

मुख्य जनसंपर्क अधिकारी का कार्यालय
जामिया मिल्लिया इस्लामिया

प्रेस विज्ञप्ति

जामिया मिल्लिया इस्लामिया के फिजियोथेरेपी एवं पुनर्वास विज्ञान केंद्र ने 'हेल्थी एजिंग:प्रिवेंटिंग फॉल्स एंड फ्रैक्चर्स इन ओल्डर एडल्ड्स' विषय पर एक दिवसीय संगोष्ठी का किया समापन

नई दिल्ली, 4 सितंबर, 2025

जामिया मिल्लिया इस्लामिया (जेएमआई), नई दिल्ली के फिजियोथेरेपी एवं पुनर्वास विज्ञान केंद्र (सीपीआरएस) ने कल सूचना एवं प्रौद्योगिकी केंद्र (सीआईटी) में विश्व फिजियोथेरेपी सप्ताह समारोह के क्रम में 'हेल्थी एजिंग:प्रिवेंटिंग फॉल्स एंड फ्रैक्चर्स इन ओल्डर एडल्ड्स' विषय पर एक संगोष्ठी का आयोजन किया।

कार्यक्रम की शुरुआत कुरान की तिलावत से हुई, जिसके बाद औपचारिक उद्घाटन और गणमान्य व्यक्तियों का अभिनंदन किया गया। इस अवसर पर मुख्य अतिथि, जामिया के कुलपति (वीसी) प्रो. मज़हर आसिफ का स्वागत किया गया। कार्यक्रम में विशिष्ट अतिथि, राष्ट्रीय संबद्ध एवं स्वास्थ्य सेवा व्यवसाय आयोग (एनसीएचपी) की अध्यक्ष प्रो. डॉ. यज्ञ शुक्ला और जीवन विज्ञान संकाय के डीन प्रो. ज़ाहिद अशरफ़ भी उपस्थित थे।

सीपीआरएस की निदेशक प्रो. जुबिया विकार ने अपने स्वागत भाषण में गिरने और कमजोरी की रोकथाम में फिजियोथेरेपी के बढ़ते महत्व पर ज़ोर दिया। उन्होंने फिजियोथेरेपी सप्ताह के दौरान आयोजित की जाने वाली आगामी गतिविधियों और जागरूकता अभियानों के बारे में भी बताया। एनसीएचपी की अध्यक्ष, एक फिजियोथेरेपी कॉलेज की प्राचार्य और गुजरात राज्य फिजियोथेरेपी परिषद की अध्यक्ष प्रो. डॉ. यज्ञ शुक्ला ने एक प्रेरक व्याख्यान दिया। उन्होंने विश्व फिजियोथेरेपी दिवस का संक्षिप्त इतिहास साझा किया और उम्र बढ़ने में फिजियोथेरेपी की महत्वपूर्ण भूमिका पर चर्चा की। उन्होंने गिरने और कमजोरी की रोकथाम के लिए रणनीतियों पर ज़ोर दिया, जिनमें नियमित व्यायाम, घर की सुरक्षा के बारे में जागरूकता और उचित पोषण शामिल हैं। प्रो. ज़ाहिद अशरफ़ ने अनुसंधान में उनके महत्वपूर्ण योगदान के लिए सीपीआरएस टीम की प्रशंसा की और केंद्र की उपलब्धियों पर प्रकाश डाला, जिसमें 270 से अधिक शोध प्रकाशन, 31 का एच-इंडेक्स और उच्च साईटेशन दर शामिल है, जो उनके कार्य की गुणवत्ता और प्रभाव को दर्शाता है। अपने अध्यक्षीय भाषण में, जामिया के कुलपति प्रो. मज़हर आसिफ़ ने स्वस्थ और सार्थक जीवन जीने में अनुशासन और आध्यात्मिकता के महत्व पर बल दिया। उन्होंने प्रतिभागियों को जीवन में कम उम्र से ही अच्छी आदतें विकसित करने के लिए प्रोत्साहित किया, जिसमें नियमित शारीरिक गतिविधि, माइंडफुलनेस और समय प्रबंधन शामिल हैं, जो उम्र बढ़ने के साथ शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य दोनों में उल्लेखनीय सुधार ला सकते हैं। उन्होंने आंतरिक शक्ति और मूल्यों के महत्व पर भी ज़ोर दिया।

उद्घाटन सत्र का समापन प्रो. मजूमि एम. नूह के धन्यवाद ज्ञापन के साथ हुआ, जिन्होंने सभी अतिथियों, वक्ताओं और प्रतिभागियों के प्रति आभार व्यक्त किया।

बाद में, शैक्षणिक सत्र में राष्ट्रीय वृद्धावस्था केंद्र, एम्स, नई दिल्ली के विशेषज्ञों द्वारा विशेषज्ञ व्याख्यान दिए गए। डॉ. ऋचा मलिक ने दुर्बलता की रोकथाम और प्रबंधन के बारे में बताया। उन्होंने कमजोरी, उम्र बढ़ने

के चरणों, शारीरिक परिवर्तनों और वर्तमान प्रबंधन मॉडलों के आकलन के लिए इस्तेमाल किए जाने वाले मानदंडों पर चर्चा की। डॉ. पूजा विजय शेवाले ने हेल्दी एजिंग को बढ़ावा देने में फिजियोथेरेपी की भूमिका पर प्रस्तुति दी। उनके व्याख्यान में हाल के शोध और साक्ष्य शामिल थे, जो दर्शाते हैं कि कैसे फिजियोथेरेपी वृद्धों में कमजोरी को रोकने और गतिशीलता बनाए रखने में मदद कर सकते हैं। डॉ. शिवानी शैलजा ने भारत में उम्र बढ़ने की व्यापकता और चुनौतियों पर चर्चा की। उन्होंने बुजुर्गों के लिए संतुलित आहार के महत्व के साथ-साथ सामान्य पोषण संबंधी कमियों और उन्हें दूर करने की रणनीतियों पर ध्यान केंद्रित किया।

सभी वक्ताओं को उनके बहुमूल्य योगदान के लिए स्मृति चिन्ह और प्रमाण पत्र प्रदान किए गए। कार्यक्रम का समापन डॉ. इरम पीटी द्वारा कार्यवाही के सारांश और प्रो. सूरज कुमार द्वारा धन्यवाद ज्ञापन के साथ हुआ।

प्रो. साइमा सईद
मुख्य जनसंपर्क अधिकारी