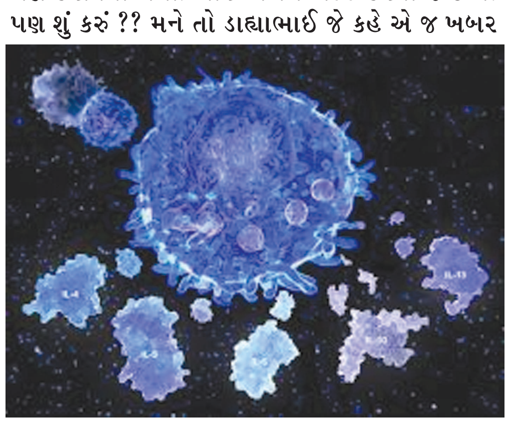
Cytokine - Storm (સાઈટોકાઈન-સ્ટ્રોન) શું છે??

IL-6 ખરેખર કોરોના વાઈરસ છે કે નહીં તે બતાવતું મારકર (ટેસ્ટ છે)

ગાંડાભાઈ ખુબ ચિંતામાં હતા, ડાહ્યાભાઈએ પોતાની જાતે માની લીધું કે મને કોરોના છે ને કોઈ ટેસ્ટ પણ કરાવતી નથી. મારે એમને મદદ કરવી જોઈએ. પણ શું કરું?? મને તો ડાહ્યાભાઈ જે કહે એ જ ખબર



પડે છે. ડાહ્યો મારો વ્હાલો ઈન્ટરનેટ પરથી બધી માહિતી લે છે મને તો એવું આવડતું નથી. આવું ગાંડાભાઈ મનોમન વિચારતા હતા ત્યાં જ ડાહ્યાભાઈનો દીકરો કિશન ગાંડાભાઈને બોલાવા આવ્યો. ગાંડાકાકા મારા પપ્પા તમને બોલાવે છે. ગાંડાભાઈ જાણે સ્વર્ગની ટિકિટ મળી ગઈ હોય એમ ઉછળ્યા. જા બેટા કિશન, હમણાં જ આવ્યો, મારે પણ ડાહ્યાભાઈને મળવું જ છે. આજે ૧૪મો દિવસ હતો. ડાહ્યાભાઈ ખુશ હતા. આજે એમને વનવાસ પુરો થવાનો હતો. વનવાસ એટલે આગળનું રિપીટ કરું? કે ચાલશે? બસ નવા વાચકો માટે... આ ડાહ્યાભાઈએ કોરોના જેવા લક્ષણો જણાતા પોતાની જાતને કોરોનાગ્રસ્ત ગણી લીધા. અને ૧૪ દિવસ કવૉરન્ટાઈન પોતાની જાતે જ કરી લીધું. જેનો આજે ૧૪મો દિવસ છે.

ગાંડાભાઈ ઉછળતા ઉછળતા ડાહ્યાભાઈને ભેટવા દોડ્યા. ના... ના... ગાંડાભાઈ ના... હજુ ૧૪ દિવસ બાકી છે. એટલે કે ૨૮ દિવસે તમે મને ભેટી શકો. અત્યારે દૂર રહો. પણ હા હવે હું બહાર નીકળી શકીશ. ગાંડાભાઈ તમને ન મળું તો યાર કંઈ ખૂટતું હોય એવું લાગે છે. તમે એટલા બધા ભોળા અને નિખાલસ છો કે જેથી મને તમારી સાથે ખૂબ મજા આવે છે. ચલો બીજી વાતો જવા દો. હવે ગયા વખતે આપણે વાત કરેલી કે IL-6 (ઈન્ટલ્યુકીન-૬) નામનો લોહીનો ટેસ્ટ છે. જેનાથી કોરોના છે કે નહીં તેની સૌથી પહેલા ખબર પડે છે. ગાંડાભાઈ વચ્ચે બોલ્યા હા, ડાહ્યા મને ખબર છે. એક રીત છે. PCR ની જે ગળા અને નાકમાંથી લઈને કરવાની બીજી રીત છે સીટીસ્કેન. એટલે ફેફસાનો સીટી સ્કેન કરવાનો જેમાં જો નિમોનિયા હોય તો તરત જ ખબર પડે છે. સેન્સીટીવીટી સીટી સ્કેનમાં વધારે છે અને

તન દુરસ્તી

મહેન્દ્ર ગજ્જર

સ્પેસીફીક સીટી પીસીઆરમાં વધારે છે. એટલે બંને પોતપોતાની રીતે સાચા છે. હવે આપણે ગયા વખતે જે વાત થઈતી તેમાં IL-6 નામનો નવો ટેસ્ટ જે કોરોના છે કે નહીં તરત જ બતાવે છે. સામાન્ય રીતે IL-6 એ 7 pg/nu સુધી નોર્મલ હોય છે. એનાથી વધારે આવે તો કોરોનાની શક્યતા વધી જાય છે. અને લેબોરેટરીવાળા એવું કહે છે કે IL-6 જેનું ૧૦ કરતા વધારે હોય તો કોરોનાનો ટેસ્ટ લગભગ પોઝીટીવ આવે છે. એટલે કે કોરોના હોય જ છે અને હા ડાહ્યા તુ કહેતો હતો ને કે એમાં કોઈ ડૉકટરની મંજુરી કે સરકારી મંજુરીની જરૂર નથી. એ સિવાય આપણે લેબોરેટરીમાં જઈને IL-6 નામનો ટેસ્ટ કરાવી શકીએ છીએ. હવે ડાહ્યા તું જરા સમજાવ કે આ IL-6 (ઈન્ટરલ્યુકીન-૬) છે શું?

ડાહ્યાભાઈ પોતાના ચશ્મા રુમાલ વડે લુછી ઠાવકા થઈને બોલ્યા. ઈન્ટરલ્યુકીન-૬ (IL-6) એક પ્રકારનું પ્રોટીન છું. પ્રો-ઈન્ફલામેટરી સાઈટોકાઈન અને એન્ટી ઈન્ફલામેટરી માયોકાઈન છે. જયારે શરીરમાં અથવા તો ખાસ કરીને ફેંફસામાં કોરોના વાઈરસનો ચેપ લાગે છે. ત્યારે કોરોના વાઈરસને મારવા માટે IL-6 ખૂબ જ વધારે પ્રમાણમાં શરીર બનવા માંડે છે. જેને સિરિયલ હાઈપર ઈમ્યુન રિએક્શન કહે છે. એટલે કહેવાનો મતલબ એ કે જયારે કોરાનાના વાઈરસ ફેફસામાં જન્મ થવા લાગે છે. ત્યારે તેને મારવા માટે IL-6 શરીર ખૂબ બનાવે છે. એટલે જેને કોરોના વાઈરસનું ઈન્ફેકશન થાય તેના લોહીમાં IL-6 વધવા લાગે છે. જે નોર્મલ કરતા વધારે હોય છે. એટલે જો આપણે IL-6 ટેસ્ટ કરાવીએ અને જો વધારે આવે તો સૌથી પહેલા કોરોના છે કે નહીં તેના વિશેની સંભાવના બાંધી શકીએ છીએ. આ આખી પ્રક્રિયાને સિરિયસ હાઈપર ઈમ્યુન રિએક્શન કહેવામાં આવે છે.

આ કંડીશનને સાઈટોકાઈન - સ્ટ્રોમ તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે. સાઈટોકાઈન અને માયોકાઈન જેમાં સાઈટોકાઈન ખૂબ જ વધારે પ્રમાણમાં હોય છે. IL-6 કરતા પમ વધારે સેન્સીટીવી સાઈટોકાઈન છે. પણ સાઈટોકાઈનને માપવા માટે ટેસ્ટ કીટ અત્યારે પ્રોસેસમાં છે. આ બધી વસ્તુઓ એકેડમીક છે. પણ અત્યારે આ કોરોના વાઈરસના પેન્ડેમીકમાં ખૂબ જ મહત્ત્વની બની ગઈ છે. વાહ ડાહ્યા વાહ.... આટલી અઘરી વાત તે બહુ સરળતાથી સમજાવી દીધી. ટૂંકમાં જેને પણ કોરોનાનો ટેસ્ટ કરાવો હોય જે PCR કરતા અને સીટી સ્કેન કરતા પણ વધારે સેન્સીટીવ છે. માટે IL-6 જઈને કરાવી લેવું જોઈએ.

અલ્યા ડાહ્યા, ગરમી ખૂબ છે, બફારો ખુબ છે ઘણે ખૂબ વરસાદ પડ્યો છે, અલ્યા ડાહ્યા.... આ વરસાદ પડ્યા પછી તારું પેલુ મેલેરિયા, ડેન્ગ્યુ, ચિકનગુનિયા એ બધું નહીં થાય?? અને જો થશે તો શું વલે થશે આપણી??

તાવ આવશે તો સાલુ ખબર કઈ રીતે પડશે? કોરોના છે? મેલેરિયા છે? ડેન્ગ્યુ છે? ચિકનગુનિયા છે? ટાઈફોઈડ છે? અલ્યા ગાંડા જો વરસાદ પડવા જ માંડ્યો. હવે ઘરે જઈએ. આની ચર્ચા ફરી કરશું કારણ કે વરસાદ પછી કોરોના વધે??

- shraddhablood@gmail.com

ઔષધ વગર સ્વાસ્થ્ય આપનાર અને યુદ્ધ વગર શાંતિ આપનાર મહામૂલુ ધન એટલે 'યોગ'...

'પ્રાચીન યોગ અને વર્તમાન Yoga પરિચય' વિષય ઉપર ૯૨મું પ્રવચન ઓનલાઈન લાઈવ યોજાયું

ગાંધીનગર, તા. ૨૮

'આર્ષ' શોધ સંસ્થાન અક્ષરધામ ગાંધીનગર દ્વારા વિશ્વવંદનીય સંત પ. પૂ. પ્રમુખસ્વામી મહારાજની પ્રેરણા અને પ. પૂ. મહંતસ્વામી મહારાજના કૃપાશિષ હેઠળ છેલ્લા

૨૨ વર્ષથી ગંગાના પ્રવાહની જેમ વહેતી આર્ષ પ્રવચનમાળામાં ભારતીય મૂલ્યોનું સંવર્ધન થાય, તે હેતુને લક્ષમાં રાખીને વિદ્વાનો દ્વારા વ્યક્તિવિશેષ, સામાજિક સમસ્યા, દર્શન અને શાસ્ત્ર - વિષયો આવરી ત્રૈમાસિક પ્રવચનનું આયોજન કરવામાં આવે છે. આ ક્રમ અંતર્ગત દર્શન-તત્ત્વજ્ઞાન અંગે 'પ્રાચીન યોગ અને વર્તમાન રૂેાૠ પરિચય' વિષય પર ૯૨માં પ્રવચનનું આયોજન ઈન્ટરનેટના માધ્યમથી ઓનલાઈન લાઈવ તા. ૨૭-૦૬-૨૦૨૦ના રોજ સાંજે ૫ થી ૭ સમય દરમ્યાન યોજાયું હતું. આ પ્રસંગે ડૉ. સ્વામી શ્રુતિપ્રકાશદાસ ષડ્દર્શનાચાર્ય, Ph.D., D. Litt., નિયામકશ્રી, આર્ષ, અક્ષરધામ, ગાંધીનગર અને મહંતશ્રી, પૂ. સ્વામી આનંદસ્વરૂપદાસ, અક્ષરધામ, ગાંધીનગરનાએ વક્તવ્યનો લાભ આપ્યો હતો. કાર્યક્રમની શરૂઆત દીપ પ્રાગટ્ય અને પ્રાર્થનાથી કરવામાં આવી હતી. ઓનલાઈન પ્રવચનમાં મોટી સંખ્યામાં શ્રોતાઓ જોડાયા હતા.

ડૉ. સ્વામી શ્રુતિપ્રકાશદાસે જણાવ્યું હતું કે, યોગ દર્શન વૈશ્વિક કક્ષાએ પ્રસિદ્ધિ પામ્યું છે. જેનું કારણ લોકો કહે છે કે, ઔષધ વગર સ્વાસ્થ્ય આપનાર અને યુદ્ધ વગર શાંતિ આપનાર મહામૂલુ ધન એટલે 'યોગ'. તેથી જ સંયુક્ત રાષ્ટ્રસંઘ યુનોએ ૨૧ જૂન 'વિશ્વ યોગ દિન' તરીકે આરક્ષિત રાખ્યો છે. આ ભારતીય મૂલ્યોનું બહુમાન છે. પરંતુ ભારતીય તરીકે આપણે યોગને ખરેખર સમજીએ છીએ ખરા? એ વિચાર કરવા માટે આ પ્રવચનનુ આયોજન કર્યુ છે. સાધારણ રીતે આપણે શરીર સ્વાસ્થ્ય અને મનના સ્વાસ્થ્ય માટે યોગની સાધનામાં આસનો અને પ્રાણાયામ કરીએ છીએ.

તેમણે આશ્ચર્યકારક ફાયદાઓના બે દૃષ્ટાંત આપ્યાં હતા. પ્રાણાયામ અને આસન દ્વારા જે ફાયદા થાય છે તે લોકોએ અનુભવ્યા છે. ૧) અમેરિકા કોરોના પેશન્ટને પ્રાણાયામથી રાહત ૨) એક ડોક્ટરે કોરોનાના ટેસ્ટીંગ માટેનો ઉપાય કહ્યો પ્રાણાયામ. તેમણે યોગની વૈશ્વિક પ્રસિદ્ધિ સાથે વિકૃતિ પર ધ્યાન દોરતા હાઈબ્રીડ યોગ જેવા કે - બીયર યોગ, કપલ યોગ, પાર્ટનર યોગ જેવા યોગો અસ્તિત્વમાં આવ્યા છે. જે યોગનું બ્રહ્મચર્ય અનિવાર્ય અંગ છે. તેમાં ઘણી બધી બાંધછોડ કરવી પડે તેવા યોગોનું અસ્તિત્વ તે યોગદર્શનનું અપમાન છે તેમ જણાવ્યું હતું. યોગના ત્રણ અર્થો યોગ = વિયોગ, યોગ = ઉદ્યોગ, યોગ = સંયોગ. આવા ત્રણ અર્થ કરીને તેને વિસ્તારથી સમજાવતા જણાવ્યું હતું કે વિયોગ અર્થાત વિષય અને ચિત્તાનો જીવાત્માથી સદાય વિયોગ થવો તેને 'યોગ' કહેવાય છે. આ અર્થ સાધારણ રીતે પતંજલિ ઋષિએ દર્શાવેલ માર્ગ પ્રમાણે છે. ઉદ્યોગ અર્થાત યોગઃ કર્મસુ કૌશલમ્ । સમત્વં યોગ ઉચ્યતે) (ભગવદ્ગીતા ૨/૫૦, ૨/૪૮) કર્મમાં કુશળતા અને કર્મમાં સમતા એને ભગવદ્ગીતા 'યોગ' કહે છે. સંયોગ અર્થાત એટલે. જીવાત્મા અને પરમાત્માનો સંયોગ. આ અર્થ આગમો, નિગમો, ઉપનિષદો, પુરાણો, મહાભારત વગેરેએ જણાવેલો છે.

ત્યારબાદ તેમણે યોગદર્શનનો ઈતિહાસ નિરૂપતા કહ્યું હતું કે, યોગદર્શનનો ઈતિહાસ ખૂબ જ પ્રાચીન છે. વૈદિક સાહિત્યના સમયથી જ યોગને પ્રતિષ્ઠા મળેલી છે. એકોતેર જેટલા ઉપનિષદોમાં યોગનું નિરૂપણ પ્રાપ્ત થાય છે. અને ગીતામાં તો દરેક અધ્યાયને યોગશાસ્ત્ર કહ્યા છે. યોગશાખા ઉપનિષદમાં મંત્રયોગ, હઠયોગ, લયયોગ અને રાજયોગ, આ ચાર ભેદ મુખ્યત્વે કહેવામાં આવ્યા છે. પ્રત્યેક યોગનું વર્ણન કરતા તેમણે રાજયોગ પર વિશેષ વાત કરી હતી. રાજયોગ અર્થાત્ પતંજલિ ઋષિએ દર્શાવેલ માર્ગ.

તેની મુખ્ય વિભાવના જણાવતા કહ્યું હતું કે, યોગશાસ્ત્ર આરોગ્યશાસ્ત્રની જેમ ચાર પ્રકારે વહેંચાયેલું છે. આરોગ્યશાસ્ત્રમાં પહેલાં રોગ, એનું નિદાન પછી રોગ કયા કારણે થયો છે એ નિશ્ચિત થાય. ત્યારબાદ ઔષધ થાય તથા અંતે આરોગ્ય પ્રાપ્ત કરે છે તેવી જ રીતે યોગશાસ્ત્ર પણ ચાર વસ્તુ બતાવે છે. યોગસૂત્રોમાં ત્રણ પ્રકારના મંદ, મધ્યમ અને ઉત્તમ અધિકારીઓ તથા તેની ત્રણ પ્રકારની સાધના નિરૂપી છે. તેમાં અષ્ટાંગ યોગ મંદ અર્થાત ત્રીજા પ્રકારના અધિકારી માટે છે તેમ પતંજલિના સૂત્રો દ્વારા જણાવ્યું હતું. અષ્ટાંગ યોગ એક જન્મે સિદ્ધ કરવો કઠિન છે અને સિદ્ધ કરે તે અલૌકિક પુરુષ હોય તેમ જણાવીને ભગવાન યોગેશ્વર શ્રીકૃષ્ણ તથા ભગવાન સ્વામિનારાયણને પ્રણામ કર્યા હતા.

તેઓએ વિષયની વિસ્તૃત સમજૂતી આપતા જણાવ્યું કે, વચનામૃત ગ. પ્ર. ૨૫માં ભગવાન સ્વામિનારાયણે પરમાત્મામાં ચિત્તવૃત્તિ જોડવાની વાત જણાવી છે. બે પ્રકારે આ કરી શકાય તેમ જણાવ્યું છે. પ્રાણના નિરોધે કરીને ચિત્તનો નિરોધ કરવો આમ થાય ત્યારે મન શાંત થાય. અને ચિત્તના નિરોધે કરીને પ્રાણનો નિરોધ. આમ થાય ત્યારે ચિત્તની વૃત્તિ બધેથી તૂટીને ભગવાનમાં જોડાય અને માત્ર ભગવાનની વાસના રહે ત્યારે અષ્ટાંગ યોગની સાધના વગર નિર્વિકલ્પ સમાધિની સ્થિતિ પ્રાપ્ત થાય છે. વચનામૃત ગ. મ. ૮માં ઈંદ્રિયોની વૃત્તિઓને પાછી વાળીને બ્રહ્મ અગ્નિમાં હોમવી તેને 'યોગયજ્ઞ' કહેવામાં આવ્યો છે. બ્રહ્મ અગ્નિ એટલે એકાંતિક સંત. જેમની મન, કર્મ, વચને સેવા કરવી. તેની સ્પષ્ટતા વચનામૃત ગ. પ્ર. ૭૦ માં થયેલી છે જ્યારે બ્રહ્મનું દર્શન અને તે દ્વારા પરબ્રહ્મનું દર્શન થાય ત્યારે જગતના સુખ તરફ જતી ઈંદ્રિયોની વૃત્તિ કુંઠીત થઈ જાય છે.વચ. સારંગપુર ૭માં એકાંતિક સંતને નૈમિષારણ્ય ક્ષેત્ર કહ્યા છે. જ્યાં ઈંદ્રિયોની વૃત્તિ કુંઠીત થઈ જાય છે, જગતનું સુખ ભોગવવાની ઈચ્છા રહેતી નથી. આ બ્રહ્મ અને એકાંતિક સંત એક જ છે. ભગતજી મહારાજ પણ એકાંતિક સંતમાં જોડાઈને ગુણાતીતરૂપ થઈ ગયેલા. સંતમાં જોડાતા વાસના દૂર થાય અને વૃત્તિ ભગવાનમાં જોડાય.

પ્રવચનને અંતે ડૉ. સ્વામી શ્રુતિપ્રકાશદાસ અને પૂ. સ્વામી આનંદસ્વરૂપદાસે ઓનલાઈન ચેટ દ્વારા શ્રોતાઓએ પૂછેલ પ્રશ્નોના સારરૂપ કેટલાક પ્રશ્નોના સંતોષકારક જવાબ આપ્યા હતા. પ્રવચનના અંતમાં આર્ષ ત્રૈમાસિક પ્રવચનમાળાની પ્રણાલી મુજબ આગામી ૯૩માં શાસ્ત્ર વિષયક પ્રવચન 'નિષ્કુળાનંદ કાવ્ય - ૬ સારસિદ્ધિ'ની રૂપરેખા પૂ. જ્ઞાનતૃપ્તદાસ સ્વામીએ આપી હતી અને છેલ્લે પૂ. હરિતિલકદાસ સ્વામીએ શાબ્દિક આભાર વિધિ કરી હતી.

વૃક્ષ વાવો - જીવન બચાવો અભિયાન હાથ ધરાયું

ચિલોડા, તા. ૨૮

બા-બાપુ-૧૫૦ અને ગૂજરાત વિદ્યાપીઠ શતાબ્દી વર્ષ ઉજવણીના ભાગરુપે મહાદેવ દેસાઈ ગ્રામ સેવા સંકુલ-સાદરામાં બી.એ. વિભાગ તેમજ શારીરિક શિક્ષણ - રમતગમત વિજ્ઞાન વિદ્યાશાખા તેમજ ૧૩૫ (એમ) સી.આર.પી.એફ. વિભાગના ત્રિવેદી સંગમ દ્વારા વૃક્ષ વાવો - જીવન બચાવો અભિયાન હાથ ધરાયું. જેમાં સીતાફળ અને સેતૂરના કુલ ૨૮૦ છોડનું રોપાણ કરાયું. કોવિડ-૧૯ના મહાસંક્રમણથી વિદ્યાર્થીઓ જયારે ઘેર છે તેવા સંજોગોમાં સંકુલના બધા જ અધ્યાપકો, બધા જ બિનશૈક્ષણિક સેવકો - ગૃહમાતા - ગૃહવતીઓ, છાત્રાલયના રસોઈયા મહારાજો - સહાયકો રસોઈયાઓ, સી.આર.પી.એફ.ના જવાનો ભેગા મળીને ૯૦ ભાઈબહેનો વૃક્ષારોપણમાં જોડાયા

હતા. એક વ્યક્તિ ચાર ખાડા ખોડે, ચાર છોડ રોપે, ચાર છોડને પાણી પીવડાવે તેવા આયોજન બદ્ધ વૃક્ષારોપણ કાર્યક્રમમાં માત્ર એક જ કલાકમાં ૨૮૦ ખામણાં ૨૮૦ છોડનું રોપણ કરવામાં આવ્યું. આ વૃક્ષારોપણમાં નોંધનીય બાબત એ છે કે સૌથી વધુ ઉંમરના ૮૨ વર્ષની ઉંમરના રસોડાના ગૌતમ મહારાજે પાંચ ખાડા ખોદ્યા, પાંચ શેતૂરના છોડ રોપ્યા અને પાંચ છોડને પાણી પીવડાવ્યું. સંકુલના રાષ્ટ્રીય સેવા યોજના એકમના પ્રોગ્રામ ઓફિસર ડૉ. મોતીભાઈ દેવુ અને ડૉ. દિવ્યેશ ભટ્ટએ આયોજન કર્યુ. સીઆરપીએફના જી. સુરેશ દ્વારા છોડ લાવવાની વ્યવસ્થા કરાઈ.

સંકુલના સંયોજક પ્રા. રમેશભાઈ પટેલ અને ડિન ડૉ. જગદીશભાઈ સાવલિયાના માર્ગદર્શન હેઠળ સમગ્ર કાર્યક્રમનું આયોજન ગોઠવાયું હતું. વૃક્ષવાવો - જીવન બચાવો કાર્યને સાથે સાથે હળવો નાસ્તો સાથે ગ્રંથપાલ જગદીશભાઈ પરીખએ સમધુર કંઠે વર્ષાનાં વધામણાં તેમજ પ્રકૃતિ પ્રિય લોકગીતો ગાઈ વૃક્ષ વાવેતર કરનાર બધા વૃક્ષપ્રેમીઓનો થાક ઉતારી આનંદ વિભોર કર્યા હતા.

ઇન્ટર્નને વિભાગ સાથે ગોઠવવાની નવી વ્યૂહરચના

કોરોના : MBBSના ફાઈનલ યરના ૨,૮૦૦ ઈન્ટર્ન જોડાશે

સરકાર કોવિડ-૧૯ દર્દીઓ માટે અંતિમ વર્ષના નર્સિંગ, ફિઝીયોથેરાપી વિદ્યાર્થીઓ માટેની સેવાનો ઉપયોગ કરાશે

ગાંધીનગર, તા. ૨૮

ગુજરાતમાં કોરોનાના કેસની સંખ્યા ૨૯,૦૦૦ને વટાવી જતા રાજ્ય સરકારે એમબીબીએસના અંતિમ વર્ષના ૨,૮૦૦ જેટલા વિદ્યાર્થીઓ અને ઈન્ટર્નને આરોગ્ય વિભાગ સાથે ગોઠવવાની નવી વ્યૂહરચના બનાવી છે કોવિડ-૧૯ના દર્દીઓની સંખ્યામાં ગુજરાત ટોચના ત્રણ રાજ્યોમાં શામેલ હોવાથી રાજયને કોરોના વાયરસના સંકટ સામે લડવા માટે ફ્ન્ટલાઈન મેડિકલ ટીમોની ભારે અછતનો સામનો કરવો પડી રહ્યો છે. ગુજરાત સરકારના આરોગ્ય અને પરિવાર કલ્યાણ વિભાગના મુખ્ય સચિવ જયંતિ રવિએ જણાવ્યું હતું કે, 'અમે આશરે ૨૮૦૦ અંતિમ વર્ષના એમબીબીએસ વિદ્યાર્થીઓ માટે પ્રાદેશિક તાલીમ શરૂ કરી છે, જેમને કોવિડ -૧૯ દર્દીઓની સારવાર માટે ગોઠવવામાં આવશે. આવતા અઠવાડિયા સુધીમાં તેઓને જુદા જુદા પ્રદેશોમાં ફરજ સોંપવામાં આવશે. રાજ્ય સરકારનો નિર્ણય આરોગ્ય અને કુટુંબ કલ્યાણ મંત્રાલયના તાજેતરના માર્ગદર્શિકાની અનુરૂપ છે જે કોવિડ -૧૯ કટોકટીથી નિવારવા માટે ઈન્ટર્ન અને અંતિમ વર્ષના મેડિકોની સેવાઓને મંજૂરી આપે છે. મેડિકલ કાઉન્સિલ ઓફ ઈન્ડિયા (એમસીઆઈ)ની સાથે બોર્ડ ઓફ ગવર્નર્સ (બીઓજી)ની ભલામણના આધારે મિનિસ્ટ્રીની ગાઈડલાઈન્સ સૂચવે છે કે, ઈન્ટર્ન પ્રોવિઝનલી રજિસ્ટર કરાયેલા ડોકટરો છે. તેઓ કોવિડ-૧૯ કેસોના ક્લિનિકલ મેનેજમેન્ટમાં કોવિડ આરોગ્યની ફેકલ્ટીઝની દેખરેખ હેઠળ તાલીમ આપી શકે છે. મેડિકલ કાઉન્સિલ ઓફ ઈન્ડિયા (એમસીઆઈ)ની સાથે બોર્ડ ઓફ ગવર્નર્સ (બીઓજી)એ એમ પણ સૂચવ્યું છે કે, અંતિમ વર્ષના એમબીબીએસ વિદ્યાર્થીઓને કોવિડ આરોગ્ય સુવિધાઓમાં તેમની ફેકલ્ટીઓની દેખરેખ હેઠળ થિયેરી અને પેક્ટિસમાં કોવિડ -૧૯ મેનેજમેન્ટ વિશે પણ શીખવવામાં આવી શકે છે, પરંતુ તેમને કોઈ ક્લિનિકલ ફરજો સોંપી શકાતી નથી.

મેડિકલ કાઉન્સિલ ઓફ ઈન્ડિયાની સાથે બોર્ડ ઓફ ગવર્નર્સએ ડેટા કમ્પાઈલ કર્યો છે. જે મુજબ બે લાખ યોગ્ય ક્વોલિફાઈડ અને પ્રશિક્ષિત ડોકટરો પહેલેથી જ ઉપલબ્ધ છે. સૂત્રોએ જણાવ્યું હતું કે, ગુજરાત સરકાર પણ કોવિડ -૧૯ દર્દીઓ માટે અંતિમ વર્ષના નર્સિંગ અને ફિઝીયોથેરાપી વિદ્યાર્થીઓ માટેની સેવાઓનો ઉપયોગ કરવાની યોજના બનાવી રહી છે. આરોગ્ય અને કુટુંબ કલ્યાણ મંત્રાલયના સંયુક્ત સચિવ લવ અગ્રવાલની આગેવાની હેઠળની એક કેન્દ્રિય ટીમ ૨૬ જૂનથી ૨૯ જૂન દરમિયાન ગુજરાત, મહારાષ્ટ્ર અને તેલંગાણાની મુલાકાતે છે. આ ટીમ રાજ્ય સરકારના અધિકારીઓ સાથે વાતચીત કરશે અને સંચાલન માટે ચાલુ પ્રયાસોને મજબૂત કરવા તેમની સાથે સંકલન કરશે. ગુરુવારે દેશમાં કોરોનાના ૧૬૦૦૦થી વધુ કેસ નોંધાતા આ નિર્ણય લેવામાં આવ્યો હતો. નવા રેકોર્ડબ્રેક કેસ નોંધાતા દેશમાં કુલ કેસોની સંખ્યા ૪.૭૩ લાખ પર પહોંચી ગયો હતો અને મૃત્યુઆંકમાં ૪૧૮નો ઉછાળો થયો હતો.

ડાયરેક્ટ ❤ સે

મનુષ્ય સવારથી સાંજ સુધી એટલો નથી થાકતો જેટલો ક્રોધ કે ચિંતાથી એક કલાકમાં થાકી જાય છે

જન્મદિને વધામણી

મહર્ષિ રાવલ
મોટીવેશનલ ટ્રેનર
મો. ૯૯૭૯૮ ૯૮૭૪૨

હિતેષ વિનોદ જોષી
મો. ૮૦૦૦૭ ૭૨૫૦૨

હેતાર્થ કેયુર શાહ
ફોન : ૨૩૨૨૩૬૯૧

જન્મદિને વધામણી વિભાગ અંતર્ગત કોઈપણ વાચક પોતાની તસવીરો પ્રકાશન માટે મોકલી શકે છે. પરંતુ, વાચકોને વિનંતી છે કે મોડામાં મોડી આ તસવીરો જન્મદિવસ હોય તેના અગાઉના દિવસે એક વાગ્યા સુધીમાં અખબારને મળી જાય. વાચકો ઈચ્છે તો આ વિભાગમાં પ્રકાશન હેતુ પોતાની તસવીરો અગાઉથી પણ મોકલાવી શકે છે.

- સંપાદક

૧૦૦૦ પ્રતિવાદીઓમાંથી ૭૫ ટકા વાલીઓ પરીક્ષાઓ દરમિયાન શાંત વિસ્તારનું સર્જન કરવું જ જોઈએ તેવું માને છે - અભ્યાસ

હાલના અણધાર્યા સમયમાં, સંપૂર્ણ ધ્યાનથી અભ્યાસની તૈયારીઓ કરવાનું કઠિન બની શકે છે. પરીક્ષાની તૈયારી ખાસ કરીને અનિશ્ચિતતાઓથી ભરેલા વાતાવરણમાં મોટી માત્રામાં તણાવ અને ચિંતા લાવી શકે છે. વધુમાં દરેકને ઘરમાં જ રહેવાનું હોવાથી, બેધ્યાનપણાનું પ્રમાણ વધુ હોય છે – જેમાં ટેકનોલોજીથી લઈને ઘરગથ્થુ/વીજ એપ્લાયંસીસથી અને ટેલિવીઝન સેટ્સનો પણ અવાજ થાય તો – તે દરેક મહત્ત્વના બેધ્યાનપણાના પરિબળો બની જાય છે જે બાળકના ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાની પ્રવૃત્તિ પર અસર કરે છે. બેકગ્રાઉન્ડ અવાજ બેધ્યાનપણાને અને શાંતિ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાની જરૂરિયાતને વિચારતા ક્રોમ્પ્ટોન ગ્રીવ્સ કન્ઝ્યુમર ઈલેક્ટ્રિકલ્સ લિમીટેડે એક્ટિવમ્ન્ઙઝ ટેકનોલોજી અને એરોડાયનેમિક ડિઝાઈનમાં સાયલંટ પ્રો એન્સો પંખાઓ બજારમાં મુક્યા છે, જે હવા વિભાજનમાં ઘટાડો કરતા રેગ્યુલર પંખાઓ કરતા ૨ ગણો ઓછો અવાજ કરે છે. વધુમાં કંપનીએ બાળકો માટે અવાજને કારણે થતા બેધ્યાનપણાને શોધી કાઢવા માટે ભારતભરમાં ૧૦૦ વાલીઓ સાથે ઓનલાઈન પેનલનો ઉપયોગ કરીને નીલ્સેન અભ્યાસ પણ શરૂ કર્યો છે.

ખાસ કરીને કોવિડ-૧૯ (કોરોનાવાયરસ) મહામારી દરમિયાન પરીક્ષાઓ માટે અભ્યાસ કરવો ભારરૂપ બની શકે છે અને આ વાદળો સમગ્ર લોકોમાં બાહ્ય અને આંતરિક એમ બન્ને રીતે મંડરાય છે, જે ફક્ત બાળકો પર જ નહી પરંતુ વાલીઓ પર પણ તણાવ પેદા કરે છે. બાહ્ય અને આંતરિક દિવસ દરમિયાનથી રાત્રે સિલીંગ ફેનના સાદા અવાજ એમ બન્ને રીતે વિવિધ પરિબળોને કારણે અવાજ પેદા થાય છે તેને ધ્યાનમાં રાખતા આ સમગ્ર ગાળામાં બાળકો માટે અસંખ્ય બેધ્યાનપણાનું સર્જન કરે છે. તેથી વાલીઓ બેધ્યાનપણાનું કારણ બનતા અવાજને દૂર કરવા માટે તેમના બાળકોને મદદ અને ટેકો આપવાના હેતુથી વિવિધ પદ્ધતિઓ/અસરકારક માર્ગોનો ઉપયોગ કરીને તેમના બાળકો માટે શાંતિપૂર્મ વાતાવરણની રચના કરવાનો પ્રયત્ન કરે છે અને પરીક્ષાના દબાણને દૂર કરે છે. એવું કહેવાય છે કે આપણે પરીક્ષાઓ આપી શકીએ તેવું પર્યાવરણમાં અભ્યાસ કરીએ છીએ તેવા પર્યાવરણમાં અભ્યાસ કરીએ છીએ ત્યારે તે આપણને વાંચન યાદ રાખવાના પ્રયત્નમાં મદદ કરે છે. હવે જ્યારે સામાજિક અંતર રાખવું તે એક દાખલો બેસી ગયો હોવાથી, આપણે શક્યતઃ મર્યાદિત સમયમાં, પરિવાર સાથે લાંબો સમય પસાર કરીએ છીએ – તેથી જે તે વ્યક્તિને બેધ્યાનપણા વિના અભ્યાસ કરવા માટે શાંત સ્થળની જરૂર હોય છે.