

हम बीमार क्यों होते हैं ?

(Why do we fall ill ?)

प्रश्न 1. - स्वास्थ्य से आप क्या समझते हैं?

उत्तर - शरीर के निरोग होने,, सभी शरीर के अंगों तथा अंग तंत्रों के सुचारू रूप से काम कर सकने तथा मानसिक तनाव से मुक्त होने की स्थिति को स्वास्थ्य कहते हैं ।

उद्देश्यपूर्ण या सार्थक जीवनयापन हेतु उत्तम स्वास्थ्य का होना परम आवश्यक है ।

अथवा

किसी व्यक्ति की शारीरिक, मानसिक, मनोवैज्ञानिक और सामाजिक जीवनन्ता जिसके कारण वह जीवन के हर क्षेत्र में कुशलतापूर्वक अपने कार्यों का निस्पादन करता है । उसे स्वास्थ्य कहते हैं?

प्रश्न 2. - अच्छे स्वास्थ्य के लिए किन-किन पहलुओं पर ध्यान देना चाहिए?**किसी पाँच का उल्लेख करें?**

उत्तर- अच्छे स्वास्थ्य के लिए निम्न पहलुओं पर ध्यान देना चाहिए -

(1) संतुलित आहार - शरीर की रचना, कार्य कुशलता, और दक्षता के लिए संतुलित आहार अत्यन्त आवश्यक है । वह भोजन जिसमें शरीर की रचना विकास तथा कार्य कुशलता के लिए आवश्यक सभी पोषक तत्व उचित अनुपात में पाये जाते हैं । संतुलित आहार कहते हैं ।

संतुलित आहार के रूप में कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन वसा, खनिज लवण तथा विटामिन पर्याप्त मात्रा में ग्रहण करना चाहिए ।

(2) शुद्ध तथा स्वच्छ पेय जल - अनेक ऐसे रोग हैं जो अस्वच्छ तथा अशुद्ध जल पीने के कारण होते हैं । इनको जलजात रोग कहते हैं । पानी की अशुद्धता तथा गंदगी से अनेक महामारियों के फैलने की संभावना रहती है । स्वास्थ्य रहने के लिए शुद्ध जल तथा स्वच्छ पेय जल का सेवन अत्यन्त आवश्यक होता है ।

(3) व्यायाम तथा विश्राम - व्यायाम तथा विश्राम दोनों ही अच्छे स्वास्थ्य के लिए जरूरी है । हमें कुछ न कुछ व्यायाम या योगासन हर दिन करना चाहिए । अच्छे स्वास्थ्य के लिए नियमित विश्राम करना चाहिए । उचित तथा सामायिक विश्राम से शरीर की थकावट दूर हो जाती है । हम

अपने को तनाव रहित अनुभव करते हैं ।

(4) **व्यसन** - तम्बाकू, सिगरेट, बीड़ी, अन्य मादक द्रव्य अफीम, स्मैक, कोकीन, ब्राउन सुगर आदि का व्यसन सम्पूर्ण जीवन को बर्वाद कर देता है। तम्बाकू तथा सुपारी के सेवन से मुख का कैंसर होता है। शराब या दारू से मस्तिष्क की जागरूकता क्षीण हो जाती है। स्मैक तथा ब्राउन सुगर के सेवन से व्यक्ति चेतनाहीन होने लगता है।

(5) **व्यक्तिगत तथा घरेलू स्वच्छता** - सूक्ष्मजीव अनेक संक्रामक रोगों के जनक होते हैं। अतः वे हमारे भोजन को संक्रमित कर दूषित कर देते हैं।

प्रश्न 3. - स्वास्थ्य को अच्छा बनाये रखने हेतु आवश्यक बातें कौन-कौन सी हैं?

उत्तर - स्वास्थ्य को अच्छा बनाये रखने हेतु निम्न आवश्यक बातें हैं -

- (क) हमें अपनी शरीर संरचना का क्रियात्मक ज्ञान होना चाहिए।
- (ख) संतुलित आहार के विषय में उचित जानकारी होनी चाहिए।
- (ग) विभिन्न रोगाणुओं द्वारा उत्पन्न संक्रामक रोगों के विषय में पर्याप्त ज्ञान होना चाहिए।
- (घ) महामारियों के बचाव के साधन और उचित और सामयिक टीका लगवाने के विषय में जानकारी होनी चाहिए।
- (ङ) लोगों के मन से अंधविश्वासों तथा रुद्धिवादी संस्कारों को निकालने के लिए उचित प्रचार तथा प्रसार करना चाहिए।
- (च) भीषण जनसंख्या वृद्धि तथा प्रदूषण की समस्या से जनता को पूर्ण रूप से अवगत करना चाहिए।

प्रश्न 4. - सामुदायिक स्वास्थ्य संरक्षण से आप क्या समझते हैं ? इसके अंतर्गत कौन-कौन सी सेवायें आती हैं ?

उत्तर - वे सभी कार्य जो समुदाय के व्यक्तियों के स्वास्थ्य की उन्नति के लिए किये जाते हैं। उनको सामूहिक रूप से सामुदायिक स्वास्थ्य संरक्षण कहते हैं।

व्यक्तिगत स्वास्थ्य तथा सामुदायिक स्वास्थ्य एक-दूसरे से घनिष्ठ रूप से संबंध रखते हैं।

इसके अंतर्गत निम्न सेवायें आती हैं -

- (क) स्वच्छ पेयजल व्यवस्था (ख) हरित खुले पार्कों का विकास (ग) उचित चिकित्सा सुविधा (घ) समय-समय पर स्वच्छता अभियान का आयोजन (ड) महामारी में रोग निरोधी टीके की व्यवस्था (च) जनमानस में स्वच्छता के प्रति जागरूकता पैदा करना ।

प्रश्न 5. - मानव रोग से आप क्या समझते हैं ?

उत्तर - मानव रोग वह शारीरिक तथा मानसिक दशा है जिसके कारण शरीर और मस्तिष्क ठीक तरह से कार्य नहीं कर पाते अथवा धीरे-धीरे या अचानक कार्य करना बंद कर देते हैं ।

प्रश्न 6. - रोग लक्षण से आप क्या समझते हैं ?

उत्तर - वैसे संकेत जो शारीरिक अंगों के सामान्य कार्य न करने से मिलते हैं तथा केवल रोगी ही महसूस कर सकता है । रोग लक्षण कहलाता है ।
जैसे - गले या पेट में दर्द होना, चक्कर आना ।

प्रश्न 7. - रोगों के सामान्य चिह्न क्या है ?

उत्तर - रोगों के सामान्य चिह्न वैसी स्थिति है जो शरीर की कार्य की एवं रचना के आदर्श स्वरूप के परिवर्तन को दर्शाते हैं । जैसे - त्वचा के रंग में परिवर्तन, आँखों का लाल हो जाना ।

प्रश्न 8. - तीव्र रोग तथा दीर्घकालिक रोग से आप क्या समझते हैं ?

उत्तर - तीव्र रोग - ऐसे रोग जो तीव्र होते हैं तथा कम समय तक रहते हैं । उन्हें तीव्र या अल्प कालिक रोग कहते हैं । जैसे - सर्दी, खांसी, जुकाम ।
चिरकालिक या दीर्घकालिक रोग - ऐसे रोग जो बहुत लंबी अवधि तक बने रहते हैं । कुछ ऐसे जो जीवन पर्यन्त रह जाते हैं । ऐसे रोगों के दीर्घ कालिक रोग कहा जाता है । जैसे - टी० बी०, दमा गठिया इत्यादि ।

प्रश्न 9. - रोगों के प्रकारों को लिखें ?

उत्तर - रोगों के प्रकार को दो समूहों में बांटा गया है -

- (क) शरीर के आंतरिक कारकों द्वारा उत्पन्न रोग
(ख) बाह्य कारकों या बाहरी कारणों से होने वाला रोग

प्रश्न 10. - मानव स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले बाह्य एवं अन्तः कारकों को लिखें ।

- उत्तर - मानव स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले बाह्य कारक -
- (क) पोषकहीनता - इसके अंतर्गत कुपोषण, विटामिन कुपोषण तथा खनिज कुपोषण आते हैं। इससे उत्पन्न होने वाले रोग क्वाशियोकोर, रत्तौंधी, अरक्तता रिकेट्स तथा घेंघा रोग आते हैं।
- (ख) सूक्ष्मजीवी संक्रमण -
- (i) विषाणु - डेंगू, हिपेटाइटिस, पोलियो, चेचक, खसरा, रेबीज, खसरा इत्यादि।
- (ii) जीवाणु - टी०बी०, हैंजा, न्यूमोनिया, टिटेनस, इत्यादि।
- (iii) प्रोटोजोआ - अमीबी पेचिस, कालाजार, मलेरिया।
- (iv) कवक - चर्मरोग, दाद, खाज, खुजली।
- (v) कृमि - टीनिएसिस, फाइलेरिएसिस।
- मानव स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले अंतःकारक या जैव कारक निम्नलिखित हैं -
- (1) अंग कुर्सियता - हृदय विकार, गुर्दे की खराबी, अस्थि विकार
- (2) अनुवांशिक रोग - दात्र कोशिका अरक्तता, हीमोफीलिया।
- (3) हार्मोन रोग - घेघा, क्रेटिनिज्म, डायबिटीज।
- (4) प्रतिरक्षी प्रतिक्रियायें - एलर्जी रोग।

प्रश्न 11. - आनुवांशिक रोग किसे कहते हैं? दो महत्वपूर्ण आनुवांशिक रोगों के नाम लिखें ?

उत्तर - आनुवांशिकी सिद्धांत के अनुसार एक पीढ़ी से दूसरी पीढ़ी के वंशजों में स्थानांतरण होता रहता है। मनुष्य के गुणसूत्रों में अनेक छोटे-छोटे कण होते हैं। जिन्हें जीन कहते हैं। ये जीन ही वंशागत लक्षणों के प्रकट के उत्तरदायी होते हैं। ये जीन जनकों के गुणसूत्रों द्वारा उनकी संतानों में पहुँचकर वंशागत रोगों को प्रकट करते हैं।

दो महत्वपूर्ण आनुवांशिक रोग -

(क) हीमोफीलिया (ख) दात्र कोशिका अरक्तता

प्रश्न 12. - हार्मोन रोग से आप क्या समझते हैं? दो महत्वपूर्ण हार्मोन रोगों के नाम लिखें?

उत्तर - हमारे शरीर में होने वाली विभिन्न क्रियाओं के संचालन के लिए कुछ पदार्थ

अंतः स्नावी ग्रंथियों द्वारा स्नावित होते हैं। जिन्हें हार्मोन कहते हैं।
जैसे-डायबिटीज, जायगैटिज्म इत्यादि

प्रश्न 13. - वृद्धि हार्मोन उत्पत्ति में असंतुलन का शरीर पर क्या प्रभाव पड़ता है।

उत्तर - वृद्धि हार्मोन पीयूष या पिट्युटरी नामक अंतः स्नावी ग्रंथि द्वारा स्नावित होता है। पीयूष ग्रंथि की कुसक्रियता के कारण जब वृद्धि हार्मोन आवश्यकता से अधिक मात्रा में स्नावित होने लगता है तो मनुष्य का शरीर भीम काय हो जाता है। इस रोग को जाय गैटिज्म कहते हैं।

पीयूष ग्रंथि की कुसक्रियता के कारण जब वृद्धि हार्मोन आवश्यकता से कम मात्रा में स्नावित होता है तो उसकी शारीरिक तथा मानसिक दोनों वृद्धि रूक जाती है तथा मनुष्य का शरीर सामान्य से छोटा हो जाता है। इस रोग को वामनता या केटिनिज्म कहते हैं।

प्रश्न 14. - दूषित जल से उत्पन्न होने वाले रोग कौन-कौन हैं? उनके नाम लिखें?

उत्तर- संक्रमित पेय जल तथा खाद्य पदार्थों के माध्यम से होने वाले रोग को दूषित जल से उत्पन्न होने वाले रोग कहते हैं।

जैसे-अमीबी पैचिश, टायफायड, हेपेटाइटिस इत्यादि।

प्रश्न 15. - दूषित वायु से उत्पन्न होने वाले रोग किसे कहते हैं? उनके नाम लिखें?

उत्तर - दूषित वायु में बराबर साँस लेने से श्वसनसंबंधी रोग हो जाते हैं। जिसे दूषित वायु से उत्पन्न होने वाले रोग कहते हैं। जैसे -दमा, कुकुर खासी इत्यादि।

प्रश्न 16. - व्यसन जनित रोग किसे कहते हैं? उनके नाम लिखें?

उत्तर - तम्बाकू, दाढ़ या शराब, अफीम, हेरोइन, कोकीन इत्यादि के सेवन से कई प्रकार के रोग हो जाते हैं। ऐसे रोगों को व्यसन जनित रोग कहते हैं। जैसे-कैंसर एक प्रमुख व्यसन जनित रोग है।

प्रश्न 17. - मानव रोगों के प्रकारों को लिखे तथा वर्णन करें?

उत्तर - मानव रोगों के प्रकार निम्नलिखित हैं -

(क) संक्रामक रोग (Infectious Disease)- वे रोग जो किसी रोगी व्यक्ति से प्रत्यक्ष तथा अप्रत्यक्ष सम्पर्क द्वारा किसी स्वस्थ व्यक्ति तक

फैलती है। उसे संक्रामक रोग कहते हैं। संक्रामक बिमारियों जैसे प्रोटोजोआ, कवक, जीवाणु, वायरल तथा कृमियों द्वारा उत्पन्न की जाती है। मलेरिया, टी० बी०, डायरिया, हैजा, टायफायड, एड्स तथा हेपेटाइटिस संक्रामक बीमारियाँ हैं।

(ख) **असंक्रामक रोग (Non&Infectious Disease)** - वे रोग जो प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप से किसी भी माध्यम द्वारा एक रोगी व्यक्ति से एक स्वस्थ व्यक्ति तक नहीं फैलती। उसे असंक्रामक रोग कहते हैं। वास्तव में असंक्रामक रोग वे बीमारीयाँ हैं जो आंतरिक कारकों के कारण उत्पन्न होती हैं। हार्मोनों के असंतुलन, पोषण संबंधी अव्यवस्थाओं और आदत उत्पन्न करने वाले पदार्थों के सेवन से उत्पन्न होने वाली बीमारियाँ इस श्रेणी में आती हैं।

प्रश्न 18. - संचारित रोग से आप क्या समझते हैं? उन रोगों के नाम लिखें।

उत्तर - संचारित रोग एक संक्रमित व्यक्ति से अन्य व्यक्तियों में या एक समुदाय से दूसरे समुदाय में किसी बाह्य कारकों जैसे- हवा, भोजन, जल स्पर्श आदि के माध्यम से फैलते हैं। संचारित रोग रोगवाहकों के माध्यम से फैलता है। मलेरिया रोग मादा एनोफेलीज मच्छर के काटने से फैलता है।

प्रश्न 19. - संक्रामक रोगों के रोकथाम के उपायों का वर्णन करें?

उत्तर - संक्रामक रोगों के उपचार के सामान्यतः दो उपाय हैं-

(1) रोग के प्रभाव को घटाना - इस उपाय के अंतर्गत दवा द्वारा रोग के लक्षण को समाप्त किया जाता है और आराम करके उर्जा का संचय किया जाता है ताकि शरीर की रोग से लड़ने की क्षमता बढ़ जाय।

(2) रोग के कारण को समाप्त कर देना - रोग के कारण रोगकारक सूक्ष्मजीव होते हैं और उन्हें समाप्त करने के लिए प्रतिजैविक का प्रयोग करना पड़ता है।

प्रश्न 20. - प्रतिजैविक क्या है? सूक्ष्मजीवों से संक्रमण से लड़ने में प्रतिजैविकों की भूमिका का उल्लेख करें।

उत्तर - प्रतिजैविक या Antibiotic - कुछ विशिष्ट सूक्ष्मजीवों द्वारा उत्पन्न पदार्थ होते हैं, प्रतिजैविक विशिष्ट प्रकृति के होते हैं। कुछ विशिष्ट सूक्ष्मजीवों को नष्ट कर या उनकी वृद्धि को रोककर निष्क्रिय कर देते हैं। जैसे -

पेनिसिलीन, स्टेटोमायसिन, टेट्रा साइक्लिन आदि कवक उत्पादित सामान्य प्रतिजैविक हैं जो जीवाणुओं के संक्रमण के उपचार हेतु इस्तेमाल किये जाते हैं तथा जिनसे अनेक संक्रामक रोग बिल्कुल ठीक हो जाते हैं।

प्रश्न 21. - टीकाकरण से आप क्या समझते हैं ?

उत्तर - एडवर्ड जेनर ने 1795 ई० में टीके की खोज की । टीकाकरण वह विधि है जिसके द्वारा सूक्ष्म रोगाणुओं को किसी विशिष्ट रसायन के माध्यम से विकसित कर अत्यंत कम मात्रा में किसी मनुष्य के शरीर में प्रवेश कराया जाता है । टीका सूई लगाकर या दवा के रूप में पिलाकर शरीर में प्रवेश कराया जाता है ।

कई संक्रामक रोगों के नियंत्रण के लिए टीकाकरण एक राष्ट्रीय अभियान के रूप में चलाया जाता है । हमारे देश में भी मलेरिया उन्मूलन तथा पल्स पोलियो अभियान के रूप में चलाये गये हैं ।

प्रश्न 22. - पल्स पोलियो कार्यक्रम क्या है ?

उत्तर - पल्स पोलियो कार्यक्रम पोलियो नामक रोग के विरुद्ध चलाया जा रहा एक अभियान है । पोलियो सूक्ष्मजीव वायरस के कारण होनेवाला रोग है । इस रोग में शरीर की मांसपेशियाँ तथा तंत्रिका प्रभावित हैं । जिससे लकवा जैसी स्थिति हो सकती है । पल्स पोलियो कार्यक्रम के अंतर्गत इसका टीका पांच वर्ष तक के शिशुओं को चरणबद्ध तरीके से दी जाती है ।

प्रश्न 23. - मलेरिया रोग क्या है ? इसके लक्षण तथा रोकथाम के उपाय बतावें ?

उत्तर - मलेरिया एक संक्रामक बीमारी है । यह बीमारी प्रोटोजोआ प्लाज्मोडियम नामक जीवाणु से होता है । यह जीवाणु मनुष्य के यकृत एवं लाल रूधिर कण में तथा मादा एनोफेलीज मच्छर के अमाश्य में विभाजित होकर वृद्धि करता है । जब संक्रमित मादा एनोफेलीज मच्छर किसी मनुष्य को काटता है तब उसकी लार के साथ अनेक परजीवी मनुष्य के रूधिर में चले जाते हैं । इस रोग के लक्षण निम्नलिखित हैं -

(क) शारीरिक कंपन के साथ कुछ अंतराल पर तेज बुखार आना ।

(ख) सिर दर्द एवं पेशियों में दर्द मलेरिया का साधारण लक्षण है ।

नियंत्रण - (क) मच्छरों से सुरक्षा करके ।

(ख) मच्छरों को नष्ट करके ।

उपचार - मलेरिया से पीड़ित व्यक्ति को कुनैन दिया जाता है ।

प्रश्न 24. - डायरिया क्या है ? इसके लक्षण तथा रोकथाम के उपाय बतावें ।

उत्तर - साधारण भाषा में डायरिया का अर्थ बार-बार पतला पैखाना होना है । गर्मी और बरसात के मौसम में यह रोग सामान्यतः ज्यादा होता है । डायरिया कई प्रकार के रोगाणुओं के संक्रमण से हो सकता है । इसके रोगाणु आंत को संक्रमित करते हैं ।

इस रोग के लक्षण निम्नलिखित हैं :-

- (क) लगातार दस्त होना तथा पेट दर्द इस रोग के सामान्यः लक्षण है ।
- (ख) दस्त के साथ कभी-कभी मिचली एवं उल्टी भी होती है ।
- (ग) लगातार दस्त होने से शरीर में जल एवं आवश्यक लवण की कमी हो जाती है । इस कारण निजलीकरण के सभी लक्षण जैसे - होंठ तथा मुख का सुखना, आंखे अंदर की तरफ धंस जाना तथा शिशुओं में शरीर की त्वचा का ढीला हो जाना स्पष्ट दिखाई देता है ।
- (घ) पेचिश की अवस्था में आंत की दीवार से निकलने वाला रक्त भी दस्त के साथ शरीर से बाहर निकलता है ।

रोकथाम - (1) इस रोग के संक्रमण से बचने के लिए सभी को व्यक्तिगत स्वच्छता पर विशेष ध्यान देना अनिवार्य है ।

- (2) पीने का जल शुद्ध एवं संक्रमणरहित होना चाहिए ।
- (3) भोजन स्वास्थ्यकर तरीका से पकाना चाहिए । पके भोजन को ढंककर रखना चाहिए ।
- (4) सदा गर्म एवं ताजा पकाया भोजन खाना चाहिए ।

प्रश्न 25. - टायफाइड रोग क्या है? इसके लक्षण तथा रोकथाम के उपाय बतावें ।

उत्तर - टायफाइड सलमोनेला टाइफी नामक बैक्टीरिया के कारण होनेवाला संक्रामक रोग है । यह बैक्टीरिया सामान्यतः संक्रमित पेयजल, भोजन तथा दूध और बिना अच्छी तरह साफ किये कच्चे फल एवं सब्जी के माध्यम से स्वस्थ मनुष्य के आहारनाल में प्रवेश करता है । आहारनाल में यह आंत की दीवारों को क्षति पहुँचाता है और यहाँ से रक्त प्रवाह में पहुँच जाता है । इस रोग के लक्षण निम्नलिखित हैं :-

- (1) तेज बुखार, कमजोरी, सिर दर्द, पसीना आना, नाड़ी की गति धीमी होना प्रायः इस बीमारी के प्रमुख लक्षण हैं।
- (2) टायफाइड का बुखार करीब 3 सप्ताह तक लगा रहता है। इस समय रोगी की जीभ हमेशा सूखी रहने लगती है।
- (3) रोगी की छोटी आंत में कभी-कभी अल्सर हो जाता है, जिससे रक्त बहने लगता है।

रोकथाम - (1) इस रोग को फैलने से रोकने के लिए सभी व्यक्तियों को स्वच्छता के महत्व का ज्ञान होना चाहिए।

- (2) व्यक्तिगत सफाई के साथ-साथ रहने की जगह, पास-पड़ोस को साफ रखकर मक्खियों को पनपने से रोका जाना चाहिए।
- (3) पेयजल और भोजन को संक्रमित होने से बचाना, इस रोग को फैलने से रोकने के लिए अत्यंत आवश्यक है।
- (4) TAB का टीका लगाना चाहिए।

प्रश्न 26. - क्षय रोग या टी०वी० रोग क्या है ? इस रोग के लक्षण तथा रोकथाम के उपाय बतावें ?

उत्तर - क्षय रोग या टी०वी० एक प्रकार के बैक्टीरिया के कारण होता है। शरीर में पहुँचने के बाद यह बैक्टीरिया एक जहरीला पदार्थ टिड़बर कलीन मुक्त करता है। यह रोगाणु सामान्यतः फेफड़ा को प्रभावित कर उसके उत्तकों को क्षतिग्रस्त कर देता है। रोग का समुचित इलाज न होने पर यह फेफड़ा के अतिरिक्त आहार नाल, मस्तिष्क तथा हड्डियों तक फैलकर उन्हें प्रभावित करता है।

इस रोग के लक्षण निम्नलिखित हैं :-

- (1) हल्का बुखार होना, लगातार खांसी आना, काफी समय कफ या बलगम के साथ रक्त निकलना तथा रात में शरीर से पसीना निकलना क्षय रोग के प्रमुख लक्षण है।
- (2) रोग के शीघ्र उपचार न होने पर भूख लगना सामान्य से कम हो जाता है।
- (3) इस रोग के लक्षण धीरे-धीरे प्रकट होते हैं। करीब तीन महीने से ज्यादा खांसी के साथ-साथ हल्का बुखार रहना इस रोग के प्रारंभिक लक्षण

है ।

(4) बच्चों में टी०वी० रोग होने पर अन्य लक्षणों के अतिरिक्त लसीका गांठों में सूजन हो जाती है ।

रोकथाम- (1) क्षय रोग को फैलने से रोकने के लिए सबसे पहले रोगी को परिवार के अन्य सदस्यों विशेषकर बच्चों को अलग रखना चाहिए ।

(2) रोगी को यत्र-तत्र थूकते या खांसते समय निकलने वाले कफ को फैलने से रोकने चाहिए ।

(3) एंटीबायोटिक दवा के सेवन से क्षय रोग का उपचार संभव हो गया है।

(4) भविष्य में रोग की संभावना से बचने के लिए शिशुओं को BCG का टीका लगवाना चाहिए ।

प्रश्न 27. - हेपेटाइटिस रोग क्या है ? इस रोग के लक्षण तथा रोकथाम के उपाय बतावें

उत्तर - हेपेटाइटिस रोग में रोगी का यकृत बड़ा हो जात है । इस रोग का प्रधान लक्षण जॉन्डिस है । जिसमें त्वचा तथा आंख का सफेद भाग पीला हो जाता है । पीलापन के कारण रक्त में अधिक मात्रा में बिलिरूबीन नामक पित्त कण का एकत्र होना है ।

इस रोग के लक्षण निम्नलिखित हैं :-

सिर दर्द, हल्का बुखार, जॉन्डिस एवं गहरे रंग का मूत्र इस रोग के सामान्य लक्षण है ।

रोकथाम - (1) दैनिक रहन-सहन पर पूर्ण स्वच्छता रखनी चाहिए, जिससे इस रोग का प्रादुर्भाव न होने पाये ।

(2) संक्रमण से सुरक्षा के लिए पेयजल आयोनाइज्ड तथा UV किरणों से उपचारित होना चाहिए ।

(3) रोग की रोकथाम के लिए हेपेटाइटिस B का टीका लगवाना चाहिए।

(4) रूधिर आदान के पहले रोगी को चढ़ाए जाने वाले रक्त की जांच करवा लेनी चाहिए ।

प्रश्न 28. - रेबिज रोग क्या है? इस रोग के लक्षण तथा रोकथाम के उपाय बतावें।

उत्तर - रेबिज रैबडो वायरस के कारण होने वाला घातक रोग है । तीव्र संक्रमण

होने से रोगी की मृत्यु हो जाती है। रेबिज के वायरस सामान्यतः कुत्ते के शरीर में वृद्धि तथा प्रजनन करते हैं। इसलिए कुत्ते इस वायरस के संग्राहक कहलाते हैं।

इस रोग के लक्षण निम्नलिखित हैं :-

(1) सिर दर्द, हल्का बुखार तथा गर्दन में दर्द इस रोग के प्रारंभिक लक्षण है।

(2) मुख से लार टपकना, क्रोधित होकर चीखना-चिल्लाना, चिड़चिड़ाहट तथा कभी-कभी सुस्त हो जाना इस रोग के सामान्य लक्षण हैं।

(3) ऐसे रोगी अन्य मनुष्यों को मारने तथा दांत काटने का प्रयास करते हैं।

(4) प्रायः गर्दन की पेशियों का नियंत्रण समाप्त हो जाने के कारण गर्दन सिर के भार के नीचे झुक जाता है तथा गति बाधित हो जाती है।

फलस्वरूप रोगी को भोजन तथा जल निगलने में असुविधा होती है।

रोकथाम - (1) रेबिज के वायरस से मस्तिष्क के प्रभावित हो जाने से उसका किसी भी प्रकार का उपचार संभव नहीं है।

(2) काटे गये स्थान को साबुन, पानी से धोकर साफ कर देना चाहिए।

(3) रोगी को एंटीरेबीज सिरम की सूई लगवानी चाहिए।

प्रश्न 29. - एड्स पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखें ?

उत्तर - AIDS का पूरा नाम एक्वार्यर्ड इम्यून डेफिशिएन्सी सिन्ड्रोम है। यह ह्यूमन इम्यूनों डेफिशिएन्सी वायरस (HIV) के संक्रमण से होने वाला रोग है। एड्स बहुत ही भयंकर जानलेवा बीमारी है। अभी तक इसके कारणों का निश्चित पता नहीं चल पाया है, पर ऐसा समझा जाता है कि यह विषाणुजनित रोग है। यह एक ऐसे विषाणु द्वारा उत्पन्न होता है जो शरीर की प्राकृतिक प्रतिरक्षण व्यवस्था को ध्वस्त कर देता है। इसके कारण शरीर की रोगनिरोधी क्षमता क्षीण हो जाती है। जिसके कारण रोगी व्यक्ति अनेक रोगों के संक्रमण का आसानी से शिकार हो जाता है। इस रोग का प्रसार सामान्यतः दो तरीके से होता है :-

(1) संभोग द्वारा एड्स का संक्रमण - यह रोग अनैतिक यौन संबंधों के कारण होता है। जब कोई स्त्री पुरुष एड्स के शिकार व्यक्ति के साथ यौन संबंध स्थापित करता है तो स्वस्थ मनुष्य भी एड्स का शिकार हो जाता है।

(2) रूधिर आधान द्वारा एड्स का संक्रमण - कभी-कभी जब किसी एड्स के रोगी का रूधिर किसी दूसरे रोगी के रूधिर में चढ़ाया जाता है तो दूसरा रोगी भी एड्स का शिकार हो जाता है ।

रोकथाम - (1) अपने आप को अनैतिक यौन संबंधों से दूर रखना चाहिए।

(2) रूधिर आधान के पहले दाता के रूधिर का एड्स के लिए परीक्षण होना आवश्यक है ।

प्रश्न 30. - पोलियो रोग क्या है ? इसके लक्षण तथा रोकथाम के उपाय बतावें?

उत्तर - पोलियो नामक रोग पोलियो वायरस के कारण होता है । पोलियो वायरस संक्रमित भोजन, दूध तथा पेय जल के माध्यम से आहार नाल को संक्रमित करता है । आहार नाल में पहुँचने के बाद यह वायरस आँत की दीवारों में पहुँच जाता है । आँत की कोशिकाओं में ही इसकी संख्या में वृद्धि होती है । यहाँ से यह रक्त कोशिकाओं में प्रवेश कर जाता है । रक्त संचार के द्वारा आँत में केंद्रीय तंत्रिका तंत्र में प्रवेश कर जाता है । तंत्रिका तंत्र की पेशियों को नियंत्रित करने वाले तंत्र को नष्ट कर देता है ।

लक्षण :- (1) इस रोग के प्रारंभिक लक्षण तेज बुखार, उल्टी, पतला पैखाना सिर तथा बदन दर्द तथा गले की पेशियों का सख्त होना है ।

(2) शरीर की पेशियाँ धीरे-धीरे सख्त तथा शुष्क होने लगती हैं । इस रोग का ज्यादा प्रभाव हाथों तथा पैरों पर होता है ।

रोकथाम :- (1) पोलियो वायरस से सुरक्षा के लिए पीने वाले ड्रॉप के रूप में टीके उपलब्ध हैं । इस टीके की खुराक देना चाहिए ।

(2) किसी भी शिशु को एक बार पोलियो रोग हो जाने पर प्रभावित अंगों का इलाज संभव नहीं है । फिजियोथेरेपी द्वारा रोग की तीव्रता को कम किया जा सकता है ।

प्रश्न 31. - हाइड्रोफोबिया से आप क्या समझते हैं ?

उत्तर - Hydrophobia, Hydro- Water, Phobia-Fear से बना है । जिसका अर्थ जल से डर होता है । पागल कुत्ता जब किसी व्यक्ति को काटता है तो व्यक्ति के गर्दन की पेशियों का नियंत्रण समाप्त हो जाने के कारण गर्दन सिर के भार के नीचे झुक जाता है तथा उसकी गति बाधित हो जाती है ।

फलस्वरूप रोगी को भोजन तथा जल निगलने में असुविधा होती है । अंत में गले की पेशियों में संकुचन बंद हो जाता है । जिससे रोगी पानी पीने में असमर्थ हो जाता है तथा प्रायः जल को देखने में डर लगने लगता है । इस रोग को हाइड्रोफोबिया कहते हैं ।

प्रश्न 32. - निर्जलीकरण को रोकने के उपाय बतावें ?

उत्तर - दस्त में बच्चों की मृत्यु निर्जलीकरण अर्थात् शरीर में पानी की अधिक कमी हो जाने के कारण होती है । नमक और चीनी का पानी में घोल तैयार करके रोगी बच्चों को थोड़ी-थोड़ी देर में पिलाते रहने से शरीर में निर्जलीकरण नहीं हो पाता ।

प्रश्न 33. - विश्व स्वास्थ्य संगठन (W.H.O) के मुख्य उद्देश्यों को लिखें ।

उत्तर - विश्व स्वास्थ्य संगठन की स्थापना 7 अप्रैल 1948 ई० को 61 देशों द्वारा की गई थी । यह संयुक्त राष्ट्र संघ की एक एजेन्सी है जिसका मुख्यालय जेनेवा में स्थित है । इस एजेन्सी की स्थापना संपूर्ण विश्व के नागरिकों के स्वास्थ्य की स्थापना संपूर्ण विश्व के नागरिकों के स्वास्थ्य की सुरक्षा, उपचार एवं विश्वव्यापी बीमारियों के उन्मूलन के लिए की गयी है । यह अंतर्राष्ट्रीय संस्था विश्व भर में स्वास्थ्य कार्यक्रमों की संचालन एवं समन्वयन करती है ।

विश्व स्वास्थ्य संगठन अपने सदस्य देशों को चिकित्सा सुविधा प्रदान करता है । विश्व भर के स्वास्थ्य से संबंधित आंकड़े एकत्र करता है । सदस्य देशों को स्वास्थ्य और चिकित्सा संबंधी सूचनाएँ देता है । चिकित्सा अनुसंधान को बढ़ावा देता है और स्वास्थ्य के संबंध में संपूर्ण विश्व में परियोजनायें चलाता है ।