வடமலையான் மருத்துவமனை நலம்

Vadamalayan Maruthuvamanai Nalam Tamil Monthly

மலர் 16 இதழ் 5 ஏப்ரல் 2025 விலை ரூ.15

facebook.com/vadamalayan.madurai www.vadamalayan.org enquiries@vadamalayan.org

VADAMALAYAN
Memorial Trust
ஊர் கூடி
உதவுவோம்...
ஊர்கூடி உதவுவோம்
பழைய பேப்பரைக் கொடுப்போம்!
உயிர்களை காப்போம்!
உயிர்க் கொல்லி நோய்களிலிருந்து உதவிடும் வகையில் வடமலையான் மருத்துவமனை செயல்படுத்திவரும் “ஊர் கூடி உதவுவோம்” திட்டத்திற்கு நமது வீட்டில் சேகரித்து வைத்திருக்கும் பழைய பேப்பர்களை (நாளிதழ் மற்றும் வார இதழ்) கொடுத்து உதவி உயிர்காக்கும் சேவையில் உதவுங்கள்
தொடர்புக்கு 82202 55551
Since 1957
வடமலையான் மருத்துவமனை
9A, வல்லபாய் ரோடு, சொக்கிகுளம். மதுரை-625002
போன்: 0452-3545400 (100 Lines) 2545400.
For Emergency: 0452 250 1033

1957-ம் ஆண்டு செப்டம்பர் 15 வடமலையான் மருத்துவமனை துவக்கவிழாவில் பெருந்தலைவர் காமராஜருடன் நிறுவனர் டாக்டர் திரு.வடமலையான் அவர்கள்.

பதிப்பாசிரியர்

டாக்டர் V.**புகழகிரி**

செய்தி ஆசிரியர்

L.K.**கவிதா**

ஆசிரியர் குழு

டாக்டர் V.**பாப்புநாதன்**

டாக்டர் B.R.J.**கண்ணன்**

டாக்டர் K.**பத்மினி**

டாக்டர் D. **டேவிட் பிரவீன்குமார்**

டாக்டர் R.M.**ஹேமநாத்**

டாக்டர் S.**அழகுகணேஷ்**

சட்ட ஆலோசகர்

D.**நல்லதம்பி** B.A., B.L.,

Owned and Published by
Dr.V.Pugalagiri
from 9-A, Vallabhai Road,
Chokkikulam, Madurai - 625 002 and
Printed by Mrs.L.Saroja,
at Sree Vinayaga Screens,
92, Parthasarathi Street,
S.S.Colony, Madurai - 625 010.

Vadamalayan Maruthuvamanai Nalam Tamil Monthly

Vol. 16 | Issue - 5 | April 2025

வடமலையான் மருத்துவமனை நலம்

மருத்துவ மாத இதழ்

அன்புள்ள நண்பர்களே!

வணக்கம்!

ஒவ்வொரு பெற்றோரும் தங்களது குழந்தைகள் அதிக மதிப்பெண்களைப் பெற்று பொறியாளராகவோ மருத்துவராகவோ ஆகவேண்டும் என்றே விரும்புகின்றனர்.

பெற்றோர்களே! தயவுசெய்து ஒன்றை மட்டும் நினைவில் கொள்ளுங்கள். ஒவ்வொரு குழந்தைக்கும் ஒரு திறமை உண்டு. அது கல்வியாகத்தான் இருக்கவேண்டும் என்ற அவசியமில்லை.

அது கலையாகவும் விளையாட்டாகவும் இருக்கலாம். கணிதத்தை, வேதியியலை, உயிரியலை புரிந்துகொள்ளாத குழந்தைகள் மிகச்சிறந்த கலைஞராக உருவெடுக்கலாம். இயற்பியலை விரும்பாத குழந்தைகள் உலகம் போற்றும் விளையாட்டு வீரராக உருவாகலாம்.

மதிப்பெண்கள் மட்டுமே எதிர்காலத்தை நிர்ணயிப்பதில்லை. தனித்திறன்கள் மூலம் மிக உயர்ந்த நிலையை எட்டமுடியும். எனவே நீங்கள் விரும்பும் துறையைத்தான் குழந்தைகள் தேர்ந்தெடுக்கவேண்டும் என்று ஒருபோதும் கட்டாயப்படுத்தாதீர்கள். அது அவர்களை தன்னம்பிக்கையற்றவர்களாக ஆக்கும்.

உங்கள் குழந்தையின் ஆர்வத்தையும் திறமையையும் கண்டறிந்து அந்தத் துறையில் அவர்களை ஊக்குவியுங்கள். அவர்கள் எவ்வளவு மதிப்பெண்கள் எடுத்தாலும் அதை முழுமனதோடு ஏற்றுக்கொண்டு, அவர்கள் விரும்பும் துறையை தேர்வுசெய்ய பக்கபலமாக இருங்கள். அப்போது அவர்கள் வாழ்வில் மிகச்சிறந்த நிலையை அடைவார்கள்!

நன்றி.

வ.புகழகிரி
பதிப்பாசிரியர்

Since 1957

தலைக்காயத்துக்கு பிரத்யேக சிகிச்சை!

நவீன நரம்பியல் அறுவைசிகிச்சை வசதி

திண்டுக்கல் மாவட்டம் தமிழகத்தின் அதிகளவு பரப்பளவு கொண்ட மாவட்டங்களில் ஒன்றாக திகழ்கிறது. வாகன ஓட்டிகளின் எண்ணிக்கையும் நாளுக்கு நாள் அதிகரித்து கொண்டே வருகிறது. அதிவேகமாக வாகனங்களை இயக்குவது மோசமான விபத்துகளுக்கு வழிவகுக்கிறது. கடந்த 2019, 20ம் ஆண்டுகளில் மட்டும் 657 சாலை விபத்துகள் நிகழ்ந்துள்ளன. தோராயமாகக் கணக்கிட்டால் மாதத்துக்கு 21 முதல் 33 விபத்துக்கள் வரை நிகழ்ந்துள்ளன. இந்த விபத்துகளில் 50 சதவீதத்துக்கும் மேல் தீவிர சிகிச்சை தேவைப்படும் தலைக்காய விபத்துகளாகவே உள்ளன. இதுபோன்று சாலை விபத்துகளில் ஏற்படும் தலைக்காயங்களுக்கு உடனடி அவசர சிகிச்சை அளிக்காவிடில் உயிருக்கே ஆபத்து ஏற்படும். அந்தவகையில், நெடுஞ்சாலையில் விபத்துக்குள்ளானவருக்கு உடனடி சிகிச்சையளிப்பதற்காகவே நெடுஞ்சாலைக்கு மிக அருகிலேயே பல்துறை வசதிகளுடன் மிகச் சிறப்பாக செயல்பட்டுவருகிறது வடமலையான் மருத்துவமனை. இம்மருத்துவமனையின் நரம்பியல் அறுவைசிகிச்சைப் பிரிவு கூடுதல் சிறப்புடன் செயல்பட்டுவருகிறது. விபத்துகளில் காயமடைவோருக்கு சிகிச்சை அளிப்பதற்காக அதிநவீன தலைக்காய மற்றும் நரம்பியல் சிகிச்சை வசதிகள் இங்குள்ளன.அனைத்து நவீன உயிர்காக்கும் கருவிகளுடன்கூடிய பிரத்தேயக தீவிர சிகிச்சைப்பிரிவுடன் இத்துறை இயங்குகிறது. சாலை விபத்துகளில் தலைக்காயத்துக்கு ஆளானவோருக்கு சிகிச்சை அளிப்பதற்கான அனுபவமிக்க நரம்பியல் அறுவைசிகிச்சை மருத்துவர்களும், செவிலியர்களும் 24 மணி நேரமும் தயார் நிலையில் உள்ளனர்.அனைத்து வசதிகளுடன்கூடிய நவீன நரம்பியல் அறுவைசிகிச்சை அரங்கமும் அமைந்துள்ளது.

நரம்பியல் துறையில் அளிக்கப்படும் சிகிச்சைகள்:

1.மிதமானது முதல் சிக்கலானது வரையிலான தலை மற்றும் முதுகுத்தண்டுவட சிகிச்சை.

2.அனைத்துவித மூளை மற்றும் முதுகுத்தண்டுவட பாதிப்புகளுக்கான சிகிச்சை (Cervical to Coccyx).

3. மூளை, தண்டுவட பாதிப்புகளுக்கு Shunt பொருத்துவது.

4.வலிப்பு நோய்க் கண்டறிதல் மற்றும் சிகிச்சை.

5.மூளை ரத்தக்குழாய் அடைப்பைக் கண்டறிதல் மற்றும் Digital Subtraction Angiography-DSA சிகிச்சை.

6.பச்சிளங் குழந்தைகளுக்கான மூளை மற்றும் தண்டுவட சிகிச்சை.

7.மூளை முடக்குவாத மற்றும் ரத்தக்கசிவுக்கான சிகிச்சை.

8.மூளை மற்றும் தண்டுவடத்தில் ஏற்படும் கட்டிகளுக்கான கதிர்வீச்சு சிகிச்சை.

இங்குள்ள நரம்பியல்அறுவைசிகிச்சைத்துறை தேசிய நரம்பியல் அறுவைசிகிச்சை நிறுவனங்கள் / துறைகளுக்கு இணையான சிகிச்சையை வழங்க முனைப்புடன் செயலாற்றிவருகிறது.பல்துறை சிகிச்சை வசதிகளுடன் செயல்படும் இம்மருத்துவமனை திண்டுக்கல் மற்றும் அதனை சுற்றியுள்ள பகுதி மக்களுக்கு பயனுள்ளதாக இருக்கும்.

மேலும் விவரங்களுக்கு: 73970 11222

வடமலையான்
மருத்துவமனை(பி)லிமிடெட்
Since 1957

649 A/2 , அங்கு நகர், திண்டுக்கல்-624004.

போன்: 0451 3561000 , 2461000(100 Lines). Emergency: 0451 244 44 44

மலையேற்றம் ஆபத்தானதா?

இயற்கை எழில் கொஞ்சும் மலைப் பகுதிகளில் நடைப்பயணம் மேற்கொள்வது என்பது உடலுக்கு மட்டுமன்றி மனதுக்கும் புத்துணர்வை அள்ளித்தரும் ஓர் இனிமையான அனுபவம். நம் முன்னோர்கள் எங்காவது குன்றோ, சிறிய மலையோ இருந்தால் அங்கெல்லாம் கோயிலைக் கட்டி வைத்துள்ளார்கள். கடவுளை வழிபடும் நோக்கத்திலாவது மக்கள் மலை ஏறவேண்டும் என்பதற்காகத்தான் அவ்வாறு செய்தார்கள். இருப்பினும் மலையேற்றம் செய்வதால் உயிருக்கு ஆபத்து உண்டாகுமோ என்ற அச்ச உணர்வில் பலரும் அதைத் தவிர்க்கின்றனர். மலையேற்றம் மீதிருக்கும் பயத்தைக் களையும் விதமாக அதுகுறித்த நமது சந்தேகங்களைத் தீர்த்துவைக்கிறார் **மதுரை வடமலையான் மருத்துவமனையின் இதயவியல் துறை இயக்குநர் டாக்டர் பி.ஆர்.ஜே. கண்ணன் MD,DM(CARDIO).** மலையேற்றம் குறித்த நமது கேள்விகளும் அவரது பதில்களும்...

மலை உச்சிக்குச் செல்லும்போது ஆக்சிஜன் குறையுமா?

இல்லை. நாம் ட்ரெக்கிங் (trekking) செல்லத்தக்க பெரும்பாலான மலைகளின் உச்சி கடல் மட்டத்திலிருந்து 2000 மீட்டருக்கும் குறைவான உயரத்தில்தான் உள்ளன. உதாரணத்திற்கு, வெள்ளியங்கிரிமலையின் உயரம் 1800 மீட்டர். ஆக்சிஜன் தட்டுப்பாடு ஒரு பிரச்சினை அல்ல.

மலையேற்றம் செய்து பலர் உயிரிழந்து இருக்கிறார்களே?

மலையேற்றத்தால் உயிர் இழப்பது என்பது ஓர் அசாதாரண நிகழ்வு. ஆயிரக்கணக்கானோர் பல வருடங்களாக இதுபோன்ற மலைகளுக்குச் சென்று வந்துகொண்டிருக்கிறார்கள். அதனால் அவர்கள் மனமும் உடலும் மேம்பட்டிருக்கிறது. அவை எல்லாம் செய்திகள் ஆகாது. இதுபோன்ற விதிவிலக்காக

நீங்கள் ஆரோக்கியமாக இருந்தாலும் உங்களுக்கு சர்க்கரை நோய் இருக்கலாம்...

சர்க்கரை நோய் சரியாக கவனிக்கப்படாவிட்டால் ஏற்படும் விளைவுகள் ?

* மாரடைப்பு
* பார்வைக் குறைபாடு
* சிறுநீரக பாதிப்பு
* பாதம் பாதிப்பு / அகற்ற நேரிடும்
* நரம்பு சேதமடைதல்
* மூளைக்குச் செல்லும் ரத்தம் குறைதல் (பக்கவாதம்)

சர்க்கரை நோய் என்றால் என்ன ?
ரத்தத்தில் உள்ள சர்க்கரையின் அளவு அதிகமாக இருத்தல்

நவம்பர் 14 உலக சர்க்கரை நோயாளிகள் தினம்

ரத்தத்தில் சர்க்கரை யின் அளவுகள்

சராசரியாக	>200mg /dl
உணவிற்கு முன்	>100mg /dl
உணவு உண்ட 2 மணிநேரத்திற்கு பின்	>140mg /dl

சர்க்கரை நோய் வகைகள்

* சர்க்கரை நோய் வகை 1 - இன்சுலின் சுரக்காமல் இருத்தல்
* சர்க்கரை நோய் வகை 2 - இன்சுலின் போதுமான அளவு சுரக்காமல் இருத்தல் அல்லது பாதிக்கப்பட்டிருந்தல் .
* கர்ப்பகால சர்க்கரை நோய் - கர்ப்பகாலத்தில் மட்டும் சர்க்கரை நோய் ஏற்படுதல் .

சர்க்கரை நோய் வரும்முன் பாதுகாத்து கொள்ளும் வழிமுறைகள்

* உடல் எடையை சீராக வைத்தல்
* ஆரோக்கியமான உணவுப்பழக்கம்
* ரத்தஅழுத்தம் மற்றும் கொழுப்பை குறைதல்
* புகைப்பிடித்தலை நிறுத்துதல்

ஆரம்பகட்டத்திலேயே சர்க்கரை நோயை கவனித்து கட்டுப்பாட்டில் வைத்து தொடர்ந்து கண்காணித்து வந்தால் சர்க்கரை நோயால் வரும் சிக்கல்களைத் தவிர்க்கலாம்.

கீழ்கண்டவர்கள் வ யதுபாரபட்சமின்றி கண்டிப்பாக ரத்தத்தில் சர்க்கரை அளவைப் பரிசோதிக்க வேண்டும்.

* உடல் எடை அதிகமாக உள்ளவர்கள் .
* நீரிழிவு பாதிப்புள்ள குடும்ப உறுப்பினர்களை கொண்டவர்கள் .
* அதிகமாக மேற்கத்திய உணவு உண்பவர்கள் .
* உடல் உழைப்பு குறைவாக உள்ளவர்கள் .
* ரத்த அழுத்தம் , கொழுப்புச்சத்து உள்ளவர்கள்.

ஆரோக்கியமான உணவுமுறை, உடற்பயிற்சி, உயரத்துக்கு ஏற்ற உடல்எடைப் பராமரிப்பு போன்றவை நீரிழிவு பாதிப்பில் இருந்து காக்கும்.

9A, வல்லபாய் ரோடு, சொக்கிகுளம், மதுரை-625002.
போன்: 0452 3545400, 2545400(100 Lines).
For Emergency: 0452 2501033

649 A/2, அங்கு நகர், திண்டுக்கல்-624004.
போன்: 0451 3561000 , 2461000(100 Lines)
For Emergency: 0451 244 44 44

நடப்பவைதான் செய்திகளாக வெளிவருகின்றன. அவ்வப்போது நடக்கும் விபத்துகளைக் காரணம் காட்டி பேருந்து பயணமோ ரயில் பயணமோ ஆபத்தானது, தவிர்க்கப்பட வேண்டியவை என்று கூறுவது அபத்தம் அல்லவா?

மலையேற்றத்தின்போது செய்யவேண்டியவை என்ன?

முதலாவது, நம்மைத் தயார்படுத்திக் கொள்ளுதல். சிறிய மலைகளுக்கு, உதாரணமாக அழகர்மலையில் இருக்கும் பழமுதிர்சோலைக்குச் செல்ல தனியாகப் பயிற்சி எதுவும் தேவையில்லை. அதில் ஏற்றமும் குறைவு, தூரமும் குறைவு. ஆனால் சதுரகிரி, வெள்ளியங்கிரிபோன்ற மலைகளுக்குச் செல்லும் முன் நம்மைத் தயார்படுத்திக் கொள்வது அவசியம்.

குறைந்தது ஒரு மாதமாவது நடைப்பயிற்சி, சிறிய ஓட்டப்பயிற்சி போன்றவற்றைச் செய்து இதயத்தையும் கால் தசைநார்களையும் பழக்கப்படுத்த வேண்டும். சபரிமலைக்கு பெரிய பாதையில் செல்பவர்கள், அதிலும் முதல்முறையாக (கன்னிச் சாமியாக) செல்பவர்கள், ஒரு மண்டலம் தம்மைத் தயார்படுத்திக்கொள்கிறார்கள் அல்லவா?

இரண்டாவது, நாம் எந்த நிலையில் இருக்கிறோம் என்று அறிந்து செயல்படுதல். மலை ஏறும்போது பொறுமையும் நிதானமும் மிகவும் அவசியம். சாதாரணமாக ஒரு குறிப்பிட்ட தூரத்தை பலர் 20 நிமிடங்களில் கடப்பார்களானால் ஒரு சிலருக்கு 30 நிமிடங்கள் தேவை. திடீர் மரணம் என்று பேசப்பட்டாலும், அதற்குப் பல மணி நேரங்கள் முன்பாகவே நம் உடல் தன் இயலாமையைப் பல சமிக்ஞைகள் மூலம் தெரிவிக்கும்.

அதை உணர்ந்து போதிய ஓய்வு எடுத்து, அதன் பின்னரே பயணத்தைத் தொடர வேண்டியது அவசியம். அந்த உணர்வுகளைப் புறந்தள்ளிவிட்டு நானும் செய்து காண்பிக்கிறேன் பார் என்று உடலை வருத்துபவர்கள்தான் ஆபத்தில் மாட்டிக்கொள்கிறார்கள்.

மூன்றாவது, உணவும் நீரும். நம் உடம்புக்கு சக்தி தேவைப்படும் என்பதால் தின்பண்டங்களை அவ்வப்போது எடுத்துக்கொள்ளலாம். அதைவிட முக்கியம், நம் உடலை நீரேற்றத்துடன் வைத்துக்கொள்வது. உப்பு கலந்த நீரையோ, மோரையோ, வேறு பழரசங்களையோ அவ்வப்போது பருகிக்கொண்டே செல்வது மிகவும் அவசியம்.

யாரெல்லாம் மலையேற்றத்தைத் தவிர்க்க வேண்டும்?

இதயம், நுரையீரல், நரம்பு மண்டலம், கால்களின் எலும்புகள், தசைகள் என்று எல்லாமும் நலமாக இருந்தால்தான் வெற்றிகரமாக மலையேறித் திரும்பமுடியும். இதில் ஏதேனும் பிரச்சினை இருக்கும்பட்சத்தில் அதற்கான மருத்துவரிடம் முறையாகக் கலந்தாலோசித்து மலையேற்றம் பாதுகாப்பானதா என்று உறுதி செய்துகொள்ள வேண்டும்.

மலையேற்றத்துக்கு மருத்துவச் சான்றிதழ் பெறவேண்டுமா?

தேவையில்லை. ஒன்றிரண்டு மாதங்கள் நம்மைத் தயார்படுத்திக் கொள்ளவேண்டும் என்று கூறப்பட்டது அல்லவா? அந்தச் சமயத்தில் எந்த ஒரு பிரச்சினயும் இல்லை என்றால், இளைஞர்கள் (40 வயதுக்குட்பட்டவர்கள்) எந்த ஒரு பரிசோதனையும் செய்துகொள்ள வேண்டிய அவசியம் இல்லை. அந்தச் சமயத்தில் ஏதேனும் பிரச்சினை தோன்றும் பட்சத்தில் மருத்துவரைக் கண்டிப்பாக அணுகவேண்டும்.

நாற்பது வயதிற்கு மேல் முதல் முறையாக உடற்பயிற்சி செய்யத் தொடங்குபவர்கள் ரத்தஅழுத்தம், சர்க்கரை அளவு போன்ற அடிப்படைப் பரிசோதனைகளைச் செய்து கொள்ளவேண்டும். இதயம் மற்றும் நுரையீரல் பிரச்சினை உள்ளவர்களுக்கு நாங்கள் இதய ஒலிப்படம் (ECHO), டிஎம்டி (TMT) போன்ற பரிசோதனைகளைச் செய்து அறிவுரை வழங்குவோம். அதனடிப்படையில், மலையேற்றம் செல்லலாமா வேண்டாமா என்பதை முடிவு செய்துகொள்ளலாம்.

வடமலையான்
மருத்துவமனை (பி) லிமிடெட்
மதுரை
Since 1957

தென் தமிழகத்தில் முதன்முறையாக அதிநவீன மூட்டு மாற்று அறுவை சிகிச்சை செயற்கை நுண்ணறிவு தொழில்நுட்பத்தில்

ARTIFICIAL INTELLIGENCE

- குறைந்த செலவு.
- குறைவான வலி மற்றும் இரத்த இழப்பு.
- உடல்நலத்தில் விரைவான முன்னேற்றம்.
- அறுவை சிகிச்சைக்கு அடுத்தநாளே நடக்கலாம்.
- துல்லியமாக செயற்கை மூட்டு பொருத்தப்படுகின்றது.
- செயற்கை மூட்டின் ஆயுட்காலம் நீடிக்கிறது.

மேலும் விபரங்களுக்கு : 95665 91238

9A, வல்லபாய்ரோடு, சொக்கிகுளம், மதுரை-625002
Ph.0452-3545400, 2545400(100 Lines), For Emergency- 0452 - 250 1033
web:www.vadamalayan.org vadamalayan hospitals

Since 1957

இதயம் செயலிழந்தவர்

அதிநவீன மின்சிகிச்சையால் நலமடைந்தார்

அசாதாரண இதயத்துடிப்பால் படபடப்பு மற்றும் மூச்சுத்திணறல் ஏற்பட்டு இதயம் செயலிழந்த நபர், மதுரை வடமலையான் மருத்துவமனையில் மேற்கொள்ளப்பட்ட அதிநவீன செயல்முறையால் காப்பாற்றப்பட்டார்.

மதுரையைச் சேர்ந்தவர் எம்.அழகேசன் (60) (பெயர் மாற்றப்பட்டுள்ளது). இவருக்கு கடந்த 10 ஆண்டுகளாக அவ்வப்போது படபடப்பும் கடினமாக வேலைசெய்தால் மூச்சுத்திணறலும் ஏற்பட்டுவந்துள்ளன. 3 மாதங்களுக்கு ஒருமுறை கடுமையான படபடப்புக்கு ஆளாவதும் அதிகப்படியான வியர்வை மற்றும் தாங்கமுடியாத தலைச்சுற்றல் ஏற்பட்டு அவசர சிகிச்சை பெற்று மீள்வதும் இவருக்கு வாடிக்கையாக இருந்துள்ளன.

ஒவ்வொருமுறை படபடப்பு ஏற்படும்போதும் அவரது இதயத்துடிப்பு நிமிடத்துக்கு 250 ஆக இருந்தது. இதற்கு ஊசிகள் மற்றும் மின்அதிர்வு சிகிச்சை பெற்று காப்பாற்றப்பட்டுள்ளார்.

இந்நிலையில் இவர், மீண்டும் கடுமையான படபடப்பு மற்றும் தலைசுற்றல் உண்டாகி இதயம் செயலிழந்த நிலையில் மதுரை வடமலையான் மருத்துவமனைக்கு சிகிச்சைக்காக அழைத்துவரப்பட்டார். இங்கு இவரைப் பரிசோதித்த மருத்துவர், உடனடியாக எக்கோ கார்டியோகிராம் மற்றும் ஈசிஜி பரிசோதனைகளுக்கு அறிவுறுத்தினார். அதில் இவருக்கு பிறவியிலேயே இதயத்தில் கூடுதல் மின் பாதை இருந்ததும், அதன் காரணமாக அசாதாரண இதயத்துடிப்புகள் ஏற்பட்டுவந்ததும் (Tachycardia or Atrioventricular reentrant tachycardia) கண்டறியப்பட்டன.

நோயாளிக்கு அசாதாரண இதயத்துடிப்பு காரணமாக இதயத்தின் இடது கீழ்அறையின் (Left Ventricle) ரத்தம் வெளியேற்றும் அளவு 45% ஆக இருந்தது.

தொடர்ந்து அவருக்கு கரோனரி ஆஞ்சியோகிராம் செய்யப்பட்டது. அதில் ரத்தநாளங்களில்

Since 1957

டாரிகா பிளஸ்

குழந்தைகள் நலத்திட்டம்

குழந்தைகள் நலப்பிரிவு அம்சங்கள்

- 500-கிராம் எடையுள்ள குழந்தையும் ஆபத்து இல்லாமல் காப்பாற்றலாம். இந்திய மருத்துவத்தில் இதுவரை இல்லாத இமாலய சாதனை எங்களுடைய சிறப்பு அம்சமாகும்.
- லல்லு -பி அதிநவீன பச்சிளம் குழந்தைகள் அவசர சிகிச்சைப் பிரிவு.
- டிரான்ஸ்போர்ட் இன்குபேட்டர்
- பிரத்தியேகமான பச்சிளம் குழந்தை வென்டிலேட்டருடன் ஹை- பிரிக்குவென்சி ஆசிலேட்டர் - மதுரையில் முதன் முறையாக.
- ஜிராஃப் வார்மர்- மதுரையில் முதன் முறையாக
- குழந்தைகளுக்காக பிரத்தியேக தீவிர சிகிச்சைப் பிரிவு.
- குழந்தைகளை கவரும் வகையில் தனி அறைகள் மற்றும் விளையாட்டுப்பகுதிகள்

டாரிகா பிளஸ் திட்டத்தின் அம்சங்கள்

- பிறந்த குழந்தைகள் முதல் 12 வயது வரை இத்திட்டத்தில் உறுப்பினராக சேரலாம்.
- இத்திட்டத்திற்கு முன்பதிவு கட்டணமாக ரூ.250 மட்டும் செலுத்தினால் போதும்.
- ஒரு முறை முன்பதிவு செய்த பிறகு ஒவ்வொரு முறையும் குழந்தை நல மருத்துவ நிபுணரின் ஆலோசனை பெற ரூ.150 செலுத்தினாலே போதும்.
- மேலும் அனைத்து ஆய்வக பரிசோதனைகளுக்கும் 15% சலுகை வழங்கப்படும். (சிறப்பு பரிசோதனைகள் இத்திட்டத்தில் வராது)

* நிபந்தனைக்கு உட்பட்டது

மேலும் தொடர்புக்கு

பச்சிளம் குழந்தைகள் மற்றும் குழந்தைகள் நலப்பிரிவு

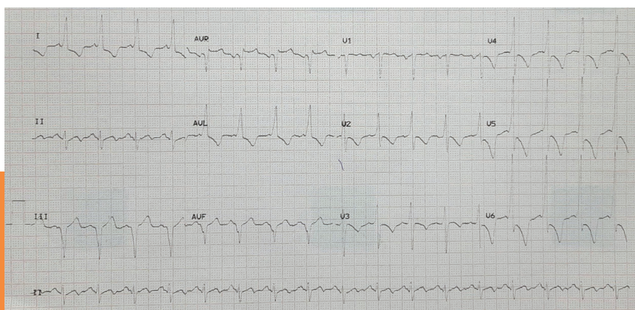
Since 1957

வடமலையான் மருத்துவமனை (பி) லிட்

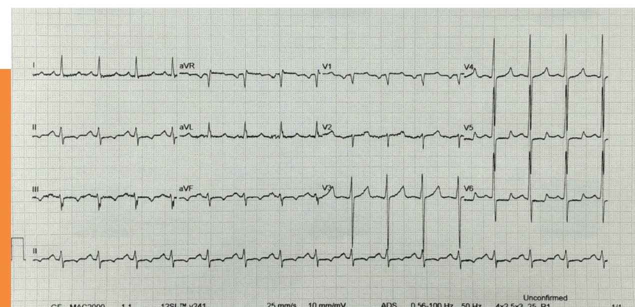
9A, வல்லபாய் ரோடு, சொக்கிகுளம், மதுரை–625002

0452-3545400, 2545400, 4361033-enquiries@vadamalayan.org, www.vadamalayan.org.

மின் இயற்பியல் ஆய்வு



அதிர்வெண் நீக்கம் செய்வதற்கு முன்...



அதிர்வெண் நீக்கம் செய்யப்பட்ட பின்...

சுருக்கம், அடைப்பு (Coronary Stenosis) ஏதும் கண்டறியப்படவில்லை. அசாதாரணமான இதயத்துடிப்பு (Tachycardia or Atrioventricular reentrant tachycardia) காரணமாக இதயத்தசைகள் பலவீனமடைந்து இதயத்துக்கு ரத்தத்தை பம்ப் செய்யும் திறன் குறைந்து (Cardiomyopathy) காணப்பட்டது. இதனால் இதயத்தின் இடது கீழ்அறை செயலிழந்திருந்தது.

இதையடுத்து, **இதயமின் சிகிச்சை நிபுணர் டாக்டர் சுரேஷ்குமார் சுகுமாறன் MD, DM, PDF** முப்பரிமாண மேப்பிங் முறையைப் பயன்படுத்தி மின்இயற்பியல் ஆய்வின் மூலம் இதயத்தின் மின் அமைப்பை பரிசோதித்து, அதிர்வெண் நீக்கம் (Ablation) செய்து இதயத்துடிப்பைச் சீராக்கினார். செயல்முறையின்போது நோயாளியின் துணை மின் பாதை வரைபடமாக்கப்பட்டு நீக்கப்பட்டது.

சிகிச்சை முடிந்து 6 மாதங்களைக் கடந்த நிலையில் நோயாளி பரிசோதனைக்கு வந்தார். அப்போது அவருக்கு மேற்கொள்ளப்பட்ட எக்கோ கார்டியோகிராம் பரிசோதனையில் இதயத்தின் இடது கீழ்அறையின் ரத்தத்தை வெளியேற்றும் அளவு 60% ஆக இருந்தது. இதயத்துடிப்பு சாதாரணமாக இருந்தது.

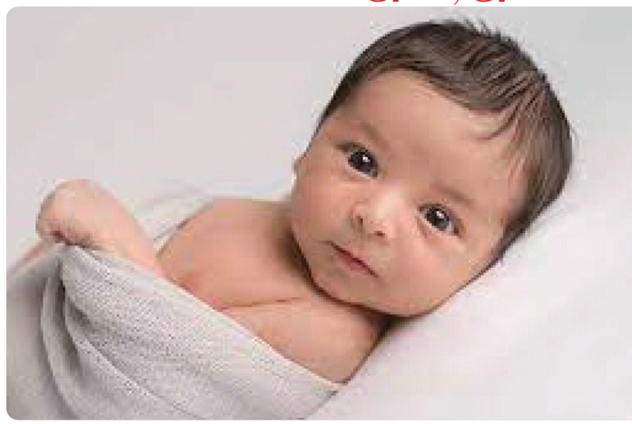
மூச்சுத்திணறல் முற்றிலுமாக இல்லை. அவர் மிகவும் சுறுசுறுப்புடன் வழக்கமான பணிகளில் ஈடுபடுவதாகத் தெரிவித்தார்.

வடமலையானில் மேற்கொள்ளப்பட்ட அதிநவீன சிகிச்சையின் மூலம் நோயாளியின் 10 ஆண்டுகால இதய பாதிப்பு முடிவுக்கு வந்தது.

மதுரை மற்றும் திண்டுக்கல் வடமலையான் மருத்துவமனைகளில் அனுபவமிக்க திறமையான மருத்துவர்களைக் கொண்டு அதிநவீன முறையில் இதய பாதிப்புகளுக்கு சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது. எங்கள் மருத்துவமனைகளின் மேம்பட்ட வசதிகளை நோயாளிகள் பயன்படுத்தி நலமடையலாம்.

வடமலையான் மருத்துவமனை(பி)லிமிடெட்
Since 1957
மதுரை | திண்டுக்கல்

NICU வசதியுடன் கூடிய மருத்துவமனை ஆடம்பரம் அல்ல, அவசியம்...



குழந்தைப் பிறப்பு ஓர் அற்புதமான நிகழ்வு அதில் இருக்கும் சிக்கல்களைக் கடந்து வந்தால் மட்டுமே அந்த மகிழ்ச்சியை உணரமுடியும். பிரசவத்தின்போது தாய் மற்றும் குழந்தைக்கு உடல் மற்றும் உணர்ச்சி ரீதியாக மாற்றங்கள் ஏற்படுகின்றன. குறிப்பாக குழந்தை தாயின் கருவிலிருந்து வெளியே வரும்போது பலவிதமான உடல் மாற்றங்களைச் சந்திக்க வேண்டும்.

கருவில் தாயின் செயல்பாடுகளைச் சார்ந்தே குழந்தை இருக்கும். சுவாசித்தல், உண்ணுதல், கழிவுகளை வெளியேற்றுதல் மற்றும் நோய் எதிர்ப்புத் திறன் போன்றவை இதில் அடங்கும். ஒரு குழந்தை கருவிலிருந்து வெளியேறும் போது, அதன் உடல் இயக்கம் மாறும். நுரையீரல் காற்றை சுவாசிக்கும். இதயம் மற்றும் நுரையீரலின் சுழற்சி மாறுபடும். செரிமான அமைப்பு உணவை பதப்படுத்தவும் கழிவுகளை வெளியேற்றவும் துவங்கும். உடலில் உள்ள திரவங்கள் மற்றும் ரசாயனங்களை சமநிலைப்படுத்தவும், கழிவுகளை வெளியேற்றவும் சிறுநீரகங்கள் செயல்படத் தொடங்கும். கல்லீரல் மற்றும் நோயெதிர்ப்பு அமைப்பு தானாகவே செயல்பட ஆரம்பிக்கும்.

இவ்வாறு குழந்தையின் உடல் அமைப்புகள் ஒரு புதிய வழியில் ஒன்றாக செயல்பட வேண்டும். சில குழந்தைகளுக்கு கருப்பைக்கு வெளியே மாற்றம் நிகழ்வதில் சிக்கல் ஏற்படுகிறது. குறைப்பிரசவம், கடினமான பிறப்பு அல்லது பிறப்பு குறைபாடுகள் போன்றவை இந்த மாற்றங்களை சவாலாக்குகின்றன.

இதுபோன்ற நிலையில் உள்ள குழந்தைகளை தனிக்கவனத்துடன் பராமரிக்க வேண்டியது அவசியமாகிறது. இக்குழந்தைகளைப் பராமரிக்க உதவுவதுதான் பச்சிளம் குழந்தைகளுக்கான தீவிர சிகிச்சைப் பிரிவு (Neonatal Intensive Care Unit- NICU)

பச்சிளம் குழந்தைகளுக்கான தீவிர சிகிச்சைப் பிரிவு (NICU) என்றால் என்ன?

பிறந்தவுடனே தீவிர மருத்துவப் பராமரிப்புத் தேவைப்படும் குழந்தைகள் இச்சிறப்புப் பிரிவில் பராமரிக்கப்படுவர். மேம்பட்ட தொழில்நுட்பத்துடன் பயிற்சி பெற்ற சுகாதார நிபுணர்களோடு இப்பிரிவு செயல்படுகிறது. நோயுற்ற குழந்தைகள் மட்டுமன்றி செவிலியர்களின் கவனிப்புத் தேவைப்படும் குழந்தைகளும் இப்பிரிவில் பராமரிக்கப்படுவர்.

ஒரு சில மருத்துவமனைகளில் இப்பிரிவில் பணியாற்ற தகுதி வாய்ந்த சுகாதார நிபுணர்கள் இருப்பதில்லை. இதன்காரணமாக இங்கு பிறக்கும் குழந்தைகள் தீவிர மருத்துவ சிகிச்சைக்காக வேறு மருத்துவமனைகளுக்கு மாற்றப்படுவார்கள். சிறப்பு கவனிப்புத் தேவைப்படும் குழந்தைகள் (NICU) வசதியுடன் கூடிய மருத்துவமனையில் பிரசவிக்கப்படுவதே பாதுகாப்பைத் தரும்.

தீவிர பராமரிப்புத் தேவைப்படும் குழந்தைகள் யார்?

- குறைப்பிரசவத்தில் (கர்ப்பத்தின் 32 வாரங்களுக்கு முன்) பிறக்கும் குழந்தைகள், எடை குறைவாக (1.5 கிலோவுக்குக் குறைவாக) பிறக்கும் குழந்தைகள்.
- இரட்டையர்கள் மற்றும் கூடுதல் எண்ணிக்கையில் பிறக்கும் குழந்தைகள்.
- மூச்சுத்திணறல், இதயக்கோளாறு, தொற்றுகள் மற்றும் பிறவிக் குறைபாடு உள்ள குழந்தைகள்
- 16 வயதுக்குக் குறைவான அல்லது 40 வயதுக்கு மேல் உள்ள தாய் பிரசவிக்கும் குழந்தைகள். போதைப்பொருள் மற்றும் மதுப்பழக்கம் உள்ள தாய்க்குப் பிறக்கும் குழந்தைகள்,நீரிழிவு நோயால் பாதிக்கப்பட்ட தாய்க்குப் பிறக்கும் குழந்தைகள். உயர் ரத்த அழுத்தத்துக்கு ஆளான தாய்க்கு பிறக்கும் குழந்தைகள்.
- பால்வினை நோய்கள், கர்ப்பகாலத்தில் ரத்தப்போக்கு, ஒரே பிரசவத்தில் ஒன்றுக்கும் மேற்பட்ட குழந்தைகளை பிரசவிப்பது, மிகக் குறைந்த அல்லது அதிக அம்னோடிக் திரவ சுரப்பு
- 37 வாரங்களுக்கு முன்னதாகவோ அல்லது 42 வாரங்களுக்கு அதிகமான கர்ப்ப காலத்திலோ பிறக்கும் குழந்தைகள்.
- பிறப்பு எடை 1.5 கிலோவுக்குக் குறைவாகவோ அல்லது 4 கிலோவுக்குக் கூடுதலாகவோ உள்ள குழந்தைகள், சுவாசக்கோளாறுடன் பிறக்கும் குழந்தைகள், தொற்று பாதிப்புடன் பிறக்கும் குழந்தைகள், வலிப்பு மற்றும் குறைந்த ரத்த சர்க்கரை அளவுடன் பிறக்கும் குழந்தைகள், கூடுதல் ஆக்சிஜன், தீவிரக் கண்காணிப்பு, நரம்புவழி சிகிச்சை தேவைப்படும் குழந்தைகள், ரத்தமாற்றம் போன்ற நடைமுறைகள் தேவைப்படும் குழந்தைகள்.
- கர்ப்ப காலத்தில் முதல் மலம் (மெகோனியம்) அம்னோடிக் திரவத்திற்குள் சென்ற குழந்தைகள்.
- தொப்புள் கொடி (நச்சுக்கயிறு) கழுத்தில் சுற்றியவாறு பிறக்கும் குழந்தைகள்.

9A, வல்லபாய் ரோடு, சொக்கிகுளம், மதுரை-625002.
போன்: 0452 3545400, 2545400(100 Lines).
For Emergency: 0452 2501033

649 A/2, அங்கு நகர், திண்டுக்கல்-624004.
போன்: 0451 3561000 , 2461000(100 Lines)
For Emergency: 0451 244 44 44

தொழுநோய் விழிப்புணர்வு

மதுரை மாவட்டத்தில் ஸ்பர்ஷ் தொழுநோய் விழிப்புணர்வு இயக்கத்தையொட்டி தேசிய தொழுநோய் ஒழிப்புத் திட்டத்தின் சார்பில் மதுரை செல்லூர் மற்றும் பீபீ குளம் நகர்ப்புற ஆரம்ப சுகாதார நிலையத்துக்குள்பட்ட பகுதிகளில் தொழுநோய் அறிகுறி உள்ளோரைக் கண்டறியும் முகாம் கடந்த பிப். 13–ம் தேதி முதல் 28–ம் தேதி வரை நடைபெற்றது.

சுகாதார ஆய்வாளர் விநாயகமூர்த்தி தலைமையிலான குழுவினருடன் வடமலையான் துணைமருத்துவக் கல்லூரி செயல் நிர்வாக அதிகாரி யோ.காளிமுத்து தலைமையிலான மாணவர்கள் குழு இணைந்து சுமார் 15,680 வீடுகளில் வசிக்கும் மக்களுக்கு தொழுநோய் பற்றிய விழிப்புணர்வு மற்றும் புதிதாக தொழுநோய் அறிகுறி உள்ளவர்களைக் கண்டறியும் பணியை மேற்கொண்டனர்.

முகாமில் பங்கேற்ற மாணவ, மாணவிகளுக்கு வடமலையான் மருத்துவமனையில் மார்ச் 19–ம் தேதி சான்றிதழ் வழங்கும் நிகழ்ச்சி நடைபெற்றது. நிகழ்வில் தேசிய தொழுநோய் ஒழிப்புத் திட்ட துணை இயக்குநர் டாக்டர் கே.விஜயன் மற்றும் சுகாதார ஆய்வாளர்கள் கலந்துகொண்டு மாணவ, மாணவிகளுக்குச் சான்றிதழ்களை வழங்கினர்.

வடமலையான் மருத்துவனைத் தலைவரும் நிர்வாக இயக்குநருமான டாக்டர் வ.புகழகிரி, கல்வியியல் ஆலோசகர் டாக்டர் எஸ்.ஆனந்தராமகிருஷ்ணன், முதல்வர் பேராசிரியர் அ.ஜாஸ்மின் ஆகியோர் மாணவர்களின் பணியைப் பாராட்டினர்.

முகாமில் பங்கேற்ற 40 மாணவ, மாணவிகளுக்கு நாள் ஒன்றுக்கு ரூ.75 வீதம் மத்திய அரசு சார்பில் ஊக்கத்தொகை வழங்கப்பட்டது.

Since 1957

வடமலையான்
மருத்துவமனை(பி)லிமிடெட்

மதுரை | திண்டுக்கல்

பத்துமாசம் பாத்துக்குவோம்
பத்திரமா பாத்துக்குவோம்...

வடமலையான் மருத்துவமனை
பெருமையுடன் வழங்கும்

பேறுகாலத்திற்கான பிரத்யேகத் திட்டம்

My mother

PACKAGE ரூ.30,000 /– மட்டுமே*

*நிபந்தனைக்கு உட்பட்டது

செலுத்தி பெற்றிடுங்கள் முழுமையான பேறுகாலச் சிகிச்சை

(பேறுகாலம் உறுதி செய்யப்பட்ட நாளிலிருந்து பிரசவ காலம் வரை)

மதுரை

9A, வல்லபாய்ரோடு, சொக்கிகுளம், மதுரை - 625002.
போன்: 0452 3545400 (100 Lines), 4361022
For Emergency: 0452 250 1033
மேலும் விபரங்களுக்கு 89405 05551

திண்டுக்கல்

649 A/2, செட்டிநாயக்கன்பட்டி, அங்குநகர், திண்டுக்கல் - 624004.
போன்: 0451 3561000 (100 Lines), 2461000
For Emergency: 0451 244 44 44
மேலும் விபரங்களுக்கு 73970 11222

Since 1957

உயிர்காக்க உதவும் நவீன ஸ்கேன்கள்

● டாக்டர் R. சோனியா DMRD, DNB(RD)
கதிரியக்க நிபுணர்

மருத்துவர்கள் பரிந்துரைக்கும் நவீன ஸ்கேன் பரிசோதனைகளே பலசமயங்களில் நோயாளிகளுக்கு ஏற்படும் ஆபத்தான நோய்களை ஆரம்ப நிலையிலேயே கண்டறிந்து சிகிச்சை அளிப்பதற்கு பெரிதும் உதவுகின்றன.

வடமலையான் மருத்துவமனைக்கு கடந்த சில மாதங்களுக்கு முன் முதியவர் ஒருவர், சிறுநீர் கழிக்கும்போது எரிச்சல், வலி மற்றும் காய்ச்சல் உள்ளிட்ட அறிகுறிகளுடன் சிகிச்சைக்கு வந்தார். அவருக்கு மேற்கொண்ட சிறுநீர்ப் பரிசோதனையில் தொற்று இருப்பது உறுதிசெய்யப்பட்டது.

அதைத்தொடர்ந்து, சிறுநீர்ப் பையில் ஏதேனும் பிரச்சினை உள்ளதா என்பதைக் கண்டறிய வழக்கமான பரிசோதனைகள் மற்றும் அல்ட்ரா சவுண்ட் ஸ்கேன் செய்யப்பட்டது. அதில் சிறுநீர்ப்பை சற்று வீங்கியிருந்ததுடன், எதிர்பாராதவிதமாக இரைப்பையின் ஒருபகுதி உள்சுவர் சற்று தடிமனாக இருந்ததும் தெரியவந்தது.

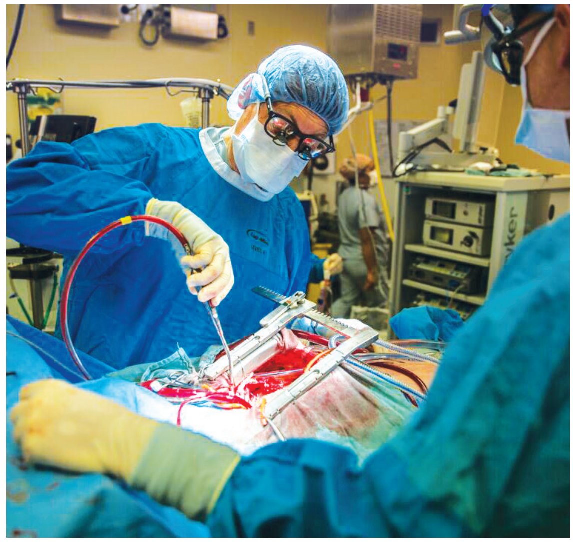
அதையடுத்து, அவருக்கு புற்றுநோய் இருக்கலாம் என்ற சந்தேகிக்கப்பட்டதால், உடனடியாக Contrast C.T. Abdomen எடுக்க அறிவுறுத்தப்பட்டார். ஸ்கேனில் அவருக்கு இரைப்பையின் ஒரு குறிப்பிட்ட பகுதி உள்சுவர் அதிக தடிமனதாக இருந்தது உறுதிசெய்யப்பட்டதுடன், அதைச் சுற்றி அதிக நெரிக்கட்டிகள் (Lymph nodes) உருவாகியிருந்ததும் தெரியவந்தன. இதையடுத்து பயாப்சி பரிசோதனைக்கு உட்படுத்தப்பட்டதில் அவருக்கு ஏற்பட்டிருந்தது புற்றுநோய் என்பது உறுதிசெய்யப்பட்டது.

நோயாளிக்கு சந்தேகத்தின்பேரில் கான்டிராஸ்ட் சிடி அப்டமன் செய்யப்பட்டதாலேயே புற்றுநோய் இருப்பது தெரியவந்தது. ஆரம்பநிலையிலேயே நோய் கண்டறியப்பட்டதால் நோயாளியைக் காப்பாற்ற முடிந்தது.

சிடி ஸ்கேனுக்கு அறிவுறுத்தப்படாதபட்சத்தில், நோயாளிக்கு புற்றுநோய் பாதிப்பு இருப்பதே

வடமலையான் மருத்துவமனை
நவீன இதய சிகிச்சைகள்

மதுரை வடமலையான் மருத்துவமனையில் பல தரப்பட்டஇதய நோய்களுக்கும், உலகத் தரத்தில் சிகிச்சை மேற்கொள்ளப்படுகிறது.



GuidedAirFlowTheatre-ல்இதயசிகிச்சைசெய்யப்படும் தென் தமிழகத்தின் முதல் மருத்துவமனை வடமலையான் மருத்துவமனையாகும். சிகிச்சை அளிக்கும் மருத்துவ நிபுணரின் மூச்சுகூட, நோயாளியை பாதிக்காத வகையில் சிகிச்சை அறையில் இருந்து, காற்றை அப்புறப்படுத்தும் உலகின் நவீன தியேட்டர்கள் தான் Guided Air Flow Theatre ஆகும். வடமலையான் மருத்துவமனையில் உள்ள வடமலையான் ஹார்ட் பவுண்டேஷனில், சர்வதேச அனுபவம் பெற்ற இதய சிகிச்சை மருத்துவ நிபுணர்குழு தரமான சிகிச்சை அளிக்கிறது. இதய சிகிச்சை முடிந்த பின்னர், நோயாளி ஒருவாரத்தில் வழக்கமான பணியில் ஈடுபட முடியும்.

பைபாஸ் சர்ஜரி செய்யப்படும் சிகிச்சைகள்

- இதய தமனி அடைப்புகளை சரி செய்யும் பைபாஸ் சர்ஜரி (தமனி என்பது இதயத்தில் இருந்து உடல் உறுப்புகளுக்கு சுத்த ரத்தம் கொண்டு செல்லும் குழாய்)
- மாற்று இதய வால்வு பொருத்துதல் சிகிச்சை
- இதய துவாரங்களை மூடுதல்
- பைபாஸ் சர்ஜரியை எந்த வயதிலும் செய்து கொள்ளலாம். இந்த சிகிச்சைக்குப் பின்னர் எந்தவித பயமும் இன்றி தாங்கள் மேற்கொண்ட பணிகளை தொடர்ந்து செய்ய முடியும்.
- இதய வால்வு சரி செய்தல் (இடது இதய பகுதியில் உள்ள வால்வு சரி செய்தல்)
- ரத்தக்குழாய் சுவர் பலவீனம் அடைந்து ஏற்படும் புடைத்தலை சரி செய்தல்.
- சுவாசப்பாதை சிகிச்சை
- சிக்கலான - இழந்து போன இதய ஓட்டத்தை சரி செய்தல்.
- இதய தமனி பைபாஸ் சிகிச்சை
- மிகச் சிறிய ஊடுருவல் இதய பைபாஸ் சர்ஜரி
- இதய செயல்பாட்டுடன் கூடிய சர்ஜரி
- பிறவி இதய குறைபாடு சரி செய்தல்.

வடமலையான்
மருத்துவமனை (பி) லிமிடெட்
Since 1957

கிளைகள்

9 ஏ, வல்லபாய் ரோடு,
சொக்கிகுளம்,
மதுரை - 625002.
போன் : 0452- 3545400, 2545400 (100 இணைப்புகள்)

649. ஏ/2.அங்குநகர்,
திண்டுக்கல் -624 004.
போன்: 0451 - 2461000, 0451-3561000
(100 இணைப்புகள்)

Since 1957

மருத்துவமனைக்கு சிகிச்சைக்கு வரும் நோயாளிகள் கூறும் அறிகுறிகளைக் கொண்டு அதுதொடர்பாக பிற பாதிப்புகள் அவர்களுக்கு இருக்குமா என்ற சந்தேகத்தின்பேரில் மட்டுமே மருத்துவர்கள் சில ஸ்கேன் பரிசோதனைகளுக்கு அறிவுறுத்துவார்கள். இது நோயாளிகளை ஆபத்தான நோய்களில் இருந்து ஆரம்ப நிலையிலேயே காப்பாற்றுவதற்கான நடவடிக்கையே தவிர, தேவையற்ற செயல்பாடுகள் அல்ல.

தெரியாமல் போயிருக்கும். அவர் சிறுநீர்ப்பாதைத் தொற்றுக்கு மட்டுமே சிகிச்சைபெற்றுச் சென்றிருப்பார்.

ஆனால் அவர், சில மாதங்களில் நோய் வயிறு முழுவதும் பரவி, வயிறு வீங்கிய நிலையில் முற்றிலும் உணவு உட்கொள்ள முடியாத நிலைக்கு ஆளாகி இருப்பார். அத்தோடு நோய் மற்ற உறுப்புகளுக்கும் பரவி உயிருக்கு ஆபத்தான நிலையை எட்டி இருப்பார். அப்போது அவரைக் காப்பாற்றுவது மருத்துவர்களுக்கு சவாலான காரியமாக இருக்கும்.

தற்போது ஆரம்பநிலையிலேயே புற்றுநோய் கண்டறியப்பட்டதால் அந்த முதியவருக்கு உடனடியாக வயிற்றுப் பகுதியில் அறுவைசிகிச்சை மேற்கொள்ளப்பட்டு, கீமோதெரபி சிகிச்சை அளிக்கப்பட்டு அவர் நலமடைந்தார்.

மருத்துவமனைக்கு சிகிச்சைக்கு வரும் நோயாளிகள் கூறும் அறிகுறிகளைக் கொண்டு அதுதொடர்பாக பிற பாதிப்புகள் அவர்களுக்கு இருக்குமா என்ற சந்தேகத்தின்பேரில் மட்டுமே மருத்துவர்கள் சில ஸ்கேன் பரிசோதனைகளுக்கு அறிவுறுத்துவார்கள்.

இது நோயாளிகளை ஆபத்தான நோய்களில் இருந்து ஆரம்பநிலையிலேயே காப்பாற்றுவதற்கான நடவடிக்கையே தவிர, தேவையற்ற செயல்பாடுகள் அல்ல.

நோயாளிகளைக் காப்பாற்றுவதே மருத்துவர்களின் நோக்கம் என்பதை நினைவில்கொண்டு நம்பிக்கையுடன் சிகிச்சைக்கு வரவேண்டும். அப்போது மட்டுமே பூரண நலம்பெற முடியும்.

சருமத்தை மிளிரவைக்கும் ஆலிவ் ஆயில்!

J.ஜான்சி ஜெனிதா MSc
தலைமை உணவு ஆலோசகர், திண்டுக்கல்

சருமத்தை மிளிர வைப்பதில் ஆலிவ் ஆயில் முக்கியப் பங்கு வகிக்கிறது. தினமும் இரவு படுக்கச் செல்லும்முன் முகத்தில் ஆலிவ் ஆயிலை தடவும்போது சருமத்தில் இருக்கும் அழுக்குகள் வெளியேறி, முகம் இளமைப் பொலிவுடன் இருக்கும்.

குளிப்பதற்கு முன் முகத்தில் ஆலிவ் ஆயிலுடன் சிறிது வினிகரை கலந்து தடவி ஊறவைத்துப் பின் வெதுவெதுப்பான தண்ணீரில் குளித்தால் சூரியக் கதிர்களால் சருமம் பாதிப்படைவது தடுக்கப்படும்.

ஒரு ஸ்பூன் ஆலிவ் ஆயிலுடன் இரண்டு ஸ்பூன் எலுமிச்சைச் சாறு சேர்த்து நன்றாகக் கலந்து சருமத்தில் தடவி சிறிதுநேரம் மசாஜ் செய்து, சுமார் 30 நிமிடங்கள் வரை ஊறவைக்கவேண்டும். பின்னர் வெதுவெதுப்பான நீரில் கழுவும்போது சருமப் பிரச்சினைகள் காணாமல் போகும். இவ்வாறு வாரத்தில் 2 அல்லது 3 முறை செய்யும்போது சருமம் மிளிரும்.

பொடுகுக்குத் தீர்வு

வறட்சி காரணமாக சிலருக்கு பொடுகுத் தொல்லை ஏற்படும். அவர்களுக்கு ஆலிவ் ஆயில் நல்ல தீர்வைத் தரும். ஆலிவ் ஆயிலை தினமும் கூந்தலில் தடவிவரும்போது பொடுகுத்தொல்லை படிப்படியாகக் குறையும்.

புகைப்பழக்கத்தை நிறுத்த முடியவில்லையா?

புகைப்பழக்கத்திற்கு அடிமையாவது ஒரு நோய்

உங்களுக்கு தேவை அறிவுரை மட்டுமல்ல

சரியான மருந்து மற்றும் மருத்துவ ஆலோசனை

* நிக்கோட்டின் மாற்று சிகிச்சை
* பழக்கவழக்கத்தில் மாற்றம்

புகையினால் உடல் உறுப்புகள் பாதிப்படைந்துள்ளதா என அறிய

* Chest X-Ray
* PFT
* Treadmill
* Pulmonologist Consultation

1900/- ONLY

95665 91238

வடமலையான் மருத்துவமனை (பி) லிமிடெட்

Since 1957

9A, வல்லபாய் ரோடு,
சொக்கிகுளம்,
மதுரை-625002.
Ph:0452 3545400

77-80, சின்னகடை தெரு,
தெற்குவாசல்,
மதுரை.625001.
Ph:0452 4371000

649/A2, அங்கு நகர்,
திண்டுக்கல்-624001.
Ph:0451 3561000,

Since 1957

பற்களை இழந்தவர்களுக்கு டென்டல் இம்ப்ளான்ட் ஒரு வரப்பிரசாதம்

● டாக்டர் **J. முகமது பத்ருதீன்** MDS
முகம் மற்றும் தாடை அறுவைசிகிச்சை நிபுணர்
திண்டுக்கல்

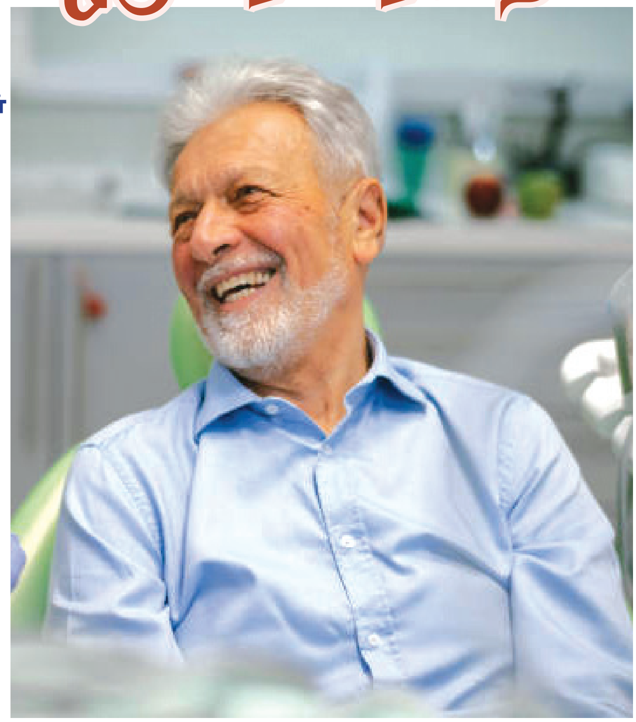
கடுமையான வலி காரணமாக பற்களை அகற்றிவிட்டு அவதிப்படுகிறீர்களா? அல்லது பற்களை அகற்றியவுடன் செயற்கைப் பற்களைப் பொருத்தாமல் அவதிப்படுகிறீர்களா? அல்லது பற்கள் இருந்தும் சரியாக மென்று சாப்பிட முடியாமல் சிரமப்படுகிறீர்களா? மேற்கண்ட எந்தவொரு பிரச்சினையில் நீங்கள் இருந்தாலும் அதற்கு மிகச்சிறந்த தீர்வாக அமைகிறது நவீன டென்டல் இம்ப்ளான்ட் செயல்முறை.

பொதுவாக பல் வலியால் அவதிப்படுவோருக்கு, பாதிக்கப்பட்ட பல்லில் வேர் சிகிச்சை (Root Canal) செய்து, அதன் மேல் தொப்பி (Crown or Cap) பொருத்தப்படும். இது ஒரு பாதுகாப்பான சிகிச்சை முறை. ஆனால் இந்த சிகிச்சை அனைவருக்கும் பொருந்தாது. பற்களில் சொத்தை உண்டாகி, அது ஆழமாக ஊடுருவி இருந்தால் கடுமையான வலி ஏற்படும். அதற்கு உடனடி சிகிச்சை பெறாவிட்டால் பற்களின் வெளி மற்றும் உள்புறத் தோற்றம் சிதைந்துவிடும். அவ்வாறு சிதைவுற்ற பற்களுக்கு ரூட் கானல் சிகிச்சை அளிக்கமுடியாது.

இந்த நிலையில் பாதிக்கப்பட்ட பற்களை முழுமையாக அகற்றுவதைத் தவிர வேறு வழியில்லை. அவ்வாறு பற்களை அகற்றியுடன் உடனடியாக செயற்கை முறையில் மாற்றுப் பற்களைப் பொருத்தவேண்டும். ஆனால் நம்மில் பலர் பற்களின் முக்கியத்துவத்தையும் அவற்றைப் பாதுகாக்கவேண்டியதன் அவசியத்தையும் உணர்வதே இல்லை.

உணவை உண்பதற்கும் தெளிவாகப் பேசுவதற்கும் சிரிக்கும்போது முகஅழகை வெளிப்படுத்துவதற்கும் பற்கள் மிகமிக அவசியம்.

உணவை நன்கு மென்று விழுங்காதபோது அஜீரணக் கோளாறு உண்டாகும். இளம் வயதில்



பற்களை அகற்றும்போது முகத்தில் சுருக்கங்கள் ஏற்படும் வாய்ப்பு அதிகம் உள்ளது. முகத்தின் தசைகள் எலும்புகளுடன் இணைந்து இருந்தால்தான் முகம் இளமையாகத் தோன்றும். பற்கள் இல்லாதபோது முகத்தசைகள் தளர்வாகி வயதான முக அமைப்பைக் கொடுக்கும்.

இவ்வாறு முக அழகுக்கும் ஆரோக்கியத்துக்கும் பெரிதும் உறுதுணையாக இருக்கும் பற்களைப் பேணிப் பாதுகாக்கவேண்டியது நமது கடமை. பற்களில் ஏதேனும் பாதிப்பு உண்டாகி பற்களை அகற்றியிருந்தால், உடனடியாக செயற்கைப் பற்களைப் பொருத்துவது மிகவும் அவசியம்.

அந்தவகையில், பற்களை இழந்த அல்லது அகற்றிய அனைத்து வயதினருக்கும் நவீன டென்டல் இம்ப்ளான்ட் செயல்முறை மிகச்சிறந்த வரப்பிரசாதமாக அமைந்துள்ளது.

இம்முறையில், பற்கள் இல்லாத இடத்தில் ஒரு சிறிய அறுவைசிகிச்சை மூலம் செயற்கை பற்கள் பொருத்தப்படுகின்றன. இவ்வாறு செயற்கைப்

- மக்களின் மருத்துவ தேவையை பூர்த்தி செய்ய உங்கள் வீடு தேடி வருகிறது வடமலையான் மருத்துவமனையின் "சுகந்தம்" - திட்டம்
உங்கள் குடும்பத்தினரின் நலத்திற்காக பதிவு செய்து கொள்ளுங்கள்

- நீங்கள் அழைத்தவுடன் உடனடியாக உங்கள் இல்லம் தேடி வருகிறது வடமலையான் மருத்துவமனையின் "சுகந்தம்" - திட்டம்

சேவை பற்றிய விரிவான விளக்கங்கள் அறிய எங்கள் **சுகந்தம், ஹோம் ஹெல்த் கேர்** அலுவலகத்தை அணுகவும்

சிறப்பம்சங்கள்:

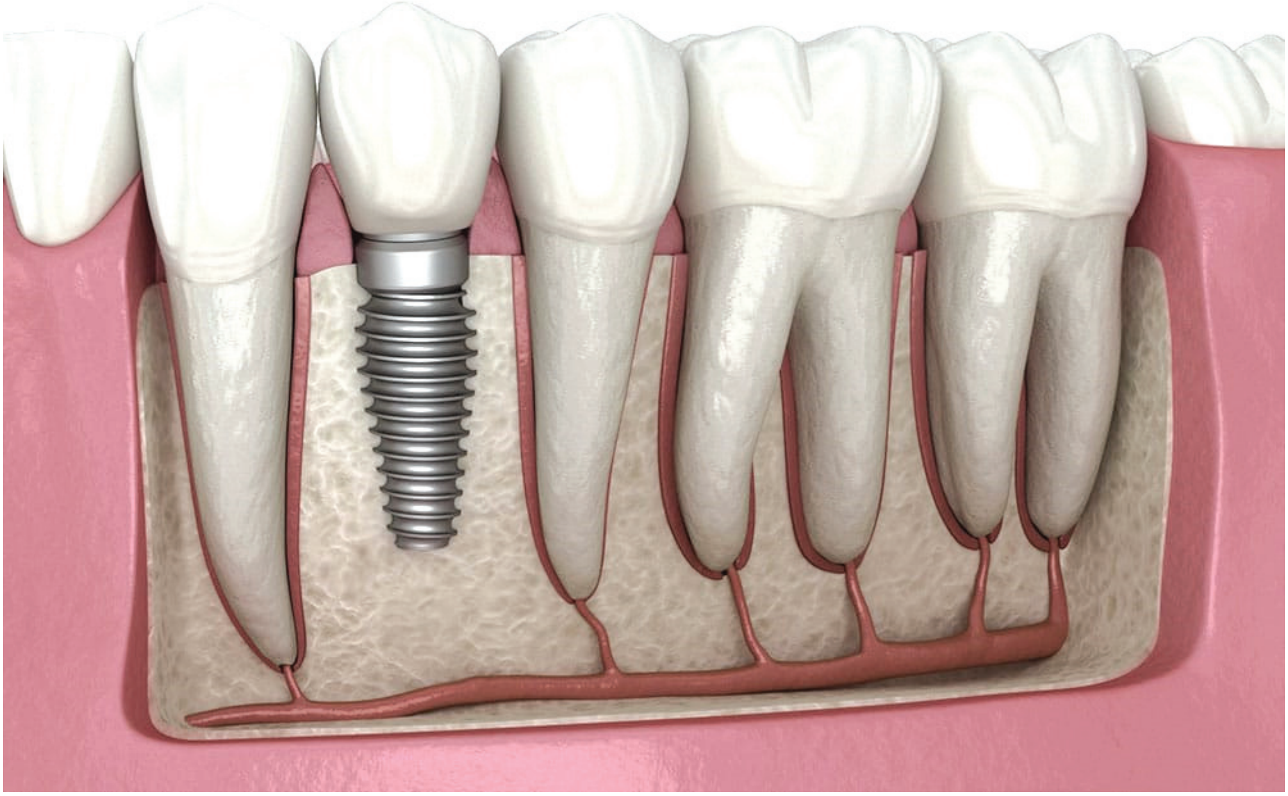
- உடனடி பிரத்யேக சேவை
- மருத்துவர், செவிலியர், டெக்னிஷியன்கள் மருத்துவ சேவை புரிய உங்கள் இல்லம் வருவர்
- இல்ல செவிலியர் சேவை
- இல்லத்திலேயே உடல் பரிசோதனை
- மருந்தகம் மற்றும் ஆய்வக பரிசோதனை சேவை
- ஆம்புலன்ஸ் சேவை
- உறைவிட சேவை

மேற்கூறிய சேவைகள், அதற்குரிய கட்டணத்துடன் இத்திட்டத்தில் பதிவு செய்பவர்களுக்கு அளிக்கப்படும்.

82205 87555
மதுரை
9A, வல்லபாய்ரோடு, சொக்கிகுளம், மதுரை-625002
Ph.0452-3545400, 2545400(100 Lines),
For Emergency- 0452 - 250 1033

99949 91787
திண்டுக்கல்
649 A/2, அங்கு நகர், திண்டுக்கல்-624004.
Ph:. 0451-2461000, 3561000 (100 Lines)
For Emergency- 0451 - 244 44 44

Since 1957
வடமலையான்
மருத்துவமனை(பி)லிமிடெட்



பற்களைப் பொருத்துவதால் உடலுக்கு எந்தவொரு பாதிப்பும் ஏற்படாது. இச்செயல்முறையை வெளிநோயாளியாகவே இருந்து மேற்கொள்ளலாம். செயல்முறையின்போது வலியோ அதிக ரத்தப்போக்கோ இருக்காது.

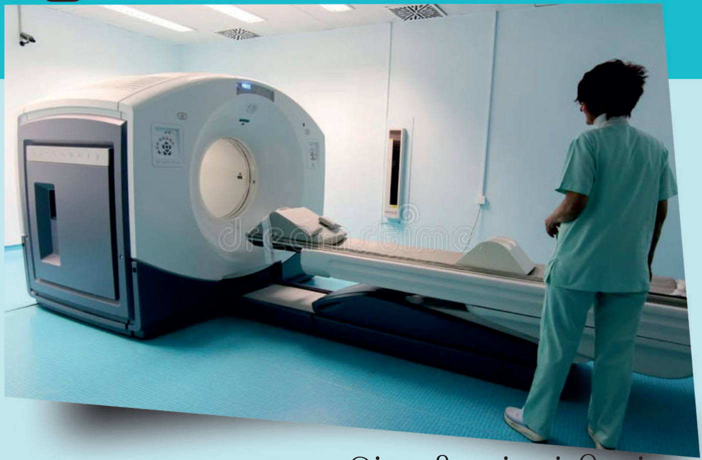
செயற்கையாகப் பொருத்தப்படும் பற்கள் நாளடைவில் எலும்புகளுடன் சேர்ந்துவிடுவதால் மற்ற சிகிச்சை முறைகளைவிட மிகச் சிறந்த செயல்முறையாக இது கருதப்படுகிறது.

இதன்மூலம் கழற்றி மாட்டும் பல் செட் (Denture) உபயோகிப்பதில் இருந்து விடுபடலாம். டென்டல் ஸ்கேன் செய்து நோயாளியின் எலும்பின் அளவைக் கண்டறிந்து, அதற்கேற்ப இம்பிளான்ட் பொருத்தப்படுகிறது. நோயாளிக்கு இம்பிளான்ட் நன்கு பொருந்தியவுடன் அதில் பற்கள் கட்டப்படும். இம்ப்ளான்ட் பொருத்தப்பட்டு ஓரிரு மாதங்கள் கழித்து பற்களைக் கட்டுவது சிறந்தது என்று சில ஆய்வுகளும், நோயாளியின் உடல்நிலையைப் பொறுத்து *10* முதல் *15* நாள்களிலும் பற்களைக் கட்டமுடியும் எனவும் வேறு சில ஆய்வுகளும் தெரிவிக்கின்றன.

புகைப்பழக்கம், புகையிலை மற்றும் வெற்றிலை, பாக்கு போடும் பழக்கம் உள்ளவர்களுக்கு இம்பிளான்ட் செயல்முறை பொருந்தாது. மேலும் சர்க்கரையின் அளவு அதிகம் உள்ளவர்கள், எலும்பு பாதிப்பு மற்றும் ரத்தம் சம்பந்தப்பட்ட நோயால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் இம்பிளான்ட் சிகிச்சையைத் தவிர்ப்பது நல்லது.

திண்டுக்கல் வடமலையான் மருத்துவமனையில் டென்டல் இம்ப்ளான்ட் சிகிச்சை அனுபவமிக்க மருத்துவரால் சிறப்பாக அளிக்கப்படுகிறது. சிகிச்சை தேவைப்படுவோர் மருத்துவமனை பல் மருத்துவரை நேரில் அணுகலாம்.

நமது வடமலையான் மருத்துவமனையில் நோய்களைத் துல்லியமாகக் கண்டறியும் கருவிகள்



பெட் ஸ்கேன் (PET SCAN)

தென் தமிழகத்திலேயே முதன்முறையாக மதுரை வடமலையான் மருத்துவமனையில் பெட் ஸ்கேன் கருவி நிறுவப்பட்டுள்ளது. இக் கருவி மூலம் பல்வேறு புற்றுநோய்களை ஆரம்ப நிலையிலேயே துல்லியமாகக் கண்டறிய முடியும். புற்றுநோய் பாதித்தவர்களுக்கு கதிர்வீச்சு சிகிச்சையை எந்த அளவில் அளிக்கலாம் என்பதைத் தீர்மானிப்பதற்கு இக்கருவி பெரிதும் உதவுகிறது.

இதயநோய் மருத்துவத்திலும் பெட் ஸ்கேன் மிக முக்கிய பங்காற்றுகிறது. இதயத்தசைகள் உயிரோட்டத்துடன் உள்ளதா என்பதையும் இதயத்திலுள்ள ரத்தத்தின் நிலையைக் கண்டறியவும் பயன்படுகிறது.

இதயத்தின் ரத்தஓட்டத்தில் குறைபாடு ஏற்படும்போது எதிர்காலத்தில் மாரடைப்பு உருவாகலாம். பெட் ஸ்கேன் கருவி மூலம் சோதனை செய்வதன் மூலம் இப் பாதிப்பு வராமல் தவிர்க்கலாம். ஆஞ்சியோபிளாஸ்டி, பை-பாஸ் அறுவைசிகிச்சை செய்த பின்னர் அந்த நபர் ஆரோக்கியமாக வாழும் நிலையைக் கணக்கிடவும் பெட் ஸ்கேன் பெரிதும் உதவுகிறது.

நரம்பியல் மருத்துவத்தில் எஃப்.டி.ஜி. பெட் ஸ்கேன் கருவி பயன்படுத்தப்படுகிறது.

ஞாபகமறதி நோயைக் (Dementia) கண்டறிவதற்கும் மற்றும் பல்வேறு நோய் நிலைகளைக் கண்டறிவதற்கும் இக் கருவி உதவுகிறது. வலிப்பு ஏற்படுவதற்கான மூளையின் பகுதியை அடையாளப்படுத்துவதில் பெட் ஸ்கேன் முக்கியப் பங்காற்றுகிறது.

லினாக் ரேபிட் ஆர்க் (LINAC RAPID ARC)

லினாக் ரேபிட் ஆர்க் என்பது அதிநவீன கதிர்வீச்சு சிகிச்சை முறையாகும். இந்த கதிர்வீச்சுக் கருவி மிகத் துல்லியமாக செயல்படுவதால் புற்றுநோய் கட்டியை முழுமையாக சென்றடைகிறது. இந்தக் கதிர்வீச்சுக் கருவியைப் பயன்படுத்துவதால் இயல்பாக உள்ள உடல் உறுப்புகளில் ஏற்படும் பக்கவிளைவுகள் மிகக் குறைவாகவே இருக்கும்.

இக்கருவி மூலம் வாய், தொண்டை, மார்பகம், நுரையீரல் மற்றும் கர்ப்பப்பை புற்றுநோய்கள், மூளைக் கட்டிகள் என அனைத்துவகையான புற்றுநோய்களுக்கும் சிகிச்சை அளிக்கலாம். மக்களின் சேவைக்காக லினாக் கருவி நமது வடமலையான் மருத்துவமனை புற்றுநோய் மையத்தில் நிறுவப்பட்டுள்ளது.

பிரேக்கி தெரபி (BRACHY THERAPY)

பிரேக்கி தெரபி உள்கதிர்வீச்சு சிகிச்சை முறை என்று அழைக்கப்படுகிறது. முக்கியமாக பெண்களுக்கு ஏற்படும் கர்ப்பப்பை மற்றும் கர்ப்பப்பை வாய் (Cervical cancer) புற்றுநோய்களை முற்றிலும் அழிக்க மிக அதிக அளவு கதிர்வீச்சு தேவைப்படும். இத்தகைய நோயாளிகளுக்கு முதலில் லினாக் ரேபிட் ஆர்க் கருவி மூலம் 5, 6 வாரங்களுக்கு வெளிக்கதிர்வீச்சு அளிக்கப்பட்டு பின்னர் 2, 3 முறை ஹெச்.டி.ஆர். பிரேக்கி தெரபி கருவி மூலம் நேரடியாக கர்ப்பப்பையின் உள்ளேயே எக்ஸ்ரே கதிர்வீச்சு செலுத்தப்படும். சில நிமிடங்களிலேயே சிகிச்சை முடிந்து உடனடியாக வீடு திரும்பலாம். இந்த சிகிச்சை முறையில் எந்தவித வலியோ, பயமோ கிடையாது. இந்த அதிநவீன High Dose Rate (HDR) பிரேக்கி தெரபி கருவியும் வடமலையான் மருத்துவமனையில் நிறுவப்பட்டுள்ளது.

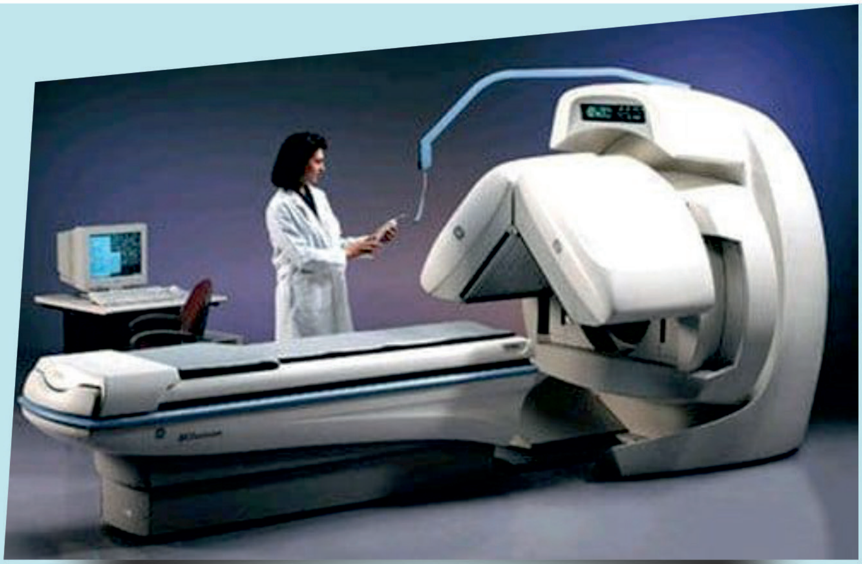
எம்.ஆர்.ஐ. ஸ்கேன் (MRI SCAN)

தீவிரமான நோய்களைக் கண்டறிய எம்.ஆர்.ஐ. ஸ்கேன் உதவுகிறது. காந்த அதிர்வு அலை வரைவு அல்லது எம்.ஆர்.ஐ. (Magnetic Resonance Imaging) ஸ்கேன் என்பது சக்தி வாய்ந்த காந்தத்தின் உதவியுடன் கம்ப்யூட்டர் மூலம் நோயின் பாதிப்பைத் துல்லியமாகத் திரையில் காண்பதாகும்.

எம்.ஆர்.ஐ. ஸ்கேன் மூலம் மூளை, தண்டுவடம், நரம்பு, எலும்பு சம்பந்தமான நோய்களின் தன்மையைக் கண்டறிய முடியும்.

கல்லீரல், கணையம், சிறுநீரகம் அல்லது சிறுநீர்ப்பை கட்டிகள் மற்றும் கர்ப்பப்பை கட்டிகளையும் துல்லியமாகக் கண்டுபிடிக்க முடிகிறது. எம்.ஆர்.ஐ. ஸ்கேன் மூலம் மூளைக்கட்டி, மூட்டு வலிகள் மற்றும் மாரடைப்பு போன்ற பெரும் நோய்களையும் கண்டுபிடிக்க முடியும். பேஸ்மேக்கர்

எனும் இதய முடுக்கி மற்றும் (Metalic implants) எனும் மாற்று சிகிச்சைகளை காதிலோ, மூளையிலோ செய்திருந்தால் எம்.ஆர்.ஐ. ஸ்கேன் கண்டிப்பாக செய்யக்கூடாது. அதை மறைக்கவும் கூடாது. கர்ப்பமடைந்த பெண்கள் 3 மாதங்களுக்குப் பிறகு எம்.ஆர்.ஐ. ஸ்கேன் செய்யலாம். அதற்கு முன்னர் செய்யக்கூடாது. அறுவைசிகிச்சை செய்வதற்கு முன்னரும், புற்றுநோய் வளர்ச்சி பற்றிய வரைபடங்களை அறிவதற்கும் எம்.ஆர்.ஐ. ஸ்கேன் உதவுகிறது.



காமா கேமரா (GAMMA CAMERA)

Cardiac Studies

இதயத்தசைக்கான ரத்தஓட்டத் தடை அல்லது குறைபாட்டினால் ஏற்படும் பாதிப்பின் அளவைக் கண்டறியவும் (STRESS MPI) இதயத்தின் ரத்த உந்துதல் திறனைக் (MUGA) கண்டறியவும் அணுக்கரு மருத்துவம் பயன்படுகிறது. இதயத்தசை ரத்தஓட்டத்தை இழந்தாலும் உயிர்ப்புடன் இருக்கிறதா என்று அறிய Cardiac PET பயன்படுகிறது. இந்தப் பரிசோதனைகளின் மூலம் இதயத்துக்கான ரத்தக் குழாய்களில் ஏற்படும் அடைப்பை நீக்கும் அறுவைசிகிச்சைக்கான பலன் எந்த அளவு பயனளிக்கும் என்பதை தெளிவுற அறிந்து அதற்கேற்ப சிகிச்சைக்கான முடிவு எடுக்கப்படும்.

Renal Scan

சிறுநீரகங்களின் திறனையும் (GFR by DTPA) தொற்று மற்றும் வேறு நோய்களால் ஏற்படும் பாதிப்புகளையும் (DMSA), சிறுநீர்ப் பாதையில் அடைப்பு இருப்பினும், சிறுநீர் எதிர் திசையில் பயணித்தாலும் (VUR) அணுக்கரு மருத்துவம் மூலம் கண்டறியலாம்.

Brain

வலிப்பு நோய் மூளையின் எந்த பகுதியில் உருவாகிறது என்பதையும் (MECD BRAIN SPECT) ஞாபக மறதி நோயான Dementia&வின் காரணத்தையும் வகையையும் PET மற்றும் TRODat Scan மூலம் கண்டறியலாம். Prostate புற்றுநோய் பரவலைக் கண்டறியவும் (PSMA PET CT) அறுவைசிகிச்சை மற்றும் வேறு மருத்துவ முறைகள் பயன்படாத நிலையில் அதற்கான பீட்டா கதிரியக்க மருத்துவமும் (Lu177 PSMA therapy) அளிக்கப்படுகிறது.

அறுவைசிகிச்சை செய்ய இயலாத கல்லீரல் புற்றுநோய்க்கு TARE எனப்படும் பீட்டா கதிரியக்கம் அணுக்கரு மருத்துவத்தில் அளிக்கப்படுகிறது. இந்த அணுக்கரு மருத்துவக் கருவி மூலம் நோயின் நிலையைத் துல்லியமாகக் கண்டறிந்து மருத்துவர்கள் சிகிச்சை அளிப்பதால் நோயாளிகள் நல்ல குணமடைவார்கள். உடல் உறுப்புகளின் நிலையைக் கண்டறிவதற்கும் காமா கேமரா உதவுகிறது.

மேமோகிராஃபி (MAMMOGRAPHY)

மேமோகிராம் எக்ஸ்ரே மார்பகத்திலுள்ள நீர்க்கட்டிகள், மார்பகத் திசுக்கள் தொடர்பான பிரச்சினைகளைக் கண்டறிய உதவுகிறது. இந்த எக்ஸ்ரேவில் மிகக் குறைந்த அளவே கதிர்வீச்சுகள் பயன்படுத்தப்படுகின்றன. மார்பக வீக்கம், மார்பகக் காம்பு தடிமனாகுதல், மார்பகக் கட்டிகள், மார்பகத் தோலில் எரிச்சல், மார்பகக் காம்புகளிலிருந்து ரத்தம் அல்லது நீர் வெளியேறுதல், அக்குள் பகுதியில் ரத்தக்கட்டிகள் தோன்றுதல் போன்ற பாதிப்புகள் ஏற்படும்போது இந்த மேமோகிராம் கருவி மூலம் பரிசோதனை செய்யப்படுகிறது. மேமோகிராம் பரிசோதனை செய்யும்போது புற்றுநோய்க்கான அறிகுறிகள் இருந்தால் திசுப் பரிசோதனை செய்யவேண்டும்.

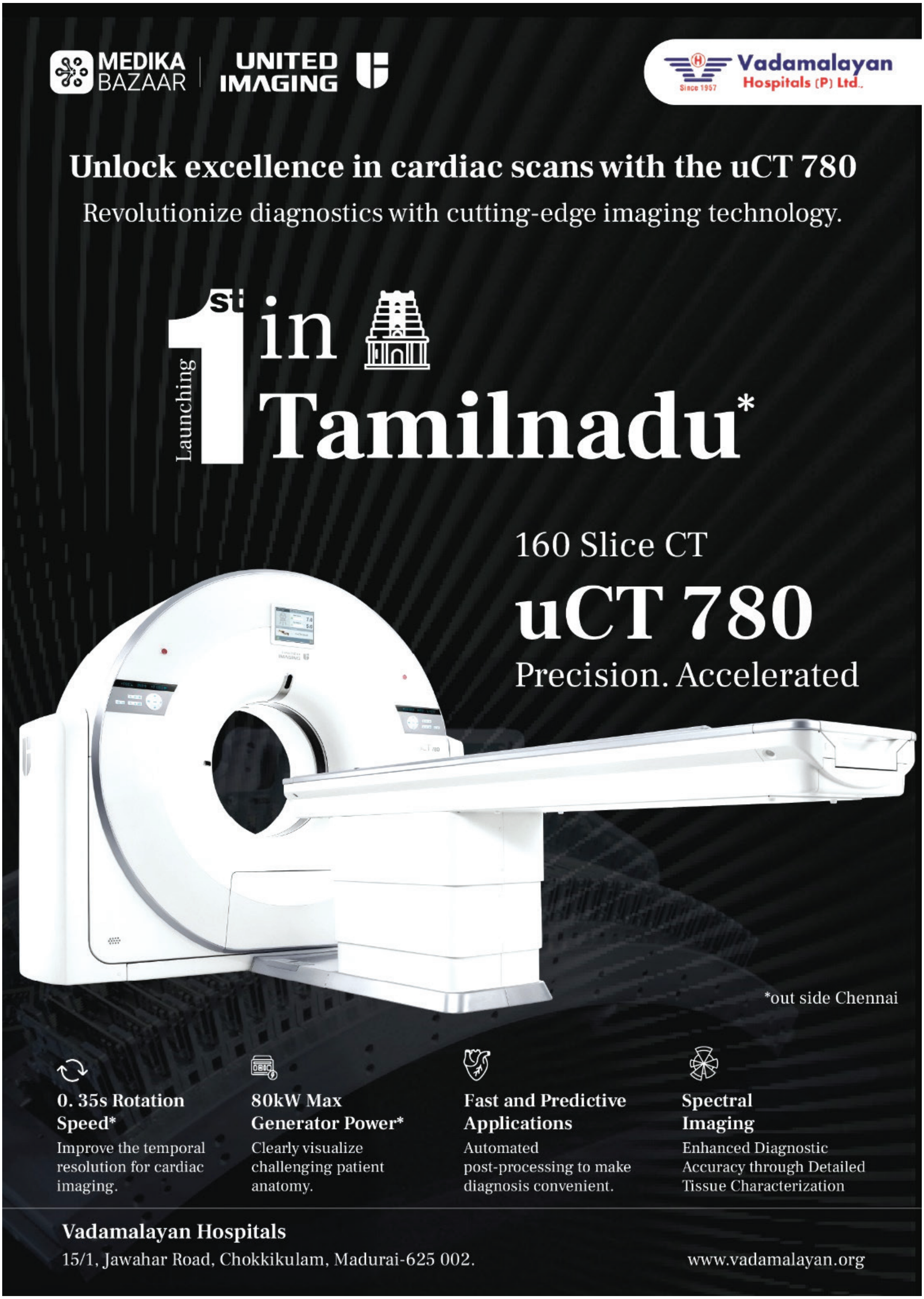
எலும்பு அடர்த்தி ஸ்கேன் (DEXA SCAN)

எலும்பின் வலிமை குறைந்து எளிதில் உடையக்கூடிய ஆஸ்டியோபோரோசிஸ் என்னும் நோயைக் கண்டறிய டெக்ஸா ஸ்கேன் உதவுகிறது. ஆண்களுக்கு 50 வயதிற்கு மேல் டெஸ்டோஸ்டிரான் ஹார்மோன் குறைவால் எலும்பின் உறுதித்திறன் குறைகிறது. பெண்களுக்கு மாதவிடாய் நிரந்தரமாக நின்றபின் ஈஸ்ட்ரோஜென் குறைவினாலும் எலும்புத் தேய்மானம் ஏற்படுகிறது. சில ரத்தப் புற்றுநோய் மற்றும் இதரப் புற்றுநோய்களால் முதுகெலும்புத் தேய்மானம் ஏற்படலாம். இவை அனைத்தையும் கண்டறிய உதவும் டெக்ஸா ஸ்கேன் எனப்படும் புதிய தொழில்நுட்பத்துடன் கூடிய எக்ஸ்ரே கருவி வடமலையான் மருத்துவமனையில் உள்ளது.

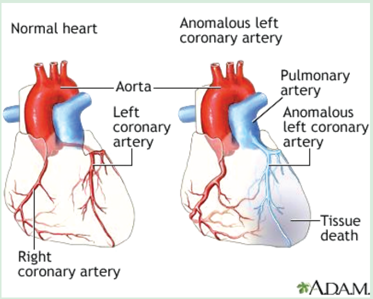
மேற்கண்ட பரிசோதனை மற்றும் சிகிச்சை முறைகளைப் பற்றிய தகவல்களை கீழ்க்கண்ட பிரிவு ஒருங்கிணைப்பாளர்களை செல்பேசியில் தொடர்புகொண்டு அறியலாம்.

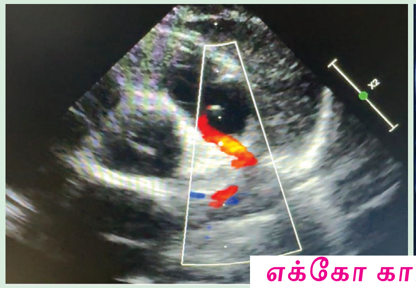
புற்றுநோய்ப் பிரிவு ஒருங்கிணைப்பாளர்	–	73977 75101
பெட் ஸ்கேன் முன்பதிவு ஒருங்கிணைப்பாளர்	–	73977 44711

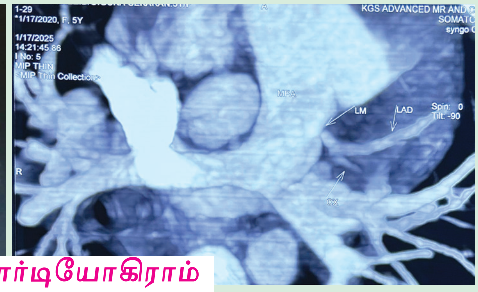
Since 1957


MEDIKA BAZAAR
UNITED IMAGING
Vadamalayan Hospitals (P) Ltd.
Since 1957
Unlock excellence in cardiac scans with the uCT 780
Revolutionize diagnostics with cutting-edge imaging technology.
Launching 1st in Tamilnadu*
160 Slice CT
uCT 780
Precision. Accelerated
*out side Chennai
0. 35s Rotation Speed*
Improve the temporal resolution for cardiac imaging.
80kW Max Generator Power*
Clearly visualize challenging patient anatomy.
Fast and Predictive Applications
Automated post-processing to make diagnosis convenient.
Spectral Imaging
Enhanced Diagnostic Accuracy through Detailed Tissue Characterization
Vadamalayan Hospitals
15/1, Jawahar Road, Chokkikulam, Madurai-625 002.
www.vadamalayan.org

4 வயது சிறுமிக்கு அரிய இதய பாதிப்பு
வடமலையான் பரிசோதனையில் கண்டுபிடிப்பு







எக்கோ கார்டியோகிராம்

திண்டுக்கல் வடமலையான் மருத்துவமனையில் மேற்கொள்ளப்பட்ட பரிசோதனைகளின் மூலம், 4 வயது சிறுமிக்கு பிறவியிலேயே ஏற்பட்டிருந்த அரிதான இதய பாதிப்பு கண்டறியப்பட்டது. இதையடுத்து சிறுமி உடனடியாக அறுவைசிகிச்சைக்காக சென்னைக்கு அனுப்பிவைக்கப்பட்டார்.

திண்டுக்கல்லைச் சேர்ந்த சிறுமி மதுமிதா (4) (பெயர் மாற்றப்பட்டுள்ளது), கடந்த ஓராண்டாக மூச்சுத்திணறலால் அவதிப்பட்டுவந்துள்ளார். இவருக்கு இதயத்தின் செயல்திறன் குறைவாக இருந்ததால் திண்டுக்கல்லில் உள்ள ஒரு தனியார் மருத்துவமனையில் சிகிச்சை பெற்றுவந்துள்ளார். மூச்சுத்திணறல் அதிகமாகும்போது அவ்வப்போது மருத்துவனையில் தங்கியும் சிகிச்சை பெற்று வந்துள்ளார். இருப்பினும் சிறுமியின் உடல்நிலையில் எந்தவொரு முன்னேற்றமும் ஏற்படவில்லை.

இந்நிலையில் சிறுமிக்கு திடீரென மூச்சுத்திணறல் கடுமையானது. அதையடுத்து சிறுமியின் பெற்றோர் அவரை திண்டுக்கல் வடமலையான் மருத்துவமனைக்கு சிகிச்சைக்காக அழைத்துவந்தனர். இங்கு சிறுமியைப் பரிசோதித்த **இதய சிகிச்சை நிபுணர் டாக்டர் பா. இராதாகிருஷ்ணன்** MD,DM (Cardiology), அவருக்கு மேற்கொண்ட நேரடி உடல் பரிசோதனையில் இதய சப்தங்களில் மாறுபாடு (Murmur) இருப்பதைக் கண்டறிந்தார். அதையடுத்து ஈசிஜி மற்றும் எக்கோ பரிசோதனைகளுக்கு அறிவுறுத்தினார். ஈசிஜியில் ST Wave depression மற்றும் எக்கோ பரிசோதனையில் Left main pulmonary artery யில் எதிர்மறையான ரத்தஓட்டம் இருப்பது கண்டறியப்பட்டது.

இதனால் சிறுமிக்கு அல்காபா (ALCAPA-Anomalous origin of the left coronary artery from the pulmonary artery) எனப்படும் பிறவி இதய ரத்தக்குழாய் முரண்பாடு இருக்கலாம் என சந்தேகிக்கப்பட்டு, CT Coronary Angiogram செய்யப்பட்டு, பாதிப்பு உறுதிசெய்யப்பட்டது. அதைத்தொடர்ந்து சிறுமி உடனடியாக அறுவைசிகிச்சைக்காக சென்னைக்கு அனுப்பிவைக்கப்பட்டார்.

"அல்காபா" என்பது 3 லட்சத்தில் ஒருவருக்கு உண்டாகக்கூடிய அரிதான பிறவி இதய பாதிப்பாகும். இவ்வகை பாதிப்பு உள்ளவர்களுக்கு இதயத்துக்குச் செல்லும் இரு ரத்தக்குழாய்களில் ஒன்றான Left main coronary artery , தவறுதலாக நுரையீரலுக்கு ஆக்சிஜன் குறைந்த அசுத்த ரத்தத்தைக் கொண்டு செல்லும் பிரதான சிரையிலிருந்து தோன்றுகிறது. இதனால் இதயத்துக்கு போதுமான அளவு ஆக்ஸிஜன் கிடைக்காததால் இதயம் வீக்கமடைந்து, அதன் செயல்திறன் குறைகிறது.

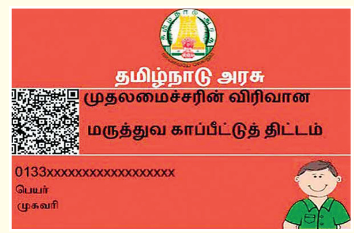
மேலும் இதயத்தின் வால்வும் சேதமடைந்து மிட்ரல் வால்வு சரியாக மூடப்படாமல் ரத்தம் பின்னோக்கிக் கசிகிறது (Mitral regurgilation). இந்த இதய பாதிப்பை ஆரம்பத்திலேயே கண்டறிந்து அறுவைசிகிச்சை மூலம் சரிசெய்யாவிட்டால், உயிருக்கு ஆபத்தான நிலை ஏற்படும் வாய்ப்பு அதிகம் உள்ளது. வடமலையான் மருத்துவமனையில் மேற்கொள்ளப்பட்ட பரிசோதனைகளே சிறுமிக்கு ஏற்பட்டிருந்த இந்த அரிய இதய பாதிப்பை கண்டறிய உதவின.

எனவே, இதய நோயாளிகள் தங்களுக்கு ஏற்படும் அறிகுறிகளை ஒருபோதும் அலட்சியம்செய்யாமல் ஆரம்பநிலையிலேயே மருத்துவரை அணுகி, அவரது பரிந்துரையின்பேரில் தேவையான பரிசோதனைகளை செய்து கடுமையான பாதிப்புகளில் இருந்து தங்களைப் பாதுகாத்துக்கொள்ளலாம்.

முதலமைச்சர் மருத்துவக்காப்பீடு அட்டை உள்ளவர்களுக்கு

வடமலையான் ஒருங்கிணைந்த புற்றுநோய் மையத்தில் சிகிச்சை வசதி

- தமிழக முதலமைச்சர் மருத்துவக்காப்பீடு அட்டை உள்ளவர்களுக்கு வடமலையான் ஒருங்கிணைந்த புற்றுநோய் மையத்தில் சிகிச்சை வசதி உள்ளது.
- புற்றுநோய் நிலையை அறிய உதவும் அணுக்கரு மருத்துவம் சார்ந்த பெட் ஸ்கேன் பரிசோதனையையும் முதலமைச்சர் மருத்துவ காப்பீடு அட்டை உள்ளவர்கள் பெறலாம்.
- புற்றுநோய் பாதிப்பில் இருந்து விடுபடுவதற்கான அதிநவீன கதிர்வீச்சு சிகிச்சை (ரேடியோதெரபி) முதலமைச்சர் மருத்துவக் காப்பீடு அட்டை உள்ளவர்களுக்கு அளிக்கப்படுகிறது.
- முதலமைச்சர் மருத்துவக்காப்பீடு அட்டை உள்ளவர்களுக்கு பரிசோதனை, சிகிச்சை வசதியுடன் புற்றுநோய் மருத்துவரின் ஆலோசனையும் வழங்கப்படுகிறது.



மேலும் விவரங்களுக்கு வடமலையான் ஒருங்கிணைந்த புற்றுநோய் மைய மதுரை ஒருங்கிணைப்பாளரை 73977 75101 என்ற எண்ணிலும்

திண்டுக்கல் ஒருங்கிணைப்பாளரை 99432 66499 என்ற எண்ணிலும்

காலை 9 மணி முதல் மாலை 6 மணி வரை தொடர்பு கொள்ளலாம்.

Since 1957

NABH ACCREDITED

வடமலையான் மருத்துவமனை (பி) லிமிடெட்

9-A, வல்லபாய் ரோடு, சொக்கிகுளம், மதுரை - 2. Ph: 0452-3545400, 2545400, 4361022/33, 7708069911 Fax: 0452-2522225

649/A2, அங்கு நகர், செட்டிநாயக்கன்பட்டி, கிராம சாலை, திண்டுக்கல்–624004. 0451–3561000, 99432 66499.

enquires@vadamalayan.org | www.vadamalayan.org

அடம்பிடிக்கும் குழந்தைகளை கையாள்வது எப்படி?

● C.கல்பனா MSW, PGDGC
உளவியல் ஆலோசகர்

தற்போதைய சூழலில் பெரும்பாலான பெற்றோர்களின் கவலை தங்களது குழந்தையின் பிடிவாத குணத்தை எப்படியாவது போக்கிவிட வேண்டும் என்பதுதான். தூங்குவதில் தொடங்கி சாப்பிடுவதற்கும், குளிப்பதற்கும், செல்ஃபோன் பார்ப்பதற்கும் என படிப்படியாக இந்த குணம் வெளியே அழைத்துச் செல்லும்போது மேலும் தலைதூக்கிவிடுகிறது.

என்னதான் குழந்தையை சமாதானப்படுத்த முயன்றாலும் அவர்கள் காது கொடுத்து கேட்பதே இல்லை. இத்தகைய குழந்தைகளைப் பொறுமையுடன் சமாளிக்கத் தெரியாத பெற்றோர்களே உளவியல் ஆலோசகரிடமும், மனநல மருத்துவரிடமும் செல்கிறார்கள்.

காரணம் என்ன?

குழந்தைகள் பேச ஆரம்பிப்பதற்கு முன்னரே அவர்களுக்கு கோபம், பிடிவாதம் போன்ற உணர்ச்சிகள் ஏற்பட துவங்கிவிடுகின்றன. வளரவளர சாப்பிடுவது முதல் பொம்மை கேட்பது வரை அடம்பிடிப்பார்கள். அடம்பிடித்தல் என்பது மரபணு வழியாகவும் பழக்கத்தாலும் வருகிறது.

குழந்தைகள் 8 வயதாகும் வரை தங்களுக்குத் தேவைப்பட்டதை மறுக்காமல் வாங்கிகொடுக்க பெற்றோர்கள் இருக்கிறார்கள் என்னும் மனநிலையுடன் வளர்கிறார்கள். அப்படி அவர்கள் கேட்டது கிடைக்காதபோது அதற்கான காரணத்தை புரிந்துகொள்ளும் பக்குவம் பெறாமல் பிடிவாதம் பிடிக்கிறார்கள்.

நினைத்தது நடக்கவில்லை என்றால் உடனடியாக அழுவதும் படுத்து உருள்வதும் தனியாக போய் அமர்ந்துகொள்வதுமாய் தங்கள் குணாதிசியங்களை வெளிப்படுத்துவார்கள்.

குழந்தைகள் தங்கள் சூழலை பாதுகாப்பு இல்லாததாக நினைத்தால் பிடிவாதத்தை கையில் எடுக்கிறார்கள். சில குழந்தைகள் புதிய இடத்திற்கு சென்றாலோ, புதிய பள்ளியில் சேர்ந்தாலோ அல்லது புது மனிதர்கள் தங்கள் வாழ்விற்குள் நுழைவதை உணர்ந்தாலோ பிடிவாதமாக நடந்துகொள்ளப் பழகுகின்றனர். இவர்களை இதிலிருந்து மீட்டு கொண்டுவரும் பொறுப்பு பெற்றோர்களுக்கே உள்ளது.

அடம்பிடித்தால் என்ன செய்யக்கூடாது?

பிடிவாதம் பிடிக்கும் குழந்தைகளை சில பெற்றோர்கள் அடித்துத் துன்புறுத்துவார்கள். அடித்துவிட்டு பின்னர் கேட்டதை வாங்கித் தருவார்கள். இன்னும் சில பெற்றோர், அறைக்குள் போட்டு அடைப்பது, பூச்சாண்டியிடம் விட்டுவிடுவேன், மிஸ்ஸிடம் சொல்லிவிடுவேன் என பயமுறுத்துவார்கள். இவையெல்லாம் தவறான அணுகுமுறைகள். அடிப்பதும் தகாத வார்த்தைகளால் திட்டுவதும் பிடிவாதத்துக்குத் தீர்வாகாது. அவற்றை நாளடைவில் பழக்கப்படுத்திக்கொண்டு குழந்தைகள் தொடர்ந்து அடம்பிடிப்பார்கள். இதனால் அவர்களின் மனதில் எப்படியாயினும் நாம் கேட்கும் பொருள்

சொக்கிகுளம்
9–ஏ, வல்லபாய் ரோடு,
மதுரை–2.
போன்: 0452–3545400,
2545400, 77080 69933.

தெற்குவாசல்
77/ 80, சின்னக்கடைத் தெரு,
மதுரை–1.
போன்: 0452–4371000,
4371011, 97900 32082.

திண்டுக்கல்
649/A2, அங்கு நகர்,
திண்டுக்கல்–624 004.
போன்: 0451–3561000,
99432 66499.

ஆத்திகுளம்
கடை எண்– 37,
புதூர் வண்டிப்பாதை ரோடு,
மதுரை–7.
செல்போன்: 95970 57222

கூடல்நகர்
அஞ்சல் நகர்,
மதுரை–18.
செல்போன்: 97900 32086.

தெற்குவெளி வீதி
தெற்குவெளி வீதி, மதுரை–1.
போன்: 0452 4240005,
செல்போன்: 80567 44422.

எஸ்.எஸ்.காலனி
சக்திவேலன் முதல் தெரு,
மதுரை–16.
போன் 0452 4200042,
செல்போன்: 80567 33133.

அண்ணா நகர்
எச்.ஐ.ஜி. காலனி,
மதுரை–20.போன்: 4390380,
செல்போன்: 97900 32087.

கிருஷ்ணாபுரம் காலனி
ரத்தினசாமி நாடார் சாலை,
மதுரை–2.
போன்: 0452 4390370,
செல்போன்: 96003 82244.

ஜெய்ஹிந்த்புரம்
ஜீவா நகர் முதல் தெரு,
மதுரை–11.போன்: 4390290,
செல்போன்: 96009 32080.

ஏர்போர்ட்
கமர்ஷியல் காம்ப்ளக்ஸ்,
மதுரை–22.
போன்: 0452 2690611,
செல்போன்: 97900 32085.

ஆண்டாள்புரம்
டி.பி.கே.ரோடு, மதுரை–3.
போன்: 0452 4365020,
செல்போன்: 82202 34666.

திருமங்கலம்
முனிசிப் கோர்ட் ரோடு,
திருமங்கலம்– 6.
போன்: 04549 400022,
செல்போன்: 80567 77339.

கே.புதூர்
அழகர்கோவில் ரோடு, புதூர்
பஸ் ஸ்டாண்டு, மதுரை–7.
போன்: 95979 95500.

மூன்றுமாவடி
எல்.பி.என். காம்பிளக்ஸ்,
மதுரை–7. செல்போன்: 95007 15500.

பின்.என்.டி. நகர்
அபிஜித் பிளாசா, பார்க் டவுன்
பஸ் நிலையம், மதுரை–17.
போன்: 0452 4367783,
செல்போன்: 80567 55566.

கருப்பாயூரணி
பாரதிபுரம், மதுரை –20.
செல்போன்: 89400 00109.

பீ.பீ.குளம்
எண்.5, ரத்தினசாமிநாடார் ரோடு,
மதுரை–2. 95009 15400

வடமலையான் ஹெல்த்கேர்

திருநகர்
3–வது பஸ் நிறுத்தம், மதுரை–6.
போன்–0452 4367555,
செல்போன்: 97900 32083.

திண்டுக்கல்
புது அக்ரஹாரம், பழனி சாலை,
திண்டுக்கல்–1. போன்:
0451 2426744, செல்போன்:
82205 06555, 75300 28111.

Since 1957

வடமலையான்
மருத்துவமனை (பி) லிமிடெட்

NABH ACCREDITED

Since 1957

கிடைத்துவிடும் என்ற எண்ணம் உண்டாகும். அதிகபட்சமாக இப்படி அடம்பிடிக்கும் குழந்தைகள் பின்னாளில் வேறு ஒன்றை பெரிதாக கேட்கும்போது அதை மறுத்தால் கதவை உள்புறமாக தாழ்போட்டு தங்களுடைய பிடிவாதத்தைக் காண்பிப்பதும் உண்டு.

சில குழந்தைகள் வீட்டில் நினைத்ததைச் சாதிக்க முடியாது என்பதற்காக, வெளியில் செல்லும்போதும், பொது இடங்களிலும் அடம்பிடிப்பார்கள். மற்றவர்கள் நம்மைப் பார்ப்பதை தவிர்க்க, பெற்றோர்கள் வாங்கிக் கொடுத்துவிடுவார்கள் எனக் குழந்தைகள் நினைக்கும். இத்தகைய புத்திசாலி குழந்தைகளை நாம் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். எனவே, பொது இடம் எனப் பதறாமல், கோபத்தைக் காட்டாமல் கண்டுகொள்ளாமல் இருக்கும் நடைமுறையை இங்கு பயன்படுத்தவேண்டும். அவ்வாறு செய்யும்போது யாரும் நம்மைக் கண்டுகொள்ளவில்லை என்ற மனநிலைக்கு குழந்தைகள் நாளடைவில் வந்துவிடுவார்கள்.

பிடிவாதத்தைக் கையாள்வது எப்படி?

நாம் குழந்தைகளிடம் எப்படி நடந்து கொள்கிறோமோ அதேபோலதான் அவர்களும் நம்மிடம் நடந்துகொள்வார்கள். பெரியவர்கள் எந்த வகையான உணர்ச்சிகளை காண்பிக்கின்றனரோ, அதையே அவர்களும் காண்பிப்பார்கள். எனவே, நீங்கள் கோபமாக இருக்கும்போது கத்துவது அல்லது வன்முறைத்தனமான விஷயங்களில் ஈடுபடுவதனால் அவர்களும் அதையே பார்த்து வளர்வார்கள். இதனால், சூழ்நிலை கையை மீறிப் போகலாம். எனவே, அவர்கள் உங்களிடம் முரண்டு பிடிக்கும்போது அதை அமைதியாகவும் பொறுமையாகவும் கையாளவேண்டும்.

குழந்தைகள், மிகவும் பிடிவாதம் பிடித்தால், ஏதாவது பொருள் கேட்டு அழுதால் அதன் பின்விளைவுகள் என்ன ஆகும் என்பதைச் சொல்லிப் புரியவைக்க வேண்டும்.

பெரும்பாலான குழந்தைகள், ஒரு விஷயத்தை தொடர்ந்து கூறிக்கொண்டே இருந்தால் அதை புரிந்துகொண்டு கேட்டுக்கொள்வார்கள். அதன்பிறகு அவர்கள் நடந்துகொள்ளும் முறைகளில் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக மாற்றங்கள் உண்டாகும். அவர்களிடம் முன்னேற்றங்களைக் காணும்போது பெற்றோர் பாசிடிவாக பேசலாம். இது, அவர்களுக்கு தொடர்ந்து நல்ல முறையில் நடந்துகொள்ள வேண்டும் என்ற உந்துதலை தரும்.

அடம்பிடித்து அழும் குழந்தையோடு கண் தொடர்பு கொண்டு பேசுவதும் அவர்களை இயல்பு நிலைக்கு கொண்டுவர உதவும். தண்டனைக்குப் பதிலாக பிரச்சனையைத் தீர்க்க குழந்தையிடம் பேசுங்கள். அதாவது நம் பொருளாதார சூழலை முன்கூட்டியே சொல்லிப் பழக்கலாம்.

அவர்களது சிறு செயல்களைக்கூட பாராட்டும்போது அவர்களுக்கு மகிழ்ச்சி உண்டாகும். ஒவ்வொரு பொருளையும் அவர்கள் கேட்கும்போது அதற்கு சமமான உழைப்பை அவர்களிடமிருந்து பெறுவதை பெற்றோர்கள் வழக்கமாக்கிக் கொள்வது நல்லது.

உதாரணமாக, வீட்டுவேலை செய்தால் அவர்களுக்குப் பிடித்த புத்தகங்கள், நூல்கள், விளையாட்டுப் பொருட்கள் வாங்கித்தரப்படும் என்று கூறலாம். குறிப்பாக பிள்ளைகள் பிடிவாதத்தோடு பேசுகையில் அவர்களிடம் வாதம் புரிவதை பெற்றோர்கள் தவிர்க்க வேண்டும்.

மேலும் அவர்கள் அழுகைக்கு மரியாதை தருவதை குறைத்துக்கொள்ள வேண்டும். அதே நேரம் எந்த செயலையும் செய்தே ஆக வேண்டும் என வற்புறுத்துவதை தவிர்க்கவேண்டும். குழந்தைகளைக் கட்டாயப்படுத்தினால், அவர்கள் செய்யக்கூடாத அனைத்தையும் செய்வார்கள்.

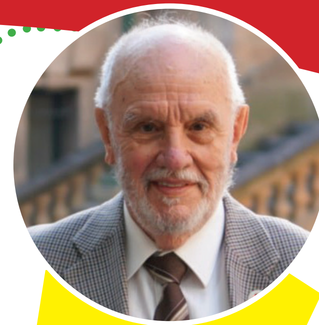
குழந்தைகள் அடம் பிடிப்பதற்கான அடிப்படை காரணத்தைத் தெரிந்துகொண்டால் அவர்களை எளிதில் மாற்றிவிடலாம். சில நேரங்களில் அடம்பிடித்தல், அந்த குழந்தைகளின் மனதில் இருக்கும் பயம், எரிச்சல் அல்லது குழப்பத்தை தெரியப்படுத்தும் விஷயமாகவும் இருக்கலாம்.

எனவே, உங்கள் குழந்தை தனக்கு என்ன தேவை என்று சொல்கிறது என்பதையும் காது கொடுத்து கேட்கவேண்டும். அவர்கள் தமக்கான தேவையை தெரிந்துதான் கேட்கின்றனரா என்பதை தெரிந்துகொள்ள வேண்டும். அப்போது உங்களால் அவர்களை இன்னும் எளிதாக கையாள முடியும்.

அடம்பிடிக்கும் பழக்கம் எந்த வழியில் வந்தாலும், குடும்பத்தினர் ஒன்றிணைந்து தொடர் முயற்சி செய்தால் சரிசெய்யலாம். குழந்தைகள் தங்கள் மனதில் உள்ள விஷயத்தைச் செய்வதற்கு அவர்கள் எடுத்துள்ள ஆயுதமே அடம்பிடித்தல். குழந்தைகளைப் பொறுமையுடன் கையாளத் துவங்கினால் குழந்தைகள் அடம்பிடிப்பதை மாற்றுவது பெற்றோருக்கு எளிதில் சாத்தியமாகும்.

ஒருமுறை நீங்கள் அளிக்கும் ரத்தம் 4 உயிர்களைக் காப்பாற்றும்... உங்களுக்கும் நோய்கள் வராமல் தடுக்க உதவும்!

ஆஸ்திரேலியாவைச் சேர்ந்த ஜேம்ஸ் ஹாரிசன் தனது வாழ்நாளில் 1173 முறை ரத்ததானம் செய்து கின்னஸ் சாதனை படைத்தவர். 1957-ம் ஆண்டு துவங்கி தொடர்ந்து 60 ஆண்டுகளுக்கும் மேலாக ரத்ததானம் செய்தார். அவர் கடைசி முறையாக 2018, ஆண்டு மே 11-ல் ரத்ததானம் செய்தார். 81 வயதுக்குப்பின் ஆஸ்திரேலிய கொள்கை ரத்ததானத்துக்கு இடமளிக்காததால், அதன்பின்னர் அவரால் ரத்ததானம் செய்யமுடியவில்லை.



ஜேம்ஸ் ஹாரிசன்

ரத்ததானம் செய்வதால் ஒரு உயிரைக் காப்பாற்றுவது மட்டும் அல்லாமல் உங்களுக்கும்கூட பல உடல் நலத்தை அளிக்கிறது. ஆண்கள் 3 மாதத்திற்கு ஒருமுறை ரத்ததானம் செய்யலாம். 18 வயது முதல் 60 வயது வரை ஆரோக்கியத்துடன் உள்ள யாரும் ரத்ததானம் செய்யலாம். பெண்கள் 4 மாதத்திற்கு ஒருமுறை ரத்ததானம் செய்யலாம்.

ரத்ததானம் செய்வதால் ஏற்படும் பயன்கள்...

- சீரான இடைவெளியில் ரத்ததானம் செய்வதால் உடலிலுள்ள கொழுப்பு சத்தின் அளவு கட்டுப்பாட்டில் இருக்கும். மாரடைப்பு ஏற்படுவதை தவிர்க்கலாம்.
- ரத்ததானம் செய்வதால் உடலில் பல பாகங்களில் ஏற்படும் புற்றுநோயை வராமல் தடுக்கலாம்.
- ரத்ததானம் செய்வதால் கொலாஸ்டிரால் அளவை குறைத்து ரத்த அழுத்தத்தை சீராக வைக்கலாம்.
- ரத்ததானம் செய்வதால் அதிகளவில் இருக்கும் கொழுப்புச் சத்து மற்றும் கலோரிகள் எரிக்கப்படுவதால் உடலின் கட்டமைப்பு மிக ஆரோக்கியமாக இருக்கும்.
- ரத்ததானம் செய்வதால் உங்கள் உடலில் புதிய ரத்த அணுக்கள் உருவாக உதவும்.
- ரத்ததானம் செய்வதால் உடலில் உள்ள கூடுதல் இரும்புச் சத்துகள் குறையும். இதிலிருந்து பாலிசைத்தீமியா நோய் வராமல் தடுக்க முடியும்.
- நீங்கள் ஒருமுறை செய்யும் ரத்ததானம் 4 நோயாளிகளின் உயிரைக் காப்பாற்ற உதவுகிறது. ரத்தத்தில் உள்ள சிவப்பு அணுக்கள், தட்டை அணுக்கள், பிளாஸ்மா ஆகியவை 3 நோயாளிகளுக்கு கொடுக்கப்பட்டு அவர்கள் காப்பாற்றப்படுகிறார்கள்.

இதுகுறித்த மேலும் விவரங்களுக்கு வடமலையான் மருத்துவமனையின் 0452-3545400, 2545400 ஆகிய தொலைபேசி எண்களில் தொடர்புகொள்ளலாம்.

Since 1957

பிரதான தசைகளை வலுப்படுத்துங்கள்

● D.ராஜா MPT
இயன்முறை மருத்துவர்

சமூக ஊடகங்களுடன் வாழ்வை இணைத்துக்கொண்டதன் விளைவு, இன்றைய தலைமுறையினருக்கு உடலியக்கம் என்பதே கேள்விக்குறியாகி விட்டது. இதனாலேயே சிறுவயதிலேயே தசைகள் வலுவிழந்து உடல்பருமனுக்கு ஆளாகின்றனர். உடலின் பிரதான தசைகள் வலுவிழக்கும்போது முதுகுத்தண்டுவடம் எளிதில் பாதிப்புக்கு உள்ளாகும்.

உடலின் மையப் பகுதியில் உள்ள பிரதான தசைகளை வலுப்படுத்துவதன் (Core Exercises) மூலம் எலும்பு பாதிப்புகளில் இருந்து நம்மைக் காத்துக்கொள்ளலாம். கழுத்து, இடுப்பு, பிட்டப் பகுதி தசைகளை வலுப்படுத்தும்போது தண்டுவடப் பாதிப்புகளில் இருந்து தப்பிக்கலாம்.

முன்னர் விளையாட்டு வீரர்கள், பளுதூக்கும் வீரர்கள் மற்றும் பாடி பில்டர்கள் மட்டுமே மேற்கொண்டுவந்த இந்தப் பயிற்சிகள் தற்போது அனைத்துத் தரப்பினருக்குமாகிவிட்டன. உடற்பயிற்சிக்கூடங்களில் மட்டுமே அளிக்கப்பட்டுவந்த இப்பயிற்சிகள் தற்போது இயன்முறை மருத்துவர்களால் அனைவருக்கும் பரிந்துரைக்கப்படுகின்றன.

வயிற்றிலிருந்து மூச்சை இழுத்துவிடுவதன் மூலம் அதைச் சுற்றியுள்ள பிரதான தசைகளை வலுப்படுத்துவதே இப்பயிற்சியின் நோக்கம்.

கழுத்து, மூட்டு மற்றும் இடுப்பு வலி பிரச்சினைகளுக்கு உள்ளாகும் நபர்களுக்கு இப்பயிற்சிகள் அத்தியாவசியாகின்றன. முதுகுத் தண்டுவடப் பிரச்சினைகளால் அவதிப்படுவோருக்கு குறிப்பிட்ட பகுதி தசைகள் வலுவிழக்கின்றன. இதனால் வலியால் அதிகம் பாதிக்கப்படுகின்றனர். பாதிக்கப்பட்ட பகுதி தசைகளை வலுப்படுத்தும் பயிற்சிகள் பிரச்சினைகள் குறைய பெரிதும் உதவுகின்றன.

பெரும்பாலும் குழந்தைகள் வயிறுவரை மூச்சை இழுத்து சுவாசிப்பதை (Belly Breathing) காணமுடியும். குறிப்பாக குழந்தைகள் தவழும்போது வயிற்றுப் பகுதி மேலும் கீழும் ஏறி இறங்கும். அதாவது வயிறுவரை மூச்சை இழுத்து சுவாசிக்கும்போது குழந்தையால் வேகமாகத் தவழ முடியும். வயிற்றுப் பகுதியைப் பயன்படுத்தி நமது உடல் இயங்கும்போது அதன் திறன் அதிகரிக்கிறது.

வயிற்றின் வழியாக மூச்சை உள்ளிழுத்துப் பின் வெளிவிடும்போது வயிற்றுத் தசையையும் சேர்த்து உள்ளிழுத்துப் பின் வெளிவிடுவது இப்பயிற்சியின் முக்கிய அம்சம். உடலின் பிரதான அதாவது முக்கியத் தசைகள் என்பது இடுப்புப் பகுதி, பிட்டப் பகுதி, மேல் வயிறு, மர்ம உறுப்புப் பகுதியை உள்ளடக்கியது.

வடமலையான்
மருத்துவமனை(பி)லிமிடெட்
Since 1957
மதுரை | திண்டுக்கல்

நான் வடமலையான் மருத்துவமனையில் **Kidney Transplant** செய்து கொண்டது எனது 19-வது வயதில்
- காவேரி

சிறுநீரக மாற்று அறுவை சிகிச்சை இப்போது திண்டுக்கல்லிலும்....

வடமலையான் சிறுநீரகத்துறையின் சிறப்பு அம்சங்கள்

- திண்டுக்கல்லில் முதல் சிறுநீரக மாற்று அறுவை சிகிச்சை மையம்
- அதிநவீன டயாலிசிஸ் பிரிவு
- Nocturnal டயாலிசிஸ் (இரவுநேர டயாலிசிஸ்) வசதி
- 24/7 அவசர சிகிச்சைப்பிரிவு
- மருத்துவ காப்பீட்டுத்திட்ட வசதிகள் உள்ளன.

அவசர உதவிக்கு : 0451-244 44 44

மேலும் விபரங்களுக்கு

மதுரை
9566591238
9A, வல்லபாய்ரோடு, சொக்கிகுளம், மதுரை-625002
Ph.0452-3545400, 2545400(100 Lines),

திண்டுக்கல்
7397011222
649 A/2, அங்கு நகர், திண்டுக்கல்-624004.
Ph:. 0451-3561000 (100 Lines), 2461000

Since 1957

கழுத்து, மூட்டு மற்றும் இடுப்பு வலி பிரச்சினைகளுக்கு உள்ளாகும் நபர்களுக்கு இப்பயிற்சிகள் அத்தியாவசியாகின்றன. முதுகுத் தண்டுவடப் பிரச்சினைகளால் அவதிப்படுவோருக்கு குறிப்பிட்ட பகுதி தசைகள் வலுவிழக்கின்றன. இதனால் வலியால் அதிகம் பாதிக்கப்படுகின்றனர். பாதிக்கப்பட்ட பகுதி தசைகளை வலுப்படுத்தும் பயிற்சிகள் பிரச்சினைகள் குறைய பெரிதும் உதவுகின்றன.

மேற்கண்ட தசைகளை வலுப்படுத்தும்போது தண்டுவடத்தின் திறன் மேம்படுகிறது. இப்பயிற்சிகளை எவர் வேண்டுமானாலும் செய்யலாம். ஆனால் அவற்றில் குறிப்பிட்ட நான்கு பயிற்சிகள் மட்டுமே எல்லோரும் செய்யக்கூடியவை.

அதாவது, படுத்துக்கொண்டு முன்புறம், பக்கவாட்டில் கால்களை மாற்றி மாற்றி தூக்கி இறக்கும் பயிற்சி, குப்புறப் படுத்துக்கொண்டு கை, கால்களை ஒரே நேரத்தில் தூக்குவது மற்றும் பிட்டப் பகுதி தசைகளுக்கான பயிற்சிகள் போன்றவை இவற்றுள் அடங்கும்.

இப்பயிற்சிகள் விளையாட்டு வீரர்கள் மற்றும் நீச்சல் வீரர்களுக்கு நல்ல பலனைத் தரும். இப்பயிற்சியினால் ஓட்டம், நீந்தும் திறன் மேம்படும். கை, கால் மற்றும் மூளை வளர்ச்சி குன்றிய சிறப்புக் குழந்தைகளுக்கு இப்பயிற்சிகளைக் கொடுக்கும்போது உடலின் மையப் பகுதியின் பிரதான தசைகளின் இயக்கம் படிப்படியாக சீராகும்.

முற்றிலும் படுத்தும், எழுந்தும் பயிற்சிகளை செய்யமுடியாதவர்கள் அன்றாடப் பணிகளின்போதே சிறுசிறு பயிற்சிகளை மேற்கொள்ளலாம். அதாவது காய்கறிக் கூடைகளைத் தூக்குவது, இருக்கைகளை நகர்த்துவது போன்ற பணிகளைச் செய்யலாம். உட்கார்ந்து எழும் திறன் உள்ளவர்கள் யோகா போன்ற பயிற்சிகளை மேற்கொள்ளலாம்!

மாணவி சாதனை

உலக காசநோய் தினத்தை முன்னிட்டு மதுரை மாவட்ட காசநோய் மையத்தின் சார்பில் மதுரையில் கல்லூரி மாணவர்களுக்கு இடையிலான காசநோய் விழிப்புணர்வுப் போட்டிகள் நடைபெற்றன. அதில், பேச்சுப் போட்டியில் முதலிடம்பெற்ற வடமலையான் துணைமருத்துவக் கல்லூரியின் பி.எஸ்சி. (கார்டியாக் டெக்னாலஜி) மூன்றாம் ஆண்டு மாணவி எஸ்.கே. சந்தியாவுக்கு இந்திய மருத்துவக் கழகத்தில் நடைபெற்ற நிகழ்வில் சான்றிதழ் வழங்கிப் பாராட்டுகிறார் மதுரை மாவட்ட ஆட்சியர் எம்.எஸ்.சங்கீதா.

Vadamalayan Hospitals was inagurated by the then Chief Minister "Karmaveerar" Thiru.K.Kamaraj in 1957. Vadamalayan Institute of Medical and Allied Health Sciences is a unit of Vadamalayan Hospital started in the year 2006, with the steadfast attempt of our Founder Chairman & President Dr. Pugalagiri Vadamalayan. Vadamalayan Hospitals Private Limited is a multi-speciality tertiary care centre with state of art technology, highly specialized medical professionals, which is fully accredited with NABH. Vadamalayan Hospitals Private Limited and PG Institute for Medical Sciences is accredited with National Board of Examination in Medical Sciences (NBEMS) for DNB courses like DNB & Diploma - Radio Diagnosis, DNB & Diploma Anesthesiology, DNB - Emergency Medicine, Diploma Paediatrics & Diploma Family Medicine. Allied health sciences students undergo internship training with the Vadamalayan Hospitals Private Limited.

Institute Code : 444 **The TamilNadu Dr. M.G.R. Medical University**

Courses Offered	Duration	Eligibility
B.Sc Nuclear Medicine Technology பி.எஸ்.சி. நியூகிளியர் மெடிசன் டெக்னாலஜி	4 Years (Including 1 Year Internship) 4 வருடம் (1 வருட பயிற்சி காலம் உட்பட)	12th Pass (Biology must) 12 தேர்ச்சி (உயிரியல் பிரிவு மட்டும்)
B.Sc Cardiac Technology பி.எஸ்.சி. கார்டியாக் டெக்னாலஜி		
B.Sc Physician Assistant பி.எஸ்.சி. பிஸிசியன் அஸிஸ்டெண்ட்		
B.Sc Dialysis Technology பி.எஸ்.சி. டயாலிசிஸ் டெக்னாலஜி		
B.Sc Operation Theatre & Anaesthesia Technology பி.எஸ்.சி. ஆப்ரேசன் தியேட்டர் & அனஸ்திசியா டெக்னாலஜி		
B.Sc Radiography & Imaging Technology பி.எஸ்.சி. ரேடியோ கிராபி & இமேஜிங் டெக்னாலஜி		
B.Sc Accident & Emergency Care Technology பி.எஸ்.சி. ஆக்ஸிடெண்ட் & எமர்ஜென்சி கேர் டெக்னாலஜி		

Center Code : 745 **Alagappa University**

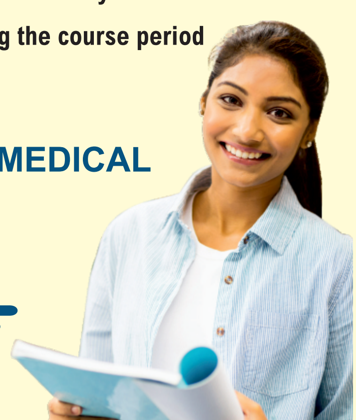
M.B.A Health Service Management எம்.பி.ஏ (மருத்துவ மேலாண்மை)	2 years 2 வருடம்	Any Degree பட்டப்படிப்பு
Certificate in Nursing Assistant செர்டிபிகேட் இன் நர்சிங் அசிஸ்டன்ட்	1 year 1 வருடம்	12th Pass 12th தேர்ச்சி

AVI Code : 690077 **National Institute of Open Schooling (NIOS)**

Diploma in Medical Laboratory Technology டிப்ளமோ இன் மெடிக்கல் லெபாரட்டரி டெக்னாலஜி	2 years 2 வருடம்	12th Pass 12th தேர்ச்சி
Diploma in Medical Imaging Technology டிப்ளமோ இன் மெடிக்கல் இமேஜிங் டெக்னாலஜி	2 years 2 வருடம்	

NIOS

- **Placement opportunity**
- **Hostel Facility.**
- **Practical training in our hospital during the course period**



CONTACT

SYMBOL OF CARE & TRUST

VADAMALAYAN INSTITUTE OF MEDICAL & ALLIED HEALTH SCIENCES

(Run by Vadamalayan Memorial Trust)

Vadamalayan Institute Administrative Office,
Admin Block 1st Floor,
15, Jawahar Road, Chokkikulam, Madurai - 625002
Ph: **0452 - 3545491** | Mob : **77082 59595**
paramedical@vadamalayan.org | www.vadamalayan.org

Since 1957

Since 1957

மெனோபாஸ் கால உணவுகள்

●தீபா செந்தில்ராஜன் MSc
தலைமை உணவு ஆலோசகர்

பெண்கள் எதிர்கொள்ளக்கூடிய மிகவும் கடினமான காலங்களில் ஒன்று, மெனோபாஸ். இக்காலகட்டத்தைச் சரியாக எதிர்கொள்வதற்கு குடும்பத்தினரின் ஆதரவு, மருத்துவ ஆலோசனை மட்டுமல்லாமல், உணவுகளிலும் கவனமாக இருக்கவேண்டும்.

மாதவிடாய் சுழற்சி நிற்கும் காலத்தில் உடலில் ஏற்படக்கூடிய ஹார்மோன்களின் தீவிரமான ஏற்றத்தாழ்வு, பெண்களின் உடல் மற்றும் மனநிலையில் பெரிய தாக்கத்தை ஏற்படுத்தும். எப்போதும் எரிச்சலான மனநிலை, எடை அதிகரிப்பு, கவனச்சிதறல், அதீத வியர்வை என்று பலவித பிரச்சினைகளால் அன்றாட வேலைகளைக்கூட சரியாக செய்யமுடியாத அளவுக்கு பாதிக்கப்படுவார்கள்.

குறிப்பிட்ட ஹார்மோன்கள் உடலில் மிகப்பெரிய மாற்றம் அடைவதால், உடல் அதை ஈடுசெய்யும் வகையிலான உணவுகளை சாப்பிடுவதன் மூலம் மெனோபாஸ் காலத்தை ஓரளவுக்கு எளிதாக எதிர்கொள்ள முடியும். அந்த உணவுகளைப் பற்றி பார்ப்போம்.

சோயா: மாதவிடாய் நிறைவுபெறும் காலத்தில் பெண்களுக்கு மிகச்சிறந்த உணவாக இருப்பது சோயா. இதில் இயற்கையாகவே தாவர அடிப்படையிலான பைட்டோ ஈஸ்ட்ரோஜன் என்ற ஈஸ்ட்ரோஜன் காம்பவுண்ட் இருக்கிறது. மெனோபாஸ் காலத்தில் பெண்களுக்கு பொதுவாகவே ஈஸ்ட்ரோஜன் அளவு குறையும். அதுமட்டுமில்லாமல் எலும்புகளின் ஆரோக்கியமும் அடர்த்தியும் குறையத் துவங்கும். இந்த இரண்டையுமே சோயாவில் இருக்கும் பைட்டோ ஈஸ்ட்ரோஜன் சரிசெய்கிறது.

அதேபோல சமீபகாலமாக வப்பர்ஃபுட் என்று பரவலாக பயன்படுத்தவும் ஆளி விதையில் பெண்கள் ஆரோக்கியத்தை மேம்படுத்தும் பல பண்புகள் உள்ளன. உடலில் ஏற்படும் அழற்சி, நீர்த்தேக்கம், மனஅழுத்தம் மற்றும் எரிச்சலான மனநிலை ஆகிய அனைத்தையுமே சரிசெய்யக்கூடிய அத்தியாவசிய கொழுப்பு அமிலங்கள், அதாவது ஒமேகா 3 மற்றும் ஒமேகா 6 ஃபேட்டி அமிலங்கள் இந்த ஆளி விதையில் நிறைந்துள்ளன.

மெனோபாஸ் அறிகுறிகளான ஹாட்ஃபிளாஷ், வியர்த்துப் போதல் மற்றும் பெண் உறுப்பு வறட்சியாதல் ஆகிய அனைத்து அறிகுறிகளையும் குறைத்து மெட்டபாலிசத்தை அதிகரிக்கும்.

பாதாம்: வைட்டமின் மற்றும் கனிமச்சத்துகள் நிறைந்த பாதாம், மெனோபாஸ் அறிகுறிகளை குறைப்பதற்கு பெண்களுக்கு உதவியாக இருக்கும். பாதாமில் உடலுக்குத் தேவையான நல்ல கொழுப்பு இருக்கிறது. எனவே குறைந்த ஈஸ்ட்ரோஜன் அளவால் ஏற்படக்கூடிய பாதிப்பை இந்த கொழுப்பு சரிசெய்யும். அதுமட்டுமல்லாமல் வாஸ்குலார் ஆரோக்கியத்தையும் இதிலிருக்கும் மெக்னீசியம், வைட்டமின் ஈ மற்றும் ரிஃபோபிளேவின் ஆகிய சத்துகள் சமன் செய்யும்.

பருப்பு வகைகள்: ஹார்மோன் பாதிப்புகள் அல்லது உடல்நலக் கோளாறு ஏற்படும்போதும் ஊட்டச்சத்துக் குறைபாடு ஏற்படும்போதும், அடிப்படையாக சில உணவுகளை மறந்து விடுகிறோம். அந்த அடிப்படை உணவுகளிலேயே உடல் கோளாறை அல்லது பிரச்சினையைச் சரிசெய்யக்கூடிய ஊட்டச்சத்துகள் நிறைந்துள்ளன.

அந்தவகையில் மெனோபாஸ் பெண்களுக்கு கைகொடுக்கக்கூடிய உணவுகளில் ஒன்றுதான் பருப்பு வகைகள். அறிகுறிகளைக் குறைக்கக்கூடியதும் ஹார்மோன்களின் சுழற்சியை சரிசெய்யக்கூடியதுமான ஐசோஃப்ளேவோன் என்ற ஊட்டச்சத்து பருப்பு வகைகளில் உள்ளது.

கடல்பாசி: இயற்கையின் அற்புதங்களில் ஒன்றான கடல்பாசியில் பலவிதமான ஆரோக்கிய குணங்கள் உள்ளன. ஹார்மோன்கள் உற்பத்தி மற்றும் குறைபாட்டைச் சரிசெய்யும் காமா லினோலெனிக் என்ற ஒரு ஃபேட்டி ஆசிட் இதில் உள்ளது. அதுமட்டுமில்லாமல், கடல்பாசி ஊட்டச்சத்து நிறைந்த உணவும் கூட. இதில் அரிதாகக் கிடைக்கும் குளோரோஃபில், மெக்னீசியம், கால்சியம், இரும்புச்சத்து மற்றும் பீட்டா கரோட்டின் உள்ளன. இது சைவ உணவு மற்றும் வீகன் உணவு சாப்பிடுவர்களுக்கு சிறந்த ஊட்டச்சத்து உணவாகும்.

இந்த உணவு வகைகளை அன்றாடம் உணவில் சேர்த்துக்கொள்ளும்போது பெண்கள் ஹார்மோன் ஏற்றத்தாழ்வுகளை ஆரோக்கியமாக எதிர்கொண்டு மெனோபாஸ் காலத்தை சுறுசுறுப்புடனும் பாதிப்பின்றியும் கடந்து செல்லமுடியும்.

வடமலையான்
உடலுறுப்பு மாற்று சிகிச்சைப் பிரிவு

- உடலுறுப்புகள் செயலிழந்த நோயாளிகளுக்கு உடலுறுப்புமாற்று அறுவைசிகிச்சை மூலம் வாழ்வளிக்க இயலும்.
- சிறுநீரகம் மற்றும் கல்லீரல் செயலிழந்த நோயாளிகளுக்கு உறவினர்கள் ஒரு சிறுநீரகம் அல்லது கல்லீரலின் ஒரு பகுதியினை தானமாக தர இயலும் .
- சிறுநீரகம் தானம் அளித்த நபரும் தானம் பெற்ற நோயாளி இருவரும் ஒரு சிறுநீரகத்துடன் நீண்ட காலம் ஆரோக்கியமாக வாழலாம் .
- கல்லீரல் தானம் அளித்த நபரும் தானம் பெற்ற நோயாளி இருவருக்கும் கல்லீரல் மூன்று மாதங்களில் முழுமையாக வளர்ந்துவிடும் .பின்னர் இருவரும் நீண்ட காலம் ஆரோக்கியமாக வாழலாம் .
- உடலுறுப்பு தானம் தர கொடையாளிகள் இல்லாத பட்சத்தில் தமிழக அரசின் Transplant Authority Of TamilNadu (TRANSTAN) அமைப்பில் உடலுறுப்புகள் தானமாக பெற காத்திருப்பு பட்டியலில் நோயாளி தன்னை பதிவு செய்து கொள்ளலாம். மூளை சாவு வழியாக கிடைக்கும் உடறுப்புகளை TRANSTAN தர வரிசை அடிப்படையில் காத்திருப்பு பட்டியலில் இருக்கும் நோயாளிகளுக்கு வழங்குவர். இதன் வழியாகவும் உடலுறுப்புமாற்று அறுவைசிகிச்சை மேற்க்கொள்ளலாம் .

அனைத்து நிலை மக்களுக்கும் தரமான மருத்துவ சிகிச்சையை கொண்டு சேர்ப்பதனை லட்சியமாக கொண்ட நமது வடமலையான் மருத்துவமனைகளில் உடலுறுப்புமாற்று அறுவைசிகிச்சைகள் அரசின் அதிகாரம் பெற்று அனைத்து கட்டமைப்புகளுடன் ஒருங்கிணைத்த மருத்துவ சேவை மற்றும் அனுபவம் வாய்ந்த சிறந்த நிபுணத்துவம் கொண்ட மருத்துவர் குழுவினால் வெற்றிகரமான உடலுறுப்புமாற்று அறுவைசிகிச்சைகள் நடைபெற்று வருகின்றன.

இருதய மாற்று அறுவைசிகிச்சை | கல்லீரல் மாற்று அறுவைசிகிச்சை சிறுநீரக மாற்று அறுவைசிகிச்சை **உடலுறுப்புமாற்று ஒருங்கிணைப்பாளர்** **மதுரை - 75400 59111**	சிறுநீரக மாற்று அறுவைசிகிச்சை **உடலுறுப்புமாற்று ஒருங்கிணைப்பாளர்** **திண்டுக்கல் - 77085 88808**

உடலுறுப்பு தானம் செய்வோம் ... உயிர்களைக் காப்போம். . .

- அரிதாக பல காரணங்களால் நோயாளிகளுக்கு மூளை சாவு ஏற்படும். மூளை சாவினை அரசின் வழிகாட்டுதல் நெறிமுறைப்படி 4 மருத்துவர்கள் இருமுறை சோதனை செய்து மூளை சாவு உறுதி செய்து இறப்பு சான்றிதழ் வழங்குவர்.
- நோயாளி இறந்து விட்டாலும் செயற்கை சுவாச கருவி மற்றும் மருத்துவம் மூலம் நோயாளியின் உடல் உறுப்புகள் தற்காலிகமாக பாதுகாக்கப்படும்.
- இத்தருணத்தில் நோயாளியின் உறவினர்கள் அனுமதி பெற்று இருதயம், நுரையீரல், கல்லீரல், கணையம், செரிமான பகுதிகள், சிறுநீரகங்கள் போன்ற உறுப்புகளும் மேலும் கண்கள், இருதய வால்வுகள், எலும்பு, தோல், எலும்புகள் etc., என 8 க்கு மேற்பட்ட நோயாளிகளுக்கு உறுப்புகள் மற்றும் திசுக்கள் தானமாக தர இயலும்.
- இவ்வாறு தானமாக கிடைக்கும் உடலுறுப்புகள் & திசுக்களை தமிழக அரசின் Transplant Authority Of TamilNadu (TRANSTAN) அமைப்பில் உடலுறுப்புகள் பெற காத்திருப்பு பட்டியலில் பதிவு செய்திருக்கும் நோயாளிகளுக்கு தானமாக தரவரிசை அடிப்படையில் வழங்கப்படும்.
- உடலுறுப்பு தானம் செய்ய எந்த ஒரு முன்பதிவுகளும் ,கொடை அட்டையும் கட்டாயம் இல்லை. உறவினர்களால் மட்டுமே நமது உடலுறுப்பு தான விருப்பத்தினை நிறைவேற்ற முடியும் அவர்களுக்கு நமது உடலுறுப்பு தான விருப்பம் குறித்து நாம் முன்னரே தெரியபடுத்த வேண்டும்.
- நமது உடலுறுப்பு தான விருப்பத்தினை அனைவருக்கும் வெளிப்படுத்த கொடை அட்டை உதவும். கீழ்கண்ட அரசின் இணையதளத்தில் பதிவு செய்து கொடை அட்டை பெற்று கொள்ளலாம் .

www.transtan.tn.gov.in

TRANSTAN

9A, வல்லபாய்ரோடு, சொக்கிகுளம், மதுரை-625002 Ph.0452-3545400, 2545400(100 Lines),	649 A/2, அங்கு நகர், திண்டுக்கல்-624004. Ph:. 0451-3561000 (100 Lines), 2461000

Since 1957

மருத்துவ முகாம் திண்டுக்கல்

LET'S TRANSFORM
THE HEALTHCARE
SCENARIO OF DINDIGUL
68
Years
of Service excellence
OUR MAJOR SPECIALITIES
• Anaesthesiology
• Accident & Emergency Medicine
• Cardiology / Cardiac Surgery
• Dentistry
• Dermatology
• Diabetelogy
• E.N.T
• Gastroenterology
• Surgical Gastroenterology
• Laparoscopic Surgery
• General Medicine / General Surgery
• Gynaecology
• Nephrology / State of the Art Dialysis Centre
• Neurology / Neuro Surgery
• Oncology
• Ophthalmology
• Orthopaedics / Traumatology
• Paediatrics & Neonatology
• Pulmonology / Interventional Pulmonology
• Psychiatry
• Radiology
• Urology
• Pain & Palliative Clinic
• Knee Clinic
• Liver Clinic
OTHER SERVICES
• M.R.I Scan
• C.T. Scan
• C.T. Scan Guided Procedure
• Digital X-Ray
• Mammography
• Ultrasound Scan / Doppler Studies
• USG Guided Procedure
• E.C.G.
• ECHO Scan
• T.E.E. Scan
• TMT
• Holter E.C.G.
• 24 Hrs ABP
• E.E.G. / E.M.G.
• Sleep E.E.G.
• Endoscopy
• E.R.C.P
• Bronchoscopy
• Uroflowmetry
• Haematology
• Bio Chemistry
• Micro Biology
• Clinical Pathology
• Serology
• Molecular Biology
• Endocrinology
• Pathology
• Histopathology
• PFT
• ACLS Ambulance
0451 2444444
0451 3561000 (100 Lines)
Since 1957
Vadamalayan
Hospitals (P) Ltd.
No. 649 A/2, Angu Nagar, Chettinaikanpatti Village Road, Dindigul - 624004.
0451 2461000 info@vadamalayan.org www.vadamalayan.org

மருத்துவ முகாம் திண்டுக்கல்

திண்டுக்கல் வடமலையான் மருத்துவமனை சார்பில் திண்டுக்கல் மாவட்டம், பண்ணைக்காடு, சாணார்பட்டி ஊராட்சிக்குள்பட்ட கோணப்பட்டி கிராமங்கள் மற்றும் மகளிர் தினத்தையொட்டி ஸ்டார் ஹெல்த் இன்சூரன்ஸ் ஊழியர்கள் மற்றும் அவர்களது குடும்பத்தினருக்காக திண்டுக்கல்லில் நடத்தப்பட்ட இலவச பொது மருத்துவ முகாம்கள்.

Since 1957

4
தலைமுறைகளின்
நம்பிக்கை!
1957ல் கர்மவீரர் காமராஜர் அவர்கள் பொற்கரத்தால் திறந்து வைக்கப்பட்ட
உங்களுக்கான
மருத்துவமனை
இன்லான்டு லெட்டர் காலம் முதல் இன்ஸ்டாகிராம் காலம் வரை உங்கள் நம்பிக்கையில் முழுமையான அர்ப்பணிப்புடன் செயல்படுகிறோம்.
"Evidence based medicine"ஐ தனது தாரக மந்திரமாகக் கொண்ட டாக்டர் வடமலையான் அவர்களின் எண்ணத்தை 67 வருடங்களுக்கு மேலாக எடுத்து செல்கிறோம்.
நான்கு தலைமுறைகளாக உங்கள் நம்பிக்கையில் வடமலையான் மருத்துவமனை.
அதே நம்பிக்கையுடன் 68-வது ஆண்டில் அடியெடுத்து வைக்கின்றோம்...
NABH
ACCREDITED
Since 1957
Vadamalayan
Hospitals [P] Ltd.,
Multi Speciality Tertiary Care Centre
வடமலையான் மருத்துவமனை
மதுரை: 0452 - 3545400 திண்டுக்கல்: 0451 - 3561000

மனதை அமைதியாக வைத்துக்கொள்ளுங்கள்!

L.K.கவிதா
செய்தி ஆசிரியர்

வலிமையான மனம் எத்தகைய சவால்களையும் சாதுர்யமாக எதிர்கொள்ளும். ஆனால் அது பலமிழக்கும்போது சிறு இன்னல்கூட தடுமாறச்செய்துவிடும். தொடர் மனஅமைதியின்மை வாழ்வையே புரட்டிப்போடும்.

பொருளாதாரப் பிரச்சினை, வேலைப்பளு, உடல்நலக்குறைவு, உறவுச்சிக்கல்கள் உள்ளிட்ட பல்வேறு காரணங்களால் மனஅழுத்தம் ஏற்படுகிறது. குறிப்பாக பெண்களுக்கு ஏற்படும் மனஅழுத்தத்துக்கு குடும்பச்சுமை முக்கியக் காரணியாக உள்ளது. அதிலும் பணிக்குச் செல்லும் பெண்களுக்கு வீட்டையும் அலுவலகத்தையும் ஈடுசெய்வதில் பெரும் இன்னல் ஏற்படுகிறது.

குழந்தைகள் மற்றும் வயதான பெற்றோரைப் பராமரித்தல் மற்றும் பணிப் பொறுப்புகள் மனஅழுத்தத்தை அதிகரிக்கின்றன. தமது தேவைகளைவிட மற்றவர்களின் தேவைகளை நிறைவேற்றுவதிலேயே பெண்கள் அதிக நேரத்தைச் செலவிடுகிறார்கள். இதனால் தமது தேவையை அவர்கள் பெரும்பாலும் அறிந்துகொள்வதேயில்லை. இதனாலேயே அவர்களுக்கான சந்தோஷத்தை அனுபவிக்கத் தவறுகின்றனர்.

சமூக ஊடகங்களால் மாணவர்கள் யதார்த்த வாழ்க்கையை இழந்து தவிக்கின்றனர். எப்போதும் கணினி, லேப்டாப், மொபைல் போனுடன் இணைந்திருப்பதால் குடும்பத்தினருடனான நேரடி உரையாடல் இல்லாமல் போய்வருகிறது. இந்த இயந்திர வாழ்க்கை அவர்களது மனதை கடினமாக்கிவருகிறது. பெற்றோருக்குக் கீழ்ப்படியாமல் குரலை உயர்த்திப் பேசும் குழந்தைகளைப் பெரும்பாலான வீடுகளில் காணமுடிகிறது. இதனால் அவர்களது உடலும் மனமும் பாதிப்புக்குள்ளாகின்றன.

குழந்தைகளுக்கு இந்நிலை என்றால், ஆன்லைனில் 10 மணிநேரத்துக்கும் அதிகமாக வேலைபார்க்கும் ஐ.டி. ஊழியர்களின் நிலையைப் பற்றிச் சொல்லவாவேண்டும்?

அவர்களது மனஅழுத்தம் ஒட்டுமொத்த குடும்பத்தையும் பாதிப்படையச் செய்கிறது.

மனஅழுத்தம் லேசாக இருக்கும்போதே அதில் இருந்து விடுபட முயற்சிக்கவேண்டும். அதுதொடர அனுமதிக்கும்போது பல்வேறு உடல்நல பாதிப்புகளுக்கு ஆளாக நேரிடும்.

கோபம், பதற்றத்தால் ரத்தஅழுத்தம் மற்றும் இதயத்துடிப்பு அதிமாவதோடு உடல்எடையும் அதிகரிக்கும். நெஞ்செரிச்சல், அல்சர் மற்றும் குடல் பிரச்சினைகளுக்கு மனஅழுத்தம் முக்கிய காரணியாக உள்ளது. அதிக மனஅழுத்தம் கர்ப்பம் தரிப்பதில் பிரச்சினையை ஏற்படுத்துவதோடு மாதவிடாய்ப் பிரச்சினைகளுக்கும் வழிவகுக்கிறது.

மனம் அசாதாரண நிலையை எட்டும்போது உளவியல் சிகிச்சை மூலமே சரிசெய்யமுடியும். மனதில் ஏற்படும் எதிர்மறை அறிகுறிகளை ஆராய்ந்து அவற்றைக் களைய முற்படவேண்டும். ஆன்மிக ஈடுபாடு, யோகா, தியானம், உடற்பயிற்சி, இசை போன்றவை மனஅழுத்தத்தைக் கட்டுக்குள் வைக்க உதவும்.

ஆரோக்கியமான உணவுமுறை, போதுமான ஓய்வு மனஅமைதிக்கு வழிகோலும். தினமும் இரவு குறைந்தபட்சம் 7–8 மணி நேரம் வரை தூங்குவது மிகமிக அவசியம். நெகிழ்ச்சியான அணுகுமுறை, நேர்மறையான கண்ணோட்டம், யதார்த்த சிந்தனை, ஆக்கப்பூர்வமான செயல்பாடு ஆகியவை மனஅழுத்தத்தைக் குறைக்கும்.

அன்பான உறவுகளைப் பேணுவதும் நண்பர்களுடன் தொடர்பில் இருப்பதும் மனதை சந்தோஷமாக வைக்க உதவும். அந்தந்த தருணத்தை அனுபவித்து மகிழும்போது எதிர்காலம் குறித்த பயம் இருக்காது. மனமும் உடலும் ஆரோக்கியமாக இருக்கும். அமைதியான ஆனந்தமான வாழ்வு உங்களுடையதாக இருக்கும்!

கேள்வி: எனக்கு 42 வயதாகிறது. கடந்த 3 மாதங்களில் எனது உடல் எடை 7 கிலோ வரை குறைந்துள்ளது. நான் எந்த ஒரு உணவுக் கட்டுப்பாட்டிலும் இல்லை. நீரிழிவு நோய்க்கான பரிசோதனை செய்துவிட்டேன். அது சீராக உள்ளது. எனது இந்த திடீர் உடல் எடை குறைவுக்கு என்ன காரணமாக இருக்கும்?

என். சுல்தானா, தெற்குவாசல்.

பதில்: சாதாரணமாக ரத்தப் பரிசோதனையின் அடிப்படையில் நீரிழிவு நோயை உறுதிசெய்ய முடியாது. HbA1C என்ற பரிசோதனையின் மூலம் மட்டுமே ரத்தத்தில் சர்க்கரையின் அளவை சரியாகக் கணிக்கமுடியும். அதாவது உடலில் கடந்த 3 மாதகால சர்க்கரையின் சராசரி அளவைக் காட்டும் பரிசோதனை இது. இந்தப் பரிசோதனை முடிவே நீரிழிவு நோயை உறுதிசெய்ய உதவும். இப் பரிசோதனையில் சர்க்கரையின் அளவு 5.8-க்கு குறைவாக இருக்கவேண்டும். அவ்வாறு இருந்தால் மட்டுமே நீங்கள் நீரிழிவு நோயால் பாதிக்கப்படவில்லை என்று அர்த்தம். எனவே உடனடியாக ரத்தத்தில் HbA1C பரிசோதனையை மேற்கொள்ளுங்கள். அதன்பின் மகப்பேறு மருத்துவரை அணுகி ஆலோசனை பெறுங்கள்.

கேள்வி: நான் ஓர் ஓய்வுபெற்ற ஆசிரியர். சமீபகாலமாக கழுத்துவலியால் மிகவும் அவதிப்படுகிறேன். இதுதொடர்பாக எலும்பு மருத்துவரிடம் ஆலோசித்தேன். சில தினங்களுக்கு மாத்திரைகள் எடுத்துக்கொள்ளுமாறும் அதைத்தொடர்ந்து கழுத்துப் பட்டை (பெல்ட்) அணியுமாறும் அறிவுறுத்தினார். கழுத்துப்பட்டை அணிவதில் எனக்கு விருப்பமில்லை. இதற்கு மாற்றாக கழுத்துவலியைப் போக்க வேறு ஏதேனும் வழி உண்டா?

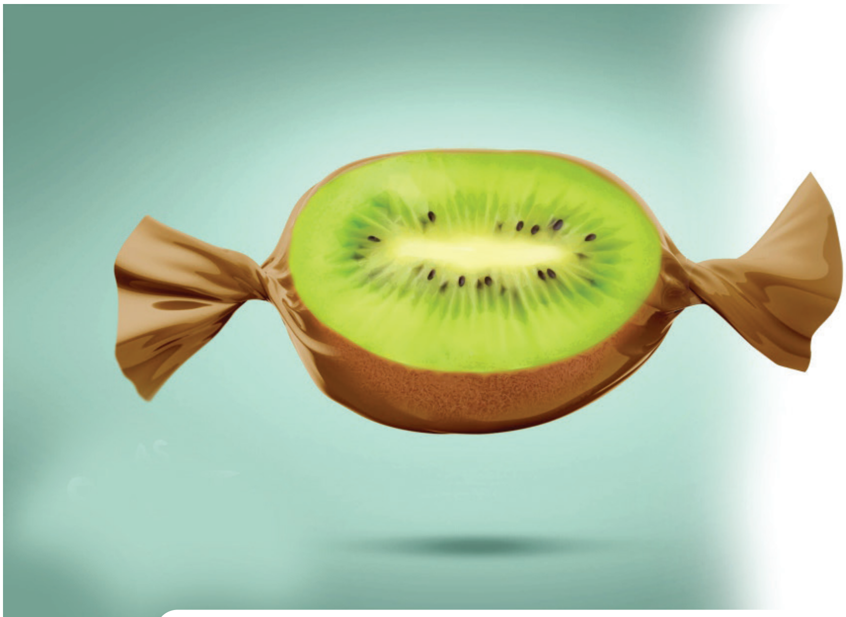
எஸ். முருகன், தெப்பக்குளம்.

பதில்: முதலில் கழுத்துவலிக்கான காரணத்தைக் கண்டறியவேண்டும். அதற்கு நேரடி சோதனைகளும் சில கதிரியக்க பரிசோதனைகளும் தேவைப்படலாம். கழுத்து வலிக்கான காரணத்தைக் கண்டறிந்தபின்னர், அதன் அடிப்படையிலேயே கழுத்துப்பட்டை அணியாமலேயே வலியைப் போக்குவதற்கான சிகிச்சைகளை முடிவுசெய்ய முடியும்.

நோய்கள் மற்றும் சிகிச்சைகள் தொடர்பான சந்தேகங்களுக்கு சம்பந்தப்பட்ட மருத்துவ நிபுணர்கள் பதில் அளிக்கின்றனர்.

உங்கள் கேள்விகளை
'டாக்டரை கேளுங்கள்' பகுதி,
வடமலையான் மருத்துவமனை,
நலம் மருத்துவ மாத இதழ்,
9-ஏ, வல்லபாய் ரோடு, சொக்கிகுளம்,
மதுரை-625 002 - என்ற முகவரிக்கோ

அல்லது nalam@vadamalayan.org என்ற இ-மெயில் முகவரிக்கோ எழுதி அனுப்பலாம்.



UNLOCK THE KEY TO LIVE A SWEET LIFE

HEALTH CHECKUP PACKAGES

- Master Health Checkup (Basic & Advanced)
- Executive Health Checkup Men & Women
- Whole Body Health Checkup - Men
- Whole Body Well Women Health Checkup
- Platinum Health Checkup (Men & Women)
- Preventive Cardiology Health Checkup
- Child Health Checkup
- Pre Employment Health Checkup
- Diabetes Vascular Health Checkup
- Diabetes Health Checkup
- Senior Citizen Health Chekcup (Men & Women)

Since 1957

Vadamalayan Hospitals (P) Ltd.,

PATIENT SAFETY & QUALITY OF CARE NABH ACCREDITED

Super Speciality Tertiary Care Centre

Madurai | Dindigul

Madurai

9A, Vallabhai Road, Chokkikulam, Madurai-625002.
Ph: 0452 3545400 (100 Lines), 2545400,
For Emergency : 0452 250 1033

Dindigul

649 A/2, Angu Nagar, Dindigul - 624001,
Ph: 0451 3561000 (100 Lines), 0451 2461000.
For Emergency : 0451 244 44 44

web:www.vadamalayan.org vadamalayan hospitals

Since 1957

Vadamalayan Maruthuvamanai Nalam - Tamil Monthly RNI No: TANTAM/2009/30427 Postal Registration No. TN/MA/125/2019-2021. Date of Publication - 1st Date of Every Month. Posted at BPC, Madurai 5th, 6th, 7th of every Month.