















जानकारी

बाथरूम, टॉयलेट और किचन की सफाई के लिए ब्लीच वाले प्रोडक्ट्स का इस्तेमाल हो सकता है खतरनाक

हाल ही में की गई एक स्टडी से मालूम पड़ा है कि जो लोग अपने घर की साफ-सफाई में ब्लीच वलीनर्स का इस्तेमाल करते हैं, उनके घर की हवा प्रदूषित हो रही है। ऐसे घर की हवाओं में कई बीमारियाँ फैल रही हैं, जिसका ध्यान न रखा जाए तो आप भी इसके शिकार हो सकते हैं।

आंखों, गले, फेफड़े और त्वचा को पहुंचा सकते हैं नुकसान शोथकृतियों के एक समूह में पाया कि जब ब्लीच घुआ कई घंटे तक वलीनर्स में पाए जाने वाले सिट्रस कणों के साथ मिल जाता है, तो यह आपके और आपके पालतू जानवरों के लिए हानिकारक हवाई कण बना सकता है।

इनडोर वायु गुणवत्ता को करती है प्रभावित वीडोसी (VOC) कई घंटे तक उष्णकटिबंधीय जलवायु में और यह इनडोर एयर गुणवत्ता को प्रभावित कर सकती है। इस हवा को नुकसान यह होता है कि यह हवा में घुमते रहते हैं और घर की सतहों से विपक जाते हैं।

ब्लड के जरिए बॉडी में सर्कुलेट करते हैं हानिकारक कण फ्लोरोसेंट लाइट या सूर्य के प्रकाश के संपर्क में आने पर, यह कम्पाउंड कार्बनिक पदार्थों (SOAs) बनाते हैं।

हार्ट अटैक होने का खतरा पार्टिकुलेट मैटर के नियमित संपर्क से हार्ट अटैक और सांस लेने में तकलीफ जैसी स्वास्थ्य समस्याएँ जुड़ी होती हैं।

इन चीजों से करें घर की साफ-सफाई आप एक साधारण वलीनर जैसे विस्का, पानी या बेकिंग सोडा को वलीनर के रूप में चुन सकते हैं।

इस मौसम में त्वचा, बाल और नाखून पर फफूंद से इन्फेक्शन का खतरा



फंगस से होने वाले इन्फेक्शन पनकर परेशानियों का सबब बन सकते हैं। आप जितना इन्फेक्शन को छिपाने की कोशिश करेंगे, जैसे मोजे या जूतों के भीतर, स्थिति उतनी ही खराब होती जाएगी।

पांच सबसे आम फंगल इन्फेक्शन

रिंगवर्म: यह एक संक्रामक फंगल इन्फेक्शन होता है, दाद (रिंगवर्म) बाहों, पैरों की त्वचा के क्रेटिन को खा जाता है। यह शरीर के किसी भी भाग पर हमला कर सकता है।

एथलीट्स फुट: जैसा कि नाम से पता चलता है एथलीट्स फुट खिलाड़ियों में होने वाला एक सामान्य फंगल इन्फेक्शन है। यह रिंगवर्म फैलाने वाली प्रजाति द्वारा ही फैलाया जाता है और आमतौर पर इसकी शुरुआत पैरों की उंगलियों से होती है और धीरे धीरे पैर में फैल जाता है।

लगातार बारिश और दिनों के गर्म और उमस भरे होने के कारण मानसून का मौसम फफूंद (फंगस) के बढ़ने के लिए माकूल होता है। शरीर के भीतर फंगस से होने वाले (फंगल) इन्फेक्शन के अलावा बारिश के मौसम में त्वचा, बालों और नाखूनों में भी यह इन्फेक्शन बढ़ जाता है।

डॉ. कोमलेश जैसी एंटीफंगल दवाओं के व्यवस्थित इस्तेमाल से किया जा सकता है। इसके अलावा डॉक्टर, फंगस के फैलाव को रोकने के लिए मॉडिफाइड शीमू के इस्तेमाल की भी सिफारिश कर सकते हैं।

जॉक इच: पैट और जांच के बीच (ग्राइंड) में यह इन्फेक्शन आमतौर पर पुरुषों को होता है। लक्षणों में चकते होते हैं जो जांच, फुल्लों और ग्राइंड में फैल जाते हैं, खुजली से त्वचा परतदार और खुदरुती हो जाती है।

सेहत

मेटास्टैटिक ब्रेस्ट कैंसर जाने लक्षण व इलाज

जब ब्रेस्ट कैंसर शरीर के अन्य भागों में फैलने लगता है और इससे स्तन के साथ-साथ उसके पास के लिम्फ नोड्स में फैलने लगता है तो इससे मेटास्टैटिक ब्रेस्ट कैंसर कहा जाता है।

ब्रेस्ट कैंसर आज के समय में एक आम समस्या बन गई है। हालात यह है कि भारत में हर 28 में से एक महिला को ब्रेस्ट कैंसर का खतरा है, लेकिन फिर भी बहुत से लोग इसके बारे में पूरी तरह से नहीं जानते।



इलाज मेटास्टैटिक ब्रेस्ट कैंसर का पता चल जाने के बाद उसके इलाज के लिए कई तरीके अपनाए जाते हैं। इसके लिए आप अपने डॉक्टर से सलाह ले सकते हैं। इलाज के तरीकों में प्रमुख हैं-

- कैंसर के लक्षण मेटास्टैटिक स्तन कैंसर के लक्षण इस बात पर निर्भर करते हैं कि वह शरीर के किस हिस्से में फैला है। अलग-अलग हिस्सों पर इसका प्रभाव अलग तरह से नजर आता है।
- जब स्तन कैंसर हड्डियों तक फैलता है तो इसे बोन मेटास्टैटिस ब्रेस्ट कैंसर कहा जाता है। इसमें व्यक्ति को अचानक दर्द का अहसास होता है। यह रीढ़, स्याइन, पेल्विस और हाथ व पैर की लंबी हड्डियों को सबसे ज्यादा प्रभावित करता है।
- ब्रेस्ट कैंसर के फेफड़ों पर फैलने पर उसे लंग मेटास्टैटिस ब्रेस्ट कैंसर कहा जाता है। इसमें व्यक्ति को फेफड़ों के फंगस की तरह जॉक इच के भी बार-बार होने की आशंका रहती है।
- दिमाग में फैलने वाले स्तन कैंसर के लक्षणों में सिरदर्द, देखने व बोलने की क्षमता का प्रभावित होना, मेमोरी समस्या व अन्य कुछ लक्षण हो सकते हैं।
- लिवर मेटास्टैटिस ब्रेस्ट कैंसर होने पर व्यक्ति को भिड़ सेवरान में दर्द का अहसास होता है। इसके अतिरिक्त व्यक्ति को थकान और कमजोरी, वजन कम होना या भूख की कमी व बुखार जैसे लक्षण नजर आते हैं।

टाइम पास

आज का राशिफल

मेष: चू घे घो ला ली लू ले लो आ। आज की सुविधा कल नहीं मिल पायेगी, लाभ उठाएँ। मित्रों से सावधान रहें तो ज्यादा उत्तम है।

वृष: इ उ ए ओ वा वी घू घे घो। अपना कार्य दूसरों के सहयोग से बना लेंगे। मित्रों की उपेक्षा करना ठीक नहीं रहेगा।

मिथुन: का की कू घ ड ड के को हा। अनेक कार्य के लिए रुके बना लेंगे। बुद्धि, बल व पराक्रम सफल होगा।

कर्क: ही हू हे हो डा डी हू डे ओ। अपने काम को प्राथमिकता से करें। धार्मिक आस्थाएँ फलदायी होंगी।

सिंह: मा नी नू जे ओ रा टी हू डे। समय नकारात्मक परिणाम देने वाला बन रहा है। दिमाग में निर्मूल तक पैदा होंगे।

कन्या: दो वा पी घू घ ण ठ पे घो। जो चल रहा है उसे सावधानीपूर्वक संभालें। मायूस न हो समय चक है।

तुला: रा टी ठू डे दो ता ली घू घे। परिवार में मांगलिक कार्यों का आयोजन होगा। वैवाहिक जीवन में प्रेम-प्रति बंधेगी।

धनु: घे घो मा नी नू घा घा हा हे। धन के लेन-देन में सतर्क रहें। बाजारों में संयम बरतें।

मकर: मे जा ली ली घू घे घो ना ली। सकारात्मक पक्ष से पूर्ण सहयोग प्राप्त होगा। विचारधर्मों के लिए समय अनुकूल रहेगा।

कुम्भ: नू जो गो सा वी लू घे घो वा। उत्साह में बृद्धि होगी। आलस्य का त्याग करें। नये आय के स्रोत बनेंगे।

मीन: वी दू घ ज्ञ अ डे दो वा घी। सकारात्मक पक्ष से पूर्ण सहयोग प्राप्त होगा। विचारधर्मों के लिए समय अनुकूल रहेगा।

काकुरो पहेली - 2573

काकुरो पहेली - 2573 का हल. A 10x10 grid with numbers and empty cells for a Kakuro puzzle solution.

लॉफिंग ज़ोन

लॉफिंग ज़ोन. A word search puzzle with clues and a grid.

फिग्न वर्ग पहेली- 2573

फिग्न वर्ग पहेली- 2573. A 10x10 grid with numbers and empty cells for a Figgn Varg puzzle solution.

सूडोकु -2573

सूडोकु -2573 का हल. A 9x9 grid with numbers and empty cells for a Sudoku puzzle solution.

शब्द पहेली - 2573

शब्द पहेली - 2573. A word search puzzle with clues and a grid.

बाएँ से दाएँ

- 1. सहयोग को भावना-5
2. अकस्मात, एकाएक-4
3. परचय-2
4. नाव चलाने वाला-3
5. भीगा हुआ-2
6. अनुवाद-4
7. बेल-2
8. योग्य, सही-3
9. खोज गाड़ी-2
10. काव्य, गजल-3
11. अद्वैतभाव, कुर्बान-2
12. नामकरण-2,3
13. राजा का महल-5
14. प्रेम, ममता-2
15. कपड़े को दीवार-3
16. रास्ता, मार्ग-2
17. सिर, खोपड़ी-3
18. माप-2
19. गुस्सा करना-4
20. खंग, चुटौती बात-2
21. नायक, नेता-3
22. एक आँख वाला-2

ऊपर से नीचे:-

- 1. सनी देओल, सुनील, शिपा का 'कोई परि आती नहीं' गीत वाली फिल्म-2
2. 'ओ नचल नचल' गीत वाली सनी, सोहेल, सुनील, जॉन की फिल्म-3
3. 'रेड्स खमा, टीना, पवित्रा की फिल्म-3
4. 'मैं भी खिला गूरी लेके' गीत वाली फिल्म-3
5. संजयदत्त, मोहिनी, दिव्या, मयका की 'दिल तो छोड़ो ना' गीत वाली फिल्म-4
6. 'मेरे मोरे मुझे पे' गीत वाली अजय, अश्वय, करिश्मा, नगमा की फिल्म-3
7. 'शक्ति' शब्दात्, शबाना अजमी की फिल्म-3
8. 'हवा मेरे साथी' की नायिका-7-8
9. 'तुमको कितना है' गीत वाली सनी, सुनील, सेलिना जेटली की फिल्म-2
10. 'संजयदत्त, शिल्पा शेट्टी की 'ठक ठक ठक' गीत वाली फिल्म-3
11. 'चांदनी चंदे प्यार की बातें' गीत वाली देवआनंद, गीतावाली की फिल्म-2
12. 'शक्ति' शब्दात्, जॉन, रेखा की 'प्यार कला नहीं आया' गीत वाली फिल्म-3
13. 'बसोदा का नंदलाल' गीत वाली जयराज, जॉन, विवेक की फिल्म-3
14. 'एक बेचारा प्यार का माप' गीत वाली फिल्म-3
15. 'जो बीच बरबारी' गीत वाली अजय, शबाना मुखर्जी की फिल्म-2
16. 'विजय', वहीदा रहमान की फिल्म-3
17. 'आव पुरानी राहों से' गीत वाली फिल्म-3
18. देवआनंद, रेखा मालिनी की फिल्म-3
19. 'आव मेरे महल' गीत वाली फिल्म-2
20. 'मैं भी खिला गूरी लेके' गीत वाली फिल्म-3
21. 'मैं भी खिला गूरी लेके' गीत वाली फिल्म-3
22. 'मैं भी खिला गूरी लेके' गीत वाली फिल्म-3
23. 'मैं भी खिला गूरी लेके' गीत वाली फिल्म-3
24. 'मैं भी खिला गूरी लेके' गीत वाली फिल्म-3

शब्द पहेली - 2572 का हल

शब्द पहेली - 2572 का हल. A grid with words filled in for a word puzzle solution.











# जैस्मीन भस्मीन

ने जब किया अली गोनी से प्यार का इजहार, चिढ़ गई थीं गर्लफ्रेंड नताशा स्टेनकोविक, बताया अनकॉन्शियल प्यार



हार्दिक पांड्या संग रिलेशनशिप आने और शादी से पहले नताशा स्टेनकोविक ने अली गोनी संग रिलेशनशिप में थीं. नताशा के ब्रेकअप के बाद ही अली, जैस्मीन भस्मीन के साथ रिलेशनशिप में आए थे और यह साथ अभी तक बना हुआ है. वहीं, नताशा और हार्दिक पांड्या ने डेट के बाद शादी की. उनका एक बेटा अगस्त्य भी है. हालांकि अब दोनों अलग हो चुके हैं. अब, नताशा, जैस्मीन और अली का एक पुराना वीडियो सामने आया है. यह वीडियो 'नच बलिए सीजन 9' का है. इस दौरान अली और नताशा रिलेशनशिप में थे और दोनों शो में कपल कंटेस्टेंट बने थे.

नताशा स्टेनकोविक और अली गोनी को एक परफॉर्मंस के दौरान जैस्मीन भस्मीन ने सरप्राइज एंट्री ली. इस एपिसोड में श्रद्धा कपूर और प्रभास फिल्म 'साहो' का प्रमोशन करने के लिए आए थे. इसी एपिसोड में नताशा संग रिलेशनशिप में रहे अली के लिए जैस्मीन ने अपने प्यार का इजहार किया.

जैस्मीन भस्मीन फैनपेज द्वारा शेयर किया गए इस वीडियो में कहते हुए कहा कि वह अली को अनकॉन्शियल प्यार करती हैं. उन्होंने कहा, मैं उससे प्यार करती हूँ, बिना शर्त के. सबको ऐसा लगता है. क्योंकि अली ऐसा ही है. मतलब इसके लिए लड़कियां को बोलने की ज़रूरत नहीं पड़ती वो आंखों ही आंखों में घुमा लेता है सबको. इस दौरान नर्वस नजर आते हैं. वहीं, नताशा, जैस्मीन के इस कमेंट पर नाराज नजर आती हैं.

**अली गोनी ने बताया थी नताशा स्टेनकोविक संग ब्रेकअप की वजह**

जैस्मीन भस्मीन ने बात उस वक्त कही थी, जब अली गोनी ने नताशा से ब्रेकअप का एक बड़ा हिंट दिया था. वह भारती सिंह और हर्ष लिंबाचिया के पांडकास्ट पर दिखाई दिए, जहाँ उन्होंने अपने नताशा संग रिलेशनशिप के बारे में बात की. हालांकि अली ने नताशा का नाम नहीं लिया था. उन्होंने कहा था कि उनका ब्रेकअप इसलिए हुआ क्योंकि वह (नताशा) उनकी फैमिली के साथ नहीं रहना चाहती थी.

**नताशा स्टेनकोविक अली की फैमिली संग नहीं रहना चाहती थीं!**

अली गोनी ने कहा था, क़जो मेरा इससे (जैस्मीन भस्मीन) पहले भी रिलेशन था, वो बहुत सौरियस था. उसका कारण ही यही था कि उसने मुझे बोला के- 'यार जब हम शादी करेंगे फ्यूचर में हम अलग रहेंगे'. वो चीज मुझे नहीं जमी क़ अली ने कहा कि वह फैमिली में हैं और अलग नहीं रहना चाहते हैं. वह अपनी फैमिली को नहीं छोड़ सकते.

बैंक अकाउंट में थे 260 रुपये, केबीसी ने बना दिया लखपति, अब करोड़पति बनने से सिर्फ 1 कदम की है दूरी



अमिताभ बच्चन का फ्रिज शो 'कौन बनेगा करोड़पति 16' सुर्खियों में छाया हुआ है. अब तक शो के इस सीजन में कई लोग लखपति बन चुके हैं, लेकिन बहुत जल्द शो को पहला करोड़पति मिल सकता है. इस बीच मेकर्स ने 'केबीसी 16' का एक प्रोमो शेयर किया है, जिसमें मध्य प्रदेश के बंटी वादिवा हॉट सीट पर बैठकर गेम खेलते हुए नजर आ रहे हैं. वह 'केबीसी 16' में 1 करोड़ रुपये के सवाल तक पहुंच चुके हैं. सोनी टीवी के ऑफिशियल इंस्टाग्राम हैंडल पर 'केबीसी 16' का नया प्रोमो शेयर किया गया है. वीडियो में देखा जा सकता है कि हॉट सीट पर बंटी वादिवा नजर आ रहे हैं. वह कहते हैं, 'मुझे गर्व है कि मैं पहला आदिवासी हूँ, जो हॉट सीट पर बैठा है. शो में आने से पहले मेरे बैंक अकाउंट में मात्र 260 रुपये थे, लेकिन अब मैं लखपति बन गया हूँ.'

**1 करोड़ के सवाल का जवाब देंगे बंटी**

'कौन बनेगा करोड़पति 16' शो में बंटी 50 लाख रुपये की धनराशि जीत चुके हैं और अब वह करोड़पति बनने से सिर्फ एक कदम की दूरी पर हैं. प्रोमो में देखने को मिलता है कि अमिताभ बच्चन कंटेस्टेंट बंटी से 15वां सवाल पूछते हुए नजर आते हैं, जो कि 1 करोड़ रुपये के लिए है. इसके बाद बंटी कहते हैं, 'मैं अपनी जिदंगी का सबसे बड़ा रिस्क लेने जा रहा हूँ.' खैर, 15वें सवाल का जवाब देकर बंटी करोड़पति बन जाते हैं या नहीं, इसका खुलासा शो के एपिसोड में ही होगा.

**केबीसी 16 को मिलेगा पहला करोड़पति ?**

गौरतलब है कि 'कौन बनेगा करोड़पति 16' शो को अब तक अपना पहला करोड़पति नहीं मिला है. इससे पहले राजस्थान की रहने वाली नरेशी मोणा 1 करोड़ के सवाल तक पहुंच पाई थीं, लेकिन सही जवाब मालूम नहीं होने की वजह से उन्होंने गेम क्रिट कर दिया था. अब देखना होगा कि कंटेस्टेंट बंटी वादिवा शो के पहले करोड़पति बन पाते हैं कि नहीं.

**वयों प्रमोट किया? फैंस के निशाने पर आए सनी देओल-प्रीति जिंटा, वायरल हो रहा पुराने पान मसाला वाला विज्ञापन**



फिल्मी सितारों की बतर्ही चीजों से अक्सर लोग प्रेरणा लेने लगते हैं. ज्यादातर लोग उन्हें फॉलो भी करते हैं. शाहरुख, अक्षय जैसे कई स्टार्स पान मसाला के विज्ञापनों में भी नजर आ चुके हैं. अब सनी देओल और प्रीति जिंटा का भी एक एक पुराना वीडियो सामने आया है, जिसमें वह पान मसाला की एड करते नजर आ रहे हैं. लोग इस एड को जमकर आलोचना कर रहे हैं. वायरल हो रहे इस एड में शक्ति कपूर और अखिलेंद्र मिश्रा भी नजर आ रहे हैं. बस में शूट किया गए इस पूरे वीडियो में पान मसाला को जमकर प्रमोट किया जा रहा है. कई छोटे बच्चे भी इस एड में काम करते नजर आ रहे हैं. लेकिन वायरल हो रहे इस पुराने पान मसाला के विज्ञापन की लोग जमकर आलोचना कर रहे हैं.

**वायरल हो रहा सनी देओल-प्रीति जिंटा का पुराना वीडियो**

वायरल हो रहा सनी देओल और प्रीति जिंटा का ये पुराना 'पान मसाला' का विज्ञापन रीडिट पर शेयर किया गया है. सामने आने के बाद से ही ये वीडियो सभी का ध्यान अपनी ओर खींच रहा है.

इस वीडियो में शक्ति कपूर और डेलनाज ईरानी जैसे कलाकार भी नजर आ रहे हैं. यह माइक्रोब्लॉगिंग साइट पर वायरल हो गया है और फैंस ऐसे प्रोडक्ट का विज्ञापन करने के लिए सनी और प्रीति की जमकर आलोचना कर रहे हैं, खासकर बच्चों को दिखाने वाले विज्ञापन के लिए.

**बस में शूट हुआ था पूरा वीडियो**

सामने आया ये एड बस में शूट किया गया है, जिसमें पर्यटकों का एक समूह दिखाया गया है, जो पान मसाला के एक ब्रांड को लेकर काफी एक्साइटेड होते दिख रहे हैं कि किसको पहले मिलेगा ये पान मसाला. इसी बस में बच्चे भी नजर आ रहे हैं, इन्हीं में से एक बच्चा सनी देओल और प्रीति जिंटा को देखकर चिल्लाने लगता है फिर सनी ने पैकेट पर अपना 'ऑटोग्राफ' भी दिया. वीडियो में कई जाने-माने अभिनेता और कई बाल कलाकार भी नजर आ रहे हैं.

**वीडियो देख फैंस का फूटा गुस्सा**

सामने आए इस वीडियो में एक यूजर ने लिखा, 'क्या यह सच में गुटखा है ?? अगर हाँ तो वह इसे एक बच्चे को क्यों दे रहा है. वहीं एक अन्य यूजर ने लिखा, 'शायद असली गुटखा नहीं बल्कि कोई सरोगेट प्रोडक्ट है जिसमें तंबाकू मिलाया गया है. एक अन्य ने लिखा, 'वे ऐसे विज्ञापनों में बच्चों को डालने से बच सकते थे. ये एड इन बच्चों के बनी भी शूट किया जा सकता था. एक ने तो ये तक लिखा डाला कि इसे डिफेंड मत करो'.

## बिपाशा बसु

ने बेटी देवी का दिखाया क्यूट लुक, VIDEO देख ठहर जाएंगी निगाहें

बिपाशा बसु सोशल मीडिया पर काफी एक्टिव हैं. वह अक्सर अपनी बेटी देवी के साथ टाइम स्पेंड करती नजर आती हैं. हाल ही में उन्होंने देवी के साथ एक मनमोहक वीडियो शेयर किया है, जिसमें वह उस पर प्यार लुटाती नजर आ रही हैं. इंस्टाग्राम पर बिपाशा के 14 मिलियन फॉलोअर्स हैं.

उन्होंने इस प्लेटफॉर्म पर अपनी बेटी का एक क्यूट वीडियो शेयर किया है. वीडियो में देवी गुलाबी टी-शर्ट और काली लेगिंग पहने हुए देखा जा सकता है। वहीं बिपाशा ने भी अपनी बेटी से ट्यूनिंग की है.

**दिल जीत रहा देवी की ये स्टाइलिश लुक**

बिपाशा ने देवी के इस क्यूट लुक को पिंक हेयर ब्रीड्स और फर रबर बैंड से पूरा किया है. इंस्टा पोस्ट में बिपाशा अपनी बच्ची की एक प्यारा नेकपीस बनाने में मदद

करती हुई दिखाई दे रही हैं. इस पोस्ट के कैप्शन में बिपाशा ने दिया है, मम्मा और देवी, बेस्ट टीम. 'दूसरे वीडियो में हम देवी को रंगों से खेलते और दीवार पर पेंटिंग करते हुए देख सकते हैं. इसमें एक्ट्रेस ने कैप्शन दिया है, 'आर्ट'.

**बिपाशा ने 2001 में किया था डेब्यू**

आखिरी क्लिप में देवी ने अपना बनाया नेकपीस पहना हुआ है और कैमरे के सामने उसे फ्लॉन्ट कर रही हैं. बिपाशा ने अप्रैल 2016 में अपने 'अलोन' को-स्टार करण सिंह ग्रोवर से शादी की। उनकी बेटी 'देवी' का जन्म नवंबर 2022 में हुआ. एक्ट्रेस ने 2001 में अब्बास-मस्तान की एक्शन थ्रिलर 'अजनबी' में अक्षय कुमार के

साथ एक नेगेटिव रोल से अभिनय की शुरुआत की थी. इस फिल्म में करीना कपूर और बाँबी देओल भी नजर आए थे.

