Title Ref. No. 1368574

NARAYANA SPECIALITY HOSPITAL

వైద్య నారాయణం

ఆరోగ్య సమాచార స్రవంతి / చీఫ్ పేట్రన్ డా॥ పి. సింధూర / సంపుటి : 09 / సంచిక : 03 / అక్టోబర్ - 2021 / అసోసియేట్ ఎడిటర్ : సి.హెచ్. భాస్కర్ రెడ్డి / వెల : అమూల్యం

ఆరోగ్యశ్రీ కార్డు

అనుకూలమైన వైద్య సేవలు నారాయణలోని అన్ని విభాగాలలో అమలు

ఆరోగ్యంగా ఉండాలని, ఆనందంగా గడపాలని ప్రతి ఒక్కరూ కోరుకుంటారు. అనుకోని ప్రమాదాల వలన గానీ, ఇంకేదైనా శారీరక సమస్య వలన కానీ ఆరోగ్యం పాడవవచ్చు. నిపుణుల వైద్య సేవలు, చికిత్సలు అత్యవసరం కావచ్చు. ఆ సమయంలో తిరిగి కోలుకుని సాధారణ జీవనం గడిపేందుకు ఊతమిచ్చి, వ్యాధిగ్రస్తులను ఆరోగ్యవంతులుగా నిలుపుతుంది నారాయణ హాస్పిటల్.

ఆరోగ్యశ్రీ – ఆర్థిక భరోసా :

ఆరోగ్య సమస్యలు ఎదురైె, వైద్యసేవలు పొందాలి అనే ఆలోచనే కొందరిలో ఒకింత భయానికి కారణమవుతాయి. ఎందుకంటే ఖర్చు ఎంత అవుతుందో, భరించగలమా లేదా అని సందిగ్ధం.. అయినా తప్పదు. హాస్పిటల్‌కు వెళ్లాల్సిందే.. చికిత్సలు పొందాల్సిందే – ఈ నేపథ్యంలో ఆరోగ్యశ్రీ కార్డు ప్రజలకు ఎంతో ఊరటనిస్తుంది అన్నది సత్యం. నారాయణ హాస్పిటల్‌లో సాధారణ వ్యాధుల మొదలు సూపర్‌స్పెషాలిటీ విభాగాలలోనూ ఆరోగ్యశ్రీ వర్తిస్తుంది. అలాగే వైద్యసేవలు, కొన్ని పరీక్షలు, జనరల్ వార్డు అన్ని సేవలు ఉచితంగా పొందవచ్చు. ఆర్థిక వ్యయ భారం పూర్తిగా తగ్గుతుంది.

అన్ని విభాగాలు ఒకే చోట :

నేటి జీవనశైలి, ఆధునిక పోకడల మూలంగా ఆరోగ్య సమస్యలు అదే స్థాయిలో పెరుగుతున్నాయి. చిన్న ఆరోగ్య సమస్యతో వెళితే దాని సంబంధిత పరీక్షలు జరపడం ఎంతో అవసరం. తద్వారా ఇతర ఆరోగ్య సమస్యలున్నా బయటపడతాయి. వెంటనే ఆ లక్షణాలకు సంబంధించిన వైద్య సేవలు పొందితే జబ్బు పూర్తిగా నియంత్రించబడుతుంది. ఇలా వ్యాధి మూలాలను గమనించి, చికిత్సలు అందించే పూర్తి సౌలభ్యం నారాయణ హాస్పిటల్‌లో ఉంది.

NARAYANA SPECIALITY HOSPITAL

Non-Covid Centre

"మనవి" కోవిడ్ సేవలు ఇక్కడ నిలిపవేశాం అందరికోసం "జనరల్ మరియు సూపర్ స్పెషాలిటీ సేవలకే పునరంకితం"

నాన్ కోవిడ్ హాస్పిటల్ గా :

కరోనా కాలంలో పూర్తి కోవిడ్ హాస్పిటల్‌గా సేవలు అందించినా – (అక్టోబర్ 23, 2021 నుండి) ప్రభుత్వ కార్యచరణ ప్రకారం పూర్తి నాన్–కోవిడ్ వైద్య సేవలు అందిస్తుంది నారాయణ హాస్పిటల్, పూర్తి నిబంధనలు పాటిస్తూ, పరిశుభ్రమైన మౌలిక వసతుల మధ్య, ముఖ్యంగా ప్రజలకు పెద్ద ఎత్తున అవగాహన కల్పిస్తూ, పూర్తి సంరక్షణతో జనరల్ మరియు సూపర్ స్పెషాలిటీ అన్ని విభాగాలలో వైద్య సేవలు పూర్వంలోలా యధావిదిగా కొనసాగుతున్నాయి.

కరోనా నుంచి కోలుకున్నా... వెంటాడుతున్న జీర్ణకోశ సమస్యలు

కరోనా వచ్చి తగ్గిన వారిలో అధిక శాతం మంది జీర్ణకోశ వ్యాధులతో ఇబ్బంది పడుతున్నారు. చాలా మంది ఇది కోవిడ్ తరువాత వచ్చిన సమస్య అని గుర్తించలేకపోతున్నారు. ఎక్కువ మందిలో ఆకలి లేకపోవడం, ఆహారం రుచి తెలియకపోవడం, తరచూ విరేచనాలు, అలాగే కొంత మందిలో వాంతులు మరియు కడుపునొప్పి వంటి సమస్యలతో సతమతమవుతున్నారు.

డా॥ కె. శ్రీధర్ రెడ్డి
గ్యాస్ట్రో ఎంట్రాలజిస్ట్ & హెపటాలజిస్ట్
మెడికల్ గ్యాస్ట్రో ఎంట్రాలజి విభాగం
నారాయణ హాస్పిటల్

డా॥ ధ్వారకానాధ్ రెడ్డి
సర్జికల్ గ్యాస్ట్రో ఎంట్రాలజిస్ట్
నారాయణ హాస్పిటల్

కోవిడ్ అనేక ప్రధాన అవయవాల మీద ప్రభావం చూపినట్లే జీర్ణకోశాల మీద కూడా ప్రభావం చూపుతుంది. ఈ ప్రభావ తీవ్రత దీర్ఘకాలిక జబ్బులు బీపి, షుగర్, గుండె సంబంధిత వ్యాధులు, ఊబకాయం తదితర వ్యాధిగ్రస్తుల పై మరింతగా ఉంటుంది.

కరోనా వచ్చిన వారికి రక్తాన్ని పలచన చేసే మందులు వైద్యుల సూచన మేరకు వాడాలి. అలా సరిగా వాడని వారికి ప్రేగుల్లో గడ్డలు ఏర్పడి తద్వారా ప్రేగులు కుళ్లిపోవడం, గాంగ్రిన్ ఏర్పడటం జరుగుతున్నాయి.

కరోనా వచ్చి తగ్గిన చిన్నపిల్లల్లో కూడా ఎక్కువ శాతం మందికి ఆకలి మందగించడం, వాంతులు, కడుపునొప్పి వంటివి సంభవిస్తున్నాయి. కరోనా వచ్చి తగ్గిన వాళ్లల్లో జీర్ణకోశానికి సంబంధించి ఏ చిన్న సమస్య ఎదురైనా మరీ ముఖ్యంగా కడుపునొప్పి వంటివి సంభవించినా ఎలాంటి సొంత వైద్యం చేసుకోకుండా గ్యాస్ట్రోఎంట్రాలజిస్ట్‌ని గానీ, సర్జికల్ గ్యాస్ట్రోఎంట్రాలజిస్ట్‌ని గానీ విధిగా సంప్రదించాలి.

ఇందుకోసం నారాయణ స్పెషాలిటీ హాస్పిటల్ నందు ప్రత్యేక విభాగాన్ని ఏర్పాటు చేయడం జరిగింది. ఈ విభాగం నందు మెడికల్, సర్జికల్ గ్యాస్ట్రో ఎంట్రాలజి బృందం, ప్రత్యేక చికిత్సల ద్వారా ఈ కరోనా వచ్చి తగ్గిన వారికి వైద్య చికిత్సలు అందుబాటులో ఉంటాయి. జీర్ణకోశ వ్యాధులు దీర్ఘకాలిక వ్యాధిగానో, శస్త్ర చికిత్సలకు దారితీసే వరకు తెచ్చుకోకుండా ప్రాథమిక దశలోనే వైద్య సేవలు అందించేందుకు జిల్లా ప్రజలకు ఈ గ్యాస్ట్రోఎంట్రాలజి ప్రత్యేక విభాగాన్ని అందుబాటులోకి తేవడం జరిగింది.

త్వరలో నారాయణ హాస్పిటల్ నందు "లివర్ ట్రాన్స్‌ప్లాంటేషన్" కు శ్రీకారం

2010లో కిడ్నీ ట్రాన్స్‌ప్లాంటేషన్స్‌ను ప్రారంభించి, విజయవంతంగా నిర్వహిస్తున్నాం. అదే స్ఫూర్తితో ఇప్పుడు మరో అడుగు ముందుకేసి లివర్ ట్రాన్స్‌ప్లాంటేషన్స్‌ను కూడా మన నెల్లూరులోనే అందుబాటులోకి తేనున్నాం. దేశంలోనే ప్రఖ్యాతిగాంచిన లివర్ ట్రాన్స్‌ప్లాంటేషన్ హాస్పిటల్స్ వారి సహకారంతో నారాయణ స్పెషాలిటీ హాస్పిటల్ లో మెడికల్ మరియు సర్జికల్ గ్యాస్ట్రోఎంట్రాలజిస్ట్‌ల నేతృత్వంలో లివర్ ట్రాన్స్‌ప్లాంటేషన్స్‌కు శ్రీకారం చుట్టబోతున్నామని తెలియజేస్తున్నాం.

లివర్ క్లినిక్ :

నారాయణ హాస్పిటల్ నందు 'లివర్ క్లినిక్' ను కూడా అందుబాటులోకి తేవడం జరిగింది. ఇందులో లివర్ వ్యాధుల పై ప్రజలకు అవగాహన మరియు చికిత్సలు పొందేందుకు ఈ లివర్ క్లినిక్ ఎంతగానో ఉపయోగపడుతుంది.

2వ పేజీలో... ముక్కు సమస్య ఆయుష్షుకు బరువుదెబ్బ
3వ పేజీలో... కీళ్ళ నొప్పి రెండు చుక్కలు
4వ పేజీలో... మానసిక సమస్యలు రొమ్ముక్యాన్సర్
5వ పేజీలో... మెల్లసమస్యపై ప్రశ్నా - సమాధానం
6వ పేజీలో... సంక్షిప్త సమాచారం

ఆపరేషన్‌తో సరిచేశారు
ముక్కు సమస్యను దూరంచేశారు

డా॥ జి. రమేష్‌బాబు
అసోసియేట్ ప్రొఫెసర్
చెవి, ముక్కు మరియు గొంతు వ్యాధుల చికిత్సా విభాగం
నారాయణ హాస్పిటల్

నెల్లూరు జిల్లా, రాపూరుకు చెందిన 60 ఏళ్ల మహిళకు గత రెండు సంవత్సరాలుగా తన కుడి ముక్కు నుండి గాలి సరిగా రాకపోవడం, కుడి ముఖం మరియు పై పెదవి వాపు రావడం అనే సమస్యతో నారాయణ హాస్పిటల్‌లోని చెవి, ముక్కు మరియు గొంతు వ్యాధుల చికిత్సా విభాగంలోని డా॥ జి. రమేష్‌బాబు గారిని సంప్రదించింది.

డాక్టరు గారు ఆ మహిళకు జబ్బు ఏర్పడ్డ సందర్భం, పెరుగుదల క్రమం అడిగి తెలుసుకుని, క్షుణ్ణంగా పరిశీలించి, అవసరమైన పరీక్షలు, డయాగ్నొస్టిక్ నాజల్ ఎండోస్కోపి, CT-PNS పరీక్షలు నిర్వహించారు. అలాగే నారాయణ డెంటల్ కాలేజిలోని ఓరల్ & మాక్సిల్లో ఫేషియల్ సర్జరీ విభాగంలోని వైద్యులతో చర్చించి, చాలా అరుదుగా వచ్చే ODENTOGENIC KERATOCYST IN RIGHT MAXILLARY BONE - అనగా కుడి వైపు పై పంటి వరుసకి, ముక్కు మధ్య ఎముకలో వచ్చే నీటి బుడగగా నిర్ధారించారు.

ఇటువంటి క్లిష్టమైన వ్యాధి పరిస్థితిని బయట ముఖం పైన కుట్టు, కోత లేకుండా "SUB LABIAL APPROACH CYST ENUCLEATION మరియు BONY CAVITY CLOSER BY MODIFIED DENKER'S MEDIAL MAXILLECTOMY - LATERAL NASAL WALL MUCOSAL FLAP" అనే అత్యాధునిక పద్ధతి ద్వారా ఎముకలోని నీటి బుడగను పూర్తిగా తొలగించడమే కాకుండా పై దవడ ఎముకలో ఏర్పడిన లోపాల్ని బయటకు కనబడకుండా ముక్కులోనికే సరిచేసి శస్త్రచికిత్సను విజయవంతం చేశారు.

ఈ సందర్భంగా డా॥ జి. రమేష్‌బాబు గారు మాట్లాడుతూ సాధారణంగా ఇటువంటి ఎముక నీటి బుడగలు కింది దవడ MANDIBLE తరచుగా వస్తుంటాయని, అయితే పై దవడలో చాలా అరుదుగా ఉంటాయని వాటికి అవసరమయ్యే శస్త్రచికిత్స చాలా సంక్లిష్టంగా ఉంటుందని తెలిపారు. అలాగే నారాయణ హాస్పిటల్ లోని అత్యంత అధునాతన పరికరాలు, వసతులు, అవసరమైన ఇతర విభాగాల సహకారం ఉన్నందువలననే ఇంతటి సంక్లిష్టమైన శస్త్రచికిత్సలను విజయవంతంగా చేయగల్గుతున్నామని అన్నారు.

ప్రపంచ ఉబకాయ అవగాహన దినోత్సవం సందర్భంగా

ఆయుష్షుకు బరువు దెబ్బ

- జీవనశైలి మార్పే ప్రధానం
- క్రమం తప్పని వ్యాయామంతోనే బరువు తగ్గడం సాధ్యం.
- స్థూలకాయం వలన రోగనిరోధక వ్యవస్థ అస్తవ్యస్థం

డా॥ టి. సునంద
అసోసియేట్ ప్రొఫెసర్
ఎండోక్రైనాలజి విభాగం
నారాయణ హాస్పిటల్

ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఎంతో మంది అధిక బరువు, స్థూలకాయంతో సతమతమవుతున్నారు. అధిక బరువు, స్థూలకాయం వివిధ జబ్బులకు దారి తీస్తుండటంతో వీటిని తగ్గించుకోవాలని వైద్యులు నొక్కి చెబుతున్నారు. ముఖ్యంగా స్థూలకాయుల సంఖ్య పెరిగిపోతుండటానికి టీవీలు, కంప్యూటర్ల ముందు ఎక్కువసేపు గడుపుతుండటం... పిల్లలకు ఆటస్థలాలు కనుమరుగవుతుండటం... వ్యాయామం చేయకపోవడటం, శారీరక శ్రమ అంతగాలేని ఉద్యోగాలు... ఆహారం పై అవగాహన లేకుండా జంక్‌ఫుడ్‌కు అలవాటు పడటం వంటి జీవనశైలి దోహదం చేస్తున్నాయి.

వ్యాధుల దాడి

స్థూలకాయం కారణంగా గుండె జబ్బులు, అధిక రక్తపోటు, మధుమేహం, సంతాన సమస్యలు, క్యాన్సర్, ఊపిరితిత్తుల జబ్బులు, పిత్తాశయంలో రాళ్ళు, కిడ్నీలో రాళ్ళు, అల్సర్లు, గ్యాస్ట్రిక్ సమస్యల వంటివన్నీ చుట్టుముడుతున్నాయి. భారీకాయాన్ని మోయాల్సి రావడంతో మోకాలి కీళ్ల అరిగే ప్రమాదముంది. కాలేయం దెబ్బ తింటుంది, ఇన్సులిన్ రెసిస్టెన్స్ పెరుగుతుంది. దీంతో మధుమేహ నియంత్రణ కష్టమవుతుంది. చెడ్డ కొలెస్ట్రాల్ (ఎల్‌డిఎల్) పెరిగి, మంచి కొలెస్ట్రాల్ (హెచ్.డి.ఎల్) తగ్గుతుంది. ఇవి పక్షవాతానికి, గుండె జబ్బులకు దారితీస్తాయి.

బరువెందుకు పెరుగుతారు ?

ఏ వయసులోనైనా బరువు పెరిగే అవకాశం ఉన్నప్పటికీ... చాలా మంది మధ్య వయసులోనే ఎక్కువగా బరువు పెరుగుతుంటారు. కొందరు చిన్నతనంలోనే అధిక బరువుతో ఉండవచ్చు. కొందరు వంశపారంపర్యంగా అధిక బరువు బారిన పడొచ్చు. తల్లిదండ్రులలో ఇద్దరూ స్థూలకాయులైతే సుమారు 73 శాతం మంది పిల్లలకూ అది రావచ్చు. ఎవరో ఒకరు స్థూలకాయులైతే పిల్లల్లో 45 శాతం మంది దీని బారినపడొచ్చు. స్త్రీలలో కొన్ని గ్రంధుల స్రావాలు అధిక బరువును తెచ్చిపెట్టొచ్చు. రజస్వల అయినపుడు, గర్భం ధరించినపుడు, ముట్లుడిగిన తర్వాత మహిళలు అధికంగా బరువు పెరిగే అవకాశం ఉంటుంది. స్టిరాయిడ్లు, గర్భ నిరోధక మాత్రలు, ఇన్సులిన్ వంటివి తీసుకోవడము దీనికి దోహదం చేయవచ్చు. మానసిక అలసట, అశాంతి, సరైన సమయంలో ఆహారం తీసుకోకపోవడం, స్వీట్లు ఎక్కువగా తినటం వంటివన్నీ బరువు పెరగటానికి కారణమవుతున్నాయి.

తగ్గే మార్గాలు

సహజ సిద్ధంగా బరువు తగ్గించుకోవడానికి వ్యాయామానికి మించింది లేదు. దీంతో శరీరాకృతిని కూడా తీర్చి దిద్దుకోవచ్చు. తలనొప్పి, నడుంనొప్పి, ఆందోళన వంటి సమస్యలూ తగ్గిపోతాయి. వయసు పైబడుతున్నా వ్యాయామాన్ని మానరాదు. వయసుకు తగ్గ వ్యాయామాన్ని ఎంచుకోవాలి. అలాగే వ్యాయామం చేయడంతోపాటు జీవన విధానాన్ని మార్చుకోవడం అవసరం. ఇందులో ఆహార నియమాలు పాటించడం ముఖ్యం. ముఖ్యంగా కొవ్వులు, నూనె పదార్థాలను తగ్గించి సమతుల్య ఆహారం తీసుకోవడం మంచిది.

జీవితకాలం పెంచుకోవాలని అనుకుంటున్నారా...?

అయితే అధిక బరువును తగ్గించుకోండి. ఎందుకంటే శరీర ఎత్తు, బరువుల నిష్పత్తి (BMI) ఎక్కువ కలవారికి అకాల ముప్పు పొంచివున్నట్లు - బారీ అంతర్జాతీయ అధ్యయనం హెచ్చరిస్తుంది. పరిశోధకులు 32 దేశాల్లోనే కోటి మందిపై నిర్వహించిన 239 అధ్యయనాలను విశ్లేషించి మరీ ఈ విషయాన్ని గుర్తించడు విశేషం. సాధారణంగా BMI 18.5 నుండి 24.9 మధ్యలో వుండడం మంచిది. అయితే దీనికి ఎక్కువగా కానీ, తక్కువగా కానీ కలవారు జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం తప్పనిసరి.

రొమ్ము క్యాన్సర్

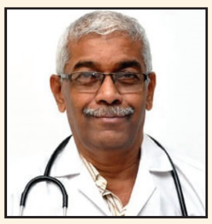
బెదరకుండా - ఎదుర్కోవడమే సమస్యకు ఆశాదీపం

ప్రస్తుతం ప్రపంచంలో రొమ్ము క్యాన్సర్ దాదాపు 0.002 శాతంగా ఉంది. నలభైయవ దశకంలో ప్రారంభమయ్యి, వయస్సు పెరిగే కొలదీ రొమ్ము క్యాన్సర్ గడ్డ వచ్చే అవకాశాలు ఎక్కువ అవుతాయి. కానీ ప్రతి రొమ్ము గడ్డ క్యాన్సర్ కాదు. రజస్వల అవడానికి ముందే దాదాపు 10-11 సంవత్సరముల నుంచి దాదాపు 50 సంవత్సరముల వరకు హార్మోన్ల ప్రభావము చేత ప్రతి స్త్రీ రొమ్ములో ఎన్నో మార్పులు జరుగుతుంటాయి. ఆ మార్పుల వలనే కొన్ని గడ్డలు రావచ్చు. ఈ గడ్డలన్నీ క్యాన్సర్ గడ్డలు కాకపోవచ్చు.

యవ్వన ప్రాయంలో వచ్చే గడ్డలు చాలా అరుదు. ఇవి క్యాన్సర్ గడ్డలు చాలా వరకు కావు. అదేవిధంగా యుక్తవయస్సులో అనగా ఇరవై సంవత్సరాల నుంచి నలభై సంవత్సరాల వరకు వచ్చే గడ్డలు కూడా హార్మోన్ల సమతుల్య లోపం వలన వచ్చే గడ్డలు ఎక్కువ శాతము. కానీ చాలా అరుదుగా ముప్పై ఏళ్ల తరువాత క్యాన్సర్ గడ్డలు కనిపించవచ్చు. నలభై సంవత్సరాల తరువాత కూడా వచ్చే గడ్డలలో ఎక్కువ శాతం క్యాన్సర్ గడ్డలు కాకపోవచ్చు. కానీ వయస్సు పెరిగే కొలదీ క్యాన్సర్ గడ్డల శాతం క్రమంగా పెరుగుతుంది. కావున యువతులందరూ నలభై సంవత్సరాల తరువాత కనిపించే గడ్డలను నిర్లక్ష్యం చేయరాదు. గడ్డ కనిపించిన వెంటనే డాక్టర్ గారిని సంప్రదించవలెను. ఈ వయస్సులో కనిపించే గడ్డ క్యాన్సర్ గడ్డ కావడానికి ఈ క్రింది విషయాలు దోహదపడతాయి. కుటుంబ సభ్యులలో ముఖ్యంగా దగ్గరి కుటుంబ సభ్యులలో రొమ్ము క్యాన్సర్ గానీ, పెద్ద ప్రేగు క్యాన్సర్ ఉండటం. అదేవిధంగా యుక్తవయస్సులో శరీర పై భాగానికి ఏదేనీ కారణంచేత రేడియేషన్ (అణుధార్మికత) తీసుకోవడం జరగడం. ఎక్కువ లావుగా ఉండడం, ఎప్పుడైనా స్మోకింగ్ చేయడం, మత్తు పదార్థాలను సేవించడం జరగడం.

రొమ్ము క్యాన్సర్ గడ్డలు ప్రారంభమైన దశ నుంచి క్రమంగా పెరుగుతూ దేహములోని ఇతర భాగాలకు వ్యాపించును, తొలుత రొమ్ములో ఉన్నంత వరకు మొదటి దశ అని అంటారు. క్రమంగా రొమ్ము నుంచి అదే వైపున ఉన్న చంకలోకి గడ్డలు వస్తే ఆ దశను రెండవ దశ అంటారు. తరువాత మూడు, నాలుగు దశలలో శరీరములోని ఇతర భాగాలకు అనగా శ్వాసకోశం, కాలేయం, ఎముకలు, మెదడు మరియు కడుపులోకి వ్యాపించును.

గడ్డలను తొలి దశలో కనుగొని వైద్యం ప్రారంభిస్తే పూర్తిగా నయమవడానికి చాలా అవకాశాలు ఉంటాయి. అదే మూడు, నాలుగు దశలలో కనుగొన్న వ్యాధికి ఏ వైద్యము చేసినా నయం కావడానికి అవకాశాలు లేవనే చెప్పాలి. తొలి దశలో కనుగొన్న వ్యాధికి వైద్యం



డా॥ కె.ఎల్. సంపత్ కుమార్
ప్రొఫెసర్
జనరల్ సర్జరీ విభాగం
నారాయణ హాస్పిటల్

మిగతా... 4వ పేజీలో

మోకీళ్ళ నొప్పి - నివారణ పద్ధతులు

వరల్డ్ ఆర్థరైటిస్ డే సందర్భంగా...

నరకం చూపించే కీళ్ళ నొప్పి

- కీళ్ళ నొప్పుల్లోనూ రకాలున్నాయి
- నొప్పి తీవ్రమైతే శస్త్ర చికిత్సతో ఉపశమనం
- చికెన్ గున్యావంటి వైరల్ వ్యాధుల వల్ల కూడా కీళ్ళ వాపులు రావచ్చు.

డా॥ హరికృష్ణారెడ్డి కొండారెడ్డి
ప్రొఫెసర్
కీళ్లు మరియు ఎముకల వ్యాధుల చికిత్సా విభాగం
నారాయణ హాస్పిటల్

మన ప్రతి కదలికకూ కీళ్ళే.. కీలకం ! జాయింట్లు మృదువుగా, సున్నితంగా కదులుతుంటేనే.. మన జీవితం హాయిగా, సుఖంగా, సౌకర్యవంతంగా సాగుతుంటుంది. అది వేళ్ళ జాయింట్లు కావచ్చు. మణికట్టు జాయింట్లు కావచ్చు. భుజం జాయింట్లు కావచ్చు. మోకాలి కీళ్లు కావచ్చు... చివరికి పాదాల వేళ్ళ జాయింట్లు కావచ్చు... దేనికైనా ఏ కదలికకైనా ఈ కీళ్లే కీలకం. మరి మన శరీరంలో ఈ కీళ్లు ఉగ్రరూపం దాల్చి సమస్యలను సృష్టించడం మొదలుపెడితే...? కాలు కదపాలంటే కష్టం. సంకెళ్లు వేసినట్లు జీవితం అడుగడుగునా సమస్యలా తయారవుతుంది. అందుకే జాయింట్లకు అంత ప్రాధాన్యం.

ఈ కీళ్లకు వచ్చే అతి పెద్ద సమస్య ఆర్థ్రైటిస్ ! అంటే కీలు లోపలంతా వాచిపోయి... కదపాలంటే తీవ్రమైన నొప్పి, బాధతో... జాయింట్‌లో ఓ విపత్తు తలెత్తటమన్నమాట. ఇది కీలు అరిగిపోవడం వల్ల రావచ్చు. దాన్ని ఆస్టియో ఆర్థ్రైటిస్ అంటారు. ఇప్పుడు ఎక్కువ మంది అనుభవిస్తున్న మోకాళ్ల నొప్పుల బాధ ఇదే. ఇక ఒంట్లో ఏదైనా ఇన్ఫెక్షన్ తలెత్తి అది కీలుకు చేరటం వలన కీళ్ల నొప్పి రావచ్చు. దీన్ని ఇన్ఫెక్టివ్ ఆర్థ్రైటిస్ అంటారు. సొరియాసిస్ వంటి చర్మ వ్యాధుల్లో కూడా కీళ్ల వాపు, నొప్పి పలకరించవచ్చు. దాన్ని సోరియాటిక్ ఆర్థ్రైటిస్ అంటారు. అలాగే మూత్రనాళ ఇన్ఫెక్షన్లు, నీళ్ల విరేచనాలు వంటి ఇన్ఫెక్షన్ల తర్వాత కూడా కీళ్ల వాపు రావచ్చు. దాన్ని రియాక్టివ్ ఆర్థ్రైటిస్ అంటారు. చికున్‌గున్యా వంటి వైరల్ వ్యాధుల్లో కూడా కీళ్ల వాపులు రావచ్చు. వీటిని వైరల్ రియాక్టివ్ ఆర్థ్రైటిస్ అంటారు. ఇలా కీళ్ల వాపుల్లో ఎన్నో రకాలున్నాయి. అయితే ఇవన్నీ కూడా ఏదో ఒక ప్రత్యేకమైన, స్పష్టమైన కారణంతో వచ్చే కీళ్లనొప్పులు. వీటన్నింటికీ భిన్నంగా స్పష్టమైన కారణం ఏదీ తెలియకుండా ఆరంభమయ్యేదే రుమాటాయిడ్ ఆర్థ్రైటిస్ (కీళ్లవాతం).

నిర్ధారణ ఎలా ? :

రుమటాయిడ్ ఆర్థ్రైటిస్ విషయంలో రక్తపరీక్షల వంటి వాటికంటే కూడా వైద్యుల విచక్షణకే ప్రాధాన్యత ఎక్కువ. లక్షణాల తీరు, కొన్ని పరీక్షల సహాయంతో వైద్యులే ఖచ్చితంగా నిర్ధారిస్తారు. రక్తంలో రుమటాయిడ్ ఫ్యాక్టర్ (ఆర్ ఎ) ఎలా ఉందో చూస్తారు. ఆరంభ దశలో ఇది 75 శాతం మందిలో పాజిటివ్‌గా ఉంటుంది. నెగిటివ్ వచ్చిన వాళ్లకు కొన్నాళ్ల తర్వాత మళ్లీ రక్తపరీక్ష చేయాల్సి ఉంటుంది. వ్యాధి లక్షణాలు స్పష్టంగానే కనబడుతున్నా రక్తంలో ఆర్.ఎ ఫ్యాక్టర్ నెగిటివ్ ఉన్న వారికి సీసీపీ యాంటీబాడీస్ పరీక్ష అవసరం. ఇది పాజిటివ్ వస్తే కీళ్లవాతం బలంగా ఉన్నట్లు భావించవచ్చు. ఈఎస్ఆర్, సీఆర్‌పి ఇవి కీళ్ల వాతం భాదితుల్లో చాలా ఎక్కువగా ఉంటాయి. హిమోగ్లోబిన్ తక్కువ ఉండవచ్చు. వీటికి తోడు వాచిన కీళ్లకు ఎక్స్‌రే, ఎమ్మారై వంటివి వ్యాధినిర్ధారణలో బాగా ఉపయోగపడతాయి.

రుమటాయిడ్ ఆర్థ్రైటిస్‌ను నిర్లక్ష్యం చేస్తే ఇతర వ్యాధులు ముంచుకొచ్చే అవకాశము ఎక్కువే. కీళ్ల వాతాన్ని నియంత్రించుకోకపోతే వీరిలో గుండె జబ్బులు, పక్షవాతం వంటివి పదేళ్ల ముందుగానే వచ్చే ప్రమాదం ఉంది. కళ్లు పొడిబారటం, లాలాజలం తగ్గిపోవడం తోపాటు గుండె చుట్టూ, ఊపిరితిత్తుల చుట్టూ నీరు చేరటం వంటి ఇబ్బందులు ఎదురుకావచ్చు. కీళ్లవాతాన్ని ఖచ్చితంగా నియంత్రణలో ఉంచుకుంటే ఈ దుష్ప్రభావాల బెడద ఉండదు. లాలాజల గ్రంథులు దెబ్బతింటే నోరు ఎండిపోతుంది. దీంతో పిప్పిపళ్లు వచ్చి త్వరగా దంతాలు ఊడిపోతాయి. నాడుల చుట్టూ ఉండే రక్తనాళాలు దెబ్బతినడం వల్ల కాళ్లల్లో తిమ్మిరి, స్పర్శ తగ్గిపోవడం వంటివీ మొదలవుతాయి. చర్మం మీద పుండ్లు పడటం, నాడులు దెబ్బతిని న్యూరోపతి రావచ్చు.

వ్యాధి ఉధృతంగా ఉన్నపుడే ఇతరత్రా దుష్ప్రభావాలు వచ్చే అవకాశాలు ఎక్కువ. వ్యాధి ఉధృతి తగ్గితే ఇతరత్రా దుష్ప్రభావాలు వచ్చే అవకాశం పెద్దగా ఉండదు. అందుకే క్రమం తప్పకుండా వైద్యులను సంప్రదించి, పరీక్షలు చేయించుకోవడం ఉత్తమం.

ప్రపంచ ఆస్టియోపొరోసిస్ దినం

పాత కణాలు అంతరించి, కొత్త కణాలు అంకురించే ప్రక్రియ ఎముకల్లోనూ నిరంతరం కొనసాగుతూనే ఉంటుంది. ఏ కారణంగా అయినా తరిగిపోతున్న పాత ఎముకకు సమానంగా కొత్త ఎముక ఏర్పడకపోతే ఎముకలు పెళుసుబారిపోయి... ఆస్టియోపొరోసిస్ వ్యాధి మొదలవుతుంది. ఎముకల్లోని ప్రోటీన్, మూలధాతువైన కాల్షియం, మెగ్నీషియం, ఫాస్పరస్ వంటివి లోపించడం వల్ల ఇది జరుగుతూ ఉంటుంది.

కాల్షియం ఇతర పోషకాలు విటమిన్-డి3, డి4 సహకారంతో ఎముకల్లో చేరడాన్ని 'ఆస్టియో బ్లాస్టిక్ ప్రక్రియ' అంటాం. అలాగే ఎముకలో పాతబడిన కాల్షియం, ఇతర పోషకాలు బయటకు వెళ్లడాన్ని ఆస్టియో క్లాస్టిక్ ప్రక్రియ అంటాం. వీటి మధ్య ఏర్పడే అసమతుల్యత వల్ల ఎముక బలహీనపడటాన్ని 'ఆస్టియో పొరోసిస్' అంటారు. దీనివల్ల దీర్ఘకాలంలో ఆర్థ్రైటిస్, స్పైన్, డిస్క్ సమస్యలు, ఎముకల నొప్పులు, ఫ్రాక్చర్ వంటి అనేక సమస్యలు తలెత్తుతాయి. సహజంగా స్త్రీలలో 45 ఏళ్లు, పురుషులలో 55 ఏళ్లు పైబడిన వారికి ఆస్టియోపొరోసిస్ వచ్చే అవకాశముంటుంది.

వరల్డ్ పోలియో డే సందర్భంగా...

రెండు చుక్కలు నిండైన జీవితానికి భరోసా

డా॥ తోటపల్లి షేక్ మహమ్మద్ ముస్తాఫా
సీనియర్ రెసిడెంట్
జనరల్ మెడిసిన్ విభాగం
నారాయణ హాస్పిటల్

పోలియో అని సాధారణంగా పిలవబడే 'పోలియోమైలెటిస్' అనే వ్యాధి వైరస్ ద్వారా కలిగి, నాడీ మండలాన్ని దెబ్బ తీసే ఒక వ్యాధి. వైరస్ ఇన్ఫెక్షన్ వల్ల వచ్చే జబ్బులలో పోలియో వ్యాధి ప్రధానమైనదిగా చెప్పవచ్చు. బిడ్డ చిన్నతనంలో తల్లిదండ్రులు అవగాహన లోపంతో చేసే చిన్న పొరపాటు కారణంగా బిడ్డ జీవితాంతం పోలియో వ్యాధిగ్రస్తుడుగా మిగిలిపోవడం నిజంగా దురదృష్టమే. అందుకే పోలియో వ్యాధి లక్షణాలను, పోలియో వ్యాధి రాకుండా తీసుకోవలసిన ముందు జాగ్రత్తలను ప్రతి వ్యక్తీ తెలుసుకోవలసిన అవసరం ఎంతైనా ఉంది.

వ్యాపించే విధానము :

ముఖ్యంగా రెండు రకాలుగా ఈ జబ్బు రావచ్చు. అపరిశుభ్రమైన ఆహారం తినడం వల్ల ఈ వ్యాధి క్రిములు కడుపులో ప్రవేశించి వ్యాధిని కలిగిస్తాయి ఇదో రకం. మరొకటి ఏమిటంటే ఈ వ్యాధి క్రిములు గొంతులో ప్రవేశించడం

వలన రోగి బాధపడుతుంటాడు. కడుపులో ప్రవేశించిన క్రిములు, రోగి మలంలో ఎక్కువగా బహిర్గతం అవుతాయి. అపరిశుభ్రమైన ఆహార పానీయాల వల్ల, చేతులూ, కాళ్లు సరిగ్గా కడుక్కొకపోవడం వల్ల ఈ వ్యాధి రావచ్చు. మలం మీద వాలిన ఈగలు, మళ్లీ ఆహార పదార్థాల మీద వాలడం వల్ల కూడా ఈ వ్యాధి వ్యాపించవచ్చు. గొంతులో చేరిన క్రిములు రోగి దగ్గినపుడు, తుమ్మినపుడు ఇతరులకు వ్యాపిస్తాయి. కడుపులో గానీ, గొంతులో గానీ ఈ వ్యాధి క్రిములు ఒకసారి ప్రవేశిస్తే అధిక సంఖ్యలో వృద్ధి పొందుతూ, క్రమంగా వ్యాధి బాగా ముదురుతుంది. అధిక సంఖ్యలో ఉత్పత్తి అయిన క్రిములు రక్తంలో కలసిపోతాయి. రక్తంలో కలసిన క్రిములు ముఖ్యంగా నరాలలోని జీవ కణాలను బాధిస్తాయి. అందువల్ల నాడీ మండలం దెబ్బతిని, కదల్చడానికి వీలు లేకుండా కండరాలు బిగుసుకుపోతాయి. రెండు సంవత్సరాల లోపు పిల్లలకు ఇది త్వరితగతిన సోకుతుంది. కాబట్టి అతి చిన్న శిశువు దశ నుంచి బిడ్డకు రెండున్నర మూడు సంవత్సరాల వయసు వచ్చేంత వరకూ వ్యాక్సిన్లు తీసుకోవడం అవసరం. అంతే కాకుండా శిశు వైద్య నిపుణుల సలహాలను పాటిస్తూ ముందు జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం బిడ్డ ఆరోగ్యాన్ని రక్షిస్తుంది.

లక్షణాలు : పోలియో అనేది జలుబు, జ్వరం, వాంతులు, కండరాల నొప్పులతో ప్రారంభమవుతుంది. కొంతమందిలో ఈ లక్షణాలు మాత్రమే ఉండగా, ఇంకొంతమందిలో మాత్రం కొన్నిసార్లు శరీరంలో ఒక భాగం బలహీనమవుతుంది. సామాన్యంగా ఒక కాలికి గానీ, లేదా రెండు కాళ్లకు గానీ ఈ విధంగా జరగవచ్చు. కాలక్రమేణా శక్తి విహీనమైన కాలు రెండవ కాలు పెరిగినంత వేగంగా పెరగదు. ఒకసారి ఈ జబ్బు వచ్చాక ఇక ఏ మందూ అవయవం చచ్చుపడిపోకుండా నివారించలేదు. యాంటీబయాటిక్స్ పని చేయవు. నొప్పి పుట్టించే కండరాలకు నొప్పి తగ్గించేందుకు మందులు వాడవచ్చు. పోలియో వ్యాక్సిన్ మాత్రమే బిడ్డకు ఈ వ్యాధి రాకుండా నివారించే ముందు జాగ్రత్త చర్య.

జాతీయ మెంటల్ హెల్త్ డే ప్రత్యేకం

అసహజంగా ప్రవర్తిస్తూ... అన్యమస్కకంగా ఉంటూ...

- గతంతోపోలిస్తే - ప్రస్తుతం వ్యాధిపై అవగాహన పెరిగింది.
- సకాలంలో స్పందిస్తే వైద్యంతో మెరుగైన జీవనం గడపవచ్చు.
- కుటుంబ, మిత్రుల అండతో సమస్య నుండి తొందరగా బయటపడవచ్చు.

మానసిక సమస్యలు - అవగాహన

డా॥ లక్ష్మీ రాజేష్ చెన్నారెడ్డి
ప్రొఫెసర్
మానసిక వ్యాధుల చికిత్సా విభాగం
నారాయణ హాస్పిటల్

ఆధునిక కాలంలో మానసిక సమస్యలు అధికమవుతున్నాయి. శాస్త్ర, సాంకేతిక అభివృద్ధి కల్పించిన సౌకర్యాలను మనం సుఖంగా అనుభవించలేకపోతున్నాం. మానసిక ప్రశాంతత, ఆత్మసంతృప్తి అందని వస్తువులవుతున్నాయి. ప్రస్తుత విజ్ఞాన యుగంలో 70 శాతం మంది ఒత్తిళ్లతో సహజీవనం చేస్తున్నారు. అందులో 20 శాతం మానసిక రుగ్మతలతో సతమతమవుతున్నారు. వీరిలో కొద్దిమంది మాత్రమే సలహాలు, చికిత్సలు పొంది పరిపూర్ణులు కాగలుగుతున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో మానసిక ఆరోగ్యం, వ్యక్తిత్వ వికాసం పట్ల అవగాహన పెంచుకోవడం అందరికీ అవసరం.

మానసిక ఆరోగ్యం - లక్షణాలు :

ఆలోచనలు, దృక్పథం, ఉద్వేగాలు, ప్రవర్తనల మధ్య సమతుల స్థితి కలిగి ఉండటాన్ని మానసిక ఆరోగ్యంగా చెప్పవచ్చు. వ్యక్తి వ్యవహారశైలి, మానవ సంబంధాలు, సామాజిక సర్దుబాట్లు, కార్యనిర్వహణ, విజయసాధన లాంటి అంశాలను మానసిక స్థితి ప్రభావితం చేస్తుంది. వ్యక్తుల ప్రగతి, పతనాలు వారి వ్యక్తిత్వం పై ఆధారపడి ఉంటాయి. సహజంగా పరిపూర్ణ ఆరోగ్యవంతులు ఈ లక్షణాలను కలిగి ఉంటారు అవి ఆలోచనలు, భావాలు, తెలివితేటలు, గ్రహణశక్తి, జ్ఞాపకశక్తి, ప్రవర్తన సహజ రీతిలో ఉంటాయి. మానసిక ప్రశాంతత సర్దుబాటు తత్వం కలిగి ఉంటారు. ఆత్మవిశ్వాసం, ప్రేమతత్వం, సంతృప్తి సొంతం చేసుకుంటారు. కుటుంబ, పౌర, మానవ సంబంధాలు సక్రమంగా నిర్వహిస్తారు. బరువు బాధ్యతలు మోయడానికి సిద్ధంగా ఉంటారు. నిర్ణయాత్మక శక్తి, సమస్యల పరిష్కార యుక్తి కలిగి చాకచక్యంగా ముందుకు దూసుకెళ్తారు. సామాజిక స్పృహతో, సాంఘిక దృష్టితో వ్యవహరిస్తుంటారు. కరుణ, జాలి, దయ, సానుభూతి లాంటి మానవీయ గుణాలు కలిగి ఉంటారు. తమలోని శక్తిసామర్థ్యాలను, నైపుణ్యంను పూర్తిస్థాయిలో వినియోగిస్తారు. స్వీయ పరిశీలన, నైతిక నిబద్ధత, క్రమశిక్షణ, విలువల ప్రాతిపదికగా పయనిస్తుంటారు.

మానసిక లోపాలు - రుగ్మతలు :

ధర్మామీటరు, ఎక్స్‌రే, స్కానింగ్‌లతో శారీరక రోగాలను నిర్ధారించినట్లు మానసిక లోపాలను గుర్తించలేము. వ్యక్తిత్వ వైఫల్యాలు, అసహజ ప్రవర్తన, విపరీత ధోరణులు, ప్రతికూల ఉద్వేగాలు ఇతర లోపాలను పరిశీలించాకే మానసిక రుగ్మతలు వెలుగులోకి వస్తాయి. దాదాపుగా 100 ఏళ్ల

నుంచే మానసిక వైద్యం, మనోవిజ్ఞాన శాస్త్రం ప్రత్యేకంగా రూపుదాల్చాయి. మానసిక రుగ్మతలను నయం చేయడానికి రకరకాల పద్ధతులు, చికిత్సలు రూపుదిద్దుకున్నాయి. చిన్న చిన్న లోపాలు, సమస్యలను గమనించి సరిదిద్దుకుంటే ఈ రుగ్మతలను దరిచేరకుండా చూసుకోవచ్చు. సూక్ష్మంగా పరిశీలిస్తే అలాంటి లోపాలను సులభంగా గమనించవచ్చు.

మామూలుగా మానసిక లోపాలున్న వారి ఆలోచనల్లో ప్రతికూలతలు, భావాలలో అపసవ్యతలు, ఏకాగ్రత లోపం, ఉద్వేగాలలో విపరీతాలు కనిపిస్తాయి. వైర స్వభావం, క్రూర ప్రవర్తన, హింసా ధోరణి, పరులను అవమానించే గుణం, వేధించే తత్వం కలిగి ఉంటారు. హత్యలు, ఆత్మహత్య ఊహలు కలిగి ఉంటారు. ఈర్ష్య, ద్వేషం, కోపం, అసహనం, విసుగు, చిరాకు, అనవసర భయాలు వ్యక్తం చేస్తుంటారు. తరచూ భ్రమలు, భ్రాంతులకు లోనవుతుంటారు. ఆత్మన్యూనత, స్వీయసానుభూతి, ఆత్మ నిందలతో కుంగిపోతుంటారు. నేర ప్రవృత్తి, వ్యభిచారం తదితర చెడు వ్యసనాల పట్ల మొగ్గుచూపుతుంటారు. బాధ్యతలను తప్పించుకుంటూ, బంధాలకు దూరమవుతుంటారు. విపరీతమైన సిగ్గు, అసంకల్పిత చర్యలకు పాల్పడుతుంటారు.

కారణాలు - పరిష్కార మార్గాలు

మానసిక లోపాలు, బలహీనతలు, సమస్యలు రుగ్మతలకు ప్రత్యేకించి ఒక కారణాన్ని చెప్పలేం. పలు అంశాల సమిష్టి ప్రభావం వలన పలు మానసిక సమస్యలు ఉత్పన్నమవుతుంటాయి. అవి ముదిరి ఇలాంటి రుగ్మతలకు దారితీస్తుంటాయి. శారీరక, జన్యుపర, వంశానుగత అంశాలు కొన్నిసార్లు ప్రధాన పాత్ర పోషిస్తాయి. పెరిగిన వాతావరణం, కుటుంబ పరిస్థితులు, చెడు స్నేహాలు కారణాలవుతుంటాయి. తలకు బలమైన గాయాలు కావడం, నాడీ వ్యవస్థలో తలెత్తే లోపాలు సమస్యలకు పునాది వేస్తుంటాయి. సరైన వ్యక్తిత్వం, మంచి అలవాట్లు, ఉన్నతమైన విలువలు, సానుకూల ఆలోచనలు, సామాజిక సర్దుబాట్లు కలిగి ఉన్న వ్యక్తులు సులభంగా తమలో తలెత్తే మానసిక సమస్యలను అధిగమించగలరు. చిన్న సమస్యలను ఎవరికివారు పరిష్కరించుకోవచ్చు. అందుకు వ్యక్తిత్వ వికాస శిక్షణ ఉపయోగపడుతుంది.

బెదరకుండా - ఎదుర్కోవడమే సమస్యకు ఆశాదీపం

1వ పేజీ తరువాయి

ఇవ్వడం వలన ఆయుర్దాయములో ఎలాంటి మార్పు ఉండదు. ఎందుకనగా శస్త్రచికిత్స ద్వారా, రేడియేషన్ వైద్యం ద్వారా వ్యాధిని పూర్తిగా తొలగించవచ్చు.

రొమ్ము క్యాన్సర్‌కు తరువాత దశలలో శస్త్రచికిత్స, రేడియేషన్ వైద్యంతో సహా హార్మోన్లు ఇవ్వడం ద్వారాను, క్యాన్సర్ మందులు ఇవ్వడం జరుగుతుంది. క్యాన్సర్ మందుల వలన శరీరానికి ఎన్నో ఇబ్బందులు (సైడ్ ఎఫెక్ట్స్) కలుగుతాయి. కాబట్టి తొలిదశలో వ్యాధిని కనుగొనగలిగితే శస్త్రచికిత్స ద్వారా రొమ్ము గడ్డను పూర్తిగా తీసివేయడం జరుగుతుంది. తరువాత ఈ క్యాన్సర్ మళ్లీ తిరిగి రాకుండా రేడియోథెరపీ ఇవ్వడం జరుగుతుంది. అందువలన

వారి జీవిత అయుర్ధాయంలో ఎలాంటి మార్పు ఉండదు.

సాధారణంగా ప్రజలలో రొమ్ము గడ్డల పైన ఎన్నో అపోహలు, అనుమానాలు ఉన్నాయి. ఉదాహరణకు ఈ క్రింది ప్రశ్నలను నేను ఉదహరిస్తాను.

సమస్య - సలహా

సాధారణంగా క్యాన్సర్ గడ్డలు నలభై సంవత్సరాల తరువాత వస్తాయని అంటారు కదా ! ఇప్పుడు నా వయస్సు 38 సం॥లు గత రెండు నెలలుగా నా ఎదరు రొమ్ములో నొప్పిలేని గడ్డ ఉంది ఇది క్యాన్సర్ గడ్డ కావచ్చునా ?

మీరు విన్న మాట నిజమే ! నలభై సంవత్సరాల నుంచి వయస్సు పెరిగే కొలదీ క్యాన్సర్ రావడానికి అవకాశాలు ఎక్కువ, కానీ 38 సంవత్సరాలకు క్యాన్సర్ రాదని చెప్పరాదు. మీరు వెంటనే వైద్యుని కలసి పరీక్షలు చేయించుకోవాలి.

నా వయస్సు 40 సంవత్సరాలు గత కొద్ది రోజులుగా నా లోదుస్తులలో రక్తపు మరక కనిపిస్తుంది, అంతేకాక స్నానము చేస్తున్నప్పుడు చనుమొన నుంచి కొద్దిగా రక్తస్రావము జరుగుతుంది. రొమ్ములో ఎలాంటి నొప్పి లేదు, ఎలాంటి గడ్డ లేదు. నన్ను ఏమి చేయమంటారు.

మీరు ఆలస్యం చేయక వెంటనే వైద్యుని సంప్రదించండి. చనుమొన నుంచి రక్తస్రావము అవుతుంటే వెంటనే స్పందించి, నొప్పి లేదని నిర్లక్ష్యం చేయకండి. వైద్యులు సరైన పరీక్షలు నిర్వహించి తగు సలహా ఇవ్వగలరు. కొంత మంది స్త్రీలలో రొమ్ము క్యాన్సర్ గడ్డ ఈ విధముగా కనిపించగలదు.

నా వయస్సు 52 సం॥లు ఈ మధ్య నా మనవడిని ఎత్తుకుని ఆడిస్తుంటే రొమ్ముపైన కాలితో తన్నడం వలన చిన్న కంతి ఏర్పడింది, గత రెండు నెలల కాలంలో అది కొద్దిగా పెద్దగా అయ్యింది. నొప్పి ఏమీ లేదు, ఇది ఏమైనా క్యాన్సర్ గడ్డ కావడానికి ఆస్కారం ఉందా ?

అవును ఇది క్యాన్సర్ గడ్డ కావడానికి ఆస్కారము ఎక్కువగా ఉంది. నొప్పి లేకపోవడం, క్రమంగా పెరుగుతూ ఉండడం క్యాన్సర్ గడ్డ లక్షణాలు. కావున వెంటనే వైద్యులను సంప్రదించవలెను.

నా వయస్సు 62 సం॥లు, ఈ మధ్య నా ఎడమ చంకలో చిన్న కంతి ఏర్పడింది, అది నొప్పిగా ఏమీలేదు. కానీ క్రమంగా పెరుగుతున్నట్టు అనిపిస్తుంది, నా రొమ్ములలో ఎలాంటి గడ్డ లేదు. భయపడాల్సిన అవసరం ఏమైనా ఉందా ?

రొమ్ము క్యాన్సర్ గడ్డ తొలుత రొమ్ములో ప్రారంభమై తర్వాత ప్రక్కనే ఉన్న చంకలోని లింఫ్ గడ్డలకు ప్రాకుతుంది. తరువాత దేహములోని ఇతర భాగాలకు సోకుతుంది. ప్రస్తుతం మీకు రొమ్ములో గడ్డ కనిపించలేదని తాత్సారం చేయకండి చంకలోని లింఫ్ గడ్డ అవడానికి అవకాశాలు చాలా ఎక్కువగా ఉన్నాయి. మీకు రొమ్ములో గడ్డ కనిపించకపోయినా వైద్యుల దగ్గరికి వెళితే వారు మిమ్ములను పరీక్ష చేసి సరైన నిర్ణయం తీసుకుంటారు. క్యాన్సర్ గడ్డ రొమ్ము నుంచి చంకలోకి పోవడం చాలా సహజం ఈ దశలో క్యాన్సర్ పెరగడంతో రెండవ దశగా పరిగణిస్తారు. కావున మీరు ఇప్పటికే ఆలస్యం చేసారని చెప్పడానికి చింతిస్తున్నాం. మీరు వెంటనే వైద్యులను సంప్రదించాలి.

నేను ఒక సాఫ్ట్‌వేర్ ఇంజనీర్, మా అమ్మకు ఈ మధ్యనే రొమ్ము క్యాన్సర్ వచ్చింది. ఈ వ్యాధి వంశపారంపర్యంగా వస్తుందని అంటారు కదా ! నేను ఈ వ్యాధి రాకుండా ఎలాంటి నివారణోపాయాలు పాటించాలి ?

అవును మీరు విన్నది నిజమే ! ఈ వ్యాధి వంశపారంపర్యంగా రావడానికి వీలుంది. మీరు యుక్త వయస్సులోనే అనగా ముప్పై ఏళ్లకు ముందే గర్భం ధరించడం మంచిది. మీ పిల్లలకు కనీసం ఆరు నెలలపాటు మీ పాలు త్రాగించడం శ్రేయస్కరం. ఏదేని గడ్డ వచ్చిందని అనుమానం రాగానే వెంటనే వైద్యుడుని సంప్రదించండి. యాభై ఏళ్ల తరువాత మామ్మోగ్రామ్ అనే ఎక్స్‌రే పరీక్ష చేయించుకోవడం ఉత్తమం.

చివరగా ఇక్కడ రెండు ఫోటోలు ఉన్నాయి. ఇందులో మొదటి ఫోటో క్యాన్సర్ కాని గడ్డ, రెండవ ఫోటోలో క్యాన్సర్ గడ్డ అయితే రెండింటిలో ఏమాత్రం తారతమ్యం లేదు పరీక్షలు నిర్వహించడం వలనే వ్యాధి నిరూపణ జరుగుతుంది. కావున రొమ్ములో గడ్డను గమనించిన వెంటనే వైద్యులను కలసి సరైన పరీక్షలు చేయించుకుంటే వ్యాధిని త్వరగా గుర్తించి, సరైన చికిత్స ద్వారా పూర్తిగా నయం చేసుకోవచ్చు.

చూపు స్పష్టత తగ్గించే "మెల్ల" సమస్య

ప్రపంచ దృష్టి దినోత్సవం సందర్భంగా

- పసివయస్సులో మెల్ల కనబడితే అది వెంటనే సర్జరీతో సరిచేయవచ్చు.
- మెల్ల సరిదిద్దేందుకు చేసే సర్జరీ ఉత్తమం.
- మెల్ల అదృష్టానికి చిహ్నం కాదు.

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

డా॥ రమ్య దీప్తి
అసోసియేట్ ప్రొఫెసర్
కంటి వ్యాధుల చికిత్సా విభాగం
నారాయణ హాస్పిటల్

రెండు కళ్లూ కలిసికట్టుగా పనిచేస్తేనే.... మనచూపు బాగుంటుంది. సంపూర్ణ దృష్టికి మనకు రెండు కళ్లు ఎంత అవసరమో.. ఆ రెండూ సమన్వయంతో పనిచేయటం కూడా అంతే అవసరం. కానీ 'మెల్ల' బాధితుల్లో.... ఆ సమన్వయం కొరవడి.. ఒక కన్ను ఒక దిక్కు చూస్తుంటే... రెండవది మరో దిక్కు చూస్తుండటం ..... పెద్ద సమస్యగా పరిణమిస్తుంది. దీన్ని నిర్లక్ష్యం చేస్తే చూపుకు చేటు.

కానీ మెల్లపై మన సమాజంలో ఇప్పటికీ బోలెడు అపోహలు పాతుకుపోయాయి. ఎన్నో తప్పుడు నమ్మకాలు ప్రచారంలో ఉన్నాయి. ఇవన్నీ చూపుకి చేటు తెచ్చేవే. బిడ్డకు మెల్ల ఉందని గుర్తిస్తే వెంటనే పిల్లల నేత్ర వైద్యుని సలహా తీసుకోవటం అవసరమైతే దాన్ని సరిచేయించటం బిడ్డ భవిష్యత్తుకు చాలా కీలకం.

పసిపిల్లలకు అభంశుభం తెలియదు. కొన్ని ఆరోగ్య సమస్యలు తమను ఇబ్బంది పెడుతున్నా... వాటిని గురించి తల్లిదండ్రులకు చెప్పలేరు. కానీ వాటి విషయంలో తల్లిదండ్రులే శ్రద్ధ తీసుకుని వెంటనే చికిత్స చేయించకపోతే పిల్లలు జీవితాంతం బాధపడాల్సి వస్తుంది. ఇలాంటి సమస్యల్లో ముఖ్యంగా చెప్పుకోవాల్సింది.... మెల్ల . ఎందుకంటే తమ కంట్లో మెల్ల ఉన్నా పిల్లలకు నొప్పి, బాధా ఏదీ ఉండదు కాబట్టి తమకు కనిపిస్తున్నదే ఈ లోకమని భావిస్తూ అలాగే పెరిగి పెద్దవాళ్లవుతారు. కానీ దాని ప్రభావం వాళ్లను జీవితాంతం బాధిస్తుంది.

ప్ర : మెల్ల అంటే ఏమిటి ?

జ : మన కళ్లు అద్భుతమైన కెమెరాల్లాంటివి, మన గుడ్లు రెండూ సమన్వయంతో పనిచేస్తూ రెండూ ఒకే దిశలో కదులుతూ ఒకే దృశ్యాన్ని రెండూ గ్రహించి... మెదడుకు పంపిస్తాయి. అలా అందిన ఆ దృశ్యాలు రెంటినీ సమన్వయించుకుని మెదడు మనకు పొడవు-వెడల్పు-లోతులన్నీ తెలిసేలా సంపూర్ణమైన దృశ్యాన్ని (త్రీడి చిత్రాన్ని) చూపిస్తుంది. ఇదీ సాధారణంగా జరిగేది. ఇలా మన రెండు కనుగుడ్లూ సమన్వయంతో ఒకే దిశలో కదిలేలా చూసేందుకు వాటిని ఒకే దిశలో కదిపేందుకు ఒక్కో కనుగుడ్డు వెనకా ఆరు కండరాలు సమన్వయంతో పనిచేస్తుంటాయి. కనుగుడ్డు కదలికలకు ఈ కండరాలే కీలకం. కానీ కొందరిలో ఈ కనుగుడ్ల కదలికల్లో సమన్వయం కొరవడుతుంది. ఫలితంగా ఒక కనుగుడ్డ ఒక దిక్కు చూస్తుంటే... రెండో కనుగుడ్డు మరో దిక్కు చూస్తుంటుంది. దీన్నే మనం మెల్ల (స్క్వింట్/స్ట్రెబిస్మస్) అని పిలుస్తాం.

ప్ర : మెల్లతో నష్టం ఏమిటి ?

జ : మెల్ల ఉన్న కన్ను పంపించే చిత్రం స్పష్టంగా ఉండదు. రెండు కళ్లూ పంపించే చిత్రాలూ ఒకే తీరుగా లేకపోవడం.. అవి సరిపోలకపోవటంతో క్రమేపి మెల్ల కన్ను పంపించే చిత్రాన్ని మెదడు గ్రహించటం మానేస్తుంది. ఉదాహరణకు కుడి కన్నులో మెల్ల ఉంటే ఆ కంటి నుంచి వచ్చే మసక, మసక దృశ్యాన్ని మెదడు సరిగా గ్రహించలేక.. మంచిగా ఉన్న ఎడమ కంటి నుంచి వచ్చే సంకేతాల మీద ఎక్కువగా ఆధారపడుతుంది. క్రమేపి కుడి కంటి నుంచి మెదడుకు అందాల్సిన సంకేతాలు క్షీణించిపోతాయి. దీనివల్ల మెదడులో దృశ్యాలను క్రోడీకరించే ప్రక్రియ దెబ్బతిని మెదడులోని అయా భాగాలు బలహీనపడతాయి. ఏళ్లు గడుస్తున్న కొద్దీ ఆ కంటి పనితీరు మరింత మందగిస్తుంది. దీన్నే 'లేజీ ఐ (ఆంబ్లయోపియా)' అంటారు. ఫలితంగా మెదడు ఒక కంటి మీదే ఆధారపడటానికి అలవాటు పడిపోతుంది. దీనివల్ల సమగ్రమైన, సంపూర్ణమైన (బైనాక్యులర్, త్రీడి విజన్) దృష్టిలోపిస్తుంది. రోడ్డు మీద ఏదైనా వాహనం వస్తున్నప్పుడు అదెంత దూరంలో ఉంది, ఏ దిశలో వస్తోంది వంటి అంశాలను సరిగా అంచనా వేయలేరు. చూడటంలో అస్పష్టత నుంచి ప్రమాదాల బారినపడటం వరకూ... ఎన్నో ఇబ్బందులు ఎదురవుతాయి.

ప్ర : ఈ మెల్ల ఎందుకొస్తుంది ?

జ : మెల్ల ఎందుకొస్తుందో స్పష్టమైన కారణాలు తెలియదు. ఓ 10-20% మందిలో ఇది జన్యుపరంగా రావొచ్చు. 50-60% మందిలో మాత్రం ఖచ్చితంగా కారణం చెప్పటం కష్టం. చాలా అరుదుగా మెదడులో కణుతులు, ఇన్ఫెక్షన్ల వంటి జబ్బులు, మెదడుకు తగినంత ఆక్సిజన్ అందకపోవడం, చిన్నతనంలోనే శుక్లాలు ఉండటం, కంటికి దెబ్బ తగలటం, కంట్లో కణతుల వంటి వాటి వల్ల రావచ్చు. కానీ ఇలాంటివి చాలా చాలా అరుదు. ఎక్కువ శాతం మందిలో ఇలాంటి కారణాలేమి లేకుండానే మెల్ల మొదలవుతుంది.

ప్ర : మెల్లను గుర్తించడం ఎలా ?

జ : మెల్లను గుర్తించడం కష్టమేం కాదు. చాలా వరకూ తల్లిదండ్రులే తేలికగా పసిగడతారు. పసిబిడ్డ తల్లి ముఖాన్ని చూసి నవ్వకపోవటం, కళ్లలోకి కళ్లు పెట్టి చూడలేకపోవడం... మెల్లను గుర్తించటానికి తొలి లక్షణాలుగా భావించొచ్చు. కనుగుడ్లు వేర్వేరు దిక్కుల్లో తిరుగుతుండటం, ఒక కన్ను పూర్తిగా కదులుతుంటే రెండో కన్ను దాన్ని అనుసరించకపోవడం.. ఇలాంటి లక్షణాలను బట్టి మెల్లను గుర్తించొచ్చు. చాలసార్లు ఫోటోల్లో మెల్ల స్పష్టంగా కనబడుతుంది. అరుదుగా మెల్ల కారణంగా కొందరిలో కనుగుడ్లు పైకీ కిందకీ కదిలిపోతుంటాయి కూడా (షేకింగ్/నిస్టాగ్మస్) అయితే 80% మందిలో ఒక కనుగుడ్డు రెండోదాని కన్నా భిన్నంగా బయటివైపో, లోపలివైపో, పైకో, కిందికో తిరిగి ఉండటం కనిపిస్తుంది.

ప్ర : మెల్లలో ఏమైనా రకాలున్నాయా ?

జ : మెల్లలో ప్రధానంగా రెండు రకాలున్నాయి. ఒకటి రోజంతా.. నిరంతరం కనబడే రకం. రెండోది రోజులో ఎప్పుడన్నా కొన్ని కొన్ని సమయాల్లో, ముఖ్యంగా బాగా అలసినప్పుడు, తీవ్రమైన జ్వరం వచ్చినపుడు, పగటి కలలు కంటున్నప్పుడు కనబడుతూ.. ఆ తర్వాత పోతుంటుంది. వీటిలో ఏది కనబడినా, ఏ కొంచెం అనుమానం ఉన్నా పిల్లల కంటి వైద్యులతో పరీక్ష చేయించటం ఉత్తమం. ఈ పరీక్ష ఎంత చిన్న వయసులో చేయిస్తే అంత మంచిది. ఏడాదిలోపు మరీ ఉత్తమం.

ప్ర : సర్జరీ ఎప్పుడు మేలు ?

జ : పసితనంలోనే మెల్ల కనబడితే 8-9 నెలల వయసులో సర్జరీ చేయటం ఉత్తమం. దీనవల్ల చూపు దెబ్బతినకుండా ఉంటుంది. కనుగుడ్లూ రెండూ చక్కటి సమన్వయంతో పనిచేస్తాయి కాబట్టి మెదడులోనూ పెద్దగా మార్పులు రావు. చూపు క్షీణించటమన్న సమస్య ఉండదు. స్కూలుకు వెళ్లే పిల్లలు ఎంతో సంతోషంగా ఉంటారు. కొన్ని రకాలైతే 4-5 ఏళ్లు ఆగొచ్చు. కానీ దేనికి ఆగొచ్చు, దేనికి ఆగకూడదు అన్నది వైద్యులే నిర్ధారించాల్సి ఉంటుంది.

మెల్ల అపోహల పుట్ట

మెల్ల పై మన సమాజంలో బోలెడు అపోహలు పాతుకుపోయాయి.

1. మెల్ల కన్ను అదృష్టానికి చిహ్నం అని నమ్మే వాళ్లున్నారు...... కానీ మెల్ల వల్ల అందం ఇనుమడించకపోగా తోటి వారు గేలి చేయటం, చిన్న చూపు చూడటం, వీరితో స్నేహం చేయడానికి అంతగా ముందుకురాకపోవటం.. ఇలాంటి సమస్యలతో సతమతమవుతూ క్రమేపీ ఈ పిల్లలు న్యూనతా భావానికి గురవుతుంటారు. ఈ విషయాన్ని చాలామంది తల్లిదండ్రులు గమనించడం లేదు.
2. మెల్లకన్ను దేవుడిచ్చిన వరంగా నమ్మేవాళ్లూ ఉన్నారు.... కానీ వాస్తవానికి ఇది వరం కాదు... మెల్లను నిర్లక్ష్యం చేస్తే ఆ కంటి చూపు పూర్తిగా పోయే ప్రమాదం పొంచి ఉంది.
3. పిల్లలు పెరిగి పెద్దవుతున్న కొద్దీ దానంతట క్షీణించే అవకాశం వుంది అని తాత్సారం చేసేవారూ ఉన్నారు. మెల్ల తీవ్రత ఎక్కువగా ఉన్నప్పుడు ఆపరేషన్ చేయకపోతే చూపు క్షీణించిపోయే ప్రమాదం ఉంటుంది.
4. మెల్లకు సర్జరీ చేస్తే మొత్తం చూపు దెబ్బతింటుందన్న భయాలు కొందరిలో ఉన్నాయిగానీ.... వాస్తవానికి అవసరమైనప్పుడు సర్జరీ చేయించకపోతేనే చూపు దెబ్బతింటుంది గానీ సర్జరీ చేయిస్తే కాదు. మెల్ల సరిదిద్దేందుకు చేసే సర్జరీ సురక్షితమైనది. దాంతో దుష్ప్రభావాలు చాలా తక్కువ.

చిన్నతనంలో తల్లిదండ్రులు అవగాహనారాహిత్యంతో మెల్లను సరిచేయించకుండా వదిలేయడం వల్ల... పిల్లలు మెల్ల సమస్యతోనే పెరిగి పెద్దవాళ్లై అప్పుడు పెళ్ళి సంబంధాలు కుదరకనో... ఉద్యోగం దొరకటం కష్టంగా ఉందనో హడావిడిగా కంటి వైద్యులను సంప్రదిస్తున్న సందర్భాలే ఎక్కువగా ఉంటున్నాయి. ఆ వయసులోనూ సర్జరీతో 'మెల్ల' కనబడకుండా చక్కదిద్దవచ్చుగానీ చూపు విషయంలో ఫలితాలు సంపూర్ణంగా ఉండకపోవచ్చు. అదే చిన్న వయసులోనే సరిచేస్తే చూపు ఎక్కువగా దెబ్బతినకుండా చూసుకోవచ్చు.

వరల్డ్ అయోడిన్ డెఫిషియన్సీ డిజార్డర్ డే ప్రత్యేకం

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

ఆరోగ్య రక్షణలో ఆయోడిన్ పాత్ర ఎంతో కీలకమైనది. అయోడిన్ లోపం వల్ల గర్భస్రావాలు, మృత శిశువుల జననాలు, బరువు తక్కువ పిల్లల జననాలు, బుద్ధిమాంద్యం, తెలివి తక్కువగా ఉండడం, నేర్చుకోవడంలో ఇబ్బంది, శక్తిహీనత, కండరాల సమస్యలు, వినికిడి లోపాలు, అలసట, గాయిటర్ వ్యాధి వస్తాయి. మనకు రోజుకు 150 మైక్రో గ్రాముల అయోడిన్ మాత్రమే అవసరం. అయోడిన్ సముద్రం నుంచి లభించే ఆహారపదార్ధమైన నాచు, గుల్ల చేపల్లో ఉంటుంది. మన దేశంలో అయోడిన్ లోపం సమస్యలను నివారించడానికి 'అయోడైజ్డ్ ఉప్పు' పంపిణీ చేస్తున్నారు. అందరూ ఈ ఉప్పు ఉపయోగిస్తే మంచిది.

అయోడిన్ లోపం.. ఆరోగ్య సమస్య : గర్భవతులలో అయోడిన్ లోపం ఉంటే గర్భస్రావాలు, మృతశిశువుల జననాలు, బరువు తక్కువ పిల్లల జననాలు, బుద్ధిమాంద్యం, క్రెటిన్స్‌గా పుట్టడం (అంటే థైరాయిడ్ హార్మోన్ తక్కువగా ఉండుట), మెల్లకన్నుతో పిల్లలు పుట్టడం జరుగుతుంది. చిన్నపిల్లల్లో అయోడిన్ లోపముంటే తెలివి తక్కువగా ఉండటం, నేర్చుకోవడంలో ఇబ్బంది, పెరుగుదల లోపాలు, శక్తిహీనత, కండరాల సమస్యలు, పక్షవాతం, వినికిడి లోపాలు, మాట్లాడటంలో లోపం సంభవించవచ్చు. అలాగే పెద్దవారిలో ఈ అయోడిన్ లోపముంటే శక్తి హీనత, అలసట, వంధత్వంతో బాధపడుతారు.

మనిషికి రోజుకు ఎంత అయోడిన్ కావాలి ?.... ప్రతి మనిషి అయోడిన్ లోపం లేకుండా జీవించాలంటే, రోజుకు 150 మైక్రో గ్రాముల అయోడిన్ మాత్రమే అవసరం. అంటే మనకు రోజూ కావలసిన అయోడిన్ గుండుసూది తలపై పెట్టేంత మాత్రమే. ఈ లెక్కన జీవితాంతం ఒక స్పూన్ అయితే సరిపోతుంది.

గాయిటర్ వ్యాధి : మనం కొందరిలో గొంతుపై బంతి లాంటి గడ్డ ఉన్నవారిని చూస్తుంటాం. దీనినే గాయిటర్ అంటారు. అ గాయిటర్‌కు కారణం అయోడిన్ లోపమే. మన దేశంలో క్రీ.శ. 1962లో జాతీయ గాయిటర్ నియంత్రణ కార్యక్రమం మొదలుపెట్టారు. ప్రస్తుతం దీనిని జాతీయ అయోడిన్ లోప వ్యాధుల కార్యక్రమంగా నడుపుతున్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో మన దేశంలో అయోడిన్ లోపం తగ్గించటానికి మన ప్రభుత్వం ఉప్పు ద్వారా అయోడిన్ అందరికీ అందిస్తోంది. ఇప్పుడు మన దేశంలో అయోడిన్ కలిపిన ఉప్పు ప్రతి చోటా దొరుకుతుంది. దీనికి ప్రభుత్వ సబ్సిడీ కూడా ఉంది. అందరూ అయోడిన్ కలిపిన ఉప్పు వాడండి. మీరు ఉత్సాహంగా ఉండండి, చురుకుగా, ఉత్సాహంగా, తెలివిగా ఉండే భావితరాలు మన దేశంలో జన్మించేలా చూడండి. ఇది మనందరి బాధ్యత.

వైద్య ఆచార్య

పేరు	:	డా॥ లక్ష్మీ రాజేష్ చెన్నారెడ్డి
స్వస్థలం	:	నెల్లూరు
ఎంబీబీఎస్	:	శ్రీవెంకటేశ్వర మెడికల్ కాలేజి, తిరుపతి (1997-2002)
ఎమ్.డి	:	శ్రీవెంకటేశ్వర మెడికల్ కాలేజి, తిరుపతి (2005-2008)
అనుభవం	:	అసిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్, అసోసియేట్ ప్రొఫెసర్, ప్రొఫెసర్‌గా మొత్తం 13 సంవత్సరములు
ప్రస్తుతం	:	నారాయణ మెడికల్ కాలేజ్ హాస్పిటల్ లోని సైకియాట్రి విభాగంలో ప్రొఫెసర్.
ప్రత్యేకతలు	:	డీ-అడిక్షన్, యాంగ్జైటీ
ప్రచురణ	:	పలు జాతీయ, అంతర్జాతీయ వైద్య పత్రికల్లో 10 ప్రచురణలు
సభ్యత్వం	:	IMA, IPS జీవితకాల సభ్యులు
హాబీలు	:	Music, Sleeping, Playing
నినాదం	:	"Say yes to Positivity, Say yes to Freedom"

NAAC వారిచే ప్రతిష్టాత్మక గుర్తింపు పొందిన హాస్పిటల్

ప్రఖ్యాతి గాంచిన ఇన్సూరెన్స్ కంపెనీలచే క్యాష్‌లెస్ సదుపాయం

నారాయణ స్పెషాలిటీ హాస్పిటల్
చింతారెడ్డిపాళెం, నెల్లూరు.
Ph : 0861- 2317963, 64, 2324111

ఆదునిక 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 అపరేషన్ థియేటర్లు : 25
బ్లడ్ బ్యాంకు (NABB గుర్తింపు పొందిన), 24 గంటల ఎమర్జెన్సీ, ఐసీయూ ఆన్ వీల్స్ అంబులెన్స్, స్పెషల్, డీలక్స్ రూములు