

NSS – “PINK WEEK” – BREAST CANCER MESSAGE

முனைவர்.தா.குளோரி பெண்கள் அலகு நாட்டு நலப்பணித் திட்டம்
உ. நா. அரசினர் கல்லூரி பொன்னேரி கல்லூரி முதல்வரின்
வழிக்காட்டலின்படி அனைவருக்கும் வணக்கம்

அக்டோபர் மாதத்தை **பிங்க் மாதம்** என்று அழைப்போம் பிங்க் என்றால் மார்பக புற்றுநோய் குறித்து விழிப்புணர்வை பெண்களுக்கு ஏற்படுத்தும் குறியீடு ஆகும் ஒவ்வொரு ஆண்டும் நிபுணத்துவம் பெற்ற மருத்துவரை நம் கல்லூரிக்கு அழைத்து மாணவியரிடையே விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்துவோம் இந்த ஆண்டு இச்செய்தியின் வாயிலாக விழிப்புணர்வு வழங்கப்படுகிறது உலகத்தை அச்சுறுத்தும் பெண்களுக்கான மிக கொடிய நொய்களில் மார்பக புற்றுநோய் கருப்பைவாய் புற்றுநோய் முதலிடத்தை வகிக்கின்றது இந்நோயின் அறிகுறிகள் **மார்பகத்தில் வலி, வீக்கம், நீர்வடிதல், சீழ்வடிதல்,** போன்றவையாகும். எளிய சுய பரிசோதனை செய்வதின் மூலம் நோயைக் கண்டறிய முடியும்.இந்நோய் வராமல் தடுக்க வேண்டுமெனில் இராசாயன செறிவூட்டப்பட்ட, பதப்படுத்தப்பட்ட உணவுகளைத் தவிர்த்து பச்சை காய்கறிகள் , கனிகள், கீரைகள் புரோட்டீன், அதிகம் உள்ள உணவுகளை உட்கொள்ள வேண்டும் . நோயின் அறிகுறிகள் தெரிந்தாலோ (அல்லது) அறிய விரும்பினாலோ. **மருத்துவர். அனுரத்னா** (chief medical officer) G.H ponneri . அவர்களை அணுகவும்

இயற்கை பெண்ணுக்கு அளித்த வரம்

கருப்பையும்,

மார்பகமும்

பராமரிப்போம் பாதுகாப்போம்

நம் குடும்பப்பற்றை சிதைக்கும் புற்று மார்பக புற்று

- ❖ மார்பக பரிசோதனை செய்வோம்
- ❖ மார்பக புற்றை வெல்வோம்

கைப்புண்ணுக்கு கண்ணாடி வேண்டாம்

மார்பக புற்று பரிசோதனைக்கும் கருவியெதுவும் வேண்டாம்

சுயமார்பக பரிசோதனை செய்வோம் மார்பகப்புற்றை வெல்வோம்.

மருத்துவர்.அனுரத்னா