हेल्थ मंत्र/डॉ. यतीश अग्रवाल

भूपेन मण्डल

क्या यह मुमकिन है कि यूटीआई हो पर मरीज को कोई लक्षण न हो?

हां, यूटीआई के 50 प्रतिशत मरीजों में रोग बिल्कुल मौन रहता है। उन में मूत्र की जाँच करने पर ही रोग का पता चलता है। डॉयबिटीज होने पर मूक यूटीआई होने की संभावना बढ़ जाती है।

हेल्थ मंत्र/ डॉ. यतीश अग्रवाल

भूपेन मण्डल

क्या ऐसे लोग, जो हकलाते हैं बौद्धिक रूप से कमजोर होते हैं?

कतई नहीं। सच तो यह है कि उनमें से कई लोगों की बौद्धिक क्षमता सामान्य वाणी वाले लोगों से भी बेहतर होती है। कोई चाहे तो स्पीच थैरेपिस्ट और कांउसलिंग की मदद लेकर अपनी हकलाहट की समस्या पर विजयी भी हो सकता है।

हेल्थ मंत्र/डॉ. यतीश अग्रवाल

सुदीप मण्डल

बच्चे के तालु और होंठ दोनों कटे हुए हों तो क्या इलाज है?

तालु के कटाव के कारण बच्चे को दूध पिलाने के लिए या तो चम्मच या बोतल पर मुलायम निपल और रबड़ का कोर लगाने की जरूरत पड़ती है। डेंटल सर्जन कटाव को भरने के लिए खास किस्म की कृत्रिम प्लेट भी बनाते हैं। पर स्थाई समाधान ऑपरेशन से ही संभव है। पहले कटे हुए होंठ को सिला जाता है, फिर दूसरे ऑपरेशन में तालु का कटाव सिल बंद किया जाता है।

हेल्थ मंत्र/डॉ. यतीश अग्रवाल

भूपेन मण्डल

गर्भवती स्त्री के मदिरा पीने से बच्चे की सेहत पर क्या असर पड़ता है?

बच्चे के विकास में अड़चन आती है। वह कमजोर पैदा होता है। इतना ही नहीं, उसके दिल, अंगों और चेहरे की बनावट में भी दोष पैदा हो सकते हैं, जिनका खामियाजा सर्वप्रथम उस बच्चे को किंतु उसके साथ-साथ माता-पिता, परिवार और समाज को भी अदा करना पड़ता है।

हेल्थ मंत्र/डॉ. यतीश अग्रवाल

भूपेन मण्डल

क्या यह सच है कि मासिक धर्म के दिनों में स्त्री अपवित्र हो जाती है?

कत्तई नहीं। सच तो यह है कि प्रत्येक स्त्री के प्रजनन काल में मासिक धर्म इस जैविक सत्य का प्रतीक है कि उसके भीतर सैक्स हार्मोनों का उतार-चढ़ाव विधिवत रूप से हो रहा है और उसके प्रजनन अंग सामान्यवत कार्य कर रहे हैं। गर्भाशय की तह का छंटना और खून के साथ बाहर आना यह इंगित करता है कि अभी उसकी कोख में संतान बीज ने घरोंदा नहीं बनाया।

हेल्थ मंत्र | डॉ. यतीश अग्रवाल

भूपेन्द्र भागवत

गर्भवती स्त्री के तंबाकू पीने से बच्चे की सेहत पर क्या असर पड़ता है?

गर्भावस्था में धूम्रपान करने से गर्भस्थ बच्चे को काफी नुकसान पहुंचता है। मां के रक्त से निकोटीन और कार्बन मोनो-ऑक्साइड आंवल के रास्ते बच्चे के शरीर में पहुंच जाते हैं। नतीजतन बच्चा ठीक से विकसित नहीं हो पाता और कमजोर पैदा होता है।

हेल्थ मंत्र/डॉ. सतीश अग्रवाल

अतुल वर्मन

अपेंडिसाइटिस होने पर आपरेशन करना क्यों जरूरी होता है?

सूजन से घिरे अपेंडिक्स को काटकर निकाल देना ही अपेंडिसाइटिस का सही इलाज है। समय से आपरेशन न होने पर अपेंडिक्स फट सकता है। ऐसे में स्थिति बिगड़ते देर नहीं लगती। सूजन पूरे पेट में फैल जाने से जीवन जोखिम में पड़ जाता है।

हेल्थ मंत्र/डॉ. यतीश अग्रवाल

भूपेन मण्डल

आंख में कोई केमिकल गिरने पर क्या फर्स्ट एड करनी चाहिए?

आंख को तुरंत 15-30 मिनट तक साफ पानी से धोएं। इसके लिए खूब मात्रा में पेयजल इस्तेमाल करें। आंख के भीतर कोई चीज घुस जाए तो उसे निकालने की कोशिश कतई न करें, बल्कि इस संबंध में नेत्र चिकित्सक को ही उचित कार्यवाही करने दें। चोटिल व्यक्ति को जल्द से जल्द किसी नेत्र अस्पताल में ले जाएं।

हेल्थ मंत्र/डॉ. यतीश अग्रवाल

अतुल वर्धन

बच्चे किस उम्र तक मूत्रत्याग पर पूरा नियंत्रण विकसित कर लेते हैं ?

ज्यादातर बच्चे 3-6 साल की उम्र में मूत्रत्याग पर कंट्रोल विकसित कर लेते हैं और सोते में बिस्तर गीला करना बंद कर देते हैं। छठी सालगिरह मनाने के बाद भी कोई बच्चा मूत्रत्याग पर नियंत्रण न विकसित कर पाए तो उसके अभिभावकों को डॉक्टर से सलाह लेने में देर नहीं करनी चाहिए।

हेल्थ मंत्र/डॉ. यतीश अग्रवाल

भूपेन मण्डल

हड्डी टूटने पर क्या फर्स्ट एड करनी चाहिए?

चोटिल व्यक्ति की हिम्मत बंधाएं। टूटी हुई हड्डी ऊपर वाले और निचले जोड़ सहित किसी मजबूत चीज जैसे लकड़ी के फट्टे, छाते, लाठी के साथ बांध दें। ताकि हड्डी के टूटे हुए छोर हिल-डुल न सके। हड्डी का कोई हिस्सा चमड़ी को चीर कर बाहर निकल आए तो उसे वापस बिठाने की कोशिश न करें, बल्कि तुरंत डाक्टरी मदद लें।

हेल्थ मंत्र/डॉ. यतीश अग्रवाल

भूपेन्द्र मल्लिक

क्या यह सच है कि तनाव बने रहने से सरदर्द हो जाता है?

बिल्कुल! तनाव रहने से चेहरे, जबड़े और गर्दन की पेशियां खिंची हुई रहती हैं। इसी से सर दर्द करने लगता है। यह सरदर्द का सबसे आम कारण है और टेंशन हेडेक के नाम से जाना जाता है। आराम, रिलैक्सेशन, व्यायाम और पेरासिटामोल जैसी कोई मामूली दर्द निवारक गोली इसका सबसे प्रभावी उपचार है।

भूपेन मण्डल

क्या दूध में लौह तत्व यानी आयरन होता है?

बहुत कम, न के बराबर। यह सच मां के दूध पर ही नहीं, गाय-भैंस और बकरी के दूध पर भी खरा उतरता है। इसीलिए उसकी भरपाई करने के लिए बच्चे को हरी सब्जियां और अन्न देने की जरूरत पड़ती है।

भूपेन मण्डल

बच्चे का बदन नीला पड़ जाता हो तो क्या उसे शिव का अवतार मानना चाहिए?

बिल्कुल नहीं, उचित होगा कि उसे किसी योग्य बच्चों के डॉक्टर को दिखाएं। यह नीलापन खून में ऑक्सीजन की कमी का लक्षण है और इसके मायने हैं कि बच्चे के दिल या फेफड़ों की मुख्य धमनियों में कहीं कोई गंभीर विकार छुपा हो सकता है। यह नीलापन किसी स्वस्थ बच्चे के बहुत रोने और सांस रोकने पर भी उपज सकता है।

हेल्थ मंत्र/डॉ. यतीश अग्रवाल

भूपेन मण्डल

स्तन में दर्द-रहित गांठ महसूस होने पर क्या करना चाहिए ?

तुरंत ही किसी अनुभवी सर्जन से परामर्श लें। स्तन की किसी भी गांठ को नजरअंदाज करना ठीक नहीं। यह गांठ किसी मामूली से रोग के कारण भी हो सकती है, पर यह भी संभव है कि यह स्तन कैंसर के कारण हो। दर्द का न होना उसे कैंसर से अलग नहीं करता, अलबत्ता उसे संदेह के कटघरे में करता है।

हेल्थ मंत्र: डॉ. यतीश अग्रवाल

सुधीर तैलंग

कन्याओं के लिए रुबेला-रोधी टीका लेना क्यों जरूरी है?

रुबेला खास विषाणु से होने वाली छोटी माता जैसा रोग है। यदि यह गर्भवती स्त्री को हो जाए तो उसके पेट में पल रहे बच्चे के अंगों की रचना और विकास में अड़चन पैदा हो जाती है। उसके हृदय, स्नायु तंत्र और दूसरे अंगों में त्रुटियां उत्पन्न हो सकती हैं और वह जन्म से ही बधिर और दृष्टिहीन हो सकता है। जब कि बचपन में टीका लगवाकर इस भारी समस्या से पिंड सुरक्षित किया जा सकता है।

हेल्थ मंत्र/डॉ. यतीश अग्रवाल

भूपेन मण्डल

कौन-कौन सी दवाएं याददाश्त पर बुरा असर डालती हैं?

नींद न आने पर दी जानेवाली ट्रैंक्यूलाइजर दवाएं, दुश्चिंता मिटाने वाली एंग्जियोलिटिक दवाएं, डिप्रेशन में दी जानेवाली कुछ एंटी-डिप्रेसेंट दवाएं, दर्द मिटानेवाली ओपियोऑड दवाएं और ब्लडप्रेशर को संयत करने वाली प्रोप्रेनोलोल दवा याददाश्त पर डाका डालने के लिए कुख्यात हैं। उनके चलते स्मृति धूमिल मालूम दे तो परेशान न हों, बल्कि डॉक्टर से मिल नई दवा लिखवा लें।

अतुल बर्धन

अगर रसोई में काम करने वाले के हाथ या उंगली पर किसी प्रकार का कोई घाव हो, तो क्या उसका रसोई में काम करना मुनासिब है?

बेहतर होगा कि वह घाव भरने तक आराम करे। लेकिन अगर कोई विकल्प न हो, तो उचित यही होगा कि वह रबर के दस्ताने पहनकर काम करे। सच यह है कि घाव में स्टैफलोकॉकस जैसे गुच्छाणु बैक्टीरिया हो सकते हैं, जिनसे दूषित होने पर भोजन जानलेवा फूड पोयज़निंग पैदा कर सकता है।

हेल्थ मंत्र/डॉ. यतीश अग्रवाल

भूपेन मण्डल

बच्चा किस उम्र से दूसरों को देख मुस्कराना शुरू कर देता है?

बच्चा दो महीने की उम्र से दूसरों के चेहरों को देख मुस्कराना शुरू कर देता है। उसके बाद उसमें सामाजिक चेतना विकसित होने का क्रम लगातार बना रहता है। तीन महीने की उम्र से वह मां को पहचानने लगता है। छह महीने का होने पर वह शीशे में अपनी तस्वीर देख खुश होता है। नौ महीने की उम्र में वह टा-टा करने लगता है।

अतुल बर्धन

किस रोगी को एंटिबायोटिक लिखते वक्त डॉक्टर किन-किन चीजों पर ध्यान देते हैं?

एंटिबायोटिक लिखते हुए डॉक्टर कई चीजों को ध्यान में रखते हैं। हमला किस नस्ल के बैक्टीरिया ने बोला है, शरीर का कौन-सा अंग रुग्ण हुआ है, मरीज को किसी एंटिबायोटिक से एलर्जी तो नहीं, उसके शरीर के सभी अंग ठीक से काम तो कर रहे हैं, उसे पहले से कोई क्रोनिक रोग तो नहीं है-जैसे कई सवालों पर विचार करके ही डॉक्टर एंटिबायोटिक दवा चुनते हैं, और यह सुझाव देते हैं कि उसे कितने दिनों तक लेना है।

हेल्थ मंत्र/डॉ. सतीश अग्रवाल

पुनीत भटनागर

बच्चा किस उम्र में बैठना, खड़ा होना और चलना शुरू कर देता है?

पांच महीने का बच्चा तकिये या हाथ के सहारे से बैठना शुरू कर देता है। आठ महीने का होने पर वह बिना सहारे सीधा बैठ सकता है। नौ-दस महीने के होने पर वह मेज-कुर्सी पकड़ खड़े होने और उनके सहारे कदम भरने की कोशिश करने लगता है। 13-15 महीने की उम्र में वह अपने से चलने और डेढ़ साल के होने पर दौड़ने लगता है।

हेल्थ मंत्र/ डॉ. यतीश अग्रवाल

भूपेन मण्डल

नींद पूरी न हो पाने और बार-बार नाइट शिफ्ट लगने से कर्मी के कार्य-प्रदर्शन पर क्या असर पड़ता है?

प्रदर्शन बिगड़ता है, सावधानी घटती है, प्रतिक्रिया समय बढ़ता है, गलतियां होने की दर बढ़ती है। दुर्घटना होने की घटनाएं भी बढ़ती हैं। लगातार शिफ्ट ड्यूटी करने वाले कर्मियों की सेहत पर इसके दीर्घामी दुष्प्रभाव पड़ते हैं। उनमें हृदय, पेट और आंतों तथा प्रजनन संबंधी और सैक्सुअल विकार अधिक बड़ी संख्या में होते है।

हेल्थ मंत्र/डॉ. सतीश अग्रवाल

अतुल वर्धन

दमा ठंड के दिनों में क्यों बिगड़ जाता है?

वायु प्रदूषण और दमा की गहरी सांठ-गांठ है। ठंड बढ़ने पर पर्यावरण में नाइट्रोजन डाइऑक्साइड, सल्फर डाइऑक्साइड और ओजोन की मात्रा बढ़ जाती है, जिससे दमा के उग्र होने के आसार बढ़ जाते हैं। इन दिनों में सर्दी-जुकाम और गले की सूजन पैदा करनेवाले बैक्टीरिया-वायरसों का भी जोर रहता है। श्वसन प्रणाली के किसी भी ऐसे संक्रमण के 2-8 हफ्ते बाद तक दमा बिगड़ने की संभावना बनी रहती है। ठंड में कसरत करने पर भी रोग बिगड़ सकता है।

स्वस्थ मंत्र/ डॉ. यतीश अग्रवाल

सुरेश सकपाल

क्या यह सच है कि मुंह के छाले जूठा खाने से उपजते हैं?

नहीं, यह निरा भ्रम है। सच्चाई यह है कि मुंह के छाले जूठा खाने से नहीं, बल्कि अक्सर भीतरी मानसिक तनाव से उपजते हैं। सिर पर परीक्षा का भूत सवार हो, इंटरव्यू के लिए जाना हो, सर्वेक्षिण हुआ हो, मगर ब्वॉयफ्रेंड/गर्लफ्रेंड से लड़ाई-झगड़ा हो जाए तो मुंह छालों से भर सकता है।

हेल्थ मंत्र/ डॉ. यतीश अग्रवाल

भूपेन मण्डल

मुंह में छाले होने के क्या-क्या कारण हैं?

छालों का संबंध कई चीजों से हो सकता है- हल्की-फुल्की अस्वस्थता, छोटा-मोटा बुखार, मन में तनाव, फोलिक एसिड और विटामिन बी 12 की कमी, एनीमिया, आंतों की सिलियक डीजिज, हर्पीज होने पर, स्त्रियों में महीना आना से पहले और किसी दांत की तेज धार चुभने या ब्रश करते हुए या डेंचर पहनते-उतारते वक्त चोट लगने से।

हेल्थ मंत्र / डॉ. यतीश अग्रवाल

भूपेन मण्डल

बच्चे में दूध के दांत किस-किस उम्र में निकलते हैं?

पहले पहल 5-8 महीने की उम्र में नीचे के मझोले अगले दांत (सेंट्रल इनसाइज़र) प्रकट होते हैं। उसके महीनेभर बाद ऊपर के मझोले अगले दांत आते हैं। फिर अगले तीन महीनों में इनके बगल वाले लेट्रल इनसाइज़र निकलते हैं। ऊपर-नीचे दाएं-बाएं की पहली दाढ़ें 12-15 महीने की उम्र में निकलती हैं। सुआ दांत 18-21 महीने पर और दूसरी दाढ़ें 21 से 24 महीने की उम्र में आती हैं।

हेल्थ मंत्र/ डॉ. यतीश अग्रवाल

भूपेन मण्डल

मुंह के छालों का क्या इलाज है?

दिन में तीन-चार कुनकुने पानी में नमक मिलाकर कुल्ले करें। केमिस्ट से हाइड्रोकॉर्टिसोन-युक्त चूसने वाली गोलियाँ और मुंह में लगने वाली क्रीम लेकर इस्तेमाल करें। दर्द मिटाने हेतु छालों पर सुन्न करने वाली स्थानीय संवेदनहारी दवा लगाएं। रुई के फाहे से बोरोग्लिसरीन लगाएँ। मिर्च-मसाले, खट्टे रसीले फल, चॉकलेट से बचें।

हेल्थ मंत्र/डॉ. यतीश अग्रवाल

भूपेन मण्डल

बच्चे के पक्के दांत किस उम्र में आते हैं?

शुरुआत 6-7 साल की उम्र में पहली दाढ़ आने से होती है। 7-9 साल पर आगे के मझले और उनके दायें-बायें के इनसाइजर दांत निकलते हैं। सुआ दांत और दाढ़ों के आगे के दो दांत 9-12 साल की उम्र में निकलते हैं। दूसरी दाढ़ें 12-13 साल पर और तीसरी दाढ़ें 17-21 साल की उम्र में निकलती हैं।

हृदय मंत्र/ डॉ. यतीश अग्रवाल

सुधीर सक्सेना

कोरोनरी हृदय रोग से बचाव के लिए भोजन में क्या-क्या एहतियात बरतने चाहिए?

कोलेस्टेरॉल घटाने के लिए चौकस, चर्बी वाली और घी-तेल वाली चीजें कम-से-कम खाएं। तली हुई चीजों के बजाय सिके, भुने और सिझे हुए व्यंजनों को अपनी पसंद बनाएं। प्राकृतिक वनस्पति-प्रधान भोजन सबसे अच्छा है। फल, साक-सब्जियां, अन्न और दालों से दैनिक कैलोरी की पूर्ति करें। डबल टोंड दुग्ध उत्पाद भी स्वास्थ्यवर्धक हैं।

हेल्थ मंत्र/डॉ. यतीश अग्रवाल

अतुल बर्धन

चेहरे पर छूटे चिकिन पॉक्स के निशानों से कैसे छुटकारा पाया जा सकता है?

चिकिन पॉक्स के दाग गहरे नहीं होते और ये गिनती में भी कम होते हैं। इन्हें मिटाना मुश्किल नहीं होता। कार्बन डायऑक्साइड लेजर या घुंडीकार मेकेनीकल डिवाइस से डर्मा ब्रेजन कर कास्मेटिक सर्जन त्वचा की दगीली ऊपरी सतह को केंचुली की तरह हटा देते हैं। नीचे से नई कोमल त्वचा उग आती है और चेहरे की रौनक फिर से लौट आती है।

हेल्थ मंत्र/डॉ. यतीश अग्रवाल

भूपेन मण्डल

बच्चे को टॉयलेट ट्रेनिंग किस उम्र में दी जानी चाहिए ?

माता-पिता बच्चे को टॉयलेट सीट पर 10-11 महीने की उम्र से बिठाना शुरू कर सकते हैं। 15-18 महीने की उम्र से बच्चा टॉयलेट तक चलकर जा सकता है। इसी उम्र से उसे टॉयलेट जाने के लिए प्रोत्साहित किया जा सकता है, पर उसका कंट्रोल धीरे-धीरे ही विकसित होता है। ढाई-तीन साल की उम्र से वह यह कंट्रोल पा लेता है। माता-पिता को न तो उसे झिड़कना चाहिए, न ही जोर-जबरदस्ती करनी चाहिए।

हेल्थ मंत्र/डॉ. यतीश अग्रवाल

भूपेन मण्डल

बच्चे में विकास की गति धीमे होने के क्या लक्षण हैं?

बच्चा यदि सहारा लेकर 4-5 महीने की उम्र में बैठ न सके, 7-8 महीने में अपने से न बैठ सके, 9-10 महीने में सहारे से खड़ा न हो सके, 13-15 महीने में चलना न शुरू करे और 2 साल की उम्र में सीढ़िया चढ़-उतर न पाए तो बेहतर है कि किसी योग्य बच्चों के डॉक्टर से बात करें।

हेल्थ मंत्र/ डॉ. यतीश अग्रवाल

भूपेन मण्डल

मनोसामाजिक विकासवृद्धि मंदी होने पर बच्चे में क्या-क्या कमियां नजर आ सकती हैं?

बच्चा दूसरों को देख तीन महीने की उम्र में भी न मुस्कराए तो गड़बड़ है। 6-8 महीने का होने पर वह हंसना शुरू कर देता है। दो साल का होने तक वह अपने साथी बच्चों और बड़ों से आंख मिलाने लगता है। 3-5 साल की उम्र में भी कोई बच्चा अगर अन्य बच्चों के साथ न खेले तो यह चिंता का विषय है। कोई भी कमी दिखने पर डॉक्टर से मिलना अच्छा है।

हेल्थ मंत्र/डॉ. यतीश अग्रवाल

अतुल वर्धन

एक्यूट साइनॅसाइटिस से निजात पाने का क्या तरीका है?

डॉक्टर की सलाह से साइनस से इन्फेक्शन मिटाने के लिए एंटबॉयटिक लें। नाक में आई सूजन दूर करने के लिए शुरू के दिनों में डीकंजस्टेंट नेजल ड्रॉप्स डालें। सूजन दर्द से राहत पाने के लिए सूजनहारी दर्द-निवारक दवा लें। भाप सूंघें। खूब मात्रा में पानी पीएं और आराम करें। कुछ ही दिनों में यह बिल्कुल ठीक हो जाएगा।

हेल्थ मंत्र/डॉ. यतीश अग्रवाल

भूपेन मण्डल

कुछ बच्चे सभी से आंख चुराते हैं, व्यवहार कुशल नहीं होते, बातचीत करने में कतराते हैं, उन्हें क्या रोग होता है?

यह स्वपरायणता का विकार ऑटिज्म है। इसमें बच्चा सामाजिक पटुता, व्यवहार कुशलता, भाषाई और संकेतकीय सम्प्रेषण और बौद्धिक एवं बोधात्मक विकास में कमजोर होता है। वह दर्द के प्रति लापरवाह होता है, अति सक्रियता के लक्षण दिखाता है, बौद्धिक मंदता से पीड़ित हो सकता है। मगर शारीरिक जांच और लेबोरेटरी परीक्षण करने पर उसमें कोई कमी नहीं नजर आती।

हेल्थ मंत्र/डॉ. यतीश अग्रवाल

भूपेन मण्डल

बच्चे के दिल के दोनों ऊपरी खानों (अलिंद) के बीच छेद होने पर क्या इलाज करना जरूरी है?

दिल की संरचना का यह विकार एट्रिअल सेप्टल डिफेक्ट (एएसडी) है। इसे छोटी उम्र में ऑपरेशन द्वारा बंद करवा लेने में अच्छाई है। यह ऑपरेशन 2 से 5 साल की उम्र में हो सकता है। ऑपरेशन न करवाने पर खून दिल के भीतर शंट होता रहता है, जिससे दिल और फेफड़ों की मुख्य धमनियों पर अनावश्यक बोझ पड़ता है। वयस्क उम्र में पहुंचकर यह तरह-तरह की पेचीदगियां पैदा कर देता है।

हेल्थ मंत्र/डॉ. यतीश अग्रवाल

भूपेन गगराल

बच्चे के दिल के दोनों निचले खानों (निलय) के बीच छेद होने पर क्या इलाज करना जरूरी है?

हृदय संरचना का यह विकार वेंट्रिकल सेप्टल डिफेक्ट (वीएसडी) कहलाता है। इसका इलाज छेद के नाप और स्थिति पर निर्भर करता है। छोटे छेद बच्चे के 3 से 5 साल के होने तक अपने से भी बंद हो जाते हैं। परंतु बड़े छेद में दिल पर बुरा असर पड़ता है, जान तक जा सकती है, इसलिए आपरेशन से उसे बंद करने की जरूरत पड़ती है।

हेल्थ मंत्र/डॉ. यतीश अग्रवाल

अतुल बर्धन

कोलेस्टेरॉल घटाने वाली स्टेटिन दवा लेते समय क्या सावधानी बरतना जरूरी है?

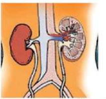
लीवर की कोई लंबी बीमारी रही है तो डॉक्टर को जरूर अगाह कर दें। इसी प्रकार पेशियों में दर्द रहता हो, कमजोरी अनुभव होती हो, तब भी डॉक्टर को जरूर बता दें। मदिरा पीने में संयम बरतें। दवा शुरू करने के पहले चंद हफ्तों में लीवर फंक्शन टेस्ट कराने में देर न करें। कुछ लोगों में स्टेटिन दवा लीवर पर बुरा असर डालती है।

हेल्थ मंत्र/डॉ. सतीश अग्रवाल

भूपेन्द्र नागपाल

बच्चे में मिट्टी खाने की आदत क्या किसी गंभीर रोग का लक्षण है?

दो साल तक के बच्चे हर अपरिचित चीज का स्वाद चखने में विश्वास करते हैं। किंतु दो साल के होने के बाद भी अगर बच्चा मिट्टी खाता है, तो यह उसके भीतर असुरक्षा भाव, माता-पिता द्वारा उसे समय न देने की स्थिति या स्प्रेकिजन का लक्षण हो सकता है। इन बच्चों में पेट में कीड़े, कुपोषण और सीसे के विषैले स्तर पर पहुंचने की समस्याएं आम पाई जाती हैं।



भूपेन मण्डल

यूटीआई होने पर क्या-क्या परेशानी होती है?

मूत्रत्याग के समय जलन, पेट के निचले हिस्से में दर्द, बार-बार हाजत उठना पर मूत्र बूंद-बूंद टपक कर आना, धुंधला या दुर्गंधमय मूत्र जाना, मूत्राशय संक्रमण के लक्षण हैं। मूत्र के साथ खून भी आ सकता है। कंपकंपी देकर बुखार आए, जी मितलाए, उल्टियां हों या पीठ के निचले हिस्से में दर्द हो तो समझ लें कि संक्रमण गुर्दों में जा पहुंचा है।

हेल्थ मंत्र/डॉ. यतीश अग्रवाल

क्या खब्बू लोगों में हकलाने की समस्या अधिक पाई जाती है?

नहीं, सच यह है कि बायां हाथ इस्तेमाल करने वाले लोग दाहिना हाथ प्रयोग करने वाले लोगों की तुलना में किसी भी दृष्टि से कमजोर नहीं होते। हकलाने की समस्या यूं भी मनोवैज्ञानिक होती है। बचपन में रही आत्मविश्वास की कमी, दूसरों को ताने देना, माता-पिता का टोकना डांटना-डपटना बच्चे में यह दोष पैदा कर देता है।