വാർത്തകളിലൂടെ...

ഒക്ടോബർ 15

* 34-ാമത് ജാർഖണ്ഡ് ദേശീയ ഗയിംസ് മാറ്റിവച്ചതായി ഒളിമ്പിക്സ് അസോസിയേഷൻ പ്രസിഡൻറ് സുരേഷ് കൽമാഡി അറിയിച്ചു. ജാർഖണ്ഡിൽ നിയമസഭാ തെരഞ്ഞെടുപ്പ് നടക്കാനിരിക്കുന്നതിനെ തുടർന്നാണ് ഗയിംസ് മാറ്റിവച്ചത്.

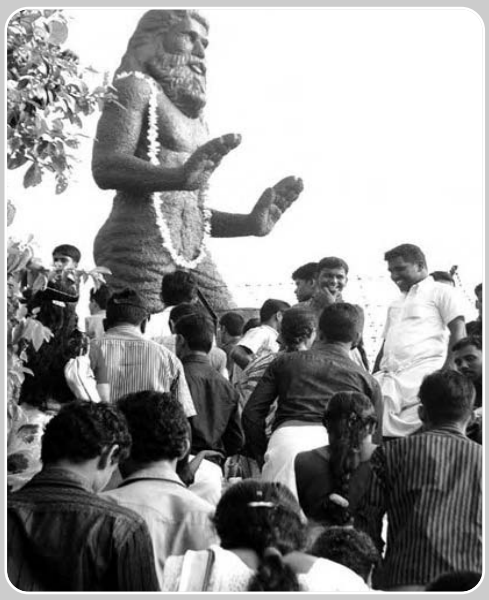
* തിന്മയുടെ മേൽ നന്മ നേടിയ വിജയത്തിന്റെ സ്മരണ പുതുക്കുന്ന ദീപാവലി ആഘോഷിക്കുന്നതിന് അമേരിക്കൻ പ്രസിഡന്റ് ബരാക് ഒബാമയും. വൈറ്റ്ഹൗസിൽ നടന്ന പ്രത്യേക ചടങ്ങിൽ ഒബാമ വെള്ളിവിളക്കിൽ ദീപം തെളിയിച്ചതോടെയാണ് അമേരിക്കയിലെ ദീപാവലി ആഘോഷങ്ങൾക്ക് തുടക്കമായത്.

അമേരിക്കയുടെ ചരിത്രത്തിൽ തന്നെ ആദ്യമായാണ് ഒരു യു.എസ് പ്രസിഡന്റ് ദീപാവലി ആഘോഷങ്ങൾ സംഘടിപ്പിക്കുന്നത്.

ദീപാലംകൃതമായ വൈറ്റ്ഹൗസിൽ ഇന്ത്യൻ പുരോഹിതരുടെ സാന്നിധ്യത്തിൽ മന്ത്രോച്ചാരണങ്ങളും, പ്രാർത്ഥനയും നടന്നു. ചടങ്ങിൽ ബരാക് ഒബാമ, ലോകത്തുള്ള എല്ലാ ഹൈന്ദവ വിശ്വാസികൾക്കും ദീപാവലി ആശംസകൾ നേർന്നു.

ഒക്ടോബർ 16

* ആരാധകരെ പ്രതീക്ഷയുടെ മുൾമുനയിൽ നിർത്തിയിരുന്ന മമ്മൂട്ടി-എം. ടി - ഹരിഹരൻ ടീമിന്റെ പഴശ്ശിരാജ തിയേറ്ററുകളിലെത്തി.. മമ്മൂട്ടിയാണ് വീര കേരള പഴശ്ശിയായി അഭിനയിയ്ക്കുന്നത്. പഴശ്ശിരാജാവിന്റെ കരുത്തനായ സേനാനായകൻ ഇടച്ചേന കുങ്കനായി തമിഴ് ആക്ഷൻ ഹീറോ ശരത്കുമാറും ഗറില്ലായുദ്ധമുറകൾക്കായി ആദിവാസി സംഘ

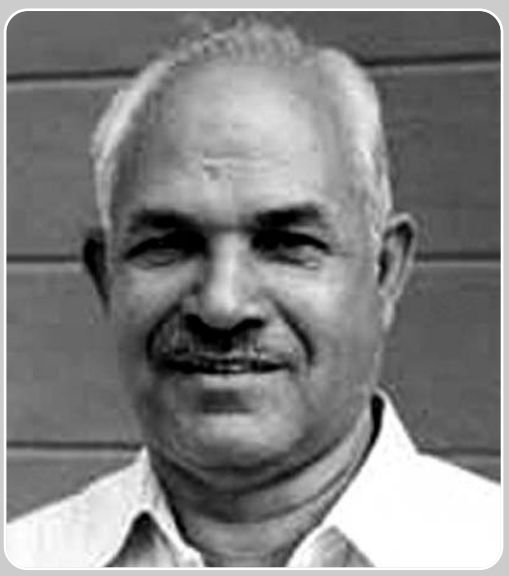


ത്തെ ഒരുക്കുന്ന തലയ്ക്കൽ ചന്തുവായി മനോജ്. കെ ജയനും വേഷമിടുന്നു. പഴശ്ശിയുടെ ഭാര്യയും പുകൾപെറ്റ സുന്ദരിയുമായ കൈതേരി മാക്കമാകുന്നത് നടി കനിഹയാണ്. വനിതാകുറിച്യപ്പോരാളിയായി പ്രമുഖതാരം പദ്മപ്രിയയും വേഷമിടുന്നു. പ്രശസ്ത തെലുങ്ക് താരം സുമൻ, തിലകൻ, ദേവൻ, സുരേഷ് കൃഷ്ണ, ക്യാപ്റ്റൻ രാജു എന്നിവർക്കൊപ്പം വയനാട്ടിലെ ആദിവാസി വിഭാഗമായ കുറിച്യരും വിദേശ താരങ്ങളും വേഷമിടുന്നുണ്ട്.

ഒക്ടോബർ 19

* ടെറിട്ടോറിയൽ ആർമിയുടെ 60-ാം വാർഷികാഘോഷത്തോടനുബന്ധിച്ച് ഡൽഹിയിൽ നടത്തിയ പരേഡിൽ ലഫ്റ്റനന്റ് കേണൽ പദവി ലഭിച്ച മോഹൻലാലും പങ്കെടുത്തു. ഭാര്യാ സമേതനായാണ് അദ്ദേഹം എത്തിയത്. പരേഡിൽ പ്രതിരോധമന്ത്രി എ.കെ. ആന്റണി അഭിവാദ്യം സ്വീകരിച്ചു.

* പറയിപെറ പന്തിരുകുലത്തിലെ നാറാണത്തു ഭ്രാന്തന്റെ പുണ്യം തേടി പതിനായിരങ്ങൾ രായിരനെല്ലൂർ മലകയറി. തുലാമാസത്തിലെ ക



ടുത്ത മഞ്ഞിനെ അവഗണിച്ച് പുലർച്ചെ തന്നെ ജനങ്ങൾ രായിരനെല്ലൂർ മലയിലേക്ക് പ്രവഹിച്ചു. ഈ വർഷം തുലാം സംക്രമം ശനിയാഴ്ച ഉദയത്തിന് ശേഷമായതുകൊണ്ട് മലകയറ്റം തുലാം രണ്ടാം തീയതിയിലേക്ക് മാറ്റുകയായിരുന്നു. എങ്കിലും ശനിയാഴ്ചയും ഭക്തർ മലകയറാൻ എത്തിയിരുന്നു. പുലർച്ചെ തുടങ്ങിയ ഭക്തരുടെ മലകയറ്റം ഉച്ചവരെയും നീണ്ടു. തൃശൂർ, മലപ്പുറം, പാലക്കാട്, കോഴിക്കോട് എന്നീ ജില്ലകളിൽ നിന്ന് പുലർച്ചെ തന്നെ ഭക്തർ രായിരനെല്ലൂരിലെത്തിയിരുന്നു. ഒരു തുലാംമാസം ഒന്നാം തീയതി കല്ലുരുട്ടി മലമുകളിലെത്തിയ നാറാണത്തു ഭ്രാന്തൻ മലമുകളിൽ ഊഞ്ഞാലാടുകയായിരുന്ന ദുർഗാദേവിയെ ദർശിച്ചുവെന്നും നാറാണത്തു ഭ്രാന്തനെ കണ്ടതും ദേവി നിലത്തിറങ്ങി അപ്രത്യക്ഷമായെന്നുമാണ് ഐതിഹ്യം. ഈ ദിവസം രായിരനെല്ലൂർ മലകയറുന്നത് പുണ്യകർമ്മമായാണ് ഭക്തർ കരുതുന്നത്.

ഒക്ടോബർ 20

* മുൻ എം.എൽ.എയും സി.പി.എം ജില്ലാ സെക്രട്ടറിയും സംസ്ഥാന കമ്മിറ്റിയംഗവുമായിരുന്ന എം. സത്യനേശൻ (75) അന്തരിച്ചു. ഹൃദയസംബന്ധമായ അസുഖത്തെത്തുടർന്നാണ് അന്ത്യം. അസുഖം മൂർച്ചരിച്ചതിനെത്തുടർന്നാണ് നെയ്യാറ്റിൻകരയിലെ സ്വകാര്യ ആശുപത്രിയിൽ പ്രവേശിപ്പിച്ചത്. ഒക്ടോബർ 10 മുതൽ തിരുവനന്തപുരം മെഡിക്കൽ കോളേജ് ആശുപത്രിയിൽ ചികിത്സയിലായിരുന്നു.

മാനുവേൽ, മറിയമ്മ ദമ്പതികളുടെ മകനായി ജനിച്ച സത്യനേശൻ 15ാം വയസിലാണ് രാഷ്ട്രീയരംഗത്തേക്ക് പ്രവേശിച്ചത്. നാഗർകോവിൽ സൗത്ത് ട്രാവൻകൂർ ഹിന്ദുകോളേജിൽ നിന്ന് എം.എ ബിരുദം നേടി. 27 വർഷം കൊല്ലത്തിൽ പഞ്ചായത്ത് പ്രസിഡന്റായിരുന്നു. 9 തവണ പാറശ്ശാലമണ്ഡലത്തിൽ നിന്ന് നിയമസഭയിലേക്ക് മത്സരിച്ചിട്ടുണ്ട്. 70,77,87 വർഷങ്ങളിൽ എം.എൽ.എയായി തിരഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ടു. 70 ൽ കുഞ്ഞുകൃഷ്ണൻ നാടാരെയും 77 ലും 87 ലും സുന്ദരം നാടാരെയുമാണ് പരാജയപ്പെടുത്തിയത്. 91 മുതൽ 2002 വരെ സി.പി.എം ജില്ലാ സെക്രട്ടറിയായിരുന്നു. അടിയന്തരാവസ്ഥകാലത്ത് 4 മാസം ജയിൽശിക്ഷ അനുഭവിച്ചിട്ടുണ്ട്. കാസർകോടുമുതൽ പാറശ്ശാലവരെ എ.കെ.ജിയുടെ നേതൃത്വത്തിൽ സംഘടിപ്പിച്ച കർഷകജാഥയിൽ പങ്കെടുത്തിരുന്നു.

* മുഖ്യമന്ത്രി വി.എസ്. അച്യുതാനന്ദന് ഇത് 87ാം പിറന്നാൾ. ഇത്തരം ആഘോഷങ്ങളിൽ വിശ്വസിക്കാത്ത മുഖ്യമന്ത്രി രാവിലെമുതൽ ഔദ്യോഗികപരിപാടികളുമായി തിരക്കിലായിരുന്നു. എ.കെ.ജി ഹാളിൽ രാവിലെ എൻ.ജി.ഒ യൂണിയന്റെ കൺവെൻഷൻ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്ത അദ്ദേഹം പിന്നീട് സി.പി.എം ജില്ലാ സെക്രട്ടറിയായിരുന്ന എം.സത്യനേശന്റെ മൃതദേഹത്തിൽ അന്ത്യാഞ്ജലി അർപ്പിച്ചു. തിരുവനന്തപുരം നഗരസഭയുടെ ആരോഗ്യസുരക്ഷാപദ്ധതിയുടെ ഉദ്ഘാടനം നാലുമണിക്ക് നിർവഹിച്ച മുഖ്യമന്ത്രി അഞ്ചുമണിക്ക് ദേശീയപാതാ നിർമ്മാണവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട ഉന്നതതലയോഗത്തിൽ പങ്കെടുത്തു. പിറന്നാൾ സ്പെഷ്യൽ എന്നത് ഉച്ചയ്ക്കുള്ള സേമിയാപായസം മാത്രമാണെന്ന് വി.എസിന്റെ ഭാര്യ വസുമതി പറഞ്ഞു. ബാക്കിയെല്ലാം പതിവുപോലെ.

ഒക്ടോബർ 24

* ശരീരത്തിൽ അറബി വാക്കുകൾ പ്രത്യക്ഷപ്പെടുന്ന ഒമ്പതുമാസക്കാരൻ അദ്ഭുതമാകുന്നു. ചെച്നിയയിലെ അലിയാക്കൂബ് എന്ന ഈ ബാലനെ ഒരു നോക്കുകാണാൻ ജനങ്ങളുടെ തിരക്കാണ്. ജനിച്ചയുടനേ അലിയുടെ താടിയിൽ 'അള്ളാ' എന്ന വാക്കാണത്രേ ആദ്യം തെളിഞ്ഞുവന്നത്. ഇത് ശ്രദ്ധിച്ച മാതാപിതാക്കൾ അന്തംവിട്ടു. കുറച്ചുദിവസങ്ങൾ കഴിഞ്ഞപ്പോൾ ആദ്യത്തേത് മാറി പകരം പുതിയ വാക്ക് പ്രത്യക്ഷപ്പെട്ടു. ഓരോ ആഴ്ചയിലും രണ്ടു പ്രാവശ്യമാണ് വാക്കുകൾ പ്രത്യക്ഷപ്പെടുന്നത്. തിങ്കളാഴ്ചയും വ്യാഴാഴ്ചയും. ആദ്യം താടിയിൽ മാത്രമാണ് വാക്കുകൾ പ്രത്യക്ഷപ്പെട്ടതെങ്കിൽ തുടർന്ന് മുതുകിലും കൈകളിലും കാലുകളിലും വയറിലുമെല്ലാം കാണാൻ തുടങ്ങി. ആരോ കോറിയിട്ടതുപോലെയാണ് ഈ വാക്കുകൾ.

ഒക്ടോബർ 31

* ഐ.എസ്.ആർ.ഒ ചെയർമാനായി ഡോ. കെ.രാധാകൃഷ്ണനനും തിരുവനന്തപുരം വി.എസ്.എസ്.സിയുടെ പുതിയ ഡയറക്ടറായി പി.എസ്.വീരരാഘവനും ചുമതലയേറ്റു. വി.എസ്.എസ്.സി ആസ്ഥാനത്ത് നടന്ന ചടങ്ങിൽ സ്ഥാനമൊഴിയുന്ന ചെയർമാൻ ജി.മാധവൻ നായർ രാധാകൃഷ്ണന് ചുമതല കൈമാറി. ഡോ. എം.ജി.കെ.മേനോൻ, ഡോ.കസ്തൂരിരംഗൻ, ഡോ.ജി.മാധവൻ നായർ എന്നിവരുടെ പിൻഗാമിയായി ഐഎസ്ആർഒയുടെ സാരഥിയാകുന്ന നാലാമത്തെ മലയാളിയാണ് ഡോ.കെ.രാധാകൃഷ്ണൻ.

ചുമതലയേറ്റ ശേഷം വലിയമലയിലും മറ്റും നടക്കുന്ന വികസന പ്രവർത്തനങ്ങൾ വിലയിരുത്താനുള്ള സന്ദർശനം നടത്തുമെന്ന് ഡോ. കെ. രാധാകൃഷ്ണൻ പറഞ്ഞു.

ഐ.എസ്.ആർ.ഒയുടെ ഇനർഷ്യൽ സിസ്റ്റം യൂണിറ്റിന്റെ ഡയറക്ടറാണ് പി.എസ്. വീരരാഘവൻ. ഏഴ് വർഷമായി ഈ പദവി വഹിച്ചു വരികയാണ്. ചെന്നൈ സ്വദേശിയായ വീരരാഘവൻ 1971 ലാണ് ഐ. എസ്.ആർ.ഒയിൽ പ്രവേശിച്ചത്.

* 1984 ഒക്ടോബർ 31 ന് അംഗരക്ഷകരുടെ വെടിയേറ്റാണ് ഇന്ദിരാഗാന്ധി വധിക്കപ്പെട്ടത്. ഉസ്തിനോവ് എന്ന വിദേശ പത്രപ്രവർത്തകനുമായി നിശ്ചയിച്ച അഭിമുഖത്തിനായി ഡൽഹിയിലെ വസതിയിൽ നിന്നും പുറത്തിറങ്ങിയതായിരുന്നു അവർ. അംഗരക്ഷകനായ ബിയാന്ത് സിംഗ് അപ്പോൾ ഇന്ദിരാഗാന്ധിയുടെ നേർക്ക് സല്യൂട്ട് ചെയ്യുകയും സ്റ്റൺഗൺ ഉപയോഗിച്ചു വെടിയുതിർക്കുകയുമായിരുന്നു. എന്നാൽ അപ്പോൾതന്നെ മറ്റു അംഗരക്ഷകർ നടത്തിയ തിരിച്ചാക്രമണത്തിൽ ബിയാന്ത് സിംഗ് കൊല്ലപ്പെട്ടു.

നവംബർ 03

* രാഷ്ട്രപതി പ്രതിഭാ പാട്ടീൽ പുതുവർഷം ആഘോഷിക്കാൻ കുമരകത്തേക്ക്. പ്രതിഭക്ക് ഉല്ലാസയാത്ര നടത്താൻ ഹൗസ്ബോട്ട് നവീകരണം ആരംഭിച്ചു കഴിഞ്ഞു. ജനുവരി ഒന്നിന് കുമരകത്ത് വേമ്പനാട്ടു കായലിൽ ഉല്ലാസയാത്രക്കെത്തുന്നതിന്റെ ഭാഗമായി സുരക്ഷ ഏർപ്പെടുത്താൻ കുമരകത്ത് എത്തി ചെയ്യേണ്ട ക്രമീകരണങ്ങൾ വിലയിരുത്തി. കൊച്ചിയിൽ രാഷ്ട്രപതി ചില പരിപാടികളിൽ പങ്കെടുക്കും. കാർ മാർഗമോ ഹെലികോപ്ടറിലോ ആവും കുമരകത്ത് എത്തുക. ഉല്ലാസയാത്രക്കുള്ള ഹൗസ്ബോട്ട് ഒരു പ്രമുഖ സ്വർണ്ണ വ്യാപാരിയുടെ താണ്.

* മൂന്നുകോടിയിലധികം ജനങ്ങളുള്ള കേരളത്തിന്റെ നിരത്തിൽ ഓടുന്നത് അരക്കോടിയിലേറെ വാഹനങ്ങൾ! നിരത്തുകളിലേറെയും പൊട്ടിയും പൊളിഞ്ഞുമാണെങ്കിലും പുതിയ വാഹനങ്ങൾ നിരത്തിലിറങ്ങുന്നതിൽ കുറവില്ലെന്നാണ് കണക്കുകൾ സൂചിപ്പിക്കുന്നത്. മോട്ടോർ വാഹനവകുപ്പിന്റെ കണക്ക് പ്രകാരം സംസ്ഥാനത്തുള്ളത് 49,24,542 വാഹനങ്ങളാണ്. തുടർന്നുള്ള 5 മാസം ഏതാണ്ട് ഒരു ലക്ഷത്തോടടുപ്പിച്ച് വാഹനങ്ങൾ ഇറങ്ങിയിട്ടുണ്ട്. അപ്പോൾ വാഹനക്കൂട്ടം അരക്കോടി കവിയും. പകുതിയിലേറെയും ഇരുചക്രവാഹനങ്ങളാണ്. 29 ലക്ഷത്തിലേറെ ഇരുചക്രവാഹനങ്ങൾ ഉണ്ടിവിടെ. കാറുകൾ 7,79,402.

വാഹനപ്പെരുപ്പത്തിന്റെ കാര്യത്തിൽ കൊച്ചി തന്നെ മുമ്പൻ. 8,22,981 വാഹനങ്ങളാണ് കൊച്ചിയുടെ നിരത്തിലൂടെ ഓടുന്നത്. രണ്ടാം സ്ഥാനത്തിനർഹതപ്പെട്ട തലസ്ഥാന ജില്ലയിൽ ആറു ലക്ഷത്തിലധികം വാഹനങ്ങളുണ്ട്. ഇടുക്കി, വയനാട് ജില്ലകളിൽ ലക്ഷത്തിന് താഴെ വാഹനങ്ങളേ രജിസ്റ്റർ ചെയ്തിട്ടുള്ളൂ.

മനശാസ്ത്രസംബന്ധമായ സംശയങ്ങൾക്ക് മറുപടി

ചോദ്യം: ഓസ്ട്രേലിയയിൽ സ്ഥിര താമസമായിട്ടുള്ള ഒരാളാണ് ഞാൻ. ഇവിടെ സൈക്കോളജിസ്റ്റുകളുടെ സഹായം ലഭ്യമാക്കാൻ എന്താണ് ചെയ്യേണ്ടത്? അധികം ചെലവ് വരുന്ന ഒന്നാണോ ഇത്?

മാനസിക രോഗങ്ങൾക്ക് പ്രധാനമായും രണ്ട് തരത്തിലുള്ള ചികിത്സാ രീതികളാണ് ഉള്ളത്. മരുന്നും സൈക്കോതെറാപ്പിയും. മരുന്നുകൊണ്ടുള്ള ചികിത്സ പ്രധാനമായും സൈക്കട്രിസ്റ്റ് (മനോരോഗ വിദഗ്ധർ) ആണ് ചെയ്യുന്നത്. സൈക്കോളജിസ്റ്റുകൾ (മനഃശാസ്ത്ര വിദഗ്ധർ) പ്രധാനമായും കൊഗ്നിറ്റീവ് ബിഹേവിയർ തെറാപ്പി പോലുള്ള സൈക്കോതെറാപ്പി രീതികളാണ് ഉപയോഗിക്കുന്നത്.

സൈക്കോളജിസ്റ്റിന്റെ സേവനം ലഭ്യമാക്കുവാൻ ഒരു ജനറൽ പ്രാക്ടീഷനറെ കാണുകയാണ് ആദ്യം ചെയ്യേണ്ടത്. ഡോക്ടർ നിങ്ങളോട് സംസാരിച്ച് മനശാസ്ത്ര സഹായം ആവശ്യമുണ്ടോ എന്ന് തീരുമാനിക്കും. ഉണ്ടെങ്കിൽ ഒരു മെൻറൽ ഹെൽത്ത് കെയർ പ്ലാൻ തയ്യാറാക്കി സൈക്കോളജിസ്റ്റിന് റഫർ ചെയ്യും.

സൈക്കോളജിസ്റ്റുകളുടെ സഹായം എല്ലാവർക്കും ലഭ്യമാക്കുവാൻ ഓസ്ട്രേലിയൻ സർക്കാർ മെഡികെയർ റിബേറ്റ് അനുവദിച്ചിട്ടുണ്ട്.

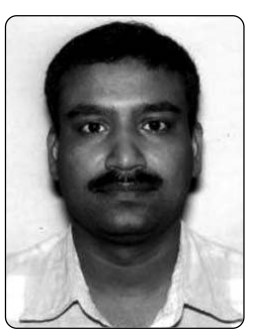
ഒരു മണിക്കൂർ സെഷൻ സാധാരണയായി $ 130 മുതൽ $ 200 വരെ സൈക്കോളജിസ്റ്റുകൾ ചാർജ് ചെയ്യുന്നുണ്ട്.

നിങ്ങൾക്ക് ഒരു ക്ലിനിക്കൽ സൈക്കോളജിസ്റ്റിനെയാണ് കാണേണ്ടതെങ്കിൽ $ 115.05 മെഡിക്കൽ റിബേറ്റ് വഴി നിങ്ങൾക്ക് തിരികെ ലഭിക്കും. ഒരു വർഷത്തിൽ ഇങ്ങനെ 12 സെഷൻ വരെ സൗകര്യം ഉണ്ടായിരിക്കും.

ബൾക്ക് ബില്ലിംഗ് സൗകര്യമുള്ള സൈക്കോളജിസ്റ്റുകൾ ഉണ്ടെങ്കിൽ ചികിത്സ മുഴുവനും ഫ്രീ ആയി സ്വീകരിക്കാനുള്ള സൗകര്യം ഉണ്ടായിരിക്കും. ഓരോ സെഷനും കഴിയുമ്പോൾ ബില്ലിംഗ് ഫോമിൽ ഒപ്പിട്ട് കൊടുത്താൽ മതിയാകും.

ജനറൽ പ്രാക്ടിഷണറെ കൂടാതെ സൈക്കോളജിസ്റ്റുകളുടെ സേവനം ലഭ്യമാക്കുവാനും സാധിക്കും. പക്ഷേ മെഡിക്കൽ റിബേറ്റ് സൗകര്യം ഉണ്ടാകില്ലെന്ന് മാത്രം.

ജനറൽ പ്രാക്ടീഷണറെ കൂടാതെ സൈക്കാടിസ്റ്റിനോ പീഡിയാട്രിഷ്യനോ മെൻറൽ ഹെൽത്ത് കെയർ പ്ലാൻ വഴി സൈക്കോളജിസ്റ്റിന് റഫർ ചെയ്യാൻ സാധിക്കും.



ജോസഫ് മാത്യു,
ക്ലിനിക്കൽ സൈക്കോളജിസ്റ്റ്,
G.V. ഹെൽത്ത് ഷെപ്പാർട്ടൺ,
Email: joychanpsych@gmail.com