

हरिभूमि

महेन्द्रगढ़-नारनौल भूमि

रोहतक, गुरुवार 29 जनवरी 2026

11 महेन्द्रगढ़ में बनेगा लोक निर्माण विभाग का नया...

12 वैदिक पथ के पथिक चौधरी मित्रसेन आर्य की पुण्यतिथि...



आरपीएस महेन्द्रगढ़ के कृष्ण कुमार ने क्लैट में ऑल इंडिया कैटेगरी रैंक-1 प्राप्त कर इतिहास रचा

-कानूनी शिक्षा के शिखर पर आरपीएस के सितारे

क्लैट व एलेट 2026 में ऐतिहासिक प्रदर्शन



कृष्ण कुमार

महेन्द्रगढ़। आरपीएस विद्यालय खातोद महेन्द्रगढ़ के छात्र कृष्ण कुमार ने वर्ष 2026 की प्रतिष्ठित राष्ट्रीय विधि प्रवेश परीक्षा क्लैट में अपनी कैटेगरी में ऑल इंडिया रैंक-1 प्राप्त कर इतिहास रचा दिया। वहीं पीयूष ने हरियाणा कैटेगरी में स्टेट रैंक-1, महक, रोनाक, अशिता व ज्योति

महेन्द्रगढ़ के कृष्ण कुमार ने अपनी कैटेगरी में ऑल इंडिया रैंक-1, छात्र पीयूष ने हरियाणा कैटेगरी में स्टेट रैंक-1, महक, रोनाक, अशिता व ज्योति चनेजा ने विभिन्न राज्यों में स्टेट रैंक-2, श्रेयसी और नव्या ने स्टेट रैंक-4 हासिल कर उत्कृष्ट प्रदर्शन किया। वहीं नेशनल लॉ यूनिवर्सिटी दिल्ली द्वारा आयोजित एलेट परीक्षा में भी आरपीएस की छात्रा महक ने अपनी कैटेगरी में ऑल इंडिया रैंक-3 तथा स्पंदन ने ऑल इंडिया रैंक-27 प्राप्त कर पूरे क्षेत्र का गौरव बढ़ाया। वता दे कि आरपीएस सीनियर सेकेंडरी स्कूल ने प्रतिष्ठित राष्ट्रीय विधि प्रवेश परीक्षा ओ क्लैट और एलेट में ऐतिहासिक सफलता दर्ज कर शिक्षा जगत में नया कीर्तिमान स्थापित किया है। विद्यालय के विद्यार्थियों ने न केवल देशभर में बल्कि विभिन्न राज्यों में भी टॉप रैंक हासिल कर क्षेत्र, जिला और प्रदेश का नाम रोशन किया है। हाल ही में घोषित क्लैट में आरपीएस

इस ऐतिहासिक उपलब्धि पर आरपीएस ग्रुप के सौंदर्य इंजीनियर मनीष राव ने कहा कि न्यायपालिका समाज की सेवा और संविधान की रक्षा का सशक्त माध्यम है और आरपीएस के विद्यार्थी भविष्य के सशक्त न्याय प्रहरी बनेंगे। आरपीएस के विद्यार्थी अब तकनीकी, चिकित्सा के साथ-साथ विधि और वाणिज्य के क्षेत्र में भी राष्ट्रीय स्तर पर इतिहास रच रहे हैं। ग्रुप की चेयरपर्सन डॉक्टर पवित्रा राव ने कहा कि आरपीएस की शिक्षण प्रणाली विद्यार्थियों को राष्ट्रीय स्तर की प्रतिस्पर्धाओं के लिए तैयार करने में सक्षम है, जिसका परिणाम क्लैट और एलेट में यह अभूतपूर्व सफलता है। उन्होंने कहा कि यह सफलता विद्यार्थियों की मेहनत, अभिभावकों के विश्वास और शिक्षकों के समर्पण का प्रतिकल है। ग्रुप के डिप्टी सीईओ कुनाल राव ने बताया कि विद्यालय द्वारा राष्ट्रीय व राज्य स्तरीय विभिन्न प्रतियोगी परीक्षाओं के लिए छात्रों को नवीनतम परीक्षा पैटर्न पर अध्ययन सामग्री उपलब्ध कराई जाती है। परीक्षा के तनाव को दूर करने के लिए समय-समय पर 'मोटिवेशनल सेशन' और काउंसलिंग का आयोजन किया जाता है, जिससे कि विद्यार्थियों का आत्मविश्वास बना रहे।



सफल विद्यार्थियों ने कहा कि यह सफलता आरपीएस परिवार की दूरदर्शी सोच और अटूट परिश्रम का परिणाम है। विद्यालय द्वारा विद्यार्थियों को राष्ट्रीय स्तर की इन प्रतियोगी परीक्षाओं के लिए तैयार करने के लिए कई महत्वपूर्ण कदम उठाए गए। अनुभवी शिक्षकों और कानूनी विशेषज्ञों द्वारा निर्यात कक्षाओं के साथ-साथ कठिन विषयों पर विशेष सत्र आयोजित किए गए। (ADVT.)

नगर पालिका ने चलाया अतिक्रमण हटाओ अभियान सड़क पर रेहड़ी खड़ी करने वालों का किया चालान

अभियान पालिका कार्यालय से शुरू होकर शंकर मार्केट, बालाजी चौक, विश्वकर्मा चौक, आंबेडकर चौक, शांति कॉम्प्लेक्स से वापस नगर पालिका कार्यालय में जाकर समाप्त हुआ

हरिभूमि न्यूज़ महेन्द्रगढ़ नगर पालिका टीम द्वारा बुधवार को शहर में अतिक्रमण हटाओ अभियान चलाया गया। टीम ने विभिन्न बाजारों में दौरा कर दुकानों के बाहर रखा सामान जप्त किया। टीम के बाजार में आने से दुकानदारों में हड़कंप मंच गया। नगर पालिका अधिकारियों के निर्देश पर चलाए गए अभियान का उद्देश्य सड़कों को खाली कराना और यातायात जाम से निजात दिलाना है। वहीं अतिक्रमण विरोधी टीम ने मुख्य बाजारों के दुकानदारों को अपनी दुकानों के बाहर सामान न रखने की सख्त हिदायत दी। इस दौरान कई दुकानों के बाहर पड़ा सामान जप्त किया गया। यह अभियान नगर पालिका कार्यालय से शुरू होकर शंकर मार्केट, बालाजी चौक, विश्वकर्मा चौक, आंबेडकर चौक, शांति कॉम्प्लेक्स से नगर पालिका कार्यालय में जाकर समाप्त हुआ। अभियान का नेतृत्व नायब तहसीलदार ने किया। नायब



दुकानदारों को दी चेतावनी

शहर में जाम का एक मुख्य कारण यह भी है कि सामान खरीदने वाले लोग अवसर अपने वाहन सड़क पर खड़े करके खरीददारों में व्यस्त हो जाते हैं। इसके अलावा सिनेमा रोड, सीएसडी कैटिन रेलवे रोड, आईटीआई के पास बैंक होने के चलते उपभोक्ता अपने वाहन व दुपहिया वाहन को सड़क पर खड़ा कर देते हैं। जिसके चलते जाम लग जाता है। अगर पुलिस प्रशासन द्वारा वाहनों का चालान किया जाए तो काफी हद तक जाम से मुक्ति मिल सकती है। हालांकि नगर पालिका की ओर से शहर में तीन जगह पार्किंग की व्यवस्था की हुई है, लेकिन वाहन चालक भी अपने वाहन रोड पर खड़ी करके चले जाते हैं।

सड़क पर खड़े कर देते हैं वाहन

अभियान रहेगा जारी नगर पालिका सचिव गौरव सांगवान ने बताया कि शहर को अतिक्रमण मुक्त बनाने के लिए यह अभियान जारी रहेगा। उन्होंने दुकानदारों से नियमों का पालन करने और सड़कों पर सामान रखकर यातायात बाधित न करने की अपील की। उल्लंघन करने वालों पर जुर्माना सहित अन्य कार्रवाई की जाएगी। तहसीलदार ने आगे से रोड पर अतिक्रमण करने पर कानूनी कार्रवाई करने की चेतावनी दी गई। अभियान के दौरान पालिका कर्मचारियों ने शहर के मेन बाजारों में रोड पर अतिक्रमण करने वाले लोगों के सामान को उठाकर पालिका वाहनों में डाल लिया।

सच्चे अर्थों में आर्य समाज के महान पुरोधा थे चौ. मित्रसेन आर्य

प्रसिद्ध आर्य समाजी चौधरी मित्रसेन आर्य की पुण्यतिथि पर हरिभूमि कार्यालय नारनौल की ओर से आईटीआई में आयोजित किया गया रक्तदान शिविर

हरिभूमि न्यूज़ नारनौल

चौधरी मित्रसेन ने आर्य समाज की नीतियों को कदम-कदम पर आगे बढ़ाया और सच्चे अर्थों में वह आर्य समाज के महान पुरोधा थे। उन्होंने देश में प्रसिद्ध आर्य समाजी ही नहीं, उद्योगपति एवं समाजसेवी के रूप में भी बेहतरीन पहचान बनाई। वह हिन्दी दैनिक हरिभूमि समाचार पत्र के संस्थापक भी रहे। वह ताउपर समाज कल्याण के कार्यों में जुटे रहे। यह उद्धार पूर्व मंत्री एवं नारनौल विधायक ओमप्रकाश यादव ने व्यक्त किए। वह दैनिक हरिभूमि कार्यालय नारनौल की ओर से आईटीआई में स्वर्गीय चौधरी मित्रसेन आर्य की पुण्यतिथि पर आयोजित रक्तदान शिविर में बुधवार को बोल रहे थे। पूर्व मंत्री ने कहा कि चौधरी मित्रसेन आर्य ने युवाओं को चरित्रवान व गुणवान बनाने के लिए तकनीकी व उच्च शिक्षा के लिए



अनेक शिक्षण संस्थाओं की स्थापना की और अब उनका परिवार उनकी रीति-नीति को आगे बढ़ा रहा है। उन्होंने रक्तदान शिविर की सराहना करते हुए कहा कि रक्तदान को महादान माना गया है और रक्त की एक-एक बूंद किसी का जीवन बचाने के काम आती है। इस रक्तदान शिविर में युवाओं का जोश एवं उत्साह में जो एवं उत्साह देखने को मिला है, वह अपने आपमें बड़ी मिसाल है। इस कार्यक्रम की जितनी सराहना की जाए, उतनी कम है। सवरे से लोगों के आने के सिलसिला निरंतर बना हुआ है, जो अपने आपमें प्रतिष्ठ संबंधों की परिचायक है। (पंज-12 भी देखें)

कार्यक्रम में ये रहे मौजूद कार्यक्रम में पूर्व मंत्री डा. अमरसिंह यादव, पूर्व डिप्टी स्पीकर संतोष यादव, बसपा नेता ठाकुर अतर लाल, डीएमसी रणवीर सिंह, भाजपा महिला मोर्चा की जिलाध्यक्ष एवं पूर्व चेयरपर्सन भारती सेनी, पूर्व जिला बाल कल्याण अधिकारी विपिन शर्मा, माता राती वेलफेयर समिति के अध्यक्ष सिद्धंजर गहली, सेनी समा के उपप्रधान रोहताश सेनी, पॉलीटेक्निक के प्राचार्य इंजी. अनिल यादव, एडवोकेट गिरिबाबा, एडवोकेट रेखा, सर्व समाज के प्रधान चंदनसिंह जालान, महासचिव बिड़दाचंद गोठवाल, आईटीआई के चेयरमैन सुरेश चौधरी, प्रिंसिपल विनोद खनगवाल, सोएल स्कूल संवालक अमित गुप्ता, भाजपा के पूर्व शहरी प्रभु संजय सेनी, पाथर्ब मोहनलाल शर्मा, पाथर्ब मनोज सेनी, मौसम विशेषज्ञ डा. चंद्रमोहन युवा साथी ग्रुप हरियाणा से टिकू प्रधान, नेकी की दीवारी नीडी हेल्प ग्रुप के अध्यक्ष मनीष गोविंदा समेत अनेक गणमान्य जन मौजूद रहे। वहीं शिविर में हरिभूमि टीम की तरफ से जिला प्रभारी सतीश सेनी, जिला विज्ञापन प्रभारी सोहन लाल, राजकुमार, बितेश कुमार, सतपाल शर्मा, विकास गोठवाल, दलीप दीक्षित, मनोज बुलवान एवं नीरज कुमार भी मौजूद रहे।

जन परिवेदना समिति की मासिक बैठक कल

नारनौल। सहकारिता मंत्री डा. अरविंद कुमार शर्मा की अध्यक्षता में 30 जनवरी को दोपहर बाद तीन बजे लघु सचिवालय के नजदीक सभागार में जिला लोक संपर्क एवं जन परिवेदना समिति की मासिक बैठक लगे। इसमें पहले से निर्धारित 12 मामलों सुनवाई के लिए रहे जिनमें जिनका संबंधित विभाग के अधिकारियों द्वारा समाधान किया जाएगा। उपयुक्त केस मनोज कुमार ने बताया कि लोक निर्माण विभाग के दो, पुलिस का एक, जिला विकास एवं पंचायत अधिकारी का एक, जन स्वास्थ्य एवं अभियांत्रिकी विभाग का एक, सिविल सर्जन का एक, दक्षिणी हरियाणा बिजली वितरण निगम लिमिटेड का एक, जिला नगर योजनाकार नारनौल का एक, नगर परिषद नारनौल का एक, अग्रणी जिला प्रबंधक, पंजाब

नेशनल बैंक नारनौल का एक, खंड विकास एवं पंचायत अधिकारी सतनाली का एक व खंड विकास एवं पंचायत अधिकारी नंगल चौधरी का एक मामला सुनवाई के लिए रखा जाएगा। उन्होंने बताया कि गांव मेडोत हाला का पूर्व सरपंच पन्नालाल, गाण्डवास की राजेश्वरी, सरपंच गाम पंचायत पानी, पालडी का सचिव, दागी बाठोठा की पिकी, सरपंच गाम पंचायत डुवाना, शिवाजनगर का सुकान्त सिंह, (गांव कोथल खुर्द का परमजीत रिवासी की सुनीता सुरजनवास की विजयलक्ष्मी व झुंक की सपना इन सभी का एक मामला है), मोहल्ला सलामुद्दारा नारनौल का रमेश, जाखनी का सुरेंद्र, वाई नंबर 14 गाम सतनाली का कृष्ण कुमार तथा गुंजारका का विकास यादव सरपंच का मामला सुनवाई के लिए रखा जाएगा।

बेरोजगार युवाओं ने सरकार से ग्रुप-डी की लंबित भर्तियां जारी करने की मांग की

हरिभूमि न्यूज़ कनिनी प्रदेश के बेरोजगार युवाओं ने ग्रुप-डी भर्ती से संबंधित अभ्यर्थियों ने उपायुक्त के माध्यम से मुख्यमंत्री नाथब सिंह सेनी व मुख्य सचिव व हरियाणा कर्मचारी चयन आयोग के अध्यक्ष के नाम ज्ञापन सौंपकर लंबित भर्तियों का परिणाम जारी करने की मांग की है। अभ्यर्थियों ने अवगत बताया कि हरियाणा सरकार की ओर से बेरोजगार युवाओं को आश्वासन दिया गया था कि 'एक भी पद रिक्त नहीं छोड़ा जाएगा' जबकि फिलहाल विभिन्न विभागों में 4078 से अधिक पद रिक्त पड़े हैं। अभ्यर्थियों ने बताया कि दो जुलाई 2025 के बाद आज तक कोई भी

कनिनी। ग्रुप-डी की प्रतीक्षा सूची जारी करने की मांग करने बेरोजगार युवा। अतिरिक्त सूची अथवा प्रतीक्षा सूची जारी नहीं की गई है, जिससे हजारों योग्य युवा अभ्यर्थी लंबे समय से असमंजस की स्थिति में हैं। युवक मुकुल कुमार, दिनेश कुमार, प्रिया, रेखा, गुलशन, लोकेश, कर्मवीर, अमित कुमार व सुधीर ने बताया कि रोजगार न मिलने के कारण वे आर्थिक, मानसिक एवं सामाजिक रूप से पिछड़ रहे हैं। अनेक परिवारों की आजीविका इस भर्ती प्रक्रिया पर निर्भर है। यह विषय केवल भर्ती तक सीमित न रहकर हजारों युवाओं के भविष्य से जुड़ा हुआ है। अभ्यर्थियों ने मानव संसाधन विभाग के 14

जनवरी 2026 के पत्र का हवाला देते हुए कहा कि सभी विभागों से वास्तविक रिक्त पदों का विवरण एक सप्ताह के भीतर अपलोड करवाया गया था। यह विवरण संकलित होकर मुख्य सचिव कार्यालय एवं मानव संसाधन विभाग को प्राप्त हो गया होगा। प्रदेश सरकार के पास ग्रुप-डी के रिक्त पदों की जानकारी उपलब्ध है। ज्ञापन के साथ ग्रुप-डी के रिक्त पदों से संबंधित विस्तृत विवरण की तालिका भी संलग्न की है, जिसमें गैर-जॉइनिंग, रोके गए पद, प्रमाण-पत्र संबंधी प्रकरण, बोर्ड, निगम एवं आयोगों के पदों सहित सभी कारणों से उपर्युक्त रिक्तियों का उल्लेख किया गया है।

ARAVALI INTERNATIONAL GROUP OF SCHOOLS

अरावली अब नांगल सिरोही में भी...

ADMISSION OPEN 2026-27 NURSERY TO XII

WE ARE HIRING JOIN OUR TEAM

Admin : Academic Head
Coaching Expert : Physics, Chemistry, Biology
PGT : English, Physics, Chemistry, Maths, Biology, Hindi, Music, History, Geography, Political Science, Physical Education
TGT : English, Maths, Science, S.S. (Eng. Medium), Hindi, Reasoning, Music
PRT : English, Hindi, Maths, EVS, S.S., Science, Reasoning
SUPPORTING STAFF : Receptionist, Drivers, Conductors, Coaches (all Games), Peon, Sweeper

NOTE : SALARY NO BAR FOR DESERVING CANDIDATE

Walk-in INTERVIEW
1st FEB. 2026 ON SUNDAY
Time : 9:00 AM to 2:00 PM
Venue : at School Campus

नांगल सिरोही (खेड़की रोड़) महेन्द्रगढ़
8689034483
9306634163
8053731920

CHAIRMAN ASHOK YADAV
M. 9416330210



**स्पेशल
वर्ल्ड कैंसर डे
4 फरवरी**

डॉक्टर्स एडवाइस

विवेक शुक्ला

अमेरिकन सोसायटी ऑफ क्लिनिकल ऑन्कोलॉजी के अनुसार, वे दिन अब बीत चुके हैं, जब कैंसर को मृत्यु की पूर्व-चतावनी माना जाता था। ऐसा इसलिए है क्योंकि पिछले दो दशकों में कैंसर की जांच और उपचार के क्षेत्र में अभूतपूर्व प्रगति हुई है, जिसके कारण इससे छुटकारा पाने और पुनः स्वस्थ होने की संभावनाएं पहले की तुलना में काफी बढ़ गई हैं।

इसके बावजूद भारत के संदर्भ में आज भी विभिन्न प्रकार के कैंसर के तीसरे और चौथे चरण में पहुंचे अधिकांश मरीज असमय मृत्यु का शिकार हो रहे हैं। साथ ही, देश के ग्रामीण और दूरदराज क्षेत्रों में कैंसर से जुड़े अनेक मामले आज भी रिपोर्ट नहीं हो पाते। स्पष्ट है कि यह एक गंभीर समस्या है।

कैंसर क्यों होता है

अमेरिकन कैंसर सोसायटी के अनुसार, कैंसर सामान्यतः कोशिकाओं के डीएनए में होने वाले म्यूटेशन के कारण होता है। डीएनए में मौजूद जीन कोशिकाओं को यह निर्देश देते हैं कि उन्हें कैसे बढ़ना है, कितनी बार विभाजित होना है और किस प्रकार कार्य करना है। जब डीएनए में कोई गड़बड़ी उत्पन्न हो जाती है, तो कोशिकाएं अनियंत्रित रूप से बढ़ने लगती हैं, जो आगे चलकर कैंसर का कारण बनती हैं।

लक्षणों पर दें ध्यान

जिस अंग में कैंसर होता है, उससे संबंधित लक्षण प्रकट होते हैं। उदाहरण के लिए, फेफड़ों के कैंसर में सांस लेने में तकलीफ होती है, जबकि यकृत (लिवर) कैंसर में भूख न लगना और पाचन संबंधी समस्याएं होती हैं। हालांकि कुछ सामान्य लक्षण भी हो सकते हैं-

किसी घाव या जखम का लंबे समय तक न भरना। बिना कारण वजन घटना (6 महीनों में 10% से अधिक)। त्वचा के भीतर गांठ महसूस होना, जो तेजी से बढ़ रही हो (ध्यान रखें, हर गांठ कैंसर नहीं होती है)। शरीर के किसी हिस्से में लगातार सूजन होना। खून की कमी (एनीमिया)। बार-बार बुखार आना। मल या मूत्र में रक्त आना। लंबे समय तक थकान या अस्वस्थता महसूस होना। मस्सों या तिलों के रंग, आकार या बनावट में बदलाव। भूख में लगातार कमी होना। इन लक्षणों के दिखने पर तुरंत डॉक्टर से परामर्श लें।

कैंसर के कारण

लगभग 10% कैंसर आनुवंशिक होते हैं, जबकि शेष 90% कैंसर अस्वास्थ्यकर जीवशाैली के कारण उत्पन्न होते हैं, जो जीन में म्यूटेशन का कारण बनती है। रिस्क फैक्टर्स में शामिल हैं- जंक फूड का सेवन अधिक करना। लंबे समय तक जंक और पैकेज्ड फूड का सेवन पेट व बड़ी आंत (कोलन) के कैंसर का खतरा बढ़ाता है, क्योंकि इनमें पोषक तत्व कम और वसा, नमक व तेल अधिक होते हैं। धूम्रपान से फेफड़ों में हानिकारक रसायन पहुंचते हैं, जो जीन में विकृति पैदा करते हैं। फेफड़ों के कैंसर का यह प्रमुख कारण है। किसी भी रूप में तंबाकू का सेवन मुंह, जीभ, गाल और गले के कैंसर का खतरा बढ़ाता है। नियमित व्यायाम न करने से मोटापा बढ़ता है, जो स्तन, गर्भाशय और बड़ी आंत के कैंसर का कारण बन सकता है। बढ़ता वायु प्रदूषण, खासकर वाहनों से निकलने वाला धुआं, फेफड़ों के कैंसर का खतरा बढ़ाता है। अधिक और नियमित शराब सेवन कोशिकाओं की जेनेटिक संरचना को नुकसान पहुंचाता है और कैंसर के

विविध स्वास्थ्य संगठन के अनुसार, कैंसर दुनिया भर में होने वाली मौतों का हृदय रोगों के बाद दूसरा सबसे बड़ा कारण है। इंडियन कार्डियल ऑफ मेडिकल रिसर्च और नेशनल सेंटर फॉर डिजीज इंफॉर्मेटिक्स एंड रिसर्च, बेंगलुरु के अनुसार 13.9 लाख व्यक्ति सन 2020 में भारत में कैंसर से ग्रस्त थे और दुनिया भर में 7.5% कैंसर मरीज भारतीय हैं। ऐसे आंकड़े कैंसर को लेकर हमारी चिंता बढ़ाते हैं। लेकिन सुखद है कि नए रिसर्च के अनुसार इसे कंट्रोल करना और समय रहते पता चलने पर ट्रीटमेंट संभव है। कैंसर से जुड़ी बहुत यूजफुल इंफॉर्मेशन यहां दे रहे हैं।

अवेयरनेस-प्रिकांशन से संभव है कैंसर से बचाव



जोखिम को बढ़ाता है। ऐसे में स्वस्थ जीवनशैली अपनाकर और नशे की आदतें छोड़कर कैंसर से काफी हद तक बचाव संभव है।

उपचार के तरीके

पिछले कुछ वर्षों में कैंसर उपचार में उल्लेखनीय प्रगति हुई है। पहले जहां चौथे चरण के कैंसर में औसत जीवन अवधि लगभग 6 महीने थी, वहीं अब यह 4-5 वर्ष या उससे अधिक हो सकती है। यदि कैंसर का पता पहले या दूसरे चरण में चल जाए, तो अधिकांश मामलों में पूर्ण उपचार संभव है। कई उपचार पद्धतियां कारगर हो सकती हैं। पहले की तुलना में कीमोथेरेपी में साइड इफेक्ट्स कम होते हैं। ह्यूमन जीनोम प्रोफाइलिंग और टारगेटेड थेरेपी और इम्यूनोथेरेपी, जो शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता को सक्रिय करता है, भी कारगर हैं।

महिलाओं में होने वाले प्रमुख कैंसर

भारत में महिलाओं में सबसे अधिक पाए जाने वाले कैंसरों में स्तन कैंसर, गर्भाशय ग्रीवा (सर्वाइकल) कैंसर, अंडाशय (ओवेरियन) कैंसर तथा गर्भाशय का कैंसर प्रमुख हैं। समय पर जांच और जागरूकता से इन कैंसरों की पहचान शुरुआती अवस्था में संभव है। स्तन कैंसर: स्तन कैंसर के संभावित कारणों में देर से

रजोनिवृत्ति (मेनोपॉज) होना, लंबे समय तक हार्मोनल गर्भनिरोधक गोलियों का सेवन कुछ मामलों में जोखिम बढ़ा सकता है, हार्मोनल असंतुलन, शारीरिक गतिविधि की कमी, मोटापा तथा कम अवधि तक स्तनपान करना, बीआरसीए-1, बीआरसीए-2 तथा पी-53 जैसे जीन में उत्परिवर्तन (म्यूटेशन), शामिल हैं।

प्रमुख लक्षण: स्तन या बगल के पास कठोर गांठ, जो प्रायः दर्द रहित होती है। स्तन की त्वचा में लालिमा, मोटापा या सिकुड़ना। निप्पल से तरल का स्राव, जिसमें कभी-कभी खून भी हो सकता है। निप्पल का अंदर की ओर धंसना या उसमें जलन। स्तन के आकार या बनावट में बदलाव

रोकथाम: चिकित्सक से परामर्श लेकर नियमित रूप से स्तन की स्व-परीक्षा करना, आवश्यकतानुसार मैमोग्राफी करना, स्वस्थ जीवनशैली अपनाकर और वजन नियंत्रित रखना, नियमित व्यायाम एवं प्राणायाम करना, अधिक समय तक स्तनपान करने से स्तन कैंसर का जोखिम कम होता है।

उपचार: जांचों के बाद रोग की अवस्था के अनुसार कैंसर विशेषज्ञ सर्जरी, रेडिएशन थेरेपी, कीमोथेरेपी, हार्मोनल थेरेपी, टारगेटेड थेरेपी अथवा इम्यूनोथेरेपी में से उपयुक्त उपचार का चयन करते हैं।

सर्वाइकल कैंसर: गर्भाशय के निचले हिस्से को गर्भाशय ग्रीवा कहा जाता है। इसी भाग से उत्पन्न होने वाले कैंसर को

सर्वाइकल कैंसर कहा जाता है। कारण: सर्वाइकल कैंसर का मुख्य कारण ह्यूमन पैपिलोमा वायरस (एचपीवी) का लंबे समय तक शरीर में बना रहना है, जो यौन संपर्क के माध्यम से फैलता है। लक्षण: माहवारी के बीच या बाद में असामान्य रक्तस्राव, शारीरिक संबंध के बाद रक्तस्राव या दर्द, रजोनिवृत्ति के बाद रक्तस्राव, पेशाब करते समय दर्द या जलन।

उपचार: प्रारंभिक अवस्था में सर्जरी या रेडिएशन थेरेपी की जाती है। उन्नत अवस्था में कीमोथेरेपी के साथ रेडिएशन थेरेपी दी जाती है।

रोकथाम: एचपीवी संक्रमण से बचाव के लिए टीके उपलब्ध हैं। कैंसर-पूर्व परिवर्तनों की पहचान हेतु पैप स्मीयर एवं एचपीवी टेस्ट किए जाते हैं।

नियमित जांच से सर्वाइकल कैंसर का समय रहते पता लगाया जा सकता है। **ओवेरियन कैंसर:** ओवेरियन कैंसर अंडाशय में होता है, जिसमें असामान्य गांठ या ट्यूमर विकसित हो सकता है, जो कई बार सिर के रूप में दिखाई देता है। लक्षण: पेट में सूजन या लगातार दर्द। भूख न लगना या जल्दी पेट भर जाना। पेट के निचले हिस्से में भारीपन। बार-बार पेशाब की इच्छा। कब्ज या पाचन संबंधी परेशानी। **संभावित कारण:** कम उम्र में माहवारी का शुरू होना। देर से रजोनिवृत्ति होना, मोटापा, लगभग 10% मामलों में

आनुवंशिक कारण, बीआरसीए-1 और बीआरसीए-2 जीन में उत्परिवर्तन होने पर जीवनकाल में ओवेरियन कैंसर का खतरा 40-50% तक बढ़ सकता है।

बचाव: जिन महिलाओं के परिवार में स्तन, ओवेरियन, कोलोम या पैक्रियाज कैंसर का इतिहास हो, उन्हें विशेषज्ञ से परामर्श लेकर नियमित जांच करानी चाहिए। नियमित व्यायाम एवं वजन नियंत्रण से जोखिम कुछ हद तक कम किया जा सकता है।

उपचार: रोग की अवस्था के अनुसार सर्जरी, कीमोथेरेपी, हार्मोन थेरेपी, टारगेटेड थेरेपी, इम्यूनोथेरेपी तथा कुछ मामलों में रेडियोथेरेपी का उपयोग किया जाता है।

फेफड़ों का कैंसर: विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार, विभिन्न प्रकार के कैंसर से होने वाली कुल मौतों में फेफड़ों का कैंसर सबसे प्रमुख कारण है।

कारण: फेफड़ों के कैंसर का सबसे मुख्य कारण धूम्रपान और तंबाकू का सेवन है। इसके अतिरिक्त, जो लोग धूम्रपान करने वाली के संपर्क में रहते हैं, उन्हें भी कैंसर होने का खतरा रहता है। ऐसे व्यक्तियों को पैसिव स्मोकर कहा जाता है। इसके अलावा, लंबे समय तक प्रदूषित वातावरण, धुआं, धूल और वायु प्रदूषण के संपर्क में रहना भी फेफड़ों के कैंसर का कारण बन सकता है।

लक्षण: सांस लेने में तकलीफ, बार-बार खांसी आना, सीने में घरघराहट, सीने में दर्द, खांसी या थूक में खून आना।

जांच: छाती का एक्स-रे, सीटी स्कैन/पेट-सीटी स्कैन, एआरआई, रक्त एवं मूत्र परीक्षण, बायोप्सी, ब्रोंकोस्कोपी। **उपचार:** फेफड़ों के कैंसर के उपचार के प्रमुख तरीके निम्नलिखित हैं। प्रारंभिक अवस्था में कैंसर का इलाज सर्जरी द्वारा संभव है। रेडिएशन थेरेपी में फोटॉन थेरेपी एवं प्रोटॉन थेरेपी शामिल हैं। उच्च ऊर्जा विकिरण द्वारा कैंसर कोशिकाओं को नष्ट किया जाता है। एक्सटर्नल बीम रेडिएशन थेरेपी से अच्छे परिणाम सामने आ रहे हैं। जब कैंसर फेफड़ों से अन्य अंगों में फैल चुका हो, तब कीमोथेरेपी, इम्यूनोथेरेपी एवं टारगेटेड थेरेपी का आवश्यकता होती है।

बचाव के उपाय: प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने वाला संतुलित आहार लें। हरी सब्जियां, मौसमी फल और साबुत अनाज का सेवन करें। जंक फूड से बचें। धूम्रपान न करें। प्रदूषित वातावरण में मास्क का उपयोग करें।

मुंह-गले का कैंसर: मुंह और गले का कैंसर विश्व में होने वाले कैंसरों में छठे स्थान पर आता है। यह कैंसर मुंह से लेकर गले तक के किसी भी हिस्से में हो सकता है।

लक्षण: मुंह में घाव जो लंबे समय तक ठीक न हो, भोजन या पानी निगलने में कठिनाई, खाने में दर्द, दांतों का जीभ में लगना, आवाज में बदलाव, मुंह कम खुलना, जीभ बाहर निकलने में परेशानी, गले में दर्द या गांठ महसूस होना।

कारण: तंबाकू, बीड़ी, सिगरेट और अत्यधिक शराब का सेवन इस कैंसर के मुख्य कारण हैं। पान, गुटखा और सुपारी के सेवन से मुंह में बार-बार छाले होना कैंसर के खतरे को बढ़ा देता है। **उपचार:** यदि मुंह एवं गले के कैंसर का प्रारंभिक अवस्था में निदान हो जाए, तो बायोप्सी के बाद सर्जरी द्वारा इलाज संभव है।

दूसरी या तीसरी अवस्था में कीमोथेरेपी और रेडिएशन थेरेपी दी जाती है। आधुनिक तकनीकों जैसे रोबोटिक सर्जरी, इम्यूनोथेरेपी और टारगेटेड थेरेपी ने उपचार को अधिक सटीक और सफल बनाया है।

(**डॉ. राजेश मिश्री, सीनियर डायरेक्टर (गुप)-ऑन्कोलॉजी, कोकिलाबेन अंबानी हास्पिटल, मुंबई और डॉ. सभ्यता गुप्ता, चैयपरस-निडिपॉट ऑफ गायनेकोलॉजी, गायनी ऑन्कोलॉजी एंड रोबोटिक सर्जरी, मेदांता दि मेडिसिटी, गुरुग्राम से बातचीत पर आधारित।**)

संज्ञान

डॉ. माजिद अलीम

सर्दियों के दिनों में ठंड लगने से, खाने के पचने से पेट में गैस की समस्या बढ़ जाती है। इससे पेट में मोड़ उठती है, कई बार दर्द असहनीय हो जाता है। ऐसे कई लोगों के लिए तो यह हर मौसम की समस्या होती है। लेकिन सर्दियों के दिनों में यह कुछ ज्यादा ही बढ़ जाती है, जिसकी वजह है बार-बार चाय-कॉफी पीना, पकौड़े खाना, टमाटर सूप में बटर डालकर पीना आदि। इन तमाम वजहों के अलावा लाइफस्टाइल से जुड़ी आदतों के कारण भी एसिडिटी और गैस की समस्या होती है। इससे बचने के लिए ये उपाय आजमा सकते हैं।

लिविडः सर्दी हो या गर्मी पर्याप्त मात्रा में पानी पीना चाहिए क्योंकि पानी ही हमारी

मेरी उम्र 38 वर्ष है। सुबह सोकर उठने और देर तक बैठने के बाद उठने पर घुटनों और शरीर के अन्य जोड़ों में जकड़न महसूस होती है। कृपया बताएं मुझे क्या करना चाहिए ?

-अंकुर, रायपुर
इस तरह की समस्या आपको सर्दियों में होती है या गर्मियों में भी, क्योंकि सर्दी के मौसम में हड्डियों संबंधी समस्या काफी देखी जाती है। आपको नियमित रूप में सुबह-शाम एक्सरसाइज शुरू कर देनी चाहिए। साथ ही एक बार आप कैल्शियम और विटामिन डी की जांच करवा लें और अगर कमी हो तो डॉक्टर से संपर्क कर इसकी दवा शुरू कर सकते हैं। पर आपको एक्सरसाइज जरूर करनी चाहिए।

मेरी उम्र 29 वर्ष है। कुछ समय से मुझे जबड़े में अकड़न लगती है और यह पूरी तरह खुलता भी नहीं है। मैं कई वर्षों से स्मोकिंग करता हूँ। कृपया बताएं, ये लक्षण किसी गंभीर बीमारी के संकेत तो नहीं हैं ?

-कल्पेश, बिलासपुर
आप स्वयं बता रहे हैं कि लंबे समय से स्मोकिंग कर रहे हैं, लेकिन आपने यह नहीं बताया क्या आप गुटखा भी खाते हैं? क्योंकि समान्य तौर पर स्मोकिंग का सीधा असर जबड़े पर नहीं पड़ता। लेकिन इसके लिए आपको एक बार डॉक्टर से जरूर संपर्क कर लेना चाहिए, क्योंकि जबड़ा ना खुलने का कारण पता लगने पर उसका ट्रीटमेंट शुरू हो सकेगा।

मेरी उम्र 60 वर्ष है। मुझे भूख बहुत कम लगती है। कुछ भी खाने के बाद खट्टी डकारें आने लगती हैं। कभी-कभी पेट में दर्द भी होने लगता है। ऐसे में मुझे क्या करना चाहिए, कृपया समाधान बताएं।

-अमरेंद्र, महेंद्रगढ़

इन दिनों अठार बढ़ जाए गैस-एसिडिटी की समस्या



पाचनक्रिया को दुरुस्त रखता है। पानी हमें कब्ज से बचाता है और भोजन को वेस्ट में बदलता है। लेकिन भोजन के साथ पानी न पिएं। भोजन से 10 मिनट पहले और आधे घंटे बाद पानी पीना चाहिए। जिससे पेट में गैस नहीं बनती। पानी के अलावा प्रथित तलाज जूस पिएं। पेट में गैस बनने की स्थिति में नींबू पानी पीना भी फायदेमंद होता है। कैफीनयुक्त ड्रिंक्स जैसे कोल्ड ड्रिंक, चाय, कॉफी ये सभी हमारी पाचनक्रिया पर

बुरा असर डालते हैं और इनकी वजह से अपच की समस्या में इजाफा होता है। इन ड्रिंक्स की बजाय हर्बल टी, दूध या सादा पानी अपच की समस्या से काफी राहत दिलाता है। **फाइबरस:** रेशेदार भोज्य पदार्थ हमारी पाचनक्रिया को दुरुस्त करते हैं। मैदे की बजाय गेहूं की ब्रेड, ब्राउन राइस, ज्वार, बाजारा, मक्का, जौ, बांस, फल और सब्जियों को अपने नियमित आहार में शामिल करें।

प्रो-बायोटिक्स: प्रो-बायोटिक्स ऐसे प्राकृतिक बैक्टीरिया हैं जो हमारे शरीर में मौजूद होते हैं। आजकल बाजार में प्रो-बायोटिक्स दूध, ड्रिंक्स, दही और आइसक्रीम मिलती हैं, जिनके सेवन से अपच की समस्या को दूर किया जा सकता है। **वसा:** पिज्जा, बर्गर के बजाय लो फेट फूड्स खाने से अपच से होने वाले दर्द से तो बच सकते हैं, साथ ही वजन बढ़ने की समस्या से भी निजात पा सकते हैं। **मसाले:** ज्यादा मसालेयुक्त खाने से भी सीने में जकड़न और पेट में गैस होती है। अपच की समस्या होने पर इन्हें खाने से परहेज रखें। **जीवनशैली:** इन दिनों वही भोजन करें, जो आसानी से पच जाए। अपने मेटाबॉलिज्म, आयु, वजन और काम की शैली के अनुरूप भोजन करना चाहिए ताकि आप फिट रह सकें। नियमित व्यायाम करें। *

डॉक्टर्स संज्ञान

डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनडीआर

जब सुबह के समय जोड़ों में हो दर्द



आपकी समस्या सुनकर ऐसा लगता है कि आपका डाइजेस्टिव सिस्टम गड़बड़ है। यानी, खाना ठीक से पच नहीं रहा है। इस वजह से खट्टी डकार आती है, आप अपनी लाइफस्टाइल और खान-पान, पहले चेज करिए। खाने में फाइबर जरूर शामिल करें। दोपहर में दही सलाद लें। और एक फल नियमित रूप से खाएं। रात में ज्यादा भारी खाना नहीं खाएं, हल्का खाना खाए और कोशिश करें कि सोने से 3 घंटे पहले डिनर खाने लें। इस तरह चेंज करने से आपको आराम

मिलेगा। साथ ही बाजार का तला भुना, ऑयली खाना फिलहाल बंद कर दें।

मेरी उम्र 44 वर्ष है। मुझे सर्वाइकल की समस्या है। अकसर चक्कर आता है, कभी-कभी सिर दर्द भी होता है। कृपया बताइए, मुझे क्या करना चाहिए ?

-शुभम, महारसमूंद
सर्वाइकल की समस्या का स्थाई इलाज नियमित एक्सरसाइज है। इसके लिए आपको फिजियोथेरेपिस्ट से संपर्क कर सर्वाइकल की एक्सरसाइज सीख लेना चाहिए। अगर बहुत ज्यादा दर्द हो रहा है तो डॉक्टर से संपर्क कर पेनकिलर ले सकते हैं, लेकिन इससे फौरी तौर पर आराम मिलेगा। अगर आपका लंबी सिटिंग वाला काम है तो आपको काम के दौरान बीच-बीच में थोड़ी बहुत सर्वाइकल एक्सरसाइज करते रहना चाहिए।

मेरी उम्र 41 वर्ष है। कुछ दिनों से मुझे किसी भी खाने में स्वाद महसूस नहीं हो रहा है। इसीलिए डाइट बहुत कम हो गई है। इसकी क्या वजह हो सकती है और मुझे क्या करना चाहिए ?

-संजय, कोरवा
आपको एक बार डॉक्टर से संपर्क कर अपनी जांच करा लेनी चाहिए, कई बार हल्का फीवर होता है जो महसूस नहीं होता, पर उसके लक्षण दिखते हैं। जैसा आप बता रहे हैं कि खाने का स्वाद नहीं आ रहा है, इसलिए आप किसी जनरल फिजिशियन से संपर्क कर जांच कराएं और जरूरत होने पर ट्रीटमेंट शुरू कराएं। *

प्रस्तुति: रिचा पांडे
पाठक अपनी हेल्थ प्रॉब्लम्स से संबंधित सवाल sehatharibhoomi@gmail.com पर ई-मेल कर सकते हैं।

प्रिकांशन

रेखा देशराज

निमोनिया फेफड़ों की एक ऐसी बीमारी है, जिससे विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक हर साल 6.5 करोड़ से ज्यादा लोग प्रभावित होते हैं। 25 लाख लोगों की मौत हो जाती है, जिनमें लगभग 07 लाख बच्चे होते हैं। भारत में यह स्थिति इसलिए चिंताजनक है, क्योंकि पांच साल से कम उम्र के हजारों बच्चे हर साल इसकी वजह से असमय मौत का शिकार हो जाते हैं। निमोनिया एक ऐसी बीमारी है, जो सजगता से रोकी जा सकती है। बावजूद इसके यह दशकों से दुनिया के लिए गंभीर चिंता का विषय बनी हुई है। हर साल 50 लाख से अधिक बच्चों की मौत होती है, जिनमें से 15 प्रतिशत बच्चे निमोनिया के कारण असमय मौत के मूह में समा जाते हैं। निमोनिया से मरने वाले ज्यादातर बच्चे निम्न और मध्यम आय वाले देशों जैसे- भारत, पाकिस्तान, नाइजीरिया और कांगो के होते हैं।

क्या है निमोनिया: निमोनिया, फेफड़ों का संक्रमण है, जिसमें फेफड़ों के एल्वियोली यानी वायु कोषों में पस या द्रव भर जाता है, जिसके कारण शरीर को पर्याप्त ऑक्सीजन नहीं मिलती। निमोनिया बच्चों में यह रैस्पिंटरी सिंकाइटियल वायरस (आरएसवी) या इंप्यूंजा वायरस के कारण भी हो जाता है। हमारे देश में यह दूसरे देशों के मुकाबले चिंता का कारण ज्यादा है, क्योंकि भारत में वायु प्रदूषण की स्थिति बेहद खराब है। इसके अलावा कुपोषण तथा धुएँ के कारण भी निमोनिया होने की आशंका बढ़ जाती है। अमेरिका और यूरोप जैसे देशों में बूढ़े या पहले से बीमार, डायबिटीज या हृदय रोगी ही आम तौर पर निमोनिया से प्रभावित होते हैं।

ठंडी के मौसम में ही नहीं जाती हुई सर्दियों में भी बच्चों और बुजुर्गों का विशेष ध्यान रखना चाहिए। जरा सी लापरवाही से वे निमोनिया से ग्रस्त हो सकते हैं। इसके संक्रमण से बचाव कैसे संभव है, यहां डिटेल में बता रहे हैं।

जरा सी लापरवाही से हो सकता है निमोनिया



जागरूकता है जरूरी: निमोनिया से बचाव जागरूकता से संभव है। वैक्सिन, स्वच्छ पर्यावरण, पौष्टिक खान-पान और जनजागरूकता की बढौलत इससे आसानी से लड़ा जा सकता है। अगर बच्चों और बुजुर्गों की सजगता से देख-रेख की जाए तो उन्हें निमोनिया से बचाना आसान है।

निमोनिया के प्रारंभिक लक्षण: इसके लक्षण अकसर सर्दी या बुखार के रूप में सामने आते हैं। लेकिन अगर ध्यान न दिया गया तो यह धीरे-धीरे गंभीर होने लगते हैं। निमोनिया के सामान्य लक्षण इस प्रकार हैं-

- ▶ तेज बुखार, साथ में कंथकंपी।
- ▶ खांसी, जो कभी-कभी कफ या पस के साथ भी आती है।
- ▶ सांस लेने में धीरे-धीरे तकलीफ होनेी शुरू होती है और फिर तेज-तेज सांस आने लगती हैं।
- ▶ छाती में लगातार दर्द या भारीपन बना रहता है।
- ▶ थकान, कमजोरी महसूस होना।
- ▶ बच्चों में नाक फड़कना, पसीना आना, दूध या खाना छोड़ देना। बुजुर्गों में यह भ्रम और मानसिक सुस्ती का कारण बनती है।
- ▶ बचने के उपाय: निमोनिया एक गंभीर बीमारी है। लेकिन इससे कुछ उपायों से बचा जा सकता है-
- ▶ टीकाकरण बच्चों को निमोनिया से बचाता है। इसी तरह इंप्यूंजा वैक्सिन से बुजुर्गों को सेहत सुरक्षित रहती है।
- ▶ घर में धुआंरहित चूल्हों का इस्तेमाल किया जाए, प्रदूषण से बचा जाए, धूम्रपान से दूरी बनाई जाए और बच्चों को स्वच्छ तथा खुले वातावरण में रखा जाए, तो निमोनिया से बचाव संभव है।
- ▶ पर्याप्त पोषण जरूरी है। छोटे बच्चों को मांएं स्तनपान जरूर कराएं, वह बच्चों को निमोनिया से बचाव के लिए प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करता है। विटामिन-ए, सी और डी की कमी से बचना चाहिए।
- ▶ निमोनिया के शुरुआती लक्षणों पर डॉक्टर से तुरंत संपर्क करना चाहिए तथा उचित एंटीबायोटिक या एंटीवायरल इलाज शुरू कर देना चाहिए। *

वैदिक पथ के पथिक चौधरी मित्रसेन आर्य की पुण्यतिथि पर 106 यूनिट रक्तदान, मयुवाओं की रही अहम भागीदारी, बढ़-चढ़कर लिया भाग

- चौधरी मित्रसेन आर्य देश की जानी-मानी हस्तियों में शुमार : डा. अभयसिंह यादव
- नारनौल की आईटीआई में दैनिक हरिभूमि समाचार पत्र की ओर से आयोजित रक्तदान शिविर में चौधरी मित्रसेन आर्य को श्रद्धांजलि देते हुए डा. अभयसिंह यादव ने किए उक्त उद्घार प्रकट

हरिभूमि न्यूज नारनौल

हरिभूमि की ओर से आईटीआई में आयोजित रक्तदान शिविर में 276 लोगों ने रक्तदान करने के लिए आवेदन किया। स्वास्थ्य विभाग से नागरिक अस्पताल की आई टीम ने 106 यूनिट रक्त एकत्रित किया। युवाओं की भागीदारी इतनी थी लंबी कतार देखने को मिली। आखिरकार भीड़ देख 106 यूनिट रक्त एकत्रित करने के बाद मेडिकल टीम ने हाथ खड़े कर दिए।

इस दौरान रक्तवीरों को बैज लगाते हुए शिविर में आए पूर्व सिंचाई मंत्री डा. अभयसिंह यादव ने कहा कि चौधरी मित्रसेन आर्य इस देश की जानी-मानी हस्तियों में शुमार रही हैं। वे आर्य समाज के पुरोधा थे और उन्होंने आर्य समाज की दूर-दराज क्षेत्रों में भी अलख जगाई।

वह कल्याणकारी व्यक्तित्व के धनी थी और समाज सेवा के कार्यों में बढ़-चढ़कर भाग लेते थे। जब गुजरात में भूकंप आया था, तब दो गांवों को गोद लेकर उन्होंने उन्हें पुनः बसाने का कार्य किया था। वह सदैव जनकल्याण के कार्यों में जुटे रहे। वह हम सबके लिए प्रेरणा स्रोत बने रहेंगे। उन्होंने रक्तदान शिविर की प्रशंसा करते हुए कहा कि दान



नारनौल। स्व. चौधरी मित्रसेन आर्य को पुष्प अर्पित करते विधायक ओमप्रकाश यादव, रक्तदान में युवाओं के साथ आए रेडक्रॉस सोसायटी से कोशल जांगिड़ का स्वागत करते हुए व रक्तदान के लिए बाहर तक लगी लंबी कतार।



किया गया रक्त हमेशा किसी की जान बचाने के काम आता है। इसलिए रक्तदान को सबसे बड़ा दान माना गया है।

पूर्व डिप्टी स्पीकर संतोष यादव ने कहा कि चौधरी मित्रसेन आर्य अपने आपमें बहुत बड़ी सख्खियत रहे हैं। उन्होंने न केवल स्वतंत्रता संग्राम एवं हिंदी आंदोलन में भाग लिया, बल्कि आजादी के बाद आर्य समाज की नीतियों का देशभर में प्रचार-प्रसार किया। वह युवाओं के प्रेरणा स्रोत बने रहेंगे। उन्होंने रक्तदान शिविर की भी प्रशंसा की और कहा कि आज तो आईटीआई में मेला सा लगा हुआ है। युवाओं ने यहां रक्तदान में बढ़-चढ़कर भाग लिया है। युवाओं द्वारा दान किया गया रक्त किसी की जान बचा सकता है।

हमें रक्तदान करते रहना चाहिए। बसपा नेता एवं अटोले से विधानसभा में द्वितीय स्थान पर रहे ठाकुर अन्तर लाल ने रक्तदाताओं को बैज लगाकर

उनका मनोबल बढ़ाया तथा कहा कि चौधरी मित्रसेन आर्य का जीवन समाज के लिए हमेशा प्रेरणा देता रहेगा। वह सदैव मानव हित के कार्यों में बढ़-चढ़कर भाग लेते थे। आर्य समाज की नीतियों की बढौलत उन्होंने समाज सुधार के कार्य किए और वह जीवन पर्यंत इसी दिशा में सक्रिय बने रहे। भाजपा के पूर्व जिलाध्यक्ष दयाराम यादव ने कहा कि चौधरी मित्रसेन ऐसे व्यक्तित्व के धनी थी, जिन्होंने जीवनभर समाज सुधार के ऐसे-ऐसे कार्य किए, जो मिसाल बन गए।

भाजपा महिला मोर्चा की जिलाध्यक्ष एवं नगर परिषद की पूर्व चेयरपर्सन भारती सेनी ने कहा कि हरिभूमि की ओर से आयोजित किया गया रक्तदान शिविर युवाओं के लिए प्रेरणा का कार्य करेगा। मार्केट कमेटी के चेयरमैन बाबूलाल यादव प्रेरणा कि हरिभूमि का यह कदम समाज के लिए प्रेरणा का कार्य करेगा। इस कार्यक्रम में लोगों खासकर युवाओं

में खास रुचि देखने को मिली है और उनका जोश एवं उत्साह देखते ही बन पड़ा है। मार्केट कमेटी अटोले के चेयरमैन दिनेश जेलदार ने कहा कि दुनिया में कुछ ही ऐसे विरले लोग होते हैं, जो अपने सत्कर्मों के पदचिह्न छोड़ जाते हैं। चौधरी मित्रसेन आर्य ऐसे ही व्यक्तित्व थे, जो अपने कर्मों से मिसाल बन गए। उन्होंने कहा कि दैनिक हरिभूमि की यह पहल समाज खासकर युवाओं के लिए प्रेरणा का कार्य करेगी और इससे समाज में सकारात्मक संदेश जाएगा।

मार्केट कमेटी के चेयरमैन जेपी सेनी ने कहा कि चौधरी मित्रसेन आर्य की स्वतंत्रता सेनानियों और शहीदों के प्रति गहरी श्रद्धा एवं आस्था थी। वे शहीदों को तीर्थ स्थलों के समान मानते थे। उन्होंने शहीद परिवारों को एक-एक लाख रुपये की मदद की हुई है और देश के रक्षा कोष में भी बहुत बड़ी राशि दान की हुई है। माता सती वेलफेयर समिति के अध्यक्ष

सिकंदर गहली ने कहा कि चौधरी मित्रसेन आर्य का जन्म 15 दिसंबर 1931 को हिसार जिले के खांडा खेड़ी में हुआ और वह 27 जनवरी 2011 को इस दुनिया से अलविदा कर गए। वह आर्य समाज के पुरोधा थे और उन्होंने सदैव आर्य समाज की नीतियों का प्रचार-प्रसार किया तथा समाज सुधार व जनकल्याण के कार्य किए।

आर्य समाज की प्रधान सुमन आर्य ने कहा कि आज हरिभूमि ने उनकी पुण्य स्मृति में यह रक्तदान शिविर आयोजित करके बड़ा सराहनीय कार्य किया है। सर्व समाज के महासचिव बिड़दीचंद गोठवाल ने कहा कि चौधरी मित्रसेन आर्य ने जीवनपर्यंत वैदिक जीवनशैली का पालन किया। वरिष्ठ नागरिक संगठन के प्रधान दुलीचंद शर्मा ने कहा कि चौधरी मित्रसेन आर्य का जात-पात में विश्वास नहीं था। उनका मानना था कि जाति का निर्धारण जन्म से नहीं, कर्म से होता है।

नारनौल। स्व. चौधरी मित्रसेन आर्य की चित्र पर पुष्प अर्पित करते पूर्व सिंचाई मंत्री डा. अभय सिंह यादव। फोटो: हरिभूमि



नारनौल। स्व. चौधरी मित्रसेन आर्य के चित्र पर पुष्प अर्पित करती पूर्व डीआईपीआरओ ऊषावानी। फोटो: हरिभूमि



नारनौल। रक्तदाता को मेडल पहनाते सीएमओ डा. अशोक कुमार। फोटो: हरिभूमि



नारनौल। रक्तदाता को बैज लगाते पूर्व सिंचाई मंत्री डा. अभयसिंह यादव। फोटो: हरिभूमि

ये बने रक्तवीर
स्वर्गीय चौधरी मित्रसेन आर्य की पुण्यतिथि पर आयोजित कैम्प में 106 यूनिट रक्त एकत्रित किया गया। रक्तदाताओं का होखला इस कदम पर था कि कैम्प में आए अनेक युवाओं खासकर महिलाओं को भी और बैज नहीं होने की बात कहकर रक्त लेने से मना कर दिया फिर भी युवाओं ने पिछले रिकार्ड को तोड़ते हुए नया रिकार्ड करवाया और 106 यूनिट रक्त एकत्रित हुआ। रक्तवीरों में बब्रुमान, उमेश कुमार, रोहतास, मुकेश कुमार, रमेश चंद, रोहित, साहित, राहुल, रोशन, नितेश भारद्वाज, रणसिंह, रतनलाल, शुभम, अनुराग, टॉनी, भरत कुमार, विकास यादव, विक्रान्त, दीपक कुमार, गजेंद्र सिंह, बलजीत सिंह, आकाश, मूपेंद्र कुमार, प्रदीप कुमार, नितिन कुमार, हरकूल, युद्धवीर, दिनेश कुमार, नितिन, अजीत सिंह, हिमन्त, योगेश, आजाद, मुकेश कुमार, कर्णसिंह, अरुण कुमार, आशेष, सुंदर, राकेश कुमार, अमित, विजय सिंह, पवन, अमन कुमार, यश यादव, प्रेम कुमार, अमित यादव, टीकू, सुधाकर, रिजवान खान, सोनू, पुरेंद्र कुमार, गोपाल, सुधीर, शीशपाल, संजय, योगेश, आशेष कुमार, प्रदीप कुमार, दीपक कुमार, कपिल, मोहनलाल, संदीप यादव, निखिल यादव, विमू यादव, अमय कुमार, मरु सुंदर, हंसराज, शिवलाल, अमिषेक, रिशेक कुमार, विकास, सोनू सेनी, संदीप प्रसाद, विकास कुमार, पवन कुमार, कुलदीप, दीपक, धर्मेन्द्र, सोनू, रमन, सीताराम, गोपाल, विजेंद्र, पवन सिंह, सोनू, दीपक, राजकुमार, अमित कुमार, अनिल कुमार, शकिल, राजेश कुमार, रोहित, योगेश, संजय, भरत, जोगेंद्र सिंह, राजपाल, रविपाल, नीरज, मदनलाल, अनिल कुमार, पवन कुमार, जितेंद्र, अमन व प्रदीप कुमार आदि शामिल रहे।



नारनौल। डीसी ऑफिस स्टटाफ की टीम को सम्मानित करते जिला प्रभारी सतीश सेनी।

अस्पताल की टीम का रहा विशेष योगदान
दैनिक हरिभूमि की ओर से आयोजित रक्तदान शिविर को आयोजित करने में नागरिक अस्पताल की ओर से ब्लड बैंक की टीम का विशेष सहयोग रहा। कैम्प में काउंसलर पवित्रा, सुनील कुमार एलटी, जयवीर सिंह एलटी, राजेश वर्मा अटेंडेंट, राहुल वर्मा अटेंडेंट, सुखबीर, नर्सिंग अफसर सुरभि, उषा, सुमन, रेणु कुमारी आदि ने भाग लिया और रक्त एकत्रित करने में प्रशंसनीय सकारात्मक योगदान दिया।



नारनौल। बैज लगाते आईटीआई प्रिंसिपल विनोद खन्गवाल। फोटो: हरिभूमि

इन्होंने लिया कार्यक्रम में भाग
रक्तदान शिविर कार्यक्रम में सबसे पहले रेडक्रॉस की ओर से कोशल जांगिड़ खातीली वाले युवाओं की टीम समेत पहुंचे। इस मौके पर सिंचािनिया विवि के कैम्पस डायरेक्टर, डा. पोषस जस्सल, डीन रिसर्च डा. सुमेर सिंह व धर्मपाल गुर्जर, प्रगतिशील शिक्षक ट्रस्ट के अध्यक्ष डा. संजय शर्मा, माई भारत के इंचार्ज नित्यानंद यादव, एपीआरओ धर्मेन्द्र कादियान, आईटीआई के प्राचार्य विनोद खन्गवाल, आईटीआई से वरिष्ठ अनुदेशक सुनील यादव निवाजनगरिया, पूर्व बाल कल्याण अधिकारी विपिन शर्मा, आदर्श स्कूल के प्राचार्य दिनेश शर्मा, स्टेट शिक्षक अवाडी डा. जितेंद्र भारद्वाज, नारनौल प्राइवेट स्कूल एसोसिएशन के प्रधान मीमसेन शर्मा, नरोत्तम सेनी, शिक्षाविद राकेश शर्मा, वरिष्ठ नागरिक प्रधान दुलीचंद शर्मा, नर नारायण सेवा समिति के प्रधान रामसिंह मधुर, नरेंद्र एडवोकेट गुवाणी, युवा साथी ग्रुप हरियाणा के टिकू प्रधान, मिडी हेल्प ग्रुप के प्रधान मनीष गोशिया, स्लम एरिया टेलेंट से हनी गुप्ता व अन्तर सिंह सोलन, पुलिस पीआरओ सुमित कुमार, हंसराज डीपीई, मुकेश कुमार डीपीई, दिनेश शर्मा, जसवंत जांगिड़, हेमंत भारद्वाज एडवोकेट,

पर्यावरणविद कुष्ण शर्मा एडवोकेट, बीसी गोठवाल, चंदन सिंह जालवाल, सुमेरसिंह गोठवाल, हजारीलाल खटवाला, सती माता संगठन के प्रधान सिकंदर गहली, आर्यवीर कोच विनय कुमार, जुड़ो कोच विवेक, आर्यवीर कोच सुरेंद्र शर्मा, भाजपा युवा नेता मनोज सेकवाल, पवन यादव पतौवस, अनिल जांगिड़ सीआईडी, एडवोकेट नितेश भारद्वाज, कैप्टन विरेंद्र सेकवाल, डीसी कार्यालय से प्रविंद, प्रदीप, सीमा, प्रेमलता सेनी, रवीना सेनी, वाइस चेयरमैन सुरेश चौधरी, एसडीओ राजेश वर्मा, पूर्व जिला पार्षद विनोद मील, अजय शर्मा, हैफेड के पूर्व डीएम सुरेंद्र चौधरी, जीआईसीई के संचालक श्यामलाल सेनी, गुरु द्योवाचय स्कूल संचालक अजय सेनी व प्राचार्य नेतराम सेनी, एडवोकेट दीपकनंद गुप्ता, जयसिंह नारनौलिया, प्रभास छक्कड़, आर्य समाज की प्रधान सुमन आर्य, नरेंद्र झिमरिया, सेनी स्कूल प्राचार्य हुकमचंद सेनी, सिटी एसएचओ महेश कुमार, पॉलिटेक्नीक के प्रधानाचार्य हंजी, अनिल यादव, इनोवो नेता छोटेलाल गहनी, एडवोकेट गिरिबाला, एडवोकेट रेखा, नगर पार्षद मोहनलाल शर्मा, पार्षद प्रतिनिधि सुमेर कांडा, पार्षद मनोज सेनी, पार्षद

मुकेश शर्मा, पार्षद अजय सिंघल, मनपाल यादव पटौकरा, संजय यादव, सिविल सर्जन डा. अशोक कुमार, डीपीएम संदीप यादव, केबीसी में भाग ले चुके सचिव अवालवाल, प्रदीप मेहता, मोतीलाल, डा. शिवकुमार यादव, गिरिराज नारनौल, अनुदेशक मुकेश खालड़ा, प्रेमप्रकाश कुकरी, सेनी सभा के उपप्रधान रोहतास सेनी, महासचिव निहाल सिंह, कोषाध्यक्ष बलवंत सेनी, डॉ अनिल सेनी, रोटर के पूर्व प्रधान संजय गर्ग, मौसम विशेषज्ञ डा. चंद्रमोहन, सिविल अस्पताल से दिनेश सेनी, हरियाणा जर्नलिस्ट्स यूनियन के जिला प्रधान रामचंद्र सेनी, हरियाणा पत्रकार संघ के जिला प्रधान प्रदीप यादव, एडवोकेट मालेंद्र यादव, देवेन्द्र यादव, मनीष जांगिड़, सतीश यादव, प्रेमप्रकाश शर्मा, हेमंजीत यादव, पुनित भारद्वाज, सुदेश कुमार, चंदकिशोर शर्मा, रामपाल फौजी, हरेंद्र यादव, नितिन शर्मा, गुलशन यादव, रणजीत सेनी, मनोज बुलगा, संदीप शुक्ला, हरिसिंह, भगवत शर्मा, सिंचािनिया विवि के मनोज कुमार एवं फोटोग्राफर दीपक शर्मा, धीरज सेनी एवं अनिल नारनौलिया समेत सैकड़ों लोग उपस्थित रहे।



नारनौल। रक्तदाता को मेडल पहनाते भाजपा नेता जेपी सेनी। फोटो: हरिभूमि



नारनौल। रक्तदाता को बैज लगाती आर्य समाज प्रधान सुमन आर्य। फोटो: हरिभूमि



नारनौल। रक्तदाता को मेडल पहनाते विधायक ओमप्रकाश यादव। फोटो: हरिभूमि



नारनौल। बैज लगाते नारनौल व अटोले मार्केट चेयरमैन बाबूलाल यादव व दिनेश जेलदार।



नारनौल। रक्तदाता को बैज लगाती भाजपा महिला मोर्चा जिला अध्यक्ष भारती सेनी।



नारनौल। रक्तदाता को बैज लगाते सर्व जाति समाज के महासचिव बीसी गोठवाल व अन्य।



नारनौल। रक्तदान के लिए उमड़ी युवाओं की भीड़। फोटो: हरिभूमि



नारनौल। रक्तदाता को बैज लगाते वरिष्ठ नागरिक संगठन प्रधान दुलीचंद शर्मा।



नारनौल। बैज लगाती पूर्व डिप्टी स्पीकर संतोष यादव। फोटो: हरिभूमि



नारनौल। रक्तदाता को बैज लगाते वरिष्ठ अधिवक्ता नरेंद्र यादव। फोटो: हरिभूमि



नारनौल। युवा को बैज लगाते सिंचािनिया युनिवर्सिटी से धर्मपाल गुर्जर व अन्य।



नारनौल। बसपा नेता ठाकुर अन्तरलाल को स्मृति चिन्ह देते हरिभूमि टीम।



नारनौल। शिविर में सहयोगी के लिए आई आईटीआई की पनसीसी टीम।