



GPA Pune's Newsletter

Family Physician

32nd Year

Regd. No.: MH446/2009/PUNE

April-May 2022



**Theme
Towards Holistic &
Humanetic Health**

President

Dr. Haribhau Sonawane
94220 37393

Hon. Secretaries

Dr. Sunil Bhujbal
94230 52081

Dr. Appasaheb Kakade
99223 07313

Editor

Dr. Sangita Khenat

Co-Editor

Dr. Madhuri Zankar
Dr. Manasi Pawar

PROGRAMME

GPA MEGAGPCON 2022

Date :- 12-11-2022 & 13-11-2022
Venue:- Buntara Bhavan, Baner; Pune.

MEGAGPCON Pre Conference 1 & 2

Date :- 06-11-2022

Doctor Day Celebration

Date :- 03-07-2022

GPA Office

Office No. 505, Shivai 1, Near Rashtra Seval Dal, Sinhagad Road, Parvati, Pune - 411 009. Tel.: 020-29950535
Email : gpapune@gmail.com Website : www.gpapune.org Off. Hours : 2.30 pm. to 6.30 pm. **Sunday Closed**





KOTHRUD HOSPITAL
कोथरूड हॉस्पिटल
YOUR HEALTH, OUR MISSION

HOSPITAL FACILITIES

- Fully Equipped Hospital.
- ICU With Ventilator.
- 3 Major Operation Theater With All Amenities.
- All Orthopedic Surgeries & Joint Replacement.
- Spine Surgeries.
- Laparoscopic & Endoscopic Surgeries.
- Neurosurgery.
- Gynaecology, Obstetrics & Painless Delivery Services
- Cancer Care Unit.
- Homeopathy.
- NICU & Paediatrics.
- Respiratory Medicine.
- Well Equipped Physiotherapy Department.
- Diagnostic Services : Pathology, X-ray, Sonography.



24 X 7 Services

◦ **020-29950977 / 978 / 979,**
9850954305 / 8446490436 / 9529357175

◦ S.No.81/5A/2, Plot No.2, Bhagyachintamani Nagar, Paud Road, Beside NKGSB Bank, Gadiya Estate, Kothrud, Pune - 411038

◦ 24X7 Ambulance Service.



GPA Office Bearers

President

Dr. Haribhau Sonawane
94220 37393

Imm. Past President

Dr. Shivaji Kolhe
94227 57377

Vice President

Dr. Shriram Joshi
98900 84567

Hon. Treasurer

Dr. Subhada Joshi
98500 44923

Hon. Secretaries

Dr. Sunil Bhujbal
94230 52081
Dr. Appasaheb Kakade
99223 07313

Hon. Jt. Secretaries

Dr. Sandip Nikam
94602 29966
Dr. Bhagyashri Munot-Mehta
94210 80248

Invitation

Multidisciplinary approach with Yoga day celebration

Date :- 19-6-2022
Time :- 8.00 am to 2.00pm
Venue :- Hotel President

Warkari Dindi

22-06-2022
From:-Alandi to Pune

Warkari Dindi

24-06-2022
From: Pune to Saswad

Warkari Health Check Up Camp

23-06-2022
Venue:- GPA Office Parking.
Time :- 10.00 am to 2.00pm

GPA Chess Competition

Venue:- GPA Office
Date :- 26-06-2022
Time:- 10.00 am to 5.00pm

Doctor Day Celebration

Venue:- Symbiosis Auditorium,
Date :- 03-07-2022
Time:- 8.00 am to 2.00pm



अंकातील सदर लेख हे लेखकाचे व्यक्तिगत मत असून
संपादक मंडळ त्याच्याशी सहमत असेलच असे नाही.

Scientific Committee



Dr. Mahesh Wayal
Chairman



Dr. Pravin Darak
Co-Chairman



Dr. Sangeeta Khenat
Co-Chairman



Dr. Sanjay Wagh
Co-Chairman

Committee Members

Dr Seema Patil, Dr Manasi Pawar, Dr Padmanabh Keskar, Dr Yunus Inamdar, Dr Nazima Nazir, Dr Nitin Nimbane, Dr Ashok Jain, Dr Manojkumar Yeole, Dr Rajendra Waghchaure, Dr Ajay Khutwad, Dr Lilachand Choudhary, Dr Prasad Kulkarni, Dr Prasad Sonis.

- ✓ ENT Consultation
- ✓ Allergy Test
- ✓ Hearing Test (PTA)
- ✓ Nasal Endoscopy
- ✓ Direct Laryngoscopy
- ✓ Swallowing Evaluation
- ✓ by Flexible Endoscopy
- ✓ Snoring Evaluation
- ✓ Sleep Study
- ✓ Voice Evaluation
- ✓ Hearing Evaluation
- ✓ Hearing Aid Trial
- ✓ Tinnitus Evaluation
- ✓ Vertigo Evaluation
- ✓ Speech Therapy
- ✓ Painless Ear Piercing
- ✓ Nose Piercing



ENT CLINIC
DR. KAVITA S. CHOUDHARI
M.S. (ENT)

EAR NOSE THROAT
CLINIC



Endoscopy Trolley



Snoring Treatment



Audiometry Booth

Consultant ENT Surgeon at :-
Jupiter Hospital , Vitalife Medipoint Hospital :-
First Fl., Primrose Mall, Baner Road, Baner, Pune - 411045.
☎ : 7774078893

From the President's Desk...

Dr. Haribhau Sonawane

94227 57377

Hello Dear Friends, I hope you all are well and recovered from the tough period of Covid-19.

Communicating 1st time through our 1st News Letter as a President of GPA Pune 2022-2023.

I am feeling honored, to be given this opportunity to lead this 31 years young. General Practitioner's Association as its 32nd President for the year 2022-2023.

John Quiney Adams, the sixth President of U.S.A said,

"If your actions inspire others:

- To Dream More
- To Learn More
- To Do More
- To Become More

Then you are a great leader"

- The GPA leaders who become before me, have done exactly this and I am able to inspire others; after me. So, let me thank all the past president of GPA, managing committee and the entire GPA family for trusting upon me. As 32nd President.
- GPA is an organization of family doctors for family doctors and has four main objectives.
- Academic and scientific excellence.
- Social & community betterment.
- Welfare of members through
- Sports and cultural activities

Keeping these objectives in mind the focus of this year will be clear

from the theme.

"Towards Holistic & Humanetic Health"

It is 3 H by the H i.e. my self Haribhau.

Our team shall strive for the Holistic & Humanetic Health with special attention to

scientific and technological knowledge for family doctor's. We are fortunate that, Lokmat group is, closely associate with us to strengthen our sports activities and I am glad to declare that GPA Pune has already actively participated in the Lokmat Pune Maha-marathon which was from Balewadi sports ground on Sunday 10th April, 2022, To proved your commitment to health and sports.



Hopefully, now we are through the worst phase of the Covid-19 pandemic. This pandemic has taught us a lot of lessons.

One lesson is that, both physical & mental health are important for, survival of the individual & for healthy society.

To achieve, our goal of Holistic health for all. We will be organizing mental health awareness programme & also focusing on yoga & Spirituality for our members & common public. So, we already started our programs accordingly as chair yoga session by our Priyadarshani chairman Dr. Prerana Barve online lecture on diet by Dr. Harshala Babar and online meditation by Dr. Vaishali Lodha. So, also trekking is, one activity of GPA, that lead to fitness & mental relation.

We wish to organize safe & enjoyable trekking activities, for our members.

GPA is a registered chair table trust, also we got 12A, 80G and CSR certificates and so our one of object social and community service, through health check up camps responding to natural disasters and calamities public awareness talks and camps are very much in this calendar.

We have started our work with Deccan Police



Station health checkup camp and also School health checkup camp in Arihant collage and Abraham collage.

These activities can be successful only with support from our members.

GPA is also an umbrella organization of all systems of medicine; hence we need to expand our reach, throughout Maharashtra by attaching many family physicians to our activities.

Let the GPA family grow, beyond the boundaries of our city.

लहान तोंडी मोठा घास असेल but I hope that the president, secretaries and office bearers of colleague association, also work towards our common goals and objectives.

I look forward their support in GPA activities

more than before. I would like to specially thank Warje Doctors Association my home ground and Maharashtra Homeopathic, General Practitioner's Association for their unconditional support throughout, also thanks to my idol, my inspiration and my good father Dr. P. S. Karmarkar for always guiding me.

This is not possible without strong family support and blessing from my dear parents, my in laws brother & sister.

Priya- श्री सखी राजी जयती

My better half thank you for being my back bone.

Pranav & Rujula love you.

Long Live GPA.



GPA MEGAGPCON 2022

Date :- 12-11-2022 & 13-11-2022

Venue:- Buntara Bhavan, Baner; Pune.

MEGAGPCON Pre Conference 1 & 2

Date :- 06-11-2022

**Delegate Fee Rs. 2500/- with GST till 15th October 2022
(Pre Conference and Banquet included)
Delegate Fee Rs. 2700/- with GST after 15th October 2022**

★ **ATTRACTION** ★

Essay Competition, Poster Competition, Best Clinic Competition,
Free Paper Presentation Competition, Debate, Scientific Exhibition,
Return gift for every participant, Attractive prizes in Luckdraw after every session.

Contact - Organising Secretaries

Dr. Sunil Bhujbal : 94230 52081 / Dr. Appasaheb Kakade : 99223 07313

Secretary Report

Dr. Sunil Bhujbal

94230 52081

Hello friends,

It is my great pleasure as well as honour for me to communicate with you i.e. GPA family through new newsletter as a Secretary of GPA for year 2022.

Thanks to GPA President of Dr Haribhau Sonawane & all GPA managing committee members for electing me unanimously for secretary of GPA for year 2022-23.

I will try to learn & do the newer things which will intern fulfill the expectations from this post.

April 2022

First month of our tenure

1st April 2022

Gudipadwa Puja with **Satyanarayan Mahapuja** in GPA office - 60 doctors attended this programme. Celebration of "**Gudhi Ubharu**" by GPA Priyadarshini ladies wing.

30 + Lady Drs participated in this programme.

3rd April 22

Installation ceremony programme sponsored by MJM hospital; Ghole Road, Pune at Bal Shikshan School Auditorium, Kothrud started with lamp lightening following with spiritual pray **ऐ मालीक तेरे बंदे हम** by Dr Madhuri Jogalekar related to our this years theme "Holistic & Humanetic Health."

Chief Guest **Dr Bharat Vatwani**

Psychiatrist (Ramon Magsaysay awardee) talk about the importance of unity in doctors in current senario. **Guest of honour Mr Sunjay Awate & Dr Mukund Joshi** spoke on the problems of small hospitals with need of these hospitals in current Indian senario.

Morning comedy talk by **Mr Yogesh Supekar** (Chala Hava Yevu dya)

Speakers **Dr Liza Bulsara** speach on - Unsong

Heroes- An overview of Childhood Cancer,

Dr Anukul Prasad- Common Neonatal Problems in OPD,
Dr Meenal Mehendale- Infertility and IUI.

All speakers gave very informative talk on their subject.

Chairperson were **Dr Vidyulata Doshi, Dr Siddheshwar Shinde, Dr Priya Daundkar, Dr Suhas Marne, Dr Seema Patil & Dr Dinesh Sukale.**

Felicitation of new life members were done by GPA President Dr Haribhau Sonawane & also Feliciation of Office bearers of peripheral association's were done.

230 + doctors attended this programme.

Venue, menu was superb & appreciated by maximum doctors.

7 April World health day

- Cycle rally from Rajaram bridge to Mhatre bridge via DP road and return. 25 cyclist doctors attended and flag off by Senior **PI Vishnu Tamhane**

10:00 a.m.

- Deccan Police Station health check up camp. Mr Shrikant Parandekar from Deep Lab, Karvenager helped for blood investigation.

- Dr Prashant Surana provided ECG machines. **Senior PI Muralidhar Karpe & PI Sanjay Mogle** helped lot for this & he appreciated GPA for this camp with helping to bind bond between police & doctors.

10 April 22 Sunday Lokmat Maha marathon with GPA at Balewadi Chatrapati Shivaji Maharaj stadium. morning 5:00 a.m.

180+ GPA doctors: consultants & their family





members participated this programme.

Lectures

Priyadarshini ladies wing online lectures under **Arogyam Dansampada** by

1) **Dr Prerna Barve** on Chair yoga on 15-4-2022

2) **Dr Harshala Babar** on Grishma Rututhil aahar on 27-4-22 Both lectures was with our theme.

4 May 2022

Arihant College, Bawdhan Health check up camp for students. 150+ students were checked.

Diabetic Update Series 1 - total four offline lecture in GPA office on every Wednesday Afternoon 3.30 pm. in month of May.

Speaker:- Dr Sumit Agarwal

4 May 22

Topic Maneging Diabetes part 1

Convenor:- Dr Prashant Surana

Attended by 35 + drs.

11 May

Topic:- Assessing Glycemic Control and OHAs.

Convenor :- Dr Anup Laddha.

Attended by 41 + drs.

18 May

Topci:- GLP-1 & Analogue and Insulin

Convenor :- Dr P.H. Mhaske.

Attended by 35 + drs

25 May 22

Toipic :- Complications & workshop on lifestyle modification

Convenor :- Dr Rahul Kharat

Attended by 31 + drs.

8 May online celebration of Mothers day by GPA Priyadarshini Ladies Wing.

15 May

GPA Carrom competition at GPA office

40+ drs participated.

16 May

Dr Vaishali Lodha

Online lecture on ध्यानयोगा

Attended by 40+Doctors

18 may

Evening CME

Speaker **Dr Ashwini Joshi** (Diabetilogist)

Topic :- Insulin followed by

1st Megagpcon Committee meeting at Hotel President 60+Drs attended CME & organizing meeting

20 May

Aryam College; Near Dhobighat,

Health Check Up done under GPA Social Work Committee. More than 160 students check up done.

27 May

Evening CME @ Coronet Hotel, Apte Road,

Speaker **Dr Liza Bulsara & Dr Sweta Lunkad** talked on Hematology & Bone Marrow Transplant followed by 2nd Megagpcon Organizing Committee meeting.

100+ drs attended this programme.

Thus full month busy schedule to update drs.

Let us come & join together for better future.

Long Live GPA...

Dr. Sunil Bhujbal

GPA Secretary 2022-23



म्हणोनी आपणपां विश्व देखिजे ।
आणि आपण विश्व होईजे।
ऐसे साम्यचि एक उपासिजे ॥

ज्ञानेश्वरी

Annual Secretary Report (2021-2022)

Dr. Shubhada Joshi

98500 44923

नमस्कार,

या वर्षीचा वार्षिक अहवाल आपल्यासमोर सादर करताना विशेष आनंद होत आहे. पण त्याचबरोबर थोडीशी भावनिक स्थिती पण झाली आहे, कारण सचिव म्हणून आपल्याशी ही शेवटची भेट.

सर्वप्रथम मी जीपीए सचिव डॉ. शुभदा जोशी आपणा सर्वांची मनापासून आभारी आहे कारण ह्या संपूर्ण वर्षात तुमची असलेली मोलाची साथ. वर्षात तुमची असलेली मोलाची साथ, प्रेम हे माझे पाठबळ होते.

आमच्या कामाची सुरुवात झाली तेव्हा कोरोनाची स्थिती म्हणावी तितकी भयानक नव्हती पण आपले जीवन पूर्वपद पण नव्हते. आणि म्हणून जीपीए ने सुरुवातीच्या काळात प्राधान्य दिले ते वेबिनार ना.

अनेक दिग्गज डॉक्टरांची व्याख्याने ऑनलाईन स्वरूपात झाली, तर अनेक क्रीडापटूने FIT HAI ते HIT HAI हे आपल्या व्याख्यानातून पटवून दिले. याचे सर्व श्रेय आपले जीपीए सायंटिफिक चेअरमन डॉ. महेश वायाळ व स्पोर्ट्स चेअरमन डॉ. अनिल भांडवलकर, डॉ. संतोष गोसावी यांना मेजर जनरल विक्रम डोग्रा, डॉ. कृष्णप्रकाश सर (CP) यांच्या मैत्रिचा जणू फायदाच झाला जेव्हा लगेच त्यांनी ऑनलाईन लेक्चर साठी होकार दर्शविला.

शिवधर्म न्यूज चेनेलशी आधीपासून संलग्न असल्यामुळे जीपीए मधील दिग्गज वक्ते डॉ. महेश वायाळ, डॉ. संतोष गोसावी, डॉ. विवेक बेलामपल्ली, डॉ. अनिल भांडवलकर यांची मुलाखत आणि योग्य आहार, विहार, प्रकृती यावर मोलाचा सल्ला सर्वांना मिळाला.

K2S TRECK, VOLLY BALL सारखे उत्कृष्ट नियोजनबद्ध कार्यक्रमास उत्स्फुट प्रतिसाद मिळाला.

३० वर्षापासून जीपीए फॅमिलीने पाहिलेले स्वतःच्या वास्तूचे स्वप्न ह्यावर्षी पूर्ण झाले ही मात्र कायम लक्षात राहण्यासारखी सुखद घटना.

आपल्याच जीपीए फॅमिली मधील गुरुवर्य डॉक्टरांचा सत्कार करण्याचे भाग्य आम्हाला गुरुपौर्णिमेच्या निमित्ताने लाभले.

कोरोनाच्या वातावरणामुळे नेहमीसारखी वारी जरी नाही होऊ शकली तरी खंड मात्र निश्चितच पडला नाही.

कोव्हिडच्या काळात ज्यांनी आपल्या हॉस्पिटलमध्ये कोव्हिड रूग्णांना जीवाची परवा न करता अविरत सेवा दिली अशांचा सन्मान 'डॉक्टर्स डे' च्या निमित्ताने करण्यात आला. पत्रकार भवन येथे दि. २९ ऑगस्ट रोजी Woman's Conference घेण्यात आली.

PAD Woman आणि माझी एक चांगली मैत्रीण Theresa Michel ह्या प्रमुख पाहुण्या तर API सुजाता शानमे ह्या म्हणून लाभल्या.

जीपीए साठी कायमच कार्यरत असणाऱ्या डॉ. धनश्री वायाळ यांना LADY GPA OF THE YEAR हा पुरस्कार देण्यात आला. नवीन ऑफिसचे उद्घाटन आपले ज्येष्ठ डॉ. श्याम दामले व डॉ. विजय जगताप यांच्या हस्ते झाले. हा क्षण केवळ अविस्मरणीय.

कल्चरल कमिटी म्हणजे तीन देवीचा डॉ. धनश्री, डॉ. दीपा वाघ, डॉ. अस्मिता भांडवलकर यांनी दिवाळी पहाट आणि कल्चरल प्रोग्रॅम असा काही अविस्मरणीय घडवून आणला कि सर्वांना काही काळ कोव्हिडचा जणू विसर पडला.

जीपीए चे आकर्षण असलेली विशेष कॉन्फरन्स म्हणजे MEGAGPCON.

जीपीएच्या इतिहासात पहिल्यांदाच सर्वांच्या मोलाच्या सहकार्याने पुण्याबाहेर लोणावळा येथे मस्त प्रफुल्लित वातावरणात पार पडली. दोन्ही दिवसांची सुरुवात डॉ. सलील कुलकर्णी, डॉ विजय दहीफळे अशा उत्कृष्ट वक्तेंतर्फे झाली आणि विशेष उल्लेख करावा वाटतो ते आपल्याला लाभलेले प्रमुख पाहुणे मा. पद्मश्री श्री. तात्याराव लहाने.



GOH अहमदाबादचे डॉ. यश पटेल होते. या वर्षीचा Life Time Achievement Award डॉ. नरेंद्र कुलकर्णी यांना देऊन सन्मानित करण्यात आले. ह्यामध्ये डॉ. नरेंद्र खेनट यांना सन्मान मिळाला. २ दिवसांचा जणू सोहळाच रंगला होता.

मंगळागौर, वटपौर्णिमा, गौरी गणपती स्पर्धा, Face Yoga आणि GPA MEGAGPCON मधील उत्कृष्ट Stall चे प्रियदर्शनी टीमने घेतलेले कष्ट. मनपासून धन्यवाद प्रियदर्शनी चेअरमन डॉ. वैशाली लोंढे आणि टीम.

३६५ दिवस डोळ्यासमोर आहेर पण हा सारांश.

एवढेच सांगेन मी सचिव म्हणून खऱ्या अर्थाने जगले ते केवळ तुम्हा सर्वांच्या पाठबळामुळेच.

सचिव म्हणून जरी जबाबदारी संपत असेल तरी नवीन जबाबदारी तयार आहे आणि हो मी सज्ज आहे कारण माझ्यासमोर आदर्श आहे ते सर्व MCM चा जे आज देखील कधीही जीपीए साठी आपल्या योगदानास तयार असतात.

परत एकदा जीपीए प्रेसिडेंट डॉ. शिवाजी कोल्हे, माझे सर्व पदाधिकारी, कार्यकारी मंडळातील माझे सर्व मित्र आणि माझा परिवार यांचे सहकार्य व प्रेम मिळाले आणि असेच राहणार अशी खात्री मनाशी ठेवून परत नवीन जोमाने कामाला लागते.

LOVE LIVE GPA

डॉ. शुभदा जोशी

जीपीए सेक्रेटरी २०२१-२२



GPA MEMBERSHIP Details 2022-23

Sr.no	life member Name	Contact No
1	Dr.Manojkumar Yeole	9552504077
2	Dr.Seema Sarkate	9607191171
3	Dr. Sandhya Tammewar	9975491653
4	Dr.Swapnil Pawar	9579449752
5	Dr.Anil Bhosale	9423586292
6	Dr.Shital Patil	9371032682
7	Dr. Vaibhav Vanarase	9823183261
8	Dr. Snehal Joshi	9822675556

Sr.no	Couple life member Name	Contact No
1	Dr.Mayuresh Badhe	9890118421
2	Dr.Ashiwini Badhe	9405599293
3	Dr.Rajendra Kondhare	9822681489
4	Dr Meena Kondhare	9075347484
5	Dr. Pratap Thube	9657854801
6	Dr. Ashwini Thube	9975630622

Sr.no	Annual member Name	Contact No
1	Dr.Kavita Waiture	9881046014
2	Dr.Sayali Mahamuni	9923840002
3	Dr.Chandrashekhar Narsale	9423751675

GPA News Letter Tariff 2022-2023

	1 Issue	6 Issues
Full Page – Single B/W	8,000/-	40,000/-
Half Page – B/W	5,000/-	25,000/-
Full Page Color (Middle)	10,000/-	50,000/-
Half Page Color	7,000/-	35,000/-
Cover Inner Page 2nd & 3rd	12,000/-	60,000/-
Cover Page (Back Page)	15,000/-	75,000/-
Articles	7,000/-	35,000/-

❖ GPA Life Member's full- page advertisement will get 20% concession.

Office Bearers 2022-23



Dr. Haribhau Sonawane
President



Dr. Shriram Joshi
Vice-President



Dr. Shubhada Joshi
Treasurer



Dr. Shivaji Kolhe
Imm. Past President



Dr. Sunil Bhujbal
Secretary



Dr. Appasaheb Kakade
Secretary



Dr. Sandeep Nikam
Jt. Secretary



Dr. Bhagyashri Munot-Mehta
Jt. Secretary



Gudi padhava and Satyanarayan puja in GPA office



Cycle rally on World Health Day



Cycle rally on World Health Day



Deccan Gymkhana police station health checkup camp



GPA with Lokmat mahamarrothon 10.04.2022



Lamp lighting in installation ceremony



Felicitation of Chief Guest



Installation Ceremony



Chair Yoga by Dr. Prerna Barve



Dhyana Yoga by Dr. Vaishali Lodha



Arihant College Bhavdhan
health check up camp



Dr. Liza Bulsara (CME evening lecture)



Dr. Shweta Lunkad (CME evening lecture)



Evening CME



Ariyam college Pune health check up camp.

Editorial...

Dr. Sangita Khenat
9921269414

नमस्कार

मी प्रथमच संपादक या भूमिकेतून तुमच्यासमोर माझे विचार मांडणार आहे. आपल्याशी संवाद साधताना खूप आनंद होत आहे. मला ही संधी दिल्याबद्दल जीपीए अध्यक्ष डॉ. हरीभाऊ सोनवणे व सर्व कार्यकारिणीचे मी आभार मानते.

जनरल प्रॅक्टीशनर्स असोसिएशन, पुणे या आपल्या संस्थेमध्ये ऍलोपॅथी, आयुर्वेद व होमिओपॅथी या तीन ही पॅथीचे सभासद आहेत. जीपीए गेली ३१ वर्षे सातत्याने जीपीए न्यूजलेटर काढत आली आहे. अनेक तज्ञ डॉक्टर्सचे अनेक वेगळ्या वेगळ्या विषयांवरील लिखाण आपल्या सभासदांपर्यंत पोहचवण्याचे न्यूजलेटर हे एक उत्कृष्ट माध्यम आहे. याही वर्षी एक उत्कृष्ट न्यूजलेटर काढण्याचा आमचा मानस आहे. तसेच जीपीए या संस्थेमध्ये तीन ही पॅथीचे सभासद असल्याकारणाने सर्व पॅथीचे लेख घेण्याचा विचार केला आहे

या वर्षी जीपीए कार्यकारिणीने एक चांगली थीम ठरवली आहे

Towards Holistic and Humanetic Health .

प्रत्येकाने शारीरिक व मानसिकदृष्ट्या सुदृढ असणे हे निरोगी राहण्यासाठी अत्यंत गरजेचे आहे. आपण सर्वांनी सकारात्मक दृष्टिकोन ठेवून स्वतःसाठी शरीर, मन व आत्मा या सर्वांचा सर्वांगीण विचार केला पाहिजे. यासाठी योगासन व मेडिटेशन याचा ही चांगला फायदा आपल्याला होईल. शरीर व मन सुदृढ असेल तर अनेक आजारांपासून आपले रक्षण करता येऊ शकते. मन सुदृढ असेल तर असाध्य अशा आजारांवरही आपण मात करू शकतो.

गेली दोन वर्षे कोरोनामुळे आपल्या सर्वांचीच विविध प्रकारे हानी झाली आहे. यातून आपल्याला बरेच काही शिकायला मिळाले आहे. सर्वांनी स्वतःची इम्युनिटी वाढवावी, सकस आहार घ्यावा व व्यायाम करावा आणि आरोग्य जपावे. अजूनही कोरोनाचा धोका संपलेला नाही. मंकी पॉक्स सारखे नवनवीन आजार येत आहेत. अशा वेळेस आपल्याला स्वतः बरोबरच समाजाची ही काळजी घ्यावी लागणार आहे त्या दृष्टीने आपण तयार असणे, आपले ज्ञान अद्ययावत करणे आवश्यक आहे. कोरोना काळातील

आपल्या सर्वांचे योगदान खूप मोठे आहे. त्याबद्दल आपणा सर्वांप्रती आदर व आभार व्यक्त करते.

त्यामुळेच आम्ही या वर्षीच्या न्यूजलेटर मध्ये scientific लेखांमध्ये Infertility, Infectious diseases , त्वचा विकार तसेच cosmetology, Recent Orthopedic updates या विषयांवर अनेक तज्ञ डॉक्टरांचे लेख घेण्याचे ठरवले आहे. त्याबरोबरच योग व मेडिटेशन वरील ही लेख असतील. तसेच अनेक चांगले साहित्य आपल्या वाचनात आले तर त्याचा आपल्या मनावर चांगला परिणाम झालेला दिसून येतो त्यामुळे साहित्यिकांचे व विचारवंतांचे लेख घेण्याचे ठरवले आहे.

तसेच जीपीए चे वर्षभर होणारे सर्व कार्यक्रम - Academic Sports, Cultural activity, Social activity याची माहिती. तसेच Megagpcon ची माहिती ही आपल्यापर्यंत न्यूजलेटर मधून दिली जाईल.

मला सांगण्यास आनंद व अभिमान वाटतो की या वर्षी न्यूजलेटरची जबाबदारी सर्व महिला डॉक्टर्सने घेतली आहे या वेळेस प्रथमच आपण आपल्या सभासदांसाठी २०% डिस्काउंट दिले आहे. ज्यांना आपले लेख अथवा जाहिराती द्यायच्या आहेत त्यांनी आमच्याशी संपर्क साधावा. तसेच आपल्या ओळखीचे डॉक्टर्स असतील त्यांचे लेख व जाहिराती आपण स्वीकारू.

जीपीए न्यूजलेटर कमिटी उत्तम न्यूजलेटर देण्याचा प्रयत्न करेल. तसेच काही सूचना असल्यास आमच्यापर्यंत जरूर कळवाव्यात ही विनंती.

हे न्यूजलेटर काढण्यासाठी न्यूजलेटर कमिटीचे सभासद व जीपीए कार्यकारिणीचे सहकार्य मिळाले त्याबद्दल सर्वांचे आभार.

धन्यवाद

डॉ.संगीता खेनट

९९२१२६९४१४



अध्यक्षांची ओळख

डॉ. संतोष गोसावी

9822745997

पानी रे पानी तेरा रंग कैसा
जिसमें मिला दो लगे उस जैसा
हे वर्णन ज्यांना तंतोतंत लागू होते ते माझे मित्र व जीपीए चे नवनिर्वाचित अध्यक्ष डॉ. हरिभाऊ चंद्रभान सोनावणे. यांचे मूळगाव अहमदनगर जिल्ह्यातील नेवासा तालुक्यातील शनी शिंगणापूर जवळील घोडेगांव. सरांचे प्राथमिक शिक्षण मुंडा पब्लिक स्कूल, सोनई येथे व ११-१२वी, प्रवरानगर P.U.P. येथे झाले. औरंगाबाद येथील Foster Development Medical College मधून सरांनी BHMS ची पदवी घेतली. संजीवनी हॉस्पिटल, उत्तमनगर येथे सरांनी इंटर्नशिप केली. १९९६ पासून वारजे येथे संजिवनी हॉस्पिटलमध्ये मेडीकल डायरेक्टर म्हणून कार्यरत आहेत.

सर शेतकरी कुटूंबातील. आई व वडिल शेती करतात. भाऊ एम.एस्सी. (केमिस्ट्री) उच्चशिक्षित असून शेती करतात. बहिण ही शेती करते. सर त्यांच्या कुटूंबातील व घोडेगावातील पहिले डॉक्टर. १९९९ मध्ये डॉ. प्रिया यांच्याशी विवाहबद्ध. प्रिया मॅडम बी.ए.एम.एस. असून ई.एम.एस. मध्ये सेवा देत आहेत. सरांना एक मुलगा व एक मुलगी असे चौकोनी कुटूंब.

मुगला प्रणव हा एम.बी.बी.एस दुसऱ्या वर्षाला असून मुलगी रूजूला आठवीमध्ये आहे. सर वारजे माळवाडी डॉक्टर असोसिएशनचे पास्ट प्रेसिडेंट होते.

MHGPA चे ते Founder Member व Secretary आहेत. MHGPA तर्फे अनेक आंदोलनांमध्ये सरांचा उत्स्फूर्त सहभाग होता. जसे कि - नागपूर उपोषण, मुंबई, दिल्ली व पुणे येथील महामोर्चा व पत्रकार परिषद इत्यादी.

सर २० वर्षांपासून GPAचे आजीवन सदस्य (Life Member) आहेत. २०१७ पासून च्या कार्यकारिणीतील वेगवेगळी पदे भुषवत आज अध्यक्ष पदापर्यंत येऊन पोहोचले आहेत.

आहेत. स्टेट लेव्हल बॅडमिंटन चॅम्पियन आहेत. सरांनी Crazy Runner Group तर्फे अनेक मॅरथॉन यशस्वीपणे पूर्ण केल्या आहेत. उदा. सातारा हाफ हिल मॅरथॉन. सरांनी खूप सारे Endurance Treks पण यशस्वीरित्या पूर्ण केले आहेत. KZS, अंधारवन, कळसूबाई, राजगड ते तोरणा इत्यादी.



सरांना वाचनाची खूप आवड आहे. मनोरंजन लायब्ररीतील सगळी पुस्तके त्यांची वाचून झाली आहेत. विश्वास पाटील हे त्यांचे आवडते लेखक. सर २० वर्षांपासून पुणे ते आळंदी पायी वारी करत आहेत. मला आवर्जून असा उल्लेख करावासा वाटतो तो त्यांच्या नेतृत्वगुणांचा. शनी शिंगणापूरचे वैशिष्ट्य म्हणजे तिथे दरवाजे नेहमी उघडे असतात अगदी असाच भाऊंचा मोकळा स्वभाव आहे.

He is a good listener. त्यांच्या नेहमी जिभेवर साखर व डोक्यावर बर्फ असतो. ते सर्वांना बरोबर घेऊन व पूर्ण नियोजन करून कोणतेही काम करतात. सरांचे जवळचे कॉलेजचे मित्र व रूम पार्टनर डॉ. मराठे व डॉ. जोशी यांनी त्यांच्या कॉलेज जीवनातल्या खूप काही आठवणी सांगितल्या.

पारावरच्या हॉटेल पारूला चॅलेंज करणारे आमचे भाऊ. महिनाभर रूम पार्टनर्सना पैसे पुरवणारे आमचे भाऊ, cursive लिपित उत्तरे लिहून एकझामिनरला चकवणारे आमचे भाऊ. होळीच्या रंगात रंगून डेंटिस्टला गंडवणारे भाऊ. परिक्षेत मित्रांनी घातलेल्या घोळामुळे युनिव्हर्सिटीत चकरा मारणारे भाऊ.

धन्यवाद जोशी सर व मराठे सर. असे हे आपल्या सर्वांचे लाडके भाऊ अर्थात डॉ. हरिभाऊ सोनावणे यांचे खूप खूप अभिनंदन व शुभेच्छा !



Freeze, and relax! - “Excellent Option for a Planned Pregnancy.”

Dr Amol Lunkad
82378 34121

Motherhood is a boon. But at a younger age, when career has taken precedence or if the woman isn't ready yet, it can be a hurdle. But with the body clock ticking, the potency of the female ovums, or eggs as they're called colloquially, reduces which can lead to complications in conceiving later when the woman wants to. Does that mean you **HAVE** to get pregnant early in life – between 25 and 35? No, there is a solution says DrAmolLunkad of Indira IVF. Let us understand more about the process.

Cell freezing is a technique of preserving cells by freezing, to keep them dormant and stored for later use. Freezing or Vitrification suspends all biological activity and stores cells in the same state for indefinite period – form of immortality. Currently cryopreservation or freezing is an option for females eggs, male sperms, couples embryos and ovarian tissue. Ever since 1986, healthy pregnancies are being achieved from cryopreserved gametes and embryos.

Why is egg freezing required?

The production of ovum starts at puberty, when menstrual cycle starts. Around the age of 35, the number and quality of these ovum starts to decline. At menopause, body stops producing these eggs. Lesser quantity and quality of the eggs can lead to hurdles in becoming a mother. So, eggs are taken and frozen when the woman is younger, and the eggs are plenty and of good quality to ensure that the hurdles later are overcome. This is also beneficial for those women who have medical conditions which might later mean loss of ovaries or conceiving abilities.

How is egg freezing done?

There are three main steps in the process of egg freezing. First, from nine to twelve days after menstrual cycle begins, the woman is given an injection of hormones to produce more than one ovum in the ovary and the growth of these oocytes is checked by sonography. After the growth of the ova is observed to be good, these are removed with a small needle. This process is called ovum pick up. These extracted female eggs are kept at a temperature (-196 degcelcius), which is called egg freezing. They are stored in such a way that they remain efficient for many years.



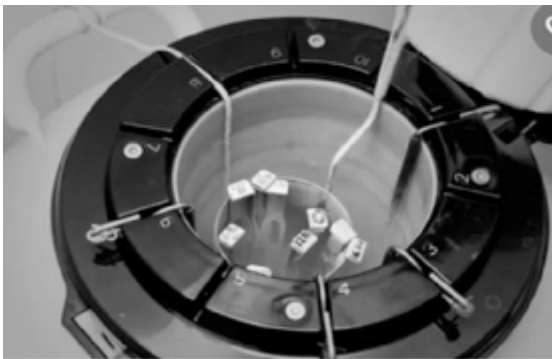
Advantages of egg freezing technology

- The plan is to conceive when women want from their own ovum aka egg. Such a pregnancy can be done even after menopause!
- Being able to conceive at any time can help prevent pregnancy and childcare from affecting their careers.
- If the woman is suffering from any ailment that could affect her ovaries and ability to create ova, she can have the eggs removed and frozen to be used later.

- Egg freezing is ideal for career women, and women with medical ailments, and can be used for future maternal happiness.

Egg Freezing is indicated in all the following reasons –

- 1) Social Egg freezing - females with delay in marriage or childbearing due to career should get their Ovarian reserve assessed by the age of 30 to 32 years of age and think of egg freezing by 33 to 36 years of age. Egg freezing can be done till 40 or 42 years of age also but earlier is better.
- 2) Medical Egg freezing – Those females who have not completed the family or are unmarried and need to undergo ovarian surgery for any reason should think of egg freezing or ovarian cortex freezing. Those females who are diagnosed with any cancer and planned for any chemotherapy or radiotherapy should also freeze the eggs prior to such treatments.
- 3) Those females who have an history of early menopause should also think of egg or embryo freezing depending on their marital status.



Liquid Nitrogen Cryopreservation tank for storing of cryopreserved sperms / eggs / embryos.
Liquid Nitrogen ensures a temperature of minus 196 degree celsius

- 4) During Assisted reproductive treatments if husband is not available or not able to give semen timely meanwhile we can freeze the eggs.

Another way, is **embryo freezing**. Embryos are formed when the woman's egg and man's sperm come together successfully. These can be frozen too instead of just the eggs. Frozen embryos can be used for the pregnancy later on after several years. So we recommend all couples undergoing IVF to freeze their extra embryos for future use.

Sperm Freezing -Even sperms can be frozen. Sperm freezing is very simple and cost effective with very good retrieval rates. Semen freezing is must in following cases –

- 1) Males who have not completed the family but requiring any scrotal surgery or orchidectomy.
- 2) Those requiring chemotherapy or radiotherapy for any cancer should be advised semen freezing prior to chemo or radio therapy.
- 3) Those males who are going into secondary testicular failure or testicular atrophy.
- 4) Those undergoing assisted reproduction and have erection or ejaculatory problems.
- 5) Husband is not going to be available during assisted reproductive treatment.

Thus to conclude cryopreservation is an advanced technique which is very safe, cost effective and beneficial. Cryopreservation has now taken a pivotal role in fertility practice. It has become a unique solution to some such problems which can't be overcome by other means. Effective cryopreservation protocol has now become an integral part of a good IVF center. INDIRA IVF provides all these cryopreservation facilities under one roof.



नवी आशा नव्या दिशा.

वैद्य दिलीप गाडगीळ, पुणे.

आज जनरल प्रॅक्टिशनर्स असोसिएशन, पुणे च्या सर्व सभासदांशी संवाद साधताना मला खूप आनंद होत आहे. मधल्या काही काळामध्ये आयुर्वेदात शुद्धवाद व मिश्रवाद यामध्ये अनेक वाद झाले आणि अनेक आयुर्वेदिक पदवीधारक मंडळी आयुर्वेदा पासून दूर गेली. अर्थात त्याला अनेक प्रकारची कारणे कारणीभूत आहेत आणि त्यात आधुनिक वैद्यकातील संशोधनातील टप्पे याचा यात मोठा सहभाग आहे. सोनोग्राफी, MRI, पेट स्कॅन अशा प्रकारच्या विविध तपासणी पद्धती येऊ लागल्या, त्यावरून होणारी निदाने आणि या सगळ्यामुळे उपचार पद्धती पूर्णपणे बदलून गेली. अशा स्थितीत फक्त काही घराणी आयुर्वेदाची, जी वारसा जपणारी होती तेवढीच आयुर्वेदामध्ये टिकून राहिली. बाकी सर्व लोक आधुनिक वैद्यकाकडे आकृष्ट झाले. त्यावेळेस बी.ए.एम.एस. अशा स्वरूपाचा अभ्यासक्रम प्रचलित होता. चांगल्या वैद्यांबरोबर ॲलोपॅथीचे शिक्षण देणारे चांगले शिक्षक होते. त्यानंतरच्या पिढ्या या आयुर्वेदाकडे पूर्णपणे पाठ फिरवलेल्या आणि केवळ आधुनिक वैद्यकाची कास धरणान्या अशा स्वरूपाच्या निर्माण झाल्या. त्यातूनच आध्यापक ही बनले आणि विद्यार्थीही आधुनिक वैद्यकाची कास धरू लागले. अशी परिस्थिती आजपर्यंत चालू आहे. या वर्गाने समाजाच्या वैद्यकाच्या मोठ्या प्रमाणात गरजा भागवल्या. खेड्यापाड्यांमध्ये जाऊन, वस्त्यांमध्ये जाऊन यांनी समाजाच्या गरजा भागवल्या पण यात आयुर्वेद कुठेच राहिला नाही आणि ही सर्व मंडळी आयुर्वेदा पासून दुरावत गेली.

दुसऱ्या बाजूला आधुनिक वैद्यक झपाट्याने संपूर्ण जगात पसरला आणि केवळ लाक्षणिक उपचारांलाच चिकित्सा अशा प्रकारचा समजला गेल्यामुळे खऱ्या अर्थाने रोग बरा होणे ही प्रक्रिया जवळपास थांबली. त्यात ही प्रयोगशालेय परिक्षणे, एक्स-रे व सोनोग्राफी यांची परिक्षणे यावरून होणारी निदाने या गोष्टी व्यवहारात प्रचलित व्हायला लागल्या. रण ही त्याच भाषेमध्ये बोलायला लागले. त्यामुळे खरं आरोग्य म्हणजे काय, आपण आरोग्य संपन्न असणे म्हणजे काय असते आणि

आरोग्य टिकवून ठेवण्यासाठी किंवा वाढवण्यासाठी काय करायला हवं या विषयीचा उहापोहच राहिला नाही. ही वस्तुस्थिती आज ही आहे.

स्वस्थवृत्त हा आयुर्वेदाचा एक महत्त्वाचा विभाग आहे. आयुर्वेदाची खरं तर दोन प्रयोजने आहेत. एक स्वस्थ वक्तीचे आरोग्य टिकवणे, वाढवणे आणि दुसरे रोगाचा परिहार करणे. रोगाचा परिहार करणे याला इतका जास्त महत्त्व प्राप्त झालं की स्वास्थ टिकवून वाढवणाऱ्या गोष्टीला काहीच किंमत राहिली नाही. एकंदरीत डॉक्टर्स मंडळीचे पण स्वतःच्या आरोग्याकडे दुर्लक्ष व्हायला लागले आणि मग जेव्हा काही जीवघेणे / जुनाट आजार निर्माण व्हायला लागले तेव्हा त्याची उत्तरे आधुनिक शास्त्रामधून मिळनाशी झाली. तेव्हा आयुर्वेदाचे महत्त्व पटू लागले परंतु क्रिटिकल केअर, अपघात ग्रस्त रुग्णांसाठी तातडीची औषधोपचार मिळायला लागले त्यामुळे Emergency साठी तर आधुनिक वैद्यकाशिवाय काही पर्याय नाही अशी भावना जनमानसात झाली आणि सर्व जनरल प्रॅक्टिशनर्सच्या मनात रूढ झाली.

दुसरीकडे शुद्ध आयुर्वेदिक वैद्यांनी धीर सोडला नाही. आयुर्वेदाचीच कास धरून राहिले. हळूहळू समाजाला आयुर्वेदाचे महत्त्व समजयला लागलं, पटायला लागले. या मंडळींनी मध्ये ही अनेक प्रकारचे रुग्ण पाहून आत्मविश्वास वाढला. आणि मग अगदी मरणासन्न अवस्थेतील रुग्ण ही यांच्याकडून चिकित्सले जाऊ लागले.

आज आयुर्वेद हा केवळ भारतापुरता राहिलेला नाही तर परदेशामध्येही आयुर्वेदाची वाढ होत राहिली आणि मग lifestyle हा शब्द रूढ झाला आणि त्याला योगाची जोड मिळाली. आयुर्वेद आणि योग अशा दोन्ही पद्धती संपूर्ण जगभरामध्ये विस्तार पावू लागल्या. हळूहळू लोकांना जाणीव होऊ लागली की आयुर्वेद हेच खरं आरोग्य टिकवण्याचे शास्त्र आहे. त्याचा आपण उपयोग केल्यास आपण आरोग्य संपन्न



राहू शकू आणि कोणत्याही प्रकारच्या आजारावर ही मात करू.

आधुनिक शास्त्र केवळ दोन अडीचशे वर्षे जुने आहे. तर आयुर्वेद हजारो वर्षे आपले अस्तित्व टिकवून आहे. यातच त्यांचे शाश्वत आणि शास्त्रीयत्व आहे या गोष्टी समजून घेतल्या पाहिजे आणि म्हणूनच आता जनमानसाचा व विद्यार्थ्यांचा ही ओढा वाढलेला दिसून येतो आहे. तसेच शुध्द आयुर्वेद प्रॅक्टिस करणारांची संख्या दिवसेंदिवस वाढत आहे. तेव्हा आयुर्वेदाला आता जास्त चांगले दिवस यायला लागले आहेत. आधुनिक वैद्यकामध्ये उपचार होऊ शकत नाहीत अशी जेव्हा परिस्थिती येते तेव्हा रुग्णाला दुसरा कुठलाच मार्ग राहत नाही तेव्हा आयुर्वेद किंवा होमिओपॅथीच्या डॉक्टर्सकडे रुग्ण जातात. त्यातून त्यांना चांगल्या स्वरूपाचा अनुभव येतो त्यातून ते दुसऱ्या रुग्णांना सल्ला द्यायला लागतात. अश्या प्रकारे आयुर्वेदा कडे लोक जोडले जातात.जेव्हा आपण आयुर्वेदाची प्रॅक्टिस करतो तेव्हा खूप आव्हानात्मक केसेस येतात आणि अशा प्रकारच्या केसेस सोडवता आल्या तर त्यापासून मिळणारं समाधान खूप वरच्या दर्जाचे असते. नुसते सर्दी, खोकला, ताप असेल रुग्ण बरे करण्यापेक्षा किडनी, मधुमेह, कॅन्सर अशा प्रकारच्या केसेस हाताळू शकलो तर रुग्णांचे किमानपक्षी जीवनमान सुधारले, आयुष्यमान वाढले तरीसुद्धा खूप समाधान मिळू शकेल. त्यामुळे आता पुन्हा एकदा गरज आहे ती आयुर्वेद समजण्याची व ते अंमलात आणण्याची.

जे बी.ए.एम.एस चे विद्यार्थी आहेत, त्यांना माझी कळकळीची विनंती आहे की तुम्हाला जसा, ज्या प्रमाणात आयुर्वेद कळतो, तसा तो प्रॅक्टिसमध्ये उतरवण्याचा प्रयत्न करा. भले तुमची प्रॅक्टिस सुरू करून तुम्हाला दहा पंधरा वर्षे झालेली असली तरीसुद्धा शिकण्याला वय नसते. आपण आजन्म विद्यार्थी असतो आणि जसे जमले तसे ज्ञान गोळा करावे आणि ते व्यवहारात आणण्याचा प्रयत्न करावा.

आयुर्वेदाचे संपूर्ण तत्वज्ञान हे जीवनशैलीशी निगडीत आहे. गेल्या ५०- ६० वर्षांपूर्वी आपल्या जीवनशैलीमध्ये आमूलाग्र बदल झाले

आहेत. आपण किती आणि कशा स्वरूपात बदलत गेलो याचा अंदाजच आपल्याला आला नाही. अयोग्य जीवनशैलीमध्ये अयोग्य आहार पद्धतीमुळे अनेक प्रकारचे आजार उद्भवत आहेत .

आणि पहिली गोष्ट अशी की, त्या आपल्याला जीवन शैलीच्या बदलाची जाणीव व्हायला हवी आणि आरोग्यसंपन्न जीवनशैली आपल्याला स्वतःला कशी जगता येईल, आपल्या कुटुंबीयांना कशी जगता येईल म्हणून प्रयत्न व्हायला हवेत. आम्ही कोकणामध्ये एक workshop आयुर्वेदिक वैद्यांसाठी घेतला होता आणि यासाठी जिंदाल कंपनी काम करते. त्याचा आम्ही सर्व जनरल प्रॅक्टिशनर्ससाठी, आयुर्वेदिक जीवनशैली साठी हा workshop घेतला. सर्वांना त्याचा खूप चांगला फायदा झाला.

आपल्याला बदल घडवायला हवा तर तो स्वतःपासून घडायला हवा यासाठी स्वतःची मानसिकता बदलणे गरजेचे आहे. आपण स्वतः ठरवले तरच बदल घडणे शक्य आहे. बदल घडवणे असे म्हणलं तर सोपा आहे आणि तसं म्हणलं तर हे घडणे अवघड आहे. जसे पहाटे उठणे गरजेचे आहे. आयुर्वेदामध्ये सांगितल्याप्रमाणे ब्राह्म मुहूर्तावर उठणे म्हणजे सूर्योदयापूर्वी दीड तास उठणे असा आहे. निदान सूर्योदयाच्या पूर्वी १५ मिनिटे तरी उठायला पाहिजे. त्यानंतर योग व व्यायाम करायला हवा. पहाटे लवकर उठायचा असेल तर जेवण लवकर घ्यायला पाहिजे. रात्री लवकर झोपायला पाहिजे. यामध्ये घरचं अन्न खायला हवं. अशा प्रकारचे सेंद्रिय किंवा नैसर्गिक अशा स्वरूपाचे खायला-प्यायला पाहिजे. या सगळ्या गोष्टी पुण्यासारख्या ठिकाणी उपलब्ध आहेत. व्यायाम करणारे लोक आहेत. त्यांच्या कडून या गोष्टी शिकू शकतो.

ह्या गोष्टी करण्यास सुरुवात केल्या तरी सुद्धा खूप फरक पडायला लागेल. आपल्याला स्वतःला आरोग्याच्या अनुभूती यायला लागेल. जितका चांगल्या प्रकारे आयुर्वेद आम्हाला कळेल तितकाच प्रॅक्टिस मध्ये त्याचे चांगले फायदे होतील आणि मग हळूहळू आपल्यामध्ये परिवर्तन घडेल.





GENERAL PRACTITIONERS ASSOCIATION, PUNE

Managing Committee

Dr. Haribhau Sonawane (P)	9422037393	Dr. Anil Bhandwalkar	9850030022	Dr. Mahesh Woyal	9822057293
Dr. Shriram Joshi (VP)	9890084567	Dr. Pravin Darak	9822438001	Dr. Rajesh Doshi	9822108969
Dr. Shubhada Joshi (T)	9850044923	Dr. Santosh Gosavi	9822745997	Dr. Santosh Khedkar	9890155248
Dr. Shivaji Kolhe (IPP)	9422757377	Dr. N.V. Kulkarni	9822399792	Dr. Deepak Gandhi	9850813639
Dr. Sunil Bhujbal (S)	9423052081	Dr. Sangita Khenat	9921269414	Dr. Mangesh Khataavkar	9822106477
Dr. Appasaheb Kakade (S)	9922307313	Dr. Ganesh Nimbalkar	9860049991		
Dr. Sandeep Nikam (Jt. S.)	9960229966	Dr. Vijay Patil	9850123702		
Dr. Bhagyashri Munot-Mehta	9421080248	Dr. Sunil Paigude	9423002016		

Co-opted Members

Dr. Rajesh Dalvi	9890777541	Dr. Mangesh Wagh	8888099988
Dr. Suhas Marne	9850965976	Dr. Pradip Nanaware	9822186805

Sub. Committees & Members

Scientific Committee		Dr. Balasaheb Bhojane	8087537357	Office Administrative Committee	
Dr. Mahesh Woyal (C)	9822057293	Dr. Payal Karkhile	8999620621	Dr. Anil Bhandwalkar (C)	9850030022
Dr. Pravin Darak (CC)	9822438001	Dr. Satish Dharmadhikari	9762729809	Dr. Pravin Darak (CC)	9822438001
Dr. Sanjay Wagh (CC)	9890933803	Dr. Vikas Misal	8600618898	Dr. Viduyata Doshi (CC)	9834763054
Dr. Sangita Khenat (CC)	9921269414	Dr. Vaishali Mulik	9423168804	Dr. Deepak Gandhi	9850813639
Dr. Seema Patil	9422319985	Dr. Mahesh Woyal	9822057293	Dr. Sanjay Wagh	9890933803
Dr. Manasi Pawar	9922945687	Dr. Sanjay Wagh	9890933803	Dr. Santosh Khedkar	9890155248
Dr. Padmanabh Keskar	9762258650	Dr. Rupa Agrawal	9822644886	Dr. Kirti Bhati	9423010166
Dr. Yunus Inamdar	9881177885	Dr. Vijay Patil	9850123702	Dr. Vishwjeet Chavan	9423233980
Dr. Nazima Nazir	9325478588	Editorial Committee		Protocol Committee	
Dr. Nitin Nimbane	9822860128	Dr. Sangita Khenat (C)	9921269414	Dr. Nitin Zankar (C)	9822036566
Dr. Ashok Jain	9767676737	Dr. Madhuri Zankar (CC)	9881257365	Dr. Sunil Paigude (CC)	9423002016
Dr. Manojkumar Yeole	9552504077	Dr. Manasi Pawar (CC)	9922945687	Dr. Vivek Billampelly	9822894963
Dr. Rajendra Waghchaure	9822342712	Dr. Kanchan Khairatkar	8888815789	Dr. N.V. Kulkarni	9822399792
Dr. Ajay Khutwad	9822187211	Dr. Prasad Kulkarni	9423586099	Dr. Santosh Gosavi	9822745997
Dr. Lilachand Choudhary	9422543399	Dr. Shital Kolhe	7588029628	Dr. Mahesh Woyal	9822057293
Dr. Prasad Kulkarni	9423586099	Dr. Sampada Joshi	9422303180	Constitution Committee	
Dr. Prasad Sonis	9422350378	Dr. Madhuri Pawar	8275066599	Dr. Vivek Billampelly (C)	8796283854
Sports Committee		Dr. Neeta Gundecha	9420480567	Dr. N.V. Kulkarni (CC)	9822399792
Dr. Santosh Gosavi (C)	9822745997	Advisory Committee		Dr. Santosh Gosavi (CC)	9822745997
Dr. Shital Kolhe (CC)	7588029628	Dr. Mahesh Woyal	9822057293	Dr. Indraneel Bhawadekar	9822037313
Dr. Sanjay Butala	9890913145	Dr. Vivek Billampelly	9822894963	Dr. Anil Bhosale	9423586292
Dr. Jitendra Walture	9822113346	Dr. N.V. Kulkarni	9822399792	Dr. Dilip Gaikwad	9422505394
Dr. Rajguru Shailendra	9422007808	Dr. Sunil Paigude	9423002016	Delegate Drive	
Dr. P.H. Mhaske	9850958837	Dr. Anil Bhandwalkar	9850030022	Dr. Narendra Khenat (C)	9823425152
Dr. Swapnali Wadekar	9665261457	Dr. Prakash Mahajan	9371027810	Dr. Rajesh Dalvi (CC)	9890777541
Dr. Priya Doundkar	9922146452	Dr. Vijay Jagtap	8888873310	Dr. Suhas Marne (CC)	9850965976
Dr. Kushal Mahajan	7709090403	Dr. Nitin Zankar	9822036566	Dr. Mangesh Wagh (CC)	8888099988
Dr. Sunil Aambore	9822062263	Dr. Sanjay Wagh	9890933803	Dr. Pradeep Nanaware (CC)	9822186805
Dr. Amit Gandhi	9673381146	Dr. Sangita Khenat	9921269414	Dr. Shivaji Deokar	9822406942
Dr. Ajinkya Tapkir	9730004694			Dr. Sanjay Butala	9890913145



Dr Jitendra Walture	9822113346
Dr Anil Lingade	9850182884
Dr Dinesh Deokar	9922907577
Dr Shantanu Jagdale	9011916607
Dr Milind Patil	9422088551
Dr Satish Tadwalkar	9371019262
Dr Vidyut Patel	9850090565
Dr Rajendra Bhati	9423009678
Dr Prashant Doundkar	9850498075
Dr Ravindra Katkar	9822052621
Dr Manohar Deshpande	9422010714
Dr Manoj Deshpande	9422068682

Cultural Committee

Dr Deepa Wagh (C)	9764429564
Dr Rajashree kakade (C)	9850616584
Dr Pradeep Nanaware (CC)	9822186805
Dr Mahesh Wayal	9822057293
Dr Nisha Shah	9823060575
Dr Mangesh Khatavkar	9822106477
Dr Shekar Yedje	9922313031
Dr Shirish Shepal	9921147283
Dr Shantanu Kulkarni	9370335529
Dr Shubha Londe	7387877045

Gift & Memento Committee

Dr Dipak Gandhi (C)	9850813639
Dr Keshav Gujrathi (C)	9890438220
Dr Ganesh Nimbalkar (CC)	9860049991
Dr Aswari Patil	8308844174
Dr Pavan Gujar	9175115826
Dr Anil Bhosale	9423586292
Dr Satej Kothawade	8421905660
Dr. Sachin Gandhi	9822074770

Correspondence Committee

Dr Sunil Bhujbal (C)	9423052081
Dr Appasaheb Kakade (C)	9922307313
Dr Zine Patil (CC)	9822374030
Dr Shrikant Belgamwar (CC)	9850011295
Dr Shekhar Yedje	9922313031

Press & Publicity Committee

Dr Sanjay Butala (C)	9890913145
Dr Sunil Bhujbal	9423052081
Dr Appasaheb Kakade	9922307313

Doctor's Forum Committee

Dr. Sunil K Paigude (C)	9822032512
Dr Vivek Billampelly (CC)	9822894963
Dr Narendra Khenat (CC)	9823425152
Dr Shriram Joshi	9890084567
Dr Mangesh Wagh	8888099988
Dr Dipak Mulik	8412029922
Dr Rajendra Deshmukh	9822187976
Dr Gajanan Bandewar	9422089237

Medicolegal Committee

Dr Narendra Khenat (C)	9823425152
------------------------	------------

Dr Indranil Bawadekar (C)	9822037313
Dr Prasad Ambikar	9822015574
Dr Vivek Billampally	9822894963
Dr. Prashant Surana	9423508031

Website Committee

Dr Rupa Agrawal (C)	9822644886
Dr. Sharmila Shinde (CC)	8805588046
Dr Santosh Gosavi	9822745997
Dr Prerna Barve	9421056520

Catering Committee

Dr Mangesh Khatavkar	9822106477
Dr Appasaheb Kakade	9922307313
Dr Mahesh Wayal	9822057293

Funds & Finance Committee

Dr Pravin Darak (C)	9822438001
Dr Prakash Mahajan (CC)	9371027810
Dr Sunil Jagtap	9822036736
Dr Sandip Butala	9923303445
Dr Sambhaji Karande	9822518726
Dr Rajendra Khedkar	9822870120
Dr Smita Ghule	9922008237
Dr Suryakant Mane	9850800870
Dr Girish Kamat	9422002400
Dr Zine Patil	9822374030

Trek Committee

Dr R.D Pawar (C)	9423001038
Dr Vidyulata Doshi (C)	9860182740
Dr Aswari Patil (CC)	8308844174
Dr. Priya Sonawane	7020444097
Dr Rahul Kharat	8087593548
Dr Santosh Kale	9850093954
Dr Priyanka Kakade	9890138770
Dr Sachin Wani	9822328854
Dr Sangram Indore	9890820867
Dr Sandip Nikam	9960229966
Dr Nandkumar Bhutada	9822333770
Dr Pradnya Sapkal	8380918902

MMC Committee

Dr Prakash Mahajan (C)	9371027810
Dr Vivek Billampelly (C)	9822894963
Dr Prakash Marathe (CC)	9823071292
Dr. Amol Rajhans (CC)	9881141395
Dr Jagdish Galinde	9850555649
Dr Santosh Gosavi	9822745997
Dr Suryakant Mane	9850800870
Dr Sonali Bhojane	9881260533
Dr Bhagyshree Munot	9421080248
Dr Sandip Nikam	9960229966
Dr Shrirang Bari	9422310806

GPA Priyadarshani

Dr Dhanashree Wayal (M)	8888810629
Dr Prerana Barve (C)	9421056520
Dr Manisha Khedkar (CC)	9860102876

Dr Rashmi Khairnar (CC)	7030179704
Dr Smita Dongre (sec)	8308820604
Dr Amruta Mahajan (sec)	8766546574
Dr Neeta Nikam (Jt. Sec)	9860229966
Dr Harshala Babar (Jt. Sec)	9860186444

12A, 80G, CSR Committee

Dr Santosh Gosavi (C)	9822745997
Dr Rajesh Doshi (CC)	9822108969
Dr Dipali Bhujbal (CC)	9423052071
Dr Amol Rajhans	9881141395
Dr Naresh Lodha	9890490225

Social Work Committee

Dr Sanjay Wagh (C)	9890933803
Dr K.V Gujrathi (CC)	9890438220
Dr Santosh Khedkar (CC)	9890155248
Dr Bhalchandra Kadam (CC)	9373000178
Dr Abhay Patil	9822653529
Dr Asawari Patil	8308844174
Dr Santosh Kavitke	9850204402
Dr Premnand Rane	7387893435
Dr Yunus Inamdar	9881177885
Dr Naz Inamdar	9881270703
Dr Vidyulata Doshi	9860182740
Dr Sandya Tammewar	9975491653
Dr Sachin Gandhi	9822074770
Dr Abhay Sonawane	9890061525
Dr Gourav Gandhi	9503332690
Dr Dhanajay Shendkar	8149253566

GPA Senior Citizen Club

Dr Vijay Patil (C)	9850123702
Dr Suhas Diwakar(C)	9011031262
Dr Satish Tadwalkar	9371019262
Dr Anil Vhora	9822061731
Dr Balkrushana Kulkarni	9422010682
Dr. Dinesh Bhogale	8263985179
Dr. Minal Pawar	9860680955
Dr. Madhuri Jogalekar	9922752917

GPA Legal Document Committee & Renuation

Dr N.V. Kulkarni (C)	9822399792
Dr Nitin Zankar (CC)	9822036566
Dr Santosh Gosavi (CC)	9822745997

GPA Doctors Dindhi

Dr P. H. Mhaske (C)	9850958837
Dr R D Pawar (CC)	9423001038
Dr Pavan Gujar (CC)	9175115826
Dr. Santosh Gosavi	9822745997
Dr. Sunil Paigude	9423002016
Dr. Sanjay Wagh	9890933803
Dr. Vivek Billampelly	9822894963
Dr. Priya Sonawane	7020444097
Dr. Sunil Dhotre	9860619520
Dr. Vidyulata Doshi	9860182740
Dr. Sanjay Butala	9890913145



Diabetic update series afternoon lecture - 1



Diabetic update series afternoon lecture - 2



Carrom Competition



Evening CME by Dr. Ashwini Joshi



Diabetic update series afternoon lecture - 3



Diabetic update series afternoon lecture - 4



Health check up camp at Arihant College, Bavdhan



ग्रीष्म ऋतुतील आहार



Afternoon CME

From :
General Practitioners' Association, Pune
Office No. 505, Shivai 1, Near Rashtra Seva Dal,
Sinhagad Road, Parvati, Pune - 411 009.

This Pune Family Physician has been published by GPA - Pune. At Office No. 505, Shivai 1, Near Rashtra Seva Dal, Sinhagad Road, Parvati, Pune - 411 009. The Editorial Board does not accept the responsibility of the opinions expressed in various articles. "For Private Circulation only. Printed at Yash Enterprises, Pune