കാരിത്താസിയൻ

ഒരു ആരോഗ്യമാസിക

പുസ്തകം 04 | ലക്കം 13 | 2025 മാർച്ച്-മെയ്

കാരിത്താസ് ഹോസ്പിറ്റൽ പ്രസിദ്ധീകരണം

CARITAS HOSPITAL & INSTITUTE OF HEALTH SCIENCES

ആരോഗ്യവും സമൂഹവും

ഫാ. ഡോ. ബിനു കുന്നത്ത്

പാൻക്രിയാസിലെ കാൻസർ ആശങ്കകളും സങ്കീർണതകളും

ഡോ. ടോം കുര്യൻ

വൻകുടലിലെ കാൻസറിന് താക്കോൽ ദ്വാര ശസ്ത്രക്രിയ

ഡോ. ദീപക് ജോർജ് ടി

കാരിത്താസിയൻ
ഒരു ആരോഗ്യമാസിക

CARITAS
HOSPITAL & INSTITUTE OF HEALTH SCIENCES

Contents

Scan to visit the website

കാരിത്താസിയൻ
ഒരു ആരോഗ്യമാസിക

കാരിത്താസ് ഹോസ്പിറ്റൽ പ്രസിദ്ധീകരണം

പുസ്തകം 04 | ലക്കം 13
2025 മാർച്ച് - മെയ്

ചീഫ് എഡിറ്റർ
ഫാ. ഡോ. ബിനു കുന്നത്ത്

എഡിറ്റർ ഇൻ-ചാർജ്
ഫാ. ജിനു കാവിൽ

എക്സിക്യൂട്ടീവ് എഡിറ്റർ
ഫാ. ജിസ്മോൻ മഠത്തിൽ

പത്രാധിപ സമിതി
ഡോ. ബോബി എൻ. എബ്രഹാം
ഡോ. സുരേഷ് ഭട്ട്
ഡോ. ടി. യു. സുകുമാരൻ
ഡോ. ആർ. വി. ജയകുമാർ
പ്രൊഫ. ട്വിങ്കിൾ മാത്യു
ഡോ. സിനു തോമസ്

Design, Layout & Printed at
Orange Printers Private Limited
Thiruvananthapuram 695 001
Phone : +91 471 4010905
www.orangexpress.com

3 ആരോഗ്യവും സമൂഹവും
ഫാ. ഡോ. ബിനു കുന്നത്ത്

8 പാൻക്രിയാസിലെ കാൻസർ ആശങ്കകളും സങ്കീർണതകളും
ഡോ. ടോം കുര്യൻ

12 വൻകുടലിലെ കാൻസറിന് താക്കോൽ ദ്വാര ശസ്ത്രക്രിയ
ഡോ. ദീപക് ജോർജ് ടി

18 മഞ്ഞപ്പിത്തം
ഡോ. ദീപക് തോമസ്

24 ഫാറ്റി ലിവർ രോഗം അറിയേണ്ടതെല്ലാം
ഡോ. അശ്വിൻ ജിയോ ജേക്കബ് ഇ

28 ഗ്യാസ്ട്രോ ഈസോഫാജിയൽ റിഫ്ളക്സ് ഡിസീസ്
ഡോ. ജിനോ തോമസ്

Scan to Download Previous Issues of Caritasian

Aug 21 - Sept 21 Issue
Oct 21 - Nov 21 Issue
Nov 21 - Feb 22 Issue
Feb 22 - Apr 22 Issue
Apr 22 - Jun 22 Issue
Jun 22 - Aug 22 Issue

ആരോഗ്യവും സമൂഹവും

മനുഷ്യന്റെ പൊതുവായ ക്ഷേമത്തിനും സാമ്പത്തിക വളർച്ചയ്ക്കും കുടുംബത്തിന്റെ സുസ്ഥിതിയ്ക്കും നിർണായക സംഭാവന ചെയ്യുന്ന ഒരു പ്രധാന ഘടകമാണ് ആരോഗ്യം. ലിംഗ വർഗ സമ്പദ് ഭേദങ്ങളില്ലാതെ എല്ലാ മനുഷ്യരും ആരോഗ്യപൂർണമായ ജീവിതം അർഹിക്കുന്നുണ്ട്. എന്നാൽ പുരുഷന്മാരുമായി താരതമ്യപ്പെടുത്തുമ്പോൾ ഇന്ത്യയിലെ സ്ത്രീകളുടെ ആരോഗ്യ നിലവാരം പിന്നാക്കം നിൽക്കുന്നതിന് ആഗോള ആരോഗ്യ ശരാശരികളുമായി ബന്ധപ്പെട്ട നിരവധി കാരണങ്ങളുണ്ട്.

നിലവിൽ ഇന്ത്യയിലെ സ്ത്രീകൾ, വീട്ടമ്മമാരും വീടിനു പുറത്ത് ജോലി ചെയ്യുന്നവരും, നിരവധി ആരോഗ്യ പ്രശ്നങ്ങൾ നേരിടുന്നുണ്ട്. ഇത് ആത്യന്തികമായി ഇന്ത്യയുടെ സമ്പദ്‌വ്യവസ്ഥയുടെ ഉൽപാദനത്തെയും സമൂഹത്തിന്റെ പൊതു ആരോഗ്യത്തെയും ബാധിക്കുന്നു.

ആരോഗ്യ സംരക്ഷണത്തിൽ നിലനിൽക്കുന്ന ലിംഗ, വർഗ അല്ലെങ്കിൽ വംശീയ അസമത്വങ്ങൾ പരിഹരിക്കുന്നതിലൂടെയും മികച്ച ചികിൽസാ സംവിധാനങ്ങൾ ഉറപ്പാക്കുന്നതിലൂടെയും ആരോഗ്യ ഫലങ്ങൾ മെച്ചപ്പെടുത്തുവാനും ഗുണനിലവാരമുള്ള മനുഷ്യ മൂലധനം സൃഷ്ടിക്കുവാനും സമ്പാദ്യത്തിന്റെയും നി

ഫാ. ഡോ. ബിനു കുന്നത്ത്
ഡയറക്ടർ
കാരിത്താസ് ആശുപത്രി

ക്ഷേപത്തിന്റെയും അളവ് വർദ്ധിപ്പിക്കുവാനും കഴിയും.

ലിംഗപരമായ അസമത്വങ്ങൾ സ്ത്രീകളുടെ മോശം ആരോഗ്യ ഫലങ്ങളുമായി നേരിട്ട് ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു എന്ന് പഠനങ്ങൾ തെളിയിക്കുന്നു. പുരുഷന്മാരാണ് സ്ത്രീകളേക്കാൾ കൂടുതൽ തവണ ആശുപത്രികൾ സന്ദർശിക്കുന്നത്. സ്ത്രീകൾക്ക് സാധാരണയായി പോഷകാഹാര ലഭ്യതക്കുറവും ഭക്ഷണം നന്നായി കഴിക്കുന്നതിനുള്ള സമയക്കുറവും ജോലികളുടെ ആധിക്യവും മൂലം അവഗണിക്കപ്പെടുന്ന രോഗ ലക്ഷണങ്ങളും എല്ലാം ആരോഗ്യ സംരക്ഷണത്തിലുള്ള ഈ വ്യത്യസ്തതയെ സ്വാധീനിക്കുന്നുണ്ട്.

അവിദഗ്ധമായ പ്രസവാനന്തര പരിചരണവും പ്രതിരോധ കുത്തിവയ്പ്പുകളുടെ അഭാവവും സ്ത്രീ ആരോഗ്യത്തെ തകിടം മറിക്കുന്നു.

പൊതു ഇടങ്ങളിൽ സഞ്ചരിക്കുന്നതിൽ ഇന്ത്യൻ സ്ത്രീകൾക്ക് പുരുഷന്മാരേക്കാൾ കൂടുതൽ ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ അനുഭവപ്പെടാനുള്ള സാധ്യത കൂടുതലാണ്, ഇത് ആരോഗ്യസേവനങ്ങൾ പ്രാപ്തമാക്കുന്നതിന്റെ അളവ് കുറയ്ക്കുന്നു.

വികസ്വര രാജ്യങ്ങളിൽ പോഷകാഹാരക്കുറവുള്ള സ്ത്രീകളുടെ ഏറ്റവും ഉയർന്ന നിരക്കുള്ള രാജ്യങ്ങളിൽ ഒന്നാണ് ഇന്ത്യ. 2000-ൽ നടത്തിയ പഠനത്തിൽ ഗർഭിണികളല്ലാത്ത സ്ത്രീകളിൽ ഏകദേശം 70 ശതമാനവും ഗർഭിണികളിൽ 75 ശതമാനവും ഇരുമ്പിന്റെ കുറവ് മൂലം വിളർച്ച ബാധിച്ചവരാണെന്ന് കണ്ടെത്തിയിട്ടുണ്ട്.

ഇന്ത്യയിൽ, ആദ്യകാല കൗമാരക്കാരുടെ പോഷകാഹാരം ഏകദേശം തുല്യമാണെന്ന് അനുമാനിച്ചാലും, പ്രായപൂർത്തിയാകുമ്പോൾ സ്ത്രീകൾക്ക് പോഷകാഹാരക്കുറവിന്റെ നിരക്ക് വർദ്ധിക്കുന്നു. കൂടാതെ, വിവാഹിതരല്ലാത്ത സ്ത്രീകളെ അപേക്ഷിച്ച് വിവാഹിതരായ സ്ത്രീകൾക്ക് പോഷകാഹാരക്കുറവ് വർദ്ധിച്ചതായും കണക്കുകൾ സൂചിപ്പിക്കുന്നു.

മാതൃ പോഷകാഹാരക്കുറവ് മാതൃമരണ സാധ്യതയും ശിശു ജനന വൈകല്യങ്ങളും വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതായി കണ്ടെത്തിയിട്ടുണ്ട്. പോഷകാഹാരക്കുറവിന്റെ പ്രശ്നം പരിഹരിക്കുന്നത് സ്ത്രീകൾക്കും കുട്ടികൾക്കും ഗുണകരമായ ഫലങ്ങൾ നൽകും.

കഴിഞ്ഞ രണ്ട് പതിറ്റാണ്ടുകളായി ഇന്ത്യ നിർണായകമായ വളർച്ച കൈവരിച്ചിട്ടുണ്ടെങ്കിലും, വികസ്വര രാജ്യങ്ങളുമായി താരതമ്യപ്പെടുത്തുമ്പോൾ മാതൃമരണനിരക്ക് ഇപ്പോഴും വളരെ ഉയർന്നതാണ്.

1992 നും 2006 നും ഇടയിൽ ലോകമെമ്പാടുമുള്ള മാതൃമരണങ്ങളുടെ ഏകദേശം 20 ശതമാനം ഇന്ത്യയിലാണ്.

എന്നിരുന്നാലും, ഇന്ത്യയിലെ ഓരോ പ്രത്യേക സംസ്ഥാനങ്ങളിലും മാതൃമരണ നിരക്ക് ഒരുപോലെയല്ല. മതിയായ മെഡിക്കൽ വിഭവങ്ങളുടെ ലഭ്യത കാരണം നഗരപ്രദേശങ്ങളിൽ പലപ്പോഴും മൊത്തത്തിലുള്ള മാതൃമരണ നിരക്ക് കുറവാണ്. എന്നാൽ കേരളത്തെ പോലെ സാക്ഷരതയും വളർച്ചാ നിരക്കും ഉള്ള സംസ്ഥാനങ്ങളിൽ മാതൃ ആരോഗ്യം കൂടുതലും ശിശുമരണനിരക്ക് കുറവുമാണ്. വർദ്ധിച്ച ചികിത്സാ സൗകര്യങ്ങളും വിദഗ്ധരുടെ സേവനവും ചികിൽസാ ലഭ്യതയും കേരളത്തെ സ്ത്രീ ആരോഗ്യ സംരക്ഷണ രംഗത്ത് മുൻപന്തിയിൽ എത്തിച്ചിട്ടുണ്ട്.

സ്തനാർബുദമുള്ള സ്ത്രീകളുടെ എണ്ണത്തിൽ വലിയ വർധനവാണ് ഉള്ളത്. 2030 ആകുമ്പോഴേക്കും ലോകത്തിലെ കാൻസർ കേസുകളിൽ ഏകദേശം 70 ശതമാനവും വികസ്വര രാജ്യങ്ങളിൽ നിന്നായിരിക്കും. അതിൽ അഞ്ചിലൊന്ന് കേസുകളും ഇന്ത്യയിൽ നിന്നാണ് എന്നതും ശ്രദ്ധേയമാണ്.

സ്തനാർബുദ കേസുകളുടെ പെട്ടെന്നുള്ള വർദ്ധനവിന് കാരണം രാജ്യത്തിന്റെ പാശ്ചാത്യവൽക്കരണത്തിലെ വർദ്ധനവാണെന്നും പഠനങ്ങൾ പറയുന്നു. വൈദേശികമായ ആഹാരക്രമം,

നാഗരിക ജീവിതരീതി, പ്രസവസംബന്ധിയായ പ്രശ്നങ്ങൾ എന്നിവ ഉൾപ്പെടുന്നു.

ഇന്ത്യയിലെ സ്ത്രീ മരണനിരക്കിൽ മറ്റൊരു പ്രധാന ആശങ്കയാണ് ഹൃദയ സംബന്ധമായ അസുഖങ്ങൾ. ലോകജനസംഖ്യയുടെ 20% ൽ താഴെ മാത്രമാണെങ്കിലും, ലോകത്തിലെ ഹൃദ്രോഗത്തിന്റെ കണക്കെടുത്താൽ 60% ഇന്ത്യക്കാരാണ്. ഹൃദയ സംബന്ധമായ അസുഖങ്ങൾ മൂലമുള്ള മരണനിരക്ക് ഇന്ത്യൻ സ്ത്രീകൾക്ക് വളരെ കൂടുതലാണ്, ഇന്ത്യൻ ഹാർട്ട് അസോസിയേഷൻ പോലുള്ള സംഘടനകൾ ഈ വിഷയത്തെക്കുറിച്ച് അവബോധം വളർത്തുന്നുണ്ട്. ഇന്ത്യയിൽ പുരുഷന്മാരേക്കാൾ സ്ത്രീകൾക്ക് ഹൃദയ സംബന്ധമായ അസുഖങ്ങളുമായി ബന്ധപ്പെട്ട മരണനിരക്ക് കൂടുതലാണ്.

ഇത് കൂടാതെ ന്യൂറോ പ്രശ്നങ്ങളും അസ്ഥി തേയ്മാനം തുടങ്ങിയ പ്രശ്നങ്ങളും ജീവിതശൈലീ രോഗങ്ങളും സ്ത്രീ ജീവിതം ദുസ്സഹമാക്കുന്നുണ്ട്. ലക്ഷണങ്ങളെ അവഗണിക്കുന്നതും മതിയായ ആരോഗ്യ നിർദേശങ്ങളുടെ അഭാവവും ഇത്തരം പ്രതിസന്ധികളെ സങ്കീർണമാക്കുന്നു.

ശാരീരികമായ പ്രശ്നങ്ങളെ പോലെ തന്നെയോ അതിലധികമോ ശ്രദ്ധ അർഹിക്കുന്ന ഒന്നാണ് സ്ത്രീകളിൽ വർദ്ധിച്ചു വരുന്ന മാനസിക ആരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങൾ.

വികസിത രാജ്യങ്ങളിലെ സ്ത്രീകളെ അപേക്ഷിച്ച് ഇന്ത്യൻ സ്ത്രീകളിൽ ആത്മഹത്യാ നിരക്ക് കൂടുതലാണ്. പുരുഷന്മാരെ അപേക്ഷിച്ചും ഇന്ത്യയിലെ സ്ത്രീകളിൽ ആത്മഹത്യാ നിരക്ക് കൂടുതലാണ്. സ്ത്രീകളുടെ ആത്മഹത്യയ്ക്ക് ഏറ്റവും സാധാരണമായ കാരണങ്ങളായി ചൂണ്ടിക്കാണിക്കപ്പെടുന്നത് വിഷാദം, ഉത്കണ്ഠ, ലിംഗപരമായ പോരായ്മ, ഗാർഹിക പീഡനവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട അനുഭവങ്ങൾ എന്നിവയാണ്.

സ്ത്രീകളുടെ തകരാറിലാവുന്ന മാനസിക ആരോഗ്യവും തുടർസമ്മർദ്ദങ്ങളുടെ ഫലമായി ഉണ്ടാകുന്ന ആരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങളും ഒരു പരിധി വരെ ഈ പരിതോവസ്ഥകളുടെ അനന്തര ഫലങ്ങളാണ്.

സുരക്ഷിതവും ആരോഗ്യകരവുമായ ഒരു സമൂഹത്തിന് ഏറ്റവും അനിവാര്യമായ ഒന്നാണ് സ്ത്രീ ആരോഗ്യം. അത് ഉറപ്പാക്കുന്നതിലൂടെ ആരോഗ്യകരമായ ഒരു തലമുറയെ സൃഷ്ടിക്കാനും സമൂഹത്തെ തുല്യ അവസരങ്ങളുടെ ഇടമാക്കി മാറ്റാനും കഴിയും. എല്ലാ ഭേദങ്ങൾക്കും അതീതമായി ആത്മവിശ്വാസവും ആരോഗ്യവുമുള്ള ഒരു തലമുറ വളർന്നു വരട്ടെ.

Best Healthcare Award

Congratulations to Rev. Dr. Binu Kunnath, CEO & Director of Caritas Hospital, on receiving the prestigious Best Healthcare Award! This esteemed recognition was presented by the Honorable West Bengal Governor, Dr. C. V. Ananda Bose, during the Kerala Kaumudi - Kottayam Unit Silver Jubilee celebration at K.P.S Menon Auditorium.

Rev. Dr. Binu Kunnath's achievement is a testament to his dedication and contributions to the field of healthcare. As the CEO & Director of Caritas Hospital, he has been instrumental in providing quality healthcare services to the community.

Caritas Matha Hospital

Opens New Gynecology and Neonatology Departments

Caritas Matha Hospital has launched its newly renovated Obstetrics, Gynecology and Neonatology departments. The inauguration ceremony was held at the Caritas Matha Hospital campus and was officiated by renowned film star and Social Media influencer, Pearle Maaney.

Caritas Matha Hospital, the latest addition to the Caritas family, builds upon over six decades of healthcare excellence in Kottayam. The hospital is dedicated to providing advanced and comprehensive care for women and newborns.

The renovated departments are equipped with state-of-the-art facilities and cutting-edge technology, offering a wide range of services to address the healthcare needs of women and infants. A team of experienced doctors and healthcare professionals will be available around the clock to provide specialized care.

The inauguration ceremony was presided over by Rev. Dr. Binu Kunnath, Director & CEO of Caritas Hospital. Other dignitaries present included Rev. Fr. Roy Kanjirathummoottil, Joint Director of Caritas Matha Hospital, Dr. Rajesh V., Medical Superintendent; and Dr. Harish Chandran Nair , HOD & Senior Consultant, Obstetrics & Gynecology and all other experts from Obstetrics, Gynecology & Neonatology department.

Following the inauguration, Pearle Maaney participated in a panel discussion with gynecology and neonatology experts Dr. Harish, Dr. Regi. The discussion covered various topics related to motherhood, child health, and challenges faced during pregnancy.

Rev. Fr. Dr. Binu Kunnath presented Pearle Maaney with a momento as a token of appreciation from Caritas Matha Hospital.

Prior to the official ceremony, a unique ramp walk featuring expectant mothers was also held. The event celebrated the beauty of motherhood and was met with enthusiastic applause.

Kerala Pharmaceutical
Congress 2025

The Kerala Pharmaceutical Congress (KPC) 2025 came to a successful close after two days of engaging discussions on how artificial intelligence (AI) is shaping the future of pharmacy. Held at Caritas College of Pharmacy, the event gathered experts, industry leaders, and students to explore the latest advancements in pharmaceutical education and research.

The congress was officially inaugurated by Mr. Ajit Singh, Chairman of ACG Worldwide. Delivering the keynote address, Prof. Dr. B. Suresh emphasized the transformative role of artificial intelligence (AI) and augmented reality (AR) in pharmacy education, underscoring their potential to enhance interactivity and bridge the gap between academia and industry. Meanwhile, Mar Mathew Moolakkattu, Archbishop of the Archdiocese of Kottayam, addressed the gathering, shedding light on the growing influence of AI in the field of medicine.

Various scientific sessions were held, covering topics like AI-driven pharmaceutical research, automation in drug development, and the future of clinical pharmacy. Experts such as Dr. Sabu Thomas and Dr. Jijo P Ulahannan shared insights on using AI in education, while Dr. Priyank Tripathi and Mrs. Indu Shankar spoke about how professionals can adapt and succeed in an AI-driven world.

The event concluded with a valedictory session featuring speakers like Dr. Cinu Thomas A, Rev. Dr. Binu Kunnath(Director & CEO of Caritas hospital) and Prof. Dr. C. P. Vijayan. They reflected on the key learnings from the congress and discussed future opportunities in pharmacy. Dr. Kala D led an award ceremony recognizing outstanding contributions in pharmaceutical research and innovation.

KPC 2025 proved to be a valuable platform for learning and networking, giving pharmacy professionals and students fresh insights into the role of AI in healthcare. The event wrapped up on an optimistic note, with discussions on innovation and the evolving role of technology in the pharmaceutical industry.

പാൻക്രിയാസിലെ കാൻസർ ആശങ്കകളും സങ്കീർണതകളും

ഡോ. ടോം കുര്യൻ
സീനിയർ കൺസൾട്ടന്റ്
(ഗ്യാസ്ട്രോഎന്ററോളജി)
MBBS, MD, DM (ഗ്യാസ്ട്രോഎന്ററോളജി)

നമ്മുടെ ശരീരത്തിന് ഒത്തനടുക്ക് നട്ടെല്ലിനു കുറുകെ ഒരു ആർച്ച് കണക്കെ സ്ഥിതി ചെയ്യുന്ന അവയവമാണ് പാൻക്രിയാസ്. നമ്മുടെ ശരീരത്തിലെ എറ്റവും വലിയ ഗ്രന്ഥിയാണിത്. ദഹനരസങ്ങൾ പ്രധാനപ്പെട്ട ഹോർമോൺ ആയ ഇൻസുലിൻ, ഗ്ലുക്കഗോൺ തുടങ്ങിയവ ഇത് ഉത്പാദിപ്പിക്കുന്നു. ലോകത്ത് കണ്ടു വരുന്ന കാൻസറിൽ 12-ാം സ്ഥാനം ആണ്. മരണ കാരണമാകുന്ന കാൻസറിൽ 7-ാം സ്ഥാനവും.

പ്രധാനമായും നാലുതരം കാൻസർ ആണ് പാൻക്രിയാസിൽ കണ്ടുവരുന്നത്.

1. Adenocarcinoma
2. Neuroendocrine tomor
3. IPmn
4. Pseudopappillarytomour

50 കഴിഞ്ഞ് തുടർന്നങ്ങോട്ടുള്ള മദ്ധ്യവയസ്ക്കരിൽ ആണ് സാധാരണ രോഗം കണ്ടുവരുന്നത് എന്നാൽ ചെറുപ്പക്കാരെയും ബാധിക്കാം. പ്രകടമായ ലിംഗവ്യത്യാസങ്ങൾ ഒന്നും കാണുന്നില്ല.

പ്രധാനപ്പെട്ടരോഗലക്ഷണങ്ങൾ

- വിശപ്പ് നഷ്ടപ്പെടുക
- ശരീരഭാരം കുറയുക
- കഠിനമായ വയറുവേദന പ്രത്യേകിച്ചു രാത്രിയിൽ
- ദഹനക്കുറവ്
- വയറ്റിൽ ഭാരം തോന്നുക
- മഞ്ഞപ്പിത്തം
- ശരീരമാസകലം ചൊറിച്ചിൽ

രോഗനിർണയം

- ബ്ലഡിൽ ഉയർന്ന CA-19-9 എന്ന tomour മാർക്കറിന്റെ ലെവൽ
- അൾട്രസൗണ്ട് സ്കാൻ abdomen
- CTABdomen
- MRI Abdomen
- PET SCAN DOTA scan

മേൽപറഞ്ഞ ലക്ഷണങ്ങളുമായി രോഗി ഡോക്ടറെ സമീപിക്കുമ്പോൾ ഈ ടെസ്റ്റുകളിലൂടെ രോഗം നിർണയിക്കാൻ സാധിക്കുന്നു. ഇതുകൂടാതെ രോഗം ഏതുഘട്ടത്തിലാണ് എന്നറിയാൻ സാധിക്കുന്നു.

പ്രാരംഭഘട്ടത്തിൽ രോഗം പാൻക്രിയാസിൽ മാത്രം ഒതുങ്ങി നിൽക്കും. അഡ്വാൻസ് സ്റ്റേജിൽ രോഗം സമീപത്തുള്ള പ്രധാന രക്തകുഴലുകളെ ബാധിക്കും. തുടർന്ന് മറ്റ് അവയവങ്ങളെ ബാധിക്കുകയും, ദൂര വ്യാപകമായി പടരുകയും ചെയ്യും. രോഗത്തിന്റെ പ്രധാന ചികിത്സയാണ് സർജറി. പാൻക്രിയാസിലെ അസുഖം ബാധിച്ച മുഴ മുറിച്ച് നീക്കുകയാണ് ചെയ്യുന്നത്. പാൻക്രിയാസിൽ രോഗം ഏതു ഭാഗത്ത് വ്യാപിച്ചു എന്നതനുസരിച്ച്, Whipples resection, Distal pancreatectomy, Subtotal pancreatectomy തുടങ്ങിയ surgical technique അവലംബിക്കാറുണ്ട്. Locally അഡ്വാൻസ്ഡ് ആയ അസുഖമാണെങ്കിൽ ഓങ്കോളജി ഡോക്ടറിന്റെ അഭിപ്രായത്തോട് കൂടി സർജറിക്കു മുമ്പ് കീമോതെറാപ്പി, റേഡിയോതെറാപ്പി തുടങ്ങിയവ നൽകാറുണ്ട്. ആരംഭഘട്ടത്തിൽ ആണെങ്കിൽ രോഗം പൂർണമായും ഭേദമാക്കാൻ സാധിക്കുന്നു. Advanced സ്റ്റേജിൽ palliative chemo radiotherapy ഫലപ്രദമാകുന്നു. ഇവിടെ pain palliation വളരെ പ്രാധാന്യം അർഹിക്കുന്നു. രോഗിക്ക് മഞ്ഞപ്പിത്തം ഉണ്ടെങ്കിൽ പിത്തത്തിന്റെ തടസം മാറ്റാനായിട്ടുള്ള bilary stenting വളരെ ഫലവത്താണ്. ഹോർമോൺ ഉണ്ടാക്കുന്ന ചെറിയ tumour ആണെങ്കിൽ endosopic radiofrequency abalation ഫലപ്രദമാണ്. ന്യൂറോഎൻഡോക്രൈൻ tumour - നു immunotherapy ഫലപ്രദമാണ്. പലപ്പോഴും രോഗം ആരംഭാവസ്ഥയിൽ നിർണയിക്കാൻ സാധിക്കാത്തതും മരണസാധ്യത വളരെ കൂടുതലുമാണ്. ഏറ്റവും നല്ല സാഹചര്യത്തിൽപോലും 30 ശതമാനം ആൾക്കാർ മാത്രമാണ് അഞ്ചുവർഷം തികയ്ക്കുന്നത്.

Cancer Awareness Ride 2025!

We Rode for a Cause!
Caritas Hospital & Institute of Health Sciences, in association with Decathlon, successfully organized the Cancer Awareness Ride 2025! Our community came together to ride with purpose, spreading awareness, encouraging early detection, and promoting a healthy future. We stood strong against cancer and took a step closer to canceling it!. Thank you to all who participated, supported, and helped make this event a success. Together, we can overcome cancer!

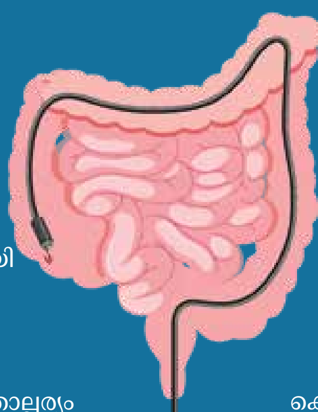
കൊളനോസ്കോപ്പി ചെയ്താൽ കാൻസർ വരാനുള്ള സാധ്യത കുറയുമോ?

കുറയും

വൻകുടൽ കാൻസറിന് മുന്നോടിയായി പലപ്പോഴും പോളിപ്പുകൾ രൂപപ്പെടാറുണ്ട്.

അഡിനോമ (Adenoma), സെസൈൽ സെറേറ്റ്ഡ്‌ലിഷൻ (Sessile Serrated Lesion) എന്നീ ഗണത്തിൽ വരുന്ന പോളിപ്പുകൾ ആണ് വർഷങ്ങൾക്ക് ശേഷം കാൻസർ ആയിമാറുന്നത്.

ഏതാണ്ട് 45 വയസ്സിനുമുകളിൽ ഉള്ള ആളുകളിൽ പോളിപ്പുകൾ കൂടുതലായി കാണപ്പെടുന്നു, അതുകൊണ്ടുതന്നെ മിക്ക വികസിത രാജ്യങ്ങളിലും 45 വയസ്സിനു മുകളിൽ ഉള്ള എല്ലാ ആളുകളിലും വൻകുടൽ കാൻസർ ഉണ്ടാകാനുള്ള സാധ്യത കുറയ്ക്കാനായി വൻകുടൽ കാൻസർ സ്ക്രീനിംഗ് നടത്താറുണ്ട്.



പത്തുവർഷത്തിൽ ഒരിക്കൽ ആണ് കൊളനോസ്കോപ്പി ഇതിനായി ചെയ്യേണ്ടത്.

കൊളനോസ്കോപ്പി താല്പര്യം ഇല്ലാത്തവർക്ക് മലംപരിശോധന നടത്താവുന്നതാണ്. Stool occult blood എന്ന ടെസ്റ്റ് എല്ലാവർഷവും കൃത്യമായി ചെയ്യുകയും, അത് പോസിറ്റീവ് ആണെങ്കിൽ മാത്രം കൊളനോസ്കോപ്പി ചെയ്യുകയും ചെയ്യാവുന്നതാണ്.

കൊളനോസ്കോപ്പിയുടെ സമയത്തു കാണുന്ന പോളിപ്പുകൾ കൃത്യമായി നീക്കുകയും പൊളിപ്പുകളുടെ വലിപ്പവും ബയോപ്സി റിപ്പോർട്ടും അനുസരിച്ചു തുടർപരിശോധനകൾ നടത്തുകയും ചെയ്താൽ വൻകുടൽ കാൻസർ ഒരു പരിധിവരെ തടയാൻ കഴിയും.

Dr. Deepak Madhu
Consultant –Gastroenterology
MBBS, MD (General Medicine),
DM (Gastroentrology)

World Diabetes Day

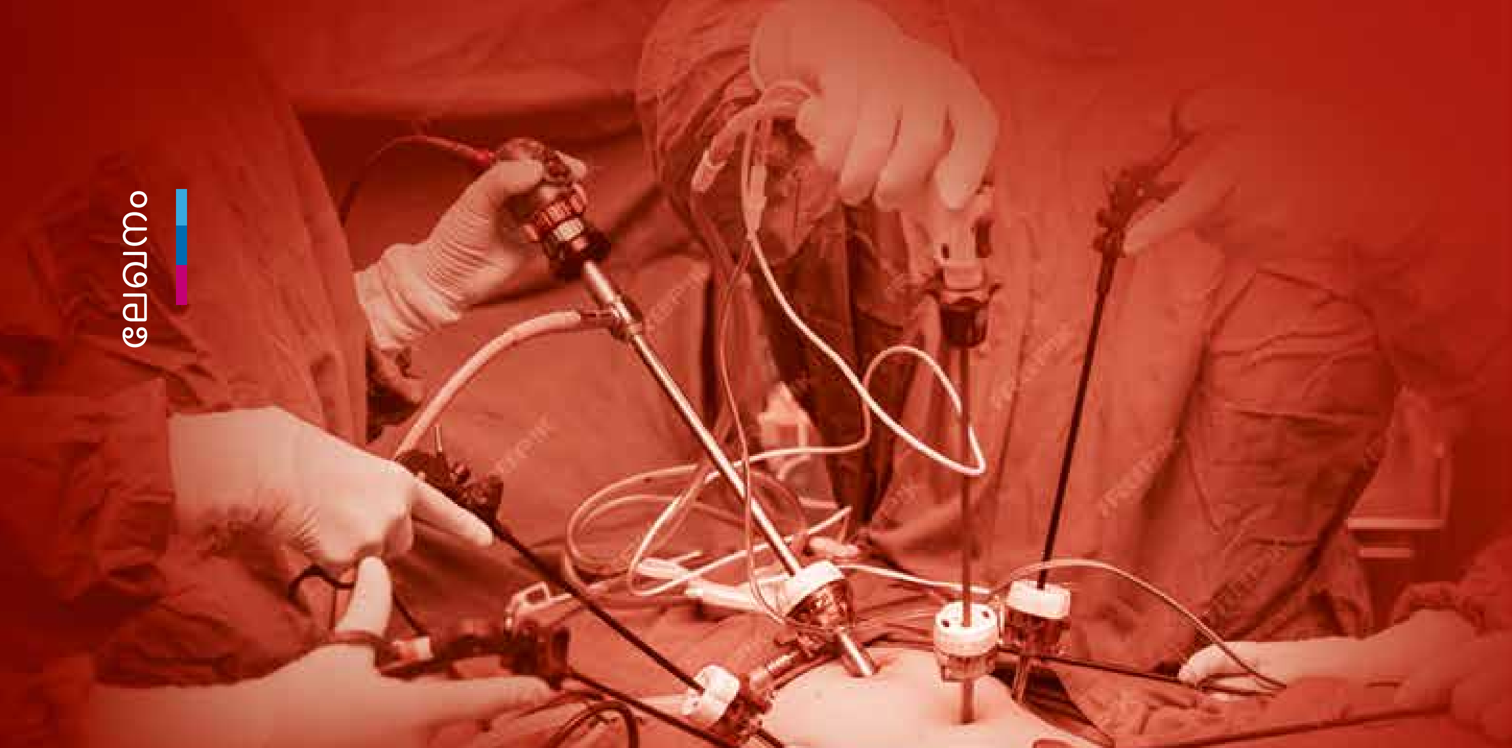
Caritas Hospital & Institute of Health Sciences recently celebrated World Diabetes Day with two meaningful events focused on health & wellness. One of the highlights was the Diabetic Meal Plate Calorie Challenge, where teams of three competed to create healthy, balanced meal plates suitable for diabetics within a calorie limit. Limited to just 10 spots, the challenge was both fun & informative, helping participants understand how to plan meals for effective diabetes management.

The celebrations also featured an energetic Zumba Dance Event held at the Diamond Jubilee Hall. Led by Ms. Anjana Maria Baby from We Care Fitness, participants enjoyed a lively workout set to upbeat music. The blue dress theme added an extra layer of excitement, as attendees dressed in blue created a bright & cheerful atmosphere.

Both events were a great success, combining fun with education to spread awareness about managing diabetes through healthy eating & exercise.

'സ്പർശനങ്ങൾ'

ലൈഫ് കാരിത്താസ് സോഷ്യൽ റെസ്പോൺസിബിലിറ്റിയുടെ നേതൃത്വത്തിൽ ഏറ്റുമാനൂരിലെ Ebenezer ഇന്റർനാഷണൽ റെസിഡൻഷ്യൽ സ്കൂളിൽ വച്ച് 'Touches' അഥവാ 'സ്പർശനങ്ങൾ' എന്ന വിഷയത്തിൽ കുട്ടികൾക്കായി പ്രത്യേക ബോധവത്കരണ സെഷൻ സംഘടിപ്പിച്ചു. കാരിത്താസ് ഹോസ്പിറ്റൽ & ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ഹെൽത്ത് സയൻസസിലെ Sr. Dr. Lintu Joseph നേതൃത്വം നൽകിയ ക്ലാസ്സിൽ എന്താണ് ഗുഡ് ടച്ച്, ബാഡ് ടച്ച് എന്ന് തുടങ്ങിയ കാര്യങ്ങൾ വിശദീകരിച്ചു. കൺസൾട്ടന്റ് സൈക്കോളജിസ്റ്റ് ആയ Sr.Dr. Lintu Joseph നടത്തുന്ന ഈ സെഷനിലൂടെ നല്ല സ്പർശനത്തെ കുറിച്ചും ചീത്ത സ്പർശനത്തെ കുറിച്ചും കുട്ടികളെ ബോധവാന്മാരാക്കാൻ സാധിച്ചു.



വൻകുടലിലെ കാൻസറിന് താക്കോൽ ദ്വാര ശസ്ത്രക്രിയ

ഡോ. ദീപക് ജോർജ് ടി
സീനിയർ കൺസൾട്ടന്റ് സർജിക്കൽ ഗ്യാസ്ട്രോഎൻട്രോളജി &
ലിവർ ട്രാൻസ്പ്ലാൻറ് സർജൻ
MBBS, MS, DNB (Sugical Gastroenterology), MRCS, FLT, FMAS, MNAMS

കഴിഞ്ഞ രണ്ടു പതിറ്റാണ്ടുകളായി വൻകുടലിലെ ക്യാന്സറിന്റെ എണ്ണം കേരളത്തിൽ കൂടി വരുന്നതായി കണ്ടുവരുന്നു. ഇതിന്റെ കാരണമായി പറയുന്നത് ജീവിതശൈലിയിലെ മാറ്റങ്ങളും, ജനിതകഘടനയിലെ വ്യതിയാനങ്ങളും ഒക്കെ ആണ്. മറ്റ് ഏത് കാൻസർ പോലെയും ആരംഭത്തിൽ തന്നെ കണ്ടെത്തുകയും ചികിത്സിക്കുകയും ചെയ്താൽ പൂർണമായും ഭേദമാക്കാൻ പറ്റുന്ന ഒരു അസുഖം തന്നെയാണ് വൻകുടലിലെ കാൻസർ. കുറച്ചു വൈകിയാൽ പോലും പാൻക്രിയാസിന്റെയോ കരളിന്റെയോ കാൻസർ പോലെയല്ല, വളരെയേറെ നാൾ ഈ അസുഖത്തെ അതിജീവിക്കുവാൻ സാധ്യമാണെന്നുള്ളത് എടുത്തു പറയേണ്ട കാര്യമാണ്.

വൻകുടലിലെ കാൻസർ കണ്ടുപിടിക്കുന്നത് എങ്ങനെ ?

വൻകുടലിലെ കാൻസർ കണ്ടു പിടിക്കാനുള്ള ഏറ്റവും പ്രധാനപ്പെട്ട പരിശോധന colonoscopy ആണ്. മലത്തിൽ രക്തമുണ്ടോ എന്നറിയാനു

ള്ള FOBT (fecal occult blood test), രക്തപരിശോധന serum CEA (tumor marker test) മുതൽ CT സ്കാൻ, whole body PET scan മുതലായ പല പരിശോധനകൾ ഉണ്ടെങ്കിലും, നൂറു ശതമാനം ഉറപ്പിക്കാൻ സാധിക്കുന്നത് colonoscopy ചെയ്തു Biopsy ചെയ്താൽ മാത്രമാണ്. 50 വയസ്സ് കഴിഞ്ഞാൽ മലത്തിലൂടെ രക്തവും കഫവും പോകുന്നത് കാണുകയാണെങ്കിൽ അത് പൈൽസ് മൂലമായിരിക്കും എന്നു വിചാരിച്ച് ഇരിക്കാതെ ഒരു colonoscopy ചെയ്തു നോക്കുന്നതാണ് സുരക്ഷിതം. കുടുംബത്തിൽ ആർക്കെങ്കിലും വൻകുടലിലെ കാൻസർ വന്നിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ ആ വ്യക്തിയിൽ കാൻസർ കണ്ടുപിടിച്ച പ്രായത്തിന് പത്തു വർഷം കുറഞ്ഞ പ്രായം മുതൽ കുടുംബത്തിലെ മറ്റ് അംഗങ്ങൾ colonoscopy ചെയ്തു നോക്കേണ്ടതാണ്.

വൻകുടലിലെ കാൻസർ കീഹോൾ വഴി പൂർണമായും നീക്കം ചെയ്യുക സാധ്യമാണോ ?

തീർച്ചയായും വൻകുടലിലെ കാൻസർ കീഹോൾ ശസ്ത്രക്രിയയിലൂടെ പൂർണമായും നീക്കം ചെയ്യുവാൻ സാധ്യമാണ്. കാൻസർ മൂലം കുടലിന് തടസ്സം ഉണ്ടാകുകയോ (intestinal obstruction) അല്ലെങ്കിൽ അർബുദം മറ്റു പല അവയവങ്ങളെ ആവരണം ചെയ്യുകയോ ആണെങ്കിൽ (multivisceral infiltration) കീഹോൾ സാധ്യമായില്ലെന്ന് വരാം. കീഹോൾ ശസ്ത്രക്രിയ ചെയ്യുമ്പോൾ വയറിന് പുറത്തുള്ള മുറിവുകൾ ചെറുതാണെങ്കിലും വയറിനുള്ളിൽ അസുഖം ബാധിച്ച എല്ലാ ഭാഗങ്ങളും നീക്കം ചെയ്യുന്ന വിസ്താരമായ ഓപ്പറേഷൻ തന്നെയാണ് നടത്തുന്നത്. അങ്ങനെ ചെറിയ മുറിവിലൂടെ ഓപ്പറേഷൻ ചെയ്യുമ്പോൾ മുറിവിന്റെ വേദന കുറവാണെന്ന് മാത്രാമല്ല, മുറിവ് വേഗം ഉണങ്ങുകയും കുടൽ തിരികെ പ്രവർത്തിക്കാൻ കുറവ് സമയം എടുക്കുകയും അങ്ങനെ രണ്ടോ, മൂന്നോ ദിവസം കൊണ്ട് ഡിസ്ചാർജ് ചെയ്യുവാനും സാധിക്കുന്നു.

മലാശയത്തിൽ കാൻസർ വന്നാൽ സ്ഥിരമായി കുടൽ പുറത്തു വയ്ക്കേണ്ടി വരുമോ ?

വൻകുടലിന്റെ അവസാനഭാഗമായ മലാശയത്തിൽ കാൻസർ വന്നാൽ പണ്ട് കാലത്തു നല്ലൊരു വിഭാഗം ആളുകൾക്കും ജീവിതകാലം മുഴുവൻ കുടൽ പുറത്തു വയ്ക്കേണ്ടി വരുമാരുന്നു. എന്നാൽ റേഡിയേഷനും chemotherapy യും ഉൾപ്പടെ സാങ്കേതികമായി കാൻസർ ചികിത്സാ വളരെയധികം പുരോഗമിച്ചിരിക്കുന്നതിനാൽ കീഹോൾ കാമറകളുടെ റെസൊല്യൂഷൻ വർധിച്ചു വന്നിരിക്കുന്നതിനാൽ മലദ്വാരം നീക്കം ചെയ്യുന്ന ഓപ്പറേഷൻ ഇപ്പോൾ വളരെ വിരളമാണ്. അർബുദം ചുരുക്കി ഒരു കീഹോൾ ഓപ്പറേഷൻ ചെയ്തു മലാശയത്തിലെ അസുഖം ബാധിച്ചിരിക്കുന്ന ഭാഗം നീക്കം ചെയ്തു ചിലപ്പോൾ താൽക്കാലികമായി രണ്ടു മാസം കുടൽ പുറത്തു വയ്ക്കേണ്ടി വന്നാലും പിന്നീട് സാധരണപോലെ മലദ്വാരം സംരക്ഷിച്ചു കൊണ്ടുള്ള ജീവിതം സാധ്യമാണ്.

കീഹോൾ ഓപ്പറേഷന് പ്രായപരിധി ഉണ്ടോ?

സത്യത്തിൽ രോഗിയുടെ പ്രായമല്ല അവരുടെ ആരോഗ്യമാണ് ഓപ്പറേഷൻ സാധ്യമാണോ എന്നു തീരുമാനിക്കുന്നത്. ഓപ്പറേഷൻ മുൻപേ നടത്തുന്ന വിസ്ത്രതമായ പരിശോധനയിൽ, ഹൃദയത്തിന്റെയും ശ്വാസകോശത്തിന്റെയും പ്രവർത്തനം വിലയിരുത്തുകയും അനസ്തേഷ്യ ഡോക്ടറുടെ പരിശോധനയിൽ ഓപ്പറേഷൻ നേരിടാനുള്ള ആരോഗ്യം രോഗിക്ക് ഉണ്ടെന്നു തെളിഞ്ഞാൽ കീഹോൾ ഓപ്പറേഷൻ തീർച്ചയായും സാധ്യമാണ്. ഓപ്പറേഷൻ കഴിഞ്ഞുള്ള വേദന കുറവായിരിക്കുന്നതു കൊണ്ട് തന്നെ പ്രായമുള്ളവർക്ക് ആരോഗ്യം വീണ്ടെടുക്കാൻ കൂടുതൽ എളുപ്പം കീഹോൾ ഓപ്പറേഷൻ തന്നെയാണ്. 90 വയസിനു മുകളിലുള്ളവർ പോലും വൻകുടലിലെ കാൻസറിന് കീഹോൾ ഓപ്പറേഷൻ ചെയ്തു പോകുന്നു.

വൻകുടലിന്റെ കാൻസർ സർജറി കഴിഞ്ഞുള്ള തുടർപരിശോധനകൾ എന്തെല്ലാം ആണ് ?

ഓപ്പറേഷനു ശേഷമുള്ള ആദ്യത്തെ ആശുപത്രി സന്ദർശനത്തിൽ ബിയോപ്സി റിപ്പോർട്ടും ആയി Oncology ഡോക്ടറെ കാണുകയും, ഭാവിയിൽ അസുഖം തിരികെ വരാതിരിക്കാൻ chemotherapy പോലെ മരുന്നുകൾ എടുക്കേണ്ടി വരുമോ എന്നു തീരുമാനിക്കുകയും ചെയ്യേണ്ടി വരും. കീഹോൾ ഓപ്പറേഷന്റെ മുറിവുകൾ വേഗം ഉണങ്ങുന്നത് കൊണ്ട് മറ്റുള്ളവരെ അപേക്ഷിച്ച നേരത്തെ തന്നെ chemotherapy തുടങ്ങുവാൻ സാധിക്കുന്നതും ആണ്. പിന്നീട് എല്ലാ മൂന്നോ നാലോ മാസം കൂടുമ്പോൾ (serum CEA) രക്തപരിശോധനയും ultrasound scan ഉം ചെയ്യേണ്ടി വരും. ഒന്നും, മുന്നും, അഞ്ചും വർഷം തികയുമ്പോൾ ഒരു colonoscopy പരിശോധനയും നടത്താറുണ്ട്. കീഹോൾ ഓപ്പറേഷൻ കഴിയുമ്പോൾ മുറിവ് ചെറുതായതിനാൽ ഓപ്പറേഷൻ ശേഷമുള്ള മുറിവിൽ ഹെർണിയ ഈ തുടർ പരിശോധനയിൽ വളരെ വിരളമായി മാത്രമേ കാണാറുള്ളു.

Critical Care CME 2024

The Critical Care CME 2024, hosted by Caritas Hospital & Institute of Health Sciences, Kottayam, was a day filled with learning, hands-on training, and collaboration. Experts and participants came together to explore essential topics in critical care and emergency medicine, making it an enriching experience for all.

The sessions featured insights from renowned speakers like Dr. Vaishnavi R., who spoke on sepsis management, and Dr. Anju Merry Devasia, who discussed oxygen delivery devices and NIV. Dr. Anuraj V. T. covered airway management, while Dr. Anuradha Ramachandran shared insights on radiology in emergencies. Other impactful sessions included snake bite management by Dr. Amrutha Liz Paul, fluid therapy basics by Dr. Jacob George Pulinilkunnathil, and safe patient transport by Dr. Ratheesh.

The day began with an inspiring inauguration ceremony led by Rev. Dr. Binu Kunnath, Director and CEO of Caritas Hospital, and Dr. P. N. Vidyadharan, Deputy DMO, Kottayam. Felicitations by Dr. Jessy Joy Sebastian (DSO) and Dr. Vyas Sukumaran (DPM) added to the event's significance, with Dr. Amrutha Liz Paul delivering a heartfelt vote of thanks.

Post-lunch, hands-on workshops stole the show. Participants gained practical experience at workstations led by experts like Dr. Anju Merry Devasia (intubation), Dr. Ratheesh (ventilation modes), Dr. Jacob George Pulinilkunnathil (BLUE protocol for breathlessness), Dr. Vaishnavi R. (ABG analysis), and Dr. Vishnu S. (ECG interpretation). The workshops were supported by Dr. Rahul Baby Joseph, Dr. Josekutty, and Dr. Mathew Antony, ensuring a rich and interactive learning environment.

Caritas Hospital hosted Talent Fest Season II, a multifaceted cultural extravaganza aimed at fostering a sense of camaraderie and creativity among our staff and students. The Talent Fest Season II inaugurated by Rev. Dr. Binu Kunnath, Director of Caritas Hospital. Commencing on November 23rd, this festival will conclude on December 20th, offering a platform for students and staff of Caritas to showcase their talents and abilities.

This event offers a unique opportunity for our talented community to showcase their artistic abilities across various disciplines.

Inaguration of Re-innovated Dermatology OPD

കാരിത്താസ് ആശുപത്രിയുടെ നവീകരിച്ച ഡെർമ റ്റോളജി വിഭാഗം ഓ പി ബി സി ബ്ലോക്കിൽ പ്രവർ ത്തനം ആരംഭിച്ചു.

പുതുക്കിയ ഡെർമറ്റോളജി വിഭാഗത്തിന്റെ ഉദ്ഘാടനം ഹോസ്പിറ്റൽ ട്രസ്റ്റ് ചെയർമാൻ മാർ. ജോസഫ് പണ്ടാരശ്ശേരിൽ നിർവഹിച്ചു. കാരിത്താ സ് ഹോസ്പിറ്റൽ ഡയറക്ടർ റവ. ഡോ. ബിനു കുന്നത്ത്, ജോയിൻറ് ഡയറക്ടർമാരായ റവ. ഫാ. ജിനു കാവിൽ, റവ. ഫാ. എബി അലക്സ് വടക്കേ ക്കര, റവ. ഫാ. സ്റ്റീഫൻ തേവർപ്പറമ്പിൽ, റവ. ഫാ. ജിസ്മോൻ മഠത്തിൽ, റവ. ഫാ റോയ് കാഞ്ഞിര ത്തുംമൂട്ടിൽ, റവ. ഫാ. അബ്രഹാം പറമ്പേട്ട്, ഡെർമ റ്റോളജി വിഭാഗം ഡോക്ടർമാർ എന്നിവർ ചടങ്ങിൽ പങ്കെടുത്തു

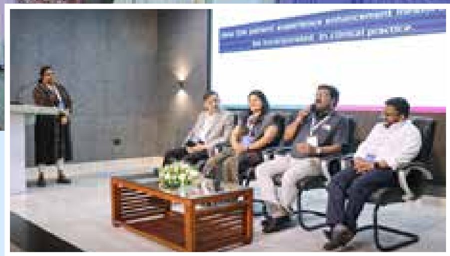
Triple Triumph

Triple Triumph!

We're proud to announce that Caritas Hospital has made history as the only hospital in India to receive the prestigious AHPI Global award in 3 major categories:

Excellence in Digital Health
Excellence in Operations - Non Clinical
Excellence in Emergency Service

This unprecedented achievement is a testament to our commitment to innovation, operational excellence, and exceptional patient care.



Quality Connect-2024

കാരിത്താസ് ഹോസ്പിറ്റൽ & ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ഹെൽത്ത് സയൻസിൽ വച്ച് കാരിത്താസ് ക്വാളിറ്റി ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റും കാരിത്താസ് കോളേജ് ഓഫ് നേഴ്സിങും ചേർന്ന് സംഘടിപ്പിച്ച Caritas Quality Connect 2024 വിജയകരമായി സമാപിച്ചു. ഡയമണ്ട് ജൂബിലി കോൺഫറൻസ് ഹാളിൽ വച്ച് നടന്ന പ്രോഗ്രാമിൽ ആരോഗ്യ പ്രവർത്തകർ, വിദ്യാർത്ഥികൾ, മറ്റു പ്രഗത്ഭ വ്യക്തികൾ എന്നിവർ പങ്കെടുത്തു. രോഗീപരിചരണത്തിന്റെ ക്വാളിറ്റിയും സുരക്ഷിതത്വവും മെച്ചപ്പെടുത്തുന്നതിനെക്കുറിച്ചുള്ള ചർച്ചകൾക്ക് വിദഗ്ധർ നേതൃത്വം നൽകി. പാനൽ ചർച്ചകൾ കൊണ്ടും, വിവിധ ആശയ സംവാദങ്ങൾക്കൊണ്ടും വൈവിധ്യമായിരുന്നു ക്വാളിറ്റി കണക്ട്-2024.

Know Your Health Partner

Caritas Hospital recently hosted social work students from Kathambari Memorial College, Nepal, as part of the "Know Your Health Partner" program. The visit included a hospital orientation by Mr. Cirosh Joseph, Chief Human Resources Officer, Caritas hospital and an engaging session on medical social work. The hospital tour was coordinated by the medical social work team, and Mr. Arun K Johnson, Gm International Patients, Caritas hospital gave a detailed briefing on the international patient desk and Rev. Fr. Abey Alex Vadakkaekara, Assistant Director, Pastoral Care, graced the occasion.

This initiative provided meaningful learning opportunities & strengthened healthcare knowledge exchange!

Cheque Distribution event

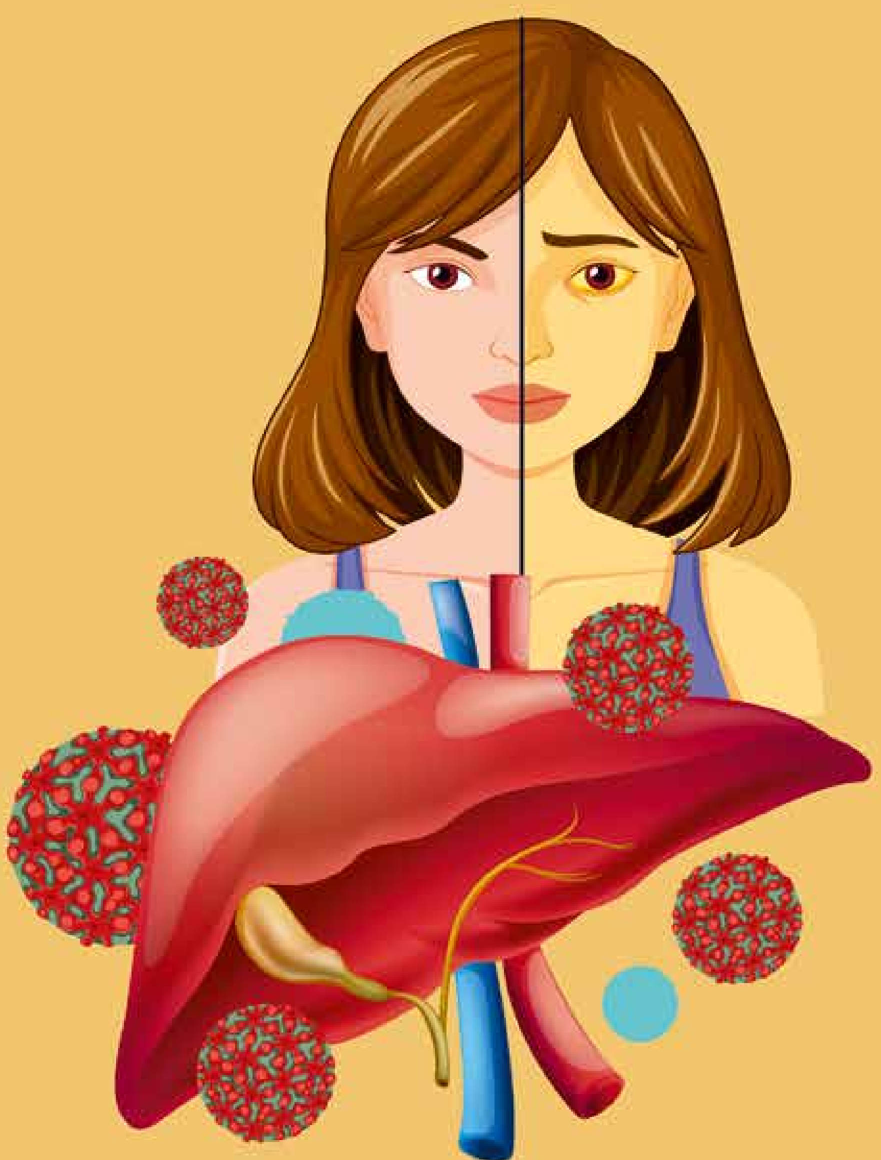
കാരിത്താസ് ഹോസ്പിറ്റൽ & ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ഹെൽത്ത് സയൻസസ്, SDM കാൻസർ റിലീഫ് ഫണ്ടിന്റെ പങ്കാളിത്തത്തോടെ, ഡയമണ്ട് ജൂബിലി ഹാളിൽ വച്ച് ചെക്ക് ഡിസ്ട്രിബ്യൂഷൻ പ്രോഗ്രാം സംഘടിപ്പിച്ചു. പരിപാടിയുടെ ലക്ഷ്യം കാൻസർ രോഗികൾക്കും അവരുടെ കുടുംബങ്ങൾക്കും പിന്തുണ നൽകുക എന്നതായിരുന്നു.

കൺസൾട്ടന്റ് പാലിയേറ്റീവ് ഓങ്കോളജിസ്റ്റ് ഡോ. മനു സ്വാഗതം പറഞ്ഞ ചടങ്ങ് റവ.ഫാ. ജിനു കാവിൽ (കാരിത്താസ് ആശുപത്രി അഡ്മിനിസ്ട്രേഷൻ ജോയിന്റ് ഡയറക്ടർ) ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. പരിപാടിയിൽ വച്ച് രോഗികൾക്ക് സഹായധനം വിതരണം ചെയ്തു. മെഡിക്കൽ ഡയറക്ടർ ഡോ. ബോബി എൻ. എബ്രഹാം ചെക്ക് ഡിസ്ട്രിബ്യൂഷൻ പ്രോഗ്രാമിന് ആശംസകൾ അർപ്പിച്ചു. റേഡിയേഷൻ ഓങ്കോളജി സീനിയർ കൺസൾട്ടന്റായ പ്രൊഫ. ഡോ. ജോസ് ടോം ആണ് പരിപാടിയിൽ നന്ദി രേഖപ്പെടുത്തിയത്

CME session at the IMA Hall

കാരിത്താസ് ഹോസ്പിറ്റൽ , ഐ.എം.എ പാലയുമായി സഹകരിച്ച് IMA ഹാളിൽ CME സെഷൻ സംഘടിപ്പിച്ചു. മെഡിക്കൽ സയൻസിലെ രണ്ട് പ്രധാന മേഖലകളായിരുന്നു വിഷയം.

ഡോ. ഐപ്പ് വി. ജോർജ്, ഡോ. വൈശാഖ കെ.വി എന്നിവർ പാർക്കിൻസൺസ് രോഗത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനങ്ങളും, ഡീപ് ബ്രെയിൻ സ്റ്റിമുലേഷൻ (DBS) ഉപയോഗിച്ചുള്ള ചികിത്സാവിധികളെ കുറിച്ചും സംസാരിച്ചു. രണ്ടാമത്തെ സെഷനിൽ, ഡോ. ദിലീപ് ഐസക്ക് റോബോട്ടിക് നിയന്ത്രണത്തിൽ നിർവഹിക്കുന്ന മുട്ടിനും നടുവിനുമുള്ള സർജറികളെക്കുറിച്ച് വിശദീകരിച്ചു. മെഡിക്കൽ രംഗത്തെ പ്രഗൽഭരായ വ്യക്തികളുടെ സാന്നിധ്യംകൊണ്ട് പ്രോഗ്രാം വിജയകരമായി സമാപിച്ചു.



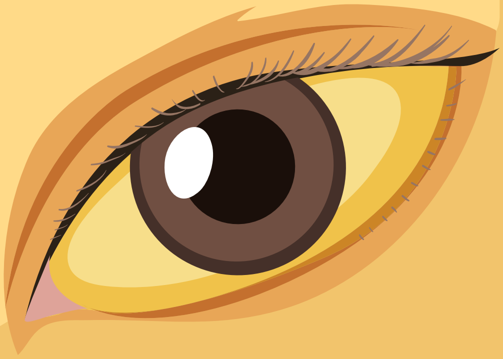
മഞ്ഞപ്പിത്തം

ഡോ. ദീപക് തോമസ്
കൺസൽട്ടന്റ് - (ഗ്യാസ്ട്രോഎന്ററോളജി)
MBBS, MD, DM (Gastroenterology)

പലവിധകാരണങ്ങളാൽ രക്തത്തിൽ പിത്തം (ബിലിറൂബിൻ) കൂടുന്ന രോഗലക്ഷണത്തെയാണ് മഞ്ഞപിത്തം എന്നു പറയുന്നത്. അതായത് അത് ഒരു രോഗലക്ഷണം മാത്രമാണ്. അതിന്റെ പിന്നിലുള്ള കാരണത്തിനാണ് ചികിത്സ വേണ്ടത്. കരൾ വീക്കം പോലുള്ള കാരണങ്ങളാണ് കൂടുതൽ പേർക്കും മഞ്ഞപ്പിത്തം ഉണ്ടാക്കുന്നത് എങ്കിലും ചിലപ്പോൾ കാൻസർ പോലുള്ള ഗുരുതര രോഗങ്ങൾ നിമിത്തവും മഞ്ഞപ്പിത്തം ഉണ്ടാവാം.

1. എന്തൊക്കെയാണ് മഞ്ഞപ്പിത്തം ഉണ്ടാകാനുള്ള പ്രധാനകാരണങ്ങൾ ?

- പ്രധാനമായും കരൾസംബന്ധമായ രോഗങ്ങളാണ് മഞ്ഞപ്പിത്തത്തിന് കാരണം. കരൾ വീക്കം (hepatitis) എന്ന അവസ്ഥയുടെ ബാഹ്യലക്ഷണമാണ് കൂടുതൽ പേർക്കും മഞ്ഞപ്പിത്തം. കരളിനെ ബാധിക്കുന്ന വൈറസുകളായ A, B, C, E മുതലായവയും, ബാക്ടിരിയകളായ ടൈഫോയിഡ്, എലിപ്പനി മുതലായവയും മലമ്പനിയും ഒക്കെ സാധാരണ കാരണങ്ങളാണ്. ചിലർക്ക് കടുത്ത രീതിയിലുള്ള ഡെങ്കിപ്പനി പോലുള്ള വൈറസ്സ് പനിയെ തുടർന്നും രക്തത്തിലെ കൂടിയ അണുബാധ കൊണ്ടും മഞ്ഞപ്പിത്തം വരാം.
- രണ്ടാമതായി കരളിന്റെ പിത്തനാളിയിലുള്ള തടസ്സം കൊണ്ട് കരളിൽ പിത്തം കെട്ടി നിന്ന് മഞ്ഞപ്പിത്തംവരാം. അത്തരക്കാരിൽ പൊതുവേ വയറുവേദനയും, ശരീരത്തിൽ ചൊറിച്ചിലും ചിലപ്പോൾ വിറയലോടുകൂടിയ പനിയും കണ്ടുവരാറുണ്ട്. പിത്തക്കുഴലിൽ കല്ല് വന്ന് തടസ്സപ്പെടുക, പിത്തക്കുഴലിലോ, പാൻക്രിയാസിലോ, പിത്തസഞ്ചിയിലോ മുഴകൾ വരിക എന്നിവ ഈ രോഗാവസ്ഥക്ക് കാരണമാകുന്നു.
- മജ്ജ സംബന്ധമായ രോഗങ്ങളും ചിലപ്പോൾ മഞ്ഞപ്പിത്തം ഉണ്ടാക്കാം. ഉദാഹരണം; രക്താർബുദം, രക്തം വിഘടിക്കൽ എന്നിവ
- ചിലർക്ക് പാരമ്പര്യമായി രക്തത്തിലെ അപകടകരമല്ലാത്ത മഞ്ഞ (Un conjugated bilirubin) മാത്രം കൂടി നിൽക്കുന്ന അവസ്ഥ ഉണ്ടാകാറുണ്ട്. മേൽപറഞ്ഞ വർക്ക് കരളിന്റെ പ്രവർത്തനത്തിനോ, സ്കാനിംഗിനോ ഒന്നും കുഴപ്പം കാണുകയില്ല. നിരുപദ്രവകരമായ, യാതൊരു മരുന്നും വേണ്ടാത്ത ഒരു അവസ്ഥയാണിത് (GILBERTS' SYNDROME)



2. എന്തൊക്കെ പരിശോധനകളാണ് മഞ്ഞപ്പിത്തം വന്നാൽ രോഗനിർണയത്തിന് ആവശ്യം.

- രക്തപരിശോധനകളിലൂടെ ആദ്യം തന്നെ കരൾ വീക്കമാണോ, കരളിൽ പിത്തം കെട്ടുന്നതാണോ, അണുബാധയാണോ, അതോ മജ്ജസംബന്ധമായ തകരാറാണോ എന്നു വിലയിരുത്തുന്ന പ്രാഥമിക പരിശോധനകൾ ആദ്യം ചെയ്യുന്നു.
- തുടർന്ന്, ഉദാഹരണത്തിന് കരൾവീക്കമാണ് കാരണമെങ്കിൽ രക്തപരിശോധനയിലൂടെത്തന്നെ ഹെപ്പറ്റൈറ്റിസ് A, B,C,E ഡെങ്കിപ്പനി, ടൈഫോയിഡ്, എലിപ്പനി, മലമ്പനി തുടങ്ങിയ രോഗങ്ങൾ രോഗലക്ഷണങ്ങളും കൂടെ കണക്കിൽ എടുത്ത് കണ്ടെത്താവുന്നതാണ്. ചില ആളുകളിൽ മരുന്നിന്റെ പ്രതിപ്രവർത്തനം മൂലം കരൾ വീക്കം വരാം, അത്തരക്കാർക്ക് മേൽപ്പറഞ്ഞ കാരണങ്ങൾ ഇല്ല എന്ന് പരിശോധനകളിലൂടെ ഉറപ്പു വരുത്തണം.
- കരളിൽ പിത്തം കെട്ടുന്ന രീതിയിൽ മഞ്ഞപ്പിത്തം ഉള്ളവർക്ക് സ്കാനിംഗ് വഴി പിത്തനാളിയിലെ തടസ്സം എന്തുകൊണ്ടാണ് എന്ന് കണ്ടെത്താം.

3. കരൾവീക്കത്തിന് അലോപ്പതിയിൽ ഫലപ്രദമായ മരുന്നുകൾ ലഭ്യമാണോ ?

- തീർച്ചയായും ഉണ്ട്. ഉദാഹരണത്തിന് അപകടകരമായ വൈറസുകളായ മഞ്ഞപ്പിത്തം B,C എന്നിവയെ ഫലപ്രദമായ മരുന്ന് കൊണ്ട് പൂർണമായും ചികിൽസിച്ചു ഭേദമാക്കാൻ കഴിയും.
- താരതമേന്യ അപകടം കുറഞ്ഞ മഞ്ഞപ്പിത്തം A, E, ഡെങ്കിപ്പനി എന്നിവയ്ക്ക് എതിരേ പ്രത്യേകിച്ച് മരുന്നില്ലെങ്കിലും കരൾവീക്കത്തെ നിയന്ത്രിക്കാൻ മരുന്നുകൾ ലഭ്യമാണ്.
- ബാക്ടീരിയ മൂലമുള്ള എലിപ്പനി, ടൈഫോയിഡ് എന്നിവക്കെതിരെ ഫലപ്രദമായ ആന്റിബയോട്ടിക്കുകളും മലമ്പനിക്കെതിരെ ഫലപ്രദമായ മരുന്നുകളും നമ്മുക്ക് ലഭ്യമാണ്.

4. പിത്തനാളിയിലെ തടസ്സത്തിന് എന്തൊക്കെ ചികിത്സയാണ് ലഭ്യമായിട്ടുള്ളത് ?

- പിത്തനാളിയെ കല്ലുകൾ എൻഡോസ്കോപ്പി (ERCP) വഴി നീക്കം ചെയ്യാൻ സാധിക്കും. എന്നാൽ പിത്തനാളിയിലെ മുഴകൾ ശസ്ത്രക്രിയ വഴി നീക്കം ചെയ്യേണ്ടതായി വരാം.

Doctors Panel

For Appointment
9496 555 300
9496 555 400

Caritas Cancer Institute

Medical Oncology

Dr. Boben Thomas
MBBS, MD, DNB, Fellowship in Paediatric Oncology
Senior Consultant - Medical Oncology

Dr. Unni S Pillai
MBBS, MD, DM (Medical Oncology)
Senior Consultant - Medical Oncology

Dr. Thomas Babu
MBBS, MD, DrNB (Medical Oncology)
Consultant-Medical Oncology

Radiation Oncology

Dr. Jose Tom
MBBS, MD (Radiotherapy)
Senior Consultant - Radiation Oncology

Dr. Johny K. Joseph
MBBS, MD, DRM, DNB, MNAMS
Senior Consultant - Radiation Oncology

Dr.Jenny Joseph
MBBS, DMRT
Senior Consultant - Radiation Oncology

Dr.Judith Aaron
MBBS, MD (Radio Therapy), DMRT, DNB
Senior Consultant - Radiation Oncology

Surgical Oncology

Dr. Jojo V Joseph
MBBS, MS, MCh (Surgical Oncology)
Senior Consultant - Surgical Oncology

Palliative Oncology

Dr. Manu John
DMRT, BCCPM
Senior Consultant Palliative Oncology

Gynaecologic Oncology

Dr Surabhi S.
MBBS, MD (Obstetrics and Gynaecology)
M Ch (Gynaecologic Oncology)
Consultant - Gynaecologic Oncology

Caritas Heart Institute

Cardiology & Interventional Cardiology

Dr. Johny Joseph
MBBS, MD, DM (Cardiology)
Senior Consultant - Cardiology

Dr. Deepak Davidson
MBBS, MD, DM (Cardiology), DNB
Chief Interventional Cardiologist &
Senior Consultant

Dr. Joby K Thomas
MBBS, MD, DM (Cardiology)
Senior Consultant & Interventional Cardiologist

Dr. Thomas George
MBBS, MD, DNB (Cardiology)
Senior Consultant & Interventional Cardiologist

Dr. P. R. Bhima Shankar
MBBS, MD, DM (Cardiology)
Senior Consultant
Cardiologist & Cardiac Electrophysiology

Dr. Venkateshwaran S.
MBBS, MD, DM (Cardiology)
Senior Consultant & Paediatric Cardiologist

Dr. Vishnu S.
MBBS, MD, DM (Cardiology), PDF (Congenital and Structural Heart Intervention)
Consultant Cardiology

Dr. Maria Susan Abraham
MBBS, DNB (Family Medicine) (Senior Resident Cardiology & Specialist in Family Medicine)

Dr. Swapna U.S.
MBBS, MD (General Medicine)
Senior Resident Cardiology

Cardio Thoracic & Vascular Surgery

Dr. Rajesh M Ramankutty
MBBS, MS, MCh (Cardio Thoracic & Vascular Surgery)
Chief Cardio Thoracic & Vascular Surgery

Dr. Jecco Ani Babu
MBBS, DrNB (Cardiovascular & Thoracic Surgery)
Consultant - Cardio Thoracic & Vascular Surger

Dr. Arvind V
MBBS, MS, Mch (CVTS)
Consultant - CVTS

Dr. Nisha Joseph Pattani
MBBS, MD (Anaesthesiology)
Senior Consultant - Cardiac Anesthesiology

Dr Pradeep A P
MBBS, MD, DM (Cardiothoracic & Vascular Anaesthesia)
Consultant - Cardiac Anesthesiology

Dr.Tony Jose Joseph
MBBS, MD, DM (Cardiac Anaesthesia)
Consultant - Cardiac Anaesthesiology

Caritas Neurosciences

Neuro Medicine

Dr. Joseph Sebastian
MBBS, MD, DM (Neurology)
Senior Consultant - Neurology

Dr. Deepak Devarajan
MBBS, MD, DM (Neurology)
Senior Consultant - Neurology

Dr. Lijo James
MBBS, MD, DM (Neurology), DNB, Fellowship in Neurology
Consultant - Neurology

Dr. Neena Baby
MBBS, MD, DM (Neurology), Fellowship in paediatric Neurology
Consultant - Paediatric Neurology

Dr. Vysakha K.V.
MBBS, MD (General Medicine), DM (Neurology), Fellowship in Movement Disorder, MRCP
Consultant - Neurology & Movement Disorder

Dr. Justin Thomas
MBBS, MD, DM (Neurology), Dr NB (Neurology), FNB (Neurovascular Intervention)
Consultant – Neurology & Interventional Neurology

Neuro Surgery

Dr. Iype V. George
MBBS, MS, MCh (Neuro Surgery)
Senior Consultant - Neuro Surgery

Dr. Shyam Balasubramanian
MBBS, MS, MCh (Neuro Surgery)
Senior Consultant - Neuro Surgery

Dr. Jijo Joseph Joseph
MBBS, MS, DNB, MCh (Neuro Surgery)
Consultant - Neuro Surgery

Dr. Abdul Rahim Shaan
MBBS, MS, MCh (Neuro Surgery)
Consultant - Neuro Surgery

Gastrosciences & Liver Transplant

Gastroenterology

Dr. Tom Kurian
MBBS, MD, DM (Gastroenterology)
Senior Consultant - Gastroenterology

Dr. Jino Thomas
MBBS, MD, DM (Gastroenterology)
Senior Consultant - Gastroenterology

Dr. Deepak Thomas
MBBS, MD, DM (Gastroenterology)
Consultant - Gastroenterology

Dr. Aswin Geo Jacob E
MBBS, MD, DM (Medical Gastroenterology)
Consultant - Gastroenterology

Dr. Deepak Madhu
MBBS, MD, DM (Medical Gastroenterology)
Consultant - Gastroenterology

Surgical Gastroenterology

Dr. Deepak George T
MBBS, MS, DNB (Sugical Gastroenterology), MRCS, FLT, FMAS, MNAMS
Senior Consultant - Surgical Gastroenterology and Liver Transplant Surgery

Dr. George Mathew Sebastian
MBBS, MS (General Surgery), DNB (Surgical Gastroenterology), MRCS, FACS, (Senior Consultant - Surgical Gastroenterology & Liver Transplant Surgery)

Orthopaedics, Joint Replace-ment & Sports Medicine

Orthopaedics

Dr. Kurian Philip
MBBS, D.Ortho, MNAMS, DNB (Orthopaedics)
Senior Consultant - Orthopaedic Surgery

Dr. Anand K. S
MBBS, MS (Orthopaedics), Dip.SICOT, MRCS
Senior Consultant - Orthopaedic Surgery

Dr. Dileep isaac
Mbbs, D. Ortho, MA, DNB (ortho)
Senior Consultant - Orthopaedic

Dr. Ajai P
MBBS, D. Ortho, MS (Orthopaedics)
Senior Consultant - Orthopaedics

Dr. Alex Muttathupadom
MBBS, D.Ortho, MNAMS, DNB (Orthopaedics), SIAA Fellowship in Arthroplasty
Consultant - Orthopaedics

Dr. Jomin George
MBBS, MS (Orthopaedics)
FNB (Spine surgery)
Consultant - Spine Surgery

Dr. George Moni Palamattom
MBBS, MS (Orthopaedics),
FNB (Arthroplasty)
Senior Specialist – Orthopaedics

Dr. Ebin Jose
MBBS, MS (Orthopaedics)
Specialist – Orthopaedics

Dr. Eldhose Raj
MBBS, MS (Orthopaedics)
Specialist – Orthopaedics

Renal Sciences & Kidney Transplant

Nephrology

Dr. Suresh G A
MBBS, MD, DM (Nephrology)
Senior Consultant - Nephrology

Dr. K.P Jayakumar
MBBS, MD, DNB, DM (Nephrology), DNB, MNAMS, FISN
Senior Consultant - Nephrology

Dr. Ajish John
MBBS, MD, DNB, DM (Nephrology), DNB
Senior Consultant - Nephrology

Dr. Gautam Rajan
MBBS, MD, DM (Nephrology)
Sr. Consultant - Nephrology

Dr Christine Mary Jane
MBBS, MD, DrNB (Nephrology)
Consultant - Nephrology

Dr. Mathew George K.
MBBS, MD, DM (Nephrology)
Consultant - Nephrology

Urology

Dr. Suchindraprasad Unni T.
MBBS, MS, MCh (Genito Urinary Surgery)
Senior Consultant - Urology

Dr. Albert A. S
MBBS, MS, MCh (Genito Urinary Surgery), DNB (Urology)
Senior Consultant - Urology

Dr. Suresh Bhat
MBBS, MS, MCh (Urology), DNB (Genito Urinary Surgery), PGDMLE
Senior Consultant - Urology

Dr. Bejoy N Abraham
MBBS, MS (Gen Surgery), DNB (Gen Surgery) MCh (Genito Urinary Surgery), DNB (Genito Urinary Surgery), FRCS (Urology), FEBU
Senior Consultant - Urology & Renal Transplantation

Dr. Arun
MBBS, MS, MCh (Urology), DrNB (Genito Urinary Surgery)
Consultant - Urology

Obstetrics, Gynaecology & Neonatology

Obstetrics & Gynaecology

Dr. Harish Chandran Nair
MBBS, MD (OBG), DGO
Senior Consultant - Gynaecology

Dr. Reji D
MBBS, MD (OBG), DGO
Senior Consultant - Gynaecology

Dr. K. M. Babu
MBBS, MD, DNB, MNAMS, WHO Fellowship in IVF
Senior Consultant - Gynaecology

Dr. Divya Ramalingam
MBBS, MS (OBG),
Fellowship in Minimal Invasive Surgery
Consultant - Gynaecology

Dr. Sumithra Viswanathan
MBBS, DGO, DNB, Fellowship in Advanced OBG & Ultra Sound
Senior Consultant OBG & Fetal Medicine

Dr. Valsa C A
MBBS, MD (OBG), FIME
Consultant - Gynaecology

Dr. Reshma Rajendran
MBBS MS (OBG), DNB (OBG)
Senior Specialist - Gynaecology

Dr. Sherin Annamma Thampan
MBBS, MS, Fellow Gynae Laproscopic surgery
Consultant - Gynaecology

Dr. Mathew K. K.
MBBS, DGO
Senior Specialist - Gynaecology

Dr. Sr. Teena T M
MBBS, MS (OBG)
Senior Specialist - Gynaecology

Dr. Marin Mariyam Mathew
MBBS, MS (OBG), DNB (OBG)
Senior Specialist - Gynaecology

Dr. Sandhra Reji
MBBS, MS (OBG)
Specialist - Gynaecology

Neonatology

Dr. Sajan Thomas
MBBS, DCH, MRCPCH
Senior Consultant Neonatology & Associate Medical Director

Dr.Linto Jose
MBBS, DCH, MRCPCH
Senior Consultant - Neonatology

Dr. Deepa Joseph
MBBS, DCH
Senior Resident - Neonatology

Rheumatology

Dr. Abraham Mohan
MBBS, MD, Fellowship in Rheumatology
Consultant - Rheumatology

Dr. Thomas George
MBBS, MD, DM (Rheumatology)
Consultant - Rheumatology

Physical Medicine & Rehabilitation

Dr. Shiela Mary Varghese
MBBS, MD (Physical Medicine & Rehabilitation), DNB (Physical Medicine & Rehabilitation)
Senior Consultant - PMR

Critical Care

Dr. Jacob George Pulinilkunnathil
MBBS, MD, DM (Critical Care), DrNB (Critical Care Medicine), IDCCM, IFCCM, EDIC
Senior Consultant - Critical Care.

Dr. Vaishnavi R
MBBS, MD, IDCCM, DM (Critical Care)
Consultant - Critical Care

Dr. Amrutha Liz Paul
MBBS, MD, DNB, IDCCM, Fellowship in Regional Anaesthesia and Trauma Critical Care
Consultant - Critical Care

Dr. Rahul Baby Joseph
MBBS, MD (Anaesthesiology), DrNB (Critical Care)
Consultant - Critical Care

Dr. Noyal Sunny
MBBS, MD, DrNB (Critical Care)
Consultant - Critical Care

Dr. Mammen Philip Varghese
MBBS, MD (Anaesthesiology), PDF (Neuroanesthesia, fellowship in Neurocritical Care,
Consultant- Neuro Anesthesiology & Neurocritical Care

Dr. Jithumol Thankam Thomas
MBBS, MD, DNB, DM (Neuroanaesthesia)
Consultant - Neuroanaesthesiology

Dr. Jeeva George
MBBS, MD, DM(Neuroanaesthesia)
Consultant - Neuroanaesthesiology

Dr. Maria Joseph
MBBS, MD (Anaesthesiology)
Senior Resident - Critical Care

Dr. Basil George
MBBS, DNB (Anaesthesiology)
Senior Resident - Critical Care

Dr. Amy Saira Elias
MBBS, MD (Anaesthesiology)
Senior Resident - Critical Care

Dr. Smrithi Grace Abraham
MBBS, DNB (Anaesthesiology)
Senior Resident - Critical Care

Dr. Inex Ann Joseph
MBBS, MD(respiratory medicine)
Senior Resident- Critical Care

Dr. Archana Vinayachandran
MBBS, IMT
Sr. Resident - Critical care

Dr. Tiffy Thomas P
MBBS, DNB (Anaesthesiology)
Sr. Resident - Criticalcare

Dr. Chinmaya V
MBBS, MD (General medicine)
Sr. Resident - Criticalcare

Dr. Arya R Nath
MBBS, MD (Anaesthesiology)
Senior Resident - Criticalcare

Dr. Ashith M
MBBS, DNB (General Medicine)
Senior Resident - Criticalcare

Emergency Medicine & Trauma Care

Dr Ajith Venugopalan
MBBS, MD (EM), PGDMLE, FICM, FACEE
COO & Group Head (EM & TC)

Dr. Vivek R.
MBBS, MD (EM), FICM, DEM
Senior Consultant - Emergency Medicine

Dr Minnu Thomas
MBBS, DNB (EM)
Consultant - Emergency Medicine

Dr. Boney Mathew Koshy
MBBS, MEM
Specialist - Emergency Medicine

Dr. Rajesh Ramakrishnan
MBBS
Senior Medical Officer

Dr. Ameer Ahsan
MBBS, FIEM
Specialist- Emergency Medicine

Dr. Sisira Sunil
MBBS, DNB (EM)
Specialist- Emergency Medicine

Dr. Athira Krishnan
MBBS, MD (EM)
Specialist- Emergency Medicine

Dr. Aravind V.
MBBS, DNB (EM)
Specialist- Emergency Medicine

Dr. Sarah Jacob
MBBS, DNB (EM)
Specialist- Emergency Medicine

Dr. Sreejesh B.
MBBS, DNB(EM)
Specialist - Emergency Medicine

Dr. Anisha Joseph C.
MBBS, DNB (EM)
Specialist - Emergency Medicine

Dr. Remy Mary Joselet
MBBS, DNB (EM)
Specialist- Emergency Medicine

Dr. Alphy Johny
MBBS, MEM
Sr. Resident - Emergency Medicine

Dr. Vijesh V
MBBS, MEM
Sr. Resident - Emergency Medicine

General, Laproscopic, Minimal Access & Bariatric Surgery

General Surgery

Dr. Bobbie N Abraham
MBBS, MS (General Surgery), MBA-HM
Medical Director & Senior Consultant - General Surgery

Dr. Jibu Eapen Mathew
MBBS, MS (General Surgery)
Senior Consultant - General Surgery

Dr. Binto Mathew
MBBS, MS (General Surgery)
Senior Consultant - General Surgery

Dr. Sethulakshmi S.
MBBS, MS (General Surgery)
Sr. Specialist-General Surgery

Dr. Rahul K. R.
MBBS, MS(General Surgery)
Specialist-General Surgery

Paediatrics & Paediatric Surgery

Paediatrics

Dr. Sunu John
MBBS, DCH, DNB (Paediatrics)
Senior Consultant - Paediatrics

Dr. T. U Sukumaran
MBBS, DCH, MD (Paediatrics), PhD
Senior Consultant - Paediatrics

Dr. Maya S. Kurup
MBBS, DCH
Senior Consultant - Paediatrics

Dr. Ann Joseph
MBBS, MD (Paediatrics)
Sr. Consultant - Paediatrics

Dr. Elizabeth Maria Thomas
MBBS, MD (Paediatrics)
Senior Specialist - Paediatrics

Dr. Hadly P Eldho
MBBS, MD (Paediatrics)
Senior Specialist - Paediatrics

Paediatric Surgery

Dr. K. N Chandran
MBBS, MS, MCh (Paediatric Surgery)
Senior Consultant -Paediatric Surgeon

General Medicine

Dr. Manoj. T. Koshy
MBBS, MD (Gen Med)
Senior Consultant - General Medicine

Dr. Sojan K Scaria
MBBS, MD (Gen Med)
Senior Consultant - General Medicine

Dr. John Joseph
MBBS, MD (Gen Med)
Senior Consultant - General Medicine

Dr. Krishnakumar M.
MBBS, MD (Gen Med), PGDHS
Senior Consultant - General Medicine

Dr. Presoon Kuruvilla
MBBS, MD (Gen Med)
Senior Consultant - General Medicine

Dr. Vrinda V.
MBBS, MD, DNB(General Medicine)
Consultant-General Medicine

Dr. Preetha R
MBBS, MD (Gen Med)
Specialist - General Medicine

Dr. Surabhy surendran
MBBS, MD (Gen Med)
Specialist - General Medicine

Dermatology & Cosmetology

Dr. Sapna Surendran P.
MBBS, DNB (Dermatology, Venerology & Leprosy)
Senior Consultant - Dermatology

Dr. Jacob Thomas
MBBS, (Diploma in Dermatology)
MD (Dermatology & Venereology)
Senior Consultant - Dermatology

Dr. Reejamol Abraham
MBBS, DNB (Dermatology, Venerology & Leprosy)
Sr .Consultant - Dermatology

Dr. Eby Chacko
MBBS, MD (Dermatology, Venerology & Leprosy)
Consultant - Dermatology

Dr. Arita Mary John
MBBS, MD (Dermatology, Venerology & Leprosy)
Consultant - Dermatology

Dr. Benetta Benny
MBBS, MD (Dermatology, Venerology & Leprosy)
Specialist - Dermatology

Major Speciality

Anaesthesiology

Dr. Sadasivan M.
MBBS, DA, MD (Anaesthesiology)
Senior Consultant - Anaesthesiology

Dr. Reshmi George
MBBS, DNB (Anaesthesiology)
Senior Consultant - Anaesthesiology

Dr. Bulbul Susan Jacob
MBBS, MD (Anaesthesiology)
Senior Consultant - Anaesthesiology

Dr. Arun Raj
MBBS, MD (Anaesthesiology), DA, EDRA
Senior Consultant - Anaesthesiology

Dr. Jasmine Joseph
MBBS, MD (Anaesthesiology)
Consultant - Anaesthesiology

Dr. Jwalita J. Thayil
MBBS, DA, DNB (Anaesthesiology)
Senior Consultant - Anaesthesiology

Dr. Laveena V Antony
MBBS, DNB (Anaesthesiology), EDAIC
Consultant – Anaesthesiology

Dr. Amal Gopi
MBBS, MD (Anaesthesiology), PDCC (Cardiac Anaesthesia)
Consultant – Anaesthesiology

Dr. Vivek M. P.
MBBS, MD (Anaesthesiology)
Consultant – Anaesthesiology

Dr. Shyamdhar K. S.
MBBS, DNB (Anaesthesiology)
Consultant - Anaesthesiology

Dr. Kailash Mohan K.
MBBS, MD, DNB (Anaesthesiology)
Senior Specialist - Anaesthesiology

Dr. Elakkiya E.
MBBS, MD (Anaesthesiology)
Specialist - Anaesthesiology

Dr. Anu Antony
MBBS, MD, DNB(Anaesthesiology)
Specialist – Anaesthesiology

Dr. Bency Joseph
MBBS, MD, DNB (Anaesthesiology)
Specialist – Anaesthesiology

Dr. Jibin Jose
MBBS, DA, DNB(anaesthesiology)
Specialist (anaesthesiology)

Dental, Oral & Maxillo Facial Surgery

Dr. Robin George
BDS, MDS
Senior Consultant Maxillofacial Surgery

Dr. Binu Joseph Thomas
BDS, MDS
Senior Consultant Maxillofacial Surgery

Dr. Binu Mani
BDS, MDS
Senior Consultant Orthodontist

Dr. Shiby Robin
BDS (Consultant Dental Surgery)

Dr. Nayana Binu
BDS (Dental Surgeon)

Dr. Bareena P. Benny
BDS (Dental Surgeon)

Ent & Audiology

Dr. Supriya Miriam Kuriakose
MBBS, MS (Otolaryngology)
Senior Consultant - ENT Surgery

Dr. Jomy George
MBBS, MS (Otolaryngology), DNB (Otolaryngology)
Consultant - ENT Surgery

Dr. Vineeth G.
MBBS, MS (Otolaryngology)
Consultant - ENT Surgery

Endocrinology

Dr. R.V Jayakumar
MBBS, MD, DM (Endocrinology), MNAMS, MRCP, FRCP
Senior Consultant - Endocrinology

Dr. Sreenath R.
MBBS, MD, DM (Endocrinology)
Consultant - Endocrinology

Dr. Ajeesh T
MBBS, MD,DNB, DM
Dr NB(Endocrinology)
Consultant - Endocrinology

Ophthalmology

Dr. Thomas Joseph
MBBS, DO, MS (Ophthalmology)
Senior Consultant - Ophthalmic Surgery

Dr. Thomas Mathew
MBBS, DO, DNB (Ophthalmology), FRCS
Senior Consultant - Ophthalmic Surgery

Pathology

Dr. T G Bindu
MBBS, MD (Pathology)
Senior Consultant - Pathology

Dr. Anju Francis
MBBS, MD (Pathology)
Senior Consultant - Pathology

Dr.Anna Joseph Amprayil
MBBS, MD (Pathology)
Sr. Consultant - Pathology

Dr. Diya Jacob
MBBS, MD (Pathology)
Consultant - Pathology

Dr. Alisha Teresa Jose
MBBS, MD (Pathology)
Sr. Specialist - Pathology

Dr. Chris Jose
MBBS, MD (Pathology), Fellowship in Nephropathology,
Senior Specialist - Pathology

Microbiology

Dr. Ribekha Zachariah
MBBS, MD (Microbiology)
Consultant - Microbiology

Dr. Leah Thomas
MBBS, MD(Microbiology)
Sr. Specialist Microbiology

Biochemistry

Dr Veena G
MBBS, MD (Biochemistry)
Sr. Specialist - Biochemistry

Dr Merlin George
MBBS, MD (Biochemistry)
Specialist - Biochemistry

Transfusion Medicine

Dr. Priya Prasad
MBBS, MD(Immuno Heamatology & Blood Transfusion)
Sr. Specialist - Transfusion Medicine

Plastic Surgery & Micro Vascular Surgery

Dr. Philip Philip Puthumana
MBBS, MS, MCh (Plastic Surgery)
Senior Consultant - Plastic Surgery

Dr. Jayachandran. S
MBBS, MS, MCh (Plastic Surgery)
Senior Consultant - Plastic Surgery

Pulmonology & Interventional Pulmonology

Dr. Deepu M
MBBS, MD (Pulmonary Medicine), DTCD
Senior Consultant - Pulmonology

Dr Avinash
MBBS, MD, DM(Pulmonary, Critical Care & Sleep Medicine)
Consultant - Pulmonology

Dr Aditi Joshi
MBBS, DTCD, DNB (Respiratory Medicine)
Consultant - Pulmonology

Dr. Fairooz Fathima
MBBS, MD (Respiratory Medicine),
FABIP (Fellowship in advanced interventional Pulmonology) Sr. Specialist - Pulmonology and Interventional Pulmonology

Interventional Radiology, Radio Diagnosis & Imaging

Dr. Somsharan S. Betgeri
MBBS, DMRD, DNB, MNAMS, PDCC
Senior Consultant Interventional Radiology

Dr. Anandhu Krishnan G
MBBS, MD (Radiodiagnosis,
PDF (Endovascular & Interventional Radiology),
PDCC (Interventional Radiology)
Consultant - Interventional Radiology

Radiology

Dr. Robin K. Nakkara
MBBS, DMRD
Senior Consultant - Radiology

Dr. Sudheer K.
MBBS, MD (Radio Diagnosis), FRCR
Senior Consultant - Radiology

Dr. Jincy Mathew
MBBS, DMRD
Senior Consultant - Radiology

Dr. Anuradha Ramachandran
MBBS, DMRD, DNB (Radiodiagnosis)
Senior Consultant - Radiology

Dr. Agnes Thomas
MBBS, MD, DNB (Radiodiagnosis)
Consultant - Radiology

Dr. Vishnu Dev A
MBBS, MD (Radio Diagnosis),
DNB (Radiodiagnosis)
Consultant - Radiology

Dr. Devta Viswam
MBBS, MD (Radiodiagnosis), DNB (Radiodiagnosis)
Senior Specialist - Radiology

Dr. Puneeth K. C
MBBS, MD (Radiodiagnosis),
DNB (Radiodiagnosis)
Senior Specialist - Radiology

Dr. Vaishak S.
MBBS, MD (Radiodiagnosis),
DNB (Radiodiagnosis)
Senior Specialist - Radiology

Psychiatry & Psychology

Dr. Suresh Ninan
MBBS, MD (Psychiatry), DPH
Senior Consultant - Psychiatry

Dr. Tom C. Babu
MBBS, MD (Psychiatry)
Consultant - Psychiatry

Dr. Chikku Mathew
MBBS, MD (Psychiatry)
Senior Specialist - Psychiatry

Dr. Tinu Mary Varghese
MBBS, MD (Psychiatry)
Specialist - Psychiatry

Community Medicine

Dr. Sharon Raj Eliza
MBBS, MD (Community Medicine)
Consultant - Community Medicine

Medico Legal

Dr Nikhil Dileeph
MBBS, MD (Forensic Medicine)
Medico Legal Consultant

Our Gastroenterology Team Doctors

Dr. Tom Kurian

Dr. Jino Thomas

Dr. Deepak Madhu

Dr. Deepak Thomas

Dr. Aswin Geo Jacob E

Dr. Deepak George T

Dr. George Mathew Sebastian

ഫാറ്റി ലിവർ രോഗം അറിയേണ്ടതെല്ലാം

ഡോ. അശ്വിൻ ജിയോ ജേക്കബ് ഇ
കൺസൾട്ടന്റ് - ഗ്യാസ്ട്രോഎൻട്രോളജി
MBBS, MD, DM (Medical Gastroenterology)

ഫാറ്റി ലിവർ (Fatty Liver) എന്താണ്?

കരളിൽ അമിതമായി കൊഴുപ്പ് അടിയുന്നതിനെയാണ് ഫാറ്റി ലിവർ എന്ന് വിളിക്കുന്നത്. സാധാരണയായി, കരളിൽ കുറച്ച് കൊഴുപ്പ് മാത്രമേ ഉണ്ടാകാവൂ, പക്ഷേ 5-10% ഉയർന്നാൽ ഇത് ഫാറ്റി ലിവർ ആയി കണക്കാക്കപ്പെടുന്നു.

ഫാറ്റി ലിവർ രോഗം എത്ര തരം ആണെന്ന് അറിയാമോ?

ഫാറ്റി ലിവർ പ്രധാനമായും രണ്ട് തരം ആകുന്നു. ആൽക്കഹോളിക് ഫാറ്റി ലിവർ (Alcoholic Fatty Liver Disease - AFLD) - അധിക മദ്യപാനത്താൽ ഉണ്ടാകുന്ന കരളിലെ കൊഴുപ്പ് വർദ്ധന.

- ✓ നോൺ-ആൽക്കഹോളിക് ഫാറ്റി ലിവർ (Non-Alcoholic Fatty Liver Disease - NAFLD) - മദ്യപാനമില്ലാതെ ജീവപരിസ്ഥിതികളും ജീവിതശൈലീ കാരണങ്ങളുമാണ് പ്രധാന കാരണം.

ഫാറ്റി ലിവറിന് പ്രധാന കാരണം എന്തൊക്കെയാണ്?

- ✓ അമിതവണ്ണം (Obesity)
- ✓ അനിയന്ത്രിത പ്രമേഹം (Diabetes)
- ✓ ഉയർന്ന കൊളസ്ട്രോൾ (High Cholesterol)

- ✓ കൊഴുപ്പുള്ള ഭക്ഷണങ്ങൾ (എണ്ണയിൽ വറുത്തു പൊരിച്ച ആഹാരങ്ങൾ, ചുവന്ന ഇറച്ചികൾ, പ്രൊസസ്ഡ് മീറ്റ്, ബേക്കറി പലഹാരങ്ങൾ)
- ✓ തുടർച്ചയായ ഇരിക്കുന്ന ശീലം (Sedentary Lifestyle)
- ✓ അമിത മദ്യപാനം (For AFLD)

ഫാറ്റി ലിവർ എങ്ങനെ തിരിച്ചറിയാം?

ഫാറ്റി ലിവർ നിർണ്ണയിക്കാൻ ലക്ഷണങ്ങൾ മാത്രം പോരാ. ചില മെഡിക്കൽ പരിശോധനകൾ നിർബന്ധമാണ്:

- ✓ അൾട്രാസൗണ്ട് (Ultrasound) – കരളിലെ കൊഴുപ്പ് അളക്കുന്നു.
- ✓ രക്തപരിശോധന (Liver Function Test - LFT) – കരളിന്റെ പ്രവർത്തനം പരിശോധിക്കുന്നു.
- ✓ Fibroscan / MRI – കരളിലെ നാശനിലവാരം (Fibrosis) അളക്കാൻ സഹായിക്കും.

ഫാറ്റി ലിവർ ഭേദമാകുമോ?

അതെ!

- ✓ പ്രാരംഭ ഘട്ടത്തിൽ ജീവിതശൈലി മാറ്റങ്ങൾ കൊണ്ടുവന്നാൽ ഫാറ്റി ലിവർ പൂർണ്ണമായി ഭേദമാകാം.
- ✓ എന്നാൽ, ചികിത്സ ഇല്ലാതെ രോഗം കൂടുതൽ അപകടകരമായ Fibrosis, Cirrhosis, Liver Failure പോലെയുള്ള അവസ്ഥകളിലേക്ക് മാറാൻ സാധ്യതയുണ്ട്.

ഫാറ്റി ലിവറിന് വീട്ടുവൈദ്യങ്ങൾ ഉണ്ടോ?

നാടൻ പരിചരണങ്ങളോ പ്രത്യേകമായ ഔഷധങ്ങളോ 100% ഗ്യാരണ്ടി നൽകില്ല. പക്ഷേ, ഈ ഭക്ഷണങ്ങൾ ഫാറ്റി ലിവറിനെ നിയന്ത്രിക്കാനും കരളിനെ സംരക്ഷിക്കാനും സഹായിക്കും:

- ✓ അവക്കാഡോ – കരളിലെ വിഷവസ്തുക്കൾ നീക്കം ചെയ്യുന്നു.
- ✓ വെളുത്തുള്ളി – കരളിൽ കൊഴുപ്പ് അടിയുന്നത് തടയുന്നു.
- ✓ നാരങ്ങ (Lemon) – കൊഴുപ്പ് ചതച്ചുകളയാൻ സഹായിക്കുന്നു.
- ✓ ഗ്രീൻ ടീ (Green Tea)/ Black coffee – കരളിന്റെ തകർച്ച തടയുന്നു.
- ✓ ബ്രോക്കോളി, ഇലക്കറികൾ – കരളിന്റെ ആരോഗ്യത്തിന് നല്ലത്.

ഫാറ്റി ലിവറിന് ഉത്തമമായ ചികിത്സാ മാർഗ്ഗങ്ങൾ എന്തൊക്കെയാണ്?

- ✓ ശരീരഭാരം കുറയ്ക്കുക – മൊത്തം 5-10% ഭാരം കുറയ്ക്കുന്നത് ഫാറ്റി ലിവർ നിയന്ത്രിക്കാൻ സഹായിക്കും.
- ✓ ആരോഗ്യകരമായ ഭക്ഷണം – പ്രോസസ്സ്ഡ് ഫുഡുകൾ ഒഴിവാക്കി പോഷക സമൃദ്ധമായ ഭക്ഷണം സ്വീകരിക്കുക.
- ✓ വ്യായാമം നിർബന്ധം – ദിവസവും 30-45 മിനിറ്റ് നടക്കുക, സൈക്കിൾ ഓടിക്കുക, നീന്തുക.
- ✓ മദ്യം, പുകവലി ഉപേക്ഷിക്കുക – AFLD ഉള്ളവർക്ക് മദ്യപാനം നിർത്തുക അത്യാവശ്യമാണ്.
- ✓ കാർബോഹൈഡ്രേറ്റിന്റെ (അന്നജം) അളവ് കുറയ്ക്കാനും ശ്രദ്ധിക്കണം. ധാന്യവർഗ്ഗങ്ങൾ, മധുരപലഹാരങ്ങൾ, പഞ്ചസാര, ശീതളപാനീയങ്ങൾ, ചോക്കലേറ്റ്, ഐസ്ക്രീം, എന്നിവ പരമാവധി കുറയ്ക്കണം.
- ✓ നാരുകൾ കൂടുതലുള്ള ഭക്ഷണം – പഴങ്ങൾ, പച്ചക്കറികൾ, ധാന്യങ്ങൾ, അവക്കാഡോ, വെളുത്തുള്ളി എന്നിവയുടെ ഉപയോഗം വർദ്ധിപ്പിക്കുക.
- ✓ കൃത്യമായ ഉറക്കം – ദിവസം 7-8 മണിക്കൂർ ഉറക്കം ഉറപ്പാക്കുക.

ഫാറ്റി ലിവർ അപകടകരമാണോ?

അവഗണിച്ചാൽ ഇത് Cirrhosis (കരളിന്റെ അഴുകൽ), കരളിന് പൊട്ടലുണ്ടാവൽ (Liver Failure), കരളിന്റെ കാൻസർ (Liver Cancer) പോലുള്ള ഗുരുതരമായ അവസ്ഥകളിലേക്കും മാറാം. അതുകൊണ്ട് വൈകാതെ ചികിത്സ സ്വീകരിക്കുക.

ഫാറ്റി ലിവർ തടയാൻ എന്ത് ചെയ്യാം?

- ✓ നിത്യേന വ്യായാമം ചെയ്യുക
- ✓ മദ്യം, പുകവലി ഒഴിവാക്കുക
- ✓ കഴിക്കുന്ന ഭക്ഷണത്തിൽ സൂക്ഷ്മത പുലർത്തുക
- ✓ പ്രമേഹവും, കൊളസ്ട്രോളും നിയന്ത്രിക്കുക
- ✓ പരിശോധനകൾ കൃത്യമായി നടത്തുക

പ്രധാന സന്ദേശം

- ✓ ഫാറ്റി ലിവർ നേരത്തെ കണ്ടുപിടിച്ചാൽ ഭേദമാക്കാൻ സാധിക്കുന്ന ഒരു തിരുത്താവുന്ന രോഗം ആണ്.
- ✓ വ്യായാമം ഔഷധ തുല്യമാണ്. ദിവസേനയുള്ള ചിട്ടയായ വ്യായാമം ശരീരഭാരം നിയന്ത്രിച്ചുനിർത്തി കരളിനെ സംരക്ഷിക്കുന്നു. മദ്യപാനവും

പുകവലിയും ഒഴിവാക്കുക. മദ്യപാനവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട ഫാറ്റി ലിവർ രോഗത്തെ ചികിത്സിക്കുന്നതിൽ പ്രധാനപ്പെട്ട കാര്യം മദ്യപാനം നിർത്തുക എന്നതാണ്. ഇത്തരം കാര്യങ്ങളെല്ലാം ശ്രദ്ധിച്ചാൽ ഫാറ്റി ലിവറും കരളിനെ ബാധിക്കുന്ന മറ്റ് അസുഖങ്ങളും പ്രതിരോധിക്കാനും നിയന്ത്രണവിധേയമാക്കാനും സാധിക്കും.

Buon Natale season 4

5000 christmas fathers went on a Christmas message journey in Kottayam town.

First Hip & Knee Replacement Robotic Centre

മധ്യ കേരളത്തിലെ ആദ്യത്തെ ഹിപ്പ് & നീ റീപ്ലേസ്മെന്റ് റോബോട്ടിക് സെന്റർ ആരംഭിച്ച് ഒരു മാസത്തിനുള്ളിൽ 15 റോബോട്ടിക് കാൽമുട്ട് മാറ്റിവയ്ക്കൽ ശസ്ത്രക്രിയകൾ വിജയകരമായി പൂർത്തിയാക്കി കാരിത്താസ് ഹോസ്പിറ്റൽ & ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ഹെൽത്ത് സയൻസസ്. ഈ നേട്ടം റോബോട്ടിക്കിന്റെ അതേ മാതൃകയിലുള്ള കേക്ക് മുറിച്ച് ആഘോഷിച്ചു.

ഹോസ്പിറ്റൽ ഡയറക്ടർ റവ. ഡോ. ബിനു കുന്നത്ത്, ഓർത്തോ റോബോട്ടിക് വിഭാഗം ഡോക്ടർമാർ, കാരിത്താസ് ഹോസ്പിറ്റൽ ജോയിന്റ് ഡയറക്ടർമാരായ റവ. ഫാ. സ്റ്റീഫൻ തേവർപറമ്പിൽ, റവ. ഫാ. ജിസ്മോൻ മഠത്തിൽ, ഡോ അജിത് വേണുഗോപാലൻ (സി ഓ ഓ) എന്നിവർ ചടങ്ങിൽ പങ്കെടുത്തു.

Women Health Awareness Class

BVM Holy Cross College, ചേർപ്പുങ്കലിൽ വച്ച് ജനുവരി 15ന് ബുധനാഴ്ച രാവിലെ 11 മണിക്ക് 'മെൻസ്ട്രൽ കപ്പ്' എന്ന വിഷയത്തിൽ ക്ലാസ്സ് സംഘടിപ്പിച്ചു. കാരിത്താസ് ഹോസ്പിറ്റൽ& ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ഹെൽത്ത് സയൻസസിലെ കമ്മ്യൂണിറ്റി മെഡിസിൻ കൺസൾട്ടന്റ് ഡോ. ഷാരോൺ രാജ് എലിസ നേതൃത്വം നൽകി. മെൻസ്ട്രൽ കപ്പിന്റെ ഗുണങ്ങളും, ഉപയോഗവും വിശദീകരിച്ചു.

Talent Fest Season II

The Caritas Talent Fest Season 2 was an action-packed day filled with fun, excitement, and team spirit! From sports enthusiasts to gamers and performers, everyone came together to show off their amazing skills and passion. The participants, split into four energetic groups, gave their best effort, turning every moment into a celebration of talent and camaraderie. More than just a competition, it was a day of bonding, cheering, and creating memories that will stay with the Caritas family for a long time!

GERD ഗ്യാസ്ട്രോ ഈസോഫാജിയൽ റിഫ്ളക്സ് ഡിസീസ്

ഡോ. ജിനോ തോമസ്
സീനിയർ കൺസൾട്ടന്റ്
- ഗ്യാസ്ട്രോഎൻട്രോളജി
MBBS, MD, DM (Gastroenterology)

നമ്മൾ കഴിക്കുന്ന ഭക്ഷണം തൊണ്ടയിൽ നിന്നും ആമാശയത്തിലേക്ക് കൊണ്ടുപോകുന്ന ഒരു ട്യൂബാണ് അന്നനാളം. (ഈസോഫാഗസ്) ആമാശയത്തിൽ ഉള്ള ആസിഡ് അല്ലെങ്കിൽ ചിലപ്പോൾ പിത്തരസം അന്നനാളത്തിലേക്ക് കയറി വരുമ്പോൾ (റിഫ്ളക്സ്) അനുഭവപ്പെടുന്ന രോഗാവസ്ഥയാണ് GERD അഥവാ ഈസോഫാജിയൽ റിഫ്ളക്സ് ഡിസീസ്.

ലക്ഷണങ്ങൾ

1. നെഞ്ചെരിച്ചിൽ - നെഞ്ചിലോ തൊണ്ടയിലോ നടുക്കായി എരിച്ചിൽ അല്ലെങ്കിൽ പുകച്ചിൽ ആണ് ഏറ്റവും സാധരണയായി കാണുന്ന ലക്ഷണം ഭക്ഷണം കഴിച്ചത്തിനുശേഷവും, രാത്രിയിൽ കിടക്കുമ്പോഴും ഇത് കൂടുതലായി അനുഭവപ്പെടാം.
2. പുളിച്ചു തികട്ടൽ (റിഫ്ളക്സ്) - തൊണ്ടയിലേക്കോ വായിലേക്കോ പുളിച്ചവെള്ളം തികട്ടി കയറി വരുന്ന തോന്നൽ.
3. നെഞ്ച് വേദന - ചിലർക്ക് ശക്തമായ നെഞ്ച് വേദനയോ നെഞ്ചിന് ഭാരം പോലെയോ ഉള്ള ലക്ഷണങ്ങൾ അനുഭവപ്പെടാം. ഇത് ഹൃദയ സംബദ്ധമായ രോഗലക്ഷണമായി കരുതപ്പെടാം.

4. വിഴുങ്ങുമ്പോൾ വേദന അല്ലെങ്കിൽ ചെറിയ തടസം ചിലർക്ക് അനുഭവപ്പെടാം ഇത് അന്നനാളത്തിൽ കൂടുതൽ വീക്കം, തൊലി പോകൽ (ഈസോഫാജൈറ്റിസ്) ഉള്ളവരിൽ ആണ് കൂടുതൽ കാണുന്നത്.
5. വരണ്ടചുമ, ശബ്ദവ്യത്യാസം, ശ്വാസംമുട്ടൽ എന്നീ ലക്ഷണങ്ങൾ ആസിഡ് തൊണ്ടയിൽ ഉണ്ടാക്കുന്ന വീക്കം മൂലം ഉണ്ടാകാം.

അടിസ്ഥാനം

അന്നനാളം ആമാശയത്തിൽ ചേരുന്ന ഭാഗത്തു അന്നനാളത്തിലേക്ക് ആഹാരവും ആസിഡും തിരിച്ച് കയറുന്നത് തടയാൻ ഉള്ള ഒരു സംവിധാനം ഉണ്ട്. ഇത് ഇവിടെയുള്ള വിവിധ പേശികളുടെ പ്രവർത്തനത്തിനെ ആശ്രയിച്ചിരിക്കുന്നു. ഈ സംവിധാനത്തിൽ (antireflux മെക്കാനിസം) ഉള്ള തകരാറുകളാണ് GERD എന്ന രോഗത്തിന് അടിസ്ഥാന കാരണം.

മറ്റു കാരണങ്ങൾ

1. ഹയറ്റസ് ഹെർണിയ - ആമാശയത്തിന്റെ മുകൾഭാഗം നെഞ്ചിലേക്ക് തള്ളിവരുന്ന അവസ്ഥയാണ് ഹയറ്റസ് ഹെർണിയ സ്ഥിരമായാ ആസിഡ് റിഫ്ളക്സിന്റെ ഒരു പ്രധാന കാരണമാണിത്.
2. അമിതവണ്ണം - അമിതവണ്ണം വയറിനുള്ളിൽ സമ്മർദം കൂട്ടുകയും GERD കൂടുന്നതിന് കാരണമാവുകയും ചെയ്യും.
3. ഗർഭം - ഗർഭകാലത്തു വയറ്റിലെ മർദ്ദം കൂടുകയും, അതോടൊപ്പം വിവിധ ഹോർമോണുകൾ റിഫ്ളക്സ് തടയുന്ന പേശികളെ ബാധിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ഇതിനാൽ GERD കൂടുതലായി അനുഭവപ്പെടുന്നു.
4. പുകവലി - പേശികളെ ദുർബലപ്പെടുത്തുകയും GERD കൂട്ടുകയും ചെയ്യുന്നു.
5. മരുന്നുകൾ - വേദനസംഹാരികൾ, ഹോർമോൺ മരുന്നുകൾ പ്രഷറിനും ശ്വാസംമുട്ടലിനുമുള്ള ചില മരുന്നുകൾ ഒക്കെ GERD കൂട്ടാം.

ആഹാരവും GERD യും

1. വയറുനിറച്ച് കഴിക്കുന്നതും രാത്രി താമസിച്ച് കഴിക്കുന്നതും GERD വർധിപ്പിക്കുന്നു.
2. കൂടുതൽ കൊഴുപ്പുള്ള ആഹാരം എരിവും പുളിയും കൂടിയ ആഹാരം, മദ്യം, കാപ്പി, ചായ, ചോക്ക്ളേറ്റ് എന്നിവ GERD കൂടുന്നതിന് കാരണമാവുന്നു

സങ്കീർണ്ണതകൾ

1. ഈസോഫാജൈറ്റിസ് - അന്നനാളത്തിലെ തൊലിക്ക് ഉണ്ടാകുന്ന വീക്കമാണ് ഈസോഫാജൈറ്റിസ്.
2. ബാരരറ്റ് ഈസോഫാഗസ് - സ്ഥിരമായ അസിഡിറ്റി കൊണ്ട് അന്നനാളത്തിലെ തൊലി ചെറുകുടലിലെ തൊലിക്ക് സമാനമായി മാറുന്നു. (Intestinal Metaplasia). ഇത് കാലക്രമേണ കാൻസർ വരാനുള്ള സാധ്യത കൂട്ടുന്നു.
3. അന്നനാളത്തിന്റെ തുടർച്ചയായ വീക്കം അന്നനാളം ചുരുങ്ങുന്നതിന് കാരണമാകാം ഇത് ആഹാരം ഇറങ്ങുന്നതിന് തടസ്സം സൃഷ്ടിക്കാം.

രോഗനിർണ്ണയം

കൂടുതൽ രോഗികളിലും രോഗലക്ഷണങ്ങളിൽ നിന്നുതന്നെ രോഗനിർണ്ണയം സാധ്യമാണ്. ചില രോഗികളിൽ രോഗനിർണയത്തിന് പരിശോധനകൾ ആവശ്യമായി വരാം.

1. എൻഡോസ്കോപ്പി (OGD SCOPY)

എൻഡോസ്കോപ്പി വഴി അന്നനാളത്തിന്റെ വീക്കം ബാരെറ്റ് ഈസോഫാഗസ്, ഹയറ്റസ് ഹെർണിയ എന്നിങ്ങനെയുള്ള കാര്യങ്ങൾ വിശദമായി മനസിലാക്കാൻ സാധിക്കും.

2. ബാരിയം ഈസോഫഗ്രാം

ബാരിയം മരുന്ന് വിഴുങ്ങുമ്പോൾ X -RAY ഉപയോഗിച്ച് അന്നനാളത്തിന്റെ ചിത്രങ്ങൾ എടുക്കുന്നു.

3. ഈസോഫാജിയൽ PH ടെസ്റ്റ്

അന്നനാളത്തിൽ ഒരു ചെറിയ വയർലെസ് റിസീവർ വെച്ച് 24 മണിക്കൂർ നേരം PH (അസിഡിറ്റി)അളക്കുന്നു. ഇത് വഴി നെഞ്ചിലെ ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ അസിഡിറ്റി കൊണ്ടാണോ എന്നു വ്യക്തമായി അറിയാൻ സാധിക്കും.

4. ഈസോഫാജിയൽ മാനോമെട്രി (ചലനപരിശോധന)

മൂക്കിലൂടെ കടത്തിവിടുന്ന ഒരു ചെറിയ ട്യൂബിലെ സെൻസറുകൾ ഉപയോഗിച്ച് അന്നനാളത്തിലെ മർദം അളക്കുകയും പേശികളുടെ പ്രവർത്തനം മനസിലാക്കുകയും ചെയ്യാം.

ചികിത്സ

ജീവിതശൈലി നവീകരണം - നല്ലൊരു ശതമാനം രോഗികളിലും കൃത്യമായി ജീവിതശൈലി പാലിക്കുകവഴി രോഗം നിയന്ത്രിക്കാം

- അമിതവണ്ണം കുറക്കുക
- മദ്യം, പുകവലി ഒഴിവാക്കുക

കൃത്യമായ ആഹാരക്രമം - അളവുകുറച്ചു കൂടുതൽ തവണയായി കഴിക്കുക. GERD കൂട്ടുന്ന കൊഴുപ്പുള്ള ആഹാരം, കാപ്പി, ചായ, എരിവ്, പുളി എന്നിവ പരമാവധി ഒഴിവാക്കുക.

- വയറിന് അമിതസമ്മർദ്ദം നൽകുന്ന ഇറുകിയ വസ്ത്രങ്ങൾ ഒഴിവാക്കുക
- കിടക്കുമ്പോൾ നെഞ്ചും തലയും 30 ഡിഗ്രി പൊക്കി വച്ചു കിടക്കുക

മരുന്നുകൾ

അസിഡിറ്റി കുറയാനുള്ള മരുന്നുകളാണ് ചികിത്സയിൽ പ്രധാനമായും ഉപയോഗിക്കുന്നത്. പല തരത്തിലുള്ള മരുന്നുകൾ ഇന്ന് ലഭ്യമാണ്. ഇവ രോഗം നിയന്ത്രിക്കുന്നതിൽ വളരെ ഫലപ്രദമാണ്. ഡോക്ടറുടെ നിർദ്ദേശപ്രകാരം ഈ മരുന്നുകൾ യുക്തിപൂർവം ഉപയോഗിക്കേണ്ടതാണ്. മരുന്നുകളുടെ അനിയന്ത്രിതമായ തുടർച്ചയായ ഉപയോഗം കഴിവതും ഒഴിവാക്കേണ്ടതാണ്.

1. അന്റാസിഡുകൾ - അസിഡിറ്റി കുറച്ച് പെട്ടന്ന് ആശ്വാസം തരുന്നു
2. H - 2 റിസപ്റ്റർ ബ്ലോക്കർ - ആസിഡ് ഉൽപ്പാദനം കുറക്കുന്നു. ഉദാഹരണം -റാണിറ്റിഡിൻ
3. പ്രോട്ടോൺ പമ്പ് ഇൻഹിബിറ്ററുകൾ - ആസിഡ് ഉൽപ്പാദനം ശക്തമായി തടയുന്നു. ഏറ്റവും ഫലപ്രദം ആണ്. ഉദാഹരണം ഒമിപ്രസോൾ പാന്റോപ്രസോൾ
4. പൊട്ടാഷ്യം ചാനൽ ബ്ലോക്കർ - പുതുതായി വന്ന ആസിഡ് ഉൽപ്പാദനം കുറക്കുന്ന മരുന്നാണ്. ഉദാഹരണം - വോണോപ്രസൻ

ശസ്ത്രക്രിയ

സ്ഥിരമായി മരുന്നുകൾ വേണ്ടിവരുന്ന രോഗികളിലും GERD മൂലമുള്ള സങ്കീർണ്ണതകൾ ഉള്ളവരിലും ശസ്ത്രക്രിയ പരിഗണിക്കാവുന്നതാണ്. അതുപോലെ കാര്യമായ ഹയറ്റസ് ഹെർണിയ ഉള്ളവരിലും ശസ്ത്രക്രിയ ഫലപ്രദമാണ്. കീഹോൾ വഴി ചെയ്യുന്ന ഫണ്ടൊപ്ലിക്കേഷൻ എന്ന ശസ്ത്രക്രിയയാണ് സാധാരണയായി ചെയ്യുന്നത്.

ചുരുക്കത്തിൽ നമ്മുടെ സമൂഹത്തിൽ ഏറ്റവും സാധാരണയായി കാണപ്പെടുന്ന ഒരു രോഗമാണ് GERD. കൃത്യമായ ഭക്ഷണക്രമത്തിലൂടെയും, ജീവിതരീതിയിലൂടെയും മിക്കവാറും പേരിൽ രോഗം നിയന്ത്രിക്കാൻ സാധിക്കും. മരുന്നുകൾ യുക്തിപൂർവ്വം ഉപയോഗിക്കുകയും അനാവശ്യ ഉപയോഗം ഒഴിവാക്കുകയും വേണം.

Medical Camp in Kochi

കാരിത്താസ് ഹോസ്പിറ്റൽ ആൻഡ് ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ഹെൽത്ത് സയൻസിന്റെയും Naval Aircraft Yard ന്റെയും ആഭിമുഖ്യത്തിൽ കൊച്ചിയിൽ മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പ് സംഘടിപ്പിച്ചു. കാരിത്താസ് ഹോസ്പിറ്റൽ ജോയിന്റ് ഡയറക്ടർ റെവ. ഫാ. ജിസ്മോൻ മഠത്തിലിന്റെ സാന്നിധ്യത്തിൽ CMDE Sandeep D Sabnis,NM (Commodore Superintendent NAY (K) ആണ് മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പ് ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തത്.

സ്തനാർബുദത്തെ കുറിച്ചുള്ള വർക്ക് ഷോപ്പും മെഡിക്കൽ ചെക്കപ്പും ഉൾപ്പെട്ടതായിരുന്നു ക്യാമ്പ്. ക്യാമ്പിൽ പങ്കെടുത്തവർക്ക് ബിപി & ഷുഗർ ചെക്കപ്പ്, ക്ലിനിക്കൽ ബ്രസ്റ്റ് ചെക്കപ്പ്,മാമോഗ്രാം തുടങ്ങിയ സേവനങ്ങൾ ലഭ്യമായിരുന്നു. കമ്മ്യൂണിറ്റി മെഡിസിൻ വിഭാഗം സീനിയർ കൺസൾട്ടന്റ് ഡോ. ഷാരോൺ രാജ് എലിസ നേതൃത്വം നൽകിയ ക്യാമ്പിൽ 74 പേർ പങ്കെടുത്തു. 24 പേർക്ക് മാമോഗ്രാം ടെസ്റ്റ് നടത്തി.

Caritas Hospital and Institute of Health Sciences celebrated Home Day

Caritas Hospital and Institute of Health Sciences celebrated Home Day as a heartfelt tribute to the enduring legacy of the late Bishop Mar Thomas Tharayil. The event honored his visionary leadership and contributions, creating an atmosphere of reflection, celebration, and togetherness.

The day's proceedings were enriched by a variety of cultural performances, including captivating dances, thought-provoking skits, and melodious songs that engaged and inspired the audience. A highlight of the event was the recognition of Talent Fest winners, with the Blasters Team securing the top position, followed by the Warriors, Fighters, and Masters teams, showcasing the incredible talent within the community.

The program was inaugurated by Sri. Francis George, Member of Parliament, and featured thoughtful speeches by distinguished guests, including H.G. Mar Mathew Moolakkatt, Rev. Dr. Binu Kunnath, Smt. Lovely George, Dr. Bobbie N. Abraham, and Rev. Sr. Shiji Jose. These addresses offered profound insights, reminding all attendees of the values and vision that Bishop Mar Thomas Tharayil championed.

The event culminated in a meaningful prize distribution ceremony led by H.G. Mar Mathew Moolakkatt, followed by a heartfelt vote of thanks delivered by Rev. Fr. Jinu Kavil. The celebration not only honored Bishop Tharayil's memory but also served as an inspiring platform for unity, talent, and shared purpose, leaving attendees with a deep sense of pride and connection.

TOGETHER,
We Heal
Kenotic love saves life

CARiTAS
MATHA HOSPITAL

അമ്മയും കുഞ്ഞും

സുഖമായിരിക്കട്ടെ...

വിശേഷം അറിഞ്ഞോ?!

ഗൈനക്കോളജി & നിയോനറ്റോളജി

വിഭാഗങ്ങൾ ഇനി മുതൽ

കാരിത്താസ് മാതാ

ഹോസ്പിറ്റലിൽ

OBSTETRICS & GYNAECOLOGY | NEONATOLOGY | PEDIATRICS AND PEDIATRIC SURGERY

www.caritasmathahospital.com | 0481-279 25 00