ગાંધીનગર તાપમાન

મહત્તમ : ૩૧.૦ ડીગ્રી
લઘુતમ : ૧૩.૦ ડીગ્રી
ભેજ
સવારે ૬૩ ટકા ● સાંજે ૪૯ ટકા

શહેરના વેપાર ધંધાને પુનઃ કોરોનાનું ગ્રહણ

શહેરમાં દિવાળી બાદ પુનઃ વેપાર ધંધામાં ધરખમ ઘટાડો : છેલ્લા ચાર દિવસથી શહેરના બજારોમાં નહિવત ઘરાકી

ગાંધીનગર, તા.૨૮

તહેવાર બાદ કોરોના એ ફરીથી શહેરીજનોને ઝપેટમાં લઈ લીધા છે ત્યારે તહેવાર પહેલા અને તહેવાર દરમિયાન છૂટથી ઘરની બહાર નીકળીને હરતા-ફરતા અને ખરીદી કરતા શહેરીજનો હવે કોરોનાના વધતા કેસને આંકડાને જોઈને ડરના માર્યા ઘરની બહાર નીકળતા નથી. જેને કારણે શહેરના ૨૧, ૨૪ અને સેક્ટર ૭ ગાંધીનગરના અમૂક વિસ્તારો કે જે શોપિંગ પ્લેસ ગણાય છે તે હાલ ઘરાકી વિનાના છે. તહેવારો આવતા શહેરના ધંધા-રોજગાર સાથે જોડાયેલા તમામ વેપારીઓને લાગ્યું હતું કે હવે ઘરાકી શરૂ થઈ જવાથી તેમનો વેપાર થોડો ઘણો પણ આગળ ચાલશે પરંતુ દિવાળી દરમિયાન વધુ પ્રમાણમાં બહાર નીકળેલા શહેરીજનોને ખબર નહોતી કે તેઓ ઘરે કોરોના લઈને પાછા આવવાના છે. દિવાળીના દિવસ પહેલાથી જ શહેરમાં કોરોના કેસની સંખ્યા ૫૦ થી વધુ એ પહોંચી હતી જે હવે ૮૦ થી પણ વધુ કેસ નોંધાવવાના આંકડા સામે આવી રહ્યા છે ત્યારે હાલ તમામ શહેરીજનો ડરીને શોપિંગ કરવા કે જરૂરી ચીજવસ્તુઓ લેવા પણ બહાર નીકળતા ડરે છે ત્યારે શહેરના વેપારીઓ હાલ અસમંજસમાં છે. ઘરાકી થશે કે નહીં તે વિચારીને પૂરો દિવસ પસાર કરે છે.

આ વર્ષના માર્ચ મહિનાથી જ કોરોના એ શહેર તથા સંપૂર્ણ દેશને દોડતા કરી મૂક્યા છે ત્યારે ધંધા-રોજગાર સાથે જોડાયેલા વેપારીઓની હાલત કફોડી બની રહી છે. ઘણા તહેવારો ઉજવાયા નથી, ઘણા દિવસો ઉજવાયા નથી અને ગ્રાહકોની જરૂરિયાત જરૂર પૂરતી જ બની ગઈ હોવાથી એક્સ્ટ્રા ખર્ચા પણ ગ્રાહક કરતા નથી ત્યારે વેપારીઓ હાલ પોતાની કમાણી થશે કે નહીં તે વિચારીને જ દિવસ પસાર કરી રહ્યા છે. શહેરના સેક્ટર-૭, સેક્ટર-૨૧, સેક્ટર-૨૪ તેમજ ગાંધીનગરના સરગાસણ, કુડાસણ જેવા વિસ્તાર કે જ્યાં તમામ પ્રકારની ચીજવસ્તુઓ મળી રહે છે અને ખાણીપીણી બજાર પણ છે તે બધા વિસ્તારો હાલ સુના બન્યા છે. દિવસેને દિવસે કોરોના ના કેસ માં વધારો થઈ જતો જોવા મળી રહ્યો છે અને સાથે જ દિવાળી આવવાના જોશમાં જે ભયમુક્ત બનેલા શહેરીજનો આમતેમ આંટા ફેરા કરીને કોરોના ઘરે લઈને આવ્યા છે તેઓ અને તેમની આસપાસના તમામ સાથે સંપૂર્ણ શહેર હાલ કોરોનાથી ત્રસ્ત અને ડરેલું છે ઓછામાં પૂરું લગ્નની સિઝન છે અને ઘણાં પણ કેન્સલ થયા છે સાથે લગ્નમાં જવા માટે પણ

શહેરીજનો વિચાર કરી રહ્યા છે ત્યારે તે સંબંધિત ખરીદી પણ તેઓ કરવામાં માનતા નથી ત્યારે વિવિધ વેપાર ક્ષેત્રે જોડાયેલા વેપારીઓ હાલ ઘરાકની રાહમાં બેઠા છે. શાકભાજી અને દૂધ સાથે મેડિકલ સિવાયના તમામ ધંધા-રોજગાર હાલ મંદ પડી ગયા છે.

ઘરની બહાર ઓફિસ જવા સિવાયના કોઈપણ કામકાજ માટે અત્યારે શહેરીજનો બહાર નીકળતા નથી. ઘણી સોસાયટીઓ ના ઘર ફક્ત સૂર્ય નારાયણને પાણી ચડાવવા માટે જ ખુલે છે એવું પણ જાણવામાં આવ્યું છે. ઘણા કુટુંબો પોતાના ઘરમાં જ રહીને દિવસ પસાર કરી રહ્યા છે. ઘણાએ પોતાની સ્વૈચ્છિક નોકરી છોડીને ઘરનાં મોટાઓનો ખ્યાલ કરીને ઘરે જ રહેવાનું પસંદ કર્યું છે. તેમાં પણ ખાસ મહિલાઓમાં આ પ્રમાણ વધુ જોવા મળ્યું છે અમુક ઘરો એવા છે કે જે ખુલતાં જ નથી કોરોનાનો ડર એટલો બધો પેસી ગયો છે કે જરૂરી ચીજવસ્તુ અને દૂધ ઓનલાઈન મળી જાય છે અને તે સિવાયના એક્સ્ટ્રા ખર્ચ આ હાલ છે નહી અને જરૂરિયાત પણ ન હોવાથી પરિવારજનો ઘરમાં જ રહે છે. હવે તો નાના બાળકો પણ સમજવા લાગ્યા છે કે મોદીજી એ કહ્યું છે ઘરની બહાર કામ વગર નહીં નીકળવાનું તો તેઓ આ વાત મોટાઓને પણ વારે વારે કહીને તેમને બહાર જતા રોકી રહ્યા છે. આ ઉપરાંત જુવાનિયાઓ પણ હવે આ વાત સમજી ગયા છે કે પોતાને થાય એ તો ઠીક છે પણ પોતાનો ચેપ લાગ્યો તો આખું ઘર મુશ્કેલીમાં મુકાશે આ વિચારથી જ તેઓ પણ હવે કામ વગર ઘરની બહાર નીકળતા નથી. આ તમામ વાત ક્યાંકને ક્યાંક શહેરના વેપારીઓને અસર કરી રહી છે ઘરની બહાર નીકળતો માણસ નાની-મોટી કાંઈ ચીજ વસ્તુ લઈને જ ઘરે પાછો આવે છે તેવું જનરલી હોય જ છે ત્યારે હવે તો શહેરીજનો ઘરની બહાર નીકળવાનું ટાળે છે ત્યારે શહેરના વેપારીઓને બોણી પણ બપોર સુધી થતી નથી તેવું જાણવા મળ્યું છે.

શહેરમાં તહેવાર બાદ કોરોનાના કેસ એકાએક વધી જવાથી શહેરીજનોની ચિંતામાં મુકાયા છે આજે ઘરે ઘરે એક કોરોનાનો કેસ તો જોવા મળે જ છે આ ઉપરાંત એજ્યુકેટેડ હોવા છતાં પણ માસ્ક અને સેનીટાઈઝરનો વપરાશ કરવાની તકેદારી હજી ઘણા લોકો રાખતા નથી અથવા તો આ બાબતને બહુ સામાન્ય લઈને રોજિંદુ જીવન પસાર કરે છે. ત્યારે કોરોનાના કેસ વધી રહ્યા છે અને શહેર નુકસાની તરફ વળી રહ્યું છે હવે એ જોવું રહ્યું કે વેપારીઓના આ વેપારને લગતા કમાણીના પ્રશ્નો ક્યારે સોલ્વ થાય છે. શહેરીજનો ઘરની બહાર તો ત્યારે જ નીકળી શકશે જ્યારે કોરોના ના કેસ ઓછા થશે. હાલમાં તો પહેલાંની જેમ બહાર નીકળવામાં ઘણું જોખમ છે તેમ શહેરીજનોનું જ કહેવું છે.

જુસિકા દ્વારા અહેમદભાઈ પટેલને શ્રધ્ધાંજલિ

ગાંધીનગર, તા.૨૮

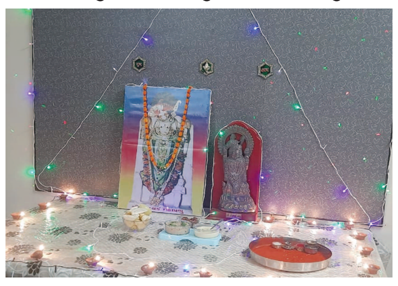
જુનિયર સિટિઝન્સ કાઉન્સીલને એમ્બ્યુલન્સ માટે દાન આપનાર રાજયસભાના સાંસદ અને કોંગ્રેસના અગ્રણી અહેમદભાઈ પટેલનું અવસાન થતા જુસિકાએ તેઓને શ્રધ્ધાંજલિ અર્પણ કરી છે.

જુનિયર સિટિઝન્સ કાઉન્સિલે એક અખબારી યાદીમાં જણાવ્યું છે કે, જુનિયર સિટીઝન કાઉન્સિલ ગાંધીનગરના તમામ સભાસદો અત્યંત દુઃખની લાગણી અનુભવે છે. અહેમદભાઈએ સંસ્થાની પ્રથમ શબવાહિનિ માટે એમના ફંડમાંથી ગ્રાન્ટ ફાળવેલ હતી તે વિસ્મરણીય છે. તે ઉપરાંત આ સંસ્થા અને અન્ય સેવાકીય કાર્યોમાં શ્રી અહેમદભાઈ હંમેશા અગ્રેસર રહ્યા છે ત્યારે તેમની વિદાયની હંમેશા સદકાર્યમાં ખોટ વર્તાશે તે નિર્વિવાદ છે. વર્ષ ૨૦૦૨ થી ૨૦૧૯ સુધી સંસ્થા દ્વારા શબવાહિનીની સેવા ગાંધીનગરના નગરજનોને મળી હતી. તેમના પરિવારજનો પર આવી પડેલ આપત્તી સહન કરવાની પરમાત્મા શકિત અર્પે તેવી અભ્યર્થના.

સમસ્ત ખડાયતા સમાજ દ્વારા બારસ ઓચ્છવ વર્ચ્યુલ ઉજવાયો

ગાંધીનગર, તા.૨૮

સમસ્ત ખડાયતા સમાજ ગાંધીનગર દ્વારા દર વર્ષે બારસ ઓચ્છવમાં ૬૦૦થી વધુ ખડાયતા બંધુઓ કોટીયર્ક પ્રભુની આરતી કરી પ્રસાદ લેતા હોય



છે. પરંતુ ચાલુ વર્ષે કોવિડ-૧૯ની પરિસ્થિતિના કારણે સર્વ એક જગ્યાએ ભેગા થઈ બારસ ઓચ્છવની ઉજાણી કરી શકયા ન હતા પરંતુ કોટીયર્ક પ્રભુની વર્ચ્યુલ આરતી બારસના દિવસે બધા પોતપોતાના ઘરે કરી કરી શકે તેવું આયોજન સમસ્ત ખડાયતા સમાજ-ગુજરાત, ગાંધીનગર દ્વારા ઝુમ એપના માધ્યમથી કરાયું હતું. જેમાં સાંજે ૭.૦૦ વાગે આરતીનો લાભ મોટી સંખ્યામાં વૈષ્ણવોએ લીધો હતો.

આ આરતી મંત્રી વિપુલભાઈ આર. ગાંધીના ઘરે રાખવામાં આવી હતી. વર્ચ્યુલ આરતી માટે ઝુમ પર સમગ્ર સંચાલન ડૉ. સંજય એમ. શાહ દ્વારા કરાયું હતું તથા સમગ્ર કારોબારી સભ્યો દ્વારા નવા વર્ષની શુભેચ્છા પાઠવવામાં આવી હતી. સલાહકાર પ્રકાશભાઈ શાહ અને પ્રમુખ જે.ઓ. શાહ દ્વારા આભાર વ્યકત કરવામાં આવ્યો હતો.

જુલાઈ-૨૦૧૯ સુધીમાં નિવૃત થયેલ સરકારી કર્મચારીઓના ગ્રેજ્યુઈટીમાં મળવાપાત્ર તફાવતની રકમ ચૂકવવા રજૂઆત

ગાંધીનગર, તા.૨૮

ગુજરાત રાજ્ય કર્મચારી મહામંડળ દ્વારા સરકાર સમક્ષ જુલાઈ-૨૦૧૯ સુધીમાં નિવૃત થયેલ સરકારી કર્મચારીઓના મોઘવારી ભથ્થામાં થયેલા પાંચ ટકાના વધારા અનુસાર ગ્રેજયુઈટીમાં મળવાપાત્ર તફાવતની રકમ ચૂકવવા રજૂઆત કરવામાં આવી છે.

ગુજરાત રાજ્ય કર્મચારી મહામંડળના પ્રમુખ આર.એચ.પટેલ દ્વારા તાજેતરમાં મુખ્યમંત્રીને લખવામાં આવેલા એક પત્રમાં જણાવ્યા મુજબ સરકારના નાણાં વિભાગના પરિપત્ર ક્રમાંક વલભ-૧૦૨૦૧૬-જીઆોઆઈ-૭-ચ તા.૧૩.૦૧.૨૦૨૦ હેઠળ રાજ્ય સરકારના કર્મચારીઓના મોંઘવારીએ ભથ્થામાં પાંચ ટકાનો વધારો કરીને ૧૭ ટકા કરવામાં આવ્યુ હતું. પરંતુ તા. ૦૧.૦૭.૨૦૧૯થી ૩૧.૧૨.૨૦૧૯ સુધીના તફાવતની રકમ ચૂકવવા માટે બાદમાં હુકમો કરવાનું જણાવાયું હતું. આ સંદર્ભે ઉપરોક્ત સમયગાળા દરમ્યાન નિવૃત થયેલા સરકારી કર્મચારીઓ દ્વારા અવારનવાર મંડળને આ ચુકવણી કરવા માટે દરમ્યાનગીરી કરવા માટે રજૂઆતો આવી છે. આ ઉપરાંત જાન્યુઆરી-૨૦૨૦ અને તે પછી નિવૃત થયેલ કર્મચારીઓને આનો લાભ મળી ચૂકેલ છે જયારે ઉપરોક્ત સમયગાળા દરમ્યાન નિવૃત થયેલા કર્મચારીઓ યોગ્ય સમયે આનો લાભ મેળવી શક્યા નથી. હવે સરકારના નાણાં વિભાગના પરિપત્ર ક્રમાંક વલભ-૧૦૨૦૧૬-જીઓઆઈ-૭-ચ તા. ૦૬.૧૧.૨૦૨૦ હેઠળના પત્રથી આ તફાવત પૈકીનાં ત્રણ માસની તફાવતની રકમ ચૂકવાના હુકમો થયેલા હોવાથી આ સમયગાળા દરમ્યાન નિવૃત થયેલા કર્મચારીઓને ગ્રેજયુઈટીની રકમના મળવાપાત્ર તફાવતની રકમ સત્વરે ચૂકવવા ઘટતી કાર્યવાહી કરવા મંડળ દ્વારા અનુરોધ કરવામાં આવ્યો છે.

સિવીલ હોસ્પિટલનો પાછળનો રોડ છેલ્લા ઘણા સમયથી તુટી ગયો છે. સતત વરસેલા વરસાદ બાદ રોડની હાલત સાવ બિસ્માર થઈ ગઈ છે. આ રોડનું રીપેરીંગ કરવા અનેકવાર તબીબો અને હોસ્પિટલ સ્ટાફે રજૂઆત કરી હોવા છતાં તેને રીપેર કરવામાં આવતો નથી.

શિયાળો હવે ધીમે ધીમે જામી રહ્યો છે. શિયાળુ ફળોનું આગમન પણ હવે બજારોમાં થઈ ચુકયું છે. જો કે ઉનાળુ ફળ ગણાતા તરબુચ હજુ બજારોમાં જોવા મળી રહ્યા છે. શિયાળામાં શાકભાજીની સાથે જ ફળો પણ સસ્તા થતા વસાહતીઓને લહેર પડી ગઈ છે.

બ્રહ્મ સમાજના પૂર્વપ્રમુખ અતુલભાઈ ત્રિવેદીને સમાજ દ્વારા શ્રધ્ધાંજલિ

સમસ્ત બ્રહ્મ સમાજ સેક્ટર-૨૩ શાખા ના પૂર્વપ્રમુખ અતુલભાઈ ત્રિવેદી ઉ. વર્ષ ૫૮ નું તા. ૨૭/૧૧/૨૦૨૦ ના રોજ કોરોના વાયરસના

કારણે અચાનક દુઃખદ અવસાન થતા સમગ્ર બ્રહ્મ સમાજમાં ઘેરા શોક ની લાગણી પ્રસરી છે આજે તેઓ આપણી વચ્ચે નથી, જે સાંભળી વિશ્વાસ આવતો નથી. પરિવારનો એક સભ્ય ગુમાવ્યાનુ દુઃખ છે.

તેમનો સહજ, સરળ અને આનંદી સ્વભાવ હંમેશા યાદ રહેશે. સે-૨૩ માં તેમણે નિભાવેલી પ્રમુખ તરીકેની સેવા હોય કે લાંબા સમય સુધી આપેલ ખજાનચી તરીકેની અવિસ્મરણીય સેવા હોય, સૌના માટે પ્રેરણાદાયી તથા પથદર્શક બની રહેશે જે ક્યારેય ભૂલી શકાય તેમ નથી. તેમની સેવાઓ માટે સે-૨૩ બ્રહ્મ સમાજ તેમનો હંમેશા ઋણી રહેશે.

શ્રી અતુલભાઈ હંમેશા હૃદયસ્થ રહેશે. સે-૨૩ બ્રહ્મ સમાજ વતી અતુલભાઈને તેમણે સમાજને આપેલ યોગદાનને યાદ કરતા, તેમના પવિત્ર આત્માને મોક્ષ મળે તથા વૈકુંઠ માં વાસ કરે તેવી શ્રી હરિ ને પ્રાર્થના સમાજના સર્વે હોદ્દેદારો તથા સભ્યો વતી કરવામાં આવે છે.

ચિરવિદાય

● મુક્તિધામ ●

- સ્વ. જોગીન્દર ખમનસિંગ હુડ્ડા, ઉ.વ. ૮૨, નવરંગપુરા, અમદાવાદ
- સ્વ. સરદારજી રામાજી લખવારા, ઉ.વ. ૬૦, જામળા, તા. કલોલ
- સ્વ. અતુલકુમાર વાસુદેવ ત્રિવેદી, ઉ.વ. ૫૮, વાસણા હડમતીયા, ગાંધીનગર
- સ્વ. શાહ યોગેશકુમાર મીઠાલાલ, ઉ.વ. ૨૯, શિહોલી મોટી, તા. ગાંધીનગર
- સ્વ. કાન્તિભાઈ શંકરદાસ પ્રજાપતિ, ઉ.વ. ૭૬, કલોલ, જી. ગાંધીનગર
- સ્વ. યોગેશચંદ્ર અંબાલાલ વ્યાસા, ઉ.વ. ૯૨, સે-૧, ગાંધીનગર
- સ્વ. શિવદયાલ ગોપાલીયા, ઉ.વ. ૬૯, આબુરોડ, સિહોરી-રાજસ્થાન
- સ્વ. પ્રજાપતિ પુરુષોત્તમદાસ કચરદાસ, ઉ.વ. ૯૦, સોનીપુર, તા.જી. ગાંધીનગર
- સ્વ. વાઘેલા સજ્જનબા હિંમતસિંહ, ઉ.વ. ૮૨, પેથાપુર, જી. ગાંધીનગર
- સ્વ. ઠાકોર રામાજી જેણાજી, ઉ.વ. ૬૧, પીંપળજ, તા.જી. ગાંધીનગર
- સ્વ. તરૂણકુમાર નટવરલાલ બ્રહ્મભટ્ટ, ઉ.વ. ૫૮, સેકટર-૨૩, ગાંધીનગર
- સ્વ. રાવળ ચંચીબેન શાંતિલાલ, ઉ.વ. ૬૪, જીઆઈડીસી, સે-૨૫, ગાંધીનગર
- સ્વ. લલ્લુભાઈ રામજીભાઈ રબારી, ઉ.વ. ૪૫, આદીવાડા, સે-૨૮, ગાંધીનગર
- સ્વ. રામા ગેહરીલાલ અંબાલાલ, ઉ.વ. ૩૭, કુડાસણ, તા. ગાંધીનગર
- સ્વ. ગિરધાની ગુલાબભાઈ મંગારામ, ઉ.વ. ૬૨, પેથાપુર, તા.જી. ગાંધીનગર
- સ્વ. લાલસિંહ બબસિંહ ચૌહાણ, ઉ.વ. ૬૧, દહેગામ, જી. ગાંધીનગર

● રુદ્રભૂમિ અંતિમધામ ●

- સ્વ. પટેલ ડાહ્યાભાઈ રામજીભાઈ, ઉ.વ. ૭૦, હાંસોલ, અમદાવાદ
- સ્વ. ચૌહાણ કેસરબેન રજુસિંહ, ઉ.વ. ૬૧, વિજાપુર, મહેસાણા
- સ્વ. ગુર્જર કાન્તાબેન મુળજીભાઈ, ઉ.વ. ૬૩, સેકટર-૧૩, ગાંધીનગર
- સ્વ. ઈન્દુબા મહેન્દ્રસિંહ ગોહિલ, ઉ.વ. ૭૫, સેકટર-૩, ગાંધીનગર
- સ્વ. શારદાબેન કનૈયાલાલ પ્રજાપતિ, ઉ.વ. ૬૬, સેકટર-૬, ગાંધીનગર
- સ્વ. ઈશ્વરસિંહ ગુલાબજી પરમાર, ઉ.વ. ૬૫, જાસલપુર, તા. કડી-મહેસાણા
- સ્વ. પટેલ જસવંતકુમાર શંકરલાલ, ઉ.વ. ૬૫, સાબરમતી, અમદાવાદ

કોરોના સંક્રમણને નાથવા શહેરમાં નાસ લેવાના ચલણમાં થયેલો વધારો

કોરોનાથી બચવા માંગતા સ્વાથ્યપ્રેમી પરિવારોમાં નાસ લેવાનું ચલણ વધ્યું : હોસ્પિટલોમાં પણ દર્દીઓને નાસ લેવડાવાય છે : બજારમાં અને ઓનલાઇન સ્ટીમ મશીનોની માંગમાં વધારો : શિયાળાની શરદીમાં વપરાતો ઘરગથ્થુ ઉપચાર હવે કોરોના સામે પણ કારગત સાબિત થઈ રહ્યો છે

ગાંધીનગર, તા.૨૮

શહેરમાં કોરોના બેકાબુ બન્યો છે જેના કારણે સ્વાસ્થ્યપ્રેમી નાગરિકો ચિંતિત બન્યા છે. સતત વધતાં જઈ રહેલા કોવિડ-૧૯ના પોઝિટિવ કેસોની સંખ્યાએ બચવા આરોગ્ય તંત્ર દ્વારા તો ગાઈડલાઈન જાહેર કરીને એલોપથી, આયુર્વેદિક અને હોમિયોપેથી સહિતના ઉપચારોની ભલામણ કરેલી જ છે પરંતુ સોશિયલ મીડિયા પર પણ કોરોના સામે બચવા છે જેનો હોસ્પીટલમાં દાખલ કોરોના દર્દીઓ પર પણ સરવારમાં ઉપયોગ કરાઈ રહ્યો છે. આ કારણે શહેરમાં સ્ટીમ મશીનોની માંગમાં પણ વધારો થયો છે.

વરાળ નાકેથી લઈને મોઢેથી બહાર કાઢવી અને મોઢેથી લઈને નાકેથી બહાર કાઢવી

આમતો નાસ લેવો એતો વર્ષોથી આપણે ત્યાં શિયાળાની શરદી કે એલર્જીક શરદીમાં સૌથી હાથવાગો ઉપાય રહ્યો છે પરંતુ આ ઉપાય હવે કોરોના વાઈરસ સામે રક્ષણ મેળવવામાં પણ કારગત નીવડી રહ્યો છે. સોશિયલ મીડિયા પર વાઈરલ ઘરગથ્થુ ઉપચારોના અનેક સંદેશમાં જણાવેલ રીત મુજબ સ્ટીમ મશીન દ્વારા કે ગેસ સ્ટવ પર તપેલીમાં પાણી ગરમ મૂકીને તેમાં અજમો, તુલસી, સૂંઠ અથવા બામ નાખીને નાસ લેવાનું સૂચવે છે. આ નાસ ૧૦ થી ૧૫ મિનિટ સુધી લેવાનો હોય છે જેમાં નાકેથી વરાળ અંદર ખેચીને મોમાંથી બહાર કાઢવી અને પછી મોઢેથી વરાળ લઈને નાકેથી બહાર કાઢવી તે બે રીતે નાસ લેવાથી અસરકારક ફાયદો થતો હોવાનું જણાવાયું છે. નાસ લેતી વખતે માથે કોઈ કપડું, દીપટ્ટો કે નેપકિન ઓઢી લેવાથી સારી રીતે નાસ લઈ શકાય છે.

શહેરીજનોમાં ફડક પેસાડી છે અને જેને અનુલક્ષીને સ્વાસ્થ્યપ્રેમી શહેરીજનોએ પોતાના પરિવારમાં કોરોના સંક્રમણ લાગે નહીં અને જો લાગ્યું હોય તો વધુ ફેલાય નહીં કે જોખમી ના બને તે માટે કમર કસી રહ્યા છે. કોરોનાથી અનેક ઘરગથ્થુ ઉપચારો વાઈરલ થઈ રહ્યા છે જેનો નાગરિકો પ્રયોગ પણ કરી રહ્યા છે. અત્યારે કોરોના વાયરસથી બચવા અથવા તેનું સંક્રમણ લાગ્યું હોય તો તેમાથી મુક્ત થવા માટે "નાસ" લેવાનો પ્રયોગ સૌથી લોકપ્રિય થઈ રહ્યો

પ્રાપ્ત માહિતી અનુસાર થોડા સમય પૂર્વે મુંબઈના સેવન હિલ્સ હોસ્પિટલના તબીબોની એક ટીમે કોરોના વાઈરસની સારવારમાં વરાળ એટલે કે સ્ટીમ દ્વારા નાસ લેવાની ક્રિયાથી ફાયદો થતો હોવાના તબીબી પરીક્ષણો રજૂ કર્યા હતા. આ તબીબી ટીમના માટે કોરોના વાયરસનું બંધારણ ઈન્ફલુએંઝા વાયરસ જેવુ છે જેને નાથવા માટે સ્ટીમ ઉપયોગી છે. વ્યક્તિ જો પોતાના મોં અને નાક દ્વારા જો

વરાળ લે તો કોરોના વાઈરસનો ચેપ લાગતો નથી અથવા લાગેલો હોય તો તેને નિષ્ક્રિય કરવામાં ફાયદો રહે છે. આ સંશોધનમાં એવું તારણ રજૂ કરવામાં આવ્યું હતું કે કોરોના પોઝિટિવ દર્દીને સળંગ પાંચ દિવસ સ્ટીમ આપવામાં આવી હતી તો તેનો રિપોર્ટ નેગેટીવ આવ્યો હતો. આ સંશોધનમાં લક્ષણો નહીં ધરાવતા એ-સિમ્પ્ટોમેટિક પોઝિટિવ દર્દીઓ પર પ્રયોગ કરવામાં આવ્યો હતો. આ ઉપરાંત બીજા પ્રયોગમાં ઓછા અને મધ્યમ લક્ષણો ધરાવતા દર્દીઓ પર પ્રયોગ કરવામાં આવ્યો હતો. તમામ દર્દીઓને સળંગ પાંચ દિવસ સુધી નાસ લેવડાવતા દર્દીઓના રિપોર્ટ ઝડપથી નેગેટીવ આવ્યા હતા. આ પ્રયોગમાં એ-સિમ્પ્ટોમેટિક દર્દીઓને દિવસમાં બે વાર પાંચ મિનિટ માટે જ્યારે ઓછા-મધ્યમ લક્ષણોવાળા દર્દીઓને દર ત્રણ કલાકે પાંચ મિનિટ સુધી નાસ લેવડાવવામાં આવ્યો હતો. એ-સિમ્પ્ટોમેટિક દર્દીઓ ૧૪ દિવસ પહેલા જ્યારે બાકીના દર્દીઓ ૩ થી ૧૦ દિવસ સુધીમાં નેગેટિવ રિપોર્ટ સાથે નોર્મલ થયા હતા. ગાંધીનગરમાં પણ કોરોનાના દર્દીઓથી માંડીને સંક્રમણથી બચવા માંગતા નાગરિકોમાં નાસ લેવાની પ્રક્રિયા વધવા પામી છે જેને કારણે સ્ટીમ મશીનોની ખરીદી બજારમાં અને ઓનલાઈન માર્કેટમાં વધી જવા પામી છે.

નાકમાં છુપાયેલા વાયરસને નાથવા નાસ અકસીર

સોશિયલ મીડિયા પર સૌથી વધુ વાઈરલ થયેલ મેસેજમાં જણાવ્યુ છે કે કોરોનામાં ગરમ પાણી પીવું કે તેના ગાર્ગલ કરીને કોગળા કરવા ગળામાં ઘૂસેલા વાયરસને દૂર કરવા માટે હિતકારક છે પરંતુ આ વાઈરસ સંક્રમિત વ્યક્તિના નાકના પેરાનાસલ સાઈનસની પાછળ છુપાયેલો હોય છે જ્યાં ગરમ પાણી પહોચી શકતું નથી અને ત્યાંથી વાઈરસ સીધો ફેફસામાં જતો હોય છે, આથી વરાળ લેવાથી આ વાયરસને ત્યાથી દૂર કરીને ફેફસામાં જતો અટકાવી શકાય છે. જે નાગરિકોને ઘરની બહાર જવું પડતું હોય તેમણે ઓછામાં ઓછા ત્રણ વાર અને જેઓ ઘરમાં જ રહેતા હોય તેમણે દિવસમાં એક વાર નાસ લેવો હિતાવહ છે.