ജീവിത ശൈലീ രോഗങ്ങളുടെ ചികിത്സയ്ക്കും പ്രതിരോധ ത്തിനുമായുള്ള ആയുഷ് സമഗ്ര ചികിത്സാ കേന്ദ്രങ്ങൾ (ആയുഷ്മാൻ ഭവ:) പ്രവർത്തനമാർഗ്ഗരേഖ

പദ്ധതി - ആമുഖം

ആധുനിക കാലത്തെ ജീവിത ശൈലിയും, ഫാസ്റ്റ് ഫുഡ്, വ്യായാമക്കുറവ്, മദ്യം, പുകവലി, മയക്കുമരുന്ന് എന്നിവയുടെ ഉപയോഗവും, മാനസിക സമ്മർദ്ദങ്ങളും ജീവിത ശൈലീ രോഗങ്ങൾക്ക് കാരണമാകുന്നു. ഇത്തരം ആധുനിക ജീവിത ശൈലീ രോഗങ്ങളുടെ ചികിത്സയ്ക്കും പ്രതിരോധത്തിനുമായി ഹോമിയോപ്പതി ചികിത്സയോടൊപ്പം പ്രകൃതി ജീവനവും യോഗയും സമന്വയിപ്പിച്ചുകൊണ്ടുള്ള ഒരു സമഗ്ര ആരോഗ്യ പദ്ധതിയാണ് - **''ആയുഷ് ഹോളിസ്റ്റിക് സെന്റർ ഫോർ പ്രിവൻഷൻ & മാനേജ്മെന്റ് ഓഫ് ലൈഫ് സ്റ്റൈൽ ഡിസീസസ്''**.

പ്രവർത്തനരീതി

പദ്ധതി നടപ്പിലാക്കുന്ന ജില്ലയിലെ എല്ലാ സർക്കാർ ഹോമിയോ ഡിസ്പെൻസറികളിലെ / ആശുപത്രികളിലെ ജനറൽ ഒ.പി യിൽ വരുന്ന ജീവിത ശൈലി രോഗങ്ങളുള്ളവരെ ആയുഷ്മാൻ ഭവ: പ്രോജക്ടുകളിലേയ്ക്ക് റഫർ ചെയ്യുന്നു.

ആയുഷ്മാൻ ഭവ: പ്രോജക്ടിൽ ഹോമിയോ ഡോക്ടറുടെയും, പ്രകൃതി ചികിത്സാ ഡോക്ടറുടെയും, യോഗ ട്രെയിനറുടെയും സമഗ്രമായ സേവനം രോഗിക്ക് ലഭ്യമാക്കുന്നു. പ്രകൃതി ചികിത്സാ ഡോക്ടർ രോഗിയുടെ പ്രാഥമിക പരിശോധനകൾ നടത്തി കേസ് ഷീറ്റ് ഹോമിയോപ്പതി ഡോക്ടർക്ക് നൽകുന്നു. ഹോമിയോ ഡോക്ടർ വിശദമായ കേസ് ടേക്കിംഗ് നടത്തി മരുന്നുകൾ നിർദ്ദേശിക്കണം. ആവശ്യമെങ്കിൽ കിടത്തി ചികിത്സയും നൽകണം. ഈ രണ്ട് ഡോക്ടർമാർ സംയുക്തമായി രോഗിയുടെ അവസ്ഥ ചർച്ച ചെയ്ത് ഓരോ രോഗിക്കും അനുയോജ്യമായ പ്രകൃതി ജീവന നിർദ്ദേശങ്ങളും, യോഗ തെറാപ്പിയും പറഞ്ഞ് കൊടുക്കുന്നു. പ്രകൃതി ചികിത്സാ ഡോക്ടറുടെ നിർദ്ദേശ പ്രകാരം യോഗ ട്രെയിനർ യോഗ പരിശീലനങ്ങൾ നൽകണം.

ജില്ലയുടെ വിവിധ പ്രദേശങ്ങളിലെ തദ്ദേശ സ്വയം ഭരണ സ്ഥാപനങ്ങൾ, സർക്കാർ ഓഫീസുകൾ, സന്നദ്ധ സംഘടനകൾ, സർക്കാർ സംഘടനകളുടെ ക്ലബുകൾ മുതലായവയുടെ സഹകരണത്തോടെ ബോധവൽക്കരണ ക്ലാസ്സുകൾ നടത്തുകയും ക്യാമ്പുകൾ നടത്തി ജീവിത ശൈലി രോഗം ഉണ്ടാകാൻ സാധ്യതയുള്ള വ്യക്തികളെ കണ്ടെത്തി അവർക്ക് ജീവിത ശൈലിയിൽ വരുത്തേണ്ട മാറ്റങ്ങളെക്കുറിച്ച് ബോധവാന്മാരാക്കുകയും, മേൽപ്പറഞ്ഞ ജീവിത ശൈലി രോഗങ്ങൾ പിടിപെടാതിരിക്കുവാനുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങൾ ഈ പദ്ധതിയുടെ ഭാഗായി നടപ്പിലാക്കേണ്ടതാകുന്നു.

ആയുഷ് ഹോളിസ്റ്റിക് സെന്ററിന്റെ സജ്ജീകരണം

ഒ.പി.പ്രവർത്തിക്കാനാവശ്യമായ ഫർണിച്ചറുകൾ, പരിശോധന ഉപകരണങ്ങൾ, ഹോമിയോ മരുന്നുകൾ, മരുന്നുകളുടെ വിതരണത്തിനാവശ്യമായ സാമഗ്രികൾ, മരുന്നുകളും ഓഫീസ് സ്റ്റേഷനറികളും സൂക്ഷിക്കുന്നതിനാവശ്യമായ അലമാരകൾ, നോട്ടീസുകൾ, ലഘുലേഖകൾ, കേസ് റെക്കോർഡുകൾ, ബോർഡുകൾ, ബാനറുകൾ എന്നിവ സജ്ജീകരിക്കേണ്ടതാണ്.

കുറഞ്ഞത് 25 പേർക്ക് ഒരുമിച്ച് യോഗ പരിശീലനം ചെയ്യാവുന്ന തരത്തിലുള്ള ഹാളും അവർക്ക് യോഗ ചെയ്യുന്നതിന് ആവശ്യമായ മാറ്റുകളും സജ്ജീകരിക്കേണ്ടതാണ്. എല്ലാ പർച്ചേസുകളും പ്ലാൻ മോണിട്ടറിംഗ് കമ്മിറ്റിയുടെ അംഗീകാരത്തോടെ സ്റ്റോർ പർച്ചേഴ്സ് റൂൾ അനുസരിച്ചായിരിക്കണം.

കർമ്മ സമിതി രൂപീകരണം

ജില്ലാ മെഡിക്കലാഫീസർ ചെയർമാനും, ചാർജ്ജ് മെഡിക്കലാഫീസർ കൺവീനറുമായ സമിതി യിൽ ജില്ലാ ഹോമിയോ ആശുപത്രി സൂപ്രണ്ട് അദ്ധ്യക്ഷനും പ്രകൃതി ചികിത്സാ ഡോക്ടർ, യോഗ ട്രെയിനർ എന്നിവർ അംഗങ്ങളുമായിരിക്കും. വർക്കിംഗ് ഗ്രൂപ്പ് മൂന്ന് മാസത്തിൽ ഒരിക്കൽ വീതം യോഗം ചേർന്ന് പ്രവർത്തന റിപ്പോർട്ടുകൾ അവലോകനം ചെയ്യേണ്ടതും പദ്ധതി കൂടുതൽ മെച്ചപ്പെടു ത്തുന്നതിനുള്ള നടപടികൾ സ്വീകരിക്കേണ്ടതുമാണ്. തദ്ദേശസ്വയം ഭരണ സ്ഥാപനങ്ങളുടെ പദ്ധതി പങ്കാളിത്തവും തേടേണ്ടതാണ്.

ജീവനക്കാരും ഉത്തരവാദിത്വങ്ങളും

ജീവനക്കാർ	യോഗ്യത	എണ്ണം
നാച്ചുറോപ്പതി ഡോക്ടർ	BNYS	1
യോഗ പരിശീലകൻ	അംഗീകൃത സർവ്വകലാശാല യിൽ നിന്നും യോഗ പരിശീ ലനം നേടിയ സാക്ഷ്യപത്രം.	1
അറ്റൻഡർ	നിലവിലുള്ള ചട്ടപ്രകാരം	1

1. **ഹോമിയോ മെഡിക്കലാഫീസർ**

രോഗിയെ വിശദമായി അപഗ്രഥിച്ച് പ്രകൃതി ജീവനം, യോഗ തെറാപ്പി എന്നിവയോടൊപ്പം കേസ് ടേക്കിംഗ് ആൻഡ് റെപർട്ടറൈസേഷൻ നടത്തി കോൺസ്റ്റിറ്റ്യൂഷണൽ റെമഡിയോ മറ്റ് അനുയോജ്യമായ മരുന്നുകളോ കണ്ടെത്തി സമഗ്ര ചികിത്സ നൽകുക. ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റിലെ ചീഫ് മെഡിക്കലാഫീസർ, മെഡിക്കലാഫീസർ എന്നീ തസ്തികകളിൽ ജോലി ചെയ്യുന്ന ജില്ലയിലെ ഒരു ഡോക്ടറെ ഈ സെന്ററിലേയ്ക്ക് പോസ്റ്റ് ചെയ്യാവുന്നതാണ്.

ഈ സെന്ററിന്റെ ചാർജ്ജ് ഈ മെഡിക്കൽ ഓഫീസർ / ചീഫ് മെഡിക്കൽ ഓഫീസർക്ക് ആയിരിക്കും സെന്ററിന്റെ പ്രവർത്തനങ്ങളെ ഏകോപിപ്പിക്കുക, ജീവനക്കാരുടെ ഡ്യൂട്ടി നിയന്ത്രിക്കുക, പ്രതിമാസ പ്രവർത്തന റിപ്പോർട്ട് ആശുപത്രി സൂപ്രണ്ട് മുഖേനയും ജില്ലാ മെഡിക്കലാഫീസർ വഴിയും ഡയറക്ടറാഫീസിലേയ്ക്ക് അയയ്ക്കുക എന്നതും ഹോമിയോ മെഡിക്കലാഫീസറുടെ ഉത്തരവാദിത്വമായിരിക്കും. എല്ലാ മാസവും യൂണിറ്റിന്റെ അവലോകന യോഗം നടത്തേണ്ടതുമാണ്.

2. **പ്രകൃതി ചികിത്സാ മെഡിക്കലാഫീസർ**

ജീവിത ശൈലിരോഗങ്ങളെ പ്രതിരോധിക്കുവാൻ പ്രകൃതി ചികിൽസാ ശാസ്ത്രം അനുശാസിക്കുന്ന തരത്തിലുള്ള ജീവിതചര്യ വ്യക്തിയെ മനസ്സിലാക്കി കൊടുക്കുകയും പ്രകൃതി ചികിൽസാ ശാസ്ത്ര പ്രകാരമുള്ള മറ്റ് അനുബന്ധ ചികിൽസാരീതികൾ മനസ്സിലാക്കികൊടുക്കുകയും ചെയ്യേണ്ടതാണ്. രോഗികൾക്കാവശ്യമായ യോഗ പരിശീലനം നിർദ്ദേശിക്കുകയും മേൽനോട്ടം വഹിക്കുകയും ചെയ്യേണ്ടതാണ്. മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പുകൾ, ബോധവത്ക്കരണ ക്യാമ്പുകൾ നടത്തുന്നതിൽ സഹകരിക്കേണ്ടതാണ്.

3 **യോഗ ട്രെയിനർ**

നാച്ചുറോപ്പതി ഡോക്ടറുമായി ആലോചിച്ച് ജീവിത ശൈലീ രോഗങ്ങളെ തടയുന്നതിലേക്കായി ഒരു വ്യക്തി ഏതുതരം യോഗാസനമാണ് ശീലിക്കേണ്ടതെന്ന് മനസ്സിലാക്കി പരിശീലനം കൊടുക്കുകയും എല്ലാ ദിവസവും യോഗ ട്രെയിനിംഗ് നൽകുകയും ചെയ്യേണ്ടതാണ്. പരിശീലനത്തിന്റെ ആവശ്യകത അനുസരിച്ച് കൂടുതൽ സെഷൻസ് നൽകേണ്ടതാണ്. ഈ സെന്ററിനോടനുബന്ധിച്ച് യോഗ ട്രെയിനിംഗ് നൽകാൻ വേണ്ട സൗകര്യം ഒരുക്കേണ്ടതാണ്. യോഗ ക്ലാസ്സ് സംബന്ധിച്ച രജിസ്റ്റർ ബുക്ക് സൂക്ഷിക്കേണ്ടതും പരിശോധനയ്ക്ക് വിധേയമാക്കേണ്ടതുമാണ്. മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പുകൾ ബോധവത്ക്കരണ ക്ലാസുകൾ ചാർജ്ജ് ഓഫീസറുടെ നിർദ്ദേശാനുസരണം മറ്റ് സ്ഥലങ്ങളിൽ യോഗ പരിശീലനം നടത്തേണ്ടതാണ്.

4. **അറ്റൻഡർ**

ഒ.പി യിൽ എത്തുന്ന രോഗികളുടെ രജിസ്ട്രേഷൻ, മരുന്ന് വിതരണം, സ്റ്റോക്ക് സംബന്ധിച്ച വിവരങ്ങൾ രേഖപ്പെടുത്തൽ, മെഡിക്കൽ ഓഫീസറെ സഹായിക്കുക, ഒ.പി രജിസ്റ്റർ പരിപാലിക്കുക - യോഗ ഹാളിന്റേയും യോഗ മാറ്റിന്റെയും പരിപാലനം തുടങ്ങിയവ. മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പുകൾ, ബോധവത്ക്കരണ ക്ലാസുകൾ എന്നിവയ്ക്ക് സഹായിക്കുക.

പ്രവർത്തന സമയം:-

എല്ലാ ദിവസവും രാവിലെ 9 മുതൽ ഉച്ചയ്ക്ക് 2 മണി വരെ
യോഗ ട്രെയിനർ :

രാവിലെ - ഒന്നര മണിക്കൂർ
വൈകുന്നേരം - ഒന്നര മണിക്കൂർ

} മറ്റ് സന്ദർഭങ്ങളിൽ മെഡിക്കൽ ഓഫീസർമാരുടെ നിർദ്ദേശാനുസരണം പ്രവർത്തിക്കേണ്ടതുമാണ്.

രോഗികളെ പരിശോധിച്ച് കേസ് എടുക്കുന്നതിനുള്ള Statewide Standardized case taking format ഇതോടൊപ്പം ഉള്ളടക്കം ചെയ്യുന്നു.

ഹോമിയോപ്പതി ഡയറക്ടർ

തിരുവനന്തപുരം
2017 ആഗസ്റ്റ് 10

പിആർ