Issue: 30 | June 2019

INSIGHT

a G.O.A.K journal

റെറ്റിനോപ്പതി ഓഫ് പ്രിമച്ചുറിറ്റി

ഡോ. ഗീത വി.കെ.പി

ഡിസ്‌ലെക്സിയ

പ്രശ്നങ്ങളും പരിഹാരങ്ങളും

അനന്തപുരിയിലെ ട്രെയിനിംഗ് സ്മരണകൾ

Inauguration of

GOAK

27th

Annual
State Conference
at Kanjangad
Kasaragod

13th JAN 2019

INSIGHT
Issue:30
June 2019

An Official Journal of
Kerala Goverment Optometrists' Association
Reg.No. 285

EDITORIAL BOARD

Chief Editor
JAYESH THOMPSON T.P

Associate Editor
BIJU K.R

Editor
AJITH UMAYANALLOOR

Sub. Editors
JAYAKUMAR S.
RENJU N.
DILSHAD M.T
SHIBU G.

Cover photo
AJITH UMAYANALLOOR

Address:
TC 27/89
Kunnukuzhi P.O
Redcross Road
Thiruvananthapuram-35

E-mail:
insight@keralaoptometry.org
www.keralaoptometry.org

പ്രിയ സഹപ്രവർത്തകരെ,

ഇതുപത്തിനാല് മണിക്കൂറിന്റെ ഒരാരം വരമ്പിടുന്നൊരു വൃത്തത്തിനുള്ളിൽ പലതായി വിഭജിച്ചുപോകുന്ന മണിക്കൂറുകളുടെ കുറേ ഖണ്ഡങ്ങൾ കൂടിച്ചേരുന്നതാണ് ഒരു ദിവസം, നമ്മളിൽ പലർക്കും. ഒരു നെടുവീർപ്പിൽ അലിഞ്ഞുപോകുന്നവയും, ഒരു നിസ്സംഗതയിൽ നീണ്ടുപോകുന്നവയും അവയക്കിടയിലുണ്ട്. എന്നാൽ തികച്ചും അവഗണിക്കാനാകാത്ത വിധം വലിപ്പമേറിയതും, പ്രാധാന്യമേറിയതുമാണ്, ഔദ്യോഗിക ജീവിതത്തിലെ മണിക്കൂറുകൾ. അതിൽ നാമോരോരുത്തരും തീർച്ചയായും സ്വയം കൃതാർത്ഥരും സന്തോഷവാന്മാരുമാണ്. കാരണം, ജോലിസമയത്തിലധികവും നമ്മുടെ മുന്നിലെത്തുന്ന ഒട്ടനവധിപേരെ ശരിയായ കാഴ്ചയുടെ മനോഹരമായ തീരങ്ങളിലേയ്ക്ക് കൈപിടിച്ച് നടത്താനും, നയിക്കാനുമാണ് നാമുപയോഗിക്കാറ്. അത് വളരെ കുറച്ചു മാത്രം പേർക്ക് ലഭിക്കുന്ന ഒതു സുകൃതമോ, നിയോഗമോ ആണ്. തീർച്ചയായും അതൊരു ഭാഗ്യം തന്നെയാണ്. ഒരു സമൂഹത്തിന് യഥാർത്ഥ കാഴ്ചയുടെ ദിശാബോധം നൽകുന്നതിലും വലുതായ് മറ്റെന്താണുള്ളത്...

> **ഒരു സമൂഹത്തിന് യഥാർത്ഥ കാഴ്ചയുടെ ദിശാബോധം നൽകുന്നതിലും വലുതായ് മറ്റെന്താണുള്ളത്...**

ഈ തിരക്കുകൾക്കിടയിലും നമ്മളിൽ ചിലർ, ചിന്തകൾകൊണ്ട്, ചിത്രങ്ങൾകൊണ്ട്, അറിവുകൾ കൊണ്ട് സമ്പന്നമാക്കിയ ചില പേജുകളാണ് ഇത്തവണ ഇൻസൈറ്റിലുള്ളത്. അത് അടുക്കിയൊതുക്കുന്ന ജോലിമാത്രമേ എന്റേതായുള്ളു. അതുതന്നെ, അപരിചിതത്വത്തിന്റെ ആശങ്കകളാലും സ്വയമായുള്ള അലംഭാവത്താലും നന്നായി പൂർത്തിയാക്കാനായോ എന്ന് എനിക്കുതന്നെ ആശങ്കയുണ്ട്. അതുകൊണ്ടുതന്നെ ഈ താളുകളിൽ വന്നുചേർന്നിട്ടുള്ള പാകപ്പിഴകൾ എന്റെ പ്രിയ സുഹൃത്തുക്കൾ സദയം ക്ഷമിച്ചുതരണമെന്ന് അപേക്ഷിക്കുന്നു.

എന്നെ ഈ കർത്തവ്യത്തിലേയ്ക്ക് നിയോഗിച്ച എല്ലാപ്രിയ സുഹൃത്തുക്കളേയും, അതിനായ ഒപ്പം നിന്ന സ്നേഹമനസ്സുകളേയും നന്ദിയോടെ സ്മരിച്ചുകൊണ്ട് ഇൻസൈറ്റിന്റെ ഈപ്പതിപ്പ് നിങ്ങൾക്കായി സമർപ്പിക്കുന്നു.

അജിത് ഉമയനല്ലൂർ
എഡിറ്റർ.

President's note

മുപ്പത്തിനാലു വർഷത്തെ സുദീർഘമായ സേവനത്തിനു ശേഷം ഞാൻ ഈ മാസം വിരമിക്കുകയാണ്. ഞാനേറ്റം ബഹുമാനിക്കുകയും ഇഷ്ടപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്ന GOAK യുടെ പ്രസിഡന്റായി ഇരിക്കുമ്പോൾ തന്നെ,വിരമിക്കാൻ സാധിച്ചത് ഒരു അംഗീകാരവും ഭാഗ്യവുമായി കാണുന്നു. പലപ്പോഴും അനാരോഗ്യം, സംഘടനയ്ക്ക് വേണ്ടിയുള്ള എന്റെപ്രവർത്തനങ്ങളെ സാരമായി നിയന്ത്രിച്ചപ്പോഴും, അതേറ്റവും സുഗമവും കാര്യക്ഷമവും ആയി മുന്നോട്ട് പോയത് നമ്മുടെ ബഹുമാന്യനായ ജനറൽ സെക്രട്ടറിയും മറ്റ് സഹപ്രവർത്തകരും തന്നിട്ടുള്ള ആത്മാർത്ഥമായ സഹകരണങ്ങളും സഹായങ്ങളും ഒന്നു കൊണ്ട് മാത്രമാണ്.

തികച്ചും ജനാധിപത്യപരമായി പ്രവർത്തിക്കുകയും, ഭാരവാഹികളെ തിരഞ്ഞെടുക്കുകയും ചെയ്യുന്ന സംഘടനയാണ് GOAK. എല്ലാ വർഷവും പ്രധാന പദവികളിലേയ്ക്കും സ്ഥാനങ്ങളിലേയ്ക്കും പുതിയ ഭാരവാഹികളെ തിരഞ്ഞെടുക്കുക മാത്രമല്ല, പുതുതലമുറയിലെ ഒപ്ടോമെട്രിസ്റ്റുകളെ കൂടി സംഘടനയുടെ മുഖ്യധാരയിൽ ഉൾപ്പെടുത്താനും, ചുമതലപ്പെടുത്താനും എന്നും നമ്മൾ ശ്രമിച്ചിട്ടുണ്ട്. നിരവധി സാമൂഹ്യ പ്രവർത്തനങ്ങൾ നടത്തുന്ന സംഘടനയാണ് GOAK.. കാസർഗോഡ് എൻഡോസർഫാൻ പ്രൊജക്ട്, ഇടമലക്കുടി ആദിവാസി കോളനി പ്രൊജക്ട്, വൃദ്ധസദന ക്യാമ്പുകൾ തുടങ്ങിയവ അവയിൽ ചിലതുമാത്രം. നമ്മുടെ ഒത്തൊരുമയും സാമൂഹിക പ്രതിബദ്ധതയുമാണ് എല്ലാ വിജയങ്ങൾക്കും പിന്നിൽ.

നിരവധി ഓർഡറുകൾ സർക്കാരിൽ നിന്നും, ആരോഗ്യവകുപ്പിൽ നിന്നും, NHM സ്റ്റേറ്റ് ഓഫീസിൽ നിന്നും നേടിയെടുത്ത ഒരു സംഘടനയാണ് GOAK. ഇനിയും പലതും നേടാനുണ്ട്. അതിനുവേണ്ടി നിങ്ങൾ ഏവരുടേയും കൂട്ടായ സഹകരണവും പ്രവർത്തനവും ആവശ്യമാണ്. ആ പ്രവർത്തനങ്ങൾ മുന്നോട്ട് കൊണ്ട് പോകേണ്ടത് തുടർന്നു വരുന്നവരുടെ കർത്തവ്യവും ഉത്തരവാദിത്ത്വവും ആണെന്നു കൂടി ഓർമ്മപ്പെടുത്താൻ ഞാനീ അവസരം വിനിയോഗിക്കുന്നു.

എന്റെ എല്ലാ നിർദ്ദേശങ്ങളും ശിരസ്സാവഹിച്ച് പ്രവർത്തിച്ച്, ഇടുക്കി ജില്ലയെ NPCB യുടെ മുൻനിരകളിലെത്തിച്ച എന്റെ പ്രിയ സഹപ്രവർത്തകരെ നന്ദിയോടെ സ്മരിക്കുന്നു. നല്ലൊരു നാളേക്കായി നമുക്ക് GOAK യുടെ കീഴിൽ ഒന്നിച്ചു മുന്നേറാം. അതിനുള്ള ലക്ഷ്യബോധവും കർമ്മശേഷിയും എന്നും നമ്മുടെ സംഘടനയ്ക്കുണ്ടാകുമെന്ന് എന്ന് എനിയ്ക്ക് ഉറപ്പുണ്ട്. എന്റെ പ്രിയ സഹപ്രവർത്തകരും സുഹൃത്തുക്കളുമായ നിങ്ങളോരോരുത്തരോടുമുള്ള നന്ദിയും സ്നേഹവും മനസ്സിൽ സൂക്ഷിച്ചുകൊണ്ട് ഞാൻ വിടവാങ്ങട്ടെ...

സ്നേഹപൂർവ്വം
ജയേഷ് തോംപ്സൺ
പ്രസിഡന്റ്

From Secretary's desk

സുഹൃത്തുക്കളെ,

2019 ജനുവരി മാസം കാസർകോഡ് വച്ച് നടന്ന സംഘടനയുടെ സംസ്ഥാന സമ്മേളനത്തിൽ നിങ്ങൾ എന്നിൽ വിശ്വാസമർപ്പിച്ച് ഏൽപ്പിച്ച ജനറൽ സെക്രട്ടറിപദം എന്ന ഉത്തരവാദിത്വം, എന്റെ കഴിവിന്റെ പരമാവധി പ്രവർത്തനക്ഷമമാക്കാൻ ശ്രമിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. സംഘടനയിൽ അംഗങ്ങളുടെ ഒത്തൊരുമയോടെയുള്ള പ്രവർത്തനവും, നിസ്സീമമായ സഹകരണവും നൽകുന്ന പ്രചോദനം നമ്മുടെ കാറ്റഗറിയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട വിഷയങ്ങളിൽ സമയബന്ധിതമായി ഇടപെടുവാനും, ഗുണപരമായ നേട്ടങ്ങൾ ഭാവിയിൽ ഉണ്ടാകാനുതകുന്ന നടപടികൾ സ്വീകരിക്കാനും സാധിക്കുന്നു.

DME യിലെ നമ്മുടെ വിഭാഗത്തിന്റെ തസ്തിക പുനർനാമകരണം സംബന്ധിച്ച ഫയൽ ചില സാങ്കേതിക കാരണത്താൽ മടക്കിയിരിക്കുകയാണെങ്കിലും, കൃത്യമായ മറുപടിയോടു കൂടി വീണ്ടും മേലാവിലേക്ക് അയപ്പിച്ച് അന്തിമ ഉത്തരവ് താമസംവിനാ നടത്തി കിട്ടാൻ ശ്രമംതുടരുകയാണ്.

ആരോഗ്യവകുപ്പിൽ റേഷ്യോ (2:2:1) പ്രകാരം നമുക്ക് 2 തസ്തികകൾ കൂടി സീനിയർ ഗ്രേഡ് ആക്കേണ്ടതും, ആയത് 2 മേജർ സ്ഥാപനങ്ങളിൽ ear mark ചെയ്യേണ്ടതുമാകുന്നു. ഇതടക്കം നാളിതുവരെ due ആയിട്ടുള്ള പ്രമോഷനുകളുടെ ഫയൽ ഉത്തരവ് ഇറക്കുന്നതിനായിസമർപ്പിച്ചിരിക്കുകയാണെന്ന് അറിയാൻ കഴിഞ്ഞു.

സ്കൂൾ സ്ക്രീനിംഗ് ഊർജ്ജിതപ്പെടുത്തുന്നതിന് ആവശ്യമായ നിർദ്ദേശങ്ങൾ അടങ്ങിയ ഒരു പ്രോജക്ട് റിപ്പോർട്ട്, സംഘടനയുടെ ഉപസമിതി തയ്യാറാക്കി NPCB State Program Officer ന് സമർപ്പിച്ചിട്ടുണ്ട്. അതിന്റെ മേൽനടപടികൾ follow up ചെയ്തു വരുന്നു.

E-Health മായി ബന്ധപ്പെട്ട് ഒപ്റ്റോമെട്രി വിഭാഗത്തിന് module ഇല്ല എന്ന വിഷയം ആയത് നടപ്പിലായ സ്ഥലത്തെ അംഗങ്ങൾ ശ്രദ്ധയിൽപ്പെടുത്തിയതിന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ E-Health project management തലവൻമാരെ നേരിൽ കണ്ട് വിശദമായ ചർച്ച നടത്തുകയും, അതിന്റെവെളിച്ചത്തിൽ RIO അടക്കം എല്ലാ ആശുപത്രികളിലും ഉപയോഗിക്കാവുന്ന Optometry module ന് ആവശ്യമായ രൂപം GOAK തയ്യാറാക്കി നല്കിയിട്ടുണ്ട്.

നേത്രാരോഗ്യ മേഖലയിൽ ഉപയോഗിക്കുന്ന ഉപകരണങ്ങളിൽ പ്രാവീണ്യം ലഭിക്കുന്നതിന് സംഘടന ഒരുക്കുന്ന സൗകര്യങ്ങൾ നമ്മുടെ അംഗങ്ങൾ ഫലപ്രദമായി ഉപയോഗപ്പെടുത്തുകയും, പ്രവർത്തി പഥത്തിൽ കൊണ്ടു വരികയും ചെയ്യുന്നു. എന്നത് അഭിനന്ദനാർഹമാണ്. ആയതിനാൽ കൂടുതൽ അംഗങ്ങൾക്ക് അതിനുള്ള അവസരം വരും നാളുകളിൽ ഒരുക്കാൻ ശ്രമിക്കുന്നതാണ്.

വർഷങ്ങളായി നമ്മൾ ആവശ്യപ്പെട്ടു കൊണ്ടിരിക്കുന്ന തസ്തിക സൃഷ്ടിക്കലിന്റെ ഫയൽ ഫിനാൻസ് ഡിപ്പാർട്ടുമെന്റിന്റെ തടസ്സങ്ങളിൽപ്പെട്ട് ഉഴലുകയാണ്. ഉചിതമായ നിർദ്ദേശങ്ങൾ ഉൾപ്പെടുത്തി ഫയൽ വീണ്ടും അയപ്പിക്കാൻ ശ്രമിക്കുന്നതാണ്.

സംസ്ഥാനത്തൊട്ടാകെ ഇപ്പോൾ ഒഴിഞ്ഞുകിടക്കുന്ന ഇരുപതോളം ഒപ്റ്റോമെട്രിസ്റ്റ് തസ്തികകളിൽ പി.എസ്.സി. നിയമനം നടക്കുന്നതുവരെ employment exchange ലെ പട്ടികപ്രകാരം താല്കാലിക നിയമനം നടത്തുന്നതിനുള്ള നടപടികൾ പുരോഗമിക്കുന്നു.

2010-ൽ BSc.Optometry രണ്ടു സർക്കാർ മെഡിക്കൽ കോളേജുകളിൽ തുടങ്ങിയതിനു ശേഷം നാളിതു വരെ മറ്റ് മെഡിക്കൽ കോളേജുകളിൽ ആരംഭിച്ചിട്ടില്ല. ഇതിനായും, ഒപ്പം പ്രസ്തുത കോഴ്സിലെ ഫാക്കുൽറ്റികളുടെ സ്ഥിരം നിയമനത്തിനുള്ള തസ്തികകൾ സൃഷ്ടിക്കാനും ശ്രമം തുടരുന്നതാണ്.

സർക്കാർ ആരോഗ്യമോഖലയിൽ ഒപ്റ്റോമെട്രിസ്റ്റുകളെ തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നതിനായി പി.എസ്.സി ജൂലൈ 4 ന് നടത്തുന്ന എഴുത്തു പരീക്ഷയിലൂടെ യോഗ്യതയുള്ള, അനുജൻമാരും, അനുജത്തിമാരും കടന്നു വരട്ടെ എന്ന് ആത്മാർത്ഥമായി പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു.

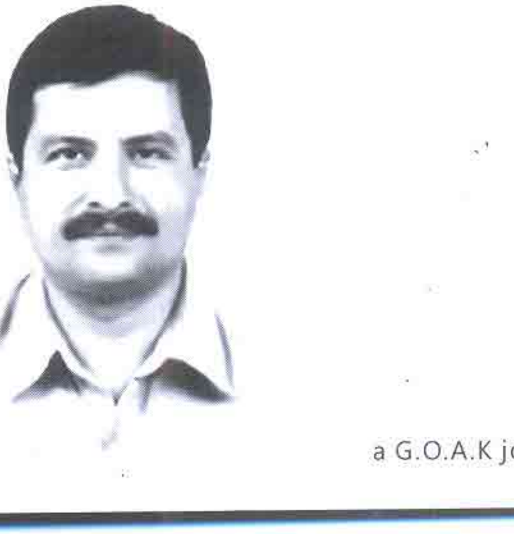
നമ്മുടെ പ്രവർത്തന മേഖലയിൽ ഉണ്ടാകുന്ന ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ സംഘടനയുടെ ശ്രദ്ധയിൽപ്പെടുത്തിയാൽ, പ്രസ്തുത വിഷയങ്ങൾക്ക് ഒരു പരിധിവരെ രമ്യമായ പരിഹാരം കണ്ടെത്താൻ നമുക്ക് ഒരുമിച്ച് ശ്രമിക്കാം.

ചെറുതും, വലുതുമായ ഒട്ടനവധി വിഷയങ്ങൾക്കൊപ്പം GOAK എന്ന സംഘടനയ്ക്ക് ഒരു ആസ്ഥാന മന്ദിരം വേണം എന്ന സ്വപ്നം ഇനിയും പൂവണിയാതെ നിൽക്കുകയാണ്. സംഘടനയുടെ അംഗങ്ങളുടെ ശ്രമഫലമായി അത് സഫലമാകുമെന്ന് പ്രതീക്ഷിക്കുന്നു.

"Alone we can
Do so little
Together we can
Do so much."

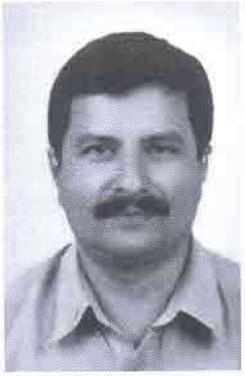
എന്ന ഹെലൻ കെല്ലറുടെ പ്രസിദ്ധമായ വരികൾ ഓർമ്മിച്ചുകൊണ്ട്, ഏവർക്കും, സൗഖ്യവും, സന്തോഷവും ഉണ്ടാവട്ടെ എന്ന പ്രാർത്ഥനയോടെ...

സസ്നേഹം
ബിജു. കെ.ആർ
ജനറൽ സക്രട്ടറി



GOAK STATE COMMITTEE

JAYESH THOMPSON T.P
President



BIJU K.R
Gen. Secretary

SUJATHA P.V
Treasurer

Executive Committee Members

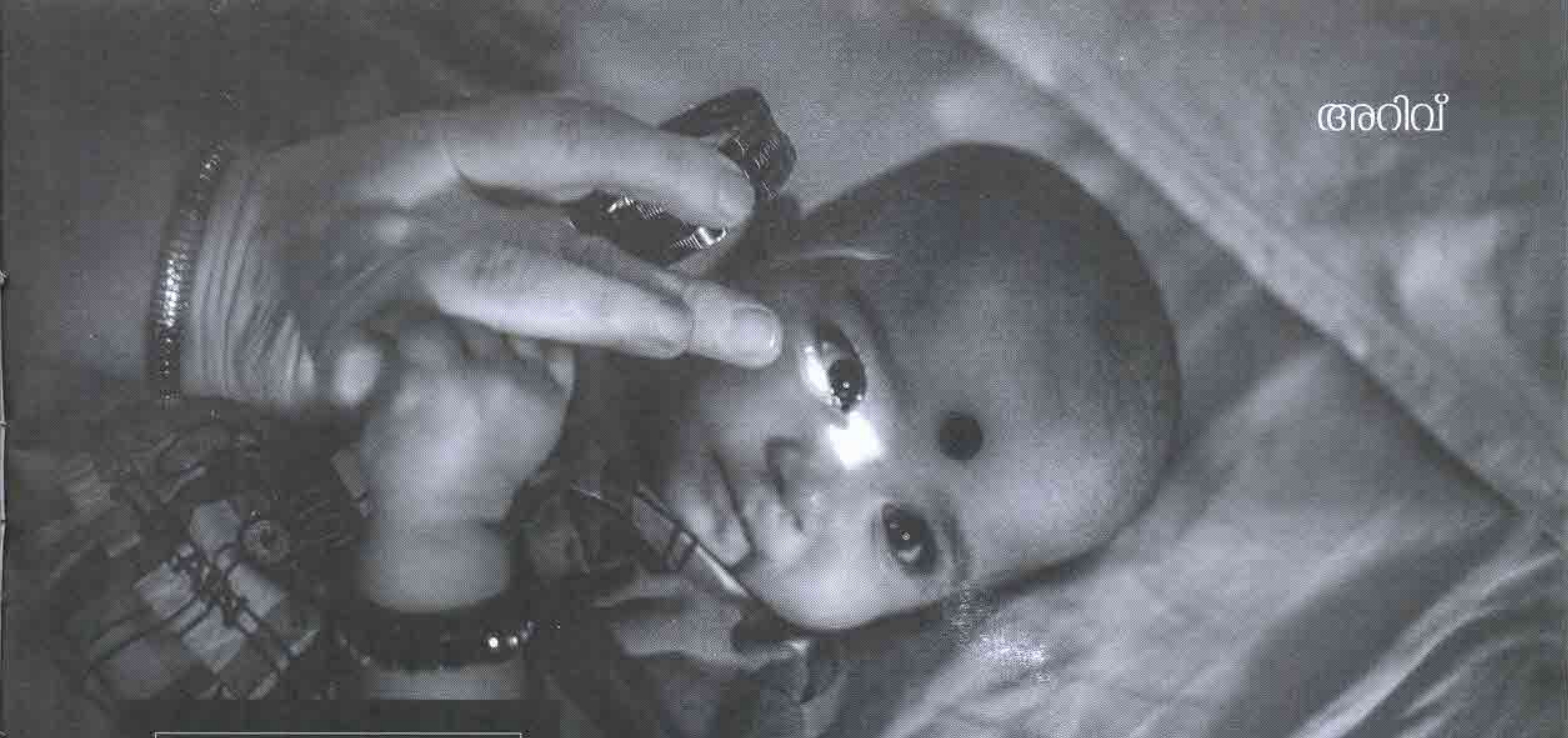
President	JAYESH THOMPSON T.P	District Ophthalmic Co-ordinator Idukki	9446474064
Vice Presidents	LEENA S.	District Ophthalmic Co-ordinator Kasaragod	9446060717
	SURENDRAN A.	Optometrist, CHC, Poonthura, Trivandrum	9447632854
Gen. Secretary	BIJU K.R,	Optometrist, CHC, Elampalloor, Kollam	9447039093
Joint Secretaries	SAJU KUMAR K.	Optometrist, Taluk Hospital, Kumdara, Kollam	9400924014
	AJEESH KUMAR R.	Optometrist, Taluk Hospital, Neeleswaram, Kasaragod,	9446846129
Treasurer	SUJATHA P.V	Senior Optometrist, THQH, Perumbavoor, Eranakulam	9447817584
Auditor	GLINY S.	Optometrist, CHC, Elanjipra, Thirssur	9447330550
Public Relations Secretary	ARUN R.J,	Optometrist, CHC, Vandiperiyar, Idukki	9446060730

State Committee Members

GENESH KUMAR	Optometrist, RHC, Panjappara, Trivandrum	9847854791
SUNIL KUMAR S.	Optometrist, CHC Thrikkadavoor, Kollam	9446170320
SUGANDI B.	Senior Optometrist, THQH, Ranni, Pathanamthitta	9446594171
FASEENA S.	Optometrist, CHC, Chunakkara, Alapuzha	9447560697
JISHA K.	Optometrist, CHC, Vakathanam, Kottayam	9446361835
SHIBU J.	Optometrist, CHC, Vandanmedu, Iukki	940739896
SUDHEESH B.R,	Senior Optometrist, TH, Karuvelipadi Eranakulam	9447856632
PRAKASH T.C	Optometrist, CHC, Ollur, Thrissur	8593892735
SABU V.J	Optometrist, CHC, Kadampazhipuram, Palakkad	9446562727
MANOJ K.J	Optometrist, CHC, Melattoor, Malappuram	9447351551
JULIE B.L,	Optometrist, CHC, Narikuni, Kozhikode	9846273384
DEENA PRIYA	Optometrist, DH, Mannthavadi, wayanad	9497303324
SREEKALA KUMARI S.	Senior Optometrist, CHQH, Thaliparamba, Kannur	944616131
SEENA V.R	Optometrist, DH, Kanjangad, Kasaragod	9400459098
BIJU V.S,	Netra Technician, Govt. Ayurveda College, Trivandrum	9847350362
MUHAMMED SHAN	Optometrist, TH, Bedadka, Kasaragod	9995222917
BINOY R.	Senior Optometrist, THQH, Pulinkunnu, Alapuzha	9446049382

INSIGHT EDITORIAL BOARD

Chief Editor	JAYESH THOMPDON	District Ophthalmic Co-ordinator Idukki	9446474064
Associate Editor	BIJU K.R	Optometrist, CHC, Elampalloor, Kollam	9447039093
Editor	AJITH S.	Optometrist, PHC, Kanthalloor, Idukki	9188260693
Sb. Eitors	JAYAKUMAR S.	Senior Optometrist, THQH, Chittoor, Palakkad	9446846129
	RENJU N.	Optometrist, CHC, Vellangalloor, Thrissur	9446303366
	DILSHAD M.T	Optometrist, CHC, Omanoor, Malappuram	9287649435
	SHIBU G.	Optometrist, CHC, Perumkadavila, Trivandrum	9562616382



റെറ്റിനോപ്പതി ഓഫ് പ്രിമച്ചുറിറ്റി

ഡോ. ഗീത വി.കെ.പി
ഒഫ്താൽമോളജിസ്റ്റ്,
ജില്ലാ ആശുപത്രി, പാലക്കാട്

> 2015 മുതൽ നാഷണൽ ഹെൽത്ത് മിഷന്റെ സഹായത്തോടുകൂടി പാലക്കാട് ജില്ലാ ആശുപത്രിയിൽ ഡോ. ഗീതയുടെ നേതൃത്വത്തിൽ ROP Screening നടക്കാറുണ്ട്. ഇത് നടക്കുന്ന ഏക ജില്ലാ ആശുപത്രിയാണ് പാലക്കാട്

''ഇന്റെ പേരന്റെ* കണ്ണ് നോക്കണത് എവടിയാണ് മാനേ?''

അവസാനത്തെ രോഗിയും പോയിക്കഴിഞ്ഞ് വാതിലടയ്ക്കാൻ തിരിഞ്ഞപ്പോഴാണ് വേശുവമ്മയുടെ തല വാതിൽക്കൽ കണ്ടത്.

വേശുവമ്മ ഞങ്ങളുടെ കോളനിയിലെ ഒരുപാട് വീടുകളിലെ സഹായിയാണ്. പുറംപണികളിലെല്ലാം സഹായിക്കുന്ന വിശ്വസ്തയായ അമ്മ. വിധവയായ അവർക്കു ഒറ്റ മകളാണ്. ഈയിടെ ജനിച്ച പേരക്കുട്ടിയുടെ കാര്യമാണ് അവരിപ്പോൾ അവതരിപ്പിച്ചത്.

''കണ്ണ് കണ്ണിന്റെ ഒ.പി.യിലല്ലേ അമ്മാ നോക്കുക?'' എന്ന് പറയാൻ തുടങ്ങവേ ''അയ് ഇന്റെ പച്ചക്കുട്ടീനെ** എവിടയാണ് വേ നോക്കണത്'' എന്ന് അമ്മ വീണ്ടും. അപ്പോഴാണ് ഓർമ്മ വന്നത് അവരുടെ മകളുടെ പ്രസവം മാസം തികയാതെയായിരുന്നു.

9446823925
vkpgeetha@gmail.com

ഗവണ്മെന്റ് ആശുപത്രിയിൽ ആണ് പ്രസവിച്ചെങ്കിലും കുഞ്ഞിനെ കുറച്ചു ദിവസം സ്വകാര്യ ആശുപത്രിയിലെ എൻ.ഐ.സി.യുവിൽ കിടത്തിയിരുന്നു. ഓ, ആർ.ഒ.പി സ്ക്രീനിംഗ് ആണ് കാര്യം.

ഞാൻ ചോദിച്ചു ''കണ്ണ് കാണിക്കാൻ എവിടെ നിന്നാ പറഞ്ഞത് വേശ്യമ്മേ?''

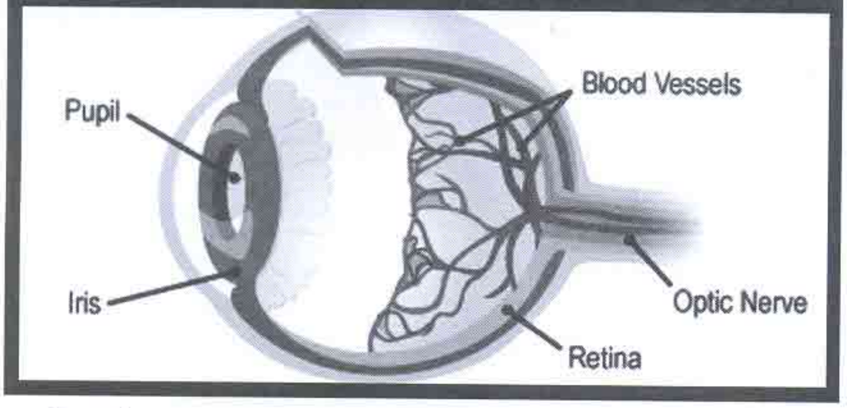
''അയ് കുട്ടിനെ നോക്കണ ഡോട്ടരാ പറഞ്ഞത്, കണ്ണ് ധർമ്മസ്പത്രീല് കൊണ്ടോയി കാണിക്കാൻ.''

അവിടെ ഇതിനൊക്കെയുള്ള സൗകര്യമുണ്ടോ എന്ന ചെറിയൊരു സംശയം അവരുടെ മനസ്സിലുണ്ട് എന്ന് എനിക്ക് മനസ്സിലായി.

വേശ്യാമ്മ ഒന്നും പേടിക്കണ്ട. ബിന്ദൂന്റെ മോനെ നമ്മുടെ സ്ത്രീകളുടെയും കുട്ടികളുടെയും ആശുപത്രിയിൽ മൂന്നാം നിലയിൽ ഡി.ഇ.ഐ.സി*** എന്നൊരു സ്ഥലമുണ്ട്. അവിടെയാണ് കൊണ്ടുവരേണ്ടത്. കേട്ടത് ശരിക്ക് മനസ്സിലായിട്ടില്ല എന്ന് അവരുടെ മുഖം പറയുന്നുണ്ട്. ''അമ്മ ഒരു കാര്യം ചെയ്യൂ. ബിന്ദുവിനെ വിളിച്ചു കൊണ്ടുവരൂ അവളോട് പറഞ്ഞു കൊടുക്കാം.'' ''ഞാൻ ഇപ്പൊ വിളിച്ചിട്ടു വരാം മാളെ.'' വേശു അമ്മ ശരവേഗത്തിൽ പുറത്തേക്കുപോയി. പത്തു മിനിട്ടിനുള്ളിൽ ബിന്ദു എന്റെ മുന്നിലെത്തി ഡോക്ടർ, എന്തിനാണ് മോന്റെ കണ്ണ് ടെസ്റ്റ് ചെയ്യുന്നത്?''

ബിന്ദു പേടിക്കണ്ട. മാസം തികയാതെ പ്രസവിക്കുന്ന കുട്ടികൾക്ക് കണ്ണിനുണ്ടാവുന്ന ഒരു അസുഖം കണ്ടുപിടിക്കാനുള്ള ഒരു പരിശോധന ആണിത്. റെറ്റിനോപ്പതി ഓഫ് പ്രിമച്ചുറിറ്റി (ആർ.ഒ.പി) സ്ക്രീനിംഗ് എന്നാണ് ഇതിനെ പറയുന്നത്.

എങ്ങനെയാണിപ്പോ ഇത് ബിന്ദുവിനെ പറഞ്ഞു മനസ്സിലാക്കിക്കുക എന്നാലോചിച്ചപ്പോഴാണ് മേശപ്പുറത്തിരുന്ന കണ്ണിന്റെ ചിത്രം കണ്ടത്. ''നോക്കൂ ബിന്ദു! ഇതാണ് നമ്മുടെ കണ്ണിന്റെ ഘടന. ഗോളാകൃതിയിലുള്ള കണ്ണിന് മൂന്ന് അടരുകൾ ഉണ്ട്. ഏറ്റവും പുറത്തുള്ള സ്ക്ലീറ എന്ന ഒരു പാളി, അതിനകത്തുള്ള യുവിയ എന്ന രക്തക്കുഴലുകൾ അടങ്ങിയ മറ്റൊരു പാളി, ഏറ്റവും അകത്തായി ഞരമ്പുകോശങ്ങളാൽ തീർത്ത റെറ്റിന എന്ന ഒരു പാളി കൂടി ഇവയിൽ ആർ.ഒ.പി എന്ന അസുഖം ബാധിക്കുന്നത് റെറ്റിനയെയാണ്. അതായത് കണ്ണെന്ന ക്യാമറയിലെ ഫിലിമിനെയാണ് എന്ന് പറയാം. റെറ്റിനയുടെ ചിത്രം കാണിച്ചുകൊണ്ട് ഞാൻ തുടർന്നു. ഈ



റെറ്റിനയിലെ രക്തക്കുഴലുകൾ കണ്ടില്ലേ? അവ മാസം തികയാതെ പ്രസവിക്കുന്ന കുട്ടികളിൽ പൂർണ്ണ വളർച്ച പ്രാപിച്ചിട്ടുണ്ടാവില്ല. ജനനശേഷം അന്തരീക്ഷവായുവിലെ പ്രാണവായുവിന്റെ അളവ് കൂടുതലായതിനാൽ ഈ രക്തക്കുഴലുകളുടെ വളർച്ച വേണ്ട രീതിയിൽ ഇല്ലാതിരിക്കുമ്പോൾ രക്തചംക്രമണം വേഗമാക്കുവാൻ വാസ്കുലർ എൻഡോത്തീലിയൽ ഗ്രോത്ത് ഫാക്ടർ എന്ന ഒരു വസ്തു ക്രമാതീതമായി ഉൽപ്പാദിപ്പിക്കപ്പെടുകയും തത്ഫലമായി രക്തക്കുഴലുകളും മറ്റും റെറ്റിനയിൽ ആഴ്ന്നിറങ്ങുകയും റെറ്റിനയ്ക്ക് സ്ഥാനചലനം സംഭവിക്കുകയും ചെയ്യും. ഇതുമൂലം കാഴ്ചശക്തി പൂർണ്ണമായി നഷ്ടപ്പെടാം. ഇതിനെയാണ് റെറ്റിനോപ്പതി ഓഫ് പ്രിമച്ചുറിറ്റി എന്നു പറയുന്നത്. ഈ പ്രശ്നം സാധാരണയായി മാസം തികയാതെ പ്രസവിക്കുകയും ഓക്സിജൻ കൊടുക്കേണ്ടി വരികയും ചെയ്യുന്ന കുട്ടികൾക്കാണ് കൂടുതലായും ഉണ്ടാവുന്നത്. അതിനാൽ അത്തരം കുട്ടികളെ ആദ്യത്തെ മുപ്പത് ദിവസങ്ങൾക്കുള്ളിൽ കണ്ണിന്റെ ഞരമ്പു പരിശോധന നടത്തേണ്ടതായി വരും.

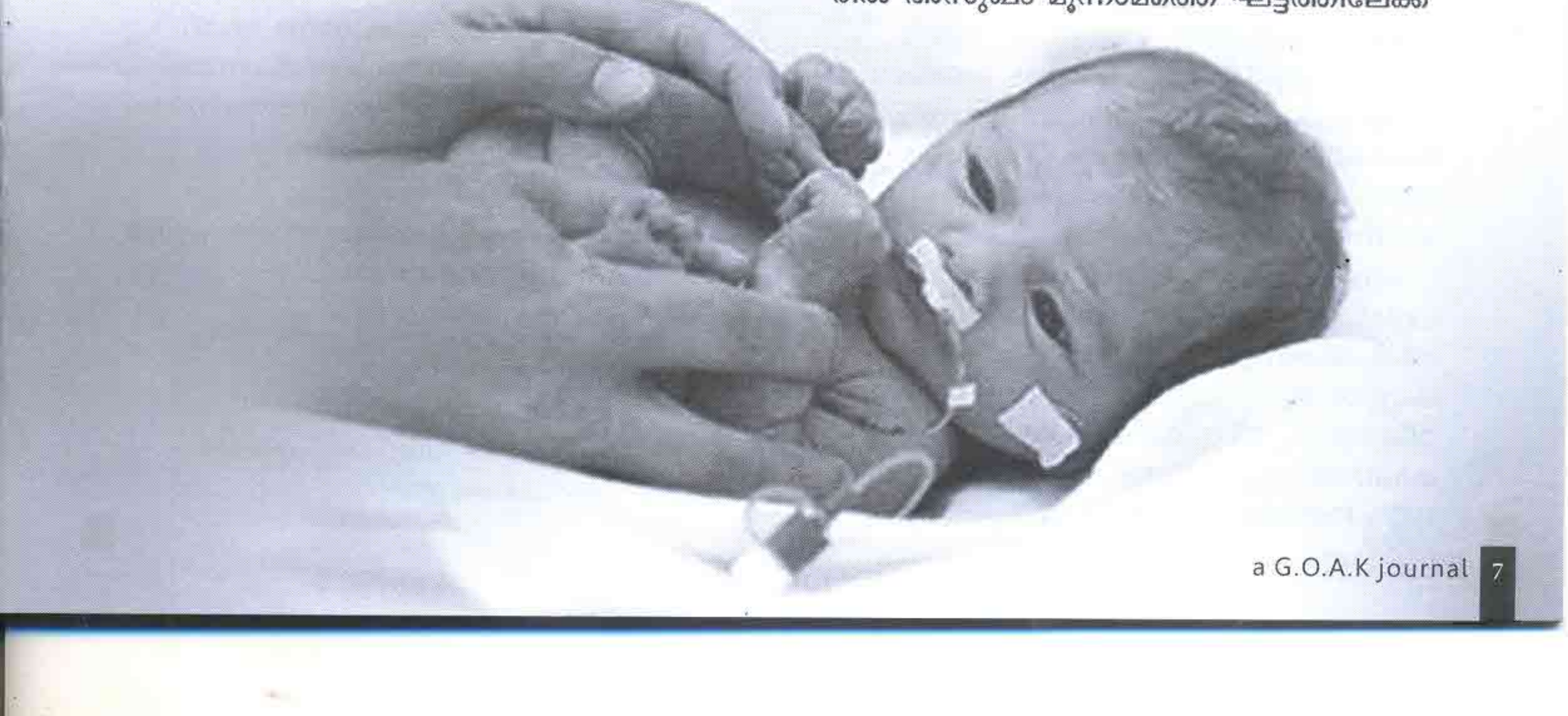
''അതേ, മോന് നാലഞ്ചുദിവസം ഓക്സിജൻ കൊടുക്കേണ്ടി വന്നിരുന്നു. അതുകൊണ്ട് എന്തെങ്കിലും കുഴപ്പം വരുമെന്ന് വിചാരിച്ചില്ല.

''കുഴപ്പമുണ്ടെന്നല്ല ബിന്ദു, എന്തെങ്കിലും പ്രശ്നമുണ്ടോ എന്ന് പരിശോധന നടത്തണമെന്നാണ് പറഞ്ഞത്. അത് നടത്തി റെറ്റിന പൂർണ്ണ വളർച്ച എത്തിയതായി തെളിഞ്ഞാൽ പിന്നെ പ്രശ്നമില്ല. ഇത് നടത്താനാണ് ജില്ലാ ആശുപത്രിയിൽ വരാൻ പറഞ്ഞത്.'' ''എന്റെ നാത്തൂന്റെ മാസം തികയാത്ത കുട്ടിക്ക് ഇതൊന്നും ചെയ്തില്ലല്ലോ. അവർ അട്ടപ്പാടീലാണ്. ഇപ്പോൾ ആറ് മാസമായി.''

''മാസം തികയാതെ പ്രസവിക്കുന്ന എല്ലാ കുട്ടികൾക്കും ഈ അസുഖം ഉണ്ടാവണമെന്നില്ല ബിന്ദു. ഒരുപക്ഷേ ആ കുട്ടിക്ക് ആർ.ഒ.പി ഉണ്ടായിക്കാണില്ല. അല്ലെങ്കിൽ ഉണ്ടായെങ്കിലും ചികിത്സ ചെയ്യാതെ തന്നെ ഭേദപ്പെട്ടു കാണും.''

''അപ്പോൾ ഈ അസുഖം ചികിത്സിക്കാതെ മാറുമോ?''

''ആർ.ഒ.പി എന്ന അസുഖത്തിനു അഞ്ചു ഘട്ടങ്ങളുണ്ട്. ആദ്യത്തെ രണ്ട് ഘട്ടങ്ങളിൽ കണ്ടുപിടിച്ചാലും അടുത്ത ഘട്ടത്തിലേക്ക് പോകുന്നുണ്ടോ എന്ന് നിരീക്ഷിക്കുക മാത്രമാണ് ചെയ്യുക. ചിലരിൽ അസുഖം മൂന്നാമത്തെ ഘട്ടത്തിലേക്ക്



പോകും. മറ്റ് ചിലരിൽ അസുഖം തനിയെ കുറയുകയും റെറ്റിന പൂർണ്ണ വളർച്ച പ്രാപിക്കുകയും ചെയ്യും. മൂന്നാമത്തെ ഘട്ടത്തിൽ എത്തിയാൽ ഉടൻ തന്നെ റെറ്റിനയിൽ ലേസർ ചികിത്സ ചെയ്യണം. ഇല്ലെങ്കിൽ റെറ്റിനയ്ക്ക് സ്ഥാനഭ്രംശം സംഭവിക്കുന്ന അവസ്ഥ (റെറ്റിനൽ ഡിറ്റാച്ച്മെന്റ്) ഉണ്ടാവുകയും (നാലും അഞ്ചും ഘട്ടങ്ങൾ) കുഞ്ഞിന് എന്നെന്നേക്കുമായി കാഴ്ച നഷ്ടപ്പെടുകയും ചെയ്യും. ഇതിനാലാണ് ഈ അസുഖം വളരെ ഗൗരവമുള്ളതായി കണക്കാക്കുന്നത്.''

ബിന്ദുവിന്റെ കണ്ണ് നിറഞ്ഞിരിക്കുന്നത് കണ്ട ഞാൻ വിശദീകരണം നിർത്തി. ബിന്ദു വിഷമിക്കണ്ട. ഇതൊക്കെ വളരെ ചുരുക്കം കുട്ടികൾക്കേ ഉണ്ടാവൂ. പക്ഷേ നമ്മുടെ കുഞ്ഞിനുണ്ടോ എന്നറിയാൻ പരിശോധിക്കണമെന്ന് മാത്രം.'' 'നമുക്കിപ്പൊതന്നെ നോക്കാം ഡോക്ടർ. ഞാനിപ്പൊതന്നെ ഉണ്ണിനെ കൊണ്ടരാം....''

വേണ്ട, ബിന്ദു ഇപ്പോൾ നോക്കാൻ പറ്റില്ല. നാളെ രാവിലെ ജില്ലാ ആശുപത്രിയിൽ കൊണ്ടുവന്നാൽ മതി. കുഞ്ഞിന് കണ്ണിൽ തുള്ളിമരുന്ന് ഒഴിച്ച് കൃഷ്ണമണി വികസിപ്പിച്ചതിനു ശേഷമേ ഞരമ്പ് കാണാൻ പറ്റൂ. ഒരുപാട് സമയമെടുക്കുന്ന ഒരു പരിശോധനയാണിത്. നമ്മുടെ ആശുപത്രിയിൽ എല്ലാ വാഴാഴ്ചയും ഇത് സൗജന്യമായി ചെയ്യുന്നുണ്ട്. മറ്റ് പ്രൈവറ്റ് ആശുപത്രികളിൽ നിന്നു പോലും കുട്ടികളെ പരിശോധനയ്ക്കായി കൊണ്ടുവരുന്നുണ്ട്.

''കുഴപ്പം വല്ലതും കണ്ടാലോ?''

''ഒന്നു പേടിക്കേണ്ട ബിന്ദൂ, തക്ക സമയത്ത് കണ്ടുപിടിക്കുകയാണെങ്കിൽ ലേസർ ചികിത്സ കൊണ്ട് പൂർണ്ണമായും സുഖപ്പെടുന്ന ഒരുസുഖമാണിത്.''

ശരി ഡോക്ടർ, ബിന്ദു മുഖം തുടച്ചു കൊണ്ട് പറഞ്ഞു. ഞാൻ നാളെ തന്നെ ഉണ്ണിനെ കൊണ്ടരാം.

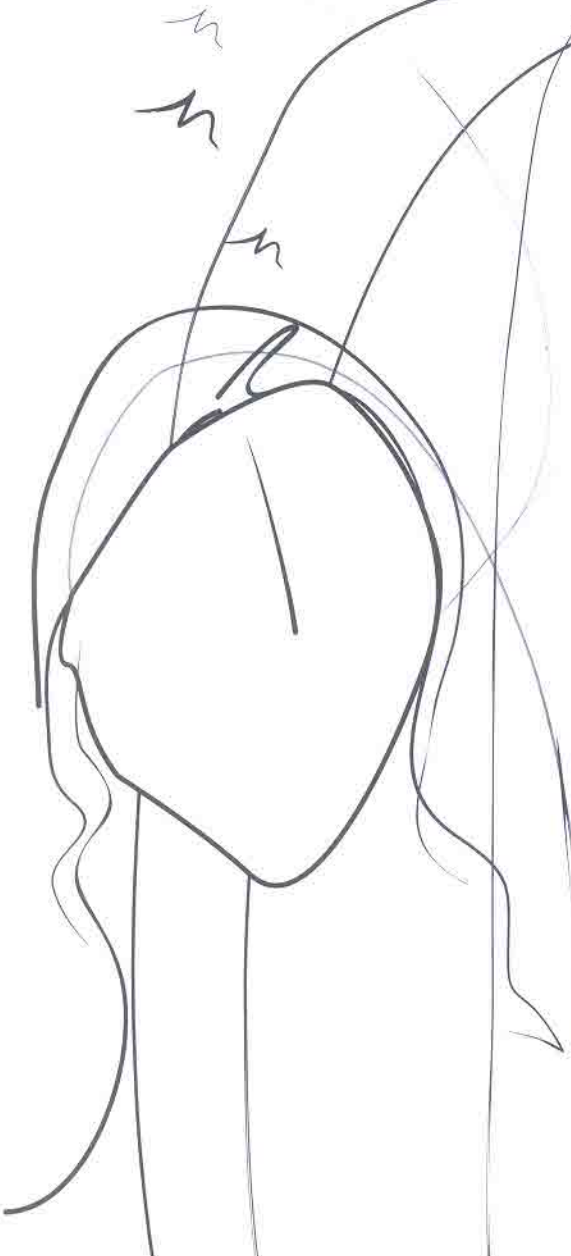
ഒരു കാര്യം കൂടി ബിന്ദു, ബോധവൽക്കരണത്തിനുള്ള ഒരു അവസരവും നഷ്ടപ്പെടുത്താതെ ഞാൻ തുടർന്നു. ''32 ആഴ്ചയ്ക്കുള്ളിൽ ജനിക്കുകയും ജനനസമയത്ത് തൂക്കം 1.5 കിലോഗ്രാം കുറവോ ആയിട്ടുള്ള എല്ലാ കുട്ടികളേയും 30 ദിവസത്തിനുള്ളിൽ കണ്ണുപരിശോധന നടത്തണമെന് എല്ലാവരോടും പറയൂ.

''ഇരുപത്തെട്ട്'' നടത്തുന്നതിനുള്ളിൽ കണ്ണ് നോക്കണമെന്നർത്ഥം.''

** പേരൻ - പേരക്കുട്ടി*

*** പച്ചക്കുട്ടി - നവജാതശിശു*

****ഡി.ഇ.ഐ.സി - ഡിസ്ട്രിക്റ്റ് എയർലി ഇന്റർവെൻഷൻ സെന്റർ.*



ഞാൻ തിരഞ്ഞത് നിന്നെയായിരുന്നില്ല...!

ഡെന അന്ന സേവ്യർ
D/o. മേഴ്സി വർഗ്ഗീസ്, സീനിയർ ഒപ്റ്റോമെട്രിസ്റ്റ്, താലൂക്ക് ഹോസ്പിറ്റൽ, നെടുംകണ്ടം

ഞാൻ തിരഞ്ഞത് നിന്നെയായിരുന്നില്ല.
നിന്റെ ചുംബനങ്ങൾ കൊണ്ടുമാത്രം
എന്റെ ദാഹം അടങ്ങുമായിരുന്നില്ല.
ഞാൻ സ്വതന്ത്രയാകുമായിരുന്നില്ല.
ഞാൻ തിരഞ്ഞത്
നിർവൃതിയായിരുന്നു.
അനന്തമായ ആകാശവിതാനം
കണക്കെ എന്റെ സ്വപ്നങ്ങൾ നീളുന്നു.

ഞാനിന്നും കുട്ടിയാണ്.
പാടത്തും തൊടിയിലും പാറിനടക്കുന്ന കുട്ടി.
രസമുള്ളതിലെല്ലാം എന്റെ കണ്ണുടക്കുന്നു.
പുറകെ പാഞ്ഞ് പിടിക്കും വരെ
എന്റെ ആകാശത്തെ തുമ്പികൾ പറന്നകലുന്നില്ല.
അവയെന്റെ ചുവടുകളെ ത്രസിപ്പിയ്ക്കുന്നു.
ഞാനിപ്പോഴും കുട്ടിയാണ്,
സ്വപനങ്ങൾക്കു മഴവിൽ നിറമുള്ള,
കൗതുകം പാത തെളിക്കുന്ന,
മഴകൊണ്ടു മേനി മൂടാൻ കൊതിക്കുന്ന,
കുറുമ്പടങ്ങാത്ത കുട്ടി.
നിന്റെ ചുംബനങ്ങൾ കൊണ്ട്
മാത്രം ഞാൻ തൃപ്തയാവുമായിരുന്നില്ല.

എനിയ്ക്കറിയില്ല, ഞാൻ
എന്താണിങ്ങനെയെന്ന്.
എന്റെ കണ്ണുകൾ കാഴ്ചകൾ തേടുന്നു.
എന്റെ മോഹങ്ങൾ വർണ്ണക്കുട ചൂടുന്നു.
ഒരിക്കലും വറ്റാത്ത ഉറവയായി
അഭിലാഷം വനവസന്തം തീർക്കുന്നു.
അത് ആളിക്കത്തുന്ന
അഗ്നിയായെന്നിൽ കുടികൊള്ളുന്നു.
അതിന്റെ നെയ്ത്തിരികൾ
കെടാവിളക്കെന്നപോലെ തെളിഞ്ഞു കത്തുന്നു.
എന്റെ കണ്ണുകൾ പായുന്നു.
അവ ചലിക്കുന്നു.
ഓരോ പുലരിയിലും ഓരോ രാത്രിയിലും
പുതിയ നിറങ്ങൾ കാണാൻ,
പുതിയ രുചികൾ നുണയാൻ വെമ്പുന്നു.
എന്നിലെ അഗ്നി കെടുന്നില്ല.
ഞാൻ തിരയുന്നു, നിന്നെയല്ല.!
പുതിയ പുലരികളെ...,
ചുവന്ന സായംകാലങ്ങളെ...,
ഇരുട്ട് പുതച്ച രാത്രികളെ...!!!

ഓടിവന്ന് തന്നെ താങ്ങി സോഫയിലിരുത്തി. വെള്ളം പകർന്നുതന്നു. നിറഞ്ഞ കണ്ണുകളിലൂടെ അവളെന്തോ ചോദിക്കുന്നു. ഒന്നുമില്ലെന്ന് തലയാട്ടാൻ ശ്രമിച്ചു. ഒരു കൈകൊണ്ട് മകനെ ചൂണ്ടി. ഒന്നും പറയാൻ പറ്റുന്നില്ല. പ്രകാശമുനകൾ നിറച്ച അപ്പൂപ്പൻ താടിപോലെ വെളിച്ചം കണ്ണിലേക്ക് വീഴുന്നു. ഭാരമില്ലാത്ത മറ്റൊരപ്പൂപ്പൻ താടിയായി മേലേക്ക് ഉയരുകയാണ്. കൈയെത്തി അവരിരുവരേയും തൊടണമെന്നു്. യാത്ര ചോദിക്കണമെന്നു്. പക്ഷേ... എറുമ്പുകൾ പോലെ എല്ലാവരും ചെറുതാകുന്നു.

* * * * *

പടവുകളിൽ പഞ്ഞി പതിച്ചതുപോലെ മേഘത്തുണ്ടുകളാണ്. ചിലർ ആരെയോ തിരയുന്നു. എവിടെയൊക്കെയോ കണ്ടുമറന്ന മുഖങ്ങൾ. മഞ്ഞുവീണ ചില്ലുജാലകങ്ങളിലൂടെന്നപോലെ കാഴ്ചകൾ അവ്യക്തമാണ്. പ്രതീക്ഷയോടെ ഓരോ മുഖവും ജയരാമൻ തിരഞ്ഞുകൊണ്ടിരുന്നു.

തോളിൽ ഒരു കരതലം പതിഞ്ഞു, അവൾ – ജാനകി.

എപ്പോഴെത്തി എന്നു ചോദിക്കാൻ തോന്നിയില്ല. ദിവ്യവും ദീപ്തവുമായ ഭാവമായിരുന്നു അവൾക്ക്. രോഗം കാർന്നെടുത്തതെങ്കിലും വടുക്കളൊന്നുമില്ലാത്ത നിർമ്മലമായ മുഖം. വർഷങ്ങൾക്കുമുമ്പ് താൻ ഹൃദയത്തോട് ചേർത്തുവച്ച രൂപം. പക്ഷേ ആ കണ്ണുകൾ സജലങ്ങളായിരുന്നു. ഒരു വാക്കുപോലും പറയാതെ വിട്ടുപോയതിന്റെ പാപഭാരംപോലെ.

മൗനസംവേദനങ്ങളിൽ വിരലുകൾ കോർത്തു. നേർത്ത വിറയലിൽ പരിഭവം – മറ്റുള്ളവരെ വിഷമിപ്പിച്ചുകൊണ്ട് വീണ്ടും എന്തിന്?

പണ്ടത്തെപോലെ, ഒന്നും പറയാതെ അയാൾ മുന്നോട്ട് നടന്നു. ഒരു നോട്ടത്തിൽ ആയിരം കഥനങ്ങൾ പറയാതെ പറഞ്ഞ്, അവളുടെ വിരൽ പിടിച്ച്....

പിന്നെ, അടർന്നു മാറിയ മേഘശകലങ്ങൾക്കിടയിലൂടെ താഴേക്ക് വിരൽചൂണ്ടി, വിതുമ്പിപ്പോയ ചുണ്ടുകൾ കടിച്ചു പിടിച്ച്.

വാടിത്തളർന്ന്, കരഞ്ഞുലഞ്ഞ് സ്നേഹ. എറുമ്പിൻ കൂട്ടങ്ങളെ പോലെ വീടിനകത്തും പുറത്തും ജനം. അടക്കം പറച്ചിൽ...

എന്നാലും ജയരാമന്....

അടക്കമെപ്പോഴാ?

തലയണെറുമ്പിനെപോലെ വാര്യത്തെ ചന്ദ്രേട്ടന്റെ നിർദ്ദേശങ്ങൾ.

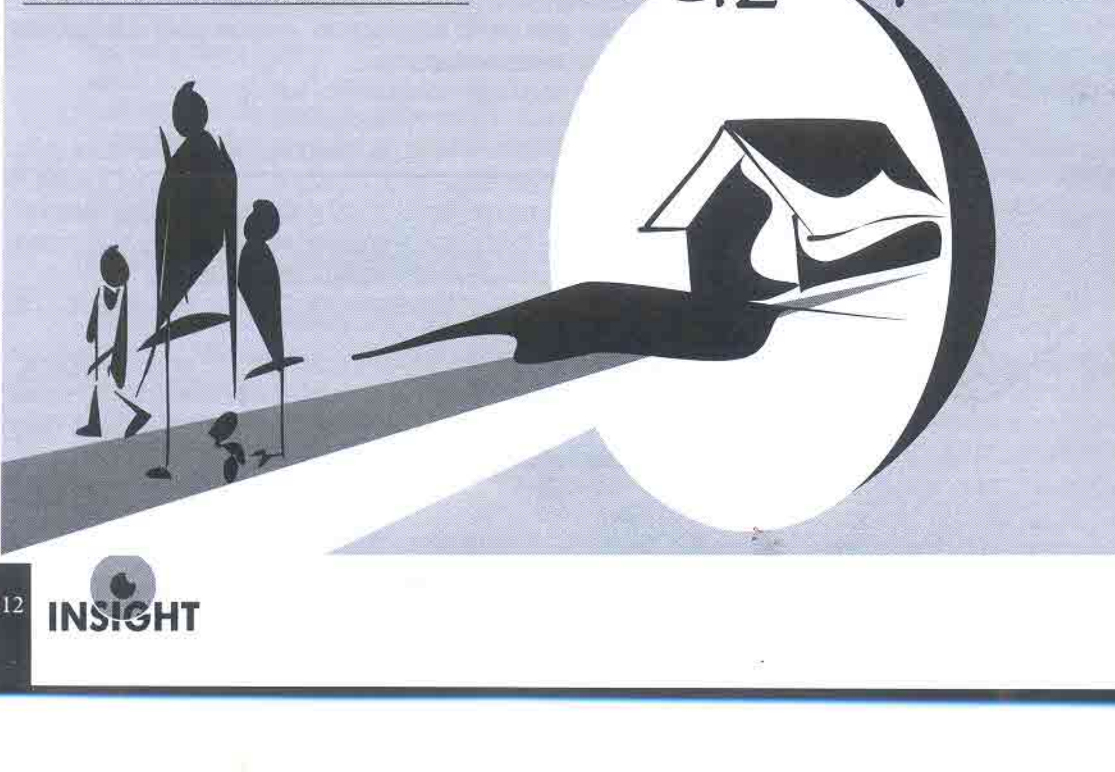
വാഴയിലയിലയും കോടിയും ചേർത്ത് പിടിച്ച്, തല തെക്കോട്ട് വച്ച്...

വിരലുകൾക്കിടയിൽ തിരുകിയ പന്ത് എടുത്തുമാറ്റി ആരോ അപ്പുവിനെ തോർത്തുടുപ്പിക്കുന്നു. അവനെ ഈറനാക്കുന്നു. ഒപ്പം കളിക്കാതെ വാക്കുതെറ്റിച്ച അച്ഛനെ കാത്ത് അവന്റെ കണ്ണ് പായുന്നു. ■

കവിത

ഷാനിത. പി
ഒപ്റ്റോമെട്രിസ്റ്റ്, താലൂക്ക് ഹോസ്പിറ്റൽ, വണ്ടൂർ, മലപ്പുറം

വെളിച്ചത്തിലേക്ക്..



കാഴ്ചയാം വെളിച്ചം
അണഞ്ഞുപോയവർ
തേടിയെത്തിടുന്നു
കാഴ്ചയെ വീണ്ടെടുക്കാൻ
പലതരം ചില്ലുകൾ
മാറിമാറി നോക്കീട്ടും
കഴിയുന്നില്ലെനിക്കീ–
പ്രകാശം നിരിച്ചു നല്കാൻ.
തിമിര രോഗവും
ഗ്ലോക്കോമയും
പ്രമേഹവും
മറ്റു പലവിധ രോഗങ്ങളും
കാഴ്ചയെ കൊല്ലുന്നു
സാവധാനം
അമൂല്യമാം കാഴ്ചയെ
നിലനിർത്തുവാനായി
നയനപരിശോധന
ശീലമാക്കു... ■

അനന്തപുരിയിലെ ട്രെയിനിംഗ് സ്മരണകൾ

കവിത സുനിൽകുമാർ
ഒപ്റ്റോമെട്രിസ്റ്റ്, കമ്മ്യൂണിറ്റി ഹെൽത്ത് സെന്റർ, എഴിക്കര, എറണാകുളം

ചില വീടുകൾ അങ്ങനെയാണ്...
ഗേറ്റ് കടക്കുമ്പോഴേ സ്നേഹത്തിന്റെ ഒരു കാറ്റും സുഗന്ധവും
നമ്മളെ വന്നു പൊതിയുന്നതു പോലെ തോന്നും...
അകത്തു കടക്കുമ്പോൾ അതിന്റെ തീക്ഷ്ണത കൂടി കൂടി വരുന്നത്
നമുക്ക് അനുഭവിക്കാനാവും...

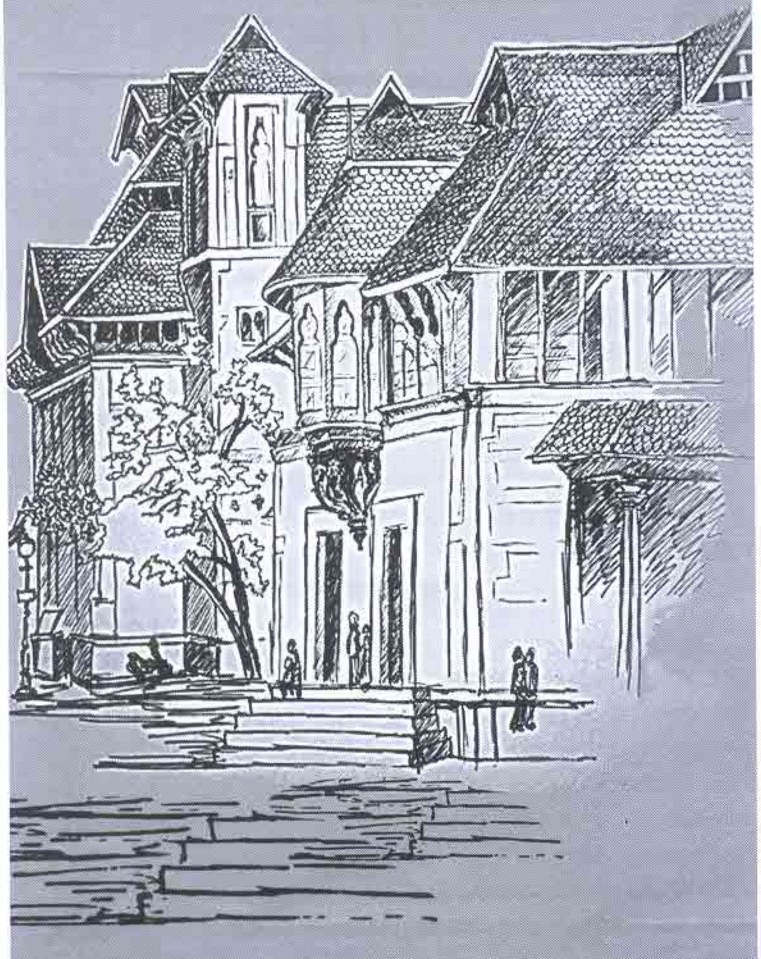
ട്രാൻസ്ഫറിനെ തുടർന്നുണ്ടായ അസ്വസ്ഥത എന്നിലേക്ക് അനുദിനം പടരാൻ തുടങ്ങിയിട്ട് രണ്ടു മാസത്തോളമാവുമ്പോഴാണ് വേനലിലൊരു മഴ പോലെ രണ്ടു ദിവസത്തെ ട്രെയിനിംഗിന് തലസ്ഥാനത്ത് എത്തണമെന്നുള്ള ഓഡർ വരുന്നത. ഇത് കേൾക്കുമ്പോൾ എല്ലാ ഗൃഹസ്ഥകൾക്കുമുണ്ടാവുന്ന ഒരു ആധി എന്നിലുമുണ്ടായി. നമ്മുടെ അസാന്നിദ്ധ്യത്തിൽ വീട്ടുകാര്യങ്ങളെങ്ങനെയാവും എന്ന ആധി പക്ഷേ വാട്ടർ അതോറിറ്റി ഹാൾ കാമ്പസിൽ പ്രവേശിച്ചപ്പോൾ പ്രസക്തി നഷ്ടപ്പെട്ട് പിന്നീട് എങ്ങോ അപ്രത്യക്ഷമായി. ഗൃഹസ്ഥകളൊക്കെ ചുറുചുറുക്കുള്ള വിദ്യാർത്ഥികളായി. ബന്ധനങ്ങളുടെ അയവിൽ അവരുടെ മുഖങ്ങൾ പ്രകാശിച്ചു....

ചെല്ലുന്നതിനു മുൻപേ തലസ്ഥാനത്തെ ഒപ്റ്റോ സുഹൃത്തുക്കൾ അവരുടെ വീടുകളിലേക്ക് കൊണ്ടു പോകാൻ മത്സരം തുടങ്ങി. ആദ്യ ദിവസം ഞങ്ങൾ ജസ്റ്റിന്റെ വീട്ടിലേക്കാണ് പോയത്. നിഷ്കളങ്കമായ ചിരിയോടെ ജസ്റ്റിന്റെ ഭാര്യ, മകൾ, അമ്മ ഞങ്ങളെ വരവേറ്റു. സ്വതവേ ഒട്ടും സംസാരിക്കാത്ത ജസ്റ്റിൻ കാറിൽ കയറുമ്പോഴേ തമാശ പറയാനും പൊട്ടിച്ചിരിക്കാനും തുടങ്ങിയതും, മനോഹരമായ ഗാനങ്ങൾ ഇട്ടതും എന്നെ അത്ഭുതപ്പെടുത്തി. ചായ സൽക്കാരത്തിനും കുശലം പറച്ചിലുകൾക്കും ശേഷം ഞങ്ങൾ മ്യൂസിയത്തിനു ചുറ്റും കുറേ സമയം കറങ്ങി നടന്നു. കനകക്കുന്നു കൊട്ടാരത്തിന്റെ ഗാംഭീര്യം നിറഞ്ഞ വാസ്തുശില്പഭംഗിയിൽ അന്തം വിട്ട് ഉദ്യാനവും ഒക്കെ കണ്ട് വെറുതെ അങ്ങനെ നടന്നു. ഹോസ്റ്റിലിലെത്തിയപ്പോൾ ജസ്റ്റിന്റെ ഭാര്യ സ്നേഹപൂർവ്വം കൊടുത്തയച്ച രുചികരമായ വിഭവങ്ങൾ ഞങ്ങളെ കാത്തിരിക്കുന്നു.

ഹോസ്റ്റൽ വിദ്യാർത്ഥികളെപ്പോലെ എല്ലാവരും തമാശകൾ പറഞ്ഞ് റൂമുകളിൽ കയറിയിറങ്ങി. അപ്പോഴാണ് മറ്റൊരു സംഘം പ്രസാദിന്റെ വീട്ടിൽ പോയി കോവളവും കണ്ട് മടങ്ങി എത്തിയത്.... പ്രസാദിന്റെ വീട്ടിൽ നിന്നും ലഭിച്ച ഊഷ്മളമായ സ്വീകരണത്തെ പറ്റി പറയാൻ അവർ മത്സരിച്ചപ്പോൾ അവിടെ പോകാൻ പറ്റിയില്ലല്ലോ എന്നൊരു ദുഃഖം, നഷ്ടബോധം.

വിശേഷങ്ങൾ പറഞ്ഞ് ഞങ്ങൾ യാത്രാ ക്ഷീണത്തിലും ഏറെ നേരം ചിലവഴിച്ചു. ട്രെയിനിങ് സെന്ററും ഹോസ്റ്റലും തൊട്ടടുത്ത്. ഞങ്ങൾ രാവിലെ തന്നെ തയ്യാറായി എത്തി. കുറച്ചു കഴിഞ്ഞപ്പോൾ ബാക്കിയുള്ളവരും എത്തി തുടങ്ങി. കൂടെ പഠിച്ചവരെ കണ്ട സന്തോഷത്തിൽ എല്ലാവരും ഉത്സാഹഭരിതരായി.

പരിശീലന പരിപാടിയിലെ ആദ്യ സെഷൻ തിരുവനന്തപുരം റീജണൽ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ഒഫ്താൽമോളജിയിലെ ഡോ. സൈമൺ ജോർജ്ജിന്റേതായിരുന്നു. തലേ ദിവസത്തെ രാത്രി ഡ്യൂട്ടിയും കഴിഞ്ഞ്, തിരക്കുള്ള ഒപി ഡ്യൂട്ടിയ്ക്കിടയിൽ നിന്നും വന്ന് ശാന്തവും സൗമ്യവുമായ മുഖത്തോടെ, ഡയബറ്റിക് റെറ്റിനോപ്പതിയെപ്പറ്റിയും നോൺ മിഡ്രിയാറ്റിക് ക്യാമറയുടെ പ്രവർത്തനത്തെപ്പറ്റിയും ഉപയോഗിക്കുന്ന വിധത്തെക്കുറിച്ചും ലളിതമായി എന്നാൽ ഏറ്റവും ഫലപ്രദമായി ക്ലാസ് എടുത്തു. തുടർന്ന് ഞകചര യിലെ തന്നെ ഈ വിഷയത്തിൽ പ്രത്യേക പരിജ്ഞാനം നേടിയ ഒപ്റ്റോമെട്രിസ്റ്റുകൾ അഞ്ജുവും ആൽബിനും ചേർന്ന് പ്രായോഗിക പരിശീലനം നൽകി. ഒരു സെക്കന്റ് പോലും നമ്മുടെ ശ്രദ്ധ മാറിപ്പോകാത്ത വിധത്തിൽ വ്യക്തതയോടെ, വളരെ നല്ല ഭാഷയിൽ, ഒഴുക്കോടെ അതിലേറെ ആത്മവിശ്വാസത്തോടെയാണ് അഞ്ജു ക്ലാസ്സെടുത്തത്.



തുടർന്ന് പ്രായോഗിക പരിശീലനം ബാച്ച് ബാച്ചായി. ഇതിനിടയിൽ പരിചയം പുതുക്കൽ, പരിചയപ്പെടൽ. സെഷൻ തീരാറായപ്പോൾ സ്റ്റേറ്റ് പ്രോഗ്രാം ഓഫീസർ കൃഷ്ണകുമാർ സർ വന്ന് കാര്യങ്ങൾ വിലയിരുത്തി. ഈ പരിശീലന പരിപാടി കുറ്റമറ്റതും ഒന്നിനൊന്നു മികവുറ്റതുമാക്കുന്നതിൽ അദ്ദേഹത്തിന്റെ നേരിട്ടുള്ള ഈ വിലയിരുത്തലുകൾ ഏറെ ഉപകരിക്കുന്നു.

ഉച്ചഭക്ഷണത്തിനു ശേഷം തൊഴിലിടത്തിലെ ധാർമ്മികതയും വ്യക്തിത്വ വികസനവും ആയിരുന്നു വിഷയം. ശ്രീ. എം.സി രാജീലൻ സർ തന്റെ പ്രാവീണ്യവും വാക്ചാതുര്യവും ഹാസ്യാത്മകതയും കൂട്ടി ചേർത്ത് സുന്ദരമായ ഒരു ലോകത്ത് ഞങ്ങളെ എത്തിച്ചു. ഗൗരവമായ ചിന്തനീയമായ കാര്യങ്ങൾക്കിടിയിലും ഇടയ്ക്കിടെ പൊട്ടിച്ചിരികൾ ഉയർന്നു കൊണ്ടിരുന്നു, ഒടുവിൽ ഗ്രൂപ്പുകളായി തിരിഞ്ഞ് ഗ്രൂപ്പ് ലീഡർ ഓരോരുത്തരുടേയും നേട്ടങ്ങളും കലാപരമായ കഴിവുകളുമൊക്കെ വിലയിരുത്തി. എത്ര മാത്രം കഴിവുള്ളവരാണ് അവിടെ കൂടിയിരിക്കുന്നതെന്ന് അത്ഭുതത്തോടെ മനസ്സിലാക്കി. കൂടുതൽ തിമിര ശസ്ത്രക്രിയ ചെയ്യിപ്പിച്ച് പുരസ്കാരം വാങ്ങിയവർ, ഓരോ ജില്ലയിലേയും മികച്ച് സേവനത്തിന് പുരസ്കാരം വാങ്ങിയവർ, കവികൾ, ഗായകർ, അഭിനേതാക്കൾ, മിമിക്രി ആർട്ടിസ്റ്റുകൾ, മികച്ച സംഘാടകർ അങ്ങനെയെങ്ങനെ... എല്ലാവർക്കും പരസ്പരം അറിയാൻ കഴിഞ്ഞു. ഈ സെഷൻ ഇല്ലായിരുന്നെങ്കിൽ അപരിചിതർ അപരിചിതരായി തന്നെ മടങ്ങിയേനെ. ഇവിടെ അപരിചിതർ പരിചിതരായെന്നു മാത്രമല്ല, സുഹൃത്തുക്കളുമായി..... നാടകത്തിന്റെ പേരിലും ഫാബ്രിക് പെയിന്റ് ചെയ്ത സാരിയുടെ പേരിലും എനിക്കും കിട്ടി കൈയടി. കൃഷ്ണകുമാർ സർ ചുവർ ചിത്രകലയെ പറ്റിയും നാടകത്തെപ്പറ്റിയും കൂടുതൽ ചോദിച്ചത് എനിക്ക് ആഹ്ലാദകരമായിരുന്നു.
അങ്ങനെ ഒന്നാം ദിവസം മനസ്സിൽ മായാതെ നിൽക്കുന്നു.

തുടർന്ന് എല്ലാവരും തിരക്കിട്ട് സായാഹ്ന സന്ദർശനങ്ങൾക്കായി തിരിച്ചു. ഒരേ ബാച്ചിൽ പഠിച്ചവർ ഒത്തു ചേരലിനായി പോയി. മറ്റു ചിലർ ശ്രീ.പത്മനാഭസ്വാമി ക്ഷേത്രത്തിലേക്ക്. പ്രസാദ് നേരത്തെ തന്നെ വീട്ടിലേക്കു ക്ഷണിച്ചിരുന്നു. ക്ഷേത്രദർശനം അടുത്ത പുലർച്ചയിലേക്ക് മാറ്റി വച്ച് ആത്മാർത്ഥമായ ആ ക്ഷണം സ്വീകരിച്ച് ഞാനും ശശികലയും പ്രസാദിനോടൊപ്പം വീട്ടിലേക്ക് തിരിച്ചു. സന്ധ്യ മയങ്ങാൻ തുടങ്ങിയിരുന്നു. നഗരക്കാഴ്ചകളിൽ ദീപങ്ങൾ മിനുങ്ങാൻ തുടങ്ങി. തുടക്കത്തിൽ പറഞ്ഞതുപോലെ സ്നേഹക്കാറ്റിന്റെ തലോടലേൽക്കുന്നുണ്ടായിരുന്നു ആ വീടിന്റെ ഗേറ്റ് കടക്കുമ്പോൾ. സന്ധ്യാ ദീപം കെടുത്തിയിരുന്നില്ല. ചന്ദനത്തിരിയുടെ സുഗന്ധം. പ്രസാദിന്റെ ഭാര്യ റീജയും അമ്മയും ചെറിയ മോനും ഉായിരുന്നു അപ്പോൾ. ചായ കുടിക്കുന്നതിനിടെ റീജ വിശേഷങ്ങൾ പറഞ്ഞ് വാചാലയായി. ചുവരിൽ അലങ്കാരമായി കുപ്പിച്ചില്ലു കൊണ്ട് ഉാക്കിയ കുതിരയുടെ ചിത്രം, മുളങ്കാട്, നെറ്റിപ്പട്ടം. ഇതൊക്കെ അമ്മയുടെ കലയാണെന്നു പറഞ്ഞ് കൊച്ചുമകൻ ഉഷാറായി അമ്മൂമ്മയുടെ കരവിരുതുകൾ ഒന്നൊന്നായി കാണിച്ചു തന്നു. അമ്മ ഞങ്ങൾക്കായി പ്രത്യേകം തയ്യാറാക്കിയ വിഭവങ്ങൾ കഴിക്കുന്നതിനിടയിൽ മൂത്ത മോൻ വന്നതും, അനിയൻ വേഗം ഗിറ്റാർ എടുത്ത് ചേട്ടന്റെ കൈയിൽ കൊടുത്തു. ഞങ്ങൾക്കു വേണ്ടി അവൻ പഠിച്ചതൊക്കെ വായിച്ചു കേൾപ്പിച്ചു. സയൻസ് പ്രവർത്തി പരിചയമേളയ്ക്ക് വേണ്ടി അവൻ തന്നെ ഉണ്ടാക്കിയ മോഡലുകൾ ഒക്കെ കാണിച്ചു തന്നു. സമയം പോയതറിഞ്ഞില്ല.

അമ്മ ഞങ്ങളുടെ രു പേരുടെയും കൈകൾ പിടിച്ച് സ്നേഹത്തോടെ യാത്രയാക്കി. പ്രസാദും മക്കളും ഞങ്ങളെ തിരിച്ച് ഹോസ്റ്റലിൽ എത്തിക്കാനായി കാറിൽ കയറി. ഗേറ്റ് കടന്ന് കാർ ഇരുട്ടിലേക്ക് നീങ്ങുമ്പോഴും ആ സ്നേഹക്കാറ്റ് ഞങ്ങളെ പിൻതുടരുന്നുണ്ടായിരുന്നു.

രാവേറെ നീണ്ട അന്താക്ഷരിയുടെ ക്ഷീണം വകവയ്ക്കാതെ പുലർച്ചെ ഉണർന്ന്

റെഡിയായി ഞങ്ങൾ ക്ഷേത്ര ദർശനത്തിനായി പുറപ്പെട്ടു. തലേന്ന് വീട്ടിൽ നിന്നും മടങ്ങുന്ന വഴി പത്മനാഭസ്വാമി ക്ഷേത്രവും പഴവങ്ങാടി ഗണപതി ക്ഷേത്രവും പ്രസാദ് ഞങ്ങൾക്ക് കാണിച്ചു തന്നിരുന്നു. ആദ്യം ഗണപതിയെ തൊഴുതു. അവിടുന്ന് നടക്കാനുള്ള ദൂരമേയുള്ളൂ പത്മനാഭസ്വാമി ക്ഷേത്രത്തിലേക്ക്. പണ്ട് എൽ.പി. സ്കൂളിൽ നിന്ന് വിനോദയാത്ര പോയപ്പോൾ കണ്ടതാണ്. ഇപ്പോ ഒരു ഐഡിയയുമില്ല. ഒരോന്നു ചിന്തിച്ച് നടക്കുമ്പോൾ പ്രസാദിന്റെ വിളി. തൊഴുതുമടങ്ങുമ്പോൾ വിളിച്ചോളൂ ഞാനിവിടെ പരിസരത്തു തന്നെ ഉണ്ടെന്നു പറഞ്ഞ്.

തിരക്കുണ്ടാവുമോ ? തൊഴാൻ സാധിക്കുമോ ? ക്ലാസ് തുടങ്ങുന്നതിനും മുൻപ് തിരിച്ചെത്താനാകുമോ ? മനസിൽ ആശങ്കകൾ...

പത്മതീർത്ഥത്തിന്റെ സൈഡിലൂടെ വടക്കേ നടവഴി ക്ഷേത്രത്തിലേക്ക്. പഴമയും, ശില്പഭംഗിയും, വലിപ്പവും ഒക്കെ ചേർന്ന് അമ്പലം തലയുയർത്തി അങ്ങനെ നിൽക്കുന്നു. നടപ്പന്തലിന് അസാമാന്യ വലിപ്പം. ഇരുവശവും കരിങ്കല്ലിൽ ശില്പഭംഗിയിൽ അനേകം ഒരേപോലുള്ള തൂണുകൾ. എല്ലാറ്റിലും സാലഭഞ്ജികകൾ.വയലാറിനെ ഓർത്തു. ഓരോ ശില്പത്തിന്റേയും പൂർണ്ണത. എത്ര പേരുടെ എത്ര നാളത്തെ അത്യദ്ധ്വാനമാണല്ലോ കാലാതിവർത്തിയായി കേരളീയ വാസ്തുശില്പത്തിന്റെ മകുടോദാഹരണമായി ഇങ്ങനെ നിൽക്കുന്നതെന്നോർത്തു ശ്രീകോവിലിനടുത്ത് കുറെ ആളുകൾ, അകത്തിരുന്ന് വിഷ്ണു സഹസ്രനാമം ജപിക്കുന്നത് കണ്ടു. ഭക്തി നിറയ്ക്കുന്ന പശ്ചാത്തലം. തിരക്കുകണ്ടപ്പോൾ ക്ലാസിലേത്താൻ വൈകിയാലോ എന്നു വിചാരിച്ച് മനസ്സില്ലാ മനസ്സോടെ മടങ്ങനൊരുങ്ങി കിഴക്കേ നടയിലെത്തി. അവിടുത്തെ ശില്പത്തിൽ മിഴിയൂന്നി നിൽക്കുമ്പോൾ പുറകിൽ നിന്നൊരു ചോദ്യം. എന്താ തൊഴാതെ പോവുകയാണോ ? തിരക്കില്ലല്ലോ തൊഴുതിട്ടു പോകൂ. കൃത്യം എട്ടരയ്ക്ക് നട തുറക്കും. എന്ന് നീണ്ടു നിവർന്ന് കസവു വേഷ്ടി പുതച്ച പ്രൗഢ വ്യക്തി. മുഖത്തു ചിരി, ഒട്ടും ആലോചിച്ചില്ല അദ്ദേഹത്തോടൊപ്പം തിരിച്ചു നടന്നു. ക്യൂ നിൽക്കുമ്പോൾ ഞാൻ പറഞ്ഞു ശ്രീ.പത്മനാഭൻ തന്നെയാണത്. അപ്പോഴേക്കും ക്യൂ നീങ്ങി തുടങ്ങി. ഉയർന്ന സ്ഥലത്തേക്ക് കയറണം ഭഗവാനെ കാണാൻ. മൂന്നു വാതിലുകൾ. തിരക്കിനിടിയിൽ ധൃതിയിൽ തൊഴുതിറങ്ങി.
മനസ്സിൽ നന്ദി, തൊഴാൻ സാധിച്ചില്ലോ.

പത്മതീർത്ഥക്കരയിൽ നിന്ന് വേഗം രണ്ട ് ഫോട്ടോയും എടുക്കാൻ മറന്നില്ല. കാത്തു കിടന്നിരുന്ന പ്രസാദിന്റെ കാറിൽ രാജ നഗരിയിലെ പ്രഭാതക്കാഴ്ചകൾ കണ്ട്, പുതിയ നിയമസഭാ മന്ദിരം ക്യാമറയിലൊപ്പി. ട്രെയിനിംഗ് സെന്ററിൽ സമയത്തു തന്നെ എത്തിച്ചേർന്നു.

രണ്ടാം ദിവസം ശ്രീ.ആർ.രവീന്ദ്രനാഥൻ സാറിന്റെ ക്ലാസ്സോടെയാണ് ആരംഭിച്ചത്. കേരള സർവ്വീസ് നിയമങ്ങളെപ്പറ്റിയും, അവധികളെപ്പറ്റിയും, അച്ചടക്കനടപടികളെപ്പറ്റിയും വളരെയേറെ കാര്യക്ഷമവും എന്നാൽ സമയബന്ധിതവുമായി ക്ലാസെടുത്ത് ആ വിഷയത്തിൽ തന്റെ പ്രായോഗിക പരിജ്ഞാനവും പാണ്ഡിത്യവും എത്രമാത്രം ഉണ്ടന്ന് അദ്ദേഹം തെളിയിച്ചു. സർവ്വീസ് റെക്കോർഡിൽ വരുന്ന നേരിയ പിഴവു പോലും പെൻഷനെ വരെ ബാധിക്കുന്നതൊക്കെ ഉദാഹരണ സഹിതം അദ്ദേഹം വ്യക്തമാക്കി.

അടുത്ത സെഷൻ ഉശദുലിശൈഴ ചരുമീലയ്യേ എന്ന വിഷയത്തെ കുറിച്ച് ശ്രീ.സലീൽ അഹമ്മദിന്റെ (ഒചരള, ആമഷമിശൈഴവ കിശൈരോലേ 1ള ചരുവമേമഹീഫീഴ്യ) യായിരുന്നു. വളരെ നന്നായി അടിസ്ഥാനംമുതൽ മനസ്സിലാക്കി തരാൻ അദ്ദേഹം ശ്രമിച്ചെങ്കിലും സമയബന്ധിതമാക്കുന്നതിൽ വിജയിച്ചില്ല. പ്രധാന ഭാഗത്തിലേക്ക് കടക്കാൻ ഉച്ചഭക്ഷണസമയം അധികം എടുത്തിട്ടും കഴിഞ്ഞില്ല. അവസാന സെഷനുശേഷവും അദ്ദേഹം തുടർന്നെങ്കിലും 5:30 നുള്ള ട്രെയിൻ റിസേർവ് ചെയ്തിരുന്നതു കൊണ്ട് കുറെ പേർക്ക് ആ പ്രധാന ഭാഗം കേൾക്കാൻ സാധിച്ചില്ല. ഏറെപേർക്കും അതൊരു വലിയ നഷ്ടം തന്നെയായി.

ഉച്ചയ്ക്കു ശേഷം തിരുവനന്തപുരം പ്രിൻസെസ് ഐ ഹോസ്പിറ്റലിലെ ഡോ.കിരൺ ഗോപാലകൃഷ്ണന്റെ ഗ്ലോക്കോമ, ട്രക്കോമ എന്നീ വിഷയത്തിലുള്ള ക്ലാസ്സായിരുന്നു. അദ്ദേഹത്തിന്റെ ഓരോ വാക്കും ഏറെ ആകാംക്ഷയോടെയാണ് ഓരോരുത്തരും ശ്രവിച്ചത്...ഗ്ലോക്കോമ ചികിത്സാ നിർണ്ണയത്തെപ്പറ്റിയുള്ള ഏറ്റവും നൂതനമായഅറിവുകൾ ശരിക്കും കണ്ണു തുറപ്പിക്കുന്നവ തന്നെയായിരുന്നു. എത്ര ലളിതമായി, പാണ്ഡിത്യത്തിന്റെതലക്കനം ഒട്ടും തട്ടാതെ വീഡിയോയിലൂടെയും സ്ലൈഡുകളിലൂടെയും തന്റെ ദൈനംദിന ഒ പി യിലെ ഉദാഹരണങ്ങൾസഹിതം എത്ര കാര്യക്ഷമമായി, ആകർഷകമായിട്ടാണ് അദ്ദേഹം ക്ലാസെടുത്തത്. തുടച്ചു നീക്കി എന്ന് കരുതിയിരുന്ന ട്രക്കോമ, അന്യസംസ്ഥാനക്കാരിലൂടെ തിരിച്ചു വരുന്ന സാധ്യതയെ കുറിച്ചും, മറ്റു സംസ്ഥാനങ്ങളിൽ ജോലി ചെയ്തപ്പോൾ ഉണ്ടായ അനുഭവങ്ങളും ട്രക്കോമ ബാധിച്ചിട്ടുള്ളവർക്ക് തിമിര ശസ്ത്രക്രിയയിൽ വരുന്ന ബുദ്ധിമുട്ടുകളെ കുറിച്ചുമൊക്കെ അദ്ദേഹം വിശദമാക്കി.

പിന്നെയുള്ള കുറച്ചു സമയം വെപ്രാളവും ഓട്ടവും. സമയത്ത് റെയിൽവേ സ്റ്റേഷനിൽ എത്തിയിട്ടാണ് ശ്വാസം നേരെ വീണത്. ജ്യോതി, ഷൈനി, ശശികല, സ്മിത.... ഞങ്ങൾക്ക് എല്ലാവർക്കും ഒരുമിച്ചിരുന്ന് യാത്ര ചെയ്യാൻ പറ്റി. തമാശകളും വിശേഷം പറച്ചിലുംക്ഷീണത്തെ അല്പം അകറ്റി നിർത്തി. ഇടയ്ക്ക് ഞങ്ങളോടൊപ്പം കൂടിയ ഗുരുവായൂർ ക്ഷേത്രദർശനത്തിനായി പോവുന്ന യുവ മിഥുനങ്ങൾ ക്ഷീണം കുറച്ചു കൂടി കുറച്ചു. എത്ര വേഗമാണ് ആ പെൺകുട്ടി ഞങ്ങളോടൊപ്പം ചങ്ങാത്തം കൂടിയത്.

ആലുവ എത്തിയപ്പോൾ രാത്രി 11 മണി.
ഒരു ദീർഘനിശ്വാസം ഇടവേളയാക്കുവാൻ ഇട വന്ന കോലങ്ങൾ നമ്മൾ എന്ന പാട്ട് ഓർമ്മ വന്നു.

സ്വപ്ന ലോകത്തു നിന്നും യാഥാർത്ഥ്യത്തിലേക്ക്... വർത്തമാന കാലത്തിന്റെ ആകുലതകളിലേക്ക്...
അറിവ്, പഴയതു പൊടി തട്ടിയെടുക്കാനും പുതിയവ കൂട്ടിച്ചേർക്കാനും
ഇനിയും ഇങ്ങനെയുള്ള പരിശീലന പരിപാടികൾ, ഒത്തുചേരലുകൾ ഉണ്ടാവാൻ ആഗ്രഹിച്ച്,
ദാ.... വീണ്ടും ഒരു ദീർഘനിശ്വാസം... പിന്നെ മയക്കത്തിലേക്ക്...!.

ഇന്ദുലേഖ. എസ്.ആർ
ഒപ്റ്റോമെട്രിസ്റ്റ്, സാമൂഹിക ആരോഗ്യകേന്ദ്രം, കലയ്ക്കോട്, കൊല്ലം

ഡിസ്‌ലെക്സിയ പ്രശ്നങ്ങളും പരിഹാരങ്ങളും

സാബു വി.ജെ
ഒപ്റ്റോമെട്രിസ്റ്റ്, സാമൂഹിക ആരോഗ്യകേന്ദ്രം, കടമ്പഴിപ്പുറം, പാലക്കാട്

DYSLEXIA

> 'വായിച്ചു വളർന്നാൽ വിളയും,
> വായിക്കാതെ വളർന്നാൽ വളയും'

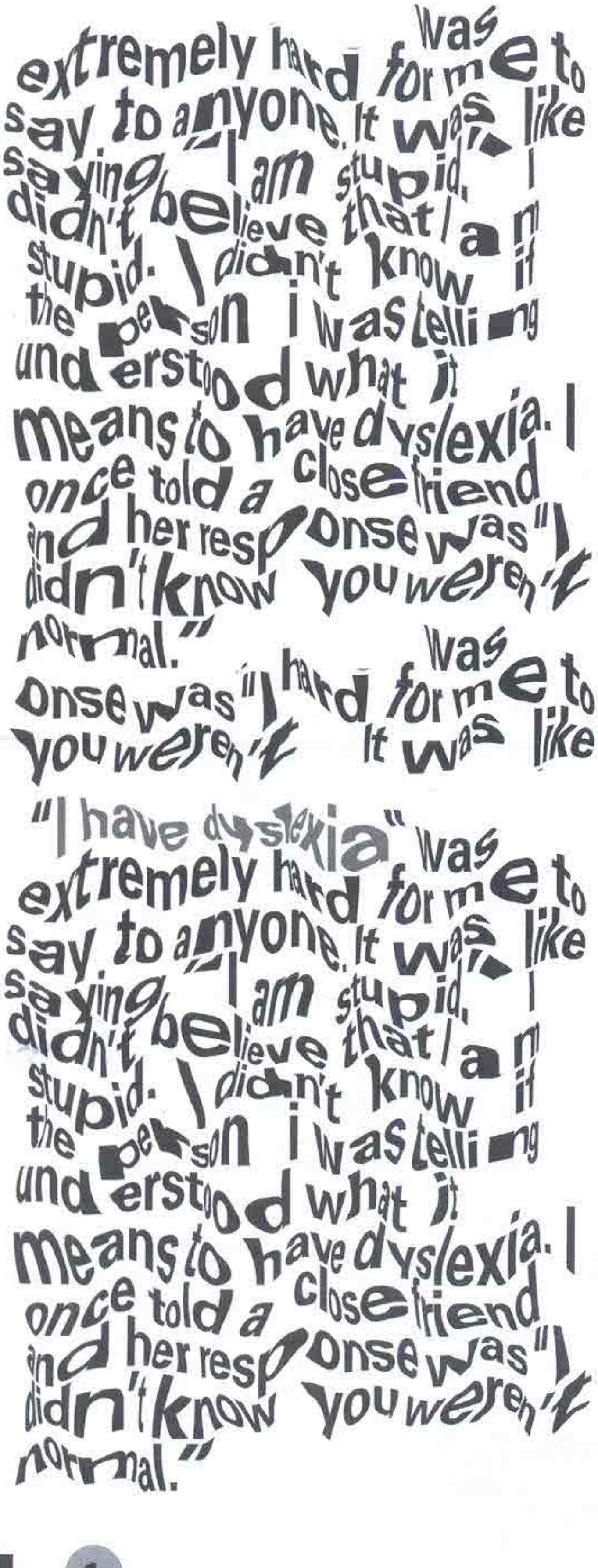
എന്ന കുഞ്ഞുണ്ണിമാഷിന്റെ മധുരമൊഴി നമുക്ക് ഒരു പഴമൊഴി പോലെയായിട്ടുണ്ട്. എന്നാൽ, വായിക്കുമ്പോൾ തപ്പിത്തടഞ്ഞുവീണു പോകുന്നകുഞ്ഞുങ്ങളുടെ നൊമ്പരം എങ്ങനെ പരിഹരിക്കാനാവും? അക്ഷരങ്ങളും വാക്കുകളും വഴങ്ങാതെ പോകുന്നതാണ് ഡിസ്‌ലെക്സിയ(DYSLEXIA)ക്കാരുടെ പ്രശ്നം. യഥാസമയം തിരിച്ചറിയുകയും ശരിയായി നേരിടുകയും ചെയ്താൽ വലിയ ബുദ്ധിമുട്ടുകളുണ്ടാക്കാത്ത വിധം പരിഹരിക്കാൻ കഴിയുന്ന പ്രശ്നമാണ് ഡിസ്‌ലെക്സിയ അഥവാ വായനാവൈകല്യം. പഠനവൈകല്യങ്ങളുടെ കൂട്ടത്തിലെ പ്രധാനപ്പെട്ടഒന്നാണ് ഡിസ്‌ലെക്സിയ എന്ന വായനവൈകല്യം. പഠനവൈകല്യങ്ങൾ രോഗങ്ങളല്ല. പരിഹരിക്കേണ്ട ചില വൈകല്യങ്ങൾ മാത്രമാണ്. മരുന്നും ചികിൽസയുമല്ല മറിച്ച്, ഉചിതമായ പരിഹാരമാർഗ്ഗങ്ങളാണ് ഇതിനു വേണ്ടത്.

വലിയൊരു വിഭാഗം കുട്ടികളിൽ ഏറിയോ കുറഞ്ഞോ കാണാറുള്ളതാണ് ഡിസ്‌ലെക്സിയ. പല കുട്ടികളിലും വളരെ ലഘുവായതോതിലായിരിക്കും ഇത് കാണുക. ചില കുട്ടികളിൽ കാര്യമായ വായനവൈകല്യം ഉണ്ടായി എന്നും വരാം. നേരിയ പ്രശ്നം മാത്രമേ ഉള്ളൂവെങ്കിൽ പലപ്പോഴും കുട്ടികൾ സ്വയം തന്നെ പ്രശ്നപരിഹാരത്തിലേക്ക് എത്തിയെന്നു വരാം. എന്നാൽഒരു വിഭാഗം കുട്ടികൾക്ക് വായനവൈകല്യം പരിഹരിക്കാൻ 'വിദഗ്ദസഹായം ആവശ്യമായി വരും. ക്ലിനിക്കിൽ നമ്മുടെ മുന്നിൽ എത്തപ്പെടുന്ന കുട്ടികളിൽ ഡിസ്‌ലെക്സിയ പലപ്പോഴും തിരിച്ചറിയപ്പെടാറില്ല.

എങ്ങനെ തിരിച്ചറിയാം

ചില അക്ഷരങ്ങൾ മാറി മറിഞ്ഞു പോകുന്നതും ഒരക്ഷരത്തെ മറ്റൊന്നിൽ നിന്ന് തിരിച്ചറിയാൻ കഴിയാതെ പോകുന്നതുമൊക്കെ വായനാ വൈകല്യത്തിന്റെ ലക്ഷണങ്ങളാണ്.

ധ എന്ന അക്ഷരവും സ യും ന എന്നതും തമ്മിൽ മാറിപ്പോവുക, ഡ യും സയും തിരിഞ്ഞു പോവുക, ലയും ഥ യും ഏതേതെന്നു തിരിച്ചറിയാതെ പോവുക തുടങ്ങിയവ യൊക്കെ വായനാവൈകല്യമെന്ന പ്രശ്നമാണ്.



p യും q വും തമ്മിൽ തെറ്റിപ്പോവുക, b യും d യും മാറിപ്പോവുക, m-w എന്നിവ തമ്മിൽ തിരിഞ്ഞു പോവുക തുടങ്ങിയവയൊക്കെ ഇത്തരം ഉദാഹരണങ്ങളാണ്.

അക്കങ്ങളുടെ കാര്യത്തിലും ഇത്തരത്തിലുള്ളമാറ്റം മറിച്ചിലുകൾ ഉകാറുണ്ട്. 7, 3,5 തുടങ്ങി പല അക്കങ്ങളും എഴുതുമ്പോൾ കണ്ണാടിബിംബങ്ങൾപോലെ തിരിഞ്ഞു പോകുന്നതും 2 ഉം 5 ഉം വായനയിൽ മാറിപ്പോകുന്നതും ഉദാഹരണം. 6 ഉം 9 ഉം ഇങ്ങനെ മാറിമറിഞ്ഞു പോകും.

വശങ്ങൾ തമ്മിൽ തിരിഞ്ഞു പോകുന്നതും ഇടത് ഏതാണ് വലത് ഏതാണ് എന്നറിയാതെ തിരിഞ്ഞു പോകുന്നതും വായനാവൈകല്യമുള്ളവരിൽ കാണാറുണ്ട്.

ചിലകുട്ടികൾക്ക് എത്ര ശ്രമിച്ചാലും സിപെല്ലിങ് ഓർത്തെടുക്കാൻ കഴിയാതെ വരാറുണ്ട്. ക–ട–ല് എന്നത് ചേർത്തുവായിക്കാൻ കഴിയുന്ന വിധത്തിൽ അക്ഷരക്കൂട്ടങ്ങളെ വാക്കുകളായി വേർതിരിച്ചു മനസ്സിലാക്കാൻ കഴിയാതെ പോകുന്നതിനു കാരണവും ഈ വായന വൈകല്യം തന്നെ.

വായിക്കുമ്പോൾ ഇടയ്ക്ക് ചില വാക്കുകളും ചിലപ്പോൾവരി തന്നെയും വിഴുങ്ങിപ്പോകുന്ന കുട്ടികളുണ്ട്. സംസാരിക്കുമ്പോഴും ഇതുപോലെ വാക്കുകൾ കിട്ടാതെ പോകാം. പറയേണ്ട കാര്യത്തെക്കുറിച്ച് ശരിയായ ധാരണയുങ്കിൽപ്പോലും വാക്കുകൾ വഴങ്ങാതെ വരുന്നു. എന്നതാണ് ഡിസ് ലെക്സിയക്കാരുടെ പ്രശ്നം. ക്ലോക്കിൽ നോക്കിസമയം മനസ്സിലാക്കാനും ഇവർക്ക് വിഷമമായിരിക്കും. ഏതു തരത്തിലുള്ള വായന വൈകല്യമാണ് എന്നതിനനുസരിച്ച് പ്രശ്നത്തെ കൂടുതൽ കൃത്യമായി നിർണയിക്കാൻ ഇപ്പോൾ ശ്രദ്ധിക്കാറുണ്ട്.

വേഡ് ഡിസ്ലെക്സിയ

വാക്കുകൾ കൂട്ടിവായിക്കാനോ തിരിച്ചറിയാനോ വിഷമമാകും വിധത്തിലുള്ള പദപരമായ വൈകല്യമാണ് വേഡ് ഡിസ്ലെക്സിയ.

സ്പെല്ലിങ് ഡിസ്ലെക്സിയ

സ്പെല്ലിങ് വഴങ്ങാതെ പോകുന്ന വൈകല്യമാണ് സ്പെല്ലിങ് സിഡ്ലെക്സിയ.

ഡിസ്ലെക്സിയ വിത്ത് ഡിസ്ഗ്രാഫിയ

വായനവൈകല്യത്തിനൊപ്പം എഴുതാനുള്ള വൈകല്യം കൂടിയുള്ള അവസ്ഥയാണ് ഡിസ്ലെക്സിയ വിത്ത് ഡിസ്ഗ്രാഫിയ.

ഡിസ്ലെക്സിയ വിതൗട്ട് ഡിസ്ഗ്രാഫിയ

എഴുത്തിനു പ്രശ്നമില്ലാതെ വായനവൈകല്യം മാത്രമുള്ള ഡിസ്ലെക്സിയ വിതൗട്ട് ഡിസ്ഗ്രാഫിയ.

വായനവൈകല്യം : മറ്റുപ്രശ്നങ്ങൾ

പഠനകാര്യങ്ങളിലും വായനയിലുമൊക്കെ അനുഭവിക്കുന്ന ഇത്തരം വിഷമതകൾ കുട്ടികളെ പലപ്പോഴും മറ്റു തരത്തിലുള്ള ബുദ്ധിമുട്ടുകളിലേക്കു നയിക്കാൻസാധ്യതയുണ്ട്. ഇത് പല തരത്തിലുള്ള വൈകാരിക വിഷമതകളിലേക്കു കുട്ടികളെ കൊണ്ടു ചെന്നെത്തിച്ചേക്കാം. മറ്റുകുട്ടികളോട് കൂട്ടുകൂടി നടക്കാൻ കഴിയാതാവുക, സഹോദരങ്ങളിൽ നിന്നു പോലും അകലം പാലിക്കാൻ തോന്നുക തുടങ്ങിയവ സാധാരണ കാണാറുള്ളതാണ്. ഇത്തരത്തിലുള്ള ഒറ്റപ്പെടൽ പലപ്പോഴും കുട്ടികളെ ഒരു വിഷാദാത്മകതയിലേക്ക് നയിക്കും. എഴുത്ത്, വായന തുടങ്ങിയ കാര്യങ്ങൾ കഴിവതും ഒഴിവാക്കാനായിരിക്കും ഇവരുടെശ്രമം. ചില കുട്ടികളിൽ ഇത് മറ്റുതരത്തിലുള്ള കുറുമ്പുകളിലേക്കും വികൃതിത്തരത്തിലേക്കുമുള്ള വഴിതിരിയലുമായേക്കും. സ്കൂളിൽ പോകാൻ മടികാണിക്കുകയും പലതരത്തിലുള്ള ഒഴികഴിവുകൾ കണ്ടെത്തുകയും ചെയ്തേക്കാം ഇവർ. ഗൗരവമായ ഡിസ്ലെക്സിയ ഉള്ളവരാണെങ്കിൽ മുതിരുമ്പോൾ തൊഴിലിലും സാമൂഹിക ജീവിതത്തിലും ഇതു കൊണ്ടുള്ള അസ്വസ്ഥതകൾ തുടരാനിടയുണ്ട്.

ഡിസ്‌ലെക്‌സിയ കണ്ടെത്താൻ

വായിക്കുമ്പോൾ ഇടയ്ക്ക് ചില അക്ഷരങ്ങളോ വാക്കുകളോ വിട്ടുപോകുന്നത്, അല്ലെങ്കിൽ വായനയോട് വിമുഖത കാണിക്കുന്നത് ഡിസ്‌ലെക്‌സിയകൊണ്ടു മാത്രമാകണമെന്നില്ല. കുട്ടിയുടെ പ്രശ്നം വായനവൈകല്യം തന്നെയാണ് എന്ന് ശാസ്ത്രീയമായി നിർണയിച്ചിട്ടാവണം അതിനുള്ള പരിഹാരമാർഗങ്ങൾ തേടേണ്ടത്. ഇക്കാര്യത്തിൽ വളരെ പ്രധാനപ്പെട്ട ഒന്നാണ് **കാഴ്ച പരിശോധിക്കൽ.** കണ്ണിനും കാഴ്ചയ്ക്കും കുഴപ്പങ്ങളെന്തെങ്കിലുമുണ്ടെങ്കിൽ അത് കുട്ടിയുടെ പഠനത്തെ ബാധിച്ചെന്നു വരാം. അക്ഷരങ്ങളും വാക്കുകളും പഠിക്കാൻ കഴിയാത്ത വിധം അവ വഴങ്ങാതെ നിൽക്കുകയോ പഠിച്ചിട്ടും പലപ്പോഴും തിരിഞ്ഞും മറിഞ്ഞും പോവുകയോ ശരിയായി വായിക്കാൻ പറ്റാതിരിക്കുകയോ ആണെങ്കിൽ വായനവൈകല്യമാണ് പ്രശ്നമെന്നു കരുതാം. കൃത്യമായി അത് നിർണയിക്കാൻ കാഴ്ചപരിശോധനാ വിദഗ്ദരോടൊപ്പം നല്ലൊരു സൈക്കോളജിസ്റ്റിന്റെയോ വിദ്യാഭ്യാസ മനശ്ശാസ്ത്ര വിദഗ്ദന്റെയോ സഹായം കൂടി തേടുകയാണ് നല്ലത്.

ഡിസ്‌ലെക്‌സിയ തിരിച്ചറിയുന്നതിന് അന്താരാഷ്ട്രതലത്തിൽ തന്നെ അംഗീകരിക്കപ്പെട്ട നിരവധി ടെസ്റ്റുകളുണ്ട്.

വെഷ്‌ലർ ഇന്റലിജൻസ് സ്കെയിൽ.
കോഫ്‌മാൻ അസസ്മെന്റ് ബാറ്ററി ഫോർ ചിൽഡ്രൻ.
വെഷ്‌ലർ ഇൻഡിവിജ്വൽ അച്ചീവ്മെന്റ് ടെസ്റ്റ്.
ടെസ്റ്റ് ഫോർ ഓഡിറ്ററി ടെസ്റ്റ് ഫോർ ലാംഗ്വേജ്.

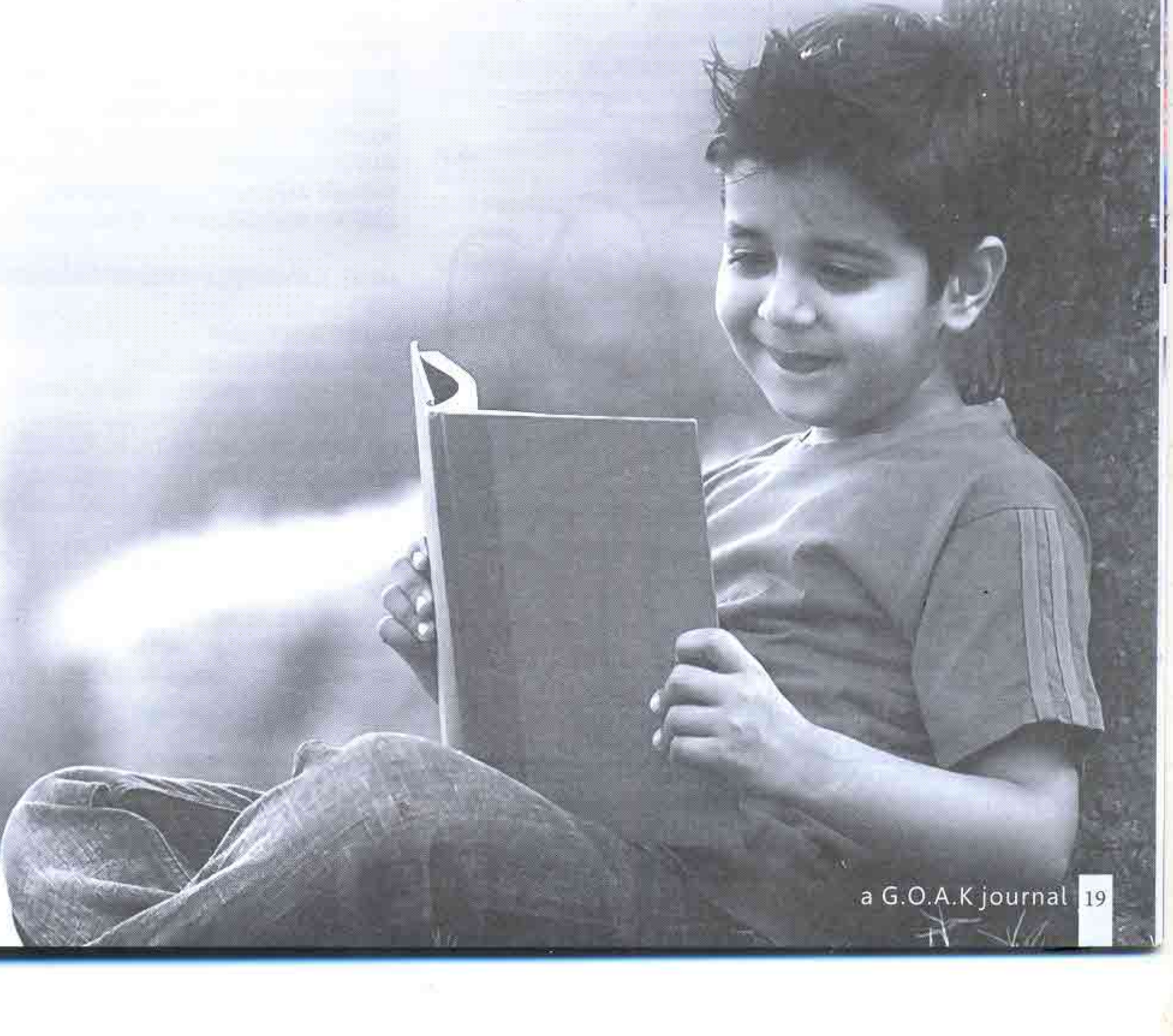
കുട്ടി പഠനം ആരംഭിക്കുന്ന സമയം മുതലാണ് പഠന വൈകല്യ പ്രശ്നങ്ങൾ ശ്രദ്ധയിലെത്തുക. പ്രീപ്രൈമറി ക്ലാസുകളിൽ വെച്ചു തന്നെ ഇവ കണ്ടെത്തുകയും പരിഹാരശ്രമങ്ങൾ ആരംഭിക്കുകയും ചെയ്യുക എന്നത് പ്രധാനമാണ്. ഡിസ്‌ലെക്‌സിയ പോലുള്ള പ്രശ്നങ്ങളിൽ ആൺ പെൺ വ്യത്യാസമോ വർണ വർഗവ്യത്യാസമോ ഒന്നും ഇല്ല. അച്ഛനമ്മമാർക്ക് ഡിസ്‌ലെക്‌സിയ ഉണ്ടെങ്കിൽ കുട്ടികളിലും ഇതുണ്ടാകാം എന്നല്ലാതെ പാരമ്പര്യമായികണ്ടു വരുന്ന ഒന്നായി വായനാ വൈകല്യം തിരിച്ചറിയപ്പെട്ടിട്ടില്ല.

ഡിസ്‌ലെക്‌സിയയുടെ കാരണം

ഡിസ്‌ലെക്‌സിയ പോലുള്ള പഠന വൈകല്യങ്ങളുടെ കാരണമെന്ത് എന്നതിനെക്കുറിച്ച് ഗവേഷണങ്ങൾ തുടരുകയാണ്. തലച്ചോറിൽ എഴുത്തിന്റെയും വായനയുടെയും കേന്ദ്രമായ ഇടതുവശത്തിന്റെ വികാസത്തിലുകുന്ന ചില സവിശേഷതകളാണ് ഇതിനു കാരണം എന്നൊരു വാദമുണ്ട്. ചില ജീനുകളുടെ സവിശേഷതയാണ് ഡിസ്‌ലെക്‌സിയ പോലുള്ള പ്രശ്നങ്ങൾക്കു കാരണം എന്നും നിരീക്ഷിക്കപ്പെട്ടിട്ടുണ്ട്. വായനാ വൈകല്യമാണെങ്കിലും ലോകോത്തര എഴുത്തുകാരായ അഗതാ ക്രിസ്റ്റി, എഡ്ഗാർ അലൻ പോ തുടങ്ങിയവരും ഐസക് ന്യൂട്ടനെപ്പോലുള്ള ശാസ്ത്രജ്ഞരും ഡാവിഞ്ചിയെ പോലുള്ള വിശ്വോത്തര കലാകാരന്മാരുമൊക്കെ ഡിസ്‌ലെക്‌സിയ പോലുള്ള പ്രശ്നങ്ങളെ അതിജീവിച്ചവരാണ്.

പരിഹാരം എങ്ങനെ

ഡിസ്‌ലെക്‌സിയ ഉള്ള കുട്ടികൾ ഏതെങ്കിലും തരത്തിൽ ബുദ്ധി കുറഞ്ഞവരല്ല. അവർക്ക് സാധാരണ മട്ടിലുള്ള എഴുത്തും വായനയുമല്ല, അവർക്ക് ഇണങ്ങുന്ന തരത്തിലുള്ള പഠനരീതികളാണ് വേണ്ടത് എന്നു മാത്രമേയുള്ളൂ. അവർക്ക് സവിശേഷമായ ചില പഠനരീതികൾ ആവിഷ്കരിക്കേതുണ്ട്. അച്ഛനമ്മമാരും അധ്യാപകരുമാണ് ഇക്കാര്യത്തിൽ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടത്. സാധാരണ കുട്ടികൾ കാഴ്ചയിലൂടെയോ കേൾവിയിലൂടെയോ മാത്രം പഠിക്കുമ്പോൾ ഇവർക്ക് വിവിധ സംവേദനരീതികൾ ഒരുമിപ്പിച്ചു കൊണ്ടുള്ള പഠനസമ്പ്രദായമായിരിക്കും വേണ്ടി വരുക. ഒരു അക്ഷരമോ വാക്കോ പഠിക്കുമ്പോൾ സാധാരണ രീതിയിലുള്ള കാഴ്ചയ്ക്കും കേൾവിക്കും അപ്പുറം സ്പർശനം, ചലനം തുടങ്ങിയ മറ്റു സംവേദനങ്ങൾ കൂടി ഉപയോഗിക്കേണ്ടി വന്നേക്കാം. ഓരോ കുട്ടിയുടെയും പ്രശ്നം എന്താണ്, സാഹചര്യം എന്താണ് എന്നൊക്കെ കൃത്യമായി മനസ്സിലാക്കി അതനുസരിച്ച് ഓരോരുത്തർക്കും ഇണങ്ങുന്ന പഠനരീതികൾ ആവിഷ്കരിക്കുകയാണ് വേണ്ടത്. അതിന് നേത്രരോഗ വിദഗ്ദർക്കും, ഒപ്റ്റോമെട്രിസ്റ്റുകൾക്കും, മനശാസ്ത്രജ്ഞർക്കും ഒരു വലിയ പങ്ക് വഹിക്കാനുണ്ട്



കടപ്പാട് : [illegible]
അവലംബം : മാതൃഭൂമി ആരോഗ്യം മാസിക

വിദ്യാരംഭം

ഷിബു ജെ.
ഒപ്റ്റോമെട്രിസ്റ്റ്, സാമൂഹിക ആരോഗ്യകേന്ദ്രം, വണ്ടൻമേട്, ഇടുക്കി

ജൂൺ......!
വെറുതെ നാട്ടുവഴിയിലേയ്ക്കിറങ്ങി
മഴയുണ്ടായിരുന്നില്ല..,
എങ്കിലും പഴയശീലക്കുട കൈയ്യിലെടുത്തു.

കണ്ണുകൾ അറിയാതെ പരതിപോകുന്നു.
മറവിയുടെ അടരുകളിൽ അലിഞ്ഞുപോയ
ചില ഓർമ്മപൂവുകളെ,
പുസ്തക സഞ്ചിയുടെ മാറാപ്പില്ലാത്ത
കലപിലക്കൂട്ടങ്ങളെ,
യൂണിഫോമിന്റെ ഒരുമക്കുരിക്കിനപ്പുറം,
പലവർണ്ണങ്ങളിൽ പാറിക്കളിച്ച പൂമ്പാറ്റക്കുഞ്ഞുങ്ങളെ,
മഴമുത്തുമാലയണിഞ്ഞ തോട്ടുവക്കിലെ കറുകനാമ്പുകളെ,
പുതുമഴയുടെ ഉന്മാദത്തിൽ തിമിർത്തിരുന്ന മാനത്തുണ്ണികളെ,
ശീലത്തോർത്തിന്റെ വലക്കണ്ണികളിൽ കുരുങ്ങി
കഴുത്തിടുങ്ങിയ സ്പടികക്കുപ്പികൾ വിഴുങ്ങിത്തീർത്ത പരൽ മീനുകളെ,
പള്ളിക്കൂടവഴിയിൽ ചാലിട്ടൊഴുകിയ ചാറ്റമഴച്ചാലിൽ,
വള്ളങ്ങളായി ആത്മാഹുതി ചെയ്ത്ത പുസ്തകതാളുകളെ,
ഒരുകുഞ്ഞുബഞ്ചിന്റെ വിശാലതയിൽ ഒട്ടിച്ചേർന്നിരുന്ന്
മഴക്കുളിര് മാറ്റിയിരുന്ന കുട്ടിക്കുപ്പായങ്ങളെ,
സ്ളേറ്റിലെ ആദ്യാക്ഷരങ്ങളിൽ ഞെരിഞ്ഞമർന്ന് പോയ മക്ഷിത്തണ്ടുകളെ...,

പക്ഷെ, കാഴ്ചകളെല്ലാം അവ്യക്തമായിരിക്കുന്നു...

പച്ചപ്പിൻ നാട്ടു നന്മകൾ
ഒഴുകി നിറഞ്ഞിരുന്ന ഇടവഴികൾ
വികസനത്തിന്റെ ദുർമേദസ്സിൽ വല്ലാതെ വീർത്തുതടിച്ച്
ടിപ്പർ പാതകളായിപ്പോയിരിക്കുന്നു...
ഈ മണ്ണിനു നൽകാൻ
മഴത്തുള്ളികൾ കാത്തുവച്ച ചുംബനപ്പൂക്കൾ
ഇന്റർലോക്കിന്റെ പരുപരുത്ത മുതുകുകളിൽ തേഞ്ഞമരുന്നു

പേരറിയാത്ത ഏതോ പള്ളികുടത്തിന്റ
പരസ്യങ്ങളായ കുഞ്ഞുങ്ങളാൽ
വയറുവീർത്തൊരു വണ്ടി
ആക്രോശിച്ചു കടന്നുപോകുന്നു.
അത് തുള്ളിച്ച ചെളിവെള്ളം ഒർമ്മകളുടെ മുറ്റത്താകെയും പടരുന്നു...

ഇനി പതുക്കെ മടങ്ങട്ടെ,
സ്മൃതികളാൽ സമ്പന്നമായൊരു
വിദ്യാരംഭത്തിന്റെ പാഥേയവും പേറി...

സമ്പാദ്യത്തിലേക്കുള്ള പതിനൊന്ന് പടികൾ

അജിത് എസ്സ്.
ഒപ്റ്റോമെട്രിസ്റ്റ്, പ്രാഥമിക ആരോഗ്യകേന്ദ്രം, കാന്തല്ലൂർ. ഇടുക്കി

പല തുള്ളിയായി ശേഖരിക്കപ്പെടുന്ന ചെറിയ ലാഭങ്ങളാണ് ഭാവിയിൽ വലിയ സമ്പത്തായി വളരുന്നതെന്ന് ഓർക്കുക. അതിനുള്ള ചില വഴികൾ പരിചയപ്പെടാം.

1. ഫിനാൻഷ്യൽഗോളുകൾ തിരിച്ചറിയുക

ഒരു വർഷത്തിനുള്ളിൽ ഞാൻ സാമ്പത്തികമായി ഏതു നിലയിലായിരിക്കണമെന്നും, അഞ്ചു വർഷത്തിനുള്ളിൽ എന്റെ സമ്പാദ്യസ്ഥിതി എന്തവണമെന്നും, അടുത്ത 10 വർഷങ്ങൾക്കപ്പുറം ജീവിതം എങ്ങനെയായിരിക്കണമെന്നും ഇപ്പോഴേ തീരുമാനിക്കുവാൻ കഴിയണം. ഈ തീരുമാനങ്ങൾ ഒരു ഡയറിയിലോ പേപ്പറിലോ കുറിക്കാം. ഈ ലക്ഷ്യങ്ങൾ കൈവരിക്കാൻ എന്തുചുവടുകളാണ് സ്വീകരിക്കാനുദ്ദേശിക്കുന്നതെന്നും രേഖപ്പെടുത്തുക. ഇനി നിങ്ങൾ രേഖപ്പെടുത്തിയ ലക്ഷ്യങ്ങൾ നേടാൻ നിങ്ങൾ നിങ്ങൾക്കു നൽകുന്ന സമയപരിധി രേഖപ്പെടുത്തുക. ഇത്രയും കഴിഞ്ഞാൽ ഈ പേപ്പർ നിങ്ങൾക്കു നിത്യവും കാണാൻ കഴിയുന്നവിധം വീട്ടിലോ ഓഫീസിലോ ഒട്ടിച്ചു വയ്ക്കുന്നതു മുതൽ നിങ്ങളുടെ സാമ്പത്തിക പുരോഗതിയിലേക്കുള്ള യാത്ര ആരംഭിക്കുകയായി.

2. പണമിടപാടുകൾ ഓട്ടോ പൈലറ്റ് മോഡിൽ സെറ്റ് ചെയ്യൂ

തങ്ങൾ പറപ്പിക്കുന്ന ഫ്ളൈറ്റുകൾ സുരക്ഷിതമായി ലക്ഷ്യസ്ഥാനത്ത് എത്തിക്കുവാൻ പൈലറ്റുമാർ അവലംബിക്കുന്ന മാർഗമാണ് ഓട്ടോപൈലറ്റ് മോഡ്. സമ്പാദ്യം വളർത്താനും ഈരീതി സ്വീകരിക്കാം. മാസശമ്പളത്തിന്റെ ഒരു ഭാഗം നിങ്ങളുടെ തന്നെ മറ്റൊരു സേവിങ്സ് അക്കൗണ്ടിലേക്ക് എല്ലാ ശമ്പള ദിവസവും ട്രാൻസ്ഫർ ചെയ്യപ്പെടുന്ന രീതിയിൽ അക്കൗണ്ട് സെറ്റ്ചെയ്യുക. ഈ അക്കൗണ്ടിൽ നിന്നാകട്ടെ നിങ്ങളുടെ സമ്പാദ്യത്തിന്റെ വളർച്ച. കുറച്ചു മാസങ്ങൾ കഴിയുമ്പോൾ നിങ്ങൾ നിർബന്ധിതമായി മാറ്റുന്ന ഈ തുക ഇല്ലെങ്കിലും ജീവിതം സുഗമമായ് പോകുന്നുവെന്ന തിരിച്ചറിവ് സന്തോഷകരമാവും.

3. ചെലവുകൾ കുറിച്ചിടാൻ മറക്കരുത്

നിത്യേന ചെലവാക്കുന്ന പണം ട്രാക്ക് ചെയ്യാൻ കഴിയുന്നില്ലെങ്കിൽ പണം ചോരുന്ന വഴി കണ്ടെത്തുക പ്രയാസകരമാകും. എന്ത് സേവ് ചെയ്യുന്നു എന്നതുപോലെ പ്രധാനപ്പെട്ടതാണ് എന്ത് ചെലവഴിക്കുന്നു എന്ന് തിരിച്ചറിയുന്നതും. അത്യാവശ്യങ്ങളും, ആവശ്യങ്ങളും, ആഡംബരങ്ങളും തിരിച്ചറിയാൻ ഇതു സഹായിക്കും. അതുകൊണ്ട് ചെലവാക്കുന്ന പണത്തിന്റെ കണക്ക് കുറിച്ചു വയ്ക്കാൻ മറക്കരുത്.

4. കുടുംബ ബജറ്റ്

വരുമാനത്തെ മാനേജ് ചെയ്യാനും, ചെലവുകൾ ബാലൻസ് ചെയ്യാനും സാമ്പത്തിക ലക്ഷ്യങ്ങൾ ആസൂത്രിതമായി നേടുവാനും ഒരു കുടുംബ ബജറ്റ് വഴി മാത്രമേ സാധ്യമാകൂ. അരമണിക്കൂർ കൊണ്ട് ഒരു കുടുംബ ബജറ്റ് തയ്യാറാക്കാൻ കഴിയുന്ന സ്മാർട്ട് ഫോൺ ആപ്പുകളും, വെബ് ടൂളുകളും ഇന്ന് ലഭ്യമാണ്.

3

File No.HEALTH-P1/404/2017-HEALTH

Ipt No : 1898402/2017/HEALTH(OS)

Most Immediate
Speed Post

L.11013/14/2010-NCD-I/BC
Government of India
Ministry of Health and Family Welfare
(Department of Health & Family Welfare)
NCD-1/BC Section

Nirman Bhawan, New Delhi
Dated 27.09.2017

ORDER

A Committee of Experts was constituted under the Chairmanship of Dr. B.D.Athani, Special DG, Dte.GHS to reassess the existing duties and formulate the Revised Duty Chart of Para-Medical Ophthalmic Assistants (PMOAs) under National Program for Control of Blindness &Visual Impairment (NPCB&VI). The Committee in its meeting held on 02.09.2016 finalized its recommendations and the same have been accepted by the competent authority in the Ministry of Health & Family Welfare for implementation under NPCB&VI.

2. Accordingly, the Duty Chart of Para-Medical Ophthalmic Assistants (PMOAs) under National Program for Control of Blindness & Visual Impairment (NPCB&VI) promulgated in 1992 through a booklet published under title "Present Status of National Program for Control of Blindness (NPCB) 1992" by Ophthalmology Section, Directorate General of Health Services, Ministry of Health & Family Welfare, Government of India, is hereby modified for implementation with immediate effect as under:-

1. At primary eye-care level (PHCs and CHCs)

a. Independent duties

- Test visual acuity, refraction and prescription of glasses.
- Screening and identification of eye diseases like cataract, glaucoma, childhood blindness, uncorrected refractive errors, squint, trachoma, corneal opacity, Uveitis, diabetic retinopathy.
- Screening for color vision(not for issuing certificate)
- Dispensing of spectacles.
- Health Education and training of primary level functionaries and volunteers.
- Enucleation of the eyes in cases of corneal donation after death (after requisite training only).
- Organization and management of: documentation, counseling, screening camps, school eye health, community health education sessions, coordination with other departments, tele-ophthalmology and epidemics.

b. Duties under supervision of Medical Officers or Eye Specialists

- Providing primary eye care including treatment for eye diseases like trachoma, conjunctivitis, allergies of eye lids and conjunctiva, dry eye, vitamin A deficiency, lachrymal system disorder, superficial corneal abrasion.
- Ocular emergencies: Identify, initiate primary medical treatment (First Aid as per the protocol) and urgent referral to an Ophthalmologist immediately, any emergency cases like chemical burns, perforating injuries of eye ball or lids corneal Ulcers.
- Minor surgical procedures like epilation, removal of conjunctival foreign bodies.
- Follow up of post-operative cases as per the instruction of the operating surgeons.

2. Secondary eye care level at District Level (under supervision of Ophthalmologist)

- Assessment of vision, refraction (manual and automated), prescription of glasses
- Assessment of binocular vision and color vision.
- Tonometry, Evaluation of lachrymal duct patency.
- Visual field testing, diplopia and hess charting
- Contact lens fitting, low vision aids after getting appropriate training
- Recording patients history and preliminary eye examination
- Pre-operative workup:- Biometry, blood pressure checking, blood sugar checking, slit lamp examination.
- Coordination with primary level
- Non invasive investigation technique after training
- Prosthetic eye implant fitting.
- Operation theater and wards (after proper training) administration of pre and post-operative medications as per doctor advise, counseling of patients, sterilization of instrument and equipments, setting up of surgical trolley and any other work assigned by the eye surgeons.

(Ziley Singh Vical)
Deputy Secretary to the Govt. of India
Tele/Ph. No-011-23061554

To

1. The Secretary, Department of Health & Family Welfare, All States/UTS
2. The Director General of Health Services, Nirman Bhavan, New Delhi
3. Special DG, Dte.GHS, Nirman Bhavan, New Delhi
4. The Director of Health Services, All States/UTs
5. State Programme Officers, All States/UTs.
6. All Directors, Regional institute of Ophthalmology
7. Dr.V.Rajshekar, A.C (BC) for uploading on the NPCB & VI website

Copy for information to:-

1. PPS to Secretary (HFW)/Sr. PPS to Additional Secretary (Health)/ PPS to JS(LA).
2. PPS to DDG (O), Dte.GHS.

DEPUTY DIRECTOR
(Ophthalmology)
State Programme Officer- NPCB
Directorate of Health Services
Thiruvananthapuram

4

NATIONAL HEALTH MISSION
General Hospital Junction Thiruvananthapuram 695035
Tel fax: 91-471 2301181, 2302784
email: smdnrhm@gmail.com
Website: www.arogyakeralam.gov.in

NATIONAL HEALTH MISSION

CIRCULAR

Circular No: NHM/6398/ADMIN2/2016/SPMSU Dated, Thiruvananthapuram, 20.12.2016

Sub:- NHM - Revised Qualification for appointing Optometrist / Ophthalmic Assistant under National Health Mission - Orders issued:

Ref :- 1. Order No. NRHM/7799/SH1/2013/SPMSU dated 13.2.2014
2. GO (MS) No. 606/2010/H&FWD dated 16.09.2010

As per the Order 1st read above, the qualification of Optometrist / Ophthalmic Assistant was fixed as Bachelor Degree in Clinical Optometry with Minimum 2 years experience.

The Government, vide G.O. read 2nd above had fixed the qualification of Optometrist / Opthalmic Assistant as follows.

1. A pass in Pre-Degree with Physics, Chemistry, Biology / mathematics as Optional subjects or equivalent qualification
2. Diploma in Opthalmic Assistants Course (2 years) conducted by the Medical Colleges in Kerala or equivalent qualification recognised in Kerala.

Representations have come from various quarters wherein it was requetsed that the qualifications for an Optometrist / Opthalmic Assistant may be revised based on teh Government Order.

In these circumstances, the qualification for appointing Optometrist / Ophthalmic Assistant under National Health Mission, Kerala is revised as follows:

1. A Pass in Pre-Degree / Plus Two with Physics, Chemistry and Biology/ Mathematics as Optional subjects or equivalent qualification
2. (a) Diploma in Opthalmic Assistant's Course (2 years) conducted by the Medical Colleges in Kerala or equivalents qualification recognised in Kerala with 2 years experience in relevant field

OR

(b) Degree in Optometry / Ophthalmic Assistant from the recognized university approved by Government of Kerala with 2 years experience in relevant field.

The referred order is modified into this extend. This order will come into effect for all notifications issued from this date.

Keshvendra Kumar IAS
State Mission Director

To
All District Programme Manager's, NHM

Draft #1 of File NHM/6398/ADMIN2/2016/SPMSU Approved by State Mission Director on 20-Dec-2016 05:37 PM - Page 1

GOAK 27th

Annual
State Conference
at Kanjangad
Kasaragod

13th JAN 2019

INSIGHT
a G.O.A.K journal
An Official Journal of Kerala Goverment Optometrists' Assiciation . Reg.No. 285
Issue : 30 , June 2019.

GOAK 27th

Annual State Conference at Kanjangad Kasaragod

13th JAN 2019