

शिशु को सुलाते समय ये छोटी-छोटी गलतियां पड़ सकती हैं भारी



माता-पिता बनना किसी भी कपल के लिए बहुत खुशी का पल होता है, लेकिन पेरेंट्स के तौर पर उनकी जिम्मेदारियां काफी बढ़ जाती हैं। पेरेंटिंग काफी मुश्किल वीज है, जिसमें एक कपल अपने सोने-जगने, उठने-बैठने और सुकून के सारे पल अपने बच्चे के नाम कर देते हैं। पेरेंट्स बनने के बाद माता-पिता के मन में अपने बच्चे की सुरक्षा और सेहत को बेहतर रखना सबसे बड़ी चुनौती होती है। खासकर, जब बात बच्चे को सुलाने

की आती है तो पेरेंट्स की चिंता और बढ़ जाती है। बच्चे को सुलाने के दौरान डॉक्टर डेथ सिंड्रोम और नीद से जुड़े अन्य जोखिमों को कम करने के लिए पेरेंट्स हर सभाव कोशिश करते हैं। ऐसे में आइए दिल्ली के शहदरा में स्थित एस.डी.एन. अस्पताल के पीडीआर्टिशन डॉ. ललित हरि प्रसाद सिंह से जानते हैं कि माता-पिता को बच्चे को सुलाते समय किन गलतियों को करने से बचने की कोशिश करनी चाहिए?

नरम बिस्तर से बचें

शिशुओं को सुलाने के लिए ज्यादा नरम गहरे और बिस्तर को चुनने से बचें, क्योंकि इस तरह के बिस्तर के जोखिम को बढ़ा सकते हैं। इस तरह के गहरे पर सोने के दौरान करवट लेते समय आपके बच्चे का मुंह गहरे में फंस सकता है, जिससे दम घुटने की संभावना बढ़ सकती है। इसलिए, आप बच्चे को सुलाने के लिए एक मदबूत और टाइट गहरे और बिस्तर को चुनें।

कम्फर्टर्स, तकिए और कुशन को बच्चे से दूर रखें

कम्फर्टर्स, तकिए और कुशन भी बच्चों का दम घुटने के जोखिम को बढ़ा सकते हैं और रुक्ष्यस्क्रिप्ट का कारण बन सकते हैं। इन बीजों में शिशु फंस सकते हैं या उलझ सकते हैं और ये बच्चे के चेहरे को ढक सकती हैं, जिससे दम घुटने की संभावना बढ़ जाती है। शिशुओं में इस जोखिम को कम करने के लिए आप इस तरह की बीजों को शिशु की पहुंच से दूर रखें। और ठंडा प्रौद्योगिकी में उड़े कंफर्ट ओदाएं।

ढीली चादरें और कंबल बिल्कुल न ओढ़ाएं

ढीली चादरें और कंबल शिशु के चेहरे और गर्दन में उलझ सकती हैं।

सकते हैं और दम घुटने के जोखिम को बढ़ा सकते हैं। इसलिए, आप शिशु के पास ढीले चादरें और कंबल रखने या उपयोग करने से बचें। इसके स्थान पर आप अपने बैड पर ऐसी चादरों को बिछाए तो टाइट-फिटिंग हो। यह दम घुटने और रुक्ष्यस्क्रिप्ट के जोखिम को कम करने में मदद कर सकते हैं। आप चाहे तो चादर और कंबल को गहरे के चारों ओर करकर बाध सकते हैं, ताकि वे ढीले न रहें।

सॉफ्ट टॉय का इस्तेमाल करने से बचें

सॉफ्ट टॉय के कारण भी शिशुओं में सांस से जुड़ी समस्याएं और SIDS का जोखिम बढ़ सकता है। दरअसल, इस तरह के खिलौने शिशुओं के दम घुटने का कारण बन सकते हैं और उनका चेहरा उनमें फंस सकता है। इसलिए, इन जोखिमों को कम करने के लिए इस तरह के खिलौने और वस्तुओं को शिशु के पास रखने से बचें।

पोजिशनर्स और बंपर के इस्तेमाल से बचें

पोजिशनर्स और बंपर के कारण भी शिशु की पहुंच से दूर रखें। और ठंडा प्रौद्योगिकी में उड़े कंफर्ट ओदाएं।

बच्चों को रिश्तेदारों से मिलने वाले नोट और सिक्के भी पहुंचाते हैं सेहत को नुकसान

घर में आने वाले रिश्तेदार, दोस्त और पड़ोसी अक्सर जाते वक्त छोटे बच्चों को सिक्के और नोट देकर जाते हैं। दोस्तों और रिश्तेदारों का अक्सर मानना होता है कि जाते वक्त बच्चों को शुक्रन के तौर पर कुछ देना चाहिए और इसके लिए नोट व सिक्के बेस्ट हैं। खास बात तो यह है कि रिश्तेदारों से मिलने वाले सिक्के और नोट बच्चे भी झट से ले लेते हैं और हाथों की मुट्ठी को बंद कर लेते हैं। अगर रिश्तेदारों को बच्चों को करसी देते हैं, तो उन्हें तुरंत रोकिए क्योंकि ये नोट और सिक्के बच्चों के स्वास्थ्य को नुकसान पहुंचा सकते हैं। फूड सोफ्टी ऐड रस्टेड्स अथेरिटी ऑफ इडिया (एफएसएसएआई) की ओर से जारी की गई एडवाइजरी में कहा गया है कि करसी नोट्स और सिक्के इस्तेमाल रोजाना सामान खरीदने, लेन-देन करने, किराये के लिए किया जाता है।

नोट और सिक्के एक से दूसरे शख्स के हाथों में जाते हैं, जो गढ़े और सक्रियत होते हैं। इसके साथ ही नोटों को थूक लगाकर गिना भी जाता है। ऐसे में अगर ये नोट बच्चे छोड़ते हैं, तो उन्हें कई प्रकार की बीमारियां हो सकती हैं। नोट और सिक्के छोड़ने से बच्चों को ऊंटी, डॉल्टी और पेरेंट्स की ऊंटी बीमारियां हो सकती हैं।

बैटरीरियल और वायरल संक्रमण

डॉ. सुरिदर कुमार का कहना है कि रोजाना लेन-देन के लिए इस्तेमाल किए जाने वाले नोट और सिक्के कई हाथों, पर्स और धून-मूटी वाली जगह से गुजरते हैं। जिसके कारण नोट और सिक्कों पर बैटरीरिया विपक्ष जाते हैं। बच्चे अपनी प्रवृत्ति के कारण इन नोट और सिक्कों को छूने के बाद बिना हाथ धूए खाना लेते हैं या अपने मुंह पर हाथ लगाते हैं, जिससे संक्रमण का खतरा बढ़ जाता है। नोट और सिक्के छोड़ने से बच्चों को ऊंटी, डॉल्टी और पेरेंट्स की समस्या हो सकती है।

विकास में रुकावट

कुछ पुराने सिक्कों का नोट लीड युक्त होते हैं। जब बच्चे इसे छूते या मुंह में डालते हैं, तो इसकी जगह से लीड एलर्जी हो सकती है। लीड एलर्जी के कारण छोटे बच्चों के मानसिक और शारीरिक विकास पर प्रभाव पड़ सकता है। इस्तेमानी ही नहीं लीड एलर्जी बच्चों के विकास में रुकावट भी पैदा करती है।

स्क्रिन एलर्जी

डॉ. सुरिदर कुमार बताते हैं कि कई हाथों और सतहों से गुजरने के कारण नोटों पर आंतरिक तौर पर फैंगस का पैदापन सकता है। जब बच्चे फैंगस वाले नोटों को छूते हैं, तो इसकी वजह से ल्यूकली, लालिमा और जलन की समस्या होती है।

पेट संबंधी बीमारियाँ

छोटे बच्चे अक्सर रिश्तेदारों द्वारा दिए गए नोट और सिक्कों पर मौजूद बैक्टीरिया के शरीर में जाते हैं, तो उनके पाचन तंत्र में रुकावट पैदा कर सकता है। नोट और सिक्कों वार-बार छूने से बच्चों को पेट में दर्द, उल्टी और अपच की समस्या भी देखी जाती है।

नोट और सिक्कों से होने वाली बीमारियों से बचाव के तरीके

हमारे साथ खास बातीती में डॉ. सुरिदर कुमार ने यह भी बताया कि बच्चों को नोट और सिक्कों से होने वाली बीमारियों से कैसे बचाया जा सकता है।

- रुकावट के लिए रिश्तेदारों से अनुरोध करें कि वह नक्की की बजाय खिलौने, किताबें या अन्य गिफ्ट्स बच्चों को दें।

नोट और सिक्कों वार-बार छूने के कारण नोट्स को ऊंटी और अपच की समस्या भी देखी जाती है।

- बचाव के लिए पेरेंट्स को अनुरोध करें कि वह नक्की की बजाय खिलौने, किताबें या अन्य गिफ्ट्स बच्चों को दें।

बच्चों को नुकसान पहुंचा सकते हैं। इससे बचाव के लिए पेरेंट्स को रोजाना की लाइफ

में छोटे-छोटे स्ट्रेप उठाने जरूरी है।

बच्चों को नुकसान पहुंचा सकते हैं। लेकिन जब बात कुछ हल्का

लगता है। लेकिन जब बात कुछ हल्का

पंच कुंडीय श्री विष्णु महायज्ञ एवं संगीतमय श्रीमद् भागवत कथा का आयोजन, निकली कलश यात्रा

पायनियर संवादकाता ▲ जांजगीर चांपा

www.dailypioneer.com

जिले के ग्राम महंत में श्री सिद्ध शक्तिपीठ चंडी दाई मंदिर प्रांगण में यज्ञ आचार्य आचार्य अमित मिश्रा के नेतृत्व में पंच कुंडीय श्री विष्णु महायज्ञ एवं संगीत में श्रीमद् भागवत का किया जा रहा है जिसमें ग्राम वासी एवं क्षेत्र वासियों के विशेष सहयोग से कलश यात्रा संपन्न हुआ। जिसमें सिद्ध श्री चंडी दाई मंदिर में पूजा अर्चना कर बैठ बाजा के साथ नगर भ्रमण के लिए निकले ग्राम के ठाकुर देवता बरस बाबा नवा तलाव बजरंगबली सभी पूजन अर्चना करते हुए पुनः यज्ञशाला में पहुंचे जहां भगवान यज्ञ नारायण का विथि विधान से द्वया-क्या चार्ज असित मिश्रा के सानिध्य में हुआ। द्वयस आयोजन में श्रीधर्म वृद्धावन वाराणसी एवं वैदिक ब्राह्मण पहुंचे हुए हैं गांव के पुरोहित नंदकुमार मिश्रा एवं सिद्ध शक्तिपीठ चंडी दाई मंदिर के संरक्षक ठाकुर देवेश सिंह जी श्रीमद् भागवत कथा के मुख्य जजमान ठाकुर प्रदुमन सिंह श्री विष्णु महायज्ञ के मुख्य जजमान ठाकुर दिलीप सिंह मदन यादव



ठाकुर भूवेश्वर सिंह मोहनलाल श्रीवास राजेंद्र पटेल सभी जजमान भगवान यज्ञ नारायण का पत्ती सहित नार भ्रमण किया साथ ही वैदिक मन्त्र उच्चारण से भगवान का आवाह किया गया यह आयोजन ग्राम के विकास एवं सुख शांति के लिए किया जा रहा है एवं क्षेत्र के सुख में जीवन धन-धार्य से परिपूर्ण है इस उद्देश्य से यह विशाल आयोजन रखा गया है बक्या है वजन 14 फवरी से 21 फवरी तक चलेगा, जिसमें

भगवान यज्ञ नारायण का पूर्ण होती 20 तारीख को एवं श्रीमद् भागवत का पूर्ण होती 21 तारीख को रखा गया है आचार्य अमित मिश्रा जी ने सभी भक्तों से आग्रह किया कि अधिक से अधिक संख्या में आकर के कथा रसपन कर अपने जीवन को कृतार्थ करें भगवत प्रवक्ता आचार्य शैलेंद्र महाराज पहुंचे हुए हैं एवं कथा समय दोपहर 3:00 बजे से शाम 7:30 बजे तक किया जाता है एवं यज्ञ नारायण का बेड वेद पाठ सुबह 6:00 से

8:00 बजे तक एवं यज्ञ नारायण का पूजन 8:00 बजे से 10:30 बजे तक एवं यज्ञ का द्वयन 11:00 बजे से 12:30 तक किया जाता है इस आयोजन को सफल बनाने के लिए ठाकुर देवेश सिंह जी दिन रात लगे हुए हैं एवं लोक कल्याण सेवा समिति चंडी दाई मंदिर द्वारा समस्त भक्तों से आग्रह किया कि अधिक से अधिक इस आयोजन में आकर के अपने जीवन को कृतार्थ करें एवं पुण्य का लाभ उठाएं।

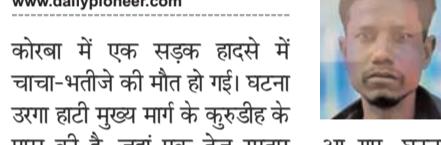
साइकिलिस्ट ग्लोबल वारियर आंदोलन में शामिल हुए सांसद विजय बघेल



आंदोलन में भिलाई के अनेक कलाकार, समाजसेवी, सेटर्सीमन और छात्र-छात्राएं इकडे होकर साइकिल चलाने का सदैस दे रहे हैं। इस आंदोलन का नेतृत्व करते हुए साइकिल चलाने के सदैस दे रहे हैं। इस दौरान विजय बघेल ने अंदोलन को पुण्य दृष्टश्च में परिपूर्ण बताता है और अंदोलन के साथ साइकिल चलाने के साथ जमकर साइकिल चलाई और देखभाल पूर्ण नारों से सिविक सेटर क्षेत्र को गुजाराना कर दिया। प्रशंसक बघेल ने कहा कि दृष्टि के लिए प्रमुख रूप से पर्यावरणविद्, बालुराम वर्मा, दीपक दिल्लीप, दलीप, प्रकाश सांतं, राजेश जैन, प्रमोद सिंह, श्रीकांत तापकार, धीरज साहू, यश दत्तवी, काता देवी, नेहा, तुमि, खूबू, मुकान, पी.एल.जैन, श्रेयांशु जैन तथा सैकड़ों की तादात में साइकिल प्रेमी मौजूद रहे हैं। इस

को हेय दृष्टि से न देखकर उसे एक वैश्विक पर्सनेली का दृश्य दिलाना ही हमारे आंदोलन का दैश्य है। प्रसिद्ध बघेल भूमि राव बोरकर ने कहा कि दूसरों को न देखें हुए जहाँली होती धरा में अपने दूसरे का प्रदूषण हमें दूर करना चाहिए। लेह से लदाख तक साइकिल चलाने वाले प्रवीण कालमें ने तेजी से विकसित हो रहे भारत में साइकिल चलाने को आवश्यक बताया वहीं प्रसिद्ध समाजसेवी जयप्रकाश नायर ने भी लोगों को प्रेरित किया। ग्लोबल वर्मिंग के विलाप साइकिल चलाने के लिए प्रमुख रूप से पर्यावरणविद्, बालुराम वर्मा, दीपक दिल्लीप, दलीप, प्रकाश सांतं, राजेश जैन, प्रमोद सिंह, श्रीकांत तापकार, धीरज साहू, यश दत्तवी, काता देवी, नेहा, तुमि, खूबू, मुकान, पी.एल.जैन, श्रेयांशु जैन तथा सैकड़ों की तादात में साइकिल प्रेमी मौजूद रहे हैं।

चाचा-भतीजे की मौत, तेज रप्तार ट्रेलर ने कुचला



पायनियर संवादकाता ▲ कोरबा

कोरबा में एक सड़क हादसे में चाचा-भतीजे की मौत हो गई। घटना हुआ दोनों ट्रेलर के पहिए के नीचे आ गए, घटना में लदाख वाले तीन लोगों को टक्कर मार दी। उराय थाना क्षेत्र का मामला है। पुलिस के मुताबिक तीनों भैसमा से बजी खरीदकर वापस लौट रहे थे।

वापस लौट रहे थे तभी कुरुडीह मोड़ पर हादसा हुआ, दोनों ट्रेलर के पहिए के नीचे आ गए, घटना में लदाख वाले तीन लोगों को टक्कर मार दी। उराय थाना की शान्ति की दोपहर 3 (32) और उनके भतीजे बच्चे के रूप में हुए।

तीसरे व्यक्ति संतोष कुमार बाल-बाल बच गए। बताया जा रहा है कि मृतक प्रेमलाल के भाई राकेश केवट के बच्चे की छोटी का कार्यक्रम था, जिसके लिए वे संबंधी लेने गए थे। प्रेमलाल की शान्ति की दोपहर 3 बजे तक अस्ताल में झाँझाड़ जारी है। मृतकों की पहचान मोती सायर पार निवासी प्रेमलाल के वेट (32) और उनके भतीजे बच्चे के वेट के रूप में हुए।

बालोद-झलमला में भालुओं की दविश, वन विभाग ने किया अलर्ट



बालोद। बालोद वनविभाष्ट्रे में एक बार पिर भालु दिया। ग्राम झलमला से घोटिया मार्ग पर देर रात भालुओं को जोड़ा दिया। रास्ते से गुजर रहे वाहन चालक ने वीडियो बनाया। वायरल वीडियो के बाद इलाके में अलर्ट जारी कर दिया गया है। मिली जानकारी के अनुसार, ग्राम झलमला से घोटिया मार्ग पर देर रात भालुओं का एक जोड़ा देखा गया। विभाग ने लोगों को सतर्क रहने की चेतावनी दी है। वहीं भालुओं को पकड़ने की भी कोशिश की जा रही है।

रास्ते से गुजर रहे वाहन चालक ने वीडियो बनाया। वीडियो सामने आने के बाद वन अमला अलर्ट मोड पर है। विभाग ने लोगों को सतर्क रहने की चेतावनी दी है। वहीं भालुओं को पकड़ने की भी कोशिश की जा रही है।

सोने चांदी चमकाने को बोलकर महिला के सोने के जेवर की चोरी, दो आरोपियों ने दिया घटना को अंजाम



पायनियर संवादकाता ▲ जांजगीर चांपा

चमकाने के लिए मांगने पर गले में पहने सोने के चैन और खुटी को निकाल कर दी, फिर दोनों ने एक टिप्पणी के डब्बे के अंदर दोनों जेवर को डाला और 10 मिनट बाद खोलने को बोलकर घर से चले गए। इस दौरान 5 मिनट बाद जेवर टिप्पणी के डब्बे खोलने पर देखी तो जिसकी कीमत लगभग 40 हजार रुपए को लेकर भाग जाने की रिपोर्ट दर्ज कराई थी। जांजगीर थाने में दो आरोपियों के खिलाफ धारा 3 (5), 318 (4) BNS के तहत मामला दर्ज किया गया है। शहर में लगे सोनीसेटी कैमरे की ताकती वाली लोगों ने बोलकर ग्रामाधार देवांगन के बाताया जा रहा है। वहीं लोगों से अपील की गई है कि इस प्रकार के कोई व्यक्ति सोना चांदी चमकाने की बात करे तो तुरंत जांजगीर थाने में सूचना दे।



पायनियर संवादकाता ▲ जांजगीर चांपा

बघेल हांग में रित्यु देश का पहला किसान स्कूल, जहां पर बिहान की प्रशिक्षण दिया जा रहा है। बिहान की निर्माण वर्ष 2025 के अन्तिम भाग में शामिल होने वाला है। बिहान की निर्माण वर्ष 2026 के अन्तिम भाग में शामिल होने वाला है। बिहान की निर्माण वर्ष 2027 के अन्तिम भाग में शामिल होने वाला है। बिहान की निर्माण वर्ष 2028 के अन्तिम भाग में शामिल होने वाला है। बिहान की निर्माण वर्ष 2029 के अन्तिम भाग में शामिल होने वाला है। बिहान की निर्माण वर्ष 2030 के अन्तिम भाग में शामिल होने वाला है। बिहान की निर्माण वर्ष 2031 के अन्तिम भाग में शामिल होने वाला है। बिहान की निर्माण वर्ष 2032 के अन्तिम भाग में शामिल होने वाला है। बिहान की निर्माण वर्ष 2033 के अन्तिम भाग में शामिल होने वाला है। बिहान की निर्माण वर्ष 2034 के अन्तिम भाग में शामिल होने वाला है। बिहान की निर्माण वर्ष 2035 के अन्तिम भाग में शामिल होने वाला है। बिहान की निर्माण वर्ष 2036 के अन्तिम भाग में शामिल होने वाला है। बिहान की निर्माण वर्ष 2037 के अन्तिम भाग में शामिल होने वाला है। बिहान की निर्माण वर्ष 2038 के अन्तिम भाग में शामिल होने वाला है। बिहान की निर्माण वर्ष 2039 के अन्तिम भाग में शामिल होने वाला है। बिहान की निर्माण वर्ष 2040 के अन्तिम भाग में शामिल होने वाला है। बिहान की निर्माण वर्ष 2041 के अन्तिम भाग में शामिल होने वाला है। बिहान की निर्माण वर्ष 2042 के अन्तिम भाग में शामिल होने वाला है। बिहान की निर्माण वर्ष 2043 के अन्तिम भाग में शामिल होन

श्रीमद् भागवत कथा: मोहिनी चरित्र का वर्णन, भक्तों में दिखा उत्साह



पायनियर संवाददाता < रायपुर
www.dailypioneer.com

श्रीबालाजी हॉस्पिटल परिवार द्वारा आयोजित श्रीमद भगवत कथा में रविवार को भक्तों का जमकर उत्साह देखने के मिला। आचार्य बाँके बिहारी महाराज के द्वारा कथा का वर्णन किया जा रहा है। उन्होंने ने बताया कि समुद्र मन्थन के दौरान अंतिम रत्न अमृत कलश लेकर भगवान विष्णु धनवंतरी रूप में प्रकट हुए। असुर भगवान धनवंतरि से अमृत कलश लेकर भाग गए तो विष्णु ने धनवंतरि रूप को त्यागकर एक नारी का रूप लिया वे बहुत सुन्दर थी उस नारी का नाम मोहिनी रखा गया। मोहिनी ने असुरों से अमृत लिया और देवताओं के पास गई। उन्होंने असुरों को अपनी ओर मोहित कर लिया और देवताओं को अमृत पिलाने लगी। मोहिनी कृष्ण लिया वही चाल उत्तम

श्री बली वामन भगवन प्रसंग

देवता का भेस लेकर अमृत पीने
चला गया। मोहिनी को जब ये बात
पता चली तो उहोंने स्वरभानु का सिर
सुदर्शन चक्र से काट दिया किंतु तब
तक उसके गले से अमृत की धूटं
नीचे चली गई और वह अमर हो गया
और राहु के नाम से उसका सिर और
केतु के नाम से उसका धड़ प्रसिद्ध
हुआ।



कागर पालिका परिषद सत्री के
अध्यक्ष पद पर

श्री श्यामसुंदर अग्रवाल जी

के रिकॉर्ड वोटो से जीत दर्ज करने



अमित अग्रवाल (सूरजभान) साधेश्याम अग्रवाल (साधे)



A portrait of a man with dark hair and a red tilak mark on his forehead. He is wearing a white shirt and is seated on a blue couch.



अमित अग्रवाल (सूरजभान) साधेश्याम अग्रवाल (साधे)



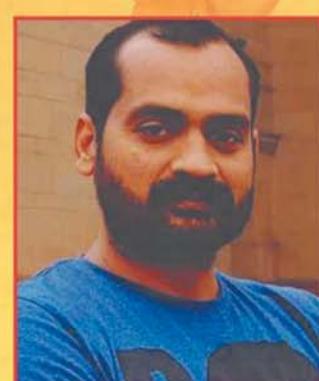
अभिषेक अग्रवाल (गोल)



राहुल अग्रवाल
(प्रियंका)



तनवीर सोन कुरेशी



सत्येन्द्र पाडेण्य



अनवर खान



अभिषेक सिंह (पिंटू)