विद्युत दर्पण

पश्चिम क्षेत्रीय विद्युत समिति
गृह पत्रिका

अंक - 20 अप्रैल - जून 2011

सम्पादकीय

विश्व प्रसिद्ध लेखक कवि शेक्स पिअर का जन्म एवं मृत्यु दिन 23 अप्रैल । यह दिन विश्व पुस्तक दिन के रूप में मनाया जाता है ।पुस्तकों के विषय अनगिनत हैं, समय के साथ उनमें बदलाव आता है । समाज का हर व्यक्ति पुस्तकों से जुड़ा है । पाठ्यक्रम की पुस्तकों से लेकर, धार्मिक, काल्पनिक परिकथाएँ, भावनाओं की अभिव्यक्ति करने वाली कथाएँ, कविताएँ, स्वास्थ्य, अभियांत्रिकी, वैज्ञानिक आलेख, नाटक, ग्रंथ, ब्रेल लिपि में लिखा साहित्य न जाने कितने विषय और कितनी विधाएँ ।

एशिया के पहले नोबल पुरस्कार विजेता श्रेष्ठ कवि, लेखक, उपन्यासकार, चित्रकार, दार्शनिक, संगीतकार, शिक्षाविद् गुरूदेव रविन्द्रनाथ ठाकुर जी का मत था कि ज्ञानार्जन बंद कमरों में नहीं बल्कि प्रकृति के सानिध्य में किया जाना चाहिए । कला, संगीत, भाषा, विज्ञान, दर्शन सब कुछ एक आसमां के नीचे; एक ही गुरूकुल में --- गुरूदेव की अद्भुत संकल्पना से निर्मित शांति निकेतन----जीवन से संबंधित उनके दर्शन का अनुपम अविष्कार । 7 मई को उनके जन्म दिन पर 'जन गण मन' के जनक को विनम्र अभिवादन ।

तकनीकी में क्रांति के साथ इ-पुस्तकें भी लोक प्रिय हो रही हैं । इ-पुस्तकों के लिए कागज की आवश्यकता नहीं होती । एक तरीके से पर्यावरण का संतुलन रखने में यह महत्वपूर्ण बात हो सकती है । मानव के स्वार्थी, अतिरेकी, उपभोगी प्रवृत्ति के कारण पर्यावरण का नाश तेज गति से हो रहा है । वैज्ञानिकों को इसके भयंकर परिणामों की आहट लगी और 5 जून 1972 को स्टॉक होम, स्वीडन में पर्यावरण विषय पर अन्तर्राष्ट्रीय विश्व परिषद् ने अपना कार्य आरम्भ किया । तब से 5 जून 'पर्यावरण दिन' के रूप में मनाया जाने लगा । प्रकृति की रक्षा करके प्राकृतिक संपदा का संवर्धन करना मानव का कर्तव्य है । इस दिशा में हम बहुत कुछ कर सकते हैं, जैसे कि पेड़ लगाना, पानी बरबाद न करना, बिजली की बचत करना, सौर ऊर्जा का अधिक प्रयोग करना, हर प्रकार का प्रदूषण कम करना आदि । आइए प्रण करें हमारी वसुंधरा सुजलाम, सुफलाम करने के लिए हम अपना हर संभव योगदान देंगे ।

(मनजीत सिंघ)
सदस्य सचिव

समाचार दर्पण

- श्री प्रमोद दत्तात्रय लोणे, सहायक निदेशक श्रे.-I की पक्षेविसमिति, मुंबई में कार्यपालक अभियंता के पद पर दिनांक 25 अप्रैल 2011 को पदोन्नति हुई है । हार्दिक अभिनन्दन ।
- श्री दीपक गवली, सहायक निदेशक श्रे.-I की पक्षेविसमिति, मुंबई में कार्यपालक अभियंता के पद पर दिनांक 25 अप्रैल 2011 को पदोन्नति हुई है । हार्दिक अभिनन्दन ।
- श्री लक्ष्मी कांत सिंह राठौर, सहायक निदेशक श्रे.-I की पक्षेविसमिति, मुंबई में कार्यपालक अभियंता के पद पर दिनांक 25 अप्रैल 2011 को पदोन्नति हुई है । हार्दिक अभिनन्दन ।
- श्री विनोद कुमार गुप्ता, कार्यपालक अभियंता का दिनांक 29.04.2011 को क्षेत्रीय निरीक्षण संगठन, मुंबई में स्थानान्तरण हुआ है ।
- श्री देवेन्द्र पाल सिंह, कार्यपालक अभियंता, क्षेत्रीय निरीक्षण संगठन, मुंबई का पक्षेविसमिति, मुंबई में दिनांक 02.05.2011 को स्थानान्तरण हुआ है । पक्षेविसमिति परिवार में आपका हार्दिक स्वागत ।

राजभाषा समाचार

- राजभाषा संस्थान द्वारा दिनांक 27 अप्रैल से 29 अप्रैल 2011 तक सोलन, हि.प्र. में अखिल भारतीय राजभाषा सम्मेलन का आयोजन किया गया था जिसमें कार्यालय की हिन्दी अधिकारी श्रीमती तरूप्रभा शैल एवं श्रीमती सुमेधा राजाध्यक्ष, अवर श्रेणी लिपिक ने भाग लिया । श्रीमती शैल को उनके आलेख / भाषण पर पुरस्कार एवं कार्यालय को राजभाषा नीति अनुपालन के क्षेत्र में उल्लेखनीय कार्यान्वयन के लिए ट्रॉफी प्रदान की गई । हार्दिक बधाई ।
- राजभाषा कार्यान्वयन समिति की 94 वीं बैठक श्री मनजीत सिंघ, सदस्य सचिव की अध्यक्षता में दिनांक 10.05.2011 को सम्पन्न हुई ।
- दिनांक 16.06.2011 को कार्यालय में आयोजित हिन्दी कार्यशाला में 'यूनिकोड' विषय पर श्री शिव कुमार हरिद्वाज, हिन्दी आशुलिपिक ने व्याख्यान दिया । जिसमें कार्यालय के कुल 5 अधिकारी एवं 7 कर्मचारियों ने भाग लिया ।

तकनीकी समाचार

- दिनांक 20 मई 2011 को आयोजित पश्चिम क्षेत्रीय विद्युत समिति की 17 वीं बैठक में प.क्षे.वि.समिति ने नर्मदा नियंत्रण प्राधिकरण को विशेष आमंत्रित सदस्य के रूप में समिति में भाग लेने की संस्तुति की ।

- पश्चिम क्षेत्रीय विद्युत समिति ने अपनी 17 वीं बैठक में पश्चिम क्षेत्र में WAMS (Wide Area Measurement System) प्रणाली योजना के भाग - I के लगाने की संस्तुति प्रदान की । इस भाग-I के अंतर्गत पहले से उपलब्ध PDC Logistic एवं PMUs की खरीद तथा इनकी स्थापना सन्निहित है ।

- पश्चिम क्षेत्रीय विद्युत समिति ने अपनी 17 वीं बैठक में सरदार सरोवर परियोजना के Real time data को नर्मदा नियंत्रण प्राधिकरण के इंदौर स्थित ऊर्जा प्रबंधन केन्द्र तक उपलब्ध कराने की संस्तुति प्रदान की ।

- पश्चिम क्षेत्रीय विद्युत समिति ने अपनी 17 वीं बैठक में पश्चिम क्षेत्र के लाभार्थी घटकों द्वारा केन्द्रीय हिस्से की विद्युत को क्रमश: दमन दीव एवं दादरा नागर हवेली को गेटको की पारेषण प्रणाली तथा गोवा को एमएसईटीसीएल की पारेषण प्रणाली द्वारा 30.06.2011 तक प्रवाह के लिए इन प्रणालियों के पारेषण व्यय को पूल करने की संस्तुति प्रदान की । तदंतर दिनांक 01.07.2011 से पीओसी चार्जेस रेगुलेशन लागू होगा ।

एक गाँव में पंडित चुतर सेन नामक बहुत ही बुद्धिमान गणितज्ञ रहता था उसकी विद्वता की किर्ती दूर-दूर तक फैली थी । राजा भी कई बार अपने काम-काज में उसकी सलाह लेता था । एक बार गाँव के मुखिया ने चतुरसेन से कहा कि ''तुम भले ही बहुत विद्वान होगे लेकिन तुम्हारा बेटा मूर्ख है । उसे तो यह भी नहीं पता कि सोने और चाँदी में से क्या अधिक मूल्यवान है ।'' मुखिया की बात पर गाँव वाले ठहाका मारकर हँसने लगे । चतुरसेन अपमानित होकर घर लौटा और उसने अपने बेटे से पूछा कि सोने और चाँदी में अधिक मूल्यवान क्या है? बेटे ने जवाब दिया ''सोना'' । चतुर सेन ने अपने बेटे को सारी घटना बताकर पूछा कि फिर मुखिया क्यो तुम्हें मूर्ख कह रहा था ? बेटे ने कहा कि वह इसलिए कि मैं जब पाठशाला जाता हूँ तो रास्ते में मुखिया मुझे रोज रोककर कहता है कि मेरे एक हाथ में सोने की मुद्रा है तथा दूसरे हाथ में चाँदी की । इसमें जो अधिक मूल्यवान है वह तुम ले लो । तब मैं चाँदी की मुद्रा लेता हूँ और सारे लोग मुझ पर हँसते हैं । चतुर सेन ने बेटे से कहा कि जब तुम सही जवाब जानते हो तो ऐसी मूर्खता क्यों करते हो? इस पर बेटा चतुर सेन को एक पेटी खोलकर दिखाता है जो चाँदी की मुद्राओं से भरी होती है और कहता है कि मैं यदि सही जवाब देकर पहले ही स्वर्ण मुद्रा ले लेता तो यह खेल पहले ही दिन खत्म हो जाता और मैं इतनी चाँदी की मुद्राएँ इकट्ठी नहीं कर पाता ।

तात्पर्य: जीवन में कई बार हमें बनावटी मूर्खता से पेश आना पड़ता है, इसका मतलब यह नहीं कि हम हार जाते हैं यह निर्णय लेना होता है कि विद्वता दिखाकर तुरंत हारें या बनावटी मूर्खता दिखाकर जीतें ।

हृदय रोग

श्री ओ.प्र.सिंह,
अधीक्षण अभियंता

हृदय की मांसपेशियाँ जीवंत होती हैं और उन्हें जिन्दा रहने के लिए आहार और ऑक्सीजन चाहिए । हृदय की मांसपेशियों के भीतर धमनियाँ होती हैं । जो हृदय की इन मांसपेशियों को आहार और ऑक्सीजन पहुँचाती हैं । इन धमनियों को कोरोनरी आर्टरीज कहा जाता है । जब इनमें से कोई एक या ज्यादा धमनी संकरी या आंशिक रूप से अवरूद्ध हो जाती हैं तो इससे कोरोनरी आर्टरी डिजीज हो जाती है । जब ऐसी एक या ज्यादा आर्टरी अवरूद्ध हो जाती है तो हृदय की कुछ मांसपेशियों को आहार और ऑक्सीजन नहीं मिल पाती । इस अवस्था को हार्ट अटैक यानी दिल का दौरा कहते हैं ।

कोरोनरी आर्टरी डिजीज शब्द को एंजाइना, हार्ट अटैक और दिल की नाकामी के लिए इस्तेमाल किया जाता है । (इससे इस सिलसिले में भ्रम हो सकता है क्योंकि दिल से संबंधित और भी समस्याएँ होती हैं जैसे- हार्ट वॉल्व की समस्या, कंजीनाइटल हार्ट प्रॉब्लम आदि, लेकिन जब हम दिल की बीमारियों की बात करते हैं तो आमतौर पर इन्हें शामिल नहीं किया जाता)

कोरोनरी आर्टरी डिजीज या कार्डियो वस्क्युलर बीमारी के ज्यादातर मामलों की मुख्य वजह ये है कि अथीरोमा नामक एक वसा धमनियों के भीतर जम जाती है । इस अवस्था में अथीरोमा की सतह धमनियों के भीतर की ओर जम जाती है । वक्त के साथ-साथ ये सतह बढ़ती जाती है और खून के बहाव में रूकावट आने लगती है और एंजाइना का दर्द होने लगता है या इससे धमनियों में जबर्दस्त रूकावट आ जाती है ।

ऐसा ज्यादातर तब होता है जब इस सतह को अनियमिति और बढ़े हुए भाग के कारण खून का थक्का जम जाता है । जब ऐसा होता है तो हृदय की मांसपेशी के एक हिस्से में अचानक खून की कमी हो जाती है और वह क्षतिग्रस्त हो जाता है । इस अवस्था को ही हार्ट अटैक यानी दिल का दौरा कहते हैं । अगर ये क्षति सीमित हो तो हृदय अपनी पहली वाली अवस्था में आ सकता है लेकिन अगर नुक्सान ज्यादा हो तो मौत भी हो सकती है । मस्तिष्क में धमनियों के क्षतिग्रस्त होने से भी रक्त का बहाव नहीं हो पाता जिससे स्ट्रोक यानी लकवा या मौत हो सकती है । धूम्रपान और ब्लड कोलैस्ट्रोल की बढ़ी हुई मात्रा के साथ अगर सैचुरेटिड फैट का भी काफी सेवन किया जाता है तो इन दोनों ही कारणों से इन सतहों, कोरोनरी आर्टरी डिजीज और स्ट्रोक का खतरा बढ़ जाता है ।

कार्डियोवस्क्युलर बीमारी और स्ट्रोक थीरोमेटियस अथीरोमा के भीतर कैलोस्ट्रोल और प्लाक यानी सतह के जमने की रफ्तार लो डैन्सिटी लिपोप्रोटीन (एल डी एल) को ऑक्सीडेटिव क्षति से और तेज हो सकती है । लेकिन अगर सब्जियों और फलों को बड़ी मात्रा में लिया जाए तो ऐसी क्षति को रोका जा सकता है । फल और सब्जियाँ हृदय रोगों से बचाव उपलब्ध कराती हैं । फलों और सब्जियों में एंटीऑक्सीडैंट तत्वों और सूक्ष्म पोषक तत्वों तथा फाइबर का अनोखा मेल होता है जो हृदय रोगों से बचाने में मदद करता है । कुछ जीवन शैलियाँ ऐसी हैं जो एथीरोमा बनने और कार्डियोवस्क्युलर बीमारियों को पनपने से रोकती हैं - ये हैं - धूम्रपान न करना, स्वास्थ्यकर आहार चुनना, नियमित शारीरिक गतिविधियाँ, अपने वजन और कमर के नाप को नियंत्रित रखना और तम्बाकू और शराब के इस्तेमाल से बचना।

* * *-* * *