

होलिस्टिक लाईफ स्टाईल से डायबिटिज पर पा सकते हैं नियंत्रण-डॉ श्रीमंत  
मधुमेह प्रबन्धन के लिए डायमंड प्रोजेक्ट का शुभारम्भ

**Inauguration of Diamond Project for Diabetes Management  
Thru Lifestyle Modification, Right Medication and Rajyoga Meditation ( A Holistic Approach)  
from 1st - 7th May, 2018  
Organised by Medical Wing of RERF, Brahma Kumaris and GHRC Trust  
Venue- Global Auditorium, Manmohinivan Complex, Shantivan, Abu Road**

आबू रोड, 2मई, निस। ग्लोबल हास्पिटल माउण्ट आबू के सुप्रसिद्ध डायबेटोलोजिस्ट डॉ श्रीमंत साहू ने कहा कि होलिस्टिक लाईफ स्टाईल से मधुमेह पर नियंत्रण पाया जा सकता है। परन्तु इसके लिए थोड़ा सचेत रहते हुए एक संतुलित दिनचर्या अपनाने की जरूरत होगी। वे ब्रह्माकुमारीज संस्था के ग्लोबल आडिटोरियम में मधुमेह रोगियों के लिए आयोजित कार्यक्रम में बोल रहे थे। उन्होंने कहा कि जब बीमारी हमारे अन्दर दस्तक देती है तो हम उसे गम्भीरता से नहीं लेते हैं। छोटी छोटी आदतें ऐसी होती हैं जिससे बड़ी बड़ी बीमारियां घर कर जाती हैं। जब तक हम जागरूक होते हैं तब तक देर हो जाती है। मधुमेह भी एक ऐसी ही बीमारी है जो धीरे से अपना प्रभाव बढ़ाना प्रारम्भ करती है। उन्होंने कहा कि जीवन पद्धति, मेडिकेशन तथा राजयोग मेडिटेशन से सहज ही इसपर नियंत्रण हो सकता है।

सिरोही के मुख्य चिकित्साधिकारी डॉ सुशील परमार ने कहा आज तेजी से मधुमेह रोग फैल रहा है। यदि ऐसा ही रहा तो आने वाले समय में हर तीसरा व्यक्ति मधुमेह का रोगी होगा। गलत जीवन शैली और भागमभाग की जिन्दगी ने इसे बड़ी तेजी से आमंत्रित किया है। इसलिए इस तरह के कैम्प से लोगों में जागरूकता आयेगी और वे इसके प्रति सचेत होकर अपना स्वस्थ जीवन प्रणाली जी सकते हैं।

ब्रह्माकुमारीज संस्था के महासचिव बीके निर्वैर ने कहा कि पहले के समय में लोगों का खानपान, दिनचर्या सब संतुलित होती थी। जिससे लोगों में मधुमेह की बीमारी का स्तर पर काफी कम था। परन्तु आज की जीवनशैली ही इस बीमारी को आमंत्रित करने की मुख्य वजह है। इसलिए इसके लिए सबको मिलकर प्रयास करने की जरूरत है। कार्यक्रम में ब्रह्माकुमारीज संस्था के सूचना निदेशक बीके करुणा, कार्यकारी सचिव बीके मृत्युंजय, मेडिकल प्रभाग के सचिव डॉ बनारसी लाल, ग्लोबल हास्पिटल के चिकित्सा निदेशक डॉ प्रताप मिडटा, दिल्ली हरीनगर की प्रभारी बीके शुक्ला समेत कई लोगों ने अपने अपने विचार व्यक्त किये।

ये होगी दिनचर्या: मधुमेह रोगियों के लिए प्रातः काल उठना, राजयोग मेडिटेशन के बाद शारीरिक व्यायाम, ध्यान योग सत्र के साथ संतुलित अल्पाहार तथा मेडिसीन आदि की जानकारी देने के साथ सेवन है। यह कार्यक्रम सात दिन चलेगा जिससे मधुमेह के बारे में पूर्ण जानकारी दी जा सके।

फोटो, 2एबीआरओपी, 1, 2, 3 कार्यक्रम का उदघाटन करते अतिथि।