*आजादी का अमृत महोत्सव के अंतर्गत भा.वा.अ.शि.प.–पारिस्थितिक पुनर्स्थापन केन्द्र, प्रयागराज तथा विश्व आयुर्वेद मिशन के संयुक्त तत्वाधान में दिनांक 15.02.2023 को **"भारतीय चिकित्सा पद्धति में मधुमेह का उपचार"** विषय पर एक दिवसीय वैज्ञानिक संगोष्ठी का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का शुभारम्भ केन्द्र प्रमुख डा. संजय सिंह तथा उपस्थित अतिथियों द्वारा दीप प्रज्जवलन के साथ किया गया।*

केन्द्र प्रमुख डा. सिंह ने अतिथियों का स्वागत करते हुए मधुमेह जैसी बीमारी में अन्य देशों की तुलना में वर्तमान में भारत को प्रथम बताया तथा इसके नियंत्रण में आयुष मंत्रालय के कार्यो की सराहना की। उन्होने वानिकी को आयुर्वेद का महत्वपूर्ण अंग बताते हुए औषधीय प्रजातियों के कृषि वानिकी मॉडल विकसित करने पर बल दिया। वरिष्ठ वैज्ञानिक श्री आलोक यादव ने मुख्य वक्ताओं का परिचय देते हुए कार्यक्रम का संचालन किया।

मुख्य वक्ता के रूप में प्रो. □ा.□जी.एस. तोमर, अध्यक्ष, विश्व आयुर्वेद मिशन ने व्याख्यान प्रस्तुत करते हए बताया कि मधुमेह को व्यायाम और खान–पान में सुधार लाकर तथा आयुर्वेदिक औषधियों का प्रयोग कर नियंत्रित किया जा सकता है। विशेषज्ञ प्रो. □ा.□एस.एम. सिंह, पूर्व निदेशक, सांई नाथ पी.जी. इंस्टीट्यूट ऑफ होम्योपैथिक, प्रयागराज तथा प्रख्यात होम्योपैथिक चिकित्सक ने व्याख्यान प्रस्तुत करते हुए संतुलित जीवन शैली अपनाकर तथा होम्योपैथिक औषधियों द्वारा मधुमेह तथा अन्य असाध्य रोगों को नियंत्रित करने पर प्रकाश डाला।

डा. अवनीश पाण्डेय, चिकित्सा अधिकारी, उ0प्र0 सरकार द्वारा व्याख्यान प्रस्तुत करते हुए कार्यक्रम विषय मधुमेह में सुधार लाने के लिए औषधीय पौधों यथा कालमेघ, गुड़मार, चिरायता आदि को महत्वपूर्ण बताया। वरिष्ठ वैज्ञानिक डा. अनीता तोमर ने विभिन्न औषधीय पौधों जैसे जामुन, आ□ला, नीम, बेल आदि से अवगत कराते हुए मधुमेह से लड़ने के लिए इनको महत्वपूर्ण शस्त्र बताया। वरिष्ठ वैज्ञानिक डा. अनुभा श्रीवास्तव ने धन्यवाद ज्ञापन किया। श्री आलोक यादव के नेतृत्व में कार्यक्रम सफलतापूर्वक सम्पन्न हुआ।

कार्यक्रम के अंत में सभा में उपस्थित विद्यार्थियों ने मधुमेह सम्बंधित जानकारियां प्राप्त की। कार्यक्रम में वरिष्ठ वैज्ञानिक डा. कुमुद दूबे, वरिष्ठ तकनीकी अधिकारी डा. एस.डी. शुक्ला, तकनीकी अधिकारी श्री रतन कुमार गुप्ता के साथ विभिन्न परियोजनाओं में कार्यरत शोध अध्येता तथा पीएच.डी. छात्र–छात्राएं आदि ने कार्यक्रम विषयक जानकारियां हासिल की।

वैज्ञानिक संगोष्ठी
दिनांक - 15 फरवरी, 2023

वैज्ञानिक संगोष्ठी
मारतीय चिकित्सा पद्धति में
दिनांक - 15 फरवरी, 2023

वैज्ञानिक संगोष्ठी
मारतीय चिकित्सा पद्धति में
दिनांक - 15 फरवरी, 2023

वैज्ञानिक संगोष्ठी
मारतीय चिकित्सा पद्धति में
दिनांक - 15 फरवरी, 2023

LiFE
G20
Azadi ka Amrit Mahotsav
वैज्ञानिक संगोष्ठी
मारतीय चिकित्सा पद्धति में
मधुमेह का उपचार
दिनांक - 15 फरवरी, 2023
FRCER

LiFE
G20
Azadi ka Amrit Mahotsav
वैज्ञानिक संगोष्ठी
भारतीय चिकित्सा पद्धति में
मधुमेह का उपचार
दिनांक - 15 फरवरी, 2023
भा0वा0अ0शि0प0-पारिस्थितिक पुनर्स्थापन केन्द्र, प्रयागराज एवं विश्व आयुर्वेद मिशन
स्थान :- 3/1, लाला लाजपत राय रोड, नया कटरा, प्रयागराज

LiFE
G20
Azadi ka Amrit Mahotsav
वैज्ञानिक संगोष्ठी
भारतीय चिकित्सा पद्धति में
मधुमेह का उपचार
दिनांक - 15 फरवरी, 2023
भा0वा0अ0शि0प0-पारिस्थितिक पुनर्स्थापन केन्द्र, प्रयागराज एवं विश्व आयुर्वेद मिशन
स्थान :- 3/1, लाला लाजपत राय रोड, नया कटरा, प्रयागराज
FRCER

LiFE
G20
Azadi ka Amrit Mahotsav
वैज्ञानिक संगोष्ठी
भारतीय चिकित्सा पद्धति में
मधुमेह का उपचार

Stress-free healthy lifestyle is the key to control diabetes - Prof. (Dr.) GS Tomar

JE CORRESPONDENT

PRAYAGRAJ: Under the "Azadi Ka Amrit Mahotsav", National Seminar on "Treatment of Diabetes in Indian System of Medicine" was organized under the aegis of Indian Council of Forestry Research and Education – Ecological Rehabilitation Center Prayagraj (ICFRE- Eco Rehabilitation Center) and Vishwa Ayurveda Mission. The program was inaugurated with the lighting of the lamp by the Director of of the centre Dr. Sanjay Singh and the guests. Welcoming the guests, Dr. Singh praised the work of the Ministry of AYUSH in Diabetes control. Describing forestry as an important part of Ayurveda, he emphasized on developing agro-forestry model of medicinal species.

Keynote speaker Prof. (Dr.) G.S. Tomar, President, Vishwa Ayurveda Mission said that the alarming increase in the number of diabetes patients in the global scenario is a serious concern. The main reason for this is the change in our lifestyle. "Diabetes is not a curse but a boon" because as soon as we know that we are going towards diabetes, we can keep our body healthy through lifestyle modification, diet control and regular exercise. We have to reduce the complications of diabetes and damage of organs like liver, kidney, eye, heart.

For the treatment of diabetes, Ayurveda has given first priority to a controlled lifestyle and diet. Only after this the medicine system has been talked about. Waking up early in the morning in Brahma Muhurta, walking regularly for at least 45 minutes and practicing Vishrantikar (Relaxation) Yogasana is nectar for diabetes patients. Chapati made by mixing black wheat with Millets especially barley, gram, sorghum, maize, ragi, sawa, kodo not only contains minimum glycemic index, but being more fibrous (fibrous) helps in controlling diabetes, also keeps our intestines (colon) healthy. Among green vegetables, fenugreek, parwal, kundru, ninua, bitter gourd are useful in diabetes.

Pro. (Dr.) S. M. Singh, Former Director, Sai Nath P.G. Institute of Homoeopathy, Prayagraj said that treatment of diabetes and other incurable diseases by adopting a balanced lifestyle and using homeopathic medicines. He advised to avoid excessive use of sugar and salt.

Dr. Awanish Pandey, Medical Officer, Government of U.P. said that the country where Ayurveda system of medicine originated and where it has a glorious history of 5000 years, that country is today being called the global capital of diabetes. "Today, there are about 42 crore patients of diabetes in the whole world, out of which 7 crore are in India alone. Ayurveda Samhitas and scientific researchs are unanimous for the prevention of diabetes. Immunity and oja Bala boosting Rasayana drugs and Giloy, Gudmar, Ashwagandha, Kalmegh are useful. Diabetes and its complications can be avoided by including Shigru, amla, cinnamon, Kalmegh, Ashwagandha, Chiraita along with Surya Namaskar, Manduk Asana, Kapalbhati, Nadi Shodhan Pranayama in the daily routine.

Senior scientist Dr. Anita Tomar informed about various medicinal plants like Jamun, Amla, Neem, Bael etc. and described their importance to fight diabetes. Senior Scientist Dr. Anubha Srivastava proposed the vote of thanks. The program was successfully completed under the leadership of Alok Yadav. At the end of the programme, the students present in the meeting received information related to diabetes. In the program, senior scientist Dr. Kumud Dubey, senior technical officer Dr. S. D. Shukla, Research Fellow working in various projects along with Technical Officer Ratan Gupta and Ph.D. Students etc. were present.

कृषक राष्ट्र संदेश

औषधीय प्रजातियों को कृषि वानिकी मॉडेल में विकसित करें

By Amit Pathak — Last updated Feb 15, 2023 — प्रयागराज

10,446

प्रयागराज। आजादी का अमृत महोत्सव के अंतर्गत भा.वा.अ.शि.प. – पारिस्थितिक पुर्नस्थापन केन्द्र तथा विश्व आयुर्वेद मिशन के संयुक्त तत्वाधान में भारतीय चिकित्सा पद्धति में मधुमेह का उपचार विषय पर एक दिवसीय वैज्ञानिक संगोष्ठी का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का शुभारम्भ केन्द्र प्रमुख डॉ. संजय सिंह तथा उपस्थित अतिथियों द्वारा दीप प्रज्जवलन के साथ किया गया। केन्द्र प्रमुख डॉ. सिंह द्वारा अतिथियों का स्वागत करते हुए मधुमेह जैसी बीमारी में अन्य देशों की तुलना में वर्तमान में भारत को प्रथम बताया तथा इसके नियंत्रण में आयुष मंत्रालय के कार्यों की सराहना की। उन्होंने वानिकी को आयुर्वेद का महत्वपूर्ण अंग बताते हुए औषधीय प्रजातियों के कृषि वानिकी मॉडेल विकसित करने पर बल दिया। वरिष्ठ वैज्ञानिक आलोक यादव ने मुख्य वक्ताओं का परिचय देते हुए कार्यक्रम का संचालन किया। मुख्य वक्ता के रूप में प्रो. (डॉ.) जी. एस. तोमर, अध्यक्ष, विश्व आयुर्वेद मिशन ने व्याख्यान प्रस्तुत करते हुए बताया कि मधुमेह को व्यायाम और खान – पान में सुधार लाकर तथा आयुर्वेदिक औषधियों का प्रयोग कर नियंत्रित किया जा सकता है। विशेषज्ञ प्रो. (डॉ.) एस. एम. सिंह, पूर्व निदेशक, सांई नाथ पी.जी. इंस्टिट्यूट ऑफ़ होम्योपैथिक, प्रयागराज तथा प्रख्यात होम्योपैथिक चिकित्सक ने व्याख्यान प्रस्तुत करते हुए संतुलित जीवन शैली अपनाकर तथा होम्योपैथिक औषधियों द्वारा मधुमेह तथा अन्य असाध्य रोगों को नियंत्रित करने पर प्रकाश डाला। डॉ. अवनीश पाण्डेय, चिकित्सा अधिकारी उ०प्र० सरकार द्वारा व्याख्यान प्रस्तुत करते हुए कार्यक्रम विषय मधुमेह में सुधार लाने के लिए औषधि पौधों यथा कालमेघ, गुडमार, चिरायता आदि को महत्वपूर्ण बताया। वरिष्ठ वैज्ञानिक डॉ. अनीता तोमर ने विभिन्न औषधि पौधों जैसे जामुन, आँवला, नीम, बेल आदि से अवगत कराते हुए मधुमेह से लड़ने के लिए इनको महत्वपूर्ण शस्त्र बताया। वरिष्ठ वैज्ञानिक डॉ. अनुभा श्रीवास्तव ने धन्यवाद ज्ञापन किया। आलोक यादव के नेतृत्व में कार्यक्रम का सफलतापूर्वक संपन्न हुआ। कार्यक्रम के अंत में सभा में उपस्थित विद्यार्थियों ने मधुमेह सम्बंधित जानकारियां प्राप्त की। कार्यक्रम में वरिष्ठ वैज्ञानिक डॉ. कुमुद दूबे, वरिष्ठ तकनीकी अधिकारी डॉ. एस. डी. शुक्ला, तकनीकी अधिकारी रतन गुप्ता के साथ विभिन्न परियोजनाओं में कार्यरत शोध अध्येता तथा पीएच.डी. छात्र – छात्राएं आदि मौजूद रहे।

आयुर्वेदिक औषधियों से नियंत्रित होगा मधुमेह

PRAYAGRAJ (15 Feb): आजादी के अमृत महोत्सव के अंतर्गत बुधवार को पारिस्थितिक पुर्नस्थापन केंद्र और विश्व आयुर्वेद मिशन की ओर से भारतीय चिकित्सा पद्धति में मधुमेह का उपचार विषय पर एक दिवसीय वैज्ञानिक संगोष्ठी हुई. संगोष्ठी का शुभारंभ केंद्र प्रमुख डा. संजय सिंह ने किया. उन्होंने कहा कि विश्व में सबसे अधिक मधुमेह के रोगी भारत में हैं. लेकिन इसके नियंत्रण में आयुष मंत्रालय ने काफी काम किया है. विश्व आयुर्वेद मिशन के अध्यक्ष डा. जीएस तोमर ने बताया कि मधुमेह को व्यायाम, खान-पान में सुधार लाकर और आयुर्वेदिक औषधियों का प्रयोग कर नियंत्रित किया जा सकता है. डा. एसएम सिंह ने कहा कि संतुलित जीवन शैली अपनाकर रोगों को नियंत्रित किया जा सकता है. डा. अवनीश पांडेय कहा कि मधुमेह में सुधार लाने के लिए औषधि पौधे जैसे कालमेघ, गुडमार, चिरायता आदि महत्वपूर्ण है. वरिष्ठ वैज्ञानिक डा. अनीता तोमर ने औषधीय पौधों जैसे जामुन, आंवला, नीम, बेल आदि से अवगत कराया. इस मौके पर वैज्ञानिक डा. अनुभा श्रीवास्तव, आलोक यादव, डा. कुमुद दूबे, डा. एसडी शुक्ला आदि थे.

तनाव मुक्त स्वस्थ जीवनशैली मधुमेह नियंत्रण का मूल मंत्र है-प्रो. (डा) जी. एस. तोमर

मंत्र भारत संवाददाता

प्रयागराज। आजादी का अमृत महोत्सव के अंतर्गत भा.वा.अ.शि.प.-पारिस्थितिक पुर्नस्थापन केन्द्र तथा विश्व आयुर्वेद मिशन के संयुक्त तत्वाधान में भारतीय चिकित्सा पद्धति में मधुमेह का उपचार विषय पर एक दिवसीय वैज्ञानिक संगोष्ठी का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का शुभारम्भ केन्द्र प्रमुख डॉ. संजय सिंह तथा उपस्थित अतिथियों द्वारा दीप प्रज्जवलन के साथ किया गया। केन्द्र प्रमुख डॉ. सिंह द्वारा अतिथियों का स्वागत करते हुए मधुमेह जैसी बीमारी में अन्य देशों की तुलना में वर्तमान में भारत को प्रथम बताया तथा इस के नियंत्रण में आयुष मंत्रालय के कार्यों की सराहना की। उन्होंने वानिकी को आयुर्वेद का महत्वपूर्ण अंग बताते हुए औषधीय प्रजातियों के कृषि वानिकी मॉडल विकसित करने पर बल दिया। वरिष्ठ वैज्ञानिक आलोक यादव ने मुख्य वक्ताओं का परिचय देते हुए कार्यक्रम का संचालन किया।

मुख्य वक्ता विश्व आयुर्वेद मिशन के अध्यक्ष प्रो (डा) एस तोमर ने बताया कि वैश्विक परिदृश्य में मधुमेह रोगियों की निरन्तर बढ़ती हुई संख्या गम्भीर चिन्ता है है। इसका मूल कारण हमारी जीवनशैली में हो रहा बदलाव है। 'मधुमेह अभिशाप नहीं वरदान है' क्यों कि ज्यों ही हमें पता चलता है कि हम मधुमेह की तरफ जा रहे हैं तो हम आहार नियंत्रण एवं नियमित व्यायाम के द्वारा अपने शरीर को स्वस्थ रख सकते हैं। हमें सिर्फ रक्त शर्करा नियंत्रण नहीं अपितु लीवर, किडनी, आंख, हृदय जैसे अंगों पर मधुमेह के दुष्प्रभाव को कम करना होगा।

डायबिटीज़ की चिकित्सा के लिए भी आयुर्वेद में सबसे पहले नियंत्रित जीवनशैली एवं पथ्यापथ्य को प्राथमिकता दी गई है। इसके बाद ही औषधि व्यवस्था की बात की गई है। प्रातः काल ब्राह्म मुहूर्त में उठना, कम से कम 45 मिनट नियमित टहलना एवं विश्रांतिकर (रिलेक्सेसन) योगासन का अभ्यास डायबिटीज़ रोगियों के लिए अमृतवत फलदायी है। खान पान में मोटे अनाज विशेषकर जौ, चना, बाजरा, ज्वार, मक्का, रागी, सांवा, कोदो के साथ काला गेहूँ मिलाकर बनाई गई चपाती न केवल न्यूनतम ग्लाइसीमिक इण्डेक्स से युक्त है, अपितु अधिक रेशेदार (फाइबर्स) होने से मधुमेह नियंत्रण के साथ साथ हमारी आँतों (कोलन) को भी स्वस्थ रखतीं हैं। साग सब्जियों में मैथी, परवल, कुंदरु, निनुआ, लौकी, करेला मधुमेह में पथ्य हैं।

प्रो. (डॉ.) एस. एम. सिंह, पूर्व निदेशक, सांई नाथ पी.जी. इंस्टिट्यूट ऑफ़ होम्योपैथिक, प्रयागराज तथा प्रख्यात होम्योपैथिक चिकित्सक ने व्याख्यान प्रस्तुत करते हुए संतुलित जीवन शैली अपनाकर तथा होम्योपैथिक औषधियों द्वारा मधुमेह तथा अन्य असाध्य रोगों

नियंत्रित करने प्र प्रकाश डाला।

उन्होंने चीनी, नमक के अधिक प्रयोग से बचने की सलाह दी।

डॉ. अवनीश पाण्डेय, चिकित्सा अधिकारी उ0प्र0 सरकार ने बताया कि 'आयुर्वेद युक्ति से ही मधुमेह से मुक्ति' संभव है। जिस देश में आयुर्वेद चिकित्सा पद्धति का उद्भव हुआ और जहां इसका 5000 वर्ष का गौरवशाली इतिहास है वह देश आज मधुमेह की वैश्विक राजधानी कहा जाने लगा है। 'आज पूरे विश्व में मधुमेह के लगभग 42 करोड़ रोगी हैं जिनमें अकेले 7 करोड़ भारत में हैं।मधुमेह से बचाव के लिए आयुर्वेद संहिताएं एवं वैज्ञानिक शोध आज एकमत हैं। इम्युनिटी एवं ओज बल बढ़ाने वाले रसायन औषधियों एवं गिलोय, गुडमार, अश्वगंधा, कालमेघ, सहजन, आँवला, बेल, दालचीनी का सेवन के साथ साथ सूर्य नमस्कार, मंडूक आसन, कपालभाति, नाड़ी शोधन प्राणायाम भी दिनचर्या में शामिल करने से मधुमेह एवं इससे उपद्रव से बचा जा सकता है।

वरिष्ठ वैज्ञानिक डॉ. अनीता तोमर ने विभिन्न औषधि पौधों जैसे जामुन, आँवला, नीम, बेल आदि से अवगत कराते हुए मधुमेह से लड़ने के लिए इनको महत्वपूर्ण शस्त्र बताया। वरिष्ठ वैज्ञानिक डॉ. अनुभा श्रीवास्तव ने धन्यवाद ज्ञापन किया। आलोक यादव के नेतृत्व में कार्यक्रम का सफलतापूर्वक संपन्न हुआ। कार्यक्रम के अंत में सभा में उपस्थित विद्यार्थियों ने मधुमेह सम्बंधित जानकारियां प्राप्त की। कार्यक्रम में वरिष्ठ वैज्ञानिक डॉ. कुमुद दूबे, वरिष्ठ तकनीकी अधिकारी डॉ. एस. डी. शुक्ला, तकनीकी अधिकारी रतन गुप्ता के साथ विभिन्न परियोजनाओं में कार्यरत शोध अध्येता तथा पीएच.डी. छात्र - छात्राएं आदि मौजूद रहे।

तनाव मुक्त स्वस्थ जीवनशैली मधुमेह नियंत्रण का मूल मंत्र है-प्रो.(डा) जी एस तोमर

प्रयागराज। आजादी का अमृत महोत्सव के अंतर्गत भा.वा.अ.शि.प. - पारिस्थितिक पुर्नस्थापन केन्द्र तथा विश्व आयुर्वेद मिशन के संयुक्त तत्वाधान में दिनांक 15.02.2023 को भारतीय चिकित्सा पद्धति में मधुमेह का उपचार विषय पर एक दिवसीय वैज्ञानिक संगोष्ठी का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का शुभारम्भ केन्द्र प्रमुख डॉ. संजय सिंह तथा उपस्थित अतिथियों द्वारा दीप प्रज्जवलन के साथ किया गया। केन्द्र प्रमुख डॉ. सिंह द्वारा अतिथियों का स्वागत करते हुए मधुमेह जैसी बीमारी में अन्य देशों की तुलना में वर्तमान में भारत को प्रथम बताया तथा इस के नियंत्रण में आयुष मंत्रालय के कार्यों की सराहना की। उन्होंने वानिकी को आयुर्वेद का महत्वपूर्ण अंग बताते हुए औषधीय प्रजातियों के कृषि वानिकी मॉडेल विकसित करने पर बाल दिया। वरिष्ठ वैज्ञानिक आलोक यादव ने मुख्य वक्ताओं का परिचय देते हुए कार्यक्रम का संचालन किया।

मुख्य वक्ता विश्व आयुर्वेद मिशन के अध्यक्ष प्रो (डा) जी एस तोमर ने बताया कि वैश्विक परिदृश्य में मधुमेह रोगियों की निरन्तर बढ़ती हुई संख्या गम्भीर चिन्ता है है। इसका मूल कारण हमारी जीवनशैली में हो रहा बदलाव है। 'मधुमेह अभिशाप नही वरदान है' क्यों कि ज्यों ही हमें पता चलता है कि हम मधुमेह की तरफ़ जा रहे है तो हम आहार नियंत्रण एवं नियमित व्यायाम के द्वारा अपने शरीर को स्वस्थ रख सकते है। हमें सिर्फ रक्त शर्करा नियंत्रण नहीं अपितु लीवर, किडनी, आंख, हृदय जैसे अंगों पर मधुमेह के दुष्प्रभाव को कम करना होगा।

डायबिटीज़ की चिकित्सा के लिए भी आयुर्वेद में सबसे पहले नियंत्रित जीवनशैली एवं पथ्यापथ्य को प्राथमिकता दी गई है। इसके बाद ही औषधि व्यवस्था की बात की गई है। प्रातः काल ब्राह्म मुहूर्त में उठना, कम से कम 45 मिनट नियमित टहलना एवं विश्रांतिकर (रिलेक्सेसन) योगासन का अभ्यास डायबिटीज़ रोगियों के लिए अमृतवत फलदायी है। खान पान में मोटे अनाज विशेषकर जौ, चना, बाजरा, ज्वार, मक्का, रागी, सांवा, कोदों के साथ काला गेहूँ मिलाकर बनाई गई चपाती न केवल न्यूनतम ग्लाइसीमिक इण्डेक्स से युक्त है, अपितु अधिक रेशेदार (फ़ाइब्रस) होने से मधुमेह नियंत्रण के साथ साथ हमारी आँतों (कोलन) को भी स्वस्थ रखती है। साग सब्जियों में मैथी, परवल, कुंदरु, निनुआ, लौकी, करेला मधुमेह में पथ्य है।

प्रो. (डॉ.) एस. एम. सिंह, पूर्व निदेशक, सांई नाथ पी.जी. इंस्टिट्यूट ऑफ़ होम्योपैथिक, प्रयागराज तथा प्रख्यात होम्योपैथिक चिकित्सक ने व्याख्यान प्रस्तुत करते हुए संतुलित जीवन शैली अपनाकर तथा होम्योपैथिक औषधियों द्वारा मधुमेह तथा अन्य असाध्य रोगों

नियंत्रित करने प्र प्रकाश डाला। उन्होंने चीनी, नमक के अधिक प्रयोग से बचने की सलाह दी।

डॉ. अवनीश पाण्डेय, चिकित्सा अधिकारी 30प्र0 सरकार ने बताया कि 'आयुर्वेद युक्ति' से ही 'मधुमेह से मुक्ति' संभव है। जिस देश में आयुर्वेद चिकित्सा पद्धति का उद्भव हुआ और जहां इसका 5000 वर्ष का गौरवशाली इतिहास है वह देश आज मधुमेह की वैश्विक राजधानी कहा जाने लगा है। 'आज पूरे विश्व में मधुमेह के लगभग 42 करोड़ रोगी है जिनमें अकेले 7 करोड़ भारत में है। मधुमेह से बचाव के लिए आयुर्वेद संहिताएं एवं वैज्ञानिक शोध आज एकमत है। इम्युनिटी एवं ओज बल बढ़ाने वाले रसायन औषधियों एवं गिलोय, गुड़मार, अश्वगंधा, कालमेघ, सहजन, आँवला, बेल, दालचीनी का सेवन के साथ साथ सूर्य नमस्कार, मंडूक आसन, कपालभांति, नाड़ी शोधन प्राणायाम भी दिनचर्या में शामिल करने से मधुमेह एवं इसके उपद्रव से बचा जा सकता है।

वरिष्ठ वैज्ञानिक डॉ. अनीता तोमर ने विभिनन्औषधि पौधों जैसे जामुन, आँवला, नीम, बेल आदि से अवगत कराते हुए मधुमेह से लड़ने के लिए इनको महत्वपूर्ण शस्त्र बताया। वरिष्ठ वैज्ञानिक डॉ. अनुभा श्रीवास्तव ने धन्यवाद ज्ञापन किया। आलोक यादव के नेतृत्व में कार्यक्रम का सफलतापूर्वक संपनन् हुआ। कार्यक्रम के अंत में सभा में उपस्थित विद्याथिर्यों ने मधुमेह सम्बंधित जानकारियां प्राप्त की। कार्यक्रम में वरिष्ठ वैज्ञानिक डॉ. कुमुद दूबे, वरिष्ठ तकनीकी अधिकारी डॉ. एस. डी. शुक्ला, तकनीकी अधिकारी रतन गुप्ता के साथ विभिनन् परियोजनाओं में कार्यरत शोध अध्येता तथा पीएच.डी. छात्र - छात्राएं आदि मौजूद रहे।

दैनिक जागरण inext प्रयागराज 16/

आयुर्वेदिक औषधियों से नियंत्रित होगा मधुमेह

PRAYAGRAJ (15 Feb): आजादी के अमृत महोत्सव के अंतर्गत बुधवार को पारिस्थितिक पुर्नस्थापन केंद्र और विश्व आयुर्वेद मिशन की ओर से भारतीय चिकित्सा पद्धति में मधुमेह का उपचार विषय पर एक दिवसीय वैज्ञानिक संगोष्ठी हुई. संगोष्ठी का शुभारंभ केंद्र प्रमुख डा. संजय सिंह ने किया. उन्होंने कहा कि विश्व में सबसे अधिक मधुमेह के रोगी भारत में हैं. लेकिन इसके नियंत्रण में आयुष मंत्रालय ने काफी काम किया है. विश्व आयुर्वेद मिशन के अध्यक्ष डा. जीएस तोमर ने बताया कि मधुमेह को व्यायाम, खान-पान में सुधार लाकर और आयुर्वेदिक औषधियों का प्रयोग कर नियंत्रित किया जा सकता है. डा. एसएम सिंह ने कहा कि संतुलित जीवन शैली अपनाकर रोगों को नियंत्रित किया जा सकता है. डा. अवनीश पांडेय कहा कि मधुमेह में सुधार लाने के लिए औषधि पौधे जैसे कालमेघ, गुडमार, चिरायता आदि महत्वपूर्ण है. वरिष्ठ वैज्ञानिक डा. अनीता तोमर ने औषधीय पौधों जैसे जामुन, आंवला, नीम, बेल आदि से अवगत कराया. इस मौके पर वैज्ञानिक डा. अनुभा श्रीवास्तव, आलोक यादव, डा. कुमुद दूबे, डा. एसडी शुक्ला आदि थे.

मधुमेह की बीमारी में आयुर्वेद चिकित्सा कारगर-डॉ संजय सिंह

हरकाल संवाददाता

प्रयागराज। आजादी का अमृत महोत्सव के अंतर्गत भा.वा.अ.शि.प. - पारिस्थितिक पुर्नस्थापन केन्द्र तथा विश्व आयुर्वेद मिशन के संयुक्त तत्वाधान में भारतीय चिकित्सा पद्धति में मधुमेह का उपचार विषय पर एक दिवसीय वैज्ञानिक संगोष्ठी का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का शुभारम्भ केन्द्र प्रमुख डॉ. संजय सिंह तथा उपस्थित अतिथियों द्वारा दीप प्रज्जवलन के साथ किया गया। केन्द्र प्रमुख डॉ. सिंह द्वारा अतिथियों का स्वागत करते हुए मधुमेह जैसी बीमारी में अन्य देशों की तुलना में वर्तमान में भारत को प्रथम बताया तथा इस के नियंत्रण में आयुष मंत्रालय के कार्यों की सराहना की। उन्होंने वानिकी को आयुर्वेद का महत्वपूर्ण अंग बताते हुए औषधीय प्रजातियों के कृषि वानिकी मॉडल विकसित करने पर बल दिया। वरिष्ठ वैज्ञानिक आलोक यादव ने मुख्य वक्ताओं का परिचय देते हुए कार्यक्रम का संचालन किया। मुख्य वक्ता के रूप में प्रो. (डॉ.) जी. एस. तोमर, अध्यक्ष, विश्व आयुर्वेद मिशन ने व्याख्यान प्रस्तुत करते हुए बताया कि मधुमेह को व्यायाम और खान - पान में सुधार लाकर तथा आयुर्वेदिक औषधियों का प्रयोग कर नियंत्रित किया जा सकता है। विशेषज्ञ प्रो. (डॉ.) एस. एम. सिंह, पूर्व निदेशक, सांई नाथ पी.जी. इंस्टिट्यूट ऑफ़ होम्योपैथिक, प्रयागराज तथा प्रख्यात होम्योपैथिक चिकित्सक ने व्याख्यान प्रस्तुत करते हुए संतुलित जीवन शैली अपनाकर तथा होम्योपैथिक औषधियों द्वारा मधुमेह का महत्वपूर्ण अंग बताते हुए औषधीय प्रजातियों के कृषि वानिकी मॉडल विकसित करने पर बल दिया। वरिष्ठ वैज्ञानिक आलोक यादव ने मुख्य वक्ताओं का परिचय देते हुए कार्यक्रम का संचालन किया। मुख्य वक्ता के रूप में प्रो. (डॉ.) जी. एस. तोमर, अध्यक्ष, विश्व आयुर्वेद मिशन ने व्याख्यान प्रस्तुत करते हुए बताया कि मधुमेह को व्यायाम और खान - पान में सुधार लाकर तथा आयुर्वेदिक औषधियों का प्रयोग कर नियंत्रित किया जा सकता है। विशेषज्ञ प्रो. (डॉ.) एस. एम. सिंह, पूर्व निदेशक, सांई नाथ पी.जी. इंस्टिट्यूट ऑफ़ होम्योपैथिक, प्रयागराज तथा प्रख्यात होम्योपैथिक चिकित्सक ने व्याख्यान प्रस्तुत करते हुए संतुलित जीवन शैली अपनाकर तथा होम्योपैथिक औषधियों द्वारा मधुमेह तथा अन्य अवस्था रोगों को नियंत्रित करने प्र प्रकाश डाला। डॉ. अवनीश पाण्डेय, चिकित्सा अधिकारी उ0प्र0 सरकार द्वारा व्याख्यान प्रस्तुत करते हुए बताया कि मधुमेह में सुधार लाने के लिए औषधि पौधों यथा कालमेघ, गुडमार, चिरायता आदि को महत्वकपूर्ण बताया। वरिष्ठ वैज्ञानिक डॉ. अनीता तोमर ने विभिन्न औषधि पौधों जैसे जामुन, आँवला, नीम, बेल आदि से अवगत कराते हुए मधुमेह से लड़ने के लिए इनको महत्वपूर्ण शस्त्र बताया। वरिष्ठ वैज्ञानिक डॉ. अनुभा श्रीवास्तव ने धन्यवाद ज्ञापन किया।

भारतीय चिकित्सा पद्धति में मधुमेह का उपचार विषय पर एक दिवसीय वैज्ञानिक संगोष्ठी का आयोजन

प्रयागराज।आजादी का अमृत महोत्सव के अंतर्गत भा.वा.अ.शि.प. - पारिस्थितिक पुर्नस्थापन केन्द्र तथा विश्व आयुर्वेद मिशन के संयुक्त तत्वाधान में दिनांक 15.02.2023 को भारतीय चिकित्सा पद्धति में मधुमेह का उपचार विषय पर एक दिवसीय वैज्ञानिक संगोष्ठी का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का शुभारम्भ केन्द्र प्रमुख डॉ. संजय सिंह तथा उपस्थित अतिथियों द्वारा दीप प्रज्जवलन के साथ किया गया। केन्द्र प्रमुख डॉ. सिंह द्वारा अतिथियों का स्वागत करते हुए मधुमेह जैसी बीमारी में अन्य देशों की तुलना में वर्तमान में भारत को प्रथम बताया तथा इस के नियंत्रण में आयुष मंत्रालय के कार्यों की सराहना की। उन्होंने वानिकी को आयुर्वेद का महत्वपूर्ण अंग बताते हुए औषधीय प्रजातियों के कृषि वानिकी मॉडेल विकसित करने पर बाल दिया। वरिष्ठ वैज्ञानिक आलोक यादव ने मुख्य वक्ताओं का परिचय देते हुए कार्यक्रम का संचालन किया। मुख्य वक्ता के रूप में प्रो. (डॉ.) जी. एस. तोमर, अध्यक्ष, विश्व आयुर्वेद मिशन ने व्याख्यान प्रस्तुत करते हुए बताया कि मधुमेह को व्यायाम और खान - पान में सुधार लाकर तथा आयुर्वेदिक औषधियों का प्रयोग कर नियंत्रित किया जा सकता है। विशेषज्ञ प्रो. (डॉ.) एस. एम. सिंह, पूर्व निदेशक, सांई नाथ पी.जी. इंस्टिट्यूट ऑफ़ होम्योपैथिक, प्रयागराज तथा प्रख्यात होम्योपैथिक चिकित्सक ने व्याख्यान प्रस्तुत करते हुए संतुलित जीवन शैली अपनाकर तथा होम्योपैथिक औषधियों द्वारा मधुमेह तथा अन्य असाध्य रोगों को नियंत्रित करने प्र प्रकाश डाला। डॉ. अवनीश पाण्डेय, चिकित्सा अधिकारी उ0प्र0 सरकार द्वारा व्याख्यान प्रस्तुत करते हुए कार्यक्रम विषय मधुमेह में सुधार लाने के लिए औषधि पौधों यथा कालमेघ, गुडमार, चिरायता आदि को महत्वपूर्ण बताया। वरिष्ठ वैज्ञानिक डॉ. अनीता तोमर ने विभिन्न औषधि पौधों जैसे जामुन, आँवला, नीम, बेल आदि से अवगत कराते हुए मधुमेह से लड़ने के लिए इनको महत्वपूर्ण शस्त्र बताया। वरिष्ठ वैज्ञानिक डॉ. अनुभा श्रीवास्तव ने धन्यवाद ज्ञापन किया। आलोक यादव के नेतृत्व में कार्यक्रम का सफलतापूर्वक संपन्न हुआ। कार्यक्रम के अंत में सभा में उपस्थित विद्यार्थियों ने मधुमेह सम्बंधित

प्रस्तुत करते हुए संतुलित जीवन शैली अपनाकर तथा होम्योपैथिक औषधियों द्वारा मधुमेह तथा अन्य असाध्य रोगों को नियंत्रित करने प्र प्रकाश डाला। डॉ. अवनीश पाण्डेय, चिकित्सा अधिकारी उ0प्र0 सरकार द्वारा व्याख्यान प्रस्तुत करते हुए कार्यक्रम विषय मधुमेह में सुधार लाने के लिए औषधि पौधों यथा कालमेघ, गुडमार, चिरायता आदि को महत्वपूर्ण बताया। वरिष्ठ वैज्ञानिक डॉ. अनीता तोमर ने विभिन्न औषधि पौधों जैसे जामुन, आँवला, नीम, बेल आदि से अवगत कराते हुए मधुमेह से लड़ने के लिए इनको महत्वपूर्ण शस्त्र बताया। वरिष्ठ वैज्ञानिक डॉ. अनुभा श्रीवास्तव ने धन्यवाद ज्ञापन किया। आलोक यादव के नेतृत्व में कार्यक्रम का सफलतापूर्वक संपन्न हुआ। कार्यक्रम के अंत में सभा में उपस्थित विद्यार्थियों ने मधुमेह सम्बंधित जानकारियां प्राप्त की। कार्यक्रम में वरिष्ठ वैज्ञानिक डॉ. कुमुद दूबे, वरिष्ठ तकनीकी अधिकारी डॉ. एस. डी. शुक्ला, तकनीकी अधिकारी रतन गुप्ता के साथ विभिन्न परियोजनाओं में कार्यरत शोध अध्येता तथा पीएच.डी. छात्र - छात्राएं आदि मौजूद रहे।

चेक बाउंस मामले में सम्मन जारी से पहले साक्ष्य से संतुष्टि जरूरी : हाईकोर्ट

प्रयागराज। इलाहाबाद हाईकोर्ट ने कहा है कि परक्राम्य विलेख अधिनियम की धारा 138 की अर्जी पर धारा 202 मे साक्ष्यों की जांच से संतुष्ट होने पर ही विपक्षी को सम्मन जारी करना चाहिए। बिना साक्ष्य देखे सम्मन जारी करना विधि विरुद्ध है। कोर्ट ने याची के विरुद्ध अपर मुख्य न्यायिक मजिस्ट्रेट आगरा के 13 सितम्बर 22 को जारी सम्मन को रद कर दिया और नये सिरे से नियमानुसार आदेश पारित करने का आदेश दिया है।यह आदेश न्यायमूर्ति एस डी सिंह ने इरशाद खान की याचिका को स्वीकार करते हुए दिया है। याची का कहना था कि निर्विवाद तथ्य है कि याची अदालत के अधिकार क्षेत्र से बाहर कोलकाता में रहता है। बिना साक्ष्य पर विचार किए उसे सम्मन जारी कर दिया गया। सुप्रीम कोर्ट ने कहा है कि शिकायतकर्ता के साक्ष्य पर विचार कर सम्मन जारी करना चाहिए। इस मामले में ऐसा नहीं किया गया है।

तनाव मुक्त स्वस्थ जीवनशैली मधुमेह नियंत्रण का मूल मंत्र है-प्रो.तोमर

प्रयागराज । आजादी का अमृत महोत्सव के अंतर्गत भा.वा.अ.शि.प. - पारिस्थितिक पुर्नस्थापन केन्द्र तथा विश्व आयुर्वेद मिशन के संयुक्त तत्वाधान में आज भारतीय चिकित्सा पद्धति में मधुमेह का उपचार विषय पर एक दिवसीय वैज्ञानिक संगोष्ठी का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का शुभारम्भ केन्द्र प्रमुख डॉ. संजय सिंह तथा उपस्थित अतिथियों द्वारा दीप प्रज्जवलन के साथ किया गया। केन्द्र प्रमुख डॉ. सिंह द्वारा अतिथियों का स्वागत करते हुए मधुमेह जैसी बीमारी में अन्य देशों की तुलना में वर्तमान में भारत को प्रथम बताया तथा इस के नियंत्रण में आयुष मंत्रालय के कार्यों की सराहना की। उन्होंने वानिकी को आयुर्वेद का महत्वपूर्ण अंग बताते हुए औषधीय प्रजातियों के कृषि वानिकी मॉडल विकसित करने पर बाल दिया। वरिष्ठ वैज्ञानिक आलोक यादव ने मुख्य वक्ताओं का परिचय देते हुए कार्यक्रम का संचालन किया। मुख्य वक्ता विश्व आयुर्वेद मिशन के अध्यक्ष प्रो (डा) जी एस तोमर ने बताया कि वैश्विक परिदृश्य में मधुमेह रोगियों की निरन्तर बढ़ती हुई संख्या गम्भीर चिन्ता है है । इसका मूल कारण हमारी जीवनशैली में हो रहा बदलाव है । ह्यमधुमेह अभिशाप नहीं वरदान हैह्व क्यों कि ज्यों ही हमें पता चलता है कि हम मधुमेह

की तरफ जा रहे हैं तो हम आहार नियंत्रण एवं नियमित व्यायाम के द्वारा अपने शरीर को स्वस्थ रख सकते हैं। हमें सिर्फ रक्त शर्करा नियंत्रण नहीं अपितु लीवर, किडनी, आंख, हृदय जैसे अंगों पर मधुमेह के दुष्प्रभाव को कम करना होगा ।डायबिटीज की चिकित्सा के लिए भी आयुर्वेद में सबसे पहले नियंत्रित जीवनशैली एवं पथ्यापथ्य को प्राथमिकता दी गई है। इसके बाद ही औषधि व्यवस्था की बात की गई है। प्रातः काल ब्राह्म मुहूर्त में उठना, कम से कम 45 मिनट नियमित टहलना एवं विश्रांतिकर (रिलेक्सेसन) योगासन का अभ्यास डायबिटीज रोगियों के लिए अमृतवत फलदायी है। खान पान में मोटे अनाज विशेषकर जौ, चना, बाजरा, ज्वार, मक्का, रागी, सांवा, कोदों के साथ काला गेहूँ मिलाकर बनाई गई चपाती न केवल न्यूनतम ग्लाइसीमिक इण्डेक्स से युक्त है, अपितु अधिक रेशेदार (फाइब्रस) होने से मधुमेह नियंत्रण के साथ साथ हमारी आँतों (कोलन) को भी स्वस्थ रखतीं हैं । साग सब्जियों में मैथी, परवल, कुंदरु, निनुआ, लौकी, करेला मधुमेह में पथ्य हैं। प्रो. (डॉ.) एस. एम. सिंह, पूर्व निदेशक, सांई नाथ पी.जी. इंस्टिट्यूट ऑफ होम्योपैथिक, प्रयागराज तथा प्रख्यात होम्योपैथिक चिकित्सक ने व्याख्यान प्रस्तुत करते हुए संतुलित जीवन शैली अपनाकर तथा होम्योपैथिक औषधियों द्वारा मधुमेह तथा अन्य असाध्य रोगों नियंत्रित करने प्र प्रकाश डाला। उन्होंने चीनी, नमक के अधिक प्रयोग से बचने की सलाह दी। डॉ. अवनीश पाण्डेय, चिकित्सा अधिकारी उ०प्र० सरकार ने बताया कि "आयुर्वेद युक्ति" से ही "मधुमेह से मुक्ति" संभव है। जिस देश में आयुर्वेद चिकित्सा पद्धति का उद्भव हुआ और जहां इसका 5000 वर्ष का गौरवशाली इतिहास है वह देश आज मधुमेह की वैश्विक राजधानी कहा जाने लगा है। "आज पूरे विश्व में मधुमेह के लगभग 42 करोड़ रोगी हैं जिनमें अकेले 7 करोड़ भारत में हैं।

दैनिक जागरण प्रयागराज 16/02/2023

आयुर्वेदिक औषधियों से नियंत्रित होगा मधुमेह

जासं, प्रयागराज : आजादी के अमृत महोत्सव के अंतर्गत बुधवार को पारिस्थितिक पुर्नस्थापन केंद्र और विश्व आयुर्वेद मिशन की ओर से भारतीय चिकित्सा पद्धति में मधुमेह का उपचार विषय पर एक दिवसीय वैज्ञानिक संगोष्ठी हुई। जिसका शुभारंभ केंद्र प्रमुख डा. संजय सिंह ने किया। उन्होंने कहाकि विश्व में सबसे अधिक मधुमेह के रोगी भारत में हैं, लेकिन इसके नियंत्रण में आयुष मंत्रालय ने काफी काम किया है। विश्व आयुर्वेद मिशन के अध्यक्ष डा. जीएस तोमर ने बताया कि मधुमेह को व्यायाम, खान-पान में सुधार लाकर और आयुर्वेदिक औषधियों का प्रयोग कर नियंत्रित किया जा सकता है। डा. एसएम सिंह ने कहाकि संतुलित जीवन शैली अपनाकर रोगों को नियंत्रित किया जा सकता है। डा. अवनीश पांडेय कहाकि मधुमेह में सुधार लाने के लिए औषधि पौधे जैसे कालमेघ, गुडमार, चिरायता आदि महत्वपूर्ण है। वरिष्ठ वैज्ञानिक डा. अनीता तोमर ने औषधीय पौधों जैसे जामुन, आंवला, नीम, बेल आदि से अवगत कराया। इस मौके पर डा. अनुभा श्रीवास्तव, आलोक यादव, डा. कुमुद दूबे, डा. एसडी शुक्ला आदि मौजूद थे।

मधुमेह के उपचार में वानिकी आयुर्वेद का महत्वपूर्ण अंग

संगोष्ठी

प्रयागराज संवाददाता। पारिस्थितिक पुर्नस्थापन केंद्र तथा विश्व आयुर्वेद मिशन ने संयुक्त रूप से भारतीय चिकित्सा पद्धति में मधुमेह का उपचार विषय पर संगोष्ठी हुई। शुभारम्भ केंद्र प्रमुख डॉ. संजय सिंह ने करते हुए कहा कि मधुमेह जैसी बीमारी के इलाज में भारत अन्य देशों की तुलना में प्रथम है। इसके लिए उन्होंने आयुष मंत्रालय के प्रयासों की सराहना की। मधुमेह के उपचार में वानिकी को आयुर्वेद का महत्वपूर्ण अंग बताते हुए डॉ. संजय सिंह ने औषधीय प्रजातियों को कृषि वानिकी मॉडल विकसित करने पर बल दिया।

बतौर मुख्य वक्ता विश्व आयुर्वेद मिशन के अध्यक्ष प्रो. जीएस तोमर ने कहा कि व्यायाम और खान-पान में सुधार और आयुर्वेदिक औषधियों का प्रयोग कर नियंत्रित किया जा सकता है। सांई नाथ पीजी इंस्टीट्यूट ऑफ होम्योपैथिक के पूर्व निदेशक डॉ. एसएम सिंह ने कहा कि संतुलित जीवन शैली एवं होम्योपैथिक दवाओं का इस्तेमाल कर मधुमेह सहित अन्य असाध्य रोगों को बढ़ने से रोका जा सकता है। कालमेघ, गुड़मार, चिरायता को विशेष औषधि बताते हुए चिकित्सा अधिकारी डॉ. अवनीश पाण्डेय ने कहा कि इनके सेवन से मधुमेह में काफी हद तक फायदा मिलता है। वरिष्ठ वैज्ञानिक डॉ. अनीता तोमर ने जामुन, आँवला, नीम, बेल को मधुमेह के उपचार के लिए बहुत फायदेमंद बताया। संगोष्ठी का संचालन करते हुए वरिष्ठ वैज्ञानिक आलोक यादव ने मुख्य वक्ताओं का परिचय कराया। कार्यक्रम के अंत में वरिष्ठ वैज्ञानिक डॉ. अनुभा श्रीवास्तव ने धन्यवाद ज्ञापित किया। वरिष्ठ वैज्ञानिक डॉ. कुमुद दूबे, वरिष्ठ तकनीकी अधिकारी डॉ. एसडी शुक्ला, तकनीकी अधिकारी रतन गुप्ता, अंकुर श्रीवास्तव के अलावा पीएचडी छात्र-छात्राएं मौजूद रहे।