ಪ್ರಜಾವಾಣಿ
ಶನಿವಾರ • ನವೆಂಬರ್ 16, 2024

# ಮಲ್ಪೆ ಬೀಚ್‌ನಲ್ಲಿ ಜುಂಬಾ ನೃತ್ಯ

## ಮಣಿಪಾಲದ ಕಸ್ತೂರ್ಬಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಿಂದ ಮಧುಮೇಹ ಜಾಗೃತಿ

ಪ್ರಜಾವಾಣಿ ವಾರ್ತೆ

ಉಡುಪಿ: ವಿಶ್ವ ಮಧುಮೇಹ ದಿನದ ಅಂಗವಾಗಿ ಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿಸಲು ಮಣಿಪಾಲದ ಕಸ್ತೂರ್ಬಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಎಂಡೋಕ್ರೈನಾಲಜಿ (ಅಂತಃಸ್ರಾವಶಾಸ್ತ್ರ) ವಿಭಾಗದ ಸಹಯೋಗದೊಂದಿಗೆ ಮಲ್ಪೆ ಬೀಚ್‌ನಲ್ಲಿ ಶುಕ್ರವಾರ ವಿಶೇಷ ಜುಂಬಾ ನೃತ್ಯ (ವ್ಯಾಯಾಮ ಚಟುವಟಿಕೆ) ಆಯೋಜಿಸಲಾಗಿತ್ತು.

ಎಂಡೋಕ್ರೈನಾಲಜಿ ವಿಭಾಗದ ಮುಖ್ಯಸ್ಥೆ ಡಾ. ಸಹನಾ ಶೆಟ್ಟಿ ಮಾತನಾಡಿ, 'ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಮಧುಮೇಹದ ಪ್ರಮಾಣ ಶೇ 11ರಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದ್ದು, ಮಧುಮೇಹದಿಂದ ಹೃದ್ರೋಗ, ಮೂತ್ರಪಿಂಡ ವೈಫಲ್ಯ, ಪಾದದ ಹುಣ್ಣು ಮತ್ತು ವಯಸ್ಕರಲ್ಲಿ ದೃಷ್ಟಿ ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತಿದೆ' ಎಂದರು.

ಮಲ್ಪೆ ಬೀಚ್‌ನಲ್ಲಿ ಶುಕ್ರವಾರ ವಿಶೇಷ ಜುಂಬಾ ನೃತ್ಯ ಜರುಗಿತು

ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಮೇಲೂ ಮಧುಮೇಹ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಈ ರೋಗಕ್ಕೆ ಸಮಗ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಧಾನದ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿದೆ. ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಜೊತೆ ಮಾನಸಿಕ ಯೋಗಕ್ಷೇಮವೂ ಅವಶ್ಯಕ ಎಂದು ಹೇಳಿದರು.

ಕಸ್ತೂರ್ಬಾ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಮಹಾವಿದ್ಯಾಲಯದ (ಕೆಎಂಸಿ) ಡೀನ್ ಡಾ. ಪದ್ಮರಾಜ್ ಹೆಗ್ಡೆ, ಕಸ್ತೂರ್ಬಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಅಧೀಕ್ಷಕ ಡಾ.ಅವಿನಾಶ್ ಶೆಟ್ಟಿ ಇದ್ದರು.

### ಮಧುಮೇಹ ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು

ಆರೋಗ್ಯಕರ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯ ಜೊತೆಗೆ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವನಶೈಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಮಧುಮೇಹವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು. ನಡಿಗೆ, ಜಾಗಿಂಗ್, ಸೈಕ್ಲಿಂಗ್, ಈಜು, ಯೋಗ, ಜುಂಬಾ, ಏರೋಬಿಕ್ ಇತ್ಯಾದಿ ವ್ಯಾಯಾಮಗಳಿಂದ ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಸುಧಾರಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ಕಸ್ತೂರ್ಬಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಎಂಡೋಕ್ರೈನಾಲಜಿ ವಿಭಾಗದ ಮುಖ್ಯಸ್ಥೆ ಡಾ. ಸಹನಾ ಶೆಟ್ಟಿ ಹೇಳಿದರು.

ವಿಜಯವಾಣಿ
• VIJAYAVANI » MANGALURU
ಭಾನುವಾರ 17 ನವೆಂಬರ್ 2024
17 NOVEMBER 2024

ಡಾ.ಸಹನಾ ಶೆಟ್ಟಿ ಅಭಿಮತ | ಕೆಎಂಸಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಿಂದ ಮಧುಮೇಹ ಜಾಗೃತಿ

# ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವನಶೈಲಿಯಿಂದ ಶುಗರ್ ನಿವಾರಣೆ

■ ವಿಜಯವಾಣಿ ಸುದ್ದಿಜಾಲ ಉಡುಪಿ

ಉತ್ತಮ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ, ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯ ಜತೆಗೆ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವನಶೈಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಮಧುಮೇಹವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು ಎಂದು ಕೆಎಂಸಿ ಮಣಿಪಾಲದ ಎಂಡೋಕ್ರೈನಾಲಜಿ ವಿಭಾಗದ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕಿ ಹಾಗೂ ಮುಖ್ಯಸ್ಥೆ ಡಾ.ಸಹನಾ ಶೆಟ್ಟಿ ತಿಳಿಸಿದರು.

ಉಡುಪಿ ಮಣಿಪಾಲದ ಕಸ್ತೂರ್ಬಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಎಂಡೋಕ್ರೈನಾಲಜಿ (ಅಂತಃಸ್ರಾವಶಾಸ್ತ್ರ) ವಿಭಾಗ ವತಿಯಿಂದ ವಿಶ್ವ ಮಧುಮೇಹ ದಿನದ ಪ್ರಯುಕ್ತ ಸಾರ್ವಜನಿಕರಲ್ಲಿ ಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿಸಲು ಮಲ್ಪೆ ಬೀಚ್‌ನಲ್ಲಿ ಶುಕ್ರವಾರ ಸಂಜೆ ಆಯೋಜಿಸಿದ್ದ ಜುಂಬಾ ಸೆಷನ್ (ವ್ಯಾಯಾಮ ಚಟುವಟಿಕೆ)ನಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡಿದರು.

**ಶೇ.11ರಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಳ:** ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಮಧುಮೇಹದ ಪ್ರಮಾಣ ಶೇ.11 ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದೆ. ಈ ಕಾಯಿಲೆ ಯಿಂದ ಹೃದ್ರೋಗ, ಮೂತ್ರಪಿಂಡ ವೈಫಲ್ಯ, ಪಾದದ ಹುಣ್ಣು ಮತ್ತು ವಯಸ್ಕರಲ್ಲಿ ದೃಷ್ಟಿ ನಷ್ಟಕ್ಕೂ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಅಲ್ಲದೆ, ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಹಾಗೂ ಜೀವನದ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಮೇಲೂ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಮಧುಮೇಹಕ್ಕೆ ಸಮಗ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಧಾನದ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿದೆ. 'ಮಧುಮೇಹ ಮತ್ತು ಯೋಗಕ್ಷೇಮ' ಎನ್ನುವುದು ಈ ವರ್ಷದ ಘೋಷಣೆಯಾಗಿದೆ ಎಂದರು.

ಮಲ್ಪೆ ಬೀಚ್‌ನಲ್ಲಿ ಮಣಿಪಾಲದ ಕಸ್ತೂರ್ಬಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಎಂಡೋಕ್ರೈನಾಲಜಿ ವಿಭಾಗದಿಂದ ವಿಶ್ವ ಮಧುಮೇಹ ದಿನ ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು. ಡಾ.ಸಹನಾ ಶೆಟ್ಟಿ, ಡಾ.ಪದ್ಮರಾಜ್ ಹೆಗ್ಡೆ, ಡಾ.ಅವಿನಾಶ್ ಶೆಟ್ಟಿ ಹಾಗೂ ವಿಭಾಗದ ಸದಸ್ಯರು ಇದ್ದರು.

### ಸಾರ್ವಜನಿಕರಿಗೆ ಆರೋಗ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣ

ಕಸ್ತೂರ್ಬಾ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಮಹಾವಿದ್ಯಾಲಯದ(ಕೆಎಂಸಿ) ಡೀನ್ ಡಾ.ಪದ್ಮರಾಜ್ ಹೆಗ್ಡೆ, ವೈದ್ಯಕೀಯ ಅಧೀಕ್ಷಕ ಡಾ.ಅವಿನಾಶ್ ಶೆಟ್ಟಿ ಮಾತನಾಡಿ, ಮಧುಮೇಹ ಕಾಯಿಲೆಯ ನಿಯಂತ್ರಣ ಬಗ್ಗೆ ಜನರಲ್ಲಿ ಅರಿವು ಹಾಗೂ ಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿಸಲು ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಆಯೋಜಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಜುಂಬಾ ಚಟುವಟಿಕೆಯಂತಹ ವ್ಯಾಯಾಮದಿಂದ ಹಾಗೂ ಇದರಲ್ಲಿ ಸಮುದಾಯದ ಸಹಭಾಗಿತ್ವದಿಂದ ಮಧುಮೇಹ ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಸಾಧ್ಯ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಸಾರ್ವಜನಿಕರಿಗೆ ಶಿಕ್ಷಣ ನೀಡುವ ಬದ್ಧತೆ ನಮ್ಮದಾಗಿದೆ. ಇದು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವನ, ಮಧುಮೇಹಮುಕ್ತ ಭವಿಷ್ಯದತ್ತ ಮಹತ್ವದ ಹೆಜ್ಜೆಯಾಗಿದೆ ಎಂದರು.

SUNDAY TIMES OF INDIA, MANGALURU
NOVEMBER 17, 2024

# Zumba session for diabetes awareness held

**Udupi:** In observance of World Diabetes Day, Kasturba Hospital Manipal, in collaboration with the department of endocrinology, organised a special zumba session at Malpe Beach on Friday.

The event aimed to spread awareness about diabetes and promote a healthy, active lifestyle among the public. Dr Sahana Shetty, professor and HOD of endocrinology department, said diabetes is increasing at an alarming rate with 11% prevalence in India. Diabetes is the main risk factor for heart diseases, kidney failure, foot ulcers, and vision loss in adults. It also affects mental health and quality of life. Hence, there is a need for a holistic approach to diabetes care, which not only addresses physical health but also mental well-being. Dr Padmaraj Hegde, dean of Kasturba Medical College (KMC), and Dr Avinash Shetty, medical superintendent of Kasturba Hospital, said the zumba sessions are vital in educating the public about diabetes prevention and encouraging people to incorporate physical activity into their daily routines. It's a step toward a healthier, diabetes-free future. TNN

22-11-2024
UDAYAVANI - MANIPAL

# ಮಧುಮೇಹ ಜಾಗೃತಿ: ಮಲ್ಪೆ ಬೀಚ್‌ನಲ್ಲಿ ಜುಂಬಾ ಸೆಷನ್

**ಮಲ್ಪೆ ನ. 21:** ವಿಶ್ವ ಮಧುಮೇಹ ದಿನಾಚರಣೆಯ ಅಂಗವಾಗಿ ಮಣಿಪಾಲ ಕಸ್ತೂರ್ಬಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಎಂಡೋಕ್ರೈನಾಲಜಿ (ಅಂತಃಸ್ರಾವಶಾಸ್ತ್ರ) ವಿಭಾಗದ ಸಹಯೋಗದೊಂದಿಗೆ ನ.15 ರಂದು ಮಲ್ಪೆ ಬೀಚ್‌ನಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ಜುಂಬಾ ಸೆಷನ್ (ವ್ಯಾಯಾಮ ಚಟುವಟಿಕೆ) ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ನಡೆಯಿತು. ಸಾರ್ವಜನಿಕರಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯಕರ, ಸಕ್ರಿಯ ಜೀವನಶೈಲಿ ಕುರಿತು ಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿಸುವುದು ಇದರ ಮುಖ್ಯ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿತ್ತು.

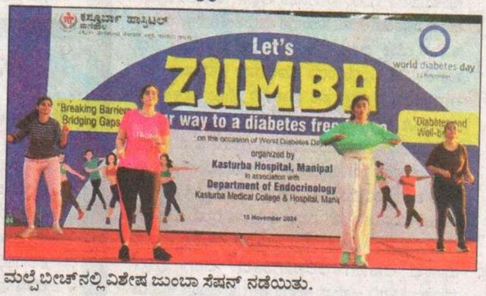
ಎಂಡೋಕ್ರೈನಾಲಜಿ ವಿಭಾಗದ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕಿ, ಮುಖ್ಯಸ್ಥೆ ಡಾ| ಸಹನಾ ಶೆಟ್ಟಿ ಅವರು ಮಾತನಾಡಿ, ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಮಧುಮೇಹದ ಪ್ರಮಾಣ ಶೇ.11ರಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದ್ದು, ಮಧುಮೇಹಕ್ಕೆ ಸಮಗ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಧಾನದ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿದೆ. ಆರೋಗ್ಯಕರ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯ ಜತೆಗೆ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವನಶೈಲಿಯನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಮಧುಮೇಹವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು ಎಂದರು. ಕಸ್ತೂರ್ಬಾ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಮಹಾವಿದ್ಯಾಲಯದ (ಕೆಎಂಸಿ) ಡೀನ್ ಡಾ| ಪದ್ಮರಾಜ್ ಹೆಗ್ಡೆ ಕಸ್ತೂರ್ಬಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಅಧೀಕ್ಷಕ ಡಾ| ಅವಿನಾಶ್ ಶೆಟ್ಟಿ ಪಾಲ್ಗೊಂಡಿದ್ದರು.

ವಿಜಯ ಕರ್ನಾಟಕ
ಭಾನುವಾರ,17 ನವೆಂಬರ್ 2024,
ಮಂಗಳೂರು

# ಮಣಿಪಾಲ ಕಸ್ತೂರ್ಬಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಿಂದ ಮಧುಮೇಹ ಜಾಗೃತಿ

■ **ವಿಕ ಸುದ್ದಿಲೋಕ** ಉಡುಪಿ

ಮಧುಮೇಹದ ಬಗ್ಗೆ ಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿಸಲು ವಿಶ್ವ ಮಧುಮೇಹ ದಿನಾಚರಣೆ ಅಂಗವಾಗಿ ಮಣಿಪಾಲದ ಕಸ್ತೂರ್ಬಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಎಂಡೋ ಕ್ರೈನಾಲಜಿ(ಅಂತಃಸ್ರಾವ ಶಾಸ್ತ್ರ) ವಿಭಾಗದ ಸಹಯೋಗದಲ್ಲಿ ಮಲ್ಪೆ ಬೀಚ್‌ನಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ಜುಂಬಾ ಸೆಷನ್(ವ್ಯಾಯಾಮ ಚಟುವಟಿಕೆ) ನಡೆಯಿತು.




ಮಲ್ಪೆ ಬೀಚ್‌ನಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ಜುಂಬಾ ಸೆಷನ್ ನಡೆಯಿತು.

ಎಂಡೋ ಕ್ರೈನಾಲಜಿ ವಿಭಾಗ ಮುಖ್ಯಸ್ಥೆ ಡಾ.ಸಹನಾ ಶೆಟ್ಟಿ ಮಾತನಾಡಿ, ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಮಧುಮೇಹದ ಪ್ರಮಾಣ ಶೇ.11 ರಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದ್ದು, ಮಧುಮೇಹವು ಆತಂಕಕಾರಿ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ. ಮಧುಮೇಹದಿಂದ ಹೃದ್ರೋಗಗಳು, ಮೂತ್ರಪಿಂಡ ವೈಫಲ್ಯ, ಪಾದದ ಹುಣ್ಣು ಮತ್ತು ವಯಸ್ಕರಲ್ಲಿ ದೃಷ್ಟಿ ನಷ್ಟ ಮೊದಲಾದ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಕಾಯಿಲೆ ಗಳು ಬರಬಹುದು. ಇದು ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಜೀವನದ ಗುಣ ಮಟ್ಟದ ಮೇಲೂ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಮಧು ಮೇಹಕ್ಕೆ ಸಮಗ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಧಾನದ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿದೆ ಎಂದರು.

ಆರೋಗ್ಯಕರ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯ ಜತೆಗೆ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವನಶೈಲಿಯನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಮಧುಮೇಹವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು. ವಾಕಿಂಗ್, ಜಾಗಿಂಗ್, ಸೈಕ್ಲಿಂಗ್, ಈಜು, ಯೋಗ, ಜುಂಬಾ, ಏರೋಬಿಕ್ ಇತ್ಯಾದಿ ವ್ಯಾಯಾಮಗಳಂತಹ ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ನಮ್ಮ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಯೋಗಕ್ಷೇಮವನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದರು.

ಕೆಎಂಸಿ ಡೀನ್ ಡಾ.ಪದ್ಮರಾಜ್ ಹೆಗ್ಡೆ, ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಅಧೀಕ್ಷಕ ಡಾ. ಅವಿನಾಶ್ ಶೆಟ್ಟಿ ಮಧುಮೇಹ ಜಾಗೃತಿ ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯದ ಸಹಭಾಗಿತ್ವದ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡಿದರು.

**PUBLIC NEXT:**

LINK: https://publicnext.com/article/nid/Udupi/Mangalore/Cultural-Activity/?lang=kn&node=1070877

# ಮಲ್ಪೆ: ವಿಶ್ವ ಮಧುಮೇಹ ದಿನಾಚರಣೆ ಅಂಗವಾಗಿ ಕೆಎಂಸಿಯಿಂದ ಬೀಚ್ ನಲ್ಲಿ ಜಾಗೃತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

Published 4 months ago

ಮಲ್ಪೆ: ವಿಶ್ವ ಮಧುಮೇಹ ದಿನಾಚರಣೆ ಅಂಗವಾಗಿ ಮಣಿಪಾಲದ ಕಸ್ತೂರ್ಬಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಎಂಡೋಕ್ರೈನಾಲಜಿ (ಅಂತಃಸ್ರಾವಶಾಸ್ತ್ರ) ವಿಭಾಗದ ಸಹಯೋಗದೊಂದಿಗೆ ಮಲ್ಪೆ ಬೀಚ್‌ನಲ್ಲಿ ಝುಂಬಾ ಸೆಷನ್ ನಡೆಸಲಾಯಿತು.

ಕೆಎಂಸಿ ಡೀನ್ ಡಾ ಪದ್ಮರಾಜ್ ಹೆಗ್ಡೆ, ಕಸ್ತೂರ್ಬಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಅಧೀಕ್ಷಕ ಡಾ ಅವಿನಾಶ್ ಶೆಟ್ಟಿ ಮಾತನಾಡಿ, ಝುಂಬಾ ಚಟುವಟಿಕೆಯಂತಹ ವ್ಯಾಯಾಮವು ಮಧುಮೇಹ ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಮಾಡಲು ಜನರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲಿದೆ. ದೈನಂದಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಗೂ ಇದು ಅತ್ಯಗತ್ಯವಾಗಿದೆ. ಆರೋಗ್ಯಕರ, ಮಧುಮೇಹ-ಮುಕ್ತ ಭವಿಷ್ಯಕ್ಕೆ ಇದೊಂದು ಮಹತ್ತರ ಹೆಜ್ಜೆಯಾಗಿದೆ ಎಂದರು. ಎಂಡೋಕ್ರೈನಾಲಜಿ ವಿಭಾಗದ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕಿ ಹಾಗೂ ಮುಖ್ಯಸ್ಥೆ ಡಾ| ಸಹನಾ ಶೆಟ್ಟಿ ಮಾತನಾಡಿ, ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಮಧುಮೇಹದ ಪ್ರಮಾಣ ಶೇ.11ರಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದೆ.ಮಧುಮೇಹವು ಹೃದ್ರೋಗಗಳು, ಮೂತ್ರಪಿಂಡ ವೈಫಲ್ಯ, ಪಾದದ ಹುಣ್ಣು ಮತ್ತು ವಯಸ್ಕರಲ್ಲಿ ದೃಷ್ಟಿ ದೋಷಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಲಿದೆ. ಇದು ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಜೀವನದ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಮೇಲೂ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಆರೋಗ್ಯಕರ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆ ಜತೆಗೆ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವನ ಶೈಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಮಧುಮೇಹ ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು ಎಂದು ಹೇಳಿದರು.ಜಾಗೃತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ನೂರಾರು ಯುವಕ ಯುವತಿಯರು ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು.

**UDAYAVANI:**

LINK: https://uvnews.in/7lkhaz8

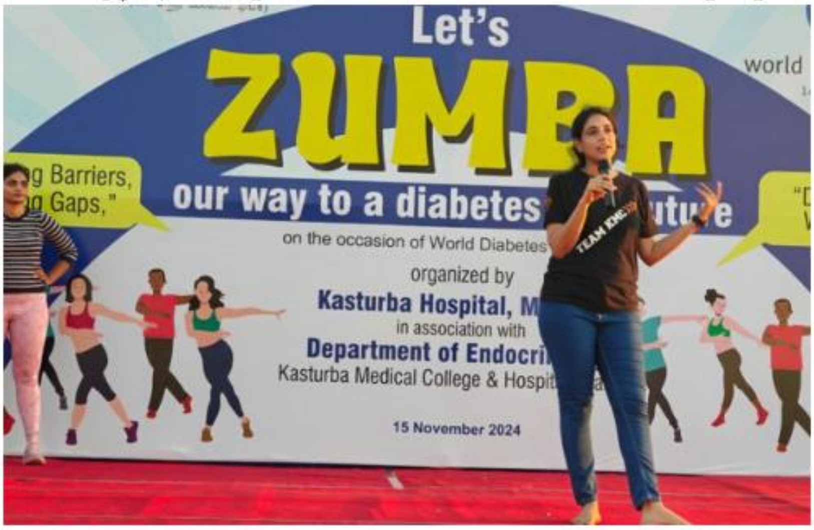
# Manipal KMC Hospital: ಮಲ್ಪೆ ಬೀಚ್‌ನಲ್ಲಿ ಮಧುಮೇಹ ಜಾಗೃತಿ

**TEAM UDAYAVANI,** NOV 15, 2024, 6:28 PM IST

**ಮಣಿಪಾಲ:** ವಿಶ್ವ ಮಧುಮೇಹ ದಿನಾಚರಣೆ ಅಂಗವಾಗಿ ಮಣಿಪಾಲದ ಕಸ್ತೂರ್ಬಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಎಂಡೋಕ್ರೈನಾಲಜಿ (ಅಂತಃಸ್ರಾವಶಾಸ್ತ್ರ) ವಿಭಾಗದ ಸಹಯೋಗದೊಂದಿಗೆ ಮಲ್ಪೆ ಬೀಚ್‌ನಲ್ಲಿ ಝುಂಬಾ ಸೆಷನ್ (ವ್ಯಾಯಾಮ ಚಟುವಟಿಕೆ) ನಡೆಸಲಾಯಿತು.

ಕೆಎಂಸಿ ಡೀನ್ ಡಾ| ಪದ್ಮರಾಜ್ ಹೆಗ್ಡೆ, ಕಸ್ತೂರ್ಬಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಅಧೀಕ್ಷಕ ಡಾ| ಅವಿನಾಶ್ ಶೆಟ್ಟಿ ಮಾತನಾಡಿ, ಝುಂಬಾ ಚಟುವಟಿಕೆಯಂತಹ ವ್ಯಾಯಾಮವು ಮಧುಮೇಹ ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಮಾಡಲು ಜನರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲಿದೆ. ದೈನಂದಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಗೂ ಇದು ಅತ್ಯಗತ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಆರೋಗ್ಯಕರ, ಮಧುಮೇಹ-ಮುಕ್ತ ಭವಿಷ್ಯಕ್ಕೆ ಇದೊಂದು ಮಹತ್ತರ ಹೆಜ್ಜೆಯಾಗಿದೆ ಎಂದರು. ಎಂಡೋಕ್ರೈನಾಲಜಿ ವಿಭಾಗದ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕಿ ಹಾಗೂ ಮುಖ್ಯಸ್ಥೆ ಡಾ| ಸಹನಾ ಶೆಟ್ಟಿ ಮಾತನಾಡಿ, ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಮಧುಮೇಹದ ಪ್ರಮಾಣ ಶೇ.11ರಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದೆ.



**UDAYAVANI:**

LINK: [https://www.udayavani.com/english-news/world-diabetes-day-2024-kasturba-hospital-manipal-hosts-zumba-session-at-malpe-beach-to-raise-diabetes-awareness](https://www.udayavani.com/english-news/world-diabetes-day-2024-kasturba-hospital-manipal-hosts-zumba-session-at-malpe-beach-to-raise-diabetes-awareness)

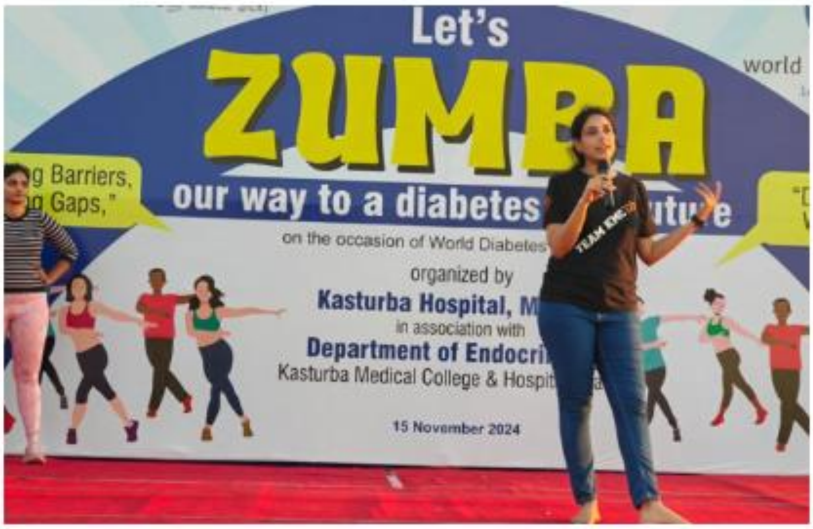
# World Diabetes Day 2024: Kasturba Hospital Manipal Hosts Zumba Session at Malpe Beach to Raise Diabetes Awareness

A A A

**PRESS RELEASE,** NOV 15, 2024, 7:44 PM IST

Manipal: Diabetes is increasing across the globe, and India tops the list among the countries with large number of people with diabetes. To create awareness and take remedial measures, 14th November is observed as World diabetes day across the globe. In observance of World Diabetes Day, Kasturba Hospital Manipal, in collaboration with the Department of Endocrinology, organized a special Zumba session at Malpe Beach on November 15, 2024. The event aimed to spread awareness about diabetes and promote a healthy, active lifestyle among the public.

On this occasion Dr Sahana Shetty, Professor and Head Department of Endocrinology said Diabetes is increasing at an alarming rate with 11% prevalence of diabetes in India. Diabetes is the main risk factor for heart diseases, kidney failure, foot ulcers and vision loss in adults. It also affects mental health and quality of life. Hence there is a need for a holistic approach to diabetes care which not only addresses physical health but also mental well-being. Hence, the theme of world diabetes day 2024 is "Diabetes and wellbeing "highlight the importance of a holistic approach to diabetes care encompassing physical health, mental, and societal well-being. There is also a call for Breaking Barriers and Bridging Gaps in the fight against diabetes.




Diabetes can be prevented to a great extent by adopting a healthy lifestyle in terms of healthy eating practices and physical activity. Physical activities like exercises both aerobic and resistance exercises, walking, jogging, cycling, swimming, yoga,

**DAIJIWORLD:**

LINK: https://www.daijiworld.com/news/newsDisplay?newsID=1244550

# Udupi: Kasturba Hospital Manipal hosts Zumba session at Malpe Beach to raise diabetes awareness

Fri, Nov 15 2024 07:06:04 PM

*Media Release*

**Udupi, Nov 15:** Diabetes is increasing across the globe, and India tops the list among the countries with a large number of people with diabetes. To create awareness and take remedial measures, November 14 is observed as World Diabetes Day across the globe. In observance of World Diabetes Day, Kasturba Hospital Manipal, in collaboration with the Department of Endocrinology, organized a special Zumba session at Malpe Beach on November 15.

The event aimed to spread awareness about diabetes and promote a healthy, active lifestyle among the public.

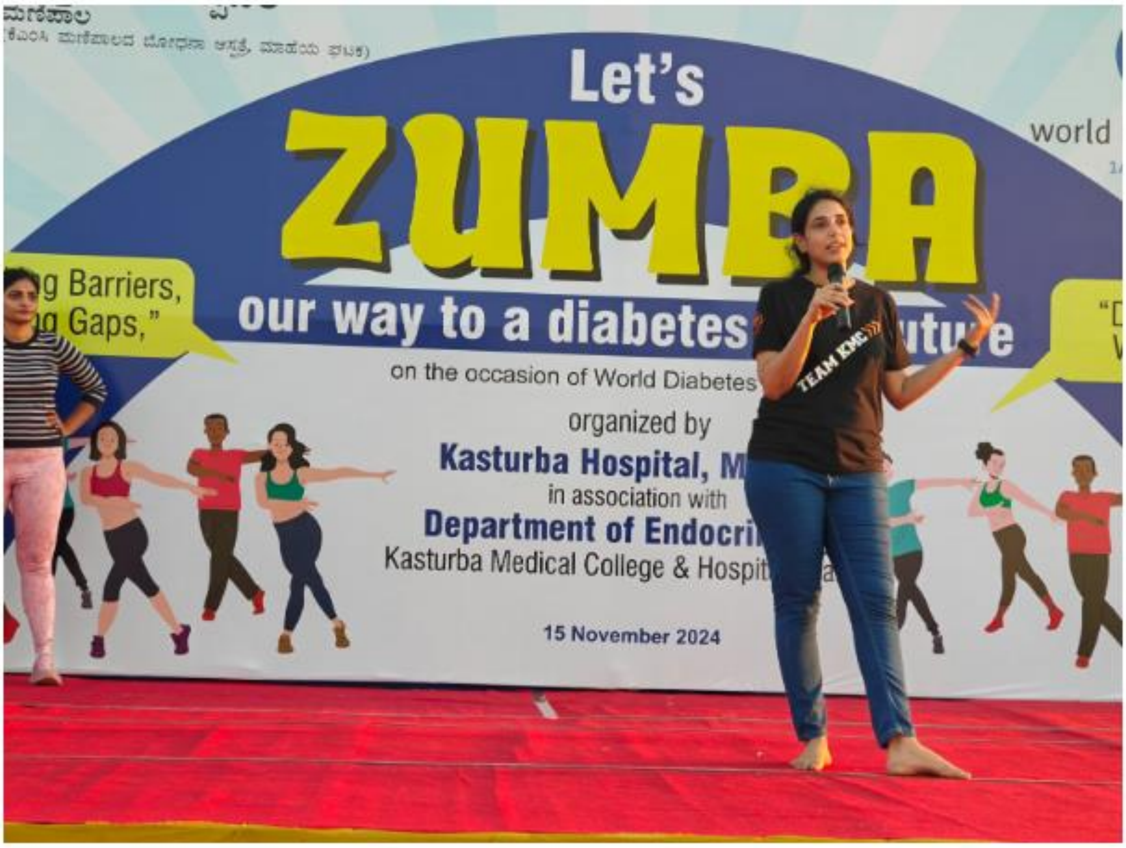
**THE CANARA POST:**

LINK: https://thecanarapost.com/2024/11/15/kasturba-hospital-observes-world-diabetes-day-with-zumba-session-at-malpe-beach/

# Kasturba Hospital Observes World Diabetes Day with Zumba Session at Malpe Beach

November 15, 2024 0

Share this post




Manipal, Nov 15, 2024: Highlighting the urgent need for diabetes awareness and prevention, Kasturba Hospital, in collaboration with the Department of Endocrinology, organized a Zumba session at Malpe Beach on Friday to mark World Diabetes Day. The event underscored the importance of physical activity in managing and preventing diabetes, with enthusiastic participation from the community.

Speaking at the event, Dr. Sahana Shetty, Head of the Department of Endocrinology, revealed alarming statistics, noting that diabetes affects 11% of India's population and poses significant health risks, including heart disease, kidney failure, and vision loss. "Diabetes also impacts mental health and quality of life. This year's theme, *'Diabetes and Wellbeing,'* stresses the importance of holistic care that addresses both physical and mental health," she stated.

**MAAX NEWS:**

LINK: https://maaxmedia.in/zamba-session-awareness-on-the-beach-by-kasturba-hospital-manipal-as-part-of-world-diabetes-day/

# ವಿಶ್ವ ಮಧುಮೇಹ ದಿನಾಚರಣೆ ಅಂಗವಾಗಿ ಮಣಿಪಾಲದ ಕಸ್ತೂರ್ಬಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಿಂದ ಬೀಚ್‌ನಲ್ಲಿ ಝುಂಬಾ ಸೆಷನ್ ಜಾಗೃತಿ

written by NewsDesk | November 16, 2024

ಮಣಿಪಾಲ : ವಿಶ್ವ ಮಧುಮೇಹ ದಿನಾಚರಣೆ ಅಂಗವಾಗಿ ಮಣಿಪಾಲದ ಕಸ್ತೂರ್ಬಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಎಂಡೋಕ್ರೈನಾಲಜಿ (ಅಂತಃಸ್ರಾವಶಾಸ್ತ್ರ) ವಿಭಾಗದ ಸಹಯೋಗದೊಂದಿಗೆ ಮಲ್ಪೆ ಬೀಚ್‌ನಲ್ಲಿ ಝುಂಬಾ ಸೆಷನ್ ನಡೆಸಲಾಯಿತು.

ಕೆಎಂಸಿ ಡೀನ್ ಡಾ| ಪದ್ಮರಾಜ್ ಹೆಗ್ಡೆ, ಕಸ್ತೂರ್ಬಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಅಧೀಕ್ಷಕ ಡಾ| ಅವಿನಾಶ್ ಶೆಟ್ಟಿ ಮಾತನಾಡಿ, ಝುಂಬಾ ಚಟುವಟಿಕೆಯಂತಹ ವ್ಯಾಯಾಮವು ಮಧುಮೇಹ ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಮಾಡಲು ಜನರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲಿದೆ. ದೈನಂದಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಗೂ ಇದು ಅತ್ಯಗತ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಆರೋಗ್ಯಕರ, ಮಧುಮೇಹ-ಮುಕ್ತ ಭವಿಷ್ಯಕ್ಕೆ ಇದೊಂದು ಮಹತ್ತರ ಹೆಜ್ಜೆಯಾಗಿದೆ ಎಂದರು. ಎಂಡೋಕ್ರೈನಾಲಜಿ ವಿಭಾಗದ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕಿ ಹಾಗೂ ಮುಖ್ಯಸ್ಥೆ ಡಾ| ಸಹನಾ ಶೆಟ್ಟಿ ಮಾತನಾಡಿ, ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಮಧುಮೇಹದ ಪ್ರಮಾಣ ಶೇ.11ರಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದೆ.ಮಧುಮೇಹವು ಹೃದ್ರೋಗಗಳು, ಮೂತ್ರಪಿಂಡ ವೈಫಲ್ಯ, ಪಾದದ ಹುಣ್ಣು ಮತ್ತು ವಯಸ್ಕರಲ್ಲಿ ದೃಷ್ಟಿ ದೋಷಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಲಿದೆ. ಇದು ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಜೀವನದ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಮೇಲೂ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಆರೋಗ್ಯಕರ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆ ಜತೆಗೆ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವನ ಶೈಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಮಧುಮೇಹ ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ಜಾಗೃತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ನೂರಾರು ಯುವಕ ಯುವತಿಯರು ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು.

**SUDDI SANCHALANA:**

LINK: https://suddisanchalana.com/world-diabetes-day-zumba-session-at-malpe-beach

# ವಿಶ್ವ ಮಧುಮೇಹ ದಿನಾಚರಣೆ: ಮಲ್ಪೆ ಬೀಚ್‌ನಲ್ಲಿ ಝುಂಬಾ ಸೆಷನ್..!

ಟ್ರೆಂಡಿಂಗ್

16 Nov 2024

ಮಣಿಪಾಲ: ವಿಶ್ವ ಮಧುಮೇಹ ದಿನಾಚರಣೆ ಅಂಗವಾಗಿ ಮಣಿಪಾಲದ ಕಸ್ತೂರ್ಬಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಎಂಡೋಕ್ರೈನಾಲಜಿ (ಅಂತಃಸ್ರಾವಶಾಸ್ತ್ರ) ವಿಭಾಗದ ಸಹಯೋಗದೊಂದಿಗೆ ಮಲ್ಪೆ ಬೀಚ್‌ನಲ್ಲಿ ಝುಂಬಾ ಸೆಷನ್ (ವ್ಯಾಯಾಮ ಚಟುವಟಿಕೆ) ನಡೆಸಲಾಯಿತು.

ಕೆಎಂಸಿ ಡೀನ್ ಡಾ| ಪದ್ಮರಾಜ್ ಹೆಗ್ಡೆ, ಕಸ್ತೂರ್ಬಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಅಧೀಕ್ಷಕ ಡಾ| ಅವಿನಾಶ್ ಶೆಟ್ಟಿ ಮಾತನಾಡಿ, ಝುಂಬಾ ಚಟುವಟಿಕೆಯಂತಹ ವ್ಯಾಯಾಮವು ಮಧುಮೇಹ ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಮಾಡಲು ಜನರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲಿದೆ. ದೈನಂದಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಗೂ ಇದು ಅತ್ಯಗತ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಆರೋಗ್ಯಕರ, ಮಧುಮೇಹ-ಮುಕ್ತ ಭವಿಷ್ಯಕ್ಕೆ ಇದೊಂದು ಮಹತ್ತರ ಹೆಜ್ಜೆಯಾಗಿದೆ ಎಂದರು. ಎಂಡೋಕ್ರೈನಾಲಜಿ ವಿಭಾಗದ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕಿ ಹಾಗೂ ಮುಖ್ಯಸ್ಥೆ ಡಾ| ಸಹನಾ ಶೆಟ್ಟಿ ಮಾತನಾಡಿ, ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಮಧುಮೇಹದ ಪ್ರಮಾಣ ಶೇ.11ರಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಮಧುಮೇಹವು ಹೃದ್ರೋಗಗಳು, ಮೂತ್ರಪಿಂಡ ವೈಫಲ್ಯ, ಪಾದದ ಹುಣ್ಣು ಮತ್ತು ವಯಸ್ಕರಲ್ಲಿ ದೃಷ್ಟಿ ದೋಷಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಲಿದೆ. ಇದು ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಜೀವನದ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಮೇಲೂ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಆರೋಗ್ಯಕರ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆ ಜತೆಗೆ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವನ ಶೈಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಮಧುಮೇಹ ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು.

**UDUPI XPRESS:**

LINK: [https://udupixpress.com/ಉಡುಪಿ-ವಿಶ್ವ-ಮಧುಮೇಹ-ದಿನಾಚ/](https://udupixpress.com/ಉಡುಪಿ-ವಿಶ್ವ-ಮಧುಮೇಹ-ದಿನಾಚ/)

# ಉಡುಪಿ: ವಿಶ್ವ ಮಧುಮೇಹ ದಿನಾಚರಣೆ ಪ್ರಯುಕ್ತ ಮಲ್ಪೆ ಬೀಚ್‌ನಲ್ಲಿ ಝುಂಬಾ ಸೆಷನ್.

November 16, 2024

**ಮಣಿಪಾಲ**: ವಿಶ್ವ ಮಧುಮೇಹ ದಿನಾಚರಣೆ ಅಂಗವಾಗಿ ಮಣಿಪಾಲದ ಕಸ್ತೂರ್ಬಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಎಂಡೋಕ್ರೈನಾಲಜಿ (ಅಂತಃಸ್ರಾವಶಾಸ್ತ್ರ) ವಿಭಾಗದ ಸಹಯೋಗದೊಂದಿಗೆ ಮಲ್ಪೆ ಬೀಚ್‌ನಲ್ಲಿ ಝುಂಬಾ ಸೆಷನ್ (ವ್ಯಾಯಾಮ ಚಟುವಟಿಕೆ) ನಡೆಸಲಾಯಿತು.

ಕೆಎಂಸಿ ಡೀನ್ ಡಾ| ಪದ್ಮರಾಜ್ ಹೆಗ್ಡೆ ಕಸ್ತೂರ್ಬಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಅಧೀಕ್ಷಕ ಡಾ| ಅವಿನಾಶ್ ಶೆಟ್ಟಿ ಮಾತನಾಡಿ, ಝುಂಬಾ ಚಟುವಟಿಕೆಯಂತಹ ವ್ಯಾಯಾಮವು ಮಧುಮೇಹ ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಮಾಡಲು ಜನರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲಿದೆ. ದೈನಂದಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಗೂ ಇದು ಅತ್ಯಗತ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಆರೋಗ್ಯಕರ, ಮಧುಮೇಹ-ಮುಕ್ತ ಭವಿಷ್ಯಕ್ಕೆ ಇದೊಂದು ಮಹತ್ತರ ಹೆಜ್ಜೆಯಾಗಿದೆ ಎಂದರು. ಎಂಡೋಕ್ರೈನಾಲಜಿ ವಿಭಾಗದ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕಿ ಹಾಗೂ ಮುಖ್ಯಸ್ಥೆ ಡಾ| ಸಹನಾ ಶೆಟ್ಟಿ ಮಾತನಾಡಿ, ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಮಧುಮೇಹದ ಪ್ರಮಾಣ ಶೇ.11ರಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದೆ.

*Oplus_131072*

ಮಧುಮೇಹವು ಹೃದ್ರೋಗಗಳು, ಮೂತ್ರಪಿಂಡ ವೈಫಲ್ಯ, ಪಾದದ ಹುಣ್ಣು ಮತ್ತು ವಯಸ್ಕರಲ್ಲಿ ದೃಷ್ಟಿ ದೋಷಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಲಿದೆ. ಇದು ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಜೀವನದ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಮೇಲೂ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಆರೋಗ್ಯಕರ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆ ಜತೆಗೆ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವನ ಶೈಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಮಧುಮೇಹ ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು.

**NAMMA UDUPI BULLETIN:**

LINK: https://nammaudupibulletin.com/suddigalu/pradeshika/reg-news-udupi-5412/

# ಮಧುಮೇಹ ಜಾಗೃತಿ; ಮಲ್ಪೆ ಬೀಚ್‌ನಲ್ಲಿ ಕೆ.ಎಂ.ಸಿ ವತಿಯಿಂದ ಜುಂಬಾ ಸೆಷನ್

By: Udupi Bulletin News Desk | Date: November 18, 2024

**ಮಣಿಪಾಲ, ನ.18:** ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತ ಮಧುಮೇಹ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಮಧುಮೇಹ ಹೊಂದಿರುವ ದೇಶಗಳ ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಭಾರತವು ಅಗ್ರಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿದೆ. ಜಾಗತಿಕವಾಗಿ ಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿಸಲು ಮತ್ತು ಪರಿಹಾರ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು, ನವೆಂಬರ್ 14 ಅನ್ನು ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ವಿಶ್ವ ಮಧುಮೇಹ ದಿನವನ್ನಾಗಿ ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ವಿಶ್ವ ಮಧುಮೇಹ ದಿನಾಚರಣೆಯ ಅಂಗವಾಗಿ ಕಸ್ತೂರ್ಬಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಮಣಿಪಾಲವು ಎಂಡೋಕ್ರೈನಾಲಜಿ (ಅಂತಃಸ್ರಾವಶಾಸ್ತ್ರ) ವಿಭಾಗದ ಸಹಯೋಗದೊಂದಿಗೆ ನವೆಂಬರ್ 15, 2024 ರಂದು ಮಲ್ಪೆ ಬೀಚ್‌ನಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ಜುಂಬಾ ಸೆಷನ್ (ವ್ಯಾಯಾಮ ಚಟುವಟಿಕೆ) ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಆಯೋಜಿಸಿತ್ತು. ಸಾರ್ವಜನಿಕರಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯಕರ, ಸಕ್ರಿಯ ಜೀವನಶೈಲಿ ಕುರಿತು ಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿಸುವುದು ಇದರ ಮುಖ್ಯ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿದೆ.

ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ, ಎಂಡೋಕ್ರೈನಾಲಜಿ ವಿಭಾಗದ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕಿ ಹಾಗೂ ಮುಖ್ಯಸ್ಥೆ ಡಾ.ಸಹನಾ ಶೆಟ್ಟಿ ಮಾತನಾಡಿ, ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಮಧುಮೇಹದ ಪ್ರಮಾಣ ಶೇ.11ರಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದ್ದು, ಮಧುಮೇಹವು ಆತಂಕಕಾರಿ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ. ಮಧುಮೇಹವು ಹೃದ್ರೋಗಗಳು, ಮೂತ್ರಪಿಂಡ ವೈಫಲ್ಯ, ಪಾದದ ಹುಣ್ಣು ಮತ್ತು ವಯಸ್ಕರಲ್ಲಿ ದೃಷ್ಟಿ ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ಮುಖ್ಯ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಅಂಶವಾಗಿದೆ. ಇದು ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಜೀವನದ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಮೇಲೂ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಮಧುಮೇಹಕ್ಕೆ ಸಮಗ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಧಾನದ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿದೆ, ಇದು ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಮಾನಸಿಕ ಯೋಗಕ್ಷೇಮವೂ ಅವಶ್ಯಕ. ಆದ್ದರಿಂದ, 2024 ರ ವಿಶ್ವ ಮಧುಮೇಹ ದಿನದ ವಿಷಯವು 'ಮಧುಮೇಹ ಮತ್ತು ಯೋಗಕ್ಷೇಮ' ಎಂಬುದು ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯ, ಮಾನಸಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಯೋಗಕ್ಷೇಮವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಮಧುಮೇಹ ಆರೈಕೆಗೆ ಸಮಗ್ರ ವಿಧಾನದ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ಎತ್ತಿ ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಮಧುಮೇಹದ ವಿರುದ್ಧದ ಹೋರಾಟದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯ ಅಡೆತಡೆಗಳನ್ನು ಮುರಿಯಲು ಮತ್ತು ಅಂತರವನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲು ಸಹ ಕರೆ ನೀಡಿದೆ. ಆರೋಗ್ಯಕರ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯ ಜೊತೆಗೆ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವನಶೈಲಿಯನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಮಧುಮೇಹವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು.

SHARE POST: