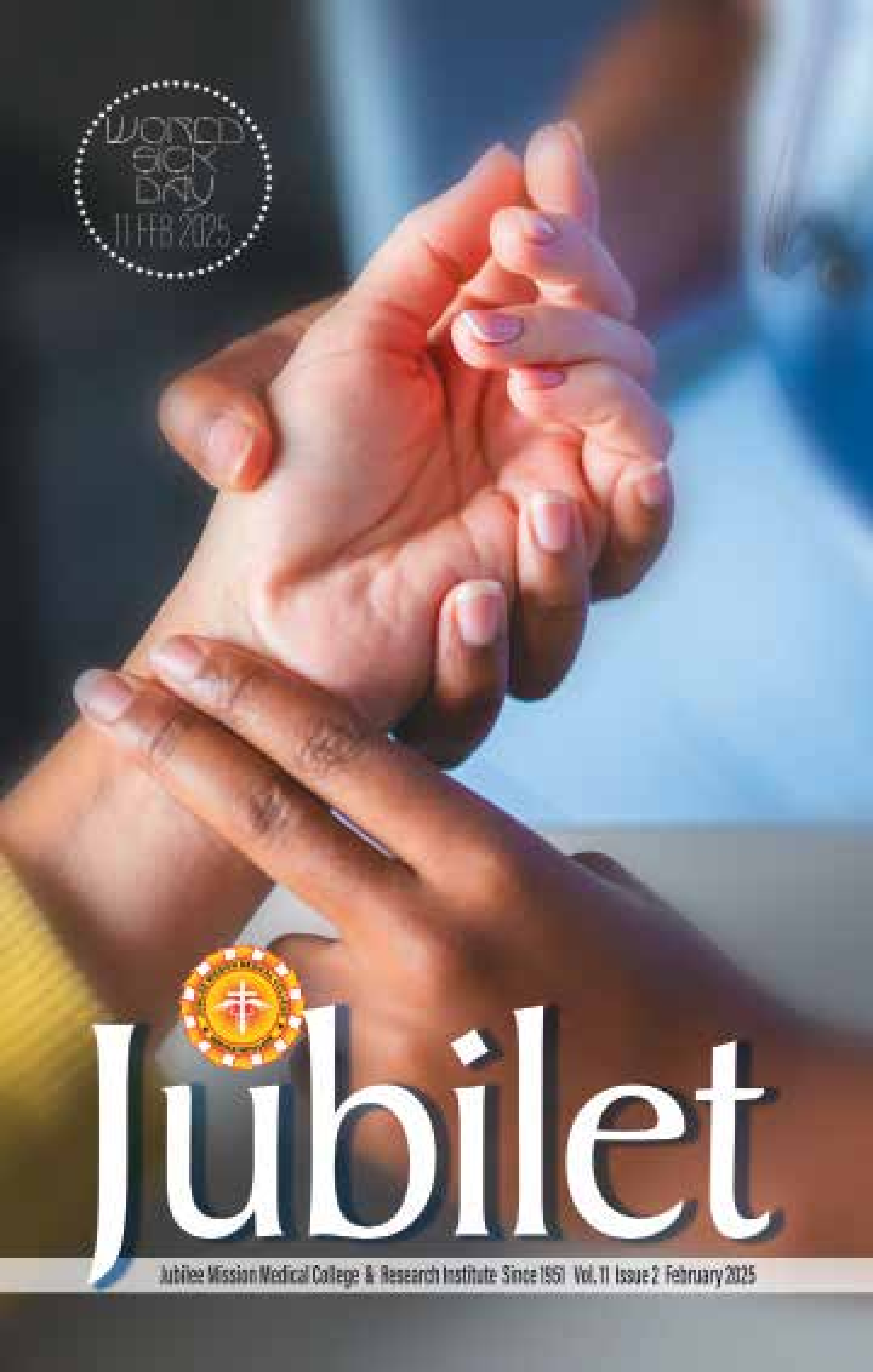


Jubilet

Jubilee Mission Medical College & Research Institute Since 1951 Vol. 11 Issue 2 February 2025

CONTENT

ഉള്ളടക്കം

DOCTOR'S CORNER — How to avoid accidents, envenomation & abuse in small children: A Guide for Parents — 13

RESEARCH WINGS JOURNAL CLUB — 24

നമുക്കിടയിൽ — നൂതന മൾട്ടിപ്ലസ് പി.സി.ആർ.പാനൽ ടെസ്റ്റിങ്ങ് & ഫ്യൂജി ഫിലിം ബീറ്റ D ഗ്രൂക്കൺ അസ്സെ സൗകര്യവും ജൂബിലിയിൽ — 30

കാലചക്രങ്ങൾ	1
പെലിക്കാനസ്	3
NABH റീഅസസ്സ്മെന്റ്	5
ഉയരട്ടെ... ബാലികമാർ ശോഭനമായ ഭാവിയിലേക്ക്	7
സൗജന്യ ആയുർവേദ മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പ്	8
KUHS- QAS ക്വാളിറ്റി അക്രെഡിറ്റേഷൻ	9
POCUS - 2025	11
പ്രകാശമാകാനും പ്രകാശം പരത്താനും	21
WORKSHOP ON EMPOWERING THE FORGOTTEN	23
ആയൂർവേദത്തിന്റെ മേൻമതിരിച്ചറിഞ്ഞ് ജർമ്മൻ സംഘം	25
തൃശൂർ അതിരൂപതയിൽ മാലാഖമാരുടെ സംഗമം	27
ചർമം കണ്ടാൽ പ്രായം തോന്നാതിരിക്കാൻ	33

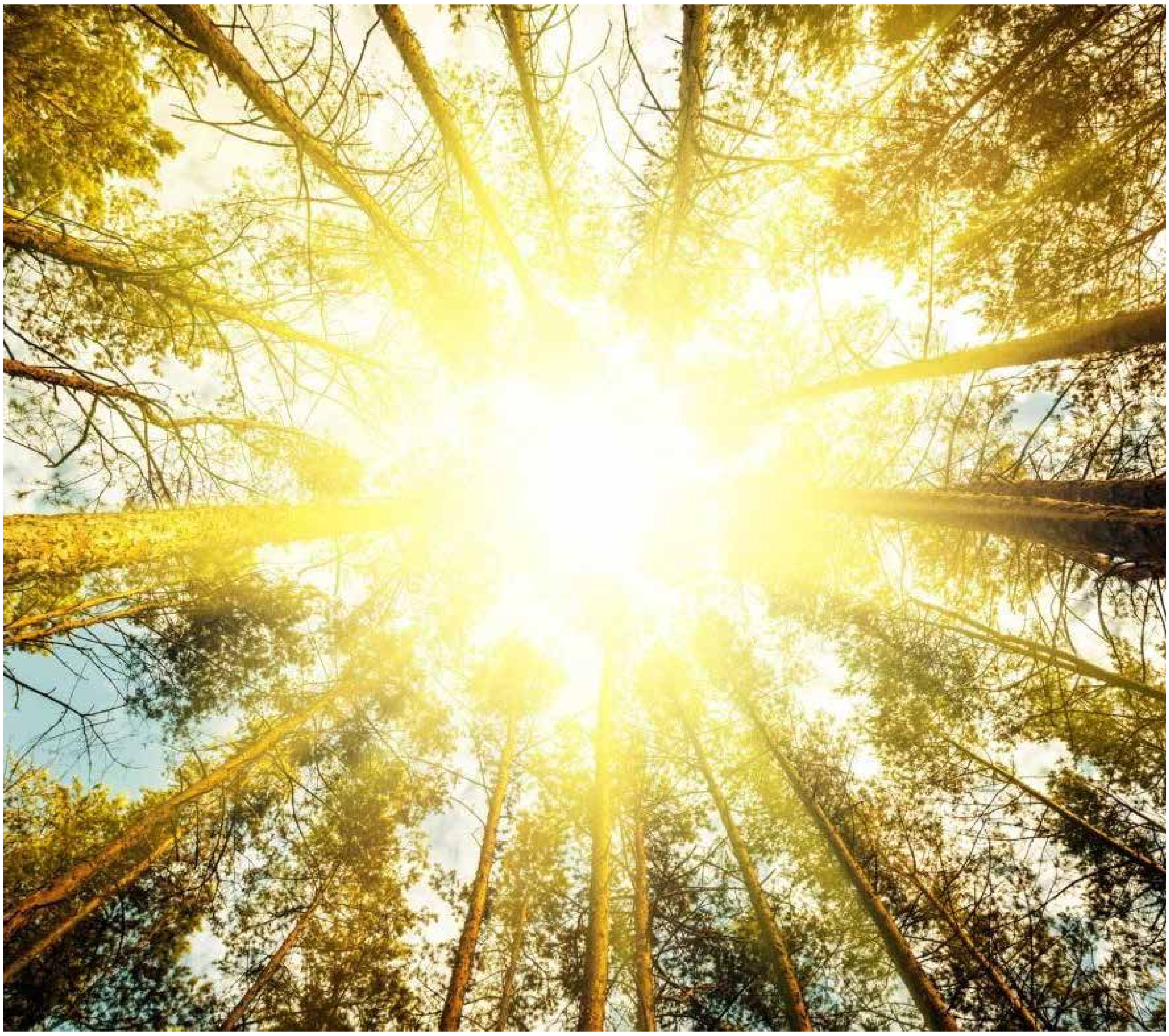
Welcome TO JUBILEE FAMILY — 31

അമ്മയെപ്പോലെ പരിചരിക്കുന്നവർ — 32

കാലചക്രങ്ങൾ

മാസങ്ങളിൽ ഏറ്റവും ചെറുതാണ് ഫെബ്രുവരി. 30 ദിനങ്ങൾ തികയാത്ത ഒരു മാസം. എന്നാൽ മറ്റൊരു മാസത്തിനും ഇല്ലാത്ത ഒരു ‘ഫ്ളെക്സിബിലിറ്റി’ നമ്മുടെ ഫെബ്രുവരിക്കുമുണ്ട്. അതിവർഷം (Leap Year) വരുമ്പോൾ ഫെബ്രുവരി മാസത്തിൽ ഒരു ദിവസം കൂടുതൽ ലഭിക്കുന്നു. ഓരോ അതിവർഷത്തിലും അത് മുറ തെറ്റാതെ സംഭവിക്കുന്നു. കാലത്തിനു ഇത്തരത്തിലുള്ള ഒരുപാട് പ്രത്യേകതകളുണ്ട്. അത് പ്രകൃതിയുടെ ഭാവഭേദങ്ങളും ക്രമങ്ങളുമായി ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. ആ ക്രമങ്ങളെ മനുഷ്യൻ മാസങ്ങളായും വർഷങ്ങളായും അതിവർഷങ്ങ

ളായും തരംതിരിച്ചു വച്ചിരിക്കുന്നു. യഥാർത്ഥത്തിൽ മനുഷ്യന്റെ ജീവിതരീതിയും ആഹാരവ്യവസ്ഥയും ആരോഗ്യവും ഈ കാലക്രമത്തിനനുസരിച്ചാണ്. എന്നാൽ ഇന്ന് അതിന് മാറ്റം സംഭവിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. കാരണം, മനുഷ്യൻ ഈ ക്രമത്തെ 'അതി-ക്രമിച്ച്' ജീവിച്ചു കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. ഫെബ്രുവരി ആയപ്പോഴേക്കും 'എന്താ ഇത്ര ചൂട്?' എന്ന് നമ്മൾ പരിത



പിക്കുന്നതിനും കാരണം അതാണ്. നമ്മുടെ 'അതിക്രമങ്ങളാൽ' ക്രമം തെറ്റിയ കാലചക്രങ്ങൾ തിരികെ ക്രമീകരിക്കാൻ നമുക്ക് പ്രകൃതിയെ തിരികെ പിടിക്കാം - ചേർത്തുപിടിക്കാം. ഇല്ലെങ്കിൽ കലണ്ടറുകൾ വെറും ദിവസങ്ങൾ എണ്ണാനുള്ള ദളങ്ങൾ ആയിമാറും. ഫ്രാൻസിസ് മാർപാപ്പ 'Loudato Si' എന്ന ചാക്രിക ലേഖനത്തിൽ പറയുന്നത് പോലെ ' we must care for our nature so that nature may care for us'.

ഫാ. ജിജോ മാളിയേക്കൽ
ഫിനാൻസ് അസിസ്റ്റന്റ്

ഡോ. എഡൻവാല അനുസ്മരണം

പെലിക്കാനസ് 2024

ജൂബിലി മിഷൻ ഹോസ്പിറ്റൽ സ്ഥാപനങ്ങളുടെ സ്ഥാപക ഡയറക്ടർ മോൺ. മാത്യു മുരിങ്ങാത്തേരിയുടെയും 60 വർഷത്തിലേറെ നിസ്വാർത്ഥമായി പ്രവർത്തിച്ച മുറിച്ചുണ്ട് ശസ്ത്രക്രിയ വിദഗ്ധൻ ഡോ. എഡൻവാലയുടെയും സ്മരണാർത്ഥം വർഷം തോറും 'പെലിക്കാനസ്' എന്ന പേരിൽ നടന്നുവരുന്ന അനുസ്മരണ ചടങ്ങ് സംഘടിപ്പിച്ചു. ആരോഗ്യമേഖലയിലെ മിഷനറി കാഴ്ചപ്പാട് പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്നതിനു വേണ്ടി 2022 ൽ തുടങ്ങിയ ദേശീയതലത്തിലുള്ള മൂന്നാമത് ഹെൽത്ത് കെയർ മിഷനറി അവാർഡിന് ഒഡീഷ്യയിലെ ബിസ്സാംകട്ടക്ക് കേന്ദ്രമായി പ്രവർത്തിക്കുന്ന ഡോ. ജോൺ സി. ഉമ്മൻ അർഹനായി. 50001 രൂപയും പ്രശസ്തിപത്രവുമാണ് അവാർഡ്. തെക്കൻ ഒഡീഷ്യയിലെ ഉൾനാടൻ പ്രദേശമായ റയഗാഡ ജില്ലയിലെ ബിസ്സാംകട്ടക്ക് കേന്ദ്രീകരിച്ച് ആദിവാസി ജനതയ്ക്ക് വേണ്ടി അദ്ദേഹം നടത്തിയ 35 വർഷത്തെ സേവനത്തെ അടിസ്ഥാനപ്പെടുത്തിയാണ് അദ്ദേഹത്തെ അവാർഡിന് തിരഞ്ഞെടുത്തത്.

72 വർഷം പഴക്കമുള്ള ജൂബിലി മിഷൻ ആശുപത്രിയിൽ 60 വർഷം സേവനമനുഷ്ഠിച്ച ഡോ. എഡൻവാലയുടെ സ്മരണാർത്ഥം ഏർപ്പെടുത്തിയ പ്രഭാഷണപരമ്പരയിൽ ഈ വർഷം മഹാത്മാഗാന്ധിയുടെയും കസ്തൂർബാഗാന്ധിയുടെയും മകന്റെ കൊച്ചുമകനും എഴുത്തുകാരനുമായ തുഷാർഗാന്ധി - ഗാന്ധിയൻ വിഷൻ ഓഫ് കംപേഷൻ ആന്റ് എംപതി ഇൻ ഹീലിങ്ങ് - എന്ന വിഷയത്തെ ആസ്പദമാക്കി സംസാരിച്ചു. 'ആരോഗ്യ മേഖല

സേവനം എന്നതിൽ നിന്നും ലാഭമുണ്ടാക്കുന്ന ഒരു വ്യവസായമായി മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. നമ്മളിൽ പലരും ലോകം ഇളക്കിമറിക്കുന്ന കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യുമ്പോഴും വ്യക്തികൾക്ക് അത്യാവശ്യ കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യുമ്പോഴും വ്യക്തികൾക്ക് അത്യാവശ്യ കാര്യങ്ങൾ ലഭിക്കുന്നില്ല. ദരിദ്രരിൽ അതിദരിദ്രരും രോഗികളിൽ ഗുരുതര അവസ്ഥയിൽ ഉള്ളവർക്കും ആശ്വാസം ലഭിക്കാൻ ജൂബിലി മിഷൻ പോലെയുള്ള സ്ഥാപനങ്ങൾ അത്യാവശ്യമാണെന്ന്' തുഷാർ ഗാന്ധി അഭിപ്രായപ്പെട്ടു.

ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജിലെ മദർ തെരേസ ഹാളിൽ ജനുവരി 4-ാം തീയതി നടന്ന ചടങ്ങിൽ ജൂബിലി മിഷൻ ആശുപത്രി ഡയറക്ടർ ഫാ. റെന്നി മുണ്ടൻകുരിയൻ സ്വാഗതം ആശംസിച്ചു. മെഡിക്കൽ സൂപ്രണ്ട് ഡോ. ഷിബു സി. കള്ളിവളപ്പിൽ തുഷാർ ഗാന്ധിയെക്കുറിച്ച് ഒരു ലഘു വിവരണം നൽകി. ആർച്ച്ബിഷപ്പ് മാർ ആൻഡ്രൂസ് താഴത്ത് അധ്യക്ഷത വഹിച്ചു. ഡോ. എഡൻവാലയുടെ ഭാര്യ ഗുൽനാർ എഡൻവാല തുഷാർ ഗാന്ധിയെ പൊന്നാടയണിയിച്ച് ആദരിച്ചു. റിസർച്ച് വിഭാഗത്തിലെ ഡോ. പി. ആർ. വർഗ്ഗീസ്, ഡോ. ജോൺ സി. ഉമ്മനെ പരിചയപ്പെടുത്തി. ആർച്ച്ബിഷപ്പ് മാർ ആൻഡ്രൂസ് താഴത്ത് ഡോ. ജോൺ സി. ഉമ്മനെ 'ഹെൽത്ത് കെയർ മിഷനറി' അവാർഡ് നൽകി ആദരിച്ചു. ജൂബിലി അഡ്വൈസറി ബോർഡ് മെമ്പറും ബി. പി. സി. എൽ. ഫോർമർ എക്സിക്യൂട്ടീവ് ഡയറക്ടറുമായ ശ്രീ. ജോർജ്ജ് പോൾ, ഡോ. ജോൺ സി. ഉമ്മനെയും അദ്ദേഹത്തിന്റെ ഭാര്യ മേഴ്സി ഉമ്മനെയും പൊന്നാടയണിയിച്ച് ആദരിച്ചു. ഫാ. വർഗ്ഗീസ് കുത്തൂർ അവാർഡ് തുക കൈമാറി. ജൂബിലി മിഷൻ ആശുപത്രിയുടെ നവീകരിച്ച വെബ്സൈറ്റ് തുഷാർ ഗാന്ധി ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. മാസ്റ്റർ ഹാരി പോൾ റുബിക്സ്ക്യൂബുകൾകൊണ്ട് നിർമ്മിച്ച മഹാത്മാഗാന്ധിയുടെ ചിത്രം തുഷാർഗാന്ധി അനാഛാദനം ചെയ്തു. ആശുപത്രി സി. ഇ. ഒ. ഡോ. ബെന്നി ജോസഫ് നീലങ്കാവിൽ നന്ദി പ്രകാശിപ്പിച്ചു.

NABH റീ അസസ്സ്മെന്റ്

ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് & റിസർച്ച് ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ടിൽ നാഷണൽ അക്രഡിറ്റേഷൻ ബോർഡ് ഫോർ ഹോസ്പിറ്റൽസ് & ഹെൽത്ത് കെയർ പ്രൊവൈഡേഴ്സ് (NABH) ന്റെ റീ അസസ്സ്മെന്റ് പൂർത്തിയാക്കി. 2025 ജനുവരി 13, 14, 15 തിയ്യതികളിൽ നടന്ന അസസ്സ്മെന്റ് ഡോ. ഏയ്ഞ്ചൽ രാജൻ സിങ്ങ് (പ്രിൻസിപ്പൽ അസ്സസർ) ന്റെ നേതൃത്വത്തിലായിരുന്നു. ഡോ. സുനിത ബാലിഗ, ഡോ. പ്രീതി ചവാൻ, ഡോ. നരേന്ദ്ര സൈനി, ഡോ. ഫാബിയോള, മേഴ്സി ധനരാജ് എന്നിവരായിരുന്നു മറ്റു അസസ്സേഴ്സ്. മൂന്നു ദിവസം നീണ്ടുനിന്ന അസസ്സ്മെന്റിന്റെ ക്ലോസിങ്ങ് മീറ്റിങ്ങ് 15-ാം തിയ്യതി ന്യൂ സി.സി.എം. ഹാളിൽ വച്ച് നടന്നു. കീമോ വാർഡ്, എച്ച്. ആർ. ഡിപ്പാർട്ടുമെന്റ്, ബയോമെഡിക്കൽ, എഞ്ചിനീയറിങ്ങ്, മെയിന്റനൻസ്

എന്നീ ഡിപ്പാർട്ടുമെന്റുകളുടെ മികവുറ്റ പ്രവർത്തനത്തെപ്പറ്റി മീറ്റിങ്ങിൽ അസസ്സേഴ്സ് പ്രത്യേകം പരാമർശിച്ചു.

ക്വാളിറ്റി കോർഡിനേറ്റർ ഫാ. തോമസ് പൂപ്പാടിയുടെ നേതൃത്വത്തിൽ ജൂബിലി ക്വാളിറ്റി മാനേജർ ഡോ. നിമിഷ സോളമൻ അസസ്സ്മെന്റിനുമുമ്പായി എല്ലാ ഡിപ്പാർട്ടുമെന്റുകളിലും NABH പ്രീ അസസ്സ്മെന്റ് ഓഡിറ്റ് നടത്തിയിരുന്നു. ഡോ. ചെറിഷ് പോൾ, ശ്രീമതി ഷൈനി ജോസ്, ശ്രീമതി നിനു റോയ്, ശ്രീമതി രേഷ്മ, ഡോ. ബോബിൻ ജോൺ, സി. സിസി ക്ലെയർ, ഡോ. അബൂബക്കർ മുഹമ്മദ് റാഫി, ശ്രീമതി ഷിബി ജേക്കബ്, സി. മെർളി മാത്യു, ഡോ. രവി ടി ആർ, ഡോ. ചിത്ര വൽസൻ, സി. ലീമീ റോസ് എന്നിവർ NABH അസസ്സ്മെന്റിൽ ബഡി ടീമായി പ്രവർത്തിച്ചു. ജൂബിലി മിഷൻ ഹോസ്പിറ്റലിലെ എല്ലാ ജീവനക്കാരുംതന്നെ NABH അസസ്സ്മെന്റിനായി നന്നായി ഒരുങ്ങുകയും ഉത്സാഹിക്കുകയും ചെയ്തു.

Congratulations!

കേരള സ്റ്റുഡന്റ് നഴ്സസ് അസോസിയേഷൻ സംഘടിപ്പിച്ച നോർത്ത് ഈസ്റ്റ് സോൺ (DHANAK 2K24) കലോത്സവത്തിൽ പോസ്റ്റർ കോമ്പിറ്റീഷനിൽ (മെഡിക്കൽ സർജിക്കൽ നഴ്സിംഗ്) മൂന്നാം സ്ഥാനം കരസ്ഥമാക്കിയ ജൂബിലി മിഷൻ കോളേജ് ഓഫ് നഴ്സിംഗിലെ ഗ്ലിറ്റ ഗ്രേസ് വി., ദേവിക കെ.ജെ., അൻസു അലിച്ചൻ എന്നിവർക്ക് ജൂബിലി കുടുംബത്തിന്റെ അഭിനന്ദനങ്ങൾ.

ഉയരട്ടെ... ബാലികമാർ

ശോഭനമായ ഭാവിയിലേക്ക്

ദേശീയ ബാലികാദിനത്തോട് അനുബന്ധിച്ച് മിഷൻ ആശുപത്രിയിലെ ശിശുരോഗ വിഭാഗത്തിലെ ഡോക്ടേഴ്സിനും MBBS വിദ്യാർത്ഥികൾക്കുമായി ജനുവരി 27ന് ശിശുരോഗ വിഭാഗം മേധാവി ഡോ. വിനോദ് ജേക്കബ് ചെറിയാന്റെ അദ്ധ്യക്ഷതയിൽ ബോധവത്കരണ ക്ലാസ് സംഘടിപ്പിക്കുകയുണ്ടായി. ഡോ. രതി (അസോ. പ്രൊഫസർ) ഏവരേയും സ്വാഗതം ചെയ്തു. ഈ വർഷത്തെ National girls child ദിനത്തിന്റെ സന്ദേശം ആയ 'Emposing girls for a bright future' എന്നതിനെ ആസ്പദമാക്കി ഡോ. സജീവ് കുമാർ (പ്രൊഫസർ) ആമുഖം നൽകി. MBBS വിദ്യാർത്ഥിനി നിവേദ്യ ഗിരീഷ് ഇതേ വിഷയത്തെ പറ്റിബോധവത്സരണ ക്ലാസ് എടുക്കുകയുണ്ടായി. ഡോ. ദേവി, ഡോ. അഹാന, ഡോ. ആൽബർട്ട്, ഡോ. ആർദ്ര, ഡോ. വിഷ് ണുപ്രസാദ്, എം.ബി.ബി.എസ് വിദ്യാർത്ഥികൾ എന്നിവർ ഈ പരിപാടികൾ പങ്കെടുത്തു.

സൗജന്യ ആയുർവേദ മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പ്

ജൂബിലി ആയുർവേദ മിഷൻ ആശുപത്രിയുടേയും തിരുവമ്പാടി ലയൺസ് ക്ലബ്ബിന്റെയും സംയുക്ത ആഭിമുഖ്യത്തിൽ ജൂബിലിയുടെ -ഹോസ്പിറ്റൽ ഓൺ വീൽസ്- പദ്ധതിയുടെ ഭാഗമായി തൃശ്ശൂർ ഗവൺമെന്റ് എഞ്ചിനിയറിങ്ങ് കോളേജിൽ വെച്ച് സൗജന്യ ആയുർവേദ മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പ് ജനുവരി 22ന് സംഘടിപ്പിച്ചു. ക്യാമ്പിന്റെ ഉദ്ഘാടനം ലയൺസ് ക്ലബ്ബ് ഡിസ്ട്രിക്റ്റ് ഗവർണർ ജെയിംസ് വളപ്പില നിർവഹിച്ചു. ജൂബിലി മിഷൻ ആശുപത്രി ഡയറക്ടർ ഫാ. റെന്നി മുണ്ടൻകുരിയൻ അധ്യക്ഷത വഹിച്ചു. ജൂബിലി ആയുർവേദ പ്രിവിലേജ് കാർഡിന്റെ പ്രകാശനവും ചടങ്ങിൽ നടന്നു. ജൂബിലി മിഷൻ ആശുപത്രി സി.ഇ.ഒ. ഡോ. ബെന്നി ജോസഫ്, ലയൺസ് ക്ലബ് അംഗങ്ങളായ വിജയരാഘവമേനോൻ, സുരേഷ് വാര്യർ, ഷക്കീർ എന്നിവർ പ്രസംഗിച്ചു. ജൂബിലി ആയുർവേദ ആശുപത്രി കൺസൾട്ടന്റുമാരായ ഡോ. സി. ഡൊണാറ്റ, ഡോ. എൻ. വി. ശ്രീവത്സ്, ഡോ. ഹാർവിൻ ജോർജ്, ഡോ. സി. നീത അബ്രഹാം എന്നിവർ ക്യാമ്പിന് നേതൃത്വം നൽകി.

KUHS-QAS
ക്വാളിറ്റി അക്രഡിറ്റേഷൻ അസസ്സ്മെന്റ്

ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് ആന്റ് റിസർച്ച് ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ടിൽ കേരള ആരോഗ്യ സർവ്വകലാശാല നടത്തിവരുന്ന ക്യു.എ.എസ് (QAS) ഫൈനൽ അസസ്സ്മെന്റ് & ആഡിറ്റ് ജനുവരി 29-ാം തിയതി നടന്നു. ക്വാളിറ്റി നിലവാരം വിലയിരുത്തുന്നതിനായി അസസ്സേഴ്സായ ഡോ. സയ്യിദ് മുസ്തക് അഹമദ് (എം. ഇ. എസ്. മെഡിക്കൽ കോളേജ്), ഡോ.വിക്രം ഗൗഡ (പുഷ്പഗിരി മെഡിക്കൽ കോളേജ്), ഡോ. ശ്രുതി എം. വി. (അമല മെഡിക്കൽ കോളേജ്) എന്നിവർ ഓഡിറ്റ് നടത്തി.

അസി. ഡയറക്ടർ ഫാ. തോമസ് പൂപ്പാടി, QAS ചീഫ് കോർഡിനേറ്റർ ഡോ. സി. വി. ആൻഡ്രൂസ്, ക്വാളിറ്റി കോ–ഓർഡിനേറ്റർ ശ്രീ. പോൾ ജോർജ്ജ് എന്നിവർ ചേർന്ന് ഓഡിറ്റിന് ആവശ്യമായ നേതൃത്വം നൽകി.

ജൂബിലി മിഷൻ സ്ഥാപനങ്ങളുടെ ഡയറക്ടർ ഫാ. റെന്നി മുണ്ടൻകുരിയൻ, CEO ബെന്നി ജോസഫ് നീലങ്കാവിൽ, മെഡിക്കൽ സൂപ്രണ്ട് ഡോ. ഷിബു കള്ളിവളപ്പിൽ, ഫാ. പോൾ ചാലിശ്ശേരി എന്നിവർ പങ്കെടുത്തു. പ്രിൻസിപ്പൽ ഡോ. പ്രവീൺലാൽ കുറ്റിച്ചിറ കോളേജ് പ്രവർത്തനങ്ങളെപ്പറ്റി ഓഡിറ്റേഴ്സിനായി അവതരിപ്പിച്ചു.

ഓഡിറ്റേഴ്സ്, ജെ. സി. എം. ആർ., ഹോസ്റ്റൽ, ഹോസ്പിറ്റൽ എന്നിവിടങ്ങൾ സന്ദർശിക്കുകയും, 10 മാനദണ്ഡങ്ങളുടെ ക്വാളിറ്റിയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട ഫയലുകൾ നോക്കി കോളേജിന്റെ പ്രവർത്തനങ്ങൾ ഏറെ നിലവാരം പുലർത്തുന്നതായി അഭിപ്രായപ്പെട്ടു.

JAI CME 2025
WORKSHOP POCUS

ജൂബിലി മിഷൻ അനസ്തേഷ്യ ഡിപ്പാർട്ടുമെന്റിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ അക്കാഡമിക് ഇനിഷിയേറ്റിവിന്റെ ഭാഗമായി ഫാക്കൽറ്റി വിഭാഗത്തിനും പി.ജി. വിദ്യാർത്ഥികൾക്കുമായി 2025 ജനുവരി 29, 30 തിയ്യതികളിലായി Jubilee Anaesthesia Insight CME on point of care Ultrasound Workshop (POCUS) 2025 സംഘടിപ്പിച്ചു.

ഡോ. സുരേഷ് മുരളി, ചീഫ് ഫെല്ലോ, ഡോ. സണ്ണി ബ്രൂക്ക് ഹെൽത്ത് സയൻസ്, ടൊറന്റോ കാനഡയാണ് ഡൈഡാക്റ്റിക് ലക്ചറുകൾ, തത്സമയ പ്രകടനങ്ങൾ, പരിശീലന സെഷനുകൾ എന്നിവ നയിച്ചത്.

അനസ്തേഷ്യയിൽ അൾട്രാസൗണ്ട് ഉപയോഗം പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്നതിനും ദൈനംദിന പരിശീലനത്തിനായി അൾട്രാ

സൗണ്ട് ഉപയോഗത്തിൽ തങ്ങളുടെ അറിവും കഴിവുകളും മെച്ചപ്പെടുത്താനും ഈ CME ഉപകാരപ്രദമായിരുന്നു.

ജൂബിലി അനസ്തേഷ്യ വിഭാഗം HOD & പ്രൊഫസർ ഡോ. മറിയം കോശി, പ്രൊഫസർ & അക്കാഡമിക് കോഡിനേറ്റർ ഡോ. സുഗത പ്രകാശ്, കൺസൾട്ടന്റ് & പ്രോഗ്രാം ഓർഗനൈസിങ്ങ് സെക്രട്ടറി ഡോ. സ്മിത തോമസ് എന്നിവരുടെ നേതൃത്വത്തിലാണ് CME സംഘടിപ്പിച്ചത്.

HOW TO AVOID ACCIDENTS, ENVENOMATION & ABUSE IN SMALL CHILDREN

Children are most vulnerable to accidents in familiar environments like their homes. While it is impossible to foresee every risk, parents can significantly reduce the likelihood of accidents through proactive measures, supervision, and childproofing.

1. Fall Prevention

Falls are among the most common accidents in young children, particularly as they learn to walk and climb.

Key Strategies:

Supervise Active Play: Always supervise toddlers and young children during playtime, especially near stairs, balconies, or playground equipment.

Install Safety Gates: Use gates at the top and bottom of staircases. Ensure they are securely latched and meet safety standards.

Secure Furniture: Anchor bookshelves, dressers, and other heavy furniture to walls to prevent tipping. Keep climbable items, like chairs, away from windows and counters.

Non-Slip Mats: Use rugs with non-slip backings to prevent tripping, and ensure floors are dry and free from clutter.

Window Safety: Install window guards or stops to prevent falls. Keep furniture away from windows to discourage climbing.

2. Poison Prevention

Many household products, such as cleaning supplies, medicines, and cosmetics, are toxic if ingested or inhaled.

Key Strategies:

Lock Up Dangerous Items: Store cleaning products, medicines, and alcohol in locked or high cabinets out of children's reach.

Use Child-Resistant Packaging: Ensure all medications and toxic products have child-resistant caps.

Avoid Mixing Chemicals: Store products separately to prevent harmful chemical reactions if accidentally combined.

Educate Older Children: Teach older siblings not to share medicines or other unsafe items with younger children.

3. Choking and Suffocation Hazards

Children explore the world by putting things in their mouths, making choking a common risk.

Key Strategies:

Age-Appropriate Toys: Ensure toys are free from small parts that can become choking hazards.

Safe Eating Habits: Cut food into small, manageable pieces. Avoid giving hard-to-chew foods like whole grapes, popcorn, or nuts to toddlers.

Keep Small Objects Out of Reach: Store coins, buttons, balloons, and batteries securely. Button batteries, in particular, pose severe choking and chemical risks.

Crib Safety: Use a firm mattress with fitted sheets, and keep cribs free of pillows, blankets, and stuffed animals to prevent suffocation.

4. Burn Prevention

Burns can happen quickly and cause severe injuries, especially in kitchens and bathrooms.

Key Strategies:

Hot Liquids and Surfaces: Keep hot drinks and pots on back burners with handles turned inward. Use stovetop guards

to block access.

Set Water Heater Temperature: Adjust your water heater to a maximum of 120°F (49°C) to prevent scalding during baths. Always test bathwater before placing your child in the tub.

Candle and Fireplace Safety: Keep candles, matches, and lighters out of reach.

Electrical Safety: Teach children not to touch electrical outlets or appliances. Use outlet covers and keep cords secured and out of sight.

5. Drowning Prevention

Drowning is a leading cause of accidental death in children under five, often occurring in bathtubs, pools, and even small amounts of water.

Key Strategies:

Supervise Water Activities: Never leave a child unattended in the bath or near water, even for a moment.

Secure Pools: Install fences around pools with self-closing, self-latching gates. Use pool covers when not in use.

Teach Water Safety: Enroll children in swimming lessons at an appropriate age and teach them basic water safety rules.

Empty Water Containers: Drain bathtubs, buckets, and kiddie pools immediately after use.

Keep bathrooms locked when not in use.

6. Fire and Electrical Safety

Fires and electrical accidents can be catastrophic but are often preventable.

Key Strategies:

Install Smoke Detectors: Place smoke alarms on every level of the home and in sleeping areas. Test them monthly and replace batteries as needed.

Develop an Escape Plan: Practice fire drills with your family, teaching children how to "stop, drop, and roll" if their clothes catch fire.

Use Outlet Covers: Install tamper-resistant outlet covers to prevent electrical shocks.

Cord Safety: Keep electrical cords out of reach, and replace frayed or damaged cords promptly.

7. Vehicle Safety

Car accidents are another significant source of injuries in young children. Proper car seat usage and supervision can save lives.

Key Strategies:

Ideally young children should travel in a car seat appropriate for your child's age, weight, and height. Ensure it is installed correctly according to the manufacturer's instructions.

Rear-Facing Seats: Keep infants and toddlers in rear-facing car seats until at least age two or until they exceed the seat's weight or height limits.

Even in older children, use the back seat with seat belt while travelling.

Supervise in Driveways: Always check for children before reversing vehicles and teach them to avoid playing near parked cars.

8. Strangulation Hazards

Cords and ropes pose strangulation risks for small children.

Key Strategies:

Window Blind Safety: Replace blinds with cordless options, or use cord cleats to keep cords out of reach.

Secure Strings and Ribbons: Keep drawstrings, ribbons, and ropes away from play areas.

Monitor Playgrounds: Avoid playgrounds with equipment that has gaps or openings where children's heads could get stuck.

9. Preventing snake bite

Keep the Area Clean: Clear tall grass, bushes, and piles of leaves or wood around homes and playgrounds.

Seal Entry Points: Ensure cracks and gaps in walls, doors, and windows are sealed to prevent snakes from entering the house.

Proper Waste Management: Dispose of garbage properly, as it attracts rodents, which in turn attract snakes.

Lighting: Use outdoor lighting at night to spot snakes.

Wear Protective Footwear: Encourage children to wear sturdy shoes and socks, especially when playing outdoors or walking in fields.

Use Long Pants: Wearing long pants can offer some protection against snake bites.

Adult Supervision: Ensure children are supervised when playing outside, especially in areas prone to snakes.

Teach Awareness: Educate children avoid tall grass or dense vegetation, stay away from piles of wood, rocks, or debris, look where they step or place their hands, particularly in the dark and never attempt to touch or catch a snake.

Stick to Clear Paths: Encourage children to walk on clear, well-trodden paths and avoid shortcuts through dense vegetation.

Use a Stick: When walking in fields or forests, carry a stick to disturb the ground ahead, giving snakes a chance to move away.

Avoid Barefoot Walks: Never let children walk barefoot in fields, forests, or near water bodies.

Safe Practices Inside the Home

Shake Out Bedding and Clothing: Always check for snakes in bedding, shoes, and clothes before use.

Use Mosquito Nets: Sleeping under mosquito nets can prevent snake bites during the night.

Keep Doors and Windows Closed: Install door sweeps and window screens to prevent snakes from entering. Handling a Snake Encounter

What Children Should Do: Stay Still: If a child spots a snake, they should remain calm and still. Sudden movements may provoke the snake.

Move Away Slowly: Slowly and quietly back away from the snake.

Alert Adults: Inform an adult immediately.

What Not to Do: Never attempt to catch or kill a snake, as this increases the risk of being bitten.

10. Child abuse prevention

Teach children the proper names for body parts, including private areas. Explain the difference between safe touches (like a hug from a parent) and unsafe touches (such as touches to private areas without consent). Teach children that it is okay to refuse any touch that makes them uncomfortable, even from someone they know. Create a safe and non-judgmental environment where children feel comfortable sharing their thoughts and experiences.

Active Listening: Pay attention when children talk about their day or relationships, and watch for signs of discomfort or hesitation.

11.Teaching Safety Awareness

As children grow, teaching them about safety is a vital part of prevention.

Key Strategies:

Start Early: Teach toddlers simple rules like "hot" means "don't touch" or "look both ways before crossing."

Lead by Example: Demonstrate safe behavior, such as wearing seat belts and using tools properly.

Praise Positive Behavior: Reinforce safety habits with encouragement and recognition.

12. Emergency Preparedness

Accidents can still happen despite precautions, so it's essential to be prepared.

Key Strategies:

Learn First Aid: Take a certified course in infant and child CPR and first aid.

Emergency Contacts: Keep a list of emergency numbers, including your pediatrician, poison control, and local emergency services, in a visible location.

112 Helpline Number: A Comprehensive Emergency Service. This number operates as a one-stop solution, connecting callers to police, fire, and ambulance services.

First Aid Kit: Have a well-stocked first aid kit accessible, and familiarize yourself with its contents.

Preventing accidents, envenomation and abuse in small children requires a combination of vigilance, childproofing, and education. By creating a safe environment and teaching children about potential hazards, parents can protect their little ones while fostering their independence. Remember, prevention is key, and being prepared for emergencies can make all the difference.

Dr Aparna Namboodiripad
Asso. Professor, Department of Pediatrics

പ്രകാശമാകാനും പ്രകാശം പരത്താനും

22-ാം ബാച്ച് ബി.എസ്.സി. നഴ്സിങ്ങ് വിദ്യാർത്ഥികളും 60-ാം ബാച്ച് ജനറൽ നഴ്സിങ്ങ് വിദ്യാർത്ഥികളും

ജൂബിലി മിഷൻ നഴ്സിങ്ങ് കോളേജിലെയും, നഴ്സിങ്ങ് സ്കൂളിലേയും വിദ്യാർത്ഥികളുടെ രോഗീപരിചരണത്തിന് മുമ്പുള്ള ദീപം തെളിയിക്കൽ ചടങ്ങ് തൃശ്ശൂർ അതിരൂപത മെത്രാപ്പോലീത്ത മാർ ആൻഡ്രൂസ് താഴത്ത് ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. 22-ാമത് ബാച്ച് ബി.എസ്.സി. നഴ്സിങ്ങ് വിദ്യാർത്ഥികളുടേയും, 60-ാം ബാച്ച് ജനറൽ നഴ്സിങ്ങ് വിദ്യാർത്ഥികളുടേയും ദീപം തെ

ളിയിക്കൽ ചടങ്ങാണ് നടന്നത്. ആശുപത്രി ഡയറക്ടർ ഫാ. റെന്നി മുണ്ടൻകുരിയൻ അധ്യക്ഷത വഹിച്ചു. കോയമ്പത്തൂരിലെ ജെം ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് നേഴ്സിങ്ങ് എഡ്യൂക്കേഷൻ ആന്റ് റിസർച്ച് പ്രിൻസിപ്പൽ ഡോ. ലിസ്സി രവീന്ദ്രൻ, ജൂബിലി മിഷൻ ആശുപത്രി അസി. ഡയറക്ടർ ഫാ. ജോയ്സൻ ചെറുവത്തൂർ, മെഡിക്കൽ സൂപ്രണ്ട് ഡോ. ഷിബു സി. കള്ളിവളപ്പിൽ, ജൂബിലി മിഷൻ നഴ്സിങ്ങ് കോളേജ് പ്രിൻസിപ്പൽ ഡോ. ഏയ്ഞ്ചല ജ്ഞാന ദുരൈ, വൈസ് പ്രിൻസിപ്പാളുമാരായ ഡോ. സി. ഫിലോ രശ്മി, ഡോ. സി. ട്രീസ ആന്റോ, ജൂബിലി മിഷൻ നഴ്സിങ്ങ് സ്കൂൾ പ്രിൻസിപ്പൽ സി. റെജി അഗസ്റ്റിൻ, നഴ്സിങ്ങ് സൂപ്രണ്ട് സി. മെറ്റിൽഡ പോൾ, കോർപ്പറേഷൻ കൗൺസിലർ ശ്രീമതി മേഴ്സി അജി, നഴ്സിങ്ങ് പി.ടി.എ. പ്രസിഡന്റ് ശ്രീ. ബാബു കെ. ഡി. എന്നിവർ പരിപാടിയിൽ പങ്കെടുത്തു.

Congratulations!

ജൂബിലി മിഷൻ നഴ്സിങ്ങ് കോളേജിലെ രണ്ടാം സെമസ്റ്റർ ബി.എസ്.സി നഴ്സിങ്ങ് യൂണിവേഴ്സിറ്റി പരീക്ഷയിൽ 15 ഡിസ്റ്റിംങ്ഷനും 45 ഫസ്റ്റ് ക്ലാസും നേടി 100 ശതമാനം വിജയം കരസ്ഥമാക്കിയ വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് അഭിനന്ദനങ്ങൾ

Workshop on EMPOWERING THE FORGOTTEN

തൃശ്ശൂർ, ജൂബിലി മിഷൻ കോളേജ് ഓഫ് നഴ്സിങ്ങിൽ "Empowering the Forgotten" എന്ന വിഷയത്തെ ആസ്പദമാക്കി ഡോ. ജോൺ സി ഊമ്മൻ (Christian Hospital, Bissam Cuttack, Rayagada dist, Odissa) & ശ്രീമതി മേഴ്സി അബ്രാഹം (A Passionate Nurse Educator, Leader, Administrator in Rural India) എന്നിവർ ക്ലാസുകൾ അവതരിപ്പിച്ചു. സ്കൂൾ - കോളേജ് എല്ലാ അധ്യാപകരും വിദ്യാർത്ഥികളും പങ്കെടുത്ത ഈ ക്ലാസ്സുകൾ ഏറെ മികവുറ്റതായിരുന്നു.

ജൂബിലി മിഷൻ കോളേജ് ഓഫ് നഴ്സിങ്ങ് പ്രിൻസിപ്പൽ ഡോ. ഏയ്ഞ്ചല ജ്ഞാനദുരൈ സ്വാഗതം പറഞ്ഞു. നഴ്സിങ്ങ് സ്കൂൾ പ്രിൻസിപ്പൽ സി. റെജി അഗസ്റ്റിൻ ഡോ. ജോൺ സി ഉമ്മനും ശ്രീമതി മേഴ്സി അബ്രാഹത്തിനും മെമന്റോ നൽകി. ഡോ. സി. ട്രീസ ആന്റോ നന്ദി രേഖപ്പെടുത്തി.

യാത്രാമംഗളങ്ങൾ

ജൂബിലി മിഷനിൽ ഒന്നര വർഷത്തെ സ്തുത്യർഹമായ സേവനത്തിനു ശേഷം NEST ന്റെ ഡയറക്ടറായി ചുമതലകൾ ഏറ്റെടുക്കുന്ന നമ്മുടെ പ്രിയപ്പെട്ട അസിസ്റ്റന്റ് ഡയറക്ടർ ഫാ. പോൾ ചാലിശ്ശേരിക്ക് ജൂബിലി കുടുംബത്തിന്റെ ഹൃദയം നിറഞ്ഞ നന്ദിയാദരങ്ങൾ....

RESEARCH WINGS

JOURNAL CLUB

JCMR organised the 78th Journal club meeting on 22nd January, Wednesday at New CCM hall. The speaker on the occasion was Dr. Marin Paulson, Assistant Professor, Department of OBG. The topic was based on an article titled "Amniotic fluid embolism [AFE] rescued by venoarterial extracorporeal membrane oxygenation Aissi James S, et.al BMC-Critical care DOI: 10.1186/s13054-022-03969-3. The article described the use of Venoarterial ECMO in severe amniotic fluid embolism cases. Dr. Sareena Gilvaz explained the utility of venoarterial ECMO during severe AFE that prevents disseminated intravascular coagulopathy during delivery and Dr. Muhammed Rafi participated in the discussion. Dr. Saritha Francis welcomed the gathering and Dr. Saji K G delivered vote of thanks.

ആയുർവേദത്തിന്റെ മേൻമതിരിച്ചറിഞ്ഞ് ജർമ്മൻ സംഘം

ജൂബിലി ആയുർവേദ മിഷൻ ആശുപത്രിയിൽ

36 പേർ അടങ്ങുന്ന ജർമ്മൻ സംഘം തൃശൂർ രാമവർമപുരം ജൂബിലി ആയുർവേദ മിഷൻ ആശുപത്രിയിൽ സന്ദർശനം നടത്തി. ജൂബിലി മിഷൻ ഹോസ്പിറ്റൽ ഡയറക്ടർ ഫാ. റെന്നി മുണ്ടൻകുരിയൻ, ചീഫ് എസ്ക്യൂട്ടീവ് ഓഫീസർ ഡോ. ബെന്നി ജോസഫ്, ജൂബിലി ആയുർവേദ മിഷൻ ആശുപതി ചീഫ് കൺസൾട്ടന്റ് ഡോ. സി. ഡൊണാറ്റ എന്നിവർ ചേർന്ന് സംഘത്തെ സ്വീകരിച്ചു. ജൂബിലി ആയുർവേദ മിഷൻ ആശുപതി കൺസൾട്ടന്റുമാരായ ഡോ. ഹാർവിൻ ജോർജ്, ഡോ. സി. നീത അബ്രഹാം എന്നിവർ ആയുർവേദത്തെ കുറിച്ചുള്ള ക്ലാസ്സുകൾക്ക് നേതൃത്വം നൽകി. തുടർന്ന് ആയുർവേദ ചികിത്സയും, യോഗ ക്ലാസ്സും, രാമവർമപുരം ജൂബിലി ആയുർവേദ ക്യാമ്പസ്സിലുള്ള വിശാലമായ ഹെർബൽ ഗാർഡൻ സന്ദർശനവും നടത്തിയ ശേഷമാണ് സംഘം യാത്രയായത്.

അന്തർദേശീയ സഹകരണത്തിന്റെ ഭാഗമായി ബോസ്റ്റണിലെ സഫോൽക്ക് യൂണിവേഴ്സിറ്റി ഡീൻ ജൂബിലി മിഷൻ നഴ്സിങ്ങ് കോളേജിൽ

ജൂബിലി മിഷൻ കോളേജ് ഓഫ് നഴ്സിങ്ങിൽ ഇന്റർനാഷണൽ കൊളാബ്രേഷന്റെ ഭാഗമായി ഡോ. സാം ചെനറി മോറിസ് (ഡീൻ ഓഫ് നഴ്സിങ്ങ് ആന്റ് പബ്ലിക്ക് ഹെൽത്ത്, ബോസ്റ്റൻ) ജനുവരി 15 ന് വരികയും ജൂബിലിയിലെ ബി.എസ്.സി. നഴ്സിങ്ങ് കോളേജിലെ വിദ്യാർത്ഥികളുമായി സംവാദം നടത്തുകയും ചെയ്തു. വൈസ് പ്രിൻസിപ്പൽ, (അക്കാദമിക്ക്) ഡോ. സി. ഫിലോ രശ്മി പൊന്നാട അണിയിച്ച് സ്വീകരിക്കുകയും, വൈസ് പ്രിൻസിപ്പൽ (ക്ലിനിക്സ്) ഡോ. സി. ട്രീസ ആന്റോ സ്വാഗതം ആശംസിക്കുകയും ചെയ്തു. ജൂബിലി മിഷൻ ആശുപത്രി അസി. ഡയറക്ടർ ഫാ. ജോയ്സൻ ചെറുവത്തൂർ ആശംസകൾ നേർന്നു. സി. ഗോഡ്വിൻ കോളേജ് പ്രവർത്തനങ്ങളെക്കുറിച്ച് ക്ലാസ് എടുക്കുകയും ഡോ. സാം ചെനറി മോറീസ് ബോസ്റ്റനിലെ സഫോൽക്ക് യൂണിവേഴ്സിറ്റിയുടെ പ്രവർത്തനങ്ങളെക്കുറിച്ച് സംസാരിക്കുകയും ചെയ്തു.

Congratulations!

ജൂബിലി മിഷൻ നഴ്സിങ്ങ് കോളേജിലെ നാലാം സെമസ്റ്റർ ബി.എസ്.സി നഴ്സിങ്ങ് യൂണിവേഴ്സിറ്റി പരീക്ഷയിൽ 7 ഡിസ്റ്റിംങ്ങ്ഷനും 43 ഫസ്റ്റ് ക്ലാസും നേടി 100 ശതമാനം വിജയം കരസ്ഥമാക്കിയ വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് അഭിനന്ദനങ്ങൾ

തൃശൂർ അതിരൂപതയിൽ മാലാഖമാരുടെ സംഗമം

തൃശൂർ അതിരൂപതയിലെ കാത്തലിക്ക് നഴ്സസിന്റെ സംഘടനയായ CNGATയുടെ നേതൃത്വത്തിൽ ജൂബിലി മിഷൻ ആശുപത്രിയിൽ വെച്ച് നഴ്സുമാരുടെ വാർഷിക കൂട്ടായ്മ നടത്തി. അതിരൂപത മെത്രാപ്പോലീത്ത മാർ ആൻഡ്രൂസ് താഴത്ത് ഉദ്ഘാടനം നിർവ്വഹിച്ചു. CNGAT ഡയറക്ടർ ഫാ. ജോയ്സൻ ചെറുവത്തൂർ സ്വാഗതം പറഞ്ഞു. വികാരി ജനറാൾ മോൺ. റവ. ഫാ. ജോസ് വള്ളൂരാൻ മുഖ്യപ്രഭാഷം നടത്തി. തൃശൂർ ഡോളേഴ്സ് ബസലിക്ക റെക്ടർ ഫാ. ഫ്രാൻസിസ് പള്ളിക്കുന്നത്ത്, സി.എൻ.ജി. കേരള പ്രസിഡന്റ് സി. സോണിയ FDCC, സി. സിനി അന്ന എന്നിവർ ആശംസകളർപ്പിച്ചു. തുടർന്ന് ഡോ. ആൻ കരോളിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ മോട്ടിവേഷൻ ക്ലാസും വിവിധ ആശുപത്രികളിൽ നിന്നുള്ള നഴ്സുമാർ അവതരിപ്പിച്ച കലാപരിപാടികളും ഉണ്ടായിരുന്നു. വി. കുർബാനക്കും പരിപാടികൾക്കുമായി നാനൂറോളം നഴ്സുമാർ പങ്കെടുത്തു.

കമ്മ്യൂണിറ്റി മെഡിസിൻ വിഭാഗം വർക്ക്ഷോപ്പ് QUALENS 2025

ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജിലെ കമ്മ്യൂണിറ്റി മെഡിസിൻ വിഭാഗം 2025 ജനുവരി 10, 11 ദിവസങ്ങളിൽ "Qualitative Research in Health Care - QUALENS" എന്ന വിഷയത്തിൽ വർക്ക്ഷോപ്പ് നടത്തി.

രണ്ടു ദിവസങ്ങളിലായി നടന്ന പരിപാടിയിൽ ഡോ. ജോ തോമസ് (പ്രൊഫ. & എച്ച്. ഒ. ഡി., കമ്മ്യൂണിറ്റി മെഡിസിൻ), ഡോ. കലൈസെൽവൻ ജി (പ്രൊഫസർ, ഡിപ്പാർട്ടുമെന്റ് ഓഫ് കമ്മ്യൂണിറ്റി & ഫാമിലി മെഡിസിൻ, AIIMS മംഗലഗിരി) ഡോ. അനീഷ് ടി. എസ് (അഡിഷണൽ പ്രൊഫ. ജി.എം.സി. വയനാട്, നോഡൽ ഓഫീസർ, നിപ, കോഴിക്കോട്) എന്നിവർ നേതൃത്വം നൽകി.

ആദ്യ ദിവസത്തിൽ നടത്തിയ Focus Group discussion - demonstration, In Depth. interview Hands on session, ഡോ. പ്രിയങ്ക രാജ്മോഹൻ (പ്രൊഫസർ, ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റ് ഓഫ് കമ്മ്യൂണിറ്റി മെഡിസിൻ) ഡോ. മരിയ ജോസ് (പ്രൊഫസർ, എച്ച്. ഒ. ഡി., ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റ് ഓഫ് പൾമനോളജി എന്നിവർ നയിച്ചു.

സ്വാഗതം...

ജൂബിലി മിഷൻ ആശുപത്രിയുടെ
പുതിയ അസിസ്റ്റന്റ് ഡയറക്ടറായി ചാർജ്ജെടുത്ത
ഫാ.ടെറിൻ മുള്ളക്കരയ്ക്ക്
ജൂബിലി കുടുംബത്തിലേക്ക സ്വാഗതം...

ജൂബിലി മിഷൻ ആശുപത്രിയിൽ
പാസ്റ്ററൽ കെയർ ടീം മെമ്പറായി ചാർജ്ജെടുത്ത
ഫാ. ഫ്രാൻസിസ് വാഴപ്പിള്ളി (Sr.) ന്
ജൂബിലി കുടുംബത്തിലേക്ക് സ്വാഗതം...

ജൂബിലി മിഷൻ ആശുപത്രിയിൽ
പാസ്റ്ററൽ കെയർ ടീം മെമ്പറായി ചാർജ്ജെടുത്ത
ഫാ. സനോജ് അറങ്ങാശ്ശേരി യ്ക്ക്
ജൂബിലി കുടുംബത്തിലേക്ക് സ്വാഗതം...

ജൂബിലി മിഷൻ ആശുപത്രിയിൽ
പാസ്റ്ററൽ കെയർ ടീം മെമ്പറായി ചാർജ്ജെടുത്ത
ഫാ.ജെറിൻ MSJ യ്ക്ക്
ജൂബിലി കുടുംബത്തിലേക്ക് സ്വാഗതം...

Qualitaitive Research ന്റെ വിവിധ മേഖലകളെ കുറിച്ച് ക്ലാസുകൾ എടുക്കുകയും Atlas ti എന്ന ഡാറ്റ അനാലിസിസ് സോഫ്റ്റ്‌വെയറിന്റെ Hands on demonstration നടത്തുകയും ചെയ്തു. രാജ്യത്തെ വിവിധ കോളേജുകളിൽ നിന്നായി 80 ൽ പരം ആരോഗ്യ പ്രവർത്തകർ വർക്ക്ഷോപ്പിൽ പങ്കെടുത്തു.

നൂതന മൾട്ടിപ്ലസ് പി. സി. ആർ. പാനൽ ടെസ്റ്റിങ്ങ് & ഫ്യൂജി ഫിലിം ബീറ്റ D ഗ്ലൂക്കൺ അസ്സെ സൗകര്യവും ജൂബിലിയിൽ

മഞ്ഞുകാലം പലതരം നീരുവീഴ്ചകളുടേയും കാലമാണ്. കുട്ടികളിലും മുതിർന്നവരിലും പലതരം വൈറസുകളും ബാക്ടീരിയകളും ഫ്ളൂ പനിയുടെ കാരണമായി വരാം. ഇവയെല്ലാം കണ്ടുപിടിക്കാൻ പറ്റുന്ന നൂതന മൾട്ടിപ്ലസ് പി. സി. ആർ. പാനൽ ടെസ്റ്റിങ്ങ് (Biofire Test) സൗകര്യം ജൂബിലി മിഷൻ ആശുപത്രിയിൽ ലഭ്യമാണ്. മൈക്കോപ്ലാസ്മ, റൈനോവയറസ്, ഹുമൻ മെറ്റാന്യൂമോ വയറസ് (HMPV) തുടങ്ങി 21 അണുക്കളെ ഏകദേശം 2 മണിക്കൂറിനുള്ളിൽ ഈ ഒറ്റ ടെസ്റ്റിൽ കണ്ടുപിടിക്കാൻ സാധിക്കുന്നതാണ്.

ഒരു രോഗിയുടെ രക്തസാമ്പിളിലെ ബീറ്റാഡി ഗ്ലൂക്കന്റെ അളവ് അളക്കുന്ന ഒരു ഡയഗ്നോസ്റ്റിക് പരിശോധനയാണ്. ഫ്യൂജി ഫിലിം ബീറ്റ ഡി ഗ്ലൂക്കൻ അസ്സോ അക്രമണാത്മകമായ ഫംഗസ്, അണുബാധകൾ എന്നിവ തിരിച്ചറിയാൻ ഉപയോഗിക്കുന്നു. 90 മിനിറ്റുകൾക്കകം ഫലം തിരിച്ചറിയാൻ സാധിക്കും. ജൂബിലി മിഷൻ ഹോസ്പിറ്റൽ മൈക്രോബയോളജി ലാബിൽ ഈ സൗകര്യങ്ങളെല്ലാം ഒരുക്കിയിരിക്കുന്നു.

Welcome TO JUBILEE FAMILY

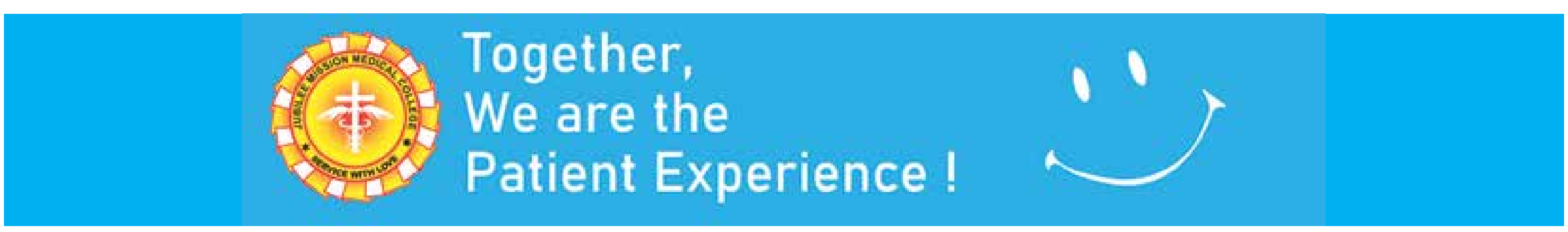
Dr. Lekha K S	MC Anatomy
Dr. Anu Antony	Anaesthesia
Dr. Cyril Santhosh	Physical Medicine & Rehabilitation
Mr. Davis K A	Radiology
Mr. Abhishek Paul K.	Biomedical
Sr. Nadhia Babu	Medical Records
Ms. Evelin Antony	H R D
Ms. Jesna Joseph	Pharmacy
Ms. Linat Davis	Pharmacy
Mrs. Julie Shabu	Nursing
Ms. Merlit Antony	Mental Health Nursing
Mrs. Sujitha S	Psychiatry
Mrs. Gifty Thomas	Auxiliary Nursing
Mrs. Anisha Shinto	Auxiliary Nursing
Mrs. Soniya Sony	Canteen
Mrs. Jisha George	Canteen
Mrs. Dhanya John	Canteen

Congratulations!

കേരള സ്റ്റുഡന്റ് നഴ്സസ് അസോസിയേഷൻ സംഘടിപ്പിച്ച നോർത്ത് ഈസ്റ്റ് സോൺ അത്‌ലറ്റിക് മത്സരത്തിൽ 100 മീറ്റർ (പുരുഷ വിഭാഗം) ഓട്ട മത്സരത്തിൽ ഒന്നാം സ്ഥാനം നേടിയ **നോയൽ ലിയോൺസിനും** ജൂബിലി മിഷൻ കോളേജ് ഓഫ് നഴ്സിംഗിലെ 100 മീറ്റർ (വനിതാ വിഭാഗം) ഓട്ടമത്സരത്തിൽ മൂന്നാം സ്ഥാനം നേടിയ **ജസ്ന മോൾക്കും** ജൂബിലി കുടുംബത്തിന്റെ അഭിനന്ദനങ്ങൾ.

അമ്മയെപ്പോലെ പരിചരിക്കുന്നവർ

എന്റെ ഉമ്മ ജൂബിലി ഹോസ്പിറ്റലിൽ ഒക്ടോബർ 15-ന് അഡ്മിറ്റായി. ഡിസംബർ 9-ന് ഡിസ്ചാർജ്ജായി. അതിൽ കൂടുതൽ സമയം കിടന്നത് ന്യൂറോ ഐ.സി.യു. വിൽ ആയി രുന്നു. ഐ.സി.യു.വിൽ ന്യൂറോ വാർഡിലേക്ക് മാറ്റിയതിനു ശേഷമാണ് എനിക്ക് ശരിക്കും ഇവിടത്തെ നഴ്സുമാർ രോഗിയെ എങ്ങനെ പരിചരിക്കും എന്ന് ശരിക്ക് മനസ്സിലായത്.



തിരക്കുകളോ ഒഴിവുകഴിവുകളോ ഒന്നും പറയാതെ എപ്പോൾ വിളിച്ചാലും ഓടിവന്ന്, സ്വന്തം അമ്മയെപ്പോലെ പരിചരിച്ച സെന്റ് സേവ്യർ വാർഡിലെ S/N നിമ്മി, സൗമ്യ എന്നിവരെ ഒരിക്കലും മറക്കാൻ കഴിയില്ല. ഡോ. ജെഫിൻ, ഡോ. സനൽ എന്നിവരുടെ രോഗിയുമായുള്ള ഇടപെടലും എടുത്തുപറയേണ്ടതാണ്. PRC തമ്പുരുവും ഞങ്ങളെ ഒരുപാട് സഹായിച്ചിരുന്നു.

ജൂബിലി കുടുംബത്തിന് ഒത്തിരി നന്ദി.

ചർമം കണ്ടാൽ പ്രായം തോന്നാതിരിക്കാൻ

'ചർമം കണ്ടാൽ പ്രായം തോന്നരുത്...' എന്നത് ഇന്ന് പലരുടെയും ആഗ്രഹമാണ്. സൗന്ദര്യലോകം പ്രായത്തെ ഒരു തടസ്സമായി ചിത്രീകരിക്കുമ്പോൾ, യുവത്വം നിലനിർത്താനുള്ള ആഗ്രഹം സ്വാഭാവികമാണ്. പ്രായം കടന്നുപോകുമ്പോൾ ചർമ്മത്തിൽ പ്രത്യക്ഷപ്പെടുന്ന വരകളും തിളക്കമില്ലായ്മയും നമ്മുടെ ആത്മവിശ്വാസത്തെ ബാധിക്കാറുണ്ട്. എന്നാൽ പ്രായം ഒരു സംഖ്യ മാത്രമാണെന്നും ചർമ്മത്തിന്റെ ആരോഗ്യം നിലനിർത്തുന്നതിലൂടെ പ്രായത്തെ മറികടക്കാൻ സാധിക്കുമെന്നും ഓർമ്മിക്കേണ്ടതുണ്ട്.

ചർമ്മത്തിന്റെ പ്രായത്തെ സ്വാധീനിക്കുന്ന നിരവധി ഘടകങ്ങളുണ്ട്. ജനിതകം, പരിസ്ഥിതി, ജീവിതശൈലി, ആഹാരം, ഉറക്കം, സമ്മർദ്ദം തുടങ്ങിയവ ഇവയിൽ ചിലതാണ്. ഈ ഘടകങ്ങളെ

നിയന്ത്രിക്കുന്നതിലൂടെ ചർമ്മത്തിന്റെ ആരോഗ്യം നിലനിർത്താനും പ്രായത്തെ തോന്നിക്കാതിരിക്കാനും സാധിക്കും.

ആധുനിക ശാസ്ത്രത്തിന്റെ സഹായത്തോടെ ആയുർവേദത്തിന്റെ പരമ്പരാഗത ജ്ഞാനം കൂടെ ചേരുമ്പോൾ, യുവത്വം നിലനിർത്താനുള്ള പുതിയൊരു വഴി തുറക്കുന്നു. ഈ ലേഖനത്തിൽ, ആയുർവേദത്തിന്റെ തത്വങ്ങളെ ആധുനിക സൗന്ദര്യരഹസ്യങ്ങളുമായി സംയോജിപ്പിച്ച്, പ്രായത്തെ അതിജീവിക്കുന്ന തിളക്കമുള്ള ചർമ്മം നേടുന്നതിനുള്ള മാർഗ്ഗങ്ങൾ നമുക്ക് പരിശോധിക്കാം.

ആയുർവേദം, ശരീരത്തിന്റെയും മനസ്സിന്റെയും സമഗ്ര ആരോഗ്യത്തെ ലക്ഷ്യമിടുന്ന ഒരു പരമ്പരാഗത ചികിത്സാ ശാസ്ത്രമാണ്. ഈ ശാസ്ത്രം അനുസരിച്ച്, മൂന്ന് പ്രധാന ദോഷങ്ങളായ വാതം, പിത്തം, കഫം എന്നിവയാണ് ശരീരത്തെ നിയന്ത്രിക്കുന്നത്.

- **വാതം :** വായുവിന്റെ ഗുണങ്ങൾ പ്രധാനമായ ഈ ദോഷം വരണ്ടത്വം, അസ്വസ്ഥത, ഉത്കണ്ഠ എന്നിവയുമായി ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. വാത ദോഷം പ്രബലരായവരിൽ പലപ്പോഴും വരണ്ട, പൊളിയുന്ന ചർമ്മം കാണപ്പെടുന്നു.
- **പിത്തം :** അഗ്നിയുടെ ഗുണങ്ങൾ പ്രധാനമായ ഈ ദോഷം ചൂട്, പുളിപ്പ്, പ്രകോപനം എന്നിവയുമായി ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. പിത്ത ദോഷം പ്രബലരായവരിൽ എണ്ണമയമുള്ള ചർമ്മം, മുഖക്കുരു, ചുവപ്പ് എന്നിവ കാണപ്പെടുന്നു.

● **കഫം :** ഭൂമിയുടെയും ജലത്തിന്റെയും ഗുണങ്ങൾ പ്രധാനമായ ഈ ദോഷം തണുപ്പ്, ഭാരം, മന്ദഗതി എന്നിവയുമായി ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. കഫ ദോഷം പ്രബലരായവരിൽ തിളക്കമില്ലാത്ത, മന്ദഗതിയിലുള്ള ചർമ്മം കാണപ്പെടുന്നു.

ദോഷങ്ങളെ സന്തുലിതമാക്കുന്നതിലൂടെ ആരോഗ്യകരമായ ചർമ്മവും മനസ്സും നേടാൻ സാധിക്കും.

ആയുർവേദം നിർദ്ദേശിക്കുന്ന ചർമ്മ സംരക്ഷണമാർഗങ്ങൾ

ആഹാരം:

ധാരാളം പച്ചക്കറികളും പഴങ്ങളും കഴിക്കുക.
തേൻ, നെയ്യ്, ഗോതമ്പ് എന്നിവ ചർമ്മത്തിന് നല്ലതാണ്.
മത്സ്യം, പാല് എന്നിവ പിത്ത ദോഷം കൂടിയവർ ഒഴിവാക്കണം.
മസാലകളും പുളിയുള്ള ഭക്ഷണങ്ങളും കുറയ്ക്കുക.

ഔഷധ സസ്യങ്ങൾ:

തുളസി, കറ്റാർവാഴ, നെല്ലിക്ക എന്നിവ ചർമ്മത്തിന് വളരെ നല്ലതാണ്. ഇവയിൽ നിന്നുള്ള ഫേസ് പാക്കുകൾ, ടോണറുകൾ എന്നിവ ഉപയോഗിക്കാം.

പഞ്ചകർമ്മ ചികിത്സ:

വിഷാംശം നീക്കുകയും ചർമ്മത്തിന്റെ ആരോഗ്യം മെച്ചപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്യുന്നു.

ജീവിതശൈലി

ധ്യാനം, യോഗ എന്നിവ ചെയ്യുക., നല്ല ഉറക്കം ഉറപ്പാക്കുക. സമ്മർദ്ദം ഒഴിവാക്കുക., ധാരാളം വെള്ളം കുടിക്കുക. വെളിച്ചെണ്ണ, ഏലാദി തൈലം, നാല്പാമരാദി തൈലം എന്നിവ ചർമ്മത്തിന് തിളക്കം നൽകുന്നു

ചർമ്മത്തിന്റെ പ്രായത്തെ തടയുന്നതിനുള്ള ആയുർവേദ രഹസ്യങ്ങൾ

ആന്റിഓക്സിഡന്റുകൾ: ആയുർവേദ ഔഷധ സസ്യങ്ങളിൽ ധാരാളം ആന്റിഓക്സിഡന്റുകൾ അടങ്ങിയിരിക്കുന്നു. ഇവ ചർമ്മകോശങ്ങളെ സംരക്ഷിക്കുകയും പ്രായമാകുന്നത് തടയുകയും ചെയ്യുന്നു.

കൊളാജൻ ഉത്പാദനം: ആയുർവേദ ഔഷധങ്ങൾ കൊളാജൻ ഉത്പാദനം വർദ്ധിപ്പിക്കുകയും ചർമ്മത്തിന് ഇലാസ്തികത നൽകുകയും ചെയ്യുന്നു.

വിഷാംശം നീക്കം ചെയ്യൽ: പഞ്ചകർമ്മ ചികിത്സ പോലുള്ള ചികിത്സകൾ ശരീരത്തിലെ വിഷാംശം നീക്കം ചെയ്യുകയും ചർമ്മത്തെ തിളക്കമാർന്നതാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

അയുർവേദത്തിന്റെ പ്രയോജനങ്ങൾ

പ്രകൃതിദത്തം, സമഗ്രമായ സമീപനം, ദീർഘകാല ആരോഗ്യം, ഓരോ വ്യക്തിയുടെയും ആവശ്യങ്ങൾക്കനുസരിച്ചുള്ള വ്യക്തിഗത ചികിത്സയാണ് ആയുർവേദം നൽകുന്നത്..

ആയുർവേദത്തിന്റെ തത്വങ്ങളെ അടിസ്ഥാനമാക്കി ആധുനിക സൗന്ദര്യരഹസ്യങ്ങളുമായി സംയോജിപ്പിക്കുമ്പോൾ, യുവത്വം നിലനിർത്തുന്നതിനുള്ള സമഗ്രമായ സമീപനം സാധ്യമാകുന്നു. ശരിയായ ചർമ്മസംരക്ഷണം, സൂര്യരശ്മിയുടെ ഹാനികരമായ പ്രഭാവങ്ങളിൽ നിന്ന് സംരക്ഷണം, ആരോഗ്യകരമായ ജീവനശൈലി, ഭക്ഷണക്രമം, ശാരീരികവ്യായാമം, മാനസികാരോഗ്യം, ജീവിതശൈലി മാറ്റങ്ങൾ, യോഗ, ധ്യാനം, അഭ്യംഗം, എന്നിവയെല്ലാം ചർമ്മം യുവത്വം നിലനിർത്താനുള്ള പ്രധാന മാർഗങ്ങളാണ്. ഈ സമഗ്രമായ സമീപനം യുവത്വത്തെ സംരക്ഷിക്കുന്നതിനുള്ള ഒരു ജീവിതരീതിയായി മാറുകയും നിങ്ങളെ ഏറ്റവും മികച്ച രൂപത്തിൽ സംരക്ഷിക്കുകയും ചെയ്യും.

ഡോ. ബിനു ബാഹുലേയൻ
അഡ്മിൻ കം ആയുർവേദ ഡോക്ടർ
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. Manisha A N | Mr. Joshi Paul

"ഇതാ,
നിന്റെ അമ്മ."
യോഹന്നാൻ 19:27
Service With Love
JUBILEE MISSION
MEDICAL COLLEGE & RESEARCH INSTITUTE