ಜನವರಿ - ಮಾರ್ಚ್ 2020

ಸುದ್ದಿಪತ್ರ

ನೆರವು ನೀಡಿದವರು:
ಬಿಯಿಂಗ್ ಹ್ಯೂಮನ್ -
ಸಲ್ಮಾನ್ ಖಾನ್ ಫೌಂಡೇಶನ್

ಸಂಪುಟ 4 – ಸಂ. 4

ಕೊವಿಡ್-19 ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಜೀವನ

ಕೊವಿಡ್-19 ಪಿಡುಗು ವಿಶ್ವದಾದ್ಯಂತ 3 ಮಿಲಿಯನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಜನರ ಮೇಲೆ ಬಾಧಿತವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು 2,00,000 ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಮರಣಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ. ಈ ಸ್ಫೋಟವು ಈ ಮಾರಣಾಂತಿಕ ವೈರಸ್ಸಿಂದ ಎದುರಿಸಿದ ಸವಾಲುಗಳ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ವೈದ್ಯಕೀಯವಾಗಿ, ಆರ್ಥಿಕವಾಗಿ ಹಾಗೂ ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಜಾಗತಿಕ ಬಿಕ್ಕಟ್ಟಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸಿದೆ. ಪ್ರಸ್ತುತ, ಭಾರತವು 20,000 ಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಸಕ್ರಿಯ ಪ್ರಕರಣಗಳು ಮತ್ತು 886 ಜನರ ಮರಣಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಿದ್ದು - (27 ಜನವರಿ, 2020 ರಂತೆ - ಕೊವಿಡ್ -19 ಪರಿಣಾಮದ ಟ್ರ್ಯಾಕ್ ಇಲ್ಲಿದೆ), ರಾಷ್ಟ್ರದಾದ್ಯಂತ ಸಾವಿರಾರು ವಲಸಿಗರು, ದಿನಗೂಲಿ ನೌಕರರು ಮತ್ತು ರೋಗಿಗಳು - ವಿಶೇಷವಾಗಿ ತೀವ್ರವಾದ ಖಾಯಿಲೆಯಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವವರ ಮೇಲೆ ಲಾಕ್ಡೌನ್ ಪ್ರಭಾವಿತವಾಗಲು ಕಾರಣವಾಗಿದೆ. ಇಂತಹ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ, ಬಹುತೇಕ ಸಂಘಸಂಸ್ಥೆಗಳು, ಭಾರತದಲ್ಲಿರುವ ಮ್ಯಾಕ್ಸ್ ಫೌಂಡೇಶನ್ ತಂಡ ಮತ್ತು ಮ್ಯಾಕ್ಸ್ ಮಿತ್ರ ವೃಂದವು ನಮ್ಮ ತಂಡ ಹಾಗೂ ನಮ್ಮ ರೋಗಿಗಳ ಸುರಕ್ಷತೆಯನ್ನು ಖಾತರಿಪಡಿಸಲು ಮನೆಯಿಂದಲೇ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿತು.

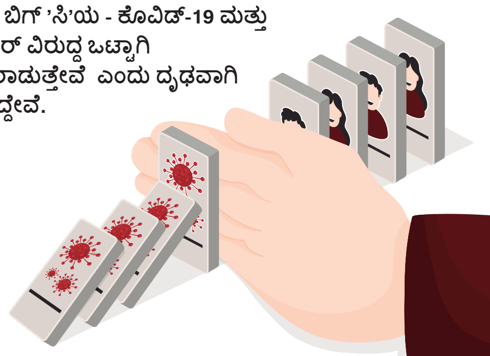
ಎಂದಿನಂತೆ, ನಮ್ಮ ಗುರಿಯು: "ನಾವು ಒಟ್ಟಾಗಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಕಲಿಯುತ್ತೇವೆ" ದೃಢವಾಗಿ ನಿಲ್ಲುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು, ಕೊವಿಡ್-೧೯ ಸ್ಫೋಟದ ಬಗೆಗಿನ ನಮ್ಮ ವಿಧಾನವು ಪರಸ್ಪರ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ, ಈ ಖಾಯಿಲೆಯ ಬಗೆಗೆ ಧೈರ್ಯವನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಂಬಿಕೆ ಮೂಡಿಸುತ್ತದೆ.

ಭಾರತದಲ್ಲಿರುವ ಮ್ಯಾಕ್ಸ್ ಫೌಂಡೇಶನ್ ತಂಡ ಮತ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಮತ್ತು ಲಾಕ್ಡೌನ್ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಉದ್ಭವಿಸುವ ವ್ಯವಸ್ಥಾಪನ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಲು ಹೆಚ್ಚುವರಿಯಾಗಿ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ನೆರವನ್ನು ಒದಗಿಸುವ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮ ಸಿಟಿ ಚಾಪ್ಟರ್ ಲೀಡರ್‌ಗಳು ದೇಶದಾದ್ಯಂತ ನಮ್ಮ ರೋಗಿಗಳು, ಅವರ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸುವವರು ಮತ್ತು ಅವರಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುತ್ತಿರುವ ವೈದ್ಯರೊಂದಿಗೆ ಸಂವಹನ ನಡೆಸಲು ಒಟ್ಟಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು.

ನಮ್ಮ ತಂಡವು ವಿಶ್ವ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆಯು ನೀಡಿದ ಮಾಹಿತಿಯ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಪೋಸ್ಟರ್‌ಗಳನ್ನು ರಚಿಸಿತು, ಅವುಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ಸಾಮಾಜಿಕ ಮಾಧ್ಯಮ ಪ್ಲಾಟ್ಫಾರ್ಮ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿಸಿತು ಹಾಗೂ ಅವುಗಳನ್ನು ವಾಟ್ಸಪ್ ಗ್ರೂಪ್ಗಳ ಮೂಲಕ ಆಂತರಿಕವಾಗಿ ಹಂಚಿಕೊಂಡಿತು. ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತಿರುವ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ನಿಯತವಾದ ಅಂತರದಲ್ಲಿ ರೋಗಿಗಳು ಮತ್ತು ಮ್ಯಾಕ್ಸ್ ಸದಸ್ಯರ ಮಿತ್ರರನ್ನು ಪರಿಷ್ಕರಿಸಿ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ತಂಡವು ಅಗತ್ಯವಿರುವವರಿಗೆ ನಾವು ನಾವು ಒದಗಿಸಬಹುದಾದ ಉತ್ತಮ ಸೇವೆಯನ್ನು ನಮ್ಮ ತಂಡವು ಮಾಡುತ್ತಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅವರಿಗೆ ಭರವಸೆ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಈಗ ಲಾಕ್ಡೌನ್ ಹಾಗೂ ಅವರ ದೀರ್ಘಾವಧಿಯ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗನಿಧಾನದ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಎದುರಿಸಿದ ಅಡೆತಡೆಗಳನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ನಮ್ಮ ರೋಗಿಗಳು ಎಂದಿಗಿಂತಲೂ ಉತ್ತಮರಾಗಿದ್ದಾರೆ, ನೆರವಿನ ಅಗತ್ಯ ಬಯಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವು ಮನಗಂಡೆವು.

ನಾವು ನಮ್ಮ ರೋಗಿಗಳ ಅಗತ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಲು, ಮೇ ತಿಂಗಳಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲಾಗುವ - ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ 2020 ಪ್ರಚಾರಕ್ಕಾಗಿ ನಮ್ಮ ಸರಣಿಯೊಂದಿಗೆ ಮುಂದುವರಿಯುವ ಮೂಲಕ ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅವರೊಂದಿಗಿರಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದೆವು.

ನಾವು ಬಿಗ್ 'ಸಿ'ಯ - ಕೊವಿಡ್-19 ಮತ್ತು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ವಿರುದ್ಧ ಒಟ್ಟಾಗಿ ಹೋರಾಡುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ದೃಢವಾಗಿ ನಂಬಿದ್ದೇವೆ.



- ರಾಚೆಲ್ ಸೈಮನ್ಸ್
ಕಮ್ಯುನಿಕೇಶನ್ ಮ್ಯಾನೇಜರ್, ಫ್ರೆಂಡ್ಸ್ ಆಫ್ ಮ್ಯಾಕ್ಸ್

ಅಮ್ಮಾ ಮಾತುಕತೆ

ಇದು ಬಹಳ ಅಪರೂಪದ ಸಮಯವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಅತ್ಯಂತ ದುಃಸ್ವಪ್ನವು ಈ ಕೊವಿಡ್-19 ಸ್ಫೋಟವು ನಮಗೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲಿನ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಏನು ಮಾಡುತ್ತಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ ಇದು ಬಹಳ ಕೆಟ್ಟದೆಂದು ತೋರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಪುನಃ, ಇದು ಮನುಷ್ಯನ ಉತ್ಸಾಹವನ್ನು ಬಲಪಡಿಸುವುದನ್ನು ನಾವು ಪರಿಗಣಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವದಾದ್ಯಂತ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ನಮಗೆ ಇದು ತಿಳಿದಿರುವಂತೆ ನಮ್ಮ ಜೀವಕ್ಕೆ ಬೆದರಿಕೆಯುಂಟಾಗುವುದರ ವಿರುದ್ಧ ಹೋರಾಡಲು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಶಕ್ತಿಯು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗಾಗಿ, ನಮ್ಮ ರೋಗಿಗಳು ಮೊದಲು ಬರುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅವರೊಂದಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವಾಗ ಮತ್ತು ಅವರ ಭಯವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸುವಾಗ, ಅವರ ಬಗ್ಗೆ ಬಹಳಷ್ಟನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತಿದ್ದೇವೆ.

ಇವರು ಈಗಾಗಲೇ ತಮ್ಮ ರೋಗನಿರ್ಣಯದ ಭಾರವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಿಗಳು ಮತ್ತು ಅವರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನವರು ಜೀವನವಿಡೀ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅಗತ್ಯವಿರುವವರಾಗಿದ್ದರು. ಈಗ ಆ ಭಾರವು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದ್ದು, ಅವರು ಮತ್ತಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚು ದುರ್ಬಲರಾಗುವುದನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಅವರ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳು ಮುಚ್ಚಿರುವುದರಿಂದ ಅವರ ಅವಶ್ಯಕ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ಅವರಿಗೆ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದಿರುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದೆ. ಈ ಕಷ್ಟಕರ ವಾರಗಳಾದ್ಯಂತ, ನಾವು ರೋಗಿಗಳು ಎಷ್ಟು ಅಸಹಾಯಕ ಅನುಭವ ಹೊಂದಿರುವರು ಎಂಬ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡೆವು. ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯ ಅಸಹಾಯಕತೆಗೆ ಕೊಡುಗೆ ನೀಡುತ್ತಿರುವ ಹಲವಾರು ಸಂಗಂತಿಗಳಿವೆ.

ಇಲ್ಲಿ ಇದ್ದ ಏಕೈಕ ಮಾರ್ಗವು ಮುಖದಲ್ಲಿದ್ದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನೋಡುವುದಾಗಿತ್ತು ಮತ್ತು ಇಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಉಳಿತಾಯ ಮಾಡಿದ್ದ ಆಂತರಿಕ ಕಾಯ್ದಿರಿಸುವಿಕೆಗಳೊಳಗೆ ಅವಲೋಕಿಸುವುದಾಗಿತ್ತು.

ನಾವು ಮೊದಲು ನಮ್ಮ ವೈದ್ಯರೊಂದಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದೆವು - ಅವರಲ್ಲಿ ಮನವಿ ಮತ್ತು ಮನವೊಲಿಕೆ ಮಾಡಿದೆವು. ನಮ್ಮ ಪ್ರೋಗ್ರಾಮ್ ಆಫೀಸರ್‌ಗಳು ಅವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಮತ್ತು ಯಾವುದೇ ಪ್ರಿಸ್ಕ್ರಿಪ್ಷನ್ ಎಂದರೆ ಯಾವುದೇ ಔಷಧ ವಿತರಣೆ ಅಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಯುವಂತೆ ಮಾಡಲು ಎಲ್ಲಿಂದ ಉತ್ಸಾಹ ಪಡೆದರು ಎಂಬುದನ್ನು ನನಗೆ ಕೇಳಬೇಡಿ. ಒಬ್ಬೊಬ್ಬರಾಗಿ ಅವರು ಜೊತೆಗೂಡಿದರು ಮತ್ತು ಅವರಾಗಿಯೇ ಹೇಗೆ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಪ್ರಿಸ್ಕ್ರಿಪ್ಷನ್ನನ್ನು ನಮಗೆ ಕಳುಹಿಸಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ನೋಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು. ಅವರು ಸಮಯ ಮತ್ತು ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಲು ಹೋರಾಟ ಮಾಡಿದರು ಎಂಬುದು ನಮಗೆ ಗೊತ್ತಿದೆ - ಎರಡೂ ವಿರಳ, ಆದರೆ ಅವರು ಅದನ್ನು ಮಾಡಿದ್ದರು.

ಲಾಕ್ಡೌನ್ ಜಾರಿಗೊಂಡಾಗ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಕೈಗಳನ್ನು ಕಟ್ಟಿದ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದ ರಸ್ತೆಗಳಿಂದ ಎಲ್ಲಾ ವಾಹನಗಳು ಓಡಾಡದಂತೆ ಮಾಡಿದಾಗ ನಮಗೆ ಬಹಳ ಮುಂಚಿತವಾಗಿಯೇ ಗೊತ್ತಿತ್ತು. ಇಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ದಾರಿ ಇರಲಿಲ್ಲ, ನಾವು ಅವರ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಯಾರೇ ಒಬ್ಬರಿಗೆ ಕಳುಹಿಸಲು ಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದೆವು.

ರೋಗಿಗಳೂ ಕೂಡಾ ತಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ಮತ್ತು ಸಕ್ರಿಯರಾಗಿರುವುದನ್ನೂ ನಾವು ಕಂಡುಕೊಂಡೆವು. ನಮ್ಮ ಮೊದಲ ಆಲೋಚನೆಯು ಅವರಿಗೆ ನಾವು ಅಸಹಾಯಕರು ಎಂಬ ಭಾವನೆ ಮೂಡದಿರುವಂತೆ, ಮತ್ತು ಅವರು ಅನ್ವೇಷಕರಾಗುವಂತೆ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಅವರು ತಮಗಾಗಿ ಏನು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ತಾವೇ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಹಾಗೂ ಇದರಿಂದ ಹೊರಗೆ ಬರಲು ಯಾರು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿರುವರೋ ಅವರನ್ನು ತಲುಪಲು ಅವರು ಎಷ್ಟು ದೂರ ಇರುವರು ಎಂಬುದನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡುವುದಾಗಿತ್ತು.

ಹಾಗಾಗಿ, ನಾವು ಅವರು ಏನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು ಎಂಬುದನ್ನು ಕೇಳಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದೆವು - ನಾಗರ್ಕೊಯಿಲ್ ತಮಿಳುನಾಡು ರಾಜ್ಯದ ಒಂದು ಪುಟ್ಟ ಪಟ್ಟಣ.

ತನ್ನ ಪತ್ನಿಗಾಗಿ ಪ್ರಿಸ್ಕ್ರಿಪ್ಷನ್ ತರಲು ಒಬ್ಬ ರೋಗಿಯ ಪತಿಯು ಕೇರಳದ ತಿರುವನಂತಪುರಂಗೆ 76 ಕಿಮೀ ಸೈಕಲ್ಲಲ್ಲಿ ಹೋಗಿಬಂದಿದ್ದರ ಬಗ್ಗೆ ಕೇಳಿದೆವು. ಕೇರಳದಲ್ಲಿ ಲಾಕ್ಡೌನ್ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ, ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ಮತ್ತು ಪೊಲೀಸ್ ಸ್ಟೇಷನ್ ಪ್ರಭಾರಾಧಿಕಾರಿಗಳು ಔಷಧಗಳ ವಿತರಣೆ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಾಗಿ ತಮ್ಮ ಬಳಿ ಬಂದ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದರು ಎಂಬ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಕೇಳಿದ್ದೇವೆ. ರೋಗಿಗಳು ನಗರ ಮತ್ತು ಪಟ್ಟಣಗಳಲ್ಲಿರುವ, ತಮಗಾಗಿ ಅವರ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ಸ್ವಲ್ಪ ದೂರ ಹೋಗಲು ಸಾಧ್ಯವಿರುವಲ್ಲಿ ಕುಟುಂಬ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರ ಬಳಿ ಕೇಳಿರುವುದನ್ನು ನಾವು ನೋಡಿದ್ದೇವೆ. ಮ್ಯಾಕ್ಸ್ ಸಿಟಿ ಚಾಪ್ಟರ್ ಲೀಡರ್‌ಗಳ ಫ್ರೆಂಡ್ಸ್ ಳು ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿರದ ತಮ್ಮ ಬ್ರೆಥ್ರೆನ್ ಸಂಗ್ರಹಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಹೋಗುತ್ತಿರುವ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಕೇಳಿದ್ದೇವೆ. ರೋಗಿಗಳು ತಮ್ಮ ಅನುಭವ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಮತ್ತು ಅವರಿಗಾಗಿ ನಾವು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದ ಸಿಟಿ ವಾಟ್ಸ್ಅಪ್ ಗ್ರೂಪ್ಗಳಲ್ಲಿ ಪರಸ್ಪರರಿಗೆ ಸಲಹೆ ನೀಡುವುದನ್ನು ನಾವು ನೋಡಿದ್ದೇವೆ. ನಮಗೆ ಪರಸ್ಪರರಿಗೆ ಅವರ ಕ್ಯಾಮರಾಡರೀ ಅನುಭವ ಆಯಿತು. ನಮಗೆ ಪರಸ್ಪರ ಅವರ ಪ್ರೀತಿಯ ಅನುಭವ ಆಯಿತು. ವಾಸ್ತವಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ಅಕ್ಷರಶಃ, ಪ್ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಒಂದು ದಾರಿ ಇರುತ್ತದೆ - ಧೈರ್ಯದಿಂದ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದೆ. ರೋಗಿಗಳು ತಮ್ಮ ಅನುಭವ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಮತ್ತು ಅವರಿಗಾಗಿ ನಾವು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದ ಸಿಟಿ ವಾಟ್ಸ್ಅಪ್ ಗ್ರೂಪ್ಗಳಲ್ಲಿ ಪರಸ್ಪರರಿಗೆ ಸಲಹೆ ನೀಡುವುದನ್ನು ನಾವು ನೋಡಿದ್ದೇವೆ.

- - ವಿಜಿ ವೆಂಕಟೇಶ್

World Health Organization

ವಿಶ್ವ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆಯು (ಡಬ್ಲುಹೆಚ್‌ಒ) ಕೊವಿಡ್-೧೯ ವೈರಸ್ಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಈ ಕೆಳಗಿನ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಿದೆ:

ಅವಲೋಕನ: ಕೊರೊನಾ ವೈರಸ್ ರೋಗವು (ಕೊವಿಡ್-19) ಹೊಸದಾಗಿ ಅನ್ವೇಷಣೆಗೊಂಡ ಕೊರೊನಾ ವೈರಸ್ ಮೂಲಕ ಉಂಟಾಗುವ ಒಂದು ಸೋಂಕುಯುಕ್ತ ರೋಗವಾಗಿದೆ. ಕೊವಿಡ್-19 ರೊಂದಿಗೆ ಸೋಂಕಿತರಾದ ಬಹುತೇಕ ಜನರು ಸೌಮ್ಯದಿಂದ ಸಾಧಾರಣ ಉಸಿರಾಟ ರೋಗದ ಅನುಭವ ಹೊಂದುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಯಾವುದೇ ವಿಶೇಷ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಲ್ಲದೆ ಗುಣಮುಖರಾಗುತ್ತಾರೆ. ವಯಸ್ಸಾದ ಜನರು, ಮತ್ತು ಹೃದಯ ರಕ್ತನಾಳ ರೋಗ, ಮಧುಮೇಹ, ತೀವ್ರವಾದ ಉಸಿರಾಟದ ರೋಗ ಮತ್ತು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನಂತಹ ವೈದ್ಯಕೀಯ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಜನರು ಗಂಭೀರ ಖಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ತುತ್ತಾಗಬಹುದಾದ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದೆ. ಪ್ರಸರಣವನ್ನು ತಡೆಯುವ ಮತ್ತು ನಿಧಾನಗೊಳಿಸುವ ಉತ್ತಮ ಮಾರ್ಗವೆಂದರೆ, ಕೊವಿಡ್-19 ವೈರಸ್ ಬಗ್ಗೆ, ಈ ರೋಗದ ಪರಿಣಾಮಗಳು ಮತ್ತು ಇದು ಹೇಗೆ ಹರಡುತ್ತದೆ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಮಾಹಿತಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದಾಗಿದೆ. ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳನ್ನು ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಅಥವಾ ಪದೇಪದೇ ಆಲ್ಕೊಹಾಲ್-ಆಧಾರಿತ ರಬ್ ಬಳಸುವ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಮುಖವನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಿಸದಿರುವ ಮೂಲಕ ಸೋಂಕಿನಿಂದ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಹಾಗೂ ಇತರರನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ ಕೊವಿಡ್-19 ವೈರಸ್ ಒಬ್ಬ ಸೋಂಕಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಕೆಮ್ಮಿದಾಗ ಅಥವಾ ಸೀನಿದಾಗ, ಮೂಗಿನಿಂದ ಸ್ರವಿಸುವ ಜೊಲ್ಲು ಅಥವಾ ರಸದ ಡ್ರಾಪ್ಲೆಟ್ಗಳ ಮೂಲಕ ಪ್ರಾಥಮಿಕವಾಗಿ ಹರಡುತ್ತದೆ, ಹಾಗಾಗಿ ನೀವು ಕೂಡಾ ಉಸಿರಾಟದ ಶಿಷ್ಟಾಚಾರವನ್ನು ಪಾಲನೆ ಮಾಡುವುದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ (ಉದಾ, ಮೊಣಕೈ ಮುಚ್ಚಿಕೊಂಡು ಕೆಮ್ಮುವುದು). ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಕೊವಿಡ್-19 ಗೆ ಯಾವುದೇ ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾದ ಲಸಿಕೆ ಅಥವಾ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿಲ್ಲ. ಆದರೂ, ಸಂಭಾವ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಹಲವಾರು ಚಿಕಿತ್ಸಾಲಯ ಪ್ರಯೋಗಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಿವೆ. ಡಬ್ಲುಹೆಚ್‌ಒ ಚಿಕಿತ್ಸಾಲಯ ಫಲಿತಾಂಶಗಳು ಲಭ್ಯವಾದ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಬೇಗನೆ ಪರಿಷ್ಕೃತ ಮಾಹಿತಿ ಒದಗಿಸುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುತ್ತದೆ.

ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳು: ಕೊವಿಡ್-19 ವೈರಸ್ ವಿಭಿನ್ನ ಮಾರ್ಗಗಳಲ್ಲಿ, ವಿಭಿನ್ನ ಜನರ ಮೇಲೆ ಬಾಧಿತವಾಗುತ್ತದೆ ಕೊವಿಡ್-19 ಒಂದು ಉಸಿರಾಟ ಸಂಬಂಧಿತ ರೋಗವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಬಹುತೇಕ ಸೋಂಕಿತ ಜನರು ಸೌಮ್ಯದಿಂದ ಸಾಧಾರಣ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವರು ಮತ್ತು ವಿಶೇಷ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಅಗತ್ಯಪಡಿಸದೆ ಗುಣಮುಖರಾಗುವರು. ವೈದ್ಯಕೀಯ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಿಗೆ ಒಳಪಡುತ್ತಿರುವ ಜನರು ಮತ್ತು ೬೦ ವರ್ಷಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ವಯಸ್ಸಿನವರು ತೀವ್ರವಾದ ರೋಗ ಮತ್ತು ಮರಣದ ಅಧಿಕ ಅಪಾಯದಲ್ಲಿರುವರು.

ಸಾಮಾನ್ಯ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿವೆ:

- ಜ್ವರ
- ಆಯಾಸ
- ಒಣ ಕೆಮ್ಮು

ಇತರೆ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳು ಒಳಗೊಂಡಿರುವುದು:

- ಉಸಿರಾಟದ ಕೊರತೆ
- ತುರಿಕೆ ಮತ್ತು ನೋವು
- ಗಂಟಲ ಹುಣ್ಣು
- ಮತ್ತು ಅತ್ಯಂತ ಕಡಿಮೆ

ಜನರಿಗೆ ಬೇಧಿ, ಪಿತ್ತೋದ್ರೇಕ ಅಥವಾ ಮೂಗುಸುರಿತದ ವರದಿಯಾಗಿದೆ.

- ಆರೋಗ್ಯದಿಂದಿರದ ಸೌಮ್ಯ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಜನರು ಸ್ವಯಂ-ಪ್ರತ್ಯೇಕಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಮತ್ತು ಅವರ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಬೇಕು ಅಥವಾ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮತ್ತು ರೆಫರಲ್ ಮೇರೆಗೆ ಸಲಹೆಗಾಗಿ ಕೊವಿಡ್-19 ಮಾಹಿತಿ ಕೇಂದ್ರವನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಬೇಕು.
- ಜ್ವರ, ಕೆಮ್ಮು ಅಥವಾ ಉಸಿರಾಟದಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆ ಹೊಂದಿರುವ ಜನರು ತಮ್ಮ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಬೇಕು ಮತ್ತು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯಬೇಕು.

ತಡೆ: ಸೋಂಕನ್ನು ತಡೆಯಲು ಮತ್ತು ಕೊವಿಡ್-19 ಪ್ರಸರಣವನ್ನು ನಿಧಾನಗೊಳಿಸಲು, ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ:

- **ಸಾಬೂನು ಮತ್ತು ನೀರನ್ನು ಬಳಸಿ ನಿಯತವಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳನ್ನು ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳಿ, ಅಥವಾ ಆಲ್ಕೊಹಾಲ್-ಆಧಾರಿತ ಹ್ಯಾಂಡ್ ರಬ್ ಬಳಸಿ ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳಿ**
- **ನಿಮ್ಮ ಹಾಗೂ ಕೆಮ್ಮು ಅಥವಾ ಸೀನುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ನಡುವೆ ಕನಿಷ್ಠ 1 ಮೀಟರ್ ಅಂತರ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ.**
- **ನಿಮ್ಮ ಮುಖವನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಿಸಬೇಡಿ.**
- **ಕೆಮ್ಮುವಾಗ ಅಥವಾ ಸೀನುವಾಗ ನಿಮ್ಮ ಬಾಯಿ ಮತ್ತು ಮೂಗನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಿ**
- **ನಿಮಗೆ ಅಸೌಖ್ಯತೆಯ ಅನುಭವವಾದರೆ ಮನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಇರಿ.**
- **ಶ್ವಾಸಕೋಶವನ್ನು ದುರ್ಬಲಗೊಳಿಸುವ ಧೂಮಪಾನ ಮತ್ತು ಇತರೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಂದ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನಿರ್ಬಂಧಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ**
- **ಅನವಶ್ಯಕ ಪ್ರಯಾಣ ಮತ್ತು ಗುಂಪುಗೂಡಿರುವ ಜನರಿಂದ ದೂರ ಉಳಿಯುವ ಮೂಲಕ ದೈಹಿಕ ಅಂತರ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ.**

ಮೂಲ: ವಿಶ್ವ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆ - https://www.who.int

CML AdvocatesNetwork

ಸಿಎಂಎಲ್ ಅಡ್ವೊಕೇಟ್ಸ್ ನೆಟ್ವರ್ಕ್ - ತೀವ್ರವಾದ ಮೈಲಾಯ್ಡ್ ಲ್ಯುಕೇಮಿಯಾ ಗ್ರೂಪ್ ಅಡ್ವೊಕೇಟ್ಸ್ "ಕೊರೊನಾ ವೈರಸ್ ರೋಗ ಮತ್ತು ಸಿಎಂಎಲ್ ರೋಗಿಗಳು" ಶೀರ್ಷಿಕೆಯ ಒಂದು ಲೇಖನವನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ವೈರಸ್ ಬಗೆಗಿನ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದೆ ಮತ್ತು ರೋಗಿಗಳು ಇದು ಉಪಯುಕ್ತವೆಂದು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬಹುದಾದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸುತ್ತಿದೆ.

ಕೊವಿಡ್-19 ರೋಗನಿರ್ಣಯ

ಕೊವಿಡ್-19 ಪಾಸಿಟಿವ್ ರೋಗನಿರ್ಣಯವು ರೋಗಲಕ್ಷಣವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ರೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ ನಾಸೊಫಾರಿಂಜೀಲ್ ಸ್ವಾಬ್ ಮೂಲಕ ವೈರಸ್ ಪತ್ತೆಹಚ್ಚುವಿಕೆಯನ್ನು ಅಗತ್ಯಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ, ಕೊವಿಡ್-19 ನ ಅಧಿಕ ಸಂದೇಹಾಸ್ಪದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಅಥವಾ ಸೋಂಕಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳೊಂದಿಗೆ (ನೇರವಾಗಿ ಅಥವಾ ಅವರಿಂದ 2 ಮೀಟರ್ಗಳಿಗಿಂತಲೂ ಕಡಿಮೆ) ನಿಕಟವಾದ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವವರಲ್ಲಿ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ನಿರ್ಬಂಧಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿವೆ.

ಕೊವಿಡ್-19 ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಅದು ಮನೆಯಲ್ಲಾಗಿರಲಿ ಅಥವಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಾಗಿರಲಿ, ಅವಶ್ಯಕ ನೆರವುದಾಯಕವಾಗಿದೆ. ಹೊಸ ಕೊರೊನಾ ವೈರಸ್ ಕೊಲ್ಲಲು ಪ್ರಸ್ತುತ ಯಾವುದೇ ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾದ ಆಂಟಿವೈರಲ್ ಔಷಧೋಪಚಾರಗಳಿಲ್ಲ. ಸೋಂಕಿನ ತೀವ್ರರೂಪದ ಮಾದರಿಗಳು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಕ್ರಮೇಣ ಇಂಟೆನ್ಸಿವ್ ಕೇರ್ ಯುನಿಟ್ನಲ್ಲಿ ವರ್ಗಾವಣೆಯನ್ನು ಅಗತ್ಯಪಡಿಸುತ್ತವೆ.

ತೀವ್ರವಾದ ಅಥವಾ ಮಾರಣಾಂತಿಕ ಕೊವಿಡ್-19 ಗಾಗಿ ಅಪಾಯದ ಸಂಗತಿಗಳು

ವಯಸ್ಸಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು, ಈಗಾಗಲೇ ತೀವ್ರವಾದ ರೋಗಗಳಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವವರು (ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ತೀವ್ರವಾದ ಶ್ವಾಸಕೋಶದ ರೋಗದಂತಹ) ಮತ್ತು ದ್ವಿತೀಯಕ ಸೋಂಕುಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವವರು ತೀವ್ರವಾದ-ಕೊವಿಡ್-19 ನ ಅಧಿಕ ಅಪಾಯದಲ್ಲಿರುವರು ಆದರೆ ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ನಿಖರವಾದ ಅಪಾಯದ ಸಂಗತಿಗಳು ಇನ್ನೂ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿಲ್ಲ. ಸಾಮಾನ್ಯ ನಿಯಮವಾಗಿ, ರೋಗನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯಿಲ್ಲದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಅಧಿಕ ಅಪಾಯದಲ್ಲಿರುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಬೇಕು. ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಅತಿ ಕಡಿಮೆ ಬಾಧಿತವಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಿಎಂಎಲ್ ರೋಗಿಗಳು ತೀವ್ರವಾದ ಅಥವಾ ಮಾರಣಾಂತಿಕ ಕೊವಿಡ್-19 ಗೆ ಅಧಿಕ ಅಪಾಯದಲ್ಲಿರುತ್ತಾರೆಯೇ?

ಹೊಸ ಕೊರೊನಾ ವೈರಸ್ ಸೋಂಕಿನ ಬಗ್ಗೆ ಅಥವಾ ಟೈರೊಸೈನ್ ಕಿನೇಸ್ ಇನ್ಹಿಬಿಟರ್ಗಳನ್ನು (ಟಿಕೆಐ) ನೊಂದಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಲ್ಪಟ್ಟ ಸಿಎಂಎಲ್ ರೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ ಕೊವಿಡ್-19 ಬಗ್ಗೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ದತ್ತಾಂಶವು ಲಭ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಪ್ರಸ್ತುತ ಸಾಮಾನ್ಯ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ, ತೀವ್ರವಾದ ಹಂತದ ಸಿಎಂಎಲ್ ತಾನಾಗಿಯೇ ಅಥವಾ ಸಿಎಂಎಲ್ ವಿರುದ್ಧ ಟೈರೊಸಿನ್ ಕಿನೇಸ್ ಇನ್ಹಿಬಿಟರ್ಗಳಾಗಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸಾಲಯ ರೋಗನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲು ಪ್ರಚೋದಿಸಲು ಗೋಚರಿಸುತ್ತದೆ.

ಆದರೂ, ಕೊವಿಡ್-19 ನಿಂದ ರಕ್ಷಣೆಯು ಸೂಕ್ತವಲ್ಲದ ನಿಯಂತ್ರಿತ ಸಿಎಂಎಲ್ ಅಥವಾ ಟಿಕೆಐ ಥೆರಪಿಯು ದುರ್ಬಲವಾಗಿರುವ ಪ್ರತಿರಕ್ಷಣಾ ನಿಯಂತ್ರಣ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಅಗತ್ಯಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ, ನಾವು ಟಿಕೆಐ ಥೆರಪಿ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಸಿಎಂಎಲ್ ರೋಗಿಗಳು ಅತ್ಯಂತ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಇರಬೇಕು ಮತ್ತು ಕಲುಶಿತತೆಯ ಅಪಾಯವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ಮತ್ತು ಸೋಂಕಿನ ಹರಡುವಿಕೆಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು, ಅವರ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ದೇಶಗಳ ಆರೋಗ್ಯ ಪ್ರಾಧಿಕಾರಗಳಿಂದ ಸಲಹೆ ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟ ನಿರ್ಬಂಧನಾತ್ಮಕ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಅನುಸರಿಸಲು ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡಲಾಗಿದೆ.

ನೀವು ನಾನ್ ಸಿಎಂಎಲ್ ಸಂಬಂಧಿತ ಕಾರಣಗಳಿಂದಾಗಿ (ವಯಸ್ಸಾಗಿರುವುದು, ಇತರೆ ರೋಗಗಳು, ಮತ್ತೊಂದು ಖಾಯಿಲೆಗೆ ಇಮ್ಯುನ್ ಸಪ್ರೆಸಿವ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಂತಹ) ತೀವ್ರವಾದ ಸೋಂಕಿನ ಅಧಿಕ ಅಪಾಯದಲ್ಲಿರಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಮರೆಯಬೇಡಿ.

ನಿಮಗೆ ಸಿಎಂಎಲ್ ಇದ್ದರೆ ಮತ್ತು ನಿಅಮ್ಗೆ ಕೊರೊನಾ ವೈರಸ್ ಅಥವಾ ಕೊವಿಡ್-19 ಸೋಂಕು ಬಂದಿದ್ದರೆ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು

1. ನಿಮಗೆ ಕೊವಿಡ್-19 ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಕೊರೊನಾ ವೈರಸ್ ಸೋಂಕನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿದ್ದರೆ, ನಿಮ್ಮ ದೇಶ-ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕಾರ್ಯವಿಧಿಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ (ಸಾಮಾನ್ಯ ಒಂದು ಸಮರ್ಪಿತ ಕಾಲ್ ಸೆಂಟರ್).
2. ನಿಮ್ಮ ಹೆಮಟಾಲಜಿಸ್ಟ್/ಆಂಕೊಲಜಿಸ್ಟಿಗೆ ಫೋನ್ ಅಥವಾ ಇಮೇಲ್ ಅಥವಾ ಫ್ಯಾಕ್ಸ್ ಮೂಲಕ ಮಾಹಿತಿ ತಿಳಿಸಿ (ನೀವು ಆರೋಗ್ಯಕಾಳಜಿ ಪೂರೈಕೆದಾರರಿಗೆ ಅಥವಾ ಇತರೆ ದುರ್ಬಲ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಸೋಂಕನ್ನುಂಟುಮಾಡಬಹುದಾದ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇರುವುದರಿಂದ ನೇರವಾಗಿಯೇ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಬರಬೇಡಿ).
3. ನಿಮ್ಮ ಹೆಮಟಾಲಜಿಸ್ಟ್ ಅಥವಾ ಆಂಕೊಲಜಿಸ್ಟ್ ನೀವು ಹಾಗೆ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಕೇಳದ ಹೊರತು ನಿಮ್ಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಟಿಕೆಐ ನೊಂದಿಗೆ ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಡಿ, ಆದರೆ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯ ಅಗತ್ಯವಿರುವುದರಿಂದ ಕೊವಿಡ್-19 ದೃಢಪಟ್ಟ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸುತ್ತಿರುವ ತಂಡವನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಲು ನಿಮ್ಮ ಹೆಮಟಾಲಜಿಸ್ಟ್ನ ಕೇಳಿರಿ.

ಮೂಲ: ಸಿಎಂಎಲ್ ಅಡ್ವೊಕೇಟ್ಸ್ ನೆಟ್ವರ್ಕ್

https://www.cmladvocates.net/home/110-news/969-coronavirus-disease-and-cml-patients

ಕೊವಿಡ್-19 ಮತ್ತು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್: ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಿಗಳು ಮತ್ತು ಅವರ ವೈದ್ಯರಿಗಾಗಿ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪರಿಗಣನೆಗಳು

- ಡಾ.ಭಾವನಾ ಸಿರೊಹಿ
ಎಂಬಿಬಿಎಸ್, ಎಫ್‌ಆರ್‌ಸಿಪಿ, ನಿರ್ದೇಶಕರು, ಮೆಡಿಕಲ್ ಆಂಕೊಲಜಿ, ಮ್ಯಾಕ್ಸ್ ಹೆಲ್ತ್‌ಕೇರ್, ನ್ಯಾಶನಲ್ ಕ್ಯಾಪಿಟಲ್ ರೀಜನ್, ಭಾರತ

ಈ ಅಪವಾದಾತ್ಮಕ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಿಯು ಒತ್ತಡದಲ್ಲಿರುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಆತಂಕಗೊಂಡಿರುತ್ತಾರೆ ಹಾಗೂ ಅವರ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವುದು ಒಂದೇ ಪ್ರಶ್ನೆ - ನನ್ನ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಕೊವಿಡ್-19 ಅನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತದೆಯೇ? ಎಂಬುದು ಬೇಸರದ ಸಂಗತಿಯೆಂದರೆ, ಕೊವಿಡ್-19 ಈಗಾಗಲೇ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗನಿರ್ಣಯ ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತಿದೆ.

ವೈದ್ಯರಾಗಿ, ನಾವು ದೈನಂದಿನ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಅಪಾಯಗಳು ವಿರುದ್ಧ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಸಂತುಲನೆ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿದೆ. ಈಗಿನಿಂದಲೇ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಹಲವು ರೋಗಿಗಳಿಗೆ, ಇಮ್ಯುನ್-ಕಾಂಪ್ರೊಮೈಸ್ಡ್‌ನಲ್ಲಿ ಸೋಂಕಿನೊಂದಿಗೆ ಸಹಭಾಗಿಯಾದ ಅಪಾಯಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅವುಗಳು ಸಹ-ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಗಳು ಮತ್ತು ಮುಂಗಡ ವಯಸ್ಸುಗಳಾಗಿವೆ, ಇದು ಪ್ರತಿರಕ್ಷಣಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೆ ಇನ್ನೂ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವ ಯಾವುದೇ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ವಿಳಂಬಗೊಳಿಸಲು ಅಲ್ಪಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಸಂವೇದನಾಶೀಲವಾಗಿದೆ.

ಸಕ್ರಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಒಳಪಡುತ್ತಿರುವ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಿಗಳಿಗಾಗಿ, ರೋಗಿ, ಕುಟುಂಬ ಮತ್ತು ಆಂಕೊಲಜಿಸ್ಟ್ ನಡುವಿನ ಹಂಚಿಕೆಯ ನಿರ್ಧಾರ ಮಾಡುವ ಮಾದರಿಯೊಂದಿಗೆ ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ಗಮನಿಸಲ್ಪಡಬೇಕಾದ ಹಲವಾರು ವಿಷಯಗಳಿವೆ.

ರೋಗಿಗಳಿಗಾಗಿ ಸಲಹೆ ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟ ಕ್ರಮಗಳು

1. **ಇದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ರೋಗಿಗೂ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಲ್ಪಡಬೇಕಾದುದಾಗಿರುವುದರಿಂದ** ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತಿರುವ ಅಪಾಯಗಳು ವಿರುದ್ಧ ಪ್ರಯೋಜನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ಆಂಕೊಲಜಿಸ್ಟ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಫೋನಿನಲ್ಲಿ ವಿವರವಾದ ಚರ್ಚೆ ಮಾಡಿರಿ.

2. **ವೈರಸ್ಗೆ ಸಮರ್ಥನೀಯ ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ ಇದ್ದರೆ ಮತ್ತು ವೈಯಕ್ತಿಕ ರಕ್ಷಣೆ/ಕೈಗಳ ನೈರ್ಮಲ್ಯತೆಯ ಕೊರತೆಯಿದ್ದರೆ ಪ್ರಸರಣವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ.** ಕೈಗಳ ನೈರ್ಮಲ್ಯತೆಯನ್ನು ನೀವು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸುವವರು ಪದೇಪದೇ ಅನುಸರಿಸಬೇಕು. 20 ಸೆಕೆಂಡುಗಳ ಕಾಲ ಕೈಗಳನ್ನು ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಕೈಗಳನ್ನು ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಗ್ಲೌಸ್ ಅಥವಾ ಸ್ಯಾನಿಟೈಜರ್‌ಗಳು ಪೂರಕ ಅಲ್ಲ. ಒಂದು ಸ್ಯಾನಿಟೈಜರ್ ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದರೆ, 60% ಆಲ್ಕೊಹಾಲ್ ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಸ್ಯಾನಿಟೈಜರ್ ಬಳಸಿ.

3. **ಯಾವುದೇ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಭೇಟಿಗಳು ಮುಂದೂಡಲ್ಪಡಬಹುದೇ, ಯಾವುದೇ ಕಾರ್ಯವಿಧಿಯನ್ನು ಮನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಮಾಡಬಹುದೇ?**

4. **ನೀವು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಹೋಗಬೇಕಾದರೆ, ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಒಬ್ಬರಿಗಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಜನರನ್ನು ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಬೇಡಿ.**

5. ಜ್ವರ, ಒಣ ಕೆಮ್ಮು, ಆಯಾಸ ಮತ್ತು ಸ್ನಾಯು ನೋವುಗಳು ಜೊತೆಗೆ ಕೆಲವು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳ ಸಾಮಾನ್ಯ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳು ಕೊವಿಡ್-19 ಲಕ್ಷಣಗಳಾಗಿವೆ. **ನಿಮಗೆ ಈ ಅಪಾಯಗಳಿದ್ದರೆ, ನೀವು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಹೋಗುವ ಮೊದಲು ನಿಮ್ಮ ಆಂಕೊಲಜಿಸ್ಟ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಿ.**

6. ವ್ಯಾಪಕ ಕೊವಿಡ್-19 ಪರೀಕ್ಷೆ ಲಭ್ಯವಾದ ನಂತರ **- ಮನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿದ್ದರೆ, ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಹೋಗುವ ಬದಲಾಗಿ ಇದನ್ನೇ ಪರಿಗಣಿಸಿ.**

7. ಆರಂಭಿಕ ಸಾಕ್ಷ್ಯವು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಿಗಳು ಬೇರೆಯವರಿಗಿಂತಲೂ ಕೊವಿಡ್-19 ಹೊಂದುವ ಅಧಿಕ ಅಪಾಯದಲ್ಲಿರುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದರ ಸೂಚಕವಾಗಿದೆ, **ಹಾಗೂಸಾಮಾಜಿಕ ಅಂತರ, ಕೈಗಳ ನೈರ್ಮಲ್ಯತೆಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ ಮತ್ತು ನೀವು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಹೋಗಬೇಕಾದರೆ ರಕ್ಷಣಾತ್ಮಕ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿ.** ನೀವು ಮನೆಗೆ ಹಿಂದಿರುಗಿದ ನಂತರ, ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ತೊಳೆಯಿರಿ.

ಬನ್ನಿ ಸ್ವಯಂ-ನಿಯಂತ್ರಣ ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡೋಣ, ಬುದ್ಧಿವಂತರಾಗೋಣ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಹಾಗೂ ಸುರಕ್ಷಿತರಾಗಿರೋಣ.

ಮೂಲ: https://ecancer.org

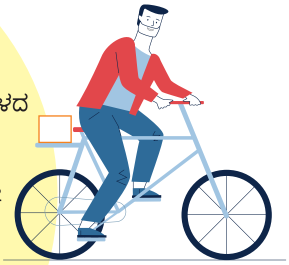
ಸಂಪೂರ್ಣ ಲೇಖನವನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಓದಿ.

ಕೊವಿಡ್ ಹೀರೊಗಳು

ಒಂದು ಗಂಟೆ ಪ್ರಯಾಣದ ದೂರವಿರುವ ಫಾರ್ಮಸಿಗೆ ಸ್ತುತಿಯವರು ಬಂದಾಗ, ಆಕೆಯು ಸೂಕ್ತವಾದ ಪ್ರಿಸ್ಕ್ರಿಪ್ಷನ್ ಪೇಪರ್‌ಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರಲಿಲ್ಲ.

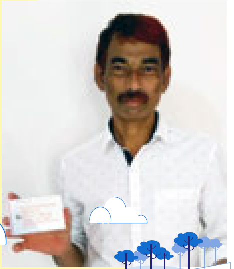
ಹತ್ತಿರ ಬ್ಯಾಂಕೊಂದರಿಂದ ಆಕೆಯು ಪ್ರಿಂಟರ್ ಬಳಸಲು ಅನುಮತಿ ಪಡೆದಳು, ಮತ್ತು ನಂತರ, ಆಕೆಯು ಇದು ಪುನಃ ಆಗದಂತೆ ತನ್ನ ಗೊತ್ತಿರುವ ರೋಗಿಗಳು ಇಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಎದುರಿಸುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ಪೇಪರ್ ತರಬೇಕೆಂದು ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಿದಳು.

ಅಜಿತ್ ತನ್ನ ಬೈಸಿಕಲ್ಲಲ್ಲಿ ತಮಿಳುನಾಡಿನ ನಾಗರ್ಕೋಯಿಲ್ನಿಂದ ಕೇರಳದ ತಿರುವನಂತಪುರಕ್ಕೆ ತನ್ನ ಪತ್ನಿಯ ಪ್ರಿಸ್ಕ್ರಿಪ್ಷನ್ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಲು 76 ಕಿಮೀ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡಿದನು.



ಫ್ರೆಂಡ್ಸ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಲ್ಲದೆ ಹೋಗಲು ಫ್ರೆಂಡ್ಸ್ ಅನ್ನು ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ.

ಅಥೀಸ್ ತನ್ನ ಹಾಗೂ ಇತರ ಮೂವರು ರೋಗಿಗಳ ಜೀವರಕ್ಷಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು 360 ಕಿಮೀಗಳಷ್ಟು ತಾನೇ ವಾಹನ ಚಾಲನೆ ಮಾಡಿದನು.



ಚಾಯ್ ಫಾರ್ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ 2020

ಮೇ ತಿಂಗಳ ಎರಡನೇ ದಿನದಂದು ಪ್ರಾರಂಭ - ಚಾಯ್ ಫಾರ್ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಡೇ

ಚಾಯ್ ಫಾರ್ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಒಂದು ಅರಿವಿನ ಹಾಗೂ ಸಿಎಂಎಲ್ ಮತ್ತು ಜಿಐಎಸ್ಟಿ ಯೊಂದಿಗೆ ಸಹಭಾಗಿತ್ವದಲ್ಲಿರುವ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಿಗಳ ನೆರವಿಗಾಗಿ ನಿರ್ದೇಶಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ನಿಧಿ ಸಂಗ್ರಹ ಪ್ರಚಾರವಾಗಿದೆ, ಈ ಎರಡೂ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ದೀರ್ಘಾವಧಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಅಗತ್ಯಪಡಿಸುತ್ತವೆ. ವಿಜಿ ವೆಂಕಟೇಶ್, ಪ್ರಾದೇಶಿಕ ಮುಖ್ಯಸ್ಥರು (ಭಾರತ ಮತ್ತು ಆಗ್ನೇಯ ಏಷ್ಯಾ) ಇವರ ಕನಸಿನ ಕೂಸು - ದಿ ಮ್ಯಾಕ್ಸ್ ಫೌಂಡೇಶನ್, ಅಧ್ಯಕ್ಷರು ಮತ್ತು ವ್ಯವಸ್ಥಾಪಕ ಟ್ರಸ್ಟಿ - ಫ್ರೆಂಡ್ಸ್ ಆಫ್ ಮ್ಯಾಕ್ಸ್ "ಇದೊಂದು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಮತ್ತು ಚಾಯ್ ಕಪ್ ನಡುವಿನ ಒಂದು ಸರಳವಾದ ಅಸೋಸಿಯೇಶನ್ ಆಗಿದ್ದು, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನ ಪಾನೀಯವಾಗಿದೆ - ಇದೊಂದು ಮರುಕರೆಯ ಮೌಲ್ಯವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಭಯದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗೆ ಇದೊಂದು ಆರಾಮದಾಯಕ ಮತ್ತು ಸಾಮಾನ್ಯತೆಯ ಸಂವೇದನೆಯನ್ನು ತರುತ್ತದೆ: ಎಂದು ಆಕೆಯು ಹೇಳಿದರು.

ಚಾಯ್ ಫಾರ್ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಕ್ಯಾಂಪೈನ್ ಹೆಚ್ಚು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನಷ್ಟೇ ಹರಡುವುದಲ್ಲದೆ, ಅವರ ಮೇಲೆ ಅತ್ಯಂತ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಪ್ರಸಕ್ತ ಕೊವಿಡ್-19 ಪಿಡುಗಿನೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸುವ ನಮ್ಮ ರೋಗಿಗಳ ವಿಶೇಷ ಅಗತ್ಯತೆಗಳನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಾವು ನಂಬಿದ್ದೇವೆ.

ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಅಡ್ಡಾಕ್ಕಾಗಿ ವರ್ಚುವಲ್ ಚಾಯ್ ಹೋಸ್ಟ್ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಪ್ರಚಾರಕ್ಕಾಗಿ ಮುಂಬರುವ ಚಾಯ್ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ನೆರವು ನೀಡಬೇಕೆಂದು ನಿಮ್ಮೆಲ್ಲರಲ್ಲೂ ನಾವು ವಿನಂತಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ.

www.chaiforcancer.org
ನಮ್ಮ ಈ ವಿಳಾಸಕ್ಕೆ ಬರೆಯಿರಿ : chaiforcancer@gmail.com

ಖಾಸಗಿ ವಿತರಣೆಗಾಗಿ ಮಾತ್ರ

ವಿಳಾಸ : ಫ್ರೆಂಡ್ಸ್ ಆಫ್ ಮ್ಯಾಕ್ಸ್, ಸೆಕಾಮ್ ಬಿಸಿನೆಸ್ ಸೆಂಟರ್, ಎ ಬ್ಲಾಕ್ ಬೇಸ್ಮೆಂಟ್, ಶಿವ ಸಾಗರ್ ಎಸ್ಟೇಟ್, ಡಾ ಎ ಬಿ ರಸ್ತೆ, ವರ್ಲಿ, ಮುಂಬೈ 400018

ವೆಬ್ಸೈಟ್ : www.friendsofmax.info
ವೆಬ್ಸೈಟ್ : www.chaiforcancer.org
ಇಮೇಲ್ : friendsofmax@gmail.com

ಫೇಸ್ಬುಕ್ :
www.facebook.com/CMLGISTsupportgroup/
www.facebook.com/Chai-for-Cancer

ಲಿಂಕ್ಡ್ಇನ್ : https://in.linkedin.com/in/chai-for-cancer-702630117

ಟ್ವಿಟ್ಟರ್ : @Friends_Of_Max
@chaiforcanxer

ಉದಾರ ದಾನ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಾಗಿ :
ಚೆಕ್ಕುಗಳನ್ನು ಫ್ರೆಂಡ್ಸ್ ಆಫ್ ಮ್ಯಾಕ್ಸ್ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ನೀಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಮುಂಬೈನ ವರ್ಲಿಯಲ್ಲಿರುವ ನಮ್ಮ ಕಚೇರಿಗೆ ಕೋರಿಯರ್ ಮಾಡಬೇಕು. ಆನ್ಲೈನ್ನಲ್ಲಿ ಉದಾರ ದೇಣಿಗೆ ನೀಡಲು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿ: www.friendsofmax.info;

ಸ್ವೀಕೃತಿ ರಸೀದಿಗಳನ್ನು ಆದಾಯ ತೆರಿಗೆ ಕಾಯಿದೆ 1961 ರ ಪರಿಚ್ಛೇದ 80ಜಿ ಅನ್ವಯ ನೀಡಲಾಗುವುದು.
ಫ್ರೆಂಡ್ಸ್ ಆಫ್ ಮ್ಯಾಕ್ಸ್ ಎನ್ನುವುದು ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಉದಾರ ದತ್ತಿ ಸಂಸ್ಥೆಯಾಗಿದೆ: ನೋಂದಣಿ ಸಂಖ್ಯೆ ಇ-24284(ಬಿ) ಮುಂಬೈ, ದಿನಾಂಕ 4-7-2007