GPA office Bearers

Dr. Vilas Takane
9028924619
President

Dr. Sunil Paigude
9822032512
Imm. Past President

Dr. N. V. Kulkarni
9822399792
Vice President

Dr. Sanjay Wagh
9890933803
Treasurer

Dr. Santosh Gosavi
9822745997
Dr. Pravin Darak
9822438001
Hon. Secretaries

Dr. Sangita Khenat
9921269414
Dr. Rupa Agarwal
9822644886
Hon. Jt. Secretaries

Invitation

Meditation Workshop for Doctors (Couple)

Date : 14th to 19th July
Time : 8.15 am to 9.15 pm
Venue : B.K. Sarita Sujay Garden, Mukundnagar

Registration fee 300/- per person and Couple 500/-

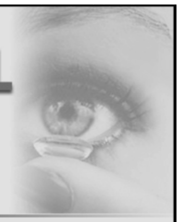
Mangalagauri Pujan

Date : 3rd August 2014
Venue : Kelkar Hall
Time : 6.00 pm to 10.00 pm

Dr. Vilas Takane
President
Dr. Santosh Gosavi & Dr. Pravin Darak
Hon. Secretaries

JHAMWAR
नेत्र सेवा
EYE HOSPITAL

JHAMWAR EYE HOSPITAL & CLINIC



Facilities Available:

- Stichless Cataract Surgery
- Phaco – Emulsification with Foldable lens.
- Squint Surgery
- Glaucoma Clinic & Surgery
- Vitreo – Retinal Surgery
- Diabetic Retinal Laser
- Yag laser
- Computerised Photo Slit Lamp
- Fluorescein Angiography
- Fundus Photography
- Auto Refractometer
- Perimetry
- Contact Lens Clinic

Before After

Dr. MADHUSUDAN B. JHAMWAR
MS (OPTH.) DOMS (PN.) DOMS (BOM.)
MORCE, FORCE, DMS, AFIMS

Dr. (Mrs) RAJKUWAR M. JHAMWAR
MBBS, MS
CONTACT LENS CLINIC

Dr. SACHIN KABRA
MBBS, DO, DNB, FICO, FMRF (RETINA)
VITREO - RETINAL SURGEON

Dr. (Mrs) AARTI KABRA
MBBS, DO, DNB, FICO, FMRF (SQUINT)
MICROSURGERY & SQUINT SURGEON

Surgical Hospital

• MICROSURGERY • YAG LASER • PHACOEMULSIFICATION
• COMPLETE CHEKUP UNIT • SQUINT

CLINIC:- Somshankar Chambers, Opp. City Pride Cinema,
Behind Cosmos Bank, Pune – Satara Poad, Pune – 411009
P.h: 020 - 24226209 / 24229946

संपादकीय

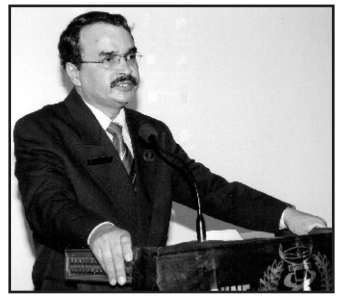
दुष्काळाच्या विळख्यात कुपोषणग्रस्त बालके

Dr. Avinash Bhondwe
9823087561

सामाजिक विषयावरील मासिकात आणि पुस्तकात इथिओपिया, टांझानिया, नायजेरिया अशा सब-सहारन अफ्रिकी देशातली, हातापायांच्या काड्या झालेल्या, तोळमासा वजनाच्या, मोठे डोके आणि खपाटीला पोट गेलेल्या अवस्थेतली असंख्य छोट्या मुलांची छायाचित्रे पाहण्यात तुमच्या पाहण्यात आली असतील. आजही आपल्यापैकी बऱ्याच जणांची समजूत अशी आहे की जगात कुपोषित बालके कुठे असतील तर ती अफ्रिकेतल्या या देशांमध्येच! पण नुकताच वर्ल्ड बँकेने प्रसिद्ध केलेल्या भारतातल्या मुलांच्या कुपोषणाचा अहवाल वाचला आणि हादरलोच. आफ्रिकेतल्या या गरीब देशांमध्ये २४% तर भारतात हे प्रमाण ४७% आहे! ग्रामीण भारतामध्ये हे ५०% आहे आणि त्यातही आदिवासी भागांमध्ये ५६% पर्यंत गेले आहे. जगातील एक तृतीयांश कुपोषित मुले; म्हणजेच जगातील सर्वांत जास्त कुपोषित मुलांची संख्या भारतात आहे.

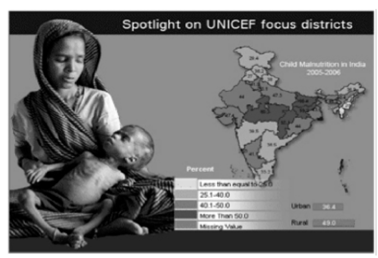
कुपोषण हा शब्द पूर्णपणे अर्थवाही असला, तरी पाच वर्षाखालील मुलांचे कुपोषणाचे शास्त्रीय दृष्ट्या दोन प्रकार असतात. पहिला म्हणजे 'प्रोटीन एनर्जी मालन्युट्रिशन'. ज्यात मुख्यतः पिष्टमय पदार्थ आणि प्रथिने हे अन्नातील अत्यावश्यक घटक योग्य त्या प्रमाणात मिळत नाहीत. आणि दुसरा म्हणजे 'जीवनसत्वांचा अभाव असलेले कुपोषण'. यातील पहिला प्रकार भारतात फारच मोठ्या प्रमाणात जसा आढळतो तसाच दुसरा प्रकार देखील मोठ्या प्रमाणात नजरेस पडतो. अठरा विश्वे दारिद्र्यात खितपत पडलेल्या ग्रामीण आणि आदिवासी विभागात ही दोन्ही प्रकारची कुपोषित मुले खूप मोठ्या प्रमाणात आहेत. दारिद्र्यांच्या जोडीलाच सततच्या दुष्काळामुळे गांजलेल्या महाराष्ट्राच्या असंख्य खेडोपाड्यात अशा कुपोषित मुलांच्या संख्येत भरच पडत आहे.

पाऊस नाही म्हणून पाण्याचे दुर्भिक्ष्य. त्यामुळे शेते करपलेली. म्हणून अन्न नाही. जनावरांना चारा-पाणी नसल्यामुळे तीही एकतर मृतप्राय किंवा खाटिकखान्याकडे पाठवलेली. त्यामुळे दूध मिळणे दुराप्रस्तच.अशा परिस्थितीत या मुलांचे योग्य पोषण होणारच कसे?



मुळातच या मुलांना जन्म देणाऱ्या आयासुद्धा अशक्त, रक्त कमी, त्यांचे वजन कमी त्यामुळे त्यांना अंगावर दूधही येत नाही. वरचे दूध मिळत नाही, मग कसली प्रथिने आणि कुठली जीवनसत्वे? वैद्यकीय शास्त्र सांगते की बाळाच्या कुपोषणावर जर ते दोन वर्षाचे होण्याआधी इलाज केला नाही, तर ते त्याचा पाचवा वाढदिवस सुद्धा बघू शकत नाही. दरवर्षी ८५ लाख बालके भारतात दगावतात आणि त्यातली निम्म्याहून अधिक कुपोषणामुळे आणि त्यातून उद्‌भवणाऱ्या आजारांनी दगावतात. हे टाळता आले असते, तर दर मिनिटाला अशी पाच ते सात बालके भारतात देवाघरची फुले झाली नसती.

ही कुपोषित मुलं वजनाने कमी असतात. त्यांची रोग-प्रतिकारक शक्ती खूपच कमी असते. प्रामुख्याने जुलाब-उलट्या, मलेरिया, गोवर, मेंदूज्वर, कावीळ आणि न्यूमोनियासारखे आजार त्यांना लगेच होतात आणि गरीबीमुळे दोन वेळच्या खाण्याची भ्रांत असलेल्या त्यांच्या कुटुंबातील कर्त्या पुरूषांना खाजगी दवाखाने तर सोडाच पण सरकारी दवाखान्यात नेण्याचीही सोय मिळत नाही आणि मग ही मुले एकतर उशीरा, अतिशय गंभीर अवस्थेत कुठल्याशा इस्पितळात



दाखल होतात किंवा घरीच श्वास सोडतात. हे जीव अशा वेळीच उपचार मिळाल्यास वाचवता येऊ शकणाऱ्या आजारांमध्ये दगावतात. जागतिक आरोग्य संघटनेनेदेखील, अनेकदा या अशा टाळता येण्याजोग्या बालमृत्युंबद्दल आपल्या सरकारला बजावले आहे.

सततच्या दुष्काळग्रस्त भागात या कुपोषणामुळे ॲनेमिक किंवा रक्त कमी असलेल्या मुलांची संख्या, ५०% हून अधिक आहे. वेगवेगळी जीवनसत्वे न मिळाल्यामुळे डोळ्यांच्या विकारांची संख्या आणि पर्यायाने अंशतः अथवा पूर्ण अंधत्वाचे प्रमाण या मुलांमध्ये वाढते आहे. त्वचेचे विकार, हाडे आणि दातांचा ठिसूळपणा जास्त

असणे, बौद्धिक क्षमता कमी असणे अशा शारीरिक तक्रारींनी भेडसावलेल्या कुपोषित मुलांची संख्या काळजी वाटावी एवढी फोफावते आहे.

भारत सरकारनेया कुपोषित बालकांच्या कल्याणासाठी आणि बालमृत्यू टाळण्यासाठी केलेल्या असंख्य योगजा फक्त कागदो-पत्रीच राहिल्या आहेत. 'मिड डे मील' किंवा दुपारी शाळांमध्ये दिले जाणारे मोफत खाद्य हा गाजावाजा केलेल्या देशव्यापी कार्यक्रम, कमी प्रतीचे अन्न आणि भेसळयुक्त पदार्थ यामुळे वरचेवर गाजतच असतो. अंगणवाडी योजनेत नवजात अर्भकापासून सहा वर्षांखालील मुले, गरोदर स्त्रिया आणि स्तनपान करणाऱ्या माता यांच्यासाठी सत्वयुक्त आहार दिला जातो आणि चार महिन्यांपेक्षा मोठ्या शिशुंना वरच्या खाण्याची सत्वयुक्त भुकटी दिली जाते. आपल्या देशातला बाल-माता संगोपनाविषयक हा उपक्रम, खरोखरी अभिमान वाटावा असा, जगातील सर्वांत मोठा आरोग्यविषयक कार्यक्रम समजला जातो, परंतु अगदी तभागाळापर्यंत हा पोहचतच नाही. ग्रामीण भागातील आणि आदिवासी भागतील अंगणवाड्या या वर्षानुवर्षे कुलूपबंदच राहतात. ज्यांना याची नितातं गरज आहे तेच या योगजनेपासून मैलोनमैल दूर राहिले तर मग कुपोषणाचे बळी आणखीन वाढणार नाहीत तर काय होणार?

इ.स. २००० साली जागतिक आरोग्य संघटनेने कुपोषणामुळे होणाऱ्या बालमृत्यूंच्या संदर्भात एक जागतिक परिषद होती आणि २०२० सालापर्यंत उपचाराद्वारे टाळता येऊ शकणाऱ्या बालमृत्यूंचे आणि कुपोषणाचे प्रमाण कमीत कमी करण्याबाबतचे मार्गदर्शन केले होते. २०१० साली याचा मध्यावधी आढावा घेतला गेला, तेव्हा प्रगत राष्ट्रांनी त्यांचा बालमृत्यू १०% ने आणखीनच वाढल्याचे लक्षात आले. खेदाची गोष्ट म्हणजे, बांगलादेश आणि श्रीलंकेसारख्या आपल्यापेक्षा कमी प्रगत असूनदेखील हा बालमृत्यू दर कमी करण्याबाबत आपल्यावर कुरघोडी केली. युनिसेफ, जागतिक आरोग्य संघटना, यासारख्या आंतराष्ट्रीय संस्था तसेच अनेक सेवाभावी एन.जी.ओ. सर्वप्रकारे सतत मदत करीत असूनही मेळघाट, विदर्भातल्या बरेचसे आणि सोलापूर, उस्मानाबाद, बीड अशा पश्चिम महाराष्ट्र आणि मराठवाड्यातले जिल्हे, दिवसेन् दिवस दुष्काळाबरोबरच राजकीय अनास्थेमुळे कुपोषणग्रस्त होत आहेत.

बालकांच्या कुपोषणाच्या मुळाशी आपण गेलो तर स्त्रियांचे आणि त्यातही गरोदर स्त्रियांचे आरोग्य हे मुख्य कारण आहे असे आपल्या लक्षात येईल. एका पाहणीनुसार ७०% भारतीय महिला रक्तक्षयाने (ॲनेमिया) ग्रासलेल्या आहेत. ग्रामीण, आदिवासी आणि दुष्काळी भागात योग्य आणि संतुलित आहाराची वानवा असल्याने हे प्रमाण अधिक असते. अशा अशक्त मातेसाठी असलेल्या 'ॲनेमिया अभियानाचा' सरकारी कार्यक्रम, हा गोषात गाशा गुंडाळून राहतो. अशा अशक्त गरोदर स्त्रिया आणि बहुतेक वेळा त्यांची अर्भकेदेखील बाळंतपणात दगावतात किंवा काही दुर्धर आजारांनी पीडित होतात. यांच्यापैकी ज्या वाचतात, त्या स्त्रिया कमी वजनाच्या मुलांना जन्म देतात. स्त्रियांचे आरोग्य सुधारण्याच्या गप्पा फक्त कागदोपत्री राहतात. आजदेखील या प्रश्नावर हवी तेवढी लोकजागृती झालेली नाही आणि साहजिकच 'रोज मरे त्याला कोण रडे?' अशी वृत्ती सर्व थरात दिसून येते.

कुपोषणाबाबत सरकारी अनास्थेबरोबरच आपल्या देशातील आरोग्याबद्दल आणि त्यातही बालसंगोपनाबाबतचे अज्ञान, चुकीच्या तसेच भ्रामक प्रथा यादेखील कारणीभूत आहेत. बालकांना स्तनपान किती काळ द्यावे, कुठल्या महिन्यात त्याला वरचे काय काय खायला द्यावे, त्याला रोगप्रतिबंधक लशी कुठल्या आणि कुठे द्याव्यात याबद्दलची यशायोग्य माहिती, खेड्यातल्या आणि अर्धशिक्षित आयांना तर राहुद्यात, पण मोठ्या शहरातल्या उच्चशिक्षित 'मम्मां'ना देखील नसते.

दुष्काळामुळे खाण्यापिण्याची भ्रांत असलेल्या जनतेच्या पोटी कुपोषित बालकांचा जन्म हा दुष्काळातल्या तेराव्या महिन्याइतकाच गंभीर आहे. जर सरकारी योजना भ्रष्ट्राचाराला तिलांजली देऊन प्रत्यक्षात आल्या, सेवाभावी संघटनांनी व्यापक भागात यावर लक्ष दिले, वैद्यकीय संस्थांनी आरोग्याचे ज्ञान आणि देशाच्या कानाकोपऱ्यात सेवा पुरवली आणि नागरिकांनी यशाशक्ती सहभाग घेतला तर येत्या काही दशकात हा कुपोषणाचा प्रश्न समाधानकारक मार्गी लागू शकेल; कारण दुष्काळ येतील आणि येतच राहतील; पण कुपोषणमुक्त झालेला भारत त्यांच्याशी सशक्तपणे दोन हात करू शकेल. अन्यथा एडस् नंतर कुपोषण हा भारतीय जीवनाला ग्रासणारा मोठा अनर्थ ठरेल.

❑❑❑

FROM THE PRESIDENT'S DESK

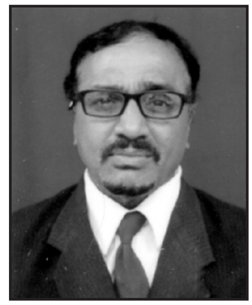
वारी पंढरीची : एक एकात्मता

डॉ. विलास टाकणे
९८६०७३५८४५

गेली अनेक वर्षे आळंदी व देहू येथे जून महिन्यात अनुक्रमे ज्ञानेश्वर व तुकारामाची पालखी निघते. त्याचे नियोजन हे साध्या वारकऱ्यापासून ते लोकल बॉडी, शहर, महाराष्ट्र शासन व प्रसंगी केंद्रीय शासन हे करत असते. त्याची तयारी अगदी आपल्या जीपिकॉन सारखे आठ ते नऊ महिने आधीपासून करावे लागते. सामान्य शेतकरी, वारी म्हटले की जून महिन्यात सर्व कामे वारी पूर्वी किंवा नंतर करायची तजवीज करतो.

अशीच वारी अनुभवण्याची संधी जीपीएतर्फे गेल्या काही वर्षापासून आपण सुरू केली आहे व त्याला प्रतिसादही चांगला मिळत आहे. यापूर्वी वारकऱ्यांचा मेडिकल कॅम्पपुरताच आम्हा जीपीए डॉक्टरांचा संबंध यायचा. पण वारीत जाण्याचा उपक्रम प्रत्यक्ष आळंदीजवळपासून निघून पुण्यापर्यंत येण्याचा उपक्रम जीपीएच्या माध्यमातून आपण करतो व त्याला भरघोस प्रतिसादही मिळतो. वारीला प्रामुख्याने महाराष्ट्राच्या कानाकोपऱ्यातून समाजाच्या सर्व थरातील भाविक वेळ काढून येतात (तसेच भारतातून लोक येतात). मेडिकल कॅम्पमध्ये तपासणी करताना असे आढळले की बहुतेक वारकऱ्यांची तक्रार ही गुडघेदुखी, पायदुखी, अपचन, किरकोळ थंडी–ताप अशी आढळली. पण हा त्रास मुख्यतः सतत चालण्याने, अवेळी खाणे, पाण्यात बदल, याने होतो असे अनुक्रमे जाणवले. वारकरी आपल्या आजाराचा बाऊ करत नाही. औषध घेतो, पांडुरंगाचे नामस्मरण सतत घेतो व आपले दुःख विसरून पुढे जातो.

या वर्षी वारीत जाण्यासाठी आम्ही पहाटे लवकर उठून पाच वाजताच घर सोडले. बस, शेअर रिक्षा असा प्रवास करीत सात वाजता दिघी येथील साईबाबा मंदिरापर्यंत आम्ही पोहचलो. तेथे चहापान करून तडक आम्ही आळंदीकडे पायी प्रयाण केले. साधारण दोन किलोमीटर चालल्यावर आम्हाला मार्गस्थ पालखीचे दर्शन झाले. आम्ही पालखीचे दर्शन घेतले. पालखी जशी पुढे जाऊ लागली तशी गर्दी वाढत गेली. ही गर्दी आम्हाला पुण्यात येईपर्यंत वाढलेली जाणवली. वारीत आम्ही अनेक भक्तांशी संवाद साधला. (वारीला सहभागी होण्यासाठी पुण्यातील भरपूर लोक आलेले जाणवले. ते दरवर्षी आळंदी ते पुणे पर्यंत वारी करतात) काही मराठ वाड्यातील शेतकऱ्यांशी आम्ही संवाद साधला. पावसाने दिलेली ओढ, लांबलेल्या पेरण्या घरापासून लांब आल्यावर घरातील लोकांची काळजी, ही त्यांच्या बोलण्यात जाणवली. पण देवाच्या स्मरणाने, नावाने तो हे सर्व विसरून वारीत नामघोष करीत पुढे जाऊ लागतो. वारीत काही मुख्य मुस्लीम बांधव आम्हास दिसले. तसेच काही पाश्चात्य लोक वारीत सहभागी झालेले पाहिले. जे वारीत सहभागी होऊन कुतूहलाने निरीक्षण करीत होते. अनेक गावातील दिंड्या पाहिल्या. दिंडी प्रमुखांशी संवाद साधला. त्यांच्या बोलण्यातून जाणवले की त्यांचे दिंडीत सर्व प्रकारचे लोक सहभागी होतात. गरीबापासून–श्रीमंतापर्यंत, उच्च–कनिष्ठ जाती, स्त्री–पुरूष असा सर्वांचा सहभाग त्यामध्ये दिसला.



दिवसभर चालायचे, दुपारी पालखी थांबेल तिथे भोजन उरकायचे व पालखी निघाली की सर्वांनी प्रस्थान करायचे. दिंडीत मात्र एक सूसूत्रता असते. त्यांचे दिवसाचे नियोजन ठरलेले असते. पुढील मुक्कामाच्या ठिकाणी त्यांचा ट्रक आधी जातो. स्वयपाक–पाणी, चहा–नाश्ता याची तजवीज आचारी व लोक ट्रकमध्ये करून ठेवतात. अशा शिस्तबद्ध नियोजनामुळे दिंडीतील लोक निश्चिंत असलेले जाणवले. दिंडीत सर्वांना कामे वाटून दिलेली असतात. (अशा नियोजनामुळे पंढरपूरपर्यंत सर्वांना त्याचा लाभ होतो) यात सकाळच्या अंघोळीच्या पाण्यापासून रात्री झोपेच्या बिछान्याची तजवीज केली जाते. सर्वांकडून समप्रमाणात वर्गणी घेतली जाते. जेवणाचा मेनू सर्वसंमतीने साध्या जेवणापासून मिष्टान्नापर्यंत ठेवला जातो. संध्याकाळी कीर्तनाचा कार्यक्रम होतो. त्यात सर्व सहभागी होतात. रात्री उशीरा झोपले तरी सकाळी लवकर उठून पुढील वारीस निघण्यास दिघीतील व्यवस्थेमुळे घाई गडबड होत नाही.

वारीत जाताना दिंडीबरोबर इतर दिंडीतील गावातील लोकांशी त्यांच्या गप्पा होतात. सुख–दुःख वाटली जातात, येथे एकात्मता दिसून येते. आम्ही स्थानिक लोकांशी बोललो. वारी येणार म्हणून त्याचे नियोजन आधीच त्यांनी केलेले जाणवले. बऱ्याच राजकीय पक्षांतर्फे वारकऱ्यांना चहा नाश्त्यापासून ते उपयोगी अनेक वस्तूंचे वाटप करण्यात आले. काही सामाजिक कार्यकर्ते वारीतील गर्दीचे नियोजन करत होते, पोलिसांना सहकार्य करत होते. आम्ही दिघी येथे एका ओळखीच्या आजींकडे त्यांच्या आग्रहावरून जेवणासाठी थांबलो होतो. आजी, तिचा मुलगा सून व घरातील सर्वांनी आमचा घरच्यासारखा पाहुणचार केला. कढीभात, बटाटा भाजी, चपात्या व भजी असा साधा पण रूचकर बेत होता. जेवणानंतर आम्ही पैशाबद्दल बोललो तेव्हा त्यांनी त्यास साफ नकार दिला. नंतर कळले की हा उपक्रम ते बरेच वर्ष राबवत आहेत. आमचे माजी अध्यक्ष डॉ. सुनील पायगुडे यांचे ते स्नेही असल्याचे कळले. तेथे येणाऱ्या प्रत्येकाला देव समजून त्याची विचारपूस खान–पान हे केले जायचे. खरेच मनुष्यसेवा हीच ईश्वर सेवा असे यातून जाणवले. आम्ही पुण्यात दुपारी तीन वाजता पोहचलो. चालताना पाय दुखत नव्हते पण घरी आल्यावर वेदना जाणू लागल्या. आम्हाला दरवर्षी वारी करणारे भरपूर लोक आढळले. त्यांच्या चेहऱ्यावर एक समाधान दिसले.

खरेच मला आपणा सर्वांना अशी विनंती आहे की, आपण एकदा तरी अनुभवावी वारी !

Long Live GPA !!!

❑❑❑

लेडीज विंगमधून

डॉ. संगीता खेनट
९९२१२६९४१४

मला यावर्षी लेडीज विंगमधून आपल्याशी संवाद साधण्याची संधी मिळाली आहे. त्याबद्दल मला खूप आनंद होत आहे. कारण ही तसेच आहे. मी तुम्हाला दि. १५ जून रोजी लेखा फार्मवर आयोजित केलेल्या महिला डॉक्टरांच्या सहलीचा वृत्तांत थोडक्यात सांगणार आहे.

सहलीला जायचे म्हटले की लहानांपासून मोठ्यांपर्यंत सगळ्यांचेच चेहरे आनंदित होतात आणि त्या क्षणाची सगळेजण वाट पाहत असतात. अशाच एका सहलीचे आयोजन जीपीए लेडीज विंग प्रियदर्शनी ग्रुप तर्फे करण्यात आले. जीपीए च्या आत्तापर्यंतच्या प्रवासात महिला डॉक्टरांसाठी सहलीचे आयोजन करण्याची ही पहिलीच वेळ होती. या वर्षीच्या जीपीए प्रियदर्शनी ग्रुपच्या अध्यक्षा डॉ. धनश्री वायाळ यांना ही कल्पना सुचली आणि त्यांनी लगेचच त्याचे नियोजनही केले.

उन्हाळ्याच्या सुट्टीचे निमित्त साधून दि. १५ जून, रविवार रोजी दु. ४ ते रा. १० वा. लेखा फार्म येथे सहल आयोजित करण्यात आली. दि. १५ जून, रविवार हा खरं तर काही मुलांच्या शाळेच्या सुट्टीचा अखेरचा दिवस होता. त्यामूळे शेवटच्या दिवशी धमाल करायला मिळणार म्हणून महिला डॉक्टर्स व त्यांची मुले ट्रिपमध्ये सहभागी झाली. दि. १५ जूनला बरोबर दु. ४.३० वा. जवळ जवळ ३०-४० महिला डॉक्टर्स लेखा फार्मवर जमा झाले आणि सर्वांच्या आनंदाला उधाण आले. आत प्रवेश केल्यानंतर सुरूवातीला दुपारच्या नाश्त्याची सोय होती. सर्वांनी त्याचा आस्वाद घेत, नवीन लोकांचा परिचय करून घेतला. स्विमिंग पूलवर छोट्या बरोबरच डॉक्टरांनीही पोहण्याचा आनंद घेतला. तसेच तेथे घोडागाडी होती, उंट होते. मग काय लेडीज लगेच पुढे सरसावल्या आणि घोडागाडीत फिरण्याची मजा घेतली. कोणी मेहंदी काढली, तर कोणी टॅटू ही काढले. जीपीए चे व्यवस्थापकीय कमिटी ही सोबत होती. त्यांनी पण या सर्व गोष्टींबरोबरच भविष्य बघण्याचाही आनंद लुटला.

प्रथम Hair Zone ह्या प्रॉडक्ट विषयी माहिती दिली गेली व सर्वांच्या प्रश्नांचे शंकासमाधान करण्यात आले. हिमालया कंपनी तर्फे Cross word Quiz आणि संगीत खुर्ची अशा दोन स्पर्धा घेण्यात आल्या. Cross word Quiz मध्ये डॉ. वसुंधरा माने आणि डॉ. वंदना डुबे पाटील या बक्षीसाच्या मानकरी ठरल्या. तर संगीतखुर्ची मध्ये डॉ. मीना पाटील व डॉ. शुभा जोशी यांनी नंबर पटकवला. विजयी सर्व डॉक्टरांचे बक्षीस देऊन अभिनंदन करण्यात आले.

या दिवशी फादर्स डे असल्यामुळे जे जेन्ट्स् डॉक्टर उपस्थित होते. त्यांना जीपीए चे अध्यक्ष डॉ. विलास टाकणे यांचे हस्ते गुलाब देऊन, 'फादर्स डे' साजरा करण्यात आला.

उत्तरोत्तर ट्रिप रंगात येत होती, आता तर सर्वांना आवडणारा, मनसोक्त मनमुराद आनंद देणारा क्षण आला होता, कोणता सांगा बरं.....! येतं ना लक्षात, येस, अगदी बरोबर तुम्हाला वाटतयं तेच DJ, मग काय धमालचं. सर्व महिला डॉक्टरांनी व मुलांनी अतिशय मनमुरादपणे आनंद घेतला. खूप खूपच मजा आली. सरतेशेवटी सर्वांनी एकत्रित येऊन फोटोसेशन केले व भोजनाचा आस्वाद घेतला.

ट्रिप संपत येताना पावसानेही हजेरी लावली आणि अजूनच आमच्या आनंदात भर घातली.

सर्व महिला डॉक्टरांना आता पुढील ट्रिपचे वेध लागलेत. लवकरच अजून एक सहल सर्व महिला डॉक्टरांसाठी आयोजित करत आहोत. ज्या महिला डॉक्टरांना यावेळेस येणे शक्य झाले नाही, त्या पुढील सहलीमध्ये नक्की सहभागी होतील असे वाटते.

धन्यवाद!!!

❑❑❑

Hon. Secretary's Report 2013-14

Dr. Santosh Gosavi
9822745997

1st June 2014
Sunday

This year GPA theme is "Health, Unity and Academic Excellence". According to theme on Sunday morning GPA organized Five kilometer walking activity on Taljai Pathar in morning 6.00 a.m. Many doctors participated in this activity. Now we will arrange this activity in every month with various colleague associations in their area.

5th June 2014
Thursday

On occasion of "World Environment Day", GPA organized "Doctors Cycle Ride". Sports Committee chairman Dr. Anil Bhandwalkar took initiative for this activity. Ride started from GPA office from morning 6.00 a.m. Chief guest was famous cartoonist Shree Mangesh Tendulkar . The route was GPA Office to Abhinav Chawk, Bajirao road to Laxmi road and at Alka Chawk all doctors stopped for announcements for public awareness about health and environment. Rally concluded at GPA Office via Tilak Road. Around 100 doctors with their family members participated in this rally. All colleague association's President and Secretary also participated in this rally. GPA arranged 40 cycles for this event. All office bearers, Dr. Bendre took efforts for success of the rally. End of rally with tea and breakfast for all in GPA Office

8th June 2014
Sunday
Cardiac Update

CME started with lecture by Dr. Hasmukh Gujar on "Approach to Dyslipidemia" chaired by Dr. Satish Tadwalkar. Second lecture by Dr. Ishwar Zanwar "On Special Issues in Management of Hypertension" chaired by Dr. Vaishali Loadha. Third lecture on "Can we Bypass the Bypass" by cardiac update convener Dr. Suhas Hardas. This lecture chaired by Dr. N.V.Kulkarni. Last lecture on "ECG in Day-to-Day Life" by Siddhant Gadage, chaired by Dr. Swati Surana. Dr. Narendra Khenat took effors for this CME. Dr. Pravin Darak presented vote of thanks. More than 150 doctors were present.

15th June 2014
Sunday
GPA Ladies Wing Priyadarshani Group
Picnic at Lekha Farm

GPA Ladies Wing Priyadarshani Group arranged a Picnic at Lekha Farm between 4.00pm to 10.pm

More than 50 ladies with their families participated in the picnic and had lots of fun. It was sponsored by Himalaya Pharma. Dr. Mane from Himalaya conducted a short and interactive lecture on "Hair". This program was conducted by Ladies Wind President Dr. Dhanashree Wayal and Secretary Dr. Meena Parakh. As it was also father's day, Ladies Wing felicitated all fathers present there with rose. Himilaya arranged fun games for ladies and children. It was a great family entertainment. Vote of thanks were presented by Dr. Priya Sonawane.

21st June 2014
Saturday
GPA Dindi

Every year GPA arranges the Wari for GPA doctors. Wari started at 6.00 a.m from Sai Baba

Mandir, Alandi Road to Pune. Almost 26Km distance travelled by everyone. Tapkir Aajji and her family served delicious food for all with love and dedication. Some of participated doctors are Dr. Vilas Takane, Dr. Sunil Paigude, Dr. Mahesh Wayal, Dr. Anil Bhandwalkar, Dr. Vivek Billampilly, Dr. R.D.Pawar, Dr. Haribhau Sonawane, Dr. Sunil Bhujbal, Dr. Sunil Dhotre, Dr. Anil Bhosale, Dr.Ravindra Sonar, Dr. Amol Rajhans, Appa Dhone. Few ladies also participated in this wari, they are Dr. Vaishali Lodha and her friends, Mrs. Chhaya Gosavi, Mrs. Rajashree Pawar. Dr. Lingse Pramod provided most needed coffee break at their hospital which was on the wari road. Around 50 doctors experienced spirituality, unity and divine spirit.
Dr. Vivek Billampilly and other GPA members participated in Pune to Saswad wari on Monday, 23rd June 2014.

22nd June 2014
Sunday
Warkari Health Checkup

Warkari Health Checkup was arranged by IMA and GPA in IMA building parking at 9.00a.m to 1.00 p.m. and also in Bhavani Peth at 2.00pm to 4pm. More than 400 Warkari's benefitted by this. Random Sugar checked and medicines were provided to them. All IMA Office bearer and Member and GPA Office bearer and Members participated in this noble activity.

29th June 2014
Sunday

On occasion of Doctor's Day, GPA in association with IMA and Janakalyan Blood Bank, organized blood donation camp in Kelkar Hall. Inauguration done by IMA Maharashtra state president Dr. Dilip Sarada, GPA President Dr. Vilas Takane and IMA Pune president Dr. Arun Halabe. Around 35 doctors donated blood.

❑❑❑

New Members
June 2014

1) Bhosale Kirti
2) Chavan Avinash
3) Dhere Vilas
4) Dubal Subhangi
5) Ghapale Dilip
6) Joshi Shilpa
7) Kashid Suhas
8) Kulkarni Minal
9) Lingse Pramod
10) Lingse Ujwala
11) Shah Surendra

Attention

Please remember to bring in more and more new members.

GPA Membership Fees :
from 15 June 2014

- LIFE SINGLE - Rs. 6,000/-
- LIFE COUPLE - Rs. 9,000/-

Convey your colleagues this message
&
Build up our Membership Strength.

Congratulations !!!

Dr. Sunil Bhujbal, managing committee member of GPA passed with flying colors, D.O. (Diploma in Ophthalmology) by Bharati Vidyapeeth, Pune .
GPA Family congratulates Dr. Sunil Bhujbal.

रंग माझा वेगळा

डॉ. सुहास नेने
९८२२११५३३५

तर मी सांगतो आहे 'सुबीर' या मोठ्या माणसाबद्दल. मी आणि सुबीर शाळेपासूनचे मित्र. एकदम लंगोटीयार. दोघेही खूप गरीब परिस्थितीतून वर आलेलो. आमच्या दोघांच्या आयांकडे काय द्रौपदीच्या थाळ्या होत्या माहीत नाही पण दोन्ही माऊलींनी वेळ आली तर स्वतः खाल्ले नाही, पण आम्हाला कधी उपाशी राहू दिले नाही. 'खुदाके घर देर है लेकिन अंधेर नहीं!' अचानक परिस्थिती बदलली आणि सारंच चित्र पालटले. सुबीरच्या वडिलांना कुठला परीस सापडला माहित नाही पण ज्या व्यवसायात त्यांनी हात घातला, तेथे त्यांना कायम यश आणि पैसाच मिळाला. ज्या चंद्रमौळी घरात सुबीर राहायचा, तेथेच सुबीरच्या वडिलांनी टोलेजंग इमारत बांधली आणि तेथे स्वतःचे कार्पोरेट ऑफिस केले! १०० एक कंपन्यांपैकी १५–२० वर सुबीर आता मॅनेजिंग डायरेक्टर होता. लक्ष्मी त्याच्या पायाशी लोळण घेत होती. त्याच्या नजरेत यावं यासाठी काहीही करायचे लोकांची तयारी होती. पैशाचा माज मात्र सुबीरच्या डोक्यात कधीच शिरला नव्हता. त्याचे पाय अजून जमिनीवरच होते. स्वप्नांची आस त्याला होती पण वास्तवाचे भान त्याने कधीच सोडले नव्हते.

अजूनही माझी नी सुबीरची मैत्री पूर्वीसारखीच आहे. माझ्या वडिलांना सुबीरच्या वडिलांसारखा वाहता पैशाचा झरा नसेल लाभला पण झुळूझुळू पाणी आम्ही चाखले. मी पण माझ्या बाजूने चार गोष्टी वाढवल्या. सुबीरशी तुलना केली तर हे सारे किस झाडकी पत्ती सारखंच आहे. अर्थात यामुळे आमच्या मैत्रीत अडथळा आला नाही. जेव्हा जेव्हा सुबीर येथे असतो तेव्हा फोन करून आम्ही बाहेर भेटतो. आजही तो आमच्या घरच्यासारखाच माझ्याकडे येतो. कोणतेही नखरे न करता वागतो, बसतो, बोलतो, त्याच्याच शब्दात सांगायचे तर पुढच्या भेटीपर्यंतचा oxygen घेऊन जातो! घरी आला की आईला नमस्कार करतो, वहिनी गवती चहा करा म्हणताना भज्यांची ऑर्डरही करतो. माझ्या मुलांशी शाळेतल्या गप्पा मारतो. आमच्या शाळेवेळचे दिवस आठवले की, तरळलेल्या पाण्याला वाट करून देताना, रूमालाने डोळे पुसायला पण लागत नाही. त्याच्या या हळवेपणाची मी चेष्टा केली तर 'यार, तू सुद्धा....' म्हणताना आजही त्याचा स्वर कातर होतो. 'सॉरी...' म्हणत मी त्याच्या पाठीवर थाप मारतो, तेव्हा खरं सांगतो मी देखील गहिवरतो.

या वेळी सुबीर माझ्याकडे आला तो, २ आठवड्यांनी तिन्ही सांजा, मावळत्यावर एका विशिष्ट पद्धतीत बेल वाजली की मी चक्रावलो सुबीर फोन शिवाय कधीच येत नव्हता. त्याच्या चेहऱ्याची रयाच गेली होती. शर्ट पँट चुरगाळले होते. केस विस्कटले होते. चेहऱ्यावरचे हसू मावळले होते, डोळ्यात करूणेचा सागर भरला होता. कधी नव्हे तो, त्याचा ड्रायव्हर त्याच्या बरोबर आला होता. सुबीर कायम एकटाच येई. 'साहेबांना बघा' म्हणत ड्रायव्हर वळला आणि सुबीरचा बांध फुटला. माझ्या गळ्यात हात टाकून त्याने रडायलाच सुरूवात केली. मी अवाक्! पाठीवर हात फिरवत मी त्याला मुक्तपणे रडू दिले. माझ्या बायकोला काही कळेचना. डोळ्याच्या इशाऱ्याने मी तिला, सुबीरच्या आवडीचा चहा आणण्याची खूण केली. हळूहळू सुबीर शांत होत गेला. त्याचे हुंदके कमी हात गेले आणि बोलायला शब्द फुटायला लागले.

''गेले तीन–चार दिवस माझे व कशातच लक्ष लागत नाही बघ. धंद्यातले निर्णय घेता येत नाहीत की मिटिंगमध्ये लक्ष लागत नाही की घरात कोणाशी बोलावसं वाटत नाही. पुढच्या आठवड्यातले सगळ्या मिटिंग्ज् पुढे ढकलून घरी जाऊ म्हटले तर घरात जायचीच भिती वाटते आहे. धीर करून घरी गेलो तर रडायलाच येतं, छातीवर दगड ठेवल्यासारखे वाटतंय.'' धंद्यात काही बरं–वाईट? मी बाळबोधपणे विचारल्यावर 'छे' म्हणत त्याने ती शक्यता धुडकावून लावली. 'वहिनी–मुलं....?' 'नाही रे तसलं काहीच नाही' ''मग..?'' फार ताणून न ठेवता त्याने सांगायला सुरूवात केली.

'ॲरो.. माहित आहे ना तुला? चार दिवसांपूर्वी तो गेला.' ॲरो त्याच्याकडच्या अजस्त्र कुत्रा होता. त्याने नुसते पाहिले तरी धरती दुभंगून उरात घेईल अशी परिस्थिती व्हायची! एकदा तारा जुळल्या की त्याच्यासारखा प्रेमळ कोणीच नसेल! इतका हिंस्त्र प्राणी पण सुबीरच्या नुसत्या इशाऱ्यानुसार त्याचे लाजाळूचे झाड बनायचे! सुबीरच्या अलिशान बंगल्याला सुरक्षारक्षकांची गरजच नव्हती, कारण तिथे काम करणाऱ्यांना देखील या राक्षसाची भिती वाटायची! सुबीरला मात्र या ॲरोने चांगलाच 'लळा' लावला होता. त्याच्या व्यस्त जीवनात हा एक विसावा होता. सुबीर येणार, हे त्याला खूप आधीच समजायचे आणि मग त्याच्या अंगावर उड्या मारण्यासाठी त्याची लगबग सुरू व्हायची. सुबीरने त्याच्या अंगावरून कधी हात फिरवला नाही, तर भुंकून भुंकून तो बेजार करून सोडायचा. सुबीर घरी असताना सदैव त्याच्याजवळच घुटमळायचा. घरच्यांशी बोलायचा नाही इतका वेळ सुबीर

त्याच्याबरोबर राहायचा! त्याच्या जीवनाचा एक अविभाज्य भागच जणू झाला होता 'ॲरो'!

एक आठवड्याचा असताना 'ॲरो' घरी आला होता. ॲरोची काळजी घेण्यासाठी एक खास माणूस नेमला होता. तीन चार महिन्यात ॲरो एवढा वाढला की सांगायची सोय नाही. गेल्या १०–१२ वर्षात त्याने सुबीरला चांगलाच लळा लावला होता.

सुबीर सांगत होता, ''आठ दहा दिवसापासून ॲरो कमी खात होता, लाळ गळणे वाढलं होतं, श्वास वाढला होता, चालताना पुढचे पाय थोडे लडखळत होते. डोळ्यातले भाव पण थोडे वेगळे वाटत होते. त्याचा नेहमीचा 'व्हेट' बघून गेला. त्यांनी 'टेस्टस्' सांगितल्या, त्या झाल्या. सुपर कन्सल्टसना दाखवले. त्यांना मेंदू मध्ये काही आजार असावा वाटले. MRI केला. त्याची फाईल बनवून ती परदेशी पाठवली. त्यांचे opinion घेऊन निदान पक्के झाले. त्याला मज्जारज्जूचा विकार झाला होता. आठ–दहा लाख रूपये या सोपस्कारात गेले, राजेशाही बडजास्त ठेवली गेली. हॉस्पिटलमध्ये दोन दिवस होता पण ॲरो गेला रे. त्याच्या शेवटच्या श्वासाच्या वेळी मी होतो. त्याच्या नजरेतले ते भाव मी विसरूच शकत नाही. नुसतं आठवलं तरी मला रडूच येतं.'' म्हणत परत सुबीरचा बांध सुटला. 'रस्त्यानं सुद्धा गाडी थांबवून रडावेसे वाटते. सुचतच नाही काही!'

'तुझ्याकडे आल्यावर आता मला हलकं वाटतयं बघ! तुझ्याशिवाय कोण समजून घेणार मला?' सुबीर शांत होऊन निघाला. वादळानंतरच्या शांत समुद्राचे भाव त्याच्या चेहऱ्यावर मी वाचले. हा 'सुबीर' माझा जुना सुबीर होता. पुढच्या आठवड्यात सुबीरने मला घरी येच म्हणून फोन केला. मी दिवाणखान्यात पाऊल टाकले तर सुबीर एका छोट्या पिल्लाशी खेळण्यात गुंग होता. माझी चाहूल लागताच त्याने माझ्याकडे वळून पाहिले. 'हा बघ, ॲरो परत आलाय!' म्हणताना मी १५ वर्षे परत मागे गेलो. अगदी प्रथम मी ॲरोला पाहायला गेलो होतो, हेच भाव सुबीरच्या चेहऱ्यावर होते. नकळत मी सुबीरला मिठीत घेतले. माझ्या डोळ्यातले पाणी बघून सुबीरही गहिवरला. गद्‌गदणाऱ्या आम्हा दोघांना पाहून सुबीरची बायको दिङ्‌मूढ झाली होती.

अमाप पैशाच्या राशी ओतून ऐहिकं सुखं एकवेळ विकत घेता येतील पण पारंपारिक अर्थाने कुबेरासारखा माणूसही 'मन मोकळं करता येईल' अशा टीचभर जागेच्या शोधात तहानलेला असू शकतो!

असे बोलून मी माझ्या भाषणाचा शेवट केला आणि टाळ्यांचा कडकडाट झाला. मी वाकून अभिवादन स्वीकारले.

'अहो, उठून असे वाकताय काय? स्वप्न बिप्न पडलं काय तुम्हांला?' म्हणत बायकोने मला जागे केले! ❑❑❑

GPA Newsletter Tariff 2013

Type of Advt.	For 1 month	Per year
FULL PAGE - Single Colour	1500/-	15000/-
HALF PAGE - Single Colour	800/-	8000/-
QUARTER PAGE - Single Colour	500/-	5000/-
Cover Page 2 & 3 - Single Colour	3000/-	30000/-
Cover Page 2 & 3 - Two Colour	5000/-	50000/-
Cover Page 2 & 3 - Four Colour	6500/-	65000/-
Cover Page 4 - Single Colour	4500/-	45000/-
Cover Page - Two Colour	6500/-	65000/-
Cover Page- Fore Colour	7500/-	75000/-

1. GPA Life member's full page advertisement will get 20% concession
2. (a) Insertion for GPA members regarding practice purpose (in 20 words) Rs.200/-
   (b) Insertion for non GPA members regarding practice purpose (in 20words) Rs. 800/-
3. (a) Sponsored articles Rs. 4500/- per page (without photograph)
   (b)Sponsored articles Rs. 5000/- per page (with photograph)

दृष्टिकोन बदलायला हवा !

डॉ. प्रकाश भांबुरे
मानसोपचार तज्ञ, ९४२३३२८८७२

गेली काही वर्षं मानसिक आरोग्याच्या क्षेत्रात मानसोपचारतज्ञ म्हणून काम करत असताना समाजामध्ये मनोरूग्ण, मानसिक आजार व मानसोपचारतज्ञ यांच्याविषयी काय धारणा आहे, हे लक्षात आले. बरेच चांगले आणि तेवढेच क्लेशदायक अनुभवही आले. मनात विचारांची आंदोलनं निर्माण झाली. मन अनेकदा ढवळून निघालं. ते आज इथं मांडावसं वाटतंय.

मनांन आजारी पडलेली व्यक्ती म्हणजे वेडा आणि त्यांना बरे करणारे डॉक्टर हे वेड्यांचे डॉक्टर, हाच समज आजही समाजामध्ये आहे. समाजाने जसा जातीजार्तीमध्ये उच्च नीच असा प्रकार केला आहे, तसाच आजाररंआजारांमध्येही केला आहे. मधुमेह, रक्तदाब, हृदयविकार असणाऱ्या माणसांकडे बघण्याचा आणि मनोविकार, क्षयरोग असलेल्या रूग्णांकडे बघण्याचा दृष्टिकोन यात फरक का असावा? हृदयविकार, मधुमेह असणाऱ्या रूग्णांची आस्थेनं विचारपूस करणारी माणसं, मनानं खचलेल्या रूग्णांची वेडा म्हणून हेटाळणी का करतात? मानसिक आजार आणि वेड यांची एक घट्ट जोडी आपल्या समाजमनांत जुळलेली आहे. या समजुतीचा परिणाम मानसिक आरोग्याशी संबंधित असंख्य गोष्टींवर पडतो. मानसिक दृष्ट्या अस्वस्थ व्यक्तीचा स्वतःकडे बघण्याचा दृष्टिकोन,अशा व्यक्तींकडे बघण्याचा समाजाचा दृष्टिकोन, मनोविकार तज्ञांकडे उपचार घेताना वाटणारा संकोच, मानसिक दृष्ट्या अस्वस्थ असणाऱ्या व्यक्तीचे लग्न ठरवताना किंवा नोकरी मिळवताना येणारे अडथळे, अशा एक ना अनेक अडचणी या समजुतीतून निर्माण होतात.

शरीरानं आजारी पडलेला माणूस जेंव्हा डॉक्टरांकडे जातो तेव्हा तो इतरांच्या नजरेतून उतरत नाही, पण मनांन आजारी पडलेल्या माणसाकडे मात्र हा समाज वेगळ्याच नजरेनं बघतो. ही बदललेली दृष्टीच त्यांचं रोजचं जगणं मुश्किल करून टाकते. अशा रूग्णांना एकीकडे आजाराला सामोरं जावं लागतं आणि दुसरीकडे समाजाशीही सामना करावा लागतो. बरे झालेले रूग्ण सुद्धा समाजाच्या अशा वागणुकीने पुन्हा निराशेच्या गर्तेत अडकतात !

ज्याला वेड लागले असे समजले जाते. त्यात बहुतांश वेळा त्या व्यक्तीचे समाजमान्य व्यवहाराविषयीचे भान गमावले जाणे, वैयक्तिक स्वच्छतेकडे दुर्लक्ष, भास व भ्रमांच्या लक्षणांमुळे विचार व वागण्यात येणारे वेगळेपण अशा स्वरूपाची लक्षणे दिसतात. सामाज्याच्या नियमांपेक्षा वेगळे वागल्यानं याला वेड लागणे असे म्हटले जाते. अशा गंभीर मनोविकाराचे प्रमाण तसं फार कमी असतं, साधारण एक टक्क्याच्या आसपास. पण समाजाच्या पातळीवर विचार करताना मोठ्या प्रमाणावर दिसून येणारे मानसिक अस्वास्थ हे सौम्य मानसिक आजार व मानसिक ताणतणाव या स्वरूपात असते. समाजात याचं प्रमाण १५ ते २० टक्के दिसून येते. यामध्ये दैनंदिन ताणतणाव, घरातल्या ताणल्या गेलेल्या संबंधांमुळं, आर्थिक ओढाताणीमुळं, शिक्षण–नोकरीच्या समस्यांमुळं किंवा इतर अनेक कारणांमुळं प्रत्येक वयातला माणूस कधी ना कधी तरी; अस्वस्थता, बैचेनी, नैराश्य, चिडचिडेपणा, निद्रानाश, चिंता–काळजी, शंका–कुशंका, त्याच त्या विचारानं हैराण होणं, अशा आणि इतर काही मानसिक तक्रारींनी ग्रासला जाऊ शकतो. मानसिक आजारातील सर्वांत मोठा भाग हा सौम्य मानसिक आजार व ताणतणावांचे प्रश्न यांनी व्यापला आहे. त्यामुळं सर्वच मानसिक आजारांना सरसकट वेड लागणे असं समजणं समाजाच्या वैचारिक घसरणीचं लक्षण आहे.

बहुतांश मानसिक आजार भले ते तीव्र स्वरूपाचे का असेनात, वेळच्या वेळी निदान व उपचार मिळाले तर ते बरे होतात. या तक्रारींसाठी डॉक्टर असतात किंवा त्यांना दाखवायचं असतं हेच बऱ्याच लोकांच्या लक्षात येत नाही. ज्यांच्या लक्षात येतं ते लोक आपल्याला वेडा ठरवतील या भितीने मानसोपचारतज्ञांकडं यायला कचरतात.

मनोविकारांचं स्वरूप त्यांची तीव्रता, त्यासाठी घ्याव्या लागणाऱ्या औषधांचा कालावधी हे सगळं स्वीकारणं लोकांना जड जातं. मधुमेह झाल्यानंतर अखेरपर्यंत औषधं घ्यावी लागतात. असं जर डॉक्टरांनी सांगितलं तर त्यांच्याकडं कुणी आश्चर्याने बघत नाही; पण तेच जर गंभीर आणि तीव्र स्वरूपाच्या मनोविकारांबाबत एखाद्या मनोविकारतज्ञानं सांगितलं तर रूग्ण आणि त्याचे नातेवाईक त्या डॉक्टराकडे वेगळ्याच नजरेनं बघतात.

आपल्या मानसिक अस्वास्थासाठी लोक कुणाकडेही जातील पण मानसोपचारतज्ज्ञांना दाखवायला त्यांना कमीपणा आणि भीती वाटते. हल्ली बाबा आणि महाराजांचं वाढलेलं प्रस्थ हे याचचं एक लक्षण आहे. मनातल्या प्रश्नांची वैज्ञानिक मार्गानं उकल आणि सोडवणूक करण्यापेक्षा अध्यात्मिक मार्गानं त्यावर उपाय शोधण्याकडे लोकांचा कल आहे.

ज्याप्रमाणे पाश्चिमात्य देशात 'बॉडी–माईंड युनिट' म्हणजेच शरीर आणि मन ही संकल्पना समोर ठेवून माणसांचा अभ्यास केला जातो, त्याप्रमाणे आपल्याकडे मनाचा आणि घडत जाणाऱ्या व्यक्तिमत्वाच्या अभ्यासाची सवय मुलांना लहानपणापासूनच लावायला हवी. शालेय जीवनात जसं मलेरिया म्हणजे काय? टायफाईड म्हणजे काय? क्षयरोग म्हणजे काय? हे सांगतात त्याप्रमाणे स्किझोफ्रेनिया म्हणजे काय? मॅनिया म्हणजे काय? डिप्रेशन म्हणजे काय? व्यक्तिमत्वदोष म्हणजे काय? किंवा व्यक्तीमत्वविकास कसा करावा? मन कसं समजावून घ्यावं? शरीराबरोबरच मनाची निगा कशी राखावी? यश–अपयशाला कसं सामोरं जावं? ताणाचा सामना कसा करावा? नाती कशी जपावीत? सामाजिक भान आणि बांधिलकी कशी जपावी? या व इतर बऱ्याच गोष्टी शालेय व महाविद्यालयीन अभ्यासक्रमात यायला हव्यात. या विषयांवर सातत्यानं कार्यशाळा आयोजित व्हायला हव्यात. या विषयांबद्दल जनमानसात सातत्यांन जागरूकता निर्माण केली गेली तर समाजातली प्रत्येक व्यक्ती मानसिकदृष्ट्या सक्षम व्हायला वेळ लागणार नाही आणि मनानं सक्षम असलेल्या माणसांचा मिळून बनलेला समाजही आपोआपच सक्षम होईल असे वाटते.

❑❑❑

CONGRATULATIONS !!!

The meritorious children of GPA members, successful in 10th, 12th and other examination.

10th Std

1) Pranav Biyani
2) Kshitija Kulkarni
3) Ajinkya Darak
4) Tejas Zine
5) Nikita Unde
6) Nirmitee Mane
7) Amey Kulkarni
8) Mohisin Tamboli
9) Tejashree Ambawale
10) Aditya Dharmadhikari

12th Std

1) Devaki Deshmukh
2) Jai Deshmukh
3) Jinal Shah
4) Kapil Kategaonkar

Other

1) Tejas Dhoot scored in 7th Std. Scholarship
2) Abhiraj Mengade Dr. Homibhaha Bal Vaidnyanik Award
3) Belgamwar Shlok International Math Olmpiyd Silver Medal and National Science Olmpiyd Gold Medal in 5th Std.

HIV: Changing from Non curable to chronic managable illness

Dr. Rupa Agarwal
9822644886

HIV, Human Immuno-deficiency virus is a very fragile virus, which doesn't tolerate any extreme change in temperature, and can be easily destroyed when it comes in contact with soap, detergent or any chemical, but when HIV infects a person causes a life long infection. Now let's look at how to keep it under control.

The CD4 count keeps going down from normal range of 800 and above by 70-100 every year approximately. Till date, ART was recommended to be started when the cd4 ct went below 200 mm^3. However, as per newer guidelines, ART medication in Governament setup is started below CD4 of 350 and in private set up practice CD4 below 500, as various studies have shown evidence that, at lower CD4 there are higher chances of other co-morbidity and hospitalization.

About ARV medicines: Anti-retro virus treatment also known as HAART- Highly Active Anti-retro-viral treatment is a combination of anti viral medicines that has proven its efficacy in keeping the infection under control for years together. It's a combination of 3 or 4 drugs from different groups. The physicians using ARVs should update themselves with various ARV drugs, their action profile, side effects and drug-drug interactions before using them.

- Group of NRTI- Nucleocide Reverse Transcription Inhibitor includes drugs like Tenofovir (TDF), Lamuvidine (3TC), Emtricitabine (FTC), Zidovudine (AZT), Abacavir (ABC) and Stavudine (D4T).
- Drugs NnRTI – Non- Nucleocide Reverse Transcriptase Inhibitor includes Nevirapine (NVP) and Efaverine (EFV).

Third group drugs Protease Inhibitor includes drugs as Atazavir, Lopinavir, Indianavir, Sequinavir and Darunavir etc.

There are other classes like Integrase Inhibitor Raltegravir, Dolutegravir and Meraveroc etc but that is beyond scope of this basic management.

WHO has given clear guidelines for ARV treatment of HIV infected cases. I have mentioned few relevant points from WHO guidelines June 2013 here.

World Health Organisation Consolidated ARV guidelines, June 2013When to start ART in adults and adolescents

Recommendations:

As a priority, ART should be initiated in all individuals with severe or advanced HIV clinical disease (WHO clinical stage 3 or 4) and individuals with CD4 count ≤350 cells/mm3

ART should be initiated in all individuals with HIV with CD4 count >350 cells/mmsup>3 and ≤ 500 cells/mmsup>3 regardless of WHO clinical stage

ART should be initiated in all individuals with HIV regardless of WHO clinical stage or CD4 cell count in the following situations:

Individuals with HIV and active TB disease

Individuals co-infected with HIV and HBV with evidence of severe chronic liver disease

Partners with HIV in sero-discordant couples should be offered ART to reduce HIV transmission to uninfected partners

When to start ART in pregnant and breastfeeding women

Recommendations:

All pregnant and breastfeeding women with HIV should initiate triple ARVs (ART), which should be maintained at least for the duration of mother-to-child transmission risk. Women meeting treatment eligibility criteria should continue lifelong ART

For programmatic and operational reasons, all pregnant and breastfeeding women with HIV should initiate ART as lifelong treatment

For women who are not eligible for ART for their own health, consideration can be given to stopping the ARV regimen after the period of mother-to-child transmission risk has ceased

First-line ART regimens for adults

Recommendations (What to start):

First-line ART should consist of two nucleoside reversetranscriptase inhibitors (NRTIs) plus a non-nucleoside reverse-transcriptase inhibitor (NNRTI).

Tenofovir TDF300 mg + Lamivudine 3TC 300mg (or Emtricitabine FTC200mg) + Efavirenz EFV 600mg as a fixed-dose combination is recommended as the preferred option to initiate ART

If TDF + 3TC (or FTC) + EFV is contraindicated or not available, one of the following options is recommended:

Zidovudine 300mg AZT + Lamivudine3TC 300mg + Efavirenz EFV 600mg

Zidovudine 300mg AZT + Lamivudine3TC 300mg + Nevirapine NVP 200mg

Tenofovir TDF300 mg + Lamivudine 3TC 300mg (or Emtricitabine FTC200mg) + Nevirapine NVP200mg

Countries should discontinue d4T use in first-line regimens because of its well-recognized metabolic toxicities

Post exposure prophylaxis: Post exposure prophylaxis is an important concept for the health care workers in HIV field. The exposure to following body fluids of HIV infected person doesn't need any kind of medication like Urine, feces, tears, saliva, Vomitus, nasal secretion. But exposure with blood, semen, vaginal fluid, CSF, amniotic fluid of HIV infected person gives clear indication for starting Preventive ART.

If PEP required to be given,a combination of 3 ART drugs should be given at the earliest possibly within 72 hrs. WHO has recommended (Tenofovir TDF300mg +Emtricitabine FTC200mg once daily)+ Raltegravir 400mg twice daily as the first preference regimn, but a combination using two NRTIs and one PI can be given. Drugs of NnRTI group i.e. EFV, or NVP should not be used. It's better to involve HIV expert physician in this process to gain max benefit of PEP.

Monitoring of HIV infected case:

Medical management includes CD4 and viral load monitoring on six monthly basis to gain good Virological and immunological control of HIV disease. Other routine lab tests like Haemogram, Urine routine, Serum Creatinine, Liver Function test, BUL, Hep B, VDRL and Lipid profiles also should be done

Once infected, the person has to live with HIV, but it's no more a death sentence. With proper medication and lifestyle counseling HIV is now a chronic manageable disease. There are certain points a family physician can discuss with the family to have a positive life with HIV infection. Physician can focus on issues like lifestyle modification; quitting all dditions/habits; planning in advance for family structure; for financial management and healthy inter-personal relation with spouse and children.

For life style modification guidance and counseling, the patient can be given number of NGO working through telephonic counseling.

❑❑❑

Discover Yourself

Dr. Dhanashree Wayal
8888810629

`Discovery - Is the act of process of achieving self knowledge. To expose right or knowledgeable of for the first time or something which requires exploration.

Many times or almost everytime we have vast general knowledge. We are in a position to explain everything in and around us. But when asked something about self, we cannot explain. This can be achieved mostly through meditation.

The aim of conducting ''Discover Yourself'' was the same to know or to understand yourself which is many times unexplored. Unless and until you know yourself you cannot understand the world around you and you cannot be called a knowledgeable person.

In todays fast world, we hardly get time to think for self. Especially children who are becoming hyperactive fall prey to stress and the demands of the external attractive world.

In those five days workshop Sarita Didi from Bramhakumaries helped these teenager children who are volatile to know themselves. First and then others. Also anger management, positive thinking, respecting their parents, food habits, proper use of electronic gadgets, how to keep away from addictions and many more topics were discussed with children.

The last day of the conducted every workshop was very interesting. Even parents participated wholeheartedly.

Expectations from both parents as well as children towards each other were exchanged as to overcome the misunderstanding between them and to establish healthy relationship between a child and his parents. This will surely help the children in forming a strong platform to achieve success in their future life.

Children responded very well and actively participated throughout the course. They understood the benefits of meditation.

Workshop concluded with a positive note. Those participated will surely imbibe positivity and cherish it in their life to become successful in their future life.

By training in meditation we create an inner space and clarity that enables us to control our mind regardless of the external circumstances. Gradually we develop mental equillibrium a balanced mind that is happy all the time rather than an unbalanced mind that oscillates between the extremes of excitement and despondency.

Looking at the benefits of meditation, in near future more and more workshops can be arranged for the benefits of patients and medical community in turn creating a healthy society.

❑❑❑

Appeal

All the GPA members must have received a demand letter of Rs. 2100/- as subscription towards BIO-MEDICAL WASTE DISPOSAL, by Pune Municipal Corporation for the year 2014-15.

This is the result of GPA's year long fight for reduction in charges.

However, we sincerely appeal you all to pay this amount in the stipulated time.

- Dr. Sunil Paigude
IPP GPA, Pune
- Dr. Chandrashekhar Bendre
Member BIO-MEDICAL WASTE DISPOSAL committee, GPA

GENERAL PRACTITIONERS ASSOCIATION, PUNE

Managing Committee

Dr. Agarwal Rupa	9822644886
Dr. Bhandwalkar Anil	9850030022
Dr. Bhondwe Avinash	9823087561
Dr. Billampelly Vivek	9822894963
Dr. Chawan Vishwajeet	9890567081
Dr. Darak Pravin	9822438001
Dr. Galinde Jagdish	9850555649
Dr. Gosavi Santosh	9822745997
Dr. Joshi Shriram	9890084567
Dr. Kadam Santaji	9225521958
Dr. Kulkarni Dilip	9423507765
Dr. Kulkarni Narendra	9822399792
Dr. Khenat Sangita	9921269414
Dr. Mahajan Prakash	9850920278
Dr. Paigude Sunil	9822032512
Dr. Patil Vijay	9850123702
Dr. Takane Vilas	9860735845
Dr. Wagh Sanjay	9890933803
Dr. Wani Sachin	9822328854
Dr. Wayal Mahesh	9822057293
Dr. Zankar Nitin	9822036566

Co-opted Members :

Dr. Sunil Bhujbal	9423052081
Dr. Rajendra Deshmukh	9822187976
Dr. Ravindra Sonar	9822682752

Special Invitee

Dr. Vijay Jagtap	9422013111
Dr. Prakash Atre	9422517555
Dr. Pramod Mule	9822475527
Dr. Prasad Ambikar	9822015574
Dr. Anil Panse	9823044757
Dr. Hillary Rodriguez	9422301180
Dr. Viraj Sonawane	9850440424
Dr. Paresh Joshi	9422310391
Dr. R. D. Pawar	9423001038
Dr. Raosaheb Zine-patil	9822374030
Dr. Dinesh Sukale	9822414505
Dr. Sandip Butala	9923303445
Dr. Sunil Jagtap	9822036736
Dr. Lilachand Choudhari	9422543399
Dr. Shirish Shepal	9422301100
Dr. Chandrashekhar Bendre	9822320116
Dr. Mushtaque Tamboli	9226428784
Dr. Vasant Chandan	9823452862
Dr. S. Akab	9823227337
Dr. Garudkar Chandrakant	9822066259
Dr. Nimbane Nitin	9822860128

Sub. Committees & Members

Office Administration Audio-Visual :

Dr. Mahesh Wayal (Chairman)	9822057293
Dr. Sangita Khenat (Co-Chairman)	9921269414
Dr. Anil Bhandwalkar	9422032291
Dr. Sunil Paigude	9822032512
Dr. Bhau Sonawane	9422037393

Sports Committee :

Dr. Anil Bhandwalkar (Chairman)	9422032291
Dr. Chandrashekhar Bendre (Co-Ch)	9822320116
Dr. Santosh Kale	9850093954
Dr. Vijay Patil	9850123702
Dr. Shriram Joshi	9890084567
Dr. Santosh Khedekar	9890155248
Dr. Bandewar Gajanan	9422089257
Dr. Chandrakant Garudkar	9822060259
Dr. Dinesh Deokar	9922907577
Dr. Pramanand Rane	9822408323
Dr. Sanjay Butala	9890913145
Dr. Vivek Billampelli	9822894963
Dr. Shailendra Rajguru	9422007808
Dr. R. D. Pawar	9423001038
Dr. Ballal Agashe	9422025273
Dr. Unde	9850026830
Dr. Arvind Jagtap	9850995742
Dr. Sachin Wani	9822328854
Dr. Dhanashree Wayal	8888810629

Scientific Committee :

Dr. Prakash Mahajan (Chairman)	9850920278
Dr. Nitin Zankar (Co-Chairman)	9822036566
Dr. Avinash Bhondwe	9823087561
Dr. Vijay Jagtap	9422013111
Dr. Shrish Shepal	9422301100
Dr. Nitin Nimbane	9822860128
Dr. Sanjay Bhagali	9822397715
Dr. Chandrakant Garudkar	9822060259
Dr. Hitesh Solanki	9422036373
Dr. Zine-patil Raosaheb	9822374030
Dr. Keshav Gujrathi	9890438220
Dr. Sachin Wani	9822328854
Dr. Mushtaque Tamboli	9226428784

Action Committee against Mob. Violence

Dr. Narendra Kulkarni (Chairman)	9822399792
Dr. Narendra Khenat (Co-Chairman)	9823425152
Dr. Rajendra Jagtap	9922343468
Dr. Raosaheb Zine-patil	9822374030
Dr. Sunil Bhujbal	9423052081
Dr. Shriram Joshi	9890084567
Dr. Dilip Kulkarni	9423507765
Dr. Sandeep Butala	9422020450
Dr. Santaji Kadam	9225521958
Dr. Rajkumar Shah	9422500666
Dr. Sunil Honrao	9422078793
Dr. Pandharkar	9850828555
Dr. Deepak Chajjed	9881464090

Cultural Committee :

Dr. Sanjay Wagh (Chairman)	9890933803
Dr. Sunil Dothre (Co-Chairman)	9860619520
Dr. N. V. Kulkarni	9822399792
Dr. Sachin Wani	9822328854
Dr. Ravindra Sonar	9822682752
Dr. Sangita Mane	9689934877
Dr. Jyoti Shinde	9881090851
Dr. Prakash Atre	9422517555
Dr. Prasad Ambikar	9822015574
Dr. Vivek Billampelli	9822328854
Dr. Vishwajeet Chavan	9890567081

Dr. Anil Bhandwalkar	9422032291
Dr. Lilachand Choudhari	9422543399
Dr. Paresh Joshi	9422310391
Dr. Amit Gandhi	9822060980
Dr. Balkrishna Kulkarni	9422010682
Dr. Priya Mengade	9860264506
Dr. Pravin Mengade	9860264507

Social Work Committee :

Dr. Chandrakant Garudka(Chairman)	9822060259
Dr. Vijay Patil (Co-Chairman)	9850123702
Dr. Ravindra Sonar	9822682752
Dr. Suresh Dhande	9405845792
Dr. Sunil Bhujbal	9423052081
Dr. Dilip Kulkarni	9423507765
Dr. Deepak Gandhi	8793346455
Dr. Nitin Nimbane	9822860128
Dr. Shrikant Belgamwar	9850011295
Dr. Chandrashekhar Bendre	9822320116
Dr. Chetan Chavan	9370222846
Dr. Prasad Ambikar	9822015574
Dr. Hemant Todkar	9823390505
Dr. Dinesh Gharge	
Dr. Sarang Jadhav	9975752050

Camp Organising Committee :

Dr. Sunil Bhujbal (Chairman)	9423052081
Dr. Keshav Gujrathi (Co-Chairman)	9890438220
Dr. Ravindra Sonar	9822682752
Dr. Suresh Dhande	9405845792
Dr. R. D. Pawar	9423001038
Dr. Belgamwar Shrikant	9850011295
Dr. Gajanan Bandewar	9422089237
Dr. Gaurav Gandhi	9503332690
Dr. Deepak Mulik	8412029922
Dr. Sancheti Rajan	9823147882

Press & Publicity Committee :

Dr. Avinash Bhondwe (Chairman)	9823087561
Dr. Rupa Agarwal (Co-Chairman)	9822644886
Dr. Vishwajeet Chavan	9890567081
Dr. Nitin Nimbane	9822860128
Dr. Narendra Khenat	9823425152
Dr. Chandrakant Garudkar	9822060259
Dr. Sanjay Butala	9890913145
Dr. Bendre Chandrashekhar	9822320116
Dr. Dake Rudra	9049000406
Dr. Sunil Bhujbal	9423052081
Dr. Rajkumar Shah	9422500666

Liaision With Satelite Associations :

Dr. Nitin Zankar (Chairman)	9822036566
Dr. Avinash Bhondwe (Co-Chairman)	9823087561
Dr. Anil Bhadwalkar	9422032291
Dr. Sachin Wani	9822328854
Dr. Jagdish Galinde	9850555649
Dr. Santosh Kale	9850093954
Dr. R. D. Pawar	9423001038
Dr. Prasad Kulkarni	9423586099
Dr. Anil Ligade	9850182884
Dr. Pankaj Baldava	9823648686

Correspondence Committee :

Dr. Sunil Bhujbal (Chairman)	9423052081
Dr. Shirish Shepal (Co-Chairman)	9422301100
Dr. Prasad Ambikar	9822015574
Dr. Anil Panse	9823044757
Dr. Hillary Rodrigues	9422301180
Dr. Sandip Butala	9422020450
Dr. Sunil Dhotre	9860619520

Medico-legal Committee :

Dr. Sunil Paigude (Chairman)	9822032512
Dr. Chandrashekhar Bendre (Co-Ch)	9822320116
Dr. Vivek Billampelli (Co-Chairman)	9822894963
Dr. Kadam Bhalachandra	9373000178
Dr. Narendra Khenat	9823425152
Dr. Mahesh Wayal	9822057293
Dr. Avinash Bhondwe	9823087561
Dr. Hillary Rodrigues	9422301180
Dr. Belgamwar Shrikant	9850011295
Dr. Dilip Kulkarni	9423507765
Dr. Indraneel Bawadekar	9822037313
Dr. Satish Dharmadhikari	9822792140
Dr. Gujar Pavan	8796100437

Gift & Mementos :

Dr Ravindra Sonar (Chairman)	9822682752
Dr. Jagtap Arvind (Co-Chairman)	9850997042
Dr. Sunil Dhotre	9860619520
Dr. Deepak Mulik	8412029922
Dr. Deepak Gandhi	8793346455
Dr. Shrikant Belgamwar	9850011295
Dr. Prasad Ambikar	9822015574
Dr. Anil Lingde	9850182884

Finance & Fund Raising Committee :

Dr. Vijay Jagtap (Chairman)	9422013111
Dr. Mahesh Wayal (Co-Chairman)	9822057293
Dr. Sunil Jagtap	9822036736
Dr. Shriram Joshi	9890084567
Dr. Rajendra Jagtap	9922343468
Dr. Narendra Khenat	9823425152
Dr. Shrish Shepal	9422301100
Dr. Dinesh Deokar	9922907577
Dr. Sandeep Butala	9923303445
Dr. Dharmendra Shah	9422008441
Dr. Rajendra Khedekar	9822870120
Dr. K.P.Shah	9850813640

Protocol Committee :

Dr. Nitin Zankar (Chairman)	9822036566
Dr. Vivek Billampelli (Co-Chairman)	9822894963
Dr. Sunil Paigude	9822032512
Dr. Hillary Rodriguez	9422301180
Dr. Prasad Ambikar	9822015574
Dr. Vijay Jagtap	9422013111
Dr. Mahesh Wayal	9822057293

Website Formation Committee :

Dr. Sunil Bhujbal (Chairman)	9423052081
Dr. Rupa Agarwal (Co-Chairman)	9822644886
Dr. Vishwajeet Chavan	9890567081
Dr. Vivek Billampelli	9822894963
Dr. Pravin Darak	9822438001

Editorial Committee :

Dr. Avinash Bhondwe (Chairman)	9823087561
Dr. Sunil Paigude (Co-Chairman)	9822032512
Dr. Anil Bhandwalkar	9422032291
Dr. Sunil Dhotre	9860619520

Constitution Committee :

Dr. Nitin Zankar (Chairman)	9822036566
Dr. Vijay Jagtap (Co-Chairman)	9422013111
Dr. Prasad Ambikar	9822015574
Dr. Hillary Rodrigues	9422301180
Dr. Sunil Paigude	9822032512
Dr. Suhas Nene	9822894963
Dr. Anil Bhandwalkar	9422032291
Dr. Avinash Bhondwe	9823087561
Dr. Anil Panse	9823044757
Dr. Mahesh Wayal	9822057293
Dr. N. V. Kulkarni	9822399792

Advisory Committee :

Dr. Pramod Mulay (Chairman)	9822475527
Dr. Sham Damle	020-24328866

Dr. Ashok Dixit	9822872969
Dr. Vijay Jagtap	9422013111
Dr. Prakash Atre	9422517555
Dr. Anil Panse	9823044757
Dr. Shrikrishna Deshpande	9420861983
Dr. Suhas Nene	9822115335

Delegate Drive Committee :

Dr. Sunil Paigude (Chairman)	9822032512
Dr. Chandrakant Garudkar (Co-Ch)	9822060259
Dr. N. V. Kulkarni	9822399792
Dr. Mushtaque Tamboli	9226428784
Dr. Darmadhikari Satish	9822792140
Dr. Desai Niranjan	9922277500
Dr. Anil Ligade	9850182884
Dr. Vijay Patil	9850123702
Dr. Gajanan Bandewar	9422089237
Dr. Ghodekar Arvind	9921008835
Dr. Shrish Shepal	9422301100
Dr. Viraj Sonawane	9850440424
Dr. Nilesh Mali	9730581413
Dr. Sameer Narkar	9422388816
Dr. Santosh Kale	9850093954
Dr. Swapnil Patil	9029757185
Dr. Pandarkar	9850828555
Dr. Anil Bhandwalkar	9422032291
Dr. Gujar Pawan	8796100437
Dr. Narendra Khenat	9823425152
Dr. Khankal	9325508085
Dr. Ahir B. N.	9922118128

Social Security Scheme :

Dr. Nitin Zankar (Chairman)	9822036566
Dr. Mahesh Wayal (Co-Chairman)	9822057293
Dr. Anil Panse (Treasurer)	9823044757
Dr. Promod Mulay	9822475527
Dr. Sham Damle	020-24328866

Nisarga Bhraman Committee :

Dr. Vivek Billampelli (Chairman)	9822894963
Dr. R. D. Pawar (Co-Chairman)	9423001038
Dr. Hanumant Pingale	9822622118
Dr. Vinod Mehta	9371045394
Dr. Chandrashekhar Bendre	9762673071

Doctor's Health Forum Committee :

Dr. Rajendra Deshmukh (Chairman)	9822187976
Dr. Shrish Shepal (Co-Chairman)	9422301100
Dr. Sunil Jagtap	9822036736
Dr. Mahesh Wayal	9822057293
Dr. Shailendra Rajguru	9422007808
Dr. Sandeep Butala	9422020450
Dr. Avinash Bhondwe	9823087561
Dr. Sachin Wani	9822328854
Dr. Sunil Jagtap	9822036736
Dr. Pravin Darak	9822438001
Dr. Prakash Atre	9422517555
Dr. Suhas Nene	9822115335
Dr. Vishwajeet Chavan	9890567081
Dr. Narendra Khenat	9823425152
Dr. Sanjay Bhagali	9822397715
Dr. Anil Bhandwalkar	9422032291
Dr. Vivek Billampelli	9822894963
Dr. Ballal Agashe	9422025273
Dr. Vasant Chandan	9823452862
Dr. Sunil Paigude	9822023512

Priyadarshani Group :

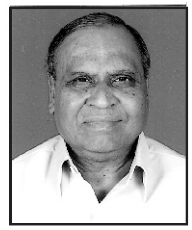
Dr. Dhanashree Wayal (President)	8888810629
Dr. Sangita Khenat (Vice-President)	9921269414
Dr. Deepa Wagh (Vice-President)	9764429564
Dr. Meena Parakh (Secretary)	9822781531
Dr. Priya Sonawane (Secretary)	9420482955
Dr. Sangita Mane (Jt.Secretary)	9689934833
Dr. Snehalata Unde (Jt.Secretary)	9850026830
Dr. Asmita Bhandwalkar	9423013584
Dr. Madhuri Zankar	9881257365
Dr. Dipali Bhujbal	9423052071
Dr. Ashwini Billampelli	9822894963
Dr. Vasundhara Mane	9850133299
Dr. Vasanti Paigude	9403932156
Dr. Smita Ghule	9922008237
Dr. Shubha Londhe	7387877045
Dr. Bharati Galinde	9921313030
Dr. Kusum Garudkar	9822060259
Dr. Vaishali Nimbane	9604141667
Dr. Jyoti Shinde	9881090851
Dr. Manisha Khedkar	9860102876
Dr. Manasi Pawar	9922945687
Dr. Dipali Mulay	9423566570
Dr. Prachi Gandhi	9822060980
Dr. Sampada Joshi	9822303180
Dr. Rajashri Kakade	9850616584
Dr. Vandana Mitkar	9881075101
Dr. Manasi Joshi	9822191436
Dr. Vandana Takane	9766826219
Dr. Sumati Sancheti	9422283740
Dr. Anuradha Agarwal	9881370964
Dr. Madhu Oswal	9890044477
Dr. Priyanka Gaikwad	9623245286
Dr. Chandrakala Jagtap	9890167961
Dr. Sunanda Agashe	9423001461
Dr. Megha Thakur	7276551193
Dr. Priya Mengade	9860264506
Dr. Swati Surana	9422088731
Dr. Vaishali Lodha	9028626191
Dr. Aprana Gosavi	9011347777
Dr. Madhuri Jogalekar	9922752917
Dr. Rupa Agarwal	9822644886
Dr. Seema Nanaware	9011296580
Dr. Snehal Khenat	9921269414
Dr. Swati Jagatap	9850798480
Dr. Deepali Chhayad	9850901713
Dr. Vibha Deshpande	9890017886
Dr. Vidya Nene	9890691976
Dr. Mulik Vaishali	9423168804
Dr. Anjali Dikshit	9422318433
Dr. Doshi Vidulata	9860182740
Dr. Kotegavkar Shailaja	9921597913
Dr. Anupama Pradeshi	9922448833
Dr. Shilapa Joshi	9822873513
Dr. Rashami Khairnar	9665540376
Dr. Avalaskar Shivani	9225521915
Dr. Avacht Leena	9881096831
Dr. Awari Anjali	9850300421
Dr. Bhehare Madhuri	9890897288
Dr. Achala Dikshit	9552189355
Dr. Bhave Ashwini	9822025280
Dr. Shalini Sarode	9822091713
Dr. Shubhada Joshi	9850044923
Dr. Seema Patil	9422088551
Dr. Rajadhaksha Priya	9822421921
Dr. Alaka Shelekari	9822194605
Dr. Gayatri Wahayalkar	9422300645
Dr. Jayashri Sonis	9422350378
Dr. Vijaya Ghogare	9422565609
Dr. Binawade Sheetal	9881508961
Dr. Swati Baedeker	9823090505
Dr. Naj Inamdar	7875680044
Dr. Anupama Gaikwad	9422022778

अभिनंदन !!!

डॉ. मधुसूदन झंवर यांना सामाजिक नेत्रसेवेत डॉक्टरेट

दिल्लीच्या विश्वकर्मा मुक्त विद्यापीठाने पुण्यातील नामवंत ज्येष्ठ नेत्रतज्ञ, पुणे नेत्रसेवा प्रतिष्ठानचे संस्थापक व अध्यक्ष डॉ. मुधसूदन झंवर यांच्या ४० वर्षाच्या प्रदीर्घ सामाजिक नेत्रसेवेच्या कार्याबद्दल त्यांना सन्माननीय डॉक्टरेट बहाल केली आहे. या विषयामधील भारतातील ते प्रथम व एकमेव डॉक्टरेट आहेत. आत्तापर्यंत अखिल भारतातील ३६ मान्यवरांना या विद्यापीठाने डॉक्टरेट बहाल केली आहे.

डॉ. झंवर यांनी पुणे व महाराष्ट्रभर २५ जिल्ह्यांतून ११०० चे वर मोफत नेत्रशिबिरे आयोजित करून लाखो गरीब रूग्णांवर उपचार केले आहेत. औषधोपचार मार्गदर्शन, चष्मे वाटप, शस्त्रक्रियेद्वारे दुर्गम, ग्रामीण व शहरी झोपडपट्टीतील रूग्णांना याचा लाभ झाला. आपली खाजगी प्रॅक्टीस सांभाळून, शनिवार/रविवार सातत्याने गुणात्मक शिबिरे व शस्त्रक्रिया हे त्यांच्या कामाचे वैशिष्ट्य आहे. ३०० मोतीबिंदु शस्त्रक्रिया शिबिरांमुळे १०,००० रूग्णांना फायदा झाला आहे. तर तिरळेपणाची वैशिष्ट्यपूर्ण शिबिरांनी महाराष्ट्राच्या २५ जिल्ह्यातून २५००० तिरळेपणा असणाऱ्या रूग्णांना मार्गदर्शन व ५००० मुलां-मुलींवर मोफत यशस्वी शस्त्रक्रिया हे त्यांच्या कामाचे आणखीन एक वैशिष्ट्य आहे. २०१०-११-१२ या ३ वर्षी लिम्का बुक ऑफ रेकॉर्ड चे पुस्तकात पुणे नेत्रसेवा प्रतिष्ठान द्वारा त्यांनी केलेल्या कामची नोंद केली आहे.



त्यांना २५ चे वर निरनिराळे पुरस्कार मिळाले असून त्यात ७ जीवनगौरव पुरस्कार आहेत. अनेक नामवंतांच्या हस्ते त्यांचा विशेष सत्कार व ३०० च्या वर सन्मान चिन्हे देण्यात आली आहेत. पुणे महापालिकेने ६१ व्या वर्षी त्यांचा मानपत्र देऊन नागरी सत्कार केला आहे. त्यांनी 'सकाळ', 'लोकमत' व 'लोकसत्ता' या वृत्तपत्रांतून तसेच इतर मासिकांमधून नेत्र आरोग्य जनजाग्रणाचे १०० चे वर लेख लिहिले आहेत. तसेच १०० चे वर व्याख्याने दिली आहेत. आकाशवाणी व दूरदर्शन वर त्यांच्या मुलाखती झाल्या आहेत. ५० नेत्रतज्ञांना नेत्रसेवेबद्दल मार्गदर्शन करून समाजसेवेकरिता प्रोत्साहित केले आहे. ते गेली २० वर्षे महाराष्ट्राच्या राज्यपालांचे मानसेवी नेत्रतज्ञ सल्लागार आहेत.

डॉ. मधुसूदन झंवर हे आपल्या जीपीएचे आजीव सदस्य आहेत. आपल्या अनेक उपक्रमात आणि कार्यक्रमात ते जातीने सहभागी होत असतात.

डॉ. मधुसूदन झंवर यांचे जीपीए परिवाराकडून विशेष हार्दिक अभिनंदन !!!

GPCON 2014

Theme : Family Practice..... with Compaction, Integration and Perfection

Organised by GPA, Pune & IMA-CGP, Pune Subfaculty

Date : 13th & 14th December 2014

Pre-conference Workshop

1st Pre-conference workshop on 16th November 2014

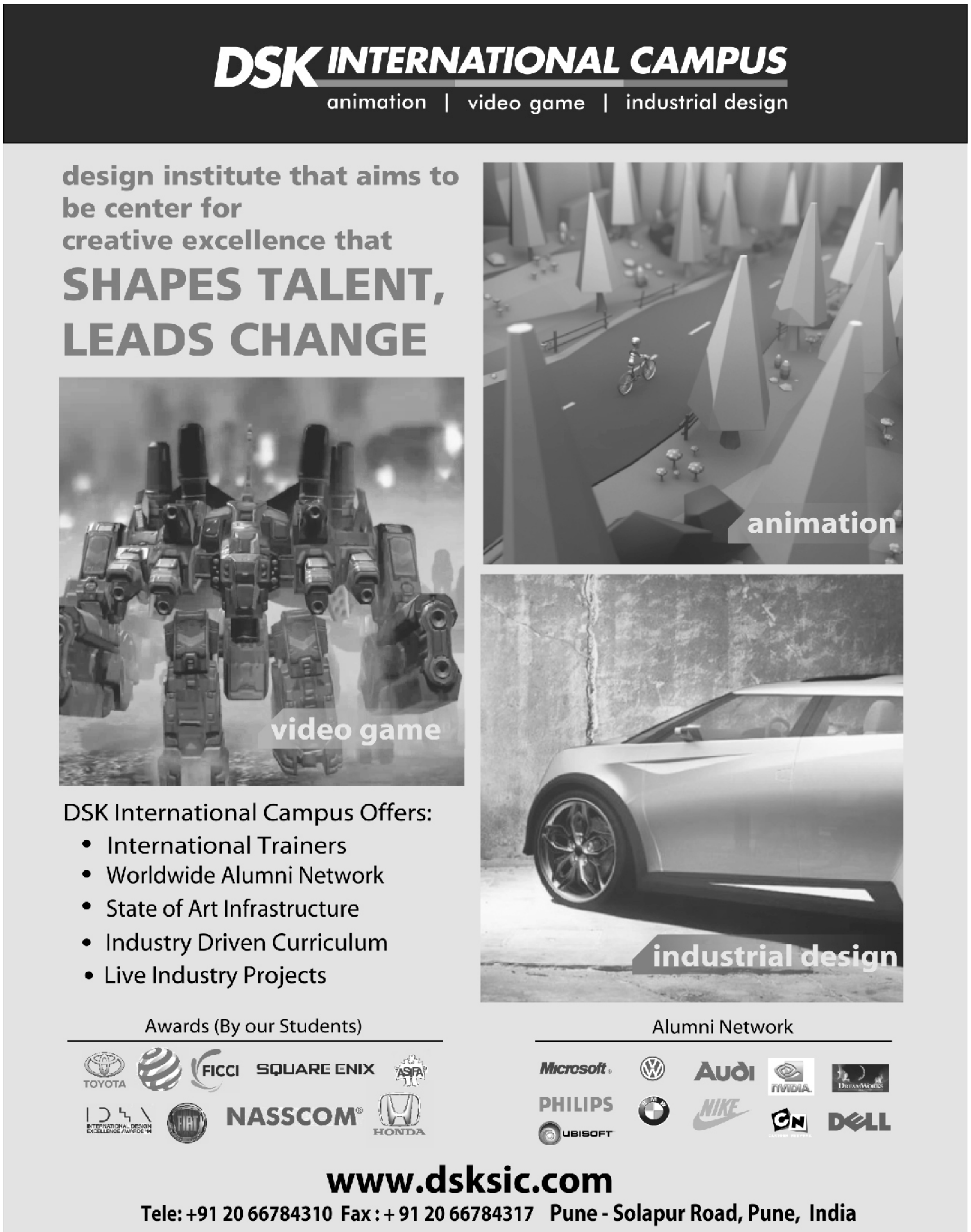
2nd Pre-conference workshop on 30th November 2014

Office Bearers of GPCON

Secretaries	**Chairman**	**Jt. Sectretaries**
Dr. Santosh Gosavi	Dr. Vilas Takane	Dr. Pravin Darak
Dr. (Mrs.) Padma Iyer	Dr. Bharati Dhorepatil	Dr. S. Z. Anwar

Treasurer

Dr. Sanjay Wagh / Dr. Prakash Marathe


DSK INTERNATIONAL CAMPUS
animation | video game | industrial design
design institute that aims to be center for creative excellence that
SHAPES TALENT, LEADS CHANGE
animation
video game
industrial design
DSK International Campus Offers:
• International Trainers
• Worldwide Alumni Network
• State of Art Infrastructure
• Industry Driven Curriculum
• Live Industry Projects
Awards (By our Students)
TOYOTA
FICCI
SQUARE ENIX
NASSCOM®
HONDA
Alumni Network
Microsoft
AUDI
PHILIPS
UBISOFT
DELL
www.dsksic.com
Tele: +91 20 66784310 Fax : + 91 20 66784317 Pune - Solapur Road, Pune, India