



लखनऊ, रविवार

27 अगस्त, 2023

नगर संस्करण

मूल्य ₹ 7.00

पृष्ठ 18+4+4=26

www.jagran.com

कामयादी के हजार रास्ते 13

उत्तराखण्ड, दिल्ली, मार्गाण्डेश, हरियाणा, उत्तराखण्ड, बिहार, झारखण्ड, उंगड़ा, जम्मू कश्मीर, हिमाचल प्रदेश और पंजाब से प्रकाशित

वकील के रूप में हमें अन्याय के खिलाफ खड़ा होना चाहिए: चंद्रघूड़ 16



**जागरण** लखनऊ, रविवार, 27 अगस्त, 2023

www.jagran.com

सिटी

**दैनिक जागरण**  
लखनऊ

P.No. III

## जीवनशैली में बदलाव कर दिल की बीमारी से बचें

**जासं, लखनऊ:** जीवनशैली में बदलाव से दिल की बीमारी से बचाव संभव है। इसलिए रोजाना सुबह की सैर और कसरत जरूर करें। संभव हो तो साइकिल चलाएं। वजन बढ़ने न दें। बाहर की खान-पीने की वस्तुओं से परहेज करें। सिगरेट और शराब का इस्तेमाल न करें। ये जानकारी कार्डियोलाजिस्ट डा. शाहिद ए मर्चेंट ने दी।

शनिवार को एरा मेडिकल कालेज में अपडेट एवं मैनेजमेंट आफ हार्ट फेलियर पर कार्यशाला का आयोजन किया गया। इस दौरान डा. शाहिद ए मर्चेंट ने कहा कि दिल की बीमारियों के इलाज से ज्यादा सतर्कता जरूर है। हाल के दिनों में युवाओं में दिल की बीमारी बढ़ी है। इस पर ध्यान देने की जरूरत है। उन्होंने कहा कि हार्ट फेलियर का इलाज आसान हो गया है। हार्ट ट्रांसप्लांट के स्थान पर वैट्रिकुलर असिस्ट डिवाइस से मरीज का इलाज संभव है। कृत्रिम हार्ट का भी उपयोग हो रहा है। वैट्रिकुलर असिस्ट डिवाइस ऐसा उपकरण है, जो दिल को रक्त पहुंचाने में मदद करता है।

वीरा कार्मा और डी. कार्मा की काउरिसिंग 28 को  
जान, लखनऊ : डा. वृद्धिकल मिश्र राजीव पुष्पराज विद्यावाचार्य में इंस्टीट्यूट ऑफ़ एंजीनियरिंग एवं सिलेक्ट टेक एंड एड्युकेशन के  
एकान्तरिक डा. विनेश कुमार रिहे से प्राप्त कर सकते हैं।