30/01/25

Reet (वंदना बैंच)

EVS

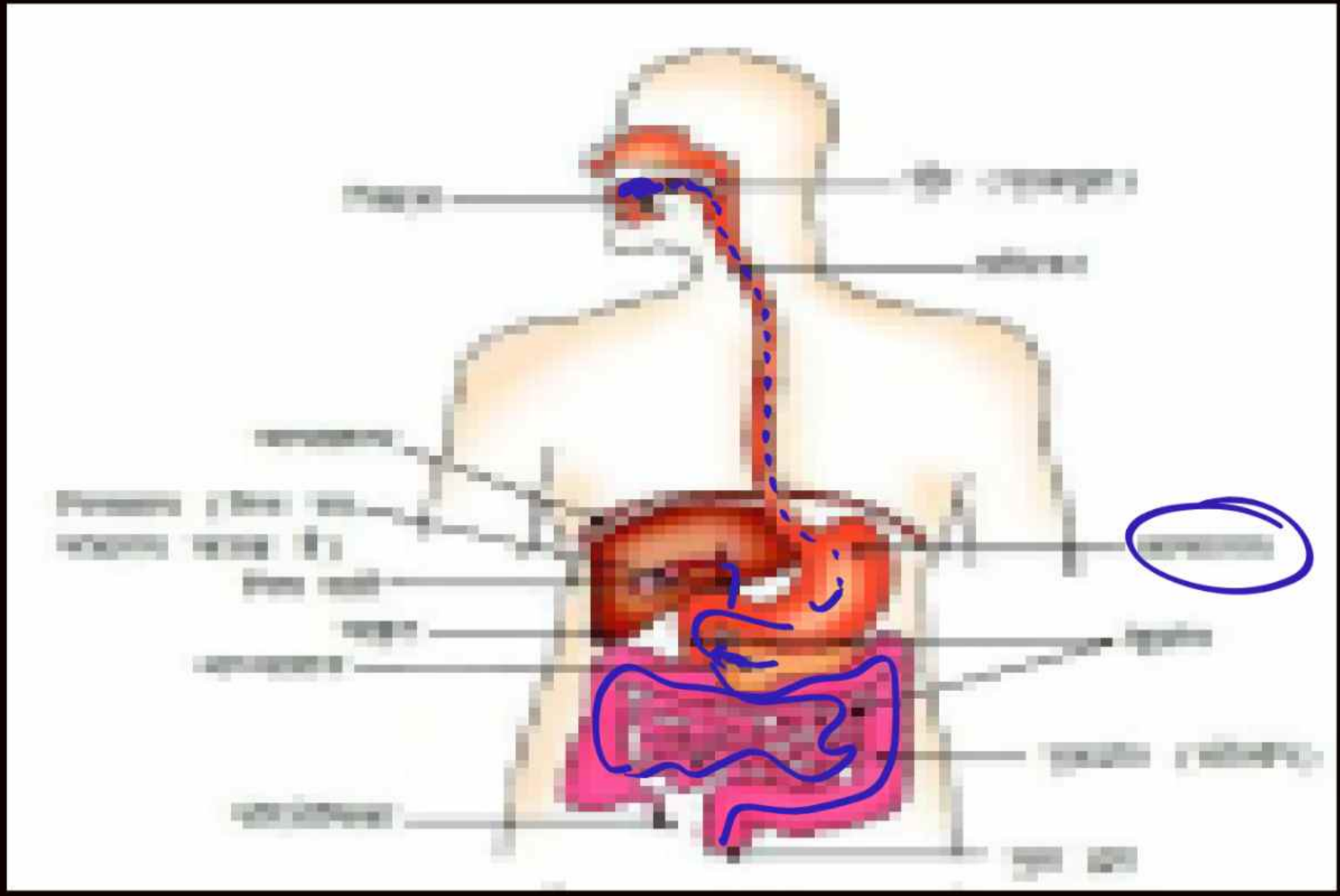
हमारे शरीर की देखभाल

(Small Intestine)

=) भोजन का अधिकांश पाचन छोटी आंत में होता है।

=) इसके बाद भोजन बड़ी आंत (Large intestine) में जाता है, वहां उसमें जल का अवशोषक होता है।

=) तत्पश्चात अवशिष्ट पदार्थ (Remain matter) मलद्वार के द्वारा बाहर चला जाता है।



महत्वपूर्ण रोग
(Important desease)

आंत्रशोथ (Gastroenteritis)

आंत्रशोध Gastroenteritis

- आंत्रशोध, जिसे गैस्ट्रिक फ्लू, उदर फ्लू या उदर वायरस के नाम से भी जाना जाता है, जो जठरांत्र संबंधी मार्ग की सूजन है ।
- Gastroenteritis, also known as gastric flu, abdominal flu or abdominal virus, is an inflammation of the gastrointestinal tract.
- यह पेट और छोटी आंत दोनों को प्रभावित करता है तथा इससे तीव्र दस्त (डायरिया) व उल्टियाँ होती है, तो वहीं यह प्रदूषित भोजन व जल के कारण तथा विषाणु से होता है ।
- It affects both the stomach and the small intestine and causes acute diarrhoea and vomiting. It is also caused by contaminated food and water and by viruses.

- 'Oral Rehydration Therapy' की वजह से इससे होने वाली मृत्यु दर में कमी आयी है, तो वहीं 50% मामलों में यह बीमारी नोरोवायरस से होती है।
- Mortality rate due to this disease has decreased due to 'Oral Rehydration Therapy'. In 50% of the cases, this disease is caused by norovirus.
- जबकि अन्य 20% मामलों में तथा बच्चों में यह रोटोवायरस से होती है ।
- While in the remaining 20% of cases and in children, it is caused by rotavirus.
- तथा इसके अन्य महत्वपूर्ण वायरल एजेंट एडिनोवायरस व एस्ट्रोवायरस है ।
- Other important viral agents are adenovirus and astrovirus.

लक्षण - उल्टी, डायरिया व पाचन तंत्र की गड़बड़ी, बुखार, सिरदर्द, पेट दर्द व खूनी दस्त, हृदय में जलन व कमजोरी तथा बेहोशी ।

Symptoms - Vomiting, diarrhea and digestive system disorder, fever, headache, stomach ache and bloody diarrhea, heartburn and weakness and unconsciousness.

उपचार- नमक व चीनी का पानी (Oral Rehydration घोल) बार-बार पीने से शरीर में पानी की कमी को रोका जा सकता है। साथ ही एण्टी बायोटिक दवा लेनी चाहिए।

Treatment - Dehydration in the body can be prevented by drinking salt and sugar water (Oral Rehydration solution) repeatedly. Also, antibiotic medicine should be taken.

अमीबियोलिस

अमीयोबायोसिस Amoebiosis

- यह रोग एन्टअमीबा हिस्टोलिटिका नामक सूक्ष्मदर्शी परजीवी (प्रोटोजोआ) के संक्रमण के कारण होता है, तो वहीं एन्ट अमीबा की ही वाहक मक्खियाँ होती है, जो इस परजीवी को खाद्य पदार्थों तक पहुंचाती है ।
- This disease is caused by infection of a microscopic parasite named Entamoeba histolytica (Protozoa), while flies are the carriers of Entamoeba, which spread this parasite to food items.

संचरण की विधि - दूषित भोजन व जल ।

Mode of transmission - Contaminated food and water.

लक्षण- आंतों में अल्सर का निर्माण, पेट में दर्द व उबकाई, तेज दस्त ।

Symptoms- Formation of ulcers in the intestines, stomach pain and nausea, severe diarrhea.

रोकथाम व उपचार- उचित स्वच्छता बनाये रखनी चाहिए, तरकारी व फलों को खाने से पहले भली-भांति धोना चाहिए, रोगियों को एंटीबायोटिक देने चाहिए।

Prevention and treatment- Proper hygiene should be maintained, vegetables and fruits should be washed thoroughly before eating, patients should be given antibiotics.

मेट हीमोग्लोबिन

मेटहीमोग्लोबिन Methemoglobin

- मेटहीमोग्लोबिन रक्त में मेटहीमोग्लोबिन के सामान्य स्तर से अधिक स्तर की उपस्थिति से होने वाला विकार है।

- Methemoglobin is a disorder caused by the presence of more than normal levels of methemoglobin in the blood.

- जिसकी अधिकता से ऊतकों तक ऑक्सीजन पहुंचने की रक्त की क्षमता में कमी होती है। कार्बन मोनोऑक्साइड, हीमोग्लोबिन से मिलकर मेटहीमोग्लोबिन बनाती है।
- the excess of which reduces the ability of blood to carry oxygen to the tissues. Carbon monoxide combines with hemoglobin to form methemoglobin.

- Cooximetry Test के अनुसार मेटहीमोग्लोबिन का स्तर < 1% होता है, तो मेटहीमोग्लोबिन की अधिकता से रक्त का रंग नीला या चाकलेटी भूरा हो जाता है । सांस लेने में तकलीफ, साइनोसिस, सिरदर्द, थकान व बेहोशी आ जाना।
- According to Cooximetry Test, if the level of methemoglobin is <1%, then the excess of methemoglobin causes the color of blood to become blue or chocolate brown. Breathing difficulties, cyanosis, headache, fatigue and fainting.

एनीमिया

एनीमिया (रक्ताल्पता) Anemia

- रूधिर में मौजूद श्वसन रंजक हीमोग्लोबिन के निर्माण में लौह तत्व की महत्वपूर्ण भूमिका होती है।
- Iron plays an important role in the formation of respiratory pigment hemoglobin present in the blood,
- तो वहीं लौह तत्व की कमी से लाल रक्त कणिकायें कम हो जाती है, जिसके फलस्वरूप रक्त की ऑक्सीजन धारिता की क्षमता कम हो जाती है और शरीर में खून की कमी हो जाती है।

On the other hand, deficiency of iron element reduces the red blood cells, as a result of which the oxygen carrying capacity of the blood reduces and there is a deficiency of blood in the body.

⇒ उपचार → लौह तत्व (Iron) से भरपूर चीजों का सेवन हमें करना चाहिये।

⇓

5 जैसे → आंवला, पालक, गुड़ आदि

लक्षण → शरीर पीला पड़ जायेगा, भूख कम लगेगी
वजन घटेगा, सांस फूलना ।

फ्लुओरोसिस Fluorosis

- यह रोग फ्लोराइड के अत्यधिक सेवन से उत्पन्न होता है।
- This disease is caused by excessive consumption of fluoride,
- जिसका मुख्य कारण पेयजल में फ्लोराइड की अधिकता है, तो वहीं वैज्ञानिक दृष्टिकोण से जल में फ्लोराइड की मात्रा एक ग्राम प्रति ली. से ज्यादा नहीं होनी चाहिए।
- The main reason for which is excess of fluoride in drinking water, while from a scientific point of view, the amount of fluoride in water should not be more than one gram per liter.

- फ्लोराइड के स्रोतों में जल, भोज्य पदार्थ, टूथपेस्ट, माउथवाश, मादक पदार्थ तथा कई दवाइयाँ महत्वपूर्ण है, तो इनके अलावा फ्लोराइड के धुएँ तथा कणों से भी इस रोग की उत्पत्ति होती है ।
- Water, food items, toothpaste, mouthwash, intoxicants and many medicines are important sources of fluoride, apart from these, this disease is also caused by fluoride smoke and particles.

- **रोकथाम एवं उपचार** पोषक तत्व जैसे- कैल्शियम, फॉस्फोरस, आयरन, विटामिन C, D व E प्रोटीन, एंटी ऑक्सीडेंट आदि खाद्य पदार्थों का सेवन करने से भी इस रोग पर कुछ सीमा तक नियंत्रण लगाया जा सकता है।
- **Prevention and treatment: By consuming food items rich in nutrients like calcium, phosphorus, iron, vitamin C, D and E, protein, anti-oxidants etc., this disease can be controlled to some extent.**

लक्षण => पेट में दर्द, भूख कम लगना, दांतों का रंग समाप्त होना या पीला पड़ना।

मलेरिया

→ मादा एनाफिलीज मच्छर के काटने से।

→ लक्षण → कंपकंपी लगके तेज बुखार का आना, मुंह सूखा होना, भूख कम लगना।

→ उपचार → डॉक्टर की सलाह के अनुसार।
→ सिनकोना वृक्ष की छाल से प्राप्त कुनैन नामक दवा मलेरिया की रोकथाम के लिये सहायक होती है।

- रोनाल्ड रोस ने सर्वप्रथम मच्छर के पेट के अंदर तांक-झांक की और यह सिद्ध किया कि मलेरिया मच्छर से फैलता है तथा इस अनुसंधान के लिए दिसम्बर, 1902 में चिकित्सा के क्षेत्र में उन्हें नोबेल पुरस्कार दिया गया ।
- Ronald Ross first looked inside the stomach of a mosquito and proved that malaria is spread by mosquitoes and for this research he was awarded the Nobel Prize in the field of medicine in December, 1902.

- यह रोग आर्बो वायरस के कारण होता है।
- This disease is caused by Arbo virus.
- इस रोग में रोगी के शरीर में जिसका प्लेटलेट्स या बिम्बाणु की कमी तो होती ही है, साथ ही रक्त का आंतरिक स्राव भी होता है तथा यह क्रिया थ्रोम्बोसाइटोपेनिया पोलियो कहलाती है
- In this disease, the patient's body not only lacks platelets or platelets, but also internal bleeding of blood takes place and this process is called thrombocytopenia polio.
- अतः इस बीमारी को डेंगू हैमरेजिक फीवर (DHF) भी कहते हैं।
- So, this disease is also called Dengue Hemorrhagic Fever (DHF).
- डेंगू ज्वर दो प्रकार का होता है-
- Dengue fever is of two types-

1. डेंगू ज्वर व 2. रक्तस्राव जनक ;

1. Dengue fever and 2. Hemorrhagic;

- डेंगू के लिए Tourniquet Test किया जाता है।
- Tourniquet test is done for dengue fever .

डेंगू ज्वर के लक्षण - 1. अकस्मात उच्च ज्वर (104°-105°F) जो [redacted] कि 4-5 दिन तक बना रहता है,

Symptoms of Dengue Fever- 1. Sudden high fever (104°-105°F) which lasts for 4-5 days.

2. तेज सिरदर्द, जोड़ों व मांसपेशियों तथा शरीर में दर्द,

2. Severe headache, joint and muscle pain and body ache,

उपचार

- डॉक्टरी परामर्श
- मच्छर दानी आदि का प्रयोग
  - सरकार के द्वारा मच्छरों के निवारण हेतु दवा का छिड़काव आदि।