Title Ref. No. 1368574

NARAYANA
SPECIALITY HOSPITAL

వైద్య నారాయణం

ఆరోగ్య సమాచార స్రవంతి / చీఫ్ పేట్రన్ డా॥ పి. సింధూర / సంపుటి : 09 / సంచిక : 05 / డిసెంబర్ - 2021 / అసోసియేట్ ఎడిటర్ : సి.హెచ్. భాస్కర్ రెడ్డి / వెల : అమూల్యం

నారాయణ హాస్పిటల్ "మెడికల్ సూపరింటెండెంట్" గా డా॥ బి. హరి ప్రసాద్ రెడ్డి

డా॥ బి. హరి ప్రసాద్ రెడ్డి
మెడికల్ సూపరింటెండెంట్

నారాయణ హాస్పిటల్ మెడికల్ సూపరింటెండెంట్ గా డా॥ బి. హరి ప్రసాద్ రెడ్డి గారిని నియమించడం జరిగింది. జిల్లాలోని ఎందరో వైద్య ప్రముఖులకే కాకుండా, ఇతర ప్రాంతాలలోని వైద్య ప్రముఖులతో కూడా డా॥ బి. హరి ప్రసాద్ రెడ్డి గారికి సాన్నిహిత్యం ఉంది. మెడికల్ సూపరింటెండెంట్‌గా బాధ్యతలు స్వీకరించిన... డా॥ బి. హరి ప్రసాద్ రెడ్డి గారికి నారాయణ మెడికల్ కళాశాల మరియు జనరల్ హాస్పిటల్‌లోని వైద్యనిపుణులు & సిబ్బంది తరపున హార్దిక స్వాగతం. వారి పాలనా నైపుణ్యంతో హాస్పిటల్ అభివృద్ధికి కృషి చేయాలని ఆకాంక్షిస్తూ...

- యాజమాన్యం

రాష్ట్రంలోనే అత్యంత ఆదరణ కలిగి, వైద్య సేవలలో అంతర్జాతీయస్థాయి ప్రమాణాలు పాటిస్తూ, 26 స్పెషాలిటీ విభాగాలు, 1668 పడకలు కలిగిన నారాయణ హాస్పిటల్‌కు మెడికల్ సూపరింటెండెంట్‌గా నన్ను నియమించినందుకు యాజమాన్యానికి హృదయపూర్వక ధన్యవాదములు యాజమాన్యం నాపై ఉంచిన నమ్మకాన్ని నిలబెట్టుకుంటాను.

- డా॥ బి. హరిప్రసాద్ రెడ్డి

గొప్ప అనుభూతి...

చేస్తున్న వృత్తిపట్ల మక్కువ చూపితే అనుకున్న లక్ష్యాన్ని ఆనందంగా చేరుకోవచ్చు. ఇది సూక్తి కాదు... నేను ఆచరించి చెబుతున్న నిజం. గత రెండున్నర దశాబ్దాలుగా నా ప్రయాణం వైద్య రంగ నేపధ్యంగల ఇన్‌స్టిట్యూషన్స్‌లోని పలు విభాగాలలో విధులు నిర్వర్తించాను. అందులో టీచింగ్ & హాస్పిటల్ అభివృద్ధి ప్లానింగ్ ప్రధానమైనవి అందరి ఉమ్మడి కృషితోనే అభివృద్ధి సాధ్యమౌతుందని నమ్మే వ్యక్తిని.

కడప జిల్లా వాసినైనా నెల్లూరు జిల్లాతో ఎంతో పరిచయం ఉంది. నెల్లూరు అమ్మాయినే వివాహం చేసుకున్నాను. అందుకే ఇక్కడి వారితో అనుబంధం ఎక్కువ... వృత్తిరిత్యా ఎన్నో దేశాలు, ప్రాంతాలు తిరిగాను అనేక సదస్సులలో పాల్గొన్నాను. అక్కడ నారాయణ హాస్పిటల్స్‌లోని వనరులు, సామర్థ్యం గల వైద్యనిపుణులు మరియు సిబ్బంది, అక్కడ అందించే ఆధునిక సేవలు, అందుబాటులోని సంక్షేమ పథకాలు, యాజమాన్యం సహకరిస్తున్న తీరు, తెలుసుకున్నప్పుడు ఇటువంటి వ్యవస్థలో పనిచేయాలనే కోరిక మొదలైంది. అప్రయత్నంగా అవకాశం వచ్చింది. నా వృత్తి అనుభవం అందుకు తోడైంది. ప్రస్తుతం నారాయణ హాస్పిటల్స్‌లో మెడికల్ సూపరింటెండెంట్‌గా బాధ్యతలు స్వీకరించాను. సహచర సిబ్బంది సహకారంతో హాస్పిటల్ అభివృద్ధికి నిరంతరం కృషిచేస్తా...

ఇక్కడ ముఖ్యంగా ఒక విషయం ప్రస్తావించదలచుకున్నా.. వారంక్రితం భాధ్యతలు స్వీకరించా పరిపాలనలో భాగంగా అన్ని విభాగాలు, క్యాజువాలిటీ, అత్యవసర విభాగం, పేషెంట్ వార్డులు, సాంకేతిక పరికరాలు, ల్యాబ్‌లు అన్నింటిని కలియతిరిగా... నాకు వెంటనే స్ఫురించింది ఏంటంటే... నారాయణ హాస్పిటల్ గురించి సదస్సులలో నేను విన్నది నిజమే అని... అది అతిశయోక్తి కాదు అని అనిపించింది. అలానే దక్షిణ భారతదేశంలో ఉన్న ప్రముఖ హాస్పిటల్స్‌లో ఒకటిగా ఉన్నటువంటి నారాయణ హాస్పిటల్‌ను దేశంలోని ప్రముఖ హాస్పిటల్స్‌ల జాబితాలో నిలపాలనే లక్ష్యంతో పనిచేస్తా... ఆ దిశగా ముందుకు సాగుతా.

- డా॥ బి. హరిప్రసాద్ రెడి

వెన్నునొప్పా... ఎలా? ఎక్కడ?
మూలకారణం గుర్తించండి

- డిస్కు అరుగుదల వలన మెడ/నడుము నొప్పి మొదలవుతుంది.
- మెడనొప్పి చేతుల్లోకి... నడుమునొప్పి కాళ్లలోకి... వ్యాపిస్తే ఖచ్చితంగా అది వెన్నుతాలూకు నొప్పి అని గుర్తించవచ్చు.
- శస్త్రచికిత్సలతో వెన్నునొప్పి నయం చేయవచ్చు.

స్పాండిలోసిస్ అనేది వెన్నెముకకు సంబంధించిన క్షీణదశకు వాడే సాధారణ పదము. 'స్పాండి' అంటే అర్ధము వెన్నెముక. 'లోసిస్' అంటే సమస్య అని అర్ధము. స్పాండిలోసిస్ అనేది ఒకరకము ఆర్థ్రైటిస్. ఇది ప్రతి వెన్నుపూస నడుమ హైట్స్ పెంచడము లేదా తగ్గించడమునకు సంబంధించిన వెన్నుపూసల క్షీణదశకు తెచ్చే రోగము. ఇది మెడ భాగానికి వస్తే "సర్వైకల్ స్పాండిలోసిస్" అని నడుము భాగానికి వస్తే "లూంబర్ స్పాండిలోసిస్" అని అంటారు.

వెన్నునొప్పికి కారణాలు చాలా ఉన్నాయి :

వెన్నుపూసల మధ్య నుంచి నరాలు వెళ్లడానికి మార్గం ఉంటుంది. ఈ దారి సన్నబడితే నరాల మీద ఒత్తిడి పడి నొప్పి వస్తుంది. దీన్ని నెర్వల్ స్పైనోసిస్ అంటారు. రోగి నడిచేటప్పుడు కాళ్ల నొప్పి వస్తుంటుంది. కాళ్లల్లో, చేతుల్లో, జాయింట్స్ ఉన్నట్టుగానే వెన్నులో కూడా జాయింట్స్ ఉంటాయి. ఈ జాయింట్స్ కూడా ఆస్టియో ఆర్థరైటిస్ వల్ల అరగవచ్చు. అప్పుడూ నొప్పి వస్తుంది. డిస్కులు అరగడం వల్ల కూడా నొప్పి కలగవచ్చు. డిస్క్‌లో వాటర్ తగ్గి దాని పనిని అది పూర్తి చేయలేకపోవడాన్ని డిస్క్ అరుగుదలగా చెప్పుకోవచ్చు. దీని వల్ల మెడలోనూ, నడుము క్రింది భాగంలో నొప్పి రావచ్చు. ఆ నొప్పి కాళ్లలోకి, చేతుల్లోకి రావచ్చు. ఒక్కో కారణానికి వైద్యం ఒక్కో విధంగా ఉంటుంది. కాబట్టి వెన్ను అరుగుదల అని చెప్పడం వల్ల ఉపయోగం ఉండదు. ఆ అరుగుదల లేక నొప్పి ఎందుకు వచ్చిందో తెలుసుకుని దానికి తగ్గట్టు వైద్యం చేయాలి. అందుకే ఈ వివరాలన్నీ తెలుసుకున్న తరువాత వైద్యులు ఒక నిర్ణయానికి వస్తారు. రోగి ఆరోగ్య చరిత్ర, నొప్పి ఎలా వస్తుంది, ఇంకా ఇతర లక్షణాలు ఏమున్నాయి. ఏ ప్రాంతంలో నొప్పి వస్తుంది. ఏ స్థాయిలో వస్తోంది. ఏ పనుల వల్ల పెరుగుతుంది లేక తగ్గుతుంది తెలుసు కుంటారు.

డా॥ జి. విద్యాసాగర్
ఎండోస్కోపిక్ న్యూరోసర్జన్
న్యూరోసర్జరీ విభాగం
నారాయణ హాస్పిటల్

నొప్పికి కారణం తెలుసుకోవడానికి కొన్ని భౌతిక పరీక్షలు చేస్తారు. ఎమ్మారై స్కాన్, సీటీస్కాన్ లేక ఎక్స్‌రే లాంటి పరీక్షలు చేయించి, పరిశీలిస్తారు. నొప్పి తగ్గడానికి అవసరమైన చోట కొన్ని ఇంజెక్షన్లు చేస్తారు. వీటిని బట్టి రోగ నిర్ధారణ చేస్తారు. అది డీజనరేటివ్ డిస్కో, అర్థరైటిసో, స్పైనల్ స్టినోసిసో కారణం ఏంటనేది తెలుసుకుంటారు. సరైన కారణం ఏమిటో నిర్ధారిస్తేనే సరైన చికిత్స చేయడానికి వీలవుతుంది. మెడ నొప్పి చేతుల్లోకి వ్యాపించడం, నడుము నొప్పి కాళ్లలోకి వ్యాపించవచ్చు. ఇలా వెన్ను ప్రాంతం నుంచి కాళ్లు, చేతుల్లోకి నొప్పి వ్యాపిస్తుంటే దాన్ని ఖచ్చితంగా వెన్ను తాలుకు ఇబ్బందేనని గుర్తించాలి. అనుభజ్ఞులైన వైద్యుల వద్దకు సకాలంలో వెళ్లి సరైన రోగ నిర్ధారణ జరిగేలా చూసుకోవాలి. సరైన రోగ నిర్ధారణ జరిగినప్పుడే సరైన చికిత్స దొరుకుతుంది. తిరిగి ఆరోగ్యాన్ని పొందగలం. సమస్య తీవ్రతను బట్టి అవసరమయినచో శస్త్రచికిత్స చేయవలసి ఉంటుంది.

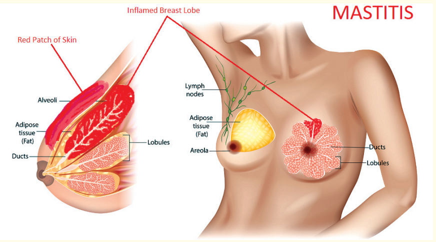
2వ పేజీలో... బాలింతగా ఉన్నప్పుడు ఒంట్లో నలతా..?
3వ పేజీలో... కొలెస్ట్రాల్ చేరితే గండమే హార్మోన్ల అసమతుల్యత
4వ పేజీలో... కళ్లు దురదా...? స్వల్పమని సర్దిచెప్పవద్దు
5వ పేజీలో... ప్రశ్నా - సమాధానం చుండ్రు సమస్య
6వ పేజీలో... సంక్షిప్త సమాచారం

బాలింతగా ఉన్నప్పుడు స్థనాలలో జరిగే సహజ ప్రక్రియ

డా॥ వి. సీతాలక్ష్మి
ప్రొఫెసర్
కాన్పులు మరియు గర్భకోశ వ్యాధుల చికిత్సా విభాగం
నారాయణ హాస్పిటల్

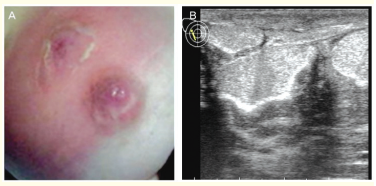
ఆడపిల్ల యవ్వనదశకు చేరుకునే సరికి స్తనాలు పెరగడం జరుగుతుంది. బహిష్టు ఆరంభమైన 2-3 సంవత్సరాలు ఇది జరుగుతుంది. చనుమొనల నుంచి క్షీర వాహికలు శాఖోపశాఖలుగా విస్తరించి, కొవ్వులో నిక్షిప్తమై ఉంటాయి. ప్రసవానికి 2-3 నెలల ముందు స్తనాలలో పాల ఉత్పత్తి ప్రారంభమవుతుంది. ఈ దశలో ఈస్ట్రోజన్, ప్రొజెస్టిరాన్ హార్మోను స్థాయిలు తగ్గిపోతాయి. దానితో మెదడులోని హైపోథాలమస్, తన అడుగు భాగంలో ఉండే పిట్యూటరీ గ్రంధిని 'ప్రొలాక్టిన్' హార్మోను ఉత్పత్తికి ప్రేరేపిస్తుంది. ఈ హార్మోను స్తనాలలో పాల ఉత్పత్తికి దోహదపడుతుంది. కాన్పు అయిన తరువాత మొదటి రోజులలో లభించే తల్లిపాలలో ఆరోగ్య రక్షకమైన 'యాంటీబాడీస్' బిడ్డకు లభిస్తాయి.

కాన్పయిన తరువాత శిశువులు పాలు చీకడం మొదలు పెట్టిన కొన్ని సెకన్లలోనే పాల ఉత్పత్తి ప్రారంభమౌతుంది. ఈ సంఘటనలో హైపోథాలమస్ పాత్ర అనల్పం ! పాలిచ్చే తల్లులకు సాధారణంగా ఎదురయ్యే సమస్య స్తనాలలో క్షీర వాహికలు ఇన్ఫెక్షన్‌కు గురికావడం.



దీనినే 'మాస్టైటిస్' అంటారు. పాలు తాగే సమయంలో బిడ్డ నోటిలోని సూక్ష్మజీవుల ద్వారా తల్లికి సంక్రమించే అతి సామాన్యమైన వ్యాధి ఇది. బాధాకరమైన వ్యాధి. స్తనాలు వాచి ఎర్రబారి ఉంటాయి. గట్టిబడతాయి. చలితో జ్వరం కూడా రావచ్చు. బాధగా ఉన్నది కదా అని పాలు ఇవ్వడం మానడం మాత్రం మంచిది కాదు. ముందుగా ఇన్ఫెక్షన్ లేని స్తనంలోని పాలివ్వటం ఉత్తమం. ఆకలి మూలంగా బిడ్డ ఆ స్తనంలోని పాలు గట్టిగా ప్రయత్నించి తాగడం జరుగుతంది. వాపు ఉన్న స్తనంలోని పాలు బిడ్డ తాగాల్సి వస్తే పంపుతో పాలు తీయడం మంచిదే. ఇన్ఫెక్షన్ తగ్గినట్లయితే గడ్డ ఏర్పడుతుంది. గడ్డలో చీము చేరి, అది మందుల ద్వారా తగ్గనట్లయితే ఆ ప్రాంతంలో గంటు పెట్టి చీము బయటకు వచ్చేయటానికి వీలు కల్పించవలసి ఉంటుంది.

మరికొన్ని బ్రెస్ట్ సమస్యలు : ప్రసవం తరువాత కొందరు మహిళలకు బ్రెస్ట్ సమస్యలు ఎదురవుతాయి. వీరికి బ్రెస్ట్‌లో నొప్పులు ఏర్పడతాయి. ఇటువంటి వారు వెంటనే డాక్టరును సంప్రదించి, వైద్యం చేయించుకోవాలి. బ్రెస్ట్‌లో నొప్పి ఎక్కువగా ఉంటే పెయిన్ కిల్లర్స్ వాడాల్సి ఉంటుంది. కొన్నిసార్లు బ్రెస్ట్ చుట్టూ అల్సర్లు ఏర్పడి నొప్పి రావచ్చు. దీనివల్ల శిశువుకు పాలిచ్చేటప్పుడు నొప్పి కలుగుతుంది. దీంతో కొన్నిసార్లు జ్వరం కూడా వస్తుంది. ఇటువంటి వారికి బ్రెస్ట్ నొప్పి నివారణకు క్రీమ్ రాసుకోవడం, మందులు వాడాల్సి ఉంటుంది. అల్సర్‌లు ఎక్కువ రోజులు ఉంటే క్యాన్సర్ పరీక్షలు సైతం చేయించుకోవాల్సి ఉంటుంది. బ్రెస్ట్ సమస్యల్లో అక్యూర్డ్ మాస్టైటిస్ ఒకటి. దీనివల్ల ఒళ్లునొప్పులు బ్రెస్ట్ ఎర్రగా కావడం, ముట్టుకుంటే నొప్పి కలగడం జరుగుతుంది. ఈ సందర్భంగా ఏర్పడే రిట్రాచ్ నిప్పల్, క్రాక్ నిప్పల్ సమస్యలు ఉంటే వెంటనే గైనకాలజిస్ట్ చే వైద్యం చేయించుకోవాలి. వీరికి యాంటిబయాటిక్స్ ఇస్తారు. కొందరు మహిళలకు బ్రెస్ట్‌లో పాలు గడ్డకట్టడం సంభవిస్తుంది. ఇటువంటి వారికి ఎక్స్‌ట్రా మిల్క్‌ను ఎప్పటికప్పుడు తీసేయాలి. కొందరికి బ్రెస్ట్ సమస్య వల్ల పాలు తక్కువగా వస్తాయి. హై ఫీవర్ వుంటుంది. బీపీ ఉన్న వాళ్లు, రక్తం తక్కువగా ఉన్నవాళ్లు, ఎక్కువ వయస్సు ఉన్నవాళ్లు, డిప్రెషన్‌తో బాధపడుతున్న వారికి బ్రెస్ట్ సమస్యలు ఏర్పడతాయి. పాలు రానివారికి, తక్కువగా వస్తున్న వారికి, సైకలాజికల్‌గా వారిని ప్రిపేర్ చేయాలి. శిశువును ఎల్లప్పుడు తల్లి పక్కనే ఉంచడం మంచిది. తల్లిపాల సమస్య ఉంటే సరైన పోషకాహారం, విశ్రాంతి అవసరమన్న విషయం గమనించాలి. ఇక పాలు ఎక్కువగా రావడానికి ప్రత్యేకంగా ఎటువంటి మందులు లేవన్న విషయ తెలుసుకోవాలి.



ఒంట్లో నలతా..?

లక్షణాలను పసిగడితే రోగాన్ని నివారించవచ్చు

డా॥ వి. మహేష్
అసోసియేట్ ప్రొఫెసర్
జనరల్ మెడిసిన్ విభాగం
నారాయణ హాస్పిటల్

మనకి ఏ హెల్త్ ప్రాబ్లమ్స్ వచ్చినా ముందుగా మన బాడీ చెబుతుంటుంది... అందుకు కొన్ని లక్షణాలను చూపిస్తుంటుంది. కానీ, వాటిని మనం అంతగా పట్టించుకోం... ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం అని అందరికీ తెలిసిందే అలాంటి ఆరోగ్యం విషయంలో ఎప్పటికప్పుడు తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. ఎందుకంటే ఆరోగ్యాన్ని ఒకసారి కోల్పోతే తిరిగి కోలుకోవడం చాలా కష్టం. చాలా సార్లు మన అవయవాలు మన శరీర ఆరోగ్యం కోసం ఎన్నో విషయాలు చెబుతుంటాయి. అవి ఖచ్చితంగా అందరూ గమనించాల్సిందే.. ఇందుకోసం మీ శరీరంలో ఏమైనా మార్పులు జరుగుతున్నాయో మీరు గమనిస్తూ ఉండాలి. ఎందుకంటే మీ ఆరోగ్యం గురించి అందరికంటే మీకే బాగా తెలుసు. శరీర అవయవాల్లో కనిపించే కొన్ని సంకేతాలు మన ఆరోగ్యం గురించి తెలియజేస్తాయి. వీటి ఆధారంగా మనం ఆరోగ్యంగా ఉన్నామా ? లేదా అనే విషయాన్ని సులువుగా తెలుసుకోవచ్చు.

ఛాతి నొప్పి :

సాధారణంగా ప్రతి ఒక్కరిలో కనిపిస్తుంది. భుజాల నుండి కడుపు వరకు ఛాతి నొప్పి అనిపిస్తే దీన్ని సీరియస్‌గా తీసుకోవాలి. చాలా సందర్భాలలో దీనికి మనం ఖచ్చితమైన కారణాన్ని గుర్తించలేకపోతున్నాం. ఛాతి నొప్పి

తో బాధపడటానికి 30కి పైగా కారణాలున్నాయి. ఛాతి నొప్పి కొన్నిసార్లు జీర్ణ సమస్యల వల్ల రావొచ్చు. లేదా.. గుండె సమస్యగా కూడా ఉండొచ్చు. కాబట్టి ఖచ్చితంగా జాగ్రత్త తీసుకోవాలి. ఛాతిలో కలిగే నొప్పి గురించి చాలామంది శ్రద్ధ తీసుకోరు. రిస్క్ తీసుకోకండి, మీరు ఊపిరి, అలసట, చెమటలు, పల్స్ పడిపోవడం వంటి సమస్యలు ఎదుర్కొంటుంటే ఖచ్చితంగా వైద్యులను సంప్రదించడం మంచిది.

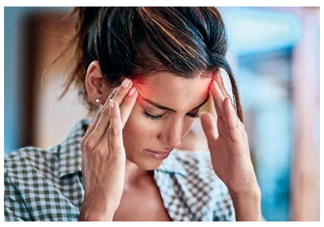
అలసట :

కొంతమంది త్వరగా అలసిపోతుంటారు. అయితే రోజులో ఏ సమయంలోనైనా ఎవరైనా అలసిపోవచ్చు. కానీ తరచుగా అలసటకు గురవుతుంటే దానికి ఖచ్చితంగా ఒక కారణం ఉంటుంది. నిద్రలేకపోయిన, వారంలో బిజీగా ఉ

న్నా లేదా ఏదో ఒక విషయం గురించి ఒత్తిడికి గురవుతారు. మీరు తరచుగా అలటకు గురవుతుంటే మీ బాడీలో ఏదో సమస్య మొదలవుతుందని సంకేతం. దీనికి కారణం పోషక అసమతుల్యత, థైరాయిడ్ సమస్య కావొచ్చు. కాబట్టి తరచుగా మీకు అలసటగా అనిపిస్తే ఖచ్చితంగా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి.

తలనొప్పి :

దీనికి అనేక కారణాలు ఉంటాయి. అయితే ఈ సమస్య కూడా తరచుగా వస్తుంటే.. మీకు



ఏదో చెప్పడానికి ప్రయత్నిస్తుంది. అయితే ఇలాంటి సమయంలో చాలా మంది ఏవేవో బామ్స్, ట్యాబ్లెట్స్ తీసుకుని అప్పటికి పరిష్కారం చూస్తారు. కానీ ఇది మంచిది కాదు. తరచుగా సమస్య ఉంటే కారణం ఎంటో తెలుసుకోవాలి. తలనొప్పి తగ్గటానికి పుష్కలంగా నీరు త్రాగటం చేయాలి. అదేవిధంగా మీకు తలనొప్పి ఎక్కువసార్లు వస్తే అప్పుడు జాగ్రత్తలు తీసుకోండి. డీహైడ్రేషన్, పోషక లోపాలు, నిద్రలేకపోవడం, ఒత్తిడి వంటి ఇతర కారణాలు కూడా కావచ్చు.

బరువు తగ్గడం :

బరువు తగ్గడానికి కష్టపడే వారికి ఈ సమస్య పెద్ద సమస్యలా అనిపించకపోవచ్చు. అయితే ఇది తీవ్రమైన ఆరోగ్య సమస్యకు సంకేతం. మీరు బరువు తగ్గడానికి ప్రయత్నం చేయనపుడు కూడా బరువు తగ్గుతున్నారంటే మీరు తప్పకుండా వైద్యుడి వద్దకు వెళ్లాల్సిందే. బరువు తగ్గడానికి డయాబెటిస్, క్యాన్సర్, వైరల్ ఇన్ఫెక్షన్, ప్రేగు వ్యాధి ఇలా ఎన్నో అనారోగ్యాలని సూచిస్తుంది. ఒకవేళ మీరు బరువు తగ్గాలని ప్రయత్నించకుండా బరువు తగ్గున్నారంటే ఖచ్చితంగా వైద్యులను సంప్రదించడం మంచిది.

మచ్చలు ఏర్పడడం :

మీ శరీరంపై అనేక కారణాల వల్ల మచ్చలు ఏర్పడతాయి. అయితే అన్ని మచ్చల విషయంలో మీరు డాక్టర్‌ని సంప్రదించాల్సిన అవసరం లేదు. ఒక వేళ ఆ మచ్చ అప్పుడు వచ్చినా.. రంగు మారుతున్నా.. వైద్యుడిని సంప్రదించాలి. గోధుమ రంగులో ఉండే వింత ప్రదేశం మెలనోమాను కలిగి ఉండొచ్చు.

జుట్టు రాలడం :

పురుషుల్లో జుట్టు రాలటం పెద్ద సమస్యే. అదే స్త్రీలలో అయితే ఇది సాధారణమేనని చెప్పవచ్చు. అయితే మీరు సాధారం కంటే ఎక్కువ జుట్టుని కోల్పోతుంటే, మునుపటి కంటే జుట్టు చాలా పలుచగా అనిపిస్తే ఆ సమయంలో జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. జుట్టు రాలడం అనేది ఆటోఇమ్యూన్, పోషక లోపంతో సహా అనేక విషయాలను సూచిస్తుంది. అదేవిధంగా మీ జుట్టును గట్టిగా వేసుకోవడం అలాగే ఎక్కువగా రసాయనాలు ఉన్న ఉత్పత్తులను ఉపయోగించడం వంటివి కూడా జుట్టు పలచబడటానికి కారణంగా మారొచ్చు.

గురక :

గురక అనేది సాధారణ సమస్య ఈ సమస్యతో చాలామంది బాధపడుతుంటారు. గురక పెడుతుంటే మీరు హాయిగా నిద్రపోతున్నారు అనుకుంటారు. ఇది

అనారోగ్య సమస్యలను సూచిస్తుందని చెప్పొచ్చు. గురక గుండె జబ్బులను సూచిస్తుంది. అయితే అలసట మీ శరీరానికి అభించే ఆక్సిజన్ మొత్తాన్ని తగ్గిస్తుంది. దీనికి స్లీప్‌అప్నియా కారణం కావొచ్చు. కాబట్టి వైద్యుడిని సంప్రదించి కారణం తెలుసుకుని చికిత్స పొందడం ఉత్తమం.

చర్మ సమస్యలు :

చర్మం అనేది మీ శరీరంలో అతి పెద్ద అవయవం అని మీకు

తరువాయి 3వ పేజీలో..

రక్తనాళాల్లో కొలెస్ట్రాల్ చేరితే
గుండెకు గండమే

కరొనరీ ఆర్టెరీ హార్ట్‌డిసీజ్ అంటే ఏమిటి ?

డా॥ కె. తిలక్ కుమార్ రెడ్డి
ఇంటర్వెన్షనల్ కార్డియాలజిస్ట్
కార్డియాలజీ విభాగం
నారాయణ హాస్పిటల్

మన శరీరంలోని ప్రతి అవయవానికి రక్తం సరఫరా చేయడానికి కొన్ని ప్రత్యేక రక్త నాళాలు ఉంటాయి. వాటి ద్వారా ఆయా అవయవాలకి రక్తప్రసరణ జరుగుతుంది. రక్తం ద్వారానే ఆహారం, ఆక్సిజన్ సరఫరా అన్ని కణాలకు జరుగుతుంది. రక్తం చేరని ప్రాంతానికి ఇవి చేరక ఇబ్బంది పడతాం. రక్తం అంతా గుండె ద్వారా ఇతర అవయవాలకు చేరుతున్నా, గుండె తనకు రక్తం సరఫరా చేసే నాళాలైన 'కరొనరీ ఆర్టెరీ' శాఖల ద్వారా వచ్చే రక్తాన్నే తనకోసం ఉపయోగించుకుంటుంది. ఈ కరొనరీ ఆర్టెరీ శాఖలలో అడ్డంకులు ఏర్పడితే గుండె కండరాలకు రక్తం సరిగా సరఫరా కాదు. దాంతో కండరాలు నీరసించి గుండె కొట్టుకోవడం కష్టమవుతుంది. గుండె రక్తనాళాలైన కరొనరీ ఆర్టెరీ శాఖలలో 'ఎథిరోస్క్లిరోసిస్' తో పూడుకుపోవడం జరిగి తద్వారా గుండె రక్తప్రసరణ తగ్గడాన్ని కరొనరీ ఆర్టెరీ డిసీజ్ అంటారు. గుండె రక్తనాళాల్లో ఈ మార్పులు ఎలా వస్తాయంటే ముందు కొవ్వు కొద్దికొద్దిగా రక్తనాళాలలోపలి వైపు పేరుకుపోతుంది. ఆ తరువాత లిపిడ్, ఫైబర్ కూడా పేరుకుపోయి గట్టిపడతాయి. ఇవి సాధారణంగా రక్తనాళాలు మలుపు తిరిగేచోట గానీ, చీలే చోటగానీ ఏర్పడతాయి.

ఈ ఫ్లేక్స్ రకరకాలుగా ఉంటాయి.

కొన్ని కొవ్వు కణాలతో పెద్దగా ఏర్పడి నన్నటి క్యాప్ కప్పినట్లు పెరుగుతాయి. ఇవి చిదిమిపోవచ్చు. ఇలా రక్తనాళాల్లో అడ్డంకులు ఏర్పడతాయి. పూర్తిగా రక్తనాళాల్లో అడ్డంకులు ఏర్పడి 'మయోకార్డియల్ ఇన్‌ఫెన్' ఏర్పడవచ్చు. మరికొన్ని సందర్భాల్లో ఈ ప్లేకు ఫైబ్రస్ ఫ్లేక్ అవుతాయి. ఆర్టరీ శాఖలలో విస్తరిస్తాయి. ఈ విధంగా కరొనరీ ఆర్టెరీలో కొవ్వు 50 శాతం కన్నా ఎక్కువ పేరుకుపోతే అక్కడి నుంచి రక్త సరఫరా తగ్గి ఆ ప్రాంతంలో గుండె కండరాలు దెబ్బతింటాయి. అంతకన్నా ఇంకా ఎక్కువ పేరుకుపోతే గుండె కండరాలు ఇంకా ఎక్కువ దెబ్బతినే అవకాశం ఉంది. కాబట్టి ఇలా కరొనరీ ఆర్టెరీ డిసీజ్‌లు వస్తాయి. దీన్ని ప్రారంభదశలో గుర్తించి, దీనికి తీసుకోవలసిన జాగ్రత్తలు

తీసుకోవడం మంచిది. మామూలు వారి కన్నా పొగత్రాగే వారిలో కరొనరీ హార్ట్ డిసీజ్ వచ్చే రిస్క్ రెండు నుంచి మూడు రెట్లు ఎక్కువ. పొగత్రాగడం మానేస్తే ఈ రిస్క్ కూడా క్రమంగా తగ్గుతుంది. కాబట్టి ధూమపానం అలవాటు ఉంటే మానుకోవడం మంచిది.

కరొనరీ హార్ట్ డిసీజ్ కి మరో రిస్క్ కొలెస్ట్రాల్ పెరగడం.

కొలెస్ట్రాల్ వల్ల ఈ జబ్బు వచ్చే అవకాశాలు ఎక్కువ. మన శరీరంలో లోడెన్సిటీ లైపోప్రొటీన్ (ఎల్.డి.ఎల్) తక్కువగా ఉండాలి. రక్షణ కల్పించే హై డెన్సిటీ లైపోప్రొటీన్ (హెచ్.డి.ఎల్) ఎక్కువగా ఉండాలి. అలా కాకుండా ఎల్‌డిఎల్ పెరిగినా, హెచ్‌డిఎల్ తగ్గినా కూడా రిస్క్ ఎక్కువే ! ట్రైగ్లిజరైడ్స్ ఎక్కువై వాటితోపాటు ఎల్‌డిఎల్ పెరిగి హెచ్‌డిఎల్ తగ్గడంతో రిస్క్ ఎక్కువవుతుంది. మగవాళ్ల కన్నా ఆడవాళ్లు ఎక్కువ కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిని తట్టుకోగలరు. ఎందుకంటే బహిష్టు ఆగే వరకు ప్రత్యేక హార్మోన్లు రక్షణ ఉంటుంది. ***ఈ కొలెస్ట్రాల్ పెరగడానికి రెండు ప్రత్యేక కారణాలున్నాయి. 1. వంశపారంపర్యంగా వచ్చేవి. 2. ఆహారం ద్వారా వచ్చేవి. చిన్న వయస్సులో కూడా కొన్ని జీన్స్ దెబ్బతినడం వల్ల వంశపారంపర్యంగా 'హైపర్-లిపిడిమియా' బారినపడుతుంటారు. దీంతో కరొనరీ హార్ట్ డిసీజ్ చిన్న వయస్సులోనే వచ్చే రిస్క్ ఉంది. 'సేచురేటెడ్' ఫాట్స్ ఎక్కువ తీసుకుంటే కొలెస్ట్రాల్ పెరిగే అవకాశం ఎక్కువ.*** అధిక బరువు, డయాబెటిస్, అధిక రక్తపోటు వల్ల కూడా గుండె రక్తనాళాల్లో కొవ్వు పేరుకుపోతుంది. డయాబెటిస్ ఉన్న వారిలో ఎథిరోస్క్లిరోసిస్‌తో గుండె రక్తనాళాలు మూసుకుపోయే రిస్క్ ఎక్కువ. అధిక రక్తపోటు వల్ల కరొనరీ డిసీజస్ ఎక్కువ. రక్తపోటును తగ్గిస్తే ఆ రిస్క్ తగ్గుతుంది. ఊబకాయం గుండె జబ్బులు రావడానికి ప్రధాన కారణంగా గుర్తించారు. ఊబకాయాల వల్ల కొలెస్ట్రాల్ పెరుగుతుంది. కాబట్టి బాడీ మాస్ ఇండెక్స్ చెప్పినదాని కన్నా ఎక్కువ బరువు ఉండకుండా చూడటం అవసరం.

మానసిక ఒత్తిడి కూడా కరొనరీ హార్ట్ డిసీజ్ రిస్క్‌ల్లో ఒకటి

టైప్-ఎ పర్సనాల్టీలో ఒత్తిడి ఎక్కువ. దీనితో వాళ్లకి కరొనరీ హార్ట్ డిసీజెస్ వచ్చే అవకాశం ఎక్కువ. టైప్-ఎ పర్సనాల్టీ ఉన్న వాళ్లలో పోటీతత్వం ఎక్కువ. వాళ్లు అనుకున్న పని పూర్తి కాకపోతే తీవ్ర ఒత్తిడికి గురవుతారు. యోగ, మెంటల్ రిలాక్సేషన్‌లతో కరొనరీ హార్ట్ డిసీజెస్ వచ్చే రిస్క్ తగ్గుతుంది.

అవయవాలకు సహకరిస్తూ...
ఆరోగ్యాన్ని సంరక్షించే హార్మోన్లు

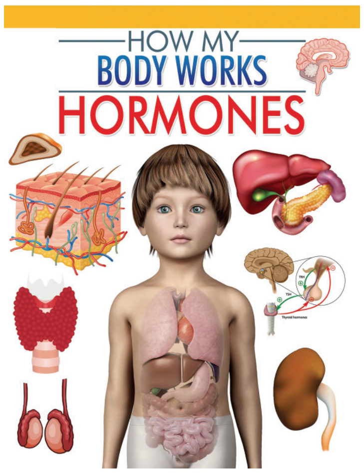
హార్మోన్ల అసమతుల్యత - అవగాహన

డా॥ టి. సునంద
అసోసియేట్ ప్రొఫెసర్
ఎండోక్రైనాలజీ విభాగం
నారాయణ హాస్పిటల్

మానవ శరీరంలోని హార్మోన్ల సాధారణ స్థాయిలలో కలిగే కల్లోలాన్ని "హార్మోన్ల అసమతుల్యత" అంటారు. హార్మోన్లు అనేవి మన శరీరంలోని ఎండోక్రైన్ గ్రంథులు స్రవించే రసాయనాలు. ఈ రసాయనాలు మన రక్తప్రసరణ ప్రవాహంలో ప్రయాణించి, అవయవాలకు సందేశాలను పంపి, తద్వారా ఆ అవయవాల పనులను నియంత్రించి, సమన్వయపరిచే విధిని నిర్వర్తిస్తాయి. హార్మోన్లలో అస్థిరత లేక హెచ్చుతగ్గులు అనేవి గర్భధారణ సమయంలో లేదా వయస్సు పెరగడం వంటి దశల్లో సహజంగా సంభవిస్తాయి. హార్మోన్ల అసమతుల్యత అనేది లింగం మరియు పర్యావరణ కారకాల ప్రకారం మారుతూ ఉంటుంది. శరీరంలో హార్మోన్ల అసమతుల్యత ఏర్పడినపుడు దానిపట్ల శ్రద్ధ వహించకపోతే అది భౌతిక మరియు మానసిక అసాధారణ పరిస్థితులకు దారితీయవచ్చు.

● **హార్మోన్ల అసమతుల్యత యొక్క ప్రధాన సంకేతాలు మరియు లక్షణాలు :**

అలసట, చెమట పట్టుట, ఆందోళనతో కూడిన భావాలు, చిరాకు, సంతానలేమి, చనుమొనల్లో ఉత్సర్గ, వేగంగా బరువు పెరగడం, పెద్దవారిలో (వయోజనుల్లో) మొటిమలు, బరువు తగ్గడం, క్రమ రహిత ఋతుచక్రాలు, జ్ఞాపకశక్తి లోపాలు, బలహీనమైన కండరాలు మరియు ఎముకలు, జుట్టు రాలుట, నిద్రలేమి, వేడి సెగలు వేడి ఆవిరిలు, కుంగుబాటు (డిప్రెషన్), చేతులు మరియు కాళ్ళు చల్లబడటం, మానసిక కల్లోలం, విరేచనాలు లేక మలబద్దకం వంటి సమస్యలు,



హార్మోన్ల అసమతుల్యత ఏర్పడ్డప్పుడు హృదయ స్పందన రేటులో మార్పులు, రక్తపోటు మరియు రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలల్లో మార్పులు కూడా మనం చూడవచ్చు.

● **హార్మోన్ల అసమతుల్యతకు ప్రధాన కారణాలు :**

ఒత్తిడి, దీర్ఘకాలంపాటు అలసటతో కూడిన జబ్బు లక్షణాలు, జన్యు మార్పులు, స్టిరాయిడ్స్ వంటి కొన్ని మందులు, ఋతుక్రమం ఆగిపోవడం (మెనోపాజ్), నెలసరి ఆగిపోవడం, గర్భనిరోధక మాత్రలు, ఆటో ఇమ్యూన్ పరిస్థితులు (రోగ నిరోధకాల పొరబాటు చర్యలు), అనుచితమైన ఆహారం, థైరాయిడ్ గ్రంథికి సంబంధించిన సమస్యలు – హైపర్ లేదా హైపో థైరాయిడిజం, కొన్ని అలర్జీలు, పాలిసిస్టిక్ ఓవరి వ్యాధి, పిట్యూటరీ గ్రంథి గడ్డ (ప్రోలాక్టినోమా), కొన్ని గ్రంథులు (పిట్యూటరీ, థైరాయిడ్, అండాశయాలు, వృషణాలు, అడ్రినల్స్, హైపోథాలమస్ మరియు పారా థైరాయిడ్) అతిగా గానీ లేదా చాలా మందంగా గానీ పనిచేయడం వంటి వైద్య పరిస్థితులు.

● **హార్మోన్ల అసమతుల్యత నిర్ధారణ :**

వివరణాత్మక చరిత్ర తీసుకోవడం మరియు భౌతిక పరీక్షల తోపాటు హార్మోన్ స్థాయిలలో అసమతుల్యత సాధారణంగా రక్త పరీక్షల ఫలితాలను అంచనావేయడం ద్వారా నిర్ధారణ చేయబడుతుంది. టెస్టోస్టెరాన్ మరియు ఈస్ట్రోజన్ వంటి లైంగిక హార్మోన్ల స్థాయిలను గుర్తించడం కోసం పరీక్షలు, అల్ట్రాసౌండ్ లేదా ఎమ్మారై వంటి పరీక్షల ద్వారా వ్యాధి నిర్ధారణ చేయవలసి ఉంటుంది. సమస్య తీవ్రతను బట్టి, తగు సూచనలు మరియు చికిత్స చేయడం జరుగుతుంది.

2వ పేజీ తరువాయి

ఒంట్లో నలతా..?

లక్షణాలను పసిగడితే.. రోగాన్ని నివారించవచ్చు

తెలుసా ? ఇది అనారోగ్య సమస్యల కారణంగా అనేక విధాలుగా

మారుతుంటుంది. మీకు మొటిమలు, దద్దుర్లు, తామర ఇతర చర్మ సమస్యలతో బాధపడుతుంటే మీ శరీరం మీకు ఏదో చెప్పడానికి ప్రయత్నిస్తుందని గ్రహించండి. శరీరం ఒత్తిడికి గురికావడం, మీరు పోషక లోపాలు లేదా అలెర్జీలతో బాధపడవచ్చు.

పెదవి పగుళ్లు :

సాధారణంగా అయితే చలికాలంలో పెదవులు ఎక్కువగా పగుళ్లకు గురవుతాయి. చలికాలంలోనే కాక మిగతా రోజులలో కూడా పెదాలు ఎక్కువగా పగులుతుంటాయి. చాలా మంది ఈ సమస్యను తగ్గించుకోవడానికి లిప్ బామ్ వాడుతుంటారు. అయితే ఎప్పుడైనా దీనికి కారణం ఏంటని ఆలోచించారా ? మీ పెదాల పగుళ్లకు ఖచ్చితంగా కారణం ఉంటుంది. సాధారణంగా ఇది మీకు బి-విటమిన్లు లేకపోవడానికి సంకేతం. ఇది రక్తహీనత సంబంధిత పరిస్థితులకు దారితీస్తుంది. అందుకే మీరు బి-12 ఎక్కువగా ఉండే ఆహారం తీసుకోవాలి.

దాహం :

మనిషికి జీవనాధారం నీరు ఆరోగ్యంగా జీవించడానికి రోజు నీరు త్రాగడం అవసరం. శరీరంలో రక్తానికి ఎంత ప్రాధాన్యత ఉందో

నీటికి అంతే ప్రాధాన్యత ఉంది. అందుకే చాలా మంది ఆరోగ్య నిపుణులు ఒక వ్యక్తి రోజుకి కనీసం రెండు లీటర్ల నీరు తాగాలని చెబుతుంటారు. సాధారణం కంటే ఎక్కువ తాగుతున్నారంటే ఏదో సమస్యకి సంకేతం అని చెప్పొచ్చు. కొంతమందికి దాహం ఎక్కువగా ఉంటుంది కానీ ఇది కొన్నిసార్లు అనేక ఆరోగ్య సమస్యలను సూచిస్తుందని గుర్తుపెట్టుకోవాలి. తరచుగా దాహం వేయడం గుండె, మూత్రపిండాల సమస్యలతోపాటు టైప్-2 డయాబెటిస్ వంటి సమస్యలకు సంకేతం. అందుకే ఇప్పటి నుంచి మీ నీటి వినియోగాన్ని పర్యవేక్షించండి. మీరు ఎక్కువగా నీరు తాగుతున్నట్లు అనిపిస్తే వెంటనే జనరల్ ఫిజీషియన్‌ను సంప్రదించండి.

కళ్లు దురదా? పదేపదే రుద్దకండి
సరైన చికిత్సతో సమస్య తీరుతుంది

అలర్జీ కావచ్చు, దురద కావచ్చు, అలవాటు కావచ్చు.... కారణమేదైనా తరచుగా, విపరీతంగా కళ్లు నులిమితే చాలా సమస్యలు మొదలవుతాయి. వీటిలో ముఖ్యంగా చెప్పుకోవాల్సింది కనుగుడ్డు మీద ఉండే పై పొర – కార్నియా అక్కడక్కడా బాగా పల్చబడిపోయి, సాగి బయటకు తోసుకురావటం! ఒకసారి ఈ సమస్య తలెత్తితే దాన్ని జాగ్రత్తగా నెగ్గుకురావటమే గానీ పూర్తిగా మళ్లీ తగ్గించటం చాలా కష్టం.అందుకే దీని గురించి అందరూ అవగాహన పెంచుకోవడం అవసరం.

డా॥ కుమార్ అమృత్
అసోసియేట్ ప్రొఫెసర్
కంటి వ్యాధుల చికిత్సా విభాగం
నారాయణ హాస్పిటల్

డా॥ కె. రమ్యదీప్తి
అసోసియేట్ ప్రొఫెసర్
కంటి వ్యాధుల చికిత్సా విభాగం
నారాయణ హాస్పిటల్

అలర్జీ మనకు సుపరిచితం కంటికి కూడా అలర్జీ వస్తుంది. కళ్లు దురద, నీరు కారటంతో మొదలయ్యే ఈ సమస్య కొందరిని విపరీతంగా నిరంతరం వేధిస్తుంటుంది. దురదను భరించలేక కళ్లు నలుపుకుంటూ తోసేసుకు తిరిగేస్తుంటారు గానీ దీనివల్ల తీవ్రమైన సమస్యలు తలెత్తే అవకాశం ఉందని గుర్తించడంలేదు. ముఖ్యంగా అలర్జీ కారణంగా కళ్లు విపరీతంగా రుద్దుతుండటం వలన కనుగుడ్డు మీద ఉండే 'కార్నియా' పొర బాగా పల్చగా తయారై అక్కడి నుంచి అది ముందుకు తోసుకొస్తూ... కెరటోకోనస్ అనే అనర్థం తలెత్తుతుంది. కంటి వైద్యులు చాలా తరచుగా చూసే సమస్య ఇది. అసలు పరిస్థితి ఇక్కడి వరకూ రాకుండా చూసుకోవటం ముఖ్యమైన అంశం. అలాగే ఒక వేళ కెరటోకోనస్ ఆరంభమైతే దీన్ని సత్వరమే గుర్తించి చికిత్స తీసుకోవటం ద్వారా పరిస్థితి మరింత ముదరకుండా చూసుకోవడం ముఖ్యం.

● **నిర్ధారించుకునేదెలా?**

కెరటోకోనస్ ఉందేవో అన్న అనుమానం బలంగా ఉన్నపుడు 'టోపోగ్రఫీ' అనే పరీక్ష చేస్తారు. దీనిలో గుండ్రంగా ఉండాల్సిన కార్నియా వంపు మారిందా? ఎక్కడ ఎలా ఉందన్నది క్షుణ్ణంగా పరీక్షిస్తారు. కెరటోకోనస్ తొలిదశలో ఉన్నపుడు సాధారణంగా కనుగుడ్డు కింది అర్ధభాగంలో ముందుకు తోసుకొచ్చినట్టు స్పష్టంగా కనబడుతుంది. కొంచెం ముదిరితే... కంటి వైద్యులు సాధారణంగా చేసే 'స్లిట్‌ల్యాంప్' పరీక్షలోనే కార్నియా పొర పలచబడినట్టు కనబడటం, కార్నియా మీద నాడులు ప్రముఖంగా కనబడటం, బయటకు తోసుకొస్తున్నచోట ఆ చుట్టూ ఒక రింగ్ లా కనబడటం, మచ్చలు రావటం... వంటి లక్షణాలు కనబడతాయి. 'కెరటోమెట్రీ' అనే పరీక్షలో కార్నియా వంపు ఎక్కడెక్కడ ఎంత ఉందో స్పష్టంగా తెలుస్తుంది. టోపోగ్రఫీలోనే ఇప్పుడు 'అబ్‌స్కాన్' అనే కొత్తపద్ధతి వచ్చింది. దీనిలో మొత్తం వివరాలన్నీ తెలుస్తాయి. ఈ మూడింటిని బట్టి కెరటోకోనస్ అని నిర్ధారిస్తారు.

● **చికిత్స :** అలర్జీ ఉంటే దానికి చికిత్స చేసి తగ్గిస్తూనే ముందు చూపు చక్కబడేందుకు అద్దాలు ఇస్తారు. సిలిండ్రికల్ పవర్ మరీ ఎక్కువగా ఉంటే దృష్టిని సరిచేయటానికి 'కాంటాక్ట్ లెన్సులు' ఇస్తారు. దీనిలో కూడా సాఫ్ట్‌లెన్స్‌లతో ఉపయోగం ఉండదు. హార్డ్ లెన్స్‌లు అవసరంగానీ వాటితో ఇతరత్రా సమస్యలు రావొచ్చు. పిగ్గీబ్యాక్ లెన్సులు, స్క్లీరల్ లెన్సులు, వస్తున్నాయి వీటితో ప్రయోజనం అధికమేగానీ ఇవి కొంచెం ఖరీదైనవి.

● **సర్జరీ :** కార్నియా నుంచి తోసుకొచ్చిన ఉబ్బు భాగాన్ని సరిచేసేందుకు లోపల రింగ్ అమర్చే విధానం ఉంది. దీంతో చూపు మెరుగవుతుంది. దీనిపై కాంటాక్టు లెన్సులు పెట్టుకోవడం కూడా తేలకవుతుంది. మరీ ఎక్కువగా పొడుచుకొస్తే మాత్రం కార్నియా మార్పిడి సర్జరీ చేయాల్సి వస్తుంది. ఇటీవలి కాలంలో ఈ సర్జరీలో మొత్తం కార్నియా అంతా మార్చకుండా కొంత భాగమే మార్పిడి చేసే 'డీఎల్‌కేపీ' తరహా ఆధునిక పద్ధతులు వచ్చాయి. ఫలితాలు బాగుంటున్నాయి.

మొత్తం మీద పరిస్థితి ఇక్కడ వరకూ రాకుండా చూసుకోవటం, కన్నును నలపకుండా, అలర్జీ తగ్గటానికి చికిత్స తీసుకోవడం ఉత్తమం.

పక్షవాతం

స్వల్పమని సర్దిచెప్పవద్దు తక్షణమే స్పందించాలి

డా॥ ఎన్.ఎస్ సంపత్ కుమార్
ప్రొఫెసర్ & హెచ్‌వోడి
న్యూరాలజి విభాగం
నారాయణ హాస్పిటల్

శరీరంలో ఒక పక్క మొద్దుబారటం, మాట తడబడటం, చూపు దెబ్బతినటం వంటి లక్షణాలు కొందరిలో హఠాత్తుగా కనిపించి, కొద్దిసేపట్లోనే మాయమవుతుంటాయి. చాలా మంది వీటిని పెద్దగా పట్టించుకోకుండా వదిలేస్తుంటారు. ఏదో కొద్దిసేపు కనిపించి పోయాయిలే అని సరిపెట్టుకుంటారు. కానీ ఇలాంటి స్వల్పపక్షవాతం (టి.ఐ.ఎ) లక్షణాలను ఏ మాత్రం నిర్లక్ష్యం చేయడటానికి వీల్లేదని పరిశోధకులు హెచ్చరిస్తున్నారు. వెంటనే కారణాలు గుర్తించి చికిత్స తీసుకోవడం తప్పనిసరని సూచిస్తున్నారు. ఎందుకంటే టిఐఏ ముున్ముందు భారీ పక్షవాతం రావొచ్చనటానికి సూచన మాత్రమే కాదు. ఇది జీవన కాలాన్నీ గణనీయంగా తగ్గిస్తున్నట్టు తాజాగా నిర్ధారణ అయ్యింది.

పక్షవాతంలో కనిపించే లక్షణాలే టిఐఏ లోనూ కనిపిస్తాయి. కానీ అవి కొందరిలో కొన్ని నిమిషా సేపే ఉంటే... మరికొందరిలో కొన్ని గంటలపాటు ఉండిపోతుంటాయి. వీరిలో 40% మందికి నిజమైన పక్షవాతం వచ్చే ప్రమాదం ఉండగా ... సగం మందికి టిఐఏ లక్షణాలు కనిపించిన రెండురోజుల్లోనే పక్షవాతం ముంచుకొచ్చే అవకాశం ఉంది. మామూలు ప్రజల అయుర్ధాయంతో పోలిస్తే టిఐఏ బారినపడ్డవారిలో 20% మంది ముందుగానే చనిపోతున్నట్టు బయటపడింది. కాబట్టి నడవటంలో ఇబ్బంది, మగత, నియంత్రణ కోల్పోవటం, చూపు దెబ్బతినటం, తికమకపడటం, మాటల్లో తడబాటు, వంటి లక్షణాలు హఠాత్తుగా కనిపిస్తే వెంటనే డాక్టరుకు చూపించుకోవడం మేలు. పక్షవాతం ముప్పు ఏమైనా ఉందేమోనని తెలుసుకోవటం తప్పనిసరి. ఈ సమయంలోనే తగు జాగ్రత్తలు తీసుకుంటే దాన్ని నివారించుకునే అవకాశమూ ఉంది.

లక్షణాలేంటి ?

- **ముఖం, చేయి లేదా కాలు... ముఖ్యంగా శరీరానికి ఒక వైపున మొద్దుబారటం, బలహీనం కావటం.**
- **మాట్లాడటంలో, అర్థం చేసుకోవడంలో ఇబ్బంది.**
- **ప్రతి విషయంలోనూ తికమకపడటం.**
- **ఒక కంటిలోగానీ రెండు కళ్లలోగానీ చూపు దెబ్బతినటం.**
- **శరీరం పట్టుతప్పి తూలిపోవడం.**

ఇలాంటి లక్షణాలు ఒకట్రెండు కనబడినా తక్షణం జాగ్రత్త పడటం మంచిది. ఎందుకంటే వీరికి టిఐఏ వచ్చిందో, పక్షవాతం వచ్చిందో చెప్పటం కష్టం. స్వల్ప పక్షవాతంలో లక్షణాలు త్వరగా తగ్గిపోయినా మెదడు దెబ్బతిని ఉండొచ్చు. ఒకవేళ పక్షవాతమే అయితే లక్షణాలు కనిపించిన తొలి మూడు గంటల్లోనే చికిత్స మొదలు పెట్టడం తప్పనిసరి. అప్పుడే మంచి ఫలితం కనబడుతుంది. అందువల్ల తాత్సారం చేయకుండా వెంటనే దగ్గర్లోని ఆసుపత్రికి వెళ్లటం ముఖ్యం.

కొత్త బలగం...!

వివిధ ప్రాంతాలనుండి పలు ఆరోగ్య సమస్యలతో వచ్చు వ్యాధి గ్రస్తులకు వైద్య చికిత్సలందించి ఆరోగ్యంగా జీవించేలా... మానసికంగా ఎదిగేలా సంసిద్ధం చేసే నిపుణులైన వైద్య బృందం నారాయణ సొంతం. అదే సంకల్పబలంతో మరెన్నో పరిపుష్టమైన వైద్యసేవలు అందించేందుకు ఆరోగ్యవంతులుగా నిపిపేందుకు విచ్చేసిన వైద్య నిపుణులకు శుభాకాంక్షలు..

డా॥ జి. విద్యాసాగర్
ఎండోస్కోపిక్ న్యూరో సర్జన్
న్యూరో సర్జరీ విభాగం

డా॥ సి.వి. అఖిల
ప్లాస్టిక్ & రీకన్‌స్ట్రక్టివ్ సర్జన్
ప్లాస్టిక్ సర్జరీ విభాగం

డా॥ జి. స్వాతి
అసిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్
అనస్థీషియా విభాగం

డా॥ కె. కశ్యప్
సీనియర్ రెసిడెంట్
జనరల్ సర్జరీ విభాగం

డా॥ యం. అనూష
సీనియర్ రెసిడెంట్
జనరల్ సర్జరీ విభాగం

డా॥ జి. రంగస్వామి
సీనియర్ రెసిడెంట్
జనరల్ సర్జరీ విభాగం

డా॥ సుధా సాయి భవ్య
సీనియర్ రెసిడెంట్
జనరల్ మెడిసిన్ విభాగం

ప్రశ్న - సమాధానం

అవగాహన

ప్ర : మడమ నొప్పి ఎందుకు వస్తుంది ?

జ : ప్రస్తుత కాలంలో మారిన జీవనశైలిని అలవర్చుకోలేక చాలా మంది మడమనొప్పితో బాధపడుతున్నారు. దీనికి కారణం సరైన పోషకాహారం తీసుకోకపోవడం, ఊబకాయం తోడై మడమ నొప్పిని అతి చిన్న వయస్సులోనే ఎదుర్కొంటున్నారు. నిత్య జీవితంలో ప్రతి కదలిక మడిమలోని కీలు సహాయంతో జరుగుతుంది. మడమ ఎముకలో మార్పు రావటం వలన మడమ నొప్పితో కదలికలు కష్టంగా మారుతాయి. మడమ కింది భాగంలో ఉండే ఎముక (కాల్కేనియస్) పదునుగా పెరుగుతుంది. ఫలితంగా పాదం అడుగు భాగంలో నొప్పి కలుగుతుంది. రాత్రంతా విశ్రాంతిగా పడుకున్న తరువాత ఉదయం మంచం దిగుతూనే కాలు నేల మీద పెట్టాలంటే చాలా మందికి నరకం కనిపిస్తుంది. రోజులో ఎక్కువసేపు నిలబడే ఉండటం లేదా సాదారణంగా గట్టి నేల మీద నడక, పరుగు, జాగింగ్ వంటివి దీనికి ముఖ్య కారణం.

ప్ర : ఈ మడమ నొప్పి నివారణగా ఎటువంటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి ?

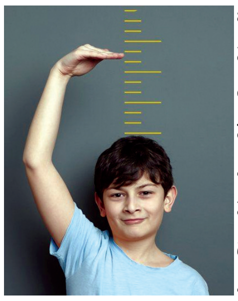
జ : ఇటువంటి నొప్పులకు వ్యాయామం బాగా పనిచేస్తుంది. పాదానికి సాధ్యమైనంత విశ్రాంతి ఇవ్వడం, నొప్పి బాధ తగ్గేందుకు మందులు వేసుకోవడం, వంటివన్నీ కాక కొన్ని ప్రత్యేక వ్యాయామాలతో మంచి ప్రయోజనం ఉంటుంది. పాదం అడుగున ఉండే ఈ ఫ్లాంటర్ ఫేషియా కండరాన్ని నిదానంగా సాగగీసి వదులుతుండటం(స్ట్రెచ్) దీనిలోని వ్యాయామం.

జాగ్రత్తలు: మడమ నొప్పికి నాటు వైద్యం, పచ్చబొట్లు లాంటివి చేయకూడదు. నొప్పి తీవ్రత ఎక్కువగా ఉన్నపుడు పాదాలను వేడినీళ్లలో ఉంచి అడుగు భాగమును నెమ్మదిగా ప్రెస్ చేయాలి. కాలి పాదాన్ని కుడి నుంచి ఎడమకు, ఎడమ నుండి కుడికి తిప్పుతూ నెమ్మదిగా వ్యాయామం చేయాలి. వ్యాయామాలు చేసేటప్పుడు ఫిజియోథెరపీ వైద్యుల సలహా తీసుకోవాలి. నొప్పి ఉన్నపుడు అతిగా పెయిన్ కిల్లర్స్ వాడకుండా డాక్టర్ సలహా మేరకు మందులు వాడాలి. అధిక బరువు ఉన్న వారు బరువు తగ్గటానికి ప్రయత్నించాలి. నొప్పి తీవ్రత ఎక్కువగా ఉన్నపుడు బరువులు ఎత్తడం, పరుగెత్తడం, మెట్లు ఎక్కడం, దిగడం చేయకూడదు, వైద్యుల సలహా మేరకు తీసిన ఎక్స్‌రే వలన ఈ మడమనొప్పి తీవ్రత తెలుస్తుంది.

అపోహ వదులుకోండి

ప్ర : ఎత్తును పెంచే మందులున్నాయా ?

జ : పుట్టినప్పటి నుంచీ అబ్బాయిల్లో 18 ఏళ్ల వరకు, అమ్మాయిల్లో 16 సంవత్సరాల వరకు ఎముకల్లో పొడవు పెరుగుదల ఉంటుంది. ప్రతి ఎముకలోనూ కింద భాగాన, పై భాగాన గల రెండు మైటాఫైసిస్ యూనిట్లలో పెరుగుదలకు సంబంధించిన కణజాలం ఉంటుంది. దీన్ని గ్రోత్‌ప్లేట్ అంటారు. ఈ కణజాలం ప్రతి వ్యక్తిలోను తల్లిదండ్రుల నుంచి సంక్రమించిన (జీన్స్) అనువంశిక లక్షణాలకు లోబడి వ్యక్తి పొడవు నిర్ణయమవుతుంది. కొంతవరకు ఆహారపోషక పదార్ధాలు ఎత్తు పెరుగుదలను ప్రభావితం చేస్తాయి. అంతే గానీ రకరకాల వ్యాపార ప్రకటనలతో మోసపోయి ఎక్కువ ఎత్తుపెరగడం అనే అపోహను వదులుకోవాలి.



తెలిసిందా...

ప్ర: మోషన్ సిక్‌నెస్ అంటే ఏమిటి ?

జ : కొంత మంది బస్సు/రైలు ప్రయాణం మొదలుపెట్టగానే వాంతులు మొదలవుతాయి. వాహనాల్లోని వాసనలు, కదలికల్ని తట్టుకోలేరు. గమ్యం చేరే వరకూ వాంతులతో ఇక్కట్లు పడుతుంటారు. దీనినే 'మోషన్ సిక్‌నెస్' అంటారు. పిల్లల్లో మరీ ఈ సమస్య ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది. వాహనాల్లో ప్రయాణిస్తున్నపుడు మెదడుకు చేరే కదలికల సంకేతాల్లో తేడాలే దీనికి కారణం. వాహనంలో సీటులో కదలకుండా కూర్చున్నా. వాహనం కదులుతుండటం వలన చెవుల్లో ఉండే సమతౌల్య కేంద్రం ప్రభావితమౌతుంది. ఫలితంగా కళ్లు తిరగటం, వికారంగా ఉండటం, వాంతులవ్వటం జరుగుతుంది. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో చిన్నచిన్న చిట్కాలతో సమస్యను అధిగమించవచ్చు. సీట్లోనే కాస్త ముందుకు వంగి కూర్చోవడం, వాహనం మధ్య భాగంలో కూర్చోవడం వల్ల కొంత ఫలితం ఉ టుంది. ప్రయాణానికి అరగంట ముందు అవోమిన్ వంటి మందులు వేసుకుంటే వాంతులు ఆగిపోతాయి. మీ పిల్లల వైద్యులను సంప్రదిస్తే సరైన మందులు ఇస్తారు. కొంత మంది పిల్లలు వయస్సు పెరుగుతున్న కొద్దీ, లేదా తరచూ ప్రయాణాలు చేస్తున్న కొద్దీ ఈ సమస్య నుంచి బయటపడతారు.

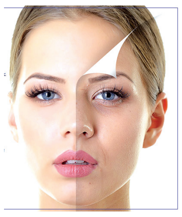
మూడనమ్మకం వద్దు

ప్ర : గోరుచుట్టు ఎందుకు వస్తుంది ?

జ : గోరుచుట్టు (Whitlow) చేతి లేదా కాలి వేలి గోరు కుదుళ్లలో చీముపట్టి చాలా బాధించే వ్యాధి. ఇది బ్యాక్టీరియా లేదా శిలీంద్రాల వలన సంక్రమిస్తుంది. చీము ఎక్కువగా ఉన్నచో చిన్న గంటు పెట్టి దాన్ని తొలగించవలసి ఉంటుంది. గోళ్లను కత్తిరించేటప్పుడు బలవంతంగా గోరును పీకినట్లయితే గోరుకు అతుక్కున్న చర్మం గోరు నుంచి విడిపోయి, చర్మానికి వాపు రావటమే కాకుండా అమితమైన బాధ కలుగుతుంది. పాదం కింద పెట్టి నడవటం బాధాకరంగా మారుతుంది. దీనినే గోరుచుట్టూ అంటారు. గోర్లు నోటితో కొరికే వారిలో చిన్న గాయంతో ఇది మొదలవుతుంది. ఎక్కువగా నీటిలో, ఆహార పరిశ్రమలో పనిచేసేవారిలో గోరు మూలాల్లో మురికిపట్టియున్న వారిలో ఈ వ్యాధి వచ్చే అవకాశాలు ఎక్కువ. గ్రహణం సమయంలో వేలుతో చూపిస్తే గోరుచుట్టు వస్తుందనే మూఢనమ్మకం ఉంది.

సౌందర్యం

ప్ర : ప్లాస్టిక్ సర్జరీ అంటే ఏమిటి ?



జ : ప్లాస్టిక్ అనే పదం గ్రీక్ 'ప్లాస్టికోస్' నుంచి వచ్చింది. అంటే మలచడం, మౌల్డింగ్ అని అర్ధం. అంతే తప్ప ప్లాస్టిక్ మెటీరియల్‌తో తయారు చేస్తారని కాదు. ప్లాస్టిక్ సర్జరీలో ప్రధానంగా రెండు విభాగాలు ఉ ంటాయి. ఒకటి కాస్మొటిక్ సర్జరీ (అందం మెరుగు పరచడానికి చేసే సర్జరీ) రెండు (రీ కన్‌స్ట్రక్టివ్ సర్జరీ) అవయవాన్ని కొత్తగా తయారుచేసి సెట్ చేయడం. ప్లాస్టిక్ సర్జరీ అనగానే టీవి సీరియల్స్‌లోను, సినిమాల్లోనూ చూపించిన విధంగా ఒకరికి బదులుగా మరొకరిలా మార్చడం జరగదు. ప్లాస్టిక్ సర్జరీలో రీకన్‌స్ట్రక్టివ్ సర్జరీ, హ్యాండ్ సర్జరీ, మైక్రో సర్జరీ... అని చాలా రకాలున్నాయి.

చుండ్రు సమస్య చికాకేకాదు... కాస్త చింత కూడా

డా॥ ఎ. విజయమోహన్ రావు
ప్రొఫెసర్ & హెచ్‌వోడి
చర్మవ్యాధుల చికిత్సా విభాగం
నారాయణ హాస్పిటల్

శిరోజాల పరిరక్షణలో తరచూ చిరాకుపెట్టి, ఇబ్బంది కలిగించే సమస్య చుండ్రు ఒక రకమైన చర్మవ్యాధి. కొన్ని సమయాల్లో ఫంగస్ ఇన్ఫెక్షన్ తోడవుతుంది. ప్రతి రోజు కొన్ని లక్షల చర్మం కణాలు పుడుతూ ఉంటాయి. కొన్ని లక్షల కణాలు చనిపోతూ ఉంటాయి. ఇలా తలపైన కొత్త కణాలు ఉంటే మృతకణాలు ఎక్కువైతే అవి పెచ్చులుగా తలపై కనిపిస్తాయి.... అదే చుండ్రు. వీటిని ఎప్పటికప్పుడు శుభ్రం చేయకపోతే ఇన్ఫెక్షన్ చేరి చుండ్రు వలన పూర్తిగా జుట్టు రాలిపోయే ప్రమాదం రావచ్చును. వైద్య భాషలో దీనిని "సెబోరిక్ డెర్మటైటిస్" అంటారు. చుండ్రు తల కపాలానికి వచ్చే సాధారణ, దీర్ఘకాలిక ఇన్‌ఫ్లమేటరీ చర్మ పరిస్థితి.

చుండ్రు ప్రధానంగా రెండు రకాలు: 1. పొడి చుండ్రు – తెల్లగా చిన్న చిన్న పొలుసుల పొట్టు రూపంలో రాలుతుంది. చల్లని వాతావరణంలో కనిపిస్తుంది. 2. జిడ్డు చుండ్రు – గ్రీజీ రకము లేత పచ్చ రంగులో ఉ ండి, ఒక్కోసారి చెడువాసనతో కూడి ఉంటుంది. వేడి వాతావరణంలో కనిపిస్తుంది.

ఏ కాలంలోనైనా.. ఎల్లప్పుడూ.. అందరినీ వేధించే ప్రధాన సమస్య తలలో చుండ్రు. వయసుతో సంబంధం లేకుండా పెద్దవారికీ, చిన్నవారికీ అనే తేడా లేకుండా తలలో చుండ్రు రావడం సాధారణం.

చుండ్రు రావడానికి కారణాలు ఏమిటీ?: చుండ్రు రావడానికి చాలా కారణాలున్నాయి. నిజానికి చుండ్రుకు ఇదీ కారణము అని ఖచ్చితంగా చెప్పలేము.

చుండ్రు వంశపారంపర్యంగా కూడా వస్తుంటుంది. ఎక్కువ ఒత్తిడికి లోనైనా, తలలో చుండ్రు వస్తుంది, ఇప్పుడు ప్రతి ఒక్కరూ ఏదో ఒక విషయానికి సంబంధించి ఒత్తిడికి గురికావడం జరుగుతోంది. ఎక్కువ సమయం ఏసీ గదుల్లో గడపడం వల్ల, కూలర్ కింద కూర్చోన్నా, తలమీది చర్మం పొడిబారిపోయి పొట్టులా లేస్తుంది. షాంపూలతో తలస్నానం చేసినప్పుడు చర్మానికి అంటిన షాంపూ పూర్తిగా వదలకపోయినా.. చుండ్రు వచ్చే అవకాశం ఉంది. తలకు రాసుకునే షాంపూలో మినరల్స్, ఐరన్ ఎక్కువైనా చుండ్రు పెరగడానికి అవకాశం ఎక్కువ. కలుషిత వాతావరణం కూడా చుండ్రును పెంచుతుంది. ఏ వాతావరణంలో నివసించేవారికైనా చుండ్రు వస్తుంది.

ఋతువులు మారినప్పుడల్లా వాతావరణంలో వచ్చే మార్పులు కూడా తలలో చుండ్రు రావడానికి కారణమవుతాయి. మన శరీరానికి కావలసినంత పౌష్టికాహారం తీసుకోకపోయినా, శరీరంలోని హార్మోన్లు సక్రమంగా లేకపోయినా కూడా చుండ్రు వచ్చేస్తుంది.

దీనివల్ల వచ్చే మానసిక ఆందోళన నుంచి బయటపడాలన్నా, చుండ్రు పోవాలన్నా చర్మ వైద్యులను సంప్రదించి, తగు సలహాలు, చికిత్స తీసుకోవడం మంచిది.

తెలుసుకోవలసిన విషయాలు :

చుండ్రు ఒకరినుంచి ఇంకొకరికి అంటుకుంటుందనుకోవడంలో వాస్తవం కాదు. ఇతరుల దువ్వెనలు వాడినంత మాత్రాన చుండ్రు వస్తుందనుకోవడం సరికాదు, సమస్య శారీరక వ్యవస్థలో దాగి ఉంటుంది. షాంపూలు తరచూ వాడడం వలన తల చర్మంలో పొలుసులు లేస్తాయనడమూ వాస్తవం కాదు. షాంపూ పూర్తిగా వదిలేలా స్నానం చేయకపోవడం, మాడు (స్కాల్ప్) సమస్యలకు దారితీస్తుంది.

NARAYANA
SPECIALITY HOSPITAL
CHINTHAREDDYPALEM, NELLORE

ప్లాస్టిక్ & రీకన్‌స్ట్రక్టివ్ సర్జన్

డా॥ సి.వి. అఖిల గారి

సేవలు, సంప్రదింపులు అందుబాటులో

డా॥ సి.వి. అఖిల
M.S., M.Ch.
ప్లాస్టిక్ & రీకన్‌స్ట్రక్టివ్ సర్జన్

వివరములకు / అపాయింట్‌మెంట్ కొరకు
9640100555 / 7331170063

నారాయణ
స్పెషాలిటీ హాస్పిటల్
చింతారెడ్డిపాళెం, నెల్లూరు

CASHLESS TREATMENT !

All Leading Insurances, TPA's & Govt. Schemes

- Vidal Health Care TPA Pvt. Ltd.
- Bajaj Allianz General Insurance Co.Ltd.
- ICICI Lombard Insurance Company Ltd.
- Dedicated Healthcare Series (India) Pvt. Ltd.
- E-Meditek Solutions Limited
- East West Assist Pvt. Ltd.
- Family Health Plan Ltd. (FHPL)
- Genins India TPA Ltd.
- Star Health Insurance
- Heritage Health Services Pvt. Ltd.
- HDFC ergo General Insurance
- MD India Healthcare Services (TPA) Pvt. Ltd.
- Med Save Healthcare TPA Ltd.
- Medicare TPA Services(I) Pvt.
- Medi Assist India Pvt. Ltd. (TPA)
- Good Health Plan Ltd. (GHPL)
- Reliance General Insurance
- Safeway TPA Services Pvt. Ltd.
- United Health Care Parekh
- Vipul Medcorp TPA Pvt. Ltd.
- ICICI Prudential
- Appollo Munich (Part of HDFC ERGO)
- IFFCO Tokio General Insurance
- Universal Sompo General Insurance
- MAX Bupa
- Chola MS General Insurance (Cholamandalam)
- Paramount (TPA)
- Cigna TTK Health Insurance
- Raksha Health Insurance (TPA)
- Health Insurance (TPA)
- TATA AIG General Insurance

APSPDCL
AP GENCO
AROGYA BHADRATHA
APS RTC
Dr. YSR AROGYASRI
AROGYA RAKSHA
EHS
KPCL
DBCS
SHAR

For More Details: **Ph : 7331170067, 7331170046.**

NAAC వారిచే ప్రతిష్ఠాత్మక గుర్తింపు పొందిన హాస్పిటల్

ప్రఖ్యాతి గాంచిన ఇన్సూరెన్స్ కంపెనీలచే క్యాష్‌లెస్ సదుపాయం

నారాయణ స్పెషాలిటీ హాస్పిటల్

చింతారెడ్డిపాళెం, నెల్లూరు.
Ph : 0861- 2317963, 64, 2324111

ఆధునిక పద్ధతిలో, అనుభవజ్ఞులైన వైద్యులు, వివిధ విభాగాలలో పలు సమస్యలకు అంకితభావంతో అందించే నర్సింగ్ సేవలు మరియు ఇతర పారామెడికల్ సిబ్బంది సేవలు... ఇవే వ్యాధిగ్రస్తుని సత్వరం కోలుకునేలా చేస్తున్నాయి... నారాయణ హాస్పిటల్‌ను అభివృద్ధి పథంలో నడిపిస్తున్నాయి...

హాస్పిటల్‌లోని విభాగాలు

సూపర్ స్పెషాలిటీలు

- గుండె సంబంధిత వ్యాధుల విభాగం
- గుండె శస్త్రచికిత్సల విభాగం
- మెదడు నరాల చికిత్సల విభాగం
- మెదడు, వెన్నుముక శస్త్రచికిత్సల విభాగం
- కిడ్నీ వ్యాధుల విభాగం
- మూత్రనాళాలు, మూత్రకోశ శస్త్రచికిత్సల విభాగం
- ఎండో క్రైనాలజి విభాగం
- ఉదరకోశ వ్యాధుల విభాగం
- ఉదరకోశ శస్త్రచికిత్సల విభాగం
- ప్లాస్టిక్ సర్జరి విభాగం
- నియోనెటాలజి విభాగం

స్పెషాలిటీలు

- జనరల్ మెడిసిన్ విభాగం
- జనరల్ సర్జరీ విభాగం
- కీళ్ళు, ఎముకల విభాగం
- యాక్సిడెంట్ & ఎమర్జెన్సీ కేసుల విభాగం
- కాన్పులు మరియు గర్భకోశవ్యాధుల విభాగం
- చిన్నపిల్లల వ్యాధుల విభాగం
- కంటి వ్యాధుల విభాగం
- శ్వాసకోశవ్యాధుల విభాగం
- చెవి, ముక్కు, గొంతు వ్యాధుల విభాగం
- చర్మవ్యాధుల విభాగం
- మానసిక వ్యాధుల విభాగం
- దంత వ్యాధుల విభాగం
- రేడియాలజి విభాగం
- అనస్థీషియా విభాగం

పడకలు : 1,668
ప్రత్యేక విభాగాలు : 25
ఇంటెన్సివ్‌కేర్ పడకలు : 200
ఆపరేషన్ థియేటర్లు : 25
బ్లడ్ బ్యాంకు (NABB గుర్తింపు పొందిన), 24 గంటల ఎమర్జెన్సీ, ఐసీయూ ఆన్ వీల్స్ అంబులెన్స్, స్పెషల్, డీలక్స్ రూములు