



तेजी से आगे बढ़ रहा मंकीपॉक्स डब्ल्यूएचओ ने बताए वायरस को रोकने उपाय

मंकीपॉक्स के अब तक कुल 257 मामले सामने आए हैं जबकि लगभग 120 संदिग्ध मामले हैं। चिंता की बात यह है कि यह अधिकतर उन देशों में फैल रहा है, जहाँ यह बीमारी आमतौर पर नहीं पाइ जाती है। डब्ल्यूएचओ ने चेतावनी दी है कि मंकीपॉक्स के प्रसार को रोकने के लिए तीन बातों पर ध्यान देना चाहिए।

जा नवरों से इंसानों में फैलने वाले वायरस से रफतार पकड़ ली है और कुल 23 देश इसकी ओरपांसे में फैल रहा है। अंग्रेजी भाषा में बताया है कि मंकीपॉक्स के अब तक कुल 257 मामले सामने आए हैं जबकि लगभग 120 संदिग्ध मामले हैं। चिंता की बात यह है कि यह अधिकतर उन देशों में फैल रहा है, जहाँ यह बीमारी आमतौर पर नहीं पाइ जाती है। यानि न कहा है कि अगर मंकीपॉक्स वायरस बच्चों और डब्ल्यूएचओस्टर व्यक्तियों जैसे गंभीर बीमारों के ऊचे जटिल वाले समूहों में फैलता है, तो आगे चलकर विकराल रूप ले सकता है। सामग्री न कहा है कि मंकीपॉक्स आंखें बच्चों पर भी हमला कर सकता है और उनमें लक्षणों की पहचान करना भी मुश्किल हो सकता है क्योंकि युवाओं लक्षण का चिकन पॉक्स के समान होता है।

मंकीपॉक्स रोग क्या है? मंकीपॉक्स वेचक की तरह होने वाली एक एक दुरुपय वायरल संक्रमण है। यह पहली बार 1958 में अनुसंधान के लिए रखे गए बंदरों में खोजा गया था और 1970 में मंकीपॉक्स का छहलाल मानव मामला सामने आया था। यह रोग मुख्य रूप से मध्य और पश्चिम अफ्रीका के उष्णकटिबंधीय वर्षायन क्षेत्रों में होता है। यह वायरस पांचसालिंग परिवार से संबंधित है, जिसमें वेचक रोग चेतावने वाले वायरस भी शामिल है।

बच्चों में मंकीपॉक्स के लक्षण बच्चे के शरीर में किसी भी बदलाव की निगरानी और किसी भी

असामान्य लक्षण से सावधान रहना महत्वपूर्ण है। जैसा कि मंकीपॉक्स वायरल बच्चों में पहचाना जाना मुश्किल है। मंकीपॉक्स के कुछ सामान्य शुरुआती लक्षण इस गढ़े हैं, जिन पर बच्चों को ध्यान देना चाहिए।

- मध्यम से तेज बुखार
- चकरे
- शरीर में दर्द
- लिफ नोड
- अत्यधिक थकान

मंकीपॉक्स वायरस से बचने के उपाय

- दिन में कई बार बच्चे इहायों को 20 सेकंड तक साबुन और पानी से धोए या सैनिटाइजर का इस्तेमाल करें।
- पश्चु से मानव में होने संबंधित कार्यक्रम करें।
- मास को तब तरह से पकाएं।
- बीमारों द्वारा ब्रेकिंग टाइम के संपर्क में अपने से बचें, जिसे रेशा या बुखार हो।
- बीमार रोगी के किसी भी तरल पदार्थ या वरस्तु के संपर्क में अपने से बचें।

मंकीपॉक्स को रोकने के डब्ल्यूएचओ के उपाय

- पिछले दो हफ्ते में मंकीपॉक्स 23 देशों में फैल गया है। डब्ल्यूएचओ ने चेतावनी दी है कि मंकीपॉक्स के प्रसार को रोकने के लिए तीन बातों पर ध्यान देना चाहिए।
- उन लोगों को स्टॉक जानकारी देना, जिन्हें मंकीपॉक्स का सबसे अधिक खतरा हो सकता है।
- जोखिम वाले समूहों के बीच आगे प्रसार को रोकना।
- फ्रॉन्टलाइन हेल्थ कर्कस की सुरक्षा करना।

कैसे फैलता है?

मंकीपॉक्स किसी संक्रमित व्यक्ति या जनवर के निकार संपर्क के माध्यम से या वायरस से दृष्टित सामग्री के माध्यम से मनुष्यों में फैलता है। यह दूरी और मिलकरियों जैसे जानवरों से भी फैलता है। मंकीपॉक्स रोग घावों, शरीर के तरल पदार्थ, भृशन बूंदों और वृक्षित पदार्थों जैसे विस्तर के माध्यम से फैलता है।

मौसमी बीमारियों का रामबाण इलाज है गिलोय



स्लो पॉइंजन हो सकता है खून में ज्यादा आयरन

आयरन हमारे शरीर के लिए एक जल्दी पोषक तत्व है। बावजूद इसके अधिक मात्रा में इसका सेवन करने से स्वास्थ्य के अधिकतर उन देशों में फैल रहा है, जहाँ यह बीमारी आमतौर पर नहीं पाइ जाती है। डब्ल्यूएचओ ने चेतावनी दी है कि मंकीपॉक्स के प्रसार को रोकने के लिए तीन बातों पर ध्यान देना चाहिए।

आयरन को नुकसान हो सकता है। विशेषज्ञों के अनुसार, अन्य पोषक तत्वों की ही तरह आयरन की मात्रा को भी नियंत्रित करने के लिए शरीर के द्वारा योग्य रूप से तेज बुखार बढ़ता है।

जल्दी होता है। आयरन धीरे-धीरे या कभी-कभी अचानक जरूरी हो सकता है। आयरन से ज्यादा सेवन के कारण जहरीला हो सकता है खासतौर से तब जब लोग आयरन सालीमेट का ऑवरडोज ले लिए व्यक्ति क्रान्तिकार आयरन औवरलोड डिसार्टर्ड से ग्रसित हो।

बदल जाता है। बातों के लिए इसे आयरन पॉइंजिंग, हैरिडेंटी हैमोगोमेटोसिस जैसी गंभीर समस्याएं हो सकती हैं। एक स्टडी के अनुसार, 40 मिग्रा से ज्यादा आयरन का सेवन करने पर आपको मैडिकल हेल्प की जरूर पड़ सकती है।

आयरन और कैंसर का संबंध। एक स्टडी के अनुसार, आयरन की अधिक मात्रा से जानवर की दोनों दोनों के कैंसर करने से इसका जरूरत ले लिए जाते हैं।

हालांकि, ऐसे कई लोग भी हैं, जो कम मात्रा में आयरन लेने के कारण आयरन की कभी से जूझते हैं। जहाँ आयरन की कभी से एपीमिया और थकान हो सकती है, वही इसका जरूरत से ज्यादा सेवन करनी भी अच्छी है। इसकी जानकारी की तरह इसका सेवन करने से ज्यादा सेवन करनी भी अच्छी है।

इंफेक्शन का खतरा। एक स्टॉक के अनुसार, आयरन की अधिक मात्रा से जानवर और मरुस्थलों दोनों में कैंसर हो सकता है। नियमित रूप से लोग फैलने के काम करने में मदद मिल सकती है।

बढ़ सकता है। इंफेक्शन का खतरा।

स्टडी के अनुसार, आयरन ऑवरलोड और आयरन की कभी दोनों ही संक्रमण को बढ़ाने के लिए जिम्मेदार है। कई अध्ययन बताते हैं कि आयरन सालीमेट से लोग रोगी की गंभीरता बढ़ सकती है। आयरन हीरोलाइन का भी जरूरी हिस्सा है।

हीमोलाइन रेड लाइट सेल्स में पाया जाने वाला एक प्रोटीन है। यह दूरी और मिलकरियों जैसे जानवरों से भी फैलता है। एनसीबीई की एक रिपोर्ट के अनुसार, जिन लोगों को अपने आहार में आयरन नहीं मिलता, उनमें आयरन की कभी होने का खतरा बढ़ जाता है।

किसी जहर से कम नहीं है। आयरन हीमोलाइन का भी जरूरी हिस्सा है।

हीमोलाइन रेड लाइट सेल्स में पाया जाने वाला एक प्रोटीन है। यह दूरी और मिलकरियों जैसे जानवरों से भी फैलता है। एनसीबीई की एक रिपोर्ट के अनुसार, जिन लोगों को अपने आहार में आयरन नहीं मिलता, उनमें आयरन की कभी नहीं है। विशेषज्ञों के अनुसार, जिन डॉक्टर की सलाह के आयरन सालीमेट की कभी बहुत देखी जाती है।

आपकी टेंशन और तनाव को बढ़ावा मिलता है।

रिफाइंड कार्बोहाइड्रेट

हृदय की समस्याओं, मधुमेह या माटोपे के बढ़ते जीवित का एक सोलिड रीजन रिफाइंड कार्बोहाइड्रेट है। मासिनिक स्वास्थ्य संगठन के एक शासी ने सावित किया है कि रिफाइंड वीनी सहित रिफाइंड कार्बोहाइड्रेट के सेवन से चिंता की तरह जाना है। अपर इप्स से ज्यादा रिफाइंड कार्बोहाइड्रेट की जरूरत है। इसकी जानकारी देने वाले हैं जो जहरीली और अवासाद, ब्राउन राइश, विवानोआ, आनाज, साबुत ब्रेड या अकुरित गेहूं के आटे का प्रयोग करें।

चीनी युक्त खाद्य पदार्थ

मीठे खाद्य पदार्थ रत्न शर्करा यानी क्लू शुगर लेवल में उतार-चढ़ाव का रासायन सेवन करते हैं जो हमारे एनजी लेवल को भी प्रभावित करते हैं। यहाँ तक कि मूड की इंडेंसेस कर सकते हैं जिससे टेंशन बढ़ती है। इसलिए आपको ऐसे खाद्य पदार्थों का रसायन करने का प्रयोग करें। प्राकृतिक फलों और सब्जियों का रस यीनी से बने खाद्य पदार्थों से कहीं बेहतर है।

कैफीन युक्त दिल्क के सेवन से चिंता, तनाव और अनिदिनीयों की समस्या होती है।

कैफीन युक्त दिल्क के सेवन से चिंता, तनाव और अनिदिनीयों की समस्या होती है। योगी मात्रा में कैफीन का

मौसमी बीमारियों का रामबाण इलाज है गिलोय

निरोगी काया के लिए गिलोय एक चमत्कारी पौधा है, यह कई बीमारियों को दूर करने में कारागार होता है। इसके पाते पानी के पातों की जैसे होते हैं और इसके सेवन से शरीर खरस्त रहता है। आइपी आज हम आपको यहाँ बताएंगे कि गिलोय सारे ज्यादा लाभकारी डायरिटिज के रोगियों के लिए होता है। इसमें हाथों की मात्रा को संतुलित बनाये रखता है। इसी कारण से डायरिटीज के रोगियों को दूर करने में गिलोय की बहुत समर्पण होता है। इसमें हाथों की मात्रा को संतुलित बन

