

सच की हुक्मात

sanskarujala@gmail.com

संस्थापक स्व० सुखराम शर्मा एवं शिवकुमार शर्मा, श्री प्रकाशवर्मा

वर्ष : 12 अंक : 85

गुरुवार 18 जुलाई 2024, गाजियाबाद

RNI No-UPHIN / 2013 / 50466

सच की हुक्मात

संस्थापक
श. श्री आर. के. शर्मा

पेज : 8 मूल्य : 2 रुपया

गाजियाबाद से प्रकाशित, दिल्ली, नोएडा, गाजियाबाद, हरियाणा, सहारनपुर, मेरठ, मुरादाबाद, बरेली, हापुड़, बुलंदशहर, मथुरा आगरा, इटावा, कानपुर एंव लखनऊ से प्रसारित

मधुमेह से बचना है तो जी भर कर सोएं

अगर आप भरपूर नींद लेते हैं तो आप में टाइप-2 मधुमेह होने का जोखिम काफ़ी कम हो जाता है, यह एक नये अध्ययन में दावा किया गया है। लास ऐंजिलिस बायोमेडिकल रिसर्च इंस्टीट्यूट के अनुसंधानकर्ताओं ने पाया कि सासाहत में तीन रात की अच्छी नींद काफ़ी हो तक इसुलिन की सक्रियता बढ़ा देती जिसके न बने और शरीर पर उसके प्रतिक्रिया नहीं होती है। यह बीमारी तो अप्रकार की होती है। थायराइड ग्रंथि से हाँस्मान बनना बंद तया कम हो जाय तो इसे हाइपोथायराइडिज्म कहते हैं जबकि थायराइड हाँस्मान की मात्रा अधिक बनने लगती है तो उसे हाइपरथायराइडिज्म कहते हैं, जिसकी तीसरी बीमारी धोया है। हाइपोथायराइडिज्म के मरीजों की सख्त सबसे अधिक होती है।

थायराइड से सबसे ज्यादा पीड़ित महिलाएं

थायराइड की बीमारी तेजी से बढ़ रही है। आंकड़ों की बात करें तो साचा चार करोड़ लोग देश में थायराइड की बीमारी से पीड़ित हैं, इनमें 80 प्रतिशत महिलाएं हैं। आश्वर्य की बात है कि 8-10 वर्ष की मरीजों की पहचान ही सकती है। थायराइड बीमारी तो अप्रकार की होती है। थायराइड ग्रंथि से हाँस्मान बनना बंद तया कम हो जाय तो इसे हाइपोथायराइडिज्म कहते हैं जबकि थायराइड हाँस्मान की मात्रा अधिक बनने लगती है तो उसे हाइपरथायराइडिज्म कहते हैं, जिसकी तीसरी बीमारी धोया है। हाइपोथायराइडिज्म के मरीजों की सख्त सबसे अधिक होती है।

क्या है थायराइड?

थायराइड एक इंडोक्रिन ग्रंथि होती है जो गर्दन के निचले हिस्से में एडमस एप्ल के ठीक नीचे होती है। इसका काम थायरोकिसन हाँस्मान बनाकर खुन तक पहुंचाना है जिससे शरीर का मेटाबोलिज्म नियंत्रित रहे। शरीर में थायराइड हाँस्मान की मात्रा कम हो जाय तो सुस्ती और अधिक होने पर शारीरिक क्रियाएं तेज हो जाती हैं। थायराइड ग्रंथि का पिट्टूटरी ग्रंथि से नियंत्रण होता है जबकि पिट्टूटरी ग्रंथि हाइपोथायराइडिज्म से नियंत्रित होती है। हाइपोथायराइडिज्म में टीएसएच का स्तर बढ़ जाता है और टी3 व टी4 की मात्रा बढ़ जाती है।

हाइपोथायराइडिज्म

लक्षण - हमेशा शक्तन महसूस होना, बिना कारण वजन बढ़ना।

हाइपरथायराइडिज्म में टीएसएच का स्तर घट और टी3 व टी4 की मात्रा घट जाती है।

हाइपरथायराइडिज्म

लक्षण - घबराहट या चिढ़िचाल महसूस करना, अनियंत्रित हृदय का धड़कना, गर्भी सहन न होना, हाथ में कंपन होना, अधिक पर्सीन आना, बिना कारण वजन कम होना, नींद न आना, थायराइड ग्रंथि का बढ़ना (धोया), मासिक साव का कम होना, प्रजनन शक्ति क्षीण होना, कारण - ग्रेव डिनीज, टॉविसक मल्टी नोल गोवाएटर, टॉविसक एडिनोमा, अधिक मात्रा में हाँस्मान की गोली का सेवन।

इलाज - थायराइड की बीमारियों का इलाज बीमारी के प्रकार पर निर्भर करता है।

हाइपोथायराइडिज्म में मरीज का इलाज सालीमेंट्री थेरेपी से किया जाता है। इसमें थायराइड के हाँस्मान (थायरोकिसन हाँस्मान) बाहर से दिया जाता है।

हाइपरथायराइडिज्म का इलाज तीन विधि से किया जाता है। हफली विधि में एंटी थायराइड ड्रास दो जाती हैं, दूसरी विधि में रेडियो एविट्र अयोडिन से ग्रंथि का नियंत्रित किया जाता है जिसे रेडियो अयोडिन थेरेपी कहते हैं। तीसरी विधि में सर्कार के बढ़ना किया जाता है। वहीं धोया का एक मात्र इलाज औपर तक लॉक्टर अयोडिन युक्त नमक के सेवन की सलाह देते हैं जिससे शरीर में आयोडिन की मात्रा संतुलित रहे, थायराइड की बीमारियों न हो।



प्रिश्नन या अवसाद होना, हमेशा ठंड लगना, पेट में कब्ज बना रहना, अंजीब तरह का दर्द महसूस होना, मासिक साव का अधिक होना, एकघारा की कमी होना, त्वचा और बाल रुखे हो जाना, कारण - आयोडिन की कमी (एडेमिक गोवाएटर) हशीमो दो थायरोडायटिस, सर्जरी या रेडियो आयोडिन थेरेपी के बाद, कुछ प्रकार की दवाइयों का सेवन।

हाइपरथायराइडिज्म

लक्षण - घबराहट या चिढ़िचाल महसूस करना, अनियंत्रित हृदय का धड़कना, गर्भी सहन न होना, हाथ में कंपन होना, अधिक पर्सीन आना, बिना कारण वजन कम होना, नींद न आना, थायराइड ग्रंथि का बढ़ना (धोया), मासिक साव का कम होना, प्रजनन शक्ति क्षीण होना, कारण - ग्रेव डिनीज, टॉविसक मल्टी नोल गोवाएटर, टॉविसक एडिनोमा, अधिक मात्रा में हाँस्मान की गोली का सेवन।

इलाज - थायराइड की बीमारियों का इलाज बीमारी के प्रकार पर निर्भर करता है।

हाइपोथायराइडिज्म में मरीज का इलाज सालीमेंट्री थेरेपी से किया जाता है। इसमें थायराइड के हाँस्मान (थायरोकिसन हाँस्मान) बाहर से दिया जाता है। हाइपरथायराइडिज्म का इलाज तीन विधि से किया जाता है। दूसरी विधि में रेडियो एविट्र अयोडिन से ग्रंथि का नियंत्रित किया जाता है जिसे रेडियो अयोडिन थेरेपी कहते हैं। तीसरी विधि में सर्कार के बढ़ना किया जाता है। वहीं धोया का एक मात्र इलाज औपर तक लॉक्टर अयोडिन युक्त नमक के सेवन की सलाह देते हैं जिससे शरीर में आयोडिन की मात्रा संतुलित रहे, थायराइड की बीमारियों न हो।

थायराइड ग्रंथि का आकार बढ़ने से होता है धोया

थायराइड ग्रंथि का आकार बढ़ने की धोया की बीमारी के प्रकार पर निर्भर करता है। धोया की बीमारियों का इलाज बीमारी के प्रकार पर निर्भर करता है। इसमें थायराइड के हाँस्मान (थायरोकिसन हाँस्मान) बाहर से दिया जाता है। हाइपरथायराइडिज्म का इलाज तीन विधि से किया जाता है। दूसरी विधि में रेडियो एविट्र अयोडिन से ग्रंथि का नियंत्रित किया जाता है जिसे रेडियो अयोडिन थेरेपी कहते हैं। तीसरी विधि में सर्कार के बढ़ना किया जाता है। वहीं धोया का एक मात्र इलाज औपर तक लॉक्टर अयोडिन युक्त नमक के सेवन की सलाह देते हैं जिससे शरीर में आयोडिन की मात्रा संतुलित रहे, थायराइड की बीमारियों न हो।

धोया में थायराइड कैंसर के लक्षण

अचानक कम उम्र में धोया का होना, पुराना धोया का अचानक से बढ़ना, धोया के साथ खाना निगलने में परेशानी होना, धोया होने पर सूखी खासी के साथ खून आना, धोया के साथ खाने के बगल में गांठ का बनना, धोया के साथ आवाज में परिवर्तन या भारी पड़ना।



टाईम पास

आज का साशिफल



ज्योष्ण

चू चै चौ ला ली

चू ले लो आ

सामान एवं उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही।

स्वास्थ्य उत्तम होना। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही।

स्वास्थ्य उत्तम होना। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही।

स्वास्थ्य उत्तम होना। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही।

स्वास्थ्य उत्तम होना। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही।

स्वास्थ्य उत्तम होना। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही।

स्वास्थ्य उत्तम होना। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही।

स्वास्थ्य उत्तम होना। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही।

स्वास्थ्य उत्तम होना। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही।

स्वास्थ्य उत्तम होना। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही।

स्वास्थ्य उत्तम होना। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही। अपने अधिक उपकरणों की बीमारी होनी चाही रही।

स्वास्थ

