

अमृत विचार

बरेली

एक संपूर्ण अस्त्रवार

Page No ; 11 Bottom

सलाह

एसआरएमएस मेडिकल कॉलेज में विश्व फैटी लिवर दिवस पर जागरूकता कार्यक्रम

संतुलित खानपान से ही रुकेगा फैटी लिवर

कार्यालय संवाददाता, बरेली

अमृत विचार : फैटी लिवर तेजी से बढ़ती हुई वैश्विक महामारी है। शुरुआत में लक्षण स्पष्ट न होने से लिवर के खराब होने की जानकारी नहीं होती। दूसरे या तीसरे चरण में पहुंचने पर फैटी लिवर के लक्षण प्रतीत होते हैं।

इससे पीड़ित 70 फीसदी मरीज मोटापे से ग्रसित मिलते हैं। 75 फीसदी को टाइप 2 डायबिटीज और 20-80 फीसदी हाइपरलिपिडिमिया से ग्रसित होते हैं। यह लिवर सिरोसिस से लेकर लिवर कैंसर तक की वजह बन सकता है। ये बातें एसआरएमएस मेडिकल कॉलेज में विश्व फैटी लिवर दिवस पर आयोजित जागरूकता कार्यक्रम में विशेषज्ञ चिकित्सकों ने कहीं। जनरल मेडिसिन विभाग की गैस्ट्रोएंटेरोलॉजी यूनिट की ओर से दो



कार्यक्रम में अतिथि का स्वागत करती डॉक्टर स्मिता ।

● अमृत विचार

सत्रों में आयोजित कार्यक्रम में सुबह मरीजों के लिए स्वास्थ्य जांच एवं परामर्श कैंप लगाया गया और शाम को एमबीबीएस के विद्यार्थियों के लिए शैक्षणिक व्याख्यान हुए। व्याख्यान की थीम खाना ही दवा है पर गैस्ट्रो एंटेरोलॉजिस्ट डॉ. वत्स गुप्ता ने दिल, डायबिटीज और अन्य गंभीर बीमारियों पर फैटी लिवर के दुष्प्रभावों को बताया। लिवर के खराब होने के चरणों की जानकारी के साथ इससे होने वाले नुकसान को भी बताया।

एंडोक्रिनोलॉजिस्ट डा. श्रुति शर्मा ने मोटापा क्या है से अपना व्याख्यान शुरू किया और इसकी वजहों की भी जानकारी दी। शरीर में चर्बी के वितरण और बीएमआई से इसकी जांच पर भी उन्होंने विस्तृत जानकारी दी। रेडियोलॉजिस्ट डॉ. नीरज प्रजापति ने फैटी लिवर क्राइटेरिया के बारे में बताया और कहा कि शुरुआत में लक्षणों के स्पष्ट न होने से इसकी जानकारी नहीं होती और यही वजह है ज्यादातर लोगों को पता ही नहीं

चलता कि उनका लिवर फैटी है। ऐसे में नियमित जांच करवाना जरूरी है।

गैस्ट्रो एंटेरोलॉजिस्ट डॉ. शिवम गुप्ता ने कहा कि सभी के उपचार में एक ही बात कॉमन है, वह है विटामिन ई का सेवन। डॉ. शिवम ने कहा कि लिवर फैटी होने पर दवाइयां तो आवश्यक हैं ही लेकिन सबसे ज्यादा जरूरी है सक्रिय जीवन शैली और संतुलित खानपान। खानपान में फाइबर, प्रोटीन को बढ़ाने के साथ एक्सरसाइज से लिवर को फैटी होने से रोका जा सकता है। कार्यक्रम की अध्यक्षता जनरल मेडिसिन विभाग की एचओडी डॉ. स्मिता गुप्ता ने की। प्रिंसिपल एयर मार्शल (संवनिवृत्त) डॉ. एमएस बुटोला, डीन यूजी डॉ. बिंदु गर्ग, डॉ. शरद जौहरी, डीएसडब्ल्यू डॉ. क्रांति कुमार, डॉ. विद्यानंद, डॉ. मीनाक्षी जिंदल, डॉ. हर्षित अग्रवाल आदि उपस्थित रहे।