आई एस एस एन 0971-9873

आई सी एम आर पत्रिका

वर्ष-33, अंक-7

जुलाई, 2019

इस अंक में

- अर्गोनॉमिक्स : स्वास्थ्य एवं उत्पादकता का सुदृढ़ समन्वय — 69
- आई सी एम आर का शक्ति अभियान — 72
- 'डेस्टीनेशन उत्तराखण्ड 2019' प्रदर्शनी में आई सी एम आर की भागीदारी — 75
- भारतीय आयुर्विज्ञान अनुसंधान परिषद के समाचार — 76
- राष्ट्रीय एवं अंतर्राष्ट्रीय वैज्ञानिक गतिविधियों में भारतीय आयुर्विज्ञान अनुसंधान परिषद के वैज्ञानिकों की भागीदारी — 77
- भारतीय आयुर्विज्ञान अनुसंधान परिषद के कुछ प्रकाशन — 78

संपादक मंडल

अध्यक्ष — **प्रो. बलराम भार्गव**
सचिव, भारत सरकार
स्वास्थ्य अनुसंधान विभाग एवं
महानिदेशक, भारतीय आयुर्विज्ञान अनुसंधान परिषद

उपाध्यक्ष — **डॉ चन्द्र शेखर,**
डॉ जी.एस. टोटेजा
अपर महानिदेशक

प्रमुख, प्रकाशन एवं सूचना प्रभाग — **डॉ नीरज टण्डन**

संपादक — **डॉ कृष्णानन्द पाण्डेय**

प्रकाशक — **श्री जगदीश नारायण माथुर**

अर्गोनॉमिक्स : स्वास्थ्य एवं उत्पादकता का सुदृढ़ समन्वय

जे. मजुमदार एवं संजय कोटडिया

यदि क्षण भर के लिए मनुष्य को एक मशीन मान लिया जाये तो हमारे मन में सबसे पहला प्रश्न यही उभरेगा कि मशीन है तो उसकी दक्षता एवं टिकाऊपन अधिकतम बनी रहे। जिस तरह मशीनों की अधिकतम दक्षता के लिए हम उसकी संपूर्ण जांच व रख–रखाव समय–समय पर करते रहते हैं, निर्धारित गति से चलाते हैं, निर्धारित समय के पश्चात उसे आराम देते हैं, उसी प्रकार से मानव की भी अपनी कार्य–क्षमता होती है, सीमाएं होती हैं और उम्र होती है। अक्सर हम देखते हैं कि किसी कारखाने में कार्य करने वाला कोई एक व्यक्ति कई बीमारियों का शिकार हो जाता है, जबकि दूसरा उतना अधिक अस्वस्थ नहीं होता है। वास्तव में देखा जाए तो दोनों का कार्य–क्षेत्र एक ही कारखाने में अलग–अलग है। पहले का कार्य–क्षेत्र सीधे उत्पादन विभाग की मशीनों से जुड़ा है, जहां उसे दिन–रात की शिफ्ट में कार्य करना एवं मशीनों के शोर तथा अन्य प्रदूषण के तहत कार्यरत रहना पड़ता है। दूसरा व्यक्ति अपेक्षाकृत प्रदूषणरहित माहौल जैसे कि प्रशासनिक विभाग में कार्यरत रहता है, तो उसे पहले व्यक्ति जैसी समस्याओं से जूझना नहीं पड़ता है। इसके लिए भी शारीरिक समस्याएं तो हैं, परन्तु उन समस्याओं का आविर्भाव अपेक्षाकृत क्षीण और कम हानिकारक महसूस होता है, जैसे कि पीठ दर्द होना, आंखों में जलन होना, अजीर्ण, इत्यादि।

अब प्रश्न यह उठता है कि एक व्यक्ति जो सबसे ज्यादा अपने कार्य में दक्ष था, वह मात्र 35 वर्ष की उम्र में ही शारीरिक रूप से लाचार हो जाता है, क्योंकि उसे कार्यगत मानवीय क्षमता से अधिक कार्य करना पड़ा। मानव शरीर का प्रत्येक अंग किसी कार्य विशेष को करने के लिए ही बना है, लेकिन किसी भी अंग का हम सदुपयोग करने के स्थान पर उसका अति उपयोग शुरू कर देंगे या फिर उस शरीर को शारीरिक सीमाओं से अधिक उपयोग में लेंगे तो निश्चित है कि मानव रूपी मशीन ज्यादा लम्बे समय तक नहीं चल पायेगी।

विकसित देशों में इसी मानवीय सीमाओं की नाप की गई है और एक मनुष्य द्वारा किन–किन क्षेत्रों में सहनीय सीमा तक कार्य किया जा सकता है, इसका भी अध्ययन किया गया है। इसके तहत यह निर्धारित किया गया है कि बजाय मनुष्य को वातावरण में ढलने के, वातावरण को ही मनुष्य के अनुसार ढाला जाये और इसे एक वैज्ञानिक स्वरूप भी प्रदान किया गया, जिसे 'अर्गोनॉमिक्स' के रूप में जाना जाने लगा।

अर्गोनॉमिक्स में सही ढंग से सरलतापूर्वक काम करने की विधियों का वर्णन किया गया है। अर्गोनॉमिक्स मानव शरीर और उसके द्वारा किये गए कार्य के बीच का संबंध है, जो मानव ऊर्जा के कुशल उपयोग को प्रभावित करने वाले शारीरिक और

यांत्रिक सिद्धांतों का प्रतिनिधित्व करता है। कार्य करने के दौरान चोटग्रस्त और रोगग्रस्त होने की स्थितियां सदियों पुरानी हैं। प्रमाणों द्वारा यह देखा गया है कि प्राचीनकाल में भी मनुष्य अपने लिए ऐसे सही उपकरणों को विकसित करने के लिए चिंतित रहते थे जिससे अधिक दक्षता और कम से कम असुविधा के साथ कार्य किया जा सके। कार्य के दौरान मानव त्रुटि होने, चोटग्रस्त होने और बीमार पड़ने जैसी स्थितियों में मनुष्य को काम पर अनुपस्थित होना पड़ता है, जहां एक ओर उत्पादकता में कमी आती है, वहीं, जीवन की गुणवत्ता भी प्रभावित होती है। अर्गोनॉमिक्स का लक्ष्य है कि मनुष्य अपने स्वास्थ्य को बनाए रखते हुए काम करे, जिससे उत्पादकता भी बढ़े और काम भी सरलता के साथ सम्पन्न हो सके। यह मानव में कार्यरुचि को बढ़ाने पर विशेष ध्यान केंद्रित करता है। इसके अतिरिक्त, अधिकतर कार्य ऐसे होते हैं, जिनमें एक ही क्रिया बार–बार दोहरानी पड़ती है। अर्गोनॉमिक सिद्धांतों की मदद से ऐसे लम्बे समय के कार्यों के लिए विशेष वर्क–रेस्ट शेड्यूल की योजना बनाई जाती है ताकि कार्य को कार्यकर्ता के अनुकूल बनाया जा सके।

अर्गोनॉमिक्स के प्रकार

अर्गोनॉमिक्स मुख्यतया तीन प्रकार के होते हैं:

1. भौतिक अर्गोनॉमिक्स
2. संज्ञानात्मक अर्गोनॉमिक्स
3. संगठनात्मक अर्गोनॉमिक्स

भौतिक अर्गोनॉमिक्स मानव शरीर रचनाविज्ञान, मानवमिति, शारीरिक और जैवयांत्रिक विशेषताओं से संबंधित है। औद्योगिक उत्पादों की डिज़ाइन में भौतिक अर्गोनॉमिक सिद्धांतों का व्यापक रूप से उपयोग किया जाता है। संज्ञानात्मक अर्गोनॉमिक्स मानसिक प्रक्रियाओं से जुड़ा है, जैसे कि धारणा, स्मृति, तर्क, मानसिक कार्य–भार, निर्णय लेने की शक्ति, कुशल प्रदर्शन, मानवीय विश्वसनीयता, काम का तनाव। संगठनात्मक अर्गोनॉमिक्स सामाजिक–तकनीकी प्रणालियों के अनुकूलन से संबंधित है, जिसमें उनकी संगठनात्मक संरचनाएं, नीतियां और सुदृढ़ कार्य प्रणाली शामिल हैं।

अर्गोनॉमिक्स के अंतर्गत मानव के व्यवहार, उसकी क्षमताओं, सीमाओं और अन्य विशेषताओं के बारे में जानकारी दी जाती है, जिससे कार्य के लिए प्रयुक्त उपकरणों, मशीनों, प्रणालियों के साथ–साथ कार्य परिवेश को डिज़ाइन करने में मदद मिलती है। इन स्थितियों में कार्य–स्थल को उत्पादक, सुरक्षित, आरामदायक और प्रभावशाली बनाया जा सकता है।

अर्गोनॉमिक्स और अच्छी शारीरिक मुद्रा के लाभ

सामान्यतः हम कार्य के दौरान किसी प्रकार के शारीरिक कष्ट के लिए कार्यस्थलों, वहां उपलब्ध फर्नीचर और अन्य उपकरणों के साथ–साथ प्रयुक्त वाहनों को दोष देते हैं। प्रायः हम जिस चीज पर ध्यान नहीं देते वो यह है कि हम शरीर के जोड़ों के मध्य (रेंज ऑफ मोशन) क्षेत्र पर बल देते हुए कार्य नहीं करते तथा शारीरिक क्षमता से ज्यादा शक्ति प्रयोग करते हैं। यहां तक कि अर्गोनॉमिक रूप से डिज़ाइन किए गए बेहतर कार्य–स्थल का भी मूल्य सीमित रह जाता है, यदि उसका उपयोग करने वाला व्यक्ति अपने सामान्य शारीरिक मुद्रा का उल्लंघन करता है।

लगातार कई घंटों तक एक समान मुद्रा में कार्य करने पर शरीर को कई तरह की क्षति पहुंच सकती है। यदि कोई व्यक्ति कार्यस्थल पर लगातार कई घंटों तक अनुचित आसन में बैठता है, तो उसके शरीर में जोड़ों और संरचनाओं के साथ जुड़ी मांसपेशियों में तनाव पैदा होता है और वह लम्बी अवधि की स्वास्थ्य समस्या के रूप में बदल जाती है।

इसके विपरीत, आदर्श शारीरिक मुद्रा में कार्य करने के परिणामस्वरूप श्वास और रक्त परिसंचरण में सुधार आता है, हड्डियों और जोड़ों का संरेखण बना रहता है, ताकि मांसपेशियां ठीक से और कुशलता से काम करें। इससे मुलायम ऊतकों (सॉफ्ट टिश्यूज़) पर तनाव, मांसपेशियों की थकान और गर्दन व पीठ दर्द की शिकायत नगण्य हो जाती है।

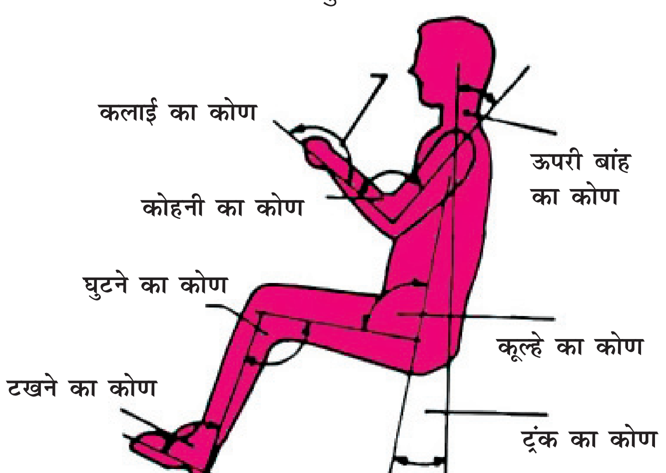
निम्नलिखित उदाहरणों से अर्गोनॉमिक्स के सुप्रभावों को समझा जा सकता है :

कंप्यूटर पर कार्य करते समय शरीर की मुद्रा

कार्यालय में बड़ी संख्या में लोग निरंतर लम्बी अवधि तक कंप्यूटर के सामने बैठने के कारण पीठ की समस्याओं से पीड़ित हैं। इसका कारण हमारे बैठने की अनुचित मुद्रा है जिससे हमारी रीढ़ पर अनावश्यक दबाव पड़ता है। कंप्यूटर पर 6–7 घंटे कार्य करने वाले व्यक्ति को इन बिंदुओं पर ध्यान देना चाहिए–जैसे की कोहनी को 90 डिग्री के कोण पर कुर्सी के हत्थे (आर्मरेस्ट) पर रखें, कुर्सी की ऊंचाई को इस तरह समायोजित करें ताकि दोनों पैर फर्श पर रहे और घुटने के पीछे की मांसपेशियों पर दबाव महसूस न हो। कंप्यूटर की स्क्रीन को आंखों के लेवल पर सेट करें और पीठ के निचले हिस्से को सहारा देने के लिए सीट को समायोजित करें।

वाहन चलाते समय शरीर की मुद्रा

आजकल अत्यंत गतिशील युग में लोग अपना अधिक समय

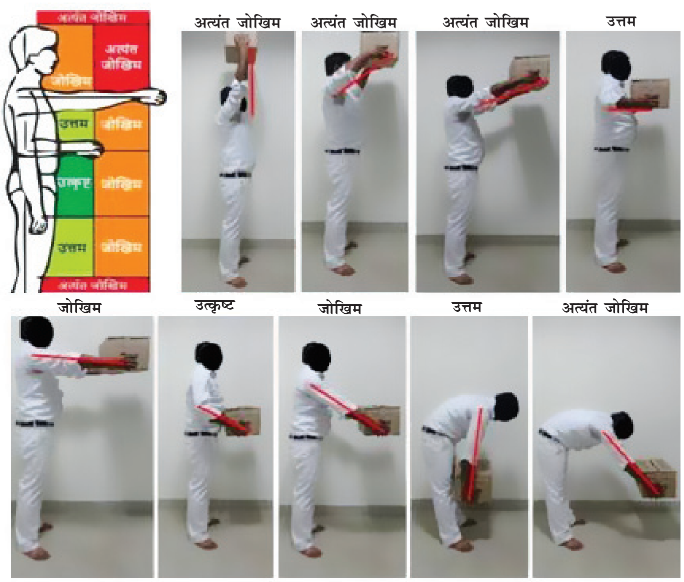


वाहन चलाते समय शरीर की मुद्रा

अपने वाहनों को चलाते हुए बिताते हैं और थकावट महसूस करते हैं। हालांकि, कई लोग इसे तुरंत महसूस नहीं करते, परंतु लम्बे समय तक वाहन चलाने पर दीर्घकालिक पेशीय व्याधि उत्पन्न हो सकती है। इस संबंध में इन बिंदुओं पर ध्यान देना चाहिए, जैसे कि अपने सिर को वाहन में लगे हेडरेस्ट पर रखकर सीधा बैठें, वाहन की सीट को 90 डिग्री के कोण पर रखें, तथा अपनी बाहों को आराम से स्टीयरिंग व्हील पर 3 बजे और 9 बजे की स्थिति में रखें।

वजन उठाने की तकनीक

अनुपयुक्त तरीके से वस्तुओं को उठाते समय चोट लगने (अधिकतर पीठ की चोट) की आशंका रहती है। किसी भी वस्तु को उठाते समय पहले अपनी पीठ के निचले हिस्से को सीधा रखें, घुटने को मोड़ें, और अपने शरीर के वजन से अधिक भार की वस्तु नहीं उठायें। वस्तु चाहे भारी हो या हल्की, उसे उठाने में हमेशा इसी पद्धति का पालन करना चाहिए। यदि, आप कमर से झुकते हैं, तो अपने मेरुदण्ड को स्थाई रूप से चोट पहुंचा रहे हैं।



वजन उठाते समय शरीर की मुद्रा

दैनिक जीवन के लिए कुछ विशेष सुझाव

अर्गोनॉमिक्स न केवल उद्योगों तथा श्रमिकों के लिए उपयोगी होता है, बल्कि यह दैनिक दिनचर्या में भी बेहद उपयोगी है। अर्गोनॉमिक्स, कुशल उपकरण विकसित करने के अतिरिक्त, दैनंदिन कार्य–शैली में आदर्श मुद्रा, आदतों में थोड़े बदलाव का सहज उपाय देता है। इससे मानवीय दक्षता को बल मिलेगा तथा जीवन आरामदायक व स्वस्थ रहेगा।

उदाहरण के तौर पर प्रायः हम अपने बटुए को अपनी पीछे की जेब में रखते है। यह स्थिति हमारे शरीर के संतुलन और मुद्रा को प्रभावित करती है। बटुए को पीछे की जेब में रखने से बैठने के लिए सतह असमान हो जाती है, जो पीठ दर्द होने का एक मुख्य कारण हो सकता है। इसी तरह, ऊंची एड़ी के जूते पहनना फैशन हो गया है। परन्तु ऐसे जूते ऑस्टियो आर्थराइटिस होने का एक कारण हैं। लंबी अवधि तक ऊंची एड़ी के जूते पहनने से रीढ़ की हड्डियों की अप्राकृतिक मुद्रा बन जाती है, जिससे लंबे समय तक शारीरिक दर्द और शिथिलता की स्थितियां उत्पन्न हो सकती हैं (यह अध्ययन आईसीएमआर–राष्ट्रीय व्यावसायिक स्वास्थ्य संस्थान, अहमदाबाद में किया जा चुका है)। लगातार मोबाइल फोन, लैप–टॉप या टैबलेट पर कार्य करना भी व्यक्ति की प्राकृतिक मुद्रा को प्रभावित करता है। अपने शरीर की बेहतर देखभाल करने के लिए इन यंत्रों के उपयोग को सीमित करना चाहिए, विशेषतया लेटे हुए एवं अंधेरे में इनका उपयोग बिलकुल नहीं करना चाहिए।

आजकल, दैनंदिन जीवन में कई उत्पाद अर्गोनॉमिक दृष्टिकोण से अनुकूल (*अर्गोनॉमिकली डिज़ाइन्ड*) टैग के साथ उपलब्ध हैं, जैसे कि हेलमेट, कुर्सियां, माउस, मोबाइल फोन इत्यादि। इन उपकरणों की डिज़ाइन मानव शरीर से सम्बंधित विभिन्न मापों तथा क्षमता के आधार पर बनायी जाती है, ताकि मानव उत्पादकता बढ़े, थकान घटे और अनुशंसित सुरक्षा स्तर सुनिश्चित रहे। वर्तमान में अर्गोनॉमिक्स के अंतर्गत आधुनिकतम मशीनों और मानव के बीच अनुकूलतम स्थितियों की व्याख्या की जा रही है, जिनमें प्रमुख है निर्णय क्षमता, मानव–कम्प्यूटर संबंध तथा संस्थागत पारदर्शक प्रबंधन।

विकास की इसी धारा में, कभी यह भी सोचा गया कि यदि स्वचालित प्रणाली के प्रबंधन में मानव विचार शामिल नहीं है, तो अर्गोनॉमिक्स के क्षेत्र में अध्ययन और अनुसंधान की क्या जरूरत है? परंतु, हमें याद रखना चाहिए कि सभी स्वचालित प्रणालियों को स्थापित करने, उनकी प्रोग्रामिंग या रीप्रोग्रामिंग करने और उन्हें बनाए रखने के लिए मानव की आवश्यकता होती है।

संक्षेप में यह कहा जा सकता है कि अर्गोनॉमिक्स एक ऐसा विज्ञान है जिसके द्वारा मनुष्य के स्वास्थ्य तथा शारीरिक क्षमता के बारे में गहराई से सोचा जा सकता है और उसे अधिकतम आरामदायक स्थिति में लाने का प्रयास किया जा सकता है। परंतु, विडम्बना यह है की आज मानव ने उत्पादन को अपना मुख्य ध्येय बना लिया है। उत्पादन और स्वास्थ्य में समन्वय बनाये रखने के लिए अर्गोनॉमिक्स हमारी सहायता कर सकता है बशर्ते हम इसके महत्त्व और उपयोग को पहचानें और उसी के अनुरूप अपने कार्य को संचालित करें।

यह आलेख अहमदाबाद स्थित आई सी एम आर–राष्ट्रीय व्यावसायिक स्वास्थ्य संस्थान के वैज्ञानिक 'सी' डॉ जे. मजुमदार और तकनीकी अधिकारी श्री संजय कोटडिया से प्राप्त हुआ है।

आई सी एम आर का शक्ति अभियान

भारतीय आयुर्विज्ञान अनुसंधान परिषद (आई सी एम आर) द्वारा राष्ट्रीय गांधी संग्रहालय, नई दिल्ली और शिक्षा निदेशालय, दिल्ली सरकार के सहयोग में 'मिशन शक्ति' का शुभारम्भ किया गया। SHAKTI अर्थात *स्कूल बेस्ड हेल्थ अवेयरनेस नॉलेज टेस्ट ऐण्ड ट्रेनिंग इनीशिएटिव* विद्यालय आधारित स्वास्थ्य जागरूकता, ज्ञान परीक्षण तथा प्रशिक्षण से संबंधित कार्यक्रम है। मिशन शक्ति महात्मा गांधी की 150वीं वर्षगांठ के संस्मरण में तथा महात्मा गांधी को एक स्वास्थ्य मार्गदर्शक के रूप में स्थापित करने के लिए आई सी एम आर द्वारा स्कूली बच्चों में स्वास्थ्य जागरूकता फैलाने का एक प्रयास है।

उत्तम स्वास्थ्य पर गांधी जी द्वारा अपनाए गए सदगुण और दर्शन, जिनका उन्होंने उपदेश दिया और स्वयं अभ्यास किया, आज के समय में भी प्रासंगिक हैं। इस दर्शन को जीवन्त रखने के लिए, आई सी एम आर के वैज्ञानिक और अधिकारी स्कूली बच्चों के साथ सक्रिय रूप से पारस्परिक चर्चा करने हेतु विद्यालयों का दौरा कर रहे हैं जिससे उत्तम स्वास्थ्य के लिए इन मूल्यों के संबंध में उन्हें जागरूक बनाया जा सके। इस कार्यक्रम में दिल्ली के कुल 36 विद्यालय भाग लें रहे हैं। विद्यालयों में दौरे के दौरान छात्र–छात्राओं को एक व्याख्यान, गांधी एवं स्वास्थ्य पर एनीमेशन फिल्म तथा स्वास्थ्य पर महात्मा गांधी के दर्शन पर आयोजित प्रश्नोत्तरी कार्यक्रम के माध्यम से जानकारी प्रदान की जा रही है जिससे स्कूली बच्चों में जागरूकता फैलाई जा सके। इस अभियान की शुरुआत दिनांक 5 जुलाई, 2019 को दिलशाद गार्डेन, दिल्ली स्थित बालिका उच्चतर माध्यमिक विद्यालय और अर्वाचीन अंतर्राष्ट्रीय विद्यालय में की गई।

इस कार्यक्रम की शुरुआत में डॉ रजनी कान्त, वैज्ञानिक 'जी' एवं निदेशक, आई सी एम आर–क्षेत्रीय आयुर्विज्ञान अनुसंधान केन्द्र, गोरखपुर, जो इस परियोजना के समन्वयक हैं, ने स्कूली बच्चों को सम्बोधित करते हुए कहा कि "स्वास्थ्य जीवन का एक अत्यन्त महत्वपूर्ण पहलू है। जीवन–शैली से जुड़े रोगों में वृद्धि होते आज के युग में उत्तम स्वास्थ्य के लिए स्कूली जीवन से ही गांधी जी के मूल मंत्रों के पालन और अनुसरण से ही दीर्घ काल तक स्वस्थ जीवन व्यतीत किया जा सकेगा। वास्तव में मलेरिया, डेंगी जैसे संचारी रोगों की रोकथाम के लिए गांधी जी द्वारा सिखाया गया सफाई का पाठ सभी समय के लिए प्रासंगिक है"। डॉ रजनी कान्त ने गांधी जी के जीवन से जुड़ी घटनाओं का वर्णन करते हुए बच्चों को स्वस्थ शरीर, स्वस्थ मस्तिष्क और स्वस्थ परिवेश के लिए सर्वोत्तम उपायों को अपनाने का पाठ पढ़ाया।

इस अवसर पर आई सी एम आर के वैज्ञानिक एवं इस कार्यक्रम के संयोजक डॉ कल्याण कुमार गांगुली ने कहा कि

विद्यार्थीगण

'मिशन शक्ति' के विविध कार्यक्रमों में विद्यार्थियों की भागीदारी।

'मिशन शक्ति' दल के आई सी एम आर, राष्ट्रीय गांधी संग्रहालय तथा शिक्षा निदेशालय, दिल्ली के अधिकारीगण।

"स्वास्थ्य के प्रति गांधी जी के दर्शन के अनुरूप स्कूली बच्चों में सामाजिक और व्यवहारात्मक परिवर्तनों के परिणामस्वरूप समाज में बहुत बड़े परिवर्तन लाए जा सकते हैं, जैसा कि बच्चे राष्ट्र का भविष्य होते हैं"।

इस अवसर पर दिल्ली सरकार के क्रीड़ा (शिक्षा) विभाग की सहायक निदेशक डॉ रूमी जोहरी भी उपस्थित थीं। विद्यालय के अधिकारियों के साथ–साथ स्कूली बच्चों ने इस कार्यक्रम में सक्रिय रूप से भाग लिया।

इस माह के दौरान 'मिशन शक्ति' कार्यक्रम नई दिल्ली स्थित निम्नलिखित विद्यालयों में आयोजित किया गया, तथा आगामी माह के कार्यक्रम की सूची भी सम्मिलित है।

क्र. स.	विद्यालय का नाम	दिनांक
उत्तर क्षेत्र		
1.	राजकीय कन्या उच्चतर माध्यमिक विद्यालय, मोती राम स्मारक, दिलशाद गार्डेन, दिल्ली	5 जुलाई, 2019
2.	अर्वाचीन अंतर्राष्ट्रीय विद्यालय, दिलशाद गार्डेन, दिल्ली	5 जुलाई, 2019
3.	वीरेन्द्र पब्लिक स्कूल, तिमारपुर, दिल्ली	8 जुलाई, 2019
4.	संत निरंकारी राजकीय कन्या उच्चतर माध्यमिक विद्यालय, निरंकारी कॉलोनी, दिल्ली	8 जुलाई, 2019
5.	एस के वी स्कूल, खेड़ा खुर्द, दिल्ली	9 जुलाई, 2019
पश्चिम क्षेत्र		
6.	डी ए वी सेंटेनरी पब्लिक स्कूल, नरेला, दिल्ली	9 जुलाई, 2019
7.	सर्वोदय सहशिक्षा विद्यालय, हरी नगर, दिल्ली	11 जुलाई, 2019
8.	आंध्र एजूकेशन सोसायटी सी. से. स्कूल, जनक पुरी, दिल्ली	11 जुलाई, 2019
9.	ले. क. मेहर लिटिल एंजेल उ. मा. विद्यालय, पश्चिम विहार, दिल्ली	12 जुलाई, 2019
10.	राजकीय सहशिक्षा उ. मा. विद्यालय, पश्चिम विहार, दिल्ली	12 जुलाई, 2019
11.	रामजस उ. मा. विद्यालय, आनन्द पर्वत, दिल्ली	15 जुलाई, 2019
12.	स्वामी शिवानन्द स्मारक उ. मा. विद्यालय, पंजाबी बाग, दिल्ली	15 जुलाई, 2019
दक्षिण क्षेत्र		
13.	राजकीय बाल उ. मा. विद्यालय, डॉ अम्बेडकर नगर, दिल्ली	16 जुलाई, 2019
14.	आंध्र एजूकेशन सोसायटी, डॉ के. रमेश बाबू स्मारक विद्यालय, पुष्प विहार, नई दिल्ली	16 जुलाई, 2019
15.	आर्मी पब्लिक स्कूल, दिल्ली कैंट, दिल्ली	18 जुलाई, 2019
उत्तर क्षेत्र		
16.	सर्वोदय बाल विद्यालय, मोरी गेट, दिल्ली	19 जुलाई, 2019
17.	बटलर स्मारक उ. मा. विद्यालय, बुलेवार्ड रोड, दिल्ली	19 जुलाई, 2019
मध्य क्षेत्र		
18.	स्वामी दयानन्द सर्वोदय कन्या विद्यालय, राजेन्द्र नगर, दिल्ली	22 जुलाई, 2019

19.	सेंट थॉमस कन्या उ. मा. विद्यालय, मन्दिर मार्ग, नई दिल्ली	22 जुलाई, 2019
उत्तर–पश्चिम क्षेत्र		
20.	शहीद कैप्टन संजीव दहिया सर्वोदय विद्यालय, रोहिणी, दिल्ली	23 जुलाई, 2019
21.	बाल भारती पब्लिक स्कूल, पीतम पुरा, दिल्ली	23 जुलाई, 2019
दक्षिण–पश्चिम क्षेत्र		
22.	राजकीय सर्वोदय सह–शिक्षा उ. मा. विद्यालय, राम कृष्ण पुरम, नई दिल्ली	25 जुलाई, 2019
23.	विधान चन्द्र विद्यालय, मोती बाग, नई दिल्ली	25 जुलाई, 2019
दक्षिण–पूर्व क्षेत्र		
24.	सर्वोदय विद्यालय, अली गंज, नई दिल्ली	26 जुलाई, 2019
25.	एयर फोर्स बाल भारती स्कूल, नई दिल्ली	26 जुलाई, 2019
दक्षिण–पश्चिम क्षेत्र		
26.	राजकीय सह–शिक्षा उ. मा. विद्यालय, द्वारका, नई दिल्ली	29 जुलाई, 2019
27.	राजकीय बाल उ. मा. विद्यालय, सागरपुर, दिल्ली	29 जुलाई, 2019
पूर्वी क्षेत्र		
28.	भाई परमानन्द विद्या मन्दिर, सूर्य निकेतन, दिल्ली	30 जुलाई, 2019
29.	केरल एजुकेशन सोसायटी उ. मा. विद्यालय, मयूर विहार, फेज–3, दिल्ली	30 जुलाई, 2019
30.	सर्वोदय कन्या विद्यालय, पश्चिम विनोद नगर, दिल्ली	01 अगस्त, 2019
उत्तर–पूर्व क्षेत्र		
31.	सर्वोदय कन्या विद्यालय नं. 1, यमुना विहार, दिल्ली	01 अगस्त, 2019
दक्षिण क्षेत्र		
32.	जनरल राज्स स्कूल, हौज़ खास, नई दिल्ली	02 अगस्त, 2019
मध्य क्षेत्र		
33.	विद्या भवन महाविद्यालय उ. मा. विद्यालय, लोधी एस्टेट, नई दिल्ली	02 अगस्त, 2019
दक्षिण–पश्चिम क्षेत्र		
34.	राव मोहर सिंह पब्लिक स्कूल, रोशन पुरा, नज़फगढ़, दिल्ली	05 अगस्त, 2019
उत्तर–पश्चिम क्षेत्र		
35.	गीता उ. मा. विद्यालय, सुल्तानपुरी, दिल्ली	06 अगस्त, 2019
दक्षिण–पूर्व क्षेत्र		
36.	चन्द्र आर्य विद्या मन्दिर उ. मा. विद्यालय, ईस्ट ऑफ कैलाश, नई दिल्ली	08 अगस्त, 2019

'डेस्टीनेशन उत्तराखण्ड 2019' प्रदर्शनी में आई सी एम आर की भागीदारी

भारतीय आयुर्विज्ञान अनुसंधान परिषद (आई सी एम आर) ने दिनांक 18–20 जुलाई, 2019 के दौरान "लक्ष्य उत्तराखण्ड 2019" शीर्षक से आयोजित एक तीन–दिवसीय प्रदर्शनी में भाग लिया। आई सी एम आर ने पोस्टर्स के माध्यम से अपनी शोध गतिविधियों और उपलब्धियों को प्रदर्शित किया। उत्तराखण्ड सरकार के उत्तराखण्ड राज्य विज्ञान तथा प्रौद्योगिकी परिषद के महानिदेशक

विद्यार्थीगण

डॉ राजेन्द्र डोभाल ने इस प्रदर्शनी का उद्‌घाटन किया। मुख्य अतिथि डॉ डोभाल आई सी एम आर पैवीलियन में भी पधारे जहां आई सी एम आर के प्रतिनिधि ने उनका स्वागत करते हुए आई सी एम आर की प्रमुख गतिविधियों और उपलब्धियों से अवगत कराया। देहरादून के स्थानीय केन्द्रीय एवं पब्लिक विद्यालयों के बड़ी संख्या में विद्यार्थीगण आई सी एम आर स्टाल में आकर स्वास्थ्य के विविध पहलुओं यथा–अल्परक्तता (एनीमिया), सामान्य विषाक्तता, वायु एवं ध्वनि प्रदूषण से स्वास्थ्य पर पड़ने वाले प्रभावों, आदि के संबंध में जानकारी प्राप्त की। आई सी एम आर स्टाल में पधारे छात्र–छात्राओं ने प्रश्नोत्तरी कार्यक्रम में भी बढ़–चढ़ कर हिस्सा लिया, जिनमें विजेताओं को पुरस्कार प्रदान किए गए। दिनांक 20 जुलाई, 2019 को सम्पन्न समारोह के अवसर पर देहरादून स्थित भारतीय पेट्रोलियम के कार्यकारी निदेशक द्वारा आई सी एम आर स्टाल को स्वास्थ्य जागरूकता हेतु 'सर्वोत्तम स्टाल' के रूप में पुरस्कृत किया गया।

आई सी एम आर स्टाल में पधारे विद्यार्थीगण।

आई सी एम आर स्टाल पुरस्कृत।

भारतीय आयुर्विज्ञान अनुसंधान परिषद के समाचार

भारतीय आयुर्विज्ञान अनुसंधान परिषद के विभिन्न तकनीकी/दलों/तकनीकी समितियों की नई दिल्ली में सम्पन्न बैठकें:

प्रोजेस्टेरॉन–रिलीज़िंग वेजाइल रिंग (PVR) पर बैठक	2 जुलाई, 2019
मेडिसिन पर राष्ट्रीय संचालन समिति की बैठक	2 एवं 10 जुलाई, 2019
राष्ट्रीय स्वास्थ्य प्राधिकरण (NHA) के साथ स्टैण्डर्ड ट्रीटमेंट वर्क फ्लो (STW) हेतु विशेषज्ञ समूह की बैठक	2 एवं 5 जुलाई, 2019
पित्ताशय के कैंसर पर टास्क फोर्स अध्ययन पर विशेषज्ञ समूह की बैठक	3 जुलाई, 2019
PVR अध्ययन पर डाटा सेफ्टी मॉनीटरिंग बोर्ड (DSMB) और परियोजना सलाहकार पुनरीक्षण समिति (PARC) की फॉलो अप बैठक	4 जुलाई, 2019
नेशनल एपेक्स कमीटी फॉर स्टेम सेल रिसर्च ऐण्ड थिरैपी (NAC-SCRT) की उपसमिति की बैठक	5 जुलाई, 2019
सीसीटी पर आई सी एम आर विशेषज्ञ समिति की बैठक	5 जुलाई, 2019
भारत में महिलाओं के स्वास्थ्य अनुसंधान के एजेण्डा पर बैठक	8 जुलाई, 2019
एंटीमाइक्रोबियल प्रतिरोध (AMR) के वार्षिक प्रतिवेदन पर परियोजना पुनरीक्षण समिति की बैठक	9 जुलाई, 2019
ई सी डी प्रभाग के अन्तर्गत आई सी एम आर–फार्मा परामर्श पर बैठक	9 जुलाई, 2019
जराविद्या (जीरियाट्रिक्स) के क्षेत्र में विशेषज्ञ समूह की बैठक	10 जुलाई, 2019
वैश्विक रोग भार पर बैठक	10 जुलाई, 2019
राष्ट्रीय मानसिक स्वास्थ्य एवं तंत्रिकाविज्ञान संस्थान, बेंगलुरू स्थित उन्नत अनुसंधान एवं उत्कृष्ट केन्द्र पर वैज्ञानिक सलाहकार समिति की बैठक	10 जुलाई, 2019
तीव्र मस्तिष्कशोथ संलक्षण (AES) पर बैठक	10 जुलाई, 2019
आई सी एम आर–बी आई आर ए सी सलाहकार समिति की बैठक	10 जुलाई, 2019
आर्टीफीसियल इंटेलीजेंस टूल्स के संबंध में प्लाज़्मा शोध संस्थान पर बैठक	11 जुलाई, 2019
राष्ट्रीय परिवार स्वास्थ्य सर्वेक्षण (NFHS) पर बैठक	11 जुलाई, 2019
भारतीय स्ट्रोक क्लीनिकल/अनुसंधान नेटवर्क पर टास्क फोर्स समूह की बैठक	11 जुलाई, 2019
निपाह विषाणु पर चर्चा बैठक	12 जुलाई, 2019
भारतीय कैंसर अनुसंधान कंशोर्शियम (ICRC) के तकनीकी सलाहकार समूह की प्रथम बैठक	12 जुलाई, 2019
यू एन जनरल एसेम्बली की उच्च स्तरीय बैठक में साइड इवेंट पर चर्चा करने हेतु बैठक	16 जुलाई, 2019
मौलिक आयुर्विज्ञान (बी एम एस) प्रभाग की संचालन राष्ट्रीय समिति की बैठक	16 जुलाई, 2019
विटामिन ए पर टास्क फोर्स अध्ययन की बैठक	16 जुलाई, 2019
फार्मास्युटिकल उद्योग के भारतीय आयुर्विज्ञान अनुसंधान परिषद की राष्ट्रीय परामर्शक बैठक	17 जुलाई, 2019
इण्डो जर्मन परियोजना की परियोजना पुनरीक्षण समिति की बैठक	18 जुलाई, 2019

ज़ीका विषाणु पर बैठक	18 जुलाई, 2019
बिहार में तीव्र मस्तिष्कशोथ संलक्षण (ए ई एस) पर उच्च अधिकार प्राप्त राष्ट्रीय परामर्शक बैठक	19 जुलाई, 2019
सी सी टी (सशर्त कैश हस्तांतरण) पर आई सी एम आर विशेषज्ञ समिति की बैठक	19 जुलाई, 2019
टी बी वैक्सीन परीक्षण पर चर्चा बैठक	19 जुलाई, 2019
टी बी निदान और एक साधन पर चर्चा हेतु प्लाज़्मा अनुसंधान संस्थान के साथ बैठक	22 जुलाई, 2019
अल्पायु में शुरुआत हुए मधुमेह ग्रस्त लोगों का पंजीकरण–द्वितीय प्रावस्था	22 जुलाई, 2019
औषधियों के विवेकपूर्ण प्रयोग पर टास्क फोर्स अध्ययन के प्रमुख अनुसंधानकर्ताओं के साथ तकनीकी सलाहकार समूह की बैठक	22–23 जुलाई, 2019
प्लाज़्मोडियम वाइवैक्स की जैविकी पर चर्चा बैठक	22 जुलाई, 2019
ज़ीका वैक्सीन–फेज़ 2 चिकित्सीय परीक्षण प्रोटोकॉल की समीक्षा हेतु विशेषज्ञ समूह की बैठक	23 जुलाई, 2019
MD/ MS/DM/Mch/MDS थीसिस के लिए वित्तीय सहायता हेतु चयन समिति की बैठक	23 जुलाई, 2019
औषधीय पादप प्रभाग की तकनीकी विशेषज्ञ समिति की बैठक	23 जुलाई, 2019
क्षयरोग पर वित्तीय सहायता के अन्तर्गत अनुसंधान परियोजनाओं की समीक्षा बैठक	25 जुलाई, 2019
आई सी एम आर–पोस्ट डॉक्टरल फेलोशिप (20वां बैच) की चयन समिति की बैठक	25 जुलाई, 2019
मौलिक आयुर्विज्ञान प्रभाग के अन्तर्गत विशेषज्ञ समूह की बैठक	25 जुलाई, 2019

राष्ट्रीय एवं अंतर्राष्ट्रीय वैज्ञानिक गतिविधियों में भारतीय आयुर्विज्ञान अनुसंधान परिषद के वैज्ञानिकों की भागीदारी

मुम्बई स्थित आई सी एम आर–राष्ट्रीय प्रतिरक्षारुधिरविज्ञान संस्थान की वैज्ञानिक 'एफ' डॉ (श्रीमती) शेट्टी ने मेलबोर्न, आस्ट्रेलिया में अंतर्राष्ट्रीय थ्रॉम्बोसिस एवं हीमोस्टेसिस संस्था की 27वीं कांग्रेस में भाग लिया (5–10 जुलाई, 2019)।

कोलकाता स्थित आई सी एम आर–राष्ट्रीय हैज़ा तथा आंत्ररोग संस्थान के वैज्ञानिक 'एफ', डॉ नबेन्दु शेखर चटर्जी ने ग्लासगो, स्कॉटलैण्ड में 8वीं यूरोपीय सूक्ष्मजीवविज्ञानी कांग्रेस (FEMS 2019) में भाग लिया (7–11 जुलाई, 2019)।

हैदराबाद स्थित आई सी एम आर–राष्ट्रीय पोषण संस्थान के वैज्ञानिक 'ई' डॉ जी. एन. सुब्बाराव ने मैड्रिड, स्पेन में ''अंतर्राष्ट्रीय मीडिया एवं संचार अनुसंधान संस्था (IA MCR) 2019'' सम्मेलन में भाग लिया (7–11 जुलाई, 2019)।

नई दिल्ली स्थित भारतीय आयुर्विज्ञान अनुसंधान परिषद मुख्यालय में वैज्ञानिक 'डी' डॉ स्तुति शरद भार्गव ने गोयांग, दक्षिण कोरिया में ''कैंसर पंजीकरण : सिद्धांत और विधियों'' पर IARC (डब्ल्यू एच ओ) *कोरियन नेशनल कैंसर सेंटर ग्रेजुएट स्कूल ऑफ कैंसर साइंस* और *पॉलिसी* समर स्कूल में भाग लिया (8–12 जुलाई, 2019)।

चेन्नई स्थित आई सी एम आर–राष्ट्रीय यक्ष्मा अनुसंधान संस्थान के वैज्ञानिक 'जी' एवं प्रभारी निदेशक डॉ एस. पी. त्रिपाठी ने जोहनसबर्ग, दक्षिण अफ्रीका में "प्रशिक्षकों के 3 HP प्रशिक्षण की कार्यशाला" में एक प्रमुख अनुसंधानकर्ता के रूप में भाग लिया (10–13 जुलाई, 2019)।

जबलपुर स्थित आई सी एम आर–राष्ट्रीय जनजाति स्वास्थ्य अनुसंधान संस्थान के वैज्ञानिक 'ई' डॉ ए. के. मिश्रा ने नैरोबी, केन्या में सम्पन्न ''अंतर्राष्ट्रीय उत्कृष्ट मलेरिया अनुसंधान केन्द्र की वार्षिक बैठक 2019'' में भाग लिया (23–26 जुलाई, 2019)।

चेन्नई स्थित राष्ट्रीय यक्ष्मा अनुसंधान संस्थान के वैज्ञानिक 'सी' डॉ एस. शिवकुमार ने डिली, तिमोर लेसे में राष्ट्रीय औषध प्रतिरोध (DRS) के पर्यवेक्षण और सहयोग हेतु राष्ट्रीय क्षयरोग

कार्यक्रम (NTP) तथा *नेशनल ट्युबकुलोसिस रेफरेंस लेबोरेटरी* (NTRC) में एक तकनीकी विशेषज्ञ के रूप में भाग लिया (28 जुलाई से 9 अगस्त, 2019)।

पुणे स्थित आई सी एम आर–राष्ट्रीय विषाणुविज्ञान संस्थान के वैज्ञानिक 'जी' डॉ अतान बसु ने जेनेवा, स्विट्ज़रलैण्ड में UN BWC बैठक 2019 में विशेषज्ञ के रूप में भाग लिया (29 जुलाई से 8 अगस्त, 2019)।

भारतीय आयुर्विज्ञान अनुसंधान परिषद के कुछ प्रकाशन

	प्रकाशन	मूल्य (रु.)
1	इंडियन फूड कम्पोज़ीशन टेबल्स (2017) लेखक : टी. लोग्वाह आर अनन्तन, के भास्करचारी एवं के. वैंकैया	350.00
2	लो कॉस्ट न्युट्रीशियस सप्लीमेंट्स लेखक : सी. गोपालन, बी. वी. रामशास्त्री, एस.सी. बालसुब्रामणियन, एम.सी. स्वामीनाथन (द्वितीय संस्करण 1975, पुनर्मुद्रण –2011–2004)	15.00
3	मेन्यूस फॉर लो कास्ट बैलेन्स्ड डाइट्स ऐण्ड स्कूल लंच प्रोग्रेम्स (सुटेबल फॉर नार्थ इंडिया) लेखक : एस. जी. श्रीकंटिया, सी. जी. पंडित (द्वितीय संस्करण 1977, पुनर्मुद्रण 2014)	15.00
4	मेन्यूस फॉर लो कास्ट बैलेन्स्ड डाइट्स ऐण्ड स्कूल लंच प्रोग्रेम्स (सुटेबल फॉर साउथ इंडिया) लेखक : एम. मोहन राम, सी. गोपालन (चतुर्थ संस्करण 1996, पुनर्मुद्रण 2002)	8.00
5	सम कॉमन इंडियन रेसिपीज़ ऐण्ड देयर न्युट्रीटिव वैल्यू लेखक : स्वर्ण पसरीचा एवं एल. एम. रिबेलो (चतुर्थ संस्करण 1977, पुनर्मुद्रण 2011, 2015)	50.00
6	न्युट्रीशन फॉर मदर ऐण्ड चाइल्ड लेखक : पी. एस. वेंकटाचलम् तथा एल. एम. रिबेलो (पंचम संस्करण 2002, पुनर्मुद्रण 2004, 2011)	35.00
7	सम थिरैप्यूटिक डाइट्स लेखक : स्वर्ण पसरीचा (पंचम संस्करण 1996, पुनर्मुद्रण 2009, 2011)	15.00
8	न्युट्रिएन्ट रिक्वायरमेण्ट्स ऐण्ड रिकमेंडेड डाइटरी अलाउंसेज़ फॉर इंडियन लेखक : बी. एस. नरसिंगा राव. बी. शिवकुमार (प्रथम संस्करण 1990, पुनर्मुद्रण 2008, 2010)	100.00
9	फ्रूट्स लेखक : इंदिरा गोपालन तथा एम. मोहनराम (द्वितीय संस्करण 1996, पुनर्मुद्रण–2004, 2011)	35.00
10	काउंट व्हाट यू ईट लेखक : स्वर्ण पसरीचा (1989, पुनर्मुद्रण 2004, 2010)	40.00

11	डाइट ऐण्ड डायबिटीज़ लेखक : टी. सी. रघुराम, स्वर्ण पसरीचा तथा आर. डी. शर्मा (तृतीय संस्करण 2012)	50.00
12	डाइट ऐण्ड हार्ट डिसीज़ लेखक : गफूरुन्निसा तथा कमला कृष्णास्वामी (प्रथम संस्करण 1994, पुनर्मुद्रण 2007, 2014)	35.00
13	डाइटरी टिप्स फॉर दि एल्डरली लेखक : स्वर्ण पसरीचा तथा बी.वी.एस. थिमायम्मा (प्रथम संस्करण 1992, पुनर्मुद्रण 2005, 2014)	15.00
14	डाइटरी गाइडलाइन्स फॉर इंडियंस–ए मैनुअल लेखक : कमला कृष्णास्वामी, बी. सेसीकरण (द्वितीय संस्करण 2011)	110.00
15	डाइटरी गाइडलाइन्स फॉर इंडियंस लेखक : कमला कृष्णास्वामी, बी. सेसीकरण (प्रथम संस्करण 1998, पुनर्मुद्रण 1999, 2009)	15.00
16	ए मैनुअल ऑफ लेबोरेटरी टेकनीक्स लेखक : एन. रघुरामुलु, के. माधवन नायर तथा एस. कल्याणसुन्दरम् (द्वितीय संस्करण 2003)	110.00
17	फल राष्ट्रीय पोषण संस्थान, हैदराबाद द्वारा प्रकाशित 'फ्रूट्स' का हिन्दी रूपान्तरण अनुवाद : अंजू शर्मा एवं कृष्णानन्द पाण्डेय (प्रथम संस्करण 1997, पुनर्मुद्रण 2001, 2012)	25.00
18	भारतीयों के लिए आहार संबंधी मार्गदर्शिका (प्रथम संस्करण 1998, पुनर्मुद्रण 1999, 2001, 2012)	10.00
19	अपने आहार को जानें राष्ट्रीय पोषण संस्थान, हैदराबाद द्वारा प्रकाशित "काउंट ह्वाट यू ईट" का हिन्दी रूपान्तरण अनुवाद : कृष्णानन्द पाण्डेय (प्रथम संस्करण 1997, पुनर्मुद्रण 2012)	35.00
20	क्लीनिकल मैनुअल फॉर इनबॉर्न एरर्स ऑफ मेटाबॉलिज्म (2008) लेखक : वीना कालरा, मधूलिका काबरा, सीमा कपूर	250.00
21	भारतीयों के लिए आहार संदर्शिका–एक नियमावली राष्ट्रीय पोषण संस्थान, हैदराबाद द्वारा प्रकाशित *'डाइटरी गाइडलाइंस फॉर इंडियंस–अ मैनुअल'* का हिन्दी भाषा में रूपान्तरण अनुवाद : मनीष मोहन गोरे प्रथम संस्करण–2014	110.00
22	आहार और हृदय रोग राष्ट्रीय पोषण संस्थान, हैदराबाद द्वारा प्रकाशित *'डाइट ऐण्ड हार्ट डिजीज़'* का हिन्दी भाषा में रूपान्तरण अनुवाद : कृष्णानन्द पाण्डेय (प्रथम संस्करण–2015)	35.00

23	डेंगू एवं चिकुनगुनिया – रोग प्रसार एवं रोकथाम (2015) संपादक : प्रो. विनोद प्रकाश शर्मा	500.00
24	खाद्योभाश ओ मधुमेह राष्ट्रीय पोषण संस्थान, हैदराबाद द्वारा प्रकाशित *'डाइट ऐण्ड डायबिटीज़'* पुस्तक का बांग्ला भाषा में रूपान्तरण अनुवाद : श्रीमती श्रिनवंती डे (प्रथम संस्करण–2015)	50.00
25	भारतीयन का पैन आहार नियमावली–एक पुस्तिका राष्ट्रीय पोषण संस्थान, हैदराबाद द्वारा प्रकाशित 'डाइटरी गाइडलाइंस फॉर इंडियंस–अ मैनुअल' का उड़िया भाषा में रूपान्तरण अनुवाद : श्रीमती बिलासिनी मोहन्ती प्रथम संस्करण–2016	110.00
26	भारतीय खाद्य पदार्थों के पोषण मान राष्ट्रीय पोषण संस्थान, हैदराबाद द्वारा प्रकाशित न्युट्रीटिव वैल्यू ऑफ इंडियन फूड्स का हिन्दी रूपान्तरण अनुवाद : मनीष मोहन गोरे प्रथम संस्करण–2016	75.00
27	एथिकल गाइडलाइन्स फॉर बायोमेडिकल ऐण्ड हेल्थ रिसर्च इनवॉल्विंग ह्युमन पार्टीसिपेंट्स लेखक : एन.के. गांगुली, गीता जोतवानी, रोली माथुर एम.एस. वैलियाथन (2017)	250.00

आई सी एम आर के प्रकाशनों की सूची इसकी वेबसाइट www.icmr.nic.in पर उपलब्ध है। आई सी एम आर के प्रकाशन प्राप्त करने के लिए महानिदेशक, भारतीय आयुर्विज्ञान अनुसंधान परिषद के नाम से बैंक ड्राफ्ट अथवा पोस्टल ऑर्डर भेजें। डाक व्यय अलग होगा। चेक अथवा मनीऑर्डर स्वीकार नहीं किए जाएंगे। इस संबंध में और अधिक जानकारी के लिए प्रमुख, प्रकाशन एवं सूचना प्रभाग, भारतीय आयुर्विज्ञान अनुसंधान परिषद, पोस्ट बॉक्स 4911, अंसारी नगर, नई दिल्ली - 110029 से सम्पर्क करें।

दूरभाष : 91-11-26588895, 91-11-26588980, 91-11-26589794, 91-11-26589336, 91-11-26588707, (एक्स्टेंशन-228),
फैक्स -91-11-26588662 ई मेल : headquarters@icmr.org.in, icmrhqds@sansad.nic.in
सम्पर्क व्यक्ति : डॉ नीरज टण्डन, वैज्ञानिक 'जी' एवं प्रमुख, प्रकाशन एवं सूचना

'इंडियन जर्नल ऑफ मेडिकल रिसर्च' भारतीय आयुर्विज्ञान अनुसंधान परिषद की वेबसाइट www.icmr.nic.in और www.ijmr.org.in पर उपलब्ध है

'आई सी एम आर पत्रिका' भारतीय आयुर्विज्ञान अनुसंधान परिषद की वेबसाइट www.icmr.nic.in *पर भी उपलब्ध है*

सहयोग : श्रीमती वीना जुनेजा, श्रीमती सरिता नेगी

भारतीय आयुर्विज्ञान अनुसंधान परिषद के लिए मैसर्स रॉयल ऑफसेट प्रिन्टर्स,
ए–89/1, नारायणा औद्योगिक क्षेत्र, फेज़–1, नई दिल्ली–110 028 से मुद्रित। पं. सं. 47196/87