

2016

# Media Coverage Report

Coverage in the month of September

(World Heart Day)



## INDEX

S. No	Date	Publication	Headline	Edition
<b>PRINT COVERAGE</b>				
1	Sep 29, 2016	Samagya	Recognise the pain and identify heart attack.	Kolkata
2	Sep 30, 2016	Dainik Statesman	Heart disease awareness	Kolkata
3	Sep 30, 2016	Sangbad Pratidin	World Heart Day celebrated in the city	Kolkata
4	1 <sup>st</sup> October	Yuvashakti	Awareness about heart diseases among kids	Kolkata

Publication	Headline	Date	Edition
Samagya	Recognise the pain and identify heart attack.	Sep 29, 2016	Kolkata

## सीने में दर्द? कहीं हार्ट अटैक तो नहीं!



**कोलकाता :** अगर आपने सीने में दर्द हो रहा है तो आपको डॉक्टर के पास जाना जरूरी है, क्योंकि यह दर्द जानलेवा भी हो सकता है, विशेषकर अगर यह अचानक और बहुत ज्यादा हो रहा है तो! सीने में होने वाला दर्द कई कारणों से हो सकता है। हार्ट अटैक का दर्द तब होता है जब आपके दिल को रक्त की आपूर्ति करने वाली धमनियां अवरोधित हो जाती हैं वहीं उसी से मिलता जुलता ऐंजाइन भी होता है जिसमें हृदय रोग के कारण धमनियां संकरी हो जाती हैं। वहीं हार्टबर्न में पेट के ऊपरी हिस्से या सीने के निचले हिस्से में तेज दर्द होता है। इसका कारण स्टमक एसिड किसी कारण से खाद्य नली में ऊपर की ओर जाने लगता है। साधारणतः हार्टबर्न व हार्ट अटैक का दर्द एक जैसे होते हैं इसलिए यह बेहद जरूरी है कि सीने में दर्द होते ही डॉक्टर की सेवा ली जाए।

**क्या है हार्ट अटैक?**  
हार्ट अटैक कार्बोरी धमनी की बीमारी से होता है। जब किसी की कार्बोरी धमनी बीमारी होती है तो हृदय को होने वाली रक्त की आपूर्ति में कमी आ जाती है जो हार्ट अटैक का कारण बनता है। हार्ट अटैक के हृदय काम करना भी बंद कर सकता है। इसे हृदयगति का रूकना कहते हैं। अगर किसी की हृदय गति रूक जाती है तो उसकी धमनियों में स्पंदन बंद हो जाता है। डॉक्टर हार्ट अटैक या हृदय की अन्य किसी गंभीर समस्या को 'अक्यूट कार्बोरी सिंड्रोम' या एसीएस कहते हैं।

**हार्ट अटैक के लक्षण**  
हार्ट अटैक के दौरान सीने में परेशानी, चुभन, खिंचाव, भारीपन या लगातार दर्द हो सकता है। इस दौरान सीने में किसी भारी वजन रखे जाने का अहसास होता है। दर्द कुछ मिनटों तक आता जा रहा रह सकता है। हालांकि हार्ट अटैक के सभी मामलों में उपरोक्त लक्षण नहीं दिखाए देते। ये लक्षण हल्का, भारी भी हो सकता है और कभी कभी पीड़ित व्यक्ति में उपरोक्त कोई भी लक्षण परिलक्षित नहीं होते हैं। सीने में दर्द बीच में या थोड़ी बाई ओर होता है जो क्रमशः शरीर के दूसरे हिस्सों- दोनों भुजाओं, गर्दन, जबड़ों, पीठ के ऊपरी या बीच वाले हिस्से में हो सकता है। इसके अलावा भी हृदयाघात के कई लक्षण हैं जिनमें उठे पसीने से तर होना, सांस फूलना, कमजोरी महसूस करना, उल्टी आना, थकावट महसूस करना या चक्कर आना शामिल है। ज्यादा उम्र या डाइबिटीज के शिकार लोगों में उपरोक्त लक्षण नहीं भी देखे जा सकते हैं लेकिन हार्ट अटैक के दौरान उन्हें सांस लेने में परेशानी हो सकती है। फोर्टिस हॉस्पिटल, आनंदपुर के कार्डियोथोरेसिस के सीनियर कंसल्टेंट डॉ. एम मन्दाणा के अनुसार शुगर के शिकार रोगियों में हार्ट अटैक के दौरान बदहजमी की समस्या हो सकती है। डॉ. मन्दाणा के अनुसार सीने में दर्द एक दुविधा की तरह है। किसी भी उम्र के लोगों में सीने के दर्द की उपेक्षा नहीं की जा सकती है। यह हार्ट अटैक की अग्रिम सूचना भी हो सकती है।

**ऐंजाइन क्या है?**  
ऐंजाइन में भी हार्ट अटैक की तरह की सीने में दर्द होता है जिसका कारण हृदय को रक्त की आपूर्ति करने वाली धमनियों का किसी कारण संकरा होना है। ऐंजाइन से पीड़ित व्यक्तियों में हार्ट अटैक की ज्यादा संभावना होती है। अगर किसी को ऐंजाइन की शिकायत है तो उसे डॉक्टर की सलाह लेनी चाहिए। साधारणतया ऐंजाइन में होने वाला सीने का दर्द थोड़ी देर के लिए होता है जो आराम करने या दवाइयां लेने से ठीक हो जाता है। यह स्टेबल ऐंजाइन कहा जाता है। अनस्टेबल ऐंजाइन के कारण हार्ट अटैक का खतरा बढ़ जाता है।

**हार्टबर्न क्या है?**  
हार्टबर्न में भी सीने में ही दर्द होता है लेकिन इसका दिल से कोई लेना देना नहीं है। यह एक रोग नहीं बल्कि लक्षणमात्र है। यह अम्लपित्त के ऊपर की ओर खाद्यनली की ओर जाने से होता है। इसमें खाद्यनली में जलन होती है। इसके अलावा पेट के ठीक ऊपर दर्द होता है। इस दौरान ऊबकाई आ सकती है सूजन हो सकती है।

Publication	Headline	Date	Edition
Dainik Statesman	Heart disease awareness	Sep 30, 2016	Kolkata

## হাট সম্পর্কে সচেতনতা বার্তা সাড়ম্বরে পালিত অ্যাপেলো হাসপাতালে

প্রশান্ত দাস, বারাসত, ২৯ সেপ্টেম্বর— দেশসহ পৃথিবীর বহু অংশের মানুষ ভোগেন হাট সংক্রান্ত রোগে। মৃত্যুর মতো চরম পর্যায়েরও পৌঁছে যায় রোগী। তাই বিশ্ব হাট দিবসে সংকল্প নিয়ে তাদের সুস্থ থাকার উপায় জানাতে বৃহস্পতিবার অ্যাপেলো হাসপাতালের তরফে সচেতনতা বার্তা দিয়ে একটি অনুষ্ঠান সাড়ম্বরে পালন করা। অ্যাপেলো হাসপাতালের সিও ডা. রূপালি বসু বলেন, হাটজনিত নানা অসুখের জন্য প্রতি বছর ১৮ মিলিয়ন মানুষ মৃত্যুর কোলে ঢোলে পড়ে। ভারতেও এই সংখ্যাটা খুব একটা কম নয়। তাই হাটকে কীভাবে ভালো রাখতে হবে, কী কী পদক্ষেপ গ্রহণ করা উচিত, তা এদিনের এই সচেতনতা বার্তায় তুলে ধরা হয়। তিনি বলেন, অ্যালকোহল জাতীয় দ্রব্য হাটের সমস্যার কারণ হিসেবে দেখা যায়, তাই অ্যালকোহল দ্রব্য নেওয়া কমিয়ে দেওয়া, ধূমপান ছেড়ে দেওয়া, শরীরকে সুস্থ ও সবল রাখতে স্বাস্থ্যকর খাবার গ্রহণ করা, স্ট্রেস কমাতে হবে। হাটের কোনও সমস্যা দেখা দিলে, তা নিয়ে অযথা না বসে থেকে ডাক্তার দ্বারা চেকআপ করার পরামর্শও দেন তিনি। এদিন তাঁদের এই অনুষ্ঠানে যোগ দেন শ্যামহিতা ডুটিয়ে, স্টেপেন পল পিয়ারসন সহ অ্যাটলিকো দ্য কলকাতা টিমের নামকরা খেলোয়াড়রা। ডা. রূপালি বসু অ্যাপেলো হাসপাতালে নিয়ে বলতে গিয়ে জানান, সমস্ত অত্যধিক চিকিৎসা ব্যবস্থার মাধ্যমে তারা তাঁদের হাসপাতাল থেকে রোগীদের চিকিৎসা প্রদান করেন, এমনকি অরগান ট্রান্সফারের মতো জটিল চিকিৎসাও করা হয়েছে। ২০১৪-২০১৫ সালে তার সংখ্যা নেহাতই কম নয়, তা প্রায় দেড় হাজার। সবশেষে তিনি আরও বলেন, হাট সম্পর্কে যুবক থেকে বৃদ্ধ সকল বয়সী মানুষকে সচেতন থাকতে হবে। নির্দিষ্ট সময় অন্তর সকলকে হাট চেক আপ করতে হবে। অন্যদিকে এদিনই ফরটিস হাসপাতাল আনন্দপুরের তরফে পালন করা হয় 'বিশ্ব হাট দিবস'। ২৪টি স্কুলের প্রায় ৭১০০ শিশুকে নিয়ে করা হয় একটি সচেতনতা অনুষ্ঠানও। এই অনুষ্ঠানে উপস্থিত ছিলেন ফরটিস হাসপাতালের (পূর্ব) জেনারেল ডিরেক্টর সমীর সিং, ডা. তাপস রায়চৌধুরি সহ বিশিষ্ট চিকিৎসকগণ। ডিরেক্টর সমীর সিং বলেন, খুব অল্প বয়স থেকেই যদি হাটের যত্ন নেওয়া যায়, তবে বয়স বাড়লেও তেমন কোনও সমস্যার সম্মুখীন হতে হবে না তাদের। এর জন্য শরীর চর্চা প্রতিদিনের অভ্যাসের মধ্যে রাখতে হবে, ধূমপান থেকে বিরত থাকার মতো ভালো থাকার কিছু প্রয়োজনীয় বার্তাও তুলে ধরেন তিনি। হাসপাতালের কার্ডিওলজি দফতরের ডিরেক্টর শুভানন রায় বলেন, যদি হাট সুস্থ থাকে, তবে শুকর জীবন এবং জীবনের নানা সময়ে সুস্থ থাকবেন সকলে। এদিন ছাত্রছাত্রী থেকে তাদের অভিভাবক সকলকে এ সম্পর্কে সচেতনতা বার্তা দেওয়ার জন্য একটি শিবির করা হয়। একটি অঙ্কন প্রতিযোগিতার আয়োজনও করা হয়। সেখানে এই প্রতিযোগিতায় যোগদান করেন বহু ছাত্রছাত্রী। এদিন সন্ধ্যায় প্রতিযোগিতায় অংশগ্রহণকারী ও জয়ী ছাত্রছাত্রীদের পুরস্কৃত করা হয় এই সংস্থার পক্ষ থেকে।

Publication	Headline	Date	Edition
Sangbad Pratidin	World Heart Day celebrated in the city	Sep 30, 2016	Kolkata

## শহরে 'ওয়ার্ল্ড হার্ট ডে' পালন

স্টাফ রিপোর্টার : হৃদযন্ত্র ভাল রাখতে হাঁটার বিকল্প নেই। একথা মনে করিয়ে দিলেন রাজ্য পুলিশের ডিজি সুরজিৎ করপুরুকায়স্থ। বৃহস্পতিবার 'ওয়ার্ল্ড হার্ট ডে' উপলক্ষে একটি হাঁটার অনুষ্ঠান হয়। শিল্পী উষা উথুপ, ক্রীড়াবিদ সম্বরগ বন্দ্যোপাধ্যায়, দাবাড়ু দিবেন্দু বড়ুয়ার মতো সেলিব্রিটিদের পাশাপাশি প্রচুর সাধারণ মানুষ পথ হাঁটেন এদিন। দক্ষিণ কলকাতার দেশপ্রিয় পার্ক থেকে বিবেকানন্দ পার্ক পর্যন্ত হাঁটেন প্রায় ৬০০ জন। অনুষ্ঠানের সূচনা করেন রাজ্য পুলিশের ডিজি। এই অনুষ্ঠানের উদ্যোক্তা ছিল এএমআরআই হাসপাতাল কর্তৃপক্ষ। হৃদপিণ্ড ভাল রাখতে বিশিষ্ট চিকিৎসকরা ফের এদিন জাঙ্ক ফুড না খাওয়ার উপর জোর দেন। শিশুদের টিভির সামনে বেশি না বসতে দেওয়ারও পরামর্শ দেন তাঁরা। শহরের অন্য হাসপাতালগুলিও দিনটি পালন করে। হৃদযন্ত্র সতেজ রাখতে দৈনিক পরিশ্রম করার উপর জোর দেন চিকিৎসকরা। ধূমপান বন্ধ এবং প্রাত্যহিক আহারের তালিকায় শাকসবজির পরিমাণ বাড়ানোর

কথা উল্লেখ করলেন তাঁরা। বৃহস্পতিবার ছিল 'ওয়ার্ল্ড হার্ট ডে'। মার্সি হাসপাতাল এদিন সেমিনারের মাধ্যমে দিনটি উদযাপন করে। শহরের ২৪ টি স্কুলের পড়ুয়াদের নিয়ে বিভিন্ন প্রতিযোগিতার আয়োজন করেছিল ফোর্টিস হাসপাতাল কর্তৃপক্ষ। এদিন সেই ছাত্র-ছাত্রীদের মেডেল ও শংসাপত্র দেওয়া হয়। প্রত্যক্ষ ও পরোক্ষ ধূমপানে হৃদযন্ত্রের কত ক্ষতি হয় তা বিস্তারে বলেন চিকিৎসকরা।

Publication	Headline	Date	Edition
Yuvashakti	Awareness about heart diseases among kids	Oct 1 , 2016	Kolkata

## छात्रों को भी हृदय रोगों की जानकारी देने की पहल

**कोलकाता :** महानगर कोलकाता के छात्र-छात्राओं को हृदय रोगों से बचाने की विशेष पहल की गयी है. महानगर को करीब 24 स्कूलों के बच्चों को लेकर आयोजित एक कार्यक्रम में यह दर्शाया गया कि कैसे जीवन के शुरुआती दिनों में स्वस्थ जीवन

शैली के तहत हृदय रोगों से बचा जा सकता है. इस दौरान फोर्टिस के पूर्वी क्षेत्रिय निदेशक समीर सिंह ने कहा कि बचपन से ही खानपान व जीवन शैली में एक रूपता नहीं होने के कारण हृदय रोगों की शुरुआत होती है. ऐसे में अगर बचपन से ही बच्चे सतर्क हो जायें

व इन रोगों से बचने के बारे में जान जायें तो हृदय रोग को आसानी से मात दिया जा सकता है. उन्होंने बताया कि बच्चों को स्वस्थ जीवन शैली के बारे में हमने जागरूक करने की पहल की है ताकि इन रोगों से बचा जा सकता है.

