



എവർക്കും ഇന്ത്യൻ - വിഷ്വ - റിസാർ  
ആര്യംസക്ഷ

# LOURDES PULSE

House Journal of Lourdes Hospital

മാർച്ച് 8 ലോകമെമ്പാടുമുള്ള വനിതകൾക്കായി ഒരു ദിനം. ആരോഗ്യം, വിദ്യാഭ്യാസം, സാമ്പത്തികം, രാജ്യീയം, തൊഴിൽ, കുടുംബം തുടങ്ങിയ വിവിധ മേഖലകളിൽ സ്ത്രീകൾ നടത്തിയ മുന്നേറ്റത്തിന്റെ ഓർമ്മപ്പെടുത്തലുമായി മറ്റാരു വനിതാദിനം കൂടി കണ്ണുപോയി. ഓരോ വനിതാദിനത്തിനും ഒരുപാട് ചർത്തനിമിഷങ്ങളുടെ ഓർമ്മകൾ കൂടുണ്ട്. സന്തം ജോലി സ്ഥലത്തെ സൗകര്യങ്ങളും ജീവിതസാഹചര്യങ്ങളും മെച്ചപ്പെടുത്താൻ സ്ത്രീകൾ നടത്തിയ മുന്നേറ്റത്തിന്റെ പിൻബലവും പുരുഷന്മാരുടെ തന്നെ അർഹിക്കുന്ന വേതനം ലഭിക്കുവാൻ നടത്തിയ നിരന്തരപോരാട്ടങ്ങളും അതിലും സ്ത്രീകൾ നേടിയ വിജയത്തിന്റെ കമകളും ഇവയിൽ ചിലതുമാത്രം. ഇത്തരം സാഹചര്യങ്ങളിലെല്ലാം അവകാശങ്ങളെക്കാൾ കൂടുതൽ അവർ ശമ്പളമായിരത്തിയത് തങ്ങളുടെ സുരക്ഷയ്ക്ക് വേണ്ടിയായിരുന്നു. മറ്റ് തെരേസേ മുതൽ മലാല വരെ വിസ്മരിക്കാനാവാത്ത ഒരുപാട് സ്ത്രീ വ്യക്തിത്വങ്ങളുടെയും സ്ത്രീശാക്രാന്തികരണത്തിനായി പ്രവർത്തിക്കുന്ന ഓരോ വ്യക്തിയുടെയും ത്യാഗത്തിന്റെയും വിജയങ്ങളുടെയും കമകൾ നമുക്ക് നൽകേണ്ട അനുസ്മരിക്കാം. സ്ത്രീകളെ ബഹുമാനിക്കാനും അംഗീകരിക്കാനും അവരുടെ അഭിപ്രായങ്ങൾക്കും ഇഷ്ടങ്ങൾക്കും വില കൽപ്പിക്കാനും ഉള്ള പരിഗ്രിലെന്ന് ഓരോ മാതാപിതാക്കളും തങ്ങളുടെ ആശിക്കൂട്ടുകൾക്ക് കൊടുത്തെങ്കിൽ മാത്രമേ ചിന്താഗതികളിൽ മാറ്റം വരികയുള്ളൂ.

അതുപോലെതന്നെ ദൈവാനുഗ്രഹത്തിന്റെ പ്രത്യേക മാസമാണ് മാർച്ച്. തിരുകുട്ടബാത്തിന്റെ കാവൽക്കാരനും തൊഴിലിന്റെ മദ്യസ്ഥനുമായ വി.യു.സേപ്പിതാവിന്റെ മഹാത്മരുന്നാൾ ദിനം കൂടി ആണ് മാർച്ച് 19. കൂടാതെ ആരോഗ്യമേഖലയ്ക്കും ഏറെ പ്രിയപ്പെട്ടതാണ് മാർച്ച് മാസം. ലോക വ്യക്ത ദിനം, നോ സ്മോകിംഗ് ഡേ, ഓറൽ ഫെറ്റിൽ ഡേ, സ്റ്റീപ് ഡേ തുടങ്ങി ശരിയായ വോയ വൽക്കരണം ആവശ്യമുള്ള നിരവധി ആരോഗ്യ വിചാരങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള ഓർമ്മപ്പെടുത്തലുകൾ ആണ് മാർച്ച് മാസം. ലോകമെമ്പാടും കോവിഡ് ഏന മഹാമാരിയെക്കു പോരാട്ടം ഇന്ന കാലാലട്ടത്തിൽ സന്തം ആരോഗ്യവും കുടുംബത്തിന്റെ സുരക്ഷയും ചോദ്യ ചിന്മായി നിൽക്കു ദൈര്ഘ്യപൂർവ്വം ത്യാഗമനോഭാവത്തോടെയും സമർപ്പണമോഡേയതോടെയും സേവനത്ത് പരത യോടെയും പ്രവർത്തിക്കുന്ന ലൃർദിലെ എല്ലാ സംരക്ഷകൾക്കും ഉത്കൃഷ്ടവനിതകൾക്കും ഉള്ള ആര്യവും പിന്തുണയും ആകട്ട ഇന്ന ലൃർദി പർശ്. സ്ത്രീകൾ സമൂഹത്തിനു വേണ്ടിയും കൂടുംബത്തിന് വേണ്ടിയും ചെയ്യുന്ന കാര്യങ്ങൾ ഒരിക്കൽകൂടി നമുക്ക് നൽകേണ്ട അർക്കാം.

സ്നേഹപൂർവ്വം

ഫാ. ഐഷ്ജു അശ്രൂസിൻ തോപ്പിൽ  
യയറക്കു

## NEW APPOINTMENTS

## Congratulations



Rev. Fr George Sequiera  
Associate Director



Dr. George Thayil  
Deputy Medical Superintendent

## Hearty Welcome



Dr. Sona Susan Abraham  
Consultant - Endocrinology  
MBBS, Diplomate in Internal Medicine, Diplomate in Endocrinology,  
Diabetes & Metabolism, FACP FACE



Dr. BLESSY JACOB  
Senior Resident  
Anaesthesiology & Critical Care



Dr. ANIT JOSE  
Junior Medical Officer  
Cardiology



Dr. TOM THOMAS  
Junior Consultant  
Cardiac Anaesthesiology



Rev. Msgr. Joseph Etturuthil



കേരളത്തിലെ പ്രാരംഭിത്യ സമൂഹത്തിന് പതിറ്റാണ്ണകളായി ഗുരുസ്ഥാനീയനായും വരപ്പും അതിരുപതയുടെ മുൻ അധ്യാത്മിനിസ്ട്രേറ്ററായും, ദിർപ്പാലകാലം സെൻസർ ജോസഫ് പൊരിമിപ്പിച്ചുതു സെമിനാറി രൂക്ഷരായും കഴിഞ്ഞ 8 വർഷകാലമായി വേദനിക്കുന്ന മനസ്സുകൾക്ക് സാന്തരനമായി ലൃർദ്ദം ആശുപത്രിയുടെ ആരമ്പിയ ഗുരുവും പാസ്റ്ററിൽ കൈയർ വിഭാഗം മേധാവിയുമായും സേവനം അനുഷ്ഠിക്കുന്ന പെരിയ ബഹുമാനപ്പെട്ട മോൺ. ജോസഫ് എടുത്തതിലിനു പ്രാരംഭിത്യ സുവർണ്ണ ജുഡിലിയുടെ പ്രാരംഭമനാശംസകൾ.

# കോവിഡ് വാക്സിൻ

കോവിഡ് വാക്സിനേഷൻ കോവിഡ് 19 രോഗത്തിനെന്തിരു നമ്മുടെ ശരിരം പ്രതിരോധഗേഷി വളർത്തുന്നതിനും അതുവഴി നമുക്ക് രോഗം വരാതിരിക്കാനും വന്നാൽ തന്നെ അസുഖം തീവ്രമാകാതിരിക്കാനും സഹായിക്കുന്നു. കോവിഡ് വാക്സിനുകൾ പലതരത്തിൽ ഉണ്ട്. ഇത്യുള്ള ഇപ്പോൾ ലഭ്യമായ പ്രധാനപ്പെട്ട വാക്സിനുകൾ കോവിഡിൽ, കോവാക്സിൻ എന്നിവയാണ്.

## കോവിഡിൽ വാക്സിൻ

ഒക്സ്‌ഫോർഡ് സർവ്വകലാശാലയും അസ്‌ട്രോ സൈനികയും സംയുക്തമായി വികസിപ്പിച്ചടക്കത്തും, ഇത്യുള്ള സിറിം ഇൻറ്റിറ്റുട്ട് നിർമ്മിക്കുന്നതുമായ വാക്സിൻ ആണ് ഈ. ശാസ്ത്രീയമായി ഈ ഒരു വൈറ്റ് വൈക്ട് വാക്സിൻ ആണ് അതായത് ശക്തികുറഞ്ഞ അധിനോഭവൈറ്റിൽ കോവിഡ് വൈറ്റൈസിൽ നിന്നും പ്രോട്ടോക്രൈൻ റീകോബിനെന്ന് ദക്ഷനോളജി വഴി ഘടിപ്പിച്ചിരിക്കുന്നു. ഈ വാക്സിൻ എടുക്കുന്നോൾ നമ്മുടെ ശരിരം ഈ പ്രോട്ടോടെന്തിരെയുള്ള ആർട്ടിഫോഡി ഉള്ളവാം പ്രതിരോധഗേഷി ആർജിക്കുന്നു.

## കോവിഡിൽ എത്ര ദോസ് എടുക്കണം

2 ഡോസ്, 4-6 ആഴ്ച ഇടവിട്ട്, ഇൻട്രാമസ്കുലാർ ഇൻജക്ഷൻ ആയി എടുക്കണം. ഈ വാക്സിൻ 2-8° C താപനിലയിലാണ് സൃഷ്ടിക്കേണ്ടത്.

## കോവിഡിൽ സ്രീകരിക്കാൻ പാടില്ലാത്തവർ

1. 18 വയസ്സിൽ താഴെയുള്ളവർ
2. ഗർഡിലികൾ, മുലയുടുന്ന അമ്മമാർ
3. വാക്സിൻ എടുക്കുന്നതിന് മുമ്പ് താഴെപറയുന്ന വിഭാഗത്തിൽ ഉള്ളവർ ആരോഗ്യവിദ്വർദ്ധിക്കുന്നതു ഉപദേശം തേടുണ്ടാണ്
  - a. ഗുരുതരമായ അലർജി (അനാപിലാക്സിൻ) ഉള്ളവർ, ഏതെങ്കിലും ഭക്ഷണം, മരുന്ന്, വാക്സിൻ, വാക്സിൻ ഘടകങ്ങൾ എന്നിവയോട് അലർജി ഉള്ളവർ
  - b. പതി അല്ലെങ്കിൽ മറ്റു ഏതെങ്കിലും അസുഖം വന്നിരിക്കുന്നവർ അത് ദേഹാകുന്നതിന് മുമ്പ്
  - c. രക്തം കൂടു പിടിക്കാത്ത അവസ്ഥ ഉള്ളവർ
  - d. രോഗപ്രതിരോധഗേഷി കുറവുള്ളവർ അല്ലെങ്കിൽ അത് കുറയ്ക്കുന്ന മരുന്നുകൾ കഴിക്കുന്നവർ

വാക്സിൻ എടുത്താൻ പ്രത്യേകിക്കാവുന്ന പാർശ്വഹലങ്ങൾ സാധാരണയായി കാണുന്നത് :

ഇൻജക്ഷൻ എടുത്ത സുലഭത്ത് വേദന, നിർ, ശരീരത്തിന് കഷിണം, നേർണ്ണയപഠി, തലവേദന, സന്ധിവേദന, പേരിവേദന, മനംപുരുത്ത്

## കോവാക്സിൻ

ഭാരതം പ്രതിരോധഗേഷി ഇന്ത്യയിൽ വികസിപ്പിച്ചടക്കത്തിലെ വാക്സിനാണ്. ശാസ്ത്രീയമായി ഈ ഒരു ഇന്റൊക്ടിവോ റൈറ്റ് (Inactivated) വാക്സിൻ ആണ്. കോവിഡ് വൈറ്റൈസിനെന്നതെന്ന നിർജിവമാക്കിയിട്ടാണ് ഈ തീരുമാനിക്കുന്നത്. ഇപ്പോൾ ഈ വാക്സിൻ ഫോസ്-3 സീറിക്കൽ ട്രയൽ ആയി അടിയന്തരം ഉപയോഗത്തിനായി ആണ് അനുവാദിച്ചിട്ടുള്ളത്. 2 ഡോസ് വാക്സിൻ 4 ആഴ്ച ഇട



Dr. Renjini Joseph  
Consultant - Microbiologist

വിട്ടു എടുക്കണം. 2-8° C താപനിലയിലാണ് സൃഷ്ടിക്കേണ്ടത്.

## കോവിഡ് വാക്സിൻ എടുത്തു കഴിഞ്ഞാൽ എത്രയോക്കും ശ്രദ്ധിക്കണം?

2-ഓമരത ഡോസ് എടുത്തു കഴിഞ്ഞ 2 ആഴ്ച കുടി കഴി ഞ്ഞാലാണ് രോഗപ്രതിരോധഗേഷി കൂടുതലായും ലഭിക്കുന്നത് എന്ന് പറഞ്ഞു കാണിക്കുന്നു. അതിനു മുമ്പും പ്രതിരോധഗേഷി ലഭിച്ചു തുടങ്ങിയെങ്കാം. എന്നിരുന്നാലും ഈ സമയത്ത് കോവിഡ് -19 അസുഖം വരാനുള്ള സാധ്യത പൂർണ്ണമായും തള്ളിക്കള്ളയാൻ സാധിക്കില്ല. അതുകൊണ്ട് മാസ്ക് ഉപയോഗം, കൈകളുടെ ശുചിത്വം, സാമൂഹിക അകലം പാലിക്കൽ എന്നിവ നമ്മൾ തുടരണം.

## കോവിഡ് പോസിറ്റീവ് ആയവരും വാക്സിൻ എടുക്കണാണ്?

കോവിഡ് രോഗം വന്ന് ഭേദമായികഴിഞ്ഞ ഒരു മാസം കഴിയുന്നോൾ വാക്സിൻ എടുക്കാം എന്നാണ് ഇപ്പോഴത്തെ നിർദ്ദേശം. ഇങ്ങനെ ഉള്ളവരിൽ വാക്സിൻ എടുക്കുന്നോൾ ആർട്ടിഫോഡിക്കൾ നന്നായി ഉണ്ടാകുന്നു എന്നാണ് പറഞ്ഞു കാണിക്കുന്നത്.

## വാക്സിൻ എടുത്തു കൊണ്ട് കോവിഡ് ടെസ്റ്റ് പോസിറ്റീവ് ആകുമോ?

ഒരിക്കലും ഇല്ല, ഈ വാക്സിനിൽ ജീവനുള്ള കൊറോൺ വൈറ്റാം അടങ്കിയിട്ടില്ലാത്തിനാൽ നമുക്ക് രോഗം ഉണ്ടാകുകയോ, എന്ന് പോസിറ്റീവ് ആകുകയോ ഇല്ല, രോഗപ്രതിരോധഗേഷി ആർജിക്കുന്നതിൽ മുമ്പ് കോവിഡ് രോഗം സന്ദർഭത്തിലും വന്നാൽ മാത്രമേ RTPCR, Antigen ടെസ്റ്റുകൾ പോസിറ്റീവ് ആവുകയുള്ളൂ.

നാളിതുവരെ ഇന്ത്യയിലും വിവേശരാജ്യങ്ങളിലുമായി കോവിഡ് വാക്സിൻ ലക്ഷ്യക്കൊന്നിൽ ആളുകൾക്ക് നൽകി കഴിഞ്ഞു ഇന്ത്യവരെ ഗുരുതരമായ പാർശ്വഹലങ്ങൾ വരുത്തായി റീപ്പോർട്ട് ചെയ്യപ്പെട്ടിട്ടില്ല. ഇപ്പോഴുള്ള അവിവനുസരിച്ച് ഈ വാക്സിനുകൾ താരതമേന്ന സുരക്ഷിതമാണ് എന്നും പ്രതിരോധഗേഷി നൽകാൻ കഴിവുള്ളവയാണ് എന്നും തെളിയുന്നു.

100 ശതമാനം പേരിലും ശക്തമായ പ്രതിരോധഗേഷി നൽകുന്നില്ലെങ്കിൽ പോലും തീവ്രമായ കോവിഡ് രോഗത്തിൽ നിന്നും മരണത്തിൽ നിന്നും പ്രതിരോധം ശരീരത്തിൽ നൽകാൻ ഇല്ല വാക്സിനുകൾക്ക് സാധിക്കും എന്നും പറഞ്ഞു സ്ഥിരീകരിക്കുന്നു.





## ഗർഭാശയമുവ കാൺസൾട്ടന്റ് പ്രതിരോധവും ചികിത്സയും



Dr. Binu Sebastian  
Senior Consultant  
Obstetrics & Gynaecology

സ്ത്രീകളിൽ കാണുന്ന അർബുദരോഗങ്ങളിൽ രണ്ടാം സ്ഥാനത്താണ് ഗർഭാശയമുവ കാൺസൾ. പ്രാരംഭം തിരിൽ കണ്ണെത്തിയാൽ പൂർണ്ണമായും ചികിത്സിച്ചു ഭേദമാ കാണുന്ന ഈ രോഗത്തിന്റെ സ്കൈൻസിംഗ് തയ്യാറാരംഭ തിരിൽ തന്നെ തുടങ്ങേണ്ടതാണ്.

### എന്താണ് ഗർഭാശയമുവ കാൺസൾ ?

ഗർഭാശയമുവത്തെ കോശങ്ങൾ അസാധാരണ രീതിയിൽ വളരുന്നതാണ് ഗർഭാശയമുവ കാൺസൾ. ഗർഭാശയത്തിനു കുറേതുകൊണ്ടു പുറതെതുകൊണ്ടു വളരുന്ന മുഴകളായിട്ടാണ് ഈ കാണുന്നത്. 99 ശതമാനം രോഗികളിലും ഈ രോഗ തിന്ന് കാരണമായി കാണുന്നത് ലൈംഗികമായി പകരുന്ന ഫൂമൻ പാപ്പിഡ്സാമാ വൈറസ് (HPV) രോഗബാധയാണ്.

### എങ്ങനെയാണ് ഗർഭാശയമുവ കാൺസൾ ഉണ്ടാകുന്നത്?

20 വയസ്സാകുന്നതിനും മുമ്പേ തുടങ്ങുന്ന ലൈംഗിക ജീവിതം, ഒന്നിൽ കൂടുതൽ ലൈംഗിക പങ്കാളികൾ, രണ്ടിലധികം പ്രസവം, പുകവലി, അഞ്ച് വർഷത്തിൽ കൂടുതൽ തുടർച്ചയായ ഗർഭനിരോധനഗുളികകളുടെ ഉപയോഗം ഇവയെല്ലാം ഗർഭാശയമുവ കാൺസൾ വരാനുള്ള സാധ്യത കൂടുന്നു.

### എത്ര പ്രായത്തിലാണ് ഈ രോഗബാധ കൂടുതൽ കാണുന്നത്?

30-നും 45-നും ഇടയിൽ പ്രായമുള്ളവർലാണ് ഈ കൂടുതലായി കാണുന്നത്. 20-നും 39-നും ഇടയിൽ പ്രായമുള്ള സ്ത്രീകളിൽ ഉണ്ടാകുന്ന അർബുദമരണത്തിൽ നിന്ന് പ്രധാന കാരണം കൂടിയാണിത്.

### ഈ സാധികാതിരിക്കാൻ എന്താക്കു ചെയ്യാം?

9 വയസ്സുമുതൽ തുടങ്ങാവുന്ന HPV പ്രതിരോധകുത്തി വെപ്പ് കൊണ്ടും 25 വയസ്സുമുതൽ തുടങ്ങേണ്ട സ്കൈൻസർ പരിശോധന വഴിയും നേരത്തെ തന്നെ കണ്ടുപിടിച്ചു ഈ രോഗം മാരകമായി നമ്മുടെ സംരക്ഷിക്കാം.

### സ്കൈൻസർ പരിശോധന എന്നാൽ എന്താണ് ഉദ്ദേശിക്കുന്നത്?

ഗർഭാശയമുവത്തുനിന്നും യോനിയിൽ കൊഴിഞ്ഞുവിഴുന്ന കോശങ്ങളിൽ കാൺസൾ തുടക്കമായ അപാകതയും സേഭ എന്ന് നോക്കുന്ന പാപ് സ്മിയർ (PAP Smear) പരിശോധനയും, ഇതേ കോശങ്ങളിൽ HPV ബാധിച്ചിട്ടുണ്ടാകുന്ന വ്യതിയാനങ്ങൾ ഉണ്ടോ എന്ന് കണ്ടുപിടിക്കുന്ന HPV-DNA പരിശോധനയും ആണ് സ്കൈൻസർ പരിശോധനയിൽ പെടുന്നത്. 25 വയസ്സു പൂർത്തിയാകുന്ന സേഭ മുതൽ മുന്ന് വർഷം കൂടുതുണ്ടാണ് പാപ് സ്മിയർ പരിശോധനയും, അഞ്ച് വർഷം കൂടുതുണ്ടാണ് HPV-DNA പരിശോധനയും ചെയ്യേണ്ടതാണ്.

### HPV പ്രതിരോധകുത്തിവെപ്പ് എങ്ങനെയാണ്

#### എടുക്കേണ്ടത്?

ലൈംഗികജീവിതം തുടങ്ങുന്നതിനും മുമ്പ് തന്നെ പ്രതിരോധ കൂത്തിവെപ്പ് എടുക്കുന്നതാണ് ഉത്തമം. 9 മുതൽ 15 വയസ്സു വരെ പ്രായമുള്ളവർക്ക് 6 മാസം ഇടവിട്ട് 2 ഡോസ് എടുത്താൽ മതിയാവും, 15-നും 45-നും ഇടയിൽ പ്രായമുള്ളവർക്ക് ആദ്യത്തെ ഡോസ് കഴിഞ്ഞാൽ ഒന്നാം മാസവും

ആരാം മാസവുമായി മുന്ന് ഡോസ് എടുക്കേണ്ടി വരും. ഗർഭകാലത്ത് ഈ വാക്സിൻ ഒഴിവാക്കുന്നതാണ് നല്ലത്. HPV പ്രതിരോധ കൂത്തിവെപ്പ് ഗർഭാശയമുവ കാൺസൾ നിന്നും 96% സുരക്ഷ നൽകുന്നു.

### HPV വാക്സിനേഷൻ ചെയ്തവർ സാധാരണയുള്ള സ്കൈൻസർ പരിശോധന നടത്തേണ്ടതുണ്ടോ?

HPV പ്രതിരോധ കൂത്തിവെപ്പ് എടുത്തവരും 65 വയസ്സു വരെ സ്കൈൻസർ പരിശോധനയും ചെയ്യാം വിധേയരാക്കണം. 50 വയസ്സിനും ശേഷം ചെയ്ത മുന്ന് പാപ് സ്മിയർ പരിശോധന അമീവാം, രണ്ട് കോടെസ്ട് (HPV-DNA + PAP Smear test) നെറ്ററീവ് ആണെങ്കിൽ 65 വയസ്സിനും ശേഷം സ്കൈൻസർ പരിശോധന നടത്തേണ്ടതില്ല. 65 വയസ്സു വരെ ചെയ്തിട്ടില്ലെങ്കിൽ, അതിനുശേഷം ചെയ്യുന്ന ഒരു കോടെസ്ട് നെറ്ററീവ് ആണെങ്കിൽ പിന്നീട് സ്കൈൻസർ പരിശോധന ചെയ്യേണ്ടതില്ല.

ലൈംഗികബധത്തിലും പകരുന്നതാണെല്ലാ HPV. അതുകൊണ്ട് ജീവിതപകാളിക്കും പ്രശ്നങ്ങൾ വരുമോ? HPV കോണ്ട് പുരുഷലിംഗത്തിലും കാൺസൾ വരാവുന്ന താണ്. അതുകൊണ്ട് പുരുഷന്മാർക്കും ലൈംഗികജീവിതം തുടങ്ങുന്നതിനും മുന്ന് വാക്സിനേഷൻ ചെയ്യേണ്ടതാണ്.

### ഗർഭാശയമുവ കാൺസൾ കണ്ടുപിടിച്ചാൽ അതിരെക്ക് ചികിത്സ എങ്ങനെയാണ്?

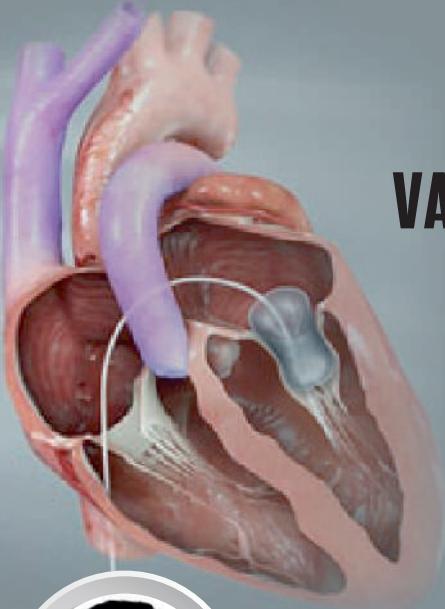
ഗർഭാശയമുവ കാൺസൾ എത്ര ലൈംഗത്തിലാണോ കണ്ണെത്തുന്നത്, അതിനുസരിച്ച് ചികിത്സാരിതിയിൽ വ്യത്യാസം വരാം. അത് തുടക്കാലിച്ചതിലാണ് കണ്ണെത്തിയത് എങ്കിൽ ശസ്ത്രക്രിയയും പിന്നീട് ആവശ്യമെങ്കിൽ മാത്രം കീമോതെരിപ്പിയോ റേഡിയോതെരിപ്പിയോ മതിയാകും. അവസാനാലിച്ചതിൽ ആണെങ്കിൽ കീമാറേഡിഫേഷൻ ചെയ്യാൻ സാധിക്കുകയുള്ളൂ.

### ചികിത്സ കഴിഞ്ഞാലും രോഗത്തിൽ നിന്നുള്ള അതിജീവനം എങ്ങനെയാണിക്കും?

കാൺസൾ തുടക്കത്തിൽ കണ്ടുപിടിച്ചാൽ പിന്നീടുള്ള അഞ്ച് വർഷത്തെത്തെടുത്തു അതിജീവനം 95 ശതമാനം ആണ്.

**ഓർക്കുക!** കൂട്ടുമായ സ്കൈൻസ് പരിശോധനകളിലും പ്രതിരോധ കൂത്തിവെപ്പുകളിലും നമ്മുടെ പെണ്ണൽത്തലമുറയെ സംരക്ഷിക്കാം.....

അതിവ ശ്രദ്ധയോടെ.... ഏറ്റും ജാഗ്രതയോടെ....



# BALLOON MITRAL VALVOTOMY



**Dr. Jinesh Thomas**  
Consultant Cardiologist

The prevalence of Rheumatic Heart Disease (RHD) in India is approximately 4-5/1000. Mitral stenosis (MS), part of the spectrum of RHD was initially treated with surgical mitral commissurotomy prior to the advent of Balloon Mitral Valvotomy (BMV). Before the advent of BMV, most patients with symptomatic MS were treated with surgical mitral commissurotomy, either open or closed. Closed mitral commissurotomy was first described by Harken and Bailey in the late 1940s. Subsequently, after the development of cardiopulmonary bypass, the open surgical commissurotomy replaced the closed technique in most countries in the late 1960s and early 1970s.

In 1982, Kanji Inoue, a Japanese cardiac surgeon, first developed the idea that a degenerated mitral valve could be inflated using a balloon made of strong yet pliant natural rubber.

Balloon Mitral Valvotomy is currently offered to patients with symptomatic severe Mitral Stenosis defined as a valve area <1.5 cm<sup>2</sup> in the absence of significant Mitral Regurgitation. Of the several types of balloons currently in use, the Inoue and Accura balloons are most commonly used. There are differences in balloon construction as well as ranges of inflatability for the two balloons. The Accura balloon is cheaper and is claimed to have better reusability and hence preferred in low income countries. Balloon size is determined by the height of the patient.

The balloon has 3 distinct portions with varying compliance and inflates sequentially on inflation. As pressure is gradually added, the distal portion of the balloon inflates first, the proximal portion inflates next causing the waist to be wedged at the mitral annulus. On further balloon inflation, the waist expands causing commissural split with attendant increase in valve area.

Prior to the procedure, a Trans Oesophageal Echo is done to rule out left atrial appendage clot and significant mitral regurgitation if any. A trans septal puncture is done with a specially designed needle and a steel wire is placed in the left atrium (LA). The balloon is tracked over the wire into the LA, steered into the left ventricle with a stylet and inflated to cause commissural split.



**Dr. Divya Jose**  
Senior Consultant - Obstetrics & Gynaecology

മാറുന്ന ജീവിതത്തെലിയുടെ ഭാഗമായി വസ്യത അനുഭവിക്കുന്ന ദമതികളുടെ ഏല്ലാം കൂടിവരുകയാണ്. നമുക്കുതന്നെ അറിയാവുന്ന എത്രയോ ദമതികൾ ഒരു കുഞ്ഞിനായി കാത്തിരിക്കുന്നുണ്ട്.

വസ്യതയ്ക്കുള്ള ഒരു ചികിത്സാരിതിയാണ് ഇൻട്രാസ്ട്രൈട്ടിക്കോർഡ് ഹൈംഗ്രാഫിക്കൽ (IUI). ഭർത്താവിൻ്റെ ബീജം പ്രത്യേക മീഡിയതിലുള്ള കടത്തിവിട്ട് കഴുകി സാധ്യത കൂട്ടി നില്ക്കുന്ന ബീജങ്ങൾ മാത്രം ശർഖപാത്രത്തിൽ നിക്ഷേപിക്കുന്ന രീതിയാണിത്.

ആർകാസ് ഇം ചികിത്സാരിതി വേണ്ടി വരുക?

- ബീജത്തിന് അനകം (motility) കുറവാണെങ്കിൽ
- ലൈംഗികബന്ധത്തിൽ ഏർപ്പെട്ടാൻ ബുദ്ധിമുട്ടുണ്ടെങ്കിൽ
- ഏൺഡോമെട്ടിയോസിസ് പോലെ ശർഖാരു ശേഷിയെ ഓയിക്കുന്ന അസുവാദങ്ങൾ ഉണ്ടെങ്കിൽ

വസ്യതയ്ക്ക് പ്രത്യേകിച്ച് കാരണങ്ങളാണും കണ്ണുപിടിക്കാൻ സാധിച്ചിട്ടുള്ളുണ്ട് (unexplained infertility) അണ്ണായാൽപ്പാദനത്തിനുള്ള മരുന്നുകൾക്കൊപ്പം, IUI ചെയ്യാറുണ്ട്.

ഇം ചികിത്സ രീതിക്ക് പാർശ്വഹാലങ്ങൾ പൊതുവേ വളരെ കുറവാണ്. അണ്ണുബാധ, ചെറിയ രക്തസാവം ഇവരെയാക്കുന്ന ചുരുക്കം ചിലർക്ക് ഉണ്ടാകാം. അണ്ണായാൽപ്പാദനത്തിനുള്ള മരുന്നുകൾ ഏടുത്ത് അണ്ണം റലീസായി എന്ന് അശ്രദ്ധാസൂഖ്യം നൽകാനിന്ന് വഴി ഉറപ്പിച്ചേണ്ട ഏകദേശം ഒരു മണിക്കൂറിനുള്ളിൽ സാമ്പിൽ തയ്യാറാക്കും. ഇത് ശർഖപാത്രത്തിൽ അണ്ണുവിമുക്തമായ രീതിയിൽ നിക്ഷേപിക്കാൻ 5 മിനിറ്റിൽ താഴെ സമയമേ ഏടുക്കുകയുള്ളൂ. അതു മണിക്കൂർ വിശ്രമിച്ച ശേഷം രോഗിക്ക് തിരിച്ചുപോകാം. ഈ സവിശേഷ ചികിത്സ വളരെ ചിലവ് കുറഞ്ഞതരീതിയിലാണ് ലഭ്യം ആശുപ്രതിയിൽ ചെയ്യുന്നത് വസ്യതയുടെ കാരണവും രോഗിയുടെ പ്രത്യേകതകളുമനുസരിച്ച് മുന്ന് തൊട്ട് ആരു പ്രാവശ്യം വരെ IUI ചെയ്യാം.

**LOURDES CENTRE FOR  
Mom & Baby**  
Excellence in Mom & Baby care

## BEAUTY TIPS

SUNSCREEN IS A MUST



**Dr. Krithi Ullal**  
Consultant - Dermatology

- Use sunscreen regularly to prevent / reduce marks, wrinkles and to improve your skin tone
- Re application is more important than just a higher SPF for protection.  
Re-apply every 3-4 hours
- Use sunscreen and get the glow you never found

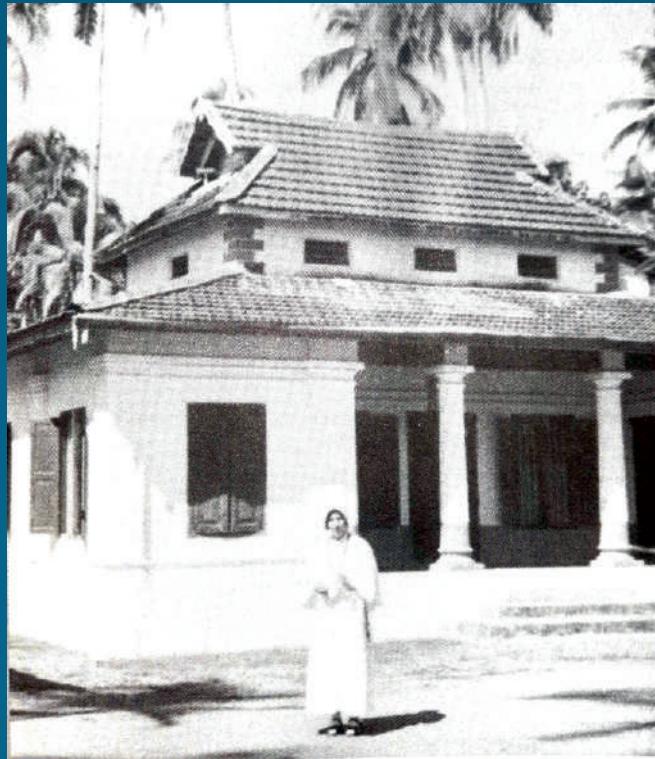


*Love your skin the way you love yourself and the world around you*



# Know your Lourdes

വിദ്യർത്ഥരയെ യോക്കുന്നതും അത്യാധുനിക തന്ത്ര സജ്ജീകരണങ്ങളുമുള്ള ലുർഡ് ആശുപത്രിയിലേക്ക് നിന്തുന്നതെന്നോണം ആയിരങ്ങെല്ല ആകർഷിക്കുന്നതിലെ കാത്തിക ശക്തി ഇവിടെ സേവനമനുഷ്ഠിക്കുന്ന സന്ദേശാംഗി സഹോദരിമാരുടെ സേവന തീക്ഷ്ണനെതാഴെന്ന്.



മാർത്തീ സഭ്യാർഡി സഹോദരി മുൻസിപൽ ടൗൺ പാർപ്പിറ്റർസി ആരംഭിച്ചു.

1922 മുതൽ ഇരുപതിരുണ്ട് വർഷകാലം എറണാകുളം ജനറൽ ആശുപത്രിയുടെ അമരകാരായിരുന്ന ചാരിറ്റി സി ഫ്ലൈംസ് ഓഫ് സെന്റ് ക്ലീറ്റിനാനിയോ ആർഡ് ജേറോസ (SCCG) സന്ദേശാംഗി സഹോദരിമാർ 1964 മുതൽ ലുർബിൽ ഒരു ചെറിയ കെട്ടിടത്തിൽ താമസിച്ചു കൊണ്ട് പ്രവർത്തനം തുടങ്ങി. എന്നാൽ ഒരേപ്രാശികമായി ലുർബ് ആശുപത്രി ആരംഭിച്ച 1965 മുതലാണ് ഇവരുടെ സേവന നേതൃത്വം ജനറലുമയാക്രമിച്ചത്.

കോൺഗ്രസ്സിന്റെ ഓഫ് തെരേസിയൻ കാർമ്മലൈറ്റസ് (CTC) 1965 സെപ്റ്റംബർ 10 മുതൽ ലുർബ് ആശുപത്രിയിൽ സേവനം ചെയ്യുന്നു. തങ്ങളുടെ നോവിഞ്ചുറ്റ് നടന്ന സഹാത്തിലേക്കുള്ള ഒരു തിരിച്ചുവരവായിരുന്നു അവർക്കത്.

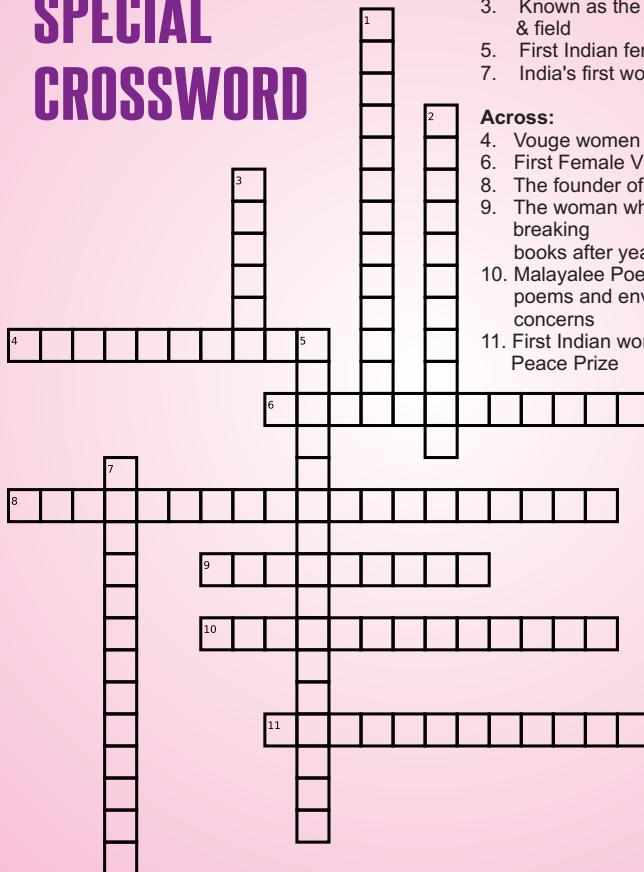
ദിനസേവന സഭ സിഡ്നൈംസ് 2000 ജൂൺ 9 മുതൽ തങ്ങളുടെ പ്രത്യേക സിഭികളുമായി ലുർബ് ആശുപത്രിയുടെ ഭാഗമാണ്. ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് റി സിഡ്നൈംസ് ഓഫ് അവർ ലേഡി ഓഫ് മഹാം കാർമ്മത്ത് (OCT 8th) സന്ദേശാംഗി സഹോദരിമാർ 2001 ഫെബ്രുവരി 20 മുതൽ ലുർബിൽ സമർപ്പിത സേവനത്തിൽ വ്യാപ്തരാണ്.

ഡോക്ടേഴ്സ് ഓഫ് ചാരിറ്റി ഓഫ് ദ മോസ്റ്റ് ഡ്രോഷ്യസ് സ്കൂൾ (DCPB) 2020 ഫെബ്രുവരി 1 മുതൽ നൃസിംഗ് രംഗത്തും നൃസിംഗ് വിദ്യാഭ്യാസ രംഗത്തും പ്രവർത്തിച്ചു വരുന്നു.

ഡോക്ടേഴ്സ് ഓഫ് ക്രൂസിൽ വെർജിൻ (DCV) സിസ്റ്റ്രേഴ്സ് 2020 നവംബർ 1 മുതൽ നൃസിംഗ് ശുശ്രൂഷാ രംഗത്തും നൃസിംഗ് കോളേജിലും സമർപ്പിത സേവനം നിർവ്വഹിക്കുന്നു.

ശാസ്ത്രസാങ്കേതികതയും ആത്മീയതയും ഇച്ചേരിന് ലുർബിൽന്റെ സാഖ്യദാനമുണ്ടാക്കുന്നതും അഭിവാജ്യാലടക്കങ്ങളാണ് ഈ സമർപ്പിത സമുദായം.

## WOMEN'S DAY SPECIAL CROSSWORD



### Down:

- First woman of Indian origin to travel to space
- Won more than 20+ International game titles
- Known as the queen of the track & field
- First Indian female doctor
- India's first woman President

### Across:

- Vogue women for the year 2020
- First Female Vice President of US
- The founder of modern nursing
- The woman who published record breaking books after years of failure
- Malayalee Poet Known for her poems and environmental concerns
- First Indian woman to win Noble Peace Prize

## MIND GAMES



Join all nine dots by drawing no more than four straight lines.

The straight lines must be continuous –

i.e. you must not lift your pen from the paper once you start drawing.

നിങ്ങളുടെ  
കഴിവുകൾ  
ലോകം  
അറിയാട്ട  
ലുർബ്  
പർസിലുടെ...



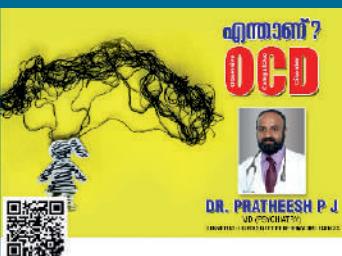
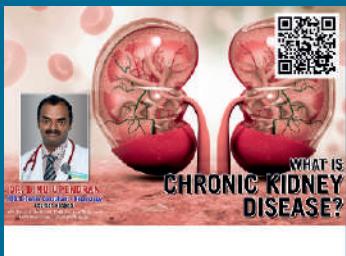
ലുർബ് കൂട്ടാംബാഗംങ്ങളുടെ വ്യത്യസ്തവും ക്രിയാത്മകവുമായ കഴിവുകൾക്ക് ലുർബ് പര്സിലെ വേദിയാരുക്കുന്നു. കമ, കവിത ചിത്രചം, തുടങ്ങിയ കലാരചനകൾ അടുത്ത പ്രകാശ മുതൽ ലുർബ് പര്സിൽ ...

നിങ്ങളുടെ കലാസ്കൂളികൾ lourdesrelations@gmail.com ലേക്ക് അയക്കു...  
2021 ജൂൺ 30 ന് മുമ്പ് തന്നെ....

# LOURDES IN SOCIAL MEDIA

## JANUARY - MARCH 2021

SCAN QR CODE TO WATCH THE VIDEOS



Dr. Emil J Thachil  
Consultant - Rheumatology

# രാത്രിയോഗം മുൻപുണ്ട്

എന്താണ് SLE?

സിസ്റ്റമിക് ലൈപ്സ് എൻറീതപ്പെടുന്നു. ഇത് ശരീരത്തിലെ രോഗപ്രതിരോധ സംവിധാനത്തെ ക്രമേണ യാതൊബാധിക്കുന്ന രോഗമാണ്. സാധാരണയായി രോഗ പ്രതിരോധ സംവിധാനം നമ്മുടെ ശരീരത്തിൽ പ്രവേശിക്കുന്ന ബാക്കിയിൽ, വൈറസ് മുതലായവയെ ചെറുത്ത് നിൽക്കുന്നു. എന്നാൽ ലൈപ്സ് അവസ്ഥയിൽ രോഗ പ്രതിരോധ സംവിധാനം ശരീരത്തിനെതിരായി പ്രവർത്തിച്ച് ആരോഗ്യമുള്ള കോഴ്സെങ്ങ് ഒളി നിർവ്വഹിക്കുന്നു. ഈ രോഗം നമ്മുടെ ശരീരത്തിലെ വക്കേകൾ, ധ്വദയം, ശാസകോശം, രക്തം, തരകൾ, തലച്ചോറ് തുടങ്ങിയ അവയവങ്ങളെ സാരമായി ബാധിക്കുന്നു.

## ലക്ഷണങ്ങൾ

- സന്ധി വാതം
- ശരീര വേദന, കഷിഞ്ഞം, പനി, ശരീര ഭാരം കുറയുക
- ത്വക്കിലുണ്ടാകുന്ന പാടുകൾ
- മുടി കൊഴിച്ചിൽ
- വൃക്ക സംബന്ധമായ രോഗങ്ങൾ
- രക്തത്തിലുണ്ടാകുന്ന ക്രമക്രോക്ക്, വിളർച്ച, വെളുത്ത രക്തം സൗക്രാന്തെ കുറവ്
- ശാസകോശ സ്ത്രീ വീക്കവും, ധ്വദയസ്ത്ര വീക്കവും മുലമുണ്ടാകുന്ന നെഞ്ചു വേദന
- വയറുവേദന
- തലവേദന, മാനസിക നിലയിലുള്ള വ്യതിയാനങ്ങൾ, ആഗ്രഹകുഴപ്പം, സൈക്കോസിന്, പക്ഷാഘാതം, ചുഴലി ദീനം
- വായിലും മുക്കിലുമുണ്ടാകുന്ന വേദനയില്ലാത്ത ചെറിയ പുണ്ണകൾ

ലൈപ്സ് രോഗനിർണ്ണയത്തിനായി സംസിദ്ധാത്മക രോഗ വിഭാഗങ്ങൾ രക്തം, മുത്രം എന്നിവ പരിശോധിക്കുന്നു.

**LOURDES HOSPITAL**

**WEBINAR ON**

**APRIL 3<sup>rd</sup> 2021**

**6 PM - 7 PM**

**PROGRAM**

1 - Introduction of speakers

2- Panel Discussion of 3 cases

a) PLACENTA ACCRETA  
b) SCAR ECTOPIC  
c) SCAR ENDOMETRIOSIS

**MODERATOR**

Dr. Praveena Elizabeth Joseph

**PANEL MEMBERS**

Dr. Binu Sebastian Dr. Chaitra.T.M. Dr. Divya Jose

**TOPIC**

CAESAREAN SECTION- 'A DOUBLE EDGED SWORD' EMERGING MANIFESTATIONS OF CAESAREAN SCAR DEFECTS IN REPRODUCTIVE AGED WOMEN

**SCIENTIFIC CO-ORDINATORS**

DR.H.KRISHNA MOORTHY HOD, UROLOGY & DR.BINU UPENDRAN HOD, NEPHROLOGY & TOXICOLOGY

**3. GUEST SPEAKER**

Topic: STRATEGIES TO REDUCE THE LONG TERM MORBIDITIES OF CAESAREAN SECTIONS.

Dr. Deepthy M. Senior Consultant, Wockhardt Hospital, Thrissur

**DISCUSSION**

**CONCLUDING REMARKS**

# NEWS & EVENTS @LOURDES

JANUARY - MARCH 2021



ലോകവുകൾന്തെനുബന്ധിച്ച്  
ഖൂർജാശുപത്രിയിലെ  
സാമ്പത്തികമായി ബുദ്ധിമുട്ട്  
അനുഭവിക്കുന്ന ധ്യാനിസിന്  
രോഗികൾക്ക് സാന്തര  
സ്പർശമായി ധ്യാനിസിന് റിഫ്രീ  
കാർഡ് പദ്ധതിക്ക് തുടക്കം കുറിച്ചു.



വന്യൂതാ ചികിത്സയ്ക്കായി  
മുപ്പത്തിയൊന്നാം വാർഡിൽ  
പുതുതായി ആരംഭിച്ച ഒരു യൂ  
ഐ (IUI) ലാബും പ്രോസൈജർ  
രൂമും .



കോവിഡ് 19 പ്രതിരോധ പദ്ധതി  
കളുടെ ഭാഗമായി ലൂർഡ്  
ആശുപത്രി ജീവനക്കാർക്കും  
പൊതുജനങ്ങൾക്കുമായി നടത്തിയ  
വാക്സിനേഷൻ അപ്പേം.



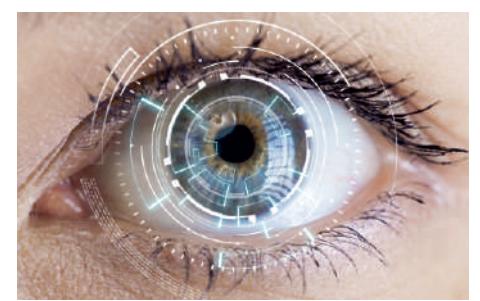
നിർണ്ണയം 2021 - അന്താരാഷ്ട്ര  
വന്നിതാഭന്തേനുബന്ധിച്ചു  
ലൂർഡ് ആശുപത്രിയിലെ വന്നിതാ  
ജീവനക്കാർക്കായി സംഘടിപ്പിച്ച  
ഗർഭാശയമുവ കാൺസൾ  
ബോധവാത്കരണ കൂസുകൾ,  
കലാമത്സരങ്ങൾ,ആരോഗ്യ  
സ്കൈനിംഗ് പാക്കേജുകൾ



രിവേറ ലാബ്സിൽക്കെ മോളിക്യൂലർ  
ഡയഗ്നോസ്റ്റിക് ലാബ് ലൂർഡ്  
ആശുപത്രിയിൽ പ്രവർത്തനം  
ആരംഭിച്ചു.



പൊതുജനവോധവൽക്കരണത്തി  
നായി ലൂർഡ് ഓർത്തോപൈഡിക്  
വിഭാഗത്തിൽക്കെ നേതൃത്വത്തിൽ  
തയ്യാറാക്കിയ ഫ്രീസപ്പിത്രം



കോവിഡ് മഹാമാരിയെ  
ചെറുക്കാൻ മുന്നണി  
പോരാളികളായി നിസ്വാർത്ഥ  
സേവനം അനുഷ്ഠിച്ച ലൂർഡിലെ  
മാലാവമാർക്ക് ആദരവ്



ഒപ്പത്താൽമോളജി വിഭാഗം  
സായാഹന ഓ പി ആരംഭിച്ചു  
വൈകിട്ട് 4 മുതൽ 6 വരെ

കേരള സർക്കാർ ആരോഗ്യ വകുപ്പിൽക്കെ  
നേതൃത്വത്തിൽ ലൂർഡ് ആശുപത്രിയുടെ  
സഹകരണത്തോടെ പൊതുജനങ്ങൾ  
കായി ചാത്യാത്ത് സ്കൂളിൽ ആരംഭിച്ച  
മെഗാ വാക്സിനേഷൻ ക്യാമ്പ്

# Lourdes in Limelight

*January - March  
2021*



മലയാളാധിക്രമം, ഇന്ത്യാധിക്രമം



കേരള കാമ്പസ്

## விடுக்கையுடெ காஸ்ஸர்

the first time in history that the  
United States has been involved in  
such a conflict.

## ഹൈത്തുകെയർ കോഴ്സ്

**କେହାନୀ •** ଲୁହିତ ଆଶ୍ରୟପତିତିରେ  
ଯାମାକାରୀ ପାଇଁ ଯାବଲାଗମନ୍ତର  
କୋଣପାଇଁ ଦେଇଲାଗମନ୍ତର  
ଦେଇଗଲାଗମନ୍ତର କେହାନୀ  
ଲେଖିଛନ୍ତି ଆମେଷକରି ସମ୍ବନ୍ଧିତା  
ନୂହିଲା ଅବସଥା ତିଥିରେ ବିବନ୍ଦ୍ୟ  
କରିଲାମା 15. ଖୁଲ୍ଲା ଟ୍ରେ ପଚାଶାଯାଇଲାକି  
ଆମେଷକରିକାବ୍ୟଙ୍କ 17 ପରିମଳ  
କରି କୋଣସ୍ବକରିକାବ୍ୟଙ୍କ  
କମ କମଣିଶ୍ଚିକ୍ରିତାରେ 0484-  
4215144



loss trigger depression?

**LOURDES  
PULSE**

Editorial Team :

Bey Fr Marydas

Dr George Thayil  
Dr H Krishnamoorthy  
Mrs. Navitha Mathew

### **Sub Committee :**

Mr. Sijo T I  
Mrs. Shyama Albert  
Mr. Alan John

**0484-4-121575**  
# Emergency

**0484-4-121231**  
# Ambulance

**0484-4-121233**  
# Information

**0484-4-121101**  
# Customer Service



PERFECTION IN LIFE CARE

# LOURDES HOSPITAL

Post Graduate Institute of Medical Science & Research



Lourdes Hospital Road, Kochi - 682 012, Kerala  
Tel: +91 484 4123456 Fax: +91 484 2393720  
Email: mail@lourdeshospital.in,  
[www.lourdeshospital.in](http://www.lourdeshospital.in)

