Jubilet

Jubilee Mission Medical College & Research Institute - Since 1951 Vol. 6 Issue: 4 JULY 2020

ഭൂമിയിലെ ദൈവങ്ങൾ

സ്നേഹമുള്ളവരെ,

എന്റെ അപ്പച്ചൻ ജൂബിലി മിഷൻ ആശുപത്രിയിൽ വച്ചാണ് മരിച്ചത്. അന്ന് അപ്പച്ചനെ ചികിത്സിച്ചിരുന്ന ഒരു ഡോക്ടറുടെ ജീവിതം എന്നെ വളരെയേറെ സ്പർശിക്കാനിടയായി. ആ ഡോക്ടർക്ക് 2004–ലെ ക്രിസ്തുമസ്സിന് ഞാൻ ഒരു കാർഡ് അയച്ചു. അതിൽ ഇങ്ങനെ എഴുതിവെച്ചിരുന്നു: **"ആത്മാർത്ഥതയുടെ പരീക്ഷയിൽ 100 ശതമാനം വിജയം കൊയ്യുന്ന മനസാക്ഷിയുടെ ഉടയവന്, എന്റെയും കുടുംബത്തിന്റേയും ഹൃദയം നിറഞ്ഞ ക്രിസ്തുമസ് – പുതുവത്സരാശംസകൾ"** – എന്ന്..... **അങ്ങനെ എഴുതാൻ കാരണം അദ്ദേഹം തന്റെ രോഗികൾക്കുവേണ്ടി ചെലവിടുന്ന സമയവും അദ്ധ്വാനവും അതിലെ ആത്മാർത്ഥതയും കണ്ടുകൊണ്ടാണ്.** രാവിലെ അഞ്ച് മണി മുതൽ അദ്ദേഹം തന്റെ വാർഡിൽ കർമ്മനിരതനാണ്...

"ഒരു മൈൽ ദൂരം പോകാൻ നിന്നെ നിർബന്ധിക്കുന്നവനോടുകൂടെ രണ്ട് മൈൽ ദൂരം പോകുക." (മത്താ 5:41) എന്ന തിരുവചനം അതിശയകരമാം വിധം അദ്ദേഹം ജീവിക്കുന്നതായി തോന്നി. ആത്മാർത്ഥതയാണ് നിയമങ്ങളെക്കാൾ അദ്ദേഹത്തെ നയിക്കുന്നതെന്നാണ് എനിക്ക് മനസ്സിലായത്.

മനുഷ്യജീവൻ ഒരത്ഭുത പ്രതിഭാസമാണ്, മനുഷ്യജീവിതമോ അതിലേറെ സങ്കീർണ്ണവും. മനുഷ്യജീവനേയും, ജീവിതങ്ങളേയും കാര്യമായിത്തന്നെ ബാധിക്കുന്ന ഒന്നാണ് ഒരുവന്റെ ആരോഗ്യം. അതിനാൽതന്നെ ഒരു ഡോക്ടറുടെ ദൗത്യം അതിസങ്കീർണ്ണവും പ്രാധാന്യമേറിയതുമാണ്.

തന്റെ സേവനം കാത്തുകഴിയുന്ന ഓരോ രോഗിയേയും അവന്റെ വ്യക്തിത്വത്തിന്റേയും നിലനിൽപ്പിന്റേയും ആകമാനമുള്ള പ്രത്യേകതകൾ കണക്കിലെടുത്ത് തനതായ

രീതിയിൽ സമീപിക്കാൻ സാധിക്കുമ്പോഴാണ്, ബുദ്ധിമുട്ടുള്ളതെങ്കിലും അത്യന്താപേക്ഷിതമായ ഗൗരവമേറിയ വൈദ്യധർമ്മം ആത്മാർത്ഥതയുടെ പരീക്ഷയായി മാറുകയും അതിലെ വിജയസാധ്യതകൾ അപരന് രക്ഷയായി ഭവിക്കുകയും ചെയ്യുക. വൈദ്യധർമ്മം എന്നുള്ളത് ഒരു തൊഴിൽ എന്നതിനുപരി ഒരു ദൈവവിളിയായി എടുക്കുവാനും ഈശ്വരപരിപാലനയുടെ മാനുഷികപ്രതിബിംബങ്ങളാകുവാനും ഉള്ള അവസരമായും മനസ്സിലാക്കാൻ സാധിച്ചാലേ അതിന്റെ പരിപാവനമായ ലക്ഷ്യത്തിലേക്ക് എത്താൻ സാധിക്കുകയുള്ളൂ.

ജൂബിലി കുടുംബത്തിലെ എല്ലാ ഡോക്ടർമാർക്കും ഫലവത്തായ വൈദ്യശുശ്രൂഷയുടെ നേർസാക്ഷ്യങ്ങളാകാൻ കഴിയട്ടെ എന്ന് ആശംസിക്കുന്നു.

ഈ കോവിഡ് പശ്ചാത്തലത്തിൽ, സ്വജീവൻ പോലും തൃണവദ്ഗണിച്ച് ചെയ്യുന്ന സേവനങ്ങൾക്ക് ഹൃദയപൂർവ്വം നന്ദി പറയുകയും ചെയ്യുന്നു...

ഫാ. സിജോ ചെറുവത്തൂർ
എഡിറ്റർ

ജൂബിലിയിൽ തൃശ്ശൂരിലെ ആദ്യത്തെ
പ്രൈവറ്റ് കോവിഡ് ടെസ്റ്റിങ്ങ് ലാബ് ആരംഭിച്ചു

ജൂബിലി മിഷൻ ആശുപത്രിയിലെ മൈക്രോബയോളജി വിഭാഗം, കോവിഡ്–19 ഉൾപ്പെടെയുള്ള പകർച്ച വ്യാധികളുടെ തന്മാത്രാരോഗനിർണ്ണയത്തിനായി (Molecular Diagnosis) പുതിയ സംരംഭം തുടങ്ങിയിരിക്കുന്നു. ബി.എസ്.എൽ-2 (Bio Safety Level-2) തലത്തിൽ ഉള്ള ഈ Molecular Diagnostic Lab ൽ ഇപ്പോൾ ഉയർന്നു വരുന്ന പല നൂതന അണുക്കളുടേയും രോഗ നിർണ്ണയം സാദ്ധ്യമാണ്. നാഷണൽ അക്രിഡിറ്റേഷൻ ബോർഡ് ഫോർ ലബോറട്ടറിയുടേയും (NABL) ഇന്ത്യൻ കൗൺസിൽ ഓഫ് മെഡിക്കൽ റിസർച്ചിന്റേയും (ICMR) അംഗീകാരവും കഴിഞ്ഞ ദിവസങ്ങളിൽ ഈ ലാബിന് ലഭിക്കുകയുണ്ടായി. അങ്ങനെ

ഇത്തരം രോഗനിർണ്ണയ സൗകര്യങ്ങളുള്ള ചുരുക്കം ചില മെഡിക്കൽ കോളേജുകളുടെ പട്ടികയിലേക്ക് ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജിലെ മൈക്രോബയോളജി വിഭാഗം ഉയർത്തപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. ജീവസുരക്ഷാ ചട്ടങ്ങൾക്ക് അനുസൃതമായി രൂപകൽപ്പന ചെയ്ത ഈ ലാബിൽ റിയൽ ടൈം PCR എന്ന ടെക്നോളജി അടിസ്ഥാനമാക്കിയുള്ള TrueNAT സിസ്റ്റം ഉപയോഗിച്ചാണ് രോഗനിർണ്ണയം നടത്തുന്നത്. രണ്ടു മണിക്കൂറിനുള്ളിൽ തന്നെ ഫലം അറിയാൻ കഴിയും എന്നത് ഈ സിസ്റ്റത്തിന്റെ പ്രത്യേകതയാണ്.

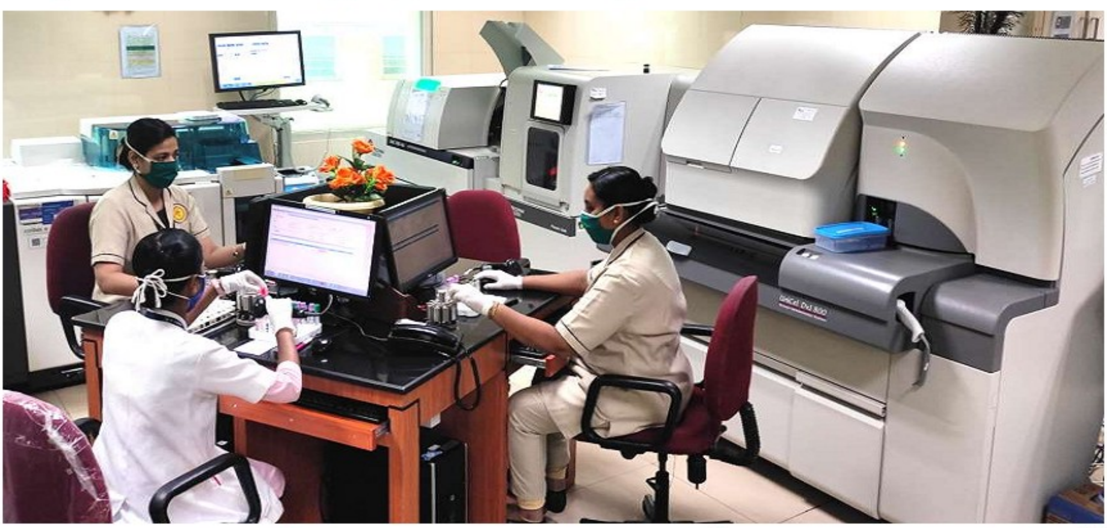
ഈ സൗകര്യത്തോടുകൂടി ജൂബിലി ആശുപത്രിയിൽ ഇനി മുതൽ കോവിഡ് ടെസ്റ്റിങ്ങ് നടത്താൻ സാധിക്കും. കോവിഡിനുപുറമെ H1N1, ഡെങ്കിപ്പനി, ഹ്യൂമൺ പാപ്പില്ലോമ വൈറസ്, ചിക്കൻഗുനിയ, ഹെപ്പറ്റൈറ്റിസ് വൈറസ് എന്നീ വൈറസുകളേയും, ക്ഷയം, എലിപ്പനി തുടങ്ങിയ രോഗങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുന്ന ബാക്ടീരിയകളേയും പി.സി.ആർ ടെസ്റ്റ് മുഖേന വളരെ ചുരുങ്ങിയ ചെലവിൽ വളരെ പെട്ടെന്നുതന്നെ കണ്ടുപിടിക്കാം.

ജൂബിലിയിലെ ഫീവർ ക്ലീനിക്കിൽ കോവിഡ് ടെസ്റ്റ് ചെയ്യുന്നതിനായി രാവിലെ 7.30 മുതൽ വൈകീട്ട് 7.30 വരെയുള്ള സമയങ്ങളിൽ ബുക്കിങ്ങ് ചെയ്യാവുന്നതാണ്. ബുക്കിങ്ങിനും കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്കും 6238500082 എന്ന നമ്പറിൽ വിളിക്കാവുന്നതാണ്.

വീട്ടിൽ ഇരുന്നുകൊണ്ട് രോഗനിർണ്ണയം

കൊറോണ വൈറസിന്റെ പശ്ചാത്തലത്തിൽ പകർച്ച വ്യാധികൾ തടയുന്നതിനായി ജൂൺ മുതൽ ജൂബിലിയിൽ ഹോം സാംപിൾ കളക്ഷൻ ആരംഭിച്ചു. വീട്ടിൽ ഇരുന്നു കൊണ്ട് തന്നെ രോഗനിർണ്ണയം നടത്താമെന്നുള്ളത് ഇതിന്റെ സവിശേഷതയാണ്.

അതിനായി 6238500082 എന്ന നമ്പറിൽ സാംപിൾ കളക്ഷൻ എടുക്കേണ്ടതിനു തലേദിവസം വൈകീട്ട് 6 മണിക്കുമുമ്പായി ബുക്ക് ചെയ്താൽ ഫ്ളിബോട്ടമിസ്റ്റ് രോഗിയുടെ വീട്ടിൽ വന്ന് സാംപിൾ എടുക്കുകയും, ഇ-മെയിൽ / വാട്സ്ആപ്പ് വഴി പരിശോധനഫലം ലഭിക്കുകയും ചെയ്യും. എല്ലാ ഹെമറ്റോളജി, ബയോകെമിസ്ട്രി ടെസ്റ്റുകളുടേയും പരിശോധനഫലം 3 മണിക്കൂറിനുള്ളിൽ അറിയാവുന്നതാണ്. 24 മണിക്കൂർ ബുക്കിങ്ങ് സൗകര്യം ഉണ്ടായിരിക്കുന്നതാണ്.



ഒരു സാംപിൾ കളക്ഷൻ സ്ഥലത്ത് തന്നെ 10 പേർക്ക് മുകളിൽ ഉണ്ടെങ്കിൽ 25 ശതമാനവും 20 പേർക്ക് മുകളിൽ ഉണ്ടെങ്കിൽ 50 ശതമാനവും ഡിസ്ക്കൗണ്ട് ലഭിക്കുന്നതുമായിരിക്കും.

അഭിനന്ദനങ്ങൾ...

സ്മൈൽ ട്രെയിൻ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്കുവേണ്ടി ഇന്ത്യൻ മെഡിക്കൽ അഡ്വൈസറി കൗൺസിലിന്റെ (IMAC) അംഗമാകാൻ ചാൾസ് പിന്റോ വിഭാഗത്തിലെ അസോസിയേറ്റ് പ്രൊഫസർ ഡോ. പി. വി. നാരായണനെ ഗ്ലോബൽ മെഡിക്കൽ അഡ്വൈസറി ബോർഡ് ക്ഷണിച്ചു.

Welcome to Jubilee Family

Dr. Nirmala V	Admin Cum Ayurveda Doctor
Dr. Vinayak Prakash T	Jr. Resident, Plastic Surgery
Dr. Festy Franklin	Jr. Resident, Medicine
Dr. Deepthi Thekkethil	Jr. Resident, Geriatrics
Dr. Anju Varghese	Observer, Nephrology
Dr. Sona Jose	Observer, Emergency Medicine
Dr. Clint Davis	Observer, Emergency Medicine
Mr. Cyrin C Cherian	Inspection Cell Coordinator
Sr. Soya Rose	Staff Nurse Trainee

Come, Join, Learn & Grow with us!

യാത്രാമംഗളങ്ങൾ

പതിനൊന്നര വർഷമായി ഹൗസ് കീപ്പിങ്ങ് വിഭാഗത്തിൽ സേവനമനുഷ്ഠിച്ച് വിരമിച്ച ശ്രീമതി പി.എ. ആനിയ്ക്ക് ജൂബിലി കുടുംബത്തിന്റെ ആശംസകൾ.

രോഗപ്രതിരോധത്തിന്...

വ്യക്തി ശുചിത്വവും സാമൂഹിക അകലവും പാലിക്കുന്നതോടൊപ്പം രോഗപ്രതിരോധശേഷി വർദ്ധിപ്പിക്കാൻ ആഹാരക്രമത്തിലും നമ്മൾ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടതുണ്ട്.

പഴങ്ങളും പച്ചക്കറികളും ദിവസേന ധാരാളമായി ഭക്ഷണത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തുക. വിറ്റാമിൻ എ, സി, ഇ ധാതുക്കൾ, ആന്റിഓക്സിഡന്റുകൾ തുടങ്ങിയവ രോഗപ്രതിരോധശേഷി വർദ്ധിപ്പിക്കുവാൻ സഹായിക്കുന്നു.

വിറ്റാമിൻ 'സി' അടങ്ങിയ ഓറഞ്ച്, മൂസംബി, ചെറുനാരങ്ങ, പപ്പായ, നെല്ലിക്ക, പേരക്ക, തക്കാളി, കാപ്സിക്കം തുടങ്ങിയവയും, വിറ്റാമിൻ 'എ' കാണപ്പെടുന്ന ഇലക്കറികൾ, കാരറ്റ്, ബ്രൊക്കോളി പോലുള്ള പച്ചക്കറികളും, രോഗപ്രതിരോധശേഷിക്ക് വളരെ അത്യാവശ്യമായ വിറ്റാമിൻ ഇ അടങ്ങിയ വെജിറ്റബിൾ ഓയിൽ, നട്സ്, ചീര എന്നിവയും ഭക്ഷണത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്താൻ ശ്രദ്ധിക്കണം.

കൂടാതെ, രോഗാണുക്കളെ നശിപ്പിക്കാൻ പ്രകൃതിദത്ത ഗുണങ്ങൾ ഉള്ള വെളുത്തുള്ളി, ഇഞ്ചി, മഞ്ഞൾ, കുരുമുളക്, തൈര് തുടങ്ങിയവയും ഭക്ഷണത്തിൽ ചേർത്ത് കഴിക്കുക. ദിവസേനയുള്ള വ്യായാമവും, ധാരാളം തിളപ്പിച്ചാറിയ വെള്ളം കുടിക്കേണ്ടതും അത്യാവശ്യമാണ്. ഗ്രീൻ ടീ കുടിക്കുന്നതും നല്ലതാണ്.

ഡയറ്ററി & ന്യൂട്രീഷ്യൻ വിഭാഗം

ജീവന്റെ കാവൽക്കാർ ഡോക്ടർമാർ

തൃശ്ശൂർ പൂരനഗരിയിലെ ഹൃദയഭാഗത്തെ അലങ്കരിക്കുന്ന അതുല്യവും ശ്രേഷ്ഠവും സമാനതകളില്ലാത്ത വലിയൊരു കാരുണ്യനിർത്ധരിയാണ് തൃശ്ശൂർ ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ്. ആദിയിൽ ദൈവം നിശ്വസിച്ച് ജീവൻ കൊടുത്ത മനുഷ്യന്റെ സമഗ്ര സൗഖ്യത്തിനുവേണ്ടി സ്രഷ്ടാവിനോട് സഹകരിക്കുന്ന വലിയൊരു ദൗത്യ മേഖലയാണ് ആതുരശുശ്രൂഷ മേഖല. സർവ്വശക്തനായ ദൈവത്തിന്റെ വിസ്മയാവഹമായ അനുഗ്രഹത്തിനും മനുഷ്യോന്മുഖമായ സ്നേഹശുശ്രൂഷകൾക്കും പ്രത്യേകം തിരഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ടവരാണ്

ഡോക്ടർമാർ. "സഹോദരന്റെ കാവൽക്കാരനാണോ ഞാൻ" എന്ന് കായേൻ ദൈവത്തോട് ചോദിച്ച ചോദ്യം വേദ ഗ്രന്ഥ താളുകളിൽ മുഴങ്ങി ക്കേൾക്കുന്നത് മനുഷ്യത്വ രഹിതമായുള്ള നിലയ്ക്കാ ത്തൊരു പ്രതികരണമാണ്. ഓരോ സൃഷ്ടിയും അപരന്റെ കാവൽക്കാരനായിരിക്കണം എന്നതാണ് ദൈവികപദ്ധതി.

ഒരു വ്യക്തിയിലൂടെ കുടുംബവും സമൂഹവും ലോകം തന്നെയും സമഗ്രസൗഖ്യത്തിന്റെ സന്തോഷം പരസ്പരം കൈമാറി അനുഭവിക്കാനുള്ള ശുശ്രൂഷാവേദിയാണ് ആതുരാലയങ്ങൾ. ശരീരവും ആത്മാവും മനസ്സും വികാര വുമുള്ള മനുഷ്യന്റെ സ്വപ്നങ്ങളും ആഗ്രഹങ്ങളും രോഗവി മുക്തിയിലൂടെ നേടിയെടുക്കാൻ കഴിയുന്ന വലിയൊരു ദൈവികപദ്ധതിയാണ് ഈ ശുശ്രൂഷാ രംഗം. രോഗവും ആരോഗ്യവും പരസ്പരപൂരകങ്ങളാണ്. മനസ്സാണ് മനുഷ്യന്റെ ആരോഗ്യത്തിന്റെ സമനിലയുടെ ഉറവിടം. പ്രകൃത്യാതന്നെ രോഗങ്ങളെ പ്രതിരോധിക്കാനുള്ള ശക്തി (Immunity Power) മനുഷ്യനിൽ നിക്ഷിപ്തമാണ്. എന്നാൽ

രോഗം ബാധിക്കുമ്പോൾ വൈദ്യനെ ആവശ്യമുണ്ട്. 'രോഗികൾക്കാണ് വൈദ്യനെക്കൊണ്ട് ആവശ്യം, ആരോഗ്യവാന്മാർക്കല്ല' എന്ന ദൈവവചന ആശയത്തോട് പ്രതികരിച്ചുകൊണ്ട് നാം ഡോക്ടറെ സമീപിക്കുന്നു. തീരാവ്യാധികളിൽപ്പെട്ട് മനസ്സും ശരീരവും തളർന്ന് വളരെയേറെ പ്രതീക്ഷയോടെയാണ് ഓരോ രോഗിയും ബന്ധുക്കളും ഡോക്ടറെ സമീപിക്കുന്നത്. പ്രഭാഷകൻ ഇങ്ങനെയാണ് രേഖപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നത്. "വൈദ്യനെ ബഹുമാനിക്കുക. നിനക്ക് അവനെ ആവശ്യമുണ്ട്. കർത്താവാണ് അവനെ നിയോഗിച്ചത്. വൈദ്യന്റെ ജ്ഞാനം അത്യുന്നതങ്ങളിൽ നിന്ന് വരുന്നു" (പ്രഭാ: 38:1–2) വളരെ അദ്ധ്വാനിച്ചും രാപ്പകലന്യേ കഷ്ടപ്പെട്ടും സമ്പത്ത് വിനിയോഗിച്ചുമാണ് അർപ്പണതുല്യമായ ശുശ്രൂഷാ ദൗത്യം ഡോക്ടർമാർ ഏറ്റെടുക്കുന്നത്. രോഗനിർണ്ണയവും തദനുസാരമുള്ള ഔഷധവും രോഗിക്ക് കുറിച്ചു നൽകുന്നതോടൊപ്പം അവന്റെ സമഗ്ര ആരോഗ്യവും ജ്ഞാനസിദ്ധിയുള്ള ഡോക്ടർമാർ ശ്രദ്ധിച്ചു കൊണ്ടിരിക്കും എന്നുള്ളത് വേറിട്ടൊരു യാഥാർത്ഥ്യമാണ്. രോഗിയുടെ വാക്കും പ്രവർത്തിയും ശരീരഭാഷയും ഹൃദയപൂർവ്വമായ സ്നേഹത്തോടും അസാമാന്യമായ ശ്രദ്ധയോടും സാന്ത്വനം നൽകുന്ന സാമീപ്യം കൊണ്ടും രോഗിക്ക് പൂർണ്ണ സൗഖ്യം നൽകുന്നു. മരുന്നിനേക്കാൾ ഹൃദയാർദ്രതയും (compassion) മടുപ്പില്ലാത്ത ക്ഷമയും അർപ്പണബോധമുള്ള ഓരോ ഡോക്ടറുടേയും മഹനീയ സിദ്ധിയാണ്. വാസ്തവത്തിൽ രോഗികളോടുള്ള മനുഷ്യത്വപരമായ പെരുമാറ്റം ഔഷധത്തേക്കാൾ നൂറിരട്ടി ഊർജ്ജം പകരുന്ന ഔഷധ കൂട്ടുകളാണ്. എത്ര വലിയ രോഗവും മനസ്സിനെ തൊടാൻ കഴിയുന്ന ഡോക്ടർക്ക് രോഗവിമുക്തി നൽകാൻ കഴിയുമെന്ന് ഒരുപാടു അനുഭവങ്ങൾ നമ്മുടെ മുന്നിൽ വരച്ചു കാട്ടുന്നു. ഒരു രോഗി തന്റെ അനുഭവം പങ്കുവെച്ചത് ഇവിടെ ഓർക്കുന്നു. ഡോക്ടറെ കണ്ട ഉടനെ അയാളുടെ കണ്ണ് നിറഞ്ഞൊഴുകി. എന്ത് പറ്റി എന്ന് ഡോക്ടർ

ചോദിച്ചപ്പോൾ സന്തോഷം കൊണ്ട് കരയുകയാണ് എന്നായിരുന്നു ഉത്തരം. 'ഞാനിന്ന് പരിപൂർണ്ണ സൗഖ്യം പ്രാപിച്ച് തിരിച്ചു പോകുകയാണ് ഡോക്ടർ. ഒരു രക്ഷയും ഇല്ലെന്ന് പറഞ്ഞ് പലരും മുദ്രകുത്തിയാണ് ഞാൻ ഇവിടെ എത്തിയത്. എന്നെ ആദരവോടെ ചികിത്സിച്ച് ഭേദമാക്കിയ ഡോക്ടറെ എനിക്ക് മറക്കാൻ കഴിയില്ല. ദൈവത്തെപ്പോലെ കാരുണ്യം നിറഞ്ഞ (Kindness) മനസ്സോടെയാണ് ഡോക്ടർ എന്നെ ശ്രദ്ധിച്ചിരുന്നത്. ആവലാതിയും പരിഭവവും നിരാശയും ആവർത്തിച്ചപ്പോൾ ഡോക്ടർ പ്രശാന്തനായി അനുഭാവപൂർവ്വം (Empathy) എന്നെ കേട്ടു കൊണ്ടിരുന്നു. ആദ്യ ദിവസം തന്നെ സ്നേഹപൂർവ്വമായ പുഞ്ചിരിയും സാന്ത്വനം പകർന്ന സാമീപ്യവും എന്റെ ദു:ഖം നിറഞ്ഞ മനസ്സിനെയാണ് സ്പർശിച്ചത്. തുടർന്നുള്ള പക്വമായ ചികിത്സാ രീതികൾ എനിക്ക് പൂർണ്ണ സൗഖ്യം നൽകി. ഇങ്ങനെയുള്ള ഡോക്ർമാരാണ് ജീവന്റെ കാവൽക്കാർ'. രോഗിയുടെ അകവും പുറവും മനസ്സിലാക്കുവാൻ ഭാഷണത്തേക്കാൾ ഹൃദയത്തിന്റെ ഭാഷയ്ക്കേ കഴിയൂ.

വാക്ക് ജീവനാണ്. ജീവൻ നൽകാനും ഹനിക്കാനും ഹൃദയത്തിന്റെ അകത്തളത്തിൽ നിന്ന് പ്രവഹിക്കുന്ന വാക്കുകൾക്കുള്ള ശക്തി സീമാതീതം. പ്രത്യാശഭരിതമായ ഒരു വാക്ക് രോഗിയുടെ മനസ്സിൽ സമാശ്വാസത്തിന്റെ സ്വർഗ്ഗം വിരിയിക്കുന്നു. രോഗിയുടെ രൂപത്തിൽ ആശുപത്രിശയ്യയിൽ കിടക്കുന്ന ദൈവത്തെ തന്നെയാണ് ഡോക്ടർമാർക്കും നേഴ്സുമാർക്കും ശുശ്രൂഷിക്കാനുള്ളത്. അത്രമാത്രം സൂക്ഷ്മതയോടും ശ്രദ്ധയോടും കൂടിയാണ് രോഗിയുടെ അടുക്കലേക്കുള്ള യാത്ര. അതിരാവിലെ എഴുന്നേറ്റ് പ്രാർത്ഥന നിരതരായതിനുശേഷമാണ് അവരെ ന്നും വേദനയുടെ ലോകത്തിലേക്ക് സൗഖ്യം ലക്ഷ്യം വെച്ച് ചുവടുകൾ വെക്കുന്നത്. ജീവൻ മരണപ്രശ്നങ്ങൾ കൈ കാര്യം ചെയ്യുന്ന അതിനിർണ്ണായകമായ പവിത്രദൗത്യം ദൈവത്തോടുചേർന്ന് പ്രവർത്തിക്കുന്ന ഡോക്ടർമാരുടെ

പുണ്യപ്പെട്ട കരങ്ങളിലൂടെയാണ് സൗഖ്യപ്പെട്ട് പ്രത്യാശ യുടെ പടിവാതിൽ തുറക്കുന്നത്. ആയുഷ്ക്കാലം മുഴുവനും രോഗികൾക്കായി മാറ്റിവെക്കപ്പെട്ട ജീവിതങ്ങളുണ്ട്. അത്യാധുനികമായ അറിവുസമ്പാദിക്കുന്നതിനും കാലാനു സൃതമായ മാറ്റങ്ങൾക്കനുസരിച്ച് പുതിയ മാർഗ്ഗങ്ങൾ സ്വീകരിക്കാനും അവർക്ക് സമയം കണ്ടെത്തേണ്ടതുണ്ട്. വാസ്തവത്തിൽ രോഗിയുടെ ജീവനാണ് അവർ വിലയു റ്റതായി കരുതുന്നത്.

രോഗികളുടെ ഭാഗത്തുനിന്നും വളരെയേറെ കാര്യങ്ങൾ ശ്രദ്ധിക്കാനുണ്ട്. ഡോക്ടർമാരോടുള്ള വിശ്വാസവും വിശ്വ സ്തതയും ബഹുമാനവും തുറവിയും ഓരോ രോഗിക്കും അനിവാര്യമാണ്. സുഖപ്രാപ്തിക്ക് അത് മാറ്റു കൂട്ടുന്നു. ആധുനിക ലോകത്തിൽ ചില ദുഷിച്ച പ്രവണതകൾക്ക് നമുക്ക് കൂട്ടുനിൽക്കാനാവില്ല. "ദയാവധത്തിനും, ഭ്രൂണ ഹത്യക്കും മുറവിളി കൂട്ടുന്നത് രണ്ടും ഒരുപോലെ അപല പനീയമാണ്" എന്ന് ഫ്രാൻസിസ് പാപ്പ അതിശക്തമായ ഭാഷയിൽ പറഞ്ഞുവച്ചത് ഈയവസരത്തിൽ ഓർക്കുന്നു.

സർവ്വോപരി ദൈവസൃഷ്ടമായ പ്രപഞ്ചത്തിന്റെ സൗന്ദ ര്യവും നിലനിൽപ്പുമായ മനുഷ്യജീവനെ പൂർണ്ണതയിൽ കാത്തുസൂക്ഷിച്ച് സംരക്ഷിക്കാൻ എല്ലാവർക്കും കടമയും ധർമ്മവുമുണ്ട്. എന്നാൽ എന്ത് വിലകൊടുത്തും രോഗിയുടെ ജീവൻ പരിപോഷിപ്പിക്കാനുള്ള ഡോക്ടറുടെ തിടുക്കം ദൈവ സിദ്ധമായി നാം കരുതുന്നു. അതിനുള്ള ഡോക്ടർമാരുടെ വിളിയും ദൗത്യവും മഹനീയവും അനുഗൃഹീതവുമാണ്. ലോകം ആദരിക്കുന്ന അവരുടെ സമർപ്പണ മനോഭവത്തെ നമുക്ക് നന്ദിയോടെ അനുസ്മരിക്കാം.

നോബിൾ തോമസ് പാറോക്കാരൻ
എച്ച്. ആർ. മാനേജർ

അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ടവ

ഡോക്ടറെ ബുക്ക് ചെയ്യുവാൻ (7:30 am - 7:30 pm):

☎**0487 2432200, Direct: 2432292**

ഹൃദ്രോഗ ഡോക്ടറെ ബുക്ക് ചെയ്യുവാൻ (9 am - 5 pm):

☎**0487 2432200, Direct: 2462501/02**

ആശുപത്രി സേവനങ്ങളെക്കുറിച്ച് (24 Hours):

☎**0487 2432200, Direct: 2464346/47**

ജൂബിലി ഹോസ്പിറ്റൽ നമ്പർ / പേഷ്യന്റ് ID ഉള്ളവർക്ക് വീഡിയോ കൺസൾട്ടേഷനു വേണ്ടി (9 am - 5 pm):

☎**7994724568**

കോവിഡ് ടെസ്റ്റ് ബുക്ക് ചെയ്യുവാൻ (7:30 am - 7:30 pm):

☎**6238500082**

വീട്ടിൽ വന്ന് ലാബ് ടെസ്റ്റ് സാംപിൾ കളക്ട് ചെയ്യുവാൻ (24 Hours):

☎**6238500082**

ബ്ലഡ് ബാങ്കിൽ രക്തം ദാനം ചെയ്യുവാൻ (8 am - 4:30 pm):

☎**0487 2464361**

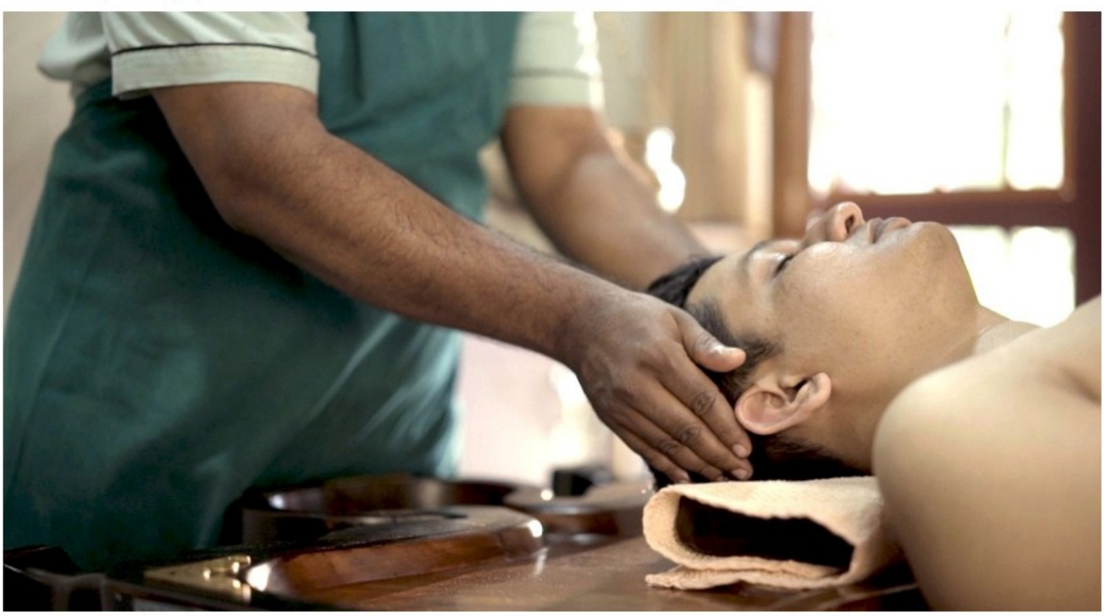
- ജൂബിലി ഹോസ്പിറ്റൽ നമ്പർ / പേഷ്യന്റ് ID ഉള്ളവർക്ക് **ഓൺലൈൻ ബുക്കിങ്ങ്** സൗകര്യത്തിനായി ആശുപത്രിയുടെ വെബ്സൈറ്റിൽ (www.jmmcri.org) 'BookaDoctor' ലിങ്ക് വഴി ചെയ്യാം.

- **തൊഴിൽ അവസരങ്ങൾ** അറിയുന്നതിനും, അപേക്ഷിക്കുന്നതിനും **www.jmmcri.org** ലെ "careers" ലിങ്ക് ഉപയോഗിക്കാം.

- **'JmmcUpdates' Exclusive ടെലഗ്രാം ചാനൽ:** ജൂബിലി മിഷനിലെ വിശേഷങ്ങളും സന്ദേശങ്ങളും അറിയുന്നതിനായി ജൂബിലി കുടുംബാംഗങ്ങൾക്ക് മാത്രമായി തുടങ്ങിയിട്ടുള്ള ചാനൽ. ടെലഗ്രാം അപ്ലിക്കേഷൻ ഇൻസ്റ്റാൾ ചെയ്തതിനുശേഷം **HR** ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റിൽ നൽകിയിട്ടുള്ള നിങ്ങളുടെ പ്രസന്റ് മൊബൈൽ നമ്പറുപയോഗിച്ച് ടെലഗ്രാമിൽ രജിസ്റ്റർ ചെയ്യുക. തുടർന്ന് **HRD**യുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് ജോയിൻ ചെയ്യാം.

ആയുർവ്വേദം കാലാതീതം

ആയുർവ്വേദശാസ്ത്രം ആരോഗ്യകരമായ ജീവിതത്തിന് വേണ്ട ആഹാരരീതി, ആഹാരദ്രവ്യങ്ങൾ, പാചക വ്യവസ്ഥകൾ മുതലായവ ശാസ്ത്രീയമായി പ്രതിപാദിക്കുന്നത് ഈ ആധുനികലോക ജീവിതത്തിനും ഏറെ പ്രസക്തമാണ്. ജീവിതം ക്രമേണ ആഡംബരപൂർണവും ആയാസ രഹിതവുമായപ്പോൾ, ആകർഷകവും സമയ ലാഭവും ലഭ്യമാക്കുന്ന ഫാസ്റ്റ്ഫുഡും, പത്ഥ്യാപത്ഥ്യ മിശ്രഭോജനങ്ങളും ശീലമാക്കിയ ആധുനിക ജീവിത ശൈലിയുടെ സംഭാവനയായ 'ജീവിതശൈലീരോഗങ്ങൾ' ഇന്നത്തെ പ്രശ്നങ്ങളായിക്കഴിഞ്ഞു. ഈ സാഹചര്യത്തിൽ ശരീരത്തിലെ പാകപരിണാമ പ്രക്രിയ പൂർത്തിയാക്കാൻ സാധിക്കാത്ത ജൈവ വിഷങ്ങൾ ശരീരകോശങ്ങളിൽ സഞ്ചയിച്ച് രോഗപ്രതിരോധശേഷി വളരെ കുറയുകയും; ചിരസ്ഥായിയായ മാരകരോഗങ്ങൾക്കും ബാഹ്യമായ രോഗാണുക്കളുടെ അക്രമണങ്ങൾക്കും വിധേയ മാവുകയും ചെയ്യുന്ന ദുരവസ്ഥ ഈ കോവിഡ് കാലത്ത് നാം അനുഭവിക്കുകയാണ്. ജീവിത ശൈലീ രോഗപരിഹാരത്തിന് മാത്രമല്ല രോഗപ്രതിരോധ ശേഷി ആർജ്ജിച്ച് പകർച്ച വ്യാധികളെ അകറ്റിനിർത്തുന്നതിനും, തികച്ചും തദ്ദേശീയവും ചെലവ് കുറഞ്ഞതുമായ മാർഗ്ഗങ്ങൾ അവലംബിക്കുന്നതിൽ ആയുർവ്വേദശാസ്ത്രത്തിന് വലിയ പങ്കുണ്ട്.



ചരിത്രാതീതകാലം മുതലേ നമ്മുടെ പൂർവ്വീകർ ആഹാരം വേണ്ടവിധത്തിൽ ദഹിപ്പിച്ച് പാകപരിണാമപ്രക്രിയകൾ വഴി ശരീരപോഷണം സുഗമമാക്കുന്നതിനും ഹൃദ്യങ്ങളായ രുചിയും മണവും ലഭിക്കുന്നതിനും ബാഹ്യ–ആന്തരിക ജൈവവിഷ സംക്രമണത്തെ ചെറുക്കുന്നതിനും നിർവീര്യമാക്കുന്നതിനും വിശുദ്ധീകരിക്കുന്നതിനും ഉപയോഗിച്ചിരുന്ന 'സുഗന്ധവ്യഞ്ജന'ങ്ങളാണ് മഞ്ഞൾ, ഇഞ്ചി, കുരുമുളക്, തിപ്പലി, ഏലക്ക, ജാതിക്ക, ഗ്രാമ്പു, കറുവാപ്പട്ട, മല്ലി, ജീരകം, കടുക്, ചുവന്നുള്ളി, കറിവേപ്പില, മല്ലിയില ആദിയായവ. ഇവയിൽ ഏഴ് ദ്രവ്യങ്ങളെങ്കിലും അനുദിനം ഭക്ഷണത്തിൽ ചേർത്ത് പാകം ചെയ്യുന്ന പതിവ് ഇന്നും തുടർന്നുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണല്ലോ. കൂടാതെ കാലികമായി ഉണ്ടാകാറുള്ള ജലദോഷം, പനി, ചുമ, സൈനസൈറ്റിസ്, ശ്വാസരോഗങ്ങൾ, ദഹനസംബന്ധമായ അസ്വസ്ഥതകൾ ജൈവവിഷബാധകൾ ആദിയായവയ്ക്കെല്ലാം, മുൻപ് പറഞ്ഞ സുഗന്ധവ്യഞ്ജനങ്ങളും, മുറ്റത്തും, തൊടിയിലും വളർത്തുന്നതും വളരുന്നതുമായ തുളസി, പനിക്കൂർക്ക, ആര്യവേപ്പ് തുടങ്ങിയ ഔഷധങ്ങളും യുക്തിപൂർവ്വം സംയോജിപ്പിച്ച് കുടുംബനാഥർ, ഗോത്രത്തലവന്മാർ തുടങ്ങിയവർ ചികിത്സിച്ചിരുന്നതായും ചരിത്രരേഖകളിൽ കാണുന്നു. 'അന്നത്തെ പ്രാഥമിക ചികിത്സാകേന്ദ്രം' ഗൃഹാന്തരീക്ഷം തന്നെയായിരിന്നു. മുൻപറഞ്ഞ ദ്രവ്യങ്ങളെല്ലാം തന്നെ ആന്റിമൈക്രോബയൽ, ആന്റിബാക്ടീരിയൽ, ആന്റിവൈറൽ, ആന്റിഇൻഫ്ളമേറ്ററി, ആന്റിബയോട്ടിക്ക്, ആന്റിഅലർജിക്ക്, ആന്റിക്യാൻസ്റസ്

ആദിയായ മിക്ക തലങ്ങളിലും പ്രവർത്തനക്ഷമതയുള്ളതാണെന്ന് ആധുനികശാസ്ത്ര ഗവേഷണഫലം പ്രസിദ്ധീകരിക്കപ്പെട്ടതാണ്.

നമുക്കിനി ആഹാരവും ഔഷധമിശ്രമാക്കി ആരോ ഗ്യം സംരക്ഷിക്കാനും ശരീരത്തിലെ ജൈവവിഷങ്ങളെ നിർഹരിച്ച് രോഗപ്രതിരോധശേഷി വർദ്ധിപ്പിക്കുവാനും യൗവ്വനയുക്തമായ ജീവിതരീതിയും, ഔഷധഭക്ഷണക്രമങ്ങളും ശീലിക്കാം. മനുഷ്യവർഗ്ഗം ഊർജ്ജസ്വലതയോടെ ജീവിക്കാൻ ദൈവം നിശ്ചയിച്ചു തന്ന ഔഷധാഹാര സമാഹാരമാണ് ഇവ എന്ന് നന്ദിയോടെ ഓർക്കാം.

ഡോ. സി. ഡൊണാറ്റ സി.എസ്.സി.,
ചീഫ് കൺസൾട്ടന്റ്, ജൂബിലി ആയുർവ്വേദ

പുതിയ രുചിക്കൂട്ടുകളുമായി

ജൂബിലി കഫേ

2020 ജൂൺ 30-ാം തിയ്യതി ഡയറക്ടറച്ചന്റെ ആശീർവ്വാദത്തിനു ശേഷം ജൂലായ് 1 മുതൽ ജൂബിലി കഫേ വീണ്ടും പ്രവർത്തനമാരംഭിച്ചു. ജൂബിലി കഫേ എന്ന പേര് മനസ്സിൽ വെച്ചുകൊണ്ടാണ് കഫേയുടെ മെനു രൂപകൽപ്പന ചെയ്തിരിക്കുന്നത്.

ആശുപത്രി കാന്റീനുകളുടെ സ്ഥിരം സാന്നിദ്ധ്യമായ പരമ്പരാഗത വിഭവങ്ങളിൽ നിന്നും തികച്ചും വ്യത്യസ്തമായി പുതുമയുള്ളതും ആരോഗ്യപ്രദവും സ്വാദിഷ്ഠവുമായ പുതുപുത്തൻ വിഭവങ്ങളുമായി ജൂബിലി കോമ്പൗണ്ടിനുള്ളിൽ രുചിയുടെ നവ്യാനുഭവം സമ്മാനിക്കുവാൻ വൈവിധ്യങ്ങളായ രുചികളുമായി ജൂബിലി ചാപ്പലിനടുത്തുള്ള നമ്മുടെ ജൂബിലി കഫേ അണിഞ്ഞൊരുങ്ങിക്കഴിഞ്ഞു.

ഉഴുന്ന് ഉപയോഗിക്കാതെ ഉണ്ടാക്കുന്ന ആന്ധ്രാ വിഭവമായ പെസാരട്ടുവും അതിന്റെ വകഭേദങ്ങളും, കീമ ദോശ, ചിക്കൻ ദോശ, Chicken65, വൈവിധ്യമായ മുട്ട വിഭവങ്ങൾ, വിവിധതരം ഊത്തപ്പങ്ങൾ തുടങ്ങി ദോശയുടെ ഒരു വലിയ നിര തന്നെ ജൂബിലി കഫേയിൽ തയ്യാറാക്കിയിട്ടുണ്ട്. ചോറും ചപ്പാത്തിയും ഒഴിവാക്കാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നവർക്ക് വേണ്ടി ഗോതമ്പ് ദോശയും ഇവിടെ ലഭ്യമാണ്. അതോടൊപ്പം തന്നെ മറ്റു സമയങ്ങളിൽ ചീസ് ഓംലെറ്റ്, ബ്രെഡ് ഓംലെറ്റ്, പാവ് ബജി തുടങ്ങിയ വിഭവങ്ങളും ഒരുക്കിയിട്ടുണ്ട്.

കൃത്രിമനിറങ്ങളും, എസ്സെൻസും, പ്രിസർവേറ്റീവുകളും ചേർക്കാതെ തനതായി തയ്യാറാക്കിയ ഹണിഗ്രേപ്പ്, ലൈം ഷെയ്ക്ക്, പാം സർപ്രൈസ് തുടങ്ങിയ പാനീയങ്ങൾക്കൊപ്പം Espresso, Cuppuccino യും ജൂബിലി കഫേയിൽ ലഭ്യമാണ്. ഇപ്പോൾ ഞായറാഴ്ച ഒഴികെ രാവിലെ 7 മുതൽ വൈകീട്ട് 4 മണിവരെയാണ് പ്രവർത്തനമെങ്കിലും പിന്നീട് പ്രവർത്തി സമയം ദീർഘിപ്പിക്കുന്നതായിരിക്കും. ഒരു പുതിയ രുചി വൈവിധ്യത്തിന്റെ അനുഭവത്തിനായി നിങ്ങളെയെല്ലാവരേയും സ്വാഗതം ചെയ്യുന്നു.

ട്രോളി സർവ്വീസുകൾ:

മെഡിക്കൽ, പീഡിയാട്രിക്, ജെറിയാട്രിക്, സൈക്യാട്രി രോഗികളേയും അവരുടെ ഒപ്പം ഉള്ളവരേയും കണക്കിലെടുത്ത് 2020 ജൂലായ് 6 മുതൽ സെന്റ് തോമസ് ബ്ലോക്കിൽ ട്രോളി സേവനം ആരംഭിച്ചതുമൂലം കോവിഡ് കാലത്തെ രോഗികൾക്കും അവരോടൊപ്പം ഉള്ളവർക്കും വളരെയേറെ ഉപകാരപ്രദമായി. അതോടൊപ്പം ഒന്നും, രണ്ടും നിലകളിലുള്ള ഔട്ട് പേഷ്യൻസിനും ട്രോളി സേവനം ലഭ്യമാക്കുന്നുണ്ട്. ഈ വർഷം മെയ് പകുതിയോടെ ഗോൾഡൻ ജൂബിലി ബ്ലോക്കിലും സമാനമായ സേവനം ആരംഭിച്ചിട്ടുള്ളതായി സ്നേഹപൂർവ്വം അറിയിക്കുന്നു.

നെൽവിൻ സി ജോൺ

ഫുഡ് ഹോസ്പിറ്റാലിറ്റി സെർവിസസ് മാനേജർ

Editorial Board
Fr.Sijo Cheruvathoor | Dr. Benny Joseph | Dr. Aswath Kumar R
Mr. Noble Thomas | Adv. Justin C J | Mr. Baby P A | Ms. Rakhi K B
Ms. Chippy K S | Ms. Rintu Anto | Ms. Ambily Ulahannan

Service with Love
JUBILEE MISSION
MEDICAL COLLEGE & RESEARCH INSTITUTE
Bishop Alapatt Road, Jubilee Mission P.O., Thrissur, Kerala – 680 005
Ph: +91487 2432200 | jm@jmmc.ac.in | www.jmmcri.org