

குப்புசாமி நாயுடு மருத்துவமனையின் மருத்துவர்களின் சிறப்பு நேர்காணல்

விழித்துக் கொண்டால் வென்றிடலாம் புற்றுநோயை!

**சு.நாயா**  
தி கோவை மையில்

1900 களில் மரணத்திற்கு முக்கியக் காரணமாக இருந்த புற்றுநோய் 6 வது இடத்தில் இருந்து நகர்ந்து தற்பொழுது 2 வது இடத்திற்கு முன்னே உள்ளது. ஒவ்வொரு ஆண்டும் குறைந்தது பத்து இலட்சம் பேர் புற்றுநோயால் பாதிக்கப்படுகின்றனர் என மருத்துவ ஆய்வுகளும் கூறுகின்றன.

தலை முதல் பாதம் வரையிலான எந்த உறுப்புகளிலும் எப்பொழுது வேண்டுமானாலும், ஒருவருக்கு புற்றுநோய் ஏற்படலாம். ஆனால், ஆரம்ப நிலையிலே கண்டறிந்தால் சிகிச்சையில் பலனும், முன்னேற்றமும் கிடைப்பதாக மருத்துவர்கள் தெரிவிக்கின்றனர்.

ஒவ்வொரு ஆண்டும் பிப்ரவரி 4 ஆம் தேதி உலக புற்றுநோய் தினம் அனுசரிக்கப்படுகிறது. இந்த

ஆண்டின் விழிப்புணர்வு மையக் கருத்தாக, புற்று நோய்க்கான சிகிச்சையில் மேலதட்டு மற்றும் கீழ்த்தட்டு மக்களுக்கு இடையே உள்ள இடைவெளியை நீக்கி ஒரே மாதிரியான சிகிச்சையை வழங்க வேண்டும் எனப்பதை நோக்கமாக கொண்டுள்ளது. இதை வெகுசீக்கிரமாக நடைமுறைப் படுத்த வேண்டுமெனில் நோய் வராமல் இருப்பதற்கான தடுப்பு முறைகளை மக்கள் பின்பற்ற வேண்டும்.

கோ.குப்புசாமி நாயுடு நினைவு மருத்துவமனையில் செயல்படும் வானவாடி நாராயணசாமி புற்றுநோய் மையத்தைச் சேர்ந்த மருத்துவர்களிடம் புற்றுநோய் தினத்தை முன்னிட்டு, இந்தநேய் தொடர்பான சந்தேகங்களையும், சிகிச்சை வழங்கும் முறைகள், முன்னெச் சரிக்கை வழிமுறைகள் பற்றியும் கேட்டறிந்தோம். அந்த தகவல் திரட்டை இத்தொகுப்பில் காணலாம்.

**வானவாடி நாராயணசாமி புற்றுநோய் மையம்**

**60 ஆண்டுகளுக்கும் மேலாக நுர்ப்பீக்கை**

**தென்னிந்தியாவில் உள்ள புற்றுநோய் மையங்களில் கோ.குப்புசாமி நாயுடு நினைவு மருத்துவமனையில் 1958ம் ஆண்டு நிறுவப்பட்ட VNCV எனும் வானவாடி நாராயணசாமி புற்றுநோய் மையம் முக்கியமான ஒன்றாக பார்க்கப்படுகிறது. பலதரப்பட்ட புற்றுநோய்களுக்கான தீர்வினை ஒரே கூரையின் கீழ் கடந்த அறுபது ஆண்டுகளுக்கும் மேலாக வழங்கி வருகிறது. அப்போதிருந்தே குறுகிய கால இடைவெளியில் புற்றுநோய்க்கு அயல்நாடுகளிலும் நம் நாட்டின் முக்கியப் பகுதிகளிலும் உபயோகிக்கப்படும் சிறப்பு மருத்துவ உபகரணங்களை நம்**

**கோவை பகுதிக்கு இம்மையம் அறிமுகம் செய்தது. குறிப்பாக 2008ல் இந்திய நாட்டின் முன்னாள் ஜனாதிபதியும், மாணவர்களின் வழிகாட்டியுமான ஏ.பி.ஜெ அப்துல் கலாம் அவர்களின் பொற்கரங்களால் பொன்விழா கட்டிடம், ஸ்டெம்செல் & எலும்பு மஜ்ஜை மாற்ற அறுவை சிகிச்சைப் பிரிவு மற்றும் பசுமைப் பூங்கா திறக்கப்பட்டது. இங்கு இப்போது வரை புற்றுநோய் சிகிச்சையில் பிரசித்தி பெற்ற நிபுணர்கள் மூலமாக, வழங்கப்பட்டு வரும் பின் புற்றுநோயியல்**

**நிபுணர்கள், அறுவை சிகிச்சை புற்றுநோயியல் நிபுணர்கள், மருத்துவப் புற்றுநோயியல் நிபுணர்கள், நோயியல் கதிரியக்க மற்றும் அறுவை மருத்துவ & இல்லற மருத்துவ நிபுணர்கள் என ஒருங்கிணைந்த புற்றுநோய் வல்லுநர் குழு கட்டமைக்கப்பட்டது. 2001 முதல் 2017 வரை ஒவ்வொரு ஆண்டும் புற்றுநோய் சிகிச்சைக்கான கதிர்வீச்சு உபகரணம், சி.டி.கருவிகள், லீனியர் ஆக்சிலரேட்டர், சிகிச்சைக்கான தனி வார்டு, குழந்தைகளுக்கான புற்றுநோய் பிரிவு, புற்றுநோய்**

**ஆராய்ச்சியும் தொடர்ச்சியான அனைத்தும் தொடர்ச்சியான இந்த மையத்திற்குள் வந்து சேர்ந்தன. கோவை மற்றும் அதன் சுற்றுலாப்பகுதிகளில் புற்றுநோய் பரிசோதனை முகாம்கள் மூலம் புற்றுநோயைத் தடுப்பதற்கும், முன்கூட்டியே கண்டறிவதற்கும் இம்மையம் தொடர்ந்து முக்கியத்துவத்தை அளித்து வருகிறது.**



**- டாக்டர் ரகுபதி வேலுசுவாமி, ஈ.ஐ.ஓ**

**இக்கொடியோடு உடைய ஆதரவு!**

**- டாக்டர் ராஜ்குமார், தலைவர், புற்றுநோயியல் துறை**

உயிரணுக்களின் கட்டுப்பாடற்ற வளர்ச்சியினாலே புற்றுநோய் உருவாகிறது. இது தலை முதல் கால் வரையிலான எந்த உறுப்பிலும் தொடங்கலாம். 2021 ஆம் ஆண்டின் ஐசிடம்-ஆர் கணக்கெடுப்பின் படி இந்தியாவில் புதிதாக 13 லட்சம் பேர் புற்றுநோயால் பாதிக்கப்பட்டுள்ளனர். மேலும் கடந்த ஆண்டு இந்தியாவில் 8 லட்சம் பேர் இந்நோயினால் உயிரிழந்துள்ளனர். உலகளவிலும் 7 சதவீத உயிரிழப்பு புற்றுநோயினால் ஏற்படுகிறது.

குப்புசாமி நாயுடு மருத்துவமனையில் 1958ல் புற்றுநோய் துறை உருவாக்கப்பட்டது. அந்த காலகட்டத்தில் தமிழ்நாட்டில் சின்னை மற்றும் குப்புசாமி நாயுடு மருத்துவமனையில் மட்டுமே புற்றுநோய்க்கான மையம் இருந்தது. ஆரம்பத்தில் டீப் - எக்ஸ் ரே என்று சொல்லக்கூடிய கதிர்வீச்சு இயந்திரத்தோடு தொடங்கப்பட்டு

இன்று பல மடங்கு பெரிதாகி தொழில்நுட்பம், திறமை வாய்ந்த மருத்துவர்கள், தரமான சிகிச்சை முறைகள் என விரிவடைந்துள்ளது. புற்றுநோய்க்கு அளிக்கும் சிகிச்சையில் பல பரிணாமங்கள் உள்ளன. அவற்றில் புற்றுநோயை ஆரம்ப நிலையில் கண்டறிவதில் இருந்து, ஒரு நோயாளிகளில் பல சிறப்பு மருத்துவர்கள் சிகிச்சை வழங்க ஈடுபடும் வரை பல பிரிவுகளை உட்படுத்தி கட்டமைத்துள்ளோம். தொழில்நுட்பத்தைப் பொறுத்தவரை அந்தந்த காலத்திற்கு ஏற்ப ரேடியோதெரபி இயந்திரங்களை மேம்படுத்திக் கொண்டே வருகிறோம்.

அப்போதெல்லாம், பொது மருத்துவர்களே புற்றுநோய்க்கும் சிகிச்சை அளித்தனர். அறுவை சிகிச்சை, ரேடியேஷன் மற்றும் கீமோ தெரபி என மூன்று வகையான சிகிச்சை முறைகள் உள்ளன. சில நோயாளிகளுக்கு இம்மூன்றுமே தேவைப்படும். ஆரம்பத்தில் ரேடியோ

**புற்றுநோய் சிகிச்சை**



மருத்துவர்கள் உள்ளனர். தொழில்நுட்பத்திலும், மருத்துவ நிபுணத்துவத்திலும் கடந்த 65 வருடங்களாக குப்புசாமி நாயுடு மருத்துவமனை படிப்படியாக வளர்ந்து வந்துள்ளது. இதனால் பல நோயாளிகள் பயனடைந்துள்ளனர். அறுவை சிகிச்சை, ரேடியோ மற்றும் கீமோ தெரபியில் பல நவீன தொழில்நுட்பங்களும், சிகிச்சை முறைகளும் இங்குள்ளன. புற்றுநோய்க்கு சிகிச்சை வழங்குவதோடு நோயாளிக் கு மனதளவிலும் ஆதரவு தரவேண்டும். இவர்களுக்கென கவுன்சிலிங் வழங்கும் தனிக்குழுவும் இங்குள்ளது. சிகிச்சையின் போது பொருளாதார நெருக்கடியை குடும்பத்தின் எதிர்கொள்ள வேண்டிய வரும். இதற்கு உதவும் வகையில் அவர்களுக்கு பொருளாதார உதவி கிடைப்பதற்கான வழிகாட்டுதல்களையும் வழங்குகிறோம்.

மருத்துவர்கள் உள்ளனர். தொழில்நுட்பத்திலும், மருத்துவ நிபுணத்துவத்திலும் கடந்த 65 வருடங்களாக குப்புசாமி நாயுடு மருத்துவமனை படிப்படியாக வளர்ந்து வந்துள்ளது. இதனால் பல நோயாளிகள் பயனடைந்துள்ளனர். அறுவை சிகிச்சை, ரேடியோ மற்றும் கீமோ தெரபியில் பல நவீன தொழில்நுட்பங்களும், சிகிச்சை முறைகளும் இங்குள்ளன. புற்றுநோய்க்கு சிகிச்சை வழங்குவதோடு நோயாளிக் கு மனதளவிலும் ஆதரவு தரவேண்டும். இவர்களுக்கென கவுன்சிலிங் வழங்கும் தனிக்குழுவும் இங்குள்ளது. சிகிச்சையின் போது பொருளாதார நெருக்கடியை குடும்பத்தின் எதிர்கொள்ள வேண்டிய வரும். இதற்கு உதவும் வகையில் அவர்களுக்கு பொருளாதார உதவி கிடைப்பதற்கான வழிகாட்டுதல்களையும் வழங்குகிறோம்.

**புற்றுநோய் சிகிச்சை**

**- டாக்டர் நாகராஜன், இயக்குனர், ஆராய்ச்சி துறை, VNCV**

குப்புசாமி நாயுடு மருத்துவமனையில் 1958 ஆம் ஆண்டு அமைக்கப்பட்ட வானவாடி நாராயணசாமி புற்றுநோய் மையம் (VNCV) புற்றுநோய்க்கு சிகிச்சை வழங்குவதில் முன்னோடியாக செயல்பட்டு வருகிறது. மேலும் இம்மையத்தில் 2008 முதல் புற்றுநோய்க்கான ஆராய்ச்சி மையமும் (Clinical Research) செயல்படுகிறது. கினிஸ்க்கல் ரிசெர்ச் ட்ரயல் யூனிட் என்பது புற்றுநோய் ஆராய்ச்சியிலும், சிகிச்சையிலும் முக்கிய பங்கு வகிக்கிறது. இங்கு புற்றுநோய்க்கான முன்னெச்சரிக்கை நடவடிக்கையில் இருந்து நோய்த் தடுப்பு மற்றும் சிகிச்சை வரை அதற்கான மருத்துவ ஆராய்ச்சிகள் (Clinical Trials) நடைபெறுகிறது.



VNCV மையத்தில் கழுத்து மற்றும் தொண்டை, இரைப்பை குடும், மார்பகம், gynaec, நுரையீரல், குழந்தை புற்று நோய், இரத்த புற்று நோய் மருத்துவம் ஆகியவற்றிற்கு பல்துறை சிறப்பு மருத்துவ சிகிச்சை முறைகள் வழங்கப்படுகின்றன. மேலும் புற்றுநோய் மருத்தியல், அறுவை சிகிச்சை, கதிர்வீச்சு புற்றுநோயியல், ஹேமட்டாலஜி மற்றும் ஸ்டெம் செல் சிகிச்சைப் பிரிவு, போலியோமீடல் கேர் மருத்துவம் ஆகிய அதிநவீன சேவைகளும் இங்குள்ளன. நாடு முழுவதும் ஒரே மாதிரியான புற்றுநோய் சிகிச்சையை வழங்க வேண்டும் என்ற நோக்கத்தை கொண்டு செயல்படும் அமைப்பான, நேஷனல் கேன்சர் கிரிட் (NCG) என்ற அமைப்பிலும் உறுப்பினராக உள்ளோம்.

தற்பொழுது இந்தியா முழுவதிலிருந்து அனைத்து மாநிலங்களிலும் 264 மையங்கள் இதில் உறுப்பினராக உள்ளன. புற்றுநோய் தொடர்பான வழிகாட்டுதல் களையும், நெறிமுறைகளையும் இவ்வமைப்பு உருவாக்குவதோடு பல புற்றுநோய் மையங்களுடன் இணைந்து ஆராய்ச்சியிலும் ஈடுபட்டு பொதுவான ஆராய்ச்சி தளத்தை உருவாக்குகிறார்கள்.

ஒரு புற்றுநோய் மையத்தில் அனைத்து விதமான வசதிகளும் உள்ளனவா, அங்குள்ள குறை, குறைகளை நிபுணத்துவம் பெற்ற நிபுணர் அனுப்பி பார்வையிடுவார்கள். மையத்தை முழுமையாக சோதித்த பின்னர் ஏதேனும் குறைகள் இருந்தால் அதனை நிவர்த்தி செய்வதற்கான ஆலோசனையும் வழங்குகிறார்கள். (இவை மையத்தின் சுய விருப்பத்தின் பேரில் நடைபெறும்) இம்மையத்தால் நடத்தப்படும் ஆலோசனைக் கூட்டங்களில் முன்னெச்சரிக்கையில் இருந்து நோய்த்தடுப்பு மற்றும் சிகிச்சை வரை பயிற்சிகளும் வழங்கப்படுகின்றன.

**புற்றுநோய் அணைக்கலை**

**கூகர்க்கும் இக்கொடி**

**- டாக்டர் சிவநேசன், மருத்தியல் புற்றுநோய் நிபுணர்**

கேன்சர் செல்களின் பெருக்கத்தைக் குறைக்கவும் அதன் வளர்ச்சியைத் தடுக்கவும் சக்திவாய்ந்த மருந்துகள் மூலம் அளிக்கப்படும் சிகிச்சையின் பெயர் கீமோதெரபி.

ரத்த புற்று நோய்க்கு இது தான் முக்கியமான சிகிச்சையாக இருக்கும், பெரும்பாலும் இந்த முறையிலேயே அதை குணப்படுத்த முடியும். ஆனால் உறுப்பு சார்ந்த புற்றுநோய்களுக்கு அறுவை சிகிச்சை, கதிர்வீச்சு சிகிச்சையுடன் கீமோதெரபி வழங்கப்படும்.

நோயாளிகளின் உடல் திறனை பல கோணங்களில் ஆய்வுசெய்த பின்னர் கீமோதெரபி வழங்கப்படும். இந்த முறை சிகிச்சையில், சில பக்கவிளைவுகளும் இருக்கத்தான் செய்கிறது. இன்று மருத்துவப் புற்றுநோயியல் துறையில் பல முன்னேற்றங்கள் ஏற்பட்டு வருகிறது. உடலில் உள்ள புற்றுநோய் அணுக்களை மட்டும் கண்டுபிடித்து அதை அழிக்கக்கூடிய டார்செக்ட்டட் தெரபி எனும் சிகிச்சை தற்போது உள்ளது.

இத்துடன் இம்யூனோ தெரபி (Immunotherapy) என்ற அதிநவீன சிகிச்சை இன்று நல்ல மாற்றத்தை ஏற்படுத்தி

வருகிறது. நோயாளியின் உடலில், எதிர்ப்பு சக்தியை அதிகரிக்கும் சிகிச்சை இது. இதன் மூலம் புற்றுநோய் செல்களை கட்டுப்படுத்தலாம். இயல்பாக மருந்துகள் மூலம் வழங்கப்படும் கீமோதெரபியை விட இந்த இரண்டு சிகிச்சையிலும் பக்கவிளைவுகள் மிக குறைவு. தற்போது உள்ள மருத்துவ வளர்ச்சியில், புற்றுநோய்கள் ஏற்படுவதற்கு முன்னதாகவே ஒருவருக்கு அதன் ஆபத்து உள்ளதா என்று கண்டறியக்கூடிய சோதனைகள் இருக்கின்றன. வயதிற்கேற்ப அவற்றை சோதனை செய்து, மருத்துவர்களை அணுகும் படச்சத்தில், ஆபத்தை எளிதில் கண்டுபிடித்து முழுமையாக சரி செய்துவிடலாம்.

**வாழ்க்கை முறை**

**மாற்றும்பு உதவியும்!**

**- டாக்டர் அருளராஜ், புற்றுநோய் அறுவை சிகிச்சை துறை**

மார்பகப் புற்றுநோயில் நான்கு நிலைகள் உள்ளன. கடந்த 10 வருடங்களுக்கு முன்பு வரை புற்றுநோயின் மூன்றாம் மற்றும் நான்காவது நிலையிலே தான் 60 முதல் 70% வரையிலான நோயாளிகள் சிகிச்சைக்கு வந்தனர். தற்போது நிலை ஒன்று மற்றும் இரண்டிலே நோயாளிகள் அதிகம் வருகின்றனர். நிலை 1 மற்றும் 2, நிலை 3 மற்றும் 4 இல் வரக்கூடிய நோயாளிகளின் விகிதமும் சமமாக உள்ளது.

இந்த சரிவிகிதத்திற்கு பொது மக்களிடையே ஏற்பட்ட விழிப்புணர்வு தான் காரணம். மார்பகப் புற்றுநோயை முன்கூட்டியே கண்டறியும் மேமோகிராம் பரிசோதனை குறித்த விழிப்புணர்வினால் புற்றுநோயின் ஆரம்ப நிலையில் வரும் நோயாளிகள் அதிகரித்துள்ளனர். கடந்த 5 வருடங்களுக்கு முன்பு வரையிலும் Mastectomy என்ற அறுவை சிகிச்சையின் மூலம் மார்பகம் அகற்றப்பட்டது. தற்பொழுது மார்பகத்தை அகற்றுவது முற்றிலும் குறைக்கப்பட்டு, நிலை 1 மற்றும் 2 இல் வருபவர்களுக்கு கட்டிட மட்டும் நீக்கப்படுகிறது. நிலை மூன்றில் வருபவர்களுக்கும் கட்டிட மட்டும் நீக்கப்படுகிறது. முழு மார்பகத்தையும் எடுப்பதற்கான தேவை குறைந்து வருவதோடு, கட்டிடயை அகற்றும் முறையே அதிகரித்து வருகிறது.

மேலும் பரம்பரை காரணிகளால் மார்பகப் புற்றுநோய் ஏற்படுவது குறைவுதான். வாழ்க்கை முறை மாற்றங்களின் காரணமாகவே இந்தப் புற்றுநோய் அதிகளவில் வருகிறது. ஈஸ்ட்ரோஜென் ஹார்மோனின் தாக்கம் அதிகரிப்பதால் மார்பகப் புற்றுநோய் வருகிறது. விரைவில் யூபைடைதல், 30 வயதிற்கு மேல் குழந்தை பெற்றுக் கொள்ளாத ஆகிய காரணங்களினால் ஈஸ்ட்ரோஜென் ஹார்மோன் அதிகளவில் சுரந்து, மார்பகப் புற்றுநோயை ஏற்படுத்துகிறது. எனவே, 40 வயதிற்கு மேற்பட்டவர்கள் வருடத்திற்கு ஒருமுறை மேமோகிராம் பரிசோதனை செய்துகொள்ள வேண்டும். இதன் மூலம் ஆரம்ப நிலையிலே நோயைக் கண்டறிந்து குணப்படுத்த முடியும்.

**புற்றுநோய் சிகிச்சை**

**- டாக்டர் அருளராஜ், புற்றுநோய் அறுவை சிகிச்சை துறை**

மேலும் பரம்பரை காரணிகளால் மார்பகப் புற்றுநோய் ஏற்படுவது குறைவுதான். வாழ்க்கை முறை மாற்றங்களின் காரணமாகவே இந்தப் புற்றுநோய் அதிகளவில் வருகிறது. ஈஸ்ட்ரோஜென் ஹார்மோனின் தாக்கம் அதிகரிப்பதால் மார்பகப் புற்றுநோய் வருகிறது. விரைவில் யூபைடைதல், 30 வயதிற்கு மேல் குழந்தை பெற்றுக் கொள்ளாத ஆகிய காரணங்களினால் ஈஸ்ட்ரோஜென் ஹார்மோன் அதிகளவில் சுரந்து, மார்பகப் புற்றுநோயை ஏற்படுத்துகிறது. எனவே, 40 வயதிற்கு மேற்பட்டவர்கள் வருடத்திற்கு ஒருமுறை மேமோகிராம் பரிசோதனை செய்துகொள்ள வேண்டும். இதன் மூலம் ஆரம்ப நிலையிலே நோயைக் கண்டறிந்து குணப்படுத்த முடியும்.



**குப்புசாமி நாயுடு மருத்துவமனையின் மருத்துவர்களின் சிறப்பு நேர்காணல்**

**டிசம்பர் 19-ல் வெளி!**

- டாக்டர் லதா பாலசுப்ரமணி, மகளிர் புற்றுநோயியல் & அறுவை சிகிச்சை நிபுணர்

பெண்களுக்கு ஏற்படும் புற்றுநோய்களில் பரவலாகக் காணப்படுவது மார்க்ப்பை புற்றுநோய் மற்றும் கர்ப்பப்பை வாய் புற்றுநோய். இதில் நகர்ப்புறங்களைப் பொறுத்தவரை மார்க்ப்பை புற்றுநோயும், கிராமப் புறங்களில் கர்ப்பப்பை வாய் புற்றுநோயும் பெண்களுக்கு ஏற்படுவதை காண முடிகிறது. இந்த இரண்டு புற்றுநோய்களில் கர்ப்பப்பை வாய் புற்றுநோய் ஏற்படுவதை முன் கூட்டியே தடுத்திட முடியும். ஆனால் இந்தியாவில் ஒவ்வொரு 8 நிமிடத்திற்கும் ஒரு பெண் இந்த நோயால் இறக்கிறார் என்பது தான் கவலைக்குரியதாக உள்ளது. ஹியூமன் பாபிலோமா என்ற கிருமியினால் இந்த புற்றுநோய் ஏற்படுகிறது. இப்பாதிப்பு ஏற்படாமல் இருக்க இதற்கான தடுப்பூசியும் நம்மிடையே உள்ளது. இதற்காக மேற்கொள்ளப்பட்ட ஆய்வுகளில், இத்தடுப்பூசியை செலுத்திக் கொண்டால் கர்ப்பப்பை வாய் புற்றுநோயை தடுக்க முடியும்

என்பதற்கான ஆதார பூர்வமான சான்றுகள் இருக்கின்றன. ஆனால் தடுப்பூசி இருப்பது குறித்த தகவல்கள் நம் மக்களுக்கு இன்னும் முழுமையாக சென்று சேரவில்லை. அதற்கான விழிப்புணர்வு உருவாக வேண்டும். இந்த தடுப்பூசியை பெண்களின் 9 வயதில் இருந்து 14 வயது வரைக்கும் இரு தவணைகளாகவும், அடுத்தபடியாக 15 வயதிலிருந்து 26 வயதிலான பெண்களுக்கு மூன்று தவணைகளாகவும் இந்த தடுப்பூசியை போடலாம். இதன் மூலம் 98% வரை இப்புற்றுநோயை கட்டுப்படுத்த முடியும். இந்நோய் இருப்பதை முன்னரே கண்டறிய, பாப் ஸ்மியர் என்ற பரிசோதனையின் மூலம் கர்ப்பப்பை வாயில் இருந்து எடுக்கக் கூடிய நீரில் உள்ள செல்களில் ஏதேனும் மாற்றம் ஏற்பட்டுள்ளதா என சோதனை செய்யப்படுகிறது. மேலும் ஹெச்.பி.வி கிருமியினால் இந்நோய் ஏற்படுவதால்



அதனைக் கண்டறியும் வகையில் ஹெச்.பி.வி என்னும் பரிசோதனை மூலமாகவும் இதனைக் கண்டறியலாம். பெண்கள் தங்கள் 35 வயது மற்றும் 45 வயதில் இந்த ஹெச்.பி.வி பரிசோதனையை மேற்கொள்ள வேண்டுமென உலக சுகாதார அமைப்பு வலியுறுத்துகிறது. இதனால் இந்நோயை ஒழிக்கக் கூடிய

வாய்ப்பு உள்ளது. பெண்கள் தங்களின் மாதவிடாய் காலத்தின் இறுதி நாட்களில் மார்க்ப்பைகளை சுய பரிசோதனை செய்ய வேண்டும். கட்டி இருந்தாலும் அதனால் தொந்தரவு ஏற்படவில்லை என சாதாரணமாக விட்டு விடாமல் மருத்துவரிடம் ஒரு முறை பரிசோதிப்பது அவசியம். மேலும் கட்டி இருந்தால் அதற்காக அச்சம் கொள்ள வேண்டியதில்லை. குறிப்பிட்ட வயதிற்கு மேல் மாதவிடாய் நின்ற மகளிரும் மார்க்ப்பை சுய பரிசோதனை செய்வது முக்கியம். மேலும் 40 வயதிற்கு மேற்பட்டவர்கள் மார்க்ப்பை புற்றுநோய் இருப்பதை கண்டறியும் மேமொகிராம் என்ற எக்ஸ் ரே பரிசோதனையை ஒன்றரை வருடம் அல்லது இரண்டு வருடத்திற்கு ஒரு முறை எடுக்க வேண்டும். பெண்களுக்கு பொதுவாக ஏற்படும் இந்த இரண்டு புற்றுநோய்களையும் ஆரம்ப நிலையிலே கண்டறிந்தால் எளிதாக குணப்படுத்தலாம்.

**புகையிலை படிக்கடிக்கடி கைவிடுவீர்!**

- டாக்டர் மோகன் ராஜ், புற்றுநோய் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர்



தலையில் இருந்து கழுத்து பகுதி வரையிலும் புற்றுநோய் ஏற்படும். அவற்றில் பரவலாகக் காணப்படுவது வாயில் ஏற்படும் புற்றுநோய் தான். வாய் என்று குறிப்பிடும் பொழுது அதில், நாக்கு, கன்னம், தாடை போன்ற பகுதிகளிலும் புற்றுநோய் வரலாம். பிடி, சிகரெட், குட்கா, ஆல்கஹால் போன்ற பழக்க வழக்கங்கள் இருப்பதே இப்பகுதிகளில் இந்நோய் ஏற்படுவதற்கு முக்கிய காரணமாக இருக்கின்றன.

கிராமப்புறங்களில் சில பெண்களுக்கு புகையிலை போடும் பழக்கம் இருப்பதை காணமுடிகிறது. இதுவும் வாய் புற்றுநோய் ஏற்பட ஒரு முக்கிய காரணமாக உள்ளது. இது போன்ற நோய் ஏற்படாமல் தடுக்க வேண்டுமென்றால், புகையிலை பழக்கம் உள்ளவர்கள் தங்கள் உடல்நலம் கருதி அதனைக் கைவிட்டால் சிறந்தது. ஆரம்ப நிலையிலே இந்நோயை கண்டறிவதற்கான வாய்ப்பு அதிகம் உள்ளன. நாக்கு மற்றும் கன்னம் ஆகிய பகுதிகளில் ஏதேனும் புண் ஏற்பட்டு அவை குணமாகாமல் இருந்தாலோ அல்லது கீழ் தாடை மற்றும் கழுத்து பகுதிகளில் ஏதேனும் கட்டி போன்ற தென்பட்டாலோ உடனே மருத்துவரை அணுக வேண்டும். புற்றுநோய் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் நேரயின் மூன்றாவது நிலையிலே மருத்துவமனைக்கு வருகின்றனர். ஆரம்ப நிலையிலே மருத்துவமனைக்கு வரும்பொழுது சிகிச்சை அளித்து குணப்படுத்துவதற்கான வாய்ப்புகள் அதிகம் உள்ளன. மூன்றாவது நிலையில் வரும்பொழுது அவர்களுக்கு அறுவை சிகிச்சை, கதிர்வீச்சு, கீமோ தெரபி சிகிச்சைகள் வழங்கப்படும். இது போன்ற சிகிச்சைகள் மேற்கொள்ளும் போது அதற்கான கால அவகாசமும் அதிகரிக்கும்.

**அறுவை சிகிச்சை பஸ்ட் வேண்டாம்!**

- டாக்டர் வெங்கடேசன், புற்றுநோயியல் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர்

புற்றுநோய் அறுவை சிகிச்சை குறித்து பொது மக்களிடையே சில தேவையற்ற பயம் நிலவுவதைக் காண முடிகிறது. இந்த பயம் அவசியமற்றது பல திட்டமிடல்களுக்கு பின்னரே அறுவை சிகிச்சை மேற்கொள்ளப்படுகிறது. புற்றுநோய் இருப்பது கண்டறியப்பட்டு, அதன் நிலையை உறுதி செய்து பின்னர் சிகிச்சை அளிப்பதற்கான ஒரு திட்டம் உருவாக்கப்படுகிறது. அதில் கீமோதெரபி, அறுவை சிகிச்சை, கதிர்வீச்சு சிகிச்சைகளோடு சில சிறப்பு சிகிச்சைகளும் வழங்கப்படுகின்றன. இதில் அறுவை சிகிச்சை முக்கிய பங்கு வகிக்கிறது. இந்த சிகிச்சைக்கு பயந்து சிலர் காலம் தாழ்த்தி நோயின் இறுதி நிலையில் அல்லது சிகிச்சை அளிக்க முடியாத நிலையில் மருத்துவமனைக்கு வருகின்றனர். இவற்றைத் தவிர்க்க இதுகுறித்த விழிப்புணர்வை வழங்க

வேண்டும். புற்று நோய்க்கு அறுவை சிகிச்சை என முடிவான பின்னர், நோயாளியின் உடல் மற்றும் ஊட்டச்சத்து நிலை, நுரையீரலின் இயங்கு திறன் போன்றவை பரிசோதிக்கப்படுகிறது. மேலும் சிகிச்சைக்கு பின் அதிலிருந்து மீண்டு வரக்கூடிய நிலையும் முதலிலே திட்டமிடப்படும். அதில் ஊட்டச்சத்து நிலையை சரிசெய்வது, நுரையீரலுக்கான பயிற்சிகள் வழங்கப்படும். வேறு ஏதேனும் உடல் உபாதைகள் இருந்தால் துறை சார்ந்த சிறப்பு மருத்துவர்களின் பரிந்துரைகள் பின்பற்றப்படும். மயக்க மருந்து நிபுணர்களும் முன்னரே கலந்தாலோசித்து என்ன மாதிரியான அனஸ்தீசியா வழங்க வேண்டும் என்பது குறித்தும், வலியைக் குறைக்க என்ன சிகிச்சைகள் வழங்கப்பட வேண்டும் என்பது பற்றியும் திட்டமிடுவார்கள். அறுவை சிகிச்சைக்காக மருத்துவமனையில் அனுமதிக்கப்படும்



முன்னர் சில விசயங்கள் கடைபிடிக்கப்படுகின்றன. அதில் காலில் ரத்த உறைவு ஏற்படுவதைத் தவிர்க்க, அதை மருத்துவரைத் தவிர்க்க, அதை குறைப்பதற்கு உண்டான வழிமுறைகளும், சிகிச்சைகளும் வழங்கப்படுகின்றன. இது போன்ற சில நடைமுறைகளின் மூலமாக அறுவை சிகிச்சைக்கான நேரம்

மற்றும் ரத்தக் கசிவின் அளவு போன்றவற்றை குறைக்க முடியும். இதனால் நோயாளி சிகிச்சை முடிந்து மீண்டு வருவதற்கான நேரமும் குறைகிறது. பின்னர் தீவிர சிகிச்சைப் பிரிவில் இருக்கும்பொழுது இயல்பு நிலைக்கு திரும்புவதற்கான நடைப் பயிற்சி, உணவு உண்பதற்கான முயற்சிகள் மேற்கொள்ளப்படும். இதுபோன்ற பல நடவடிக்கைகளினால் மீண்டு வருவதற்கான காலம் குறைவதோடு மருத்துவமனையில் தங்கி இருக்கும் நாட்கள் மற்றும் மருந்தின் அளவும் குறைக்கப்படுகிறது. எனவே, புற்றுநோய் அறுவை சிகிச்சை மீதுள்ள தேவையற்ற பயத்தை மக்கள் தவிர்க்க வேண்டும். புற்றுநோய்க்கு உண்டான சிகிச்சையை சரியான நேரத்தில் எடுத்துக் கொண்டால் அதன் பலன் முழுமையாக கிடைக்கும். அதோடு சிகிச்சையினால் ஏற்படும் அபாயங்களையும் குறைக்கலாம்.

**உடற்பருவாசம் புற்குடோடா?**

- டாக்டர் ஆனந்த் நாராயன், தலைவர், கதிர்வீச்சு புற்றுநோயியல்

பல காரணங்களால் ஒருவருக்கு புற்றுநோய் ஏற்படலாம். அதில் பரம்பரையாக ஏற்படுத்தல், சுற்றுச் சூழல் மாசுக்கள் என சில வகை காரணிகளால் உண்டாகும் புற்றுநோயைத் தடுக்க முடியாது. ஆனால் தெளிமனித நபரால் சில குறிப்பிட்ட புற்றுநோயை கட்டுப்படுத்துவதற்கான வாய்ப்பு உள்ளன. இன்றளவும் இந்தியாவில் தோராயமாக 30% புற்றுநோய்கள் புகையிலை பயன்பாட்டினால் வருகின்றன. தற்பொழுது இதுகுறித்த விழிப்புணர்வினாலும், பிரச்சாரத்தினாலும் புகையிலையை உபயோகப்படுத்துவது குறைந்துள்ளது. மதுப்பழக்கத்தினால் கிட்டத்தட்ட ஆறு வகையான புற்றுநோய் ஒருவருக்கு ஏற்படலாம். உட்கொள்ளும் மதுவின் அளவைப் பொறுத்து அதனால் ஏற்படும் ஆபத்துகளும் அதிகரிக்கின்றன. இப்பழக்கத்தை கட்டுக்குள் வைப்பதன் மூலம் புற்றுநோய் வருவதை தடுக்க முடியும். வாழ்க்கை முறை மாற்றம், ஒரே இடத்தில் அமர்ந்து இருப்பது, உணவு பழக்க மாற்றம் ஆகியவற்றினால் உடலில் கொழுப்பு அதிகரித்து உடற்பருமன் உண்டாகிறது. மேலும், 12 வகையான புற்றுநோய்கள் உடற்பருமனுடன் தொடர்புடையது. தற்பொழுது, புற்றுநோய்க்கான முக்கிய காரணியாகவும் இந்த உடற்பருமன் உருவெடுத்துள்ளது. எனவே உடற்பருமன் அதிகரிக்காமல் கட்டுக்குள் வைத்திருப்பது அவசியம். சிலவகை வைரஸ்களினாலும் புற்றுநோய் ஏற்படுகிறது. கருப்பப்பை வாய், வாய் பகுதியில் ஏற்படும் புற்றுநோய், மூக்கு மற்றும் கல்லீரல் பகுதியில் வைரஸினால் புற்றுநோய்



வரலாம். இப்புற்றுநோய்கள் உருவாவதையும் தடுக்க முடியும். நம் உணவு பழக்கத்தில் முழு தானியங்கள், பல்வகையான காய்கறி மற்றும் பழங்களை சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். குளிர்நானங்கள், பதப்படுத்தப்பட்ட உணவுகளையும் தவிர்க்க வேண்டும். மட்டன், மாட்டி, ஹைச்சி, பன்றி இறைச்சியை உட்கொள்ளும் போது குடல் தொடர்பான சில புற்றுநோய்கள் வருவதற்கான வாய்ப்பு உள்ளன. எனவே, இதிலும் கட்டுப்பாட்டை பின்பற்ற வேண்டும். வேலை நேரத்தின் போது ஒரே இடத்தில் அமர்ந்து கொண்டே இருக்காமல் சிறிது நடத்தல், லிட்ட உபயோகத்திற்கு பதிலாக மாடிப்படி பயன்படுத்துவது என நம் தினசரி வாழ்க்கையில் இதுபோன்ற வழக்கங்களை நடைமுறைப்படுத்தலாம். வாரத்திற்கு ஒன்றரை அல்லது இரண்டு மணி நேரம் மிதமான உடற்பயிற்சி செய்வது, பிடித்தமான விளையாட்டில் ஈடுபடுவதன் மூலமும் உடற்பருமனை கட்டுக்குள் வைக்க முடியும். உடற்பருமன் குறையும்பொழுது அதனால் புற்றுநோய் உண்டாவதற்கான ஆபத்து காரணிகளும் குறைகின்றன.

**கதிர்வீச்சு சிகிச்சைக்கு அபாயக்காரிகள்!**

- டாக்டர் கார்த்திகா சிவப்பிரகாசம், கதிர்வீச்சு புற்றுநோயியல் நிபுணர்

பெரும்பாலான புற்றுநோய் கட்டிகளுக்கு கதிர்வீச்சு சிகிச்சை முறையை பயன்படுத்தலாம். இந்த சிகிச்சையின் போது சில கட்டிகள் விரைவிலே கரைந்து விடும். மேலும் சில கட்டிகளை மீண்டும் வளர முடியாதவாறு கட்டுப்படுத்த முடியும். கதிர்வீச்சு அளிக்கும் போது கூடுதலாக அறுவை சிகிச்சையோ அல்லது கீமோ தெரபியோ தேவைப்பட்டாலும் வழங்கப்படுகிறது. மேலும் இந்த சிகிச்சையின் மூலமாக ஒரே நாளிலேயே கட்டியை கரைத்து விட முடியாது. அதனால் அவர்கள் மருத்துவமனைக்கு சில நாட்கள் வருவதற்கான சூழலும் ஏற்படும். தொடர்ந்து 5 வாரங்களுக்கு கதிர்வீச்சு அளிக்கும்போது கதிர்வீச்சு அளிக்கும் இடத்தைப் பொறுத்து சிகிச்சை அளிக்கும் 100 பேரில் 5 அல்லது

10 நபர்களுக்கு பக்கவிளைவுகள் ஏற்படலாம். இதனை மருந்துகளின் மூலம் கட்டுப்படுத்தி விடலாம். இந்த பக்க விளைவுகளினால் உண்டாகும் வலியை வேண்டுமானால் ஒருவர் உணரலாம். ஆனால் ரேடியேசன் தெரபி கொடுக்கும் போது வலி இருக்காது. அதேபோல நோயாளிகளால் கதிர்வீச்சை பார்க்கவோ, உணரவோ முடியாது. இந்த சிகிச்சை முறையில் முடி உதிர்வு ஏற்படும் என்ற ஒரு தவறான கருத்து நிலவுவதால் சிகிச்சை எடுத்துக் கொள்வதில் தயக்கம் ஏற்படலாம். கதிர்வீச்சு குறிப்பிட்ட ஒரு பகுதியில் மட்டுமே செலுத்துகிறோம். உதாரணமாக அடிவயிற்றிலோ, காலிலோ செலுத்தினால் முடி கொட்டுவதற்கான வாய்ப்பு

இல்லை. மூளையில் ஏற்பட்டுள்ள புற்றுநோய் கட்டிக்கு சிகிச்சை அளிக்கும்போது முடி உதிர்வு ஏற்படுவதற்கான வாய்ப்பு உள்ளது. கதிர்வீச்சு சிகிச்சையின் போது கட்டி உள்ள இடத்தைத் தாண்டி, அதனை சுற்றியுள்ள பகுதிகளிலும் கதிர்வீச்சின் தாக்கம் ஏற்படாமல் சந்தேகம் பலருக்கும் எழுகிறது. ஐ.எம்.ஆர்.டி., ஐ.ஜி.ஆர்.டி. மற்றும் ராபிட் ஆர்க் போன்ற நவீன உத்திகளை பயன்படுத்தி பாதிக்கப்பட்ட இடத்தில் மட்டும் துல்லியமாக கதிர்வீச்சு அளிக்கப்படுகிறது. அதுமட்டுமில்லாமல் கதிர்வீச்சை அளிக்கும் லீனியர் ஆக்சிலிரேட்டர் இயந்திரம், கட்டி உள்ள பகுதியில் தான் கதிர்வீச்சு செல்கிறது என்பதை ஸ்கேன் செய்து உறுதிப்படுத்திய பின்னரே பாதிக்கப்பட்ட பகுதியில் துல்லியமாக கதிர்வீச்சை செலுத்துவோம். புற்றுநோய்க்கு சிகிச்சை அளிக்கும் வகையில் உலகில் உள்ள நவீன தொழில்நுட்பங்கள் அடங்கிய அனைத்து நவீன கதிர்வீச்சு சிகிச்சை முறைகளும் நம் நாட்டிலேயே உள்ளது. அதனை சுற்றியுள்ள பகுதிகளிலும் கதிர்வீச்சின் தாக்கம் ஏற்படாமல் சந்தேகம் பலருக்கும்



இல்லை. மூளையில் ஏற்பட்டுள்ள புற்றுநோய் கட்டிக்கு சிகிச்சை அளிக்கும்போது முடி உதிர்வு ஏற்படுவதற்கான வாய்ப்பு உள்ளது. கதிர்வீச்சு சிகிச்சையின் போது கட்டி உள்ள இடத்தைத் தாண்டி, அதனை சுற்றியுள்ள பகுதிகளிலும் கதிர்வீச்சின் தாக்கம் ஏற்படாமல் சந்தேகம் பலருக்கும்

**குழந்தைகளுக்கு வரும் புற்குடோடாக்கே நீர்யம் அடிக்க!**

- டாக்டர் அஜிதா, குழந்தைகள் இரத்தவியல் புற்றுநோய் & ஸ்டீம்செல் மாற்று அறுவை சிகிச்சை நிபுணர்



குழந்தைகளுக்கு வரும் புற்குடோடாக்கே நீர்யம் அடிக்க! குழந்தைகளுக்கு வரும் புற்குடோடாக்கே நீர்யம் அடிக்க! குழந்தைகளுக்கு வரும் புற்குடோடாக்கே நீர்யம் அடிக்க!

குழந்தைகளுக்கு நேரம் புற்றுநோய்களில் 40 முதல் 50% வரையிலான புற்றுநோய்கள் ரத்தம் தொடர்பானவை தான். இதை தவிர பெரியவர்களுக்கு வருவது போல் இவர்களுக்கும் கட்டி தொடர்பான புற்றுநோய்கள் மூளையில், வயிற்று பகுதியில், எலும்புகளில் வரலாம். குழந்தைகளுக்கு வரக்கூடிய புற்றுநோய்களுக்கு பெரும்பாலாக காரணங்கள் கிடையாது. உயிரணுக்கள் கட்டுப்பாடின்றி வளர்வது நம் உடலுக்கே தெரியாமல் போகும் போது, நாளடைவில் அது புற்றுநோயாக மாறுகின்றது. அவர்களுக்கு பிறவியிலிருந்தே புற்றுநோய் இருக்காது, திடீரென தான் வெளிப்படும். எந்த பகுதியில் அல்லது உறுப்பில் பாதிப்பு இருக்கிறதோ அதற்கேற்ப அறிஞர்கள் இருக்கும். உதாரணத்திற்கு மூளையில் இருக்கும் பட்சத்தில் தலைவலி, வாந்தி, கை கால் செயல்பாட்டில் தளர்வு, சிலநேரத்தில் பக்கவாதம் இப்படி வெளிப்படலாம்.

சில புற்றுநோய்களுக்கு உடல் வலி, சில நாட்களாக தொடர்ந்து காய்ச்சல் இருக்கும் போது, மருத்துவர்கள் புற்றுநோயாக இருக்கலாம் என்று சந்தேகித்து பரிசோதனைகள் செய்யும் போது புற்றுநோய் என தெரியவரும். பெரியவர்கள் மற்றும் குழந்தைகளுக்கு வரும் புற்றுநோய்களுக்கு நிறைய வேறுபாடு உண்டு, இவர்களுக்கு நேரம் புற்றுநோய்கள் விரியும் அதிகம் கொண்டவை, அதே சமயத்தில், அவை சிகிச்சைக்கு நன்கு பிடிக்கொடுக்கும். ஆரம்பநிலையில் புற்றுநோயாக இருக்கலாம் என்று சந்தேகிக்கும் போது சிகிச்சை பெறத் தொடங்கினால் நல்ல பலன் இருக்கும். குழந்தைகளின் எதிர்கால நலனைக் கருத்தில் கொண்டு விளைவுகள் வெகுநாட்கள் இல்லாதவாறு அவர்களுக்கு சிகிச்சை முறையை திட்டமிட்டு வழங்கவேண்டும். சிகிச்சைகளால் வரக்கூடிய பின்விளைவுகள் இவர்களுக்கு பெருமளவில் தற்காலிகமான ஒன்று தான்.

...தொடர்ச்சி பக்கம் 3ல்



**குப்புசாமி நாயுடு மருத்துவமனையின் மருத்துவர்களின் சிறப்பு நேர்காணல்**

**அதிக பண அபிவிருத்தி சிகிச்சை**

முன்பெல்லாம் வயிற்றுப் பகுதிக்குள் ஏற்படும் (இரைப்பை, கணையம், குடல்) புற்றுநோய்களுக்கு திறந்த அறுவை சிகிச்சையே செய்யப்பட்டது. ஆனால் கடந்த 10 முதல் 15 வருடங்களாக நுண்துளை புற்றுநோய் அறுவை சிகிச்சை அதிகளவில் செய்யப்படுகிறது. வயிற்றுப் பகுதிகளில் (Abdominal cavity) சிறிய நுண்துளைகளை ஏற்படுத்தி, ஒவ்வொரு துளையிலும் சிறிய கேமிராலை செலுத்தி, மீதமுள்ள துளை வழியாக லேபரோஸ்கோபி கருவியின் உதவியோடு, அறுவை சிகிச்சை மேற்கொள்ளப்படுகிறது. இதற்குப் பின்னர், புற்றுநோய் கட்டியை வெளியே எடுப்பதற்காக தொப்புள் கொடிக்கு கீழ் 3 முதல் 4 செ.மீ அளவிலான வெட்டு ஏற்படுத்தி

கட்டி எடுக்கப்படுகிறது. அதேபோல, உணவுக் குழாயில் ஏற்படும் புற்றுநோயை தோராஸ்கோபி (Thoracoscopy) அறுவை சிகிச்சையின் மூலம், விலா எலும்பில் 10 முதல் 15 செ.மீ நீளத்தில் திறப்பு ஏற்படுத்தி உணவுக் குழாயில் உள்ள புற்றுநோய் கட்டி அகற்றப்படுகிறது. நுண்துளை கேமரா உறுப்புகளை பெரிதாக்கியும், தெளிவாகவும் காண்பிப்பதால், புற்றுநோய் அறுவை சிகிச்சை சலபமாகவும், அதிக இரத்த சேதமின்றியும் நடைபெறுகிறது. அறுவை சிகிச்சை நேரமும் குறைவாகவும் உள்ளது. இச்சிகிச்சையில் புற்றுநோய் கட்டி முழுமையாக அகற்றப்படுமா என்ற ஐயம் பல நோயாளிகளுக்கு எழுகிறது. ஆனால் சந்தேகத்திற்கு இடமின்றி முழுவதுமாக நீக்கப்படுகிறது. இம்முறை

**- டாக்டர் கமலேஷ், இரைப்பை, குடல், கல்லீரல், கணையம் & எடைக்குறைப்பு முதுநிலை அறுவை சிகிச்சை நிபுணர்**



அறுவை சிகிச்சை அதிக செலவுள்ளதாக இருப்பினும், அறுவை சிகிச்சை கொண்டுள்ள வேதனை, குணமாகும் காலம், மருத்துவமனையில் தங்கும் காலம்

ஆகியவை குறைவாக இருப்பதனால் இந்த சிகிச்சையினால் அதிக பலன் கிடைக்கிறது. புற்றுநோய் அனைத்து வயதினரையும் பாதிப்பதால் நுண்துளை அறுவை சிகிச்சை முறை ஒப்பனை தோற்றத்தையும் நிலை நிறுத்துகிறது. தொழில்நுட்பம் வேகமாக முன்னேறி வருகிறது, ரோபோடிக்ஸ் சிகிச்சை முறை, நுண்துளைகளுடன் சில கடினமான அறுவை சிகிச்சையையும் எளிதாக்குகிறது. GKNM மருத்துவமனையில் ஆயிரக்கணக்கான நோயாளிகள், நுண்துளை அறுவை சிகிச்சை முறை கொண்டு பயனடைந்து வருகின்றனர். எல்லா வித நோயாளிகளும் இவ்வித தொழில்நுட்ப முன்னேற்றம் கொண்டு பயனடைய வேண்டும் என்பது இவ்வருட மைய கருத்தாகவும் உள்ளது.

**மரபண பரிசோதனையும், முன்பின்பின்புலமும்!**

**- டாக்டர் பாபு, ரேடியேஷன் ஆன்சாலஜிஸ்ட்**

பெற்றோர் அல்லது முன்னோர்களுக்கு புற்றுநோய் இருந்தால், அடுத்த தலைமுறையினருக்கும் புற்றுநோய் ஏற்படுமா என்ற சந்தேகம் இருக்கலாம். ஆனால் அனைத்து புற்றுநோய்களும் பரம்பரை காரணிகளால் ஏற்படுகிறது என்று கூறிவிட முடியாது. 5 முதல் 10% வரை மட்டுமே பரம்பரை காரணிகளால் வருகின்றன. அதில் மார்கம், பெருங்குடல் மற்றும் கருப்பை புற்றுநோய் போன்ற சிலவகை குறிப்பிட்ட புற்றுநோய்கள் மட்டுமே பரம்பரையாக அடுத்த சந்ததியினருக்கு வரக்கூடிய வாய்ப்பு உள்ளது.



நாற்பது வயதிற்குள்ளாக ஒருவருக்கு புற்றுநோய் இருப்பது கண்டறியப்பட்டாலோ, மேலும், ஒரே குடும்பத்தைச் சேர்ந்த பலருக்கும் இந்நோய் ஏற்பட்டு இருந்தாலோ அல்லது ஒரு நபருக்கே உடலின் பல உறுப்புகளில் புற்றுநோய் ஏற்பட்டு இருந்தால் அவர்களின் குடும்பத்தைச் சேர்ந்தவர்களுக்கு ஜெனிடிக் கவுன்சிலிங்கை எங்கள் மருத்துவமனையில் வழங்குகிறோம். இதில் புற்றுநோய் ஏற்படுவதற்கான சாத்தியக் கூறுகள் அதிகம் இருப்பவர்கள் அடையாளம் காணப்படுகிறார்கள். பின்னர் அவர்களுக்கு மரபணு பரிசோதனை மேற்கொள்ளப்படுகிறது. பரிசோதனையில் மரபணுவில் உள்ள குறைபாடுகள் கண்டறியப்படுகிறது. இதன் மூலம் முன்னோர்களிடம் இருந்து அடுத்த சந்ததியினருக்கு மீண்டும் புற்றுநோய் ஏற்படாமல் இருப்பதற்கான சிகிச்சைகள் தொடர்ந்து, இந்த குடும்ப பின்னணியைக் கொண்ட அடுத்த தலைமுறையினருக்கும் எதிர்காலத்தில் புற்றுநோய் ஏற்படுவதற்கான வாய்ப்பு உள்ளன. இதனால் அவர்களுக்கும் மரபணு பரிசோதனை செய்யப்பட்டு, மரபணுவில் ஏதேனும் மாற்றங்கள் கண்டறியப்பட்டால், எதிர்காலத்தில் புற்றுநோய் வராமல் தடுப்பதற்கான முன்னெச்சரிக்கை நடவடிக்கைகள் எடுக்கப்படுகின்றன. இங்கு வரக்கூடிய நோயாளிகளில் 250 க்கும் மேற்பட்டவர்களுக்கு நாங்கள் இதுவரை அளித்த ஜெனிடிக் கவுன்சிலிங் மூலமாக சுமார் 80 முதல் 100 பேர் வரை அந்தப் பரிசோதனையை மேற்கொண்டுள்ளனர்.

**மூலக்கூறுகளை ஆராயும் மருத்துவம்!**

**- டாக்டர் ரஜித் ராமசந்திரன், ஆதரவியல் & இல்ல மருத்துவ சேவை நிபுணர்**



நோயின் இறுதி நிலையில் வழங்கப்படும் சிகிச்சையாக இருக்கும் என்று பலரும் நினைப்பது உண்டு. ஆனால் இந்த மருத்துவம் என்பது நோயைக் கண்டறியும் ஆரம்ப நிலையிலிருந்து கூட ஒருவருக்கு தேவைப்படலாம். புற்றுநோயினை எந்த நிலையில் கண்டுபிடிக்கின்றார்களோ அந்த நிலைக்கு ஏற்ப எங்களின் பல்துறை நிபுணர்கள் அடங்கிய குழுவில் உள்ள செலியரிசர்கள், மன நல ஆலோசகர்கள், பிஸியோதெரபிஸ்ட், உணவியல் நிபுணர் என பலரும் இணைந்து இந்த ஒருங்கிணைந்த ஆதரவியல் மருத்துவ சிகிச்சையை வழங்குவர். நோயிலிருந்து மீண்டு வருவதில் மருத்துவம் 75% என்றால், மனவலிமை மீதி எனலாம். எனவே எங்கள் பணி என்பது, நோயாளிகள் பெரும் சிகிச்சையின் ஒவ்வொரு கட்டத்திலும் அவர்களின் உடல், மன சிரமங்களுக்கு தீர்வு தந்து, நம்பிக்கை ஊட்டுவதே.

ஒரு நபருக்கு புற்றுநோய் ஊர்ஜிதம் ஆகும் பட்சத்தில், அவருக்கு நோய்க்கான சிகிச்சைகளை மருத்துவர்கள் வழங்குவரும் நேரங்களில் பல விதத்தில் நோயாளிகளுக்கு சிரமங்கள் நேரலாம். உதாரணத்திற்கு வலி, மனவலிமை போன்ற பிரச்சனைகள் ஏற்படலாம். இந்த நேரத்தில் எங்களுடைய ஆதரவியல் மருத்துவ சிகிச்சையை (Palliative Care) சிபாரிசு செய்வார்கள். பொதுவாகவே ஆதரவியல் மருத்துவம் என்றால்

**தேவையான பரிசீலனை உடனடி மருத்துவ சேவை**

**- டாக்டர் நிர்மலா, இல்ல மருத்துவ சேவை நிபுணர்**



நாட்களாக படுத்திருப்பதினால் அழுத்தம் காரணமாக சருமத்தில் சிறு புண்கள் வரலாம், அது நேராமல் பார்த்துக்கொள்வது எப்படி என எங்கள் குழுவினர் நோயாளிகளின் குடும்பத்தினருக்கோ, அல்லது அவர்களால் நியமனம் செய்யப்பட்டுள்ள பராமரிப்பாளருக்கோ நாங்கள் கற்றுக்கொடுப்போம். அத்துடன் படுக்கையில் உள்ள நோயாளிகளுக்கு டிப்யூ வழியாக உணவு எப்படி தரவேண்டும், எவ்வளவு தரவேண்டும் என்று பயிற்சி அளிப்போம். வெறும் மருந்து தொடர்பான சேவை என்று இந்த இல்ல மருத்துவ சேவை துறையை குறிப்பிட முடியாது. பல கோணங்களில் நோயாளிகளுக்கும் அவர்களின் குடும்பத்தினருக்கும் உதவிகள் தேவைப்படும். அவை உடல், மனம், சமூகம் சார்ந்தவையாக இருக்கும். இவை அனைத்தையும் நாங்கள் பகிர்வதோடு, 24 மணி நேரமும் எங்களுடைய சிறப்பு நிபுணரின் ஆலோசனைகளை தொலைபேசி வழியாக குடும்பத்தினர் பெற்றுக்கொள்ளுமாறு வழிசெய்துள்ளோம். படுத்த படுக்கையாக இருக்கக்கூடிய நோயாளிகள் எந்த வயதினராக இருந்தாலும் எங்கள் சேவைகள் அவர்களுக்கு கிடைப்பதற்கு ஏதுவாக எங்கள் குழுவினர் தயாராக இருப்பர்.

நீண்ட நாட்களாக படுக்கையில் உள்ள புற்றுநோயாளிகள் மற்றும் நாள்பட்ட வியாதி உடைய நோயாளிகளால் சில நேரத்தை தவிர மருத்துவமனைகளுக்கு அடிக்கடி வர முடியாமல் போகும் தருணத்தில் வீட்டிலேயே அவர்களுக்கு சில மருத்துவ உதவிகள் வழங்க முடியும். இதை எங்கள் இல்ல மருத்துவ சேவை துறையினர் (Home Health Services), குறிப்பிட்ட நோயாளிகளுக்கு மருத்துவ சிகிச்சைகள் வழங்கும் முன்னமை மருத்துவரிடம் ஆலோசனை பெற்று எங்களால் வழங்க முடியும். படுத்தபடுக்கையில் இருக்கக்கூடிய நோயாளிகளுக்கு வெகு

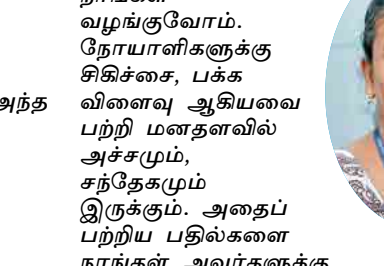
**உட்கொள்வது மூலக்கூறு உடனடி மருத்துவம்!**

“தனக்கு புற்றுநோய் உள்ளதா என கண்டறிய வரும் எந்த நபரும் எதிர்்பார்த்திராத ஒன்று புற்றுநோய் உள்ளது” என்ற ஊர்ஜிதமான பதிலை அறியும் போதுதான் அது அவர்களுக்கு பெரும் அதிர்ச்சியை ஏற்படுத்தும். அந்த அதிர்ச்சியில் ஒவ்வொரு நோயாளியும் ஒவ்வொரு மாதிரியாக தங்கள் மனதை வெளிப்படுத்துவார்கள். அவர்களின் நிலை அறிந்து அவர்களுக்கு உகந்த ஆலோசனை வழங்க முயல்வோம். சிகிச்சை முதல் உடல் நலம் திரும்பும் வரை அவர்களின் மனதில் எழும் குழப்பங்களுக்கு தீர்வு தந்து கவனித்துக் கொள்ளவேண்டும் என்ற ஒரு இலக்கை நாங்கள் நிர்ணயம் செய்து கொள்வோம்” என்கிறார் மன நல ஆலோசகர் சாரதா.

“புற்றுநோயை கண்டுபிடிக்கும் நிலையிலிருந்தே அந்த நபருக்கும் அவரின் குடும்பத்தினருக்கு தேவையான மன நல ஆலோசனையை நாங்கள் வழங்குவோம். நோயாளிகளுக்கு சிகிச்சை, பக்க விளைவு ஆகியவை பற்றி மனதளவில் அச்சமும், சந்தேகமும் இருக்கும். அதைப் பற்றிய பதில்களை நாங்கள் அவர்களுக்கு வழங்கி தெளிவுபடுத்துவோம். இவர்களுக்கு முன்பு சிகிச்சை பெற்று மீண்டவர்களை அவர்களிடம் பேச வைப்போம். உதாரணத்திற்கு கீமோதெரபி மீது அச்சம் இருந்தால் அந்த சிகிச்சை எடுத்து மீண்டவர்களுடன் பேச வைத்து, அவர்களிடம் சந்தேகங்களை கேட்டு தெரிந்து கொள்ள வைப்போம். தனக்கும் முன் ஒருவர் இதே போல்

இருந்து, பின் சிகிச்சை மூலம் மீண்டுள்ளார் என்று அறியும்போது நோயாளிகளிடையே புது நம்பிக்கை பிறக்கும்”, என தெரிவித்தார் மன நல ஆலோசகர் ஜோதிமணி. மன நல ஆலோசகர் நித்யா கூறுகையில் “ரத்தம் தொடர்பான புற்றுநோய்களை சிறந்தவை மற்றும் பெரியவர்கள் எதிர்கொள்ளும் போது அவர்களுக்கு அன்பும் ஆறுதலும் கொடுக்கிறோம். அதில் 8 வயது வரை இருக்கக்கூடிய குழந்தைகள் சிகிச்சை எடுத்துக் கொள்ளும் தருணங்களில் சோர்வடையும் போது ஊக்கமளித்து, முடிந்தவரை அவர்கள் மனம் மகிழ்வான நிலையில் இருக்க வரைதல், புத்தகம், கதை புத்தகம் ஆகியவை கொண்டு அவர்களுடன் ஈடுபடுகிறோம். அவர்களின் பிறந்தநாளை மருத்துவமனையில் கொண்டாடுகிறோம். 9 முதல் 17 வயது வரை இருக்கும்

சிறுவர்கள் தங்கள் நண்பர்களுடன் பேசவேண்டும், வெளியே செல்லவேண்டும் என்ற சிந்தனையுடன் இருப்பார்கள். சிலர் சிகிச்சைக்கு செவி சாயக்க மாட்டார்கள். அவர்களை புரிந்துகொண்டு, அவர்களுக்கு ஏற்ப பேசி, புரிதலை ஏற்படுத்துவோம்,” என்றார். “பெரியவர்கள் சிகிச்சை பெரும் போதும் துவக்கத்தில் மனம் இறுக்கமாக இருந்தாலும், போகப் போக அவர்கள் தங்கள் மனதில் உள்ள வலிக்கை இறுக்கி வைக்க ஒரு இடம் உள்ளது என்று அறிந்து, மாற்றத்தை வெளிப்படுத்துவார்கள். இது சிகிச்சையில் நல்ல முன்னேற்றமடைய உதவும். சிகிச்சை எடுத்துக் கொண்டு, அதற்கு பிறகு மீண்டும் மருத்துவரிடம் ஆலோசனை பெற வரும்போது ஒரு புதிய நபராக, மகிழ்ச்சியோடு எங்களை சந்தித்து பேசுவார்கள். இதுவே எங்களுக்கு பெரும் உத்வேகத்தை தரும்” என்றார்.



வெளிப்படுத்துவார்கள். அவர்களின் நிலை அறிந்து அவர்களுக்கு உகந்த ஆலோசனை வழங்க முயல்வோம். சிகிச்சை முதல் உடல் நலம் திரும்பும் வரை அவர்களின் மனதில் எழும் குழப்பங்களுக்கு தீர்வு தந்து கவனித்துக் கொள்ளவேண்டும் என்ற ஒரு இலக்கை நாங்கள் நிர்ணயம் செய்து கொள்வோம்” என்கிறார் மன நல ஆலோசகர் சாரதா.

இவர்களுக்கு முன்பு சிகிச்சை பெற்று மீண்டவர்களை அவர்களிடம் பேச வைப்போம். உதாரணத்திற்கு கீமோதெரபி மீது அச்சம் இருந்தால் அந்த சிகிச்சை எடுத்து மீண்டவர்களுடன் பேச வைத்து, அவர்களிடம் சந்தேகங்களை கேட்டு தெரிந்து கொள்ள வைப்போம். தனக்கும் முன் ஒருவர் இதே போல்

இருந்து, பின் சிகிச்சை மூலம் மீண்டுள்ளார் என்று அறியும்போது நோயாளிகளிடையே புது நம்பிக்கை பிறக்கும்”, என தெரிவித்தார் மன நல ஆலோசகர் ஜோதிமணி. மன நல ஆலோசகர் நித்யா கூறுகையில் “ரத்தம் தொடர்பான புற்றுநோய்களை சிறந்தவை மற்றும் பெரியவர்கள் எதிர்கொள்ளும் போது அவர்களுக்கு அன்பும் ஆறுதலும் கொடுக்கிறோம். அதில் 8 வயது வரை இருக்கக்கூடிய குழந்தைகள் சிகிச்சை எடுத்துக் கொள்ளும் தருணங்களில் சோர்வடையும் போது ஊக்கமளித்து, முடிந்தவரை அவர்கள் மனம் மகிழ்வான நிலையில் இருக்க வரைதல், புத்தகம், கதை புத்தகம் ஆகியவை கொண்டு அவர்களுடன் ஈடுபடுகிறோம். அவர்களின் பிறந்தநாளை மருத்துவமனையில் கொண்டாடுகிறோம். 9 முதல் 17 வயது வரை இருக்கும்

சிறுவர்கள் தங்கள் நண்பர்களுடன் பேசவேண்டும், வெளியே செல்லவேண்டும் என்ற சிந்தனையுடன் இருப்பார்கள். சிலர் சிகிச்சைக்கு செவி சாயக்க மாட்டார்கள். அவர்களை புரிந்துகொண்டு, அவர்களுக்கு ஏற்ப பேசி, புரிதலை ஏற்படுத்துவோம்,” என்றார். “பெரியவர்கள் சிகிச்சை பெரும் போதும் துவக்கத்தில் மனம் இறுக்கமாக இருந்தாலும், போகப் போக அவர்கள் தங்கள் மனதில் உள்ள வலிக்கை இறுக்கி வைக்க ஒரு இடம் உள்ளது என்று அறிந்து, மாற்றத்தை வெளிப்படுத்துவார்கள். இது சிகிச்சையில் நல்ல முன்னேற்றமடைய உதவும். சிகிச்சை எடுத்துக் கொண்டு, அதற்கு பிறகு மீண்டும் மருத்துவரிடம் ஆலோசனை பெற வரும்போது ஒரு புதிய நபராக, மகிழ்ச்சியோடு எங்களை சந்தித்து பேசுவார்கள். இதுவே எங்களுக்கு பெரும் உத்வேகத்தை தரும்” என்றார்.



VNCC சார்பாக நடத்திய புற்றுநோய் விழிப்புணர்வு நிகழ்வின் போது எடுத்த படம். படங்கள்: சதீஷ் பாபு



## New Chief Economic Advisor

### The Covai Mail

The Indian Government has appointed V. Anantha Nageswaran as the Chief Economic Advisor and he assumed charge on Friday.

Prior to this appointment, Nageswaran has worked as a writer, author, teacher and consultant. He has taught at several business schools and institutes of management in India and in Singapore and has

published extensively. He was the Dean of the IFMR Graduate School of Business and a distinguished Visiting Professor of Economics at Krea University.

He has also been a part-time member of the Economic Advisory Council to the Prime Minister of India from 2019 to 2021.

He holds a Post-Graduate Diploma in Management from the Indian Institute of Management, Ahmedabad, and a doctoral degree from the University of Massachusetts in Amherst.



## Discussion on Industry 4.0 & EV

### The Covai Mail

PSG iTech, a premier Engineering Institution in Coimbatore hosted an online induction/refresher program on Industry 4.0 and Electric Vehicles.

It was arranged by the Department of Electrical and Electronics Engineering with the support of AICTE - ISTE.

The event was inaugurated by Prof. Vijay D Vaidya, Executive Secretary, ISTE. He stressed the importance of acquiring knowledge

and skills in the emerging areas such as Industry 4.0 and Electric Vehicles, and the need for faculty members to pursue research to enhance innovation in our country.

The participants for the programme were from both engineering and polytechnic colleges in India. There were 285 registrations for the programme from which 100 participants were shortlisted for the program, seventeen expert speakers from both industry and academia shared their knowledge with the participants.

### To ADVERTISE IN THE COVAI MAIL

84898 12341  
84895 12341

covaimails@gmail.com  
report2cm@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.

## Oreo with more crème

### The Covai Mail

Oreo, the world's favourite cookie brand launched its globally-loved variant 'Oreo Double Stuf' in India.

Promising double the fun and decadence with more crème between the two scrumptious layers of its classic cookie, this latest innovation brings to its consumers a new indulgent eat experience.

Since the brand's launch in 2011, Oreo has always ushered irresistible innovations. With the latest launch the brand aims to deepen the consumer love while strengthening its play in the premium biscuits category.

## KASC celebrates Republic Day



Kongunadu Arts and Science College, Coimbatore celebrated the 73rd Republic Day of the country on Wednesday in the college premises. Dr. O.N. Paramasivam, Treasurer of the college hoisted the flag, C.A. Vasuki, Secretary and Director of the college addressed the gathering. The Principal of the college Lekshmanaswamy, NCC officers, faculty, limited number of students took part in the celebration.



## Financial assistance to women



Rotary Club of Coimbatore Aakruthi, along with its senior member Rtn. A.K.S. Leema Rose Martin supported and organized the wedding of an underprivileged woman, recently. Together they donated a sewing machine, cooking vessels and Rs.1 lakh for the couple's support. On the same day the club also provided financial support to a Women's Kabbadi team based in Covai for their coaching aimed for a District Tournament.

## Fastrack's first Smartwatch!

### The Covai Mail

Fastrack, India's leading and celebrated youth accessories brand has forayed into the smartwatch category with the launch of its first smartwatch, Fastrack Reflex VOX.

The smartwatch features a rectangular 1.69" HD screen and has unique features like built-in Alexa, up to 10 days of battery life, 100+ watch faces and multi-sports

mode. In addition to Heart Rate Monitor (HRM), Sleep tracker, Daily activity tracker, Reflex VOX is equipped with Blood oxygen saturation (SP02 monitor), Stress Monitor and a menstrual tracker as well.

The Smartwatch includes music control, camera control, hydration alerts and notifications alert, thus providing a seamless functional experience to the users.

## Ours is the finest constitution in the world

- Dr. T.M. Subba Rao, Principal, PSG IMSR

### The Covai Mail

PSG Institute of Medical Sciences & Research (PSG IMS&R) celebrated the 73rd Republic Day of India, on Wednesday in the college campus.

"The team of security personnel led by its chief Nagarajan, a retired Assistant Commissioner of Police, conducted a march past.

Dr. T.M. Subba Rao, Principal of PSG Institute of Medical Sciences & Research, took the salute and hoisted the national tricolor", a press release said. Addressing the gathering, Dr Rao reminisced the events

that lead to India become a democratic republic. He reiterated that the constitution committee led by Dr. B. R. Ambedkar had drafted the finest constitutions of the world. It is the ultimate law of the land and determines the relationships between the citizens and the governments.

**Mixed Health System, The Way Forward**

Dr. Rao said that private sector (both for-profit and not-for profit) play an important role in supporting the government in providing health care for all.

One sure way to end this pandemic is to achieve

universal immunization against COVID-19. PSG Hospitals teamed up with the State Health Department in conducting mega vaccination camps.

It had provided about 150 health care workers on each day of the camp and they include doctors, nurses, physician assistants, Clinical Pharmacists, drivers, peons, housekeeping staff etc.

He said that mixed health system is an effective way forward to achieve health related goals. The government's planning mechanisms and the private sector's strengths in implementation, complement each other.





Is extremely proud and elated to announce that



**DR. DAMODAR RAO**

MBBS., MD., FICOG  
Fellowship in Endogynaecology,  
Fellowship in Reproductive medicine,  
Associate Director and Sr.Consultant - Gynaec Endoscopy & Infertility.

has been nominated for the

**AOFOG SHAN S RATNAM  
YOUNG GYNAECOLOGIST AWARD**

He will be representing  
the National Body **FOGSI**  
(Federation of Obstetric and Gynecological Society of India)

at the Annual AOFOG Conference 2022,  
in Bali, Indonesia.

**ASIA AND OCEANIA FEDERATION  
OF OBSTETRICS AND GYNECOLOGY**

**SPECIALITIES** FERTILITY | BIRTHING | GYNAECOLOGY | SURGERY | PEDIATRICS

FOR APPOINTMENTS PLEASE CONTACT US AT  
120, W Periasamy Road, R.S. Puram, Coimbatore, Tamil Nadu 641002.  
+91 9622 99 19191 | 0422 404 8888 www.raohospital.com | care@raohospital.com



வடவள்ளி, பி.என்.புதூரில்

# வசந்தி மோட்டார்ஸ்

புதிய கிளை துவக்கம்



ஸ்கவுட்டர்

₹ 4000/-\*

சலுகை

பைக்

₹ 5000/-\*

சலுகை

முன்பணம்

₹ 5555/-\*

மட்டுமே

**82200 44568 / 82200 18450**

பி.என்.புதூர், மருதமலை ரோடு

Conditions apply





## 96th Founders' Day of PSG & Sons' Charities



"Let there be charity so that other people may share my family's Prosperity..." - P.S.GOVINDASWAMY NAIDU

# PSG is at the vanguard of National Development

David Karunakaran  
The Covai Mail

"We celebrate our founding because the seeds of what we are is lodged here. We are committed to the progressive education that will defy boundaries," said L.Gopalakrishnan, Managing Trustee, PSG & Sons' Charities at the Trust's 96th Founders' Day which is celebrated on 25th of January, every year.

This 95 year old charitable Trust runs all the PSG Institutions in Coimbatore. At the celebrations, the Trustees, Principals, Teachers, Doctors, Alumni, Students and members of PSG Family cherished the memory the Trust's four founders - PSG Venkataswamy Naidu, PSG Rangaswamy Naidu, PSG Ganga

Naidu and PSG Narayanaswamy Naidu.

In connection with this celebration, 7 accomplished alumni of various PSG Institutions were presented the Distinguished Alumni Award. The Chief Guest of this event was S.Mahalingam, Former CFO of Tata Consultancy Services and Honorary Consul of Grand Duchy of Luxembourg, Chennai.

The recipients of the Distinguished Alumni awards for this year were J.Ramanathan, MD, Newmen Group of Companies, Coimbatore (PSG Sarvajana School), V.Parthiban, MD, Bull Machines Pvt. Ltd., Coimbatore (PSG Polytechnic College), Vanathi Srinivasan, MLA, Coimbatore South Constituency (PSG CAS), Sudarsanam Suresh Babu, Professor, Dept. of Mechanical Engg., at the University

### - S.Mahalingam, Former CFO of TCS

of Tennessee, USA (PSG Tech), Dr.Sathyan Parthasarathi, Director, Sathyan Eye Care Hospital, (PSG IMSR), Ranji Cherian, President & Managing Partner, DDB Mudra Group, Bengaluru (PSG IM) and Dr.Nandini, Vice Principal, Aswini College of Nursing, Thrissur (PSG Nursing College)

Dr.T.M. Subba Rao in his welcome address underlined that the purpose of a charitable trust is to accomplish substantial social benefit for the public. PSG & Sons' Charities embarked on this mission 96 years ago with a singular aim of nation building by supporting educational and entrepreneurial thought process. He took the opportunity to welcome

all the distinguished alumni and the PSG Institutions family members to the program.

It is no exaggeration to say that PSG has been at the vanguard of national development for nearly a hundred years, as the Institutions equally serve all sections of society, provide best infrastructure, impart best education and provide best external connect

- S.Mahalingam

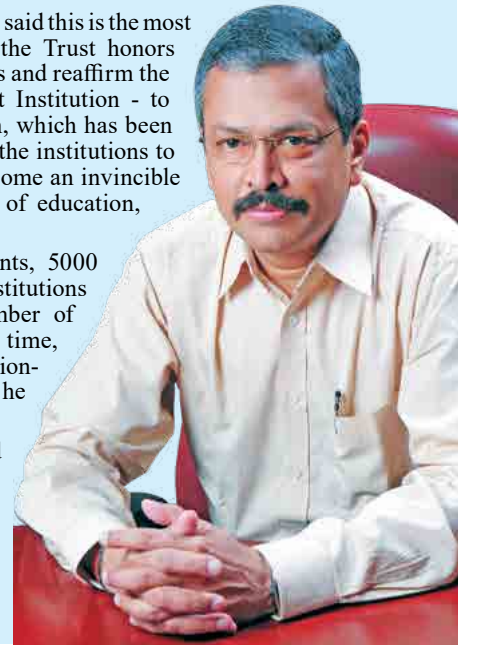
### PSG's contribution to Nation-Building is enormous

- L.Gopalakrishnan

The Managing Trustee said this is the most momentous day as the Trust honors the vision of the founders and reaffirm the philosophy of this great Institution - to impart quality education, which has been the guiding principle of the institutions to take form, grow and become an invincible reality in diverse fields of education, since 1926.

"With 32,000 students, 5000 employees across 29 institutions of PSG and equal number of alumni at any point of time, PSG's contribution to nation-building is enormous," he said.

He congratulated the services of the employees and students who rose up to meet the challenges created by the pandemic-induced tough times.



### Serves all sections of society

- S.Mahalingam

The Chief Guest said that the book about PSG's Founders 'The Fifth Brother' is a fascinating one and through it he recognized the full scale and the activities of this great Institution. He shared that he admires at the works done during the tenure



of each Managing Trustee.

He recalled his early connection with PSG Institutions which was in 1976, for recruitment of trainees in TCS. At that time TCS decided to extend recruiting from leading Engineering institutions in India, and PSG Tech was at the top of the list, he said.

He appreciated how PSG had established strong linkage with industries and nourished innovation. He expressed that it is no exaggeration to say that PSG has been at the vanguard of national development for nearly a hundred years, as the Institutions equally serve all sections of society, provide best infrastructure, impart best education and provide best external connect.

### Library opened doors of knowledge to me

- Vanathi Srinivasan

Vanathi Srinivasan expressed that the progress and development of Western Tamil Nadu is being spoken far and wide, in a proud manner.

"Western Tamil Nadu's educational institutions, hospitals, MSMEs have grown strong today, and I firmly believe that PSG & Sons' Charities played a major role in that, and I have shared this in many stages," she shared.

Vanathi said that while we often hear the words 'Corporate Social Responsibility',

'Giving Back to Society' today, the founders of PSG had spread the spirit of charity, and stood by the side of righteousness 96 years ago.



She cherished how PSG CAS recognized her academic merits, and provided the opportunity to pursue her collegiate education, and shared how the Library at the college opened the world of knowledge to her. She credited her teachers for imparting discipline, the importance and value of education.

She thanked PSG for recognizing her as one of the flag bearers of what the institutions stand for, and she assured that she will strive to carry the legacy of PSG as its distinguished alumni responsibly.

### Made me Self-Confident

- J.Ramanathan

"If it was not for PSG Educational Institutions, many like me would not have received even the basic education," said J.Ramanathan, MD, Newmen Group of Companies, Coimbatore.

He shared that his entire education, from Primary School to collegiate education was with PSG Institutions. He added that PSG's role in his elevation is phenomenal, and he offered his special thanks to the teachers of PSG who taught him to be self-confident. He said that it has been integral in his company's progress, today.



### The Credit goes to Founders! - V.Parthiban

To everyone in my family, PSG is considered a temple, and to my father (AV Varadharajan), GRD (Dr.G.R.Damodaran) is no less than a God!" expressed V.Parthiban.

Bull Machines was a startup in 1997 with 7 people, today it is an innovation driven construction vehicle manufacturer with 1100 people, selling at 46 countries globally. "All became possible due to the strong foundational learning, that I was fortunate to get from PSG", he said.

He said 95% of his success came from the ecosystem which includes loving family, wonderful friends, thought provoking teachers, knowledge inquisitive forum, guiding mentors, vendors, employees, customers, and his role was just 5%.

He added that the PSG Founders are living with them in many ways, and a fitting tribute to the benevolence of Founders would be to give back to society, like how they did. Hence he announced that he shall be splitting 1/5th of his wealth to charity, to create a small organization for infusing problem solving skills and innovation skills to budding entrepreneurs.

"The ever-inspiring PSG Founders today made me commit myself to follow their footsteps of charity", he shared.



### Has made a difference!

- Prof.Sudarsanam Suresh Babu

Accepting the award, Prof.Sudarsanam thanked PSG for this honor, and recollected his time at PSG Tech. He gave credits to his teachers, classmates and all those who were a part of the 1982-86 batch. He thanked Prof.N.K.Srinivasan for

his guidance, which he stressed has played a big role in what he is today.

He recalled how PSG Tech was already playing a big role in developing industries around the district when he was stepping into the institution. He expressed that in

one way, the entire PSG Family has been responsible for his development, and he wished his alma mater to approach him with whatever things the institution and students would need, and consider him as another brother of PSG Family.

### A great Institution that builds nation

- Dr.Sathyan Parthasarathi

Dr.Sathyan opined that a great Institution builds not only people but nation. Such institutions develop its people by providing them many positive inputs, and PSG Institutions are among them.

"Since its establishment (PSG IMSR) in 1985, it has given birth to many world class doctors, for the society. Today it is one of the well-recognized premier medical institutes in our country. As an alumnus I can proudly say that I am a part of this wonderland", he shared.

He thanked former Managing Trustee of PSG Institutions G.Varadaraj and his own family and friends for helping him achieve this and many other milestones.



He said this award will motivate him to work with greater vigour in the field of medicine.

### Shaped My Future

- Ranji Cherian

Looking at where he is today, Mr.Cherian thanked two entities - God and PSG. "My own career has been a commitment of a lifetime of change, of challenges and of opportunities," he said.

Mr.Cherian shared that he was a Botany student, and he got a job at Tata Tea, and was about to go to an estate in Munaar for work. It was his father who guided him to take a new path. "The institution really shaped my future. I still remember, I was never meant to join or be part of a creative world. My calling to pursue in creativity actually was born in PSG Tech," he said.



### It is a lifetime honor - Dr.Nandini

Expressing her joy, she recalled this recognition as a lifetime honor. "Finding the right path to success at the right time is really very important, for that I had chosen PSG Institutions 26 years back for pursuing my graduation in Nursing in 1995"

She said that her time at PSG laid the foundation stone for her professional life. She expressed that PSG is more than just an academic institution; it denotes a culture of excellence and empowerment.

Thanking her teachers

and Principal, she said that they had helped her to shape her personality and become a good human being.

She specially thanked Prof. Sarojam, Prof. Sherly Prakash, Prof. Latha Venkatesan and Prof.A.Jayasudha for being her mentor, and for making her strong as a professional today.

"I strongly believe that myself and all my classmate of 1995 batch left PSG with strong feelings about the college and the sense that we have found a unique identity."





# அவமானம் சிலைகளுக்கு அல்ல!

ஆசிரியர்

தி கோவை மையில்



இந்த 21ஆம் நூற்றாண்டிலும் இதலைவர்கள் மற்றும் கடவுளின் உருவ சிலை உடைப்பு, அவமானம், சேதம் ஆகியவை நடைபெறுவது மிகுந்த வருத்தத்திற்கும் அவமானத்துக்கும் உரியது. உலக அளவில் தகுதி வாய்ந்த பெரியோருக்கு சிலை வைப்பது நம் மக்களுடைய மரியாதையை, மதிப்பை வெளிப்படுத்தும் மரபாகவே இருந்து வருகிறது. அதிலும் தமிழகத்தில் ஊருக்கு உழைத்த வீரர் போன்றவர்களுக்கு நடுகல் என்னும் வீரக்கல் வைத்து வழிபடுவது தொடங்கி தற்போது சிலை வைத்து பெருமைப்படுவது வரை ஒரு நடைபெறும் பாரம்பரியம் உள்ளது. ஆனால் சில காலமாக பொது இடங்களில் உள்ள சிலைகளை சமூக விரோதிகள் சேதப்படுத்துவதும், அவமானப்படுத்துவதும் நடந்து வருகிறது. இதனால் அந்தந்த

பகுதிகளில் சமூக அமைதியும் சீர்குலைகிறது. பொதுவாக இது மிகப் பெரும்பான்மையான பொதுமக்களுக்கும், மற்றவர்களுக்கும் தொடர்பில்லாத சிலரால் செய்யப்படுகிறது. கிட்டத்தட்ட மனநோயால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் போல இந்த சமூக விரோத சக்திகள் செயல்படுவது மொத்த சமூகத்தையும் தலைகுனிவ வைக்கிறது.

ஒரு தலைவர் அல்லது கடவுளின் மேல் பற்றுக் கொண்டவர்கள் இந்த சமூகத்துக்கு அவர்களால் விளைந்த பயனை எண்ணி நன்றியும் மரியாதையும் செலுத்தும் விதமாக சிலையை நிறுவுவதும், பெருமைப்படுத்துவதும் பொதுவெளியில் அனுமதிக்கப்பட்ட ஒன்று. சொல்லப்போனால் அது நம் சமூகத்தின் பெருமைக்குரிய ஒரு அடையாளமும் கூட. இதற்கு திருவள்ளூர் சிலையும், பட்டேல் சிலையும், பெரியார் சிலையும், நாடெங்கும் உள்ள மகாத்மா காந்தி சிலைகளும் நல்ல எடுத்துக்காட்டு என்று கூறலாம். இவ்வாறு சிலையை



நிறுவி பெருமைப்படுத்துவது நமது சமூகத்தின் உயரிய விழுமியங்களில் ஒன்று என்று கூறலாம்.

ஒரு குறிப்பிட்ட தலைவரை பிடிக்காதவர்கள் இருக்கலாம், அவரின் கொள்கைகளை ஏற்காதவர்கள் இருக்கலாம். அது அவர்களுடைய தனி உரிமை. அவரவர்களுக்குரிய, பிடித்த கொள்கைகளையும் தலைவர்களையும் பின்பற்ற எந்தத் தடையும் இல்லை. இந்திய ஜனநாயகத்தில் இவ்வாறு பல இயக்கங்கள் இயங்கி வருகின்றன. ஆனால் விஷக்கிருமிகள் போல சிலர் மட்டும் இது போன்ற தகாத செயல்களில் ஈடுபடுகின்றனர். சிலைகளை எதிர்ப்புறையாக எண்ணி சேதப்படுத்துவது, அவமானப்படுத்துவது என்று கீழ்த்தரமாக நடந்து கொள்கின்றனர். இது பொதுமையான நாகரீக சமூகத்தில் கண்டிக்கத்தக்க ஒன்று. தற்போது உலகம் போகின்ற வேகத்தில் நம்நாடு சாதிக்க

வேண்டியது ஏராளமாக இருக்கிறது. 130 கோடி பேர் கொண்ட நாட்டில் நமக்கு பல தேவைகள் இருக்கின்றன. அவற்றை நிறைவேற்ற நல்ல முறையில் இயங்காமல், வீணாக தங்களுடைய வாழ்க்கையையும் கெடுத்துக்கொண்டு, தங்கள் குடும்பத்துக்கும், சமூகத்துக்கும் எந்த பயனும் இன்றி திரிவது அறிவுற செயலாகும்.

மக்கள் சமூகத்திற்காக செயல்படும் அனைத்து தலைவர்கள், அவர்களின் கருத்துகள், அவர்களுக்கு வைக்கப்படும் சிலைகள் என்று அனைத்துமே இந்த சமூகத்தின் சொத்து ஆகும். ஒரு தலைவர் குறித்து அல்லது ஒரு கருத்து குறித்து மாற்றுக் கருத்துக் கொண்டவர்கள், அதனை கருத்தால் எதிர்கொள்ள வேண்டும். அதை விட்டுவிட்டு, இவர்களைப் போல திருட்டுத்தனமாக இதுபோல சிலைகளை சேதப்படுத்துவது, அவமானப்படுத்துவது போன்றவற்றில்



ஈடுபடுதல் தவறு. இதுபோல அர்த்தமில்லாத, வறட்டு செய்கைகளால் சமூகத்துக்கும் அரசுத் துறைகளுக்கும் தனிநபர்களுக்கும் சிரமம்தான் ஏற்படும். எனவே இது போன்ற செயலில் ஈடுபடுவோர் யாராக இருப்பினும் அவர்கள் மீது உடனடி நடவடிக்கை எடுக்க வேண்டும். அவர்கள் சார்ந்த இயக்கங்களுக்கும் இவர்களால் களங்கம் ஏற்படுவதால் அந்தந்த இயக்கங்களும் இவர்களை கண்டறிந்து ஒதுக்கவேண்டும். ஊக்குவிக்கக் கூடாது.

பொதுவெளியில் இதற்காக ஒரு விவாதம் நடத்தப்பட்டு இதுபோன்று செய்பவர்கள் தனிமைப்படுத்தப்பட வேண்டும். அவர்களுக்கு சமூக அங்கீகாரம் கிடைக்கக் கூடாது. இது உண்மையிலேயே மக்கள் சமூகத்தின் முன் வெட்கித் தலைகுனிவும் செயல் என்பது அவர்களால் உணரப்பட வேண்டும்.

## மக்கள் சமூகத்திற்காக செயல்படும்

அனைத்து தலைவர்கள், அவர்களின் கருத்துகள்,

அவர்களுக்கு வைக்கப்படும் சிலைகள் என்று

அனைத்துமே இந்த சமூகத்தின் சொத்து ஆகும்.

ஒரு தலைவர் குறித்து அல்லது ஒரு கருத்து

குறித்து மாற்றுக் கருத்துக் கொண்டவர்கள்,

அதனை கருத்தால் எதிர்கொள்ள வேண்டும்.

## பி.எஸ்.ஜி கலைக் கல்லூரியில் பூமி பூஜை



பி.எஸ்.ஜி கலை மற்றும் அறிவியல் கல்லூரியில், பி.எஸ்.ஜி முன்னாள் மாணவர்கள் சங்கத்தின் சார்பாக அலுமினிய பிளாட்டினம் ஜூப்ளி என்ற திறந்தவெளி ஆடிட்டோரியம் கட்டுவதற்கான பூமி பூஜை நடைபெற்றது. (இடமிருந்து வலம்) முன்னாள் மாணவர்கள் சங்கத்தின் தலைவர் மகேந்திரன், கல்லூரி முதல்வர் பிந்துரா, முன்னாள் தலைவர்கள் லட்சுமி நாராயணசுவாமி, நந்தகோபால் மற்றும் துணைத் தலைவர் ஜெய்குமார் ராம்தாஸ் (அடுத்தபட்டம்) சங்கத்தின் செயற்குழு உறுப்பினர்கள் மற்றும் கல்லூரியின் பேராசிரியர்கள்.

## சைக்கிள் எனும் அற்புத வாகனம்

தி கோவை மையில்

நமது நாடு மிக முன்னேற்றம் அடைந்து வருகிறது. நெடுமடையாலும் நகரமயமாகி வருகிறது. பல துறைகளிலும் முன்னேறி இருக்கிறது. குறிப்பாக நாடெங்கும் போக்குவரத்து வசதிகள் பெருகி, சாலைகள் குறுக்கும் நெடுகும் உருவாகி இந்தியா முழுவதும் மக்கள் பயணிக்கின்றனர். சாலைகளில் எங்கு பார்த்தாலும் இருசக்கர, நான்கு சக்கர வாகனங்களின் அணிவகுப்பைக் காணமுடிகிறது. வங்கிகளும், தனியாரும் போட்டி போட்டுக் கொண்டு கடன் வசதி அளிப்பதால், தற்போதைய நிலையில் குறைந்தது இரு சக்கர வாகனம் கூட இல்லாதவர்களைக் காண்பது அரிது.

இந்த நவீன போக்குவரத்து போட்டி மற்றும் போராட்டத்தில் காணாமல் போன ஒரு வாகனமும் இருக்கிறது. அதுதான் சைக்கிள் எனும் அற்புத வாகனம். மாட்டு வண்டிக்கு பிறகு மனித குலத்திற்கு அதிகம் பயன்படும் சூழலைக் கெடுக்காத, செலவு குறைந்த ஒரு வாகனம் என்றால் அது சைக்கிள்தான். ஒரு காலத்தில் சாலைகளில் ஹீரோவாக வலம் வந்த சைக்கிள் இன்று காணாமல் மறைந்து வருகிறது.

இன்றைய காலகட்டத்தில் குழந்தைகள், இளைஞர்கள், பெரியவர்கள் என அனைவரும் சிறிது கூட உடல் உழைப்பு இல்லாமல் பயணிக்க விரும்புகின்றனர். குறைந்தது பைக் போன்ற வாகனமாவது தேவைப்படுகிறது. கடன் வாங்கியாவது வண்டியை வாங்கி, உழைத்து சம்பாதித்த பணத்தில் பெட்ரோல் போட்டு வண்டியை ஓட்டுவது என்பது தற்போது சாதாரணமான ஒன்றாகிவிட்டது. இதனால் நமக்கு என்ன என்று இதனை சாதாரணமாக கடந்து போய்விட முடியாது. ஏனென்றால் இதில் தனிநபர் உடல்நலம் தொடங்கி நாட்டின் பொருளாதாரம் வரை இந்த சைக்கிளின் பெடலில் அடங்கி இருக்கிறது. போக்குவரத்து வசதிக்காக கோடிக்கணக்கான மக்கள்



பயன்படுத்தும் பெட்ரோல் உள்ளிட்ட எரிபொருட்கள் மிகப் பெரும்பாலும் வெளிநாடுகளில் இருந்து தான் இறக்குமதி செய்யப்படுகின்றன. இதற்கு ஏராளமான அன்னியச் செலாவணி தேவைப்படுகிறது. ஏதோ உயிர்காக்கும் மருந்து, எல்லை காக்கும் விமானம், உயர் தொழில் நுட்பம் என்றால் அன்னியச் செலாவணி கணக்குப் போட்டுப் பார்க்க வேண்டிய அவசியமில்லை. ஆனால் குறுக்கும் நெடுக்குமாக வெறுமனே வாகனங்களை ஓட்டுவதற்கும், நம்முடைய பெருமையை காட்டுவதற்கும், இருக்கின்ற உடல்நலத்தையும் இழப்பதற்கும் என்றால் அதற்காக இவ்வளவு அன்னியச் செலாவணியை செலவிட வேண்டும் என்ற கேள்வி எழுகிறது. இன்னொருபுறம் நடப்பதற்கும், சைக்கிள் ஓட்டுவதற்கும் பெட்ரோலும் தேவையில்லை. அன்னியச் செலாவணியும் தேவையில்லை. உடல்நலனுக்கும் மிகவும் நல்லது.

கடந்த 30 ஆண்டுகளில் நாம் சைக்கிள் ஓட்டு மறந்த பிறகுதான் நாட்டில் சர்க்கரை நோய் தொடங்கி பல நோய்கள் அதிகரித்துள்ளன. சுகாதாரத்திற்கும் உடல் நலனுக்கும் மட்டுமே அரசுக்கும் மக்களுக்கும் பல கோடிக்கணக்கான ரூபாய் பணம் செலவாகிறது.

இந்த நிலையை மாற்ற மக்களும் அரசும் முன்வர வேண்டும். அதுதான் வீட்டுக்கும் நல்லது நாட்டுக்கும் நல்லது. வரும் காலங்களில் பெட்ரோல் தீர்ந்து போகும் என்ற அச்சத்தில் மின்சார வாகனத்திற்கு மாறத் துடிக்கின்றோம். அந்த வகையில் குறைந்த தூரம் செல்வதற்கும் உடல் நலனைக் காப்பதற்கும் சைக்கிளை விட்டால் வேறு சிறந்த வாகனம் கிடையாது.

இதற்கான நடவடிக்கைகளில் அரசும் மக்களும் இணைந்து ஈடுபட வேண்டும். அதற்கான மன மாற்றத்தையும், கட்டமைப்பு வசதிகளையும் உருவாக்க வேண்டும். இதைத் தவிர எதிர்காலத்திற்கு வேறு வழியில்லை. இன்றைய காலகட்டத்தில் உள்ளூர் போக்குவரத்திற்கான அற்புதமான வாகனம் என்றால் அது சைக்கிளைத் தவிர வேறு ஒன்றும் இல்லை.

## குற்றவுணர்ச்சி உங்களைக் கொல்கிறதா?

தி கோவை மையில்

சூதாட்டம், நாள் என் இளமைக்காலத்தில் வெளியில் சொல்லமுடியாத சில தவறுகளைச் செய்திருக்கிறேன். இப்போது, உடல் உய்ந்துவிட்டது. என்னைப் பற்றி முழுமையாகத் தெரியாத என் குடும்பத்தார் என்மீது வைத்திருக்கும் நம்பிக்கையும் மரியாதையும் என்னை உறுதிப்படுத்துகின்றன. எவ்வளவுதான் முயன்றாலும், இறந்த காலத்தில் செய்த பிழைகள், தவறுகள் மீண்டும் மீண்டும் நினைவுக்கு வந்து தாங்கமுடியாத வருத்தத்தில் தள்ளுகின்றன. இதிலிருந்து மீள் வழி இல்லையா?

சுத்குரு: சிறு வயதில் செய்ய முடிந்ததை எல்லாம் இப்போது செய்ய முடியவில்லையே என்று வருத்தம் வந்துவிடவில்லையே உங்களுக்கு?

வாழ்க்கையில், ஒவ்வொருவருக்கும் ஒவ்வொரு விஷயம் முக்கியமாகத் தோன்றுகிறது. அதற்கு முன்னுரிமை கொடுக்கும்போது, மற்றவர்களால் ஏற்றுக்கொள்ள முடியாத செயல்களில் ஈடுபடத் தோன்றுகிறது. யாரோ ஒருவரைக் கொலை செய்யும் ஒருவன்கூட அந்தக் கணத்தில் அதுதான் சரியான செயல் என்று கருதுவதால்தான் அப்படிச் செய்கிறான்.

கோவிலுக்கு அழைத்துச் சென்று அப்பா மகனிடம் சொன்னார், 'கடவுளிடம் பிரார்த்தனை செய்து, உனக்கு வேண்டியதைக் கேள், கொடுப்பார்'.

'நீங்கள் பிரார்த்தனை செய்து கேட்டால், அதையும் உங்களுக்குக் கொடுப்பாரா அப்பா?'

'ஆம் மகனே, நிச்சயமாக!'

மகன் இப்போது அப்பாவைச் சந்தேகத்துடன் பார்த்தான். அதெப்படி அப்பா நடக்கும்? நம் இடமே போல யார் பேச்சை அவர் கேட்பார்?'

உலகம் அப்படித்தான். ஒரு விஷயத்தை இருவர் ஒரே மாதிரி பார்ப்பது இல்லை. தவறு என்று மற்றவர்கள் கருதியது அந்தக் கணத்தில் உங்களுக்கு ஏதோ ஒரு விதத்தில் சந்தோஷம் கொடுத்திருக்கிறது. அதனால், அந்தச் செயலில் ஈடுபட்டீர்கள். எப்போது தவறு என்று மனதா உணர்ந்துவிட்டீர்களோ, அதை மறுபடி செய்யமாட்டீர்கள். ஆனால் நினைவுகள் கமையாகத் தங்கி அவதிக் உள்காண்கின்றன. நரகத்துக்குப் போய்விடுவோமோ, அல்லது வேறு ஏதாவது பாதிப்பு வந்துவிடுமோ என்று இப்போது பயம் வந்துவிட்டது. இந்தப் பயம், குற்றவுணர்வு இதெல்லாம் மனதின் செயல்.

நமக்கு ஏற்கெனவே நடந்தது எல்லாம் ரூபகங்களாகத் தங்கிவிடுகின்றன. அந்த ரூபகங்களினை கட்டப்படும் கற்பனைதான் எதிர்பார்ப்பாக, குற்ற உணர்வாக, அச்சமாக எழுகிறது. கற்பனை என்று புதிதாக ஒன்றும் வரப்போவது இல்லை. நம் அனுபவத்தில் உள்ளதை அடிப்படையாகக் கொண்டு, ஏற்கெனவே உள்ள ரூபகங்களைச் சற்று மிகைப்படுத்தினால், அதுதான் கற்பனை.

உங்கள் தாய், தந்தை, கணவன், மனைவி, குழந்தை, தொழில் எதுவானாலும், உங்களுடைய ரூபகசக்தி காரணமாகத்தான் அடையாளம் காணமுடிகிறது? அதேபோல், உங்கள் சாதி, மதம், அந்தஸ்து எல்லாமே ரூபகப் பதிவுகள்தானே?

ரூபக சக்தியும், கற்பனையும் கூடாது என்று சொல்லவில்லை. ஆனால் அவை மனதின் மிக அடிநிலையில் உள்ள சக்தி. அந்த நிலையிலேயே மனதைப் பயன்படுத்தினால், இறந்தகாலம் என்பது அப்படிப்பட்ட நம் வாழ்க்கையில்

நிகழ்காலமாகிவிடும்.

ஜப்பானில் இருந்து வருபவர்களிடம் ஒரு விசித்திர நோய் இருக்கும். ஒரு வீட்டில் இருந்து நான்கு பேர் சுற்றுலா வந்தால், நான்கு பேரிடமும் தனித்தனி கேமராவை வைக்கும். மலையை, நதியை, சூரிய உதயத்தை, அஸ்தமனத்தை எதையும் நேரடியாக அனுபவிக்காமல், கேமரா வழியே கவனிப்பதிலேயே நேரம் செலவு செய்வார்கள். துருக்கி சென்றிருந்தேன். அங்கே வெப்பக் காரை நிரப்பிய பலூன்களில் மேலே பறக்கையில், அதை ஆழ்ந்து அனுபவிக்காமல், நான்கைந்து ஜப்பானியர்கள் கேமரா வழியே படம் எடுப்பதிலேயே குறியாக இருந்தார்கள்.

கண்கள் இப்படிச் சிறைப்பட்டுப் போனதில், அதில் ஒருவர் தவறாக நகர்ந்து, கிட்டத்தட்ட முப்பதடி உயரத்தில் இருந்து தவறி விழுந்தார். தோள்பட்டையில் எழும்பு முறிவோடு அவரைத் தூக்கிப்போனார்கள். தலத்தில் அனுபவிப்பதை விடுத்து, வீட்டில் போய் நினைத்துச் சந்தோஷப்படுவதற்கு என்ன இருக்கிறது என்று எனக்குப் புரியவில்லை.

உருவத்தை, ஒலியை, நிகழ்வை எல்லாவற்றையும் இன்னும் துல்லியமாகப் பதிவு செய்யக் கருவிகளே வந்துவிட்டன. அதற்கு உங்கள் மனதை வருத்துகிறீர்கள்? உலகத்தில் பொதுவான பிரச்சினையாக இருப்பதே, இந்த மனதை முழுமையாகப் பயன்படுத்திக்கொள்ளத் தெரியாமல் இருப்பதுதான். இறந்த காலத்தை நினைத்தபடி, உயிர் இல்லாத ஒன்றுக்கு உயிர் கொடுக்க முயற்சி செய்தால், உயிரோடு இருப்பதுகூட உயிர் அற்றதாகிவிடும்.

இப்படி மனதை மிகமிக அடிநிலையிலேயே உபயோகப்படுத்தி வராமல், நினைவாற்றல், கற்பனை இரண்டையும் கொஞ்சம் தள்ளிவைத்துவிட்டு மனதைப் பயன்படுத்தினீர்கள் என்றால், அது எப்போப்பட்ட கூர்மையான கருவி என்று உணர்வீர்கள். உங்கள் அனுபவத்தில் இல்லாத பரிமாணங்கள்கூட உங்கள் அனுபவத்தில் வந்துசேரும். அதற்காகத்தான் தியானம் என்று கொண்டு வந்தார்கள்.

உண்மையில், எந்தக் கணத்திலும் ஆனந்தமாக இருப்பது எல்லாவற்றையும்விட மிக முக்கியமானது இல்லையா? உங்கள் வாழ்க்கையில் ஆனந்தம்தான் முக்கியம் என்று நினைத்தால், அதுபற்றி மட்டுமே உங்கள் மனம் செயல்பட்டும்.





# 5 மாநில தேர்தல்



## சாணக்கியன் தி கோவை மையம்

உத்தரப்பிரதேசம், பஞ்சாப், உத்தரகாண்ட், கோவா, மணிப்பூர் ஆகிய 5 மாநிலங்களில் வரும் வாரத்தில் தேர்தல் பலகட்டங்களாக நடந்து மார்ச் 10 ஆம் தேதி முடிவுகள் அறிவிக்கப்படவுள்ளன. உத்தரப்பிரதேசத்தைப் பொறுத்தவரை பாஜக இப்போது அங்கு ஆளும் கட்சியாக உள்ளது. கடந்த 30 ஆண்டுகளாக ஆளும் கட்சி மீண்டும் ஆட்சிக்கு வந்ததாக வரலாறு இல்லை. ஆனால், அந்த வரலாற்றை மாற்றி மீண்டும் உ.பி. யில் ஆட்சிக்கு வந்துவிட வேண்டும் என்று பாஜக துடிக்கிறது.

உத்தரப்பிரதேசத்தில் 80 மக்களவைத் தொகுதிகள் இருப்பதால் அதன் முடிவுகளை தேசிய அரசியலில் போக்கை மாற்றும் என அரசியல் நோக்கர்கள் கருதுகின்றனர். மோடி அரசு 2014, 2019 மக்களவைத் தேர்தலில் பெரும்பான்மை பெற்றதற்கு உத்தரப்பிரதேசத்தில் கிடைத்த அதிக மக்களவைத் தொகுதிகள் தான் காரணம். உத்தரப்பிரதேசத்தில் மோடிக்கு இருக்கும் செல்வாக்கு, முதல்வர் யோகி ஆதித்யநாத் இல்லை என்பதே உண்மை. இதன் விளைவே சமூகவாடி கட்சித் தலைவர் அகிலேஷ் யாதவ், யோகி ஆதித்யநாத் போட்டியைக் கொடுக்கிறார் என்ற தோற்றம் உருவாகியுள்ளது.

பகுஜன்சமாஜ் கட்சி பெரிய அளவில் போட்டியைக் கொடுக்கவில்லை என்பதே தேர்தலுக்கு முந்தைய கருத்துக் கணிப்புகள் தெரிவிக்கின்றன. ஆனால், இதுவரை கருத்துக் கணிப்புகளை எல்லாம் மீறி மாயாவதி தனது வாக்கு வங்கியை நிரூபித்திருக்கிறார் என்பதுதான் உண்மை. பிரியங்கா காந்தி தலைமையிலான காங்கிரஸ் எப்படியாவது கணிசமான எம்.எல்.ஏ.க்களை பிடித்துவிட வேண்டும் என்ற முயற்சியில் தீவிர களப்பணியாற்றி வருகிறது. பெண்களுக்கு அதிக எம்.எல்.ஏ.க்கள் சீட வழங்கி புதிய வியூகம் அமைத்து பிரியங்கா காந்தியும் அரசியல் செய்து வருகிறார். ஆனால், சமூக அமைப்புகளின் பலமோ, கட்சிக் கட்டமைப்போ பலம் இழந்து காணப்படும் காங்கிரஸில் எந்த அளவுக்கு வாக்குகளைப் பெற முடியும் என்பது கேள்விக்குறி தான்.

காங்கிரஸ், பகுஜன்சமாஜ் கட்சிகள் வலுவழந்து இருப்பதால், இதுவரை மும்முனை போட்டியே உருவாகும் உத்தரப்பிரதேசத்தில் இம்முறை இருமுனை போட்டி உருவாகுமோ என்ற எதிர்பார்ப்பு உருவாகியுள்ளது. இதில் 2019 மக்களவைத் தேர்தலில் மோடிக்கு விழுந்த வாக்குகளை இம்முறை யோகி ஆதித்யநாத் தக்கவைப்பாரா என்பதை பொறுத்து தான் யார் அரியணை ஏறப்போகிறார் என்பதை முடிவு செய்யப் போகிறது.

இப்போதும் பந்தயத்தில் பாஜக முன்னிலையில் இருக்கிறது. உத்தரப்பிரதேசத்தில் ஜாட் அரசியல் தான் தேர்தல் முடிவில் முக்கியப் பங்காற்றி வருகின்றன. தாக்கூர் சமுதாயத்தைச் சேர்ந்தவர் யோகி ஆதித்யநாத் என்பதால் அது தாக்கூர்களின் ஆட்சி நடப்பதாக பிற சமூக மக்களின் மத்தியில் ஆழமாக பதிந்துவிட்டது. குறிப்பாக பாஜகவைத் தொடர்ந்து ஆதரித்து வரும் உயர் ஜாதியினருக்கு அதிருப்தி இருப்பது உண்மைதான். ஆனால், யோகி ஆதித்யநாத் பாஜகவை கைவிட்டு வேறு கட்சிக்கு வாக்களித்தால் தங்களுக்கு எதிர்நிலையில் இருக்கும் அகிலேஷ் யாதவ் எளிதாக வெற்றி பெற்றுவிடக் கூடும் என்ற அச்சமும் அவர்கள் மனதில் உள்ளது.

மேலும், அவர்கள் ஏற்கெனவே தொடர்ந்து வாக்களித்து வந்த காங்கிரஸ் கட்சியும், 10 ஆண்டுகளுக்கு முன்பு வாக்களித்து அரியணையில் ஏற்றிய பகுஜன் சமாஜ் கட்சியும் களத்தில் போட்டியில் இல்லை என்பதால் அவர்களுக்கு வாக்களித்துப் பயனில்லை என்பது உயர்ஜாதி வாக்காளர்களுக்கு நன்கு புரியும். எனவே, 17 சதவீத உயர்ஜாதி வாக்குகளை மீண்டும் பாஜக தக்கவைக்கப் போவது உறுதி.

அதேநேரத்தில் பாஜகவை கடந்த முறை ஆதரித்த கோரி, குர்மி (பிற்பட்டோர்), ஜாட் சமுதாய வாக்குகள் மீண்டும் அப்படியே பாஜகவுக்கு விழுமா என்பதில் தான் சந்தேகம் உள்ளது. இந்த வாக்குகளை எந்த அளவுக்கு பாஜக தக்கவைக்கிறதோ அதைப் பொறுத்து பாஜகவின் வெற்றி தோல்வி அமையும். ஜாட் சமுதாய வாக்குகளை கவருவதற்காக மேற்கு உத்தரப்பிரதேசத்தில் மத்திய உள்துறை அமைச்சர் அமித்ஷா தீவிரமாக களப்பணியாற்றி வருகிறார். ஜாட் சமூக வாக்குகளை 103 பேரவைத் தொகுதிகளில் வெற்றித் தோல்வியை முடிவு செய்யும் என்பதால் இந்த வாக்குகளை பாஜகவும், சமூகவாடியும் குறிவைத்து அரசியல் நகர்வுகளை செய்து வருகின்றனர். அதேபோல, அகிலேஷ் யாதவைப் பொறுத்தவரை எப்போதுமே யாதவ சமுதாயத்துக்கு எதிராக இருக்கும் பிற்பட்ட சமூக வாக்குகளை ஒரங்கிணைத்து, அவர்களை வெற்றிபெற வேண்டும் என்பதற்காக இந்த முறை தீவிர முயற்சியில் இறங்கியுள்ளார்.

# மாற்றம் வருமா தேசிய அரசியலில்?

இருக்கும் என்றும், இதில் ஆம் ஆத்மி கட்சி சற்று முன்னேக்கும் என்றும் அரசியல் நோக்கர்கள் கருதுகின்றனர்.

அங்கு 38 சதவீதம் தலித் வாக்குகள் இருப்பதால் அச்சமுதாயத்தை சேர்ந்த சன்னியை முதல்வர் வேட்பாளராக காங்கிரஸ் களம் இறக்கியுள்ளது. அதேபோல, கடந்தமுறை எதிர்க்கட்சியாக உருவெடுத்த ஆம் ஆத்மி இந்தமுறை எப்படியாவது ஆட்சியைப் பிடித்துவிட வேண்டும் என்ற கணக்கில் பல்வேறு அதிரடி வியூகங்களை வகுத்து தீவிர பிரசாரத்தில் உள்ளது. இங்கு 30 சதவீதம் உள்ள ஜாட் சமூக வாக்குகளில் பெரும்பான்மையை யார் பெறப் போகிறார்களோ அவர்களே வெற்றிக்கனியை பறிக்க முடியும் என்ற கருத்தும் உள்ளது.

அதேநேரத்தில் ஜாட் சிக்கிய வாக்குகளை அடிப்படை வாக்குகளாக வைத்திருக்கும் சிரோண்மணி அகாலிதன் கணிசமான வாக்குகளை பெற்றுவிட்டால் அது காங்கிரஸ் கட்சிக்கும் சாதகமாகி விடும். தலித் முதல்வர் வேட்பாளரை காங்கிரஸ் களம் இறக்கியிருப்பதால் பெரும்பான்மை தலித் வாக்குகளை காங்கிரஸ் பெறும்போது அக்கட்சி முன்னிலை பெற வாய்ப்பு உருவாகிவிடும். தேர்தல் களம் இன்னும் குறிப்பிடக்கூடும்போது தான் ஜாட் சமூக வாக்குகள் யாரை நோக்கி நகரும் என்பது தெரியவரும்.

**உத்தரகாண்ட்:** இங்கு காங்கிரஸ் மற்றும் பாஜக இடையே கூடும் போட்டி உருவாகியுள்ளது. அங்கு மூன்று முறை

முதல்வர்களை மாற்றிய ஆளும் கட்சியான பாஜகவுக்கு பின்னடைவாக உள்ளது. காங்கிரஸ் கட்சி முன்னாள் முதல்வர் ஹரிஷ் ராவத்தை முன்னிறுத்தி அரசியல் செய்து வருகிறது.

இதில் பாஜகவுக்கு காங்கிரஸ் கடும் போட்டியை கொடுக்கக்கூடும் எனத் தெரிகிறது. இது சிறு மாநிலம் என்பதால் தேர்தல் நெருங்கும் போதே யாருக்கு வாய்ப்பு என்பதை கணிக்க இயலும்.

**கோவா:** ஆளும் கட்சியான பாஜகவே இப்போது முன்னிலையில் உள்ளது. மேலும், காங்கிரஸ் மற்றும் ஆம் ஆத்மி இடையே 2 வது இடத்துக்கு கூடும் போட்டி உள்ளது.

மேலும், திரிணாமுல் காங்கிரஸ், மகாராஷ்டிரவாதி, கோவிந்தவாதி கட்சியும் கூட்டணியாக களத்தில் இறங்கியுள்ளது. இந்தக் கூட்டணியும் காங்கிரசுக்கு விழும வாக்குகளை நஷ்டப்படுத்தக் கூடும். எதிர்ப்பு வாக்குகள் சிதறுவதால் பாஜக முன்னிலை பெறும் வாய்ப்பு உருவாகியுள்ளது.

**மணிப்பூர்:** பாஜகவை தவிர மாநில கட்சிகளுக்கும் இங்கு செல்வாக்கு உள்ளது. பாஜகவுடன் கூட்டணியில் இருந்த என்.பி.பி. கட்சி தனியாக போட்டியிடுவதால் பாஜகவுக்கு பெரும்பான்மை கிடைக்குமா என்பது கேள்விக்குறி தான்.

இந்த ஐந்து மாநில தேர்தல் முடிவில் அடுத்த 2024 மக்களவைத் தேர்தலுக்கான போக்கை தீர்மானிக்கக் கூடும் என்று அரசியல் ஆய்வாளர்கள் கருதுகின்றனர்.

### யார் கை ஓங்கும்?

இது குறித்து அரசியல் விமர்சகர் ரிஷி கூறும்போது, நடைபெறும் இந்த ஐந்து மாநில சட்டமன்றத் தேர்தலில் உத்தரப்பிரதேசம் அனைவரது கவனத்தையும் ஈர்த்துள்ளது. காரணம் 80 பாராளுமன்ற தொகுதிகள் இருப்பதால் சிறிய இந்தியா எனவும் இம்மாநிலம் அழைக்கப்படுகிறது. யோகி ஆதித்யநாத் தலைமைக்கு இங்கு எதிர்ப்பு இருக்கிறது என்பது உண்மையே. ஆனால் அகிலேஷ் யாதவின் சமூகவாதி கட்சிக்கு 200 தொகுதிகள் மட்டுமே கட்டமைப்பு இருக்கிறது என்பதும் கட்டமைப்பு இப்படிப்பட்ட சூழலில் அமித்ஷா எவ்வாறு களமாடி பாஜகவை வெற்றி பெறச் செய்யப் போகிறார் என்பதை பொறுத்திருந்து பார்க்க வேண்டும்.

பஞ்சாபில் நவ்ஜோத் சிங் சித்துவுக்கும், சரணஜித் சிங் சன்னிக்கும் இடையிலான போட்டி காங்கிரசை பலவீனப்படுத்தி வருகிறது. இந்த ஐந்து மாநில தேர்தல் முடிவு என்பது தேசிய அரசியலில் யார் கை ஓங்கி இருக்கிறது என்பதைக் காட்டும்.

## சாமான்ய மக்களுக்கான தரமான மருத்துவம், மிகக்குறைந்த கட்டணத்தில்...

புதிய 750 படுக்கை வசதியுடன் கூடிய

### கே.எம்.சி.ஹெச் மருத்துவ கல்லூரி பொது மருத்துவமனையில்

**அதிநவீன**

கேட் லேப்

எம்ஆர்ஐ ஸ்கேன்

சிட் ஸ்கேன்

**ஆகியவற்றினை**

மாண்புமிகு

### திரு. V. செந்தில் பாலாஜி

அவர்கள் மின்சாரம், மதுவிலக்கு மற்றும் ஆயத்தீர்வைத் துறை அமைச்சர், தமிழ்நாடு அரசு

**திறந்துவைக்கிறார்...**

நாள்: 30.1.2022 ஞாயிற்றுக்கிழமை நேரம்: காலை 10 மணி

## கே.எம்.சி.ஹெச் மருத்துவ கல்லூரி பொது மருத்துவமனை

(A unit of Kovai Medical Center & Hospital Limited)

99 A, அவினாசி ரோடு, கோயமுத்தூர் - 641 014. Ph: 0422- 6806000, Mob.: 87549 87539

E-mail: pr@kmchihrs.edu.in | www.kmchihrs.edu.in



**FIITJEE MEDICAL**

**ASSURED SUCCESS**

To Fulfil Your Dream of Becoming a Doctor

Register for FIITJEE Medical's

**NEET MERIT SCHOLARSHIP TEST 2022**

**Sunday, 6th February 2022**

(For Students Presently in Class VIII, IX, X & XI)

Next FIITJEE Medical Admission Test Date: **03rd April 2022**



\*Terms & Conditions Applicable

**Steps for GUARANTEED Success in NEET**



People are debating whether NEET should be there or not. Don't be confused and don't compromise your dream. Our teaching methodology is pattern proof and exam proof. We make our students fundamentally strong to be successful irrespective of the selection process for admission in Medical Colleges.

Detailed analysis of Strengths & Weaknesses | Cash prizes up to Rs. 1 lakh | Scholarships up to 100% including Free Enrolment for FIITJEE Medical Test Series (Worth Rs.10000/-) and much more..

**WHY FIITJEE MEDICAL?**

Because we have the Legacy of producing matchless Results - FIITJEE Medical NEET UG 2021 Result

**705 720**



ALL INDIA RANK **92** | **Bhuvanesh Ramesh Menon** (Zenith 2 Yr Int. Program)

**241 OUT OF 260** FIITJEE Medical Students Qualified in NEET 2021

<b>695 720</b> 271   <b>Nithish V B</b> Zenith 2 Yr Int. Program	<b>695 720</b> 293   <b>Roshni S</b> Zenith 2 Yr Int. Program	<b>695 720</b> 328   <b>Prithvi Thandavan</b> Zenith 2 Yr Int. Program	<b>688 720</b> 536   <b>Lakshya Dhadwal</b> Zenith 2 Yr Int. Program	<b>676 720</b> 1153   <b>Sakshin S</b> Zenith 2 Yr Int. Program
<b>675 720</b> 1179   <b>Rudrap Roy</b> Zenith 2 Yr Int. Program	<b>675 720</b> 1203   <b>Nishan R</b> Zenith 2 Yr Int. Program	<b>668 720</b> 1769   <b>Akhil Prasad Anandhan</b> Zenith 2 Yr Int. Program	<b>664 720</b> 2256   <b>Anaroli Singh</b> Zenith 2 Yr Int. Program	<b>659 720</b> 2796   <b>Ashutosh Akshaykumar Shan</b> Zenith 2 Yr Int. Program
<b>657 720</b> 3014   <b>Pranav Subramanian</b> Zenith 2 Yr Int. Program	<b>652 720</b> 3641   <b>Maheshwar Adarsh A</b> Zenith 2 Yr Int. Program	<b>647 720</b> 4517   <b>Hemant Subramanyam</b> Zenith 2 Yr Int. Program	<b>645 720</b> 4849   <b>Ram Jahangir</b> Zenith 2 Yr Int. Program	<b>642 720</b> 5539   <b>Siddhant Sankarshin D</b> Zenith 2 Yr Int. Program
<b>636 720</b> 6650   <b>Mahitha L</b> Zenith 2 Yr Int. Program	<b>635 720</b> 7162   <b>Vishnu BP</b> Zenith 2 Yr Int. Program	<b>634 720</b> 7385   <b>Asha Mahalakshmi Govindan</b> Zenith 2 Yr Int. Program	<b>627 720</b> 9139   <b>S K Sibar</b> Zenith 2 Yr Int. Program	<b>625 720</b> 9174   <b>C Sharon Agnes</b> Zenith 2 Yr Int. Program

FIITJEE Medical | Regional Head Office : FIITJEE Towers, No. 3, 1st Lane, Nungambakkam High Road, Nungambakkam, Chennai - 600034 | CHENNAI : ADYAR : New Number 11, 29th Cross Street, Indira Nagar, Adyar, 600020; K K Nagar : FIITJEE Towers, No: 51, Dr. Ramaswamy Salai, Near PSBB School, KK Nagar, Chennai - 600 078; KILPAUK : 175, Poonammallee High Road, Opp. Ega Theatre, Kilpauk, Chennai - 600010; TRICHY : Courtesy : Sri Vignesh Vidyalaya Senior Secondary School, Trichy - Chennai Trunk Road, Koothur, Trichy, Tamil Nadu - 621216; Coimbatore : Lavender Springs, 13/1, Maharaja Extn, Nehru Nagar West Near Suguna Polytechnic, Coimbatore - 641014; KOCHI : Lakshmi Bai Towers, TD Road, North End, Kochi - 682 035 | Phone: 95137 45202 | Website: www.fiitjeemedical.com

**The most Serious Brand in Education now has its OWN SCHOOL**

**TO GROOM THE SUPER HEROES OF TOMORROW'S INDIA**

Doctors with Heart | Engineers with Integrity | Orators with Conviction | Entrepreneurs with Foresight | Bureaucrats with Honesty | Scientists with Creativity | Players with Dedication | Artists with Cultural Roots

NMST provides an opportunity to all aspiring doctors to study at FIITJEE Global Schools and be benefited by

Stress free Academics | Best Faculty | World Class Infrastructure | NEET training at NO Extra Cost | Scholarship Badges up to 100% | Special Merit Privileges | Curated Residential Facilities



FIITJEE Global School Vellore Campus  
Sameera Garden City, 5 Km from Katpadi Junction,  
Chittoor Road, Vellore - 632059  
(CBSE Affiliation No 1931411 for Classes Pre KG to XII)



FIITJEE Global School Chennai Campus  
New Vision Township (Near Vandalur Zoo) 1 Km from  
Vandalur - Kelambakkan - Anna main Rd Jn - 600127  
(CBSE Affiliation No 1931410 for Classes Pre KG to XII)

Book a video counselling session now at [www.fiitjeeglobalschool.com](http://www.fiitjeeglobalschool.com) or call 81 4434 4434

**Admissions Open for AY 2022-23 (Pre KG - Std XI)**