



साप्ताहिक रोटरी दिशा

ROTARY CLUB OF LATUR MID-TOWN

ROTARY INTERNATIONAL DISTRICT 3132 | Club No.: 22604

नोव्हेंबर - २०२५ | तेरावा अंक

जागतिक मधुमेह
दिन विशेषांक



Rtn. Francesco Arezzo
RI President 2025-26



Rtn. Sudhir Lature
Dist. Governor 2025-26



Rtn. Amol Dadge
President



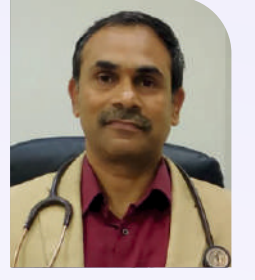
Rtn. Pawan Malpani
Secretary





प्रिय रोटेरियन बांधवांनो,

दरवर्षी १४ नोव्हेंबर रोजी जगभर साजरा होणारा “जागतिक मधुमेह दिन” (World Diabetes Day) हा केवळ एक दिन नाही, तर तो आरोग्यविषयक सजगतेचा आणि जबाबदारीचा दिवस आहे. या वर्षीचा विषय “The Impact of Diabetes in the Workplace” (“कामाच्या ठिकाणी मधुमेहाचा परिणाम”) अत्यंत महत्त्वपूर्ण आणि सध्याच्या काळाशी निगडित आहे. आजच्या जलदगती, तणावग्रस्त आणि असंतुलित जीवनशैलीमुळे मधुमेह हा केवळ वैयक्तिक आजार राहिलेला नाही, तर तो समाज आणि कामकाजाच्या क्षेत्रात गंभीर परिणाम घडवणारा सार्वजनिक आरोग्यविषयक मुद्दा बनला आहे. दीर्घकाळ बसून काम करणे, वेळेअभावी व्यायाम टाळणे, अयोग्य आहार, अनियमित झोप आणि सततचा ताण हे सर्व घटक मधुमेहाला निमंत्रण देतात. त्यामुळे आज आवश्यक आहे ती कामाच्या ठिकाणी आरोग्यदायी सवयींची संस्कृती रुजवण्याची. संस्था, उद्योग आणि कार्यालयांनी त्यांच्या कर्मचाऱ्यांसाठी नियमित आरोग्य तपासणी, व्यायामाचे प्रोत्साहन, संतुलित आहाराची उपलब्धता आणि तणावमुक्त कार्य वातावरण निर्माण करणे हे केवळ कर्मचाऱ्यांच्या नव्हे, तर संस्थेच्या एकूण कार्यक्षमतेच्या दृष्टीनेही अत्यंत महत्त्वाचे आहे. रोटरीसारख्या सेवाभावी संस्थांनी नेहमीच आरोग्यविषयक जनजागृतीत आघाडी घेतली आहे. या विशेषांकाच्या माध्यमातून आपण समाजात मधुमेहाविषयी योग्य माहिती पोहोचवू शकतो, तसेच “Prevention is better than cure” हा संदेश सर्वांपर्यंत पोहोचवणे हे आपले कर्तव्य आहे. माझ्या वैद्यकीय अनुभवातून मी हे स्पष्ट सांगू शकतो की मधुमेह हा योग्य आहार, नियमित व्यायाम, आणि सकारात्मक जीवनशैलीच्या मदतीने पूर्णपणे नियंत्रणात ठेवता येणारा आजार आहे. पण त्यासाठी सर्वात आवश्यक आहे ती जाणीव. चला, या जागतिक मधुमेह दिनानिमित्त आपण सर्वजण स्वतःसाठी, आपल्या परिवारासाठी आणि आपल्या समाजासाठी आरोग्यदायी जीवनशैलीचा संकल्प करूया. कारण “आरोग्य हेच खरे धन, आणि सजगता हेच त्याचे रक्षण.”



रो.डॉ.अभिजीत मुगळीकर
अतिथी संपादक, रोटरी दिशा

Secretary Report

- राष्ट्रगीताने मिटींग ची सुरुवात झाली.
- मिटींग ची सुरुवात फोर वे टेस्ट ने झाली
- फोरवे टेस्ट चे वाचन रो. प्रमोद कुंभार यांनी केले.
- मिटींग क्र. १८ चे वाचन सचिव रो. अनिल पाटील यांनी केले. .
- कॅन्सर डिटेक्शन व अवैअरनेस कॅम्प बदल माहिती प्रोजेक्ट चेअरमन प्रशांत भाटगावे यांनी दिली सदर कॅम्पमध्ये १५३ रुग्णांची स्क्रीनिंग करण्यात आली. यांपैकी ८४ महिला होत्या. रो. मोतीलाल वर्मा यांनी ही सभागृहास सविस्तर दिली.
- अन्नपूर्णा योजना अंतर्गत लाभार्थी ६० महिलांना साडी वाटप करण्यात आले या कार्यक्रमाची माहिती सभागृहास रो. विशाल अयाचित यांनी दिली.
- अन्नपूर्णा योजनेच्या फंड रॅज साठी च्या नाटका संबंधी माहिती प्रोजेक्ट चेअरमन रो. सचिन मालु यांनी सभागृहात दिली.
- मॅम्बरशीप रीपोर्ट चा अहवाल रो. कलश मुंदडा यांनी सभागृहात मांडला. महिला सदस्यांबाबत सभागृहात माहिती दिली.
- रोटरी फॅमिली मिटींग बाबतच्या नियोजनाची माहिती रो. कपिल पोकर्णा यांनी सभागृहात दिली. फॅमिली मिटींग दि. १९ नोव्हेंबर २०२५ , वार बुधवार रोजी नियोजित केली आहे. रजिस्ट्रेशन प्रत्येकी १००/- घेण्यात येईल. रंगला खेळ पैठणीचा.
- क्लब बुलेटिन : सायबर गुन्हेगारी ची माहिती अतिथी संपादक रो. प्रशांत भाटगावे यांनी दिली, अनावरण क्लब चे अध्यक्ष , सचिव व अतिथी संपादक , रो. अमोल बनाळे व माजी अध्यक्ष यांनी केले.
- सदस्यांची उपस्थिती वाढविण्यासाठी काय उपाययोजना कराव्यात या बाबत खुली चर्चा करण्यात आली.
- माहे सप्टेंबर महिन्यात मिटींग १००% उपस्थिती असणाऱ्या सदस्यांचू भेटवस्तू देऊन सत्कार करण्यात आले.
- फेलोशिप अनाउन्समेंट रो. प्रशांत भाटगावे यांनी केली.
- रोटरी कॅलेंडर बाबत माहिती रो. मोतीलाल वर्मा यांनी दिली

Man of The Meeting



Rtn Dr.Kiran Dande

Man of The Meeting



Rtn.Chandrakant Gastgar

1st Come in the Hall



Rtn.Dilip Soni



मधुमेह पूर्ववत होणे - काय तथ्य ? काय मिथ्य ?

जागतिक मधुमेह दिन १४ नोव्हेंबर या दिवशी जनजागृतीसाठी साजरा केला जातो. या वर्षीची थीम "Diabetes Well-being at work" अशी आहे.

मधुमेह हा आजार जीवनशैली बदलामुळे होतो. मधुमेह हा असंसर्गजन्य रोग असला तरीही त्याचा प्रसार संसर्गजन्य रोगाप्रमाणे होत आहे. मधुमेह, मधुमेहाचा उपचार व त्यामुळे होणारे दुष्परिणाम याबद्दल बरेचसे गैरसमज जनसामान्यांमध्ये आहेत. मधुमेहाबद्दल शास्त्रोक्त माहिती जाणून घेणे गरजेचे आहे.

मधुमेह पूर्ववत होतो किंवा नाही याबद्दल देखील बरेच गैरसमज आहेत. म्हणूनच प्रस्तुत लेखातून आपण शास्त्रोक्त पद्धतीने जाणून घेऊ या मधुमेह पूर्ववत होण्याबद्दलची तथ्ये आणि मिथ्ये.

मिथ्य क्र. १ मधुमेह पूर्ववत होत नाही.

सत्यपरिस्थिती -

मधुमेहाचे मुख्यत्वे दोन प्रकार आहेत. टाईप १ आणि टाईप २. टाईप २ हा जीवनशैली बदलामुळे होणारा विकार आहे. त्यामुळे टाईप २ मधुमेही रुग्णांनी योग्य जीवनशैली अवलंबित्यास व काही पथ्ये पाळल्यास नक्कीच मधुमेह पूर्ववत होतो.

मिथ्य क्र. २ मधुमेह पूर्ववत होण्यास विशिष्ट उपचार पद्धतीची गरज आहे.

सत्यपरिस्थिती -

योग्य जीवनशैली म्हणजेच आहार आणि व्यायाम आणि काही पथ्ये यांनी मधुमेह पूर्ववत होऊ शकतो. त्याला वेगळ्या विशिष्ट उपचार पद्धतीची गरज नाही.

मिथ्य क्र. ३ मधुमेह पूर्ववत झाल्यावर तपासणीची गरज नाही.

सत्यपरिस्थिती -

मधुमेह पूर्ववत झाल्यावर योग्य जीवनशैली म्हणजेच संतुलित, नियंत्रित आहार आणि नियमित व्यायाम या बरोबरच वजन नियंत्रित ठेवणे व वेळच्या वेळेवर रक्त शर्करा तपासणे गरजेचे आहे. (उपाशीपोटी, जेवणानंतर रक्त शर्करा व HbA1c)

मिथ्य क्र. ४ मधुमेह पूर्ववत झाल्यानंतर औषधी उपचार यांची गरज नाही.

सत्यपरिस्थिती -

मधुमेह पूर्ववत झाल्यानंतर देखील जर अयोग्य जीवनशैली अवलंबली गेली किंवा मानसिक ताण तणाव असेल तरी देखील रक्त शर्करा वाढू शकते. अशा परिस्थिती मध्ये रुग्णास औषधोपचार घ्यावा लागतो.

मिथ्य क्र. ५ प्रत्येक मधुमेही रुग्णाचा मधुमेह पूर्ववत होतो.

सत्यपरिस्थिती -

टाईप २ मधुमेह, गरोदरपणातील मधुमेह, ५ वर्षांपेक्षा कमी काळ असलेला मधुमेह, पूर्ववस्थितील मधुमेह, मानसिक ताण तणाव किंवा औषधामुळे झालेला मधुमेह या प्रकारांमध्ये मधुमेह पूर्ववत होऊ शकतो.

टाईप १ मधुमेह, ५ वर्षांपेक्षा जास्त काळाचा मधुमेह, अयोग्य जीवनशैली अशा रुग्णांमध्ये मधुमेह पूर्ववत होत नाही.

मिथ्य क्र. ६ मधुमेह पूर्ववत होणे म्हणजे मधुमेह पूर्ण बरा होणे.

सत्यपरिस्थिती -

मधुमेह हा आजार पूर्णपणे बरा होत नाही. पण मधुमेह नियंत्रित ठेऊन मधुमेहाचे दुष्परिणाम टाळून व्यक्ती मधुमेहासह निरोगी जीवन जगू शकते.

मधुमेह पूर्ववत झालेल्या व्यक्तीने काय काळजी घ्यावी ?

मधुमेह पूर्ववत होणे याचा अर्थ मधुमेह नियंत्रित ठेवण्यासाठी औषधोपचाराची गरज नसणे व त्यासाठी योग्य जीवनशैली अवलंबणे, हा होय. म्हणूनच मधुमेह पूर्ववत होणे हि रुग्णास दिली गेलेली औषधोपचारापासूनची सुटका / सूट होय.

जीवनशैली अयोग्य ठेवल्यास अथवा मानसिक ताण तणाव यामुळे रक्त शर्करा वाढून परत औषधोपचाराची गरज लागू शकते.

म्हणूनच मधुमेहाबद्दलचे गैरसमज दूर करून व शास्त्रोक्त माहिती जाणून घेणे हि मधुमेहाच्या उपचारामध्ये एक महत्वाची बाब आहे.

मधुमेहाबद्दलची शास्त्रोक्त माहिती जाणून मधुमेहासह निरोगी जीवन जगा.

“मधुमेही नव्हे मधुस्नेही व्हा”

रो.डॉ.अभिजीत मुगाळीकर

MBBS., MD., F.Diab.

मधुमेह विशेषज्ञ

Rotary Mid Town this Week Photo Gallery



आगामी प्रोजेक्ट



Rotary Community
Health या Avenue
अंतर्गत Diabetic Health
Awareness camp
dt 17.10.2025
(सोमवार सायं.५ वा.)
रोटेरीयन्सनी याचा फायदा
नक्की घ्यावा.

रंगुला
खेळ
पैठणीचा
अर्वात
न्यु होम मिनिस्टर

रोटेरी क्लब ऑफ लातूर मिडटाउन
फॅमिली मिटिंग

प्रथम
पारितोषिक
पैठणी
व इतर
आकर्षक बक्षीसे

बुधवार
19 नोव्हेंबर
सायंकाळी 7:00 वा.

चन्नबसवेश्वर फार्मसी कॉलेज, बसवेश्वर चौक लातूर

मागील १३ वर्षांपासून आपल्या सेवेत

माधवबाग™

मल्टीडिसिप्लिनरी कार्डियाक केअर क्लिनिक्स अँड हॉस्पिटल्स

डॉ.अबरार सगरे
M.D.(Rog Nidan) DPC (Pune)
FCR (Hyderabad)
हृदयरोग, मधुमेह प्रतिबंध व पुनर्वसन तज्ञ

डॉ.स्वप्नील देशमुख
B.A.M.S., BLS Certified
FCR (Hyderabad), DMAP (Scotland)
हृदयरोग, मधुमेह प्रतिबंध व पुनर्वसन तज्ञ



हृदयरोग



मधुमेह



लठ्ठपणा



थायरॉइड

या आजारांवर संशोधनसिद्ध आयुर्वेद पंचकर्म उपचार

करणान्या अग्रगण्य आरोग्य संस्थेचे मल्टीडिसिप्लिनरी क्लिनिक



📍 अजिंक्य होंडा शोरूमच्या बाजूस, वीर हनुमान मंदिरासमोर, बाशी रोड, लातूर. ☎ ८९७५००५७७७