चेंजिंग वेज

Changing Ways

पोस्टल रजिस्ट्रेशन नं. HP/DMA/113

(साप्ताहिक)

❑ वर्ष 01 ❑ अंक 21 ❑ पृष्ठ : 04 ❑ मूल्य : 4 रुपये | धर्मशाला, 01 अगस्त 2016 | हर सोमवार को प्रकाशित

जब दवा ही बढ़ाने लगे मर्ज

प्लास्टिक बोतलों में पैक दवा में खतरनाक तत्त्वों के मौजूद होने के मिले संकेत लेकिन इस पर सरकारी पक्षों में ही विरोधाभास। एक पक्ष चाहे रोक तो दूसरे का कहना कि नए मानक तय होने तक जारी रहे प्लास्टिक पैकिंग

प्लास्टिक पर रार!

- स्वास्थ्य मंत्रालय के कराए अध्ययन में हुआ खुलासा
- सीसा, एंटीमनी, कैडमियम और क्रोमियम की मौजूदगी
- बच्चों, महिलाओं की दवाओं में ऐसी पैकिंग पर रोक की मांग
- अगस्त, 2015 में सरकार ने गठित की एक समिति
- समिति ने प्रयोगशाला के नतीजों को किया खारिज

इस साल मार्च में केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्रालय ने राष्ट्रीय हरित पंचाट से जो कहा था उसके उलट देश में दवाओं की शीर्ष वैधानिक संस्था दवा तकनीक सलाहकार बोर्ड (डीटीएबी) ने आंतरिक स्तर पर एक आधिकारिक अध्ययन को मंजूरी दी, जिसमें खुलासा हुआ कि प्लास्टिक या पेट (पॉलिएथिलीन टेरेफ्थलेट) बोतलों में भरी गई दवाओं में दूषित करने वाले पदार्थ पाए गए हैं। साथ ही मंत्रालय ने पंचाट से जो कहा, उसके विपरीत डीटीएबी ने सिफारिश की है कि दवाओं को प्लास्टिक की बोतलों में पैक करने पर रोक लगाई जाए और खासतौर से बच्चों और गर्भवती महिलाओं जैसे संवेदनशील तबकों के लिए बनने वाली दवाओं के मामले में विशेषकर इसे लागू किया जाए।

यह अध्ययन स्वास्थ्य मंत्रालय के निर्देश पर अखिल भारतीय स्वच्छता एवं जन स्वास्थ्य संस्थान (एआईआईएचपीएच) द्वारा कराया गया। इसमें पाया गया कि जिन पांच तरल दवाओं के नमूने जांचे गए, उनमें सीसा, एंटीमनी, कैडमियम और क्रोमियम जैसी चार भारी धातुओं का संक्रमण पाया गया। यहां तक कि कमरे के सामान्य तापमान में भी यह संक्रमण देखा गया। संस्थान ने निष्कर्ष पेश किया है कि ऐसे तत्त्वों के सेवन का कोई 'सुरक्षित स्तर' नहीं हो सकता। यानी अगर आप जाने अनजाने में इनका सेवन करते हैं तो यह आपकी सेहत के लिए खतरे की घंटी है। संस्थान ने कहा, 'इसमें कोई सुरक्षित स्तर पर विचार करना आग से खेलने जैसा है।' जिन पांच ब्रांडों का परीक्षण किया गया है, उन पर हुए शोध में पाया गया कि कमरे के तापमान में वृद्धि के साथ ही एंटीमनी, कैडमियम और क्रोमियम जैसे तत्त्वों का संक्रमण भी बढ़ गया। हालांकि कमरे के तापमान में वृद्धि के साथ केवल तीन ब्रांडों में ही सीसे का संक्रमण अधिक बढ़ा। जहां तक भारी धातुओं का सवाल है तो विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) का मत है कि सीसे का कोई भी संपर्क किसी भी लिहाज से सुरक्षित नहीं कहा जा सकता।

प्रयोगशाला में जिन उत्पादों की हब्प्लास्टिक बोतलों का परीक्षण हुआ, उनमें जूस, पेय पदार्थों, एल्कोहॉल और तेल की उन बोतलों का भी जायजा लिया गया, जिनकी पैकिंग हब्प्लास्टिक या पेट बोतलों में हुई थी। मगर इन उत्पादों से जुड़े नतीजे अभी तक सार्वजनिक नहीं किए गए हैं। संस्थान की शुरुआती रिपोर्ट पर प्रतिक्रियास्वरूप स्वास्थ्य मंत्रालय ने अगस्त, 2015 में पूर्व सचिव एम के भान की अगुआई में एक अस्थायी उच्च स्तरीय समिति का गठन किया। भान समिति ने संस्थान के प्रयोगशाला परिणामों और निष्कर्षों में खामियां पाईं। साथ ही साथ एनजीटी के समक्ष चल रहे मामले में स्वास्थ्य मंत्रालय ने मार्च में केवल भान समिति की रिपोर्ट पेश की, जिसमें खुद सरकार के आंतरिक प्रयोगशाला परीक्षणों पर ही सवाल उठाए गए। प्रयोगशाला परीक्षणों के वास्तविक नतीजे पंचाट के समक्ष पेश नहीं किए गए थे। पेट अ ा ैर ्लास्टिक बोतलों पर पूर्ण प्रतिबंध लगाने के बजाय भान समिति ने सिफारिश की थी कि जब तक नए मानक न बन जाएं, तब तक उनके प्रयोग को जारी रखा जा सकता है। इसमें स्वीकार किया गया कि जिन अन्य देशों में दवा उत्पादों की पेट पैकेजिंग की मंजूरी है, उसके उलट भारत में सुरक्षित प्लास्टिक पैकेजिंग के लिए कोई मानक नहीं हैं। मगर मई, 2016 में सरकार की वैधानिक संस्था डीटीएबी के विशेषज्ञों की फिर बैठक हुई। ये विशेषज्ञ नियमित रूप से महीने में एक बार बैठक करते हैं। उन्होंने भान समिति के निष्कर्षों को नजरअंदाज करते हुए एआईआईएचपीएच के प्रयोगशाला परीक्षणों को ही मान्यता दी। प्रयोगशाला परीक्षणों के प्रभाव पर कायम रहते हुए उसके निष्कर्षों से सहमति जताते हुए डीटीएबी ने स्वास्थ्य मंत्रालय से सिफारिश की है कि वे तरल दवाओं के प्लास्टिक बोतलों में पैकिंग पर प्रतिबंध को लेकर नियम बनाएं।

इसमें खासतौर से बच्चों और महिलाओं की दवाओं पर विशेषकर गौर करने की सिफारिश की गई है। इस पूरे मामले में भान समिति की रिपोर्ट और संस्थान के प्रयोगशाला परीक्षणों में विरोधाभास नजर आते हैं।

चेंजिंग वेज
Changing Ways
धर्मशाला, 01 अगस्त 2016

काबुल तो पाकिस्तान से दूर जाएगा ही

पाकिस्तान को लेकर अफगानिस्तान की इस नई सोच की कई वजहें हैं। पाकिस्तान ने तालिबान को शह देना अब तक नहीं छोड़ा है। हाल ही में अफगानिस्तान के पूर्व खुफिया प्रमुख रहमतुल्ला नाबिल ने कुछ दस्तावेज जारी करते हुए बताया था कि कैसे पाकिस्तान तालिबान को निर्देशित कर रहा है। ऐसे में, पाकिस्तान ने संबंध बिगड़ता देख द्विपक्षीय रिश्तों में अमेरिका और चीन को भी शामिल कर लिया था और दावा किया था कि वह शांति प्रयासों को जारी रखेगा। गनी ने यह बात मान ली थी। मगर जब आतंकी हमले नहीं रुके और घरेलू राजनीति पर असर पड़ने लगा, तो गनी को अपनी सोच बदलनी पड़ी। असल में, अफगानिस्तान में पाकिस्तान को भौगोलिक, ऐतिहासिक व सांस्कृतिक वजहों से जो स्वाभाविक बढ़त मिली हुई है, वह उससे कहीं ज्यादा की चाहत रखता है। अभी वहां कबीलाई समूह आसानी से सीमा पार करते हैं।

-सुशांत सरीन

अफगानिस्तान के राष्ट्रपति अशरफ गनी ने पाकिस्तान को आतंकियों का पनाहगार देश बताते हुए कहा है कि उसके साथ रिश्ते बनाए रखना अफगान हुकूमत के लिए बड़ी चुनौती बन गया है। गनी का यह बयान हकीकत पर आधारित है। हालांकि जब वह सत्ता में आए थे, तब पाकिस्तान को लेकर उनकी राय कुछ अलग थी। उस समय वह पाकिस्तान के साथ दोस्ती के पक्षधर थे। इसकी वजह भी थी।

असल में, अफगानिस्तान के पूर्व राष्ट्रपति हामिद करजई ने भारत से कुछ हथियारों की मांग की थी, जिसे मानने से तत्कालीन मनमोहन सिंह सरकार ने इनकार कर दिया था। बाद में, जब मोदी सरकार सत्ता में आई, तो उसने राष्ट्रीय सुरक्षा सलाहकार को काबुल इस संदेश के साथ भेजा कि भारत अफगानिस्तान की मदद को तैयार है। तब तक अफगानिस्तान में भी सत्ता परिवर्तन हो चुका था, और चूंकि गनी पाकिस्तान को साधने में जुटे थे, इसलिए उन्होंने भारत के उस प्रस्ताव को नजरंदाज कर दिया।

उस समय भारत में कई लोगों ने इस पर रोष प्रकट किया था। पर जो अफगानिस्तान को जानते थे, वे निश्चिंत थे कि चंद महीनों में ही नई अफगान हुकूमत को सच्चाई का इल्म हो जाएगा। अब वही हुआ है। इतिहास ने खुद को दोहराया है। पाकिस्तान ने तालिबान का समर्थन करना नहीं छोड़ा है और आतंकी गुट पहले की तरह ही पाकिस्तान में शरण पा रहे हैं, लिहाजा गनी को यह कहना पड़ा कि पाकिस्तान के साथ रिश्ते बनाए रखना अल-कायदा या तालिबान जैसे गुटों से लड़ने के मुकाबले कहीं अधिक चुनौतीपूर्ण है।

पाकिस्तान को लेकर अफगानिस्तान की इस नई सोच की कई वजहें हैं। पाकिस्तान ने तालिबान को शह देना अब तक नहीं छोड़ा है। हाल ही में अफगानिस्तान के पूर्व खुफिया प्रमुख रहमतुल्ला नाबिल ने कुछ दस्तावेज जारी करते हुए बताया था कि कैसे पाकिस्तान तालिबान को निर्देशित कर रहा है। ऐसे में, पाकिस्तान ने संबंध बिगड़ता देख द्विपक्षीय रिश्तों में अमेरिका और चीन को भी शामिल कर लिया था और दावा किया था कि वह शांति प्रयासों को जारी रखेगा। गनी ने यह बात मान ली थी। मगर जब आतंकी हमले नहीं रुके और घरेलू राजनीति पर असर पड़ने लगा, तो गनी को अपनी सोच बदलनी पड़ी। असल में, अफगानिस्तान में पाकिस्तान को भौगोलिक, ऐतिहासिक व सांस्कृतिक वजहों से जो स्वाभाविक बढ़त मिली हुई है, वह उससे कहीं ज्यादा की चाहत रखता है। अभी वहां कबीलाई समूह आसानी से सीमा पार करते हैं।

पख्तून आबादी अफगानिस्तान से कहीं ज्यादा पाकिस्तान में है। और अफगानिस्तान का व्यापार आमतौर पर पाकिस्तान के माध्यम से ही होता है। असल में, पाकिस्तान जानता है कि अफगानिस्तान उसका पांचवां सूबा नहीं बन सकता, सो वह उसे एक पिछड़ा व उस पर आश्रित मुल्क बनाना चाहता है। वह नहीं चाहता कि काबुल में भारत की मौजूदगी बढ़े। राष्ट्रपति गनी ने एक साक्षात्कार में यह बात कहीं भी थी कि पाकिस्तान हमें अपना सूबा बनाने की मंशा पालता है। वह चाहता है कि हम अपनी नीतियां उसके हिसाब से तय करें। हालांकि यह भी कम दिलचस्प नहीं कि जब से भारत आजाद हुआ है, काबुल में जिस किसी की भी सरकार रही, उसके नई दिल्ली के अच्छे रिश्ते रहे। पाकिस्तान को यही खटकता है। उसे लगता है कि अगर अफगानिस्तान में भारत की मौजूदगी बढ़ती है, तो उसके यहां अस्थिरता बढ़ेगी।

वैसे, अफगानिस्तान को हमारी जरूरत है और यह कई वजहों से है। चूंकि पाकिस्तान का वहां हस्तक्षेप ज्यादा है, लिहाजा वहां की हुकूमत नई दिल्ली के साथ संबंध बेहतर बनाकर पाकिस्तान को जवाब देती रहती है। जब कभी इस क्रम में उसे पाकिस्तान के साथ रिश्ते बेहतर बनाने होते हैं, वह नई दिल्ली से दूरी बना लेती है, जैसा कि गनी ने भी किया। खुदा न खास्ता, अगर तालिबान वहां सत्ता में आते हैं, तो उन्हें भी देर-सवेर इसी नीति पर आगे बढ़ना होगा। उन्हें भारत के साथ अपने संबंध बेहतर बनाने ही पड़ेंगे। इतना ही नहीं, अफगानिस्तान के लोगों का यह भी मानना है कि भारत ने कभी अफगानिस्तान में अस्थिरता नहीं फैलाई, जबकि इसके उलट पाकिस्तान का रवैया विनाशकारी रहा है। इस कारण, पाकिस्तान को लेकर खासकर नई पीढ़ी में नफरत का भाव है।

इस लिहाज से देखें, तो अफगानिस्तान में हमारे लिए काफी गुंजाइश है। हमारे लिए मुद्दा और चुनौती यह है कि हम अफगानिस्तान में किस तरह की भूमिका निभाएं? यह हमारे हित में है कि अफगानिस्तान राजनीतिक रूप से स्थिर हो जाए और खुद को संभाल ले। इसमें हमें उसकी भरपूर मदद करनी चाहिए। हम उसके आर्थिक विकास को भी रफ्तार दे सकते हैं। वहां विकास से जुड़ी गतिविधियां तेज की जा सकती हैं। हालांकि ये बातें हो रही हैं कि वहां कुछ और बांध बनाए जाएं। खासतौर पर काबुल नदी पर बांध बनाने की योजना है। अगर यह योजना सफल होती है, तो हमें इसका काफी फायदा मिलेगा। दरअसल, काबुल नदी पाकिस्तान में आकर सिंधु नदी में मिल जाती है। पाकिस्तान को इस नदी से काफी सारा पानी मिलता है। पाकिस्तान को डर है कि अगर यह बांध बन जाता है, तो उसके यहां पानी का संकट आ जाएगा। मगर इस बांध के बनने से अफगानिस्तान में न सिर्फ बिजली की आमद बढ़ेगी, बल्कि वहां कई पिछड़े इलाकों तक सिंचाई की सुविधा पहुंचेगी। यानी अफगान खुशहाल बनता है, तो उसका नुकसान पाकिस्तान को होगा और उसके यहां पानी की उपलब्धता कम होगी। यह अफगानिस्तान और पाकिस्तान के संबंध का एक बड़ा विरोधाभास है। ऐसे में, पाकिस्तान की मंशा यही है कि अगर उसे अपने संसाधान बचाने हैं, तो अफगानिस्तान के अंदर उपद्रव करवाना होगा, ताकि वहां विकास-कार्य न हों। मगर भारत पहल करता है, तो परिदृश्य बदल सकता है।

इसी तरह, हम अफगानिस्तान को सैन्य मदद भी दे सकते हैं। उसे ऐसे साजो-सामान मुहैया कराए जा सकते हैं, जो हमारे इस्तेमाल में नहीं हैं। उसे कई हथियार भी दिए जा सकते हैं। तीसरी मदद कूटनीति के मोरचे पर हो सकती है। हम अपनी तमाम कूटनीतिक क्षमताओं का इस्तेमाल अफगानिस्तान के हित में कर सकते हैं और पूरी दुनिया में उसकी छवि बेहतर बना सकते हैं। इसमें स्वाभाविक तौर पर पाकिस्तान की दखलंदाजी भी बेपरदा होगी।

इसके साथ ही, हम उसे कारोबार के लिहाज से वैकल्पिक रास्ता भी मुहैया करा सकते हैं। चाबहार बंदरगाह को विकसित करना एक अच्छी पहल है। इससे व्यापार को लेकर पाकिस्तान पर उसकी निर्भरता कम होगी। यही नहीं, अफगानिस्तान के तमाम पड़ोसी देशों जैसे उज्बेकिस्तान, कजाकिस्तान, ईरान आदि को एक लड़ी में भी पिरोया जा सकता है। इससे अफगानिस्तान के आर्थिक विकास के कई और विकल्प खुलेंगे, जिससे निश्चय ही हमारा हित भी सधेगा।

(सौजन्य: दैनिक हिंदोस्तान)

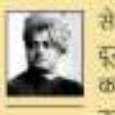
गल्लू सियार का लालच

प्रेरक प्रसंग

मल्लू और गल्लू सियार भाई-भाई थे। मल्लू बड़ा ही नेकदिल और दयावान था। गल्लू एक नम्बर का चालबाज सियार था। वह किसी भी भोले-भाले जानवर को चालाकी से बहलाकर उसका काम तमाम कर देता था। एक दिन गल्लू सियार जंगल में घूम रहा था कि उसे रास्ते में एक चादर मिली। जाड़े के दिन नजदीक थे इसीलिए उसने चादर को उठाकर रख लिया।

अगले दिन गल्लू सियार मल्लू के घर गया। ठंड की वजह से दरवाजा खोला लेकिन जैसे ही गल्लू अन्दर जाने लगाए तो मल्लू ने दरवाजा बन्द कर लिया। गल्लू को अपने भाई की यह हरकत बहुत बुरी लगी। भाई के घर से आने के बाद गल्लू नहाने के लिए नदी पर गया। उसको देखकर बड़ा आश्चर्य हो रहा था कि आज सारे मोटे-मोटे जानवर बड़े बेफिक्र होकर उसके पास से गुजर रहे थे। उसके पानी में घुसने से पहले जैसे ही चादर को उतारा, उसके आश्चर्य का ठिकाना न रहा। सारे जानवर अपनी जान बचाने के लिए भागने लगे। गल्लू को लगा कि जरूर इस चादर का चमत्कार है। उसके मन में विचार आया कि कहीं यह जादुई तो नहीं। जिसको ओढ़ते ही वह अदृश्य हो जाता है। तभी उसे याद आया कि मल्लू ने भी दरवाजा खटखटाने की आवाज सुनकर दरवाजा खोला और एकाएक बन्द भी कर लिया, मानो दरवाजे पर कोई हो ही नहीं। अब उसका शक यकीन में बदल गया। वह नहाकर जल्दी से जल्दी अपने भाई मल्लू सियार के पास पहुंचना चाहता था। अतरू लम्बे डग भरता हुआ उसके घर जा पहुंचा। उसने मल्लू को वह चादर दिखाई और प्रसन्न होते हुए बोला.. देखो भाई, इस जादुई चादर को ओढ़ते ही ओढ़ने वाला अदृश्य हो जाता है। मैंने सोच है कि क्यों न इसकी मदद से मैं जंगल के राजा को मारकर खुद जंगल का राजा बन जाऊं अगर तुम मेरा साथ दोगे तो मैं तुम्हें महामंत्री का पद दूंगा।

भाई गल्लू, मुझे महामंत्री पद का कोई लालच नहीं। यदि तुम मुझे राजा भी बना दोगे तो भी मैं नहीं बनूंगा क्योंकि अपने स्वामी से गद्दारी में नहीं कर सकता। मैं भी कितना मूर्ख हूं जो इस काम में तुम्हारी सहायता लेने की सोच बैठा। मल्लू सोच में डूब गया। अगर गल्लू जंगल का राजा बन बैठा तब तो अनर्थ हो जाएगा। एक सियार को जंगल का राजा बना देखकर पड़ोसी राजा हम पर आक्रमण कर देगा। शक्तिशाली राजा के अभाव में हम अवश्य ही हार जावेंगे। यह सोच कर मल्लू सियार सिहर उठा और उसने मन ही मन गल्लू की चाल को असफल बनाने की एक योजना बना डाली। रात के समय जब सब सो रहे थे तब मल्लू अपने घर से निकला और चुपचाप खिड़की के रास्ते गल्लू के मकान में घुस गया। उसने देखा कि गल्लू की चादर उसके पास रखी हुई है। उसने बड़ी ही सावधानी से उसको उठाया और उसके स्थान पर वैसी ही एक अन्य चादर रख दी जो कि बिल्कुल वैसी थी। इसके बाद वह अपने घर आ गया। सुबह उठकर नहा-धो कर गल्लू सियार शेर को मारने के लिए चादर ओढ़कर प्रसन्नतापूर्वक उसकी मांद की ओर चल पड़ा। मांद में पहुँचकर उसने देखा कि शेर अभी सो रहा था। गल्लू ने गर्व से उसको एक लात मारी और उसको जगा कर गालियां देने लगा। शेर चौंक कर उठ गया। वह भूखा तो था ही, उपर से गल्लू ने उसको क्रोध भी दिलाया था, सो उसने एक ही बार में गल्लू का काम तमाम कर दिया। मल्लू सियार को जब अपने भाई की यह खबर मिली तो उसको बड़ा दुख हुआ पर उसने सोचा कि इसके अलावा जंगल की स्वतंत्रता को बचाने का कोई रास्ता भी तो नहीं था। उसकी आंखों में आंसू आ गए, वह उठा और उसने उस जादुई चादर को जला डाला ताकि वह किसी और के हाथ में न पड़ जाए। मल्लू ने अपने भाई की जान देकर अपने राजा के प्राण बचाए थे और जंगल की स्वतंत्रता भी।

> स्वयं में बहुत सी कमियों के बावजूद अगर मैं स्वयं से प्रेम करता हूं, तो दूसरों में थोड़ी बहुत कमियों की वजह से उनसे घृणा कैसे कर सकता हूं।
>
> 
>
> -स्वामी विवेकानंद

पाठकों के लिए

विभिन्न सामाजिक, साहित्यिक एवं धार्मिक विषयों पर सभी प्रबुद्ध पाठकों के लेख, लघु कथाएं तथा कविताएं आमंत्रित हैं।

— हमारा पता —
संपादक,
चेंजिंग वेज, गुंजन भवन, तपोवन रोड चीपीओ सिद्धबाड़ी, धर्मशाला जिला कांगड़ा (हि.प्र.) - 176057
Mail : badaltirahain@gmail.com

हकीकत बन गया बूरा सपना

एचआईवी पीड़ित की आत्मकथा

गतांक से आगे....

मुझे बस आगे पढ़ना था और इस बात को कोई नहीं समझना चाहता था। मां भी बापू के साथ मिल गयी अब तो। मैं फिर रोना शुरू करने वाली ही थी कि दरवाजे की कुंडी खड़की, चल हरदयाल चाचा आए हैं, यह सूरज था मुझसे बड़ा वाला भाई। मैं क्या करूं हरदयाल चाचा का, मैंने आंसू सुड़के। बुला रहे हैं तुझे, मैं नहीं जानता, आना है तो आ नहीं तो बैठी रह रोती-धोती। कह कर वह चलता बना। मैं धीरे से दरवाजा खोल कर बैठक में आई। हरदयाल चाचा बापू के अभिन्न मित्र थे और हमारे घर के सदस्य जैसे ही थे। उनके कोई औलाद नहीं थी सो दोनों पति-पत्नी मुझसे अपनी औलाद जैसा ही स्नेह करते थे। उस दिन ऐसा हुआ कि मेरा दुख देखकर हरदयाल चाचा ने एलान कर दिया कि अगर मुझे आगे पढ़ने नहीं दिया गया तो वह मुझे अपने साथ ले जाएंगे। उनकी बात की संजीदगी घर में सब समझते थे सो बापू को भी हथियार डाल कर मुझे आगे की पढ़ाई करवाने को राजी होना पड़ा, ये मोहलत सिर्फ 2 और सालों की थी, मैट्रिक की परीक्षा पास कर लेने तक की, यह अलग बात है कि मैट्रिक पास करते करते मुझे दो की जगह तीन साल लग गए और मेरा ब्याह विजय सिंह से हो ही गया।

तीन भाइयों कि अकेली बहन थी मैं, हम लोग हिमाचल (पालमपुर) के गद्दी (गड़रिये) लोग, सुंदर स्वस्थ खाते-पीते। बेहद जिद्दी और कर्मठ थी मैं, पढ़ने, सीखने और आगे बढ़ने का शौक तो मुझमें कूट-कूट कर भरा था। जीवन में एक दिन भी मैंने यह नहीं सोचा कि मैं सिर्फ रोटी-पानी करके घर के अंदर घुट-घुट कर जीने के लिए पैदा हुई हूं, मुझे तो कुछ बड़ा और अच्छा करना था और यह आग मेरे अंदर बचपन से थी। मां-बाप की भी लाडली बेटी थी पर जाने क्या सोच कर उन्होंने मुझ पढ़ी-लिखी का ब्याह विजय सिंह जैसे ट्रक चलाने वाले से कर दिया था। शायद भरा पूरा घर परिवार देखा हो, या भाई भगवान ही जाने उन के मन में क्या तो आया। बहरहाल 1999 में 19 साल कि उम्र में मैं ब्याह कर ससुराल आ गयी। और बिलकुल वही जीवन जीने लगी जिससे बचने के लिए मैंने अब तक हाथ पैर मारे थे। ससुराल में बैल भी पाले हुए थे सो सुबह से शाम तक बस यही काम चलते रहते थे बैलों की सानी-पानी करो, और पूरे दिन घर के दूसरे काम करते रहो, पढ़ाई-लिखाई कि बातों का कोई काम ही नहीं था।

विजय सिंह भी गांव के दूसरे कम पढ़े-लिखे लोगों की तरह ट्रक चलाते थे और एक बार में कई-कई महीनों और कभी-कभी तो साल भर से भी ज्यादा समय के लिए दिल्ली चले जाते थे। भरा-पूरा ससुराल था, देवर जेठ और उनके परिवार संयुक्त रूप से रहते थे। हमने अपना फोन भी लगवा लिया था सो सप्ताह में एक बार विजय सिंह से घर गृहस्थी की बातें हो जातीं थीं। जल्दी-जल्दी दो बच्चे हो जाने से मैं भी अपने परिवार में व्यस्त हो गयी।

शादी होती है तो प्यार भी हो जाता है, प्यार होता है तो विश्वास भी होता है, और जब यही विश्वास छला जाता है तो पूरे दिल में ऐसा जहरबाद फैल जाता है जिसका कोई तोड़ नहीं है। धोखे ने मेरी तो देह में भी जहर बो दिया था। मैं कैसे अपने मृत पति को श्रद्धा से याद करूं। यादें आज भी मुझे रुला जाती हैं, ये यादें मरे, बिछुड़े हुए पति की नहीं उनके फरेब और मक्कारी की हैं। सोचती हूं बस एक बार वे मुझसे दिल खोल कर सारी बातें कह जाते तो मैं उन्हें माफ कर देती। लोग मुझे कुलटा कहेंगे जब जानेंगे कि मैं कहती हूं अच्छा हुआ मर गए, मेरे साथ इतना बड़ा धोखा किया, पर मैं ही जानती हूं कि उनकी वजह से मैंने क्या-क्या झेला है, फिर उनके लिए प्रेम और समर्पण की बातें करना दुनिया के साथ ही नहीं अपने साथ भी बेईमानी होगी, और मैं जिद्दी हूं, जुझारू हूं और कुछ भी हूं लेकिन बेईमान नहीं हूं।

2006 में मेरी तबीयत बहुत खराब रहने लगी, शाम को बुखार, हाथ पैरों में दर्द की शिकायत, पेचिश और भूख न लगना आदि। 2007 मार्च में टीबी का पता चला, विजय सिंह भी बीमार थे। मेरी सास मुझसे कहा करतीं थीं पति के पास मत जाना, उसे टीबी है तुझे भी लग जाएगी, लेकिन उनके साथ कोई भेदभाव नहीं किया जाता था घर में, वे घर के बेटे जो ठहरे। 10 अगस्त 2007 को विजय सिंह की मौत हो गयी, शादी के आठ साल बाद। उस समय मैं 27 साल की और वे 30 साल के थे। तब मैं खुद इतनी ज्यादा बीमार और कमजोर थी कि लोगों को मेरे मरने का अंदेशा ज्यादा था। विजय सिंह के मरने से मैं दुख से पागल सी हो गयी। एक तो मैं खुद बहुत बीमार और छोटे-छोटे दो बच्चे, एक लड़का 6 साल का और दूसरा 5 का। कैसे कटेगी जिंदगी, कैसे पलेंगे दोनों बच्चे, यही सवाल मुंह बाए खड़े थे मेरे सामने। अब तो ससुराल वालों ने मेरे साथ छूआ-छूत बरतना भी शुरू कर दिया, अलग कोठरी में डाल दिया। कारण नहीं समझ में आता था मुझे। यही लगता था कि शायद टीबी की वजह से यह व्यवहार कर रहे हैं मेरे साथ।

विजय सिंह की मौत के तीन महीने बाद मेरे ससुर जी मुझे करीब 30-40 किलोमीटर दूर स्थित कांगड़ा अस्पताल ले गए, दोनों बच्चे भी साथ ही थे, वहां जब उन्होंने मेरा एचआईवी टेस्ट करवाना चाहा तो काउन्सलर ने उनसे मेरे पति की रिपोर्ट के बाबत पूछा। ससुर जी ने उनसे कहा कि रिपोर्ट तो नहीं मिली है और अब तो लड़का भी मर चुका है, आप इसका टेस्ट कर लो। यह सुन कर मेरे कान खड़े हो गए और मैं घायल शेरनी कि तरह बिफर गयी। मैंने कह दिया कि जिस भी टेस्ट की बात हो रही है मैं तब तक नहीं करवाऊंगी जब तक मुझे मेरे पति की रिपोर्ट नहीं दिखाई जाती। उस दिन तक मुझे नहीं मालूम था कि एचआईवी क्या बला होती है, बस इतना समझ पायी थी कि मेरे ससुर जी किसी ऐसी बीमारी की बात कर रहे हैं जिसकी वजह से मेरे पति की मृत्यु हुई है और इन लोगों को मेरे भी उसी बीमारी से ग्रस्त होने का अंदेशा है अब।

एचआईवी कि रिपोर्ट्स गोपनीय रखी जाती हैं, यहां तक कि उनपर मरीज का नाम तक नहीं होता है केवल मरीज संख्या होती है। मेरे ससुर जी अब भी मेरे पति के मृत्यु से पूर्व एचआईवी ग्रस्त होने की बात छिपाना चाहते थे लेकिन काउन्सलर ने कहा कि स्पाउज; पति या पत्नी का कानूनी हक होता है बीमारी के बारे में जानने का और मुझे पति की रिपोर्ट दिखा दीं, वे एचआईवी पॉजिटिव थे। मेरे पति और सास-ससुर उनको इस बीमारी से अच्छी तरह वाकिफ थे, उन्हें रिपोर्ट नहीं दी गई थीं क्योंकि रिपोर्ट लेने पति साथ नहीं आए थे, लेकिन उन्हें पति की बीमारी के विषय में अच्छी तरह बता दिया गया था।

जब काउन्सलर ने मुझे इस बीमारी का विवरण दिया तो मैं आसमान से जमीन पर आ गिरी, एक पल में ही मेरे पति की बीमारी के दौरान उनकी व सास-ससुर की कही गयी बातें मुझे याद आने लगीं, और पिछले दो महीनों के दौरान मेरे ससुराल वालों द्वारा मेरे प्रति किया गया भेदभाव का बर्ताव भी अब मुझे समझ में आने लगा। काउन्सलर बहुत ही गुस्से में मेरे ससुर जी पर बरस रहे थे कि उन्होंने बार-बार समझाया था कि मेरे पति की एआरटी शुरू होनी चाहिए, लेकिन इन लोगों ने समाज में अपनी प्रतिष्ठा बचाए रखने के लिए मेरे पति का एचआईवी का इलाज शुरू ही नहीं करवाया और इसी कारण मेरे पति की मृत्यु हो गयी थी। उन्होंने मेरे ससुर जी की बहुत भर्त्सना की कि उनकी जिद और कठोरता की वजह से ही उनके जवान बेटे कि मौत हुई है। प्रत्यक्ष में मैं पत्थर की मूर्ति की तरह निश्चेष्ट बैठी थी लेकिन मेरे दिमाग और बदन में गुस्से और घृणा का खौलता लावा दौड़ रहा था, जी तो चाह रहा था कि इसी लावे से सामने खड़े इस धोखेबाज आदमी को जला दूं। उसी एक क्षण में मेरे पति के प्रति मेरी अब तक की समूची श्रद्धा और सहानुभूति काफूर हो गयी और उसकी जगह एक भयंकर नफरत और प्रतिशोध की भावना ने ले ली। आप आराम से मुझे एक बुरी औरत कह सकतीं हैं, समाज का तो काम ही यही है, लेकिन मेरी जगह अपने आप को रख कर देखें जरा, धोखे ने मेरी शादी और प्यार को ही अपमानित नहीं किया था, मेरे जीवन को भी दांव पर लगा दिया था। आज भी मुझे यही मलाल है कि मेरे पति ने मुझे यह बात क्यों नहीं बताई थी। एक बार कह जाते कि मुझे यह बीमारी है और अब मुझसे तुमको भी हो गयी है मुझे माफ कर देना, तो मैं सच में उनको माफ कर देती।

मैं न जाने कितनी देर यूं ही बुत बनी बैठी रही, इस बीच मेरे और बच्चों के खून के नमूने ले लिए गए। बच्चों की रिपोर्ट तो तुरंत नेगेटिव आ गयी लेकिन जैसा कि तय ही था मेरी रिपोर्ट के संदेहजनक संकेतों के आधार पर एक सप्ताह बाद फाइनल रिपोर्ट लेने के लिए कहा गया, पॉजिटिव व्यक्तियों की पूरी जांच होने में इतना ही समय लगता है। बहुत भारी मन से, लगभग टूटी-फिटी अवस्था में मैं घर आ गयी। ससुर जी अस्पताल में हुई अपनी बेइज्जती का कारण मुझे मान कर बहुत नाराज थे। घर में अब खुलेआम ताने और और बुरा बर्ताव होने लगा। मेरे ससुराल वाले बिलकुल नहीं समझ रहे थे कि उनके बेटे की वजह से मेरी जिंदगी तबाह हुई है, वे मेरे द्वारा अपना इलाज करवाने या गांव वालों को बता देने के घोर विरोध में थे। जबकि मैं जानती थी कि यह बात हमेशा के लिए नहीं छिपाई जा सकती है, इसलिए मुझे एक चोर की तरह नहीं बल्कि सर उठा कर इज्जत से एक बहादुर योद्धा की तरह अपनी परेशानियों से लड़ना होगा।

एक सप्ताह बाद मुझे रिपोर्ट लेने जाना था लेकिन मेरे ससुर नहीं चाहते थे कि मैं रिपोर्ट लेने जाऊं क्योंकि परिणाम तो हम जान ही चुके थे और वे नहीं चाहते थे कि परिवार की बदनामी हो। जब मैं जाने लगी तो उन्होंने व्यंग्य से कहा कि -जाओ वहां जा कर परिवार की बुराई करना, हमसे जो भी परेशानी है वहां सब बता देना। -मैं उनकी बातों को अनसुना कर कांगड़ा चली गयी, रिपोर्ट पॉजिटिव थी फिर मेरी काउन्सलिंग हुई और मुझे जीवन रक्षा के उपाय बताए गए। इस संदर्भ में मैं कांगड़ा के रहने वाले डॉ. राजेश सूद जी के विषय में बताना चाहूंगी। वे डिस्ट्रिक्ट एड्स कंट्रोल ऑफिसर हैं, और गरीब मरीजों के लिए भगवान से कम नहीं हैं। मेरे ससुराल वालों ने इलाज के लिए आने-जाने का किराया देने से मना कर दिया था तब वे ही बस का पास बनवा कर देते थे। शुरुआत में मरीज बहुत निराश होते हैं, उनकी इसी हताशा की वजह से उन्हें समय पर दवाई खाना न याद रहता है न उन्हें ऐसा करने की कोई अंतः प्रेरणा होती है, जबकि एचआईवी के उपचार में एआरटी की गोली का बिलकुल समय पर लेने का बहुत महत्व है, ऐसी परिस्थिति में डॉ. राजेश मुझे और मेरे जैसे कई मरीजों को सुबह-शाम नियत समय पर फोन करके दवा खाने की याद दिलाते थे। यह काम उन्होंने कई दिन बिना नागा किया है, इस तरह के निस्वार्थ भाव से सेवा करने वाले कई लोग हैं मेडिकल लाइन में, सिर्फ लोगों को उनके बारे में पता नहीं है। ऐसे ही मेरे बच्चों के लिए एचआईवी पॉजिटिव अभिभावकों के बच्चों को मिलने वाली आर्थिक सहायता भी मेरे ससुर जी मेरी बिना जानकारी के ले आते थेए तब डॉ. राजेश सूद ने मुझे फोन करके सूचित किया व नियम बना दिया कि जब रोगी स्वयं आएगा तभी राशि उसे ही दी जाएगी। वे अपनी बातों से मनोबल बढ़ा देते थे। इसी बीच मुझे पता चला कि हमारे पूरे गांव वालों को मेरी और मेरे पति की बीमारी के बारे में पहले से ही पता था, सिर्फ मुझे ही कोई जानकारी नहीं थी इस बारे में। लेकिन गांव वालों का रवैय्या बहुत सकारात्मक था इस विषय में तथा उन्हें मुझसे पूरी सहानुभूति थी। इसके बाद मुझे सरकारी आवास मिल गया और मैं अपने बच्चों के साथ वहीं रहने लगी, लेकिन भविष्य को लेकर मैं अब भी दिशाहीन थी।

दिसंबर 2010 में हमीरपुर, शिमला में गुंजन ऑर्गेनाइजेशन का कैंप लगा और मैं उनके साथ ईपीटीसीटी (Elimination of parent-to-child transmission of HIV and Syphilis) कार्यक्रम से जुड़ गयी, यह कार्यक्रम वर्ल्ड हैल्थ ऑर्गेनाइजेशन और यूनिसेफ द्वारा चलाया जा रहा है। इस कार्यक्रम के तहत एचआईवी पॉजिटिव अभिभावकों के स्वस्थ व सामान्य बच्चों का जन्म सुनिश्चित किया जाता है। गर्भवती स्त्री की एचआईवी पॉजिटिव अवस्था का पता चलते ही उसकी एआरटी शुरू कर दी जाती है तथा प्रसव के समय भी खास दवाइयां और एहतियात बरते जाते हैं। स्तनपान या तो करवाया ही नहीं जाता या विशेष सावधानी बरती जाती है। हम नयी पॉजिटिव मांओं को विस्तार से प्रशिक्षित करते हैं। यह एक चमत्कार ही है कि एचआईवी जैसा संक्रामक रोग जो एक संक्रमित सुई के प्रयोग तक से फैल जाता हो, उसे रोगी स्त्री के गर्भ में ही पल रहे, उसके ही रक्त और मांस मज्जा से बने शिशु तक पहुंचने से रोक दिया जाए। यही चिकित्सा विज्ञान के चमत्कार हैं और गुंजन ऑर्गेनाइजेशन के संदीप परमार जी की प्रेरणा व प्रयासों से आज मैं इस तरह की गर्भावस्था व प्रसव के मामले सुलझाने में दक्ष हूं। आज मुझे यह संतोष है कि मेरे हाथों से ऐसी कई सुरक्षित डिलीवरी हुई हैं तथा कई स्वस्थ बच्चों ने जन्म लिया है। हम आउटरीच वर्कर्स हैं तथा नए रोगियों का हर तरह से सहयोग करते हैं।

मेरे व्यक्तिगत स्वास्थ्य की बात करें तो अभी हाल की रिपोर्ट में मेरी सीडी 4 गणना 1035 निकली है, जो बहुत अच्छी है। मैं स्वस्थ हूं लेकिन आर्थिक समस्याएं हैं, 13-14 साल के दो बच्चों का भविष्य इस छोटी सी नौकरी से नहीं बनाया जा सकता। अगर मेरे ससुराल वाले झूठी प्रतिष्ठा को बचाने के चक्कर में मेरे पति के इलाज की अनदेखी न करते और समय रहते एआरटी शुरू कर देते तो आज मेरे बच्चों के सिर पर भी बाप का साया होता।

अनुराधा की टिप्पणी (सत्या 35 साल की जुझारू लेकिन भावुक महिला है। फोन पर बात करते-करते दो बार उनके आंसुओं का बांध टूट गया, वे बार-बार यही कहती रहीं कि, कोई बात नहीं अगर मेरे पति को एचआईवी हो गया था, वे बस मरने से पहले एक बार अपनी गलती स्वीकार कर लेते, अपनी बीमारी के बारे में बता देते तो मुझे इतना बुरा नहीं लगता। मुझे बड़ा आश्चर्य था, दुख उन्हें बीमारी का नहीं, पति की बेवफाई का भी इतना नहीं जितना बता कर न जाने का था, नारी मन !! सत्या के पास जीवट है लेकिन साधन नहीं, समाज से हमें ही आगे आना पड़ेगा उसके साथ दोनों बच्चों की जिम्मेदारी साझा करने। और भी कई सत्या हैं, जिन्हें हमारी जरूरत है और हम यह नहीं जानते हैं। मेरा इस श्रृंखला को लिखने का उद्देश्य ही आप लोगों को ऐसे ही वर्ग से परिचित करवाना है। फिलहाल तो सत्या पर फ़ैज की ये दो पंक्तियां वार देने का मन है दृ

फ़िक्र की राह सर-ब-सर मंजिल
हम जहाँ पहुंचे क़ामयाब आए।

चेंजिंग वेज
Changing Ways
धर्मशाला, 01 अगस्त 2016

बढ़ती उम्र से लड़ना है तो खाएं फाइबर युक्त खाना

पाचन से लेकर त्वचा की चमक तक अक्सर विशेषज्ञ फाइबर्स के सेवन की सलाह देते हैं। अब एक शोध कह रहा है कि लंबे समय तक फाइबर-रिच डाइट लेने से बढ़ती उम्र के साथ भी स्वस्थ रहने में मदद मिल सकती है। किसी भी व्यक्ति के लिए उम्र का बढ़ना एक प्राकृतिक क्रिया है। इसके साथ ही शरीर के अंगों का कमजोर होना और सफेद बालों, झुर्रियों आदि के साथ बढ़ती उम्र का दिखाई देने लगना भी स्वाभाविक है। यदि प्रारंभ से प्रयास किए जाएं, तो बढ़ती उम्र के इन लक्षणों को लंबे समय तक टाला जा सकता है और उम्र संबंधी तकलीफों के असर को कम किया जा सकता है। भोजन भी इस मामले में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

शोध में खुलासा

इस संदर्भ में न्यू साउथ वेल्स, ऑस्ट्रेलिया में हुए एक शोध ने यह साबित किया कि फाइबर से भरपूर भोजन, जोकि असल में कार्बोहाइड्रेट का ही एक प्रकार होता है, और जिसे शरीर पचा नहीं सकता, वह असल में बढ़ती उम्र में स्वस्थ रखकर हमें फायदा पहुंचाता है। स्वस्थ रहकर उम्रदराज होने और कार्बोहाइड्रेट का सेवन करने के बीच की इस कड़ी को शोधकर्ताओं ने लाभकारी माना है। शोधकर्ता कहते हैं कि फाइबर्स की बदौलत, उम्र बढ़ने के साथ आने वाली मुश्किलों जैसे डिसेबिलिटी, डिप्रेशन के लक्षण, दिमागी अक्षमताओं, श्वास संबंधी तकलीफों से लेकर कैंसर और कोरोनरी आर्टरी डिसीज जैसी गंभीर अवस्थाओं तक से बचाव हो सकता है।

रोजाना डाइट का हिस्सा

शोधकर्ता कहते हैं कि रोजाना के भोजन का हिस्सा बनने वाले जो फाइबर शरीर पचा नहीं पाता, ये अधिकांशतः पौधों का ही भाग होते हैं, जैसे फल, सब्जियां और अनाज। ये फाइबर घुलनशील यानी सॉल्युबल और अघुलनशील यानी इन्सॉल्युबल, दो प्रकार के होते हैं। सॉल्युबल फाइबर पानी को सोखकर एक जैल जैसे पदार्थ का निर्माण करते हैं। यह पाचन की क्रिया को धीमा कर देते हैं। इस बात के प्रमाण भी मिले हैं कि इनसे कोलेस्ट्रॉल का स्तर कम होता है जिससे हृदय रोग से बचने में मदद मिल सकती है।

फाइबर्स के स्रोत

■ **ओट** का चोकर ■ बार्ले ■ नट्स ■ सीड्स ■ चौला आदि बीन्स ■ मटर जैसे दाने ■ दाल आदि।

इन्सॉल्युबल फाइबर्स जल्दी से पेट भरने का काम करते हैं, जिससे आप भोजन की अधिक मात्रा ग्रहण करने से बच जाते हैं। ये गेहूं के आटे के चोकर, सबूत अनाज और सब्जियों में पाए जाते हैं।

शुरू से दें ध्यान

फाइबरयुक्त भोजन के इन फायदों के सामने आने के बाद, डाइट में इनका शामिल होना और भी महत्वपूर्ण हो गया है। यही कारण है कि अक्सर विशेषज्ञ बचपन से ही इसे डाइट में शामिल करने की सलाह देते हैं। कई बार बच्चों में इसकी कमी गंभीर कब्ज का कारण भी बन जाती है। फाइबर्स का होना पाचन को दुरुस्त बनाता है और इस बात के तो स्पष्ट प्रमाण हैं ही कि पेट का अच्छी तरह साफ होना, पाचन का सुदृढ़ होना, स्वास्थ्य के लिए लाभकारी होता है। इसलिए फाइबर्स से दोस्ती करना आवश्यक है।

रूस और भारत के बीच चलेगी ट्रेन

रूस और भारत के बीच बहुत जल्द ट्रेन चलने लगेगी। यह ट्रेन रूस के सेंट पीटर्सबर्ग और फिनलैंड के हेलसिंकी नगरों से होते हुए भारत में मुंबई तक चलेगी। शुरुआत में इस रूट पर मालगाड़ियां चलेंगी। रूस और भारत के बीच मालगाड़ियां इसी अगस्त से चलने की संभावना है। यह ट्रेन ईरान, अजरबैजान और रूस से होकर गुजरेगी। भारत से यह बंदरगाह के जरिए जुड़ सकती है। ईरान के चाबहार बंदरगाह से समुद्र मार्ग के जरिए भारत तक पहुंचेगी। यह उत्तरी-दक्षिणी प्रोजेक्ट का रूट 7 हजार किलो मीटर की दूरी तय करेगा। इस रेल से चार देश रूस, अजरबैजान, ईरान और भारत जुड़ेंगे। अंग्रेजी अखबार रशिया-इंडिया रिपोर्ट के मुताबिक, रूस रेलवे के प्रथम अलिक्सान्दर मिशारीन ने कहा, शुरू में हम इस नए रेलमार्ग पर मालगाड़ियां चलाकर देखेंगे। इस रूट पर पहली मालगाड़ी मुंबई से आगामी 7 अगस्त को मास्को के लिए रवाना होगी।

अजरबैजान रेलवे के अध्यक्ष जावेद गुरबानफ ने कहा कि आने वाले तीन-चार हफ्तों में ऐसी पहली ट्रेन अपनी मंजिल की तरफ रवाना होगी। उन्होंने बताया कि इस नए रेलमार्ग का रास्ता मुंबई से ईरान के बंदेर-अब्बास बंदरगाह तक पहुंचेगा। उसके बाद यह रेल ईरान के रेश्त नगर तक जाएगी। ईरान की उत्तरी सीमाओं पर बसे रेश्त नगर और अजरबैजान के सीमावर्ती नगर अस्तारा के बीच रेल लाइन बिछाने का काम पूरा नहीं हुआ है। इसलिए इस मालगाड़ी पर लदे सारे कंटेनर सड़क के रास्ते से अस्तारा ले जाए जाएंगे। जहां से इन कंटेनरों को फिर से रेलगाड़ी पर लादकर उन्हें मास्को रवाना किया जाएगा। रेशत नगर और अस्तारा के बीच रेल लाइन बिछाने के बारे में अजरबैजान के प्रधानमंत्री का इलिहाम अलियेव का कहना है कि इस साल के आखिर तक 8 किलोमीटर के इस टुकड़े पर रेल लाईन बिछा दी जाएगी। इस काम में ये वक्त इसलिए लगेगा क्योंकि रास्ते में एक पुल बनाना होगा। तब तक ईरान और अजरबैजान दो देशों के रेलमार्ग को आपस में जोड़ने के बारे में एक समझौता कर लिया जाएगा। उसके बाद उत्तरी-दक्षिणी गलियारे का सक्रियता से इस्तेमाल शुरू कर दिया जाएगा।

गौरतलब है कि 12 सितंबर 2000 को रूस के सेंट पीटर्सबर्ग नगर में रूस, ईरान और भारत ने अंतरराष्ट्रीय उत्तरी-दक्षिणी परिवहन गलियाराका निर्माण करने के बारे में एक समझौते पर हस्ताक्षर किए थे। यह समझौता 21 मई 2002 से लागू हो गया। बाद में 2005 में अजरबैजान भी इस समझौते में शामिल हो गया और वह भी परियोजना में सहयोग करने लगा।

पीठ दर्द से निजात दिलाएगा रोबोट

पीठ दर्द से जूझ रहे लोगों के लिए अच्छी खबर है। इस दर्द से निजात पाने में अब रोबोट की भी मदद ली जा सकती है। इसके लिए रोबोट मसाज थेरेपी विकसित की गई है। इससे मांसपेशियों के खिंचाव और चोट से उबरने में मदद मिल सकती है। यह एक थ्रीडी प्रिंटेड एक्सपर्ट मेनीपुलेटिव मसाज आटोमेशन (संक्षेप में एम्मा) रोबोट आर्म है। इस रोबोट को नानयांग टेक्नीकल यूनिवर्सिटी से वित्त पोषित स्टार्ट-अप कंपनी आइट्टीट ने विकसित किया है।

इस यूनिवर्सिटी से 2010 में स्नातक करने वाले झांग ने कहा, हमने एम्मा को चिकित्सकीय उपकरण के तौर पर विकसित किया है। फिजियोथेरेपिस्ट की सलाह पर रोगी पर इसे आजमाया जा सकता है। यह स्वतः काम करता है। यह संभवतया दुनिया का ऐसा पहला रोबोट है जिसे खासतौर पर पारंपरिक चीनी चिकित्सा और चिकित्सकों के लिए विकसित किया गया है।

शोधकर्ताओं के अनुसार, एम्मा ने करीब 50 रोगियों का इलाज किया जो टेनिस एल्बो, गर्दन की अकड़न, कंधे और पीठ दर्द के अलावा मांसपेशियों में खिंचाव की समस्या से पीड़ित थे। यह रोबोट एथलीटों के लिए काफी कारगर साबित हो सकता है। इससे चोट से उबरने में मदद मिल सकती है।

स्वामी/प्रकाशक/मुद्रक/संपादक : संदीप परमार द्वारा वीपीओ सिद्धबाड़ी, तहसील धर्मशाला, जिला कांगड़ा-176057, हि प्र से प्रकाशित एवं इम्पीरियल प्रिंटिंग प्रेस, गुरुद्वारा रोड धर्मशाला से मुद्रित। फोन नंबर : 01892-235315 Mail : badaltirahain@gmail.com