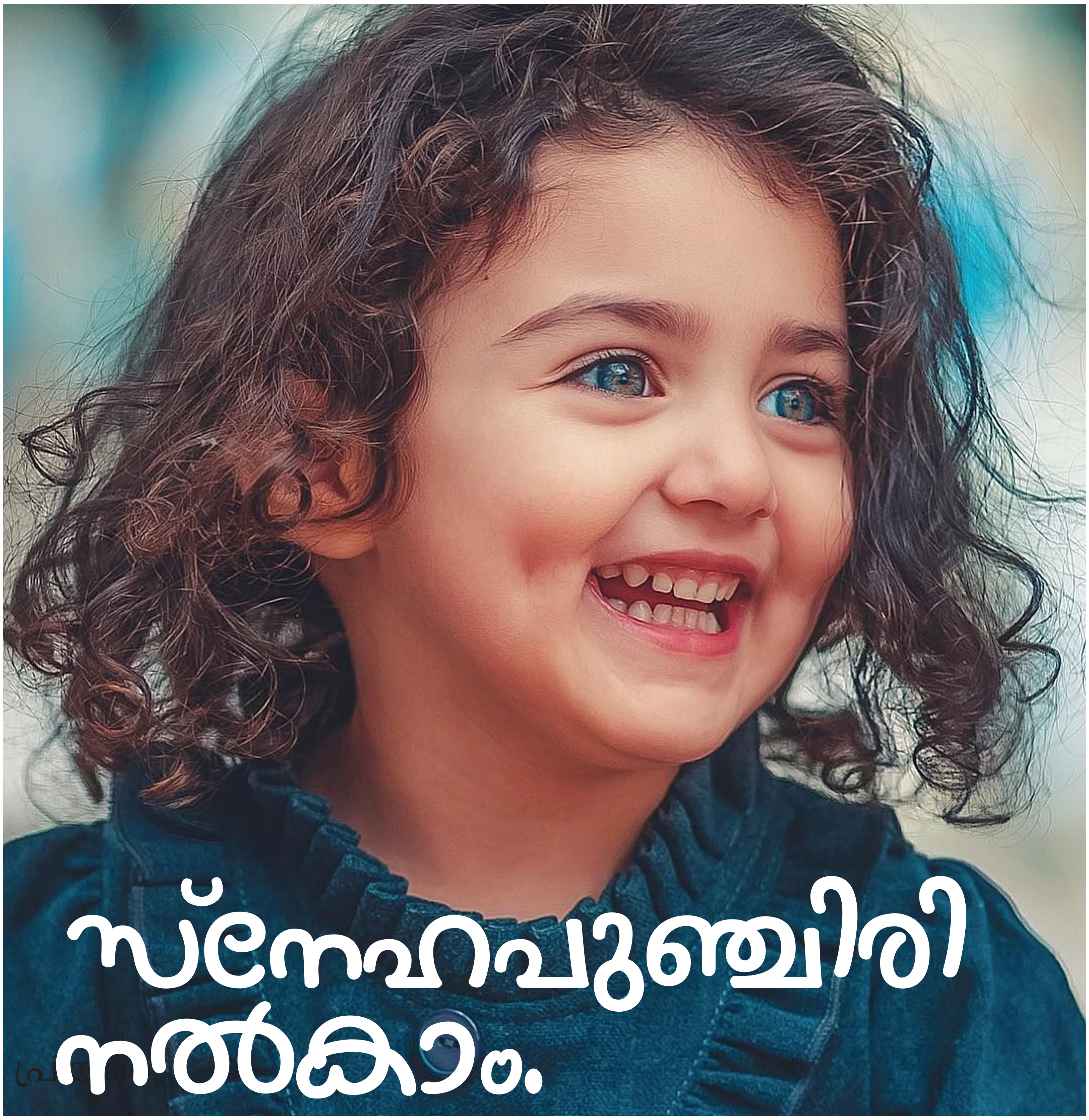
# Jubilet

Jubilee Mission Medical College & Research Institute - Since 1951 Vol. 8 Issue 6 June 2022



# സ്നേഹപുഞ്ചിരി നൽകാം.

ജൂബിലിയെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം 'സ്നേഹത്തോടെയുള്ള സേവനത്തിന്' ശക്തി നല്കുന്ന ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയപ്രതിഷ്ഠയുടെ മാസത്തിലൂടെയാണ് നാം കടന്നുപോകുന്നത്. എന്നെ സ്നേഹിക്കുന്ന എന്റെ ദൈവത്തിന് ഒരു ഹൃദയമുണ്ടെന്നും ആ ഹൃദയത്തിന് ഒരു മുറിവുണ്ടെന്നും, മുറിയപ്പെടുന്നവന് ഈ ഹൃദയവുമായി ഐക്യമുണ്ടെന്നും എന്നെ ഓർമ്മപ്പെടുത്തുന്നു.

ഈ മാസം ജൂബിലി കുടുംബം വളരെയധികം ഓർത്ത രണ്ടു വ്യക്തികളാണ്, സ്ഥാപക ഡയറക്ടറായ മോൺ. മാത്യു മുരിങ്ങാത്തേരിയും, ഡോ. എച്ച്. എസ്. ഏഡൻവാലയും. ജാതി മതഭേദമെന്യെ മറ്റുള്ളവരിൽ ക്രിസ്തു പഠിപ്പിച്ച കാണപ്പെടുന്ന സഹോദരനെ സ്നേഹിക്കുമ്പോഴാണ് കാണപ്പെടാത്ത ദൈവത്തിങ്കലേക്ക് നിന്റെ ആത്മാവ് ഉയരുന്നത്. അതുകൊണ്ടുതന്നെ കഴിഞ്ഞ 70 വർഷമായി സ്നേഹമാണ് ഈ ഹോസ്പിറ്റലിന്റെ അടിസ്ഥാനം. പൂർവ്വികരിലൂടെ കൊളുത്തപ്പെട്ട ആ സ്നേഹത്തിന്റെ അഗ്നി ഇന്നു നമ്മിലൂടെയാണ് പ്രസരിക്കുന്നത്. ചികിത്സിക്ക

പ്പെടുവാനും ഈ ലോകത്തെ നോക്കി ഒരു സ്നേഹ പുഞ്ചിരി നല്കുവാനും ഏവർക്കും അവകാശമുണ്ടെന്നതിന്റെ ഓർമപ്പെടുത്ത ലാണ് Pelecanus - 2022.

അപരന്റെ നിലനില്പിനു വേണ്ടി മരണകരമായ മുറിവു സ്വന്തം ശരീരത്തിൽ ഏറ്റുവാങ്ങുന്നതാണ് സ്നേഹമെങ്കിൽ ജീവിതത്തിന്റെ 24 മണിക്കൂർ സ്വന്തം കുടുംബത്തേക്കാളും വ്യക്തി സുഖങ്ങളേക്കാളും ദൈവം ദാനമായിത്തന്ന ഓരോ രോഗികൾക്കുവേണ്ടി അഹോരാത്രം അദ്ധ്വാനിക്കുന്ന നമ്മുടെ ഡോക്ടർമാരെ ഓർക്കേണ്ടത് അനിവാര്യമാണ്. ജൂലൈ 1 ന് ഡോക്ടേഴ്സ് ഡേ ആചരിക്കുമ്പോൾ നമ്മുടെ പ്രിയപ്പെട്ട എല്ലാ ഡോക്ടേഴ്സിനെയും ഹൃദയത്തോടു ചേർത്ത് നിറുത്തി നന്ദി പറയുകയും ഒപ്പം അവരുടെ കുടുംബത്തിനുവേണ്ടി പ്രാർത്ഥിക്കുകയും ചെയ്യാം.

ക്രിസ്തുവിന്റെ തിരുമുറിവിൽ സ്പർശിച്ചുകൊണ്ട് ഇത് എന്റെ കർത്താവും എന്റെ ദൈവവുമാണെന്ന് ഹൃദയത്തിൽ അറിഞ്ഞ്, തൃശൂരിലെ പാലയൂരിൽ വന്ന് മാർതോമാശ്ലീഹാ വിശ്വാസദീപം പകർന്നുതന്നതിന്റെ 1950–ാം വാർഷികം ആഘോഷിക്കുന്ന ഈ വേളയിൽ, പ്രേഷിത ചൈതന്യ തീക്ഷ്ണതയോടെ പരസ്പരം സ്നേഹിക്കുവാനും പങ്കുവയ്ക്കുവാനും ശുശ്രൂഷിക്കുവാനും മറ്റുള്ളവരെ തങ്ങളേക്കാൾ ശ്രേഷ്ഠരായി കരുതുവാനും പരിശ്രമിച്ചുകൊണ്ടു ജൂബിലി കുടുംബം ഒരു സ്നേഹകുടുംബമായിത്തീരട്ടെ. ഏവർക്കും തിരുഹൃദയത്തിരുനാളിന്റെയും പരിശുദ്ധ അമ്മയുടെ വിമല ഹൃദയത്തിരുനാളിന്റെയും മംഗളങ്ങൾ നേരുന്നു. ദൈവം എല്ലാവരെയും സമൃദ്ധമായി അനുഗ്രഹിക്കട്ടെ.

**ഫാ. ബാസ്റ്റ്യൻ പുന്നോലിപ്പറമ്പിൽ**
പാസ്റ്ററൽ കെയർ ടീം കോ- ഓർഡിനേറ്റർ

# ഡോ. ഏഡൻവാലക്ക് മരണാനന്തര ബഹുമതി

**(മോൺ. മാത്യു മുരിങ്ങാത്തേരി മെമ്മോറിയൽ നാഷണൽ ലെവൽ ഹെൽത്ത് കെയർ മിഷനറി അവാർഡ്)**

ജൂബിലി മിഷൻ ആശുപത്രിയുടെ സ്ഥാപക ഡയറക്ടറായ മോൺ. മാത്യു മുരിങ്ങാത്തേരിയുടെ ബഹുമാനാർത്ഥം ഏർപ്പെടുത്തിയ ‘മോൺ. മാത്യു മുരിങ്ങാത്തേരി മെമ്മോറിയൽ നാഷണൽ ലെവൽ ഹെൽത്ത് കെയർ മിഷനറി അവാർഡ്’ ആർച്ച്ബിഷപ്പ് മാർ ജേക്കബ്ബ് തൂങ്കുഴി ഡോ. എച്ച്. എസ്. ഏഡൻവാലക്ക് മരണാനന്തര ബഹുമതിയായി നൽകി. അമ്പതിനായിരത്തൊന്ന് രൂപയും പ്രശസ്തിപത്രവുമാണ് അവാർഡ്. ഡോക്ടർ ഏഡൻവാലയുടെ ഭാര്യ ഗുൽനാർ ഏഡൻവാല അവാർഡ് ഏറ്റുവാങ്ങി. ഡോ. ഏഡൻവാലയുടെ സ്മരണാർത്ഥം ഏർപ്പെടുത്തിയ ഡോ. ഏഡൻവാല മെമ്മോറിയൽ ഒറേഷൻ എന്ന പ്രഭാഷണ പരമ്പരയിൽ ആദ്യത്തെ പ്രഭാഷണം ഡോ. ഏഡൻവാലയുടെ മകൻ, ഇപ്പോൾ യു.കെ.യിൽ ജെറിയാട്രീഷ്യനായി സേവനമനുഷ്ഠിക്കുന്ന ഡോ. ഫിർദോസ് ഏഡൻവാല നിർവ്വഹിച്ചു. 21-ാം നൂറ്റാണ്ടിൽ ജെറിയാട്രിക്ക്സിന്റെ പ്രാധാന്യം എന്നതായിരുന്നു വിഷയം. ഡോ. ഏഡൻവാല മെമ്മോറിയൽ പീഡിയാട്രിക്ക് ചാരിറ്റി ഫണ്ടിന്റെ പ്രഖ്യാപനം മുൻ ഡി.ജി.പി. ഋഷിരാജ്സിംഗ് നിർവ്വഹിച്ചു. സ്മൈൽ ട്രെയിൻ സംഘടനയുടെ ഏഷ്യൻ റീജിയണൽ ഡയറക്ടർ മംമ്ത കാരോൾ ക്ലെഫ്റ്റ് ലിപ് ആന്റ് പാലറ്റിൽ ഫെല്ലോഷിപ്പ് നടത്തുന്നതിന്റെ പ്രഖ്യാപനം നിർവ്വഹിച്ചു. ‘ഡോ. എച്ച്.

എസ്. ഏഡൻവാല ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ക്ലഫ്റ്റ് ലിപ് ആന്റ് പാലറ്റി'ന്റെ പ്രഖ്യാപനം ഡോ. ഏഡൻവാലയുടെ ഭാര്യ ഗുൽനാർ ഏഡൻവാല നിർവ്വഹിച്ചു.

മോൺ. മാത്യു മുരിങ്ങാത്തേരി ബിൽഡിങ്ങിന്റെ പ്രഖ്യാപനം മുൻ ആർച്ച്ബിഷപ്പ് മാർ ജേക്കബ്ബ് തൂങ്കുഴിയും, ഡോ. ഏഡൻവാല മെമ്മോറിയൽ ബിൽഡിങ്ങിന്റെ പ്രഖ്യാപനം സ്മൈൽ ട്രെയിനിന്റെ പ്രസിഡണ്ടും, സി.ഇ.ഒ.-യുമായ സൂസന്ന ഷഫറും നിർവ്വഹിച്ചു. ആശുപത്രി ഡയറക്ടർ ഫാ. റെന്നി മുണ്ടൻകുരിയൻ. സി.ഇ.ഒ. ഡോ. ബെന്നി ജോസഫ്, അസി. ഡയറക്ടർ ഡോ. ഫാ. ഡെമിൻ തറയിൽ, പ്രിൻസിപ്പാൾ ഡോ. പ്രവീൺലാൽ എന്നിവർ ചടങ്ങിൽ സന്നിഹിതരായിരുന്നു. സപ്തതി ആഘോഷങ്ങളോടനുബന്ധിച്ച് മോൺ. മാത്യു മുരിങ്ങാത്തേരിയേയും, ഡോ. ഏഡൻവാലയേയും ആദരിക്കുന്നതിനായി ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് ആശുപത്രിയിൽ നടന്നുവന്ന പെലിക്കാനസ് 2022 ജൂൺ 20 ന് സമാപിച്ചു.

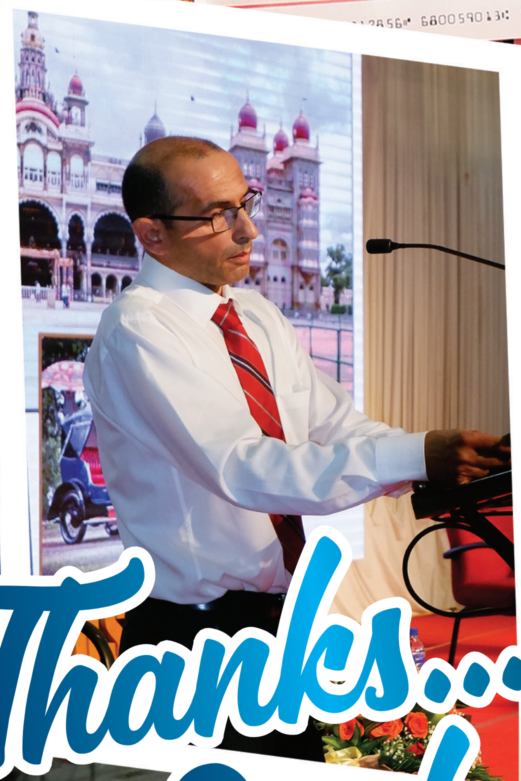
# Thanks... Smile Train

സപ്തതി ആഘോഷങ്ങളുടെ ഭാഗമായി ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് ആശുപത്രിയിൽ സൗജന്യ മുറിച്ചുണ്ട് മുറിയണ്ണാക്ക് ശസ്ത്രക്രിയക്ക് വിധേയരായ കുട്ടികളുടെ സംഗമം നടന്നു. കുട്ടികളും മാതാപിതാക്കളുമായി ഏകദേശം ആയിരത്തോളം പേർ സംഗമത്തിൽ പങ്കെടുത്തു. സ്മൈൽ ട്രെയിൻ സംഘടനയുടെ സഹായത്തോടെയാണ് ജൂബിലിയിൽ സൗജന്യ മുറിച്ചുണ്ട് മുറിയണ്ണാക്ക് ശസ്ത്രക്രിയകൾ നടന്നുവരുന്നത്. സ്മൈൽ ട്രെയിൻ സംഘടനയുടെ പ്രസിഡണ്ടും, സി.ഇ.ഒ.യുമായ സൂസന്ന ഷഫർ, ഏഷ്യൻ പ്രതിനിധിയായ മംമ്ത കാരോൾ, മുൻ ഡി.ജി.പി. ഋഷി രാജ്സിംഗ് എന്നിവർ ചടങ്ങിൽ സന്നിഹിതരായിരുന്നു. ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് സി.ഇ.ഒ. ഡോ. ബെന്നി ജോസഫ് സ്വാഗതം പറഞ്ഞ ചടങ്ങിൽ ഡയറക്ടർ ഫാ. റെന്നി മുണ്ടൻകുരിയൻ അദ്ധ്യക്ഷത വഹിച്ചു. ജൂബിലി മിഷൻ ഹോസ്പിറ്റലിലെ ചാൾസ് പിന്റോ ക്ലഫ്റ്റ് ലിപ് ആന്റ് ക്ലഫ്റ്റ് പാലറ്റ് സെന്റർ മേധാവി ഡോ. പി. വി. നാരായൺ സ്മൈൽ ട്രെയിൻ സംഘടനയെ നന്ദി അറിയിച്ചു. ഡോ. ഏഡൻവാലയുടെ ഭാര്യ ഗുൽനാർ ഏഡൻവാല, മക്കളായ മെഹർ വർഗ്ഗീസ്, ഫിർദോസ് ഏഡൻവാല എന്നിവർ ചടങ്ങിൽ സന്നിഹിതരായിരുന്നു. തുടർന്ന് കുട്ടികളുടെ കലാപരിപാടികൾ നടന്നു.

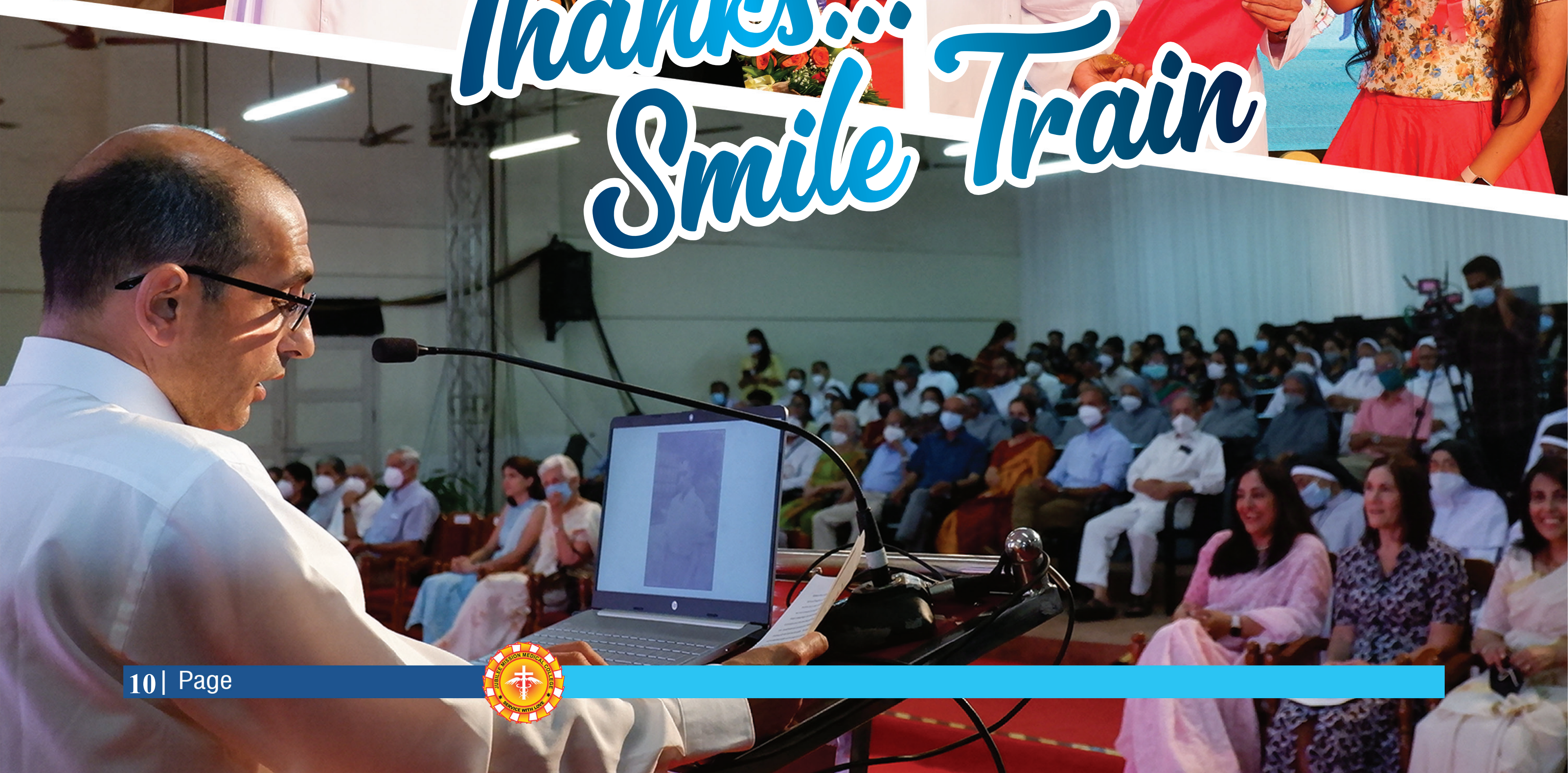
1959 മുതൽ ജൂബിലി മിഷനാശുപത്രിയിൽ സേവനമനുഷ്ഠിച്ചിരുന്ന ഡോ. എച്ച്. എസ്. ഏഡൻവാല അക്കാലത്തെ മധ്യ കേരളത്തിലെ ആരോഗ്യരംഗത്തെ ആവശ്യങ്ങൾ നിർവ്വഹിച്ചു പോന്നു. ആഫ്രിക്കൻ ഗ്രാമങ്ങളിലേക്ക് സേവനത്തിനായി പോകാൻ ഒരുങ്ങിയിരുന്ന ഡോക്ടർ അതേ സേവനമനോഭാവത്തോടെയാണ് ജൂബിലിയിൽ പ്രവർത്തിച്ചിരുന്നത്. അതുകൊണ്ടുതന്നെ ഡോ. ഏഡൻവാല എന്ന പേര് പരിചയമില്ലാത്ത വയോധികർ തൃശ്ശൂർ ജില്ലയിൽ വിരളമായിരിക്കും. പിന്നീട് അദ്ദേഹം തന്റെ സേവനം മുറിചുണ്ടും മുറിയണ്ണാക്കും മൂലം കഷ്ടപ്പെടുന്ന രോഗികൾക്കായി മാറ്റിവെച്ചു. ഇതിനായി അദ്ദേഹം ന്യൂയോർക്ക് ആസ്ഥാനമായി പ്രവർത്തിക്കുന്ന സ്മൈൽ ട്രെയിൻ സംഘടനയുമായി ചേർന്ന് 2000 മുതൽ ജൂബിലിയിൽ സൗജന്യ മുറിച്ചുണ്ട് മുറിയണ്ണാക്ക് ശസ്ത്രക്രിയകൾ ചെയ്തിരുന്നു. നാളിതുവരെ ഏകദേശം ഇരുപത്തിമൂവ്വായിരത്തോളം സൗജന്യ മുറിച്ചുണ്ട് മുറിയണ്ണാക്ക് ശസ്ത്രക്രിയകൾ ജൂബിലിയിൽ ചെയ്തിട്ടുണ്ട്. 2020-ൽ അദ്ദേഹം നിര്യാതനായി. അദ്ദേഹത്തെ ആദരിക്കുന്നതിനും സ്മൈൽ ട്രെയിൻ സംഘടനയെ നന്ദി അറിയിക്കുന്നതിനുമായാണ് സൗജന്യ മുറിച്ചുണ്ട് മുറിയണ്ണാക്ക് ശസ്ത്രക്രിയയിലൂടെ സുഖപ്പെട്ട കുട്ടികളുടെ സംഗമം സംഘടിപ്പിച്ചത്.

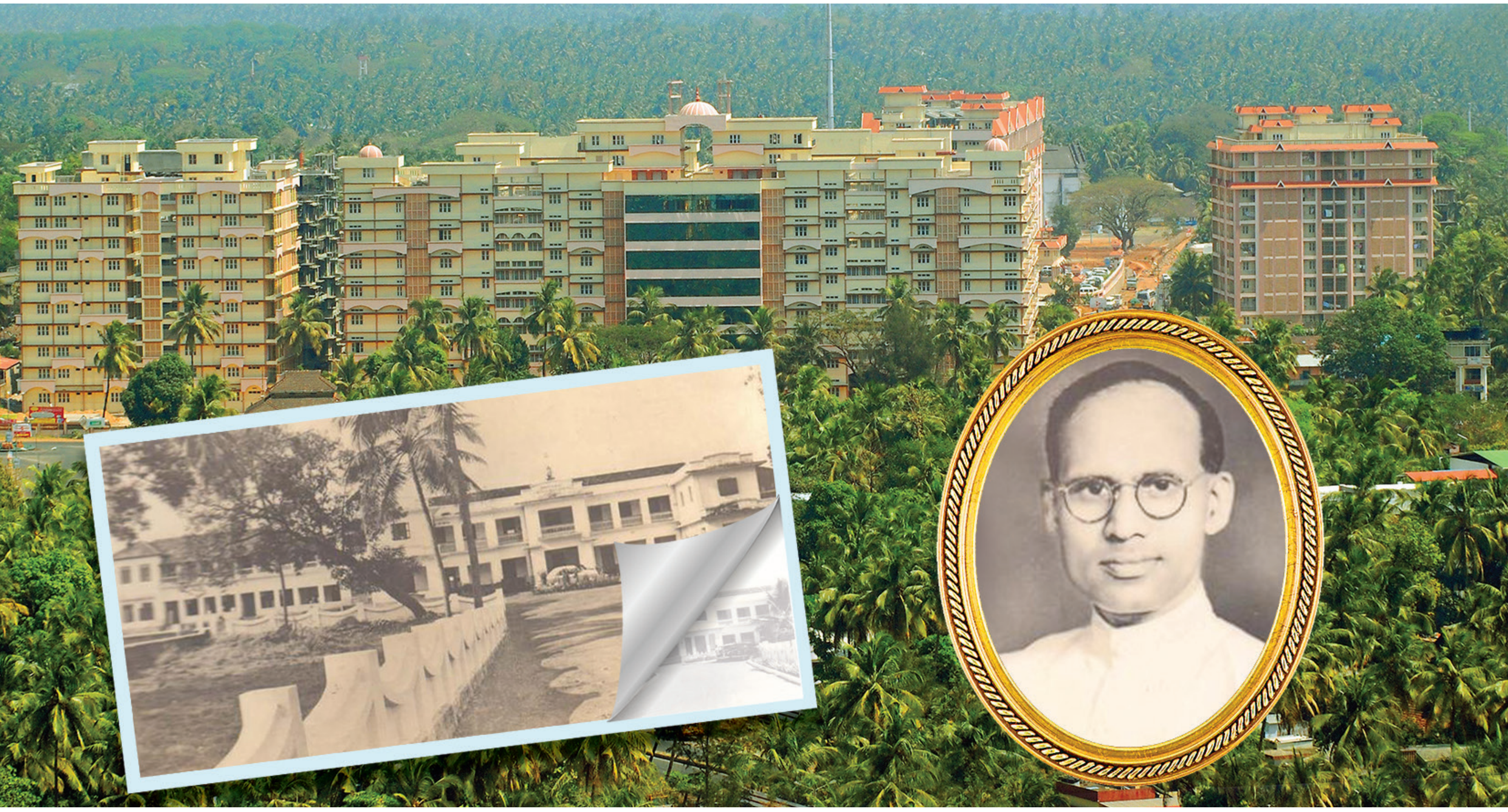
# Thanks... Smile Train

# Thanks... Smile Train



# Thanks... Smile Train





# മുളങ്കൂടാരം പടർന്ന് പന്തലിച്ചു.

മുളകൊണ്ടുണ്ടാക്കിയ കുറച്ചു താൽക്കാലിക മുറികൾ, 600 രൂപ മൂലധനം, നഴ്സിങ് ബിരുദമെടുത്ത 2 കന്യാസ്ത്രീകൾ, ആഫ്രിക്കയിലേക്കു പോകാനിരുന്ന പാഴ്സി വംശജനായിരുന്ന ഏഡൻവാല ഡോക്ടർ...

1951–ൽ ഇത്രയും ചെറിയൊരു സാഹചര്യത്തിൽ ഇന്നത്തെ ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജിനു തുടക്കം കുറിച്ചപ്പോൾ അന്നത്തെ അതിരൂപതാധ്യക്ഷൻ മുറ്റത്തൊരു മരം നട്ടു. 'ഡെറ്റോൾ' മണം പുറപ്പെടുവിക്കുന്ന കാനൻ ബോൾ ട്രീ എന്നു ശാസ്ത്രനാമമുള്ള സർപ്പലിംഗ മരത്തിന്റെ തൈ. ആശുപത്രിയുടെ തെക്കുപടിഞ്ഞാറ് ഈ മരം വളർന്നു വലുതായതിനൊപ്പം ആ മുളങ്കൂടാരം കൂറ്റൻ കെട്ടിടങ്ങളും 1300 കിടക്കകളും നൂറുകണക്കിനു സ്പെഷ്യൽറ്റി ശാഖകളുമുള്ള വൻമരമായി പന്തലിച്ചു, 70 വർഷത്തിന്റെ പച്ചപ്പോടെ.

മുംബൈ കർദിനാൾ ആയിരുന്ന വാലേരിയൻ ഗ്രേഷ്യസ് വഴി അന്നു ലഭിച്ച ഡോക്ടർ ഏഡൻവാലയും ആശുപത്രിയുടെ

സ്ഥാപക ഡയറക്ടർ മോൺ. മാത്യു മുരിങ്ങാത്തേരിയും ഓർമിക്കപ്പെടുകയാണ് ഇപ്പോൾ. മോൺ. മാത്യു മുരിങ്ങാത്തേരി മെമ്മോറിയൽ ദേശീയ പുരസ്കാരവും ഡോ. എച്ച്. എസ്. ഏഡൻവാല സ്മാരക പ്രഭാഷണവും 70-ാം വാർഷികത്തിന്റെ ഭാഗമായി നടത്തപ്പെട്ടു. സ്മൈൽ ട്രെയിൻ പദ്ധതിയിലൂടെ മുറിച്ചുണ്ട് ശസ്ത്രക്രിയ കഴിഞ്ഞവരുടെ സംഗമവും നടന്നു.

ഡോ. വർഗീസ് പോൾ, ഡോ. സണ്ണി ജോർജ്, ഡോ. അച്ചാപ്പിള്ള, ഡോ. മിസ്ട്രി, ഡോ. രാംകുമാർ, ഡോ. ഉണ്ണി എന്നിവരുൾപ്പെട്ട 'സ്ഥാപകഡോക്ടർമാ'രുടെ സംഘം സെക്യൂരിറ്റി ഗേറ്റ് മുതൽ ശസ്ത്രക്രിയാ മുറി വരെ ഓടിനടന്നു പണിയെടുത്താണ് ആശുപത്രി വളർത്തിയത്. മുറിച്ചുണ്ട് - മുറി അണ്ണാക്ക് ശസ്ത്രക്രിയയിൽ ലോക പ്രശസ്തനായിരുന്ന ഡോ. ഏഡൻവാലയുടെ ശമ്പളം വെറും 300 രൂപയായിരുന്നു അന്ന്. തീപ്പൊള്ളൽ, പാമ്പു ചികിത്സാവിഭാഗം തുടങ്ങിയപ്പോൾത്തന്നെ രാജ്യാന്തര ശ്രദ്ധ നേടി. പുഴുങ്ങിയ ഉരുളക്കിഴങ്ങിന്റെ തൊലി ഉപയോഗിച്ചു ഡോക്ടറുടെ ഭാര്യ ഡോ. ഗുൽനാർ തയ്യാറാക്കിയ ബാൻഡേജ് പ്ലാസ്റ്റിക് സർജറി രാജ്യാന്തര ചർച്ചയായി. ഡോ. വർഗീസ് പോളിന്റെ നേതൃത്വത്തിലായിരുന്നു പാമ്പുവിഷ ചികിത്സ.

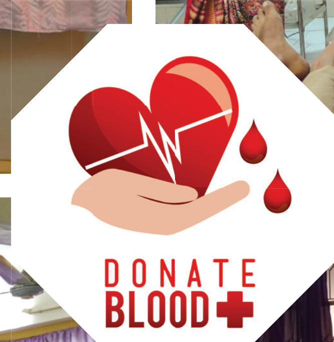
ഡയറക്ടറുടെ കസേരയിൽ ഇരിക്കാതെ ചോറു പൊതിയുമായി വാർഡുകളിലെ പാവപ്പെട്ടവരെ തേടിനടന്നാണ് അന്നത്തെ ഡയറക്ടർ മോൺ. മുരിങ്ങാത്തേരി ആശുപത്രി വളർത്തിയതെന്നു പിന്നീട് ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് ആയപ്പോൾ സ്ഥാപക ഡയറക്ടർ ആയി ചുമതല വഹിച്ച ഫാ. ഡോ. ഫ്രാൻസിസ് ആലപ്പാട്ട് ഓർമ്മിക്കുന്നു.

ആശുപത്രി വളർച്ചയുടെ 70 വർഷം പൂർത്തിയാക്കുമ്പോൾ അകലെ വേലൂരിലെ അർണോസ് പാതിരി പള്ളിയിലെ കബറിടത്തിൽ ഉറങ്ങികിടക്കുകയാണ് മോൺ. മാത്യു മുരിങ്ങാത്തേരി. ലക്ഷക്കണക്കിനു മുഖങ്ങളിൽ വിരിയിച്ച 'പുഞ്ചിരിത്തീവണ്ടി'യുടെ ഓർമയായി ഏഡൻവാല ഡോക്ടറും.

# രക്തം നൽകി ജീവൻ നൽകാം

ABO രക്തഗ്രൂപ്പ് നിർണ്ണയിക്കുന്ന മഹത് കണ്ടുപിടുത്തത്തിലൂടെ രക്തദാനശാഖയെതന്നെ വിപ്ലവാത്മകരമായ് ഉയർത്തിയ Karl Landstimer-ന്റെ ജന്മദിന വാർഷികമാണ് ലോകരക്തദാതൃദിനമായി ജൂൺ 14ന് ആചരിക്കുന്നത്. സന്നദ്ധ രക്തദാനം എന്ന സന്ദേശം ജനങ്ങളിലേയ്ക്ക് എത്തിക്കുന്നതിനായും സന്നദ്ധ രക്തദാതാക്കളെ ആദരിക്കുന്നതിനുമായാണ് ഈ ദിനമാചരിക്കുന്നത്. ഈ ദിനാചരണത്തിന്റെ ഭാഗമായി Department of Transfusion Medicine, MBBS വിദ്യാർത്ഥികൾക്കായ് ഇന്റർബാച്ച് ക്വിസ് മത്സരം സംഘടിപ്പിച്ചു. രജിസ്റ്റർ ചെയ്ത ഒമ്പത് ടീമുകളിൽനിന്നും അഞ്ച് ടീം വിദ്യാർത്ഥികൾ പ്രിലിമിനറി ടെസ്റ്റിലൂടെ ഫൈനൽ റൗണ്ടിലേയ്ക്ക് പ്രവേശനം നേടി. ഫൈനൽ റൗണ്ട് മത്സരത്തിൽ റിയ തെരേസ് ജോജോ & സ്നേഹ സുരേഷ് (16th Batch) ഒന്നാം സ്ഥാനവും, ഗോവിന്ദ് കൃഷ്ണ പി. & എഡ്വിൻ ടോമി (17th Batch) രണ്ടാം സ്ഥാനവും, നിരഞ്ജന ഡേവിസ് & ഷംസാന (15th Batch), ആഗ്ന സോണി & നവ്യ പി. (18th Batch) മൂന്നാം സ്ഥാനവും കരസ്ഥമാക്കി.

ലോക രക്തദാതൃദിനത്തിൽ ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജിലെ രക്തബാങ്കിൽ ഏറ്റവുമധികം രക്തം ദാനം ചെയ്തിട്ടുള്ള ഡോ. ഫിജു ചാക്കോ (പ്രൊഫസർ, ന്യൂറോളജി വിഭാഗം), ശ്രീ. സിബിൻ സെബാസ്റ്റ്യൻ (എം. ആർ. ഐ. സ്കാൻ ടെക്നോളജിസ്റ്റ്), സന്നദ്ധരക്തദാതൃസംഘടനയായ ബ്ലഡ് ഡോണർസ് കേരള, തൃശൂർ എന്നിവർക്ക് ബ്ലഡ് ഹീറോസായി ജീവധാര - 2022 പരിപാടിയിൽ ഡയറക്ടർ ഫാ. റെന്നി മുണ്ടൻകുരിയൻ ഉപഹാരം നൽകി ആദരിച്ചു. തദ്ദിനത്തിൽ എൻ. സി. സി. തൃശൂർ വിങ്ങിൽനിന്നും 50 പേർ രക്തദാനം ചെയ്ത് ഐക്യദാർഢ്യം പ്രഖ്യാപിച്ചു.



# പ്രഭ ചൊരിഞ്ഞ് പുതിയ ബോർഡ്

ജൂബിലി മിഷൻ ആശുപത്രിയിൽ പുതിയതായി സ്ഥാപിച്ച ലൈറ്റ് ബോർഡുകളുടെ സ്വിച്ച് ഓൺ കർമ്മം ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് & റിസർച് ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ടിന്റെ മുൻ ഡയറക്റ്ററും, പുത്തൻപള്ളി വികാരിയുമായ റവ. ഫാ. ഫ്രാൻസീസ് പള്ളിക്കുന്നത്ത് നിർവഹിക്കുന്നു.

# സൗജന്യ നേത്ര രോഗ നിർണ്ണയ ക്യാമ്പ്

തൃശ്ശൂർ ലയൺസ് ക്ലബ്ബിന്റെ സഹകരണത്തോടെ ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജിലെ നേത്രരോഗ വിഭാഗം 2022 മെയ് ഇരുപത്തി ഏഴാം തീയതി, വെള്ളിയാഴ്ച പുല്ലഴിയിലെ സെന്റ് ജോസഫ് ഹോമിൽ സൗജന്യ നേത്ര രോഗ നിർണയ ക്യാമ്പ് നടത്തി.

ജൂബിലി ആശുപത്രി ഡയറക്ടർ ഫാദർ റെന്നി മുണ്ടൻകുര്യൻ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്ത ചടങ്ങിൽ, സെന്റ് ജോസഫ് ഹോം ഡയറക്ടർ ഫാദർ ലൂയിസ് എടക്കളത്തൂർ അധ്യക്ഷത വഹിച്ചു. ലയൺസ് ക്ലബ് വൈസ് ഡിസ്ട്രിക്ട് ഗവർണർ ജെയിംസ് വളപ്പില മുഖ്യപ്രഭാഷണം നൽകി. ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് ഒഫ്താൽമോളജി വിഭാഗം എച്ച്.ഒ.ഡി. ഡോ. ആൻഡ്രൂസ് കാക്കനാട്ടിനെ, അദ്ദേഹത്തിന്റെ നിസ്വാർത്ഥ സാമൂഹിക സേവനങ്ങളുടെ അംഗീകാരമായി പൊന്നാടയണിയിച്ച് അനുമോദിച്ചു. തുടർന്ന് അദ്ദേഹം ബോധവൽക്കരണ ക്ലാസും നൽകി.

സെന്റ് ജോസഫ് ഹോമിലെ 90 ഓളം അന്തേവാസികൾക്ക് സൗജന്യ നേത്ര രോഗ നിർണയവും, അവശ്യ മരുന്നുവിതരണവും കണ്ണട വിതരണവും നടത്തി. തുടർന്ന് തിരഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ട 17 രോഗികൾക്ക് വിദഗ്ധ ചികിത്സയും,അർഹരായ മൂന്ന് തിമിര രോഗികൾക്ക് ജൂബിലി മെഡിക്കൽ കോളേജ്,സൗജന്യ തിമിര ശസ്ത്രക്രിയയും നടത്തി.

# അന്താരാഷ്ട്ര യോഗാദിനം

അന്താരാഷ്ട്ര യോഗ ദിനാചരണത്തിന്റെ ഭാഗമായി ESIC (Employees' State Insurance Corporation) യും നാഷണൽ ആയുഷ് മിഷനും സംയുക്തമായി യോഗ അവബോധന ക്യാമ്പ് ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് & റിസർച്ച് ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ടിൽ നടത്തി. ആരോഗ്യപൂർണമായ ജീവിതം നയിക്കുന്നതിന് യോഗയുടെ പ്രാധാന്യം വളരെയേറെയാണ്. നാഷണൽ ആയുഷ് മിഷന്റെ യോഗാചാര്യ ശ്രീമതി രേവതിയുടെ നേതൃത്വത്തിലാണ് യോഗ ക്യാമ്പ് നടന്നത്. ക്യാമ്പിൽ എല്ലാ വിഭാഗങ്ങളിലും പെട്ട

മുപ്പതോളം ജീവനക്കാർ പങ്കെടുത്തു. അസിസ്റ്റന്റ് ഡയറക്ടർ ഫാ.ജിമ്മി ഇടക്കുളത്തുരിന്റെയും സീനിയർ ലീഗൽ സ്പെഷ്യലിസ്റ്റ് അഡ്വ. ജസ്റ്റിൻ സി ജെയുടെയും HR മാനേജർ ശ്രീ. നോബിൾ തോമാസിന്റെയും സാന്നിദ്ധ്യത്തിൽ നടന്ന ക്യാമ്പിൽ ചില പ്രധാന യോഗാസനകൾ പരിചയപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്തു.

# മുദ്ര ആർട്ട്സ് ഫെസ്റ്റ്

ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജിൽ 'മുദ്ര' ആർട്സ് ഫെസ്റ്റ് 2022 ജൂൺ 17, 18, 19 തീയതികളിൽ സംഘടിപ്പിച്ചു. ആർട്സ് സെക്രട്ടറി സുജിത ശ്യാമിന്റെയും വൈസ് സെക്രട്ടറി ജസൽ മാത്യുവിന്റെയും നേതൃത്തിലുള്ള ആർട്സ് കമ്മിറ്റിയും സഹസ്ര സ്റ്റുഡന്റ് കൗൺസിലും ചേർന്ന് സംഘടിപ്പിച്ച പരിപാടി 17-നു ഉദ്ഘാടനചടങ്ങോടെ ആരംഭിച്ചു. ഗായകനും ഐഡിയ സ്റ്റാർ സിങ്ങർ ഫൈനലിസ്റ്റുമായ രാഹുൽ സത്യനാഥ് മുഖ്യ അതിഥിയായി. മാനേജ്മെന്റിന്റെയും അധ്യാപകരുടെയും പൂർണ പിന്തുണയോടെ നടന്ന പരിപാടി വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് തങ്ങളുടെ കലാമികവ് പ്രകടിപ്പിക്കാൻ നല്ലൊരു അവസരമേകി. വിവിധ സ്റ്റേജുകളിലായി നടന്ന പരിപാടിയിൽ 17-ാം ബാച്ച് ജേതാക്കളായി.

മുദ്ര
ആർട്ട്സ്
ഫെസ്റ്റ്

# Congratulations

ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് ആശുപത്രിയുടെ ഫോറൻസിക്ക് മെഡിസിൻ വിഭാഗം മേധാവി ഡോ. കെ. പദ്മകുമാറിനെ ഇന്ത്യൻ അക്കാദമി ഓഫ് മെഡിക്കോലീഗൽ എക്സ്പേർട്ട്സിന്റെ നാഷണൽ വൈസ് പ്രസിഡന്റായി തിരഞ്ഞെടുത്തു. ഡോ. കെ. പത്മകുമാറിനെ ആശുപത്രി ഡയറക്ടർ ഫാ. റെന്നി മുണ്ടൻകുരിയൻ, സി.ഇ.ഒ. ഡോ. ബെന്നി ജോസഫ് എന്നിവർ അനുമോദിച്ചു.

DNB/ Dr NB 2020 ലെ അവസാന വർഷ പരീക്ഷയിൽ ഫിസിക്കൽ മെഡിസിൻ & റീഹാബിലിറ്റേഷൻ വിഭാഗത്തിൽ മികച്ച വിജയത്തിനുള്ള President NBEMS Gold Medal കരസ്ഥമാക്കിയ ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് ഫിസിക്കൽ മെഡിസിൻ & റീഹാബിലിറ്റേഷൻ വിഭാഗം അസിസ്റ്റന്റ് പ്രൊഫസർ ഡോ. റെനി ബെന്നിക്കു ജൂബിലി കുടുംബത്തിന്റെ ആശംസകൾ.

ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ജനറ്റിക്സ് & ഹോസ്പിറ്റൽ ഫോർ ജനറ്റിക് ഡിസീസസ്, ഹൈദരാബാദിൽ Advances in genetic diagnosis in the Era of OMICS എന്ന വിഷയത്തെ ആസ്പദമാക്കി നടന്ന ഇന്റർനാഷണൽ കോൺഫറൻസിൽ Young Scientist അവാർഡ് വിഭാഗത്തിൽ സമ്മാനർഹനായ ജൂബിലി സെന്റർ ഫോർ മെഡിക്കൽ റിസർച് വിഭാഗം Ph D സ്കോളർ ഫാ. ജിജോ ഫ്രാൻസിസിനു ജൂബിലി കുടുംബത്തിന്റെ അഭിനന്ദനങ്ങൾ.

ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ജനറ്റിക്സ് & ഹോസ്പിറ്റൽ ഫോർ ജനറ്റിക് ഡിസീസസ്, ഹൈദരാബാദിൽ Advances in genetic diagnosis in the era of OMICS എന്ന വിഷയത്തെ ആസ്പദമാക്കി നടന്ന ഇന്റർനാഷണൽ കോൺഫറൻസിൽ ഓറൽ പ്രസന്റേഷനിൽ മൂന്നാം സ്ഥാനം നേടിയ ജൂബിലി സെന്റർ ഫോർ മെഡിക്കൽ റിസർച് വിഭാഗം റിസർച് അസിസ്റ്റന്റ് സൗമ്യ രാജിന് ജൂബിലി കുടുംബത്തിന്റെ അഭിനന്ദനങ്ങൾ.

# Welcome to Jubilee Family

| | |
|---|---|
| Dr. Daryl Davis | General Surgery |
| Dr. Sneha Babu Zacharia | General Surgery |
| Dr. Reshma Radhakrishnan | General Surgery |
| Dr. Rejana Rachel Joy | General Surgery |
| Dr. Yadu Krishnan G | General Surgery |
| Dr. Joseph J Kakkassery | Urology |
| Dr. Jyothis Jose | Nephrology |
| Dr. Vivek M Gopinathan | Neurosurgery |
| Dr. Anjali Annie George | JCMR |
| Mrs. Marymol A F | MC Pharmacology |
| Sr. Jancy T T (Sr Daya Thomas) | Central Laboratory |
| Ms. Limiga P O | Pharmacy |
| Sr. Angeline (Seema Antony) | Pharmacy |
| Mrs. Sindhu Ramkumar | Welfare Store |
| Mrs. Infanta Merlin | Welfare Store |

## MEDICAL RECORDS

Mr. Jeeson C A
Mrs. Alna Saji
Ms. Christeena Benny
Mr. Ajith A A

## AYURVEDA

Mr. Godwin Maliakkal
Mrs. Rachana K C

## CANTEEN

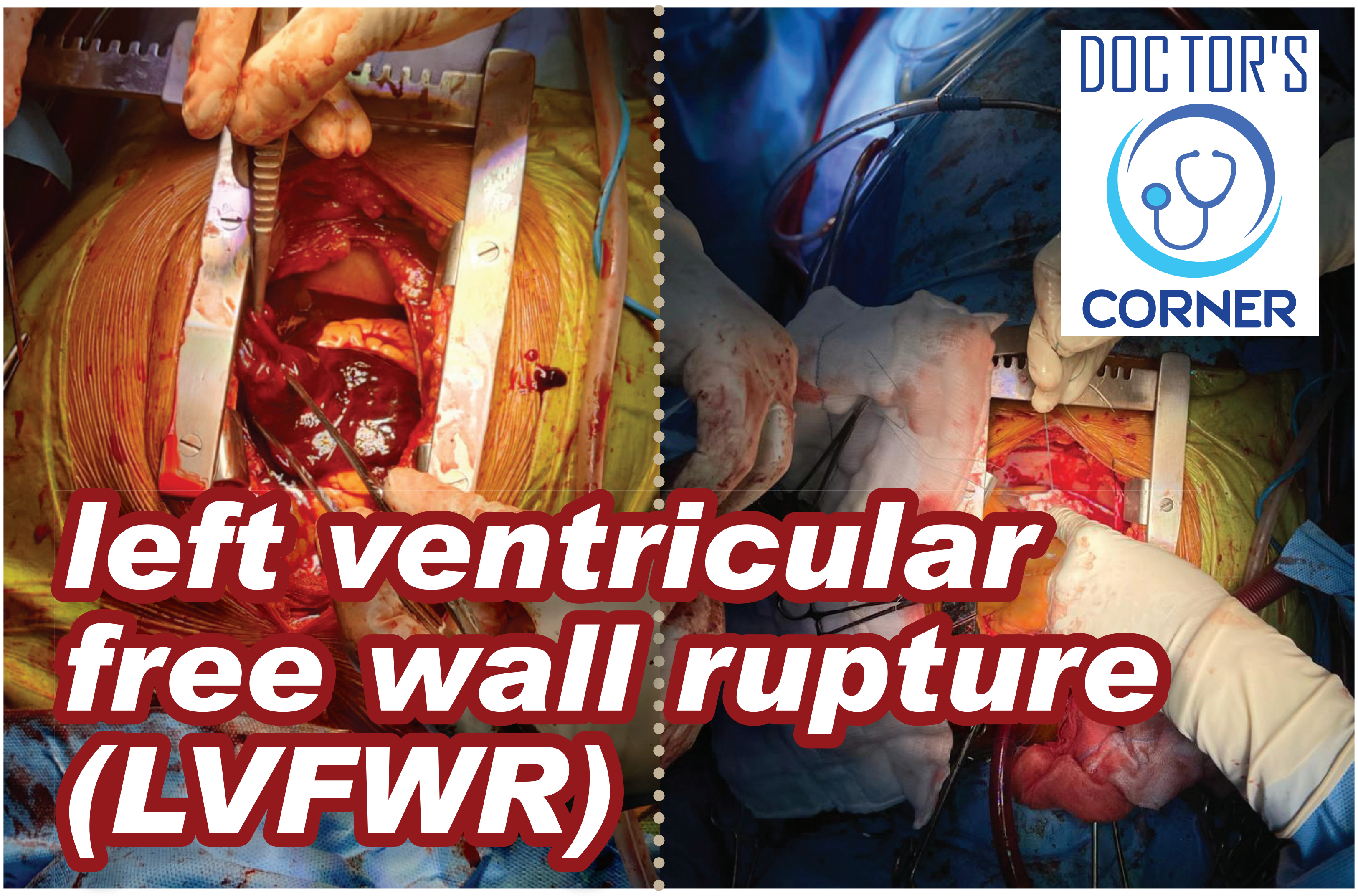
Mrs. Meethu C Anto
Mrs. Shynu Deji
Mrs. Beena Joy
Mrs. Sneha M
Mrs. Saly N P

## NURSING

Ms. Mariya Dhanapaul
Mrs. Tency A J
Mrs. Chinchu Kuriakose
Mrs. Binny George
Mrs. Anju T C
Mrs. Preena Prasad
Ms. Freeda Francis
Ms. Vinaya M B
Mrs. Likhitha Pathrose
Mrs. Anu K G
Mrs. Jency C P
Ms. Athira C J
Ms. Mariya C A
Ms. Stephy Joseph
Mrs. Jisa Jose

Mrs. Nimmy George
Mrs. Anju A F
Mrs. Vincy Varghese
Mrs. Linta Vincent
Mrs. Lijy P George
Mrs. Anu A V
Mrs. Sofiya Pius
Mrs. Jincy P J
Mrs. Babitha N B
Ms. Jaicil P S
Mrs. Reshma M R
Ms. Sharol Jose
Mrs. Merlin Martin
Mrs. Maya V B

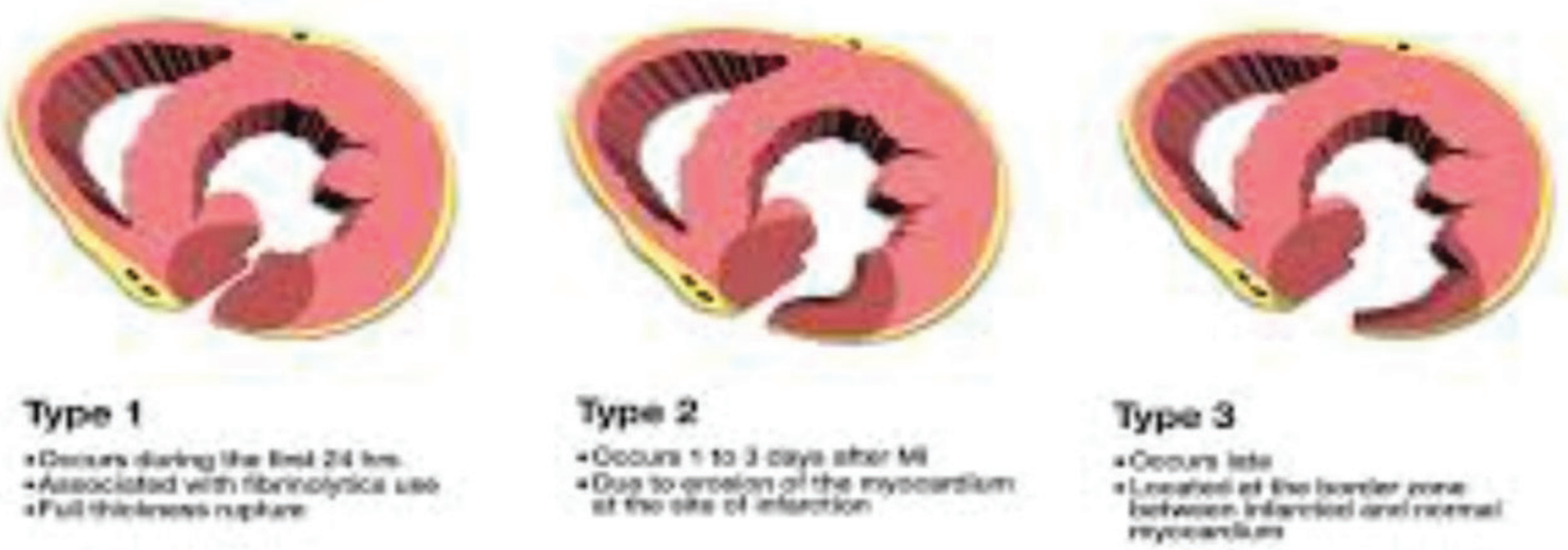
Mrs. Neha Johny
Mrs. Shincy P S
Mrs. Amitha Gopi
Sr. Sneha Thomas
Mrs. Syamily K S
Mrs. Babitha V D
Mrs. Jesseena James
Mrs. Nimmya U P
Mrs. Jomy Jose
Mrs. Agna Shaji
Ms. Sandra Sajan
Mrs. Stephymol Sunny
Mrs. Rincy V P
Mrs. Rose Mary Jose




# left ventricular free wall rupture (LVFWR)

Left ventricular free wall rupture (LVFWR) is a rare but catastrophic complication of acute MI. Incidence of LVFWR is 0.2 to 2 percentage of acute MI.

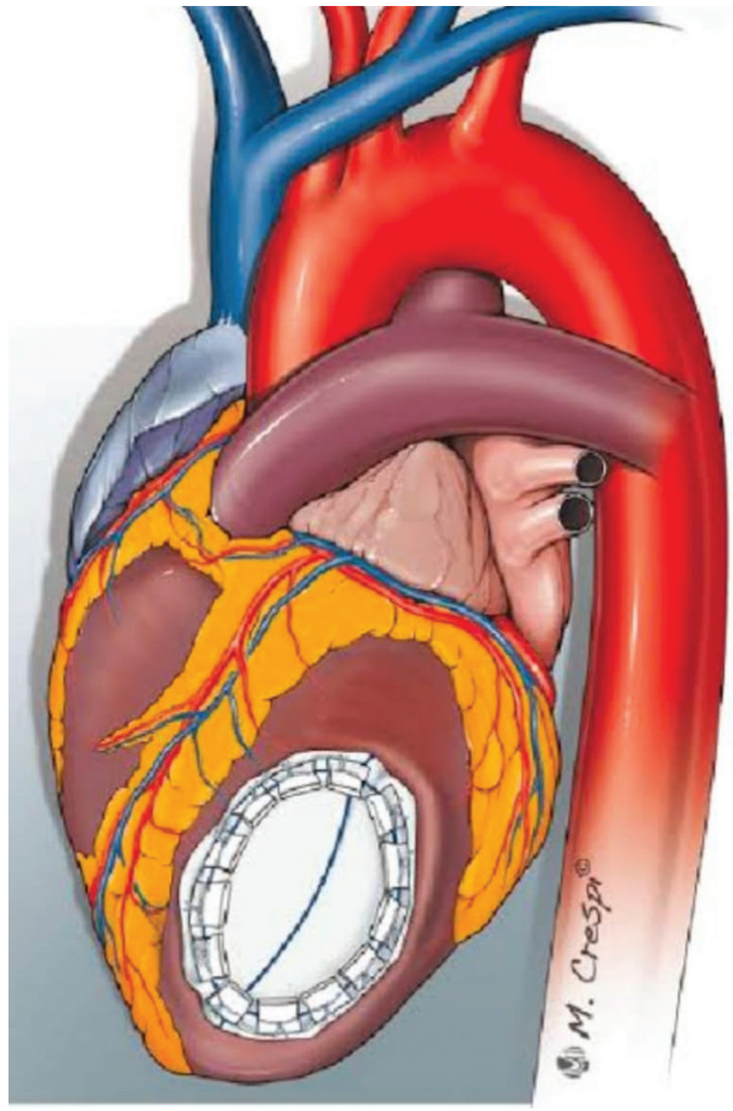
Other rare causes include blunt or penetrating trauma to heart, cardiac infection, aortic dissection and primary or secondary tumours of heart .




Iatrogenic causes include percutaneous cardiac interventions and surgical procedures. Cases of cardiac rupture have been reported in Takotsubo cardiomyopathy too.

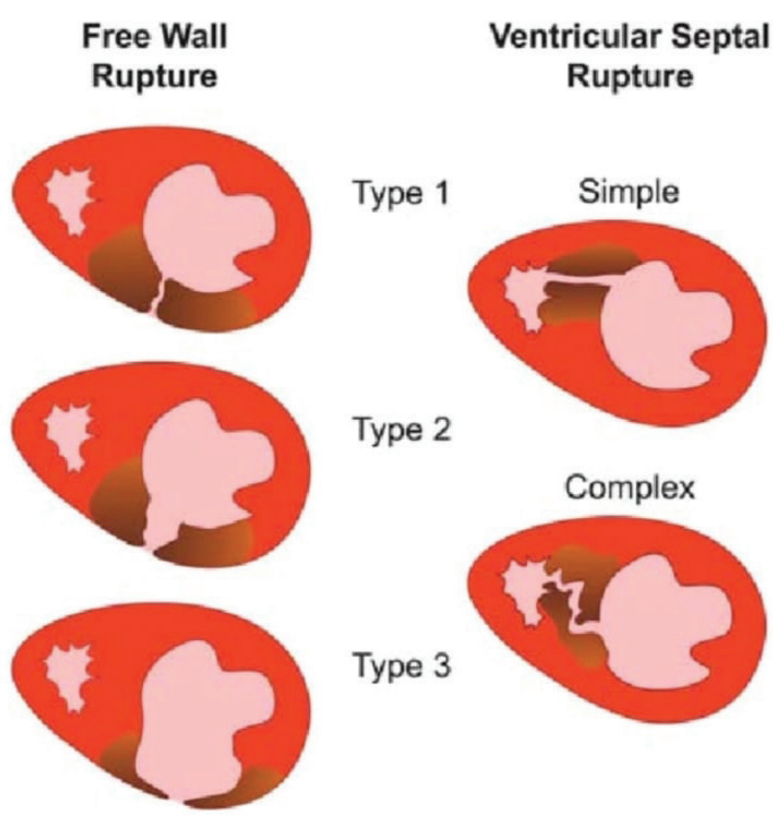
Patients with - Cardiac rupture due to acute MI occuring outside hospital will not survive to reach hospital. Even if they reach hospital mortality rate is very high.

Surgical repair is the definitive procedure to save such a patient. Prompt diagnosis and management can lead to successful treatment of LVFWR. A transthoracic echocardiogram is enough to diagnose LVFWR. Presence of hemopericardium, epicardial clots and cardiac tamponade along with features of acute MI are the typical finding in LVFWR




Multiple surgical strategies has been proposed. Most common methods include a direct closure using a patch or infarctectomy/ Multiple surgical strategies has been proposed. Most common methods include a direct closure using a patch or infarctectomy (excision of the infarcted segment) and subsequent repair using a patch.

Surgical repair is done with a cardio pulmonary bypass(CPB) support via a femoral - femoral approach. In these cases conventional CPB cannot be done as the patient will bleed to death if pericardium is opened. Post operative care include management of surgical complications and management of acute MI. Mortality is as high as 60 percentage. Those who do well will have a near normal ventricular function.




**Austin Raj R S**
Assistant Professor
Cardiac Surgery

# Appreciation from the depth of my heart

The team headed by Dr. Alice, Dr. Sereena and the nursing Angels are wonderful, you made sure that my wife Sulaikha was comfortable during our stay in the Hospital. Really appreciate your mighty show of warm heartedness, Love and cares. Remain Blessed.

**Together,
We are the
Patient Experience !**

Last but not least, "Dr. Christina", sister "Soya" are real angels here and one day after all before. Their love and care, patience really touched our hearts. God bless them. Ameen.

About our sister (Nursing Gynaecology section) $2^{nd}$ floor are real great heroes. Thank you Nurses because of you we all are in a happier and healthier world. Sister Steffi, thank you for taking care of my wife and keeping her safe. You are an amazing Nurse. God bless you all, Ameen.

Thank you all for your relentless adherence to providing compassionate and selfless care for my better half and also to all around you. Mother Teresa taught, God does not command us to do great things. God commands us to do little things with great love.

This is what you all are doing.

**S. M. Abdullah**

# ജ്യോതിസ് സെന്റർ ജൂബിലിയിൽ

## ദേശീയ എയ്ഡ്സ് നിയന്ത്രണ പരിപാടി (NACP)

ദേശീയ എയ്ഡ്സ് നിയന്ത്രണ പരിപാടിയുടെ ഭാഗമായി കേരളാ സ്റ്റേറ്റ് എയ്ഡ്സ് കൺട്രോൾ സൊസൈറ്റിയുടെ (KSACS) നേതൃത്വത്തിൽ ICTC/ ജ്യോതിസ് സെന്റർ (Integrated Counselling and Testing Centre) ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജിൽ 2014 മുതൽ പ്രവർത്തിക്കുന്നു.

Dr. Susheela J. Innah (Chief of Lab Services & Blood Centre, JMMC & RI) മെഡിക്കൽ ഓഫീസറായിട്ടുള്ള ICTC/ ജ്യോതിസ് സെന്റർ, St. Thomas Block-ൽ ഒന്നാം നിലയിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്നു.

**ICTC/ ജ്യോതിസ് സേവനങ്ങൾ**

- സൗജന്യ HIV കൗൺസലിംഗ്
- സൗജന്യ HIV പരിശോധന
- HIV അണുബാധിതർക്ക് ചികിത്സാ സംബന്ധമായ റഫറൻസ് (ART റഫറൻസ്)
- HIV അണുബാധയുള്ള അമ്മയിൽനിന്നും കുഞ്ഞിലേക്ക് HIV അണുബാധ തടയാനുള്ള മരുന്ന്.
- EID Testing Facility (Early Infant Diagnosis)

**(ഗർഭിണികളേയും, ക്ഷയരോഗികളേയും (TB), HIV അണുബാധ ഉണ്ടെന്ന് സംശയിക്കുന്ന രോഗികളേയും, നിർബന്ധമായും HIV പരിശോധനയ്ക്ക്, ICTC/ ജ്യോതിസ് സെന്ററിൽ റഫർ ചെയ്യാവുന്നതാണ്.)**

ബാലവേല വിരുദ്ധ ദിനം
**ജൂൺ 12**

# കുട്ടികൾ കളിക്കട്ടേന്നേ...

ബാലവേല നിരോധനത്തെക്കുറിച്ച് സമൂഹത്തിന് ബോധവത്ക്കരണം നടത്താനാണ് എല്ലാ വർഷവും ജൂൺ 12-ന് ലോക ബാലവേല വിരുദ്ധ ദിനം ആചരിക്കുന്നത്. ഒരു സമൂഹത്തിലെ നിർണായകമായ ഘടകമാണ് കുട്ടികൾ. എന്നാൽ കളിച്ചു നടക്കേണ്ട പ്രായത്തിൽ ഒരു നേരത്തെ അന്നത്തിനായി പണിയെടുക്കേണ്ടിവരുന്ന നിരവധി കുട്ടികൾ ലോകമെമ്പാടുമുണ്ട്. ആഗോള സമൂഹത്തെ നിയന്ത്രിക്കുന്ന ഐക്യരാഷ്ട്ര സംഘടനയും ഇന്റർനാഷണൽ ലേബർ ഓർഗനൈസേഷനും (ILO) ചേർന്ന് 2022 ലാണ് ലോക ബാലവേല വിരുദ്ധ ദിനം ആരംഭിച്ചത്.

The Child Labour (Prohibition and Regulation) Act 1986 - ലാണ് ബാലവേലയെ സംബന്ധിച്ച് പറയുന്നത്. 18 വയസ്സു വരെയുള്ള എല്ലാവരും കുട്ടികളാണ്.

**എന്താണ് ബാലാവകാശങ്ങൾ?**

അതിജീവനാവകാശം, ഉന്നമനാവകാശം, സംരക്ഷണാവകാശം, പങ്കാളിത്താവകാശം. ബാലാവകാശങ്ങൾ സംരക്ഷിക്കുന്നതിനു വേണ്ടിയുള്ള രണ്ടു പദ്ധതികൾ താഴെ പറയുന്നു.

വനിതാ ശിശു വികസന വകുപ്പിനു കീഴിലുള്ള സംയോജിത ശിശു സംരക്ഷണ പദ്ധതി മുഖേന ബാലവേല - ബാല ഭിക്ഷാ

ടനം - ബാല ചൂഷണം - തെരുവു ബാല്യ വിമുക്ത കേരളം എന്ന ലക്ഷ്യത്തിനായി നടപ്പിലാക്കി വരുന്ന പദ്ധതിയാണ് ശരണബാല്യം. ബാലനീതി നിയമം നിർവചിച്ചിട്ടുള്ള ശ്രദ്ധയും പരിചരണവും ആവശ്യമുള്ള കുട്ടികളുടെ സംരക്ഷണത്തിനും വിദ്യാഭ്യാസത്തിനും പരിശീലനത്തിനും പുനരധിവാസത്തിനും വേണ്ടി ചിൽഡ്രൻസ് ഹോം സ്ഥാപിച്ചിട്ടുണ്ട്.

കേന്ദ്ര വനിതാ - ശിശുക്ഷേമ മന്ത്രാലയത്തിന്റെയും സംസ്ഥാന സർക്കാരിന്റെയും സന്നദ്ധ സംഘടനകളുടെയും പങ്കാളിത്തത്തോടെയുള്ള ഒരു ദേശീയ പദ്ധതിയാണ് ചൈൽഡ്‌ലൈൻ. 1098 എന്ന ടോൾ ഫ്രീ നമ്പറിലേക്ക് വിളിച്ച് ഏതൊരു കുട്ടിക്കും രാത്രി - പകൽ ഭേദമെന്യേ, ചൈൽഡ് ലൈൻ സേവനങ്ങൾ ഉപയോഗപ്പെടുത്താം.

കുട്ടികളുടെ സംരക്ഷണമാണ് സമൂഹത്തിൽ പ്രഥമപരിഗണന അർഹിക്കുന്നത് എന്ന ആശയം ജനങ്ങളിൽ എത്തിക്കുന്നതുൾപ്പെടെ എല്ലാം കുട്ടികളുടെയും അവകാശങ്ങളും ഉറപ്പു നൽകുന്നതിന് നമുക്ക് ഒത്തുചേർന്നു പ്രവർത്തിക്കാം.

**ആൻ വിൻസന്റ്**
എച്ച്. ആർ. എക്സിക്യൂട്ടീവ്
എച്ച്. ആർ. വിഭാഗം

ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജിലെ Emergency Medicine വിഭാഗത്തിന്റെ പത്താം വാർഷികത്തോടനുബന്ധിച്ച് Code Blue - Glance into Emergency Medicine department of Jubilee Mission Medical കോളേജ് എന്ന പേരിൽ JFM ക്യാംപസ് റേഡിയോ പ്രത്യേക പരിപാടി സംപ്രേഷണം ചെയ്തു. പ്രൈവറ്റ് മെഡിക്കൽ കോളേജുകൾ പരിഗണിക്കുമ്പോൾ കേരളത്തിലെ തന്നെ ആദ്യത്തെ എമർജൻസി മെഡിസിൻ വിഭാഗം ആരംഭിച്ചത് ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളജിൽ ആണ്. ജൂബിലി എമർജൻസി മെഡിസിൻ വിഭാഗത്തിന്റെ വളർച്ചയുടെ പടവുകളും, പിന്നിട്ട നാഴികക്കല്ലുകളും ഈ എപ്പിസോഡിലൂടെ കേട്ടറിയാം. എമർജൻസി മെഡിസിൻ വിഭാഗത്തിലെ പ്രൊഫസർ ഡോ. പി.സി. രാജീവ്, അസോസിയേറ്റ് പ്രൊഫസർ ഡോ. സിജു വി. എബ്രഹാം, ഡോ. ഡിയോ, ഡോ. നീതു എന്നിവർ സംസാരിച്ചു. എമർജൻസി മെഡിസിൻ വിഭാഗത്തിലെ ജോലി മറ്റ് സ്പെഷ്യാലിറ്റി വിഭാഗങ്ങളെക്കാൾ സങ്കീർണവും, സമ്മർദ്ദം നിറഞ്ഞതാണെങ്കിലും, ജോലി സംതൃപ്തിയും ഏറെയാണെന്ന് ഡോ.പി.സി. രാജീവ് അഭിപ്രായപ്പെട്ടു. എമർജൻസി മെഡിസിൻ ഫിസിഷ്യൻ എന്ന

നിലയിൽ നേരിടുന്ന വെല്ലുവിളികളെയും അവയെ എങ്ങനെ നേരിടാം എന്നും ഡോ.സിജു വിശദീകരിച്ചു. എമർജൻസി മെഡിസിൻവിഭാഗത്തിന്റെ പ്രവർത്തനങ്ങളെകുറിച്ചും, കടന്നു വന്ന നാൾ വഴികളെയും പറ്റി കൂടുതലറിയാനായി JFM ക്യാം പസ് റേഡിയോയുടെ ഏറ്റവും പുതിയ എപിസോഡ് കേൾക്കാം Spotify അല്ലെങ്കിൽ Google podcasts ൽ: http://bit.ly/3NyhcJc അല്ലെങ്കിൽ മുകളിലെ QR Code സ്കാൻ ചെയ്യുക.

---

# യാത്രാമംഗളങ്ങൾ

17 വർഷത്തോളം ജനറൽ സർജറി വിഭാഗത്തിൽ പ്രൊഫസർ ആയും ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റ് മേധാവിയുമായിസ്തുത്യർഹമായ സേവനമനുഷ്ഠിച്ചു റിട്ടയർ ചെയ്ത ഡോ. സുരേഷ് എം.വി ക്ക് ജൂബിലി കുടുംബത്തിന്റെ ആശംസകൾ നേരുന്നു.

# ഒരല്പ വിചിന്തനം

# ആഹാര വിധി വിധാനം

പരമ പുരാണവും, സമഗ്രവുമായ ആരോഗ്യശാസ്ത്രമാണ് ആയുർവേദം. മാനവരാശിയുടെ ദൈനംദിനചര്യകളുമായി ഇത്ര മേൽ ഇഴുകി ചേർന്ന് കിടക്കുന്ന വേറെ ഒരു ശാസ്ത്രശാഖ ഇല്ല എന്ന് തന്നെ പറയാം.

ശാരീരികവും മാനസികവും സാമൂഹ്യവുമായ സമ്പൂർണ ആരോഗ്യം തന്നെയാണ് ആയുർവേദം പ്രകീർത്തിക്കുന്നത്. ആയുർ വേദത്തെ ഒരു സമ്പൂർണ ചികിത്സാ ശാസ്ത്രമായി അംഗീകരി ക്കുമ്പോഴും ലോകം മുഴുവൻ ഉറ്റുനോക്കുന്നത് ശാസ്ത്രത്തിന്റെ പ്രതിരോധ മേഖലയിലേക്കാണ്. ശരിയായ ജീവിതചര്യയിലൂടെ ആരോഗ്യം വളർത്തിയെടുക്കുകയും അതിലൂടെ രോഗാവസ്ഥ യെ തടഞ്ഞുനിർത്താൻ ശരീരത്തെ പ്രാപ്തമാക്കുകയും ചെയ്യുക എന്നതാണ് ആയുർവേദത്തിന്റെ ആത്യന്തികമായ ലക്ഷ്യം.

**‘ഉണ്ടാൽ ഉണ്ടപോലെ ഇരിക്കണം**
**എന്നാൽ ഉണ്ടയാവരുത്...’**

ചിരിപ്പിക്കുകയും ചിന്തിപ്പിക്കുകയും ചെയ്ത മലയാള കവി കുഞ്ഞുണ്ണിമാഷിന്റെ ഈ നുറുങ്ങ് കവിത ഒന്നിരുത്തി ചിന്തി ക്കേണ്ടത് ഈ സാഹചര്യത്തിൽ ആണ്. കാലാതീതമായി ചിന്തിച്ച് ആ മഹാകവി ആയുർവേദത്തിന്റെ ഈ നിയമങ്ങളെക്കുറിച്ച് അല്ലേ സാധാരണക്കാരന് മനസ്സിലാകുന്ന വിധം സംസാരിച്ചത് എന്ന് തോന്നിപ്പോകും.

പൊതുവെ ഭക്ഷണപ്രിയർ എന്ന് പറയുന്ന നമ്മൾ കേരളീയർ പോലും ഒന്ന് നന്നായി ഇരുന്നു ഉണ്ണണമെങ്കിൽ കല്യാണം വരണം. നമ്മളെല്ലാം തിരക്കിലാണ്. ജീവിക്കാനുള്ള തിരക്ക്, സമ്പാദിക്കാനുള്ള തിരക്ക്, അങ്ങനെ തുടങ്ങി... കഴിക്കാനും, കുളിക്കാനും... സമയമില്ലാത്ത തിരക്കിൽ, എന്തിന് ആയുർവേദം ജീവിതശൈലിയായി ശീലിക്കേണ്ട പലതും നമ്മൾ ആയുർവേദക്കാർ പോലും തിരക്കിൽ മന:പ്പൂർവ്വം ഒഴിവാക്കുന്നു.

ഈ സാഹചര്യത്തിൽ ചിന്തിക്കേണ്ട, നമ്മൾ ചർച്ച ചെയ്യേണ്ട ഒന്നുണ്ട്. ശരിയായ അളവിൽ പോഷകാംശം കിട്ടുന്ന രീതിയിൽ ആഹാരം എങ്ങനെ കഴിക്കാം? ആഹാരം കഴിക്കുമ്പോൾ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടതായിട്ടുള്ള രീതികളും നിയമങ്ങളും ആയുർവേദത്തിൽ പറഞ്ഞിട്ടുണ്ടോ എന്നുള്ളത്. ദോഷങ്ങളുടെയും ധാതുക്കളുടെയും മലങ്ങളുടെയും സമാവസ്ഥയ്ക്കും ഇന്ദ്രിയങ്ങളുടെയും മനസ്സിന്റെയും പ്രസന്നതയ്ക്കും വേണ്ടി – ആയുർവേദം അനുശാസിക്കുന്ന സമ്പൂർണ്ണമായ ആരോഗ്യം നിലനിർത്തുന്നതിനും വേണ്ടി. ആഹാരം കഴിക്കുമ്പോൾ നമ്മൾ പാലിക്കേണ്ട നിയമങ്ങൾ എന്തെല്ലാം?

ആയുർവേദം ചരക വിമനസ്ഥാനം ഒന്നാം അദ്ധ്യായത്തിൽ ആഹാര വിധി വിധാനം എന്ന ആശയം വിരൽ ചൂണ്ടുന്നത് സ്വസ്ഥനും ആതുരനും ഒരുപോലെ പാലിക്കാവുന്ന ആഹാര നിയമങ്ങളിലേക്കാണ്.

**ഡോ. സി. നിർലീന**
കൺസൾട്ടന്റ്, ജൂബിലി ആയുർവേദ
റഫറൻസ്: ആപ്ത ആയുർവേദ ജേർണൽ

Editorial Board
Rev. Fr. Dr. Demin Tharayil | 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. Mariya Tony | Mr. Joshi Paul

Service With Love
JUBILEE MISSION
MEDICAL COLLEGE & RESEARCH INSTITUTE