Sharanya

(A Service Project of D.S.L. Trust (R), Shimoga Karnataka State - INDIA.)

(A Care centre for Terminally Ill patients of Cancer Fully Paralysed, Renal Failure and HIV / AIDS)

JUN - AUG 2014

ISSUE - 1

Hon' President: **Sri D.H. Shankaramurthy**, Speacker, Legislative Council, Govt. of Karnataka

President: **Smt. D.L. Neelamma**

Secretary: **Sri D.L. Manjunath**

Editor: **Dr. Chethan H.A** M.B.B.S., M.D

Editorial Board :

Editors : Dr. Chethan H.A, M.B.B.S., M.D

Members : D.P. Sandeep, D.M. Arjun, D.L. Manjunath

ಆತ್ಮೀಯ ಸಹೃದಯ ಬಂಧುಗಳೇ...

"ಸರ್ವ ಮಂಗಳ ಮಾಂಗಲ್ಯೇ ಶಿವೇ ಸರ್ವಾರ್ಥ ಸಾಧಕೇ
ಶರಣ್ಯೇ ತ್ರ್ಯಂಬಕೇ ದೇವಿ ನಾರಾಯಣೀ ನಮೋಸ್ತುತೇ"

ಮೇಲಿನ ಈ ಮಂತ್ರದ ಮಹತ್ವವನ್ನು ದೇವಿ ಸ್ತುತಿಯಲ್ಲಿ ಜಗನ್ಮಾತೆ ದೇವಿಯನ್ನು ಸ್ತುತಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಮಂತ್ರದಂತೆ ಜಗನ್ಮಾತೆಯು ಸರ್ವ ಶಕ್ತೀ ಸಂಪನ್ನಳಾಗಿರುವುದರಿಂದ ನಾವುಗಳು ಭಕ್ತಿಯಿಂದ, ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಕಷ್ಟಗಳು ಪರಿಹಾರವಾಗುವುದೆಂಬ ನಂಬಿಕೆ. ಈ ಮೂಲ ಮಂತ್ರದ ತಾತ್ಪರ್ಯದಿಂದಲೇ ಉದ್ಭವಿಸಿರುವ ಶರಣ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆ, ನೋವು ಸಂಕಟದಿಂದ ನರಳುತ್ತಿರುವ, ಗುಣಪಡಿಸಲಾಗದೇ ಉಲ್ಬಣ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುವ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಆಶ್ರಯ, ಆರೈಕೆ, ಸಾಂತ್ವಾನ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ನೀಡಿ ಕಿಂಚಿತ್ತಾದರೂ ಧೈರ್ಯ ಮತ್ತು ಆತ್ಮಸ್ಥೈರ್ಯ ತುಂಬುವಲ್ಲಿ ಕಳೆದ 10 ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಸೇವಾ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿದೆ.

ಶರಣ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿರುವ ರೋಗಿಗಳ ಸೇವೆಗೂ ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಬಿಡುಗಡೆಯಾದ ಒಂದು ಪುಸ್ತಕದ ಕೆಲವು ವಾಕ್ಯಗಳನ್ನು ತಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ ಮನಸ್ಸಿಗೂ ಅವಿನಾಭಾವ ನಂಟು. ಮನಸ್ಸು ಸಂತೋಷದಿಂದ ಇದ್ದಷ್ಟು ಆರೋಗ್ಯ ಚೆನ್ನಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದರ ತದ್ವಿರುದ್ಧವೂ ಅಷ್ಟೆ ! ಆರೋಗ್ಯ ಹದಗೆಟ್ಟಾಗ ಮನಸ್ಸು ಡೋಲಾಯಮಾನ ವಾಗುತ್ತದೆ. ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಿಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಹಂತದಲ್ಲಿ ದೈಹಿಕ ಹಿಂಸೆ ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಪುಸ್ತಕದ ಮಾತಿನಲ್ಲಿಯೇ ಹೇಳುವುದಾದರೆ "ನನ್ನ ಈ ನೋವುಗಳಿಗೆ ಹಿಂದಿನ ಜನ್ಮದ ಕರ್ಮಗಳು ಕಾರಣವೇ ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕಾಡಲಾರಂಭಿಸಿತು. ಇಂದು ಒಂದು ತುತ್ತು ಅನ್ನ ತಿನ್ನಲು ಇಷ್ಟು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದರೆ ನಾನು ಯಾರದ್ದಾದರೋ ಅನ್ನ ಕಸಿದಿದ್ದೇನೆ ? ಎಂಬ ಪಾಪ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಕಾಡಲಾರಂಭಿಸಿತು. ಈ ಎಲ್ಲಾ ವಿಚಾರಗಳು ನನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಹಿಂಡಿ ಹಿಪ್ಪೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದವು, ತಲೆ ಚಿಟ್ಟು ಹಿಡಿದು ಹೋಗುತ್ತಿತ್ತು. ಇಷ್ಟು ದಿನ ನನ್ನನ್ನು ಕಾಪಾಡುತ್ತಿದ್ದ ನನ್ನ ಧೈರ್ಯವೆಲ್ಲವೂ, ಈ ಅಧೈರ್ಯ ಚಿಂತನೆಗಳಿಂದ ಕೊಚ್ಚಿಹೋದಂತೆ ಭಾಸವಾಗುತಿತ್ತು" ಎಂಬ ಸಾಲುಗಳು ನೋವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ ಗೆದ್ದ ಕೃತಿಯವರ ಕೃತಿಯ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ, ಮನುಷ್ಯ ಸ್ವಭಾವಕ್ಕೆ ಹಿಡಿದ ಕನ್ನಡಿಯಾಗಿದೆ. ಉಲ್ಬಣಿಸಿದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗ ಪೀಡಿತರ ದೈಹಿಕ-ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿತಿ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳು ದೇವರ ಬಗ್ಗೆಯೇ ಪ್ರಶ್ನೆ ಮಾಡುವಂತಹ ಮನಸ್ಸಿನ ದ್ವಂದ್ವ, ಭಯ, ಹೆದರಿಕೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಮಧ್ಯೆ, ಭರವಸೆಯ ಬೆಳಕಿನೊಂದಿಗೆ ಧೈರ್ಯ-ಆತ್ಮಸ್ಥೈರ್ಯವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಪರಿ, ಸಾವನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು ಎದುರಿಸುವ ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿರತೆ, ಹೀಗೆ ಹಲವಾರು ಸನ್ನಿವೇಶಗಳ ಮಧ್ಯೆ ಇರುವ ರೋಗಿಗಳ ಆರೈಕೆ-ಶುಶ್ರೂಷೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಒಮ್ಮೆ ಚಿಂತಿಸಿದರೆ ಪರಿಹಾರ ಸಿಗದೆ ಗೋಜಲುಗಳಾಗುವ ಸಂದರ್ಭವೇ ಹೆಚ್ಚು. ಇಂತಹ ಸಾಹಸಮಯ ಮತ್ತು ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತ ಸೇವೆಯ ಮೂಲಕ ಕೆಲಸವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುವ ಮೂಲ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಸ್ಥಾಪಿತವಾಗಿರುವ ಸಂಸ್ಥೆಯೆ "ಶರಣ್ಯ".

– ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ, ಶರಣ್ಯ, ಶಿವಮೊಗ್ಗ

Editor's desk.

Wish you all a very happy prosperous and healthy life. I hereby will be your companion in learning different aspects of health. This is a small effort to enlighten you all about many medical aspects and remove associated misconceptions. So, without much of the the prelude let get back to the process of learning. kindly SMS your mobile number with name occupation age address, we are building a database which will help you to participate in our many activities... mobile number +91 99457 76583

Palliative care : even if cancer in under treatment cured or uncurable conditions, the pain and other associated discomfort needs to be addressed. Palliative care is emerging as the major segment of treatment of disease more so with terminally ill patients like cancer, paralysis, renal failure,

"ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುವ ತುಟಿಗಳಿಗಿಂತ ಸೇವೆ ಮಾಡುವ ಕೈಗಳೇ ಶ್ರೇಷ್ಠ"

AIDS etc. palliative treatment helps patient to get rid of pain weakness, sleeplessness, loss of appetite, constipation, nausea, loneliness, social stigma, social negligence mental exhaustion. The above mentioned objectives are achieved through many modalities like medications, art, craft, music, physiotherapy, meditation, cultural activities, daily bathing, cleanliness, frequent dressing of wounds,feeding, taking a walk, recreation councelling and not to forget healthy food and sound sleep. All these will help to allow a dignified living sound mindset to not only face the unpreventable outcome of the disease but also prepare oneself to finish the

unaccomplished work and render the crucial responsibilities before one is gone for ever. Thus palliative care has a important role to play right from the diagnosis till bereavement and beyond..

A little smile on patient's face is a divine blessing of God.

Sharanya is onesuch center which adopts holistic approach in treating the person as a whole, including symptoms and pain management, mental and emotional health and caters to the spiritual needs. It also offers bereavement support make the life of family members a little bit easier to accept the loss and get back to normal life when the inevitable happens. Palliative care is not just an end to the life but can coexist with normal therapeutic techniques like radiation and chemotherapy. By helping tocontrol the side effects,, palliative care makes it easier for the doctors to optimize the therapy.

- Dr. Chethan H. A, MBBS M.D.

"SHARANYA" is a care centre for advanced, incurable and life limiting stages of diseases like Cancer, Fully Paralysed, Renal Failure and HIV / AIDS Patients. It is one of the service projects of D.S.L.TRUST (R), Shimoga, Karnataka State rendering its sevices on Cancer Patients from the year 2004. Cancer patients will have common symptoms like pain, weakness, sleeplessness, loss of appetite, constipation, Nausea many will suffer from loneliness, social stigma, negligence from the family.

Cancer when detected is many a times at advanced stage, patient and his relatives get financially and mentally exhausted.

Pain in cancer is severe & requires frequent dressing which is quite impracticalbe to go to doctor everytime. especialy more so in rural areas

All these often pushes them in serious loneliness, depression and suicidal tendencies. Some are without children's , some are deserted by their own children feel disgusted at their fate in the terminal part of life journey.

Society has become very busy and mechanical so that every minute is scheduled in winning the race with time and money.

In this crucial situation "SHARANYA" is lending its hand to provide Nursing Care, Consolement, Shelter and Spiritual Support. We encourage and bring down the despondency. All facilities for the patient are FREE, including Food, Stay and Accommodation. There are facilities for one relative to stay with the patient and gets free accommodation with subsidised food. Sharanya provides total care for a patient with Hospice and Palliative Care methods. An effort is made to control the symptoms of the disease. Diversional activities like art, music, meditation and cultural activities play an important. Daily bathing, cleanliness, dressing of wounds, feeding, medication taking for a walk, recreation, counseling, etc., are carried out on a routine basis, to provided hygienic & dignified living.

Remind yourself that it's okay not to be perfect.

ಪತ್ರಿಕೆ ಬಿಡುಗಡೆ ಸಮಾರಂಭ :

ದಿನಾಂಕ : 15-6-2014ರ ಭಾನುವಾರ ಶರಣ್ಯ ಆರೈಕೆ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಶರಣ್ಯ ತ್ರೈಮಾಸಿಕ ಪತ್ರಿಕೆ ಬಿಡುಗಡೆ ಸಮಾರಂಭವನ್ನು ಹಮ್ಮಿಕೊಳ್ಳಲಾಯಿತು. ಈ ಸಮಾರಂಭದ ಅಧ್ಯಕ್ಷತೆಯನ್ನು ಶರಣ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾದ ಶ್ರೀಮತಿ ಡಿ.ಎಲ್. ನೀಲಮ್ಮರವರು ವಹಿಸಿದ್ದರು. ಸಂಸ್ಥೆಯ ಗೌರವಾಧ್ಯಕ್ಷರಾದ ಸನ್ಮಾನ್ಯ ಶ್ರೀ ಡಿ.ಹೆಚ್.ಶಂಕರಮೂರ್ತಿರವರ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ರಾಜ್ಯ ಸಭಾ ಸದಸ್ಯರಾದಂತಹ ಶ್ರೀ ಆಯನೂರು ಮಂಜುನಾಥರವರು ಉದ್ಘಾಟಿಸಿ ಶರಣ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಕಾರ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ತಮ್ಮ ಮೆಚ್ಚುಗೆಯ ಮಾತುಗಳನ್ನಾಡಿದರು.

ಈ ಸಂಸ್ಥೆಯ ತ್ರೈಮಾಸಿಕ ಪತ್ರಿಕೆಯ ಮೊದಲ ಸಂಚಿಕೆಯನ್ನು ಶ್ರೀ ಎಸ್. ಚಂದ್ರಕಾಂತ್, ಸಂಪಾದಕರು, ಶಿವಮೊಗ್ಗ ಟೈಮ್ಸ್ ದಿನ ಪತ್ರಿಕೆ, ಶಿವಮೊಗ್ಗ ಇವರು ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಿದರು. ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಸದಸ್ಯರಾದ ಶ್ರೀ ಸಿ.ಎಸ್. ಶ್ರೀನಿವಾಸ್‌ರವರು ಸಮಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಂಡವರಿಗೆಲ್ಲ ವಂದನೆ ತಿಳಿಸಿದರು.

ದಿನಾಂಕ : 12-7-2014ರಂದು ಜ್ಞಾನದೀಪ ಹೆಲ್ತ್ ಕ್ಲಬ್ ಪ್ರೌಢಶಾಲೆ, ಹಾವಳ್ಳಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಹಾಗೂ ಶಿಕ್ಷಕರು ಶರಣ್ಯ ಆರೈಕೆ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ ಕೇಂದ್ರದ ಆಯುರ್ವೇದವನ ಹಾಗೂ ನವಗ್ರಹವನದ ವೀಕ್ಷಣೆ ನಡೆಸಿದರು.

ದಿನಾಂಕ: 20-7-2014ರಂದು ರೋಟರಿ ಕ್ಲಬ್ ಮಿಡ್‌ಟೌನ್, ಶಿವಮೊಗ್ಗ ರವರ ವತಿಯಿಂದ ಶರಣ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆಗೆ "ವಾಷಿಂಗ್ ಮಿಷಿನ್" ಅನ್ನು ದೇಣಿಗೆಯನ್ನಾಗಿ ನೀಡಿದರು.

ಶರಣ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಸುಧೀರ್ಘ 10ವರ್ಷಗಳ ಸಾರ್ಥಕ ಸೇವೆಯನ್ನು ಮಾಧ್ಯಮ ಮಿತ್ರರವರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಂಡು ಮಾಧ್ಯಮದ ಮೂಲಕ ಸಾರ್ವಜನಿಕರಿಗೆ ತಲುಪಿಸುವ ಸಲುವಾಗಿ ದಿನಾಂಕ : 14-08-2014ರಂದು ವಿಶೇಷ ಪತ್ರಿಕಾ ಗೋಷ್ಠಿಯನ್ನು ಮಥುರಾ ಪ್ಯಾರಡೈಸ್‌ನ ಚಾಣಕ್ಯ ಸಭಾಂಗಣದಲ್ಲಿ ಏರ್ಪಡಿಸಲಾಗಿತ್ತು. ಈ ಪತ್ರಿಕಾ ಗೋಷ್ಠಿಯಲ್ಲಿ ನಗರದ ಸ್ಥಳೀಯ ಮತ್ತು ರಾಜ್ಯ ಪತ್ರಿಕೆಯ ಎಲ್ಲಾ ಮಿತ್ರರು ಮತ್ತು ಟಿ.ವಿ. ಮಾಧ್ಯಮ ಮಿತ್ರರು ಆಗಮಿಸಿದ್ದರು. ಸಂಸ್ಥೆಯ ಪದಾಧಿಕಾರಿಗಳು ಮತ್ತು ಸದಸ್ಯರು ಹಾಜರಿದ್ದರು.

You can Donate to : **D.S.L. Trust (R) Shimoga**

Lakshmivilas Bank, Shimoga

A/c No. 067262000000750 IFSC Code : LAVB 0000672

"SHARANYA" is a service project of DSL Trust (R), Shimoga,

80-G, Exemption is obtained for DSL Trust (R)

Although often prevented and treatable if detected early, pressure ulcers can be very difficult to prevent in critically ill patients, frail elders, wheelchair users (especially where spinal injury is involved) and terminally ill patients. Primary prevention is to redistribute pressure by turning the patient regularly. The benefit of turning to avoid further sores is well documented since at least the 19th century.

In addition to turning and re-positioning the patient in bed or wheelchair, eating a balanced diet with adequate protein and keeping the skin free from exposure to urine and stool is very important. prevention is by frequent mobilisation, using water bed or air water bed, applying hygroscopic materials, preventing unhygenic conditions.

Treatment is to first debride the necrotic tissues then to remove pressure from the ulcers, cover the wound with hydrocolloid dressings, dressing of the wound, negative suction pressure application to the wound, surgical grafting and closure of wound with skin flap.

A. Dinesh
Ph : 08182-221221
Mob : 9844471000

Sri Ambika JEWELLERS
GOLD SILVER DIAMOND

Kalika Society Complex, Gandhi Bazaar,
SHIMOGA- 577 202

Cell : +91 9900707904
+91 9590888663

Raghunandan G. Bhoopalam

Bhoopalam Jewellers
Durgigudi Main Road, Shivamogga - 577 201

S.H. Ramesh
Ph : 08192-256544
Cell : 98455 68780

Yamuna General Stores

Dealers in : All Varieties of Pan Masalas
Betelnuts and Zardas etc.,

15/21, Gandhi Circle, Davangere - 577 002

Ph : 08182-276473
Mob : 9448337428

SHIVA ENTERPRISES
Dealers In : Krishi Drip & Sprinklers

1st Cross, Garden Area, SHIMOGA - 577 201

ಈ ಸೇವೆಯ ಸುದ್ದಿಯನ್ನು ನಿಮಗೆ ತಲುಪಿಸುವ ಮಾಧ್ಯಮವಾಗಿರುವ 'ಶರಣ್ಯ' ತ್ರೈಮಾಸಿಕ ಪತ್ರಿಕೆಗೆ ನಿಮ್ಮ ಜಾಹೀರಾತು ನೀಡಿ ಸಹಕರಿಸಿ.

ADMINISTRATIVE OFFICE :

Garden Area, B.H. Road Cross, Opp. Modren Talkies, Shivamogga - 577 201, (Karnataka State), India
Hospice & Palliative Care Centre : Gajanur Agrahara, Near Check Post, Gajanur, Shivamogga (Karnataka State) Phone : 08182 - 234366
e-mail : sharanya_shimoga@rediffmail.com website : www.sharanyahospice.org

"You matter up to the last moment of your life. And we will do all we can, not only to help you die peacefully But to live. Fully untill you die"- Dame cisely saunders