જળ સમસ્યા જાતે હલ કરો

હાલ સૌરાષ્ટ્ર દુષ્કાળના ભરડામાં છે ત્યારે ગામે ગામ પીવાના પાણીની સમસ્યા વિકટ બની છે જયાં આવી સગવડતાઓ નથી ત્યાં ટેન્કરો દ્વારા પાણી પુરૂ પડાય છે. આવા સમયે ગામોમાં બોર પાડી પાણી મેળવવાના પ્રયત્નો થાય છે. ત્યાં પણ પાણી આરોગ્યની દ્રષ્ટિએ પીવા યોગ્ય છે કે નહિ તે કહી શકાતુ નથી કેમકે ખારૂ, ધુંધળુ, ફ્લોરાઈડ વાળુ કે ગરમ પાણી મળે છે.

જયારે દુષ્કાળ પડે ત્યારે આવા પ્રયત્નો થાય છે પાણીની કાયમી સમસ્યાના ઉકેલ માટે પગલા લેવામાં આવતા નથી દર ત્રીજા વર્ષે દુષ્કાળ પડેને પાણી મેળવવા કરોડો રૂપિયાનો ખર્ચ કરવામાં આવે છે. ટેન્કર દ્વારા, ટ્રેન દ્વારા, પાઈપ લાઈન દ્વારા અને નર્મદાનુ પાણી સૌરાષ્ટ્રને મળ વાનુ છે તેની રાહ જોયા કરીએ છીએ.

પાણીની આ સમસ્યા ઉભી થઈ છે તેના માટે જવાબદાર કોણ ? તમારા આત્માને પુછી જુઓ આ માટે આપણે પોતેજ જવાબદાર છીએ. આપણે જેટલા પાણીનો ઉપયોગ કે બગાડ કરીએ છીએ તેટલુ પાણી આપણે જમીનમાં ઉતારીએ છીએ? આપણે જેટલા પાણીનો ઉપયોગ કરીએ તેટલુ પાણી જમીનને આપીએ તે આપણી નૈતિક ફરજ છે.

પાણી નથી મળતુ તેના માટે આપણે સરકારને જવાબદાર ગણીએ છીએ. શું સરકાર તમારા ગામમાં થી પાણી લઈ જાય છે? શું પાણી પુરુ પાડવાની જવાબદારી સરકારની જ છે ? આપણી જરાપણ જવાબદારી જ નથી. સરકારની ફરજ સહકારની ભૂમિકામાં છે. છતા આપણે તેના પર જ આધાર રાખવો કે દોષિત ગણાવી તે ભુલ ભરેલુ છે.

ખેતીમાં આપણે આડેધડ પાણી વાપરીએ છીએ. જયારે પાણી હોય ત્યારે ખેતરનુ પાણી વોંકળા, નહેરમાં જતુ રહે છે. વરસાદનુ પાણી પડે તેનુ ૯૦ ટકા જેટલુ પાણી દરિયામાં વહી જાય છે માત્ર ૧૦ ટકા પાણીજ જમીનમાં ઉતરે છે જો આ ૯૦ માં થી ૫૦ ટકા જ પાણી આપણે જમીનમાં ઉતારીએ અને ૫૦ ટકા પાણીનો બગાડ ઓછો કરીએ તો સૌરાષ્ટ્રમાં કદી પાણીની સમસ્યા ઉભી થાય જ નહી. માટે આ સમસ્યા આપણે જ ઉભી કરી છે ને આપણે જ તેનો ઉકેલ કાઢવો પડશે

વજુ ગોવિંદિયા

પાણી હવા ગુણવત્તા નિયમન

ઘણા લોકો પાણીની ગુણવત્તાની સમસ્યાથી અસરગ્રસ્ત છે. આ સમસ્યાઓના મુળમાં પ્રદૂષણ કે ફ્લોરાઈડની વ્યાપકતા, આર્સેનીક/આયર્ન ડીપોઝીટ અથવા ખારૂ પાણી છે.

ડેવલપમેન્ટ અલ્ટરનેટીવ ન્યુ દિલ્હી દ્વારા પીવાના પાણીના પરિક્ષણ તથા હવાના પરિક્ષણ માટે કીટ તૈયાર કરવામાં આવી છે. જે જલતારા અને પવનતારા તરીકે ઓળખાય છે. જલતારાએ સરળ તાથી ઉપયોગ કરી શકાય તેવી જળ પરિક્ષણ કીટ છે જે પીવા માટેના પાણી પરિક્ષણ કરવા માટે મુળભૂત સાધન કહી શકાય.

જલતારા દ્વારા પીવાના અને નદીના પાણીની ગુણવતાના ૧૪ ટેસ્ટ કરી શકાય છે. જલતારાને રાષ્ટ્રીય અને આંતરરાષ્ટ્રીય સંસ્થાઓ જેવી કે WHO, UNICEF વિ. એ સ્વીકારી છે.

વોટર ટેસ્ટની સફળતા પછી પવન ટેસ્ટીગ કીટ એટલે કે પવનતારા ૧૯૯૮માં વિકસાવવામાં આવી જે ઓછા ખર્ચે પવનને ટેસ્ટ કરી શકે છે. પવનતારા દ્વારા ત્રણ પેરામીટર ટેસ્ટ કરી શકાય છે જેવા કે શ્વાસમાં આવતી રજ, નાઈટ્રોજન ઓકસાઈડ અને સલ્ફર ડાયોકસાઈડ ઘર અને બહારના વાતાવરણમાં ટેસ્ટ કરી શકાય છે.

(સ્ત્રોત ડેવલપમેન્ટ અલ્ટરનેટીવ ૨૦૦૧ માર્ચ)

Publisher, Dhiren Vagadia on behalf of Educational & Social Welfare Centre and Printer Hiren Bipinbhai Joshi & printed at Devkamal Computers,Ganesh complex - Amreli and Published at 95-Jalaram nagar (2), Amreli, Editor Dhiren Vagadia.

Post Regn. No. G/AMI-91/99 Book -Post,Printed Matter RNI No.GUJGUJ/1999/1521

Date Of Issue1st of month

ટપક કાર્યાલય

શિક્ષણ અને સમાજ કલ્યાણ કેન્દ્ર

૩૧,ઓમનગર (૩), ગોકુલ ગાર્ડન સામે,

હનુમાનપરા રોડ, અમરેલી–૩૬૫ ૬૦૧

☎(૦૨૭૯૨) ૨૫૧૫૭,૨૫૧૯૮,૨૩૫૨૫

E-mail - hard@ad1.vsnl.net.in

વિજ્ઞાનની ભેટ ભોગવજો પણ તમારા સંસ્કારના ભોગે નહી, નોખી ભાત પાડજો પણ પોત સાચવજો.

સલાહકાર સમિતિ બેઠક

તા.૨૪/૩/૨૦૦૧ ના રોજ સંસ્થા દ્વારા કુટુંબ સલાહ કેન્દ્રના અટપટા કેસોના નિરાકરણ માટે સલાહકાર સમિતિની બેઠક સંસ્થાના કાર્યાલય પર બોલાવવામાં આવેલ. બેઠકમાં પતિ પત્નિના ઝગડા, ભાઈ બહેનના મિલકતના જગડા, છુટાછેડા વિ. કેઈસોની કેઈસવાર ચર્ચા કરવામાં આવી તે અંગે ઉપસ્થિત સમિતિના સભ્યો દ્વારા નિરાકરણ માટેના સુચનો કર્યા હતા. આ બેઠકમાં એડવોકેટશ્રી અશ્વિનભાઈ ઠુમ્મર,નારી સુરક્ષા સેલના પ્રતિનિધિશ્રી લાભશંકરભાઈ મહેતા,ભીખુભાઈ, સ્ત્રી રોગ નિષ્ણાંત ડો. અનિલભાઈ સાવલિયા,સંસ્થાના પ્રમુખશ્રી ધીરૂભાઈ વાગડીયા તથા કુટુંબ સલાહ કેન્દ્રનો સ્ટાફ ઉપસ્થિત રહેલ.

વોટરશેડ એસોસીએશન નેટવર્ક

તા.૧૮/૩/૨૦૦૧ ના રોજ ખાંભા તાલુકાના વોટરશેડ યોજનાના ૧૬ ગામોના મંડળોના નેટવર્કની બીજી મિટીંગ કોટડા મુકામે બોલાવવામાં આવેલ. આ મિટીંગમાં જુના ૧૦ ગામો પૈકીની સમિતિ દ્વારા ગ્રામ વિકાસ કાર્ય માટે કયાં કામો પોતાના ગામમાં કરવાના થાય છે તેમજ અન્ય સંસ્થાઓના પત્ર દ્વારા સંપર્ક કરી સંસ્થાકિય પ્રવૃતિઓ હાથ ધરવા જણાવવામાં આવેલ.આ કાર્યક્રમમાં સંસ્થાના પ્રમુખશ્રી ધીરૂભાઈ વાગડીયા, કમાણી ફોરવર્ડ હાઇસ્કુલના શિક્ષકશ્રી બિપીનભાઈ જોષી મધ્યસ્થ સહકારી બેંક ખાંભાના મેનેજરશ્રી એમ.આર.મકાણી તથા અન્ય કાર્યકર્તા ઉપસ્થિત રહયા હતા. આ કાર્યને તાલુકા કક્ષાએથી જિલ્લા કક્ષાએ લઈ જવાની કાર્યવાહી શરુ કરી હોવાનુ નેટવર્કના કન્વીનર શ્રી મગનભાઈ સેંજલીયાએ જણાવ્યુ હતુ.

ઘનિષ્ઠપાઠયક્રમ

કેન્દ્રિય સમાજકલ્યાણ બોર્ડ દિલ્હીની યોજના મુજબ બહેનો માટેનો પ્રાથમિક કક્ષાનો ઘનિષ્ઠપાઠયક્રમ સંસ્થાએ બે વર્ષ સુધી ખાંભા મુકામે ચલાવેલ છે. આ ઘનિષ્ઠપાઠયક્રમની ૩૧ બહેનો પૈકી ૨૫ બહેનો તા. ૧૯ થી ૨૯ માર્ચ દરમ્યાન ચાલતી ધોરણ ૭ ની વાર્ષિક પરીક્ષામા ઉપસ્થિત રહયા હતા આગામી બે વર્ષ માટેનો આ કાર્યક્રમ દામનગર મુકામે શરુ કરવાનુ વિચારેલ છે.

યુવતી વિકાસ કેન્દ્ર

યુવતી વિકાસ કેન્દ્ર અંતર્ગત અમરેલી, ગિરીયા, નાનૂડી તથા મોટા દેવળિયા મુકામે એચઆઈવી/અઈડઝ, સ્ત્રી હિંસા, આરોગ્ય તથા સહભાગીતા પર જુથ કાઉન્સેલીગ યોજવામાં આવેલ.જેમા અલગ અલગ મિટીંગમાં ૧૦૦ જેટલી બહેનોએ ભાગ લીધો હતો. શ્રીમતિ કંચનબેન વાગડીયા, રેખાબેન દોંગા, દયાબેન સેંજલિયા, રેખાબેન સેંજલિયા, વિજયાબેન કુકવાવ, મમતા ગૌસ્વામી વિ.ઉપસ્થિત રહયા હતા.

સામાજીક પ્રશ્નો અને કેળવણી

કોઈ પણ સમાજના પ્રશ્નોનો ઉકેલ ગંભીરપણે વિચારવામાં આવે છે ત્યારે તે કેળવણી પર આવીને અટકે છે. કેળવણી યોગ્ય અપાય તો ઉકેલ સરળ બની જાય છે. કેળવણીનુ મુખ્ય કામ દરેક માણસની અંદર રહેલા તત્વોને સક્રિય બનાવવાનુ છે. દરેક સંપ્રદાયનો પ્રાથમિક સંસ્કાર માણસને માણસ થઈને જીવવાનુ શિક્ષણ આપવાનો છે. આજની મુળ ભૂત સમસ્યા એ છે કે માનવતાના મૂલ્યોનો, નૈતિકમૂલ્યોનો વ્યય થયો છેઅને ભોગવાદી ભૌતિક મૂલ્યોની બોલબાલા છે.નફાવાદી વિચારો અને કાયદાવાદી દ્રષ્ટિના પ્રબળ પ્રભાવ હેઠળ માનવી જીવે છે. ત્યારે કેળવણી અને સંસ્કાર મુખ્ય ભાગ ભજવે છે. આપણો વર્તમાન માનવ વ્યવહાર પારસ્પરિક ખરડાયેલો છે. એકબીજાની ગરિમા જાળ વવાને બદલે તોડવાની જાણે હરિફાઈ થઈ છે.સામાપક્ષની લાગણી, માન મર્યાદાનો વિચાર આપણે ભાગ્યે જ કરતા હોઈએ છીએ માનવ સ્વભાવ એવો છે કે સરળતાથી પ્રાપ્ત થતી વસ્તુની કિંમત કરી શકતો નથી મજાની વાતતો એ છે કે આપણે સૌ કોઈ પાસે અપેક્ષા રાખીએ કે અમુક પ્રકારનુ વર્તન કરે પણ આપણુ વર્તન કેવુ છે તે જોતા નથી.

આપણા સમાજમાં કેળવણી છે પણ શિક્ષણ નથી. એટલે શિક્ષણ વગર જેટલો કેળવણીનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ તે થતો નથી, રચનાત્મક કામો ઓછા થાય છે ખંડનાત્મક પ્રવૃતિ જોર કરે છે. દિકરા કરતા દિકરીઓ શિક્ષણ વધુ મેળવવા તત્પર છે પણ દિકરા શિક્ષણ લેતા નથી સમાન શિક્ષણના અભાવે, સંસ્કારના અભાવે આપણા સમાજમાં રૂઢિચૂસ્તતા ઘર કરતી જાય છે. આપણો મુખ્ય ધંધો બીજાના હાથમાં સમાતો જાય છે. આપણા અંદરો અંદરના ઝગડાનો લાભ બીજા લોકો લેતા જાય છે. એકબીજાના પગ ખેંચવાની વૃતિમાં કોઈ કોઈનુ રહયુ નથી. સગાઈબંધન,લગ્નબંધન તૂટતા જાય છે માટે કેળવણી અને શિક્ષણ બંને જરૂરી છે.

જયાં સુધી માતા પુરતા પ્રમાણમાં શિક્ષણ લેશે નહી ત્યાં સુધી બાળક ને શું આપી શકે ? બાળકના માનસિક વિકાસમા માવતરનો સ્નેહ જ અનિવાર્ય છે.શિક્ષણ માટે નાના બાળ કો પર અત્યાચાર થઈ રહયા છે.પોતે ભણ્યા નથી, બાળ કોને અંગ્રેજી માધ્યમમાં ભણાવે છે ત્યારે જમીન આસમાન જેટલો ફરક ઘર્ષણ ઉભુ કરે છે.

આપણો સમાજ, આપણા સમાજની ગરિમા, વ્યવહાર, ધંધા રોજગાર તથા અતૂટ સંબંધની વણજારને જાળવવા માટે હજુ પણ યુવાનો આગળ આવી કેળવણી અને શિક્ષણ વધુમાં વધુ મેળવે તેવી પ્રાર્થના છે. આપણે આપણાં મંડળ માં પણ આ બાબતોની ચર્ચા કરતા રહેવી જરૂરી છે.

-દયા સેંજલિયા,બંસીધર મહિલા બચત મંડળ, રબારિકા

બાળકના અંતઃકરણના અધર પર રમતા પ્રભુનુ નામ ' મા ' છે.

ગેપ

ગુજરાત એઈડઝ અવેરનેસ એન્ડ પ્રિવેન્શન યુનિટ ઓફ ISRCDE દ્વારા તા. ૧૩–૧૬ દરમ્યાન HIV/AIDS તથા STD સંદર્ભે NGO ક્ષમતા વૃધ્ધિ કાર્યક્રમમાં સાબરકાંઠા, અમરેલી તથા વડોદરા જિલ્લાની છ સંસ્થાઓના ૧૨ પ્રતિનિધિઓ જોડાયા હતા.

આ કાર્યક્રમ માં એઈડઝ કેવી રીતે ફેલાય છે, કેવી રીતે નથી ફેલાતો બન્ને વચ્ચેનો તફાવત, તેનો વિકાસ કેમ થાય છે, HIV/AIDS નો સ્ત્રીઓ કેમ સહેલાઈથી ભોગ બને છે, તેનુ ચેક અપ કેમ કરાવવુ તથા ધંધાદારી રકત દાતાઓ અને સ્વૈચ્છિક રકતદાતાઓ વિશેની જાણકારીઓ આપવામાં આવી. અમરેલી જિલ્લાની સ્વૈચ્છિક સંસ્થાઓ હરિરાજ, સરદાર યુવક મંડળ,વિશ્વ વાત્સલ્ય ટ્રસ્ટ વિ.આ કાર્યક્રમમાં જોડાયા હતા.

ખાંભાના શિક્ષકો નવો રાહ ચીંધે છે.

ખાંભામાં આવેલ જુનુગામ પ્રા. શાળાના આચાર્ય અને અમરેલી જિલ્લા પ્રાથમિક શિક્ષક સંઘના પ્રમુખશ્રી નટુભાઈ ધકાણે પોતાની શાળા માટે સરકારશ્રી પાસેથી ઓરડા મંજુર કરાવેલ પરંતુ શાળાની આસપાસ કોઈ જ સરકારી જમીન કે શાળાની જમીન ન હોઈ મંજુર થયેલ ઓરડા થઈ શકે તેમ નહોતા ત્યારે અન્ય કોઈ જ આશા રાખ્યા વગર શાળ ાના ત્રણ શિક્ષકોએ મળી રૂપિયા ૫૧,૦૦૦/ જેવી માતબાર રકમ દાન આપી બાજુની જમીન ખરીદી શાળાના ઓરડા બનાવવા ભેટ આપી ત્યારે આ બધા જ ગુરૂજનોને વંદન કરવાનુ મન થાય. ધન્ય છે એ સૌરાષ્ટ્રના સપુતોને જે આપણા બધાની ચિંતા કરે છે.

મહિલા દિનની ઉજવણી

તા. ૮/૩/૨૦૦૧ ના રોજ 'આશરા' સંસ્થાન મોરવા(હ) દ્વારા આંતરરાષ્ટ્રિય મહિલા દિનની ઉજવણી કરવામાં આવી. આ દિવસ જગતની સ્ત્રીઓ માટે એક ઓળખ બની ગઈ છે. અને તેનો અર્થ ઘણો મોટો છે. આ કાર્યક્રમમાં આશરા સંસ્થાનનો સ્ટાફ તથા આરોગ્ય કાર્યકર, સરપંચશ્રી તથા સ્વસહાય જુથની બહેનો તથા ભાઈઓ ઉપસ્થિત રહયા હતા.

કેનીંગ કીચન યોજના અંર્તગત કાર્યક્રમ

તા. ૧૩ થી ૧૭ ફેબ્રુઆરી ૨૦૦૧ દરમ્યાન કુંકાવાવ તાલુકાના દેવગામ મુકામે બાગાયત ખાતાની કેનીંગ કીચન યોજના હેઠળ મોબાઈલ કેનીંગ વર્ગ ગોઠવવામાં આવેલ. જેમાં ૪૦ બહેનોને ૬ દિવસ સુધી જુદી જુદી વાનગી બનાવતા શિખવવામાં આવેલ આ કાર્યક્રમમાં સંસ્થા દ્વારા ચાલતા ઘોડીયાઘરના સંચાલિકા બહેનશ્રી પ્રેમિલાબેન પાઠક તથા મીરાબેન પાઠક ઉપસ્થિત રહયા હતા.

મહિલા વિકાસ માર્ગદર્શન શિબિર

તા. ૨૧/૩/૨૦૦૧ ના રોજ સર્વોદય મહિલા ઉદ્યોગ મંડળ જામનગર ખાતે મહિલા કાનૂની કેન્દ્ર, મહિલા માર્ગદર્શન કેન્દ્ર તથા યુવતી વિકાસ કેન્દ્રના કર્મચારીઓ માટે શિબિર રાખવામાં આવેલ. આ શિબિરમાં યુવતિ વિકાસ કેન્દ્રના કો ઓર્ડીનેટર વિજયાબેન કુકવાવ ઉપસ્થિત રહયા હતા.

તાલીમ કાર્યક્રમ

તા.૪/૩/૨૦૦૧ નાં રોજ તુલસીશ્યામ મુકામે સરદાર યુવક મંડળ ધારી દ્વારા જળસ્ત્રાવ વિસ્તાર વિકાસ યોજના અંર્તગત સમિતિના પ્રમુખ, મંત્રી તથા સભ્યો માટેની તાલીમ ઉપરોકત સ્થળે રાખવામાં આવેલ. આ તાલીમ કાર્યક્રમમાં સંસ્થાના પ્રમુખશ્રી રમેશભાઈ નસીત,ઈએસસી અમરેલીના પ્રમુખશ્રી ધીરૂભાઈ વાગડીયા,બિપીનભાઈ જોષી, રમેશભાઈ વાડદોરીયા, બટુકભાઈ શિયાણી, જયસુખભાઈ કયાડા, નિતીનભાઈ દોંગાએ ઉપસ્થિત રહી વોટરશેડ યોજનાનો પરિચય તથા તેને લગતી માહિતીઓ આપી હતી.

મહિલા મિટીંગ

તા.૨૫/૩/૨૦૦૧ ના રોજ મેરી માતા સોશ્યલ વેલ્ફેર સેન્ટરમોટા દેવળિયા મુકામે મહિલા મિટીંગ રાખવામાં આવેલ. સંસ્થાના કુ. મમતા ગૌસ્વામીએ સ્ત્રી અને હિંસાના મુદાઓ ૫૨ બહેનોને માર્ગદર્શન આપ્યુ હતુ. તેમજ અમરેલી જિલ્લા મહિલા ઔદ્યોગિક સહકારી મંડળીના પ્રમુખ શ્રીમતિ કંચનબેન વાગડીયાએ ઉપસ્થિત સ્વસહાય જુથના સભ્ય બહેનોને આર્થિક ઉપાર્જન બાબત માહિતી આપી હતી. સરદાર યુવક મંડળ ધારીના કુ. દયાબેન દાફડા, ફાધર થોમસ,સિસ્ટર લારા,પ્રવીણભાઈ મોરી તથા અન્ય પ્રતિનિધિઓ ઉપસ્થિત રહયા હતા.

સ્ત્રીઓ પ્રત્યેનો અભિગમ -પરિસંવાદ

ગુજરાત સરકારનાં આદેશ અનુસાર તા.૨૩/૩/૨૦૦૧ ના અમરેલી જિલ્લા પોલીસ કર્મચારીઓનુ સ્ત્રીઓ પ્રત્યેનો અભિગમ સંવેદનશીલ પરિસંવાદ પોલીસ કોમ્યુનિટી હોલ અમરેલી ખાતે જિલ્લા પોલીસ અધિક્ષકશ્રી મનોજ શશીધરના અધ્યક્ષ સ્થાને યોજાયેલ. પરિસંવાદમાં અમરેલી જિલ્લાના નામાંકિત તજજ્ઞો તથા સ્વૈચ્છિક સંસ્થાઓના પ્રતિનિધિઓ સાથે કુટુંબ સલાહ કેન્દ્રનાં કાઉન્સેલર રેખાબેન દોંગા તથા શ્રીમતિ કંચનબેન વાગડીયા ઉપસ્થિત રહયા હતા.

મહિલા કૃષિ મેળો ૨૦૦૧ જુનાગઢ

જુનાગઢ કેન્દ્ર ખાતે ચાલતી નેધરલેન્ડ સરકાર સહાયીત ખેડૂત મહિલા તાલીમ યોજનાના ભાગરૂપે ખેડુત મહિલાઓને " સ્વનિર્ભર " બનાવવા હેતુસર મહિલા કૃષિ મેળો પ્રદર્શન નિદર્શન તેમજ પરિસંવાદનુ આયોજન તા. ૨૭/૩/૨૦૦૧ ના રોજ કરવામાં આવેલ છે.

ટપક

શિક્ષણ અને સમાજ કલ્યાણ કેન્દ્રનું માસિક મુખપત્ર

વર્ષ :૩ અંક :૩ માર્ચ ,૨૦૦૧

સંપાદક ટીમ
પ્રકાશ ભટ્ટી
કંચનબેન વાગડિયા
વજુ ગોવિંદીયા
ધર્મેન્દ્ર મહેતા
મમતા ગૌસ્વામી
વિજયાબેન કુંકવાવ
રેખાબેન દોંગા

વિશ્વ ટીબી દિવસ ૨૦૦૧

૨૪ મી માર્ચ ના રોજ વિશ્વ ટીબી દિવસ ડો. એ. જે. ડબ્બાવાલા દ્વારા અમરેલી ખાતે ઉજવવામાં આવેલ જેમાં નિચે ની મુજબની બાબતો અંગે જાગૃતતા જરૂરી છે.

ક્ષય રાક્ષસ ફરીથી માથુ ઉચકે છે. ક્ષય નાશ કરે છે ઉપરાંત વિનાશ પણ કરે છે. ક્ષયનો આંતક વિશ્વભરમાં વિશ્વના એક છેડા થી બીજા છેડા સુધી અવરજવરના સાધનો અને સગવડો વધ્યા છે તેથી ક્ષય રોગ ફેલાતો જાય છે. આવતા દાયકામાં નવ કરોડ લોકો ક્ષયનો ભોગ બનશે. દર સેકન્ડે વિશ્વમાં ટીબીનો એક નવો દર્દી ઉભો થાય છે. ભારતમાં દર મિનીટે એક દર્દી એટલે કે રોજના ૧૦૦૦ થી વધુ દર્દી મૃત્યુ પામે છે. ગુજરાતમાં સાત લાખ દર્દીઓ, જેમાંના ૧ લાખ ૭૦ હજાર દર્દીઓ ચેપી અને રાજયમાં દર વર્ષે દોઢ લાખ દર્દીઓનો ઉમેરો થાય છે. એઈડઝના દર્દીઓમાં ટીબીનુ પ્રમાણ વધુ હોય છે. આ છે ટીબીનુ વિકરાળ સ્વરૂપ માટે આ અંગે આપણે બધાએ સવેળા જાગૃત બનવુ જરૂરી છે.

ભારતમાં ક્ષયરોગ સંપૂર્ણ પણે કાબુમાં કે નાબુદ કેમ કરી શકતા નથી ?

દિવસે દિવસે વધતો જતો વસ્તી વિસ્ફોટ વ્યસનોનો ધુમાડો, શહેરીકરણ, ઔદ્યોગિકરણ, સ્લમ વિસ્તારમાં વધતી જતી વસ્તીની ગીચતા, જાહેર આરોગ્યની મોટી સમસ્યાઓ, ગંદકી કચરાનો નિકાલ પ્રદૂષણ,અંગત સ્વચ્છતાનો અભાવ(જયાં ત્યાં થુકવુ ગળફા કાઢવા)ટ્રાફિક સમસ્યાને કારણે વધતુ જતુ અનહદ વાયુ પ્રદૂષણ, ગરીબી અજ્ઞાનતા તથા સમયના અભાવે આરોગ્યની સંભાળથી વંચીત વર્ગ, ખોરાક લેવા અંગે ખોટી માન્યતાઓને કારણે બાળકોમાં થતુ કુપોષણ તથા લાંબો સમય સુધી દવા ન લેવાય તેવી માન્યતા તથા અંધશ્રધ્ધાને કારણે દેશમાંથી ક્ષયને સંપૂર્ણ પણે કાબુમાં કે નાબૂદ કરી શકતા નથી.

ક્ષય હોવાની શંકા વહેલામાં વહેલી કયારે કરવી જોઈએ તેમજ સચોટ નિદાન અંગે શું કરવુ જોઈએ ?

ત્રણ અઠવાડીયા કરતા વધુ સમય ઉધરસ આવતી હોય ઝીણો તાવ(વિશેષ રૂપે સાંજના સમયે તેમજ રાત્રે પરસેવો વળતો હોય)છાતીમાં દુઃખાવો તથા શ્વાસ ચડવો ભૂખ ન લાગવી વજનમાં ઘટાડો થવો તેમજ થાક લાગવો તથા ગળમાં લોહી પડતુ હોય તો ક્ષય રોગ અંગે શંકા કરવી જોઈએ. ક્ષયનો સચોટ નિદાન માટે ત્રણ ગળફાની તપાસ કરાવવી જરૂરી છે. છાતીના ફોટા (એકસ રે)થી ફકત અનુમાન જ કરી શકાય છે. ફેફસા સિવાય અન્ય ભાગના ટીબી નિદાન માટે ટયુબરકયુલીન ટેસ્ટ તથા ગાંઠની રસીની તપાસ લેબોરેટરીમાં કરાવવી જોઈએ.

ક્ષયના દર્દીએ કયાં નિયમનું ચુસ્તરીતે પાલન કરવું જોઈએ ?

ગળફામાં જંતુ ધરાવતા ટીબીના દર્દીએ ખાસી કે છીકતી વખતે મોઢા પર રૂમાલ રાખવો જરૂરી છે જયાં ત્યાં થુંકવુ જોઈએ નહી. ગળફાનો વ્યવસ્થિત રીતે નિકાલ કરવો જોઈએ ક્ષયની દવાઓ નિયમિત અને પુરા સમયની એટલે કે એકપણ ડોઝ ભુલ્યા વગર ૬ થી ૮ માસ લેવાની હોય છે. અધુરી દવાઓ, અધુરા સમય માટે લેવામાં આવતી ક્ષય ની સારવાર અસાધ્ય કે જટીલ ટીબીને નોતરે છે. તેમજ હંમેશને માટે દર્દી કુટુંબ તથા સમાજને હેરાન કરી શકે છે.

યોગ્ય પથ્ય અને પૌષ્ટિક આહાર સ્વસ્થ મન અને પુરતો આરામ, મદ્યપાન, ધુમ્રપાન, તમાકુ નિષેધ, ગર્ભધારણ રોકવુ તથા સંયમી જીવન ક્ષયના દર્દી માટે આચાર સંહિતા પાળવી અનિવાર્ય છે.

ક્ષયરોગ સામેની લડાઈમાં સમાજનો સહયોગ કર્તવ્ય અને ફરજ વિશેની ભુમિકા જણાવશો.

દરેક નવજાત બાળકને બીસીજી રસી અવશ્ય મુકાવવી જોઈએ. હવે તો ભારતનાં ઘણાખરા રાજયોમાં(ગુજરાત મહારાષ્ટ્ર સહિત) સીધા નિરીક્ષણ હેઠળ ટુંકાગાળાની સારવારનો પ્રોગ્રામ શરૂ થયેલ છે જેમા આરોગ્ય કર્મચારીની સીધી દેખરેખ હેઠળની સારવાર વિના મુલ્યે મળે છે જેની સેવા ખાનગી ક્ષયની સારવાર કરતા પણ સારી હોય છે. આ પ્રોગ્રામ(ડોટસ)નો સંપૂર્ણ લાભ સમાજે દરેક ગરીબ દર્દીઓ સુધી પહોંચે તેવી વ્યવસ્થા કરવી જોઈએ.

તબીબી જગત તથા શિક્ષીત નાગરીક લોકોને સતત આરોગ્ય શિક્ષણ આપી લોકોને ટીબી અંગે સાવધ કરવા જોઈએ તેમજ ક્ષય નિવારણ સેવા આપતી સંસ્થા તથા કાર્યકરોને તન, મન, ધન થી સહાય કરવી જોઈએ

ડો. એ.જે.ડબ્બાવાલા, અમરેલી

વિશ્વ વિનાશક એઈડઝનુ એક અંગ એ ક્ષય છે.