Since 1951

Jubilee

2018 Happy New Year

Vol.: 4 Issue No. : 2

JUBILEE MISSION MEDICAL COLLEGE & RESEARCH INSTITUTE

JANUARY 2018

Editorial

എന്റെ അപ്പച്ചൻ ജൂബിലി ആശുപത്രിയിൽ വച്ചാണ് മരിച്ചത്. അന്ന് അപ്പച്ചനെ പരിചരിച്ചിരുന്ന ഒരു ഡോക്ടറുടെ ജീവിതം എന്നെ വളരെയേറെ സ്പർശിക്കാനിടയായി. ആ ഡോക്ടർക്ക് 2004-ലെ ക്രിസ്മസ്സിന് ഞാൻ ഒരു കാർഡ് അയച്ചു. അതിൽ ഇങ്ങനെ എഴുതിവെച്ചിരുന്നു: "ആത്മാർത്ഥതയുടെ പരീക്ഷയിൽ 100% വിജയം കൊയ്യുന്ന മന:സാക്ഷിയുടെ ഉടയവന്, എന്റെയും കുടുംബത്തിന്റെയും ഹൃദയം നിറഞ്ഞ ക്രിസ്തുമസ് - പുതുവത്സരാശംസകൾ" എന്ന്..

അങ്ങനെ എഴുതാൻ കാരണം, അദ്ദേഹം തന്റെ രോഗികൾക്കുവേണ്ടി ചെലവിടുന്ന സമയവും അദ്ധ്വാനവും അതിലെ ആത്മാർത്ഥതയും കണ്ടുകൊണ്ടാണ്. "ഒരു മൈൽ ദൂരം പോകാൻ നിന്നെ നിർബ്ബന്ധിക്കുന്നവനോടുകൂടെ രണ്ടു മൈൽ ദൂരം പോകുക" (മത്താ 5:41) എന്ന തിരുവചനം അതിശയകരമാംവിധം അദ്ദേഹം ജീവിക്കുന്നതായിതോന്നി. ആത്മാർത്ഥതയാണ് നിയമങ്ങളേക്കാൾ അദ്ദേഹത്തെ നയിക്കുന്നതെന്നാണ് എനിക്ക് മനസ്സിലായത്.

നമ്മുടെ ആശുപത്രി ഒരുപാട് പ്രതീക്ഷകളോടെ പുതുവത്സരത്തിലേയ്ക്ക് പ്രവേശിക്കുകയാണ്. സാധാരണയായി സ്വന്തം പ്രതീക്ഷകളും സ്വപ്നങ്ങളുമാണ് നമ്മുടെ മനസ്സിൽ നാമ്പിടുന്നത്. ഈ വർഷം അതോടൊപ്പം സാധാരണ രീതികളിൽനിന്നും വ്യത്യസ്ഥത കൊണ്ടുവരാനുള്ള ഒരു ആഹ്വാനം മേൽവിവരിച്ച മാതൃകയ്ക്കു സാധിക്കുമെന്നാണ് പ്രതീക്ഷിക്കുന്നത്. "ആത്മാർത്ഥതയുടെ പരീക്ഷയിൽ 100% വിജയം കൊയ്യുന്ന മന:സാക്ഷിയുടെ ഉടമയാവാൻ", ഉള്ള ആഹ്വാനമാണത്. ഇവിടെ വരുന്ന രോഗികളോടും, ജോലി ചെയ്യുന്നവരോടും ആത്മാർത്ഥമായി പെരുമാറാനുള്ള വിളിയാണത്.

ആത്യന്തികമായി ഓരോരുത്തരും വിലയിരുത്തപ്പെടേണ്ടത് അവനവന്റെ മന:സാക്ഷിയ്ക്ക് മുന്നിലാണ്. അതുകൊണ്ടുതന്നെ ബാഹ്യമായ നിയന്ത്രണങ്ങളേക്കാൾ, നിയമങ്ങളേക്കാൾ, എന്റേയും നിങ്ങളുടേയും, വ്യക്തിജീവിതങ്ങളിലും കുടുംബജീവിതത്തിലും ഔദ്യോഗിക ജീവിതത്തിലും നാം ശ്രദ്ധ പുലർത്തേണ്ടത്, ചെയ്യുന്ന എന്തിലും ഏതിലും ആത്മാർത്ഥതയോടെ വ്യാപരിക്കാനാണ്. നിയമങ്ങളേക്കാൾ, നിർദ്ദേശങ്ങളേക്കാൾ ആത്മാർത്ഥതയുടെ പ്രചോദനം ഉൾക്കൊള്ളാൻ നമുക്ക് സാധിക്കുമെങ്കിൽ "Service with Love" ഭംഗിയായി നിവർത്തിച്ചെടുക്കാൻ നമുക്ക് സാധിക്കുമെന്നതിൽ സംശയമില്ല.

ഏവർക്കും ആത്മാർത്ഥതയുടെ ഒരു പൊൻവർഷം ആശംസിച്ചുകൊണ്ട്,

സ്നേഹപൂർവ്വം

ഫാ. സിജോ ചെറുവത്തൂർ
എഡിറ്റർ

ജൂബിലി കുടുംബത്തിലേക്ക് സ്വാഗതം

ഡോ. കെ. എസ്. നീലകണ്ഠൻ

(MS, MCh, CVTS)

വാസ്കുലർ ആന്റ് തൊറാസിക് സർജറി വിഭാഗം

ജൂബിലി ഗവേഷണ കേന്ദ്രം ധാരണാപത്രം ഒപ്പുവെച്ചു

ഇന്ത്യൻ കൗൺസിൽ ഓഫ് മെഡിക്കൽ റിസേർച്ചിന്റെ (ICMR) കീഴിൽ അഹമ്മദാബാദിലുള്ള നാഷണൽ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ഒക്യുപേഷണൽ ഹെൽത്തുമായി (NIOH) സഹകരിച്ച് പഠന - ഗവേഷണ പരിശീലന മേഖലകളിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്നതിന് അടിസ്ഥാനമായ ധാരണാപത്രം ജൂബിലിയുടെ ഗവേഷണ വിഭാഗം ഒപ്പുവെച്ചു. തൊഴിൽ മേഖലയിലെ, പ്രത്യേകിച്ച് കേരളത്തിലെ ചെറുതും വലുതുമായ തൊഴിൽ മേഖലയിലെ ആരോഗ്യ പ്രശ്നങ്ങളും, അതിനുള്ള പ്രതിവിധിയും, മുൻകരുതലും കണ്ടെത്തുന്നതിനുള്ള യോജിച്ച ഗവേഷണ പദ്ധതികൾക്ക്, ഇതോടെ തുടക്കമാവും. NIOH-ന് വേണ്ടി ഡയറക്ടർ ഡോ. സുനിൽ കുമാറും ജൂബിലിയ്ക്കുവേണ്ടി ഡയറക്ടർ ഫാ. ഫ്രാൻസിസ് പള്ളിക്കുന്നത്തും ധാരണാപത്രം കൈമാറി. ചടങ്ങിൽ ഗവേഷണ കേന്ദ്രം മാനേജിങ്ങ് ബോർഡ് ചെയർമാൻ മാർ ആൻഡ്രൂസ് താഴത്ത് അദ്ധ്യക്ഷനായിരുന്നു.

ജൂബിലി മിഷൻ ആശുപത്രിയിൽ ക്രിസ്തുമസ്സ് ആഘോഷവും സൗജന്യ ഡയാലിസിസ് പദ്ധതിയുടെ ധാരണാപത്ര കൈമാറ്റവും നടന്നു

ജൂബിലി മിഷൻ ആശുപത്രിയിൽ ക്രിസ്തുമസ്സ് ആഘോഷവും, കെ. ചിറ്റിലപ്പിള്ളി ഫൗണ്ടേഷന്റെ സൗജന്യ ഡയാലിസിസ് പദ്ധതിയുടെ ധാരണാപത്ര കൈമാറ്റവും നടന്നു.

ക്രിസ്തുമസ്സ് പുൽക്കൂട് നാട മുറിച്ച് കെ. ചിറ്റിലപ്പിള്ളി ഫൗണ്ടേഷൻ എക്സിക്യൂട്ടീവ് ഡയറക്ടർ ഡോ. ജോർജ്ജ് ശ്ലീബാ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. ഈ ചടങ്ങിലെ വിശിഷ്ടാതിഥിയായ തൃശ്ശൂർ അതിരൂപത സഹായമെത്രാൻ മാർ ടോണി നീലങ്കാവിൽ പിതാവ്, കേക്ക് മുറിച്ച് മധുരം പങ്കുവെക്കുകയും, എല്ലാവർക്കും ക്രിസ്തുമസ്സ് സന്ദേശം നൽകുകയും ചെയ്തു.

2000 രോഗികൾക്കുള്ള സൗജന്യ ഡയാലിസിസ് ചികിത്സയുടെ ധാരണാപത്രം കെ. ചിറ്റിലപ്പിള്ളി ഫൗണ്ടേഷൻ എക്സിക്യൂട്ടീവ് ഡയറക്ടറായ ഡോ. ജോർജ്ജ് ശ്ലീബായും, മാനേജർ ബെന്റ്ലി താടിക്കാരനും കൂടി, ജൂബിലി മിഷൻ ആശുപത്രി അസോസിയേറ്റ് ഡയറക്ടർ ഫാ. പോൾ പേരാമംഗലത്തിനും, സി.ഇ.ഒ ഡോ. ബെന്നി ജോസഫിനും കൈമാറി. അതോടൊപ്പം വി-ഗാർഡിന്റെ സി.എസ്.ആർ. പ്രോഗ്രാം വഴി എല്ലാവിധ അടിയന്തര ചികിത്സാ സൗകര്യങ്ങളോടുകൂടിയ ഒരു ഐ.സി.യു. ആംബുലൻസും ജൂബിലി മിഷന് നൽകുന്നു.

I T Corner

പുതുതലമുറ ചാരൻമാർ

ശ്രീ. ജിൻസൻ സി. ജെ., EDP

അരികിലൂടെ തെന്നിത്തെന്നി പാറി നീങ്ങുന്ന ഒരു തുമ്പി, ഒറ്റനോട്ടത്തിൽ അത്രയേ ഉള്ളൂ. പക്ഷേ പിടികൂടി സൂക്ഷ്മമായി പരിശോധിച്ചാൽ മനസ്സിലാകും അതിന്റെ, ദേഹത്ത് ചെറിയ ചിപ്പുകളും സർക്യൂട്ടുകളും. യഥാർത്ഥ ജീവിതത്തിലും ഈ 'സൈബോർഗുകൾ' എത്തുകയാണിനി. പാതി തുമ്പിയും പാതി യന്ത്രവുമായാണ് DragonflEye എന്ന് പേരിട്ടിരിക്കുന്ന പുതിയ ജീവിയുടെ വരവ്.

അമേരിക്കയിലെ ഹവർഡ് ഹ്യൂസ് മെഡിക്കൽ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ടാണ് ഈ തുമ്പികളുടെ നിർമ്മാണത്തിന് പിന്നിൽ. ഏത് ദുർഘടപാതയിലും ചെറുക്യാമറയുമായി കടന്നു ചെല്ലാമെന്നതാണ് ഇതിന്റെ വലിയ പ്രത്യേകത. ചാരപ്രവർത്തനത്തിന് ഇനിയുള്ള കാലം നെടുനായകത്വം വഹിക്കുക ഇത്തരം ജീവനുള്ള 'ഡ്രോണുകൾ' ആയിരിക്കാം. സിസിടിവിക്ക് പകരം ഇത്തരം തുമ്പിക്യാമറകൾ വീടിന് ചുറ്റും പറന്നുനടക്കുന്ന കാലം വിദൂരമല്ല. ടെക്നോളജി വിഭാഗം നിർമ്മാണകമ്പനിയായ ഡ്രേപറുമായി ചേർന്നായിരുന്നു മെഡിക്കൽ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് സൈബോർഗിനെ തയ്യാറാക്കിയത്. കൈവിരൽ നഖത്തോളം മാത്രമുള്ള, സെൻസറുകൾ നിറഞ്ഞ ഒരു 'ബാക്ക്പാക്ക്' ആണ് ഇതിന്റെ, നിർണ്ണായക ഘടകം. ഇതോടൊപ്പമുള്ള ചെറിയൊരു സോളാർ പാനൽ വഴി പ്രവർത്തിക്കാനാവശ്യമായ വൈദ്യുതിയും ലഭിക്കും. എവിടെയിരുന്നു വേണമെങ്കിലും ഒരാൾക്ക് ഈ തുമ്പിയുടെ പറക്കലിനെ നിയന്ത്രിക്കാം എന്നത് ഇതിന്റെ ഒരു പ്രത്യേകതയാണ്. അതിന് സഹായിക്കുന്ന ജീനുകൾ ബയോമെഡിക്കൽ എഞ്ചിനീയർമാർ തുമ്പിയുടെ ശരീരത്തിലെത്തിച്ചിട്ടുണ്ട്.

തുമ്പിയുടെ നാഡീവ്യവസ്ഥയിൽ ജനിതകമാറ്റം വരുത്തിയാണ് സൈബോർഗുകളാക്കി മാറ്റുന്നത്. ന്യൂറോണുകളിലേക്ക് 'ലൈറ്റ് സെൻസിറ്റീവ്' ആയ ഓസ്പിൻ എന്ന പ്രോട്ടീനുകൾ എത്തിക്കുകയായിരുന്നു ഗവേഷകർ. പ്രകാശത്തിലെ ഫോട്ടോണിനെ ഇലക്ട്രോകെമിക്കൽ സിഗ്നലാക്കി മാറ്റി കാഴ്ച സാധ്യമാക്കുന്നതിൽ നിർണ്ണായക പങ്കുവഹിക്കുന്ന പ്രോട്ടീൻ ആണിത്. അതിനാൽത്തന്നെ പ്രകാശത്താൽ എളുപ്പം 'ഉത്തേജിപ്പിക്കാനും' സാധിക്കും. തുമ്പിയുടെ നട്ടെല്ലിലെ നാഡീതന്തുക്കളെയാണ് ഓസ്പിൻ ഉപയോഗിച്ച് പ്രകാശത്തിനനുസരിച്ച് പ്രതികരിക്കും വിധമാക്കിയത്. നാഡീതന്തുക്കളെ 'ആക്ടിവേറ്റ്' ചെയ്യാനുള്ള പ്രകാശസിഗ്നലുകൾ അയക്കാനുള്ള സംവിധാനങ്ങളാണ് തുമ്പിയുടെ മേലുള്ള 'ബാക്ക്പാക്കി'ലുള്ളത്. Optrode എന്നാണ് ഇവയ്ക്കുള്ള പേര്. ഇത് എത്ര ദൂരെ നിന്നുവേണമെങ്കിലും നിയന്ത്രിക്കാം. ഓപ്ട്രോഡിൽ നിന്നുള്ള പ്രകാശം നാഡീതന്തുക്കളെ ഉത്തേജിപ്പിക്കുന്നതോടെ ചിറകുകളിലേക്ക് പറക്കാൻ നിർദ്ദേശം നൽകിയുള്ള സിഗ്നലുകൾ പോകും. പിന്നെ ഒരു ഓപ്പറേറ്റർക്ക് എവിടെ നിന്ന് വേണമെങ്കിലും തുമ്പിയെ നിയന്ത്രിക്കാം.

എവിടേയ്ക്ക് പറക്കണം, എവിടെ ഇറങ്ങണം തുടങ്ങിയ കാര്യങ്ങളിലെല്ലാം വിദൂരത്തിരുന്ന് ഈ സൈബോർഗിന് നിർദ്ദേശം നൽകാം. പ്രാണികൾ വഴിയുള്ള പരാഗണത്തിലും ഈ തുമ്പികൾ ഏറെ ഉപകാരപ്രദമായിരിക്കും. നമുക്ക് ആവശ്യമുള്ള ചെടികളിൽ പറത്തിയിറക്കാൻ സാധിക്കുമെന്നതാണ് ഏറ്റവും വലിയ ഗുണം. തേനീച്ചകളുടെ മേലും ഈ പരീക്ഷണം നടത്താവുന്നതാണ്. അങ്ങനെയെങ്കിൽ കൃത്രിമ പരാഗണത്തിലെ നിർണ്ണായക നേട്ടമാകും അത്. തേനീച്ചക്കൂടുകളിൽ ഉൾപ്പെടെ എന്തെങ്കിലും പ്രശ്നങ്ങളുണ്ടോയെന്ന് പരിശോധിക്കാനും കർഷകർക്ക് ഇത് സഹായകമാകും. അതീവരഹസ്യങ്ങളുള്ള മെമ്മറി കാർഡുകളും ചിപ്പുകളുമെല്ലാം ആരുടേയും കണ്ണിൽപ്പെടാതെ വിജയകരമായി ലക്ഷ്യസ്ഥാനത്തെത്തിക്കാമെന്ന ഗുണവുമുണ്ട്. പക്ഷേ അതിലേയ്ക്ക് എത്തും മുൻപ് ഇനിയും ഏറെ ജോലി പൂർത്തിയാക്കാനുണ്ടെന്നാണ് ഗവേഷകർ പറയുന്നത്. നേരത്തെ പലതരം പ്രാണികളിൽ ഡ്രോണുകൾ ഘടിപ്പിച്ച് പറപ്പിച്ചിട്ടുണ്ട്. വിർജീനിയയിലെ ജനീലിയ റിസർച്ച് ക്യാംപസിലായിരുന്നു 'സൈബോർഗ്' തുമ്പിയുടെ പരീക്ഷണപ്പറക്കൽ.

2017 ഡിസംബറിൽ നാഗ്പൂരിൽ വെച്ചുനടന്ന നേഴ്സു മാരുടെ സംഘടനയായ സൊസൈറ്റി ഓഫ് ഇന്ത്യൻ ന്യൂറോ സയൻസിന്റെ 38-ാമത്തെയും, ഇന്ത്യൻ ന്യൂറോളജിക്കൽ സൊസൈറ്റിയുടെ 66-ാമത്തെയും വാർഷിക കോൺഫറൻസിൽ വെച്ച് ജൂബിലി മിഷൻ നേഴ്സിങ്ങ് കോളേജ് പ്രിൻസിപ്പൽ ഡോ. ഏയ്ഞ്ചല ജ്ഞാനദുരൈ, സൊസൈറ്റി ഓഫ് ഇന്ത്യൻ ന്യൂറോ സയൻസിന്റെ പ്രസിഡണ്ടായി തിരഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ടു.

വാസ്കുലാർ & പോഡിയാട്രിക് വിഭാഗം നവീകരിച്ചു

ജൂബിലിയുടെ വാസ്കുലാർ, മൈക്രോ വാസ്കുലാർ ആന്റ് പോഡിയാട്രിക് വിഭാഗത്തെ മികവിന്റെ കേന്ദ്രമായി ഉയർത്തുന്നതിന് ഡോ. നീലകണ്ഠൻ കെ. എസ്. (മുൻ മേധാവി, വാസ്കുലർ ആന്റ് തൊറാസിക് സർജറി വിഭാഗം, ശ്രീ. ചിത്തിര തിരുന്നാൾ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഫോർ മെഡിക്കൽ സയൻസസ് ആന്റ് ടെക്നോളജി) വാസ്കുലാർ സർജറി വിഭാഗത്തിൽ ചാർജ്ജെടുത്തിരിക്കുന്നു.

തിങ്കൾ മുതൽ വെള്ളി വരെയുള്ള ദിവസങ്ങളിൽ ഒ. പി. പ്രവർത്തിക്കുന്നതാണ്. എമർജൻസി വിഭാഗം 24 മണിക്കൂറും വാസ്കുലാർ വിഭാഗവുമായി ചേർന്ന് വാസ്കുലാർ സേവനം ലഭ്യമാക്കുന്നതാണ്.

ഈ വിഭാഗത്തിൽ നിന്ന് ലഭ്യമാകുന്ന സേവനങ്ങളിൽ പ്രധാനപ്പെട്ടവ താഴെപറയുന്നവയാണ്.

1. കൈകാലുകളിലെ വ്രണം (ULCER) ഡയബറ്റിക് ഫൂട്ട് ക്ലിനിക്
2. മഹാധമനി വീക്കത്തിനുള്ള ശസ്ത്രക്രിയ
3. കൈകാലുകളിലെ രക്തധമനിയിലെ ബ്ലോക്ക് നീക്കുന്ന ഓപ്പറേഷൻ
4. വെരിക്കോസ് വെയിൻ, ലേസർ, ഓപ്പറേഷൻ (സ്ക്ലീറോതെറാപ്പി)
5. ഡയാലിസിസിനുള്ള രക്തധമനി യോജിപ്പിക്കൽ (AV fistula)
6. സ്ട്രോക്ക് തടയുന്നതിന് തലച്ചോറിലേക്കുള്ള രക്തസംക്രമണം പുന:സ്ഥാപിക്കുന്നതിനുള്ള ഓപ്പറേഷൻ
7. ശ്വാസകോശത്തിന്റെ അർബുദത്തിനുള്ള ഓപ്പറേഷൻ

വാസ്കുലാർ ടീം :

ഡോ. കെ. എസ്. നീലകണ്ഠൻ, ഡോ. ബാബുരാജൻ എ. കെ., ഡോ. ഓസ്റ്റിൻ രാജ്, ഡോ. ഷിബു കള്ളിവളപ്പിൽ, ഡോ. ബിനിൽ ഐസക്ക്, ഡോ. പ്രദ്യോത് കെ. എം., ഡോ. നവീൻ ഐസക്ക് ജോൺ, ഡോ. ഹേമങ്ങ് അരവിന്ദ്കുമാർ, ഓർത്തോപീഡിക് വിഭാഗം.

Welcome to Jubilee Family

ANAESTHESIA

1	ALEENA JOJO	2	NIRANJANA K S

CANTEEN

3	SREENATH P	4	SOWMYA JOSE
5	JOBA LAWRANCE	6	BIJOY P L
7	SURENDRAN C A		
8	SHAJU ANTONY	9	SWAPNA JOSHY

COUNTER

10	ANANDHA PAULY	11	ATHIRA BABU

CENTRAL PURCHASE

12	SANIO WILSON	13	LINTO THOMAS

PHARMACY

14	JEEJA V L	15	DINNA P D
16	RONNIE THOMAS	Asst. Professor	
17	ANTONY JOY	C S S D	
18	VISHNUJITH R	Cardiology	
19	ANTHONEES K J	General	
20	SYAMJITH V S	Maintenance	
21	SHERIN NASEER AHMED	Neonatology	
22	SONY JOY	Neurology	
23	ANJITHA SURESH	Nursing	
24	VIJI SANTHOSH	Radiology	
25	MOLLY PALATTY CHERIAN	Supervisor	

ജൂബിലി മിഷൻ കോളേജ് ഓഫ് നേഴ്സിങ്ങും സ്കൂൾ ഓഫ് നേഴ്സിങ്ങും സംയുക്തമായി ക്രിസ്തുമസ് ആഘോഷിച്ചു.

പനീർ ബോൾ

പനീർ	– 1 കപ്പ്
പാൽ	– 1/4 കപ്പ്
കണ്ടൻസ്ഡ് മിൽക്ക്	– 1/4 കപ്പ്
ഏലയ്ക്കാപൊടി	– 1 നുള്ള്
വാനില എസ്സൻസ്	– 1 തുള്ളി
പഞ്ചസാര	–2 ടീസ്പൂൺ

തയ്യാറാക്കുന്ന വിധം

ഒരു മിക്സർ ജാറിൽ ഒരു കപ്പ് ചെറിയ കഷ്ണങ്ങളാക്കിയ പനീർ, പാൽ, കണ്ടൻസ്ഡ് മിൽക്ക്, ഏലയ്ക്കാപൊടി, വാനില എസ്സൻസ്, പഞ്ചസാര ഇവ ചേർത്ത് അടിച്ചുപേസ്റ്റാക്കുക. ഒരു സോസ് പാനിൽ 1/2 ടീസ്പൂൺ നെയ്യ് ഒഴിച്ച് ഈ പേസ്റ്റ് ചേർത്ത് ചെറുതീയിൽ ചൂടാക്കുക. തുടർച്ചയായി നല്ലവണ്ണം വശങ്ങളിൽ പിടിക്കാത്ത രീതിയിൽ ഇളക്കുക. ഈ പേസ്റ്റ് ഒരു മാവിന്റെ പരുവത്തിൽ ആയാൽ സ്റ്റൗവ് ഓഫ് ചെയ്ത് ചൂടാറാൻ വെയ്ക്കണം.

തണുത്തശേഷം ബോൾ ആകൃതിയിൽ ഉരുട്ടി പിസ്ത വെച്ച് വിളമ്പാം.

Ms. Swathy N. G
Dietary & Nutrition Dept.

ജൂബിലി മിഷൻ ഹോസ്പിറ്റലിൽ ശിശുദിനാഘോഷം സംഘടിപ്പിച്ചു

ജൂബിലി മിഷൻ ആശുപത്രിയിലെ പേഷ്യന്റ് റിലേഷൻസ് ഡിപാർട്ട്മെന്റും, പീഡിയാട്രിക് ഡിപാർട്ട്മെന്റും സംയുക്തമായി ശിശുദിനാഘോഷങ്ങൾ നടത്തി.

കേരള ലളിതകലാ അക്കാദമി സെക്രട്ടറി ശ്രീ. പൊന്ന്യം ചന്ദ്രൻ തിരിതെളിയിച്ചു ശിശുദിനാഘോഷം ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. ജൂബിലി മിഷൻ ആശുപത്രി ഡയറക്ടർ ഫാ. ഫ്രാൻസീസ് പള്ളിക്കുന്നത്ത് അദ്ധ്യക്ഷത വഹിച്ചു. പ്രസ്തുത പരിപാടിയിൽ, ജൂബിലി മിഷൻ ഹോസ്പിറ്റലിൽ സംഘടിപ്പിച്ച ജൂബിലി കളേഴ്സ് 2017 ജില്ലാതല ചിത്രരചനാ മത്സരത്തിലെ വിജയികൾക്കുള്ള സമ്മാനദാനം നടത്തി.

ജൂബിലി മിഷൻ ആശുപത്രി അസോസിയേറ്റ് ഡയറക്ടർ ഫാ. ടിജോ മുള്ളക്കര, ജൂബിലി മിഷൻ ആശുപത്രി മെഡിക്കൽ സൂപ്രണ്ട് ഡോ. സി.വി. ആൻഡ്രൂസ് കാക്കനാട്, ശിശുരോഗവിഭാഗം പ്രഫസർ ഡോ. സൻജീവ് കുമാർ, ശിശുരോഗവിഭാഗം നേഴ്സിങ്ങ് മേധാവി സി. ക്ലാരിസ്, പേഷ്യന്റ് റിലേഷൻ വിഭാഗം മേധാവി ശ്രീ. പ്രവീൺ ജോർജ് എന്നിവർ പ്രസംഗിച്ചു. തുടർന്ന് കുട്ടികളുടെ കലാപരിപാടികൾ വേദിയിൽ അരങ്ങേറി.

ജേർണൽ ക്ലബ്ബ്

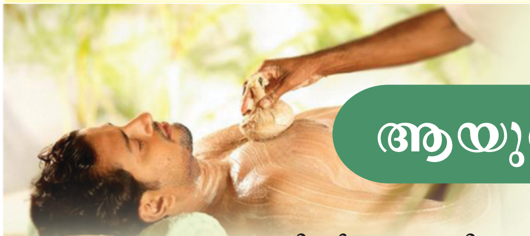
ജൂബിലി സെന്റർ ഫോർ മെഡിക്കൽ റിസേർച്ചിന്റെ ആഭിമുഖ്യത്തിലുള്ള 23-ാമത് ജേർണൽ ക്ലബ്ബ് ഡിസംബറിൽ നടന്നു. മൈക്രോബയോളജി ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റിൽ നിന്നുള്ള അസിസ്റ്റന്റ് പ്രൊഫസർ ഡോ. ആർദ്ര എം ആണ് പേപ്പർ അവതരിപ്പിച്ചത്. വൈദ്യശാസ്ത്ര ഉപകരണങ്ങളിലൂടെയും വസ്ത്രങ്ങളിലൂടേയും രോഗാണുക്കൾ പടരുന്നതിന്റെ ശാസ്ത്രീയ വശങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള പഠനമായിരുന്നു വിഷയം. ഡോ. പി. കെ. വർഗ്ഗീസ്, ഡോ. പി.ടി അന്നാമലൈ, ഡോ. സത്യവതി എന്നിവർ തുടർന്നുള്ള ചർച്ചയിൽ പങ്കെടുത്തു.

അഭിനന്ദനങ്ങൾ...

അമല മെഡിക്കൽ കോളേജിൽ നടത്തിയ ക്വിസ് മത്സരത്തിൽ ഒന്നാം സ്ഥാനം നേടിയ റേഡിയോളജി വിഭാഗം പി. ജി. വിദ്യാർത്ഥികൾ ഡോ. കിരൺ തിലകരാജനും, ഡോ. ജെറി ജോർജ്ജിനും അഭിനന്ദനങ്ങൾ

കേരള അസോസിയേഷൻ ഓഫ് ന്യൂറോളജിസ്റ്റ് (KAN) സംഘടിപ്പിച്ച ഓൾ കേരള ക്വിസ് മത്സരത്തിൽ രണ്ടാം സ്ഥാനം കരസ്ഥമാക്കിയ ഡോ. സംഗീത സി. ജോസഫ് (ന്യൂറോളജി വിഭാഗം ഡി.എം. വിദ്യാർത്ഥിനി)

ഡോ. ബിനിൽ ഐസക്ക് (കൺസൾട്ടന്റ് അനസ്തേഷ്യോളജിസ്റ്റ്) ISACON 2017(ഇന്ത്യൻ സൊസൈറ്റി ഓഫ് അനസ്തേഷ്യോളജിസ്റ്റ്)-ന്റെ 65-ാമത് ദേശീയ കോൺഫറൻസിൽ അതിഥിയായി തിരഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ടു. 'അയോർട്ടിക് ആർച്ച് റിപ്പയർ' എന്ന വിഷയത്തെ കുറിച്ചാണ് സംസാരിച്ചത്.



ആയുർവ്വേദം കാലാതീതം

22

മുഖം മനസ്സിന്റെ കണ്ണാടി എന്നാണല്ലോ പറയുക. അതുപോലെ ശരീരത്തിലെ ദഹന വ്യവസ്ഥയുടെ കണ്ണാടിയാണ് ത്വക്. ദഹന പ്രക്രിയയിൽ തെറ്റുകൾ ഉണ്ടെങ്കിൽ അത് ത്വക്കിന്റെ ആരോഗ്യത്തെ സാരമായി ബാധിക്കും. ത്വക് രോഗം ഉള്ളവർ ദഹിക്കാൻ ബുദ്ധിമുട്ടുള്ളതായ എണ്ണ പലഹാരങ്ങൾ, കിഴങ്ങ്, മുട്ട, മാംസാഹാരങ്ങൾ എന്നിവ കഴിക്കുമ്പോൾ ത്വക് രോഗങ്ങൾ വർദ്ധിക്കുന്നതായി കാണാം. ത്വക് രോഗങ്ങൾ ചികിത്സിക്കാൻ ഭക്ഷണക്രമീകരണങ്ങൾ മാത്രം പോര. അവസ്ഥാനുസരണം ഉള്ള ചികിത്സകൾ കൂടി അനിവാര്യമാണ്. ത്വക് രോഗങ്ങളുടെ ആദ്യ അവസ്ഥകളിൽ ഉള്ളിലേക്ക് കഴിക്കുന്ന മരുന്നുകൾ മാത്രം മതിയാകും. എന്നാൽ കൂടിയ അവസ്ഥകളിൽ വിവിധ തരത്തിലുള്ള പഞ്ചകർമ്മചികിത്സകൾ അനിവാര്യമായി വരും. മാനസിക സംഘർഷങ്ങളും ത്വക്‌രോഗങ്ങൾക്ക് കാരണമാകാറുണ്ട്. സോറിയാസിസ് പോലെയുള്ള രോഗങ്ങളിൽ ശിരോധാര പോലെയുള്ള ചികിത്സകൾ ഗുണം കാണിക്കുന്നത് ഇതുകൊണ്ടാണ്. വസ്തി, വമനം, വിരോചനം തുടങ്ങിയ പഞ്ചകർമ്മ ചികിത്സകൾകൊണ്ട് ത്വക് രോഗങ്ങൾ ശമിപ്പിക്കാവുന്നതാണ്. ചിലപ്പോൾ രക്തം ദുഷിച്ച് കെട്ടിക്കിടക്കാറുണ്ട്. അത്തരം സാഹചര്യങ്ങളിൽ അട്ടയെ കടിപ്പിച്ചോ, രക്തം സ്രവിപ്പിച്ചോ ശരീരത്തെ ശുദ്ധമാക്കണം. എരിവ്, പുളി, ഉപ്പ് എന്നിവയുടെ ഉപയോഗം ത്വക് രോഗികൾ കുറയ്ക്കുക. ത്വക്കിലെ വൃണമുള്ള ഭാഗങ്ങളിൽ പ്രത്യേക ധാരകൾ ചെയ്യുക, അവസ്ഥകൾ അനുസരിച്ച് എണ്ണകൾ പുരട്ടുക എന്നിവ ത്വക് വൃണങ്ങൾ ഉണങ്ങാൻ നല്ലതാണ്. ദന്തപാലകൊണ്ടുള്ള എണ്ണ സ്ഥിരമായി ഉപയോഗിക്കുന്നത് ത്വക്കിന്റെ ആരോഗ്യത്തെ നശിപ്പിക്കുന്നതാണ്. ആര്യവേപ്പിന്റെ തൊലി തിളപ്പിച്ച വെള്ളം കൊണ്ട് കുളിക്കുന്നതും ഇല അരച്ച് പുരട്ടുന്നതും നല്ലതാണ്. സ്ഥിരമായി മൂത്രത്തിൽ പഴുപ്പുണ്ടാകുന്നത് ചില ത്വക് രോഗങ്ങൾക്ക് കാരണമായി കാണാറുണ്ട്. അതുപോലെ തന്നെ മലശോധന കൃത്യമായി ഉണ്ട് എന്ന് ഉറപ്പ് വരുത്തുന്നതും നല്ലതാണ്. വിരുദ്ധാഹാരങ്ങൾ കഴിക്കുന്നത് പലപ്പോഴും ത്വക് രോഗവർദ്ധനവിന് കാരണമാകാറുണ്ട്. മധുരവും പുളിയും ഒരുമിച്ച് കഴിക്കുന്നത്, മത്സ്യവും തൈരും എന്നിങ്ങനെയുള്ള ആഹാരം നാം ഒഴിവാക്കണം. ശരിയായ ഉറക്കം, മലമൂത്രാദികളുടെ പ്രവർത്തനം, ശരിയായ രീതിയിലുള്ള ദഹനപ്രക്രിയ എന്നിവ ത്വക് ആരോഗ്യത്തിന് നല്ലതാണ്.

ഡോ. അനുമോദ് കാക്കശ്ശേരി, എം. ഡി. ആയുർവ്വേദം
സീനിയർ കൺസൾട്ടന്റ്, ജൂബിലി ആയുർവ്വേദ

Editorial Board
Fr. Sijo Cheruvathoor | Fr. Tijo Joy | Dr. Benny Joseph | Dr. Aswath | Mr. Baby | Mr. Noble | Mr. Anto Twinkle
Ms. Suma Paul | Ms. Deepa Tom | Ms. Raki K. V. | Ms. Nicy Antony | Ms. Chippy | Ms. Greeshma | Ms. Dinu