వైద్య నారాయణం

ఆరోగ్య సమాచార స్రవంతి | చీఫ్ పేట్రన్ డాా పి. నారాయణ | సంపుటి : 02 | సంచిక : 11 | జూన్- 2015 | ఎడిటర్ : ఫయాజ్ | వెల అమూల్యం

భారత దేశంలో దంతవైద్యాన్ని పునర్ నిర్వచించాలి

- ఐఏపీహెచ్‌డీ పీజీ సదస్సులో డాక్టర్ కె. సతీష్‌రెడ్డి పిలుపు
- దేశం నలుమూలలనుంచి ఆచార్యులు, ప్రతినిధులు
- పీజీ విద్యార్థులకు నిపుణుల సూచనలు, సలహాలు

ఐఏపీహెచ్‌డీ 9వ సదస్సును శ్రీశ్రీ రవిశంకర్ ప్రారంభిస్తున్న ముఖ్యఅతిథి డాక్టర్ కె. సతీష్‌రెడ్డి. వేదికపై వైద్యప్రముఖులు, అధ్యాపకులు

దంతవైద్యులు గ్రామీణ ప్రాంతాల్లోని చాలామందికి అందడం లేదని కార్యక్రమ ముఖ్య అతిథిగా విచ్చేసిన డెంటల్ కౌన్సిల్ ఆఫ్ ఇండియా మాజీ ఎగ్జిక్యూటివ్ కమిటీ సభ్యుడు డాక్టర్ కె. సతీష్ కుమార్ రెడ్డి అభిప్రాయపడ్డారు. నారాయణ దంత వైద్య కళాశాలలో పీజీ చదువుతున్న విద్యార్థులకు ఉద్దేశించి ఆయన ప్రసంగించారు. ఇండియన్ అకాడమీ ఆఫ్ పీడోడాంటిక్స్ (ఐఏపీడీ) ఆధ్వర్యంలో ఈ సదస్సు జరిగింది. ఆయన తన ప్రసంగాన్ని కొనసాగిస్తూ వైద్య విద్యను ఔత్సాహికులైన యువత ముందుకొచ్చి వృత్తిగా ఎంచుకోవాలని, ప్రజలకు తమ సేవలను అందించాలని పిలుపునిచ్చారు. దంతవైద్యం నిర్లక్ష్యానికి గురవుతున్న ప్రాధాన్యతను, ఈ రంగంలో జరుగుతున్న పరిశోధనలను ఆయన ఈ సందర్భంగా వివరించారు. భారతదేశంలో దంతవైద్యాన్ని పునర్ నిర్వచించాల్సిన అవసరాన్ని దృష్టిలో ఉంచుకుని ఐఏపీహెచ్‌డీ సదస్సును ఏర్పాటు చేసినట్లు ఈ కార్యక్రమ నిర్వాహకులు డాక్టర్ వి.చంద్రశేఖర్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు. ఆయన సదస్సు యులకు స్వాగతం పలుకుతూ ఈ స్నాతకోత్సవ కార్యక్రమాన్ని ప్రతిఏటా జూన్ 19వతేదీన దంతవైద్య పరిరక్షణ దినోత్సవం జరపాలని నిర్ణయించిందని ప్రకటించారు. ప్రపంచమంతా ఒకముందు ఈ తేదీన ఈ ఉత్సవాన్ని జరుపుకోనుందని తెలిపారు.

నారాయణ వైద్యసంస్థల డైరక్టరు డాక్టరు సుబ్రహ్మణ్యం మాట్లాడుతూ చిగుళ్ల వ్యాధులతో గుండె వ్యాధులు సంక్రమించే అవకాశం ఉందని పేర్కొన్నారు.నారాయణ దంత వైద్య కళాశాల ప్రిన్సిపల్ డాక్టరు వి. మహేష్ మాట్లాడుతూ నారాయణ దంత వైద్య కళాశాలలో పరిశోధన, గ్రంథాలయ సౌకర్యాలను గురించి వివరించారు.

(మిగతా 2వ పేజీలో)

3లో
చిన్నపిల్లల్లో కిడ్నీ వైఫల్యం

3లో
ముఖభాగానికి రసాయనాల కారణమా

4లో
బాలింతలకు యోగా

5లో
శస్త్ర విజయాలు

6లో
వైద్యాచార్య డాా ఆర్. సాంబశివారెడ్డి

నవతరానికి స్ఫూర్తి డాా పి. నారాయణ

- డాా నారాయణ జన్మదిన వేడుకల్లో 'నారాయణ' వైద్యబృందం

మంత్రి నారాయణ జన్మదినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకొని కేకును కట్ చేస్తున్న ఆయన తల్లి సుబ్బమ్మ

రాష్ట్ర మున్సిపల్‌శాఖ మంత్రి డాక్టర్ నారాయణ జన్మదిన వేడుకలు నారాయణ వైద్యకళాశాలలోని మంత్రి ఛాంబర్‌లో వేడుకగా జరిగాయి. మంత్రి నారాయణ తల్లి పొంగూరు సుబ్బమ్మ ఈ సందర్భంగా బర్త్‌డే కేకును కట్ చేశారు. ఆమెకు పలువురు శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. నారాయణ వైద్యకళాశాల డైరెక్టర్ జి.సుధీర్ మున్నూ ఈసందర్భంగా మాట్లాడుతూ మంత్రి నారాయణ వంటి కుమారుణ్ణి కన్నతల్లి పొంగూరు సుబ్బమ్మ జన్మదినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకొని ప్రతిఏటా ఆమె జన్మదినం రోజున ఆమె పేరిట ఒక్కో పేదవిద్యార్థికి రూ.లక్ష ప్రకారం ఉపకారవేతనాన్ని అందిస్తున్నట్లు తెలిపారు. ఈ ఏడాది కూడా ఆ ఉపకారవేతనాన్ని ఒక పేదవిద్యార్థికి అందిస్తామని ప్రకటించారు. మంత్రి నారాయణ జన్మదినం సందర్భంగా ఆయన ఆధ్వర్యంలోని విద్యాసంస్థలన్నింటిలో ఆయన పేరిట ఒక్కో పేదవిద్యార్థికి రూ.లక్ష ప్రకారం ఉపకారవేతనాన్ని అందిస్తున్నట్లు తెలిపారు. ఈ ఏడాది కూడా ఆ ఉపకారవేతనాన్ని ఒక పేదవిద్యార్థికి అందిస్తామని ప్రకటించారు. మంత్రి నారాయణ జన్మదినం సందర్భంగా ఆయన ఆధ్వర్యంలోని విద్యాసంస్థలన్నింటిలో ఆయన పేరిట ఒక్కో పేదవిద్యార్థికి రూ.లక్ష ప్రసాదించిన మాతృమూర్తి పొంగూరు సుబ్బమ్మ జన్మధన్యమైందన్నారు. మంత్రి నారాయణ జన్మదిన వేడుకలు సుబ్బమ్మ చేతులమీదుగా జరగడం ఆనందంగా ఉందన్నారు. మంత్రి వంటి గొప్ప వ్యక్తిని ఆదర్శంగా తీసుకోవాలని, తద్వారా వారి భావి జీవితాలు అభివృద్ధి చెందుతాయని, ఫలితంగా దేశపురోభివృద్ధి జరుగుతుందని అభిప్రాయపడ్డారు.

(మిగతా 2వ పేజీలో)

భారత దేశంలో దంతవైద్యాన్ని పునర్ నిర్వచించాలి

డా॥ పరిటెడ్కే ఫుటకం బహుకరిస్తున్న నారాయణ దంతవైద్యకళాశాల ప్రిన్సిపల్ డా॥ మహేష్ పరిటాల

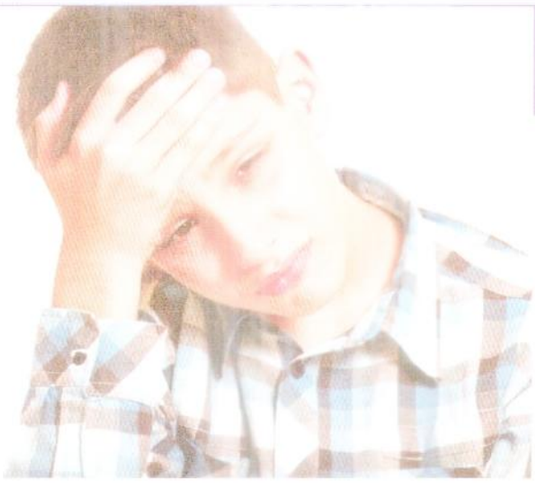
ఎపిడెమాలజీ పోటీ సదస్సులోని ప్రత్యేక ప్రదర్శనలు

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

ప్రతినిధులు వీటిని పరిశీలించి అభినందించాలని కోరారు. డాక్టర్ ఎన్.టి.ఆర్ యూనివర్సిటీ డెంటల్ సైన్సెస్ డీన్ డాక్టర్ కందస్వామి దంత వైద్య రంగంపై సూక్ష్మదర్శిని ప్రసంగాన్ని చేశారు. ఈ రంగం ఎంత అవసరమైందో వివరిస్తూ విద్యార్థులను బాగా ఆకట్టుకున్నారు. సామాజిక,సాంస్కృతిక రంగాల్లో దంతవైద్య ప్రాముఖ్యతను చెప్పి లయోలా కళాశాల డైరెక్టర్ డాక్టర్ ఎస్. అల్ఫోన్సోరాజ్ మాట్లాడారు. తన ప్రసంగంలో

ఎపిడెమాలజీ పోటీ సదస్సులో ప్రొఫెసర్ సీతారామ రాజుతో కలిసి గౌరవాధ్యక్షుడు డాక్టర్ ఎ.ఎస్. బారేమర్, ఉపాధ్యక్షుడు డాక్టర్ సత్యసాయిసాగర్,

చిన్నపిల్లల్లో కిడ్నీవైఫల్యం



డా॥ ప్రతిమ
పీడియాట్రిక్ నెఫ్రాలజిస్ట్

(అవగాహన కోసం)

ప్రశ్న : పిల్లల్లో కూడా కిడ్నీ వైఫల్యం ఉంటుందా?

జవాబు : సాధారణంగా కిడ్నీ వైఫల్యమనేది పెద్దలలో మూత్రపిండాలు దెబ్బతినడం వల్ల వస్తుందనేది అపోహ. అది పిల్లల్లో అరుదైన విషయం కాదు. కాకపోతే గుర్తించి సరైన వైద్యం చేయడంలో విఫలమవ్వడం వల్ల ఎక్కువ పిల్లల్లో అరుదు అని అన్నిస్తుంది. పిల్లల్లో కిడ్నీవైఫల్యం లక్షణాలు గుర్తించడానికి కొంత ఇబ్బందిగా ఉంటుంది. అనుభవం అవసరం.

ప్రశ్న : దీన్ని ఎలా గుర్తిస్తారు?

జవాబు: కిడ్నీ వైఫల్యాన్ని వైద్యంలో రెండు విధాలుగా విభజిస్తారు. 1.acute renal failure (అకస్మాత్తుగా కాళ్ళకిడ్నీ పెయిల్యూర్) 2.chornic renal failure (దీర్ఘకాలిక కిడ్నీ పెయిల్యూర్) acute renal failure లో కిడ్నీ పెయిల్యూర్, ఒళ్ళు కాలిన గాయాలు మలేరియా డెంగ్యూలాంటి ఇన్ఫెక్షన్లు, కొన్ని రకాల మందుల దుష్ప్రభావం, సి.టి.స్కానింగ్ లో వాడే contrast పదార్థం గుర్తించిన కిడ్నీలలో రాళ్ల వల్ల acute renal failure వస్తుంది. కళ్ళు . మొహం వాపు, ఆయాసం, వాంతులు, మూత్రం తగ్గిపోవడం అనేది మొదటి లక్షణాలు. తరువాత బి.పి పెరగడం, తల తిరగడం,దగ్గు అయిపోవడం,ఫిట్స్ రావడం దీని లక్షణాలు.

ప్రశ్న : Chornic renal failure క్రానిక్ రినల్ ఫెయిల్యూర్ అంటే ఏమిటి ?

జవాబు: పిల్లల్లో కిడ్నీలు సరిగా పెరుగకపోవడం, కిడ్నీలలో నీటి బుడగలు మూత్రనాళం దగ్గర అడ్డు ఉండటంగుర్తించని యూరిన్ ఇన్ఫెక్షన్లు recovery లేని acute renal failure.

ప్రశ్న :దీని లక్షణాలేమిటి?

జవాబు: ఎదుగుదల లేకపోవడం, మందగించడం, మూపులో తేడాలు (రాత్రి కంటిచూపు), రక్తహీనత, మూత్రం అధికంగా గాని, తక్కువగా అవటం, కాళ్ళ వంకరలు పోవడం

ప్రశ్న :దీని నిర్ధారణ ఏలా ?

జవాబు: రక్త పరీక్షలలో, యూరిన్, క్రియాటినిన్ కాకుండా బబ్బీ వైఫల్యాన్ని నిర్ధారించవచ్చు. స్కానింగు నిబబ్బీ, లక్షణాలని బట్టి Acute on chornic అని నిర్ధారించవచ్చు.

ప్రశ్న :దీనికి చికిత్స ఏమిటి?

జవాబు: చికిత్స అనేది కారణాన్ని బట్టి వుంటుంది. కానీ ఈ పిల్లలకు ఇంటిన్ఫెక్ కేర్ ఇవ్వవలసి ఉంటుంది. చికిత్సలో రకాలు తీవ్రతను బట్టి. మందులతో అవసరమైన డై డయాలసిస్‌చేసి నయం చేయవచ్చు. కానీ chornic reval failure వారికి మాత్రమే శాశ్వత డయాలసిస్ లేదా కిడ్నీ మార్పిడి మాత్రమే ప్రత్యామ్నాయాలు.

ప్రశ్న : దీని ఫలితం ఏమిటి?

జవాబు: ఇది కూడా కారణాన్ని బట్టి వుంటుంది. సాధారణంగా acute renal failure లో సరైన వైద్యంతో ఫలితం బాగుంటుంది. దానిలో కూడా వైఫల్యం వివిధ నాలు, మందుల దుష్ప్రభావాల వలన అయితే ఫలితం బాగుంటుంది. నవజాత శిశువుల వైఫల్య ఫలితం అంత ఆశాజనకంగా వుండదు. కొన్ని వ్యాధులు ముందుగానే గుర్తించి, అవగాహన ద్వారా మూత్రనాళం అడ్డంటివి సర్జరీతో తొలగించినట్లయితే కిడ్నీ వైఫల్యం కాకుండా కాపాడుకోవచ్చు.

ముఖంలోని భావాలకు జీవ రసాయనాలు కారణమా?

డా॥ విజయమోహన్‌రావు
డెర్మటాలజిస్ట్

(అవగాహన కోసం)

ప్రశ్న: సిగ్గుపడుతుంటే బుగ్గలు ఎందుకు ఎర్రబడతాయి?

జవాబు: చిన్నారి అంగీ ముక్కలోని అమ్మాయి. ఒకరు సిగ్గుపడుతుంటే ఎదుటి వారికి అలాంటి అనుభవం ఎదురవుతుంది. ఇలా ఎందుకు జరుగుతుంది? ఇలా ఎర్రబడటానికి కారణం ఏమిటి? ఇలాంటి ప్రశ్నలు కొన్ని వేలసార్లు మనకు ఎదురవుతుంటాయి. ఇలా ఎర్రబడటం అనేది ఒక సహజ ప్రక్రియ. ఇలా ఎర్రబడటానికి కారణం ఏమిటంటే మన శరీరంలో ఉన్న రక్తనాళాలు వ్యాకోచించడం వల్ల. ఇలా వ్యాకోచించడానికి కారణం ఏమిటంటే మన శరీరంలో ఉన్న రక్తనాళాలు ఎర్రబడట

బాలింతలు చేయాల్సిన ఆసనాలు

డా. వుంగరాల సత్యానంద్
ప్రిన్సిపల్, నారాయణ యోగా, నేమరోపతి హాస్పిటల్

ప్రసవం తర్వాత తల్లి తనకు ప్రతిరూపమైన తన బిడ్డను చూసి మురిసిపోతుంది. ప్రతి క్షణం తల్లికి పునర్జన్మ లాంటిది. బుడ్డిగ బిడ్డపై ఉన్న ప్రేమ, వాత్సల్యం తో తనను బాధిస్తున్న మొద, వెన్ను నొప్పిని నిర్లక్ష్యం చేస్తుంది. కానీ ఈ ఇబ్బందులన్నింటి నుంచి మనం ఉపశమనం కలిగించినట్లయితే ఆ తల్లికి ఎంతో మేలు చేసినవాళ్లవుతాం.ప్రతి మహిళకి ప్రసవం తరువాత కూడా తన శరీరాకృతిని కాపాడుకోవాలనే కోరిక ఉంటుంది. అది యోగాతో సాధ్యం చేసుకోవచ్చు. యోగా చేయడం వల్ల తల్లి మనస్సు, శరీరం ఉత్తేజపడుతుంది అలాగే ఇబ్బందులనుంచి ఖచ్చితంగా ఉపశమనం లభిస్తుంది.

అందరికీ తెలిసింది గర్భంతో ఉన్నపుడు యోగా చేస్తే మేలు కలుగుతుందని. కానీ ప్రసవం తర్వాత కూడా యోగా చాలా మేలు చేస్తుంది. సుఖప్రసవం లేదా పెద్ద ఆపరేషన్ (సిజేరియన్) అయినా కానీ తల్లికి విశ్రాంతి అనేది చాలా అవసరం. సుఖ ప్రసవం అయితే 6 వారాలు విశ్రాంతి తీసుకుంటే సరిపోతుంది అదే పెద్ద ఆపరేషన్ (సిజేరియన్) అయితే 8 నుంచి 12 వారాల వరకు ఖచ్చితంగా విశ్రాంతి తప్పనిసరి. సుఖ ప్రసవంలో కూడా చిన్న ఆపరేషన్ (ఎపిసియాటమి) అంటే ప్రసవం సులువుగా జరగడం కోసం యోని కండరాలను కోసి కుట్లు వేస్తారు. అప్పుడు ఆ వ్రుందు మానేంతవరకు ఖచ్చితంగా విశ్రాంతి అవసరం. అదే పెద్దఆపరేషన్ (సిజేరియన్) అయితే పొట్టకి ఎక్కువ కుట్లు పడతాయి, ఆ కుట్లు పూర్తిగా మానేంత వరకు జాగ్రత్తగా విశ్రాంతి తీసుకుని ఆ తరువాత యోగ చేస్తున్నప్పుడు మొదటి కొన్ని రోజులు పొట్టపై ఎక్కువగా ఒత్తిడి పడే ఆసనాలు చేయరాదు. గర్భంతో ఉన్నపుడు కదుపులోని బిడ్డ పెరుగుతున్న కొద్ది ఆ తల్లి శరీరంలో అనేక మార్పులు శారీరకంగా , మానసికంగా చోటుచేసుకుంటాయి. ప్రసవం తర్వాత గర్భంతో ఉన్నపుడు చోటు చేసుకున్న మార్పులన్నీ పూర్వస్థితికి రావడానికి కొంత సమయం తీసుకుంటుంది. అందుకని ఖచ్చితంగా ఆ సమయంలో విశ్రాంతి తీసుకుని తరువాత మీరు యోగా చేయడం వల్ల మీ శరీరం మీకు అనుకూలించి ఉండాలి. స్థూలకాయం తగ్గడానికి యోగా చేస్తున్నట్లయితే ఆహారం విషయంలో జాగ్రత్తలు పాటించాలి. తరువాత నిష్ణాతులైన యోగా గురువు వద్ద శిక్షణ తీసుకుని యోగా ప్రారంభించాలి. తరువాత నిష్ణాతులైన యోగా గురువుని సంప్రదించి వారి పర్యవేక్షణలో క్రమంగా యోగా నేర్చుకోవాలి.ఈ క్రింది ఆసనాలు ప్రాణాయామం చేయడం వల్ల మీరు యోగా అభ్యాసాలు పూర్వ స్థితికి వస్తాయి. మొద, వెన్ను నొప్పి నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. మనస్సు ప్రశాంతంగా ఉంటుంది.

పవనముక్తాసనం: వెల్లకిలా పడుకొని రెండు కాళ్లు చేతులు దూరంగా పెట్టి ఉంచాలి. ఇప్పుడు రెండు కాళ్లను దగ్గరగా పెట్టి స్థూల కాళ్ళ పిరుదుల 90 డిగ్రీల కోణంలో ఉండేలా పైకి లేపి మోకాళ్లను వంచి మోకాళ్లను పొట్టకి తాకించాలి. ఇప్పుడు రెండు చేతులతో మోకాళ్లను చుట్టుకోవాలి. ఇప్పుడు తల, భుజాలను నేలపై నుంచి

అంధకార జీవితానికి వెలుగు

డా॥ జీవరత్నం
ఆప్తాలమాలజిస్ట్

చిత్తూరుజిల్లా తిరుపతిలోని చంద్రశేఖర్‌రెడ్డి కాలనీకి చెందిన వేముంబాక సరోజనమ్మ (65) అనే మహిళకి ఇరవై ఏళ్ల క్రితం కుడి కంటికి గాయమై (వుల్ల గుచ్చు కోవడం) కంటిలో శుక్లం ప్రారంభమైంది. అంతకు ముందే పక్ష వాతం కారణంగా బయటి ఆసుపత్రి వారు కంటి ఆపరేషన్‌కు నిరాకరించారు. ఇంటిలోనివారు పట్టించుకోక పోవడంతో రెండు కళ్ల శుక్లాలు బాగా ముదిరిపోయి చూపు కనిపించక నిస్సహాయ స్థితిలో దూరపు బంధువుల సహాయంతో నారాయణ ఆసుపత్రికి వచ్చింది. ఇకపై తాను చూపు పొందలేనేమో అని నిస్పృహలోనికి అయితే ఎలాగైనా ఎటువంటి ఇబ్బందులు లేకుండా ఫ్రీడమ్ తాకట్టు తెలిపారు. అనేకమంది తరువాత మూడు రోజులపాటు అనేక ప్రత్యేక పరీక్షలలో ఉంచి కంటి చూపు [illegible] ఉందని నిర్ధారణ

ఆపరేషన్ తర్వాత సరోజనమ్మ

నిరాశలోవున్న ఆమెకు డాక్టరు జీవరత్నం ధైర్యం చెప్పి ఆసుపత్రిలో అడ్మిట్ చేసుకొన్నారు. ఆయన ఆమె కళ్లను పరీక్షించి, రెండు శుక్లాలు బాగా ముదిరిపోయాయని ఒకవైపై నిర్లక్ష్యం చేస్తే శుక్లాలు పగిలి కళ్లచూపు పూర్తిగా పోయే ప్రమాదం ఉందని, వెంటనే ఆపరేషన్ చేయాలని సూచించారు. అవసరమైన పరీక్షలు(బి.పి, షుగరు) నిర్వహించి మొదట కుడి కంటికి విజయవంతంగా ఆపరేషన్‌ను నిర్వహించారు. ముదిరిపోయిన శుక్లం ఉన్న ఎలాంటి ఆపరేషన్ చాలా రిస్కుతోనిది. అయినా ఎలాగైనా ఎటువంటి ఇబ్బందులు లేకుండా ఫ్రీడమ్ తాకట్టు తెలిపారు. అనేకమంది తరువాత మూడు రోజులపాటు అనేక ప్రత్యేక పరీక్షలలో ఉంచి కంటి చూపు [illegible] ఉందని నిర్ధారించి ఆపరేషన్ చేయాలని నిర్ణయించారు. ఇంటిలోనివారు పట్టించుకోక పోవడంతో రెండు కళ్ల శుక్లాలు బాగా ముదిరిపోయి చూపు కనిపించక నిస్సహాయ స్థితిలో దూరపు బంధువుల సహాయంతో నారాయణ ఆసుపత్రికి వచ్చింది. ఇకపై తాను చూపు పొందలేనేమో అని నిరాశలోవున్న ఆమెకు డాక్టరు జీవరత్నం ధైర్యం చెప్పి ఆసుపత్రిలో అడ్మిట్ చేసుకొన్నారు. ఆయన ఆమె కళ్లను పరీక్షించి, రెండు శుక్లాలు బాగా ముదిరిపోయాయని ఒకవైపై నిర్లక్ష్యం చేస్తే శుక్లాలు పగిలి కళ్లచూపు పూర్తిగా పోయే ప్రమాదం ఉందని, వెంటనే ఆపరేషన్ చేయాలని సూచించారు. అవసరమైన పరీక్షలు(బి.పి, షుగరు) నిర్వహించి మొదట కుడి కంటికి విజయవంతంగా ఆపరేషన్‌ను నిర్వహించారు. ముదిరిపోయిన శుక్లం ఉన్న ఎలాంటి ఆపరేషన్ చాలా రిస్కుతోనిది. అయినా ఎలాగైనా ఎటువంటి ఇబ్బందులు లేకుండా ఫ్రీడమ్ తాకట్టు తెలిపారు. అనేకమంది తరువాత మూడు రోజులపాటు అనేక ప్రత్యేక పరీక్షలలో ఉంచి కంటి చూపు [illegible] ఉందని నిర్ధారించి ఆపరేషన్ చేయాలని నిర్ణయించారు. ఇంటిలోనివారు పట్టించుకోక పోవడంతో రెండు కళ్ల శుక్లాలు బాగా ముదిరిపోయి చూపు కనిపించక నిస్సహాయ స్థితిలో దూరపు బంధువుల సహాయంతో నారాయణ ఆసుపత్రికి వచ్చింది. ఇకపై తాను చూపు పొందలేనేమో అని నిరాశలోవున్న ఆమెకు డాక్టరు జీవరత్నం ధైర్యం చెప్పి ఆసుపత్రిలో అడ్మిట్ చేసుకొన్నారు. ఆయన ఆమె కళ్లను పరీక్షించి, రెండు శుక్లాలు బాగా ముదిరిపోయాయని ఒకవైపై నిర్లక్ష్యం చేస్తే శుక్లాలు పగిలి కళ్లచూపు పూర్తిగా పోయే ప్రమాదం ఉందని, వెంటనే ఆపరేషన్ చేయాలని సూచించారు. అవసరమైన పరీక్షలు(బి.పి, షుగరు) నిర్వహించి మొదట కుడి కంటికి విజయవంతంగా ఆపరేషన్‌ను నిర్వహించారు. ముదిరిపోయిన శుక్లం ఉన్న ఎలాంటి ఆపరేషన్ చాలా రిస్కుతోనిది. అయినా ఎలాగైనా ఎటువంటి ఇబ్బందులు లేకుండా ఫ్రీడమ్ తాకట్టు తెలిపారు. అనేకమంది తరువాత మూడు రోజులపాటు అనేక ప్రత్యేక పరీక్షలలో ఉంచి కంటి చూపు [illegible] ఉందని నిర్ధారించి ఆపరేషన్ చేయాలని నిర్ణయించారు. ఇంటిలోనివారు పట్టించుకోక పోవడంతో రెండు కళ్ల శుక్లాలు బాగా ముదిరిపోయి చూపు కనిపించక నిస్సహాయ స్థితిలో దూరపు బంధువుల సహాయంతో నారాయణ ఆసుపత్రికి వచ్చింది. ఇకపై తాను చూపు పొందలేనేమో అని

ఆపరేషన్ తర్వాత సరోజనమ్మ

భుజం గూడుకు అరుదైన సర్జరి

డా॥ విజ్ఞ రవీంద్రన్
ఆర్థోపెడిషియన్

డా॥ గణేష్ కుమార్ రెడ్డి
ఆర్థోపెడిషియన్

నెల్లూరు రూరల్ మండలం, కొదూరుపాడు గ్రామానికి చెందిన అదిరెడ్డి ఉమామహేశ్వరి(56) అనే మహిళ నిద్రిస్తూ పొరపాటున మంచం నుంచి కిందపడింది. ఎడమ భుజానికి తీవ్రమైన గాయమైంది. దీంతో నారాయణ ఆసుపత్రిలోని కీళ్లు ఎముకల విభాగంలోని డా॥ గణేష్‌కుమార్ రెడ్డి, డా॥ విజ్ఞ రవీంద్రన్ లను సంప్రదించింది. డాక్టర్లు ఆమెకు అవసరమైన ఎక్స్‌రే తదితర పరీక్షలు నిర్వహించారు. భుజం దగ్గర ఎముక ముక్కలు ముక్కలుగా విరిగిపోయింది. ఇటువంటి తీవ్రమైన ఫ్రాక్చర్‌కు సాధారణ ఫ్రాక్చర్ రిప్లేషన్ శస్త్ర చికిత్సలు సరైన ఫలితాలు ఇవ్వవు. ఇటువంటి పరిస్థితుల్లో ప్రత్యేకంగా షోల్డర్ హెమి ఆర్థోప్లాస్టీ సర్జరీ అవసరం ఉంటుంది. ఇటువంటి సర్జరీలు ప్రత్యేక నైపుణ్యం కలిగిన వారు మాత్రమే విజయవంతంగా చేయగలరు.

వయస్సు పెరిగే కొద్ది ఎముకలు శక్తి కోల్పోవడం (Osteoporosis) గాయాలు అయినప్పుడు తీవ్రమైన ఫ్రాక్చర్లు అవుతాయి. అటువంటప్పుడు ఈ షోల్డర్ హెమి ఆర్థోప్లాస్టీ సర్జరీని సరైన నైపుణ్యంతో సులభంగా చేయొచ్చని డా॥ గణేష్ కుమార్ రెడ్డి రోగులకు తెలిపారు. వెంటనే ఆపరేషన్ చేయాలని నిర్ణయించారు. డా॥ ఎస్‌టీఆర్ ఉచిత ఆరోగ్య సేవ పథకం ద్వారా ఎటువంటి ఖర్చులేకుండ ఆపరేషన్‌ను ఉచితంగా విజయవంతంగా నిర్వహించారు. ఆపరేషన్ తర్వాత మరునాడేరోజు నుంచే ఉమామహేశ్వరి కోలుకుంది. ప్రస్తుతానికి చిన్న అంగడి పెట్టుకొని జీవనం కొనసాగిస్తున్న నాకు భుజానికి గాయం కావడంతో ఇక ఏమీ చేసుకోలేనేమో అని భయపడ్డాను. కానీ నారాయణ ఆసుపత్రి వైద్యులు నాకు ధైర్యం చెప్పి ఎటువంటి ఖర్చు లేకుండా తన భుజాగాయాన్ని నయం చేసినందుకు వారికి రుణపడి ఉంటానని చెప్పింది. మిల్లులు లేని మాకు ఆలోటు తెలియకుండా ఇక్కడి సర్జన్లు అందించిన సేవలు చాలా సంతృప్తినిచ్చాయని ఆనందంతో తెలియజేసింది. ఆర్థోవిభాగంలో ఎటువంటి క్లిష్టమైన ఆపరేషన్ అయిన విజయవంతంగా నిర్వహిస్తున్న డాక్టర్ల బృందాన్ని ఆసుపత్రి ఎన్‌డార్టి మెడికల్ సూపరింటెండెంట్ డా॥ శ్రీరామ్‌నవీన్ అభినందించారు.

శస్త్ర విజయాలు

ఆపరేషన్‌కు ముందు

తర్వాత

ఆపరేషన్ తర్వాత ఉమామహేశ్వరి

బాలింతలు చేయాల్సిన ఆసనాలు

(4వ పేజీ తరువాయి)

ఆసనాలు వేసే ప్రాథమికంగా పద్మాసనంలో కూర్చోవాలి. ఎడమ చేయి బిగ్‌ముద్ర(మూడు వేలిని మంచి బొటన వేలితో మడిచి ఉంచాలి) పెట్టాలి. కుడి చేయి బొటన వేలితో కుడి నాసిక రంధ్రాన్ని మూయాలి. ఎడమ నాసిక రంధ్రంతో శ్వాసను వదలాలి. తర్వాత అదే నాసిక రంధ్రంతో శ్వాసను తీసుకుని మళ్ళీ వేలు, ఉంగరపు వేలుతో ఎడమ నాసిక భుజాన్ని మూసి పట్టుకోవాలి. శ్వాసను 2 సెకన్లు బిగించి ఉండాలి. తర్వాత కుడి నాసిక రంధ్రంతో శ్వాసను వదిలి మళ్ళీ అదే నాసిక రంధ్రంతో శ్వాసను

వేలితో [illegible] వదిలి [illegible] వేలు [illegible] మూసి పట్టుకోవాలి. కుడి చేయి [illegible] ప్రతిసారి [illegible] వేలు [illegible] మార్చాలి. [illegible] మొత్తం [illegible] వేళ్లను [illegible]

తీసుకుని కుడి నాసిక భుజాన్ని బొటన వేలితో మూసి పట్టుకోవాలి. తర్వాత ఎడమ నాసిక రంధ్రంతో శ్వాసను వదిలేయాలి. ఇది 1 రౌండునుంచి 7 రౌండ్లు చేయాలి.

ఉపయోగం: ప్రసవం తర్వాత శరీరంలో వచ్చే మార్పులతో తల్లి చాలా ఇబ్బందులతో అసహనంగా ఉంటుంది. ఈ ప్రాణాయామం చేయటం వలన శరీరంలోని అన్ని చక్రాలను ఉత్తేజపరుస్తుంది. మనస్సుని ప్రశాంతంచేస్తుంది.

వైకుంఠ ఆదిశేషుడే పతంజలి

నారాయణ వైద్యవిద్యా సంస్థలో ప్రపంచ యోగా దినోత్సవాన్ని ఘనంగా నిర్వహించారు. కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ డా॥ వీరంగాల సత్యానంద్ మాట్లాడుతూ యోగానారాయణ ప్రాణాయామాలను చేయడం వలన అందరూ ఆరోగ్యంగా ఉండవచ్చని, అలాగే "పంచయమ కోశాలను" గురించి వివరించారు. నారాయణ వైద్య సంస్థల తరపున డా॥ మహేష్ (డెంటల్ కాలేజ్ ప్రిన్సిపాల్), డా॥శ్రీ నివాస్ రెడ్డి (ఫార్మశీ కాలేజ్ ప్రిన్సిపాల్), డా॥ నరసింహారెడ్డి, సి.హెచ్. భాస్కర్‌రెడ్డి (డిజిఎం) నర్సింగ్ కళాశాల నుండి శ్రీమతి వనజ తదితరులు ప్రసంగించారు. ఈ కార్యక్రమంలో నారాయణ యోగా న్యాచురోపతి కళాశాల నుండి డా॥ అలేఖ్య, డా॥ సంధ్యా కళాశాల విద్యార్థులు, సిబ్బంది ఉత్సాహంగా పాల్గొని ఈ కార్యక్రమాన్ని జయప్రదం చేశారు.

యోగా చేస్తున్న విద్యార్థులు, సిబ్బంది

నారాయణ వైద్యవిద్యా సంస్థలో ప్రపంచ యోగా దినోత్సవాన్ని ఘనంగా నిర్వహించారు. కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ డా॥ వీరంగాల సత్యానంద్ మాట్లాడుతూ యోగానారాయణ ప్రాణాయామాలను చేయడం వలన అందరూ ఆరోగ్యంగా ఉండవచ్చని, అలాగే "పంచయమ కోశాలను" గురించి వివరించారు. నారాయణ వైద్య సంస్థల తరపున డా॥ మహేష్ (డెంటల్ కాలేజ్ ప్రిన్సిపాల్), డా॥శ్రీ నివాస్ రెడ్డి (ఫార్మశీ కాలేజ్ ప్రిన్సిపాల్), డా॥ నరసింహారెడ్డి, సి.హెచ్. భాస్కర్‌రెడ్డి (డిజిఎం) నర్సింగ్ కళాశాల నుండి శ్రీమతి వనజ తదితరులు ప్రసంగించారు. ఈ కార్యక్రమంలో నారాయణ యోగా న్యాచురోపతి కళాశాల నుండి డా॥ అలేఖ్య, డా॥ సంధ్యా కళాశాల విద్యార్థులు, సిబ్బంది ఉత్సాహంగా పాల్గొని ఈ కార్యక్రమాన్ని జయప్రదం చేశారు.

వైద్య ఆచార్య

పేరు	:	డా॥ రామిరెడ్డి సాంబశివారెడ్డి
స్వస్థలం	:	పులివెందుల, కడపజిల్లా
ఎంబీబీఎస్	:	ఎస్వీ మెడికల్ కాలేజ్, తిరుపతి (1992)
ఎం.డి	:	ఎస్వీ మెడికల్ కాలేజ్, తిరుపతి (1999)
ప్రత్యేకతలు	:	చిన్నపిల్లల వైద్య నిపుణులు
అనుభవం	:	అసిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్ ప్రతిమ మెడికల్ కాలేజ్, కరీంనగర్ లో 2002 - 2007
		అసోసియేట్ ప్రొఫెసర్ & ప్రొఫెసర్ గా నారాయణ మెడికల్ కాలేజ్ హాస్పిటల్, నెల్లూరు లో 2008-2015
వస్తుతం	:	నారాయణ మెడికల్ కాలేజ్ అనుబంధ, నెల్లూరు లో చిన్నపిల్లల వైద్య విభాగంలో ప్రొఫెసర్
ఎగ్జామినర్ గా	:	డా॥ ఎన్.టి.ఆర్ యూనివర్సిటీ ఎం.డి ఎగ్జామినర్ గా
సభ్యత్వం	:	ఆల్ ఇండియన్ సొసైటీ ఆఫ్ పీడియాట్రిక్స్‌లో జీవితకాల సభ్యులు

నారాయణ హాస్పిటల్ లో ఈ దిగువ సేవలకు సంప్రదించవలసిన ఫోన్ నంబర్లు

1. డా॥NTR వైద్యసేవ(ఆరోగ్యశ్రీ)-9490795836, 9490166200
2. ఎంప్లాయి హెల్త్‌స్కీమ్, ESI, హెల్త్ ఇన్సూరెన్స్/ RTC/ఆరోగ్యపథకం/ ఆరోగ్యభద్రత & ఇతర క్రెడిట్స్ - 9160083777
3. మెడికల్ క్యాంప్ ఏర్పాటుకు-9490166122, 9490166112
4. బ్లడ్‌బ్యాంక్/రక్తదాన శిబిరానికి-9866924249, 9885771718
5. ఓపి కంటి (OBCS) అపాయింట్‌మెంట్ & మెడికల్ క్యాంప్‌లు - 9490166122
6. యోగా, న్యాచురోపతి సమాచారము - 9490166164
7. బెంబల్ హాస్పిటల్ సమాచారము - 9491236817

నారాయణ వైద్యశాలలోని విభాగాలు

నారాయణ వైద్యశాలలో ఏ వ్యాధిగ్రస్తులైనా చికిత్స చేసేందుకు ఒక విభాగం ఉంది. అక్కడ నిపుణులైన వైద్యులు ఉన్నారు. ఆయా విభాగాల వివరాలిని.

పడకలు : 1.280 ప్రత్యేక విభాగాలు : 22

ఇంటెన్సివ్ కేర్ పడకలు : 200 ఆపరేషన్ థియేటర్లు : 23

బ్లడ్ బ్యాంకు, 24 గంటల ఎమర్జెన్సీ,

ఐసీయూ ఆన్ వీల్స్ అంబులెన్స్, స్పెషల్, డీలక్స్ రూములు

దేశంలోనే ప్రఖ్యాతి గాంచిన క్యాష్‌లెస్ ఇన్సూరెన్స్ సదుపాయాలు

స్పెషాలిటీలు

1) సాధారణ వ్యాధులు 2) శస్త్ర చికిత్సలు 3) కీళ్లు, ఎముకల చికిత్స 4) అత్యవసర చికిత్స 5) కాన్పులు మరియు గర్భకోశ వ్యాధులు 6) చిన్నపిల్లల వ్యాధులు 7) కంటి వ్యాధులు 8) శ్వాసకోశ వ్యాధులు 9) చెవి, ముక్కు, గొంతు వ్యాధులు 10) చర్మ వ్యాధులు 11) మానసిక వ్యాధులు 12) దంత వ్యాధులు

సూపర్ స్పెషాలిటీలు

1) గుండె సంబంధిత వ్యాధులు 2) గుండె శస్త్రచికిత్సలు 3) మెదడు నరాల చికిత్సలు 4) మెదడు, వెన్నుముక శస్త్రచికిత్సలు 5) కిడ్నీ వ్యాధులు, 6) మూత్రనాళాలు, మూత్రకోశ శస్త్రచికిత్స 7) ఎండో క్రైనాలజి 8) ఉదరకోశ వ్యాధులు 9) ఉదరకోశ శస్త్రచికిత్సలు 10) ప్లాస్టిక్ సర్జరి

సంప్రదించవలసిన అధికారులు

డాక్టర్ జి.సుబ్రహ్మణ్యం. (డైరెక్టర్),
డాక్టర్ ఎస్. విజయ్‌కుమార్ (కో-ఆర్డినేటర్),
డాక్టర్ విజయమోహన్‌రెడ్డి చెన్నారెడ్డి (చీఫ్ ఎగ్జిక్యూటివ్ ఆఫీసర్)
డాక్టర్ శ్రీరామ్ సతీష్ (ఇన్‌ఛార్జి మెడికల్ సూపరింటెండెంట్)
డాక్టర్ కె.ఎస్.వి.కె. సుబ్బారావు. (హాస్పిటల్ అడ్మినిస్ట్రేటర్),
డాక్టర్ డి. రామ్మోహన్. (అడిషనల్ మెడికల్ సూపరింటెండెంట్),
డాక్టర్ ఎస్. సతీష్ (అడిషనల్ మెడికల్ సూపరింటెండెంట్),
సిహెచ్ భాస్కర్‌రెడ్డి (ఎ.జి.ఎం),