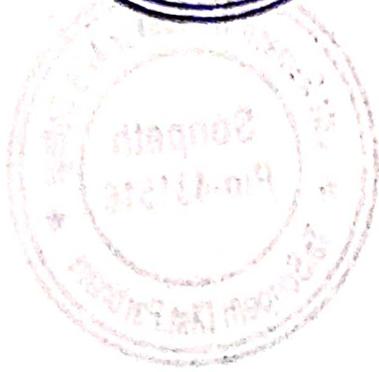


कोरोना महामारी आणि भारत



संपादक

डॉ. वाकणकर जी. बी.
प्रा. देवराये एस. एम.
डॉ. टेंगसे एस. ए.



NOTION PRESS

India. Singapore. Malaysia.

Published by Notion Press 2021

Copyright © Wakankar G.B., Devraye S. M., Tengse S. A. 2021

All Rights Reserved.

ISBN 9781-6387-3493-2

This book has been published with all reasonable efforts taken to make the material error-free after the consent of the author. No part of this book shall be used, reproduced in any manner whatsoever without written permission from the author, except in the case of brief quotations embodied in critical articles and reviews.

The Author of this book is solely responsible and liable for its content including but not limited to the views, representations, descriptions, statements, information, opinions and references ["Content"]. The Content of this book shall not constitute or be construed or deemed to reflect the opinion or expression of the Publisher or Editor. Neither the Publisher nor Editor endorse or approve the Content of this book or guarantee the reliability, accuracy or completeness of the Content published herein and do not make any representations or warranties of any kind, express or implied, including but not limited to the implied warranties of merchantability, fitness for a particular purpose. The Publisher and Editor shall not be liable whatsoever for any errors, omissions, whether such errors or omissions result from negligence, accident, or any other cause or claims for loss or damages of any kind, including without limitation, indirect or consequential loss or damage arising out of use, inability to use, or about the reliability, accuracy or sufficiency of the information contained in this book.



1. कोरोना महामारीचा प्रभाव - प्रा. डॉ. आंधळे बी.व्ही 75
2. कोरोना महामारीचा स्त्रियांच्या आयुष्यावरील परिणाम
डॉ. सीमा शशिकांत कदम. 83
13. कोरोना महामारीत भारतीय अर्थव्यवस्था : मानवी अधिकार उल्लंघन
नांगरे विठ्ठल हरिभाऊ 90
14. कोरोना साथरोग आणि समाजातील अंधश्रद्धा
प्रा. डॉ. संतोष वसंतराव रणखांब 103
15. कोरोनाचा भारतीय शिक्षण व्यवस्थेवरील परिणाम
प्रा. निखिता गावकर 116
16. कोरोनाचा भारतीय शेती व्यवसायावर झालेला परिणाम
प्रा. विनायक जाधव 120
17. कोविड १९ विषाणूचा भारतीय उच्च शिक्षणावरील प्रभाव
प्रा. डॉ. मुक्ता सोमवंशी 126
18. कोरोना १९ महामारीचे परिणाम, आव्हाने आणि संधी
डॉ. एम बी वाघ 133
19. कोरोना भारतीय शिक्षणव्यवस्थेवरील परिणाम
प्रा. आनंद मुसळे 140
20. कोविड-१९ (Covid-19): भारतीय अर्थव्यवस्थेवर झालेले परिणाम
अर्जुन अशोक मोरे 147
21. कोरोना महामारी - डॉ. काळे बी.एम 155



कोरोना महामारी

डॉ. काळे बी.एम

मराठी विभाग प्रमुख,

कै. रमेश वरपूडकर महाविद्यालय, सोनपेठ. जि. परभणी

=====

मानव हा सर्व प्राण्यामध्ये सर्वश्रेष्ठ सजमला जातो. त्यांने आपल्या बुद्धिच्या जोरावर अनेक शोध लावून मानवी जीवन सुखकर करण्याचा प्रयत्न केला. मानवी हिताच्या आड येणाऱ्या गोष्टींवर मात करत फार मोठा विकास साधला. मानवजात अस्तित्वात आल्यापासून मानवजातीवर आतापर्यंत हजारो वेळा अनेक प्रकारच्या रोगांच्या साथी येऊन गेलेल्या आहेत. त्या सर्वांवर मानवाने मात करित आतापर्यंत प्रवास केलेले आहे. 'कोरोना महामारी' देखील अशाच प्रकारची साथ आहे. कोरोनाची सुरुवात चिनमधील 'वुहान' या शहरात मांस विक्री करणाऱ्या मासळी बाजारातील लोकांना न्यूमोनियासारखी रोगाची लक्षणे आढळून आली. त्याची चाचणी केली असता 'कोरोना' व्हायरसचा शोध लागला. काहीजण चिनवर जैविक शस्त्र निर्मिती करतांना या व्हायरसची मानवाला लागण झाली असाही आरोप करतात. पण जागतिक आरोग्य संघटनेने हे नाकारले आहे याचा पाहिला रूग्ण चिनमध्ये वुहान शहरात सापडला. या विषाणुचा आकार काटेरी मुकुटासारखा आहे. मुकुटाला क्राऊन हे नाव असल्यामुळे त्याचा आकारावरून याला 'कोरोना' हे नाव पडले पण जागतिक



आरोग्य संघटनेने त्याचे नाव COVID-19 असे नामकरण केले.
01 डिसेंबर 2019 मध्ये चिनमध्ये या साथीचा पहिला रुग्ण
सापडला तर भारतात 30 जानेवारी 2020 मध्ये केरळ
सापडला. महाराष्ट्रात 09 मार्च 2020 मध्ये पहिला रुग्ण
सापडला. त्यानंतर संपूर्ण देशात, राज्यात, महानगरात, नगरात व
खेडोपाडी या महामारीने धूमाकूळ घातला. विशेषतः महानगरामध्ये
तर कोरोनाने कहरच केला.

कोरोना व्हायरस विषयी कुणालाही अचूक अशी माहिती
नसल्यामुळे सुरुवातीला विविध प्रयोग करण्यात आले. अचानक
केंद्रसरकारने लॉकडाऊनचा निर्णय घेतल्यामुळे अनेक मजूर
अडकून पडले. हातावर पोट असणाऱ्यांना उपासमार सहन करावी
लागली. 'बिहार' चे मुख्यमंत्री नितिशकुमार यांनी आपल्याच
राज्यातील मजुरांना बिहारमध्ये येण्यास मनाई केली. या काळात
सोनू सूद सारखे अस्सल हिरो देवदूत बनून अवतरले. त्या
काळात त्यांनी केलेली मदत अनेक राजकारण्यांच्या पोटात गाळे
उठवून गेली. रतन टाटा सारख्या मानवतावादी उद्योजकांनी
केलेली मदत त्यांची उंची ठरवून गेली. शासनानेही सामान्य
माणसाला केंद्रस्थानी ठेवून विविध निर्णय घेतले. 'जम्बो कोविड
सेंटर्स' खाजगी रुग्णालयातील खाटा ताब्यात घेणे, कोरोना
चाचणी, मास्कचा किंमती माफक दरात, कोरोना चाचणीसाठी
प्रयोगशाळाची संख्या वाढवणे यासारखे विविध निर्णय घेवून
कोरोना महामारीचा वाढता प्रसार नियंत्रित ठेवणे शक्य झाले.

कोरोना विरुद्धची लढाई यशस्वी करण्यासाठी, समाजात
जनजागृती करण्यासाठी शासनाने मोठी पाऊले उचलली. मास्कचा

वाकणकर जी.बी., देवराये एस.एम., टेंगसे एस.ए.



सुरक्षित अंतर आणि वारंवार हात धुणे याबाबत समाजात जागृती केली. 'माझे कुटुंब, माझी जबाबदारी' या योजने अंतर्गत आमक घराचे सर्वेक्षण करण्यात आले या सर्वेक्षणात अंगणवाडी सेविका यांनी स्वतःच्या कुटुंबाची पर्वा न करता सर्वेक्षण करण्यात आले. मधुमेह, उच्चरक्तदाब, ज्येष्ठ लोकांची नोंदणी करून त्यांची विशेष काळजी घेण्यात आली. मुंबई सारख्या महानगरामध्ये हजारो मृत्यू होण्याची भीती जी व्यक्त करण्यात येत होती ती शासनाने फोल ठरवली. 'धारावी मॉडेल' विकसित करून जगासमोर एक आदर्श ठेवला.

केंद्रशासनाने स्वदेशी लसनिर्मितीवर भर दिला. त्याचीच परिणती म्हणून देशभरात लसीकरण मोहिमेला सुरुवात झाली ही लसीकरण मोहिम जगातील सर्वात मोठी मोहिम ठरली. 16 जानेवारी 2021 पासून लसीकरण सुरू झाले. कोरोना योद्धे, बी.पी, शूगर आणि ज्येष्ठ व्यक्तींना हे लसीकरण प्रथमतः देण्यात आले. कोरोनावर नियंत्रण ठेवू असे वाटत असताना पुन्हा कोरोना रूग्णाची संख्या वाढू लागली आहे. महाराष्ट्र, कर्नाटक, मध्यप्रदेश या राज्यात पुनः कोरोना रूग्णाची संख्या झपाट्याने वाढू लागली आहे. महाराष्ट्रात पुणे, नाशिक, नागपूर, मुंबई सारखी महानगरात कोरोनाची संख्या जोरकसपणे वाढतांना दिसत आहे. एकूण रूग्ण संख्येपैकी 13% रूग्ण पुण्यात आहे. सुरक्षित अंतर, मास्कचा वापर, हात धुणे या त्रिसुत्रीचा भारतीयांना पुनः विसर पडला. त्यामुळे पुन्हा देशात, महाराष्ट्रात रूग्णाच्या संख्येत झपाट्याने वाढ होत आहे. महाराष्ट्रात दररोज 25,000 रूग्ण सापडत आहेत. पुन्हा कडक निर्बंध लादण्यात येत आहेत. महाराष्ट्राचे मुख्यमंत्री

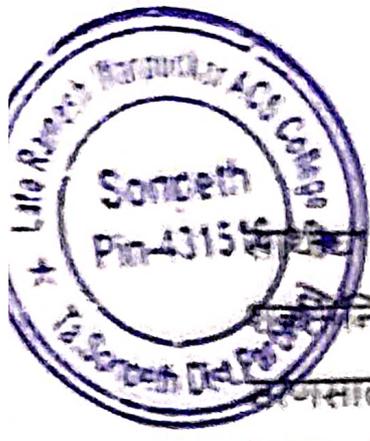


यांनी निर्वाणीचा इशारा दिला आहे की, "स्वयंशिस्त धारण करणे गरजेचे आहे. लॉकडाऊन करावे लागेल." 'मास्क घालणे, शिरले पाळा आणि लॉकडाऊन टाळा' असे अवाहन त्यांनी जनतेला केले आहे.

'कोरोना' ची दुसरी लाट महाराष्ट्रात येऊन धडकली असली तरी घाबरून जायचे कारण नाही लसीकरण बरोबरच मास्क घालणे, सुरक्षित अंतर व वारंवार हात धुणे या गोष्टींचा अवलंब केल्यास लक्षात प्रमाणात धोका टळतो. 'कोरोना' ची जरी लागण झाली तरी 80% लोकांना काहीच लक्षणे दिसत नाहीत. तो आजार येतो आणि चार-सहा दिवसांमध्ये आपोआप निघूनही जातो. मुंबई मधील झोपडपट्यातील लोकांच्या अँटीबॉडीज तपसल्यानंतर 47% लोकांच्या शरीरात कोरोनाच्या अँटीबॉडीज सापडल्या. त्यामुळे कोरोना सोबत जगण्याची आपल्याला सवय करा लागेल. केवळ 15% लोकांना सामान्य उपचाराची गरज भासते. ते पण साध्या उपचाराने बरे होऊ शकतात. पण पाच टक्के लोकांच्या बाबतीत मात्र कॉम्प्लेक्स निर्माण होऊ शकतो. पण हे पाच टक्के लोक म्हणजे जे वयोवृद्ध आहेत, ज्यांची प्रतिकार शक्ती अगदी मामुली आहे, ज्यांना डायबिटीस, ज्वरदयविकार, टी.बी या सारखे आजार आहेत अशा लोकांपैकी काही लोक मरू शकतात. याचाच अर्थ असा की शंभरपैकी पंचान्नव लोकांना कोरोनाची भीती नाही. साध्या उपचारानेही ते बरे होऊ शकतात त्यामुळे काळजी करण्याचे कारण नाही.

आजपर्यंत येऊन गेलेल्या अनेक महामारीचा जेव्हा शास्त्रज्ञांनी अभ्यास केला तेव्हा त्यांच्या लक्षात आले की महामारीपेक्षा भीतीने मेलेल्या लोकांची संख्या जास्त होती. त्यामुळे कोणत्याही

बाकणकर जी.वी., देवरावे एस.एम., टेंगसे एस.ए.



आजाराला न भीता सामोरे जायचे असते. पूर्ण
निसर्गी लढायचे असते. पण प्रसार माध्यमे सामान्य
जिणसाला इतर गोष्टीची माहिती नसल्यामुळे भीतीचे वातावरण
तयार करतात. जितकी भीतीचे वातावरण तयार केले जाईल
तेवढाच जोरकस व्यापार आरोग्यसेवेचा चालतो. त्यातून
फारमोट्या प्रमाणात आर्थिक उलाढाल होते. त्यामुळे भीतीचे
वातावरण योग्य नाही.

मानव हा पृथ्वीतलावर वावरतो. या सृष्टीमध्ये अनेक जीव
आहेत. अनेक व्हायरस आहेत. साथी येतात जातात हा
निसर्गाचाच एक भाग आहे. दुष्काळ, महापूर, भूकंप इ. नैसर्गिक
गोष्टी घडणे हा एक नैसर्गिक भाग आहे. महामारी हे एक
निसर्गाची बॅलन्सिंग व्यवस्था असल्याचे शास्त्रज्ञ मानतात.
व्हायरस हे जिवंत व्यक्तिमत्व नाही. त्यामुळे त्याला मारू शकत
नाही. तो शरीरात गेल्यानंतरच जैविक लक्षणे दाखवतो आपण
व्हायरस पासून पळून जावू शकत नाही. आपल्या आसपास
सुरक्षित रहायचे असेल तर आपल्या शरीरात प्रतिकार शक्ती
नावाची ढाल आहे, तिचा वापर करणे हाच यावरचा उपाय आहे.
तुम्ही जर भीती बाळगली तर भीतीमुळे जीवनशक्ती म्हणजेच
प्रतिकारशक्ती कमी होते आणि नको ते आजार चिटकतात.

त्यामुळे कोरोना काय किंवा कोणत्याही आजार बरा करण्याचे काम
आपल्या शरीरातील प्रतिकारशक्ती राजदिवस युद्ध पातळीवर
काम करत असते. तिला सशक्त बनवणे हे आपल्या हातात आहे.
अविनाश धर्माधिकारी यांनी प्रतिकारशक्ती वाढविण्यासाठी खालील
तीन सत्रे सांगितली आहेत

कोरोना महामारी आणि भारत



आहार: यामध्ये शरीरातील पेशीली 40 प्रकारचे प्रतिकारक लागतात. त्या सर्व घटकांची पूर्ती करणाऱ्या गोळीचा आहारात समावेश करावा. यासाठी मौसमी फळे, दूध, भाज्या, अंडी, कडधान्ये यांचा आहारात समावेश करावा. भाज्या कच्च्या स्वरूपात खाव्यात. जंक फूड, फास्ट फूड खाऊ नये.

ii) **व्यायाम:** व्यायामामध्ये दम लागेपर्यंत चालणे, सुर्यनमस्कार, आसने, प्राणायाम, हा नित्यनेमाने व्हावा. प्राणायाम हा रोगविवारण करण्याचे कार्य करीत असतो. हवा ही एक दवा आहे. पोहणे देखील उत्कृष्ट व्यायाम आहे.

iii) **पुरेसी विश्रांती:** शांत आणि गाढ झोप घ्यावी. शरीरातील पेशी-पेशीला विश्रांती मिळाली पाहिजे ती रोज झोपेत मिळते त्यासाठी ध्यान करावे. तुम्हास जेवढी वर्ष झालीत तेवढे मिनिटे रोज ध्यान व्हायला हवे. ध्यान करण्यासाठी न हालता स्थिर बसणे आणि येणाऱ्या-जाणाऱ्या श्वासाकडे तटस्थपणे पाहत राहणे एवढे जरी केले तरी पुष्कळ आहे.

व्हायरस रूपी 'कोरोना' सारख्या महामारीवर, साथीच्या आजारावर मात करायची असेल तर ते आपल्या हातात आहे. "मी जबाबदार" ही जी महाराष्ट्र शासनाने मोहिम राबवली आहे ती अत्यंत योग्य आहे. आपले आरोग्य आपल्या हातात आहे. वर्षभर महामारीचा जर आपण प्रकोप पाहिला तर तो शहरी भागात आपल्याला दिसतो. त्या तुलनेने ग्रामीण भागात त्याचा परिणाम तेवढा जाणवला नाही. त्याचे कारण ग्रामीण भागातील लोक आजही निसर्गाच्या सान्निध्यात राहतात. उन्हा, वारा, पाऊस छातीवर झेलत ते काळ्या रानात राबतात. ते फास्ट फूड पासून दूर आहेत.



वाकणकर जी.वी., देवराये एस.एम., टेंगसे एस.ए.

मुकाबला यांची प्रतिकार शक्ती मध्यमवर्गीय माणसाच्या तुलनेत
आहे. त्यामुळे आपल्याला दक्षता तर बाळगावीच लागले.
दक्ष राहून प्रतिकारशक्ती वाढवूनच आपल्याला साथीच्या
आजारावर मात करावी लागेल. मानवाने संकटाशी मुकाबला
करतच स्वतःचे आस्तित्व जपले आहे. मानवी जीवन प्रगतीमय
केले आहे. निसर्गाच्या सानिध्यात राहतच आपल्याला ते आणखी
प्रगतीमय करता येईल यात मात्र तिळभर शंका नाही.

संदर्भ:

1. अविनाश धर्माधिकारी- वसंत व्याख्यानमाला.
2. दिव्य मराठी- 17 जानेवारी 2021.
3. सकाळ- 22 फेब्रुवारी 2021.

PRINCIPAL

Late Ramesh Warpudkar (ACS)
College, Sonpeth Dist. Parbhani