இந்தியாவில் ஆண்டுக்கு ஒரு கோடி பேர் மூலநோயால் பாதிக்கப்படுகிறார்கள்

வராமல் தடுப்பது எப்படி டாக்டர் கண்ணன் விளக்கம்

சென்னை, நவ23-

உலக மூலநோய் தினத்தை முன்னிட்டு விழிப்புணர்வு நடைப்பயணம் ஒவ்வொரு ஆண்டும் நவம்பர் மாதம் 20ம் தேதி உலக மூல நோய் விழிப்புணர்வு நாளாக அனுசரிக்கப்பட்டு அதனை முன்னிட்டு பொதுமக்களுக்கு விழிப்புணர்ச்சி ஏற்படுத்தும் வண்ணமாக பிரைம் இந்தியன் மருத்துவமனை இந்திய பெருங்குடல் மற்றும் மலக்குடல் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர்கள் சங்கம். இந்திய அறுவை சிகிச்சை நிபுணர்கள் சங்கத்தின் தமிழ்நாடு பிரிவு மற்றும் சென்னை மாவட்டம் இணைந்து மூலம் பற்றிய விழிப்புணர்வு நிகழ்ச்சி 18-11-2023 அன்று சென்னை அண்ணாநகரில் உள்ள விஸ்வேஸ்வரய்யா டவர் பூங்காவில் நடத்தப்பட்டது.

இந்நிகழ்ச்சியில்சென்னை மாநகராட்சி கமிஷனர் ராதாகிருஷ்ணன் சிறப்பு விருந்தினராகவும் பாராளுமன்ற உறுப்பினர் டாக்டர் கலாநிதி வீராசாமி சட்டமன்ற உறுப்பினர் எம்.கே.மோகன்

தங்கர் பச்சான், நக்கிரன் கோபால், ஆகியோர் கலந்து கொண்டனர்.

இந்திய பெருங்குடல் மற்றும் மலக்குடல் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர்கள் சங்கத்தின் இணைச்செயலாளரும் பிரைம் இந்தியன் மருத்துவமனையின் சேர்மேன் டாக்டர் ஆர்கண்ணன்

சென்னை பத்திரிக்கையாளர் மன்றத்தில் செய்தியாளர்களை சந்தித்தார். அப்போது அவர் கூறியதாவது:-

இந்தியாவில் ஒவ்வொரு ஆண்டும் சுமார் ஒரு கோடி பேருக்கு மேல் மூல நோயால் ஏற்படும் வலியால் அவதிப்படுகின்றனர். நகரத்தில் உள்ளவர்கள் கிராமப்புறத்தில் உள்ளவர்களை விட அதிகம் பாதிக்கப்படுகின்றார்கள்.

மூலத்தின் முக்கியமான அறிகுறிகளாக ஆசன வாய் பகுதியில் வீக்கம், வலி, ரத்தப்போக்கு மற்றும் நமைச்சல் போன்றவைகள் இருக்கும் முதல் மற்றும் இரண்டாம் நிலை மூலத்தை உணவு பழக்க வழக்கம் தினமும் நடைபயிற்சி, மருந்துகள் மற்றும் வாழ்க்கை முறை மாற்றத்தின் மூலம் குணப்படுத்தலாம்.

மூன்றாம் மற்றும் நான்காம் நிலை மூலத்தை லேசர் மற்றும் அறுவை சிகிச்சை மூலமாக மட்டுமே சரி செய்ய முடியும்.

அதிக நார்ச்சத்து உள்ள உணவு அதிக மாவுச்சத்து உள்ள உணவை குறைத்து உண்ணவேண்டும் அதிக அளவு தண்ணீர் குடித்தல் புகை மற்றும் மது பழக்கம் தவிர்க்க வேண்டும்

உடற்பயிற்சி மற்றும் நடைப்பயிற்சி நல்ல தூக்கம் இவைகளை கடைப்பிடித்தால் மூலம் நோய் வராமல் தடுக்க முடியும்.

உலக மூல நோய் தினத்தை முன்னிட்டு இலவச மூலநோய் பரிசோதனை முகாம் பிரைம் இந்தியன் மருத்துவமனையில் வரும் 20ம் தேதி முதல் 26ம் தேதி வரை நடைபெற்று வருகிறது.

இதேபோல் தமிழ்நாடு முழுவதும் பல்வேறு மருத்துவமனைகளில் இலவச மூலநோய் பரிசோதனை முகாம் நடத்தப்பட்டு வருகிறது. இவ்வாறு டாக்டர் கண்ணன் கூறினார்.

டிசம்பரில் குரூப் 2 தேர்வு முடிவுகள் வெளியீடு

சென்னை, நவ23-

குரூப் 2 தேர்வு முடிவுகள் டிசம்பரில் வெளியிடப்படும் என டிஎன்பிஎஸ்சி அறிவித்துள்ளது. பிப்ரவரி 25ம் தேதி நடைபெற்ற குரூப் 2 பணிகளுக்கான முதன்மை தேர்வு முடிவுகள் டிசம்பரில் வெளியிடப்படும் 5,446 பணியிடங்களுக்காக நடைபெற்ற குரூப் 2 முதன்மை தேர்வு முடிவுகள் அடுத்த மாதம் வெளியிடப்படுகிறது.

சென்னையில் வேர்ல்ட் பைல்ஸ் டே மற்றும் மாபெரும் வாக்கத்தான் பைல்ஸ் விழிப்புணர்வு நிகழ்ச்சி

சென்னை, நவ.21-

சென்னையில் தி அசோசியேஷன் ஆஃப் சர்ஜன்ஸ் ஆப் இந்தியா மற்றும் டி.என்.ஏ.எஸ்.ஐ அண்டு சென்னை சிட்டி கிளை கொண்டாடிய வேர்ல்ட் பைல்ஸ் டே மாபெரும் நடைப்பயிற்சி மூலம் பற்றிய விழிப்புணர்வு நிகழ்ச்சி சென்னை அண்ணா நகரில் மருத்துவர்கள் நடத்தினர்.

இந்நிகழ்ச்சிக்கு சென்னை மாநகராட்சி கமிஷனர் ஜே. ராதா கிருஷ்ணன் சிறப்பு விருந்தினராக கலந்து கொண்டார் அவரோடு பாராளுமன்ற உறுப்பினர் டாக்டர் கலாநிதி வீராசாமி அண்ணா நகர் சட்டமன்ற உறுப்பினர் எம்.கே. மோகன் சிறப்பு அழைப்பினராக திரைப்பட இயக்குனரும் நடிகருமான தங்கர் பச்சான் நக்கீரன் ஆசிரியர் நக்கீரன் கோபால் கலந்துகொண்டு இந்த நடைபயணத்தை சிறப்பித்தார்கள்.

அகில இந்திய குடல் மற்றும் மலக்குடல் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர்கள் சங்கத்தின் இணைச்செயலாளர் பிரைம் இந்தியன் மருத்துவ மனையின் சேர்மன் டாக்டர் ஆர். கண்ணன் வரவேற்புரை நிகழ்த்தினார்.

மேலும் அவர் பத்திரிகையாளர்கள் சந்திப்பின் வாயிலாக பொதுமக்களுக்கு அறிவுறுத்தியது என்னவெனில் இந்தியாவில் ஒவ்வொரு ஆண்டும் சுமார் ஒரு கோடி பேருக்கு மேல் மூலநோயால் ஏற்படும் வலியால் அவதிப்படுகின்றனர்.

நமது மக்கள் தொகையில் சுமார் ஐந்து சதவீதத்திற்கும் மேல் மூல நோயால் பாதிக்கப்படுகிறார்கள். நகரத்தில் உள்ளவர்கள் கிராமப்புறத்தில் உள்ளவர்களை விட அதிகம் படுகின்றார்கள் எனவும் ஒவ்வொரு ஆண்டும் நவம்பர் மாதம் 20ம் தேதி உலகம் மூலநோய் விழிப்புணர்வு நாளாக அனுசரிக்கப்படுகிறது.

இந்த ஆண்டு வேர்ல்ட் பைல்ஸ் டே முன்னிட்டு பிரைம் இந்தியன் மருத்துவமனை அகில இந்திய குடல் மற்றும் மலக்குடல் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர்கள் சங்கம் **ACRSI** இந்தி இந்திய அறுவை சிகிச்சை நிபுணர்கள் **ASI** சங்கத்தின் தமிழ்நாடு மற்றும் சென்னை கிளைகள் இணைந்து ஒரு மாபெரும் நடைபயணத்தை சென்னை அண்ணா நகரில் உள்ள டவர் பூங்காவில் நவம்பர் 18ம் தேதி சனிக்கிழமை நடத்தப்பட்டது. இந்த நடைபயணத்தின் மூலம் உடல் பருமன், மலச்சிக்கல், மதுப்பழக்கம், குறைந்த நார்ச்சத்து உள்ள உணவு, அதிகமான அழுத்தம், அதிக பளு தூக்குதல் போன்றவை மூல நோய் ஏற்பட முக்கியமான காரணங்களாகும். ஆசனவாய் பகுதியில் வீக்கம் வலி இரத்தப்போக்கு மற்றும் நமைச்சல் போன்றவை முக்கியமான அறிகுறிகள் ஆகும் என்னம்மா இது மாதிரி ஆகுது மூன்றாம் மற்றும் நான்காம் நிலை மூலத்தை லேசர் மற்றும் அறுவை சிகிச்சை மூலமாக மட்டுமே சரி செய்ய முடியும் மலச்சிக்கலை தவிர்க்க அதிக நார்ச்சத்து உள்ள உணவை எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

அதிக அளவு தண்ணீர் குடிக்க வேண்டும் தினமும் உடற்பயிற்சி மற்றும் நடைபயிற்சி செய்ய வேண்டும் அதிக உடல் எடையை குறைக்க வேண்டும், மதுப்பழக்கத்தை அறவே தவிர்க்க வேண்டும் என்று மக்களுக்கு அறிவுறுத்தினார்..

20ம் தேதி முதல் 26ம் தேதி வரை இலவச மூலநோய் பரிசோதனை முகாம் பிரைம் இந்தியன் மருத்துவமனையில் நடைபெறுகிறது. இதே போல் தமிழ்நாடு முழுவதும் பல்வேறு மருத்துவமனைகளில் இலவச மூல நோய் முகாம் அடுத்த வாரத்தில் நடைபெறுகிறது என கூறினார்.