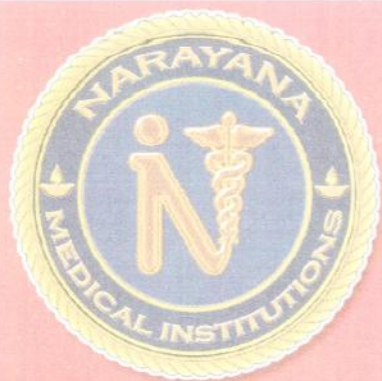




వైద్య



నారాయణం

ఆరోగ్య సమాచార ప్రపత్తి చీఫ్ పేట్రన్ డా॥ పి.నారాయణ సంపుటి 1: సంచిక 10 మే 2014 ఎడిటర్- ఫయాజ్ వెల అమూల్యం

'నారాయణ ఆరోగ్యమస్తు'కు స్పందన అమోఘం

పేదల పాలిట కల్పతరువుగా ప్రారంభమైన నారాయణ ఆరోగ్యమస్తుకు ఆమోఘమైన స్పందన లభిస్తోంది. నానాటికి ఆదరణ పెరుగుతోంది. పేద, మధ్య తరగతి పాలిట సంజీవనిగా రూపుదిద్దుకున్న ఈ పథకం అందరి ఆదరణకు పాత్రమవుతోంది. ఉచిత పథకంగా ఆవరించిన నారాయణ ఆరోగ్యమస్తు అందరి దీవెనలు పొందుతోంది. నారాయణ ఆస్పత్రిలో ఎటుచూసినా ఈ పథకం కింద చికిత్స పొందేవారే కనిపిస్తున్నారు. నారాయణ వైద్య కళాశాల ఆస్పత్రిలో ఇటువంటి పథకం ఉండంటే సమ్మలేనివారు ఆస్పత్రికి వచ్చాక నిజమని తెలిసి

ఉబ్బితబ్బిబ్బ అవుతున్నారు. కనీసం కన్నల్లేపన్ ఫీజు వదిలించుకుంటూ కూడా వెల్లింజనకిల్ల లేదని తెల్ల ఆస్పత్రిపోతున్నారు. ఒక ఆస్పత్రిలో అప్పట్లో పేషంట్లకు ఈసీజీ, ఎక్స్రేలు, కొన్ని రకాల రక్తపరీక్షలు సైతం ఉచితంగా లభిస్తున్నాయి. ఇక ఆస్పత్రిలో చేసిన పేషంట్లకు చాదాపు ఆస్తి ఉచితమే. ఇలా... ఏమి

-మిగతా 2వ పేజీలో



ఆరోగ్య జీవన విధానం

ప్రకృతి వైద్యం, యోగ

సూర్యోదయ జీవితం కావాలని అందరం కోరుకుంటాం. చలాకీగా ఆరోగ్యంగా జీవించడం ఒక వరం. దీనికి మన వంతు ప్రయత్నం మన కోసం కొంత సమయం వెచ్చించడం అవసరం. ప్రకృతివైద్యం, యోగ చాలా చవత్తైన వైద్య

విధానం. దీనికి మనమీద మనకు శ్రద్ధ, ఆరోగ్యం పట్ల స్పృహ ఉంటే చాలు. ఆహారం, వ్యాయామం, ధ్యానం, విశ్రాంతి వంటి శుద్ధి వంటి విన్నవినై ప్రక్రియలతో

ఆయువును, ఆరోగ్యాన్ని పెంచుకోవచ్చు. మనం ఇప్పుడున్న పరిస్థితులలో 100 మీటర్లు నడవలేం, నానా కష్టాలు పడిపోతుంటాం. పొట్ట, తొడల చుట్టు పేరుకు పోయిన కొవ్వుతో నానా ఇబ్బందులు వదుతున్నవారు సుమారు 80 శాతం. ఇవే కాక మధుమేహం, కీళ్ల నొప్పులు, మానసిక ఆందోళన, గుండెజబ్బులు, అధిక రక్తపోటు సమస్యలతో బాధపడేవారు ఏక్కువ. అసలు దీనికి కారణం ఏమిటి? మనకు మన పట్ల శ్రద్ధ లేకపోవడం, ఆరోగ్యం కాపాడుకోవడానికి ఏం చేయాలి? ఏ జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని ఆలోచించకపోవడం ఒక కారణం. ఏదీ పట్టించుకోకపోవడం. వీటికి సరి అయిన మార్గాన్ని సూచించేవే ప్రాచీన యోగ, ప్రకృతి

-మిగతా 3వ పేజీలో

డెంగీ జ్వరం ప్రమాదకరం

-2వ పేజీలో..

తీవ్రమైన కడుపు నొప్పికి శస్త్రచికిత్స

-3వ పేజీలో..

మలేరియా అంటే దోమలు

-4వ పేజీలో..

గుండెపోటు తీవ్రతను పసిగట్టే

కార్డియాక్ మార్కర్

-5వ పేజీలో..

నారాయణ ఆరోగ్యమస్తు

ఓపీ పేషంట్లకు

రూ.10కే భోజనం



నారాయణ ఆరోగ్యమస్తు పథకం జిల్లాలోనే కాక వరసర జిల్లాల్లోనూ విపరీతమైన ఆదరణ పొందింది. ఉచిత వైద్యాన్ని అందిస్తున్న నారాయణ ఆసుపత్రికి రోగులు (మిగతా 2వ పేజీ)



నారాయణ యోగ, నేచురోపతి కళాశాల, ఆసుపత్రి భవనం అంతర్వీక్షంలో ప్రిన్సిపాల్ సర్కానంద్

గుండెచిల్లు... సూపర్ జిగురు



పుట్టుకతోనే గుండెకు రంధ్రాలు వడితే... ఇతర పిల్లలు మరణానికి చేరువైనట్లే. పిల్లనంత వేగంగా చికిత్స చేస్తే ప్రాణాలు కాపాడుకోవచ్చు. కానీ గుండెకు వద్ద చిల్లును పూడ్చే క్రమంలో ఎన్నో అప్రాధునికతలుంటాయి. చిల్లు వేస్తే లేదా మరో ఇతర పద్ధతిలో చికిత్స చేస్తే ఆ చిల్లు గుండెలోని కణజాలం దెబ్బతిని అవకాశముంటుంది. ఈ దిక్కుబాటును దీని సూపర్ జిగురుతో పరిష్కరించవచ్చునని అంటుంది టోర్డన్ చిల్డ్రన్ హాస్పిటల్.



డా. విమల్ కుమార్
బుల్డ్ ప్లస్ కార్డియాలజిస్ట్

హైదరాబాద్ లోని టోర్డన్-యాక్సివేటర్ అడెపాసిటీ (హెచ్ఎల్ఏపి) అనే ఈ జిగురును ఓ పక్క (ఫ్లోట్) వేసి గుండె రంధ్రం వద్ద అతికిస్తే చాలు.. పెక్టెన్లో రంధ్రాన్ని పూడిపోయేందుకు సాయపడుతుంది. వద్దీని అతికించిన వెంటనే అధిసీలలోహిత కాంతిని ప్రసరించడేస్తే.. ఇది సెకన్లలోనే జిగురు యాక్టివేట్ అయి రక్తం లీకేజీని అరికడుతుందట. రక్తం ప్రవహిస్తున్నా.. తేమగా ఉన్నా..గుండె కొట్టుకుంటున్నా ఈ జిగురు చిట్టి కణజాలాన్ని గట్టిగా పట్టి ఉంచుతుందట. రంధ్రం పూర్తిగాయం మానిన తర్వాత ప్లాస్టిక్ సహా ఇది సహజంగా విచ్ఛిన్నం అవుతుంది. దీనివల్ల ఎలాంటి దుష్ప్రభావమూ ఉండదట. 'నక్షల వంటి అనేక ఉష్ణాలు, నీటిలో తడిచిపోకుండా... త్వరగా ఆరిపోకుండా ఉండేందుకు జిగుర్లను ప్రవీణుంటాయి. అలాంటి జీవులను సూర్యుని తీసుకునే శాస్త్రవేత్తలు ఈ సూపర్ జిగురును తయారు చేయడం అసలు విశేషం.

బెంగ్ళులో ఎనిమిది మందికి చిల్లు... పుట్టుకతో వచ్చే గుండె సంబంధ రోపాలను కాన్జెనిటల్ హార్డ్ డిఫెక్ట్ గా పేర్కొంటారు. గుండెకు రంధ్రాలతో పుట్టడం వీటిలో ఒకటి. సాధారణంగా ప్రతి 1000 మందిలో 3 మందికి పుట్టుకతోనే గుండెలో రంధ్రాలు ఏర్పడే అవకాశం ఉంది. ఇలాంటి గుండె నమస్కలకు మొదటిక వివాహాలు, జన్మపరమైన వారసత్వం, గర్భవతిగా ఉన్నప్పుడు తీవ్రజ్వరం రావడం, మందులు దికించడం, ధూమపానం అల్పహార సేవించడం వంటివి కారణాలు. గుండెలో రంధ్రాలు ఏర్పడే వారలో 70 శాతం మందికి మందులు వాడితే ఆరోగ్యేతరంగా మారుతుపోతాయి. 20 శాతం మందికి ఆపరేషన్ ద్వారా నయం చేయొచ్చు. కానీ మిగతా 10 శాతం మందిలో మాత్రం కొన్నిసార్లు ఆపరేషన్ చేసినా ప్రయోజనం ఉండకపోవచ్చు.

'నారాయణ ఆరోగ్యమస్తు'కు స్పందన అమోఘం

(మొదటి పేజీ తరువాయి)
మా భాగ్యము అనుకోవాల్సిందే. అడ్మిషన్ చార్జీలు ఉచితం. అపరేషన్ చేయాల్సివస్తే అదీ ఉచితమే.. నర్సింగు చార్జీలు, బెడ్ చార్జీలూ కూడా అదగరు. రక్త పరీక్షలు, ఎక్స్రేలు, స్పానింగు(అల్ట్రా సౌండు స్పానింగు) తదితరాలు ఉచితమే. అంతేనా దాక్టరు ఫీజు, భోజనం ఫ్రీ. ఇక మందులూ కొనాల్సిన పనిలేదు. అదీ ఫ్రీనే. నారాయణ ఆరోగ్యమస్తు పథకం పుణ్యమా అని అందరూ ప్రీగా మంచి వైద్యాన్ని పొందుతున్నారు. ఆస్పత్రికి వచ్చినవారు అన్ని రాయితీలు మాసి బుజి అయిపోతున్నారు. నారాయణ ఆస్పత్రి లాంటి స్ట్రయిగలిగిన ఆస్పత్రిలో ఇంతటి గొప్ప సౌకర్యాన్ని కల్పించిన దాక్టరు నారాయణ బెదాద్వాల్.



కొనియాడుతున్నారు. అందుకే పిల్లలే తెలంగాణ నాటికే రివలమంది ఉచితంగా వైద్యాన్ని పొందారు. ఇందులో బెడ్ పేషెంట్లు, ఇక ఇతరంగా ఆపరేషన్లు చేయించుకుని స్వస్థత పొందారు. మొత్తానికి నారాయణ ఆరోగ్యమస్తు సంచలనం సృష్టించింది. -భయాజ్



ఎండకు విరుగుడు గొడుగే!

మన గొడుగు చేతిలో కదిలిస్తే 'వాతావరణ శాఖ వర్షం వస్తుందని' బెల్లించా, అయితే గొడుగు ఇంట్లో పెట్టి రావచ్చు! అనే భరోసాను విమర్శిస్తూనే ఉంటాయి. అయితే గొడుగు వర్షం నుంచి మాత్రమే కాదు మరికొంత నుంచి కూడా రక్షణనిస్తుంది. అంతేకాదు గొడుగులు హెచ్చరిక నుంచి వెలువడే అతినీలలోహిత కిరణాలను సమర్థంగా ఆడ్డుకుంటాయని 'జామా దర్జుటాలజీ' నిర్వహించిన అధ్యయనంతో తెలిసింది. సాధారణ గొడుగులు అతినీలలోహిత కిరణాల తీవ్రతను 77 శాతం నిరోధిస్తాయి. ఎండాకాలం తోనడే సూపొందించిన సన్ ఆంబ్రెల్లా అయితే 99 శాతం నిరోధిస్తాయి.

డెంగీ జ్వరం ప్రమాదకరం

డెంగీ జ్వరం ఒక రకమైన దోమకాలు వలన వస్తుంది. అది వైరల్ జ్వరం. ప్రపంచ జనాభాలో సుమారు 100 మిలియన్లు ప్రజలు ఈ జ్వరము చేత బాధపడుతున్నారు. ఈ వ్యాధి భారత్, చైనా, ఆసియా, తైవాన్, ఆఫ్రికా, మెక్సికో మొదలగు దేశాలలో ప్రజలంగా వ్యాపించి ఉంది. వ్యాధి లక్షణాలు : తీవ్రంగా జ్వరం, తలనొప్పి, కీళ్ళనొప్పులు. వాంటి శరీరంపై ఎర్రని మచ్చలు రావడం జరుగుతుంది. ఒక్కొక్కసారి ఈ ఎర్రని మచ్చలును చూసి డెంగీ వ్యాధి కాదని పొరబడవచ్చు. ఈ వ్యాధి ముదిరితే శరీరంలోని లింపునోడ్స్కు, రక్తనాళాలకు చెరువు ముక్కునుంచి, నోటినుంచి రక్తం కారేటట్లు చేస్తుంది. లివరు పూర్తిగా వాచిపోయి దెబ్బతిని రోగి చనిపోవచ్చు. ఈ వ్యాధి ముఖ్యంగా వ్యాధినిరోధక శక్తి తక్కువగా ఉన్నవారికి సోకి మరణాన్ని కలిగిస్తుంది. వ్యాధిని గుర్తించడం ఎలా :- రోగి రక్తనమూన సేకరించి అందులో గత వైరస్ యాంటిబాడీస్ ను గుర్తించ వచ్చు. చికిత్స విధానం ఏమిటి :- ఈ వ్యాధికి లక్షణములను బట్టి వైద్యం చేయాలి. తప్ప ఇతిమిద్ధంగా ఈ మందులు మాత్రమే వాడాలి అనే విధానం లేదు.

నారాయణ ఆరోగ్యమస్తు టీపీ పేషెంట్లకు రూ.10కే భోజనం

(మొదటి పేజీ తరువాయి)
పెద్దనంబ్లలో తరలి వస్తున్నారు. వీరి తోనం నారాయణ ఆసుపత్రి యాజమాన్యం మరో గొప్ప వెనలుబాటును కల్పించింది. లేవలం రూ.10లకే భోజనాన్ని టీపీ పేషెంట్లకు అందించాలని నిర్ణయించింది. ఇప్పటికే ఇన్ పేషెంట్లకు భోజనాన్ని ఉచితంగా అందిస్తున్న విషయం తెలిసిందే.

పిల్లల్లోనూ పెరుగుతున్న రక్తపోటు!

హైడ్రాటిక్ అంటే మధ్య వయసులో ఎదురయ్యే అనారోగ్యం అనేది ఒకప్పుటి మాట. ఇప్పుడు స్కూలుకెళ్లే పిల్లల్లో కూడా హైడ్రాటిక్ బాధపడుతున్న వారు ఉన్నారు. దాంతో పన్నెండేళ్లు నిండిన ప్రతి ఒక్కరికీ రక్తపోటు పరీక్షించాల్సిన అవసరం ఏర్పడుతోంది. శారీరక శ్రమ తగ్గిపోతున్న జీవనశైలి, ఉప్పు ఎక్కువగా ఉండే చిప్స్ వంటి రెడీమేడ్ ఆహారం ఇందుకు కారణాలని పరిశోధనల్లో నిర్ధారణ అయింది. మారిన ఆహారపు అలవాట్లు, అలటూ వ్యాయామం లేకుండా గడిపేయడంతో స్థూలకాయం వస్తోంది. కొన్ని రకాల కిడ్నీ సమస్యలు గ్లోమరల్ నెఫ్రైటిస్ కిడ్నీ వాపు, కిడ్నీలో రాళ్లు, వంకపార్శ్వంపార్శ్వంతో వచ్చే ఇబ్బందులు, మూత్ర మార్గంలో ఇబ్బందులు, దాంతోపాటు మానసిక ఒత్తిడి, హైడ్రాటిక్ కనిపిస్తున్నాయి. గ్రామీణ ప్రాంతాలతో పోలిస్తే పట్టణాలు, నగరాల్లో ఈ సమస్య ఎక్కువగా ఉంది. భారత పౌరుల్లో పదిశాతం మంది హైడ్రాటిక్ బాధపడుతుంటే, 13.5 శాతం మంది స్థూలకాయంతో ఇబ్బంది పడుతున్నారు. భావిభారతం ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే ఈతరం తల్లిదండ్రులు అప్రమత్తం కావాలి.



డా. జైశే మాధవ్ నెత్రాజి

లో గ్లూకోజ్ సస్పెన్షన్ పంప్

ఇది వైద్యరంగం సృష్టి. కంటిన్యూయస్ గ్లూకోజ్ మానిటరింగ్ విధానంలో పని చేసే ఈ సాధనానికి కృత్రిమ క్షేమగ్రంథిగా పేరుపెట్టారు. దేహంలో ఉన్న అనలైన క్షేమగ్రంథి (ఫ్యాంక్రియాస్) పని మందగించినప్పుడు ఇది వైతస్యవంతం అయి ఇన్సులిన్ ను విడుదల చేస్తుంది. టైప్-1 దయాబెటిస్ తో బాధపడే వారికైతే ఇది గొప్పవరమే. దీనిని ఎఫ్ డిఎ (ఫుడ్ అండ్ డ్రగ్స్ అడ్మినిస్ట్రేషన్, యుఎస్) కూడా ధృవీకరించింది.

ఆరోగ్య జీవన విధానం - ప్రకృతి వైద్యం, యోగ



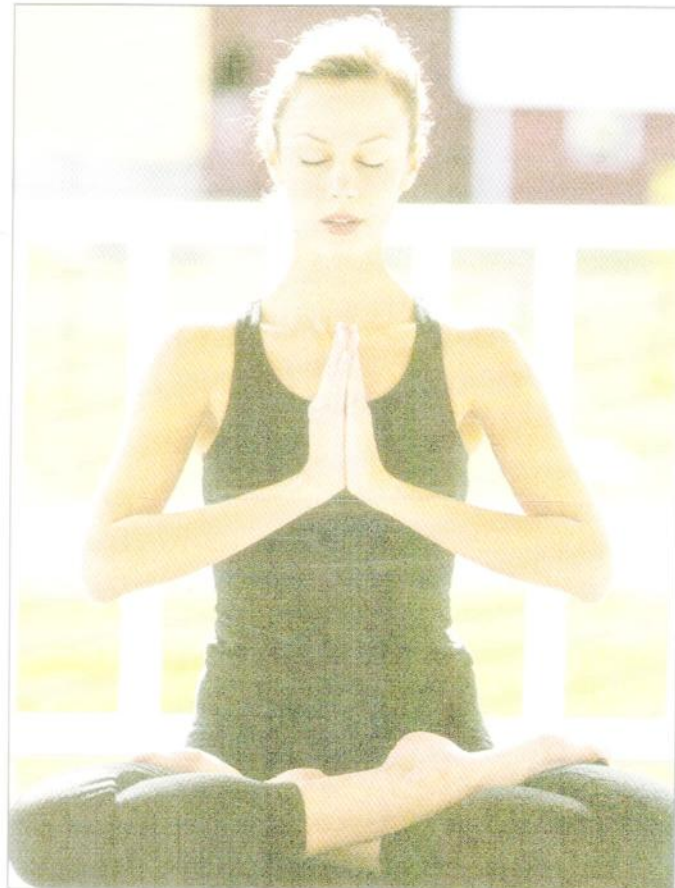
(మొదటి పేజీ తరువాయి)
వైద్య విధానాలు, అసలు ఒక వ్యక్తి చేతువజామున మేల్కొని, కాలకృత్యాలు తీర్చుకొని, ప్రకృతిని అస్పాదించి, సమస్యలించి చిన్నపాటి యోగాసనాలు, ప్రాణాయామం, ధ్యానం చేసి అసలు సినలు కూరగాయలు లేదా ప్రకృతిలో పెరిగిన పండ్లు, ఆహారంగా తీసుకోవాలి. తన పనులు తను చేసుకొని ఆకలి పుట్టినప్పుడు గోధుమ, దంపుడు బియ్యం, బార్లీ, సజ్జ, జొన్న పంటి సహజ సిద్ధమైన వాతావరణంలో పెరిగిన ఆహారం తీసుకోవాలి. మంచి ఆకుకూరలు లేదా కూరగాయలు, మంచి ముత్తిగో భోజనం చేసి తిరిగి ప్రకృతి తో చెలిమి చేసి రాత్రి మిత భోజనం చేయాలి. పండ్లు విరివిగా తీసుకుని తొందరగా నిద్రకు ఉపక్రమించాలి. వారానికి ఒకసారి ఒంటికి సూనె రాసుకొని కుంకుడు కాయ లేదా శికాయ వంటి వాటితో తలస్నానం చేయాలి. మానసిక ప్రశాంతతకు మంచి ప్రవచనాలు

విని దేవాలయ దర్శనాలు చేసిన పాఠశాల ఆరోగ్యం మనకు ఉంటుంది అనేది ఇక్కడ ప్రకృతి ఆరోగ్యం, పరిశ్రమ, జీవన విధానాన్ని చెప్పి మేగ, ప్రకృతి వైద్యం అంటే ఆరోగ్యం అంటే శరీర శక్తి సామర్థ్యాల మీద సమగ్ర, ఆలోచనల మీద, వియంత్రజ, భావోద్వేగాలపైనే పట్టు మానసిక ఒత్తిడిని తట్టుకోగల వ్యవస్థని సామర్థ్యం, చక్క ఆహారపు అలవాట్లు ఇంటి అవ్వడే ఆరోగ్యవంతుడే. యోగ, ప్రకృతి వైద్యం ప్రకృతిలోని పంచభూతాలు అయినటువంటి గిరు గాలి, భూమి, సూర్యరశ్మి, అకాశాలు మన శరీరంలో కూడా సమయల్లాగా ఉంటే మనం ఆరోగ్యంగా ఉంటాం. ఇవి అదుపు తప్పిచా చిక్కువైచా తక్కువైనా కాలికి అబ్బందులు మొదలవుతాయి. శరీరం ఇబ్బందులకు గురియ్యక సమయంలో మనల్ని హెచ్చరిస్తుంది కూడా, అది ఏదో అంటే జలుబు, జ్వరం, దగ్గు

తప్ప ఖర్చు తక్కువగా ఉండే యోగ చేయలేం, ప్రకృతి నియమాలు పాటించలేం. ఇదంతా అవగాహన రావాలి. వీటిని గమనించి విదేశీ శ్రీతం అంటే 2007 లోనే నారాయణ విద్యాసంస్థల అధినేత, ఆధునిక సింహపురి ఆరోగ్యప్రదాత దాక్టరు నారాయణ యోగా సేమారోపతి అనువక్తని ప్రారంభించి అందరికీ అందుబాటులో ఉంచారు. అంతే కాక ఇక్కడ ప్రముఖ జిందాల్ ప్రకృతి వైద్యశాల, బెంగుళూరులో పనిచేసిన డా. వి. సత్యానంద్ సారధ్యంలో నిపుణులయిన యోగ, ప్రకృతి వైద్యులు, సుశిక్షితులైన థెరపిస్టులు వ్వాడు. పహాయక సిద్ధాంతంతో నీటి చికిత్స, ఆహారం గురించిన అవగాహన యోగాసనాలు, హైర్బల్ మెడిసిన్, అక్యుపంచర్, సుసాజ్ వెంటి, ప్రాణాయామం, ధ్యానం, మానసిక వ్యాధులకు సరిఅయిన కొన్నిలింగ్ థెరపీ ఇక్కడుంది. మంచి ఆహారం అంటే సహజంగా పండే వాస్తవాలు, పండ్లు, కూరగాయలు

తీసుకోవడం పై అవగాహన, వాటి ఔషధగుణాలు, ప్రకృతి సిద్ధమైన పసుపు, తులసి, అలోవేర, వేప, మెంతులు, అల్లం, వెల్లుల్లి వంటి వాటిని ఆహారంగా తీసుకుంటే వచ్చే ఆరోగ్య లాభాలు వివరిస్తారు. మద్దం, ధూమపానం, మాదకద్రవ్యాల వలన కలిగే సమస్యలు, జీవన శైలిలో వచ్చే మార్పుల గురించి చక్కగా వివరించి, మరచిపోయిన మన ఆరోగ్య విషయాలను, మన శరీరంలో పంచభూతాల సమతుల్యాన్ని కాపాడే విధానాలను నారాయణ యోగా సేమారోపతి హాస్పిటల్స్, నారాయణ మెడికల్ ఇన్స్టిట్యూట్స్, చింతారెడ్డి

పాళెం, నెల్లూరులో అందరికీ అందుబాటులో ఉంచారు. ఇక్కడ ఒక విషయం మనం బాగా గుర్తు పెట్టుకోవాలి మన శరీరం మనస్సు హాయిగా, చలాకీగా ఉంటే మనం ఏ ఇబ్బంది లేకుండా సౌకర్యవంతమైన జీవనాన్ని గడపవచ్చు. లేదంటే మనం బాధపడుతూ ఇతరులపై మన ప్రభావం పడి వారి ఆరోగ్యం కూడా దెబ్బతంటుంది. కాబట్టి మన ఆరోగ్యం, మన కుటుంబ ఆరోగ్యం కాపాడే చపకైన యోగ, ప్రకృతి జీవన శైలిని పాటించి ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకుందాం. అందరి ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుదాం



తీవ్రమైన కడుపు నొప్పికి శస్త్రచికిత్స

నెల్లూరుజిల్లా మునుబోలు గ్రామానికి చెందిన 58 సం||ల బొడ్డు వెంకయ్య సందేళ్ల నుంచి కడుపు నొప్పితో ఆహారం సరిగా తీసుకోలేక పోవడం, బరువు తగ్గడం, నీరసం వంటి సమస్యలతో బాధపడుతుండేవారు. వివిధ రకాల వైద్యం అనుపత్రుల్లో చేయించుకున్నప్పటికీ కడుపునొప్పి తగ్గలేదు. దీంతో ఆయనను నెల్లూరు నారాయణ ఆసుపత్రిలోని లాట్రోస్కోపిక్ సర్జన్ ప్రొఫెసర్ డా|| శ్రీరాం సతీష్ పద్మకు తీసుకొచ్చారు.



డా|| శ్రీరాం సతీష్ లాట్రోస్కోపిక్ సర్జన్



ఆయనను క్లుప్తంగా పరీక్షించినా ఇబ్బంది (క్రానిక్ పాంక్రియాటైటిస్) వైద్యులు క్లెమగ్రంథి సంబంధించి ఉందిని, క్లెమగ్రంథి నాళం (మెయిన్ పాంక్రియాటిక్ డక్ట్) లో రాళ్లు ఏర్పడి అడ్డుపడడం వలన వాపు ఉందని గుర్తించారు. ఆరోగ్యశ్రీ

పథకం కింద ఉచితంగా అపరేషన్ చేయాలని నిర్ణయించినారు.



బొడ్డు వెంకయ్య

21-04-2014 న అతనికి ఎల్.పి.జె (లేటల్ లిథియాటిక్ జెజునాస్టమి) అపరేషన్ చేసి క్లెమగ్రంథి నాళంలోని రాళ్లను తీసివేసి క్లెమగ్రంథి నాళాన్ని చిన్నపేగు భాగానికి కలిపారు అతను పూర్తిగా కోలుకొని ఆహారం తీసుకోవడం మొదలు పెట్టాడు, మునుపటి సమస్యలైన కడుపునొప్పి తగ్గి అతని పనులు సాధారణంగా చేసుకోగలుగున్నాడు. ఈ సందర్భంగా అతను వైద్యం చేసిన వైద్యులు డా|| శ్రీరాం సతీష్ నారాయణ ఆసుపత్రి యాజమాన్యానికి ధన్యవాదాలు తెలిపారు.

శస్త్ర విజయాలు

మలేరియా అంటే దోమలు



డా॥ వి.సుబాష్
జనరల్ మెడిసిన్

మలేరియా బాధించే వ్యాధి. మరీ దోమలన్నింటినీ నిర్మూలిస్తే మలేరియాను పూర్తిగా నివారించవచ్చు కదా అనుకుంటాం. మలేరియా వ్యాధిని కలగజేసే

పరాన్నజీవులను వ్యాప్తి చేసే దోమలు ఒక ప్రత్యేకమైన వాతావరణ పరిస్థితుల్లో పెరుగుతాయి. అదేమిటంటే... తీవ్రమైన వేడిమి, చాలా ఎక్కువ తేమ, దాంతోపాటు నిశ్చలభృత ఉండటం. ఈ మూడూ పర్యవేక్ష ప్రాంతాల్లో ఉండే పరిస్థితులు. చిత్రంగా ఇవే పరిస్థితులు వరి పండించే ప్రాంతాల్లోనూ ఉంటాయి. అంటే తీవ్రమైన వేడిమి, తేమతో పాటు వర్షం ఎక్కువగా కురవడం అన్నది వరి పంటకు అనువైన పరిస్థితులు. అందుకే ఒక్కమాటలో బందగుర్లుగా చెప్పాలంటే పర్యవేక్ష ప్రాంతాలతో పాటు వరి పండించుకు అనువైన అన్ని చోట్లా మలేరియా సోకడానికి కారణమయ్యే దోమలూ పెరుగుతాయి. అందుకే పరిపంట ఉన్నంత కాలం దోమలూ... అవి ఉన్నంతకాలం మలేరియా జ్వరాలు ఉంటాయన్నది కొందరు ఎంటమాలజిస్టుల అభిప్రాయం. దోమ జీవన చక్రం (అయి: ప్రమాణం) 30 రోజులు. ఈ కాలంలో అది రోజు విడివిడి రోజు 150 నుంచి 200 వరకు గుడ్లు పెడుతుంది. అది గుడ్లు పెట్టడానికి చిన్న కొబ్బరి చిప్పలో నిల్వ ఉన్న 50 ఎం.ఎల్. నీళ్లు చాలు. దాంతో ఇలా చిన్నపాటి గంటలూ, కొబ్బరి చిప్పలూ, చెడిపోయిన ట్రెయ్లు, వాడి ఆపేసిన కూలర్లు వంటి చోట్ల ఉండే 'మిగులు జలాల్లోనూ' దోమలు గుడ్లు పెట్టి తమ సంతతిని అభివృద్ధి చేసుకుంటాయి. వాటిని తరచుదానికి మనం ఎన్ని దార్లు వాడుతుంటామో, వాటి పట్ల తమ నిరొధకతను పెంపొందించుకోడానికి అవి కూడా అన్ని దార్లు వెతుకుతుంటాయి. తద్వారా తమ మనుగడను సాగిస్తుంటాయి. అవి ఇలవడటానికి పరోక్షంగా మనమూ దోహదపడుతున్నాం. అయితే ఒక్కమాట... పాత నీరు ఉన్న చోట అవి గుడ్లు పెట్టలేవు. అందుకే వాటిని నివారించాలంటే పరిసరాల్లో నీళ్లు నిల్వ లేకుండా చూసుకోవడంతో పాటు, మురుగు కాల్వల వంటి చోట్ల నీరు పారేలా శుభ్రంగా ఉండేలా విద్యుత్తు చేసుకోవడం మంచి మార్గం. ఫ్లాస్కోడియమ్ జీవిత చక్రం సాగుతుందిలా...

అంతకుముందే మలేరియా వ్యాధి ఉన్న చోటని కుట్టిన దోమ... మళ్ళీ ఆరోగ్యవంతుడిని కుట్టగానే 'మలేరియా' వ్యాధిని కల్పించే కారకాలు ఆరోగ్యవంతుడైన మనిషి రక్తంలోకి ప్రవేశిస్తాయి. ఈ వ్యాధి కారకాలను 'మెరోజొన్టోజ్' అంటారు. ఆరోగ్యవంతుడి రక్తప్రవాహంలోకి చేరిన అవి... నేరుగా ఆ వ్యక్తి కాలేయంలోకి చేరి అక్కడ ఆశ్రయం ఏర్పరచుకుంటాయి. అక్కడ అవి తమ సంఖ్యను అక్షయంగా మార్గంలో పెంపొందించుకుంటాయి. ఆ తర్వాత అవి విలక్షిత కణాల్లోకి ప్రవేశిస్తాయి. కాలేయం నుంచి ఎర్రరక్త కణాల్లోకి ప్రవేశించే వ్యాధి కారకాలను 'మెరోజొన్టోజ్' అంటారు. కొన్ని విరాన్లు జీవులు ఎర్రరక్తకణాల నుంచి గ్లామెటోసైట్స్ అని పిలిచే కణాలుగా మారి మళ్ళీ దోమ రక్తంలోకి ప్రవేశిస్తాయి. దోమ కడుపులో అవి లైంగిక దర్జా త్వారా తమ సంఖ్యను పెద్దసంఖ్యలో అభివృద్ధిపరచు కుంటాయి. దోమ కడుపులో ఉన్న వ్యాధి కారకాలు బొటాత ఊత్తైసేట్స్గా, ఆ తర్వాత 'జునీస్టోగా' అభివృద్ధి చెందాక చివరగా 'మెరోజొన్టోజ్'గా మారి దోమ లాలాజలంలోకి ప్రవేశిస్తాయి. అవి మళ్ళీ మరో ఆరోగ్య వంతుడికి చేరగానే... క్షేమ 'మెరోజొన్టోజీవితచక్రం' (లైఫ్ సైకిల్) మళ్ళీ మళ్ళీ ముందావృతమవుతూ, అలా వ్యాధిని వ్యాప్తి చేస్తూ ఉంటుందన్నమాట. వ్యాధి కారకాలను ఫ్లాస్కోడియమ్ మనిషిలో ఆశ్రయం తీసుకున్నప్పుడు అవి మనిషిలో అక్షయిక చిచ్చు ద్వారా అభివృద్ధి చెందుతాయి. కాబట్టి మనిషిని 'ఇంటర్మీడియట్ హోస్ట్' అని అంటారు. అయితే చిత్రం ఏమిటంటే... ఫ్లాస్కోడియమ్ పరాన్నజీవులు మనిషికి వ్యాధిని కలిగిస్తేనే దోమకు ఎలాంటి దోహదం చేయవు. కాలర్ల దోమను 'క్వాడియర్' వ్యాధి వ్యాప్తికి దోహదపడే వాహకంగా అభివృద్ధిస్తారు.

లక్షణాలు

మలేరియా జ్వరం ప్రధాన లక్షణంగా కనిపించే వ్యాధి. రోగి... కలగజేసే పరాన్నజీవులు శరీరంలోకి ప్రవేశించగానే లక్షణాలు కనిపించవు. అవి ప్రవేశించిన వాడి నుంచి వ్యాధి లక్షణాలు బయటపడే బరితెచ్చి వ్యవధిని ఇంకొకటిన్నర వీరియ్యే అంటారు. దోమ కుట్టిన తర్వాత 7 నుంచి 14



రోజుల తర్వాత వ్యాధి లక్షణాలు బయటపడతాయి. మలేరియా లక్షణాలు అవి... చలితో పాటు తలనొప్పి ఉండి జ్వరం కనిపిస్తుండటం మలేరియా సాధారణ లక్షణం. మలేరియా వ్యాధిని కలిగించే పరాన్న జీవి ప్రజాతిని బట్టి లక్షణాలూ కొద్దిగా మారతాయి. భారత్లో ప్రధానంగా రెండు రకాలు ఎక్కువ. వాటిల్లో ఫ్లాస్కోడియమ్ వైవాక్స్ కంటే ఫ్లాస్కోడియమ్ ఫ్లాస్కోపెరమ్ తీవ్రత చాలా ఎక్కువ. ఎందుకంటే ఫ్లాస్కోపెరమ్ రకానికి చెందిన పరాన్నజీవులు ఎర్రరక్తకణాల్లో తమ అభివృద్ధిని చాలావేగంగా సాగిస్తాయి. దాంతో రోగి కోమలానికి వెళ్లడానికి అవకాశాలు ఎక్కువ. ఫ్లాస్కోపెరమ్ రకానికి చెందిన మలేరియా పల్ల శ్వాస తీసుకోవడంలో తీవ్ర ఇబ్బంది. కామెర్లు మూత్రపిండాలు విఫలం కావడంతో పాటు ఒక్కోసారి అది మృత్యువుకు కూడా దారితీయవచ్చు.

స్థూలంగా కనిపించే లక్షణాలు...



జ్వరం : ఎర్రరక్తకణాల్లో ప్రత్యుత్పత్తి తర్వాతకణాలు పెరిగి ఎర్రరక్తకణాలు విచ్ఛిన్నమై మెరోజొన్టోజ్ను విడుదల చేసినప్పుడు జ్వరం వస్తుంది.
చలి : మొదట చలి వచ్చి ఆ తర్వాత విపరీతమైన చెమటలు వస్తాయి.
నివారణ :
♦ దోమల నివారణే మలేరియా నివారణకు మంచిమార్గం. దోమ కాటు నుంచి మనల్ని మనం ఎంతగా రక్షించుకుంటే మలేరియా నుంచి అంత సుమార్గా మనల్ని మనం కాపాడుకోవచ్చన్న మాట.
♦ వ్యక్తిగతమైన నివారణలో భాగంగా మనం ఉండే ఇంట్లో, గదిలో దోమలు రాకుండా చూసుకోవానికి అవసరమైన రిపెలెంట్లు, దోమతెరలు వాడటం ఒక పద్ధతి.
♦ దోమలు కుట్టకుండా పొదుగు చేతుల చొక్కాలు ధరించడం, ఒందినీండా బట్టలు ఉండి, ఒందినీండా అవి కట్టి ఉండేలా చూసుకోవడం.
♦ దోమలు కుట్టకుండా ఉండేందుకు శరీరంపైన పూతమందులు వాడటం కూడా ఒక మార్గం.
♦ ఒక సామాజిక నివారణలో భాగంగా మన ఇళ్ల పరిసరాల్లో మురుగు నీరు లేకుండా, నిల్వనీరు లేకుండా చూసుకోవడం మంచిది. దీంతోపాటు కాల్వల్లో నీరు ఒకేచోట చేరి ఉండకుండా శుభ్రం చేసుకోవడం అవసరం.

చంటి బిడ్డలకు కావాలి మంచి గాలి!

కలుషిత వాతావరణం చంటిపిల్లల మీద కణుతులు, రెటినోబ్లాస్టోమాతో పాటు కంటికి ఎక్కువ ప్రభావం చూపుతుంది. వీరు వాహనాలు విడుదల చేసే పొగలో ఎక్కువ అమెరికన్ అసోసియేషన్ ఫర్ క్యాన్సర్ రీసెర్చ్ సేపు గడిపితే ప్రమాదకరం. తరచూ ఇలా కాలుష్యపూరిత గాలిలో గడిపే పిల్లలకు దీర్ఘకాలంలో అక్యూట్ లింఫోబ్లాస్టిక్ లుకేమియా, పునరుత్పత్తి అవయవాలలో కణుతులు, రెటినోబ్లాస్టోమాతో పాటు కంటికి క్యాన్సర్ వచ్చే అవకాశాలు ఎక్కువ అని తెలియజేసింది. నెలల పాపాయిలను రోడ్ల మీద తిప్పకుండా, స్వచ్ఛమైన గాలిలో పెంచమని ఈ అసోసియేషన్ సూచిస్తోంది. ఈ జాగ్రత్త గల్గిణికి కూడా అవసరమే.



గుండెపోటు తీవ్రతను పసిగట్టే

కార్డియాక్ మార్కర్



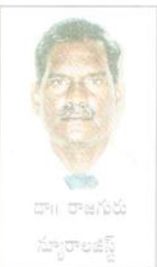
డా|| రామలింగం నల్లూరి

మనకుండుంచుతున్నాయి. ఇవి వైద్యులకు రోగాలను విశ్లేషించడంలో అన్నింటా సహకారం అంతా ఇంతా కాదు. మన జీల్లాలోనూ పరిసర జిల్లాల్లోనూ అందుబాటులో లేని ఈ వైద్య పరికరాలు ఒక్క నారాయణ ఆస్పత్రికి మాత్రమే పరిమితమై ఉన్నాయి. ప్రముఖ నగరాల్లోనూ చెన్నై, బెంగళూరు, హైదరాబాద్ లకు పరిమితమైన కార్డియాక్ మార్కర్ అనే ఈ అధునాతన పరికరం ప్రస్తుతం నెల్లూరు లోని నారాయణ ఆసుపత్రి లో

ఎన్ఎస్ అద్భుత వైద్య పరికరాలకు, పరికరాలు నిర్మించుకుంటున్నాయి. యంత్రాలకు నారాయణ ఆస్పత్రి సేవలందిస్తున్నాయి. ఎన్నో పెట్టింది పేరు. అతి ఖరీదైన ఎన్ఎస్ వ్యాధులను క్రిడాల్లో విశ్లేషించి

మాత్రమే ఉంది. ఈ మార్కర్ ద్వారా గుండెపోటు తీవ్రతను, రక్తనమూనాలద్వారా వెంటనే తెలుసుకోవచ్చు. ఈ పరికరం ద్వారా రోగి రక్త నమూనాలను బట్టి జీవితక్రమ, గుండె వ్యాధులను, 10 నిమిషాల్లోనే తెలుసుకొనవచ్చు.

యాంత్రిక అద్భుతాలు



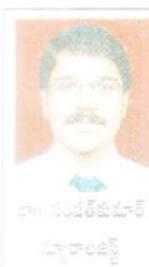
డా|| రామలింగం నల్లూరి

చేయడం వలన ఈ మూర్ఛవ్యాధి వస్తుంది. ఈ మూర్ఛవ్యాధి లక్షణాలు ఏమనగా సీజర్స్ (ఫిట్స్) కనిపలేదన్నీ.

ఈ సీజర్స్, కనిపలేదన్నీ మూర్ఛవ్యాధి గ్రస్తులనే

ప్రాచీన కాలంలో ఈ వ్యాధిని గూర్చి ప్రజలు వివిధ రకాలుగా దేవతల పూజలకు వచ్చిందని లేదా పూజలకు వచ్చిందని చెప్పుకొనేవారు. కానీ ఈ వ్యాధికి కారణం తలలోని మెదడు భాగంలో జబ్బు కాకుండా చేరే వ్యాధిగ్రస్తలకు కూడా వస్తుంటాయి. ఉదాహరణకు చిన్నపిల్లల్లో తీవ్రంగా పుట్టినప్పుడు ఫిట్స్ కు లేదా కనిపలేదన్నీలకు గురికావచ్చును. అలాగే వృద్ధులనువారికి అపోరం లో కొద్ది పొడవైన పదార్థాలు లోపం అయితే ఈ ఫిట్స్ వస్తుంటాయి. ఇంకా గర్భిణీ స్త్రీలలో కూడా పోషక అతీత లోపం వల్ల కానీ చి.బి.ఎల్. ఈ కనిపలేదన్నీ వస్తుంటాయి.

ఈ మూర్ఛవ్యాధి కేవలం మెదడుకు సంబంధించిన జబ్బు కలననే వస్తుంది ఈ మూర్ఛవ్యాధి వచ్చినప్పుడు స్వహా కోల్పోవడం తిరిగి ఏ నిమిషాలకోసం మోమాలు స్థితికి



డా|| సుబ్రహ్మణ్య నల్లూరి



పుచ్చకాయతో భలే మేలు

పుచ్చకాయలో 91 శాతం నీరే ఉంటుంది. వంద గ్రాముల పుచ్చకాయ తింటే 30 కేలరీలు అందుతాయి. బరువు తగ్గాలనుకునే వారికి ఇది మంచి మార్గం. ఇంకా ఇందులో ఏమేమి ఉంటాయి. అవి ఎలా పనిచేస్తాయో తెలుసుకుందాం.

- 1) పొటాషియం గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుతుంది.
- 2) వి1, వి6, సి విటమిన్లు, మాంగనీస్ వ్యాధి నిరోధక శక్తిని పెంచుతాయి.
- 3) ల్యూటెన్, జీక్సాంథెన్, లైకోపెన్, బీటాకెరోటిన్, క్రిప్టోక్సాంథెన్ వంటి పైవనాయుధాలు ప్రీరాడికల్స్ బారి నుంచి చర్మ కణాలను రక్షించి క్యాన్సర్ బారిన పడకుండా నివారిస్తాయి. రేచీకటితో పాటు వార్షిక లక్షణాలను కూడా నివారిస్తాయి.
- 4) కాలేయం పనితీరును పుచ్చకాయ మెరుగుపరుస్తుంది. దేహంలోని వ్యర్థాలను బయటకు పంపించడంలో మూత్రపిండాలకు సహాయకారిగా పనిచేస్తుంది. రక్తప్రసరణ వేగాన్ని క్రమబద్ధీకరిస్తుంది.

మెదడుకు జబ్బు చేస్తే మూర్ఛవ్యాధి

మూర్ఛవ్యాధి

చేరుకుంటారు. ఈ మూర్ఛవ్యాధి ముదిరి పోవడం వలన అతి మూర్ఛవ్యాధికి గురికావచ్చు. ఈ అతిమూర్ఛవ్యాధిలో రోగి ఏ నిమిషాలకోసం వికృత సేవు స్వహా కోల్పోయి మరీమాటికి మూర్ఛకు గురికావచ్చుంటారు. అదనికంటే ఈ వ్యాధిని గూర్చి తెలుసుకోవడం వలన ప్రాచీన కాలంలో ఉన్నటువంటి మూఢనమ్మకాలను తొలగించి చేయవచ్చు. నారాయణ ఆసుపత్రిలో న్యూరాలజీ విభాగంలో ఈ మూర్ఛవ్యాధికి సంబంధించి చికిత్స చేసేందుకు విశేషానుభవం గడించి తమిళనాడు ప్రభుత్వంచే ఉత్తమ ఉపాధ్యాయ అవార్డు పొందిన డా|| రామలింగం నల్లూరి అందుబాటులో ఉండడం ఈ పరిసర మూర్ఛరోగులు ఒంటరిగా ఉండరాదు.

జ్ఞాపకశక్తి తగ్గకూడదంటే..

జ్ఞాపకశక్తి తగ్గకూడదంటే మెదడును ఉపయోగించాల్సింది కేసంటున్నారు. కెసడియన్ మెడికల్ అసోసియేషన్ లోని పరిశోధకులు, వారు నిర్వహించిన 32 రకాల అధ్యయనాల్లో తేలిక విషయం అది. వార్షికంలో మతిమరుపు రావడం సహజం అని సరిపెట్టుకుంటుంటాం. కానీ రోజూ మానసిక వ్యాయామం చేస్తుంటే అరవై, డెబ్బైలలో ఉన్న వారిని కూడా మతిమరుపు దరిచేరదు. మానసిక వ్యాయామం అంటే ప్రహేళికలను పరిష్కరించడం, లెక్కలు చేయడం, చదవడం, రాయడం వంటివి. ఒక్క మాటలో చెప్పాలంటే మెదడుకు పని చెప్తంటే వయసు మీద పడినా దాని పదును తగ్గదు.

తెలుసుకుందాం



డా|| క. సీనివాస్ రెడ్డి,
పరిశోధనాధికారి

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

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 సర్జరీ

డాక్టర్ జ.సుబ్రహ్మణ్యం (డైరెక్టర్)	9491042922
డాక్టర్ ఎస్. విజయ్ కుమార్ (కో-ఆర్డినేటర్)	9848549324
డాక్టర్ ఎం. వీర ప్రసాద్ (ఇన్ చార్జ్ మెడికల్ సూపరింటెండెంట్)	9494303535
డాక్టర్ విజయమోహన్ రెడ్డి చెన్నారెడ్డి (చీఫ్ ఎగ్జిక్యూటివ్ ఆఫీసర్)	9490166644
డాక్టర్ కె.ఎన్.వి.కె. సుబ్బారావు (హాస్పిటల్ అడ్మినిస్ట్రేటర్)	9491793547
డాక్టర్ డి. రామ్మోహన్ (అడిషనల్ మెడికల్ సూపరింటెండెంట్)	9490795836
డాక్టర్ ఎస్. సతీష్ (అడిషనల్ మెడికల్ సూపరింటెండెంట్)	9490166094
సిహెచ్ భాస్కర్ రెడ్డి (ఎ.జి.ఎం)	9490166200