வடமலையான் மருத்துவமனை நலம்

Vadamalayan Maruthuvamanai Nalam Tamil Monthly

மலர் 17 இதழ் 7 ஜுன் 2026 விலை ரூ.15

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

முட்டையின் மஞ்சள்கருவை சாப்பிடலாமா?

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. 17 | Issue - 7 | June 2026

வடமலையான் மருத்துவமனை நலம்

மருத்துவ மாத இதழ்

அன்பு நண்பர்களே!

வணக்கம்!

வாழ்க்கை என்பது நாம் வாழும் நாட்களின் எண்ணிக்கை அல்ல; அந்த நாட்களில் நாம் பிறருக்குச் செய்த நன்மைகளின் தொகுப்பே ஆகும். ஒரு மனிதனின் உண்மையான செல்வம் அவன் ஈட்டிய பணம் அல்ல, அவன் பிறர் முகத்தில் வரவழைத்த புன்னகை மட்டுமே. பிறர் மனதை நோகடிக்காத சொல்லும், துன்பப்படும்போது நீட்டும் கரமுமே ஒருவனைச் சிறந்த மனிதனாக மாற்றுகின்றன.

உங்களை காயப்படுத்தியவர்களை மன்னிப்பது அவர்களுக்குச் செய்யும் உதவி அல்ல, உங்கள் மனதுக்கு நீங்கள் கொடுக்கும் விடுதலை. இல்லாதவற்றை நினைத்து ஏங்குவதை விட, இருப்பதை நினைத்து இறைவனுக்கும் இயற்கைக்கும் நன்றி செலுத்துங்கள். நன்றியுள்ள இதயம் எப்போதும் மகிழ்ச்சியாக இருக்கும்.

தோல்விகளைக் கண்டு பயப்படாமல், அவற்றைப் பாடமாகக் கொண்டு உழையுங்கள். உங்களை எப்போதும் மற்றவர்களோடு ஒப்பிட்டுப் பார்க்காதீர்கள்; உண்மையான உழைப்பும், விடாமுயற்சியும் ஒருநாள் உங்களை நிச்சயம் உயர்ந்த இடத்துக்குக் கொண்டு செல்லும். இந்த உலகத்தில் நாம் கொண்டு வந்தது எதுவுமில்லை, கொண்டு செல்லப்போவதும் எதுவுமில்லை. இடையில் கிடைத்த இந்த வாழ்க்கையை மற்றவர்களுக்கு பயனுள்ளதாகவும், மகிழ்ச்சி நிறைந்ததாகவும் மாற்றுவோம்!

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

முட்டையின் மஞ்சள்கருவை சாப்பிடலாமா?

● டாக்டர் **B.R.J. கண்ணன்** MD,DM(CARDIO)
இயக்குநர், இதயவியல்துறை

எப்போதும் யாருக்கேனும் முட்டை எடுத்துக்கொள்ளுங்கள் என்று அறிவுரைத்தால் உடனே வரும் கேள்வி இது. இன்று நேற்றல்ல. கடந்த 30 வருடங்களாகவே இந்தக் கேள்வி சாகாவரம்பெற்றது போல் தொடர்ந்து கொண்டேதான் இருக்கிறது.

முதலில், முட்டை ஏன் சாப்பிட வேண்டும் என்பதைப் பார்ப்போம். நமக்குச் சராசரியாக ஒரு நாளைக்குத் தேவைப்படும் புரதத்தின் அளவு குறைந்தபட்சம் 1g/kg body weight. அதாவது ஒருவர் 70 கிலோ எடை கொண்டவர் என்றால் அவர் குறைந்தபட்சம் 70 கிராம் புரதம் ஒரு நாளைக்குச் சாப்பிடவேண்டும். புரதங்களை 1.5g/kg வரை எடுக்கலாம் என்பதுதான் பரிந்துரை.

தற்சமயம் நம் தினசரி உண்ணும் உணவு, மாவுச்சத்தால் (Carbohydrates) நிரம்பி உள்ளது. அரிசி, கோதுமை என்று சர்க்கரை மிகுந்த இந்த உணவுகளே 70% க்கும் அதிகமாக ஆக்கிரமித்துள்ளன. புரதத்தின் அளவு 30 – 40 கிராம் தாண்டினாலே அரிது. அசைவம் உண்பவர்களும் வாரத்துக்கு ஒன்றிரண்டு முறைதான் மாமிசம் எடுக்கிறார்கள்.

ஆக, நாம் எல்லோருமே புரதக் குறைபாடு கொண்டவர்கள் (Protein deficient). இந்நிலையில் நமக்கு எளிதாகக் கிடைக்கும் ஒரு நல்ல புரத உணவு முட்டை. தாவரப் புரதம் அல்லது மாமிசப் புரதங்களுடன் ஒப்பிடும்போது முட்டையில் உள்ள புரதம் அவற்றைவிடச் சிறந்தது. எளிதாகக் கிடைக்கக்கூடியது. எளிதாகச் சமைக்கமுடிவது. விலையும் குறைவு.

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)

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 என்றால் என்ன ?
ரத்தத்தில் உள்ள சர்க்கரையின் அளவு அதிகமாக இருத்தல்

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

ஒரு முட்டையில் சராசரியாக 7 கிராம் புரதம் உள்ளது. முட்டையின் வெள்ளைப் பகுதியில் 4 கிராம் உள்ளது. பாக்கி எங்கே என்றுதானே கேட்கிறீர்கள்? அது முட்டையின் மஞ்சள் பகுதியில் உள்ளது. மஞ்சளாக இருப்பதால் அது முழுவதும் கொழுப்பு என்று நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். அது தவறு. வேறு என்னவெல்லாம் அதில் இருக்கின்றன?

1. ஆரோக்கியமான கொழுப்புகள்: ஒற்றை நிறைவுறா மற்றும் பல்நிறைவுறா கொழுப்புகள் (Mono and poly unsaturated fatty acids).

2. வைட்டமின்கள்: வைட்டமின் டி, வைட்டமின் ஏ மற்றும் பி காம்ப்ளக்ஸ் (குறிப்பாக பி12 மற்றும் ஃபோலேட்).

3. தாதுக்கள்: இரும்பு, பாஸ்பரஸ், துத்தநாகம் மற்றும் செலினியம்.

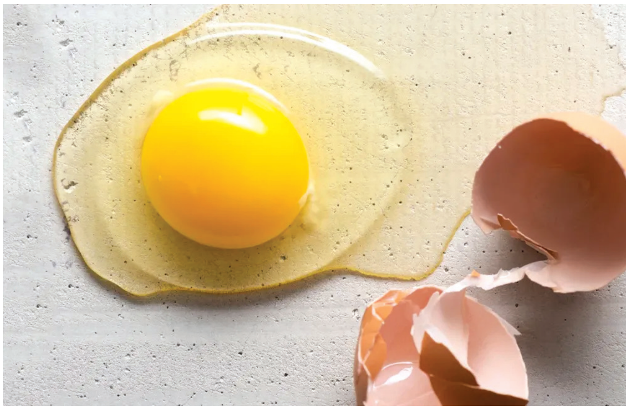
4. அதிக அளவில் கோலின்: மூளை ஆரோக்கியத்துக்கு கோலின் இன்றியமையாதது, லுடீன் அண்டு ஸீயாஸாந்தின் (Leutin & Ziaxanthine கண் ஆரோக்கியத்துக்கான ஆன்டிஆக்சிடென்டுகள்).

ஆக, முட்டையின் வெள்ளைப் பகுதியில் கொஞ்சம் புரதமும் நீரும் மட்டுமே உள்ளன. மற்ற எல்லா நல்ல விஷயங்களும் மஞ்சள் பகுதியில்தான் உள்ளன.

இந்த மஞ்சள் கருவை எடுத்துக்கொண்டால் ரத்தத்தில் கொலஸ்ட்ரால் கூடும் என்பது பரவலாக நம்பப்படுகிறது. மருத்துவர்களும் இதில் அடக்கம். இது ஒரு பொய்யான தகவல். அவ்வாறு எந்த ஒரு மருத்துவ ஆய்வும் சொல்லவில்லை. ஆக, முழு முட்டையையும் நாம் உணவாக எடுக்கவேண்டும். மஞ்சள் பகுதியை நீக்குவது தவறு. எல்லோரும் தினமும் இரண்டு முட்டைகளை எடுத்துக்கொள்ளலாம். அதீத உடற்பயிற்சி செய்பவர்கள் மூன்றாவதாக ஒரு முட்டையையும் சேர்த்துக்கொள்ளலாம்.

முட்டை எனக்குச் சேராது, அஜீரணம் வரும் என்பது சிலரின் குற்றச்சாட்டு. அதைச் சாப்பிட்டு வாயு கூடி உடம்பெல்லாம் பிடித்துக்கொள்ளும் / வலிக்கும் என்றெல்லாம் சொல்வார்கள். இது மனம் சம்பந்தப்பட்ட பிரச்சினை. இந்தப் பிரச்சினைகள் வருமோ என்ற பயத்துடன் முட்டையைச் சாப்பிடும்போது அவர்கள் அவ்வாறு வருவதாகவே உணர்வார்கள்.

அவ்வாறு வாயு மற்றும் அஜீரணத்தை உருவாக்கக்கூடிய எந்தவொரு பொருளும் முட்டையில் இல்லை. சொல்லப்போனால் புரத உணவுகளிலேயே எளிதில் ஜீரணமாகி உடலில் உள் இழுக்கப்படும் புரதம், முட்டை ஒன்றுதான். ஏழு மாதக் குழந்தை முதல் 90 வயது பெரியவர்கள் வரை யார்



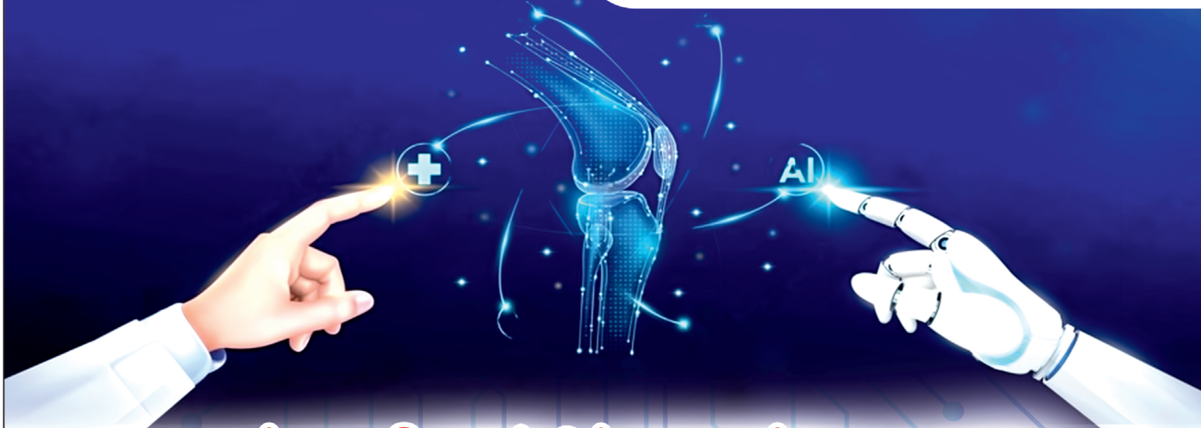
வேண்டுமானாலும் உண்ணக்கூடிய எளிதான உணவு இதுவாகும். சிறுவயதிலேயே குழந்தைகளுக்கு முட்டையைக் கொடுத்துப் பழக்கிவிட்டால் பின்னாளில் முட்டையினால் அலர்ஜி ஏற்படும் அபாயத்தை வெகுவாகக் குறைத்துவிடலாம்.

வெள்ளை நிற முட்டையா பிரவுன் நிற முட்டையா எது சிறந்தது என்று கேட்டால் இரண்டுக்கும் வித்தியாசமில்லை என்பதுதான் பதில். நாட்டுக்கோழி முட்டை நல்லதா லகான் கோழி முட்டை நல்லதா என்று கேட்டால் இதற்கும் அதே பதில்தான். இரண்டும் ஒன்றுதான். முட்டையை எப்படிச் சாப்பிடுவது வேகவைத்தா, ஆம்லெட்டாகவா அல்லது பொடிமாஸ் (பொரியல்) செய்தா? எப்படிவேண்டுமானாலும் சாப்பிடலாம், அப்படியே பச்சையாக மட்டும் வேண்டாம். இதயநோய் உள்ளவர்களும் முட்டை சாப்பிடலாம். எந்தப் பிரச்சினையும் இல்லை.

ஏற்கெனவே கொலஸ்ட்ரால் அதிகமாக உள்ளவர்கள் முட்டை சாப்பிடலாமா என்ற சந்தேகமும் பரவலாக எல்லோருக்கும் உண்டு. LDL கொலஸ்ட்ராலின் அளவு 160-க்கும் கூடுதலாக இருந்தால்தான் 'அதிக கொலஸ்ட்ரால்' என்று குறிப்பிடவேண்டும். ரத்தத்தில் உள்ள இந்த LDL கொலஸ்ட்ரால் பெரும்பாலும் உணவின் மூலம் வருவதல்ல. கல்லீரலிலிருந்து உற்பத்தி ஆவது (70% is endogenous). இவர்களில் பெரும்பாலானோர் ஏற்கெனவே ஸ்டாட்டின் (statin) மாதிரி எடுத்துக்கொண்டிருப்பார்கள். இவர்கள் ஒன்றிரண்டு முட்டை சாப்பிடுவதால் கொலஸ்ட்ரால் மேற்கொண்டு அதிகரிக்கும் வாய்ப்பு இல்லை. மாறாக சர்க்கரை குறைந்து அதனால் ஏற்படும் தீமைகள் குறையும்.

முட்டை பற்றிய இந்த உண்மைகளை உணர்ந்து கொண்டு இதைத் தினசரி உணவாக அல்லது வாரத்தில் நான்கு ஐந்து நாட்களாவது உண்ணவேண்டும் என்பது என் பரிந்துரை. ஆனால் ஒன்று. முட்டையின் மஞ்சள் கரு சாப்பிடலாமா என்ற கேள்வி மட்டும் கேட்காதீர்கள்.. ப்ளீஸ்.

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
www.vadamalayanhospitals.com vadamalayan hospitals

சுவாசம் ஒவ்வொருவரின் அடிப்படை உரிமை!

● டாக்டர் **S.இளம்பரிதி** MD (Pulmonary medicine)
நுரையீரல் சிகிச்சை நிபுணர்

ஒவ்வோர் ஆண்டும் உலக ஆஸ்துமா தினத்தில் விழிப்புணர்வு, தடுப்பு முறைகள் அல்லது செயல்திட்டங்களை வலியுறுத்தி ஒரு முக்கியக் கருத்து முன்வைக்கப்படும். ஆனால், இந்த ஆண்டுக்கான செய்தி முன்னெப்போதையும் விட மிக அவசரமான ஒன்றாகத் தோன்றுகிறது.

இந்த ஆண்டின் முக்கிய கருப்பொருள்: 'ஆஸ்துமா உள்ள ஒவ்வொருவருக்கும், மூச்சுக்குழாய் அழற்சியைக் குணப்படுத்தும் இன்ஹேலர் தடையின்றி கிடைப்பதை உறுதி செய்தல்' என்பதாகும்.

முதல் பார்வையில் இது மருத்துவர்களுக்கான ஒரு தொழில்நுட்பக் கருத்து போலத் தோன்றலாம். ஆனால் உண்மையில், இது ஆஸ்துமாவோடு வாழும் கோடிக்கணக்கான மக்களின் அன்றாட வாழ்க்கையையும், அவர்களுக்கு இன்னும் முழுமையாகக் கிடைக்காத மருத்துவத் தேவையையும் நேரடியாகப் பேசுகிறது.

அறிகுறிகளும் சிகிச்சையும்

ஆஸ்துமா என்பது ஏதோ ஓர் அரிய நோய் அல்ல. விளையாடும்போது மூச்சுத்திணறித் தவிக்கும் குழந்தைகள், விடாத இருமலை அலட்சியப்படுத்தும் இளைஞர்கள் மற்றும் மூச்சுத்திணறலைத் தங்களின் முதுமையின் ஒரு பகுதி என்று அமைதியாக ஏற்றுக்கொண்ட முதியவர்கள் என அனைவரிடமும் இதைப் பார்க்கமுடிகிறது. இதில் வியப்பான விஷயம் என்னவென்றால், ஆஸ்துமா எந்தளவுக்குப் பரவலாகக் காணப்படுகிறதோ, அதே அளவிற்குப் பல நேரங்களில் அதற்கு முழுமையற்ற முறையிலேயே சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது.

பெரும்பாலான மக்கள் உடனடி நிவாரணம் தரும் இன்ஹேலர்களை மட்டுமே பயன்படுத்துகிறார்கள். இது தற்காலிகமான தீர்வே தவிர, நுரையீரலுக்குள் இருக்கும் ஆழமான வீக்கத்தைக் குணப்படுத்துவதில்லை.

பாதுகாப்புக் கருவிகள்

இங்குதான் அழற்சி எதிர்ப்பு (Anti-inflammatory) இன்ஹேலர்கள் முக்கியத்துவம் பெறுகின்றன. இவை அமைதியாகவும் சீராகவும் செயல்பட்டு, சுவாசப் பாதையில் உள்ள வீக்கத்தைக் குறைக்கின்றன. இவை உடனடி மாற்றத்தைத் தராவிட்டாலும்,

எதிர்கால பாதிப்புகளைத் தடுத்து, நீண்டகால ஆரோக்கியத்தைக் கொண்டு வருகின்றன. இவை வெறும் மீட்புக் கருவிகள் அல்ல; இவை நோயின் போக்கையே மாற்றும் பாதுகாப்புக் கருவிகள்.

நடைமுறைச் சிக்கல்கள்

இவற்றின் முக்கியத்துவத்தையும் மீறி, பல நோயாளிகள் இவற்றைப் பயன்படுத்துவதில்லை. ஸ்டீராய்டு குறித்த பயம், பொருளாதாரத் தடைகள் மற்றும் போதிய விழிப்புணர்வு இல்லாமை போன்றவை இதற்கு முக்கியக் காரணங்களாகும். இதனால் நோயாளிகள் தற்காலிக நிவாரணத்தை மட்டுமே நம்பியிருக்கிறார்கள், நோயின் மூல காரணத்தை அவர்கள் கவனிக்காமல் விட்டுவிடுகிறார்கள்.

வாழ்க்கைமுறை மாற்றம்

சரியான சிகிச்சையின் மூலம் ஆஸ்துமாவின் விளைவுகள் வியத்தகு முறையில் மாறும். ஒரு குழந்தை விளையாட்டில் ஈடுபடமுடியும், ஒரு பெரியவர் தடையின்றித் தன் வேலைகளைச் செய்யமுடியும். நவீன மருத்துவப் பரிந்துரைகள் அனைத்தும் இப்போது அறிகுறிகளைப் போக்குவதைவிட, தொடக்கத்திலிருந்தே வீக்கத்தைக் கட்டுப்படுத்துவதையே வலியுறுத்துகின்றன.

சுவாசம் என்பது வாழ்வின் அடிப்படை. ஆஸ்துமா ஒரு நாள்பட்ட நோயாக இருக்கலாம், ஆனால் சரியான அணுகுமுறையின் மூலம் அது ஏற்படுத்தும் துன்பத்தை பெருமளவு குறைக்கமுடியும்.

நமக்குத் தேவையான கருவிகள் ஏற்கெனவே நம்மிடம் உள்ளன. அந்த கருவிகள் தேவைப்படும் அனைவரையும் சென்றடைவதை உறுதிசெய்வதே இப்போதைய சவால். பயனுள்ள சிகிச்சை கைக்கெட்டும் தூரத்தில் இருக்கும்போது, மூச்சுத் திணறலுக்காக யாரும் தங்கள் வாழ்க்கையை மாற்றிக்கொள்ள வேண்டிய அவசியமில்லை!

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 ஒரு வருடத்திற்கு 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

Since 1957

மேலும் தொடர்புக்கு

பச்சிளம் குழந்தைகள் மற்றும் குழந்தைகள் நலப்பிரிவு

வடமலையான் மருத்துவமனை (பி) லிட்

9A, வல்லபாய் ரோடு, சொக்கிகுளம், மதுரை-625002

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

NABH ACCREDITED

85 வயது முதியவருக்கு அதிநவீன இதய சிகிச்சை!

மாரடைப்பு மற்றும் இதய ரத்தநாளங்களில் கடுமையான அடைப்பால் உயிருக்கு ஆபத்தான நிலையில் இருந்த 85 வயது முதியவருக்கு, திண்டுக்கல் வடமலையான் மருத்துவமனையில் நவீன இதய சிகிச்சை மூலம் வெற்றிகரமாக மறுவாழ்வு அளிக்கப்பட்டுள்ளது.

திண்டுக்கல்லைச் சேர்ந்த சாத்தப்பன் (பெயர் மாற்றப்பட்டுள்ளது) என்பவர் கடுமையான நெஞ்சுவலியோடு மிகவும் கவலைக்கிடமாக திண்டுக்கல் வடமலையான் மருத்துவமனையில் அனுமதிக்கப்பட்டார். அவரை **நுண்துளை ஊடுருவல் இதய சிகிச்சை நிபுணர் டாக்டர் டி. ஆதர்ஷ் நாராயண் MD, DNB** பரிசோதித்ததில், இதய ரத்தநாளங்களில் கடுமையான அடைப்புகள் இருப்பது கண்டறியப்பட்டது. வயது முதிர்வின் காரணமாக, அவரது ரத்தநாளங்களின் உட்புறத்தில் கால்சியம் படிவுகள் பாறைபோல மிகக் கடினமாக மாறியிருந்தன. அதோடு, அவரது ரத்தநாளங்கள் நேராக இல்லாமல், மிகவும் வளைந்து நெளிந்தும் காணப்பட்டன.

இத்தகைய இக்கட்டான சூழலில், சாதாரண முறையில் பலூன் மூலமாகவோ அல்லது ஸ்டென்ட் மூலமாகவோ அடைப்பை நீக்குவது சாத்தியமற்ற ஒன்றாக இருந்தது. அதையடுத்து, முதியவரின் உயிரைக் காப்பாற்ற டாக்டர் ஆதர்ஷ் நாராயண் தலைமையிலான மருத்துவக் குழுவினர் இரு அதிநவீன தொழில்நுட்பங்களைக் கையாண்டனர். முதலாவதாக, ரத்தநாளங்களுக்குள் இருக்கும் மிகக் கடினமான கால்சியம் படிவுகளை உடைக்க ‘இன்ட்ராவாஸ்குலர் லித்தோட்ரிப்ஸி’ (IVL) என்ற நவீன தொழில்நுட்பம் பயன்படுத்தப்பட்டது.

இது பாதுகாப்பான ஒலி அலைகளைச் (Sonic waves) செலுத்தி, ரத்தநாளங்களின் சுவர்களில் உள்ள கடினமான கால்சியத்தை மட்டும் உடைத்தது. இதனால் ரத்தநாளம் மென்மையாகி, ஸ்டென்ட் வைப்பதற்கு ஏதுவாக மாறியது.

இரண்டாவதாக, இதயநாளங்களின் உட்பகுதியை மிகத் துல்லியமாக, கணினித் திரையில் படமாகக் காட்டும் ஓ.சி.டி. (OCT) என்ற அதிநவீன உள்நோக்கு இமேஜிங் தொழில்நுட்பம் பயன்படுத்தப்பட்டது.

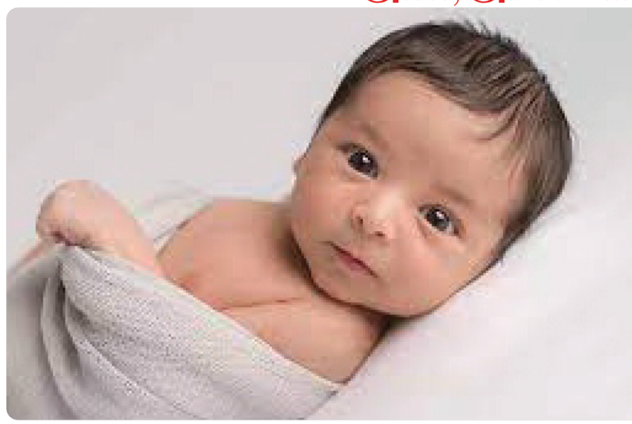
Since 1957

Since 1957

வடமலையான் மருத்துவமனை(பி)லிமிடெட்

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. இதன்காராணமாக 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

இதன்மூலம் அடைப்பின் தன்மை எவ்வளவு, ரத்தநாளத்தின் சரியான அளவு என்ன, எந்த அளவிலான ஸ்டென்ட் பொருத்தவேண்டும் என்பதை மருத்துவர்கள் துல்லியமாகக் கணித்து, ஸ்டென்ட் கச்சிதமாகப் பொருந்துவதை உறுதிசெய்தனர்.

இதுமட்டுமின்றி, நோயாளியின் வயதைக் கருத்தில்கொண்டு, அவரது சிறுநீரகத்தைப் பாதுகாக்க மருத்துவர்கள் சிறப்பு கவனம் செலுத்தினர்.

பொதுவாக இச்சிகிச்சையின்போது ரத்தநாளங்களைத் துல்லியமாகப் பார்க்கப் பயன்படும் வண்ணச் சாயத் திரவத்துக்கு (Contrast dye) பதிலாக, செலைன் ஓ.சி.டி. (Saline OCT) என்ற பாதுகாப்பான மாற்று முறையை அவர்கள் பயன்படுத்தினர். இதனால் மிகக் குறைந்த அளவே அந்தத் திரவம் பயன்படுத்தப்பட்டு, முதியவரின் சிறுநீரகம் எவ்வித பாதிப்புமின்றி பாதுகாக்கப்பட்டது.

இந்த அதிநவீன கூட்டு முயற்சியின் பலனாக, முதியவரின் இதயத்தில் இருந்த கடுமையான அடைப்புகள் முழுமையாக நீக்கப்பட்டு, சீரான ரத்தஓட்டம் மீண்டும் கொண்டு வரப்பட்டது. நோயாளி இந்தச் சிகிச்சையை நன்கு தாங்கிக்கொண்டு, தற்போது முழுமையாகக் குணமடைந்துள்ளார்.

இதுகுறித்து டாக்டர் டி. ஆதர்ஷ் நாராயண் கூறுகையில், “வயது முதிர்ந்த பலருக்கு இதயத் தமனிகளில் ஏற்படும் கடுமையான கால்சியம் படிவுகளையும், வளைந்து நெளிந்த ரத்தநாளங்களையும் கையாள்வது சிகிச்சையின்போது மிகப்பெரிய சவாலாக இருக்கும்.

இத்தகைய கடுமையான இதய அடைப்புகளைக் குணப்படுத்த அதிநவீன தொழில்நுட்பம், துல்லியமான திட்டமிடல் மற்றும் அனுபவமிக்க மருத்துவக் குழுவின் கூட்டு உழைப்பு ஆகியவை மிக முக்கியம். திண்டுக்கல் வடமலையான் மருத்துவமனையில் உலகத்தரம் வாய்ந்த அனைத்து மருத்துவ வசதிகளும் இருப்பதால், தென்மாவட்ட மக்கள் சென்னை போன்ற பெருநகரங்களுக்குச் செல்லாமல், தங்கள் இருப்பிடத்துக்கு அருகிலேயே உயர்தர இதய சிகிச்சையைப் பெறமுடியும் என்பதற்கு இந்தச் சிகிச்சையே சான்று” என்று பெருமிதத்துடன் கூறினார்.

இளநரைக்கு இயற்கைத் தீர்வுகள்!

J.ஜான்சி ஜெனிதா MSc
தலைமை உணவு ஆலோசகர், திண்டுக்கல்

அடர்த்தியான, கறுப்பான கூந்தல் என்பது நமது ஆரோக்கியத்தின் அடையாளம். இன்றைய பரபரப்பான வாழ்க்கைமுறை மற்றும் சூழல் மாற்றங்களால் ஏற்படும் இளநரையை, ரசாயனங்கள் இன்றி இயற்கையான முறையில் சரிசெய்ய இதோ சில எளிய வழிமுறைகள்:

* பீர்க்கங்காயைத் துண்டுகளாக்கி தேங்காய் எண்ணெயில் மூன்று நாட்கள் ஊறவிடவும். பிறகு அந்த எண்ணெயைக் கறுப்பு நிறமாகும் வரை காய்ச்சி, வாரம் இருமுறை தலையில் தேய்த்துவர, முடியின் இயற்கை நிறமி மீண்டும் சுரக்கத் தொடங்கும்.

* தேங்காய் எண்ணெயில் ஒரு கைப்பிடி கறிவேப்பிலையைப் போட்டு காய்ச்சித் தினமும் தடவி வரலாம். மேலும், கறிவேப்பிலையை உணவில் அடிக்கடி சேர்த்துக்கொள்வது முடியை வேரிலிருந்தே கருமையாக்க உதவும்.

* நெல்லிக்காயில் உள்ள வைட்டமின் சி மற்றும் ஆன்டிஆக்சிடென்டுகள் கூந்தலுக்குப் புத்துயிர் அளித்து, நரைமுடி தோன்றுவதைத் தடுத்து இளமையைத் தக்கவைக்கும்.

* சிறிய வெங்காயத்தை அரைத்துச் சாறு எடுத்துத் தலையில் தடவி 20 நிமிடம் கழித்து அலசவும். இது முடியின் வேர்க்கால்களில் உள்ள நச்சுக்களை நீக்கி கருமையை மீட்டெடுக்கும்.

மனஅழுத்தம் குறைவான வாழ்க்கைமுறையும், போதுமான உறக்கமும் கூந்தல் ஆரோக்கியத்துக்கு மிகவும் அவசியம்.

வடமலையான்
மருத்துவமனை (பி) லிமிடெட்
Since 1957
Super Speciality Tertiary Care Centre
மதுரை | திண்டுக்கல்

பத்துமாசம் பாத்துக்குவோம்
பத்திரமா பாத்துக்குவோம்...

வடமலையான் மருத்துவமனை
பெருமையுடன் வழங்கும்
பேறுகாலத்திற்கான பிரத்யேகத் திட்டம்

My mother

PACKAGE ரூ.35,000 /- 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

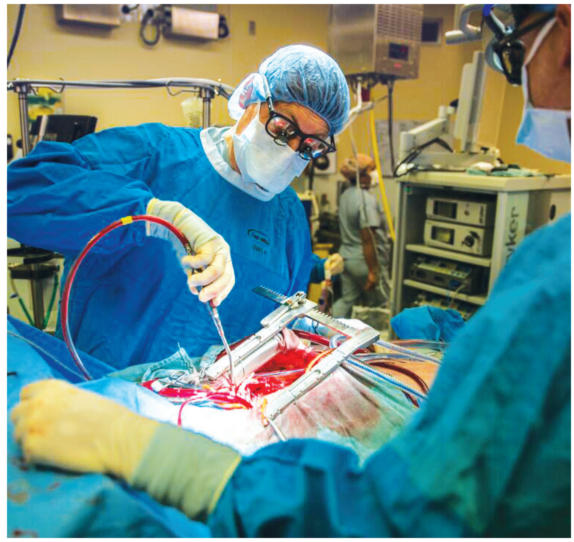
திண்டுக்கல்
649 A/2, செட்டிநாயக்கன்பட்டி, அங்குநகர், திண்டுக்கல் - 624004.
போன்: 0451 3561000 (100 Lines), 2461000
For Emergency: 0451 244 44 44
மேலும் விபரங்களுக்கு 73970 11222

செவிலியர் தினம்

மதுரை

திண்டுக்கல்

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.

Since 1957

வடமலையான்
மருத்துவமனை (பி) லிமிடெட்

NABH ACCREDITED

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)

இதயத்துடிப்பைச் சீராக்கும் சிஆர்டி சிகிச்சை!

● டாக்டர் **சுரேஷ்குமார் சுகுமாறன்** MD, DM, PDF
இதய மின்சிகிச்சை நிபுணர்.

இதயம் ஒரு நுட்பமான மின்சார அமைப்பால் இயக்கப்படுகிறது. இது இதயத்தின் அறைகளை சரியான நேரத்தில் சுருங்கி விரியச் செய்து, உடல் முழுவதும் ரத்தத்தை விநியோகிக்கிறது.

இதயத்தின் மின் கடத்தல் சீரற்று இருக்கும்போது, இதயத் தசைகள் ஒருங்கிணைந்து செயல்படமுடியாமல் போகிறது. இதனால் இதயத்தின் பம்பிங் திறன் குறைந்து இதய செயலிழப்பு ஏற்படுகிறது. இத்தகைய நிலையில் இதயம் பலவீனமடைந்து நுரையீரலில் நீர் கோர்த்தல், கடுமையான மூச்சுத்திணறல் மற்றும் அதீத சோர்வு போன்ற தீவிர பாதிப்புகள் உண்டாகின்றன.

இந்தச் சூழலில், Cardiac Resynchronization Therapy (CRT) ஒரு வரப்பிரசாதமாக அமைகிறது. இது இதயம் மீண்டும் ஒரே நேரத்தில் சீராகத் துடிக்க வழிவகுத்து, அதன் பம்பிங் திறனை வியக்கத்தக்க வகையில் மேம்படுத்துகிறது.

Cardiac Resynchronization Therapy (CRT) என்றால் என்ன?

இது இதயத்தின் கீழ் அறைகள் (Ventricles) இரண்டும் ஒரே நேரத்தில் சுருங்கி விரிய உதவுவதற்காக, தோலின்கீழ் பொருத்தப்படும் ஒரு சிறிய மின்னணு கருவியாகும். இது இதயத்தின் மின் சமிக்ஞைகளைச் சீரமைப்பதன் மூலம் ரத்தம் பம்ப் செய்யப்படும் திறனை அதிகரிக்கிறது.

இந்த சிகிச்சை யாருக்கு மிகவும் அவசியம்?

மூச்சுத்திணறல் மற்றும் அதிகப்படியான சோர்வு போன்ற அறிகுறிகள் மருந்துகள் உட்கொண்டும் குறையாதவர்களுக்கு இது பரிந்துரைக்கப்படுகிறது. குறிப்பாக, இதயத்தின் பம்பிங் அளவு (LVEF) 35% க்கும் குறைவாக இருப்பவர்களுக்கும், ஈசிஜி சோதனையில் மின் கடத்தல் தாமதம் இருப்பவர்களுக்கும் (Bundle branch block) இது ஒரு சிறந்த தீர்வாகும்.

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,

CRT கருவி உடலில் எவ்வாறு பொருத்தப்படுகிறது?

இது மயக்க மருந்து கொடுத்து மேற்கொள்ளப்படும் ஒரு சிறிய அறுவைசிகிச்சை முறை. கழுத்து எலும்புக்குக் கீழே ஒரு சிறிய கீறல் செய்யப்பட்டு, கருவி பொருத்தப்படும். அதன் மெல்லிய கம்பிகள் (Leads) ரத்த நாளங்கள் வழியாக இதயத்தின் துல்லியமான இடங்களுக்குச் செலுத்தப்பட்டு இணைக்கப்படும். நோயாளி பொதுவாக 3 முதல் 5 நாட்களில் இயல்புநிலைக்குத் திரும்பலாம்.

சிகிச்சைக்குப் பின் நோயாளிகள் அடையும் மாற்றங்கள் என்ன?

சிகிச்சை பெற்ற சில வாரங்களிலேயே மாற்றங்களை உணரமுடியும். நடக்கும்போது ஏற்படும் மூச்சுத்திணறல் குறையும், உடல் சோர்வு நீங்கி அன்றாட வேலைகளைச் செய்யத் தேவையான ஆற்றல் கிடைக்கும். இது அடிக்கடி மருத்துவமனையில் அனுமதிக்கப்படுவதைத் தவிர்க்க உதவுவதோடு, நோயாளியின் ஆயுட்காலத்தையும் நீட்டிக்கிறது.

கருவி பொருத்தப்பட்ட பிறகு கடைப்பிடிக்க வேண்டிய பாதுகாப்பு முறைகள் யாவை?

* மொபைல் போன்களை கருவி பொருத்தப்பட்ட இடத்திலிருந்து குறைந்தது 6 அங்குலம் தள்ளிப் பயன்படுத்தவேண்டும்.

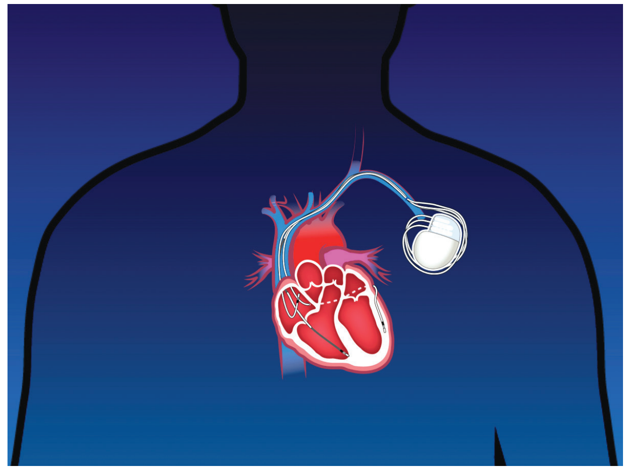
* எம்.ஆர்.ஐ. (MRI) போன்ற சோதனைகளுக்கு முன் இதய சிகிச்சை நிபுணரிடம் ஆலோசனை பெறவேண்டும்.

* விமானநிலையப் பாதுகாப்பு சோதனையின்போது உங்களிடம் உள்ள ‘Device ID Card’-ஐ காண்பிக்கவேண்டும்.

இந்தக் கருவி எத்தனை ஆண்டுகள் வரை செயல்படும்?

இதன் பேட்டரி பொதுவாக 7 முதல் 12 ஆண்டுகள் வரை நீடிக்கும். பேட்டரியின் சக்தி குறையும்போது, ஓர் எளிய மருத்துவமுறை மூலம் கருவியை மட்டும் மாற்றிக்கொள்ளலாம்; இதயத்தில் உள்ள கம்பிகளை மீண்டும் மாற்றவேண்டிய அவசியம் இருக்காது.

கடந்த 2 ஆண்டுகளாக 60 வயதுப் பெண்மணி ஒருவர் கடுமையான மூச்சுத்திணறல் மற்றும் இதயச் செயலிழப்பு காரணமாக நுரையீரல் வீக்கம் ஏற்பட்டு, அடிக்கடி மருத்துவமனையில் அனுமதிக்கப்பட்டு வந்தார். ஆரம்பத்தில் சிறிது தூரம் நடந்தாலே அவருக்கு மூச்சு வாங்கியது, நாளடைவில் அது அன்றாடப் பணிகளைக்கூட செய்ய முடியாத



அளவுக்கு மோசமானது. சமீபகாலமாக ஒவ்வொரு மாதமும் ஐசியூ-வில் அனுமதிக்கப்பட்டு, அவருக்கு செயற்கை சுவாசம் மற்றும் ரத்தஅழுத்தத்தை உயர்த்தும் மருந்துகள் தேவைப்பட்டன.

இந்நிலையில், அவர் அண்மையில் மதுரை வடமலையான் மருத்துவமனைக்கு சிகிச்சைக்காக வந்தார். இங்கு அவருக்குச் செய்யப்பட்ட பரிசோதனையில், இதயத்தின் இடதுபக்கச் செயல்பாடு (LVEF) வெறும் 15% ஆகக் குறைந்திருந்தது.

மேலும், இதயத்துடிப்பைச் சீராக்கும் மின்சார ஓட்டத்திலும் பாதிப்பு இருந்தது. ஆனால், அவரது ரத்த நாளங்களில் அடைப்புகள் ஏதும் இல்லை. இதனால், அவருக்கு LOT-CRT என்ற அதிநவீன பேஸ்மேக்கர் (Pacemaker) சிகிச்சையை மேற்கொள்ள முடிவுசெய்தோம்.

இந்தச் சிகிச்சையின் மூலம் இதயத்தின் இரு பக்கங்களும் ஒரே சீராகத் துடிப்பதற்கான நவீன கருவி பொருத்தப்பட்டு, நான்காவது நாளிலேயே அவர் வீடு திரும்பினார். சிகிச்சை முடிந்து மூன்று மாதங்கள் கழித்து பரிசோதித்தபோது, அவரது இதயத்தின் செயல்பாடு 15%-லிருந்து 55% ஆக உயர்ந்து முழுமையாக இயல்புநிலைக்குத் திரும்பியது. தற்போது அவர் எவ்வித மூச்சுத்திணறலும் இன்றி தனது அன்றாடப் பணிகளைச் சுறுசுறுப்பாகச் செய்துவருகிறார்.

எனவே, இதய செயலிழப்பு என்பது வாழ்க்கையின் முடிவல்ல; முறையான நவீன சிகிச்சை முறைகள் மூலம் அதை வெல்லமுடியும் என்பதற்கு CRT சிகிச்சை ஒரு சிறந்த உதாரணம். மருத்துவத் தொழில்நுட்பத்தின் இந்த முன்னேற்றம், நோயாளிகள் மீண்டும் தங்களின் விருப்பமான செயல்களைச் செய்யவும், ஒரு நிம்மதியான மற்றும் சுறுசுறுப்பான வாழ்க்கையை வாழவும் வழிவகை செய்கிறது.

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

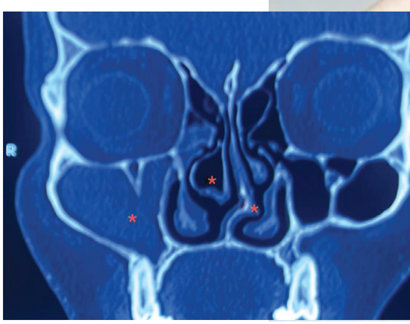
மேற்கூறிய சேவைகள், அதற்குரிய கட்டணத்துடன் இத்திட்டத்தில் பதிவு செய்பவர்களுக்கு அளிக்கப்படும்.

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

மூக்கடைப்பு, ரத்தக்கசிவுக்கு
நவீன எண்டோஸ்கோபி சிகிச்சை!



மூக்கடைப்பு மற்றும் ரத்தக்கசிவால் பாதிக்கப்பட்டிருந்தவர் மதுரை வடமலையான் மருத்துவமனையில் மேற்கொள்ளப்பட்ட நவீன எண்டோஸ்கோபி சிகிச்சைக்குப்பின் நலமடைந்தார்.

ராமநாதபுரத்தைச் சேர்ந்தவர் குமரன் (39) (பெயர் மாற்றப்பட்டுள்ளது). இவருக்கு வலதுபுற மூக்கில் தொடர் அடைப்பு மற்றும் மூக்கில் இருந்து சளியுடன் ரத்தம் வெளியேறியுள்ளது. இதைத்தொடர்ந்து மதுரை வடமலையான் மருத்துவமனைக்கு சிகிச்சைக்காக வந்தார்.

இங்கு இவருக்கு மேற்கொள்ளப்பட்ட சி.டி. ஸ்கேன் பரிசோதனையில், மூக்கின் நடு எலும்பு வளைந்திருப்பதும் (Deviated Nasal Septum & DNS), மூக்கின் உட்புறம் தசை வளர்ச்சி (Turbinate Hypertrophy) ஏற்பட்டு சைனஸ் பாதையை அடைத்திருப்பதும் கண்டறியப்பட்டது. அதையடுத்து **காது, மூக்கு, தொண்டை நிபுணர் டாக்டர் வி.பாப்புநாதன் MS, DLO ஆலோசனையின்பேரில், காது, மூக்கு, தொண்டை நிபுணர் பி.நவநீதன் MS(ENT), மயக்கவியல் நிபுணர் கே.அன்பரசு DA** உதவியுடன் நோயாளிக்கு செப்டோபிளாஸ்டி (Septoplasty) சிகிச்சை மேற்கொண்டு, வளைந்திருந்த மூக்குத் தண்டை நேராக்கி, தடைபட்டிருந்த காற்றோட்டத்தை சீராக்கினார். அதனைத் தொடர்ந்து, நவீன ஃபெஸ் சிகிச்சை மூலம், சைனஸ் அறைகளில் தேங்கியிருந்த திரவங்கள் வெளியேற வழிவகை செய்யப்பட்டது.

மேலும், மூக்கின் உட்புறம் காற்றை வடிகட்டும் தசைப்பகுதி அளவுக்கு அதிகமாக வீங்கியிருந்ததால், ‘பகுதியளவு தசை அகற்றம்’ செய்யப்பட்டு அடைப்பு முழுமையாக நீக்கப்பட்டது. சிகிச்சைக்குப் பின் ரத்தக்கசிவைத் தடுப்பதற்காகவும், உட்புற அமைப்பைப் பாதுகாப்பதற்காகவும் நோயாளியின் மூக்கினுள்ளே பஞ்சு கொண்டு அடைப்பு (Nasal packing) செய்யப்பட்டது. தற்போது நோயாளி எவ்வித பாதிப்புமின்றி மிக நலமாக உள்ளார்.

இதுகுறித்து டாக்டர் நவநீதன் கூறுகையில், "பொதுவாக சளி பிடித்தால் மூக்கடைப்பு ஏற்படுவது இயல்புதான் என்றாலும், அதனுடன் சேர்ந்து மூக்கிலிருந்து திடீரென ரத்தக்கசிவும் (Bloody nasal discharge) ஏற்பட்டால், அதை நாம் சாதாரணமாக எடுத்துக் கொள்ளக்கூடாது. உடனடியாக காது, மூக்கு, தொண்டை நிபுணரை அணுகி பரிசோதிக்கவேண்டும். ஆரம்பக்கட்ட பரிசோதனை, தேவையற்ற பாதிப்புகளைத் தவிர்க்க உதவும்" என்றார்.

நமது வடமலையான் மருத்துவமனையில் நோய்களைத் துல்லியமாகக் கண்டறியும் கருவிகள்

பெட் ஸ்கேன் (PET SCAN)

தென்தமிழகத்திலேயே முதன்முறையாக மதுரை வடமலையான் மருத்துவமனையில் பெட் ஸ்கேன் கருவி நிறுவப்பட்டுள்ளது. இக்கருவி 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 அறுவை சிகிச்சை 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 RAPIDARC)

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)

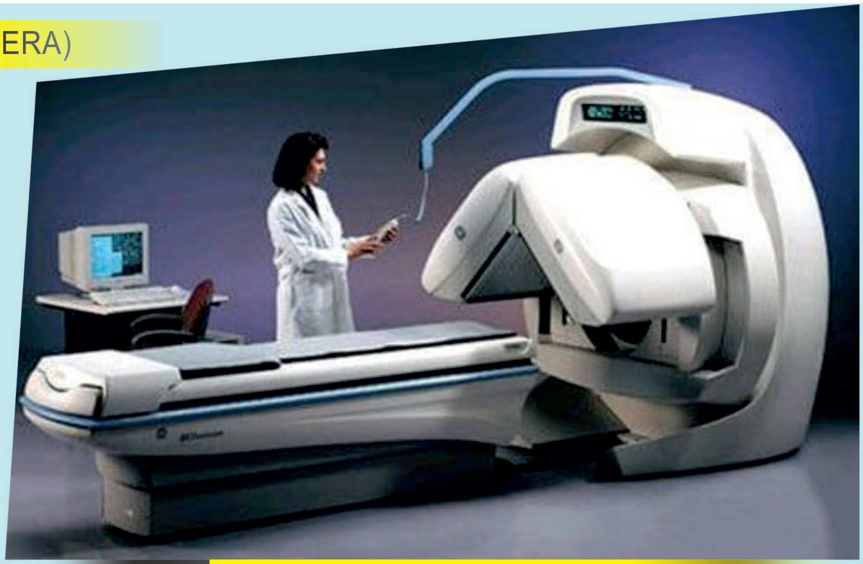
தீவிரமான நோய்களைக் கண்டறிய எம்.ஆர்.ஐ. ஸ்கேன் உதவுகிறது. காந்த அதிர்வு அலை வரைவு அல்லது எம்.ஆர்.ஐ. (Magnetic Resonance Imaging) ஸ்கேன் என்பது சக்தி வாய்ந்த காந்தத்தின் உதவியுடன் கம்ப்யூட்டர் மூலம் நோயின் பாதிப்பைத் துல்லியமாகத் திரையில் காண்பதாகும். எம்.ஆர்.ஐ. ஸ்கேன் மூலம் மூளை, தண்டுவடம், நரம்பு, எலும்பு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

Since 1957

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 தடிமானகுதல், 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.

160 Slice UCT 780 CT Scan

தென்தமிழகத்தில் முதன்முறையாக அதிநவீன தொழில்நுட்பத்துடன்கூடிய 160 Slice UCT 780 CT ஸ்கேன் மதுரை வடமலையான் மருத்துவமனையில் நிறுவப்பட்டுள்ளது. இந்த ஸ்கேன் இயந்திரம் மருத்துவத் துறையில் மிகப்பெரிய முன்னேற்றமாகக் கருதப்படுகிறது. இது வேகமான, துல்லியமான, குறைந்த கதிர்வீச்சு கொண்ட பல்துறை நோயறிதலுக்கான சிறந்த தேர்வாகும். இதன் முக்கிய அம்சங்கள்:

குறைந்த கதிர்வீச்சு: Z-Detector தொழில்நுட்பத்தின் மூலம் நோயாளிக்கு மிகக் குறைந்த கதிர்வீச்சு அளவில் தரமான படங்களைப் பெறமுடியும்.

அதிவேக ஸ்கேன்: 0.3 வினாடி சுழற்சி வேகத்தில் இதயம் போன்ற இயக்கமுள்ள உறுப்புகளையும் தெளிவாக பதிவுசெய்ய முடியும்.

ஏ.ஐ. தொழில்நுட்பம் இணைப்பு: uAI Vision 3D camera மற்றும் DELTA deep learning algorithm வசதிகள் உள்ளதால் ஸ்கேன் எடுக்கும்போது இயந்திரத்தில் இருந்து வெளிப்படும் சத்தம் குறைக்கப்படுகிறது. ஏ.ஐ தொழில்நுட்பத்தைப் பயன்படுத்தி, கரோனரி தமனி கால்சியத்தின் அளவு மற்றும் இதய அறையின் பண்புகளைக் கணக்கிடுதவன் மூலம், மாரடைப்பு உள்ளிட்ட இதயநோய்க்கான வாய்ப்புகள் இருந்தால் அவற்றை ஆரம்பநிலையிலேயே குறைந்த செலவில் கண்டறியமுடியும்.

முப்பரிமாண (3டி) படங்கள்: இதயம், மூளை, நுரையீரல், வயிறு போன்ற உறுப்புகளுக்கான 3டி ஸ்கேன் மூலம் அறுவைசிகிச்சைக்கு முன் துல்லியமான திட்டமிடல் சாத்தியம்.

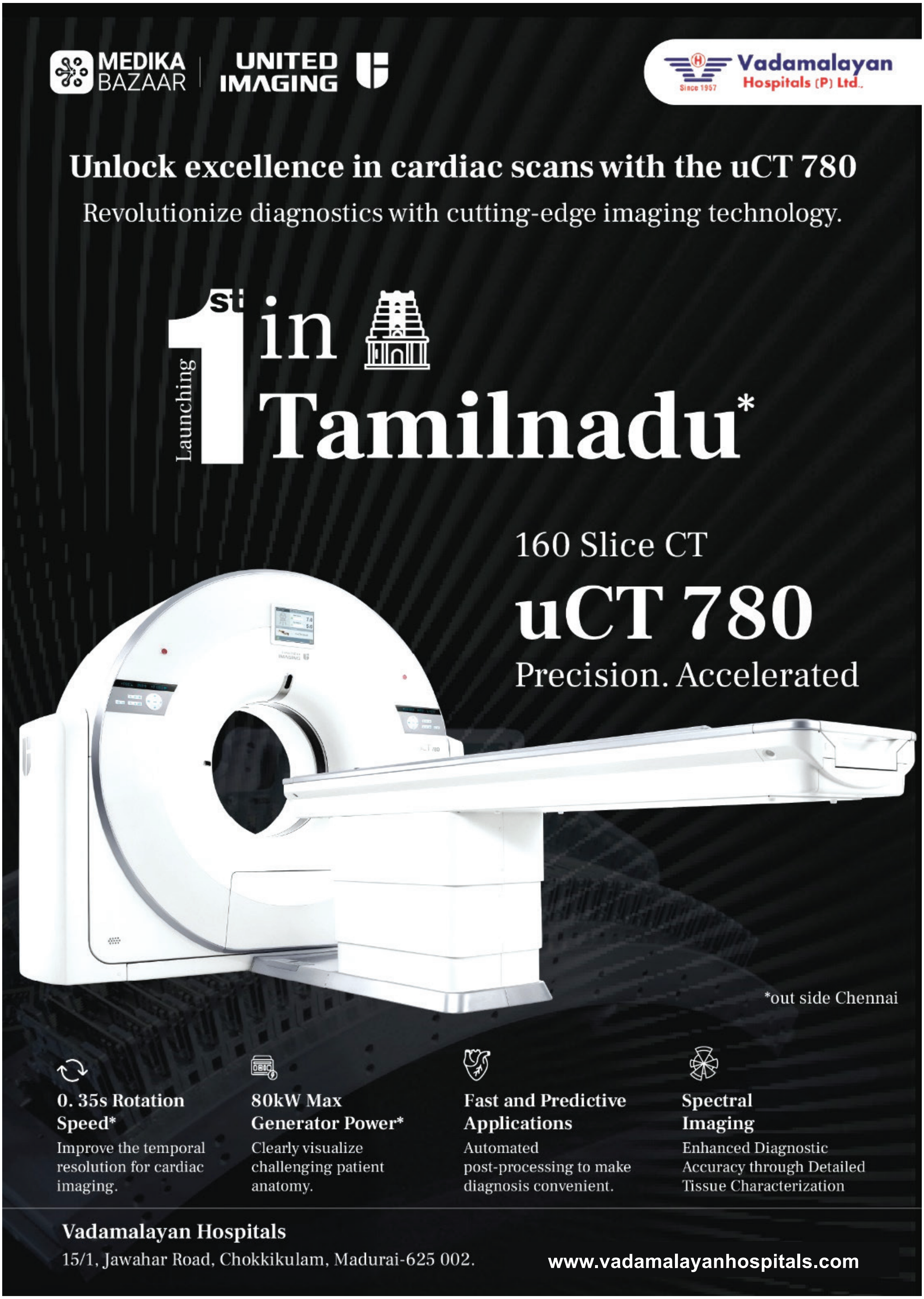
சாத்தியமாகும் உடனடி சிகிச்சை: உடல்நலக் குறைபாடுகளை ஆரம்பநிலையிலேயே கண்டறியமுடிவதால் பக்கவாதம், விபத்து மற்றும் அவசரநிலை நோய்களுக்கு உடனடியாகத் தீர்வுகாண முடிகிறது.

விர்ட்சுவல் பிரான்கோஸ்கோபி மற்றும் கோலனோஸ்கோபி: சி.டி. ஸ்கேன் மூலம் நிகழ்நேரத்தில் நுரையீரல் மற்றும் குடலுக்குள் பார்வையிடும் திறன் நோயாளிக்கு மிகவும் எளிதான மற்றும் பாதுகாப்பான தேர்வாக அமைகிறது. மேலும், ஒரே ஸ்கேனில் பல உறுப்புகளின் நிலையை முப்பரிமாணத் தோற்றத்தில் அறியமுடிகிறது.

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.vadamalayanhospitals.com

மூச்சுக்குழாய் விரிவடைவது ஏன்?

● டாக்டர் **வி.நரேன்சந்திரா**
MD, DNB,MNAMS, DM (AIIMS, New Delhi), FSM - ISDA,.FNIV
நுரையீரல், தூக்கக் கோளாறு சிகிச்சை நிபுணர்

ஒவ்வோர் ஆண்டும் ஜூலை 1-ம் தேதி 'உலக மூச்சுக்குழாய் விரிவடைதல் தினமாக' (World Bronchiectasis Day) கடைப்பிடிக்கப்படுகிறது. இந்நோய் குறித்த புரிதலை மேம்படுத்துவதும், ஆரம்பகாலத்திலேயே இதைக் கண்டறிந்து சிகிச்சை பெறுவதை ஊக்குவிப்பதும் இத்தினத்தின் முக்கிய நோக்கமாகும்.

மூச்சுக்குழாய் விரிவடைதல் என்பது ஆஸ்துமா போன்ற பிற நுரையீரல் பாதிப்புகளுடனோ அல்லது நோய் எதிர்ப்பு சக்தி குறைபாட்டுடனோ இணைந்து வரக்கூடும். நுரையீரலில் ஏற்படும் இம்மாற்றங்கள் நிரந்தரமானவை என்றாலும், முறையான மருத்துவக் கண்காணிப்பு மூலம் இதன் தீவிரத்தைக் குறைக்கமுடியும்.

மற்ற நாடுகளைவிட இந்தியாவில் இந்நோய் இளம் வயதிலேயே (சராசரியாக 56 வயதில்) ஏற்படுகிறது. குறிப்பாக ஆண்களே இதில் அதிகம் பாதிக்கப்படுகின்றனர். இந்தியாவில் இந்நோய் ஏற்பட மிக முக்கியக் காரணமாக இருப்பது, முன்பு ஏற்பட்ட காசநோய் (Tuberculosis) ஆகும். காசநோய் குணமடைந்த பின்னரும் நுரையீரல் ஆரோக்கியத்தில் தொடர்ந்து கவனம்செலுத்த வேண்டியது அவசியம் என்பதை இது உணர்த்துகிறது.

மூச்சுக்குழாய் விரிவடைதல் என்றால் என்ன?

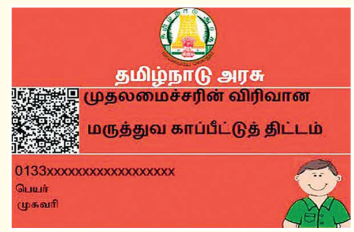
நுரையீரலின் சுவாசப் பாதைகள் நிரந்தரமாக விரிவடைந்து சேதமடைவதையே பிரான்கியெக்டஸிஸ் (Bronchiectasis) என்கிறோம். இயல்பாக வெளியேறவேண்டிய சளி, இந்தப் பாதிப்பால் சுவாசப் பாதையிலேயே தேங்கிவிடுகிறது. இவ்வாறு தேங்கும் சளி கிருமித் தொற்றுக்கு வழிவகுத்து, மீண்டும் மீண்டும் நுரையீரல் தொற்று, வீக்கம் மற்றும் தீராத இருமலை உண்டாக்குகிறது.

பலர் இதைச் சாதாரண இருமல் அல்லது ஆஸ்துமா

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

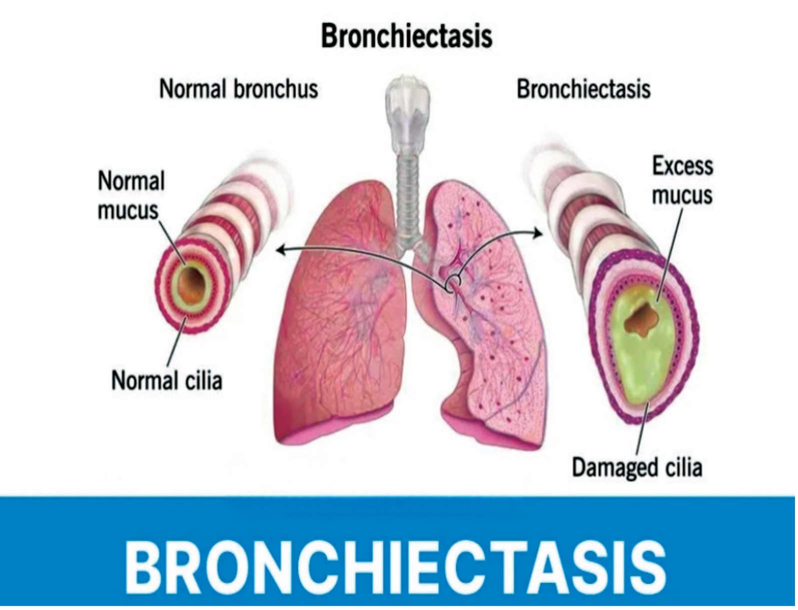
NABH ACCREDITED PATIENT SAFETY & QUALITY OF CARE

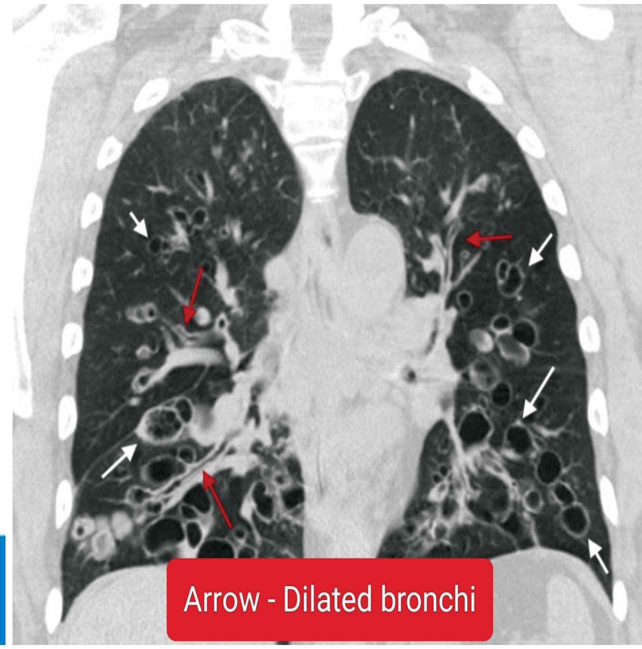
வடமலையான்
மருத்துவமனை (பி) லிமிடெட்

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.vadamalayanhospitals.com





என்று தவறாகக் கருதி, சரியான சிகிச்சையின்றி பல ஆண்டுகள் அவதிப்படுகின்றனர். முறையான விழிப்புணர்வு மட்டுமே நோயாளிகள் சரியான நேரத்தில் மருத்துவ உதவியைப் பெற்று, தரமான வாழ்க்கை வாழ உதவும்.

அறிகுறிகள் எவை?

* மாதக்கணக்கில் அல்லது ஆண்டுகணக்கில் நீடிக்கும் விடாத இருமல்.

* தினமும் கெட்டியான அல்லது நிறம் மாறிய சளி வெளியேறுதல்.

* வேலை செய்யும்போதோ அல்லது நடக்கும்போதோ ஏற்படும் மூச்சுத்திணறல்.

* அடிக்கடி ஏற்படும் நெஞ்சுத் தொற்று அல்லது நிமோனியா.

* வழக்கமான மருந்துகளுக்குக் கட்டுப்படாத ஆஸ்துமா அறிகுறிகள்.

முக்கியக் காரணங்கள் என்ன?

சிறுவயதிலோ அல்லது பெரியவரான பிறகோ ஏற்பட்ட கக்குவான் இருமல், தட்டம்மை அல்லது கடுமையான நிமோனியா போன்றவை சுவாசப் பாதையைச் சேதப்படுத்தலாம். மேலும், பரம்பரை ரீதியான உடல்நலக் குறைபாடுகள் மற்றும் பலவீனமான நோய் எதிர்ப்பு மண்டலம் கொண்டவர்களுக்கும் இந்நோய் ஏற்படும் அபாயம் அதிகம்.

பரிசோதனை முறைகள் என்ன?

நுரையீரல் மேலும் சேதமடைவதைத் தடுக்கச் சரியான பரிசோதனை அவசியம்.

மார்பு எக்ஸ்ரே சில தகவல்களைத் தந்தாலும், **HRCT** ஸ்கேன் பரிசோதனையே இந்நோயை உறுதிப்படுத்த உதவும் சிறந்த வழியாகும். இதனுடன் சளி மற்றும் ரத்தப் பரிசோதனைகளும் தேவைப்படலாம்.

பராமரிப்பு மற்றும் சிகிச்சைகள் என்ன?

இந்நோயை முழுமையாகக் குணப்படுத்த முடியாது என்றாலும், கீழ்க்கண்ட முறைகளால் சிறப்பாகக் கட்டுப்படுத்தலாம்:

* **பிசியோதெரபி:** சிறப்புப் பயிற்சிகள் மற்றும் பிசியோதெரபி மூலம் நுரையீரலில் தேங்கியுள்ள சளியை வெளியேற்றுவது மிக முக்கியம்.

* **மருத்துவ ஆலோசனை:** தொற்றுகளைக் குணப்படுத்த மருத்துவர் பரிந்துரைக்கும் மருந்துகள் மற்றும் தடுப்பூசிகளை முறையாக எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

* **வாழ்வியல் மாற்றம்:** சத்தான உணவு, முறையான உடற்பயிற்சி மற்றும் புகைப் பிடிக்கும் பழக்கத்தைத் தவிர்த்தல் ஆகியவை நோயாளிகள் இயல்பான வாழ்க்கை வாழ உதவும்.

மூச்சுக்குழாய் விரிவடைதல் என்பது சவாலான பாதிப்பு என்றாலும், ஆரம்பகாலக் கண்டறிதல் மற்றும் முறையான தொடர் கவனிப்பு மூலம் அதன் தீவிரத்தைக் குறைத்து மகிழ்ச்சியான வாழ்க்கையைத் தொடர முடியும். விழிப்புணர்வு பெறுவோம், நுரையீரலைப் பாதுகாப்போம்!

சொக்கிகுளம்	தெற்குவாசல்	திண்டுக்கல்
9–ஏ, வல்லபாய் ரோடு, மதுரை–2. போன்: 0452–3545400, 2545400, 77080 69933.	77/ 80, சின்னக்கடைத் தெரு, மதுரை–1. போன்: 0452–4371000, 4371011, 97900 32082.	649/A2, அங்கு நகர், திண்டுக்கல்–624 004. போன்: 0451–3561000, 99432 66499.

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

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

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

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

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

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

வாடிப்பட்டி
எண்: 9/87/1, மதுரை–திண்டுக்கல் மெயின்ரோடு, வாடிப்பட்டி, மதுரை–625218.
செல்போன்: 91500 70048

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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.

பழனி
30-A, VS காம்ப்ளக்ஸ், ராஜேந்திர சாலை. பழனி–624601
செல்போன்: 91500 70390

Since 1957

வடமலையான்
மருத்துவமனை (பி) லிமிடெட்

கருப்பைக்கு வெளியே கர்ப்பம்: அலட்சியம் வேண்டாம்!

● டாக்டர் **எம்.பிரியதர்ஷினி** MS(OG),DNB,MRCOG,FRM
மகப்பேறு, குழந்தையின்மைக்கான சிறப்பு மருத்துவர், திண்டுக்கல்

கர்ப்பம் என்பது ஒரு பெண்ணின் வாழ்வில் தாய்மையின் புதிய பரிமாணம். ஆனால், அந்த மகிழ்ச்சி செய்திவந்தவுடன் நாம் முதலில் உறுதிசெய்ய வேண்டியது கருவின் இருப்பிடத்தைத்தான். ‘கர்ப்பம் உறுதியாகிவிட்டது’ என்பது முதல் படி என்றால், ‘அது சரியான இடத்தில் வளர்கிறதா?’ என்பது மிக முக்கியமான இரண்டாவது படி. ஏனெனில், எல்லா கர்ப்பங்களும் கருப்பையின் உள்ளே அமைவதில்லை. மருத்துவத் துறையில் இதனை 'எக்டோபிக் பிரக்னன்சி' (Ectopic Pregnancy) என்கிறோம். இது அதிகம் பேசப்படாத ஒன்றாக இருந்தாலும், தாமதமின்றிக் கண்டறிய வேண்டிய ஒரு முக்கிய நிலையாகும்.

இடம்மாறும் கருவின் வளர்ச்சி

பொதுவாக கருமுட்டையும் விந்தணுவும் கருக்குழாயில் சந்தித்து, கருவாக உருமாறி பின் கருப்பைக்கு வந்து பதிய வேண்டும். ஆனால், சில தடங்கல்களால் கரு தன் பாதையை மாற்றி அங்கேயே தங்கிவிடும். 95 சதவீத நிகழ்வுகளில் இது கருக்குழாயில்தான் (Fallopian Tube) நடக்கும். மிக அரிதாகச் சினைப்பை, வயிற்றுப் பகுதி அல்லது முந்தைய சிசேரியன் தழும்பு (Scar) உள்ள இடத்திலும் கரு பதிய வாய்ப்புண்டு.

கருப்பை மட்டுமே கரு வளர வளர விரிவடையும் தன்மைகொண்டது. கருக்குழாய் போன்ற மற்ற இடங்கள் விரிவடைய முடியாது என்பதால், கரு வளர முயன்றால் அந்த இடத்தில் கிழிதல், உள்புற ரத்தப்போக்கு, மயக்கம் என உயிருக்கே ஆபத்தான நிலை ஏற்படலாம்.

முன்னெச்சரிக்கை அறிகுறிகள்

ஆரம்பத்தில் இது சாதாரண கர்ப்பம் போலவே வாந்தி, மயக்கம் போன்ற அறிகுறிகளோடுதான் தொடங்கும். ஆனால், ஒரு சில வாரங்களில் கீழ்க்கண்ட மாறுதல்கள் தென்படும்:

அடிவயிற்று வலி: ஒரு பக்கமாகத் தோன்றும் வலி.

ரத்தப்போக்கு: லேசான அல்லது விட்டு விட்டு ஏற்படும் ரத்தக்கசிவு. (‘ரத்தப்போக்கு வந்துவிட்டது, அதனால் கர்ப்பம் இல்லை’ என்று நீங்களாகவே தவறாகக் கணிப்பதும் ஆபத்தானது.)

மயக்கம்: தலைசுற்றல், அதீத பலவீனம் அல்லது வியர்வை.

தோள்பட்டை வலி: படுத்திருக்கும்போது தோள்பட்டை நுனியில் ஒருவித அசௌகரியமான வலி ஏற்பட்டால் அது மிக முக்கியமான 'ரெட் சிக்னல்'.

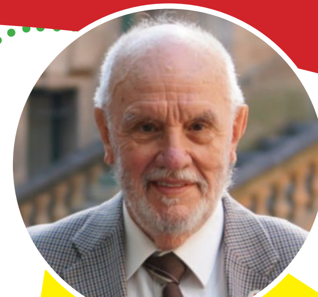
சில பெண்களுக்கு இது குடல்வால் அழற்சி (Appendicitis) போலவோ அல்லது சாதாரண மாதவிடாய் கோளாறு போலவோ தோன்றி குழப்பத்தை ஏற்படுத்தலாம். அறிகுறிகள் மென்மையாக இருந்தாலும், உள்ளிருக்கும் பிரச்சினை முக்கியமானதாக இருக்கலாம் என்பதை நினைவில் கொள்ளவேண்டும்.

யாருக்கு கூடுதல் கவனம் தேவை?

* முன்பு கருப்பை வெளியே கர்ப்பம் தரித்தவர்கள்.

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.

ரத்தப் பரிசோதனை மற்றும் ஸ்கேன் மூலம், கரு இருக்கும் இடத்தை உறுதிசெய்த பின்னரே அடுத்தகட்ட முடிவுகளை எடுக்கவேண்டும். அறிவோடும் எச்சரிக்கையோடும் அணுகினால், கருப்பைக்கு வெளியே உருவாகும் கர்ப்பத்தை விரைவாகக் கண்டறிந்து, தாயின் ஆரோக்கியத்தையும் எதிர்கால மகப்பேறு வாய்ப்புகளையும் பாதுகாக்கமுடியும்.

* இடுப்புப் பகுதியில் தொற்று அல்லது கருக்குழாய் அறுவைசிகிச்சை செய்தவர்கள்.

* கருத்தடை சாதனம் (Loop) அணிந்திருக்கும் போதே கர்ப்பம் தரிப்பவர்கள்.

* கருத்தரிப்பு சிகிச்சை (IVF/IUI) எடுத்தவர்கள்.

* முன்பு சிசேரியன் செய்தவர்கள் (தழும்புப் பகுதியிலேயே கரு ஒட்டிக்கொள்ளும் வாய்ப்பு அதிகம்). சிசேரியன் தழும்பு கர்ப்பத்தை ஆரம்பத்திலேயே கண்டறியாவிட்டால் கடுமையான ரத்தப்போக்கு ஏற்பட்டு கருப்பையையே பாதுகாக்க முடியாத நிலை உருவாகலாம்.

மருத்துவர் எப்படி கண்டறிவார்?

இதை ஒரே ஒரு பரிசோதனையில் முடிவு செய்யமுடியாது. பொதுவாக மூன்று விஷயங்களை இணைத்தே மருத்துவர்கள் மதிப்பீடு செய்வார். அவை...

கர்ப்பச் சோதனை: சிறுநீர் அல்லது ரத்தம் மூலம் கர்ப்பத்தை உறுதிசெய்தல்.

ஹார்மோன் அளவு (Beta hCG): ரத்தத்தில் ஹார்மோன் உயரும் வேகத்தைப் பார்த்து கர்ப்ப வளர்ச்சி பற்றி ஒரு கருத்து கிடைக்கும்.

ஸ்கேன் பரிசோதனை (Scan): கரு கருப்பைக்குள் இருக்கிறதா, வெளியிலா என்பதை அறிய உதவும். சில நேரங்களில் முதல் முறையிலேயே தெளிவான முடிவு கிடைக்காது. அப்போது சில நாட்கள் இடைவெளியில் மீண்டும் பரிசோதனை செய்ய வேண்டியிருக்கும். இந்தத் தொடர்ச்சியான கண்காணிப்பு மிகவும் முக்கியமானது.

சிகிச்சை முறையும் பாதுகாப்பும்

பெண்ணின் உடல்நிலை, ரத்தப்போக்கு அளவு மற்றும் எதிர்கால குழந்தைப்பேறு விருப்பத்தைப் பொறுத்தே சிகிச்சை அமையும்.

மருந்து சிகிச்சை: மிக ஆரம்ப நிலையிலேயே கண்டறியப்பட்டு, உடல்நிலை சீராக இருந்தால் மருந்துகள் மூலமே குணப்படுத்தலாம்.

அறுவைசிகிச்சை: கருக்குழாய் கிழிதல் அல்லது அதிக ரத்தப்போக்கு இருந்தால் அவசர அறுவை சிகிச்சை தேவைப்படும்.

சிறப்பு நிலைகள்: சிசேரியன் தழும்பு கர்ப்பம் போன்ற நிலைகள் ஒவ்வொன்றும் தனித்தனியாகத் தீர்மானிக்கப்படும்.

நினைவில்கொள்ள வேண்டியவை:

* கர்ப்பச் சோதனை பாசிட்டிவ் காட்டினால் பரிசோதனையைத் தாமதிக்கவேண்டாம்.

* ரத்தப்போக்கு இருந்தாலும் 'கர்ப்பம் இல்லை' என நினைக்கவேண்டாம்.

* கருத்தடை சாதனம் இருந்தும் கர்ப்பம் ஏற்பட்டால் உடனே மருத்துவரை அணுகவேண்டும்.

* முன்பு சிசேரியன் செய்திருந்தால் ஆரம்பகால கர்ப்பப் பரிசோதனை அவசியம்.

* கர்ப்பம் உறுதியானவுடன் சுயமருத்துவம் செய்துகொள்வது மிகவும் ஆபத்தானது. குறிப்பாக, மருத்துவரின் ஆலோசனையின்றி கருக்கலைப்பு மாத்திரைகளை (Abortion Pills) எடுத்துக்கொள்ளக்கூடாது. கர்ப்பம் தரிக்கப்பட்டுள்ளது என்பது மட்டும் போதாது; அந்தக் கரு சரியான இடத்தில் (கருப்பையினுள்) வளர்ந்து வருகிறதா என்பது மிக முக்கியம்.

சில நேரங்களில் கருப்பைக்கு வெளியே (உதாரணமாக, கருக்குழாயில்) கரு உருவாகி இருக்கும்பட்சத்தில், முறையான மருத்துவப் பரிசோதனை இன்றி கருக்கலைப்பு மாத்திரைகளை உட்கொள்வது உயிருக்கே ஆபத்தாக முடியும்.

எனவே, ரத்தப் பரிசோதனை மற்றும் ஸ்கேன் மூலம், கரு இருக்கும் இடத்தை உறுதிசெய்த பின்னரே அடுத்தகட்ட முடிவுகளை எடுக்கவேண்டும். அறிவோடும் எச்சரிக்கையோடும் அணுகினால், கருப்பைக்கு வெளியே உருவாகும் கர்ப்பத்தை விரைவாகக் கண்டறிந்து, தாயின் ஆரோக்கியத்தையும் எதிர்கால மகப்பேறு வாய்ப்புகளையும் பாதுகாக்கமுடியும்.

எந்தவொரு மருந்தையும், குறிப்பாக கருக்கலைப்பு மாத்திரைகளை, தகுந்த மருத்துவரின் கண்காணிப்பின்றி ஒருபோதும் பயன்படுத்தக்கூடாது.

Since 1957

வடமலையான்
மருத்துவமனை(பி)லிமிடெட்
Since 1957
மதுரை | திண்டுக்கல்
PATIENT SAFETY & QUALITY OF CARE
NABH
ACCREDITED
Take Care of Yours
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

குறைந்த ரத்தஅழுத்தத்தை கட்டுப்படுத்தும் உணவுகள்!

● **தீபா செந்தில்ராஜன்** MSc
தலைமை உணவு ஆலோசகர்

குறைந்த ரத்தஅழுத்தம் (Low BP / Hypotension) உள்ளவர்கள் சோர்வாகவோ அல்லது தலைசுற்றலாகவோ உணரும்போது, உடனடியாக ரத்தஅழுத்தத்தைச் சீராக்க உப்பு நீர் அல்லது காபி, டீ போன்ற காஃபீன் கலந்த பானங்களை அருந்தலாம்.

இது இதயத்துடிப்பைத் தற்காலிகமாக அதிகரித்து அழுத்தத்தை உயர்த்த உதவும். உடல் ஆரோக்கியத்துக்குத் தேவையான நீர்ச்சத்தைப் பராமரிக்க நாள் முழுவதும் போதிய அளவு தண்ணீர் குடிப்பது அவசியம், ஏனெனில் நீர்ச்சத்து குறையும்போது ரத்தஅழுத்தம் தானாகவே குறையும்.

முட்டையில் உள்ள பி12 சத்து மற்றும் துளசி இலைகளில் உள்ள பொட்டாசியம், மெக்னீசியம் போன்றவை ரத்தஅழுத்தத்தைச் சீராக வைக்க உதவுகின்றன. ஊறவைத்த பாதாம், உலர் திராட்சை, இளநீர் மற்றும் பழச்சாறுகள் உடலுக்குத் தேவையான ஆற்றலைத் தருவதோடு எலக்ட்ரோலைட் சமநிலையைப் பேண உதவும். நார்ச்சத்து மிகுந்த முழுதானியங்கள் மற்றும் காய்கறிகளை உணவில் சேர்ப்பது, சாப்பிட்ட பிறகு திடீரென ரத்தஅழுத்தம் குறைவதைத் தடுக்கும்.

அன்றாட உணவில் பீட்ரூட் சாறு சேர்த்துக்கொள்வது ரத்தஓட்டத்தை மேம்படுத்த உதவும். அதேபோல், மோர் அல்லது தயிரில் ஒரு சிட்டிகை உப்பு மற்றும் சீரகப் பொடி கலந்து குடிப்பது உடலுக்குத் தேவையான புத்துணர்ச்சியையும் சோடியம் சத்தையும் அளிக்கும். வைட்டமின் பி12 மற்றும் ஃபோலேட் (Folate) நிறைந்த உணவுகளான கீரை வகைகள், பீன்ஸ் மற்றும் பருப்பு வகைகளைச் சேர்த்துக்கொள்வது மிகவும் நல்லது. உடலில் இந்த சத்துக்கள் குறையும்போது ரத்தசோகை ஏற்பட்டு, அதன் விளைவாக ரத்தஅழுத்தம் குறைய வாய்ப்புள்ளது.

தினமும் ஒரு கைப்பிடி அளவு நிலக்கடலை அல்லது பூசணி விதைகளைச் சாப்பிடுவது உடலுக்குத் தேவையான மெக்னீசியம் சத்தை வழங்கும். புரதச்சத்து நிறைந்த சுண்டல், பயறு வகைகள் மற்றும் உலர் பழங்களைச் சிற்றுண்டியாக எடுத்துக்கொள்ளலாம்.

உப்பு கலந்த எலுமிச்சை ஜூஸ் போன்றவற்றை அவ்வப்போது அருந்துவது உடலில் தாது உப்புகளின் அளவைச் சரியாகப் பராமரித்து, திடீர் மயக்கம் மற்றும் சோர்வைத் தடுக்க உதவும்.

ஒரே நேரத்தில் அதிகப்படியான உணவை உண்பதற்குப் பதிலாக, சிறிய அளவிலான உணவுகளைப் பலமுறை எடுத்துக்கொள்வது நல்லது. நீண்டநேரம் பட்டினி இருப்பதைத் தவிர்க்கவேண்டும். மேலும், அமர்ந்த நிலையில் இருந்து திடீரென எழுவதைத் தவிர்த்து மெதுவாகச் செயல்படுவது தலைசுற்றலைக் குறைக்கும்.

போதிய உறக்கமும், மன அழுத்தமற்ற வாழ்வும் ரத்தஅழுத்த மாறுபாடுகளைக் குறைக்க உதவும். நீண்ட நாட்களாக இந்தப் பிரச்சினை இருந்தால், மருத்துவரை அணுகி ஆலோசனை பெறுவது நல்லது.

Vadamalayan Hospitals was inaugurated 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 Super 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

Name of the Courses (Nomenclature of the courses in NCAHP, From AY 2026-27)	Duration	Eligibility
B.Sc Nuclear Medicine Technology (B.Sc Nuclear Medicine Technology)	4 Years (Including 1 Year Internship)	12th Pass (Biology must)
B.Sc Physician Assistant (BPA - Bachelor of Physician Associate)		
B.Sc Dialysis Technology (BDTT - Bachelors of Dialysis Therapy Technology)		
B.Sc Operation Theatre & Anaesthesia Technology (BAOTT - Baccalaureate in Anaesthesia & Operation Theatre Technology)		
B.Sc Radiography and Imaging Technology (BMRIT - Bachelor in Medical Radiology and Imaging Technology)		
B.Sc Accident and Emergency Care Technology (Bachelors of Emergency Medical Technologist)		

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

Course	Duration	Eligibility
Diploma in Medical Laboratory Technology	2 years	12th Pass (Biology Must)
Diploma in Medical Imaging Technology	2 years	

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

NIOS

Vadamalayan Hospitals (P) Ltd.,
Since 1957
Super Speciality Tertiary Care Centre

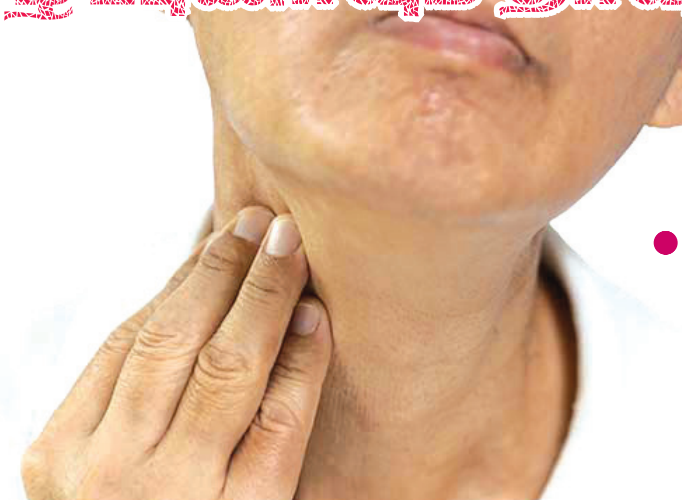
CONTACT

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 - 2545491**, **3545491** | Mob : **77082 59595**
mail: paramedical@vadamalayan.or... www.vadamalayanhospitals.com ...tute.edu.in

நிணநீர்ப் புற்றுநோய்: விழிப்புணர்வும் தீர்வுகளும்!



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

நம் உடலின் நோய் எதிர்ப்பு மண்டலத்தின் வலிமையான பாதுகாப்பு கவசமாக விளங்குவது 'நிணநீர் மண்டலம்'. கிருமிகள் மற்றும் நோய்த்தொற்றுகளில் இருந்து நம்மைப் பாதுகாக்கும் இந்த அமைப்பில் ஏற்படக்கூடிய வீரியமிக்க புற்றுநோய் பாதிப்பே நிணநீர்ப் புற்றுநோய்.

காரணிகள்

* நோய் எதிர்ப்புத்திறன் குறைந்தவர்கள் மற்றும் வைரஸ் தொற்றுகளுக்கு (HIV, Hepatitis &C) ஆளானவர்களுக்கு இந்நோய்க்கான வாய்ப்புகள் அதிகம்.

* ரசாயனப் புகை, நச்சுக்கழிவுகள் மற்றும் புகைப்பழக்கம்.

* நீண்டகால சொரியாசிஸ் மற்றும் எக்ஸிமா உள்ளவர்கள் கூடுதல் கவனத்துடன் இருக்க வேண்டும்.

அறிகுறிகள்

கழுத்து, அக்குள் அல்லது மார்புப் பகுதியில் தோன்றும் வலியற்ற வீக்கமே இதன் ஆரம்ப அறிகுறி.

* விடாத இருமல், மூச்சுத்திணறல்.

* பசியின்மை, திடீர் எடையிழப்பு, வயிற்றில் பாரமான உணர்வு.

* தலைவலி, முதுகுத் தண்டுவடத்தில் வலி, சோர்வு.

பரிசோதனைகள், சிகிச்சை முறைகள்

பயாப்சி (Biopsy), சி.டி (CT) அல்லது பெட் (PET CT) ஸ்கேன் மூலம் பாதிப்பைத் துல்லியமாக உறுதிசெய்யலாம். புற்றுநோயின் நிலையைப் பொறுத்து கீமோதெரபி, இம்யூனோதெரபி மற்றும் ரேடியோதெரபி ஆகிய நவீன சிகிச்சைகள் வழங்கப்படுகின்றன.

பாதிப்பு தீவிரமடைந்த நிலையில் இருப்பவர்களுக்கு 'ஸ்டெம்செல்' மாற்று சிகிச்சை சிறந்த தீர்வாக அமைகிறது.

புற்றுநோய் குறித்த தேவையற்ற அச்சத்தை விடுத்து, விழிப்புணர்வுடன் செயல்படுவதே தற்காப்புக்கான சிறந்த வழி. நிணநீர் மண்டலத்தில் வலியற்ற சிறு வீக்கமோ அல்லது காரணமில்லாத உடல் சோர்வோ ஏற்பட்டால், அதனைத் தள்ளிப்போடாமல் உடனடியாக மருத்துவப் பரிசோதனை செய்துகொள்ளுங்கள்.

நவீன மருத்துவ வசதிகள் மற்றும் துல்லியமான ஸ்கேன் முறைகள் மூலம் ஆரம்பநிலையிலேயே நோயைக் கண்டறிவது சிகிச்சையை எளிதாக்குவதோடு, முழுமையான மீட்சிக்கும் வழிவகுக்கும்.

மதுரை, திண்டுக்கல் வடமலையான் மருத்துவமனைகளில் அனுபவமிக்க மருத்துவர்கள் மற்றும் உயர்ரக சாதனங்களுடன்கூடிய நவீன மருத்துவ வசதிகள் உள்ளன.

எங்கள் மருத்துவமனைகளின் மருத்துவ வசதிகளை நோயாளிகள் முழுமையாகப் பயன்படுத்திக்கொள்ளலாம்.

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 முன்று 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

மதுரை

ஆத்திகுளம் பார்மசி

திண்டுக்கல்

ஆரியநல்லூர்

OUR MAJOR SPECIALITIES

- Anaesthesiology
- Accident & Emergency Medicine
- Cardiology / Cardiac Surgery
- Dentistry
- Dermatology
- Diabetology
- E.N.T
- Gastroenterology
- Surgical Gastroenterology
- Laparoscopic Surgery
- General Medicine / General Surgery
- Gynaecology
- Nephrology / State of the Art Dialysis Centre
- Neurology / Neuro Surgery
- Oncology
- Medical, Surgical and Radiation Oncology
- Opthalmology
- Orthopaedics / Traumatology
- Paediatrics & Neonatology
- Pulmonology / Interventional Pulmonology
- Psychiatry
- Radiology
- Urology
- Pain & Palliative Clinic
- Knee Clinic
- Liver CLinic

OTHER SERVICES

- State of the art Linear Accelerator (Cancer Radiation Treatment)
- 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
- Sugantham Home Health Care Service
- Sleep E.E.G
- Endoscopy
- E.R.C.P
- Bronchoscopy
- Uroflowmetry
- Haematology
- Bio Chemistry
- Microbiology
- 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, Dindigul - 624004.
0451 2461000 info@vadamalayan.org www.vadamalayanhospitals.com

மருத்துவ முகாம்

திண்டுக்கல்

கட்டிடப் பொறியாளர் சங்கம்

வத்தலக்குண்டு

புனித அந்தோணியார் திருத்தலம்

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 69 வருடங்களுக்கு மேலாக எடுத்து செல்கிறோம்.
நான்கு தலைமுறைகளாக உங்கள் நம்பிக்கையில் வடமலையான் மருத்துவமனை.
NABH ACCREDITED
Since 1957
Vadamalayan
Hospitals [P] Ltd.,
Super Speciality Tertiary Care Centre
வடமலையான் மருத்துவமனை
மதுரை: 0452 - 3545400 திண்டுக்கல்: 0451 - 3561000

தனித்துவமே தன்னிறைவு!

● L.K.கவிதா
செய்தி ஆசிரியர்

சுதந்திரம் என்பது வெறும் வார்த்தையல்ல, அது ஒரு வாழ்க்கைமுறை. மற்றவர்களின் நிழலில் ஒதுங்காமல், நமக்கான ஒரு தனிப்பாதையை நாமே உருவாக்கிக்கொள்வதே உண்மையான விடுதலை. இதற்கு முதலில் தேவை, சிந்தனைத் தெளிவு. எதையும் கண்மூடித்தனமாகப் பின்பற்றாமல், எது சரி என்று நம் அறிவு சொல்கிறதோ, அந்தப் பாதையில் பயணிக்கவேண்டும்.

வாழ்க்கையில் தன்னிறைவு அவசியமான விஷயம். அது பொருளாதார ரீதியாக இருந்தாலும்சரி, அன்றாட வேலைகளாக இருந்தாலும்சரி, மற்றவர்களை எதிர்பார்க்காமல் நமது தேவைகளை நாமே பூர்த்தி செய்துகொள்ளும்போது கிடைக்கும் தன்னம்பிக்கை மிகப்பெரியது. திட்டமிட்ட நிதி மேலாண்மையும், விடாமுயற்சியும் இருந்தால் எந்தச் சூழலிலும் யாரையும் சார்ந்து இருக்கவேண்டிய அவசியம் இருக்காது. அதேபோல், கற்றலுக்கு முடிவே கிடையாது. காலத்துக்கு ஏற்ப புதிய திறன்களை வளர்த்துக்கொள்வது நம்மை எப்போதும் தனித்துவமாக வைத்திருக்கும்.

'யாரையும் எதிர்பார்க்காமல் என் வேலையை நானே செய்வேன்' என்ற மனப்பக்குவமே ஒரு மனிதனை முழுமையாக்குகிறது. மற்றவர்களின் விமர்சனங்களுக்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்காமல், நம்முடைய இலக்கை நோக்கித் துணிச்சலாக முன்னேற வேண்டும்.

தனித்து முடிவெடுக்கும் ஆற்றல் என்பது ஒரு கலை. பல நேரங்களில் மற்றவர்களின் ஆலோசனைகள் நம்மை குழப்பமடையச் செய்யலாம். ஆனால், நம்முடைய சூழலையும் தேவைகளையும் நம்மைவிட நன்றாக வேறு யாராலும் உணரமுடியாது. அதனால், சவால்கள் வரும்போது தயங்காமல் சுயமாக முடிவெடுக்கப் பழகவேண்டும். அந்த முடிவுகளில் தவறு நேர்ந்தாலும், அதிலிருந்து கிடைக்கும் அனுபவம் நம்மை அடுத்த கட்டத்துக்கு வலிமையாக அழைத்துச் செல்லும்.

மனரீதியான சுதந்திரம் என்பது மிகவும் அவசியமானது. நம்முடைய மகிழ்ச்சியை மற்றவர்களின் செயல்களோ அல்லது வார்த்தைகளோ தீர்மானிக்க அனுமதிக்கக்கூடாது. வெற்றி வரும்போது தலைக்கனம் இல்லாமலும், தோல்வி வரும்போது துவண்டுவிடாமலும் சமநிலை காப்பதே ஒரு சிறந்த ஆளுமையின் அடையாளம். இந்தத் தன்னிறைவான வாழ்க்கை நமக்கான ஒரு நிலையான கௌரவத்தையும், மனநிறைவையும் என்றென்றும் பெற்றுத்தரும்.

சுருக்கமாகச் சொன்னால், சுதந்திரமாக இருப்பது என்பது தனித்து இருப்பது அல்ல; நம்முடைய அடையாளத்தை நாமே செதுக்கிக் கொள்வது. சுயபலத்தை நம்பி, முழுமையான தன்னிறைவுடன் வாழத் தொடங்கும்போது வாழ்க்கை இன்னும் அர்த்தமுள்ளதாக மாறுகிறது. நம் சிறகுகள் பலமாக இருக்கும் வரை, சிகரங்களைத் தொடுவது கடினமல்ல!

கேள்வி: 45 வயதாகும் பள்ளி ஆசிரியை நான். சமீபகாலமாக முதுகுவலியால் மிகவும் அவதிப்படுகிறேன். இதற்கு என்ன காரணம்?

எஸ்.ரம்யா, ஜெய்ஹிந்த்புரம்.

பதில்: 45 வயதில் ஏற்படும் இந்த முதுகுவலிக்கு மாதவிடாய் நெருங்குவதால் குறையும் 'ஈஸ்ட்ரோஜன்' ஹார்மோன், தண்டுவட ஜவ்வு சுருங்குதல் போன்ற வயது சார்ந்த மாற்றங்களே முக்கிய காரணம். அத்துடன், ஆசிரியராக இருப்பதால் நீண்ட நேரம் நிற்பது, குனிந்து பேப்பர் திருத்துவது போன்ற பணிச்சுமைகளும் முதுகுத் தசைகளை பலவீனமாக்குகின்றன. இதிலிருந்து விடுபட, தொடர்ந்து நிற்பதையோ குனிந்து அமர்வதையோ தவிர்த்து நடுநடுவே நிமிர்ந்து அமருங்கள். எளிய நடைபயிற்சி மற்றும் ஸ்ட்ரெச்சிங் பயிற்சிகளை மேற்கொள்ளுங்கள். எலும்பு பலத்துக்கு கால்சியம், வைட்டமின் டி நிறைந்த பால், முட்டை, கீரை, கேழ்வரகு போன்ற உணவுகளை அதிகம் சேர்த்துக்கொள்ளுங்கள். வலி தொடர்ந்து நீடித்தால், சுயமருத்துவம் செய்யாமல் உடனடியாக ஒரு எலும்பியல் நிபுணரை அணுகி ஆலோசனை பெறுவது நல்லது.

கேள்வி: 21 வயதாகும் கல்லூரி மாணவி நான். பிசிஓஎஸ் பாதிப்பால் அவதிப்படும் எனக்கு அதிலிருந்து விடுபட வழி கூறுங்கள்?

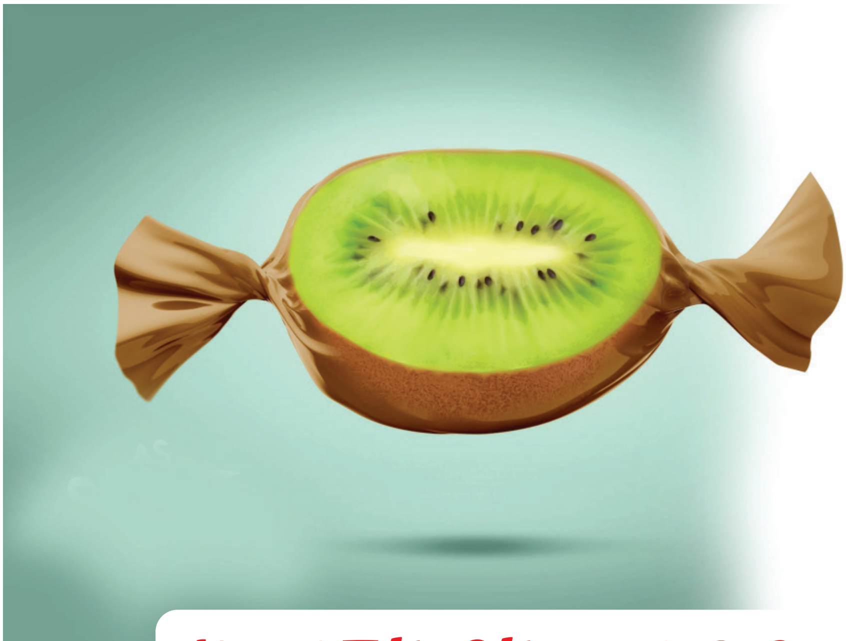
ஆர்.உமா, ஒத்தக்கடை.

பதில்: பிசிஓஎஸ் எனப்படும் சினைப்பை நீர்க்கட்டி குறைபாட்டைக் கட்டுப்படுத்த மைதா, சர்க்கரை, துரித உணவுகளைத் தவிர்த்து, சிறுதானியங்கள், முளைகட்டிய பயறுகள், காய்கறிகள் மற்றும் பழங்களை உணவில் அதிகம் சேர்க்கவேண்டும். கல்லூரி கேன்டீன் நொறுக்குத் தீனிகளுக்குப் பதிலாக வீட்டிலிருந்தே சத்தான தின்பண்டங்கள் மற்றும் போதிய தண்ணீர் எடுத்துச்செல்வது இன்சுலின் அளவைச் சீராக வைக்க உதவும். ஹார்மோன் சமநிலையை மீட்க வாரத்துக்கு 5 நாட்கள், தினமும் 30–45 நிமிடங்கள் வேகமான நடைப்பயிற்சி அல்லது யோகாசனம் செய்வது அவசியமாகும். இவற்றுடன் மனஅழுத்தத்தைக் குறைக்கும் தியானம் மற்றும் தினசரி 7–8 மணி நேரத்தூக்கத்தைக் கடைப்பிடித்து, ஒருமுறை மகப்பேறு மருத்துவரின் ஆலோசனையைப் பெற்றால் இதிலிருந்து எளிதாக விடுபடலாம்.

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)

Vadamalayan Hospitals (P) Ltd.,

Since 1957

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

www.vadamalayanhospitals.com

vadamalayan hospitals

Since 1957

திண்டுக்கல்லின்
அதிநவீன
மருத்துவ முகவரி
வடமலையான்
மருத்துவமனை
Vadamalayan
Hospitals (P) Ltd.
649A, அங்குநகர், செட்டிநாயக்கன்பட்டி,
திண்டுக்கல்.
Since 1957
info@vadamalayan.org
www.vadamalayanhospitals.com
0451 2444444
0451 3561000 (100 Lines)