



Jubilet

Issue No. 6

JUBILEE MISSION MEDICAL COLLEGE & RESEARCH INSTITUTE

MAY 2015

Editor's Desk

തൊഴിലിന്റെ മഹത്വം

“All labour that uplifts humanity has dignity and importance and should be undertaken with painstaking excellence.” - Martin Luther King Junior

മനുഷ്യന്റെ സാമൂഹ്യ സാമ്പത്തിക ഉന്നമനത്തിൽ നിർണ്ണായകമായ പങ്ക് വഹിക്കുന്ന ഒന്നാണ് അവന്റെ തൊഴിൽ. പുരോഗതിയിലേക്കുള്ള പാതയിൽ ഓരോ മനുഷ്യനും അവന്റെ ജീവിതത്തിൽ തൊഴിലിനോട് പുലർത്തുന്ന സമീപനം വളരെ നിർണ്ണായകമാണ്. തൊഴിൽ ഒരു ഉപജീവന മാർഗ്ഗം എന്നതിലുപരി മനുഷ്യസാക്ഷാത്കാരത്തിന്റെ കൂലീനമായ പാത കൂടിയാണ്. അതുകൊണ്ടുതന്നെ തൊഴിലേതായാലും ഒരുവനെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം അത് അവന്റെ ജീവിതസാക്ഷാത്കാരത്തിന് കരഗതമായ മാർഗ്ഗമാണ്. ലോകചരിത്രത്തിൽ തൊഴിലിനെ ഇങ്ങനെ ആത്മസാക്ഷാത്കാര മാർഗ്ഗമായി സ്വീകരിച്ചവർ പറഞ്ഞറിയിക്കാനാകാത്ത സംഭാവനകൾ ഈ ലോകത്തിന് നൽകിയവരാണ്.

മനുഷ്യനിർമ്മിതികൾ ലോകാത്മ്യതയോടെ പരിണമിച്ചത് ആത്മാർത്ഥതയുടെ കരങ്ങൾ നെയ്ത അടിത്തറമേലൂന്നിയാണ്. അറിയപ്പെടാതെ പോയ ആ കരങ്ങളുടെ സംഭാവനയാണ് ഇന്ന് നാം ജീവിക്കുന്ന ലോകം എന്നത് നമുക്കു മറക്കാൻ സാധിക്കില്ല. ചെറുതും വലുതുമായ ഒട്ടേറെ അത്മ്യതയോടെ ഓരോ തൊഴിലാളിയും ലോകത്തിന് സമ്മാനിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുക. അതുകൊണ്ട് തന്നെ എല്ലാ തൊഴിലും മഹത്തരമാണ്, ബഹുമാനിക്കപ്പെടേണ്ടവയാണ്. അത് പ്രാർത്ഥനാപൂർവ്വമായ മഹത്തായ സൃഷ്ടികർമ്മമാണ്.

സ്വാർത്ഥതയുടെയും വ്യർത്ഥാഭിമാനത്തിന്റെയും ഉൾവലിയലുകൾ നടത്താതെ ഏതു തൊഴിലിനെയും ഒരുപോലെ ബഹുമാനിച്ച് പരസ്പരം ആദരിച്ച് ഈ ലോകനിർമ്മിതിയിൽ നമുക്കും പങ്കുകാരാകാം.

എല്ലാവർക്കും ഐശ്വര്യവും നന്മയും നേർന്നുകൊണ്ട്,

ഫാ. സിജോ ചെറുവത്തൂർ, എഡിറ്റർ

Message

ഇറ്റലിയിൽ ജനിച്ചുവളർന്ന വിശുദ്ധ സീത്താ തന്റെ 12-ാമത്തെ വയസ്സിൽ ഫത്തിനെല്ലി എന്നൊരാളുടെ വീട്ടിൽ വീട്ടുവേലയ്ക്കായി നിയോഗിക്കപ്പെട്ടു. വളരെ ചെറുപ്പത്തിലേ വിശുദ്ധിയിൽ വളർന്നുവന്ന സീത്ത തന്നെ ഏൽപ്പിച്ച ജോലി ഏറെ വിശ്വസ്തതയോടെ നിറവേറ്റിപ്പോന്നു. ദൈവം തന്നെ യജമാനൻ, യജമാനത്തി, തൊഴിൽ ഇതായിരുന്നു തൊഴിലിനോടുള്ള അവളുടെ കാഴ്ചപ്പാട്. തുടക്കത്തിൽ ഏറെ ശാസിക്കപ്പെടുകയും പ്രഹരിക്കപ്പെടുകയും ചെയ്തെങ്കിലും അവളുടെ വാക്കിലും പെരുമാറ്റത്തിലും ശാന്തതയും, സ്നേഹവും പ്രസന്നതയും, വിനയവും അവൾ പ്രകടിപ്പിച്ചു. തങ്ങൾക്ക് കിട്ടിയിരിക്കുന്നത് ഒരു അമൂല്യ നിധിയാണെന്ന് യജമാനൻ മനസ്സിലാക്കി അവളെ അവിടുത്തെ സർവ്വാധികാരിയായി നിയമിച്ചു. തൊഴിലിനെക്കുറിച്ചും അതിന്റെ മഹത്വത്തെക്കുറിച്ചും മനസ്സിലാക്കാൻ സീത്തായുടെ ജീവിതം നമുക്ക് മാതൃകയാണ്.

മെയ്മാസം 1-ാം തീയതി ലോകതൊഴിലാളിദിനം ആഘോഷിക്കുന്നു. ഈ ദിനം ആചരിക്കുമ്പോൾ നാം ഓരോരുത്തരും ഏർപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന തൊഴിലിനെക്കുറിച്ചും അതിനോടുള്ള നമ്മുടെ മനോഭാവത്തെക്കുറിച്ചും ചിന്തിക്കുന്നത് ഏറെ പ്രസക്തമാണ്. തൊഴിലാളികൾ ഏറെ പേരും അസന്തുഷ്ടരാണ്, പല കാരണങ്ങൾകൊണ്ടും. തങ്ങൾ ആഗ്രഹിക്കാത്ത ജോലി, പ്രതീക്ഷിച്ചതിലും കുറവ് വേതനം, മേലധികാരികളുടെ അവഗണന, ശാരീരികമായ തളർച്ച, മാനസികമായ പിരിമുറുക്കങ്ങൾ, സ്വതന്ത്രമായി ജോലി ചെയ്യാൻ സാധിക്കാത്ത അവസ്ഥ - ഇതെല്ലാം തൊഴിലാളികൾ അനുഭവിക്കുന്ന യാതനകളാണ്. അതുകൊണ്ട് എന്ത് സംഭവിക്കുന്നു? ജീവിതത്തിൽ എന്നും സന്തോഷമില്ല. ചിലപ്പോഴൊക്കെ നിരാശവരെ എത്തിനിൽക്കുന്നു. ഇതിനെല്ലാമുള്ള ഒറ്റമൂലിയാണ് വി. സീത്തായുടെ ജീവിതം. ഏതു തൊഴിലും നല്ലതാണെന്നും അതിന്റേതായ മാഹാത്മ്യമുണ്ടെന്നും, അതിനോട് വിശ്വസ്തത പുലർത്തുമ്പോഴാണ് നമ്മുടെ ജീവിതം ധന്യമാകുന്നതെന്നും ഓർക്കുക.

ഫാ. പോൾ പേരമാംഗലത്ത്, അസോ. ഡയറക്ടർ

ആശംസകളുടെ



മൂന്ന് വർഷത്തെ സ്തുത്യർഹ സേവനത്തിനു ശേഷം ജൂബിലി കുടുംബത്തിൽ നിന്നും വിട പറയുന്ന സി. മരിയറ്റിന് തുടർന്നുള്ള സേവന നാളുകളിൽ രോഗികൾക്കിടയിൽ സ്നേഹപ്രകാശം പകരുവാൻ കഴിയട്ടെ എന്ന് ആശംസിക്കുന്നു, പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു.

“സ്വന്തം സഹോദരങ്ങളോടൊന്നിച്ച് പോലെ രോഗികളായി നിങ്ങളുടെ കാര്യം യാചിക്കുന്നവരോട്, അനുകമ്പ കാണിക്കുകയും പരസ്പരം മത്സരിക്കാതെ സ്വാർത്ഥത താൽപര്യം വെടിഞ്ഞ് ഒന്നായി സ്നേഹശ്രേഷ്ഠ ചെയ്യുവാൻ ശ്രമിക്കുക”.

- സിസ്റ്റർ മരിയറ്റ്



നിസ്വാർത്ഥമായ സേവനത്തിലൂടെ ജൂബിലിയുടെ വികസന പാതയിൽ എന്നും ഒരു പൊൻതൂവലാണ് അൽഫോൺസ ചേച്ചി.

17 വർഷത്തെ കർമ്മനിരതമായ സേവനം, വിനയപൂർവ്വമുള്ള പെരുമാറ്റം, മടികൂടാതെ കാര്യങ്ങൾ ചുറുചുറുക്കോടെ ചെയ്ത് തീർക്കാനുള്ള പാടവം എന്നിവ എടുത്തുപറയത്തക്കതാണ്. 1998-ൽ ജൂബിലിയിലേയ്ക്ക് കടന്നുവന്ന് വിവിധ ഡിപ്പാർട്ടുമെന്റുകളിലായി സേവനമനുഷ്ഠിച്ചു. ലാബിൽ സേവനമനുഷ്ഠിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുമ്പോഴാണ് അൽഫോൺസ ചേച്ചി വിട പറയുന്നത്. ഈ അവസരത്തിൽ ജൂബിലി കുടുംബാംഗങ്ങളുടെ എല്ലാവിധ ഭാവുകങ്ങളും നേരുന്നു.

ജൂബിലി മിഷനിലെ ഫിസിയോ തെറാപ്പി ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റ്

പുനരധിവാസ ചികിത്സയിലെ ഏറ്റവും പ്രധാനപ്പെട്ട വിഭാഗമാണ് ഫിസിയോതെറാപ്പി. വ്യായാമം കൊണ്ടുള്ള ഒരു ചികിത്സാ രീതിയാണിത്. ഫിസിയോതെറാപ്പിയിൽ നാലര വർഷത്തെ ബിരുദം പൂർത്തിയാക്കിയ ഫിസിയോതെറാപ്പിസ്റ്റുകളാണ് ചികിത്സ നിർവ്വഹിക്കുന്നത്. ഒട്ടേറെ ജീവിതശൈലീരോഗങ്ങൾക്ക് തികച്ചും പാർശ്വഫലങ്ങളില്ലാത്ത ഫലപ്രദമായ ചികിത്സ ഫിസിയോതെറാപ്പിയിലുണ്ട്. പേശീവലിവ്, വാതരോഗങ്ങൾ, പക്ഷാഘാതം, പോളിയൂറോപതി, പാർക്കിൻസൺസ് രോഗം എന്നിങ്ങനെയുള്ള ന്യൂറോസംബന്ധമായ അസുഖങ്ങൾക്ക് ഫിസിയോതെറാപ്പിയിൽ ചികിത്സയുണ്ട്. നവീകരിച്ച ഫിസിയോതെറാപ്പി വിഭാഗം 2015 ഏപ്രിൽ 7-ാം തീയതി അഭിവന്ദ്യ ആർച്ച്ബിഷപ്പ് മാർ ആൻഡ്രൂസ് താഴത്ത് ആശീർവ്വദിച്ചു. നവീകരിച്ച വിഭാഗത്തിൽ അത്യാധുനിക ചികിത്സാ ഉപകരണങ്ങളായ Laser Unit, Stroke Gaitter with Treadmill, Functional Electrical Stimulator, Combination Therapy, Theraband Work station എന്നിവ ഉൾപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ട്.



WELCOME TO JUBILEE FAMILY

STAFF NURSE			
1	ABITHA XAVIER	27	MONIGA JOSE
2	ANILA PAUL	28	NEETHU ELIAS
3	ANN RAICHEL PAUL	29	NINI SIMON
4	ASWATHY KUMARAN	30	NINU BABY
5	ATHEENA K. BABY	31	NITHYA A. V
6	BIBY EMMANUEL	32	NIVYA VARGHESE
7	BINCY VINCENT	33	OLIVIA P. WILLIAM
8	BRIJITH MIRANDA	34	PINKY VARGHESE
9	CHIPPY SEBASTIAN	35	PREETHI V. ABRAHAM
10	FEMI FRANCIS (JR.)	36	PREETHY JACOB
11	FRIJO K. FRANCIS	37	RESHMA JOHNY
12	GEETHU JOSE	38	ROSMIA VARGHESE
13	GIFTY A. V.	39	SANTHI KRISHNA
14	GINCY WILSON	40	SHERIN JOSE (JR.)
15	JEAN MARY JOHN	41	SHIMA JOSEPH
16	JENET JOY	42	SHYJA E. U.
17	JIBIMOL JACOB	43	SIMI GEORGE
18	JIFI JAMES	44	SIMI K. SABU
19	JOFY JOSE	45	SINCY RAPHEL
20	JOFY JOYSON	46	SONA JAMES
21	LIGI KURISSERY L	47	SONY THOMAS V
22	LINCY K. DAVIS	48	SR DAISY O P
23	LINCY MATHEW	49	SR MARIA O. P
24	MEENU JOSE	50	TINY TREASA TOMY
25	MIMI K. J.	51	VEENA C. V.
26	MIRANDA P. ANTO	52	VISHY BABU
53	DINU VARGHESE	RADIOLOGY	
54	FEBIN K F	CSSD	
55	LIJOY PANEGADEN	ANAESTHESIA	
56	LINCY T S	RADIOLOGY	
57	NIMISHA THOMAS	PHYSIOTHERAPY	
58	SMITHA PAUL	BILLING SECTION	
59	SONIA SHAIJU	COUNTER	
60	USHA BIJU	COUNTER	
61	JACOB V L	SECURITY OFFICER	
62	NELSON FRANCIS	CLINICAL NURSE INFORMATIST	
63	JOHN A PELLISSERY	ENGINEERING WING.	
64	GEORGEKUTTY P A	ECHS	

ICMR SCHOLARSHIP - ന് അർഹരായി

ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജിൽ അഞ്ച് MBBS വിദ്യാർത്ഥികൾ കേന്ദ്രഗവൺമെന്റിന്റെ കീഴിലുള്ള ICMR-ന്റെ രണ്ട് മാസക്കാലത്തെ പ്രാസക്താല ഗവേഷണ സ്കോളർഷിപ്പിന് അർഹരായി. അഖിലേന്ത്യാതലത്തിൽ നടന്ന മത്സരത്തിൽ വിജയികളായവർക്ക് അഭിനന്ദനങ്ങൾ

Batch	Name of the student	Name of the Guide
1. IX Batch	Ms. Tisa Rose John	Dr. Ashish W. (Community Medicine)
2. IX Batch	Ms. Harsha Elizabeth Meleth	Dr.C.S. Sakunthalabhai (Pathology)
3. IX Batch	Ms. Sibiliya Karupamveetil Chalil	Dr. Anjali P. S.
4. X Batch	Ms. Georgeena Elsa Jose	Dr. Chithra Valsan (Microbiology)
5. XI Batch	Ms. Anna Rose Varghese	Dr. P. T. Annamalai (Biochemistry)

പുരം പ്രദർശനത്തിൽ ജൂബിലിയുടെ മെഡിക്കൽ പവലിയൻ

പുരം പ്രദർശനത്തോടനുബന്ധിച്ച് പ്രദർശന നഗരിയിൽ ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജിന്റെ മെഡിക്കൽ പവലിയൻ തൃശ്ശൂർ മേയർ ശ്രീ. രാജൻ പല്ലൻ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. സാധാരണക്കാർക്ക് മനസ്സിലാക്കാൻ സാധിക്കുന്ന രീതിയിലാണ് പ്രദർശനം രൂപകൽപന ചെയ്തിട്ടുള്ളത്. സൗജന്യ ആരോഗ്യ പരിശോധന ക്യാമ്പ് ചീഫ് വിപ്പ് ശ്രീ. തോമസ് ഉണ്ണിയാടൻ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. 8, 9, 10, 11, 12 തീയതികളിൽ ബ്ലഡ് ഷുഗർ പരിശോധനയും (GRBS), 14, 15, 16 തീയതികളിൽ തൈറോയ്ഡ് (TSH) പരിശോധനയും, 18, 19, 20, 21 തീയതികളിൽ കൊളസ്ട്രോൾ (Total Cholesterol level) പരിശോധനയും രാവിലെ 10



മണി മുതൽ ഉച്ചക്ക് 1 മണി വരെ നടക്കുന്നതായിരിക്കും. എല്ലാ ദിവസവും സൗജന്യ നേത്രപരിശോധന, രക്തസമ്മർദ്ദ പരിശോധന, ഹൃദയസ്തംഭനം സംഭവിച്ചാൽ നൽകേണ്ട പ്രാഥമിക ചികിത്സാ പരിശീലനം എന്നിവയും ജൂബിലി സ്റ്റാളിൽ നടത്തിവരുന്നു. സുസജ്ജമായ ശസ്ത്രക്രിയ മുറി പ്രദർശനത്തിന്റെ മറ്റൊരു ആകർഷണമാണ്.

വേനൽ ചുടും അനുബന്ധ ആരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങളും

Dr. Angela Gnanadurai, Principal, JMCON

വേനൽക്കാലം. അവധിക്കാലം. കളികളുടേയും, മാമ്പഴങ്ങളുടേയും, ഐസ് ക്രീമുകളുടേയും കാലം. അതോടൊപ്പം വരുന്നു വേനൽക്കാലം കൊണ്ടു വരുന്ന ആരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങളും. വേനൽക്കാലത്ത് ഉണ്ടാകുന്ന നാഡീസംബന്ധമായ അസുഖങ്ങളും, അവയ്ക്ക് എതിരെ എടുക്കാവുന്ന മുൻകരുതലുകളും ഇതാ.

- മൈഗ്രേയ്ൻ (ചെന്നിക്കുത്ത്)** - ചർദ്ദിയോടുകൂടിയ ഇടവിട്ടുള്ള ശക്തമായ തലവേദന വരുന്ന അവസ്ഥയാണിത്. ഓരോ തവണയും നല്ല വെയിലിൽ പുറത്ത് പോയി വരുമ്പോൾ കടുത്ത തലവേദന അനുഭവപ്പെടാം. നല്ല വേനൽക്കാലത്ത് അതിയായി ചൂട് അനുഭവപ്പെടുന്ന സമയങ്ങളിൽ (പ്രത്യേകിച്ച് ഉച്ചയ്ക്ക് 12 മണി മുതൽ വൈകീട്ട് 3 മണി വരെ) പുറത്ത് പോകുന്നത് ഒഴിവാക്കുക.
- മൾട്ടിപ്പിൾ സ്ക്ലീറോസിസ് (MS)** - കേന്ദ്ര നാഡീ വ്യൂഹത്തെ ബാധിക്കുന്ന ഒരു അസുഖമാണ് മൾട്ടിപ്പിൾ സ്ക്ലീറോസിസ്. ഈ അസുഖം ഞരമ്പുകളെ ആവരണം ചെയ്തിട്ടുള്ള മൈലീൻ ഷീത്തിനെ കേട് വരുത്തുന്നു. കൃത്യമല്ലാത്ത കാഴ്ച, ക്ഷീണം, തളർച്ച, ഉന്മേഷക്കുറവ് എന്നിവയാണ് ഇതിന്റെ ലക്ഷണങ്ങൾ. ഈ അസുഖമുള്ള രോഗികൾ തീർച്ചയായും വേനൽചൂട് ഒഴിവാക്കേണ്ടതാണ്.
- സൂര്യഘാതം (Heat Stroke):** ശക്തമായ ചൂടിൽ ദീർഘനേരം നിൽക്കേണ്ടി വരുമ്പോൾ ശരീരോഷ്മാവ് ഉയർന്ന് ഉണ്ടാകുന്ന ഒരു അവസ്ഥയാണിത്. സാധാരണ ഗതിയിൽ നമ്മുടെ ശരീരം ശരീരോഷ്മാവിനെ അമിതമായ വിതർപ്പം, ദാഹം എന്നിവ വഴി നിയന്ത്രിക്കാറുണ്ട്. എന്നാൽ ദീർഘനേരം ശക്തമായ ചൂടിൽ നിൽക്കുമ്പോൾ ശരീരത്തിന്റെ ഈ സാഭാവിക രക്ഷാപ്രക്രിയ തകർന്നുപോകുന്നു. ഉയർന്ന താപനില, ശക്തമായ തലവേദന, ക്ഷീണം, പേശിവേദന എന്നിവ ഇതിന്റെ ലക്ഷണങ്ങളാണ്. കഠിനമായ സൂര്യഘാതം ഏൽക്കുന്നത് ബോധം കെട്ട് വീഴുന്നതിനും, സ്ഥായിയായ തളർച്ചയ്ക്കും കാരണമായേക്കാം
- ബ്രെയിൻ സ്ക്രോക്ക് :** അമിതമായി ചൂടേൽക്കുന്നത് ശരീരത്തിലെ ജലാംശം കുറയുന്നതിന് ഇടയാക്കുന്നു. ഇത് തലച്ചോറിലേയ്ക്കുള്ള രക്തചംക്രമണത്തിൽ തടസ്സം ഉണ്ടാക്കുകയും അതുവഴി ശരീരത്തെ ഭാഗികമായി തളർത്തുകയും ചെയ്യുന്നു.
- അപസ്മാരം (Epilepsy):** അപസ്മാരം അഥവാ ചുഴലി ഉണ്ടാകാൻ ചൂട് ഒരു കാരണമാകാം. ചിലർക്ക് ചൂടുകാലത്ത് പതിവായി ഇതു വരാം. ആറു വയസ്സിന് താഴെയുള്ള കുട്ടികളിലും, മുതിർന്നവരിലും കടുത്ത പനിയുള്ള അവസ്ഥയിൽ വിറയലോടുകൂടിയ അപസ്മാരം ഉണ്ടാകുന്നത് സാധാരണമാണ്. ചൂടുവെള്ളത്തിൽ കുളിച്ചുകഴിഞ്ഞാൽ വരുന്ന പ്രത്യേകതരം അപസ്മാരമാണ്, 'ഹോട്ട് വാട്ടർ എപ്പിലെപ്സി'.

വേനൽ ചൂടിന് എതിരെ എടുക്കാവുന്ന മുൻകരുതലുകൾ

- വേനൽക്കാലത്ത് പ്രത്യേകിച്ച് ചൂട് അധികമുള്ള സമയങ്ങളിൽ പുറത്തേക്ക് പോകുന്നത് പരമാവധി കുറയ്ക്കുക.
- വെയിലത്ത് പോകുമ്പോൾ കൂട ചൂടാൻ ശ്രദ്ധിക്കുക.
- നിഴലിൽ നിൽക്കുവാൻ ശ്രദ്ധിക്കുക.
- അകത്തായിരിക്കുമ്പോൾ എ.സി.യോ ഫാനോ ഉപയോഗിക്കുക.
- നിർജ്ജലീകരണം സംഭവിക്കാതിരിക്കാൻ ധാരാളം ജലവും, ദ്രവരൂപത്തിലുള്ള ഭക്ഷണവും കഴിക്കുക.

രോഗിപരിചരണത്തിന്റെ ഗുണമേന്മ: നിർണ്ണയിക്കുന്നത് രോഗികൾ! രോഗീ സുരക്ഷ = രോഗി പരിചരണത്തിന്റെ ഗുണമേന്മ

ഏതൊരു ആശുപത്രിയുടേയും പ്രഥമ ഉത്തവാദിത്വം അവിടെ വരുന്ന രോഗികൾക്ക് ഏറ്റവും ഉയർന്ന ഗുണനിലവാരമുള്ള ചികിത്സ/ പരിചരണം നൽകുക എന്നതാണ്. ഉന്നത ഗുണമേന്മ എന്നാൽ - ഏറ്റവും കാര്യക്ഷമതയോടെ ആധുനിക സജ്ജീകരണങ്ങളുടെ സഹായത്താൽ രോഗിയോടും ബന്ധുക്കളോടും കാര്യങ്ങൾവിശദമായി പറഞ്ഞ് മനസ്സിലാക്കി, അവരുടെ അഭിപ്രായം കൂടി പരിഗണിച്ച് നൽകുന്ന ഉത്തമ ചികിത്സ/ പരിചരണം എന്നാണ്.

ഉന്നതഗുണനിലവാരം ഉറപ്പുവരുത്തുന്നതിനുള്ള എട്ട് മാനേജ്മെന്റ് തത്വങ്ങൾ

ലീഡർഷിപ്പ് - ഒരു സ്ഥാപനത്തിന്റെ ആന്തരിക ഐക്യവും, പുരോഗതിയും ആ സ്ഥാപനത്തിന്റെ നേതൃത്വനിരയിലുള്ളവരാണ് തീരുമാനിക്കുന്നത്. സ്ഥാപനത്തിന്റെ ലക്ഷ്യം നേടുന്നതിന് ആന്തരിക പ്രവർത്തന മേഖലയിൽ സ്വസ്ഥമായ അന്തരീക്ഷം ഉണ്ടായിരിക്കണം.

ജീവനക്കാരുടെ ഉൾപ്പെടൽ - എല്ലാ മേഖലകളിലുമുള്ള സ്റ്റാഫ്ഗങ്ങളുടെ പ്രവർത്തനശേഷി ഉൾപ്പെട്ടതാണ് സ്ഥാപനത്തിന്റെ മൊത്തം പ്രവർത്തനശേഷി. സ്റ്റാഫ്ഗങ്ങളുടെ പൂർണ്ണമായ ഉൾപ്പെടൽ, അവരുടെ വ്യക്തിപരമായ കഴിവുകൾ സ്ഥാപനത്തിന്റെ വളർച്ചയ്ക്കായി, ഉപയോഗപ്പെടുത്തുവാൻ സഹായിക്കുന്നു.

സമീപനം - ഉദ്ദേശിക്കുന്ന ഫലം കിട്ടുന്നതിന് സ്ഥാപനത്തിന്റെ പ്രവർത്തനവും , ബന്ധപ്പെട്ട വിഭവങ്ങളും ഒരുമിച്ച് പ്രവർത്തിക്കേണ്ടതാണ്.

സിസ്റ്റം അപ്രോച്ച് - ഒരു സ്ഥാപനം ലക്ഷ്യപ്രാപ്തി നേടുന്നത് അതിന്റെ മാനേജ്മെന്റ് പ്രശ്നങ്ങൾ തിരിച്ചറിയുകയും, മനസ്സിലാക്കുകയും പരിഹരിക്കുകയും ചെയ്യുമ്പോഴാണ്.

തുടർച്ചയായ പുരോഗതി - തുടർച്ചയായ പുരോഗതി എന്നത് ഏതൊരു സ്ഥാപനത്തിന്റേയും സ്ഥായിയായ ലക്ഷ്യമായിരിക്കണം.

യഥാർത്ഥ സമീപനം - പ്രായോഗിക തീരുമാനങ്ങൾ എടുക്കേണ്ടത് വിവര ശേഖരണം വഴി സ്വരൂപിച്ച വിവരങ്ങളുടെ വിശകലനം വഴിയാണ്.

പരസ്പരപുരകത - ഒരു സ്ഥാപനവും അതിന്റെ സേവന ഉപഭോക്താക്കളും പരസ്പരപുരകങ്ങളായിരിക്കണം. ഈ പരസ്പരപുരകതം ഇരുഭാഗത്തും തൃപ്തിയുണ്ടാക്കുകയും നല്ല ഒരു ബന്ധം സ്ഥാപിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

ആശുപത്രികൾക്കും, ആരോഗ്യസംഘനകൾക്കും ക്വാളിറ്റി സർട്ടിഫിക്കേഷൻ നൽകുന്ന വിവിധ അക്രഡിറ്റേഷൻ സംഘടനകൾ

ഐ.എസ്.ഒ. - ഇന്റർനാഷണൽ സ്റ്റാൻഡേർഡ്സ് ഫോർ ഓർഗനൈസേഷൻസ് (ഐ.എസ്.ഒ. 9000, 2000,14001)

എൻ.എ.ബി.എച്ച്.-(ആശുപത്രികൾക്കും, ബ്ലഡ് ബാങ്കുകൾക്കും) - നാഷണൽ അക്രഡിറ്റേഷൻ ബോർഡ് ഫോർ ഹോസ്പിറ്റൽസ് ആന്റ് ഹെൽത്ത് കെയർ പ്രൊവൈഡേഴ്സ്.

എൻ.എ. ബി. എൽ.- നാഷണൽ അക്രഡിറ്റേഷൻ ബോർഡ് ഫോർ ലബോറട്ടറീസ്

ജെ.സി.ഐ.എ.-ജോയിന്റ് കമ്മീഷൻ ഇന്റർ നാഷണൽ അക്രഡിറ്റേഷൻ (ജെ.സി.എ.എച്ച്.ഒ.)

നമുക്ക് ഒന്നിച്ച് മുന്നേറാം
രോഗീ സുരക്ഷ = സ്റ്റാഫ് സുരക്ഷ = ആശുപത്രി സുരക്ഷ = രാജ്യസുരക്ഷ
 രാജ്യസുരക്ഷയിലേക്ക്
 മിസ്സിസ് സമിയത്ത് മുഹമ്മദ്, ക്വാളിറ്റി അച്ചുറൻസ് സെൽ

സ്നേഹസ്പർശം

ഏതോ വിജനതയിൽ
മറയുന്ന പകലിനെ നോക്കി
നിറകണ്ണോടെ നിന്നു സന്ധ്യ
കരളിൽ ഗദ്ഗദമാം
കദനമാം കഥയായ്
കരയാൻ മറന്നവൾ നിന്നു

കുങ്കുമപ്പൂക്കൾ വിടർന്ന തമസ്സൊരു
വിഷാദരാഗമായ് കവിളിൽ
നേർത്ത സ്വപ്നങ്ങൾ അലിഞ്ഞലിഞ്ഞതോ.
താപ്തനിശ്വാസമായ് അവളിൽ
താപ്തനിശ്വാസമായ് അവളിൽ

വിരഹത്തിൻ നൊമ്പരം അലിഞ്ഞലിഞ്ഞതോ
വിതുമ്പുമ്മീ ഗാനമെൻ ചുണ്ടിൽ
കാറ്റിൽ മരിക്കും മൗനാനുരാഗം
വിട ചോദിക്കാൻ മറന്നുപോയോ?

മിസ് കൃഷ്ണ, എം. ആർ. ഡി.

പ്രമേഹം കുറയ്ക്കും മുതിര

യാരാളും നാരുകളടങ്ങിയ മുതിര ശരീരബലം വീണ്ടെടുക്കാനും മുത്രത്തിലെ കല്ലുമാറാനും നല്ലതാണ്. വാതം തടയാനും പ്രമേഹവും അതുമൂലമുള്ള രോഗപീഡകളും അകറ്റാനും മുതിര നല്ലതാണ്.

മുതിര കറി

മുതിര	- 200 ഗ്രാം
തേങ്ങ	- ഒരു മുറി
മഞ്ഞൾപൊടി	- 1/2 ടീസ്പൂൺ
മുളകുപൊടി	- 1/2 ടീസ്പൂൺ
വെളിച്ചെണ്ണ	- 1 ടേബിൾ സ്പൂൺ
ചെറിയ ഉള്ളി	- 6 എണ്ണം
വറ്റൽ മുളക്	- 2 എണ്ണം
കടുക്	- 1/2 ടീസ്പൂൺ
കറിവേപ്പില	- 4 കതിർപ്പ്
ചെറിയ ജീരകം	- 1/4 ടീസ്പൂൺ

തയ്യാറാക്കുന്ന വിധം

മുതിര വറുത്തു തൊലി കളഞ്ഞ് ചെറുതായി പൊടിക്കുക. ഇതിൽ വെള്ളം ഒഴിച്ച് മുളകുപൊടി, മഞ്ഞൾപൊടി, ഉപ്പ് ചേർത്ത് വേവിക്കുക. തേങ്ങ ചിരകിയതിൽ ചെറിയ ഉള്ളി, ചെറിയ ജീരകം ഇവ ചേർത്ത് നന്നായി അരച്ച് ഇതിൽ യോജിപ്പിക്കുക. കറി തിളച്ചു പാകമായാൽ അടുപ്പിൽ നിന്നും ഇറക്കി വയ്ക്കുക. വെളിച്ചെണ്ണ ചൂടാക്കി അതിൽ കടുക്, കറിവേപ്പില, ചെറിയ ഉള്ളി, വറ്റൽ മുളക് എന്നിവ ചേർത്ത് വറുവട്ടു മുതിരക്കറി ഉപയോഗിക്കാം.

മിസ്സ് അൻസ സുനിൽ
ലക്ചറർ, JMCON

ജൂബിലി മിഷനിൽ ഊർജ്ജ സംരക്ഷണ വാരം
മെയ് 24 മുതൽ 30 വരെ

ഊർജ്ജ സംരക്ഷണ വാരത്തോടനുബന്ധിച്ച് ജൂബിലി ലെറ്ററിനായി സുവർണ്ണാവസരം

മത്സരിക്കൂ ! സമ്മാനം നേടൂ !

ഊർജ്ജ സംരക്ഷണം എന്ന വിഷയത്തെ ആസ്പദമാക്കി

1. മുദ്രാവാക്യ മത്സരം
2. ചുവർചിത്ര / ചിത്രരചന മത്സരം

നിങ്ങളുടെ രചനകൾ ജൂബിലി ലെറ്റർ ബോക്സിലോ, jubilet678@gmail.com- ലേക്ക് ഇമെയിൽ അയയ്ക്കുകയോ ചെയ്യാം

ഫോട്ടോ തിരിച്ചറിയൽ മത്സരം
ശരിയുത്തരം അയച്ചു എല്ലാവർക്കും അഭിനന്ദനങ്ങൾ.

ശരിയുത്തരം - ഫ്രാൻസിസ് മാർപാപ്പ
മത്സരവിജയി - കമൽ സുര്യ കെ., ഹൃദയാലയ

Joke സ്കൂളിൽ പോകാതെ വീട്ടിലിരുന്ന കൊച്ചുമകനോട് മുത്തച്ഛൻ : ദേ, നിന്റെ ടീച്ചർ നിന്നെ അന്വേഷിച്ചു വരുന്നു. വേഗം ഒളിച്ചോ

കൊച്ചുമകൻ : മുത്തച്ഛൻ വേഗം ഒളിച്ചോ. ഞാൻ ലീവ് ലെറ്ററിൽ എഴുതിയത് മുത്തച്ഛൻ മരിച്ചു പോയതുകൊണ്ട് സ്കൂളിൽ വരാൻ പറ്റില്ല എന്നാണ്.

വീട് പണിയുന്ന സ്ഥലത്ത് :
മുതലാളി : എന്താ ശങ്കരാ മറ്റുള്ളവരെല്ലാം രണ്ട് കല്ല് വീതം എടുക്കുമ്പോൾ നീ മാത്രം ഒരു കല്ല് എടുക്കുന്നത്.
ശങ്കരൻ : അത് അവർക്ക് രണ്ടു പ്രാവശ്യം നടക്കാനുള്ള മടി കൊണ്ടാണ് മുതലാളി.

ചിരി സിദ്ധൗഷധം

സിസ്റ്റർ ഗിൽസ് സി.എസ്.എം
സൈക്യാട്രി വാർഡ്

ആരോഗ്യസംരക്ഷണത്തിന്റെ കാര്യത്തിൽ ചിരിക്ക് വലിയ സ്ഥാനമുണ്ടെന്ന് ശാസ്ത്രീയ ഗവേഷണങ്ങൾ വ്യക്തമായി തെളിയിച്ചിട്ടുണ്ട്.

ചിരി കൂടലിന് ക്രമാനുഗതമായ ചലനം നൽകുകയും ദഹനത്തെ ഉദ്ദീപിപ്പിക്കുകയും രക്തചംക്രമണത്തെ ത്വരിതപ്പെടുത്തുകയും മാംസപേശികളോടനുബന്ധിച്ചുള്ള രാസപദാർത്ഥങ്ങൾക്ക് ഗുണകരമായ ഫലം ഉളവാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു എന്നാണ് 'വൈൽഡി'ന്റെ അഭിപ്രായം. ചിരി ശ്വാസകോശങ്ങളിലാർജിച്ച്, കരൾ, ഉദരം മറ്റ് ആന്തരിക വയവങ്ങൾ എന്നവയിൽ ദ്രുതഗതിയിലുള്ള തരംഗങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കുന്നു. അത് സന്തോഷകരമായ ഒരനുഭൂതിയും ഏകദേശം കുതിരപ്പുറത്ത് സഞ്ചരിക്കുന്നതിന് തുല്യമായ വ്യായാമവും നൽകുന്നു.

സെൻ എന്ന ചുരുക്കപ്പേരിലറിയപ്പെടുന്ന ഡോക്ടർ തന്റെ സ്വീകരണമുറിയിലും ക്ലിനിക്കിലും ഒരു ബോർഡ് തൂക്കിയിട്ടിരുന്നു. അതിൽ ഇങ്ങനെ എഴുതി: "വന്ന രോഗം മാറുന്നതിനും രോഗം വരാതിരിക്കുന്നതിനും ചിരിക്കൂ".

സർവ്വോപരി ആകുലതകളും ദുഃഖങ്ങളും നിറഞ്ഞ ലോകത്തിന് എന്നും ആവശ്യമായ ഒരു ടോണിക്കാണ് ചിരി.