

കൊവിഡ് വൈറസ് പോയിടിലു

▲ ഓസ്ട്രിയയിലുള്ള ▲ വാക്സിൻ സ്വീകരിക്കുക ▲ കൈ കഴുകുക ▲ അകലം പാലിക്കുക

സംസ്ഥാനത്ത് ലാബ് നെറ്റ് വർക്ക് സംവിധാനം സാധ്യമാക്കാം: മന്ത്രി വീണാ ജോർജ്ജ്

തെക്കോട് ആശുപത്രിയിൽ ഇൻഫർട്ടിലിറ്റി ക്ലിനിക്ക് സ്വതന്ത്ര യൂണിറ്റാക്കും; 20 ലക്ഷം രൂപയുടെ തൈറോയിഡ് പരിശോധനാ മെഷീൻ



ഡി.ഇ.എ.സി. സെൻസറി ഇന്റഗ്രേഷൻ റൂമിന്റെ ഉദ്ഘാടനം ആരോഗ്യവകുപ്പ് മന്ത്രി വീണാ ജോർജ്ജ് നിർവഹിക്കുന്നു



ആധുനിക പരിശോധനാ സൗകര്യങ്ങൾ കൂടുംബാരോഗ്യ കേന്ദ്രങ്ങൾ മുതലുണ്ടാകും. ലാബുകൾക്ക് ഹബ്ബ് ആന്റ് സ്പോക്ക് മോഡൽ നടപ്പിലാക്കും.



കെ. എസ്. ആർ. ടി. സി. ബസ് സ്റ്റാന്റുകളിലെ വെയറിംഗ് ഏരിയയിൽ ഓപ്പൺ ജിം ആരംഭിക്കുന്നതിനായി സ്ഥലം ലഭ്യമാക്കുന്ന കാര്യം പരിഗണിക്കും.

തിരുവനന്തപുരം: സംസ്ഥാനത്ത് രണ്ട് വർഷത്തിനകം ലാബ് നെറ്റ് വർക്ക് നടപ്പിലാക്കുമെന്ന് ആരോഗ്യ വകുപ്പ് മന്ത്രി വീണാ ജോർജ്ജ്. തെക്കോട് സ്ത്രീകളുടേയും കുട്ടികളുടേയും ആശുപത്രിയിലെ പീഡിയാട്രിക് തീവ്ര പരിചരണ യൂണിറ്റിന്റേയും ഡി.ഇ.എ.സി. സെൻസറി ഇന്റഗ്രേഷൻ റൂമിന്റേയും ഉദ്ഘാടനം നിർവഹിച്ച് സംസാരിക്കുകയായിരുന്നു മന്ത്രി. ആധുനിക പരിശോധനാ സൗകര്യങ്ങൾ കൂടുംബാരോഗ്യ കേന്ദ്രങ്ങൾ മുതലുണ്ടാകും. ലാബുകൾക്ക് ഹബ്ബ് ആന്റ് സ്പോക്ക് മോഡൽ നടപ്പിലാക്കും. പകർച്ച വ്യാധികളെയും പകർച്ചരോഗ വ്യാധികളെയും ഫലപ്രദമായി തടയാനുള്ള സംവിധാനമാണിത്. 2025 ഓടെ വിവിധതരം രോഗങ്ങളെ നിർമ്മാർജ്ജനം ചെയ്യാനുള്ള തീവ്ര യൂണിറ്റുകളിലാണ് ആരോഗ്യ വകുപ്പ്. ഈ സംവിധാനം എല്ലാവർക്കും പ്രാപ്യമായ രീതിയിൽ നടപ്പിലാക്കുമെന്നും മന്ത്രി വ്യക്തമാക്കി.

തെക്കോട് ആശുപത്രിയിലെ ഇൻഫർട്ടിലിറ്റി ക്ലിനിക്ക് സ്വതന്ത്ര യൂണിറ്റാക്കുന്നതാണ്. കേരളത്തിൽ നിന്നും തമിഴ്നാട്ടിൽ നിന്നും തെക്കോട് ആശുപത്രിയിൽ ചികിത്സയ്ക്കായി എത്താറുണ്ട്. അതിനാലാണ് സർക്കാർ ഈ ആശുപത്രിക്ക് വളരെ പ്രാധാന്യം നൽകുന്നത്. സമയബന്ധിതമായി ഇൻഫർട്ടിലിറ്റി ക്ലിനിക്ക് പൂർത്തിയാക്കും. 2 കോടി രൂപയോളം ചെലവഴിച്ച് ലക്ഷ്യ ലേബർ റൂമിന്റെ നിർമ്മാണം നടന്നുവരികയാണ്. സ്വകാര്യ ആശുപത്രികളിൽപ്പോലുമില്ലാത്ത സംവിധാനങ്ങളാണ് തെക്കോട്



ആശുപത്രിയിൽ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തത്. കുട്ടികളുടെ ആരോഗ്യവും അമ്മയുടെ ആരോഗ്യവും പ്രധാനമാണ്. കുഞ്ഞുങ്ങൾക്കുണ്ടാകുന്ന വൈകല്യങ്ങൾ ജന്മനാ തന്നെ കണ്ടുപിടിച്ച് ഫലപ്രദമായി ചികിത്സ ഉറപ്പാക്കുന്നതിനാണ് ഡി.ഇ.എ.സി.കൾ സജ്ജമാക്കിയിരിക്കുന്നത്. ഇതുകൂടാതെ മികച്ച സേവനം നൽകുന്നതിന് സെൻസറി ഇന്റഗ്രേഷൻ റൂമും തയ്യാറാക്കിയിട്ടുണ്ട്. ഇതിന് പുറമേയാണ് നൂതന പീഡിയാട്രിക് ഐസിയുകൾ സജ്ജമാക്കിയിരിക്കുന്നതെന്നും മന്ത്രി വ്യക്തമാക്കി.

ആരോഗ്യ വകുപ്പിന്റെ അഭ്യർത്ഥന പ്രകാരം കെ.എസ്. ആർ.ടി.സി. ബസ് സ്റ്റാന്റുകളിലെ വെയറിംഗ് ഏരിയയിൽ ഓപ്പൺ ജിം ആരംഭിക്കുന്നതിനായി സ്ഥലം ലഭ്യമാക്കുന്ന കാര്യം പരിഗ

ണിക്കുമെന്ന് ചടങ്ങിൽ അധ്യക്ഷത വഹിച്ച ഗതാഗത വകുപ്പ് മന്ത്രി ആന്റണി രാജു പറഞ്ഞു. ആശുപത്രിയിൽ തന്നെ തൈറോയിഡ് പരിശോധനയ്ക്കുന്നതിന് 20 ലക്ഷം രൂപ ചെലവഴിച്ച് തെക്കോട് ആശുപത്രിയിൽ അത്യാധുനിക മെഷീൻ സജ്ജമാക്കുന്നതാണ്. 12 ഓളം ടെസ്റ്റുകൾ ഇതിലൂടെ ചെയ്യാൻ സാധിക്കുന്നതാണ്. ആരോഗ്യ വകുപ്പ് തെക്കോട് ആശുപത്രിക്ക് പ്രത്യേക പരിഗണന നൽകുന്നുണ്ട്. ആരോഗ്യ മന്ത്രി നേരിട്ട് ഇടപെട്ട് തെക്കോട് ആശുപത്രിയിൽ മുടങ്ങിക്കിടന്ന പല പദ്ധതികളും നടപ്പിലാക്കുന്നതിൽ സ്ഥലം എം.എൽ.എ. എന്ന നിലയിൽ സന്തോഷമുണ്ടെന്നും മന്ത്രി ആന്റണി രാജു പറഞ്ഞു.

അറിയാം വളരാം ചിത്രകഥാ പ്രകാരം മന്ത്രി വീണാ ജോർജും ഡി.ഇ.എ.സി. ബോധവൽക്കരണ വീഡിയോ മന്ത്രി ആന്റണി രാജുവും നിർവഹിച്ചു.

ആരോഗ്യ വകുപ്പ് പ്രിൻസിപ്പൽ സെക്രട്ടറി ഡോ. രാജൻ എൻ. ബോബ്രഗഡെ, കൗൺസിലർമാരായ ജി. മാധവദാസ്, എസ്. കൃഷ്ണകുമാർ, ജില്ലാ മെഡിക്കൽ ഓഫീസർ ഡോ. ജോസ് വിക്രമൻ, ജില്ലാ പ്രോഗ്രാം മാനേജർ ഡോ. ആശ വിജയൻ, ആശുപത്രി സൂപ്രണ്ട് ഡോ. കെ.കെ. ശാന്ത, ഡോ. ശശി കുമാർ, ഡോ. ശ്രീഹരി എന്നിവർ പങ്കെടുത്തു.

എലിപ്പനിക്കെതിരെ അതീവ ജാഗ്രത: മുതുമുഞ്ജയം കാമ്പയിൻ

തിരുവനന്തപുരം: സംസ്ഥാനത്ത് വ്യാപകമായി മഴ തുടരുന്ന സാഹചര്യത്തിൽ എലിപ്പനിയ്ക്കെതിരെ ആരോഗ്യ വകുപ്പ് 'മുതുമുഞ്ജയം' എന്നപേരിൽ കാമ്പയിൻ ആരംഭിച്ചു. ആരോഗ്യ വകുപ്പ് മന്ത്രി വീണാ ജോർജ്ജ് കാമ്പയിന്റെ ഉദ്ഘാടനവും പോസ്റ്റർ പ്രകാശനവും നിർവഹിച്ചു.

എലിപ്പനി ബോധവൽക്കരണത്തിനും ജാഗ്രതയ്ക്കും വേണ്ടിയാണ് കാമ്പയിൻ ആരംഭിച്ചതെന്ന് മന്ത്രി വീണാ ജോർജ്ജ് പറഞ്ഞു. വീട്ടിൽ ചെടി വെച്ചുപിടിപ്പിക്കുന്നവർ ഉൾപ്പെടെയുള്ള മണ്ണുമായും, മലിനജലവുമായും സമ്പർക്കമുള്ള എല്ലാവരും എലിപ്പനി പ്രതിരോധ ഗുളികയായ ഡോക്സിസൈക്ലിൻ കഴിക്കണം. ഡോക്സിസൈക്ലിൻ എല്ലാ സർക്കാർ ആശുപത്രികളിലും സൗജന്യമായി ലഭിക്കുന്നതാണ്. പകർച്ചവ്യാധികൾക്കെതിരെ തദ്ദേശ സ്വയംഭരണ വകുപ്പുമായി ചേർന്ന് ആരോഗ്യ വകുപ്പ് ശുചീകരണ യൂണിറ്റും നടത്തിവരികയാണ്. വീടുകളിൽ എല്ലാ തൊഴിലാളികളിലും ഡ്രൈവേഴ്സുകളിലും സ്കൂളുകളിൽ വെള്ളിയാഴ്ചകളിലും, സ്ഥാപനങ്ങളിൽ ശനിയാഴ്ചകളിലും ഡ്രൈവേജ് ആചരിക്കണം. വീടും, സ്ഥാപനവും, പരിസരവും ശുചിയാക്കണം. കൊതുക്ക്കുരുക്ക്, ജന്തുജന്യ, ജലജന്യ രോഗങ്ങൾക്കെതിരെ ജാഗ്രത പാലിക്കണം. എന്തെങ്കിലും രോഗ ലക്ഷണങ്ങൾ കാണുന്നെങ്കിൽ ചികിത്സ തേടേണ്ടതാണെന്നും മന്ത്രി വ്യക്തമാക്കി.

എലിപ്പനി ശ്രദ്ധിച്ചില്ലെങ്കിൽ എഫെ അപകടം

രോഗാണുവാഹകരായ എലി, അണ്ണാൻ, പരു, ആട്, നായ എന്നിവയുടെ മൂത്രം, വിസർജ്ജം മുതലായവ കലർന്ന വെള്ളവുമായോ മണ്ണുമായോ സമ്പർക്കം വരുന്നവർക്കാണ് ഈ രോഗം പകരുന്നത്. പെട്ടെന്നുണ്ടാവുന്ന ഭക്തമായ പനിയും പനിയോടൊപ്പം



മുതുമുഞ്ജയം കാമ്പയിൻ പോസ്റ്റർ പ്രകാശനം ആരോഗ്യ മന്ത്രി വീണാ ജോർജ്ജ് നിർവഹിക്കുന്നു

ചിലപ്പോൾ വിറയലും ഉണ്ടാവാം. കഠിനമായ തലവേദന, പേശിവേദന, കാൽമുട്ടിന് താഴെയുള്ള വേദന, നടുവേദന, കണ്ണിന് ചുവപ്പുനിറം, മഞ്ഞപ്പിത്തം, ത്വക്കിനും കണ്ണുകൾക്കും മഞ്ഞനിറമുണ്ടാവുക, മൂത്രം മഞ്ഞ നിറത്തിൽ പോവുക എന്നീ രോഗലക്ഷണങ്ങളുണ്ടാകാം.

പ്രതിരോധ മാർഗ്ഗങ്ങൾ

മലിനജലവുമായും മണ്ണുമായും സമ്പർക്കത്തിൽ എർപ്പെടുന്നവരും, ശുചീകരണ തൊഴിലാളികളും, വെള്ളത്തിലിറങ്ങുന്ന സന്നദ്ധ പ്രവർത്തകരും വ്യക്തി സുരക്ഷാ ഉപാധികളായ കയ്യുറ, മുട്ട് വരെയുള്ള പാദരക്ഷകൾ, ഓസ്ട്രിയ എന്നിവ ഉപയോഗിക്കുക.

കെട്ടിക്കിടക്കുന്ന വെള്ളത്തിൽ കുട്ടികളെ കളിക്കാൻ അനുവദിക്കരുത്. വെള്ളത്തിലിറങ്ങിയാൽ കൈയും കാലും സോപ്പ് ഉപയോഗിച്ച് നന്നായി കഴുകേണ്ടതാണ്.

മലിനജലവുമായി സമ്പർക്കം വരുന്ന കാലയളവിൽ പരമാവധി ആറാഴ്ചത്തേക്ക് ആഴ്ചയിലൊരിക്കൽ ഡോക്സിസൈക്ലിൻ ഗുളിക 200 മില്ലിഗ്രാം (100 മില്ലിഗ്രാമിന്റെ രണ്ട് ഗുളിക) കഴിച്ചിരിക്കേണ്ടതാണ്.

എലിപ്പനിയുടെ പ്രാരംഭ ലക്ഷണങ്ങൾ കണ്ടാൽ ഉടൻതന്നെ, ആരോഗ്യ പ്രവർത്തകരുമായി ബന്ധപ്പെടുകയോ ചികിത്സ തേടുകയോ ചെയ്യേണ്ടതാണ്. യാതൊരു കാരണവശാലും സ്വയം ചികിത്സ പാടില്ല.

വാക്സിനേഷനുകാൻ മടി വേണ്ട

കൊവിഡ് വാക്സിനേഷനുള്ളവരിൽ

- 1 രോഗസാധ്യത കുറയുന്നു
- 1 രോഗം വന്നാലും തീവ്രമാകാനുള്ള സാധ്യത കുറയുന്നു
- 1 മരണസാധ്യത കുറയുന്നു



അമ്മയുടെ ചുടേറ്റ് വളരാം കങ്കാരു മദർ കെയർ ചികിത്സാ രീതിക്ക് പ്രാധാന്യമേറുന്നു...

തിരുവനന്തപുരം: നവജാത ശിശുക്കളുടെ ആരോഗ്യകാര്യമായ വളർച്ചയ്ക്കായി കങ്കാരു മദർ കെയർ ചികിത്സാ രീതിയുടെ പ്രാധാന്യമേറുന്നു. അമ്മയുടെ ശരീരോഷ്ഠാവ് കുഞ്ഞിന് പകർന്ന് നൽകി കുഞ്ഞിന്റെ വളർച്ചക്ക് സഹായിക്കുന്നതാണ് കങ്കാരു കെയർ ചികിത്സാ രീതി. ശരീര ദാർഢ്യം കുറഞ്ഞതും, മാംസം തികയാതെയും (37 ആഴ്ചകൾക്ക് മുൻപ്) ജനിക്കുന്ന ശിശുക്കളിൽ, ശരീരോഷ്ഠാവ് നിശ്ചിത അളവിൽ ഉപകരണങ്ങളുടെ സഹായമില്ലാതെ ക്രമീകരിക്കുകയാണ് കങ്കാരു മദർ കെയർ (കെ.എം.സി) ചികിത്സ രീതിയിലൂടെ.

കങ്കാരു മദർ കെയർ (കെ.എം.സി) ചികിത്സാ രീതി
1970 കളിൽ കൊളംബിയയിലാണ് സ്കിൻ ടു സ്കിൻ കെയർ എന്ന രീതി ആദ്യമായി പരീക്ഷിക്കപ്പെട്ടത്. ഇൻക്യുബേറ്ററുകളുടെ ദുർലഭവും അന്നത്തെ ആശുപത്രികളിലെ തീരക്ക് മുലമുളള അണുബാധയുമാണ് ഈ കണ്ടുപിടിത്തത്തിന് ഇടയാക്കിയത്. ക്രമേണ ഇതിന് പ്രചാരമേറി. 1996 ൽ ഇറ്റലിയിൽ നടന്ന ആദ്യ അന്താരാഷ്ട്ര ശിശുപരിപാലയിൽ കങ്കാരു മദർ കെയർ എന്ന പേര് ആദ്യമായി അംഗീകരിക്കപ്പെടുകയും ചെയ്തു.

എന്താണ് കെ.എം.സി ?
കുഞ്ഞിന്റെ നിലനിൽപ്പിന് ശ്വാസനം, രക്തചംക്രമണം എന്നിവയ്ക്കൊപ്പം പ്രാധാന്യമർപ്പിക്കുന്ന ഒന്നാണ് ശരീരോഷ്ഠാവ്. കങ്കാരുക്കളിൽ അമ്മ കങ്കാരുവിന്റെ ശരീരോഷ്ഠാവ് കുഞ്ഞിന് അതേപടി പകർന്നു നൽകി, ഊർജ്ജനഷ്ടം കുറയ്ക്കുകയും, ശരീരദാർഢ്യം കൂട്ടുകയും ചെയ്യുന്ന അതേ രീതിയാണ് മനുഷ്യക്കുഞ്ഞുങ്ങളിലും പ്രയോഗിക്കുന്നത്. അമ്മയുടെയും കുഞ്ഞിന്റെയും ത്വക്കുകൾ ചേർന്നിരിക്കുന്ന വിധത്തിൽ പരിചരിക്കുന്ന രീതിയാണ് ഇത്.

കെ.എം.സി യുടെ പ്രധാന ഘടകങ്ങൾ
■ കുഞ്ഞിന്റെയും പരിചരിക്കുന്ന ആളുടെയും ത്വക്കുകൾ തമ്മിൽ ചേർന്നിരിക്കുന്ന അവസ്ഥ.
■ കുഞ്ഞിന് മുലപ്പാൽ മാത്രം നൽകൽ.
■ വീട്ടിലും കെ.എം.സി തുടരുന്നതിനുള്ള മാനസിക തയ്യാറെടുപ്പ്.

കെ.എം.സി ആർക്കെല്ലാം ?
ഗുരുതരമായ ആരോഗ്യ പ്രശ്നങ്ങൾ ഇല്ലെങ്കിൽ 2.5 (2500 ഗ്രാം) ൽ കുറവ് ഭാരമുള്ള എല്ലാ കുഞ്ഞുങ്ങൾക്കും കെ.എം.സി നൽകാവുന്നതാണ്. സങ്കീർണ്ണമായ ചികിത്സകൾ ആവശ്യമുള്ള കുഞ്ഞുങ്ങൾക്കും അതിവ ശ്രദ്ധ നൽകി കെ.എം.സി നൽകാൻ കഴിയും. കുഞ്ഞുങ്ങളുടെ ആരോഗ്യസ്ഥിതിയും ത്വക്കും അനുസരിച്ച് ജനിച്ച ദിവസം മുതലോ, അതിനടുത്ത ദിവസങ്ങളിലോ കെ.എം.സി തുടങ്ങാവുന്നതാണ്.

കെ.എം.സി നൽകുമ്പോൾ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടവ
■ കെ.എം.സി നൽകുന്നവരുടെ മാനസിക തയ്യാറെടുപ്പ് അത്യാവശ്യമാണ്.
■ മുഴുവൻ കുടുംബങ്ങൾക്കും ഈ രീതിയെക്കുറിച്ച് പഠിപ്പിക്കുക.
■ സംശയങ്ങൾ ദുരീകരിച്ച് ആത്മവിശ്വാസം വളർത്തുക.
■ കെ.എം.സി നൽകിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന മറ്റ് കുഞ്ഞുങ്ങളുടെ രക്ഷിതാക്കളുമായി സംസാരിക്കാൻ സാഹചര്യം നൽകുക.
■ മുൻഭാഗം തുറക്കാവുന്ന

അയഞ്ഞ വസ്ത്രമാണ് അമ്മമാർ ധരിക്കേണ്ടത്.
■ കുഞ്ഞിന് തുണിതൊപ്പി, കാലുറ, മുൻഭാഗം തുറക്കുന്ന കുഞ്ഞുടുപ്പ് എന്നിവ അണിയിക്കാം.
■ അരയിൽ കെട്ടാനുള്ള തുണിയും കരുതുക.

കെ.എം.സി യുടെ രീതി
■ സൗകര്യപ്രദമായി 45 വിഗ്രി ചാരിയിരിക്കുന്ന രീതിയാണ് കെ.എം.സിക്ക് നല്ലത്. ചാറുകസേരയിൽ ഇരിക്കുന്ന രീതിയിലും കെ.എം.സി നൽകാം.
■ അമ്മയുടെ സ്തനങ്ങൾക്കിടയിലായി കുഞ്ഞിനെ കമഴ്ത്തി കിടത്താൻ ശ്രമിക്കണം.
■ തല ഒരു വശത്തേക്കും അൽപ്പം മുകളിലേക്കും ചരിഞ്ഞിരിക്കാൻ ശ്രമിക്കണം. ഇത് ശ്വാസനാളം തുറന്നിരിക്കാൻ സഹായിക്കും.
■ കുഞ്ഞിന്റെ കാലുകൾ W ആകൃതിയിൽ വളഞ്ഞു അമ്മയുടെ ഉദരഭാഗത്ത് ഇരുവശത്തേയ്ക്കുമാണെന്ന് ഉറപ്പുവരുത്തണം.
■ കുഞ്ഞിന്റെ അരമുതൽ കീഴോട്ട് വീതിയുള്ള ഒരു തുണികൊണ്ട് അമ്മയോടൊപ്പം ചുറ്റിവയ്ക്കാവുന്നതാണ്.
■ ഇതിനുശേഷം അമ്മയേയും കുഞ്ഞിനേയും ഒരുമിച്ച് മൂടാവുന്ന രീതിയിലെ വസ്ത്രം ധരിക്കാവുന്നതാണ്. കുഞ്ഞിന്റെ തലഭാഗം മൂടാതിരിക്കാൻ ശ്രമിക്കണം.

കെ.എം.സി എത്ര സമയം നൽകാം?
■ ഏറ്റവും കുറഞ്ഞത് 1 മണിക്കൂർ മുതൽ 2 മണിക്കൂർ വരെയും തുടർച്ചയായി നൽകിയാൽ മാത്രമേ കെ.എം.സി ഫലപ്രദമാകൂ. ഒരു ദിവസത്തിൽ 24 മണിക്കൂർ വേണമെങ്കിലും കെ.എം.സി നൽകാവുന്നതാണ്.

■ അമ്മയ്ക്ക് വിശ്രമം ആവശ്യമുള്ളപ്പോഴോ ഒന്നിൽ കൂടുതൽ കുഞ്ഞുങ്ങൾ ഉള്ളപ്പോഴോ (ഇരട്ടക്കുട്ടികളോ കൂടുതലോ)
■ അച്ഛനോ കുടുംബത്തിലെ മറ്റു ബന്ധുക്കൾക്കോ കെ.എം.സി നൽകാവുന്നതാണ്.
■ കെ.എം.സി നൽകുമ്പോഴും അമ്മയ്ക്ക് ദൈനംദിന പ്രവർത്തികൾ ചെയ്യുന്നതിന് (ഉറങ്ങുക, നടക്കുക, ഭക്ഷണം കഴിക്കുക, വർത്തമാനം പറയുക) ഒരു തടസ്സവുമില്ല.

കെ.എം.സി യുടെ ഗുണങ്ങൾ
■ കുഞ്ഞിന്റെ ശരീരോഷ്ഠാവ് താഴ്ന്ന് പോകാതെ തടയുന്നു.
■ മുലപ്പാൽ നൽകുന്നത് അനായാസമാക്കുന്നു.
■ ആശുപത്രി വാസം കുറയ്ക്കുന്നു.
■ അണുബാധ, ശ്വാസനത്തിലെ തകരാറുകൾ എന്നിവ കുറയ്ക്കുന്നു.
■ അമ്മയ്ക്കും കുഞ്ഞിനും മാനസിക സംഘർഷം കുറയ്ക്കുന്നു.
■ അമ്മയും കുഞ്ഞുമായുള്ള വൈകാരിക ബന്ധം ബലപ്പെടുത്തുന്നു.
■ കുഞ്ഞിന്റെ ശാരീരികവും ബുദ്ധിപരവുമായ വളർച്ച ത്വരിതപ്പെടുത്തുന്നു.

നമ്മുടെ നാട്ടിൽ കഴിഞ്ഞ കുറെ വർഷങ്ങളായി സർക്കാർ മെഡിക്കൽ കോളേജുകളിലും ചില സ്വകാര്യ ആശുപത്രികളിലും നവജാത ശിശു വിഭാഗങ്ങളിൽ ഈ ചികിത്സാരീതി അവലംബിക്കുന്നുണ്ട്. ഇതിനായി ആരോഗ്യ പ്രവർത്തകർക്ക് പരിശീലനവും നൽകുന്നു.



ആരോഗ്യകാര്യങ്ങളിൽ ശ്രദ്ധ വേണം

കൃത്യസമയത്ത് പരിശോധനകൾ നടത്തുക. ചെറിയ രീതിയിലുള്ള വ്യായാമങ്ങളും നടത്തവും ശീലമാക്കാം.



രാജ്, ഇല്ലാ പഞ്ചായത്ത് ആരോഗ്യ സ്റ്റാന്റിംഗ് കമ്മിറ്റി ചെയർമാൻ ആർ. അജയകുമാർ, ആരോഗ്യ വകുപ്പ് ഡയറക്ടർ ഇൻ ചാർജ് വി.ആർ. രാജു, ആരോഗ്യ വകുപ്പ് അഡീഷണൽ ഡയറക്ടർ വി. ദീനാക്ഷി, ഇല്ലാ മെഡിക്കൽ ഓഫീസർ (ആരോഗ്യം) ഡോ.എൽ അനിതാ കുമാരി, ആരോഗ്യ വകുപ്പ് ഡെപ്യൂട്ടി ഡയറക്ടർ(പൊതുജനാരോഗ്യം) കെ.ആർ. വിദ്യ, വനിതാ ശിശു വികസന വകുപ്പ് അസിസ്റ്റന്റ് ഡയറക്ടർ സോഫി ജോക്കബ്, ആരോഗ്യ കേരളം ഇല്ലാ പ്രോഗ്രാം മാനേജർ ഡോ.എസ് ശ്രീകുമാർ, സ്റ്റേറ്റ് മന്ത്രി എഡ്വേക്കേഷൻ ആൻഡ് ഹീൽത്ത് ഓഫീസർ ഇൻ ചാർജ് കെ.എൻ. അജയ്, ഡെപ്യൂട്ടി ഡി എം ഒ ഡോ.രമണ ചിറംബരം, ഇലന്റർ ബ്ലോക്ക് പഞ്ചായത്ത് ആരോഗ്യ സ്റ്റാന്റിംഗ് കമ്മിറ്റി ചെയർപേഴ്സൺ സാലി ലാലു, നാടോടിയാത്രാ പഞ്ചായത്ത് ആരോഗ്യ സ്റ്റാന്റിംഗ് കമ്മിറ്റി ചെയർപേഴ്സൺ അഖിലാബായി, ബ്ലോക്ക് പഞ്ചായത്ത് അംഗം കെ.ആർ. അനീഷ്, ഗ്രാമ പഞ്ചായത്ത് അംഗം റെസീഡന്റ് സബ്ബി, വനിതാ ശിശു വികസന ഓഫീസർ പി.എസ്. തസ്നിം, ഐ സി ഡി എസ് ഇല്ലാ പ്രോഗ്രാം ഓഫീസർ ആർ. നിഷ തായർ തുടങ്ങിയവർ പങ്കെടുത്തു.

സ്പോർട്ട് മിഷൻ ഓഫീസിൽ നടന്ന ചടങ്ങിൽ സ്പോർട്ട് മിഷൻ ഡയറക്ടർ ഡോ. രത്നൻ ചേൽക്കർ, ഡയറക്ടർ ഫെൽത്ത് സർവീസസ് ഡോ. വി ആർ രാജു, ഡയറക്ടർ ഫിനാൻസ് സി താമരണി അമ്മ, ചീഫ് എഞ്ചിനീയർ സി ജെ അനീല, ട്രെയിനിംഗ് നോഡൽ ഓഫീസർ ഡോ. വി എസ് ദിവ്യ, എന്നിവർ പങ്കെടുത്തു.

സംസ്ഥാനത്ത് ആദ്യമായാണ് ജീവിതരേഖയിലെ ഭാഗ്യവ്യത്യാസത്തിനായി പഞ്ചായത്തിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ ഇത്തരക്കാരുടെ പദ്ധതി നടപ്പാക്കുന്നതെന്നും പദ്ധതിയുടെ ഉദ്ദേശ്യം അടുത്ത മാസം നടത്തുമെന്നും ഗ്രാമ പഞ്ചായത്ത് പ്രസിഡന്റ് ആർ. രാജേന്ദ്രകുമാർ അറിയിച്ചു.

സന്നേഹത്തോടെ

പ്രായം ചെന്നവർക്ക് പറയുന്ന കാര്യങ്ങൾ
പെട്ടെന്ന് മനസ്സിലാവണമെന്നില്ല.
തിരക്ക് കൂട്ടാതെ ക്ഷമയോടെ സംസാരിക്കാം.

An illustration of a man and a woman jogging in a park. The man is wearing a blue t-shirt and orange pants, and the woman is wearing an orange t-shirt and blue pants. They are both smiling and appear to be in motion. In the background, there is a green bench and some greenery.

അതിഥി തൊഴിലാളികളുടെ ക്ഷേമം ഉറപ്പാക്കാൻ അതിഥിദേവോ ദവ

അതിഥി തൊഴിലാളികൾക്കായി ഏകജാലകസംവിധാനം ആരംഭിക്കുന്നത് രാജ്യത്ത് ആദ്യം



അതിഥി ദേവോ ദവ ഓഫീസിന്റെ ഉദ്ഘാടനം വന്യ വകുപ്പ് മുന്തി കെ രാജൻ നിർവ്വഹിക്കുന്നു

എറണാകുളം: അതിഥി തൊഴിലാളികളുടെ ക്ഷേമത്തിനായി ജില്ലയിൽ ക്ഷേമകാര്യ ഓഫീസ് 'അതിഥിദേവോ ദവ' പ്രവർത്തനം ആരംഭിച്ചു. കാക്കനാട് ആരംഭിച്ച ഓഫീസിന്റെ ഉദ്ഘാടനം വന്യ വകുപ്പ് മുന്തി കെ രാജൻ നിർവ്വഹിച്ചു. കേരളത്തെ പുതുക്കി പണിയാൻ സഹായിക്കുന്ന അതിഥി തൊഴിലാളികളുടെ ക്ഷേമം സർക്കാരിന്റെ ഉത്തരവാദിത്തമാണെന്ന് മുന്തി പറഞ്ഞു. ഓഫീസ് വേണ്ട എല്ലാ സഹായങ്ങളും ഒരുക്കാൻ സർക്കാർ ഷെഡ്യൂണ്ടാകുമെന്നും മുന്തി അറിയിച്ചു. രാജ്യത്ത് ആദ്യമായാണ് ഇത്തരത്തിൽ അതിഥി തൊഴിലാളികളുടെ ക്ഷേമം ഉറപ്പാക്കുന്നതിനായി ഏകജാലക സംവിധാനം ആരംഭിക്കുന്നത്.

അന്തർ സംസ്ഥാന അസംഘടിത തൊഴിലാളികളുടെ ക്ഷേമവും സുരക്ഷയും ഉറപ്പുവരുത്തുന്നതിനായി പ്രഖ്യാപിച്ചിട്ടുള്ള പദ്ധതിയുടെ ഭാഗമായാണ് എറണാകുളം ജില്ലാ ഭരണകൂടം, ദേശീയ ആരോഗ്യദൗത്യം എറണാകുളം, ജില്ലാ ലീഗൽ സർവീസ് അതോറിറ്റി (ഡെൽസ) എന്നിവരുടെ സഹകരണത്തോടെ ഏകജാലകസംവിധാനം നടപ്പാക്കുന്നത്. തദ്ദേശ സ്വയംഭരണവകുപ്പിന്റെയും

തൊഴിൽ വകുപ്പിന്റെയും നേതൃത്വത്തിൽ തൊഴിലാളികൾക്കിടയിലും തൊഴിൽ ദാതാക്കൾക്കിടയിലും പ്രത്യേക ബോധവൽക്കരണ പരിപാടികൾ ഇതിന്റെ ഭാഗമായി നടത്തും. ആരോഗ്യവകുപ്പിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ ക്യാമ്പുകൾ സംഘടിപ്പിച്ചും ആശുപത്രികളുടെ നേരിട്ടുള്ള



ഇടപെടലിലൂടെയും അതിഥി തൊഴിലാളികൾക്കിടയിൽ ആരോഗ്യ സേവനങ്ങൾ എത്തിക്കുന്നതിനുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങൾ നടത്തിവരുന്നുണ്ട്. ഈ പ്രവർത്തനങ്ങൾ കൂടുതൽ കാര്യക്ഷമമാക്കാനും രോഗപ്രതിരോധപ്രവർത്തനങ്ങളിൽ

കൃത്യമായ ഇടപെടൽ നടത്തുന്നതിനാണ് പുതിയ ഓഫീസ് ആരംഭിച്ചിട്ടുള്ളത്. തൊഴിലാളികൾ നേരിടുന്ന എല്ലാ പ്രശ്നങ്ങൾക്കും ഓഫീസിൽ നിന്നും പരിഹാരം ലഭിക്കും. ജോലിക്കായി ജില്ലയിലെത്തുന്ന തൊഴിലാളികളുടെ ക്ഷേമ പ്രവർത്തനങ്ങളുടെ ഏകോപനം നടപ്പാക്കുകയാണ് ഓഫീസിന്റെ ലക്ഷ്യം.

പോലീസ്, എക്സൈസ്, തൊഴിൽവകുപ്പുകളുടെ നേതൃത്വത്തിൽ പ്രത്യേക പരിശീലനം ലഭിച്ച, മലയാളം സംസാരിക്കുന്ന അതിഥിതൊഴിലാളികളാണ് മൈഗ്രന്റ് ലിങ്ക്വർക്കർ ഫോഴ്സിന്റെ ഭാഗമാകുന്നത്. തൊഴിലാളികൾക്ക് ആവശ്യമായ സഹായം ഒരുക്കുന്നതിന് ഇവർ മുഖേന ആയിരിക്കും. നില്പിൽ ഒമ്പത് പേരാണ് മൈഗ്രന്റ് ലിങ്ക്വർക്കർഫോഴ്സിന്റെ ഭാഗമായിട്ടുള്ളത്.

എൽ.എൻ.ജി പെട്രോനെറ്റ് അനുവദിച്ച സി എസ് ആർ ഫണ്ട് ഉപയോഗിച്ചാണ് ഓഫീസ് സമുച്ചയം ഒരുക്കിയത്.

ലോക ഓട്ടിസം ദിനാചരണം; കുട്ടികളിലെ വളർച്ച/പഠന വൈകല്യ നിർണ്ണയ പരിശീലനം സംഘടിപ്പിച്ചു



പരിശീലന പരിപാടിയുടെ ഉദ്ഘാടനം സേവ്യർ ചിറ്റിലപ്പിള്ളി എം.എൽ.എ നിർവ്വഹിക്കുന്നു

തൃശ്ശൂർ: എപ്രിൽ 2 ലോക ഓട്ടിസം ദിനാചരണത്തോടനുബന്ധിച്ച് ജില്ലയിൽ ബോധവൽക്കരണ- പരിശീലന പരിപാടികൾ ജില്ലയിൽ സംഘടിപ്പിച്ചു. കുഞ്ഞുങ്ങളിലെ വളർച്ച/പഠനവൈകല്യങ്ങൾ പ്രാരംഭഘട്ടത്തിൽ തന്നെ തിരിച്ചറിയുന്നത് വിദഗ്ധ ചികിത്സ നൽകി അവരെ സാധാരണ ജീവിതം നയിക്കാൻ പ്രാപ്തരാക്കുന്നതിനാണ് പരിപാടികൾ സംഘടിപ്പിച്ചത്. ജില്ലയിലെ പ്രാരംഭ ഇടപെടൽ കേന്ദ്രം (ഡി. ഇ.ഐ.സി), ഗവ.മെഡിക്കൽ കോളേജ് (ആർ.ഇ.ഐ.സി.) എന്നിവ കേന്ദ്രീകരിച്ചാണ് പരിപാടികൾ നടത്തിയത്.

കുട്ടികൾക്കുണ്ടാകാവുന്ന പഠനവൈകല്യങ്ങൾ തിരിച്ചറിയപ്പെടാതെ പോകുന്നതിന്റെ വ്യാപ്തി ജില്ലാതലത്തിൽ ചർച്ച ചെയ്തു, ഇതിനു പരിഹാരം കാണുന്നതിനായി വിവിധ പരിപാടികൾ ആസൂത്രണം ചെയ്തു.

ജില്ലയിലെ സ്കൂൾ അധ്യാപകർ, അംഗൻവാടി വർക്കർമാർ, ആരോഗ്യവർക്കർമാർ എന്നിവർക്ക് വളർച്ച/പഠന വൈകല്യങ്ങൾ/ കൊവിഡാ നന്മരം കുട്ടികൾക്കുണ്ടാകാവുന്ന പഠനവൈകല്യങ്ങൾ എന്നിവ പ്രാരംഭഘട്ടത്തിൽ തന്നെ തിരിച്ചറിയുന്നതിന് സഹായകമാകുന്ന പരിശീലനം ജില്ലയിൽ ആരംഭിച്ചു. വരുന്ന അധ്യയനവർഷം ആരംഭിക്കുന്നതിനുമുമ്പായി പരിശീലന പരിപാടികൾ പൂർത്തീകരിക്കുകയും ആവശ്യമായവർക്ക് ചികിത്സ ലഭ്യമാക്കുകയുമാണ് ഇതിലൂടെ ലക്ഷ്യമിടുന്നത്.

പരിശീലന പരിപാടി സേവ്യർ ചിറ്റിലപ്പിള്ളി എം.എൽ.എ ഉദ്ഘാടനം നിർവ്വഹിച്ചു. വടക്കാഞ്ചേരി നഗരസഭാ ചെയർമാൻ പി.എൻ. സുരേന്ദ്രൻ അദ്ധ്യക്ഷനായി. ആരോഗ്യകേരളം ജില്ലാ പ്രോഗ്രാം മാനേജർ ഡോ.യു.ആർ. രാഹുൽ, ജില്ലാ ആശുപത്രി സൂപ്രണ്ട് ഡോ.ബിന്ദു തോമസ് എന്നിവർ പങ്കെടുത്തു.

എ. ഐ. ഐ. എസ്. എച്ചിന്റെ കേന്ദ്രം ചുങ്കത്തറ സിഎച്ച്സിയിൽ ആരംഭിച്ചു

മലപ്പുറം: മൈസൂർ ആസ്ഥാനമായ ഓൾ ഇന്ത്യ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് സ്പീച്ച് ആൻഡ് ഹിയറിംഗിന്റെ (എ.ഐ.ഐ.എസ്.എച്ച്) സംസ്ഥാനത്തെ ആദ്യത്തെ കേന്ദ്രം ചുങ്കത്തറ പ്രാഥമികാരോഗ്യ കേന്ദ്രത്തിൽ പ്രവർത്തനം ആരംഭിച്ചു. നവജാത ശിശുക്കൾ മുതൽ മുതിർന്നവർക്കുവരെയുള്ള കേൾവി പരിശോധനയും തുടർന്നുള്ള ചികിത്സ സൗകര്യങ്ങളുമാണ് കേന്ദ്രത്തിൽ നിന്നും ലഭ്യമാവുക.

ഐ.ഇ. പരിശോധനയിലൂടെ നവജാതശിശുക്കളിലെ കേൾവി തകരാറുകളും തുടർന്ന് വേണ്ടി വരുന്ന വിദഗ്ധ പരിശോധനകളും ഇവിടെ നിന്നും നിർണ്ണയിക്കാൻ സാധിക്കും. ഓഡിറ്ററി ബ്രെയിൻസ്റ്റിംഗ് ഇവോക്ഡ് റെസ് പോൺസ് (എ.ബി.ആർ) പരിശോധനയിലൂടെ ജന്മനാലുള്ള കേൾവിക്കുറവുകൾ കണ്ടെത്താനും ശ്രവണസഹായികളോ കോക്ലിയാർ ഇംപ്ലാന്റ് പോലുള്ളവ ഉപയോഗിച്ച് തെറാപ്പി ചെയ്യാനും അതിലൂടെ കുട്ടികളുടെ സംസാരം മെച്ചപ്പെടുത്താനുമുള്ള സൗകര്യവും ഇവിടെ ലഭ്യമാണ്. പ്രായത്തിന്റെ ഭാഗമായി വരുന്ന കേൾവിക്കുറവുകൾ കണ്ടെത്താനും അതിനു പരിഹാരമായി ശ്രവണ സഹായികളും പ്രാഥമികാരോഗ്യ കേന്ദ്രത്തിൽ നിന്നും നൽകും.

വയസിനൊത്ത സംസാരമില്ലായ്മ, വിക്ക്, സംസാരത്തിൽ വരുന്ന വ്യതിയാനങ്ങൾ, ഉച്ചാരണപിഴവുകൾ, ജനിതകപരമായ തകരാറുകൾ മുലം ഉണ്ടാകുന്ന സംസാരവൈകല്യങ്ങൾ, ഓട്ടിസം, അറ്റൻഷൻ ഡെഫിഷ്യൻസി ഹൈപ്പർ ആക്ടിവിറ്റി സിൻഡ്രോം, മുറിച്ചുണ്ട്, മുറിയാണുണ്ട് മുതലായവക്കുള്ള സ്പീച്ച് തെറാപ്പിയും ഇവിടെ നിന്നും ലഭിക്കും. അതിനോടൊപ്പം ശ്രവണ സഹായി വെച്ചവർക്കും കോക്ലിയാർ ഇംപ്ലാന്റ് ചെയ്തവർക്കുമുള്ള ഓഡിറ്ററി വെർബൽ തെറാപ്പി സൗകര്യങ്ങളുമുണ്ട്. നൂറോളം ജിക്ക് പ്രശ്നങ്ങൾ കാരണം ഉണ്ടാകുന്ന സംസാര ദാഷ്ടവൈകല്യങ്ങൾ (ഉദാ: അഫേസിയ, ഡിസാർത്രിയ, ട്രോമാറ്റിക് ബ്രെയിൻ ഇഞ്ചുറി) എന്നിവക്കുള്ള തെറാപ്പി സൗകര്യങ്ങളും ഇവിടെ ലഭ്യമാണ്.

ആദ്യഘട്ടമായി ഒരു കോടി രൂപയുടെ മെഡിക്കൽ ഉപകരണങ്ങളും ഒരു സ്പീച്ച് തെറാപ്പിസ്റ്റിനെയും ഒരു ഓഡിയോജിസ്റ്റിനെയുമാണ് എ.ഐ.ഐ.എസ്.എച്ചിൽ നിന്നും കേന്ദ്രത്തിലേക്ക് നൽകുന്നത്. കൂടാതെ നിലമ്പൂർ ബ്ലോക്ക് പഞ്ചായത്തിന്റെ ഫണ്ട് ഉപയോഗിച്ച് സ്പീച്ച് തെറാപ്പിക്കും ഓഡിയോജിക്കുമായി വിപുലീകരിച്ച നൂതന സൗകര്യങ്ങളോടുകൂടിയുള്ള തെറാപ്പി റൂമുകളും സജ്ജമാക്കിയിട്ടുണ്ട്.

തുടരാം വിജയമന്ത്രം

മാസ്ക്	മാറ്റാതിരിക്കാം
സോപ്പ്/സാനിറ്റൈസർ	ഉപയോഗിച്ച് കൈകൾ അണുവിമുക്തമാക്കാം
ശാരീരിക അകലം	വാലിക്കാം

ചീഫ് എഡിറ്റർ
ഡോ. രഞ്ജൻ വേൽക്കർ ഐ എ എസ് സ്പ്രേറ്റ് മിഷൻ ഡയറക്ടർ, എൻ എച്ച് എം

എഡിറ്റർ
കെ പി ശിനോഷ്
സിനിയർ കൺസൾട്ടന്റ്, ബി സി സി

അസി. എഡിറ്റർ
ടി സ്മിതി ലക്ഷ്മി
ജെസി(ഡിടസി), സ്പ്രേറ്റ് മിഷൻ ഓഫീസ്

കെ കെ ക്ഷേമി
ജെസി(ഡിടസി), സ്പ്രേറ്റ് മിഷൻ ഓഫീസ്

വി കെ വർഷ
ജെസി(ഡിടസി), സ്പ്രേറ്റ് മിഷൻ ഓഫീസ്

പത്രാധിപ സമിതി

അംഗങ്ങൾ
വർഷ ജയപ്രകാശ്
ജൂനിയർ കൺസൾട്ടന്റ്, തിരുവനന്തപുരം

ഡാനി പ്രിയൻ
കൺസൾട്ടന്റ്(ഡിടസി), തൃശ്ശൂർ

ആനന്ദ് ജോസഫ്
ജൂനിയർ കൺസൾട്ടന്റ്, ആലപ്പുഴ

വിനു എ
കൺസൾട്ടന്റ്, എറണാകുളം

വിനീഷ് സി ആർ
കൺസൾട്ടന്റ്, കോട്ടയം

ദിവ്യ ഇ ആർ
ജൂനിയർ കൺസൾട്ടന്റ്, മലപ്പുറം

ദിവ്യ
കൺസൾട്ടന്റ്, കോഴിക്കോട്

നിജിൽ
ജൂനിയർ കൺസൾട്ടന്റ്, വയനാട്

ബിൻസി രവീന്ദ്രൻ
ജൂനിയർ കൺസൾട്ടന്റ്, കണ്ണൂർ

കമൽ കെ ജോസ്
ജൂനിയർ കൺസൾട്ടന്റ്, കാസർഗോഡ്

ഷീബ ആർ ദാസ്
ക്ലർക്ക്, ഡി ഇ ഒ സ്പ്രേറ്റ് മിഷൻ ഓഫീസ്



ക്ലാവും പുപ്പലുമെല്ലാം പഴകുമ

ആരോഗ്യക്ഷേമ കേന്ദ്രങ്ങളാവാൻ വയനാട്ടിൽ 204 സബ് സെന്ററുകൾ



വയനാട്ടിലെ കാലിക്കുനി സബ് സെന്റർ നവീകരണത്തിനു മുൻപും ശേഷവും.

കൽപ്പറ്റ: മഞ്ഞ പെയിന്റിൽ ക്ലാവും പുപ്പലും പിടിച്ച് മേൽക്കൂരയിൽ കാടുപടലവുമായി നിൽക്കുന്ന സബ്സെന്ററുകൾ ഇനി പഴകുമ. മികച്ച രീതിയിൽ ആരോഗ്യസേവനങ്ങൾ നൽകി ഹെൽത്ത് ആൻഡ് വെൽനസ് സെന്ററുകളാകാനൊരുങ്ങുകയാണ് ജില്ലയിലെ 204 സബ് സെന്ററുകൾ. സബ് സെന്ററുകൾ നവീകരിച്ച് ആധുനിക ചികിത്സാ സംവിധാനങ്ങൾ ഒരുക്കാനുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങൾ തുടങ്ങി. ഏഴ് ലക്ഷം വരെ ചെലവാക്കിയാണ് നവീകരണം. ഭരണാനുമതി ലഭിച്ച 30 സബ് സെന്ററുകളിൽ 15 എണ്ണത്തിന്റെ നവീകരണ പ്രവൃത്തികൾ പൂർത്തിയായിക്കഴിഞ്ഞു. മൂന്നു ഘട്ടങ്ങളിലായി മുഴുവൻ സബ് സെന്ററുകളെയും മികവിന്റെ കേന്ദ്രങ്ങളാക്കാനാണ് ലക്ഷ്യമിടുന്നത്. ആദ്യഘട്ടത്തിൽ 60 ഉം രണ്ടാം ഘട്ടത്തിൽ 61 ഉം സബ് സെന്ററുകൾ ഹെൽത്ത് ആൻഡ് വെൽനസ് സെന്ററുകളാകും. ശേഷിക്കുന്ന സബ് സെന്ററുകൾ മൂന്നാം ഘട്ടത്തിലാണ് ഉൾപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നത്. ഞായർ ഒഴികെയുള്ള ദിവസങ്ങളിൽ ഉച്ച രണ്ട് മണി മുതൽ വൈകിട്ട് നാലുവരെ വിവിധ ക്ലിനിക്കുകളുടെ സേവനം സബ് സെന്ററുകളിൽ ലഭ്യമാവും. തിങ്കൾ- പോഷണ ക്ലിനിക്ക്, ചൊവ്വ- വയോജന ക്ലിനിക്ക്, ബുധൻ- കുട്ടികൾക്കുള്ള ക്ലിനിക്ക്, വ്യാഴം- ജീവിതശൈലി രോഗ ക്ലിനിക്ക്, വെള്ളി- ഗർഭിണികൾക്കുള്ള ക്ലിനിക്ക്, വെള്ളി- കൗമാര ആരോഗ്യ (ആർ.സി.എച്ച്) ക്ലിനിക്ക് എന്നിങ്ങനെ യുള്ള സേവനങ്ങളാണ് ലഭ്യമാവുക. ഒരുവർഷത്തിനകം ജില്ലയിലെ സബ് സെന്ററുകൾക്ക് ദേശീയ തുണനില വാര പരിശോധനാ അംഗീകാരം (എൻ. ക്യു.എ.എസ്) നേടിയെടുക്കാനുതകുന്ന വിധത്തിലാണ് പ്രവർത്തനങ്ങൾ ക്രമീകരിച്ചിരിക്കുന്നത്. ഇതിലൂടെ ലഭിക്കുന്ന തുക ഉപയോഗിച്ച് സബ് സെന്ററുകളുടെ ഭൗതിക സാഹചര്യങ്ങൾ കൂടുതൽ മെച്ചപ്പെടുത്തി മികച്ച സേവനം ജനങ്ങളിലേക്ക് എത്തിക്കാനാണ് ലക്ഷ്യമിടുന്നത്.

“ സബ് സെന്ററുകൾ നവീകരിച്ച് ആധുനിക ചികിത്സാ സംവിധാനങ്ങൾ ഒരുക്കാനുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങൾ തുടങ്ങി ”

(നവീകരണം പൂർത്തിയായ സബ് സെന്റർ, ആരോഗ്യകേന്ദ്രം, തദ്ദേശസ്വയംഭരണ സ്ഥാപനം, എസ്റ്റിമേറ്റ് തുക എന്നീ ക്രമത്തിൽ): ചിക്കല്ലൂർ- പി.എച്ച്.സി വരമൂർ- കണിയാമ്പറ്റ ഗ്രാമപഞ്ചായത്ത്- 7.39 ലക്ഷം രൂപ, പനങ്കണ്ടി- പി. എച്ച്.സി വാഴവറ്റ, മുട്ടിൽ- 7.06 ലക്ഷം രൂപ, എച്ചേം- സി.എച്ച്.സി പനമരം- പനമരം- 4.64 ലക്ഷം രൂപ, കുന്നമ്പറ്റ, എഫ്.എച്ച്.സി മേപ്പാടി- മേപ്പാടി- 10.84 ലക്ഷം രൂപ, തൃക്കൈപ്പറ്റ- എഫ്.എച്ച്.സി മേപ്പാടി- മേപ്പാടി- 7.18 ലക്ഷം രൂപ, മെച്ചന- എഫ്.എച്ച്.സി കോട്ടത്തറ- കോട്ടത്തറ- 11.87 ലക്ഷം രൂപ, കൽപ്പറ്റ സൗത്ത്- കൽപ്പറ്റ ജനറൽ ആരോഗ്യപ്രതി- കൽപ്പറ്റ നഗരസഭ- 4.79 ലക്ഷം രൂപ, കൈനാട്ടി- ജി.എച്ച്. കൽപ്പറ്റ- കൽപ്പറ്റ നഗരസഭ- 9.11 ലക്ഷം രൂപ പേരാൽ- പി.എച്ച്.സി കാപ്പുകുന്ന്- പടിഞ്ഞാറത്തറ- 10.26 ലക്ഷം രൂപ, എടപ്പെട്ടി- പി.എച്ച്.സി വാഴവറ്റ- മുട്ടിൽ- 4.13 ലക്ഷം രൂപ, കുറുമ്പാല- എഫ്.എച്ച്.സി പടിഞ്ഞാറത്തറ- പടിഞ്ഞാറത്തറ- 5.68 ലക്ഷം രൂപ, കാലിക്കുനി- സി.എച്ച്.സി തരിയോട്- തരിയോട്- 8.43 ലക്ഷം രൂപ, അത്തിമൂല- എഫ്.എച്ച്.സി പൊഴുതന- പൊഴുതന- 5.93 ലക്ഷം രൂപ, വാരമ്പറ്റ- പി.എച്ച്.സി കാപ്പുകുന്ന്- പടിഞ്ഞാറത്തറ, 2.99 ലക്ഷം രൂപ,

ചുണ്ടൽ- പി.എച്ച്.സി സുഗന്ധ ഗിരി- വൈത്തിരി ഗ്രാമപഞ്ചായത്ത്- 4.65 ലക്ഷം രൂപ.

(ഭരണാനുമതി ലഭിച്ച സബ് സെന്റർ, ആരോഗ്യകേന്ദ്രം, തദ്ദേശസ്വയംഭരണ സ്ഥാപനം, എസ്റ്റിമേറ്റ് തുക എന്നീ ക്രമത്തിൽ): തിരുനെല്ലി- എഫ്.എച്ച്.സി ചെതലയം- സുൽത്താൻ ബത്തേരി മുനിസിപ്പാലിറ്റി- 10.43 ലക്ഷം രൂപ, കുപ്പാടി- എഫ്.എച്ച്.സി ചെതലയം- സുൽത്താൻ ബത്തേരി- 4.03 ലക്ഷം രൂപ, അമരക്കുനി- സി.എച്ച്.സി പുൽപ്പള്ളി- പുൽപ്പള്ളി- 4.35 ലക്ഷം രൂപ, ആടിക്കൊല്ലി- സി.എച്ച്.സി പുൽപ്പള്ളി- പുൽപ്പള്ളി- 6.84 ലക്ഷം രൂപ, ചാമപ്പാറ- പി.എച്ച്.സി മുളൻകൊല്ലി- മുളൻകൊല്ലി- 7.52 ലക്ഷം രൂപ, പട്ടാണിക്കുപ്പ- പി.എച്ച്.സി മുളൻകൊല്ലി- മുളൻകൊല്ലി- 3.64 ലക്ഷം രൂപ, പനവല്ലി- പി.എച്ച്.സി ബേതൂർ- തിരുനെല്ലി- 7.17 ലക്ഷം രൂപ, കുന്യാരക്കുനി- എഫ്.എച്ച്.സി അപ്പപ്പാറ- തിരുനെല്ലി- 7.90 ലക്ഷം രൂപ, അരണപ്പാറ- എഫ്.എച്ച്.സി അപ്പപ്പാറ- തിരുനെല്ലി- 9.21 ലക്ഷം രൂപ, ചെക്കിയോട്ടുകോളനി- പി.എച്ച്.സി ബേതൂർ- തിരുനെല്ലി- 3.86 ലക്ഷം രൂപ, പുതുശ്ശേരിക്കടവ്- എഫ്.എച്ച്.സി പടിഞ്ഞാറത്തറ- പടിഞ്ഞാറത്തറ- 8.41 ലക്ഷം രൂപ, എള്ളുമനം- എഫ്.എച്ച്.സി എടവക- എടവക- 3.44 ലക്ഷം രൂപ, കല്ലോടി- എഫ്.എച്ച്.സി എടവക- എടവക- 4.37 ലക്ഷം രൂപ, കുഴിനിലം- പി.എച്ച്.സി കുറുക്കുമ്പുല- മാനന്തവാടി മുനിസിപ്പാലിറ്റി- 3.20 ലക്ഷം രൂപ, കുന്ദമംഗലം- സി.എച്ച്.സി നല്ലൂർനാട്- എടവക ഗ്രാമപഞ്ചായത്ത്- 2.87 ലക്ഷം രൂപ. ഭരണാനുമതി ലഭിച്ച സബ് സെന്ററുകളുടെ നവീകരണ പ്രവൃത്തികൾ ആരംഭിച്ചുകഴിഞ്ഞു.

പോയകാലത്തിന്റെ ഓർമ്മപ്പെടുത്തൽ ശ്രദ്ധ നേടി ആരോഗ്യ വകുപ്പിന്റെ സ്റ്റാൾ



ആരോഗ്യ വകുപ്പ് മന്ത്രി വിജ്ഞാ ജോർജ് ആരോഗ്യവകുപ്പിന്റെ സ്റ്റാൾ നോക്കിക്കൊണ്ടുന്നു.

കണ്ണൂർ: സർക്കാരിന്റെ ഒന്നാം വാർഷിക ഘോഷങ്ങളുടെ ഭാഗമായുള്ള 'എന്റെ കേരളം' പ്രദർശന നഗരിയിൽ ആരോഗ്യവകുപ്പിന്റെ സ്റ്റാളിൽ മികച്ച പ്രതികരണം. കേരളത്തിലെ ആരോഗ്യ ചരിത്രത്തിന്റെ നാൾ വഴികൾ, കേരളത്തെ പിടിച്ചുക്കുലുകയായ പകർച്ചവ്യാധികൾ, കൊവിഡ് കാലത്തെ അതിജീവനം എന്നിവയുടെ ഫോട്ടോ പ്രദർശനം കഴിഞ്ഞ കാലത്തിന്റെ ഓർമ്മപ്പെടുത്തലായി മാറി. ആർദ്രം മിഷനിലൂടെ കൈവരിച്ച നേട്ടങ്ങൾ, ആരോഗ്യരംഗത്തെ ക്ഷേമപദ്ധതികൾ, സേവനങ്ങൾ, വാക്സിനേഷൻ, ആരോഗ്യ ബോധവൽക്കരണം, ആരോഗ്യ ഇൻഷുറൻസ് എന്നിവയെക്കുറിച്ചുള്ള സാക്ഷിത വിവരണങ്ങളും സ്റ്റാളിലൊരുക്കിയിരുന്നു. ഫോട്ടോ പ്രദർശനത്തിന് പുറമേ

ആരോഗ്യവകുപ്പിന്റെ സൗജന്യ ജീവിതശൈലി രോഗപരിശോധന സ്റ്റാൾ പ്രദർശന നഗരിയിലെത്തിയ പൊതുജനങ്ങൾക്ക് ഏറെ പ്രയോജനമായി. ബോധി മാസ് ഇൻഡക്സ്, രക്തസമ്മർദ്ദം, റാൻഡം ബ്ലഡ് ഷുഗർ എന്നീ പരിശോധനകൾ സൗജന്യമായി ലഭ്യമാക്കി. പരിശോധനയ്ക്ക് ശേഷം നിർദ്ദേശങ്ങളും ഭക്ഷണക്രമീകരണ ബോധവൽക്കരണവും ജീവിതശൈലി നിർണയ സ്ക്രീനിങ് കാർഡും നൽകുന്നുണ്ട്. നാല് ടീമായി 12 പേടങ്ങുന്ന മെഡിക്കൽ സംഘമാണ് ഇതിനായുള്ളത്. എപ്രിൽ മുന്നിന് ആരംഭിച്ച് പതിനാല് വരെ നീണ്ട പ്രദർശനത്തിൽ 21269 പേരാണ് പരിശോധന നടത്തിയത്. ആരോഗ്യ വനിതാ ശി

ശു വികസന വകുപ്പ് മന്ത്രി വിജ്ഞാ ജോർജ് പ്രദർശന നഗരി സന്ദർശിച്ചു. ലോകാരോഗ്യ ദിനത്തോടനുബന്ധിച്ച് 'നമ്മുടെ ഭൂമി നമ്മുടെ ആരോഗ്യം' എന്ന വിഷയത്തിൽ പരിസ്ഥിതി നിരീക്ഷകനും ശാസ്ത്ര എഴുത്തുകാരനുമായ വിജയകുമാർ ബ്ലാത്തൂർ നയിച്ച തത്സമയ പ്രശ്നോത്തരി മത്സരവും അഞ്ചരക്കണ്ടി കൂടുബാരോഗ്യ കേന്ദ്രത്തിലെ ജീവനക്കാരുടെ ജീവിതശൈലി ബോധവൽക്കരണ സുസ്ഥാനം അരങ്ങേറി. ഒരു ഡോക്ടർ, സ്റ്റാഫ് നഴ്സ്, നഴ്സിങ് അസിസ്റ്റന്റ്, ആംബുലൻസ് ഏരിയ മൂഴുവൻ സമയ എമർജൻസി മെഡിക്കൽ ടീം സൗകര്യവും ഏർപ്പെടുത്തിയിരുന്നു.

ഭൂമിക

ആരേയും പേടിച്ച് തുറന്നു പന്ച്ചിലുകൾ ഒഴിവാക്കരുത്

മാനസിക, ശാരീരിക പീഡനങ്ങൾ അറിയിക്കാനും, കൗൺസിലിംഗ്- നിയമ സഹായങ്ങൾക്കായും ഭൂമികയുടെ സഹായം തേടാം

നടന്നു നടന്നു നേടാം ആരോഗ്യം



അംഗങ്ങളെ വ്യായാമമുറകൾ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നു.

കാസർഗോഡ്: നടന്നു നടന്നു ആരോഗ്യം കൈപ്പിടിയിലൊതുക്കാൻ പുതിയ പദ്ധതിയുമായി കയ്യൂർ-ചീമേനി ഗ്രാമ പഞ്ചായത്തും കയ്യൂർ കുടുംബാരോഗ്യ കേന്ദ്രവും. 'മിടിപ്പ്' എന്ന ജീവിത ശൈലീരോഗ നിയന്ത്രണ പരിപാടിയിലൂടെ 16 വാർഡുകളിലും വ്യായാമ ക്ലബ്ബ് രൂപീകരിച്ച് നല്ല ആരോഗ്യശീലങ്ങൾ വളർത്തിയെടുക്കുകയാണ് പദ്ധതിയുടെ ലക്ഷ്യം.

'നടത്തമാണ് മനുഷ്യന് ലഭിച്ചിരിക്കുന്ന ദിവ്യമായ ഔഷധം' എന്ന ആധുനിക വൈദ്യശാസ്ത്രത്തിന്റെ പിതാവായ ഹിപ്പോക്രാറ്റസിന്റെ വാക്കുകൾ പ്രാവർത്തികമാക്കുകയാണ് ഇവിടെ. 35 വയസ്സിനും 55 വയസ്സിനും ഇടയിലുള്ള സ്ത്രീകളെ ഉൾപ്പെടുത്തിയാണ് പ്രധാനമായും വ്യായാമ ക്ലബ്ബ് രൂപീകരിച്ചത്. ചില വാർഡുകളിൽ പുരുഷന്മാരും ക്ലബ്ബിന്റെ ഭാഗമായിട്ടുണ്ട്. വർദ്ധിച്ചു വരുന്ന

ജീവിത ശൈലീരോഗങ്ങളുടെ നിയന്ത്രണത്തിനും രാദിഭികവും മാനസികവുമായ ആരോഗ്യം വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതിനും വ്യായാമത്തിന്റെ പ്രാധാന്യം പ്രചരിപ്പിക്കുന്നതിനുമാണ് മുഴുവൻ വാർഡുകളിലും ക്ലബ്ബ് രൂപീകരിച്ചത്.

ആദ്യ ഘട്ടത്തിൽ 16 വ്യായാമ ക്ലബ്ബിന്റെ കീഴിൽ 25 പേർ അടങ്ങുന്ന നടത്തകൂട്ടങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കി. ഇതിന്റെ ഭാഗമായി പഞ്ചായത്തിൽ 400 പേർക്ക് ചെറുവത്തൂർ ബി ആർ സി കായിക അദ്ധ്യാപകൻ പ്രഭാകരൻ വലിയപറമ്പയുടെ നേതൃത്വത്തിൽ രാത്രിയായ വ്യായാമ പരിശീലനം നൽകി. പരിശീലനത്തിന് മുമ്പായി ക്ലബ്ബ് അംഗങ്ങളുടെ പ്രഷർ, ഷുഗർ, ബോഡി മാസ് ഇൻഡക്സ് എന്നിവ ആരോഗ്യ പ്രവർത്തകർ പരിശോധിച്ചു.

തുടർന്ന് എല്ലാവർക്കും അംഗത്വ കാർഡ് നൽകി. വ്യായാമ സമയങ്ങളിലെ പോഷകാഹാരത്തിന്റെ പ്രാധാന്യത്തെക്കുറിച്ച് ക്ലബ്ബ് അംഗങ്ങൾക്ക് ക്ലാസ്സുകളും നൽകുന്നുണ്ട്. 'നടത്തകൂട്ടങ്ങൾ' എല്ലാ ദിവസവും വൈകുന്നേരം അല്ലെങ്കിൽ രാവിലെ 5 മണിക്ക് ഒരു കേന്ദ്രത്തിൽ ഒത്തുചേർന്ന് സ്ക്രെയിംഗ്, റൊട്ടേഷൻ വ്യായാമ മുറികൾ ചെയ്യും. തുടർന്ന് ഒന്നിച്ച് നടക്കുന്നു. എല്ലാ മാസവും ക്ലബ്ബ് അംഗങ്ങളുടെ പ്രഷർ, ഷുഗർ, ബോഡി മാസ് ഇൻഡക്സ് എന്നിവ ആരോഗ്യ പ്രവർത്തകർ പരിശോധിക്കുന്നുണ്ട്.

ഗ്രാമ പഞ്ചായത്തിന്റെ 2021-2022 വാർഷിക പദ്ധതിയിൽ ഉൾപ്പെടുത്തിയാണ് പരിപാടി ആരംഭിച്ചിരിക്കുന്നത്.

കുടുംബാരോഗ്യ കേന്ദ്രത്തിൽ പ്രസവ സൗകര്യം ഒരുക്കി ആരോഗ്യപ്രവർത്തകർ

എറ്റുമാനൂർ കുടുംബാരോഗ്യകേന്ദ്രത്തിൽ നാടോടി സ്ത്രീക്ക് സുഖപ്രസവം

കോട്ടയം: ആരോഗ്യപ്രവർത്തകരുടെ സമയോചിതമായ ഇടപെടൽ മൂലം പ്രസവ സൗകര്യങ്ങളൊന്നുമില്ലാത്ത എറ്റുമാനൂർ കുടുംബാരോഗ്യകേന്ദ്രത്തിൽ നാടോടി സ്ത്രീക്ക് സുഖപ്രസവം. 24 വയസ് പ്രായമായ മാളുവാണ് പെൺകുഞ്ഞിന് ജന്മം നൽകിയത്. മാളു ദർത്താവായ സുബ്രഹ്മണ്യത്തിനൊപ്പമാണ് എറ്റുമാനൂർ ആശുപത്രിയിൽ എത്തിയത്. തുടർയാത്ര ബുദ്ധിമുട്ടാണെന്ന് മനസ്സിലാക്കിയ ആശുപത്രി ജീവനക്കാർ ചുരുങ്ങിയ സമയം കൊണ്ട് പ്രസവത്തിനുള്ള സൗകര്യങ്ങൾ ഒരുക്കുകയും ചെയ്തു.

അമ്മയേയും കുഞ്ഞിനേയും തുടർച്ചിക്രിസ്തക്കായി അടുത്തുള്ള കോട്ടയം മെഡിക്കൽ കോളേജ് ആശുപത്രിയിലേക്കെത്തിക്കുന്നതിനായി ആംബുലൻസ് കാത്തുനിൽക്കുകയും ലഭ്യമായില്ല. തുടർന്ന് ഡ്യൂട്ടി ഡോക്ടർ ആനന്ദ കുഷ്ണൻ ഓട്ടോറിക്ഷയിൽ ഇവരെ കോട്ടയം മെഡിക്കൽ കോളേജ് ആശുപത്രിയിൽ എത്തിച്ചു. അവസരോചിതമായ ഇടപെടൽ നടത്തിയ ആരോഗ്യവകുപ്പിലെ ജീവനക്കാരെ സഹകരണ രജിസ്ട്രേഷൻ വകുപ്പ് മന്ത്രിയും സ്ഥലം ഏ. എൽ. എ. യുമായ വി. എൻ. വാസവൻ അഭിനയിച്ചു. നഴ്സിംഗ് അസിസ്റ്റന്റ് വി. ആർ ഗിരിജ, നഴ്സിംഗ് ഓഫീസർ സിനി സി. നായർ. ഹൗസ് സർജൻ ഡോ. അനന്തകൃഷ്ണൻ, സീനിയർ അറ്റൻഡർ സി. കെ. സരസ്വതി എന്നിവരാണ് നേതൃത്വം നൽകിയത്.



മാസ്ക് ധരിച്ച് സുരക്ഷ ഉറപ്പിക്കാം

- മാസ്ക് ധരിക്കുന്നത് തുടരുക
- കൊവിഡ് വൈറസിൽ നിന്ന് സുരക്ഷിതരാകുക