CONSOLE NEWS

Published by Console Medical Charitable Trust, Chavakkad
+91 9846 797 797 | info@consolemct.com
President : Er. Abdhul Latheef Ammengara, General Secretary : Adv. Sujith Ayinippully, Treasurer : P. V. Abdumash Console

EDITORIAL

2010 ൽ പ്രവർത്തനം ആരംഭിച്ച CONSOLE ട്രസ്റ്റിന്റെ നിയമപ്രകാരം രണ്ടു വർഷം കൂടുമ്പോൾ തിരഞ്ഞെടുക്കപ്പെടുന്ന ഭരണാധികാരികളാണ് ട്രസ്റ്റിനെ നയിക്കുന്നത്. ഈയിടെ കൺസോളിന്റെ ഏഴാമത്തെ ഭരണ സമിതി പ്രവർത്തനം ആരംഭിച്ചിരിക്കയാണ്. ജീവകാരുണ്യ മേഖലയിൽ തുടക്കം കുറിച്ച ട്രസ്റ്റ് 75 കിഡ്നി രോഗികളുടെ ആജീവനാന്ത ഡയാലിസിസിന്റെ സഹായം ഏറ്റെടുത്ത് നടത്തുന്നു. രക്ത പരിശോധന ക്യാമ്പുകളും രോഗനിർണ്ണയ ക്യാമ്പുകളും ഡോക്ടർമാരുടെ ക്ളാസ്സുകളും പ്രമേഹ കിഡ്നി ദിനാചരണങ്ങളും സാന്ത്വന സംഗമങ്ങളും സംഘടിപ്പിക്കുകയും ചെയ്തു. വരുന്ന ട്രസ്റ്റ് സ്പെഷ്യലിസ്റ്റ് ഡോക്ടർമാരോട് നേരിട്ട് സംശയങ്ങൾ ചോദിക്കാൻ പാകത്തിൽ ഇൻറർനെറ്റ് സംവിധാനത്തിലൂടെ WEBINAR ന് തുടക്കം കുറിച്ചു. എല്ലാ മാസവും ആദ്യത്തെ ഞായറാഴ്ച നടത്തുന്ന കൂപ്പൺ വിതരണത്തിൽ സമൂഹത്തിലെ വിശിഷ്ട വ്യക്തികളാണ് അതിഥികളായി എത്തുന്നത്. കരുണയുള്ള സുഹൃത്തുക്കളുടെ സഹകരണവും സഹായവുമാണ് കൺസോളിന് വിശാലമായ പ്രവർത്തനം നടത്താൻ തുണയായത്. കൺസോളിന്റെ സത്യസന്ധമായ പ്രവർത്തനം സർക്കാരിന്റെ 12 AA & 80 G സർട്ടിഫിക്കറ്റിന് അർഹത ലഭിച്ചു. കൺസോളിന് ഈ വർഷം പ്രവർത്തന മികവിന് ISO 9001:2015 അംഗീകാരം ലഭിച്ചു. ഇനി CSR ഫണ്ടുകൾ ലഭ്യമാക്കുവാനും കൂടിയുള്ള ശ്രമത്തിലാണ് CONSOLE.

സൗജന്യ ഡയാലിസിസ് കൂപ്പൺ വിതരണം.

ചാവക്കാട് കൺസോൾ മെഡിക്കൽ ചാരിറ്റബിൾ ട്രസ്റ്റ് വൃക്കരോഗികൾക്ക് നൽകുന്ന സൗജന്യ ഡയാലിസിസ് കൂപ്പൺ വിതരണം പുന്നയൂർ വില്ലേജ് ഓഫീസർ ഫൈസൽ പി.വി. ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. മുഖ്യാതിഥിയായി പങ്കെടുത്ത യോഗ പരിശീലകയായ ലീന വിന്നി

രോഗികൾക്കും കുടുംബങ്ങൾക്കും ആരോഗ്യകരമായ നിർദ്ദേശങ്ങൾ നൽകി. അതിഥികളായി എത്തിയ ആർ വി.സി. ബഷീർ, സി കെ ബാബു അബ്ദുൾ കരീം താമരത്ത് എന്നിവർ ആശംസ പ്രസംഗങ്ങൾ നടത്തി. ട്രസ്റ്റിന്റെ വിവിധ പ്രവർത്തന മേഖലകളെ കുറിച്ച് ട്രസ്റ്റിമാരായ വി.എം.സുകുമാരൻ മാസ്റ്റർ, ജമാൽ താമരത്ത്, കെ.ഷംസുദ്ധീൻ , ഹക്കീം ഇമ്പാർക്, വി. കാസിം എന്നിവർ വിവരണങ്ങൾ നൽകി. പ്രസിഡണ്ട് അബ്ദുൾ ലത്തീഫ് അമ്മേങ്ങര അദ്ധ്യക്ഷത വഹിച്ച യോഗത്തിൽ സെക്രട്ടറി പി.എം. അബ്ദുൾ ഹബീബ് സ്വാഗതം പറഞ്ഞു. പി.വി. അബ്ദു മാഷ് നന്ദി പറഞ്ഞു.

ലോക വൃക്കദിനം ആചരിച്ചു

ചാവക്കാട് : കൺസോൾ മെഡിക്കൽ ചാരിറ്റബിൾ ട്രസ്റ്റ്, ചാവക്കാട് താലൂക്ക് ലീഗൽ സർവീസ് കമ്മിറ്റിയുമായി ചേർന്ന് ചാവക്കാട് മുൻസിഫ് കോടതി അങ്കണത്തിൽ വെച്ച് ലോക വൃക്കദിനം ആചരിച്ചു. ഇതിനോടനുബന്ധിച്ച് ചേർന്ന യോഗത്തിന്റെ ഉദ്ഘാടനം ചാവക്കാട് ജുഡിഷ്യൽ ഫസ്റ്റ് ക്ലാസ് മജിസ്ട്രേറ്റ് രോഹിത് നന്ദകുമാർ അവർകൾ നിർവഹിച്ചു കൺസോൾ ട്രസ്റ്റ് പ്രസിഡന്റ് അബ്ദുൾ ലത്തീഫ് അമ്മേങ്ങര അദ്ധ്യക്ഷനായ യോഗത്തിൽ ജനറൽ സെക്രട്ടറി അഡ്വ.സുജിത് അയിനിപ്പുള്ളി സ്വാഗതം പറഞ്ഞു. ചാവക്കാട് താലൂക്ക് ലീഗൽ സർവീസസ് കമ്മിറ്റി സെക്രട്ടറി ഇൻചാർജ് ധനേഷ്. പി. എം , മുൻസിഫ് കോടതി ജൂനിയർ സൂപ്രണ്ട് അബ്ദുൾ വഹാബ്, ചാവക്കാട് ബാർ അസോസിയേഷൻ സെക്രട്ടറി ഷൈൻ മനയിൽ, ചാവക്കാട് മുനിസിപ്പൽ കൗൺസിലർ സുപ്രിയ, അഡ്വക്കേറ്റ് ക്ലാർക്ക് അസോസിയേഷൻ പ്രതിനിധി അജിത്. ടി. ആർ , അഡ്വക്കേറ്റുമാരായ സി.സുഭാഷ്കുമാർ, പി. കെ. മുഹമ്മദ് ബഷീർ എന്നിവർ ആശംസകൾ നേർന്നു. കൺസോൾ ട്രസ്റ്റിമാരായ വി.എം. സുകുമാരൻ മാസ്റ്റർ, ഹക്കിം ഇമ്പാർക് എന്നിവർ കിഡ്നി സംരക്ഷണമാർഗ്ഗങ്ങളെ കുറിച്ച് സംസാരിച്ചു. പൊതുജനങ്ങൾക്ക് കിഡ്നി സംരക്ഷണ മാർഗ്ഗങ്ങളെ സംബന്ധിച്ചുള്ള ലഘുലേഖ വിതരണം ചെയ്തു. ട്രഷറർ പി. വി. അബ്ദുമാഷ് നന്ദി അറിയിച്ചു.

ജീവിതം സുന്ദരമാണ് പക്ഷെ........

അബ്ദു മാഷ് കൺസോൾ

90 വയസായ ഒരു കാരണവരോട് ഒരിക്കൽ ചോദിച്ചു, 'ഈ ദീർഘായുസിന്റെ രഹസ്യം എന്താണ്'? അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു, 'ആയുസ്സിന്റെ രഹസ്യം അറിയില്ല... അതൊരു ജന്മരഹസ്യം ആയിരിക്കാം എങ്കിലും ആരോഗ്യത്തിന്റെ രഹസ്യം പറയാം... എന്റെ ജീവിതം ലളിതമായിരുന്നു. മദ്യപാനവും പുകവലിയും ഇല്ല, ആരെയും ഉപദ്രവിച്ചില്ല, പകരം പലരെയും സഹായിച്ചു.'

കഷ്ടിച്ചുള്ള വരുമാനവുമായി ജീവിക്കുന്നവർക്ക് ജീവിതത്തിൽ ആരോഗ്യമോ സമാധാനമോ ഉണ്ടാകുമോ എന്ന് പലരും ചോദിക്കാറുണ്ട്. ധനസ്ഥിതി അല്ല മനസ്ഥിതിയാണ് ആരോഗ്യവും സമാധാനവും ഉണ്ടാക്കുന്നത് എന്നാണ് മറുപടി. സമ്പാദിക്കുന്ന സംഖ്യയുടെ വലിപ്പത്തിലല്ല സന്തോഷത്തിന്റെ രഹസ്യം ഒരു ദരിദ്രന് 50 രൂപ കിട്ടിയാലുള്ള സന്തോഷം ഒരു സാധാരണക്കാരന് കിട്ടണമെങ്കിൽ 50000 രൂപയെങ്കിലും വേണം. കോടീശ്വരനാണെകിൽ അഞ്ചു കോടിയെങ്കിലും കിട്ടണം. ഇത്രയൊക്കെ കിട്ടിയാലും അത്രയ്ക്ക് സന്തോഷം കിട്ടണമെന്നില്ല. പ്രവാചകന്മാർ മുതൽ ഗാന്ധിജിവരെ മാതൃകയാക്കിയത് ലളിത ജീവിതമാണ്.

മനുഷ്യരെ സംബന്ധിച്ച് വിശപ്പടക്കാനുള്ള ഭക്ഷണം, ശരീരം സംരക്ഷിക്കാനുള്ള വസ്ത്രം, കിടന്നുറങ്ങാനുള്ള കൂടാരം,ഇത്രയും മതി ജീവിക്കാൻ. ഇതിലപ്പുറം മനുഷ്യർ ആർഭാടത്തിലേക്ക് പോകുന്നത് ആനന്ദം തേടിയാണ്. ആനന്ദം തേടിയുള്ള അവസാനിക്കാത്ത യാത്ര ജീവിതാവസാനം വരെ തുടരുകയാണ്. പുതിയ തലമുറയിൽ മിക്കവരും ആഡംബരഭ്രമം, കനത്ത ഭക്ഷണം മുതൽ തിളങ്ങുന്ന കക്കൂസ് വരെ നീളുകയാണ്. പുരുഷന്മാർ അധികവും മദ്യഷാപ്പുകളിലേക്കും സ്ത്രീകൾ ജ്വല്ലറികളിലേക്കും തിക്കി തിരക്കി കയറുകയാണ്. അതിലപ്പുറം ചിലർ അപഥസഞ്ചാരത്തിലേക്കും പോകുന്നു. അവർക്ക് വിശ്രമം എവിടെ? ശാന്തി എവിടെ? ആനന്ദം എവിടെ? അവർക്ക് വേണ്ടത് ഇതൊന്നുമല്ല പേരും പെരുമയും പണവും പ്രതാപവുമാണ്. കാരണവർ പറഞ്ഞു നിർത്തി. പിന്നീടൊരിക്കൽ സമ്പന്നജീവിതം നയിക്കുന്ന ആഡംബരപ്രിയനായ ഒരു സുഹൃത്തിനോട് അദ്ദേഹത്തിൻറെ ജീവിതരീതിയെക്കുറിച്ച് ചോദിച്ചപ്പോൾ അദ്ദേഹം പറഞ്ഞത് ഇങ്ങനെയാണ്. 'ഈ ഭൂലോകത്ത് ഉള്ളതെല്ലാം മനുഷ്യർക്ക് ആസ്വദിക്കാനുള്ളതാണ് എത്രകണ്ട് സമ്പാദിക്കുന്നുവോ അത്രകണ്ട് ഭാഗ്യം! പണം വരുമ്പോൾ അത് തടയരുത് കാരണം പണം എപ്പോഴാണ് തിരിച്ചുപോകുക എന്ന് അറിഞ്ഞുകൂടാ. അതിനാൽ കഴിയാവുന്നത്ര സമ്പാദിച്ച് കരുതിവെക്കുക. ഭാവിയിൽ കാശിന് ആവശ്യം വന്നാൽ ആരോട് ചോദിക്കും? ചോദിച്ചാൽ ആര് തരും? ഒരു മാരകരോഗം വന്നാൽ ചികിത്സിക്കാൻ ചിലപ്പോൾ ലക്ഷങ്ങൾ പോരാതെ വരും വലിയ വരുമായുള്ള ബന്ധം ജീവിതത്തിൽ ചിലപ്പോൾ ആവശ്യമായി വരും അതുകൊണ്ട് തന്നെ പണവും പ്രതാപവും വേണം പേരും പെരുമയും വേണം'.

ആഡംബര ജീവിതം പ്രകൃതിവിരുദ്ധമാണ് എന്നും നാം പ്രകൃതിയിലേക്ക് മടങ്ങണം എന്നും പറയുന്നവരോട് എന്താണ് തിരിച്ചു പറയാനുള്ളത് എന്ന് ചോദിച്ചപ്പോൾ അദ്ദേഹം വാചാലനായി 'മനുഷ്യരുടെ സാമൂഹികവും സാംസ്കാരികവുമായ പുരോഗതിക്ക് കാരണം ഇന്നത്തെ ഈ വളർച്ച തന്നെയാണ് അതിനാൽ പിന്നോട്ട് പോകേണ്ടതില്ല മുന്നോട്ട് തന്നെ പോകണം. ഓരോരുത്തരും അവരവരുടെ ജന്മവാസനയും സാഹചര്യവും അനുസരിച്ചുള്ള ജീവിതമാർഗങ്ങളിലേക്ക് പോകുന്നു അതനുസരിച്ചുള്ള കർമ്മഫലവും അനുഭവിക്കുന്നു എന്നു മാത്രം. ജീവിതം സുന്ദരമാണ് എങ്കിലും അത് ആസ്വദിക്കാൻ കഴിയണം. എത്ര ധനസ്ഥിതി ഉണ്ടെങ്കിലും നല്ല മനസ്ഥിതി ഉണ്ടെങ്കിൽ മാത്രമേ ജീവിതം ആസ്വദിക്കാൻ കഴിയുള്ളൂ. സമ്പന്നരായി വരുമ്പോൾ ലളിത ജീവിതം നയിച്ച് സമ്പത്ത് ദാനം ചെയ്യുന്നവരുണ്ട്. ഇവർ ജീവിക്കുന്നവരും ജീവിക്കാൻ വിഷമിക്കുന്നവരെ ജീവിപ്പിക്കുന്നവരുമാണ്. ഇവർ സ്വയം ആശ്വസിക്കുന്നവരും മനോവിഷമം ഉള്ളവരെ ആശ്വസിപ്പിക്കുന്ന വരും ആണ്. ഇങ്ങനെയാകുമ്പോൾ ജീവിതം സുന്ദരമാവുക തന്നെ ചെയ്യും. ശാന്തസുന്ദരം ഈ ലളിത ജീവിതം.

ലോക വൃക്കദിനം എന്തിന്?

ജാനീഷ് സി. എം. കൺസോൾ

എല്ലാവർഷവും മാർച്ച് മാസത്തിലെ രണ്ടാമത്തെ വ്യാഴാഴ്ച ലോക വൃക്ക ദിനമായി ആചരിക്കുന്നു. വൃക്ക രോഗങ്ങളെ കുറിച്ച് ജനങ്ങളിൽ അവബോധം വളർത്തുന്നതിനാണ് ഈ ദിനം വിഭാവനം ചെയ്തിട്ടുള്ളത്. 2006 ലാണ് ആദ്യമായി ലോക വൃക്ക ദിനം ആചരിച്ചു തുടങ്ങിയത്. വൃക്ക സംബന്ധമായ രോഗങ്ങളെ കുറിച്ച് ജനങ്ങളിൽ അവബോധം സൃഷ്ടിക്കുക എന്നതായിരുന്നു കൺസോളിന്റെ പ്രധാന ലക്ഷ്യം ആരോഗ്യകരമായ ജീവിതശൈലിക്ക് വേണ്ടി മാറ്റങ്ങൾ വരുത്തുന്നതിന് പതിവായി സ്ക്രീനിങ്ങും പരിശോധനയ്ക്കും പോകാൻ ഈ ദിവസം ആളുകളെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്നു. ഇന്ത്യയിൽ ഓരോ വർഷവും രണ്ട് ലക്ഷത്തോളം ആളുകൾ വൃക്ക സംബന്ധമായ തകരാറുകൾ നേരിടുന്നു എന്നാണ് കണക്കുകൾ പറയുന്നത് ഇതിൽ ഞെട്ടിപ്പിക്കുന്ന വസ്തുത പല ആളുകൾക്കും വൃക്കരോഗം അതിൻറെ പ്രാരംഭഘട്ടത്തിൽ കണ്ടുപിടിക്കാൻ കഴിയുന്നില്ല എന്നതാണ് മെഡിക്കൽ കോളേജുകളിലും ആരോഗ്യ സേവനങ്ങൾക്ക് കീഴിലുള്ള ആശുപത്രികളിലുമായി ഏകദേശം 36000, 39000 ഡയാലിസിസുകളാണ് സംസ്ഥാനത്ത് പ്രതിമാസം ചെയ്യുന്നത് 92 ആശുപത്രികളിൽ ആയി 937 ഡയാലിസിസ് മെഷീനുകളാണ് പ്രവർത്തിക്കുന്നത് ഇതൊരു ഞെട്ടിക്കുന്ന വസ്തു തന്നെയാണ്.

HEALTH TIPS

കുതിർത്ത അത്തിപ്പഴം കഴിച്ചാലുള്ള ഗുണങ്ങൾ

1. മലബന്ധം പ്രതിരോധിക്കുന്നു.
2. എല്ലുകൾക്ക് ബലം.
3. അമിതവണ്ണം കുറയ്ക്കാൻ.
4. രക്തത്തിലെ പഞ്ചസാരയുടെ അളവ് കുറയുന്നു.
5. സ്ത്രീകളുടെ പ്രത്യുൽപാദന ആരോഗ്യത്തിന്.

ഷമാം പഴം (തൈക്കുമ്പളം) മിതമായ ഉപയോഗം

1. കണ്ണുകൾക്ക് ആരോഗ്യം.
2. അകാല വാർദ്ധക്യം തടയാം.
3. ശരീരഭാരം കുറയ്ക്കും.
4. ദഹനത്തിന് ഉത്തമം.
5. ശരീരത്തിലെ ജലാംശം നിലനിർത്തുന്നു.
6. ഉറക്കമില്ലായ്മക്ക് പരിഹാരം.

IN ASSOCIATION WITH
TechBiz Digital