

समाचार वाणी

खबर जो करें असर !

नाशिक | Wednesday, 19 August 2026

पटना IGIMS मे राष्ट्रीय पोषण माह पर डायटेटिक्स विभाग ने किया जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन

CL SAINI

Published on 27 Sep 2025



राष्ट्रीय पोषण माह के अवसर पर इंदिरा गांधी आर्युर्विज्ञान संस्थान (IGIMS) पटना के डायटेटिक्स विभाग द्वारा शुक्रवार को पोषण जागरूकता कार्यक्रम का भव्य आयोजन किया गया। इस अवसर पर चिकित्सा अधीक्षक डॉ. मनीष मंडल ने कहा कि सितंबर माह को पूरे देश में **राष्ट्रीय पोषण माह** के रूप में मनाया जाता है और इसी क्रम में आईजीआईएमएस ने लोगों को संतुलित आहार और सही पोषण के महत्व को समझाने के लिए यह विशेष पहल की है।

कार्यक्रम में विशेषज्ञों ने बताया कि सही आहार और पोषण न केवल बच्चों के शारीरिक और मानसिक विकास के लिए जरूरी है, बल्कि वयस्कों के स्वास्थ्य, रोग प्रतिरोधक क्षमता और दीर्घायु पर भी इसका सीधा असर पड़ता है। मोटापा, मधुमेह, हाई ब्लड प्रेशर और हृदय रोग जैसी बीमारियों से बचने के लिए संतुलित भोजन और नियमित शारीरिक गतिविधि अहम भूमिका निभाते हैं।

आईजीआईएमएस के डायटेटिक्स विभाग की टीम ने उपस्थित लोगों को दैनिक खानपान में शामिल की जाने वाली चीजों पर विस्तार से जानकारी दी। इसमें हरी सब्जियां, मौसमी फल, दालें, अनाज और पर्याप्त मात्रा में पानी के महत्व पर जोर दिया गया। विशेषज्ञों ने यह भी बताया कि फास्ट फूड और प्रोसेस्ड फूड शरीर के लिए नुकसानदेह होते हैं और धीरे-धीरे जीवनशैली संबंधी बीमारियों का कारण बनते हैं।

कार्यक्रम में खासकर गर्भवती महिलाओं, बच्चों और किशोरियों के पोषण पर ध्यान केंद्रित किया गया। विशेषज्ञों ने बताया कि गर्भवती महिलाओं को संतुलित आहार लेना बेहद जरूरी है क्योंकि इससे मां और बच्चे दोनों का स्वास्थ्य सुरक्षित रहता है। वहीं, बच्चों और किशोरियों के लिए पोषणयुक्त आहार उनके भविष्य की नींव को मजबूत करता है।

चिकित्सा अधीक्षक डॉ. मनीष मंडल ने अपने संबोधन में कहा कि पोषण की कमी (Malnutrition) अभी भी भारत के लिए एक

चिकित्सा अधीक्षक डॉ. मनीष मंडल ने अपने संबोधन में कहा कि पोषण की कमी (Malnutrition) अभी भी भारत के लिए एक

गंभीर चुनौती है। ग्रामीण इलाकों और शहरी क्षेत्रों की झुगियों में रहने वाले बच्चे और महिलाएं कुपोषण से सबसे अधिक प्रभावित होती हैं। ऐसे में इस तरह के जागरूकता कार्यक्रमों का उद्देश्य समाज को यह समझाना है कि थोड़े-से प्रयास से सही पोषण पाया जा सकता है।

आईजीआईएमएस परिसर में आयोजित इस कार्यक्रम में बड़ी संख्या में छात्र-छात्राएं, स्वास्थ्यकर्मी और मरीजों के परिजन शामिल हुए। सभी ने विशेषज्ञों से सवाल पूछे और सही खानपान से जुड़ी उपयोगी जानकारी प्राप्त की। कार्यक्रम के अंत में प्रतिभागियों को संतुलित आहार से जुड़ा ब्रोशर और डाइट चार्ट भी वितरित किया गया ताकि वे इसे अपनी रोजमर्रा की जिंदगी में अपना सकें।

पटना IGIMS के इस पोषण जागरूकता कार्यक्रम ने यह संदेश दिया कि स्वस्थ भारत की नींव केवल जागरूक नागरिक ही रख सकते हैं। सही खानपान और संतुलित आहार से न सिर्फ बीमारियों से बचा जा सकता है, बल्कि जीवन को खुशहाल और ऊर्जावान बनाया जा सकता है। राष्ट्रीय पोषण माह के दौरान ऐसे कार्यक्रम समाज को एक स्वस्थ और सशक्त भविष्य की ओर ले जाने में अहम भूमिका निभाते हैं।

DISCLAIMER: the views/contents expressed/presented herein, within this advertorial and promotional feature are the sole and exclusive responsibility of individual clients/expert/their authorised representative/CL SAINI, to which effect, publication house/its representative/affiliates are not responsible/liable whatsoever.