। । सादर वन्देमातरम्। ।

इस संसार के सब धर्म

प्रेम, सेवा और मानवता का सन्देश देते हैं

रक्त दान, नेत्रदान, अंग दान और देह दान,

समय की पुकार है.

इस महान अभियान में भागीदारी

हमारी जवाबदारी भी है

और हमारा धर्म भी.

रक्तदान – एक मानवीय आवश्यकता

असहाय एवं पीड़ित मानव सेवार्थ किया गया रक्तदान, एक ऐसा अनुभव है, जो शब्दो में बयान नही किया जा सकता है।

रक्तदान जीवनदान है, इस बात का अहसास हमें तब होता है जब हमारा कोई अपना रक्त के लिए जिंदगी और मौत के बीच जुझता है। उस वक्त हम नींद से जागते है और अपने को बचाने के लिए रक्त के इंतजाम की जद्दोजहद करते है। तो क्यों न हम स्वयं रक्तदान करके और रक्तदान के लिए जागरूकता फैला कर इस पुनीत कार्य में अपना सहयोग प्रदान करें।

कतरा–कतरा बह जायेगा, ये रक्त काम न आयेगा,

दो बून्द रक्त की दान करो, वो नव जीवन महकायेगा।

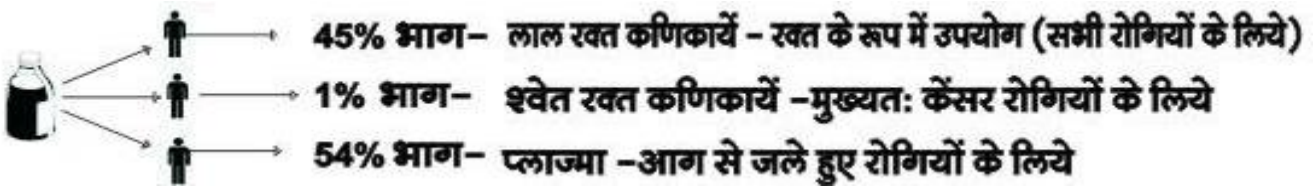
रक्त से जुडे कुछ तथ्यः–

रक्त प्लाज्मा नामक द्रव से बनता है, जिसमें लाल रक्त कोशिकाएँ, सफेद रक्त कोशिकाएँ और बिम्बाणु (प्लेटलेट्स) होते है। रक्त के प्रत्येक हिस्से का एक विशेष उद्देश्य होता है।

1. **लाल रक्त कोशिकाएँ** फेफडो से ऑक्सीजन को शरीर के अन्य भागों में पहुँचाती है और कार्बन डाईऑक्साइड को फेफडो में वापस पहुँचाती है। शल्य क्रिया या चोट लगने पर या एनीमिया के इलाज के लिये जरूरत पड सकती है।
2. **सफेद रक्त कोशिकाएँ** बिमारीयों से बचाव की शक्ति प्रदान करती है।
3. **प्लेटलेट्स कोशिकाएँ** खून के थक्के जमने में सहायक होती है। मुख्यतः हृदय शल्य क्रिया एवं डेंगु के रोगियों के लिये आवश्यक है।
4. **प्लाज्मा** रक्त का तरल हिस्सा है, जो शरीर के उत्तको को प्रोटीन, पानी, और पोषक तत्व पहुँचाता है। मुख्यतः आग से जले हुए रोगियों के लिये आवश्यक है।

रक्तदान की महत्ता

–एक करे रक्तदान, तीन को मिले जीवनदान–



"रक्तदान है प्राणी पूजा, इसके जैसा न दान दूजा"

रक्तदाताः–

* प्रत्येक स्वस्थ्य पुरूष एवं महिला रक्तदान कर सकते है, जिसकी आयु 18 से 60 वर्ष के मध्य हो।
* जिसका वजन 48 किलोग्राम से अधिक हो।
* जिसके रक्त में हिमोग्लोबिन की मात्रा 12.5 से अधिक हो।
* पुरूष तीन महिने में एक बार एवं महिलाएँ चार महिने में एक बार रक्तदान कर सकती हैं।

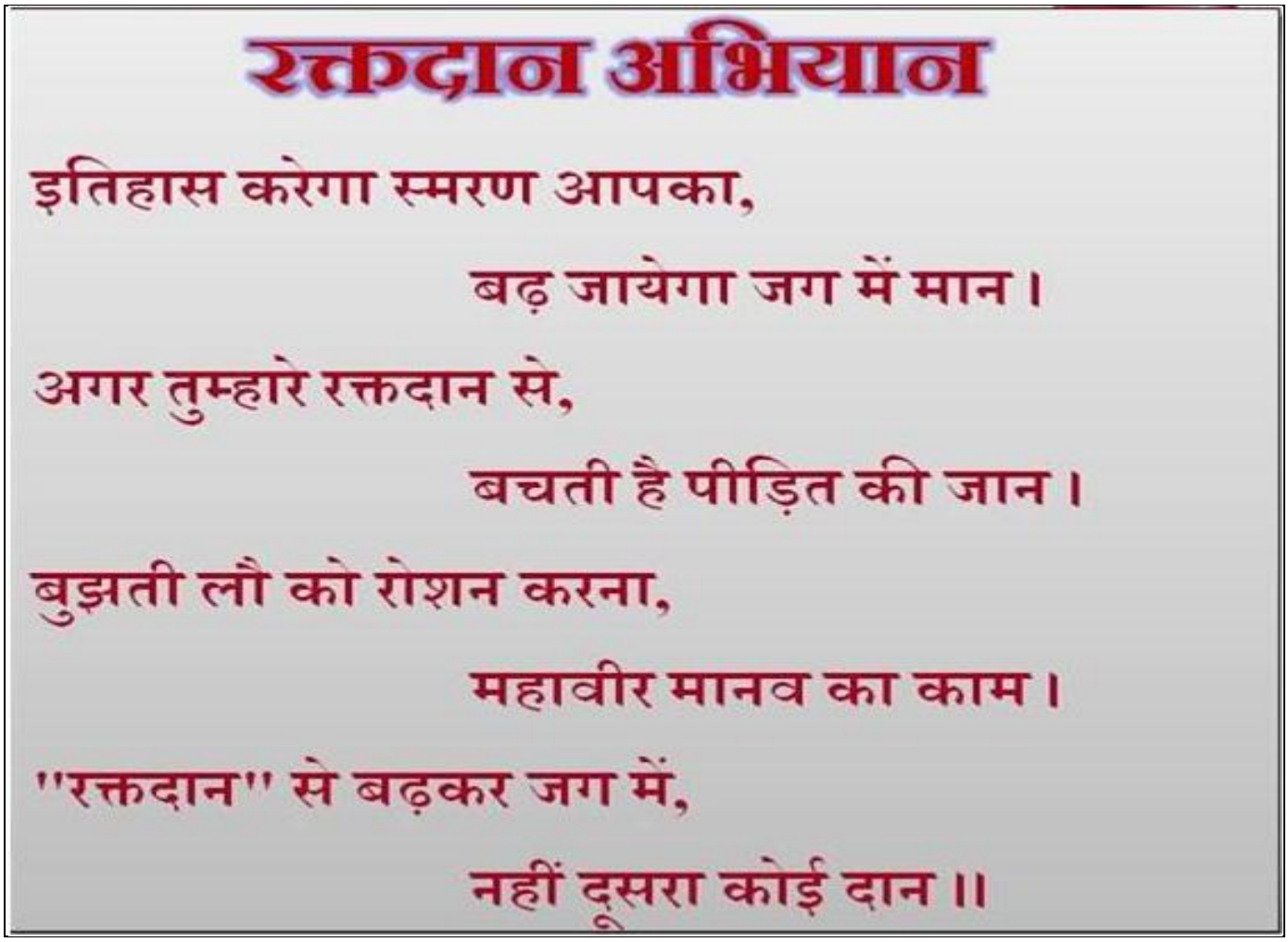
14 जून विश्व रक्तदान दिवस

1 अक्टूबर राष्ट्रीय रक्तदान दिवस

रक्तदाता को लाभः– चलिये अब बात करते है रक्तदान करने के स्वास्थ्य लाभ का–

- नियमित अंतराल पर रक्तदान करने से शरीर में आयरन की मात्रा संतुलित रहती है और रक्तदाता को हृदय रोग की सम्भावना 33 प्रतिशत कम हो जाती है।
- रक्तदान से कॉलेस्ट्रोल कम होता है और रक्तचाप भी नियंत्रित रहता है।
- इससे ज्यादा कैलोरी और वसा का बर्न होता है और पूरे शरीर को फिट रखता है।
- रक्तदान से रक्तदाता में नई कोशिकाओं का सर्जन होता है।
- शरीर की कार्यक्षमता और रोग प्रतिकार शक्ति बढती है।
- सबसे मुख्य रक्तदान न केवल किसी का जीवन बचता है, बल्कि रक्तदाता को आत्म सन्तुष्टि प्रदान करता है।

अगर देश का हर स्वस्थ नागरिक नियमित रूप से रक्तदान करे तो रक्त की कमी से किसी की मौत नहीं होगी। **इसलिये साथियों मुस्कराते हुए रक्तदान कीजिए, जिससे कोई मुस्करा कर जी सकें।**



नेत्रदान – एक राष्ट्रीय आवश्यकता

भारत में करीब 1.25 करोड लोग दृष्टिहीन है, जिसमें से करीब 30 लाख व्यक्ति नेत्ररोपण द्वारा दृष्टि पा सकते है। देश की इतनी अधिक जनसंख्या को देखते हुए 30 लाख नेत्रदान को पाना आसान लगता हो परन्तु ऐसा नही है। तथ्य कुछ अलग ही है, आइए इन्हे जानने कि कोशिश किजिए–

प्रति वर्ष 80 लाख मृतको में सिर्फ 15 हजार ही नेत्रदान हो पाते है। क्या यह शोचनीय नही है? इससे भी अधिक दुर्भाग्यपूर्ण और शर्मिन्दा करने वाला तथ्य यह है कि बडी मात्रा में दान किए हुए नेत्र श्रीलंका से आते है। एक छोटासा देश, न सिर्फ हमें बल्कि अन्य देशो को भी दान में मिले नेत्र प्रदान करता है।

क्या यह करोडो भारतीयों के लिए शर्म की बात नही है? जब की हम अलग–अलग क्षैत्रो में स्वावलम्बन प्राप्त कर चुके है या स्वावलम्बन प्राप्त करने का प्रयास कर रहे है तब क्यों न नेत्रदान के क्षैत्र में भी स्वावलम्बन प्राप्त करें?

नेत्रदान बहुत आसान है, रक्तदान से भी आसान! नेत्रदान से जुडे कुछ तथ्यः–

1. नेत्रदान के लिये उम्र और धर्म का कोई बन्धन नही है। चश्मा पहननेवाले या जिनका मोतियाबिन्द का ऑपरेशन हो चुका हो ऐसे व्यक्ति भी नेत्रदान कर सकते है।
2. केवल वही व्यक्ति जो एड्स, पिलिया या पुतलियो संबंधी रोगो से पीडित हो वह नेत्रदान नही कर सकते। परन्तु इन सबका फैसला नेत्र विशेषज्ञ द्वारा ही लिया जाना चाहिए क्योकि ऐसे नेत्र अनुसंधान के काम में आ सकते है।
3. नेत्रदान मृत्यु के बाद 3 या 4 घंटे के अन्दर होना चाहिए। असाधारण परिस्थिति में 6 घंटे तक नेत्रदान हो सकता है।
4. नेत्रदान में समय सीमा का बहुत महत्व है, अतः नेत्रदान कि इच्छा अपनी वसीयत में ना लिखे क्योकि वसीयत अक्सर मृत्यु के कई दिनो या महिनो बाद भी खोली जाती है।
5. नेत्रदान कि इच्छा व्यक्त करने का बेहतर तरीका यह है कि अपने घर के करीबी नेत्र बैंक का शपथ पत्र भरे। रिश्तेदार एवं मित्र, जिन्होने आपके शपथ पत्र पर साक्षीदार के रूप में हस्ताक्षर किये हो, आपकी भावना समझ सकते है। इसके लिए आप अपने रिश्तेदार, मित्रो एवं पडोसियो से अपनी इच्छा कि चर्चा कर सकते है। इससे आपकी इच्छा पूरी होने कि सम्भावना बढ़ जाती है एवं सामाजिक जागरूकता भी आती है।

6. नेत्रदान के लिये यह जरूरी नही है कि मृतक ने ही कोई इच्छा की हो या शपथ पत्र दिया हो। संबंधियो की इच्छा पर भी नेत्र बैंक के विशेषज्ञ को बुलाकर नेत्रदान किया जा सकता है।
7. मृत्यु के पश्चात् तुरन्त ही नेत्र बैंक को सूचित करना आवश्यक है। इसे कोई भी रिश्तेदार, मित्र या पडोसी सूचित कर सकता है एवं समय की आवश्यकता के कारण सबसे करीबी नेत्र बैंक को सूचित करें।
8. आपसे अनुरोधे है कि उपरोक्त बातो को याद रखें। साथ ही साथ सभी को नेत्रदान के लिये प्रेरित करें।

नेत्रदान से पूर्व सावधानियॅा

- मृतक की ऑखो में आई ड्राप्स डाले। मृतक की पलको को बन्द कर दे एवं उनके उपर भीगी रूई या कपडा रख दें।
- कमरे में पंखे बन्द कर दें और यदि एअर कंडिशनर हो तो उसे चालू रखें।
- मृतक के कमरे में भारी लाइट ना रखें।
- मृतक का सिर करीब 6 इंच ऊपर, दो तकियो पर रखे।

- मृतक का मृत्यु प्रमाण पत्र तैयार रखे और प्रमाण पत्र देने वाले डॉक्टर को 10 सीसी ब्लड सैंपल लेने के लिये सूचित करें।

नेत्रदान की प्रक्रिया–

सूचना मिलते ही नेत्र विशेषज्ञ मृतक के घर जाकर नेत्र लेते है। इस प्रक्रिया में मात्र 20 मिनट लगते है। इसके बाद ऑखो में रूई रखकर पुतली को ठीक से बन्द कर देते है। जिससे मृतक का चेहरा विद्रूप नही होता है। विशेष बर्तन (प.लास्क) में रख कर नेत्र बैंक में लाया जाता है और कुछ प्रक्रिया के बाद उन्हे दृष्टिहिनो को प्राथमिकता के अनुसार लगाया जाता है ये नेत्र 2 दृष्टिहिन व्यक्यिो को ज्योति प्रदान कर सकते है। जिससे ना सिर्फ उनका जीवन बदल देता है अपितु उनके जीवन को हमेशा के लिए अन्धेरे के अभिशाप से बाहर निकाल देते है। यह सब हम जरूर कर सकते है। समाज के लिये हम जीवित अवस्था में कुछ काम ना कर सकें अपितु मृत्यु के पश्चात तो कर सकते है, समाज का ऋण चुका सकते है। आपसे निवेदन है कि आप नैत्रदान के लिये आगे आये, आज यह हमारी राष्ट्रीय आवश्यकता बन गयी है।

"किसी की अंधियारी जिन्दगी को रोशनी से भर दो
हे, मानव मृत्योपरान्त अपने नेत्र को दान कर दो"

नेत्रदान संकल्प पत्र

मैं.....पुत्र/पुत्री/पत्नी श्री .....पता (पूर्ण आवासीय पता).....आयु..... .....आज दिनांक.....को नेत्रदान करने की घोषणा करता/करती हूँ की मेरी मृत्यु के पश्चात् मेरे मृत शरीर से मेरे आँखो को निकालने दिया जायेगा। मेरा अपने परिवार के सदस्यो/अभिभावकों/उत्तराधिकारियो से निवेदन है कि इसे मेरी अन्तिम इच्छा मानते हुए मेरी मृत्यु की सूचना अविलम्ब नजदीक के आई बैंक को दी जाये तथा नेत्रदान मे किसी प्रकार का व्यवधान व देर न होने दी जाये।

तत्संबंध में साक्ष्य हेतु, मैने अपने स्वजन(नों) की उपस्थिति में उसे/उन्हें साक्षी मानकर दिनांक..... .....माह.....वर्ष.....को इस संकल्प प्रपत्र पर दानकर्ता के रूप में निम्न हस्ताक्षर किया है।

दानकर्ता के हस्ताक्षर

निकटतम परिजन एवं स्वसंबंधी के हस्ताक्षर एवं संबंध

उपर्युक्त नामित दानकर्ता द्वारा समान तिथि को मेरी उपस्थिति में हस्ताक्षरित किया गया एवं हममें से प्रत्येक ने दानकर्ता की उपस्थिति में उसके नाम के सत्यापक के रूप में निम्नवत् हस्ताक्षर किया है।

साक्षी

1 हस्ताक्षर
नाम .....
संबंध.....
पता.....

2 हस्ताक्षर
नाम .....
संबंध.....
पता.....

10 जून विश्व नेत्रदान दिवस

देहदान/अंगदान– एक साहस

साथियों कहा गया है कि आत्मा अजर–अमर है और मृत्यु तो शरीर की होती है। मृत्यु के पश्चात् आत्मा शरीर को उसी तरह छोड देती है जिस तरह हम अपने वस्त्रो को। जब हम वस्त्रो को दान कर सकते है तो अपने शरीर का क्यों नहीं ?

देहदान की महत्ता

1. मृत्यु के पश्चात् शैक्षिक एवं वैज्ञानिक अनुसंधान के लिये देहदान।
2. मृत्यु के पश्चात् सम्पूर्ण देहदान न कर अंगदान जिसमें मुख्यतः किडनी, लीवर, ह्रदय, ऑखे और हड्डियॉ। एक अनुमान के अनुसार एक व्यक्ति के अंगदान से अधिकतम 34 व्यक्तियों को जीवनदान दिया जा सकता है।

आवश्यक तथ्य–

1. मृत्यु के पश्चात् ही देहदान संभव है।
2. दुर्घटनाग्रस्त, चिकित्सा–कानून के अन्तर्गत अथवा किसी अन्य प्रकार कि अप्राकृतिक मृत्यु एवं एच.आई.वी. संक्रामक रोग आदि के कारण हुई मृत्यु के पश्चात् देहदान संभव नही है।
3. दानदाता द्वारा मुत्यु से पूर्व इच्छा प्रपत्र (वसीयत) तथा दानदाता पत्र विधिवत रूप से पूर्ण एवं पंजीकृत हो।
4. मृत्यु के पश्चात् जल्द से जल्द सम्बन्धित मेंडिकल कॉलेज को सूचित कर, निकटतम संबंधित देहदान करवा सकते है।
5. देहदान के समय सभी निकटतम सम्बन्धियों की सहमति अनिवार्य होती है।
6. देहदान के समय मृत्य प्रमाण–पत्र, मृतक के पहचान–पत्र एवं आवश्यक दस्तावेज सुपुर्द किये जाते है।
7. देहदान की सूचना सम्बन्धित पुलिस विभाग एवं प्रशासनिक विभाग को भी दी जाती है।
8. मुत्यु के 8 से 10 घण्टे में देहदान हो जाना चाहिए।
9. देहदान के बाद किसी भी सगे–सम्बन्धी का उस शरीर पर कोई अधिकार नहीं रहता। हालांकि देहदान के 48 घण्टों तक सगे–सम्बन्धी शरीर को देख सकते है।
10. मृतक के बाल और नाखुन धार्मिक क्रियाकर्मों के लिये दिये जाते है।

जीते जी रक्तदान, मरणोपरान्त नैत्रदान–देहदान

अनुसंधान एवं वैज्ञानिक उद्देश्य हेतु शरीर दान के लिए अनुमोदित स्वैच्छिक प्रपत्र (वसीयत)

मैं.....पुत्र/पुत्री/पत्नी श्री .....पता (पूर्ण आवासीय पता).....एतद्ववारा मेरी मृत्यु के पश्चात् मेरे मृत शरीर के निराकरण के संबंध में अपनी अन्तिम इच्छा प्रकट करता/करती हूं जिससे इस संदर्भ में मेरे द्वारा अब तक की गई अन्य सभी इच्छाओं और उनदेष्टाओं का खण्डन होता हैं।

क्योकिं, मैं मानसिक रूप से स्वस्थ हूं और यह मेरे द्वारा स्वतंत्र मन एवं इच्छापूर्वक किया गया कार्य होगा, और

क्योंकि, मैं अपनी मृत्यु के पश्चात् मानवता एवं चिकित्सा विज्ञान की प्रगति के उद्देश्य के लिए अपने शरीर का दान करने का/की आकांशी हूं।

एवं क्योकि, मैने अपनी मृत्यु के पश्चात् अपने शरीर का दान करने की आंकशा अपने निकटमत स्वजनों तथा परिवार के अन्य सदस्यों से व्यक्त कर दी है और उन्हें उपर्युक्त उद्देश्य के लिए मेरी मृत्यु के पश्चात् मेरे शरीर दान पर कोई आपति नही हैं।

मैं एतद्ववारा इस इच्छा प्रप्रत्र (वसीयत) से अपनी मृत्यु के पश्चात् अपने शरीर को .... (संस्थान) को संपूर्ण एकाधिकार से इसका प्रयोग करने अथवा निराकरण हेतु अधिकृत करता/करती हूं एवं उक्त संस्थान के निदेशक को इसके निष्पादक के रूप में नियुक्त करता/करती हूं।

तत्संबंध में साक्ष्य हेतु, मैने अपने स्वजन(नों) की उपस्थिति में उसे/उन्हें साक्षी मानकर दिनांक... .....माह.....वर्ष.....को इस इच्छा प्रपत्र (वसीयत) पर दानकर्ता के रूप में निम्न हस्ताक्षर किया है।

दानकर्ता के हस्ताक्षर

निकटतम परिजन एवं स्वसंबंधी के हस्ताक्षर एवं संबंध

उपर्युक्त नामित दानकर्ता द्वारा समान तिथि को मेरी उपस्थिति में हस्ताक्षरित किया गया एवं हममें से प्रत्येक ने दानकर्ता की उपस्थिति में उसके नाम के सत्यापक के रूप में निम्नवत् हस्ताक्षर किया है।

साक्षी

1 **हस्ताक्षर**
नाम .....
संबंध.....
पता.....

2 **हस्ताक्षर**
नाम .....
संबंध.....
पता.....

सीए सन्दीप बाल्दी

प्रान्तीय संयोजक–रक्तदान–नेत्रदान–देहदान