

यामी गौतम ने कहा, खूबसूरती की परिभाषा पर बातचीत शुरू होने पर खुश हूँ

कई सालों से एक मशहूर फेयरनेस क्रीम ब्रांड के साथ जुड़ी बॉलीवुड अभिनेत्री यामी गौतम कहना है कि उन्हें इस बात की खुशी है कि वक्त के साथ-साथ खूबसूरती की परिभाषा बदल गई है और अब

वक्त खूबसूरती की परिभाषा ये थी कि एक अच्छा दूल्हा और एक अच्छी नौकरी के लिए एक लड़की का गोरा होना जरूरी है. मुझे खुशी है कि वक्त बदल गया है और खूबसूरती की परिभाषा पर बातचीत शुरू हो गई है. अमर कौशिक द्वारा निर्देशित और दिनेश विजान द्वारा निर्मित बाला न केवल राष्ट्रीय पुरस्कार विजेता अभिनेता आयुष्मान खुराना की वजह से बल्कि एक असामान्य विषय के कारण भी चर्चा में है. यामी गौतम को यकीन है कि फिल्म इस बड़े विषय पर बदलाव लाने जा रही है. उन्होंने कहा, फिल्म एक महत्वपूर्ण माध्यम है और बाला हमें उस महत्वपूर्ण विषय पर बात करने देती है, जो सिर्फ समय से पहले गंजेपन, गहरी रंगत या इस तरह की चीजों तक सीमित नहीं है, जो किसी इंसान के आत्मविश्वास को प्रभावित करती है. ये फिल्म कहती है कि एक इंसान जैसा है उसे उसी रूप में खुश होना चाहिए.

इसका तात्पर्य आत्म-स्वीकृति और आत्म-प्रेम से है.

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)



गोरा रंग खूबसूरती का मापदंड नहीं रहा है. यामी की आगामी फिल्म बाला भी खूबसूरती को संबोधित करती है, फिल्म वक्त से पहले गंजे हुए एक युवक और एक सांवली रंग की लड़की के इर्द-गिर्द घूमती है. फिल्म के इन दोनों किरदारों को आयुष्मान खुराना और भूमि पेडनेकर ने निभाया है.

इस तथ्य को ध्यान में रखते हुए कि यामी एक मशहूर फेयरनेस क्रीम का चेहरा है जो रंगवाद को बढ़ावा देती है. भारत में सांवली या गाढ़े रंग की महिलाओं को जिस तरह से निरंतर आलोचनाओं का सामना करना पड़ता है, इसे वह किस तरह से देखती हैं? क्या एक सेलेब्रिटी के तौर पर उन्होंने इस पर कोई स्टैंड लिया है?

यामी ने इसके जवाब में कहा, सोशल मीडिया और फिल्में उन्हीं चीजों को उजागर करती हैं, जो सदियों से हमारे चारों ओर मौजूद है. उस वक्त इन एड फिल्मों को बनाने की वजह भी यह थी. उस



ये सावधानियां बरतने से हो सकता है सर्वाइकल कैंसर से बचाव

जानी-मानी स्त्री रोग विशेषज्ञ और इनफर्टिलिटी एक्सपर्ट डॉ रोया बताते हैं कि सर्वाइकल कैंसर से होने वाली मौतों में भारत विश्व के टॉप देशों में है। उन्होंने बताया कि इस समस्या से बचने के लिए स्क्रीनिंग टेस्ट्स जरूरी हैं। उन्होंने बताया, भारत की महिलाओं में सर्वाइकल कैंसर के केसेज विश्व की महिलाओं से दोगुने हैं। एक सेमिनार के दौरान उन्होंने बताया कि अगर कम उम्र से ही स्क्रीनिंग टेस्ट करवाए जाएं तो कैंसर से बचा जा सकता है। वह बताती हैं, यह वैश्विक चिंतन का मुद्दा है क्योंकि पूरे विश्व में महिलाओं में होने वाला यह सबसे कॉमन कैंसर है। वहीं भारत जैसे देश में जहां सुविधाएं और मेडिकल फेसिलिटीज बढ़ रही हैं, इस बीमारी को कंट्रोल किया जा सकता है। उन्होंने बताया कि प्रॉपर



हाइजीन बनाकर, स्मोकिंग और प्रॉपर वैक्सिनेशन और सेक्शुअल पार्टनर्स की संख्या लिमिटेड रखकर इन्फेक्शन से बचा जा सकता है। बता दें कि सर्वाइकल कैंसर ह्यूमन पैपिलोमा वायरस से फैलता है और महिलाओं में 25 साल की उम्र से इन्फेक्शन होता है।

प्रदूषण करता है सीधा इम्यूनोटी पर वार, ये आयुर्वेदिक नुस्खे अपनाएं

बढ़ते प्रदूषण से लोगों को कई बीमारियां हो रही हैं। वहीं, गले में इन्फेक्शन व नजला खांसी के लिए शहद, खांसी-जुकाम, गले व आंखों में इन्फेक्शन और सांस की अदरक, कालीमिर्च और जराकुस के पत्तों की चाय बनाकर बीमारियां इसमें शामिल हैं। घरेलू नुस्खे जैसे आंवला, शहद और अदरक के सेवन से इन बीमारियों से निजात पाई जा सकती है। ये नुस्खे आपको स्वस्थ रखने के साथ प्रदूषण से होने वाली बीमारियों से भी बचाएंगे। आयुर्वेद और यूनानी पद्धति के ये नुस्खे हैं काम के। आंखों में गुलाब जल डालें

राजकीय यूनानी कॉलेज के चिकित्सा अधिकारी डॉ. अरशद जमाल लारी ने बताया कि प्रदूषण से आंखों में जलन की समस्या होती है। इसके लिए रोजाना सोने से पहले आंखों में अर्क गुलाब जल की दो-दो बूंदें डालें।



पीएं। सांस के मरीजों के लिए यूनानी में शरबत बनफशा और लौक बादाम बचाव के लिए काफी उपयोगी है। दूध में आधा चम्मच हल्दी मिलाकर पिएं

वहीं आयुर्वेद कॉलेज के प्रो. संजीव रस्तोगी ने बताया कि प्रदूषण के कण इम्यून सिस्टम पर वार करते हैं। इससे बचने के लिए हरा आंवला काफी उपयोगी है। इसे चटनी, सब्जी और मुरब्बा किसी भी तरीके से ले सकते हैं।

वहीं, प्रदूषण के कणों को शरीर से बाहर करने के लिए दूध में आधा चम्मच हल्दी मिलाकर पिएं। ये बॉडी को डिटॉक्स करने का काम करता है। अदरक और शहद को साथ में लेने से सर्दी-जुकाम से बचा जा सकता है।