दैनिक जनसामान्यांचा आवाज
RNI No. MAHMAR/2017/49039
गुहागर सत्ता
गुहागर, चिपळूण, मुंबई येथे उपलब्ध संपादक : राजेंद्र मांडवकर
◆ वर्ष ८ ◆ अंक २७४ ◆ शुक्रवार दि. २६ सप्टेंबर २०२५ ◆ पृष्ठे ४ ◆ मुल्य रु. ३/-

हृदयाच्या ठोक्यांवर डीजेम्बेचा जलवा : हिरानंदानी हॉस्पिटलमध्ये अनोखा उपक्रम

मुंबई (गुरुदत्त वाकदेकर) :

जागतिक हृदय दिनानिमित्त, डॉ. एल. एच. हिरानंदानी हॉस्पिटल, पवई येथे एक आगळावेगळा उपक्रम पार पडला. डॉक्टरांसाठी खास 'डीजेम्बे ड्रम सेशन' चे आयोजन करण्यात आले होते. हृदयाच्या ठोक्यांचे संगीतमय प्रतीक म्हणून सादर झालेल्या या तालमधुर कार्यक्रमात ५० हून अधिक डॉक्टर सहभागी झाले. त्यांनी एकत्रित ठेक्यांतून आरोग्यदायी हृदयाचे महत्त्व अधोरेखित केले. या उपक्रमाला इतर डॉक्टर, वैद्यकीय कर्मचारी आणि रुग्णांनीही उत्स्फूर्त प्रतिसाद दिला.

गुंजणाऱ्या ड्रम बीट्समुळे सभागृहात एक अनोखी सकारात्मक ऊर्जा पसरली. दैनंदिन ताणतणाव विसरायला लावणाऱ्या या ठेक्यांनी डॉक्टर आणि उपस्थितांना मनःशांतीचा अनुभव दिला. मानसिक व शारीरिक तणाव हेच हृदयविकाराचे प्रमुख कारण ठरत असल्याने, निरोगी हृदयाच्या ठोक्याची जाणीव करून देण्याचा हा

अभिनव प्रयत्न ठरला.

या संगीतमय उपक्रमाद्वारे हॉस्पिटलने नागरिकांमध्ये व्यायाम, मनःशांती आणि हृदय आरोग्य जपण्याचा संदेश दिला. निरोगी हृदय म्हणजे आरोग्यपूर्ण जीवन हे प्रत्यक्ष अनुभवातून अधोरेखित झाले.

"आजकाल वीस–तीसच्या वयोगटातही हृदयविकाराचे प्रमाण झपाट्याने वाढत आहे. यामागचे मुख्य कारण म्हणजे मानसिक व शारीरिक ताण. डॉक्टरांचे जीवन अत्यंत तणावपूर्ण असल्याने ते स्वतःच्या आरोग्याकडे दुर्लक्ष करतात. डीजेम्बे सत्राचे आयोजन हे वैद्यकीय क्षेत्रातील कर्मचाऱ्यांना स्वतःच्या हृदयाची काळजी घ्यावी यासाठीच होते. तसेच, प्रेक्षकांमध्येही हृदयाच्या ठोक्यांबाबत जागरूकता निर्माण करणे हा हेतू होता. आरोग्याची सुरुवात स्वतःच्या काळजीपासूनच होते आणि हा संगीतमय उपक्रम त्याचाच संदेश देतो," असे डॉ. समीर कुलकर्णी, मुख्य कार्यकारी अधिकारी, डॉ. एल. एच. हिरानंदानी हॉस्पिटल, पवई यांनी सांगितले.