‘കരുതൽ’

നവീന ജീവിതശൈലീ രോഗങ്ങൾ : ബോധവൽക്കരണവും പ്രതിരോധവും

ആരോഗ്യ മേഖലയിൽ കഴിഞ്ഞ 17 വർഷമായി നിസ്തുല സേവനം കാഴ്ച്ചവെച്ച സ്ഥാപനമാണ് ശാന്തി മെഡിക്കൽ ഇൻഫർമേഷൻ സെന്റർ. അവയവദാനം പ്രോൽസാഹിപ്പിക്കുക, രോഗികൾക്ക് ചികിത്സക്കു വേണ്ട മാർഗ്ഗനിർദ്ദേശങ്ങൾ നൽകുക, രോഗികളെ സഹായിക്കുന്ന സന്നദ്ധ സംഘടനകളെക്കുറിച്ചും വ്യക്തികളെക്കുറിച്ചും അറിവു നൽകുക എന്നീ ലക്ഷ്യങ്ങളോടെ ആരംഭിച്ച ഈ സ്ഥാപനം ഇന്ന് കേരളത്തിലും, ലക്ഷദ്വീപിലുമായി പത്ത് ഡയാലിസിസ് യൂണിറ്റുകളും നടത്തി വരുന്നു.

ആധുനിക ലോകത്തിലെ മാറിവരുന്ന ജീവിത സാഹചര്യങ്ങളും തെറ്റായ ജീവിതശൈലികളും നിമിത്തം ഇന്ന് വളരെയധികം ആളുകൾ വൃക്കരോഗം, ഹൃദ്രോഗം, അർബുദം തുടങ്ങിയ മാരക രോഗങ്ങൾക്ക് അടിമപ്പെടുന്നു. ഈ മാറിവരുന്ന സാഹചര്യത്തിൽ കേവലം രോഗികളായി വരുന്നവർക്ക് സൗജന്യ ഡയാലിസിസും സഹായങ്ങളും നൽകിയാൽ മാത്രം പോരാ; മറിച്ച് അനേകം കുടുംബങ്ങളെ വഴിയാധാരമാക്കുന്ന ഇത്തരം രോഗങ്ങൾ ജനങ്ങൾക്കു വരാതിരിക്കാനുള്ള മുൻകരുതൽ നടപടികൾ എടുക്കുകയാണ് ഉത്തമം എന്ന തിരിച്ചറിവാണ് ഈ പദ്ധതിക്ക് ആധാരം.

‘കരുതൽ’ എന്ന പദ്ധതിയിൽ ചുരുക്കം ചില പരിശോധനകൾ വഴി (രക്തസമ്മർദ്ധം, ഗ്ലൂക്കോസ്, കൊളസ്ട്രോൾ, ക്രിയാറ്റിനിൻ) വൃക്കരോഗവും ഹൃദ്രോഗസാധ്യതയും പ്രാരംഭദശയിൽ തന്നെ കണ്ടുപിടിക്കുന്നു. ഇത്തരക്കാർക്ക് രോഗം മൂർച്ഛിക്കാതിരിക്കാനുള്ള മാർഗ്ഗനിർദ്ദേശങ്ങൾ നൽകുക വഴി അവരെ മാരകരോഗങ്ങളിൽ നിന്ന് രക്ഷിക്കുവാൻ സാധിക്കുന്നു. ഈ പദ്ധതിയിൽ ആംബുലൻസിൽ ഒരുക്കിയിരിക്കുന്ന ലബോറട്ടറിയിൽ രക്തപരിശോധന അടക്കമുള്ള സജ്ജീകരണങ്ങൾ ഉള്ളതിനാൽ തയ്യാറാകുന്ന ജനസമൂഹത്തെ അവരുടെ പ്രദേശത്തു ചെന്ന് പരിശോധിക്കുവാനും, ബോധവൽക്കരണം നടത്തുവാനും സാധിക്കുന്നു. ജനസമൂഹത്തിലെത്തുന്ന ഈ ബോധവൽക്കരണം കൂടുതൽ കരുതലോടെ സ്വന്തം ആരോഗ്യം സംരക്ഷിക്കുവാൻ വ്യക്തികളെ പ്രേരിപ്പിക്കുകയും പ്രാപ്തരാക്കുകയും ചെയ്യുകവഴി ആരോഗ്യമുള്ള ഒരു ഭാവിസമൂഹത്തെ കേരളത്തിൽ വാർത്തെടുക്കുവാൻ സാധിക്കും. 2015-ഓടെ കേരളത്തിലെ എല്ലായിടത്തും ഈ ബോധവൽക്കരണ സന്ദേശം എത്തിക്കുകവഴി പുതിയ വൃക്കരോഗികൾ ഉണ്ടാകുന്ന തോത് നല്ലശതമാനം കുറച്ച് വരുംവർഷങ്ങളിൽ വൃക്കരോഗം കേരളത്തിൽനിന്ന് നിർമ്മാർജ്ജനം ചെയ്യുവാൻ സാധിക്കും എന്ന് ശാന്തി പ്രത്യാശിക്കുന്നു.

‘കരുതൽ’ പദ്ധതിയിൽ നിലവിൽ ലബോറട്ടറിയോടുകൂടിയ 3 ആംബുലൻസുകളുണ്ട്. ഇവയിൽ ഒരെണ്ണം ശ്രീ. കൊച്ചൗസേപ്പ് ചിറ്റിലപ്പിള്ളിയുടെ ‘തോമസ് ചിറ്റിലപ്പിള്ളി ട്രസ്റ്റ്’ നൽകിയതും മറ്റ് രണ്ടെണ്ണം EPP ട്രസ്റ്റ് വിസ്മയ് CSR പ്രൊജക്റ്റ് ആയി നൽകിയതുമാണ്.

‘കരുതൽ’ പദ്ധതിയുടെ നടത്തിപ്പിനാവശ്യമായ സൗകര്യങ്ങൾ

(1-ദിവസം, 1-ആംബുലൻസ്, 150-പേർ)

1. ചിലവ് - 5000/-
2. ജീവനക്കാർക്ക് താമസ-ഭക്ഷണ സൗകര്യം
3. പരിശോധന നടത്തുന്ന സ്ഥലത്ത് ആംബുലൻസിന് (ടെംപൊ ട്രാവലർ) ചെന്നെത്താനും ഒപ്പം പാർക്കിങ്ങിനും വൈദ്യുതി ലഭിക്കുന്നതിനുമുള്ള സൗകര്യം
4. ജീവനക്കാരെ സഹായിക്കുന്നതിനായി സന്നദ്ധരായ വ്യക്തികൾ ചുരുങ്ങിയത് 6 പേർ

കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക് ബന്ധപ്പെടുക:

‘കരുതൽ’ പദ്ധതി
കോഡിനേറ്റർ (മേജോ ജോണി)
9495600123, 9495500123
ശാന്തി മെഡിക്കൽ ഇൻഫർമേഷൻ സെന്റർ (Reg. No. 496/97)
ഗുരുവായൂർ, തൃശ്ശൂർ

സ്ഥായിയായ വൃക്കസ്തംഭനം (ക്രോണിക് കിഡ്നി ഡിസീസ് – CKD)

ഒരു നിശ്ശബ്ദ കൊലയാളി

- ഈ രോഗം ചികിത്സിച്ചു മാറ്റാൻ സാധ്യമല്ല
- പ്രതിവിധികൾ; വൃക്ക മാറ്റിവയ്ക്കൽ അല്ലെങ്കിൽ ഡയാലിസിസ്

വൃക്ക മാറ്റിവയ്ക്കൽ	ഡയാലിസിസ്
ലക്ഷങ്ങളുടെ സാമ്പത്തിക ചിലവ്	പ്രതിമാസം 25000 രൂപയോളം ചിലവ്
വൃക്ക ലഭിക്കാനുള്ള സാധ്യത കുറവ്	ശരാശരി ആയുസ്സ് 5 വർഷത്തിൽ താഴെ
ശസ്ത്രക്രിയയ്ക്ക് വിധേയമാകണം	കഠിനമായ ജീവിത നിയന്ത്രണങ്ങൾ
മാറ്റിവച്ച വൃക്ക തകരാറിലാകാനുള്ള സാധ്യത കൂടുതൽ	രോഗപ്രതിരോധ ശേഷി കുറവ്
ജീവിത നിയന്ത്രണങ്ങൾ	മറ്റ് ശാരീരികാസ്വാസ്ഥ്യങ്ങൾ

- തുടക്കത്തിൽ കണ്ടുപിടിച്ചാൽ നിയന്ത്രിക്കാം
- ലക്ഷണങ്ങളുണ്ടാകാറില്ല. ഉണ്ടായാൽ തിരിച്ചറിയപ്പെടാറില്ല.
- ഒരു സാമൂഹിക വിപത്ത്
    - വൻ സാമ്പത്തിക ബാധ്യത
    - ലക്ഷക്കണക്കിന് ലിറ്റർ ശുദ്ധജലം ഡയാലിസിസിന് വേണ്ടി പാഴാകുന്നു
    - ലക്ഷക്കണക്കിന് രൂപയുടെ വൈദ്യുതി ഡയാലിസിസിന് വേണ്ടി പാഴാകുന്നു
    - പ്ലാസ്റ്റിക് മാലിന്യങ്ങൾ പെരുകുന്നു

ചിന്തിക്കൂ..

രോഗപ്രതിരോധമല്ലേ ചികിത്സയേക്കാൾ ഉത്തമം ?

ജീവിതശൈലീ രോഗങ്ങളെക്കുറിച്ച് അറിയുവാനും മനസ്സിലാക്കുവാനും 'കരുതൽ' ക്യാമ്പ് നിങ്ങളെ സഹായിക്കും. അതോടൊപ്പം 200 രൂപയിലധികം ചിലവു വരുന്ന പരിശോധനകൾ 25 രൂപയ്ക്ക് നിങ്ങളുടെ പ്രദേശത്തു വന്ന് ചെയ്തു തരുന്നു. (ക്യാമ്പ് സംഘടിപ്പിക്കുന്നതിന്റെ വിശദാംശങ്ങൾക്കയി മറുപുറം കാണുക)

സുഹൃത്തേ,

നമ്മുടെ നാടിന്റെ ആരോഗ്യമുള്ള ഭാവിയ്ക്കായി താങ്കൾക്ക് ചെയ്യാൻ സാധിക്കുന്നത്;

- ❖ രോഗപ്രതിരോധത്തിനും, മുൻകൂട്ടി രോഗം കണ്ടുപിടിക്കുന്നതിനും സഹായിക്കുന്ന ഇത്തരം ക്യാമ്പുകൾ നടത്തുവാൻ സഹായിക്കുക.
- ❖ ക്യാമ്പ് നടത്തുവാൻ സാധിക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ സാരമാക്കേണ്ട. വ്യക്തിപരമായി രോഗങ്ങളെക്കുറിച്ചും രോഗപ്രതിരോധ മാർഗ്ഗങ്ങളെക്കുറിച്ചും അറിവു നേടുവാനും അവ പ്രചരിപ്പിക്കുവാനും പരിശ്രമിക്കുക.
- ❖ ചുരുങ്ങിയപക്ഷം ജീവിതശൈലീ രോഗങ്ങളും അവയ്ക്കു കാരണമായേക്കാവുന്ന മറ്റ് ശാരീരികാവസ്ഥകളും താങ്കളുടെ ജീവിതത്തിൽ ഉണ്ടോ എന്ന് മുൻകൂട്ടി കണ്ടുപിടിക്കുന്നതിന് വർഷത്തിലൊരിക്കലെങ്കിലും പരിശോധന നടത്തുക. (നിങ്ങൾക്ക് വിശ്വാസമുള്ള ലാബ്, ആശുപത്രി, ഡോക്ടർ)

ഓർക്കുക

"രോഗപ്രതിരോധം ചികിത്സയേക്കാൾ ഉത്തമം"

രോഗപ്രതിരോധ സന്ദേശം പ്രചരിപ്പിക്കുന്ന ഈ ഉദ്യമത്തിൽ ശാന്തി മെഡിക്കൽ ഇൻഫർമേഷൻ സെന്ററുമായി സഹകരിക്കൂ. ആരോഗ്യമുള്ള ജനത നാടിന്റെ അഭിമാനം.

" ഒരു ജീവൻ പരിരക്ഷിക്കുന്നത് ഒരു ജീവൻ നൽകുന്നതിനു തുല്യം"