LOURDES HOSPITAL
www.lourdeshospital.in

LOURDES PULSE

A bulletin of Lourdes Hospital

12 pages
AUGUST 2011
Pilot Issue

SCANNING

Editorial
Page 2: Col.: 1

History Sheet
Page 2: Col.: 1

Signatures
Page 2: Col.: 2

വേദനയോട് സന്ധിചെയ്യാം
Page 3: Col.: 1

ചില ഉറക്ക വിശേഷങ്ങൾ
Page 4: Col.: 1

News Line
Page 6: Col.: 1

Adieu
Page 8: Col.: 1

സഹനത്തിന്റെ പട്ടുമെത്ത...
Page 8: Col.: 2

Higher Ends
Page 9: Col.: 2

Hair Fixing
Page 10: Col.: 1

New Comers
Page 11: Col.: 1

അവയവദാനം ജീവദാനം
Page 12: Col.: 2

ലൂർദ് പുതിയ ചിറകുമായ്

വരാപ്പുഴ അതിരൂപതയുടെ ആതുരശുശ്രൂഷാ കേന്ദ്രമായ ലൂർദ് ആശുപത്രി സേവനത്തിന്റെ പുതിയ ചിറകുകളുമായി അനന്തവിഹായസിലേക്ക് പറന്നുയരുന്നു. ആരോഗ്യരംഗത്തെ കടുത്ത മത്സരങ്ങളും പുത്തൻ രോഗങ്ങളുടെ ആവിർഭാവവും കണ്ടെത്തലുകളും ആതുരസേവനരംഗത്തെ വെല്ലുവിളികളാണ്. ഈ വെല്ലുവിളികൾക്ക് മറുകുറിയെന്നോണം സ്നേഹത്തിൽ സേവനം പകരുന്ന ലൂർദ് ആശുപത്രിയിൽ പുതിയ സംവിധാനങ്ങൾക്ക് രൂപം നൽകിയിരിക്കുന്നു.

റേഡിയേഷൻ ഒട്ടുമില്ലാത്തതും വേദനാരഹിതവും സുരക്ഷിതവുമായ എം.ആർ.ഐ. സ്കാൻ സെന്ററിന്റെ ഉദ്ഘാടനം ആഗസ്റ്റ് ഏഴിന് നിർവഹിക്കപ്പെടുന്നതോടെ ലൂർദ് ആശുപത്രിക്ക് അത്യാധുനിക സൗകര്യങ്ങളുടെ വർണ്ണച്ചിറകുകളാകുകയാണ്.

സന്ധിവാതം, സന്ധി തേയ്മാനം, ചർമാർബുദം, പ്രതിരോധശേഷി നഷ്ടപ്പെടുമ്പോഴുണ്ടാകുന്ന രോഗങ്ങൾ എന്നിവ സമൂഹത്തിൽ വർധമാനമായിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന സാഹചര്യത്തിൽ ഈ രോഗങ്ങൾക്ക് സമഗ്രമായ ചികിത്സ ലഭ്യമാക്കണമെന്ന ലക്ഷ്യത്തോടുകൂടിയാണ് റുമറ്റോളജി വിഭാഗത്തിന് രൂപം നൽകിയിരിക്കുന്നത്. റുമറ്റോളജിയിൽ പ്രത്യേക പരിശീലനം പൂർത്തിയാക്കിയ ഡോ. ജോ തോമസാണ് വകുപ്പു മേധാവി. കേന്ദ്രമന്ത്രി പ്രൊഫ. കെ.വി. തോമസിന്റെ പുത്രനാണിദ്ദേഹം. വാതസംബന്ധമായ എല്ലാ രോഗങ്ങൾക്കും ഈ വിഭാഗത്തിൽ സമഗ്രമായ ചികിത്സ ലഭ്യമായിരിക്കും.

രോഗനിർണയത്തിനുതകുന്ന അതിനൂതനസംവിധാനങ്ങളോടുകൂടിയ 1.5 ടെസ്ല 16 ചാനൽ എം.ആർ.ഐ. സ്കാനറാണ് ലൂർദിൽ സ്ഥാപിച്ചിരിക്കുന്നത്. നിലവിൽ ലൂർദ് റേഡിയോളജി ആന്റ് ഇമേജിംഗ് സെന്ററിൽ 16 സ്ലൈസ് സി.ടി. സ്കാൻ, മാമ്മോഗ്രം, അൾട്രാ സൗണ്ട് ഡോപ്ലർ, എക്സ് റേ തുടങ്ങിയ നൂതനഉപകരണങ്ങളുണ്ട്. ഇതിൽനിന്നും വളരെ വ്യത്യസ്തമായാണ് റേഡിയേഷൻ ഒട്ടുമില്ലാത്ത എം.ആർ.ഐ. സ്കാൻ. ഇതിൽ രോഗനിർണയം കൂടുതൽ വ്യക്തതയോടും കൃത്യതയോടും കൂടി മനസ്സിലാക്കാനും ചികിത്സ നൽകാനും സാധിക്കും.

Editorial

ഏറെ പ്രിയപ്പെട്ട ഓഗസ്റ്റ് മാസം

ഓഗസ്റ്റ് മാസം ലൂർദിന് ഏറെ പ്രിയപ്പെട്ടതാണ്. ഈ ശാന്തിനികേതത്തിനു അടിസ്ഥാനശില പാകിയിട്ട് ഈ മാസം അരനൂറ്റാണ്ട് തികയുന്നു. ലൂർദ് പ്രവർത്തന നിരതമായതും നാല്പത്തിയാറുവർഷം മുമ്പ് ഓഗസ്റ്റിലാണ്. എം. ആർ.ഐ. സ്കാനിന്റെ ഉദ്ഘാടനത്തോടെ ഈയാണ്ടിലും ഓഗസ്റ്റ് മാസം ലൂർദിൽ ചരിത്രമുഹൂർത്തം സൃഷ്ടിക്കുന്നു. ഇതിനു സാക്ഷ്യം വഹിക്കാൻ കഴിയുന്നതുതന്നെ സുകൃതം. കൊച്ചി നഗരത്തിൽ ലൂർദ് ആശുപത്രിക്കു അനന്യമായ സ്ഥാനം പിടിക്കാൻ ശ്രമംചെയ്ത പൈതൃകങ്ങൾക്കും സാരഥികൾക്കും മുന്നിൽ നമിക്കുന്നു. കൃപകൾ വർഷിക്കുന്ന അദ്ഭുത സാന്നിധ്യമായ മാതൃസവിധേ സ്വയം സമർപ്പിക്കുന്നു. ദീനസമൂഹസേവനത്തിനായി പ്രതിജ്ഞ പുതുക്കുന്നു. ലൂർദ് ആശുപത്രിയുടെ സ്പന്ദനങ്ങൾ സ്നേഹിതരിലേക്കും അഭ്യുദയകാംഷികളിലേക്കും എത്തിക്കണമെന്ന ലക്ഷ്യത്തോടെ 'ലൂർദ് പൾസ്' പ്രയാണം ആരംഭിക്കുന്നു. ലൂർദിനെസ്നേഹിക്കുന്ന എല്ലാവർക്കും ഒത്തിരി നന്ദി.

ഫാ. സാബു നെടുനിലത്ത്
ഡയറക്ടർ

HISTORY SHEET

2000 ഓഗസ്റ്റ് 20

വൈപ്പിൻ ദ്വീപുസമൂഹങ്ങളിലെ പാവപ്പെട്ട ജനങ്ങൾക്ക് ഉത്തമ ചികിത്സ, പ്രത്യേകിച്ച് മാതൃശിശു ശുശ്രൂഷ ലക്ഷ്യമാക്കി വൈപ്പിൻ, പെരുമ്പിള്ളിയിൽ ക്രിസ്തുജയന്തി ആശുപത്രി ഭാഗ്യ സ്മരണാർഹനായ ഡാനിയേൽ അച്ചാരുപറമ്പിൽ പിതാവ് ആശീർവദിച്ച് ആരോഗ്യമന്ത്രി വി സി കബീർ മാസ്റ്റർ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു.

1962 ഓഗസ്റ്റ് 15

പാർശ്വവൽക്കരിക്കപ്പെട്ട ജനങ്ങൾക്ക് സമഗ്രചികിത്സ എന്ന ഉദാത്തദർശനം അടിസ്ഥാനമാക്കി ലൂർദ് ആശുപത്രി വിഭാവനം ചെയ്ത് ഭാഗ്യസ്മരണാർഹനായ ജോസഫ് അട്ടിപ്പേറ്റി പിതാവ് പരിശുദ്ധ അമ്മയുടെ സ്വർഗ്ഗാരോഹണ ദിവസമായ ഓഗസ്റ്റ് 15-ാം തീയതി അടിസ്ഥാനശില ആശീർവദിച്ചു.

1965 ഓഗസ്റ്റ് 15

യേശുവിന്റെ സ്നേഹം സേവനത്തിലൂടെ പകരാനും ഉന്നത നിലവാരമുള്ള ആതുര ശുശ്രൂഷ എല്ലാവർക്കും സംലഭ്യമാക്കുവാനുമുള്ള വലിയലക്ഷ്യത്തിന്റെ ആദ്യപടി എന്നോണം 60 കിടക്കകളും മറ്റ് അനുബന്ധ സൗകര്യങ്ങളോടുംകൂടി ലൂർദ് ആശുപത്രി 1965, ഓഗസ്റ്റ് 15-ന് അഭിവന്ദ്യ അട്ടിപ്പേറ്റി പിതാവിന്റെ ആശീർവാദത്തിനുശേഷം കേന്ദ്ര മന്ത്രി ശ്രീ. എ.എം. തോമസ് ഉദ്ഘാടനം ചെയ്ത് ജനങ്ങൾക്കായി തുറന്നു കൊടുത്തു.

Signatures

"ശനിയാഴ്ച പേരുവിളിക്കുമ്പോൾ ആ ആഴ്ചയിൽ എത്രദിവസം ജോലിചെയ്തു എന്നത് ഓരോരുത്തരും പറയണം. ഒരു ശനിയാഴ്ച ഞാൻ മറന്നുപോയി. അന്നു വൈകുന്നേരം കാശുവാങ്ങാൻ ചെന്നപ്പോൾ എന്റെ പേര് കൊടുക്കാതിരുന്നതിനാൽ ഫെഡ്രിക്കാമ്മ കാശുതന്നില്ല. ആ ദിവസം തന്നെ എനിക്ക് നൈറ്റ് ഡ്യൂട്ടിയും എടുക്കേണ്ടിവന്നു. കാശ് കിട്ടാതിരുന്നത് എന്റെ വീഴ്ചയായിരുന്നു എന്നെനിക്കറിയാം. അന്നുരാത്രി 10 മണി കഴിഞ്ഞപ്പോൾ ഫെഡ്രിക്കാമ്മ എന്നെ കാണാൻ വന്നു. ഫെഡ്രിക്കാമ്മയുടെ കയ്യിൽ കാശും അതിമധുരമുള്ള ലഡുവും ഒപ്പം സ്നേഹത്തിന്റെ അടയാളമായ വലിയ പുഞ്ചിരിയും ഉണ്ടായിരുന്നു. എന്റെ അടുക്കൽവന്ന് ഇതെല്ലാം തന്നപ്പോൾ എനിക്കുണ്ടായ സന്തോഷം പറഞ്ഞറിയിക്കാൻ സാധിക്കാത്തതായിരുന്നു. അതിനുശേഷം വളരെയധികം ലഡു കഴിച്ചിട്ടുണ്ടെങ്കിലും ഒന്നിനും ആ ലഡുവിന്റെ മധുരമോ ഗുണമോ എനിക്കു തോന്നിയിട്ടില്ല.'

- തിലോത്തമ എ.പി.
വിരമിക്കൽ പ്രസംഗത്തിൽനിന്ന്

'തുണി അലക്കുമ്പോഴും, മടക്കിവയ്ക്കുമ്പോഴും കൊന്തചൊല്ലി ആശുപത്രിയിലെ രോഗികൾക്ക് സുഖം കിട്ടുന്നതിനായി കാഴ്ചവയ്ക്കും. പ്രാർത്ഥിക്കാനുള്ള രോഗികളുടെ പേരുകൾ ബോണാമ്മ എന്നും കൊണ്ടുവരും. മരണത്തിന്റെ പിടിയിൽനിന്നും പലരോഗികളും രക്ഷപ്രാപിച്ചിട്ടുണ്ട്... എന്റെ വീട്ടിലെ ജീവിതത്തിൽ കിട്ടാതിരുന്ന സ്നേഹവും സന്തോഷവും എനിക്കു നല്കിയ ലൂർദ് ആശുപത്രി എന്റെ മറ്റൊരു വീടായിമാറി. ഇവിടെ കഴിച്ചുകൂട്ടിയ ജീവിതത്തിന്റെ 15 വർഷത്തെ എന്നോടൊപ്പം കൊണ്ടുപോകുന്നു.'

- അന്ന എം.ഒ.
വിരമിക്കൽ പ്രസംഗത്തിൽനിന്ന്

"ചുറ്റുപാടുകളും സ്റ്റാഫിന്റെ പെരുമാറ്റരീതികളും ഡോക്ടർമാരുടെയും നേഴ്സുമാരുടെയും പെരുമാറ്റരീതികളും വളരെ തൃപ്തികരമാണ്. എല്ലാവരോടും നന്ദി."
- ഖദീജാമ്മ

" Exemplary service which cannot be equated with any hospitals in Kochi."
- Prof. V. Babu

"Best hospital in the city. Good treatment. Staffs are very friendly and helpful. All the best."
- Ravi Krishnan

'എല്ലാത്തരത്തിലും ഉന്നത നിലവാരം പുലർത്തുന്ന ആശുപത്രി."
- ല്യൂയിസ്

"എല്ലാം വളരെ തൃപ്തികരമായിരുന്നു. അതുകൊണ്ടുതന്നെ പെട്ടെന്ന് സുഖം പ്രാപിക്കാൻ സാധിച്ചു."
- അബ്ദുള്ളക്കുട്ടി.

"The service was excellent. Special thanks to the nursing staff for making our hospital experience a comfortable one."
- Asha Pius

ഡോ. ജോ തോമസ് MD, DNB
റുമറ്റോളജി - കൺസൾട്ടന്റ്

വേദനയോട് സന്ധിചെയ്യാം

**സന്ധിവാത രോഗം:
ചികിത്സയിലെ മുന്നേറ്റങ്ങൾ**

ദശകങ്ങൾക്കുമുമ്പുവരെ സന്ധിവാത രോഗങ്ങളുടെ ചികിത്സ രോഗലക്ഷണങ്ങളെമാത്രം അടിസ്ഥാനമാക്കിയുള്ളതായിരുന്നു. വേദനാസംഹാരികൾ ആയിരുന്നു ചികിത്സയിൽ മുഖ്യ പങ്കുവഹിച്ചിരുന്നത്. എന്നാൽ സന്ധിവാത രോഗകാരണങ്ങളെയുംരോഗത്തിന്റെ സ്വഭാവത്തെയും കുറിച്ചുള്ള കൂടുതൽ ശാസ്ത്രീയമായ അറിവുകൾ ചികിത്സയിൽ വിപ്ലവകരമായ മാറ്റങ്ങൾ സൃഷ്ടിച്ചു. സന്ധിവാത രോഗങ്ങൾ പ്രാരംഭദിശയിൽതന്നെ കണ്ടെത്തിയാൽ പൂർണ്ണമായും ചികിത്സിച്ച് നിയന്ത്രണ വിധേയമാക്കാൻ കഴിയും. രോഗത്തിന്റെ പുരോഗതിയെ നിയന്ത്രിക്കുന്ന മരുന്നുകളുടെ ആവിർഭാവത്തോടെ സന്ധിവാത ചികിത്സയിലെ നൂതനഅദ്ധ്യായമാണ് തുറക്കപ്പെട്ടത്. വേദനാസംഹാരികൾ വേദനയും നീർക്കെട്ടും ഉൾപ്പെടെയുള്ള രോഗലക്ഷണങ്ങളെ ലഘൂകരിക്കും എന്നല്ലാതെ രോഗപുരോഗതിയെ കാര്യമായി സ്വാധീനിക്കുകയുണ്ടായിരുന്നില്ല.

രോഗത്തിന്റെ ഗുരുതരമായ പ്രശ്നങ്ങൾ ഏറ്റവും കൂടുതലായി അനുഭവപ്പെടുന്നത് ആദ്യത്തെ രണ്ട് വർഷങ്ങളിലാണ്. അതുകൊണ്ടാണ് രോഗ പുരോഗതിയെ നിയന്ത്രിക്കുന്ന മരുന്നുകൾ രോഗാരംഭത്തിൽതന്നെ നിർദേശിക്കപ്പെടുന്നത്. പൊതുവേ സാവധാനത്തിലാണ് ഇവ പ്രവർത്തിച്ചു തുടങ്ങുന്നത്. മരുന്നുകൾ പൂർണ്ണമായും പ്രവർത്തനക്ഷമമാകുവാൻ ഒന്നോ രണ്ടോ മാസങ്ങൾതന്നെ വേണ്ടിവന്നേക്കാം. സന്ധിവാത രോഗങ്ങൾ ഒരു ദീർഘകാല രോഗമായതിനാൽ മരുന്നുകൾ ദീർഘനാൾ തുടരേണ്ടിവരും.

സന്ധിവാതം എന്നത് ഒരൊറ്റ രോഗമല്ല. ഏതാണ്ട് നൂറിൽപരം സന്ധിവാതരോഗങ്ങളുണ്ട്. ലോകജനസംഖ്യയുടെ രണ്ടു ശതമാനവും രോഗബാധിതരാണെന്ന് കണക്കുകൾ സൂചിപ്പിക്കുന്നു. ആധുനിക വൈദ്യശാസ്ത്രത്തിൽ സന്ധിവാതത്തിന് ചികിത്സയില്ലെന്ന തെറ്റിധാരണ അടുത്തകാലംവരെ നിലനിന്നിരുന്നു. എന്നാൽ റുമറ്റോളജിയുടെ വികാസത്തോടെ ഒരിക്കലും മാറില്ലെന്ന് കരുതിയവപോലും ചികിത്സിച്ചു മാറ്റാൻ കഴിയുമെന്ന് വ്യക്തമായി.

പൊതുവേ കണ്ടുവരുന്ന സന്ധിവാത രോഗങ്ങൾ ഇവയാണ്:
ആർത്രൈറ്റിസ് (സന്ധിവാതം)
ഓസ്റ്റിയൊ ആർത്രൈറ്റിസ് (സന്ധിതേയ്മാനം)
റുമറ്റോയിസ് ആർത്രൈറ്റിസ് (ആമവാതം)
ഗൗട്ട് (രക്തവാതം)
ലൂപ്പസ് (ചർമ്മാബുദം)
സോറിയാറ്റിക് ആർത്രൈറ്റിസ്
വാസ്കുലൈറ്റിസ്
അങ്കിലൊസിംഗ് പൊണ്ടിലൈറ്റിസ്
റിയക്ടീവ് ആർത്രൈറ്റിസ്

രോഗകാരണങ്ങൾ

മേൽപറഞ്ഞവയിൽ പലരോഗങ്ങളും ഉണ്ടാകുന്നത് നമ്മുടെ ശരീര പ്രതിരോധ വ്യവസ്ഥയിലുണ്ടാകുന്ന തകരാറുമൂലമാണ്. ഇവയെ ഓട്ടോ ഇമ്യൂൺ രോഗങ്ങൾ എന്നുവിളിക്കുന്നു. പുറത്തുനിന്നുള്ള അണുബാധയെ ചെറുക്കാനായി നമ്മുടെ ശരീരത്തിന് ഫലപ്രദമായ പ്രതിരോധ വ്യവസ്ഥയുണ്ട്. ഇതിലുണ്ടാകുന്ന തകരാറുമൂലം ശരീരത്തിന്റെ കാവൽക്കാരായ പ്രതിരോധ വ്യവസ്ഥ ആന്റിബോഡികൾ ഉണ്ടാക്കി സ്വന്തം ശരീരകോശങ്ങളെ ആക്രമിക്കുന്ന സ്ഥിതി വിശേഷണം ഉണ്ടാക്കുന്നു. ഇതാണ് ലൂപ്പസ്, റുമറ്റോയിഡ് ആർത്രൈറ്റിസ് എന്നീ വാതരോഗങ്ങളുടെ മൂലകാരണം.

അമിതമായ ശാരീരികാധ്വാനം വേണ്ടിവരുന്ന ജോലികളിൽ സ്ഥിരമായി ഏർപ്പെടുക, പഥ്യമല്ലാത്തതും ശരീരത്തിന് ഹിതകരമല്ലാത്തതുമായ ആഹാരങ്ങൾ ശീലമാക്കുക, പകലുറക്കം, രാത്രി ഉറക്കമിളയ്ക്കുക, അമിത മദ്യപാനം, ദീർഘനേരം വാഹനയാത്ര, മലമൂത്രാദികൾ ബലം പ്രയോഗിച്ചു തടഞ്ഞുവയ്ക്കുക, പരസ്പര വിരുദ്ധങ്ങളായ ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കൾ ഒന്നിച്ചുപയോഗിക്കുക, രൂക്ഷതയേറിയതും അമ്ലലവണരസ പ്രധാനങ്ങളുമായ ആഹാര പാനീയങ്ങൾ ശീലമാക്കുക, അമിതമായി ചൂടേല്ക്കുക എന്നീ കാരണങ്ങളാണ് മുഖ്യമായും സന്ധിവീക്കത്തിന് പിന്നിലുള്ളത്. സുകുമാര ശരീരികളിലും സ്ഥൂലന്മാരിലും പൊതുവേ സുജീവിതം നയിക്കുന്നവരിലും ഈ രോഗം എളുപ്പത്തിൽ പിടികൂടുന്നതായി കണ്ടിട്ടുണ്ട്.

ചികിത്സിച്ചു ഭേദമാക്കാം

സന്ധിവാതം പ്രായം ചെന്നവരെ മാത്രമല്ല പ്രായ-ലിംഗ ഭേദമന്യേ കണ്ടുവരുന്ന ഈ രോഗം കുട്ടികളെയും ബാധിക്കാറുണ്ട്. ജുവനൈൽ ഇഡിയോപതിക്

To page 05

നിങ്ങൾക്കു റുമറ്റോളജിസ്റ്റിന്റെ ആവശ്യം വേണ്ടതെപ്പോൾ?

* സന്ധികളിൽ വേദന, പ്രത്യേകിച്ച് മൂന്നു ദിവസം കഴിഞ്ഞിട്ടും മാറുന്നില്ലെങ്കിൽ

* സന്ധികളിൽ നീർക്കെട്ട്, നീരുവീക്കം എന്നിവയുണ്ടെങ്കിൽ

* സന്ധികൾ ചലിപ്പിക്കാനാവാത്ത അവസ്ഥയുള്ളപ്പോൾ-പ്രത്യേകിച്ചും പ്രഭാതത്തിൽ

* സന്ധിക്കു ചുറ്റും അസാധാരണമായ ചൂട് അനുഭവപ്പെടുമ്പോൾ

* സന്ധിക്കു ചുറ്റുമുള്ള ചർമ്മത്തിനു ചുവപ്പുനിറം കാണപ്പെടുമ്പോൾ

* സന്ധികളുടെ ചലനശേഷി കുറയുമ്പോൾ

* കാരണമില്ലാതെ ഭാരം കുറയുകയും പനി ഉണ്ടാവുകയും ചെയ്താൽ

ഈ ലക്ഷണങ്ങളിൽ ഏതെങ്കിലും അനുഭവപ്പെടുന്ന പക്ഷം റുമറ്റോളജിസ്റ്റിന്റെ സേവനം തേടേണ്ടതാണ്.

ഡോ. ഷാജു ജോർജ് MD, DPM
ബിഹേവിയറൽ സയൻസ്

ചില ഉറക്ക വിശേഷങ്ങൾ

അനീഷിനെക്കുറിച്ച് അവന്റെ അമ്മയ്ക്ക് പരാതികൾ ഏറെയാണ്. എപ്പോൾ നോക്കിയാലും മൊബൈലും കമ്പ്യൂട്ടറും. അവന്റെ എൻജിനീയറിംഗ് പഠനം ഇതുമൂലം വഴിമുട്ടി നിൽക്കുന്നു. ഇത് ഞങ്ങളുടെ ക്ലിനിക്കിലെ ഒരനുഭവം. വിശദാംശങ്ങളിലേയ്ക്ക് കടന്നപ്പോൾ വ്യക്തമായത് അനീഷിന്റെ ചില ഉറക്ക വിശേഷങ്ങളാണ്. ഉറക്കം തീരെയില്ല. പകരം ഇന്റർനെറ്റിൽ നിന്ന് ചിത്രങ്ങൾ ഡൗൺലോഡ് ചെയ്ത് കാണുകയാണ് പതിവ്. ഇത് തുടർന്നപ്പോൾ അവനിൽ ചില പെരുമാറ്റ പ്രശ്നങ്ങൾ ഉണ്ടായി. ദേഷ്യം കൂടി, പഠനത്തിൽ ശ്രദ്ധ കുറഞ്ഞു, കൂട്ടുകാരുമായി ലോഹ്യംകൂടി ലഹരിയുടെ ലോകത്തിൽ എത്തിപ്പെട്ടു. മകനെപഴയ ആളായി തിരിച്ച് തരണം എന്ന അപേക്ഷയുമായിട്ടാണ് അമ്മ ഡോക്ടറെ സമീപിച്ചത്.

മിനിയുടെ പ്രശ്നം എപ്പോഴും ദേഹം മുഴുവൻ വേദനഎന്നതാണ്. വല്ലാത്ത ക്ഷീണവും. ആശുപത്രിയിൽ ഫിസിഷ്യനെകാണാൻ വന്നപ്പോൾ ഡോക്ടർ ബിഹേവിയറൽ സയൻസിലേയ്ക്ക് റഫർ ചെയ്തു. മിനിയുടെ ചാർട്ടിന്റെ തുക്കംകണ്ടാൽ രോഗാവസ്ഥ വ്യക്തമാകും. കുറേയധികം കുടുംബ പ്രശ്നങ്ങൾ, ഉറങ്ങേണ്ട സമയം മുഴുവൻ ആലോചന, നേരം വെളുക്കുമ്പോഴോ ശരീരവേദനയും ക്ഷീണവും.

ഇത്രയും ലൂർദ് ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ബിഹേവിയറൽ സയൻസിലെ അനുഭവങ്ങൾ.

മേൽപ്പറഞ്ഞ രണ്ട് വ്യക്തികൾക്കും വ്യത്യസ്തമായ രോഗങ്ങളായിരുന്നു. എന്നാൽ ഇരുവർക്കും ആദ്യ ചികിത്സാ നടപടി ഉറക്കചക്രം ക്രമപ്പെടുത്തൽ ആയിരുന്നു.

ഉറക്കത്തിൽ നിങ്ങൾ തൃപ്തനാണോ? നിങ്ങൾക്ക് ഉറക്കക്കുറവുണ്ടോ? പതിവിൽ കൂടുതൽ ക്ഷീണം അനുഭവപ്പെടാറുണ്ടോ? സുപരിചിതമായ ചോദ്യങ്ങളാണിവ. പല രോഗങ്ങളുടെയും ചില ലക്ഷണങ്ങൾ മാത്രം.
ഉറക്കത്തെക്കുറിച്ച് നന്നായി അറിയുന്നത് സ്വന്തം അബദ്ധധാരണകൾ മാറ്റുവാനും ആരോഗ്യകരമായ ജീവിതശൈലി അവലംബിക്കുവാനും നമ്മെ സഹായിക്കും.

എന്താണ് ഉറക്കം?

ഇന്ദ്രിയങ്ങൾക്കും ബോധമനസ്സിനും പേശികൾക്കും സ്വാഭാവികമായി സംഭവിക്കുന്ന വിശ്രമാവസ്ഥയാണ് ഉറക്കം. ഒരു മനുഷ്യന്റെ ജീവിത്തിൽ മൂന്നിലൊരുഭാഗം അയാൾ ഉറങ്ങുകയാണെന്ന് പഠനങ്ങൾ സൂചിപ്പിക്കുന്നു. ഈ വിശ്രമം മനുഷ്യന്റെ ദിനചര്യയിലെ അവിഭാജ്യ ഘടകമാണ്. ഉറക്കത്തിന്റെ വിവിധ ഘട്ടങ്ങളെക്കുറിച്ച് മനസ്സിലാക്കുന്നത് വിജ്ഞാനപ്രദവും രസകരവുമാണ്. ഉറക്കത്തെ പ്രധാനമായും രണ്ട് തലങ്ങളായി തിരിച്ചിരിക്കുന്നു.
1) ഗാഢനിദ്ര (Non Rapid Eye Movement Sleep)
2) സ്വപ്നനിദ്ര (Rapid Eye Movement Sleep)

ഉറക്കചക്രത്തിൽ 75% ഗാഢനിദ്രയും അവസാന25% സ്വപ്നനിദ്രയുമാണ്.

ഉറക്കത്തിന് എന്തുകാര്യം?

മാനസിക-ശാരീരികാരോഗ്യം വീണ്ടെടുക്കൽ, ഓർമ്മ മെച്ചപ്പെടുത്തൽ, സമഗ്ര വളർച്ച, ഊർജ്ജ സംഭരണം ഇവയ്ക്കെല്ലാം ഉറക്കം അനിവാര്യമാണ്.

എത്രമാത്രം ഉറങ്ങണം?

പ്രതിദിന ഉറക്കത്തിന്റെ ശരാശരി സമയം താഴെ ചേർക്കുന്നു:

1. നവജാത ശിശു	- 18 മണിക്കൂർ
2. കുട്ടികൾ (5-12)	- 9 മുതൽ 11 മണിക്കൂർ
3. കൗമാരക്കാർ	- 9 മുതൽ 10 മണിക്കൂർ
4. മുതിർന്നവർ	- 7 മുതൽ 8 മണിക്കൂർ
5. ഗർഭിണികൾ	- 8 മണിക്കൂർ

ഉറക്കപ്രശ്നങ്ങൾ

ഉറക്കപ്രശ്നങ്ങൾ പ്രധാനമായും മൂന്ന് തരത്തിലാണുള്ളത്. ഉറക്കക്കുറവ്, ഉറക്കകൂടുതൽ, തൃപ്തികരമല്ലാത്ത ഉറക്കം. ഉറക്കത്തിലെ അസന്തുലിതാവസ്ഥ ശരീരത്തിലെ വിവിധ അവയവങ്ങളുടെ പ്രവർത്തനത്തെ ബാധിക്കുന്നു. പെരുമാറ്റ പ്രശ്നങ്ങൾ ഉണ്ടാകുന്നു. അമേരിക്കയിൽ നടന്ന ഒരു പഠനം റിപ്പോർട്ട് ചെയ്യുന്നത് കുടുംബതകർച്ചയുടെ കാരണം ഉറക്കപ്രശ്നങ്ങൾ ആണെന്നാണ്. ഏകദേശം 80 തരം ഉറക്കപ്രശ്നങ്ങൾ ഉള്ളതായി പറയപ്പെടുന്നു.

ഉറക്കമില്ലായ്മ ലക്ഷണങ്ങൾ

1. ഏകാഗ്രതയില്ലായ്മ, ശ്രദ്ധക്കുറവ്.
2. ഒട്ടുമിക്കദിവസങ്ങളിലും അസ്വസ്ഥതയും ക്ഷീണവും.
3. ജോലിചെയ്യുന്നതിനിടയിലും ഉറങ്ങിപോകുന്നു.

4. വൈകാരിക നിയന്ത്രണത്തിലെ ബുദ്ധിമുട്ട്.
5. സാവധാനത്തിലുള്ള പ്രതികരണം.

പഠനറിപ്പോർട്ട്

ലോകനിദ്രാദിനം 2011-ന്റെ ഭാഗമായി ലൂർദ് ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ബിഹേവിയറൽ സയൻസ് സ്റ്റാഫ് അംഗങ്ങൾ ലൂർദാശുപത്രിയിലെ വിവിധ ഒ.പി. വിഭാഗം രോഗികൾക്കിടയിൽ നടത്തിയ പഠനസർവ്വേ കൗതുകകരമായിരുന്നു. ഏകദേശം എഴുന്നൂറോളംപേർ പങ്കെടുത്ത സർവ്വേയിൽ 82% പേർക്ക് നേരിയ ഉറക്കപ്രശ്നമുള്ളതായും 17% പേർക്ക് ഗൗരവമുള്ള ഉറക്കപ്രശ്നമുള്ളതായും കാണപ്പെട്ടു. ദിവസവും രണ്ടരമണിക്കൂർ മാത്രം നല്ല ഉറക്കം ലഭിക്കുന്ന 6% ആളുകളേയുള്ളൂ. വിവിധ പ്രായപരിധിയിലുള്ളവരുടെ താരതമ്യ പഠനത്തിൽ 20 വയസ്സിനും 40 വയസ്സിനും ഇടയിലുള്ളവർക്കാണ് കൂടുതൽ ഉറക്കമില്ലായ്മ റിപ്പോർട്ട് ചെയ്യപ്പെട്ടത്. സ്ത്രീകളെയാണ് ഇത് ഏറ്റവും കൂടുതൽ അലട്ടുന്നതെന്നും പഠനത്തിൽ തെളിഞ്ഞു.

ഉറക്കത്തിന് ചികിത്സയുണ്ടോ?

ഉറക്കപ്രശ്നങ്ങൾ രോഗമെന്നതിനുപരി രോഗലക്ഷണം ആകാം. അതിനാൽ ചികിത്സ ആവശ്യമാണ്. നിങ്ങളുടെ ഡോക്ടറെ സന്ദർശിച്ച് പ്രശ്നങ്ങൾ ചർച്ച ചെയ്യുക. ഡോക്ടറുടെ നിർദ്ദേശാനുസരണം പ്രവർത്തിക്കുക. സ്വയം ചികിത്സ ഒഴിവാക്കുക.
ആരോഗ്യം വീണ്ടെടുക്കാൻ ഉറക്കത്തിന്റെ പ്രാധാന്യം മനസ്സിലാക്കുക എന്ന ലക്ഷ്യത്തിൽനിന്ന് വിദേശരാജ്യത്ത് രൂപംകൊണ്ട ആശയമാണ് സ്ലീപ് സെന്റർ/ലാബ്. വിവിധ ഡോക്ടർമാരുടെ (സൈക്ക്യാട്രിസ്റ്റ്, പൾമണോളജിസ്റ്റ്, ന്യൂറോളജിസ്റ്റ്, ഇ.എൻ.ടി.) കൂട്ടായ രീതിയിലുള്ള ഉറക്കക്രമീകരണ ചികിത്സാരീതിയാണിത്. കേരളത്തിലും ഈ നൂതനാശയത്തിന്റെ ആവശ്യകത ചൂണ്ടിക്കാണിക്കുവാൻ ലൂർദ് ആശുപത്രിയിൽ നടത്തിയ പഠനസർവേ ഉപകാരപ്രദമായി. സ്ലീപ് മെഡിസിൻ എന്ന വിഭാഗത്തിന്റെ സാധ്യതകൾ ശരിയായി വിനിയോഗിച്ചാൽ നമുക്കും നന്നായി ഉറങ്ങി ആരോഗ്യം വീണ്ടെടുക്കാം.

ഉറക്കം മിഥ്യയും സത്യവും

മിഥ്യ	സത്യം
1. ദിവസവും ഒരു മണിക്കൂർ കുറച്ച് ഉറങ്ങുന്നത് നല്ലതാണ്.	1. ചെറിയ ഉറക്കക്കുറവുപോലും അസ്വസ്ഥതകൾ ഉണ്ടാക്കുന്നു.
2. പകൽ സമയത്ത് അമിതക്ഷീണം ഉണ്ടായാൽ ആ രാത്രി കൂടുതൽ ഉറങ്ങുന്നതാണ് പ്രതിവിധി.	2. ഉറക്കത്തിന്റെ ദൈർഘ്യമല്ല, ഉറക്കത്തിന്റെ ആഴവും നിലവാരവുമാണ് പ്രധാനം.
3. രാത്രിയിൽ ആവശ്യത്തിന് ഉറങ്ങാത്ത കുട്ടികൾ അടുത്ത ദിവസം ഉറക്കം തൂങ്ങി ഇരിക്കും.	3. അടുത്ത ദിവസം പതിവിലും ചുറുചുറുക്കോടെ കാണപ്പെടും. എന്നാൽ ശ്രദ്ധക്കുറവ് ഉണ്ടാകും.
4. ആകുലതയാണ് ഉറക്കമില്ലായ്മയുടെ പ്രധാനകാരണം.	4. ആരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങൾ, മരുന്നുകളുടെ പാർശ്വഫലങ്ങൾ, മാനസിക രോഗങ്ങൾ ഇവ ഉറക്കക്കുറവിന് കാരണമാകുന്നു.
5. വാരാന്ത്യത്തിൽ കൂടുതൽ ഉറങ്ങുന്നത് കഴിഞ്ഞ ഒരാഴ്ചത്തെ ഉറക്കക്കുറവ് ഇല്ലാതാക്കുന്നു.	5. വാരാന്ത്യത്തിൽ കൂടുതൽ ഉറക്കം സ്വാഭാവിക ഉറക്കചക്രത്തിൽ മാറ്റം വരുത്തുന്നു. കൂടുതൽ ക്ഷീണം തോന്നുന്നു.

ഉറക്കം ചില വസ്തുതകൾ

1. കൂർക്കംവലി തൃപ്തികരമല്ലാത്ത ഉറക്കത്തിലേക്ക് നയിക്കുന്നു.
2. ഉറക്കത്തിലുണ്ടാകുന്ന ആസ്മ അപകടകാരിയാണ്.
3. ഉറക്കക്കുറവ് അപസ്മാരം ഉണ്ടാകാൻ കാരണമാകുന്നു.
4. ഗർഭകാലത്തെ ഉറക്കക്കുറവ് പ്രസവസമയ ദൈർഘ്യത്തിനും സിസേറിയൻ പ്രസവത്തിനുമുള്ള സാധ്യത വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നു.
5. സ്വാഭാവിക ഉറക്കക്രമത്തിലെ കുറവ് ഹൃദ്രോഗം, രക്തസമ്മർദം ഇവയ്ക്ക് കാരണമാകുന്നു.
6. 50 വയസ്സിന് മുകളിലുള്ള 50% പേർക്ക് ഉറക്ക സംബന്ധമായ അസ്വസ്ഥതകൾ രേഖപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നു.

From page 03

വേദനയോട് സന്ധിചെയ്യാം...

ആർത്രൈറ്റിസ്, രക്തവാതം, കാവസാക്കി രോഗം എന്നീ വാതരോഗങ്ങൾ കുട്ടികളിലാണ് കണ്ടുവരുന്നത്.
രോഗത്തിന്റെ കാരണം, രോഗം ബാധിച്ച സന്ധിയേത്, രോഗം ദൈനംദിനപ്രവർത്തനങ്ങളെ എങ്ങിനെബാധിക്കുന്നു, രോഗിയുടെ പ്രായം, ജോലി തുടങ്ങിയ കാര്യങ്ങൾകൂടി പരിഗണിച്ചാണ് ആർത്രൈറ്റിസിന്റെ ചികിത്സ നിശ്ചയിക്കുന്നത്.
രോഗം തുടങ്ങി രണ്ടുമാസം മുതൽ രണ്ടു വർഷത്തിനുള്ളിൽ തുടങ്ങുന്ന ഡിസീസ് മോഡിഫയിംഗ് ഡ്രഗ്സ് ഫോർ റുമറ്റിക് ആർത്രൈറ്റിസ് മരുന്നുകളെ സമന്വയിപ്പിച്ചുകൊണ്ടുള്ള രോഗകാഠിന്യമനുസരിച്ചുള്ള ചികിത്സയാണ് ഏറ്റവും ഫലപ്രദം.
എന്നാൽ മരുന്നുകൾകൊണ്ട് വൈകല്യം ബാധിച്ച ചില സന്ധികളെ പഴയപടിയാക്കാൻ കഴിഞ്ഞെന്നുവരില്ല. അതിന് ശസ്ത്രക്രിയതന്നെയാണ് പരിഹാരം.
സന്ധിമാറ്റിവയ്ക്കൽ ശസ്ത്രക്രിയയിൽ ഉണ്ടായിട്ടുള്ള പുരോഗതി ഇത്തരത്തിൽ സന്ധിവാതം ബാധിച്ചു നിത്യജീവിതം ബുദ്ധിമുട്ടായിട്ടുള്ള രോഗികളെ പൂർവ്വസ്ഥിതിയിലാക്കാൻ സഹായിക്കുന്നു. റുമറ്റോളജിസ്റ്റിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ ഫിസിയോതെറാപ്പി, എല്ലുരോഗ വിഭാഗം, ഒക്യുപേഷണൽ തെറാപ്പി എന്നീ ചികിത്സാവിഭാഗങ്ങളെകൂടി ഉൾപ്പെടുത്തി ഒരു സമഗ്ര ചികിത്സയാണ് വിദഗ്ധ ചികിത്സ എന്നതുകൊണ്ട് ഉദ്ദേശിക്കുന്നത്. വിദഗ്ധചികിത്സ മരുന്നുകളിൽ മാത്രം ഒതുങ്ങുന്നില്ല. ദീർഘകാല രോഗങ്ങൾക്കടിപ്പെട്ട രോഗിക്ക് മാനസികമായും മറ്റു വിധത്തിലും പിന്തുണ നല്കുകയും പരസഹായം കൂടാതെ വീട്ടിലും സമൂഹത്തിലും പ്രധാനപ്പെട്ട സ്ഥാനം തുടർന്നുകൊണ്ടുപോകുവാൻ ഓരോ രോഗിയേയും പ്രാപ്തരാക്കുക എന്നതാണ് പരമമായ ലക്ഷ്യം.
വാതരോഗത്തിന് നൂതനചികിത്സ
സന്ധിവാത ചികിത്സയിലെ ഏറ്റവും പുതിയ വഴിത്തിരിവാണ് ജൈവഔഷധങ്ങളുടെ ആവിർഭാവം. രോഗാരംഭ

To page 10

NEWS LINE

പുതുതായി ആരംഭിക്കുന്ന എം.ആർ.ഐ. സ്കാനിന്റെ ആശീർവാദകർമ്മം റാഞ്ചി ആർച്ചുബിഷപ്പ് അത്യുന്നത കർദിനാൾ ടെലസ്ഫോർ ടോപ്പോ ജൂൺ 6-ാം തീയതി തിങ്കളാഴ്ച നിർവഹിച്ചു. കോട്ടപ്പുറം രൂപതാധ്യക്ഷൻ റൈറ്റ് റവ. ഡോ. ജോസഫ് കാരിക്കശ്ശേരി, വരാപ്പുഴ വികാരിജനറൽ വെരി. റവ. മോൺ. അലക്സ് വടക്കുംതല എന്നിവർ സംബന്ധിച്ചു.

റയോണ ജീവിതത്തിലേക്ക് മടങ്ങി

അപസ്മാരവും സ്വഭാവത്തിൽ പെട്ടെന്നുള്ള മാറ്റവുമായി റയോണ എന്ന പതിമൂന്നുവയസ്സുകാരിയെ 2010 ജനുവരി 21-ാം തീയതി കൊച്ചിയിലെ ലൂർദ് ആശുപത്രിയിൽ പ്രവേശിപ്പിച്ചു. ഈ അസുഖം തുടങ്ങുന്നതിനുമുമ്പുവരെ ക്ലാസ്സിൽ നല്ല രീതിയിൽ പഠിക്കുന്ന കുട്ടിയായിരുന്നു. അസുഖം തുടങ്ങി രണ്ടുദിവസത്തിനുള്ളിൽ പൂർണ്ണമായ അബോധാവസ്ഥയിലേക്ക് ആകുകയും തുടർച്ചയായി അപസ്മാരം വരുകയും ചെയ്തതിനാൽ കുട്ടിയെ വെന്റിലേറ്ററിലേക്കു മാറ്റി. രണ്ടു മാസത്തെ തുടർച്ചയായ മരുന്നുകൾ കൊണ്ടാണ് ഈ അവസ്ഥ നിയന്ത്രിക്കാൻ കഴിഞ്ഞത്. സാധാരണ രീതിയിലുള്ള ചികിത്സാരീതികൾ സ്കൂൾ വിദ്യാർഥിയായ കുട്ടിയിൽ പരീക്ഷിച്ചുനോക്കിയിട്ടും നില മോശമായി തുടർന്നതിനാൽ ഓക്സ്ഫോഡ് യൂണിവേഴ്സിറ്റിയിലെ സീനിയർ പ്രൊഫസർമാരുടെ നിർദ്ദേശാനുസരണം അപൂർവ്വമായ ഒരു രക്ത പരിശോധനയ്ക്കയച്ചു. പരിശോധനാഫലം വന്നപ്പോൾ അത്യപൂർവ്വവും ഇന്ത്യയിൽ ഇതുവരെ റിപ്പോർട്ട് ചെയ്യപ്പെട്ടിട്ടില്ലാത്തതുമായ Anti NMDA receptor Encephalitis (ANMDARE) എന്ന അസുഖമാണെന്ന് കണ്ടെത്തി. തുടർന്ന് ലൂർദ് ആശുപത്രിയിലെ ന്യൂറോളജി വിഭാഗം മേധാവി ഡോ. ബോബി വർക്കി ഓക്സ്ഫോഡ് യൂണിവേഴ്സിറ്റിയിലെ വിദഗ്ധരുമായി ആലോചിച്ച് പല പരിശോധനകളും നടത്തി രോഗം അതുതന്നെ എന്നു സ്ഥിരീകരിച്ചു. തുടർന്ന് ഈ രോഗത്തിനുള്ള ചികിത്സ ഉടൻ ആരംഭിക്കുകയും ഒരു മാസത്തിനുള്ളിൽ കുട്ടിയെ വെന്റിലേറ്ററിൽനിന്നും മാറ്റാനും സാധിച്ചു. കുട്ടി പൂർണ്ണമായ ബോധാവസ്ഥയിൽ എത്തി. അല്പാല്പമായി സംസാരിക്കാനും പരസഹായത്തോടെ നടക്കാനും തുടങ്ങി.

പെട്ടെന്നുള്ള സ്വഭാവമാറ്റത്തിലും അനിയന്ത്രിതമായ അപസ്മാരത്തിലുംതുടങ്ങി അബോധാവസ്ഥയിലും തുടർന്ന് മരണത്തിലേക്കും നയിക്കുന്ന ഈ മാരക രോഗം ഇന്ത്യയിലും ഉണ്ടെന്നുള്ള സത്യം നാം തിരിച്ചറിയേണ്ടതാണ്. കാരണം യഥാസമയം കൃത്യമായ ചികിത്സകൊണ്ട് രോഗിയെ സുഖപ്പെടുത്താവുന്നതാണ്. ഈ രോഗം സാധാരണയായി 6 വയസ്സിനും 30 വയസ്സിനും മധ്യേയുള്ള സ്ത്രീകളിലാണ് കണ്ടുവരുന്നത്.

ഇന്ത്യയിലാദ്യമായി

കൊച്ചി: ഹൃദയത്തിൽ കണ്ടെത്തിയ ട്യൂമറുകൾ ഇന്ത്യയിലാദ്യമായി താക്കോൽദ്വാര ശസ്ത്രക്രിയയിലൂടെ എറണാകുളം ലൂർദ് ആശുപത്രിയിലെ വിദഗ്ധ ഡോക്ടർമാർ നീക്കം ചെയ്തു.

ഹൃദ്രോഗത്തിന്റെ യാതൊരു ലക്ഷണങ്ങളുമില്ലാതെ കാലിൽ തീവ്രവേദനയുമായി എത്തിയ 33 കാരനായ സജികുമാർ എന്ന യുവാവിന്റെ ഹൃദയത്തിൽ കണ്ടെത്തിയ അപൂർവ്വ മുഴകൾ താക്കോൽദ്വാര ശസ്ത്രക്രിയയിലൂടെ നീക്കം ചെയ്തു.

സജികുമാർ എന്ന യുവാവിന്റെ ഹൃദയത്തിന്റെ ഇടത്തെ കീഴറയിൽ കണ്ടെത്തിയ 6 ഉം 9 ഉം ചതുരശ്രമീറ്റർ വലുപ്പമുള്ള രണ്ടു ട്യൂമറുകൾ ആണ് ലൂർദ് ഹാർട്ട് ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ടിലെ ഹൃദയ ശസ്ത്രക്രിയാ വിദഗ്ധൻ ഡോ. പ്രവീൺ മേനോൻ നീക്കം ചെയ്തത്. സജീവ് അഞ്ചുദിവസത്തിനുശേഷം സംതൃപ്തിയോടെ ആശുപത്രിവിട്ടു.

കാലിലെ രക്തക്കുഴലിലെ തടസ്സമാണെന്നു കരുതിയാണ് ശ്രീ. സജികുമാർ വിദഗ്ധ ചികിത്സക്കായി ലൂർദ് ആശുപത്രിയിലെത്തിയത്. സി.ടി. ആൻജിയോഗ്രാം നടത്തിയപ്പോൾ ഇത് സ്ഥിരീകരിക്കുകയും ബലൂൺ കത്തീറ്ററിന്റെ സഹായത്താൽ തടസ്സം നീക്കം ചെയ്യുകയും ചെയ്തു. എന്നാൽ ഇതിന്റെ കാരണം കണ്ടുപിടിക്കാൻ നടത്തിയ എക്കോ ടെസ്റ്റിൻ ആണ് ഹൃദയ അറകളിലെ ട്യൂമറുകൾ കണ്ടെത്തിയത്. സാധാരണ രീതിയിൽ ഇത് നീക്കം ചെയ്യാൻ നെഞ്ചിലെ അസ്ഥി 16-20 സെ.മീ. നീളത്തിൽ മുറിക്കണം. എന്നാൽ താക്കോൽദ്വാരരീതിയിൽ വെറും 6 സെ.മീ. നീളത്തിൽ ത്വക്കിൽ മുറിവുണ്ടാക്കിയാണ് ഇത് നീക്കം ചെയ്തത്.

ഈ രീതിയിലുള്ള ശസ്ത്രക്രിയ ഇന്ത്യയിൽ ഒരിടത്തും ചെയ്തതായി ഇതുവരെ റിപ്പോർട്ട് ചെയ്യപ്പെട്ടിട്ടില്ല. ലൂർദ് ഹാർട്ട് ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ടിലെ ഹൃദയ ശസ്ത്രക്രിയാ വിദഗ്ധനായ ഡോ. പ്രവീൺ മേനോനൊപ്പം വാസ്കുലർ സർജൻ ഡോ. വിമൽ ഐപ്പ്, കാർഡിയക് അനസ്തറ്റിസ്റ്റ് ഡോ. റിയാസ് അഷറഫ് എന്നിവരുടെ നേതൃത്വത്തിലാണ് ശസ്ത്രക്രിയ വിജയകരമായി പൂർത്തിയാക്കിയത്.

എറണാകുളം ലൂർദ് ആശുപത്രിയിൽ രോഗികളുടെ തീവ്രപരിചരണത്തിനായി സജ്ജമാക്കിയിരിക്കുന്ന ന്യൂറോ മെഡിക്കൽ ഐ.സി.യു., ന്യൂറോ സർജിക്കൽ ഐ.സി.യു. എന്നിവയുടെ ആശീർവാദകർമ്മം വരാപ്പുഴ ആർച്ച് ബിഷപ്പ് ഡോ. ഫ്രാൻസിസ് കല്ലറക്കൽ നിർവഹിച്ചു. ലൂർദ് ആശുപത്രിയിലെ ഡോക്ടർമാർ, നേഴ്സുമാർ, ഡി.എൻ.ബി. – നേഴ്സിംഗ് – പാരാമെഡിക്കൽ വിദ്യാർത്ഥികൾക്കായി തയ്യാറാക്കിയിരിക്കുന്ന ഹോസ്പിറ്റൽ ലൈബ്രറിയും ആർച്ച് ബിഷപ്പ് ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. ആധുനിക വിവര സാങ്കേതിക സംവിധാനങ്ങളും 4000-ൽ പരം പുസ്തകങ്ങളും അടങ്ങിയതാണ് പുതിയ ലൈബ്രറി.

പാരാമെഡിക്കൽ കോഴ്സ് ഉദ്ഘാടനം

ലൂർദ് ആശുപത്രിയിൽ പാരാമെഡിക്കൽ കോഴ്സ് 2011-ന്റെ ഉദ്ഘാടനം ജൂലൈ 12-ന് കൊച്ചിൻ കോർപ്പറേഷൻ ഡെപ്യൂട്ടി മേയർ ഭദ്ര സതീഷ് നിർവഹിച്ചു. ഡയറക്ടർ ഫാ. സാബു നെടുനിലത്ത്, അസോസിയേറ്റ് ഡയറക്ടർ ഫാ. ഷൈജു തോപ്പിൽ, മെഡിക്കൽ സൂപ്രണ്ട് ഡോ. പോൾ പുത്തുരാൻ, കോഴ്സ് ഡയറക്ടർ ഡോ. സോമു അബ്രാഹം എന്നിവർ പ്രസംഗിച്ചു.

നേഴ്സസ് ദിനം

നേഴ്സിംഗ് വാരാചരണത്തിന്റെ ഭാഗമായി വിവിധ പരിപാടികൾ സംഘടിപ്പിച്ചു. മെയ് 7,10,28 എന്നീ ദിവസങ്ങളിലായി ലൂർദ് ആശുപത്രിയിലെ സ്റ്റാഫിന് Hep.B യുടെ രോഗ പ്രതിരോധ കുത്തിവയ്പ് നല്കുകയുണ്ടായി. ഏകദേശം 554 സ്റ്റാഫിന് കുത്തിവയ്പ് നല്കി. മെയ് 14-ാം തീയതി നേഴ്സിംഗ് സൂപ്രണ്ട് സിസ്റ്റർ ബർത്തലോമിയ ജോസഫിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ നേഴ്സസ് ദിനം ആചരിച്ചു. വിശിഷ്ടാതിഥിയായി എത്തിയ റവ. ഫാ. ജോസഫ് ഓളിപറമ്പിൽ ചടങ്ങ് ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തുകൊണ്ട് രോഗി പരിചരണത്തെക്കുറിച്ച് സംസാരിച്ചു.

ഇന്ത്യയിലെ ആദ്യത്തെ മൊബിലിറ്റി കണങ്കാൽ മാറ്റിവയ്ക്കൽ ശസ്ത്രക്രിയ

ഇന്ത്യയിലെ ആദ്യത്തെ മൊബിലിറ്റി കണങ്കാൽ മാറ്റിവയ്ക്കൽ ശസ്ത്രക്രിയ എറണാകുളം ലൂർദ് ആശുപത്രിയിൽ വിജയകരമായി നടത്തി. ഓർത്തോപീഡിക് വിഭാഗത്തിലെ ആർത്രോപ്ലാസ്റ്റി ആന്റ് ആർത്രോസ്കോപ്പി സർജൻ ഡോ. ജോൺ തയ്യിലിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ 2011 മാർച്ച് മാസം 29-ാം തീയതിയാണ് ശസ്ത്രക്രിയ നടത്തിയത്.

51 വയസ്സുള്ള സ്ത്രീക്ക് കണങ്കാൽ തേയ്മാനംമൂലം നടക്കാൻ ബുദ്ധിമുട്ട് അനുഭവപ്പെട്ടതിനെത്തുടർന്നു നടത്തിയ പരിശോധനയിലാണ് സെക്കന്ററി ഓസ്റ്റിയോ ആർത്രൈറ്റിസ് എന്ന രോഗമാണെന്നു കണ്ടെത്തിയത്. ലോഹനിർമ്മിതവും ചലിപ്പിക്കാവുന്നതുമായ കൃത്രിമ കണങ്കാൽ ഘടിപ്പിക്കുന്ന അതിനൂതനരീതിയാണ് ഈ രോഗിക്ക് സ്വീകരിച്ചത്. പരമ്പരാഗതരീതിയിൽ കടുപ്പമുള്ളതും ചലിപ്പിക്കാനാവാത്തതുമായ കൃത്രിമ കണങ്കാലാണ് ഘടിപ്പിക്കാറ്. എന്നാൽ മൊബിലിറ്റി ടോട്ടൽ ആങ്കിൾ റീപ്ലേയ്സ്മെന്റ് ഇംപ്ലാന്റ് ഉപയോഗിക്കുന്നതുവഴി ഒരാൾക്ക് അനുഭവിക്കേണ്ടിവരുന്ന അസഹനീയമായ വേദനഒഴിവാക്കാമെന്നതാണ് ഈ രീതിയുടെ മേന്മ. ശസ്ത്രക്രിയാസംഘത്തിൽ ഡോ. പീറ്റർ, ഡോ. ജീവൻ, ഡോ. നിലേഷ്, അനസ്തറ്റിസ്റ്റ് ഡോ. ലൂസി എന്നിവർ ഉൾപ്പെട്ടിരുന്നു. കണങ്കാൽ മാറ്റിവയ്ക്കൽ ശസ്ത്രക്രിയയ്ക്കുശേഷം നാലാം ദിവസം രോഗി ആശുപത്രി വിട്ടു. ആറ് ആഴ്ചയ്ക്കുശേഷം സ്ത്രീയ്ക്കു പൂർണ്ണമായി നടക്കാൻ സാധിക്കും.

കണങ്കാൽ മാറ്റിവയ്ക്കൽ ശസ്ത്രക്രിയ കഴിഞ്ഞ പത്തു വർഷമായി വിദേശ രാജ്യങ്ങളിൽ നടത്തിവരുന്നുണ്ടെങ്കിലും ഇന്ത്യയിൽ മൊബിലിറ്റി ടോട്ടൽ ആങ്കിൾ റീപ്ലേയ്സ്മെന്റ് ഇംപ്ലാന്റ് ഉപയോഗിച്ചുള്ള ശസ്ത്രക്രിയ ആദ്യമായി നടത്തിയത് എറണാകുളം ലൂർദ് ആശുപത്രിയിലാണ്.

സൗത്ത് ഇന്ത്യയിൽ ആദ്യമായി തരുണാസ്ഥി മാറ്റിവയ്ക്കൽ ശസ്ത്രക്രിയ (ആർട്ടിഫിഷൽ കാർട്ടിലേജ്) നടത്തിയ ലൂർദ് ആശുപത്രിയിലെ അസ്ഥിരോഗവിഭാഗം അസ്ഥിരോഗസംബന്ധമായ മാറ്റിവയ്ക്കൽ ശസ്ത്രക്രിയകൾ നടത്തുന്ന കേരളത്തിലെ മികച്ച ചികിത്സാകേന്ദ്രമായി ഉയർന്നുകഴിഞ്ഞു. സന്ധിമാറ്റിവയ്ക്കൽ, മുട്ട് മാറ്റിവയ്ക്കൽ, ഇടുപ്പുമാറ്റിവയ്ക്കൽ, തോൾഎല്ല് മാറ്റിവയ്ക്കൽ തുടങ്ങിയ ശസ്ത്രക്രിയകൾ മികച്ചരീതിയിലും ഏറ്റവും കുറഞ്ഞ ചെലവിലും ചെയ്യുന്നു എന്നതാണ് ലൂർദ് ആശുപത്രിയെ വ്യത്യസ്തമാക്കുന്നത്. അസ്ഥിരോഗ വിഭാഗം മേധാവി ഡോ. തോമസ് മാത്യുവിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ നാഷണൽ ബോർഡ് അംഗീകരിച്ച ഡി.എൻ.ബി. കോഴ്സ് നടത്തുന്ന അസ്ഥിരോഗ വിഭാഗത്തിൽ ഡോ. ജോൺ തയ്യിൽ ജോൺ, ഡോ. പീറ്റർ, ഡോ. ജീവൻ, ഡോ. ജിഷ, ഡോ. നിലേഷ് എന്നിവർ സേവനം അനുഷ്ഠിക്കുന്നു.

ADIEU

ഫാ. അഗസ്റ്റിൻ ഷെൽബിൻ വാരിയത്ത്
അഡ്മിനിസ്ട്രേറ്റർ
ക്രിസ്തുജയന്തി ആശുപത്രി, പെരുമ്പിള്ളി

റവ. സി. റോസി വർഗ്ഗീസ്
പാരാമെഡിക്കൽ (കോ-ഓഡിനേറ്റർ)
23.11.2004 – 19.07.2011
(6 വർഷം)

ഡോ. സത്യപാലൻ പി.എ. MD
ജനറൽ മെഡിസിൻ സീനിയർ കൺസൾട്ടന്റ്
15.06.1989 – 30.06.2011
(22 വർഷം)

ഡോ. കൃഷ്ണ ഐയ്യർ എൻ. DCH
പീഡിയാട്രിക്സ് സീനിയർ കൺസൾട്ടന്റ്
21.06.1976 – 11.06.2011
(35 വർഷം)

ഡോ. റിയാസ് അഷറഫ് എം.എം.
MD (അനസ്തേഷ്യോളജി),
PDCC(കാർഡിയോ തൊറാസിസ് അനസ്തേഷ്യ)
കാർഡിയാക് അനസ്തേഷ്യോളജി (കൺസൾട്ടന്റ്)
01.11.2006 – 20.07.2011 (4 വർഷം)

തിലോത്തമ എ.പി.
ഹൗസ് കീപ്പിംഗ് (ക്ലീനർ)
09.05.1997 – 30.07.2011
(14 വർഷം)

അന്ന എം. ഒ.
ഹൗസ് കീപ്പിംഗ് (ക്ലീനർ)
21.10.1996 – 30.07.2011
(15 വർഷം)

PASTORAL CARE

മനസ്സുമടുപ്പിക്കുന്ന രൂക്ഷഗന്ധത്തിന്റെ വീർപ്പുമുട്ടലാണ് ജനാലുകൾ പോലും തുറന്നിടാത്ത ആ മുറിയിൽ നിന്നും എനിക്ക് അനുഭവപ്പെട്ടത്. വേദന തളം കെട്ടിനില്ക്കുന്ന ഒരന്തരീക്ഷം. വാതിൽ മെല്ലെ തള്ളിത്തുറന്ന് അകത്തേക്ക് കയറിയപ്പോൾ പരിചാരകരായി ഉണ്ടായിരുന്ന രണ്ടുപേരും അച്ചനെ പ്രതീക്ഷിച്ചിരിക്കുകയായിരുന്നു എന്ന് സൂചിപ്പിച്ചു കൊണ്ട് ഒട്ടും സമയം കളയാതെ പുറത്തേക്കിറങ്ങി നിന്നു. കസേര വലിച്ചിട്ട് കട്ടിലിനരികെ തന്നെ ഞാൻ ഇരുന്നു. അമ്മച്ചിയുടെ പേരെന്താണ്? റോസി. വീടെവിടെയാണ്? ആലുവ. ചോദ്യവും ഉത്തരവും വളരെ പെട്ടെന്നായി. വീണ്ടും നിശബ്ദത. വല്ലാത്ത നിസംഗത ആ നോട്ടത്തിൽ സ്പഷ്ടമായി. ഒന്നും അറിയാതെയാണ് വന്നതെങ്കിൽ ചോദ്യങ്ങൾ ഇനിയും പലതും ചോദിക്കാമായിരുന്നു.

എന്താണസുഖം? എത്രനാളായി ആശുപത്രിയിൽ വന്നിട്ട? ഇപ്പോൾ എങ്ങിനെയുണ്ട്? എന്നൊക്കെ. പക്ഷെ രണ്ടുദിവസമായി കൃത്യമായ വിവരങ്ങൾ അറിയുന്നുണ്ടായിരുന്നു. വയറിൽ കാൻസറാണ്. ഏതാണ്ട് മൂന്ന് വർഷത്തോളമായി തുടർച്ചയായ ചികിത്സയിലാണ്. ആശുപത്രിവാസം പലതു കഴിഞ്ഞു. സ്കാനിംഗുകൾ, ശസ്ത്രക്രിയ, കീമോതെറാപ്പി, റേഡിയേഷൻ, അങ്ങനെ പരിശോധനകളും, ചികിത്സകളും, മരുന്നുകളും മാത്രമായി ജീവിതത്തിൽ. സന്തോഷമില്ലാത്ത ദിനരാത്രങ്ങൾ. പ്രതീക്ഷയുടെ അവസാനവെട്ടം പോലും മങ്ങി തുടങ്ങി. ജീവിതം കൈപ്പിടിയിൽ നിന്ന് ഊർന്ന് പോകുന്നെന്ന് നിസ്സഹായതയോടെ മനസ്സിലാക്കിയപ്പോൾ നിരാശയിൽ തിർന്ന ആ വാക്കുകൾ വേദനയോടെ പുറത്തുവന്നു. 'ഈ ജീവിതം പാഴായിപ്പോയല്ലോ.' കടുത്ത നിരാശയുടേയും ഭയാനകമായ വേദനയുടേയും

ഫാ. മാനുവൽ ലോപ്പസ്
ചാപ്ലിൻ

സഹനത്തിന്റെ പട്ടുമെത്തയിൽ

വാക്കുകളാണ് അവയെങ്കിലും ആ ജീവിതത്തിന്റെ അവസാന വാക്കുകളല്ല അതെന്ന് എനിക്കു വ്യക്തമായി. ഇത്രയും നാൾ കടന്നു വന്നത് കുരിശിന്റെ വഴിയിലൂടെയായിന്നു എന്ന തിരിച്ചറിവ് പ്രത്യാശയുടെ കിരണങ്ങളായി മുഖത്ത് വിരിയുന്നുണ്ടായിരുന്നു. കുരിശിന്റെ വഴിയിൽ ഒരിക്കലും തനിച്ചായിരുന്നില്ല. സഹനത്തിന്റെ, ഏകാന്തതയുടെ, ആകാംഷയുടെ നിമിഷങ്ങളിൽ ഒരിക്കലും പിരിയാത്ത ദൈവം സ്നേഹമായ്, സാന്ത്വനമായ്, കുളിരായ് എന്നും കൂടെയുണ്ടായിരുന്നല്ലോ. പെറ്റമ്മ നിന്നെ മറന്നാലും ഞാൻ നിന്നെ മറക്കുകയില്ല. ഉള്ളം കയ്യിൽ പേരെഴുതി മാറോട് ചേർക്കുന്ന ആ സ്നേഹം .... ഈ നിമിഷം ഈ ഓർമ്മ എത്രയോ ഭാഗ്യപൂർണ്ണമാണ്. യഥാർത്ഥകത്തോലിക്കാ വിശ്വാസത്തിലാണ് ബാല്യം മുതലേ വളർന്നു വന്നത്. പരിശുദ്ധ കുർബാനയിലുള്ള വിശ്വാസം ആഴത്തിലുള്ളതായിരുന്നു. അൾത്താരയിൽ തീരുന്ന ബലിയർപ്പണം - ഈ രോഗശയ്യയിൽ തുടരുകയാണ് എന്ന് ഓർമ്മിച്ചെടുത്തപ്പോൾ അധരങ്ങൾ വിതുമ്പിപ്പോയി. ഈ ജീവിതം എത്രയോ ധന്യമാണ്. ഹൃദയകവാടത്തിൽ മുട്ടിവിളിക്കുന്ന യേശുനാഥനായ് വാതിൽ തുറന്നു കൊടുക്കാൻ തിടുക്കമായോ? എന്റെ ശരീരം ഭക്ഷിക്കുകയും രക്തം പാനം ചെയ്യുകയും ചെയ്യുന്നവൻ എന്നിൽ വസിക്കുന്നു, ഞാൻ അവനിലും വസിക്കുന്നു. തീവ്രമായ വേദനയിലും വിതുമ്പുന്ന ചുണ്ടുകളിൽ ദിവ്യമായ സ്തോത്രഗീതം..... അൾത്താരയിൽ കത്തിയെരിയുന്ന തിരിയുടെ ചൂടും പ്രകാശവും, ഉയരുന്ന കുന്തിരിക്കത്തിന്റെ സുഗന്ധവും ...സ്വർഗ്ഗം ഭൂമിയിൽ വസന്തം വിരിയിക്കുന്ന ദിവ്യമായ അനുഭവം. അടുത്ത പ്രഭാതത്തിൽ വാർഡിൽ നിന്നും വീണ്ടും വിളിച്ചു. റോസി പോയി. സഹനത്തിന്റെ പട്ടുമെത്തയിൽ ഒരു പിടി റോസാദളങ്ങൾ വാരിവിതറിക്കൊണ്ട് അവൾ നാഥന്റെ സന്നിധിയിലേക്കു യാത്ര ആരംഭിച്ചു കഴിഞ്ഞു.

HIGHER ENDS @ LOURDES

ഓഡിയോമീറ്റർ

ചെവിയുടെ ശ്രവണശക്തി അളക്കുവാനും സംസാര വൈകല്യങ്ങൾ കണ്ടുപിടിക്കുന്നതിനും പ്രത്യേകിച്ച് കുട്ടികളിൽ വളരെ പ്രയോജനപ്പെടുന്നു. പ്രത്യേകം സജ്ജീകരിച്ച സൗണ്ട് പ്രൂഫ് മുറികളിലാണ് ഈ പരിശോധനകൾ ചെയ്യുന്നത്.

ഡിഫിബ്രിലേറ്റർ

ഹൃദയത്തിന്റെ പ്രവർത്തനം നിലയ്ക്കുമ്പോഴും താളം തെറ്റുമ്പോഴും നിശ്ചിത അളവിൽ ഇലക്ട്രിക് എനർജി നല്കി ഹൃദയത്തിന്റെ പ്രവർത്തനം തിരികെ കൊണ്ടുവരാൻ സാധിക്കുന്ന ഉപകരണം.

ലാബ്

സേഫ്റ്റി ക്യാബിനറ്റ് റ്റൈപ്പ് 2 : മെഡിക്കൽ ലാബിൽ സാമ്പിളുകൾ പരിശോധിക്കുമ്പോൾ അവിടെ ജോലിചെയ്യുന്നവർക്ക് പ്രത്യേക സംരക്ഷണം നല്കുന്ന ഉപകരണം. സാംക്രമികരോഗങ്ങൾ ഇവരിലേക്ക് പടരുന്നതിൽനിന്നും സംരക്ഷണം നല്കുന്നു.

മൾട്ടിപരാമീറ്റർ മോണിറ്റർ

അത്യാഹിത വിഭാഗത്തിലും തീവ്രപരിചരണ വിഭാഗത്തിലും ഓപ്പറേഷൻ തീയറ്ററുകളിലും മറ്റും രോഗികളുടെ വൈറ്റൽ പരാമീറ്റർ ആയ ഇ.സി.ജി., ഓക്സിജന്റെ അളവ്, രക്തസമ്മർദം, ശ്വസനനിരക്ക് തുടങ്ങിയവയുടെ അളവുകോലുകൾ തുടർച്ചയായി കാണിക്കാൻ ഈ ഉപകരണത്തിന് സാധിക്കും.

വെന്റിലേറ്റർ

രോഗിക്ക് സ്വയം ശ്വാസം എടുക്കാൻ സാധിക്കാത്ത അവസ്ഥയിലും ശ്വാസം എടുക്കാൻ ബുദ്ധിമുട്ടുള്ള അവസ്ഥയിലും സർജറിക്കുശേഷവും ശ്വാസകോശത്തിന്റെ പ്രവർത്തനങ്ങൾ ഈ ഉപകരണത്തിലൂടെ ക്രമീകരിക്കാൻ സാധിക്കും. ഈ ഉപകരണത്തിന്റെ സഹായത്താൽ ഓക്സിജൻ പ്രത്യേക അളവിൽ ആവശ്യമായ രീതിയിൽ നല്കാവുന്നതാണ്.

CONSULTATIONS

ഹെയർ ഫിക്സിങ്

ഡോ. ചാക്കോ സിറിയക് MS., MCh
പ്ലാസ്റ്റിക് സർജൻ

ചോദ്യം: ഹെയർ ഫിക്സിങ്ങിനെപ്പറ്റി ധാരാളം കേട്ടിട്ടുണ്ട്. അതുതന്നെയാണോ ഹെയർ ട്രാൻസ്പ്ലാന്റേഷൻ എന്നു പറയുന്നത്?

ഉത്തരം: അല്ലേയല്ല, തീർച്ചയായും അല്ല! ഹെയർ ഫിക്സിങ് എന്നു പറയുന്നത് ഒരുതരം വിഗ്ഗ് തന്നെയാണ്. ഹെയർ ഫിക്സ് ചെയ്ത് കിട്ടാൻ അവർ ഉപയോഗിക്കുന്ന മാർഗ്ഗം വ്യത്യസ്തമാണെങ്കിൽപ്പോലും അവിടെ ഉപയോഗിക്കുന്നതും വിഗ്ഗ് തന്നെ. തലയോടിന് മുകളിലുള്ള തൊലിപ്പുറത്തേയ്ക്ക് അവർ വിഗ്ഗ് പശകൊണ്ട് ഒട്ടിക്കുന്നു, അല്ലെങ്കിൽ അവശേഷിക്കുന്ന സ്വാഭാവിക തലമുടിയോട് ചേർത്ത് ക്ലിപ്പ് ചെയ്ത് പിടിപ്പിക്കുന്നു. ഏതായാലും അതും വിഗ്ഗ് തന്നെ. പ്ലാസ്റ്റിക് സർജറി ചെയ്യുമ്പോൾ നിങ്ങളുടെ സ്വന്തം തലമുടി തന്നെയെടുത്ത്, കഷണ്ടിയായി കാണപ്പെടുന്ന ഭാഗത്ത് ട്രാൻസ്പ്ലാന്റ് ചെയ്യുന്നു, അതായത് പറിച്ചുനടുന്നു.

ചോദ്യം: ഹെയർ ഫിക്സിങ്ങിനേക്കാൾ പ്ലാസ്റ്റിക് സർജറിമൂലം ഹെയർ ട്രാൻസ്പ്ലാന്റേഷൻ നടത്തുന്നതുകൊണ്ടുള്ള മേന്മ എന്താണെന്നു പറയാമോ?

ഉത്തരം: മിക്കവാറും വിഗ്ഗുകളെല്ലാം ഉണ്ടാക്കുന്നത് കൃത്രിമ തലമുടികൾ ഉപയോഗിച്ചോ, അല്ലെങ്കിൽ മറ്റാരുടെയെങ്കിലും വെട്ടിക്കളഞ്ഞ തലമുടി ഉപയോഗിച്ചോ ആയിരിക്കും. പക്ഷേ, ഹെയർ ട്രാൻസ്പ്ലാന്റേഷനിൽ സ്വന്തം തലമുടി മാത്രമാണ് ഉപയോഗിക്കുന്നത്. തൊലിപ്പുറത്ത് ചെയ്യുന്ന ചെറിയൊരു സർജറിമൂലം സ്വന്തം തലയിൽത്തന്നെ തലമുടിയുള്ള ഭാഗത്തുനിന്നും അത് അടർത്തിയെടുത്ത് മുടിയില്ലാത്ത ഭാഗങ്ങളിൽ വച്ചുപിടിപ്പിക്കുന്നു. ഇങ്ങനെ ട്രാൻസ്പ്ലാന്റ് ചെയ്ത തലമുടി കുറച്ചുനാൾ കഴിയുമ്പോഴേയ്ക്കും അവിടെ വേരുപിടിച്ച് വളർന്നുവരാൻ തുടങ്ങുന്നു. ഇങ്ങനെ വച്ചുപിടിപ്പിക്കുന്ന തലമുടി നമ്മുടെ സ്വന്തം തലമുടിതന്നെയായതുകൊണ്ട് നമ്മുടെ തലമുടിയുടെ സ്വാഭാവിക പ്രകൃതി അവിടെയും നിലനിർത്തപ്പെടുന്നു. ഉദാഹരണമായി, നമ്മുടെ ഒറിജിനൽ തലമുടി ചുരുണ്ട തലമുടിയായിരുന്നുവെങ്കിൽ പറിച്ചുനട്ട് അവിടെ വളരുന്ന തലമുടിയും അതേപോലെ ചുരുണ്ട തലമുടിയായി വരുന്നു. നമ്മുടെ ഒറിജിനൽ തലമുടി കോലൻ മുടിയാണെങ്കിൽ അത് പറിച്ചുനട്ടുകഴിയുമ്പോഴും (ട്രാൻസ്പ്ലാന്റ്) അങ്ങനെതന്നെയായിരിക്കും, മുളച്ചുപൊന്തുന്നതും വളരുന്നതും. നമ്മുടെ സ്വാഭാവിക തലമുടി ഡൈ ചെയ്യുന്നതുപോലെയോ, സ്റ്റൈൽ ചെയ്യുന്നതുപോലെയോ, കളർ ചെയ്യുന്നതുപോലെയോ ഇങ്ങനെ പറിച്ചുനടപ്പെടുന്ന തലമുടിയും ഡൈ ചെയ്യുകയും മറ്റും ചെയ്യാം. നീളുമ്പോൾ ക്രോപ് ചെയ്ത് ശരിയാക്കുകയും ചെയ്യാം. ഒരു വിഗ്ഗ് ധരിക്കുമ്പോൾ അത് എളുപ്പത്തിൽ വയ്ക്കുകയും ഊരിയെടുക്കുകയും ചെയ്യാവുന്ന വിഗ്ഗ് ആണെങ്കിലും, ഹെയർ ഫിക്സിങ് മൂലം ഉറപ്പിച്ചിരിക്കുന്ന വിഗ്ഗ് ആണെങ്കിലും വേനൽക്കാലത്ത് അസഹ്യമായ ബുദ്ധിമുട്ട് അനുഭവിക്കേണ്ടിവരും. എന്നെ സമീപിക്കുന്ന ഇത്തരം ചില രോഗികൾ തലയിൽ വിയർപ്പിന്റെ അസഹ്യമായ നാറ്റം സഹിച്ചുകഴിയേണ്ടിവരുന്നതിൽ വിഷമിക്കുന്നു. ഹെയർ ട്രാൻസ്പ്ലാന്റേഷൻ ചെയ്യുമ്പോൾ വിയർപ്പിന്റെയും ദുർഗന്ധത്തിന്റെയും പ്രശ്നമില്ല. സാധാരണ നമ്മുടെ തല കഴുകി വൃത്തിയാക്കുന്നതുപോലെ ഹെയർ ട്രാൻസ്പ്ലാന്റ് ചെയ്ത തലയും മുടിയും വൃത്തിയാക്കാം. എണ്ണയോ, സോപ്പോ, ഷാംപൂവോ ഉപയോഗിക്കുകയും ചെയ്യാം. സാധാരണ കേശസംരക്ഷണ നടപടികൾ എല്ലാം ഇവിടെയും പാലിക്കാം എന്നർത്ഥം.

ചോദ്യം: എങ്ങനെയാണ് ഡോക്ടർ ഈ ഹെയർ ട്രാൻസ്പ്ലാന്റേഷൻ നടത്തുന്നത്?

ഉത്തരം: സാധാരണ കഷണ്ടിയുള്ളവർക്കും തലയുടെ പുറകുഭാഗത്തോ, വശങ്ങളിലോ എങ്കിലും കുറച്ചു മുടി കാണും. ഈ ഭാഗത്തുനിന്ന് ഓരോരോ തലമുടിയായി ഹാർവെസ്റ്റ് (Harvest) ചെയ്തെടുക്കുന്നു. തലമുടി വേരോടെ അടർത്തിയെടുക്കുകയാണ്. അത് കഷണ്ടി ബാധിച്ചിട്ടുള്ള ഭാഗങ്ങളിൽ തൊലിപ്പുറത്ത് ഓരോന്നായി നടുന്നു (Implant). ഈ ഓപ്പറേഷൻ, ഞാൻ ചെയ്യുന്നത് ഓപ്പറേഷൻ തിയേറ്ററിൽവച്ച് കാണാനിടയായ കുട്ടനാട്ടുകാരനായ എന്റെ ഒരു സഹപ്രവർത്തകൻ പറഞ്ഞത്, "ഇത് ഞങ്ങളുടെ നാട്ടിൽ പുഞ്ചപ്പാടത്ത് ഞാറ് പറിച്ചുനടുന്നതുപോലെയുണ്ടല്ലോ" എന്നായിരുന്നു. ഈ പ്രക്രിയ ശാസ്ത്രീയമായി ചെയ്ത് വേരുപിടിപ്പിച്ചെടുക്കാൻ മറ്റു ചില ടെക്നിക്കുകളും ഉണ്ട്. ഓരോരുത്തരുടെയും തലമുടിയുടെ പ്രകൃതിയും തലയോട്ടിയുടെ മുകളിലുള്ള തൊലി (Scalp) യുടെ സ്വഭാവവും അനുസരിച്ച് ഏറ്റവും അനുയോജ്യമായ വിധത്തിൽ ശരിയായ ടെക്നിക്കുകൾ ഉപയോഗിച്ച് ഈ പ്രക്രിയ ഞങ്ങൾ പൂർത്തിയാക്കുന്നു.

ചോദ്യം: ഈ ഓപ്പറേഷന് ജനറൽ അനസ്തേഷ്യ ആവശ്യമുണ്ടോ? (ബോധം കെടുത്തേണ്ടിവരുമോ?)

ഉത്തരം: വേണ്ട, ബോധം കെടുത്തേണ്ടിവരില്ല. ഈ പ്രക്രിയ മുഴുവൻ ലോക്കൽ അനസ്തേഷ്യയിൽത്തന്നെ ചെയ്യാം.

From page 05

വേദനയോട് സന്ധിചെയ്യാം...

ത്തിൽതന്നെ തുടങ്ങുകയാണെങ്കിൽ വാതരോഗങ്ങളെ ഭേദപ്പെടുത്താൻ ജൈവ ഔഷധങ്ങൾക്കു കഴിയുമെന്നാണ് വൈദ്യശാസ്ത്രലോകം പ്രതീക്ഷിക്കുന്നത്.

ആമവാത ചികിത്സയിൽ അടുത്തകാലത്തായി രോഗകാഠിന്യം നിർണയിക്കാനുതകുന്ന ഡിസീസ് ആക്ടിവിറ്റി സ്കോറിന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ രോഗചികിത്സ നിർണയിക്കപ്പെടുന്നുണ്ട്. ഈ ചികിത്സാരീതി അനുസരിച്ച് ഏതുതരം സന്ധിവാതരോഗികൾക്കാണ് തുടക്കത്തിൽതന്നെ സമഗ്രമായ ചികിത്സ വേണ്ടതെന്നുതീർച്ചപ്പെടുത്താൻ കഴിയും. വാട്ടർ തെറാപ്പി, ഐസ് മസാജ്, ട്രാൻസ്ക്യൂട്ടേനിയസ് നെർവ് സ്റ്റിമുലേഷൻ(TNS) തുടങ്ങിയവയും ഇപ്പോൾ ആർത്രൈറ്റിസ് ചികിത്സയിൽ ഉപയോഗിക്കുന്നുണ്ട്. വ്യായാമംപോലെതന്നെ വിശ്രമവും പ്രധാനമാണ്.

വാതം പിടിപെട്ടവർക്ക് പതിവുചികിത്സയിൽനിന്നു വ്യത്യസ്ഥമായി റേഡിയോ ആക്ടീവ് ഐസോട്ടോപ്പുകൾ സന്ധികളിലേക്ക് നേരിട്ട് എത്തിച്ച് വികിരണ രശ്മകളുടെ സാന്നിധ്യത്താൽ രോഗമുക്തിനേടാനാകുമെന്ന ആശയം ഈ അടുത്തകാലത്താണ് വികസിപ്പിച്ചെടുത്തത്. ന്യൂക്ലിയർ മെഡിസിന്റെയും വാതരോഗ ചികിത്സാ ശാഖയുടെയും സമ്മിശ്ര സാങ്കേതികത്വമാണ് റേഡിയേഷൻ സൈനോവെക്ടമിക്ക് ആവശ്യം. ഒരു സൂചിയുടെ സഹായത്തോടെ സന്ധിയുടെ ഉള്ളിൽ റേഡിയോ ആക്ടിവിറ്റി നിക്ഷേപിക്കുകയാണ് പ്രക്രിയ. ബീറ്റ രശ്മികളാണ് രോഗശമനത്തിന് ഹേതുവാകുന്നത്.

സങ്കീർണതകൾ

സന്ധികളുടെ വേദനതീരാവേദനയായി കൊണ്ടുനടക്കുന്നവർ നിരവധിയാണ്. രോഗം ശാപമായി മാറുന്ന അവസ്ഥയാണിത്. പ്രത്യേകിച്ചും വീട്ടമ്മമാരിൽ ഈ രോഗം ബാധിച്ചാൽ ജീവിതം അക്ഷരാർത്ഥത്തിൽ വേദനമാത്രമായിത്തീരും. തുണി കഴുകാൻ, തൂത്തുവാരാൻ, കറിയ്ക്കരിയാൻ, മക്കളെ സ്കൂളിൽ അയയ്ക്കാൻ ഒന്നിനും കഴിയാത്ത അവസ്ഥ. വേദനഅധികമാകുന്ന ദിവസങ്ങളിൽ വീട്ടിൽ ഭക്ഷണവും മുടങ്ങും. എഴുന്നേൽക്കാനോ കൈകൾ മടക്കാനോ എന്തിന് മുടിചീകികെട്ടാൻപോലും വയ്യാത്ത സ്ഥിതി വരുന്നതോടെ അമ്മമാർ കടുത്ത മാനസികസംഘർഷത്തിലേക്കും ഏകാന്തതയിലേക്കുംവീഴും.

പ്രതിരോധം

ആർത്രൈറ്റിസ് നേരത്തേ കണ്ടെത്തി ചികിത്സിച്ചാൽ സന്ധികൾക്ക് തകരാറ് സംഭവിക്കുന്നത് തടയാൻ കഴിയും. കുടുംബത്തിൽ ആർക്കെങ്കിലും ആർത്രൈറ്റിസ് വന്നിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ സന്ധികളിൽ വേദനയില്ലെങ്കിൽപോലും ഡോക്ടറുടെ ഉപദേശം തേടണം. സജീവമായ ജീവിതശൈലി പിന്തുടരുക, നല്ല ഭക്ഷണം, ശരീരഭാരം കുറയ്ക്കുക, വ്യായാമം ശീലമാക്കുക, പിരിമുറുക്കം കുറയ്ക്കുക എന്നിവയൊക്കെ രോഗത്തെ കൈകാര്യം ചെയ്യാൻ അത്യന്താപേക്ഷിതമാണ്.

NEWCOMERS

റവ. ഫാ. ജോസഫ് പടിയാരം പറമ്പിൽ
അഡ്മിനിസ്ട്രേറ്റർ
ക്രിസ്തുജയന്തി ആശുപത്രി,
പെരുമ്പിള്ളി

ഡോ. ജോ തോമസ് MD
(ഇന്റേണൽ മെഡിസിൻ)
DNB (റുമറ്റോളജി)
റുമറ്റോളജി - കൺസൾട്ടന്റ്

ഡോ. ബിനു പാപ്പച്ചൻ MD
(പീഡിയാട്രിക്സ്),
P.G. Certificate in
Medical Education
കൺസൾട്ടന്റ് -
പീഡിയാട്രിക്സ്
& നിയോനാറ്റോളജി

ഡോ. ഡേവിഡ് ജേക്കബ് MD
(അനസ്തേഷ്യോളജി),
PDCC(കാർഡിയോ തൊറാസിസ്,
വാസ്കുലർ & ന്യൂറോ സർജിക്കൽ
അനസ്തേഷ്യോളജി
കൺസൾട്ടന്റ് - കാർഡിയാക്
അനസ്തേഷ്യോളജി

NEW DNB BATCH

മെഡിക്കൽ ബിരുദാനന്തര കോഴ്സിലെ (DNB) പുതിയ ബാച്ച്
ഇടതുനിന്ന് ഡോ. സുനിൽകുമാർ എൻ(അനസ്തേഷ്യ), ഡോ. രാഹുൽ ഗോവിന്ദ് ഫപാലെ(അനസ്തേഷ്യ), ഡോ. ആഷിഷ് അലക്സാണ്ടർ(അനസ്തേഷ്യ), ഡോ. സച്ചിൻ ജി.(അനസ്തേഷ്യ), ഡോ. ജോയ്സ് വർഗ്ഗീസ് എം.ജെ. (ഓർത്തോപീഡിക്സ്), ഡോ. ഉർഗുണ്ടെ അതുൽ മലികാർജുൻ (ഓർത്തോപീഡിക്സ്), ഡോ. പ്രകാശ് (ജനറൽ സർജറി), ഡോ. സച്ചിൻ ആർ.ജെ.(ജനറൽ മെഡിസിൻ), ഡോ. ആന്റണി ജോസഫ് (ജനറൽ മെഡിസിൻ).

CONGRATULATIONS

റവ. സിസ്റ്റർ ജോസിയ ഡി.എസ്.എസ്.
സന്യസ്ത ജീവിതത്തിന്റെ കാൽനൂറ്റാണ്ട് പിന്നിട്ട് സിൽവർ ജൂബിലി ആഘോഷത്തിന്റെ നിറവിൽ നില്ക്കുന്ന ദീനസേവനസഭാംഗം. ലൂർദ് ഡയറ്റ് വിഭാഗത്തിന്റെ മേധാവിയായി സ്തുത്യർഹ സേവനം കാഴ്ചവയ്ക്കുന്ന സന്യാസിനി.

ഡോ. മഹേഷ് മോഹൻ റാവു ജാദവ്
MBBS, DNB
ഡൽഹി ഡിപ്ലോമേറ്റ് ഓഫ് നാഷണൽ ബോർഡ് പരീക്ഷ വിജയകരമായി പൂർത്തിയാക്കി ജനറൽ മെഡിസിൻ വിഭാഗത്തിൽ ഡി.എൻ.ബി. ബിരുദം കരസ്ഥമാക്കി.

Editorial Team

Fr. Sabu Nedunilath

Fr. Shaiju Thoppil

Fr. Rockey Kollamparambil

Sr. Barthalomea Joseph

Ms. Navita

Mr. Derin

Mr. Aldrin X Panakal

CAC Vara

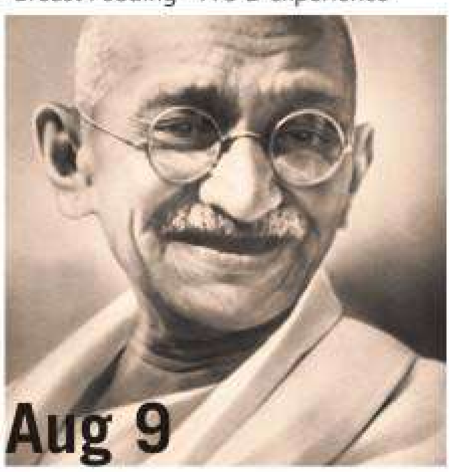
HEALTH CALENDER

ലോക മുലയൂട്ടൽ വാരാചരണം

നവജാവ ശിശുവിന് ആവശ്യമായ എല്ലാ പോഷകാഹാരങ്ങളും നല്കാനുതകുന്ന ഏകമാർഗമാണ് മുലയൂട്ടൽ. രോഗങ്ങൾ നിറഞ്ഞ ലോകത്തേക്ക് ജനിച്ചുവീഴുന്ന കുഞ്ഞിന് അവയിൽനിന്നെല്ലാം രക്ഷനേടാനായി ദൈവം നല്കിയിട്ടുള്ള വരദാനമാണ് മുലയൂട്ടൽ. ഈ മഹത്തായ പ്രവർത്തിയെക്കുറിച്ച് എല്ലാ അമ്മമാരേയും ബോധവത്ക്കരിക്കാനായി ലൂർദ് ഹോസ്പിറ്റലിൽ ഓഗസ്റ്റ് 1 മുതൽ 7 വരെ മുലയൂട്ടൽ വാരം ആചരിക്കുന്നു. ഇതിനോടനുബന്ധിച്ച് ഓഗസ്റ്റ് 4 രാവലേ 9.30-ന് നിയോനാറ്റൽ ഐ.സി.യുവിന്റെ മുൻപിൽവച്ച് ബോധവത്ക്കരണ പരിപാടി സംഘടിപ്പിച്ചിരിക്കുന്നു.

Theme - Talk to me

"Breast Feeding - A 3 D experience"



Quit Liquor Day

അല്പ സമയത്തേക്കു ഞാനൊരു ഏകാധിപതിയായിരുന്നെങ്കിൽ ഞാൻ ആദ്യം ചെയ്യുക മദ്യം പൂർണ്ണമായി നിരോധിക്കുകയായിരിക്കും - **ഗാന്ധിജി**

DISCHARGE SHEET

അവയവദാനം ജീവദാനം

റവ. ഫാ. റോക്കി കൊല്ലംപറമ്പിൽ
അസിസ്റ്റന്റ് ഡയറക്ടർ

മരണം മാത്രം മുന്നിൽ കണ്ടു ജീവിക്കുന്ന മനുഷ്യനെജീവിതത്തിലേക്ക് കൈപിടിച്ചുനടത്താവുന്ന മനുഷ്യത്വപൂർണമായ ജീവദാനമാണ് അവയവദാനം.

ഇന്ത്യയിൽ ഓരോമിനിറ്റിലും ഓരാൾ വീതം ആന്തരാവയവം കിട്ടാത്തതുകൊണ്ട് മരിക്കുന്നു. ഓരോ വർഷവും അവയവവും കാത്തിരിക്കുന്നവരുടെ നിരയിലേക്ക് രണ്ടുലക്ഷത്തോളംപേർ പുതുതായി എത്തിച്ചേരുന്നു.

വർഷത്തിൽ ഒരുകോടിയോളം പേർ മരിക്കുന്നു, അതിൽ ലക്ഷംപേരെങ്കിലും മസ്തിഷ്കമരണത്തിനു വിധേയരാവുന്ന ഇന്ത്യയിൽ ആന്തരികാവയവങ്ങൾ നല്കാൻ തയ്യാറാകുന്നവർ എൺപതോളം പേർ മാത്രം. ഇന്ത്യയിൽ അഞ്ചുലക്ഷത്തിലൊരാൾ മരണാനന്തരം അവയവം ദാനംചെയ്യാൻ തയ്യാറായാൽ ഇപ്പോൾ നടക്കുന്ന അവയവമാറ്റങ്ങൾ ജീവിച്ചിരിക്കുന്നവരിൽനിന്നും അവയവങ്ങൾ സ്വീകരിക്കാതെതന്നെ നടത്താം.

എന്താണ് മസ്തിഷ്കമരണം?

ഒരിക്കലും തിരിച്ചുവരാത്തവിധം തലച്ചോറിന്റെ പ്രവർത്തനം നിലയ്ക്കുന്നതാണ് മസ്തിഷ്ക മരണം. തലച്ചോറിൽനിന്ന് ശരീരത്തിന്റെ മറ്റു ഭാഗങ്ങളിലേക്കു നാഡികൾവഴി സന്ദേശങ്ങൾ പോകാതിരിക്കുകയും ചെയ്യും. അതോടെ ശരീരത്തിനു പ്രവർത്തിക്കാനാവശ്യമായ നിർദ്ദേശങ്ങൾ ലഭിക്കാതെയാകുന്നു. വെന്റിലേറ്ററിന്റെ സഹായത്തോടെ ഹൃദയം പ്രവർത്തിക്കും(എപ്പോൾ വെന്റിലേറ്റർ മാറ്റുന്നുവോ, അപ്പോൾ ഹൃദയവും നിലയ്ക്കും). ഈയൊരവസ്ഥയിലാകുന്ന വ്യക്തിക്കു പിന്നീട് ജീവിതത്തിലേക്കു തിരിച്ചുവരാനാവില്ല. അതുകൊണ്ടാണ് അവരുടെ ഹൃദയം, വൃക്കകൾ, കണ്ണുകൾ, കരൾ തുടങ്ങി വിവിധ അവയവങ്ങൾ മറ്റുരോഗികൾക്കു ജീവദാനമായി മാറുക.
മരണം ഏതുവഴി എപ്പോൾ വരുമെന്ന് ഒരു നിശ്ചയവുമില്ലാത്ത നാം ജീവിച്ചിരിക്കുമ്പോൾത്തന്നെ അവയവദാനത്തിന് തീരുമാനമെടുക്കണം. മരണാനന്തരം എത്രപേർക്ക് ജീവൻ പകരണമെന്ന് തീരുമാനമെടുത്തികഴിഞ്ഞാൽ അടുത്ത നടപടി, സ്വന്തം വീട്ടുകാരെ അറിയിച്ച് ഒരു ബന്ധു ഉൾപ്പെടെ രണ്ടുപേരെ സാക്ഷികളാക്കി സമ്മതപത്രം തയ്യാറാക്കുക. കൂടാതെ നമ്മുടെ ഡ്രൈവിംഗ് ലൈസൻസിന്റെയൊപ്പം തന്റെ മരണാനന്തരം അവയവങ്ങൾ ദാനംചെയ്യാൻ സമ്മതപത്രം നല്കിയ വ്യക്തിയാണ് എന്ന് അറിയിക്കുന്ന കാർഡും സൂക്ഷിക്കുക.

അനേകം പേർക്ക് അവയവങ്ങൾ നല്കിയാണ് ഒരാൾ മരണത്തിലേക്കു മറയുന്നതെങ്കിൽ അത്രയും പേരുടെ ജീവനിൽ അയാൾ ഒരിക്കലും മാഞ്ഞുപോകാത്ത സാന്നിധ്യമായി മാറും. ജീവിച്ചിരിക്കുമ്പോൾത്തന്നെ ചെയ്യേണ്ട നന്മകൾ നേരത്തേ തിരിച്ചറിയാം. മനുഷ്യത്വത്തിന്റെ മുദ്ര പതിപ്പിച്ചുകൊണ്ട് നമുക്ക് മുന്നേറാം.

LOURDES HOSPITAL
www.lourdeshospital.in
Enakulam, Kochi - 682 012, Kerala, India
Tel: 91-484-4123456, 4125555 Fax: 91-484-2393720
Email: lourdeshospital@vsnl.com

Printed, published and owned by Lourdes Hospital and printed at Drakle Printers, Kochi - 682 018 and published at Cochin - 682 012
Private Circulation only