प्रेस-विज्ञप्ति **29092021**

दिनांक 29 सितम्बर, 2021 को सायं 05:30 बजे मर्चेंट्स चेम्बर द्वारा गठित हेल्थ एंड लाइफस्टाइल मैनेजमेंट कमिटी द्वारा विश्व हृदय दिवस-*2021* के अवसर पर **हृदय को स्वस्थ रखने** (**Improve Your Cardiac Health**) हेतु एक सत्र का आयोजन किया गया।

मर्चेंट्स चेम्बर के अध्यक्ष श्री अतुल कनोडिया, ने प्रख्यात हृदय-रोग विशेषज्ञ डॉ. हर्ष अग्रवाल का सहृदय अभिनन्दन किया एवं चेम्बर के सदस्यों को बहुमूल्य समय देने के लिए धन्यवाद दिया। श्री कनोडिया ने चेम्बर की हेल्थ ऐंड लाइफस्टाइल मैनेजमेंट कमेटी के सलाहकार डॉ. अवध दुबे, चैयरमैन डॉ. अतुल कपूर, वाईस चैयरमैन डॉ. उमेश पालीवाल को धन्यवाद देते हुए कहा की आज हम सभी आपके आभारी है आपने वर्ल्ड हार्ट डे के अवसर पर सामाजिक हित में यह जागरूकता भरा सत्र आयोजित किया जिसका हम सभी लाभ उठाएंगे और यह सत्र यहीं समाप्त नहीं होगा बल्कि अपने से जुड़े लोगों को भी हृदय रोग सम्बन्धी लछणों से अवगत कराएंगे और सावधानी बरतने के लिए प्रेरित करेंगे।

डॉ. अवध दुबे ने कहा कि डॉ. हर्ष अग्रवाल का परिचय अत्यंत वृहद है परन्तु उनका परिचय देना एक औपचारिकता मात्र है। डॉ.अग्रवाल वर्तमान में रीजेंसी अस्पताल, कानपुर में मुख्य इंटरवेंशनल कार्डियोलॉजिस्ट के रूप में कार्यरत हैं। डॉ. अग्रवाल राष्ट्रीय, राज्य स्तरीय सम्मेलन, वेबिनार और संगोष्ठियों में नियमित वक्ता है। डॉ. अग्रवाल की ख्याति भी उनके साथ-साथ चलती है वह एक सक्रिय रोटेरियन है तथा एक विख्यात डॉक्टर के साथ-साथ मानवतावादी व्यक्तित्व के धनी है जिसके लिए कई अवार्ड्स भी जीते है

डॉ. हर्ष अग्रवाल ने बताया कि हृदय रोग, पीड़ित को मारने में दुनिया में नंबर 1 पर है और भारत में पांचवें नंबर पर हैं। हम उम्मीद करते हैं कि बढ़ती उम्र और तेजी से शहरीकरण के कारण हृदय रोगों में कई गुना वृद्धि होगी।
शहरीकरण होने और कम से कम शारीरिक गतिविधि के कारण आहार, तनाव और मोटापे में तेजी से बदलाव लाता है. कई बीमारियाँ जैसे उच्च रक्तचाप, मधुमेह, कोलेस्ट्रॉल और धूम्रपान जैसे कई जोखिम कारक काफी हद तक रोके जा सकते हैं। उपरोक्त कारकों जैसे शारीरिक गतिविधि को ठीक करने, व्यायाम करने, आहार संतुलित करने, तथा अन्य आवश्यक प्रबंधन करने से काफी हद तक घातक बीमारी से बचा जा सकता है।
हार्ट अटैक के लक्षणों की समय पर पहचान बहुत जरूरी है। हृदयाघात के लक्षणों की शुरुआत के बाद प्रथम 6 घंटे को गोल्डन आवर्स कहा जाता है क्योंकि इस दौरान सही उपचार जीवन और भविष्य की जटिलताओं से बचाता है। अक्सर जनता इसे गैस समझती है और समय पर अस्पताल नहीं पहुंच पाती है। परन्तु यह आवश्यक हो जाता है कि पीड़ित को आपातकालीन परिस्थितियों में अस्पताल हृदय की एंजियोप्लास्टी करने की क्षमता वाले अस्पताल पहुंचाया जाये।

दिल का दौरा किसी भी समय तथा विषम परिस्थितियों में आ सकता है और इलाज महंगा हो सकता है। उस समय चिकित्सा बीमा और कैशलेस कार्ड होना बुद्धिमानी है जो एक प्रकार से वास्तविक रक्षक सिद्ध हो सकता है।

सत्र का संचालन डॉ. उमेश पालीवाल ने किया तथा सत्र के अंत में धन्यवाद-प्रस्ताव डॉ. अतुल कपूर ने ज्ञापित किया।

कार्यक्रम में मुख्य रूप से डॉ. आई.एम. रोहतगी, डॉ. उमेश पालीवाल, श्री श्याम मेहरोत्रा, श्री संजय त्रिवेदी, सी.एस. आदेश टंडन, श्री सुधीर लूथरा, श्री राजीव भरतीया-हिलटेक्स, श्री स्वतंत्र सिंह, चेम्बर के सचिव श्री महेंद्र नाथ मोदी तथा चेम्बर के अन्य सदस्यगण उपस्थित थे।