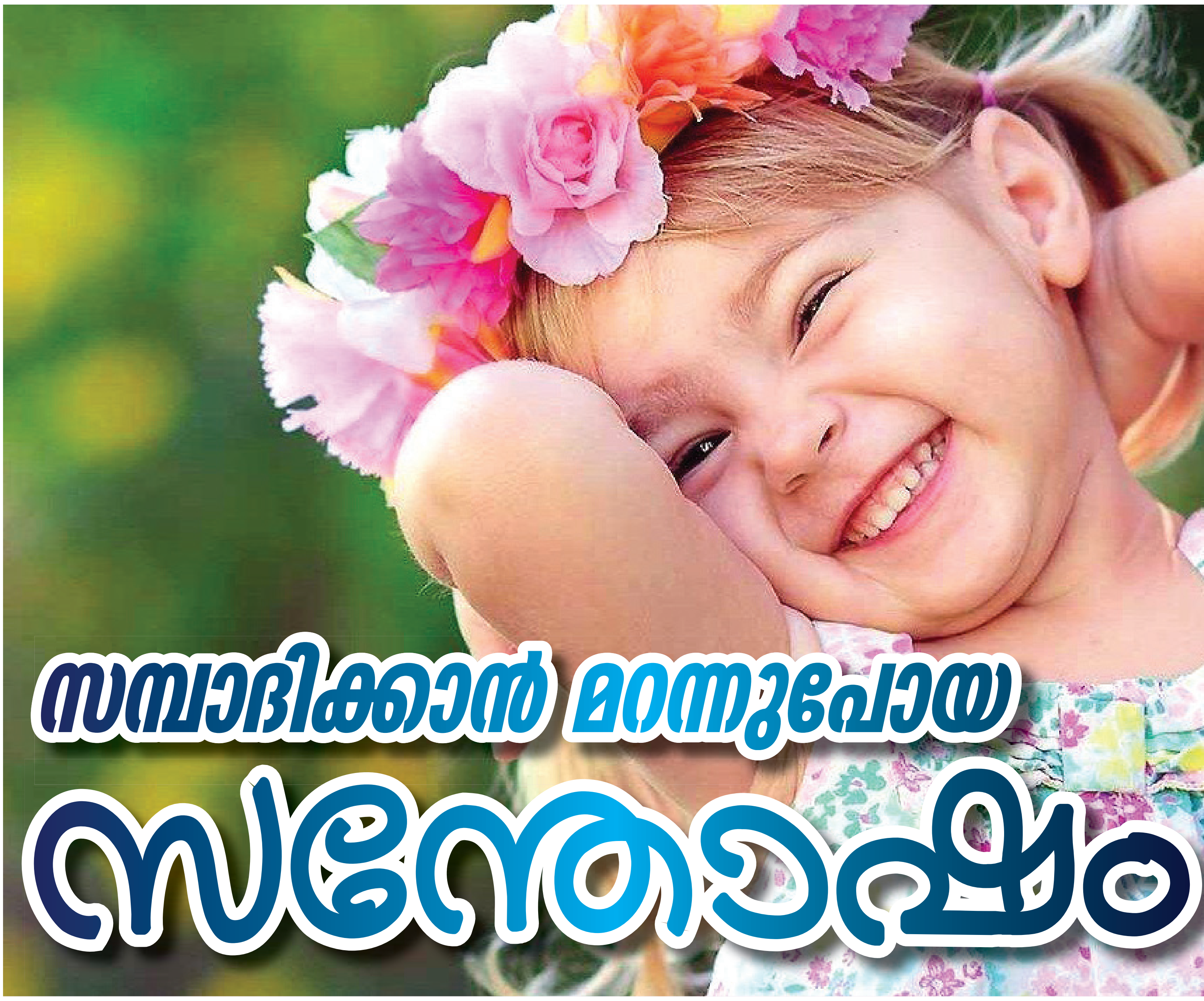
Jubilet

Jubilee Mission Medical College & Research Institute - Since 1951 Vol. 9 Issue 3 March 2023

ഉള്ളടക്കം

എഡിറ്റോറിയൽ 03
NRP PROVIDER COURSE 07
ക്ഷയിപ്പിക്കേണ്ടേ ക്ഷയരോഗം 09
ശിശുരോഗ വിഭാഗ പ്രവർത്തനങ്ങൾ 11
സ്ത്രീ പ്രാതിനിധ്യം കൂടുതലോ കുറവോ? 13
സൗജന്യ നേത്ര പരിശോധനാക്യാമ്പ് 14
ഒപ്ടോമെട്രി ഡേ 16
ലോക ഗ്ലോക്കോമ വാരാചരണം........ 16
ക്ഷയരോഗത്തെ തുടച്ചുനീക്കാം........ 17
SALISBURY 2023 18
JOURNAL CLUB 20
10–ാംവർഷത്തിലേക്ക് ജൂബിലി ഗവേഷണ കേന്ദ്രം 21
നന്ദി ഡോ. പി.സി.ഗിൽവാസ് & ന്യൂറോളജി ഡിപാർട്ട്മെന്റ് 23
PROF. DR. D M VASUDEVAN ENDOWMENT ORATION 25
സന്തോഷം പകരുന്നവരാകാം 27
XTRASPECIAL 21 31
CONGRATULATIONS 37
സൗജന്യ ഡയാലിസിസ് 38
WELCOME TO JUBILEE FAMILY........ 40
തിമിരത്തിനുള്ള ഏക ചികിത്സ 41
വെർട്ടിഗോ ക്ലിനിക്........ 43
മറക്കില്ല ഈ ആത്മാർത്ഥത 44
ചോറ് ഇടട്ടെ മോരൊഴിച്ച് കഴിക്കാൻ?........ 45



സമ്പാദിക്കാൻ മറന്നുപോയ സന്തോഷം

എല്ലാവർഷവും മാർച്ച് 20 ലോക സന്തോഷ ദിനമായിട്ടാണ് ആചരിക്കുന്നത്. ഐക്യരാഷ്ട്ര സഭയാണ് ഈ ആഗോള ആഘോഷത്തിന് നേതൃത്വം നൽകുന്നത്. ഈ വർഷത്തെ ലോക സന്തോഷ ദിനത്തിന്റെ പ്രമേയവും ഐക്യരാഷ്ട്ര സഭ പുറത്തിറക്കിയിട്ടുണ്ട്. ''കരുതലോടെയിരിക്കുക, നന്ദിയുള്ള വരായിരിക്കുക. ദയ കാണിക്കുക'' (Be Mindful. Be Grateful. Be Kind) എന്നതാണ് ഇക്കൊല്ലത്തെ പ്രമേയം.

പ്രതിസന്ധി ഘട്ടങ്ങളിൽ തളരുന്ന നിരവധിയാളുകൾ നമ്മുടെ ചുറ്റിനുമുണ്ട്. കരയാൻ ഒരുപാട് കാരണങ്ങളുണ്ടാകും. എന്നാൽ ചിരിക്കാനും അതുപോലെ തന്നെ കാരണങ്ങളുണ്ട്. ചിരിക്കാൻ മാത്രം കാരണങ്ങൾ കണ്ടെത്തുന്നവരുണ്ട്. മുഖത്തൊരു പുഞ്ചിരിയില്ലാതെ അത്തരം ആളുകളെ കാണാൻ കഴിയില്ല. സന്തോഷം മാത്രമാകുമോ ഇതിന് കാരണം? ഒരിക്കലുമല്ല.

രാവും പകലും പോലെ സന്തോഷവും സങ്കടങ്ങളും ഇടകലർന്നതാണ് ഓരോ ജീവിതവും. ഏത് പ്രതിസന്ധിയിലും തളരാതെയിരിക്കുക, പ്രതിസന്ധികളെ പുഞ്ചിരിയോടെ നേരിടുക എന്നിവ പ്രധാനമാണ്. ഈ ഓർമ്മയ്ക്കായാണ് അന്താരാഷ്ട്ര സന്തോഷ ദിനം ആചരിക്കുന്നത്. സന്തോഷമെന്നത് സാർവത്രികമായ

മൗലികാവകാശമാണെന്ന സന്ദേശം പ്രചരിപ്പിക്കുകയാണ് ഈ ദിനം ലക്ഷ്യമിടുന്നത്.

ലോകമെമ്പാടുമുള്ള ആളുകൾ സമ്മർദ്ദം, ഉത്കണ്ഠ, ഒറ്റപ്പെടൽ എന്നിവ വർദ്ധിച്ച തോതിൽ അനുഭവിച്ചതിനാൽ, COVID-19 പാൻഡെമിക്, സന്തോഷത്തിന്റെയും ക്ഷേമത്തിന്റെയും പ്രാധാന്യം എടുത്തുകാണിക്കുന്നു.

മനശാസ്ത്രജ്ഞരും സാമ്പത്തിക വിദഗ്ധരും മറ്റ് സാമൂഹിക ശാസ്ത്രജ്ഞരും പഠിച്ച സങ്കീർണ്ണവും ബഹുമുഖവുമായ ആശയമാണ് സന്തോഷം. ആനന്ദം, സംതൃപ്തി, എന്നീ വികാരങ്ങൾ ഉൾപ്പെടുന്ന ഒരു നല്ല വൈകാരികാവസ്ഥയായി ഇത് പലപ്പോഴും നിർവചിക്കപ്പെടുന്നു. എന്നിരുന്നാലും, പോസിറ്റീവ് വികാരങ്ങൾ മാത്രമല്ല, ലക്ഷ്യബോധവും അർത്ഥവും സാമൂഹിക ബന്ധവും ഉൾക്കൊള്ളുന്ന ക്ഷേമത്തിന്റെ കൂടുതൽ സ്ഥിരവും സുസ്ഥിരവുമായ അവസ്ഥയായും സന്തോഷത്തെ മനസ്സിലാക്കാം.

സന്തോഷം അത് ഒരു ആത്മ നിഷ്ഠമായ വികാരം മാത്രമല്ല, മെച്ചപ്പെട്ട ശാരീരിക ആരോഗ്യം, ദീർഘായുസ്സ്, ശക്തമായ സാമൂഹിക ബന്ധങ്ങൾ എന്നിങ്ങനെയുള്ള വസ്തുനിഷ്ഠമായ ഫലങ്ങളുമായി ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു.

സാമ്പത്തിക അഭിവൃദ്ധി, സാമൂഹിക പിന്തുണ, സർക്കാരിലുള്ള വിശ്വാസം, ആരോഗ്യ പരിരക്ഷ, വിദ്യാഭ്യാസം എന്നിവ ഉൾപ്പെടെ ഉയർന്ന തലത്തിലുള്ള സന്തോഷവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട നിരവധി ഘടകങ്ങളെ റിപ്പോർട്ട് തിരിച്ചറിയുന്നു. എന്നിരുന്നാലും, സാംസ്കാരികവും വ്യക്തിപരവുമായ മൂല്യങ്ങൾ, സാമൂഹിക മാനദണ്ഡങ്ങൾ, വ്യക്തിഗത വ്യത്യാസങ്ങൾ എന്നിവയുൾപ്പെടെ സന്തോഷത്തിന് സംഭാവന നൽകുന്ന മറ്റ് നിരവധി ഘടകങ്ങളുണ്ടെന്നും റിപ്പോർട്ട് അംഗീകരിക്കുന്നു.

ഈ കണ്ടെത്തലുകളുടെ വെളിച്ചത്തിൽ, നമ്മെ സന്തോഷി പ്പിക്കുന്നതെന്താണെന്നും നമ്മുടെ ജീവിതത്തിലും മറ്റുള്ളവരുടെ

ജീവിതത്തിലും സന്തോഷവും ക്ഷേമവും എങ്ങനെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കാമെന്നും ലോക സന്തോഷ ദിനം നമ്മെ ഓർമിപ്പിക്കുന്നു. നമുക്ക് അങ്ങനെ ചെയ്യാൻ കഴിയുന്ന ചില വഴികൾ ഇതാ:

കൃതജ്ഞത പരിശീലിക്കുക: നമ്മുടെ ജീവിതത്തിലെ നല്ല കാര്യങ്ങളെ വിലമതിക്കാനും കൂടുതൽ പോസിറ്റീവ് വീക്ഷണം വളർത്തിയെടുക്കാനും സഹായിക്കുന്ന ശക്തമായ വികാരമാണ് നന്ദി. കൃതജ്ഞത പരിശീലിക്കുന്നത് സന്തോഷത്തിന്റെ അളവ് വർദ്ധിപ്പിക്കുകയും മാനസികാരോഗ്യം മെച്ചപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്യുമെന്ന് ഗവേഷണങ്ങൾ തെളിയിച്ചിട്ടുണ്ട്.

സാമൂഹിക ബന്ധങ്ങൾ കെട്ടിപ്പടുക്കുക: സാമൂഹിക ബന്ധങ്ങൾ സന്തോഷത്തിന്റെയും ക്ഷേമത്തിന്റെയും ഒരു പ്രധാന ഉറവിടമാണ്. സുഹൃത്തുക്കളുമായും കുടുംബാംഗങ്ങളുമായും സമയം ചിലവഴിക്കുന്നതിലൂടെയും സോഷ്യൽ ഗ്രൂപ്പുകളിലോ ക്ലബ്ബുകളിലോ ചേരുന്നതിലൂടെയും തങ്ങളുടെ കമ്മ്യൂണിറ്റികളിൽ സന്നദ്ധപ്രവർത്തനത്തിലൂടെയും നമുക്ക് സാമൂഹിക ബന്ധങ്ങൾ കെട്ടിപ്പടുക്കാൻ കഴിയും.

സ്വയം പരിചരണത്തിന് മുൻഗണന നൽകുക: നമ്മുടെ ശാരീരികവും മാനസികവുമായ ആരോഗ്യം പരിപാലിക്കുന്നത് സന്തോഷവും ക്ഷേമവും പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്നതിന് അത്യന്താപേക്ഷിതമാണ്. ആരോഗ്യകരമായ ഭക്ഷണം കഴിക്കുക, പതിവായി

വ്യായാമം ചെയ്യുക, ആവശ്യത്തിന് ഉറങ്ങുക, ആവശ്യമുള്ളപ്പോൾ പ്രൊഫഷണൽ സഹായം തേടുക എന്നിവയിലൂടെ നമുക്ക് സ്വയം പരിചരണത്തിന് മുൻഗണന നൽകാം.

അർത്ഥവത്തായ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുക: ലക്ഷ്യബോധവും അർത്ഥവും നൽകുന്ന പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുന്നത് സന്തോഷവും ക്ഷേമവും പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കും. ഹോബികൾ അല്ലെങ്കിൽ താൽപ്പര്യങ്ങൾ പിന്തുടരുക, സന്നദ്ധപ്രവർത്തനം, അല്ലെങ്കിൽ സർഗ്ഗാത്മകമോ കലാപരമായതോ ആയ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുക എന്നിവ ഇതിൽ ഉൾപ്പെടാം.

ഉപസംഹാരമായി, സന്തോഷവും ക്ഷേമവും വ്യക്തികളും സമൂഹങ്ങളും ഒരുപോലെ പിന്തുടരേണ്ട അടിസ്ഥാന മാനുഷിക ലക്ഷ്യങ്ങളാണെന്ന ഒരു പ്രധാന ഓർമ്മപ്പെടുത്തലാണ് ലോക സന്തോഷ ദിനം. സന്തോഷവും ക്ഷേമവും പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്നതിലൂടെ, നമുക്കും ഭാവി തലമുറകൾക്കുമായി കൂടുതൽ സുസ്ഥിരവും സമത്വവും പ്രതിരോധശേഷിയുള്ളതുമായ ഒരു ലോകം സൃഷ്ടിക്കാൻ കഴിയും.

ഫാ. ഡോ. ഡെമിൻ തറയിൽ
അസി. ഡയറക്ടർ, ഐ. ടി.

NRP Provider Course

Neonatal Resuscitation Program

2023 മാർച്ച് 7ന് തൃശ്ശൂരിലെ ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജിൽ അടിസ്ഥാന നിയോനേറ്റൽ റിസസിറ്റേഷൻ പ്രോഗ്രാം (NRP) പ്രൊവൈഡർ കോഴ്സ് (കോഴ്സ് ഐ. ഡി. – 11630) സംഘടിപ്പിച്ചു. പരിപാടിയിൽ പങ്കെടുത്ത എല്ലാവരെയും ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് ഹോസ്പിറ്റൽ എൻ. ഐ. സി യു. സീനിയർ റസിഡന്റ് ഡോ. ഷെമിന പി. വാസു ഹൃദ്യമായി സ്വാഗതം ചെയ്തു. പരിപാടിയുടെ ഉദ്ഘാടനം ജൂബിലി മിഷൻ സ്ഥാപനങ്ങളുടെ ഡയറക്ടർ ഫാ. റെന്നി മുണ്ടൻകുരിയൻ നിർവഹിച്ചു. നിയോനേറ്റോളജി വിഭാഗം എച്ച്. ഒ. ഡി. ഡോ. വി. സി. മനോജ് അധ്യക്ഷപ്രസംഗം നടത്തി. ജൂബിലി മിഷൻ ഹോസ്പിറ്റൽ സി. ഇ. ഒ. ഡോ. ബെന്നി ജോസഫും മെഡിക്കൽ സൂപ്രണ്ട് ഡോ. പി. സി. ഗിൽവാസും ആശംസകൾ അറിയിച്ചു. ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് ഹോസ്പിറ്റൽ എൻ. ഐ. സി. യു. വിലെ അസി. പ്രൊഫസർ ഡോ. വിമൽ

വിൻസെന്റ് പങ്കെടുത്ത എല്ലാവർക്കും നന്ദി അർപ്പിച്ചു. ധന്യ മിഷൻ ഹോസ്പിറ്റലിലെ ശിശുരോഗ വിദഗ്ദ്ധൻ ഡോ. ന്യൂട്ടൺ ലൂയിസ് (ലീഡ് ഇൻസ്ട്രക്ടർ), തൃശൂർ മെഡിക്കൽ കോളേജിലെ അസി. പ്രൊഫസർമാരായ ഡോ. നിത്യ, ഡോ. കാർത്തിക് എന്നിവർ ബേസിക് എൻ. ആർ. പി. വർക്ക്ഷോപ്പിന്റെ ചുമതല വഹിച്ചു. ശിൽപശാലയിൽ 26 പേർ പങ്കെടുത്തു. രാവിലെ എട്ടു മുതൽ ഉച്ചയ്ക്ക് ഒന്നു വരെയായിരുന്നു ശിൽപശാല.

പ്രാദേശിക രോഗങ്ങൾ പഠിക്കാൻ വിദേശികൾ!!

പ്രാദേശിക രോഗങ്ങളെക്കുറിച്ച് പഠിക്കുന്നതിനായി അമേരിക്കയിലെ വിർജീനിയ യൂണിവേഴ്സിറ്റിയിലെ മെഡിക്കൽ വിദ്യാർത്ഥികൾ ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് ആശുപത്രിയിലെത്തി. ഒരു മാസം നീണ്ടുനിൽക്കുന്ന പരിശീലനത്തിൽ അമേരിക്കയിൽ കാണപ്പെടാത്ത ഡെങ്കിപ്പനി, മലേറിയ എന്നീ രോഗങ്ങളെക്കുറിച്ചും തീപൊള്ളൽ, വിഷചികിത്സ എന്നിവയെക്കുറിച്ച് പഠനം നടത്തുകയും ചെയ്തു. വിർജീനിയ യൂണിവേഴ്സിറ്റിയിലെ ഡോ. തോമസ് ജോസിന്റെയും ജൂബിലി മിഷൻ ജനറൽ മെഡിസിൻ വിഭാഗം ഡോ. ബിൻസ് എം. ജോണിന്റെയും നേതൃത്വത്തിലാണ് അമേരിക്കൻ വിദ്യാർത്ഥികൾ പഠനം നടത്തിയത്.

ക്ഷയിപ്പിക്കേണ്ടേ... ക്ഷയരോഗം

ലോക ക്ഷയരോഗദിനത്തിന്റെ ഭാഗമായി 21.03.2023ന്, ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജിലെ റെസ്പിറേറ്ററി മെഡിസിൻ വിഭാഗം തൃശൂർ ജില്ലാ ടി. ബി. സെന്ററിന്റെയും അസോസിയേഷൻ ഓഫ് പൾമണോളജിസ്റ്റിന്റെയും (എ. പി. ടി.) സഹകരണത്തോടെ ഏകദിന സി. എം. ഇ. (കൺടിന്യൂസ് മെഡിക്കൽ എജുക്കേഷൻ) സംഘടിപ്പിച്ചു. സൗത്ത് ഇന്ത്യ ടാസ്ക് ഫോഴ്സ് ചെയർമാൻ ഡോ. സഞ്ജീവ് നായർ മുഖ്യാതിഥിയായിരുന്നു. ജൂബിലി മിഷൻ സ്ഥാപനങ്ങളുടെ ഡയറക്ടർ ഫാ. റെന്നി മുണ്ടൻകുരിയൻ അധ്യക്ഷത വഹിച്ച പരിപാടിയിൽ ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് പ്രിൻസിപ്പൽ ഡോ. പ്രവീൺലാൽ കുറ്റിച്ചിറ ഉദ്ഘാടനം

നിർവഹിച്ചു. ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് ഹോസ്പിറ്റൽ സി. ഇ. ഒ. ഡോ. ബെന്നി ജോസഫ്, മെഡിക്കൽ സൂപ്രണ്ട് ഡോ. പി. സി. ഗിൽവാസ് എന്നിവർ ആശംസകൾ അർപ്പിച്ചു. മുഖ്യാതിഥി ഡോ. സഞ്ജീവ് നായർ 'ഒളിഞ്ഞിരിക്കുന്ന ടി. ബി.' എന്ന വിഷയത്തെപ്പറ്റി സംസാരിച്ചു. ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജിലെ എച്ച്. ഒ. ഡി. & പ്രൊഫസർ, മൈക്രോബയോളജി ഡോ. ചിത്ര, അസോ. പ്രൊഫസർ പീഡിയാട്രിക്സ് ഡോ. അപർണ നമ്പൂതിരിപ്പാട്, അസി. പ്രൊഫസർ, ഓർത്തോപീഡിക്സ് ഡോ. കുരിയൻ ആലപ്പാട്ട് എന്നിവർ ക്ഷയരോഗ ബോധവത്കരണ ക്ലാസുകൾ നടത്തി. ലോക ക്ഷയരോഗ ദിനത്തിന്റെ ഭാഗമായി എം. ബി. ബി. എസ്., നേഴ്സിങ്ങ് വിദ്യാർത്ഥികൾക്കായി പോസ്റ്റർ മത്സരവും സംഘടിപ്പിച്ചു.

ചിന്നമ്മ ജോസഫ്
നഴ്സിംഗ് അസിസ്റ്റന്റ്
സ്പെഷൽ ഗ്രേഡ്

മാഗി ജോർജ്ജ്
ഹൗസ് കീപ്പിങ്ങ്

ശിശുരോഗ വിഭാഗ പ്രവർത്തനങ്ങൾ
2023 MARCH

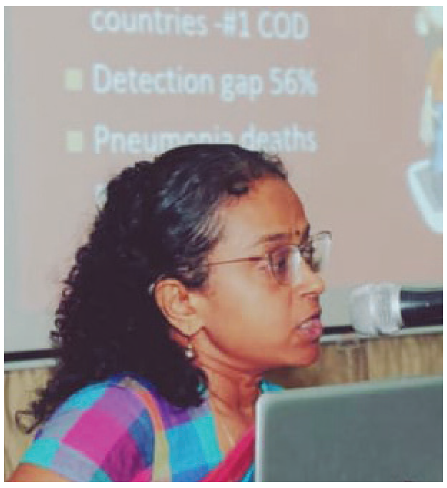
ലോക ഡൗൺസ് സിൻഡ്രോം ദിനം

ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജിലെ പീഡിയാട്രിക് വിഭാഗം മാർച്ച് 21-ന് ലോക ഡൗൺസ് സിൻഡ്രോം ദിനം ആചരിച്ചു. പീഡിയാട്രിക്സ് അസോ. പ്രൊഫസർ ഡോ. അപർണ നമ്പൂതിരിപ്പാട്, എം. ബി. ബി. എസ്. വിദ്യാർത്ഥി

കൾക്ക് ഡൗൺ സിൻഡ്രോമിനെക്കുറിച്ച് ക്ലാസെടുത്തു. അതേ വിഷയത്തിൽ പീഡിയാട്രിക്സ് സീനിയർ റസിഡന്റ് ഡോ. റിനു ഡേവിസ്, കേസ് പ്രസന്റേഷനും നടത്തി. ഡെവലപ്മെന്റൽ ക്ലിനിക് ടീം, ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് ഹോസ്പിറ്റലിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ സ്പെഷ്യൽ ഒ. പി. ഡി. യും അന്നേ ദിവസം ഉണ്ടായിരുന്നു. ഡൗൺസ് സിൻഡ്രോം ബാധിച്ച ഒരു കുട്ടിയുടെ മനോഹരമായ നൃത്തച്ചുവടുകളും പരിപാടിയുടെ ആകർഷണമായിരുന്നു.

ലോക ക്ഷയരോഗ ദിനം

ലോക ക്ഷയരോഗദിന പരിപാടികളിൽ ശിശുരോഗവിഭാഗം ടീം അംഗങ്ങൾ സജീവമായി പങ്കെടുത്തു. ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് പൾമണോളജി ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റ്, ഇന്ത്യൻ അക്കാദമി ഓഫ് പീഡിയാട്രിക്സ് (ഐ. എ. പി.) തൃശൂർ എന്നിവിടങ്ങളിൽ നടത്തിയ സി. എം. ഇ. കളിൽ 'കുട്ടികളുടെ ക്ഷയരോഗത്തിലെ വെല്ലുവിളികൾ' എന്ന വിഷയത്തിൽ, പീഡിയാട്രിക്സ് അസോ.



പ്രൊഫസർ ഡോ. അപർണ നമ്പൂതിരിപ്പാട് പ്രഭാഷണം നടത്തി. പീഡിയാട്രിക്സ് പ്രൊഫസർമാരായ ഡോ. സഞ്ജീവ് കുമാർ, ഡോ. രതി ശാന്തകുമാർ, ഡെപ്യൂട്ടി മെഡിക്കൽ സൂപ്രണ്ടും അസി. പ്രൊഫസറുമായ ഡോ. റോസ് സേവ്യർ എന്നിവരും സി. എം. ഇ. യിലും ടി. ബി. പോസ്റ്റർ വിധി നിർണയത്തിലും പങ്കെടുത്തു. ലോക ക്ഷയരോഗദിനത്തിൽ (24.03.2023) ഡോ. റിനു ഡേവിസ്, ടി. ബി. ബാധിച്ച കുട്ടിയോടുള്ള സമീപനത്തെക്കുറിച്ച് എം. ബി. ബി. എസ്. വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് ക്ലാസ്സ് എടുത്തു.

കൗമാരവാരാചരണം

ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് ശിശുരോഗവിഭാഗം പ്രൊഫസർ & എച്ച്. ഒ. ഡി. ഡോ. വിനോദ് ജേക്കബ് ചെറിയാന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ മാർച്ച് 19 മുതൽ 25 വരെ കൗമാരവാരം ആചരിച്ചു. ഡോ. സഞ്ജീവ് കുമാർ ആമുഖപ്രസംഗത്തിലൂടെ കൗമാര വാരത്തെക്കുറിച്ച് പൊതുജന അവബോധം സൃഷ്ടിച്ചു. തുടർന്ന് കൗമാരക്കാരുടെ വളർച്ച യെയും മയക്കുമരുന്ന് ദുരുപയോഗത്തെയും കുറിച്ചുള്ള ഒരു ഹ്രസ്വ വീഡിയോ പീഡിയാട്രിക് ഒ. പി. ഡി. യിൽ സംപ്രേഷണം ചെയ്തു. രോഗികളും രക്ഷിതാക്കളും പരി പാടിയിൽ പങ്കെടുത്തു. പീഡിയാട്രിക് പ്രൊഫസർ, ഡോ. രതി, എം. ബി. ബി. എസ്. വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് പൊതുവായ കൗമാര പ്രശ്നങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള ക്ലാസുകൾ 22.03.2023ന് സംഘടിപ്പിച്ചു.

മെഡിക്കൽ മേഖലയിലെ സ്ത്രീ പ്രാതിനിധ്യം കൂടുതലോ കുറവോ?

ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് സ്റ്റുഡന്റ്സ് കൗൺസിലിന്റെ ആഭിമുഖ്യത്തിൽ മാർച്ച് 8ന് വനിതാദിനം ആഘോഷിച്ചു. സെന്റ് തോമസ് ബ്ലോക്ക് പരിസരത്ത് നടന്ന പരിപാടി ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തുകൊണ്ട് ഗൈനക്കോളജി വിഭാഗം എച്ച്. ഒ. ഡി. ഡോ. സറീന ഗിൽവാസ് സംസാരിച്ചു. ഹൃദ്രോഗവിഭാഗം മേധാവി ഡോ. ഗോവിന്ദൻ ഉണ്ണി, ബ്ലെഡ് സെന്റർ ഇൻചാർജ്ജ് ഡോ. സുശീല ജെ. ഇന്ന എന്നിവർ സംസാരിച്ചു. മെഡിക്കൽ മേഖലയിലെ സ്ത്രീ പ്രാതിനിധ്യം വർദ്ധിക്കണമെന്നും, സ്ത്രീകൾ നേരിടുന്ന ആരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങളെ പറ്റി കൂടുതൽ ഗവേഷണം നടക്കേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകതയെ പറ്റിയും മൂവരും സംസാരിച്ചു. എം. ബി. ബി. എസ്. 18, 19 ബാച്ചുകളിലെ വിദ്യാർത്ഥികൾ അവതരിപ്പിച്ച ഫ്ളാഷ് മോബോടെ പരിപാടി അവസാനിച്ചു.

സൗജന്യ നേത്ര പരിശോധനാക്യാമ്പ്

കുറ്റൂർ മേരിമാതാ പള്ളിയിൽ വിൻസെന്റ് ഡി പോൾ സൊസൈറ്റിയുടെ സഹകരണത്തോടെ 12.03.2023ന് രാവിലെ 9 മുതൽ ഉച്ചയ്ക്ക് 1 വരെ സൗജന്യ നേത്ര പരിശോധന ക്യാമ്പ് നടന്നു. മേരിമാതാ പള്ളി വികാരി ഫാ. അറക്കൽ പോൾ ക്യാമ്പിന്റെ ഉദ്ഘാടന ചടങ്ങിൽ അധ്യക്ഷത വഹിച്ചു. 150 രോഗികളെ ക്യാമ്പിൽ പരിശോധിച്ചു. 45 രോഗികളെ വിശദമായ പരിശോധനയ്ക്കായി ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജിലേക്ക് നിർദ്ദേശിച്ചു.

മുക്കാട്ടുകര, സെന്റ് ജോർജ്ജ് പള്ളിയിലെ സീനിയർ സി. എൽ. സി. യുടെ നേതൃത്വത്തിൽ ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് ആശുപത്രിയുടെ സഹകരണത്തോടെ നടത്തിയ മെഗാ മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പിന്റെ ഭാഗമായി സൗജന്യ നേത്ര പരിശോധന ക്യാമ്പും നടന്നു. നേത്രരോഗ വിഭാഗത്തിലെ ഡോ. ആൻഡ്രൂസിന്റെയും ഡോ. ബീനയുടെയും നേതൃത്വത്തിൽ നടന്ന ക്യാമ്പിൽ 95-ഓളം രോഗികളെ പരിശോധിച്ചു.

ലയൺസ് ക്ലബ്ബിന്റെ സഹകരണത്തോടെ
സൗജന്യ നേത്രപരിശോധനാക്യാമ്പ്

ജൂബിലി മിഷൻ ആശുപത്രിയുടെ നേത്രരോഗവിഭാഗം ലയൺസ് ക്ലബ്ബിന്റെ സഹകരണത്തോടെ പുല്ലഴി സെന്റ് ജോസഫ് വൃദ്ധസദനത്തിൽവച്ച് 2023 മാർച്ച് അഞ്ചാം തീയതി രാവിലെ 9 മുതൽ ഉച്ചയ്ക്ക് 1 വരെ സൗജന്യ നേത്ര ചികിൽസാ ക്യാമ്പ് നടത്തി. ലയൺസ് ക്ലബ്ബ് പ്രസിഡന്റ് അഡ്വ. ആന്റോ അക്കര ക്യാമ്പിന്റെ ഉദ്ഘാടനചടങ്ങിൽ അധ്യക്ഷത വഹിച്ചു. സെന്റ് ജോസഫ് ഓൾഡേജ് ഹോം ഡയറക്ടർ ഫാ. ലിജോ ചിറ്റില പ്പിള്ളി ക്യാമ്പ് ടീമിനെ സ്വാഗതം ചെയ്തു. ജൂബിലി മിഷൻ സ്ഥാപനങ്ങളുടെ ഡയറക്ടർ ഫാ. റെന്നി മുണ്ടൻകുരിയൻ ക്യാമ്പ് ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് ഹോസ്പിറ്റൽ ഒഫ്താൽമോളജി ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റ് ഹെഡ് ഡോ. സി. വി. ആൻഡ്രൂസ് ക്യാമ്പിനെപറ്റി വിശദീകരിച്ചു. ലയൺസ് ക്ലബ്ബ് വൈസ് ഡിസ്ട്രിക്റ്റ് ഗവർണർ ജെയിംസ് വളപ്പില മുഖ്യപ്രഭാഷണം നടത്തി. ക്യാമ്പിൽ 92 രോഗികളെ പരിശോധിച്ചു. 38 രോഗികളെ വിശദമായ നേത്രപരിശോധന യ്ക്കായി ജൂബിലി മിഷൻ ഹോസ്പിറ്റലിലേയ്ക്ക് തുടർചികി ത്സയ്ക്കായി നിർദ്ദേശിച്ചു. 13 രോഗികളെ ശസ്ത്രക്രിയക്കായി തിരഞ്ഞെടുത്തു. അർഹരായ രോഗികൾക്ക് ലയൺസ് ക്ലബ്ബ് സൗജന്യ കണ്ണടയും മരുന്നുകളും നൽകി.

ഡപ്യൂട്ടി നഴ്സിങ്ങ് സൂപ്രണ്ട്
(ഡി. എൻ. എസ്.) ആയി സ്ഥാനമേറ്റ
ശ്രീമതി ഷൈനി ജോസിന്
ജൂബിലി കുടുംബത്തിന്റെ
അഭിനന്ദനങ്ങൾ...

ഒപ്ടോമെട്രി ഡേ

ജൂബിലി മിഷൻ ഹോസ്പിറ്റലിലെ ഒഫ്താൽമോളജി വിഭാഗം മാർച്ച് 23–ന് ഒപ്ടോമെട്രി ദിനവും പുതിയ ലെൻസോമീറ്ററിന്റെ ഉദ്ഘാടനവും ജൂബിലി മിഷൻ സ്ഥാപനങ്ങളുടെ ഡയറക്ടർ ഫാ. റെന്നി മുണ്ടൻകുരിയൻ നിർവ്വഹിച്ചു.

ലോക ഗ്ലോക്കോമ വാരാചരണം

ജൂബിലി മിഷൻ ആശുപത്രിയുടെയും ലയൺസ് ക്ലബ്ബ് തൃശ്ശൂരിന്റെയും ആഭിമുഖ്യത്തിൽ 15.03.2023ന് ലോക ഗ്ലോക്കോമ വാരാചരണം സംഘടിപ്പിച്ചു. ജൂബിലി മിഷൻ സ്ഥാപനങ്ങളുടെ ഡയറക്ടർ ഫാ. റെന്നി മുണ്ടൻകുരിയൻ പരിപാടി ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. ജൂബിലി മിഷൻ ആശുപത്രിയുടെ സെന്റ് തോമസ് ബ്ലോക്കിലെ നേത്രരോഗവിഭാഗത്തിൽ സംഘടിപ്പിച്ച പരിപാടിയിൽ ലയൺസ് ക്ലബ് ഭാരവാഹികൾ സന്നിഹിതരായിരുന്നു.

ക്ഷയരോഗത്തെ തുടച്ചുനീക്കാം

‘അതെ, നമുക്ക് ക്ഷയരോഗത്തെ തുടച്ചുനീക്കാം’ എന്നതാണ് ഈ വർഷത്തെ ക്ഷയരോഗ ദിനാചരണ സന്ദേശം. ഇതിന്റെ ഭാഗമായി കമ്മ്യൂണിറ്റി മെഡിസിൻ വിഭാഗത്തിലെ ഡോക്ടേഴ്സും ബിരുദാനന്തര ബിരുദ വിദ്യാർത്ഥികളും ചേർന്ന് ഉച്ചയ്ക്ക് 12.30ന് സെന്റ് തോമസ് ബ്ലോക്ക് പരിസരത്ത് വെച്ച് ഫ്ളാഷ് മോബ് സംഘടിപ്പിക്കുകയും ചെയ്തു. എം. ബി. ബി. എസ്. ഒന്നാം വർഷ ബാച്ചിലെ 22 വിദ്യാർത്ഥികൾ ഫ്ളാഷ് മോബിൽ പങ്കെടുത്തു. പാട്ടുകളിലൂടെയും, പോസ്റ്ററുകളിലൂടെയും ജനങ്ങളെ ബോധവൽക്കരിക്കുകയുണ്ടായി. കമ്മ്യൂണിറ്റി മെഡിസിൻ വിഭാഗത്തിലെ ബിരുദാനന്തര ബിരുദ വിദ്യാർത്ഥികൾ ക്ഷയരോഗത്തെക്കുറിച്ച് കൂടുതൽ അറിവ് പകർന്നുനൽകി. പ്രധാനമായും ഈ വർഷത്തെ ക്ഷയരോഗദിനാചരണ സന്ദേശത്തെക്കുറിച്ചും രോഗലക്ഷണങ്ങളെക്കുറിച്ചും രോഗം പകരുന്നത് തടയാനുള്ള മുൻകരുതലുകളെക്കുറിച്ചും ബോധവൽക്കരണം നടത്തി.

ആരോഗ്യപ്രവർത്തകർക്കുവേണ്ടിയുള്ള റിസർച്ച് മെത്തഡോളജി വർക്ക്ഷോപ്പ്

SALISBURY 2023

ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജിലെ കമ്മ്യൂണിറ്റി മെഡിസിൻ വിഭാഗത്തിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ 2023 മാർച്ച് 22ന് ആരോഗ്യപ്രവർത്തകർക്കു വേണ്ടിയുള്ള ഏകദിന ഗവേഷണ ശില്പശാല സംഘടിപ്പിച്ചു. നഴ്സിങ്ങ്, ആയുർവേദം, ദന്തരോഗവിഭാഗം, പി. എച്ച്. ഡി. സ്കോളേഴ്സ് എന്നിവർ ഉൾപ്പെടുന്ന ഗവേഷണത്തിൽ തല്പരരായ 36-ഓളം പേർ ഇതിന്റെ ഭാഗമായി. ജൂബിലി മിഷൻ സ്ഥാപനങ്ങളുടെ ഡയറക്ടർ ഫാ. റെന്നി മുണ്ടൻകുരിയൻ ശില്പശാല ഉദ്ഘാടനം നിർവഹിക്കുകയും തുടർന്ന് ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് പ്രിൻസിപ്പൽ ഡോ. പ്രവീൺലാൽ മുഖ്യപ്രഭാഷണം നടത്തുകയും

ചെയ്തു. കമ്മ്യൂണിറ്റി മെഡിസിൻ വിഭാഗം എച്ച്. ഒ. ഡി. ഡോ. ലൂസി റാഫേൽ സ്വാഗതം ചെയ്യുകയും, അസി. പ്രൊഫസർ ഡോ. രാധിക കണ്ണൻ നന്ദിപ്രകാശനവും നടത്തി.

കമ്മ്യൂണിറ്റി മെഡിസിൻ വിഭാഗത്തിലെ പ്രമുഖ ഡോക്ടർ മാരുടെ നേതൃത്വത്തിൽ ഗവേഷണവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട വിവിധ തലങ്ങളെകുറിച്ചുള്ള ക്ലാസുകൾ നടത്തി. പ്രൊഫസർ ഡോ. ജോ തോമസ്, അസോ. പ്രൊഫസർ ഡോ. പ്രിയങ്ക, അസി. പ്രൊഫസർ ഡോ. രാധിക കണ്ണൻ, സീനിയർ റെസി ഡന്റ്മാരായ ഡോ. അഖില, ഡോ. സൂര്യ, സ്റ്റാറ്റിസ്റ്റി ഷ്യൻ ശ്രീ. ഉണ്ണികൃഷ്ണൻ യു. ജി. എന്നിവരാണ് ക്ലാസുകൾ എടുത്തത്. ശില്പശാലയിൽ പങ്കെടു ത്തവരെ ഉൾപ്പെടുത്തി അസി. പ്രൊഫസർ, ഡോ. പൊന്നു ജോസ് ഒരു ഗ്രൂപ്പ് ആക്ടി വിറ്റി സംഘടിപ്പിച്ചു. ഇതിന്റെ ഭാഗമായി ഓരോ ഗ്രൂപ്പിൽ നിന്നും തിരഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ട പ്രതിനിധികൾ ഗവേഷണ പ്രോട്ടോക്കോൾ അവതരിപ്പിച്ചു. തുടർന്ന് പങ്കെടുത്ത എല്ലാവർക്കും സർട്ടിഫിക്കറ്റുകൾ വിതര ണം ചെയ്തു.

RESEARCH WINGS

JOURNAL CLUB

ജൂബിലി സെന്റർ ഫോർ മെഡിക്കൽ റിസർച്ചിന്റെ ആഭിമുഖ്യത്തിലുള്ള 58-ാമത് ജേർണൽ ക്ലബ് ന്യൂ സി. സി. എം. ഹാളിൽ മാർച്ച് 15-ാം തീയതി ബുധനാഴ്ച സംഘടിപ്പിച്ചു. ജെ. സി. എം. ആർ, എൽ. സി. എസ്. ബി. പോസ്റ്റ് ഡോക്ടറൽ ഫെല്ലോ (ഡി. എച്ച്. ആർ. ഗവൺമെന്റ് ഓഫ് ഇൻഡ്യ) ഡോ. സരിത ഫ്രാൻസിസ് ആയിരുന്നു പ്രഭാഷക. 'Nature Communications' ജേർണലിൽ 2023ൽ പ്രസിദ്ധീകരിച്ച പ്രബന്ധമായിരുന്നു അവതരണത്തിനായി തിരഞ്ഞെടുത്തത്.

എക്ടോഡിസ്പ്ലാസിൻ എ. യുടെ ഘടനാവ്യതിയാനം എപ്രകാരം ഹൈഡ്രോ ഹൈഡ്രോട്ടിക് എക്ടോഡെർമൽ ഡിസ്പ്ലാസിയ എന്ന അപൂർവ്വ ജനിതക രോഗാവസ്ഥയെ സ്വാധീനിക്കുന്നു എന്നതിനെക്കുറിച്ചായിരുന്നു പഠനം. തുടർന്നുള്ള ചർച്ചയിൽ പി. എച്ച്. ഡി. സ്കോളറായ ഹാഫിസാ, ഡോ. അലക്സ് ജോർജ്, ഡോ. കെ. ജി. രഘു, ഡോ. രമ്യ, ഡോ. ദിലീപ് വിജയൻ തുടങ്ങിയവർ അഭിപ്രായങ്ങൾ രേഖപ്പെടുത്തി.

10-ാം വർഷത്തിലേക്ക് ജൂബിലി ഗവേഷണ കേന്ദ്രം

ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് കേന്ദ്രമായി പ്രവർത്തിക്കുന്ന ജൂബിലി സെന്റർ ഫോർ മെഡിക്കൽ റിസർച്ച് (JCMR) ദശവത്സര ആഘോഷങ്ങൾക്ക് തുടക്കം കുറിച്ചു. പ്രമുഖ വൈദ്യശാസ്ത്ര ഗവേഷകനായ ഡോ. ഡി. എം. വാസുദേവൻ 2014–ലാണ് റിസർച്ച് ഡയറക്ടറായി ചുമതലയേറ്റത്.തുടർന്ന് ശീഘ്രഗതിയിലാണ് ഗവേഷണകേന്ദ്രം വളർന്നത്, കേന്ദ്ര ശാസ്ത്ര സാങ്കേതിക മന്ത്രാലയത്തിന്റെ SIRO അംഗീകാരം, ധനകാര്യ മന്ത്രാലയത്തിന്റെ 35 വകുപ്പ് പ്രകാരം സംഭാവനകൾക്കുള്ള 100 ശതമാനം നികുതി ഇളവ്, CSR പ്രൊജക്റ്റുകൾ ഏറ്റെടുക്കാനുള്ള കോർപ്പറേറ്റ് അഫെയേർസ് മന്ത്രാലയത്തിന്റെ അംഗീകാരം, കേരള ആരോഗ്യ സർവകലാശാലയുടെ 3 വിഭാഗങ്ങളിൽ ഗവേഷണകേന്ദ്രം, 35 ഗവേഷണ ഗൈഡുകൾ തുടങ്ങി വളർച്ചയുടെ നിരവധി പടവുകളാണ്. JCMR ചവിട്ടിക്കയറിയത്. CDSCO, DHR, NABH എന്നീ കേന്ദ്ര ഏജൻസികളുടെ അംഗീകാരത്തോടെ എത്തിക്സ് കമ്മിറ്റിയും പ്രവർത്തിക്കുന്നു. പരീക്ഷണങ്ങൾ മൃഗങ്ങളിൽ നടത്തുന്നതിനുള്ള CPCSEA അംഗീകാരവും ഉണ്ട്. വിവിധ സർക്കാർ ഏജൻസികളിൽ നിന്നും അന്താരാഷ്ട്ര ഏജൻസികളിൽ നിന്നുമായി നിരവധി ഗവേഷണ പദ്ധതികൾ ഇതിനകം പൂർത്തിയാക്കി. നിലവിൽ 14 ഗവേഷണ പദ്ധതികൾക്കായ് 6 കോടിയിലധികം സംഖ്യ സർക്കാർ ഏജൻസിക

ളായ DHR, ICMR, DBT എന്നിവയിൽ നിന്നും മറ്റു ഏജൻസികളിൽ നിന്നും സാമ്പത്തികസഹായമായി ലഭിച്ചിട്ടുണ്ട്. 35 ഗവേഷക വിദ്യാർത്ഥികളിൽ 7 പേർ ജൂബിലി മെഡിക്കൽ കോളേജിലെ ഡോക്ടർമാരും, രണ്ടു വൈദീകരും ഒരു കന്യാസ്ത്രീയുമാണ്

മറവിരോഗത്തിനും മുറിച്ചുണ്ടിനും ജനിതക വ്യതിയാനങ്ങൾക്കും തുടങ്ങി ഏതാനും മേഖലകളിൽ പ്രാധാന്യം നൽകുന്നു. പാമ്പ് വിഷ ചികിത്സയുടെ നൂതന ആശയങ്ങൾ, ലൈംഗിക അവയവങ്ങളുടെ ഘടനയിലെ പാകപ്പിഴകൾ, സ്ട്രോക്ക്, കോവിഡ് തുടങ്ങി ക്ലിനിക്കൽ വിഷയങ്ങളും ഗവേഷണത്തിൽ ഉണ്ട്. ലിംഗവ്യത്യാസം അവ്യക്തമാകുന്നതിന് കാരണമാകുന്ന ഒരു ജീൻ (ഘടകം) പുതിയതായി റിപ്പോർട്ട് ചെയ്തിട്ടുണ്ട്. രക്തത്തിലെ പ്ലേറ്റ്ലറ്റ് അണുക്കളുടെ ഉൽപാദനത്തെ സ്വാധീനിക്കാൻ കഴിവുള്ള നാലു പുതിയ സംയുക്തങ്ങൾ പപ്പായ ഇലകളിൽ നിന്ന് വേർതിരിച്ചെടുത്തിട്ടുണ്ട്. ഇരുപതോളം ദേശീയ അന്തർദേശീയ സ്ഥാപനങ്ങളുമായി ധാരണാപത്രം കൈമാറിയിട്ടുണ്ട്. പുതിയ ആശയങ്ങളായ കമ്പ്യൂട്ടേഷണൽ ബയോളജി, ലിക്വിഡ് ബയോപ്സി എന്നിവയിലും ജൂബിലി ഗവേഷണത്തിൽ ഏർപ്പെട്ടിട്ടുണ്ട്. ചുരുങ്ങിയ കാലംകൊണ്ട് ശ്രദ്ധേയമായ നേട്ടങ്ങൾ കൈവരിച്ച ഗവേഷണകേന്ദ്രം ദശവത്സരത്തിൽ നൂതന പദ്ധതികൾ ആരംഭിക്കുകയാണ്.

ഒരു വർഷം നീണ്ടുനിൽക്കുന്ന വിവിധ ആഘോഷ പരിപാടികളുടെ ലോഗോ പ്രകാശനം ജൂബിലി മിഷൻ സ്ഥാപനങ്ങളുടെ ഡയറക്ടർ ഫാ. റെന്നി മുണ്ടൻകുരിയൻ, ഗവേഷണ വിഭാഗം ഡയറക്ടർ ഡോ. ഡി. എം. വാസുദേവൻ എന്നിവർ സംയുക്തമായി നിർവ്വഹിച്ചു. ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് പ്രിൻസിപ്പൽ ഡോ. പ്രവീൺലാൽ കുറ്റിച്ചിറ, ജൂബിലി മിഷൻ സ്ഥാപനങ്ങളുടെ CEO ഡോ. ബെന്നി ജോസഫ് എന്നിവരും സന്നിഹിതരായിരുന്നു. ഗവേഷണ രംഗത്തെ നൂതന ആശയങ്ങൾ ഉൾക്കൊള്ളുന്ന ശിൽപശാല, ദേശീയ സിമ്പോസിയം, പ്രഭാഷണങ്ങൾ തുടങ്ങിയവ ദശവത്സര ആഘോഷത്തിൽ ഉൾപ്പെടും.

നന്ദി

ഡോ. പി.സി.ഗിൽവാസ് & ന്യൂറോളജി ഡിപാർട്ട്മെന്റ്

RESEARCH WINGS

മസ്തിഷ്കാഘാതം ഉണ്ടായാൽ മൂന്നു മണിക്കൂറിനുള്ളിൽ ചികിത്സ ലഭ്യമാക്കിയാൽ കാര്യമായ പ്രശ്നങ്ങൾ ഇല്ലാതെ രോഗിയെ രക്ഷപ്പെടുത്താനാവും എന്നതാണ് നിലവിലെ ചികിത്സാ സമ്പ്രദായം. പലതരം ഇൻഞ്ചക്ഷനുകളും ലഭ്യമാണെങ്കിലും Tenecteplase ആണ് നിലവിൽ പ്രധാനമായും ഉപയോഗിക്കുന്നത്. ഇതിന്റെ ദീർഘകാല ഉപയോഗത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ 3 മണിക്കൂറിനുശേഷം ചികിത്സ നടത്തിയവർക്കും ഗുണം ലഭിക്കുന്നതായി റിപ്പോർട്ട് ചെയ്യപ്പെട്ടു.

ഇതിന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ ഉത്പാദകരായ ജീനോവ ബയൊ ഫാർമസ്യൂട്ടിക്കൽസ് ഡ്രഗ് കൺട്രോളർ ജനറൽ ഓഫ് ഇന്ത്യ (DCGI) യുടെ അംഗീകാരത്തോടെ രാജ്യത്തെ 19 കേന്ദ്രങ്ങളിലായി പഠനങ്ങൾ നടത്തി. ജൂബിലിയും അതിൽ ഉൾപ്പെടുന്നു. 846 കേസുകൾ പഠനവിധേയമാക്കിയതിൽ 213 എണ്ണവും ജൂബിലിയിൽ നിന്നായിരുന്നു. ഈ പഠനങ്ങളുടെ വെളിച്ചത്തിൽ

3 മണിക്കൂർ എന്നത് നാലര മണിക്കൂറിനുള്ളിൽ ഇഞ്ചക്ഷൻ എടുത്താലും ഗുണം ലഭിക്കും എന്ന് തെളിയിക്കപ്പെട്ടതായി DCGI അംഗീകരിച്ചു. വില കൂടിയ ഇഞ്ചക്ഷൻ എന്ന നിലയിൽ 3 മണിക്കൂറിനുശേഷം ആശുപത്രിയിൽ എത്തുന്ന രോഗികളുടെ കാര്യത്തിൽ ഡോക്ടർമാർക്കും ബന്ധുക്കൾക്കും അവ്യക്തത ഉണ്ടായിരുന്നത് മാറിക്കഴിഞ്ഞു.

മസ്തിഷ്കാഘാതം ഉണ്ടായത് മറ്റുള്ളവർ അറിയാനോ, മനസ്സിലാക്കാനോ താമസം വരുക, ഹോസ്പിറ്റൽ സൗകര്യം ദൂരെയായിരിക്കുക എന്നീ ഘട്ടങ്ങളിലാണ് ഈ പുതിയ പഠന ഫലം ഏറെ ഗുണം ചെയ്യുക. 150 കേസുകളിൽ രാജ്യ വ്യാപകമായി പഠനം തുടർന്ന് റിപ്പോർട്ട് DCGI നൽകി, അവരത് അംഗീകരിച്ചാൽ പക്ഷാഘാത ചരിത്രത്തിൽ പുതിയൊരു വഴിത്തിരിവാകും. Tenecteplase Injection അനേകായിരം ജനങ്ങളെ വരുംകാലങ്ങളിൽ ജീവൻ രക്ഷാമാർഗ്ഗമായി ഈ പഠനം ഉറപ്പായും ശ്ലാഘിക്കപ്പെടും. ഈ പഠനത്തിന്റെ കാൽ പങ്കും ജൂബിലിയിൽ നിന്നാണെന്നുള്ളത് നമ്മുക്ക് അഭിമാനിക്കാൻ വക നൽകുന്നു. ഇതിനു നേതൃത്വം നൽകിയ ഡോ. പി. സി. ഗിൽവാസ്, ഡോ. ഫിജു ചാക്കോ തുടങ്ങി ന്യൂറോളജിയിലെ മുഴുവൻ ഡോക്ടർമാരേയും, നഴ്സുമാർ ഉൾപ്പെടെയുള്ള സ്റ്റാഫ് അംഗങ്ങളേയും, എമർജൻസി മെഡിസിൻ, റേഡിയോളജി എന്നീ വിഭാഗങ്ങളിലുള്ളവരുടെ സന്ദർഭോചിതമായ ഇടപെടലുകളേയും നാം അഭിനന്ദിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. ഇക്കാര്യത്തിൽ ഭാരതം മുഴുവൻ ജൂബിലിയിലേക്ക് ഉറ്റുനോക്കുന്ന സമയം അകലെയല്ല.

PROF. DR. D M VASUDEVAN ENDOWMENT ORATION

കൊറോണയെ അതിജീവിക്കാൻ ഓരോ രാജ്യവും ചെയ്തതിൽ വിജയം കണ്ടവ മറ്റ് രാജ്യങ്ങളും പ്രയോഗിച്ചു. അത് വീണ്ടും പരീക്ഷിച്ച് സമയം കളയാതെ ഉചിതമായത് നടപ്പിലാക്കാനുള്ള ഇച്ഛാശക്തിയും ആർജവവുമാണ് നേതൃത്വത്തിന് വേണ്ടത്. രാജ്യത്തിന്റെ അതിർത്തികടന്ന് സ്വാധീനം ചെലുത്തുന്നതാണ് ശരിയായ നേതൃത്വം എന്ന മനശാസ്ത്രത്തിന്റെ കാഴ്ച്ചപ്പാടിനെക്കുറിച്ച് ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജിൽ ഡോ. ഡി.എം. വാസുദേവൻ എന്റോവ്മെന്റ് പ്രഭാഷണം നടത്തുകയായിരുന്നു ഇംഗ്ലണ്ടിലെ കെന്റ് ആന്റ് മിഡ്വെ മെഡിക്കൽ സ്ഥാപനങ്ങളിലെ ക്ലിനിക്കൽ സൈക്യാട്രി വിഭാഗം ഡയറക്ടർ ഡോ. കെ. വത്സരാജ് മേനോൻ. ശാസ്ത്ര സാങ്കേതിക മേഖലയെ സ്വാധീനിക്കുന്ന രാഷ്ട്രീയ നേതൃത്വവും അവരുടെ ദീർഘവീക്ഷണവും, ഉത്തരവാദിത്വബോധവും വൈദ്യശാസ്ത്രരംഗം മുൻപത്തേക്കാളേറെ വെല്ലുവിളികൾ നേരിടുന്ന ഈ കാലഘട്ടത്തിൽ അത്യാവശ്യമാണ് എന്ന് കൂട്ടിച്ചേർത്തു. കഴിഞ്ഞ രണ്ട് പതിറ്റാണ്ടായി വൈദ്യശാസ്ത്രരംഗത്തെ നേതൃത്വമികവിനായി പ്രവർത്തിക്കുന്ന തന്ത്രജ്ഞനും പ്രഭാഷകനുമാണ് ഡോ. വത്സരാജ്. NABH ഉൾപ്പെടെയുള്ള സ്ഥാപനങ്ങളിലെ ഉയർന്ന ശ്രേണിയിലുള്ളവരെ ഇദ്ദേഹം പരിശീലിപ്പിക്കുന്നുണ്ട്.

ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജിലെ ഗവേഷണവിഭാഗം ഡയറക്ടർ ഡോ. ഡി. എം. വാസുദേവന്റെ അധ്യാപന-ഗവേഷണ പ്രവർത്തനങ്ങളുടെ 50-ാം വാർഷികാഘോഷങ്ങളുടെ ഭാഗമായി ഏർപ്പെടുത്തിയ എൻഡോവ്മെന്റ് പ്രഭാഷണപരമ്പരയിലെ അഞ്ചാമത്തെ ചടങ്ങിനാണ് ഡോ. വത്സരാജ് ജൂബിലിയിലെത്തിയത്. ആർ.സി.സി. തിരുവനന്തപുരം, അമല മെഡിക്കൽ കോളേജ്, തൃശ്ശൂർ, ജൂബിലി സെന്റർ ഫോർ മെഡിക്കൽ റിസർച്ച് തൃശ്ശൂർ തുടങ്ങിയ ഗവേഷണ കേന്ദ്രങ്ങളുടെ സ്ഥാപകനും അമൃത മെഡിക്കൽ കോളേജിലെ പ്രാരംഭ പ്രിൻസിപ്പാളുമാണ് കേരള ഗവ. സർവ്വീസിൽ നിന്നും പ്രിൻസിപ്പാളായി വിരമിച്ച ഡോ. വാസുദേവൻ, രാജ്യത്തെ ഉന്നത ബഹുമതികളിൽ ഒന്നായ ഡോ. ബി.സി. റോയ് അവാർഡ് ജേതാവും, 23 രാജ്യങ്ങളിലെ മെഡിക്കൽ വിദ്യാർത്ഥികൾ ഉപയോഗിക്കുന്ന ബയോകെമിസ്ട്രി പുസ്തകത്തിന്റെ രചയിതാവും കൂടിയാണ്. മുപ്പതിലധികം പേർ ഇദ്ദേഹത്തിന്റെ കീഴിൽ പി.എച്ച്.ഡി. ബിരുദം നേടിയിട്ടുണ്ട്.

എൻഡോവ്മെന്റ് ഒറേഷനിൽ ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് പ്രിൻസിപ്പൽ ഡോ. പ്രവീൺലാൽ കുറ്റിച്ചിറ അദ്ധ്യക്ഷത വഹിച്ചു. ജൂബിലി മിഷൻ സ്ഥാപനങ്ങളുടെ ഡയറക്ടർ ഫാ. റെന്നി മുണ്ടൻകുരിയൻ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. ഡോ. ബിന്ദു മേനോൻ പ്രഭാഷകനെ പരിചയപ്പെടുത്തി. മെഡിക്കൽ സൂപ്രണ്ട് ഡോ. പി. സി. ഗിൽവാസ് ഉപഹാരം സമർപ്പിച്ചു. ഡോ. പി. ആർ. വർഗ്ഗീസ് സ്വാഗതവും ഡോ. മാത്യു ജോൺ നന്ദിയും പറഞ്ഞു. ഡോ. ഡി. എം. വാസുദേവൻ, ഡോ. വി. രാമൻകുട്ടി തുടങ്ങിയവർ പങ്കെടുത്തു.

Congratulations

ലോക വനിതാദിനത്തിൽ തൃശ്ശൂരിലെ ആദ്യ വനിത ഓർത്തോപീഡിക് സർജന്മാരിൽ ഒരാളായ, തൃശ്ശൂർ ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് ആശുപത്രിയിലെ ഡോ. അമലു ജോയിയെ തൃശ്ശൂർ റോട്ടറി ക്ലബ്ബ് ആദരിച്ചു.

സന്തോഷം പകരുന്നവരാകാം

“സന്തുഷ്ട ഹൃദയം മുഖത്തെ പ്രസന്നമാക്കുന്നു. ഹൃദയവ്യഥ ഉന്മേഷം കെടുത്തിക്കളയുന്നു” (സുഭാ. 15/13). നിഷ്കളങ്കഹൃദയം ആനന്ദപൂരിതമാണ്. സകല മനുഷ്യരും മാത്രമല്ല, സർവ്വ ജീവജാലങ്ങളും പ്രകൃതി പോലും ആനന്ദവും സന്തോഷവും കൊണ്ട് നിറഞ്ഞിരിക്കാനാണ് ആഗ്രഹിക്കുന്നത്. സന്തോഷത്തിന്റെ ഉറവിടവും, നിറവും പ്രപഞ്ച സ്രഷ്ടാവായ ദൈവം തന്നെ.

സർവ്വശക്തനായ ദൈവം തന്റെ സമ്പൂർണ്ണമായ സന്തോഷം നിറമനസ്സോടെ പങ്കിടാൻ മണ്ണിൽനിന്ന് മനുഷ്യനെ മെനഞ്ഞെടുത്തു. കണ്ണഞ്ചിപ്പിക്കുന്ന പറുദീസാ തീർത്ത് അവന് പാർപ്പിടമൊരുക്കി. സന്തോഷം പങ്കിടാൻ ഇണയും തുണയുമായി ഹവ്വാ എന്ന സ്ത്രീയെയും നൽകി. സ്വാതന്ത്ര്യത്തോടും അതിലേറെ സന്തോഷത്തോടും കൂടി ദൈവത്തോടൊത്ത് ഉല്ലസിച്ച് നടന്നു അവർ. ഈ ദിവ്യമായ ആനന്ദത്തിനും ഊഷ്മളമായ സൗഹൃദത്തിനും തുരങ്കം വച്ച തിന്മയുടെ ശക്തിക്കു മുമ്പിൽ മനുഷ്യൻ സ്വാതന്ത്ര്യം അടിയറവച്ചു. അതിരില്ലാത്ത സന്തോഷം കഠിന ദു:ഖമായി കലാശിച്ചു. സന്തോഷമൂർത്തിയായ ദൈവത്തിന്റെ സാന്നിധ്യം നഷ്ടപ്പെട്ടു. നഷ്ടപ്പെട്ട നന്മയുടെ സ്വാതന്ത്ര്യം, നന്മയുടെ ആനന്ദവും വീണ്ടെടുക്കാൻ കരുണാമയനായ ദൈവം മനുഷ്യപുത്രനായി മണ്ണിൽ അവതരിച്ച് സന്തോഷമായി ഒരു കുടുംബത്തിൽ ജീവിച്ചു.

കുടുംബങ്ങളിൽ ഇന്ന്

ദൈവത്തിന്റെ മനോഹരമായ പദ്ധതിയാണ് കുടുംബം. മാതാപിതാക്കളും മക്കളും ഒന്നിച്ചുള്ള സന്തോഷത്തിന്റെ ഒരു ജീവിതമാണ് – മറ്റൊരു സ്വർഗ്ഗമാണ് കുടുംബം. അവിടെ സൗഹൃദം പങ്കിടുന്നു; സ്നേഹം വിതയ്ക്കുന്നു; കൂട്ടായ്മയുടെ ആനന്ദം നുകരുന്നു. പരസ്പരമുള്ള ആദരവും ബഹുമാനവും പങ്കുവയ്ക്കലും ഏതു ദു:ഖത്തിലും കുടുംബങ്ങളെ സന്തോ

ഷഭരിതമാക്കുന്നു. സമൂഹത്തിന്റെ ആദ്യമൂലക്കല്ലായ കുടുംബങ്ങളിൽനിന്ന് ഒഴുകിവരുന്ന സൗഹൃദ പൂഞ്ചോലകൾ എത്തിച്ചേരുന്നത് സമൂഹങ്ങളിലേക്കും രാഷ്ട്രങ്ങളിലേക്കുമാണ്. ഈ നദി ചുറ്റുപാടും കുളിർമയുള്ള പച്ചപ്പേകി സന്തോഷം പകരുന്നു. സമൂഹത്തിൽ ആനന്ദം നിറഞ്ഞുകവിയുമ്പോൾ രാഷ്ട്രത്തിലേക്കും പരന്നൊഴുകി സമൃദ്ധപൂരിതമാക്കുന്നു. നല്ല വാക്ക് അനേകരെ പരിപോഷിപ്പിക്കുന്നു. ‘‘നീതിപൂർവ്വമായ വാക്കുകൾ രാജാവിനെ ആഹ്ലാദിപ്പിക്കുന്നു’’ എന്ന് തിരുവചനം പറയുന്നു (സുഭാ. 16:13).

സാന്നിധ്യം കൊണ്ടും ഉചിതമായ ഭാഷണം കൊണ്ടും സൗഹൃദം വിരിയുന്ന പുഞ്ചിരി കൊണ്ടും അടുത്ത് നില്ക്കുന്ന സഹോദരന് സന്തോഷം പകരാൻ കഴിയും. സന്തുഷ്ട ഹൃദയം ആരോഗ്യദായകമാണ്. തളർന്ന മനസ്സ് ആരോഗ്യം കെടുത്തുന്നു. രോഗങ്ങളുടെയും അസ്വസ്ഥതകളുടെയും മനസ്സുമായി ആശുപത്രിയിലെത്തുന്ന മനുഷ്യമക്കൾക്ക് ഔഷധത്തേക്കാൾ ഡോക്ടർമാരുടെയും ശുശ്രൂഷിക്കുന്ന നേഴ്സുമാരുടെയും സ്നേഹം നിറഞ്ഞ സാന്നിധ്യവും ആർദ്രത നിറഞ്ഞ നയനങ്ങളുമാണ് സന്തോഷം പകരുന്നത്. ആത്മാർത്ഥത നിറഞ്ഞ വാക്കും

സാന്നിദ്ധ്യവും ജീവനാണ്, അമൃതാണ്. എല്ലാറ്റിനും ഉപരി സന്തോഷത്തിന്റെ ഉറവിടമായ കർത്താവിലാണ് നാം അഭയം പ്രാപിക്കേണ്ടത്. തിരുവചനം ഇങ്ങനെ രേഖപ്പെടുത്തുന്നു: ''കർത്താവിൽ ആനന്ദിക്കുക; അവിടുന്ന് നിന്റെ ആഗ്രഹങ്ങൾ സാധിച്ചുതരും'' (സങ്കീ. 37/4).

ആധുനികലോകം

അല്പം സമാധാനത്തിനും അതിലേറെ സന്തോഷത്തിനും വേണ്ടി മനുഷ്യൻ കൊതിക്കുന്നു. പ്രഭാതപത്രതാളുകളിൽ വായിക്കുന്ന ദുരന്തങ്ങളും അസ്വസ്ഥതകളും സംഭവിക്കുന്നതിന്റെ പിന്നിൽ ഒരുപാട് ദു:ഖകഥകളുണ്ട്. അസഹിഷ്ണുവായ മനുഷ്യന്റെ പ്രവർത്തനങ്ങൾ സമാധാനത്തെ ധ്വംസിക്കുന്നു. തമ്മിൽത്തമ്മിൽ പൊരുത്തമില്ലായ്മയും അഹങ്കാരജഡിലമായ ജീവിതവും ലോകത്തിന്റെ സന്തോഷം നിർവീര്യമാക്കുന്നു. ഇത്തരം ദു:സ്ഥിതിയെ ഇല്ലാതാക്കാൻ മഹാത്മാക്കൾ ഇറങ്ങിത്തിരിച്ചതിന്റെ സന്തോഷസുദിനമാണ് അന്താരാഷ്ട്ര സന്തോഷദിനം.

പ്രതിസന്ധിഘട്ടങ്ങളിൽ തളരുന്ന നിരവധി മനുഷ്യമക്കൾ നമ്മുടെ ചുറ്റിലുമുണ്ട്. കരയാൻ ഒരുപാട് കാരണങ്ങൾ ഉണ്ടാകാം. എന്നാൽ ചിരിക്കാനും അതുപോലെതന്നെ. സുഖദു:ഖസമ്മിശ്രമാണ് മനുഷ്യജീവിതം. ഏതു പ്രതിസന്ധിയിലും തളരാതെ പ്രതിസന്ധികളെ പുഞ്ചിരിയോടെ നേരിടുക എന്നതാണ് പ്രധാനം. ഈ ഓർമ്മയ്ക്കാണ് അന്താരാഷ്ട്ര സന്തോഷദിനം ആചരിക്കുന്നത്. 2013 മുതലാണ് ഐക്യരാഷ്ട്രസഭ 'ഇന്റർനാഷ

ണൽ ഹാപ്പിനസ് ഡേ' ആഘോഷിക്കാൻ തുടങ്ങിയത്. സന്തോഷമെന്നത് മനുഷ്യജീവിതത്തിൽ എത്രത്തോളം പ്രാധാന്യം അർഹിക്കുന്നു എന്ന സന്ദേശം വിളിച്ചോതുന്ന അന്താരാഷ്ട്ര സന്തോഷദിനത്തിന് മറ്റ് ചില ലക്ഷ്യങ്ങളുണ്ട്. ആഗോള അസമത്വം കുറയ്ക്കുക, ദാരിദ്ര്യം അവസാനിപ്പിക്കുക, ഭാവിതലമുറകൾക്കായി ഭൂമിയെ സംരക്ഷിക്കുക തുടങ്ങിയ ലക്ഷ്യങ്ങൾ ഇതിന്റെ ഭാഗമാണ്. കരുതലുള്ളവരായിരിക്കുക, നന്ദിയുള്ളവരായിരിക്കുക, ദയയുള്ളവരായിരിക്കുക എന്നതാണ് ഈ വർഷത്തെ അന്താരാഷ്ട്ര സന്തോഷദിനത്തിന്റെ സന്ദേശം.

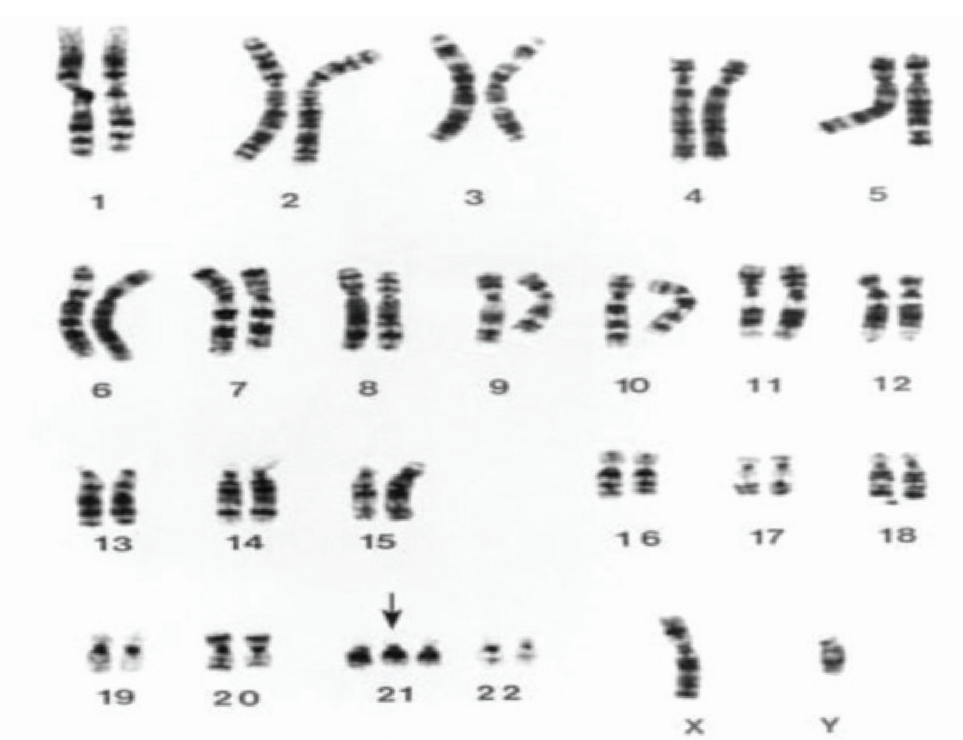
ലോകത്തിന് അതായത് മനുഷ്യന് ഏറ്റവും വിലപ്പെട്ടത് സന്തോഷമാണെന്ന തിരിച്ചറിവാണ് സന്തോഷദിനമെന്ന ആശയത്തിന് പ്രേരകം. സാമ്പത്തിക സ്ഥിതി, ആരോഗ്യം, വിഭവങ്ങളുടെ ലഭ്യത, സുഖസൗകര്യങ്ങൾ തുടങ്ങി നിരവധി കാരണങ്ങൾ സന്തോഷത്തെ നിർണ്ണയിക്കുന്നു. ഭൗതികമായ പുരോഗതിയേക്കാൾ മനസ്സിന്റെ സന്തോഷവും സമാധാനവും പരിഗണിക്കണമെന്ന ആഹ്വാനമാണ് അന്താരാഷ്ട്ര സന്തോഷദിനത്തിൽ നമ്മുടെ ശ്രദ്ധയെ ആകർഷിക്കുന്നത്.

വിശുദ്ധമായ ആഹ്ലാദത്തിനുവേണ്ടിയാണ് ദൈവം നമ്മെ സൃഷ്ടിച്ചത്. സന്തോഷസൗഭാഗ്യങ്ങൾ നമുക്കുണ്ടാകണം. എന്തൊക്കെ സംഭവിച്ചാലും അതിൽനിന്നെല്ലാം നമ്മുടെ ദു:ഖമനസ്സിനെ മാറ്റിനിർത്തി ആത്മീയഹർഷം ആസ്വദിക്കണം. ജീവിതത്തിൽ കഷ്ടപ്പാടുകളും ദുരിതങ്ങളും തീരാദു:ഖങ്ങളും നമ്മെ അഭിമുഖീകരിക്കുമ്പോഴും ദിവ്യമായ സന്തോഷം കൈവെടിയരുത്. സദാ സന്തോഷം തന്നെയായ ദൈവത്തോടുകൂടി ചേർന്നിരിക്കുമ്പോഴാണ് പരിപാവനമായ ആനന്ദം നമുക്കുണ്ടാകുന്നത്. എപ്പോഴും സന്തോഷത്തോടുകൂടി ആയിരിക്കുവിൻ എന്ന് മാറ്റമില്ലാത്തതും മാധുര്യമേറിയതുമായ തിരുമൊഴി രേഖപ്പെടുത്തുന്നു (1 തെസ. 5:16).

നോബിൾ തോമസ് പി.
മാനേജർ, എച്ച്. ആർ.

Down’s Syndrome

Down Syndrome(DS) is the most common genetic etiology of moderate intellectual disability.DS is associated with congenital anomalies and characteristic physical features. World Down's Syndrome Day is observed on March 21 to raise global awareness about the inclusion and rights of people with DS. The theme this year is "With us not for us."



Genetics:

Trisomy 21 is found in 95% of cases.Chromosome number 21 is present in triplicate,usually due to meiotic non disjunction in either maternal or rarely parental gamete. Approximately 4% are due to translocation,most commonly involving chromosome 14 and 21 and the rest 1% with trisomy 21 are mosaics,with some cell lines having normal 46 chromosomes ...Understanding these forms can aid in diagnosis and provide insight into the associated physical and intellectual characteristics.

Maternal Age and Risk of Down's syndrome

Down's syndrome occurs in approximately 1 in 800 newborns. Risk increases with maternal age.

Age of mother	15-29	30-34	35-39	40-44	> 45
Incidence (1/..)	1550	800	270	100	50

Women who previously gave birth to a child with Trisomy 21 have a recurrence risk of approximately 1% and the risk increases with advancing maternal age.. The risk increases when parents are translocation carriers, with a 10% risk for carrier mothers and 4-5% for carrier fathers..The risk for recurrence is 100% for 21to21 translocation.

Antenatal Screening

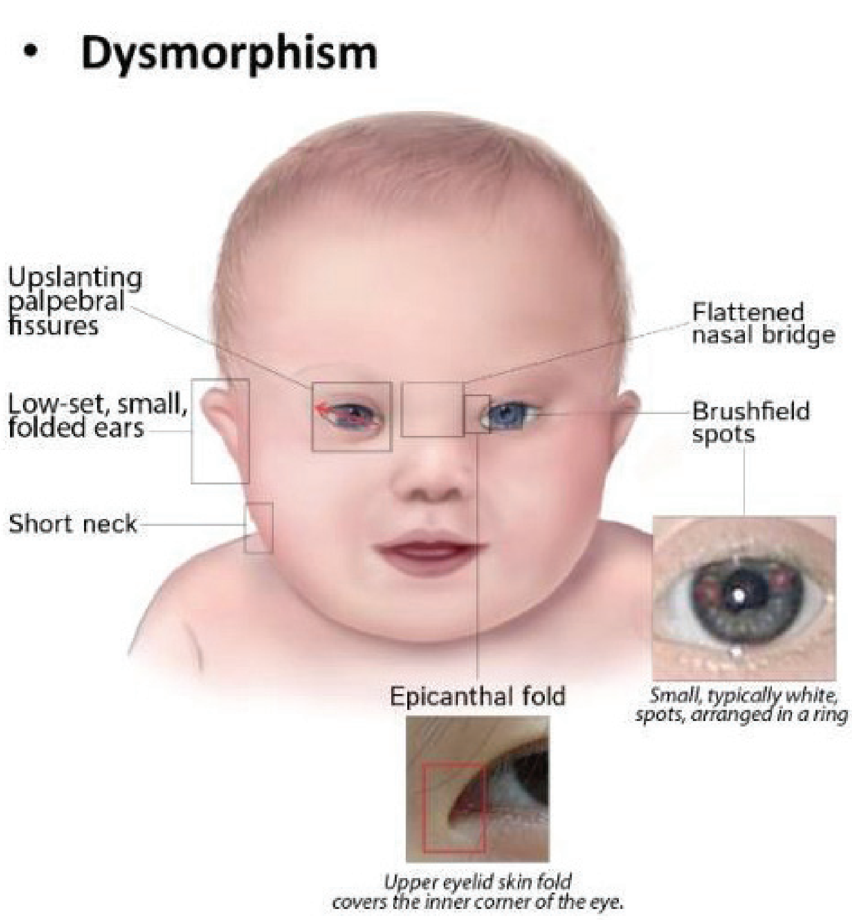
NUCHAL TRANSLUCENCY TEST	Done during USG at 11 weeks-13 weeks + 6 days	First trimester
COMBINED TEST	Measures HCG and PAPP-A(first and second trimester)along with NT during USG in first trimester	First and second trimester
QUAD SCREEN	Measures blood levels of four pregnancy associated substances-alfa feto protein, estriol, HCG and inhibin. Can detect 80% DS pregnancies	Second trimester

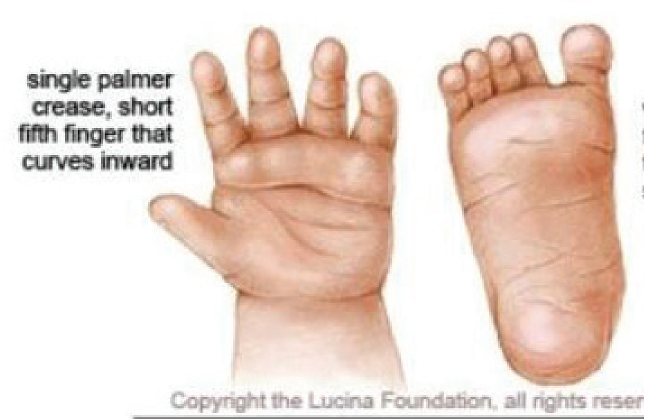
NIPT/cf DNA	Non invasive prenatal testing(NIPT) / cell free DNA screening of maternal blood for aneuploidy has a detection rate of 99.7%for trisomy 21	9 weeks of gestational age

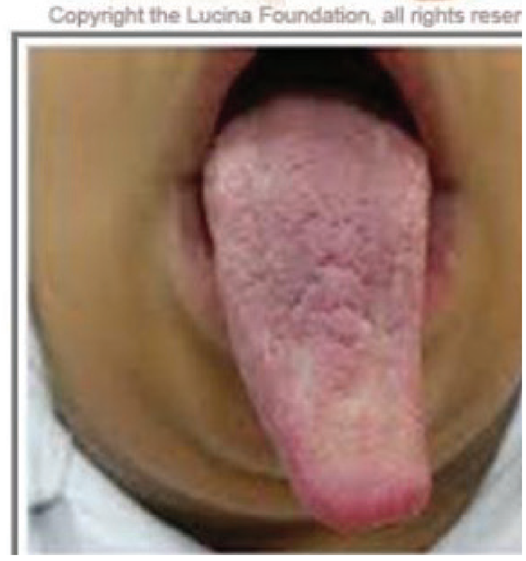
Diagnostic Tests

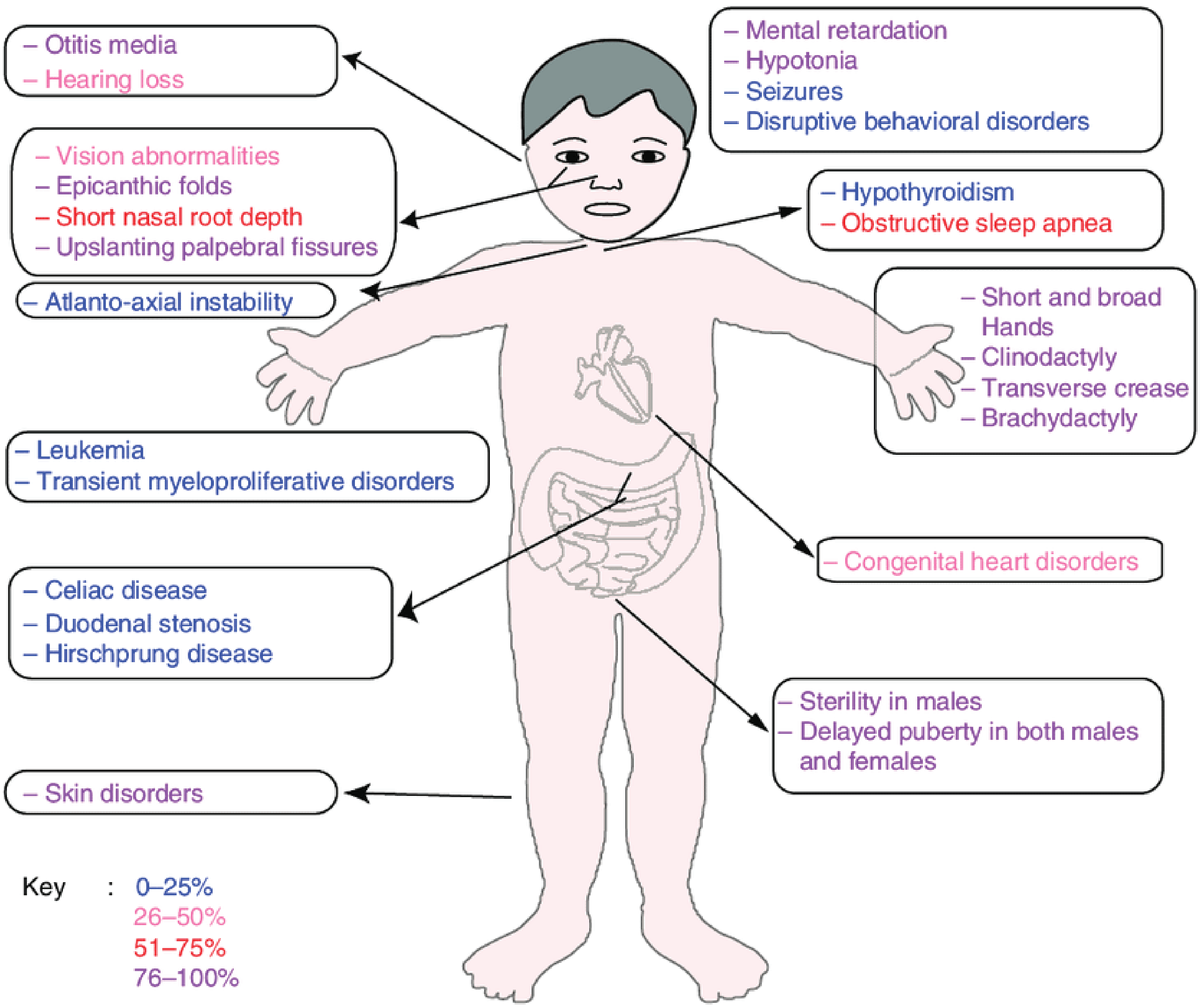
CHORIONIC VILLI SAMPLING	Cells are taken and sent for karyotyping	At or after 11 weeks of gestation (till 13+6 weeks)
AMNIOCENTESIS	Sample of amniotic fluidis taken and sent for chromosome analysis	16 to 20 weeks
POSTNATAL TESTS	Karyotyping and Fluorescent in situ hybridization(FISH)	
SALIENT CLINICAL FEATURES		After birth

Salient Clinical Features









Systems affected in Down syndrome

- Nervous (central and peripheral).
- Cardiovascular (Heart).
- Endocrine (thyroid and thymus).
- Digestive (small and large intestines, pancreas).
- Musculoskeletal (hypotonia, atlanto-axial instability, clinodactyly, brachydactyly, facial bones).
- Reproductive (testis and ovary).
- Circulatory and immune (lymphocytes).
- ENT (ears and nasal bones).
- Skin

Management

Early stimulation, physiotherapy and speech and occupational therapy are recommended for all children with DS and should be started as soon as possible. Parents should be involved in effectively teaching the skills and the training programme is individualised as per need. In fact ,children with DS are cheerful,music loving and with proper vocational training their aesthetc qualities could be enhanced for a more fruitful life.

As there is risk for atlantoaxial subluxation (incidence 10-30%)radiographs are recommended when participating in contact sports or when neurological symptoms are present(neck pain,torticollis,gait disturbances,weakness.)

Health Supervision for Children with Down's Syndrome

WHAT TO CHECK	HOW TO CHECK	WHEN TO CHECK
Hypothyroidism	T4 and TSH thyroid hormones	Birth Atleast at 6months and at 12 months in first year Thereafter every year
Congenital heart diseases	ECG and ECHO	Birth Then as per need
Strabismus, Cataracts , Nystagmus	Cataracts, Refractory errors	Birth or by 6 months, check vision annually
Hearing impairment or loss	BERA/OAE for hearing assessment/ Tympanometry	Birth or by 3 with ABR or OAE, check hearing every 6 months upto 3 tympanic membrane is not visualised, annually thereafter
Growth	Weight, height and head circumference	Every 3 months during first and then every year Or At each visit
Blood	Complete blood count	At birth and in adolescence or if symptoms develop

At times babies with DS do not have all the clinical features and karyotyping will help us confirm the diagnosis. Below is a small poem that I spontaneously wrote when I confronted a case scenario.

Oh! Oh you simian crease!
You made me lose my ease
As question was popped to me 'doc! What is it please?

You made me search from
head to toe for tell tale signs
Not just for simian lines
The slant of the eye

The set of the ears
The depth of the nasal bridge

The shape of the tongue

The curve of the little finger
The gap between toes

All came into my visual scanner
As I searched in a systematic manner

The signs were few

I said ' phew'

Could it be a mosaic

No time to be prosaic

So decided for a karyotype

To know if it falls in any type
(trisomy, translocation or mosaic).

Now I wait with crossed fingers.
As I don't want a doubt that lingers.

Here are a few **MUSTS** in managing Down's syndrome:

1. Inform parents as early and gently as possible after diagnosis confirmation.

2. Counsel both parents together in privacy and avoid blame or negative talk.

3. Use simple and positive language and allow time for parents to ask questions.

4. Discuss common associated health problems.

5. Emphasize the importance of early environmental stimulation and mainstream schooling.

6. Discourage institutionalization and adoption and encourage joining local Down's Syndrome Associations for moral support.

Nurturing a child with Down's syndrome can bring lots of joy and happiness to the family. Let's help them blossom!

Dr. Rati Santhakumar
Professor, Paediatrics

Congratulations

ഇന്ത്യൻ അസോസിയേഷൻ ഓഫ് ഗൈനക്കോളജിക്കൽ എൻഡോസ്കോപിസ്റ്റസി (IAGE) ന്റെ 2023-2024 വർഷത്തേക്കുള്ള മാനേജിങ്ങ് കമ്മിറ്റി മെമ്പർ ആയി തെരഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ട ഗൈനക്കോളജി ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റിലെ പ്രൊഫസർ ഡോ. അശ്വത്ത് കുമാറിന് ജൂബിലി കുടുംബത്തിന്റെ അഭിനന്ദനങ്ങൾ

കേരള ആരോഗ്യ സർവകലാശാല മാർച്ച് 3ന് തിരുവനന്തപുരം ഗവൺമെന്റ് മെഡിക്കൽ കോളേജിൽ സംഘടിപ്പിച്ച സംസ്ഥാന തല ഖോ-ഖോ മത്സരത്തിൽ ഒന്നാം സ്ഥാനം നേടിയ ജൂബിലി മിഷൻ നഴ്സിംഗ് വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് ജൂബിലി കുടുംബത്തിന്റെ അഭിനന്ദനങ്ങൾ.

എഴുപത്തിമൂന്നുകാരന്റെ വർഷങ്ങൾക്കു മുൻപ് മാറ്റിവച്ച ഹൃദയവാൽവിന്റെ ചോർച്ച കണ്ടെത്തി പരിഹരിച്ച് ജൂബിലി മിഷൻ കാർഡിയോളജി വിഭാഗം. തൃശ്ശൂരിൽ ഇത് ആദ്യമായാണ് ഇങ്ങനെയുള്ള അപൂർവ്വ രോഗാവസ്ഥ നിർണ്ണയവും ശസ്ത്രക്രിയയിലൂടെ വിജയകരമായി പൂർത്തിയാക്കുന്നതും. ഈ ഉദ്യമത്തിന് നേതൃത്വം നൽകിയ ഡോ. മനോജ് രവിക്കും ഡോ. ഷിബു സി. കള്ളിവളപ്പിലിനും, കാത്ത് ലാബ് സ്റ്റാഫ്, കാർഡിയാക് അനസ്തേഷ്യ അംഗങ്ങൾക്കും ജൂബിലി കുടുംബത്തിന്റെ അഭിനന്ദനങ്ങൾ.

സൗജന്യ ഡയാലിസിസ്

'വൃക്ക' മനുഷ്യശരീരത്തിലെ അരിപ്പ എന്നറിയപ്പെടുന്നു. വൃക്കകൾ ശരിയായി പ്രവർത്തിക്കാതിരിക്കുമ്പോൾ രക്തശുദ്ധീകരണം നടക്കാതിരിക്കുകയും രക്തത്തിൽ മാലിന്യങ്ങൾ കുമിഞ്ഞുകൂടുകയും ചെയ്യുന്നു. ഇത് ശരീരത്തെ വിഷമയമാക്കുകയും അവയവങ്ങളുടെ പ്രവർത്തനം തകരാറിലാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ഇത്തരം സന്ദർഭങ്ങളിൽ വൃക്കകളെപോലെ പ്രവർത്തിക്കുന്ന ഒരു കൃത്രിമ ഉപകരണം വഴി രക്തം ശുദ്ധീകരിക്കുന്നു. ഇത്തരത്തിൽ രക്തം ശുദ്ധീകരിയ്ക്കുന്ന പ്രക്രിയയെ ഡയാലിസിസ് എന്നു പറയുന്നു. വൃക്കകളുടെ പ്രവർത്തനം 80% – 90% വരെ നിലയ്ക്കുമ്പോൾ മാത്രമേ ഡയാലിസിസ് നിർദ്ദേശിക്കുകയുള്ളൂ. ഡയാലിസിസ് രണ്ടു തരമുണ്ട് – ഹീമോ ഡയാലിസിസ്, പെരിറ്റോണിയൽ ഡയാലിസിസ്. ഏറ്റവും കൂടുതൽ ഉപയോഗിക്കുന്നതും ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് ഹോസ്പിറ്റലിൽ ഉപയോഗിക്കുന്നതും ഹീമോ ഡയാലിസിസ് ആണ്. ഇതിൽ രക്തം ഒരു കൃത്രിമ മെഷീനിലേയ്ക്ക് കടത്തിവിടുന്നു. മെഷീൻ ഈ രക്തം ശുദ്ധീകരിച്ച് വീണ്ടും ശരീരത്തിലേയ്ക്ക്

തന്നെ കടത്തിവിടുന്നു. ഒരു ഡയാലിസിസ് പൂർത്തിയാക്കാൻ 3-4 മണിക്കൂർ സമയം എടുക്കുന്നു.

1998 ജൂലൈ 24-നാണ് ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് ഹോസ്പിറ്റലിൽ ഡയാലിസിസ് യൂണിറ്റ് ആരംഭിച്ചത്. 23 മെഷീനുകൾ ആണ് ഡയാലിസിസിനുവേണ്ടി ഉപയോഗിക്കുന്നത്. ഡോ. ജോൺ എ. ജി., ഡോ. ശ്യാം ശങ്കർ വർമ എന്നിവരുടെ നേതൃത്വത്തിൽ 24 മണിക്കൂറും ഡയാലിസിസ് 5 യൂണിറ്റായി പ്രവർത്തിച്ചുവരുന്നു.

2007 ജനുവരി മുതലാണ് സൗജന്യ ഡയാലിസിസ് ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് ആശുപത്രിയിൽ ആരംഭിച്ചത്. ഡയറക്ടർ അച്ചന്റെ നിർദ്ദേശപ്രകാരവും സ്പോൺസർ ചെയ്യുന്നവരുടെ നിയോഗാർത്ഥം പറയുന്ന ദിവസങ്ങളിലുമാണ് സൗജന്യ ഡയാലിസിസ് ചെയ്യുന്നത്. അന്നേദിവസം ഡയാലിസിസിന് വരുന്ന രോഗികളിൽനിന്ന് തെരഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ടവർക്കാണ് സൗജന്യ ഡയാലിസിസ് നൽകുന്നത്. പള്ളികൾ, സ്ഥാപനങ്ങൾ, സന്യാസ സമൂഹങ്ങൾ, വ്യക്തികൾ നേരിട്ടും ഹോസ്പിറ്റൽ അക്കൗണ്ട് വഴിയും സൗജന്യ ഡയാലിസിസിന് സ്പോൺസർ ചെയ്യുന്നുണ്ട്. ജൂബിലി മിഷൻ ഹോസ്പിറ്റലിന്റെ ഇത്തരം പ്രവർത്തനങ്ങൾ പാവപ്പെട്ട രോഗികൾക്ക് എന്നും ഒരു കൈത്താങ്ങാണ്.

WELCOME

to Jubilee family

Dr. Joseph Varghese	Radiology
Dr. Faiza Salam	MC Pharmacology
Dr. Athira R	Urology
Dr. Habis Rasheed	Nephrology
Dr. Silpa S	MC Biochemistry
Dr. Maria Tony	MC Biochemistry
Sr. Priya Mathew	Mental Health Nursing
Mrs. Merin Davis	Community Health Nursing
Mrs. Kajal Davis	Physiotherapy & Rehabilitation
Ms. Santhra K. Y.	JMCON
Mr. Britto Michael	JMCON
Mrs. Amitha Thomas	Counter
Mr. Albin Saji	CSSD
Mrs. Nikhila K C	Ayurveda
Mrs. Soumya E Y	Ayurveda
Ms. Della Davis	Anaesthesia
Mrs. Linet Anto	Anaesthesia
Ms. Christeena Antony	Anaesthesia
Mrs. Gismy Jaison	MC Pathology
Mrs. Neethu P C	Auxiliary Nursing
Mrs. Sinitha P S	Auxiliary Nursing
Mrs. Sunila M	Auxiliary Nursing
Mrs. Ramani V	Auxiliary Nursing
Mrs. Anju K K	Auxiliary Nursing
Mrs. Liya Shaju	Auxiliary Nursing

NURSING

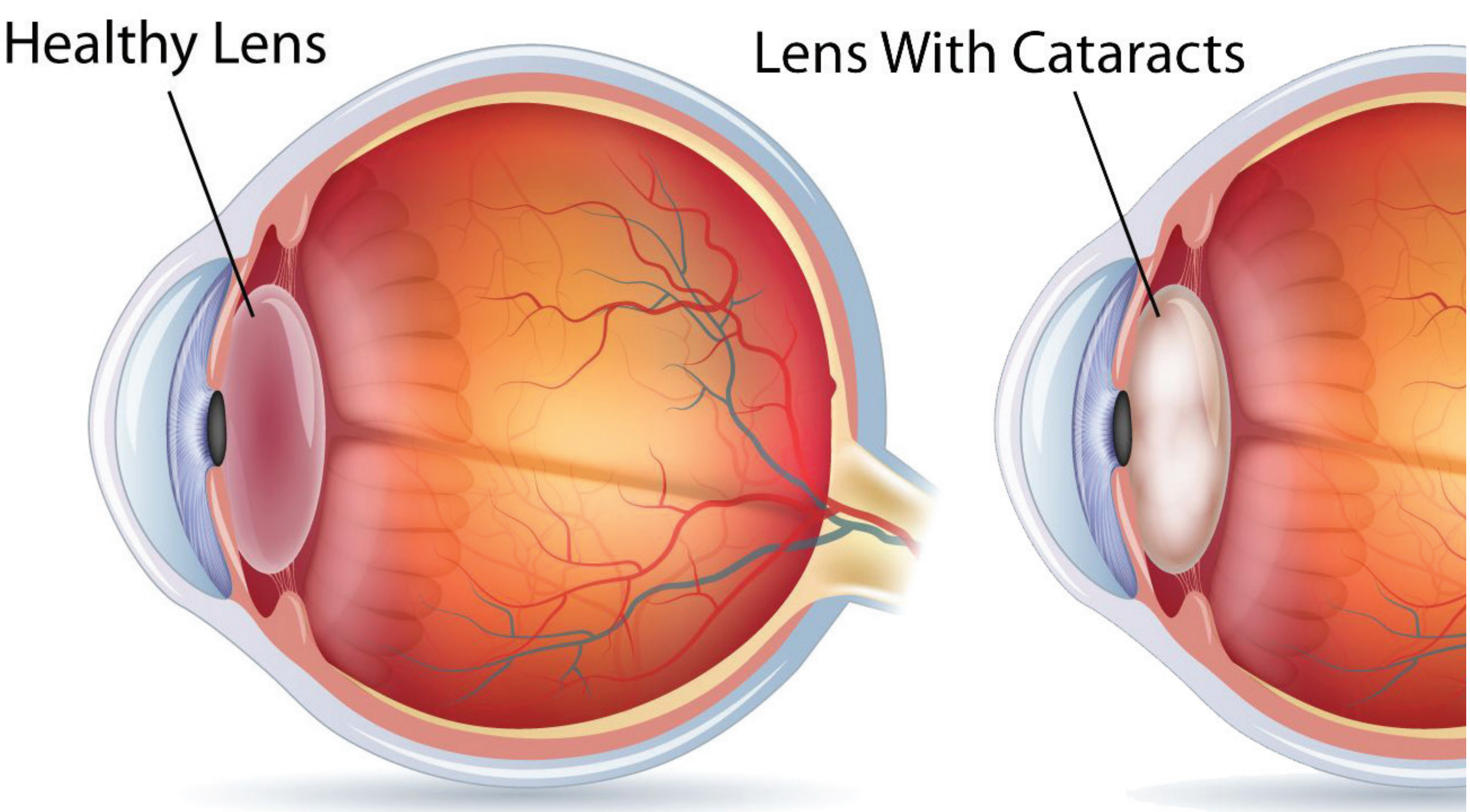
Mrs. Jophy Jose
Mrs. Shyby Babu
Ms. Monika Davis
Mrs. Seena Davis
Ms. Nitha Baby
Mrs. Delsha Davis
Mrs. Christy P V
Ms. Josiya Jose
Mrs. Heydey Green M J
Mrs. Anjaly K. George
Mrs. Jineesha Annamma Job
Mrs. Roshini C V
Mrs. Riya M D
Mrs. Liji Wilson
Ms. Nivya K B
Mrs. Melveena Joy
Mrs. Prajeesha C P
Mrs. Stephy Benny
Ms. Ann Mariya P R
Mrs. Anumol Mathew
Mrs. Angel Maria V B
Mrs.Tinu Thomas
Ms.Toniya K T
Mrs. Brighty Rose
Ms. Christeena N J
Ms. Mariya A B
Ms. Anumol C B
Ms. Gifna Inasu
Mrs. Steffi T J
Ms. Royace Mary Anto

തിമിരത്തിനുള്ള ഏക ചികിത്സ

മനുഷ്യന്റെ കണ്ണിലെ സുതാര്യമായ ബൈകോൺവെക്സ് (ഇഡ്ഡലിയുടെ രൂപം) ഘടനയാണ് ക്രിസ്റ്റലിൻ ലെൻസ്. ഇത് ഒരു ക്യാമറയ്ക്ക് സമാനമായി പ്രവർത്തിക്കുന്നു. തിമിരം എന്നത് ലെൻസ് അസാധാരണതയാണ്. സുതാര്യത കുറയുകയും മേഘാവൃതത വർദ്ധിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ആഗോളതലത്തിൽ കാഴ്ചവൈകല്യത്തിനും അന്ധതയ്ക്കും പ്രധാനകാരണം തിമിരമാണ്.

ലെൻസ് നിർമ്മിക്കുന്ന പ്രധാന പ്രോട്ടീനുകളാണ് ക്രിസ്റ്റലിൻസ്. ഈ പ്രോട്ടീനുകൾ അവയുടെ അപവർത്തന പ്രവർത്തനത്തിന് ഉത്തരവാദികളാണ്. ക്രിസ്റ്റലിനുകളുടെ പരിഷ്ക്കരണവും കൂട്ടിച്ചേർക്കലുമാണ് തിമിര വികസനത്തിന് അടിസ്ഥാനമായ പ്രധാന സംവിധാനങ്ങൾ. ഈ പ്രക്രിയ തടയാൻ കഴിയുന്ന ഒരു മാർഗ്ഗവും ഇതുവരെ കണ്ടെത്തിയിട്ടില്ല.

പ്രായാധിക്യം മൂലവും പക്ഷാഘാതത്തിന്റെ അനന്തരഫലമായും അമിതമായ റേഡിയേഷൻ മൂലവും ഇത് ഉണ്ടാകാം. മയോട്ടോണിക് ഡിസ്ട്രോഫി, ഗാലക്ടോസെമിയ, ന്യൂറോഫൈബ്രോമാറ്റോസിസ് ടൈപ്പ് -2 അല്ലെങ്കിൽ റൂബെല്ല തുടങ്ങിയ ചില രോഗങ്ങളുടെ അനന്തരഫലമായും ഇത് ഉണ്ടാകാം. കുട്ടികളിലും തിമിരം ഉണ്ടാകാം. കുട്ടികളിലെ തിമിരത്തിന്റെ സാധ്യമായ കാരണങ്ങളിൽ കുട്ടിയുടെ മാതാപിതാക്കളിൽ നിന്ന് പാരമ്പര്യ



മായി ലഭിച്ച ജനിതക തകരാർ ഉൾപ്പെടുന്നു. ഇത് ലെൻസിന്റെ തെറ്റായ വികാസത്തിന് കാരണമാകുന്നു. ഇത്തരത്തിലുള്ള ഒരു രോഗമാണ് ഡൗൺസ് സിൻഡ്രോം.

ഗർഭാവസ്ഥയിൽ അമ്മയ്ക്കുണ്ടാകുന്ന ചില അണുബാധകൾ, ചിക്കൻപോക്സ്, റുബെല്ല എന്നിവയും കുട്ടിയിൽ തിമിരത്തിന് കാരണമാകും. തിമിരത്തിനുള്ള ഏക ചികിത്സ ലെൻസ് ശസ്ത്രക്രിയയിലൂടെ നീക്കം ചെയ്യുകയും പകരം സ്ഥിരമായ കൃത്രിമ ഇൻട്രാക്യുലർ ലെൻസ് സ്ഥാപിക്കുകയും ചെയ്യുക എന്നതാണ്. വിജയകരമായ തിമിര ശസ്ത്രക്രിയയ്ക്ക് സാർവത്രികമായി കാഴ്ചശക്തിയും ജീവിതനിലവാരവും മെച്ചപ്പെടുത്താൻ കഴിയും.

ഡോ. ആൻഡ്രൂസ് സി. വി. (വൈസ് പ്രിൻസിപ്പൽ)
ഡോ. ട്രീസ ബി. ജോസഫ്(റെസിഡന്റ് എം. എസ്.)
ഒഫ്താൽമോളജി വിഭാഗം

വെർട്ടിഗോ ക്ലിനിക്

ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജിൽ വെർട്ടിഗോ (തല കറക്കം) ക്ലിനിക്ക് ആരംഭിച്ചു. ആശുപത്രിയിലെ സെന്റ് തോമസ് ബ്ലോക്കിൽ ഒന്നാം നിലയിൽ ഇ. എൻ. ടി. വിഭാഗം ഒ. പി. യോട് ചേർന്നാണ് ഈ ക്ലിനിക്ക് പ്രവർത്തിക്കുന്നത്. തലകറക്കവുമായി വലയുന്നവരുടെ രോഗകാരണം നിർണയിക്കുന്നതിനുള്ള പരിശോധനകൾ ഇവിടെ നടത്തിവരുന്നു.ഇതിലൂടെ രോഗകാരണത്തെക്കുറിച്ച് അറിയുന്നതിനോടൊപ്പം തുടർ ചികിത്സയ്ക്കുള്ള സേവനങ്ങൾ ലഭ്യമാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ഇ. എൻ. ടി. യും ന്യൂറോളജി ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റും സംയുക്തമായി വെർട്ടിഗോ ക്ലിനിക്കിന് മേൽനോട്ടം വഹിക്കുന്നു. തിങ്കൾ മുതൽ ശനി വരെ രാവിലെ ഒമ്പത് മുതൽ വൈകിട്ട് അഞ്ച് വരെയാണ് പ്രവർത്തന സമയം.

മറക്കില്ല ഈ ആത്മാർത്ഥത

ഞാൻ സിജു എ. എൻ. ആനശ്ശേരി. എന്നെ 2023 മാർച്ച് മാസം രണ്ടാം തീയതി വൈകുന്നേരം നാലര മണിക്ക് പാമ്പ് കടിച്ചു. അപ്പോൾതന്നെ ആംബുലൻസ് വിളിച്ച് ജൂബിലി മിഷൻ കാഷ്വാലിറ്റിയിൽ വന്നു. കുറച്ച് കഴിഞ്ഞപ്പോൾ നാവ് കുഴയുകയും ശ്വാസം എടുക്കാൻ ബുദ്ധിമുട്ടാവുകയും ചെയ്തു. അപ്പോൾതന്നെ ബോധം പോയി. വെന്റിലേറ്റർ ഐ. സി. യു. വിലേക്ക് മാറ്റി. ഡോ. സിജു വന്ന് എന്റെ കേസ് എടുത്തു. വിഷത്തിനുള്ള മരുന്ന് തന്നപ്പോൾ എന്റെ കയ്യും കാലും അനങ്ങിത്തുടങ്ങി. പുരോഗതിയിലേക്ക് വന്നുതുടങ്ങി. പിന്നെ കുറെ കഴിഞ്ഞപ്പോൾ അനങ്ങിയ കൈയും കാലും ചലനം നിൽക്കുകയും കാലിന്റെ ഒരു വിരൽ മാത്രം അനക്കുവാൻ പറ്റുന്ന അവസ്ഥയിലാവുകയും ചെയ്തു. എനിക്ക് ഉള്ളിൽ നല്ല ഓർമ്മ ഉണ്ടായിരുന്നു. ഞാനും സിജുസാറും രണ്ടു ദിവസം സംസാരിച്ചത് കാലിന്റെ വിരൽ അനക്കിയാണ്. സാർ പറയുന്ന കാര്യങ്ങൾ ശരിയാണെങ്കിൽ വിരൽ ഒരു പ്രാവശ്യവും തെറ്റാണെങ്കിൽ രണ്ടു പ്രാവശ്യവും അനക്കി ആശയവിനിമയം നടത്തി. നാലാം തീയതി വെളുപ്പിന് ഡോക്ടർ വന്ന് എന്നോട് പറഞ്ഞു. താങ്കൾക്ക് തരുവാനുള്ള എല്ലാ മരുന്നും നൽകി. എന്നാലും പുരോഗതി ഇല്ല. താങ്കൾക്ക് സമ്മതമാണെങ്കിൽ മറ്റൊരു മരുന്ന് നൽകാമെന്നും പറഞ്ഞു. ഞാൻ എന്റെ സമ്മതം അറിയിച്ചു. അപ്പോൾ ഡോ. മരുന്ന് തരുകയും ഞാൻ പെട്ടെന്നുതന്നെ പൂർവ്വസ്ഥിതിയിലാവുകയും ചെയ്തു. ഡോ. സിജു ഒരു രോഗിയെ രക്ഷിക്കാൻ കാണിച്ച ആത്മാർത്ഥമായ പ്രവർത്തനത്തെ എനിക്ക് ജീവിതത്തിൽ ഒരിക്കലും മറക്കാൻ കഴിയുകയില്ല.

JUBILEE MISSION MEDICAL COLLEGE
SERVICE WITH LOVE
Together,
We are the
Patient Experience !

ചോറ് ഇടട്ടെ മോരൊഴിച്ച് കഴിക്കാൻ?

'ചേട്ടാ, കുറച്ച് ചോറ് ഇടട്ടെ മോരൊഴിച്ച് കഴിക്കാൻ...?' എന്ന് ചോദ്യം വരുമ്പോൾ ആരും സാധാരണയായി 'വേണ്ടാ...!' എന്ന് പറയാറില്ല. കാരണം നമ്മുടെ സദ്യവട്ടത്തിന്റെ അവസാനം അങ്ങനെ ഒരു പതിവ് ഉള്ളതാണ്. ശരീരത്തിലെ ആസിഡ് ആൽക്കലൈൻ സന്തുലിതാവസ്ഥ നിലനിർത്താൻ മോരിന് സാധിക്കുന്നു എന്നുള്ളതാണ് കാരണം. കൂടാതെ ഗ്യാസ്, വയറെരിച്ചിൽ, അസിഡിറ്റി എന്നിവയെ ഇല്ലാതാക്കി ദഹനപ്രക്രിയ സുഗമമായി നടക്കാൻ സഹായിക്കും.

പാലും പാലുൽപന്നങ്ങളും നമ്മുടെ ഭക്ഷണത്തിലെ പ്രധാന ഘടകങ്ങളാണ്. ഭക്ഷണമായി മാത്രമല്ല ഔഷധമായും ഇവ ഉപയോഗിക്കുന്നു. അതിൽ വളരെ ഗുണപ്രദവും, തെറ്റിദ്ധാരണയ്ക്ക് ഇടയുണ്ടാക്കുന്നതുമായ പദാർത്ഥങ്ങൾ ആണ് തൈരും മോരും. ഇവയുടെ ഗുണങ്ങളും ഉണ്ടാക്കുന്ന പ്രക്രിയയും ഉപയോഗിക്കേണ്ട വിധത്തിലുള്ള സംശയങ്ങളും നമുക്ക് പരിശോധിക്കാം.

പ്രോട്ടീൻ സമ്പുഷ്ടമായ ഭക്ഷണം ആയതുകൊണ്ടുതന്നെ ധാരാളം ആന്റിബോഡികളെ ഉത്പാദിപ്പിച്ച് പ്രതിരോധശക്തി വർധിപ്പിക്കാൻ സഹായിക്കുന്നു.

പൊതുവേ പറഞ്ഞാൽ ഈ രണ്ട് ഉത്പന്നങ്ങളിലും കാൽസ്യം, വൈറ്റമിൻ ബി 12, വൈറ്റമിൻ ബി 2, വൈറ്റമിൻ ബി 5, പൊട്ടാസ്യം, മഗ്നീഷ്യം, സിങ്ക്, ഫോസ്ഫറസ്, അയഡിൻ തുടങ്ങിയ വിവിധ ഘടകങ്ങൾ അടങ്ങിയിരിക്കുന്നു. നാച്ചുറൽ കാൽസ്യത്തിന്റെ കലവറ ആയതുകൊണ്ട് തന്നെ എല്ല് തേയ്മാനം പോലെയുള്ള ഒട്ടനവധി അസുഖങ്ങൾക്ക് പരിഹാരമാണെന്ന് മാത്രമല്ല അവ പല്ലുകളുടെ ആരോഗ്യം സംരക്ഷിക്കുന്നു, രക്തമർദ്ദം നിയന്ത്രിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. നാഡീവ്യവസ്ഥയെ പോഷിപ്പിക്കുന്നതിനോടൊപ്പം ചർമ്മത്തിന് തിളക്കവും ആരോഗ്യവും നൽകുന്നു. പ്രോട്ടീൻ സമ്പുഷ്ടമായ ഭക്ഷണം ആയതുകൊണ്ടുതന്നെ ധാരാളം ആന്റിബോഡികളെ ഉത്പാദിപ്പിച്ച് പ്രതിരോധശക്തി വർധിപ്പിക്കാൻ സഹായിക്കുന്നു. ധാരാളം നല്ല ബാക്റ്റീരിയകൾ ഉള്ളതുകൊണ്ട് ഒരു നാച്ചുറൽ പ്രോബയോട്ടിക് പോലെ കുടലിന്റെ ആരോഗ്യം സംരക്ഷിക്കുന്നു.

പാൽ തിളപ്പിച്ചാറിയ ശേഷം ഉറ ഒഴിച്ച് ഒരു ദിവസം പിന്നിടുമ്പോൾ അത് തൈരായി മാറും, ഇത് പല സ്റ്റേജിലൂടെയാണ് കടന്നുപോവുക. ഉറ ഒഴിച്ചുകഴിഞ്ഞാൽ ആദ്യരൂപം മന്ദം എന്ന രൂപമാണ്. പാകം ആകാത്ത അവസ്ഥയാണിത്. കുറച്ചു സമയം പിന്നിടുമ്പോൾ അത് മധുരം/ സ്വാദ് രസം എന്ന രൂപത്തിലേക്ക് വരും. പിന്നീട് സ്വാദാമ്ലം എന്ന രൂപവും, ശേഷം അമ്ലരൂപവും, അവസാനം അത്യാമ്ലം എന്ന അവസ്ഥയിലേക്കും എത്തിച്ചേരും. അവസാനത്തെ രണ്ട് രൂപത്തിലും അവ രക്ത

ദൂഷ്യങ്ങൾ ആകുന്നു. തിളപ്പിച്ച് പാട നീക്കിയ പാൽ കൊണ്ടുണ്ടാക്കിയ തൈര്; തൈര് തന്നെയാണ്.അത് വാതത്തെ കൂട്ടും. അതിൽ സ്നേഹാംശം കുറവായിരിക്കും എന്നേയുള്ളൂ. പാൽ ഉറ ചേരാതെ ഇരുന്ന് കേടുവന്നു തൈര് പോലെയായാൽ അത് വിഷത്തിന് തുല്യമാണ്.

നേരത്തെ പറഞ്ഞതുപോലെ സ്വാദാമ്ല രൂപത്തിലുള്ള തൈരിൽ വെള്ളം ചേർത്തോ ചേർക്കാതെയോ കടഞ്ഞ് വെണ്ണ മാറ്റിയിട്ടോ മാറ്റാതെയോ ഉപയോഗിക്കുന്നതിനെയാണ് മോര് എന്ന് വിളിക്കുന്നത്. മോരിനെ അമ്ല രസമുള്ള മോരായിട്ടും മധുര രസമുള്ള മോരായിട്ടും തരം തിരിച്ചിട്ടുണ്ട്. സാധാരണ മോരിൽ പകുതി വെള്ളം ചേർത്ത് കടഞ്ഞ് വെണ്ണ മാറ്റിയ രൂപത്തിലാണ് നാം പതിവായി ഉപയോഗിച്ചുവരുന്നത്. തൈര് ശരീരത്തെ കൂടുതൽ ചൂടാക്കുമെങ്കിൽ മോര് ശരീരത്തെ തണുപ്പിക്കും. ബാക്ടീരിയകൾ ചൂടുമായി സംസർഗത്തിൽ വരുമ്പോൾ പുളിക്കും. തൈര് ആമാശയത്തിലെ ചൂടിലെത്തുമ്പോൾ പുളിക്കുകയാണ് ചെയ്യുക. അത് ശരീരത്തെ തണുപ്പിക്കുന്നതിന് പകരം ചൂടാക്കും. എന്നാൽ മോരിൽ വെള്ളം ചേർക്കുമ്പോൾ അതിന്റെ ഫെർമെന്റേഷൻ പ്രക്രിയ അവസാനിക്കുന്നു.

തൈര് / മോര് : ഗുണങ്ങളും ദോഷങ്ങളും

തൈര് ശരീരപുഷ്ടി ഉണ്ടാക്കും, വാതത്തെ കുറയ്ക്കും. അരുചി മാറ്റും. വിഷമജ്വരം, പീനസം, മൂത്രക്രിച്ഛ്റം , അതിസാരം, ചുമ, വായു മുട്ടൽ, ശരീരം മെലിച്ചിൽ എന്നിവയെ ശമിപ്പിക്കുന്നു. കഫത്തെയും പിത്തത്തെയും രക്തദോഷത്തെയും ശമിപ്പിക്കുന്നു. ബലം, അഗ്നി, മേദസ്സ് എന്നിവയെ വർധിപ്പിക്കും. മുകളിൽ പറഞ്ഞ അസുഖത്തിന്റെ ചില പ്രത്യേക അവസ്ഥയിലാണ് തൈര് ഈ ഗുണം ചെയ്യുക. തൈര് പൊതുവേ ശോഫം/ വീക്കം ഉണ്ടാക്കും. പാകമാകാത്ത തൈര് വാതത്തെ കൂട്ടും. തൈര് ശരീരത്തിന്റെ സുഗമമായ നടത്തിപ്പിന് തടസ്സം ഉണ്ടാക്കും. പാൽ കാച്ചി പാട നീക്കി ഉറ

ഒഴിച്ച് ഉണ്ടാക്കിയ തൈര് രൂക്ഷമാണ്, ഗ്രഹണിയിൽ ഒരു പരിധിവരെ ഉപയോഗിക്കാം. തൈര് വിരുദ്ധങ്ങൾ ആയ ഗുണങ്ങൾ ഉള്ളതും വിരുദ്ധങ്ങളായ കർമ്മങ്ങളെ ചെയ്യുന്നതും ആണ്. തൈരിന്റെ തെളിവെള്ളത്തിന് മോരിന്റേതായ ഗുണങ്ങൾ ആണുള്ളത്.

മോര്, വീക്കം/ നീർക്കെട്ടിനെ ഇല്ലാതാക്കും. പെട്ടെന്ന് ദഹിക്കും. പച്ച മോര് വയറ്റിലെ കഫത്തെ കുറയ്ക്കും. പക്ഷേ തൊണ്ടയിലെ കഫത്തെ കൂട്ടും. മോര് കഴിച്ചാൽ മലത്തിന് പിടുത്തം ഉണ്ടാകും. പക്ഷേ പുളിച്ച മോര് ശോധന ഉണ്ടാക്കും. മോര് ഗ്രഹണിയിലെ എല്ലാ ദോഷങ്ങളെയും കുറയ്ക്കും. പക്ഷേ അൾസറിലെ എല്ലാ ദോഷങ്ങളെയും കൂട്ടും. മോര് പൊതുവേ വിശപ്പുണ്ടാകാനും ദഹനത്തിനും സഹായിക്കുന്നതാണ്. ശരീരക്ഷീണം കുറയ്ക്കുവാനും കഫവാതങ്ങളെ കുറയ്ക്കുവാനും ശരീരത്തിന്റെ മെലിച്ചിൽ, വയറുവീർപ്പ്, അരുചി, മൂലക്കുരു, ഗ്രഹണി, മൂത്രതടസ്സം, പ്ലീഹാ രോഗങ്ങൾക്കും വിഷത്തിലും രക്തക്കുറവിനും വേദനകളിലും വായിൽ വെള്ളം തെളിയുന്ന അവസ്ഥയിലും തൃഷ്ണയിലും വളരെ നല്ല ഫലം നൽകുന്നതാണ്.

വെണ്ണ മാറ്റാത്ത മോര് കഫത്തെ കൂട്ടും, ദഹനത്തിന് ബുദ്ധിമുട്ടുണ്ടാകും. പക്ഷേ ശരീരപുഷ്ടി ഉണ്ടാകും. കാച്ചിയ മോര് ജലദോഷം, കാസം, ശ്വാസം എന്നീ അവസ്ഥകളിൽ ഗുണം ചെയ്യും. (തുടരും)

ഡോ. ഹാർവിൻ ജോർജ്ജ്
കൺസൾട്ടന്റ്, ജൂബിലി ആയുർവേദ മിഷൻ ഹോസ്പിറ്റൽ &
റിസർച്ച് ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട്

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. Manisha A N | Mr. Joshi Paul

കർത്താവ് ഒരുക്കിയ
ദിവസമാണിന്ന്;
ഇന്നു സന്തോഷിച്ചുല്ലസിക്കാം.
(സങ്കീ. 118:24)
INTERNATIONAL DAY OF
HAPPINESS
20TH MARCH
JUBILEE MISSION MEDICAL COLLEGE
SERVICE WITH LOVE
Service With Love
JUBILEE MISSION
MEDICAL COLLEGE & RESEARCH INSTITUTE
PATIENT SAFETY & QUALITY OF CARE
NABH
ACCREDITED