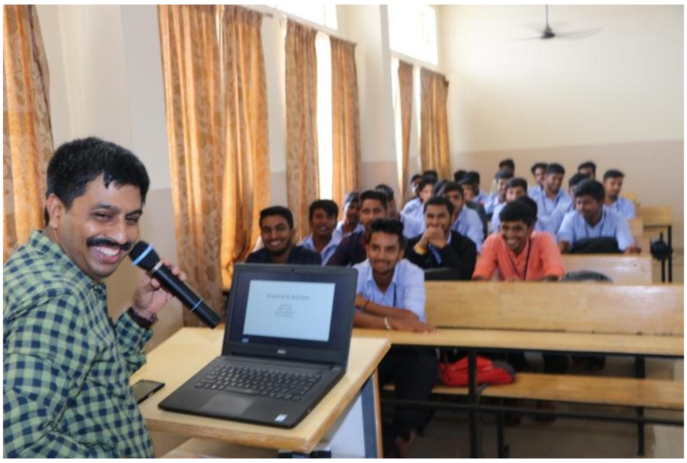
Vidyavardhaka Sangha (R)
Vidyavardhaka First Grade College,
Sheshadri Iyer Road, Mysuru
ವಿಶೇಷ ಉಪನ್ಯಾಸ ಮಾಲೆ : 2019-20
ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸೇವಾ ಯೋಜನಾ ಘಟಕ
ಪೋಷನ್ ಅಭಿಯಾನ್ ಜನ ಆಂದೋಲನ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ
ವಿಷಯ: "ಪೌಷ್ಠಿಕಾಂಶ, ರಕ್ತ ಹೀನತೆ ಹಾಗೂ ನೈರ್ಮಲ್ಯತೆ"
ಉಪನ್ಯಾಸಕರು
ಡಾ. ಯೋಗೇಶ್ ಆರ್
ಸೀನಿಯರ್ ಕ್ಯಾಷುಯಾಲ್ಟಿ ಮೆಡಿಕಲ್ ಆಫೀಸರ್ ಅಪಘಾತ
ಮತ್ತು ತುರ್ತುಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಭಾಗ, ಕೃಷ್ಣರಾಜೇಂದ್ರ ಆಸ್ಪತ್ರೆ,
ಮೈಸೂರು
ಪ್ರೊ. ಸತೀಶ್.ಟಿ
ರಾ.ಸೇ.ಯೋ. ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಾಧಿಕಾರಿ
ಡಾ.ಎಸ್.ಮರೀಗೌಡ,
ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರು
ರಾ.ಸೇ.ಯೋ. ಸ್ವಯಂ ಸೇವಕರು, ಬೋಧನಾಂಗ, ಕಾರ್ಯಾಂಗ ಹಾಗೂ
ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಮಿತ್ರರು
ದಿನಾಂಕ:30.09.2019
ಸ್ಥಳ: ಕೊಠಡಿ ಸಂಖ್ಯೆ – ಲೆಕ್ಚರ್ ಹಾಲ್ 2
ಸೋಮವಾರ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11.30 ಗಂಟೆಗೆ

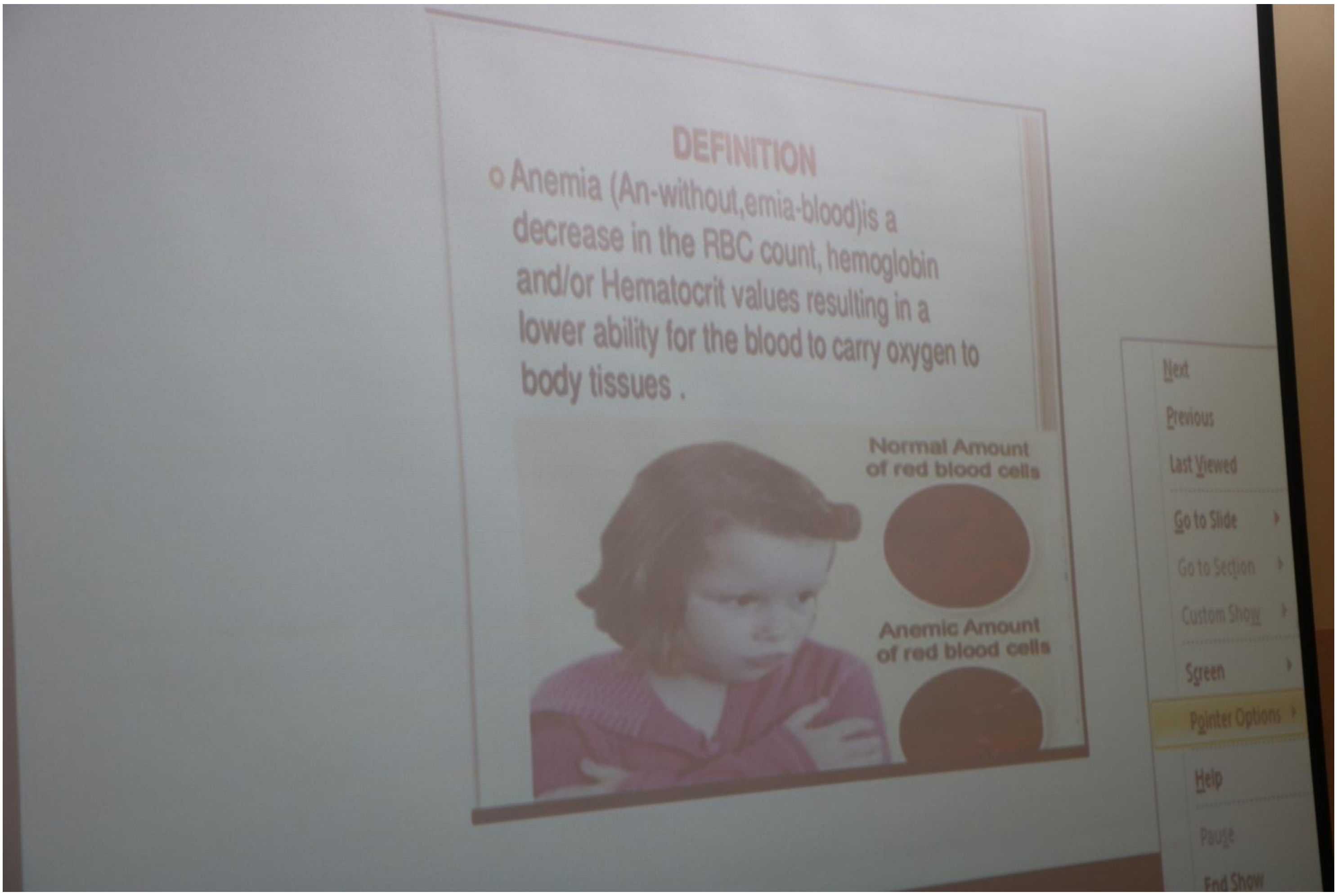
ಡಾ.ಎಸ್.ಮರೀಗೌಡ
ಡಾ.ಯೋಗೇಶ್.ಆರ್
ಪ್ರೊ.ಸತೀಶ್.ಟಿ

Vidyavardhaka First Grade College, Mysuru – Events, Special Talks, Seminars and Activities page

Vidyavardhaka First Grade College, Mysuru – Events, Special Talks, Seminars and Activities page



Vidyavardhaka First Grade College, Mysuru – Events, Special Talks, Seminars and Activities page



Report

"**Anemia is a major killer in India**."

Dr. Yogeesh R

Statistics reveal that every Indian women is anemic agitated Dr Yogeesh R, MBBS, CCEBDM, Casualty medical officer, Department of accidents and Emergency, K R Hospital Mysore in his special lecture series "**Nutrition, Anemia and Hygiene"** conducted by the National Service Scheme wing of Vidyavardhaka First Grade college on 30th of September 2019.

Speaking on the occasion, he elaborately discussed about the classifications of Anemia and told that every man should have at least 5 to 6 liters of blood. If the number of blood cells is less than 12 it would lead to anemia which can have a negative impact on health. Emphasizing on the topic he told that Anemia is caused when the nutrient content is low in vitamin D and iron. He expressed his views on how Government is therefore offering free anemic pills to all the children under the age of 19. Similarly he gave a call to the students for a healthier society which could be established by consumption of more and more greens and vegetables.

Dr S.MariGowda, the principal of the college, Prof. Satish T, Planning officer of NSS, students and other faculty were also present on the occasion.

Report in Kannada

ಜಗತ್ತಿನ ಅತೀ ದೊಡ್ಡ ಶತ್ರು ಕುಪೋಷಣೆ

ಇಂದು ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ತಾಯಂದಿರು ರಕ್ತಹೀನತೆ ಎಂದರೆ ಅನೀಮಿಯದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಕೃಷ್ಣ ರಾಜೇಂದ್ರ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಸೀನಿಯರ್ ಕ್ಯಾಷುಯಾಲ್ಟಿ ಮೆಡಿಕಲ್ ಆಫೀಸರ್, ಅಪಘಾತ ಮತ್ತು ತುರ್ತುಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಭಾಗದ ಡಾ. ಯೋಗೇಶ್.ಆರ್ ರವರು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಪಟ್ಟರು.

ನಗರದ ವಿದ್ಯಾವರ್ಧಕ ಪ್ರಥಮ ದರ್ಜೆ ಕಾಲೇಜಿನಲ್ಲಿ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸೇವಾ ಯೋಜನಾ ಘಟಕದ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಪೋಷಣ್ ಅಭಿಯಾನ್ ಜನ ಆಂದೋಲನ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಅಂಗವಾಗಿ ಏರ್ಪಡಿಸಿದ ವಿಶೇಷ ಉಪನ್ಯಾಸ ಮಾಲೆ, ಪೌಷ್ಠಿಕಾಂಶ, ರಕ್ತಹೀನತೆ ಹಾಗು ನೈರ್ಮಲ್ಯತೆ ಎಂಬ ವಿಷಯದ ಕುರಿತು ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದರು.

ಪ್ರತಿ ಆರೋಗ್ಯವಂತ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ೫ ರಿಂದ ೬ ಲೀಟರ್ ರಕ್ತ ಇರಬೇಕು ಹಾಗೆಯೇ ರಕ್ತ ಕಣಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ೧೨ ಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆಯಿದ್ದರೆ ಅದು ಅನೀಮಿಯ ಅಥವಾ ರಕಹೀನತೆ ಎಂದಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಕೆಂಪು ರಕ್ತ ಕಣಗಳು ಸದೃಢವಾಗಿರಬೇಕು.

ಪೌಷ್ಠಿಕಾಂಶದ ಅಂಶಗಳು ವಿಟಮಿನ್ ಬಿ ಅಂಶ, ಕಬ್ಬಿಣದ ಅಂಶ ಹಾಗೂ ಪೌಷ್ಠಿಕಾಂಶದ ಅಂಶಗಳು ಕಡಿಮೆಯಿದ್ದರೆ ರಕ್ತಹೀನತೆಯ ರೋಗ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ಸರ್ಕಾರಗಳು ೧೯ ವರ್ಷದ ಒಳಗಿನ ಎಲ್ಲಾ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಉಚಿತವಾಗಿ ಜಂತುಹುಳದ ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತಿದೆ. ಹಾಗೇಯೆ ಸೊಪ್ಪು ಮತ್ತು ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚೆಚ್ಚು ಸೇವಿಸುವ ಮೂಲಕ ಸ್ವಸ್ತ ಸಮಾಜದ ನಿರ್ಮಾಣಕ್ಕೆ ಅನುವಾಗುವಂತೆ ಕರೆ ನೀಡಿದರು.

ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಕಾಲೇಜಿನ ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರಾದ ಡಾ.ಎಸ್.ಮರೀಗೌಡ ಹಾಗು ರಾ.ಸೇ.ಯೋ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಾಧಿಕಾರಿ ಪ್ರೊ.ಸತೀಶ್.ಟಿ, ಬೋಧನಾಂಗ ಹಾಗು ಕಾರ್ಯಾಂಗ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಬಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು.