Vol. 2, Issue No. 14 JUBILEE MISSION MEDICAL COLLEGE & RESEARCH INSTITUTE JANUARY 2016

Editor's Desk

പുതുവർഷം ഏറെ പ്രതീക്ഷകളാണ് നമ്മിലേക്ക് കൊണ്ടുവരുക. ഒപ്പം ഒരുപാട് തീരുമാനങ്ങളും. ഇരുപത്തിയൊന്നാം നൂറ്റാണ്ടിലെ പതിനാറാം സംവത്സരം പ്രയാണം ആരംഭിച്ചുകഴിഞ്ഞു. മുൻ വർഷങ്ങളിലേതുപോലെത്തന്നെ സമ്മിശ്രങ്ങളായ അനുഭവങ്ങൾ തന്നെയായിരിക്കും ഈ വർഷവും എന്നത് നിസ്തർക്കമാണ്. എങ്കിലും കുറച്ചുകൂടി ക്രിയാത്മകമായ മാറ്റങ്ങൾ വാഗ്ദാനം ചെയ്യുന്ന തീരുമാനങ്ങളെ മുൻനിർത്തിയാണ് നാം മുന്നേറുക.

ഓരോ പുതുവർഷവും ഒരു രണ്ടാമൂഴമാണ്. കഴിഞ്ഞകാല ജീവിതത്തെ കുറച്ചുകൂടി സ്വസ്ഥമായി നോക്കിക്കാണാനും, ജീവിതത്തിലെ ദുഖഭാവങ്ങളെ സമചിത്തതയോടെ നേരിട്ടുകൊണ്ടും, മാറ്റങ്ങളെ സ്വാഗതം ചെയ്തുകൊണ്ടും ജീവിക്കാൻ ഒരു രണ്ടാമൂഴം.

ചെയ്യുവാൻ പറ്റാത്തതിനെപ്പറ്റി ആകുലപ്പെടാതെ, തെറ്റുകളിൽ മനസ്സുമടുക്കാതെ, ദുഖങ്ങളെ ഇനിയും മുറിവേൽപ്പിക്കാൻ അനുവദിക്കാതെ പുതുവത്സരത്തെ ആസ്വദിക്കുക എന്നുള്ളത് ശ്രമകരമെങ്കിലും അർത്ഥപൂർണമാണ്. അതുകൊണ്ടുതന്നെ അവധാനതയോടെ ജീവിതത്തെ നോക്കിക്കാണുവാനുള്ള മനസ്സിന്റെ പക്വത ആർജ്ജിച്ചെടുക്കുക എന്നത് അനിവാര്യമാണ്. മാറ്റങ്ങളെ തുറന്ന മനസ്സോടെ സമീപിച്ചുകൊണ്ട് കടന്നുവരുന്ന അവസരങ്ങളെ സന്തോഷപൂർവ്വം സ്വീകരിക്കാൻ സാധിക്കുമെങ്കിൽ സംതൃപ്തിയോടെ മുന്നേറാൻ കഴിയും.

ഇന്നലെകളുടെ ദുഖങ്ങളും നാളത്തെ ആകുലതകളും ഇന്നിന്റെ സമാധാനം കളയാതിരിക്കട്ടെ... പുതുവത്സരാശംസകൾ നേർന്നുകൊണ്ട്...

ഫാ. സിജോ ചെറുവത്തൂർ
എഡിറ്റർ

Message

പുതുവർഷം പ്രത്യാശ നിറഞ്ഞ ഒരു യാത്രയിലേയ്ക്ക് നമ്മെ ക്ഷണിക്കുകയാണ്. ലക്ഷ്യം മുൻനിർത്തിയുള്ള ഓരോ യാത്രയും ഫലവത്താക്കുവാൻ നമ്മെ സഹായിക്കുക അർപ്പണബോധമാണ്. വ്യഗ്രതയില്ലാതെ വ്യക്തതയോടെ ലക്ഷ്യങ്ങൾ കണ്ടെത്തുവാൻ സാധിച്ചാൽ കാര്യങ്ങൾ എളുപ്പമാണ്. ധാരണാപൂർവ്വമുള്ള തിരഞ്ഞെടുപ്പുകൾ നടത്തുവാൻ കഴിഞ്ഞാൽ അത് വീണ്ടുവിചാരങ്ങൾക്ക് ഇടം നൽകാതെ ലക്ഷ്യത്തിലേക്ക് അടുക്കുവാൻ നമ്മെ സഹായിക്കുകതന്നെ ചെയ്യും.

ഇത്തരത്തിലുള്ള യാത്രയിൽ തീർച്ചയായും സഹയാത്രികരോടുള്ള മനോഭാവം വളരെ പ്രധാനപ്പെട്ടതാണെന്നും അതിന് കരുണയുടെ മാനങ്ങൾ ഉണ്ടാകണമെന്നും ഫ്രാൻസിസ് പാപ്പ നമ്മെ ഈ വർഷത്തിൽ ഓർമ്മിപ്പിക്കുന്നുണ്ട്. ഒരുതരത്തിൽ പറഞ്ഞാൽ കരുണയുടെ വർഷമാണ് പാപ്പയുടെ പുതുവർഷ പ്രതിജ്ഞയും, പ്രതീക്ഷയും...

ഒപ്പം യാത്രചെയ്യുന്നവർക്ക്, തളർന്നുപോയവർക്ക് മുഖം നൽകാതെ, കണ്ണുമടച്ച് ദ്രുതഗതിയിൽ പാഞ്ഞുപോകാതെ, പാപ്പയുടെ ആഗ്രഹത്തെ ഉൾക്കൊണ്ട് കരുണയുടെ മാലാഖയായി മാറുവാൻ നമുക്ക് സാധിക്കണം. കരുണാമസൃണമായ സ്നേഹം നൽകി സഹയാത്രികരുടെ പാതകളെയും പ്രതീക്ഷകളെയും പ്രകാശമാനമാനമാക്കുവാൻ കഴിയണം.

ജൂബിലി കുടുബത്തിലേയ്ക്ക് കടന്നുവരുന്ന ഓരോ വ്യക്തിയ്ക്കു മുൻപിലും കരുണയുടെ മാലാഖയായി അവതരിക്കുവാൻ സാധിക്കുന്ന നല്ല വർഷമാകട്ടെ, ഈ കരുണയുടെ വർഷം. ഏവർക്കും കരുണയുടെ പുതുവർഷം നേർന്നുകൊണ്ട്

ഫാ. ഫ്രാൻസിസ് പള്ളിക്കുന്നത്ത്
ഡയറക്ടർ

മംഗളങ്ങൾ

ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജിന്റെ പ്രഥമ പ്രിൻസിപ്പാൾ **ഡോ. വി. കെ. രാമൻകുട്ടി**യെ യാത്രയയപ്പ് വേളയിൽ മാർ ആൻഡ്രൂസ് താഴത്ത് മെത്രാപ്പോലീത്ത പൊന്നാട അണിയിച്ച് ആദരിക്കുന്നു.

ചെറുതുരുത്തിയിൽ ജൂബിലിയുടെ ഹെൽത്ത് കെയർ സെന്റർ

പൊതുജനങ്ങൾക്ക് ചികിത്സാ സൗകര്യം ലഭിക്കുന്നതിനായി ഹെൽത്ത് കെയർ സെന്ററിന്റെ ഉദ്ഘാടനം ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് ഡയറക്ടർ ഫാ. ഫ്രാൻസിസ് പള്ളിക്കുന്നത്ത് നിർവ്വഹിച്ചു. ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജിലെ കമ്മ്യൂണിറ്റി മെഡിസിൻ വിഭാഗത്തിന്റെ കീഴിലാണ് ഇത് പ്രവർത്തിക്കുന്നത്. ജ്യോതി എഞ്ചിനീയറിംഗ് കോളേജ് എക്സിക്യൂട്ടീവ് മാനേജർ ഫാ. ജോസ് പുന്നോലിപ്പറമ്പിൽ ചടങ്ങിന് അദ്ധ്യക്ഷത വഹിച്ചു. പ്രിൻസിപ്പൽ ഡോ. കെ. കെ ബാബു സ്വാഗതവും അഡ്മിനിസ്ട്രേറ്റർ തോമസ് മാത്യു നന്ദിയും പറഞ്ഞു.

ജൂബിലിയിൽ നവജാതശിശുവിന് ഏക്മോ ചികിത്സാരീതി

കേരളത്തിൽ ആദ്യമായി നവജാതശിശുവിൽ **ഏക്മോ** (Extra Corporial Membrane Oxygenation) ചികിത്സാരീതി ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജിൽ ആരംഭിച്ചു. ശ്വാസകോശത്തിന്റെ പ്രവർത്തനം തകരാറിലാവുകയും മരുന്നുകളോടും വെന്റിലേറ്റർ ചികിത്സയോടും പ്രതികരിക്കാത്ത അവസ്ഥയിൽ ശ്വാസകോശത്തിന്റെയും ഹൃദയത്തിന്റെയും പ്രവർത്തനം ശരീരത്തിന്റെ പുറത്ത് നടത്തുന്ന നൂതന സാങ്കേതിക വിദ്യയാണ് ഏക്മൊ.

2009-ലെ പന്നിപ്പനി (എച്ച് 1 എൻ 1) യുടെ കാലത്താണ് എക്മൊ വിദേശത്ത് പ്രചാരത്തിലായത്. ഹൃദയത്തിലേക്കുള്ള സിരയിൽ നിന്നും രക്തം പുറത്തെടുത്ത് എക്മൊ യന്ത്രം വഴി ശുദ്ധീകരിച്ച് തിരിച്ച് ശരീരത്തിലേയ്ക്ക് കടത്തിവിടുന്ന ചികിത്സ സമ്പ്രദായം പാശ്ചാത്യരാജ്യങ്ങളിൽ പ്രചാരത്തിലുണ്ടെങ്കിലും ഇന്ത്യയിൽ ഇതുവരെ മുതിർന്നവർക്ക് മാത്രമാണ് ഈ രീതി ഉപയോഗിച്ചിട്ടുള്ളത്. നവജാതശിശുക്കളിൽ ശ്വാസകോശ സംബന്ധമായ രോഗത്തിന് കേരളത്തിൽ ആദ്യമായും ഇന്ത്യയിൽ രണ്ടാമതുമാണ് ഈ ചികിത്സ ലഭ്യമാകുന്നത്. ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് നവജാതശിശു വിഭാഗം മേധാവി ഡോ. വി സി മനോജിന്റെയും കാർഡിയാക് അനസ്തെറ്റിസ്റ്റ് ഡോ. ഷിബുവിന്റെയും നേതൃത്വത്തിലുള്ള വിദഗ്ധ സംഘം മുംബൈയിൽ മുതിർന്നവരിൽ എക്മോയിൽ പ്രാവീണ്യം നേടിയിട്ടുള്ള ഡോക്ടറുടെ സഹായത്തോടെയാണ് ഈ ചികിത്സ നടത്തിവരുന്നത്.

കരുണയുടെ പുൽക്കൂടൊരുക്കി
ജൂബിലിയിൽ കാരുണ്യത്തിന്റെ ക്രിസ്മസ് ആഘോഷം

ക്രിസ്തുമസിനോടനുബന്ധിച്ച് ജൂബിലി മിഷൻ പാവങ്ങൾക്കായ് നൽകുന്നത് അഞ്ചുലക്ഷത്തിലധികം രൂപയുടെ കാരുണ്യപ്രവർത്തനങ്ങളാണ്. ക്രിസ്തുമസിനോടനുബന്ധിച്ച് ജൂബിലിയിൽ ആറു ദിവസത്തെ സമ്പൂർണ്ണ സൗജന്യ ഡയാലിസിസ്, ചെന്നൈയിലെ പ്രളയത്തിൽ രോഗികളായവർക്ക് രണ്ടുലക്ഷത്തിലധികം രൂപ ചിലവ് വരുന്ന സൗജന്യ മരുന്നുകൾ, ക്രിസ്തുമസ് ദിനത്തിൽ രോഗികൾക്ക് പ്രത്യേക ചികിത്സാ ഇളവുകൾ, ജൂബിലി മിഷൻ സ്കൂൾ ഓഫ് നേഴ്സിങ്ങിന്റെ സുവർണ്ണജൂബിലിയുടെ ഓർമ്മയ്ക്കായ് 'ജൂബിലി കാരുണ്യ ഭവനം' എന്നിവയാണ് ജൂബിലി മിഷൻ ഡയറക്ടർ ഫാ. ഫ്രാൻസിസ് പള്ളിക്കുന്നത്ത് ക്രിസ്തുമസ്സിനോടനുബന്ധിച്ച് പ്രഖ്യാപിച്ചിരിക്കുന്ന ജൂബിലി മിഷൻ കാരുണ്യ പദ്ധതികൾ. ജൂബിലി പുൽക്കൂടിന്റെ ഉദ്ഘാടനം തൃശ്ശൂർ റേഞ്ച് ഐ. ജി. ശ്രീ. അജിത്ത് കുമാർ ഐ. പി. എസ്. നിർവ്വഹിച്ചു. ഡയറക്ടർ ഫാ. ഫ്രാൻസിസ് പള്ളിക്കുന്നത്ത്, ഡോ. ബെന്നി ജോസഫ് എന്നിവർ ആശംസകൾ അർപ്പിച്ചു.

ജൂബിലി മിഷൻ സ്ഥാപനദിനാചരണവും പ്രഥമ പ്രിൻസിപ്പലിന് യാത്രയയപ്പും നടന്നു

ബഹുമാന്യയായ തൃശ്ശൂർ കോർപ്പറേഷൻ മേയർ ശ്രീമതി അജിത ജയരാജൻ ചടങ്ങ് ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. തൃശ്ശൂർ അതിരൂപത മെത്രാപ്പോലീത്ത മാർ ആൻഡ്രൂസ് താഴത്ത് ചടങ്ങിന് അദ്ധ്യക്ഷത വഹിക്കുകയും, വിരമിക്കുന്ന സ്റ്റാഫംഗങ്ങളെ പൊന്നാടയണിയിച്ച് ആദരിക്കുകയും ചെയ്തു. എങ്ങണ്ടിയൂർ എം. ഐ. ആശുപത്രി ഡയറക്ടർ റവ. ഡോ. ഫ്രാൻസിസ് ആലപ്പാട്ട്, ആരോഗ്യസർവ്വകലാശാല മെഡിസിൻ ഫാക്കൽറ്റി ഡീൻ ഡോ.കെ. മോഹനൻ, എന്നിവർ ആശംസകൾ അർപ്പിച്ചു. CEO ഡോ. ബെന്നി ജോസഫ് പ്രവർത്തനറിപ്പോർട്ട് അവതരിപ്പിച്ചു. ജൂബിലി ഫെസ്റ്റിനോടനുബന്ധിച്ച് നടന്ന മത്സരത്തിന്റെ വിജയികൾക്കുള്ള സമ്മാനദാനം ഫാ. റാഫേൽ വടക്കൻ നിർവ്വഹിച്ചു. ചടങ്ങിന് ജൂബിലി മിഷൻ ഡയറക്ടർ ഫാ. ഫ്രാൻസിസ് പള്ളിക്കുന്നത്ത് സ്വാഗതവും അസോസിയേറ്റ് ഡയറക്ടർ ഫാ. പോൾ പേരാമംഗലത്ത് നന്ദിയും പറഞ്ഞു.

അഭിനന്ദനങ്ങൾ

ആയുർവ്വേദ മെഡിക്കൽ അസോസിയേഷൻ ഓഫ് ഇൻഡ്യയുടെ (AMAI) 2015-ലെ ബെസ്റ്റ് ഡോക്ടർ പുരസ്കാരം നേടിയ ജൂബിലി ആയുർവ്വേദയുടെ സ്പെഷ്യൽ കൺസൽട്ടന്റ് **ഡോ. സി. ഡി. സഹദേവനെ** ഡയറക്ടർ ഫാ. ഫ്രാൻസിസ് പള്ളിക്കുന്നത്ത് അഭിനന്ദിക്കുന്നു.

ജൂബിലി ആശുപത്രിയിൽ ഒരുക്കിയ കരുണയുടെ പുൽക്കൂട്

പേവിഷ പ്രതിരോധം – മനുഷ്യരിൽ

ഡോ. ഉല്ലാസ് പി. ടി., റിസർച്ച് വിഭാഗം

തെരുവ് നായ ശല്യവും നായകടിയും ഈയിടെയായി വാർത്തകളിൽ സ്ഥിരസാന്നിധ്യമാണല്ലൊ. മൃഗങ്ങളുടെ കടിയിലൂടെ പകരാവുന്നവയിൽ ഏറ്റവും മാരകമായ രോഗമാണ് പേവിഷബാധ (റേബീസ്). പേവിഷബാധയുള്ള മൃഗങ്ങളിൽ നിന്നേൽക്കുന്ന കടി, മാന്തൽ, നക്കൽ എന്നിവയിലൂടെയാണ് ഈ രോഗം പ്രധാനമായും മനുഷ്യരിലേക്ക് പകരുന്നത്.

നൂറു ശതമാനം മാരകമായ ഈ രോഗം യഥാസമയത്തുള്ള പ്രഥമശുശ്രൂഷയും പ്രതിരോധകുത്തിവെയ്പ്പുകളും വഴി പൂർണ്ണമായും തടയാവുന്നതാണ്. എന്നാൽ നമ്മളിൽ പലർക്കും ഇതിനെക്കുറിച്ചുള്ള അറിവ് പരിമിതമാണ്. ശാസ്ത്രീയമായ റേബീസ് പ്രതിരോധ മുറകൾ ഇപ്രകാരമാണ്.

1. മൃഗങ്ങളിൽ നിന്ന് കടിയോ മാന്തലോ ഏറ്റാൽ ഉടനടി ആ ഭാഗം പൈപ്പിന് താഴെവെച്ച് ഒഴുകുന്ന വെള്ളത്തിൽ സോപ്പുപയോഗിച്ച് 10 മുതൽ 15 മിനിറ്റു വരെ നന്നായി കഴുകുക. ഇത് വളരെ ലളിതമായ എന്നാൽ അതീവ പ്രാധാന്യമുള്ള ഒരു കാര്യമാണ്. (തൊലിപ്പുറത്തുള്ള മുറിവുകളിലൊ മറ്റോ പേവിഷബാധയുണ്ടെന്നു സംശയിക്കുന്ന മൃഗത്തിന്റെ ഉമിനീര് വീണാലും ഇപ്രകാരം തന്നെ ചെയ്യേണ്ടതാണ്.) കടിമുറിവുകളിൽ അന്യവസ്തുക്കൾ (ഉദാ- മഞ്ഞൾ, ചുണ്ണാമ്പ്, കാപ്പിപ്പൊടി, പച്ചമരുന്നുകൾ) ഒരു കാരണവശാലും പ്രയോഗിക്കരുത്.
2. തുടർന്ന് ലഭ്യമായ ഏതെങ്കിലും അണുനാശിനിയിൽ (ഉദാ: ഡെറ്റോൾ, ബീറ്റഡൈൻ, സ്പിരിറ്റ്) മുക്കിയ വൃത്തിയുള്ള പഞ്ഞി ഉപയോഗിച്ച് മുറിഭാഗം തുടയ്ക്കുക.
3. ഉടൻ തന്നെ പേവിഷ പ്രതിരോധ കുത്തിവെപ്പിന് സൗകര്യമുള്ള ആശുപത്രിയിൽ എത്തുക. അവിടെനിന്ന് പരിശോധനയ്ക്കുശേഷം മുറിവിൽ നേരിട്ട് കുത്തിവെയ്ക്കുന്ന റേബീസ് ഇമ്മ്യുണോഗ്ലോബുലിൻ എന്ന മരുന്നിനോടൊപ്പമോ (രക്തം പൊടിയുന്ന തരം തീവ്രമായ മുറിവുകളിൽ) അല്ലാതെയോ റേബീസ് വാക്സിൻ കുത്തിവെയ്പ്പുകൾ എടുക്കേണ്ടതാണ്.
4. റേബീസ് ഇമ്മ്യുണോഗ്ലോബുലിൻ (RIG) മുറിവിലും അതിനുചുറ്റും ആണ് കുത്തിവെക്കുന്നത്. ഇത് മുറിവിൽ കൂടി പ്രവേശിക്കുന്ന പേവിഷബാധാ വൈറസിനെ ഉടനടി നിർവീര്യമാക്കും. രക്തം പൊടിയുന്ന, ആഴമുള്ള ഒന്നോ അതിലധികമോ കടിമുറിവുകൾ ഉണ്ടെങ്കിൽ ഈ കുത്തിവെയ്പ്പ് അത്യാവശ്യമാണ്.
5. തുടർന്ന് റേബീസ് വാക്സിന്റെ മുഴുവൻ ഡോസുകളും എടുത്തുകഴിയുമ്പോഴാണ് റേബീസ് പ്രതിരോധം പൂർണ്ണമാവുന്നത്. രണ്ടു രീതികളിലാണ് ഈ വാക്സിൻ എടുക്കാവുന്നത്. പേശികളിലേക്ക് നേരിട്ടോ (ഇൻട്രാമസ്കുലർ, IM) അഥവാ തൊലിയ്ക്കടിയിലോ (ഇൻട്രാഡെർമൽ, ID).
6. പേശിയിലേക്ക് കുത്തിവെയ്ക്കുന്ന രീതിയിൽ 5 വാക്സിൻ ഡോസുകൾ നിർബന്ധമാണ്. മുതിർന്നവരിൽ തോളിലെ പേശിയിലും ചെറിയ കുട്ടികളിൽ തുടയിലും ആണ് സാധാരണ ഈ രീതിയിൽ കുത്തിവെയ്ക്കാറുള്ളത്. കടിയേറ്റ് എത്രയും പെട്ടെന്ന് തന്നെ ആദ്യ ഡോസ് (1 എം.എൽ.) എടുക്കേണ്ടതാണ്. തുടർന്ന് മൂന്നാം ദിവസം, ഏഴാം ദിവസം, പതിനാലാം ദിവസം, ഇരുപത്തിഎട്ടാം ദിവസം എന്ന ക്രമത്തിൽ ബാക്കി 4 ഡോസുകൾ (1 എം.എൽ. വീതം) കൂടി എടുക്കേണ്ടതാണ്. ഈ രീതിയാണ് പൊതുവെ പ്രചാരത്തിലുള്ളത്.
7. തൊലിയ്ക്ക് താഴെ വാക്സിൻ കുത്തിവെയ്ക്കുന്ന രീതി ഏതാണ്ട് വേദനരഹിതമാണ്. 4 ഡോസുകൾ ആണ് ഇതിൽ എടുക്കേണ്ടത്. ആദ്യ ദിവസം, മൂന്നാം ദിവസം, ഏഴാം ദിവസം, തുടർന്ന് ഇരുപത്തിയെട്ടാം ദിവസം എന്നതാണ് ഇതിന്റെ ക്രമം. ഓരോ തവണയും 0.1 എം.എൽ. വീതമുള്ള രണ്ട് കുത്തിവെയ്പ്പുകൾ (ഇരുതോളുകളിലേയും തൊലിക്കടിയിലായി) ആണ് ഈ ദിവസങ്ങളിൽ നൽകുന്നത്. പ്രത്യേകപരിശീലനം നേടിയ സ്റ്റാഫ് ആണ് ഈ കുത്തിവെപ്പുകൾ നൽകേണ്ടത്. മറ്റ് ഡോസേജ് രീതികളും നിലവിലുണ്ട്. എന്നാൽ കേന്ദ്ര ആരോഗ്യ മന്ത്രാലയത്തിന്റെ 2015-ലെ ദേശീയ റാബീസ് നിയന്ത്രണ പരിപാടിയുടെ നിർദ്ദേശാവലി പ്രകാരമുള്ളവ മുകളിൽ പറഞ്ഞവയാണ്.

രണ്ടു രീതിയിലായാലും വാക്സിൻ ഡോസുകൾ കൃത്യ ദിവസങ്ങളിൽ എടുക്കുക എന്നത് പരമപ്രധാനമാണ്. മൃഗങ്ങളുടെ കടിയോ മറ്റോ ഏൽക്കുന്നതിന് മുൻപും റേബീസ് പ്രതിരോധം സാധ്യമാണ്. വളർത്തുമൃഗങ്ങൾ ഉള്ളവർ, മൃഗങ്ങളുമായി സമ്പർക്കം ഉണ്ടാവുന്ന തൊഴിലുകളിൽ ഏർപ്പെടുന്നവർ, കുട്ടികൾ, റേബീസ് ലബോറട്ടറി സ്റ്റാഫ് എന്നിവർക്ക് ഇപ്രകാരം കുത്തിവെയ്പ്പുകൾ എടുക്കാവുന്നതാണ്. റേബീസ് വാക്സിന്റെ മൂന്നു ഡോസുകൾ (പേശിയിലേക്ക് അല്ലെങ്കിൽ തൊലിയ്ക്കടിയിൽ) ആണ് ഇതിനു വേണ്ടി എടുക്കേണ്ടത്. ആദ്യ ഡോസിന് ശേഷം ഏഴാം ദിവസം രണ്ടാമത്തെ ഡോസും, തുടർന്ന് 21 അഥവാ 28-ാം ദിവസം മൂന്നാം ഡോസുമാണ് ഈ ആവശ്യത്തിന് വേണ്ടി എടുക്കേണ്ടത്. (ഇപ്രകാരം മുഴുവൻ കുത്തിവെപ്പുകളും എടുത്തവർക്ക് പിന്നീട് എപ്പോഴെങ്കിലും നായകടി എൽക്കുകയാണെങ്കിൽ രണ്ടു വാക്സിൻ ഡോസുകൾ മാത്രം ആദ്യ ദിവസവും മൂന്നാം ദിവസവും എടുത്താൽ മതി എന്നതും മുറിവിലേക്ക് നേരിട്ട് കുത്തിവെയ്ക്കേണ്ട റേബീസ് ഇമ്മ്യുണോഗ്ലോബുലിൻ എടുക്കേണ്ട ആവശ്യമില്ല എന്നതും ശ്രദ്ധേയമാണ്.) ആധുനിക റേബീസ് വാക്സിനുകൾ തികച്ചും സുരക്ഷിതവും (ഗർഭിണികൾ, മുലയൂട്ടുന്ന അമ്മമാർ, കുട്ടികൾ എന്നിവർക്കുൾപ്പെടെ) കാര്യമായ പാർശ്വഫലങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കാത്തവയുമാണ്. ഓർക്കുക, പേവിഷബാധയ്ക്കെതിരെയുള്ള കുത്തിവെയ്പുകൾ ഒരു ജീവൻരക്ഷാമാർഗ്ഗം ആണ്.

കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക്:

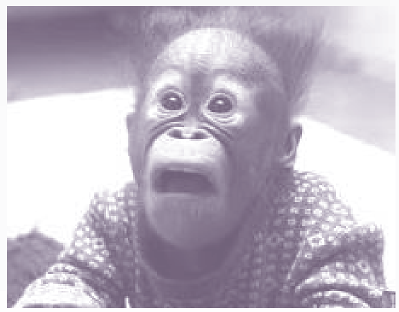
റിസർച്ച് / മൈക്രോബയോളജി / എമർജൻസി വിഭാഗം, JMMC & RI

ആശംസകൾ

ശ്രീ. പോൾ ചെറുവത്തൂർ

ആശുപത്രിയുടെ ജൂബിലി വർഷമായ 2000-ലാണ് പോളേട്ടൻ ജൂബിലിയിൽ സേവനത്തിനായി പ്രവേശിച്ചത്. ചീഫ് അക്കൗണ്ടന്റായി പ്രവർത്തിച്ചു വരികയായിരുന്ന അദ്ദേഹം ലളിതജീവിതം നയിക്കുന്ന വ്യക്തിയും, തികഞ്ഞ ദൈവവിശ്വാസിയും, മറ്റുള്ളവർക്ക് പരിഗണന നൽകുകയും ചെയ്യുന്ന ഒരു വ്യക്തിയുമായിരുന്നു. കർമ്മമണ്ഡലത്തിൽ വളരെ ഉത്തരവാദിത്വബോധം പ്രകടമാക്കിയിരുന്ന അദ്ദേഹത്തിന്റെ വലിയ ഗുണങ്ങളാണ് കൃത്യനിഷ്ഠയും, ക്ഷമയും, സഹനശീലവും. സമയം നോക്കാതെ മറ്റുള്ളവരെ സഹായിക്കുന്നതും അധികാരികളെ ബഹുമാനിക്കുന്നതും അദ്ദേഹം നൽകുന്ന വലിയ പാഠങ്ങളാണ്. പോളേട്ടന് എല്ലാവിധ ആശംസകളും നേരുന്നു.

അടിക്കുറിപ്പ് മത്സരം



....

....

....

....

....

പേര് ....

WELCOME TO JUBILEE FAMILY			
Sl No.	Name		Department
	NURSING		
1	IBY ABRAHAM	9	LISY C P
2	JIBI BABY M	10	NIMISHA GEORGE
3	JINCY AE	11	RINJU JOY
4	JINCY AJ	12	SIMI JACOB
5	JISTY ANTU	13	SONA K S
6	LIJI A L	14	SOPHIA SEBASTIAN
7	LIJI ROBI	15	SRUTHI BALACHANDRAN
8	LINTA VINCENT	16	SRUTHY JOY
	AYURVEDA		
17	ANCY JOBY	20	ANUSREE K C
18	REMYA V.S	21	ANUJA ASHOK
19	VINDO VINCENT	22	NANDAKUMAR E
23	TONCY TONY		Billing
24	AMALNADH T V		EDP
25	JAYACHANDRAN P S		Maintenance
26	SOUMYA MOHANAN		MRD
27	SHEEJA C D		MRD
28	MUNEERA T M		Pharmacy
29	MIDHILA K T		Pharmacy
30	JAIMOL P J		Pharmacy
31	PARVATHY K S		Pharmacy
32	SONA T J		Pharmacy

റാഗി ഹൽവ (586 kacl /കലോറി) (11 gm പ്രോട്ടീൻ)

ചേരുവകൾ : റാഗി – 100 ഗ്രാം, പാൽ – ½ കപ്പ്, ശർക്കര – 50 ഗ്രാം, വെള്ളം – 2 ഗ്ലാസ്

തയ്യാറാക്കുന്ന വിധം : റാഗി തലേ ദിവസം രാത്രി കഴുകി വെള്ളത്തിൽ ഇട്ട് വെയ്ക്കുക. കുതിർന്നതിനുശേഷം അരച്ച് കുഴമ്പുരൂപത്തിൽ എടുക്കുക. കുഴമ്പുരൂപത്തിലുള്ള ഈ മിശ്രിതം വെള്ളം ചേർത്ത് നേർത്ത തുണിയിൽ അരിച്ചെടുക്കുക. അരിച്ചെടുത്ത ഈ മിശ്രിതം പാലൊഴിച്ച് ചെറുതീയിൽ വേവിയ്ക്കുക. കട്ടപിടിക്കാതെ നല്ലതുപോലെ ഇളക്കിക്കൊടുക്കണം. ഇതിൽ ശർക്കര പാനിയാക്കി ചേർക്കുക, ശേഷം 5 മിനിട്ട് വേവിയ്ക്കുക. കട്ടപിടിക്കാതെ തുടരെ തുടരെ ഇളക്കുക. ഇത് നല്ലപോലെ കുറുകി വരുമ്പോൾ തീയിൽ നിന്നും മാറ്റുക. പരന്ന പ്ലേറ്റിൽ വെണ്ണ തടവിയതിനുശേഷം അതിലേക്ക് പകർത്തുക. തണുത്തശേഷം കഷ്ണങ്ങളായി മുറിച്ച് ഉപയോഗിക്കാവുന്നതാണ്.

Ms Seethal K.C., Dietitian

കഥ

പിറന്നാൾ സമ്മാനം

നൂറിന്റെ നിറവിൽ പിറന്നാൾ ആഘോഷിക്കാൻ ഒരുങ്ങുകയാണ് കൃഷ്ണപുരം കോവിലകത്തെ അമ്മാളുതമ്പുരാട്ടി. പിറന്നാൾ ആഘോഷങ്ങൾക്കായി നാടും നഗരവുമൊരുങ്ങി. ഏറ്റവും ശ്രേഷ്ഠമായ സമ്മാനം നല്കുന്നവർക്കായി പൊന്നാട പ്രതിഫലം നൽകാൻ തമ്പുരാട്ടി തീരുമാനിച്ചു. പൊന്നാട മോഹിച്ച് പലരും പലവഴി ശ്രമിച്ചു. വിവരമറിഞ്ഞ ചേന്നൻ പറയനും ഒരു മോഹം തോന്നി. പിറന്നാൾ സമ്മാനത്തിനായി ചേന്നനും അലഞ്ഞു നടന്നു. ഏറെ ദൂരം നടന്നിട്ടും ശ്രേഷ്ഠമായ യാതൊന്നും കിട്ടിയില്ല.

ക്ഷീണിതനായി ഒരു മരത്തണലിൽ ഇരുന്ന ചേന്നൻ, വഴിയിൽ മുറിവേറ്റു വീണു കിടക്കുന്ന ഒരു പക്ഷിയെ കണ്ടു. ചേന്നൻ ആ പക്ഷിയെ നെഞ്ചോടു ചേർത്തു, മരുന്നുവെച്ചുകൊടുത്ത് പരിചരിച്ചു. സഹചാരിയായി അതിനേയും കൂട്ടി കോവിലകത്തെത്തി. പിറന്നാളല്ലേ സദ്യയുണ്ടാവും! വിലകൂടിയ സമ്മാനങ്ങളുമായി പലരും വന്നു. പലതും കാഴ്ച്ച വെച്ചു. ചേന്നന്റെ കൈയ്യിലെ തൂവാലയിൽ പൊതിഞ്ഞ പക്ഷിയെ തമ്പുരാട്ടി ശ്രദ്ധിച്ചു. പിറന്നാൾ സമ്മാനമായി ചേന്നന്റെ സഹചാരിയായ പക്ഷിയെ തമ്പുരാട്ടി ആവശ്യപ്പെട്ടു. മുറിവേറ്റ പക്ഷിയെ അലിവോടെ സഹചാരിയാക്കിയ ചേന്നന്റെ ശ്രേഷ്ഠമായ പ്രവർത്തനത്തെ തമ്പുരാട്ടി പ്രശംസിക്കുകയും ചേന്നന് പൊന്നാട നൽകുകയും ചെയ്തു. വിലമതിക്കാനാവാത്ത ആ പിറന്നാൾ സമ്മാനത്തിനു വിലയിടാൻ ആർക്കാണു സാധിയ്ക്കുക?

– Ms. **കൃഷ്ണവേണി എസ്.,** MRD

ജൂബിലി ഫെസ്റ്റ്

Editorial Board

Fr. Sijo Cheruvathoor | Fr. Tijo Joy | Dr. Benny Joseph | Dr. Aswath | Mr. Baby | Mr. Devassy | Mr. Vinu | Mr. Noble | Mr. Anto Twinkle | Ms. Suma Paul
Ms. Deepa Tom | Ms. Ansa | Ms. Krishnaveni | Ms. Stefy C. Joseph | Ms. Ricy P. J. | Ms. Raki K. V. | Ms. Jilta | Ms. Nicy Antony | Ms. Chippy | Ms. Greeshma