



## DAILY NEWS BULLETIN

LEADING HEALTH, POPULATION AND FAMILY WELFARE STORIES OF THE DAY  
Tuesday 20210629

### कोरोना वायरस

भारत में 102 दिनों के बाद आए कोरोना के 40 हजार से भी कम केस, ठीक होने वालों की दर भी 96.8 फीसदी पर पहुंची (Hindustan: 20210629)

<https://www.livehindustan.com/national/story-india-reports-37566-new-covid-19-cases-lowest-in-102-days-and-907-deaths-in-the-last-24-hours-4170539.html>

कोरोना की दूसरी लहर से जूझ रहे भारत को इस वायरस से बहुत बड़ी राहत मिली है। स्वास्थ्य मंत्रालय के ताजा आंकड़ों के मुताबिक, देश में बीते 24 घंटे के अंदर कोरोना के सिर्फ 37 हजार 566 नए मामले दर्ज किए गए हैं। यह 102 दिनों यानी लगभग साढ़े तीन महीने बाद दैनिक मामलों का सबसे कम आंकड़ा है। वहीं, इस दौरान देशभर में 907 मरीजों की कोरोना से जान गई है।

इसी के साथ देश में कोरोना के इलाजरत मरीज भी घटकर सिर्फ 5 लाख 52 हजार 659 ही रहे गए हैं। अब देश के सक्रिय मामले कुल मामलों के सिर्फ 1.82 प्रतिशत ही हैं। कोरोना से अब तक भारत में कुल 2 करोड़ 93 लाख 66 हजार 601 लोग ठीक हो चुके हैं।

वहीं, बीते 24 घंटे में भी देश में 56 हजार 994 मरीजों ने कोरोना को मात दी है। यह लगातक 47वां दिन है जब कोरोना से ठीक होने वालों की तादाद इसके दैनिक मामलों से ज्यादा है। रिकवरी रेट भी बढ़कर 96.87 फीसदी पर पहुंच गया है। वहीं, साप्ताहिक संक्रमण दर 2.74 फीसदी तक गिर गया है। डेली पॉजिटिविटी रेट पिछले 22 दिनों से 5 प्रतिशत से नीचे है।

## कोविड वैक्सीन

**गर्भवती महिलाओं के लिए कितनी सुरक्षित है कोविड वैक्सीन? सरकार ने जारी की नई गाइडलाइंस (Hindustan: 20210629)**

<https://www.livehindustan.com/national/story-corona-vaccination-how-safe-is-corona-vaccine-for-pregnant-women-read-guidelines-4170466.html>

कोरोना वायरस का खतरा सभी लोगों के लिए बराबर है। इस वायरस की चपेट में कोई भी आ सकता है। इसलिए सरकार ने कहा है कि सभी लोगों के लिए कोरोना का टीका लगवाना जरूरी है। एक यही तरीका है जिससे हम कोरोना को हरा सकता है। गर्भवती महिलाओं को इस विषय पर कई शंकाएं रहती हैं। हालांकि केंद्र सरकार और आईसीएमआर पहले ही साफ कर चुके हैं कि गर्भवती महिलाएं कोविड-19 से बचाव का टीका लगवा सकती हैं। अब केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्रालय ने इसको लेकर गाइडलाइंस जारी की है ताकि लोगों के मन से सारे सवाल चलें जाएं। सरकार की गाइडलाइंस में कहा गया है कि कोरोना की वैक्सीन पूरी तरह सुरक्षित है और कहा है कि गर्भावस्था से संक्रमण का खतरा नहीं बढ़ता है।

गाइडलाइंस में गर्भवती महिलाओं को टीका लगवाने की सलाह दी गई है। गाइडलाइंस में कहा, "ज्यादातर गर्भवती महिलाएं एसिम्प्टॉमेटिक होंगी या उन्हें हल्की बीमारी होगी, लेकिन उनका स्वास्थ्य तेजी से बिगड़ सकता है और इससे भ्रूण भी प्रभावित हो सकता है। यह महत्वपूर्ण है कि वे खुद को कोविड -19 से बचाने के लिए सभी सावधानी बरतें, जिसमें कोविड के खिलाफ टीकाकरण भी शामिल है। इसलिए यह सलाह दी जाती है कि गर्भवती महिला को कोविड-19 के टीके लगवाने चाहिए।"

**गर्भवती महिलाएं क्यों लगवाएं टीका?**

गर्भवती महिलाओं में कोरोना संक्रमण के लक्षण शुरुआती तौर पर मामूली होते हैं, लेकिन कई मामलों में देखा गया कि इसके कारण से उनकी सेहत में अचानक गिरावट आती है और इसका असर उनके गर्भ में पल रहे भ्रूण पर भी हो सकता है। इसलिए जरूरी है कि गर्भवती महिलाएं अपनी सुरक्षा को लेकर सुनिश्चित हों।

कोरोना के टीके से गर्भवती महिला को सुरक्षा

स्वास्थ्य मंत्रालय ने कहा कि देश में उपलब्ध कोविड -19 टीके सुरक्षित हैं और टीकाकरण गर्भवती महिलाओं को कोविड -19 बीमारी से बचाता है। हालांकि किसी भी दवा की तरह, एक टीके के भी दुष्प्रभाव हो सकते हैं जो आमतौर पर हल्के होते हैं। वैक्सीन लगवाने के बाद, उसे हल्का बुखार हो सकता है, इंजेक्शन वाली जगह पर दर्द हो सकता है या 1-3 दिनों तक अस्वस्थ महसूस कर सकते हैं।

बता दें कि भ्रूण और बच्चे के लिए टीके के दीर्घकालिक प्रतिकूल प्रभाव और सुरक्षा अभी तक स्थापित नहीं हुई है। गाइडलाइंस में कहा गया है कि कोरोना की वैक्सीन लगवाने वाली गर्भवती महिला को 20 दिनों बाद ऊपर दिए कुछ लक्षणों दिखाई दे सकते हैं, जिन पर तुरंत ध्यान देने की जरूरत होगी।

**कोविड-19 पॉजिटिव माताओं के नवजात शिशुओं का स्वास्थ्य**

बच्चे के स्वास्थ्य के बारे में आशंकाओं के बारे में बात करते हुए, मंत्रालय ने बताया कि कोविड -19 पॉजिटिव माओं के 95 प्रतिशत से अधिक बच्चों का जन्म अच्छी स्थिति में हुआ है। हालांकि कुछ मामलों में देखा गया है कि कोरोना वायरस के कारण प्री-मैच्योर डिलिवरी की स्थिति बन सकती है। ऐसे बच्चे का वजन 2.5 किलोग्राम से कम हो सकता है और दुर्लभ स्थितियों में और जन्म से पहले ही मर सकता है।

**कोविड-19 पॉजिटिव माताओं के ठीक होने की दर**

मंत्रालय ने कहा कि अगर कोई गर्भवती महिला वायरस से संक्रमित हो जाती है, तो उनमें से 90 फीसदी बिना अस्पताल में भर्ती हुए ठीक हो जाती हैं, जबकि कुछ में स्वास्थ्य में तेजी से गिरावट आ सकती है। स्वास्थ्य मंत्रालय ने कहा, "लक्षण वाली गर्भवती महिलाओं में गंभीर बीमारी और मृत्यु का खतरा बढ़ जाता है। गंभीर बीमारी के मामले में, अन्य सभी रोगियों की तरह, गर्भवती महिलाओं को भी अस्पताल में भर्ती होने की जरूरत होगी। हाई ब्लड प्रेशर, मोटापा, 35 साल से अधिक उम्र वाली गर्भवती महिलाओं को कोविड -19 के कारण गंभीर बीमारी का अधिक खतरा होता है"

**कोविड-19 के बाद किसे दिक्कतों का सामना करना पड़ सकता है**

जो महिलाएं 35 साल से ज्यादा उम्र की हैं, जिन्हें शुगर, हाई ब्लड प्रेशर है या जिनके शरीर में खून के थक्के जमने का कोई इतिहास रहा हो. ऐसी महिलाओं को खतरा ज्यादा रहता है. अगर महिला गर्भावस्था के दौरान कोरोना संक्रमित होती है तो डिलीवरी के बाद उन्हें कोरोना का टीका लगाया जाना चाहिए।

**को-विन पोर्टल/ऑन-साइट टीकाकरण केंद्र पर रजिस्ट्रेशन**

केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्रालय ने सभी गर्भवती महिलाओं को को-विन पोर्टल पर खुद का रजिस्ट्रेशन करने या कोविड -19 टीकाकरण केंद्र में साइट पर खुद को पंजीकृत कराने की सलाह दी।

**Black Fungus (Hindustan: 20210629)**

[https://epaper.livehindustan.com/imageview\\_891390\\_123788894\\_4\\_1\\_29-06-2021\\_2\\_i\\_1\\_sf.html](https://epaper.livehindustan.com/imageview_891390_123788894_4_1_29-06-2021_2_i_1_sf.html)

# ब्लैक फंगस के अब तक 40845 केस सामने आए

नई दिल्ली | विशेष संवाददाता

देश में अब तक ब्लैक फंगस या म्यूकनमाइकोसिस के कुल 40845 मामले सामने आ चुके हैं, जबकि इस संक्रमण के चलते 3129 लोगों की मौत हो चुकी है। केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्री हर्षवर्धन ने सोमवार को मंत्रियों के समूह को बैठक के दौरान यह जानकारी दी।

कोविड-19 पर मंत्रिसमूह को 29वीं बैठक की अध्यक्षता करने वाले हर्षवर्धन ने सदस्यों को बताया कि कुल संक्रमितों में से 34940 (85.5%) कोरोना, 26187 (64.11%)

हायचिटीज से पीड़ित थे। वहीं, 21523 (52.69%) संक्रमितों को स्टेरॉयड दिया गया था। स्वास्थ्य मंत्रालय ने बताया कि 13083 (32%) लोग 18-45 साल, जबकि 17464 (42%) 45-60 वर्ष के आयुवर्ग के थे। वहीं, 10082 (24%) की उम्र 60 साल से अधिक थी।

एक बयान में हर्षवर्धन के हवाले से कहा गया है कि कोविड टीकाकरण की नई नीति के तहत केंद्र देश में उत्पादित किए जा रहे टीके खरीदकर 75 प्रतिशत की राशियों और केंद्र-शासित प्रदेशों की निःशुल्क आपूर्ति कर रहा है।

## डेल्टा प्लस वैरिएंट

**महाराष्ट्र समेत 12 राज्यों में सामने आए डेल्टा प्लस वैरिएंट के मामले, जानें- इससे जुड़े अपडेट्स (Dainik Jagran: 20210629)**

[https://www.jagran.com/news/national-coronavirus-delta-plus-variant-updates-more-than-50-cases-reported-in-12-states-21782574.html?itm\\_source=website&itm\\_medium=homepage&itm\\_campaign=p1\\_component](https://www.jagran.com/news/national-coronavirus-delta-plus-variant-updates-more-than-50-cases-reported-in-12-states-21782574.html?itm_source=website&itm_medium=homepage&itm_campaign=p1_component)

कोरोना का डेल्टा प्लस वैरिएंट काफी तेजी से पैर पसार रहा है।

कोरोना का डेल्टा प्लस वैरिएंट काफी तेजी से पैर पसार रहा है। इसने देश के कई राज्यों में दस्तक दे दी है। जानकारी के अनुसार महाराष्ट्र तमिलनाडु मध्य प्रदेश समेत 12 राज्यों में इसके 50 से ज्यादा मामले सामने आ गए हैं।

नई दिल्ली, एजेंसियां। कोरोना का डेल्टा प्लस वैरिएंट काफी तेजी से पैर पसार रहा है। इसने देश के कई राज्यों में दस्तक दे दी है। जानकारी के अनुसार महाराष्ट्र, तमिलनाडु, मध्य प्रदेश समेत 12 राज्यों में इसके 50 से ज्यादा मामले सामने आ गए हैं। इस बीच केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्रालय ने सोमवार को कहा कि नए म्यूटेंट पर कोविड वैक्सीन की प्रभावशीलता के लैब टेस्ट के परिणाम 10 दिनों में सामने आएंगे। मंत्रालय ने कहा कि कोविशील्ड और कोवैक्सिन टीके कोरोना के वैरिएंट अल्फा, बीटा, गामा और डेल्टा के खिलाफ काम करते हैं, जबकि डेल्टा प्लस के खिलाफ उनकी प्रभावशीलता का परीक्षण किया जा रहा है। आइए जानते हैं डेल्टा प्लस वैरिएंट से जुड़े अपडेट्स

- समाचार एजेंसी पीटीआइ के अनुसार महाराष्ट्र के मंत्री नवाब मलिक ने सोमवार को कहा कि राज्य में अब तक कोरोना वायरस के डेल्टा प्लस वैरिएंट से संक्रमित पाए गए 21 लोगों में से केवल एक ने कोरोना वैक्सीन की पहली खुराक ली है। अल्पसंख्यक मामलों के मंत्री ने कहा कि अगर महाराष्ट्र के पास कोरोना टीकों का पर्याप्त स्टॉक मौजूद रहता है, तो वह अपनी पूरी योग्य आबादी को दो महीने में टीका लगा सकता है। पिछले शुक्रवार को महाराष्ट्र के रत्नागिरी जिले में डेल्टा प्लस वैरिएंट के कारण पहली मौत हुई थी, जहां एक 80 वर्षीय महिला ने संक्रमण के कारण दम तोड़ दिया था।

- हिमाचल प्रदेश सरकार ने सोमवार को कहा कि राज्य में डेल्टा प्लस वैरिएंट का कोई मामला सामने नहीं आया है। हालांकि, दूसरी लहर में मृत्यु दर अधिक देखी गई है। राज्य में पॉजिटिव मामलों के बीच

वैरिएंट ऑफ कंसर्न के परीक्षण के लिए कुल 1,113 सैंपल दिल्ली में राष्ट्रीय रोग नियंत्रण केंद्र (एनसीडीसी) को भेजे गए थे। एक आधिकारिक बयान में कहा गया है कि प्राप्त रिपोर्ट में, 109 नमूनों में यूके स्ट्रेन , जबकि आठ नमूनों का कप्पा स्ट्रेन और 76 नमूनों में डेल्टा स्ट्रेन पाया गया। हालांकि, डेल्टा प्लस स्ट्रेन का कोई मामला सामने नहीं आया है।

### **How worrying is the Delta Plus variant of Covid-19? (The Indian Express: 20210629)**

<https://indianexpress.com/article/explained/how-worrying-is-delta-plus-sars-cov2-coronavirus-7380124/>

Delta is a SARS-CoV-2 variant of concern globally; Delta Plus, with an additional mutation, is a VoC in India. While studies are still underway, scientists say Delta Plus does not seem to be more transmissible than Delta.

Trends are unclear at present on whether the current rate of vaccination can offer protection from Delta Plus.

Scientists in India are keeping a close watch on the Delta Plus variant, a mutated version of the Delta variant of the SARS-CoV2 coronavirus. While the transmissibility of Delta Plus is being monitored and lab tests are underway to check vaccine effectiveness, experts have said Delta Plus does not appear to be more infectious than Delta.

What is Delta Plus variant of Covid-19?

The Delta variant, or B.1.617.2, has been largely responsible for driving the second wave of coronavirus infections, and was first identified in India. It has since mutated into the variants AY.1 and AY.2.

These sub-lineages are called Delta Plus as the Delta variant has developed additional mutations of possible importance, said Dr Anurag Agrawal, director of CSIR-Institute of Genomics and Integrative Biology. “There is a need to understand the continued evolution of the B.1.617.2 lineage of SARS-CoV2,” said Dr Sujit Singh, chief of the National Centre for Disease Control.

Delta Plus has been formed as a result of Delta acquiring a mutation called K417N in the spike protein. The K417N mutation, carried by both AY.1 and AY.2, is also found in the Beta

variant or B.1.351, first reported in South Africa and classified as a variant of concern by the World Health Organization (WHO).

Where has this sub-lineage been detected?

Scientists said that initially, a small number of sequences of Delta (B.1.617.2) carrying the K417N were found on the Global Initiative on Sharing All Influenza Data (GISAID). The earliest sequences were attributed to Europe through routine scanning of variation in Delta.

A report by Public Health England in the first week of June mentioned 63 genomes of Delta with K417N as identified on GISAID. These 63 genomes included one each in Canada, Germany and Russia; six in India; nine in Poland; two in Nepal; four in Switzerland; 12 in Portugal; 13 in Japan and 14 in the US.

Is Delta Plus a variant of concern?

While the WHO lists Delta as a variant of concern, the Indian government has classified Delta Plus (AY.1) as a variant of concern in the country. Dr Agrawal said any Delta sub-lineage is a variant of concern that needs to be investigated further.

While prevalence of Delta Plus is low in India, scientists are wary of the fact that some mutations help the virus become either more transmissible, or more virulent, or both. As both AY.1 and AY.2 are descendants of Delta, they are likely to share some properties of the Delta variant, such as transmissibility. Also, the K417N mutation is present in the Beta variant, which is reported to have shown immune escape and could dodge antibodies.

 <b>THE FOUR GLOBAL VARIANTS OF CONCERN</b>				
WHO label	 Pango lineage*	Earliest documented samples	Date of designation	
Alpha	B.1.1.7	UK, September 2020	December 18, 2020	
Beta	B.1.351	South Africa, May 2020	December 18, 2020	
Gamma	P.1	Brazil, November 2020	January 11, 2021	
Delta	B.1.615.2	India, October 2020	VOI: April 4, 2021 VOC: May 11, 2021	

*Note: Delta Plus has been classified as a variant of concern by the Indian government*

\* Pango is a system of nomenclature for SARS-CoV-2 variants Source: WHO

In terms of spread, how does Delta Plus compare with Delta?

“Studies are under way, but at present we cannot say there is an increase in transmission of the Delta Plus variant based on genomic data or lab studies,” Dr Singh said.

Dr Agrawal said Delta Plus is not rising faster than the Delta variant. However, the Centre is keeping a close watch. Delta Plus cases have been found across 12 states, and public health response has been stepped up by enhancing testing, quick contact tracing and priority vaccination.

According to INSACOG, a consortium of 28 labs set up by the Health Ministry to carry out genome sequencing of the virus, among the 45,000 samples from across 12 states that have been sequenced, some 48 have been found with the mutated variant, as per a media briefing on June 25.

Leading immunologist Dr Vineeta Bal stressed the importance of understanding how transmissible this variant could be. “We need to test the Delta Plus variant in tissue culture and compare it with the original Wuhan virus and the Delta variant to evaluate relative efficiency to enter cells expressing ACE-2 receptors. Whether it is more efficient or not in spreading the infection can then be extrapolated to speculate on its transmissibility,” she said.

In Maharashtra, where 21 cases were reported, Dr Pradeep Awate, state surveillance officer said they have identified 20 persons infected with Delta Plus (there has been one death). “Our investigations are underway, but there has not been an alarming rise in cases. The focus is on tracing the contacts of the index cases apart from stepping surveillance of Influenza-like illness cases in these areas and monitoring breakthrough and re-infection cases,” he said.

Can vaccination at the current rate offer protection from these?

By now, India has given one dose to at least 19% of the population and both doses to 4%, leading virologist Prof Shahid Jameel said. Also, the rate of vaccination has doubled over the last week from an average of 3 million to over 6 million doses per day.

Experts note that even one dose of Covishield is over 70% effective in protecting from severe disease and hospitalisation against the Delta variant. But as far as Delta Plus is concerned, trends are unclear at present.

“We have to wait for more data on the mutated variant,” Dr Soumya Swaminathan, WHO chief scientist, told The Indian Express. “Vaccines are effective as of now against all variants in preventing severe disease and death. We will need more data from effectiveness studies. The good thing is that there are very few cases that have been described globally and we need to keep a close watch on this,” Dr Swaminathan had said earlier during a organised by the WHO.

Dr Bal said “the virus has to be grown and tested on the serum samples from those who are infected and recovered, and those who have been completely vaccinated to check whether the antibodies present in the serum samples can ‘neutralise’ the virus by comparing with a reference strain”.

Double-masking, vaccination and zero tolerance for non-adherence to Covid-appropriate behaviour are extremely important, said Dr Shashank Joshi, an expert member of the Maharashtra Covid task force. “We cannot afford to be casual now,” Dr Shashank Joshi said.



According to Dr Anita Mathew, Mumbai-based infectious diseases specialist with Fortis Hospital, it is important to maintain physical distance and hand hygiene practices. The way forward is to keep a close watch on its potential presence in the country and ensure appropriate public health response, Dr Mathew said.

Prof Jameel noted that there is no answer to when or not a third wave can hit the country. “All would depend upon how we follow Covid-appropriate behaviour as the country opens up, how quickly we can provide good single dose vaccine coverage, and whether a far more infectious variant emerges as a driver.”

Officials at the Centre have said that given this new variant has been found across various parts of the country, it is crucial to take necessary measures and step up testing, tracking and vaccination. States were directed to take immediate containment measures in districts and clusters identified by INSACOG.

## **बचपन और बालश्रम**

**कोरोना महामारी: संकट में गुम होता बचपन और बालश्रम की मजबूरी (Amar Ujala: 20210629)**

<https://www.amarujala.com/columns/blog/childhood-missing-due-to-coronavirus-pandemic-crisis?pageId=2>

वर्ष 2011 की जनगणना के अनुसार 5-14 वर्ष की आयु वर्ग की भारत में कुल जनसंख्या लगभग 260 मिलियन है, जिसमें बाल आबादी लगभग 10 मिलियन ( लगभग 4%) बाल श्रमिक हैं जो मुख्य या सीमांत श्रमिकों के रूप में काम करते हैं।

सरकार द्वारा किए जा रहे प्रयास भी ना काफी साबित हो रहे हैं। राहत का एक बड़ा हिस्सा राशनकार्ड और जरूरी दस्तावेजों के बीच फंस कर रह जाता है।

ऐसे में देश के नौनिहालों के नन्हें हाथ भी मजबूर हैं काम करने के लिए।

ऐसा लगता है की देशभर में अनलॉक होते ही बच्चों की एक बड़ी संख्या काम करने के लिए निकल पड़ी है। ऐसा केवल अपने देश में ही नहीं है, अपितु कई विकासशील देशों में देखा जा सकता है। इस महामारी ने दुनियाभर के देशों में बाल श्रम से बच्चों का जीवन जटिल बना दिया है।

बच्चों का बचपन छीनती बाल मजदूरी न केवल भारतीय समाज में अपितु विश्व के अधिकांश देशों में अभिश्राप बनी हुई है।

भारत सहित विश्व के अधिकांश देश कोरोना महामारी के दंश से प्रताड़ित हैं। महामारी की दूसरी लहर ने बीते वर्ष से भी कहीं अधिक कहर बरपाया है।

महामारी ने देश की अर्थव्यवस्था से लेकर गरीब के चूल्हे तक का बजट तोड़ मरोड़ कर रख दिया है। लोगों के रोजगार समाप्त हो चुके हैं। गरीब-मजदूर, रेहड़ी पटरी वालों की आर्थिकी को लगभग समाप्त सा कर दिया है।

सरकार द्वारा किए जा रहे प्रयास भी ना काफी साबित हो रहे हैं। राहत का एक बड़ा हिस्सा राशनकार्ड और जरूरी दस्तावेजों के बीच फंस कर रह जाता है। ऐसे में देश के नौनिहालों के नन्हें हाथ भी मजबूर हैं काम करने के लिए। ऐसा लगता है की देशभर में अनलॉक होते ही बच्चों की एक बड़ी संख्या काम करने के लिए निकल पड़ी है। ऐसा केवल अपने देश में ही नहीं है, अपितु कई विकासशील देशों में देखा जा सकता है। इस महामारी ने दुनियाभर के देशों में बाल श्रम से बच्चों का जीवन जटिल बना दिया है।

**भारत में कोरोना और बचपन**

बच्चों का बचपन छीनती बाल मजदूरी न केवल भारतीय समाज में अपितु विश्व के अधिकांश देशों में अभिश्राप बनी हुई है। जहां भूख और गरीबी के कारण मासूमों का बचपन छीना जा रहा है। कोरोना वायरस ने दुनिया के मानचित्र पर गरीबी की गहरी खाई बनाने का काम किया है।

हाल ही में ह्यूमन राइट वॉच द्वारा जारी नई रिपोर्ट 'आई मस्ट वर्क टू ईट' के अनुसार नेपाल, युगांडा और धाना में न केवल महामारी ने बच्चों को बाल मजदूर बनाने का काम किया है बल्कि उन्हें जोखिम भरे काम करने के लिए भी मजबूर किया है, जो उनके स्वास्थ्य के लिए हानिकारक है। हालांकि यह रिपोर्ट तीन देशों के अध्ययन पर ही आधारित है।

निश्चित तौर पर कोरोना से मरने वालों का आंकड़ा कम हुआ है, लेकिन भूख और कुपोषण से जूझने वालों की तादाद अब लगातार बढ़ती नजर आ रही है। अमूमन बाजार हाट में मदद मांगने वाले पहले

भी मिलते थे, लेकिन अब स्थिति पहले से भी ज्यादा चिंताजनक दिखाई पड़ती है। लोगों की हालत खस्ता है। गरीब और गरीब हो गया है। सड़कों पर भीख मांगने वालों की संख्या अचानक बढ़ गई है।

कड़्यों के पीठ से चिपके पेट उनकी तंगी को चीख चीखकर बयां कर रहे हैं। हालात काफी संजीदा हैं। लिहाजा समाज और सरकार को कोई पुख्ता हल निकालना ही होगा, क्योंकि दिन प्रतिदिन डब्ल्यूएचओ की चेतावनी हर बार कोई नए खतरे की तरफ इशारा करती है, जिससे पता चलता है कि ये महामारी दुनिया से अभी जाने वाली नहीं है। हमें अपने आपको इस संकट से निपटने के लिए मजबूत रखना होगा और देश पर भूख से आने वाले इस संकट से लोगों को बचाना होगा, क्योंकि बाल मजदूरी का एक बड़ा कारण गरीबी और भूख ही है।

यह विडंबना ही है कि आज भी अक्सर दुकानों, होटलों में कम उम्र के बच्चों को काम करते हुए देखा जा सकता है।

क्या कहते हैं आंकड़े

वर्ष 2011 की जनगणना के अनुसार 5-14 वर्ष की आयु वर्ग की भारत में कुल जनसंख्या लगभग 260 मिलियन है, जिसमें बाल आबादी लगभग 10 मिलियन ( लगभग 4%) बाल श्रमिक हैं जो मुख्य या सीमांत श्रमिकों के रूप में काम करते हैं। ऐसा माना जाता है कि 15-18 वर्ष के लगभग 29 मिलियन बच्चे कार्यों में लगे हुए हैं।

भारत में 14 वर्ष से कम उम्र के बच्चों पर सभी प्रकार के व्यवसायिक कार्यों पर काम करने पर प्रतिबंध किया गया है, जबकि 14-18 वर्ष के किशोरों पर केवल खतरनाक व्यवसायों पर कार्य करने पर प्रतिबंध लगाया गया है, लेकिन विडंबना यह है कि आज भी अक्सर दुकानों, होटलों में कम उम्र के बच्चों को काम करते हुए देखा जा सकता है।

एडीबी के अनुमान के मुताबिक, इस महामारी के संकट काल में 24.2 करोड़ नौकरियां खत्म हो जाएंगी, जिसका सीधा असर जनसामान्य के बजट पर पड़ने लगा है, ऐसे में जिनके पास पहले से कोई सेविंग मौजूद नहीं है, रोज कमाने-खाने वाले इस देश के नागरिक जिनका योगदान हमारे घरों, दफ्तरों, हमारे रोड, पार्क और वो सारी सुख सुविधाओं को तैयार करने में सबसे ज्यादा है, उनका जीवन बद से बदतर हो गया है, जिस पर ध्यान देना बेहद जरूरी है। अन्यथा समाज का एक बड़ा तबका जब स्कूल फीस और ऑनलाइन क्लास की तैयारियों में मुस्तैद होगा,

वहीं समाज का दूसरा बड़ा तबका अपने मासूम बच्चों का स्कूल छोड़ाकर रोटी की तलाश में लगा चुका होगा। क्योंकि अंतर्राष्ट्रीय श्रम संगठन (ILO) और यूनिसेफ की एक रिपोर्ट की मुताबिक बाल मजदूरी

पर रोक लगाने की मुहिम में 20 वर्ष में पहली बार प्रगति रुकी हुई है। जबकि इससे पहले सन् 2000 से 2016 के बीच बाल श्रम में बच्चों की संख्या लगभग 9.4 करोड़ तक कम हुई थी। लेकिन पिछले चार साल में लगभग 84 लाख की वृद्धि दर्ज की गई है। रिपोर्ट ने आगाह किया है कि आने वाले समय में कोरोना महामारी के चलते बाल श्रम का खतरा और बढ़ सकता है। बाल मजदूरों में 5 से 11 वर्ष की उम्र के बच्चों की संख्या में वृद्धि हुई है जो चिंताजनक है।

अमेरिकी सामाजिक कार्यकर्ता ग्रेस एबॉट ने कहा था कि 'बाल श्रम और गरीबी साथ साथ चलते हैं। अगर आप बाल श्रम को गरीबी मिटाने के लिए इस्तेमाल कर रहे हैं तो आप गरीबी और बाल श्रम के साथ अंत तक जिएंगे।'

बच्चों को गरीबी और बालश्रम की मजबूरी से बचाना होगा।

सामाजिक असमानता और गरीबी

अंतर्राष्ट्रीय श्रम संगठन (ILO) के हिसाब से बाल श्रम सामाजिक असमानता और भेदभाव को बढ़ावा देता है। बाल मजदूरी ना केवल बच्चों के शारीरिक विकास को बाधित करता है अपितु उनके मानसिक स्वास्थ्य पर भी गहरा प्रभाव छोड़ती है। महामारी के संकट में कई बच्चों ने अपने माता पिता को खो दिया है।

हालांकि भारत सरकार और राज्य सरकारों ने इन बच्चों के पालन पोषण के लिए कई स्कीमें जारी की हैं जो उन्हें जीवन में कई तरह की आर्थिक समस्याओं से लड़ने में मदद करेगी। लेकिन इतने पर भी इन बच्चों का असमय काम करने का खतरा टला नहीं है जो इन्हें बाल मजदूरी के लिए विवश कर सकता है।

लिहाजा बच्चों के बेहतर विकास के लिए उनकी बेहतर शिक्षा का प्रबंध करना सरकार की कोशिशों में युद्ध स्तर पर होना चाहिए ताकि पहले से मजदूरी में लगे बच्चों को और आगे आने वाले बच्चों का भविष्य सुरक्षित किया जा सके। तभी हम इस समस्या का डटकर सामना कर सकते हैं।

## कोरोना की तीसरी लहर

**कोरोना की तीसरी लहर: आखिर कैसे सुरक्षित होंगे हमारे बच्चे? कितनी तैयार है सरकार? (Amar Ujala: 20210629)**

<https://www.amarujala.com/columns/blog/covid-pandemic-third-wave-in-india-know-how-to-keep-your-children-safe?pageId=2>

बच्चों पर कोरोना के खतरे को देखते हुए सरकार अलग से योजना बनाए। बच्चों पर कोरोना के संभावित खतरे को देखते हुए योजनाबद्ध तरीके से चीजों को आगे बढ़ाए।

ऐसे स्थान जहां न अस्पताल हैं, न प्रशिक्षित बाल चिकित्सक, वहां बच्चों को कोरोना के कहर से बचाना सरकार का दायित्व होना चाहिए।

अभी भी ग्रामीण क्षेत्रों में कोरोना और बच्चों को लेकर लोग गंभीर नहीं हैं।

सम्बंधित राज्य सरकारों के साथ मिलकर बड़े स्तर पर कोरोना और बच्चों को लेकर जनजागरण कार्यक्रम चलाना चाहिए।

देश में कोरोना के मामले लगातार कम हो रहे हैं। कई राज्यों ने बेहतर हुई स्थिति को देखते हुए अनलॉक की प्रक्रिया शुरू कर दी है। लेकिन अभी कोरोना का खतरा पूरी तरह से टला नहीं है। कई विशेषज्ञों ने कोरोना की तीसरी लहर आने की भी संभावना जताई है। उन्होंने इस बात पर भी जोर दिया है कि कोरोना की यह तीसरी लहर बच्चों को ज्यादा प्रभावित कर सकती है।

इधर, एम्स के निदेशक रणदीप गुलेरिया का मानना है कि ऐसी संभावनाओं का कोई वैज्ञानिक आधार नहीं है। इसी बीच आयुष मंत्रालय द्वारा बच्चों पर कोरोना के खतरे को देखते हुए दिशानिर्देश जारी किया गया है। इन दिशानिर्देशों में बच्चों में कोरोना के लक्षण, बचाव और सावधानियों पर बात की गई है। ऐसे में सवाल उठना लाजमी है कि हम अपने बच्चों को कोरोना के खतरे से बचाने के लिए कितने तैयार हैं ?

केंद्र सरकार बच्चों के लिए बनाए नेशनल टास्क फॉर्स

बच्चों पर कोरोना के खतरे को देखते हुए सरकार अलग से योजना बनाए। बच्चों पर कोरोना के संभावित खतरे को देखते हुए योजनाबद्ध तरीके से चीजों को आगे बढ़ाए। ऐसे स्थान जहां न अस्पताल

हैं, न प्रशिक्षित बाल चिकित्सक, वहां बच्चों को कोरोना के कहर से बचाना सरकार का दायित्व होना चाहिए। अभी भी ग्रामीण क्षेत्रों में कोरोना और बच्चों को लेकर लोग गंभीर नहीं हैं। सम्बंधित राज्य सरकारों के साथ मिलकर बड़े स्तर पर कोरोना और बच्चों को लेकर जनजागरण कार्यक्रम चलाना चाहिए।

मसलन आज भी देश में ऐसे गांव हैं जहां लोग टीवी और इंटरनेट की दुनिया से दूर हैं। सरकारों के साथ मिलकर बच्चों के लिए ऑक्सीजनयुक्त अस्थायी अस्पताल बनाए जाने की दिशा में आगे बढ़ सकता है। ऐसे में केंद्र सरकार बच्चों की सुरक्षा को ध्यान में रखते हुए चाइल्ड कोविड केयर फंड को बिना देर किए स्थापित करे।

यह फंड नेशनल टास्क फॉर्स द्वारा उपयोग में लाया जाए। नोबेल शांति पुरस्कार से सम्मानित विश्व प्रसिद्ध बाल अधिकार कार्यकर्ता कैलाश सत्यार्थी भी एक राष्ट्रीय न्यूज़ चैनल पर बच्चों के लिए इस नेशनल टास्क फॉर्स के गठन की पैरवी कर चुके हैं।

बच्चों में कोरोना के लक्षण समझना होंगे और एहतियात बरतनी होगी।

बाल श्रम की बेड़ियों से अबोध बच्चों को मुक्त कराना होगा

दुनिया ने 2025 तक बाल श्रम को मिटा लेने का प्रण लिया है। भारत भी इसके लिए कटिबद्ध है। लेकिन कोरोना का यह दौर चुनौती लिए खड़ा है। ऐसे में बच्चों पर दोहरी मार पड़ी है। एक तरफ वे मजदूरी कर अपने बचपन को खो रहे हैं तो दूसरी तरफ ऐसे बाल श्रमिकों पर कोरोना का खतरा ज्यादा है, क्योंकि यह बच्चे बाहरी दुनिया के संपर्क में ज्यादा आते हैं।

ऐसे में जरूरी हो गया है कि ऐसे बच्चों को चिन्हित कर सरकारी एजेंसियों और समाजसेवी संस्थाओं द्वारा मुक्त कराया जाए, साथ ही उनके पुनर्वास पर विशेष ध्यान दिया जाए। यह तभी संभव हो पाएगा जब लोग एक जिम्मेदार नागरिक के तौर पर अपनी जिम्मेदारी समझने लगेंगे। ऐसा इसलिए कि अभी भी बहुत से लोग बाल श्रमिक को किसी ढाबे, गैरेज या फैक्ट्री में काम करते हुए देखते हैं और भूल जाते हैं। जबकि उनकी नैतिक जिम्मेदारी यह है कि वह इसकी शिकायत पुलिस या किसी समाजसेवी संस्था को करे।

तीसरी लहर में बच्चों को बचाने के लिए सरकार को अभी से तैयारी करनी होगी। - फोटो : prayagraj

केंद्र और राज्य सरकारें मिल कर करें काम

पिछले दिनों देखने में आया था कि ऑक्सीजन को लेकर कुछ राज्य सरकारों और केंद्र के बीच टकराव की स्थिति पैदा हुई थी। ऐसे में जरूरी हो गया है कि केंद्र और राज्य सरकारें आपस के मतभेद भूलकर एक होकर 'टीम इंडिया' की तरह काम करें।

बच्चों को कोरोना की संभावित लहर से बचाने के लिए जरूरी है कि केंद्र और राज्य सरकार समन्वय में काम करें जिसके बेहतर नतीजे आ सकते हैं। केंद्र और कई राज्य सरकारों ने अपने स्तर पर कोरोना की तीसरी लहर को देखते हुए कदम उठाए हैं। ऐसे में जरूरी है कि वे 'एक शक्ति' के रूप में काम करें।

बच्चों को भी टीकाकरण अभियान से जोड़ा जाए

इस दिशा में सरकार ने कदम उठाया है। बच्चों पर टीके के ट्रायल शुरू हो गए हैं। अगर हम समय रहते बच्चों के टीकाकरण अभियान को शुरू कर देंगे तो कोरोना की बच्चों पर संभावित लहर पर काबू पाया जा सकता है।

## **कोलोरेक्टल कैंसर**

**अध्ययन: कोलोरेक्टल कैंसर जैसे गंभीर रोग को कम कर सकती है हल्दी, जानिए कैसे प्राप्त करें अधिकतम लाभ (Amar Ujala: 20210629)**

<https://www.amarujala.com/photo-gallery/lifestyle/fitness/turmeric-use-for-colorectal-cancer-study-says-about-its-benefits>

हल्दी का सेवन कई मायनों में फायदेमंद

भारत के हर घर में मसालों में हल्दी का उपयोग किया जाता है। भोजन का स्वाद बढ़ाने के साथ आयुर्वेद में कई सारी समस्याओं के इलाज में भी हल्दी के उपयोग का जिक्र मिलता है। हल्दी के फायदों के बारे में कई किताबों में भी जिक्र मिलता है। ह्यूस्टन में टेक्सास मेडिकल स्कूल विश्वविद्यालय के प्रोफेसर डॉ अमिताव दासगुप्ता की किताब "एंटीऑक्सिडेंट इन फूड, विटामिन एंड सप्लीमेंट्स:

प्रिवेंशन एंड ट्रीटमेंट ऑफ डिजीज" में हल्दी के सक्रिय घटक करक्यूमिन के फायदों के बारे में विस्तार से बताया गया है। इसके अलावा कई वैज्ञानिक शोध से भी पता चला है कि हल्दी में एंटीबैक्टीरियल, एंटीवायरल, एंटीफंगल, एंटीऑक्सिडेंट और कैंसर विरोधी गुण मौजूद होते हैं। ऐसे में यह औषधि विभिन्न घातक बीमारियों जैसे कैंसर, गठिया, अल्जाइमर रोग और रुमेटीइड आर्थराइटिस के उपचार में भी बेहद कारगर हो सकती है।

आइए इस लेख में हल्दी के अध्ययन आधारित फायदों के बारे में जानते हैं, साथ ही यह भी जानते हैं कि किस प्रकार से इस औषधि का उपयोग करके अधिक से अधिक लाभ प्राप्त किया जा सकता है?

**कोलोरेक्टल कैंसर में हल्दी के लाभ**

पश्चिमी देशों में कोलोरेक्टल कैंसर (सीआरसी) मौतों का दूसरा प्रमुख कारण है। वेन स्टेट यूनिवर्सिटी (डेट्रॉइट, मिशिगन) यूएसए में डॉक्टरों द्वारा किए गए शोध से बताया गया है कि एशियाई देशों में इस घातक रोग के मामले काफी कम हैं, जिसका मुख्य कारण खाने में दैनिक रूप से हल्दी का सेवन करना है। विशेषज्ञों का कहना है कि वर्तमान में सीआरसी का केमोथेरेपी के अलावा कोई दूसरी प्रभावी उपचार है नहीं।

**पेप्टिक अल्सर में हल्दी के लाभ**

स्वास्थ्य विशेषज्ञ कहते हैं कि हल्दी एक ऐसी जड़ी-बूटी है जिसे जादुई कहना गलत नहीं होगा। साइंस डायरेक्ट डॉट काम ने एक क्लिनिकल परीक्षण का हवाला देते हुए डॉ जोसेफ आइचेंसर द्वारा किए गए एक अध्ययन का जिक्र किया। इस अध्ययन में पेप्टिक अल्सर की बीमारी (पीयूडी) वाले रोगियों को प्रतिदिन पांच बार 600 मिलीग्राम की मात्रा में हल्दी की जड़ का सेवन करने को दिया गया। अध्ययन के अंत में विशेषज्ञों ने पाया कि रोगियों में 12 सप्ताह के भीतर अल्सर की समस्या में 76 फीसदी तक की कमी आ गई। इसी अध्ययन से यह भी पता चला है कि 1 से 2 सप्ताह में हल्दी का सेवन अपच के लक्षणों में भी काफी हद तक सुधार कर सकता है।

**कैसे प्राप्त करें अधिकतम लाभ**

हल्दी में औषधीय गुणों के साथ बायोएक्टिव यौगिकों की भी मौजूदगी होती है, करक्यूमिन उन्हीं में से एक है। हालांकि हल्दी में वजन के हिसाब से केवल 2 से 8 प्रतिशत करक्यूमिन होता है, ऐसे में रोजाना थोड़े से मसाले से यह प्राप्त नहीं किया जा सकता। इसलिए इसका सेवन काली मिर्च के साथ करना चाहिए, जिसमें पिपेरिन होता है, जो करक्यूमिन के अवशोषण को 2,000 गुना तक बढ़ाता है। इससे हल्दी का प्रभाविकता काफी बढ़ जाती है।



कितनी मात्रा में करें इस औषधि का सेवन

कई अध्ययनों में बताया गया है कि हल्दी की चाय के भी काफी लाभ हैं। हल्दी की चाय, कद्दूस की हुई हल्दी की जड़ या शुद्ध पाउडर का उपयोग करके बनाई जाती है। अध्ययनों के मुताबिक वयस्कों को रोजाना 1 से 3 ग्राम की मात्रा में हल्दी का सेवन जरूर करना चाहिए। शुद्ध उत्पाद सुनिश्चित करने के लिए हल्दी को स्वयं पीसकर इस्तेमान में लाना अच्छा तरीका माना जाता है। नींबू और अदरक के साथ शहद और हल्दी का सेवन एंटीऑक्सिडेंट और एंटी-माइक्रोबियल गुणों में काफ़ा मददगार हो सकता है।

## **Child Health**

**How to boost immunity for growing kids, especially during the pandemic (The Indian Express: 20210629)**

<https://indianexpress.com/article/parenting/blog/how-to-boost-immunity-for-growing-kids-especially-during-the-pandemic-7379506/>

A growing child does not need too many pills and supplements to help increase his/her immunity to fight off viruses.

A year ago, nobody could have imagined that anything like a pandemic could occur and that our worlds would turn upside down. COVID-19 has had an all-encompassing effect on our lives. Most of us are facing challenges; not only related to dealing with COVID but, financial challenges, lack of food/shelter/ employment/ social interactions, etc. It is not easy dealing with something that has crept into every decision of our lives – be it education, to food, to holidays or even weddings. The second wave has impacted us even more since there is almost no one who has not lost a close friend or a loved one. With multiple variants in the country, we should look after each other. We must keep our immunity high so that, god forbid, one contracts the virus- the body has the power to fight off the virus.

Which immunity boosters are recommended?

Increasing immunity is the new obsession. To keep our immunity high, health specialists have recommended different types of immunity boosters for children and adults alike. Some of the immunity boosters that are suggested are:

Vitamin C

Vitamin D

Vitamin A

Vitamin E

Zinc Supplements

Omega 3 fatty acids

When the pandemic hit the world, and India in particular, the search for immunity boosters spiked by a huge percentage. Everyone was looking for ways to increase their health. They turned towards synthetic supplements like the pills listed above. A huge population of India felt like everyone in their home needed and increased immunity instantly and what better than supplements. Indians demanded immunity-boosting products /supplements, the pharmaceuticals, and the brands provided. Many products were re-branded as immunity boosters while some were being launched. Many products portrayed that it had supplements added in it which could really help one improve their immunity. The markets and the online stock were filled with immunity-boosting milk /supplements, protein shakes, etc. which assured increased protection against the deadly virus. Supplements and products have been selling like hotcakes.

However, the real question is whether immunity boosters are beneficial or is all this just a hoax? The WHO (World Health Organization) denies the fact that vitamin supplements help people fight against COVID-19.

Let us discuss Zinc supplements. The majority population in India is in some way persuaded that taking Zinc supplements daily will guarantee a boost in their immunity. But do you really know how these Zinc tablets affect your child growing up? These pills can have a drastic impact on the health of a growing-up child. Consuming too many zinc pills can:

Harm the nervous system

Cause anaemia

Result in copper deficiency

Some cases also show that the use of Zinc nasal sprays can damage the sense of smell. Taking zinc pills more than required can heighten the chances of developing prostate cancer.

Another pill that the adults feel is good for their children is Vitamin C, whereas intake of all these vitamin supplements can be harmful to a child who is growing up. Giving too many pills for a long period of time to a child can:

Impact the functioning of their organs

Cause premature arthritis

Cause mouth ulcers

Cause muscle pain

What can parents substitute for supplements?

A growing child does not need too many pills and supplements to help increase his/her immunity to fight off viruses. What the child really needs is:

A balanced diet

Home-cooked meal

Increased exercise (aerobics, jogging, cycling, or yoga may help)

A minimum of 8 hours of sleep

Increased intake of water

Take all safety precautions

Keep the room/house effectively ventilated

Have a schedule for the child

Get your child vaccinated as soon as it is available and advised by the health specialists

To replace the supplements like Zinc and Vitamins, feed them foods that are high in vitamins/proteins/zinc, etc. Some foods rich in zinc are nuts, beans, bananas, oysters, whole grains, dairy foods like cheese, and many more. Food rich in vitamin C is- grapefruit, oranges, broccoli, potatoes, peppers, and many more. When a child needs supplements his or her doctor will themselves advise them to take the supplements and that too in a restricted manner.

## Liver Disease

### **Drinking any coffee reduces the risk of liver disease, study finds (Medical News Today: 20210629)**

<https://www.medicalnewstoday.com/articles/drinking-any-coffee-reduces-the-risk-of-liver-disease-study-finds#Reaction-to-the-study>

A new study finds a link between drinking any type of coffee and a lower risk of liver problems.

A study involving nearly 500,000 people finds that drinking coffee significantly lowers the risk of developing liver disease.

The health benefit applies to all kinds of coffee, including caffeinated, decaffeinated, ground, and instant coffee.

The study finds that drinking 3–4 cups per day provides the greatest benefit.

For many, coffee is their favorite — some might say indispensable — part of each day. Yet there is also a constant stream of often contradictory research offering evidence for both coffee's benefits and risks.

A large new study has now found that coffee of all kinds lowers the risk of chronic liver disease, fatty liver disease, liver cancer, and death from chronic liver disease.

The greatest benefit is derived from drinking 3–4 cups of coffee, even decaffeinated, per day. Coffee from grounds is slightly more beneficial than instant coffee.

The study, from researchers at the Universities of Southampton and Edinburgh in the United Kingdom, appears in the journal BMC Public Health.

Liver disease and a welcome study

Worldwide, liver disease causes 2 million Trusted Source deaths annually, with 1 million people dying from complications of cirrhosis and another from viral hepatitis and hepatocellular carcinoma Trusted Source.

According to the study, the area most profoundly affected by liver disease is sub-Saharan Africa. Central and South America, Eastern Europe, and Southeast Asia follow.

Liver disease risk factors include consuming alcohol, having overweight, and having diabetes.

Medical News Today spoke with Cleveland Clinic surgeon Dr. Talal Adhami, who called the study “absolutely amazing” thanks to its scope.

“There have been smaller studies, and there was an association [between liver health and coffee], but this study actually drew a much bigger association just from the sheer number of patients,” he said.

A 10.7-year study of nearly half a million people

The authors of the study analyzed the UK Biobank health data of 494,585 people, following them for an average of 10.7 years.

Of the cohort, 384,818 were coffee drinkers, and 109,767 were not, serving as the study’s control group. Coffee drinkers consumed caffeinated, decaffeinated, ground, and instant coffee.

During the study period, the sample contained 3,600 diagnoses of chronic liver disease, 5,439 cases of chronic liver disease or fatty liver disease, and 184 cases of hepatocellular carcinoma. There were 301 deaths from chronic liver disease.

Compared with the participants who did not consume coffee, coffee drinkers’ risk of chronic liver disease was 21% lower.

They also had a 19% reduced risk of developing chronic liver or fatty liver disease, and they lowered their risk of hepatocellular carcinoma by 21%. Coffee drinkers were also 49% less likely to die from liver disease.

For people who drank coffee from ground beans, the reduction in risk was even greater.

Their risk of developing either chronic liver disease or chronic liver or fatty liver disease was reduced by 35%, of developing hepatocellular carcinoma — by 34%, and of dying of liver disease — by 61%.

Dr. Adhami explained that “[c]offee actually can help in early stages of liver disease,” as the liver becomes inflamed in response to a pathogen.

“It can also affect the scarring tissue process, and also later on in cirrhosis patients or patients with advanced scarred tissue who are prone to have primary cancer of the liver. Coffee is helpful at that level too,” he added.

Reaction to the study

A limitation of the study is that its sample consisted of white individuals from higher socioeconomic backgrounds, so its findings may not be universally applicable.

Biochemist Prof. Nathan Davies of University College London's Institute for Liver and Digestive Health cautioned MNT that the study does not prove that coffee is an "anti-liver disease superfood." He noted that other studies even "indicate the opposite."

The long-term risk and benefit in the study was so small, said Prof. Davies — just 4 per 1,000 coffee drinkers not developing liver disease versus 5 per 1,000 non-coffee drinkers — "it is likely that other factors have a more substantial effect than coffee."

Dr. Adhami remained enthusiastic, however, saying that it would be one thing if we already had effective remedies for all liver diseases: "At this point in time, with the lack of alternatives, having a drink that is actually the most consumed drink on Earth? You know what? I'll take it."

It is of note that the study does not delve into the mechanics of why coffee is so beneficial to the liver.

Dr. Adhami said that as a result of this study, he anticipates randomized controlled clinical trials that test various coffee molecules against liver disease. "Believe me, this is the absolute most exciting news for liver disease," he commented.

Lead author Dr. Oliver Kennedy concludes: "Coffee is widely accessible, and the benefits we see from our study may mean it could offer a potential preventative treatment for chronic liver disease. This would be especially valuable in countries with lower income and worse access to healthcare and where the burden of chronic liver disease is highest."