



शुक्रवार
23 फरवरी 2024, धनबाद

हिन्दुस्तान

भरोसा नए हिन्दुस्तान का

शमी टखने में
चोट के कारण
आईपीएल से
बाहर हो गए हैं



• पांच प्रदेश • 21 संकरण



Resonance®
Educating for better tomorrow

JEE (Main) 2024 Session - 1 Result

RESONites WITH 100 %ile (NTA SCORE) in P/C/M

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|--------------------------|------------------------------------|--------------------------|-----------------------------------|------------------------|------------------------------------|----------------------------|--------------------------------------|------------------------|--------------------------------------|--------------------------|-----------------------------------|------------------------|--|--------------------------|--------------------------------------|------------------------|-------------------------------------|--------------------------|---|------------------------|--------------------------------------|--------------------------|--------------------------------------|--|
| | 100%ile PHYSICS | | 100%ile CHEMISTRY | | 100%ile PHYSICS | | 100%ile PHY MATHS | | 100%ile PHYSICS | | 100%ile PHYSICS | | 100%ile PHYSICS | | 100%ile MATHS | | 100%ile PHYSICS | | 100%ile PHYSICS | | 100%ile PHYSICS | | 100%ile CHEMISTRY | | |
| Soukarya Bhattacharya 99.9900018%ile | | Deepak 99.9802311%ile | | S Samruddh Raaj 99.9684877%ile | | Abhaysimha M J 99.9650156%ile | | Anirudh Narayanan 99.9291797%ile | | Sohan R Kolhe 99.9256103%ile | | Mayank Agarwal 99.8867248%ile | | Sulagna Basack 99.8808075%ile | | Abdul R Farooqui 99.8491943%ile | | Anirudh Bankhede 99.8424387%ile | | Aditya Pandey 99.8333639%ile | | Joseph Varghese 99.8008698%ile | | | |
| | 100%ile CHEMISTRY | | 100%ile PHYSICS | | 100%ile PHYSICS | | 100%ile PHYSICS | | 100%ile PHYSICS | | 100%ile PHYSICS | | 100%ile PHYSICS | | 100%ile PHYSICS | | 100%ile PHYSICS | | 100%ile PHYSICS | | 100%ile PHYSICS | | 100%ile CHEMISTRY | | |
| Muhammed A Harif 99.7970483%ile | | Ayaan M Farooq V P 99.77776%ile | | Palle HC Reddy 99.7575445%ile | | Vispute S Jagdish 99.732549%ile | | Devansh Chaturvedi 99.6708937%ile | | Chithropal S Kurup 99.6583936%ile | | Anushka Krishan 99.6334005%ile | | Akshara S Chennubhatla 99.6334005%ile | | Abhimanyu Kumar 99.628897%ile | | Karthik Rao Varam 99.5304894%ile | | Divyam Awasthy 99.4775817%ile | | Adith Jayakrishnan 99.3147195%ile | | | |
| | 100%ile CHEMISTRY | | 100%ile CHEMISTRY | | 100%ile PHYSICS | | 100%ile PHYSICS | | 100%ile PHYSICS | | 100%ile CHEMISTRY | | 100%ile PHYSICS | | 100%ile CHEMISTRY | | 100%ile PHYSICS | | 100%ile CHEMISTRY | | 100%ile PHYSICS | | 100%ile CHEMISTRY | | |
| Haroon A Sadath K 99.2917965%ile | | Vivek P 99.271023%ile | | Jeeth Bifi 99.25783%ile | | Prajwal Y S 99.1701521%ile | | Soma Sree Ved 98.9504254%ile | | Alifsha A 98.88187%ile | | Abin J 98.84343%ile | | Eeshan R Kamat 98.7251752%ile | | Srujan R Avujugari 98.2400081%ile | | Sankalp Sharath 98.1903318%ile | | Vemuri Sriraga Charan 97.8503941%ile | | Tessa B Ann 97.7395685%ile | | A Maria J Mirdhula 96.2505045%ile | |

A Success Journey from Roots to Fruits

यह सभी विद्यार्थी रेजोर्नेस के Junior Division PCCP (Upto Class 10th) के समय से ही रेजोर्नेस से जुड़े हुए हैं।

| Studying Since Class 5 th | Studying Since Class 8 th | Studying Since Class 8 th | Studying Since Class 9 th | Studying Since Class 6 th | Studying Since Class 7 th | Studying Since Class 5 th | Studying Since Class 8 th | Studying Since Class 9 th | Studying Since Class 9 th |
|---|--------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|
| | | | | | | | | | |
| Yashwardhan Chaudhary 99.9900488%ile | Smera Panda 99.9744743%ile | Nihar V Rao 99.9635821%ile | Ahyan Hassan 99.9365749%ile | Vaibhav Gupta 99.9243031%ile | Soham R Dokhale 99.9135425%ile | Amrit Dwivedi 99.9129267%ile | Pervaje A P Bhat 99.9050174%ile | Anirudh Bankhede 99.8424387%ile | 100%ile PHYSICS |
| Resonance Classroom Topper | | | | | | | | | 100%ile CHEMISTRY |

Our Performers with NTA Score more than 99.9%ile (Other than Above)

| | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------------------|---------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------|----------------------------------|--|
| | | | | | | | | | | | | | |
| Chitluri Dhiraj 99.9609809%ile | Mukund Hebbar 99.9497087%ile | Amish Goyal 99.9462403%ile | Suvan Arora 99.9422564%ile | U Jeevan Sagar 99.9401466%ile | Aryama V Murthy 99.934733%ile | Parth Malav 99.9291797%ile | Agneev Maitra 99.924765%ile | Nitin Bhandari 99.9240301%ile | Vedant Agrawal 99.9230463%ile | Pranav Mylarassu 99.917157%ile | Sagarika Sinha 99.917157%ile | Sudhanva N Rao 99.9098224%ile | |

*Result received so far

258 Students Score More than 99 %ile

ADMISSIONS OPEN (Session 2024-25)

JEE (Main+Adv.) | JEE (Main) | NEET (UG) | Pre-Foundation (Upto Class 10th)

कोटा विशेष बैच

कक्ष 10 वीं से 11वीं एवं 11वीं से 12वीं के विद्यार्थियों के लिए

Classes 5th to 12th & 12th Passed Students
Appear in **FREE ResoNET**
(Scholarship Test) on 03rd March (Sunday)

ENROL NOW
TO GET EARLY FEE BENEFIT



Scan QR to
Apply Online

Disclaimer : We deliver our best inputs for the students to perform well in their desired target examinations but Institute does not guarantee selection in any examination as it depends on preparation, total applicants and number of seats available.



RESONANCE EDVENTURES LTD. | www.resonance.ac.in | CG Tower, A-46 & 52, IPIA, Near City Mall, Jhalawar Road, Kota (Raj) - 324005



शुक्रवार

23 फरवरी 2024, माघ शुक्रल पक्ष, चतुर्दशी, विक्रम सम्वत् 2080, धनबाद

नगर संस्करण, तर्फ 14, अंक 46, 18 पेज, गृह्य ₹ 5.00

हिन्दुस्तान

भरोसा नए हिन्दुस्तान का

रामी टखने में
चोट के कारण
आईपीएल से
बाहर हो गए हैं

• पांच प्रदेश • 21 संस्करण



दिन 22/01/23/2324



अधिक जानकारी के लिए स्कैन करें

हमारा संकल्प विकसित भारत

मोदी सरकार की गारंटी

प्रधानमंत्री फसल बीमा योजना
से किसानों को सुदृढ़ा करवा

16.65 करोड़ किसानों को

₹1 लाख 54 हजार करोड़ के दावों का भुगतान

प्रमुख
पांचमैत्री को एसटी का दर्जा
नहीं: हाईकोर्ट1 नणिपी हाईकोर्ट ने मैत्री को
एसटी में शामिल करने के आदेश

फतवे को लेकर दारुल

उलूम पर केस होगा

2 नगरा-ए-हिंद पर दारुल

उलूम पर केस होगा। P13

आप-कांग्रेस के बीच

सीट बंटवारे पर सहमति

3 आनंदीपाल की दर्जा

में बैंगलुरु

चेन्नई का पहला मैच

4 वैल्यू सूप किंग्स व रोयल

एडीपीएल शुरू होगी। P14

आखिरी घंटे की जोरदार

खरीदारी से बाजार चढ़े

5 शेयर बाजारी में काशीपाल के

अधिकारी घंटे में तेज लिंगाली से

सेषेक्स घड़ गया। P15

27 फरवरी को चंपाई सरकार पेश करेगी बजट, 7 कार्यदिवस होंगे बजट सत्र आज से, सरकार विविधक ने बनाई रणनीति



विधानसभा अध्यक्ष रवीन्द्रनाथ महतो के कक्ष में गुरुवार को सत्र को लेकर आयोजित बैठक में मौजूद मुख्यमंत्री चंपाई सोरेन, विधायक संघरू, राय, कमलशंकर व अन्य।

रांची, हिन्दुस्तान ब्लूरो। झारखंड विधानसभा का बजट सत्र शुरू कर से शुरू हो रहा है। सत्र के पूर्व एक तरफ जहां झारखंड विधानसभा के अध्यक्ष रवीन्द्रनाथ महतो ने सर्वसंतुष्ट बैठक कर सभी से छोटे सत्र के दौरान आम लोगों की समस्याओं का अधिक से अधिक समाधान करते हुए इसे ऐतिहासिक बनाने की अपील की गई, सत्र पांच और विविधक के लिए एक बैठक कर रणनीति तैयार की। विविधक ने सरकार को प्रश्नाचार, पार्टी के अंदर मतभेद और कानून व्यवस्था पर धोने की तैयारी की है। वहीं, सत्र पांच ने जनता के जुड़े सवालों के साथ-साथ विविधक को जुड़े देने के लिए काम कर सकी है। दो मार्च तक आहूत सत्र में सात कार्यदिवस होंगे। चंपाई सरकार पहले दिन चालू वित्त वर्ष का तीसरा अनुप्रूपक और 27 फरवरी की वर्ष 2024-25 का वार्षिक बजट पेश करेगी।

हेमंत को सत्र में भाग लेने की अनुमति नहीं

हाईकोर्ट गण

रांची, विशेष संवाददाता। पूर्व सीएम और बर्केट विधायक हेमंत सोरेन के झारखंड विधानसभा के बजट सत्र में शमिल होने की अनुमति ईडी कोटे ने नहीं दी। ईडी की विशेष कोटे ने गुरुवार को फैसला सुना होते हुए हेमंत की विविधक खाली कर दी। इसके बाद हेमंत ने इस अदेश को हाईकोर्ट में चुनौती दी है। इसलिए उड़े सत्र में शुक्रवार को सुनवाई होगी। पूर्व सीएम



की ओर से महाधिवक्तवा राजीव रंजन ने बताया था कि बजट सत्र में मनी बिल पास होना है, जिसमें हेमंत सोरेन का मौजूद रहना जरूरी है। इसलिए उड़े सत्र में शमिल होने की अनुमति दी जाए।

पूर्व सीएम की व्यायिक हिरासत 7 मार्च तक बढ़ी

रांची। पूर्व मुख्यमंत्री हेमंत सोरेन की व्यायिक हिरासत की अवधि सात मार्च तक बढ़ा दी गई है। गुरुवार को हेमंत सोरेन को ईडी कोटे में बैठक में गुरुवार की लोकपाल की सुनवाई हुई। दिल्ली हाईकोर्ट के द्वारा सुनवाई पर रोक हटाने के फैसले के बाद लोकपाल में सीबीआई व संबंधित पक्षोंने अपनी अपनी राय रखी। इसके बाद लोकपाल ने आय से अधिक संपत्ति अर्जित करने से जुड़े मामले में फैसला सुरक्षित रख लिया है। गोविंदपुर के लोकपाल सांसद निश्चिकांत दुबे ने वर्ष 2020 में शिवु सोरेन के खिलाफ पक्ष का दुरुपयोग करते हुए आय से अधिक संपत्ति अर्जित करने का आरोप लगाया था। इसके बाद लोकपाल में शिकायत की थी। लोकपाल ने इस मामले में सीबीआई को पीछे दर्ज कर जांच का आदेश दिया था।

किसानों से जुड़े हर संकल्प को सच करेंगे: प्रधानमंत्री



नई दिल्ली, एजेंसी। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने गुरुवार को कहा कि केंद्र सरकार किसानों के कल्याण से जुड़े हर संकल्प को पूरा करने के लिए प्रतिबद्ध है। उन्होंने गना खरीद की कीमत में ऐतिहासिक बढ़ोतारी को केंद्रीय मंत्रिमंडल से मिली मजूरी का हवाला देते हुए यह बात कही।

प्रधानमंत्री ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर एक पोस्ट में कहा कि देशभर के अपने किसान भाई-बहनों को कल्याण हमारी पहली प्राथमिकता है। उन्होंने कहा, मजबूत ग्रामीण अर्थव्यवस्था जरूरी है। सरकार 'अनन्दाता' के उर्वरक दाता के रूप में बदलना चाहती है। उन्होंने कहा, हम जैविक खाद्य बनाने में किसानों की मदद की व्यवस्था भी कर रहे हैं। इस बीच, सूचना व प्रसारण मंत्री अनुराग ठाकुर ने कहा कि सरकार किसानों के साथ हर समय की जरूरतों को ढूँढ़ते हुए देखती थीं,

जबकि उनकी सरकार का ध्यान उड़े

किसानों के जीवन को सुधारने पर।

उनकी आय बढ़ाने पर अपनी जीवन की जरूरतों को सुधारने की जीवनी की जरूरत है।

सरकार के उद्देश्य इसकी जरूरत है।

इसके बाद हर संकल्प को सच करेंगे।

सच्छ शौचालय की कमी से बीमार हो रहीं महिलाएं, शहरी क्षेत्र में पांच लाख से अधिक महिलाएं झेल रहीं परेशानी

शहर के बाजारों में महिलाओं के लिए शौचालय नहीं



पढ़ताल

■ गंगेश गुंजन

धनबाद। शहर के भित्रीपाड़ा की रहनेवाली सोनाली सिंह को आगर किसी दिन बाजार जाना चाहा है तो वह उस दिन पानी कम पीती है। बाजार पहुंचने पर कहाँ शौचालय की जरूरत महसूस न हो जाए, इसी दूर से वह घर से कम पानी पीकर निकलती है। शहर में महिलाओं के लिए सच्छ शौचालय (पब्लिक टॉयलेट) नहीं रहने की बजाए से सोनाली जैसी शौचालय लाया जाना चाहिए कि कोई है। दूर से भी महिलाएं लंबे समय तक यूरिन रोक कर रखती हैं, इससे उनके फैक्शन जैसी बीमारियों का सामना करना पड़ रहा है।

देश के अमृत शहरों में शामिल हो चुके धनबाद की यह सच्छ वाहनों के अधिन की पाल खोले रखने से भी महिलाएं लंबे समय तक यूरिन रोक कर रखती हैं, इससे उनके फैक्शन जैसी बीमारियों का सामना करना पड़ रहा है।



हीरापुर के पास विजापुर के पोस्टरों से ढंका सामुदायिक शौचालय।

इन व्यस्तम बाजारों में शौचालय तक नहीं

पुराना बाजार, बैंक मोड़, जिरारा कृतरास, निरसा, गोविंदपुर, मेथन, बिनोद बिहारी थोक, हीरापुर हटिया, भूती शक्ति मंडप, मेमको मोड़, मनईठंड, जनता मार्केट

पुराना बाजार और बैंक मोड़ में शौचालय नहीं होने से महिलाओं को भारी परेशानी



शहर में एक भी यूरिनल की व्यवस्था नहीं

इनी ही बड़ी आवादी वाले धनबाद शहर में एक भी पब्लिक यूरिनल नहीं है। पार्क मार्केट वॉर्हाएं पर मोड़ एवं कम्बर यूरिनल की स्थिति इनी ही बदतर है कि इससे दूर से ही बदू आती है। महिलाओं के लिए तो धनबाद में एक भी यूरिनल की व्यवस्था नहीं है।

बड़े मॉल में शौचालय, छोटे मार्केट में वह भी नहीं

हाल के दिनों में शहर में खुले बड़े-बड़े मॉल में महिलाओं के लिए अलग शौचालय की व्यवस्था है, लेकिन जितने भी छोटे मार्केट हैं, वहाँ किसी में भी शौचालय नहीं है। बैंक मोड़ के श्रीराम लाजा मॉल जैसे शहर का सबसे पुराना मॉल है, इसमें भी महिलाओं के शौचालय की स्थिति बदतर है। विंग बाजार के आसपास जितने भी मॉल हैं, सभी में शौचालय मौजूद हैं। नगर निगम की ओर से यहाँ कोई व्यवस्था आसपास जितने भी मॉल हैं, वहाँ कोई व्यवस्था नहीं है। इससे महिलाओं को भारी परेशानियों का सामना करना पड़ता है।



पुराना बाजार से शक्ति मंदिर तक एक भी शौचालय नहीं

शहर के मध्यमगांगीय लोगों के लिए सबसे बड़ा बाजार पुराना बाजार ही है। हर दिन औसतन यहाँ पर एक लाख से अधिक लोग पहुंचते हैं। इनमें महिलाओं की सांख्यिकी जैसी समस्या को एक भी सामुदायिक शौचालय नहीं है। इगर बाजार के आसपास जितने भी मॉल हैं, सभी में शौचालय मौजूद हैं। नगर निगम की ओर से यहाँ कोई व्यवस्था नहीं है। इसी विवरण से यहाँ कोई व्यवस्था नहीं है। जब तक घर पर पड़ता है।



रांची में मंत्री बना गुप्ता से मिलने पहुंचे बाजार समिति चैबर ऑफ कॉर्मर्स के लोग।

चैबर ऑफ कॉर्मर्स का प्रतिनिधिमंडल मंत्री से मिला

धनबाद। बाजार समिति चैबर ऑफ कॉर्मर्स का प्रतिनिधिमंडल मंत्री बना गुप्ता से रांची में मिला। प्रतिनिधिमंडल की अध्युषित जिल कार्पोरेशन व्यापार एवं उद्योग प्रकोष्ठ के अध्यक्ष प्रभात सुरोतिया है। बाजार समिति चैबर के अध्यक्ष जितेंद्र अग्रवाल ने बताया कि खाद्यान्न मंडी परसर को प्रशासन बुनाव के समय टर्टग रूम के साथ मतभावना नहीं है। कई दिनों तक मंडी का पूरा व्यापार प्रभावित होता है। मंडी से संबंधित विभाग की अधिकारियों के लिए यहाँ कोई व्यवस्था नहीं है। मंडे पर सचिव गोरागर्ग, कोशिक्षण एवं विद्या विद्यालय दिशा दिए।

बर्बर्दिया पुल मामले को विसर्जित एवं सुरक्षित था।

निरसा। कंचनडाह उर्त उर्तमित मध्य विद्यालय में गुरुवार को विद्यार्थ अपर्णा सेनगुप्ता ने बहारदीवारी का शिलान्यास किया। उन्होंने कहा कि निरसा विद्यालय क्षेत्र की बहुमुखी विकास हो रही है। उन्होंने कहा कि निरसा क्षेत्र की सड़क, स्वास्थ्य, शिक्षा जैसी समस्याएँ अपर्णा से स्वतंत्र कर रही हैं। कहा कि बर्बर्दिया पुल के मामले को विद्यालय के अधिकारियों से बहुत कर रखा दिया गया। विनोद सिंह एवं सुरक्षित एवं सुरक्षित था।

पेंशन योजना के लिए मिले पर्याप्त समय: निसार

धनबाद। वासेपुर के निवारमान वर्ड पार्षद निसार आलम ने डीरी से सामग करते हुए कहा कि जुड़मानी ग्रामीण व्यवस्था है। उन्होंने कहा कि निरसा विद्यालय क्षेत्र की बहुमुखी विकास हो रही है। उन्होंने कहा कि निरसा क्षेत्र की सड़क, स्वास्थ्य, शिक्षा जैसी समस्याएँ अपर्णा से स्वतंत्र कर रही हैं। कहा कि बर्बर्दिया पुल के मामले को विद्यालय के अधिकारियों से बहुत कर रखी है।

पेंशन योजना के लिए मिले पर्याप्त समय: निसार

धनबाद। वासेपुर के निवारमान वर्ड पार्षद निसार आलम ने डीरी से सामग करते हुए कहा कि जुड़मानी ग्रामीण व्यवस्था है। उन्होंने कहा कि निरसा विद्यालय क्षेत्र की बहुमुखी विकास हो रही है। उन्होंने कहा कि निरसा क्षेत्र की सड़क, स्वास्थ्य, शिक्षा जैसी समस्याएँ अपर्णा से स्वतंत्र कर रही हैं। कहा कि बर्बर्दिया पुल के मामले को विद्यालय के अधिकारियों से बहुत कर रखी है।

विद्यार्थी प्रसाद को श्रद्धांजलि देने पहुंचे समाज के लोग।

विद्यार्थी रविकांत प्रसाद को श्रद्धांजलि देने पहुंचे समाज के लोग।

चित्रांश रविकांत प्रसाद दी गई श्रद्धांजलि

धनबाद। चित्रांश रविकांत प्रसाद को उनकी पुण्यतिथि पर याद किया गया।

रविकांत एफसीआर्ट सिर्डी के पूर्ण महाप्रबल थे। उनकी तीसी से मांग करते हुए कहा कि जुड़मानी ग्रामीण व्यवस्था है। उन्होंने कहा कि निरसा क्षेत्र की संगत-पंगत ट्रस्ट, एवीकैम्प तथा चित्रांश महारियरा, सिर्डी की ओर श्रद्धांजलि दिया गया। रविकांत प्रसाद को उनकी जीवनी वर्णन करकी दी जाए। उन्होंने बताया कि जुड़मानी ग्रामीण एवं अधिकारियों का सम्मान करना पड़ता है। उन्होंने कहा कि जुड़मानी ग्रामीण एवं अधिकारियों का सम्मान करना पड़ता है। उन्होंने कहा कि जुड़मानी ग्रामीण एवं अधिकारियों का सम्मान करना पड़ता है।

उन्होंने कहा कि जुड़मानी ग्रामीण एवं अधिकारियों का सम्मान करना पड़ता है। उन्होंने कहा कि जुड़मानी ग्रामीण एवं अधिकारियों का सम्मान करना पड़ता है। उन्होंने कहा कि जुड़मानी ग्रामीण एवं अधिकारियों का सम्मान करना पड़ता है।

उन्होंने कहा कि जुड़मानी ग्रामीण एवं अधिकारियों का सम्मान करना पड़ता है। उन्होंने कहा कि जुड़मानी ग्रामीण एवं अधिकारियों का सम्मान करना पड़ता है।

उन्होंने कहा कि जुड़मानी ग्रामीण एवं अधिकारियों का सम्मान करना पड़ता है। उन्होंने कहा कि जुड़मानी ग्रामीण एवं अधिकारियों का सम्मान करना पड़ता है।

उन्होंने कहा कि जुड़मानी ग्रामीण एवं अधिकारियों का सम्मान करना पड़ता है। उन्होंने कहा कि जुड़मानी ग्रामीण एवं अधिकारियों का सम्मान करना पड़ता है।

उन्होंने कहा कि जुड़मानी ग्रामीण एवं अधिकारियों का सम्मान करना पड़ता है। उन्होंने कहा कि जुड़मानी ग्रामीण एवं अधिकारियों का सम्मान करना पड़ता है।

उन्होंने कहा कि जुड़मानी ग्रामीण एवं अधिकारियों का सम्मान करना पड़ता है। उन्होंने कहा कि जुड़मानी ग्रामीण एवं अधिकारियों का सम्मान करना पड़ता है।

उन्होंने कहा कि जुड़मानी ग्रामीण एवं अधिकारियों का सम्मान करना पड़ता है। उन्होंने कहा कि जुड़मानी ग्रामीण एवं अधिकारियों का सम्मान करना पड़ता है।

उन्होंने कहा कि जुड़मानी ग्रामीण एवं अधिकारियों का सम्मान करना पड़ता है। उन्होंने कहा कि जुड़मानी ग्रामीण एवं अधिकारियों का सम्मान करना पड़ता है।

उन्होंने क

सेहतमंद किडनी के लिए क्या करें

मधुमेह और उच्च रक्तचाप की तुलना में अपने क्रिएटिनिन लेवल के बारे में लोग कम ही जानते हैं। किडनी की अच्छी सेहत के लिए क्रिएटिनिन का सामान्य रेंज में रहना जरूरी है। नियमित जांच, स्वस्थ जीवनशैली और खानपान से जुड़ी किन बातों पर ध्यान देना क्रिएटिनिन लेवल और किडनी को सही रख सकता है, बता रहे हैं विवेक शुक्ला।

कि

डीनी की समस्याएं कई कारणों से होती हैं, लेकिन बात जब निदान की हो तो इसकी जानकारी रक्त परीक्षण के जारी सीमा क्रिएटिनिन के स्तर से मिलती है। यदि क्रिएटिनिन का स्तर रेंज से अधिक है, तो किडनी रोगों की आशंका बढ़ जाती है।

क्रिएटिनिन, अमेरिका स्थित दिनेशनल किडनी फार्मांडेशन के अनुसार, क्रिएटिनिन मासपेशियों का अपरिवर्तित उत्पाद है, जो रीढ़ की हड्डी के दोनों ओर स्थित किडनी की सेहत का सचक है। इसमें एपीओएसड होता है, जो अधिक चिकनाई युक्त चीजें खाने से बनता है। इसमें किडनी खन से क्रिएटिनिन के अलावा कई अपरिवर्तित उत्पादों को फिल्टर करती है। फिल्टर होने के बाद ये अपरिवर्तित उत्पाद पेशाब से बाहर निकल जाते हैं। पर, जब किडनी ढंग से काम नहीं करती, तब ये अपरिवर्तित रक्त में जमा होने लगते हैं। यानि बढ़ने पर कई समस्याएं सम्भव आने लगती हैं...

क्रिएटिनिन लेवल बढ़ने के लक्षण

किसी अस्थायी कारण से अगर क्रिएटिनिन स्तर बढ़ता है, तो उसके खास लक्षण सम्भव होने पर इस तरह के लक्षण सम्भव आ सकते हैं...

■ मूत्र मार्ग (यूटीआई) में संक्रमण। इलाज न होने से संक्रमण किडनी में पहुंच जाता है।

■ पेशाब में जलन व दर्द। कम, पर जलदी-जलदी पेशाब आना।

■ हाथों व पैरों में सूजन, मसल्स कैप

■ सांस लेने में दिक्कत, सीने में दर्द

■ शरीर में खुलाई होना।

■ जी मिचलाना व बेहोशी रहना

■ खन की कमी (एनीमिया) होना।

■ अनिद्रा, आंखों के नीचे सूजन।

उत्तरोत्तर लक्षण होने पर डॉक्टर या किडनी विशेषज्ञ (फोलोअॉन्जर्स्ट) से मिलें। सीम क्रिएटिनिन द्वारा विशेषज्ञ ल्यॉमेलल फिल्टरेशन रेट (जीएफ एर) जाने होते हैं। उसी आधार किडनी की हालत का आकलन करते हैं।

क्यों बढ़ता है क्रिएटिनिन

■ किडनी संबंधी विकार : किडनी की प्रक्रिया में गड़बड़ी, क्रिएटिनिन बढ़ने का मुख्य कारण है। क्रोनिक किडनी रोगों में शरीर क्रिएटिनिन सहित अन्य अशुद्धियां फिल्टर नहीं कर पाता है। मुझेह, पथरी, संक्रमण, ल्यॉमेलल नेप्रोफ्राइटर व गुरु की रक्तावर जैसी स्थितियों के फिल्टर थक्कर कम हो जाती है कि क्रिएटिनिन बढ़ने लगता है।

■ मासपेशियों की चीजें : चोट, तीव्र व्यायाम या कुछ सेहत सम्बन्धीओं में मासपेशियों की टूट-फूट खन में अधिक मात्रा में क्रिएटिनिन जारी करती है, जिससे स्तर बढ़ जाता है।

■ उच्च प्रोटीन आहार : लंबे समय तक उच्च प्रोटीन आहार लेना भी गड़बड़ी की फिल्टर थक्कर पर असर लगता है। किडनी की अधिक अम करने पड़ता है कि क्रिएटिनिन बढ़ने सकती है।

■ मांसपेशियों की चीजें : चोट, तीव्र व्यायाम या कुछ सेहत सम्बन्धीओं में मासपेशियों की टूट-फूट खन में अधिक मात्रा में क्रिएटिनिन जारी करती है, जिससे स्तर बढ़ जाता है।

■ उच्च प्रोटीन आहार : लंबे समय तक उच्च प्रोटीन आहार लेना भी गड़बड़ी की फिल्टर थक्कर पर असर लगता है। किडनी की अधिक अम करने पड़ता है कि क्रिएटिनिन बढ़ने सकता है।

■ डिहाइड्रेशन : शरीर में पानी की कमी निकलता है। इसका अर्थ है कि क्रिएटिनिन कल्याणसर्ट कराया जाता है।

■ डिहाइड्रेशन : शरीर में पानी की कमी निकलता है। इसका अर्थ है कि क्रिएटिनिन कल्याणसर्ट कराया जाता है।

■ दवाओं का असर : कीमेथोरेपी, कुछ एंटीबायोटिक दवाएं ये क्रिएटिनिन लेवल बढ़ा



1.5 | 45 | 10

लाख लोग देश में हर साल किडनी फेलोर की समस्या से पीड़ित होते हैं। वर्षा डायलिसिस सुविधा और किडनी ट्रांसप्लांट सुविधाएं मांग की तुलना में कम हैं।

सी से अधिक लोगों का ही देश में प्रतिवर्ष किडनी प्रत्यारोपण होता है, जबकि जरूरत की तुलना में कम है।

में से एक व्यक्ति को मारत में किडनी संबंधी समस्याएं होने की आशंका है, एक अनुमान के अनुसार।

■ मेरी सात वर्ष की बेटी के दायें घुटने के नीचे मासपेशियों में दर्द होता है। इसका क्या कारण हो सकता है?

बड़ों की तुलना में बच्चे कहीं ज्यादा खेलना-कूदना आदि क्रियाएं करते हैं। उन्हें परीना ज्यादा आता है, जिसके साथ शरीर से कई खनिज भी निकलते हैं। जब त्रिपुरा से डिग्डिएशन की पुरी नहीं होती तो डिग्डिएशन हो जाता है। शेरार में इकोट्रोलाइट्स जैसे सोडियम, पोटैशियम और क्रोमोइड की कमी हो जाती है। इस कमी से बच्चों को हड्डियों, जोड़ों, मासपेशियों, त्रिक्कालों, टेंडस, लिमाइट और कार्टिलेज में समस्याएं उत्पन्न होती हैं। बढ़ते बच्चों को पोषक तत्वों जैसे प्रोटीन, एसिड, क्रियायम, मैग्नीशियम, मिनरल्स, विटामिन, विटामिन डी व 12 और विटामिन-के से उक्त खानपान की जरूरत होती है। इनकी कमी से मासपेशियों में जोड़ी में या हड्डियों में दर्द की समस्या उत्पन्न होने लगती है। आप विशेषज्ञ डॉक्टर से मिलकर अपनी नहीं होती तो डिग्डिएशन की जाती है।

■ मेरी उम्र 48 साल है। हमें ड्यूका कर चलती हैं। सीधा चलने पर दर्द होता है। क्या करें?

आपकी उम्र में, जेनोपांज के दौरान शरीर में हाँसन सबधी बड़े बदलाव होते हैं। अमातृर पर मिलान और धूप के उत्तर में कम बढ़ती है। लगातार घर के भीतर रहने पर विटामिन डी की समस्या उत्पन्न होने लगती है। आप विशेषज्ञ डॉक्टर से मिलकर अपनी डीप्रोटीन नहीं होती है। अपनी डीप्रोटीन की जाती है। डेयरी उत्पाद का कम सेवन उनमें ऑस्टिस्टोपोरोसिस ऑस्टिस्टोपोरोनिया व ऑस्टिस्टोपोरोनिया

■ मेरी सात वर्ष की बेटी के दायें घुटने के नीचे मासपेशियों में दर्द होता है। इसका क्या कारण हो सकता है?

बड़ों की तुलना में बच्चे कहीं ज्यादा खेलना-कूदना आदि क्रियाएं करते हैं। उन्हें परीना ज्यादा आता है, जिसके साथ शरीर से कई खनिज भी निकलते हैं। जब त्रिपुरा से डिग्डिएशन की पुरी नहीं होती तो डिग्डिएशन हो जाता है। शेरार में इकोट्रोलाइट्स जैसे सोडियम, पोटैशियम, मिनरल्स, विटामिन, विटामिन डी व 12 और विटामिन-के से उक्त खानपान की जरूरत होती है। इनकी कमी से बच्चों को हड्डियों, जोड़ों, मासपेशियों, त्रिक्कालों, टेंडस, लिमाइट और कार्टिलेज में समस्याएं उत्पन्न होती हैं। बढ़ते बच्चों को पोषक तत्वों जैसे प्रोटीन, एसिड, क्रियायम, मैग्नीशियम, मिनरल्स, विटामिन, विटामिन डी व 12 और विटामिन-के से उक्त खानपान की जरूरत होती है। इनकी कमी से बच्चों को हड्डियों, जोड़ों, मासपेशियों, त्रिक्कालों, टेंडस, लिमाइट और कार्टिलेज में समस्याएं उत्पन्न होती हैं। बढ़ते बच्चों को पोषक तत्वों जैसे प्रोटीन, एसिड, क्रियायम, मैग्नीशियम, मिनरल्स, विटामिन, विटामिन डी व 12 और विटामिन-के से उक्त खानपान की जरूरत होती है। इनकी कमी से बच्चों को हड्डियों, जोड़ों, मासपेशियों, त्रिक्कालों, टेंडस, लिमाइट और कार्टिलेज में समस्याएं उत्पन्न होती हैं। बढ़ते बच्चों को पोषक तत्वों जैसे प्रोटीन, एसिड, क्रियायम, मैग्नीशियम, मिनरल्स, विटामिन, विटामिन डी व 12 और विटामिन-के से उक्त खानपान की जरूरत होती है। इनकी कमी से बच्चों को हड्डियों, जोड़ों, मासपेशियों, त्रिक्कालों, टेंडस, लिमाइट और कार्टिलेज में समस्याएं उत्पन्न होती हैं। बढ़ते बच्चों को पोषक तत्वों जैसे प्रोटीन, एसिड, क्रियायम, मैग्नीशियम, मिनरल्स, विटामिन, विटामिन डी व 12 और विटामिन-के से उक्त खानपान की जरूरत होती है। इनकी कमी से बच्चों को हड्डियों, जोड़ों, मासपेशियों, त्रिक्कालों, टेंडस, लिमाइट और कार्टिलेज में समस्याएं उत्पन्न होती हैं। बढ़ते बच्चों को पोषक तत्वों जैसे प्रोटीन, एसिड, क्रियायम, मैग्नीशियम, मिनरल्स, विटामिन, विटामिन डी व 12 और विटामिन-के से उक्त खानपान की जरूरत होती है। इनकी कमी से बच्चों को हड्डियों, जोड़ों, मासपेशियों, त्रिक्कालों, टेंडस, लिमाइट और कार्टिलेज में समस्याएं उत्पन्न होती हैं। बढ़ते बच्चों को पोषक तत्वों जैसे प्रोटीन, एसिड, क्रियायम, मैग्नीशियम, मिनरल्स, विटामिन, विटामिन डी व 12 और विटामिन-के से उक्त खानपान की जरूरत होती है। इनकी कमी से बच्चों को हड्डियों, जोड़ों, मासपेशियों, त्रिक्कालों, टेंडस, लिमाइट और कार्टिलेज में समस्याएं उत्पन्न होती हैं। बढ़ते बच्चों को पोषक तत्वों

अपना खेल

■ इंग्लैंड के खिलाफ चौथा टेस्ट आज से ■ मैच जीत सीरीज कब्जाना चाहेगा भारत ■ टर्निंग विकेट पर स्पिनर अहम होंगे

इंग्लैंड को फिरकी में फंसाने की तैयारी



रांची, हिन्दुस्तान ब्लूरो। रांची की पिच मैच से पहले ही सुखेंगे में है। पिच पर पहुंची दराएँ से तय है कि स्पिनर शुक्रवार पर उन्होंने लेंबे बल्लेबाजी सत्र में हिस्सा लिया। उनके अलावा गल, अश्विन, भरत, सुंदर और पविंकल ही नेट में अभ्यास करने पहुंचे।

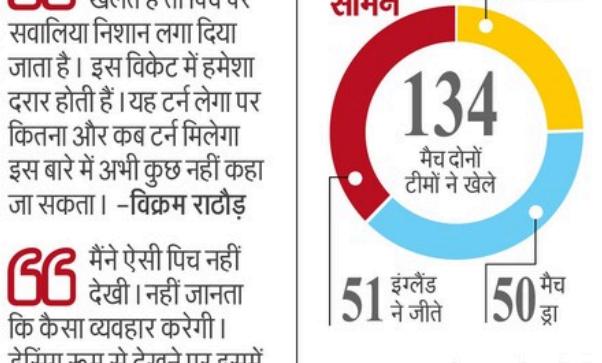
वुड की जगह रॉबिनसन : इंग्लैंड ने टीम में दो बदलाव किए हैं। मार्क वुड की जगह सीरीज में पहली बार रॉबिनसन को मौका दिया है। रॉबिनसन जुलाई के बाद पहला मैच खेलेगा। पिच पर दराएँ को देखते हुए अहमद की जगह बशीर को मौका दिया गया है। अहमद (11) इंग्लैंड की ओर से सीरीज में सर्वाधिक विकेट लेने वाले दूसरे गेंदबाज हैं। पर राजकोट में दूसरी पारी में भारतीय बल्लेबाजों खासकर यशस्वी ने उनकी खूब कुठाई की।

युवा खिलाफ रोड ट्रॉफी : रोहित शर्मा की अम्गुआई वाली टीम की तरफ पर युवा बल्लेबाजों ने अच्छा प्रदर्शन कर बरशेर अपने स्पिनर जाल में भारतीय को फसाने हैं। भारत मैच जीतकर सीरीज जीतने तो इंग्लैंड विजय से सीरीज में बने रहने की कोशिश करेगा।

युवा खिलाफ रोड ट्रॉफी : रोहित शर्मा



भारतीय ऑफ स्पिनर रविंद्रन अश्विन गुरुवार को टीम के गेंदबाजी कोच पारस म्हावे के साथ रांची की पिच का मुआयना करते हुए।



प्रसारण : सुबह 9.30 बजे से स्पोर्ट्स 18 पर

12 साल से घर में सीरीज नहीं हारा भारत

भारत सीरीज में 2-1 से आगे चल रहा है। टीम ने पिछले 12 साल (2012) से घर में कोई सीरीज नहीं बर्बाद की रखी थी। इस बीच 16 सीरीज खेली गई थीं जिनमें विजय प्राप्त कराई गई। भारत ने घर में पिछली सीरीज 2012 में इंग्लैंड की एपिस्टेयर कुक की कप्तानी वाली टीम के खिलाफ गंवाई थी। इसके बाद उसने 47 टेस्ट में खेले उनमें 38 जीती और सिर्फ वार हारे हैं। इनमें से बार ऑस्ट्रेलिया और दो बार इंग्लैंड से।

भारतीय टीम का लिए सबकरा है मौका : सीरीज में अपील तक सर्वाधिक 17 विकेट लेने वाले बुमान को विश्राम दिया गया है। उनकी गैरहाजिरी में सिराज पर दारोमदार होगा। मोहम्मद सिराज का साथ देने के लिए अनकैप्ड

आकाश का लिए सबकरा है मौका : सीरीज में अपील तक सर्वाधिक 17 विकेट लेने वाले बुमान को विश्राम दिया गया है। उनकी गैरहाजिरी में सिराज पर दारोमदार होगा। मोहम्मद

सिराज का साथ देने के लिए अनकैप्ड

यथस्वी तोड़ सकते हैं गवास्कर का रिकॉर्ड

यशस्वी तोड़ का रिकॉर्ड गवास्कर का भारतीयी की ओर से एक टेस्ट सीरीज में सर्वाधिक रन बनाने का 53 साल पुराना रिकॉर्ड तोड़ने से 230 साल दूर है। वह अब तक रिकॉर्ड

109 की ओसत से दो दौरों शतकों से 545 रन बना चुका है। गवास्कर ने 1971 में अपनी पहली ही टेस्ट सीरीज में चार शतकों से 154.80 की ओसत से 774 रन बनाए थे।

उनका यह भारतीय रिकॉर्ड अब तक कायम है।

गवास्कर के लिए कोई भी भारतीय एक सीरीज में सात सीढ़ी का अंकड़ा नहीं छू पाया है।

■ कांहील का रिकॉर्ड बाबराद करने से 139 रन दूर :

जायसवाल संयुक्त रूप से बोले जाएंगे कि एक हजार रन बनाने वाले भारतीय बनने से सिर्फ 139 रन दूर है। बाबराद के ओपरेटर यशस्वी 13 पारियों में 71.75 की ओसत से 86.1 रन बना चुके हैं। इसमें दो दौरों शतक और एक शतक शामिल हैं। अपर वह पहली पारी में एक शतक में सफल होते हैं तो विनेदि कावली (14 पारियों) के रिकॉर्ड की ओर चलते हैं।

■ कांहील को छोड़ सकते हैं पीछे : यशस्वी इंग्लैंड के खिलाफ एक सीरीज में सर्वाधिक रन बनाने का कांहील (692 रन, 2016) के रिकॉर्ड भी तोड़ सकते हैं। इसमें 140 रन दूर हैं।

■ कांहील को छोड़ सकते हैं पीछे : यशस्वी इंग्लैंड के खिलाफ एक सीरीज में सर्वाधिक रन बनाने का कांहील (692 रन, 2016) के रिकॉर्ड भी तोड़ सकते हैं। इसमें 140 रन दूर हैं।

दिल्ली में एशियाई साइकिलिंग में पदक जीतनेवाली भारतीय टीम।

रांची : सावी फेडरेशन का पूरा प्रतियोगिता का आजांग गुरुवार को मेंगा

स्पॉर्ट्स काम्पलेक्स स्थित टाकुर विश्वनाथ शाहदेव डॉक्टर रेडीयम द्वारा दिया गया। दो शाम बीमू ट्रॉफी प्राप्त हुए। प्रतियोगिता में 26 राज्यों के खिलाड़ी दिस्सा ले रहे हैं। उदयान समारोह में सुरेन अम्बर, उत्तर साहू, शैलेन्द्र दुवे, डॉ कविता सिंह, मनोज साहू, शंख सेठ, प्रद्युमन बेहरा, अशोक मोकाशी, की ओपरेटर आदि मौजूद थे।

खेल 30s

निकीकी नागल पर उलटफेर भरी जीत पुणे। दुनिया के 793 नवर के भारतीय टेनिस खिलाड़ी निकीकी पूनाचा ने गुरुवार के अंतिम-16 में शीर्ष दरीय हमवतन सुपित नागल को 6-4, 6-3 से उलटफेर का शिकायत।

दो हाते पहले चेन्नई में वैष्णव बनने के बाद नागल (98वें) रेकॉर्ड में पहली बार शीर्ष से शामिल हुए थे। पर एपिले हफ्ते बैंगलुरु ओपन में हार से 101वें स्थान पर खिसक गए। रामपुराम रामपुराम का एकेसीजी जखांरोंपाल द्वारा दिया गया। दोनों गोलाकांग रामकुमार युगल में साकेत माइनने पूर्ण चुनौती।

हालांकि रामकुमार युगल ने गुरुवार के साथ सेमीफाइनल में पूर्ण चुनौती।

रांची में वृश्चिकाड़ियों की जोर आजमाइश शुरू

रांची। सावी फेडरेशन का पूरा प्रतियोगिता का आजांग गुरुवार को मेंगा

स्पॉर्ट्स काम्पलेक्स स्थित टाकुर विश्वनाथ शाहदेव डॉक्टर रेडीयम द्वारा दिया गया। रांची रिंग गुरुवार के विधायिका के बाद दिया गया। दो शाम बीमू ट्रॉफी प्राप्त हुए। प्रतियोगिता में 26 राज्यों के खिलाड़ी दिस्सा ले रहे हैं। उदयान समारोह में सुरेन अम्बर, उत्तर साहू, शैलेन्द्र दुवे, डॉ कविता सिंह, मनोज साहू, शंख सेठ, प्रद्युमन बेहरा, अशोक मोकाशी, की ओपरेटर आदि मौजूद थे।

रांची में वैष्णव दुवे ने गुरुवार के विधायिका के बाद दिया गया। दो शाम बीमू ट्रॉफी प्राप्त हुए। प्रतियोगिता में 26 राज्यों के खिलाड़ी दिस्सा ले रहे हैं। उदयान समारोह में सुरेन अम्बर, उत्तर साहू, शैलेन्द्र दुवे, डॉ कविता सिंह, मनोज साहू, शंख सेठ, प्रद्युमन बेहरा, अशोक मोकाशी, की ओपरेटर आदि मौजूद थे।

चंद्रकांत पंडित के खिलाफ शिकायत खारिज

इंदौर। भारतीय ट्रिकेट कंट्रोल बोर्ड के आवारण अधिकारी न्यायमूर्ति विनायत सरने में मध्य प्रदेश क्रिकेट संघरान (एमपीसी) के मुख्य कोच चंद्रकांत पंडित के खिलाफ किए गए विवाद के बारे में विवादित।

इंदौरी ने विवादित प्रियोंपत्र दिया है कि एक हजार रुपये की विवादित प्रियोंपत्र दिया है। अधिकारी ने विवादित प्रियोंपत्र को आदेश दिया है कि वह 30 हजार में प्रधानमंत्री राजीव राहत को 1000 रुपये जमा करेगा। उदयान स्थानांतर के पूरे खायामूर्ति सरने ने संजीव गुप्ता नामक व्यक्ति की विवादित प्रियोंपत्र को आदेश दिया है।

साइकिलस्ट सभीना, नारायण वर्ल्ड चैपियनशिप में

दिल्ली में एशियाई साइकिलिंग में पदक जीतनेवाली भारतीय टीम।

रांची : सावी फेडरेशन का पूरा प्रतियोगिता का आजांग गुरुवार को मेंगा

स्पॉर्ट्स काम्पलेक्स स्थित टाकुर विश्वनाथ शाहदेव डॉक्टर रेडीयम द्वारा दिया गया।

रांची में वैष्णव दुवे ने गु

