पुण्यनगरी
आरोग्यजागर
। उत्तम आरोग्य । उज्ज्वल भविष्य । पुणे, मंगळवार, २८ जुलै २०१५

हृदयाच्या झडपांचा विकार आणि त्यावरील उपचार

ह्यावेळेस आपण हृदयाच्या आजाराविषयी माहिती घेणार आहोत. हृदय हा स्नायूंनी बनलेला अवयव दोन फुफ्फसामध्ये डाव्या बाजूला छातीत असतो. हृदय हा रक्तभिसरण संस्थेचा अविभाज्य भाग आहे. हृदयामार्फत रक्त पंप करून संपूर्ण शरीराला रक्तपुरवठा केला जातो.

हृदयाचे चार भाग असतात. उजवा आणि डावा, वरच्या कप्प्याला अलिंद म्हणतात, तसेच डाव्या खालच्या कप्प्याला निलय म्हणतात. अशुद्ध रक्त उर्ध्वमहानीला आणि अधोमहानिलामार्फत उजव्या अलिंदामध्ये येते. उजव्या अलिंदामधून द्विदल झडपेमार्फत उजव्या निलयामध्ये पोहचले जाते. उजव्या निलयमधून ते फुफ्फुसधमनीद्वारे फुफ्फुसापर्यंत शुद्धीकरणासाठी पाठवले जाते. फुफ्फुसांमध्ये रक्तात प्राणवायू मिसळला जातो आणि कार्बनडायऑक्साईड काढून टाकला जातो. शुद्ध झालेले रक्त पुन्हा डाव्या अलिंदामध्ये येते.

Mitral Stenosis हृदयाच्या डाव्या भागातील झडपेचा आजार आहे. Mitral Stenosis मध्ये ही द्विदल झडप निरूंद झाल्यामुळे रक्तप्रवाहात अडथळा निर्माण होतो. निरोगी शरीरात या द्विदल झडपाचे क्षेत्र ४ ते ५ से.मी. २ असते. या निरूंद झडपेचे क्षेत्र १ से.मी. २ पेक्षा कमी होते. त्यावेळेस डाव्या अलिंदामधील दाब वाढत जातो.

फुफ्फुसवाहिन्यांमार्फत डाव्या अलिंदात रक्त पाठवले जाते. जेव्हा या कप्प्यातील दाब जास्त वाढतो, तेव्हा डाव्या फुफ्फुस केष वाहिन्यांमध्ये दाब वाढतो त्याला Pulmonary Hypertension म्हणतात. या उच्च रक्तदाबामुळे फुफ्फुसामध्ये पाणी जमा व्हायला लागते. त्याला Pulmonary डीीं म्हणतात. यामुळे रुग्णाला झोपल्यावर दम लागतो, खोकला येणे, खोकल्यावाटे रक्त येणे इत्यादी तक्रारी जाणवू लागतात.

डाव्या अलिंदात जास्त रक्त साठून राहिल्यामुळे जो दाब निर्माण होतो. त्यामुळे हळूहळू या कप्प्याचे आकारमान वाढते. त्यामुळे या कप्प्याचे कार्य अनियमित झाल्यामुळे; (Atrial Fibrillation) रक्ताची गुठळी होऊन ती शरीरात कुठेही रक्तवाहिन्यात अडथळा निर्माण करते. झडप आणखी जास्त निरूंद झाल्यावर हृदयाकडून शरीराला प्रत्येक हृदयस्पंदनाबरोबर होणारा रक्त पुरवठा कमी-कमी होत जातो, हृदयस्पंदने वाढत जातात. त्यामुळे शेवटी हृदयाचे काम शिथिल होत जाते; (Heart Failure) आणि धोकादायक परिस्थिती उद्भवते. हा एक वाढत जाणारा, पुन्हा बदल न करता येणारा आजार आहे.

कारणे:-

१) Rheumatic Fever स्ट्रेप्टोकोकस विषाणूंच्या संसगार्मुळे ताप येतो आणि कधी कधी या जंतूचा प्रादुर्भाव हृदयाच्या झडपांवर होतो. यामुळे डावी झडप अरूंद होऊ लागते. २) जन्मतःच झडपांमध्ये दोष असणे. ३) झडपेतील पेशीसमूहात कॅल्शियम साठणे. ४) गर्भारपणात या झडपेचा आजार जास्त प्रमाणात दिसून येतो. ५) हृदयआवरण दाह. ६) इतर दुर्मिळ कारणे SLE, संधिवात.

लक्षणे:-

१) थोड्याश्या शारिरीक श्रमाने दमछाक होणे. झोपल्यावर श्वास घेण्यास अडथळा निर्माण होणे. उठून बसल्यावर बरे वाटणे. रात्रीच्यावेळी झोपेत श्वास अपुरा पडणे. २) छातीत धडधडणे. ३) छातीत दुखणे. ४) खोकल्यावाटे रक्त पडणे. ५) अशक्तपणा येणे. पटकन दमणे. ६) पायावर, पोटावर सूज येणे. ७) झोप न लागणे. Echocardiography द्वारे या आजाराचे निदान होते आणि आजाराची तिव्रता लक्षात येते.

आजाराच्या तिव्रतेचे वर्गीकरण झडपेच्या क्षेत्रावरून पुढीलप्रमाणे केले जाते.

१) सौम्य -झडपेचा दाब- (Mild MS) - 5 mHg झडपेचे क्षेत्र -1.5 cm2

२) मध्यम तीव्र -झडपेचा दाब - 2.10 mHg झडपेचे क्षेत्र - 1.0-1.5 cm2

३) अति तीव्र - झडपेचा दाब - 10 mHg - झडपेचे क्षेत्र - 1.0 cm2

दुष्परिणाम:-

१) फुफ्फुसातील रक्तदाब वाढणे - हृदयाकडून फुफ्फुसाकडे रक्त प्रवाहित करणा-या धमन्यातील दाब वाढतो. त्यामुळे हृदयावर ताण येऊन हृदयाला जास्त जोर जोरात पंपींग करावे लागते. २) रक्ताची गुठळी होणे - अलिंदाचे काम अनियमित झाल्यामुळे रक्ताची गुठळी तयार होते. परिणामी ही गुठळी शरीरात कुठेही अडकून राहते. मेंदूमध्ये ही गुठळी अडकली तर लकवा येऊ शकतो. ३) हृदयाच्या आकारमान वाढणे - द्विदल झडपातील दाब वाढल्यामुळे डावे अलिंदाचे आकारमान वाढते आणि हळूहळू संपूर्ण हृदयाचे आकारमान वाढते.

Rheumatic Heart Disease with Mitral Stenosis हृदयाच्या आजारासोबत द्विदल झडप निकामी झालेल्या ३५ वर्षांच्या महिलेची केस आहे. तिला ताबडतोब झडपेची शस्त्रक्रिया करण्यास सांगितले होते.

तिची माहिती पुढीलप्रमाणे:-

लग्नानंतर तिच्या तक्रारींना सुरुवात झाली. सुरुवातीला तिला अधूनमधून छातीत धडधड होणे, दम लागणे, छातीत दुखणे या तक्रारी होत्या पण त्याकडे तिने दुर्लक्ष केले.

बाळंतपणानंतर तिच्या तक्रारी वाढू लागल्या आणि वैद्यकीय तपासणीत तिला Mitral Stenosis असल्याचे निदर्शनास आले तिच्या झडपेचे क्षेत्र 1.3cm2 ECG मध्ये Atrical Fibrillation असल्याचे आढळून आले. थोड्या शारिरीक श्रमांनी तिला खूप त्रास, दम लागू लागला. तिची ही अवस्था बघून डॉक्टरांनी तिला Bellon Valvuloplasty करण्याचा सल्ला दिला. ज्यासाठी ती तयार नव्हती. मग औषधोपचारांसाठी ती माझ्या दवाखान्यात आली.

Colour Doppler नुसार MVA - १.३ से. मी. २ , Mirtral Reguegitatra Mild T.R, Mild Pulmonary HTN, Mild MR, RhD

तक्रारी:-

१) चालताना, बोलताना, वजन उचलल्यावर, पायऱ्या चढताना दम लागणे. हवेशीर ठिकाणी, कुशीवर झोपल्यावर, मागे टेकून बसल्यावर बरे वाटणे. २) छातीत डाव्या बाजूला दुखून धडधड होणे. थोड्या श्रमांनी, वजन उचलल्यावर त्रास वाढणे. ३) पूर्वी बाळंतपणात उच्च रक्तदाबाचा त्रास, लहानपणी डाव्या डोळ्याच्या तिरकेपणाची शस्त्रक्रिया करण्यात आली होती. लहानपणी सतत घसा खवखवण्याची तक्रार होती.

विशेष माहिती:-

१) खाण्यात तिखट पदार्थांची आवड, गोडाची नावड. २) हिरड्यातून रक्त येणे. ३) सतत जास्त प्रमाणात तहान लागणे.

पत्ता - आदित्य होमिओपॅथिक हॉस्पिटल ॲण्ड फिलिंग सेंटर, तपोवन रोड, पिंपरी गाव, पुणे-१७. संपर्क - ०२०-६९३३७०८०, २७४१२५४९, २७४१२१९७

महापालिकेची स्पेशालिस्ट डॉक्टरांसह १०४ पदांसाठी सरळसेवा भरती

पिंपरी : प्रतिनिधी

पिंपरी-चिंचवड महापालिकेच्या वायसीएम रूग्णालयासह विविध विभागातील १०४ पदांसाठी सरळसेवेने भरती करण्यात येणार आहे. यामध्ये गट अ चे ११, ब चे १४, क चे ६४ तर गट ड चे १५ पदे भरली जाणार आहेत. महत्वाचे म्हणजे या भरतीमुळे वायसीएम रुग्णालयासाठी काही डॉक्टर उपलब्ध होणार आहेत.

पिंपरी-चिंचवड महापालिकेने न्यायालयाच्या आदेशानुसार अनधिकृत बांधकामे पाडण्यासाठी नुकतीच स्थापत्य विभागासाठी व बांधकामांवर कारवाईसाठी १६६ पदे भरण्यात आली आहेत. मध्यंतरी प्रशासनाने पदोन्नतीचा रखडलेला प्रश्नही मार्गी लावला आहे. त्यानंतर महापालिका प्रशासनाने आणखी १०४ पदे सरळसेवेने भरण्याचा निर्णय घेतला आहे.

त्यामध्ये महत्त्वाचे म्हणजे वैद्यकीय विभागासाठीही मोठया प्रमाणात पदे भरण्यात येत आहेत. त्यामध्ये गट अ मध्ये २ अस्थिरोग तज्ञ, १ भूलतज्ञ, २ सर्जन, ३ फिजिशियन, २ कान- नाक-घसा तज्ञ, १ क्ष किरण तज्ञ यांचा समावेश आहे. गट ब मधील १४ वैद्यकीय अधिकारी भरण्यात येणार आहेत.

त्याचबरोबर गट क मध्ये १३ आरोग्य निरीक्षक, ४ पब्लिक हेल्थ नर्स, २५ स्टाफ नर्स, विद्यूतसाठी ४ कनिष्ठ अभियंते, ७ वीजतंत्री, १० वायरमन तर १ सब ऑफीसरची भरती करण्यात येणार आहे. तसेच गट ड मधील १५ फायरमनची पदेही भरण्यात येणार आहे. ही सर्व पदे सरळसेवेने भरली जाणार आहेत.

सुदृढ बालक स्पर्धेत चिमुकल्यांची धमाल

पुणे : प्रतिनिधी

चेहऱ्यावरील हास्य, रांगण्यातील व चालण्यातील विविधता, उड्या मारताना केलेली मस्ती आणि आई-वडिलांनी केलेल्या संस्कारांना परीक्षकांसमोर आपल्या निरागस देहबोलीतून मांडत चिमुकल्यांनी सुदृढ बालक स्पर्धेत धमाल केली. आरोग्याची नियमीत तपासणी करून आपलं मुलं सुदृढ राखण्याचा प्रयत्न करणारे आई-वडिल रंगीबेरंगी आणि पारंपरिक वेशामध्ये चिमुकल्यांना स्पर्धेकरिता घेऊन आले होते.

स.प. महाविद्यालयाशेजारील नू.म.वि. मुलींच्या प्रशालेत पुणे जिल्हा माहेश्वरी प्रगती मंडळ (पुणे जिल्हा माहेश्वरी युवा संगठन) तर्फे आयोजित क्रीडा आणि सांस्कृतिक स्पर्धांतर्गत सुदृढ बालक स्पर्धेचे आयोजन करण्यात आले.

स्पर्धेमध्ये वय वर्षे १ ते ३ या वयोगटातील चिमुकले सहभागी झाले होते. स्पर्धेत ५० हून अधिक चिमुकल्यांनी सहभाग घेतला. सहभागी स्पर्धकांना भेटवस्तू देण्यात आल्या. तसेच प्रत्येक गटातील पहिल्या तीन विजेत्यांना शिष्यवृत्ती देऊन गौरविण्यात आले. मुलांचे आरोग्य, संगोपनाविषयी आई-वडिलांचे विचार, लसीकरण आदी विषय स्पर्धेमध्ये पाहण्यात आले. तसेच प्रसिद्ध बालरोगतज्ज्ञ डॉ. मुकुंद संगमनेरकर यांनी लहान मुलांच्या आरोग्याची काळजी कशी घ्यावी, याविषयी उपस्थितांना मार्गदर्शन केले. डॉ. रोहन गुंदेचा, अंकीत पांचाळ, नीलम चांडक, पूनम बिहाणी, पूनम राठी यांनी लहान मुलांच्या विविध तपासण्या करून पालकांशी संवाद साधला. मंडळाचे योगेश मुंदडा आणि संतोष जाजु यांनी आयोजन केले होते. याशिवाय चित्रकला, स्लो सायकलिंग, सुलेखन, जलतरण अशा विविध स्पर्धा घेण्यात आल्या.

अपंगांच्या धोरणासंबंधी न्यायमंत्री उदासीन

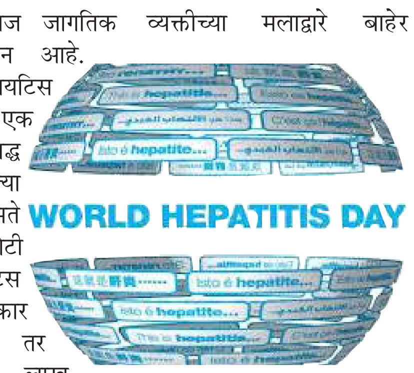
पुणे : प्रतिनिधी

अपंगांचे धोरण हे अधिवेशनात मांडणार आणि ते मंजूर करून घेणार असल्याचे आश्वासन सामाजिक न्यायमंत्री दिलीप कांबळे यांनी दिले होते. मात्र आता त्यांनी त्यावर यू टर्न घेत अपंगांचे धोरण तयार होण्यासाठी आणखी पंधरा दिवस लागणार असल्याचे सांगितले. अपंगांचे धोरण अधिवेशनात मांडण्याचे दुरच तर प्रलंबित राहण्याची शक्यता आहे.

गेल्या आठवड्यात अपंग आयुक्तालयावर विविध प्रलंबित मागण्यांसाठी महाराष्ट्रासह इतर राज्यातून दोन हजारांच्या संख्येने मुकबधीर तरुणांचा मोर्चा आला होता. त्यांच्या मागण्या पूर्ण करण्यासाठी आपण काही ठोस भूमिका घेतली आहे का, अशी विचारणा केली असता मंत्री कांबळे यांनी केवळ अपंगांसाठी धोरण ठरवण्याचे काम सूरू असून येत्या पंधरा दिवसांत ते तयार होणार असल्याचे सांगून बोळवण केली. याचबरोबर अपंगांच्या प्रलंबित मागण्या आणि इतर प्रश्न विचारले असता त्यांचीही उत्तरे देण्याचे त्यांनी टाळले. यावरून अपंगांविषयी त्यांची उदासिनता दिसून येत आहे.

स्वच्छता बाळगा : हिपॅटायटिस दूर ठेवा

जागतिक हिपॅटायटिस दिन विशेष



पुणे : आज जागतिक हिपॅटायटिस दिन आहे. 'जागतिक हिपॅटायटिस अलायन्स'ने एक अहवाल प्रसिद्ध केलेला आहे. त्या अहवालाच्या मते जगभरात ४० कोटी लोक हिपॅटायटिस या आजाराचे शिकार होत आहेत, तर वर्षभरात १४ लाख लोकांचा मृत्यू हिपॅटायटिसमुळे होतो. म्हणजे रोज जवळपास ४००० लोकांचा मृत्यू हिपॅटायटिसमुळे होतो. हा दिवस वर्ल्ड हिपॅटायटिस अलायन्सच्या आणि वर्ल्ड हेल्थ ऑर्गनायझेशन यांच्या पुढाकाराने साजरा करण्यात येतो. जागतिक पातळीवर हिपॅटायटिसबद्दल जनजागृती करणे हे या दिनाचे प्रमुख उद्दिष्ट आहे.

जागतिक आरोग्याला हिपॅटायटिसमुळे असणारा धोका लक्षात घेऊन मे २०१० मध्ये झालेल्या ६३ व्या वर्ल्ड हेल्थ असेंब्लीमध्ये २८ जुलै हा दिवस जागतिक हिपॅटायटिस दिवस म्हणून जाहीर करण्यात आला. हिपॅटायटिसची व्याख्या करताना वैद्यकीय परिभाषेत आपण अ, इ, उ, ऊ आणि ए या व्हायरसेसमुळे यकृताला येणारी सूज असे म्हणू शकतो. तांत्रिक भाषेत सांगायचे झाल्यास रोगांमुळे सर्वाधिक नुकसान हे शरीराने संक्रमणाला दिलेल्या प्रतिसादामुळे होते. संक्रमित यकृत पेशींना (हिपॅटोसाईट्स) शरीराच्या प्रतिकार यंत्रणेनं दिलेल्या प्रतिसादामुळे त्या पेशींचे नुकसान होते आणि यकृताचा दाह होतो. परिणामी, यकृतातील ट्रान्समिनेसेस यकृतातून बाहेर गळून रक्तात मिसळतात आणि ट्रान्समिनेसेसची रक्तातील पातळी वाढते. रक्त गोठवणारे घटक (प्रोथ्रॉम्बिन) निर्माण करण्याची यकृताची क्षमता हा विषाणू बिघडवतो, त्यामुळे रक्त गोठण्यासाठी लागणारा वेळ वाढतो. यकृताचे नुकसान झाल्याने शरीर स्वतःला बिलीरुबीनपासून (जुन्या लाल रक्तपेशी मोडण्यातून निर्माण झालेला पदार्थ) मुक्त करण्याची क्षमता हरवून बसते. त्यामुळे कावीळ (डोळे आणि शरीराचा रंग पिवळा होतो) आणि गडद लघवी होण्यास सुरुवात होते.

हिपॅटायटिस अ रोगाचा विषाणू १५ ते ४५ दिवसांच्या वाढीच्या काळात संक्रमित व्यक्तीच्या मलाद्वारे बाहेर टाकला जातो. हिपॅटायटिस अ याच्याशी निगडित लक्षणं फ्लूसारखीच असतात, परंतु त्वचा आणि डोळे हे पिवळे होण्यास सुरुवात होऊ शकते.

परंतु हिपॅटायटिस अ हा कमी गंभीर स्वरूपाचा आणि तुलनेने मवाळ असा रोग आहे. बाकी हिपॅटायटिस ब आणि हिपॅटायटिस क रोग हे तीव्र स्वरूपाचे आजार बनू शकतात. हिपॅटायटिस ए या रोगाची कावीळ, थकवा, भूक न लागणे, मळमळणे आणि उलट्या, हलका ताप, फिकट किंवा मातीच्या रंगाचा मल, गडद लघवी ही काही प्रमुख लक्षणे आहेत.

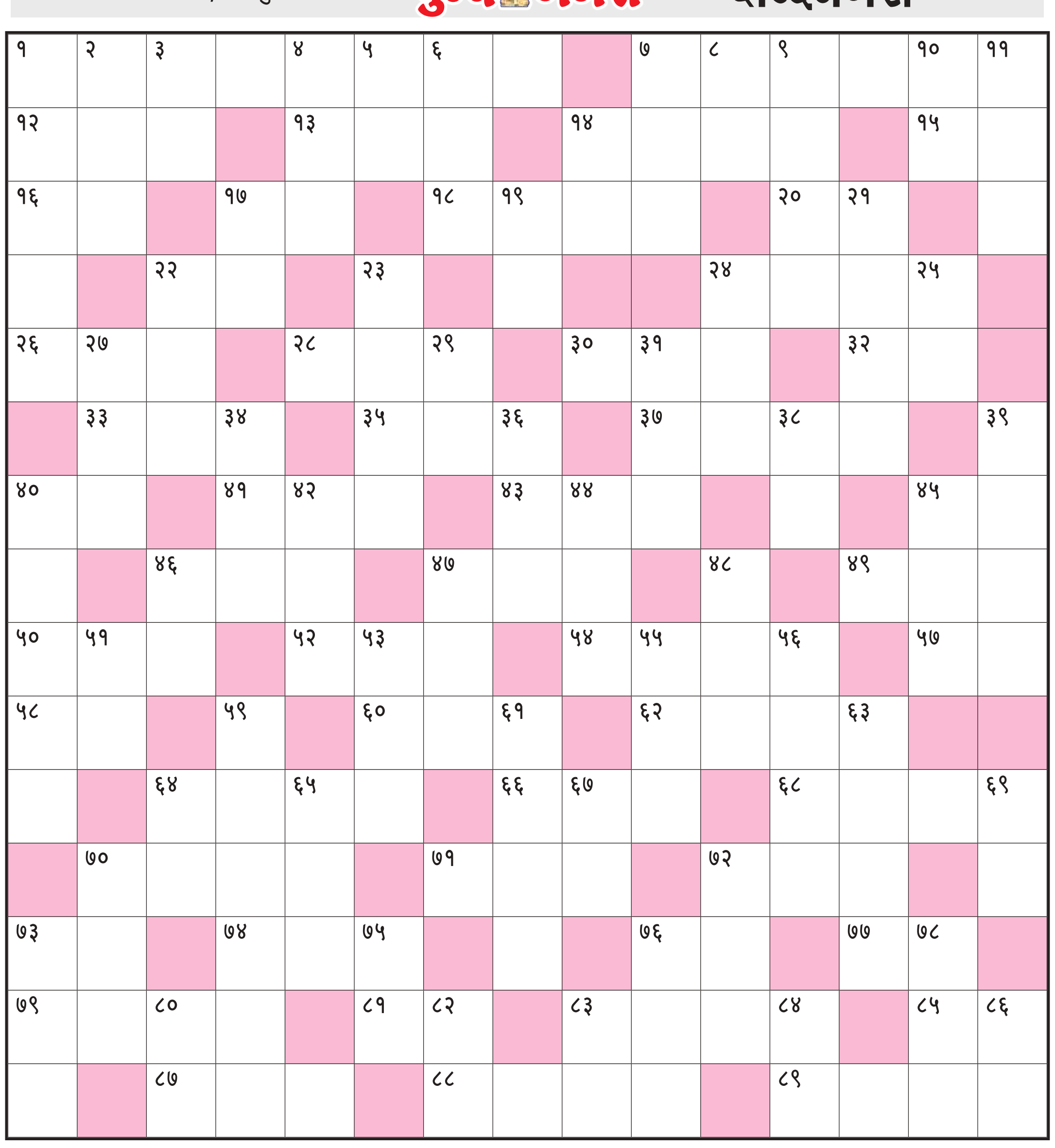
मुळात हिपॅटायटिस हा शब्द यकृताचा दाह निर्माण करणाऱ्या रोगांच्या समूहाला दिला जातो. यात विषाणू आणि तीव्र मद्यपान यांच्यामुळे होणारा दाहदेखील समाविष्ट करण्यात आलेला आहे. प्रत्येक विषाणू हा एका विशिष्ट सिंड्रोमला कारणीभूत असतो. हिपॅटायटिसचे संक्रमण झालेले बहुतांश रुग्ण योग्य उपचारांनी रोगापासून ६ महिन्यांच्या आत बरे होतात.

सह्याद्री हॉस्पिटलचे गॅस्ट्रोइंटरोलॉजिस्ट डॉ. सागर आडकर म्हणाले की, हिपॅटायटिस या रोगाचे संक्रमण होण्याचे प्रमुख कारण हे दूषित पाणी व संसर्गजन्य रक्त आहे. त्यामुळे अशा वातावरणात हिपॅटायटिस जर टाळायचा असेल तर प्रतिबंधात्मक काळजी घेणे गरजेचे आहे. जसे की, पिण्याचे पाणी उकळून पिणे, रस्त्यावरील उघड्यावरचे पदार्थ न खाणे, फळे व भाज्या स्वच्छ धुवून वापरात आणणे, इंजेक्शनची सिरिंज यापूर्वी वापरात आणलेली नाही ना याची खात्री करून घेणे, प्रकृती अस्वस्थ वाटल्यास ताबडतोब योग्य उपचार सुरू करणे आवश्यक आहे. हिपॅटायटिस ए या रोगावर मात करण्यासाठी काही साध्या उपाययोजना

अस्वच्छ अन्न आणि पाणी टाळणे , शौचास गेल्यानंतर हात स्वच्छ धुणे, संक्रमित व्यक्तीचं रक्त, मल, किंवा अन्य शारीरिक द्रवाशी संपर्क झाल्यास हात अगदी स्वच्छ धुणे, लोकांशी निकटचा संपर्क असणाऱ्या संस्थांमध्ये हिपॅटायटिस अ च्या जलद प्रसारासाठी पोषक वातावरण मिळते. त्यामुळे तेथे काम करणाऱ्या कर्मचाऱ्यांनी इम्यून ग्लोब्युलिन घेणे आवश्यक आहे, हिपॅटायटिस अ च्या विरोधात संरक्षण देणारी लस उपलब्ध आहे. पहिला डोस घेतल्यानंतर चार आठवड्यांनी लस संरक्षण देण्यास प्रारंभ करते. दीर्घ संरक्षणासाठी सहा ते बारा महिन्यांनी बूस्टर डोस देणे आवश्यक आहे.

पुण्यनगरी शब्दनगरी

मंगळवार, २८ जुलै २०१५



आडवे शब्द

१. नुकत्याच निधन पावलेल्या प्रसिद्ध मराठी चित्रपट निर्मात्या व अभिनेत्री
७. हिंदूंचा पवित्र धर्मग्रंथ
१२. कर्ज घेताना हमी म्हणून एखादी वस्तू गहाण ठेवणे
१३. वायू, हवा
१४. तपश्चर्येवर प्रसन्न होऊन देवाने दिलेली देणगी
१५. दही घुसळल्यावर उरलेला द्रव
१६. पवित्र, निर्मळ; पाकिस्तानचे संक्षिप्त रुप
१७. कर्ण, कर्णेंद्रिय
१८. सैन्याचा शिस्तबद्ध सराव, परेड
२०. गंध, परिमळ, राहणे
२२. रावणाची नगरी
२४. पसरलेले, उथळ
२६. शैली, ढब
२८. कुशल, निपुण, बुद्धिमान
३०. आंघोळ न केलेला
३२. रान, वन
३३. एक राशी; मगर
३५. फुरसत, रिकामा वेळ
३७. अद्भुत, नवल
४०. मिलाफ, जम, संगती, संयोग
४१. चीजवस्तू, माल, डाग
४३. विष्णूचे वाहन
४५. शर, तीर
४६. देवळाचा घुमट
४७. स्पर्धा, चढाओढ
४९. तांब्या, गडू
५०. पाण्याच्या घागरी खांद्यावरुन वाहून नेण्याचे एक साधन
५२. भिडस्त, लाजाळू
५४. प्रवास, मार्गक्रमणा
५७. सुभाष घई दिग्दर्शित दिलीपकुमार, अनिल कपूर, नसीरुद्दीन शहा, जॅकी श्रॉफ, अनुपम खेरचा एक चित्रपट
५८. भांगेच्या झाडापासून बनवलेला एक मादक पदार्थ
६०. एक भटकी जमात
६२. बडबड, वायफळ बोलणे
६४. उग्र वास
६६. जडच्या विरुद्ध
६८. दुबळा, अशक्त
७०. एकाच पातळीवर असलेले
७१. उत्पत्ती, निर्मिती
७२. आवळ्याची चव
७३. दानशूर
७४. वडिलांची आजी; गोव्याची राजधानी
७६. मंगेशकर भगिनींपैकी एक गायिका; दादा कोंडके यांच्या चित्रपटांतील प्रमुख नायिका (नाव)
७७. चित्त, अंतःकरण
७९. राजाची सभा, बैठक
८१. पुरुष जात
८३. आंब्याचा रस
८५. खोटाच्या विरुद्ध
८७. रत्न
८८. गोंधळ, गडबड
८९. देवीचा नऊ दिवस चालणारा उत्सव

उभे शब्द

१. 'उंबरठा', 'जैत रे जैत' या चित्रपटांतील नायिका
२. तारणारा, वाचवणारा
३. शेतात उगवलेले निरुपयोगी गवत
४. हजामत, केस कापणे
५. रामपुत्रांपैकी एक
६. कांचन, सुवर्ण
७. कैकयीचापुत्र
८. भीमाचे आयुध
९. रामाने १४ वर्षे भोगलेला
१०. 'गाढवापुढे वाचली ** अन् कालचा गोंधळ बरा होता'
११. शक्ती, सामर्थ्य, बळ
१४. आयुर्मान, उमर
१७. चुलता
१९. पवन, वारा
२१. लिंबाचे गोड पेय
२२. घड्याळाचा लोलक
२३. द्रौपदी वस्त्रहरण करणारा एक कौरवपुत्र
२४. अस्ताव्यस्त पडलेल्या वस्तू
२५. १००० किलो
२७. पंकज, सरोज
२९. स्वर, ध्वनी, आवाज
३१. रोख,नगद
३४. रसयुक्त, रसरशीत
३६. कपार, दरड
३८. कलेवर, प्रेत
३९. चाचा चौधरी या व्यंगचित्राचे जनक
४०. राहुल गांधी यांची काकी
४२. नमुना, उदाहरण
४४. लटका राग
४५. छोटे मूल
४६. बाजू घेणे; काठ, कडा
४७. भुगा, चुरा, कीस
४८. अद्भुत, नवल
५१. गणितातील उणे
५३. समीप, निकट
५५. पृष्ठभागावरचा निघालेला पातळ तुकडा
५६. पटकन, त्वरेने
५९. पुनः पुन्हा
६१. गाड्यांची वर्दळ, ये-जा
६३. घोडागाडी
६४. तग, निभाव, चिकाटी
६५. वागण्याची रीत, पद्धती
६७. लहान मुलांना टोचावयाचे औषध
६९. कामदेवाची पत्नी; सुंदर स्त्री
७०. पंडित रविशंकर यांचे वाद्य
७२. पाण्याचे उडणारे थेंब
७३. जिना, सोपान
७५. घोड्याच्या पाठीवरील खोगीर
७६. जाण, बोध, समज
७८. नट्टापट्टा, ऐट, दिमाख
८०. बंदुकीत ठासून भरलेली दारु
८२. गुर्मी, मस्ती, ताठा
८३. प्रतिष्ठा, डौल
८४. साल, वर्ष
८६. निशा, रजनी

कालच्या शब्दनगरीचे उत्तर

भा	र	त	र	त्न		कुं	भ	क	र्ण		वि	भी	ष	ण
ग्य		हा	त		आ	च	र	ट		आ		ती	ट	
वा	च	न		ब	द	ला		क	म	जो	र		को	प
न	ल		प	हा	र		फ	ट	क	ळ		ना	न	क
	बि	ज	व	र		गा	र		र		पा	स		ड
आ	च	म	न		अ	व	सा	न		सा	व	का	श	
सा	ल		पु	स	ट		ण		भा	म	टा		ह	वा
रा		प	त्र	क		आ		ल	ल	ना		ना	र	ळ
म	द	र		ल	क्षा	धी	श		जी		धा	गा		वं
बा	ल	वा	डी		र		रा	ग		स्त्री		सा	व	ट
पू		न	र	म		मु	ब	ल	क		ह	की	म	
	नां	गी		ल	ष्क	र		का		व	ड		न	थ
सं	ग		घा	ई		ली	द		तु	र	ळ	क		र
धा	र	दा	र		बा		ह	त्या		च		च	ट	का
न		वा		अ	प	मा	न		गा	ढ	व		क	प