बदलती राहें

Gunjan

वर्ष 01, अंक 24

धर्मशाला, सोमवार, 10 अगस्त 2015

HAPPY INDEPENDENCE DAY

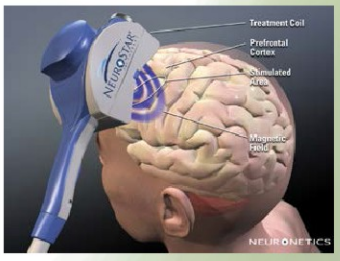
नशे की लत का शिकार मरीजों के लिए वरदान साबित हो रही आरजीएमएस थैरेपी

शराब की लत के कारण उत्पन्न होने वाली दिमागी बीमारियों के इलाज के लिए रिपिटिटिव ट्रांस्क्रैनियल मैग्नेटिक स्टिमुलेशन यानि आरजीएमएस थैरेपी उम्मीद की एक नई किरण लेकर आई है। चुंबकीय उत्तेजना पर आधारित इस चिकित्सा पद्धति के जरिये शराब की लत के शिकार मरीजों के इलाज के लिए नया रास्ता खुला गया है।,

ड्रग्स या शराब की लत से लड़ाई एक पेचीदा द्वंद्व है। इसके इलाज के दौरान चुनौतियों की एक व्यापक व्यूह रचना सामने आ सकती है। जब नशे की लत का शिकार इससे बाहर आने का प्रयास करता है, तो उसे कई प्रकार की व्यक्तिगत शारिरिक व मानसीक चुनौतियों का सामना करना पड़ता है, इनमें अवसाद व चिंताग्रस्त होने के अलावा दोहरे इलाज जैसी समस्याएं सामने आती हैं।

ऐसी समस्याओं के निदान के लिए आरटीएमएस थैरेपी एक आशा लेकर आई है। इस थैरेपी के जरिये लत का शिकार मरीजों की भावनात्मक व मानसिक स्वास्थय संबंधि चिंताओं के इलाज में मदद की जाती है।

आरटीएमएस थैरेपी से इलाज करने वाली संस्था डेलरे रिकवरी सेंटर के चिकित्सक डा. डार्यल एप्लेटन बताते हैं कि मादक द्रव्यों का सेवन करने वाले या शराब पीने वाले कई लोग अवसाद, चिंता और मानसिक आघात से जुड़ी समस्यों से निपटने के लिए स्वत:उपचार करने की कोशिश करते हैं। अक्सर, अधिक वास्तविक और प्रत्यक्ष मादक द्रव्यों के सेवन से जुड़ी ऐसी अंतर्निहित समस्याओं को प्रारंभिक तौर पर उपचारात्मक तरीकों से निपटने की जरूरत होती है।



टीएमएस या ट्रांस्क्रैनियल मैग्नैटिक स्टिमुलेशन ऐसी पहली चिकित्सा पद्धति है, जो इस तरह की समस्या के उपचार के लिए कारगर

- **एमआरआई की तरह ही कार्य करती है आरजीएमएस मशीन**
- **चुंबकीय उत्तेजना से चिंता व अवसाद पैदा करने वाले दिमागी हिस्से का किया जाता है उपचार**

आरटीएमएस का आधार: नशे की लत पर काबू पाने के लिए चुनौतियों का सामाना करने वाले व्यक्ति के मानसिक, शारीरिक और भावनात्मक ईलाज तक पहुंच बनाने की जरूरत होती है। आरटीएमएस एक गैर अक्रामक मैडिकल थैरेपी है। इससे मरीज को किसी प्रकार की पीड़ा सहन नहीं करनी पड़ती। इसके तहत दिमाग के निर्धारित हिस्से पर सुक्ष्म चुंबकीय तरंगें फैंकी जाती हैं, जो एमआरआई की तरह चुंबकीय कंपन पैदा करके दिमाग के तय हिस्से की तंत्रिका कोशिकाओं को उत्तेजित करती हैं।

आरटीएमएस खाद्य एवं औषधी विभाग से मंजूर चिकित्सा पद्धति है। यह चिकित्सा पद्धति नशे की लत में योगदान देने वाली भावनात्मक व मानसिक स्वास्थ्य की समस्याओं से राहत पहुंचाने में मदद करती है।

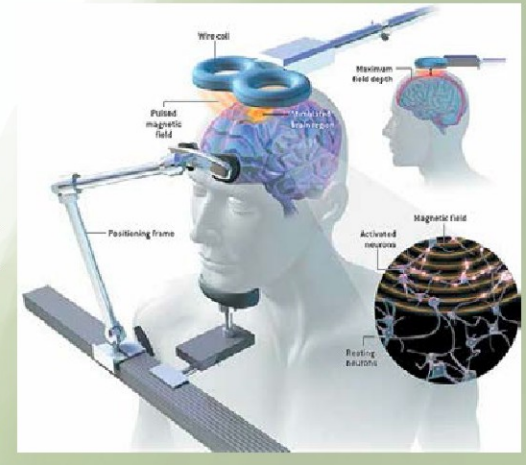
इसका विकास न्यूरोस्टार ने प्रमुख अवसादग्रस्तता विकारों के इलाज के लिए किया था। यह नशे की लत के ईलाज के लिए भी कारगर है, क्योंकि यह ड्रग्स व शराब के नशे से उत्पन्न अवसाद व भावनात्मक समस्याओं के दोहरे उपचार के मामलों से निपटने में सहायक होती है।

थैरेपी विशिष्ट लक्षणों से छुटकारा पाने में मदद करती हैं, ये लक्षण हैं:

–चिंता

–उदास मन और अवसाद के गंभीर मामले

–मादक दव्यों के सेवन के साथ जुड़े मानसिक आघात



नशे की लत से जुड़ी सामान्य भावनात्मक चुनौतियों से छुटकारा दिलाने की यह चिकित्सा प्रमाणित पद्धति है। इन चुनौतियों या लक्षणों में में चिंता, उदास मन और अवसाद के गंभीर मामले और मादक द्रव्यों के सेवन के साथ जुड़ा मानसिक आघात शामिल होता है। यह पद्धति तब सहायता करती है, जब मानसीक आघात, तनाव या अवसाद मादक द्रव्य सेवन के अंतर्निहित कारण बन जाते हैं। इसके अलावा यह चिकित्सा पद्धति लालसा या भूख के सीधे परिणाम और रिकवरी प्रक्रिया कि चलते उत्पन्न होने वाली भावनात्मक चुनौतियों से निपटने में भी मदद करती है।

कैसे कार्य करती है यह चिकित्सा पद्धति

आरटीएमएस का काम करने का तरीका अपेक्षाकृत बहुत ही सरल होता है। इसके जरिये दिमाग के विशिष्ट हिस्से की जांच के लिए चुंबकीय स्पंदन/कंपन के द्वारा इस हिस्से को उत्तेजित किया जाता है। इसकी मशीन चिकित्सीय इलाज में इस्तेमाल होने वाली एमआरआई मशीन की तरह ही होती है। इसमें फर्क इतना सा ही है कि इसे खास तौर पर दिमाग के उस विशिष्ट हिस्से को उत्तेजित करने के लिए डिजाइन किया गया होता है, जो चिंता और अवसाद से जुड़ा होता है।

इस मशीन के जरिये किया जाने वाला इलाज दर्द रहित होता है। इसके कारण किसी प्रकार की चोट नहीं दी जाती है और इस मामले में किए जाने वाले अन्य प्रकार के उपचारों की तुलना में इसमें जोखिम भी बहुत कम होता है। इस चिकित्सा पद्धति की एक खासियत यह भी है कि इसके माध्यम से किए जाने वाले उपचार में चिंता और अवसाद से लड़ने के लिए किसी प्रकार की दवाई का इस्तेमाल नहीं किया जाता। इसके कारण मरीज को इस बात की चिंता भी नहीं रहती कि कहीं वह उपचार के दौरान ली जाने वाली दवाईयों का आदि न बन जाए।

इसके अलावा इस पद्धति से इलाज करवाने के लिए मरीज को संबंधित संस्थान की विभिन्न प्रक्रियाओं से गुजरना पड़ता है। खासकर यह देखा जाता है कि नशा करने वाला व्यक्ति रिकवरी की प्रक्रिया पूरी कर चुका है या नहीं। ऐसे मरीज का उपचार तब तक नहीं शुरू किया जाता, जब तक यह बात पुख्ता न हो जाए कि वह नशे का सेवन पूरी तरह बंद कर चुका है और डिटाक्सिफिकेशन प्रकिया को पूरी कर चुका है।

उजली किरण

गर्भकाल में एचआईवी पाजिटिव पाई गई रीना ने नहीं खोया हौसला

रीना देवी काल्पनिक नाम जन्म से ही विकलांग है। उसकी एक टांग में समस्या होने के कारण वह बैसाखी के सहारे चल पाती है। वह अपने बारे में बताती है कि उसकी शादी को हुए छह वर्ष हो गए हैं। शादी के बाद उसे पता चला कि उसका पति शराबी है। उसने इसे अपना भाग्य मान कर हालात से समझौता कर लिया और जैसे-तैसे उसकी दिन कटते रहे। शादी के करीब डेढ़ वर्ष बाद वह

सही परामर्श व ईलाज के चलते एचआईवी नेगेटिव बच्चे को जन्म दिया

गर्भवती हुई, तो उसकी नियमित डाक्टरी जांच शुरू हुई। इस दौरान जब उसके टैस्ट करवाए गए तो पता चला कि वह तो एचआईवी पाजिटिव है। यह बात सुनते ही वह सदमे में आ गई और बूरी तरह टूट गई।

फिर उसके पति का एचआईवी टैस्ट करवाया तो पता चला कि वह एचआईवी पाजिटिव है, जिसके कारण रीना भी इस वायरस का शिकार बन चुकी थी। अब उसके सामने आने वाले बच्चे के भविष्य की चिंता थी। इस दौरान उसकी मुलाकात आईसीटीसी की काऊंसलर से करवाई गई। काऊंसलर ने उसे हौसला रखने की सलाह देते हुए जरूरी परामर्श दिया और उसे पीपीटीसीटी के कार्यक्रमों की जानकारी दी। इसके बाद आईसीटीसी काऊंसलर ने उसकी मुलाकात पीपीटीसीटी के कार्यकर्ताओं से करवाई। ये कार्यकर्ता रीना व उसके पति के साथ-साथ उसकी सास को लेकर केयर एवं स्पोर्ट सेंटर हमीरपुर पहुंचे। यहां पर मौजूद काऊंसलर ने रीना से बातचीत की और उसे बताया कि दुनिया की बहुत सी महिलाएं एचआईवी पाजिटिव हैं, जबकि उनके बच्चे एचआईवी से मुक्त पैदा हुए हैं। लिहाजा उसे उम्मीद नहीं छोड़नी चाहिए। साथ ही उसे समझाया गया कि आज कल एचआईवी पाजिटिव गर्भवती महिलाओं के बच्चे को संक्रमण से बचाने के लिए दवाइयां उपलब्ध हैं। इसके लिए कुछ खास बातों का भी ध्यान रखना पड़ता है।

काऊंसलर ने रीना को गर्भकाल के दौरान परामर्श लेते रहने और डाक्टरी चैकअप नियमित तौर पर करवाने की सलाह दी। साथ ही बताया कि वह भी अपने बच्चे को एचआईवी मुक्त रख सकती है। इस तरह काऊंसलर से विस्तृत जानकारी लेने के बाद रीना व उसका पति कुछ हद तक सदमे से बाहर आए और स्वयं ही अपने बारे में कई सवाल पूछने लगे।

उनके इन सवालों का संतोषजनक उत्तर दिया गया। उन्हें व्यवस्थित खान-पान व रहन-सहन के बारे में भी बताया गया। उन्हें यह भी सुनिश्चित करने को कहा गया कि रीना का प्रसव सरकार अस्पताल में ही विशेषज्ञों की देखरेख में करवाएं। घर में प्रसव भूल कर भी न करवाएं। प्रसव के दौरान यह भी सुनिश्चित करने को कहा गया कि मां व बच्चे को जन्म के बाद दवाई दी गई है या नहीं।

इसके बाद जब उन्हें अगले काऊंसलिंग सेशन के लिए बुलाया गया तो रीना व उसकी सास स्वयं इस सेशन में उपस्थित हुए। इस दौरान भी उन्हें गर्भावस्था संबंधित जानकारियां प्रदान की गईं।

उन्हें सर्वप्रथम सकारात्मक सोच अपनाने को कहा गया। रीना ने परामर्शदाता की सभी बातों को ध्यानपूर्वक सुना और इन पर अमल भी किया। उसकी डिलीवरी के दौरान पीपीटीसीटी वर्कर के साथ सीएचसी का आऊटरिच वर्कर भी मौजूद था। प्रसव सही तरीके से हो गया और मां को भी समय पर दवाई दे दी गई।

आज दो साल बाद जब रीना के बच्चे का एचआईवी टैस्ट करवाया गया तो उसकी रिपोर्ट नेगेटिव आई। इससे रीना व उसके पति की खुशी का ठिकाना न रहा। रीना के पति ने शराब पीना भी छोड़ दिया है। अब से दोनों अपने भविष्य की चिंता छोड़ कर अपने बच्चे के भविष्य को संवारने में जुट गए हैं। उसका पति गृहस्थी को सामान्य तरीके से संभाल रहा है। रीना की शराबी पति होने की

शिकायत भी दूर हो गई है। वह अब भी नियमित तौर पर सीएससी में परामर्श के लिए आती है। इतना ही नहीं वह अपने जैसी दूसरी गर्भवती महिलाओं को भी अपना उदाहरण देकर प्रेरित करती है।

कैंसर का पता लगाएगी हाईटेक मशीन

दिल्ली की महिलाएं अब ब्रेस्ट कैंसर के निदान के लिए नई, अत्याधुनिक क्लिनिकल मशीन का फायदा उठा सकेंगी। बत्रा हॉस्पिटल ऐंड मेडिकल रिसर्च में इस अत्याधुनिक 50 माइक्रोन 3 डी मैमोग्राफी मशीन को इंस्टॉल किया गया है।

फ्यूजीफिल्म ने सेन्टर को यह अत्याधुनिक मैमोग्राफी मशीन एम्युलेट इनोवेलिटी उपलब्ध कराई है। देर से निदान होने पर मरीज के जीवित रहने की सम्भावना कम हो जाती है, इसके बावजूद भारत में ब्रेस्ट कैंसर के 92 फीसदी मामलों का निदान दूसरी या इसके बाद की स्टेज में ही हो पाता है।

अगर ब्रेस्ट कैंसर का निदान और उपचार वक्त रहते किया जाए तो मरीज के 10 साल जीवित रहने की सभावना 90 फीसदी से भी ज्यादा बढ़ जाती है, ऐसे में महिलाओं के लिए स्क्रीनिंग की हाईटेक तकनीक का होना बहुत जरूरी है।

स्पेशल एजुकेटर में भविष्य की राह

अगर टीचिंग में रुचि होने के साथ-साथ आपको चुनौतियां आकर्षित करती हैं, तभी बन सकते हैं आप स्पेशल एजुकेटर

कहते हैं कि बच्चे भगवान का रूप होते हैं, इसलिए प्रत्येक बच्चा कुछ खास होता है। लेकिन कुछ बच्चे ऐसे होते हैं जिन्हें सीखने समझने के लिए अतिरिक्त मदद और संवेदना की जरूरत होती है। ऐसे बच्चों में इस कमी का कारण कई प्रकार की बाध्यता जैसे शारीरिक विकलांगता, सीखने की किसी तरह की समस्या, नेत्रहीनता, सुनने की क्षमता में कमी, भावनात्मक समस्या या मंदबुद्धि होती है। ऐसे में सामान्य शिक्षा पाने में अक्षम, मानसिक रूप से अक्षम, दृष्टिहीन या बधिर बच्चों को पढ़ाने के लिए शिक्षकों को विशेष रूप से प्रशिक्षित किया जाता है, उन्हें स्पेशल एजुकेटर के नाम से जाना जाता है। टीचिंग में रुचि होने के साथ-साथ चुनौतियों का सामना करना पसंद है तो यह क्षेत्र आपके करियर का विकल्प बन सकता है। इसमें आप ऐसे बच्चों से घिरे होते हैं, जो नि:स्वार्थ प्रेम और सम्मान की भावना से भरे होते हैं।

स्पेशल एजुकेटर

स्पेशल एजुकेटर ऐसे अध्यापक होते हैं जिन्हें शारीरिक और मानसिक रूप से अक्षम, दृष्टिहीन और बधिर बच्चों को पढ़ाने के लिए प्रशिक्षित किया जाता है। ऐसे बच्चों को पढ़ाने और पढ़ाई में उनका मन लगाने के लिए विशेष शिक्षा उपकरणों और सहायता की जरूरत होती है। शारीरिक व मानसिक रूप से अक्षम बच्चों की मदद करने की इच्छा रखने वाले व्यक्ति इस क्षेत्र में करियर बना सकते हैं।

क्या करते हैं स्पेशल एजुकेटर

स्पेशल एजुकेटर ऐसे बच्चों को पढ़ाते हैं, जो शारीरिक रूप से अक्षम, नेत्रहीन और बधिर हैं या फिर किसी प्रकार की मानसिक समस्या के कारण सामान्य लोगों की अपेक्षा सीखने में अधिक समय लगाते हैं। स्पेशल एजुकेटर बच्चों में केवल पढ़ाई ही नहीं बल्कि स्किल डेवलपमेंट भी करते हैं। उनमें सामान्य बच्चों की तरह जीवन के प्रति सकारात्मक और आशावादी दृष्टिकोण विकसित करते हैं। बच्चों की असमर्थता को परे रख कर उनमें कुछ करने का विश्वास पैदा करते हैं।

महत्वपूर्ण तथ्य

-इस क्षेत्र को पूरे तरीके से पेशेवर के रूप में देखने के स्थान पर सामाजिक नजरिये से भी देखना चाहिए।
-अगर आप ऊंचा वेतनमान पाने की चाह रखते हैं तो यह क्षेत्र आपके लिए नहीं है।
-इस क्षेत्र में करियर बनाने के लिए व्यक्ति के व्यवहार में धैर्य और संवेदना होनी चाहिए।
-इस पेशे में चुनौतियों के साथ ही प्यार और सम्मान भी भरपूर होता है।
-टीचिंग को और आसान बनाने के लिए पांचों इंद्रियों का प्रयोग करना आना चाहिए।
-स्पेशल एजुकेटरों की नियुक्ति अनुबंध के आधार पर की जाती है, इसलिए स्थायित्व का अभाव रहता है।

कोर्स व स्पेशलाइजेशन

कोर्स- बी.एड इन स्पेशल एजुकेशन
स्पेशलाइजेशन- लर्निंग डिसेबिलिटीज, दृष्टिहीनता और बधिरता और मानसिक विकलांगता

प्रमुख संस्थान
-नेशनल इंस्टीट्यूट फॉर विजुअली हैंडीकैप्ड, चेन्नई, www.nivh.gov.in
-एसएनडीटी वूमेंस यूनिवर्सिटी, sndt.ac.in
-नेताजी सुभाष चंद्र ओपन यूनिवर्सिटी, कोलकाता, www.wbnsou.ac.in
-पंजाब यूनिवर्सिटी, चंडीगढ़, puchd.ac.in
-इग्नू, www.ignou.ac.in
-गोवा यूनिवर्सिटी, www.unigoa.ac.in

कैसे बनें स्पेशल एजुकेटर

स्पेशल एजुकेटर बनने के लिए स्पेशल एजुकेशन में बी.एड का कोर्स होता है। इस कोर्स में प्रवेश लेने के लिए शैक्षिक योग्यता स्नातक की डिग्री है। बी.एड इन स्पेशल एजुकेशन कोर्स की अवधि एक वर्ष होती है। एक वर्ष का यह प्रोग्राम तीन वर्गों में विभाजित होता है-लर्निंग डिसेबिलिटी, मानसिक रूप से असामान्य और नेत्रहीन व बधिर बच्चे। कम्यूनिटी सर्विस और इंटर्नशिप भी इस प्रोग्राम में शामिल होते हैं। बी.एड इन एजुकेशन करने के बाद स्पेशलाइजेशन ज्यादा महत्वपूर्ण होता है। स्पेशलाइजेशन लर्निंग डिसेबिलिटीज, दृष्टिहीनता और बधिरता, मानसिक विकलांगता में से किसी एक वर्ग में किया जा सकता है। स्पेशलाइजेशन प्रवेश परीक्षा और साक्षात्कार की रैंकिंग के आधार पर दिया जाता है। आपका वर्ग विशेष में स्पेशलाइजेशन ही आगे के करियर व नौकरी के विकल्पों की दिशा तय करता है।

क्या हैं विकल्प

स्पेशल एजुकेटर के लिए एनजीओ, स्पेशल स्कूल, निजी स्कूल का रेमेडियल विभाग आदि में काम कर सकते हैं। ऑटिज्म, बौद्धिक क्षमता से ग्रसित बच्चों की शिक्षा के लिए काम करने वाले नॉन-प्रॉफिट संगठन में स्पेशल एजुकेटर की मांग रहती है। इन नॉन-प्राफिट संगठनों में मुख्य रूप से कोलकाता का मोनोविकास केंद्र, मुंबई का उम्मीद, पुणे का महाराष्ट्र फेलोशिप फॉर डेफ, मुंबई का ब्लाइंड रिलीफ एसोसिएशन प्रमुख है।

आरआरटीसी-2 में वरिष्ठ नागरिक फोरम की बैठक आयोजित

धर्मशाला। सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता मंत्रालय भारत सरकार के सिद्धबाड़ी में स्थित रीजनल रिसोर्स सेंटर-2 के सभागार में गुंजन संस्था के तत्वावधान में सामाजिक संस्था रैम्पस की वरिष्ठ नागरिक फोरम की आयोजित बैठक का आयोजन किया गया। इस बैठक में उपस्थित बुजुर्ग सदस्यों व पदाधिकारियों सबसे पहले संस्था से जुड़े पूर्व एचएएस अधिकारी एवं समाजसेवी स्व० अमृत लाल शर्मा को भावभीनी श्रद्धाजंलि अर्पित की।

इस अवसर पर 'रैम्पस' के अध्यक्ष पीपी रैणा ने कहा कि स्वभाव से मृदुभाषी, विनम्र, मिलनसार एवं कर्तव्यनिष्ठ अमृत लाल शर्मा ने ताउम्र समाज के पिछड़े वर्ग के लिए कार्य किया। सेवानिवृत्ति के पश्चात् भी वह विभिन्न संस्थाओं के माध्यम से प्राकृतिक आपदाओं एवं प्लास्टिक से हो रहे प्रदूषण के बारे में लोगों को जागरूक करते रहे। वह 'रैम्पस' के उपाध्यक्ष भी रहे।

इस अवसर पर 'गुजंन' के निदेशक संदीप परमार एवं लोक संपर्क विभाग के उपनिदेशक अजय पाराशर तथा डॉ. नरेंद्र अवस्थी ने भी अपने विचार रखे। इससे पूर्व दिवंगत की आत्मा की शांति के लिए सभी सदस्यों ने मौन रखा।

इस अवसर पर डॉ. परमानंद शर्मा, वरिष्ठ साहित्यकार डॉ. वेद प्रकाश अग्नि, डॉ. प्रत्यूष गुलेरी, प्रो. डढवाल, बीएस राणा, सेवानिवृत्त तहसीलदार इंदौरिया, डॉ. ललित मोहन सहित बड़ी संख्या में वरिष्ठ नागरिक उपस्थित थे।

आई.ई.सी. मेटिरियल डवेलप्मेंट पोस्टर श्रृंखला