



వైద్య



నారాయణం

అలోగ్య సమాచార ప్రపంచీ చీఫ్ ఎడిటర్ డా॥ పి. సింధూర సంచిక : 03 సంవత్సరం : 11 జూన్ - 2016 అసోసియేట్ ఎడిటర్ : సి.హెచ్. భాస్కర్ రెడ్డి వెల అమూల్యం

నారాయణ హాస్పిటల్ లో **INDO-US** మధుమేహ సదస్సు



సదస్సులో ప్రసంగిస్తున్న డా॥అమరేష్ రెడ్డి వేదికపై ఇతర వైద్య ప్రముఖులు

నారాయణ మెడికల్ కాలేజీలోని సౌకర్యాల, పనులు అంతరాష్ట్రీయ పరిమాణాలతో కూడి ఉన్నాయని ఇండో-అమెరికన్ సదస్సులో పాల్గొన్న ప్రముఖులు ప్రశంసించారు. టైప్-2 మధుమేహం రోగులలోని జన్యుపరమైన సమస్యలు వాటి

పరీక్షల గురించి పరిశోధనలు చేసే అవకాశం లభించిన అరుదైన సందర్భం. నారాయణ మెడికల్ కాలేజీ అవతరించిన పేర్కొన్న వార్తలు ఈ పరిశోధనలు US Based మెడికల్ సన్సతో కలిపి చేయడం ఆశించబడుతున్నాయి.

ఇటు పంటి పరిశోధనల పల్ల టైప్-2 మధుమేహ రోగులలో ఏర్పడే జన్యు పరమైన సమస్యలకు వాటి వరకు వివరణ దొరుకుతుందన్నారు. నారాయణ హాస్పిటల్ వర్తకంలో ఇది మరో కలికిమరా యివ్వారు. ఈ సదస్సులో అమెరికా

లోని South Texas University Rivgrandovalley నుంచి Dr. John Blangero రవి దుగ్గిరాల, ప్రముఖ ఆంధ్రో పాలిటిక్స్ వి.ఆర్. రావు, ఎస్ఆర్ఎంసి నుంచి డా॥ సోల్ మన్షిల్ , నారాయణ మెడికల్

ఇన్స్టిట్యూషన్స్ డైరెక్టర్ డా॥ జి. నుబ్రమణ్యం, ట్రైనింగ్ లో డా॥ జి. వీరనాగిరెడ్డి, సీఈవో డా॥ విజయమోహన్ రెడ్డి, ఎండోక్రై నాలజీ ప్రొఫెసర్ డా॥ అమరేష్ రెడ్డి లు పాల్గొన్నారు.

మనస్సును శరీరాన్ని ఏకవంతం చేసే ప్రక్రియ యోగా



యోగా అనేది మనస్సును, శరీరాన్ని ఏకవంతం చేసే ప్రాచీన సంప్రదాయ వైద్య విధానం. ఇందు లో ఆనాటి చిన్నచిన్నగా కనిపించినప్పటికీ కాలి మంచి ఫలితాలు లభిస్తాయని అనన్టీషియా విశ్వాసితు డా॥ నరసింహారెడ్డి గారు తెలిపారు. నారాయణ వైద్య విద్యాలసంగ్ల ప్రాంగణంలో సుమారు వెయ్యి మంది వివిధ వైద్య కోర్సులు చదువుతున్న విద్యార్థులతో అంతర్జాతీయ

యోగా దినోత్సవాన్ని ఘనంగా జరుపుకున్నారు. డా॥నరసింహారెడ్డి ఈ విధంగా మాట్లాడారు. యోగా తో అనేక శారీరక, మానసిక రోగాల నుంచి విముక్తి పొందవచ్చు. మనస్సును లగ్నం చేసి యోగా సనాలు చేసినట్లయితే సత్వ లిఖాలను పొందవచ్చు. పూర్వం మునులు, ఋషులు ఏన్నో ఏకత్వ భావం, తమస్సు చేసి అధ్యాత్మిక శక్తిని పొంది అధ్యాత్మిక యోగా గురువులుగా

పేరు గాంచారు. యోగా వలన భూమికి, శారీరక ప్రశాంతత కలుగుతుంది, అనేక రోగాలను నయం చేస్తుంది. విద్యార్థులు ప్రతి రోజు క్రమం తప్పకుండా యోగా చేయాలని, ప్రపంచ వ్యాప్తంగా అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం జరుపుకుంటున్నందుకు ఆనందంగా ఉందన్నారు. ఈ ప్రపంచమంతా అధునిక పరికరాలతో జీవనం చేసే 2వ పేజీలో...

2వ

మనస్సును శరీరాన్ని ఏకవంతం చేసే ప్రక్రియ యోగా

3వ

శస్త్ర విజయాలు

4వ

మైగ్రేన్ (పొర్చు తలనొప్పి) కి ప్రకృతి చికిత్స

5వ

సెల్ఫీ - ఒక మానసిక రుగ్మత

6వ

నారాయణ వైద్యసంస్థలలో ఘనంగా డా॥ పొంగూరు నారాయణ గారి బిష్కాప వేడుకలు

మనస్సును శరీరాన్ని ఏకవంతం చేసే ప్రక్రియ యోగా



(మొదటి పేజీ తరువాయి) సాగిస్తుందిని నారాయణ మెడికల్ కళాశాల ప్రెస్ బిల్డ్ డా॥ జి. వీరనాగిరెడ్డి అన్నారు. ఆయన ఈ విధంగా అన్నారు. ప్రతి చిన్న పనికి వాచానాల మీద ఆధునిక పరికరాల మీద ఆధారపడు తున్నాం. నరైన శారీరక నడక శ్రమ లేకపోవడం వలన అస్థి జబ్బులు వస్తు న్నాయి. ఈ ఆధునిక ప్రపంచమంతా కొంచెం కూడా నడక సాగించ దంలేదు. వీటికోసం వాచానాల మీద ఆధారపడుతున్నాం. అలా అస్థిటిక్ విజ్ మన్లు మీద ఆధారపడడం వామందా శారీరక శ్రమను తగ్గిస్తే అస్థి శారీరక

మానసిక జబ్బులు కూడా అవ తాయి అంటూ సీఎస్. పద్మక. వర్మ ప్రధాన. సీఎస్. ప్రకాశ్ రెడ్డి, ఆంధ్రప్రదేశ్ యోగా దినోత్సవ ముఖ్య సంతకార్తా సీఎస్.ఎల్. పిలుపు నిచ్చారు. శరీరం ఆయుర్వేద వాచానం. లాంటిది దీన్ని ఉంచే అలవాట్లతో నడిచిస్తే మంచిగా ఉంటుంది చెబు వ్యసనాలు. అలవాట్లతో గురిచేస్తే అలా దానికి వాచానం. అప్పతులదని ప్రకృతి అతిధిగా విచ్చేసిన అలా తిండి సురువు నెలలూలోని నిర్మాణము, భౌతి

మోగ ప్రశాంతి నిలయం స్థాపించు శ్రీ మన్నేపల్లి శ్రీనివాసు లు తెలిపారు.ఆయన ఈ విధంగా వెల్లొన్నారు. ఈ ప్రపంచంలో చాలా మంది నరైన ఆహారపు అలవాట్లు, శరీర నియమ బద్ధమైన జీవన విధానం లేకపోవడం, చెడు వ్యసనాల వారిన పడడం లాంటివి ఇంకవరుకుంటున్నాం. యోగా, యాగం లాంటి సహజంగా ప్రకృతి ప్రసాదించినవి. సంప్రదాయ మేగా. నేనురోపతి. పద్మకులను వారించి చెడు వ్యసనాలు, అల వాట్లను మానుకోవాలి. మంచి

పద్మకులు ఆలవర్చుకాని జీవనం సాగించాలని కోరారు.

ఓపి అనేది మూడు అక్షరాలు ఆ, ఊ, మ అనే పదాలు జీవుడు. పరమాత్మ, దేవుడిని పోలి ఉంటా యని నారాయణ హాస్పిటల్లోని ప్రముఖ కార్డియోథొరాసిక్ సర్జన్ డా॥ చుండూరు కోదండరాజు రామా సుబ్బాసుబ్బ అన్నారు. ఓంకారం అనేది శాస్త్రీయ పరంగా చాలా ఉపయోగకరం. ఓంకారం జపిస్తే మాస్కెటిక్ తరంగాలు ప్రవహించి మెదడు, శరీరంలోని అన్ని భాగాలను ఉత్తేజపరుస్తాయి. ఇది శాస్త్రీయ పరంగా శ్వాస, నిశ్వాసను అనుసరించి ఉచ్చరిం చాలి గాని మత పరంగా కూడ కూడదని అన్నారు.

నారాయణ యోగా నేనురోపతి కళాశాల హాస్పిటల్ ప్రెస్ బిల్డ్ డా॥ పుంగరాల నశ్వానంద్ గారు మాట్లాడుతూ గత నెల అనగా మే

21 నుంచి జూన్ 20 వరకు నెలలూ లోని వివిధ ప్రాంతాలలో (చెము డు గుంటలోని పోలీస్ శిక్షణా గుంపు, బాలాజనగర్లోని ఎలమం దయ్య స్కూల్, బుజుబుజ నెలలూ లోని శేషు ఇంగ్లీష్ మీడి యం స్కూల్, నారాయణ ఇంజనీరింగ్ కళాశాల, చింతారెడ్డి పాలెంలోని ఆర్.సీ ఎమ్ వర్మ, నారాయణ వైద్య కళాశాల (ప్రాంగణం) సెంట్రల్ కార్నిల్ ఫర్ రీసర్చ్ ఇన్ యోగా నేడు రోపతి (C.C.R.Y.N) వారి సౌజన్యంతో ఉ చితయోగా శిబిరాలు నిర్వహిం చామని తెలిపారు. ఈ కార్య క్రమంలో ముఖ్యఅతిథులుగా నారాయణ వైద్య విద్యా సంస్థల మెడికల్ డైరెక్టర్ డా॥ జి. సుబ్ర మణ్యం, నారాయణ అనుపత్రి సీఈవో డా॥ విజయమోహన్ రెడ్డి, డా॥ సుబ్బారావు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నారాయణ ఆస్పత్రిలో 3రోజుల పాటు ఉచిత న్యూరాలజి సేవలు



నెల్లూరు నారాయణ హాస్పిటల్ వారు జూన్ 9 నుంచి 11వరకు 3 రోజుల పాటు ఉచిత మెదడు, నరాలు, వెన్ను పూస, కండరాల సంబంధిత వ్యాధుల కు ఉచిత చికిత్సా శిబిరాన్ని నిర్వహిం చారు. ప్రముఖ న్యూరోఫిజిషియన్ డా॥ ఎన్.ఎస్. సంపత్ కుమార్, డా॥ రాజగురు లు ఈ శిబిరంలో రోగులకు

ఉచితంగా సేవలందించారు. అధిక సంఖ్యలో రోగులు పాల్గొని తగిన సలహాలు, సూచనలు పొందారు. తలనొప్పి, మూర్చ వ్యాధి, మైగ్రేన్ (పార్శ్వపునొప్పి), పక్షవాతం, నరాల బలహీనత, మతిమరుపు (డిమెన్షియా), ఫెరిఫెరల్ న్యూరో పతి, స్పాండి

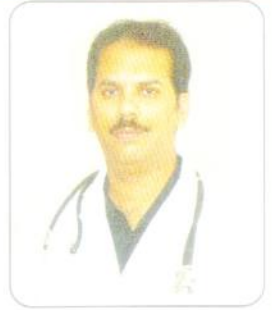
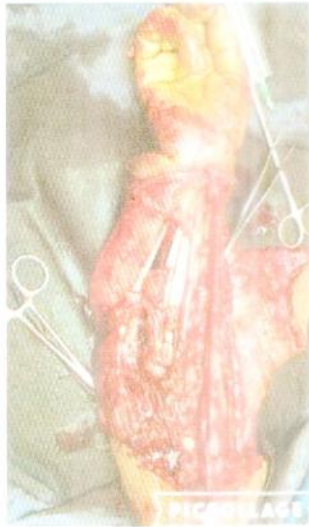
లోసిస్ (మెడనొప్పి, వెన్నునొప్పి), తల తిరగడం (వెర్టిగో), పార్కిన్ సన్స్ వ్యాధి, చిన్నపిల్లల్లో మెదడు ఎదుగుదల లోపాలు తదితర వ్యాధులకు సంబంధించి చికిత్స అందిం చారు. ఈ శిబిరంలో పాల్గొన్న రోగులకు ఉచితంగా ఆర్.బి.ఎస్, సీబీపి, సీరమ్క్రి యాటినిస్ పరీక్షలతోపాటు దాక్టరు నిర్ధారించిన వారికి సీటీ, ఎంఆర్.ఐ పరీక్షలలో 50 శాతం రాయితీని ఇచ్చామని అనుపత్రి సీఈవో డా॥ విజయమోహన్ రెడ్డి, అడిషన్ సూపరింటెండెంట్ డా॥ శ్రీరామ్ సతీష్ లు తెలియజే శారు. ఈ కార్యక్రమంలో హాస్పి టల్ అడ్మినిస్ట్రేటర్ డా॥ సుబ్బా రావు, ఏజిఎం భాస్కరరెడ్డి, మార్కె టింగ్ హెడ్ కె. సత్యనారాయణ తది తరులు పాల్గొన్నారు.

నారాయణ ఆస్పత్రిలో రాయితిప్రి కార్డియాలజీ పరీక్షలను ఉపయోగించుకున్న రోగులు



నెల్లూరు నారాయణ హాస్పిటల్స్ లో కార్డియాలజీ సైన్స్ విభాగంలో సీనియర్ ఇంటర్వెన్షనల్ కార్డియాలజిస్ట్ డా॥ ఎం. లక్ష్మీశ్రీనివాస కుమార్ గారి బృందంలో కార్డియోథొరాసిక్ సర్జన్ డా॥ చుండూరు కోదండరాజు రామసుబ్బాసుబ్బ, సీనియర్ ఇంటర్వెన్షనల్ కార్డియాలజిస్ట్ డా॥ ఆర్. నిరంజన్ రెడ్డి లు చేరారు.ఈ సందర్భంగా 1800రూపాయల వైద్య పరీక్షలు ,కస్టమైజ్డ్ కలిపి కేవలం 350 రూపాయలకే అందించారు. ఈ అవకాశాన్ని జూన్ నెల 10నుంచి 25 వరకు అందుబాటులో ఉంచారు. ఈ అవకాశాన్ని అత్యధిక సంఖ్యలో రోగులు ఉపయోగించుకున్నారు. ఈ రాయితి ప్యాకేజీలో సిబిపి, లిపిడ్ ప్రొఫైల్, పాస్టింగ్, పోస్టలంట్ మగర్ పరీక్ష, ఈజీజీ, 2డిఎకో, క్రియాటినిన్ ,కార్డియాలజిస్ట్/కార్డియోథొరాసిక్ సర్జన్ కస్టమైజ్డ్ లను అందుబాటులో ఉంచామని అనుపత్రి సీఈవో డా॥ సి. విజయమోహన్ రెడ్డి, అడిషన్ సూపరింటెండెంట్ డా॥ శ్రీరామ్ సతీష్ లు వెల్లడించారు. ఈ కార్యక్రమంలో కార్డియాలజి బృందం డా॥ చుండూరు కోదండరాజు రామసుబ్బాసుబ్బ, డా॥ ఎం. లక్ష్మీశ్రీనివాస కుమార్, డా॥ ఆర్. నిరంజన్ రెడ్డి, అనుపత్రి ఏజిఎం భాస్కరరెడ్డి, మార్కెటింగ్ హెడ్ కె. సత్యనారాయణ లు పాల్గొన్నారు.

నారాయణలో చేతికి అరుదైన శస్త్ర చికిత్స



డా॥ పి. శ్రీనివాసరావు
ప్లాస్టిక్ సర్జరీ విభాగాధిపతి

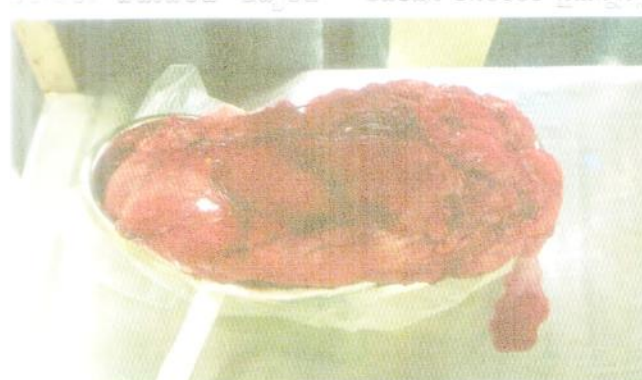
బేగం ఎటువంటి ఇబ్బంది లేకుండా తన పని తాను చేసుకునే విధంగా మార్చారు.

ప్లాస్టిక్ సర్జరీ విభాగాధిపతి, రీప్ సర్జన్ డా॥ పి. శ్రీనివాసరావు మాట్లాడుతూ ఈ ఆపరేషన్ ద్వారా 2 కేజీల బరువుగల కొవ్వు గడ్డ (లైపోసార్కోమా) ను పూర్తిగా తొలగించామని, ఆపరేషన్ తర్వాత రోగి పూర్తిగా కోలుకుని తన పని తాను చేసుకుంటున్నట్లు తెలిపారు. ఈ విధమైన గర్భలకు ఆపరేషన్ చేయటానికి నారాయణ ఆసుపత్రిలో అన్ని రకాల అత్యాధునిక సదుపాయాలు ఉన్నాయని ఎంతటి కీర్తిమైన సర్జరీనైనా విజయవంతంగా నిర్వహించడానికి అవి ఎంతగానో దోహదపడుతున్నాయని తెలిపారు. ప్లాస్టిక్, కాన్సర్ డిపార్ట్ మెంట్ ఎంతో విజయవంతంగా నిర్వహిస్తున్న ప్లాస్టిక్ సర్జరీ విభాగాధిపతి డా॥ శ్రీనివాసరావును ఆసుపత్రి సీఈవో డా॥ విజయమోహన్ రెడ్డి, ఆడిషన్ మెడికల్ సూపరింటెండెంట్ డా॥ శ్రీరామ్ నరసింహం అభినందించారు. మెట్రోపాలిటన్ నగరాలలో ఎంతో ఖర్చుతో కూడుకున్న బరువంటి ఆపరేషన్ ను నారాయణ ఆసుపత్రిలో అతి తక్కువ ఖర్చుతో నిర్వహిస్తున్నామని తెలిపారు.

నెలవారూలోని నారాయణ హాస్పిటల్ లో ఒక అరుదైన శస్త్రచికిత్స జరిగింది. కుడి చేతికి కొవ్వుగడ్డ (లైపోసార్కోమా)ను పూర్తిగా తొలగించి, చేతి నరాలు, రక్తనాళాలు ఏ మాత్రం దెబ్బ తినకుండా పేషెంట్ చేతిని తిరిగి యథావిధిగా మార్చారు. విషదాల్లోకి వెళ్ళితే నెలవారూ న నవాబుపేటకు చెందిన సైదున్నిస్సా బేగం (60) అనే మహిళ కుడి చేతికి కొవ్వుగడ్డ (లైపో సార్కోమా) తో పదేడు గా బాధపడు తోంది. తన సాధారణ పనులు చేసుకోవడానికి కూడా చాలా ఇబ్బంది పడుతోంది. ఆనెక హాస్పిటల్లలో చూపించుకున్నా

ప్రయోజనం లేక పోయినది చివరగా నారాయణ ఆసుపత్రిలోని ప్లాస్టిక్ సర్జరీ విభాగాధిపతి డా॥ పి. శ్రీనివాసరావు ఆమెకు ఆపరేషన్ చేయాలని సూచించారు. అధునాత్మక ఆపరేషన్ స్టాఫ్ నిర్వహించి ఆపరేషన్ చేసి మాదిరిగా ఉండటం ఆ పేషెంట్ చేతి నరాలు, రక్తనాళాల పూర్తిగా ఆతుక్కుని ఉండటం వల్లంబంగా ఆపరేషన్ ద్వారా ఆ గడ్డను తొలగించడమేమిటో తెలిపారు. అందుకు చాలా ఆనందం

పొందా ఆపరేషన్ నిర్వహించారు. పేషెంట్ ప్లాస్టిక్ సర్జరీ విభాగాధిపతి డా॥ పి. శ్రీనివాసరావు, సీఈవో డా॥ విజయమోహన్ రెడ్డి, ఆడిషన్ మెడికల్ సూపరింటెండెంట్ డా॥ శ్రీరామ్ నరసింహం అభినందించారు.



శస్త్ర విజయాలు

ప్రశ్నకు సమాధానం

- ప్రశ్న :** చెవిలో నొప్పివస్తే చుక్కలమందు వెచ్చవచ్చా ?
జవాబు : ప్రతి చెవి నొప్పికి చెవిలో చుక్కల మందు వెచ్చవచ్చును. కాళ్ళలో నొప్పిలో చెవిలో మందు వెచ్చాలి.
ప్రశ్న : చెవిలో ఇయర్ బిడ్జి వాడొచ్చా ?
జవాబు : చెవిలో ఇయర్ తెనాలి లో ఖచ్చితంగా ఇయర్ బిడ్జి వాడొకాడదు.
ప్రశ్న : చిన్నపిల్లలు చెవిలో నొప్పి అని పిలుస్తూ, పుడుగు తియ్యకున్నట్లు అనిపిస్తే ఏం చేయాలి ?
జవాబు : చెవిలోకి పురుగు దూరలేదని నిర్ధారణ చేసుకొంటే అవిసర్జనని ఒకసారి మాత్రం చెవిలో పిచ్చైన శరీర ఉద్దీగణ కు దగ్గరకు చూసి చేయాలి. అయితే ముక్కులో చుక్కల మందు వేసి చెవి దాక్చే సలహా ఇవ్వాలి.
ప్రశ్న : ముక్కు ద్వారా శ్వాస తీసుకోవడం కష్టంగా ఉంటే చిక్కని పిదవాలు వేసి శ్వాస తీసుకోవడం మంచిది వాడవచ్చా ?

- జవాబు :** ముక్కు ద్వారా శ్వాస తీసుకోవడం కష్టంగా ఉంటే దాక్చే సలహాతో మందులు, శస్త్ర చికిత్సలు చేయించుకోవాలి అలా కాక తాత్కాలికంగా ఉపయోగం ఇచ్చే మార్మెట్లో అభించే నాజల్ డ్రాప్స్, స్ప్రేలు ఎక్కువగా వాడితే ఇబ్బంది ఎక్కువయ్యే ప్రమాదం ఉంది.
ప్రశ్న : నోటి క్యాన్సర్ ఏలా వస్తుంది ?
జవాబు : దురితాలవాల్న వలన ముఖ్యంగా సిగరెట్టు, ఆల్కాహోల్ మరియూ గుట్టూ, ఖైసీ నమలడం వలన నోటిలో తెల్లపూతలా లేదా ఎర్ర పూతలా ఏర్పడి తదనంతర రోజులలో గొంతు క్యాన్సర్ కు దారి తీసే అవకాశం ఉంది.



డా॥ కృష్ణవైతన్య
అసోసియేట్ ప్రొఫెసర్
చెవి, ముక్కు మరియు గొంతు
వ్యాధుల విభాగం

మైగ్రేన్ (పార్శ్వ తలనొప్పి) కి ప్రకృతి చికిత్స



మైగ్రేన్ అనేది వాడీవ్యవస్థ (న్యూరలాజికల్) కు సంబంధించిన వ్యాధి. ఇది సాధారణంగా తలలో ఒకవైపు మాత్రమే వస్తుంది. మైగ్రేన్ రెండు గంటల నుంచి రెండు రోజుల వరకు ఉంటుంది. దీంతో ఇబ్బంది పడేవారు వెలుతురును, శబ్దాలను భరించలేరు. ఇది వచ్చినప్పుడు వాంతులు, వికారం ఉంటుంది. మైగ్రేన్ కు మానసిక ఒత్తిడికి చాలా దగ్గర సంబంధం ఉంది. మానసిక ఒత్తిడి పెరిగితే మైగ్రేన్ వచ్చే అవకాశం ఉంది. అధిక శ్రమ, ప్రకాశవంతమైన వెలుతురు కళ్ళపై పడినప్పుడు, చురుకైన లోతెలు, స్త్రీలలో గర్భనిరోధక మాత్రలు మైగ్రేన్ ను ప్రేరేపిస్తాయి. మద్యపానం, భూమిపానం వల్ల తలకు ఒకవైపు వేళ్ల నరాలు అకస్మాత్తుగా కుదించుకు పోవడం వలన మైగ్రేన్ లక్షణాలు ప్రారంభమవుతాయి. ఇవే నరాలు

ఒక్కసారిగా వ్యాకోచించడం వలన, అక్కడికి అధిక రక్తం ప్రవహించడం వలన తలనొప్పి వస్తుంది. తలపై ఎవ రో నుత్తితో మోడుతున్నట్లు పొట్టలో వికారంగా ఉన్నట్లు అనిపిస్తూ చాలా ఇబ్బందిగా ఉంటుంది. ఈ నొప్పి ఎన్ని పెయిర్లొంగులు వాడినా తగ్గదు. దీనిని నివారించడం కొంచెం ఇబ్బందికరమైన విషయమే. ఇది మిగిలిన సాధారణ తలనొప్పిలకు భిన్నంగా ఉంటుంది. మైగ్రేన్ లక్షణాలు మిగిలిన ఒకటికీ వేరుగా ఉంటాయి. ఇది చాలావరకు సంబంధించిన ఇబ్బ

మైగ్రేన్ లక్షణాలు
ఉదయం నిద్రలేచినప్పుడు తలనొప్పి వస్తుంది. వెండ పేరిగే తాళం వస్తేనే తలనొప్పి వస్తుంది. తలనొప్పి వాంతి వస్తున్నట్లు గానీ ఉండదు.

దరిలో వాంతులతో కూడిన తలనొప్పి ఉంటుంది. పై లక్షణాలు మొదలైన తొన్ని నిమిషాలకు క్షణాలలో ఒక భాగంలో కానీ, ఒక రోజు, కాలు కానీ తిమ్మిర్లు పట్టించి, మీదులలో గుచ్చినట్లు ఉంటుంది. తక్కువ తీరగడం, బలహీనత, మాట్టడటానికి కూడా ఇబ్బంది పడతారు. ఈ లక్షణాలు తీవ్రమైన దేత తగ్గుదల కనిపించిన తరువాత విపరీతమైన తలనొప్పి, నుత్తితో మోడినట్లు, అతలి మొదలవుతుంది. సాధారణంగా ఉదయం 9 నుంచి 11 గంటల వరకు ఉంటుంది. దీనికి కారణం ఏ మానసికమైనవి, కంటిపై ఒత్తిడి, అలసట, అధిక రక్తపోటు, రక్తంలో ఎలక్ట్రోలైట్ తరంగాలు అసాధారణ, పోషకాహార లోపం, విషమద్రావణ శరీరంలో ఉండడం, అధిక మోతాదులో మత్తు విద్యార్థులు, మద్యం సేవించడం వంటివి సాధారణ కారణాలు.

యోగా

పాద పాస్తాన

ఈ అసనాన్ని నీల్యుని లోపల, ముందుగా రెండు కాళ్ళ మధ్యగా వేర్పారి, తరువాత రెండు చేతులను పైకి తలకు సమాంతరంగా విత్తాలి. ఇప్పుడు గాలిని దీర్చుకుని కొంచెం వెనుకకు వంగి తరువాత శ్వాసను వదులుతూ ముందుకు వంగి తలను మోకాళ్ళకు ఆనిచ్చే ప్రయత్నం చేయాలి. మీ అరచేతులు నేలకు తాకించే ప్రయత్నం చేయాలి. ఇలా 30 సెకన్లు ఆసనం లో ఉంచాలి. ఆసనం చివరవరలో సాధారణ శ్వాసను తీసుకోవాలి.

శీతల అంధాన

ఇది పిల్లలకు పడుకుని చేసే అసనం. ముందుగా రెండు కాళ్ళని మోకాళ్ళ వరకు వంచాలి. ఇప్పుడు రెండు చేతులతో రెండు మోడులను వట్టుకోవాలి. తరువాత వెళ్ళుదిగా శ్వాసను తీసుకుంటూ తొడను, వీపు భాగాన్ని పైకి లేపే ప్రయత్నం చేయాలి. ఈ స్థితిలో సాధారణ శ్వాసను తీసుకోవాలి. ఆసనంలో 10 నిమిషం 20 సెకన్లుపాటు ఉంచాలి. తరువాత సాధారణ స్థితి లోకి వచ్చి ఆవాసనంలో విశ్రాంతి తీసుకోవాలి.

మార్గాలన

ఈ అసనం చేయడం కోసం మొదటగా మోకాళ్ళ పై ఉండి, అరచేతులను నేలపై ఉంచాలి. వీపు భాగం నేలకు సమాంతరంగా ఉంటుంది. ఈ స్థితిలో శ్వాసను తీసుకోవాలి. శ్వాసను తీసుకున్నప్పుడు వెన్నుముకను పైకి అంటూ



డా. పుంగరాల సత్యానంద్
ప్రిన్సిపల్, నారాయణ యోగా,
నేచురోపతి హాస్పిటల్

మైగ్రేన్ తలనొప్పి రాకుండా తీసుకోవలసిన జాగ్రత్తలు

ఉద్యోగం కలిగించే జీవనశైలి నుంచి స్వల్ప మార్పులతో సాధారణ జీవన విధానాన్ని అలవరచుకోవాలి. ఇంటిలో ఉన్నప్పుడు చీకటి గదిలో ప్రశాంతంగా విశ్రాంతి తీసుకోవాలి, ద్రవ పదార్థాలు నీళ్లు ఎక్కువ మోతాదులో తాగాలి, నీటిలో తడిచిన బట్టను తలపై వేసుకుని విశ్రాంతి తీసుకున్న కొంత ఉపశమనం ఉంటుంది. ఏమాత్రం సందేహం తలెత్తినా గర్భనిరోధక మాత్రలను మానేయాలి, ఒక వేళ తీసుకోవాల్సి వచ్చినా తీసుకోరాదు. ఇతర కుటుంబ నియంత్రణ పద్ధతులను అవలంబించాలి. కొందరు మహిళలలో మెనోపాజ్ వయస్సు రాగానే మైగ్రేన్ తగ్గిపోతుంది. ఫుడ్ అలర్జీ ఉన్న పదార్థాలను మానేయాలి, సాధారణంగా చీజ్, చాక్లెట్స్, నిమ్మ, అవుపాలు, గోధుమ, కోడిగుడ్డు, కాఫీ, టీ, పంది మాంసం, మొక్కజొన్న, బొమాటో, ఈస్టులను దూరం గా ఉంచాలి.

భుజాలను పైకి విత్తాలి, ఇప్పుడు తలను లోపలికి ఆనాలి. తర్వాత శ్వాసను వదులుతూ మీ వెన్నుముకను లోపలికి వంచాలి. తలను పైకి లేపాలి. ఈ అసనం మొదటను కొంతవేరుస్తుంది. ఆత్మతను తగ్గిస్తుంది.

శీతలవాసన

ఈ అసనం చేసే ముందుగా వశ్రాసనంలో ఉంచాలి. అనగా రెండు కాళ్ళను మోకాళ్ళ వద్ద మడిచి మడమలపై కూర్చోవాలి. చేతులను మోకాళ్ళ పై ఉంచి వెన్నుముక నిటారుగా ఉంచాలి. శ్వాసను తీసుకుని, శ్వాసను వదులుతూ ముందుకు వంగి రెండు చేతులను రెండు కాళ్ళను పక్కగా సమాంతరంగా పెట్టి ముందుకు వాటి తలను నేలకు ఆనాలి. ఈ అసనంలో 20 నుంచి 30 సెకన్లుపాటు ఉంచాలి. సాధారణ శ్వాసను తీసుకోవాలి. తరువాత వశ్రాసనంలో విశ్రాంతి తీసుకోవాలి.

అభ్యముఖ శవాసన

ఈ అసనం చేసే ముందుగా మకరాసనంలో ఉంచాలి. తరువాత రెండు చేతులను రెండు పాదాలను నేలపై ఉంచాలి. ఈ

అసనంలో మీ శరీరం పర్రంత వలే ఉంటుంది. ఈ అసనంలో 20 నుంచి 30 సెకన్లు వరకు ఉంచాలి.

తెలుసుకుందాం

ఈ అసనం చేయటం వలన రక్తప్రసరణ మెరుకువడి తలనొప్పి తగ్గిపోతుంది.

చక్రిమోక్షాసన

ఈ అసనాన్ని కూర్చోని రెండు కాళ్ళను చాపాలి, రెండు కాళ్ళు దగ్గర గా పెట్టి మోకాళ్ళను వంచకూడదు. ఇప్పుడు వెన్నుదిగా రెండు చేతులు పైకి తలభాగంకి సమాంతరంగా విత్తాలి. శ్వాసను తీసుకుంటూ వెనుకకు వంచి గాలిని దీర్చుతూ ముందుకు వంచాలి. ఇప్పుడు మీ నుదురుని మోకాళ్ళకి తాకించే ప్రయత్నం చేయాలి. ఇప్పుడు సాధారణ శ్వాసను తీసుకోవాలి.

శవాసన

చెల్లకలా పడుకుని కాళ్ళని, చేతులను శరీరానికి దూరంగా జరపాలి, మీ అరచేతులను పైకి చూపాలి, కళ్ళ మూసుకుని శ్వాస మీద ధ్యానం ఉంచాలి. ఈ అసనం వలన మూర్తి శరీరానికి విశ్రాంతి లభిస్తుంది.

మైగ్రేన్ కు ప్రకృతి వైద్యం

జల చికిత్సలు: హాట్ పూల్ బాత్ అనగా బాబులో వేడినీటిని నింపి దానిలో మీ కాళ్ళని మూడోవంతు నీటిలో 15 నుంచి 20 నిమిషాల పాటు ఉంచాలి. దీనివలన రక్తప్రసరణ బాగా జరుగుతుంది. తడి నీళ్లలో బట్టను తడిపి తలపై వేసుకోవడం / న్యూట్రల్ వాటర్ ఎనిమా తీసుకోవడం / తొట్టిన్నానం చేయడం : దీనిలో 15 నుంచి 20 నిమిషాలు ఉండడం వలన అజీర్తి, గుతుక్రమం సరిగా అవుతుంది. దాంతో తలనొప్పి తగ్గుతుంది. / ఐస్ ముక్కలతో తలకు, వెన్నుముకకు మసాజ్ చేయడం వలన తలనొప్పి తగ్గుతుంది. / అక్యుపంక్చర్ చికిత్సా విధానంలో సూదులతో మెరిడియన్ పాయింట్లలో ఇవ్వడం వలన మైగ్రేన్ తలనొప్పి తగ్గుతుంది. / క్రోమోథెరపిలో లేత బులుగు రంగుని గదిలోని గోడలకు వేయటం, బ్లూకలర్ సీసాలో నీటిని నింపి రెండు రోజులు సూర్యరశ్మిలో ఉంచాలి. తరువాత ఆ నీటిని తాగాలి. / మ్యాగ్నెట్ థెరపి విధానంలో అయస్కాంతాన్ని ఉపయోగించి చికిత్సలను అందిస్తారు. అయస్కాంతంతో తయారు చేసిన టోపిని తలకు ధరించడం ద్వారా ఎలక్ట్రో మ్యాగ్నెటిక్ తరంగాలు విడుదలై నొప్పిని తగ్గిస్తాయి. మ్యాగ్నెట్ వాటర్ని తాగడం వలన నొప్పి తీవ్రత తగ్గుతుంది. ఫాస్టింగ్ థెరపిలో జ్యూస్ ఫాస్టింగ్ మైగ్రేన్ కు చాల ఉపయోగపడుతుంది. దీనివలన శరీరంలోని విషపదార్థాలు బయటకు వెళతాయి. దీంతో నొప్పి తీవ్రత తగ్గుతుంది.

సెల్ఫీ - ఒక మానసిక రుగ్మత



డా. డి. అనంద్ రెడ్డి
అసోసియేట్ ప్రొఫెసర్
మానసిక వ్యాధుల విభాగము

ప్రస్తుత తరుణంలో పరిచయం అక్కరలేని పదం సెల్ఫీ. చిన్న పిల్లల నుంచి ముసలి వారి వరకు అందరికీ పరిచయమైన పదం. సామాన్యుడి నుంచి దేశాధినేతల వరకు అందరి పయనం అటువైపు. ఇంటర్నెట్ (అంతర్జాలం) అనేది అందుబాటులోకి వచ్చిన తరువాత ప్రత్యేకంగా మొబైల్ ఫోన్లోకి దీని వాడకం ఎంతగా పెరిగిందంటే ఇంటర్నెట్ వాడకాన్ని మానసిక రుగ్మతగా పరిగణించే అంత తీవ్రంగా విద్యార్థులలో చాలామంది ఇంటర్నెట్ ను చదువుకు సంబంధించిన విషయాల కంటే సామాజిక మాద్యమాల కోసం అంటే "ఫేస్ బుక్, ట్విట్టర్, వాట్సాప్" వంటి వాటికోసం మాత్రమే విరివిగా ఉపయోగిస్తున్నారు. సెల్ఫీ అనే పదాన్ని 2013లో అక్టోబర్ 17 తీర్మానం వాళ్లు సంబోధించారు. దీని అర్థం ఏమంటే, ఏదైనా ఒక ఫోటోని వారి సొంతంగా మొబైల్ ఫోన్ ద్వారా గానీ లేదా వెబ్ కామ ద్వారాగానీ తీసుకొని ఆ తర్వాత ఏదైనా సామాజిక మాద్యమంలోకి అప్లోడ్ చేసిన వారిని సెల్ఫీ అంటారు. సెల్ఫీలు రెండు రకాలు వ్యక్తిగత సెల్ఫీలు, సామాజిక సెల్ఫీలు.

వ్యక్తిగత సెల్ఫీలు: ఇవి చాలా ప్రమాదకరమైన వ్యవసరాల ద్వారా



పోయే ఆపకాశం ఉంది. ప్రస్తుత తరుణంలో సమాజాన్ని ఆందోళన కలిగిస్తున్న అంశం వ్యక్తిగత సెల్ఫీలకు అంబాటు చేసిన వారికి స్వయంభూత్తి (సెల్ఫీ బ్రాటికేషన్) తక్కువగా ఉంటుంది. అందువలన వారు పనేపదే సెల్ఫీలు తీసుకుని వాటిని సామాజిక మాద్యమాల ద్వారా అవాస్తవిక ప్రపంచంలో అందరితో చెప్పి పొందటానికి ప్రయత్నిస్తుంటారు. వ్యక్తిగత సెల్ఫీల వలన రోజూ చాలా మంది ప్రమాదాలకు గురవుతున్నారు. కొంత మంది ప్రాణాలు కూడా కోల్పోతున్నారు. పొడవైనగా ఈ వ్యక్తిగత సెల్ఫీలను నివారించడానికోసం కొందరియం నిబంధనలు

పాటలో ప్రయోగించేటప్పుడో తీసుకుంటున్నారు. అటువంటి పరిస్థితుల్లో ఆయా వ్యక్తుల దృష్టి సెల్ఫీ తీసుకోవడం పైనే ఉంటుంది కానీ తగు జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం పైనే ఉండదు. అందువల్ల ప్రమాదాలకు గురి అవుతుంటారు. వీటి తీవ్రత ఎంతగా ఉందంటే చాలా ప్రదేశాలలో "సెల్ఫీల నిషేధం" అనే బోర్డు కనిపించే అంతగా. సామాజిక సెల్ఫీలను అంత తీవ్రమైనవిగా భావించాల్సిన పరిస్థితులు సెల్ఫీ వ్యసన మూలాలకి వెళ్లి పరిశీలించినప్పుడు సెల్ఫీలకు మూలం మనిషి ప్రాథమిక కోరిక అయిన అందరికీ పరిచయమే వదిలి, చెప్పుకోదగిన గుర్తింప బడటం. సెల్ఫీలకు

సామాజిక మాద్యమాల ద్వారా వచ్చే గుర్తింపు మనిషి జీవనశైలిని (కొన్నిసార్లు) మార్పు కలిగిస్తుంది. ఎప్పుడైతే మనుషులు గుర్తింపబడతారో అప్పుడు వారు చేసిన చర్యలను తిరిగి మళ్లీ మళ్లీ చేస్తారు. (సెల్ఫీలు తీసుకోవడం) మానసిక వ్యాధి నిపుణులు సెల్ఫీ తీసుకునే వ్యసనాన్ని సెల్ఫీటిక్ అని పిలుస్తారు. దీని అర్థమేమంటే ఇదొక అనియంత్రిత నిర్బంధక, మానసిక అవస్థవల్ల (ఓసిడి) అనగా సెల్ఫీలను తీసుకునే అలవాటును వీరు తమ నియంత్రితంలో ఉంచుకోలేరు. అమెరికా మానసిక వైద్యుల సంఘం వారు సెల్ఫీ వ్యసనాన్ని మూడు స్థాయిల్లో విభజించారు. బోర్డర్ లైన్ సెల్ఫీ

టిక్ట్లో సంబంధిత వ్యక్తి రోజూకీ కనీసం మూడుసార్లు తన సెల్ఫీ తీసుకుంటారు. కానీ వీటిని సామాజిక మాద్యమాలలో ప్రవేశపెట్టరు. తీవ్రమైన సెల్ఫీటిస్ లో సంబంధిత వ్యక్తి రోజూకీ కనీసం మూడు సార్లు తన సెల్ఫీ తీసుకో వడమే కాకుండా వీటిని సామాజిక మాద్యమాల ద్వారా అందరికీ తెలిపేటట్లు చేస్తారు. దీర్ఘకాలిక సెల్ఫీటిస్ లో ఎప్పుడు వారి సెల్ఫీలను తీసుకుని సామాజిక మాద్యమాలలో ఉంచాలనే ఆత్మక ఎప్పుడూ కలిగి ఉంటారు. రోజూకీ కనీసం ఆరు సార్లుగా తమ ఫోటోలను సామాజిక మాద్యమాలలో ఉంచుతారు. ఈ వ్యాధి తీవ్రతను ఇల్లీ మందుల ద్వారా గానీ లేదా కౌన్సిలింగ్, సైకోథెరపీ విధానాల్లోగానీ వైద్యం చేసే ప్రక్రియ ఉంది. బోర్డర్ లైన్/తీవ్రమైన సెల్ఫీటిస్ కు కౌన్సిలింగ్ ప్రక్రియ ద్వారా వారి ఆలోచన విధానాన్ని మార్చటానికి ప్రయత్నించవచ్చు. దీర్ఘకాలిక సెల్ఫీటిస్ కు మందుల ద్వారా, రోగి ఆచరణాత్మక విధానాన్ని మార్చటానికి ప్రయత్నించవచ్చు.



పిల్లలు ఏడుపు లంకించు కంటే తల్లిమనసే కాదు.. చుట్టూ ఎంతమంది ఉన్నా వారి మనసు కదులుగా ఉండదు. కాస్తమాటలు వచ్చి పూహతెలిస్తే సవేసరి. నెలల పిల్లలైతే తమ కన్నం ఏంటన్నది చెప్పలేరు. కానీ తల్లి వారి మనసు అర్థం చేసుకోగలదు. ఇందుకు కారణాలు

పిల్లల ఏడుపు కారణాలున్నాయి

తెలుసుకోగలిగితే పరిష్కారాలూ సులభమే. పాపాలు ఎన్నో కారణాల్లో పెద దీది అకలి అయి ఉంటుంది. అమ్మా అకలి... అని చెప్పి వయసు కాదు.. మరి వాటిని ఎలా అంచనా వేయాలి అనుకుంటున్నారా? వోరు తడుపు కోవడం, నోట్లో వేలు పెట్టుకోవడం అది లేదంటే దుస్తులు, బొమ్మలు ఇలా ప్రతిదీ నోట్లో పెట్టుకుని వచ్చి రిస్తుంటే అకలి తో ఉన్నారని గుర్తించండి. ఇప్పుడే కూడా పాలు పట్టాను ఇంత లోనే ఏడుస్తున్నాడే అనుకోవద్దు. కొన్నిసార్లు అరుగుదల వేగవంతంగా ఉన్నప్పుడు త్వరగానే అకలి

వేస్తుంది. ఆ అందుకే ప్రతి అర గంటకోసారి వారిని గమనించుకోండి. పిల్లలు కొత్తవారిని చూసినా, లేక వెలుతురు, పెద్ద పెద్ద శబ్దాలు, విచిత్ర బొమ్మలు వంటి వాటిని చూసి భయపడు తుంటారు. చిన్నారులు సున్నితత్వాన్ని దృష్టిలో పెట్టుకుని వాటిని దూరంగా ఉంచడం మంచిది. వారు ఉండే గదిని కూడా ఆహ్లాదకరమైన రంగుల్లో ఉండేట్లు చూసుకోవాలి. ఘటన వాసనలకు వారిని దూరంగా చూడండి. చిన్నారుల్లో నిద్రలేమి సమస్య... వారిలో కోపానికి, ఏడుపుకి కారణం అవుతుంది,

అజీర్తి, అనా రోగ్యమూ కూడా నిద్రపోక పోవడానికి కారణమే, దానికి తోడు పడుకునే పోట మరీ గట్టిగా, మరీ మెత్తగా ఉండకుండా చూసుకోండి. అలానే ఆ ప్రదేశంలో పడువైనవి, వారికి చర్మానికి హాని కలిగించేటటువంటివి ఉండకుండా చూసుకోండి. వీటివల్ల కూడా వారిలో నిద్రలేమి ఏర్పడుతుంది. కొందరు పిల్లలు మలమూత్ర విసర్జన బయట చేయకుండా దైవర్లు వేసేస్తుంటారు. ఇది ఎంత సాఖ్యంగా ఉన్నా.. ఇంటా బయటా ఈ పద్ధతే మేలనుకుంటే సరికాదు. ఇలా ఎక్కువ సేపు వేసుకోవడం వల్ల పిల్లలకు

అలర్జీలు వచ్చేస్తాయి. అసౌకర్యం గానూ ఉంటాయి. అలానే చాలామంది ఎలాగూ దైవర్ వేసా కదా! నామ్మయ్య ఇబ్బంది లేదు అనుకుంటూ వదిలేయొద్దు. ఇలా చేయడం వల్ల అసౌకర్యం, అపవచిత శ్రుతి వారికి ఏడుపు తెచ్చిస్తుంది, మల, మూత్రాలు. విసర్జించాక ఎక్కువ సమయం దాన్ని అలానే ఉంచడం వల్ల వారు అసౌకర్యంగా భావిస్తారు. దాన్ని గుర్తించుకుని ఎప్పుడీ కచ్చాదు వాటిని మార్పు కోవడం వల్ల వారు ఏడవకుండా చూసుకోవచ్చు.

నారాయణ వైద్యసంస్థలలో ఘనంగా డా॥ పొంగూరు నారాయణ గారి జన్మదిన వేడుకలు



నారాయణ గారికే చెందుతుంది. అలాగే రాష్ట్రమంత్రిగా, సూతన రాజధాని నిర్మాణ సారథిగా ఒక ప్రత్యేకతను చాటుకుంటున్నాడు. నారాయణ గారు ఆయురారోగ్యాలతోపాటు మరిన్ని కీర్తి ప్రతిష్టలు అందుకోవాలని శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో అడిషనల్ మెడికల్ సూపరింటెండెంట్ డా॥ దేవు రామమోహన్, హాస్పిటల్ అడ్మినిస్ట్రేటర్ డా॥ సుబ్బారావు, పర్మిజింగ్ హెడ్ మునిశంకర్, బోధన, బోధనేతర సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

నారాయణ వైద్యసంస్థల వ్యవస్థాపకులు, రాష్ట్ర పురపాలక శాఖ మంత్రివర్యులు డా॥ పొంగూరు నారాయణ గారి 60వ జన్మదిన వేడుకలు నారాయణ హాస్పిటల్లో ఘనంగా జరిగాయి. ఈ సందర్భంగా ఏర్పాటు చేసిన భారీ కేక్ను నారాయణ వైద్య విద్యసంస్థల మెడికల్ డైరెక్టర్ డా॥ జి. నంబ్రమణ్యం, నారాయణ

మెడికల్ కళాశాల ప్రెసిడెంట్ డా॥ జి. వీరనాగిరెడ్డి, హాస్పిటల్ అడిషనల్ మెడికల్ సూపరింటెండెంట్ డా॥ శ్రీరామ్ సతీష్ కిరీట్ చేసి గౌరవ మంత్రివర్యునికి జన్మదిన శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఆనంతరం హాస్పిటల్లోని జన్మపండుగకు (బెయ్యి మెడికల్ పైగా) పిండ్లు, రాళ్లు, పాన పంపిణీచేశారు. నారాయణ వైద్య విద్యసంస్థలలోని ఉద్యోగులూ

కలసి సేపావంతి భోజనం చేశారు. ఈ సందర్భంగా వేలాలు, పాటలు, దుంపా విద్యా కైర్తీగా, జాతి గర్వించదగ్గ స్థాయిలో శేషాచలను ప్రవేశపెడితే శుభించడమే కాక వైద్య కేంద్రంలో వివరికి సాధ్యం కాని ముందే ఉచిత వైద్య సేవను నారాయణ ఆరోగ్య మన్నా అనే ఆద్యుత పథకం ద్వారా సేవించించడం ఒక్క



నారాయణ వైద్యశాలలోని విభాగాలు



నారాయణ వైద్యశాలలో ఏ వ్యాధికైనా చికిత్స చేసేందుకు ఒక విభాగం ఉంది. ఇక్కడ నిపుణులైన వైద్యులు ఉన్నారు. ఆయా విభాగాల వివరాలివి.

పడకలు : 1,280

ప్రత్యేక విభాగాలు : 22

ఇంటెన్సివ్ కేర్ పడకలు : 200

ఆపరేషన్ థియేటర్లు : 23

బ్లడ్ బ్యాంకు, 24 గంటల ఎమర్జెన్సీ,

ఐసీయూ ఆన్ వీల్స్ లింబులెన్స్, స్పెషల్, డీలక్స్ రూములు

దేశంలోనే ప్రఖ్యాతి గాంచిన క్యాన్సర్ ఇన్స్టిట్యూట్ సదుపాయాలు

సంప్రదించవలసిన అధికారులు

డాక్టర్ జి.సుబ్రహ్మణ్యం, (డైరెక్టర్),

డాక్టర్ ఎస్. విజయకుమార్ (కో-ఆర్డినేటర్),

డాక్టర్ విజయమోహన్ రెడ్డి చెన్నారెడ్డి (చీఫ్ ఎగ్జిక్యూటివ్ ఆఫీసర్)

డాక్టర్ శ్రీరామ్ సతీష్ (ఇన్ ఛార్జ్ మెడికల్ సూపరింటెండెంట్)

డాక్టర్ కె.ఎస్.వి.కె. సుబ్బారావు, (హాస్పిటల్ అడ్మినిస్ట్రేటర్),

డాక్టర్ డి. రామ్మోహన్, (అడిషనల్ మెడికల్ సూపరింటెండెంట్),

సిహెచ్ భాస్కర్ రెడ్డి (ఎ.జి.ఎం),

స్టెఫాలిటీలు

- 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 స్టెఫాలిటీలు

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