



DAILY NEWS BULLETIN

LEADING HEALTH, POPULATION AND FAMILY WELFARE STORIES OF THE DAY

Friday

20210129

कोविड-19

एक जंग जीतने की ओर बढ़ते हम (Hindustan: 20210129)

<https://www.livehindustan.com/blog/story-hindustan-opinion-column-29-january-2021-3819513.html>

कोविड-19 के खिलाफ भारत की जंग अपने अंजाम तक पहुंचने लगी है। पिछले नौ दिनों से कुल एक्टिव मरीजों की संख्या दो लाख से भी कम है, और अभी करीब 1.74 लाख मरीजों का इलाज देश भर में चल रहा है। इनमें से 78 फीसदी मरीज केरल, महाराष्ट्र, उत्तर प्रदेश, कर्नाटक और पश्चिम बंगाल में ही हैं। मरीजों के ठीक होने की दर भी बढ़कर 96.94 फीसदी हो गई है, जबकि मृत्यु दर 1.44 प्रतिशत है। इसका अर्थ है कि कोरोना के खिलाफ हमारी तैयारी अच्छी रही और इससे होने वाली जीवन की हानि को थामने में हम बहुत हद तक सफल रहे हैं। इन सबको देखते हुए सरकार द्वारा जारी नए दिशा-निर्देश अप्रत्याशित नहीं लग रहे।

नई गाइडलाइन में सिनेमाघरों को 50 प्रतिशत से ज्यादा क्षमता के साथ चलाने की इजाजत दी गई है, साथ ही स्विमिंग पूलों को सभी के लिए खोल दिया गया है, जबकि इसका इस्तेमाल पहले सिर्फ खिलाड़ियों तक सीमित रखा गया था। अब एक से दूसरे सूबे में जाने में भी किसी तरह की पाबंदी नहीं होगी। सिनेमाघरों को जब 50 फीसदी क्षमता के साथ खोला गया था, तब संक्रमण में कुछ उछाल दिखा था। मगर अब स्थिति काबू में है। लिहाजा, उन्हें जब बढ़ी क्षमता के साथ चलाया जाएगा, तब तमाम सुरक्षा उपाय अपनाने की जरूरत है। रही बात स्विमिंग पूल की, तो अभी शायद ही इसका इस्तेमाल

होगा। अमूमन मार्च-अप्रैल के बाद लोग इसका उपयोग करते हैं, इसलिए इसके खुलने का बहुत ज्यादा असर कोरोना मामलों पर नहीं होगा।

इस जंग में दिल्ली बाकायदा एक मॉडल बनकर उभरी है। यहां जनवरी महीने में छह दिन 200 से कम नए मामले सामने आए हैं। इसी कारण दिल्ली के स्वास्थ्य विभाग ने राज्य सरकार के अधीन सभी अस्पतालों में सर्जरी के साथ-साथ ओपीडी सेवाएं शुरू करने का साहस बटोरा है। राजधानी में संक्रमण की दर लगातार घट रही है। पूर्व के दिशा-निर्देशों में प्रतिबंध के बावजूद लोग निश्चिंत दिख रहे थे और बाजारों में रौनक थी। फिर, आंदोलनों के कारण संक्रमण के फैलने की जो आशंका थी, वह भी निर्मूल साबित हुई है। यह सुखद स्थिति है। हालात जितने जल्दी सामान्य हो जाएंगे, वह बेहतर माना जाएगा। नए दिशा-निर्देशों के बाद अब उन मरीजों को काफी राहत मिलेगी, जो अस्पतालों में ओपीडी और सर्जरी सेवाएं बंद होने के कारण परेशानियों से जूझ रहे थे। यहां शिक्षण संस्थानों को भी अगले महीने से खोलने की तैयारी चल रही है।

हम बेशक 'न्यू नॉर्मल' की ओर बढ़ गए हैं, लेकिन इसका यह मतलब नहीं है कि महामारी खत्म हो गई है। दुनिया के किसी भी हिस्से में यदि कोई संक्रामक रोग पांव पसार रहा है, तो अन्य देशों पर खतरा बराबर बना रहता है। यह सही है कि हमने कोरोना महामारी के खिलाफ योजनाबद्ध लड़ाई लड़ी है, फिर भी सावधानी बरतने की दरकार है। जो सुरक्षा उपाय बताए गए हैं, उन पर जरूर अमल जारी रखना चाहिए। जैसे, मास्क का इस्तेमाल, दो गज की शारीरिक दूरी का पालन और नियमित तौर पर हाथ धोना अभी भी जरूरी है। टीका भी हमें जरूर लगवाना चाहिए। अभी स्वास्थ्यकर्मियों और प्राथमिकता सूची के लोगों को टीके लगाए जा रहे हैं, जिसके कारण यह तबका अब सुरक्षित हो गया है।

हालांकि, अच्छी बात यह है कि अधिकांश लोगों में इस महामारी के खिलाफ प्रतिरोधक क्षमता पैदा हो गई है। दिल्ली का सीरो सर्वे बताता है कि कई इलाकों में 58 फीसदी लोगों में एंटीबॉडी विकसित हो चुकी है। माना जा रहा है कि औसतन 50 फीसदी दिल्ली वाले इस रोग से लड़ने के लिए तैयार हैं। इनमें वे लोग शामिल नहीं हैं, जो मार्च-अप्रैल के महीनों में कोरोना संक्रमित हुए होंगे और अब उनके शरीर में एंटीबॉडी दिख नहीं रही होगी। अगर इन्हें भी शामिल कर लिया जाए, तो राष्ट्रीय राजधानी में करीब 70 फीसदी लोगों में एंटीबॉडी विकसित हो चुकी है। यह 'हर्ड इम्यूनिटी' की स्थिति है, और कोरोना के मामले में कहा गया था कि यदि एक बड़ी आबादी इस वायरस से 'इम्यून' हो जाती है, तो वहां इस संक्रमण को करीब-करीब खत्म मान लिया जाएगा। कमोबेश ऐसी ही स्थिति देश भर में है। यहां रोजाना अमूमन 12-15 हजार नए मामले सामने आ रहे हैं। सवा अरब से अधिक की आबादी में यह संख्या नगण्य मानी जाएगी। मुंबई के धारावी जैसे इलाके, जहां संक्रमण की तेज रफ्तार दिखी थी, वहां

भी सितंबर के सर्वे में दिखा था कि 45-50 फीसदी लोगों में एंटीबॉडी बन गई है, यानी ये सब इलाके अब काफी हद तक संभल गए हैं। अभी जो नए मामले सामने आ रहे हैं, वे आमतौर पर उन इलाकों से आ रहे हैं, जहां संक्रमण नहीं फैला था। इसका यह मतलब नहीं है कि कोरोना वायरस का प्रसार गांवों में हो रहा है। वह वक्त अब निकल चुका है। दरअसल, हर महामारी की एक वक्र रेखा होती है, यानी रोजाना के नए मामलों का एक ग्राफ होता है, जिससे संक्रमण के प्रसार का आकलन किया जाता है। इस वक्र रेखा के मुताबिक, अपने यहां सितंबर-अक्टूबर में कोरोना शीर्ष पर था। इसके बाद से इसमें लगातार गिरावट आई है। नवंबर में त्योहारी मौसम होने के कारण कमी की दर ठहर जरूर गई थी, लेकिन अब तक शायद ही वक्र रेखा में एक फीसदी का भी इजाफा दिखा हो। यह भारत के लिए अच्छी स्थिति है। बावजूद इसके हमें बचाव से जुड़ी हर सावधानी बरतनी होगी। कोई भी संक्रमण हमारी जीवन शैली से जुड़ा होता है। टीकाकरण अपनाने और जीवन शैली ठीक करने के साथ-साथ हमें अब बढ़ती आबादी के बारे में भी सोचना चाहिए, क्योंकि सघन जनसंख्या संक्रमण की गति तेज कर देती है। प्रदूषण को भी नियंत्रित करना आवश्यक है, और साफ-सफाई पर विशेष ध्यान देना जरूरी है। रही बात मास्क और सैनिटाइजर की, तो किसी भी रसायन का लंबे समय तक इस्तेमाल नुकसानदेह हो सकता है। लिहाजा, सैनिटाइजर तभी लगाएं, जब पानी और साबुन की उपलब्धता न हो। और मास्क हमें अपने लिए ही नहीं, बल्कि अपनों के लिए भी लगाना चाहिए। संक्रमण के लक्षण दिखने पर यदि मास्क लगाए जाते हैं, तो न सिर्फ संक्रमण का प्रसार कम होता है, बल्कि दूसरों की सुरक्षा भी होती है। अपनों को सुरक्षित रखकर ही हम अपनी जान बचा सकते हैं।

https://epaper.livehindustan.com/imageview_604487_85170822_4_1_29-01-2021_5_i_1_sf.html

सुखद : देश में 21 जिले संक्रमण से पूरी तरह मुक्त, केस बढ़ने की रफ्तार दुनिया में सबसे कम

कोरोना को 97% लोगों ने हराया

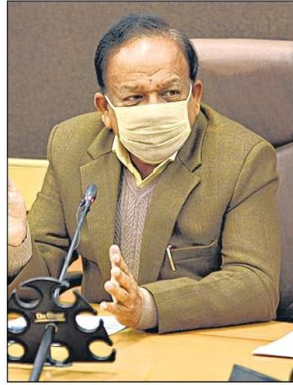
नई दिल्ली | विशेष संवाददाता/एजेसी

देश में कोरोना संक्रमण की स्थिति में तेजी से सुधार हो रहा है। केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्रालय ने बताया कि संक्रमण से उबरने की दर देश में 97 प्रतिशत के करीब पहुंच गई है। बीते 24 घंटे में 14,301 लोग स्वस्थ हुए। इससे ठीक होने वालों का आंकड़ा 1,03,73,606 हो गया।

मृत्युदर भी घटी: देश में सक्रिय मरीज भी घटकर 1,73,740 हो गए जो कुल संक्रमितों का 1.62% है। उपचारार्थ रोगियों की संख्या में लगातार गिरावट के बाद 31 राज्यों में रोगियों की संख्या पांच हजार से कम रह गई है। मृत्युदर में भी गिरावट दर्ज की गई। जून, 2020 के मध्य तब 3.4% के मुकाबले अब यह 1.4 प्रतिशत रह गई है।

12 हजार से कम केस: बीते 24 घंटे के दौरान 11,666 नए केस मिले हैं और 123 रोगियों की मौत हुई है।

यहां स्थिति नियंत्रित: देश के 191 जिलों में कोरोना की स्थिति नियंत्रण में



नई दिल्ली में गुरुवार को मंत्री समूह की बैठक को संबोधित करते स्वास्थ्य मंत्री डॉ. हर्षवर्धन। ●एनआई

31 राज्यों में पांच हजार से कम मरीज रह गए

राहत

5.51 प्रतिशत संक्रमण दर घटकर रह गई

1.73 लाख सक्रिय केस, सात माह में न्यूनतम

- 07 दिनों में केस बढ़ने की दर 0.90%, दुनिया में सबसे कम
- 15 फीसदी संक्रमण में गिरावट दुनियाभर में पिछले हफ्ते

28 लाख का हो चुका देश में टीकाकरण

आफत

21% से कम टीकाकरण दिल्ली, उत्तराखंड समेत छह राज्यों में

- केंद्र सरकार ने कहा, इसमें सुधार की जरूरत
- दुनिया में मरीजों का आंकड़ा 10.14 करोड़ पार

चेतावनी

- ब्रिटेन के नए वायरस को लेकर डब्ल्यूएचओ ने चेतावनी जारी की
- कहा-70 देशों में फैला नया वायरस खतरनाक, सावधानी बरतें

है। इनमें से 21 जिले ऐसे हैं जो पूर्ण रूप से कोरोना मुक्त हो गए हैं। वहां 28 दिनों से नया रोगी सामने नहीं आया है।

स्वास्थ्य मंत्री डॉ. हर्षवर्धन की अध्यक्षता में गुरुवार को कोरोना पर गठित मंत्री समूह की हुई बैठक में

अधिकारियों ने यह जानकारी दी। उन्होंने कहा कि कोरोना से प्रभावित सर्वाधिक पांच जिलों में चार केरल के हैं। इनमें

तिरुअनंतपुरम, एर्णाकुलम, कोट्टायम और कोझिकोड हैं। पांचवां मुंबई का है।

➤ छह राज्यों में धीमी गति पेज 10

191 जिलों में नियंत्रण

146 जिलों में सात दिनों से केस नहीं

18 जिलों में 14 दिनों से मामले नहीं मिले

- 06 जिलों में 21 दिनों से संक्रमित नहीं
- 21 जिलों में 28 दिनों से नए केस सामने नहीं आए

दिल्ली 199 नए केस

दिल्ली में गुरुवार को संक्रमण के 199 नए मामले दर्ज किए गए जबकि संक्रमण की दर 0.34 प्रतिशत से काफी नीचे रही। जनवरी में ऐसा सातवीं बार है जब इस महामारी के प्रतिदिन मामलों की संख्या 200 से कम रही है।

कोरोना वैक्सीन

भारत की वैक्सीन बनाने की क्षमता का बज रहा डंका, UN चीफ बोले- दुनिया के लिए सबसे बड़ी संपदा (Hindustan: 20210129)

<https://www.livehindustan.com/international/story-united-nations-chief-praised-indias-vaccine-production-capacity-says-it-is-best-asset-world-has-today-3820434.html>

भारत दुनिया की दूसरी सबसे बड़ी आबादी होने के बावजूद कई देशों को कोरोना वैक्सीन भेज रहा है। वह भी अपने देश में चल रहे टीकाकरण अभियान को प्रभावित किए बिना। भारत की इस दरियादिली की सभी देश तारीफ कर रहे हैं और अब संयुक्त राष्ट्र महासचिव एंटोनियो गुतेरस ने भी भारत की तारीफों के पुल बांधे हैं। उन्होंने भारत की वैक्सीन बनाने की क्षमता को दुनिया के लिए सर्वश्रेष्ठ संपदा जैसा बताया है।

मीडिया से बात करते वक्त संयुक्त राष्ट्र चीफ ने कहा, 'मैं जानता हूँ कि भारत में बड़े पैमाने पर स्वदेशी वैक्सीन बनाई जा रही है। हम इसके लिए भारतीय संस्थानों के संपर्क में हैं। हमें पूरी उम्मीद है कि दुनियाभर में वैक्सीनेशन कैंपेन को सफल बनाने में बड़ी भूमिका निभाएगा।'

उन्होंने कहा, 'मुझे लगता है कि भारत की वैक्सीन बनाने की क्षमता आज दुनियाभर के लिए एक सर्वश्रेष्ठ संपदा है। मुझे उम्मीद है कि दुनिया यह समझे कि इस संपदा का पूरा इस्तेमाल किया जाए।'

संयुक्त राष्ट्र प्रमुख का यह बयान ऐसे समय में आया है जब भारत अपने पड़ोसी देशों को वैक्सीन की 55 लाख से ज्यादा खुराकें तोहफे में दे चुका है।

साप्ताहिक ब्रीफिंग के दौरान गुरुवार को विदेश मंत्रालय के प्रवक्ता अनुराग श्रीवास्तव ने कहा कि भारत अब ओमान, CARICOM देशों, निकारगुआ, पैसिफिक आइलैंड स्टेट्स को भी कोरोना वैक्सीन तोहफे में देने की योजना बना रहा है। उन्होंने बताया कि भारत अफ्रीका को 1 करोड़ वैक्सीन और 10 लाख वैक्सीन संयुक्त राष्ट्र के स्वास्थ्यकर्मियों को वैक्सीन देगा।

Explained: Who can take the Covid-19 vaccine, and who are advised not to (The Indian Express: 20210129)

<https://indianexpress.com/article/explained/who-can-take-the-covid-19-vaccine-and-who-are-advised-not-to-7165821/>

Coronavirus vaccine: Is it safe for pregnant women, people out of hospital, or those with chronic illness? The Indian Express takes stock of government advisory

Who can take the Covid-19 vaccine, and who are advised not to Dr V S Chauhan, former director of International Centre for Genetic Engineering and Biotechnology (known for his efforts to develop a vaccine for malaria), said those with diabetes and obesity must be in the priority list.

Delay after hospitalisation

The Health Ministry on January 14 circulated a note on precautions and contraindications (reasons not to give the Covid-19 vaccine to certain people). The vaccine is only for people above the age of 18. Interchangeability is not allowed, which means that the second dose should be of the same vaccine (Covishield or Covaxin) that was given as the first dose. For acutely unwell or hospitalised patients due to any illness, vaccination can be deferred for four to eight weeks after recovery.

Not for pregnant women

Pregnancy alters the body's immune system and its response to viral infections in general, which can occasionally be reflected in more severe symptoms. This holds true for Covid-19 as well. Pregnant or lactating women have not been part of any Covid-19 vaccine clinical trial, and so women who are pregnant or not sure of their pregnancy, as well as lactating women, should not receive the vaccine at this time, experts have said. This is also part of the Health Ministry advisory.

Those with weaker immunity

The Ministry has advised caution in vaccinating persons with a history of bleeding or coagulation disorder. A Bharat Biotech fact sheet says the vaccine is not advisable for persons with allergies, bleeding disorder or weaker immunity, or on medicine that affects the immune system. Dr Srinath Reddy, President, Public Health Foundation of India, said that for those with compromised immunity, "I would say inactivated virus (Bharat Biotech vaccine) is safer but it is up to the treating doctor to decide."

Chronic illness no bar

Among those who are not contraindicated and can take the vaccine are persons with a previous SARS-CoV-2 infection, those with a history of chronic diseases and morbidities (cardiac, neurological, pulmonary, metabolic, renal, malignancies), or immunodeficiency HIV, and patients on immune suppression due to any condition. This was part of the advisory sent by Dr Manohar Agnani, Additional Secretary, Union Ministry of Health and Family Welfare, on January 14 to chief secretaries across states, mission directors and state immunisation directors.

Diabetics & the obese

Dr V S Chauhan, former director of International Centre for Genetic Engineering and Biotechnology (known for his efforts to develop a vaccine for malaria), said those with diabetes and obesity must be in the priority list. “Anyone who is susceptible to allergies – if they decide to take the vaccine — have to be observed very carefully. However, for those people who are heavily immune-compromised, the vaccine does not really hurt them but the system for mounting antibodies responses would be slow,” Dr Chauhan said.

Individuals who have one or more co-morbid conditions can take the vaccine as they are at high risk, and their medication will not interfere with vaccine efficacy, said Dr Randeep Guleria, Director of AIIMS, during an audiovisual session on questions on the vaccine; the video has been posted on the Health Ministry website. Vaccination is voluntary but it is advisable to protect oneself and close contacts, Dr Guleria said. Over 28 lakh health workers have been vaccinated in India in 13 days.

प्रेगनेंसी

प्रेगनेंसी में कैल्शियम की पूर्ति करने के लिए जरूर खाएं ये 8 चीजें (Hindustan: 20210129)

<https://www.livehindustan.com/lifestyle/story-pregnancy-diet-tips-essential-calcium-rich-food-sources-for-pregnant-women-3818526.html>

प्रेगनेंसी में लगभग सभी विटामिन्स की जरूरत गर्भवती को होती है। जैसे, भ्रूण के विकास, गर्भवती महिला के स्वास्थी और मां और बच्चे में किसी तरह के विकार को दूर करने के लिए विटामिन-सी की आवश्यकता होती है। विटामिन-सी में एंटीऑक्सीनडेंट होते हैं, जो शरीर को संक्रमण और विषाक्त पदार्थों से बचाते हैं। वहीं विटामिन-डी और कैल्शियम से हड्डियां मजबूत होने के साथ बच्चे

की ग्रोथ पर भी असर पड़ता है. ऐसे में डाइट में ऐसी चीजें जरूर खानी चाहिए जिससे कि गर्भवती को कैल्शियम की पूर्ति हो सके.

संतरा

संतरा विटामिन सी का मुख्य स्रोत होता है और इसके सेवन से कैल्शियम की कमी पूरी की जा सकती है। गर्भावस्था के समय कैल्शियम पाने के लिए इससे अच्छा विकल्प कुछ नहीं है। इससे इम्यून सिस्टम बढ़ता है। संतरा में कैल्शियम की लगभग 50 मिलीग्राम मात्रा पाई जाती है।

पालक

पालक में 250 मिलीग्राम कैल्शियम पाया जाता है। यह गर्भावस्था में कैल्शियम की कमी को पूरा करता है, इसे खाने से आयरन भी मिलता है।

खजूर

खजूर में मिलने वाला कैल्शियम बच्चे की हड्डियां और दांत बनाने में मददगार होता है। इसमें मौजूद फोलेट दिमाग से जुड़ी संभावित बीमारियों और कमजोरियों से बच्चे की रक्षा करता है।

बादाम

कैल्शियम की कमी के इलाज के लिए बादाम बढ़िया विकल्प है। 100 ग्राम बादाम में 264 मिलीग्राम कैल्शियम पाया जाता है। कैल्शियम की कमी को पूरा करने के साथ दिमाग भी तेज करता है।

मसूर की दाल

प्रेगनेंसी की कैल्शियम डाइट में मसूर की दाल को शामिल करना चाहिए। मसूर दाल में 19 मिलीग्राम कैल्शियम की मात्रा पाई जाती है।

दूध और इससे बनी चीजें

दूध तथा दही दोनों में 125 मिलीग्राम कैल्शियम पाया जाता है। कम वसा वाले दही यानी योगर्ट में कैल्शियम भरपूर मात्रा पाया जाता है।

सोयाबीन

सोयाबीन, सोया मिल्क या टोफू में भरपूर कैल्शियम है। एक कप पकी हुई सोयाबीन में लगभग 175 मिलीग्राम कैल्शियम होता है। दूध पीना पसंद नहीं है तो सोया मिल्क इसका बेहतरीन ऑप्शन है।

ब्रोकली

ब्रोकली में एंटीऑक्सीडेंट, फॉलिक एसिड, आयरन, फाइबर के अलावा और भी बहुत से पोषक तत्व मौजूद होते हैं। 156 ग्राम ब्रोकली में 63 मिलीग्राम कैल्शियम होता है।

लिंगानुपात

नैनीताल जिले में सुधरा लिंगानुपात, 906 से बढ़कर 925 पहुँचा (Dainik Jagran: 20210129)

<https://www.jagran.com/uttarakhand/nainital-gender-ratio-improved-in-nainital-district-21316812.html>

स्वास्थ्य विभाग द्वारा चलाये जा रहे जागरूकता अभियानों के सकारात्मक परिणाम सामने आ रहे हैं।

स्वास्थ्य विभाग द्वारा चलाये जा रहे जागरूकता अभियानों के सकारात्मक परिणाम सामने आ रहे हैं। यही कारण है कि बीते नौ माह में जिले में बालिकाओं की संख्या में बढ़ोत्तरी हुई है। बीते वर्ष मार्च में 906 रहा जिले का लिंगानुपात बढ़कर 925 पहुँच गया है।

नैनीताल, जागरण संवाददाता : Nainital Gender Ratio : स्वास्थ्य विभाग द्वारा चलाये जा रहे जागरूकता अभियानों के सकारात्मक परिणाम सामने आ रहे हैं। यही कारण है कि बीते नौ माह में जिले में बालिकाओं की संख्या में बढ़ोत्तरी हुई है। जिसके चलते बीते वर्ष मार्च अंत में 906 रहा जिले का लिंगानुपात बढ़कर 925 पहुँच गया है। सीएमओ डॉ भागीरथी जोशी ने पीसीपीएनडीटी कमेटी की समीक्षा बैठक में कर्मियों के कार्य की सराहना करते हुए पंचायत स्तर पर और जागरूकता अभियान चलाने के निर्देश दिए हैं।

गुरुवार को सीएमओ डॉ भागीरथी जोशी की अध्यक्षता में पीसीपीएनडीटी कमेटी की बैठक का आयोजन किया गया। बैठक में जिले के लिंगानुपात की समीक्षा करने के साथ ही कई महत्वपूर्ण बिंदुओं पर चर्चा की गई। बैठक में सामने आया कि बीते वित्तीय वर्ष की अपेक्षा लिंगानुपात में बढ़ोतरी

हुई है। बीते वर्ष मार्च अंत में 1000 बालकों में बालिकाओं की संख्या 906 दर्ज की गई थी, जो कि दिसंबर अंत में 925 पहुँच गयी है।

सीएमओ ने लिंगानुपात में वृद्धि होने पर खुशी जाहिर करते हुए जागरूकता कार्यक्रमों में पंचायत स्तर पर जनप्रतिनिधियों को जोड़ने की बात कही। साथ ही प्रसव के दौरान मातृ मृत्यु दर में कमी लाने के लिए स्वास्थ्य केंद्रों में सुविधाएं बढ़ाने और अधिक से अधिक जागरूकता कार्यक्रम आयोजित करने के निर्देश दिए। बैठक में एसीएमओ डॉ आरपीएस नेगी, डॉ द्रौपदी गर्ब्याल, डॉ संजीव खर्कवाल, डॉ सरस्वती खेतवाल, सुनीता साही, मदन मेहरा, अनुप बमोला, दीवान बिष्ट व सचिन श्रीवास्तव मौजूद थे।

धारी में मिलेगी अल्ट्रासाउंड की सुविधा

शहर के दूरस्थ धारी क्षेत्र के ग्रामीणों को भी अब नजदीकी प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र पदमपुरी में अल्ट्रासाउंड की सुविधा मिल पाएगी। सीएमओ ने बताया कि प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र पदमपुरी धारी में अल्ट्रासाउंड सुविधा शुरू करने की कवायद की जा रही है। हर मंगलवार को केंद्र में अल्ट्रासाउंड की सुविधा मरीजों को दी जाएगी। जिसके लिए जिलाधिकारी से अनुमोदन लिया जाना है। अगले सप्ताह तक सेवा शुरू कर दी जाएगी।

व्यक्तिगत स्वास्थ्य सेवा सूचकांक

व्यक्तिगत स्वास्थ्य सेवा सूचकांक में भारत ग्यारह देशों में 10वें नंबर पर (Amar Ujala: 20210129)

<https://www.amarujala.com/india-news/india-at-number-10-in-eleven-countries-in-personal-health-services-index>

एशिया प्रशांत देशों में व्यक्तिगत स्वास्थ्यसेवा सुविधा को लेकर हुए एक सर्वे में पता चला है कि भारत ग्यारह देशों की सूची में 10वें नंबर पर है।

द इकनॉमिक इंटेलीजेंस यूनिट (ईआईयू) की एशिया पैसेफिक पर्सनलाइज्ड इंडेक्स रिपोर्ट के अनुसार प्रशांत क्षेत्र के ऑस्ट्रेलिया, चीन, जापान, भारत, इंडोनेशिया, मलेशिया, सिंगापुर, दक्षिण कोरिया, ताइवान, थाईलैंड और न्यूजीलैंड जैसे देश सही व्यक्ति को सही समय पर इलाज मुहैया करा रहे हैं।

रिपोर्ट को 27 तरह के अलग-अलग बिंदुओं के आधार पर तैयार किया गया है। स्वास्थ्य सूचना सूचकांक में भारत 41 अंकों के साथ 10वें नंबर पर है।

स्वास्थ्य सेवा को लेकर भारत 24 अंकों के साथ ग्यारहवें जबकि व्यक्तिगत स्तर पर स्वास्थ्य सेवा से जुड़ी तकनीक के प्रयोग में भारत 30 अंकों के साथ नौवें स्थान पर है। स्वास्थ्य नीति को लेकर भारत 48 अंकों के साथ 5वें नंबर पर है जो व्यक्तिगत स्वास्थ्य सेवा के क्षेत्र में बेहतर स्थिति में दिखता है।

सिंगापुर में स्वास्थ्य सेवा सबसे बेहतर

रिपोर्ट के अनुसार जो नतीजे सामने आए हैं उसमें एशिया प्रशांत क्षेत्र के ग्यारह देशों में से सिंगापुर सबसे बेहतर स्थिति में है। इसके बाद ताइवान दूसरे, जापान तीसरे, ऑस्ट्रेलिया चौथे नंबर पर कायम है। मूलभूत सुविधाओं, सेवा और स्वास्थ्य सेवा में तकनीक के क्षेत्र में इंडोनेशिया सबसे पिछड़ा है और वे इस सूची में ग्यारहवें नंबर पर है।

Maternal Mortality Rate and Infant Mortality Rate

Take remedial measures to bring down IMR, MMR, health officials told (The Hindu: 20210129)

<https://www.thehindu.com/news/national/karnataka/take-remedial-measures-to-bring-down-imr-mmr-health-officials-told/article33688791.ece>

Deputy Commissioner of Dharwad Nitesh Patil seeking clarification from an official during a review meeting in Dharwad on Thursday.

‘Ensure that there is no loss of lives in the district due to medical negligence’

Considering the high Maternal Mortality Rate (MMR) and Infant Mortality Rate (IMR), Deputy Commissioner of Dharwad Nitesh Patil has asked the health officials and medical practitioners in the district to take remedial measures to bring down both MMR and IMR.

Chairing a review meeting on Reproductive and Child Health (RCH) programme in Dharwad on Thursday, Mr. Nitesh Patil asked the health officials and medical practitioners to ensure that there is no loss of lives in the district due to medical negligence.

Last week, during a review meeting in Dharwad, Medical Education Minister K. Sudhakar had raised concern over the high MMR and IMR in the district.

Mr. Patil said that pregnant women who required emergency healthcare should be immediately shifted to super-speciality hospitals and utmost medical care should be provided.

As per data, till December 31 last year, 24,549 deliveries took place in the district out of which 57 deaths of mothers and 337 deaths of infants were reported.

The Deputy Commissioner said that the doctors, during routine check-up, should do proper diagnosis and if any pregnant woman was diagnosed as anaemic or with other health issues, they should be referred to super-speciality hospitals. He told them that the district administration would review the steps taken to check MMR and IMR on a monthly basis.

During the meeting, Mr. Patil also asked the officials to submit a report on hospitals where over 30 % Caesarean sections take place. Director of Karnataka Institute of Medical Sciences (KIMS) and Hospital Ramalingappa Antaratani said that the doctors had a bigger role to play in bringing down IMR and MMR. He said that in complicated cases both mother and infant could be saved through balloon delivery procedure and other medical procedures and urged the doctors to get themselves updated on a regular basis.

Pulse Polio drive

The Deputy Commissioner said that 900 centres would be set up for immunisation during the polio vaccination drive to be held in the district from January 31 till February 4. A total of 2.11 lakh children below the age of five have been identified for polio immunisation and health staff will be visiting households from February 1 to 3, he said.

Health officials and medical practitioners were present.

ADHD

Brain connectivity can serve as biomarker for ADHD: Study (New Kerala:20210129)

<https://www.newkerala.com/news/2021/17211.htm>

Washington , January 28: A new study has discovered how specific communication among different brain regions, known as brain connectivity, can be used as a biomarker for Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD).

The research published in the journal 'Frontiers in Physiology' relied on a deep architecture using machine-learning classifiers to identify with 99 per cent accuracy the adults who had received a childhood diagnosis of ADHD many years earlier.

"This suggests that brain connectivity is a stable biomarker for ADHD, at least into childhood, even when an individual's behavior had become more typical, perhaps by adapting different strategies that obscure the underlying disorder," said Chris McNorgan, an assistant professor of psychology in the UB College of Arts and Sciences, and the study's lead author.

The findings have implications for not only detecting ADHD, a common but diagnostically slippery disorder that's difficult to identify but can also help clinicians target treatments by understanding where patients sit on a broad-spanning continuum.

"Because certain pharmaceuticals react with certain pathways, understanding the different types of ADHD can help inform decisions about one medication versus others," said McNorgan, an expert in neuroimaging and computational modeling.

Attention deficit disorder is the most commonly diagnosed psychological disorder among school-aged children, but it's hard to identify. Furthermore, multiple subtypes complicate a clinical definition of ADHD.

A clinical diagnosis of ADHD in a patient can change when that same patient returns for a subsequent evaluation.

"A patient may be exhibiting behavioral symptoms consistent with ADHD one day, but even days later, might not present those symptoms, or to the same degree," said McNorgan.

"It could just be the difference between a good day and a bad day. But the brain connectivity signature of ADHD appears to be more stable. We don't see the diagnostic flip-flop," added McNorgan.

The multidisciplinary research team of UB undergraduate research volunteers Cary Judson from the Department of Psychology and Dakota Handzlik in the Department of Computer

Science and Engineering, and John G. Holden, an associate professor of psychology at the University of Cincinnati, used archival fMRI data from 80 adult participants who were diagnosed with ADHD as children.

Machine learning classifiers were then applied to four snapshots of activity during a task designed to test the subject's ability to inhibit an automatic response.

Focused analysis of individual runs achieved 91 per cent diagnostic accuracy, while the collective analysis came close to 99 per cent.

"It's by far the highest accuracy rate I've seen reported anywhere - it is leagues beyond anything that has come before it, and well beyond anything that has been achieved with a behavioral assessment," said McNorgan. "Many factors likely contributed towards our superior classification performance."

Previous research suggesting a relationship between brain connectivity and ADHD used direct linear classification. This research looks at relationships between something and what that something is predicting, such as coffee and performance.

For many ranges, direct linear classification is effective, but the relationship between coffee and performance, like behavioral symptoms and ADHD, is not linear. One or two cups of coffee might increase performance, but at some point, the caffeine might hurt performance. Nonlinear relationships exist when you can have "too little or too much of a good thing," according to McNorgan.

Deep learning networks are well-suited for detecting conditional relationships, which are nonlinear. In the case of the current study, ADHD was predicted from the patterns of communication between groups of brain areas, say, A, B, and C. If regions A and B were highly connected, that could be predictive of ADHD, but not if these regions were also highly connected to region C. These sorts of relationships are problematic for the most commonly used techniques, but not for deep-learning classifiers.

McNorgan's model goes further by also differentiating individuals with ADHD that have a typical or atypical performance on the Iowa Gambling Task (IGT). The IGT is a behavioral paradigm similar to a casino card game that presents both high- and low-risk options and is commonly used to study and diagnose ADHD.

Traditional techniques can't make more than one classification at a time. McNorgan's approach elegantly ties ADHD diagnosis to performance on the IGT to provide a potential bridge that explains why both are related to the brain's wiring.

Also, even though people with ADHD tend to make riskier choices in the IGT, it's not a universal determinant. Some people without ADHD also make riskier choices than others.

"This approach by differentiating both of these dimensions provides a mechanism for subclassifying people with ADHD in ways that can allow for targeted treatments," said McNorgan.

"We can see where people are on the continuum. Because different brain networks are implicated in people at either end of the continuum, this method opens the door for developing therapies that focus on specific brain networks, he added.

Psychological distress

1 in 3 adults anxious, depressed due to COVID-19: Study (New Kerala: 20210129)

<https://www.newkerala.com/news/2021/17201.htm>

Washington , January 28: A new study has discovered that one in every three adults, especially younger adults, women, and those of lower socioeconomic status experience psychological distress related to COVID-19.

Researchers at Duke-NUS Medical School, Singapore reported in the journal 'PLOS ONE' that COVID-19 continues to pose serious threats to public health across the globe, and interventions such as lockdowns, quarantine, and social distancing are having an adverse impact on the mental well-being of populations.

The pandemic has escalated the burden of psychological distress, including anxiety, depression, post-traumatic stress, and insomnia. However, the factors associated with increased susceptibility to psychological distress among adults in the general population during COVID-19 are not yet well known.

"Understanding these factors is crucial for designing preventive programmes and mental health resource planning during the rapidly evolving COVID-19 outbreak," explained Professor Tazeen Jafar, from the Health Services and Systems Research Programme at Duke-NUS, who led the study.

"These factors could be used to identify populations at high risk of psychological distress so they can be offered targeted remote and in-person interventions," added Duke-NUS.

Prof Jafar and her team performed a meta-analysis of 68 studies conducted during the pandemic, encompassing 288,830 participants from 19 countries, to assess risk factors associated with anxiety and depression among the general population.

They found that, among the people most affected by COVID-19-related anxiety or depression, women, younger adults, individuals of lower socioeconomic status, those living

in rural areas, and those at high risk of COVID-19 infection were more likely to experience psychological distress.

The finding that women were more likely to experience psychological distress than men is consistent with other global studies that have shown that anxiety and depression are more common in women.

"The lower social status of women and less preferential access to healthcare compared to men could potentially be responsible for the exaggerated adverse psychosocial impact on women," the researchers suggested. "Thus, outreach programmes for mental health services must target women proactively."

Younger adults aged 35 and under, were more likely to experience psychological distress than those over the age of 35. Although the reasons for this are unclear, previous studies have suggested that it might be due to younger people's greater access to COVID-19 information through the media. This current study also confirmed that longer media exposure was associated with higher odds of anxiety and depression.

Other factors associated with psychological distress included living in rural areas; lower education, lower-income, or unemployment; and being at high risk of COVID-19 infection. However, having stronger family and social support and using positive coping strategies were shown to reduce the risk of psychological distress.

"The general public and healthcare professionals need to be aware of the high burden of psychological distress during the pandemic as well as education on coping strategies," Prof Jafar said. "Patients need to be encouraged to seek help, and access mental health counselling services with appropriate referrals."

Professor Patrick Casey, Senior Vice-Dean for Research at Duke-NUS, commented, "Even with the tremendous advances on the vaccine front, the world has come to realise that the COVID-19 pandemic will be with us for the long haul. Professor Jafar's study contributes valuable insights on the pandemic's psychological toll on populations around the world and highlights specific groups who may benefit from additional support, whether that is from their family or a healthcare provider."

Antibiotics

Why so many people overuse antibiotics (New Kerala: 20210129)

<https://www.newkerala.com/news/2021/17165.htm>

New York, Jan 28 : The overuse of antibiotics occurs due to the mistaken widespread belief that they are beneficial for a broad array of conditions and because many physicians are willing to prescribe antibiotics if patients ask for the medication, a new study suggests.

In children, improper antibiotic use can alter the microbiome while their immunological, metabolic and neural systems are developing, suggests the study published in the journal BioEssays.

And, in adults, there is increasing evidence that antibiotics may enhance risk for metabolic and neoplastic diseases, including diabetes, kidney stones and growths in the colon and rectum that can lead to cancer.

The global use of antibiotics between 2000 and 2015 increased 39 per cent, with a 77 per cent increase in low- and middle-income countries, said lead author Martin Blaser from the Rutgers University in the US.

Antibiotic overuse is when antibiotics are used when they are not needed. Antibiotics are one of the great advances in medicine. But overprescribing them has led to resistant bacteria that are harder to treat.

For the study, the research team reviewed more than 200 peer-reviewed studies to examine the causes behind antibiotic overuse, which can lead harmful bacteria to become drug-resistant and cause harmful effects on the microbiome, the collection of beneficial germs that live in and on our bodies.

Studies in the US, UK and China found numerous online pharmacies selling antibiotics without a prescription. This is also a major problem in low- to middle-income countries, where 60 per cent of antibiotics are sold without prescription, often by untrained medical practitioners.

The researchers said that clinicians need to be better educated about the long-term effects on the microbiome and learn about better ways to speak with their patients about antibiotic risks and benefits.

They also need to improve their communication about the consequences of antibiotic treatment and identify alternatives.

Anti- Leprosy Day

Sasakawa Leprosy, MoHFW and WHO strengthen fight against leprosy with launch of 'Flipchart' (New Kerala: 20210129)

<https://www.newkerala.com/news/2021/16969.htm>

New Delhi, Jan 28 : With Anti Leprosy Day on 30th January 2021, the WHO Goodwill Ambassador for Leprosy Elimination Yohei Sasakawa (Recipient Gandhi Peace Prize 2018), Sasakawa Leprosy (Hansens Disease) Initiative, National Leprosy Eradication Programme (NLEP) of the Ministry of Health and Family Welfare of India (MoHFW), and WHO India today jointly launched a pictorial flipchart on leprosy for Accredited Social Health Activists (ASHAs).

Produced jointly by Sasakawa Leprosy (Hansen's Disease) Initiative, NLEP and WHO India, the flipchart printed in Hindi, Gujarati, Oriya, and Bengali languages is being delivered to 300,000 ASHAs in 6 leprosy-endemic states Bihar, Chhattisgarh, Gujarat, Jharkhand, Odisha, and West Bengal.

In conjunction with this launch, WHO India will be releasing short online animation films in regional languages for ASHAs to learn how to use this flipchart effectively.

This training package will strengthen ASHA's skills in facilitating early case detection and treatment which is key for further reducing disease burden.

ASHA workers are the backbone of primary healthcare in India. Working quietly but resolutely at the grassroots level to make basic healthcare facilities accessible to those who live on the margins of the society. ASHA workers have been contributing to early leprosy case detection across India. They visit house to house to identify people with signs and symptoms of leprosy and refer them to the nearest government health facility for confirmation.

Lack of public awareness about leprosy is one of the major problems that India is facing in its efforts against the disease. These pictorial learning materials will assist ASHAs to develop a correct understanding of the disease and encourage community members to support their activities. It will promote self-examination and encourage people to consult an ASHA or visit a government health facility if leprosy signs and symptoms are detected.

"The activities done by ASHAs are a key to achieve leprosy-free India, a dream of Mahatma Gandhi, and I hope this flipchart can be of help for their activities," said Yohei Sasakawa, Chairman Nippon Foundation iamp; WHO Goodwill Ambassador for Leprosy Elimination.

Sharing her thoughts on the Flipchart and how it will aid ASHA workers, Rekha Shukla, Joint Secretary, Health iamp; Family Welfare said "Government of India is committed to

making India leprosy free. National Leprosy Eradication Programme is focusing on early and active detection of leprosy cases in order to ensure complete treatment, prevention of physical disabilities and to stop the community transmission. ASHAs are the main front line workers in case detection activities, and incentives have been provided for ASHAs to even carry out the regular screening rounds in the endemic areas. ASHA flipbooks are an important IEC tool not only for ASHAs, but also for the community."

Asthma

Asthma can be prevented by consuming omega-3 fatty acids (New Kerala: 20210129)

<https://www.newkerala.com/news/2021/16857.htm>

London , January 28: Researchers during a recent study have found that by higher dietary consumption of long chain omega-3 fatty acids during childhood, the risk of developing subsequent asthma reduces in children carrying a common gene variant.

The study, led by the Queen Mary University of London, is in collaboration with the University of Bristol and the University of Southampton, UK, and Karolinska Institutet, Sweden. In the UK, 1.1 million children (1 in 11) are currently receiving treatment for asthma and most adult asthma begins in childhood. The NHS spends around £1 billion a year treating and caring for people with asthma.

Senior author, Professor Seif Shaheen from the Queen Mary University of London, said "Asthma is the most common chronic condition in childhood and we currently don't know how to prevent it. It is possible that a poor diet may increase the risk of developing asthma, but until now most studies have taken 'snap-shots', measuring diet and asthma over a short period of time. Instead, we measured diet and then followed up children over many years to see who developed asthma and who didn't.

"Whilst we cannot say for certain that eating more fish will prevent asthma in children, based on our findings, it would nevertheless be sensible for children in the UK to consume more fish, as few currently achieve recommended intake."

Fish is of particular interest because it is a rich source of the long chain omega-3 fatty acids, eicosapentaenoic acid (EPA) and docosahexaenoic acid (DHA), which have anti-inflammatory properties.

The study, published in the European Respiratory Journal, used data from a large UK birth cohort, Children of the 90s, which recruited mothers who were pregnant in the early 1990s and has been following up their offspring ever since. They analysed the association between intake of EPA and DHA from fish at 7 years of age (estimated by food frequency questionnaires) and incidence of new cases of doctor-diagnosed asthma at 11-14 years of age.

Long chain omega-3 intake from fish was not associated with asthma in the cohort as a whole (4,543 people). However, the team looked in more detail at children with a particular genetic make-up. More than half of the children carried a common variant in the fatty acid desaturase (FADS) gene which is associated with lower levels of long chain omega-3 fatty acids in the blood. In these children, a higher dietary intake of long chain omega-3 fatty acids was associated with a lower risk of asthma. The risk was 51 per cent lower, comparing those in the top quartile of long chain omega-3 intake with those in the bottom quartile.

Furthermore, this finding was also found in an independent birth cohort study in Sweden (BAMSE).

As they have only found an observational association, the researchers caution that they cannot say for certain that a higher intake of long chain omega-3 fatty acids in childhood can prevent the subsequent development of asthma. The next step is to see if higher intake is also associated with a lower risk of exacerbations in children who already have asthma.

The project was funded by the Rosetrees Trust and The Bloom Foundation. The UK Medical Research Council, Wellcome and the University of Bristol provide core support for Children of the 90s.