వైద్య నారాయణం

అరోగ్య సమాచార స్రవంతి | చీఫ్ పేట్రన్ డా॥ పి. సింధూర | సంపుటి : 04 | సంచిక : 08 | మార్చి- 2017 | అసోసియేట్ ఎడిటర్ : సి.హెచ్. భాస్కర్ రెడ్డి | వెల: అమూల్యం

'నారాయణ'కు ప్రతిష్ఠాత్మక NABL గుర్తింపు

NABL గుర్తింపు పొందిన నారాయణ సెంట్రల్ ల్యాబోరేటరీ

దక్షిణ భారతదేశంలో ఒక ప్రతిష్ఠాత్మక హాస్పిటల్‌గా గుర్తింపును పొందుతున్న నారాయణ ఆస్పత్రి ఎన్నో ప్రత్యేకతల సమాహారం. ఒక్కో విభాగం ఒక్కో ప్రత్యేకతను సంతరించుకొని ఉంది. అత్యంత అధునాతన యంత్ర వైద్య పరికరాలతో పేరుపొందింది. ఒక్కో విభాగంలో నిష్ణాతులైన వైద్యులు అనితర సాధ్యమైన ఆపరేషన్లు నిర్వహిస్తూ తమదైన ప్రత్యేకతను చాటుకుంటున్నారు. నెల్లూరు,ప్రకాశం, రాయలసీమ ప్రాంతంలో క్లిష్టమైన కేసుల పరిష్కారంలో ఎంతో ముందుంది. దేశంలో అరుదైన గుర్తింపుతో రోగులకు సేవలందిస్తోంది. రోగులకు చేసే వైద్యపరీక్షలకు నాణ్యతా ధ్రువ పత్రం లభించింది. వైద్య పరీక్షలకు దేశంలో పేరొందిన ఎన్ఏబీఎల్ యోగ్యతా పత్రాన్ని సాధించింది నారాయణ హాస్పిటల్. నెల్లూరులో విశిష్ట సేవలందిస్తూ ముందుకు సాగుతున్న ఈ ప్రాంతీయ వైద్య క్షేత్ర కిరీటంలో ఇదో కలికితురాయి.

నారాయణ హాస్పిటల్‌లో గల సెంట్రల్ లేబొరేటరీకి ప్రతిష్ఠాత్మకమైన భారత ప్రభుత్వ జాతీయ అధికారిక సంస్థ (NABL) గుర్తింపును ఇచ్చింది. ఈ గుర్తింపు ప్రత్యేకత ఏమిటంటే నారాయణ హాస్పిటల్ లోని సెంట్రల్ లేబొరేటరీ పరీక్షా విధానాలు, వాటి విలువలు, అందులోని అత్యంత అధునాతన యంత్ర పరికరాలు ఖచ్చితమైన నిర్ధారణతో అంతర్జాతీయ ప్రమాణాలతో సరితూగగలవని నిర్ధారించింది.

ఈ జాతీయ అధికారిక లేబొరేటరీ సంస్థ (NABL) భారత ప్రభుత్వంలోని క్వాలిటీ కౌన్సిల్ ఆఫ్ ఇండియా (QCI) అనుబంధ సంస్థ. ఈ జాతీయ అధికారిక లేబొరేటరీ సంస్థ (NABL) ముఖ్య ఉద్దేశ్యం ఏమిటంటే ప్రభుత్వంలోగానీ ప్రైవేట్ రంగాగానీ, పోటీతత్వాన్ని పెంచుతూ వైద్య రంగా గానీ ఇతరత్రా సర్వీసుల రంగా గానీ మెటీరియల్ ప్రొడక్షన్‌లో గానీ అత్యంత ఖచ్చితమైన ప్రమాణాలు ఉన్నట్లు పరీక్షించి ఆ సంస్థలకు గుర్తింపునిస్తుంది. ఈ జాతీయ అధికారిక లేబొరేటరీ సంస్థ (NABL) విధులు ఏమిటంటే లేబొరేటరీ పరీక్షా విధానాలను పరిశీలించి పోటీ తత్వాన్ని పెంచి వాటి ప్రమాణాలను మెరుగు పరచుట (ISO/IEC 17025:2005), ఆసుపత్రులలో ఉండే మెడికల్ లేబొరేటరీల మధ్య నైపుణ్యతను, పోటీ తత్వాన్ని పెంచి ఖచ్చితమైన ప్రమాణాలను పాటించేటట్లు చేయుట (ISO 15189:2012). ఈ అక్రిడేషన్ పొందిన లేబొ రోటరీలలో అత్యంత ప్రమాణాల తో కూడిన పరీక్షా విధానాలు వాటి యొక్క అత్యంత ఖచ్చితమైన నిర్ధారణను వాటి కోసం ఉపయోగించే రసాయానాలు కానీ ఇతరత్రా అవసరమైన ముడి పదార్థాలు గానీ ISO Guide 34:2009 ప్రకారం జరుగుతాయి. ఈ అక్రిడేషన్ సేవలు నిరంకుశమైనవి కావు, పోటీ తత్వాన్ని పెంచుతాయి. పరస్పర అవగాహనతో కూడిన సుహృద్భావాన్ని లేబొరేటరీల మధ్య పెంపొందింప చేస్తుంది. మిగతా 2వ పేజిలో...

కార్యాచరణతోనే వైద్యవిద్యార్థులకు లాభం

సదస్సులో విద్యార్థులకు మెళకువలు నేర్పుతున్న డా॥ విజ్ఞాన్ కుమార్

థియరీ వరకు మాత్రమే కాకుండా వర్క్‌షాప్ లాంటి కార్యాచరణ కార్యక్రమాల వలన వైద్య విద్యార్థులకు ఎక్కువ లాభం కలుగుతుందని ప్రిన్సిపాల్ డా॥ వీరనాగిరెడ్డి తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించిన నారాయణ హాస్పిటల్ పల్మనాలజి విభాగాధిపతి డా॥ జి.పి విజ్ఞాన్ కుమార్‌ని, వారి బృందాన్ని అభినందించారు. హాస్పిటల్ సూపరింటెండెంట్ డా॥ శ్రీరాం సతీష్ మాట్లాడుతూ ఇలాంటి అవగాహన సదస్సులను వైద్య విద్యార్థులు సక్రమంగా ఉపయోగించుకుని తమ నైపుణ్యాన్ని పెంచుకోవాలని సూచించారు. ఈ సదస్సుకు ఆర్గనైజింగ్ సెక్రెటరీ, నారాయణ హాస్పిటల్ పల్మనాలజి విభాగాధిపతి డా॥ జి.పి విజ్ఞాన్ కుమార్ మాట్లాడుతూ టైప్-1, టైప్-2 రెస్పిరేటరీ ఫెయిల్యూర్ దాని కారణాలు, చికిత్సా విధానాల గురించి వివరించారు. ఎన్ఐవి వాడటం వల్ల పేషంట్స్‌కు ఐసియూ మెకానికల్ వెంటిలేటర్ వరకు పోకుండా కాపాడవచ్చునని వివరించారు. ఈ సదస్సులో Res Med Company డా॥ సతీష్, నారాయణ హాస్పిటల్ అడ్మినిస్ట్రేటర్ డా॥ సుబ్బారావు అడిషనల్ మెడికల్ సూపరింటెండెంట్ డా॥ సతీష్‌లు వారి సందేశాన్ని అందించారు. మిగతా 2వ పేజిలో...

2లో — ఇంట్రా ఆపరేటివ్ మానిటరింగ్ సిస్టమ్ ద్వారా క్లిష్టమైన స్కల్ బేస్ ట్యూమర్‌కు విజయవంతంగా శస్త్రచికిత్స

3లో — చికెన్ పాక్స్ ఎలా వస్తుంది?

4లో — ఆరోగ్యపరీక్షలు (హెల్త్‌చెకప్) - ప్రాముఖ్యత

5లో — కొత్త బలగం

6లో — సకాల చికిత్సే గ్లకోమా వ్యాధికి నివారణ

'నారాయణ'కు ప్రతిష్ఠాత్మక NABL గుర్తింపు

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

జాతీయ అది, కారిక లేబొరేటరీల సంస్థ (NABL) మరొక ముఖ్య ఉద్దేశ్యం ఏమిటంటే ప్రభుత్వ సంస్థల , ప్రైవేటు రంగ సంస్థల మధ్య వ్యాపార పరంగా గానీ సేవల పరంగా గానీ విధానాల పరంగా గానీ వారి మధ్య పరస్పర సుహృ ద్భావాన్ని కల్పిస్తూ పరీక్షల యొక్క విలువలను ,డేటా విధానాన్ని మెరుగు పరచుట. ప్రస్తుత ప్రపంచ దృష్టిని బట్టి పరిశీలించినట్లయితే వ్యాపార విషయం లోగానీ, సేవల విషయంలో గానీ, డేటా సేకరణ విధానంలోగానీ ముందస్తు అను మతి ఒక సంస్థలో అవసరమ వుతుంది. అదే అనుమతి ఇతరత్రా సంస్థలకు కూడా చేరవేయ వలసిన అవసరం ఉంది. World Trade Organization (WTO) ఉద్దేశ ప్రకారం ఒక సంస్థ నిర్వహించిన పరీక్షల విలువలు గానీ, మెజర్‌మెంట్ డేటా గానీ అంగీకరించకపోతే అది వ్యాపార సేవలకు ఒక అటంకంగా మారు తుంది. ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో ఈ ప్రతిష్టా త్మకమైన గుర్తింపు నారాయణ వైద్య కళాశాల సెంట్రల్ లేబొరేటరీలకు మాత్రమే ఉంది.

నాణ్యత ప్రమాణాలకు గుర్తింపుగా NABL అందజేసిన యోగ్యతాపత్రం

డా॥ జి.వీరనాగిరెడ్డి
ప్రిన్సిపల్
నారాయణ మెడికల్ కాలేజి

డా॥ శ్రీరామ్ సతీష్
ఇన్‌చార్జ్ మెడికల్ సూపరింటెండెంట్
నారాయణ హాస్పిటల్

డా॥ సి. విజయమోహన్‌రెడ్డి
సిఈవో
నారాయణ హాస్పిటల్

డా॥ కె. రామలింగం
అసోసియేట్ ప్రొఫెసర్
ఇన్‌చార్జ్, సెంట్రల్ లేబొరేటరీస్
నారాయణ హాస్పిటల్

డా॥ జె.యన్. నాయుడు
ప్రొఫెసర్ & హెచ్‌వోడి
బయోకెమిస్ట్రీ విభాగం
నారాయణ మెడికల్ కాలేజి

డా॥ పి. శ్రీనివాసులు రెడ్డి
ప్రొఫెసర్ & హెచ్‌వోడి
మైక్రోబయాలజీ విభాగం
నారాయణ మెడికల్ కాలేజి

డా॥ వి. శాంతి
ప్రొఫెసర్ & హెచ్‌వోడి
పెథాలజీ విభాగం
నారాయణ మెడికల్ కాలేజి

ఇంట్రా ఆపరేటివ్ మానిటరింగ్ సిస్టమ్ ద్వారా క్లిష్టమైన స్కల్ బేస్ ట్యూమర్‌కు విజయవంతంగా శస్త్రచికిత్స

కస్తూరమ్మ (73)ది నెల్లూరు జిల్లాలోని కోట. రెండు నెలలుగా మూతి వంకరగా పోవడం, నడవ లేని పరిస్థితి రావడంతో, చికిత్స నిమిత్తం నారాయణ న్యూరోసర్జరీ విభాగంలోని డాక్టర్లను సంప్ర దించారు. నారాయణ ఆసుపత్రిలోని ప్రముఖ న్యూరోసర్జన్ డా॥ సాయి కిరణ్ ఆమెకు అవసరమైన వైద్య పరీక్షలు నిర్వహించారు. క్లిష్టమైన స్కల్‌బేస్ ట్యూమర్ (జెయింట్ లోవర్ క్రేనియల్ న్యూరోష్వానోమా) వలన కీలకమైన నరాల మీద ఒత్తిడి కారణంగా మూతి వంకర పోవడం (ఫేషియల్ ప్యాల్సి), నడవలేని పరిస్థితి వచ్చిందని నిర్ధారించారు. ఇంట్రా ఆపరేటివ్ న్యూరో ఫిజియాలాజికల్ మానిటర్ సహాయంతో విజయ వంతంగా శస్త్రచికిత్స నిర్వహిం చారు. ఈ సందర్భంగా డా॥ సాయికిరణ్ మాట్లాడుతూ ఈ కణితి కీలకమైన నరాల (క్రేనియల్ నర్వ్స్) కు దగ్గర ఉందని, పరిమాణం (4.1x3.8cms) చాలా పెద్దగా ఉన్నందు వలన శస్త్రచికిత్స చాలా క్లిష్టమైంది. ఇంట్రా ఆపరేటివ్ న్యూరో ఫిజియా లాజికల్ మానిటరింగ్ సిస్టమ్ సహాయంతో కణితికి దగ్గరగా ఉన్న కీలకమైన నరాలను శస్త్ర చికిత్స సమయంలో గుర్తించి వాటికి ఎటువంటి ఇబ్బంది కలగకుండా జాగ్రత్తగా కణితిని పూర్తిగా తొలగించాం. శస్త్రచికిత్స తరువాత మూతి వంకర పూర్తిగా మెరుగై, నడక సాధారణ స్థితికి చేర రోగి పూర్తిగా కోలుకున్నదని తెలి పారు. ఇంట్రా ఆపరేటివ్ మానిటరిం గ్‌లో విశేష అనుభవం ఉన్న న్యూరో ఫిజియాలజిస్ట్ అన్సారి బృందం సహాయంతో ఇప్పటి వరకు గత మూడు నెలలో ఇటువంటి క్లిష్టమైన శస్త్రచికిత్సలు 19 వరకు నిర్వహిం చామని తెలిపారు. ఈ క్లిష్టమైన శస్త్రచికిత్సను విజయవంతంగా నిర్వహించడం వెనుక నిష్ణాతులైన, అనుభవజ్ఞులైన న్యూరోసర్జరీ డాక్టర్ల బృందం (డా॥ అమిత్ అగర్వాల్, డా॥ వి.ఎ. కిరణ్‌కుమార్), అనస్థీషియా డాక్టర్ల బృందం (డా॥ నరసింహారెడ్డి, డా॥ అనిల్) కృషి ఉందని తెలిపారు.

ఇన్‌చార్జ్ మెడికల్ సూపరింటెం డెంట్ డా॥ శ్రీరాంసతీష్, సీఈవో డా॥ విజయమోహన్ రెడ్డి లు మాట్లా డుతూ క్లిష్టమైన ఈ శస్త్రచికిత్సను డా॥ ఎన్‌టిఆర్ ఆరోగ్యసేవా పథకం ద్వారా పూర్తిగా ఉ చితంగా అందించామ న్నారు. ఇంత క్లిష్టమైన మెదడు ఆపరేషన్లు చాలా ఖర్చుతో కూడుకున్న [illegible] ఈ ప్రాంత ప్రజలకు ఇటువంటి ఖరీదైన శస్త్రచికిత్సలు, అందుకు అవసరమైన అధునాతన వైద్య పరి జ్ఞానం కూడా డా॥ ఎన్‌టిఆర్ ఆరోగ్యసేవా పథకం ద్వారా అందు బాటులో ఉండాలనే ఉద్దేశంతో అత్యంత ఖరీదైన ఇంట్రా ఆపరేటివ్ న్యూరోఫి జియా లాజికల్ మానిటర్ వంటి అధు నాతన వైద్య పరికరా లను న్యూరోసర్జరీ విభాగంలో అందుబాటులో ఉంచామ ని తెలిపారు. అనుభవజ్ఞులైన డాక్టర్ల బృందంనారాయణలో ఉన్నందున ఇటువంటి క్లిష్టమైన మెదడు ఆపరేషన్లకు చెన్నై వంటి మెట్రో పాలిటన్ నగరాలకు వెళ్లాల్సిన అవ సరం లేదని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమం లో ఇన్‌చార్జి మెడికల్ సూపరింటెం డెంట్ డా॥ శ్రీరాం సతీష్, సీఈవో డా॥ విజయం మోహన్ రెడ్డి, న్యూరోసర్జరీ డాక్టర్లు డా॥ సాయి కిరణ్, డా॥ అమిత్ అగర్వాల్, డా॥ వి.ఎ. కిరణ్ కుమార్, న్యూరో అనస్థిటిస్ట్ డా॥ అనిల్, న్యూరోఫి జియాల జిస్ట్ అన్సారి మరి యు ఏజీఎం భాస్కర్ రెడ్డి, మార్కె టింగ్ హెడ్ కె. సత్యనారాయణ తది తరులు పాల్గొన్నారు.

నారాయణ హాస్పిటల్ లోని న్యూరోసర్జరీ విభాగం డాక్టర్ల ఘనత

విలేకర్ల సమావేశంలో వివరాలను వెల్లడిస్తున్న డా॥ శ్రీరామ్ సతీష్, డా॥ సాయికిరణ్, డా॥ విజయమోహన్‌రెడ్డి

శస్త్ర విజయాలు

కార్యాచరణతోనే వైద్యవిద్యార్థులకు లాభం

(మొదటి పేజీ తరువాయి) ఈ సదస్సులో పల్మనాలజీ విభాగంలోని పీజీ విద్యార్థులు, జనరల్ మెడిసిన్, ఎమర్జెన్సీ, అనస్థీషియా విభాగాలకు చెందిన పలువురు పీజీ విద్యార్థులు పాల్గొని BIPAP, CPAP ఎలా ఉపయోగించాలో నేర్చుకున్నారు. ఫిజియోథెరపి విద్యార్థులు, నర్సింగ్ విద్యార్థులు పాల్గొని ఎన్ఐవి లోని మెళుకువలు నేర్చుకున్నారు.నెల్లూరులో నారాయణ హాస్పిటల్‌లో పల్మనాలజీ విభాగం వారు సదస్సును నిర్వహించారు. నారాయణ మెడికల్ కాలేజి ప్రిన్సిపాల్ డా॥ జి. వీరనాగిరెడ్డి, హాస్పిటల్ ఇన్‌ఛార్జి మెడికల్‌సూపరింటెండెంట్ డా॥ శ్రీరాం సతీష్ జ్యోతిప్రజ్వలన చేసి సదస్సును ప్రారంభించారు.

ఎందరో రోగులకు సేవలందించిన ఉదరకోశ వ్యాధుల చికిత్సా శిబిరం

విలేకరుల సమావేశంలో వివరాలను వెల్లడిస్తున్న డా॥ శ్రీరామ్ సతీష్, డా॥ ఎం.జి. శ్రీనివాస్, డా॥ హర్ష, మార్కెటింగ్ హెడ్ సత్యనారాయణ

ఆధునిక వైద్యపరికరాల పనితీరును గమనిస్తున్న వైద్యబృందం

అందరికి ఆధునిక వైద్యం, అందుబాటు ధరలలో అందించే నారాయణ హాస్పిటల్స్ ప్రపంచస్థాయి వైద్య సేవలు వైద్య సదుపాయాలు కలిగిన ఏకైక హాస్పిటల్ అనడంలో ఎలాంటి సందేహం లేదు. నెల్లూరు పరిసర జిల్లాల ప్రజలకు సూపర్ స్పెషాలిటీ వైద్యసేవలు అందుబాటులో ఉండాలనే ధ్యేయంతో అన్ని విభాగాలలో ఆధునిక వైద్య పరికరాలు, నిష్ణాతులైన వైద్య సిబ్బంది, సహాయక సిబ్బంది, అధునాతన ఐసియూలు ఏర్పాటు చేసింది.

నెల్లూరు జిల్లాలో, చుట్టుపక్కల ప్రాంతాలలో మెడికల్ గ్యాస్ట్రో ఎంటరాలజి సంబంధిత వ్యాధులతో బాధపడే వారికి ఒక శుభవార్త అందించింది. గతంలో ఎండో స్కోపి చేయించుకోవాలంటే చాలా ప్రయాసతోకూడి వున్న ఉండేది. ఇప్పుడు నారాయణ హాస్పిటల్‌లో అత్యాధునిక ఎండోస్కోపి అందుబాటులో ఉంది. దీని వలన ప్రయోజనం ఏమిటంటే ఇది చాలా చిన్నని ఎండోస్కోప్ (కేవలం 5mm) కలిగి ఉంటుంది. ఇది సాధారణంగా ఒక పెన్సిల్ కంటే తక్కువ పరిమాణంలో ఉండి రోగి ఎలాంటి అసౌకర్యానికి గురికాకుండా పరీక్షను పూర్తిచేస్తుంది. దీనిలోని ఇంకో ప్రత్యేకత ఏమిటంటే ఇది అతి నాణ్యమైన HD ఇమేజస్‌ను అందించడమే కాకుండా "Narrow Band Imaging" (NBT) లాంటి ప్రత్యేకమైన పరీక్షలు చేసే వీలు కలిగి ఉంటుందని ప్రముఖ గ్యాస్ట్రో ఎంటరాలజిస్ట్ డా॥ ఎం.జి శ్రీనివాస్ తెలిపారు. ఇలాంటి అరుదైన పరికరాలతోపాటు ఎండోస్కోపిక్ అల్ట్రాసౌండ్ (EUS) అనే పరికరం కూడా అందుబాటులో ఉంది. దీనికి అమర్చిన చిన్న అల్ట్రాసౌండ్ ప్రోబ్‌తో గాల్‌బ్లాడర్ స్టోన్స్, పాంక్రియాటైటిస్, లివర్, కడుపు, బైల్‌డక్ట్, పాంక్రియాస్, లంగ్ క్యాన్సర్‌లను ఎంఆర్ఐ కంటే క్షుణ్ణంగా గుర్తించవచ్చు. ఇలాంటి క్యాన్సర్‌లను, పాంక్రియాటైటిస్ కాంప్లికేషన్స్‌కు ఈ పద్ధతి ద్వారా ఆపరేషన్ అవసరం లేకుండా చికిత్స చేయవచ్చు. ఇవే కాకుండా హై రెసల్యూషన్ మానోమెట్రి, 24PH మెట్రి లాంటి అధునాతన పరికరాలు అందుబాటులో ఉండి ఉదరకోశ వ్యాధులకు సంబంధించిన ఎలాంటి సమస్యలకైనా చికిత్స అందిస్తామని హాస్పిటల్ ఇన్‌ఛార్జి మెడికల్ సూపరింటెండెంట్ డా॥ శ్రీరాం సతీష్ తెలిపారు. డా॥ ఎం.జి శ్రీనివాస్, డా॥ హర్ష, డా॥ తంగప్పన్‌లతో కూడిన మెడికల్ గ్యాస్ట్రోఎంటరాలజి విభాగం అన్ని రకాల వైద్యసేవలు అందించడానికి నిరంతరం అందుబాటులో ఉంటుంది. ఇలాంటి సదుపాయాలు అందరికీ అందించాలని మార్చి 15నుంచి 18వ తేది వరకు "ఉదరకోశ వ్యాధుల చికిత్సా శిబిరం" నిర్వహించాం. ఈ శిబిరంలో ఉచిత కన్సల్టేషన్‌తోపాటు అవసరమైన పరీక్షలపై 50% రాయితీ అందించాం. చాలామంది రోగులు ఈ సౌకర్యాన్ని వినియోగించుకున్నారని డా॥ శ్రీరాం సతీష్ తెలిపారు. ఇలాంటి ఖరీదైన చికిత్సలు, పరీక్షలు అందరికీ అందుబాటులో ఉంచడమే కాకుండా అర్హత కలిగిన వారికి NTR వైద్య సేవా పథకం ద్వారా అందిస్తున్నామని సీఈవో డా॥ సి. విజయ మోహన్ రెడ్డి, అడిషనల్ మెడికల్ సూపరింటెండెంట్ డా॥ ఎస్. సతీష్ తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో హాస్పిటల్ ఏజీఎం భాస్కర్‌రెడ్డి, మార్కెటింగ్ హెడ్ కె. సత్యనారాయణ పాల్గొన్నారు.

చికెన్ పాక్స్ ఎలా వస్తుంది?

డా॥ ఎ.విజయమోహన్‌రావు
ప్రొఫెసర్
చర్మవ్యాధుల చికిత్సా విభాగం,
నారాయణ హాస్పిటల్

ప్రశ్న : చికెన్ పాక్స్ అంటే ఏమిటి ?

జవాబు : "చికెన్ పాక్స్" (Varicella - Zoster) వైరస్ అనే సూక్ష్మ క్రిముల ద్వారా వచ్చే అంటువ్యాధి. చికెన్ పాక్స్‌ను ఆటలమ్మ, చిన్నఅమ్మవారు అంటారు. జ్వరంతో ఆరంభమయ్యే ఈ వ్యాధికి రెండు రోజుల తర్వాత మెల్లగా ఒళ్లంతా గుల్లలు మొదలవుతాయి. కొన్ని తగ్గుతూ ఉంటే మరికొన్ని కొత్తవి పుడుతూ ఉంటాయి. ఈ వ్యాధి దాదాపుగా 10 నుంచి 15 రోజుల వరకూ ఉంటుంది. ఎక్కువగా చిన్నపిల్లలకు వస్తుంది.

ప్రశ్న : చికెన్ పాక్స్ లక్షణాలు ఎలా ఉంటాయి ?

జవాబు : ముఖం, వీపు, ఛాతి భాగంలో దురదతో కూడిన ఎర్రగా వచ్చు చర్మవ్యాధి. నీటితో కూడిన బొబ్బలు వస్తాయి. ముఖంపైన కాళ్ళు, చేతులుపైన తక్కువగా వస్తాయి. కొందరికి నీటి గుల్లలు, పుండ్లు నోటిలోపల ముక్కులో, గొంతులో కూడా రావచ్చు. ఈ లక్షణాలకు ముందు 2 రోజుల తేలికపాటి దగ్గు, జలుబు, తేలికపాటి జ్వరం, తలనొప్పి, నీరసం, ఆకలి తగ్గుట, తేలికపాటి కడుపునొప్పి లాంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి.

ప్రశ్న : ఇది ఎలా వ్యాపిస్తుంది.

జవాబు: చికెన్ పాక్స్ తో బాధపడుతున్న వ్యక్తిని తాకిన లేదా వారు తుమ్మినపుడు, దగ్గినపుడు వైరస్ క్రిములు గాలి ద్వారా ఎదుటవున్న వారిలో ప్రవేశించి ఈ జబ్బు వస్తుంది. ఇది ఒకరినుంచి ఇంకొకరికి సోకే అంటువ్యాధి. చర్మంపై లక్షణాలు కనపడక ముందు 2 రోజుల నుంచి దద్దుర్లు పూర్తిగా మాని, మచ్చలుగా తయారైనంతవరకూ ఈ క్రిములు ఆరోగ్యవంతులకు సోకే అవకాశం ఉంది. చిన్న పిల్లలు, యుక్తవయస్సు వారిలో ఈ వ్యాధి ఎక్కువ శాతం వస్తుంది. చిన్నపిల్లల సంరక్షణ సంస్థలు, పాఠశాలలు, మురికి వాడలలో ఈ వ్యాధి వ్యాప్తి చెందుతుంది.

ప్రశ్న : చికెన్ పాక్స్ కు ఎటువంటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి ?

జవాబు : దద్దుర్లను, బొబ్బలను గీరకూడదు, చిట్లించరాదు, వీలైనంత వరకు పిల్లల గోళ్ళు లేకుండా చేయాలి (రాత్రులలో తెలియకుండా), గీరుకోకుండునట్లు చేతులకు శుభ్రమైనగుడ్డకాని, గ్లౌజులుకాని తొడగాలి. పిల్లలకు ఈ జాగ్రత్త నేర్పించాలి, చెప్పాలి. వీలైనంత వరకు చల్లని • నీటితో/గోరువెచ్చని నీటితో స్నానం చేయించిన దురదలు కాస్త తగ్గుతాయి. జ్వరం దగ్గు అధికంగా ఉన్నా డాక్టరును సంప్రదించి వైద్యం చేయించుకోవడం అవసరం. పూర్తిగా విశ్రాంతి తీసుకోవాలి, సులభంగా జీర్ణమగు ఆహారపదార్థాలు, ద్రవ పదార్థాలు తీసుకోవాలి, చికెన్ పాక్స్ ఉన్నవారి వస్తువులు, బట్టలు, సబ్బు మొదలైనవి వేరుగా ఉంచాలి, వాడిన బట్టలను వేడినీళ్లతో శుభ్రపరిచి ఇస్త్రీ చేయించాలి. ప్రతిరోజు శుభ్రమైన దుస్తులు వాడాలి, వ్యక్తిగత పరిశుభ్రత చాలా అవసరం.

ప్రశ్న : దీనిని ఎలా నివారించవచ్చు ?

జవాబు: చికెన్ పాక్స్ (Varicella) టీకాలు మాత్రమే వ్యాధిని నిరోధించగలవు, ఈ వ్యాధి వచ్చే ప్రాంతాలలో చిన్నపిల్లలకు, యుక్తవయస్సు వారికి ఈ వ్యాధినిరోధక టీకాలు వేయించటం ద్వారా - వ్యాధి సంక్రమణను అదుపు చేయవచ్చు. సమాజంలో ఈ వ్యాధి లక్షణాలు, తీసుకోవలసిన జాగ్రత్తలను గురించి అవగాహన కలిగే చర్యలు చేపట్టాలి

ఆరోగ్య పరీక్షలు (హెల్త్ చెకప్) - ప్రాముఖ్యత

డా॥ కె. రామలింగం
అసోసియేట్ ప్రొఫెసర్
సెంట్రల్ లేబొరేటరీస్
నారాయణ హాస్పిటల్

ఆరోగ్య పరీక్షలు మన భవిష్యత్తుకు భరోసా ఇస్తాయి. మన ఆరోగ్యానికి అండగా నిలబడతాయి. ప్రతి ఏటా క్రమం తప్పకుండా తప్పనిసరిగా కొన్ని ఆరోగ్య పరీక్షలు చేయించుకోవడం ద్వారా మనం జీవితం గాడి తప్పకుండా చూసుకోవచ్చు. ఆరోగ్యం వన్నె తగ్గకుండా కాపాడుకోవచ్చు. మనం వ్యాధుల బారినపడకుండా చూసుకోవటానికి, ఒకవేళ మన శరీరంలో ఏదైనా అనారోగ్యకర మార్పులు వస్తుంటే వాటిని తొలి దశలోనే గుర్తించి సమర్థంగా ఎదుర్కొనటానికి ఈ ఆరోగ్య పరీక్షలు ఎంతగానో దోహదపడతాయి. అందుకే ప్రతి ఏటా మనం తప్పనిసరిగా చేయించుకోవాల్సిన కొన్ని ఆరోగ్య పరీక్షలకు సంబంధించిన సమాచారమిది.

మన శరీరం ఓ సంక్లిష్టమైన సజీవమైన యంత్రం. ఆరోగ్యంగా, హాయిగా పనిచేస్తుండాలంటే రకరకాల అవయవాలు, గ్రంథులు, ఇంద్రియాలు, జీవక్రియలు ఇల ఎన్నో వ్యవస్థలు నిరంతరంగా సమన్వయంతో పని చేస్తుం డాలి. వయసుతోపాటు కొన్ని, జీవనశైలి కారణంగా కొన్ని ఇలా ఎన్నో మార్పులు వస్తూనే ఉంటాయి. ఈ మార్పులను గమనిస్తూ, ఈ జీవన యంత్రం ఎప్పుడైనా గాడి తప్పుతుంటే వెంటనే సరిచేసుకోవటం అత్యుత్తమ ఆరోగ్య సూత్రం. అందుకే ఒక వయసు వచ్చిన దగ్గరి నుంచీ మనం ఆరోగ్యం గురించి శ్రద్ధ తీసుకోవటం, క్రమం తప్పకుండా కొన్ని తేలికపాటి పరీక్షలు చేయించుకుని మన ఆరోగ్యస్థితిని సరి చూసుకోవటం చాలా అవసరం. మారుతున్న జీవనశైలితోపాటే మధుమేహం, హైబీపీ, ఊబకాయం, కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు పెరగటం వంటి ఎన్నో రుగ్మతలు పెరుగుతున్నాయి. వీటికి తొలిదశలో ఎటువంటి లక్షణాలు ఉండవు. వీటివల్ల బాధలేమీ కనబడవు కాబట్టి నిర్లక్ష్యం చేస్తుంటాం. కానీ క్రమేపి వీటి కారణంగా గుండె జబ్బులు, పక్షవాతం వంటి ప్రాణాంతక సమస్యలు తలెత్తుతాయి. మనమే వెనకబడ్డాం. అభివృద్ధి చెందిన అమెరికా, ఐరోపా దేశాల్లో ఏటా ఆరోగ్య పరీక్షలన్నవి ఎప్పటి నుంచో తప్పనిసరిగా చేస్తున్నారు. అనవసరంగా పరీక్షలు ఎక్కువ చేయించుకోవటంలో అర్థం లేదుగానీ ఏడాదికి ఒకసారి కొన్ని ముఖ్యమైన పరీక్షలు చేయించుకుని మన శరీరంలో ఏవైనా మార్పులు వస్తున్నాయా? అన్నది తెలుసుకోవటం, ఏవైనా మార్పులు కనబడుతుంటే వెంటనే వాటిపై శ్రద్ధ పెట్టటం మాత్రం చాలా అవసరమని గుర్తించాలి.

ఎత్తు బరువుల నిష్పత్తి (BMI): ఈ ఆధునిక కాంలో తలెత్తుతున్న చాలా వ్యాధులకు అధిక బరువు, ఊబకాయం మూలం. మన ఆహారపుటలవాట్లు మారిపోతుండటం, శారీరక శ్రమ లేకపోవటం వంటి జీవనశైలి సమస్యల కారణంగా మన బరువే ఇప్పుడు మనకో గుదిబండగా తయారవుతోంది. అందుకే ఏటా క్రమం తప్పకుండా ఒక్కసారైనా బరువు చూసుకుని ఎత్తు బరువుల నిష్పత్తి లెక్కించుకుని అది ఖచ్చితంగా ఉందో లేదో చూసుకోవటం చాలా అవసరం. దీన్నే బీఎంఐ అంటాం. బీఎంఐ ఎంత ఉండాలి, ఎత్తు (మీటర్లలో)ను ఎత్తుతో హెచ్చించి, బరువు (కేజీల్లో)ను ఆ వచ్చిన దానితో భాగహరించాలి. ఇది మన భారతీయుల్లో 18-23 మధ్య ఉండటం ఉత్తమం. అంతకు మించితే బరువు తగ్గించుకునే ప్రయత్నం అవసరం.

రక్తపోటు: గుండె పోటు, పక్షవాతం, కిడ్నీ జబ్బులు ఇలా ఎన్నో సమస్యలకు అధిక రక్తపోటు కారణమవుతుంది. కాబట్టి 25-30 ఏళ్లు దాటిన దగ్గరి నుంచీ ప్రతి ఒక్కరూ ఏడాదికి ఒకసారి తప్పనిసరిగా బీపీ చూపించుకోవాలి. వయసు పెరుగుతున్న కొద్దీ మరింత తరచుగా చూపించుకోవటం అవసరం. ఇప్పటికే హైబీపీ ఉన్నవారైతే నెలకు ఒకసారైనా చూపించుకోవటం ఉత్తమం. ఎవరిలోనైనా 120/80 ఉండాలి. అంతకు మించి ఉంటే వైద్యులను సంప్రదించటం తప్పనిసరి.

సంపూర్ణ రక్త పరీక్ష (కంప్లీట్ బ్లడ్ పిక్చర్ - CBP): మన దేశంలో స్త్రీపురుషుల్లో రక్తహీనత చాలా ఎక్కువ. దీన్ని తేలికపాటి రక్తపరీక్షతో గుర్తించవచ్చు. రక్తహీనత ఉంటే నీరసం, ఏ పనీ సమర్థవంతంగా చెయ్యలేకపోవటం, పిల్లలు ఏకాగ్రత కుదరక చదువుల్లో వెనకబడటం, అలసటం, కాళ్లు, చేతులు లాక్కుపోవటం వంటి ఎన్నో సమస్యలు బయల్దేరతాయి. దీన్ని తేలికపాటి పరీక్షతో గుర్తించి సరిచేసుకోవచ్చు. అలాగే ఈ రక్తపరీక్ష ప్లేట్‌లెట్ కణాలు, తెల్లరక్తకణాలు, ఈఎస్ఆర్ వంటి వాటిని కూడా పరిశీలిస్తారు. కాబట్టి ఇతరత్రా సమస్యలున్నా బయటపడతాయి. అలాగే ఎరిత్రోసైట్ సెడిమెంటేషన్ రేట్ (ఈఎస్ఆర్) అనేది పరీక్షించటం వల్ల ఒంట్లో చిన్నచిన్న ఇన్ఫెక్షన్ల నుంచి క్యాన్సర్ల వరకూ ఎటువంటి మార్పులు తలెత్తినా అనుమానించే అవకాశం ఉంటుంది.

ఎంత ఉండాలి: హిమోగ్లోబిన్ స్త్రీలలో 12-15 జీడీఎల్, పురుషుల్లో 14-17 జీడీఎల్, ప్లేట్‌లెట్స్ 1000-11000 సెల్స్/మిమీ, [illegible] 1.5 - 4 లక్షలు, ఈఎస్ఆర్ తొలిగంట [illegible] పురుషులు : 0 - 10 ఎంఎం, స్త్రీలు : [illegible] - 20 ఎంఎం.

మల పరీక్ష (STOOLS TEST): పేగుల్లో కొంకి పురుగులు, నట్టల వంటివి ఎన్నో సమస్యలు తలెత్తుతాయి, కాబట్టి ఏటా మలపరీక్ష చేయించుకోవటం మంచిది. దీంతోపాటు మలంలో రక్తం కలిసి ఉందా అన్న (అకల్ట్ బ్లడ్) పరీక్ష చేయించుకుంటే జీర్ణాశయం నుంచి పెద్దపేగు వరకూ ఎక్కడున్నా పుండు నుంచి క్యాన్సర్ వరకూ ఏ సమస్య ఉన్నా దీనిలో రక్తం ఆనవాళ్లు కనబడతాయి. అవి కుదరక ముందే గుర్తించే వీలుంటుంది.

మూత్ర పరీక్ష (URINE EXAM): మూత్ర పరీక్ష చాలా తేలికైనది. మన ఆరోగ్య పరిస్థితి గురించి విలువైన సమాచారాన్ని అందిస్తుంది. ముఖ్యంగా మూత్రనాళాల్లో ఇన్‌ఫెక్షన్ల వంటివి ఉన్నా, మూత్రపిండాల్లో తేడాలు వస్తున్నా, మూత్రంలో సుద్ద (అల్బుమిన్) పోతున్నా ఈ పరీక్షలో సంకేతాలు కనబడతాయి. కాబట్టి ఏడాదికి ఒకసారి మూత్రపరీక్ష చేయించుకోవడం మంచిది. మధుమేహులైతే దీనితో పాటు 'మైక్రోఅల్బుమినూరియా' పరీక్ష చేయించుకోవడం అవసరం. గ్లూకోజ్ ఉండకూడదు. పస్‌సెల్స్ 0–5 హెచ్‌పీఎఫ్ లోపే ఉండాలి. 5 దాటితే మూత్రనాళ ఇన్‌ఫెక్షన్ ఉన్నట్టే లెక్క. ఆర్‌బీసీ ఉండకూడదు. 3 కంటే ఎక్కువ

ఉంటే వైద్యులను సంప్రదించడం తప్పనిసరి. క్రిస్టల్స్ యూరిక్ ఆసిడ్, ఆక్సలేట్ క్రిస్టల్స్ ఉండకూడదు. ఉంటే మూత్రవ్యవస్థలో రాళ్లున్నాయేమో అనుమానించాలి.

మధుమేహం (DIABATES): మన దేశంలో మధుమేహ తీవ్రత గురించి ప్రత్యేకంగా చెప్పక్కర్లేదు. ఒకప్పుడు కుటుంబ చరిత్ర ఉంటేనే అనుమానించాలని భావించే వారు. కానీ ఇప్పుడు రకరకాల కారణాల రీత్యా ఎటువంటి వంశ చరిత్ర లేకుండా కూడా మధుమేహం వస్తోంది. కాబట్టి 25 ఏళ్లు దాటిన ప్రతి ఒక్కరూ ఏడాదికి ఒకసారి పరగడుపున మరియు ఆహారం తీసుకున్న రెండు గంటలకు రక్తపరీక్ష తప్పనిసరిగా చేయించుకోవాలి. తల్లిదండ్రులకు మధుమేహం ఉన్నా, బరువు ఎక్కువగా ఉన్నా ఈ మధుమేహ పరీక్షలు ఇంకా ముందే మొదలు పెట్టటం మంచిది.

కాలేయ పరీక్షలు (LFT): ఆధునిక కాలంలో హెపటైటిస్ రకం వైరస్‌ల దాడి ఎక్కువైంది. దీనికి తోడు మద్యం, కొన్ని రకాల అరుదైన వ్యాధుల వల్ల లివర్ వ్యాధులు కూడా ఎటువంటి లక్షణాలూ లేకుండా ఉండిపోయి ఎప్పుడో ఒకసారి ఉన్నట్టుండి బయటపడుతుంటాయి. అప్పటికే మన చెయ్యి దాటిపోయే పరిస్థితి కూడా ఉంటుంది కాబట్టి ఏడాదికి ఒకసారి కాలేయం పనితీరును పట్టిచెప్పే 'లివర్ ఫంక్షన్ టెస్టు (ఎల్ఎఫ్‌టీ) కూడా చేయించుకోవడం మంచిది.

సీరం క్రియాటినిన్ (S.CREATININE): మూత్రపిండాల పనితీరును పరిస్థితిని తెలియ జెప్పే కీలకమైన రక్త పరీక్ష ఇది. చాలా రకాల కిడ్నీ సమస్యలకు ఆరంభ దశలో ఎటువంటి లక్షణాలు ఉండవు. కాబట్టి ఈ పరీక్ష చేయించుకుంటే కిడ్నీ సమస్యలు త్వరగా బయటపడతాయి. ఎంత ఉండాలి: స్త్రీలలో 0.6 - 1.1, పురుషుల్లో 0.7 - 1.3 ఉండాలి.

కొలెస్ట్రాల్ పరీక్షలు (LIPID PROFILE): మన దేశంలో గుండె జబ్బులు ఎక్కువగా ఉండటానికి అధిక కొలెస్ట్రాల్ ఒక ముఖ్యమైన కారణం. దీనిలో మంచి కొలెస్ట్రాల్ (హెచ్‌డీఎల్), చెడ్డ కొలెస్ట్రాల్ (ఎల్‌డీఎల్), మరోరకం కొవ్వు పదార్థం (ట్రైగ్లిజరైడ్స్) తదితరాలు ఉంటాయి. మనదేశంలో చాలా మందికి మంచి కొలెస్ట్రాల్ తక్కువగా, చెడ్డ కొలెస్ట్రాల్ ఎక్కువగా ఉంటోంది. కొందరికి ఇది జన్యుపరం గా వస్తే చాలా మందిలో ఇది ఆహారపుటలవాట్లు, వ్యాయామం లేకపోవడం వంటి జీవనశైలి సమస్యల వల్ల వస్తోంది. చాలామంది లావుగా ఉన్న వారికి కొలెస్ట్రాల్ ఎక్కువగా ఉంటుంది, బక్కగా ఉన్నవారికి ఉండదనుకుంటారు. కానీ అది సరికాదు. 25-30 ఏళ్లు దాటిన తర్వాత ప్రతి ఒక్కరూ ఏడాదికి ఒకసారి పరగడుపున ఈ కొలెస్ట్రాల్ పరీక్షలు చేయించుకోవడం, వీటిలో ఏవి అసాధారణంగా ఉన్నా వైద్యులను సంప్రదించి ముందే ఆహారంలో మార్పులు చేసుకోవడం, వ్యాయామం చెయ్యటం, అవసరమైతే మందులు కూడా వేసుకోవడం అవసరం. ఇలా చేస్తే గుండెపోటు, పక్షవాతం వంటి తీవ్రమైన ఆరోగ్య సమస్యలను నివారించుకోవచ్చు.

థైరాయిడ్ పరీక్ష (TSH, T3,T4): అయోడిన్ లోపం, రోగనిరోధక వ్యవస్థ లోపం తదితరాల వల్ల మన దేశంలో థైరాయిడ్ సమస్యలు చాలా ఎక్కువగా ఉన్నాయి. స్త్రీలలో మరీ ఎక్కువ. థైరాయిడ్ హార్మోను తగ్గినా సమస్యే, పెరిగినా సమస్యే. వాటివల్ల ఎన్నో దుష్ప్రభావాలు తలెత్తుతాయి. కాబట్టి ఏటా పరీక్ష చేయించుకుంటూ ఈ లోపాలను ముందే గుర్తిస్తే మంచిది. దీనికి చికిత్స కూడా చాలా తేలిక. టీఎస్‌హెచ్ : 0.3 – 6.0 మైక్రో ఐయూ/ఎంఎల్, టీ3 : 0.6 – 1.81, టీ4: 4.0 – 12.0. ల్యాబొరేటరీలను బట్టీ, పరీక్షా విధానాన్ని బట్టీ సాధారణ విలువలు మారుతుంటాయి. కాబట్టి తేడాలుంటే స్థానిక వైద్యులను సంప్రదించటం మంచిది.

ఈసీజీ (ECG): 25 ఏళ్లు దాటిన తర్వాత ప్రతి ఒక్కరూ ఏడాదికి ఒకసారి ఈసీజీ పరీక్ష చేయించుకోవటం చాలా మంచిది. చాలా తేలికపాటి పరీక్ష, కానీ మన గుండె పనితీరు గురించి ముఖ్యమైన సమాచారాన్ని అందిస్తుంది.

ఛాతీ ఎక్స్‌రే (CHEST X-RAY): ఛాతీ ఎక్స్‌రేలో కేవలం క్షయకు సంబంధించిన వివరాలే కాకుండా గుండె సైజు, బృహద్ధమని సైజు వంటివన్నీ కూడా తెలుస్తాయి. ముఖ్యంగా హైబీపీ, మధుమేహం ఉన్నవారిలో, అలాగే పొగ తాగేవారిలో ఈ పరీక్షకు ప్రాధాన్యం ఎక్కువ.

ఉదరం అల్ట్రాసౌండ్ (ABDOMINAL ULTRA SOUND): ఇది చాలా సులువైన పరీక్ష, రేడియేషన్ వంటివేమీ ఉండవు. కానీ పొత్తికడుపులోని అవయవాల గురించి ఎంతో సమాచారాన్ని అందిస్తుంది. ప్రతి సంవత్సరం ఈ పరీక్ష చేయించుకుంటే మూత్రపిండాలు, కాలేయం వంటివి ఎలా ఉన్నాయో తెలుస్తుంది. స్త్రీలలో అండాశయాలు, గర్భాశయం, పురుషుల్లో ప్రొస్టేటు సమస్యలూ తెలుస్తాయి.

దృష్టి (EYE CHECKUP): చత్వారం వంటివి ఉన్న పెద్దవారికే కాదు పిల్లలకు కూడా నేత్ర పరీక్ష అవసరం. చూపు సమస్యలను ముందే గుర్తించకపోతే పిల్లలు చదువుల్లో వెనకబడటమే కాదు శారీరకంగా, మానసికంగా కూడా ఇబ్బందులు ఎదుర్కొనే ప్రమాదం ఉంటుంది. మధుమేహం, హైబీపీ ఉన్న వారికి కంట్లోని రెటీనా పొరలో మార్పులు వస్తుంటాయి. నీటికాసుల వంటి ప్రమాదకర సమస్యలకు కూడా ముందస్తుగా ఎలాంటి లక్షణాలు ఉండవు. కాబట్టి ప్రతి ఒక్కరూ ఏడాదికి ఒకసారి నేత్రపరీక్ష చేయించుకోవాలి.

మామోగ్రఫీ, పాప్‌స్మియర్ (MAMOGRAPHY, PAP SMEAR): స్త్రీలు ఎదుర్కొంటున్న ముఖ్యమైన క్యాన్సర్ ముప్పులు రెండు. రొమ్ము క్యాన్సర్, గర్భాశయ ముఖద్వారా క్యాన్సర్. కాబట్టి 40 ఏళ్లు పైబడిన స్త్రీలంతా ప్రతిఏటా తప్పనిసరిగా రొమ్ములకు మామోగ్రఫీ పరీక్ష, గర్భాశయ ముఖద్వారానికి పాప్‌స్మియర్ పరీక్షలు చేయించుకోవటం చాలా అవసరం. క్యాన్సర్‌కు సంబంధించిన మార్పులు పాప్‌స్మియర్ పరీక్షలో పదేళ్ల ముందే కనబడతాయి. దీన్ని ముందే గుర్తిస్తే చికిత్స చాలా సులువు కూడా.

పీఎస్ఏ (PSA): పురుషుల్లో ప్రొస్టేట్ క్యాన్సర్ సమస్య ఒకప్పటి కంటే మనదేశంలో ఇప్పుడు ఎక్కువగా గుర్తిస్తున్నాం. 50 ఏళ్లు పైబడిన పురుషులంతా కూడా ఏటా 'ప్రొస్టేట్ స్పెసిఫిక్ యాంటిజెన్ (పీఎస్ఏ)' అనే రక్తపరీక్ష చేయించుకుంటే దీనికి సంబంధించిన మార్పులేమైనా ఉంటే గుర్తించే వీలుంటుంది. పీఎస్ఏ స్థాయి పెరిగి ఉంటే క్యాన్సరేమోనని అనుమానించి మరింత లోతుగా పరీక్షించే వీలుంటుంది. ఎంత ఉండాలి: పీఎస్ఏ 0–4 ఎన్‌జి/ఎంఎల్.

కొత్త బలగం

డా॥ టి. సునంద
ఎండోక్రైనాలజిస్ట్
ఎండోక్రైనాలజి విభాగం

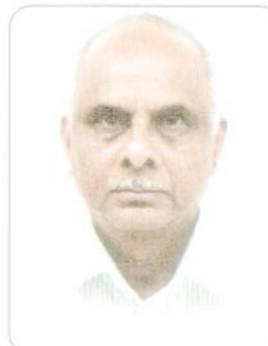
డా॥ బి. వేణుగోపాల్
న్యూరాలజిస్ట్
న్యూరాలజి విభాగం

డా॥ ఎస్. లక్ష్మీనాథ్
న్యూరోసర్జన్
న్యూరోసర్జరీ విభాగం

డా॥ జి. రేవనసిద్దప్ప
జనరల్ ఫిజీషియన్
జనరల్ మెడిసిన్ విభాగం

డా॥ జి. సుజన
జనరల్ ఫిజీషియన్
జనరల్ మెడిసిన్ విభాగం

డా॥ ఆర్. గోపాల్ కృష్ణ
చిన్నపిల్లల వ్యాధుల చికిత్స నిపుణులు
చిన్నపిల్లల వ్యాధుల చికిత్స విభాగం



డా॥ సి.ఎస్. కృష్ణమూర్తి
సైకియాట్రిస్ట్
మానసిక వ్యాధుల చికిత్స విభాగం

డా॥ సి.హెచ్. లక్ష్మీ రాజేష్
సైకియాట్రిస్ట్
మానసిక వ్యాధుల చికిత్స విభాగం

డా॥ జి. అన్వేష్
అర్థోపెడీషియన్
కీళ్లు, ఎముకల వ్యాధుల చికిత్స విభాగం

డా॥ సి. విజయ్ కృష్ణ
జనరల్ సర్జన్
జనరల్ సర్జరీ విభాగం

డా॥ ఎ. ప్రతాప్ కుమార్
జనరల్ సర్జన్
జనరల్ సర్జరీ విభాగం

డా॥ బి. హారిక
గైనకాలజిస్ట్
కాన్పులు , గర్భకోశ వ్యాధుల విభాగం

డా॥ వి. హితైషి
డెర్మటాలజిస్ట్
చర్మ వ్యాధుల చికిత్స విభాగం

వడదెబ్బ అంటే ఏమిటి? అదెలా వస్తుంది?

డా॥ నాగభూషణం
ప్రొఫెసర్
జనరల్ మెడిసిన్ విభాగం

హీట్ స్ట్రోక్ అంటే వడదెబ్బ. శరీరం అధిక ఉష్ణోగ్రతకి గురి అయినపుడు, ఆ అధిక ఉష్ణోగ్రత వలన శరీరంలో శారీరక పరమైన, నాడీ వ్యవస్థ పరమైన వ్యాధి లక్షణాలు కనపడటం. సాధారణంగా మన శరీరంలో జరుగు రసాయన చర్యల వలన (మెటబాలిజం) హీట్ జెనరేట్ అవుతుంది. అలా ఉత్పత్తి అయిన "వేడి" మన శరీరంలోని ఉష్ణ సమతల్యతని కాపాడె అవయవాలైన చర్మం ద్వారా, చెమట (స్వెట్) వల్ల గానీ బయటకు పంపబడుతుంది. కానీ శరీరం అధిక ఉష్ణోగ్రతలకి కానీ, డీహైడ్రేషన్‌కి కానీ గురైనపుడు పైన చెప్పిన రక్షణ మార్గాలు (చర్మం, ఊపిరితిత్తులు) సరిగా పని చేయవు.

అందువల్ల మన శరీర ఉష్ణోగ్రత ఒక్కసారిగా 43 డిగ్రీల సెంటిగ్రేడుకి చేరుకుంటుంది. ఇదే వడదెబ్బ. సాధారణంగా హీట్‌స్ట్రోక్‌కి గురి అయ్యే అవకాశం ఎక్కువగా ఉండే వాళ్ళు రెండేళ్ల లోపు చిన్నపిల్లలు బాగా పెద్ద వాళ్ళు, క్రీడాకారులు, ఎక్కువగా బహిరంగ స్థలాల్లో పని చేస్తూ ప్రత్యక్షంగా సూర్యరశ్మికి గురయ్యేవారు.

వ్యాధి లక్షణాలు: అధిక శరీర ఉష్ణోగ్రత, శరీరం పొడి బారటం, దప్పిక ఎక్కువ కావడం, వాంతుల వ్వడం, నీరసం, దడ, ఆయాసం, గుండె వేగంగా కొట్టుకోవడం, కన్‌ఫ్యూజన్, చిరాకు, స్థలం-సమయం తెలియకపోవడం, భ్రమలతో కూడుకున్న ఆలోచనలు కలగడం, చివరిగా స్పృహ కోల్పోవడం (తెలివి తప్పిపోవడం).

చికిత్స: వడదెబ్బ అనేది ఒక మెడికల్ ఎమర్జెన్సీ. అత్యవసరంగా చికిత్స చేయవలసి ఉంటుంది. లేకపోతే ఒక్కోసారి ప్రాణాలకే ప్రమాదం. కాని కొద్దిపాటి జాగ్రత్తలతో కూడుకున్న ప్రథమ చికిత్సకే చాలా త్వరగా కోలుకుంటారు. మొదటగా పేషంట్ని చల్లబరచాలి. చల్లని నీటిని మొత్తం శరీరం అంతా సమంగా అప్లై చేయాలి. చల్లని ఐస్ వాటర్ లో తడిసిన వస్త్రాలను కప్పాలి. చంకల్లో (అక్షిల్ల), గజ్జల్లోనూ చల్లని ఐస్ ముక్కలు ఉంచాలి. ఇవి చేస్తూ 108 సర్వీస్‌కి కానీ దగ్గరలో ఉన్న హాస్పిటల్‌కి కానీ తీసుకు వెళ్లాలి. అక్కడ వారు తగురీతిలో స్పందిస్తారు.

అవసరాన్ని బట్టి నివారణ మార్గాలు : వడ దెబ్బకి గురి కాకుండా తగు నివారణోపాయాలు తీసుకుంటే చాలా మంచిది. అవి ఏమిటంటే తరచుగా చల్లని నీరు తాగడం, బయట పని చేసే వాళ్ళు అప్పుడప్పుడు విరామం తీసుకోవడం, సాధ్యమైనంత వరకు మిట్ట మధ్యాహ్నం ఎండలో తిరగ కూడదు. వేసవిలో తెల్లని వదులైన కాటన్ దుస్తులు ధరించాలి, మద్యం సేవించరాదు. గదుల ఉష్ణోగ్రత తగ్గించే చర్యలు తీసు కోవాలి.

స్పెషలిస్ట్ డాక్టర్ల కేరాఫ్ అడ్రస్ !
అన్నిరకాల వైద్య పరీక్షలకు వన్ & ఓన్లీ డెస్టినేషన్ !!
ఇప్పుడు నెల్లూరు పొగతోటలో...
నారాయణ ఎమర్జెన్సీ కేర్ 24/7
7288889696

నారాయణ స్పెషాలిటి క్లినిక్స్ & డయాగ్నోస్టిక్ సెంటర్

• అన్ని స్పెషాలిటీ మరియు సూపర్ స్పెషాలిటీ విభాగాలలో అగ్రశ్రేణి డాక్టర్లచే వైద్యసేవలు
• అత్యాధునిక సాంకేతిక పరిజ్ఞానంతో తీర్చిదిద్దబడిన ల్యాబొరేటరీ • ఇంటివద్దకే నర్సింగ్ కేర్, శాంపిల్ కలెక్షన్ మరియు మెడిసిన్ డెలివరీ
• అన్ని వేళలా అందుబాటులో ఎమర్జెన్సీ కేర్ • 24 గంటలు ఫార్మసీ సేవలు • ప్రివెంటివ్ హెల్త్‌కేర్ చెకప్ ప్యాకేజెస్

Day Clinics (9 am to 6 pm)

నారాయణ స్పెషాలిటీ క్లినిక్స్ & డయాగ్నోస్టిక్ సెంటర్
16-2-227, గాంధీనగర్, వండే మార్కెట్ దగ్గర, పొగతోట, నెల్లూరు.
ఫోన్ : 0861-2358999, 2358912, 7288889689

సకాల చికిత్సే గ్లకోమా వ్యాధికి నివారణ

గ్లకోమా ఎందుకు వస్తుంది, ఎలా వస్తుంది, ఎలా నివారిం చవచ్చు, చికిత్సా విధానాలు ఎలా వున్నాయి, అనే అంశాలపై నారాయ ణ హాస్పిటల్ కంటివ్యాధుల చికిత్స విభాగంలోని డా॥ కుమార్ అమృత్ వివరించారు. పపంచ గ్లకోమా దినోత్సవం సందర్భంగా నారాయణ హాస్పిటల్స్ పి.ఎం.పి అసోసియేషన్ సహకారంతో బుజబుజనెల్లూరు లోని శేషు ఇంగ్లీష్ మీడియం హైస్కూల్‌లో గ్లకోమా (నీటి కాసుల వ్యాధి) పై అవగాహన సదస్సును నిర్వహించారు. గ్లకోమా వ్యాధి అంధత్వానికి కూడా కారణమవుతుందని, దీనికి సరైన సమయంలో చికిత్స , శస్త్రచికిత్స చేయించుకోవడం వలన అకాలంగా వచ్చే అంధత్వాన్ని నివారించవచ్చునని నారాయణ హాస్పిటల్ కంటివ్యాధుల చికిత్స విభాగంలోని డా॥ సులేమాన్ తెలిపారు. అనంతరం విద్యార్థులం దరూ కలసి పి.ఎం.పి అసోసి యేషన్ అధ్యక్ష కార్యదర్శులు శ్రీ శాఖవరపు వేణుగోపాల్ ఆధ్వర్యం లో ర్యాలి నిర్వహించి, గ్రామీణ ప్రజలందరికి గ్లకోమా వ్యాధిపై అవగాహనకు సంబంధించిన కరపత్రాలను అందించారు. ప్రపంచ గ్లకోమా వారోత్సవాలలో భాగంగా 12వతేది నుంచి 18వ తేది వరకు ఉచిత కంటి పరీక్ష శిబిరం నిర్వహించామని, ఈ అవకాశాన్ని చాలామంది వినియో గించుకున్నారని నారాయణ హాస్పిటల్ మార్కెటింగ్ హెడ్. కె. సత్యనారాయణ , హాస్పిటల్ ఏజీఎం భాస్కర్‌రెడ్డి తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో పి.ఎం.పి అసోసియేషన్ తరపున షేక్ సత్తార్, జి. శేషయ్య శ్రీను పాల్గొన్నారు. ఈ కార్యక్రమానికి సహకరించిన శేషు ఇంగ్లీష్ మీడియం స్కూల్ కరస్పాండెంట్ శ్రీ శేషుకు ప్రత్యేక ధన్యవాదాలు తెలిపారు.

నారాయణ వైద్యశాలలోని విభాగాలు

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

పడకలు : 1440 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

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),
సిహెచ్ భాస్కర్‌రెడ్డి (ఎ.జి.ఎం),

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