स्वास्थ्य संगवारी

अंक - 2
जून 2018

मेहनतकशों के स्वास्थ्य के लिए
मेहनतकशों का अपना कार्यक्रम

सहयोग राशि रू. ६.०० मात्र

फोन : 07748-216088, e-mail : shaheedhospital@gmail.com

स्वास्थ्य संगवारी की अगली पत्रिका में आप सभी संगवारी को लाल जोहार -

संपादकीय

आज शाम को मौली मौसी की खाने का थाली, कपडा सब अलग कर दिया गया। पिताजी ने कहा कि मौसी को बहुत बडी बीमारी हो गया है, इसलिए उनको अलग रखना पडेगा और उनके खाने का बर्तन, कपडा सब अलग कर दिया गया। हमारे घर में दो रूम है एक रूम में मौसी को अलग रख दिया गया। लेकिन मौली मौसी के बिना मेरा काम नहीं चलता मैं उनके बगैर नहीं रह सकता। लेकिन मां बोली कि मौसी के पास नही जाना है, मौसी को टी.बी. की बीमारी हुआ है ये बीमारी एक से दुसरे को फैलती है।

बात सही है टी.बी. बिमारी एक छुआ-छुत की बीमारी है एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति को फैल सकता है।

टी.बी. आमतौर पर गरीब लोगों के बीमार के रूप में माना जाता है। जिनको रहने के लिए ठीक से घर नहीं होता बहुत सारे लोग एक साथ रहते है, पौष्टिक आहार नहीं मिल पाता, जरूरत से ज्यादा काम करना पडता है इन सबको टी.बी. होने का डर रहता है।

टी.बी. को क्षयरोग, राजयोग और तपेदिक के नाम से जाना जाता है। इतिहास कहता है भारत में करीब ६ हजार साल पहले लोगों के अंदर टी.बी. का लक्षण देखा गया लेकिन उस समय टी.बी.का इलाज करने की कोई व्यवस्था या सही जानकारी नहीं थी।

१८४६ में सैनिटोरियम ईलाज चालू हुआ। सैनिटोरियम एक खुल्ला पहाडी पर जहां हवा और उजाले की अच्छे से सुविधा हो।

उस समय मे टी.बी. बीमारी क्या है ? कैसे होता है पता नही था, सैनिटोरियम के रहते १२ घण्टो तक भी शुद्ध हवा में बाहर रखना पडता था। टी.बी. के कीटाणु माइक्रोबैक्टीरियम ट्युबरक्लोसिस १८८२ में रॉबटकाक्स द्वारा जानकारी प्राप्त हुआ १९४७ streptomycin नामक पहली दवाई टी.बी. के लिए चालू किया गया।

१९५२ - INH नामक दवाई चालू किया गया है।

१९६१ - Ethambutol नामक दवाई चालू किया गया।

१९६२ - Rifampicin नामक दवाई टी.बी. के इलाज के लिए प्रयोग में लाया गया।

इसी तरह लगातार कुछ सालों तक एक के बाद एक दवाई वैज्ञानिकों द्वारा निकाली गई लेकिन आज भी हम लोग टी.बी. बीमारी पर अपना काबू नही पा सके।

जिस देश की आर्थिक स्थिति अच्छी है पौष्टिक आहार में परिवर्तन किया गया है और टी.बी. की दवाई साथ में लेते हुए। टी.बी. बीमारी से देश को बचाया, लेकिन अपने देश में अभी भी टी.बी. बीमारी तेजी से बढ रहा है। करीब दुनिया का एक तिहाई टी.बी. मरीज अपने देश में है, और मल्टी ड्रक्स रजिस्टैअ ट्युबरक्लोसिस से आधा मरीज अपना देश में है। इसलिए हम सबको टी.बी. बीमारी के बारे में ध्यान देना है कैसे टी.बी. बीमारी को रोक सके और इसके बारे में तरीका ढूढना है। टी.बी. बीमारी के बारे में हम सब के मन में बहुत सारी गलत धारणा है आमतौर पर हमारे लोगों ने टी.बी. बीमारी को स्वीकार नहीं करते इसलिए टी.बी. बीमारी का इलाज जल्दी शुरू नहीं हो पाता है इसलिए एक टी.बी.मरीज से दूसरे लोगों को टी.बी. फैलने का खतरा बढ जाता है। जिसको टी.बी. होता है उनको घर के लोगों को भी अलग नजर से देखते है। इसलिए आज मौली मौसी के खाने का बर्तन अलग कर दिया गया है और उनको एक अलग से कमरे में रख दिया गया टी.बी. बीमार के बारे में जो गलत धारणा है उसको सही जानकारी देनी चाहिए और जिनको टी.बी. होने की संभावना है। उनको टी.बी. के बीमारी से बचाना है और टी.बी. मरीज का इलाज करवाना है। अपना अनुभव कहता है, टी.बी. बीमारी एक कीटाणु द्वारा फैलने वाला बीमारी नहीं है। इसमें सामाजिक, आर्थिक, सांस्कृतिक धारणा भी विशेष रूप से हावी रहता है। इसलिए हमें चाहिए टी.बी. बीमारी में काबू पाना सिर्फ स्वास्थ्यकर्मी द्वारा संभव नहीं है। इसलिए इनके लिए एक सामाजिक आंदोलन की जरूरत है। इसमें सारे लोग टी.बी. के बारे में सोचे और समझे जल्द से जल्द इलाज करके फैलाव को रोके। इसलिए शहीद अस्पताल परिवार गांव के लोगों की समझदारी को आगे बढाते हुए टी.बी. को रोकने के लिए ये कार्यक्रम शुरू करना चाहते है हमारा लक्ष्य टी.बी. बीमारी को गांव में ही रोकना है। मरीज का गांव में ही इलाज करना है इसलिए हमारा नारा है -

"चल संगवारी टी.बी. भगाबो गांव बचाबो"

२४ मार्च २०१७ विश्व क्षय दिवस के अवसर पर दल्ली राजहरा, ग्राम - जुनवानी, देवपांडुम एवं शेरपार के ग्रामवासियों एवं शहीद अस्पताल के सहयोग से जन जागरूकता लाने हेतु रैली का आयोजन किया गया।

"चल संगवारी टी.बी. भगाबो गांव बचाबो"

आइए हम सब साथ मिलकर टी.बी. बीमारी को रोकने का प्रयास करें ।

पिछली पत्रिका में हमने बताया था, शहीद अस्पताल का हमारा सफर कुछ नर्सो और गर्भवती महिलाओं द्वारा उनका अनुभव । कुछ इसी तरह हम आपको आगे भी नई जानकारियां देते रहेगें । हमारे पत्रिका के इस अंक में हम आपको टी.बी. रोग से संबधित कुछ नई जानकारियां देना चाहेंगें -

टी.बी क्या है ?

टी.बी एक अत्यधिक संक्रामक बीमारी है । जिसे तपेदिक, क्षय रोग या छूत की बीमारी भी कहते है । जो मायको बैक्टिरियम ट्यूबरकुलोसिस नामक बैक्टिरिया द्वारा फैलती है । वर्तमान में टी.बी से ग्रसित लोंगों की संख्या भारत में सबसे ज्यादा है । लेकिन सही समय पर इलाज से टी.बी रोग से बचा जा सकता है ।

टी.बी. के कारण :-

१. कुपोषण
२. अत्यधिक भीड़भाड़ युक्त स्थान में रहना
३. एच्.आई.वी. संक्रमण की मौजुदगी में
४. डायबीटिज बीमारी की मौजूदगी में
५. धम्रपान एवं शराब का सेवन करना
६. लम्बे समय तक कारखानो में काम करना
७. टी.बी द्वारा संक्रमित व्यक्ति के संपर्क में आने से

टी.बी. के प्रकार :-

१. पलमोनरी टी.बी. :- यह टी.बी. का सामान्य प्रकार है । जो कि फेफड़ो में घाव द्वारा होता है।
२. एस्ट्रा पलमोनरी टी.बी. :- यह संक्रमण फेफड़ो के अतिरिक्त शरीर के किसी अन्य भाग को भी संक्रमित करती है । जिसे एस्ट्रा पलमोनरी टी.बी. कहतें है । जैसे :- हड्डी, पेट, रीड की हड्डी, मस्तिष्क आदि ।

टी.बी. के लक्षण :-

१. २ सप्ताह से अधिक खांसी आना
२. हल्का बुखार व वजन में कमी आना
३. भूख नही लगना, हमेंशा शरीर में थकान महसूस होना
४. सीने में दर्द, बलगम के साथ खून आना
५. सोते समय पसीना आना
६. सांस फूलना, कमजोरी, बेचैनी

टी.बी. का रोकथाम :-

१. टी.बी. के रोगी की पहचान होने पर निकट के अस्पताल में थूक की जांच, ट्यूबरक्लोसिस स्कीन टेस्ट एवं चेस्ट एक्स-रे द्वारा टी.बी. के रोगियों की पहचान किया जा सकता हैं ।
२. टी.बी. रोग के प्रभावित स्पुटम पॉजीटीव वाले रोगियों को परिवार के अन्य लोगों एवं छोटे बच्चों के संपर्क से दूर रहना चाहिए । रोगी को खांसते या छींकते समय नाक व मुंह में रूमाल रखना चाहिए । रोगी द्वारा उपयोग किये गये सभी सामान रूमाल, कपड़े, बर्तन आदि का परिवार के अन्य लोगों द्वारा इस्तेमाल नहीं किया जाना चाहिए । सार्वजनिक जगहों पर नहीं थूकना चाहिए ।

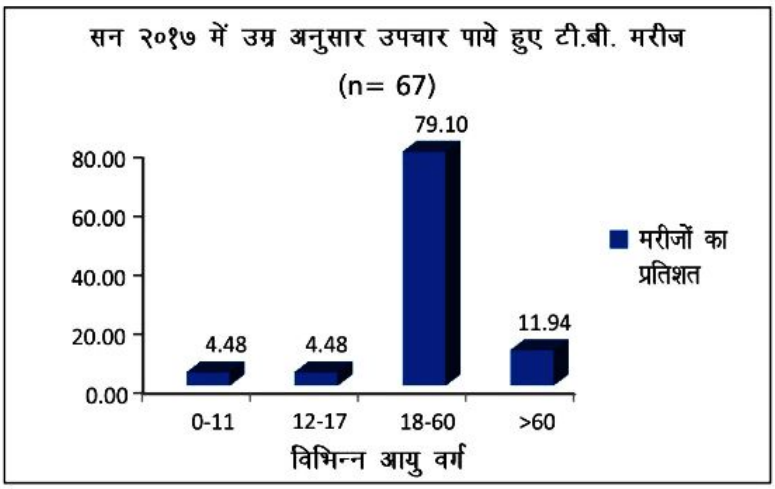
उपचार :- एंटी ट्यूबरकुलोसिस दवाई

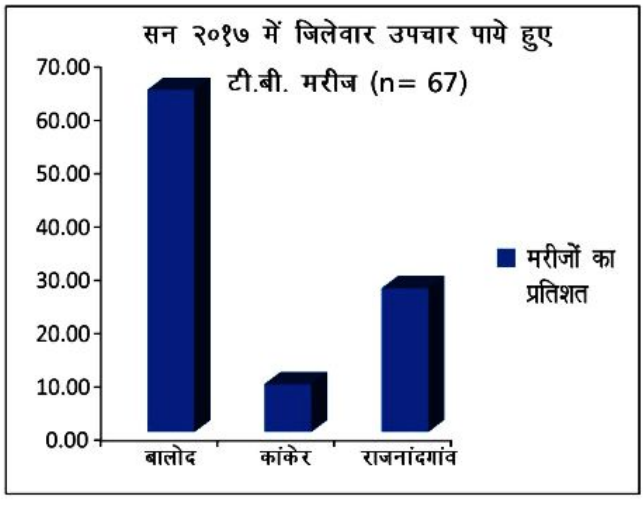
१. आयसोनियाझीड २. रिफामपिसिन ३. पैराजिनामाइड ४. इथामबुटाल ५. स्ट्रेप्टोमायसिन

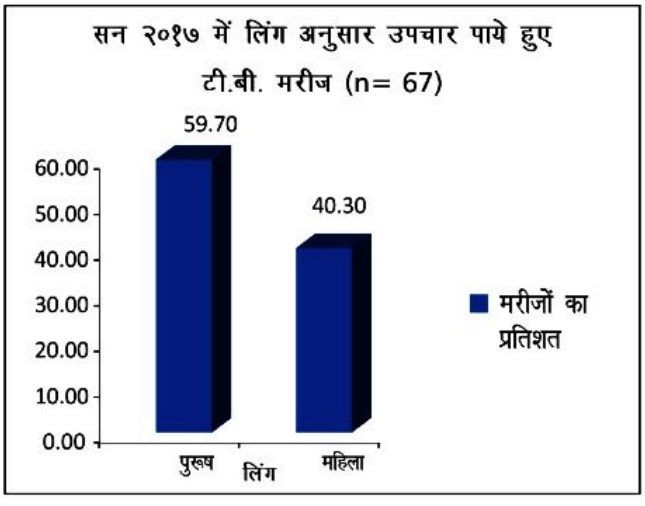
लक्ष्य :-

१. लोगों को टी.बी. के बारे में जागरूक करना ।
२. टी.बी. के कारण के बारे में बताना ।
३. गांवो में जाकर लोगो को टी.बी. रोग के रोकथाम के संबंध में जानकारी देना ।
४. टी.बी. बीमारी का ईलाज करना ।

शहीद अस्पताल में सन २०१७ में टी.बी. बीमारी का उपचार पाये हुए मरीजों का विवरण







अनुभव

सन् २०१० में मेरी उम्र महज १६ साल की थी। जब मै टी.बी. की रोग से ग्रसित थी। उस समय मै शहीद अस्पताल मे ही एक परिचारिका के रूप में कार्य करना शुरू किया था। हमारे घर की आर्थिक स्थिति ठीक ना होने के कारण और मेरे पिताजी की इच्छा भी थी, कि मै शहीद अस्पताल में अपनी सेवा दूं। इन सभी बातों को ध्यान में रखते हुए मैने अस्पताल में कार्य करना शुरू किया। शहीद अस्पताल मे मुझे लगभग ४ से ६ माह ही हुए थे कि अचानक मुझे स्वास्थ्य संबंधी बहुत सारी समस्याऐं होने लगी। फिर भी मैं अपनी इन समस्याओं को ध्यान न देकर काम करती रहती थी। क्योंकि उस समय मेरे उपर घर की कुछ जिम्मेदारियां और मेरे पिताजी के सपने मेरे सामने आकर खड़े हो जाते थे। इसलिए मै अपनी समस्याओं को नजर अंदाज करती रही। और सोचती थी कि सब ठीक हो जाएगा। लेकिन मेरी सोच गलत थी, मेरी समस्याऐं कम नही हुई बल्कि बढ़ती चली गयी, फिर भी मैं किसी से कुछ नही कह पाती थी। कई बार माँ पिताजी को बताना चाहा, पर घर की समस्या इतनी थी कि मैं बता नही पाती थी, और अस्पताल में भी प्रशिक्षण का शूरूआती दौर था। तो नौकरी न छूट जाये इस डर से मैं अस्पताल स्टॉफ के पास भी कुछ बता नही पाती थी और काम करती ही रही।

जब मुझे थकावट ज्यादा होने लगी और सांस फूलने लगी। मैं २ दिनो की छुटटी लेकर अपने माता पिता के पास गांव चली गयी। और अपनी समस्या के बारे में उन्हें बताई तब उन्होने स्थानीय डॉक्टर द्वारा मेरा इलाज शुरू किया, परंन्तु उससे कुछ फर्क नही पड़ा और इस तरह मेरी हालत और खराब होती रही, फिर मुझे वापस शहीद अस्पताल में लाया गया, और उसी दिन मुझे ओ.पी.डी. में ड्यूटी के लिए आना था। मुझे लगा कि आज मैं यहां पर ड्यूटी कर लूंगी, क्योंकि ओ.पी.डी. में सिर्फ पर्ची बनाने का काम ही रहता है, लेकिन काम करते-करते मेरी हालत बहुत खराब हो गयी, मुझे वहीं डॉक्टरें को दिखाया गया।

इलाज के दौरान भी मुझे बहुत सारी समस्याओं का सामना करना पडा डॉक्टर द्वारा बताया गया कि मेरे सिने में संक्रमण हो गया है। जिसकी जानकारी एक्स-रे द्वारा दी गई और कहा की चेस्ट में पानी या पस भर गया है जिसके चलते मुझे समस्याएँ हो रही है और कहा गया की उसे निकाल के जॉच करना पडेगा।

जिसमें पता चला कि मुझे टी.बी. हो गया, जिसे सुनकर और अपनी बढती हुई समस्या को देखकर मुझे लगा कि अब मेरी जिंदगी में कुछ नहीं रखा है और अब मैं मरने वाली ही हूँ क्योकि मेरे अंदर कुछ ताकत बची ही नहीं थी तो मुझे लगता था कि मैं मर जाऊंगी। मेरे माता-पिता भी मुझे देखकर तो चुप रहते थे पर मेरे और भाई-बहन के पास बहुत रोते थे। उन्हें भी लगता था कि मैं नहीं बच पाऊंगी।

फिर अस्पताल में मेरी टी.बी. का ईलाज शुरू किया गया उसमें भी शुरूवाती दौर में दवाई लेने में भी थोडी दिक्कत होती थी पर अस्पताल की सिस्टर दीदी और डॉक्टर द्वारा मुझे पूरी मदद मिली जिससे मेरी तबियत में भी सुधार होना शुरू हो गया।

मुझे अस्पताल में करीब एक से दो माह तक भर्ती रहना पडा और परिवार तथा सब के सहयोग से मैंने अपनी सभी दवाई का खुराक पूरा किया।

मुझे सभी ने मानसिक रूप से भी पूरा सहयोग दिया और मैंने भी नियमित रूप से दवाई तथा खान-पान पर पूरा ध्यान दिया और मैं धीरे-धीरे करके ठीक हो गई।

आज मैं स्वस्थ हूँ, और अपनी सेवा पर निरन्तर कार्यरत हूँ।

धन्यवाद

टी.बी. ग्रसितो का अनुभव :-

"अचानक पेट में दर्द होने के कारण पेट में गैस हमेशा भरा रहता था, फिर हम लोग अस्पताल ले गए उसके बाद पेट का सोनोग्राफी किया तो डाक्टर ने बताया कि आपका लिवर कमजोर है। उसका गोली भी खाया लेकिन पेट का दर्द कम नहीं हुआ और गैस भी कम नहीं हुआ उसके बाद फिर से पेट का जाँच किया तो बताया कि आपके पेट के अतरी में टी.बी. का लक्षण है। हम लोग सरकारी अस्पताल में गये और जाँच करवाया थूक, कफ, पेशाब तीनों जाँच में भी बीमारी नहीं पाया और अचानक पेट में सुजन होना और पतला दस्त होना और पैर में सुजन हो गया। उसके बाद फिर से अस्पताल जाकर जाँच कराया जिसमें एक्स-रे किया गया तो उसमें टी.बी. पाया गया। मैंने शहीद अस्पताल से टी.बी. का पूरा छः माह गोली खाया, और अब मैं अच्छा महसूस करती हूँ।"

अनिता मंडावी

"मुझे सबसे पहले खाँसी आना शुरू हुआ उसके बाद छाती में दर्द होना शुरू हुआ, उसके बाद अंदरूनी बुखार होने लगा। जाँच कराने से पता लगा टी.बी. है, जाँच के बाद ईलाज होने पर खासी पहले से कम है। पहले मैं अच्छे से खाना नहीं खा पाती थी, लेकिन गोली खाना शुरू करने के बाद मेरी भूख और वजन बढा। अब मैं अच्छा महसूस करती हूँ।"

सतरूपा बाई

गोली खाने के पहले का अनुभव :-

१. पैर में सुजन के साथ घुटने में तेज दर्द होना।
२. शरीर में कमजोरी का रहना।
३. थकान होना।
४. नकारात्मक सोंच, चिडचिडापन, गुस्सा का आना।
५. निरन्तर बुखार होना,भूलना।
६. खाने का मन ना करना।

गोली खाने के बाद का अनुभव :-

पहले सप्ताह में मैं बहुत परेशान रहता था। मुंह में गोली का स्वाद आना, नींद आना, बिस्तर में पूरे दिन सोये रहना, खाना न खा पाना। पर तीन माह बाद मुझे अच्छा लगने लगा, खाने में रूची आने लगा। मुँह में स्वाद आना, शरीर स्वस्थ होना, वजन बढ़ना, पैर का दर्द व सुजन का धीरे-धीरे समाप्त होना। फिर मुझे गोली खाने का इच्छा होने लगा, भुलने की समस्या समाप्त हो गया। आज मैं स्वस्थ हूँ और खुश हूँ। मैं इसके लिए डाक्टर और स्टाफ को धन्यवाद देता हूँ। जो सरकार ने योजना बनाया उसका मैं पूरा लाभ उठा पाया और उसका पूरा लाभ प्राप्त हुआ।

नाम - हेमलाल कश्यप

१९ दिसम्बर २०१७ को शहीद अस्पताल में नव-निर्मित स्व. कुसुमबाई की स्मृति में ७० बिस्तरों के नये प्रसूति गृह का लोकापर्ण किया गया।

माँ बनने का एहसास

नाम – संतोषी, उम्र – ३१ वर्ष, ग्राम – गंजईडीह

मेरी शादी १८ साल में हुई और कुछ महीने बाद मैं पहली बार गर्भवती हुई मैं और मेरा परीवार बहुत खुश था। और नौ महीने बाद वो दिन आया जब मैने एक बेटी को जन्म दिया। फिर दो दिन बाद मेरे उपर दुःखों का पहाड टूट पडा मेरी बेटी की अचानक मृत्यु हो गई। फिर डेढ़ साल बाद मैं फिर से गर्भवती हुई , मैं फिर खुशी के सपने सजानें लगी पर भगवान की मर्जी कुछ और ही थी, और यह बच्चा भी नही रहा। फिर डेढ़ साल बाद मैं तीसरी बार गर्भवती हुई और इस बार भी यह बच्चा नही रहा। इसी तरह एक-एक करके आठ बार मैं गर्भवती हुई और हर बार मेरी गर्भ सूनी ही रही। मैं और मेरे परिवार वालो ने तो भरोशा ही खो दिया था।

और कुछ समय बाद मैं फिर से गर्भवती हुई। मैं बहुत खुश थी, पर खुशी के साथ-साथ मन में डर भी था। क्योंकि इससे पहले आठ बार मेरा गर्भपात हो चुंका था, और ये हमारा नौवा बच्चा था। इस बार हम लोग जांच के लिए भिलाई गये। अभी मेरा आठवां महिना चल रहा है। वहां जांच के बाद पता चला कि मुझे शुगर की बीमारी है। हम लोग और भी डर गये हमें तो पता ही नहीं था कि शुगर की बीमारी क्या है और क्यो होता है, फिर मन मे ख्याल आया इसी कारण बार-बार मेरा गर्भपात हुआ होगा। फिर हम लोगों ने इस बार अस्पताल में प्रसव करवाने का निश्चय किया। क्योंकि इससे पहलें मेरा सभी प्रसव घर में ही हुआ था।

नौवा महिना शुरू हुआ, प्रसव की तारीख नजदीक आने लगी। मै रोज भगवान से प्रार्थना करने लगी कि इस बार सब अच्छा हो मेरी गोद भर जाये।

२६. ०३. २०१८ को सुबह अचानक खून जाना शुरू हुआ। घर वाले तुरंत डौण्डी लोहारा सरकारी अस्पताल में ले गये। और फिर वहां से दल्ली राजहरा शहीद अस्पताल में सुबह ८ बजे लाया गया। यहां के डॉक्टरों द्वारा आपरेशन की सलाह दी गयी। उसी दिन सुबह ६ बजे मेरा आपरेशन हुआ और मैने एक बेटी को जन्म दिया। मैं बहुत खुश थी। पर खुशी के साथ मन में डर भी था, अभी मेरा बच्चा बिल्कुल ठीक है।

मैं शहीद अस्पताल के डॉक्टर और सिस्टर को बहुत-बहुत धन्यवाद देना चाहती हूं। जिनकी वजह से मेरी जिंदगी में ये खुशियों भरा दिन आया। ६ अप्रेल २०१८ को अस्पताल से मेरा छुट्टी हुआ। मैं अपनी बेटी को अपने गोद में लिए घर जा रही हुँ, और बहुत खुश हुँ।

शुगर बीमारी के लिए मुझे इन्सुलिन का इंजेक्शन लगाना पड़ता हैं इंजेक्शन से मुझे बहुत डर लगता है। पर अपनी बेटी को देखकर मै इंजेक्शन का दर्द भी सह लुंगी।

"धन्यवाद शहीद अस्पताल"

सास बहु के गोठ बात

सास :- लता बहु अभी तो तोर पांच महिना होगे हे।

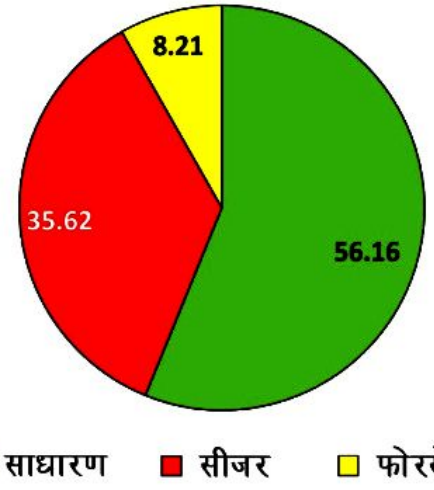
बहु :- हाव दाई टिटनेस के दो टीका भी लगवायें हो, सिस्टर दीदी हा आयरन के गोली देहे, अउ बोलत रीहीस कि गर्भावस्था के दौरान आयरन के १०० गोली खाना जरूरी हे। साथ में कैल्सियम के गोली अउ हरा साग सब्जि भी खाना चाहिए, जेकर से शरीर में खून के कमी भी नई होवए अउ गर्भ में बच्चा के बढ़े में भी सहायक होथे।

सास :- टार रे तुहर चोचला, हमर पाहरों में तो अइसन कुछु नई जानन।

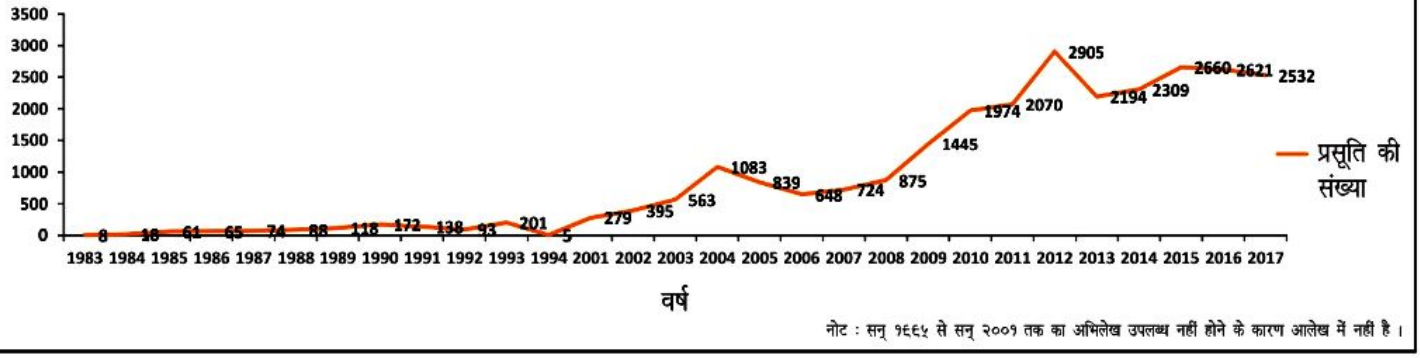
बहु :- दाई सिस्टर दीदी हा बोले हे कि खून के बहुत अकन जांच भी करवाना चाहिए अउ सोनोग्राफी करवाना भी बहुत जरूरी हे, खून के जांच होये से शरीर में खून के कमी, अउ कोई बीमारी हे ते पहली ले जानकारी लेके ओकर समस्या के समाधान करे जा सकथे। सोनोग्राफी कराये से गर्भ में बच्चा के बारे में अच्छा बुरा के पता चल जाथे। अउ अगर कोई समस्या हे ता ओकर निदान भी जल्दी करे जा सकथे।

सास :- बने बताए तहु हा, ले चल देबे बहु रामू सन बड़े अस्पताल खून जांच अउ सोनोग्राफी घलो करवा लेबे।

शहीद अस्पताल में सन २०१७ में किये गए विविध प्रकार की प्रसूति प्रतिशत में (n= 2532)



शहीद अस्पताल में सन् १९८३ से सन २०१७ तक सालाना हुई प्रसूति का आलेख



नोट : सन् १९९५ से सन् २००१ तक का अभिलेख उपलब्ध नहीं होने के कारण आलेख में नहीं है।

संपादक - दीपांजली, उमा, मोना "शहीद अस्पताल, दल्ली राजहरा"

स्वास्थ्य संगवारी के अगले अंक में मधुमेह रोग (डायबिटीज) से संबंधित जानकारी दी जायेगी ।