

मजमू.डी.काठरा ३/२०१८-१९
असंशुद्धिग्रो

✓ 2018-19

ISSN 2229-4406

International Registered & Recognized
Research Journal Related To Higher Education for all Subjects

UNIVERSAL RESEARCH ANALYSTS



**EDITOR IN CHIEF
Dr. BALAJI KAMBLE**



URA

द्वितीय 18155

**IMPACT FACTOR
5.35**

ISSN 2229-4406

*UGC Approved International Registered & Recognized
Research Journal Related to Higher Education for all Subjects*

UNIVERSAL RESEARCH ANALYSIS

UGC APPROVED & PEER REVIEWED RESEARCH JOURNAL

Issue - XVII, Vol. IV
Year - IX (Half Yearly)
Sept. 2018 To Feb. 2019

Editorial Office :
'Gyandev-Parvati',
R-9/139/6-A-1,
Near Vishal School,
LIC Colony,
Pragati Nagar, Latur
Dist. Latur - 413531.
(Maharashtra), India.

Contact : 02382 -241913
9423346913 / 9503814000
9637935252 / 7276301000

Website

www.irasg.com

E-mail :

interlinkresearch@rediffmail.com
visiongroup1994@gmail.com
mbkamble2010@gmail.com

Publisher :

Jyotichandra Publication

Latur, Dist. Latur - 413531. (MS)

Price : ₹ 200/-

CHIEF EDITOR

Prof Jarachand B. Yadav
Dept. of Economics,
Vasant Mahavidyalaya,
Kajj, Dist. Beed (M.S.)India.

EXECUTIVE EDITORS

Dr. Balaji Kamble
Head, Dept. of Economics,
Dr. Babasaheb Ambedkar
Mahavidyalaya, Latur, Dist. Latur

Dr. E. Siva Nagi Reddy
Director, National Institute
of Hospitality & Tourism Management,
Hyderabad (A.P.)

Dr. Yu Takamine
Professor, Faculty of Law & Letters,
University of Ryukyus,
Okinawa, (Japan).

Prashant Kshirsagar
Dept. of Marathi,
Vasant Mahavidyalaya
Kajj, Dist. Beed (M.S.)

Dr. D. Raja Reddy
Chairman, International Neuro Surgery
Association,
Banjara Hill, Hyderabad (A.P.)

Dr. A. H. Jamadar
Chairman, BOS Hindi, SRTMUN &
Head, Dept. of Hindi, BKD
College, Chakur, Dist. Latur (M.S.)

Dr. Shaikh Moinoddin G.
Dept. of Commerce,
Lal Bahadur Shastri College,
Dharmabad, Dist. Nanded (M. S.)

Scott A. Venezia
Director, School of Business,
Ensenada Campus,
California, (U.S.A.)

DEPUTY-EDITOR

Dr. N. G. Mali
Head, Dept. of Geography,
M. B. College,
Latur, Dist. Latur. (M.S.)

Dr. Babasaheb M. Gore
Principal,
Smt. S.D.D.M. College
Latur, Dist. Latur (M.S.)

CO-EDITORS

Dr. V.J. Vilegave
Head, Dept. of P.A.,
Shri. Guru Buddhiswami College,
Purna, Dist. Parbhani (M.S.)

Dr. Omshiva V. Ligade
Head, Dept. of History
Shivjagruti College, Nalegaon,
Dist. Latur. (M.S.)

Dr. S.B. Wadekar
Dept. of Dairy Science,
Adarsh College,
Hingoli, Dist. Hingoli. (M.S.)

Dr. Shivanand M. Giri
Dept. of Marathi,
Bhai Kishanrao Deshmukh College,
Chakur Dist. Latur. (M.S.)

INDEX

Sr. No	Title for Research Paper	Page No
1	Study of Kinetics and Mechanism of 4'-chloro-2-hydroxy-1-naphthalideneanil by KBrO ₃ in Acetic Acid Gajanan Kadam, Rameshwar More	1
2	Impact of Digital Payment System on Indian Economy Dr. V.R. Gavhale	8
3	Demonetisation Effects on Indian Economy Dr. Balaji G. Kamble	16
4	The Role of Protagonist in the Novel: The Guide by R.K.Narayan A. G. Hangargekar	24
5	Need of ICT in Higher Education Dr. Manoj Reddy	29
6	शंकर शेष की नाटकों में वर्तमान एवं यथार्थता डॉ. बळीराम भुक्तरें	33
7	असंसर्गजन्य रोग, साथरोग, कॉलरा व फ्लोरोसिस प्रतिबंध कार्यक्रम डॉ. राजेंद्र आर. गव्हाळे, दिलीप पी. महाजन ✓	38
8	योजना काळ आणि वाहतुकीचा विकास डॉ. आर. बी. भांडवलकर	45
	आदिवासी समाजाची वास्तवता व विकास डॉ. श्रीकांत गायकवाड	53

7

असंसर्गजन्य रोग, साथरोग, कॉलरा व फ्लोरोसिस प्रतिबंध कार्यक्रम

डॉ. रजेंद्र आर. गव्हाळे

अर्थशास्त्र विभाग प्रमुख,
जी. एस. महाविद्यालय,
खामगांव, जि. बुलढाणा

दिलीप पी. महाजन

दिखली, जि. बुलढाणा

Research Paper - Economics

प्रस्तावना :

आरोग्य सेवा संचालनालय, मुंबई येथे राज्यस्तरीय असंसर्गजन्यरोगाची स्थापना करण्यात आलेली आहे. संपूर्ण कार्यक्रमाचे नियोजन, अंमलबजावणी, नियंत्रण आणि मुल्यमापन करून भौतिक आणि आर्थिक ध्येय गाठण्यासाठी जबाबदारी या कक्षाची आहे. हा कक्ष राज्य कार्यक्रम अधिकारी यांचे मार्गदर्शनाखाली कार्यरत राहिल.

जिल्हा असंसर्गजन्यरोग नियंत्रण कक्ष

कार्यक्रम राबविल्या जाणाऱ्या जिल्ह्यांमध्ये जिल्हा मुख्यालयात जिल्हा असंसर्गजन्यरोग नियंत्रण कक्षाची स्थापना केली जाईल. जिल्ह्यामध्ये कार्यक्रमातर्गत राबविल्या जाणाऱ्या विविध उपक्रमांचे नियोजन, अंमलबजावणी, नियंत्रण आणि मुल्यमापन करून भौतिक आणि आर्थिक ध्येय गाठण्याची जबाबदारी या कक्षाची आहे.

जिल्हा रुग्णालय

१. कर्करोग, मधुमेह, उच्चरक्तदाब, हृदयाचे आजार इ. लवकरात लवकर निदान
२. कॉर्डियाक इन्झाईम, लिपीड प्रोफाईल, कोषायुलेशन पॅरामिटर्स, ईसीजी, इको, व इतर जपासण्या करणे.
३. ग्रामीण आरोग्य व प्राथमिक आरोग्य केंद्र येथून संदर्भित केलेल्या हायरिक्त रुग्णांवर उपचार करणे.

रुग्णांची वेळोवेळी विचारणाकरणे, वर्तन बदलासाठी आरोग्य विषयक जागृकता करणे. कर्करोग रुग्णासाठी डे केअर सुविधा उपलब्ध करून देणे.

ग्रामीण रुग्णालयस्तर

ग्रामीण रुग्णालयात नियमित एन.सी.डी. क्लिनिक सुरु ठेवणे. रुग्णालयात येणाऱ्या सर्व वर्षावरील व्यक्तींची डॉक्टर मार्फत एनसाठी क्लिनिकमध्ये तपासणी करावी. त्यात प्रामुख्याने धुम्रपान व दारुचे सेवन याबाबत विचारणा व सर्वांचे ब्लड शुगर, रक्तदाब तपासणी, ब्लड क्लोरेस्टॉल व आवश्यकतेनुसार सोनाग्राफी, एक्सरे याबाबत चाचण्या कराव्यात. इंगीनी, उच्च रक्तदाब व स्ट्रोक केसेसवर योग्य तो उपचार करावा.

प्राथमिक आणि उपकेंद्र

प्राथमिक आरोग्य केंद्रातर्गत उपकेंद्रातील ए.एन.एम. डब्ल्यू यांनी सदर कार्यक्रमात जनजागृती करणे यात प्रामुख्याने खालील बाबींचा समावेश होतो.

- १) सकस आहार, नियमित व्यायाम.
- २) तंबाखु, धुम्रपान व दारुचे सेवन टाळणे, मानसिक तणावातून मुक्तता
- ३) कर्करोगाच्या धोक्याच्या सुचना देणे.

साथरोग नियंत्रण कार्यक्रम

प्रस्तावना

जलजन्म आजारांचे दैनंदिन स्वरूपातील संनियंत्रणाचे महत्त्वपूर्ण कार्य साथरोग नियंत्रण कार्यक्रमांमार्फत केले जाते. साथरोग रुग्णसंख्येत एखाद्या ठिकाणी वारारिक वेळेत अचानक वाढ झाल्यास त्याला साथरोग उद्रेक म्हणतात. आपल्याला आढळणाऱ्या दैनंदिन रुग्णांमध्ये प्रामुख्याने ताप, अतिसार, खोकला इ. लक्षणांचे रुग्ण जास्त प्रमाणात असतात. ही लक्षणे असणारे बरेचसे रोग संसर्गजन्य असतात. साथरोग आजाराबाबत रुग्ण संख्या मर्यादित राहिल व पर्यायाने मृत्यू दळता येईल. यादृष्टीने विशेष प्रयत्न केले जातात. यासाठी गावभेटी मध्ये आरोग्य कर्मचाऱ्यामार्फत शोधर सर्वेक्षण केले जाते. आजारी व्यक्ती ओळखून त्वरित औषध उपचार केला जातो. साथरोग नियंत्रण कार्यक्रमांतर्गत गॅस्ट्रो, कॉलरा, अतिसार, काविळ, विषमज्वर या आजारांचे संनियंत्रण केले जाते.

उद्दिष्टे

? जलजन्म आजारांचे उद्रेक टाळण्यासाठी प्रतिबंधात्मक व नियंत्रणात्मक उपाययोजना करणे.

? जिल्हास्तरीय आरोग्य यंत्रणेस वेळोवेळी आवश्यक त्या मार्दर्शक सूचना देणे.

- ? पाणी गुणवत्ता नियंत्रण.
- ? जलजन्य पावडर गुणवत्ता नियंत्रण.
- ? जलजन्य पावडर गुणवत्ता सर्वसामान्य जनतेचे आरोग्य शिक्षण.
- ? जलजन्य आजार टाळण्यासाठी सर्वसामान्य जनतेचे आरोग्य शिक्षण.
- ? पाणीपुरवठा विभाग, ग्रामविकास आणि नागरी विकास विभागाशी आंतरविभागीय समन्वय ठेवणे.

अंमलबजावणी
राज्यस्तरावरील साथ रोग नियंत्रण कक्ष सहसंचालक सेवा, (हिवताप, हत्तीरोग व जलजन्यरोग) पुणे -१ यांच्या अधिपत्याखालील स्थापना करण्यात आला आहे. या कक्षामार्फत राज्यातील साथरोग नियंत्रणासाठी आवश्यक ते मार्गदर्शन, पर्यवेक्षण केले जाते.

सेवा देणाऱ्या आरोग्य संस्था
उपकेंद्र स्तरापासून जिल्हा रुग्णालयांमार्फत सर्व साथरोग नियंत्रणात क्रियाशील सहभाग घेतात.

विविध योजना व उपक्रम
जलजन्य आजार नियंत्रण कार्यक्रम अंतर्गत पाणी गुणवत्ता संनियंत्रणाद्वारे वर्षातून दोनवेळा स्वच्छता सर्वेक्षण करण्यात येते. पावसाळ्यापूर्वी माहे मे-जून मध्ये व पावसाळ्यानंतर माहे नोव्हेंबर/डिसेंबर मध्ये सदर सर्वेक्षण करण्यात येते. या सर्वेक्षणामुळे जलजन्य आजारांच्या संभाव्य साथीच्या सूचना मिळते. याद्वारे समस्या ग्रस्त गावांना/ ग्रामपंचायतींना लाल कार्ड वाटप करण्यात येवून साथनियंत्रणाच्या दृष्टीने दूषित पाणी पुरवठा असणाऱ्या अतिजोखमीच्या गावांबाबत दक्षता घेण्यात येते. जी समस्या ग्रस्त गावे नाहीत त्यांना हिरवे कार्ड देण्यात येते. माहे मे/जून २०१३ मध्ये झालेल्या स्वच्छता सर्वेक्षणात खालील प्रमाणे लाल व हिरव्या कार्डांचे वाटप करण्यात आले आहे.

कॉलरा नियंत्रण

प्रस्तावना-

पटकी (कॉलरा) हा दुषित पाण्यामुळे पसणारा एक जलजन्य आजार आहे. या आजाराचा अधिग्रहण कालावधी अत्यल्प असल्याने कॉलराची साथ अत्यंत वेगाने पसरू शकते. इतर कोणत्याही जलजन्य आजाराच्या तुलनेत कॉलरा आजारामध्ये मृत्यूचे प्रमाण अधिक असते. व्हीबीओ कॉलरा ओ-१, व्हीबीओ कॉलरा नॉन ओ- (एल टॉर), व्हीबीओ कॉलरा ओ १३९ या जिवाणूमुळे हा रोग होतो. जुलाब व उलट्या हे रोगाची प्रमुख लक्षणे असून योग्य उपचाराअभावी जलशुष्कता होवून रुग्णाचा मृत्यू होतो.

उद्दिष्टांची अंमलबजावणी

पटकी रोगाचा प्रादुर्भाव अधिकाधिक कमी करून तो सार्वजनिक आरोग्याचा प्रश्न राहणार

हे उद्दिष्ट प्राप्त होण्याकरिता लागणग्रस्त भागाचे सर्वेक्षण तसेच लागणग्रस्त भागाचे
पुणे सर्वेक्षण, पिण्याच्या पाण्याचे नियमित निर्जंतुकीकरण व रोगाचे निदान त्वरीत होण्याच्या
साथीनंतर सत्वर औषधोपचार, सहवासितांवर औषधोपचार, आरोग्य शिक्षण इत्यादी उपाययोजना
वाच्य ठरतात.

एकात्मिक रोग सर्वेक्षण प्रकल्प केंद्र पार्वभूमी

केंद्र शासन पुरस्कृत व जागतिक बँक अर्थसहाय्यित एकात्मिक रोग सर्वेक्षण प्रकल्प
राज्यामध्ये २१ जून २००५ पासून कार्यान्वित झाला. मार्च २०१२ मध्ये या प्रकल्पासाठी
जागतिक बँकेचे अर्थ सहाय्य संपुष्टात आले असून त्या सध्या हा प्रकल्प पूर्णपणे केंद्र शासन
स्वरूपात प्रमुख उद्देश आहे. अत्याधुनिक माहिती तंत्रज्ञानाच्या वापर करून सर्व स्तरावरील
तीचे देवाणघेवाण अधिक गतिमान करणे तसेच स्थानिक स्तरापासून रोग व्यवस्थेचे बळकटीकरण
रोग नियंत्रणाच्या उद्दिष्टास हातभार लावणे हा या प्रकल्पाच्या आणखी एक महत्त्वपूर्व हेतू
एकात्मिक रोग सर्वेक्षण प्रकल्पाचे मुख्यालय सहसंचालक आरोग्य सेवा पुणे येथे आहे.

त्याची उद्दिष्टे

शहरी व ग्रामीण भागात रोग सर्वेक्षण व्यवस्था अधिक बळकट करून साथरोग उद्रेक वेळेत
ओळखण्याची क्षमता विकसीत करणे आणि क्षेत्रिय पातळीवर साथरोग उद्रेक प्रतिबंध व
नियंत्रणासाठी आवश्यक कृतीयोजना अंमलात आणणे.
रोग निदानाची गुणवत्ता सुधारण्यासाठी प्रयोगशाळेचे सक्षमीकरण करणे तसेच अन्न व
पाणी यांच्या गुणवत्तेवर नियमित संनियंत्रण करणे.
प्रकल्पातर्गत समाविष्ट रोगांची तपासणी व उपचार यात सुधारणा करणे.
शहरी रोग सर्वेक्षण बळकटीकरण करणे.
खाजगी वैद्यकीय व्यावसायिक, वैद्यकीय महाविद्यालये, अशासकीय संस्था तसेच जनतेच्या
सहभागास चालना देणे.
रोग सर्वेक्षण विषयक माहितीचे दळणवळण अधिक गतिमान व सुलभतेने होण्यासाठी
गावपातळी पासून राज्य पातळीपर्यंतच्या सर्व स्तरावर अत्याधुनिक माहिती तंत्रज्ञानाचा
वापर करणे.
आरोग्य माहिती व जीवन विषयक आकडेवारी विषयी बळकटीकरण रोग सर्वेक्षण मासिक
प्रगती अहवालात ठळक सुधारणा अडवून आणणे.
रोग सर्वेक्षण कार्यक्रमाशी निगडित सर्व विभागांची समन्वय साधणे.

अंमलबजावणी पध्दती

- ? एकात्मिक रोग प्रकल्पातर्गत विहित नमुन्यात उद्रेकजन्य रोगांची साप्ताहिक स्थिती सर्व जिल्हांतून ई-मेलद्वारे राज्य रोग सर्वेक्षण कक्षाकडे दर मंगळवारी सादर करण्यात येते व ती माहिती राज्य रोग सर्वेक्षण पथाकडून दर बुधवारी संकलित करून सर्वेक्षण कक्षाकडे ई-मेलद्वारे पाठविण्यात येते.
- ? प्रत्येक जिल्हातून साथरोग उद्रेक साप्ताहिक अहवालात दर सोमवारी राज्य रोग सर्वेक्षण कक्षाकडे पाठविण्यात येतो.
- ? एकात्मिक रोग सर्वेक्षण प्रकल्पाचे पोर्टल स्थापना करण्यात आले असून (www.idsp.nic.in) डिसेंबर २०१० पासून सर्व अहवाल पोर्टलवर सादर करण्यात येत आहेत.
- ? वर्तमानपत्रात येणाऱ्या साथरोग विषयक बातम्यांचाही यात समावेश करण्यात येतो. (Media Scanning)
- ? देशभरात कोव्हिड उद्भवलेली आरोग्य विषयक असामान्य परिस्थिती कळविण्यासाठी १०७५ हा राष्ट्रीय पातळीवरील एकात्मिक रोग सर्वेक्षण प्रकल्पाचा टोल फ्री क्रमांक आहे.

आजार निहाय साथरोग उद्रेक

या ४३६ साथरोग उद्रेकांपैकी सर्वाधिक १२७ उद्रेक डेंगू तापाचे असून त्या खालोखाल अतिसार व इतर तापाचे प्रत्येकी ८३ उद्रेक नोंदविण्यात आले आहेत.

राष्ट्रीय फ्लोरोसिस प्रतिबंध व नियंत्रण कार्यक्रम

प्रस्तावना

केंद्र शासनाने ग्रामीण जनतेला स्वच्छ व शुध्द व. रासायनिक प्रदुषणापासून मुक्त पाणी पुरवठा व्हावा यासाठी पिण्याच्या स्त्रोतांचे रासायनिक घटकांचे विश्लेषण करण्यासाठी तांत्रिक अभियान या कार्यक्रमाची मूळ संकल्पना धरून पाणी अभियान हा कार्यक्रम राबविण्यात येतो. रासायनिक प्रदुषण घटकांचे विश्लेषण करून विकाराच्या. समस्येच्या मुळाशी असलेल्या घटकांचा अभ्यास करणे या सकारात्मक हेतूने राष्ट्रीय फ्लोरोसिस प्रतिबंध व नियंत्रण कार्यक्रमाची सुरुवात झाली. देशातील १९ राज्यांमध्ये आढळून आलेल्या फ्लोरोसिस रुग्णांच्या संख्येच्या आधारावर जास्त रुग्ण आढळलेल्या राज्यांवर लक्ष केंद्रीत करण्याचे निश्चित झाले.

फ्लोराईडचा उगम

फ्लोराईडच्या प्रमुख स्त्रोत फ्लोराईड युक्त पाणी तसेच चहा, तंबाखू, सुपारी इ विविध घटकांमध्ये अल्प प्रमाणात फ्लोराईड आढळते. पिण्याच्या पाण्यात फ्लोराईडसचे प्रमाण १ ते १५ मिलीग्रॅम, लिटर (पी.पी. एम.) असल्यास फ्लोरोसिस हा विकार होण्याची शक्यता नाही. मात्र त्या पेक्षा जास्त फ्लोराईड असल्यास अशा फ्लोराईडयुक्त पाण्याच्या साहाय्याने सेवनाने फ्लोरोसिस हा

विकार होतो.

राष्ट्रीय कार्यक्रम

देशातील १९ राज्यातील २३० जिल्हे फ्लोरोसिस विकाराने बाधित असल्याचे आढळून आल्यानुसार, राज्याची तीव्रतेनुसार अति तीव्र, तीव्र, मध्यम व कमी प्रमाणातील फ्लोरोसिस बाधित राज्य अशी वर्गवारी करण्यात आली आहे.

राष्ट्रीय मानव अधिकार आयोगाने फ्लोरोसिस या विकाराची दखल घेऊन विशेष व प्राधान्याने कार्यवाही करण्याचे केंद्रीय आरोग्य व कुटुंब कल्याण विभागाला निर्देश दिले. कार्यक्रमाचे साध्य

देशातील फ्लोरोसिस या विकाराचे प्रतिबंध व नियंत्रण करणे.

उद्देश व उद्दिष्टे

या कार्यक्रमाची प्रमुख उद्दिष्टे पुढीलप्रमाणे आहेत.

- ? कार्यक्रम अंमलबजावणी प्रारंभी पिण्याच्या पाण्याच्या स्रोतांचे फ्लोराईड साठी परिक्षण व त्या आधारे स्रोतांवर अवलंबून लोकांचे माहिती घेवून मूलभूत माहिती संकलन.
- ? फ्लोरोसिस बाधित रुग्णांवर सर्वसमावेशक उपाययोजना व त्यांचे व्यवस्थापन.
- ? फ्लोरोसिस विकाराचा प्रतिबंध, निदान व व्यवस्थापनासाठी क्षमता बांधणी.

फ्लोरोसिस विकार प्रकार व लक्षणे

फ्लोरोसिस हा विकार प्रामुख्याने प्रमाणित मानकांच्या पेक्षा अतिरिक्त फ्लोराईडयुक्त पिण्याच्या पाण्यातील सेवनाने कायम स्वरूपी व पुन्हा पुर्वरत न होणाऱ्या शारिरीक हानीन होतो. फ्लोरोसिस या विकाराचे वेगवेगळे प्रकार व त्यांची लक्षणे पुढीलप्रमाणे आहे.

दंत फ्लोरोसिस

लक्षणे - दात खडू सारखे पांढरे होणे, दातांवर सारख्याच प्रमाणात काळसर चट्टे, ठिपके, पट्टे उमटणे, हिरड्यांच्या आकार बदलणे. कालांतराने दाताचे ईन्मल कोटींग जाऊन दात पडणे.

हाडांचा फ्लोरोसिस

लक्षणे -

पाठीचा कणा व मानेत तीव्र वेदना, पाठीचा कणा वाकणे, साध्यांमध्ये ताठपणा व तीव्र वेदना, सांधे दुखी, सांधे आकूचन पावणे, कमरेचा ताण, गुडघे एकमेकांवर घासणे, मांडी घालून बसण्यात अडचण निर्माण होणे. चालण्याचा डौल बेढब होणे. एकूण शरीराच्या मध्ये, विकृती निर्माण होणे.

इतर अवयवांचा फ्लोरोसिस (हाडा व्यतिरिक्त इतर अवयवांना होणारा)



मज्जा संस्थेचे विकार

लक्षणे- आळस, उदासिनता येणे, हातापायांच्या बोटांमध्ये मुंग्या येणे, स्नायूत ताठरपणा अशक्तपणा जाणवते, वारंवार तहान लागणे, वारंवार लघवी होणे.

स्नायूंचे विकार

लक्षणे-स्नायूत ताठरपणा अशक्तपणा जाणवतो. स्नायू दुर्बल होणे, आखडणे, वेदना होणे आणि स्नायूंची शक्ती कमी होणे. अकाली वृद्धत्व येणे.

फ्लोरोसिस रुग्णांनी हे करावे

- ? कॅल्शियमयुक्त अन्नाचे प्रमाण आहारात जास्त असावे, जसे की दूध, दुग्धजन्य पदार्थ, पालेभाज्या, टोमॅटो, लसूण, कमल, काकडी, कांदे रताळे व गाजर
- ? जीवनसत्व घड युक्त अन्नाचे आहारात जास्त प्रमाण असावे, जसे की लिंबू, लिंबु वर्गीय फळे, आवळा, चिंच, संत्रा, मोसंबी, पपई, केळी इत्यादी
- ? लोहयुक्त अन्नाचे आहारात प्रमाण अधिक असावे.

फ्लोरोसिस बाधित रुग्णांनी हे करू नये/टाळावे.

- ? काळ्या चहाचे सेवन करणे.
- ? काळ्या अथवा सैधव मिठाचा आहारात वापर.
- ? तंबाखुचे सेवन
- ? सुपारीचे सेवन
- ? फ्लोराईड युक्त टुथपेस्टचा वापर.
- ? फ्लोरोसिस ग्रस्त गावाचे पाण्याचे स्रोत ओळखून ते पाणी पिणे टाळावे.

संदर्भ सूची :-

१. महाराष्ट्राची आर्थिक पाहणी २०१७-१८, अर्थ व सांख्यिकी संचालनालय, नियोजन विभाग, महाराष्ट्र शासन, मुंबई. पृष्ठ क्र. १९०-१९९
२. संकेत स्थळ : www.maharashtra.gov.in.
३. <https://arogya.maharashtra.gov.in/Health-Indiator>
४. <https://arogya.maharashtra.gov.in/Diseasecontent.asp>