കാരിത്താസിയൻ

ഒരു ആരോഗ്യമാസിക

പുസ്തകം 04 | ലക്കം 16 | 2025 ഡിസംബർ - 2026 ഫെബ്രുവരി
കാരിത്താസ് ഹോസ്പിറ്റൽ പ്രസിദ്ധീകരണം

CARITAS
HOSPITAL & INSTITUTE OF HEALTH SCIENCES

'വൃക്ക മാറ്റിവയ്ക്കൽ'
ഡോ. കെ. പി. ജയകുമാർ

അവയവദാനം മഹാദാനം
ഡോ. മാത്യു ജോർജ് കുന്തറ

കാരിത്താസ് മധ്യകേരളത്തിന്റെ ആരോഗ്യഗോപുരം
റവ. ഡോ. ബിനു കുന്നത്ത്

A-V Fistula ഹീമോഡയാലിസിസ് - ഡോ. അജീഷ് ജോൺ

കാരിത്താസിയൻ
ഒരു ആരോഗ്യമാസിക

Contents

CARiTAS
HOSPITAL & INSTITUTE OF HEALTH SCIENCES

Scan to visit the website

കാരിത്താസിയൻ
ഒരു ആരോഗ്യമാസിക

കാരിത്താസ് ഹോസ്പിറ്റൽ പ്രസിദ്ധീകരണം

പുസ്തകം 04 | ലക്കം 16
2025 ഡിസംബർ - 2026 ഫെബ്രുവരി

ചീഫ് എഡിറ്റർ
ഫാ. ഡോ. ബിനു കുന്നത്ത്

എഡിറ്റർ-ഇൻ-ചാർജ്
ഫാ. ജിനു കാവിൽ

എക്സിക്യൂട്ടീവ് എഡിറ്റർ
ഫാ. ജിസ്മോൻ മഠത്തിൽ

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

കണ്ടന്റ് ക്യൂറേറ്റർ
എൽ. ആർ. ഷാജി

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

3 കാരിത്താസ് ആശുപത്രി: മധ്യകേരളത്തിന്റെ ആരോഗ്യഗോപുരം
ഫാ. ഡോ. ബിനു കുന്നത്ത്

8 ‘വൃക്ക മാറ്റിവയ്ക്കൽ’ (Kidney Transplantation)
ഡോ. കെ. പി. ജയകുമാർ

14 A-V Fistula ഹീമോഡയാലിസിസ്
ഡോ. അജീഷ് ജോൺ

18 ഫെയർനസ് ക്രീമുകളിൽ ഒളിഞ്ഞിരിക്കുന്ന വൃക്കരോഗം
ഡോ. ക്രിസ്റ്റീൻ മേരി ജെയ്ൻ

28 അവയവദാനം മഹാദാനം
ഡോ. മാത്യു ജോർജ് കുന്താറ

34 ഭാരം കുറയ്ക്കുന്നതിലെ പുതിയ യുഗം: മരുന്നുകൾ, ചികിത്സയും ജീവിതശൈലിയും
ഡോ. അജീഷ് ടി.

Scan to Download Previous Issues of Caritasian

Aug 21 - Sept 21 Issue | Oct 21 - Nov 21 Issue | Nov 21 - Feb 22 Issue

Feb 22 - Apr 22 Issue | Apr 22 - Jun 22 Issue | Jun 22 - Aug 22 Issue

കാരിത്താസ്: മധ്യകേരളത്തിന്റെ ആരോഗ്യഗോപുരം – പുതിയ നാഴികക്കല്ലുകൾ

റവ. ഡോ. ബിനു കുന്നത്ത്
ഡയറക്ടർ & സി. ഇ. ഒ.
കാരിത്താസ് ആശുപത്രി

അറുപത്തിനാല് വർഷങ്ങൾ നീണ്ട കാരിത്താസ് ആശുപത്രിയുടെ ആരോഗ്യയാത്രയിലെ ഏറ്റവും സുവർണ്ണമായ മുഹൂർത്തങ്ങൾക്കാണ് ഈ കാലഘട്ടം സാക്ഷ്യം വഹിക്കുന്നത്. ആരോഗ്യരംഗത്തെ ഏറ്റവും നൂതനമായ സങ്കേതങ്ങളും ഉപകരണങ്ങളും ചികിത്സാവിധികളും കാര്യക്ഷമമായി ഉപയോഗിക്കുന്ന കാരിത്താസ് ഹോസ്പിറ്റൽ ആരോഗ്യരംഗത്തെ അന്തർദേശീയ സാധ്യതകൾ കൂടി ഉപയുക്തമാക്കി അതിവേഗം മുന്നോട്ടു പോവുകയാണ്.

ലോകാരോഗ്യ സംഘടനയുടെ [W H O] പ്രൊജക്റ്റ് ഓഫീസും , കേരളത്തിലെ ആദ്യത്തെ ജീനോമിക്സ് ലാബും കാരിത്താസ് ആശുപത്രിയിൽ പ്രവർത്തനം ആരംഭിച്ചു കഴിഞ്ഞു. ഇന്ത്യയിൽ തന്നെ ആദ്യമായിട്ടാണ് ലോകാരോഗ്യ സംഘടന ഒരു ആശുപത്രിയുമായി ചേർന്ന് സമഗ്ര ആരോഗ്യ പ്രവർത്തനങ്ങളുമായി മുന്നോട്ടുപോകുന്നത്. ലോകത്താകമാനം ഭീഷണി ഉയർത്തുന്ന സാംക്രമിക രോഗങ്ങളുടെ പടർന്നുപിടിക്കലും പ്രതിരോധ പ്രവർത്തനങ്ങളും സംബന്ധിച്ച നിർണായക ആരോഗ്യ പ്രവർത്തനങ്ങൾ ആണ് കേരളത്തിൽ കാരിത്താസ് ആശുപത്രിയുമായി ചേർന്ന് ലോകാരോഗ്യ സംഘടന ലക്ഷ്യം വയ്ക്കുന്നത്. മനുഷ്യന്റെ ജനിതകഘടനയിലെ സവിശേഷതകളും വ്യത്യാസങ്ങളും കണ്ടെത്തി അർബുദ കോശങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള സമഗ്രവും നൂതനവുമായ പഠനമാണ് ജീനോമിക്സ് ലാബ് എന്ന നൂതന ആശയത്തിലൂടെ വിഭാവനം ചെയ്യുന്നത്.

ലോകാരോഗ്യ സംഘടനയുടെ സബ്സെന്റർ ആയി പ്രവർത്തിക്കുന്ന കേരളത്തിലെ ആദ്യ ആരോഗ്യപരിപാലന കേന്ദ്രം എന്ന നിലയിൽ ആരോഗ്യ പരീക്ഷണങ്ങളുടെയും പുതുസങ്കേതങ്ങളുടെയും വിശ്വസ്ത

കേന്ദ്രമായി കാരിത്താസ് മാറിക്കഴിഞ്ഞു. എന്ന് മാത്രമല്ല, അന്താരാഷ്ട്രതലത്തിലെ ആരോഗ്യ സംബന്ധിയായ ചലനങ്ങൾക്ക് ചാലകശക്തിയാകാനും കാരിത്താസ് ആശുപത്രിക്ക് കഴിയും. അടിസ്ഥാന സൗകര്യങ്ങളുടെ ഉയർന്ന ലഭ്യത ഇന്ന് 655 ബെഡുകളുള്ള മൾട്ടി സ്പെഷ്യാലിറ്റി ആശുപത്രിയായി കാരിത്താസ് ആശുപത്രി വളർന്നിരിക്കുന്നു. നിരവധി ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റുകളും സ്പെഷ്യാലിറ്റി ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റുകളും ഉൾപ്പെടെ ഏറ്റവും കൂടുതൽ രോഗികളെ ചികിത്സിക്കുന്ന മധ്യകേരളത്തിലെ ഏക സ്ഥാപനമായും ഏറ്റവും നൂതന ചികിത്സാ സംവിധാനങ്ങളെ ഉപയോഗപ്പെടുത്തുന്ന മികച്ച ആശുപത്രിയായും കാരിത്താസ് മാറിക്കഴിഞ്ഞു. കോട്ടയം ജില്ലയിലെ ആദ്യ NABH അക്രഡിറ്റേഷനും ആദ്യ നഴ്സിംഗ് എക്സലൻസ് സർട്ടിഫിക്കേഷനും, കേരളത്തിലെ രണ്ടാമത്തെതും മധ്യകേരളത്തിലെ ആദ്യത്തെതുമായ എത്തിക്സ് കമ്മിറ്റി അക്രഡിറ്റേഷനും നേടാൻ കാരിത്താസിനു കഴിഞ്ഞു. കാരിത്താസ് ആശുപത്രി നിഷ്കർഷിക്കുന്ന ഗുണനിലവാര സംവിധാനങ്ങളും, പ്രദാനം ചെയ്യുന്ന ആരോഗ്യ സംവിധാനങ്ങളുടെ ഗുണനിലവാരവും അർഹിക്കുന്ന അംഗീകാരങ്ങളാണ് ഇത്.

2000 ൽ ആരംഭിച്ച ഓങ്കോളജി ഡിപ്പാർട്ട്മെൻറ് ഇന്ന് കാരിത്താസ് ക്യാൻസർ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് എന്ന പേരിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്ന, 25 വർഷത്തിനിടെ ഇരുപത്തിഅയ്യായിരത്തിലധികം രോഗികളെ ചികിത്സിച്ച, പതിനെണ്ണായിരത്തിലധികം ശസ്ത്രക്രിയകൾ നടത്തിയ, ക്യാൻസർ അവബോധ - പ്രതിരോധ പരിപാടികളിലൂടെ പൊതുജനാരോഗ്യത്തിന് സംഭാവന നൽകിയ മികച്ച സ്ഥാപനമാണ്. കാരിത്താസ് ഹാർട്ട് ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് വഴി അനേകം ഹൃദയശസ്ത്രക്രിയകളും അടിയന്തര ചികിത്സകളും പ്രതിവർഷം നൽകുന്നുണ്ട്. ഉദാഹരണമായി ഹൃദയഭിത്തി തകർന്ന രോഗികളെ പോലും പുനരുജ്ജീവിപ്പിച്ച സംഭവങ്ങൾ ഇവിടെ അപൂർവമല്ല. മൾട്ടി ഓർഗൻ , കിഡ്നി - ഹൃദയം ട്രാൻസ്പ്ലാന്റ് സെന്റർ ആയി കാരിത്താസ് പ്രവർത്തിക്കുന്നു. മരിച്ച ഡോണറും ലൈവ് ഡോണറും ഉൾപ്പെടെ കേരളത്തിലെ പ്രമുഖ ട്രാൻസ്പ്ലാന്റ് പ്രോഗ്രാമുകളിൽ ഒന്നായി പ്രവർത്തിക്കുന്ന കാരിത്താസ് അഭൂതപൂർവ്വമായ സ്ഥാനമാണ് ഈ രംഗത്ത് അടയാളപ്പെടുത്തുന്നത്.ന്യൂറോ സയൻസസ്, ഗ്യാസ്ട്രോ നെഫ്രോളജി, ഓർത്തോപീഡിക്സ് എന്നിങ്ങനെ 30ലധികം സ്പെഷ്യാലിറ്റി ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റുകളിലായി അഡ്വാൻസ് കെയറിന്റെ 24 എമർജൻസി യൂണിറ്റ് ട്രോമാകെയറും കാരിത്താസ് ആശുപത്രിയിലുണ്ട്. ക്യാൻസർ രോഗികൾക്കായി ആരംഭിച്ച്, സാധാരണ രോഗികളിലേക്ക് വിപുലീകരിച്ച പാലിയേറ്റീവ് കെയർ, ഹോം കെയർ സർവീസുകൾ 17 വർഷങ്ങൾ ആരോഗ്യകരമായി പിന്നിട്ടു കഴിഞ്ഞു. മാതൃശിശു ആരോഗ്യ രംഗത്തെ മികച്ച സേവനങ്ങൾക്കും ഈ മേഖലയിലെ പുതിയ കണ്ടെത്തലുകൾക്കും ലഭിച്ച അംഗീകാരമാണ് 2022ൽ സംസ്ഥാന സർക്കാരിന്റെ മാതൃ ശിശു സൗഹൃദ ആശുപത്രി അംഗീകാരം.

എട്ടു വർഷത്തിലധികമായി സംസ്ഥാന മലിനീകരണ നിയന്ത്രണ ബോർഡിന്റെ അവാർഡ്, കോവിഡ് 19 മഹാമാരിയുടെ സമയത്ത് പോലീസിനും അഗതികൾക്കും ഭക്ഷണവും വെള്ളവും നൽകിയതുൾപ്പെടെ ഉള്ള സാമൂഹിക പ്രവർത്തനങ്ങൾ, ഫെഡറൽ ബാങ്കുമായി സഹകരിച്ച ക്യാൻസർ രോഗികൾക്കുള്ള സഹായം എന്നിവയെല്ലാം എട്ടു വർഷത്തിലേറെയായി കാരിത്താസ് ആശുപത്രി നൽകുന്ന പരിസ്ഥിതിക സാമൂഹിക സേവനങ്ങൾക്കുള്ള ഏതാനും ഉദാഹരണങ്ങൾ മാത്രം.കൂടാതെ ക്യാൻസർ അവബോധ ക്ലാസ്സുകൾ, ബ്രെസ്റ്റ് കാൻസർ സ്ക്രീനിംഗ് ലൈഫ് ഇൻ ഷീറ്റ് പ്രോഗ്രാമുകൾ എന്നിവ വഴി സമൂഹത്തിലേക്ക് കൂടുതൽ ബോധവൽക്കരണം വ്യാപിപ്പിക്കുവാനും നൂതന സാങ്കേതിക വിദ്യകളുടെ സഹായത്തോടെ വർഷാവർഷം ആരോഗ്യ അവബോധ ക്ലാസുകൾ സംഘടിപ്പിക്കാനും കാരിത്താസിനു കഴിയുന്നുണ്ട്. വിദ്യാഭ്യാസ ഗവേഷണ സംഭാവനകൾക്ക് ISO 9001 :2008 ഗുണനിലവാരമുള്ള നഴ്സിംഗ് മെഡിക്കൽ ട്രെയിനിങ് സംവിധാനങ്ങൾ, ഗവേഷണ കേന്ദ്രങ്ങൾ എന്നിവ കേരളത്തിലെ ആരോഗ്യ പ്രൊഫഷണലുകളെ സൃഷ്ടിക്കുകയും പരിശീലിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. 2024 ഇൽ ദേശീയ അംഗീകാരങ്ങൾ ഈ സംരംഭത്തിന് ലഭിച്ചിട്ടുണ്ട്.

ഇത്തരം പദ്ധതികളിലൂടെയും ഏറ്റവും വിജയകരമായ ആരോഗ്യ ഇടപെടലുകളിലൂടെയും കാര്യത്താസാശുപത്രി കേരളത്തിന് അകത്തും പുറത്തുമുള്ള രോഗികൾക്ക് ആശ്വാസവും പ്രതീക്ഷയും പകരുന്നു. വേൾഡ് ഹെൽത്ത് ഓർഗനൈസേഷന്റെ പ്രൊജക്റ്റ് ഓഫീസും , കേരളത്തിലെ ആദ്യത്തെ ജീനോമിക്സ് ലാബും കാരിത്താസ് ആശുപത്രിയിൽ പ്രവർത്തനം ആരംഭിച്ചതോടെ മധ്യകേരളത്തിന്റെ ആരോഗ്യ നിലവാരത്തെ കൂടുതൽ ശക്തിപ്പെടുത്തുവാനും കേരളത്തിന്റെ പൊതു ആരോഗ്യ മേഖലയിൽ നിർണായകമായ പങ്കു വഹിക്കുവാനും കാരിത്താസ് ഹോസ്പിറ്റലിനു കഴിയും. ദേശീയവും അന്തർദേശീയവുമായ ആരോഗ്യസംവിധാനങ്ങളെ ഏകീകരിക്കാനും ഈ മുന്നേറ്റങ്ങൾ സഹായകമാകും എന്ന കാര്യത്തിൽ സംശയമില്ല.

കാരിത്താസ് ഹോസ്പിറ്റലിനെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം 2025 പ്രാധാന്യമുള്ള വർഷമായിരുന്നു. ലോകാരോഗ്യ സംഘടനയുടെ സബ് സെന്റർ ആയി പ്രവർത്തിക്കുവാനും ജീനോമിക്സ് ലാബിന്റെ പ്രവർത്തനങ്ങൾ ഏകോപിപ്പിക്കുവാനും കഴിഞ്ഞത് ഈ വർഷത്തെ നേട്ടങ്ങളുടെ പട്ടികയിൽ പ്രധാനപ്പെട്ടവയാണ്. വരും വർഷവും ആരോഗ്യരംഗത്ത് അനിഷേധ്യ സാന്നിധ്യമായി തുടരാൻ കാരിത്താസിന് കഴിയട്ടെ എന്ന് പ്രാർഥിക്കുന്നതോടൊപ്പം ഓരോ നാഴികക്കല്ലുകളിലും കൂടെ നിൽക്കുന്ന ഓരോരുത്തർക്കും ഹൃദയം നിറഞ്ഞ സ്നേഹം

എല്ലാവർക്കും ഹൃദയം നിറഞ്ഞ ക്രിസ്തുമസ് പുതുവത്സര ആശംസകൾ

Caritas Hospital signed a Project Collaboration Agreement (PCA) with World Health Organization (WHO)

On 30th September 2025, Caritas Hospital Trust and the World Health Organization (WHO) signed a Project Collaboration Agreement (PCA) at the WHO Country Office in Delhi. The agreement was signed by Dr. Roderico H. Ofrin, WHO Representative to India, and Rev. Dr. Binu Kunnath, Director & C.E.O. of Caritas Hospital and Institute of Health Sciences, Kottayam.

- This collaboration aims to strengthen public health in Kerala through technical support and innovative initiatives. Under this partnership:
- A state-of-the-art laboratory and surveillance system will be established
- Various public health and research projects will be developed and implemented
- A new project office at Caritas Hospital Campus, to co-ordinate research and implementation in central Kerala

This milestone reinforces our commitment to advancing healthcare and improving the well-being of communities in Kerala.

Celebrating Excellence: Caritas College of Nursing Alumni Association Holds Annual Meet 2025

Caritas College of Nursing Alumni Association held its Annual Alumni Meet on September 9. Former students and faculty members attended the program, which was inaugurated by Prof. Mrs. Tinkle Mathew, Principal of Caritas Nursing College. Rev. Dr. Binu Kunnath, Director & CEO of Caritas Hospital, conveyed his greetings. During the gathering, the first batch of PBBSc Nursing students and the first batch of MSc Nursing students were honored, along with alumna Sr. Shiji Jose (CNO, Caritas Hospital) and Dr. Suma Jose (Assistant Professor, Government College of Nursing, Kottayam), recipient of the Kerala Government's Lini Puthussery Award 2024.

CME on Evidence -Based Low Back Pain Care

Caritas Hospital – Department of Physiotherapy organized a Continuing Medical Education (CME) on "Current Trends & Best Practices in Low Back Pain" on 14th September 2025 at the Diamond Jubilee Hall.

The program was inaugurated by Rev. Fr. Jismon Madathil (Joint Director, Media & Relations), Dr. Shiela Mary Varghese (Senior Consultant – PMR), Sr. Thresiamma V. T. (HOD – Department of Physiotherapy, Caritas Hospital & Institute of Health Science), and our distinguished guest speaker Nanda Gopan R, MPT, COMT, KCMT, ISST (Schroth Therapist), Chief Physiotherapist – SP Fort Group of Hospitals & Director – The Physio Clinic.

The CME highlighted the latest evidence-based approaches and best practices in the management of low back pain, emphasizing multidisciplinary collaboration and innovative physiotherapy strategies to improve patient outcomes and quality of life.

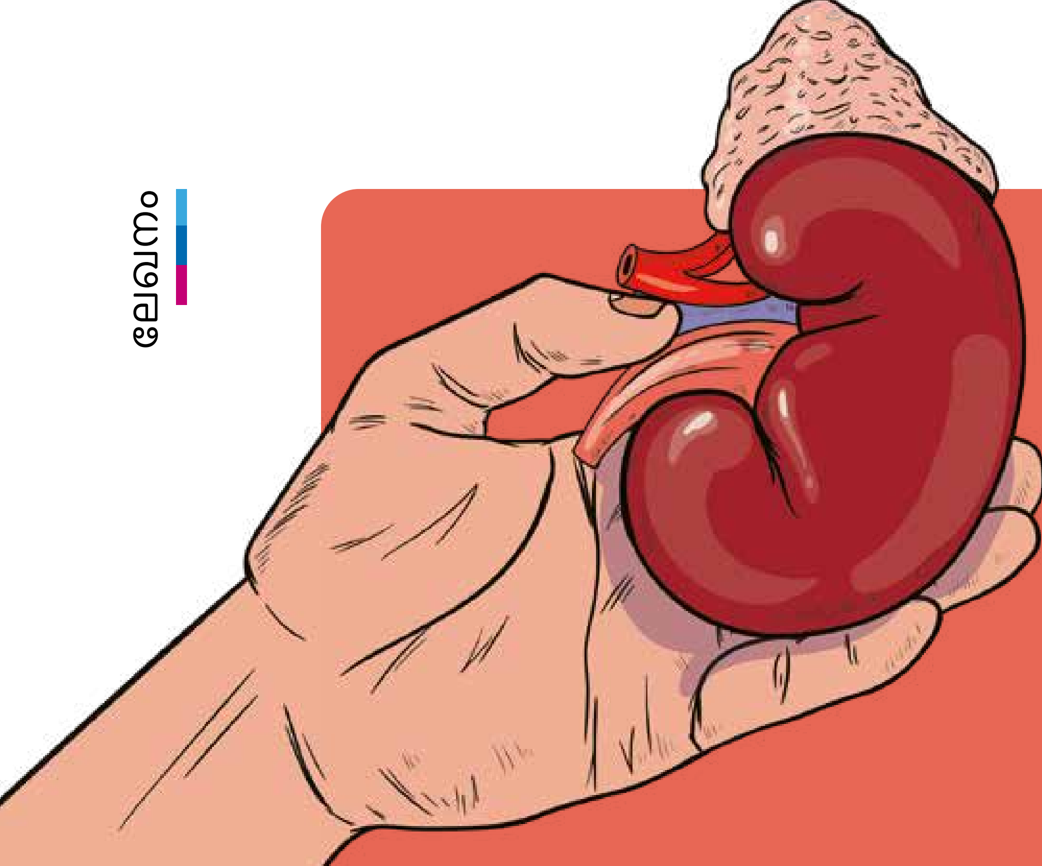
Promoting Hope and Care: Suicide Prevention Awareness Session Held at Caritas Hospital

The awareness session “One Conversation. One Life” on Suicide Prevention, organized by the Caritas Nursing Services Department, was successfully conducted at the Diamond Jubilee Hall, Caritas Hospital. Dr. Chikku Mathew (Consultant – Psychiatry, Caritas Hospital & Institute of Health Sciences) delivered the keynote address, emphasizing the importance of awareness, timely conversations, and support in preventing suicides. This initiative reminded us that “Your Life Matters. Your Presence Matters. You Matter.” Together, let’s continue spreading hope and care.

Building Awareness for a Healthier Future: Lifestyle Diseases and Ergonomics Session at CMS College

Caritas Hospital & Institute of Health Sciences and Caritas Life (Caritas Social Responsibility), in association with the Department of Communicative English and the Women’s Study Centre, CMS College Kottayam, successfully conducted a session on Lifestyle Diseases and Ergonomics on September 17th at the Education Theatre, CMS College.

The keynote address was delivered by Dr. Jose Jom Thomas, Senior Specialist – Community Medicine, Caritas Hospital & Institute of Health Sciences, who shared valuable insights on lifestyle disorders, preventive strategies, and the importance of proper ergonomics in daily life.



‘വൃക്ക മാറ്റിവെക്കൽ’

(Kidney Transplantation)

മനുഷ്യശരീരത്തിൽ വൃക്കകളുടെ പ്രാധാന്യം പോലെ തന്നെയാണ് ആരോഗ്യരംഗത്തെ വൃക്കരോഗ ചികിത്സയും. എന്നാൽ ഒട്ടേറെ അശാസ്ത്രീയവും അനാരോഗ്യകരവുമായ ശീലങ്ങൾ നിരവധി പാർശ്വഫലങ്ങളാണ് വൃക്കകൾക്ക് സമ്മാനിക്കുന്നത്. വൃക്ക രോഗികൾ പെരുകി വരുന്ന സാഹചര്യത്തിൽ ഇതു സംബന്ധിച്ച സംശയങ്ങളുടെ നിവാരണത്തിലൂടെ മനുഷ്യശരീരത്തിലെ വൃക്കകളുടെ പ്രാധാന്യത്തെക്കുറിച്ച് മനസ്സിലാക്കാം.

ഡോ. കെ. പി. ജയകുമാർ
സീനിയർ കൺസൾട്ടന്റ്
- നെഫ്രോളജി

1. **‘വൃക്ക മാറ്റിവെക്കൽ’ (Kidney Transplantation) എന്നാൽ എന്താണ് ?**

രോഗിയുടെ തകരാറായ വൃക്കയ്ക്ക് പകരമായി ആരോഗ്യവാനായ വ്യക്തിയുടെ വൃക്ക ശരീരത്തിലേക്ക് സ്ഥാപിക്കുന്ന ഒരു ശസ്ത്രക്രിയയാണ് ഇത്

2. **എപ്പോഴാണ് ഈ ശസ്ത്രക്രിയ ആവശ്യമായി വരുന്നത് ?**

വൃക്കയുടെ പ്രവർത്തനം 10-15 % ൽ താഴെയാകുമ്പോൾ, അല്ലെങ്കിൽ ഡയാലിസിസ് സ്ഥിരമായി ആവശ്യമാകുമ്പോൾ

3. **വൃക്കമാറ്റിവയ്ക്കൽ ഡയാലിസിസിനേക്കാൾ നല്ലതാണോ ?**

അതെ. വൃക്കമാറ്റം ദൈർഘ്യമേറിയ ജീവിതവും, കൂടുതൽ സ്വയംപര്യാപ്തതയും മെച്ചപ്പട്ട ആരോഗ്യനിലയും നൽകുന്നു.

4. **വൃക്കമാറ്റം അപകടകരമാണോ ?**

ഭൂരിഭാഗം രോഗികൾക്കും ഇത് സുരക്ഷിതമാണ്. എന്നാൽ എല്ലാ ശസ്ത്രക്രിയകൾക്കും അപകട സാധ്യതകളുണ്ടാവാം.

5. **എത്ര വൃക്കകളാണ് ഒരു മനുഷ്യശരീരത്തിന് ആവശ്യം?**

ഒരു വൃക്ക മതി. അതിനാൽ ആരോഗ്യമുള്ളവർക്ക് തങ്ങളുടെ ഒരു വൃക്കദാനം ചെയ്യാനാകും.

6. **വൃക്കമാറ്റിവയ്ക്കൽ ശസ്ത്രക്രിയയുടെ ഫലം എത്രനാൾ നിലനിൽക്കും?**

സാധരണയായി ജീവദാതാവിൽ നിന്ന് ലഭിച്ച വൃക്ക 15-20 വർഷം വരെയും മൃതദാതാവിൽ നിന്ന് ലഭിച്ച വൃക്ക 10-15 വർഷം വരെയും നന്നായി പ്രവർത്തിക്കും

7. **വൃക്കമാറ്റിവയ്ക്കലിനു മുൻപ് ഡയാലിസിസ് നിർബന്ധമായി ചെയ്യേണ്ടതുണ്ടോ?**

എല്ലാവർക്കും ആവശ്യമില്ല . ചിലർക്ക് Pre-emptive transplant ഡയാലിസിസിനു മുൻപ് തന്നെ ചെയ്യാം.

8. **ശസ്ത്രക്രിയക്ക് എത്രനാൾ കാത്തിരിക്കേണ്ടി വരാം?**

ദാതാവുള്ളവർക്ക് 3-6 ആഴ്ചകൾ വേണ്ടി വരും. മൃതദാതാവിനായി കാത്തിരേക്കണ്ടവർക്ക് കാത്തിരിപ്പ് സമയത്തിൽ വ്യത്യാസങ്ങൾ വരാം.

9. **വൃക്കദാനം ചെയ്യാൻ ആർക്കെല്ലാം കഴിയും?**

- മാതാപിതാക്കൾ , സഹോദരങ്ങൾ, മക്കൾ ഭർത്താവ് / ഭാര്യ തുടങ്ങിയ ബന്ധുക്കൾക്ക്
- രക്തബന്ധമില്ലാത്തവർക്ക് (നിയമാനുസൃത അനുമതിയോടെ)
- മരണാനന്തര ദാതാക്കൾ (Brain – dead donors)

10. **ദാതാവിന്റെ പ്രായപരിധി എത്രയാണ്?**

18 മുതൽ 65 വയസ്സിനിടയിലുള്ള ആരോഗ്യമുള്ളവരെ സാധാരണഗതിയിൽ പരിഗണിക്കാം.

11. **രക്തഗ്രൂപ്പിലെ പൊരുത്തം പ്രധാനമാണോ ?**

വളരെ പ്രധാനമാണ്. ചിലപ്പോൾ ABO incompatibility special desensitization മാർഗ്ഗങ്ങളിലൂടെ പരിഹരിക്കാനുമാകും.

12. **ദാതാവിന്റെ ആരോഗ്യ പരിശോധനയിൽ എന്തെല്ലാം ഉൾപ്പെടും ?**

രക്തം, മൂത്രം, ഹൃദയപരിശോധന, വൃക്കകളുടെ സ്കാനിങ്, അണുബാധ സ്ക്രീനിങ്.

13. **ദാതാവിന് അപകട സാധ്യതകളുണ്ടോ?**

ശസ്ത്രക്രിയക്ക് ദാതാവിനെ സംബന്ധിച്ച് അപകട സാധ്യത വളരെ കുറവാണ്. ശസ്ത്രിയക്കു ശേഷം സാധാരണ ജീവിതം നയിക്കാൻ സാധിക്കും.

14. **ദാതാവിന്റെ ശേഷമുള്ള ജീവിതം എങ്ങനെയായിരിക്കും?**

തികച്ചും സാധാരണ ജീവിതമായിരിക്കും. പതിവു ജോലികളിലും, യാത്രകളിലും കായിക പ്രവർത്തനത്തിലുമെല്ലാം ഏർപ്പെടാം.

15. **ദാതാവിന് പ്രത്യേക തരം ഭക്ഷണക്രമമുണ്ടോ ?**

ഇല്ല. വെള്ളം മതിയായ അളവിൽ കുടിക്കുക. പുകവലിയും മദ്യപാനവും ഒഴിവാക്കുക.

16. ദാതാവിന്റെ കുട്ടികൾക്ക് ഭാവിയിൽ വൃക്കരോഗം വരുമോ?

ഇല്ല. ജനിതക രോഗം ഇല്ലെങ്കിൽ പകരില്ല.

17. വൃക്ക മാറ്റിവയ്ക്കലിനു മുൻപുള്ള പ്രധാന പരിശോധനകൾ ഏതൊക്കെയാണ്.

- രക്തഗ്രൂപ്പ് , HLA typing
- Crossmatch
- ഹൃദയപരിശോധന, ശ്വാസകോശത്തിന്റെ പരിശോധന
- അണുബാധ സ്ക്രീനിങ്
- സ്കാനുകളിലൂടെ വൃക്കയുടെ ഘടനയെ വിലയിരുത്തുക

18. Crossmatch ഫലം positive ആണെങ്കിൽ എന്ത് ചെയ്യും ?

അപ്പോൾ ശസ്ത്രക്രിയ ചെയ്യാൻ പാടില്ല. ചികിത്സകൾ ആവിശ്യമായേക്കാം.

19. Infection ഉണ്ടെങ്കിൽ വൃക്ക മാറ്റിവയ്ക്കാൻ സാധ്യമാണോ ?

അല്ല. അണുബാധ പൂർണ്ണമായി മാറിയ ശേഷമേ ചെയ്യാവൂ.

20. Diabetes, രക്തസമ്മർദം ഉള്ളവർക്ക് ദാതാവാകാമോ ?

നല്ലവണ്ണം നിയന്ത്രണമുള്ളവർക്ക് സാധ്യമാണ്. അങ്ങിനെയുള്ളപ്പോൾ മറ്റവയവങ്ങളുടെ ആരോഗ്യനിലയും പരിശോധനകളിലൂടെ വിലയിരുത്തിയതിനുശേഷം തീരുമാനിക്കപ്പെടും.

21. ദാതാവിന്റെ വൃക്ക സ്ഥാപിക്കുന്നതെവിടെയാണ് ?

വയറിന്റെ താഴെ ഭാഗത്തായി ദാതാവിന്റെ വക സ്ഥാപിക്കുന്നു. നിലവിലുള്ള രോഗിയുടെ വൃക്കകൾ നീക്കം ചെയ്യാറില്ല.

22. പുതിയ വൃക്കയുടെ പ്രവർത്തനം എപ്പോൾ തുടങ്ങുന്നു?

ഭൂരിഭാഗം പേരിലും ശസ്ത്രക്രിയക്ക് ശേഷം ഉടൻ തന്നെ മൂത്രം വരാൻ തുടങ്ങും

എന്നാൽ ചിലർക്ക് 1-2 ആഴ്ച താമസമുണ്ടാകാം.

23. ശസ്ത്രക്രിയക്ക് ശേഷം ഡയാലിസിസ് ആവശ്യമാണോ?

ചിലരിൽ ആവശ്യമാണ്. 'Delayed graft function' ഉണ്ടെങ്കിലാവശ്യമാണ്.

24. ആശുപത്രിയിൽ എത്ര നാൾ കഴിയേണ്ടിവരും?

സ്വീകർത്താവിന് 7-10 ദിവസവും
ദാതാവിന് 4-5 ദിവസവും

25. ട്രാൻസ്പ്ലാന്റിന് ശേഷമുള്ള മരുന്നുകൾ കഴിക്കുന്ന വിധമെങ്ങനെയാണ്.

- Tacrolimus / Cyclosporine, Prednisolone, Mycophenolate mofetil, അണുബാധ പ്രതിരോധ മരുന്നുകൾ തുടങ്ങിയവ ആവശ്യമാണ്.
- Nephrologist ആണ് മരുന്ന് ഡോസ് തീരുമാനിക്കുന്നത്. രോഗി സ്വമേധയാ മാറ്റാൻ പാടില്ല.
- മരുന്ന് മറന്നാൽ, ഓർക്കുമ്പോൾ ഉടനെ തന്നെ കഴിക്കുക ഇരട്ട ഡോസ് എടുക്കരുത്.

26. മരുന്നിന്റെ പാർശ്വഫലങ്ങൾ എന്തെല്ലാം?

ഭാരം കൂടുക, രക്ത സമ്മർദ്ദം, പ്രമേഹം, അണുബാധ, മുടികൊഴിച്ചിൽ, അസ്ഥികളുടെ ബലക്കുറവ്

27. ഫോളോ - അപ്പ് എത്രകാലം ആവശ്യമാണ് ?

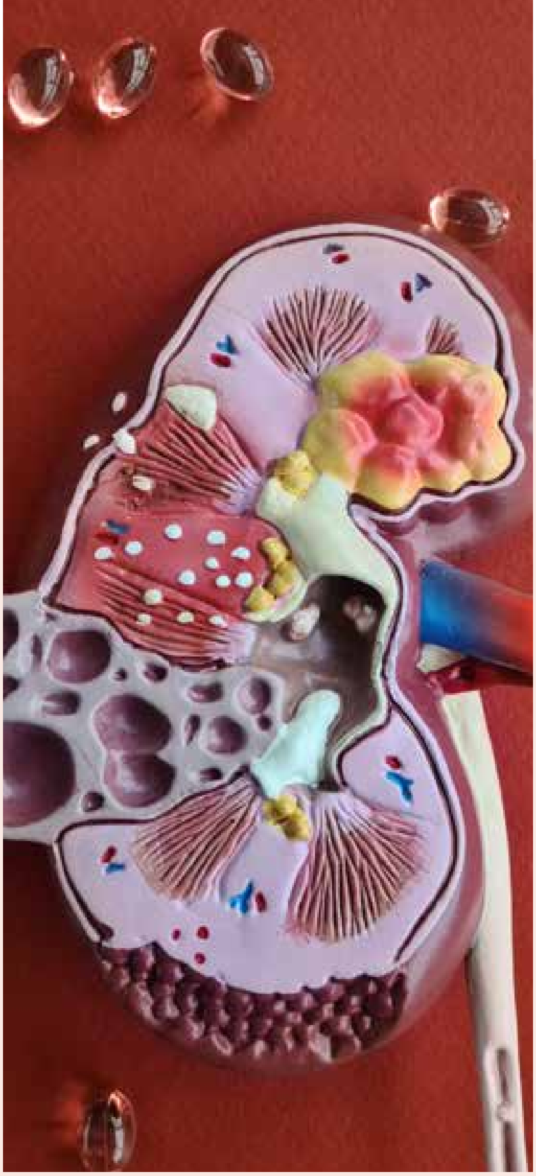
ജീവിതകാലം മുഴുവൻ ആവശ്യമാണ്. തുടക്കത്തിൽ ആഴ്ചതോറും, പിന്നീട് മാസംതോറും ആവശ്യമാണ്.

28. വൃക്കയുടെ പ്രവർത്തനം എങ്ങനെ അറിയാം?

മൂത്രം നന്നായി വരിക, സീറം ക്രിയാറ്റിനിന്റെ അളവ് നോർമലായി തുടരുക

29. വൃക്ക നിരാകരണം എത്രതരമുണ്ട് ? അതിന്റെ ചികിത്സ എങ്ങിനെയാണ്.

- സ്വീകർത്താവിന്റെ ശരീരം ദാതാവിന്റെ വൃക്കയെ നിരാകരിക്കുന്നത് Acute cellular rejection, Antibody mediated rejection, chronic rejection തുടങ്ങിയ തരങ്ങളിലാണ്.



» ചികിത്സയ്ക്കായ് സ്റ്റിറോയിഡ് ഇൻഞ്ചെക്ഷൻ, plasma exchange, ചിലപ്പോൾ Rituximab പോലുള്ള മരുന്നുകൾ ആവശ്യമായ് വരാം .

30. അണുബാധയുടെ ലക്ഷണങ്ങൾ എന്തൊക്കെയാണ്?

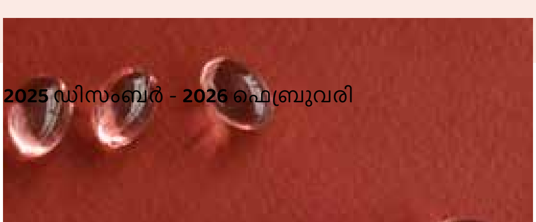
പനി, ചുമ, വയറിളക്കം, വേദന

31. ഗർഭധാരണം സാധ്യമാണോ?

അതെ. ഒരു വർഷത്തിനു ശേഷം, ഡോക്ടർ അനുമതി നൽകുമ്പോൾ

32. ലൈംഗിക ജീവിതം എപ്പോൾ തുടങ്ങാം ?

സാധരണഗതിയിൽ 6-8 ആഴ്ചകൾക്ക് ശേഷം



33. ജീവിതശൈലിയും ഭക്ഷണക്രമവും എങ്ങനെയായിരിക്കണം?

» ഉപ്പ് കുറയ്ക്കുക; പച്ചക്കറികൾ കഴുകി വേവിച്ച് ഉപയോഗിക്കുക, Junk food ഒഴിവാക്കുക.

» 2-3ലിറ്റർ വെള്ളം കുടിക്കാം ; ഡോക്ടർ നിർദേശിക്കുന്നപോലെ അനുസരിക്കുക.

» പുകവലിയും മദ്യപാനവും പൂർണ്ണമായ് ഒഴിവാക്കുക.

» മൂന്ന് ആഴ്ചകൾക്ക് ശേഷം നടക്കാൻ തുടങ്ങാം, വ്യായാമം പതുക്കെ വർധിപ്പിക്കാം.

» യാത്രകൾ ചെയ്യാം ; മരുന്നുകൾ മെഡിക്കൽ രേഖകളും എപ്പോഴും കൈയിൽ കരുതുക.

34. വാക്സിനുകൾ എടുക്കാമോ ?

» ജീവനില്ലാത്ത വാക്സിനുകൾ മാത്രമെടുക്കാം.

» Live vaccine ഒഴിവാക്കുക.

35. ദാതാവിന്റെ ശസ്ത്രക്രിയയും സുഖപ്രാപ്തിക്കുള്ള സമയവും എങ്ങിനെയാണ്?

» മിക്കപ്പോഴും വളരെ ചെറിയ മുറിവ് മാത്രമേ ഉണ്ടാവുകയുള്ളു.

» തന്റെ ദിനചൈര്യകളിലേക്ക് 2-3 ആഴ്ചയിൽ തിരിച്ചെത്താൻ സാധിക്കുന്നു.

36. ദാതാവിന്റെ follow –up എത്രകാലം ആവശ്യമാണ് ?

» ഓരോ വർഷവും വൃക്കപരിശോധനയും, രക്തസമ്മർദ്ദ പരിശോധനയും ആവശ്യമാണ്.

37. എങ്ങനെ വൃക്ക ദാതാവായി മാറാം?

» മൃതസഞ്ജീവനി (KNOS) വഴി രജിസ്റ്റർ ചെയ്യാം; ഡോണർ കാർഡ് കൈവശം വയ്ക്കണം.

» മരണാനന്തര ദാനത്തിന് കുടുംബത്തിന്റെ സമ്മതം നിർബന്ധമാണ്.

World Heart Day 2025: Caritas Hospital Hosts Cardiac Screening for Kottayam Municipality Staff

In connection with World Heart Day 2025, Caritas Hospital & Institute of Health Sciences organized a special Cardiac Health Screening Camp exclusively for Kottayam Municipality Staff, which was successfully conducted on September 23, 2025, at the Kottayam Municipality Office. The program was inaugurated by Smt. Bincy Sebastian (Chairperson, Kottayam Municipality) and Rev. Fr. Jismon Madathil (Joint Director, Media & Relations, Caritas Hospital). The camp offered doctor consultations, ECHO, ECG, BMI checks, and screenings for blood pressure, blood sugar, and cholesterol. We extend our heartfelt gratitude to all participants for their active involvement and commitment to heart health, making this initiative a meaningful step towards building healthier hearts and healthier lives.

Hridayathalam

In connection with World Heart Day, Caritas Hospital, in association with Kottayam Railway Station, organized a Push-up Challenge and a Flash Mob. This program was conducted as part of the initiative to bring this year's Heart Day message, "Hridayathaalam" (Heartbeat), to life and spread it among the public.

Cyclothon 2025

Caritas Hospital & Institute of Health Sciences, in collaboration with Kottayam Cycling Club, successfully organized the Kottayam Cyclothon 2025 as part of the World Heart Day celebrations, attracting huge public participation and excitement. The event, held on September 28th at 5:00 AM from Caritas Hospital, emphasized the importance of cycling and physical activity in promoting heart health. 350 participants from different places took part in the event. The 100 km and 40 km rides were inaugurated by Shri Chetan Kumar Meena IAS (District Collector & Magistrate of Kottayam), Rev. Dr. Binu Kunnath (Director & CEO, Caritas Hospital & Institute of Health Sciences), and Shri Cherian Varghese (President, KCC), along with Rev. Fr. Joice Nandikunnel (Joint Director – Operations) and Rev. Fr. Jismon Madathil (Joint Director – Media & Relations). The program concluded with medals and participation certificates being distributed to all riders, marking a memorable celebration of fitness and heart health.

CARITAS REBOOT 2.0: Advancing Research Methodology at Caritas Hospital

Excited to share some moments from the CARITAS REBOOT 2.0 Research Methodology Workshop at Caritas Hospital & Institute of Health Sciences, Kottayam! The program was inaugurated with lighting of the lamp by Rev. Dr. Binu Kunnath (Director & CEO, Caritas Hospital) and also welcomed all esteemed speakers along with participants. A heartfelt vote of thanks was delivered by Dr. Jose Jom Thomas (Senior Specialist – Community Medicine). The day was filled with insightful sessions, interactive discussions, and valuable learning experiences led by eminent faculty. A big thank you to all participants and speakers for making this program a grand success!

A-V Fistula ഹീമോഡയാലിസിസ്

രോഗികളുടെ ജീവനാഡി

സ്ഥായിയായ വൃക്കസ്തംഭനമുള്ള രോഗികൾക്ക് ജീവൻ രക്ഷിക്കുന്ന ഒരു ചികിത്സാരീതിയാണ് ഹീമോഡയാലിസിസ് . യന്ത്രസഹായത്തോടെ രക്തത്തിലെ മാലിന്യങ്ങളും, അമിതമായ ജലം, ലവണങ്ങൾ, അമ്ലം എന്നിവ നീക്കം ചെയ്യുന്ന പ്രക്രിയയാണിത് . ഇത്തരം രോഗികളിൽ രക്തം ഡയാലിസിസ് യന്ത്രത്തിലേക്ക് സുരക്ഷിതമായി ലഭിക്കുവാനുള്ള ഒരു പ്രധാന ഉപാധിയാണ് A-V ഫിസ്റ്റുല (AV fistula /AVF). അത്തരത്തിൽ ഇതിനെ ഡയാലിസിസ് രോഗികളിലെ ജീവനാഡി (lifeline) എന്ന് വിളിക്കാം.

A-V fistula എന്താണ് ?

AV ഫിസ്റ്റുല എന്നത് ഒരു ധമനിയും (artery), ഒരു സിരയും (vein) തമ്മിൽ ശസ്ത്രക്രിയയിലൂടെ ഉണ്ടാകുന്ന ചെറിയ ബന്ധമാണ്. ഇത് സാധാരണയായി കൈത്തണ്ടയിലോ കൈമുട്ടിലോ ആണ് ഉണ്ടാക്കുന്നത്. ഈ ബന്ധം മൂലം രക്തം കൂടുതൽ വേഗത്തിൽ സിരയിലൂടെ ഒഴുകി അതിനെ വലുതും ശക്തവുമാക്കുന്നു. അതിനുശേഷം സിരയിൽ സൂചി കുത്തി ഒരോ ഡയാലിസിസ് നടത്തുവാൻ സാധിക്കുന്നു.

ഡോ. അജീഷ് ജോൺ
സീനിയർ കൺസൾട്ടന്റ്
- നെഫ്രോളജി

മറ്റ് ഡയാലിസിസ് ഉപാധികൾ

(1) കത്തീറ്ററുകൾ (catheters) - കഴുത്തിലോ തുടയിലോ ഉള്ള പ്രധാന സിരകളിൽ ഇടുന്നത്.

(2) AV ഗ്രാഫ്റ്റ് (AV graft) - കൃത്രിമമായ രക്ത കുഴൽ ശസ്ത്രക്രിയയിലൂടെ സൃഷ്ടിക്കുന്നു

A-V fistula യുടെ നേട്ടങ്ങൾ :-

മറ്റ് തരത്തിലുള്ള ഉപാധികളെക്കാൾ (catheters ,AV graft) AV ഫിസ്റ്റുലയുടെ ഗുണങ്ങൾ ഇവയാണ്

- കൃത്രിമമായി ഒന്നും ഉപയോഗിക്കുന്നില്ല
- മികച്ച രക്തപ്രവാഹം
- അണുബാധയുടെ സാധ്യത വളരെ കുറവ്
- ദീർഘായുസ്സ് - നല്ല പരിചരണം നൽകിയാൽ വർഷങ്ങളോളം പ്രവർത്തിക്കും
- കുറഞ്ഞ പ്രശ്നങ്ങൾ - രക്തം കട്ടപിടിക്കൽ, ചുരുക്കം ഇവയെല്ലാം കുറവാണ്.

A-V fistula എങ്ങനെ ഉണ്ടാക്കുന്നു

സാധാരണയായി ഒരു ശസ്ത്രക്രിയാ വിദഗ്ധൻ ലോക്കൽ അനസ്തേഷ്യ ഉപയോഗിച്ച് ഇത് ഉണ്ടാക്കുന്നു. . ശസ്ത്രക്രിയക്കു ശേഷം ഏകദേശം 4 മുതൽ 8 ആഴ്ചയോളം സമയം അത് പക്വതയുള്ളതാകുവാൻ എടുക്കുന്നു. ഈ കാലയളവിൽ ഡയാലിസിസ് ചെയ്യേണ്ട ആവശ്യം വന്നാൽ കഴുത്തിലെ സിരയിൽ കത്തീറ്റർ ഇട്ട് ഡയാലിസിസ് ചെയ്യേണ്ടിവരും .

AV fistula സൃഷ്ടിക്കുന്നതെപ്പോൾ

സ്ഥായിയായ വൃക്കസ്തംഭനമുള്ള രോഗികൾ രോഗത്തിന്റെ അവസാന ഘട്ടത്തിൽ ഡയാലിസിസ് ആശ്രയിക്കേണ്ടി വരും . ഇത്തരം രോഗികളിലാണ് A-V fistula ചെയ്യുന്നത് .

GFR അഥവ Gilomerular filteration rate ഉപയോഗിച്ച് വൃക്കയുടെ പ്രവർത്തനതോത് അറിഞ്ഞ ശേഷമാണ് ഇത് തീരുമാനിക്കുന്നത്.

GFR <30ml/min – രോഗിയെ A-V fistula യുടെ ആവശ്യകതയെക്കുറിച്ച് ബോധവത്കരിക്കുന്നു.

GFR <20ml/min - A-V fistula സൃഷ്ടിക്കുന്നു.

A-V fistula സൃഷ്ടിച്ച ശേഷം അത് പക്വമാകുവാൻ 4 മുതൽ 8 ആഴ്ച സമമെടുക്കുന്നതിനാൽ ഡയാലിസിസ് തുടങ്ങാൻ സമയമാകുന്നതിന് ഏകദേശം 3 മുതൽ 6 മാസം മുമ്പ് തന്നെ ഇത് സൃഷ്ടിക്കുന്നതാണ് അഭികാമ്യം. അല്ലാത്ത പക്ഷം ഡയാലിസിസ് അടിയന്തരമായ് തുടങ്ങുന്ന ഒരു ഘട്ടം വന്നാൽ കത്തീറ്റർ ഇടേണ്ടിവരുകയും ഇത് മൂലമുള്ള അസ്വസ്ഥതകൾ രോഗിക്ക് അനുഭവിക്കേണ്ടി വരും. അതിനാൽ ഫിസ്റ്റുല സൃഷ്ടിക്കുവാൻ വൃക്ക രോഗ വിദഗ്ധൻ നിർദേശിച്ചാൽ അത് ചെയ്യുന്നതാണ് അഭികാമ്യം.

A-V fistula യെ എങ്ങനെ പരിപാലിക്കണം

ശ്രദ്ധയോടെ പരിചരിച്ചാൽ A-V fistula ദീർഘകാലം നന്നായി പ്രവർത്തിക്കും.

- ദിവസേന സിരയിൽ സ്പർശിച്ച് തള്ളൽ (trill) അനുഭവപ്പെടുന്നുണ്ടോ എന്ന് പരിശോധിക്കുക. അതില്ലെങ്കിൽ ഉടൻ ഡയാലിസിസ് കേന്ദ്രത്തിൽ അറിയിക്കുക.
- കൈ ശുദ്ധമായി സൂക്ഷിക്കുക. ഡയാലിസിസ് നടത്തുന്നതിനു മുമ്പ് സോപ്പും വെള്ളവും ഉപയോഗിച്ച് കഴുകുക.
- ഇടവിടാതെ പന്തോ മറ്റോ ഞെക്കികൊണ്ട് ഫിസ്റ്റുലയുള്ള കൈകൊണ്ട് വ്യായാമം ചെയ്യുക.
- ഫിസ്റ്റുലയുള്ള കൈയിൽ ഉറങ്ങരുത്, ഭാരമുള്ള വസ്തുക്കൾ താങ്ങരുത്.
- ഫിസ്റ്റുലയുള്ള കൈയിൽ ആ സിരയെ തടസ്സപ്പെടുത്തുന്ന രീതിയിലുള്ള കാര്യങ്ങൾ ഒഴിവാക്കുക. വാച്ച് ആ കൈയിൽ ഉപയോഗിക്കാതിരിക്കുക, ആ കൈയിൽ രക്തസമ്മർദ്ദം അളക്കരുത്. IV line / injection വയ്ക്കരുത് . രക്തം എടുക്കരുത്.

തൽക്ഷണം ഡോക്ടറെ സമീപിക്കേണ്ട ലക്ഷണങ്ങൾ :-

- ഫിസ്റ്റുല ഭാഗത്ത് വീക്കം, ചുവപ്പ്, ചൂട്
- ഡയാലിസിസ് കഴിഞ്ഞും രക്തസ്രാവം നിലയ്ക്കാത്തത്
- വിരലുകളിൽ വേദന, തണുപ്പ്, നിറ വ്യത്യാസം
- ഫിസ്റ്റുലയിൽ തള്ളൽ (thrill) അനുഭവിക്കാതിരിക്കുന്നത്.

ഹീമോ ഡയാലിസിസ് രോഗിയുടെ ജീവനാഡിയാണ് അവരുടെ കൈകളിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്ന AV fistula . ശ്രദ്ധപൂർവമായ പരിചരണവും , ഇടവിടാതെ വൃക്കരോഗ വിദഗ്ധനെ കാണിക്കുന്നതും AV fistula വർഷങ്ങളോളം സുരക്ഷിതവും ഫലപ്രദവുമായ ഡയാലിസിസ് ഉറപ്പാക്കും.

"Pratheeksha" to Inspire Hope and Raise Awareness on Breast Cancer

As part of Breast Cancer Awareness Month, Caritas Hospital organized a special event called "Pratheeksha" at the Diamond Jubilee Hall. The program, held on October 10th at 3:30 PM, featured Dr. Boban Thomas, Senior Consultant in Medical Oncology, delivering the welcome address. Rev. Dr. Binu Kunnath, Director of Caritas Hospital, presided over the function, with actress and TV anchor Jewel Mary as the chief guest. Jewel Mary, a thyroid cancer survivor, shared her personal experiences and survival memories with the audience. Sub Inspector Shanthi K. Balu of the Narcotics Cell offered felicitations, while Prof. Dr. Jose Tom, Senior Consultant in Radiation Oncology, expressed gratitude.

The event also included the unveiling of a special package for teachers called "Pink Teachers." Additionally, the hospital celebrated the completion of 500 free mammogram screening tests within a year through its Mobile Mammogram Unit. Rev. Dr. Binu Kunnath, Director & CEO of Caritas Hospital, stated that the gathering was a testament to the hope and resilience of cancer survivors and those fighting the disease. During the event, Federal Bank Foundation was honored for its support in providing financial assistance to economically disadvantaged cancer patients.

We are extremely proud and privileged to have the esteemed DIG of Kerala Police Dr.Satheesh Bino IPS at Caritas hospital to discuss with our beloved Director Rev Fr Dr Binu Kunnath about prospects of training to Kerala Police personnels on emergency life save skills. He awarded us the appreciation letter for the training program conducted for the police personnel by the emergency medicine department on 25-08-2025 at District Police Officer's hall Aluva. A proud moment for all of us.

Caritas Hospital Honoured by Kerala Police for Emergency Life-Saving Training Initiative

CME : NutriCon 4.0

The NutriCon 4.0 organized by the Clinical Nutrition Department of Caritas Hospital concluded successfully. The conference, which discussed the importance of nutrition, was held on October 19 (Saturday) from 8 a.m. to 4 p.m. at the Diamond Jubilee Conference Hall, Caritas Hospital, Kottayam.

Experts in the field shared insights on various topics such as Maternal Nutrition, Nutritional Care After Liver Transplantation Surgery, and the Role of Diet in Epilepsy and Autoimmune Disorders. The event was inaugurated by Rev. Fr. Jismon Madathil (Joint Director, Media & Relations) and led by Dr. Remya Paul Mukkathu (Consultant, Clinical Nutrition), who served as the Organizing Secretary.

Caritas Heart Institute Hosts 'Hrudayathalam' Awareness Program on World Heart Day 2025

On the occasion of World Heart Day 2025, Caritas Hospital, through the Caritas Heart Institute, successfully conducted the special awareness program, 'Hrudayathalam', on September 27, 2025. Held at the Caritas Nursing College Auditorium, the event emphasized the critical importance of cardiovascular health. The proceedings began with a warm welcome of Mr. Joseph Annamkutty Jose by Rev. Fr. Joice Nandikunnel (Joint Director – Operations). The program included a welcome address by Dr. Deepak Davidson (Chief Interventional Cardiologist & Senior Consultant), a Presidential Address by Rev. Dr. Binu Kunnath (Director & CEO, Caritas Hospital), and an inspirational talk by Mr. Joseph Annamkutty Jose, renowned Indian author and motivational speaker. The event also featured a cake-cutting ceremony celebrating the successful completion of 50k angioplasty and angiogram procedures. The program concluded with a Vote of Thanks by Dr. Johny Joseph (Senior Consultant – Cardiology).

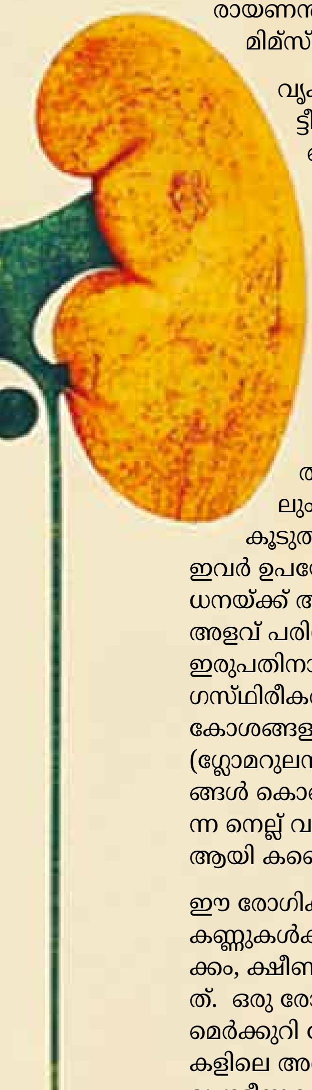
ഫെയർനസ് ക്രീമുകളിൽ ഒളിഞ്ഞിരിക്കുന്ന വൃക്കരോഗം

ഡോ. ക്രിസ്റ്റീൻ മേരി ജെയ്ൻ
കൺസൾട്ടന്റ് - നെഫ്രോളജി

സൗന്ദര്യവർധക വസ്തുക്കൾ ഉപയോഗിച്ച് ത്വക്ക് വെളുപ്പിക്കുവാനുള്ള അമിത ആവേശം നമ്മുടെ നാട്ടിൽ എക്കാലത്തുമുള്ള ഒരു പ്രവണതയാണ് ഇവയുടെ പതിവായുള്ള ഉപയോഗം ശരീരത്തിനു എത്രമാത്രം ഹാനി വരുത്തുന്നു എന്നതിനെക്കുറിച്ച് പലരും ബോധവാന്മാരല്ല കൃത്യമായ നിബന്ധനകളോ നിയന്ത്രണങ്ങളോ പാലിക്കാത്ത വില കുറഞ്ഞതും അല്ലാത്തതുമായ ഇത്തരം വസ്തുക്കൾ പല മാരകരോഗങ്ങൾക്കും വഴിവയ്ക്കുന്നു. ഇത്തരം ഉത്പന്നങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുന്നത് വൃക്കരോഗങ്ങളുമുണ്ടാകുന്നു.

വൃക്കകൾ ശരീരത്തിൽ നടുവിനു ഇരുവശത്തുമായി സ്ഥിതി ചെയ്യുന്ന ബീൻസ് ആകൃതിയിലുള്ള അവയവമാണ്. ഇവ നമ്മുടെ രക്തം നിരന്തരമായി ശുചീകരിക്കുകയും വിഷവസ്തുക്കൾ മൂത്രത്തിലൂടെ പുറന്തള്ളുകയും ചെയ്യുന്നു. ഗുണമേന്മയില്ലാത്ത പല ക്രീമുകളിലും മെർക്കുറി പോലുള്ള ഘന ലോഹങ്ങളുടെ അമിതമായ സാന്നിധ്യം ഉണ്ടെന്ന് പഠനങ്ങൾ തെളിയിക്കുന്നുണ്ട്. ഇവയുടെ ഉപയോഗം ശരീരത്തിന്റെ അവയവങ്ങൾക്ക്, പ്രത്യേകിച്ച് കരളുകൾക്കും വൃക്കകൾക്കും സാരമായ ദോഷങ്ങൾ വരുത്തിവയ്ക്കുന്നു. ഇന്ത്യയിലും വിദേശത്തുമായി പല പഠനങ്ങളും

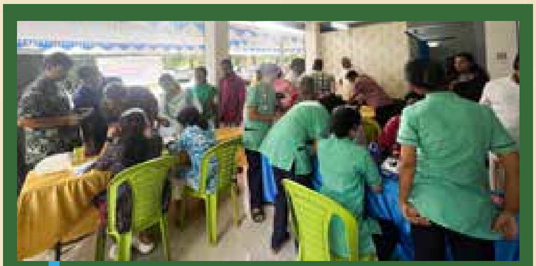
ഇതിൽ നടന്നിട്ടുണ്ട് . ഇവയിൽ ഏറ്റവും ശ്രദ്ധേയമായ പഠനം നമ്മുടെ നാട്ടിലെ തന്നെ പ്രസിദ്ധ വൃക്ക രോഗ വിദഗ്ധരായ ഡോ രഞ്ജിത്ത് നാരായണൻ, ഡോ സജീഷ് ശിവദാസ് (ആസ്റ്റർ മിമ്സ് കോട്ടക്കൽ) എന്നിവരുടേതാണ്.



വൃക്കകളുടെ അനിയന്ത്രിതമായ പ്രോട്ടീൻ ചോർച്ചയുണ്ടാവുന്ന മെമ്പ്രനെസ് നെഫ്രാപതി എന്ന അസുഖം അസാധാരാണമായ തോതിൽ ചെറുപ്പക്കാരിൽ കണ്ടെത്തി. ഇതു കൂടുതലായ ഗവേഷണത്തിലേക്ക് അവരെ നയിച്ചു. രണ്ടുവർഷക്കാലയളവിൽ ഉണ്ടായ പതിനഞ്ചു പേരുടെ വിശദമായ പഠനത്തിൽ ഇതിൽ പതിമൂന്നു പേരും തുടർച്ചയായി ഗുണനിലവാരമില്ലാത്ത ഫെയർനസ് ക്രീമുകൾ ഉപയോഗിക്കുന്നവരാണെന്നു കണ്ടെത്തി. ഇവരുടെ രക്തത്തിലും മൂത്രത്തിലും മെർക്കുറിയുടെ അളവ് പതിന്മടങ്ങ് കൂടുതലാണെന്നു കണ്ടെത്തി. കൂടാതെ ഇവർ ഉപയോഗിച്ചിരുന്ന ക്രീമുകൾ രാസപരിശോധനയ്ക്ക് അയച്ചപ്പോൾ അതിൽ മെർക്കുറിയുടെ അളവ് പരിധിയിൽ നിന്നും പതിനായിരം മുതൽ ഇരുപതിനായിരം മടങ്ങ് കൂടുതലായിരുന്നു. രോഗസ്ഥിരീകരണത്തിനായി ഇവരുടെ വൃക്കകളുടെ കോശങ്ങളുടെ ബയോപ്സിയിൽ അരിപ്പകൾക്ക് (ഗ്ലോമറുലസ്) കേടുവന്നതായും, ഇത്തരം ലോഹങ്ങൾ കൊണ്ടുണ്ടാകുന്ന തകരാറിൽ കണ്ടുവരുന്ന നെല്ല് വൺ എന്ന ആന്റി ബോഡി പോസിറ്റീവ് ആയി കണ്ടെത്തി.

ഈ രോഗികളിൽ പലരും മൂത്രത്തിൽ പതച്ചിൽ, കണ്ണുകൾക്കു ചുറ്റും കാലുകളിലും ഉള്ള നീർവീക്കം, ക്ഷീണം എന്നീ ലക്ഷണങ്ങളാണ് കാണിച്ചത്. ഒരു രോഗിയിൽ പക്ഷാഘാതവും ഉണ്ടായി. മെർക്കുറി പോലുള്ള ഘന ലോഹങ്ങൾ വൃക്കകളിലെ അരിപ്പകളിൽ വന്നടിഞ്ഞ് അവയിലെ പ്രോട്ടീനുകളുമായി യോജിച്ച് ഒരു 'ആന്റിജൻ' ആയി മാറുന്നു. ഇവ നമ്മുടെ രോഗപ്രതിരോധ ശേഷിയെ ഉത്തേജിപ്പിക്കുകയും, ശരീരത്തിന് അന്യമായ ഈ വസ്തുവിനെതിരെ രോഗപ്രതിരോധ ആക്രമണം നടത്തുകയും ചെയ്യുന്നതുവഴി വൃക്കകളിലെ അരിപ്പകൾ നശിപ്പിക്കപ്പെടുന്നു. വൻ തോതിൽ രക്തത്തിലെ പ്രോട്ടീൻ, രോഗപ്രതിരോധത്തിനാവശ്യമായ 'ഇമ്മ്യൂണോഗ്ലോബുലി'നുകൾ, രക്തം കട്ടപിടിക്കാതെ സഹായിക്കുന്ന പ്രോട്ടീനുകൾ എന്നിവ മൂത്രത്തിലൂടെ നഷ്ടമാവുന്നു. ഇതിന്റെ പ്രത്യാഘാതമായി ശരീരത്തിൽ നീർക്കെട്ട്, അണുബാധ, ക്ഷീണം എന്നിവ ഉണ്ടാവുന്നു. മസ്തിഷ്കത്തിൽ അല്ലെങ്കിൽ ശ്വാസകോശത്തിൽ രക്തം കട്ടപിടിക്കുമ്പോൾ ജീവനുതന്നെ അപകടമായ പക്ഷാഘാതവും ' പൾമണറി എമ്പോളിസവും ഇത്തരം രോഗികൾ നേരിടേണ്ടിവരുന്നു.

നിരവധി പഠനങ്ങളിൽ ഇത്തരം വൃക്കരോഗങ്ങളും അതിന്റെ സങ്കീർണതകളും തെളിയിക്കപ്പെട്ടിട്ടുണ്ട്. നൂതനമായ ടെസ്റ്റിങ് സംവിധാനങ്ങൾ ഇപ്പോൾ ഉള്ളതുകൊണ്ടാണ് ഇവ ശാസ്ത്രീയമായി തെളിയിക്കാൻ സാധിച്ചിട്ടുള്ളത് . ഇത്തരം ഘന ലോഹങ്ങളുടെ സാന്നിധ്യം പല ഉത്പന്നങ്ങളും പരമ്പരാഗത മരുന്നുകളിലും തെളിയിക്കപ്പെട്ടിട്ടുള്ളതാണ്. രോഗം എത്രയും പെട്ടെന്ന് നിർണ്ണയിക്കുകയും രോഗഹേതുവായ ഉത്പന്നങ്ങളും ലേപനങ്ങളും നിർത്തുകയും നേരത്തേ ചികിത്സ ഉറപ്പാക്കുകയും ചെയ്താൽ മാത്രമേ ചികിത്സ ഫലപ്രാപ്തി നേടുകയുള്ളു. പൊതു ജനങ്ങളിൽ എത്തുന്ന ഉത്പന്നങ്ങളുടെ കർശനമായ വിശകലനം, അതിന്റെ ഗുണനിലവാരം, ഫല പ്രാപ്തി, പാർശ്വഫലങ്ങളുടെ ആഴത്തിലുള്ള പഠനം എന്നിവ ഉറപ്പാക്കേണ്ട ബാധ്യത സർക്കാരിനുണ്ട്. ചുരുക്കത്തിൽ നമ്മൾ മലയാളികൾക്കു ജന്മസിദ്ധമായുള്ള വിശകലന ബുദ്ധിയും വിവേകവും ഉപയോഗിക്കുകയും, ഇത്തരം ഉത്പന്നങ്ങളുടെ മേൽ സർക്കാർ കർശനമായ നിയന്ത്രണോപാധികൾ ഏർപ്പെടുത്തുക യും ചെയ്താൽ മാത്രമേ ഇവകൊണ്ടുള്ള വൃക്കരോഗങ്ങൾക്ക് കടിഞ്ഞാണിടാനാകൂ.



Free Multi-Speciality Medical Camp

Lions Club in association with Caritas Hospital & Institute of Health Sciences is organizing a Free Multi-Speciality Medical Camp. The camp will be held on October 5 (Saturday) from 8:30 AM to 12:30 PM at the Lions Club Auditorium at Poopara. The camp offered consultations in Gastroenterology, Cardiology, General Surgery, ENT, Orthopaedics, General Medicine, and Community Medicine. Free check-ups include ECO, ECG, BP monitoring, blood sugar testing, and general health assessment.

RECCON 2K25: Advancing Knowledge and Skills in Respiratory Care

'RECCON 2K25', organized by the Department of Critical Care and Respiratory Therapy, Caritas Hospital, concluded successfully. The event, held on October 24 at the Diamond Jubilee Conference Hall, focused on imparting knowledge and hands-on training in various aspects of respiratory care. Rev. Dr. Binu Kunnath, Director and CEO of Caritas Hospital, inaugurated the program. Dr. Jacob George Pulinilkunnathil (Medical Superintendent & Senior Consultant – Critical Care), Ms. Kavitha Sunil (Nursing Quality Officer, Caritas Hospital), along with other critical care staff and respiratory therapists, were present on the occasion. Experts in the field delivered insightful sessions on topics such as fundamentals of mechanical ventilation, ventilator-associated pneumonia, non-invasive support, and airway management skills. The program, attended by doctors, nurses, and respiratory therapists, served as a valuable platform for sharing knowledge and updates in the field of critical care.

EMPAC 2025: Empowering Police Personnel with Life-Saving Skills and Medico-Legal Expertise

The EMPAC (Emergency Medicine, Medico-Legal and Psychiatry Advanced Course) organized by Caritas Hospital and Institute of Health Sciences for police personnel was successfully conducted on 29th October 2025 at Marian College, Kuttikkanam. The program featured expert sessions on Basic Life Support and Emergency life saving skills, Basic Trauma Care, Decoding Forensic Medicines and Medico Legalities, and Coping with Stress and Building Resilience, equipping participants with essential skills to serve and save lives. Along with theoretical classes, hands-on training sessions were also included to provide participants with practical experience. With the guidance of distinguished faculty and active participation of officers, the program concluded on a highly impactful note, reinforcing the message – "Courage to serve, Skills to save.

Community Health Camp for Holistic Care – Caritas Hospital

Caritas Hospital & Institute of Health Sciences in association with St. Mathews Church Kottackapuram, Mathru Jyothi Pithru Vedi, Palliative Care Unit, Kottayam Lions Club, and Caritas HDP Hospital, Kottayam organized Mega Community Medical Camp on 14th September 2025, from 8:30 AM to 12:30 PM at Parish Hall, Palai. This initiative aims to provide accessible and quality healthcare to the community through expert consultations and health services.

The camp will covered key specialties including Dermatology, General Medicine, Gynecology, ENT, Gastroenterology, and Cardiology. In addition, participants also availed free basic health checkups such as BP, sugar, and cholesterol screening. Through this program, Caritas continues its mission of ensuring holistic healthcare and spreading the message of preventive care to improve community well-being.

Infection Control Conference 2025 – ICCON 2.0

The Infection Control Conference 2025 – ICCON 2.0, organized by the Infection Control Department of Caritas Hospital, was successfully concluded. The event was held on October 20 from 8:30 a.m. to 4:00 p.m. at the Diamond Jubilee Conference Hall, Caritas Hospital.

The conference focused on sharing the latest knowledge and strategies for preventing Healthcare-Associated Infections (HAIs). Eminent experts led informative sessions and discussions on various related topics. The event saw active participation from doctors, nurses, and infection control professionals from different healthcare fields.

The program was graced by Rev. Dr. Binu Kunnath (Director & CEO, Caritas Hospital), Rev. Fr. Joice Nandikunnel (Joint Director – Operations), Rev. Fr. Stephen Thevarparambil (Joint Director – Services), Dr. Bobbie N. Abraham (Medical Director, Caritas Hospital), and Dr. Ajith Venugopal (COO, Caritas Hospital). The event was led by Dr. Presoon Kuruvilla, Dr. Lakshmi Natarajan, Ms. Jency Jose, and Rev. Sr. Shiji Jose.

Doctors Panel

For Appointment
9496 555 300
9496 555 400

Caritas Cancer Institute

Medical Oncology

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

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

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

Radiation Oncology

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

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

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

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

Surgical Oncology

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

Clinical Haematology

Dr. Vandana G. Hari
MBBS, DNB, DM (Clinical Haematology)
Consultant - Clinical Haematology

Palliative Oncology

Dr. Manu John
DMRT, BCCPM
Senior Consultant Palliative Oncology

Gynaecologic Oncology

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

Caritas Heart Institute

Cardiology & Interventional Cardiology

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Cardio Thoracic & Vascular Surgery

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

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

Dr. Arvind V.
MBBS, MS, MCh
(Cardiovascular & Thoracic Surgery)
Consultant - Cardio Thoracic & Vascular Surgery

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

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

Dr. Tony Jose Joseph
MBBS, MD, DM (Cardiothoracic & Vascular Anaesthesia)
Consultant - Cardiac Anesthesiology

Caritas Neuro Sciences

Neuro Medicine

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

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

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

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

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

Neuro Surgery

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

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

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

Gastrosciences & Liver Transplant

Gastroenterology

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

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

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

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

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

Surgical Gastroenterology

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

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

Dr. Jithin Thulasi Chand
MBBS, MS, DNB, MCH (Surgical Oncology)
Senior Resident

Dr. Chotai Tulsi Jaykar
MBBS, MS (General Surgery), Fellowship in GI-HPB
Senior Resident

Orthopaedics, Joint Replacement & Sports Medicine

Orthopaedics

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

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

Dr. Dileep Isaac
MBBS, D. Ortho, MA, DNB (Ortho)
Senior Consultant - Orthopaedics

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

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

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

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

Dr. Nandu Padmakumar
MBBS, DNB (Orthopaedics)
Senior Resident – Orthopaedics

Dr. Alexson Soney
MBBS, DNB (Orthopaedics)
Specialist – Orthopaedics

Dr. Jerin George
MBBS, MS (Orthopaedics)
Senior Resident – Orthopaedics

Renal Sciences & Kidney Transplant

Nephrology

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

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

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

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

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

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

Urology

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

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

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

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

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

Dr. Harikrishna R
MBBS, DNB, MCh, DrNB (Genito Urinary Surgery)
Consultant - Urology

Obstetrics, Gynaecology & Neonatology

Obstetrics & Gynaecology

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

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

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

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

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

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

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

Neonatology

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

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

Dr. Deepa Joseph
MBBS, DCH
Senior Resident - Neonatology

Rheumatology

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

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

Physical Medicine & Rehabilitation

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

Critical Care

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

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

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

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

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

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

Dr. Amrita Thomas
MBBS, MD(**Anaesthesiology)**
DNB (Critical Care)
Consultant - Critical Care

Dr. Seethal S.
MBBS, DNB (Anaesthesiology), IDCCM
Specialist - Critical Care

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

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

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

Dr. Ashly Santhosh
MBBS, DNB (General Medicine)
Senior Resident - Criticalcare

Dr. Abu Vincent
MBBS, DNB (General Medicine)
Senior Resident - Criticalcare

Dr.Juliet Ann Abraham
MBBS, MD (Anaesthesiology)
Senior Resident - Critical Care

Dr.Gokul S.
MBBS, DNB (General Medicine)
Senior Resident - Critical Care

Dr.Greeshma Mary Varghese
MBBS, DNB (General Medicine)
Senior Resident - Critical Care

Dr.Jeethu Anna Sunny
MBBS, DNB (Anaesthesiology)
Senior Resident - Critical Care

Dr.Sruthi Saju
MBBS, DA
Senior Resident - Critical Care

Dr.Anna Mary Biju
MBBS, DNB (General Medicine)
Senior Resident - Critical Care

Dr.Anna Paul
MBBS, MD (Anaesthesiology)
Senior Resident - Critical Care

Dr.Neenu Sara
MBBS, MD (Anaesthesiology)
Senior Resident - Critical Care

Emergency Medicine & Trauma Care

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

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

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

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

Dr. Rajesh Ramakrishnan
MBBS
Senior Medical Officer

Dr. Ameer Ahsan
MBBS, FIEM
Specialist- Emergency Medicine

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

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

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

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

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

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

Dr. Liya Joseph
MBBS, DNB (EM)
Sr. Resident - Emergency Medicine

Dr.Reema Joseph
MBBS, DNB (EM)
Senior Resident - Emergency Medicine

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

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

Dr. Nissi Thankam Jose
MBBS, MEM
Sr. Resident - Emergency Medicine

General, Laparoscopic, Minimal Access & Bariatric Surgery

General Surgery

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

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

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

Dr. Tom Thomas Kattoor
MBBS, MS (General Surgery)
PDCC In Vascular Surgery
Consultant - Vascular & General Surgery

Dr. Appu K. Mathew
MBBS, MS(General Surgery)
Specialist-General Surgery

Dr. Anjana Gopi
MBBS, DNB (General Surgery)
Sr. Resident

Dr. Vishnu Devanand S.
MBBS, DNB (General Surgery)
Sr. Resident

Paediatrics & Paediatric Surgery

Paediatrics

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

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

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

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

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

Paediatric Surgery

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

General Medicine

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

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

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

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

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

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

Dr. Jijun M. Ignatius
MBBS, MD, DNB (General Medicine)
Dip.Diabetology,
Dip. Allergy & Asthma, MNAMS
Consultant - General Medicine

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

Dermatology & Cosmetology

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

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

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

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

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

Major Speciality

Anaesthesiology

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

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

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

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

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

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

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

Dr. Vimal Prasad
MBBS, MD (Anaesthesiology Critical Care)
Senior Specialist - Anaesthesiology

Dr. Temy Manuel
MBBS, MD DNB (Anaesthesiology)
Senior Specialist - Anaesthesiology

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

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

Dr. Steffi Rose John
MBBS, DA, DNB
Specialist - Anaesthesiology

Dr. Jismi James
MBBS, MD
Specialist - Anaesthesiology

Dr. Chinthu Krishnan M
MBBS DNB (Anaesthesiology)
Sr. Resident - Anaesthesiology

Dental, Oral & Maxillo Facial Surgery

Dr. Robin George
BDS, MDS
Senior Consultant Maxillofacial Surgery

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

Dr. Binu Mani
BDS, MDS
Senior Consultant Orthodontist

Dr. Sumesh Chandran R
BDS, MDS
Consultant - Oral & Maxillofacial Surgery

Dr. Binimol E. M.
BDS, MDS
Senior Specialist-Prosthodontics

Dr. Shiby Robin
BDS
Consultant Dental Surgery

Dr. Nayana Binu
BDS
Dental Surgeon

Dr. Bareena P Benny
BDS
Dental Surgeon

ENT & Audiology

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

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

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

Endocrinology

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

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

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

Ophthalmology

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

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

Dr. Joseph Babu
MBBS, DO, DNB, FVRS, MRCS (Opht)(Glasg)
Consultant - Ophthalmology

Pathology

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

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

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

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

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

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

Dr. Jocelyn Sara Paul
MBBS, MD, DNB, DM (Oncopathology)
Consultant - Oncopathology

Microbiology

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

Dr. Leah Thomas
MBBS, MD (Microbiology)
Consultant Microbiology

Dr. Lekshmi Natarajan
MBBS, MD, DNB (Microbiology)
PDCC in HIC
Consultant-Microbiology

Biochemistry

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

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

Transfusion Medicine

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

Plastic Surgery & Micro Vascular Surgery

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

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

Dr. Steve Reji Thomas
MBBS, MS, MCh (Plastic Surgery)
Consultant - Plastic Surgery

Pulmonology & Interventional Pulmonology

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

Dr. John Mathew
MBBS, MD (Pulmonary Medicine)
Senior Consultant- Pulmonology

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

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

Dr Elezabeth Donna Thomas C.
MBBS, DTCD, DNB, DM (Pulmonary Medicine)
Consultant - Pulmonology

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

Interventional Radiology, Radio Diagnosis & Imaging

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

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

Radiology

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

Dr. Jincy Mathew
MBBS, DMRD
Senior Consultant - Radiology

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

Dr. P. Krishnadas
MBBS, MD (Radiodiagnosis)
Senior Consultant - Radiology

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

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

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

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

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

Dr. George Jacob
MBBS, MD
Specialist - Radiology

Psychiatry & Psychology

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

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

Dr. Chikku Mathew
MBBS, MD (Psychiatry)
Consultant - Psychiatry

Dr. Tinu Mary Varghese
MBBS, MD
Specialist - Psychiatry

Community Medicine

Dr. Jose Tom Thomas
MBBS, MD (Community Medicine)
Senior Specialist - Community Medicine

Medico Legal

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

Pain & Palliative Medicine

Dr. Krishnapriya V.
MBBS, MD (Palliative Medicine)
Senior Specialist - Palliative Medicine

Our Nephrology & Renal Transplant Team Doctors

Dr. Suresh G. A.

Dr. K. P. Jayakumar

Dr. Ajish John

Dr. Gautam Rajan

Dr. Mathew George Kunthara

Dr. Christine Mary Jane

Caritas LIFE Spreads Awareness on Infection Prevention Among Students

Caritas Hospital & Institute of Health Sciences and Caritas Life (Caritas Social Responsibility), in collaboration with Mount Carmel H.S in Kanjikuzhi, Kottayam, successfully organized an awareness session on General Infection and preventive practices to promote better infection control habits among students. The informative session, led by Dr. Aswathy, Patient Experience, Caritas Hospital & Institute of Health Sciences, highlighted the importance of General Infection and preventive practices to reduce infections in daily life. This initiative under Caritas LIFE – Social Responsibility Program highlighted together to raise awareness and support one another.

Rescuers on Road 2025: Empowering a Life-Saving Network Through Training

The ‘Rescuers on Road 2025’ (ROR) training program, jointly organized by Caritas Hospital and the Motor Vehicles Department, concluded successfully at the Diamond Jubilee Hall of Caritas Hospital. Dr. Ajith Venugopal, Chief Operations Officer and Senior Consultant (EM & TC) at Caritas Hospital, delivered the welcome address. The program was officially inaugurated by Rev. Dr. Binu Kunnath, Director and CEO of Caritas Hospital. Dr. Ranjani Ramachandran, National Professional Officer of WHO, Dilu A. K. and Ajith Kumar K. from the Kollam RTO Enforcement Division, and Shyam C., Sabarimala Safe Nodal Officer, Kottayam RTO in-charge, and Pathanamthitta RTO, extended their felicitations at the event. Dr. Vivek R., Senior Consultant and Head of the Department of Emergency Medicine at Caritas Hospital, expressed gratitude to all participants and collaborators. The program, designed with modules on CPR, trauma care, and life-saving operations, successfully created a network of trained individuals ready to assist in emergency situations.

Chemo Suite
Inauguration

സ്വകാര്യമേഖലയിൽ കേരളത്തിലെ തന്നെ ഏറ്റവും വലിയ കീമോതെറാപ്പി യൂണിറ്റ് കോട്ടയം കാരിത്താസ് ആശുപത്രിയിൽ പ്രവർത്തനമാരംഭിച്ചു. അത്യാധുനിക സൗകര്യങ്ങളോടുകൂടി സജ്ജമാക്കിയ 52 ബെഡ് യൂണിറ്റാണ് കാൻസർ ചികിത്സയ്ക്കായി ആരോഗ്യകേരളത്തിന് സമർപ്പിച്ചത്. പുതുതായി പ്രവർത്തനസജ്ജമായ Chemotherapy Unit ന്റെ വെഞ്ചരിപ്പ് കർമ്മങ്ങൾ നവംബർ 20, വ്യാഴാഴ്ച, രാവിലെ 10.00 മണിക്ക് വിജയകരമായി നടത്തപ്പെട്ടു. കോട്ടയം അതിരൂപത അധ്യക്ഷൻ അഭിവന്ദ്യ മാർ മാത്യു മൂലക്കാട്ട് പിതാവ് നാട മുറിച്ച് ഉദ്ഘാടനം നിർവഹിച്ചു. കോട്ടയം അതിരൂപത സഹായ മെത്രാൻ മാർ ജോസഫ് പണ്ടാരശ്ശേരിൽ പിതാവ് വെഞ്ചരിപ്പ് കർമ്മങ്ങൾക്ക് നേതൃത്വം നൽകി.

രോഗികൾക്ക് മികച്ച പരിചരണം ഉറപ്പാക്കുന്നതിനായി, യൂണിറ്റിൽ നിരവധി നൂതന സൗകര്യങ്ങൾ ഒരുക്കിയിട്ടുണ്ട്. ഡെഡിക്കേറ്റഡ് പീഡിയാട്രിക് സോൺ, ഡെഡിക്കേറ്റഡ് ജെറിയാട്രിക് ഫ്രണ്ട്‌ലി കീമോ സോൺ, കീമോ ലോഞ്ച്, കീമോ സ്യൂട്ട് എന്നിവ ഇതിൽ പ്രധാനപ്പെട്ടവയാണ്. റവ. ഡോ. ബിനു കുന്നത്ത് (കാരിത്താസ് ഹോസ്പിറ്റൽ ഡയറക്ടർ ആൻഡ് സി.ഇ.ഒ.), മറ്റ് ജോയിന്റ് ഡയറക്ടേർസ്, ഡോ. ബോബി എൻ. എബ്രഹാം (മെഡിക്കൽ ഡയറക്ടർ), ഡോ. അജിത് വേണുഗോപാൽ (ചീഫ് ഓപ്പറേഷൻസ് ഓഫീസറും സീനിയർ കൺസൾട്ടന്റുമായ (E.M & T.C)), കാൻസർ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ടിലെ ഡോക്ടർമാരും ഉൾപ്പെടെയുള്ള പ്രതിനിധികൾ ചടങ്ങിൽ പങ്കെടുത്തു.

Caritas Matha Friend's CLUB

Empowering Young Minds:
Awareness Session on Sex Education & Puberty at Holy Cross Vidyasadan

Caritas Matha Friend's Club, in association with Holy Cross Vidyasadan, Ettumanoor, successfully organized an awareness session on Sex Education and Puberty for students. The interactive session was led by Dr. Aneeza Nazer (Consultant - OBG), along with Sr. Anieamma (Nursing Supervisor, Caritas Matha Hospital) and the dedicated Caritas Matha team. Together, they created a safe space for open dialogue—helping young minds understand, grow, and make informed choices with confidence.

അവയവദാനം മഹാദാനം

“ജീവിതം ഒരു സമ്മാനമാണ്. അതു കൈമാറുക”

ഡോ. മാത്യു ജോർജ് കുന്തറ
കൺസൾട്ടന്റ് - നെഫ്രോളജി

ഇന്ത്യയിൽ വൃക്ക രോഗികൾ 2011-2017 കാലഘട്ടത്തിൽ ഏകദേശം 11.1 % ആയിരുന്നു. എന്നാൽ 2018- 2023 വരെ കാല ഘട്ടങ്ങളിൽ 16.3% ആയി വർദ്ധിച്ചിരിക്കുന്നു. വൃക്ക തകരാർ മൂർച്ഛിച്ചാൽ രണ്ടു ചികിത്സാ മാർഗ്ഗങ്ങൾ സ്വീകരിക്കാം. ഒന്ന് ഡയാലിസിസ് അതല്ലെങ്കിൽ വൃക്കമാറ്റിവയ്ക്കൽ അഥവാ കിഡ്നി ട്രാൻസ്പ്ലാന്റേഷൻ ഇതിൽ വൃക്കമാറ്റി വയ്ക്കൽ ചികിത്സയാണ് എല്ലാം പഠനങ്ങളിൽ ഡയാലിസിസിനെക്കാൾ മികച്ചതായി കാണുന്ന ത്. അതിനാൽ വൃക്ക മാറ്റിവയ്ക്കൽ ശസ്ത്രക്രി യയിലൂടെ സ്വീകർത്താവിന് ഒരു രണ്ടാം ജന്മം ലഭിക്കുന്നു.

രണ്ടുതരം അവയവദാനം ആണ് ഉള്ളത്

1. ജീവനുള്ളയാൾ വൃക്കദാതാവ് ആവുക (Living Donation)

2. മസ്തിഷ്ക മരണം അല്ലെങ്കിൽ സർക്കുലേറ്ററി മരണം (Donation after Brain Death/ Donation after Circulatory Death)

“Transplants are a one step forward in sconces service te of man, and not a few people today owe their lives to an or an transplant. Increasingly, the technique of transplants has proven to be a valid means of attaining the primary foar of all medene- the service of human life."

Pope John Paul
(Internationl congress on Transplants - Rome - Aug 2020)

ഒരു വ്യക്തിക്ക് മസ്തിഷ്കമരണം പ്രഖ്യാപിച്ചതിനുശേഷം അതല്ലെങ്കിൽ ഹൃദയം നിലച്ചതിനു ശേഷം ചെയ്യുമ്പോഴാണ് മരണാനന്തര ദാനം (Discared after Circulatory Death) സംഭവിക്കുന്നത്. വളരെ സുതാര്യത നിറഞ്ഞ പ്രക്രിയയാണ് മസ്തിഷ്ക മരണ പ്രഖ്യാപനം. ഇന്ത്യയിൽ പ്രധാനമായ മസ്തിഷ്കമരണം വഴിയുള്ള അവയവദാനമാണ് സംഭവിക്കുന്നത് . എന്നാൽ പാശ്ചാത്യരാജ്യങ്ങളിൽ ഹൃദയം നിലച്ചതിനു ശേഷം മിനിറ്റുകൾക്കുള്ളിൽ അവയവദാനം സംഭവിക്കുന്നു.

എന്തെല്ലാം അവയവങ്ങൾ നമുക്ക് ദാനം ചെയ്യാം

ഹൃദയം, രണ്ടു വൃക്ക, കരൾ ,പാൻക്രിയാസ്, ശ്വാസകോശം, കുടൽ ,കോർണിയ എന്നിവ നമുക്ക് ദാനം ചെയ്യാം

ഒരാൾ അവയവദാനം ചെയ്യുന്നതിലൂടെ എട്ടു പേർക്ക് പുതുജീവൻ നൽകുന്നു.

അവയവദാനത്തിന് പ്രായപരിധി ഉണ്ടോ?

- സാധാരണയായി വൃക്കകൾ, കരൾ - 70 വയസ്സ് വരെ
- ഹൃദയം പാൻക്രിയാസ് - 50 വയസ്സ് വരെ
- പാൻക്രിയാസ് കുടൽ - 60 - 65 വയസ്സുവരെ
- കോർണിയ - 100 വയസ്സുവരെ
- ഹൃദയവാൽവുകൾ - 50 വയസ്സ് വരെ
- അസ്ഥി 70 വയസ്സ് വരെ

എന്നാൽ 70 - 80 കളിലും പ്രായമുള്ള ആളുകളുടെ അവയവങ്ങൾ ലോകമെമ്പാടും വിജയകരമായി മാറ്റിവെക്കൽ നടത്തിയിട്ടുണ്ട്

ആർക്കെല്ലാം അവയവദാനം ചെയ്യാം?

പ്രായം, വംശം അല്ലെങ്കിൽ ലിംഗഭേദം പരിഗണിക്കാതെ ആർക്കും മരണശേഷം അവയവദാനം ചെയ്യാം. അടുത്ത ബന്ധുവിന്റെയോ (near relative, മാതാപിതാക്കൾ, ജീവിതപങ്കാളിയും മക്കൾ സഹോദരി /സഹോദരൻ) എന്നിവർ അതല്ലെങ്കിൽ നിയമാനുസൃതമായി പറഞ്ഞിരിക്കുന്ന വ്യക്തികളുടെയോ (person in a lawful possession) സമ്മതം കൂടി ആവശ്യമാണ്.

മസ്തിഷ്ക മരണം വഴിയുള്ള അവയവ ദാനത്തിനായി ഞാൻ ആരെ സമീപിക്കണം?

പ്രധാനമായും ഒരു ട്രാൻസ്പ്ലാന്റ് കോഡിനേറ്റർ അല്ലെങ്കിൽ ഐ.സി.യു.വിൽ ഒരു ഡോക്ടറെ ബന്ധപ്പെട്ടാൽ

മരണമടഞ്ഞ ദാതാവ് ദാനം ചെയ്ത അവയവങ്ങൾ എത്ര വേഗത്തിൽ മാറ്റിവയ്ക്കണം?

ആരോഗ്യമുള്ള അവയവങ്ങൾ എത്രയും വേഗം മാറ്റിവയ്ക്കണം താഴെ സൂചിപ്പിച്ചിരിക്കുന്നത് പോലെ വ്യത്യസ്ത സമയപരിതിക്കുള്ളിൽ അവയവങ്ങൾ മാറ്റിവയ്ക്കണം

- ഹൃദയം 6-5 hrs
- ശ്വാസകോശം 4-8 hrs
- കുടൽ 6-10 hrs
- കരൾ 12-15 hrs
- പാൻക്രിയാസ് 12-24 hrs
- കിഡ്നി 24-48 hrs

മസ്തിഷ്കമരണം വഴി ദാനം ചെയ്യുമ്പോൾ അവയവം ആർക്കാണ് ലഭിക്കുക?

നിങ്ങളുടെ സുപ്രധാന അവയവങ്ങൾ ഏറ്റവും അടിയന്തിരമായി ആവശ്യമുള്ള വ്യക്തികളിലേക്ക് മാറ്റിവയ്ക്കും. വൈദ്യശാസ്ത്രപരമായ അനുയോജ്യ രക്തഗ്രൂപ്പ് വെയിറ്റിംഗ് ലിസ്റ്റിലെ ദൈർഘ്യം എന്നിവയുടെ അടിസ്ഥാനത്തിലാണ് അവയവങ്ങൾ സ്വീകർത്താവിന് ലഭിക്കുന്നത്.

ഇത് കേരളത്തിൽ മൃതസഞ്ജീവനി (K-sotto) യിൽ രജിസ്റ്റർ ചെയ്തവർക്ക് ലഭിക്കുന്നതാണ്

എന്താണ് K - sotto?

അവയവദാനം സുഗമമായും സുതാര്യമായും സംഭവിക്കുന്നതിനായി സർക്കാർ നിയന്ത്രിത organstation ആണ്. The transplantation of human organ & terms Act 1994 നിയമമനുസരിച്ചാണ് അവയവദാനം സംഭവിക്കുന്നത്

നമ്മൾ അവയവദാനം നടത്തേണ്ടതുണ്ടോ?

ഇന്ത്യയിൽ 1,50,000 രോഗികൾക്ക് വൃക്ക മാറ്റിവയ്ക്കൽ ശസ്ത്രക്രിയ ഇപ്പോൾ ആവശ്യമുണ്ടെന്നാണ് കണക്കുകൾ സൂചിപ്പിക്കുന്നത്.

ഓരോ വർഷവും ആയിരക്കണക്കിനാളുകൾ അവയവം മാറ്റിവെക്കൽ ശസ്ത്രക്രിയക്കായി

കാത്തിരിക്കുമ്പോൾ മരിക്കുന്നു. കാരണം അവർക്ക് അനുയോജ്യമായ ഒരു ദാതാവിനെ കണ്ടെത്താൻ കഴിയില്ല അവയവ ദാതാക്കളുടെ ആവശ്യം മുമ്പൊരിക്കലും ഇത്രയധികം വർദ്ധിച്ചിട്ടില്ല. അതിനാൽ അവയവ ദാതാവ് ആവുക എന്നത് ഉദാരവും മൂല്യവത്തയതുമായ ഒരു തീരുമാനമാണ്. അത് ജീവൻ രക്ഷിക്കും

ജീവിച്ചിരിക്കുമ്പോൾ എങ്ങനെയാണ് മരണാനന്തര അവയവത്തിനായി രജിസ്റ്റർ ചെയ്യുക?

K-sotto.kerela.gov.in എന്ന വെബ്സൈറ്റിൽ "pledge your organ" എന്നതിലോ notto. abdm. gov.in/ register എന്ന ലിങ്കിൽ കയറിയോ രജിസ്റ്റർ ചെയ്യാം രജിസ്ട്രേഷൻ പൂർത്തിയായാൽ രജിസ്റ്റർ ചെയ്തതിന്റെ വിവരങ്ങൾ ഉൾപ്പെടുത്തിയിട്ടുള്ള ഒരു സർട്ടിഫിക്കറ്റ് ഡൗൺലോഡ് ചെയ്ത് സൂക്ഷിക്കാവുന്നതാണ് . രജിസ്റ്റർ ചെയ്ത വിവരം നിർബന്ധമായും വീട്ടുകാരെ അറിയിക്കണം

"Let your Light shine on others"

Marathon 2025
(World Heart Day)

Upholding the message of World Heart Day, Caritas Hospital and Decathlon jointly organized a marathon. The marathon, which started at 6:30 AM from Caritas Matha Hospital, was flagged off by Ettumanoor C.I. Anzil A.S.

Rev. Dr. Binu Kunnath (Director & CEO, Caritas Hospital), Rev. Fr. Joice Nandikunnel (Joint Director, Operations) and Rev. Fr. Jismon Madathil (Joint Director, Media & Relations), and Dr. Deepak Davidson (Chief Interventional Cardiologist & Senior Consultant, Caritas Heart Institute) were present on the occasion. The marathon, which began from Caritas Matha Hospital, passed through Caritas Roundabout (Pattithanam) and Ettumanoor, and concluded back at Caritas Matha Hospital around 8:00 AM.

The participants were categorized into three main groups – employees, students, and the general public – with separate competitions organized for men and women. During the prize distribution ceremony held after the marathon, winners were awarded cash prizes, while all participants received certificates and medals.

Pratheeksha (Breast Cancer Awareness Campaign)

As part of Breast Cancer Awareness Month, and to spread greater awareness about breast cancer, Caritas Cancer Institute has launched a month-long campaign titled "Pratheeksha" (Hope). The campaign was inaugurated by Caritas Hospital Director and CEO Rev. Dr. Binu Kunnath by unveiling the Pink Ribbon sculpture. In addition, a free breast cancer screening package was introduced. To further raise awareness, an information kiosk has also been set up at Caritas Hospital starting today.

State-Level Conference on Nursing Preceptorship at Caritas Hospital

The Caritas Nursing Service Department, in association with the Kerala branch of the Trained Nurses Association of India, successfully organized a state-level conference on Preceptorship with the objective of nurturing the next generation of nurses. The event was held on September 27 at Caritas Hospital. The program was inaugurated by Rev. Fr. Dr. Binu Kunnath, CEO and Director of Caritas Hospital, who also delivered the keynote address.

The conference highlighted how preceptors should effectively guide and mentor new nurses, ensuring they receive proper direction and support. The valuable contributions of eminent professionals—who have made a mark in the nursing field by leading and teaching nurses in various institutions—added great depth to the event.The panel discussions provided a platform for sharing practical experiences, which proved to be both highly inspiring and engaging for the participants.

A distinctive feature of the conference was the active participation of nurses from across Kerala, from the southernmost to the northern districts. As part of the conference, paper presentations were also conducted.

All Kerala Badminton Tournament.

ലോക സ്ട്രോക്ക് ദിനത്തോടനുബന്ധിച്ച് കാരിത്താസ് ഹോസ്പിറ്റൽ & ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ഹെൽത്ത് സയൻസും കൈരളി ന്യൂറോ സൊസൈറ്റിയുടെ വാർഷിക കോൺഫറൻസ് ആയ കായലോരത്തിന്റെ ഭാഗമായും സംഘടിപ്പിച്ച ഓൾ കേരള പുരുഷ, വനിത ഡബിൾസ് ബാഡ്മിന്റൺ ടൂർണമെന്റ് വിജയകരമായി സമാപിച്ചു. ഏറ്റുമാനൂർ എയ്സ ബാഡ്മിന്റൺ അക്കാദമിയിൽ വച്ച് നടന്ന ടൂർണമെന്റിൽ കേരളത്തിലുടനീളമുള്ള 23 പുരുഷ ടീമുകളും 7 വനിതാ ടീമുകളും പങ്കെടുത്തു. ടൂർണമെന്റിന്റെ ഉദ്ഘാടനം കാരിത്താസ് ഹോസ്പിറ്റൽ ജോയിന്റ് ഡയറക്ടർ റവ. ഫാ. ജിനു കാവിൽ നിർവഹിച്ചു. ടൂർണമെന്റിലെ വിജയികൾക്ക് കാരിത്താസ് ഹോസ്പിറ്റൽ അസിസ്റ്റന്റ് ഡയറക്ടർ റവ. ഫാ. ഗ്രേസൻ ജോസ് വേങ്ങക്കൽ, കാരിത്താസ് ന്യൂറോ സയൻസ് ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റ് ഹെഡ് ഡോക്ടർ ജോസഫ് സെബാസ്റ്റ്യൻ എന്നിവർ ചേർന്ന് ക്യാഷ് അവാർഡും ട്രോഫികളും സമ്മാനിച്ചു. കൈരളി ന്യൂറോ സൊസൈറ്റിയെ പ്രതിനിധീകരിച്ച് കോട്ടയം മെഡിക്കൽ കോളേജ് ന്യൂറോ സയൻസ് പ്രൊഫ. ഡോക്ടർ ടിനു രവി എബ്രഹാം, കാരിത്താസ് ന്യൂറോ സയൻസ് കൺസൾട്ടന്റ് ഡോക്ടർ എ. ആർ. ഷാൻ എന്നിവരും സന്നിഹിതരായിരുന്നു.

Spreading Smiles:
Children's Day Celebration at Caritas Matha Hospital

Caritas Matha Hospital celebrated Children's Day with a warm and joyful program for the children admitted in the hospital and their parents. The event was graced by Rev. Fr. Roy Kanjirathummoottil (Joint Director, Caritas Matha), Dr. Sunu John (HOD - Pediatrics), and other pediatrics doctors. Celebration filled with smiles, care, and hope.

Awareness session on Heart health & Diet plan

Caritas Matha Friend's Club, in association with N.S.S. High School Karapuzha, successfully organized an awareness session on Heart health & Diet plan to better heart for students. The interactive session was led by Dr. Safeer Sadakkath (Specialist – General Medicine), along with Mr. Joshy Thomas (GM – Administration, Caritas Matha Hospital) and other caritas matha staff, focusing on the importance of timely response and preparedness during emergency situations. Together, we continue to spread awareness and build a healthier, safer community.

Free Multi-Specialty Medical Camp at Vazhavara

Caritas Hospital & Institute of Health Sciences, in collaboration with Vazhavara Samoohya Sahaya Sangham, Vazhavara Merchants Association, and Vazhavara Govt. Higher Secondary School, successfully organized a FREE Multi-Specialty Medical Camp on October 19th, Saturday. The event took place from 8:30 AM to 12:30 PM at Vazhavara Govt. Higher Secondary School. Our expert doctors provided consultations across various specialties including Cardiology, Pediatrics, Gynecology, Orthopedics, General Surgery, and Dermatology. Additional services such as BP check-ups, blood tests, and free medicine distribution were also available. We thank everyone who participated and made this event a success.

Awareness Session on Infection Prevention Held at SFS Public School

Caritas Hospital & Institute of Health Sciences and Caritas Life (Caritas Social Responsibility) , in collaboration with SFS Public School & Junior College, Ettumanoor, successfully organized an awareness session on General Infection and preventive practices to promote better infection control habits among students. The informative session, led by Dr. Ajith Venugopalan, Chief Operating Officer & Group Head, and Senior Consultant – EM & TC, Caritas Hospital & Institute of Health Sciences, highlighted the importance of General Infection and preventive practices to reduce infections in daily life. This initiative under Caritas LIFE – Social Responsibility Program highlighted together to raise awareness and support one another.

ഭാരം കുറയ്ക്കുന്നതിലെ പുതിയ യുഗം: മരുന്നുകൾ, ചികിത്സയും ജീവിതശൈലിയും

ഡോ. അജീഷ് ടി.
കൺസൾട്ടന്റ് എൻഡോക്രിനോളജിസ്റ്റ്

അമിതവണ്ണം ഒരു രോഗമായി പരിഗണിക്കുമ്പോൾ

അമിതവണ്ണം (Obesity) ഇന്ന് വെറും രൂപസൗന്ദര്യ പ്രശ്നമല്ല — മറിച്ച് ഒരു ദീർഘകാല രോഗാവസ്ഥ (Chronic Disease) ആണെന്ന് ലോകാരോഗ്യ സംഘടന (WHO) വ്യക്തമാക്കുന്നു. ശരീരത്തിലെ അധിക കൊഴുപ്പ് നമ്മുടെ ആരോഗ്യത്തെ ഗൗരവമായി ബാധിക്കുകയും ടൈപ്പ് 2 പ്രമേഹം, ഉയർന്ന രക്തസമ്മർദ്ദം, ഹൃദയരോഗങ്ങൾ, സ്ലീപ് അപ്നിയ(Sleep Apnoea) പോലുള്ള രോഗങ്ങളിലേക്കും ചില ക്യാൻസറുകളിലേക്കും നയിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

അമിതവണ്ണം സാധാരണയായി ബോഡി മാസ് ഇൻഡക്സ് (BMI) $\geq 30\ kg/m^2$ എന്നതിലോ അതിലുമേറെയോ ഉള്ള അവസ്ഥയാണ്.

BMI അളവുപ്രകാരം

- 25–27.5 kg/m2: Overweight
- 27.5–32.5 kg/m2: Obesity Grade 1
- 32.5–37.5 kg/m2: Obesity Grade 2
- >37.5 kg/m2: Severe Obesity

ഇന്ത്യയും തെക്കുകിഴക്കൻ ഏഷ്യയും ഉൾപ്പെടുന്ന ജനവിഭാഗങ്ങൾക്ക് ഈ കണക്ക് കുറവായിരിക്കുകയാണ്, കാരണം ഇവിടത്തെ ജനങ്ങളിൽ വിസ്സറൽ ഫാറ്റ് (Visceral Fat) കൂടുതലാണ്.

വണ്ണം കൂടുന്നത് എങ്ങനെ?

ആധുനിക ജീവിതരീതികളിലെ മാറ്റങ്ങൾ മൂലം വണ്ണം കൂടുന്നത് ഇന്നത്തെ കാലത്ത് വളരെ സാധാരണമായ പ്രശ്നമായി മാറിയിരിക്കുകയാണ്. കുറവായ ശാരീരികപ്രവർത്തനം, അധിക കാലോറി അടങ്ങിയ ഭക്ഷണം, ഉറക്കക്കുറവ്, മാനസിക സമ്മർദ്ദം, പുകവലി, മദ്യപാനം എന്നിവയുടെ സമന്വയം മെറ്റബോളിക് അസന്തുലിതാവസ്ഥ സൃഷ്ടിക്കുന്നു — ഇതാണ് ഭൂരിഭാഗം ആളുകളിൽ വണ്ണം കൂടാനുള്ള പ്രധാന കാരണം.

ചികിത്സയ്ക്ക് മുമ്പുള്ള സമഗ്രമായ വിലയിരുത്തൽ

അമിതവണ്ണത്തിനുള്ള ചികിത്സ ആരംഭിക്കുന്നതിന് മുൻപ്, രോഗിയുടെ ശാരീരികവും ഹോർമോൺപരവുമായ അവസ്ഥ കൃത്യമായി വിലയിരുത്തണം.

ഹോർമോൺ വിലയിരുത്തൽ (Hormonal Evaluation): തൈറോയ്ഡ് തകരാറുകൾ, കുഷിംഗ്സ് സിൻഡ്രോം, പോളിസിസ്റ്റിക് ഓവറി സിൻഡ്രോം (PCOS) എന്നിവ കണ്ടെത്തണം. അനുബന്ധ രോഗാവസ്ഥകൾ: അമിതവണ്ണവുമായി ബന്ധമുള്ള പ്രമേഹം, ഹൈപ്പർടെൻഷൻ, ഫാറ്റി ലിവർ, സ്ലീപ് അപ്നിയ എന്നിവയും വിലയിരുത്തണം.

എൻഡോക്രിനോളജിസ്റ്റിന്റെ പങ്ക്

അമിതവണ്ണം ഹോർമോൺ-മെറ്റബോളിക് രോഗം എന്ന നിലയിൽ എൻഡോക്രിനോളജിസ്റ്റുകൾക്ക് പ്രധാന പങ്കുണ്ട്. അവർ രോഗിയുടെ ഹോർമോൺ ഘടകങ്ങൾ വിലയിരുത്തി വ്യക്തിഗത (Personalized) ചികിത്സാ മാർഗങ്ങൾ നിർദ്ദേശിക്കുന്നു.

മരുന്നുകൾ വഴി വണ്ണം കുറയ്ക്കൽ – എത്രത്തോളം സുരക്ഷിതം?

പലപ്പോഴും, ഭക്ഷണക്രമം മാറ്റുന്നതിനും വ്യായാമം നടത്തുന്നതിനും മാത്രം മതിയായ ഭാരം കുറയ്ക്കാൻ സാധിക്കണമെന്നില്ല. അത്തരം സാഹചര്യങ്ങളിൽ, ജീവിതശൈലി മാറ്റങ്ങൾക്കൊപ്പം ഉപയോഗിക്കുമ്പോൾ ഫലപ്രദമായ പുതിയ തലമുറ അമിതവണ്ണ പ്രതിരോധ മരുന്നുകൾ (Anti-Obesity Medications) ഉയർന്നുവരുന്നു.

വണ്ണം കുറയ്ക്കാൻ സഹായിക്കുന്ന മരുന്നുകൾ പഴയകാലം മുതൽ നിലവിലുണ്ടെങ്കിലും, പലതും അപകടസാധ്യതകൾ മൂലം പിൻവലിക്കപ്പെട്ടു. പുതിയ തലമുറ മരുന്നുകൾ — പ്രത്യേകിച്ച് GLP-1 റിസപ്റ്റർ ആഗോണിസ്റ്റുകൾ (ഉദാ: Semaglutide), കൂടാതെ Dual GIP–GLP-1 ആഗോണിസ്റ്റ് (Tirzepatide) — ദീർഘകാല ഫലപ്രാപ്തിയുള്ളതും സുരക്ഷിതവുമായവയാണ്.

ഇൻക്രെറ്റിൻ അടിസ്ഥാനമാക്കിയുള്ള പുതിയ മരുന്നുകൾ

ശരീരത്തിലെ സ്വാഭാവിക ഹോർമോണുകളായ ഇൻക്രെറ്റിൻ (Incretin) നെ അനുകരിക്കുന്നതിലൂടെ പ്രവർത്തിക്കുന്നതാണ് ഈ മരുന്നുകൾ. ഇവ വിശപ്പ് നിയന്ത്രിക്കാനും ദഹനം മന്ദഗതിയിലാക്കാനും സഹായിക്കുന്നു

സെമഗ്ലൂടൈഡ് (Semaglutide) – പുതിയ പ്രതീക്ഷ

പ്രവർത്തന രീതി: GLP-1 ഹോർമോണിനെ അനുകരിച്ച് ആഹാരാഗ്രഹണം കുറയ്ക്കുകയും ദഹന പ്രക്രിയ മന്ദഗതിയിലാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

ഫലം: 68 ആഴ്ച നീണ്ടുനിൽക്കുന്ന പഠനങ്ങളിൽ ശരാശരി 15–20% വരെ വണ്ണം കുറയുന്നു.

ഉപയോഗം: ആഴ്ചയിൽ ഒരിക്കൽ ഇഞ്ചക്ഷൻ രൂപത്തിൽ.

ടിർസെപാറ്റൈഡ് (Tirzepatide) – ഭാവിയുടെ മരുന്നു

GLP-1-നും GIP (Glucose-dependent Insulinotropic Polypeptide)-നും ഒരുമിച്ച് പ്രവർത്തിക്കുന്ന ഡ്യുവൽ ആഗോണിസ്റ്റ് (Dual Agonist) ആണിത്. ഇൻസുലിൻ പ്രതിഭാസം മെച്ചപ്പെടുത്തുകയും വിശപ്പ് കുറയുകയും കൊഴുപ്പ് ശേഖരണം തടയുകയും ചെയ്യുന്നു.

ഫലം: SURMOUNT പരീക്ഷണങ്ങൾ പ്രകാരം ശരാശരി 20–25% വരെ വണ്ണം കുറയുന്നു.

ഉപയോഗം: ആഴ്ചയിൽ ഒരിക്കൽ നൽകുന്ന ഇഞ്ചക്ഷൻ.

അമിതവണ്ണം നിയന്ത്രിക്കുന്നതിനുള്ള പ്രധാന മരുന്നുകൾ

താഴെ കൊടുത്തിരിക്കുന്ന പട്ടികയിൽ ഇപ്പോൾ ഉപയോഗത്തിലുള്ള പ്രധാന ആന്റി-ഒബേസിറ്റി (Anti-Obesity) മരുന്നുകൾ, അവയുടെ വിഭാഗം, പ്രവർത്തന രീതി, ശരാശരി വണ്ണം കുറയുന്ന തോത് എന്നിവ കൊടുത്തിരിക്കുന്നു:

മരുന്ന് (Generic Name)	മരുന്ന് വിഭാഗം (Class)	പ്രവർത്തന രീതി (Mechanism of Action)	പ്രതീക്ഷിക്കുന്ന ഭാരക്കുറവ് (%) 6-12 മാസത്തിൽ
സെമഗ്ലൂട്ടൈഡ് (Semaglutide)	GLP-1 റിസപ്റ്റർ അഗോണിസ്റ്റ്	വിശപ്പ് കുറയ്ക്കുന്നു, ദഹനം മന്ദഗതിയിലാക്കുന്നു	15–20%
ടിർസെപാറ്റൈഡ് (Tirzepatide)	Dual GIP/GLP-1 റിസപ്റ്റർ അഗോണിസ്റ്റ്	ദഹനം മന്ദഗതിയിലാക്കുന്നു. വിശപ്പ് കുറയ്ക്കുന്നു	20–25%
ലിറാഗ്ലൂട്ടൈഡ് (Liraglutide)	GLP-1 റിസപ്റ്റർ അഗോണിസ്റ്റ്	വിശപ്പ് കുറയ്ക്കുന്നു	5–10%
ഓർലിസ്റ്റാറ്റ് (Orlistat)	ലിപേസ് ഇൻഹിബിറ്റർ	ഭക്ഷണത്തിലെ കൊഴുപ്പിന്റെ ആഗിരണം തടയുന്നു	5–7%
ഫെന്റർമൈൻ / ടോപ്പിറാമേറ്റ്	ആപ്പറ്റൈറ്റ് സപ്രസന്റ് കോംബിനേഷൻ	വിശപ്പ് കുറയ്ക്കുന്നു	8–10%
ബുപ്രോപ്യോൺ / നാൽട്രെക്സോൺ	ന്യൂറോആക്ടീവ് കോംബിനേഷൻ	ആഹാരാഗ്രഹണം നിയന്ത്രിക്കുന്നു	6–8%

- ശ്രദ്ധിക്കുക: ഇവയിലെ മിക്ക മരുന്നുകളും ഒരു Specialist ഡോക്ടറുടെ നിരീക്ഷണത്തിൽ മാത്രമേ ഉപയോഗിക്കാവൂ. രോഗിയുടെ ബോഡി മാസ് ഇൻഡക്സ് (BMI), അനുബന്ധ രോഗങ്ങൾ, ഹോർമോൺ അവസ്ഥ എന്നിവ വിലയിരുത്തിയാണ് മരുന്ന് തിരഞ്ഞെടുക്കേണ്ടത്.

പ്രധാന സുരക്ഷാ നിർദ്ദേശങ്ങൾ

ഉപയോഗം: BMI ≥ 30 kg/m^2 ഉള്ളവർക്കോ അല്ലെങ്കിൽ BMI ≥ 27 kg/m^2 + അനുബന്ധ രോഗങ്ങളുള്ളവർക്കോ.

പാർശ്വഫലങ്ങൾ: ഓക്കാനം, ഛർദ്ദി, വയറുവേദന, വയറിളക്കം — സാധാരണയായി താൽക്കാലികം.

മുന്നറിയിപ്പ്: Medullary തൈറോയ്ഡ് കാൻസർ (MTC/MEN 2) ഉള്ളവർ Gastro Parasis, Pancreatitis ദീർഘകാല ചികിത്സ: മരുന്ന് നിർത്തിയാൽ ഭാരം തിരികെ വരാനുള്ള സാധ്യതയുണ്ട്.

ജീവിതശൈലി മാറ്റങ്ങൾ അത്യാവശ്യം

മരുന്ന് മാത്രം മതിയാകില്ല. വണ്ണം കുറയ്ക്കൽ വിജയകരമാക്കാൻ:

- നിയമിത വ്യായാമം
- സമതുലിതാഹാരം
- മാനസികാരോഗ്യ പരിപാലനം
- സ്ഥിരമായ മെഡിക്കൽ ഫോളോഅപ്പ് എന്നിവ അത്യാവശ്യം.

സാരാംശം

വണ്ണം കുറയ്ക്കൽ ഒരു ലക്ഷ്യമല്ല, അത് ഒരു ജീവിതശൈലി യാത്രയാണ്. മരുന്നുകൾ ഈ യാത്രയിൽ സഹായകരമാകാം, പക്ഷേ, വിദഗ്ധന്റെ നിർദേശവും നിരന്തര നിരീക്ഷണവും അത്യാവശ്യമാണ്. "ആരോഗ്യകരമായ ജീവിതശൈലിയാണ് വണ്ണം കുറയ്ക്കാനുള്ള ഏറ്റവും ശക്തമായ മരുന്ന്."

Celebrating Research Excellence

Caritas Hospital and Institute of Health Sciences honored the four outstanding faculty members who emerged as winners of the Intramural Research Grant Season 1, in a ceremony presided over by Rev. Dr. Binu Kunnath, Director and CEO of Caritas Hospital. Out of the 21 research proposals received, 7 were shortlisted after expert evaluation, and 4 projects that were successfully completed were awarded the grant. The recipients represented the Caritas College of Pharmacy, Department of Psychiatry, and Caritas College of Nursing.

9 വയസ്സുകാരന്റെ ശ്വാസനാളിയിൽ കുത്തിയ ഡെന്റൽ ഉപകരണം; കാരിത്താസ് ആശുപത്രിയിൽ വിദഗ്ധ സംഘം രക്ഷപ്പെടുത്തി

കോട്ടയം: അപൂർവവും ജീവന് ഭീഷണിയുമായ സംഭവത്തിൽ, 9 വയസ്സുകാരൻ ഡെന്റൽ റൂട്ട് കനാൽ ചികിത്സയ്ക്കിടെ അബദ്ധവശാൽ 3.5 സെ.മീ നീളമുള്ള ഡെന്റൽ ഫയൽ ശ്വസിച്ചു. മൂർച്ചയുള്ള ഉപകരണം ശ്വാസനാളിയിൽ കുടുങ്ങി ഭിത്തി കുത്തിതുളച്ചതോടെ കുട്ടിയുടെ ജീവന് ഗുരുതര ഭീഷണിയായി. കുട്ടിയെ അടിയന്തരമായി കാരിത്താ സ് ആശുപത്രിയിൽ കൊണ്ടുവന്നു. സി.ടി. സ്കാനിൽ, ഉപകരണം ശ്വാസനാളിയുടെ ഭിത്തി 6 മില്ലീമീറ്റർ കുത്തിനുളച്ചതായി കണ്ടെത്തി.

ഡോ. ഫൈറൂസ് ഫാത്തിമ (ഇന്റർവെൻഷണൽ പൾമനോളജിസ്റ്റ്), ഡോ. ദീപു എം (പൾമനോളജിസ്റ്റ്), ഡോ. ജാസ്മിൻ (അനസ്തീഷിയോളജിസ്റ്റ്), ബ്രോങ്കോസ്കോപ്പി സ്റ്റാഫ് ശ്രീ. സൈമൺ എന്നിവരുടെ നേതൃത്വത്തിലുള്ള വിദഗ്ധ സംഘം ഉടൻ തന്നെ ബ്രോങ്കോസ്കോപ്പിക് ശസ്ത്രക്രിയ നടത്തി ഉപകരണം സുരക്ഷിതമായി നീക്കി. "ഇത് അത്യന്തം അപൂർവവും വെല്ലുവിളിയേറിയതുമായ കേസായിരുന്നു. കുട്ടിയുടെ ശ്വാസനാളി വളരെ ചെറിയതും മൂർച്ചയുള്ള ഉപകരണം ഇതിനകം തന്നെ ഭിത്തി കുത്തിയതുമാണ്. ഓരോ ഘട്ടവും വലിയ അപകടസാധ്യത നിറഞ്ഞതായിരുന്നു," എന്ന് സംഘത്തെ നയിച്ച ഡോ. ഫൈറൂസ് ഫാത്തിമ പറഞ്ഞു.

കുട്ടിയെ ഉച്ചയ്ക്ക് 2 മണിക്ക് ആശുപത്രിയിൽ പ്രവേശിപ്പിച്ചു. 4.30 മണിക്ക് അടിയന്തര ബ്രോങ്കോസ്കോപ്പിക് പ്രക്രിയ നടത്തി. ചികിത്സയ്ക്ക് ശേഷം കുട്ടി സുഖം പ്രാപിച്ച് സുരക്ഷിതമായി ഡിസ്ചാർജ് ചെയ്തു. ഇത്തരത്തിലുള്ള സംഭവങ്ങൾ ലോകമെമ്പാടും അത്യന്തം അപൂർവം ആണെന്ന് ഡോക്ടർമാർ വ്യക്തമാക്കി. സമയോചിതമായ റഫറലും വിദഗ്ധ സംഘത്തിന്റെ ഏകോപിത പ്രവർത്തനവും കുട്ടിയുടെ ജീവൻ രക്ഷിക്കാൻ സഹായിച്ചതായി അവർ കൂട്ടിച്ചേർത്തു.

Promoting Healthy Habits:
Infection Prevention Awareness Session at Ebenezer School

Caritas Matha Hospital, under the Department of Pediatrics and the LIFE initiative, successfully conducted an awareness session on General Infection Prevention Practices at Ebenezer School, Ettumanoor. The keynote session was led by Dr. Sunu John, Senior Consultant – Pediatrics, who educated the children on the importance of importance of maintaining cleanliness, hand hygiene, and healthy habits in their daily lives.

New WHO-Caritas Initiative Launches for Community Health

The World Health Organization (WHO) Project Office has started functioning at Caritas Hospital. The office was inaugurated by H.G. Mar Mathew Moolakkatt, Patron of Caritas Hospital Trust, by cutting the ribbon. The ceremony was attended by Rev. Dr. Binu Kunnath, Director and CEO of Caritas Hospital, Dr. Ranjani Ramachandran, National Professional Officer of WHO, and Dr. Giridharan Periyaswamy, Chief Scientific Officer of 4baseCare Precision Health Pvt. Ltd. Dr. Jose Jom Thomas, Senior Specialist in Community Medicine, spoke about the WHO–Caritas technical collaboration.

Cake mixing ceremony

മധുരവും സന്തോഷവും ഒരുമിച്ച് ചേർത്ത് നവംബർ 6, 2:30PMന് കാരിത്താസ് ഹോസ്പിറ്റൽ ഡയമണ്ട് ജൂബിലി ഹാളിൽ വെച്ച് കേക്ക് മിക്സിങ് സെറിമണി നടത്തി. കാരിത്താസ് ആശുപത്രിയിലെ ഡയറക്ടർ, ജോയിന്റ് ഡയറക്ടേർസ് എല്ലാ ഡോക്ടർമാരും, നഴ്സുമാരും, ജീവനക്കാരും ഇതിൽ പങ്കെടുത്ത് പരിപാടി വിജയകരമാക്കി.

SEEM Gold
Award 2024

SEEM നാഷണൽ എനർജി മാനേജ്മെന്റ് അവാർഡ്സ് 2024-ൽ കോട്ടയം കാരിത്താസ് ഹോസ്പിറ്റൽ & ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ഹെൽത്ത് സയൻസസ് സ്വർണ്ണ പുരസ്കാരം നേടി. ഹോസ്പിറ്റൽ വിഭാഗത്തിൽ മികച്ച എനർജി മാനേജ്മെന്റിനാണ് ഈ അംഗീകാരം. പുരസ്കാരം SEEM INDIA യുടെ ഉന്നത അധികാരികളിൽ നിന്ന് റവ.ഫാ. സ്റ്റീഫൻ തേവരപ്പറമ്പിൽ (കാരിത്താസ് ജോയിന്റ് ഡയറക്ടർ, സർവീസെസ്), Mr. ഗോപുരാജ് കെ. എ. (ജനറൽ മാനേജർ, മെയിന്റനൻസ്) എന്നിവർ ചേർന്ന് ഏറ്റുവാങ്ങി. നവംബർ 19, 20 തീയതികളിൽ ന്യൂഡൽഹിയിലെ ദി സൂര്യയിൽ വെച്ച് നടന്ന ചടങ്ങിലാണ് അവാർഡ് ദാനം നടന്നത്.

Kerala's First Genomics Lab Launched at Caritas Hospital

The first Genomics Lab in Kerala has started functioning at Caritas Hospital. The lab was inaugurated by Caritas Hospital Trust Patron H.G. Mar Mathew Moolakkatt by cutting the ribbon. Caritas Hospital Director & CEO Rev. Dr. Binu Kunnath, WHO National Professional Officer Dr. Ranjani Ramachandran, and 4baseCare Precision Health Pvt. Ltd. Chief Scientific Officer Dr. Giridharan Periyaswamy were present at the event. Senior Consultant & Medical Oncologist Dr. Boban Thomas also spoke about the Center for Advanced Genomics & Precision Oncology.

DIAMOND STATUS — Q3 2025
Awarded Stroke Centre
NABH Accredited
Stroke Centre
CARiTAS
HOSPITAL & INSTITUTE OF HEALTH SCIENCES
NABH & WSO
ADVANCED STROKE CARE CENTRE
Every Second Counts. Choose the Right Care, Right Away.
Caritas Neuro Sciences
Our Expertise Includes:
• 24×7 Stroke Emergency Care
• Dedicated Acute Stroke Unit
• Hyperacute Stroke Management (Golden Hour Care)
• Advanced Neuroimaging & Neurodiagnostics
• Thrombolysis & Mechanical Thrombectomy Support
• Neuro Rehabilitation & Physiotherapy
Why Caritas for Stroke Care?
• Rapid Response Team
• Evidence-Based Stroke Protocols
• High-End Neuroimaging Facilities
• Skilled Neurologists, Neurosurgeons & Stroke Nurses
• Seamless, Compassionate Care for Faster Recovery
Recognize. Respond. Recover.
Act FAST – Face drooping • Arm weakness • Speech difficulty • Time to call Caritas
Caritas Hospital and Institute of Health Sciences, Thellakom P.O, Kottayam-686630
Ph: 04816811110 | www.caritashospital.org