MOTION JEE | NEET | FOUNDATION

THE COVAI MAIL

ENGLISH & TAMIL WEEKLY NEWSPAPER

MOTION JEE | NEET | FOUNDATION

RNI: TNBIL/2014/55455 | Postal Reg.No: CB/123/2021-23.

Coimbatore | Chennai | Tiruppur | Ooty | Coonoor | Kotagiri | Pollachi | Palani

Vol No. : 10 Issue No. : 12 www.covaimail.com www.facebook.com/THE COVAI MAIL Every Sunday, June 18 - 24, 2023, 8 Pages, Rs.5/- Annual subscription - Rs.260/-

MOTION®

JEE | NEET | FOUNDATION

KOTA'S Best Coaching is now in

COIMBATORE

Session 2023 - 2024

ADMISSIONS OPEN

Nation's Best SELECTION Percentage (%) Ratio

62090+ SELECTIONS SINCE 2007

Nation's Best NEET SELECTION Ratio

Total Student Qualified in 2020
2663 / 2843 = 93.66%

Total Student Qualified in 2021
3176 / 3411 = 93.12%

Total Student Qualified in 2022
4837 / 5356 = 90.31%

Total Student Qualified in 2023
6497 / 7084 = 91.64%

Gandhipuram, Coimbatore

93618 03419 - 93618 03449

தில்லியில் நடந்தது தமிழ்நாட்டில் நடக்குமா ?

✍ **சாணக்கியன்,** தி கோவை மெயில்

தமிழகத்தில் நடந்து வரும் அரசியல் நகர்வுகளை பார்க்கும்போது, அரசியல் முக்கியத்துவம், அதிகாரமிக்க பகுதியாக உருவாகியுள்ள கொங்கு மண்டலத்தில் முக்கோண மோதல் உருவாகியிருப்பது தெளிவாகியுள்ளதாக அரசியல் நோக்கர்கள் கருதுகின்றனர்.

தமிழகத்தில் பூகோள ரீதியாக தொழில், விவசாயம், கல்வி வளமிக்க பகுதியாக உருவெடுத்துள்ளது கொங்கு மண்டலம் என அழைக்கப்படும் மேற்கு மாவட்டங்கள். 2011க்குப்பின் ஜெயலலிதா முதல்வராக பதவி வகித்த காலத்தில் இப்பகுதி அரசியல் முக்கியவத்துவம் வாய்ந்த பகுதியாகவும் மாறத் தொடங்கியது.

காரணம், எடப்பாடி கே.பழனிசாமி, கே.ஏ.செங்கோட்டையன், எஸ்.பி.வேலுமணி, பி.தங்கமணி, பொள்ளாச்சி ஜெயராமன், எம்.விஜயபாஸ்கர், செந்தில் பாலாஜி, தோப்பு என்.டி.வெங்கடாசலம், கே.வி.ராமலிங்கம், உடுமலை ராதாகிருஷ்ணன் உள்ளிட்டோர் வலுவான துறைகளில் அமைச்சர் பதவியை வகித்தனர்.

இப்பகுதியை தவிர்த்துவிட்டு அரசியல் செய்ய முடியாது என்ற ஒரே காரணத்துக்காக தான் ஜெயலலிதா மறைவுக்குப்பின் இப்பகுதியை சேர்ந்த எடப்பாடி பழனிசாமியை முதல்வராக, அப்போதைய அதிமுக நியமன பொதுச்செயலர் வி.கே.சசிகலா தேர்வு செய்தார். கட்சி, ஆட்சி என இரண்டிலும் தலைமைப் பதவிக்கு எடப்பாடி பழனிசாமி வந்தப்பிறகு கொங்கு மண்டலத்தின் அரசியல் முக்கியத்துவம் மேலும் அதிகரித்தது.

2021 பேரவைத் தேர்தலில் தமிழகத்தில் பிற பகுதிகளில் அதிமுகவுக்கு மிகப்பெரிய சரிவு ஏற்பட்டாலும், எம்ஜிஆர், ஜெயலலிதா காலத்தைபோலவே எடப்பாடி பழனிசாமி தலைமையிலும் வெற்றிக்கனியை ருசித்து வருகிறது. இங்கு மொத்தமுள்ள 64 தொகுதிகளில் 42 தொகுதிகளை அதிமுக வென்றது. நகர்புற உள்ளாட்சித் தேர்தலில் பின்னடைவு ஏற்பட்டாலும் தமிழகத்தின் பிற பகுதிகளை ஒப்பிடும்போது இங்கு அதிமுகவின் வாக்கு வங்கியில் பெரும் சேதாரம் இல்லை.

அதேநேரத்தில், திமுகவின் தொடக்க காலத்தில் இருந்தே கொங்கு மண்டலத்தில் கூட்டணி பலத்தால் அவ்வப்போது வெற்றி பெற்றாலும் சொந்த பலத்தில் வெற்றி பெற முடியாத சூழலே தொடர்கிறது. இந்நிலையில், அதிமுகவில் இருந்து அமமுகவுக்குச் சென்று அங்கிருந்த வெளியேறிய வி.செந்தில் பாலாஜியை திமுவில் இணைத்து கொங்கு மண்டல தளபதியாக உருவாக்கியுள்ளார் முதல்வர் மு.க.ஸடாலின்.

2021 பேரவைத் தேர்தலில் கரூர் மாவட்டத்தில் மொத்தமுள்ள 4 தொகுதிகளிலும் திமுகவை வெற்றிப்பெற செய்த செந்தில் பாலாஜி, கோவையில் பேரவைத் தேர்தலில் ஒரு தொகுதியில் கூட வெற்றி பெறாத திமுகவுக்கு நகர்புற உள்ளாட்சித்தேர்தலில் மிகப்பெரிய வெற்றியை தேடி தந்தார். குறிப்பாக கோவை மாநகராட்சியில் 100இல் 96 வார்டுகளை திமுக கூட்டணி கைப்பற்றியது.

திமுகவுக்கு சறுக்கலை ஏற்படுத்தும் கொங்கு மண்டலத்தில் கட்சியை வளர்ப்பதில் முக்கிய பங்கு வகிப்பதால் முதல்வர் மற்றும் அவரது குடும்பத்தினரிடம் திமுக மூத்த அமைச்சர்கள், நிர்வாகிகளைவிட செந்தில்பாலாஜிக்கு நெருக்கம் அதிகரித்துள்ளது.

இயல்பாகவே தேசிய, ஆன்மிக சிந்தனை வாக்குகள் அதிகம் கொண்ட பகுதியான கொங்கு மண்டலத்தில் வேர்பிடித்து வளர இதுவே சாதகமான காலகட்டம் என்பதை உணர்ந்த பாஜகவும் அங்கு அரசியல் நகர்வுகளை சில ஆண்டுகளாகவே செய்து வருகிறது. முதலில் எல்.முருகனை மாநிலத் தலைவராக நியமித்த பாஜக இப்போது அவருக்கு மத்திய அமைச்சர் பதவியை வழங்கியுள்ளது.

இருப்பினும், எதிர்காலத்தில் மக்கள் செல்வாக்கு மிக்க வலுவான தலைவரை உருவாக்க வேண்டும் என்ற இலக்குடன் விருப்ப ஓய்வுபெற்ற ஐஏஎஸ் அதிகாரியான கே.அண்ணாமலையை மாநிலத் தலைவராக நியமித்துள்ளது. தேசியத் தலைமை கொடுத்த இலக்கை அடைந்தே தீரும் வகையில் அண்ணாமலையும் தொடர்ந்து தீவிர அரசியலில் இறங்கியுள்ளது கொங்கு மண்டல அரசியல் முக்கியவத்துத்தை மேலும் உயர்த்தியுள்ளது.

தனது ஒருங்கிணைக்கும் திறன், தேர்தல் வியூகத்திறன் உள்ளிட்டவற்றால் திமுகவின் தளபதியாக உயர்ந்திருக்கும் செந்தில் பாலாஜி கொங்கு ம ண்டலத்தின் தவிர்க்க முடியாத அரசியல் சக்தியாக மாறியிருக்கிறார்.

இந்நிலையில், இளம் தலைவர், தேசத்தை ஆளும் கட்சியின் மாநிலத் தலைவர் ஆகியவற்றுடன் தானும் தவிர்க்க முடியாத சக்தியாக உருவாகிவிட்டால் எப்படியும் எடப்பாடி பழனிசாமி, செந்தில் பாலாஜி ஆகியோரை பின்னுக்குத் தள்ளி பிரதான சக்தியாக மாற முடியும் என்ற நம்பிக்கை யில் அதற்கான அரசியல் நகர்வுகளை அண்ணாமலை செய்து வருவதாக தெரிகிறது.

அதிமுக, திமுக, பாஜக என மூன்று முக்கியக் கட்சிகளில் இருந்துகொண்டு அரசியல் முக்கியவத்தும் வாய்ந்த கொங்கு மண்டலத்தில் எடப்பாடி பழனிசாமி, செந்தில் பாலாஜி, அண்ணாமலை ஆகியோர் இடையே உருவாகியிருக்கும் இந்த முக்கோண மோதல் தமிழக அரசியலில் தொடர்ந்து பல்வேறு அதிர்வலைகளை உருவாக்கி வருகிறது.

தமிழகத்தில் ஊழல் குற்றச்சாட்டில் சிக்கிக்கிடக்கும் திமுக, அதிமுகவை விமர்சனம் செய்வதன் மூலம் பாஜகவுக்கு கட்டமைப்பு பலம் இல்லாவிட்டாலும் தில்லியில் அரவிந்த் கெஜரிவால் ஒரே தேர்தலில் பலமான சக்தியாக உருவெடுத்தது போல தன்னாலும் உருவெடுக்க முடியும் என்ற லட்சியத்துடன் அரசியல் காய்களை அண்ணாமலை நகர்த்தி வருவதாக அவருக்கு நெருக்கமான வட்டாரங்கள் தெரிவிக்கின்றன.

இசட் பாதுகாப்புடன் வலம் வரும் அண்ணாமலை அரசியலில் திமுகவுக்கு எதிராக தீவிர கருத்துக்களையும், அவ்வப்போது அதிமுகவை சீண்டும் வகையிலும் தொடர்ந்து கருத்துக்களை பொதுவெளியில் பேசி வருவதற்கு பின்னால் மறைமுக அரசியல் இலக்குடன் இயங்கி வருவதாகவே அரசியல்நோக்கர்கள் கருதுகின்றனர்.

அதிமுகவின் தலைமைப் பதவியில் இருக்கும் எடப்பாடி பழனிசாமி கட்சியின் கட்டமைப்பு, நிர்வாகிகள் பலம் உள்ளிட்டவற்றுடன் கொங்கு மண்டலத்தில் பிரதான சக்தியாக உருவெடுத்திருக்கிறார்.

போட்டித் தலைவர்கள் யாரும் இல்லாத நிலையில் ஈரோடு கிழக்கு தொகுதி இடைத்தேர்தல் முடிவுக்குப்பின்னர் தான் இந்த முக்கோண மோதல் மேலும் அதிகரிக்க தொடங்கியுள்ளது. இடைத்தேர்தலில் காங்கிரஸின் கை சின்னம் 65 சதவீத வாக்குகளுடன், அதிமுகவின் இரட்டை இலையை 25 சதவீதத்துக்கு தள்ளியதில் இருந்து தான் அண்ணாமலையிடம் சில மனமாற்றங்கள் உருவாகியுள்ளதாக தெரிகிறது.

எதிர்வருவது மக்களவைத் தேர்தல், இதில் பிரதமரை மையமாக வைத்து தான் வாக்குகள் விழும். கொங்கில் வலுகுறைந்த திமுக, ராகுல் காந்தியை பிரதமர் வேட்பாளராக முன்னிறுத்தி பிற வாக்குகளுடன் தேசிய எண்ணம் கொண்ட வாக்குகளை கூடுதலாக பெற்று 2004, 2019 போல அனைத்து தொகுதிகளிலும் கூடுதல் வாக்குகளை பெற்றுவிடக்கூடும்.

எனவே, மோடியை மையப்படுத்தி வரும் மக்களவைத் தேர்தலில் பாஜகவை தனித்து களம் இறக்கி மும்முனை போட்டியை உருவாக்கினால் கொங்குவில் தேசிய, ஆன்மிக சிந்தனை கொண்ட வாக்குகள், திமுக எதிர்ப்பு வாக்குகள் உள்ளிட்டவற்றை அறுவடை செய்து பாஜகவின் வாக்கு வங்கியை உயர்த்த முடியும். மேலும், டெல்டா, தென்மாவட்டங்கள், சென்னை மண்டலம் உள்ளிட்டவற்றிலும் அதிமுகவை தவிர்த்துவிட்டு கூட்டணி அமைத்தால் ஓரிரு இடங்களில் வெற்றி பெறுவது அல்லது பாஜகவின் வாக்கு வங்கியை இரட்டை இலக்கத்துக்கு உயர்த்துவது என்ற முடிவுக்கு வந்துள்ள அண்ணாமலை இது குறித்து பாஜக தேசியத் தலைமைக்கும் இதற்கான வியூகத்தை விளக்கியிருப்பதாக தகவல்கள் வெளியாகி வருகின்றன.

இந்தத் திட்டத்தை பாஜக தேசியத் தலைமை ஏற்றுகொண்டால் கொங்கு மண்டலத்தில் எடப்பாடி பழனிசாமி, செந்தில் பாலாஜி ஆகியோரை பின்னுக்குத் தள்ளுவதுடன் மாநில அளவிலும் திமுகக்கு போட்டி சக்தியாக தன்னுடைய தலைமையில் பாஜகவை கொண்டுவர முடியும் என்பது அண்ணாமலையின் கணக்கு என்கின்றனர் அரசியல் நோக்கர்கள்.

இதன் வெளிபாடுதான் தீவிர திமுக எதிர்ப்பு, அவ்வப்போது அதிமுகவை சீண்டிப் பார்ப்பது என தொடர்ந்து அசைவுகளை அண்ணாமலை செய்து வருவதாக தகவல் வெளியாகியுள்ளது. மேலும், தமிழகத்தில் ஊழல் குற்றச்சாட்டில் சிக்கிக்கிடக்கும் திமுக, அதிமுகவை விமர்சனம் செய்வதன் மூலம் பாஜகவுக்கு கட்டமைப்பு பலம் இல்லாவிட்டாலும் தில்லியில் அரவிந்த் கெஜரிவால் ஒரே தேர்தலில் பலமான சக்தியாக உருவெடுத்தது போல தன்னாலும் உருவெடுக்க முடியும் என்ற லட்சியத்துடன் அரசியல் காய்களை அண்ணாமலை நகர்த்தி வருவதாக அவருக்கு நெருக்கமான வட்டாரங்கள் தெரிவிக்கின்றன.

இதன் வெளிப்பாடக தான் வரும் ஜூலை மாதம் 9 முதல் ஊழலுக்கு எதிராக நடைபயணத்தை தொடங்க இருக்கிறார் அண்ணாமலை. இந்த மோதலில் வெற்றி பெறப் போவது யார் என்பதை அடுத்தடுத்து வரும் அரசியல் நகர்வுகளும், மக்களவைத்தேர்தல் முடிவுகளும் தான் தீர்மானிக்கும்.

லாபம் அதிமுகவுக்குதான்?

இந்த விவகாரத்தை பொருத்தவரை செந்தில் பாலாஜி கைது செய்ய பட்டிருப்பதில், அதிக அதிர்ச்சி அடைந்தது முதல்வர் மு க ஸ்டாலின் தான். காரணம் முதலமைச்சர் மு க ஸ்டாலினுக்கு பிரதமர் மோடியுடன் தனிப்பட்ட முறையில் நல்ல நட்பு இருந்தது, இதன் காரணமாக தனக்கும், திமுகவினருக்கும், மத்திய அரசால் எவ்வித இடையூறும் வராது என முதல்வர் மு க ஸ்டாலின் முழுமையாக நம்பினார்.

ஆனால் இந்த விவகாரத்தில் செந்தில் பாலாஜி அண்ணாமலை இடையிலான அரசியல் போட்டியில் செந்தில் பாலாஜி கைது செய்யப்பட்டுள்ளார். இந்த அதிரடி நடவடிக்கையில் அதிக லாபம் பெறக்கூடியவர் முதல்வர் மு க ஸ்டாலின் தான். காரணம் நிர்வாகி ரீதியில் பின்னடைவுகள் வந்தாலும் அரசியல் ரீதியில் திமுக அனைத்து கூட்டணி கட்சிகளும் திமுகவுடன் இணைந்து அரசியல் செய்ய வேண்டிய நிலை ஏற்பட்டுள்ளது. காரணம் எடப்பாடி பழனிச்சாமி உடன் இணைந்து போராட்டம் நடத்த தயார் என இரட்டை குதிரையில் சவாரி செய்து வந்த திருமாவளன், திமுக எடுக்கும் முடிவை தாண்டி போகாத சூழலை செந்தில் பாலாஜி கைது ஏற்படுத்தியுள்ளது. தீவிரமாக எதிர்ப்பதன் மூலம் திமுக எதிர்ப்பு வாக்குகளில் பெரும்பங்கை அண்ணாமலை அறுவடை செய்யும் வாய்ப்புள்ளது. அடுத்து வருவது மக்களவைத் தேர்தல் என்பதால் மோடியை மையமாக வைத்து இந்த வாக்குகளை அண்ணாமலையால் அறுவடை செய்ய முடியும். எனவே, தான் பாஜக தலைமையில் தனி அணி அமைக்கும் மறைமுகத் திட்டத்துடன் அண்ணாமலை காய்நகர்த்தி வருகிறார்.

அதிமுகபாஜக கூட்டணி தொடர்ந்தால் செந்தில் பாலாஜி கைது விவகாரம் பாஜகவைவிட அதிமுகவுக்கு அதிக லாபம் கிடைக்கும். திமுக எதிர்ப்பு வாக்குகளை அறுவடை செய்யப்போவது யார் என்பது எதிர்வரும் மக்களவைத்தேர்தலில் தெரிந்துவிடும் என்றார் அரசியல் விமர்சகர் ரிஷி.

SREE Annapoorna SREE Gowrishankar
The pride of coimbatore
Restaurant - Sweets - Event Catering

தி கோவை மெயில்

தமிழ் & ஆங்கில வார இதழ்

ஸ்ரீ அன்னபூர்ணா ஸ்ரீ கௌரிசங்கர்
கோவையின் பெருமை
ரெஸ்டாரண்ட் - ஸ்வீட்ஸ் - ஈவண்ட் கேட்டரிங்

RNI: TNBIL/2014/55455 | Postal Reg.No: CB/123/2021-23.

கோவை | சென்னை | திருப்பூர் | ஊட்டி | குன்னூர் | கோத்தகிரி | பொள்ளாச்சி | பழனி

Vol No. : 10 Issue No. : 12 | www.covaimail.com www.facebook.com/THE COVAI MAIL | ஞாயிறு, ஜூன் 18 - 24, 2023, 8 பக்கங்கள், ரூ.5/- | ஆண்டு சந்தா - ரூ.260/-

NEET (UG) 2023

மீண்டும் சிறந்த சாதனையாளர்கள்

Aakash + BYJU'S

AIR 3 — 716/720 — Kaustav Bauri | 2 Year Classroom

KARNATAKA TOPPER — AIR 5 — 715/720 — Dhruv Advani | 3 Year Classroom

AIR 6 — 715/720 — Surya Siddharth N | 4 Year Classroom

ODISHA TOPPER — AIR 8 — 715/720 — Swayam Shakti T | 3 Year Classroom

106884* Aakashians Qualified in NEET (UG) 2023
94775 Classroom, 12109 Distance & Digital
*Still Counting

6 in Top 10 AIR (All India Rank) | 30 in Top 50 AIR (All India Rank) | 57 in Top 100 AIR (All India Rank) | 17 State / UTs Toppers | 145 109 Classroom, 36 Distance & Digital — 700+ Scores (Including Classroom+Distance & Digital)

அகில இந்திய மற்றும் தமிழ்நாட்டை சேர்ந்த சிறந்த சாதனையாளர்

AIR 3 — 716/720 — Kaustav Bauri, 2 Year Classroom

> தமிழ்நாட்டில் உள்ள கிளைகளிலிருந்து வெற்றி பெற்ற சாதனையாளர்கள்

AIR 6 — 715/720 — Surya Siddharth Nagarajan, 4 Year Classroom

Top Performers from Coimbatore Branches

Our COIMBATORE TOPPER — AIR 36 — 710/720 — Jacob Bivin, 4 Year Classroom

AIR 91 — 705/720 — Sanjana N S, 2 Year Classroom

AIR 689 — 690/720 — Snigdha S K, 4 Year Classroom

AIR 138 — 705/720 — K Abhishek, 2 Year Classroom

Our DISTRICT TOPPER - TRICHY — AIR 232 — 700/720 — V M Kovardhan, 3 Year Classroom

AIR 286 — 700/720 — Thirupugazh S, 4 Year Classroom

Our DISTRICT TOPPER - VELLORE — AIR 616 — 692/720 — Rhevaa, 2 Year Classroom

AIR 715 — 690/720 — Lavanya J R, 2 Year Classroom

AIR 747 — 690/720 — Jeevika Mohan, 2 Year Classroom

AIR 754 — 690/720 — Harish, 1 Year Classroom

AIR 819 — 690/720 — Harshavardhan M V, 2 Year Classroom

AIR 944 — 687/720 — Shrivats Gopal, 2 Year Classroom

and many more...

சேர்க்கை நடைபெறுகிறது - 90% வரை உதவித்தொகை பெறுங்கள்*

Come Back Stronger
NEET / JEE 2024
Hurry! Batches filling fast.

Repeater Courses
(For12th pass students)
- Hostel Facility Available*
- Special Focus on Physics & Chemistry
- Exclusive Doubt Sessions
- Comprehensive Study Material & All India Tests
- Student Centric Approach

* Please Contact the nearest Branch for more details...

Appear for instant Admission & Scholarship Test. Register for FREE
visit: iacst.aakash.ac.in
or scan the QR code
*Terms & Conditions apply.

CLASS 12th Studying Students — 1 Year Integrated courses for NEET / JEE

CLASS 11th Studying Students — 2 Year Integrated courses for NEET / JEE

CLASS 8th–10th Studying Students — Integrated courses for NTSE / Olympiads / School Boards

COIMBATORE BRANCHES

R.S Puram: 8800013094 | Avinashi Road: 8800013116

Scan code to locate the nearest centre

1988 முதல் மாணவர்களின் வெற்றிக்காக பொறுப்பெடுத்துள்ளோம்.

Download Aakash App — GET IT ON Google Play | Download on the App Store

CALL (TOLL-FREE) 1800-102-2727

VISIT aakash.ac.in

Aakash BYJU'S

100 ஆண்டு வாழ க்குள் வாழுங்கள்..!

✍ தி கோவை மெயில்

'நமது உடலில் கண், காது, வாய், நுரையீரல், மண்ணீரல், கல்லீரல் என மொத்தம் 150 உறுப்புகள் உள்ளன. அதில் முக்கியமானது, இதயம். இதயம் சுருங்கி விரியும்போது உடல் முழுக்க இரத்தம் செல்கிறது. இது மெதுவாக இயங்கினால் மாரடைப்பு ஏற்பட்டுவிடும்.

இதயம், ஒரு கோவில் போன்றது. இதயத்தை பாதுகாத்தால் 100 ஆண்டுகள் வாழலாம். 100 ஆண்டு வாழ வேண்டும் என்றால், 100 சதவீதம் கெட்டப் பழக்கங்கள் இருக்கக் கூடாது. இரத்த அழுத்தம், உடலில் சர்க்கரை அளவு 100க்குள் இருக்க வேண்டும். நோய் வராமல் தடுக்க நாம் உடல் நலத்தை முறையாக பராமரிக்க வேண்டும்.

எந்தக் குடும்பம் ஒன்றாக சாப்பிட்டு, ஒன்றாக வாழ்கிறார்களோ அது நல்ல குடும்பம் என்பார்கள். நல்ல குடும்பத்தில் அமைதி இருக்கும். அமைதி இருக்கும் குடும்பத்தில் மாரடைப்பு பிரச்னைகள் வராது. உலகில் அதிக அளவு சர்க்கரை நோயாளிகள் உள்ள நாடு, இந்தியா. இந்திய மக்கள் தொகையில் 15 சதவீதம் பேருக்கு சர்க்கரை வியாதி உள்ளது. கஷ்டப்பட்டு நாம் வருவாய் ஈட்டி மருத்துவரிடம் கொடுக்க வேண்டியுள்ளது.

இதேபோல்தான் இதய பாதிப்புகளும் இந்தியாவில் அதிகம். அமெரிக்காவில் ஆண்டுக்கு 9 லட்சம் பேருக்கு மாரடைப்பு ஏற்படுகிறது. அதில் 8 லட்சம் பேர் மரணிக்கின்றனர் என்கிறது ஆய்வு. இந்தியாவில் துல்லியமான ஆய்வு முடிவுகள் இல்லை.

இந்தியாவிலும் அமெரிக்கா போன்றே நடக்க வாய்ப்புகள் உள்ளன. அது நடக்காமல் இருக்க நீங்கள் நடங்கள். தினமும் நடைப்பயிற்சி, உடற்பயிற்சி மேற்கொள்ளுங்கள், இதயத்தை பாதுகாத்திடுங்கள், ஆரோக்கியமாக வாழுங்கள்' என்றார்.

டாக்டர் கே.ஜி.பக்தவத்சலம், தலைவர், கே.ஜி. மருத்துவமனை

கே.ஜி. ஸ்பெஷாலிட்டி சென்டர், கணபதி

No 1 உயிர்கொல்லி: மாரடைப்பு

இதயம் மற்றும் இதயம் சார்ந்த பிரச்னைகள் குறித்து கே.ஜி. ஸ்பெஷாலிட்டி சென்டர் இதய சிகிச்சை நிபுணர் டாக்டர் சரவணன் கூறியதாவது,

'உலகிலேயே உயிர்க்கொல்லி நோய்களின் பட்டியலில் முதல் இடத்தில் இருப்பது, மாரடைப்பு. இதயம் மற்றும் இரத்தக்குழாய் தொடர்பானவற்றில் மூன்று நோய்கள் அடங்கும். அவை, மாரடைப்பு, இதய செயலிழப்பு மற்றும் ஸ்ட்ரோக். இந்த நோய்களால் வருடத்திற்கு 1 கோடி 80 லட்சம் பேர் இறக்கின்றனர். இந்நோய்களுக்கான காரணம் உடல் மற்றும் உளவியல் (மன) ரீதியானவை.

புகைப்பிடித்தல், கட்டுக்குள் இல்லாத சர்க்கரை நோய், இரத்தக் கொதிப்பு, கொலஸ்ட்ரால், உடல் பருமன், குடும்ப வரலாறு போன்றவை உடல் ரீதியான காரணங்களாகும். கவலை, கோபம், தூக்கமின்மை, சரியாக உணவு உட்கொள்ளாமை, மனச்சோர்வு, மன உளைச்சல் ஆகியன உளவியல் சார்ந்த பிரச்னைகளாகும்.

உணவு என்பது வயிற்றுக்கு மட்டுமின்றி மனதிற்கும் சேர்ந்ததாகும். உடற்பயிற்சி, ஆரோக்கியமான உணவு உட்கொள்வதை தினசரி சரியாக செய்தாலும் மன உளைச்சல், கவலை போன்றவற்றால் பாதிக்கப்பட்டு இருந்தால் நிச்சயம் மாரடைப்பு ஏற்படும். எனவே, எப்பொழுதும் மகிழ்ச்சியாக இருக்க வேண்டும்.

புகையிலை, பான்பராக், ஹான்ஸ், கூலிப், சிகரெட் பயன்படுத்தினால்தானே புற்றுநோய் மற்றும் இதய நோய்கள் வரும். மூக்குப்பொடி பயன்படுத்தினால் தவறில்லை என்கின்றனர். இந்த எண்ணம் தவறு. நச்சுப்பொருட்களை எந்த வகையில் பயன்படுத்தினாலும் அவை நஞ்சுதான்.

சர்க்கரை நோய் வந்துவிட்டால் வாழ்நாள் முழுவதும் மருந்து, மாத்திரைகள் தின்றே வாழ வேண்டும் என்பது உண்மை இல்லை. சர்க்கரை நோய் என்பது உங்கள் கணையத்தில் இருக்கக்கூடிய பீட்டா செல்களில் இருந்து உற்பத்தியாகும் இன்சுலின் குறைபாடாகும்.

இந்த நோய் இதய பாதிப்புகளையும் ஏற்படுத்தும். இதயம் சார்ந்த எந்த பிரச்னை, சந்தேகங்களுக்கு உடனடியாக எங்கள் கே.ஜி. மருத்துவமனையை அணுகி சிகிச்சைகள் மற்றும் ஆலோசனைகள் பெற்று நலமுடன் வாழுங்கள்" என்றார்.

குறட்டையில்லா தூக்கமே ஆரோக்கியம்

கே.ஜி. ஸ்பெஷாலிட்டி சென்டரின் நுரையீரல் நிபுணர் (பல்மனாலஜிஸ்ட்) ஜெயக்குமார் கூறுகையில், 'நுரையீரலில் ஏற்படக்கூடிய அனைத்து வகைத் தொற்று, ஒவ்வாமை, சுவாசப் பிரச்னைகள், புற்றுநோய், ஆஸ்துமா, காசநோய் போன்ற பிரச்னைகள் இருந்தால் உங்கள் குடும்ப மருத்துவர் ஆலோசனையின்பேரில் நுரையீரல் நிபுணரை சந்திக்க வேண்டும்.

குழந்தைகளுக்கு ஏற்படக்கூடிய பிரான்சோபல்மனரி டிஸ்லெப்சியா (BPD), நீண்டகால சுவாசம் மற்றும் நுரையீரல் பிரச்னைகளுக்கு சிறந்த சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது. குறிப்பாக, பல்மனரி ஃபங்ஷன் டெஸ்ட் (PFT), இரத்தப் பரிசோதனை, எக்ஸ்ரே, ஸ்கேன் மூலம் நுரையீரல் நோய் தீவிரத்தைக் கண்டறிந்து இன்ஹேலர் மற்றும் நோய்த் தடுப்பு ஆலோசனைகள் வழங்கப்படுகிறது.

வயதானவர்களுக்கு ஏற்படக்கூடிய நுரையீரல் தொற்று, பருவகாலத் தொற்று மற்றும் இன்ஃப்ளுயென்சா போன்ற நுரையீரல் தொற்றுகளுக்கும் எளிமையான மருந்துகள், தேவையான பரிசோதனைகள் செய்து சிகிச்சை வழங்கப்படுகிறது.

நுரையீரல் நோய் வராமல் தடுக்க, குழந்தைகளுக்குத் தேவையான தடுப்பூசிகளை உரிய நேரத்தில் செலுத்த வேண்டும். புகைப்பழக்கத்தை உடனே நிறுத்த வேண்டும். ஏனெனில் அது அவருக்கு மட்டுமல்லாமல் அவரைச் சுற்றி உள்ளவர்களுக்கும் நுரையீரலில் பெரும் பாதிப்பை ஏற்படுத்துகிறது. வேலை செய்யும் இடங்களில் தூசி அதிகம் இருந்தால் கட்டாயம் முகக்கவசம் பயன்படுத்த வேண்டும்.

உடல் பருமன் அதிகம் உள்ளவர்களுக்கு, குறட்டை தொந்தரவுகள் இருக்கும். குறட்டை அதிகம் விடுவதால், சராசரி தூக்க அளவு பாதிப்புடன், நுரையீரல் செயல்திறனும் பாதிக்கும். இது அப்ஸ்டிருக்ட்டிவ் ஸ்லீப் ஆஃப்னியா (OSA) எனப்படும். இதற்கு தொண்டையில் வளரக்கூடிய சதையே காரணமாகும். இவ்வாறு சதை வளருவதால் ஒவ்வொரு மூச்சு விடவும் சிரமம் ஏற்படும். எனவே, உடல் பருமனைக் குறைப்பது, மூச்சுப் பயிற்சி, உடல் பயிற்சி அவசியம்.

எங்கள் மருத்துவமனையில் இதுபோன்ற பிரச்னைகளுக்கு, ஒரு நாள் இரவு ஸ்லீப் ஸ்டடி முறை மூலம் பாதிக்கப்பட்டவர்களின் மூச்சுத் திறனை அளவீடு செய்து சிகிச்சை அளிக்கிறோம். நுரையீரல் சம்பந்தமான பாதிப்பு உள்ளவர்கள் எந்தவிதத் தயக்கமும் இல்லாமல் எங்களை அணுகித் தீர்வு காணுங்கள்' என்றார்.

குழந்தை ஆரோக்கியத்திற்கு தாய்பால் அவசியம்

கே.ஜி. ஸ்பெஷாலிட்டி சென்டரின் மருத்துவமனையின் குழந்தைகள் நல சிறப்பு மருத்துவர் சபிதா ராஜேஷ் கூறியதாவது,

'இங்கு மருந்தகம், அவசர சிகிச்சைப் பிரிவு, 24 மணி நேர மருத்துவ சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது. குழந்தை பிறப்பு முதல் பால் கொடுப்பது, பராமரிப்பது, 6 மாதத்திற்குப் பிறகு உணவு முறை, தடுப்பூசி என்று தாய்மார்களுக்கான முழுமையான கவனிப்பும், கர்ப்பிணிகளது சந்தேகங்கள் அனைத்திற்கும் ஆலோசனையும் தீர்வும் அளிக்கப்படுகிறது. குழந்தைகளை பராமரிப்பதற்கான அனைத்து மருத்துவ வசதிகளும் உள்ளன.

ஒவ்வொரு குழந்தைக்கும் அவர்களுக்கான பிரச்னைகளுக்கும் நிறைய வேறுபாடுகள் உண்டு. அதற்கு ஏற்றவாறு சிகிச்சை அளிக்கிறோம். குழந்தைகளுக்கு ஆறு மாதம் வரை தாய்ப்பால் கொடுப்பது மிகவும் நல்லது. இரண்டு வருடம் வரைகூட கொடுக்கலாம். ஆனால் குறைந்தது ஒன்றரை வயதுவரை கொடுப்பது நல்லது. தற்போது சில தாய்மார்கள், முதல் மூன்று நாளில் பால் சுரக்கவில்லை எனக் கூறி புட்டிப்பாலுக்குச் சென்றுவிடுகின்றனர். இது தவறு. முதல் மூன்று நாளில்தான் பால் சுரக்க ஆரம்பிக்கும். ஐந்து நாட்களுக்குப் பிறகு நன்றாக சுரக்க ஆரம்பிக்கும். அதன்பிறகு உங்களுக்கு சந்தேகம் இருந்தால் குழந்தை பிறக்கும்பொழுது உள்ள எடையைக் கணக்கில் கொண்டு, தாய்ப்பால் கொடுத்த பிறகு எடை போட்டு பாருங்கள். கண்டிப்பாக எடை கூடி இருக்கும். குழந்தை தாய்ப்பாலை இரண்டு மார்பகங்களிலும் நன்றாக சப்பிக் குடிக்க வேண்டும். முருங்கைக் கீரை கொடுத்தால் தாய்ப்பால் நன்றாக சுரக்கும்.

மேலும், காலநிலை மாற்றத்தால் ஏற்படக்கூடிய நோய்கள், அதற்கான மருந்துகள், அக்பேஷன் தெரபி, பீச் தெரபி, கவுன்சிலிங் உட்பட அனைத்தும் எங்கள் மருத்துவமனையில் செயல்பட்டு வருகிறது. தலைக்காயம், வலிப்பு, அதிக காய்ச்சல் போன்றவற்றிற்குத் தீவிர அவசர சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது' என்றார்.

டாக்டர் கே.ஜி.பக்தவத்சலம்,
தலைவர், கே.ஜி. மருத்துவமனை

டாக்டர் சாமுவேல் விஜயகுமார்,
பொது நல மருத்துவர்

டாக்டர் சரவணன்,
இருதய சிகிச்சை நிபுணர்

டாக்டர் ஜெயக்குமார்,
நுரையீரல் நிபுணர்

டாக்டர் சபிதா ராஜேஷ்,
குழந்தைகள் நல மருத்துவர்

மேம்பட்ட பொதுநல மருத்துவ சிகிச்சை!

கே.ஜி. ஸ்பெஷாலிட்டி சென்டரின் பொது நல மருத்துவர் சாமுவேல் விஜயகுமார் கூறுகையில்,

'பொது மருத்துவத்தை உள் மருத்துவம் என்றும் கூறலாம். இது உடலின் உள் உறுப்புகளுடன் தொடர்புடைய நோய்களுக்கான தடுப்பு முறை, நோய்களைக் கண்டறிதல் மற்றும் அறுவை சிகிச்சை அல்லாத சிகிச்சைகள் ஆகியவற்றைக் கையாளும் மருத்துவத்தில் ஒன்றாகும். இதுபோன்ற பொது மருத்துவத்தில் அனைத்து சிறப்பு சிகிச்சைகளும் எங்கள் மருத்துவமனையில் தரப்படுகின்றன.

இதயம், நுரையீரல் சார்ந்த பல பிரச்னைகளில் வரும் நோயாளிகளுக்கு, முதலில் பொது மருத்துவம் அளிக்கப்பட்டு பின்னர் அவரவர் நோய்களின் தீவிரத்தைப் பொருத்து தகுந்த மருத்துவர்கள் பரிந்துரைக்கப்படுவார்கள். எங்கள் சிறப்பு நிபுணர்கள், அவர்களது துறையின் மேம்பட்ட மருத்துவ சிகிச்சையை அளிக்கின்றனர்.

இதய நிபுணர், இதய நோய்களையும், கண் மருத்துவர், கண் பிரச்னைகளையும் ஆராய்ந்து சிகிச்சை அளிப்பார்கள். ஆனால் பொதுநல மருத்துவர், தலை முதல் கால் வரை உள்ள அனைத்திற்கும் சிகிச்சை வழங்குவதற்கான பயிற்சியை மேற்கொண்டவர்கள். தலை வலி, காய்ச்சல், மூட்டு வலி, கை கால் முறிவு, தீக்காயங்கள் என எல்லாவித பிரச்னைகளுக்கும் மக்கள் முதலில் அணுகுவது பொது நல மருத்துவரையே.

இதனைக் கருத்தில்கொண்டு, கே.ஜி. ஸ்பெஷாலிட்டி சென்டருக்கு வரும் நோயாளிகளுக்கு சிறந்த கவனிப்புடன் கூடிய மருத்துவ சேவைகளை வழங்குகிறோம். ஆகையால் நீங்களும் உங்கள் உடல் நலம் குறித்த சந்தேகங்களைத் தீர்த்துக்கொள்ள எங்களை அணுகுங்கள்' என்றார்.

ஆண்டுக்கு ஒரு முறை கண் பரிசோதனை அவசியம்..!

கே.ஜி. ஸ்பெஷாலிட்டி சென்டரின் கண் மருத்துவர் ராம் பிரியா கூறியதாவது,

'குழந்தைகளுக்கு கண் பரிசோதனையை 3 வயதில் செய்ய வேண்டும். கண் வலி, படிப்பில் நாட்டமில்லை, தலை வலி உள்ளிட்ட அறிகுறிகள் மூலமாக குழந்தைகளுக்கு பார்வைக் குறைபாடு இருப்பதைத் தெரிந்துகொள்ளலாம். குறிப்பாக, செல்போன் பயன்படுத்துவதால் குழந்தைகளுக்கு பார்வைக் குறைபாடு ஏற்படுவதற்கான வாய்ப்புகள் அதிகம். எனவே இப்பழக்கத்தைத் தவிர்க்க வேண்டும்.

கண் பார்வை அதிகரிக்க விட்டமின் 'ஏ' அதிகமான உணவுகளை எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். சிவப்பு, பச்சை, ஆரஞ்சு நிறக் காய்கறிகள் மற்றும் பழங்களை அதிகம் சாப்பிட வேண்டும்.

சர்க்கரை நோய் பாதிப்பு இருப்பவர்களுக்கு போகப்போக கண் பார்வைக் குறைபாடு ஏற்பட வாய்ப்புகள் உள்ளது. இதனால் பார்வை இழப்பு ஏற்படலாம். எனவே, சர்க்கரை நோய் பாதிப்பு உள்ளவர்கள் ஆண்டுதோறும் கண் பரிசோதனை செய்துகொள்ள வேண்டும். கே.ஜி. ஸ்பெஷாலிட்டி சென்டரில் நடத்தப்படும் இலவச கண் மருத்துவ முகாமில் கண்புரை அறுவைச் சிகிச்சை இலவசமாக மேற்கொள்ளப்படுகிறது. அதில் பங்கேற்று பயன்பெறுங்கள்' என்றார்.

கர்ப்பிணிகளுக்கு சிறப்பு பராமரிப்பு

கே.ஜி. ஸ்பெஷாலிட்டி சென்டரின் பெண்கள் மற்றும் மகப்பேறு சிறப்பு மருத்துவர் மகாலட்சுமி கூறியதாவது,

'இங்கு பேறுகால வசதிகள் அனைத்தும் உள்ளன. அத்துடன், அடி வயிறு வலி, வெள்ளைப்படுதல், காப்பர் டி பொருத்துவது, எடுப்பது, மாதவிலக்கு பிரச்னைகள், கர்ப்பப்பை பரிசோதனை, குழந்தை இன்மைக்கான சிறப்பு ஆலோசனை என அனைத்தும் சிறப்பாக வழங்கப்படுகிறது.

கர்ப்பிணிகளுக்கு சர்க்கரை உள்ளது எனில், அதை உடனே சரி செய்வதற்கு இங்கு சிறப்பு மருத்துவர்கள் உள்ளனர்.

மாதவிலக்கு 45 நாட்கள் தாண்டிவிட்டால் உடனடியாக மருத்துவரை சந்திக்க வேண்டும். குறைந்தது வாரத்திற்கு ஒருமுறை டாக்டரை சந்தித்தால்தான் இரத்த அழுத்த அளவு, சர்க்கரை, சாப்பாடு முறை குறித்து ஆலோசனைகள் வழங்க முடியும். மேலும், கர்ப்பம் எனத் தெரிந்தவுடன் ஹெச்.ஐ.வி., தைராய்டு, ஹீமோகுளோபின், சர்க்கரை போன்றவற்றை உடனடியாகத் தெரிந்து அதற்கான விளக்கம் அளிக்கலாம்.

சாப்பாடும் அதிகமாக எடுத்துகொண்டு, பழங்கள், இனிப்பும் அதிகமாக சாப்பிட்டால் கர்ப்பிணிகளுக்கு சர்க்கரை அளவுகூட வாய்ப்பு இருக்கிறது.

எனவே, பழரசங்கள் மற்றும் பாலில் சர்க்கரை போடாமலும், மதியம் முழுவதும் காய்கறிகள் எடுத்துக்கொள்ளவும் வேண்டும்.

நான்கு, ஐந்து மாதம் கடந்துவிட்டால் நடைப்பயிற்சி செல்வது நல்லது. வாந்தி வருவதற்கான அறிகுறி 75% பேருக்கு மட்டுமே. ஆறு அல்லது எட்டு மாதத்திற்குப் பிறகு குழந்தைக்கு செவித்திறன் நன்றாக இருக்கும். எனவே, கர்ப்பிணிகள் நல்ல இசை கேட்க வேண்டும்.

24 மணி நேரமும் எப்போது வேண்டுமானாலும் உங்களுக்காக சிறப்பு ஆலோசனையும் சிகிச்சையும் வழங்கக் காத்திருக்கிறோம்' என்றார்.

சர்க்கரை நோயின் 'தலைநகரம்' இந்தியா

கோயம்புத்தூர் கணபதி கே.ஜி. ஸ்பெஷாலிட்டி சென்டரின் சிறுநீரக நோய் மருத்துவர் கோபிகிருஷ்ணன் கூறியதாவது:

'டைப் 1 சர்க்கரை நோய் என்பது குழந்தைகளை பாதிக்கும். 30 முதல் 40 வயதுடையவர்களை பாதிப்பது டைப் 2 சர்க்கரை நோய் எனப்படுகிறது. 2019ம் ஆண்டு வரை இந்தியாவில் சுமார் 7.5 கோடி மக்கள் இந்நோயால் பாதிக்கப்பட்டிருந்தனர். 2030ல் 10 கோடி பேரும், 2040ல் 12.5 கோடி பேரும் இதனால் பாதிக்கப்படுவார்கள் என்று கணிக்கப்பட்டுள்ளது. எனவேதான் இந்தியா, சர்க்கரை நோயின் தலைநகரம் என்று அழைக்கப்படுகிறது. இங்கே100 பேரில் 9 பேருக்கு சர்க்கரை நோய் பாதிப்புள்ளது. இதில், 40 சதவீதம் பேருக்கு நோய் பாதிப்பு இருப்பதே தெரிவதில்லை.

சர்க்கரை நோயால் சிறுநீரகக் கோளாறுகள் ஏற்படுகின்றது. இதற்கான மருந்துகளை எடுக்காவிட்டால் இரத்த நாளங்கள் பாதிக்கப்படுகிறது. பார்வை இழப்பு, அல்சர் போன்ற பாதிப்புகளும், மாரடைப்பு, பக்கவாதம் உள்ளிட்ட பிரச்னைகளும் ஏற்படுகிறது. எனவே சர்க்கரை நோய் ஏற்பட்டவுடன், இரத்தத்தில் உள்ள சர்க்கரை அளவைக் குறைத்தால் இந்தப் பிரச்னைகள் ஏற்படாமல் தடுக்க முடியும்.

டைப் 1 சர்க்கரை நோய் பாதிப்பு உள்ளவர்கள் 5 ஆண்டுகளுக்குப் பிறகு, ஆண்டுக்கு ஒரு முறையாவது சிறுநீரகம், இரத்த அழுத்தம், சிறுநீர் மற்றும் கண் பரிசோதனை மேற்கொள்ள வேண்டும். டைப் 2 சர்க்கரை நோயால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் 6 மாதங்களுக்கு ஒருமுறை பரிசோதனைகளை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

சிறுநீரகம் 85 சதவீதம் பாதிக்கப்பட்ட பின்னர்தான் சிறுநீரக பாதிப்புகள் உடலில் தெரியவரும். இதனால் இரத்தசோகை, கால் வீக்கம், உடல் சோர்வு ஏற்படுகிறது, என்றார்.

அல்ட்ராசவுண்ட் ஸ்கேனில் துல்லியமாக நோய்களை அறியலாம்!

கே.ஜி. ஸ்பெஷாலிட்டி சென்டரின் அல்ட்ராசவுண்ட் கதிரியக்க ஸ்பெஷலிஸ்ட் டாக்டர் ரம்யா சிவகுமார் கூறியதாவது,

'அல்ட்ராசவுண்ட் ஸ்கேன் என்பது ஒன்றைக் குறித்து மிகவும் துல்லியமாக அறிய உதவும் பரிசோதனை முறை ஆகும். இதன்மூலம், கர்ப்பிணிகளின் மாதவிலக்கு அடிப்படையில், பிரசவம் குறித்தும், குழந்தை எப்போது பிறக்கும், மூன்று மாத, ஐந்து மாத ஸ்கேன்களில் குழந்தையைச் சுற்றி உள்ள முழு வளர்ச்சி உட்பட எல்லாவற்றையும் கண்டறியலாம். கர்ப்பிணிகளுக்கு இதுகுறித்த விழிப்புணர்வு குறைவு. பரிசோதனைகள் செய்வது கிடையாது. வீட்டிலேயே இருக்கிறார்கள். இதுபோன்ற பரிசோதனைக்கு முன் வரும்போதுதான் ஆரோக்கியமான குழந்தையைப் பெற்றெடுக்கலாம்.

இந்த ஸ்கேன் மூலம், குழந்தை முதல் பெரியவர்கள் வரை அவர்களுடைய உடல் உறுப்புகளில் உள்ள தொற்று நோய்கள் குறித்தும் கண்டுபிடிக்க முடியும். இதில் ரேடியேஷன் பாதிப்பு எதுவும் இருக்காது, பாதுகாப்பானது. பொதுவான பரிசோதனை, கல்லீரல், சிறுநீரகம், கணையம் ஆகியவற்றில் என்ன நோய் தாக்கியிருக்கிறது, கல்லீரல் நோய்கள், சிறுநீரகக் கற்கள், நீர்க்கட்டி, சிறுநீர் குழாயில் உள்ள தொற்று ஆகியவற்றையும் கண்டறியலாம்.

மது, புகைப்பழக்கத்தால் ஏற்பட்டுள்ள நோய் தாக்கத்தை முழுமையாக அறியலாம். அதுமட்டுமல்ல, கொழுப்புச்சத்து எவ்வளவு உள்ளது என்பதையும் கண்டறிந்து, அதற்கான ஆலோசனை வழங்கப்படும்' என்றார்.

பற்களைப் பாதுகாப்பது மிகவும் அவசியம்!

கே.ஜி. ஸ்பெஷாலிட்டி சென்டரின் பல் சிறப்பு மருத்துவர் ஸ்ரீமன் நாராயணன் கூறியதாவது,

'எங்கள் கே.ஜி. மருத்துவமனையில் மல்டி ஸ்பெஷாலிட்டி டென்டல் கிளினிக் செயல்பட்டு வருகிறது. இங்கு பல் சம்பந்தமான அத்தனை பிரச்னைகளுக்கும் உடனடியாகத் தீர்வு காணப்படுகிறது. பல்லை இழந்துவிட்டோம் என்றால் நம்மால் தெளிவாகப் பேச முடியாது. ஒழுங்கற்ற பற்களுக்கு கிளிப் போடுதல், சொத்தைப் பற்களுக்கு ரூட்கேனல், கேப் போடுதல், பிலசர் சிகிச்சை எனப் பற்களுக்கு பல்வேறு விதமான சிகிச்சைகள் உள்ளன.

பல் சொத்தை லேசாக ஏற்பட்ட உடனேயே, அடைத்துவிட்டோம் என்றால் எந்தப் பிரச்னையும் இருக்காது. அப்படி இல்லைஎனில் பற்களில் உள்ள எனாமலை முழுமையாக அரித்தபிறகு வந்தால் ரூட் கேனல்தான் செய்ய முடியும்.

சொத்தைப் பல் வராமல் இருக்க காலை, இரவு என இருவேளை பல் துலக்க வேண்டும். சாப்பிட்ட பின்னர் பல் இடுக்குகளில் உள்ள உணவுகளை குச்சி வைத்து குத்தி குத்தி எடுக்கக் கூடாது. இதனால் உடனடியாக ஈறுகளில் வீக்கம் ஏற்பட்டு, எதிர்மறை விளைவுகள் அதிகரிக்கும்.

சாக்லேட், பிஸ்கட் சாப்பிடக்கூடாது. அதிக நேரம் பல் துலக்கினால், பல் வெள்ளையாக மாறாது. இதனால், எனாமல் தேய்ந்து பற்கள் மஞ்சளாக மாறிவிடும். ஈறுகளில் இருக்கக்கூடிய உணவுப் பொருட்கள் வெளியேறும் விதமாக மேலும் கீழுமாக டூத்பிரஷைப் பயன்படுத்தி பல் துலக்க வேண்டும்.

ஆறு மாதம் அல்லது வருடத்திற்கு ஒருமுறை, பற்களை பரிசோதனை செய்வது அவசியம். டென்டல் பிளாஷ் செய்துகொள்வதும் நல்லது. ஆரோக்கியமான உணவு எடுக்க வேண்டும். அதிக குளிரான, அதிக சூடான பொருட்களை சாப்பிடக் கூடாது.

வெளிநாடுகளுக்கு செல்பவர்கள் முன்னதாக பற்களை முழுமையாக பரிசோதனை செய்வது நல்லது. அந்தக் காலத்தில் ஆலங்குச்சி, வேப்பங்குச்சி கொண்டு பல் தேய்த்தார்கள். அந்தக் குச்சிகளைத் தவறாகப் பயன்படுத்தினால், ஈறு வீக்கம் ஏற்படும். எனவே, நவீன பேஸ்ட், பிரஸ் பயன்படுத்தி பற்களைப் பாதுகாக்க வேண்டும்' என்றார்.

மேலும் தகவல்களுக்கு 0422 4012345, 0422 4012340
தொலைபேசி எண் 80980 22226, 80989 66660
மின்னஞ்சல் (Email) : kgsc@kghospital.com

டாக்டர் மகாலட்சுமி,
பெண்கள் மற்றும் மகப்பேறு சிறப்பு மருத்துவர்

டாக்டர் ஸ்ரீமன் நாராயணன்,
பல் சிறப்பு மருத்துவர்

டாக்டர் ரம்யா சிவகுமார்,
கதிரியக்க நிபுணர்

டாக்டர் கோபிகிருஷ்ணன்,
சிறுநீரக மருத்துவர்

டாக்டர் ராம் பிரியா,
கண் மருத்துவர்

கே.எம்.சி.ஹெச். மருத்துவமனையில் குழந்தைகளுக்கான இலவச இருதய நல மருத்துவ முகாம்!

தி கோவை மெயில்

“குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும் தீவிரமான இருதய பாதிப்புகளுக்கு உடனடியாக சிகிச்சை தேவைப்படும்” என்கிறார் கோவை மெடிக்கல் சென்டர் மருத்துவமனைக் குழந்தைகள் இருதய சிகிச்சை நிபுணர், டாக்டர் வினோத் துரைசாமி.

மேலும் அவர் கூறியதாவது: இருதய குழாய் அடைப்பு, இருதயம் முழுமையாக வளர்ச்சி அடையாமல் இருப்பது போன்றவை குழந்தைகளுக்கு பிறவியிலேயே இருதய பாதிப்பு ஏற்பட காரணமாக இருக்கலாம். இதைத் தவிர ஆக்சிஜன் குறைபாடு பாதிப்பும் குழந்தைகளுக்கு ஏற்படுகிறது.

குழந்தை இருமாத கருவாக இருக்கும்போது இருதயம் உருவாகிறது. அப்போது தாய்க்கு அம்மை போன்ற நோய்த் தொற்று, கட்டுப்பாடில்லாத சர்க்கரை, மருத்துவர்கள் பரிந்துரையின்றி தாய் மருந்து மாத்திரைகள் எடுத்துக் கொண்டாலும் குழந்தைக்கு இருதய பாதிப்பு ஏற்பட வாய்ப்புள்ளது. இருதய பாதிப்புக்குள்ளான குழந்தைகள் ஒன்று அல்லது இரண்டு மாதங்களில் தாய்ப்பால் குடிக்கும்போது மூச்சுவிட சிரமப்படுவர். இருதயத் துடிப்பு மூச்சுவிடுவதும் தாறுமாறாக இருக்கும். சோர்வாக காணப்படுவர். எடை அதிகரிக்காது. தொடர்ச்சியாக இருமல், சளி, நிமோனியா காய்ச்சல் இருக்கும். ஆக்சிஜன் குறைபாட்டால் நாக்கு மற்றும் நகங்கள் நீல நிறமாக மாறும்.

பெற்றோர் குழந்தையை கவனமாகப் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும். குழந்தைகளுக்கு இந்த அறிகுறிகள் இருந்தால் உடனடியாக மருத்துவரிடம் அழைத்துச் சென்று உரிய பரிசோதனை மற்றும் சிகிச்சை அளிக்க வேண்டும்.

பரிசோதனையின் போது முதற்கட்டமாக மார்பு பகுதி எக்ஸ்ரே, ஈசிஜி எடுக்கப்படும். பின்பு எக்கோகார்டி யோகிராம் பரிசோதனை மூலம் இருதயத்தில் துளை, அடைப்பு உள்ளதா என்று பரிசோதிக்கப்படும். சிறியதுளைதான் என்றால் அது நாளடைவில் தானாகவே சரியாகிவிடும், அதற்கு அறுவை சிகிச்சை தேவையில்லை. இரத்தக் குழாயில் அடைப்பிருந்தால் நவீன ஆஞ்சியோகிராம் சிகிச்சை மூலம் துளைகளும் அடைக்கப்படும், அடைப்புகளும் அகற்றப்படும்.

பிறந்த குழந்தைகள் முதல் 18 வயது வரையிலானவர்களுக்கு இலவச இருதயநல மருத்துவ முகாம் கேஎம்சிஹெச் மருத்துவமனையில் (அவிநாசி ரோடு) ஜூன் 12 முதல் 30ம் தேதி வரை நடைபெறுகிறது. இந்த முகாமில் பரிசோதனைகள் மற்றும் பரிந்துரைக்கப்படும் சிகிச்சைகள் அனைத்தும் சலுகைக் கட்டணத்தில் செய்துகொள்ளலாம்.

அமைச்சர் செந்தில் பாலாஜி கைது...

தி கோவை மெயில்

அமைச்சர் செந்தில் பாலாஜியின் வீட்டில் அமலாக்கத்துறை அதிகாரிகள் நேற்று சோதனை மேற்கொண்டனர். கரூர் மற்றும் சென்னை வீடுகளில் நடந்த சோதனை நிறைவடைந்தது. சென்னை பசுமைவழிச்சாலை வீட்டிலிருந்து அமைச்சர் செந்தில் பாலாஜியை விசாரணைக்காக அழைத்துச் செல்வதாக அமலாக்கத்துறை அதிகாரிகள் தெரிவித்தனர். இதையடுத்து அமைச்சர் செந்தில் பாலாஜிக்கு திடீரென ஏற்பட்ட உடல்நலக்குறைவு ஏற்பட்டதையடுத்து ஓமந்தூரார் பன்னோக்கு மருத்துவமனையில் ஐசியூவில் அனுமதிக்கப்பட்டுள்ளார். அமைச்சர் செந்தில் பாலாஜியின் கைது நடவடிக்கைக்கு பல்வேறு கட்சியினர் கருத்து தெரிவித்துள்ளனர்.

இதுகுறித்து கோவை மாநகர் மாவட்ட செயலாளர் கார்த்திக் கூறியதாவது:

மத்தியில் ஆளக்கூடிய பாஜக ஒன்றிய அரசு அமலாக்கத்துறை வருமான வரித்துறை போன்றவைகளை கையில் வைத்துக்கொண்டு திட்டமிட்டு பழிவாங்கும் நோக்கோடு செயல்பட்டு வருகிறது.

வருகிற 24ஆம் ஆண்டு பாராளுமன்ற தேர்தலை ஒட்டி எதிர்க்கட்சிகள் மீது குற்றச்சாட்டை வீசுவதற்காக கோவை பொறுப்பு அமைச்சராக இருக்கக்கூடிய செந்தில் பாலாஜி மீது மனிதாபிமானம் அற்ற முறையில் நேற்று காலை முதல் மாலை வரை பாத்ரூம் செல்ல கூட அனுமதிக்காமல் அமர வைத்து நள்ளிரவில் கைது செய்வதாக கூறியுள்ளது.

இதை பொதுமக்கள் பார்த்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள் ஆதலால் இது போன்ற செயலை வன்மையாக கண்டிக்கிறேன்.

காங்கிரஸ் கட்சியின் தேசிய செயலாளர் மயூரா ஜெயக்குமார் கூறியதாவது:

அமைச்சர் கைது நடவடிக்கை வன்மையாக கண்டிக்கத்தக்கது. எதிர் கட்சிகளின் செயல்பாட்டை தடுத்து நிறுத்துவதற்காகவும் எதிர்க்கட்சிகளை மிரட்டுவதற்காகவும் பழி போடும் நடவடிக்கையில் மத்திய பாஜக ஈடுபட்டு வருகிறது. இதனை தொடர்ந்து சிபிஐ அமலாக்கத்துறை போன்ற ஏஜென்சிகளை வைத்துக்கொண்டு எதிர்க்கட்சியில் மீது ஏவி விட்டு நாடகம் ஆடுகிறது.

கர்நாடகாவில் கோடிக்கணக்கில் ஊழல் செய்த எந்த ஒரு பாஜகவினர் மீதும் நடவடிக்கை இல்லை. இது எதிர்க்கட்சிகள் உடைய குரல்வலையை நெரிக்கும் செயலாகும் முழுக்க முழுக்க மோடி அரசின் வேலையை பொதுமக்கள் பார்த்துக் கொண்டுள்ளன இவ்வாறு கூறினார்.

பாஜகவின் மாவட்ட தலைவர் பாலாஜி உத்தமராமசாமி கூறியதாவது:

தாங்கள் எந்த தவறும் செய்யவில்லை என்று மேடைக்கு மேடை ஏறி பேசி வருகிறார்கள். எந்த தவறும் செய்யவில்லை என்றால் தைரியமாக விசாரணைக்கு ஆஜராக வேண்டியது தானே. சட்டம் கடமையைச் செய்யும் தவறு செய்தவர்கள் தண்டிக்கப்படுவார்கள் உப்பு தின்னவன் தண்ணி குடித்து தான் ஆக வேண்டும் வாய் சவுடால் பலிக்காது டாஸ்மாக்கில் இருந்து ஆயிரம் கோடி ரூபாய் சேர்த்து வைத்தால் அதற்கு பதில் சொல்லித்தான் ஆக வேண்டும் இவ்வாறு அவர் கூறினார்.

உலக உணவு பாதுகாப்பு தின அனுசரிப்பு

ஒவ்வொரு ஆண்டும் ஜூன் 7 ஆம் தேதி உலக உணவு பாதுகாப்பு தினம் அனுசரிக்கப்படுகிறது. அந்த வகையில் கே.எம்.சி.ஹெச் பிசியோதெரபி கல்லூரி, பி.பி.டி. முதலாம் ஆண்டு மாணவர்கள் ஒன்றுகூடி திங்கட்கிழமை உலக உணவு பாதுகாப்பு தினத்தை கொண்டாடினர். இந்நிகழ்வில் பிசியோதெரபி மற்றும் நர்சிங்த் துறை முதல்வர் மற்றும் பேராசிரியர்கள் கலந்து கொண்டனர்.

செந்தில் பாலாஜி கைதை கண்டித்து

திமுகவினர் மாபெரும் கண்டன கூட்டம்

பாஜகவின் ஜனநாயக விரோத போக்கினை கண்டித்து மதச்சார்பற்ற முற்போக்கு கூட்டணியின் சார்பில் கண்டன பொதுக்கூட்டம் நடைபெற்று வருகிறது. இடம்: டாடா பாத் கோவை

தி கோவை மெயில்

கோவை மாநகர கோவை தெற்கு கோவை வடக்கு மாவட்ட திமுக மற்றும் மதசார்பற்ற முற்போக்கு கூட்டணி கட்சியினரின் சார்பில் பாஜகவின் ஜனநாயக விரோத மக்கள் விரோத பழிவாங்கும் நடவடிக்கையை கண்டித்து கோவை சிவானந்த காலணியில் கண்டன பொதுக்கூட்டம் நடந்தது.

திமுக பொருளாளர் டி ஆர் பாலு எம்பி தலைமை தாங்கினார் கோவை மாநகர் மாவட்ட செயலாளர் நா. கார்த்திக் வரவேற்றார்.

வடக்கு மாவட்ட செயலாளர் ரவி தெற்கு மாவட்ட செயலாளர் களபதி முருகேசன் ஆகியோர் முன்னிலை வைத்தனர். திமுக துணைப் பொதுச் செயலாளர் எம்பி துவக்கி வைத்தார்.

திமுக பொருளாளர் டி ஆர் பாலு பேசுகையில் செந்தில் பாலாஜியின் கைது கொங்கு மண்டலத்திற்கு இழைக்கப்பட்ட அநீதி அவர் என்ன காரணத்திற்காக கைது செய்யப்பட்டார் என்பது நேற்று முன்தினம் இரவு வரை தெரிவிக்கவில்லை இவ்வாறு கூறினார்.

கே.பி.ஆர். கலை கல்லூரியில்

தொழில்முறைக்கல்வி - நோக்குநிலைப் பயிற்சி

தி கோவை மெயில்

கே.பி.ஆர். கலை அறிவியல் மற்றும் ஆராய்ச்சிக் கல்லூரியின், வணிகவியல் தொழில்முறை கணக்கியல் துறை மற்றும் ஸ்ரீ ஈஸ்வர் அகாடமி இணைந்து தொழில்முறைக்கல்வி நோக்குநிலைப் பயிற்சி என்ற நிகழ்வினை ஏற்பாடு செய்திருந்தது. இந்நிகழ்வில் வணிகவியல் புல முதன்மையர் குமுதாதேவி வரவேற்புரையாற்றினார். கல்லூரி முதல்வர் கீதா தலைமையுரை வழங்கினார்.

இந்நிகழ்வில் ஸ்ரீ ஈஸ்வர் அகாடமியின் இயக்குனர் நித்யாபிரபு சிறப்பு விருந்தினராகக் கலந்து கொண்டு சிறப்புரை ஆற்றினார். அவர்தம் உரையில், தொழில்முறைக் கல்வியின் முக்கியத்துவம், அதன் பயன்பாடுகள், நடைமுறையில் தொழில்முறைக் கல்வியைக் கொண்டு செல்வதன் நோக்கம், தொழில்முறை நிர்வாகக் கணக்காளரின் எதிர்கால வாய்ப்புகள் முதலியவை குறித்து எடுத்துரைத்தார். மேலும், சி.ஏ., சி.எம்.ஏ., சி.எஸ்.இ.இ.டி. (சிகி, சிவிகி, சிஷிணிணிஜி) போன்ற தொழில்முறைப் படிப்புகளுக்கான வழிகாட்டலையும் வழங்கினார்.

இந்நிகழ்வினை வணிகவியல் தொழில்முறை கணக்கியல் துறையின் துறைத்தலைவர் கார்த்திகா ஒருங்கிணைத்தார். இந்நிகழ்ச்சியில் 170க்கும் மேற்பட்ட மாணவர்கள் கலந்து கொண்டு பயனடைந்தனர்.

பயிற்சி நிகழ்வில் எடுத்துக்கொண்ட குழு புகைப்படம்

ராயல் கேர் மருத்துவமனையில் ரத்ததான தினம்

158 முறை ரத்த தானம் செய்த அருண் கோகுல் தாசுக்கு ராயல் கேர் மருத்துவமனை சார்பில் வாழ்நாள் சாதனையாளர் விருது வழங்கப்பட்டது.

தி கோவை மெயில்

ராயல் கேர் மருத்துவ மனையின் தலைவர் டாக்டர் மாதேஸ்வரன் தலைமையில் மருத்துவ இயக்குனர் டாக்டர் பரந்தாமன் சேதுபதி ராயல்கேர் ரத்த நிலையத்தின் ரத்தம் கொடுத்து உயிரை காப்பாற்றிய தன்னார்வ ரத்த கொடையாளர்களை பாராட்டி கௌரவப்படுத்தினார். விழாவில் ரத்தம் கொடுங்கள், பிளாஸ்மா கொடுங்கள், வாழ்வு கொடுங்கள், அடிக்கடி கொடுங்கள் என்ற கருத்து வலியுறுத்தப்பட்டது.

மேலும் , விழாவில் வாழ்நாள் சாதனையாளர் விருது 158 முறை ரத்த தானம் செய்த அருண் கோகுல் தாசுக்கு வழங்கப்பட்டது. மற்றும் ரத்ததான ஊக்குவிப்பாளர் கோவை அக்ஷித் பவுண்டேஷன் கே.கே. ரவி அவர்களுக்கும் விருது வழங்கப்பட்டது.

விழாவை மருத்துவ ஆய்வகம் மற்றும் ரத்த வங்கி தலைவர் டாக்டர் ப சின்னச்சாமி மற்றும் குருதி ஏற்றல் துறை தலைவர் டாக்டர் ரா. ஜீவப்பிரியா சிறப்பான முறையில் நடத்தினர்.

விழாவில் தன்னார்வ குருதிக் கொடையாளர்கள் மருத்துவர்கள் ஊழியர்கள் மற்றும் பொதுமக்கள் ஏராளமானோர் கலந்து கொண்டனர்.

எஸ்.என்.எஸ். முதுகலை மாணவர்களுக்கான ஆண்டு விழா

தி கோவை மெயில்

எஸ்.என்.எஸ். கல்விக்குழுமத்தில் முதன் முறையாக முதுகலை மாணவர்களுக்கான ஆண்டு விழா செவ்வாய்க்கிழமை எஸ்.என்.எஸ். அகாடமியின் ஆடிட்டோரியத்தில் நடைபெற்றது.

இந்நிகழ்வில் மும்பை சாணக்யா இன்ஸ்டிடியூட் ஆஃப் லீடர்ஷிப் ஸ்டடீசின் முதன்மை செயல் அதிகாரி ராதாகிருஷ்ணன் பிள்ளை சிறப்பு விருந்தினராக கலந்துகொண்டு, டிசைன் திங்கிங், தலைமைத்துவம், தொழில் முனைவு ஆகியவற்றின் இன்றியமையாமையை பற்றி விளக்கினார். பின்னர் முதுகலை இறுதியாண்டுக்கான சிறந்த மாணவனாக எஸ்.என்.எஸ். தொழில்நுட்பக் கல்லூரியின் பால் ஆன்டனி தேர்வு செய்யப்பட்டார். சிறந்த ஆல் ரவுண்ட் பர்ஃபாமராக ஹரி பிரசாத், நஜிதா, ரேஷ்மா, சதிஷ் குமார் ஆகியோர் தேர்வாகினர். அனைவருக்கும் சிறப்பு விருந்தினரால் விருதுகள் வழங்கப்பட்டது. இந்நிகழ்வில் எஸ்.என்.எஸ். கல்விக்குழுமத்தின் தலைவர் சுப்ரமணியன், நேட்டிவ் டிசைன் திங்கரும், செயலாளருமான நளின் விமல்குமார், எஸ்.என்.எஸ். கல்லூரிகளின் முதல்வர்கள் ஆகியோர் தலைமை தாங்கினர். நிகழ்வின் இறுதியில் கலை நிகழ்ச்சிகள் நடைபெற்றது.

சிறந்த மாணவர்களுக்கான விருது வழங்கிய போது எடுத்தக் குழு புகைப்படம்

Siruthuli's Impactful Conservation Projects in CBE and Beyond

Vanitha Mohan, Managing Trustee of Siruthuli, Kranthi Kumar Pati, Coimbatore District Collector and Prathap, Coimbatore Corporation Commissioner along with the Members of Siruthuli

✍ The Covai Mail

Siruthuli celebrated its 20th anniversary with an event commemorating its remarkable journey in environmental protection. Vanitha Mohan, Managing Trustee, expressed gratitude for the overwhelming support received throughout the years.

The event was attended by Shanmugasundaram, Member of Parliament, Pollachi Constituency, Kranthi Kumar Pati, District Collector and Prathap, Coimbatore Corporation Commisioner. Also, Siruthuli staff, Siruthuli Steering Committee members and Apex Members attended the event.

Siruthuli's ambitious project, Nalla Thanni, aims to raise awareness about water body contamination in the River Noyyal among the general public. They have executed various water conservation projects, such as desilting ponds and lakes, constructing check dams, and creating new ponds. These efforts have significantly increased storage capacity and groundwater levels, benefiting both humans and wildlife. The organization's focus also extends to afforestation, with over 7 lakh trees planted through the Green Guard initiative.

Plantation sites, including educational institutions and railway lands, have witnessed positive changes in biodiversity. Siruthuli is now promoting Maadi Vanam, the growth of trees in pots on terraces, to combat rising temperatures caused by radiation.

Through workshops and awareness programs, Siruthuli has reached over 2 million individuals, mainly students, farmers, and residential associations. Their influence has expanded beyond Coimbatore District to other regions, where they are actively involved in water conservation activities.

Siruthuli's recently reconstructed website serves as an informative platform, offering details about their projects, volunteering opportunities, and technological updates. Looking ahead, the organization will prioritize addressing the challenge of wastewater treatment to safeguard groundwater quality.

PSG CAS Student Aruna Clinches Gold Medal

✍ The Covai Mail

Aruna, a talented second-year M.A Journalism & Communication student from PSG College of Arts & Science, emerged victorious by securing a Gold Medal in the under 57 kg category at the 38th National Senior Kyorugi Taekwondo Championships 2022-23.

The prestigious event took place in Dehradun, Uttarakhand, from June 8th to 11th, 2023. Aruna's outstanding performance and dedication in the tournament exemplify her exceptional skills and commitment to martial arts.

Aruna, Student of PSGCAS

Flipkart Launches Glam Up Fest

✍ The Covai Mail

Flipkart's Glam Up Fest, held from June 16th to 18th at Mumbai's Grand Hyatt, is the ultimate celebration of beauty and grooming. The event features renowned brands like MyGlamm, L'Oréal, MamaEarth, and Nivea. Attendees explored experiential zones filled with cutting-edge beauty products and engage in interactive fireside chats with industry leaders.

Meanwhile, Flipkart's Glam Up Sale offers curated cosmetics and skincare on its app, enhanced by advanced features like Image Search and Virtual Try-Ons. With this event, Flipkart aims to provide beauty enthusiasts across the country with an unparalleled shopping experience.

TVS iQube Customers to Receive Loyalty Benefits

✍ The Covai Mail

TVS Motor Introduces Loyalty Benefits for TVS iQube Electric Scooter Customers. In support of the government's electric mobility push, TVS Motor is committed to accelerating the adoption of electric vehicles in India.

Customers who booked the TVS iQube scooter by May 20, 2023, will receive a loyalty benefits program to alleviate the cost burden resulting from the FAME II subsidy revision. Starting June 1, 2023, new customers can avail the revised prices without bearing the full impact of the subsidy revision.

The price increase for the TVS iQube will range from Rs. 17,000 to Rs. 22,000, depending on the variant. TVS Motor's website provides further details on the loyalty benefits for pre-booked customers.

Rajmohan Nair Inaugurates Physiotherapy and Training Centre

Rtn Rajmohan Nair, District Governor of Rotary Club of Coimbatore Spectrum inaugurates Physiotherapy and Training Centre Block at the Special Children Day Care Centre

✍ The Covai Mail

The Rotary Club of Coimbatore Spectrum recently inaugurated the Physiotherapy and Training Centre Block at The Special Children Day Care Centre in Sarkar Samakulam in the presence of Rtn Rajmohan Nair, District Governor.

The block, valued at Rs 45 lakhs, was made possible through the CSR funds of M/s Baker & Hughes Ltd. During the event, wheelchairs were also handed over to the centre by the Rotary Club.

The inauguration was attended by DEO Punitha, President Rtn Badrinath, Dist Director Rtn Mylsamy, Assistant Governor Rtn Sanjay Shah, GGR Rtn Kavitha, Secretary Rtn Lakshman, Project Chairman Rtn Sampath and other spectrum members and officials from the education department.

The new facility will provide improved services and resources for children with special needs, including state-of-the-art physiotherapy equipment.

PSG and Rotary Introduce Advanced Dialysis Facility

A Group photo of PDG Rtn Rajasekhar, Bhubaneswar - Director, PSG Super Specialty Hospitals and esteemed members of Rotary and PSG at the newly inaugurated 'PSG Hospitals Rotary Coimbatore Midtown Dialysis Centre'

✍ The Covai Mail

PSG Hospitals and Rotary Coimbatore Midtown have inaugurated the "PSG Hospitals Rotary Coimbatore Midtown Dialysis Centre" on their 50th Golden Jubilee Year at the PSG Hospitals, dedicated to serving the public. The newly installed dialysis machines with state-of-the-art features aim to enhance the quality of care provided to beneficiaries.

Rtn Gnanavallal, President of Rotary Coimbatore Midtown emphasized the importance of the project in meeting the healthcare needs of the community. Rtn. Manivannan shared details about the three projects initiated by Rotary Coimbatore Midtown.

He said "The first project, "Mobility is Life," aims to provide 100 free knee joint surgeries in association with Ganga Hospital. The second project involves donating dialysis machines to Ramakrishna Hospitals and PSG Hospitals, enabling them to set up dialysis centres. The third project focuses on upgrading the operation theatre and donating equipment for infant care in association with Masonic Hospital."

The Dialysis Centre was jointly funded by The Rotary Foundation USA, the Rotary Club of San Juan West RI Dist 3800, Philippines, and Rotary Coimbatore Midtown. Rtn Vinod Babulal Mandot, a major donor & Chairman of Sonali Extrusions, who contributed Rs 25 lakhs for the Dialysis Machines in memory of his parents, was honoured during the inauguration.

Dr Balaji, Director of Oncology at PSG Super Specialty Hospital, delivered the inaugural address on behalf of the Managing Trustee of PSG & Sons Charities. Dr Subba Roa, Principal of PSGIMSHR, PDG Rtn Rajasekhar and Rtn Mylswamy, District Director, RI Dist addressed the event.

The program concluded with an awareness program on "Safe Kidney" conducted by the Department of Nephrology at PSG Hospitals, where attendees were enlightened about safe kidney practices. The event was attended by Rotarians, guests, beneficiaries, faculty, and staff from PSG Hospitals.

Sunstone partners with TIPS

✍ The Covai Mail

Sunstone, a leading higher education startup in India, has partnered with TIPS Global Institute in Coimbatore. This collaboration offers students in TIPS Global Institute's MBA, BBA, and BCA programs access to Sunstone's unique benefits. Students will receive training in industrial skill sets, access to a vast network of recruiters, and placement opportunities in leading companies.

Sunstone focuses on four key pillars: education, career services, exposure, and networking. Students can expect an industry-oriented curriculum, internships, in-demand IT skills, and a comprehensive educational experience. The partnership aims to bridge the gap between academia and the professional world, preparing students for successful careers.

Madan. A. Sendhil, Chairman, Rathinam Group said, "We believe that this partnership will help our students achieve their career aspirations by providing them with the skills and knowledge required in today's dynamic job market."

Golden Aim Awards honours GKNM!

✍ The Covai Mail

GKNM Hospital in Coimbatore has been honoured as the most trusted multi-speciality hospital in the city, receiving the "Excellence and Leadership in Healthcare" award at the 11th Golden Aim Conference Awards – 2023. Dr Rasmiranjan Padhi, the Chief Consultant - Neuro Interventional Radiologist at GKNM Hospital, was also recognized as the most trusted neuroradiologist in Coimbatore. The awards were presented in Chennai, with Dr Padhi accepting the accolades on behalf of the hospital.

GKNM Hospital boasts a state-of-the-art Neuro Interventional Radiology Cath Lab facility, specifically designed to address neurological and vascular-related issues. Notably, the hospital offers a rapid mechanical Thrombectomy procedure for stroke patients, enabling the quick removal of blood clots if necessary. The hospital's team of specialist neurologists, neurosurgeons, emergency medicine experts, and interventional radiologists are prepared to provide prompt stroke treatment within the critical 4 1/2 hour timeframe, ensuring optimal outcomes.

Beyond stroke treatment, GKNM Hospital offers comprehensive rehabilitation services for stroke patients, including stroke rehabilitation, physiotherapy, dietetic expertise, and psychological counselling. These services aim to facilitate a safe and speedy recovery for individuals affected by stroke.

Dr Rasmiranjan Padhi, the Chief Consultant - Neuro Interventional Radiologist at GKNM Hospital receives Golden Aim Conference Awards 2023 on behalf of the hospital.

Rotary Coimbatore Infra Donates ₹15k worth Stationery

✍ The Covai Mail

Rotary Coimbatore Infra and Green Kings Pipes have provided school stationery worth Rs 50,000 to students of Panchayat Union Middle School in Singaiyyanpudhur, Coimbatore. The event was inaugurated by Chief Guest Rtn Godwin Maria Visvasam, Youth Services District Chairperson, in the presence of Ramkumar, Panchayat President, Easwari, Head Master of the school, Rtn Kamaraj Jagadeesan, Charter President, RCI, Rtn Nawazuddin Ahmed, Charter Secretary, RCI and Rtn Gopinath, Youth Services, Chairman, RCI.

This collaborative initiative aims to enhance educational opportunities for students and alleviate financial burdens on their families.

Rtn Godwin Maria Visuvasam, Youth Services District Chairperson gave away stationaries to the students of Panchayat Union Middle School

To Advertise in
THE COVAI MAIL
84898 12341
84895 12341
covaimailads@gmail.com
report2tcm@gmail.com

THE COVAI MAIL

Disclaimer: The readers are advised to check with the authenticity of the organisations that are advertising in our newspaper before taking action in any way. The Owner and Publisher of this newspaper are not in any way responsible for the genuineness of the advertisements / advertisers and their products and services. If anybody suffers a loss or damage because of the advertisements published in this newspaper, then the owner, publisher, printer, editor and employees can be responsible under no circumstance as stated earlier.

Minister Raja inaugurates Lulu Hypermarket

Tamil Nadu Industries Minister Raja inspects the products displayed at the newly opened Lulu Mall in Coimbatore

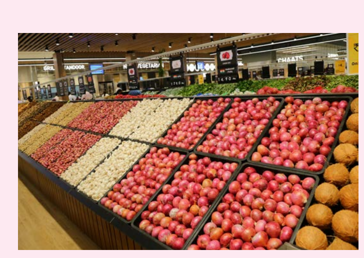
✍ The Covai Mail

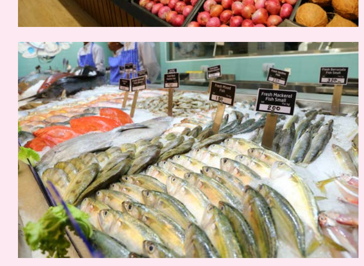
Lulu Group, the leading retailer headquartered in Abu Dhabi, has further solidified its presence in South India with the inauguration of a world-class hypermarket in Coimbatore. The hypermarket, touted as the largest in the state, offers an unparalleled shopping experience to residents and visitors alike. The grand opening ceremony was graced by Tamil Nadu Industries Minister Raja, Lulu Group Chairman Yusuff Ali, and other esteemed dignitaries.

Expressing his delight at expanding Lulu's services in Tamil Nadu, Chairman Yusuff Ali shared plans for additional regional growth and development. The Lulu Group aims to establish food processing units and international logistic centres in various parts of Tamil Nadu. These initiatives will contribute to the state's economy and provide employment opportunities for locals and newcomers.

The inauguration of the hypermarket is the outcome of a Memorandum of Understanding (MoU) signed between Lulu Group and the Tamil Nadu government. This agreement was forged following a meeting between Tamil Nadu Chief Minister MK Stalin and Lulu Group Chairman Yusuff Ali in Abu Dhabi.

Prominent figures present during the opening ceremony included Ashraf Ali, Lulu Executive Director, Anand Ram, Lulu India and Oman Director, Saifee Rupawala, CEO, Nishad, Lulu India CEO, Rejith Radhakrishnan Nair, Lulu India COO, and other top officials.





Reg. No. TNBIL/2014/55455. Postal Registration No: CB/123/2021-23. Owned, Published and Printed by K.C.Srinivasan and published from 5/1, Athanur Amman Kovil Street, Ganapathy, Coimbatore - 641006 and Printed at Sri Saraswathy Printers, 5/1, Athanur Amman Kovil Street, Ganapathy, Coimbatore - 641006. Editor: K.C.Srinivasan

PSG Nursing Shines as a Centre of Excellence

- Gopalakrishnan, *Managing Trustee, PSG & Sons' Charities*

Gokulakrishnan from the 2018 Batch receives the Best Outgoing Student Award.

✍ ***R.Madhumitha,*** *The Covai Mail*

PSG College of Nursing in Coimbatore recently celebrated its 23rd Graduation Day, a momentous occasion that marked the culmination of years of hard work and dedication for the graduating batch of 2018.

The event took place at the PSG IMS&R Auditorium and was attended by distinguished guests, including Gopalakrishnan, Managing Trustee of PSG & Sons' Charities, the Chief Guest Mythili K. Rajendran, Commissioner of Indian Medicine and Homeopathy, Government of Tamil Nadu and Saramma Samuel, Secretary, RVS Educational Trust, Coimbatore.

With 81 undergraduates and 13 postgraduates receiving their degrees, the ceremony not only commemorated individual achievements but also symbolized a significant milestone for PSG College of Nursing.

"Hard Work Fuels the Transformation of Invisible Dreams into Visible Realities."

- Prof. Jayasudha, *Principal, PSG College of Nursing*

Empowering Nurses as Leaders of Innovation:

Professor Jayasudha, in her warm welcome speech, highlighted the vital role that nurses play in the healthcare system. She acknowledged their immense potential to lead innovative strategies and make substantial progress towards healthcare equity.

She encouraged the graduates to embrace expanded roles, work in new settings, and forge meaningful partnerships with communities and other sectors. Her words resonated deeply with the graduates, instilling in them a sense of responsibility and purpose as they embarked on their nursing careers.

Hard Work, Dedication, and the Pursuit of Dreams:

Reflecting on the significance of hard work, Professor Jayasudha inspired the graduates to embrace discipline, dedication, and determination. She emphasized that through hard work, students could achieve the goals they have set for their lives.

She reminded them that every step taken with conviction brings their goals closer and transforms the invisible into the visible. Stressing the importance of teamwork, she urged the graduates to appreciate the sparks ignited by human friction in the corporate world. She emphasized the transformative power of helping others and the profound impact nursing has on society.

Importance of Emotional Intelligence:

Gopalakrishnan, in his presidential address, acknowledged the persistent nursing shortfall within the healthcare industry. He emphasized that nurses, as advocates for patients' best interests, focus on holistic health, encompassing physical, social, emotional, and spiritual needs.

Recognizing the evolving nature of nursing, he emphasized the need for emotionally intelligent nurse leaders to meet the increased demands of patient care. He applauded PSG College of Nursing for its commitment to high-quality nursing education and service integration, ultimately fostering accountability and exceptional care.

He proudly acknowledged the PSG College of Nursing's remarkable stature in nurturing the future with unwavering excellence, a testament to the profound impact of philanthropy and collaborative teamwork.

The Legacy of PSG & Sons' Charities:

Gopalakrishnan highlighted the philanthropic endeavours of PSG & Sons' Charities, the driving force behind the college. He spoke proudly of the founder's vision, which included allocating a significant portion of the profits to Charities.

The establishment of initiatives such as the Sarvajana School, providing free or low-cost education to underprivileged children, exemplified their commitment to improving society.

He is grateful for the opportunity to maintain PSG & Sons' Charities - the "fifth brother" - through charitable endeavours.

"The PSG College of Nursing Stands Tall, Nurturing the Future With Excellence, as a Testament to the Power of Philanthropy and Dedicated Teamwork"

- Gopalakrishnan, *Managing Trustee, PSG & Sons' Charities*

The Chief Guest, Mythili, along with the esteemed dignitaries on the dais, presents the degree certificate to a student from the 2018 Batch of PSG College of Nursing.

Embracing Compassion and Service:

The Chief Guest Mythili K. Rajendran applauded the graduates on their accomplishments and acknowledged the crucial role nurses play in delivering quality healthcare services. She emphasized the importance of nurses' continuous growth and their commitment to serving humanity with dedication, respect, and selflessness. She recognized nurses as the bridge between patients and doctors, providing continuous care and support.

Mythili acknowledged the impact of Florence Nightingale and praised the graduates as future torchbearers who would continue to illuminate the corridors of the sick. She highlighted the significance of a smile, comforting words, and sound advice in the healing process and also encouraged the graduates to seize the abundant opportunities available to them in a world where external care has become essential.

"In a world where the need for care extends beyond the confines of the family, we stand ready with comprehensive training, essential tools, and a compassionate spirit to bridge the gap", she added. She emphasized the need for empathy, effective communication, and a genuine connection with patients.

"Amidst a World Seeking Care Beyond the Family, We Stand Prepared with Training, Tools, and a Compassionate Spirit to Fill The Void"

- Mythili, *Commissioner of Indian Medicine and Homeopathy, Government of Tamil Nadu*

Celebrating Excellence and Recognizing Accomplishments:

The graduation ceremony also served as a platform to recognize outstanding individuals for their exceptional achievements. Gokulakrishnan from the 2018 Batch received the coveted Best Outgoing Graduate award, a testament to his outstanding academic performance and overall excellence

Additionally, special awards were presented to graduates and postgraduates who excelled in areas such as clinical nursing, research, and academic excellence. The ceremony also honoured students who demonstrated excellence in extracurricular activities, including sports, NSS, and SNA, highlighting the holistic development fostered at PSG College of Nursing.

Unveiling "Reminisce 2023: Mystic Memory":

As part of the Graduation Day celebrations, the Chief Guest, accompanied by dignitaries, unveiled the college magazine, "Reminisce 2023: Mystic Memory." The magazine encapsulated the rich history and achievements of PSG College of Nursing, providing a nostalgic journey through its illustrious past. It celebrated the collective efforts of the faculty, staff, and students in shaping PSG College of Nursing into a centre of excellence.

The ceremony not only recognized individual achievements but also served as a reminder of the collective impact nurses have on the lives of patients and the healthcare system as a whole. As the graduates embark on their nursing careers, they carry with them the knowledge, skills, and values instilled by PSG College of Nursing.

These graduates, armed with a commitment to excellence, compassion, and a sense of social responsibility, are poised to make a lasting impact in the lives of individuals, communities, and the healthcare industry.

The Essence of Nursing and Social Responsibility:

The Guest of Honour, Professor Saramma Samuel emphasized the importance of nursing and its pivotal role in healthcare. She praised nurses as linchpins in facilitating communication between patients and providers, with an unwavering dedication to their profession.

She commended PSG College of Nursing for its remarkable achievements, spanning academics, sports, cultural endeavours, and rankings. Reflecting on the struggles and growth of the graduating students, she encouraged them to continue building a foundation of integrity, honesty, and perseverance in their nursing careers.

She highlighted the profound impact nurses have on patients' lives. She quoted Virginia Henderson's saying, "The nurse is temporarily the consciousness of the unconscious, the love of life for the suicidal, the leg of the amputee, the eyes of the newly blind, a means of locomotion for the infant, the knowledge and confidence of the young mother, and a voice for those too weak to speak" and reminded the graduates of the privilege and responsibility they have in providing care and support to those in need.

Furthermore, Professor Samuel encouraged the graduates not to be content with just their graduation but to continuously seek opportunities for growth. She urged them to make choices that align with their values, build a strong foundation of good attitudes, and strive to make a positive difference in the lives of others.

She reminded them that the nursing profession requires individuals with clarity of vision, a desire for continuous learning, and the determination to persevere in the face of challenges.

"Look out for Ways in which You can Build the Lives of Others"

- Prof. Saramma Samuel, *Secretary, RVS Educational Trust*