# கண் ஒளி

**அரவிந்த் வெளியீடு**

கண் நல விழிப்புணர்வு
மாத இதழ்

ஆசிரியர்
டாக்டர்.ஜி.நாச்சியார்

ஆசிரியர் குழு
சித்ரா துளசிராஜ்
கோ. முருகராஜ்
திவ்யா ரமேஷ்

இதழ் வடிவமைப்பு
ரா. மீனாட்சி

முன் அட்டை ஒளிப்படம்
ம. ராஜ்குமார்

சந்தா பொறுப்பாளர்
ஜெ. பரிமளா

தொடர்புக்கு :
'கண்ஒளி'
அரவிந்த் கண்
மருத்துவமனை,
1, அண்ணாநகர்,
மதுரை – 625020

மின்னஞ்சல் :
kannoli@aravind.org

# உள்ளே . . .

விஷன் 2020: The Right To Sight - India 4

குழந்தைகளுக்கு ஏற்படக்கூடிய கண் இமை இறக்கம் 6

உடல் மற்றும் கண்களை பாதிக்கும் லெப்டோஸ்பைரோசிஸ் 8

கண் நீர் அழுத்தநோய் – அலட்சியம் வேண்டாம்! 10

கண்களுக்கு அழகூட்ட நினைத்து பார்வையை இழந்த வாலிபர்! 12

உலர் கண் 14

நவீன கண்புரை அறுவை சிகிச்சை 15

உயர் ரத்த அழுத்தம்! 16

கண் மாற்று அறுவை சிகிச்சை குறித்த விழிப்புணர்வின் அவசியம்! 17

அரவிந்த் இலவச கண் பரிசோதனை முகாம்கள் 18

**தலையங்கம்**

## விஷன் 2020: The Right To Sight - India

*விஷன் **2020:** The Right to Sight எனும் அமைப்பு உலக சுகாதார நிறுவனம் (WHO) மற்றும் சர்வதேச பார்வையிழப்பு தடுப்பு மையம் (IAPB) ஆகியவற்றுடன் இணைந்து செயல்பட்டு வருகிறது. இந்த அமைப்பு **1999** ஆம் ஆண்டு, உலகில் தேவையற்ற பார்வையிழப்பை **2020** ஆம் ஆண்டிற்குள் அறவே நீக்க வேண்டும் என்ற நோக்குடன் தொடங்கப்பட்டதாகும்.*

*தேவையற்ற பார்வையிழப்பைத் தவிர்க்கும் வகையில் இந்தியாவில் இயங்கும் இலாப நோக்கற்ற கண் மருத்துவமனைகள், கண் மருத்துவத் துறைக்கென இந்தியாவில் செயல்படும் சர்வேதச அரசு சாரா அமைப்புகள் (லயன்ஸ் சங்கங்கள், ஆபரேசன் ஐ–சைட் யுனிவர்சல், சேவா அறக்கட்டளை, சைட்–சேவர்ஸ் போன்றவை) இணைந்து **2004** ஆம் ஆண்டு விஷன் **2020:** The Right to Sight - INDIA எனும் அமைப்பைத் தொடங்கின. அரவிந்த் கண் மருத்துவமனை, L V பிரசாத், சங்கர நேத்ராலயா மற்றும் டெல்லியில் உள்ள AIIMS இன் Dr R P கண் அறிவியலுக்கான மையம் ஆகிய மருத்துவமனைகள் மேற்கூறிய அரசு சாரா அமைப்புகளுடன் இணைந்து விஷன் **2020:** The Right to Sight -INDIA அமைப்பைத் தொடங்க முக்கியப் பங்கு வகித்தன.*

### விஷன் 2020 அமைப்பின் 15 வது வருடாந்திர கருத்தரங்கம்

*“VISION 2020: The Right to Sight - INDIA” அமைப்பின் **15** வது வருடாந்திர கருத்தரங்கம், சென்னையில் உள்ள அரவிந்த் கண் மருத்துவமனையில் **2019**, ஜூன் **8** மற்றும் **9** ஆகிய நாட்களில் நடைபெற்றது. கண் பாதுகாப்பை அனைத்து இடங்களிலும் அனைத்து மக்களுக்கும் உறுதி செய்யும் நோக்கத்தை வலியுறுத்தும் விதமாக இக்கருத்தரங்கம் நடைபெற்றது. கண் மருத்துவத் துறை சார்ந்த மருத்துவமனைகளும் உற்பத்தி நிறுவனங்களும் சேவை நிறுவனங்களும் கலந்துகொண்டு தங்கள் கருத்துகளையும் செயல் வடிவங்களையும் பிறருடன் பகிர்ந்து கொண்டனர். கண் மருத்துவ சிகிச்சை முறைகளையும்*

*தமிழக ஆளுநர் திரு. பன்வாரிலால் புரோஹித் அவர்களை அரவிந்த் கண் காப்பு அமைப்பின் தலைவர் Dr. R.D. ரவீந்திரன் கௌரவித்தபோது...*

அணுகுமுறைகளையும் உத்வேகத்துடன் மேம்படுத்த கருத்தரங்கில் கலந்துகொண்ட அமைப்புகள் உறுதிகொண்டன.

தமிழ்நாட்டின் மேதகு ஆளுநர் திரு. பன்வாரிலால் புரோஹித் கருத்தரங்கை துவங்கி வைத்து, நாட்டில் பார்வையிழப்பிற்கு உள்ளாகி உள்ள மக்களின் நிலையையும் பார்வையிழப்பின் சிக்கல்களையும் அதைத் தீர்க்க வேண்டிய அவசியத்தையும் வலியுறுத்தினார். மேலும், தேவையற்ற பார்வையிழப்பைத் தவிர்க்க அரசு மேற்கொள்ளும் முயற்சிகள் பற்றியும் எடுத்துரைத்தார். கண் மருத்துவத்தின் வளர்ச்சியும் தேவையும் புதிய பரிமாணத்தை எட்டி வருவது மகிழ்ச்சியளிக்கிறது என தெரிவித்தார்.

கண் மருத்துவத் துறையில் அளப்பரிய சாதனைகளை நிகழ்த்தி வரும் மருத்துவமனைகளான பீகாரில் உள்ள அக்ஹந்த் ஜோதி கண் மருத்துவமனை, உத்திர பிரதேசத்தில் உள்ள சீதாபூர் கண் மருத்துவமனை மற்றும் சென்னையில் உள்ள சங்கர நேத்ராலயா மருத்துவமனைக்கு விருதுகள் வழங்கி ஆளுநர் கௌரவப்படுத்தினார்.

## சந்தா செலுத்த...

**1 வருடச் சந்தா: ரூ.60/–, 2 வருடச் சந்தா: ரூ.110/–**
**5 வருடச் சந்தா: ரூ.250/–**

கண் ஒளி இதழுக்குச் சந்தா செலுத்த விரும்புபவர்கள், சந்தாத் தொகையை மணியார்டரில் அனுப்பி வைக்கவும். உங்களது தெளிவான முகவரி, தொலைபேசி எண் மற்றும் அஞ்சல் இலக்க எண்ணையும் குறிப்பிட்டு, 'கண் ஒளி சந்தாவுக்கு' என எழுதவும்.

**முகவரி:** காசாளர், கண் ஒளி, அரவிந்த் கண் மருத்துவமனை,
1, அண்ணா நகர், மதுரை – 625020. தொலைபேசி: 0452–4356500

# குழந்தைகளுக்கு வரக்கூடிய கண் இமை இறக்கம்

கண் மேலிமைத் தொய்வு என்பது கண்கள் ஓரளவோ அல்லது முழுவதுமோ மூடியிருக்கும் நிலையாகும். பிறவியிலேயே ஏற்படும் மேலிமைத் தொய்வுதான் அதிக அளவில் காணப்படுகிறது. இது சிறிய அளவில் இருக்கும்போது பார்வையை முழுவதும் பாதிப்பதில்லை. ஆனால், தீவிரமடைந்தால் கண் முழுமையாக மூடப்படும். குழந்தையால் எதையும் பார்க்க முடியாத நிலை ஏற்படுகிறது. ஒரு சில குழந்தைகளுக்கு சாப்பிடும்போது மட்டும் வாய் அசைவினால் கண்கள் மேல் நோக்கிச் செல்லும்.

**நோய் காரணிகள்:** குழந்தைகளின் கண்களில் உள்ள மேல் இமைகளின் தசைகள் சரியாக வளர்ச்சி அடையாததால் கண் மேல் இமைத் தொய்வு ஏற்படுகிறது. இந்த நோயால் பாதிப்படைந்த குழந்தைகள், கண் இமைத் தொய்வோடு மட்டுமில்லாமல் அதனுடன் கண்களை அசைக்க முடியாத கோளாறுகள், பார்வைக் குறைபாடுகள், நரம்பியல் தொந்தரவுகள் போன்றவைகளுக்கு உள்ளாகலாம்.

**அறிகுறிகள்:** பார்வைக் குறைபாடு ஏற்படலாம். முகத்தோற்றத்தில் மாற்றம் ஏற்படும். தாடை மேல்நோக்கி இருக்கலாம்.

**சிகிச்சை:** கண் மேலிமைத் தொய்வானது குழந்தையின் முகத்தோற்றத்தை பாதிக்கும். இந்நோய் பெரிய அளவில் இருந்தால் பார்வை பாதிக்கப்படுவதுடன் சராசரி குழந்தைகளைப் போல செயல்பட முடியாததால் மனோரீதியாக பாதிப்படைகின்றனர். இல்லையெனில் இக்குறைபாடு, முகத்தோற்றத்தில் மாற்றத்தையும் பார்வையிழப்பையும் ஏற்படுத்தும். சிகிச்சையால் பார்வையிழப்பு தடுக்கப்பெற்று சீரான முக அமைப்பையும் பெற இயலும். இப்பாதிப்பு அதிகரிக்கும்போது பாதிப்படைந்த கண் சோம்பேறிக் கண் ஆகிவிடும். அதன் பின்பு அறுவை

சிகிச்சை மேற்கொண்டாலும் இழந்த பார்வையை மீண்டும் பெற இயலாது. எனவே விரைவில் சிகிச்சை எடுத்துக்கொள்ள வேண்டியது அவசியம்.

**அறுவை சிகிச்சை:** அறுவை சிகிச்சையில் சிலிங் எனப்படும் மெல்லிய நூலிழையால் இமைத்தோல் மேலே இழுத்து வைத்து அறுவை சிகிச்சை செய்யப்படும். சில குழந்தைகளுக்கு வாய் அசைவின்போது கண் மேல் இமை மேல் நோக்கிச் செல்லும். இந்தக் குழந்தைகளுக்கு நோயின் தன்மைக்கு ஏற்றவாறு வேறு முறையில் (LPS Disinsertion with Sling) அறுவை சிகிச்சை செய்து இக்குறைபாட்டை சரிசெய்யலாம்.

**அறுவை சிகிச்சைக்குப் பின்:** அறுவை சிகிச்சையின் நோக்கம், இரு கண்களிலும் இமைப்பகுதியை ஒரே சீராக்குவதுதான். இந்த அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு கட்டுப்படுத்தும் நிலையோ கூடுதல் திருத்தம் செய்யும் நிலையோ ஏற்பட்டால் மறுமுறை அறுவை சிகிச்சை தேவைப்படலாம். சிகிச்சைக்குப் பின் சில நாட்களுக்கு கண்ணில் நீர் வடியும். ஒரு சில நாட்கள் கண் இமைகளை முழுமையாக மூட இயலாது. ஆனால், இவை சில நாட்கள்தான். பின்னர், சரியாகிவிடும்.

பெற்றோர்கள், உறவினர்கள் மற்றும் ஆசிரியர்கள் குழந்தைகளுக்கு மேலிமைத் தொய்வு இருப்பதுபோல் உணர்ந்தாலோ குழந்தைகளிடம் அதற்கான அறிகுறிகள் தென்பட்டாலோ உடனடியாக அவர்களை அருகிலுள்ள கண் மருத்துவமனைக்கு அழைத்துச் செல்லவும். கண் மேலிமைத் தொய்வை விரைவிலேயே கண்டறிந்து தகுந்த சிகிச்சை அளித்தால் அதனால் ஏற்படும் பார்வையிழப்பை முற்றிலுமாகத் தவிர்க்க முடியும்.

***- கோ. முருகராஜ், அரவிந்த் கம்யூனிகேஷன்ஸ்***

*ஒவ்வொரு மாதமும் 1, 2, 3 ஆகிய தேதிகளில் கண் ஒளி இதழ்களை 20,000க்கும் மேற்பட்ட சந்தாதாரர்களின் முகவரிகளுக்கு முறையாகச் சரிபார்த்த பின்னரே தபாலில் அனுப்பி வைக்கிறோம். இருப்பினும் வெகு சில சந்தாதாரர்கள் தங்களுக்கு 'கண் ஒளி' இதழ்கள் சரிவர கிடைப்பதில்லை என்றும், ஒரு மாதம் வரும் இதழ் மறு மாதம் வருவதில்லை என்றும் புகாரளிக்கின்றனர். இதழ் கிடைக்கவில்லை எனில் உங்கள் ஊரில் உள்ள தபால் நிலையத்தில் புகாரளிக்கும்படி கேட்டுக் கொள்கிறோம். மேலும் உங்கள் பகுதி அஞ்சல்துறை பணியாளரிடம் இதழைத் தவறாமல் விநியோகிக்கும்படி கோரவும்.*

***– 'கண் ஒளி' ஆசிரியர் குழு***

யூவியா

# உடல் மற்றும் கண்களை பாதிக்கும் லெப்டோஸ்பைரோசிஸ்

கண்ணையா என்பவர் சில மாதங்களுக்கு முன் அரவிந்த் கண் மருத்துவமனைக்கு வந்திருந்தார். அவருக்கு தீவிர காய்ச்சலுடன் கண்களில் குறைபாடும் இருந்தது. முதல்கட்ட பரிசோதனையில், அவருக்கு காசநோய் இருக்கலாம் என்று எண்ணி பொது மருத்துவமனையில் தவறான சிகிச்சை எடுத்தது தெரிய வந்தது. இதனால் அவரது உடலில் சில பக்க விளைவுகளும் ஏற்பட்டிருந்தது.

கண்ணில் வலியுடன் கூடிய சிவப்பு பல நாட்களாக இருப்பதால் பரிசோதனைக்கு வந்ததாக அவர் தெரிவித்தார். கண்ணையா சிகிச்சைக்கு வரும்போது தீவிர காய்ச்சலின் காரணமாக அவரால் நடக்க இயலவில்லை. நோயாளியிடம் அவர் உடலுக்கு ஏற்பட்ட தொந்தரவுகளையும் அவர் பார்க்கும் பணியையும் கேட்டபோது அவர் ஆடு மாடுகள் வைத்திருப்பதாக கூறினார். கண்ணையாவிற்கு காய்ச்சல் வரும் முன்பு, ஆடு மாடுகளுக்கும் காய்ச்சல் வந்ததாகவும் அவர் கூறினார்.

ஆடு மாடுகளிடம் இருந்து பரவக்கூடிய, தொற்று ஏற்படுத்தக்கூடிய நுண்கிருமியை லெப்டோஸ்பைரோசிஸ் என கூறுகிறோம். இது மனிதர்களையும் பாதிக்கக் கூடியது. கண்ணையாவிற்கு ஏற்பட்ட உடல் உபாதைகள் மற்றும் கண்ணில் ஏற்பட்ட பாதிப்பு லெப்டோஸ்பைரோசிஸ் நுண்கிருமியால் ஏற்பட்டது என கண்டறியப்பட்டு, அதற்குத் தகுந்த சொட்டு மருந்துகளும் மாத்திரைகளும் அளிக்கப்பட்டது.

தொடர்ந்து சரியாக மருந்துகளை எடுத்துக் கொண்டதன் பலனாக, பரிசோதனைக்கு வரும்போது சக்கர நாற்காலியில் கொண்டுவரப்பட்ட கண்ணையா சிகிச்சை பெற்று மறுபரிசோதனைக்கு வரும்போது நன்றாக நடந்து வந்தார். தற்போது, அவருக்கு ஏற்பட்ட காய்ச்சலும் குணமடைந்து முழுப்பார்வைத் திறனையும் பெற்றுள்ளார்.

நம்மில் பலருக்கு இன்றும் லெப்டோஸ்பைரோசிஸ் எனும் பாக்டீரியா குறித்து போதிய விழிப்புணர்வு இல்லை.

**லெப்டோஸ்பைரோசிஸ் பாக்டீரியாவை எவ்வாறு தடுக்கலாம்?**

- கிராமப்புறமாக இருந்தாலும் நகர்ப்புறமாக இருந்தாலும் ஆடு, மாடுகளை வைத்து வேலை செய்பவர்கள் எப்போதும் கை, கால்களை சுத்தமாகக் கழுவ வேண்டும்.
- உடல் நலனைப் பாதிக்கும் லெப்டோஸ்பைரோசிஸ் கிருமியால் பாதிக்கப்பட்டிருந்தால் அதற்குத் தகுந்தவாறு சிகிச்சை எடுக்கவேண்டும். இல்லையெனில் அதனால் இறப்பு ஏற்படுவதற்கான வாய்ப்பும் உள்ளது.
- லெப்டோஸ்பைரோசிஸ் கிருமியால் கண்புரை ஏற்படுவதற்கான வாய்ப்புகளும் உள்ளது.
- மழைக்காலங்களில் தேங்கி நிற்கும் தண்ணீரிலும் சாக்கடை மற்றும் ஆடு, மாடுகளில் இருந்துவரும் சிறுநீர் கழிவுகளிலும் லெப்டோஸ்பைரோசிஸ் கிருமி உள்ளது.
- விலங்குகளின் சிறுநீர் மற்றும் கழிவுகளை குறிப்பாக நோயால் பாதிக்கப்பட்ட விலங்குகளின் கழிவுகளை வெறும் கைகளால் தொடக்கூடாது.
- குளம், ஏரி மற்றும் குட்டை போன்றவற்றில் குளிக்கும்போது கவனத்துடன் இருக்க வேண்டும்.
- மழைக்காலங்களில் வெளிப்புறம் போகும்போது கண்டிப்பாக காலணிகளை அணிந்து செல்ல வேண்டும். கால்களில் சேற்றுப்புண், வெட்டுக் காயங்கள் போன்று ஏதேனும் இருந்தால் மழைக்காலங்களில் மட்டுமின்றி எப்போதும் காலணி அணிந்து வெளியே செல்லவேண்டும்.
- லெப்டோஸ்பைரோசிஸ் நோய் ஏற்படாமல் காக்கும் தடுப்பூசிகளை ஆடு, மாடுகளுக்கும் குடும்ப உறுப்பினர்களும் போட்டுக்கொள்ளவும்.

இதுபோன்ற சில பாதுகாப்பு முறைகளை நாம் பின்பற்றினால் லெப்டோஸ்பைரோசிஸ் பாக்டீரியா கிருமிகளிலிருந்து நம்மைப் பாதுகாத்துக் கொள்ளலாம்.

**K.R.** ***ரம்யா, யூவியா பிரிவு,***
***அரவிந்த் கண் மருத்துவமனை, மதுரை***

# கண் நீர் அழுத்த நோய் அலட்சியம் வேண்டாம்!

பாண்டிச்சேரியில் வசித்து வரும் ரவி எனும் 35 வயது இளைஞருக்கு கண் நீர் அழுத்த நோய் உண்டானது. கண்களில் அழுத்தம் அதிகமாக இருந்ததால் அவரது வலது கண்ணில் 1 அடி தூரம் மட்டும் பார்வையும் இடது கண்ணில் 6 அடி தூரம் மட்டுமே பார்வை இருந்தது. பார்வையில் முன்னேற்றம் கிடைக்க வேண்டும் என உடன் வந்தவர்கள் மருத்துவரின் இறுதிப் பரிசோதனை முடிவுக்காகக் காத்திருந்தனர். மருத்துவர், பரிசோதித்த பின்னர், நோயின் தன்மை தீவிரமடைந்துவிட்டதால் அறுவை சிகிச்சைக்குப் பின்னரும் பார்வையில் முன்னேற்றம் ஏற்படாது என்பதையும் இடது கண்ணில் உள்ள 6 அடி தூரப் பார்வையை மட்டுமே தக்க வைத்துக்கொள்ள முடியும் என்றும் தெரிவித்தார்.

பார்வையின்றி தனது வாழ்வே இருண்டாகிவிடும் என்று ரவியும் தனது தம்பியின் பார்வை திரும்பக் கிடைக்க வாய்ப்பே இல்லையா என அவர் சகோதரியும் மிகவும் மனம் உடைந்தனர். செல்போன் சர்வீஸ் செய்யும் தனது தம்பி பார்வையின்றி என்ன செய்வான் என நினைத்து அழுதார் அவரது சகோதரி. மருத்துவர்கள், செவிலியர்கள், பிற நோயாளிகள் என அங்கிருந்த எல்லோர் மனமும் வேதனையடைந்தன.

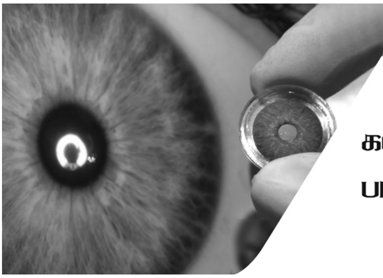
ரவியின் மருத்துவ விவரங்களை மீண்டும் பார்த்த மருத்துவர், அவர்களிடம் “நீங்கள் கண் பரிசோதனைக்காக 2014 இல் முதல்முறையாக வந்துள்ளீர்கள். 2015 ஆம் ஆண்டு ஒருமுறையும், 2016 இல் ஒருமுறையும் வந்துள்ளீர்கள். அப்போது கிட்டப்பார்வைக் குறைபாடு தீவிரமாக இருந்ததால் அதிக பவரில் கண்ணாடியும் அணிந்திருந்தீர்கள். அப்போதே ஒரு மாதம் கழித்து வரும்படி கூறினோம். கண்களில் அழுத்தம் குறைய, அறுவை சிகிச்சை செய்துகொள்ள வரச் சொல்லியிருந்தோம். அதன் பின் நீங்கள் வரவே இல்லை. இந்த வருடம் மார்ச் மாதம் நீங்கள் வந்தபோதும் அறுவை சிகிச்சை பற்றி

வலியுறுத்தினோம். நீங்கள் அலட்சியம் செய்துவிட்டீர்கள். இப்போது பாருங்கள். இரண்டு மாத இடைவெளியில் கண்கள் எந்த அளவுக்கு மோசமாகப் பாதிக்கப்பட்டிருக்கின்றன என்று. அப்போது ரவி, “டாக்டர், சிஸ்டர் சொல்லிட்டே இருந்தாங்க, ஆபரேஷன் பண்ணனும் ன்னு. நான் தான் அலட்சியமா இருந்துட்டேன். என் பார்வை இப்போ இருக்குற மாதிரியே இருக்கட்டும். அதுக்கு நான் என்ன செய்யணும். அதுக்கு ஏத்த மாதிரி வைத்தியம் பாருங்க” என்று மிகவும் வருந்தி, கேட்டுக்கொண்டார்.

கண் நீர் அழுத்தம் மிகத் தீவிரமாக இருப்பதாலும் கிட்டப்பார்வைக் குறைபாடு அதிகமாக இருப்பதாலும் தற்போது அறுவை சிகிச்சை செய்தால் பாதிப்பு ஏற்படுமா என்பதை அறிய மூத்த மருத்துவரிடம் ஆலோசனைக்கு அனுப்பப்பட்டார். மூத்த மருத்துவரும் மிகவும் வருத்தப்பட்டார். “எத்தனை முறை திரும்பத் திரும்ப வலியுறுத்தினோம். இப்போது பாதிக்கப்படுவது நீங்கள்தானே. உங்கள் தம்பிக்கு இருக்கும் பார்வையைத் தக்க வைக்க வேண்டும் என நீங்கள் விரும்புவது போலவே எங்கள் நோயாளிக்கு பார்வையைத் தக்க வைக்க வேண்டும் என்ற பொறுப்பு எங்களுக்கு உள்ளது. நம்பிக்கையே நோயை குணப்படுத்தும். இறையுணர்வோடு சிகிச்சையைத் தொடருங்கள்” என நம்பிக்கை வார்த்தைகள் கூறினார். ஒரு வாரம் கழித்து கண் பிரஸரின் அளவினை ஓரளவிற்கு கட்டுப்பாட்டிற்கு கொண்டுவந்து பிறகு அறுவை சிகிச்சை செய்யலாம்” என்று மேலும் தெரிவித்தார். பிறகு, ஒரு வாரம் கழித்து ரவிக்கு அறுவை சிகிச்சை செய்யப்பட்டது. மருத்துவர்களுக்கும் செவிலியர்களுக்கும் மனமார நன்றி தெரிவித்து சென்றனர்.

**பொது அறிவிப்பு:** கண் நீர் அழுத்த நோயாளிகள் அனைவரும் மருத்துவர் குறிப்பிடும் சிகிச்சை முறைகளை மிகவும் கவனத்துடன், முறையாக பின்பற்றுவது மிகவும் அவசியம். மருத்துவர் குறிப்பிடும் மறுபரிசோதனை நாட்களில் தவறாமல் வரவேண்டும். நமது அலட்சியம், நமது உடல்நலனையும் பார்வையையும் வெகுவாகப் பாதிக்கும். பார்வையிழப்பைத் தடுக்க, கண்களின் அழுத்தத்தைக் குறைக்க, இருக்கும் பார்வையைத் தக்க வைக்க சிகிச்சை முறைகளையும் மருத்துவரது ஆலோசனைகளையும் பின்பற்ற வேண்டும்.

***Sr.பானுமதி, கண் நீர் அழுத்தப் பிரிவு,***
***அரவிந்த் கண் மருத்துவமனை, மதுரை***



# கண்களுக்கு அழகூட்ட நினைத்து பார்வையை இழந்த வாலிபர்

தமிழகத்தைச் சேர்ந்த இளைஞர் ஒருவர் வெளிநாட்டில் ஒரு பெரிய ஐ.டி நிறுவனத்தில் பணிபுரிந்தார். அவரது நண்பர்கள் சிலர் கருவிழியின் நிறத்தை காண்டக்ட் லென்ஸ் பொருத்தி மாற்றுவதைப்போல ஐரிஸ் நிறத்தை செயற்கையாக மாற்றுவதற்கு IRIS implant அறுவை சிகிச்சை செய்துள்ளனர். அவர்களைப் போலவே தானும் அந்த சிகிச்சையை மேற்கொள்ள வேண்டுமென இணையத்தில் அந்த சிகிச்சை குறித்த விளம்பரங்களைப் பார்த்து சிகிச்சையும் மேற்கொண்டுள்ளார்.

அறுவை சிகிச்சை செய்ததிலிருந்து கண்களில் வலி மற்றும் சிவப்பு இருந்துள்ளது. நாட்கள் செல்லச் செல்ல கண்களில் வலியும் அதிகரித்து வந்துள்ளது. அறுவை சிகிச்சை செய்ததால் அவ்வாறு இருக்கும் என்று எண்ணி சொட்டு மருந்துகளை பயன்படுத்தியுள்ளார். வலி தாங்க முடியாமல் போனதால் அறுவை சிகிச்சை செய்துகொண்ட மருத்துவமனைக்குச் சென்றுள்ளார். ஆனால் எந்தப் பலனும் இல்லை. எனவே அவசரகால விசாவில் (Emergency Visa) இந்தியாவிற்கு வந்தார். பின் அரவிந்த் கண் மருத்துவமனைக்கு அவரது குடும்பத்தினர் அழைத்து வந்தனர். பரிசோதனைக்கு வரும்போது கண் கூச்சம் மற்றும் அதீத வலியால் அவரால் கண்களைத் திறக்கக் கூட இயலவில்லை.

முதல்கட்ட பரிசோதனையில் IRIS implant அறுவை சிகிச்சையால் அவருக்குக் கண்களில் ஒவ்வாமை ஏற்பட்டிருக்கலாம் என யூவியா பிரிவிற்கு மருத்துவர்கள் பரிந்துரை செய்தனர். யூவியா பிரிவில் சில சொட்டு மருந்துகள் அளித்து கண்களை லேசாக திறக்க வழி செய்யப்பட்டது. பின் பரிசோதித்தபோது அவர் செய்துகொண்ட அறுவை சிகிச்சையால் கண்களில் ஐரிஸ் சுருங்கி விரியும் தன்மையை இழந்து அதனால் கண் நீர் அழுத்தம் அதிகரித்திருப்பது தெரிய வந்தது. அதிக கண் நீர் அழுத்தத்தால் இரண்டு கண்களிலும் பார்வை முற்றிலும்

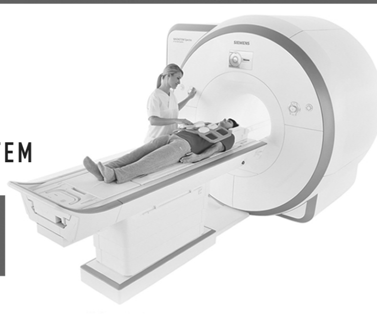
பறிபோய் இருந்தது. அந்த இளைஞருக்கு இனி பார்வை வருவதற்கான வாய்ப்பு இல்லை எனவும், வலி மற்றும் கண் கூச்சத்தைக் குறைப்பதற்கு மட்டும் சிகிச்சை அளிக்கலாம் என்றும் மருத்துவர்கள் தெரிவித்தனர்.

முழுப் பார்வைத் திறனுடன் நல்ல பணியில் இருந்த அந்த இளைஞர் முக அழகிற்காக செய்துகொண்ட அறுவை சிகிச்சை வாழ்க்கையில் மிகப்பெரும் மாற்றங்களை ஏற்படுத்தி விட்டது. முக அழகிற்காக எந்தவொரு சிகிச்சை மேற்கொள்வதற்கு முன்பும் அந்த சிகிச்சை உண்மையில் நமக்கு அவசியமா? அதனால் ஏதேனும் பக்க விளைவுகள் ஏற்படுமா? என்ற அனைத்து விவரங்களையும் தெளிவாக அலசி ஆராய்ந்து, ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட மருத்துவர்களிடம் கலந்தாலோசித்து முடிவு செய்யவேண்டும். அவசியம் ஏதும் இல்லாதபோது இதுபோன்ற அறுவை சிகிச்சைகளை மேற்கொள்ளாமல் இருப்பதே நல்லது.

**N. *துளசிதேவி, யூவியா பிரிவு,***
***அரவிந்த் கண் மருத்துவமனை, மதுரை***

**KGS Advanced MR & CT Scan**
One stop shop in CT, MR & USG / Doppler Imaging

ASIA'S FIRST
**3 TESLA MAGNETOM Spectra**
SIEMENS
**THE MOST ADVANCED MR IMAGING SYSTEM**



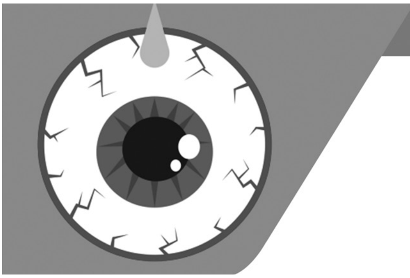
**CT Somatom AS Definition - Plus - XI Model With (426 Slices /Sec For Cardiac CT)**

**COMPACT | EFFICIENT | UNCOMPROMISED PERFORMANCE**

**Most Accurate & Fastest**

H.O.: 766, Annanagar, (Opp. Cini Priya Theatre) Madurai - 625020. Ph: (0452) 2524321, 2528929.
53-1/135, Annanagar, 1st East Cross Stret, Madurai - 625020. Ph: 98431 10069, 98431 65192.
B.O.: GH Road, Near Rupe Lodge, Ilangovadigal Street, Ramanathapuram - 623501. Ph: (04567) 228827.
B.O. : 346, Thiruchuli Road, Arupukottai - 626 101. Ph: (04566) 222022, 222265.

**www.kgsscans.com**



# உலர் கண்

நம்மில் சிலருக்கு கண்கள் சீக்கிரமாக உலர்ந்து போகும். ஒரு சில பாதுகாப்பு முறைகளை கடைபிடிப்பதன் மூலம் அவர்கள் இப்பாதிப்பு தீவிர நிலையை அடையாமல் தங்கள் கண்களை பாதுகாத்துக்கொள்ளலாம். அவற்றில் சில முறைகளை இங்கே காண்போம்.

**அறிகுறிகள்:**

சோர்வுற்ற கண்கள், எரிச்சல், அரிப்பு, ஒளிக் கூச்சம், மங்கலான பார்வை போன்றவை இதன் அறிகுறிகள் ஆகும்.

**கண்கள் உலராமல் காக்கும் முறைகள்:**

– உங்கள் கண்களுக்கு வெது வெதுப்பான ஒத்தடம் கொடுக்கவும். இது அடைப்பட்ட கண்ணீர் சுரப்பிகளில் இருக்கும் தடையை நீக்க உதவும்.

– உங்கள் கண் இமைகளை மிதமாக கழுவிச் சுத்தம் செய்யவும்.

– அடிக்கடி கண் சிமிட்டவும். கண் சிமிட்டுவதால் விழிக்கோளத்தின் பரப்பில் திரவம் பரவுகிறது. முறையாக கண் சிமிட்டுவதை வழக்கமாக்கிக் கொள்ளுங்கள். குறிப்பாக தொலைக்காட்சி பார்க்கும் போதும் வாசிக்கும் போதும் அல்லது கணினியில் வேலை செய்யும் போதும் கண் சிமிட்டுங்கள்.

– வெயிலில் இருந்து உங்கள் கண்களை பாதுகாத்துக் கொள்ள தரமான கருப்பு கண்ணாடி அணியவும்.

– புகைப்பிடிப்பதை தவிர்க்கவும், அல்லது புகைப்பிடிப்பவர்கள் அருகில் இருப்பதை நாம் தவிர்க்க வேண்டும். அதிகமான காற்றும் கூட உங்கள் கண்களை உலர வைக்கலாம். ஏ.சி. அறையில் அமரும் போது, அதன் எதிர்திசையில் அமர வேண்டாம்.

இந்த முறைகளை கடைப்பிடித்தால் கண்களை உலராமல் காக்கலாம்.

***- கோ. முருகராஜ், அரவிந்த் கம்யூனிகேஷன்ஸ்***

## நவீன கண்புரை அறுவை சிகிச்சை

ஃபெம்டோ லேசர் ஒளிக்கதிர்களைச் செலுத்தி, கத்தியின்றி மிகச் சிறிய அளவில் துளையிட்டு பாதிக்கப்பட்ட லென்ஸ் நீக்கப்படுகிறது. பின்னர் கண்களுக்கு பாதிப்பு ஏற்படுத்தாத செயற்கை லென்ஸ் வைத்து அறுவை சிகிச்சை செய்யப்படுகிறது.

**ஃபெம்டோ லேசர் அறுவை சிகிச்சையால் ஏற்படும் நன்மைகள்:**

– கத்தியின்றி லேசர் முறையில் மிகச் சிறிய துளை (2 முதல் 2.8 மி.மீ) இடப்படுவதால் விரைவில் காயம் ஆறிவிடும்.

– மிக அரிதாகவே தையல் தேவைப்படும் என்பதால் அது சார்ந்த பாதிப்புகளும் இருக்காது.

– சரியான அளவில் லேசர் கணக்கிடப்பட்டு கண்புரை நீக்கப்படுவதால் அறுவை சிகிச்சைக்குப் பின்பு ஏற்படும் பாதிப்புகள் மற்ற அறுவை சிகிச்சை முறைகளுடன் ஒப்பிடும்போது மிக மிகக் குறைவே.

– மிகச் சில நாட்கள் ஓய்வு மட்டுமே தேவைப்படும். தெளிவான பார்வையும் விரைவில் கிடைக்கும். ஒரு வாரத்திற்குப் பின் புத்தகம் படிக்கலாம் மற்றும் டி.வி பார்க்கலாம்.

– அடிக்கடி மறு பரிசோதனை செய்துகொள்ள வேண்டிய அவசியம் ஏற்படாது.

*- பாக்கியலெட்சுமி & பங்கஜராணி,*
*அரவிந்த் கண் மருத்துவமனை, திருநெல்வேலி*

## உங்கள் கவனத்திற்கு ...

128XXX 08/07/2019 Ph.:9487XXXXX5
RaXXXXXX
No.1XXX
XXXXXXX Colony,
XXXXXXXXXX Madurai-625016
MADURAI, TAMIL NADU

இதழின் மேலே இடம்பெற்றுள்ள உங்கள் முகவரி உள்ள ஸ்டிக்கரை பார்த்து உங்கள் சந்தா முடிவடையும் மாதத்தைத் தெரிந்து கொள்ளலாம்.
இந்த மாதத்துடன் சந்தா முடிவடையும் நிலையில் உள்ளவர்கள் சந்தாத் தொகையை அனுப்பி வைக்கவும்.

# உயர் ரத்த அழுத்தம்!

உலகளவில் உயிருக்கு ஆபத்தை விளைவிக்கக்கூடிய நோய்கள் ஏற்பட முக்கியக் காரணங்களுள் ஒன்றாக உயர் ரத்த அழுத்தம் உள்ளது. ரத்த அழுத்தத்தை விரைவில் கண்டறிந்து சிகிச்சை பெறுவதன் மூலமும் நமது வாழ்வியல் முறைகளை மாற்றுவதன் மூலமும் இப்பாதிப்பு தீவிரமடையாமல் பார்த்துக்கொள்ள முடியும். உயர் ரத்த அழுத்தத்தால் பாதிக்கப்பட்ட மக்கள் பெரும்பாலும் இந்நோய் தனக்கு இருப்பது குறித்து அறியாமலேயே தீவிர உடல் பாதிப்புகளுக்கு உள்ளாகின்றனர். நாற்பது வயதிற்கு மேற்பட்ட அனைவரும் கண்டிப்பாக ரத்த அழுத்த பரிசோதனையை ஆறு மாதத்திற்கு ஒரு முறை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

சர்க்கரை நோயைப்போலவே உயர் ரத்த அழுத்தத்தினாலும் கண் நரம்புகள் பாதிக்கப்படும். எனவே உயர் ரத்த அழுத்தம் உள்ளவர்கள் தங்கள் கண்களை தொடர் பரிசோதனை செய்துகொள்வது அவசியம்.

**உயர் ரத்த அழுத்தத்தைக் கட்டுபடுத்த சில வழிமுறைகள்:**

- புகை பிடிப்பதையும் மது அருந்துவதையும் முற்றிலுமாகத் தவிர்க்கவும்.
- உணவில் உப்பு அதிகம் பயன்படுத்துவதைக் குறைக்க வேண்டும்.
- கொழுப்பு நிறைந்த உணவுகளை குறிப்பாக துரித உணவு வகைகளைத் தவிர்த்து காய்கறிகள் மற்றும் பழங்கள் நிறைந்த உணவு உண்ணுவதை வழக்கமாக்கிக் கொள்ளவும்.
- சரியான உடல் எடையுடன் ஆரோக்கியமாக இருக்க உடற் பயிற்சிகள் மேற்கொள்வதை வழக்கமாக்கிக்கொள்ள வேண்டும்.
- ரத்தத்தில் இருக்கும் சர்க்கரை மற்றும் கொழுப்பின் அளவை தொடர்ந்து பரிசோதனை செய்து அவை கட்டுப்பாட்டில் இருக்குமாறு பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும். ரத்த அழுத்தம் இருப்பின் அதற்கென மருத்துவர் பரிந்துரைத்த மாத்திரைகளை தவறாமல் உட்கொள்ளவும்.

*- திவ்யா ரமேஷ், அரவிந்த் கம்யூனிகேஷன்ஸ்*

# கண் மாற்று அறுவை சிகிச்சை குறித்த விழிப்புணர்வின் அவசியம்!

செல்வம் என்ற சிறுவனை அவனது உறவினர்கள் அரவிந்திற்கு அழைத்து வந்திருந்தனர். சில நாட்களுக்கு முன் நண்பர்களுடன் பம்பரம் விளையாடியபோது அது செல்வத்தின் கண்களில் பட்டுவிட்டது. மிகுந்த வலியில் துடித்த செல்வத்தை கண் மருத்துவமனைக்கு அழைத்துச் சென்றபோது கண் நரம்பு அதிக சேதமடைந்துள்ளதால் பார்வை வர வாய்ப்பில்லை என மருத்துவர்கள் கூறியுள்ளனர். செல்வத்தின் தாயோ தந்தையோ அரவிந்திற்கு அவனுடன் வரவில்லை. அதற்கான காரணம் அதிர்ச்சியாகவும் வருத்தமாகவும் இருந்தது. மகனுக்குத் தன் கண்களை தானமாகக் கொடுத்துப் பார்வையளிப்பதற்காக செல்வத்தின் தந்தை தற்கொலை செய்துள்ளார். அதனாலேயே அவனது தாயும் உடன் வரவில்லை என உறவினர்கள் கூறினர். இதைக் கேட்டபோது கண் தானத்தின் தேவை, முக்கியத்துவத்தோடு சேர்த்து கண்தானம் என்பது என்ன? கண் மாற்று அறுவை சிகிச்சையின் மூலமாக யாரெல்லாம் பயன்பெற இயலும் என்ற விழிப்புணர்வையும் மக்களிடையே ஏற்படுத்த வேண்டியதன் அவசியம் நமக்குப் புரிகிறது. **கண்களில் இருக்கும் கருவிழி பாதிப்படைந்து பார்வையிழந்தவர்களுக்கு மட்டுமே கண் மாற்று அறுவை சிகிச்சையினால் மீண்டும் பார்வையளிக்க முடியும்.** விழித்திரை, பார்வை நரம்பு மற்றும் பார்வைத்தட்டு போன்றவை பாதிக்கப்பட்டிருந்தால் அதற்கு கண் மாற்று அறுவை சிகிச்சை தீர்வாகாது.

- *'கண் ஒளி'* குழு

## கண்தானம் செய்த வள்ளல்கள்

2019 ஆம் ஆண்டு மே மாதம், அரவிந்த் ஒருங்கிணைந்த கண் வங்கி சேவைகள் மூலம் கண்களைத் தானமாக அளித்தவர்களின் எண்ணிக்கை: 243

## கண்தானம் செய்வதற்கு, தொடர்புகொள்ள . . .

**அரவிந்த் கண் வங்கிகள்**

| | |
|---|---|
| மதுரை | – 0452–4356100 |
| திருநெல்வேலி | – 0462–4356100 |
| கோயம்புத்தூர் | – 0422–4360400 |
| பாண்டிச்சேரி | – 0413–2619100 |

**அரவிந்த் கண் சேகரிப்பு மையங்கள்**

| | |
|---|---|
| திண்டுக்கல் | – 0451–2448100 |
| தேனி | – 04546–252658 |
| சேலம் | – 0427–2356100 |

**அரவிந்த் கண்தான மையம்**

கும்பகோணம் – 98428 20007

# அரவிந்த் இலவச கண் பரிசோதனை முகாம்கள்

| மதுரை அரவிந்த் கண் மருத்துவமனை சார்பாக நடத்தப்படும் முகாம்கள் | | |
|---|---|---|
| **நாள்** | **முகாம் நடைபெறும் ஊர், மாவட்டம் (மா)** | **முகாம் நடைபெறும் இடம்** |
| பிரதி மாதம் முதல் ஞாயிறு | திருப்பரங்குன்றம், மதுரை (மா) | மாதா அமிர்தானந்தமயி மடம் |
| பிரதி மாதம் மூன்றாவது சனி | கடவூர், கரூர் (மா) | இன்பசேவா சங்கம் டிரெயினிங்செல் |
| பிரதி மாதம் மூன்றாவது ஞாயிறு | ஆத்திக்குளம், மதுரை (மா) | ராமகிருஷ்ண மடம், ரிசர்வ் லைன் |
| பிரதி மாதம் கடைசி சனி | T. கல்லுப்பட்டி, மதுரை (மா) | அய்யனார் கல்யாண மஹால் |
| பிரதி மாதம் கடைசி சனி | வளநாடு, திருச்சி (மா) | இராமரத்தினா கல்யாண மஹால் |
| பிரதி மாதம் கடைசி ஞாயிறு | கும்பகோணம், தஞ்சாவூர் (மா) | சரஸ்வதி பாடசாலை பள்ளி |
| 4.7.19 | பள்ளத்தூர், சிவகங்கை (மா) | A.M.M.மருத்துவமனை |
| 6.7.19 | கள்ளிக்குடி, மதுரை (மா) | அஸ்சீபா கேம்பஸ் |
| 7.7.19 | பட்டீஸ்வரம், தஞ்சாவூர் (மா) | அரசு மே.நி.பள்ளி |
| 7.7.19 | ஆலவயல், புதுக்கோட்டை (மா) | அரசு மே.நி.பள்ளி |
| 7.7.19 | புளியம்பட்டி, விருதுநகர் (மா) | APTSMPS மெட்ரிக் பள்ளி |
| 13.7.19 | கீழக்கரை, இராமநாதபுரம் (மா) | இஸ்லாமியா பள்ளி |
| 14.7.19 | காரைக்குடி, சிவகங்கை (மா) | ஆயிரம் வைசியர் மண்டபம் |
| 14.7.19 | அத்திப்பட்டி, மதுரை (மா) | RM.P.S.இராமைய்யா நாடார் மே.நி.பள்ளி |
| 14.7.19 | திருவளர்சோலை, திருச்சி (மா) | சீரடி சாய் பவுண்டேஷன் |
| 14.7.19 | மல்லி, விருதுநகர் (மா) | அரசு மே.நி.பள்ளி |
| 15.7.19 | எரியோடு, திண்டுக்கல் (மா) | அரசு ந.நி.பள்ளி |
| 20.7.19 | அணைகாடு, தஞ்சாவூர் (மா) | செயின்ட் சேவியர் மே.நி.பள்ளி |
| 20.7.19 | பாலமேடு, மதுரை (மா) | பஞ்சாயத்து யூனியன் பள்ளி |
| 21.7.19 | பெருமகளூர், தஞ்சாவூர் (மா) | அரசினர் பள்ளி |
| 21.7.19 | விருதுநகர் (மா) | விஸ்வேஷ்வரா கல்யாண மஹால் |
| 21.7.19 | தேவகோட்டை, சிவகங்கை (மா) | ஸ்ரீ யாகம்மை கல்யாண மஹால் |
| 21.7.19 | காட்டூர், திருச்சி (மா) | V.M.மஹால் |

| | | |
|---|---|---|
| 27.7.19 | அப்பன் திருப்பதி, மதுரை (மா) | வைகை வட்டார களஞ்சியம் அலுவலகம் |
| 28.7.19 | பார்த்திபனூர், இராமநாதபுரம் (மா) | கிரசென்ட் மெட்ரிக் பள்ளி |
| 28.7.19 | இராயவரம், புதுக்கோட்டை (மா) | செங்குடையர் கருப்பர் மஹால் |
| பாண்டிச்சேரி அரவிந்த் கண் மருத்துவமனை சார்பாக நடத்தப்படும் முகாம்கள் | | |
| பிரதி மாதம் முதல் சனி | செங்கம், திருவண்ணாமலை (மா) | கணேசர் திருமண மஹால் |
| பிரதி மாதம் முதல் ஞாயிறு | திருவண்ணாமலை (மா) | கார்மல் மெட்ரிக் பள்ளி |
| பிரதி மாதம் மூன்றாவது ஞாயிறு | செய்யார், திருவண்ணாமலை (மா) | அரசு ஆண்கள் மேல்நிலைப் பள்ளி |
| பிரதி மாதம் பிரதி மாதம் பூசம் அன்று | வடலூர், கடலூர் (மா) | வள்ளலார் குருகுலம் பள்ளி |
| 6.7.19 | ஆவலூர்பேட்டை, விழுப்புரம் (மா) | RAB கல்யாண மஹால் |
| 7.7.19 | உப்புவேலூர், விழுப்புரம் (மா) | அரசு ந.நி.பள்ளி |
| 7.7.19 | கொமராச்சி, கடலூர் (மா) | பஞ்சாயத்து யூனியன் பள்ளி |
| 7.7.19 | கொள்ளிடம், நாகை (மா) | சீனிவாசா மெட்ரிக் உயர்நிலைப்பள்ளி |
| 13.7.19 | காலமருதூர், விழுப்புரம் (மா) | அரசு ந.நி.பள்ளி |
| 13.7.19 | கண்ணமங்களம், திருவண்ணாமலை (மா) | குமார ஆச்சாரியார் கல்யாண மஹால் |
| 13.7.19 | மங்கநல்லூர், நாகை (மா) | K.S.O. பள்ளி |
| 14.7.19 | நாகை (மா) | அரசு பெண்கள் மே.நி.பள்ளி |
| 15.7.19 | அங்கனூர், அரியலூர் (மா) | அரசு உயர்நிலைப்பள்ளி |
| 20.7.19 | ரெட்டியூர், கடலூர் (மா) | அரசு மே.நி.பள்ளி |
| 20.7.19 | ஆலங்குப்பம், , விழுப்புரம் (மா) | அருள்கொடி பள்ளி |
| 21.7.19 | கள்ளகுறிச்சி, விழுப்புரம் (மா) | நாகப்பிள்ளை கல்யாண மஹால் |
| 21.7.19 | மணலூர்பேட்டை, விழுப்புரம் (மா) | பஞ்சாயத்து யூனியன் பள்ளி |
| 21.7.19 | ஆயக்காரன்புலம் – 2, நாகை (மா) | இரா.நடேசனார் அரசு மே.நி.பள்ளி |
| 21.7.19 | காரைக்கால், பாண்டிச்சேரி (மா) | தந்தை பெரியார் மே.நி.பள்ளி |
| 24.7.19 | தெள்ளாறு, திருவண்ணாமலை (மா) | கிங் நந்திவர்மனா ஆர்ட்ஸ் கல்லூரி |
| 24.7.19 | மேலையூர், நாகை (மா) | சீனிவாசா மே.நி.பள்ளி |
| 28.7.19 | விழுப்புரம் (மா) | ABD ஹால் |
| 28.7.19 | தனிப்பாடி, திருவண்ணாமலை (மா) | அரசு மே.நி.பள்ளி |

| | | |
|---|---|---|
| 28.7.19 | பண்ருட்டி, கடலூர் (மா) | திருவள்ளுவர் பிரைமரி பள்ளி |
| 28.7.19 | மணல்மேடு, நாகை (மா) | அரசு பெண்கள் மே.நி.பள்ளி |
| திருநெல்வேலி அரவிந்த் கண் மருத்துவமனை சார்பாக நடத்தப்படும் முகாம்கள் | | |
| பிரதி மாதம் முதல் புதன் கிழமை | கன்னியாகுமரி (மா) | விவேகானந்த கேந்திரா ஹால் |
| பிரதி மாதம் முதல் சனி | சிந்தாமணி, திருநெல்வேலி (மா) | R.C. பள்ளி |
| பிரதி மாதம் முதல் ஞாயிறு | வடசேரி, கன்னியாகுமரி (மா) | S.M.R.V பள்ளி |
| பிரதி மாதம் இரண்டாம் ஞாயிறு | R.R. நகர், விருதுநகர் (மா) | ஸ்ரீராம் நர்சரி & பிரைமரி ஸ்கூல் |
| பிரதி மாதம் மூன்றாவது ஞாயிறு | தென்காசி, திருநெல்வேலி (மா) | சுப்புராஜா மஹால் |
| பிரதி மாதம் மூன்றாவது ஞாயிறு | ஆலங்குளம், திருநெல்வேலி (மா) | அரசு பள்ளி |
| 7.7.19 | ஆழ்வார்குறிச்சி, திருநெல்வேலி(மா) | TDTA பள்ளி |
| 7.7.19 | ஆனந்தபுரம், தூத்துக்குடி (மா) | ரஞ்சி ஆரோன் ITI |
| 7.7.19 | கலிங்கப்பட்டி, திருநெல்வேலி (மா) | யூனியன் பள்ளி |
| 13.7.19 | சேர்தலா, ஆலப்பி (மா) | S.N.பாரலேல் கல்லூரி |
| 14.7.19 | கீழபாவூர், திருநெல்வேலி (மா) | A.V.பள்ளி |
| 14.7.19 | கடம்பூர், தூத்துக்குடி (மா) | நாடார் மே.நி.பள்ளி |
| 20.7.19 | தெற்கு விஜயநாராயணம், திருநெல்வேலி (மா) | Rect பாலிடெக்னிக் |
| 28.7.19 | கோவில்பட்டி, தூத்துக்குடி (மா) | செயின்ட் பால் பள்ளி |
| 28.7.19 | சுரண்டை, திருநெல்வேலி (மா) | ஜெயேந்திரா பள்ளி |
| 28.7.19 | கல்லுவதாக்கல், கொல்லம் (மா) | அரசு UPS பள்ளி |
| 28.7.19 | ஏர்வாடி, திருநெல்வேலி (மா) | அரசு பெண்கள் மே.நி.பள்ளி |
| கோயம்புத்தூர் அரவிந்த் கண் மருத்துவமனை சார்பாக நடத்தப்படும் முகாம்கள் | | |
| பிரதி மாதம் முதல் மற்றும் மூன்றாவது வியாழக்கிழமை | தேவராயன்பாளையம், திருப்பூர் (மா) | AKVN மருத்துவமனை |
| பிரதி மாதம் முதல் சனி | தருமபுரி (மா) | ரோட்டரி ஹால், தருமபுரி |

| | | |
|---|---|---|
| பிரதி மாதம் முதல் ஞாயிறு | சாம்ராஜ்நகர் (மா) | அரசு மருத்துவமனை, சாம்ராஜ் நகர் |
| பிரதி மாதம் முதல் ஞாயிறு | கொப்பம், பாலக்காடு (மா) | லயன்ஸ் பள்ளி |
| பிரதி மாதம் முதல் ஞாயிறு | மேட்டுப்பாளையம், கோயம்புத்தூர் (மா) | ஜெயின் சங்கம் |
| பிரதி மாதம் முதல் ஞாயிறு | கோபிசெட்டிபாளையம், ஈரோடு (மா) | சின்ன வைரவிழா தொடக்கப்பள்ளி |
| பிரதி மாதம் இரண்டாம் சனி | உடுமலைப்பேட்டை, திருப்பூர் (மா) | லயன்ஸ் ஹால் |
| பிரதி மாதம் இரண்டாம் சனி | தருமபுரி (மா) | சந்திரபாலசுப்பிரமணியம் மெ.பள்ளி |
| பிரதி மாதம் இரண்டாம் சனி | சத்தியமங்கலம், ஈரோடு (மா) | ரோட்டரி ஹால் |
| பிரதி மாதம் இரண்டாம் சனி | நஞ்சன்கூடு, மைசூர் (மா) | டவுன் டென்னிஸ் கிளப் |
| பிரதி மாதம் இரண்டாம் ஞாயிறு | ஈரோடு (மா) | செங்குந்தர் ஆண்கள் மே.நி.பள்ளி |
| பிரதி மாதம் மூன்றாவது வெள்ளி | பொள்ளாச்சி, கோயம்புத்தூர் (மா) | லயன்ஸ் ஹால் |
| பிரதி மாதம் மூன்றாம் ஞாயிறு | திருப்பூர் (மா) | லயன்ஸ் ஹால் |
| பிரதி மாதம் கடைசி சனி | ஹன்சூர், மைசூர் (மா) | SLR சமுதாயக் கூடம் |
| பிரதி மாதம் கடைசி ஞாயிறு | ஊட்டி, நீலகிரி (மா) | CSI ஹோபர்ட் பள்ளி |
| பிரதி மாதம் மூன்றாம் ஞாயிறு | கொள்ளேகால், சாம்ராஜ்நகர் (மா) | அரசு தாலுகா தலைமை மருத்துவனை |
| பிரதி மாதம் மூன்றாம் ஞாயிறு | பட்டம்பி, பாலக்காடு (மா) | வியாபாரி பவன் டிரஸ்ட் |
| 7.7.19 | சூலகிரி, கிருஷ்ணகிரி (மா) | அரசு எலிமென்டரி பள்ளி |
| 12.7.19 | தெர்கினம்பி, சாம்ராஜ்நகர் (மா) | PHC அரசு மருத்துவமனை |
| 14.7.19 | கனியூர், கோயம்புத்தூர் (மா) | லெட்சுமி மிஷின் ஒர்க்ஸ் யூனிட்–2 |
| 14.7.19 | ஹீல்ஹல்லி, மைசூர் (மா) | அரசு உயர்நிலைபள்ளி |
| 14.7.19 | ராயகோட்டை, கிருஷ்ணகிரி (மா) | அரசு மே.நி.பள்ளி |
| 20.7.19 | ராமபுரா, சாம்ராஜ்நகர் (மா) | PHC அரசு மருத்துவமனை |

| | | |
|---|---|---|
| 21.7.19 | வெள்ளாலர், கோயம்புத்தூர் (மா) | அரசனன் விநாயகர் கோவில் மண்டபம் |
| 21.7.19 | பெரியநாயக்கன்பாளையம், கோயம்புத்தூர் (மா) | கோபால்சாமி கல்யாண மஹால் |
| 21.7.19 | நல்லம்பள்ளி, தருமபுரி (மா) | விஜய் வித்யாலயா ஆர்ட்ஸ் கல்லூரி |
| 28.7.19 | ஒசூர், கிருஷ்ணகிரி (மா) | RV ஆண்கள் மே.நி.பள்ளி |
| 28.7.19 | பகலூர், கிருஷ்ணகிரி (மா) | அரசு மே.நி.பள்ளி |
| 28.7.19 | ஹல்லநரசிபுரா, ஹாசன் (மா) | ஸ்ரீ வாசவி கிட்ஸ் ஸ்கூல் |
| தேனி அரவிந்த் கண் மருத்துவமனை சார்பாக நடத்தப்படும் முகாம்கள் | | |
| 6.7.19 | கண்டமனூர், தேனி (மா) | சமுதாயக்கூடம் |
| 7.7.19 | சிலுக்குவார்பட்டி, திண்டுக்கல் (மா) | ஊராட்சி ஒன்றிய பள்ளி |
| 13.7.19 | ஓடைப்பட்டி, தேனி (மா) | ஊராட்சி ஒன்றிய பள்ளி |
| 14.7.19 | பட்டிவீரன்பட்டி, திண்டுக்கல் (மா) | நாடார் திருமண மண்டபம் |
| 21.7.19 | கூடலூர், தேனி (மா) | NSKP காமாட்சியம்மாள் துவக்கப்பள்ளி |
| 21.7.19 | அன்னஞ்சி, தேனி (மா) | நோவன் ஆங்கிலப்பள்ளி |
| 27.7.19 | வருசநாடு, தேனி (மா) | ஊராட்சி ஒன்றிய பள்ளி |
| 28.7.19 | ராஜதானி, தேனி (மா) | ஊராட்சி ஒன்றிய பள்ளி |
| சேலம் அரவிந்த் கண் மருத்துவமனை சார்பாக நடத்தப்படும் முகாம்கள் | | |
| பிரதி மாதம் இரண்டாம் ஞாயிறு | செவ்வாய்பேட்டை, சேலம் (மா) | ஜெயின் மிஷன் மருத்துவமனை |
| பிரதி மாதம் கடைசி ஞாயிறு | நாராயணநகர், சேலம் (மா) | ஜெயின் யூத் மருத்துவமனை |
| சென்னை அரவிந்த் கண் மருத்துவமனை சார்பாக நடத்தப்படும் முகாம்கள் | | |
| பிரதி மாதம் முதல் ஞாயிற்றுக்கிழமை | ராணிபேட், காஞ்சிபுரம் (மா) | ஆதிபராசக்தி கோவில் சக்திபீடம் |
| 2 மாதங்களுக்கு ஒருமுறை (முதல் ஞாயிற்றுக் கிழமை) | கலவை, காஞ்சிபுரம் (மா) | வெஸ்ட்(மேற்கு) பிரைமரி பள்ளி |
| 10.07.19 | வாலாஜாபாத், காஞ்சிபுரம் (மா) | SMBT அலுவலகம் |
| 14.07.19 | செங்குன்றம், திருவள்ளூர் (மா) | காமராஜர் கல்யாண மண்டபம் |
| 17.07.19 | சாலவாக்கம், காஞ்சிபுரம் (மா) | SMBT அலுவலகம் |
| 18.07.19 | உத்திரமேரூர், காஞ்சிபுரம் (மா) | SMBT அலுவலகம் |
| 24.07.19 | திருப்போரூர், காஞ்சிபுரம் (மா) | கம்யூனிட்டி ஹால் |