रस्त्यावर डोक्याचे रक्षण करा

हेल्मेट व सीट बेल्ट मेंदू वाचवतात



डॉ. आनंद दिवाण

कन्सल्टंट न्यूरॉलॉजिस्ट · प्रौढ व लहान मुले

मेंदू, मणका, नस व स्नायू विकार तज्ज्ञ

MBBS, DNB (Neurology) · MMC Reg. No. 88279

नारायणी हॉस्पिटल **0253 2224411**

डॉ. आनंद दिवाण न्यूरॉलॉजी क्लिनिक **0253 2472111**

अपॉइंटमेंटसाठी स्कॅन करा

आपल्या क्लिनिकमध्ये खालील आजारांवर उपचार होतात

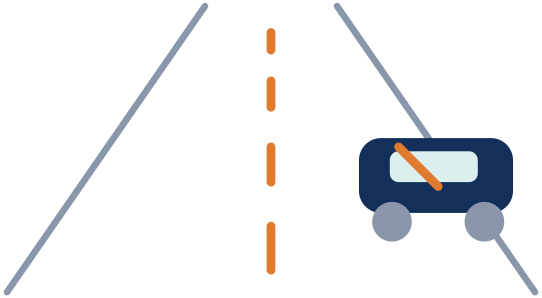
- फिट / आकडी / झटके (एपिलेप्सी)
- अर्धांगवायू (पॅरालिसिस, स्ट्रोक)
- वारंवार डोके दुखणे, मायग्रेन
- चक्कर येणे, तोल जाणे
- पार्किन्सन, हात-पाय थरथरणे, हालचाली मंदावणे
- स्मरणशक्ती कमी होणे (डिमेन्शिया)
- मान व पाठदुखी, सायटिका, मणक्याचे विकार
- हात-पायांना मुंग्या येणे, जळजळ (न्यूरोपॅथी)
- स्नायूंची ताकद कमी होणे
- अपघातात मेंदूला मार लागणे
- रात्री झोप न येणे
- लहान मुलांमध्ये फिट येणे, उशिरा चालणे-बोलणे, वाढीतील अडचणी

नारायणी हॉस्पिटलमध्ये एकाच छताखाली तपासण्या

EEG · व्हिडिओ EEG · EMG / NCS · VEP · BERA · VNG (चक्कर तपासणी) · CT ब्रेन · CSF तपासणी · सर्व रक्त तपासण्या

प्रत्येकाला तपासण्यांची गरज नसते. गरज असल्यास कोणती व का, हे डॉक्टर समजावून सांगतात.

हे का महत्त्वाचे आहे?



१.५ लाख+

लोक दरवर्षी भारतीय रस्त्यांवर मृत्युमुखी पडतात

दुचाकी

चालक व मागे बसणारे हे सर्वात मोठे बळी

डोक्याची इजा

दुचाकी अपघातातील मृत्यूचे मुख्य कारण

तरुण

बहुतेक बळी १८ ते ४५ वयोगटातील – कुटुंबातील कमावते सदस्य



हेल्मेट जीव वाचवते



६९% कमी
योग्य हेल्मेटमुळे डोक्याच्या इजेचा धोका

४२% कमी
मृत्यूचा धोका

- प्रत्येक प्रवासात घाला – जवळच्या अंतरासाठीसुद्धा
- चालक **आणि** मागे बसणारे, मुलांसकट
- हनुवटीचा पट्टा **लावलेला** हवा – उघडा पट्टा म्हणजे हेल्मेट उडून जाते

आकडेवारी: जागतिक आरोग्य संघटना.

योग्य हेल्मेट कसे निवडावे?

- **ISI चिन्ह** (BIS मानक) पाहा – कायद्याने आवश्यक
- फुल-फेस हेल्मेट चेहरा व जबड्याचे सर्वोत्तम रक्षण करते
- घट्ट बसायला हवे – डोके हलवल्यावर हलू नये
- अपघात किंवा जोरात पडल्यानंतर हेल्मेट बदला, वरून ठीक दिसले तरी
- जुने / वापरलेले हेल्मेट विकत घेऊ नका
- रात्री दिसण्यासाठी फिकट रंग किंवा रिफ्लेक्टिव्ह स्टिकर वापरा



सीट बेल्ट व मुलांची सुरक्षा

४५–५०% कमी
सीट बेल्ट लावणाऱ्या चालक व पुढील प्रवाशांचा मृत्यूचा धोका

२५% कमी
मागील प्रवाशांचा मृत्यू व गंभीर इजेचा धोका

- कारमधील सर्वांनी बेल्ट लावावा – पुढे **आणि** मागे
- बाळे व लहान मुले मागील सीटवर योग्य चाइल्ड सीटमध्ये
- पुढच्या सीटवर मुलाला कधीही मांडीवर घेऊ नका
- दुचाकीवर मुलांनाही हेल्मेट हवे



डोक्याला मार लागल्यावर लक्ष ठेवा

यांपैकी काही असल्यास लगेच हॉस्पिटलमध्ये जा

- शुद्ध हरपणे, थोड्या वेळासाठीसुद्धा
- एकापेक्षा जास्त वेळा उलटी
- तीव्र किंवा वाढणारी डोकेदुखी
- सुस्ती, गोंधळ, असामान्य वागणूक
- फिट्स, अशक्तपणा, धूसर किंवा दुहेरी दिसणे
- नाक किंवा कानातून रक्त किंवा पाण्यासारखा द्रव

कधीही करू नका

- दारू पिऊन गाडी चालवणे
- गाडी चालवताना फोन वापरणे
- अतिवेग किंवा दुचाकीवर जास्त लोक

अपॉइंटमेंटसाठी

सोमवार ते शनिवार · रविवारी बंद

नारायणी हॉस्पिटल

तपासणी, सर्व टेस्ट व ॲडमिशन

श्री वल्लभ नगर, हॉटेल छानच्या मागे, मुंबई नाक्याजवळ, नाशिक ४२२००९

तपासणी: सकाळी ११ ते दुपारी ३ · टेस्ट: सकाळी १० ते सायं. ५

हॉस्पिटल इमर्जन्सीसाठी २४ तास सुरू

0253 2224411

डॉ. आनंद दिवाण न्यूरॉलॉजी क्लिनिक

संध्याकाळची तपासणी

११, यशिका प्लाझा, सत्यम स्वीटजवळ, गोविंद नगर, नाशिक ४२२००९

तपासणी: सायं. ६ ते रात्री ८

0253 2472111

अपॉइंटमेंटसाठी स्कॅन करा

किंवा WhatsApp वर बुक करा

83900 00385 · 93702 54026

WhatsApp फक्त अपॉइंटमेंटसाठी आहे.

narayanihospitalfrontdesk@gmail.com

www.diwanneurology.com

अधिक माहिती ऑनलाइन

डॉ. आनंद दिवाण · MBBS, DCH, DNB (Pediatrics), DNB (Neurology), PGDDN · MMC Reg. No. 88279

ही पुस्तिका सर्वसाधारण माहितीसाठी आहे; डॉक्टरांच्या सल्ल्याला पर्याय नाही. इमर्जन्सीमध्ये जवळच्या हॉस्पिटलमध्ये जा.