NARAYANA SPECIALITY HOSPITAL

వైద్య నారాయణం

ఆరోగ్య సమాచార స్రవంతి / చీఫ్ పేట్రన్ డా॥ పి. సింధూర / సంపుటి : 07 / సంచిక : 02 / సెప్టెంబర్- 2019 / అసోసియేట్ ఎడిటర్ : సి.హెచ్. భాస్కర్ రెడ్డి / వెల : అమూల్యం

పసి ప్రాయంలోనే భారీఖాయమా...?

ముద్దుగా ఉండొచ్చు - బొద్దుగా అస్సలొద్దు

"భారీ ఖాయం బలం కాదు... బలహీనతలకు మూలం, రుగ్మతలకు నిలయం. పిల్లల నుండి పెద్దల వరకు అన్ని వయస్సుల వారిని వేదిస్తున్న జాడ్యం స్థూలకాయం. ఏమాత్రం ఏమరుపాటుగా వున్నా ఇది ఆరోగ్యాన్ని అధఃపాతాళానికి తోసేస్తుంది. అందుకే ఒబేసిటీకి గురికాకుండా వుండాలంటే, తీసుకొనే క్యాలరీల మొదలు సాగించే జీవన శైలి వరకు అన్ని విషయాల్లో అప్రమత్తంగా వుండాలి."

పిల్లల్లో అధికబరువు కనిపిస్తే ఆలస్యం చేయకుండా వైద్యులను సంప్రదించాలి. బాడీ మాస్ ఇండెక్స్ (BMI) ఆధారంగా వైద్యులు పిన్నవయస్కుల్లో ఒబేసిటీని లెక్కించి అందుకు కారణాలను అన్వేషిస్తారు. హార్మోనులలో అవకతవకలు, మెదడులో కణుతులు మొదలైన శారీరక సమస్యలు కారణమైతే వాటిని సరిదిద్దే చికిత్స అందిస్తారు. అలా కాకుండా ఎలాంటి ఆరోగ్య సమస్యలేకుండా పిల్లలు లావుగా తయారైతే, జీవన శైలి, ఆహారపు అలవాట్లలో మార్పులుచేసి వ్యాయామంతో అధిక బరువు తగ్గించుకోవాల్సిందిగా సూచిస్తారు.

ఎత్తు, బరువులను బట్టి బి.యం.ఐ. లెక్కిస్తూ వుంటారు. ఆరోగ్యకరమైన వ్యక్తి బి.యం.ఐ. 40 లోపే వుండాలి. ఈ పరిధి దాటితే ఒబేస్, సూపర్ ఒబేస్, సూపర్ సూపర్ ఒబేస్‌లుగా వైద్యులు వర్గీకరిస్తారు. అయితే పిల్లలలో కూడా ఇప్పుడు బి.యం.ఐ. 40 దాటిపోతుంది ఈ పరిస్థితిని తీవ్రంగా పరిగణించాలి. అలాగే యుక్తవయస్సుకు చేరుకుని శరీరంలో అన్ని అవయవాలు పూర్తిగా ఎదిగిన వారిలో కూడా బి.యం.ఐ 40కి మించితే చికిత్స తీసుకోవాల్సిందే.

గ్రంధుల్లో సమస్యలు :

థైరాయిడ్, పిట్యూటరీ గ్రంధుల్లో సమస్యలున్నా పిల్లలు తేలిగ్గా బరువు పెరుగుతారు. ఈ రుగ్మతలు వంశ పారంపర్యంగా పిల్లలకు సంక్రమిస్తూ వుంటాయి. ఈ సమస్య సంక్రమించిన పిల్లలు ఒక వయస్సుకు చేరుకొనే సరికి హఠాత్తుగా, అతి తక్కువ కాలంలోనే లావైపోతారు.

పిల్లల్లో ఒబేసిటి ఇలా కనిపెట్టవచ్చు :

- శరీరాన్ని బలంగా లాగుతున్నట్లు నడవడం.
- నిద్రలో గురక.
- నిద్రలో ఊపిరి అందక హటాత్తుగా లేచి కూర్చోవడం.
- స్లీప్ ఆప్నియా వల్ల మెదడుకు ఆక్సిజన్ సరఫరా తగ్గి ఏకాగ్రత, జ్ఞాపక శక్తి తగ్గిపోవడం.
- ఆయాసం మరియు ఎక్కువ సమయం విశ్రాంతికే కేటాయించడం.

అలవాట్లలో జాగ్రత్తలు అవసరం :

- శీతల పానీయాలుకాకుండా పండ్ల రసాలు అలవాటు చేయాలి.
- ప్యాకేజ్‌డ్ ఫుడ్ మాన్పించాలి.
- జంక్ ఫుడ్ వల్ల కలిగే దుష్ప్రభావాలు, పోషకాహారం వల్ల కలిగే ఆరోగ్యపరమైన ప్రయోజనాలను పిల్లలకు వివరించాలి.

నారాయణ లో...

చిన్న పిల్లలకు

● Endocrinology Consultation ● Fasting Blood Sugar ● Serum Insulin ● Serum Creatinine ● Total Cholesterol ● HDL ● LDL ● VLDL ● TGL ● SGOT ● SGPT ● HB% ● TSH ● Complete Urine Examination ● Body Fat Measurement by Dexa Scan

Rs. 5000/- లు విలువగల పరీక్షలు కేవలం Rs. 1500/-

ముఖ్య గమనిక : మా ఎండోక్రైనాలజి మరియు న్యూట్రిషియన్ల పర్యవేక్షణలో ఆహారపు అలవాట్లు మరియు జీవన శైలి విధానాలపై ప్రత్యేక కౌన్సిలింగ్ సదుపాయం.

Rs. 5000/- లు విలువగల పరీక్షలు కేవలం Rs. 1500/-

పెద్దలకు

● Endocrinology Consultation ● Fasting Blood Sugar ● Post Pandrial Blood Sugar ● Serum Insulin ● Serum Creatinine ● Total Cholesterol ● HDL ● LDL ● VLDL ● TGL ● SGOT ● SGPT ● HB% ● TSH ● Complete Urine Examination ● Body Fat Measurement by Dexa Scan

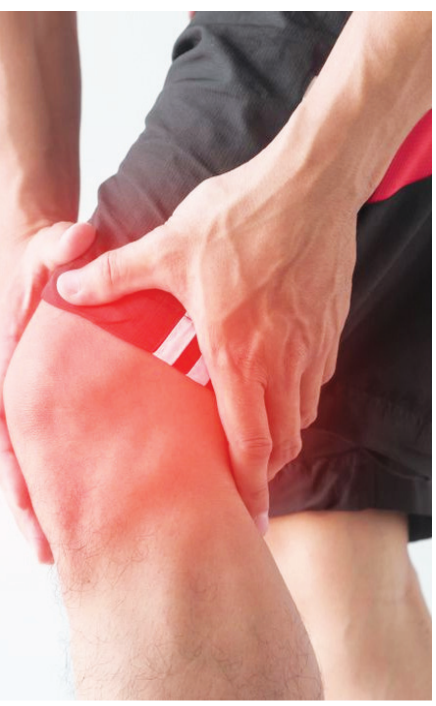
తేది 25-09-2019 నుండి 24-10-2019 వరకు

సమయం : ఉ॥ గం॥ 8:00 నుండి సా॥ 4:00 వరకు

వివరములకు : 7331170063

చిన్న మార్పులతోనే గొప్ప ఫలితం

అవస్థలు పెంచుకోకండి - అవగాహనతో అడుగేయండి



మోకీళ్ళు మన ఒంట్లో అతి సంక్లిష్టమైన కీలు ఇది అన్ని కీళ్ళకన్నా పెద్దది, బలవంతమైనది కూడా ఇటు తుంటి ఎముకకు అటు కాలి ఎముకకు మధ్య ఇరుసులా పనిచేస్తూ మన కదలికలను చాలా సులువు చేస్తుంది వొంగినప్పుడు, నడుస్తున్నప్పుడు... శరీర బరువును మోస్తూ ఒత్తిడిని భరిస్తూ కూడా చాలా సున్నితంగా కదలడం దీని ప్రత్యేకత. మనం హాయిగా నడవగలుగుతున్న, పక్కలకు తిరుగుతున్నా, మోకాళ్ళు ముడుచుకుని కూర్చుంటున్నా ఇదంతా మోకీలు మహిమే. ఇది పలు ఎముకలు, కండరాలు, మృదులాస్థి, కండర బంధనాలు, కలిసిన కణజాలాల సమాహారం. ఇవన్నీ కలసి కట్టుగా సమన్వయంతో పనిచేస్తూ మన అవసరాలకు అనుగుణంగా ఎన్నెన్నో కదలికలకు తోడ్పడుతుంటాయి. అందుకే మోకీళ్ళలో ఏ సమస్య తలెత్తినా కాస్త ఇబ్బందిగానే వుంటుంది.

కీళ్ళనొప్పులతో బాధపడేవారికి ముందుగా మోకీళ్ళపై భారం పడేలా చేసే పనులకు దూరంగా వుండడం. అధిక బరువును తగ్గించుకోవడం వంటి జీవన శైలి మార్పులను సూచిస్తారు. కొన్ని ప్రత్యేకమైన వ్యాయామాలు కీళ్ళు బిగుసుకోపోవడాన్ని తగ్గిస్తాయి.

మోకీళ్ళ నొప్పులకు నారాయణలో ప్రత్యేక ప్యాకేజి

నొప్పుల నుండి నివారణ పొందేందుకు రూ. 1200/- విలువగల Hb%, ESR, RA. Factor, CRP, URIC ACID పరీక్షలు రూ. 499/- మాత్రమే

జాయింట్ లూబ్రికేషన్ మరియు నొప్పి నుండి ఉపశమనం కొరకు Visco Supplementation Injections (యూరప్ నుండి ఇంపోర్ట్ చేయబడిన) రూ॥ 15000/- మాత్రమే

మోకీలు మార్పిడి, (Knee Replacement), ఆర్థోస్కోపి శస్త్రచికిత్సలు ఛార్జీలలో 40% వరకు రాయితీ

ఉచిత వైద్యసేవలు

● జాయింట్ రీప్లేస్‌మెంట్ & ఆర్థోస్కోపిక్ సర్జన్ల కన్సల్టేషన్ ● డిజిటల్ ఎక్స్-రే

● హెల్త్ ఇన్సూరెన్స్, EHS కార్డు ఉన్నవారికి కన్సల్టేషన్ మరియు శస్త్రచికిత్సలు పూర్తిగా ఉచితం.

పై సదుపాయాలు సెప్టెంబర్ 23 నుండి అక్టోబర్ 22 వరకు మాత్రమే

వివరములకు : 7331170063

2వ పేజీలో... ఒబేసిటీ గొంతు నొప్పికి పరిష్కారం
3వ పేజీలో... కుంగుబాటుపై... తెలుసుకుందాం..
4వ పేజీలో... వైద్యాచార్య కొత్తబలగం
5వ పేజీలో... ప్రశ్నా - సమాధానం
6వ పేజీలో... సంక్షిప్త సమాచారం

నిరంతరం వైద్య సేవలలోనే...

అధునాతన పరీక్షలు చికిత్సా పద్ధతులు అందుబాటులోవుంచి మెరుగైన వైద్యసేవలందిస్తుంది నారాయణ హాస్పిటల్. అలాగే ఎన్నో పథకాలను ప్రారంభించి ఎంతో మందికి కొత్త జీవితాన్ని ప్రసాదించింది. వైద్య శిబిరాల ద్వారా ఆరోగ్య సమస్యలపై అవగాహన కల్పిస్తుంది. ప్రస్తుత కాలంలో మోకాళ్ళ నొప్పులతోనూ... స్థూలకాయం కారణంగా కొంతమంది అవస్తలు పడుతున్నారు. ఈ సమస్యల పరిష్కారం కొరకు నారాయణ హాస్పిటల్‌లో జాయింట్ రీప్లేస్‌మెంట్ సర్జన్ల ఆధ్వర్యంలో ప్రత్యేక నీ క్లీనిక్‌ను (Knee Clinic) ప్రారంభించి ప్రత్యేక ప్యాకేజీతో కీళ్ళ అరుగుదలను బట్టి వైద్య సేవలం అందిస్తున్నారు. అలాగే ఒబేసిటీ వలన ఇబ్బందులు పడేవారికి ఆ డిసీజ్‌పై అవగాహన కల్పిస్తూ నివారణకు పాటించవలసిన పద్ధతులపై సమగ్రసూచనలు అందిస్తూ డైట్‌చార్ట్ ఫాలోఅయితే ఒనగూరే ప్రయోజనాలను తెలియజేస్తారు. ఇందులోకూడా రాయితీతో కూడిన వైద్యం మరియు సంబందిత పరీక్షలను తక్కువ ఖర్చుతో పొందు సౌలభ్యం ఇక్కడ కల్పించాం. అవసరమైన వారు ఈ అవకాశాన్ని ఉపయోగించు కోగలరు.

డా॥ ఎస్. సతీష్ కుమార్
ఇన్‌చార్జి మెడికల్ సూపరింటెండెంట్
నారాయణ హాస్పిటల్

ఆధునికతలో ఎప్పుడూ ముందుంటుంది...

డా॥ వై.వి. ప్రభాకర్
హాస్పిటల్ మెడికల్ అడ్మినిస్ట్రేటర్
నారాయణ హాస్పిటల్

నాణ్యతతో కూడిన సేవలను అందించినప్పుడే ఏరంగంలోనైనా మనం గొప్పగా నిలబడుతాం... నలుగురికీ మార్గదర్శకమవుతాం... ఇందుకు ఉదాహరణ నారాయణ హాస్పిటల్. వైద్యసేవ లందించడంలో ఆధునికతను సొంతంచేసుకోవడంలో నారాయణ హాస్పిటల్ ఎప్పుడూ ముందుంటుంది. కాబట్టే వ్యాధి ఏదైనా సమగ్ర వైద్యసేవలు ఇక్కడ అందుతాయని అందరూ నమ్ముతారు. ఆ నమ్మకాన్ని నిజం చేస్తూ ఎన్నో ఉచిత వైద్య శిబిరాలు, కీలకమైన సేవా పథకాల ద్వారా మెరుగైన వైద్యసేవలు దీర్ఘకాలంగా కొనసాగిస్తుంది. వీటికి కొనసాగింపుగా నారాయణ హాస్పిటల్‌లో ప్రస్తుతం మోకీళ్ళ నొప్పులకు మరియు స్థూలకాయం సమస్యలకు ప్రత్యేక విభాగాలను అందుబాటులో వుంచింది. జాయింట్ రీప్లేస్‌మెంట్ సర్జన్‌లు, ఎండోక్రైనాలజీ నిపుణుల ఆధ్వర్యంలో నెల రోజులపాటు అందుబాటులో ఉంటాయి. అలాగే వ్యాధి తీవ్రతను బట్టి అవసరమైన శస్త్రచికిత్సలు అందిస్తారు.

స్థూలకాయం సమస్యకు రూ. 5000/- విలువగల వ్యాధి నిర్ధారణ పరీక్షలు రూ. 1500/-లకే అందుబాటులో ఉంచడం జరిగినది. అలాగే మోకీళ్ళ నొప్పుల నిర్ధారణకు రూ. 1200/- విలువచేసే ఎక్స్‌రే, సంబందిత పరీక్షలు రూ. 499/-లకే అందిస్తున్నారు. పై వ్యాధుల శస్త్రచికిత్సలకు కూడా ప్రత్యేక రాయితీ కల్పించడం జరిగింది. ఇక్కడ అందించే వైద్య సేవలను పొంది ఒబేసిటీ సమస్య నుండి మరియు మోకీళ్ళ నొప్పుల బాద నుండి బయటపడండి.

స్థూలకాయంవలన ఇబ్బందులే

మీరు విన్నది నిజమే...! అధిక లావు వలన అన్ని అనర్థాలే... నేటి కాలంలో పిల్లలనుండి పెద్దల వరకు అన్ని వయస్సులవారు కొందరు ఈ సమస్యతో ఇబ్బంది పడుతున్నవారే సరియైన శారీరక శ్రమ, మితం పాటించని ఆహారం మారిన జీవన శైలి వలన స్థూలకాయం ఏర్పడుతుంది. దీని మూలంగా షుగర్, బి.పి. వంటి దీర్ఘకాల అనారోగ్య సమస్యలకు గురవుతున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో పై సంబందిత వ్యాధులకు నారాయణ సూపర్‌స్పెషాలిటీ విభాగంలో ఒక ప్రత్యేక హెల్త్ ప్యాకేజీని ప్రారంభించడం జరిగింది. ఈ ప్రత్యేక ప్యాకేజీ ఒక నెల పాటు అందుబాటులో ఉంటుంది. సుమారు రూ. 5000/- విలువగల వైద్య పరీక్షలు సంబంధిత సేవలు కేవలం రూ. 1500/-లకు అందుబాటులో వుంచాం. ఈ పరీక్షల వలన స్థూలకాయం లేదా తత్సంబంధిత సమస్యలను సులువుగా నివారించుకోవచ్చు. అలాగే పేషంట్‌కు సీనియర్ వైద్యుల సమక్షంలో తగు జాగ్రత్తలు, అవగాహన కల్పిస్తారు. ఒక్క మందుల ఆధారంగానే కాకుండా న్యూట్రీషన్ నిపుణులు అందించే డైట్ చార్ట్ వలన చక్కటి ఉపశమనం పొందవచ్చు. ఈ సేవలన్నీ ఎండోక్రైనాలజీ విభాగంలో అందుబాటులో ఉంటాయి.

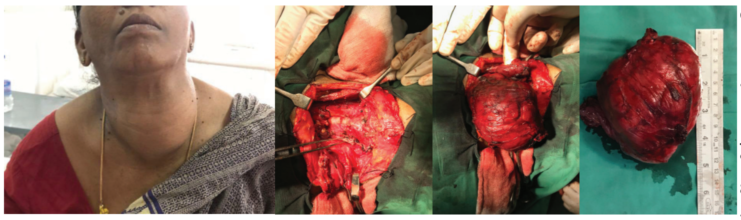
డా॥ టి. సునంద
అసోసియేట్ ప్రొఫెసర్
ఎండోక్రైనాలజి విభాగం
నారాయణ హాస్పిటల్

కీళ్ళనొప్పులకు రాయితీతో సేవలు

ఈ సీజన్‌లో అవస్తలను పెంచే వ్యాధులలో మోకీళ్ళనొప్పుల వ్యాధి ఒకటి. దీన్ని ప్రారంభదశలోనే గుర్తించడం కీలకం. అలాగే ఇప్పుడు అనేక ఆధునిక చికిత్సా పద్ధతులు అందుబాటులోకి వచ్చాయి ఈ ఆధునిక విధానాలన్నీ నారాయణ హాస్పిటల్‌లో అందుబాటులో వున్నాయి. నేటి జీవన శైలి మూలంగా బరువు పెరగడం. చాలినంత వ్యాయామంలేక కీళ్ళనొప్పులపై అవగాహనలేక 40 సం॥ల వయస్సువారు కూడా కీళ్ళనొప్పుల బారిన పడుతున్నారు. ఈ సమస్యలకు పరిష్కారంగా నారాయణ జనరల్ హాస్పిటల్ నందు జాయింట్ రీప్లేస్‌మెంట్ సర్జన్ల పర్యవేక్షణలో ప్రత్యేక ప్యాకేజీతో మోకీళ్ళ క్లినిక్‌ను ప్రారంభించడం జరిగినది. నీ క్లినిక్(Knee Clinic)లో డాక్టర్ ఫీజుకానీ, డిజిటల్ ఎక్స్‌రే ఫీజుకానీ వుండవు. అలాగే పేషెంటు అవసరాన్ని బట్టి రూ. 1200/- విలువచేసే కీళ్ళ పరీక్షలను ప్యాకేజీ ద్వారా రూ. 499/-లకే అందుబాటులో వుంచాం. మోకీళ్ళ అరుగుదల తీరును బట్టి తదుపరి చికిత్సలు అనగా జాయింట్స్ లో వేసే లూబ్రికేషన్ జెల్, ఆర్థోస్కోపీ చికిత్సలు మరియు జాయింట్ రీప్లేస్ మెంట్ సర్జరీలకు ప్రత్యేక రాయితీ సౌకర్యం కల్పించడం జరిగినది. EHS హెల్త్ ఇన్సూరెన్స్ కార్డు గలవారికి డాక్టర్ కన్సల్టేషన్, శస్త్రచికిత్సలు పూర్తిగా ఉచితం. ఈ సేవలకొరకు నారాయణ జనరల్ హాస్పిటల్ ఓ.పీ విభాగం నందు సంప్రదించగలరు.

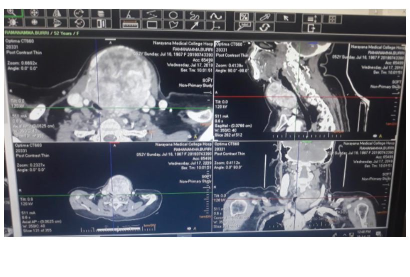
డా॥ బిజు రవీంద్రన్
ప్రొఫెసర్
ఆర్థోపెడిక్స్ విభాగాధిపతి
నారాయణ హాస్పిటల్

శస్త్ర చికిత్సతో గొంతు నొప్పికి శాశ్వత పరిష్కారం



నెల్లూరు నగరానికి చెందిన రమణమ్మ(52) అనే మహిళ గత రెండు సంవత్సరాలుగా గొంతువాపు ఉందని, 6 నెలల నుంచి వాపు ఎక్కువ అవడంతోపాటు నొప్పి మరియు శ్వాస తీసుకోవడం ఇబ్బందిగా ఉందని, నారాయణ హాస్పిటల్ చెవి, ముక్కు మరియు గొంతు వ్యాధుల చికిత్సా విభాగంలోని డా॥ రమేష్‌బాబును సంప్రదించింది.

డాక్టరు గారు ఆ గొంతు వాపును నిశితంగా పరిశీలించి, అవసరమైన USG-Neck, Thyroid Profile, FNAC, CECT-Neck, నిర్వహించి, థైరాయిడ్ గ్రంధి గడ్డలు ఎక్కువ పరిమాణం పెరగడం వలన వచ్చిందని (Multi Nodular Goitre), దీనివలన శ్వాసనాళంను కూడా గాలి తీసుకోనికుండా ఒత్తిడికి గురిచేస్తుందని (Tracheal Com-



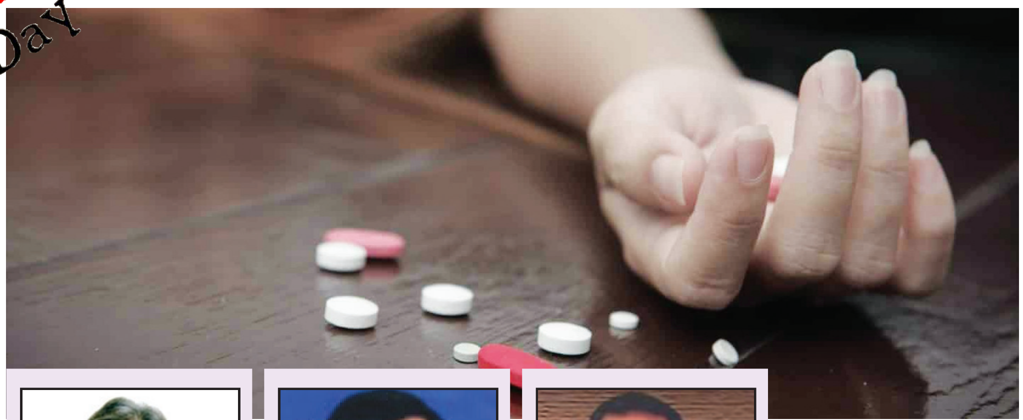
pression) నిర్ధారించారు. దీనికి చికిత్స నిమిత్తం శస్త్రచికిత్స నిర్వహించవలసి ఉంటుందని డాక్టరు గారు రమణమ్మ కుటుంబ సభ్యులకు వివరించగా అందుకు వారు అంగీకరించడంతో Total Thyroidectomy శస్త్రచికిత్స ద్వారా సుమారు 14×14 సెం.మీ పొడవు, వెడల్పు కలిగి 750 గ్రాముల బరువు గల గడ్డను ఎటువంటి సమస్యలు లేకుండా పూర్తిగా తొలగించి, విజయవంతంగా ఆపరేషన్ నిర్వహించారు.

ఈ సందర్భంగా డా॥ రమేష్ బాబు గారు మాట్లాడుతూ నారాయణ హాస్పిటల్ లో అందుబాటులో ఉన్న అత్యాధునిక పరికరాలు, వసతులు, సదుపాయాలు అందుబాటులో ఉన్న కారణంగానే క్లిష్టమైన శస్త్రచికిత్సలను విజయవంతంగా నిర్వహించ గల్గుతున్నామని, ఖర్చుతో కూడుకున్న ఆపరేషన్లను కూడా సామాన్యుడికి అందు బాటులో ఉండే విధంగా యాజమాన్యం వెసులు బాటు కల్పించడం వలన చేయగలుగుతున్నామన్నారు. ఈ సందర్భంగా హాస్పిటల్ ఇన్‌ఛార్జి మెడికల్ సూపరింటెండెంట్ డా॥ ఎస్. సతీష్ గారికి, మరియు ఆపరేషన్ సమయంలో పేషంట్ శ్వాసతీసుకోవడంలో ఎటువంటి ఇబ్బందులు తలెత్తకుండా సహకరించిన మత్తు వైద్య నిపుణులు డా॥ ముషాహిద, డా॥ ప్రభావతి మరియు వారి బృందానికి కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

ఆపరేషన్ అనంతరం కోలుకున్న రమణమ్మ మాట్లాడుతూ తను ఈ సమస్య వలన చాలా హాస్పిటల్స్ చుట్టూ తిరిగానని, ఖర్చుతో కూడుకున్నది మరియు ప్రమాదకరమైనదని వారు తెలుపడంతో బంధువుల మరియు సన్నిహితుల సలహామేరకు నారాయణ హాస్పిటల్ కి వచ్చానని, ఇక్కడి వైద్యులు డా॥ రమేష్ బాబు గారు నాకు ఉన్న జబ్బు గురించి పూర్తిగా అవగాహన కల్పించి, ఆపరేషన్ తీవ్రతను నాకు వివరించారు. ఆపరేషన్ తరువాత తీసుకోవలసిన జాగ్రత్తల గురించి వివరంగా చెప్పి, నాలో కొండంత ధైర్యాన్ని నింపారు. ఇప్పుడు నాకు నొప్పిగానీ, శ్వాసతీసుకోవడంలో ఇబ్బందిగానీ లేవు. తక్కువ ఖర్చుతో నాకు ఆపరేషన్ నిర్వహించిన డా॥ రమేష్‌బాబు గారికి మరియు నారాయణ హాస్పిటల్ యాజమాన్యానికి నేను జీవితాంతం ఋణపడి ఉంటాను.

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

కుంగుబాటుపై ఆధిపత్యం సాధించండి



డా॥ వి.వి. శేషమ్మ
ప్రొఫెసర్
మానసిక వ్యాధుల విభాగాధిపతి
నారాయణ హాస్పిటల్

డా॥ ఇ. ఆనంద్‌రెడ్డి
అసోసియేట్ ప్రొఫెసర్
మానసిక వ్యాధుల చికిత్సా విభాగం
నారాయణ హాస్పిటల్

డా॥ షేక్. సుబహాని
అసిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్
మానసిక వ్యాధుల చికిత్సా విభాగం
నారాయణ హాస్పిటల్

ఆత్మహత్య (సుసైడ్) తనకు తాను చంపుకోవడం, కారణం ఏదైనా చివరకు ప్రాణ నష్టం జరుగుతుంది. వరల్డ్ హెల్త్ ఆర్గనైజేషన్ ప్రకారం 2020 నాటికి 1.53 మిలియన్ల ప్రాణ నష్టం ఒక్క సుసైడ్ వల్ల జరుగుతుంది. ఇలా గణాంకాల ప్రకారం ప్రతి 20 సెకన్లకు ఒకరు ఆత్మహత్య చేసుకోవడం, ప్రతి 1-2 సెకన్లకు ఆత్మహత్య ప్రయత్నాలు జరుగుతున్నవి. ప్రపంచం మొత్తంలో 30 శాతం పైగా ఆత్మహత్యలు ఇండియా ,చైనాలోనే జరుగుతున్నవి. మన ఇండియాలో గణాంకాల ప్రకారం తమిళనాడు, మహారాష్ట్ర, ఆంధ్రప్రదేశ్, కర్ణాటక మరియు కేరళలలో ఎక్కువగా ఆత్మహత్యలు నమోదవుతున్నాయి.

ఆత్మహత్య చేసుకోవాలనే ఆలోచనలు ఎందుకు కలుగుతాయి?

మనలో ఉండే జన్యు సంబంధిత కారణాలు, మన నిత్య జీవితంలో ఎదురయ్యే స్ట్రెస్, మనలో ఆత్మహత్యకు కారణాలుగా నిలుస్తాయి. కొన్ని అధ్యయనాల ద్వారా ఆత్మహత్య చేసుకునే పేషంట్లలో సెరటోనిన్ అనే రసాయనాలు తక్కువగా ఉంటాయని, అలాంటి వాళ్లు ఎక్కువగా డిప్రెషన్‌కు గురిఅవుతారని అది సుసైడ్‌కు దారి తీస్తుందని తేలింది.

ఆత్మహత్యకు గల కారణాలు

ఆత్మహత్యకు పలు కారణాలు ఉంటాయి. అందులో ముఖ్యంగా కుటుంబ సమస్యలు, ఆరోగ్య సమస్యలు మరియు మానసిక వ్యాధులు. ఎక్కువ శాతం పేషంట్లు ఆత్మహత్యకు కారణం మానసిక వ్యాధులు, ఇందులో ముఖ్యమైనవి డిప్రెషన్, స్క్రిజోఫ్రినియా, బైపోలార్ డిజార్డర్స్ మరియు మద్యం సేవించడం. ఎక్కువగా మద్యం సేవించడం వలన జడ్జిమెంట్ సామర్థ్యం తగ్గి వాళ్లు చేసే పనులలో ఏకాగ్రత కోల్పోవడం ఆత్మహత్యకు దారితీస్తుంది.

ఆత్మహత్యకు గల రిస్క్ ఫ్యాక్టర్స్

1. ఆడవారితో పోలిస్తే మగవాళ్లలో ఆత్మహత్యలు ఎక్కువగా ఉంటాయి మరియు ఆడవారిలో ఆత్మహత్య ప్రయత్నాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి.
2. మగవాళ్లలో ఎక్కువగా హింసాత్మక పద్ధతులను ఎంచుకుంటారు.
3. 45 యేళ్ల దాటిన వారిలో ఆత్మహత్యలు ఎక్కువగా ఉంటాయి.
4. ఎక్కువగా ఆత్మహత్యలు సెపరేటెడ్ లేదా బ్రోకెన్ ఫ్యామిలి, డైవర్స్ అయిన వాళ్లలో కనిపిస్తాయి.
5. పూర్వం ఆత్మహత్యాయత్నాలు ఎక్కువగా ఆత్మహత్యలకు దారితీస్తున్నాయి.
6. సూసైయిడ్ లెటర్ రాయడం, ఒక పథకం ప్రకారం ఆత్మహత్యకు ప్లాన్ చేయడం వలనే ఎక్కువ శాతం ఆత్మహత్యలు జరుగుతున్నాయి.
7. రీసెంట్ లాస్ అంటే ఫ్యామిలి విడిపోవడం, ఉద్యోగం పోవడం, ఆరోగ్యం క్షీణించడం, డబ్బు సమస్యలు పలు కారణాలు ఆత్మహత్యను ప్రోత్సహిస్తాయి.

ఆత్మహత్య ఆలోచనలు గల వ్యక్తిలో ఎలాంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి.

ఎక్కువ శాతం సమయం ఆత్మహత్య ఎలా చేసుకోవాలి అని ఆలోచించడం, ఎక్కువ సమయం ఒంటరిగా ఉండాలనుకోవడం, తక్కువగా ఫ్యామిలి మరియు ఫ్రెండ్స్‌తో కలవడం, రెక్లెస్‌గా ప్రవర్తించడం, ఎక్కువగా దూరప్రాంత ప్రయాణాలకు వెళ్లాలని ప్లాన్ చేయడం. ఎక్కువగా ఆల్కహాల్ తీసుకోవడం, మందుకు బానిస కావడం, ఎక్కువగా పలు రకాల సమస్యలు చెప్పడం, చిన్నచిన్న పనులకు అలసిపోవడం, అన్ని విషయాలలో నిరాసక్తిగా ఉండడం.

విధానం :

మన సమాజంలో ఎక్కువగా పాయిజన్ (35%) తీసుకోవడం, ఉరి వేసుకోవడం (23%), తనను తాను కాల్చుకోవడం (12%), పలు విధానాలు కనిపిస్తాయి.

ఆత్మహత్య గురించి ఆలోచనలు:

ఆత్మహత్య గురించి చర్చించడం వలన ఆత్మహత్యలు జరగవు, మనకు మన ఫ్యామిలికి ఆత్మహత్య సంబంధం లేదు, ఆత్మహత్యలు అనేవి పేదప్రజలకు మాత్రమే జరుగుతాయి. చిన్నపిల్లలు, కౌమారదశలలో మానసిక వ్యాధుల, ఆత్మహత్యలు జరగవు.

ఆత్మహత్యల నుంచి ఎలా కాపాడాలి

ఎవరైనా మనకు తెలిసినవారు, బంధువులు, ఆత్మహత్య అనే ఆలోచనలో ఉంటే అలాంటి వారి విషయంలో తగు జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి వారిని వెంటనే మానసిక వ్యాధుల నిపుణుల చేత చికిత్స అందించాలి. ముందుగా ఆత్మహత్యకు గల కారణాలను క్షుణ్ణంగా విశ్లేషించాలి, అందులో ముఖ్యంగా ఆరోగ్య సమస్యలు,మానసిక వ్యాధులే కాకుండా కొందరు మద్యం మత్తులో ఆత్మహత్య ప్రయత్నాలు జరుగుతాయి. కారణాలను విశ్లేషించి వారిని హాస్పిటల్ లో అడ్మిట్ చేయాలి.

ఆరోగ్య సమస్యలు

ఇందులో ముఖ్యమైనవి దీర్ఘకాలిక నొప్పులు, వయసుకు తగినట్టు వచ్చే మార్పులు, జీవితంలో ఇక ఏమి సాధించలేము, వచ్చిన ఆరోగ్య సమస్యకు చికిత్స తీసుకోలేము, వీటన్నింటి కంటే ఆత్మహత్య చేసుకోవడం సుఖం అనేవాళ్లు కనిపిస్తారు ఇలాంటి వారికి తగిన చికిత్స అందించడం ద్వారా ఆత్మహత్యలను తగ్గించవచ్చు.

మానసిక వ్యాధులు

ఇందులో ముఖ్యమైనవి డిప్రెషన్ అంటే ఎప్పుడూ బాధపడడం, జీవించాలనే ఆలోచన తగ్గడం, ముఖ్యంగా కనిపించే లక్షణాలు.

స్క్రిజోఫ్రినియా: ఇందులో పేషంట్లు అతిగా అనుమాన పడటం, తనలో తాను మాట్లాడుకోవడం, పనిలో ఆసక్తి తగ్గడం లాంటి లక్షణాలు ఉంటాయి. ఇలాంటి వారిలో తనకు మాత్రమే మాటలు వినపడటం అవే ఆత్మహత్యకు ప్రోత్సహిస్తాయి. వీరికి తగు చికిత్స అందించడం ద్వారా ఆత్మహత్యలను తగ్గించవచ్చు.

బైపోలార్ డిజార్డర్స్

ఇందులో పేషంట్లు అతిగా కోపపడటం, ఎక్కువగా మాట్లాడడం, అధికంగా బలం ఉండడం, ఏమైనా చేయగలను అనే ధైర్యం రావడం లాంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. ఇలాంటి శక్తి ఉన్నప్పుడు పేషంట్లు ఏమైనా చేయగలను అనే ధైర్యం చేసి ఆత్మహత్యలకు దారితీస్తాయి.

ఆల్కహాల్ పరిణామాలు

ఎక్కువ శాతం ఆత్మహత్యలు మద్యం మత్తులో జరుగుతాయి, అధికంగా మద్యం సేవించడం వలన జడ్జిమెంట్ సామర్థ్యం తగ్గుతుంది, ఆ క్షణంలో

తెలుసుకుందాం..!

పేషంట్లు ఏమి చేస్తారో వారికి తెలియకుండా జరుగుతుంది, అలాంటి క్షణాలలో ఆత్మహత్యలకు దారితీస్తాయి, ఇలాంటి వారిని మానసిక వైద్య నిపుణులతో మద్యం అలవాటును మాన్పించి ఆత్మహత్యలను తగ్గించవచ్చు.

ఆత్మహత్యలు తగ్గించడానికి ఎలాంటి చికిత్స ఇవ్వాలి

ఫార్మకొథెరపి : అంటే మందులు వాడడం, ఆత్మహత్య ఆలోచనలు, పూర్వపు ఆత్మహత్య ప్రయత్నం ఉన్న పేషంట్లలో వ్యాధికి తగినట్టు కొన్ని రకాల మందులను డాక్టర్ల పర్యవేక్షణలో ఆరంభించడం. ఇందులో ముఖ్యమైనవి యాంటి డిప్రెషెంట్స్, యాంటి సైకోటిక్స్, మూడ్ స్టెబిలైజర్స్

ఈసీటీ (ఎలక్ట్రో కన్‌వలసివ్ థెరపి): ఈసీటీ వలన చాలా తొందరగా ఇంప్రూవ్‌మెంట్ కనిపిస్తుంది. ఇది మానసిక వైద్యులు, మత్తు వైద్యుల పర్యవేక్షణలో చిన్నపాటి కరెంట్ (డీసి) ను (షాక్) ను పేషంట్లకు ఇవ్వడం, ఈ విధానం వలన చాలా తొందరగా పేషంట్లలో ఇంప్రూవ్‌మెంట్ వస్తుంది, తొందరగా ఆత్మహత్య ఆలోచనలు తగ్గుతాయి.

సైకోథెరపి : చిన్నపాటి ఆత్మహత్య ఆలోచనలు గల పేషంట్లలో ఈ విధానం వాడుతారు. ఇందులో ముఖ్యమైనవి Cognitive Behaviour Theraphy (CBT), Iner personal Therapy, Group Therapy

గమనిక : సెప్టెంబర్ 10వ తేది 2019 నాడు ప్రపంచ ఆత్మహత్య నిర్మూలన రోజు సందర్భముగా మనం అందరం కిటికీల వద్ద దీపం వెలిగించి ఆత్మహత్య నిర్మూలనకు మన వంతు సహాయం అందిద్దాం మద్దతు తెలుపుదాం.

"Light a Candle near a window at 8.00pm on WSPD (World Suicide Prevention Day) to show your support for Suicide prevention."

ప్రపంచ ఊపిరితిత్తుల దినోత్సవం సందర్భంగా

అందరికి ఆరోగ్యమైన శ్వాస కోసం

డా॥ కె. కల్యాణి
పల్మనాలజిస్ట్
శ్వాసకోశ వ్యాధుల చికిత్సా విభాగం

అభివృద్ధి పేరిట మనం సాధించిన పెద్ద ప్రజారోగ్య సమస్య గాలి కాలుష్యం. గాలి కాలుష్యం గ్రామాల్లో కంటే పట్టణాల్లో ఎక్కువ. మన చుట్టూ ఉండే గాలి, నీరు, వాతావరణం, వివిధ రకాల మొక్కలు, రకరకాల జంతువులు వీటన్నింటిని కలిపి పర్యావరణంగా పేర్కొనవచ్చు. మనం బ్రతకడానికి గాలి, నీరు, నేల, ఆహారం అవసరం. చెట్లు, పక్షులు, జంతువులను మనం జాగ్రత్తగా చూసుకుంటే... మనకు కావలసినవి వాటి నుండి దొరుకుతాయి.

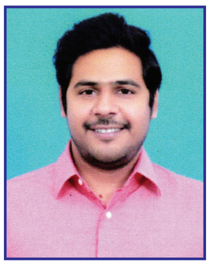
వాయు కాలుష్యం, వాతావరణంలోకి రసాయనాలు మరియు పరమాణువులను విడుదల చెయ్యటం. సాధారణంగా గాలిని కలుషితం చేసే వాయువులు పరిశ్రమలు మరియు మోటార్ వాహనాలుచే ఉత్పత్తిచెయ్యబడే కార్బన్ మోనోఆక్సైడ్, సల్ఫర్ డై ఆక్సైడ్, క్లోరోఫ్లూరోకార్బన్, నైట్రోజన్ ఆక్సైడ్ మొదలైన వాటిని కలిగి ఉంటాయి. కిరణ రసాయనిక ఓజోన్ మరియు పొగమంచు నైట్రోజన్ ఆక్సైడ్ మరియు హైడ్రోకార్బన్లు సూర్యరశ్మితో చర్య జరపటం వలన ఉత్పత్తి అవుతాయి. ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఏటా గాలి కాలుష్యం, COPD, ఆస్తమా వ్యాధులతో 7 మిలియన్ల మంది చనిపోతున్నారు. వాహనాల నుండి, గృహాల నుండి, పొగతాగడం వల్ల సాధారణ గాలి కాలుష్యం అవుతుంది. నైట్రస్ ఆక్సైడ్, హైడ్రోకార్బన్లు, ఓజోన్ డై ఆక్సైడ్, సీసం ఎక్కువ ప్రమాదాలు కలిగించే ప్రధాన కాలుష్య కారకాలు. గాలి కాలుష్యంతో శ్వాసకోశ వ్యాధులు, ఊపిరితిత్తుల క్యాన్సర్, ఆస్తమా, పిల్లల్లో మానసిక ఎదుగుదల లేకపోవడం వంటి ఆరోగ్య సమస్యలు వస్తాయి. గాలి కాలుష్యం తగ్గించడానికి పారిశ్రామిక ప్రాంతాలు నివాస ప్రాంతాలకు దూరంగా ఉండాలి. ప్రజలు ప్రజా రవాణా వ్యవస్థను ఎక్కువగా వాడుకోవాలి. పొగ మానాలి, చెట్లు పెంచాలి, జనాభా పెరుగుదల నియంత్రించుకోవాలి. దీనితోపాటు దగ్గు, ఆయాసం లాంటి శ్వాస కోశ లక్షణాలు వచ్చిన వెంటనే దగ్గరలోని శ్వాసకోశ నిపుణులను సంప్రదించి తగు జాగ్రత్తలు తీసుకొనవలెను.

వైద్య ఆచార్య

పేరు	: **విష్ణు అంజన్ నరెడ్డి**
స్వస్థలం	: తిరుపతి
ఎంబీబీఎస్	: కస్తూర్బా మెడికల్ కాలేజ్, మణిపాల్ (2002)
ఎం.డి.	: పిన్నమనేని సిద్ధార్థ ఇన్‌స్టిట్యూట్ ఆఫ్ మెడికల్ సైన్సెస్, కృష్ణాజిల్లా (2012)
అనుభవం	: సీనియర్ రెసిడెంట్ గా, అసిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్ గా, అసోసియేట్ ప్రొఫెసర్‌గా మొత్తం 7 సంవత్సరాలు.
ప్రస్తుతం	: నారాయణ మెడికల్ కాలేజ్ హాస్పిటల్ లోని జనరల్ మెడిసిన్ విభాగంలో అసోసియేట్ ప్రొఫెసర్.
ఆసక్తి	: Hematology, Oncology, Infectious Diseases, Neurology
ఎగ్జామినర్	: ఆంధ్రప్రదేశ్, తమిళనాడు లోని వివిధ విశ్వవిద్యాలయాలు.
ప్రచురణ	: 4 అంతర్జాతీయ స్థాయి పత్రికలు
ప్రసంగం	: AP APICON State conference - Speaker (2018)
సభ్యత్వం	: IMA, AP APICON
నినాదం	: "Treating the patient is more important than treating the disease"

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॥ జె. విష్ణువర్ధన్
సీనియర్ రెసిడెంట్
జనరల్ మెడిసిన్ విభాగం

డా॥ మహ్మద్ సర్ఫరాజ్ అహ్మద్
సీనియర్ రెసిడెంట్
జనరల్ మెడిసిన్ విభాగం

డా॥ ఎం. సాయిశరత్ రెడ్డి
సీనియర్ రెసిడెంట్
జనరల్ మెడిసిన్ విభాగం

డా॥ డి. దినేష్‌కుమార్ రెడ్డి
సీనియర్ రెసిడెంట్
జనరల్ మెడిసిన్ విభాగం

డా॥ ఎస్. శ్రీజ
సీనియర్ రెసిడెంట్
జనరల్ మెడిసిన్ విభాగం

డా॥ వి. కోనప్ప
అసోసియేట్ ప్రొఫెసర్
జనరల్ సర్జరీ విభాగం

డా॥ పి. శివ కార్తిక్
సీనియర్ రెసిడెంట్
జనరల్ సర్జరీ విభాగం

డా॥ టి. శ్రీనాథ్
సీనియర్ రెసిడెంట్
జనరల్ సర్జరీ విభాగం

డా॥ ఎం. శ్రీనివాసులు
సీనియర్ రెసిడెంట్
జనరల్ సర్జరీ విభాగం

డా॥ పి. అమర్‌నాథ్ రెడ్డి
సీనియర్ రెసిడెంట్
జనరల్ సర్జరీ విభాగం

డా॥ కె. ధీరజ్ రెడ్డి
సీనియర్ రెసిడెంట్
జనరల్ సర్జరీ విభాగం

డా॥ యు. వెంకట సత్యజిత్
సీనియర్ రెసిడెంట్, కీళ్లు మరియు
ఎముకల వ్యాధుల చికిత్సా విభాగం

డా॥ కె. శివశంకర్ రెడ్డి
సీనియర్ రెసిడెంట్, కీళ్లు మరియు
ఎముకల వ్యాధుల చికిత్సా విభాగం

డా॥ కె. మౌనిక
సీనియర్ రెసిడెంట్, కీళ్లు మరియు
ఎముకల వ్యాధుల చికిత్సా విభాగం

డా॥ ఆర్. శ్రావ్య
సీనియర్ రెసిడెంట్
చిన్నపిల్లల వ్యాధుల చికిత్సా విభాగం

డా॥ పి. సింధూర
సీనియర్ రెసిడెంట్
రేడియాలజి విభాగం

డా॥ ఎ. శ్రావణ్‌కృష్ణా రెడ్డి
సీనియర్ రెసిడెంట్
రేడియాలజి విభాగం

డా॥ ఎం. రేవతి
సీనియర్ రెసిడెంట్
అనస్థీషియా విభాగం

ప్రశ్న - సమాధానం

క్రమేణా మర్చిపోతాం

ప్ర : డిమెన్షియా అంటే ఏమిటి ?

డా॥ ఎస్.ఎస్. సంపత్ కుమార్
ప్రొఫెసర్ & హెచ్‌వోడి
న్యూరాలజి విభాగం

జ : డిమెన్షియా అంటే మెదడుకున్న శక్తి క్రమంగా సన్నగిల్లడం. డిమెన్షియా అనేది ఒక రోగం కాదు, అనేక రోగాల సముదాయం. మనిషి మెదడు లోపల కొన్ని కణాలు దెబ్బతినడం వల్ల మనిషిలో అనేక నైపుణ్యాలు కనుమరుగైపోతాయి. ముఖ్యంగా తెలివితేటలు, నేర్చుకునే సమర్థత, సమస్య పరిష్కారశక్తి వంటివి బాగా తగ్గిపోతాయి. ఎంత పాండిత్యం గల వారైనా దీని బారిన పడ్డారంటే భాష మీద ఆధిపత్యం, ఏకాగ్రత, భాషాచాతుర్యం, పరిశీలనాశక్తి వంటివి దారుణంగా దెబ్బతింటాయి. దీనికితోడు మనిషి ప్రవర్తనలో ఎన్నెన్నో మార్పులు చోటుచేసుకుంటాయి. డెమెన్షియా వల్ల జ్ఞాపకశక్తి లోపం ఏర్పడి ఆ మనిషికి మరుపు మొదలవుతుంది. ఏ వస్తువు ఎక్కడ పెట్టారో గుర్తుండదు. కొత్త సంగతులు విన్నా వాటిని గుర్తుంచుకోలేరు. క్రమక్రమంగా ఈ సమస్య పెరుగుతూ పోతే ఏడాదిలోపలే జరిగిన ముఖ్య సంఘటనలను కూడా మరచిపోతారు. సమస్య బాగా ముదిరితే క్రమంగా ఇంట్లో మనుషుల్ని కూడా గుర్తుపట్టలేకపోవడం ప్రారంభమౌతుంది. తిండి తిన్న పది నిమిషాలకే దాని మాట మరచి తనకు ఎప్పుడు తిండి పెట్టారు అని అడుగుతారు. ఈ డిమెన్షియా భాధితులు ఒక్కొక్కప్పుడు ఎక్కడ కూర్చొంటే అక్కడే మూత్ర విసర్జన కూడా చేసేస్తూ ఉంటారు. డిమెన్షియాలో పలు రకాలు ఉన్నాయి. ఇందులో సర్వసాధారణమైంది అల్జీమర్స్ వ్యాధి. డిమెన్షియా వచ్చిన వారిలో సగం మందికి పైగా ఈ అల్జీమర్స్ డిమెన్షియా వస్తుంది. ఇది ఎందుకు వస్తుందో పూర్తిగా ఇంకా తెలియరాలేదు. కాకపోతే కొంతమంది దీనిని వారసత్వపు సమస్యగానూ, మరికొందరు ఆడవారికి ఎక్కువగా వస్తుందని అంటారు. అల్జీమర్స్ వ్యాధి మెదడులోని జీవకణాలను ఒక్కొక్కటిగా నిర్జీవం చేస్తూ, మెదడును సరిగా పనిచేయనీయకుండా చేస్తుంది. అమిలాయిడ్ అనే ప్రోటీన్ పొరలుగా మేట వేసుకుపోవడం, మెదడులోని జీవకణాల్లో ఉండే అతి సూక్ష్మ ఫిలమెంట్లు ఒకదానితో ఒకటి పెనవేసుకుపోవడం ఈ వ్యాధి లక్షణాలు. ఈ వ్యాధి వంశపారంపర్యంగా లేదా లోపభూయిష్టమైన జన్యువుల ప్రభావం వలన సంక్రమించవచ్చని ఇటీవల జరిపిన పరిశోధనల్లో తేలింది.

మలివయస్సులోనే ఈ బాధ

ప్ర : ప్రొస్టేట్ క్యాన్సర్ అంటే ఏమిటి ? ఇది ఎవరికి వస్తుంది.

డా॥ ఎన్. మల్లిఖార్జున రెడ్డి
ప్రొఫెసర్ & హెచ్‌వోడి
యూరాలజి విభాగం

జ : మధ్య వయసు దాటిన పురుషుల్లో ప్రొస్టేట్ గ్రంధి పెద్దదవుతుంది. దీన్నే ప్రాణాపాయరహిత ప్రొస్టేట్‌గ్రంధి పెరుగుదల (బిపిహెచ్-బినైన్ ప్రొస్టేట్ హైపర్‌ప్లాసియా) అంటారు. తరచుగా ఇది సుమారు 50 సంవత్సరాల వయస్సులో ప్రారంభమౌతుంది. ఈ పరిస్థితి క్యాన్సర్ కాదు. ఇది మూత్రాశయానికి చుట్టుకుని ఉండడం వల్ల బిపిహెచ్ మూత్రవిసర్జనకు ఆటంకం కలిగిస్తుంది. బిపిహెచ్ ప్రొస్టేట్ గ్రంధి క్యాన్సర్ లక్షణరహితంగా వృద్ధి చెందుతుంది. ఈ వృద్ధి మూత్రనాళాన్ని (శరీరం నుండి మూత్రాన్ని బయటకు పంపించేది) ముడుచుకుపోయేలా చేయడం వల్ల మూత్రాశయం ఖాళీ కావడాన్ని జటిలం చేస్తుంది. నలభై నుంచి యాభై ఏళ్ల పైబడిన వాళ్లు ప్రతి సంవత్సరం "సీరమ్ ప్రొస్టేట్ స్పెసిఫిక్ యాంటిజెన్" పరీక్ష చేయించుకోవాలి, ఇంట్లో ఎవరికైనా ఈ వ్యాధి ఉన్నా, మూత్ర సంబంధిత ఇబ్బందులున్నా కూడా పరీక్షలు చేయించుకోవాలి, మూత్రాశయం దిగువన ప్రొస్టేట్ గ్రంధి ఉంటుంది. పురుషులకు మాత్రమే ఉండే గ్రంధి ఇది. ఇది ఉత్పత్తి చేసే ఒక విధమైన ద్రవం వీర్య కణాలను రక్షిస్తుంది. పురుషాంగం నుంచి మూత్రాన్ని, వీర్యాన్ని బయటకు తీసుకెళ్లే మూత్ర మార్గం వెలుపలి భాగాన్ని చుడుతూ ఉంటుంది. ఈ గ్రంధి దీనిలో ఉండే నరాలు అంగస్తంభనలో పాలు పంచుకుంటాయి. ప్రొస్టేట్ క్యాన్సర్‌కు గురైతే క్యాన్సర్ కణాలు గ్రంధి అవతలి భాగాలకు కూడా విస్తరిస్తాయి. ఈ క్యాన్సర్ నెమ్మదిగా ఎదుగుతుంది కానీ ఎలాంటి వ్యాప్తిని లేదా లక్షణాలను ప్రదర్శించవు. పెద్ద వయస్సులో, ఇతర వ్యాధుల కారణంగా మరణించిన వారిలో ఎంతో మందికి ప్రొస్టేట్ క్యాన్సర్ ఉన్నట్లు తదనంతరం నిర్వహించిన శవపరీక్షల్లో వెల్లడైంది. కొన్ని రకాల ప్రొస్టేట్ క్యాన్సర్‌లు మాత్రం వేగంగా వృద్ధి చెందడంతోపాటు వేగంగా విస్తరిస్తాయి.

"ముందస్తు"తో వచ్చే సమస్యలు

ప్ర : ప్రీమెచ్యూర్ ఒవేరియన్ ఫెయిల్యూర్ అంటే ఏమిటి ?

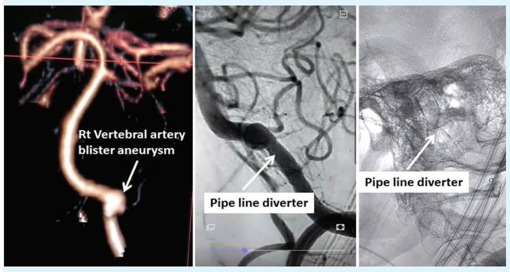
డా॥ ఎస్. లావణ్య
అసోసియేట్ ప్రొఫెసర్
కాన్పుల మరియు
గర్భకోశవ్యాధుల చికిత్సా విభాగం

జ : అండాశయాలు కొందరిలో నలభైఏళ్లకన్నా ముందుగానే తమ పనిని ఆపేస్తాయి. దాంతో ముందే నెలసరులు ఆగిపోతాయి. ఆస్టియోపోరోసిస్ వంటి సమస్యలు తలెత్తుతాయి. మెనోపాజ్ లక్షణాలు ముందుగానే కనిపించే ఈ సమస్యనే 'ప్రీమెచ్యూర్ ఒవేరియన్ ఫెయిల్యూర్' అంటారు. అండాశయాలు... స్త్రీ లక్షణాలు ఏర్పడటానికి ఇవే ప్రధాన కారణం. స్త్రీ ఆకృతి, నెలసరులూ, సంతాన సాఫల్యత ఇవన్నీ అండాశయాల పనితీరుపైనే ఆధారపడి ఉంటాయి. సాధారణంగా మెనోపాజ్ దశలోనే ఇవి తన పనితీరు ఆపేస్తాయి. దాంతో నెలసరులు ఆగిపోవడం... ఎముకలు గుల్లబారడం, ఇలా చాలా సమస్యలొస్తాయి. కానీ మెనోపాజ్ రాకుండానే కొందరిలో అండాశయాలు తన పనితీరు ఆపేస్తాయి. దాన్నే 'ప్రీమెచ్యూర్ ఒవేరియన్ ఫెయిల్యూర్' అంటారు. దాంతో ఈస్ట్రోజెన్ హార్మోను అందదు. అండాలు సరిగ్గా విడుదల కావు. ఫలితంగా సంతాన సాఫల్యత తగ్గుతుంది.

వర్టిబ్రల్ ఆర్టరీ బ్లిస్టర్ ఎన్యురిజంకు క్లిష్టమైన పైప్‌లైన్ డైవర్టర్ ప్లేస్‌మెంట్ ద్వారా విజయవంతంగా చికిత్స

డా॥ యుగంధర్
ఇంటర్‌వెన్షనల్ రేడియాలజిస్ట్
నారాయణ హాస్పిటల్

నెల్లూరుజిల్లా, తోటపల్లిగూడూరు మండలం, పాపిరెడ్డిపాళెం గ్రామానికి చెందిన ప్రభాకర్ రెడ్డి (57) తీవ్రమైన తలనొప్పితో బాధపడుతూ నారాయణ హాస్పిటల్ లోని ఎమర్జెన్సీ విభాగానికి వచ్చారు. CT స్కాన్ చేసి మెదడులో రక్తస్రావం (sub arachnoid hemorrhage) కారణంగా తలనొప్పి వచ్చినట్లు నిర్ధారించి CT యాంజియోగ్రామ్ చేసినాము. CT యాంజియోగ్రామ్ లో మెదడుకు సంబంధించిన రక్తనాళం (ruptured right vertebral artery aneurysm) లో ఏర్పడ్డ ఎన్యూరిజం చిట్లడం కారణంగా రక్తస్రావం జరిగిందని, గుర్తించడం జరిగింది. ఈ ఎన్యురిజం చాలా చిన్న (wide necked blister aneurysm) గా ఉన్నందున శస్త్రచికిత్స (Aneurysm clipping) క్లిష్టమని గుర్తించి, ఎండో వ్యాస్కులర్ చికిత్స సరైనదిగా గుర్తించాము. క్లిష్టమైన పైప్‌లైన్ డైవర్టర్ ప్లేస్‌మెంట్ ద్వారా ఈ కాంప్లెక్స్ ఎన్యురిజంను విజయవంతంగా చికిత్స చేయగలిగాము. పైప్‌లైన్ డైవర్టర్ ప్లేస్‌మెంట్ తర్వాత పేషంట్ పూర్తిగా కోలుకున్నాడు. ఎటువంటి ఇబ్బందులు (neurological deficits) లేకుండా డిశ్చార్జ్ చేయడం జరిగింది.



క్యాథ్‌ల్యాబ్‌లో చేసే పైప్‌లైన్ డైవర్టర్ ప్లేస్‌మెంట్ చాలా క్లిష్టమైన ఎండోవ్యాస్కులర్ ప్రొసీజర్. మన రాష్ట్రంలో అతి కొద్దిమందికే ఈ క్లిష్టమైన శస్త్రచికిత్స చేయడం జరిగింది. ఈ చికిత్స ఎంతో ఖర్చుతో కూడుకున్నది. చెన్నై, హైదరాబాద్ వంటి మెట్రోపాలిటన్ నగరాలలో సుమారు 12 నుంచి 15 లక్షల వరకు ఖర్చు అవుతుంది. ఈ చికిత్సకు అత్యాధునిక క్యాథ్‌ల్యాబ్ మరియు అనుభవం ఉన్న ఇంటర్‌వెన్షనల్ రేడియాలజిస్ట్ ఎంతో అవసరం. నారాయణ లో ఉన్న అత్యాధునిక ఫిలిప్స్ FD20 క్యాథ్‌ల్యాబ్ ద్వారా ఈ చికిత్సను విజయవంతంగా నిర్వహించగలిగాము. యాజమాన్యం సహకారంతో ఎంతో ఖర్చుతో కూడుకున్న ఈ చికిత్సను అతి తక్కువకే అందించగలిగాము. న్యూరో ఎండో వ్యాస్కులర్ సేవలు న్యూరోసర్జరీ పేషంట్స్‌కు చాలా కీలకం. ఇంట్రాక్రానియల్ ఎన్యురిజమ్స్, AVMs, AV Fistula మొదలగు వాటిని ఆపరేషన్ లేకుండా న్యూరోఇంటర్‌వెన్షన్ ద్వారా ఎంబోలైజ్ చేసి పూర్తిగా నయం చేయవచ్చు. మెదడులో పెద్ద రక్తనాళములు బ్లాక్ అయినపుడు మెకానికల్ థ్రోంబెక్టమీ ద్వారా రక్తప్రసరణ పునరుద్దరించి పక్షవాతం రాకుండా నివారించవచ్చు. Subarachnoid hemorrhage ఉన్న పేషంట్స్‌లో Vasospasm వలన మెదడుకు రక్తప్రసరణ తగ్గితే Intraarterial nimodepine infusion ద్వారా రక్తప్రసరణ పునరుద్దరించి పేషంట్ ప్రాణాలు కాపాడవచ్చు. ఇటువంటి క్లిష్టమైన ఎండోవ్యాస్కులర్ ప్రొసీజర్స్ నిర్వహించడానికి అవసరమైన అన్ని వసతులు, ఇంటర్‌వెన్షనల్ రేడియాలజిస్ట్ మన రాష్ట్రంలో ఉన్న అతి కొద్ది హాస్పిటల్స్‌లో నారాయణ హాస్పిటల్ ఒకటి. నెల్లూరు, ప్రకాశం, రాయలసీమ (చిత్తూరు, కడప, కర్నూలు, అనంతపురం) లో ఒక్క నారాయణ హాస్పిటల్‌లోనే ఇటువంటి క్లిష్టమైన శస్త్రచికిత్సలు అందుబాటులో ఉన్నాయి.

అక్టోబర్ నెలలో నిర్వహించు

ఉచిత వైద్య శిబిరాల వివరాలు

సూపర్ స్పెషాలిటీ క్యాంపులు

తేది	ప్రదేశం/సంప్రదించవలసిన ఫోన్ నెం.		డాక్టరు / విభాగం	
11/10/19	నాయుడుపేట,నెల్లూరుజిల్లా	ఫోన్:7331168823	నెఫ్రాలజి, యూరాలజి	డా॥ ప్రవీణ్ కుమార్, డా॥ ఎన్. మల్లికార్జున రెడ్డి
24/10/19	ప్రొద్దుటూరు, వైఎస్సార్ కడపజిల్లా	ఫోన్:7331170047	కార్డియాలజి, న్యూరాలజి	డా॥ వెంకట శివకృష్ణ, డా॥ ఎన్.ఎస్. సంపత్ కుమార్

అవుట్ రిచ్ క్లినిక్స్

తేది	ప్రదేశం/సంప్రదించవలసిన ఫోన్ నెం.	విభాగం	డాక్టరు/ స్థలము
05/10/19	ఆత్మకూరు,నెల్లూరుజిల్లా	నెఫ్రాలజి ఫోన్:7331170047	డా॥ కె.ప్రవీణ్‌కుమార్ M.D. D.M (Nephrology) వెంకటేశ్వర ప్రజావైద్యశాల,సోమశిలరోడ్డు,ఆత్మకూరు.
06/10/19	నాయుడుపేట, నెల్లూరుజిల్లా	కార్డియాలజి ఫోన్:7331168823	డా॥ ఎం.లక్ష్మీశ్రీనివాస్ కుమార్ M.D. D.M (Cardiology) లక్ష్మీరాం ప్రజా వైద్యశాల,కాళహస్తిరోడ్డు,నాయుడుపేట
20/10/19	ప్రొద్దుటూరు, వైఎస్సార్ కడపజిల్లా	న్యూరాలజి ఫోన్:7331170047	డా॥ ఎన్.ఎస్.సంపత్‌కుమార్ M.D. D.M (Neurology) రెయిన్‌బో డయాగ్నస్టిక్ సెంటర్, సూపర్‌మార్కెట్‌రోడ్డు
20/10/19	సూళ్లూరుపేట, నెల్లూరుజిల్లా	కార్డియోథొరాసిక్ సర్జరీ ఫోన్:7331168823	డా॥ చుండూరు కోదండపాణిరామానుజదాసుడు M.S. M.ch (CTVS) చక్రపాణి హాస్పిటల్,పోలీస్‌స్టేషన్‌ఎదురు,సూళ్లూరుపేట
27/10/19	పీలేరు,చిత్తూరుజిల్లా	కార్డియాలజి విభాగం ఫోన్:7331170046	డా॥ ఎస్.కె. రెడ్డిబాషా M.D. D.M (Cardiology) పీలేరు, చిత్తూరుజిల్లా.

మల్టీ స్పెషాలిటీ క్యాంపులు

తేది	ప్రదేశం/సంప్రదించవలసిన ఫోన్ నెం.		విభాగం
03/10/19	కొండలఆధారం,చిత్తూరు జిల్లా	ఫోన్:7331170048	జనరల్ మెడిసిన్,జనరల్‌సర్జరీ,ఈ.ఎన్.టి
04/10/19	వేదవాడ,ప్రకాశంజిల్ల	ఫోన్:7331170053	పల్మనాలజి,ఆప్తమాలజి,ఆర్థోపెడిక్స్
09/10/19	నొస్సం,వైఎస్సార్ కడపజిల్లా	ఫోన్:7331170047	జనరల్ మెడిసిన్,ఆప్తమాలజి,ఆర్థోపెడిక్స్
09/10/19	నారాయణ మాతృసేవా వైద్యశిబిరం-1	ఫోన్:7331170049	కాన్పులు మరియు గర్భకోశ వ్యాధుల విభాగం
09/10/19	నారాయణ మాతృసేవా వైద్యశిబిరం-2	ఫోన్:7331170049	కాన్పులు మరియు గర్భకోశ వ్యాధుల విభాగం
10/10/19	ఎగువపుత్తూరు,చిత్తూరుజిల్లా	ఫోన్:7331170048	జనరల్ మెడిసిన్,జనరల్‌సర్జరీ,ఈ.ఎన్.టి
11/10/19	గుంటుపల్లి,ప్రకాశంజిల్లా	ఫోన్:7331170053	జనరల్ మెడిసిన్,ఆప్తమాలజి,ఆర్థోపెడిక్స్
16/10/19	మాధవరం,వైఎస్సార్‌కడపజిల్లా	ఫోన్:7331168823	పల్మనాలజి, ఆప్తమాలజి,ఆర్థోపెడిక్స్
17/10/19	రామచంద్రాపురం,చిత్తూరుజిల్లా	ఫోన్:7331170048	జనరల్ మెడిసిన్,ఆర్థోపెడిక్స్,ఆప్తమాలజి
18/10/19	వెంగళపురం,ప్రకాశంజిల్లా	ఫోన్:7331170053	పల్మనాలజి, ఆప్తమాలజి,ఈ.ఎన్.టి
23/10/19	రాజుగుంట,వైఎస్సార్‌కడపజిల్లా	ఫోన్:8142419995	జనరల్‌సర్జరీ,ఆర్థోపెడిక్స్,జనరల్ మెడిసిన్
24/10/19	కొత్తూరు,కె.వి.పురం,చిత్తూరుజిల్లా,	ఫోన్:7331170048	పల్మనాలజి, ఆప్తమాలజి,ఆర్థోపెడిక్స్
25/10/19	అయ్యవారిపాళెం,ప్రకాశంజిల్లా	ఫోన్:7331170053	జనరల్ మెడిసిన్,ఆర్థోపెడిక్స్, జనరల్ సర్జరీ
30/10/19	బుచ్చినాయుడుకండ్రిగ,చిత్తూరుజిల్లా	ఫోన్:7331170054	జనరల్ మెడిసిన్,ఆప్తమాలజి,ఈ.ఎన్.టి

పాఠకులకు... వైద్యనిపుణులకు విజ్ఞప్తి...!

నారాయణ హాస్పిటల్ ఆధ్వర్యంలో ప్రచురింపబడుచున్న వైద్య నారాయణం ఆరోగ్య సమాచార స్రవంతి మాసపత్రికను ఆదరిస్తున్న పాఠక మహాశయులకు ధన్యవాదములు మా... మీ సమాచార స్రవంతి వృద్ధికి మీరందించే / తెలియజేసే సూచనలను సవినయంగా స్వీకరిస్తామని తెలుపుతూ... మీ సూచనలు సంక్షిప్తంగా దిగువ తెలిపిన ఫోన్ నెంబర్లకు స్వయంగా

- ఫోన్
- మెసేజ్
- వాట్స్‌యాప్
- ఈ-మెయిల్ ల

ద్వారా తెలియజేయగలరు

సి.హెచ్. భాస్కర్ రెడ్డి
అసోసియేట్ ఎడిటర్,
వైద్య నారాయణం
9490166200
cbhaskarreddy@narayanamedicalcollege.com

NAAC వారిచే ప్రతిష్టాత్మక గుర్తింపు పొందిన హాస్పిటల్

ప్రఖ్యాతి గాంచిన ఇన్సూరెన్స్ కంపెనీలచే క్యాష్‌లెస్ సదుపాయం

నారాయణ స్పెషాలిటి 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...

పడకలు : 1,440
ప్రత్యేక విభాగాలు : 25
ఇంటెన్సివ్‌కేర్ పడకలు : 200
అపరేషన్ థియేటర్లు : 23
బ్లడ్ బ్యాంకు (NABB గుర్తింపు పొందిన), 24 గంటల ఎమర్జెన్సీ, ఐసియూ ఆన్ వీల్స్ అంబులెన్స్, స్పెషల్, డీలక్స్ రూములు

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

సంప్రదించవలసిన అధికారులు

డా॥ ఎస్. విజయ్ కుమార్ (కో-ఆర్డినేటర్)
డా॥ ఎస్. సతీష్ కుమార్ (సి.ఇ.ఒ / ఇంఛార్జ్ మెడికల్ సూపరింటెండెంట్)
డా॥ వై.వి. ప్రభాకర్ (మెడికల్ అడ్మినిస్ట్రేటర్)
డా॥ బిజు రవీంద్రన్ (అడిషనల్ మెడికల్ సూపరింటెండెంట్)
డా॥ డి. రామ మోహన్ (అడిషనల్ మెడికల్ సూపరింటెండెంట్)
సి.హెచ్. భాస్కర్ రెడ్డి (ఎ.జి.ఎం)