వైద్య నారాయణం

ఆరోగ్య సమాచార స్రవంతి | చీఫ్ పేట్రన్ డా॥ పి. సింధూర | సంపుటి : 03 | సంచిక : 10 | మే- 2016 | అసోసియేట్ ఎడిటర్ : సి.హెచ్. భాస్కర్ రెడ్డి | వెల అమూల్యం

అవయవ దానంతో ప్రాణదానం - కలెక్టరు, ఎస్పీ

[illegible]

2కె రన్‌లో పాల్గొన్న కలెక్టర్ , ఎస్పీ

అవయవదానం చేస్తే ప్రాణ దానం చేసినట్లేనని, దీనిపై విస్తృతంగా అవగాహన కల్పించాలని జిల్లా కలెక్టరు జానకి తెలిపారు. నెల్లూరు నగరంలోని వీఆర్సీ క్రీడామైదానం నుంచి నారాయణ ఆసుపత్రి ఆధ్వర్యంలో అవయవదానం పై అవగాహన కల్పిస్తూ 2కె రన్ నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమాన్ని జిల్లా కలెక్టరు ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ బ్రెయిన్ డెడ్‌తో చనిపోతున్నవారి అవయవాలను ప్రాణాపాయ స్థితిలో ఉన్న వారికి దానం చేసి వారి ప్రాణాలు కాపాడా లని పిలుపునిచ్చారు. దీనిపై ప్రజల కు అవగాహన కల్పించడం అవసర మన్నారు. జిల్లా ఎస్పీ విశాల్ గున్నీ మాట్లాడుతూ ప్రమా దాలకు గురవుతున్న చాలా మంది బ్రెయిన్‌డెడ్‌తో చనిపోతున్నారని, వారి కుటుంబ సభ్యుల అవగాహనతో [illegible] చనిపోతున్నవారి అవయవాలను ప్రాణాపాయ స్థితిలో ఉన్నవారికి దానం చేస్తే వారు జీవించే అవకాశముందన్నారు. ఈ 2కె రన్ వీఆర్సీ నుంచి కనకమహల్ సెంటర్ వరకు తిరిగి అక్కడ నుంచి వీఆర్సీకి చేరుకుంది. ఈ కార్యక్రమంలో నారాయణ వైద్య విద్యాసంస్థల మెడికల్ డైరెక్టర్ డా॥ జి. సుబ్రమణ్యం, నారాయణ మెడికల్ కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ డా॥ జి. వీరనాగిరెడ్డి, నెఫ్రాలజిస్ట్ డా॥ కొల్లా ప్రవీణ్ కుమార్, హాస్పిటల్ ముఖ్య సిబ్బంది వేమిరెడ్డి పట్టాభిరామిరెడ్డి, పీజీఎం చౌకచెర్ల భాస్కర్‌రెడ్డి, హాస్పిటల్ వైద్య ప్రముఖులు, నారాయణ వైద్య విద్యాసంస్థల విద్యార్థులు, విద్యార్థినులు ఇతర సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

నారాయణ వైద్య నిపుణులతో ప్రభుత్వ వైద్యులకు నిరంతర వైద్య విజ్ఞానం

నెల్లూరు నారాయణ హాస్పిటల్ ఆధ్వర్యంలో జిల్లా వైద్య , ఆరోగ్య పరిరక్షణ (DM&HO) అధికారి వారి సహకారంతో స్థానిక జిల్లా పరిషత్ ప్రాంగణంలోని మీటింగ్ హాలులో DM&HO పరిధిలో పనిచేసే అందరు ప్రాథమిక ఆరోగ్య అధికారులకు (PHC, Doctors) నిరంతర వైద్య విజ్ఞాన కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు ఈ సందర్భంగా నారాయణ హాస్పిటల్ సూపర్ స్పెషాలిటి విభాగంలోని ప్రముఖ న్యూరో ఫిజీషియన్ డా॥ ఎస్.ఎస్ సంపత్ కుమార్ "బేసిక్స్ ఆఫ్ ఎపిలెప్సీ , స్ట్రోక్ మేనేజ్‌మెంట్ [illegible] చాలా వివరంగా [illegible] స్ట్రోక్ [illegible] మెరుగైన [illegible] గడిచే [illegible] ఉందని. ఇలాంటి స్ట్రోక్ [illegible] అధిగ [illegible] కొత్త [illegible] వైద్య [illegible] (BOTOX) బొటాక్స్ ఉందని. ఈ వైద్య విధానంతో పలు రకాల వైకల్యాలకు చాలా మెరుగైన ఫలితాలు వచ్చాయని, బొటాక్స్ ట్రీట్‌మెంట్‌లో నిపుణుడైన డా॥ సంపత్ కుమార్ తెలిపారు. స్ట్రోక్ లక్షణాలను కనుగొన్న తరువాత ఎంత తక్కువ సమయంలో నిష్ణాతుడైన వైద్యుని దగ్గరకు పంపిస్తారో అంత త్వరగా ఇలాంటి పేషంట్లకు పలు రకాల ఇంజక్షన్లు,వైద్యం అందించ దంవలన ఆ లక్షణాలను తగ్గించడమే కాకుండా ఇంకా ఏలాంటి దుష్పరిణామాలు లేకుండా కాపాడ గలమని తెలిపారు. *(మిగతా 2 లో...)*

2లో — 2కె రన్ చిత్రమాలిక...

3లో — శస్త్ర విజయాలు

4లో — నొప్పి తీవ్రమైతే తప్పదు కీళ్ల మార్పిడి

5లో — చూపును దెబ్బతీసే మధుమేహం

6లో — వైద్యాచార్య డా॥ సులైమాన్

2కె రన్ దృశ్యమాలిక

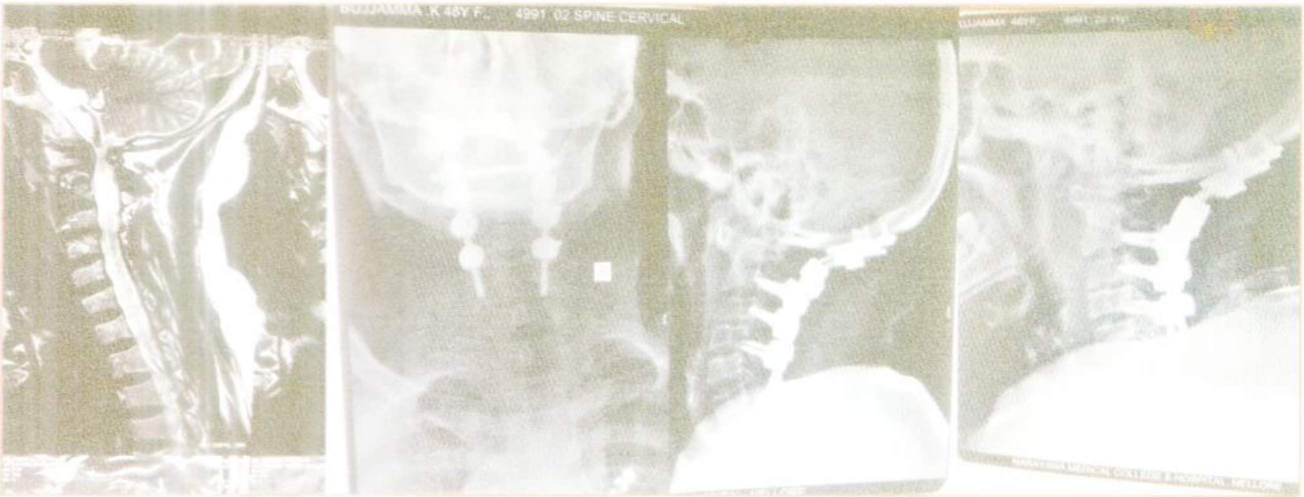
నారాయణ వైద్య నిపుణులతో ప్రభుత్వ వైద్యులకు నిరంతర వైద్య విజ్ఞానం

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

ప్రాథమిక వైద్య విభాగంలో పని చేసే వైద్యులకు ఈ అవగాహన సదస్సులో వారికి కొత్త రకమైన చికిత్సా విధానాలను తెలియజేసి స్ట్రోక్ వచ్చిన వారికి ఎంత త్వరగా మెరుగైన వైద్యం అందిస్తే అంత త్వరగా కోలుకుని సాధారణ జీవితం [illegible] తెలిపారు. జిల్లా వైద్య, ఆరోగ్య అధికారి డా॥ [illegible] ఇలాంటి వైద్య సంబంధిత విషయాలను [illegible] విపులంగా, వివరంగా తెలిపి వారి వైద్యులను ఇంకా దృఢంగా చేయడం [illegible] వ్యక్తం చేశారు. ఎన్‌సిడి మెడికల్ ఆఫీసర్ డా॥ రవీందర్ రెడ్డి ఇలాంటి కార్యక్రమాల వలన తమ వైద్యులకు మెరుగైన వైద్యం అందించడానికి మెలుకువలు తెలుస్తాయని [illegible]నారు. ఈ కార్యక్రమంలో నారాయణ హాస్పిటల్ సీఈవో డా॥ విజయమోహన్ రెడ్డి, మెడికల్ సూపరింటెండెంట్ డా॥ శ్రీరామ్ సతీష్ ల తోపాటు హాస్పిటల్ వైద్యులు డా॥ చుండూరు కోదండ పాణి రామానుజదాసుడు కార్డియో థొరాసిక్ సర్జన్, డా॥ ఆర్. నిరంజన్ రెడ్డి కార్డియాలజిస్ట్, డా॥ లక్ష్మీ శ్రీనివాస్ కార్డియాలజిస్ట్, డా॥ ఎంజీ శ్రీనివాస్ మెడికల్ గ్యాస్ట్రోఎంటరాలజిస్ట్, డా॥ మల్లికార్జున సర్జికల్ గ్యాస్ట్రోఎంటరాలజిస్ట్, ఆసుపత్రి ఏజీ యం సి.హెచ్ భాస్కర్ రెడ్డి, మార్కెటింగ్ హెడ్ కె. సత్యనారాయణ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఆపరేషన్‌తో మహిళకు మూత్ర నియంత్రణ

డా॥ అమిత్ అగర్వాల్
న్యూరో సర్జన్



ఆపరేషన్‌కు ముందు [illegible]　　ఆపరేషన్ తరువాత తీసిన ఎక్స్‌రే

నెల్లూరు పరిసర ప్రాంతానికి చెందిన బుజ్జమ్మ (48) అనే మహిళకి రెండు చేతులు, కాళ్ళు బలహీనపడ్డాయి. మూత్రం నియంత్రణ కోల్పోయిన పరిస్థితిలో నారాయణ హాస్పిటల్‌లోని న్యూరో సర్జరీ విభాగంలోని డా॥ అమిత్ అగర్వాల్‌ను సంప్రదించింది.

డాక్టరు ఆమెకు అవసరమైన పరీక్షలు, ఎంఆర్ఐ నిర్వహించారు. అందులో పై మెడ వెనుక [illegible] గా స్పైన్ అరంభం[illegible] ప్రైన సి-1 [illegible] కలు (Spinal cord) [illegible] మీద ఒత్తిడి గురిచేస్తు[illegible] దారు. అందువల్ల [illegible] లుగా బుజ్జమ్మ [illegible] చేతులు, కాళ్ళు బలహీన[illegible] మూత్రం నియంత్రణ కోల్పోయిందని, వెంటనే శస్త్రచికిత్స నిర్వహించాలని నిర్ధారించారు. డా॥ ఎన్.టి.ఆర్ ఉచిత ఆరోగ్య [illegible] పథకం కింద రోగికి ఎటువంటి ఖర్చు లేకుండా పూర్తిగా ఉచితంగా శస్త్రచికిత్సను విజయవం తంగా నిర్వహించారు. శస్త్రచికిత్స అనంతరం డా॥ అమిత్ అగర్వాల్ మాట్లాడుతూ నారాయణ హాస్పిటల్‌లో అత్యంత అధునాతన పరికరాలు, అన్ని వసతులు ఉన్నాయి. అందువల్లే ఎటువంటి క్లిష్టమైన శస్త్రచికిత్సలనైనా విజయవంతంగా చేయగలుగుతున్నామని తెలిపారు. శస్త్రచికిత్స అనంతరం బుజ్జమ్మకి కాళ్ళు, చేతుల బలహీనత తగ్గి పోయి మూత్రం నియంత్రణలోకి రావడంతో ఆమె ఆనందంతో శస్త్ర చికిత్స నిర్వహించిన వైద్య బృందానికి, నారాయణ హాస్పిటల్ యాజమాన్యానికి కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. న్యూరో సర్జరీ విభాగంలో ఎంత టి క్లిష్టమైన శస్త్రచికిత్సనైనా విజయ వంతంగా నిర్వహిస్తున్న న్యూరోసర్జరీ వైద్య బృం దాన్ని హాస్పిటల్ సీఈ వో డా॥ విజయమోహన్ రెడ్డి అభినందించారు.

అరుదైన శస్త్రచికిత్సతో మాట రప్పించిన నారాయణ ఆస్పత్రి వైద్యులు

డా॥ ఎస్.జనార్ధన్
ప్రొఫెసర్
చెవి, ముక్కు గొంతు
వ్యాధుల విభాగం

డా॥ రమేష్ బాబు
అసిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్
చెవి, ముక్కు గొంతు
వ్యాధుల విభాగం

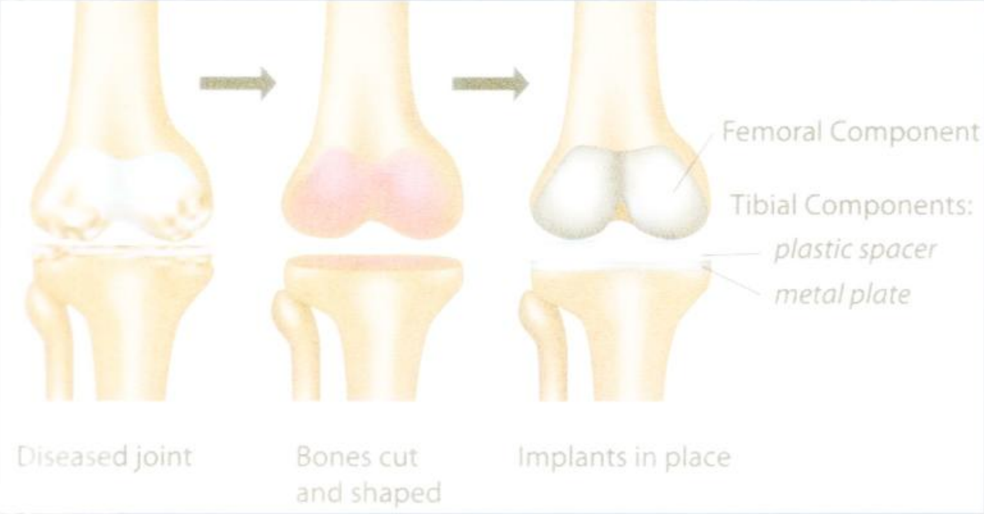
నెల్లూరు పరిసర ప్రాంతానికి చెందిన ప్రసన్న (27) అనే యువతి పదిహేళ్ళుగా శ్వాస నాళం మీద రంధ్రం (Tracheastom[illegible]) కలిగి [illegible] పూర్తిగా మాట్లాడ లేని [illegible] నారాయణ హాస్పిటల్‌[illegible] చెవి ముక్కు గొంతు వ్యాధుల విభాగం లోని డా॥ జనార్ధన్, డా॥ రమేష్ బాబులను సంప్రదించింది. డాక్టర్లు ఆమెకి అవసరమైన పరీక్షలు నిర్వహించారు. శస్త్రచికిత్స చేయాలని నిర్ధారించారు. [illegible] అరుదైన శస్త్రచికిత్సలను [illegible] గా నిర్వహించారు. [illegible] ట్రకియోప్లాస్టీ టైప్-2 (Tracheoplasty Type-2) ద్వారా వోకల్ కార్డ్స్ (Vocal Cards) [illegible] సాధారణ స్థితికి తీసుకొచ్చే శస్త్రచికిత్స [illegible] బయటకి కనిపించే శ్వాసనాళ రంధ్రాన్ని Hinge-Flap Plastic Surgery ద్వారా శాశ్వతంగా [illegible]. శస్త్రచి కిత్స అనంతరం డా॥ జనార్ధన్, డా॥ రమేష్ బాబులు మాట్లాడుతూ ఇటువంటి శస్త్రచికిత్సలు చాలా అరుదుగా [illegible]. నారాయణ హాస్పిటల్‌లో అత్యంత అధునాతన పరికరాలతోపాటు నిష్ణాతులైన [illegible], పారామెడికల్ సిబ్బంది [illegible] విజయవంతంగా [illegible] తెలిపారు. శస్త్ర చికిత్స అనంతరం పేషెంటు ప్రసన్న మాట్లాడుతూ ఇక పూర్తిగా మాట్లాడలేనేమో అనుకున్న తనకు తిరిగి మాట్లాడే విధంగా చేసినందుకు డాక్టర్ల బృందా నికి, ఎటువంటి ఖర్చు లేకుండా శస్త్రచికిత్స చేసేందుకు సహకరించిన ఆసుపత్రి యాజమాన్యానికి ఆనందం తో కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.చెవి, ముక్కు, గొంతు వ్యాధులకు సంబం ధించిన ఎంతటి క్లిష్టమైన శస్త్రచికిత్స అయినా అధునాతన శస్త్రచికిత్సా పద్ధతుల ద్వారా విజయవంతంగా నిర్వహిస్తున్న ఆ విభాగంలోని వైద్య బృందాన్ని ఆసుపత్రి అడిషనల్ మెడికల్ సూపరింటెండెంట్ డా॥ శ్రీరామ్ సతీష్ అభినందించారు.

ఆపరేషన్‌కు ముందు　　ఆపరేషన్ సమయంలో　　ఆపరేషన్ తరువాత సాధారణ స్థితిలో ఉన్న వోకల్ కార్డ్స్

నొప్పి తీవ్రమైతే తప్పదు కీళ్ల మార్పిడి

డా॥ గణేష్‌కుమార్ రెడ్డి
జాయింట్ రీప్లేస్‌మెంట్
సర్జన్

మోకాలి కీళ్లు. ఒంట్లో అతి పెద్ద కీళ్లు. శరీరం స్థిరంగా ఉండటానికి కాళ్లు వంగటానికి, తిరగటానికి, తిన్నగా చాచటానికివి ఉపయోగపడతాయి. నడవటం, పరుగెత్తటం వంటి రకరకాల పనులకు తోడ్పడతాయి. అందుకే వీటికి చిన్న సమస్య తలెత్తినా తీవ్రంగా వేధిస్తుంది. ఇక కీళ్లు బాగా అరిగిపోయిన వారి గురించి చెప్పక్కర్లేదు. అడుగు తీసి అడుగు వేయటమే గగనమైపోతుంది. ఇలాంటివారికి మోకీళ్ల మార్పిడితో ఎంతగానో ఉపశమనం లభిస్తుంది. ఇందులో అరిగిన మోకీలును తొలగించి, దాని స్థానంలో కృత్రిమమైన కీలును అమరుస్తారు. ఒక్క అరగటమే కాదు. చాలా సందర్భాల్లో మోకీళ్ల మార్పిడి అవసరమవుతుంది. కీలు ఎముక చివర్లలో మృదులాస్థి దెబ్బతినటం దీనికి ప్రధాన కారణం. దీంతో కీళ్లు రాసుకుపోయి అరిగిపోతాయి. ఫలితంగా నొప్పి, కీళ్లు బిగుసుకుపోవటం వంటివి తలెత్తుతాయి. మనలోని రోగనిరోధకశక్తి పొరపాటున కీలు పైపొర మీద దాడి చేయటం కీళ్లవాతానికి (రుమటాయిడ్ ఆర్థ్రయిటిస్) దారితీస్తుంది. దీంతో నొప్పి, వాపు రావటంతో పాటు కీలు కూడా దెబ్బతింటుంది. కీళ్లు చిరగటం లేదా కండరబంధనాలు తెగటం వంటివి వాపును కలగజేస్తాయి. ఇవి కీళ్ల అమరికపైనా ప్రభావం చూపుతాయి. మృదులాస్థి క్షీణించటానికి దారితీస్తాయి.



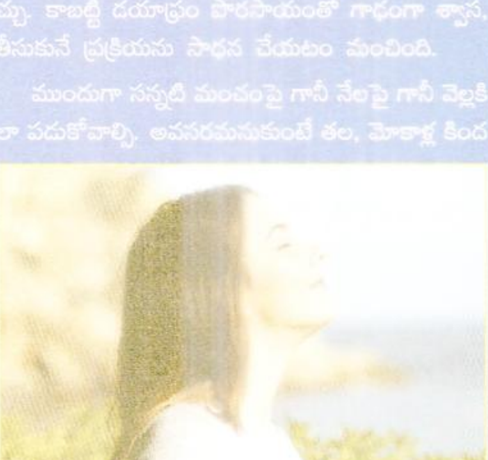
అందువల్ల చిన్నప్పుడు తగిలిన గాయాలు మధ్య వయసులో, వృద్ధాప్యంలో కీళ్లనొప్పి, వాపు తెచ్చిపెడతాయి. కొందరిలో ఎముకకు రక్త సరఫరా ఆగిపోతుంటుంది. దీంతో ఎముక క్షీణించి, కీళ్లు దెబ్బతినొచ్చు. దీనికి కారణమేంటో తెలియదు గానీ దెబ్బలు తగలటం వల్ల రావొచ్చని భావిస్తున్నారు. కీళ్లు సరిగా ఏర్పడకపోవటం వల్ల ముందుకు వంగిపోవటం వంటివీ కీళల నొప్పిని తెచ్చిపెడతాయి. ఇలాంటి లోపాలు కీళ్లపై ఒత్తిడిని కలగజేసి, మృదులాస్థి త్వరగా దెబ్బతినేలా చేస్తాయి.సమస్య ఏదైనా మోకాళ్ల నొప్పికి డాక్టర్లు ముందుగా మందులతో చికిత్స చేస్తారు. బరువు తగ్గటం, వ్యాయామం చేయటం వంటివీ సూచిస్తారు. ఇలాంటి వాటితో ప్రయోజనం లేకపోతే మోకీళ్ల మార్పిడిని సిఫార్సులు చేస్తారు. ఈ శస్త్ర చికిత్సలో ఇప్పుడు అధునాతన పద్ధతులు, ఎక్కువకాలం మన్నే కృత్రిమ మోకీళ్లు కూడా అందుబాటులోకి వచ్చాయి.

మేలు చేసే గాఢ శ్వాస

డా॥ జి.పి. విజ్ఞాన్ కుమార్
ప్రొఫెసర్ & హెచ్.ఓ.డి.
శ్వాసకోశ వ్యాధుల విభాగం

శ్వాస తీసుకోవటం అనగానే మనకు ఊపిరితిత్తులే ప్రధానంగా గుర్తుకొస్తాయి. కానీ ఛాతీకి కడుపునకు మధ్య ఉండే కండర పొర విభాజక పటలం (డయాఫ్రం) కూడా శ్వాస ప్రక్రియలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. మనం శ్వాసను పీల్చినప్పుడు ఈ విభాజక పటలం సంకోచించి , కింది వైపునకు కదులుతుంది. దీంతో ఛాతీలో ఖాళీ భాగం ఏర్పడి, ఊపిరితిత్తులు బాగా వ్యాకోచించటానికి ఆస్కారం కలుగుతుంది. ఒక శ్వాసను వదలినప్పుడు విభాజక పటలం వ్యాకోచించి , పైకి నెట్టుకొని వస్తుంది. ఇలా ఇది గాఢంగా శ్వాస తీసుకోవటంలో ఎంతగానో తోడ్పడుతుంది. అందువల్ల దీన్ని పూర్తిస్థాయిలో వినియోగించుకుంటూ శ్వాస తీసుకుంటే (డయాఫ్రమాటిక్ బ్రీతింగ్) శరీరానికి ఆక్సిజన్ బాగా అందుతుంది. గుండె వేగమూ తగ్గుతుంది. రక్తపోటు కూడా అదుపులో ఉంటుంది. ఇలాంటఇగి శ్వాస ప్రక్రియ సీవోపీడి సమస్య గలవారికి మరిత మేలు చేస్తుంది. ఎందుకంటే సీవోపీడీ బాధితుల ఊపిరితిత్తుల్లో కొంత గాలి బయటకు వెళ్లకుండా లోపలే చిక్కుకుపోతుంటుంది. దీంతో డయాఫ్రం కిందికి నొక్కుకుపోయి, బలహీనమవుతుంది. ఇది పనిచేసే సామర్థ్యమూ తగ్గుతుంది. గాఢ శ్వాసతో దీన్ని తిరిగి బలోపేతం చేసుకోవచ్చు. కాబట్టి డయాఫ్రం పొరసాయంతో గాఢంగా శ్వాస, తీసుకునే ప్రక్రియను సాధన చేయటం మంచింది.

ముందుగా సన్నటి మంచంపై గానీ నేలపై గానీ వెల్లకిలా పడుకోవాల్సి. అవసరమనుకుంటే తల, మోకాళ్ల కింద



దిండు పెట్టుకోవచ్చు.ఒక అరచేతని ఛాతి మీద, మరో అరచేతిని కడుపు మీద (పక్కటెముకలకు కొస్త కిందుగా) ఆనించాలి. కడుపులోకి గాలి వెళ్లేలా మెల్లగా ముక్కుతో గాఢగా శ్వాస తీసుకోవాలి. ఈ సమయంలో ఛాతీ మీదుండే చేయి అలాగే ఉండాలి. కడుపు మీదండే చేయి పైకి లేవాలి. కడుపు కండరాలను బిగపట్టి, కిందివైపు లాక్కుంటూ ముక్కు ద్వారా శ్వాసను వదలాలి. పెదవులను బిగపట్టి ఉంచాలి. ఈ సమయంలో కడుపు మీదుండే చేయి తిరిగి యథాస్థితికి రావాలి.

బొల్లి మచ్చలకు చికిత్స ఉంది?

చూడటానికి ఎబ్బెట్టుగా కనడుతుంది గానీ బొల్లి హానికరం కాదు. ఒకరి నుంచి మరొకరికి అంటుకునేది కాదు. కానీ దీని బారినపడ్డవారిని మానసికంగా వేధిస్తుంది. అక్కడక్కడా చర్మం రంగు మారి తెల్లగా మచ్చలు మచ్చలుగా కనబడే ఇది శరీరంలో ఎక్కడైనా రావొచ్చు. సాధారణంగా మనచర్మం, వెంట్రుకలు, కళ్ల రంగు మెలనిన్ అనే వర్ణద్రవ్యాన్ని బట్టి ఆధారపడి ఉంటుంది. దీన్ని ఉత్పత్తి చేసే మెలనోసైట్స్ కణాలు పనిచేయక పోయినా, పూర్తిగా దెబ్బతిన్నా రంగు ఏర్పడదు. దీంతో ఆ భాగంలోరంగు మారిపోతుంది. బొల్లికి కారణమేంటో కచ్చితంగా తెలియదు. మన రోగనిరోధక శక్తి పొరపాటున మెనోసైట్స్ కణాల మీద దాడి చేయటం వల్ల వస్తుండొచ్చిని అనుకుంటున్నారు. మెలనోసైట్స్ వాటంతటవే దెబ్బతినటం వల్ల వస్తుండొచ్చని మరికొందరు పరిశోధకుల భావన. పిల్లలు, పెద్దలు.. స్త్రీలు, పురుషులనే తేడా లేకుండా బొల్లి ఎవరికైనా రావొచ్చు. సాధారణంగా చాలామందిలో 20 ఏళ్లకు ముందే బయటపడుతుంది. ముదురు చర్మం గలవారిలో స్పష్టంగా కనబడుతుంది. రోగనిరోధకశక్తి పొరపాటున శరీరం మీదే దాడిచేసే (హైపర్‌థైరాయిడిజమ్ వంటివి) సమస్యలు గలవారికి బొల్లి వచ్చే అవకాశం ఎక్కువ. వంశ పారంపర్యంగా వచ్చే అవకాశముంది గానీ..ఇలా కచ్చితంగా వస్తుందని చెప్పలేం. తల్లిదండ్రులకు బొల్లి ఉన్నా చాలా మంది పిల్లల్లో రాకపోవచ్చు. కొందరిలోబొల్లిమచ్చలు అయా భాగాలకే పరిమితమవుతాయి.

డా॥ విజయమోహన్ రావు
ప్రొఫెసర్
చర్మవ్యాధుల విభాగం

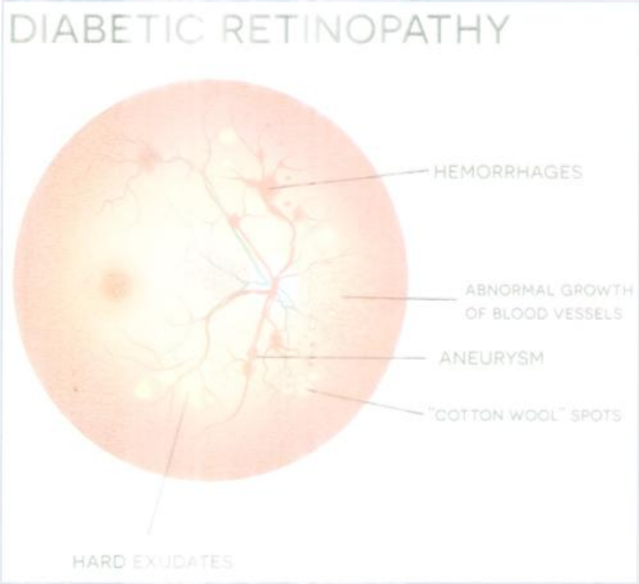
మరికొందరిలో ఇతర భాగాలకూ వ్యాపిస్తుంటాయి. కొందరికి మచ్చలు వ్యాపించటానికి చాలా ఏళ్లు పడితే..మరికొందరిలో చాలా వేగంగా విస్తరిస్తాయి.బొల్లికి కారణమయ్యే మెలోనోసైట్స్ కణాలు దెబ్బతినటాన్ని ఆపేందుకు ఎలాంటి మందులు లేవు. కానీ కార్టికోస్టిరాయిడ్ వంటి పైపూత మందులు చర్మం రంగు మెరుగువడటానికి తోడ్పడతాయి. విటమిన్ డి పైపూత మందుకూడా బాగా ఉపయోగపడుతుంది. అవసరమైనవారికి వైద్యులు అతినీలోహిత కిరణాలు చికిత్స చేస్తారు. మచ్చల మీద రంగుతిరిగి రావటానికి తోడ్పడే లేజర్ చికిత్స కూడా ఇప్పుడు అందుబాటులో ఉంది. కొత్త మచ్చలురావటం ఆగిపోయినవారికి పంచ్ గ్రాఫ్టింగ్ ప్రక్రియ ద్వారా శరీరంలోని ఇతర భాగం నుంచి చర్మం తీసుకొచ్చి చిన్నచిన్న ముక్కలుగా అతికించి రంగు మారుపోయేల చేసే ప్రక్రియ కూడా అందుబాటులో ఉంది.

చూపును దెబ్బతీసే మధుమేహం

డా॥ కుమార్ అమృత్
అసిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్

మధుమేహం..మారుతున్న జీవన శైలి కారణంగా పట్టణాలనే కాదు. ఇప్పుడు గ్రామాలను కూడా చుట్టబెట్టేస్తున్న పెద్ద సమస్య. నిజానికి మధుమేహం వచ్చినా, అది అదుపు తప్పినా కూడా మనకు పైకి పెద్దగా లక్షణాలేమీ ఉండకపోవచ్చుగానీ అది క్రమేపీ లోలోపల కీలక అవయవాలన్నింటినీ దెబ్బతీస్తుంది. దీనికి మన కన్నుకూడా మినహాయింపు కాదు. మధుమేహం కారణంగా కంటి చూపు దెబ్బతినటం, ముఖ్యంగా రెటీనోపతి అన్నది చాలా తీవ్రమైన సమస్య. కంటి లోపల రెటీనా పొరదెబ్బ తింటున్నా కూడా తొలిదశలో పెద్దగా లక్షణాలేం ఉండకపోవచ్చు. కానీ లోలోపల సమస్య ముదురుతూ, చూపు మొత్తం దెబ్బతిని, అంధత్వంలోకి వెళ్ళిపోయే ప్రమాదం ఉంటుంది.

మన కనుగుడ్డులో వెనకాల వైపున ఉండే సున్నితమైన పొర ఇది. ఒక రకంగా ఇది మన కంట్లో ఉండే సినిమా తెరలాంటిది. కంటి ముందున్న వస్తువుల ప్రతిబింబం దీని మీద పడి, సంకేతాల రూపంలోకి మారితే.. ఆ సంకేతాలు మెదడును చేరి.. అప్పుడు మనకు ఎదురుగా ఉన్నదేదో కనబడుతుంది. కాబట్టి చూపు మొత్తానికి ఈ రెటీనా పొర అత్యంత కీలకం.రక్తంలోగ్లూకోజు ఉండాల్సిన దాని కంటే ఎక్కువగా ఉంటుంటమే మధుమేహం. ఈ మధుమేహం రెటీనా పొరను రకరకాలుగా పాడుచేస్తుంది. దాని పనితీరును చెడగొడుతుంది. ఇలా ఎందుకు జరుగుతుందో అర్థం కావాలంటే మన శరీరంలో జరుగుతుండే సహజ ప్రక్రియలను, మధుమేహం వల్ల వచ్చే మార్పులను కొద్దిగా అర్థం చేసుకోవటం అవసరం. మన శరీరంలో ప్రతి కణానికీ, ప్రతి అవయవానికి శక్తి అవసరం. ఈ శక్తి అనేది ఎక్కడి నుంచి వస్తుంది? మనం తిన్న ఆహారం గ్లూకోజుగా మారి, అది రక్తంలో కలుస్తుంది. రక్తం. ఆ గ్లూకోజును శరీరంలోని అణువణువుకూ తీసుకువెళుతుంది. కాబట్టి రక్తాన్ని సరఫరాచేసేందుకు మన శరీరమంతా కూడా చిన్నాపెద్దా రక్తనాళాలు బోలెడన్ని ఉంటాయి. శరీరం లోని చిట్టచివరి.సున్నిత భాగాలకన్నూడా రక్తసరఫరా చేసేందుకు చాలా సన్నటి, సూక్ష్మ రక్తనాళాలుంటాయి. మధుమేహ బాధితుల్లో రక్తంలో గ్లూకోజు ఉండాల్సిన దానికంటే ఎక్కువ మోతాదులో ఉంటుంది. కాబట్టి గ్లూకోజు అధికంగా ఉన్న రక్తం ఈ రక్తనాళాలు, కేశనాళాల గుండా నిరంతరం ప్రవహిస్తున్నప్పుడు కనుక ఈ



నాళాలు దెబ్బతింటాయి. కంటిలోని రెటీనా పొర నిండా కూడా కేశికలు పెద్ద సంఖ్యలో ఉంటాయి. మధుమేహంలో ఈ కేశనాళాలు దెబ్బతిని, రెటీనా పొర మీద కొన్ని రకాల సమస్యలు మొదలైతాయి. క్రమేపీ చూపు దెబ్బతినటానికి దారి తీస్తాయి. రెండోది-మన రక్తంలోని ఎర్ర కణాల్లో హిమోగ్లోబిన్ ఉంటుంది. శరీర భాగాలన్నింటికీ ఇది ఆక్సిజన్‌ను సరఫరా చేస్తుంటుంది. రక్తంలో ఎప్పుడైతే గ్లూకోజు స్థాయిలు ఎక్కువైపోతాయో..అప్పుడు గ్లూకోజు ఎర్రకణాల్లో కూడా చేరిపోతుంది. (గ్లైకేషన్). ఫలితంగా ఎర్రకణాలు సరిగా పనిచెయ్యలేవు. దీంతో శరీర భాగాలకు ఆక్సిజన్ సరఫరా తగ్గిపోతుంది. వాటి పని మందగిస్తుంది. రెటీనా పొరకూడా ఇలాగే ఆక్సిజన్ అందక, దాని పనితీరు దెబ్బతింటుంది.తొలిదశలో ఎలాంటి లక్షణాలూ ఉండవు. చూపుబానే ఉంటుంది. క్రమేపీ ముదురుతున్న దశలో -అక్షరాలు వంకరగా అగుపించటం, ఒక్క పదం కనబడకపోవటం వంటి లక్షణాలు తలెత్తుతాయి. ఇలాంటి సూక్ష్మమైన మార్పులను గుర్తించటం కీలకం. నిజానికి లక్షణాలు కొద్దిగా కనబడటం ఆరంభమయ్యే సరికే లోపల సమస్య తీవ్రమై ఉంటుందని, చూపు దెబ్బతినటానికి దారితీస్తోందని గుర్తించాలి. ఈ సమయంలో జాగ్రత్త పడితే సమస్య రాకుండా చూసుకోవచ్చు . కాబట్టి చూపులో ఎలాంటి తేడా కనబడినా అశ్రద్ధ చేయకుండా వెంటనే డాక్టర్‌ను సంప్రదించి. తప్పకుండా రెటీనా పరీక్ష చేయించుకోవాలి.

కంటి సమస్యలు మధుమేహులు ఎవరికైనా రావచ్చుగానీ... దీర్ఘకాలంగా మధుమేహం ఉన్నవారికి, ముఖ్యంగా మధుమేహం నియంత్రణలో లేనివారికి ఈ సమస్యల ముప్పు చాలా ఎక్కువ. మధుమేహం వచ్చిన పదేళ్ల తర్వాత దుష్ప్రభావాలు మొదలవ్వొచ్చు. అయితే మధుమేహాన్ని నియంత్రణలో పెట్టుకోకపోతే 10ఏళ్ల తర్వాత రావాల్సిన మార్పులు ఐదేళ్లకే రావచ్చు. అవి పదేళ్లకల్లా చూపును దెబ్బతీసే స్థాయికి చేరుకోవచ్చు. ఉదాహరణకు 40ఏళ్ల వయసులో మధుమేహం వచ్చి, పదేళ్ల పాటు నియంత్రణలో లేకపోతే 50ఏళ్ల కల్లా చదవటానికి అవసరమైన సున్నితమైన చూపు దెబ్బతినొచ్చు. ఆ తర్వాత పనులు చేసుకోవటానికి అవసరమైన చూపూ పోవచ్చు. దీంతో కుటుంబం మొత్తం అస్తవ్యస్తమైపోతుంది. ఇలా ఎంతోమంది ఉపాధి కోల్పోతున్నారు. అందుకే దీన్ని ఏమాత్రం విస్మరించటానికి లేదు.

నేరుగా రెటీనా పొరను చూడటం చాలా ముఖ్యం. దీన్ని ఫండస్ ఎగ్జామినేషన్ అంటారు. ఇందుకు ఫండోస్కోపీ, అలాగే డైరెక్ట్‌ఇన్‌డైరెక్ట్ ఫండస్ కెమేరాలు బాగా ఉపయోగపడతాయి. స్లిట్ ల్యాంప్‌లో కూడా కటకాల సాయంతో కంటిపాపను పెద్దదిగా చేసి పరీక్షిస్తే రెటీనా మధ్య భాగంలో (మాక్యులాలో) ఏదైనా సమస్య ఉంటే తెలుస్తుంది. ఈ పరీక్షలను తరచుగా చూస్తుంటే రెటీనా సమస్యలను ముందుగానే పసిగట్టే వీలుంది. రెటీనా పొర మీద మధుమే హం కారణంగా మార్పులు మొదలై...రక్తనాళాలు అక్కడక్కడ ఉబ్బుతున్నాయని గుర్తించిన వారికి తప్పనిసరిగా చెయ్యాల్సిన పరీక్ష ఇది. దీన్ని రెటీనల్ యాంజియోగ్రమ్ అంటారు. ఇందులో ముందుగా ముంజేతి రక్తనాళంలోకి ఒక రకం రంగు పదార్థాన్ని (సోడియం ఫ్లోరోసిన్) ఎక్కిస్తారు . ఇది 15-20 సెకండ్లలోపే కంటిలోని రెటీనాను చేరుకుంటుంది. ఈ సమయంలో చకచకా రెటీనాను ఫోటోలు తీస్తారు. దీనిలో కేశరక్తనాళాలు ఎలా ఉన్నాయి?అవి ఎక్కడెక్కడ ఉబ్బాయి? వాటిల్లోంచి రక్తంఏలదా ద్రవం లీకవుతోందా? రక్తనాళాలు ఎక్కడ న్నా మూసుకుపోయాయా? వాటి స్థానంలో కొత్తవి పుట్టుకొస్తున్నాయా? తదితర సమాచారం అంతా తెలుస్తుంది. రెటినోపతిఏ దశలో ఉందన్నది ఇందులో బయటపడుతుంది.

నీరు తగినంత తాగకపోతే..

తగినంత నీరు తీసుకోవటం ఆరోగ్యానికి ఎంతో మంచిది. ఎండాకాలంలో ఇదెంతో ముఖ్యం కూడా. దాహం వేసేంతవరకు ఆగకుండా తరచుగా నీళ్లు, ద్రవాలు తీసుకుంటూ ఉండాలి. దీంతో ఒంట్లో నీరు తగ్గకుండా చూసుకోవచ్చు. ఇంతకీ తగినంత నీరు తాగకపోతే ఏమవుతుంది?

నీళ్ళు ఎక్కువగా తాగటం వల్ల కిడ్నీలో రాళ్లు, మూత్రకోశ క్యాన్సర్స్, పెద్దపేగు క్యాన్సర్స్, గుండెపోటు వచ్చే అవకాశం తగ్గుతుంది.

ఒంట్లో నీటిశాతం తగినంత గలవారిలో జీవక్రియల వేగం.. అంటే విశ్రాంతి తీసుకుంటున్నప్పుడు కేలరీలు ఖర్చుకావటం పెరుగుతున్నట్టు అధ్యయనాలు పేర్కొంటున్నాయి. అంటే ఇలా నీరు కేలరీలు ఎక్కువగా ఖర్చు కావటానికీ దోహదం చేస్తుందన్నమాట. నీటిశాతం తగ్గిన యుక్తవయసును పిల్లల్లో మెదడు పరిమాణం తగ్గుతున్నట్టు కింగ్స్ కాలేజ్ లండన్ శాస్త్రవేత్తలు గుర్తించారు. తగినంత నీరు తాగని పిల్లల్లో పుర్రె ఎముకకు, మెదడుకు మధ్య ఖాళీ ఏర్పడుతున్నట్టు తేలటంత ఇదినిర్ధరణ అయ్యింది. ఇలాంటి సమయాల్లో పిల్లల్లో సమస్యనుపరిష్కరించే సామర్థ్యమూ తగ్గుతుండటమూ గమనార్హం. నీళ్లు తాగిన తర్వాత మెదడు తిరిగి మామూలు సైజుకు చేరుకోవటం విశేషం.

నీరు తగినంత తీసుకోకపోతే తిండి ఎక్కువగా తినే అవకాశముంది. భోజనం చేయటానికి ముందు రెండుగ్లాసుల నీళ్లు తాగినవాళ్లు కాసింత తక్కువగా తింటున్నట్టు బయటపడటమే దీనికి నిదర్శనం. అంటే నీరు తిండిని అదుపుచేస్తూ...బరువు తగ్గటానికి తోడ్పడుతుందని పరిశోధకులు చెబుతున్నారు.

తగినంత నీరు తాగకపోతే ముఖం వాడిపోతుంది. చర్మం ముడతలు ముడతలుగా కనిపిస్తుంది. మన చర్మం మీద ఏర్పడే సన్నటిరేఖలు, ముడతల్లోకి నీరుచేరుకొని, కొత్త కాంతిని తెచ్చిపెడుతున్నట్టు పరిశోధకులు గుర్తించారు.

ఒంట్లో నీరు తగ్గితే నిస్సత్తువ, తికమక పడటం, కోపం, మానసికంగా కుంగిపోవటం ఒత్తిడి వంటివి తలెత్తుతాయి. వ్యాయామం చేయటానికి ముందు నీళ్లు తాగనివారిలో ఇలాంటి లక్షణాలు ఎక్కువగా కనబడుతున్నట్టు టఫ్స్ విశ్వవిద్యాలయ అధ్యయనంలో తేలటమే దీనికి నిదర్శనం.

నారాయణ ఆస్పత్రిలో వేడుకగా మాతృ దినోత్సవం

నారాయణ ఆస్పత్రిలో ప్రపంచ మాతృ దినోత్సవం వేడుకగా జరిగింది. గౌరవనీయులైన రాష్ట్ర మంత్రివర్యులు శ్రీ పొంగూరు నారాయణ మాతృమూర్తి శ్రీ పొంగూరు సుబ్బమ్మ నారాయణ హాస్పిటల్ లోని (గైనిక్ ,అబ్‌స్టిక్) ప్రసూతి వార్డుల్లో తల్లి, బిడ్డలకు పండ్లు పంపిణీ చేశారు. మొదటగా శ్రీ పొంగూరు సుబ్బమ్మ కేక్ కట్ చేసి అందరికీ ఆశీర్వచనాలు అందించారు. ఈ కార్యక్రమంలో నారాయణ హాస్పిటల్ వైద్యులు , సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

వైద్య ఆచార్య

పేరు	:	డా॥ సులైమాన్
స్వస్థలం	:	మధురై, తమిళనాడు ప్రస్తుతం నెల్లూరు నగరం.
ఎం.బి.బి.ఎస్	:	మధురై మెడికల్ కాలేజి, (1980)
ఎం.డీ	:	మధురై కామరాజన్ యూనివర్శిటీ (1986)
ప్రత్యేకతలు	:	కెరటొప్లాస్టీ సర్జన్
అనుభవం	:	25 సంవత్సరాలు అసిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్ గా 1986 – 2000 అసోసియేట్ ప్రొఫెసర్‌గా 2005 – 2008 ప్రొఫెసర్ గా 2008 – 2016 అసిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్, అసోసియేట్ ప్రొఫెసర్, ప్రొఫెసర్‌గా
ప్రస్తుతం	:	నారాయణ ఆసుపత్రిలోని ఆప్తమాలజి విభాగంలో ప్రొఫెసర్‌గా
ప్రాతినిధ్యం	:	పలు జాతీయ, అంతర్జాతీయ సమావేశాల్లో పాల్గొని ప్రాతినిధ్యం వహించారు.
ఎగ్జామినర్	:	డా॥ ఎన్‌టీఆర్ యూనివర్శిటీ, ఆంధ్రప్రదేశ్, రాజీవ్‌గాంధీ యూనివర్శిటీ, కర్నాటక, డా॥ ఎంజీఆర్ యూనివర్శిటీ, తమిళనాడు
సభ్యత్వం	:	ఇండియన్ మెడికల్ అసోసియేషన్ జీవితకాల సభ్యులు

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 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