

Retail inflation at 5-mth low of 4.28% in March

NEW DELHI, APRIL 12

The macro economic data released on Thursday showed encouraging signs with consumer inflation remaining moderate and industrial production posting good numbers.

Retail inflation slipped to a five-month low of 4.28 per cent in March, the third consecutive month of decline, mainly on account of easing food prices, including vegetables. Growth in demand for capital goods along with an increase in manufacturing activity drove industrial production growth to 7.1 per cent in February.

Factory output grew 7.1% in February

Radhika Rao, India Economist, DBS Bank, said an encouraging growth-inflation mix is on hand, as inflation moderated, whilst production numbers rang in another good month, helped by base effects when the demonetisation impact had depressed prices and economic activity.

The Assocham said indicators like an increase in demand for credit along with the ability of the producers to raise prices of non-food items point towards a confidence-building macro picture.

The inflation based on Consumer Price Index (CPI), a key data factored in by the RBI to arrive at interest rate, was 4.44 per cent in February. However, the March 2018 inflation is higher than 3.89 per cent recorded in the same month last year. — TNS

'Vitamin D deficiency taking shape of epidemic'

AGE CORRESPONDENT
NEW DELHI, APRIL 12

Around 88 per cent of the Delhi-NCR population surveyed suffered from Vitamin D deficiency which causes chronic muscle pain, spasms, low energy levels, depression etc, according to a recent report.

However, the bigger concern is that the population at large is not even aware of Vitamin D deficiency and its consequences.

A data analysis of people between the age group of 21 and 65 years from October 2017 to March 2018 showed insufficient Vitamin D presence. The age group of 21-35 years showed maximum insufficiency, according to the survey conducted by Associated Chambers of Commerce and Industry of India (ASSOCHAM).

The report said that eight out of ten people suffered from the deficiency. Around 55 per cent of sur-

■ **Around 88 per cent of the Delhi-NCR population suffers from a deficiency of vitamin D, according to a recent study**

vey respondents were under the age bracket of 20-29 years, followed by 30-39 years (26 per cent), 40-49 years (16 per cent), 50-60 years (approximately 2 per cent) and 60-80 years (1 per cent approximately).

Vitamin D deficiency can lead to bone mineralization, leading to bone softening diseases as rickets in children and osteomalacia and osteoporosis in adults.

Vitamin D deficiency can be easily corrected by Vitamin D supplementation or some lifestyle changes, said Dr H K Chopra, co-chairman of ASSOCHAM Healthcare Council.

Dr Chopra further said, insufficiency or non-expo-

sure to sunlight, staying in air-conditioned rooms for long hours during the day could be the prime reason behind the deficiency.

Low vitamin D levels are widely known to harm bones, leading them to become thin, brittle, soft or misshapen.

It is also to be noted here that Vitamin D is equally important for heart, brain, immune function and much more. Foods high in Vitamin D are fish, beef liver, egg yolks.

दिल्ली : दस में से आठ लोगों में विटामिन डी की कमी

नई दिल्ली। वैसे तो पूरे देश में लोगों में विटामिन डी की कमी खतरनाक स्तर तक पहुंच गई है, लेकिन राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र में यह समस्या विकराल है और यहां दस में से आठ लोग विटामिन डी की कमी के कारण मांसपेशियों में दर्द, ऐंठन, ऊर्जा की कमी और अवसाद आदि की समस्या से जूझ रहे हैं।

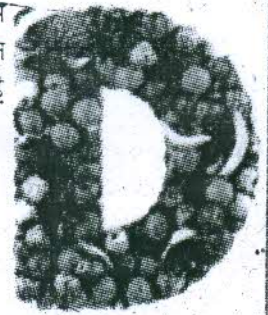
राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र में करीब 88 प्रतिशत लोगों में विटामिन डी सामान्य से कम है। सबसे बड़ी समस्या यह है कि बड़ी संख्या में लोगों को विटामिन डी की कमी और इसके दुःप्रभावों की जानकारी ही नहीं है। एसोचेम के एक ताजा अध्ययन के अनुसार करीब 85 प्रतिशत लोगों में इस विटामिन की कमी लम्बे समय तक वातानुकूलित

कमरों में रहने और धूप में नहीं आने के कारण है। पिछले साल अक्टूबर से इस वर्ष मार्च

तक

21 से 65 आयु वर्ग के लोगों के नमूनों की जांच में विटामिन डी की मात्रा अपर्याप्त पाई गई। इनमें से 21 से 35 आयु वर्ग के लोगों में इसकी सबसे अधिक कमी पाई गई। विटामिन डी की कमी से बच्चों में हड्डी की कमजोरी हो जाती है और हड्डी की कठोरता में कमी आती है तथा वयस्क लोगों में ओस्टियोमलाकिया और ओस्टियोपोरोसिस बीमारी होती है। विटामिन डी की कमी की समस्या का समाधान दिनचर्या में बदलाव और

इस
विटामिन
से जुड़े



अतिरिक्त पोषक तत्वों से किया जा सकता है। चिकित्सकों के अनुसार वातानुकूलित कमरे में दिन में अधिक समय तक रहने और सूरज की रोशनी में नहीं आने के कारण विटामिन डी की कमी हो जाती है। देश में लोगों में विटामिन डी की कमी की समस्या तेजी से बढ़ रही है। पुरुष, महिला और बच्चे समान रूप से इसकी कमी की समस्या से जूझ रहे हैं।