

ਕੋੜ੍ਹ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਬਚੀਏ ?

ਲੇਖਕ - ਮਿਸਟਰ ਜੋਏਲ ਅਲਮੇਦਾ, ਪੀ.ਐਚ.ਡੀ., ਐਮ.ਬੀ.ਬੀ. ਐਸ.

ਰੋਗਾਣੂ ਜਾਂ ਜੀਵਾਣੂ ਦੀ ਵਜਾ ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਕੋੜ੍ਹ ਦਾ ਇਲਾਜ ਮੁਮਕਿਨ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮਾਜੀ ਫਿਰਕੇ ਨੂੰ ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਨੇ ਬਖਸ਼ੀਆ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਕੋੜ੍ਹ ਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਚਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਸਮਝਣਾ ਸਭ ਲਈ ਨਿਹਾਇਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਅਜਕੱਲ ਆਪਣੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਹਰ ਕੁਝ ਮਿੰਟਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਨਵੀਂ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਬੱਚਾ ਜਾਂ ਜਵਾਨ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਹੱਦ ਤੱਕ ਇਹ ਠੀਕ ਹੈ ਕਿ ਸਹਿ ਸਮੇਂ ਤੇ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਰੋਗੀ ਅਪੰਗ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬੱਚ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦਾਵਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦੇਸ਼ ਕੋੜ੍ਹ ਮੁਕਤ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ, ਇਹ ਬਿਲਕੁਲ ਗਲਤ ਅਤੇ ਭਰਮਾਉਣ ਵਾਲੇ ਨੁਕਸਾਨ ਦੇਹ ਵਿਚਾਰ ਹਨ। ਵਲਡ ਹੈਲਥ ਔਰਗਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਨਾਲ ਇਹ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਕੋੜ੍ਹ ਮੁਕਤ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਵੀ ਕੋੜ੍ਹ ਦਾ ਕੇਸ ਨਾ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ। ਅਗਲੇ ਦਸ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਸਾਡੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਦਸ ਲੱਖ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋੜ੍ਹ ਦੇ ਲੱਛਣ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਆਸੇ-ਪਾਸੇ ਦੀਆਂ 25 ਬਿਲਡਿੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਜਿੱਥੇ 1000 ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋਣ ਉੱਥੇ ਇਸ ਰੋਗ ਦੇ ਹੋਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਅਗਲੇ ਦਸ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਇਕ ਹੋਰ ਕੋੜ੍ਹ ਦਾ ਮਰੀਜ਼ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋੜ੍ਹ ਦੇ ਲੱਛਣ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਪੂਰੀ ਸਮੱਸਿਆ ਦੀ ਮਾੜੀ ਜਿਹੀ ਝਲਕ ਵਾਂਗ ਹੈ। ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਹੈ ਕਿ ਅਗਲੇ ਦਸ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ 20 ਲੱਖ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਇੱਕ ਕਰੋੜ ਭਾਰਤੀਆਂ ਨੂੰ ਕੋੜ੍ਹ ਦੀ ਇਨਫੇਕਸ਼ਨ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਲੇਕਿਨ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋੜ੍ਹ ਦੇ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣਗੇ।

ਕੋੜ੍ਹ ਦੇ ਕੀਟਾਣੂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਛਾਂ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ 5 ਮਹੀਨੇ ਤੱਕ ਜਿਉਂਦੇ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮੌਕਾ ਮਿਲਦੇ ਹੀ ਕਿਸੇ ਦੇ ਵੀ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਦਾਖਿਲ ਹੋ ਕੇ ਛੇਤੀ-ਛੇਤੀ ਫੈਲਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। 50 ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਚੀਨ ਦੇ ਸ਼ਾਨਡੌਂਗ ਸੂਬੇ ਵਿੱਚ ਕੋੜ੍ਹ ਦੇ ਨਵੇਂ ਰੋਗਿਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ 10% ਪ੍ਰਤੀ ਸਾਲ ਦਰ ਨਾਲ ਘੱਟੀ ਸੀ। ਨਾਰਵੇ ਵਿੱਚ ਇਹ ਕਾਰਨਾਮਾ 100 ਸਾਲ ਪਹਿਲੇ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਕਾਰਨ, ਗਰੀਬੀ ਹਟਾਉਣਾ ਸੀ।

ਪਰ ਭਾਰਤ ਦੀ ਕਹਾਣੀ ਅਲੱਗ ਹੈ। ਸਨ-2008-09 ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਸਨ-2013-14 ਵਿੱਚ ਨਵੇਂ ਕੋੜ੍ਹ ਦੇ ਉਹਨਾਂ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜਿਸਮ ਵਿੱਚ ਅੰਗ ਖਰਾਬ ਜਾਂ

ਖਰਾਬੀ ਹੋਣ ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹਨ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵੱਧ ਚੁੱਕੀ ਹੈ। ਇਸ ਕਰਕੇ, ਬੇਸ਼ਕ ਤੁਸੀਂ ਅਮੀਰ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਪਰੰਤੂ ਆਪਣੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਦੀ ਝੁੱਗੀ-ਝੋਂਪੜੀ ਵਾਲੀ ਗਰੀਬ ਬਸਤੀਆਂ ਅਤੇ ਪਿੰਡਾਂ ਵਿੱਚ ਅੱਤ ਦੀ ਗਰੀਬੀ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨਾ ਆਪਣੇ ਆਪਣੇ ਵੱਸ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਕੋੜ੍ਹ ਦਾ ਇਲਾਜ ਨਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਸ਼ਰੀਰ ਦੀਆਂ ਨਸਾਂ ਖਰਾਬ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਸ਼ਰੀਰ ਵਿੱਚ ਸਪਰਸ਼ ਜਾਂ ਦਰਦ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਦੀ ਨਿਆਮਤ ਖਤਮ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਹੱਥ, ਪੈਰ, ਉਂਗਲਾਂ, ਅੱਖਾਂ ਤੇ ਮਾੜੀ-ਮਾੜੀ ਸਟ ਜਾਂ ਜਖਮ ਹੋਣ ਨਾਲ ਰੋਗੀ ਅਪੰਗ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਰੀਰ ਦੀਆਂ ਮਾਂਸ-ਪੇਸ਼ੀਆਂ ਬੇਕਾਰ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਂਗਲਾਂ ਸਿਧਿਆਂ ਰੱਖਣਾ, ਚਲਣਾ, ਫਿਰਨਾ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਤੱਕ ਕਿ ਅੱਖਾਂ ਬੰਦ ਕਰਨਾ ਵੀ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਜਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਨਸਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਪੜ੍ਹਤਾਲ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਜੇ ਆਪਣੀ ਚਮੜੀ ਤੇ ਕੋਈ ਅਜਿਹਾ ਨਿਸ਼ਾਨ ਜਾਂ ਦਾਗ ਜਿਹਾ ਹੋਵੇ ਜਿੱਥੇ ਕਿਸੇ ਚੁੰਝ ਵਾਲੀ ਚੀਜ਼ ਜਿਵੇਂ ਬਾਲ ਪੈਂਨ ਦੀ ਟਿਪ ਦੇ ਦਵਾਬ ਨਾਲ ਦਰਦ ਨਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਵੇ, ਕੰਨ ਸਖਤ ਹੋਣ ਲੱਗਣ, ਹੱਥਾਂ ਪੈਰਾਂ ਦੇ ਜਖਮਾਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਉਂਗਲਾਂ ਸਿੱਧਿਆਂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤਕਲੀਫ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਸਰਕਾਰੀ ਹਸਤਪਾਲ ਵਿੱਚ ਸਲਾਹ ਮਸ਼ਵਰੇ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਪਹੁੰਚਣ। ਮੁਫਤ ਸਲਾਹ ਮਸ਼ਵਰਾ ਜਾਂਚ ਤੇ ਮਲਟੀ ਡਰੱਗਥ੍ਰਾਪੀ (MDT) ਦਾ ਇੰਤਜਾਮ ਸਰਕਾਰੀ ਹਸਤਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਕੋੜ੍ਹ ਦੇ ਲੱਛਣ ਪਾਏ ਜਾਣ ਤਾਂ ਬਾਕੀ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਜਾਂਚ ਵੀ ਜਰੂਰੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਕਰਕੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਇਹ ਛੂਤ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਲੱਗ ਸਕਦੀ ਹੈ।

MDT ਬੜੀ ਛੇਤੀ ਕੋੜ੍ਹ ਦੇ ਰੋਗਾਣੂ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਦੇ ਕੁੱਝ ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਹੀ ਖਰਾਬ ਤੋਂ ਖਰਾਬ ਕੋੜ੍ਹ ਵੀ ਛੂਤ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਫੈਲਾਣ ਦੇ ਕਾਬਿਲ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ। ਲੇਕਿਨ ਨਸਾਂ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ MDT ਕਾਫੀ ਨਹੀਂ।

MDT ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਦੇ ਦੋ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਨਸਾਂ ਨੂੰ ਕਾਫੀ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਾਡਾ ਸ਼ਰੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਰੋਗਾਣੂਆਂ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਲਈ ਜੋ ਜੰਗ ਛੇੜਦਾ ਹੈ ਉਹ ਨਸਾਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਲੜੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਨਸਾਂ ਵਿੱਚ ਇੰਨਫੇਕਸ਼ਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਨਿਊਰਾਇਟਿਸ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਦੇ ਕਾਰਣ ਨਸਾਂ ਨੂੰ ਪੱਕੇ ਤੌਰ ਤੇ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ

ਹੈ। ਦੁੱਖ ਦੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਸ਼ਰੀਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੋ ਰਹੀ ਜੰਗ ਦਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ। ਨਸਾਂ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਲਈ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਰੋਗੀ ਅਪੰਗ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਬਹੁਤ ਦੇਰ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਸ਼ੁਰੂ ਦੇ ਦੋ ਸਾਲਾ ਵਿੱਚ ਮਰੀਜ਼ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣ ਲਈ ਕਾਫੀ ਤਜਰਬੇਕਾਰ ਤੇ ਸੁਲਝੇ ਹੋਏ ਸਟਾਫ ਜਾਂ ਮੈਡੀਕਲ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਅੱਜਕੱਲ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀ ਕਾਫੀ ਘਾਟ ਚੱਲ ਰਹੀ ਹੈ। ਕੋੜ੍ਹ ਖਤਮ ਹੋ ਗਿਆ, ਇਲਾਕਾ ਕੋੜ੍ਹ ਮੁਕਤ ਹੋ ਗਿਆ, ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਗਲਤ ਧਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕੋੜ੍ਹ ਦੇ ਤਜਰਬੇਕਾਰ ਤੇ ਸੁਲਝੇ ਹੋਏ ਕਰਮਚਾਰੀ ਹੁਣ ਪੁਰਾਣੀ ਡਿਊਟੀ ਤੋਂ ਹਟਾ ਲਏ ਗਏ ਹਨ। ਇਹ ਲੋਕ ਬੜੀ ਕਾਬਲੀਅਤ ਨਾਲ ਨਿਊਰਾਇਟਿਸ ਜਾਂਚ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਇਨਫੇਕਸ਼ਨ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਦਵਾਈ ਜਦੋਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਵੇ ਲਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਅਪਣੇ ਸ਼ਰੀਰ ਨੂੰ ਅਪੰਗ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਨਸਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਨੁਕਸਾਨ ਤੋਂ ਬਚਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਾਰੀ ਜਿੰਦਗੀ ਲਈ ਅਪੰਗ ਅਤੇ ਮੁਹਤਾਜ ਜਿੰਦਗੀ ਜੀਣ ਦੇਣ ਤੋਂ ਵਧੀਆ, ਦੇਸ਼ ਦੇ ਕੋੜ੍ਹ ਨਿਵਾਰਣ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਅਜਿਹੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣਾ ਸਸਤਾ ਪਵੇਗਾ।

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਕੋੜ੍ਹ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਇਲਾਜ ਦੇ ਕਾਰਨ ਨਿਜਾਤ ਮਿਲ ਚੁੱਕੀ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੇ ਛੂਤ ਦਾ ਖਤਰਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਉਹ ਸਾਡੇ ਵਾਂਗ ਹੀ ਹਨ ਸਿਵਾਏ ਇਸ ਹਕੀਕਤ ਦੇ ਕਿ ਕਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੋੜ੍ਹ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕਾਰਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਨਸਾਂ ਤੇ ਅਸਰ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਕੋੜ੍ਹ ਦੇ ਰੋਗਾਣੂਆਂ ਦਾ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਸ ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਬੇਫਿਕਰ ਖੁਲ੍ਹ ਕੇ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਵੇਂ ਬਾਕੀ ਸਬ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਦੇ ਹੋ। ਸੋਚੋ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਸੀ। ਜੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵਿਕਾਰ ਜਾਂ ਵਿੰਗ ਕੋੜ੍ਹ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਬਾਅਦ ਵੀ ਰਹਿ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਸ ਲਈ ਸਰਜਰੀ, ਸਲਾਹ ਮਸ਼ਵਰਾ ਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਇੰਨਿਡਾਅਨ ਲੇਪਰੋਸੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵਲੋਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਰੂਰਤ ਪਏ ਤਾਂ ਇਸ ਸਹਾਇਤਾ ਦਾ ਲਾਭ ਲੈਣਾ ਚਾਹਿਦਾ ਹੈ।

ਆਪ ਇਸ ਵਾਸਤੇ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ?

ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਕਰੀਬੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕੋੜ੍ਹ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਦੇ ਪੰਚ, ਸਰਪੰਚ, ਵਿਧਾਇਕ ਜਾਂ ਸਾਂਸਦ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਕੋੜ੍ਹ ਦੇ

ਇਲਾਜ ਦੀ ਬੇਹਤਰੀ ਲਈ ਸ਼ਿਫਾਰਿਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਗੱਲਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹੋ:-

1. ਵਲਡ ਹੈਲਥ ਆਰਗਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਦੇ ਸਨ:2013 ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਦੇ ਮੁਤਾਬਿਕ ਕੋੜ੍ਹ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚੋਂ ਖਤਮ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ। ਬਲਕਿ 10 ਲੱਖ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਅਗਲੇ 10 ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਲੱਗ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਨੇਤਾ ਜਾਂ ਵੱਡੀ ਹੈਸਿਅਤ ਵਾਲੇ ਇਨਸਾਨ ਖੁਦ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਅਤੇ ਮਿੱਤਰ ਵੀ ਇਸ ਬੀਮਾਰੀ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਕਾਰਨ ਕੋੜ੍ਹ ਨਿਵਾਰਣ ਵਿੱਚ ਹੀ ਸਭ ਦੀ ਭਲਾਈ ਹੈ।
2. ਇੰਨਡਿਅਨ ਲੈਪਰੋਸੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਤਹਿਤ ਕੋੜ੍ਹ ਦਾ MDT ਇਲਾਜ ਕਰਵਾ ਰਹੇ ਰੋਗੀਆਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲੇ ਦੋ ਸਾਲ ਤੱਕ ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਮਾਹਿਰ ਸਿਹਤ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਵਲੋਂ ਨਸਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਪੜਤਾਲ ਕਰਵਾਉਣ ਦਾ ਇੰਤਜਾਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹਿਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਭਾਰਤਵਾਸੀ ਕੋੜ੍ਹ ਦੇ ਕਾਰਣ ਅੰਗ ਖਰਾਬ ਹੋਣ ਦੇ ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ ਪੈ ਜਾਣਗੇ।

ਤੁਹਾਡੇ ਇਹਨਾਂ ਜਤਨਾਂ ਨਾਲ ਆਪਦਾ, ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ, ਮਿੱਤਰਾਂ ਅਤੇ ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਫਾਇਦਾ ਹੋਵੇਗਾ।

ਇਹ ਲੇਖ ਇੰਨਡਿਅਨ ਮੈਡੀਕਲ ਕਾਲਜ ਦੇ ਪੁਰਾਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਆਨ ਲਾਇਨ ਵਾਰਤਾ ਦੀ ਦੇਨ ਹੈ। ਇਸ ਲੇਖ ਦਾ ਮਸੌਦਾ ਵਲਡ ਹੈਲਥ ਆਰਗੇਨਾਇਜ਼ੇਸ਼ਨ, ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਫੇਡਰੇਸ਼ਨ ਆਫ ਐਂਟੀ ਲੈਪਰੋਸੀ ਆਰਗੇਨਾਇਜ਼ੇਸ਼ਨ, ਨਿਪੋਨ ਫਾਉਂਡੇਸ਼ਨ, ਨਵਰਟੀਸ ਫਾਉਂਡੇਸ਼ਨ ਫਾਰ ਸਸਟੇਨੇਬਲ ਡੇਵਲਪਮੈਂਟ, ਲੈਪਰੋਸੀ ਦੇ ਮਾਹਿਰ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਮਿਲੀ ਲੈਪਰੋਸੀ ਮੇਲਿੰਗ ਲਿਸਟ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਮਾਨ ਵਿਚਾਰਾਂ ਵਾਲੇ ਡਾਕਟਰ ਜਿਹੜੇ ਭਾਰਤ ਦੇ ਅਲੱਗ-ਅਲੱਗ ਰਾਜਾਂ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਰਹੇ ਹਨ, ਦੇ ਗਰੁੱਪ ਨਾਲ ਸਾਝਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਚੁੱਕਾ ਹੈ। ਇਸ ਲੇਖ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਅਤੇ ਰਾਏ, ਇਸ ਲੇਖ ਦੇ ਲੇਖਕ ਦੇ ਅਪਣੇ ਹਨ ਅਤੇ ਲੇਖਕ ਹੀ ਜਵਾਬਦੇਹ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਦਾਰ ਹਨ ।