Reaching Out

Quarterly of Pain and Palliative Care Society, Thrissur

VOLUME - 14. ISSUE - 1 & 2. MARCH - JUNE 2018

Inaugurating our Annex at
OLARIKKARA, THRISSUR (14th July 2018)

The Lesson I Learnt

Parvathy Warrier

"The value of life is not in its duration, but in its doantion. You are not important because of how long you live, you are important because of how effectively you live" - Myles Munroe

For most people out there, it is difficult to understand the pain of others until they have viewed it first hand. But pain can be a valuable lesson.

When I first came to the Pain and Palliative Centre, Thrissur, I never imagined that I would learn all that I have from here.

As I worked with the Physiotherapy and Psychiatryunit (Mhat), I understood that there is a world outside of our own, pain severe than our own.

I learnt to value what I have. In the physiotherapy unit, I worked alongside the doctors and helped the patients with their daily exercises, as they openly shared their stories with me.

And here, I found a ward unlike any other. It wasn't just a unit, it was a family. I worked with stroke patients and accident victims and all their family members, and they taught me the meaning of the word courage. The doctors and all the staff accepted me as one of their own and treated me as an equal despite my age, and they made me realise the true meaning of belonging.

Here I found mothers, fathers, sisters and brothers who for this one month, became my family.

With the Psychiatry unit, I learnt to appreciate the love, security and shelter my parents gave me, these past 18 years. I might have read about the difficulties faced by the mentally ill in our society, but seeing it in person changed the way I saw the world.

Being a part of that team, trying to bring in a change in the way our society treat these brethren... that was an honour.

They say that life is a journey, and in this jourey, we all meet people who can completely change us and help mould us. This one month that I spent with the Pain and Palliative Clinic may have been only a small part of my journey, but the people I've met and the lessons I've learnt here... I'll take those with me till the vey end.

എഡിറ്റോറിയൽ

രണ്ടായിരത്തി പതിനെട്ട്, ജൂലായ് പതിനാല് നമ്മുടെ പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ സൊസൈറ്റിയുടെ ഇരുപത്തിയൊന്ന് കൊല്ലത്തിന്റെ ചരിത്രത്തിൽ പ്രധാനപ്പെട്ട ഒരു ദിവസമാണ്. നമ്മുടെ അനുബന്ധ സാന്ത്വന പരിചരണ കേന്ദ്രം കേരളസർക്കാർ അനുവദിച്ച് തന്ന തൃശ്ശൂർ കോർപ്പറെഷന്റെ പരിധിയിലുള്ള ഒളരിക്കര അമ്പാടിക്കുളം ഗ്രൗണ്ടിൽ 'സരായ്' കെട്ടിട സമുച്ചയത്തിൽ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്യപ്പെടുകയാണ്. വിവിധ സംസ്കാരങ്ങളും ഭാഷകളും സമ്മേളിക്കുന്ന വഴിയാത്രക്കാരുടെ സത്രമെന്നോ താൽക്കാലിക താവളമെന്നോ സരായിയെ വിശേഷിപ്പിക്കാം. നമ്മുടെതുപോലുള്ള സമാന സേവന പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെട്ടിട്ടുള്ള അംഹയും സോലേസുമാണ് നമ്മുടെ ക്ളിനിക്കിന്റെ ഇടതും വലതും.

നമ്മുടെ അനുബന്ധ സാന്ത്വന പരിചരണ കേന്ദ്രത്തിന്റെ പ്രവർത്തനം ഏത് രീതിയിലായിരിക്കും? തൃശ്ശൂർ പട്ടണത്തിൽ കോർപ്പറേഷന്റെ ഉടമസ്ഥതയിലുള്ള പഴയ ജില്ലാശുപത്രി കെട്ടിടത്തിൽ കഴിഞ്ഞ പതിനാല് കൊല്ലങ്ങളായി പ്രവർത്തിക്കുന്ന നമ്മുടെ പാലിയേറ്റീവ് കെയർ ക്ളിനിക്കിലെ കിടത്തി ചികിത്സാവിഭാഗത്തിൽ എട്ടോ പത്തോ ദിവസത്തിൽ കൂടുതൽ അർബുദ രോഗബാധിതയായ ഒരു വ്യക്തിയ്ക്ക് പരിചരണം നൽകാൻ സാധിക്കാറില്ല. കിടത്തി ചികിത്സാവിഭാഗത്തിൽ എത്തുന്ന കുറച്ച് പേരെങ്കിലും ജീവിതാന്ത്യം വരെ പരിചരണം ആവശ്യമുള്ളവരാണ്. ചിലപ്പോഴത് ഒരു മാസമോ ഒന്നര മാസമോ ഒക്കെയാകാം. അവർക്ക് നമ്മുടെ അനുബന്ധ പരിചരണ കേന്ദ്രത്തിൽ പരിചരണത്തിനുള്ള സംവിധാനം സജ്ജീകരിക്കുന്നുണ്ട്. തീർച്ചയായും തൃശ്ശൂരിലെ ക്ളിനിക്കിൽ രജിസ്ട്രർ ചെയ്തിട്ടുള്ള രോഗബാധിതരെയായിരിക്കും അനുബന്ധ കേന്ദ്രത്തിൽ കിടത്തി ചികിത്സാവിഭാഗത്തിൽ പ്രവേശിപ്പിക്കുക. ഡോക്ടർമാരുടെ നിർദ്ദേശപ്രകാരമായിരിക്കും പ്രവേശനം. രോഗബാധിതരുടെ കൂടെ കൂട്ടിരിപ്പുകാർ നിർബന്ധമാണ്. രോഗബാധിതർക്ക് സേവനവും, മരുന്നും, മെഡിക്കൽ ഉപകരണങ്ങളും ഭക്ഷണവുമെല്ലാം പതിവുപോലെ സൗജന്യമായിരിക്കും.

ഒളരിക്കര അനുബന്ധകേന്ദ്രത്തിലെ മറ്റൊരു പ്രവർത്തനം ഡേ കെയർ സെന്ററാണ്. തൃശ്ശൂർ ക്ളിനിക്കിൽ രജിസ്ട്രർ ചെയ്തിട്ടുള്ള രോഗബാധിതരെ രാവിലെ എട്ടു മുതൽ വൈകീട്ട് ആറുമണിവരെ അടുത്ത ബന്ധുക്കൾക്ക് ഡേ കെയർ സെന്ററിലാക്കി ജോലിക്ക് പോകാം. വൈകീട്ട് തിരികെ കൊണ്ടുപോകുകയുമാവാം. രാവിലെ എട്ടു മണി മുതൽ വൈകീട്ട് ആറ് വരെ ഡോക്ടർമാർ ശുപാർശ ചെയ്യുന്ന ഇത്തരം രോഗബാധിതരായ വ്യക്തികളെ പരിചരിക്കുന്ന ചുമതല അനുബന്ധ കേന്ദ്രത്തിനാണ്.

ഒളരിക്കരയിലെ നമ്മുടെ അനുബന്ധ കേന്ദ്രത്തിന്റെ നിർമ്മാണച്ചെലവ് ഏകദേശം ഒന്നേകാൽ കോടി രൂപയിലധികം വരും. പാലിയേറ്റീവ് ക്ളിനിക്കിന്റെ സുതാര്യവും സത്യസന്ധവും പ്രതിജ്ഞാബദ്ധതയുള്ളതുമായ സേവനം കണ്ടറിഞ്ഞ വ്യക്തികളും സ്ഥാപനങ്ങളുമാണ് ഈ തുകയത്രയും സംഭാവനയായി നമുക്ക് നൽകിയിട്ടുള്ളത്. അവരോടുള്ള കൃതജ്ഞത വാക്കുകളിൽ ഒതുങ്ങുന്നതല്ല. നമ്മുടെ സേവന പ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക് നിർല്ലോഭമായി പിന്തുണ നൽകുന്ന അഭ്യുദയകാംക്ഷികളോടുള്ള കടപ്പാട് നിസ്സീമമാണ്. അതുപോലെത്തന്നെ മാധ്യമങ്ങൾ, ജനപ്രതിനിധികൾ, തൃശ്ശൂർ കോർപ്പറേഷൻ, ജില്ലാകളക്ടർ, ജില്ലാപഞ്ചായത്ത്, ഡി.എം.ഒ ഓഫീസ്, നാഷണൽ റൂറൽ മിഷൻ, വിദ്യാഭ്യാസ സ്ഥാപനങ്ങൾ, വിദ്യാർത്ഥികൾ തുടങ്ങിയവരുടെ പിന്തുണയും എന്നും നമുക്കുണ്ടായിട്ടുണ്ട്.

ഇത്രയും ജനപിന്തുണ കിട്ടിയിട്ടുള്ള ഒരു പൊതുസ്ഥാപനം തൃശ്ശൂരിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്നുണ്ടോയെന്ന് സംശയമാണ്. പൊതുസമൂഹത്തിന്റെ സ്നേഹസഹകരണങ്ങൾക്ക് മുമ്പിൽ പാലിയേറ്റീവ് ക്ളിനിക്കിലെ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരും ജീവനക്കാരും ആദരവോടെ തലകുനിക്കുന്നു. ഓരോ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരും ജീവനക്കാരും നിരുപാധികവും നിസ്വാർത്ഥവും ധാർമ്മികവുമായ സേവനത്തിന്റെ പാതയിലൂടെ തുടർന്നും സഞ്ചരിക്കുമെന്ന് ഉറപ്പ് തരുന്നു. പൊതുസമൂഹത്തിലെ രോഗബാധിതരായി ദുരിതപ്പെടുന്ന ഓരോ വ്യക്തിയുടെയും വേദന ശമിപ്പിക്കാനായി പാലിയേറ്റീവ് കുടുംബം എപ്പോഴും ബദ്ധശ്രദ്ധരായിരിക്കും. പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ സൊസൈറ്റിയുടെ അനുബന്ധ കേന്ദ്രം പൊതുസമൂഹത്തിനായി സമർപ്പിക്കുന്നു.

– കെ. അരവിന്ദാക്ഷൻ

PAIN AND PALLIATIVE CARE SOCIETY

Reaching Out

Quarterly of Pain and Palliative Care Society, Thrissur

VOLUME - 14 • ISSUE-1&2 • MARCH-JUNE 2018

Quarterly issue of Pain and Palliative Care Society, Thrissur
Reg. No. 591/97
Old District Hospital Building, Thrissur - 680 001

Redg. Off : "Manjith", Chembukkavu, Thrissur -680 020
Ph : 0487 2322128
www.painandpalliativecarethrissur.org
email : ppcs.thrissur@gmail.com

Published : Pain and Palliative Care Society, Thrissur

Editor : Secretary, PPCS

Editorial Assistance : C.A. Riji

Layout & Printed at : iMAC Creations, Thrissur

എന്തിനീ നരകശിക്ഷ?

ഡോ. സജിത ടി.എ.

അപ്പൻ മരിക്കുമ്പോൾ അവൾക്ക് എട്ടുവയസ്സു പ്രായം. അവളക്കു താഴെ ഇളയതുകൾ മൂന്ന് നാല് പേർ ഉണ്ടായിരുന്നതുകൊണ്ട് മറ്റൊന്നും ആലോചിക്കാൻ നിന്നില്ല. പാടത്ത് പണിക്കിറങ്ങി. കറ്റ മെതിക്കാനും കൊയ്യാനും കൂടി. ഇത്ര ചെറുപ്പത്തിലെ പണിയാളായി കൂടിയ അവളെ മറ്റുള്ളവർ കൗതുകത്തോടെ നോക്കി നിന്നു. പകലന്തിയോളം പണിയെടുത്താൽ ഇത്തിരി നെല്ല് കിട്ടും. അത് കുത്തി, വേവിച്ച് കഞ്ഞിയാക്കി എല്ലാവരും കൂടി കുടിക്കും. അതേയുള്ളൂ ഉറപ്പിച്ച് ഒരു നേരത്തെ അവളുടെ ആഹാരം.

ബാല്യവും കൗമാരവും കഴിഞ്ഞ് അവൾ യൗവനത്തിലെത്തി. ഇരുപത്തിനാലാം വയസ്സിൽ കല്ല്യാണം കഴിഞ്ഞു. ഇനിയെങ്കിലും തന്റെ കഷ്ടപ്പാടുകൾക്കു തുണയാവുമെന്നവൾ കരുതി. പക്ഷേ തെറ്റിപ്പോയി. മുക്കുടിയൻ ഭർത്താവ്. കുടിക്കാൻ പണം കൊടുത്തില്ലെങ്കിൽ കഴുത്തിനു പിടിക്കുന്ന പങ്കാളി. ജീവിതം ദുഃസ്സഹമെങ്കിലും കഷ്ടപ്പെട്ട് മുന്നോട്ടുപോയി. രണ്ട് ആൺമക്കൾ ജനിച്ചു. പിന്നെ അവരിലായി പ്രതീക്ഷ. കുടുംബം ഒരുവിധം കൈപിടിയിലൊതുങ്ങി തുടങ്ങി. ഒരാൾ ഇലക്ട്രീഷ്യൻ ആയി. രണ്ടാമത്തെയാൾക്ക് ടിവി ചാനൽ ജോലിയും.

മൂത്തയാളുടെ കല്ല്യാണം കഴിഞ്ഞു. കുട്ടിയായി. അങ്ങനെ പോകുമ്പോൾ അതാ അടുത്ത പരീക്ഷണം. ഭർത്താവിനു കാൻസർ രോഗം. അതിന്റെ ചികിത്സകൾക്കായി ഓടി നടക്കുമ്പോൾ അതാ അടുത്തത്. ഇവർക്കും തൈറോയ്ഡിൽ കാൻസർ രോഗം. തീർത്തും തകർന്നുപോയി. ജീവിതത്തിൽ ഏറ്റവും അധികം തുണയും സ്നേഹവും പ്രതീക്ഷിക്കുന്ന സമയം. പക്ഷേ ഓരോരുത്തരായി അവരിൽ നിന്നും അകലുകയാണുണ്ടായത്. ഭർത്താവ് മരിച്ചു. അരുമയോടെ വളർത്തിയ മൂത്തമകനും ഭാര്യയും പൊരുത്തക്കേട് കാരണം മാറി താമസിച്ചു. ആങ്ങളമാർ ഇടയ്ക്കൊന്നു വന്നാലായി. ഇവരുടെ കാൻസർ ചികിത്സയ്ക്കായി പണം ചെലവഴിച്ചത് ഇളയ മകനാണ്. അതിന്റെ കണക്കു പറഞ്ഞ് അവനും പിന്നെ മിണ്ടാതായി. അയാളും കല്യാണം കഴിഞ്ഞപ്പോൾ മാറി താമസമായി. രണ്ടുമക്കൾക്കും വീടുവെയ്ക്കാനുള്ള സ്ഥലം വാങ്ങിക്കൊടുത്തത് ഈ അമ്മ തന്നെയായിരുന്നു.

ഇപ്പോൾ അമ്മ തനിച്ചാണ്. മൂന്നര സെന്റ് സ്ഥലവും വീടും അവരുടെ പേരിലുണ്ട്. ആ ഒരു ബലത്തിൽ മുന്നോട്ടുപോകുന്നു. രോഗചികിത്സ മെഡിക്കൽ കോളേജിൽ നിന്നാക്കി. സാന്ത്വന ചികിത്സ നമ്മുടെ ക്ളിനിക്കിൽ നിന്നും. പറമ്പും വീടും മക്കളുടെ പേരിലാക്കാൻ പറയുന്നുണ്ടെങ്കിലും ആശങ്കയാണ്. അതുംകൂടി കൈവിട്ടാൽ അവസാനകാലത്ത് പെരുവഴിയിലാകുമോ? വിധവാ പെൻഷനും കാൻസർ പെൻഷനും കിട്ടുന്നുണ്ട്. ബി.പി.എൽ റേഷൻ കാർഡ്, പാലിയേറ്റീവിൽ നിന്നും റൈസ് കിറ്റും അത്യാവശ്യം വേണ്ട മരുന്നുകളും; പിന്നെ സുമനസ്സുകളുടെ സഹായവും.

ജീവിതം ഇത്രമേൽ കടുപ്പമാണവർക്ക്. ആ കടുപ്പം അവരുടെ വാക്കിലും നോക്കിലും കാണാം. ആർക്കും വിട്ടുകൊടുക്കാൻ വയ്യാത്ത ഹൃദയ കാഠിന്യം. ജീവിതത്തിന്റെ പരുക്കൻ വശങ്ങളിലേക്കു മാത്രം ചിന്തിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഒരു തരം ദാർഷ്ട്യം. അതിൽ ഇത്തിരി അലിവു വരുന്നത് രാത്രിയിലെ അരമണിക്കൂർ പ്രാർത്ഥനയിലാണ്.

എട്ടുവയസ്സുമുതലുള്ള അവരുടെ ക്ളേശപൂർണമായ ജീവിതം പറഞ്ഞവസാനിപ്പിക്കുമ്പോൾ അവർ എന്നോട് ചോദിച്ചു: എന്താണ് ഡോക്ടർ, എന്നെ മാത്രം ദൈവം ഈ വിധം ശിക്ഷിക്കുന്നത്? അല്പമെങ്കിലും കാരുണ്യം ദൈവത്തിന് എന്നോട് കാണിച്ചുകൂടെ? ഞാനിന്നുവരെ ദൈവത്തെ നിഷേധിച്ചിട്ടില്ല. ദൈവത്തിന് അരുതാത്തതായി യാതൊന്നും ചെയ്തിട്ടില്ല. ഒഴിവുകിട്ടുമ്പോഴൊക്കെ പള്ളിയിൽ പോകും. ഉള്ളുരുകി പ്രാർത്ഥിക്കും. രാത്രികിടക്കുമ്പോഴും വെളുപ്പിനെഉണരുമ്പോഴും ഓർമ്മവെച്ച നാൾ മുതൽ ദൈവത്തെ വിളിക്കാറുണ്ട്. എന്നിട്ടും...

അവർ വിതുമ്പി. അല്പനേരം മൗനമായി തുടർന്നു: 'ഒരുപക്ഷേ, മറ്റുള്ളവരുടെ ദുരിതം ഞാൻ അറിയാത്തതുകൊണ്ടായിരിക്കാം.അവർ എന്നെക്കാൾ നരകിക്കുന്നുണ്ടാകാം'.

'അല്ലെങ്കിൽ ഡോക്ടർ, എന്നെ ദൈവത്തിന് അത്രമേൽ ഇഷ്ടമുള്ളതുകൊണ്ടാകാം. ദൈവമെന്നെ ഓരോ നിമിഷവും ശ്രദ്ധിച്ചിരിക്കുന്നതുകൊണ്ടാണല്ലോ എന്റെ ഓരോ കാര്യത്തിലും ക്ളേശിപ്പിക്കാനാണെങ്കിൽ കൂടി ഇടപെടുന്നത്?'

മുഖത്തെ കടുത്ത പാരുഷ്യത്തിനിടയിൽ അവർ ദുർബലമായി ചിരിക്കാൻ ശ്രമിച്ചു. പക്ഷെ, അവരുടെ ചിരിക്കുമീതെ കണ്ണുനീർ തുള്ളികളാണൊഴുകിയത്.

എന്റെ മനസ്സിൽ ഹരോൾഡ് കുഷ്നർ എന്ന റബ്ബിയുടെ When Bad Things Happen to Good People എന്ന പുസ്തകത്തിൽ നിന്നുള്ള വരികൾ ഓടി വന്നു. പക്ഷേ, ജീവിത്തിന്റെ പാരുഷ്യങ്ങളിലൂടെ മാത്രം കടന്നുപോകേണ്ടി വന്നിട്ടുള്ള ഈ അമ്മയുടെ മുമ്പിൽ റബ്ബിയുടെ വാക്കുകൾക്ക് എന്ത് വിലയാണുള്ളത്?

അവരുടെ നെറ്റിയിലും മുഖത്തും സൗമ്യമായി തലോടി. അവരുടെ കൈപിടിച്ച് അവരോട് ചേർന്നിരുന്നു.... അതവർക്ക് തെല്ല് ആശ്വാസം നല്കുന്നതായി തോന്നി.

സചേതനമായ ആശയവിനിമയമാണ് സാന്ത്വനപരിചരണത്തിലെ ഏറ്റവും പ്രസക്തമായ ഭാഗം. കാരുണ്യമോലുന്ന ഒരു നോട്ടം, സ്നേഹാർദ്രമായ ഒരു പുഞ്ചിരി, സൗമ്യതയാർന്ന ഒരു വാക്ക്, അവർക്ക് പറയുവാനുള്ളത് ശ്രദ്ധയോടെ കേൾക്കാനുള്ള മനസ്സ്, സഹഭാവപൂർണ്ണമായ സമീപനം ഇതെല്ലാം സചേതനമായ ആശയവിനിമയത്തിന്റെ മാർഗ്ഗങ്ങളാണ്. പലപ്പോഴും നമ്മുടെ വാചാലതയേക്കാളും സഹാനുഭൂതിയേക്കാ ളും വേദനിക്കുന്ന മനുഷ്യർക്കാവശ്യം നമ്മുടെ സഹഭാവപൂർണമായ സമീപനമാണ്.

വിശ്രമിക്കുവനാല്ലീയുലകം...

അദ്ധ്യാപന ജീവിതത്തിൽ നിന്നും ഔദ്യോഗികമായി വിരമിച്ചപ്പോൾ സാന്ത്വന ചികിത്സാകേന്ദ്രത്തിൽ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകയായി സേവനമനുഷ്ഠിക്കുവാൻ ആരംഭിച്ചു. ആതുര ചികിത്സാരംഗത്ത് ഒട്ടും പരിചയമില്ലാതിരുന്നതുകൊണ്ട് 28 വർഷം അദ്ധ്യാപികയായിരുന്ന ഞാൻ അവിടെ തികച്ചും ഒന്നാംക്ളാസ്സ് വിദ്യാർത്ഥിനിയായി മാറുകയായിരുന്നു. ഡോക്ടേഴ്സും, നഴ്സുമാരും, വളണ്ടിയേഴ്സുമെല്ലാം, രോഗികളോടും, കുടുംബാംഗങ്ങളോടും വളരെ സ്നേഹദയാകാരുണ്യപൂർവ്വം കാര്യങ്ങൾ ചോദിച്ചുമനസ്സിലാക്കുന്നതും ആശ്വസിപ്പിച്ച് ആത്മധൈര്യം നൽകുന്നതും പരിചരിക്കുന്നതുമായ കാഴ്ചകൾ പുതിയ കാഴ്ചപ്പാടാണ് നൽകിയത്.

തിങ്കളാഴ്ചകളിൽ രോഗികൾക്ക് സർക്കാരിൽ നിന്നും മറ്റ് സ്ഥാപനങ്ങളിൽ നിന്നും ലഭിക്കുന്ന ധനസഹായങ്ങളെക്കുറിച്ച് ബോധവാന്മാരാക്കുകയും ഫോമുകൾ എഴുതികൊടുക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ഹെൽപ്പ് ഡസ്കിൽ ഒരു രോഗിയോട് സംസാരിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കെ പിന്നിൽ നിന്നും 'ടീച്ചറേ' എന്നൊരു ആർദ്രമായ വിളി കേട്ട് തിരിഞ്ഞുനോക്കി. മനസ്സും ശരീരവും ഒരുപോലെ തളർന്ന് നിയന്ത്രണം വിട്ട ദുഃഖഭാരത്തോടെ ക്ഷീണിതയായി നിൽക്കുന്ന ആലീസിനെയാണ് കണ്ടത്. എന്തോ പറയുവാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നതുപോലെ എന്റെ കൈയിൽ മുറുകെ പിടിച്ച അവളേയും കൊണ്ട് അല്പം മാറിയിരുന്നു. ഞാൻ ജോലി ചെയ്തിരുന്ന വിദ്യാലയത്തിൽ ആലീസ് ഒരു വർഷം സഹായിയായി ജോലി ചെയ്തിരുന്നു. എന്തിനും ഏതിനും പോന്ന ശക്തിയും യുക്തിയുമുണ്ടായിരുന്ന അവൾ അതിനുശേഷം മറ്റൊരു ജോലി കിട്ടി പോകുകയും ചെയ്തു. ആലീസും ലൂസിയും ഇരട്ടസഹോദരിമാരാണ്. ലൂസിയ്ക്ക് വേണ്ടത്ര കഴിവോ മിടുക്കോ ഉണ്ടായിരുന്നില്ല. അപ്പനും അമ്മയും മരിച്ചതോടെ

സഹോദരിമാർ പരസ്പരം താങ്ങും തണലുമായി ചെറിയ ജോലികൾ ചെയ്തുകൊണ്ട് അല്ലലില്ലാതെ അവിവാഹിതകളായി ജീവിച്ചുവരികയായിരുന്നു. ഒരു വർഷം മുമ്പാണ് സ്തനാർബുദത്തിന്റെ രൂപത്തിൽ വിധി അവരോട് ക്രൂരത കാണിച്ചത്. രോഗം കുറച്ചധികം വ്യാപിച്ചതിനുശേഷമാണ് ആലീസ് അതേക്കുറിച്ച് ശ്രദ്ധിച്ചത്. സ്തനം ശസ്ത്രക്രിയയിലൂടെ നീക്കി. തിരുവനന്തപുരം ആർസിസിയിൽ പോയി കീമോതെറാപ്പിയും മറ്റ് ചികിത്സകളും കഴിഞ്ഞു. പലരും സഹായിച്ചെങ്കിലും സാമ്പത്തികമായും ശാരീരികമായും അവർ വളരെ തളർന്നു കഴിഞ്ഞിരുന്നു. അർത്ഥവും ആൾബലവും ഉള്ളവരെ പോലും വളരെയധികം തളർത്തിക്കളയുന്ന കാൻസർ രോഗമെന്ന നീരാളി അവരെ എത്രയധികം പീഡിപ്പിച്ചിരിക്കുമെന്ന് ഊഹിക്കാവുന്നതേയുള്ളൂ. വിഷമങ്ങൾ കുറെ പറഞ്ഞു കഴിഞ്ഞപ്പോൾ തെല്ലൊരു ആശ്വാസം കിട്ടയതു പോലെ അനുഭവപ്പെട്ടു. സർക്കാരിൽ നിന്നും കിട്ടാവുന്ന സാമ്പത്തിക സഹായങ്ങളെക്കുറിച്ച് പറഞ്ഞുകൊടുത്തു. അതിനുവേണ്ടതായ ഫോമുകൾ എഴുതികൊടുത്തു. ഇനിയും കാണാമെന്ന് പറഞ്ഞ് യാത്രയാക്കി.

ഏതാണ്ട് ആറ് മാസങ്ങൾക്കുശേഷമാണ് ആലീസിനെ വീണ്ടും കാണുന്നത്. പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് ക്ളിനിക്കിനെക്കുറിച്ച് പഠിക്കുവാനും കണ്ട് മനസ്സിലാക്കുവാനുമായി അടുത്തുള്ള വിദ്യാലയത്തിൽ നിന്നും വന്നെത്തിയ വിദ്യാർത്ഥികൾക്കും കാര്യങ്ങൾ കാണിച്ചുകൊടുക്കുകയും പറഞ്ഞുകൊടുക്കുകയും ചെയ്തുകൊണ്ട് നടക്കുകയായിരുന്നു. രോഗികളെ കിടത്തി ചികിത്സിക്കുന്ന യൂണിറ്റിന്റെ വരാന്തയിലൂടെ നടന്നുനീങ്ങുമ്പോൾ ലൂസി എന്നെ സമീപിച്ച് ആലീസ് അവിടെ പ്രവേശിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ടെന്നറിയിച്ചു. മഞ്ഞപ്പിത്തം ബാധിച്ചതുകൊണ്ട് വളരെ ക്ഷീണിതയാണെന്നും. വിദ്യാർത്ഥികളെ അവിടെ നിർത്തി റൂമിലേയ്ക്ക് ചെന്നപ്പോൾ മാന്തളിർപോലെ ക്ഷീണിച്ചുതളർന്ന് വിളറി വിവശയായ ആലീസിനെയാണ് കാണാൻ കഴിഞ്ഞത്. കുറച്ച് നിമിഷങ്ങൾ അവരോടൊപ്പം ചിലവഴിച്ചു. നാളെ വരാമെന്ന് പറഞ്ഞ് മൗനാനുവാദം വാങ്ങി. വിദ്യാർത്ഥികളുടെ അടുത്തെത്തി ജോലി തുടർന്നു.

അടുത്ത ദിവസം നേരത്തെന്നെ ക്ളിനിക്കിലെ കിടത്തിചികിത്സാവിഭാഗത്തിൽ എത്തിയെങ്കിലും കിളിയൊഴിഞ്ഞ കൂടുപോലെ ശൂന്യമായ റൂമാണ് കാണുവാൻ സാധിച്ചത്. അന്വേഷിച്ചപ്പോൾ അന്ന് പുലർച്ചയ്ക്ക് മരണം സംഭവിച്ചു എന്നും അരമണിക്കൂർ മുമ്പ് മൃതദേഹം കൊണ്ടുപോയെന്നും അറിഞ്ഞു.

എന്നെ കാത്തുനില്ക്കാതെ കാണാമറയത്തേയ്ക്ക് മറഞ്ഞുപോയ ആ ദു:ഖാർത്തയുടെ വാക്കുകൾ മനസ്സിലേയ്ക്ക് ഓടിയെത്തി. എന്റെ രോഗമോ വേദനകളോ അല്ല എന്നെ അലട്ടുന്നത്. എന്റെ അഭാവത്തിൽ കഴിവും മിഴിവും ഇല്ലാത്ത എന്റെ സഹോദരിയ്ക്ക് കരുതലും കാവലുമായി ആരാണുണ്ടാവുക എന്ന ചിന്തയാണ്. ദു:ഖങ്ങളോ വേദനകളോ ചിന്തകളോ അലട്ടാത്ത ലോകത്ത് ആലീസിപ്പോൾ വിശ്രമിക്കുകയാണ്. ഇത്തരുണത്തിൽ ഭരതപിഷാരടിയുടെ വരികളാണ് സ്മരണയിൽ വരുന്നത്.

''വിശ്രമിക്കുവാനല്ലീയുലകം അതിനൊരു വിശ്രമുണ്ടതാണത്രെ സർവഭോഗ്യമാം മൃത്യു''

അനുഭവങ്ങളുടെ കലവറയായ സാന്ത്വന ചികിത്സാകേന്ദ്രത്തിൽ മരണാനുഭവങ്ങളും ഒട്ടും കുറവല്ല. പാലിയേറ്റീവ് കെയറിൽ വന്നതിനുശേഷമാണ് മരണത്തെക്കുറിച്ച് ഗാഢമായി ചിന്തിച്ചു തുടങ്ങിയത്. ദേഹവും ദേഹിയും വേർപിരിയുന്ന നിമിഷം ഇനി തന്റെ പ്രിയപ്പെട്ടവരെ ഒരിക്കലും കാണുകയില്ലെന്ന ചിന്ത വേദനയുടെ കാഠിന്യം എന്നിങ്ങനെയുള്ള അവസ്ഥാന്തരങ്ങളെ ശാന്തമായി നേരിടുവാൻ സ്വസ്തചിത്തരായി മൃത്യുവെ സ്വീകരിക്കുവാൻ മർത്യരെ സഹായിക്കുന്നതിൽ ഇവിടെയുള്ള ഡോക്ടേഴ്സും, നഴ്സുമാരും, സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരും വളരെ സഹായിക്കാറുണ്ട്.

തിരിച്ചറിവ്

▌ഡാളി തോമസ്

ഒരു പരിചയക്കാരി ജനറൽ ആശുപത്രിയിൽ കിടക്കുന്നുണ്ടെന്നറിഞ്ഞാണ് ഞാൻ ആശുപത്രിയിലേയ്ക്ക് പോയത്. ജനറൽ വാർഡിന്റെ വരാന്തയിൽ കൂടി നടക്കുമ്പോൾ ഒരു സ്ത്രീയുടെ ഉച്ചത്തിലുള്ള സംസാരം കേൾക്കാം. എനിക്ക് നിങ്ങളുടെ പൈസ വേണ്ട, എന്നോട് ഒന്ന് മിണ്ടാൻ പോലും പറ്റാത്ത നിങ്ങളുടെ പണം എനിക്ക് വേണ്ട. ഇത് കേട്ട് ഞാനവിടേക്ക് ചെന്നു. ഇന്നത്തെ കാലത്ത് ആരെങ്കിലും പണം വേണ്ടെന്ന് പറയുമോ; അതും ജനറൽ വാർഡിൽ കിടക്കുന്ന ഒരു രോഗി?

രോഗിയുടെ അരികിൽ മറ്റൊരു സ്ത്രീ നിൽക്കുന്നുണ്ട്. അവരുടെ മുഖത്തെ ദേഷ്യം കണ്ട് ഞാൻ കാരണം തിരക്കി. ഇവരുടെ ദയനീയ സ്ഥിതി കണ്ടാണ് ഞാനിവർക്ക് അൽപം പണം കൊടുത്തത്. അവർക്ക് പണം വേണ്ട പോലും! വേണ്ടെങ്കിൽ വേണ്ട! അവരുടെ ദേഷ്യം ശമിച്ചിരുന്നില്ല. അവരുടെ നിസ്സഹായാവസ്ഥ കണ്ട് സഹായിക്കാൻ തുനിഞ്ഞത് എന്റെ തെറ്റ്.

അവർക്ക് വേണ്ടത് പണമല്ലത്രേ; അവരെ കേൾക്കാൻ മനസ്സുള്ള ഒരാളെയാണെന്ന്. എനിക്കവരോട് മിണ്ടാൻ എവിടെ സമയം? അവർ അവരെത്തന്നെ ന്യായീകരിച്ചുകൊണ്ടിരുന്നു.

രോഗിയായി കിടക്കുന്ന സ്ത്രീയ്ക്കരികിൽ ചെന്ന് പണം വാങ്ങാത്തതിന്റെ കാരണം അന്വേഷിച്ചു. അവർ, അവരുടെ വേദനയുടെ കഥ പറഞ്ഞുതുടങ്ങുകയായിരുന്നു അപ്പോൾ.

കൊച്ചമ്മ എന്നാണവരുടെ പേര്. ഭർത്താവുംനാലുമക്കളുമായി ജീവിച്ചുവരികയായിരുന്നു. മക്കളുടെയെല്ലാം വിവാഹം കഴിഞ്ഞു. ഭർത്താവ് മരിച്ചപ്പോൾ നാലുമക്കൾക്കും തന്നെ വേണ്ടാതായത്രേ! ഉറ്റവരും ഉടയവരുമില്ലാതെ ആശുപത്രിയിൽ തനിച്ച് കിടക്കേണ്ടി വരുന്ന ഒരു രോഗിയുടെ ഹൃദയത്തിൽ നിന്നുള്ള രോദനമായിരുന്നു, അവരുടെ ദേഷ്യത്തിന്റെ പിന്നിൽ.

ഹൃദയം തുറന്നൊന്നു സംസാരിക്കാൻ അവരെ ക്ഷമയോടെ ശ്രവിക്കുവാൻ സാധിക്കുന്ന ഒരാളെയായിരുന്നു, അവർക്കാവശ്യം. പലപ്പോഴും പണത്തേക്കാൾ, അവരെ സന്തോഷിപ്പിക്കുക സ്നേഹത്തോടെയുള്ള ഒരു തലോടലായിരിക്കും. പരസ്പരം സ്നേഹിക്കാനും മനസ്സിലാക്കാനുമുള്ള മനുഷ്യന്റെ കഴിവ് നഷ്ടമായിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. സ്വാർത്ഥതയുടെ വക്താക്കളായി മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കയാണ് ഇന്നത്തെ തലമുറ. ഒറ്റപ്പെടലിന്റെ വേദന അറിയാതിരിക്കാൻ, നമുക്കിപ്പഴേ ഒരുങ്ങിത്തുടങ്ങാം.

നമുക്കുചുറ്റും, നമുക്കിടയിലും വർണ്ണങ്ങൾ തെളിഞ്ഞും മങ്ങിയും ഓരോ നിമിഷവും വരികയും പോകയും ചെയ്യുന്നു. ഇത്തരുണത്തിൽ മദർ തെരേസയുടെ ഒരു വാചകം ഞാൻ കടമെടുക്കുകയാണ്. ഇന്നലത്തെ ദിവസം കടന്നുപോയി. നാളത്തെ ദിവസം വന്നിട്ടില്ല, നമ്മുടെ കൈയിൽ ഇന്നത്തെ ദിവസം മാത്രമേയുള്ളൂ, പ്രവർത്തിക്കാൻ. അതുകൊണ്ട് ഇപ്പോൾ തന്നെ നമുക്ക് ആരംഭിക്കാം.

നന്മ ചെയ്യാൻ ലഭിക്കുന്ന അവസരങ്ങൾ പാഴാക്കാതെ, ഹൃദയം തുളുമ്പുന്ന പുഞ്ചിരിയിലൂടേയും, സ്നേഹം നിറഞ്ഞ വാക്കിലൂടേയും നമുക്ക് അപരന്റെ ഹൃദയദുഃഖങ്ങൾ ഒപ്പിയെടുക്കാം.

സാന്ത്വനമേകാൻ അയൽക്കണികൾ

▌പ്രഭാവതി

മലപ്പുറം ജില്ല സാന്ത്വന ചികിത്സാകേന്ദ്രം സംഘടിപ്പിച്ച സാന്ത്വനമേകാൻ അയൽക്കണ്ണികൾ എന്ന ശിൽപശാല തിരൂരിൽ 2017 നവംബർ പതിനാലിന് നടക്കുകയുണ്ടായി. ശില്പശാലയിൽ തൃശ്ശൂർ പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് സൊസൈറ്റിയെ പ്രതിനിധാനം ചെയ്ത് ഡോ. സതീഷ്, ഡോ. റംല, സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരായ ശ്രീ. ഈനാശു താഴ്ത്ത, ശ്രീമതി സീത കൂടെ ഞാനും പങ്കെടുത്തു. രാവിലെ ഒമ്പതുമണിമുതൽ നാല് മണിവരെയായിരുന്നു സമയം. കേരളത്തിലെ എല്ലാ ജില്ലാകളേയും പ്രതിനിധീകരിച്ച് സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർ സന്നിഹിതരായിരുന്നു.

അവിടെയുള്ള ഒരു വിദ്യാലയത്തിലാണ് ശിൽപശാല സംഘടിപ്പിച്ചിരുന്നത്. ചിട്ടയായ ക്രമീകരണവും വിദ്യാർത്ഥി പ്രാതിനിധ്യവും എടുത്തുപറയത്തക്കതായിരുന്നു. പതിവനുസരിച്ചുള്ള വിശിഷ്ട വ്യക്തികളൊന്നും തന്നെ വേദിയിൽ ഉണ്ടായിരുന്നില്ല. കൃത്യസമയത്തുതന്നെ പരിപാടി തുടങ്ങാനുള്ള അറിയിപ്പ് ഉണ്ടായി. അവതാരകർ, സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരുടെ ഇടയിലുള്ള ഇരിപ്പിടങ്ങളിൽ നിന്നും മുന്നിലേയ്ക്ക് വന്ന് ക്ളാസ്സുകൾ തുടങ്ങുകയായിരുന്നു.

നാല് ഘട്ടങ്ങളായാണ് ക്ളാസ്സുകൾ സംഘടിപ്പിച്ചിരുന്നത്. ക്ളാസ്സുകൾക്കുശേഷം ഗ്രൂപ്പ് തിരിച്ചുള്ള ചർച്ച, അതിൽ ഉരുത്തിരിഞ്ഞ ആശയങ്ങളുടെ അവതരണം, ശ്രോതാക്കളുടെ സംശയങ്ങളും അവക്കുള്ള നിവാരണമാർഗ്ഗങ്ങളും ഉൾപ്പെടുത്തിയിരുന്നു.

എൻഎൻപിസിയുടെ ആശയവും ഉദ്ദേശലക്ഷ്യങ്ങളുമായിരുന്നു ആദ്യത്തെ ക്ളാസ്സിൽ ഉണ്ടായിരുന്നത്. ഈ ആശയം നമ്മുടെ എല്ലാ പരിശീലന ക്ളാസ്സുകളിലും ഒന്ന് പരാമർശിക്കാറുണ്ട്. എന്നാൽ വേണ്ടത്ര പ്രാധാന്യം കൊടുത്തിരുന്നില്ല. മലപ്പുറം ജില്ലയിൽ പ്രവർത്തനം ഒരുപാട് മുന്നോട്ട് പോയിട്ടുണ്ടെന്നാണ് മനസ്സിലാക്കാൻ കഴിഞ്ഞത്; കാരണം ഈ ജില്ലയെ മാതൃകയാക്കിയാണ് ക്ളാസ്സുകൾ അവതരിപ്പിച്ചത്.

വീടുകളിൽ കൊട്ടിയടക്കപ്പെട്ടവർക്ക് അന്തസ്സോടെ ജീവതം മുന്നോട്ട് കൊണ്ടുപോകാൻ സഹായിക്കും വിധം രോഗികൾക്ക് കൂട്ടാവാനും കൂട്ടിരിക്കാനും അവരുടെ പ്രശ്നങ്ങൾ പങ്കുവെക്കാനും ഒരു ബദൽ പരിചരണം സാധ്യമാക്കലാണ് എൻഎൻപിസിയുടെ ദർശനം. ഇതിന്റെ ആദ്യപടിയായി കമ്മ്യൂണിറ്റി സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർ, ഡോക്ടർമാർ, നഴ്സുമാർ, സാമൂഹ്യപ്രവർത്തകർ, ജനപ്രതിനിധികൾ എന്നിവരുടെ ഒരു കൂട്ടായപ്രവർത്തനം ഉണ്ടാകണം; ഇവർക്ക് പരിശീലനവും ലഭ്യമാക്കണം.

ഈ കൂട്ടായ്മയ്ക്ക് കുറേ ഉത്തരവാദിത്വങ്ങളുണ്ട്.

എ) രോഗിയുടെ ആവശ്യങ്ങൾ അവരുടെ ജീവിതപരിസരങ്ങളിൽ നേരിട്ടുപോയി മനസ്സിലാക്കുക.

ബി) രോഗിയുടെ മാനസീക, സാമൂഹിക, ആത്മീയപ്രശ്നങ്ങൾ പരസ്പരം ചർച്ച ചെയ്യുക.

സി) രോഗിയുടെ കുടുംബത്തിന് എല്ലാവിധ പിന്തുണയും ഉറപ്പ് വരുത്തുക.

ഡി) അപ്പളപ്പോൾ നേരിടുന്ന പ്രശ്നങ്ങളിൽ ഇടപെടാൻ അടുത്തുള്ളവർ എപ്പോഴും തയ്യാറായിരിക്കുക.

ഇ) സർക്കാർ, സർക്കാരേതര സംവിധാനങ്ങളിൽ നിന്ന് രോഗിക്കും കുടുംബത്തിനും ലഭിക്കേണ്ട ആനുകൂല്യങ്ങൾ ലഭ്യമാക്കാൻ ശ്രമിക്കുക.

എഫ്) സ്വന്തമായി വീടോ, പരിചരിക്കാൻ വേണ്ടപ്പെട്ടവരോ ഇല്ലാത്തവരുടെ വീടുകൾ നിരന്തരം സന്ദർശിക്കുക.

ജി) ആ പ്രദേശത്ത് തന്നെയുള്ള നാൽപതോ, അമ്പതോ വീടുകളുടെ ഒരു കൂട്ടായ്മ രൂപീകരിക്കുക.

എച്ച്) ഓരോ വീട്ടിൽ നിന്നും ഓരോ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരെ കണ്ടെത്തുക.

രോഗം രോഗിയുടെയും കുടുംബത്തിന്റെയും മാത്രം ബാധ്യതയല്ല; മറിച്ച് സമൂഹത്തിന്റെ കൂടിയാണ്. പരിചരണം ലഭിക്കുക എന്നത് രോഗിയുടെ അവകാശമാണ്; മറിച്ച് സമൂഹത്തിന്റെ കടമയും. ഈ തത്വം മുറുകെ പിടിച്ചുകൊണ്ടാണ് എൻഎൻപിസി മുന്നേറുന്നത്. സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർ ഓരോ രോഗിയുടെ കിടയ്ക്കക്കരികിലും, കാലിയായ അടുക്ക

ളയിലും എത്തണം.

രോഗികളെ, വീടുകളിൽ പോയി രജിസ്റ്റർ ചെയ്യണം. അവരുടെ ദൈനംദിന പ്രശ്നങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കി ഡോക്ടർമാരിൽ നിന്ന് ലഭിക്കുന്ന നിർദ്ദേശങ്ങൾക്കനുസരിച്ച് ആവശ്യമായ പരിചരണം നൽകണം. പാലിയേറ്റീവ് കെയറിലെ ഔട്ട് പേഷ്യന്റ് വിഭാഗം കൊണ്ടുമാത്രം പരിഹരിക്കാവുന്നതല്ല എല്ലാ ശാരീരിക പ്രയാസങ്ങളും. ചില വിഷയങ്ങളിൽ നഴ്സുമാരോ വളണ്ടിയർമാരോ മതിയാകാം. ഒരു സൂപ്പർ സ്പെഷ്യാലിറ്റി ഹോസ്പിറ്റലിൽ കിടപ്പുരോഗിക്ക് ലഭിക്കാവുന്ന പരിചരണം ഒരു ചെറ്റക്കുടിലിലും ഈ നെറ്റ്വർക്ക് സംവിധാനം വഴി ലഭ്യമാകണം.

എൻഎൻപിസിയിൽ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർക്ക് ഏറെ പ്രാധാന്യമുണ്ട്. ആഴ്ചയിൽ ഒരു തവണയെങ്കിലും രോഗിയുടെ വീട് സന്ദർശിക്കണം. ആ കുടുംബവുമായി നല്ല ഒരു ആത്മബന്ധം സ്ഥാപിക്കണം. മാസാന്ത്യത്തിൽ ഓരോ കുടുംബത്തിലും എത്രതവണ പോയി? എന്തെല്ലാം ആവശ്യങ്ങൾ നിറവേറ്റി? ഇനി എന്തെല്ലാം ബാക്കിയുണ്ട്? എന്നെല്ലാം രേഖപ്പെടുത്തണം.

ജീവിത്തിൽ സുനിശ്ചിതമായി ഒന്നേയുള്ളൂ; മരണം. അത് സ്വന്തം കുടുംബത്തിൽ വെച്ചോ പാലിയേറ്റീവ് കെയറിൽ വെച്ചോ ആവാനുള്ള തയ്യാറെടുപ്പ് നടത്താൻ എൻഎൻപിസി പ്രവർത്തകർക്ക് കഴിയും. അന്തസ്സോടെയുള്ള മരണം ഓരോ രോഗിയുടെയും അവകാശമാണ്; അത് ലഭ്യമാക്കുക തന്നെ വേണം.

തുടർന്ന് ചർച്ചയായിരുന്നു. സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരെ എട്ട് ഗ്രൂപ്പുകളായി തിരിച്ചു. മുപ്പത്തിയൊന്ന് പേരാണ് തൃശ്ശൂർ ജില്ലയെ പ്രതിനിധാനം ചെയ്തത്. ചർച്ചയിൽ സഹായിയായി മലപ്പുറം ജില്ലയുടെ ഒരു പ്രതിനിധിയുണ്ടായിരുന്നു. എൻഎൻപിസി നിങ്ങളുടെ ജില്ലയിൽ എങ്ങനെ നടപ്പിലാക്കാമെന്നതായിരുന്നു വിഷയം. ചർച്ചയിൽ ഉരുത്തിരിഞ്ഞ കാര്യങ്ങൾ അവതരിപ്പിക്കുകയുണ്ടായി. ഡോ. സതീഷ് തൃശ്ശൂർ ജില്ലയെ പ്രതിനിധീകരിച്ചു.

1. 2001 മുതൽ തൃശ്ശൂർ പാലിയേറ്റീവ് കെയർ ക്ളിനിക്കിൽ എൻഎൻപിസി ആരംഭിക്കാൻ ശ്രമിച്ചിരുന്നു. എന്നാൽ നഗരസ്വഭാവം ഒരു തടസ്സമായിരുന്നു.
2. ജില്ലയിൽ പൂങ്കുന്നം, തിരൂർ എന്നീ സ്ഥലങ്ങളിൽ നിലവിൽ എൻഎൻപിസിഫലപ്രദമായി പ്രവർത്തിക്കുന്നുണ്ട്.
3. കമ്മ്യൂണിറ്റി വളണ്ടിയർ എന്ന രീതിയിലേക്ക് ജില്ലയിൽ പ്രവർത്തകർ പൂർണ്ണമായും ഉയർന്നിട്ടില്ല എന്നതാണ് പ്രധാന പോരായ്മ
4. രോഗികളെ പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് ക്ളിനിക്കുമായി ബന്ധപ്പെടുത്താൻ കൂടുതൽ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർ ഇപ്പോൾ കടന്നുവരുന്നുണ്ട്. വേണ്ടത്ര പരിശീലനം നൽകിയാൽ എൻഎൻപിസി വിജയിപ്പിക്കാം.
5. എൻഎൻപിസിയുടെ ആശയങ്ങൾ സന്നദ്ധ പ്രവർത്തകരെ ആഴത്തിൽ പഠിപ്പിക്കണം
6. ജനപ്രതിനിധികൾക്ക് എൻഎൻപിസിയെക്കുറിച്ചുള്ള അവബോധം നൽകണം. ഗ്രാമങ്ങളിൽ ഇത് ചർച്ചാവിഷയമാകണം.
7. ഗ്രാമങ്ങളിൽ പാലിയേറ്റീവ് കെയർ ഒരു അജണ്ടയായി ചർച്ച ചെയ്യുന്നുണ്ട്.
8. രണ്ടുവർഷമായി പരിചാരകർക്കായി തൃശ്ശൂരിൽ ക്ളാസ്സുകൾ നടത്തി വരുന്നുണ്ട്. ഇതിൽ പങ്കെടുത്തവർക്ക് രോഗീപരിചരണം നല്ല നിലയിൽ നടത്താൻ കഴിയുന്നുണ്ട്.
9. വിദ്യാർത്ഥികൾക്കായി സ്റ്റുഡൻസ് ഇനീഷേറ്റീവ് ഇൻ പാലിയേറ്റീവ് കെയർ ട്രെയിനിങ്ങ് ആരംഭിച്ചിട്ടുണ്ട്.
10. ഇനിയുള്ള പരിശീലന ക്ളാസ്സുകളിൽ എൻഎൻപിസി ഉൾപ്പെടുത്തണം.

ഇത്രയുമാണ് ചർച്ചയിൽ ഉരുത്തിരിഞ്ഞ അഭിപ്രായങ്ങൾ.

തുടർന്ന് ഓപ്പൺ ഫോറം ആയിരുന്നു. പ്രതിനിധികളുടെ അഭിപ്രായങ്ങളും സംശയങ്ങളും കേൾക്കാനും ചർച്ച ചെയ്യാനും സംഘാടകർ സന്നദ്ധരായി. നഗരസ്വഭാവം എൻഎൻപിസി നടപ്പിലാക്കാൻ ഒരു തടസ്സമല്ല എന്നുള്ള നിഗമനം നമുക്ക് പ്രത്യാശ തരുന്നതായിരുന്നു. നാലുമണിക്ക് ക്ളാസ്സ് അവസാനിച്ചു. പുതിയ കുറെ അറിവുകളുമായി മടക്കയാത്ര തുടങ്ങി. എൻഎൻപിസി എങ്ങനെ നടപ്പിലാക്കാം എന്നതായിരുന്നു ഞങ്ങൾ യാത്രയിലുടനീളം സംസാരിച്ചത്. ഈ ആശയങ്ങൾ ഒരു പരിധിവരെയെങ്കിലും നടപ്പിലാക്കാൻ സാധിച്ചാൽ കേരളം ആരോഗ്യരംഗത്ത് മറ്റ് സംസ്ഥാനങ്ങൾക്ക് ഒരു മാതൃകതന്നെയാകും. ഒരു നല്ല നാളേക്കുവേണ്ടി, ആരോഗ്യ കേരളത്തിനായി കൈകോർക്കാം.

ഫിസിയോതെറാപ്പി യൂണിറ്റ്

പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ സൊസൈറ്റി തൃശ്ശൂരിൽ പ്രവർത്തനമാരംഭിച്ചത് 1997ലാണ്. 2011 ലാണ് ഇവിടെ ഒരു ഫിസിയോതെറാപ്പി യൂണിറ്റ് ആരംഭിക്കുന്നത്. ഇപ്പോൾ രണ്ട് ഫിസിയോതെറാപ്പിസ്റ്റുകൾ ഇവിടെ സ്ഥിരമായി പ്രവർത്തിക്കുന്നുണ്ട്. കൂടാതെ ഒരു ഒക്വിപ്പേഷണൻ തെറാപ്പിസ്റ്റ്, രണ്ട് ഡോക്ടർമാർ, ഒരു മനോരോഗവിദഗ്ദ്ധ, ഒരു എല്ലു രോഗ വിദഗ്ദ്ധൻ, നഴ്സുമാർ എന്നിവരുടേയും സേവനങ്ങൾ ആവശ്യാനുസരണം ലഭ്യമാകുന്നുണ്ട്. കൂടാതെ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരും ഈ കൂട്ടായ്മയിൽ ചേർന്ന് പ്രവർത്തിക്കുന്നു.ഏറെക്കുറെ എല്ലാ ഫിസിയോതെറാപ്പി ഉപകരണങ്ങളുമുള്ള സുസജ്ജമായഒരു യൂണിറ്റാണിത്. ആഴ്ചയിൽ തിങ്കൾ മുതൽ വെള്ളിവരെ അഞ്ചുദിവസങ്ങളിലാണ് ഈ യൂണിറ്റ് പ്രവർത്തിക്കുന്നത്. ദൂരെ സ്ഥലങ്ങളിൽ നിന്ന് വരുന്ന രോഗികളെ കിടത്തിച്ചികിത്സിക്കുന്നതിനും ഇവിടെ സൗകര്യമുണ്ട്.
ഈ യൂണിറ്റിൽ സേവനം ലഭ്യമാക്കാവുന്നവർ:

താഴെപ്പറയുന്ന ബുദ്ധിമുട്ടുകളുള്ളവരാണ് ഇവിടെ ഫിസിയോതെറാപ്പിക്കെത്തുന്നത്.

1. നട്ടെല്ലിന് ക്ഷതം പറ്റിയവർ
2. പക്ഷാഘാതം വന്നവർ
3. മസ്തിഷ്ക്കസംബന്ധമായും നാഡീസംബന്ധമായും രോഗമുള്ളവർ
4. ജന്മനാലുള്ള ജനനവൈകല്യങ്ങൾ
5. ബാലൻസിനും, ചലനശേഷിക്കും, പ്രവർത്തന മികവിനും സഹായം തേടുന്നവർ

ഇക്കാലയളവിൽ ഏതാണ്ട്323 പേർ ഇവിടെ രജിസ്റ്റർ ചെയ്തിട്ടുണ്ട്. എന്നാൽ 70 വയസ്സിന് മുകളിലുള്ളവരെയും, തെറാപ്പി കൊണ്ട് വ്യത്യാസമൊന്നും ഉണ്ടാകാൻ സാധ്യത ഇല്ലെന്നുള്ളവരേയും ഒഴിവാക്കി 271 പേർക്കാണ് ഇവിടെ വ്യത്യസ്ത ചികിത്സകൾ നടന്നുവരുന്നത്. ഇവരിൽ നല്ലൊരു പങ്കും, വാഹനാപകടത്തിലോ, വീഴ്ചകളിലോ നട്ടെല്ലിന് ക്ഷതം പറ്റിയവരാണ്. ഇതിൽ ഏറിയ പങ്കും 50 വയസ്സിൽ താഴെയുള്ളവരാണ്.

ഇവിടെ വരുന്നവരെ അവരുടെ ശാരീരികാവസ്ഥയനുസരിച്ച്, ആവശ്യാനുസരണമാണ് ഫിസിയോതെറാപ്പി ചെയ്യിക്കുന്നത്. ഇവരിൽ ഭൂരിഭാഗത്തിനും ശാരീരിക വൈഷമ്യങ്ങൾക്ക് ഗണ്യമായ കുറവു വരുത്താൻ ഫിസിയോതെറാപ്പി സഹായിച്ചിട്ടുണ്ട്.

മൊത്തം രജിസ്റ്റർ ചെയ്തവർ	: 323
ഒഴിവാക്കിയവർ	: 45
പല കാരണങ്ങളാൽ ഇടക്ക് വച്ച് നിർത്തിയവർ	: 64
ഫിസിയോതെറാപ്പി നടത്തുന്നവർ	: 214
ഇപ്പോൾ ഉപകരണസഹായമില്ലാതെ നടക്കുന്നവർ	: 50
വാക്കറിന്റെ സഹായത്തോടെ നടക്കുന്നവർ	: 15
ഓർത്തോസിസ് പ്ളസ് വാക്കർ	: 24
ട്രൈപോഡ് പോലുള്ള ഉപകരണങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച് നടക്കുന്നവർ	: 22
വീൽചെയറിനെ ആശ്രയിക്കുന്നവർ	: 38
കൃത്രിമാവയവം ഉപയോഗിക്കുന്നവർ	: 1
ഒരു പുരോഗതിയും ഇല്ലാത്തവർ	: 15
മരണപ്പെട്ടവർ	: 23

ശേഷിക്കുന്ന 26 പേരും (പുതുതായി രജിസ്റ്റർ ചെയ്തവർ) ചികിത്സയുടെ പ്രാഥമിക ഘട്ടത്തിലാണ്.

ചികിത്സാരീതി

മരുന്നും ശസ്ത്രക്രിയയുമില്ലാതെ ഭൗതിക സ്രോതസ്സുകളിലൂടെയുള്ള ചികിത്സാസമ്പ്രദായമനുസരിച്ച് ബുദ്ധിമുട്ടുന്നവരെ പരമാവധി ശാരീരിക ക്ഷമതയുള്ളവരാക്കി നിത്യജീവിതത്തിലെ ദുരിതം ലഘൂകരിക്കാനാണ് ഇവിടെ ശ്രമിക്കുന്നത്. അതി

നായി ഇലക്ട്രോതെറാപ്പി, എക്സർസൈസസ് തെറാപ്പി, ദൈനംദിന പ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക് സജ്ജമാക്കാനുള്ള ഉപകരണങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച് അവരുടെ ആത്മവിശ്വാസം വർദ്ധിപ്പിച്ച് ഊർജ്ജസ്വലതയോടെ ജീവിക്കാൻ പ്രാപ്തരാക്കുന്നു.

ലഭ്യമാകുന്ന സേവനങ്ങൾ

ഫിസിയോതെറാപ്പിയിൽ സേവനം ലഭ്യമാകാൻ എത്തുന്ന വ്യക്തികളിൽ അർഹരായവർക്ക് പാലിയേറ്റീവ് പരിചരണത്തോടൊപ്പം വൈദ്യസഹായവും തികച്ചും സൗജന്യമായി നൽകിവരുന്നു. കൂടാതെ വാട്ടർബെഡ്, എയർബെഡ്, വീൽചെയർ, വാക്കർ, കാലിപ്പർ തുടങ്ങിയ വൈദ്യോപകരണങ്ങളും അത്യാവശ്യമുള്ളവർക്ക് നൽകിവരുന്നു. വല്ലാതെ ദുരിതമനുഭവിക്കുന്ന, സാമ്പത്തികമായി തീരെ മോശമായ കുടുംബങ്ങൾക്കായി ഓരോ മാസത്തിലും റൈസ് കിറ്റ് നൽകിവരുന്നുണ്ട്. അത്തരം കുടുംബങ്ങളിലെ കുട്ടികൾക്ക് പഠന സഹായവും ചെയ്യുന്നുണ്ട്.

മാനസികമായി തളർന്ന രോഗാതുരരെ കൗൺസിലിങ്ങ് ചെയ്യുന്നതിനായി പരിചയ സമ്പന്നയായ കൗൺസിലറും നമുക്കുണ്ട്. ശയ്യാവ്രണം മുതലായ ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ അനുഭവിക്കുന്നവരെ ഇവിടത്തെ കിടത്തി ചികിത്സാവിഭാഗത്തിൽ കിടത്തി ചികിത്സിച്ച് ഭേദമാക്കുന്നു. രോഗിയോടൊപ്പം നിൽക്കുന്ന കൂട്ടിരിപ്പുകാരനും രോഗിക്കും ഉള്ള ഭക്ഷണം ഇവിടെത്തന്നെ പാകം ചെയ്ത് സൗജന്യമായാണ് നൽകുന്നത്. തീരെ പാവപ്പെട്ട രോഗികളെ പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് കെയറിന്റെ വാഹനത്തിൽ തന്നെ കൊണ്ടുവരാനോ അല്ലെങ്കിൽ യാത്രാച്ചെലവ് നൽകാനോ സൊസൈറ്റി ശ്രദ്ധിക്കുന്നു.

അത്യാവശ്യഘട്ടങ്ങളിൽ രോഗിക്ക് ഇവിടെ നിന്നും ലഭ്യമല്ലാത്ത ഏതെങ്കിലും അടിയന്തിര വൈദ്യസഹായം വേണ്ടി വരികയാണെങ്കിൽ അവരെ ജനറൽ ആശുപത്രിയിലോ മെഡിക്കൽ കോളേജിലോ എത്തിക്കാൻ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർ ഡോക്ടറുടെ നിർദ്ദേശപ്രകാരം സജ്ജരാണ്. ഒരു അസ്ഥിരോഗ വിദഗ്ദന്റെ സഹായവും ഫിസിയോതെറാപ്പി യൂണിറ്റിൽ ലഭ്യമാണ്.

കഴിഞ്ഞ 6 വർഷത്തിനിടയിൽ ഇവിടെ എത്തിയിട്ടുള്ള ഭിന്നശേഷിക്കാരായ സഹോദരങ്ങൾക്ക് പരസ്പരം അറിയാനും പങ്കുവെക്കാനും ഒത്തൊരുമിച്ച് ആഹ്ളാദിക്കാനും 19 കൂട്ടായ്മകൾ ഒരുക്കുകയുണ്ടായി. സൗകര്യം ഒത്തുവരുമ്പോഴൊക്കെ അവരെ നെഹ്റു പാർക്ക്, അക്കാദമി, കാഴ്ചബംഗ്ളാവ് തുടങ്ങിയ ഇടങ്ങളിൽ കൊണ്ടുപോകാനും കഴിഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. രണ്ട് സംഗമം സാഹിത്യ അക്കാദമിയിലും മറ്റൊന്ന് റീജനൽ തിയറ്ററിലുമാണ് നടത്തിയത്. മാധ്യമപ്രവർത്തകർ, വിദ്യാർത്ഥികൾ, പാട്ടുകാർ, സിനിമാതാരങ്ങൾ, എഴുത്തുകാർ, സ്ഥാപനങ്ങളിലെ വ്യക്തികൾ എന്നിവരോടൊപ്പം ഡിഎംഒ ഓഫീസ്, ജില്ലാപഞ്ചായത്ത്, കോർപ്പറേഷൻ പ്രതിനിധികൾ എന്നിവർ ഓരോ സംഗമത്തിലും പങ്കെടുത്തുകൊണ്ട് വളരെ സജീവമാക്കാറുണ്ട്.

പുനരധിവാസം

ഇവിടെ തെറാപ്പിക്ക് എത്തുന്നവരിൽ ഒരു വിഭാഗത്തിനെങ്കിലും അവരുടെ ശാരീരികാവസ്ഥക്കും, പഠനനിലവാരത്തിനും ചേർന്ന ഒരു തൊഴിൽ പരിശീലിപ്പിച്ചു വരുന്നു. ഒപ്പം തന്നെ അതിനുവേണ്ട ഉപകരണങ്ങൾ നൽകി അവരെ ആത്മവിശ്വസവും സ്വാശ്രയബോധ വും ഉള്ളവരാക്കി അന്തസ്സോടെ ജീവിക്കാനുള്ള പ്രേരണയും സൊസൈറ്റി നൽകുന്നു.രോഗി തീരെ വയ്യാത്ത ആളാണെങ്കിൽ അയാളുടെ അടുത്ത ബന്ധു (അമ്മ, സഹോദരി, ഭാര്യ...) വിനെയാണ് തൊഴിൽ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നത്.

പ്രധാനമായും സോപ്പ്, ലോഷൻ, കുട, ഫാൻസി ഉല്പന്നങ്ങൾ, കാർഡ് മുതലായവയുടെ നിർമ്മാണം, കപ്യൂട്ടർ/ലാപ്ടോപ്പ് ഇവയുടെ പ്രവർത്തനം, സ്ക്രീൻ പ്രിന്റിങ്ങ്, തുന്നൽ എന്നിവയാണ് പരിശീലിപ്പിക്കുന്നത്. കൂടാതെ പല വ്യക്തികളുടേയും, സ്ഥാപനങ്ങളുടെയും ഭരണ സംവിധാനങ്ങളുടേയും സഹായത്തോടെ മോട്ടോറൈസ്ഡ് വീൽചെയർ, റീമോഡൽഡ് സ്കൂട്ടർ (മൂന്ന് ചക്രം) എന്നിവ നല്കാനുമായി. ഓരോ വിഭാഗത്തിലും, പുനരധിവസിപ്പിക്കാൻ കഴിഞ്ഞവരുടെ എണ്ണം താഴെപ്പറയും വിധമാണ്.

തുന്നൽ	:	11
സോപ്പ്, ലോഷൻ	:	22
കാർഡ് ഫാൻസി ഉല്പന്നങ്ങൾ	:	4
കുട	:	2
കമ്പ്യൂട്ടർ	:	15
ലാപ്ടോപ്പ്	:	1

ഓട്ടോ (പഴയത്)	:	1
മോട്ടോറൈസ്ഡ് വീൽചെയർ	:	11
റീമോഡൽഡ് സ്കൂട്ടർ	:	12
സ്ക്രീൻ പ്രിന്റിങ്ങ്	:	1
ലോട്ടറി	:	2

പതിനൊന്നുപേർ തുന്നൽ പഠിച്ചു. എട്ടുപേർക്കാണ് തുന്നൽ മെഷീൻ നൽകിയത്. മറ്റുമൂന്നുപേർക്ക് സ്വന്തമായി മെഷീൻ ഉണ്ടായിരുന്നു. ലോഷൻ, സോപ്പ് എന്നിവ 22 പേരെ പഠിപ്പിച്ചെങ്കിലും 5 പേരെ ഇപ്പോൾ സജീവമായി ചെയ്യുന്നുള്ളൂ. കാർഡ്, ഫാൻസി ഉല്പന്നങ്ങൾ ഇപ്പോൾ ഒരാൾ മാത്രമേ ഉണ്ടാക്കുന്നുള്ളൂ. കമ്പ്യൂട്ടർ, ലാപ്ടോപ്പ് ഇവ ലഭിച്ചവർക്കത് വളരെ സഹായകമായി. ഒരാൾ ഓൺ ലൈനിൽ ജോലി ചെയ്യുന്നുണ്ട്. മോട്ടോറൈസ്ഡ് വീൽചെയർ കിട്ടിയ രണ്ടുപേരും റീമോഡൽഡ് സ്കൂട്ടർ കിട്ടിയ രണ്ടുപേരും ലോട്ടറി കച്ചവടം നടത്തുന്നു. ഒരാൾ സ്കൂട്ടർ പഠനാവശ്യത്തിനും മറ്റുള്ളവരുടേത് പുറംലോകത്തേക്കുമുള്ള വഴിയായി. സെക്കന്റ് ഹാന്റ് ഓട്ടോ ലഭിച്ച ആൾ ചെറിയ പ്രവർത്തികൾക്കായി അത് ഉപയോഗിക്കുന്നു.

ഭിന്നശേഷിക്കാരിൽ ഒരാൾ നമ്മൾ നൽകിയ മുച്ചക്ര വാഹനമുപയോഗിച്ച് ബ്യൂട്ടീഷ്യനായി ജോലിയെടുക്കുന്നുണ്ട്. മറ്റൊരാൾ മോട്ടോറൈസ്ഡ് വീൽചെയർ ഉപയോഗിച്ച് കൃഷിപ്പണിയിൽ ഏർപ്പെട്ടിട്ടുണ്ട്. പരിമിതികൾക്കുള്ളിൽ നിന്നും സ്വയംപ്രാപ്തി നേടുന്നതിലുള്ള ആഹ്ളാദം, ഇതേ അവസ്ഥയിലുള്ളവരോട് പങ്കുവെക്കുന്നതിനും അവരെയും പൊതുധാരയിലേയ്ക്ക് എത്താൻ ശ്രമിക്കുന്നതിനും ഇവർക്കാത്മവിശ്വാസം നൽകുന്നു. അവർ അവരുടേതായ ഒരു സുഹൃദ് വലയം ഉണ്ടാക്കുകയും തങ്ങൾക്കുണ്ടാകുന്ന ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ തരണം ചെയ്യാനുള്ള മാർഗ്ഗങ്ങൾ അപ്പോഴപ്പോൾ അന്വേഷിക്കുകയും ചെയ്യാറുണ്ട്. ഫിസിയോതെറാപ്പി ഗൃഹപരിചരണം പ്രതിമാസം രണ്ട് തവണ നടത്തുന്നുണ്ട്.

നെടുപുഴ വനിത പോളി ടെക്നിക്ക് കോളേജിന്റെ സഹകരണത്തോടെ ഫിനാൻഷ്യൽ ടാലിയിൽ ത്രിമാസ പരിശീലനം കുറച്ച് പേർക്ക് നൽകാനായി. ആ കോഴ്സ് പൂർത്തിയാക്കിയ അനഘ പുതിയ ബാച്ചിന്റെ അദ്ധ്യാപികയായി തെരഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ടിട്ടുണ്ട്.

റീച്ചിങ്ങ് ഔട്ട് വിശേഷാൽ പതിപ്പിന്റെ പ്രകാശന റിപ്പോർട്ട് (27.01.2018)

സാന്ത്വന പരിചരണ രംഗത്ത് ഇരുപത് വർഷം പിന്നിടുന്നതിനോടനുബന്ധിച്ച് പ്രസിദ്ധീകരിക്കുന്ന റീച്ചിങ്ങ് ഔട്ട് ന്റെ വിശേഷാൽ പതിപ്പിന്റെ പ്രകാശനം സൊസൈറ്റി ഹാളിൽ നോവലിസ്റ്റും, ചിന്തകനുമായ ശ്രീ. ആനന്ദ് നിർവഹിച്ചു.

പ്രാർത്ഥനയ്ക്കുശേഷം തൃശ്ശൂർ പാലിയേറ്റീവ് സൊസൈറ്റി സെക്രട്ടറിയും സ്ഥാപകാംഗവുമായ ഡോ. കെ. അരവിന്ദാക്ഷൻ സ്വാഗതം പറഞ്ഞു. ഡോ. ഇ. ദിവാകരന്റെ ക്രാന്തദർശിത്വമാണ് ഈ സ്ഥാപനം തുടങ്ങാൻ അദ്ദേഹത്തെ പ്രേരിപ്പിച്ചതെന്നും, ചെറിയൊരു നീരൊഴുക്കിൽ നിന്ന് ഇത് ഒരു പ്രവാഹമായി മാറിയിരിക്കയാണെന്നും അദ്ദേഹം അഭിപ്രായപ്പെട്ടു.

പ്രകാശന കർമ്മം നിർവഹിച്ചുകൊണ്ടും ശ്രീ. ആനന്ദ് പ്രഭാഷണം നടത്തി. രോഗം മാത്രമല്ല; വെറുപ്പ്, ക്രൂരത തുടങ്ങിയ ഭാവങ്ങൾ ഇന്ന് മനുഷ്യനെ ബാധിച്ചിരിക്കയാണെന്നും, സൈബർ ബന്ധങ്ങൾ വളരുമ്പോഴും തമ്മിൽ തമ്മിലുള്ള നേരിട്ടുള്ള ബന്ധങ്ങൾ കുറയുന്നുണ്ടെന്നും അദ്ദേഹം ആശങ്കാകുലനായി.

കെ.പി. അച്ചുതൻ അദ്ധ്യക്ഷപ്രഭാഷണം നടത്തി. സൊസൈറ്റിയുടെ ആരംഭം മുതലുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങൾ അദ്ദേഹം വിലയിരുത്തി. നിർലോഭമായി ധനസഹായം നൽകുന്ന സ്ഥാപനങ്ങളേയും, വ്യക്തികളേയും നന്ദിപൂർവ്വം സ്മരിച്ചു.

ബഹുമുഖമായ സാദ്ധ്യതകൾ തുറന്നിടുന്ന മേഖലയാണ് സാന്ത്വന പരിചരണം എന്ന് സ്ഥാപകനും, ഉപദേഷ്ടാവും, പ്രവർത്തകനുമായ ഡോ. ഇ. ദിവാകരൻ വിശേഷാത്പ്രതി സ്വീകരിച്ചുകൊണ്ട് പറഞ്ഞു.

സി. ആർ. പരമേശ്വരൻ, കെ.പി. അച്ചുതൻ എന്നിവരും സംസാരിച്ചു. ശ്രീമതി. റിജി നന്ദി പറഞ്ഞു.

ഇന്നത്തെ
സാന്ത്വന അനുഭവം

ലിസി ടീച്ചർ

രാവിലെ കൃത്യം ഒമ്പത് മണിക്ക് ഹോംകെയറിന് പോകാനായി ഞാൻ സാന്ത്വന പരിചരണ കേന്ദ്രത്തിലെത്തി. പോകാനുള്ള വരുടെ എണ്ണമെടുത്തപ്പോൾ ഒരാൾ അധികമായി എന്ന് എനിക്ക് തോന്നി. ഒരു ഡോക്ടർ, രണ്ട് ഹൗസ് സർജൻസ്, ഒരു നഴ്സ് ട്രെയിനി, ഒരു ഐ.പി നഴ്സ് എന്നിവർ ഹോംകെയറിനുപോ കാൻ തയ്യാറായി നില്ക്കുന്നുണ്ട്. അക്കൂട്ടത്തിലേക്കാണ് വള ണ്ടിയറായി എന്നേയും നിയോഗിച്ചിട്ടുള്ളത്. അതിനാൽ ഞാൻ സ്വയം ഒഴിയാൻ തീരുമാനിച്ചു. കൂടാതെ പ്രധാനപ്പെട്ട നഴ്സായ രാധ സിസ്റ്ററിന്റെ സമ്മതവും കൂടിയായപ്പോൾ ഞാൻ ഹോംകെ യറിൽ നിന്നും ഒഴിവായി.

എന്നാൽ ഈ ദിവസം എനിക്ക് കൂടുതൽ അനുഗ്രഹപ്രദമാ കുകയായിരുന്നു. അന്ന് തന്നെ ഇവിടെ പതിനേഴ് വയസ്സുള്ള ഒരു കാൻസർ രോഗിയായ പെൺകുട്ടിയെ അഡ്മിറ്റ് ചെയ്യുക യുണ്ടായി. അവളെ കുളിപ്പിക്കാനുള്ള ഒരു അവസരം എനിക്ക് കൈവന്നു. തിരുവനന്തപുരം ആർസിസിയിൽ നിന്നുവന്നതാ യിരുന്നു അവൾ. കൂടെ ഉണ്ടായിരുന്നത് അവളുടെ അച്ഛൻ മാത്രമായിരുന്നു. അമ്മ ഹൃദയത്തിന്റെ തകരാറിനാൽ വീട്ടിൽ വിശ്രമത്തിലാണ്. പത്താംതരത്തിൽ പഠിക്കുന്ന ഇവളുടെ ഒരു സഹോദരനാണ് വീട്ടിൽ അമ്മയ്ക്ക് കൂട്ട്.

അവളുടെ കുളി കഴിഞ്ഞ് പുറത്തേക്ക് കൊണ്ടുവന്നപ്പോൾ അവളുടെ അച്ഛൻ എന്നോട് മെ ഗോഡ് ബ്ളസ് യു എന്ന് പറ ഞ്ഞു. ഇത് കേട്ടപ്പോൾ ഞാൻ ഹൃദയം തുറന്ന് ദൈവത്തെ സ്തുതിച്ചു.

എനിക്ക് മറക്കാനാകാത്ത ഒരു സുദിനം. ഒരാഴ്ച കഴിഞ്ഞ പ്പോൾ അവൾ ഇഹലോകവാസം വെടിഞ്ഞു.

'ലഹരി'
സുഖത്തിന്റെ ദാരുണമായ അന്ത്യം!

▌ ജിൻസി ചാക്കോ സി.

പാലിയേറ്റീവ് കെയറിൽ ഞാൻ സേവനമാരംഭിച്ചിട്ട് ഏഴുവർഷമായി. ഇതിനിടയിൽ കിടത്തിചികിത്സാവിഭാഗത്തിൽ വേദനിക്കുന്ന ഒരുപാട് സഹോദരങ്ങളെത്തി. അവരിൽ കുറേപ്പേർ തിരിച്ച് വീട്ടിലേക്ക് പോയി. കാൻസർ ബാധിച്ച് എത്തിയവരിൽ ഇരുപത്തേഴ് ശതമാനത്തോളം മനുഷ്യരെ നല്ല മരണത്തിലൂടെ ഞങ്ങൾക്ക് യാത്രയാക്കേണ്ടി വന്നിട്ടുണ്ട്. ഉറ്റബന്ധുക്കളോടൊപ്പം ഞങ്ങളും മരണാസന്നരായ സഹോദരങ്ങൾക്കൊപ്പമിരിക്കാറുണ്ട്. അവരുടെ വേദനകൾക്കും സഹനങ്ങൾക്കും ശമനമുണ്ടാക്കാൻ ഞങ്ങൾക്ക് സാധിക്കാവുന്നതെല്ലാം ചെയ്യാറുമുണ്ട്. അവർക്കിടയിൽ പുഴുക്കൾ തിന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ശരീരഭാഗങ്ങൾ ഉള്ളവരുമുണ്ടായിരുന്നു. മരണത്തിന്റെ വിവിധ ഭാവങ്ങൾ ഞങ്ങൾ തിരിച്ചറിഞ്ഞു. മരണം ജീവിതത്തിന്റെ തുടർച്ചയാണെന്നുറപ്പാക്കാൻ മനസ്സിനെ പരുവപ്പെടുത്തി.

എന്നാൽ എന്റെ സേവനജീവിതത്തിൽ മറക്കാൻ പറ്റാത്ത ഒരനുഭവം ഈയിടെയുണ്ടായി. മുപ്പത്തിയൊന്ന് വയസ്സായ സന്തോഷിന് വായിൽ കാൻസറായിട്ടാണ് നമ്മുടെ ക്ലിനിക്കിൽ രജിസ്റ്റർ ചെയ്തത്. സന്തോഷ് അവിവാഹിതനാണ്. പത്താംക്ലാസ്സ് വരെ പഠിച്ചിട്ടുണ്ട്. സന്തോഷിനെ ബ്ലീഡിങ്ങ് ആയിട്ടാണ് അന്ന് കൊണ്ടുവന്നത്. സന്തോഷിനോടൊപ്പം അമ്മയും അനുജനും ഉണ്ടായിരുന്നു.

സന്തോഷിന് ഇരുപത്തൊന്ന് വയസ്സായപ്പോൾ മുതൽ തല്ക്കാല സുഖത്തിനായി അല്പസ്വല്പം മദ്യപാനം തുടങ്ങി. കാരണം ചോദിച്ചാൽ കിട്ടാൻ ആഗ്രഹിച്ച എന്തോ നഷ്ടപ്പെട്ടതിന്റെ വേദനയിൽ നിന്ന് മുക്തിനേടാനാണ് താൻ മദ്യപിക്കുന്നത് എന്ന മറുപടി. മദ്യം കൊണ്ട് മാത്രം താൻ ആഗ്രഹിക്കുന്ന സന്തോഷം കിട്ടില്ല എന്ന് സന്തോഷിന് വേഗത്തിൽ മനസ്സിലായി. അപ്പോൾ മറ്റ് ലഹരികളിലേക്ക് നീങ്ങി. ഹാൻസ് എന്ന വിഷത്തേയാണ് കൂട്ടുപിടിച്ചത്. ഏത് സമയവും ഹാൻസിന്റെ ലഹരിയിലായിരുന്നു. എല്ലാം മറന്ന് പറന്നുയരുന്ന പ്രതീതി. വായുവിൽ പാറിപ്പറക്കുന്ന ആനന്ദം.

വീടിന്റെ അവസ്ഥയിൽ വന്നമാറ്റം സന്തോഷ് മാത്രം അറിഞ്ഞില്ല. അച്ഛന്റെ മരണമോ, പ്രമേഹരോഗം വന്ന് അമ്മയുടെ കാഴ്ച നഷ്ടപ്പെട്ടതോ, കാൽ മുറിച്ചതോ ഒന്നും സന്തോഷിന്റെ സന്തോഷങ്ങൾക്ക് തടസമായില്ല. സന്തോഷ് ഒരു ലഹരിയിൽ നിന്ന് മറ്റൊന്നിലേക്ക് മാറിമാറി സഞ്ചരിച്ചുകൊണ്ടേയിരുന്നു. എല്ലാ സങ്കടങ്ങളും ഉള്ളിലൊതുക്കി പാവം അനുജൻ കൂലിപ്പണി ചെയ്ത് വീട് കഷ്ടിച്ച് പുലർത്തി. ചേട്ടനും അമ്മയ്ക്കും മരുന്നുകൾ വാങ്ങി. ചേട്ടനെ ഡോക്ടർമാരുടെ അടുത്ത് കൊണ്ടുപോയി.

ആറുമാസങ്ങൾക്ക് മുമ്പ് സന്തോഷിന് വായിൽ വ്രണവും രക്തസ്രാവവും കണ്ടുതുടങ്ങി. ഇത് കൂടി വന്നപ്പോൾ ഡോക്ടറെ വീണ്ടും കണ്ടു. തന്റെ ശരീരം തന്നോട് ശക്തമായ രീതിയിൽ പ്രതികരിക്കാൻ തുടങ്ങിയെന്ന് ഡോക്ടറിൽ നിന്ന് സന്തോഷിന് മനസ്സിലായി. കീമോതെറാപ്പി ചെയ്തപ്പോഴേക്കും സന്തോഷ് അവശനായി. വയറിൽ അസ്വസ്ഥത പറഞ്ഞപ്പോൾ സ്കാനിങ്ങ് നടത്തി. കരളിന്റെ പ്രവർത്തനം നിലച്ചു തുടങ്ങി. ബ്ലീഡിങ്ങ് നില്ക്കാതെ വന്നപ്പോഴാണ് സന്തോഷിനെ ഇവിടെയെത്തിച്ചത്.

സന്തോഷിനെ പരിചരിക്കാൻ ഞങ്ങൾ മുറിയിലേക്ക് കയറി. മൂക്കിൽ നിന്നും വായിൽ നിന്നും കൈകാലുകളുടെ നഖത്തിനിടയിൽ നിന്നുപോലും നില്ക്കാതെ രക്തം ഒലിക്കുന്നു. വല്ലാത്ത ഒരവസ്ഥ. തട്ടിവിളിച്ചപ്പോൾ സന്തോഷ് ഭീതിയോടെ ഞങ്ങളെ നോക്കി. പെട്ടെന്ന് അസ്വസ്ഥനായി. രക്തം വരുന്നത് കൂടിക്കൂടി വന്നു. ഡോക്ടറോടൊപ്പം സന്തോഷിന്റെ കൈവിരലുകളിലും കാൽ വിരലുകളിലും സുക്രാഫിൽ പൗഡർ ഇട്ട് ടൈറ്റ് ബാന്റേജ് കൊടുത്തു. സന്തോഷിനെ മയക്കി കിടത്തി.

മകന്റെ ഓരോ രോമകൂപത്തിലൂടെയും രക്തം സ്രവിച്ച് അവൻ രക്തത്തിൽ കുളിച്ച് കിടക്കുന്നത് കാണാതെ കട്ടിലിന്റെ ഒരറ്റത്ത് ഒതുങ്ങി കിടക്കുന്ന അമ്മയെ കണ്ടപ്പോൾ ദൈവത്തിന് നന്ദി പറഞ്ഞു. കാഴ്ച നഷ്ടപ്പെട്ടത് എത്ര നന്നായി എന്ന് തോന്നിപ്പോയി.

ആ മുറിയിൽ നിന്ന് പുറത്തേക്ക് ഇറങ്ങിയപ്പോൾ തലയ്ക്കകത്ത് വല്ലാത്ത ഭാരം. സന്തോഷിന്റെ അനുജനെ വിളിച്ച് ഡോക്ടർ ഗുരുതരാവസ്ഥ അറിയിച്ചു. പറഞ്ഞത് മനസ്സിലായിട്ടോ അല്ലാതെയോ ഒന്നും പറയാതെ അനുജൻ മുറിയിലേക്ക് പോയി. അന്ന് രാത്രിയിൽ പത്ത് വർഷം താൻ തേടിപോയ സുഖത്തിന്റെ ഇരട്ടി ദുഃഖം അനുഭവിച്ച് തീർത്ത് സന്തോഷ് ഈ ലോകത്തോട് വിടപറഞ്ഞു.

താല്ക്കാലിക സുഖത്തിനുവേണ്ടി ചെറിയ ലഹരിയിൽ തുടങ്ങി ലഹരിയില്ലാതെ ജീവിക്കാൻ കഴിയാതെ നരകിക്കുന്ന യുവതലമുറയെ ഓർത്തുപോയി. ഇന്ന് വായിലും ആമാശയത്തിലും കാൻസർ രോഗവുമായി എത്തുന്നവരിൽ നല്ലൊരുപങ്ക് യുവാക്കളാണ്. സ്കൂൾ ജീവിതകാലത്ത്തന്നെ ഹാൻസ്പോലുള്ള ലഹരിപദാർത്ഥങ്ങൾക്കടിമപ്പെട്ട് ജീവിതം ഹോമിക്കുന്ന വിദ്യാർത്ഥികളുടെ എണ്ണം സമൂഹത്തിൽ വർധിച്ചുവരികയാണ്. അദ്ധ്യാപകരും മാതാപിതാക്കളും ശ്രദ്ധിച്ചാൽ മാത്രമേ യുവതലമുറയെ ഈ മഹാവിപത്തിൽ നിന്ന് രക്ഷിക്കാനാവൂ. മാദ്ധ്യമങ്ങളടങ്ങുന്ന പൊതുസമൂഹം ഈ വിഷയത്തിൽ സർഗാത്മകമായ ബോധവത്ക്കരണം നടത്താൻ ബാധ്യതയുള്ളവരാണ്. സന്തോഷിനെപ്പോലുള്ളവർക്കുണ്ടായ ദുരന്തം വെറുമൊരു ആരോഗ്യപ്രശ്നമല്ല. നിയമസമാധാനപ്രശ്നവുമല്ല. കേരളീയ സമൂഹം നേരിടുന്ന വലിയൊരു വിപത്താണ്.

Quarterly of PAIN AND PALLIATIVE CARE SOCIETY, THRISSUR
(Private circulation only)

This issue sponsored by
SRI VARI AUTO MOTIVES
KARUNAKARAN NAMBIAR ROAD
THRISSUR

From

Address : ....

....

....

....

....

Rs: .... (Rupees..only)

by cash / cheque / DD No. .... dated ....

as donation in favour of Pain and Palliative Care Society, Thrissur. You may also transfer to our SB A/c **7752500100057301** with Karnataka Bank Ltd., Round East, Thrissur - 680 001. Branch, **IFSC Code: KARB0000775**

The Secretary
Pain and Palliative Care Society
Old District Hospital Building
Thrissur - 680 001

Donation to the Society are exempted from Income Tax under Section 80G.

Printed and Published by Pain and Palliative Care Society, Thrissur. Phone : **94471 30271 (Indira Gopinath)**
Printed at iMAC Creations, Thrissur - 680 001. Ph : 0487-2420784. Managing Editor : Secretary, PPCS