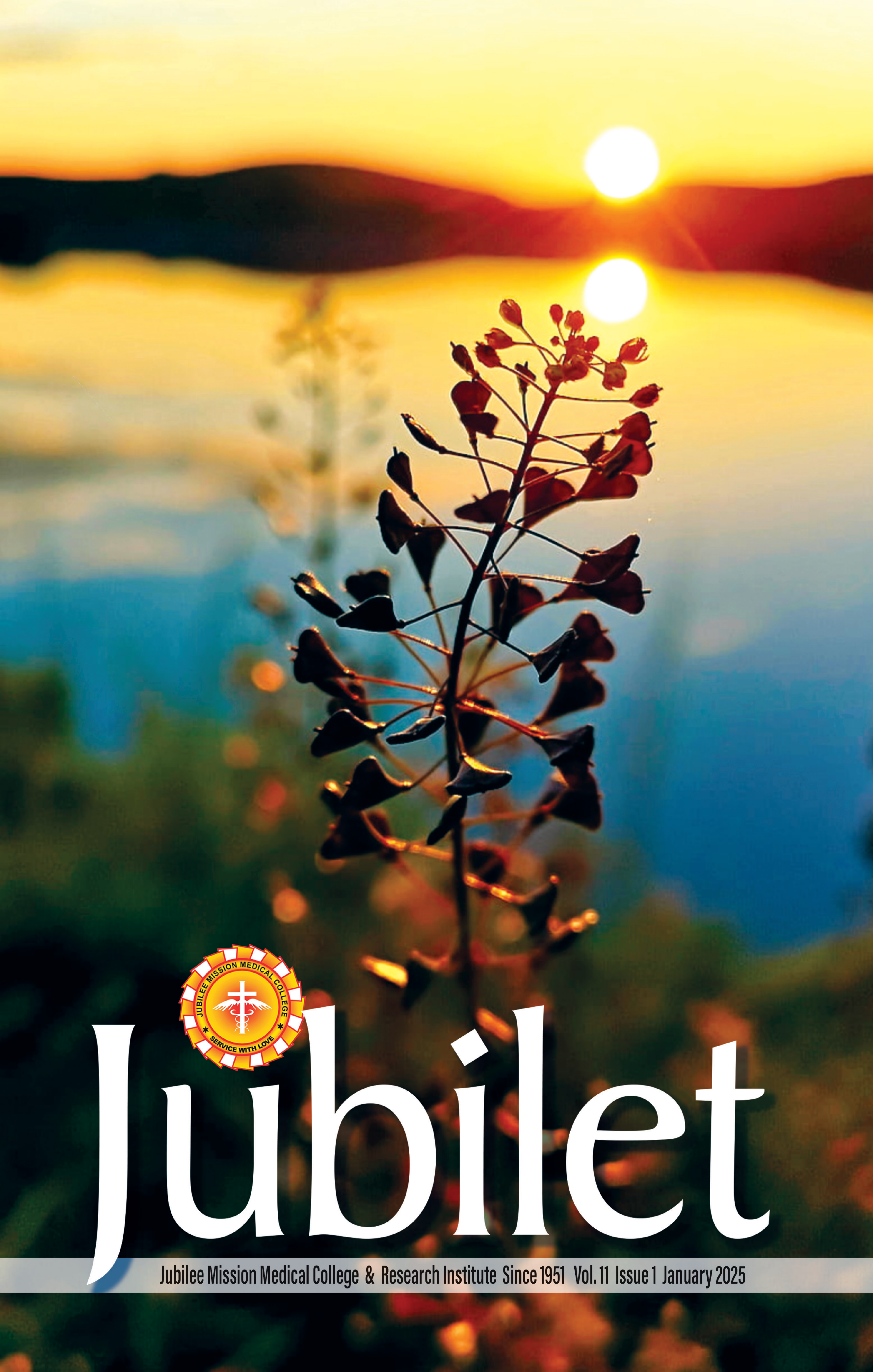


Jubilet

Jubilee Mission Medical College & Research Institute Since 1951 Vol. 11 Issue 1 January 2025

ഉള്ളടക്കം

RESEARCH WINGS JOURNAL CLUB 22

Welcome TO JUBILEE FAMILY 25

THANK YOU 26

CONTENT

പുതിയത് വന്നു കഴിഞ്ഞു. 01

ഗ്രാന്റ് ക്രിബ് ക്രിസ്തുമസ്സ് ആഘോഷമാക്കി 04

അന്താരാഷ്ട്ര ഭിന്നശേഷി ദിനാചരണം 06

മാതൃമരണനിരക്ക് കുറയ്ക്കാം 09

ആയുർ ഡയമണ്ട് സർട്ടിഫിക്കേഷൻ 10

സൗജന്യ ആയുർവേദ മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പ് 12

ഫെയർ ലാഫ്റ്റെ ആഘോഷമായി 20

ബൈനറി അക്രഡിറ്റേഷൻ ഫ്രെയിം വർക്ക് 21

ആയുർവേദം –
ആരോഗ്യം പരത്തുന്ന ച്യവനപ്രാശം 28

DOCTOR'S CORNER Advances in Neurorehabilitation for Disorders of Consciousness (DOC): Evidence- Based Practices 13

നമുക്കിടയിൽ സെൻട്രൽ മെഡിക്കൽ ഗ്യാസ് ഡിസ്ട്രിബ്യൂഷൻ സിസ്റ്റം 23

പ്രിയമുള്ളവരേ,

നാമെല്ലാവരും ഒരു പുതിയ വർഷത്തിലേക്ക് പ്രവേശിച്ചിരിക്കുകയാണല്ലോ. ഓരോ പുതുവർഷവും തുടങ്ങുന്നത് ആശംസകളോടെയാണ്. ആശംസകൾ വെറുമൊരു സന്ദേശം മാത്രമല്ല, അത് ഹൃദയങ്ങളെ ചലിപ്പിക്കുന്ന പ്രേരണകൾ കൂടിയാണ്. ചില വാക്കുകൾക്ക് പ്രത്യേക സമയങ്ങളിൽ മനസുകളെ ആഴത്തിൽ സ്വാധീനിക്കാൻ കഴിയും. വി. പൗലോസ് ശ്ലീഹ കോറിന്തോസുകാർക്കു എഴുതിയ രണ്ടാം ലേഖനത്തിൽ ഇങ്ങനെ പറയുന്നു, 'പഴയതു കടന്നു പോയി, ഇതാ പുതിയത് വന്നു കഴിഞ്ഞു.' (2 കോറിന്തോസ് 5:17) പോയ വർഷത്തിൽ നല്ലതും ചീത്തയുമായ പലതും ജീവിതത്തിലേക്ക് കടന്നു വന്നിരിക്കാം. അതിലെ നല്ല ഓർമകളെ മാത്രം കൂട്ടുകയും ഓർക്കാൻ ആഗ്രഹിക്കാത്ത കയ്പേറിയ അനുഭവങ്ങളെ മറന്നു കളയുകയും വേണം.

തിരുസഭ ഈ വർഷം ജൂബിലി വർഷം ആയി ആചരിക്കുകയാണല്ലോ. ദൈവത്തോടൊപ്പം ചേർന്ന് പുതിയ തീരുമാനങ്ങൾ എടുക്കുവാനും അത് പ്രാവർത്തികമാക്കാനും നമ്മെ പ്രാപ്തരാക്കുന്ന ഒരു വർഷമായിരിക്കണം 2025. 'കർത്താവ് അരുളിച്ചെയ്യുന്നു: നിങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള പദ്ധതി എന്റെ മനസ്സിലുണ്ട്. നിങ്ങളുടെ നാശത്തിനല്ല, ക്ഷേമത്തിനുള്ള പദ്ധതിയാണത് – നിങ്ങൾക്കു ശുഭമായ ഭാവിയും പ്രത്യാശയും നൽകുന്ന പദ്ധതി.' (ജെറമിയ 29 :11) എല്ലാ ദുഃഖങ്ങളിൽ നിന്നും നമ്മെ സംരക്ഷിക്കുക വഴിയല്ല, മറിച്ച് അവ ജീവിതത്തിലേക്ക് കടന്നു വരുമ്പോൾ അത് സഹിക്കുവാൻ തക്കവിധം നമ്മെ ശക്തിപ്പെടുത്തിക്കൊണ്ടാണ് ദൈവം തന്റെ സ്നേഹം നമ്മിൽ പ്രകടമാക്കുന്നത്. ഈ ദൈവസ്നേഹത്തിൽ ആഴപ്പെടുവാൻ ഓരോ മനുഷ്യനും ഓരോ പുതുവർഷപ്പുലരിയിലും വീണ്ടും ജനിക്കണം, ഒരു പുതിയ ജീവിതം ആരംഭിക്കുകയും വേണം.

പുതിയ വർഷത്തിൽ പുതിയ തീരുമാനങ്ങളെടുക്കുകയും ആദ്യത്തെ ഒരു മാസത്തിനുള്ളിൽ അവയെ കാറ്റിൽ പറത്തുന്നവരുമാണ് നമ്മളിൽ ഏറെപേരും. അതിൽ നിന്നും വ്യത്യസ്തമായി, എടുത്ത തീരുമാനങ്ങളിൽ ഉറച്ചു നിൽക്കുവാനും മുന്നോട്ടു പോകുവാനും ഈ വർഷം നാം പരിശ്രമിക്കണം. വായന, വ്യായാമം, ഭക്ഷണക്രമത്തിൽ ഉള്ള മാറ്റങ്ങൾ, പാചകം, യാത്രകൾ, കൂട്ടായ്മകൾ, സൗഹൃദ സംഗമങ്ങൾ, ജീവകാരുണ്യ പ്രവർത്തനങ്ങൾ എന്നിവയെല്ലാം ജീവിതത്തിനോടുള്ള വിരക്തി ഒഴിവാക്കുവാനും ജീവിതം ആസ്വദിക്കാനും ജീവിതത്തിനു പുതിയ മാനം നല്കാനും നമ്മെ സഹായിക്കും.

ആരോഗ്യസംരക്ഷണ രംഗത്തെ സാങ്കേതിക വിദ്യകൾ അനുദിനം പുരോഗമിച്ചു കൊണ്ടിരിക്കുകയാണല്ലോ. അവ ആശുപത്രികളുടെ മുഖച്ഛായ തന്നെ മാറ്റുന്നത് നാം കാണുന്നുണ്ട്. ആരോഗ്യമേഖലയിലെ ശുശ്രൂഷകരായ നാം ദൈവബോധമുള്ള വഴികളിലൂടെ ജീവിക്കുവാനും ജാതി, വർണ്ണ, വർഗ, മത ഭേദമന്യേ ഓരോ മനുഷ്യനെയും സേവിക്കുവാനും ലാഭേച്ഛയില്ലാതെ ശുശ്രൂഷിക്കുവാനും കടപ്പെട്ടവരാണ്. നല്ല സമരിയക്കാരനെ പോലെ തങ്ങളിൽ ഭരമേൽപ്പിക്കപ്പെട്ട കർത്തവ്യങ്ങൾ അർപ്പണ ബോധത്തോടെ നിർവഹിക്കേണ്ടവരുമാണ്. രോഗങ്ങൾ ഇല്ലാതാക്കുന്നതോടൊപ്പം രോഗികൾക്ക് ഒരു പുതുജീവൻ പ്രദാനം ചെയ്യുവാനും വഴിയൊരുക്കുന്ന നാം അതിനാൽ തന്നെ ഈ മഹനീയമായ തൊഴിലിനോട് 100% നീതി പുലർത്തുവാനും അങ്ങനെ സമൂഹത്തിൽ മാതൃകയായിത്തീരുവാനും ഈ പുതുവർഷം നമ്മെ സഹായിക്കട്ടെ.

ഇതിനെല്ലാമുപരി, കഴിഞ്ഞ വർഷത്തേക്കാൾ മികച്ച വ്യക്തിയായിത്തീരാൻ സ്വയം പ്രതിജ്ഞയെടുക്കുകയും അതിനായി പ്രവർത്തിക്കുകയും വേണം.

പുതുവർഷത്തിന്റെ എല്ലാ നന്മകളും സർവശക്തനായ ദൈവം നിങ്ങൾക്കേവർക്കും സമൃദ്ധമായി നൽകട്ടെ.

സ്നേഹപൂർവ്വം,
ഫാ. സിന്റോ ഡേവിസ് കാരേപറമ്പൻ
അസി. ഡയറക്ടർ

ഗ്രാന്റ് ക്രിബ്

ക്രിസ്തുമസ്സ് ആഘോഷമാക്കി

ജൂബിലി മിഷൻ ആശുപത്രിയിൽ ക്രിസ്തുമസ് ആഘോഷം ഡിസംബർ 21-ന് നടത്തി. ഗ്രാന്റ് ക്രിബ് ഓപ്പണിംഗ് സെറിമ ണിയിൽ വിശിഷ്ടാതിഥി തൃശൂർ കോർപ്പറേഷൻ മേയർ ശ്രീ. എം.കെ. വർഗീസ് സന്നിഹിതനായിരുന്നു. ജൂബിലി ഡയറക്ടർ ഫാ. റെന്നി മുണ്ടൻകുരിയൻ അദ്ധ്യക്ഷതവഹിച്ചു. അസോസി

യേറ്റ് ഡയറക്ടർ ഫാ. പോൾ പേരാമംഗലത്ത് സ്വാഗതം ആശംസിച്ചു. ഫാ. റെന്നി മുണ്ടൻകുരിയൻ വിശിഷ്ടാതിഥികൾക്ക് മെമന്റോ നൽകി ആദരിച്ചു. മെഡിക്കൽ സൂപ്രണ്ട് ഡോ. ഷിബു സി. കള്ളിവളപ്പിൽ ആശംസാപ്രസംഗം നടത്തി. തുടർന്ന് കലാ പരിപാടികളും ഗ്രാന്റ് കരോളും നടന്നു.

ക്രിസ്തുമസ്സിനോടനുബന്ധിച്ച് ജൂബിലി മിഷൻ ഹോസ്പിറ്റലിൽ തൃശ്ശൂർ CNGI യുടെ നേതൃത്വത്തിൽ ലക്കി ഡിപ്പും മെഗാ ബംബർ സമ്മാനങ്ങളും ഉണ്ടായിരുന്നു. ബ്ലോക്ക് അടിസ്ഥാനത്തിൽ സംഘടിപ്പിച്ച കരോൾ മത്സരത്തിൽ ഒന്നാം സ്ഥാനം സെന്റ് തോമസ് ബ്ലോക്കും രണ്ടാം സ്ഥാനം ഓൾഡ് ബ്ലോക്കും മൂന്നാം സ്ഥാനം ജൂബിലി ഹൃദയാലയ ടീമും കരസ്ഥമാക്കി. ജൂബിലി കുടുംബാംഗങ്ങൾക്കായി ഒരുക്കിയ ക്രിസ്മസ് കേക്ക് മുറിച്ച് വിതരണം ചെയ്തു. ജൂബിലി മിഷൻ സ്ഥാപനങ്ങളുടെ സി. ഇ. ഒ. ഡോ. ബെന്നി ജോസഫ് നന്ദി പറഞ്ഞു.

വൈകല്യമുള്ളവരെ കൈവല്യത്തിലേക്ക് നയിക്കാം.

അന്താരാഷ്ട്ര ഭിന്നശേഷി ദിനാചരണം

ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളജ് ആൻഡ് റിസർച്ച് ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ടിൽ ഫിസിക്കൽ മെഡിസിൻ ആൻഡ് റിഹാബിലിറ്റേഷൻ വിഭാഗത്തിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ അന്താരാഷ്ട്ര ഭിന്നശേഷി ദിനം സംഘടിപ്പിച്ചു.

ഡിസംബർ 2-ന്, രണ്ട് സെഷനുകൾ ഉൾപ്പെടുന്ന ഒരു അക്കാദമിക് പ്രോഗ്രാം നടന്നു. പി.എം.ആർ. വകുപ്പ് എച്ച്.ഒ.

ഡി. ഡോ. ബാബു വർഗ്ഗീസ് സ്വാഗതം ആശംസിച്ച ചടങ്ങ് ജൂബിലി മിഷൻ സ്ഥാപനങ്ങളുടെ ഡയറക്ടർ ഫാ. റെന്നി മുണ്ടൻകുരിയൻ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. അക്കാദമിക് സെഷനു മുമ്പായി ഫിസിക്കൽ മെഡിസിൻ ആൻഡ് റിഹാബിലിറ്റേഷൻ ബോധവൽക്കരണ ലഘുലേഖകൾ ജൂബിലി മെഡിക്കൽ കോളജ് അസിസ്റ്റന്റ് ഡയറക്ടർ ഫാ. പോൾ ചാലിശേരി പ്രകാശനം ചെയ്തു. നഴ്സിംഗ് സൂപ്രണ്ട് സി. മെറ്റിൽഡ പോൾ എഫ്.സി.സി., മെഡിക്കൽ സൂപ്രണ്ട് ഡോ. ഷിബു കള്ളിവളപ്പിൽ എന്നിവരും ചടങ്ങിൽ പങ്കെടുത്തു. രണ്ട് സെഷനുകളിലൂടെ ആരോഗ്യ പ്രവർത്തകർക്കിടയിൽ അവബോധം വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതിൽ ദിനാചരണം ശ്രദ്ധേകേന്ദ്രീകരിച്ചു.

“പുനരധിവാസത്തിലൂടെ സമഗ്രതയെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക” എന്ന വിഷയത്തിൽ പി.എം.ആർ. കൺസൾട്ടന്റ് ഡോ. സോഫിയ പോൾസൻ ആയിരുന്നു ആദ്യ സെഷൻ നയിച്ചത്. ഈ സെഷൻ വിവിധ ഭിന്നശേഷി ഉള്ളവരെ ഉൾക്കൊള്ളുന്ന ഒരു അന്തരീക്ഷം സൃഷ്ടിക്കേണ്ടതിന്റെ പ്രാധാന്യം ഊന്നിപ്പറഞ്ഞു. വൈകല്യമുള്ളവരുടെ അവകാശങ്ങളെയും ആരോഗ്യ സംരക്ഷണ മേഖലയിൽ ഭിന്നശേഷിക്കാരെ ഉൾപ്പെടുത്തുന്നതിന്റെ പ്രാധാന്യവും പ്രസക്തിയും വ്യക്തമാക്കി.

രണ്ടാമത്തെ സെഷൻ ആരോഗ്യപ്രവർത്തന മേഖലയിലെ ‘എർഗണോമിക് പ്രിൻസിപ്പൾസ്’ എന്ന വിഷയത്തെക്കുറിച്ച് അസിസ്റ്റന്റ് പ്രൊഫസർ ഡോ. സിസ്റ്റർ ബെറ്റ്സി തോമസ് തറയിൽ എഫ്.സി.സി. ക്ലാസെടുത്തു. മസ്കുലോസ്കലെറ്റൽ വൈകല്യങ്ങൾ തടയുന്നതിനുള്ള എർഗണോമിക് തത്വങ്ങൾ

ഈ സെഷനിൽ വിശദീകരിച്ചു. ഇത് രോഗികളെ പരിചരിക്കുമ്പോൾ ശരിയായ ബോഡി മെക്കാനിക്സ് നിലനിർത്തുന്നതിനുള്ള ഉൾക്കാഴ്ചകൾ നൽകി. പി.എം.ആർ. ഡിപ്പോർട്ടുമെന്റ് ജൂനിയർ റസിഡന്റ് ഡോ. സാന്ദ്ര എസ്. ചാക്കോയുടെ നന്ദിയോടുകൂടി പരിപാടികൾ സമാപിച്ചു.

രണ്ടാം ദിനമായ 2024 ഡിസംബർ 3-ന് ജൂബിലി റിഹാബ് ടീം കമ്മ്യൂണിറ്റി ഔട്ട് റീച്ച് പ്രോഗ്രാം നടത്തി. മെഡിക്കൽ സൂപ്രണ്ട് ഡോ. ഷിബു കള്ളിവളപ്പിൽ ഫ്ളാഗ് ഓഫ് നിർവഹിച്ചു. തൃശൂർ കോർപ്പറേഷൻ പരിധിയിൽ പുനരധിവാസ ടീം വിപുലമായ ജനസമ്പർക്ക പരിപാടി നടത്തി. ഈ സംരംഭം സമൂഹത്തിലെ ഭിന്നശേഷിക്കാർക്ക് ആരോഗ്യപരിപാലന സേവനങ്ങൾ എത്തിക്കാനും കമ്മ്യൂണിറ്റി അടിസ്ഥാനമാക്കിയുള്ള പുനരധിവാസത്തിന്റെ പ്രാധാന്യം ഊട്ടി ഉറപ്പിക്കുകയും ചെയ്തു.

IDPD പ്രോഗ്രാം ആരോഗ്യ പരിരക്ഷാ ദാതാക്കളും ഭിന്നശേഷിയുള്ള വ്യക്തികളും തമ്മിലുള്ള അന്തരം വിജയകരമായി നികത്താൻ സഹായിച്ചു.

എൻ.എച്ച്.എം. | കേരള ഹെൽത്ത് സർവ്വീസസ് | കെ.എഫ്.ഒ.ജി

48–ാമത് വർക്ക്ഷോപ്പ്

മാതൃമരണനിരക്ക് കുറയ്ക്കാം

മാതൃ മരണനിരക്ക് കുറക്കാൻ എൻ.എച്ച്.എം., കേരള ഹെൽത്ത് സർവ്വീസസ്, കെ.എഫ്.ഒ.ജി. എന്നിവ ഒരുമിച്ച് നടത്തുന്ന 'പ്രിവെന്റിങ്ങ് ദ പ്രിവെന്റിബിൾ മെറ്റേണൽ ഡെത്ത്' (പി.പി.എം.ഡി.) 48–ാമത് വർക്ക്ഷോപ്പ് ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജിൽ ഒബ്സ്റ്റട്രിക്സ് ആൻഡ് ഗൈനക്കോളജി വിഭാഗത്തിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ നടന്നു. ഡി.എം.ഒ. ഡോ. ശ്രീദേവി, ആർ.സി.എച്ച് ഓഫീസർ ഡോ. മിനി വി.കെ, ഡി.പി.എം. ഡോ.സഞ്ജീവ്, സിനി ആർട്ടിസ്റ്റ് മേജർ രവി, ഹോസ്പിറ്റൽ മെഡിക്കൽ സൂപ്രണ്ട് ഡോ. ഷിബു കള്ളിവളപ്പിൽ, പ്രിൻസിപ്പൽ ഡോ. പ്രവീൺലാൽ കുറ്റിച്ചിറ, ഗൈനക്കോളജി വിഭാഗം മേധാവി ഡോ. സറീന ഗിൽവാസ്, പി.പി.എം.ഡി. ചെയർപേഴ്സൺ ഡോ. നീത ജോർജ്ജ് എന്നിവർ സന്നിഹിതരായിരുന്നു.

ജൂബിലി ആയുർവേദയ്ക്ക് കേരള ടൂറിസത്തിന്റെ ആയുർ ഡയമണ്ട് സർട്ടിഫിക്കേഷൻ

തൃശ്ശൂർ രാമവർമപുരത്ത് പ്രവർത്തിക്കുന്ന ജൂബിലി ആയുർവേദ മിഷൻ ആശുപത്രിക്ക് കേരള ടൂറിസം വകുപ്പിന്റെ ഏറ്റവും ഉയർന്ന അംഗീകാരമായ ആയുർ ഡയമണ്ട് സർട്ടിഫിക്കേഷൻ ലഭിച്ചു. രാമവർമപുരം ജൂബിലി ആയുർവേദ മിഷൻ ആശുപത്രി ക്യാമ്പസിൽ നടന്ന ചടങ്ങിൽ ബഹു. റവന്യൂ വകുപ്പ് മന്ത്രി ശ്രീ. കെ. രാജൻ ഈ അംഗീകാരം പ്രഖ്യാപിച്ച് ഉദ്ഘാടനം നിർവഹിച്ചു. ചടങ്ങിന് തൃശ്ശൂർ അതിരൂപതയുടെ ആർച്ച്ബിഷപ്പ് മാർ ആൻഡ്രൂസ് താഴത്ത് അദ്ധ്യക്ഷത വഹിച്ചു. വിശിഷ്ടാതിഥികളായി വത്തിക്കാനിൽനിന്നുള്ള റവ. ആർച്ചിമാൻഡ്രേറ്റ് യരോസ്ലാവ് ലൈജാക്ക്, ഫ്രാൻസിൽ നിന്നും ഫാ. ജീൻ-ലൂക്ക് ബാലാഞ്ച് എന്നിവർ പങ്കെടുത്തു. പത്താം വർഷത്തിലേക്കെ

ത്തുന്ന ജൂബിലി ആയുർവേദയുടെ ആഘോഷങ്ങളുടെ ഭാഗമായി മർമ ക്ലിനിക്, വെരിക്കോസ് ക്ലിനിക്, പൈൽസ് ക്ലിനിക്, ഹോം കെയർ, ജൂബിലി കെയർ കാർഡ് എന്നിവയുടെ പ്രഖ്യാപനവും നടത്തി. ആയുർവേദ വൈദ്യശാസ്ത്രരംഗത്ത് അമ്പത് വർഷം പൂർത്തിയാക്കുന്ന ജൂബിലി ആയുർവേദ ചീഫ് കൺസൾട്ടന്റ് സി. ഡൊണാറ്റയെയും കെ.സി.ബി.സി. യൂത്ത് കമ്മീഷൻ സെക്രട്ടറിയായി തിരഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ട ജൂബിലി പാസ്റ്ററൽ കെയർ മെമ്പർ ഫാ. ഡിറ്റോ കൂളയെയും ചടങ്ങിൽ ആദരിച്ചു. തൃശ്ശൂർ അതിരൂപത സഹായ മെത്രാൻ മാർ ടോണി നീലങ്കാവിൽ, ജൂബിലി മിഷൻ സ്ഥാപനങ്ങളുടെ ഡയറക്ടർ ഫാ. റെന്നി മുണ്ടൻകുരിയൻ, ചീഫ് എക്സിക്യൂട്ടിവ് ഓഫീസർ ഡോ. ബെന്നി ജോസഫ്. ഡോ. ഹാർവിൻ ജോർജ് എന്നിവർ സംസാരിച്ചു. ആയുർവേദ മേഖലയിൽ ഏറ്റവും ഉയർന്ന നിലവാരമുള്ള സേവനങ്ങൾ നൽകുന്നതിലൂടെ ജൂബിലി ആയുർവേദ മിഷൻ ആശുപത്രി രാജ്യാന്തരതലത്തിലേക്കുള്ള ഉയർന്ന നിലപാട് സ്ഥാപിക്കുന്നതിന് ഈ അംഗീകാരം പ്രാധാന്യമുള്ളതാണെന്നും ചൂണ്ടിക്കാട്ടി.

സൗജന്യ ആയുർവേദ മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പ്

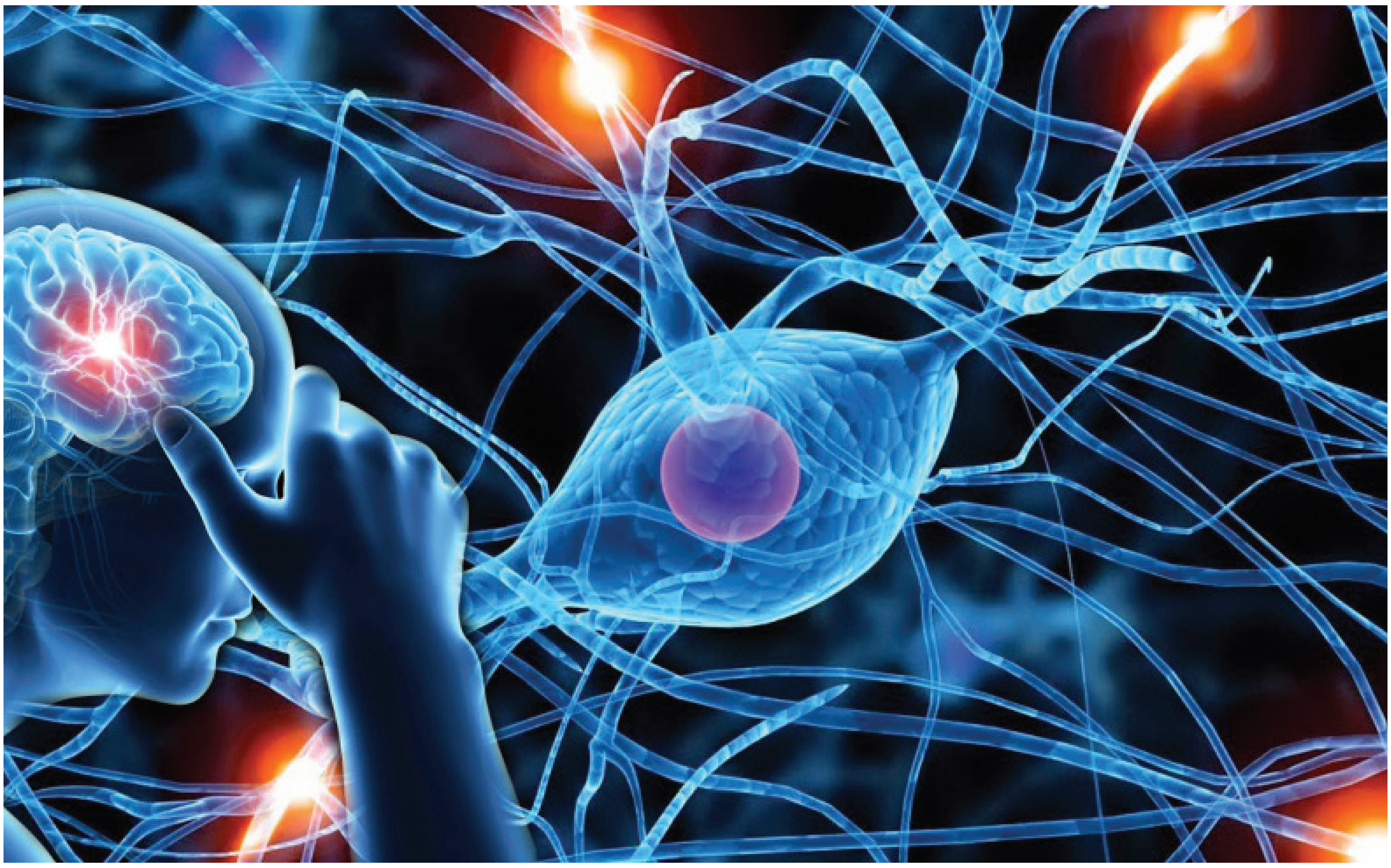
ജൂബിലി ആയുർവേദ മിഷൻ ആശുപത്രിയുടെ നേതൃത്വത്തിൽ തൃശൂർ ജൂബിലി മിഷൻ ആശുപത്രിയിൽ വച്ച് സൗജന്യ ആയുർവേദ മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പും മരുന്ന് വിതരണവും സംഘടിപ്പിച്ചു. ക്യാമ്പിന്റെ ഉദ്ഘാടനം ജൂബിലി മിഷൻ സ്ഥാപനങ്ങളുടെ ഡയറക്ടർ ഫാ. റെന്നി മുണ്ടൻകുരിയൻ നിർവഹിച്ചു. അസിസ്റ്റൻറ് ഡയറക്ടർ ഫാ. പോൾ ചാലിശ്ശേരി അദ്ധ്യക്ഷത വഹിച്ചു. ചീഫ് എക്സിക്യൂട്ടീവ് ഓഫീസർ ഡോ.ബെന്നി ജോസഫ് ആശംസകൾ അറിയിച്ചു. ജൂബിലി ആയുർവേദ മിഷൻ ആശുപത്രി കൺസൾട്ടന്റുമാരായ ഡോ. സിസ്റ്റർ ഡൊണാറ്റ, ഡോ. ഹാർവിൻ ജോർജ്, ഡോ.സിസ്റ്റർ നീത അബ്രഹാം, ഡോ. ബിനു ബാഹുലേയൻ, ഡോ.സിസ്റ്റർ ജോൺസി എന്നിവർ ക്യാമ്പിന് നേതൃത്വം നൽകി.

ADVANCES IN NEUROREHABILITATION FOR Disorders of Consciousness (DOC): EVIDENCE- BASED PRACTICES

Neurorehabilitation is an integral part of medical management designed to aid in recovery from neurological injury and compensate for any functional limitations resulting from it. It continues longitudinally through acute care, post-acute care ideally up till the community reintegration. The model of care depends on the cause, stage of disease, premorbid status and often a dedicated, comprehensive and multidisciplinary approach is required.

Disorder of consciousness (DOC) is a condition where consciousness has been severely impaired due to diffuse damage to the brain. Causes of DOC include traumatic brain injury (TBI), hypoxic encephalopathy, metabolic encephalopathy,

cerebrovascular accidents, poisoning, CNS infection and advanced stages of degenerative brain disorders. DOC is classified in Coma, Vegetative State (VS) which is also known as Unresponsive Wakefulness Syndrome (UWS), Minimally Conscious State (MCS) or Emerging from MCS based on clinical evaluation.



The aim of rehabilitation in persons with DOC is to provide adequate stimulation and evidence-based multidisciplinary rehabilitation programs to improve consciousness, avoid preventable complications, evaluate patients' best responses before prognostication and introduce the family to the concept of rehabilitation.

Recovery from DOC

Recovery of consciousness depends upon the functional re-emergence of the brainstem's ascending arousal network, also known as the ascending reticular activating system, which must provide sufficient input to the anterior forebrain meso-circuit and frontoparietal network to depolarise neocortical neurons and facilitate firing. Studies have shown that the metabolic activity and functional connectivity within these networks increase as a patient transition from coma to UWS, MCS, and ultimately full cognitive recovery.

Rehabilitation of persons with DOC

Rehabilitation of persons with DOC poses unique challenge for any clinician. The focus should not be on the prognostication of poor outcomes but on the potential for recovery of consciousness, focusing on the ability and not on the disabilities.

Rehabilitation physician should ensure medical stability before starting any intensive rehabilitation program. A structured rehabilitation program will include the following.

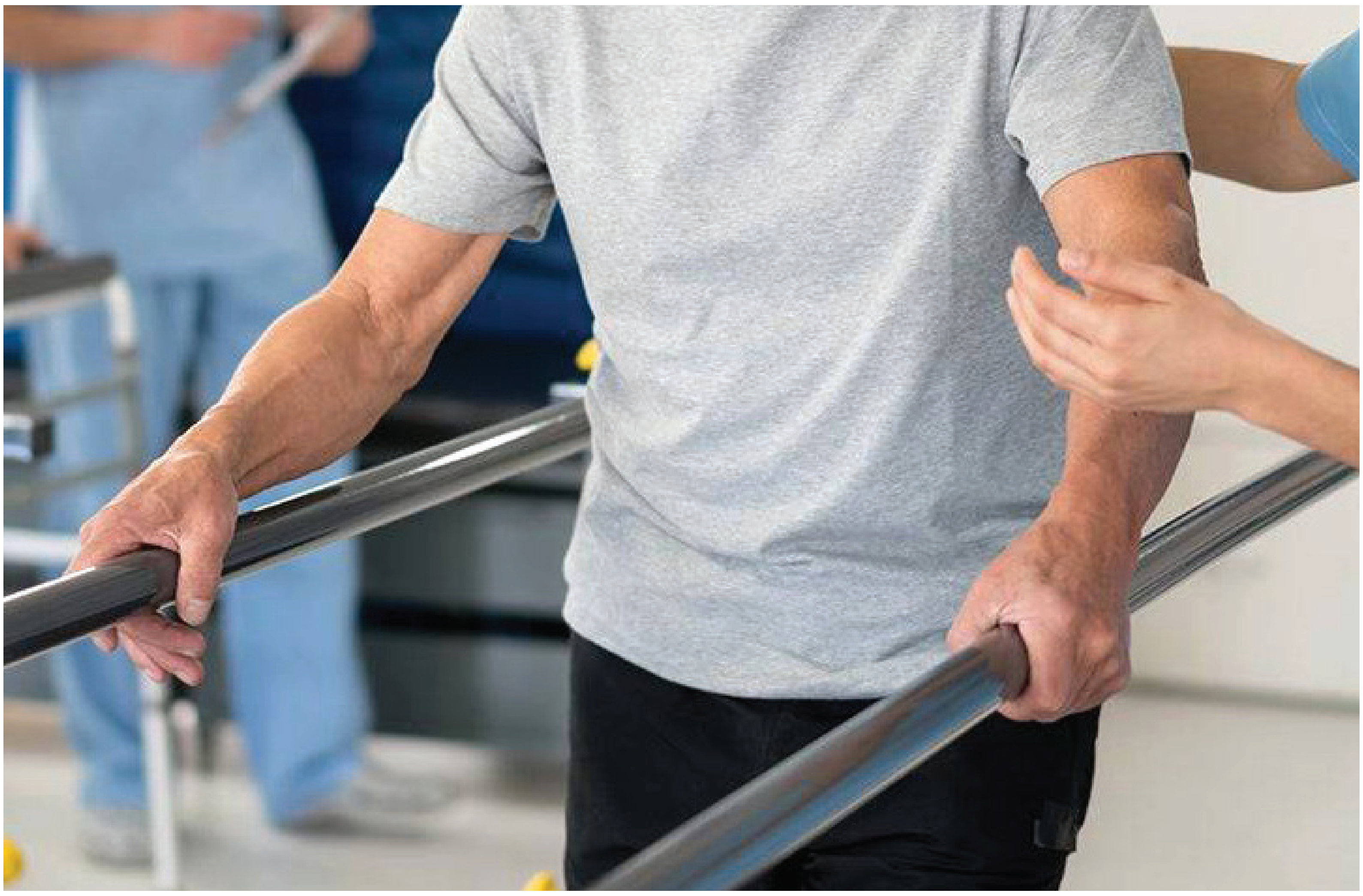
First step is to identify any reversible factors like medications, septic or metabolic disturbances or malnourishment contributing to impaired consciousness. Multiple interventions are done in the acute/subacute phase to stimulate brain for improving consciousness in persons with DOC.

Standard Rehabilitation Measures

Standard rehabilitation measures aim to activate undamaged but suppressed networks responsible for consciousness. In patients with intact neural network, optimal stimulation can be helpful in improving patients from vegetative state to minimally conscious state or emerge from the minimally conscious state. It includes maintenance therapy, early mobilization, multimodal sensory stimulation, verticality training etc.

Advanced Rehabilitation measures

There have been recent advances in the development of technological modalities both non-invasive and invasive that can be used in the treatment of patients with disorders of consciousness. Research in to the use of technological modalities



in the assessment and treatment of patients with a DOC is expanding rapidly and demonstrates promising results. Clinical application of these modalities is reasonable in selected patients as long as the family members are fully informed about the rationale, goals, risks, benefits and alternatives.

1. Auditory Stimulation & Neurologic Music Therapy

Auditory stimulation can enrich the environment to improve arousal and awareness state in persons with DOCs and is widely used. Music is beneficial supporting neuroplasticity through engaging a global system of temporal, frontal, parietal, cerebellar, and limbic brain areas involved in auditory and language processing, emotion, attention, motor control and memory. This is another low-cost intervention which can be done bedside with trained family members.

2. Repetitive Median Nerve Stimulation

The median nerve serves as a peripheral gateway to the central nervous system and the sensory distribution of the hand exhibits a large cortical representation. Within the brainstem, the ascending reticular activating system (ARAS) maintains wakefulness and the spino-reticular component of the median nerve synapses with its neurons. Right or bilateral MNS promoted the recovery of consciousness disorders regardless of their cause. It also improved GCS scores, EEG scores, and cerebral blood flow while decreased Disability Rating Scores and number of days spent in ICU. Furthermore, stimulation of right MNS was more effective than bilateral MNS in improving GCS scores. This is a low-cost intervention and can be done bedside with a nerve stimulator.

3. Transcutaneous Auricular Vagus Nerve Stimulation

The afferent vagus nerve branches project into the nucleus of the solitary tract, which is attached to the thalamus, amygdala, forebrain and the medullary network. Certain case series have concluded that it's use is feasible and preliminarily safe and may improve behavioural responses when applied to MCS patients. But systematic review has not shown favourable evidence of the efficacy of vagus nerve stimulation in facilitating the recovery of consciousness in DOCs.

4. Repetitive Transcranial Magnetic Stimulation

Non-invasive Brain Stimulation can be delivered by electrical or magnetic medium. Repetitive transcranial magnetic stimulation (rTMS) consists of a transitory modulation of neural excitability with an effect that depends on the stimulation frequency. Continuous low frequency rTMS (≤1Hz) reduces cortical excitability in local stimulated regions and in correlated areas; while, intermittent high frequency rTMS (≥5Hz) obtains the opposite effect. rTMS for the treatment of patients with DOC has the potential to increase the CRS-R scores of some patients. Also, it is a safe procedure with only transient and

not severe side effects, namely, minor dizziness, discomfort at stimulation site, and mild headache.

5. Transcranial Direct Current Stimulation

Transcranial direct current stimulation (tDCS) is a non-invasive technique used for neuromodulation. It involves delivering weak direct current to the cerebral cortex through electrodes, typically two, to modulate neural activity. Compared to other methods of neural control, tDCS offers portability, safety, low cost and ease of use.

6. Hyperbaric Oxygen Therapy

Hyperbaric oxygen therapy (HBOT) is defined as the inhalation of 100% oxygen inside a hyperbaric chamber pressurized to >1 atmosphere absolute (ATA). HBOT has been demonstrated to be neuroprotective in patients with TBI through increasing tissue oxygenation, suppressing inflammation, inhibiting apoptosis, decreasing intracranial pressure, and promoting neurogenesis and angiogenesis. A cochrane review (2015) assessed the effects of HBOT as adjunct therapy for traumatic brain injury and reported an improvement of 2.68 points in Glassgow Coma Scale-GCS. It is, therefore, possible that adding HBOT to the standard intensive care regimen may reduce patient death and disability.

7. Deep Brain Stimulation

Deep brain stimulation (DBS) is a neurosurgical procedure that allows targeted circuit-based neuromodulation and is commonly used for the treatment of movement disorders such as late Parkinson disease, tremor and dystonia. Several studies have reported regaining consciousness in TBI patients using DBS of subcortical structures or brainstem nuclei. It is associated with better outcomes in patients with MCS.

Pharmacological Interventions

Neurostimulants are provided with aim to enhance activity of neurotransmitters within CNS by enhancing arousal, wakefulness,

awareness, attention, memory, mental processing speed, and/or motor processing speed. They act by increasing the synaptic concentration of dopamine, serotonin, and noradrenaline in various brain regions. Amantadine administration is considered as standard of care for traumatic DOC patients within 4-16 weeks of injury based on randomised control trial. Other medications like levodopa, modafinil, apomorphine, methylphenidate, bromocriptine, amphetamine are also being used in patients with acute DOC. Zolpidem is a GABA-ergic medication with a paradoxical awakening effect in some patients with subacute-to-chronic DOC. Evidence for efficacy of neurostimulants alone or in combinations is inconclusive.

In addition to the conventional rehabilitation approaches these novel rehabilitation treatments targeting specific brain areas or networks that are known to be key in consciousness recovery offers hope in treatment in persons with DOC. By utilising neuroplasticity comprehensive neurorehabilitation enhance functional outcomes and improve the quality of life of patients and care givers.

Dr Sofia Paulson
Junior Consultant
Dept. of Physical Medicine & Rehabilitation

ഫെയർ ലാഫ്റ്റെ ആഘോഷമായി

ജൂബിലി മിഷൻ കോളേജ് ഓഫ് നഴ്സിംഗ്

ജൂബിലി മിഷൻ കോളേജ് ഓഫ് നഴ്സിംഗ് കോളേജ് ഡേ 'ഫെയർ ലാഫ്റ്റെ' നടത്തി. കാച്ചേരി സെന്റ് മേരീസ് ഐ. ടി. ഐ. പ്രിൻസിപ്പൽ ശ്രീ. റിനിൽ എം. ആർ. ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. ജൂബിലി മിഷൻ സ്ഥാപനങ്ങളുടെ ഡയറക്ടർ ഫാ. റെന്നി മുണ്ടൻകുരിയൻ അദ്ധ്യക്ഷനായിരുന്നു. അസിസ്റ്റന്റ് ഡയറക്ടർ ഫാ. ജോയ്സൺ ചെറുവത്തൂർ, പ്രിൻസിപ്പൽ ഡോ. ഏയ്ഞ്ചല ജ്ഞാനദുരൈ എന്നിവർ ആശംസ അർപ്പിച്ചു. വിവിധ കലാപരിപാടികളും ഡി. ജെ.യും നടന്നു.

ബൈനറി അക്രഡിറ്റേഷൻ ഫ്രെയിം വർക്ക്
ശില്പശാല
NAAC & REFORMS 2024
ജൂബിലി മിഷൻ കോളേജ് ഓഫ് നഴ്സിംഗിൽ

ജൂബിലി മിഷൻ കോളേജ് ഓഫ് നഴ്സിങ്ങിൽ NAAC & Reforma 2024 ബൈനറി അക്രഡിറ്റേഷൻ ഫ്രെയിം വർക്ക് എന്ന വിഷയത്തെ ആസ്പദമാക്കി ശില്പശാല നടത്തി. നഴ്സിങ്ങ് മേഖലയിൽനിന്നും മെഡിക്കൽ മേഖലയിൽനിന്നുമായി 45 പേർ പങ്കെടുത്തു.

ജൂബിലി മിഷൻ സ്ഥാപനങ്ങളുടെ ഡയറക്ടർ ഫാ. റെന്നി മുണ്ടൻകുരിയൻ ശില്പശാല ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. ജൂബിലി മിഷൻ കോളേജ് ഓഫ് നഴ്സിംഗ് പ്രിൻസിപ്പൽ ഡോ. ഏയ്ഞ്ചല ജ്ഞാനദുരൈ, വൈസ് പ്രിൻസിപ്പൽ ഡോ. ട്രീസ ആന്റോ, അസിസ്റ്റന്റ് ഡയറക്ടർ ഫാ. ജോയ്സൺ ചെറുവത്തൂർ എന്നിവർ പ്രസംഗിച്ചു. തുടർന്ന് എറണാകുളം സെന്റ് ആൽബർട്ട്സ് കോളേജ് മുൻ പ്രിൻസിപ്പൽ ഡോ. ഹാരി ക്ലീറ്റസ് പുതിയ NAAC അക്രഡിറ്റേഷൻ പ്രക്രിയയെക്കുറിച്ച് വിശദമായി ക്ലാസ്സുകൾ നയിച്ചു.

JOURNAL CLUB

JCMR organised the 77th Journal club meeting on 18th December, Wednesday at New CCM hall. The speaker on the occasion was Dr. Jayakrishnan C. Menon, Assistant Professor, Department of Endocrinology. The topic was based on an article titled "Tirzepatide for Heart Failure with Perserved Ejection Fraction and Obesity" Milton Packer, et.al The New England Journal of Medicine DO1; 10.1056/NEJMoa2410027.

The article observed that Tirzepatide led to lower risk of a composite of death due to cardiovascular events. Dr. Geetha Damodaran, Dr. Alphie Kavalakkatt and Dr. Vimal Vincent participated in the discussion and expressed their views on the topic. Dr. Dileep K. Vijayan welcomed the gathering and Dr. P. R. Varghese delivered vote of thanks.

സെൻട്രൽ മെഡിക്കൽ ഗ്യാസ് ഡിസ്ട്രിബ്യൂഷൻ സിസ്റ്റം

ആശുപത്രികളിൽ ചികിത്സാ ആവശ്യങ്ങൾക്കായി ഉപയോഗിക്കുന്ന വ്യത്യസ്ത വാതകങ്ങൾ, അവയുടെ ഉപയോഗം, വിതരണം, സംഭരണം എന്നീ കാര്യങ്ങളാണ് ഇവിടെ പ്രതിപാദിക്കുന്നത്.

ആശുപത്രികളിൽ പ്രത്യേകം സജ്ജീകരിച്ച സ്ഥലത്ത് വ്യത്യസ്ത വാതകങ്ങൾ ശേഖരിച്ച് അവിടെനിന്ന് ആവശ്യാനുസരണം പൈപ്പ്‌ലൈൻ (Pipe Line) വഴി വിതരണം ചെയ്യുന്ന രീതിയാണ് സ്വീകരിച്ചിരിക്കുന്നത്. ഈ വിതരണ രീതിയെയാണ് Central Medical Gas Distribution System എന്ന് പറയുന്നത്. അതുപോലെതന്നെ പ്രത്യേകം സജ്ജീകരിച്ച് വാതകങ്ങൾ ശേഖരിച്ചുവെക്കുന്ന സ്ഥലത്തെയാണ് മാനിഫോൾഡ് (Manifold) എന്ന് പറയുന്നത്.

ഈ മാനിഫോൾഡിൽ ആണ് വ്യത്യസ്ത വാതകങ്ങൾ Gas Cylinder Pipe Line വഴി Control ചെയ്യാനുള്ള Control Panel Pressure Regulators, Monitoring System എന്നിവ സ്ഥിതിചെയ്യുന്നത്.

ഏതെല്ലാം വാതകങ്ങളാണ് നമ്മുടെ ആശുപത്രിയിൽ സാധാരണയായി ചികിത്സാ ആവശ്യത്തിനായി ഉപയോഗിക്കുന്നത് എന്ന് നോക്കാം.

1. Oxygen (O_2)
2. Nitrous Oxide (N_2O)
3. Medical Air or (Compressor Air)
4. Vaccum or Suction (MM HG)
5. Carbon Dioxide (CO_2)
6. Nitrogen (N_2)
7. Nitric Oxide (NO) എന്നിവയാണ് പ്രധാന വാതകങ്ങൾ.

SOURCES OF OXYGEN

Source 1. Oxygen - Liquid Form (-150^{0}C to -170^{0}C)

Oxygen bulk സംഭരണത്തിന് ഉപയോഗിക്കുന്ന ഒരു സംഭരണിയാണ് "Vaccum Insulated Evaporator" (VIE) അഥവാ Bulk Storage Tank. ഈ System വഴി Gas Form-ൽ ആക്കി (4.2 Bar) or (60 PSI) Pressure Set ചെയ്ത് Central Distribution System ത്തിലേക്ക് Supply ചെയ്യുന്നു. ബാംഗ്ലൂർ, കഞ്ചിക്കോട് എന്നിവിടങ്ങളിൽ നിന്നാണ് Liquid Oxygen വരുന്നത്.

Source 2. Gas Form (Oxygen)

Manifold System വഴി (4.2 BAR or (60 PSI) Pressure Set ചെയ്ത് Central Distribution System ത്തിലേക്ക് Supply ചെയ്യുന്നു. ഗ്യാസ് രൂപത്തിലുള്ള ഓക്സിജൻ തൃശ്ശൂരിൽനിന്നാണ് വരുന്നത്.

Source 3. Oxygen Generator

P.S.A. (Pressure Swing Adsorption) System വഴി ഇവിടുത്തെ വായു Compresssor ഉപയോഗിച്ച് Air Store ചെയ്ത് ആ എയറിൽനിന്ന് Nitrogen, Argon Carbon Dioxide എന്നിവ വേർതിരിച്ച് Membrane വഴി Filter ചെയ്ത് ഓക്സിജനെ സെൻട്രൽ ഡിസ്ട്രിബ്യൂഷൻ സിസ്റ്റത്തിലേക്ക് സപ്ലൈ ചെയ്യുന്നു.

ജോയ് വി. എം.
മെഡിക്കൽ ഗ്യാസ് സൂപ്പർവൈസർ

Welcome
TO JUBILEE FAMILY

Dr. Obed Manuel Kuruvila	General Surgery
Dr. Anju K	MC Microbiology
Dr. Midhun M	Orthopaedics
Dr. Anu Tresa Antony	MC Pathology
Dr. Sreeja Sreenivasan	Ophthalmology
Dr. Sandra Maria James	Medical Oncology
Dr. Atul Ittimani Mazhavanchery	Vascular Surgery
Dr. Diya Biju	Neurology
Dr. Minnu Ann Raju	Emergency Medicine
Dr. Antony Sebastian	Emergency Medicine
Dr. Ashiklal Anillal	Emergency Medicine
Dr. Anita Joy	Emergency Medicine
Dr. Greeshma P D	Emergency Medicine
Dr. Saritha Francis	JCMR
Mrs. Nimmy Tharian	Community Health Nursing
Sr. Grazia (Sisily M C)	Obstetrics & Gynaecology Nursing
Mr. Nidheesh V N	Hospital Administration
Mrs. Deepa Unni	Hospital Administration
Mrs. Athira V	Hospital Administration
Mr. Manulal K	Biomedical
Mr. Amalnadh T V	IT Department
Mr. Sajo Joseph K	Medical College Office

Congratulations!

കേരള യൂണിവേഴ്സിറ്റി ഓഫ് ഹെൽത്ത് സയൻസസ് നടത്തിയ സി സോൺ ഇന്റർ കോളേജ് ഖോ-ഖോ മത്സരത്തിൽ മൂന്നാം സ്ഥാനം കരസ്ഥമാക്കിയ ജൂബിലി മിഷൻ നഴ്സിങ്ങ് കോളജ് ഖോ-ഖോ ടീം അംഗങ്ങൾക്ക് അഭിനന്ദനങ്ങൾ

We have been thinking quite some time ago to write to you about our deep appreciation regarding services rendered by Jubilee Hospital and the efficient administration of the Board of Management. Somehow, we could not write to you earlier due to certain pre-occupations and primarily because we are residents of Mumbai.

Recently my wife, Smt. Janakey Iyer, brother P.N. Subramanian Iyer and I happened to visit the Ophthalmology section of the hospital for eye check up. The efficiency, expertise and nobility of Dr. CV Andrews Kakkanatt of this section ably supported by his staff are praiseworthy. They welcomed and treated us very nicely. Dr. Andrews' approach was very sober and he

Together,
We are the
Patient Experience !

explained everything in detail with which we were convinced. We are grateful to him and his expert treatment and we have been advised to visit him again to solve the eye problems. Kudos to Dr. Andrews.

During the first week of March 2019, my wife Smt. Janakey Iyer had suffered severe chest pain. She was taken to Cardiac

section of the hospital where at Dr. Manoj Ravi examined her immediately and with his vast experience and expertise in cardiac field, he performed stent procedure on her on the same day because of which her life could be saved. Thereafter in about two days time another stent procedure was also perfomed. We are grateful to Dr. Manoj Ravi for his timely medical intervention ably supported by his staff. Kudos to Dr. Manoj Ravi's expertise.

During May/June 2019 my brother, P.N. Subramanian Iyer was having some problem in walking as he was found to be limping and not having proper balance. He was taken to another hospital in Thrissur but to no avail so far as his problem was concerned. Thus having faith in Jubilee Hospital, he was taken there and immediately on reaching there, Dr. Ramesh S. of Neurology department attended to him and quickly diagnosed that he is suffering from brain stroke because of severe blood clot. Immediately he was operated upon and on the next day by evening he was hale and hearty. Thus Dr. Ramesh ably supported by his team could retrieve my brother's brain problem. We are grateful to Dr. Ramesh also for his timely diagnosis and action. Kudos again to Dr. Ramesh. We are writing this letter as a token of our appreciation to Jubilee Hospital. We also appreciate deeply the nice treatment and hospitality rendered to us by the Hospital, doctors and the staff.

We take this opportunity to thank the Board of Management of the Hospital for the nicest administration in running the hospital in that in selecting every doctor and staff, the management seems to have outclassed even UPSC as each such selection deserves approbation. We once again convey our deepest gratitude to the Hospital.

Thanking you and with warm regards,

P.N. Ramanarayanan Iyer, Smt. Janakey Iyer,
P.N. Subramanian Iyer

ആരോഗ്യം പരത്തുന്ന ച്യവനപ്രാശം

കാലങ്ങൾക്ക് അതീതമായി നൂറ്റാണ്ടുകളുടെ ചരിത്രം പറയുവാനുള്ള ആയുർവേദം ഇന്നും ചികിത്സാരംഗത്ത് പ്രസക്തമാവാനുള്ള കാരണം പാർശ്വഫലങ്ങൾ ഇല്ലാത്ത ചികിത്സാരീതിയും മരുന്നുകളും ആണ്. പണ്ട് മുതലേ ഉപയോഗിച്ച് വളരെ പ്രചാരത്തിൽ ഉള്ള ഒരു ഔഷധമാണ് ച്യവനപ്രാശം. ആരോഗ്യപരമായ അനേകം ഗുണങ്ങളാൽ സമ്പന്നമായ പച്ചമരുന്നുകൾ അടങ്ങിയ ഔഷധകൂട്ടാണ് ച്യവനപ്രാശം. കൃത്രിമമായ ചേരുവകൾ ഒന്നും തന്നെ ഉപയോഗിച്ചിട്ടില്ല. രോഗപ്രതിരോധശേഷി വർദ്ധിപ്പിക്കുവാൻ മാത്രമല്ല ഇത് ഒരു നല്ല രസായനം കൂടിയാണ്.

ച്യവന മഹർഷിക്ക് അകാലത്തിൽ നരയും വാർദ്ധക്യവും ശരീര ക്ഷീണവും ഉണ്ടായപ്പോൾ ദേവ വൈദ്യന്മാരായ അശ്വിനിദേവന്മാർ നിർദ്ദേശിച്ച രസായന ഔഷധമാണ് ച്യവനപ്രാശം എന്നാണ് ഐതിഹ്യം.

ച്യവന മഹർഷിയെ യൗവനയുക്തനാക്കിയ ച്യവനപ്രാവശ്യത്തിന്റെ പ്രധാന ചേരുവ നെല്ലിക്കയാണ്. ച്യവനപ്രാശനിർമ്മാണത്തിനായി 500 പച്ച നെല്ലിക്കയും ദശമൂലത്തിലെ മരുന്നുകളും അഷ്ടവർഗ്ഗത്തിലെ മരുന്നുകളും നെയ്യ്, എള്ളെണ്ണ, തേൻ, ശർക്കര അല്ലെങ്കിൽ കൽക്കണ്ടം, തിപ്പലി പൊടി, സുഗന്ധദ്രവ്യങ്ങളുടെ ഉണക്കി പൊടിച്ച പൊടി തുടങ്ങി 49 ഔഷധ ചേരുവകൾ ചേർത്ത് ലേഹ്യ പാകമാക്കി എടുക്കുന്നതാണ് ച്യവനപ്രാശം. കുട്ടിക്കാലം മുതൽക്കേ നമ്മളിൽ മിക്കവരും കഴിച്ചിട്ടുള്ള ജാം രൂപത്തിൽ

ഇരിക്കുന്ന ഔഷധക്കൂട്ടാണ് ച്യവനപ്രാശം. പ്രായലിംഗ ഭേദമന്യേ ആർക്കും ഇത് ഉപയോഗിക്കാൻ ആകും. തവിട്ട് കലർന്ന കറുപ്പ് നിറവും ജാം പോലെയുള്ള ച്യവനപ്രാവശ്യത്തിന് മധുരവും പുളിയും നെല്ലിക്കയുടെ നേരിയ ചവർപ്പും കലർന്ന രുചിയാണ് ഉള്ളത്.

ച്യവനപ്രാശ്യത്തിന്റെ രോഗ പ്രതിരോധ ശേഷിയും പുനരുജീവന ഗുണങ്ങളും വഴി വിവിധ ആരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങളെ മറികടക്കുവാൻ സാധിക്കും. കാലാവസ്ഥ വ്യതിയാനങ്ങൾക്ക് അനുസരിച്ച് ഉണ്ടാകുന്ന വൈറൽ, ഫംഗൽ, ബാക്ടീരിയൽ ഇൻഫെക്ഷനുകൾ പ്രതിരോധിക്കാനുള്ള ശേഷി ച്യവനപ്രാശം കഴിക്കുന്നതിലൂടെ ലഭിക്കും. ആൻറി ഓക്സിഡന്റുകളും വിറ്റാമിൻ സി മുതലായവ മൂലം സമ്പന്നമാണ് ച്യവനപ്രാശം. പനി ജലദോഷം തൊണ്ട വേദന മറ്റു ശ്വാസകോശസംബന്ധമായ അസുഖങ്ങളിൽ നിന്നും പ്രതിരോധം നൽകുന്നു എന്ന് കാലം തെളിയിച്ചതാണ്. വിവിധ ഔഷധങ്ങളും സുഗന്ധവ്യഞ്ജനങ്ങളുടെ സാന്നിധ്യവും കൊണ്ട് ശക്തമായ ആൻറി ഓക്സിഡൻറ് ഗുണങ്ങൾ കാണിക്കുന്നതിനാൽ കോശങ്ങളുടെ ആയുസ്സ് വർദ്ധിപ്പിക്കുകയും യൗവനം നിലനിർത്തുകയും ജരാനരകൾ ഉണ്ടാകാനുള്ള സാധ്യത കുറയ്ക്കുകയും വാർദ്ധക്യത്തെ അകറ്റുകയും ചെയ്യും.

ദഹന ആരോഗ്യം മെച്ചപ്പെടുത്തി വായു കോപം തടയുന്നതിനും മലബന്ധം അകറ്റുനതിനും അസിഡിറ്റി കുറയ്ക്കുന്നതിനും ഇത് സഹായിക്കുന്നു. കഴിക്കുന്ന ഭക്ഷണത്തിലെ പോഷകങ്ങൾ

നന്നായി ആഗിരണം ചെയ്യുവാനും സഹായിക്കുന്നു. രക്തത്തെ ശുദ്ധീകരിച്ച് ശരീരത്തിലെ വിഷാംശങ്ങളെ ഇല്ലാതാക്കുവാനും, കരളിന്റെ പ്രവർത്തനങ്ങൾ മെച്ചപ്പെടുത്തുവാനും, ചർമ്മത്തിലെ അണുബാധ മൂലം ഉണ്ടാകുന്ന വിവിധ പാടുകൾക്കെതിരെ പ്രവർത്തിച്ച് ചർമ്മ ആരോഗ്യം സംരക്ഷിക്കുവാനും ഇത് സഹായിക്കുന്നു.

ഹൃദയാരോഗ്യം സംരക്ഷിക്കുവാനായി അമ്മുക്കുരം, നീർമരുത് എന്നീ മരുന്നുകൾ ഉള്ളതുകൊണ്ട് മനസ്സിനെ ശാന്തമാക്കി ഹൃദയപേശികൾക്ക് ബലവും ഉറപ്പും ഊർജ്ജവും നൽകുന്നു. കൊളസ്ട്രോൾ അടിഞ്ഞുകൂടാതെയും രക്ത ധമനികൾ കട്ടിവെക്കുവാനുള്ള സാധ്യത കുറയ്ക്കും.

പുരുഷന്മാരിൽ സന്താനോൽ പാദനശേഷി വർദ്ധിപ്പിക്കുവാനും, സ്ത്രീകളിൽ ആർത്തവ ക്രമക്കേടുകൾ പരിഹരിക്കുന്നതിനും, പ്രസവിച്ച സ്ത്രീകളിൽ മുലപ്പാലിന്റെ ഗുണങ്ങൾ മെച്ചപ്പെടുത്തുന്നതിനും ച്യവനപ്രാശം ഉപയോഗിച്ച് വരുന്നു.

കുട്ടികളിൽ ഇടവിട്ട് വരുന്ന പനി ജലദോഷം, തൊണ്ടവേദന, ചുമ വിശപ്പില്ലായ്മ എന്നിവയ്ക്ക് ച്യവന പ്രാശലേഹ്യം കുറച്ചു കാലം തുടർച്ചയായി നൽകി വരുന്നു. കുട്ടികളിൽ ആരോഗ്യകരമായ തൂക്കവും പുഷ്ടിയും രക്തപ്രസാദനവും ഉണ്ടാകുന്നതിനു വേണ്ടിയും അവരുടെ പാഠ്യ പാഠ്യ തര കഴിവുകൾ മെച്ചപ്പെടുന്നതിന് വേണ്ടിയും, ബുദ്ധി ഓർമ്മ ഉത്തേജിപ്പിക്കുനതിന് വേണ്ടിയും ച്യവനപ്രാവശ്യം നൽകി വരാറുണ്ട്.

ദീർഘനാളത്തെ ശാരീരിക മാനസിക അധ്വാനത്തിനു ശേഷവും, നീണ്ടുനിന്ന രോഗാവസ്ഥയും ചികിത്സയും കഴിഞ്ഞ അവസ്ഥയിലും ക്ഷീണിച്ച ധാതുക്കളെ ശക്തിപ്പെടുത്തുവാനും പഴയ ഊർജ്ജം വീണ്ടെടുക്കുവാനുമായി ച്യവനപ്രാശം രസായന മായി നൽകാറുണ്ട്.

രോഗികൾക്കും ആരോഗ്യവാൻമാർക്കും നൂറു ദിവസം അടുപ്പിച്ച് ച്യവനപ്രാശം ഒരു നേരം കഴിക്കുവാൻ നിർദ്ദേശിക്കാറുണ്ട്.

പ്രാതലിന് അരമണിക്കൂർ മുമ്പ് നിശ്ചയിച്ച അളവിൽ ലേഹ്യം കഴിച്ചതിന് ശേഷം അനുപാനമായി മീതെ ജീരക വെള്ളമോ പാലോ കഴിക്കാൻ പറയാറുണ്ട് അല്ലെങ്കിൽ രാത്രി കിടക്കുന്നതിനു മുമ്പ് നിശ്ചയിച്ച അളവിൽ ലേഹ്യം കഴിച്ചതിനുശേഷം മീതെ ഒരു ഗ്ലാസ് ചുട് പാൽ കഴിക്കാൻ നിർദ്ദേശിക്കാറുണ്ട്.

ച്യവനപ്രാശം കഴിച്ചാൽ അമിതവണ്ണം വരുമെന്നത് തെറ്റാണ്. ഇതിലെ നെയ്യാണ് പലരെയും പേടിപ്പിക്കുന്ന ഒരു ഘടകം. ഒരു മരുന്ന് കൂട്ടുകെട്ടിന്റെ സന്തുലതാവസ്ഥയ്ക്ക് അത്യാവശ്യമായ ശുദ്ധമായ നെയ് മാത്രമേ യോഗത്തിൽ ചേർക്കാറുള്ളൂ. ട്രാൻസ് ഫാറ്റ്കൾ ഒന്നും തന്നെ ഇല്ല. ഇതുമൂലം അമിത കൊഴുപ്പ് കുറയുകയുള്ളൂ. മീതെ പാൽ കുടിക്കുവാൻ നിർദ്ദേശിക്കുന്നതും ഈ സന്തുലിതാവസ്ഥ നിലനിർത്തുന്നതിന് വേണ്ടിയാണ്. പക്ഷേ കഴിക്കേണ്ട അളവ് പലപ്രായക്കാർക്കും വ്യത്യസ്തമാണ്, കൂടെ കഴിക്കേണ്ട അനുപാനം പല രോഗാവസ്ഥയ്ക്ക് അനുസരിച്ച് പലതാണ് ഇത് നിശ്ചയിക്കാൻ ഒരു ആയുർവേദ ഡോക്ടറുടെ സഹായം തേടുന്നത് ഉചിതമായിരിക്കും.

ഡോ. ഹാർവിൻ ജോർജ് എൻ.
കൺസൾട്ടന്റ്
ജൂബിലി മിഷൻ ആയുർവേദ 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. Manisha A N | Mr. Joshi Paul

"സഹോദരരേ, സ്വാതന്ത്ര്യത്തിലേക്കാണ്
നിങ്ങൾ വിളിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നത്;
ഭൗതികസുഖത്തിനുള്ള സ്വാതന്ത്ര്യമായി
അതിനെ ഗണിക്കരുതെന്നുമാത്രം."
ഗലാത്തിയ 5:13
Service With Love
JUBILEE MISSION
MEDICAL COLLEGE & RESEARCH INSTITUTE