

पत्रांक १६-१०-२०२५

# गांधी मैमोरियल नेशनल कॉलेज में 'स्वास्थ्य और भारतीय जीवन शैली में आने वाली चुनौतियां' विषय पर हुई संगोष्ठी

केवल चिकित्सा उपचार ही नहीं, बल्कि स्वस्थ जीवन शैली को अपनाना और भारतीय प्राचीन परंपराओं के अनुसार जीवन जीना ही दीर्घकालिक स्वास्थ्य का मार्ग : डा. करतार सिंह धीमान

अम्बाला, 15 अक्टूबर (बलराम): गांधी मैमोरियल नेशनल कॉलेज, अम्बाला छावनी में प्राचार्य डा. रोहित दत्त की अध्यक्षता में स्वास्थ्य और भारतीय जीवन शैली में आने वाली चुनौतियों पर आधारित एक दिवसीय संगोष्ठी का सफल आयोजन किया गया।

कार्यक्रम का संचालन आरोग्य भारती अम्बाला विभाग, हरियाणा ने किया, जोकि एक स्वेच्छासेवी पूर्णवस्था सेवा संगठन है। यह संगठन वर्ष 2002 से देश के 51 प्रांतों में स्वस्थ जीवनशैली के प्रति समाज को जागरूक करने में सक्रिय भूमिका निभा रहा है। यह संगोष्ठी वर्तमान समय की स्वास्थ्य समस्याओं और भारतीय जीवन शैली में हो रहे परिवर्तनों पर केंद्रित थी, जिसमें विशेषज्ञों ने अपने विचार और अनुभव सांझा किए। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के तौर पर श्रीकृष्णा आयुष विश्वविद्यालय, कुरुक्षेत्र के वाइस चांसलर डा. करतार सिंह धीमान ने शिरकत की। अपने संबोधन में डा. धीमान ने भारतीय



कार्यक्रम के दौरान उपस्थित गणमान्य व्यक्ति।

(देवदत्त)

## दवाइयों का अत्यधिक या अनुचित उपयोग स्वास्थ्य के लिए हानिकारक : डा. रोहित दत्त

संगोष्ठी के अध्यक्ष डा. रोहित दत्त ने विशेष रूप से स्वास्थ्य के क्षेत्र में फार्मास्यूटिकल की भूमिका पर प्रकाश डाला। उन्होंने कहा कि भले ही दवाइयां, बीमारियों के इलाज में सहायक होती हैं, लेकिन इनका अत्यधिक या अनुचित उपयोग स्वास्थ्य के लिए हानिकारक हो सकता है। उन्होंने विद्यार्थियों को इस बात की जानकारी दी कि कैसे दवाइयां का सही उपयोग और स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता ही बेहतर जीवन की पूंजी है।

स्वास्थ्य प्रणाली और आयुष पद्धति के महत्व पर चर्चा की। उन्होंने बताया कि किस प्रकार पारंपरिक भारतीय चिकित्सा प्रणाली और आयुर्वेद भारतीय समाज के स्वास्थ्य सुधार में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकते हैं। कार्यक्रम के मुख्य वक्ता डा.

अशोक कुमार वार्ष्णेय, राष्ट्रीय संगठन सचिव, आरोग्य भारती ने इस कार्यक्रम में गहन रूप से भाग लिया। उन्होंने अपने वक्तव्य में भारतीय स्वास्थ्य संबंधी चुनौतियों का उल्लेख करते हुए इस बात पर जोर दिया कि वर्तमान जीवन शैली

और बदलते खान-पान की आदतें स्वास्थ्य समस्याओं का मुख्य कारण बन रही हैं। उन्होंने कहा कि केवल चिकित्सा उपचार ही नहीं, बल्कि स्वस्थ जीवन शैली को अपनाना और भारतीय प्राचीन परंपराओं के अनुसार जीवन जीना ही दीर्घकालिक

स्वास्थ्य का मार्ग है। वहीं इस संगोष्ठी में राकेश पंडित, राष्ट्रीय अध्यक्ष, आरोग्य भारती ने बताया कि सामान्य व्यक्ति में स्वास्थ्य जागरूकता विकसित करना हमारा आरोग्य भारती परिवार का मुख्य उद्देश्य है। अंत में कॉलेज के प्राचार्य ने सभी अतिथियों और वक्ताओं का धन्यवाद किया और इस प्रकार के कार्यक्रमों को भविष्य में भी जारी रखने की इच्छा जताई।