keratam.in

కెరటం న్యూస్

(సామాన్యుడి ఆయుధం)

www.digital.keratam.in

శుక్రవారం, 30 జూన్ 2023 08

అప్రమత్తతే అమృత కవచం

డాక్టర్ తో - స్పెషల్

- సీజనల్ వ్యాధుల పట్ల అవగాహన అవసరం
- వ్యక్తిగత పరిశుభ్రతతో పాటు పరిసరాల శుభ్రత కూడా ముఖ్యం
- దోమల వృద్ధికి మన చుట్టూ ఉన్న నీటి నిల్వలే కారణం..
- దేశంలో మందులకు లొంగని మలేరియా వ్యాప్తిలో మన జిల్లా కూడా..
- అమృత హాస్పిటల్ అధినేత, ప్రముఖ క్రిటికల్ కేర్ వైద్యులు డా ఇ.బాబూరావు

ఎంత మంచివాడవయ్యా..

- అనాధ విద్యార్థుల నడుమ మెడికల్ డైరక్టర్ శ్రీనివాసరావు జన్మదిన వేడుకలు
- హైదరాబాద్ ఎల్‌బి నగర్‌లోని అనాధ విద్యార్థి గృహంలో సంబురాలు
- ఘనంగా ఏర్పాటు చేసిన మెడికల్ అండ్ హెల్త్ శాఖ గ్రూప్ - 1 ఆఫీసర్స్
- రూ. లక్ష రూపాయల విలువగల సామాగ్రి అందజేత
- రాబోవు విద్యా సంవత్సరానికి ఉపయోగ పడేలా మరో రూ.లక్ష విరాళం
- విద్యార్థుల చదువులకు, భవిష్యత్తుకు ఎప్పటికీ అందుబాటులో ఉంటా
- తెలంగాణ రాష్ట్ర మెడికల్ అండ్ హెల్త్ డైరెక్టర్ డా.గడల శ్రీనివాసరావు
- నేడు కొత్తగూడెం పట్టణంలో అదిరేలా బర్త్ డే వేడుకలు

2

త్యాగానికి, సామరస్యానికి

ప్రతీక బక్రీద్

- ముస్లిం మైనార్టీలను వెలివేసే కేంద్రం కుట్రలను తిప్పికొట్టాలి
- సిపిఐ రాష్ట్ర సహాయ కార్యదర్శి కూనంనేని సాంబశివరావు
- ముస్లీం కుటుంబాలకు బక్రీద్ శుభాకాంక్షలు తెలిపిన కూనంనేని

2

హృదయ పూర్వక జన్మదిన శుభాకాంక్షలు

ఏన్కూర్ గురుకుల పాఠశాల ప్రధమ జట్టు విద్యార్థి, మా అందరి పెద్దన్న, మార్గదర్శకుడు, మార్గనిర్దేశకుడు, కరోనా మహమ్మారికి బాహుబలి రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా ఎన్నో సేవా కార్యక్రమాలకు ఆద్యుడు, కొత్తగూడెం లో కొత్త శక్తిని నింపుతూ, కొత్త కొత్తగూడెం ను నిర్మాణిస్తున్న.. మా అన్న

గడల శ్రీనివాస రావు గారికి జన్మదిన శుభాకాంక్షలతో ....

మీ పయనం లో... మీ పథం తో ... మీ
ఏన్కూర్ గురుకుల పూర్వ విద్యార్థుల వ్యవస్థ

ఎంత మంచివాడవయ్యా..

- అనాధ విద్యార్థుల నడుమ మెడికల్ డైరెక్టర్ శ్రీనివాసరావు జన్మదిన వేడుకలు
- హైదరాబాద్ ఎల్‌బి నగర్‌లోని అనాధ విద్యార్థి గృహంలో సంబురాలు
- ఘనంగా ఏర్పాటు చేసిన మెడికల్ అండ్ హెల్త్ శాఖ గ్రూప్ - 1 ఆఫీసర్స్
- రూ. లక్ష రూపాయల విలువగల సామాగ్రి అందజేత
- రాబోవు విద్యా సంవత్సరానికి ఉపయోగ పడేలా మరో రూ.లక్ష విరాళం
- విద్యార్థుల చదువులకు, భవిష్యత్తుకు ఎప్పటికీ అందుబాటులో ఉంటా
- తెలంగాణ రాష్ట్ర మెడికల్ అండ్ హెల్త్ డైరెక్టర్ డా.గడల శ్రీనివాసరావు
- నేడు కొత్తగూడెం పట్టణంలో అదిరేలా బర్త్ డే వేడుకలు

శామ్, జూన్29(కెరటం ప్రతినిధి)

తెలంగాణ రాష్ట్ర మెడికల్ అండ్ హెల్త్ డైరెక్టర్ డా.గడల శ్రీనివాస రావు జన్మదిన వేడుకలను, మెడికల్ అండ్ హెల్త్ శాఖ గ్రూప్ - 1 ఆఫీసర్స్, హైదరాబాద్ ఎల్‌బి నగర్‌లోని అనాధ విద్యార్థి గృహములో గురువారం ఉదయం ఘనంగా జరిపారు. మొదటగా పుట్టిన రోజు సందర్భంగా గృహ విద్యార్థుల మధ్య కేక్ కట్ చేశారు. గృహ విద్యార్థుల కోరిక మేరకు రూ. లక్ష రూపాయల విలువగల ఐటమ్స్ - ఒక పెద్ద ఫ్రిజ్, కుక్కర్స్, మిక్సర్స్, ఒక పెద్ద స్టవ్, నెలకు సరిపడా బియ్యం, పప్పులు, ఆయిల్ టిన్నులు, సుగర్, స్కూల్, కళాశాల విద్యార్థులకు బ్యాగులు, షూస్ మొదలగునవి అందచేశారు. అలాగే అనాధ విద్యార్థి గృహ పాఠశాల, కళాశాలల విద్యార్థులకు 2023 - 24 విద్యా సంవత్సరానికి ఉపయోగ టెక్ట్స్ బుక్స్, స్టేషనరీ కొనుటకు మెడికల్ డైరెక్టర్ శ్రీనివాస రావు మరొక రు.లక్ష నగదును గృహ అధ్యక్షులు మార్గం రాజేష్, విద్యార్థులకు అందచేశారు. ఈ సంధర్భంగా డా.శ్రీనివాసరావు మాట్లాడుతూ అనాధ విద్యార్థి గృహం ఒక అద్భుత దేవాలయం అని, ఉద్యోగులు, స్టాఫ్ లేకుండా విద్యార్థులే అన్ని రకాల భాద్యతలు నిర్వహిస్తూ, ఆర్థిక పరమైన అన్ని భాద్యతలు కూడా నిర్వహిస్తూ ఉన్నత శిఖరాలకు చేరుకోవడం చాలా ఆచ్చర్య కరమైన విషయం అని పేర్కొన్నారు. గృహ అధ్యక్షులు మార్గం రాజేష్ ఒక తండ్రిగా ఎల్ల వేళలా వారికి అండగా ఉంటూ, వారి చదువులకు ప్రైవేట్ పాఠశాలల్లో, కళాశాలల్లో, కోచింగ్ సెంటర్లలో అన్ని రకాలా కోచింగులు ఉచితంగా కల్పిస్తూ, వారి మంచి భవిష్యత్తుకు కృషి చేస్తున్నందుకు రాజేష్‌ను అభినందించారు. అనాధ గృహ విద్యార్థుల చదువులకు, వారి భవిష్యత్తుకు ఎప్పటికీ అందుబాటులో ఉంటానని, ఈ విషయములో ఎల్లప్పుడూ గృహ కమిటీకి ఆన్ని విధాల సహకరిస్తానని గృహ విద్యార్థుల హర్షధ్వానాల మధ్య ప్రకటించారు. ఈ కార్యక్రమంలో అధ్యక్షులు మార్గం రాజేష్, జాయింట్ సెక్రటరీ శ్రీనివాస్, మెడికల్ అండ్ హెల్త్ జాయింట్ డైరెక్టర్ శశి శ్రీ, డిప్యూటీ డైరెక్టర్ సోమశేకర్, ఈఎన్‌టి డాక్టర్ అసోసియేషన్ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు డా.రవి శంకర్, బీసీ టైమ్స్ ఎడిటర్ సూర్యారావు, మెడికల్ ఆఫీసర్స్ పాల్గొన్నారు.

నేడు కొత్తగూడెంలో అదిరేలా వేడుకలు..

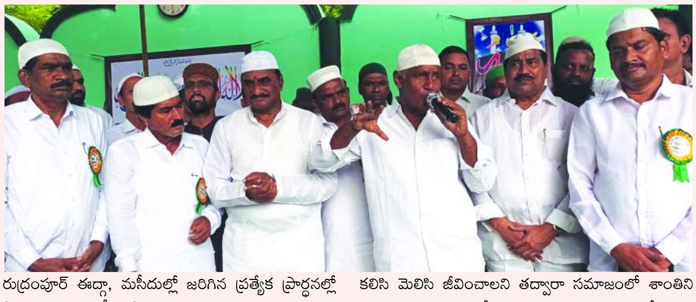
భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా కేంద్రమైన కొత్తగూడెం పట్టణంలోని కొత్తగూడెం క్లబ్‌లో తెలంగాణ రాష్ట్ర మెడికల్ అండ్ హెల్త్ డైరెక్టర్, డాక్టర్ జీఎస్ఆర్ ఛారిటబుల్ ట్రస్ట్ చైర్మన్ డా.గడల శ్రీనివాస రావు జన్మదిన వేడుకలు ఘనంగా నిర్వహించనున్నారు. ఈ మేరకు ఏర్పాట్లు ముమ్మరంగా చేశారు. జిల్లాలోని పలువురి ప్రముఖులకు ప్రత్యేకంగా ఆహ్వానం పంపగా, కొత్తగూడెం నియోజకవర్గ వ్యాప్తంగా ప్రజానీకానికి ఈ వేడుకలకు ఆహ్వానించారు. కొత్తగూడెం పట్టణమంతా తెలంగాణ రాష్ట్ర మెడికల్ అండ్ హెల్త్ డైరెక్టర్, డాక్టర్ జీఎస్ఆర్ ఛారిటబుల్ ట్రస్ట్ చైర్మన్ డా.గడల శ్రీనివాస రావు జన్మదిన శుభాకాంక్షల ఫ్లెక్సీలతో నిండిపోయింది. కాగా గత రెండేండ్లుగా కొత్తగూడెం జిల్లా వ్యాప్తంగా ఉన్న అనేక ప్రాంతాల్లోని నిరుపేదలకు వైద్యం పరంగా, నిరుద్యోగులకు ఉపాధిపరంగా, ఎంతో మంది నిస్సహకులకు చేయూతనిస్తూ వస్తున్నారు తెలంగాణ రాష్ట్ర మెడికల్ అండ్ హెల్త్ డైరెక్టర్, డాక్టర్ జీఎస్ఆర్ ఛారిటబుల్ ట్రస్ట్ చైర్మన్ డా.గడల శ్రీనివాసరావు. నేడు ఆయన జన్మదినం కార్యక్రమానికి వేలాది మంది తరలిరానున్నారని అంచనా.

త్యాగానికి, సామరస్యానికి ప్రతీక బక్రీద్

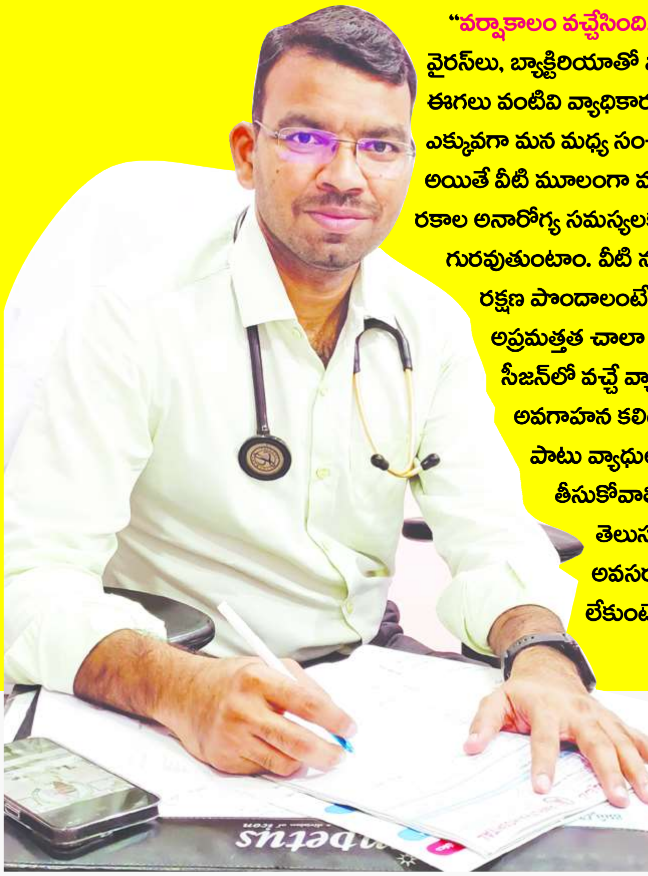
- ముస్లిం మైనార్టీలను వెలివేసే కేంద్రం కుట్రలను తిప్పికొట్టాలి
- సిపిఐ రాష్ట్ర సహాయ కార్యదర్శి కూనంనేని సాంబశివరావు
- ముస్లీం కుటుంబాలకు బక్రీద్ శుభాకాంక్షలు తెలిపిన కూనంనేని

శామ్, జూన్29(కెరటం ప్రతినిధి)

త్యాగానికి, సామరస్యానికి ప్రతీక బక్రీద్ పండుగ అని సిపిఐ రాష్ట్ర కార్యదర్శి, కొత్తగూడెం మాజీ శాసన సభ్యులు కూనంనేని సాంబశివరావు అన్నారు. బక్రీద్ పండుగను పురస్కరించుకొని గురువారం పట్టణ పరిధిలోని బొడగుట్ట,



రుద్రంపూర్ ఈద్గా, మసీదుల్లో జరిగిన ప్రత్యేక ప్రార్ధనల్లో పాల్గొన్నారు. ముస్లీం సోదరులకు పండుగ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. సందర్భంగా కూనంనేని మాట్లాడుతూ ప్రజాస్వామ్య భారత దేశంలో అన్ని పండుగలకు కులమతాలకతీతంగా జరుపుకోవడం హర్షణీయమన్నారు. రాగద్వేశాలు వీడనాడి ప్రతి ఒక్కరు సామరస్యా భావాలతో కలిసి మెలిసి జీవించాలని తద్వారా సమాజంలో శాంతిని నెలకొల్పాలన్నారు. పేద, ధనిక తారాత్యమ లేకుండా పండుగ ఉత్సవాలను అందరూ జరుపుకోవాలని, పండుగలు జరుపుకునే స్థితిలో లేని పేదలకు తమవంతు కర్తవ్యంగా తోడ్పాటును అందించి పండుగ వేడుకల్లో భాగస్వామ్యం చేయడం అభినందనీయమన్నారు. కేంద్రంలోని మోడీ సర్కార్ ముస్లిం మైనార్టీలను దేశద్రోహులుగా ముద్రిస్తూ వెలివేసే కుట్రలకు పాల్పడుతోందన్నారు. ఎన్ఆర్సి, సీఏఏ చట్టాలను తీసుకువచ్చి ముస్లిం మైనార్టీలను ముప్పుతిప్పలు పెడుతోందన్నారు. కులాలు, మతాల మధ్య చిచ్చుపెట్టి పబ్బంగడుపుకునే నీచ రాజకీయాలకు పాల్పడుతోందని, ఈ కుయుక్తులను కలిసికట్టుగా తిప్పికొట్టాలని పిలుపునిచ్చారు. కూనంనేని వెంట సిపిఐ జిల్లా కార్యదర్శి ఎస్ కె.సాబీర్ పాషా, ముస్లీం మైనార్టీ నాయకులు నయిమ్ ఖురేషి, ఇర్ఫాన్, రజాక్, ముక్తియార్, జాహెద్, షాబుద్దీన్, షకీల్ నాయకులు వై.శ్రీనివారెడ్డి, కంచర్ల జమలయ్య తదితరులు పాల్గొన్నారు.



"వర్షాకాలం వచ్చేసింది. ఈ కాలం వైరస్‌లు, బ్యాక్టీరియాతో పాటు దోమలు, ఈగలు వంటివి వ్యాధికారక కీటకాలు ఎక్కువగా మన మధ్య సంచరిస్తుంటాయి. అయితే వీటి మూలంగా మనకు అనేక రకాల అనారోగ్య సమస్యలకు గురవుతుంటాం. వీటి నుంచి మనం రక్షణ పొందాలంటే ముందస్తు అప్రమత్తత చాలా ముఖ్యం. ఈ సీజన్‌లో వచ్చే వ్యాధుల పట్ల అవగాహన కలిగి ఉండడంతో పాటు వ్యాధులు రాకుండా తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలను తెలుసుకోవడం ఎంతో అవసరం కూడా. లేకుంటే అనర్థాలు తప్పవు. మన దేశంలో ఉన్న 766 జిల్లాల్లో మందులకు లొంగని మలేరియా వ్యాప్తి చెందే జిల్లాల జాబితాలో మన భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా కూడా ఒకటి. అలాంటి అనారోగ్య సమస్యలు కొనితెచ్చుకోకుండా చిన్న చిన్న జాగ్రత్తలతో అనేక రకాల సీజనల్ వ్యాధుల బారిన పడకుండా సంరక్షించుకోవచ్చని.. ముందస్తు అప్రమత్తతే అమృత కవచమని" కొత్తగూడెం పట్టణంలోని అమృత హాస్పటల్ అధినేత, ప్రముఖ ఎమర్జెన్సీ క్రిటికల్ కేర్ వైద్యులు డాక్టర్ ఇ.బాబూరావు తెలిపారు. జాతీయ వైద్యుల దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని కెరటం ప్రతినిధితో సీజనల్ వ్యాధులు ప్రబలకుండా తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు, పాటించాల్సిన సూచనలు ముచ్చటించారు. ఆయన తెలిపిన విషయాలు ఆయన మాటల్లోనే..

శామ్, జూన్29(కెరటం ప్రతినిధి)

అప్రమత్తతే అమృత కవచం

అమృత హాస్పిటల్ అధినేత, ప్రముఖ క్రిటికల్ కేర్ వైద్యులు డా ఇ.బాబూరావు

డాక్టర్ - స్నాప్

సీజనల్ వ్యాధుల పట్ల అప్రమత్తత అవసరం..

ప్రతి ఏడాది సాధారణంగా జూన్ నుంచి నవంబర్ వరకు వర్షాలు పడుతుంటాయి. ఈ కాలంలో డెంగ్యూ, చికున్‌గున్యా, మలేరియా, కలరా, టైఫాయిడ్, వైరల్ జ్వరాలు, అతిసారం, కడుపు ఇన్ఫెక్షన్లు, అన్‌డిఫెర్షియేటెడ్ ఫీవర్స్, దగ్గు, జలుబు వంటి వ్యాధులు ఎక్కువగా వస్తుంటాయి. అయితే వీటిల్లో ఉండే లక్షణాల్లో సాధారణంగా జ్వరం ఉంటుంది. కొంత మందికి జ్వరంతో పాటు తలనొప్పి, కళ్ల నొప్పులు, ఒంటి నొప్పులు, కండరాల నొప్పులు, వాంతులు, విరేచనాలు, అలసట, నీరసం, దగ్గు, జలుబు, వంటివి లక్షణాలు ఉంటాయి. జ్వరం వచ్చిన రెండు రోజుల్లో కనుక తగ్గకుంటే సరైన వైద్యున్ని సంప్రదించి లక్షణాలను బట్టి ట్రీట్‌మెంట్ తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది. అయితే ఈ సీజనల్ వ్యాధుల పట్ల అప్రమత్తంగా ఉండి సరైన జాగ్రత్తలు తీసుకుంటే వీటి బారిన పడకుండా సంరక్షించుకోవచ్చు.

మందులకు లొంగని మలేరియా వ్యాప్తి చెందే జిల్లాల జాబితాలో మనది కూడా ఒకటి..

సీజనల్ వ్యాధులు ఎక్కువగా వ్యాప్తి చెందడానికి దోమలు, ఈగలు, వైరస్‌లు, బ్యాక్టీరీయాలు కారకాలుగా ఉంటాయి. వర్షాకాలం దోమలు పిల్లలు పెట్టడానికి మరింత అనుకూలంగా ఉంటుంది. అయితే దోమల పొట్టలో వ్యాధులకు సంబంధించిన వైరస్‌లు పెరుగుతాయి. దీంతో దోమల వ్యాప్తి పెరిగితే వ్యాధుల ప్రభావం కూడా పెరుగుతుంది. మన దేశంలో ఉన్న 766 జిల్లాల్లో మందులకు

- సీజనల్ వ్యాధుల పట్ల అవగాహన అవసరం
- ప్రమాదం ముంచుకొచ్చే వరకూ నిర్లక్ష్యం తగదు
- వ్యక్తిగత పరిశుభ్రతతో పాటు పరిసరాల శుభ్రత కూడా ముఖ్యం
- దోమల వృద్ధికి మన చుట్టూ ఉన్న నీటి నిల్వలే కారణం..
- దేశంలో మందులకు లొంగని మలేరియా వ్యాప్తిలో మన జిల్లా కూడా..

లొంగని మలేరియా వ్యాప్తి చెందే నార్త్ ఈస్ట్ జిల్లాలైన ఒరిస్సా, ఛత్తీస్‌ఘడ్ వంటి ప్రాంతాల్లోని జిల్లాల జాబితాలో మన భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా కూడా ఒకటి. ఎందుకంటే మన దగ్గర అడవుల విస్తీర్ణం అధికంగా

ఉండడం మూలంగా వీటిల్లో పెరిగే దోమల వల్ల ఈ రకమైన మలేరియా వచ్చే అవకాశాలు అధికంగా ఉన్నాయి. వర్షాకాలంలో వర్షపు నీటిలో తిరగడం మూలంగా ఎలుకల మీద ఉండే స్క్రబ్‌టైఫస్, లైప్టోస్పైరానీ వంటి టిక్‌లు కుట్టడం వల్ల రోగాల బారిన పడే ప్రమాదం ఉంది. సీజనల్ వ్యాధుల్లో టైఫాయిడ్ కూడా ప్రమాదకరమే. ఈ వ్యాధిలో జ్వరం ఒక్కటే ఉంటుంది అనుకుంటారు. కానీ దగ్గు, వాంతులు, విరేచనాలు కూడా ఉంటాయి. ఇవి ప్రధానంగా నీటి కాలుష్యం, ఫుడ్ కాలుష్యం, ఈగలు వంటి వాటి వల్ల ఎక్కువగా వస్తుంది. కొన్ని రకాల సీజనల్ వ్యాధుల్లో ఎలాంటి లక్షణాలు ఉండకుండా ప్లేట్‌లెట్స్ పడిపోతుంటాయి. దీన్ని వైరల్ హైమరైజిక్ ఫీవర్స్ అంటారు.

దోమల వ్యాప్తి నివారణ ఒక్కటే మార్గం..

సీజనల్ వ్యాధులు ప్రబలకుండా దోమల వ్యాప్తి నివారణ ఒక్కటే మార్గం. మన చుట్టూ ఉన్న నీటి నిల్వను ఆస్కారం లేకుండా చూడాలి. ఇంటితో పాటు ఇంటి పరిసరాల చుట్టూ నీరు నిల్వ లేకుండా చూడాలి. దోమ 100 మీటర్ల కంటే ఎక్కువ దూరం ప్రయాణం చేయలేదు. కాబట్టి పరిసరాలు పరిశుభ్రంగా ఉంచుకుంటే దోమల వ్యాప్తి అదుపులో ఉంటుంది. వీటితో పాటుగా వ్యక్తిగత పరిశుభ్రత పాటించాలి. శుద్ధి చేసిన నీటినే తాగాలి. మనం ఊరి ప్రయాణాల్లో ఉన్నప్పుడు తాగునీటిలో క్లోరిన్ బిళ్లలు లేదా అయోడిన్ డ్రాప్స్ వేసుకుని తాగడం మూలంగా నీటిని శుద్ధి చేసుకుని తాగొచ్చు. చేతులను తరచుగా శుభ్రంగా కడుక్కోవాలి. బహిరంగ మలవిసర్జన చేయడం, బహిరంగ ప్రదేశాల్లో ఉమ్మి వేయడం వంటివి చేయకూడదు.