩ રન અને યશસિંઘ કુલ્હારીના ૪૩ રનની મદદથી ૧૬૪ રન કરી ૭ વિકેટે ભવ્ય વિજય મેળવ્યો હતો.

# તાજેતરમાં આંખ સુકાઈ જવાના દર્દીઓમાં વધારો

**શહેરમાં આઈ સર્જન પાસેથી સારવાર લેતા દર્દીઓ ની સંખ્યા વધી**

ગાંધીનગર.તા.૧૦

ગાંધીનગર માં ગરમી વધતાં ડ્રાય આંખના દર્દીઓની સંખ્યામાં વધારો થયો છે. ડ્રાય આંખની સમસ્યામાં આંખોમાં ખંજવાળ આવવી, આંખોમાં કઈક ખૂંચવાનો અહેસાસ થવો, આંખોમાં બળતરા થવી, આંખો લાલ થવી તેમજ આંખોમાં ઈન્ફેક્શન થવાની ફરિયાદ વધુ હોય છે. ત્યારે હાલ ગરમી વધતાં આઈ સર્જન પાસેથી ડ્રાય આઈની સમસ્યાની ફરિયાદ સાથે લોકો સારવાર લઈ રહ્યા છે.

ઉનાળામાં ગરમી વધે એટલે લોકો પંખા અને એસીનો સહારો લેતા હોય છે, પણ પંખા અને એસીની હવાનો સીધો ફ્લો આંખમાં ના પડે તેની ખાસ તકેદારી રાખવી જોઈએ. કારણ કે જો પંખાની સીધી હવા અથવા અને એસીમાંથી ડ્રાય એર સીધી આંખમાં પડે તો આંખમાં રહેલું પ્રવાહી સુકાઈ જાય છે જેથી ડ્રાઈ આંખની સમસ્યા વધતી હોય છે. ત્યારે જો આ સમસ્યાથી બચવું હોય તો ગરમીમાં મોંઢુ ધોતા સમયે આંખોમાં પાણીની સીધી છાલક ન મારવી જોઈએ, કારણ કે પાણીની છાલક મારવાથી આંખમાં રહેલા કેટલાક તત્વો જે આંખોનું રક્ષણ કરે છે, તે ધોવાઈ જવાથી પણ ડ્રાય આઈની સમસ્યા પેદા થાય છે.

લેપટોપ, મોબાઈલ, ટેબલેટ, કમ્પ્યુટરના વધેલા વપરાશ અને બીજી તરફ વધેલી ગરમી આંખો માટે નુકસાનકારક સાબિત થઈ રહી છે.

ગરમીથી રક્ષણ મેળવવા કેટલાક લોકો સ્વિમિંગમાં જતા હોય છે પરંતુ તેમાં પાણી ચોખ્ખું હોય તેનું ધ્યાન રાખવું જોઈએ, આંખો ધોઈએ ત્યારે પાણી સ્વચ્છ હોય તે જોવું જોઈએ. નળમાંથી વહેતુ પાણી અથવા પાણી સ્વચ્છ ના હોય અને આંખ સાફ કરી હોય તો ઈન્ફેક્શન લાગવાનો ડર રહેતો હોય છે. ગરમીના સમયમાં ખેડૂતો અને ઔદ્યોગિક એકમોમાં કામ કરતા લોકોએ પણ ખાસ ધ્યાન રાખવું જોઈએ. ખેડૂતો ખુલ્લા ખેતરોમાં કામ કરતા હોય છે ત્યારે ગરમીને કારણે અનેકવાર વેલ નામના રોગના શિકાર ખેડૂતો બનતા હોય છે. આંખની કિકી પર વેલ નામની ચામડી ઉગવાની શરૂઆત થાય છે, સમયાંતરે સમસ્યા વધતા કાયમ માટે રોશની ઘટી જતી હોય છે. ગરમીના સમયમાં વાહન ચલાવતા સમયે અથવા ખુલ્લામાં ખેતી કરતા સમયે સૂર્યના સીધા કિરણો આંખોને ના અડે તેનું ધ્યાન રાખવું જોઈએ. ગરમીમાં બહાર નીકળવાનું થાય એટલે હેલ્મેટ, ગોગલ્સ પહેરવા હિતાવહ છે જેના કારણે સીધી સન લાઈટથી આંખને નુકસાન ન થાય. ટુ વહીલર ચલાવતા હોઈએ તો હેલ્મેટ આંખનું રક્ષણ કરે છે, એવી જ રીતે ગાડીમાં એસી ચાલુ હોય તો એનો ફ્લો સીધો આંખમાં ના આવે તેનું ધ્યાન રાખવું જોઈએ.