देशी कट्टा और कारतूस के साथ एक गिरफ्तार

नरसिंहपुर, देशबन्धु। पुलिस द्वारा चलाए जा रहे ''आपरेशन प्रहार'' के तहत थाना करेली पुलिस को बड़ी सफलता मिली है। पुलिस ने एक लोहे का देशी कट्टा व एक जिंदा कारतूस के साथ आरोपी गिरफ्तार किया है। उल्लेखनीय है कि जिले में अवैध कारोबार पर पूर्णत: प्रतिबंध लगाने हेतु नरसिंहपुर पुलिस द्वारा विशेष अभियान आपरेशन प्रहार चलाया जा रहा है जिसके तहत पुलिस अधीक्षक द्वारा जिले के समस्त थाना प्रभारियों को निर्देशित किया गया है कि जिले में अवैध शराब के कारोबार पर पूर्णत: प्रतिबंध लगाने हेतु विभिन्न क्षेत्रों में नाकाबंदी की जावे साथ ही सर्चिंग अभियान चलाया जाकर संदिग्ध व्यक्तियों एवं अवैध कारोबारियों की धरपकड की जावे।

एक आरोपी लोहे का देशी कट्टा एवं जिंदा कारतूस के साथ गिरफ्तार

थाना करेली पुलिस द्वारा मुखबिर की सूचना पर कार्यवाही करते हुए घेराबंदी कर आरोपी सैंकी उर्फ विकास सोनकर पिता शेखर सोनकर उम्र 21 वर्ष निवासी सुभाष वार्ड करेली के कब्जे से एक लोहे की देशी पिस्टल व एक जिंदा कारतूस रखे हुये मिला जो उक्त देशी कट्टे व जिंदा कारतूस को जप्त कर कब्जा पुलिस में लिया गया व आरोपी के विरूद्ध अपराध क्रमांक 402/2025 धारा 25 (1-बी) ए 27 आर्म्स एक्ट का पंजीवद्ध कर उक्त आरोपी को माननीय न्यायालय के समक्ष प्रस्तुत किया जा रहा है।

इनकी रही मुख्य भूमिका - उक्त कार्यवाही में थाना प्रभारी निरीक्षक, प्रियंका केवट, उनि विजय धुर्वे, आरक्षक सुदीप बागरी, आरक्षक अमित यादव, आरक्षक रोहित बारोलिया, की सराहनीय भूमिका रही।

आकाशीय बिजली गिरने से एक की मौत

गोटेगांव, देशबन्धु। गोटेगांव विधानसभा के अंतर्गत पुलिस थाना मुंगवानी के गोंगावरी गांव में महुआ के पेड़ के नीचे सूरत साहू के खेत की मेढ पर बैठी हुई महिला बरातबाई पति खुशहाल गौड उम्र 65 वर्ष निवासी पलारी आदेगांव की अचानक आकाशीय बिजली गिरने से मौत हो गई। पुलिस ने मर्ग प्रकरण कायम करके शव का पोस्टमार्टम कराया है।

दूसरा मामला पुलिस थाना ठेमी के महादेव पिपरिया रोड पर लापरवाही पूर्वक बाइक चला कर देवेन्द्र लोधी निवासी नरपुर को टक्कर मार कर घायल कर देने पर रिपोर्ट होने पर बाइक एमपी 49 एमटी 2955 के चालक के खिलाफ मामला दर्ज किया है।

हत्या के पांच आरोपियों को उम्रकैद

गाडरवारा, देशबन्धु। विगत दिवस चतुर्थ अपर सत्र न्यायाधीश ने हत्या के आरोपियों को आजीवन कारावास की सजा सुनाई। संक्षेप में मामला इस प्रकार है कि ग्राम कुड़ारी में दिनांक 21/05/20 को रात्रि 8 बजे आहत रंजीत कीर उसके भाई मुन्ना के साथ आरोपी बीरबल कीर के घर जाकर उनके द्वारा उधार दिए गए गेंहू वापस मांगने लगे तो आरोपी बीरबल ने उन्हें गन्दी गन्दी गालियाँ दी और उन्हें उधार दिये हुये गेंहू वापस नहीं दिये तो आहत रंजीत व मुन्ना ने पंचायत लगाने का कहा और अपने घर तरफ जाने लगे तभी आरोपी बीरबल कीर के घर के सामने बने स्वागत गेट के पास आरोपी बीरबल उसका लड़का ओमकार, बबलू कीर, भूरा एवं हज्जी कीर सभी अपने हाथों में लाठी - डंडे लिये आये और गन्दी गन्दी गालियां देते हुए आरोपीगण ने रंजीत कीर व मुन्ना कीर को चोटें पहुचाई ।

कुछ देर बाद आहतगण क शासकीय चिकित्सालय गाडरवारा ले गये। चिकित्सक द्वारा थाना प्रभारी गाडरवारा को तत्संबंध में तहरीर प्रेषित की। अस्पताल में आहतगण का परीक्षण किया गया। आहत मुन्ना लाल को चिकित्सीय परीक्षण हेतु मेडीकल कालेज जबलपुर रिफर किया गया। जहां उसे भर्ती किया गया। ईलाज के दौरान आहत मुन्ना लाल कीर की मृत्यु हो गई। तहरीर जांच के आधार पर दिनांक 23/05/2020 को आरक्षी केन्द्र डोंगरगांव द्वारा अपराध क्रमांक 53/2020 अंतर्गत धारा 147, 148, 294, 323, 324, 506 भादवि के तहत आरोपी गण के विरुद्ध प्रथम सूचना रिपोर्ट लेखबद्ध की गयी।

संपूर्ण विवेचना उपरांत धारा 302 भादवि का ईजाफा कर अभियोग पत्र न्यायालय में प्रस्तुत किया गया। प्रकरण में आयी साक्ष्य के आधार पर आरोपीगण ओमकार कीर, बीरबल कीर, बबलू कीर, हज्जी उर्फ हजारीलाल कीर एवं भूरा कीर को दोषी मानते हुये धारा 148 भा.द.वि. में एक वर्ष का सश्रम कारावास एवं 500/-रु. के अर्थदंड, धारा 324/149 भादवि एक वर्ष का सश्रम कारावास एवं 500/-अर्थदंड तथा धारा 302/149 भादवि में आजीवन कारावास एवं एक हजार रूपए के अर्थदंड से दंडित किया।

सार-समाचार

छुट्टियों में बच्चों को पसंद आ रहे आउटडोर गेम्स

गाडरवारा, देशबन्धु। स्कूलों की छुट्टियां हो चुकी हैं। इस समय बच्चे या तो माता-पिता के साथ सैर सपाटा कर रहे हैं या फिर इंडोर और आउटडोर एक्टिविटी में व्यस्त हैं। कई बच्चे अलग-अलग स्पोर्ट्स एकेडमी ज्वाइन कर चुके हैं। बाजार में खेल से जुड़े कई तरह के इक्विपमेंट खरीदने को लेकर बच्चों की होड़ मची है। इनमें बाल, फुटबाल, बैडमिंटन, बैट और स्केटिंग की मांग ज्यादा है। वहीं इंडोर गेम्स में बच्चे कैरम, लूडो पसंद कर रहे हैं। एक अभिभावक ने बताया कि गर्मी की छुट्टियां शुरू हो गई हैं। अब बच्चे फुल मस्ती के मूड में हैं। इसके लिए वह तरह-तरह के गेम्स घर ले जा रहे हैं। उनके साथ अभिभावक भी उत्सुक हैं। आउटडोर एक्टिविटी के लिए बच्चे जहां बाल, फुटबाल, बैट में ज्यादा ले रहे हैं, वहीं इंडोर गेम्स के लिए कैरम, चेस, लूडो की मांग ज्यादा है। इस बार आयटम्स में भी अलग अलग तारक केआए हैं, जो थोड़ा महंगे हैं, लेकिन माता-पिता अपने बच्चों के लिए उन्हें खरीद रहे हैं।

उत्कृष्ट कार्य के लिए सवल जाट सम्मानित

नरसिंहपुर, देशबन्धु। नरसिंहपुर जिले के छात्र-छात्राओं ने कक्षा 10वीं और 12वीं में ऐतिहासिक सफलता प्राप्त की है। इसके लिए कलेक्टर द्वारा प्रदेश की मेरिट सूची में नाम दर्ज करने वाले 30 विद्यार्थियों को सम्मानित किया गया। साथ ही जिला शिक्षा अधिकारी अनिल व्यवहार एवं परीक्षा संचालन में उत्कृष्ट एवं सराहनीय सेवा देने के लिए लेखापाल श्री सबल जाट को सम्मानित करते हुए कलेक्टर ने उनके कार्य पद्धति की सराहना की। विदित हो कि पिछले तीन वर्षों से लगातार नरसिंहपुर जिला प्रदेश में प्रथम स्थान इन परीक्षाओं प्राप्त कर रहा है ।

श्री शंखनाद समिति का लोक कला प्रशिक्षण आज से

नरसिंहपुर, देशबन्धु। श्री शंखनाद शिक्षा, सेवा एवं लोक कला प्रशिक्षण प्रसार समिति, नरसिंहपुर द्वारा लोक कला एवं भारतीय लोक संस्कृति को बढ़ावा देने के लिए 21 दिवसीय निशुल्क ग्रीष्मकालीन प्रशिक्षण शिविर का आयोजन दिनांक: 10 मई से 31 मई 2025 तक समय: प्रात: 9 बजे से सायं 4 बजे तक प्रशिक्षण नरसिंह पब्लिक स्कूल नरसिंहपुर में किया जा रहा है, जिसमें विभिन्न लोक कलाओं में पारंगत कलाकारों के द्वारा मास्टर क्लासेस दी जावेगी। जिसमे नाटक, स्किट, मूक अभिनय, लोक नृत्य, लोक गायन, लोक नाट्य, स्कैचिंग,ढोलक, तबला,स्पोकन इंग्लिश, व्यक्तित्व विकास, बेन्जो आदि का प्रशिक्षण प्रशिक्षित मास्टर्स ट्रेनिंग प्रदान करेंगे। व्यक्तित्व विकास -कंचन पांडे हारमोनियम- मयंक नेमा हर्षित विश्वकर्मा. लोक नृत्य -निखिल अग्रवाल. अनामिका साहू, दिया पटैल. जिया जोशी. लोकनाट्य- रंगकर्मी ऐश्वर्य दुबे, आशीष तिवारी, ढोलक- चिराग धुर्वे. मनु शिवम् मेहरा, तबला- प्रतीक पांडे, गिटार-अभि डागोरिया ,ऑक्टापैड- ध्रुव पटैल बेन्जो- हर्षित विश्वकर्मा एवम् अन्य मास्टर्स ट्रेनर्स द्वारा विभिन्न विधाएं सिखाई जाएगी। जिसमें 8 से 18 वर्ष आयु वर्ग के 200 छात्र/छात्राएँ भाग लेंगे। समिति के संस्थापक ऐश्वर्य दुबे ने सभी से उद्घाटन कार्यक्रम में उपस्थिति की अपील की है।

भोपाल बनी लगातार तीसरी बार चैम्पियन, संजय शर्मा ने खिलाड़ियों को दिए 3 लाख के नकद पुस्कार

पूर्व मंत्री लखन घनघोरिया, पूर्व विधानसभा अध्यक्ष एनपी प्रजापति सहित कांग्रेस नेता रहे मौजूद

नरसिंहपुर, देशबन्धु। पिछले 13 दिनों से नरसिंहपुर जिले के करेली शहर में चल रहे स्व. उमाशंकर जी शर्मा कक्का जी की स्मृति में आयोजित क्रिकेट महाकुंभ के समापन समारोह का फाइनल मैच मणिनागेन्द्र सिंह फाउंडेशन शारिक तारिक भोपाल ने जीत लिया भोपाल ने टूर्नामेंट के खिताबी मुकाबले में आईसीसी भोपाल को निर्धारित 8 ओवर के मुकाबले में पहले बल्लेबाजी करते हुए 120 रनों का लक्ष्य दिया जबाब आईसीसी भोपाल 85 रन ही बना सकी।

कक्का जी को जीवंत इन युवाओं ने रखा है लखन घनघोरिया - क्रिकेट महाकुंभ के समापन में मुख्य अतिथि के रूप में पधारे पूर्व कैबिनेट मंत्री विधायक लखन घनघोरिया ने कहा कि संजय शर्मा लगातार सामाजिक धार्मिक और खेल से जुड़े आयोजनों में बढ़-चढ़कर हिस्सा लेते हैं और सक्रियता से सफल आयोजन भी कराते है आज संजय शर्मा जी ने कक्का जी की स्मृति में युवाओं एक अच्छा मंच देकर है नरसिंहपुर जिले और मध्य प्रदेश के कई युवाओं अपनी प्रतिभा को उच्च स्तर पर प्रदर्शित करने का मौका दिया है। करेली के धरा पर भारत के नामचीन खिलाड़ियों का आना जिले के लिए गौरव की बात - पूर्व विधानसभा अध्यक्ष एनपी प्रजापति ने कार्यक्रम को संबोधित करते हुए कहा कि संजय शर्मा द्वारा इस टूर्नामेंट का आयोजन करना जिले के लिए गर्व की बात है क्योंकि नरसिंहपुर जिले की इस पावन धरा पर संपूर्ण भारत के नामी गिरामी खिलाड़ी आकर अपना सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन करते हैं और जिले की युवाओं को भी प्रेरित करते हैं कि बच्चे क्रिकेट जगत में अपने जिले का नाम रोशन करें, कांग्रेस नेता देवेंद्र पटेल ने कार्यक्रम को संबोधित करते हुए कहा कि लगातार 13 वर्षों से इस प्रतियोगिता आयोजित होना आयोजन समिति की सफलता और सक्रियता को दर्शाता है, कांग्रेस जिला अध्यक्ष नरेंद्र राजपूत ने सभी टीमों और खिलाड़ियों को शुभकामनाएं प्रेषित की कांग्रेस नेता मनीष राय ने जिले के युवाओं की तारीफ करते हुए अपने संबोधन में कहा कि नरसिंहपुर जिले के ग्रामीण क्षेत्र से आए युवा भी क्रिकेट जगत में अपना सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन कर रहे हैं और उन्हें इस तरीके के कार्यक्रमों से एक बड़ा मंच मिलता है अपनी प्रतिभा को निखारने का, कांग्रेस नेता जिनेश जैन ने टूर्नामेंट के सरंक्षक संजय शर्मा जी को धन्यवाद दिया की वे जिले का सबसे बड़ा इनामी राशि वाला टूर्नामेंट कराकर युवाओं को प्रेरित करते हैं खेल से जुड़ने के लिए।

संजय शर्मा ने टीमों और खिलाड़ियों को किया पुरुस्कृत - पूज्य कक्का जी की स्मृति में आयोजित क्रिकेट महाकुंभ के समापन समारोह में टूर्नामेंट के संरक्षक संजय शर्मा ने विजेता टीम को 1 लाख 21000 और उपविजेता टीम को 61000 की नगद राशि और ट्राफी से पुरुस्कृत किया। साथ ही नरसिंहपुर जिले के युवाओं को एनपीएल सीजन 1 में विजेता रही आरसीसी बमोरी को 51000 और उपविजेता टीम ओम साईं राम स्ट्राइकर्स करेली को 27000 रुपए की नगद राशि और कप से पुरुस्कृत किया।

टूर्नामेंट में इन खिलाड़ियों का रहा बोलवाला

क्रिकेट महाकुंभ के इस सीजन में चर्चित खिलाड़ियों के नाम इस प्रकार हैं गाडरवारा के साहिल खान नरसिंहपुर के सौरभ लहरिया बरमान के गौरव शर्मा कठौतिया की रामजी बम्होरी के विक्रम प्रताप सिंह करेली बस्ती के सौरभ रघुवंशी शाहपुर के गणेश लोधी नरसिंहपुर के मयंक सोनी और संजू यह सभी खिलाड़ी नरसिंहपुर जिले के युवा खिलाड़ियों में शुमार है वही ओपन टूर्नामेंट में शहपुरा बिटोनी के आदर्श टिंकू जबलपुर के शशांक भोपाल के घनश्याम और अंसार सिलवानी के सोहेल जबलपुर के सत्यम करेली के अभिषेक ठाकुर हरदा के अमन सहित कई युवाओं ने अपनी प्रतिभा का जौहर दिखाया। टूर्नामेंट के समापन समारोह में अतिथियों के साथ समाजसेवी दिनेश यादव प्रदीप रघुवंशी प्रदीप बड़कुर अनुज ममार संदीप यादव दिनेश सेन फौलाद पटैल पप्पू सिसोदिया पार्षद हेमंत मेहरा खालिक कुरैशी गाडरवारा से पत्रकार मकसूद खान प्रवीण श्रीवास्तव सहित खेल प्रेमी दर्शक आयोजन समिति से अमन खान सोनू श्रीवास्तव अस्सु बाबा शिवम कहार जैद खान समीर खान पूनम तिवारी बिट्टू ठाकुर मोंटी राजपूत अलीम खान फरीद खान सक्षम अथर्व मौजूद रहे।

रेलवे के आरक्षण नियम कागजों में कैद

गाडरवारा, देशबन्धु। रेलवे ने यात्रियों की सुविधाजनक यात्रा के लिए कई नियम बनाए हैं। उदाहरण के तौर पर एक बार आरक्षण कराने के बाद यदि अचानक कार्यक्रम में कोई फेरबदल होता है, तो आप आरक्षण की तारीख में परिवर्तन करा सकते हैं। यदि आपने अपने नाम से टिकट कराया है और किसी कारणवश यात्रा पर नहीं जा पा रहे हैं, तो सिर्फ एक आवेदन देकर आप अपने स्थान पर अपने करीबी को इस टिकट पर भेज सकते हैं। 45 साल से अधिक आयु की महिला को लेडीज कोटा में कन्फर्म सीट मिल सकती है, लेकिन ये सभी नियम सिर्फ कागजों में चल रहे हैं। ये नियम रेलवे के काउंटरों से कराए गए आरक्षण पर लागू होते हैं, लेकिन काउंटरों पर बैठा स्टाफ इसका लाभ यात्रियों को नहीं दे रहा है।

आरक्षण की तारीख बदलवाने पर यात्रियों से टिकट कैंसिल कराकर नई बुकिंग कराने के लिए कहा जाता है, तो वहीं यात्री के नाम में परिवर्तन कराने के नाम पर भी दूसरा टिकट बुक कराने के लिए कहा जाता है। ऐसे में मजबूरन यात्रियों को पुराना टिकट रद कराकर नए टिकट बुक कराने पड़ रहे हैं। टिकट की तारीखों में बदलाव करने जब टिकट की तारीख में बदलाव कराने पहुंचते है, तो काउंटर पर बैठे कर्मचारियों ने तारीख बदलने से मना कर देते है और टिकट रद ही कराने के लिए कहते है। ऐसे में यात्रियों को मजबूरन पुराने टिकट रद कराने पड़ते है, जिससे कैंसिलेशन चार्ज कट जाता है और फिर नए सिरे से बुकिंग करानी पड़ती है।

यदि आपने आनलाइन टिकट बुक किया है, तो उसकी तारीख में परिवर्तन नहीं कराया जा सकता है। इसके लिए टिकट को कैंसिल कराने के बाद नए सिरे से ही बुकिंग करानी होगी। हालांकि आनलाइन टिकट पर किसी करीबी रिश्तेदार को यात्रा कराई जा सकती है, लेकिन इसके लिए भी रेलवे के आरक्षण काउंटर पर ही जाना होगा। आनलाइन बुकिंग में कई तरह के अतिरिक्त चार्ज भी लगते हैं।

कैसे मिलता है इन सुविधाओं का लाभ

यदि यात्रा की तारीख में परिवर्तन कराना है, तो आरक्षण फार्म के ऊपर डेट चेंज लिखना होगा। इसके बाद काउंटर पर पुराने टिकट के साथ फार्म देना होता है। यदि स्लीपर श्रेणी का टिकट है, तो 20 रुपए और यदि थर्ड एसी का टिकट है तो 45 रुपए का क्लर्क चार्ज चुकाकर तारीख में बदलाव कराया जा सकता है। अगर आप किसी कारण से यात्रा नहीं कर पा रहे हैं, तो अपना कन्फर्म टिकट किसी और के नाम भी ट्रांसफर कर सकते हैं। ये टिकट आपके ब्लड रिलेशन यानी माता-पिता, भाई-बहन, बेटा-बेटी या पति-पत्नी के नाम ही ट्रांसफर हो सकता है। नाम बदलने के लिए यात्रा से 24 से 48 घंटे पहले टिकट लेकर काउंटर पर जाना पड़ता है। इसमें जिस यात्री के नाम पर ट्रांसफर कराना है, उसका परिचय पत्र और रिश्ते का कोई दस्तावेज साथ लेकर जाना पड़ता है। ये सुविधा कन्फर्म टिकट पर ही मिलती है।

ट्रेन के हर आरक्षण श्रेणी के कोच में छह लोअर बर्थ सीनियर सिटीजन और 45 वर्ष की आयु से अधिक महिला के लिए आरक्षित रहते हैं। उन्हें टिकट बुकिंग में प्राथमिकता मिलती है। टिकट बुकिंग के समय आयु लिखते ही यह कोटा मिल जाता है।

जल संरक्षण व संवर्धन की दिशा में प्राचीन कुओं की लगातार हो रही साफ-सफाई

नरसिंहपुर, देशबन्धु। जल गंगा संवर्धन अभियान के अंतर्गत मप्र जनअभियान परिषद नरसिंहपुर के तत्वावधान में जिले में जल संरक्षण व संवर्धन की दिशा में प्राचीन कुओं, बावड़ियों व तालाबों की साफ- सफाई का कार्य निरंतर जारी है। यह कार्य 30 जून तक लगातार किया जायेगा।

इससे बरसात के जल का संचयन कर भू- जल स्तर में बढ़ोत्तरी होगी और नागरिक सहित अन्य जीवों को भी आसानी से पानी उपलब्ध होगा। विकासखंड चांवरपाठा के अंतर्गत आने वाली ग्राम पंचायत बासंखेड़ा के ग्राम झामर में प्राचीन कुआं स्थापित है। कई दिनों से साफ- सफाई नहीं होने के कारण कुयें में अनावश्यक झाड़ियां आ गई, इससे कुंआ पूरी तरह से सूख चुका था। नवांकुर संस्था श्री स्वामी साधना सेवा समिति बिलथारी प्रस्फुटन समिति, सीएमसीएलडीपी के विद्यार्थियों व परामर्शदाताओं और आम नागरिकों की सहभागिता से कुयें की साफ- सफाई की गई। कुयें में लगी अनावश्यक झाड़ियों को निकाला गया, साथ ही आसपास परिसर की भी साफ- सफाई की गई। विकासखंड समन्वयक धर्मेन्द्र चौहान ने सभी नागरिकों को जल संरक्षण व संवर्धन की शपथ दिलाई। उन्होंने कहा कि हम सभी को मिलकर अपने धरोहरों की साफ- सफाई व जीर्णोद्धार का कार्य करना चाहिये। इस दौरान ग्राम विकास प्रस्फुटन समिति बांसखेड़ा के छोटे राजा कौरव, ग्राम विकास प्रस्फुटन समिति रामखिरिया के सौरभ साहू, सोबरन सिंह राजपूत, राजेश कुमार कौरव, गणेश व्यास, इमरती बाई सहित ग्रामवासी मौजूद थे।

डिहाड्रेशन से बढ़ी चक्कर आने की शिकायत

गाडरवारा, देशबन्धु। मौसम में बदलाव के चलते चक्कर आने की समस्या लोगों में तेजी से बढ़ी है। जिसको लेकर डाक्टरों की ओपीडी में मरीज पहुंच रहे हैं। डाक्टरों का कहना है कि जब जांच पड़ताल की जाती है तो कारण डिहाइड्रेशन निकलता है। शरीर में पानी की कमी से यह समस्या लोगों में बढ़ रही असल में मौसम में लगातार हो रहे परिवर्तन से डिहाड्रेशन हो रहा है और पानी की कमी से चक्कर आने लगते हैं। जिस पर व्यक्ति ध्यान नहीं देता क्योंकि उसका कहना रहता है कि वह दिन में 3 से 4 लीटर पानी पीता है। जबकि सादा पानी शरीर में पानी की कमी को पूरा नहीं कर पाता।असल में पसीना के माध्यम से शरीर से सोडियम व पोटेशियम बाहर हो जाता है। जिसकी कमी दूर करने के लिए नमक व शक्कर का घोल या ओआरएस अथवा इलेक्ट्रोल पावडर पीना जरुरी होता है। चिकित्सक बताते हैं कि ओपीडी में सर्वाधिक मरीज इस वक्त सर्दी, खांसी, जुकाम, बुखार व गले में खरास के साथ टोंसिल आदि की शिकायत लेकर आ रहे हैं। पर इस बार खांसी व खरास की समस्या लंबे समय तक रह रही है।कई लोगों को 20 से 25 दिन तक दवा खाने पर इस समस्या से छुटकरा मिल पा रहा है। यह सब मौसम में हुए बदलाव के कारण हो रहा है। बुखार व गले में खरास से बचने के लिए बाहर का खराब खान पान न करें, एंटीबायोटिक दवाओं का सेवन ना करें, गला साफ रखें और गुनगुने पानी में नमक डालकर गरारे करें। ओपीडी में लू की शिकायत के मरीज पहुंच रहे हैं। उन्हें बुखार व उल्टी दस्त की शिकायत भी होती है। लू लगने का कारण मौसम में हर दिन हो रहा बदलाव है। एक दिन तेज गर्मी और दूसरे पल बारिश से हुई ठंडक और दिन में खिलती चिलचिलाती धूप लू का कारण बनेगी। इसकी चपेट में बच्चे बड़े सभी आ रहे हैं। मौसम हर दिन बदल रहा तो सावधानी जरुरी है,इसलिए धूप से बचें, धूप में निकलने पर शरीर पूरी तरह से ढकें और शरीर में पानी की कमी न आने दें।

मार्केट वॉच गाडरवारा

क्लासिफाईड विज्ञापन के लिए अनिल गुप्ता गाडरवारा से संपर्क करें। मोबाईल - 9424328221