সংবাদ পরিষেবা | ফেব্রুয়ারি ২০২২

কৃষি, স্বাস্থ্য, পরিবেশ ও বাস্তুবিদ্যা বিষয়ক, এই তথ্য-মাসিক কোনো সংবাদপত্র নয়, বরং সংবাদ বিনিময়-পত্র। এই বিনিময়-প্রয়াসে যুক্ত বাংলা-আসাম-ত্রিপুরা-বাংলাদেশ সহ বঙ্গভাষী বৃত্তের বিবিধ আঞ্চলিক সংবাদ-সাময়িকী।

বৈষম্যের অমৃতকাল ২৭/৪৫

এ বছরের বাজেটে বলা হয়েছে, আমরা অমৃতকালে প্রবেশ করেছি। ভাবখানা এমন যেন প্রতিটি ভারতবাসী এখন সুখে-স্বচ্ছন্দে দিন কাটাচ্ছে। কিন্তু আসল ছবিটা একদম অন্য। সম্প্রতি 'ইনিকুয়ালিটি কিলস' নামে একটি সমীক্ষা রিপোর্ট প্রকাশ করছে বিশ্বের অন্যতম প্রধান স্বেচ্ছাসেবী সংস্থা অক্সফ্যাম। সেই রিপোর্ট একটু ঘাটলেই বোঝা যাবে এটা অমৃত না বিষকাল। ২০২১ সালের হিসেব অনুযায়ী এই রিপোর্টে বলা হয়েছে।

- দেশের ৮৪ শতাংশ পরিবারের আয় কমেছে আর বিলিয়নেয়ার (প্রায় ৮ হাজার কোটি টাকার বেশি সম্পদের মালিক)-এর সংখ্যা ১০২ থেকে ১৪২ হয়েছে।
- ওই একই বছরে, জনসংখ্যার নীচের দিকে থাকা ৫০ শতাংশ মানুষ জাতীয় সম্পদের মাত্র ৬ শতাংশ ভোগ করেছিল।
- ২০২১ সালে, ভারতের ১০০ জন ধনী ব্যক্তির সম্মিলিত সম্পদের পরিমাণ হয়েছে, ৫৭.৩ লক্ষ কোটি টাকা, যা একটা রেকর্ড।
- ওই একই বছরে, জনসংখ্যার নীচের দিকে থাকা ৫০ শতাংশ মানুষ জাতীয় সম্পদের মাত্র ৬ শতাংশ ভোগ করেছিল।
- অতিমারির সময়ে (২০২০ সালের মার্চ থেকে ৩০ নভেম্বর ২০২১ পর্যন্ত) ভারতীয় ধনকুবেরদের সম্পদ ২৩.১৪ লক্ষ কোটি (৩১৩ বিলিয়ন মার্কিন ডলার) থেকে বেড়ে ৫৩.১৬ লক্ষ কোটি টাকা (৭১৯ বিলিয়ন মার্কিন ডলার) হয়েছে।
- এই সময়ে ৪৬ কোটিরও বেশি ভারতীয় চরম দারিদ্র্যের মধ্যে পড়েছে। রাষ্ট্রসংঘ বলেছে এই সময়ে সারা বিশ্বে যতজন নতুন করে দরিদ্র হয়েছে তার অর্ধেক হয়েছে ভারতে।
- চিন এবং মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রের ঠিক পরেই বিশ্বের তৃতীয় সর্বোচ্চ সংখ্যক বিলিয়নেয়ার রয়েছে ভারতে। ২০২১ সালে ভারতে বিলিয়নেয়ারের সংখ্যা ৩৯ শতাংশ বেড়েছে।
- সবচেয়ে ধনী ১০০ টি পরিবারের সামগ্রিক সম্পদ যা বেড়েছে তার পাঁচ ভাগের একভাগ বেড়েছে আদানি গোষ্ঠীর। বর্তমানে এই গোষ্ঠী আম্বানিদের পেরিয়ে এশিয়ার সবথেকে ধনী গোষ্ঠী।
- কোভিড অতিমারির সময়ে বোঝা গেছে, ভারতের চিকিৎসা ব্যবস্থা কতটা ভঙ্গুর। তবুও ২০১৯-২০ বাজেটের তুলনায় প্রায় ১০ শতাংশ বাজেট কমেছে এই বছরে।
- এই সময়ে শিক্ষার ক্ষেত্রেও বাজেট বরাদ্দ আগের থেকে ৬ শতাংশ কমেছে।
- সামাজিক নিরাপত্তা বরাদ্দের ক্ষেত্রে আগে খরচ হত মোট বাজেটের ১.৫ শতাংশ। ২০২১ এ তা কমে হয়েছে ০.৬ শতাংশ। আর আমাদের শাসকরা অমৃতকালের স্বপ্ন দেখাচ্ছে।

‘কার্বন নির্গমন কমাতে সরকার বাধ্য নয়’ ২৭/৪৬

জলবায়ু পরিবর্তন সংক্রান্ত রাষ্ট্রসংঘের কিয়োটো প্রোটোকল এবং প্যারিস চুক্তির আওতায় বর্তমান আইন অনুসারে ভারত কার্বন নির্গমন কমাতে পরবর্তী ৫ বছরের জন্য কোনো লক্ষ্য নির্ধারণ করতে বাধ্য নয়। তবে সরকার প্যারিস চুক্তির আওতায়, জলবায়ু পরিবর্তন মোকাবিলায় একাধিক উদ্যোগ নিয়েছে। গ্রিনহাউস গ্যাস নির্গমন কমানোর জন্য এবং জলবায়ু পরিবর্তনের প্রভাবগুলিকে দূর করতে পদক্ষেপ নেওয়া হয়েছে। ২০৩০ সালের মধ্যে জীবাশ্ম নয়, এমন জ্বালানি শক্তি থেকে ৪০ শতাংশ বিদ্যুৎ উৎপাদনের লক্ষ্যমাত্রা নেওয়া হয়েছে। আর এই সময়ের মধ্যে ২.৫ থেকে ৩ বিলিয়ন টন কার্বন ডাই অক্সসাইড শোষণের জন্য অতিরিক্ত গাছ লাগানোর পরিকল্পনা করা হয়েছে।

প্রধানমন্ত্রী সম্প্রতি ব্রিটেনের গ্লাসগো’র কনফারেন্স অফ দ্য পার্টিস (সিওপি ২৬)-এর অধিবেশনে, ২০৭০ সালের মধ্যে ভারতের কার্বন নিঃসরণের মাত্রা শূন্যে নামিয়ে নিয়ে আসার লক্ষ্যের কথাও বলেছে। লোকসভায় পরিবেশ বন ও জলবায়ু পরিবর্তন প্রতিমন্ত্রী শ্রী অশ্বিনী কুমার চৌবে এ কথা জানিয়েছেন।

রাজ্যের ৫,২১৭ টি গ্রামে পাইপ বাহিত জল ২৭/৪৭

দ্বাদশ পঞ্চবার্ষিকী পরিকল্পনায় রাজ্য এবং কেন্দ্রশাসিত অঞ্চলগুলি ৫ লক্ষ ৫৬ হাজার গ্রামে বিশুদ্ধ পানীয় জল সরবরাহের লক্ষ্য স্থির করে। যে সমস্ত গ্রামীণ পরিবারে দৈনিক বিশুদ্ধ পানীয় জলের জোগান ৪০ লিটারের কম এবং যেখানে ভূগর্ভস্থ জল বিভিন্ন কারণে দূষিত, সেখানে অতিরিক্ত বিশুদ্ধ পানীয় জল সরবরাহের সিদ্ধান্ত হয়। এখনও পর্যন্ত দেশে ৫ লক্ষ ৯২ হাজার গ্রামে বিশুদ্ধ পানীয় জল সরবরাহ করা হচ্ছে।

ভারত সরকার ২০১৯-এর অগস্ট থেকে রাজ্যগুলির সহায়তায় জল জীবন মিশন রূপায়ণ করছে। এই কর্মসূচির উদ্দেশ্য হল, ২০২৪ এর মধ্যে প্রতিটি গ্রামীণ পরিবারে পাইপ বাহিত জল সংযোগ পৌঁছে দেওয়া। কর্মসূচি রূপায়ণে সারা দেশে একাধিক কর্মপরিকল্পনাও গ্রহণ করা হয়েছে।

এর মধ্যে রয়েছে, রাজ্য ও কেন্দ্রশাসিত অঞ্চলগুলির সঙ্গে কর্মসূচির রূপায়ণের অগ্রগতি নিয়ে নিয়মিত পর্যালোচনা বৈঠক ও নজরদারি, দক্ষতা বৃদ্ধি, প্রশিক্ষণ, কর্মসূচি রূপায়ণের সেরা পন্থা-পদ্ধতি আদান-প্রদান প্রভৃতি। পশ্চিমবঙ্গে ২০১৬-১৭ পর্যন্ত পূর্ববর্তী জাতীয় গ্রামীণ পানীয় জল কর্মসূচির মাধ্যমে ৪,৭৬৬ টি গ্রামকে চিহ্নিত করা হয়। অবশ্য ধার্য লক্ষ্যমাত্রার পরিবর্তে ৫,২১৭ টি গ্রামে পাইপ বাহিত জল সংযোগ পৌঁছে দেওয়া হয়েছে। একথা লোকসভায় জানিয়েছেন জল শক্তি প্রতিমন্ত্রী শ্রী প্রহ্লাদ সিং প্যাটেল।

মহিলা ও শিশুদের পুষ্টির প্রকল্প ২৭/৪৮

ভারতের মোট জনসংখ্যার ৬৭.৭ শতাংশ মহিলা ও শিশু। দেশের সার্বিক ও স্থিতিশীল উন্নয়নে এদের জন্য নিরাপদ ও সুরক্ষিত পরিবেশ গড়ে তোলা অত্যন্ত প্রয়োজন। শিশুদের যাতে পুষ্টির কোনো অভাব না হয়, তারা যাতে খুশিতে থাকে এবং মহিলারা যাতে কোনো রকমের বৈষম্য ও হিংসার শিকার না হন তা নিশ্চিত করতে মহিলা ও শিশু কল্যাণ মন্ত্রক বিভিন্ন উদ্যোগ নিয়েছে। এজন্য কেন্দ্রীয় সরকার সম্প্রতি মিশন পোষণ ২.০ মিশন শক্তি ও মিশন বাৎসল্য নামে তিনটি কর্মসূচি নিয়েছে।

মিশন পোষণ হল একটি সুসংহত পুষ্টির প্রকল্প। শিশু, বয়ঃসন্ধিতে থাকা কিশোরী, যে সমস্ত মহিলারা গর্ভধারণ করেছেন এবং স্তন্যদাত্রী মায়েদের পুষ্টি নিশ্চিত করতে এই প্রকল্প নেওয়া হয়েছে। এর মাধ্যমে দেশজুড়ে পুষ্টির বিষয়ে সচেতনতা গড়ে তোলা, ভালো খাদ্যের অভ্যাস এবং অপুষ্টির সমস্যা দূর করা সম্ভব। পোষণ ২.০-র মাধ্যমে অঙ্গনওয়াড়ি, বয়ঃসন্ধিতে থাকা কিশোরীদের জন্য প্রকল্প এবং পোষণ অভিযানকে এক ছাতার তলায় নিয়ে আসা হয়েছে। তবে

পুর্নমুদ্রণের সময় অনুগ্রহ করে ‘পরিষেবা’ কথাটি উল্লেখ করবেন। মুদ্রিত লেখাটি সার্ভিস সেন্টারের ঠিকানায় পাঠান।

উল্লেখযোগ্য বিষয় হল, পুষ্টি নিয়ে সরকার অনেক কথা বললেও এই অভিযানের অন্তর্ভুক্ত মিড-ডে মিলের বরাদ্দ এ বছর কমিয়ে দেওয়া হয়েছে ১ হাজার ২৬৭ কোটি টাকা।

মিশন শক্তি হলো মহিলাদের সহায়তা করার একটি প্রকল্প। মহিলাদের নিরাপত্তা, সুরক্ষা প্রদান, পুনর্বাসন এবং ক্ষমতায়ন এই প্রকল্পের মাধ্যমে নিশ্চিত করা হবে। মিশন শক্তির অধীনে দুটি প্রকল্প রয়েছে-সম্বল ও সামর্থ। সম্বল প্রকল্পে মহিলাদের নিরাপত্তা ও সুরক্ষা নিশ্চিত করা হয়। মহিলাদের ক্ষমতায়নের জন্য সামর্থ প্রকল্পটি কার্যকর করা হবে।

মিশন বাৎসল্যের মাধ্যমে শিশুদের স্বাস্থ্য ও খুশিতে ভরপুর শৈশব নিশ্চিত করা হবে। দেশে ৪৭ কোটি ২০ লক্ষ নাগরিকের বয়স ১৮-র নীচে। যারা মোট জনসংখ্যার ৩৯ শতাংশ। এই প্রকল্পটির মাধ্যমে শিশুর মনের বিকাশ যাতে যথাযথভাবে হয় এবং সে বেড়ে ওঠার জন্য উপযুক্ত পরিবেশ পায়, তা নিশ্চিত করা হবে। এই তিনটি প্রকল্প ২০২১-২২ থেকে ২০২৫-২৬ সময়কালে পঞ্চদশ অর্থ কমিশন বাস্তবায়িত করবে। এই পাঁচ বছর মিশন পোষণ ২.০-এর জন্য ১,৮১,৭০৩ কোটি টাকা ধার্য করা হয়েছে।

প্রকল্পটি বাস্তবায়নে রাজ্য সরকার এবং যেসব কেন্দ্রশাসিত অঞ্চলে বিধানসভা রয়েছে, সেখানকার প্রশাসন ৪০ শতাংশ ব্যয় বহন করবে। তবে উত্তর-পূর্বাঞ্চলের রাজ্য, হিমালয় সন্নিহিত রাজ্যের ক্ষেত্রে সংশ্লিষ্ট রাজ্য সরকারগুলি প্রকল্পের ১০ শতাংশ ব্যয়ভার বহন করবে। যেসব কেন্দ্রশাসিত অঞ্চলের বিধানসভা নেই সেখানে পুরো অর্থ কেন্দ্র দেবে।

মিশন শক্তির জন্য ২০,৯৮৯ কোটি টাকা ধার্য করা হয়েছে। এর আওতায় সম্বল প্রকল্পটি বাস্তবায়নে পুরো অর্থই কেন্দ্র দেবে। সামর্থ প্রকল্পটিতে বাস্তবায়নে রাজ্য সরকার এবং যেসব কেন্দ্রশাসিত অঞ্চলে বিধানসভা রয়েছে সেখানকার প্রশাসন ৪০ শতাংশ ব্যয় বহন করবে। তবে উত্তর-পূর্বাঞ্চলের রাজ্য, হিমালয় সন্নিহিত রাজ্যের ক্ষেত্রে সংশ্লিষ্ট রাজ্য সরকারগুলি প্রকল্পের ১০ শতাংশ ব্যয়ভার বহন করবে। যেসব কেন্দ্রশাসিত অঞ্চলের বিধানসভা নেই সেখানে পুরো অর্থ কেন্দ্র দেবে। মিশন বাৎসল্য প্রকল্পের জন্য ব্যয় হবে ১০,৯১৬ কোটি টাকা। এই প্রকল্পে কেন্দ্র ৬,৯২৮ কোটি এবং রাজ্য ৩,৯৮৮ কোটি টাকা ব্যয় করবে।

পুষ্টির জন্য বাজরা ২৭/৪৯

শিশুদের মধ্যে পুষ্টিকর খাবারের উপাদান বাড়াতে কেন্দ্রীয় সরকার সমস্ত রাজ্য এবং কেন্দ্রশাসিত অঞ্চলগুলিকে পিএম পোষণ কর্মসূচির মাধ্যমে বাজরার অন্তর্ভুক্তির সম্ভাবনা খতিয়ে দেখার অনুরোধ জানিয়েছে। কেন্দ্রীয় সরকারের পক্ষ থেকে বলা হয়েছে, সপ্তাহে অন্তত একদিন বাজরার মতো মোটা জাতীয় দানাশস্যকে যেন খাদ্য তালিকায় রাখা হয়। সেই সঙ্গে, বাজরা-ভিত্তিক খাবারকে আরও জনপ্রিয় করতে রাঁধুনি ও তাঁর সহকারীদের মধ্যে রান্নার প্রতিযোগিতা আয়োজন করা যেতে পারে। বাজরার পৌষ্টিক উপাদান সম্পর্কে সচেতনতা গড়ে তুলতে স্বল্প দৈর্ঘ্যের ভিডিও তৈরি করা যেতে পারে। এই ভিডিওগুলি বিদ্যালয়ে দেখানোর ব্যবস্থাও করা যেতে পারে।

নীতি আয়োগ পিএম পোষণ কর্মসূচিতে বাজরার অন্তর্ভুক্তিতে উৎসাহ দিচ্ছে। ইতিমধ্যেই আয়োগ রাজ্য সরকার ও কেন্দ্রশাসিত প্রশাসনগুলিকে নিয়ে জাতীয় স্তরে একটি আলোচনা সভার আয়োজন করেছে।

উপকারি পাতা ২৭/৫০

রান্নার স্বাদ বাড়ায় কারিপাতা। আর ১০০ গ্রাম কারিপাতার মধ্যে থাকে ১৮০ ক্যালোরি শক্তি। এছাড়াও কার্বোহাইড্রেট, প্রোটিন, ফাইবার বা আঁশ, ক্যালসিয়াম, খনিজ এবং ভিটামিন থাকে কারিপাতায়। তবে শুধুমাত্র স্বাদ ও গন্ধের জন্যই নয়, চুলপড়ার সমস্যা, রক্তাল্পতা, ডায়াবেটিস এবং স্নায়ুর সমস্যার ও সমাধান রয়েছে কারিপাতাতে ।

প্রতিদিন সকালে একগ্লাস জলের সঙ্গে কয়েকটি কারিপাতা চিবিয়ে খান। এরপর ৩০ মিনিট কিছু খাবেন না। কারিপাতার মধ্যে আছে ভিটামিন সি, ফসফরাস, আয়রন, ক্যালসিয়াম, নিকোটিনিক অ্যাসিড। এইভাবে নিয়মিত পাতাটি খেলে

চুলপড়া কমে। খালি পেটে কারিপাতা খেলে হজমশক্তি বাড়ে। কোষ্ঠকাঠিন্যের সমস্যা দূর হয়। যে কারণে বিভিন্ন রান্নাতেও কারিপাতা ব্যবহার করা হয়। বমি ভাব কমাতে কাঁচা কারিপাতা চিবিয়ে খান।

ট্রাইগ্লিসারাইড নিয়ন্ত্রণে রাখার ক্ষমতা রাখে কারিপাতা। খাবারের মধ্যে কারিপাতা থাকে তাই কোলেস্টেরল থাকে নিয়ন্ত্রণে। হার্টের সমস্যার সম্ভাবনাও কমে। কারিপাতা রক্তে শর্করার মাত্রা নিয়ন্ত্রণে রাখে।

কারিপাতায় অ্যান্টি অক্সিড্যান্টও প্রচুর রয়েছে। এটা স্নায়ুর রোগে উপকারী। কারিপাতার গন্ধ ব্যাকটেরিয়া মারতেও সাহায্য করে। তাই কারিপাতা দিয়ে জল ফুটিয়ে স্নান করলে গায়ের দুর্গন্ধ দূর হয়। কারিপাতায় রয়েছে ভিটামিন-এ। দৃষ্টিশক্তি ভালো করতে যা খুবই সাহায্য করে। হেলথ অ্যালার্ট সূত্রে এ খবর জানা গেছে।

জ্বরের ওষুধের প্রতিক্রিয়া ২৭/৫১

অতিমারির সময় প্যারাসিটামল-৬৫০ ট্যাবলেটের বিক্রি প্রচুর বেড়েছে। শুধুমাত্র ডোলো-৬৫০ ব্রান্ড নামের প্যারাসিটামল বিক্রি হয়েছে ৫৬৭ কোটি টাকার। এছাড়াও বাজারে রয়েছে ক্রোসিন, ক্যালপলের মতো ব্রান্ড। বলা হয় এটি একটি নিরাপদ ওষুধ। যার প্রায় কোনো পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া নেই। উচ্চ রক্তচাপের সমস্যা থাকা, যেসব ব্যক্তি ডাক্তারের পরামর্শ অনুযায়ী প্যারাসিটামল গ্রহণ করেন, তাদের হার্ট অ্যাটাক ও স্ট্রোকের ঝুঁকি বাড়তে পারে বলে উঠে এসেছে এক গবেষণায়। গবেষণাটি করেছে এডিনবরা বিশ্ববিদ্যালয়ের গবেষকরা। তাদের বক্তব্য, যেসব রোগী দীর্ঘসময় ধরে প্যারাসিটামল গ্রহণ করছেন তাদের স্বাস্থ্য ঝুঁকির বিষয়গুলো চিকিৎকদের চিন্তা করা দরকার। এই ওষুধগুলি ব্যথা উপশম এবং জ্বর কমানোর জন্য ব্যবহার করা।

এই গবেষণায় উঠে এসেছে, প্যারাসিটামলের কারণে তৈরি হওয়া উচ্চ রক্তচাপ হার্ট অ্যাটাক ও স্ট্রোকের অন্যতম প্রধান কারণ। গবেষণায় ১১০ জন স্বেচ্ছাসেবীকে নেওয়া হয়, যাদের টাকা দুই সপ্তাহ ধরে প্রতিদিন ৪টি করে প্যারাসিটামল খেতে দেওয়া হয়। এই ১১০ জনের দুই-তৃতীয়াংশ উচ্চ রক্তচাপ অথবা দুশ্চিন্তার কারণে আগে থেকেই প্যারাসিটামল খাচ্ছিলেন। পরীক্ষায় দেখা গেছে, 'প্যারাসিটামলের কারণে তৈরি হওয়া উচ্চ রক্তচাপ হার্ট অ্যাটাক ও স্ট্রোকের অন্যতম প্রধান কারণ'। সম্প্রতি সার্কুলেশন জার্নালে এই গবেষণার প্রতিবেদনটি প্রকাশিত হয়েছে। তবে লন্ডনের সেন্ট জর্জেস ইউনিভার্সিটির ফার্মাকোলজি ও থেরাপিউটিকসের শিক্ষক ড. দিপেন্দর গিল জানিয়েছেন, 'প্যারাসিটামল ব্যবহারের ফলে রক্তচাপ বাড়ার সমস্যা দীর্ঘদিন টিকে থাকে কিনা, তা এই গবেষণায় বোঝা যায়নি'। এর আগে আমেরিকার একটি গবেষণায় উঠে এসেছিল যে দীর্ঘ মেয়াদে প্যারাসিটামল ব্যবহার, হাট অ্যাটাকের ঝুঁকি বাড়ায়।

সংবাদ সংগ্রহ ও প্রচারে সার্ভিস সেন্টার, ৫৮এ, ধর্মতলা রোড, বোসপুকুর, কসবা, কলকাতা - ৭০০ ০৪২ । দূরভাষ ২৪৪২ ৭৩১১, ২৪৪১ ১৬৪৬, গ্রাহক চাঁদা বার্ষিক ৫০ টাকা (সডাক)
সহযোগী সম্পাদনা ও হরফ বিন্যাস : শিপ্রা দাস, সঞ্জীব চট্টোপাধ্যায়, রূপায়ণ : অভিজিত দাস,
সম্পাদক : সুব্রত কুণ্ডু