సీజనల్ వ్యాధులు పట్ల అప్రమత్తత లేకుంటే మన ప్రాణాలకే ముప్పు తెస్తాయి. ప్రస్తుతం పెరుగుతున్న సీజనల్ వ్యాధులకు సురక్షితమైన వైద్య సేవలు అందిస్తోంది మన కొత్తగూడెం పట్టణంలోని ముర్రేడు వాగు బ్రిడ్జి వద్ద గల **వి-కేర్ మల్టీ స్పెషాలిటీ ఆస్పత్రి.** అత్యాధునిక వైద్య పరికరాలతో పాటు అడ్వాన్స్‌డ్ రక్త పరీక్షలు, వైద్య సదుపాయాలు కల్పిస్తోంది. అంతేకాదు ప్రధాన నగరాలకు ధీటుగా భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లాలోని ఏజెన్సీ ప్రాంత వాసులకు వైద్య సౌకర్యాలు అతి తక్కువ ధరల్లో అందిస్తూ స్థాపించిన అనతికాలంలోనే అందరిచేతా ప్రశంసలు అందుకుంటోంది మన వి-కేర్. డాక్టర్స్ డే సందర్భంగా ప్రస్తుతం ప్రభలుతున్న సీజనల్ వ్యాధులు పట్ల ఎలాంటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి.. ముందస్తుగా ఎలాంటి సంరక్షణ చర్యలు పాటించాలి వంటి విషయాలను **వీ- కేర్ మల్టీ స్పెషాలిటీ ఆస్పత్రి ప్రముఖ ఎం.డి జనరల్ ఫిజిషియన్ డాక్టర్ విజయశ్రీ** కెరటం ప్రతినిధితో ముచ్చటించారు. ఆమె తెలిపిన వివరాలు ఆమె మాటల్లోనే..

సీజనల్ వ్యాధుల చికిత్సకు సురక్షితమైన సేవలు

వి-కేర్

వీ- కేర్ మల్టీ స్పెషాలిటీ ఆస్పత్రి ప్రముఖ ఎం.డి జనరల్ ఫిజిషియన్ డాక్టర్ విజయశ్రీ

వర్షాకాలం మొదలయ్యింది. కాబట్టి సీజనల్ వ్యాధులు ప్రబలే అవకాశం అధికంగా ఉంటుంది. అందుకే ముందస్తు అప్రమత్తత ఉంటే సీజనల్ వ్యాధులు బారిన పడకుండా సంరక్షించుకోవచ్చు. సీజనల్ వ్యాధులు పట్ల ఏ మాత్రం నిర్లక్ష్యం చేసినా అది మన ప్రాణాలకే ముప్పు తెచ్చే ప్రమాదం లేకపోలేదు. సీజనల్ వ్యాధుల్లో ప్రధానంగా వైరల్ ఫీవర్స్, డెంగ్యూ, మలేరియా, టైఫాయిడ్, చికున్ గున్యా, దగ్గు, జలుబు వంటివి ఉంటాయి. అందులో వైరల్ ఫీవర్స్‌లో విరేచనాలు, వాం తులు, హై ఫీవర్, ఒళ్లు నొప్పులు, తలనొప్పి, నీరసం, దగ్గు, జలుబు లక్షణాలు ఉంటాయి. అయితే వైరల్ ఫీవర్స్‌లో మనకు వచ్చింది డెంగ్యూ, మలేరియా వంటివి ఏమైనా లక్షణాలు ఉన్నాయా అన్నది వైద్యున్ని సంప్రదించి తగు పరీక్షల ద్వారా నిర్ధారణ చేస్తారు. జర్వం వచ్చిన తర్వాత మూడు రోజుల్లో తగ్గకుంటే మాత్రం వెంటనే సరైన వైద్యున్ని సంప్రదించాలి. చాలా మంది జ్వరాన్ని నిర్లక్ష్యం చేసి ప్రాణాల మీదకు తెచ్చుకుంటారు. జ్వరమే కదా అని చిన్న ట్యాబ్లెట్ వేసుకుంటే పోతుందిలే అనుకున్నా... స్థానికంగా ఉన్న ఆర్ఎంపీల మీద ఆధారపడినా మీరు నిర్లక్ష్యం చేసినట్లే. అందుకే జ్వరానికి గల కారణాలు.. ఏ రకమైన జ్వరం వచ్చింది.. అనేది వైద్యులను సంప్రదించి నిర్ధారించుకుని సరైన వైద్యం పొందడం మంచింది. అయితే రోగ నిరోధక శక్తి తక్కువగా ఉన్న వారు తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. గర్భవతులు, బి,పి, షుగర్, క్యాన్సర్, కిడ్నీ, గుండె, లివర్ సమస్యలు ఉన్న వారు అధిక జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి.

ముందస్తు అప్రమత్తతతే మేలు..

చిన్న పాటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం మూలంగా పెద్ద ప్రమాద బారిన పడకుండా మనల్ని మనం సంరక్షించుకోవచ్చు. అయితే అనారోగ్యం పాలయ్యి ఆస్పత్రుల చుట్టూ తిరిగే కంటే ముందస్తుగా తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకుంటే అరోగ్యానికి ఎంతో మేలు. సీజనల్ వ్యాధులకు ప్రధానంగా దోమల వృద్ధి వల్ల, కలుషితమైన నీరు, ఆహారం తీసుకోవడం వలన వస్తుంటాయి. దోమలు వ్యాప్తి చెందకుండా మన చుట్టూ ఉండే పరిసరాలను పరిశుభ్రంగా ఉంచుకోవాలి. ఇంటి బయట, ఇంటి పరిసరాల్లో నీటి నిల్వ లేకుండా చూడాలి. వర్షాకాలంలో నీరు అధికంగా కలుషితమయ్యే అవకాశాలు అధికంగా ఉంంటాయి. కాబట్టి కాచి చల్లార్చిన నీరు తాగాలి. ప్రధానంగా చాలా మంది అన్నం చల్లారింది కదా అని మళ్లీ కొంచెం వేడి చేసుకుని తిందామనుకుంటారు. అలా చేయడం మంచిది కాదు.

- **జ్వరమే కదా అని నిర్లక్ష్యం తగదు..**
- **సీజనల్ వ్యాధుల పట్ల అప్రమత్తత అవసరం**
- **డెంగ్యూ, మలేరియాల నిర్ధారణ అత్యంత కీలకం**
- **రోగ నిరోధక శక్తి తక్కువ ఉన్న వారు అధిక జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి..**
- **సొంత వైద్యంతో నిర్లక్ష్యం చేస్తే ప్రాణాపాయం తప్పదు**
- **ముందస్తు అప్రమత్తతతో ప్రమాద స్థాయి అదుపులో..**

దీని మూలంగా ఆహారం పాడై అనారోగ్యాలకు దారితీస్తుంది. జ్వరం వచ్చిన వెంటనే తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. అప్పుడే ప్రాణాపాయం నుంచి తప్పించుకునే అవకాశం ఉండదు. జర్వం తగ్గించడానికి తగిన మందులు వాడాల్సి ఉంటుంది. దోమ తెరలు వాడాలి. ఇంట్లోకి దోమలు చేరకుండా చూసుకోవాలి. నిల్వ ఉన్న నీటిని తొలగించుకోవాలి. వ్యాధి వచ్చాక నయం చేయడం కంటే వ్యాధి రాకుండా చూసుకోవడమే ఉత్తమం.