काएनोस समाचार

मासिक पत्रिका अक्टूबर/नवम्बर 2022

डेंगू बुखार की रोकथाम बहुत आसान है, इसका इलाज उपलब्ध है

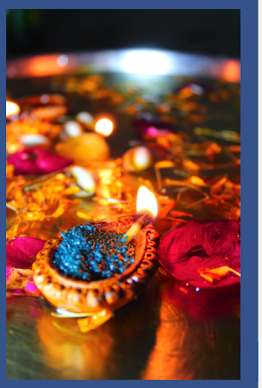
डेंगू बुखार(DENGUE FEVER) क्या होता है?

डेंगू फीवर एक वायरस के कारण होता है, जो मच्छरों द्वारा फैलता है। डेंगू के वायरस को फैलने के लिए किसी माध्यम की आवश्यकता होती है, और ये माध्यम मच्छर होते हैं। इसे हड्डीतोड़ बुखार (Breakbone fever) भी कहा जाता है, क्योंकि इसमें रोगी हड्डी टूटने जैसा दर्द होता है। जब कोई मच्छर डेंगू बुखार से ग्रस्त किसी रोगी को काटता है, और फिर वही मच्छर जब किसी स्वस्थ व्यक्ति को काट लेता है, तो वायरस स्वस्थ व्यक्ति के खून में पहुंच जाता है। इससे स्वस्थ व्यक्ति को भी डेंगू बुखार हो जाता है । काएनोस हॉस्पिटल के मेडिसिन विभाग के अध्यक्ष डॉ हरप्रीत सिंह ने बताया की आमतौर पर डेंगू बुखार के लक्षणों में एक साधारण बुखार होता है और किशोरों एवं बच्चों में इसकी आसानी से पहचान नहीं की जा सकती। डेंगू में 104 फारेनहाइट डिग्री का बुखार होता है, जिसके साथ इनमें से कम से कम दो लक्षण होते हैं:

- सिर दर्द
- मांसपेशियों, हड्डियों और जोड़ों में दर्द
- जी मिचलाना
- उल्टी लगना
- आंखों के पीछे दर्द
- ग्रंथियों में सूजन
- त्वचा पर लाल चकत्ते होना

इस दिवाली त्योहार पर इन बातों का खासकर ध्यान रखें

दिवाली त्यौहार पर यह प्रीकॉशन्स(PRECAUTIONS) करें



दीपावली पर थोड़ी सी सावधानी रखकर आप त्योहार का पूरा मजा ले सकते हैं। यह सावधानी खासकर पटाखे(crackers) जलाते समय रखनी है। इसके लिए पटाखों के पैकेट पर दी गई सावधानियों को अवश्य पढ़ें। जब पटाखों को चलाएं तो खुली जगह में जलाएं और इन्हें जलाते समय बच्चों को दूर रखें। बुजुर्ग और सांस के मरीज न तो पटाखे जलाएं और न आसपास खड़े रहें। पटाखों का धुआं उनके लिए परेशानी का सबब बन सकता है।

काएनोस हॉस्पिटल की स्त्री रोग विशेयज्ञा डॉ हरवीन कौर ने बताया की प्रेगनेंट(pregnant) महिलाएं सीढियां चढ़कर डेकोरेशन करने या भारी सामान उठाने का काम न करें। प्रेग्नेंसी में आसानी से थकान हो जाती है इसलिए ऐसा कोई भी काम न करें जिसमें गिरने या फिसलने का डर हो। आप सफाई के लिए इस्तेमाल होने वाले क्लीनिंग प्रॉडक्ट्स से भी दूर रहें। इनमें हानिकारक तत्व हो सकते हैं।प्रेगनेंट महिलाएं दीवाली के मौके पर पार्लर या किसी ब्यूटी ट्रीटमेंट के लिए न लाएं। इनमें इस्तेमाल होने वाले केमिकल बच्चे को नुकसान पहुंचा सकते हैं

दिवाली के समय हवा की गिरती गुणवत्ता व वायु प्रदूषण

वायु प्रदूषण बढ़ा सकता है मुश्किलें(bad air quality)सेहत को हो सकता है गंभीर नुकसान, खराब एक्यूआई के कारण न सिर्फ सांस की बीमारियों का खतरा बढ़ गया है, साथ ही इसे कोविड-19 के लिए भी खतरनाक माना जा रहा है। कायनोस हॉस्पिटल के साँस रोग विशेषज्ञ डॉ एकल अरोरा ने बताया की इस प्रदूषण के कारण फेफड़ों की बीमारियों के साथ कई प्रकार के कैंसर का भी खतरा हो सकता है। इसके अलावा बढ़े हुए प्रदूषण की वजह से कोविड-19 के गंभीर मामले भी सामने आ सकते हैं। इससे लोगों को विशेष सावधानी बरतने की आवश्यकता है।

इन चीज़ों पर ख़ास ध्यान देने की आवश्यकता है: मास्क पहनना सबसे जरूरी,अनावश्यक रूप से घर से बाहर न निकलें, इनडोर प्रदूषण को न करें नजरअंदाज(हवा को स्वच्छ करने वाले उपकरणों को भी प्रयोग में लाया जा सकता है), व्यायाम करें लेकिन घर के भीतर ।

- हरियाणा सरकार व ECHS पैनल पर
- आयुष्मान भारत में कैंसर व हृदय रोग का फ्री* ईलाज

*शर्तें लागु

काएनोस हॉस्पिटल, रोहतक

खेड़ी साध बाईपास, दिल्ली रोड

155 बैड I 54 ICU बैड I 40+ डॉक्टर्स I 30+ स्पेशीऐलिटी

9369020202, 9369040404

www.kainoshospital.com info@kainoshospital.com

काएनोस समाचार

मासिक पत्रिका अक्टूबर/नवम्बर 2022

रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने के घरेलू इलाज आसानी से करे

इस महीने की कुछ चुनिंदा उपलब्धियां

जबड़े को दोबारा बना कर मुँह व गर्दन से कैंसर निकाला गया

55 वर्षीय झज्जर निवासी मरीज़ बीड़ी पीने व तंबाकू खाने की वजह से मुँह के कैंसर से पीड़ित था। रोज़मर्रा के काम भी नहीं कर पा रहा था और ना ही खाना खा पा रहा था। कायनोस हॉस्पिटल में आने पर पाया गया की मरीज़ कैंसर की आख़िरी स्टेज में आ चुका है। लेकिन काएनोस के Head & Neck Cancer सर्जन डॉ शशांक चौधरी ने 10 घंटे की मैराथन सर्जरी के बाद आधा ऊपर वाला व आधा नीचे वाला जबड़ा निकल कर उसे दोबारा बनाया व अन्य कैंसर भी निकल दिया। डॉ शशांक ने बताया कि अगर यह मरीज़ सही इलाज जारी रखता है और बीड़ी व तंबाकू से दूर रहता है तो वो अपना जीवन सामान्य तरीक़े से गुज़ार सकता है।

24 हफ़्ते जन्मे व 750 ग्राम के बच्चे को बचाया गया

बहादुरगढ़ में एक फ़ौजी भाई के समय से 14 हफ़्ते पहले जन्मे दोहिते को कायनोस हॉस्पिटल में लाया गया। बच्चे का वजन केवल 750 ग्राम था और ब्रेन में भी खून का रिसाव हो चुका था। लेकिन डॉक्टर व नर्सों के अथक प्रयास से बच्चा ठीक हो पाया। काएनोस के शिशु रोग विभाग के अध्यक्ष डॉ वरुण नरवाल ने बताया की इस तरह के बच्चे केवल 5% ही बचते हैं लेकिन कायनोस में इस तरह के बच्चों के लिए विशेष सुविधा जैसे की level 3 NICU(neonatal ICU) और nursery है जिसकी वजह से 70 दिन के इलाज के बाद बच्चा स्वस्थ घर जा सका। इन जैसी आधुनिक सुविधाएँ अक्सर बड़े हॉस्पिटल में ही देखने को मिलती है पर उत्तर भारत में काइनोस उन चुनिंदा हॉस्पिटल्स में से है जहाँ पर ऐसी आधुनिक सुविधाएँ उपलब्ध है।

इम्यूनिटी बढ़ाने के लिए अपनाएं ये घरेलू नुस्खे

- धूप में बिताएं समय
- नाश्ते में शामिल करें प्रोटीन डाइट
- तनाव के स्तर को प्रबंधित करें
- खट्टे फल सामान्य सर्दी और फ्लू को ठीक करने में मददगार है। विटामिन सी से भरपूर फलों में शामिल है संतरा, नींबू, अंगूर।
- हाइड्रेटेड रहे: यह रक्त को प्रत्येक कोशिका तक ऑक्सीजन पहुंचाने में मदद करता है।
- मुनक्का- मुनक्का में एंटी-ऑक्सीडेंट्स के साथ पोटैशियम, बेटा कैरोटीन, कैल्शियम, जैसे विटामिन पाये जाते हैं. जो आपकी इम्यूनिटी को बूस्ट करने के साथ हड्डियों को भी मजबूत रखता है

कुछ ख़ास

काएनोस हॉस्पिटल उत्तर भारत में हवाई ऐम्ब्युलन्स सेवा ले कर आ रहा है।

काएनोस हॉस्पिटल यह सेवा शुरू करने के लिए 2 हेलिकॉप्टर ख़रीद चुका है और ये दोनो हेलिकॉप्टर मार्च 2023 में सर्विस में आने की उम्मीद है। हवाई ऐम्ब्युलन्स के अलावा इस सर्विस के निम्नलिखित उपयोग भी होंगे:

- तीर्थ यात्रा (Pilgrimage)
- निजी चार्टर (Private Charter)
- कॉर्पोरेट चार्टर (Corporate Charter)
- सरकारी व विआइपी चार्टर (Government and Political/VIP Charter)
- शादि व जॉयराइड(Marriage and Joyride
- निर्माण व सर्वेक्षण (Construction and Survey)
- खोज और बचाव कार्य (Search and Rescue)

क्या आप जानते है ?

काएनोस हॉस्पिटल उत्तर भारत में सबसे बड़ा ECMO सेंटर है

स्पेशल अनाउंसमेंट

अब काएनोस टीम के सदस्य बन गए है:

- **PGI रोहतक के मेडिसिन विभाग के पूर्व सीनीयर प्रोफ़ेसर Dr.Harpreet Singh (MBBS, MD)**
- **PGI रोहतक के एंडोक्रेनोंलोजि के पूर्व विभाग अध्यक्ष Dr.Rajesh Rajput (MBBS, MD, DM(Endocrinology)**

काएनोस हॉस्पिटल, रोहतक

खेड़ी साध बाईपास, दिल्ली रोड

155 बैड I 54 ICU बैड I 40+ डॉक्टर्स I 30+ स्पेशीऐलिटी

9369020202, 9369040404

www.kainoshospital.com info@kainoshospital.com