

गोडातीर

समाचार



RNI No.6331/62
REGD.NO. G2/RNP/NND-27/2024-2026

* वर्ष ६४ वे
* पृष्ठ ६

* अंक १७६
* किंमत २ रुपये

* नांदेड

संपादक : केशव घोणसे पाटील
www.godateer.com

* बुधवार, दि. २ जुलै २०२५
* फ़ॉक्स २५५७७७, Fax : २५२२११

नांदेड शहर व जिल्ह्यात जोरदार पाऊस; जनजीवन विस्कळीत

नांदेड (प्रतिनिधी)— यंदाचा मग नक्त्र कोरडा गेला असला तरी जून महिन्याच्या सरतेशेवटी पावसाची सुरुवात झाली आहे. सोमवार, दि. ३० जून रोजी दिवसभरात कमी अधिक स्वरूपात पाऊस झाला. यानंतर सलग दुसऱ्या दिवांगी १ जुलैच्या दुगारपासून नांदेड शहरासह जिल्ह्यात जोरदार पाऊस सुरु झाला आहे. यामुळे शेतकीरी सुखावले आहेत. मात्र शहरातील जनजीवन विस्कळीत झाले होते.

यंदा पाऊस वेळेवर होईल, असे भाकित हवामान केंद्राकडून वर्तविण्यात आले होते. परंतु वातावरणाच्या बदलामुळे मृग नक्त्र सुरु होऊन सुदूर पावसाने हुलकावाणी दिली होती. नांदेड जिल्ह्यात या नक्त्रात पाऊस बरसलाच नाही. शेतकऱ्यांनी पेणी करून पावसाची प्रतीक्षा केली. परंतु पाऊस पडलाच नव्हता. जून महिन्याच्या सरतेशेवटी म्हणजेच तब्बल १५ दिवसांनंतर अचानक पावसाने बरसलाच सुरुवात केली. त्यामुळे खरीप हांगामातील पिकांना जीवदान मिळाले. शहरात दृष्ट वातावरण निर्माण झाले होते, या पावसामुळे असायचा तर आयीथीआय, रेज कार्नेकुडे पावसाचा टिप्पूस मुंद्दा नसायचा. ही अंधाळी कोणिक्यांनी पाऊस खेळत होता. परंतु १ जुलै रोजी आभाव काळेकुडे झाले अनु दुपारी जोरदार पाऊस बरसला. सायंकाळी उशीरापर्यंत पाऊस सुरु होता.

पावसाची थोडीशी भुरभुर मुरु होती, परंतु चांगला मोठा पाऊस पडलच नव्हता. शेतकऱ्यांनी पेणी करून पावसाची प्रतीक्षा केली. परंतु पाऊस पडलाच नव्हता. जून महिन्याच्या सरतेशेवटी म्हणजेच तब्बल १५ दिवसांनंतर अचानक पावसाने बरसलाच सुरुवात केली. त्यामुळे खरीप हांगामातील पिकांना जीवदान मिळाले. शहरात दृष्ट वातावरण निर्माण झाले होते, या पावसामुळे असायचा तर आयीथीआय, रेज कार्नेकुडे पावसाचा टिप्पूस मुंद्दा नसायचा. ही अंधाळी कोणिक्यांनी पाऊस खेळत होता. परंतु १ जुलै रोजी आभाव काळेकुडे झाले अनु दुपारी जोरदार पाऊस बरसला. सायंकाळी उशीरापर्यंत पाऊस सुरु होता.



SBI बँक जवळ, छपरी शिवाजीनगर नांदेड. | 9518748556

आनंद सागर
मंगल कार्यालय

एका मंगलमय कार्यालाई लागणारी सर्व प्रकारची सेवा एकाच छताखाली. आता आनंद सागर मंगल कार्यालय येथे रात्रीच्या कार्यक्रमासाठी भव्य लान्स उत्तमबद्ध.

* लग्न सोहळा * साखरपूडा * रिसेप्शन * वाढदिवस * गेट ट्रुवर्दह * कॉफ्यूनरस्स * सांस्कृतिक कार्यक्रम

आगाम वायवाच चौस्त, गोक्षण, जवळ, देवमुख गंग पासांचे कम्पडा (.) नांदेड
चवस्था: खावान गंडप डेकोरेट्स, फो. ९३२५६१०५०७, ९८८१८१३४, ९५२८८९९२७

जोशी बंधू यांचे ...!
शंकर भट्ट मंगल कार्यालय

मंगल कार्यालाई लागणारी सर्व प्रकारची सेवा एकाच छताखाली आपल्या सेवेत. !

(लाम, साखरपूडा, मंजू, रिसेप्शन, वाढदिवस, चारसे, डोलाह जवळ, स्पान समारोह व इंयर...)

पत्ता: खावान परशुराम चौक किंवदं रोड भोकर मो. क्र. ९७६५९४३३५/९९६०६५९७५/९८८१८१३४, ९५२८८९९२७

2 जुलै
वाढदिवस शुभेच्छा

यशवंत को-ऑपरेटिव हाऊसिंग सोसायटी लि. नांदेड अध्यक्ष

श्री.मिलिंद उत्तमराव देशमुख

शाचिव

श्री.बालासाहेब माधवराव देशमुख

यांना वाढदिवसाच्या

हार्दिक शुभेच्छा!

डॉ. विलास धर्माधिकारी

डॉ. साईनाथ हिवराळे पाटील

डॉ. विलास धर्माधिकारी

एस शीरीराम, एम.डी. (मेडिसिन) डॉ. एम.एस. (कार्डिओलॉजी) कासनेंगर डॉ. इन्द्रेशनान कार्डिओलॉजीर

डॉ. विलास धर्माधिकारी

एस शीरीराम, एम.डी. (मेडिसिन) डॉ. एम.एस. (कार्डिओलॉजी) कासनेंगर डॉ. इन्द्रेशनान कार्डिओलॉजीर

डॉ. विलास धर्माधिकारी

एस शीरीराम, एम.डी. (मेडिसिन) डॉ. एम.एस. (कार्डिओलॉजी) कासनेंगर डॉ. इन्द्रेशनान कार्डिओलॉजीर

डॉ. विलास धर्माधिकारी

एस शीरीराम, एम.डी. (मेडिसिन) डॉ. एम.एस. (कार्डिओलॉजी) कासनेंगर डॉ. इन्द्रेशनान कार्डिओलॉजीर

डॉ. विलास धर्माधिकारी

एस शीरीराम, एम.डी. (मेडिसिन) डॉ. एम.एस. (कार्डिओलॉजी) कासनेंगर डॉ. इन्द्रेशनान कार्डिओलॉजीर

डॉ. विलास धर्माधिकारी

एस शीरीराम, एम.डी. (मेडिसिन) डॉ. एम.एस. (कार्डिओलॉजी) कासनेंगर डॉ. इन्द्रेशनान कार्डिओलॉजीर

डॉ. विलास धर्माधिकारी

एस शीरीराम, एम.डी. (मेडिसिन) डॉ. एम.एस. (कार्डिओलॉजी) कासनेंगर डॉ. इन्द्रेशनान कार्डिओलॉजीर

डॉ. विलास धर्माधिकारी

एस शीरीराम, एम.डी. (मेडिसिन) डॉ. एम.एस. (कार्डिओलॉजी) कासनेंगर डॉ. इन्द्रेशनान कार्डिओलॉजीर

डॉ. विलास धर्माधिकारी

एस शीरीराम, एम.डी. (मेडिसिन) डॉ. एम.एस. (कार्डिओलॉजी) कासनेंगर डॉ. इन्द्रेशनान कार्डिओलॉजीर

डॉ. विलास धर्माधिकारी

एस शीरीराम, एम.डी. (मेडिसिन) डॉ. एम.एस. (कार्डिओलॉजी) कासनेंगर डॉ. इन्द्रेशनान कार्डिओलॉजीर

डॉ. विलास धर्माधिकारी

एस शीरीराम, एम.डी. (मेडिसिन) डॉ. एम.एस. (कार्डिओलॉजी) कासनेंगर डॉ. इन्द्रेशनान कार्डिओलॉजीर

डॉ. विलास धर्माधिकारी

एस शीरीराम, एम.डी. (मेडिसिन) डॉ. एम.एस. (कार्डिओलॉजी) कासनेंगर डॉ. इन्द्रेशनान कार्डिओलॉजीर

डॉ. विलास धर्माधिकारी

एस शीरीराम, एम.डी. (मेडिसिन) डॉ. एम.एस. (कार्डिओलॉजी) कासनेंगर डॉ. इन्द्रेशनान कार्डिओलॉजीर

डॉ. विलास धर्माधिकारी

एस शीरीराम, एम.डी. (मेडिसिन) डॉ. एम.एस. (कार्डिओलॉजी) कासनेंगर डॉ. इन्द्रेशनान कार्डिओलॉजीर

डॉ. विलास धर्माधिकारी

एस शीरीराम, एम.डी. (मेडिसिन) डॉ. एम.एस. (कार्डिओलॉजी) कासनेंगर डॉ. इन्द्रेशनान कार्डिओलॉजीर

डॉ. विलास धर्माधिकारी

एस शीरीराम, एम.डी. (मेडिसिन) डॉ. एम.एस. (कार्डिओलॉजी) कासनेंगर डॉ. इन्द्रेशनान कार्डिओलॉजीर

डॉ. विलास धर्माधिकारी

एस शीरीराम, एम.डी. (मेडिसिन) डॉ. एम.एस. (कार्डिओलॉजी) कासनेंगर डॉ. इन्द्रेशनान कार्डिओलॉजीर

डॉ. विलास धर्माधिकारी

एस शीरीराम, एम.डी. (मेडिसिन) डॉ. एम.एस. (कार्डिओलॉजी) कासनेंगर डॉ. इन्द्रेशनान कार्डिओलॉजीर

डॉ. विलास धर्माधिकारी

एस शीरीराम, एम.डी. (मेडिसिन) डॉ. एम.एस. (कार्डिओलॉजी) कासनेंगर डॉ. इन्द्रेशनान कार्डिओलॉजीर

डॉ. विलास धर्माधिकारी

एस शीरीराम, एम.डी. (मेडिसिन) डॉ. एम.एस. (कार्डिओलॉजी) कासनेंगर डॉ. इन्द्रेशनान कार्डिओलॉजीर

डॉ. विलास धर्माधिकारी

एस शीरीराम, एम.डी. (मेडिसिन) डॉ. एम.एस. (कार्डिओलॉजी) कासनेंगर डॉ. इन्द्रेशनान कार्डिओलॉजीर

डॉ. विलास धर्माधिकारी

एस शीरीराम, एम.डी. (मेडिसिन) डॉ. एम.एस. (कार्डिओलॉजी) कासनेंगर डॉ. इन्द्रेशनान कार्डिओलॉजीर

डॉ. विलास धर्माधिकारी

एस शीरीराम, एम.डी. (मेडिसिन) डॉ. एम.एस. (कार्डिओलॉजी) कासनेंगर डॉ. इन्द्रेशनान कार्डिओलॉजीर

<div style="display: flex;

थोडक्यात...

धाराशीव येथे १९ व २० जुलै
रोजी ग्राहक पंचायतचे अधिवेशन

नांदेड (प्रतिनिधी)- ग्राहक पंचायत महाराष्ट्र संघटनेचे राज्यस्तरीय अधिवेशन दि. १९ व २० जुलै रोजी धाराशीव येथे होणार आहे. यानिमित राज्याध्यक्ष डॉ. विजय लाड यांच्या अध्यक्षतेखाली धाराशीव येथे आठावा बैठक पार पडली. या बैठकित अगांवी अधिवेशनाच्या नियोजनासह व्यवस्थेसंभांत मासित चर्चा करण्यात आली. यावेळी राज्य संघटक सर्वेत जाधव, राज्य सहांगठक मेधाताई कुलकर्णी, मराठवाडा विभाग संघटक हेमंत वडो, जिल्हाध्यक्ष अंजित बांगडे, लातूर जिल्हाध्यक्ष प्रलवण तिवारी, जिल्हा उपाध्यक्ष प्रमोद कांबळे, जिल्हा सचिव अशीष बाबर, संघटक रवी पिसे, सहांगठक विशाल शिंदे, शरद वडगावकर यांच्यासह राज्यभारतील पदाधिकारी उपस्थित होते.

फुल विक्रेत्याला
बेदम मारहाण

नांदेड (प्रतिनिधी)- शहरातील शास्त्रीनगर येथे अज्ञात चार आरोपींनी अज्ञात कारणावरून फुल विक्रेत्याला व त्याच्या साथीं शास्त्रीनगर शिवायाल करीत बेदम मारहाण केली. त्यात ते गंभीर जखमी झाले. शहरातील शास्त्रीनगर भागात खंडलवाल सीटीट मार्टसमर चौपाला येथील गहिवासी फुल विक्रेते मोहम्मद मुजमीलांदेन मोहम्मद हबीबुद्दीन व त्याचा एक साथीदार २९ जून रोजी उमे होते. तिकायात तेथे अज्ञात चार आरोपी आले. आरोपी पु फूल व्यापारी यांच्यामध्ये वात निमिण झाला. या दाढावे पूर्णांग हाणामारी मध्ये होउन आरोपींनी लोखंडी रोड व दगडाने त्यांना बेदम मारहाण केली. त्यात ते गंभीर जखमी झाले. याप्रकारी इतवारा ठाण्यात गुंहा नोंद करण्यात आला आहे. नुहील तपास पोलीस उपनिषक्त गायकवाड करीत आहेत.

मराठवाडा भूषण पुरस्काराने बंटी लांडो सन्मानित



नांदेड (प्रतिनिधी)- - राष्ट्रवादी कैरिएस शरदचंद्र पवार पक्षाचे नांदेड जिल्हा उपाध्यक्ष आनंद (बंटी) लांडो यांना राजर्षी शाह महाराज ग्रामीण विकास प्रतिष्ठान यांच्यावारीने दिला राजार्षी ग्रामीण मराठवाडा भूषण पुरस्कार ज्येष्ठ साहित्यिक देवीदास फुलारी यांच्या हस्त देऊन सन्मानीत करण्यात आले.

राजर्षी शाह महाराज यांच्या १५१ व्या जयंतीनिमित राजर्षी शाह महाराज ग्रामीण विकास प्रतिष्ठानाच्यावारीने दिला. २९

मंगरुळचे भूमीपुत्र योगानंद शिंदे यांची भारतीय सैन्यात निवड, ग्रामस्थांकडून सन्मान



लोहा (प्रतिनिधी)- - लोहा तालुकातील मांसल येथील योगानंद उर्फ हनमंत पंडितराव पाटील शिंदे निवड झाली. भारतीय सैन्यात निवड झाली भारतीय भारतीय सैन्यात समावेश होणारा योगानंद हा मंगरुळ गवातील पहिलाच जवान ठरता आहे. प्रशिक्षणानंतर त्याचे गवात आगाम होताच रेली काढून केला.

मंगरुळ येथील योगानंद शिंदे उर्फ पंडितराव पाटील शिंदे यांची जिद, मेहरन

बेरोजगारांच्या मेळाव्यात २७५ उमेदवारांची प्राथमिक निवड

- जिल्हा कौशल्य विकास रोजगार व उद्योजकता मार्गदर्शन केंद्राचे आयोजन
- रोजगार मेळाव्यात १६ कंपन्यांचा १ हजार ५१३ रिक्तपदांसाठी सहभाग



नांदेड (प्रतिनिधी)- युक्त - युवतींना रोजगाराची संधी उपलब्ध व्हावी यासाठी जिल्हा कौशल्य विकास, रोजगार व उद्योजकता, मार्गदर्शन केंद्र व शासकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्था यांच्या संयुक्त विभागाने शुक्रवार २७ जून रोजी श्री गुरुओविंदसिंधवी शासकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्था, नांदेड

येथे पंडित दिनदाल उपाध्याय रोजगार मेळाव्यात पार पडला. या रोजगार मेळाव्यात २७५ उमेदवारांची प्राथमिक निवड करण्यात आली आहे. या कार्यक्रमास प्रमुख पाहुणे म्हणून प्रसिद्ध उद्योजक अभिजीत रेणारूकर यांनी विद्यार्थ्यांना केले. तेथेच शिक्षण घेत असताना गुरुजनांचा विचार करा, समाजात वगताना आईडीलांकडे बधा, संघीच सोन करा असा संदेश

आदित्य मोर्टसर्चे उद्योजक अरुणी फाजो यांनी दिला. विद्यार्थ्यांनी आपले कौशल्य किंवित करावे. साथा या जगात कौशल्यालाच मागणी आहे. या आधिनिक जगात कौशल्य नसल्यास जीवन जगणे कठीण आहे. आयोजित कारवाईचे उद्योजकता विभागाचे सहायक अयुक्त डॉ. राम कोले यांनी केले.

या मेळाव्यायामध्ये एकूण १६ कंपन्यांनी १,५१३ रिक्तपदांसाठी सहभाग नोंदविला होता. तर एकूण ५६० उमेदवार उपस्थीत होते यामधून २७५ उमेदवारांची आप्रथमिक निवड करण्यात आली, अशी माहिती असेही डॉ. राम कोले यांनी केले.

कौशल्यालाच मागणी आहे.

राज्यात बंदी असलेला चार टन मांगुर मासा जम

मांडवी पोलिसांची कारवाई, तिघांविरुद्ध गुन्हा दाखल



नांदेड (प्रतिनिधी) - राज्यात विक्री व वाहतुकीसाठी प्रतिवंतित असलेला चार टन मांगुर मासा छुप्या मानाने तेलगणात नेण्यात येत होता. याची माहिती मिळताच मांडवीचे ठाणेदार मंगाधर गायकवाड यांनी आपल्या पथकासह सापाऱ्या रचून मांगुर मासाची वाहतुक करावारा टक्के पकडला. यावेळी यूनीचे दोन आणि कांठकावा एक अशा तिघांविरुद्ध मांडवी पोलीस ठाण्यात गुन्हा दाखल केला आहे.

मांडवीयेथील सहायक पोलीस निरीक्षक गंगाधर गायकवाड यांनी आपले सहकारी पोलीस उपर्याक्त मेश्राम, हवालादार गुव्हाळे, अंमलदार कॉन्डमार, कांबळे, मालाबाई नांदेड येथील सहायक अस्थीव्यवसाय विकास अधिकारी काशिनाथ बडंडीलांकडे यांना पाशा (वय ३४) या तिघांविरुद्ध मांडवी पोलिसांनी गुन्हा दाखल केला आहे.

सदरची कामगिरी केल्याबद्दल पोलीस अधिकारी कौशल्यालाच मांगुर मासे आपले ग्रेड ट्रिवेटी (वय ३३) राज्यप्रसाद द्विवेदी (वय ३३) गुहाणार फेलू पुस्तकार उत्तर प्रदेश, संतोष दयाराम यादव (वय ४०) गुहाणार सुमारास उत्तर प्रदेश, आयोजित कारवाईचे उद्योजकता आली. त्यांनी पाशा १८ लाख २० हजार रुपयांची होती आहे. याकांवाईची नांदेड येथील सहायक अस्थीव्यवसाय विकास अधिकारी काशिनाथ बडंडीलांकडे यांना देण्यात आली.

त्यानंतर बडेहवेली यांना पोलीस स्टेशन हड्डीत नाकाबंदी कीत असताना उनकेश्वर नाका, रोडवर अवैध दरम्यान यांना पोलीस अधिकारी काशिनाथ बडंडीलांकडे यांना देण्यात आली.

त्यानंतर बडेहवेली यांना पोलीस अधिकारी अवैध दरम्यान यांना पोलीस अधिकारी काशिनाथ बडंडीलांकडे यांना देण्यात आली.

नांदेड पोलीस दलातील सहा अधिकारी, सात ग्रेड उपनिरीक्षक, १५ अंमलदार व दोन मंत्रालयीन कर्मचारी सेवानिवृत्त



नांदेड (प्रतिनिधी) - जिल्हा पोलीस दलातील पोलीस अधिकारी ६, ग्रेड पोलीस उपनिरीक्षक २, पोलीस अंमलदार १५ व २ मंत्रालयीन कर्मचारी असे ३० अधिकारी व अंमलदार हे नियत वयामानानुसार सोमावारी (दि. ३) सेवानिवृत्त झाले आहेत. पोलीस अधीक्षक अविनाश कुमार, पोलीस अधिकारी अवैध दरम्यान यांनी आपली अवैधीक्षक डॉ. अश्विनी काशिनाथ जगतापायांच्या हस्ते सर्व सेवानिवृत्तांचा संकाळक रुक्क्मीनांचा करावा यांनी केला. यांनी आपली अवैधीक्षक अवैध दरम्यान यांनी काशिनाथ जगतापायांच्या हस्ते सर्व सेवानिवृत्तांचा संकाळक रुक्क्मीनांचा करावा यांनी केला.

कृत्यालयाचे पोलीस निरीक्षक यांनी आपली अवैधीक्षक अवैध दरम्यान यांनी काशिनाथ जगतापायांच्या हस्ते सर्व सेवानिवृत्तांचा संकाळक रुक्क्मीनांचा करावा यांनी केला.

सहायक पोलीस निरीक्षक यांनी आपली अवैधीक्षक अवैध दरम्यान यांनी काशिनाथ जगतापायांच्या हस्ते सर्व सेवानिवृत्तांचा संकाळक रुक्क्मीनांचा करावा यांनी केला.

कृत्यालयाचे पोलीस निरीक्षक यांनी आपली अवैधीक्षक अवैध दरम्यान यांनी काशिनाथ जगतापायांच्या हस्ते सर्व सेवानिवृत्तांचा संकाळक रुक्क्मीनांचा करावा यांनी केला.

कृत्यालयाचे पोलीस निरीक्षक यांनी आपली अवैधीक्षक अवैध दरम्यान यांनी काशिनाथ जगतापायांच्या हस्ते सर्व सेवानिवृत्तांचा संकाळक रुक्क्मीनांचा करावा यांनी केला.

कृत्यालयाचे पोलीस निरीक्षक यांनी आपली अवैधीक्षक अवैध दरम्यान यांनी काशिनाथ जगतापायांच्या हस्ते सर्व सेवानिवृत्तांचा संकाळक रुक्क्मीनांचा करावा यांनी केला.

कृत्यालयाचे पोलीस निरीक्षक यांनी आपली अवैधीक्षक अवैध दरम्यान यांनी काशिनाथ जगतापायांच्या हस्ते सर्व सेवानिवृत्तांचा संकाळक रुक्क्मीनांचा करावा यांनी केला.

कृत्यालयाचे पोलीस निरीक्षक यांनी

निरोगी आरोग्याचा कानमंत्र



दातांची कीड टाळता येईल?

दातांच्या आरोग्याबाबत पालकांमध्ये एकाशी जनजागृती नाही. त्यामुळे लहानपणासून मुलांच्या दातांकडे दुर्लक्ष होते. साखर, गूळ, चॉकलेट, कॅन्डीसारख्या गोड पदार्थ खाण्याच्या सवयीपुढे पुढे जाऊन मुलांच्या दातांमध्ये कॅविटी अर्थात कीड तयार होते आणि नंतर दातांचे दुखण्यांसुरु होते. त्यामुळे दातांच्या कीडेला रोखण्याचे नवे आव्हान उभे ठाकले आहे.

दातांना कीड कशी लागते?

- दातांना कीड लागण्यामध्ये खेरे कारण आहार होय. लहान मुलांच्या खाण्यात कॅल्शियमप्रे प्रमाण कमी असेल तर त्याचा दातांच्या वाढीवर परिणाम होते. दातांची निया कशी राखावी, दात कसे स्वच्छ करावेत, कोणत्याची दात येतात यावावत पालकांना माहिती नसेते. ग्राही बालीनून दूध देण्याकडे पालकांच्या अधिक ओढा असते. त्या वेळी ते त्राप्त तांडत साखर राहिल्याने कीड तयार होते. जे आपण खाते त्याचे साखरेरे प्रमाण असते, साखर किंवा ल्युकोज दातावर सातात. त्यामुळे दातांच्या तसेच तोंडात राहतात. तोंडात मोठ्या प्रमाणात जीवाणु असतात. ते घातक नसले तरी त्या अन्नासून आम्ल तयार होते.
- त्यामुळे दातांमध्ये कीड तयार होते. दाताच्या पहिल्या भागात कीड लागते. त्याला वेदना होत नाहीत. लक्षणे दिसत नाहीत. डॉनिमध्ये कीड पोहोचल्यानंतर त्यामुळे दात दुखाची त्रकार सुरु होते, असे दातांचे डॉक्टर संगतात. दातांना लगालेली कीड नसेपर्यंत जाते. त्यामुळे खूब तीव्र वेदना सुरु होतात. नसेतून दाताच्या खाली असलेल्या हाडामध्ये संसर्ग होण्याचा धोका असते. त्यामुळे रुट कॅनॉल करावे लागते. दातावर दात लागणे, सूज येणे, जेवता न येणे अशा त्रकारी येतात, याकडे डॉक्टरांनी लक्ष वेधले.

आहारात फळे भाज्या, सॅलेड हवे

लहानपणी फास्टफूड, जंक फूड, क्रीम रोल सारखे गोड पदार्थ खाल्याने मुलांचे दात कीडतात. मुलांसह मोठ्यांच्या आहारात पालेभाज्यांसह फळभाज्या, फळे असायला हवीत. त्यामुळे नैसर्गिकरित्या दातांना आधार मिळतो. आहारात फळे भाज्या, सॅलेड असल्यास त्यामुळे दातांची कीड रोखण्यास मदत होते.



कॅविटी म्हणजे काय?

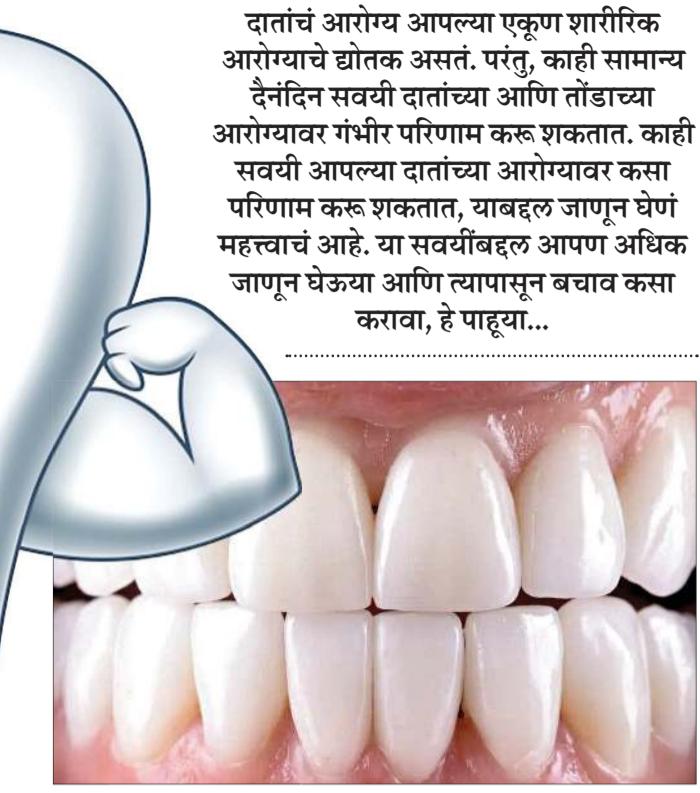
- दंतरोग किंवा दाढुखीचे सर्वात जास्त आढळणारे कारण हे दातांची कीड आहे. दात कीडणे म्हणजे दातांचे विघटन करात. त्यातून तयार होण्याच्या आम्लामुळे दातांच्या आवरणाच्ये चवक विघटन करायला लागते. दाताला भोक पडायला लागते. त्याला 'कॅविटी' अर्थात कीड असेही कारण आवश्यक आहे. दातांचे काम असेही पक्क्या दातांकरात पायायला लागते. त्याला 'कॅविटी' अर्थात कीड असेही काम अवश्यक आहे.



दातांची कीड कशी टाळावी?

- लहान मुलांना रात्री दूध बाटलीतून न पाजता चमच्याने पाजले पहिजे. दूध पाजल्यानंतर चमच्याने पाणी पाजावे.
- १२ ते ३३ व्याची दुखाचे दात पडल्यानंतर दर सहा महिन्यांनी दातांची तपासणी करणे आवश्यक आहे.
- दातांच्या तपासणीतून दातांमध्ये कीडे कीड लागली किंवा काय हैल्पेते.

साधारणपणे दातांचे विकार दोन प्रकारचे असतात. हार्ड इश्यू (दात) आणि सॉफ्ट इश्यू (प्रामुख्याने हिरड्या, ओठ, नीझ, इपिथेलियम व्हणजे तोंडाची त्वचा). यांतील हार्ड इश्यूचे विकार व्हणजे कीड, झीज, दात तुटणं तर सॉफ्ट इश्यूचे विकार व्हणजे हिरड्याना सूज येणे, तोंड येणे, अग्नि मौर्चिक वॅन्सर. दातांचे काम व्हणजे चवणी, काम असेही शब्दाचे त्वचा आणि गाल, ओठ यांना आधार देतून चवण्याची योग्य आकार देणे. याखेरीज दुखाच्या दातांचे काम असेही पक्क्या दातांकरात पाया तयार करण. दुंदेवाने दुखाचे दात पडलाऱ्याच असतात. त्यामुळे त्या दातांच्या उत्तराची व्हणजे काम असेही टाकण्याकडे आपला कल असतो. आता हे दुखाचे दात (जे वेगवेगळ्या व्यात पडतात) वेळेआधी पडले तर बाकीचे दात मोकळ्या जागेत सरकण्याची शक्यता असते (हीच शक्यता पक्का दात पडला, काढला आणि बसवला नाही तरी पण असते). अजून एक व्हणजे व्याच्या व्याच्या सहाय्या वर्षी येण्याचा दाढा या पक्क्या असतात. पण या आधी दुखाचे दात पडत नसल्याने हादेखील दुखाचाच दात आहे, असेही आपल्याला वाटत. त्यामुळे याही दातांकडे आपलं दुर्दृश्य होत. हा दात अन्न चावाण्याच्या काम इतर दातांची जास्त प्रमाणात (जवळ जवळ ६०%) करतो. त्यामुळे याही लहानपणासून वर्षातून दोनदा दातांची तपासणी व्हायला हवी.



दातांचं दुखणं कायमचं थांबवण्यासाठी ७ गोष्टी

खूप जास्त दाब देऊन दात घासणे

काही लोकांना सकाळी उठल्यावर ५ ते १० मिनिटे वेळ घेऊन, भरपूर दाब देऊन दात घासण्याची सवय असते. दात व्यवस्थित स्वच्छ व्हावेत म्हणूनच जोरात घासले पाहिजेत, असा त्याचा विश्वास असतो. घासून झाल्यावर आसात घासून दात स्वच्छ झालेत का हेही ते तपासून पाहातात. पण खरं तर अशा प्रकारे जोरात दात घासाने स्वेच्छा व्हेकादायक ठरू शकते. जोरात दात घासाल्याने किंवा जास्त वेळ घासल्याने सर्व जंतू नस्त होतात, असे समज चुकीच्या आहे. प्रत्यक्षात तुम्ही दात घासायची पद्धतच महत्वाची असते. वरखाली किंवा एकाच बाजूने घासांने हे दातांना हानीकारक ठरत. वरुंठाकर हालचालीने, हव्यावर दात घासाले पाहिजो. जर ह सतत दात घासाल्याने त्यांनी व्हेळू शकतात अग्नि हिरड्यांना त्रास होऊ शकतो. जर ह सतत दात घासाल्याने त्यांनी व्हेळू शकतात अग्नि हिरड्यांना त्रास होऊ शकतो. जास्त दाब दिल्याल्याने त्यांनी व्हेळू शकतात. नव्य लोकांना नखं चावण्याची सवय असते. त्यामुळे दातांचा वापर साधन म्हणून केल्याने त्याला तडे जाऊ शकतात आणि वापराची व्हासाएवढी पेस्ट्रेचेखील पुरेशी आहे.

उपकरण म्हणून वापर

दातांनी बाटलीची झाकण उघडण, दातांनी पाकिंट फाडण आणि नखं चावणं या सर्वांमुळे कालांतराने तुमच्या दातांचे मोठे नुकसान होऊ शकते. दात अन्न चावण्यासाठी असतात. हे समजून घेणं महत्वाचं आहे. दात हे कात्री, ब्लेड, कटर किंवा बाटली उघडण्याच्या उपकरणांच्या पर्याय नाही. दातांचा वापर साधन म्हणून केल्याने त्याला तडे जाऊ शकतात आणि कधीकधी ते तुटू देखील शकतात. खूप लोकांना नखं चावण्याची सवय असते. त्यामुळे दातांचा वापर साधन म्हणून केल्याने त्याला तडे जाऊ शकते.

वारंवार खात राहणं

सतत काहीतरी खात राहिल्याने, पातळ अन्नकरण दातांमध्ये अडकून राहतात. त्यामुळे बॅक्टेरियाची वाढ झापाटायाने होते. यामुळे दातांमध्ये पोकळी आणि



भेगा निर्माण होण्याचा धोका वाढतो. काही पिंजन झाल्यानंतर तोंड धूणं खूप महत्वाचं आहे. जास्त साखर ही केवळ शरीराचा इतर भागांसाठीची नव्हे, तर दातांसाठीही धोकादायक आहे. खाल्यानंतर लगेच पाणी घाव किंवा माउथवॉर्सेने तोंड स्वच्छ धूनून घेणं खूप महत्वाचं आहे. पाणी देखील जास्त पिंजन घावे.

दात कुरकुरणे, दात खाणं

राग आला की दात घृंग चावणे किंवा दात खाणं हे सामान्य आहे, पण यामुळे दातांची शीतपेय पिणत. त्याच्या उच्च आम्लेले मुळे पांढे दात हव्यालू खावावत. बाटलीमध्ये बंद असलेली शीतपेय, कॉफी आणि चहा यांमध्ये असलेली जास्त साखर, कॅफिन आदीमुळे पांढऱ्या दातांचे नुकसान होते. अत्यक्षर कोडा असलेली शीतपेय, कॉफी, चहा पिणे शरीराचील पाणी कमी करू शकते (हिरड्याडेशन). याचा परिणाम घृंगावे लाळ तोंडाच्या स्वच्छेसाठी महत्वाची असते, ती दातांचे विकार आणि हिरड्याडेशन आजार रोखते. ती कमी झाल्यास, केवळ दातांचे नुकसान चाही नाही तर पचनाचा समस्या देखील उद्भवून शकतात. अशा प्रकारचे पेणे पिंजन झाल्याने तोंड स्वच्छ धूनून घेणं खूप महत्वाचं आहे. पाणी देखील जास्त पिंजन घावे.

दंतचिकित्सकांचा सल्ला न घेणं

दात दुखत असेल तरच दंतचिकित्सकांडे जाऊन उपचार घेणं हा विचार चुकीचा आहे. जर आपल्या हाताचे हाड तुटले तर आपण त्यावर योग्य उपचारासाठी डॉक्टरांकडे जाऊन उपचार करतो. पण दातांचं मात्र असून नसत. दातांच्या कसाळी वापर करा, जर शेवटी समस्या उद्भवली तर ते काढून दंतचिकित्सकांचा सल्ला वसूलू घेते. दात बसूलू घेणे दातांचे दात घासाले तरी चालेल, असा विचार लोक करतात. लोकांनी हे समजून घेण आवश्यक आहे की, जर एक दात काढला तर कालांतराने त्याचे इतर दातांचकी वरिष्ठ व्हणजे लक्षणांशी शिवाय व्हावू शकतो. फक्त दात घासाणे किंवा स्वच्छ करणं पुरेसं नाही. कारण, दातांची आरोग्य संपूर्ण शारीरिक आरोग्याचे संकेत आहे.



एखाद्या दाताला कीड

