వైద్య నారాయణం

ఆరోగ్య సమాచార స్రవంతి / చీఫ్ పేట్రన్ డా॥ పి. సింధూర / సంపుటి : 05 / సంచిక : 10 / జూన్ - 2018 / అసోసియేట్ ఎడిటర్ : సి.హెచ్. భాస్కర్ రెడ్డి / వెల : అమూల్యం

వైద్యరంగంలో దిగ్గజం

ఉభయ రాష్ట్రాలలో దక్కిన అగ్రస్థానం

ఎన్.టి.ఆర్. సేవాపథకం ద్వారా వైద్యసేవలు అందించినందుకు నారాయణ అందుకున్న గొప్ప పురస్కారం

డా॥ సి. దయాకర్, ఎన్.టి.ఆర్. వైద్య సేవా పథకం, జిల్లా కో-ఆర్డినేటర్ వెల్లడి

2017వ సంవత్సరంలో నారాయణ హాస్పిటల్, డా॥ ఎన్.టి.ఆర్. వైద్య సేవలలో జిల్లాలో ఉన్నటువంటి 22 నెట్‌వర్క్ హాస్పిటల్స్‌లలో అత్యధిక సర్జరీలు, థెరపీలు అందించిన హాస్పిటల్‌గా రికార్డు సృష్టించింది.

2017వ సంవత్సరానికి గాను 58,691 మందికి ఓపి ద్వారా, ఇన్‌పేషంట్లుగా 7,356 మందికి సర్జరీలు, థెరపీలు నారాయణ హాస్పిటల్ అందించింది. ఈ సందర్భంగా డా॥ ఎన్.టి.ఆర్ వైద్య సేవా పథకం జిల్లా అధికార బృందం, డా॥ దయాకర్ గారి నేతృత్వంలో శనివారం నారాయణ హాస్పిటల్‌లోని మెడికల్ సూపరింటెండెంట్ డా॥ శ్రీరాంసతీష్ మరియు వారి బృందానికి అభినందనలు తెలియజేసి, జ్ఞాపికలను బహుకరించారు.

ఈ సందర్భంగా డా॥ దయాకర్ గారు మాట్లాడుతూ నారాయణ హాస్పిటల్ 2007వ సంవత్సరం నుంచి ఇప్పటి వరకూ 6,61,880 మందికి సేవలందించారు. అదేవిధంగా ఇన్‌పేషంట్లుగా సర్జరీలు గానీ, థెరపీలు గానీ 76,122 మందికి చెయ్యడం జరిగింది. ఇది ఆంధ్ర, తెలంగాణా రాష్ట్రాలలోని ప్రైవేటు హాస్పిటల్స్‌లో అత్యధికంగా వైద్య సేవలు అందించిన ఒకే ఒక్క హాస్పిటల్‌గా నారాయణ హాస్టిటల్ రికార్డు సృష్టించిందని తెలిపారు.

2017వ సం॥లో డా॥ ఎన్.టి.ఆర్ వైద్యసేవా పథకం ద్వారా జనరల్ సర్జరీ విభాగం నందు డా॥ శ్రీరాంసతీష్ గారు ఒక్కరే 320 సర్జరీలు, థెరపీలు చేసి ఆంధ్రప్రదేశ్ లో ప్రథమస్థానాన్ని సాధించారు. అలాగే న్యూరాలజి విభాగంలో 617 మందికి డా॥ ఎన్.ఎస్ సంపత్ కమార్ గారు థెరపీలు చేశారు, న్యూరోసర్జరీ విభాగంలో 708 మందికి డా॥ ఎన్.ఎ. సాయికిరణ్, డా॥ విద్యాసాగర్ గార్లు సర్జరీలు, థెరపీలు చేశారు, యూరాలజీ విభాగంలో 707 మందికి డా॥ ఎన్. మల్లిఖార్జున రెడ్డి, డా॥ వేదమూర్తి రెడ్డి, డా॥ విజయభాస్కర్ రెడ్డి గార్లు సర్జరీలు, థెరపీలు చేశారు, నెఫ్రాలజీ విభాగంలో 2,301 మందికి డా॥ కొల్లా ప్రవీణ్ కుమార్ గారు థెరపీలు చేశారు, ఆర్థోపెడిక్స్ విభాగంలో 594 మందికి డా॥ బిజురవీంద్రన్ మరియు వారి బృందం సర్జరీలు, థెరపీలు చేశారు.

నెఫ్రాలజీ విభాగంలో ఇప్పటి వరకూ 65 కిడ్నీ ట్రాన్స్‌ప్లాంటేషన్లు డా॥ ఎన్.టి.ఆర్ వైద్య సేవా పథకంలో ఒక్క నారాయణ హాస్పిటల్ మాత్రమే చేయగలిగింది. ఈ సందర్భంగా నారాయణ హాస్పిటల్ యాజమాన్యానికి, వైద్య బృందానికి, నర్సింగ్ మరియు ఇతర పారామెడికల్ సిబ్బందికి ఆయన ప్రత్యేక అభినందనలు తెలిపారు.

ఈ సందర్భంగా నారాయణ హాస్పిటల్ ఇన్‌ఛార్జి మెడికల్ సూపరింటెండెంట్ డా॥ శ్రీరాంసతీష్ గారు మాట్లాడుతూ నారాయణ హాస్పిటల్ ఈ ఘనతను సాధించడానికి కారణం యాజమాన్యం తమకు అందిస్తున్న ప్రోత్సాహం, 437 మంది వైద్యుల సహకారం, ఇతర పారామెడికల్ సిబ్బంది, అడ్మినిస్ట్రేషన్ బృందం సహకారంతో ఈ ఘనతను సాధించామని, ఇప్పటి వరకూ 416 వైద్య శిబిరాలను డా॥ ఎన్.టి.ఆర్ వైద్య సేవా పథకం ద్వారా ఏర్పాటు చేశామని, 18 లక్షల మందిని స్క్రీనింగ్ చేసి అందులో 6,61,880 మందిని నారాయణ హాస్పిటల్‌లో చికిత్సను అందించామని, ఇందులో 76,122 మందికి సర్జరీలు, థెరపీలు చెయ్యడం జరిగిందని తెలిపారు.

డా॥ ఎన్.టి.ఆర్ వైద్య సేవా పథకం జిల్లా కో-ఆర్డినేటర్ డా॥ సి.దయాకర్ గారి నేతృత్వంలో మేము 2018వ సం॥లో కూడా ప్రజలకు విస్తృత వైద్యసేవలు అందించేందుకు ముందుంటామని తెలియజేశారు. అనంతరం డా॥ సి. దయాకర్ గారు ఇన్‌ఛార్జి మెడికల్ సూపరింటెండెంట్ డా॥ శ్రీరాంసతీష్ గారిని, నారాయణ హాస్పిటల్ ఏజీఎం చౌకచెర్ల భాస్కర్‌రెడ్డి గారిని, డా॥ ఎన్.టి.ఆర్ వైద్య సేవాపథకం Chief Medco డా॥ శ్రావణ్ గారిని జ్ఞాపిక, శాలువాలతో సత్కరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో నారాయణ హాస్పిటల్ మార్కెటింగ్ హెడ్ కె.సత్యనారాయణ గారు, అసిస్టెంట్ మెడికల్ సూపరింటెండెంట్ డా॥ అరుణ్‌కాంత్ గారు, డా॥ ఎన్.టి.ఆర్ వైద్య సేవా పథకం టీమ్‌లీడర్లు సాయికిరణ్, మధు, చంద్రశేఖర్ గార్లు పాల్గొన్నారు.

2వ పేజీలో... స్కిజోఫినియా / ప్రొస్టేట్ గ్రంధి

3వ పేజీలో... తెలుసు కుందాం / మాతృత్వం

4వ పేజీలో... పిల్లల్లో వినికిడి సమస్యను గుర్తించడం ఎలా?

5వ పేజీలో... స్పందన / ప్రశ్నా - సమాధానం

6వ పేజీలో... వైద్య ఆచార్య / సంక్షిప్త సమాచారం

స్పష్టతలేని మాటలు - అకారణమైన ఆందోళన

(స్కిజోఫ్రినియా) మానసిక వ్యాధి లక్షణాలు

డా॥ వి. వెంకట శేషమ్మ
మానసిక వ్యాధి నిపుణులు
నారాయణ హాస్పిటల్

ప్రపంచ స్కిజోఫ్రినియా దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకొని నారాయణలో జరిగిన స్కిజోఫినియా దినోత్సవ వేడుకలు

మానసిక వ్యాధుల చికిత్స విభాగాధిపతి ప్రముఖ మానసిక వ్యాధి నిపుణులు డా॥ శేషమ్మ గారి ఆధ్వర్యంలో జరిగిన వేడుకలు

ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ ఇచ్చిన పిలుపు మేరకు మే నెల 17 నుంచి 24వ తేది వరకు ప్రపంచ స్కిజోఫ్రినియా వారోత్సవాలు జరిగాయి. ఇందులో భాగంగా మే 24వ తేదిన ప్రపంచ స్కిజోఫ్రినియా దినోత్సవాన్ని నారాయణ హాస్పిటల్‌లోని మానసిక వ్యాధుల చికిత్సా విభాగంలో నిర్వహించారు.

ఈ సంవత్సరం ప్రజల అవగాహన కోసం తీసుకున్న నినాదం "స్కిజోఫ్రినియా వ్యాధి గురించి ప్రజలకు తెలియజెప్పడంలో ఎవరి వంతు కృషి వారు చేయటం" ఇందులో భాగంగా మానసిక వ్యాధుల విభాగంలో ప్రజలకు, రోగులకు, రోగుల సంబంధీకులకు అవగాహన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భాన్ని పురస్కరించుకుని నారాయణ హాస్పిటల్ మానసిక వ్యాధుల చికిత్సా విభాగాధిపతి మరియు ప్రముఖ మానసిక వ్యాధి నిపుణులు డా॥ వి.వి. శేషమ్మ గారు అధ్యక్షోపాన్యసం చేస్తూ స్కిజోఫ్రినియా అనే వ్యాధి తీవ్రమైన మానసిక వ్యాధుల జాబితా కిందకు వస్తుందని తెలిపారు, కానీ

ప్రస్తుత తరుణంలో ఈ వ్యాధి గురించి పెద్దగా ఆందోళన పడవలసిన అవసరం లేదని, ఈ వ్యాధిని నయం చేయటానికి వివిధ రకాల చికిత్స ప్రక్రియలు అందుబాటులో ఉన్నాయని, దీనిని తేలికగానే నయం చేయవచ్చునని, ఈ వ్యాధిగ్రస్తులను అందరిలాగే సమాజములోని సాధారణ వ్యక్తులవలె జీవితం గడపవచ్చని తెలియజేశారు.

సాధారణంగా ఈ వ్యాధి యుక్త వయస్సులో అనగా పురుషులలో 15-25 సం॥ల మధ్య, స్త్రీలలో 25-35 సం॥ల మధ్య సంక్రమిస్తుందని తెలిపారు. ఈ అవగాహన సదస్సు యొక్క ముఖ్య ఉద్దేశం పైన పేర్కొన్న వయస్సులో ఎవరైనా వ్యాధిగ్రస్తులు వ్యాధి లక్షణాలతో కనిపించిన యెడల వారి యందు భేద భావం చూపించకుండా వారిని త్వరగా మానసిక వైద్యుని వద్దకు తీసుకొచ్చిన యెడల అటువంటి వ్యక్తులకు సత్వర చికిత్స జరిగి వారు కూడా అందరిలాగే సమాజంలో జీవించ గలుగుతారని తెలిపారు.

మానసిక వైద్య నిపుణులు డా॥ లక్ష్మీరాజేష్ మాట్లాడుతూ స్కిజోఫ్రినియా వ్యాధిగ్రస్తులలో ఉండే రోగ లక్షణాల గురించి వివరించారు. ఈ వ్యాధిగ్రస్తులు తమలో తాము మాట్లాడుకుంటారని, నిద్రలేమి, ఆకలి మందగించడం, శారీరక శుభ్రత తగ్గిపోతాయని, అతిగా అనుమానాలు, కోపం, కొన్నిసార్లు ఉద్రేకానికి, ఉద్వేగానికి లోను కాబడతారని, ఎవరికీ వినిపించని మాటలు వారికి మాత్రమే వినిపిస్తున్నాయని చెబుతారని, చేతబడి, చిల్లంగి, మందు పెట్టడం, వంటి భావనలు ఉంటాయని, అందరూ తన గురించే మాట్లాడుతున్నారని, అనకుంటూ ఉంటారని తెలిపారు. పైన పేర్కొన్న లక్షణాలు ఎవరిలో కనిపించిన ఆలస్యం చేయకుండా మానసిక వైద్యుని సంప్రదించవలెనని తెలిపారు.

ఈ సంర్భంగా హాజరైన ప్రజల యొక్క అపోహలను, సందేహాలను డా॥ షేక్ సుభాని, డా॥ రంజిత్ గార్లు నివృత్తి చేసారు. వీటిలో ప్రస్తావనకు వచ్చిన కొన్ని అపోహలు - అంశాలు.

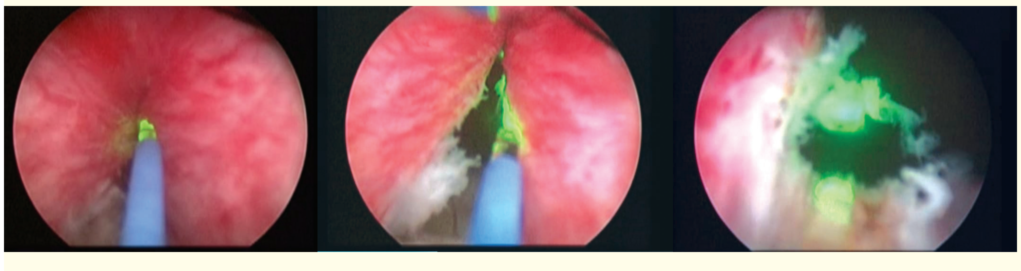
అపోహ : స్కిజోఫ్రినియా వ్యాధిగ్రస్తులు ఉన్మాదులు
వాస్తవం : వీరు ఎప్పుడో కాని ఉద్రేకంగా ప్రవర్తించరు.
అపోహ : స్కిజోఫ్రినియా వ్యాధి గ్రస్తులు బుద్ధిమాంద్యం కలిగి ఉంటారు.
వాస్తవం : ఈ వ్యాధి గ్రస్తులకు సరైన వైద్యం అందించినట్లయితే వీరు సమాజంలో అందరిలాగే జీవనాన్ని గడుపుతారు.
అపోహ : స్కిజోఫ్రినియా వ్యాధిగ్రస్తులు వివాహం చేసుకోకూడదా?
వాస్తవం : నిజానికి చాలామంది స్కిజోఫ్రినియా వ్యాధిగ్రస్తులు మందులు వాడుతూ వివాహము చేసుకొని సాధారణ జీవితం గడుపుతున్నారు.
అపోహ : E.C.T (షాక్ ట్రీట్‌మెంట్) ప్రమాదకరమా?
వాస్తవం : వాస్తవానికి ఈ ట్రీట్‌మెంట్ చాలా సురక్షితము.
అపోహ : స్కిజోఫ్రినియా వ్యాధిగ్రస్తులు జీవిత కాలము మందులు వాడాలా?
వాస్తవం : వాస్తవానికి రోగి యొక్క వ్యాధి తీవ్రతను బట్టి ఎంతకాలము మందులు వాడాలో నిర్ధారిస్తారు.

ఈ కార్యక్రమము వందన సమర్పణతో ముగించబడింది.

ప్రొస్టేట్ గ్రంధి - చికిత్సలు లేజర్ ద్వారానే మంచిది

డా॥ ఎన్. మల్లికార్జున రెడ్డి
ప్రొఫెసర్ & హెచ్.ఓ.డి.
యూరాలజి విభాగం
నారాయణ హాస్పిటల్

నెల్లూరుకు చెందిన వెంకటక్రిష్ణారెడ్డి (55) గత కొన్ని రోజులుగా మూత్రం సరిగా రాకపోవడం, మూత్ర విసర్జన సమయంలో మంట, ఎక్కువ సార్లు మూత్రం పోయాల్సి రావడం లాంటి సమస్యలతో బాధపడుతూ నారాయణ హాస్పిటల్ యూరాలజి విభాగంలోని డా॥ ఎన్. మల్లిఖార్జున రెడ్డి గారిని సంప్రదించాడు. డాక్టరు గారు అతనికి అవసరమైన వైద్య పరీక్షలు నిర్వహించి, ఒంటేలు సంచిలో రాయి, ప్రొస్టేట్ కండ పెరిగిందని నిర్ధారించారు. ఆపరేషన్‌తో ఈ సమస్యను అధిగమించవచ్చునని డాక్టరు సలహా ఇవ్వడంతో అందుకు వారు అంగీకరించడంతో లేజర్ పరికరాల సహాయంతో విజయవంతంగా శస్త్రచికిత్సను నిర్వహించారు.



ఈ సందర్భంగా నారాయణ హాస్పిటల్ యూరాలజి విభాగాధిపతి డా॥ ఎన్. మల్లిఖార్జున రెడ్డి గారు మాట్లాడుతూ అత్యంత ఖరీదైన లేజర్ మెషీన్‌లు అన్ని చోట్ల అందుబాటులో ఉండవని, కానీ నారాయణ హాస్పిటల్‌లో యూరాలజి విభాగం నందు రెండు అత్యాధునిక లేజర్ మిషన్‌లు ఒకటి స్టోన్స్ కు సంబంధించి, రెండవది ప్రొస్టేట్ కు సంబంధించిన ఆపరేషన్స్‌ను సామాన్యులకు సైతం చేసేందుకు అతి తక్కువ ఖర్చులో అందుబాటులో ఉండడం విశేషమని తెలిపారు. మెట్రో పాలిటన్ నగరాలలో ఈ లేజర్ శస్త్రచికిత్సల కొరకు సుమారు ఒకటిన్నర లక్షకు పైగా ఖర్చు అవుతుందని తెలిపారు.

సాధారణంగా కరెంట్ తో ఆపరేషన్స్ నిర్వహించడం వలన బ్లీడింగ్ సమస్య తోపాటు 4 శాతం మందికి అంగస్తంబన సమస్య వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. కానీ ఈ లేజర్ మెషీన్‌తో ఆపరేషన్ నిర్వహించడం వలన బ్లీడింగ్ చాలా తక్కువ ఉంటుందని, అద్దువడే గ్రంధి పూర్తిగా తొలగిపోతుందని, అంగస్తంబన సమస్య ఉండదని తెలిపారు. అలాగే గుండె జబ్బు, రిస్క్ ఎక్కువ ఉన్న వారికి ఈ లేజర్ ద్వారా చేయడం వలన చాలా వరకూ రిస్క్ తగ్గుతుందని, రక్తం పలుచబడే మందులు వాడుతున్న వారికి కూడా పూర్తిగా ఆపకుండా ఆపరేషన్ చేసే అవకాశం ఉందని తెలిపారు.

ఈ సందర్భంగా హాస్పిటల్ మెడికల్ సూపరింటెండెంట్ డా॥ శ్రీరాంసతీష్ గారు మాట్లాడుతూ సామాన్యులకు సైతం మెరుగైన వైద్యం అందించాలనే లక్ష్యంతో, ఎంతో ఖరీదైన వైద్య పరికరాలను అందుబాటులో ఉంచి తమకు పూర్తి సహకారాన్ని అందిస్తున్న యాజమాన్యానికి తమ కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. మహానగరాలలో లేజర్ శస్త్రచికిత్సలకు లక్షల్లో ఖర్చు అవుతుందని, అతి తక్కువ ఖర్చుతో నారాయణ హాస్పిటల్ లో ఈ లేజర్ శస్త్రచికిత్సలు అందుబాటులో ఉండడం ఈ ప్రాంత వాసుల అదృష్టమని తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా డా॥ మల్లిఖార్జున రెడ్డి గారిని మరియు వారి బృందాన్ని ఆయన అభినందించారు.

తెలుసుకుందాం..!

మమకారం పెంచే మాతృత్వం

డా॥ కలికి హైమావతి
ప్రొఫెసర్ & హెచ్.ఓ.డి
కాన్పులు, గర్భకోశ వ్యాధుల విభాగం
నారాయణ హాస్పిటల్

గర్భం అనేది సృష్టి రహస్యం. ఇది మహిళలకు దేవుడిచ్చిన ఓ అపురూపమైన కానుక. కొన్ని సూచనలు పాటిస్తే ప్రసవం సులభతరమౌతుంది. గర్భం ధరించిన స్త్రీలు నిత్యం సంతోషంగా ఉండాలి. దీంతో పుట్టబోయే శిశువు కూడా అలాగే ఉంటుంది. ఆరోగ్యమైన శిశువు కొరకు పౌష్టిక ఆహారం: పాలు, పండ్లు, ఆకు కూరలు, పప్పు, మాంసము, చేపలు, తీసుకోవాలి.

గర్భధారణకు మొట్టమొదటి సంకేతం సరయిన సమయంలో రావలసిన ఋతుస్రావం కాకపోవడం. కొందరిలో కడుపులో వికారం, వాంతులు వంటివి అనిపించవచ్చును. దీనిని తేదీ (నెల) తప్పడం అంటారు. క్రితం ఋతుచక్రం రోజుకు ఒక వారం కలుపుకుంటే ఇంచుమించుగా గర్భధారణ సమయం లెక్కింవచ్చును. ఈ తేదీల ఆధారంగానే వైద్య నిపుణులు అంచనా వేసి ఎప్పుడు పురుడు పోసుకునేది లెక్కకడతారు. దీనిని నెగలీ సూత్రం (Naegele's rule) అంటారు. EDD=LMP + 9 months, 7 days

గర్భనిర్ధారణ పరీక్షలు ఎక్కువగా జరాయువు (placenta) నుండి తయారయ్యే హార్మోన్లు ఆధారంగా పనిచేస్తాయి. వీటిని రక్తంలో గాని, మూత్రంలో గానీ కొద్ది రోజులలోనే గుర్తించవచ్చును. గర్భాశయంలో స్థాపించబడిన తరువాత, జరాయువు చే స్రవించబడిన కోరియానిక్ గొనడోట్రోఫిన్ స్త్రీ అండాశయంలోని కార్పస్ లూటియమ్ నుండి ప్రొజెస్టిరోన్ స్రావాన్ని ప్రేరిపిస్తాయి. దీని మూలంగా ఎండోమెట్రియమ్ మెత్తగా వాచి, రక్తనాళాలు వృద్ధి చెందుతాయి, దీని మూలంగా పిండాభివృద్ధికి కావలసిన ఆహార పదార్థాలు సరఫరా చెందుతాయి.

ప్రారంభ దశలో స్కానింగ్ పరీక్ష గర్భధారణ మరియు పిండం యొక్క వయస్సును కూడా తెలియజేస్తుంది. దీని ద్వారా పురుడు జరిగే సమయం కూడా నెగలీ సూత్రం కన్నా సరిగ్గా అంచనా వేయవచ్చును. శాస్త్రబద్ధంగా పురుడు ప్రారంభమైన సమయం ఋతుచక్రం యొక్క తేదీల ప్రకారం 3.6 శాతం కేసులలో మాత్రమే జరుగుతుంది. అయితే స్కానింగ్ ద్వారా అంచనా కూడా 4.3 శాతంలో మాత్రమే సరైనదిగా తెలిసినది.

స్త్రీ, పురుష ప్రాకృతిక సంభోగంలో, పురుషుని వీర్యకణాలు, స్త్రీ అండాన్ని ఫలదీకరించిన తరువాత ఏర్పడిన పిండం స్త్రీ గర్భాశయంలో పెరగడం ప్రారంభిస్తాయి. దీనిని గర్భం (Pregnancy) అంటారు. గర్భం ధరించిన స్త్రీని గర్భవతి అంటారు. కొంత మందిలో ఒకటి కన్నా ఎక్కువ పిండాలు తయారౌతాయి. ఫలదీకరణం తరువాత తయారైన పిండం పెరుగుతూ ఉండే కాలాన్ని గర్భావధి కాలం అంటారు. దీని తరువాత శిశువు జన్మిస్తుంది. దీనిని పురుడు అంటారు. క్షీరదాలన్నింటిలో క్షుణ్ణంగా పరిశోధన మానవులలో జరిగింది. ఈ వైద్య శాస్త్రాన్ని ఆబ్స్టెట్రిక్స్ (Obstetrics) అంటారు. గర్భావధి కాలం తరువాత శిశువు జననం సాధారణంగా 38-40 వారాలు అనంతరం జరుగుతుంది. అనగా గర్భం ఇంచుమించు పది నెలలు సాగుతుంది. (280 days)

ఫలదీకరణం తరువాత ప్రారంభ దశను 'పిండం (Embryo)' అంటారు. శిశువు (Foetus) అని ఇంచుమించు రెండు నెలలు లేదా 8 వారాల తర్వాత నుండి పురిటి సమయం వరకు పిలుస్తారు. చాలా దేశాల్లో మానవుల గర్భావధి కాలాన్ని మూడు ట్రైమిస్టర్ (3*3 months) కాలంలో శిశువు పెరుగుదలను సులభంగా గుర్తించవచ్చును. మూడవ ట్రైమిస్టర్ కాలంలో శిశువు గర్భాశయం బయట స్వతంత్రంగా బ్రతకగలిగే స్థాయికి పెరుగుతుంది.

తీసుకోవలసిన జాగ్రత్తలు :

ఆరోగ్యమైన శిశువు కొరకు అన్నీ కలసిన పౌష్టికాహారము ఎక్కువ పాలు, పండ్లు, ఆకుకూరలు, పప్పు, మాంసము, చేపలు వగైరాలు తీసుకోవాలి, మొదటి ఆరు నెలలు నెలకొకసారి, ఏడు-ఎనిమిది నెలల్లో నెలకు రెండు సార్లు, తొమ్మిదోనెలలో వారానికి ఒకసారి వైద్య పరీక్షలు అవసరము. సొంతముగా మందులు వాడడము, ఎక్స్‌రేలు తీయించుకోవడము చేయకండి. ఎత్తు మడమల చెప్పులు వాడకండి. గర్భం ధరించిన స్త్రీలు నిత్యం సంతోషంగా ఉండాలి, దీంతో పుట్టబోయే శిశువు కూడా అలాగే ఉంటుంది. మొదటి మూడు నెలలు, చివరి నెలలో దూరప్రయాణాలు, కారు స్కూటర్ నడపడము చేయరాదు. రాత్రులు 8-10 గంటలు, పగలు 1 గంట నిద్ర లేదా విశ్రాంతి తీసుకోవాలి. నిద్రపోవునప్పుడు ఒక ప్రక్కకు (వీలైతే ఎడమ వైపు) తిరిగి పడుకోవాలి. స్త్రీలు గర్భము దాల్చిన మూడు మాసముల తరువాత, ప్రసవించిన మూడు మాసముల వరకు యోగ విద్య నభ్యసించరాదు, ఉదయము నడక మాత్రము చేయవలెను. ధనుర్వాతం బారినుండి రక్షణకోసము టెటనస్ టాక్సాయిడ్ ఇంజక్షన్‌లు తీసుకోవాలి. రక్తస్రావము, ఉమ్మనీరు పోవడము, శిశువు కదలిక తగ్గినట్లు అనిపించినప్పుడు, కడుపు నొప్పి వచ్చినా డాక్టర్ని సంప్రదించాలి.

గర్భవతులకు - పోషకాహారం - గర్భస్త సమయంలో ఆహారంలో తీసుకోవలసిన జాగ్రత్తలు :

భారతదేశంలో ముఖ్యంగా దారిద్ర్య రేఖకు దిగువన ఉన్న జానాభాలో స్త్రీ గర్భవతిగా లేని సమయంలోను, గర్భవతిగా ఉన్న సమయంలోను, ఒకే విధమైన ఆహారం తీసుకుంటున్నట్లు లెక్కల్లో తేలింది. బిడ్డకు, తల్లికి ఇద్దరికీ సరిపడా లేక ఎక్కువ ఆహారం తీసుకోవలసిన అవసరం చాలా ఉంది. గర్భవతి తీసుకోవలసిన దానికంటే తక్కువ ఆహారం తీసుకోవటం వలన, తక్కువ బరువుతో శిశువు జన్మించడం, ఇది తల్లీ / బిడ్డల మరణాలకు దారితీయటం ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది. శిశువు బరువు వృద్ధి చెందడంలోను, తల్లికి కూడా కొవ్వు శరీరంలో పెరిగేటందుకు ఆదనపు ఆహారం చాలా దోహద పడుతుంది. పాలిచ్చే తల్లులు (బాలింతలు) సంపూర్ణ ఆహారం తీసుకుంటే, శిశువుకు కావలసినంతగా పాలు వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది.

గర్భవతికి కావలసిన ఆహారం :

గర్భవతి తీసుకునే ఆహారం పుట్టబోయే బిడ్డ బరువు పై ప్రభావం చూపుతుంది. కాలరీల శక్తి ఎక్కువగా / అదనంగా 15 గ్రా మాంసకృతులు /10 గ్రా కొవ్వుపదార్థాలు అయిదు/ ఆరు నెలలు గర్భధారణ నుండి తీసుకోవల సిన అవసరం చాల ఉంటుంది. గర్భవతులు, బాలింతలు తీసుకునే ఆహారంలో అదనపు కాల్షియం ఉండాలి. శిశువు ఎముకలు దంతాల రూపు దిద్దుకోవటానికి, రొమ్ము పాలు పెరగటానికి ఇది చాలా అవసరం. గర్భస్థ దశలో ఇనుము లోపంతో వచ్చే రక్తహీనత, కాన్పుసమయంలో తల్లి మరణానికి దారితీస్తుంది. శిశువు తక్కువ బరువుతో పుడతారు కనుక ఇనుము ఎక్కువగా ఉండే ఆహారం తీసుకోవలసి ఉంటుంది.

గర్భవతులు ఆహారం విషయంలో పాటించవలసినవి :

గర్భవతులు, బాలింతలు అదనపు ఆహారం తప్పకుండా తీసుకోవాలి. రోజుకు మూడు కన్నా ఎక్కువ పూటలు భోజనం చేస్తే మరీ మంచిది. ముడిధాన్యాలు, మొలకెత్తిన ధాన్యాలు అదనంగా తీసుకోవాలి. పాలు / పెరుగు / మాంసము/ కోడిగుడ్లు తీసుకోవాలి. ఆకుకూరలు, కూరగాయలు, పండ్లు ఎక్కువగా తినాలి. మందులు వైద్యుని సలహా ప్రకారమే తీసుకోవాలి. ఐరన్, ఫోలిక్ యాసిడ్, కాల్షియంను (ఎక్కువ 14-16 వారాల గర్భం నుంచి ప్రారంభించాలి, తల్లి పాలు ఇచ్చేంతవరకు పొడిగించాలి. గర్భవతి రోజూవారీ చేసుకునే పనులలో నడక ఉండాలి, కాని ఎక్కువ బరువు పనులు చెయ్యరాదు, పొగాకు లేదా మద్యపానం అనగా (సారా, విస్కీ) లాంటివి సేవించరాదు. టీ, కాఫీలు తాగడం వలన శరీరానికి కావలసినంత ఐరన్ అందదు. అందువలన భోజనం తరువాత టీ/కాఫీ తీసుకొనరాదు. అనవసరమైన భయం ప్రసవ సమయాన్ని కష్టతరము చేస్తుంది, గర్భము, ప్రసవము సృష్టిలో సర్వసాధారణ విషయాలని గుర్తుంచుకోండి. అతిగా సంభోగము చేయరాదు. గర్భము ధరించినప్పటి నుండి బిడ్డకు పాలు ఇవ్వడం ఆపేంత వరకు రక్తదానం చేయరాదు.

గర్భిణులు నిద్రలో కొన్ని సమస్యలు - జాగ్రత్తలు :

గర్భిణిలు కంటినిండా నిద్రపోవటం ఎంతో అవసరం. అయితే గర్భంధరించినపుడు శరీరంలో జరిగే మార్పులు నిద్రలో కొన్ని సమస్యలు సృష్టిస్తుంటాయి. కొన్ని జాగ్రత్తలు పాటిస్తే రాత్రిపూట హాయిగా నిద్రపోవటానికి వీలుంటుందని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

గర్భిణిలు మూడోనెల నుంచి ఎడమవైపు తిరిగి పడుకోవాలి. ఎక్కువసేపు వెల్లకిలా పడుకోకుండా చూసుకోవాలి. పగలు సాధ్యమైనంత ఎక్కువగా ద్రవాలు తీసుకోవాలి. అయితే రాత్రిపూట వాటిని పరిమితం చేయాలి లేకపోతే ఎక్కుసార్లు మూత్రవిసర్జన నిద్రలేమికి దారితీయును. కారం తక్కువగా ఉండే పదార్థాలు తినాలి. ఛాతిలో మంట పుట్టించే మసాలా ఆహారాన్ని మానెయ్యటమే మంచిది. ఛాతిలో మంట నిద్ర రానివ్వదు. పడుకునేటప్పుడు గర్భిణుల కోసం ప్రత్యేకంగా తయారుచేసిన దిండ్లు వాడుకోవాలి. అవి అందుబాటులో లేకపోతే మరో దిండును మోకాళ్ల మధ్య పెట్టుకొని పడుకోవచ్చు. పగటిపూట వీలు చూసుకొని కాసేపు కునుకు తీయాలి. నిద్ర బాగా పట్టేందుకు మనసును ప్రశాంతంగా ఉంచే పద్ధతులు పాటించాలి. నిద్రలేమితో బాధపడుతుంటే తప్పకుండా డాక్టరుకు చూపించుకోవటం మరవరాదు.

పిల్లల్లో వినికిడి సమస్యను గుర్తించడం ఎలా?

పిల్లలు పుట్టినప్పటి నుండి ఏడాది వయసు లోపు ఉన్నట్లయితే ఈ అంశాలను గమనించండి

డా॥ వి. కృష్ణచైతన్య
ప్రొఫెసర్
చెవి,ముక్కు, గొంతు వ్యాధుల చికిత్సా విభాగం
నారాయణ హాస్పిటల్

1. పుట్టినప్పటి నుండి 30 రోజుల వయసు వరకు:- ఏవైనా పెద్ద శబ్దాలు (గట్టిగా తలుపు మూసినపుడు, పెద్దగా చప్పట్లు కొట్టినపుడు) వచ్చినపుడు ఉలిక్కిపడడం, ఏడవడం, కళ్లు పెద్దవి చేయడం చేస్తున్నారా?
2. 30 రోజుల వయసు ఉన్నపుడు:- పెద్దగా, ఎక్కువసేపు వచ్చే శబ్ధాలు (మిక్సి/గ్రైండర్/టెలిఫోన్ రింగ్) వినడానికి ప్రయత్నిస్తున్నారా?
3. నాలుగు నెలల వయసు ఉన్నపుడు:- తల్లి గొంతు విని నవ్వడం, ఏడుపు ఆపడం చేస్తున్నారా? మీరు వెనకనుండి గానీ పక్కనుండి గానీ పిలిస్తే మిమ్మల్ని చూడటానికి ప్రయత్నిస్తున్నారా?
4. ఏడు నెలల వయసు ఉన్నపుడు:- మీ గొంతు విన్న వెంటనే మీ కొరకు చూడటానికి ప్రయత్నిస్తున్నారా
   నిశ్శబ్ధంగా ఉన్నపుడు కొంచెం చిన్నగా వచ్చే శబ్ధాలు గుర్తిస్తున్నారా ?
5. తొమ్మిది నెలల వయసు ఉన్నపుడు :- తరచూ వచ్చే శబ్ధాలను గుర్తిస్తున్నారా ? కంటికి కనపడకుండా కాస్త చిన్న శబ్ధాలు చేస్తే చూస్తున్నారా ?
   "ప....ప.....ప"/"త......త......త" అంటూ శబ్ధాలు చేస్తున్నారా ?
6. పన్నెండు నెలల వయసు ఉన్నపుడు:-పేరు పెట్టి పిలిస్తే చూస్తున్నారా ?
   టాటా బైబై లాంటి పదాలు సైగ లేకుండా చెప్తే అర్ధం చేసుకుంటున్నారా ?
   స్పష్టంగా, అర్ధవంతంగా "అమ్మ/అత్త/తాత" లాంటి పదం చెప్తున్నారా ?
   పై ప్రశ్నలకు మీ జవాబు "కాదు" అయితే వెంటనే వినికిడి పరీక్ష చేయించాలి

వినికిడి సమస్య వలన పిల్లలు మాటలను సరైన వయసులో నేర్చుకోలేకపోతారు మొదటి పదము 12 నెలల తర్వాత వచ్చినా, శబ్ధాలు ఏవైపు నుండి వచ్చాయో గుర్తించలేకపోయినా, చెవి నొప్పి వస్తున్నా వీలైనంత త్వరగా వినికిడి పరీక్ష చేయించుకోవాలి. ఒకవేళ వినికిడి లోపం ఉన్నట్లయితే అందుకు తగిన వినికిడి మిషన్లు అమర్చి, స్పీచ్థెరపీ తీసుకోవడం వలన వినికిడి లోపం వల్ల కలిగే సమస్యలను అధిగమించవచ్చు.

ఈ క్రింది సమస్యలు ఉన్న పిల్లలకి కూడా ఏడాది వయసు లోపు ఒకసారి వినికిడి పరీక్ష చేయించాలి.

పుట్టిన వెంటనే ఏడవకపోవడం, తక్కువ బరువుతో పుట్టడం, నెలలు నిండక ముందే పుట్టడం, మేనరికం (రక్త సంబంధీకుల మధ్య) వలన పుట్టిన పిల్లలు, వంశపారంపర్యంగా వినికిడి సమస్య ఉన్నవారు, రెండుసార్లుకు మించి గర్భస్రావం అయిన తరువాత పుట్టిన పిల్లలు, కుటుంబంలో ఎవరికైనా పుట్టుకతో లోపాలు ఉన్నపుడు, పుట్టిన తరువాత 15రోజుల లోపు కామెర్ల వ్యాధి/మూర్ఛ (ఫిట్స్) వచ్చినపుడు, మెదడు వాపు వ్యాధి వచ్చినపుడు, తరచూ జలుబు వస్తున్నపుడు.

అవగాహన సదస్సులు

చిన్నారులకు మేలుకొలుపు

అందరూ ఒక్కటై... అవగాహనను పెంచుతూ

నారాయణ మెడికల్ కాలేజ్ హాస్పిటల్ వారు నగరంలోని మినర్వగ్రాండ్ హోటల్ నందు ఈ నెల 3వతేదీ నాడు మెటర్నల్ అండ్ చైల్డ్ హెల్త్ అనే కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఈ సదస్సులో యూరాలజి విభాగం, న్యూరాలజి విభాగం మరియు ఎండోక్రైనాలజి విభాగం డాక్టర్లు పాల్గొని వారి విలువైన సందేశాన్ని అందించారు. ఈ సదస్సుకు నెల్లూరు నగరంలోని గైనకాలజిస్టులు, పిడియాట్రిషియన్స్ తోపాటు కావలి, గూడూరు, సూళ్ళూరుపేట, ఒంగోలు, కడప, తిరుపతి, ప్రొద్దుటూరు ల నుండి అనేక మంది గైనకాలజిస్టులు, పిడియాట్రిషియన్స్ హాజరయ్యారు. ఈ సదస్సులో ప్రముఖ పిడియాట్రిక్ యూరాలజిస్ట్ డా॥ ఎన్. మల్లిఖార్జున రెడ్డి, ప్రముఖ పిడియాట్రిక్ న్యూరోఫిజిషియన్ డా॥ ఎన్.ఎన్. సంపత్కుమార్ గారు, ప్రముఖ ఎండోక్రైనాలజిస్ట్ డా॥ టి. సునంద, డా॥ హెచ్.ఎ. విజయసారధి గార్లు ప్రసంగించారు. ఈ సదస్సులో దాదాపు 260 మందికి పైగా వైద్యులు పాల్గొని విజయవంతం చేశారు. ఈ సదస్సుకు ఆంధ్రప్రదేశ్ మెడికల్ కౌన్సిల్ గుర్తింపుతోపాటు 2 క్రెడిట్ అవర్స్ను కూడా ఇచ్చారని ఆంధ్రప్రదేశ్ మెడికల్ కౌన్సిల్ అబ్జర్వర్ డా॥ అశోక్ గారు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమాన్ని నారాయణ మెడికల్ కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ డా॥జి.వీరనాగిరెడ్డి గారు, హాస్పిటల్ మెడికల్ సూపరింటెండెంట్ డా॥ శ్రీరాంసతీష్ గార్లు జ్యోతి ప్రజ్వలనతో ప్రారంభించారు.

అనుకోని ప్రమాదాలు అత్యవసర చికిత్సలు

రోడ్డు ప్రమాదాలు, ఎలక్ట్రిక్ షాక్, నీళ్ళల్లో మునిగిపోవడం, పాముకాటు, విషం త్రాగడం, ఉరి

వేసుకోవడం వంటి పరిస్థితులలో అత్యవసరంగా, ప్రాథమికంగా చేయాల్సిన మెడికల్ సహాయాన్నే BLS (Basic Life Support) అంటారు. రోడ్డు ప్రమాదం జరిగిన వ్యక్తిని ఎలా కాపాడాలి, ముందుగా ఎంచేయాలి, గాయాలు ఇంకా తీవ్రం కాకుండా ఎలాంటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి, సిపిఆర్ ఎలా చేయాలి, తద్వారా ఒక మనిషిని ఎలా కాపాడాలి అని నారాయణ హాస్పిటల్ ఎమర్జెన్సీ మెడిసిన్ వైద్యులు ప్రముఖ ఇంటెన్సివిస్ట్ డా॥ రఘు గారు తెలిపారు.

ఈ కార్యక్రమం ఏసీ సుబ్బారెడ్డి వాకర్స్ అసోసియేషన్ తరపున డా॥ అంకిరెడ్డి గారి ఆధ్వర్యంలో విజయవంతంగా జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో దాదాపు 170 మంది ఔత్సాహికులు పాల్గొన్నారు.

మీ ఆదరణకు చిహ్నంగా మీ సేవలకు జ్ఞాపకంగా

స్పందన...

మా బిడ్డపేరు నారాయణ

నా పేరు భాగ్యమ్మ మాది పొదలకూరు, నా కోడలు తాళ్లపాక స్వాతి(28) మా బంధువుల అమ్మాయి కావడంతో పెళ్లికి ముందే గుండె సమస్యతో బాధపడుతుందని తెలిసినా, నా కుమారుడితో పెళ్లి చేశాము. వివాహానంతరం నెల్లూరు నగరంలోని ఓ ప్రముఖ గుండె వ్యాధి నిపుణుని వద్ద చూపించాము. అమ్మాయి గర్భం ధరించవచ్చా లేదా అన్న దాని పై సలహా కోరగా మొదటి కాన్పుకు ఇబ్బంది ఉండదు అని సలహా ఇచ్చి, మరో ప్రముఖ గైనకాలజిస్ట్ వద్దకు పంపినారు.

ఆ గైనకాలజిస్టు వద్దకు గర్భం వచ్చినప్పటి నుండి 9వ నెల వరకూ క్రమం తప్పకుండా వెళ్లాము. పరీక్షలకు, స్కానింగ్‌లకు, మందులకు కొన్ని వేలరూపాయలు ఖర్చు పెట్టాము. తీరా కాన్పు సమయంలో నొప్పులు రాగా నంవారం రాత్రి 10 గంటల ప్రాంతంలో హాస్పిటల్‌కు తీసుకుని వెళ్లగా, మీరు అర్జెంటుగా చెన్నై వెళ్లండి లేదంటే తల్లీ, బిడ్డ ఇద్దరూ బ్రతకరూ, స్వాతికి ఉన్న గుండె సమస్య వలన ఇక్కడ కాన్పు చేయలేమని చెప్పారు. ఆ సమయంలో మాకు ఏం చేయాలో అర్ధం కాలేదు, ఒక్కసారిగా కుటుంబం అంతా నిశ్చేష్టులమై, విషాదంలో మునిగిపోయాము. చెన్నై వెళ్దామంటే అంత టైం లేదు, పైగా మా వద్ద అంత డబ్బు కూడా లేదు, భాష రాదు, ఎలా చేయాలి అని ఆలోచిస్తున్న సమయంలో నారాయణ హాస్పిటల్‌లో ఉద్యోగం చేస్తున్న మా బంధువు పద్మావతి గారు గుర్తుకు వచ్చి ఆమెకు ఫోన్ చేశాము. వెంటనే ఆమె స్పందించి మీరు నారాయణ హాస్పిటల్‌కి రండి ఇక్కడ మీకు ఒక్క రూపాయి ఖర్చు లేకుండా చాలా బాగా చూసుకుంటారు అని చెప్పడంతో వెంటనే ఆ అర్ధరాత్రి సమయంలో మేము నారాయణ హాస్పిటల్‌కు వచ్చాము. ఇక్కడ డా॥

హైమావతి గారి ఆధ్వర్యంలోని డాక్టర్ల బృందం, మరియు గుండె డాక్టర్లు మాకు ఎంతో ధైర్యం చెప్పి, స్వాతికి అవసరమైన పరీక్షలు నిర్వహించి, వేకువజామున కాన్పును నిర్వహించి, ఆపరేషన్ అవసరం లేకుండా సాధారణ కాన్పు చేసి పండంటి మగ బిడ్డను మా చేతుల్లో పెట్టారు. మా కుటుంబంలో అంతులేని ఆనందాన్ని నింపారు. పుట్టిన బిడ్డ తక్కువ బరువు 1.5 గా ఉండడంతో పురిటి పిల్లల అత్యవసర చికిత్సా విభాగంలో డా॥ గోకుల్ కృష్ణన్ గారి ఆధ్వర్యంలో కొద్దిరోజులు ఉంచి, బాబును సంపూర్ణ ఆరోగ్యంతో మాకు అప్పగించారు. తల్లీ, బిడ్డ ఇద్దరూ క్షేమంగా ఉండడంతో డా॥ హైమావతి గారు మమ్మల్ని హాస్పిటల్ నుంచి డిశ్చార్జి చేసి పంపారు. ఇక్కడ మాకు ఒక్క రూపాయి ఖర్చు లేకుండా సొంత కూతురు కాన్పు కోసం పుట్టింటికి వచ్చినట్లు, నర్సులు, డాక్టర్లు అందరూ చాలా బాగా చుసుకున్నారు. గుండె సమస్యతో ఉన్న మా కోడలు ఈ గండం నుంచి గట్టెక్కుతుంతో లేదో అని భయ పడుతున్న మాకు, మా కోడలితో

పాటు, మా వంశానికి వారసుడిని క్షేమంగా అందించారు. ఇంతకంటే ఆనందం ఏముంటుంది మాకు. అందుకే మా కుటుంబంలో సంతోషాన్ని నింపింది నారాయణ హాస్పిటల్ గనుక మా మనవడిని కూడా "నారాయణ" అనే పిలుస్తాము.

తాళ్లపాక భాగ్యమ్మ
తాళ్లపాక స్వాతి
ఫోన్: 7661010317

బోదకాలు - నిర్లక్ష్యం చేయొద్దు

ప్రశ్న - సమాధానం

డా॥ గంగారాం
అసిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్
జనరల్ మెడిసిన్ విభాగం
నారాయణ హాస్పిటల్

ప్ర : **బోదకాలు/ఫైలేరియాసిస్ అంటే ఏమిటి ?**

జ : హెల్మెంత్ వర్గానికి చెందిన సన్నని పరాన్న జీవి వలన కలుగుతుంది. ఈ వ్యాధి మానవుని మరణానికి దారితీయకపోయినప్పటికి, దీని వలన కలిగే దుష్పరిణామాలు మాత్రం చాలా తీవ్రమైనవి. వ్యాధి సంక్రమణను సరిగా అంచనా వేయడం, ప్రాధమిక దశలో గుర్తించడం కష్ట సాధ్యం. ఈ వ్యాధి నుండి పూర్తి విముక్తికి మార్గం లేదు. రాకుండా చూసుకోవడమే ఉత్తమం. ఈ వ్యాధి సోకిన వారి వ్యాధినిరోధక శక్తి లోపించి ఇతర వ్యాధులకు గురి కావడానికి అవకాశం ఎక్కువ అవుతాయి. వాపు వలన సాధారణమైన పనులు చేసుకోలేకపోవడం, అంగవైకల్యం, శారీరక, మానసిక వ్యధ ఈ వ్యాధి కలిగిన వారికి కలిగే దుష్పరిణామాలు.

ప్ర : **బోదకాలు/ఫైలేరియా ఏ విధంగా వ్యాప్తి చెందుతుంది.**

జ : ముఖ్యంగా బోదవ్యాధి "ఉచిరీరియా బాంక్రాఫ్టై" అను సన్నని దారం లాంటి పరాన్నజీవి (క్రిమి) వలన కలుగుతుంది. ఈ క్రిమి "క్యూలెక్స్" దోమకాటు ద్వారా మన శరీరంలో ప్రవేశించి లింఫ్ నాళాలను పాడుచేస్తుంది. నిజానికి మన శరీరంలో లింఫ్ నాళాలు కీలకమైన పాత్ర పోషిస్తుంటాయి. ఒక రకంగా ఇవి సమర్ధంగా పనిచేసే డ్రైనేజి గొట్టాల్లాంటివి. రక్తనాళాల్లాగానే ఈ లింఫ్ నాళాలు కూడా ఒళ్లంతా ఉంటాయి. రక్త నాళాల నుండి లీక్ అవుతుండే స్రావాలను, కణవ్యర్థాలను తిరిగి గుండె దగ్గరకి తీసుకువెళ్తుంటాయి. ఫైలేరియా క్రిములు ప్రధానంగా ఈ లింఫ్ నాళాల్లో చేరి వీటిని పాడుచేస్తాయి. కాబట్టి సరైన డ్రైనేజి వ్యవస్థ లేక కణాల మధ్య లింఫ్ స్రావాలు ఎక్కడివక్కడే ఉండిపోయి ముందుగా కాలు ఉబ్బడం ఆరంభమవుతుంది. ఈ వ్యాధి అన్ని వయస్సుల వారికి వస్తుంది. చిన్న తనంలో సోకిన ఈ వ్యాధి పెద్దయ్యాక రోగ లక్షణాలు బయటపడతాయి. మన ఇంట్లో గాని, చుట్టుపక్కల గాని, ఫైలేరియా వ్యాధిగ్రస్తులు ఉంటే చుట్టుపక్కల వారికి వచ్చే అవకాశం ఉంది.

ప్ర : **ఫైలేరియా/బోదకాలు వ్యాధి లక్షణాలు ఎలా ఉంటాయి.**

జ : శరీరంలో ఫైలేరియా క్రిములు ప్రవేశించిన తరువాత వ్యాధి లక్షణాలు కనబడడానికి 8 నుంచి 16 నెలలు పట్టవచ్చు. తొలిదశలో కొద్దిపాటి జ్వరం, ఆయాసం రావడం, తలనొప్పి వణుకు, శోషనాళాలు పాడైపోయి, లింఫ్ ప్రసరణ ఆగిపోయి కాళ్లు, చేతులు వాయడం, వాచిన చోట నొక్కితే సొట్ట పడడం, చర్మంపై మచ్చలు, పుండ్లు, కాయలు, దురద పెట్టడం, రసి కారడం, వరి బీజము (బుడ్డ) మర్మావయాలు పాడవడం, గజ్జల్లో, చంకల్లో బిళ్లలు కట్టడం మొదలైనవి.

ప్ర : **ఫైలేరియా/బోదకాలు శరీరంలోని ఏ భాగాలకు రావచ్చు?**

జ : శరీరంలోని ఏ భాగానికైనా ఫైలేరియా రావచ్చు. ఈ బోద సమస్య ముఖ్యంగా కాళ్లు, చేతులు, జననాంగాలకు ఎక్కువ. పురుషులలో వృషణాల తిత్తి (హైడ్రోసిల్), పురుషాంగానికి, స్త్రీలలో రొమ్ము, యోని పెదవులకు రావచ్చు, కానీ మొత్తం మీద ఈ సమస్య కాళ్లకే ఎక్కువ.

ప్ర : **ఈ వ్యాధిని ఎలా నిర్ధారిస్తారు ?**

జ : ఈ వ్యాధి నిర్ధారణకు రాత్రిపూట రక్త పరీక్ష చేయించుకొని ఫైలేరియా క్రిములు ఉన్నదీ లేనిదీ తెలుసుకోవాలి. వీలైతే రోగిని అర్ధరాత్రి మంచి నిద్రలో ఉన్న సమయంలో లేపి రక్తపరీక్ష చేయించినట్లయితే మంచి ఫలితాలు వస్తాయి. ఒకవేళ రక్త పరీక్షలో ఫైలేరియా క్రిములు కనబడకపోతే కాలువాపు వస్తే దానికి ఇతరత్రా కిడ్నీ వ్యాధులు, గుండె వైఫల్యం, లివర్ వైఫల్యం, థైరాయిడ్ సమస్యల వంటివి ఏమీ లేవని నిర్ధారించుకొని లక్షణాల ఆధారంగా చికిత్స ఆరంభించవలసి ఉంటుంది.

ప్ర : **ఫైలేరియా/బోదకాలు కు చికిత్స ఏమిటి ?**

జ : ఫైలేరియా వ్యాధి ప్రాణాంతకమైంది కానప్పటికీ ఈ వ్యాధిని శాశ్వతంగా నిర్మూలించే పద్ధతులు లేనప్పటికీ ఈ వ్యాధి తీవ్రత పెరగకుండా నియంత్రించడానికి వైద్యుల సలహాతో మందులతోపాటు నిత్యం కాళ్లకు సంబంధించిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం ద్వారా చాలాకాలం పాటు సైజు పెరగకుండా చూసుకోవచ్చు. మరీ కొండలా పెరిగితే మాత్రం సర్జరీ చేసి సైజుని తగ్గించుకోవచ్చు. ఈ సర్జరీ పద్ధతుల్లో ఇటీవలి కాలంలో గణనీయమైన పురోగతి వచ్చింది. సైజు తగ్గించే విషయంలో ఒకప్పటికంటే ఇప్పుడు ఫలితాలు చాలా మెరుగ్గా ఉంటున్నాయి. డైఇథైల్, కార్బమజైన్ (DEC) మాత్రలు కొంతవరకు వ్యాధి తీవ్రతను తగ్గిస్తాయి.

ప్ర : **ఫైలేరియా/బోదకాలు వ్యాధి ఉన్నవారు నిత్య జీవితంలో తీసుకోవలసిన జాగ్రత్తలు ఏమిటి ?**

జ : ఈ వ్యాధిగ్రస్తులు కొన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం ద్వారా కొంత ప్రయోజనం ఉంటుంది. స్వచ్ఛమైన నీటిని ఎక్కువగా తాగాలి. ముఖ్యంగా వ్యాధి సోకిన భాగాలను, కాళ్లను తరచుగా మంచినీటితో శుభ్రంగా సబ్బుతో కడుక్కొని, పొడి బట్టతో శుభ్రంగా తుడుచుకొని ఏదైనా యాంటీసెప్టిక్ ఆయింట్‌మెంట్ పూయాలి. రోజూ క్రమం తప్పకుండా కాళ్లకు సంబంధించిన వ్యాయామం చేయాలి, కాలిని గోకడం, గీరటం వంటివేవి చేయకూడదు. గోళ్లను శరీరానికి సమంగా కత్తిరించాలి. పాదాలను పైకి ఎత్తడం, దింపడం చేస్తూ ఉండాలి, రోజులో ఎక్కువ భాగం నిలబడకుండా కాళ్లను పైకి పెట్టుకొని కూర్చోవాలి. కింద బాగా బిగువుగా పైన కొంత వదులుగా ఉండేలా కాళ్లకు రెండు పూటలా క్రేప్ బ్యాండేజ్ కడుతుండాలి. రాత్రిపూట బ్యాండేజ్ తీసేసి కాలిని ఎత్తులో పెట్టుకొని పడుకోవాలి. ఇటువంటి వ్యాయామాలు చేసేవారికి జ్వరం ఉండకూడదు. గుండె జబ్బులు ఉన్నవారు ఇటువంటి వ్యాయామాలు చేసేటప్పుడు డాక్టర్ని సంప్రదించాలి. కాళ్లకు సరైన చెప్పులు వాడాలి.

వైద్య ఆచార్య

పేరు : డా॥ వెంకటేష్ నగేష్ నర్వేకర్

స్వస్థలం : దావణగిరి, కర్ణాటక

ఎంబీబీఎస్ : కర్ణాటక ఇన్‌స్టిట్యూట్ ఆఫ్ మెడికల్ సైన్సెస్, హుబ్లి (1971)

ఎం.డి : Armed Forces Medical College, Pune. (1981)

అనుభవం : అసిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్ గా, అసోసియేట్ ప్రొఫెసర్ గా ప్రొఫెసర్ గా మొత్తం 30 సంవత్సరములు.

ప్రస్తుతం : ఆచార్యులు, రేడియాలజి విభాగం, నారాయణ వైద్య కళాశాల.

ఆసక్తి : కన్వెన్షనల్ అండ్ వాస్క్యులర్ రేడియాలజి

ఎగ్జామినర్ : మహారాష్ట్రా, కర్ణాటక, తమిళనాడు, ఆంధ్రప్రదేశ్ లోని వివిధ విశ్వవిద్యాలయాలు.

సమర్పణ : 1 అంతర్జాతీయ, 8 జాతీయ పబ్లికేషన్స్ సమర్పణ.

ప్రసంగం : పలు జాతీయ సమావేశాల్లో.

సభ్యత్వం : IMA, IRIA

నినాదం : “విధి నిర్వహణలో ఏకాగ్రత ఆచరణలో నీకదే భద్రత ”

ఆదునిక పద్ధతిలో, అనుభవజ్ఞులైన వైద్యులు, వివిధ విభాగాలలో పలు సమస్యలకు అంకితభావంతో అందించే నర్సింగ్ సేవలు... ఇవే వ్యాధిగ్రస్తుని సత్వరం కోలుకునేలా చేస్తున్నాయి... నారాయణ హాస్పిటల్‌ను అభివృద్ధి పథంలో నడిపిస్తున్నాయి...

నారాయణ వైద్యశాలలోని విభాగాలు

NAC వారిచే ప్రతిష్టాత్మక గుర్తింపు పొందిన హాస్పిటల్

పడకలు : 1,440

ప్రత్యేక విభాగాలు : 25

ఇంటెన్సివ్‌కేర్ పడకలు : 200

అపరేషన్ థియేటర్లు : 23

బ్లడ్ బ్యాంకు, 24 గంటల ఎమర్జెన్సీ, ఐసీయూ ఆన్ వీల్స్ అంబులెన్స్, స్పెషల్, డీలక్స్ రూములు

NABL వారి ప్రమాణాలు పాటిస్తూ వారి ఆమోదం పొందిన లాబొరేటరీలు

దేశంలోనే ప్రఖ్యాతి గాంచిన క్యాష్‌లెస్ ఇన్సూరెన్స్ సదుపాయాలు

స్పెషాలిటీ విభాగాలు

- సాధారణ వ్యాధులు
- శస్త్ర చికిత్సలు
- కీళ్ళు, ఎముకల చికిత్స
- అత్యవసర చికిత్స
- కాన్పులు మరియు గర్భకోశవ్యాధులు
- చిన్నపిల్లల వ్యాధులు
- కంటి వ్యాధులు
- శ్వాసకోశవ్యాధులు
- చెవి, ముక్కు, గొంతు వ్యాధులు
- చర్మవ్యాధులు
- మానసిక వ్యాధులు
- దంత వ్యాధులు
- రేడియాలజి
- అనస్థీషియా

సూపర్ స్పెషాలిటీ విభాగాలు

- గుండె సంబంధిత వ్యాధులు
- గుండె శస్త్రచికిత్సలు
- మెదడు నరాల చికిత్సలు
- మెదడు, వెన్నుముక శస్త్రచికిత్సలు
- కిడ్నీ వ్యాధులు
- మూత్రనాళాలు, మూత్రకోశ శస్త్రచికిత్స
- ఎండో క్రైనాలజి
- ఉదరకోశ వ్యాధులు
- ఉదరకోశ శస్త్రచికిత్సలు
- ప్లాస్టిక్ సర్జరి
- నియోనెటాలజి

సంప్రదించవలసిన అధికారులు

డా॥ జి. సుబ్రహ్మణ్యం (డైరెక్టర్)

డా॥ ఎస్. విజయ్ కుమార్ (కో-ఆర్డినేటర్)

డా॥ శ్రీరామ్ సతీష్ (ఇన్‌చార్జి మెడికల్ సూపరింటెండెంట్)

డా॥ ఎస్. సతీష్ (సి.ఇ.ఒ)

డా॥ డి. రామ్మోహన్ (అడిషనల్ మెడికల్ సూపరింటెండెంట్)

సి.హెచ్. భాస్కర్ రెడ్డి (ఎ.జి.ఎం)